

ཕེག་ཆེན་མོ་ལྷོ་ར་བཀྲ་ཤིས་ལྷོ་ལྷོ་

ལྷོ་ར་ལྷོ་



མཁའ་དབང་པོ། ཡོངས་འཛིན་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་མཆོན།



མཆོད་བརྗོད། .....	1
སྒྲིབ་རྒྱུ་གི་མན་ངག་ཉམས་སྲུ་ལེན་ཚུལ། .....	2
སྒྲིབ་བའི་ཆོས་རྒྱལ་བའད་པ་དང་གནས་ཁང་གི་དོར་བྱས་ལ་རྒྱལ་ བའི་སྐྱ་གསུང་ཐུགས་གི་རྟེན་དབང་པ། .....	3
མཆོད་པ་གཡོ་མེད་པར་བཅུ་ལ་ལ་བཀོད་པ་མཛེས་པར་བཤམ་པ།	5
གསུམ་པ་སྒྲིབ་བདེ་བ་ལ་ལུས་གནད་དང་ལྡན་པར་འཁོར་ནས་ སྐྱབས་འགོ་སེམས་བསྐྱེད་རྒྱུ་དང་འབྲེལ་ངེས་སྲུ་བྱ་བ། .....	6
སྐྱབས་ལུས་གསལ་གདབ་པ། .....	11
བཞི་པ་ཆོགས་ཞིང་གསལ་གདབ་པ། .....	15
ལྷ་པ་བསགས་སྐྱང་གི་གནད་བསྐྱེད་པ་ཡན་ལག་བདུན་པ་ མཐུལ་དང་བཅས་འབྲུལ་བ། .....	16
རྒྱལ་པ་གསོལ་བ་འདེབས་པ་མན་ངག་བཞིན་རྒྱུ་དང་འབྲེལ་ ངེས་སྲུ་བྱ་བ། .....	17
གཉིས་པ་དངོས་གཞི་བཤམ་པ། .....	22

དང་པོ་བཤེས་གཉིན་བསྟེན་པའི་ཕན་ཡོན་བསམ་ཚུལ། .....	22
གཉིས་པ་མ་བསྟེན་པའི་ཉེས་དམིགས་བཤད་པ། .....	25
གསུམ་པ་ཙ་བ་དད་པ་སྤང་བ། .....	26
བཞི་པ་བཀའ་ངེན་རྗེ་སྤྱི་བའི་གྲུས་པ་སྒྲོམ་ཚུལ། .....	30
ལྔ་པ་སྦྱོར་བས་མཉེས་པ་སྤྱབ་ཚུལ། .....	33
གསུམ་པ་འཇུག་ཏུ་རི་ལྟར་བྱ་བ། .....	35
གཉིས་པ་བྱན་མཆམས་སྤྱི་རི་ལྟར་བྱ་བ། .....	36
གཉིས་པ་སྒྲོན་འགྲོའི་ཆོས་བཞི་བསམ་ཚུལ། .....	37
གཉིས་པ་དལ་འབྱོར་དོན་ཆེ་བར་བསམས་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ སེམས་སྒྲོམ་པ་ལ་བསྐྱར་བ། .....	39
གསུམ་པ་དལ་འབྱོར་རྟེན་དཀའ་བ་བསམས་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ སེམས་སྒྲོམ་པ་ལ་བསྐྱར་བ། .....	44
གཉིས་པ་འཆི་བ་མི་ཏྲག་པ་བསམས་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ སྒྲོམ་པ་ལ་བསྐྱར་བ། .....	48

འཆི་བ་འིན་པའི་པན་ཡོན། .....	50
གསུམ་པ་ལས་འབྲས་བསམས་པའི་སྒོ་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ སེམས་སྒོམ་པ་ལ་བསྐྱར་བ། .....	54
དཔྱལ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་བསམས་པའི་སྒོ་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ སྒོམ་པ་ལ་བསྐྱར་བ། .....	56
གཉིས་པ་ཡིད་དྲགས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་བསམས་པའི་སྒོ་ནས་ བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྒོམ་པ་ལ་བསྐྱེད་བ། .....	60
གསུམ་པ་དུད་འགྲོའི་སྤྱག་བསྐྱེད་བསམས་པའི་སྒོ་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ སེམས་སྒོམ་པ་ལ་བསྐྱེད་བ། .....	61
གཉིས་པ་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བའི་སྒོ་ནས་ བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྒོམ་པ་ལ་བསྐྱེད་བ། .....	63
གསུམ་པ་ལས་འབྲས་ནམ་ཡང་བསྐྱེད་བ་མེད་པའི་ཚུལ་བསམས་ནས་ བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྒོམ་པ་ལ་བསྐྱེད་བ་ .....	72
ལས་བྱས་པ་ཚུད་མི་བླད་པའི་ཚུལ་བསམས་བ། .....	79

བཞི་པ་འཁོར་བའི་ཉིས་དམིགས་བསམས་པའི་སྒོ་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ སེམས་སྒོམ་པ་ལ་བསྟུན་པ།.....	83
གཉིས་པ་ཐུན་མཛམས་སུ་ངི་ལྟར་བྱ་བ། .....	99
གཉིས་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱང་ཚུལ་དངོས། .....	122
ཡིད་འོང་གི་བྱམས་པ་བྱད་པར་ཅན་སྟུབ་ཚུལ། .....	132
གཉིས་པ་གཞན་གཅེས་འཛིན་གྱི་པན་ཡོན་བསམ་ཚུལ། .....	149
གསུམ་པ་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེ་སྒོམ་ཚུལ། .....	162
གཉིས་པ་བྱང་ཆུབ་དོན་གཉིར་གྱི་སྒོ་སྤྱང་ཚུལ། .....	210
གཉིས་པ་ཐུན་མཛམས་སུ་ངི་ལྟར་བྱ་བ། .....	222
གཉིས་པ་སེམས་བསྐྱེད་ནས་རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་པ་སྤྱི་ལ་སྒྲོབ་ཚུལ། .	230
གསུམ་པ་བྱད་པར་དོན་དམ་སེམས་སྤྱང་ཞེས་བྱ་བ་ཐབ་མོ་དབྱ་མའི་ ལྟ་བུ་ལ་སྒྲོབ་ཚུལ། .....	248
གཉིས་པ་འཁོར་བའི་རྩ་བ་མ་རིག་པ་སྤྱོད་བྱེད་ཐབ་མོ་དབྱ་མའི་ལྟ་བུ་ རྒྱལ་སྤྱོད་ཚུལ། .....	259

གཉིས་པ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་སྒོམ་ཚུལ། .....	263
གཉིས་པ་འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་རང་བཞིན་མེད་པར་ སྒོམ་ཚུལ། .....	272
གཉིས་པ་བྱན་མཆམས་སུ་རི་ལྟར་བྱ་བ། .....	275
རྒྱུན་ངན་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་ལམ་དུ་བསྐྱར་ཚུལ། .....	278
གཉིས་པ་ལྟ་བུའི་སྒོ་ནས་རྒྱུན་ངན་ལམ་དུ་བསྐྱར་ཚུལ། .....	282
གཉིས་པ་སྦྱོར་བས་ལམ་དུ་བསྐྱར་ཚུལ། .....	285
གསུམ་པ་གདེན་བགལས་ལ་གཏོར་མ་སྟེ་བའི་སྦྱོར་བ། .....	286
བཞི་པ་ཆེ་གཅིག་གི་མཉམ་ལེན་དེལ་བ། .....	289
གཉིས་པ་འཆི་ཁའི་མཉམ་ལེན་བྱ་ཚུལ། .....	291
ལྷ་པ་སྒོ་འབྱོངས་པའི་ཆོད། .....	296
དྲུག་པ་སྒོ་སྦྱོང་གི་དམ་ཆོག་ .....	303
སྒོ་སྦྱོང་ཐོ་ཅོར་མ་ཤོར་བ། .....	304
སྒོ་སྦྱོང་ཕྱོགས་རེར་མ་ལྟར་བ། .....	305

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

སེར་སྤྲད་དམར་འཇམ་དབྱངས་བསོད་ནམས་གྱིས།

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

༡༡། ཐེག་ཆེན་སྒོ་སྤྱོད་གི་ཁྱིད་ཡིག་བདུན་ཅིའི་

སྒྲིང་པོ་ཞེས་བྲ་བ་བཞུགས་སོ།།

མཆོད་བརྗོད།

༡༡། རྗེ་བཙུན་སྒྲ་མ་དམ་པ་དམིགས་པ་མེད་པའི་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་  
པོ་དང་ལྷན་པ་རྣམས་ཀྱི་ཞབས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ཞིང་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། བཙུ་  
བ་ཆེན་པོས་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་རྗེས་སུ་གཟུང་དུ་གསོལ།

མད་བྱང་སྒྲིང་སྟོབས་ཐུགས་རྗེ་ཆེས་ལྷག་པས། རྒྱལ་དང་རྒྱལ་སྐས་  
ཀུན་གྱིས་མ་ཐུལ་བའི། རྟོགས་དུས་འགྲོ་བའི་མགོན་དུ་ལེགས་བྱོན་པ། རྟོན་པ་མཉམ་མེད་དེ་ལ་གུས་ཕྱག་འཆའ། མགོན་དེས་གང་ལ་ཆོས་ཀྱི་  
སྲིད་གཏད་པ། རྒྱལ་ཆབ་མི་པམ་མགོན་དང་འཇམ་པའི་དབྱངས། ལྷ་སྐྱབ་  
ཐོགས་མེད་ཞི་བ་ལྷ་ལ་སོགས། ཐུབ་བསྟན་གསལ་མཛད་རྣམས་ལ་སྒྲིང་  
ནས་འདུད། བྱང་ཆུབ་ཐུགས་ལ་མངའ་བཞུགས་ཨ་ཉི་ཤ། རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཆོའི་  
འབྱུང་གནས་བཞེས་གཉེན་འབྲོམ། སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་པོ་ཉི་བ་ལ་  
སོགས། བཀའ་གདམས་སྒྲ་མ་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། རྟོགས་འདིར་  
བདེ་གཤེགས་ལམ་བཟང་སྤེལ་བ་ལ། རྒྱལ་བ་ཉིད་དང་ཀུན་ནས་མཆུངས་  
གྱུར་པ། རྗེ་བཙུན་སྒྲ་མ་སྒོ་བཟང་གྲགས་པ་ལ། སྒྲིང་གི་ཁོང་ནས་གུས་པས་



ཕྱག་འཆའ་ལོ། །སློ་བཟང་བསྟན་པ་སྤེལ་སྤྱིར་སྤྱོད་གས་བཅུ་ནས། །བསམས་  
བཞིན་སྤྱོད་པའི་དམ་པ་ཐམས་ཅད་དང་། །ཁྱད་པར་འཇམ་མགོན་སྟན་རྒྱུད་  
འཛིན་མཛད་པའི། །དངོས་བརྒྱུད་སྤྲ་མ་རྣམས་ལ་གྲུས་ཕྱག་འཆའ་། །རྒྱལ་  
བ་མ་ལུས་བསྟན་པའི་ས་བོན་མཆོག་། རྒྱལ་སྤྲས་ཀུན་གྱི་ཕྱགས་དམ་མཐེལ་  
གཅིག་ལྟ། །རིན་ཆེན་བྱང་ཆུབ་སེམས་མཆོག་སྦྱོང་པའི་ཚུལ། །དམ་པའི་  
གསུང་གིས་བསྟུལ་སྤྱིར་རབ་གསལ་གྱི། །

དེ་ལ་འདིར་རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྦྱང་པའི་གནད་  
གཅིག་ཏུ་བསྟུས་པ། རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བགྲོད་པ་གཅིག་  
པའི་ལམ་པོ་ཆེ། །ཤིང་རྩ་ཆེན་པོ་སྤྱུ་སྤྱུབ་དང་ཐོགས་མེད་དང་ནི་བ་ལྷ་གསུམ་  
གྱིས་རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བཀྲལ་བའི་ལམ་སྟོལ།  
ཁྱད་པར་རྒྱལ་སྤྲས་ཀྱི་སྦྱོང་པ་རྒྱབས་པོ་ཆེ་སྟན་པའི་གཞུང་མཆོག་ཏུ་གྱུར་  
པ་བསྟུན་བཏུས་དང་སྦྱོར་འཇུག་གཉིས་ཀྱི་དགོངས་དོན། རྣམ་པ་ཐམས་  
ཅད་མཐུན་པར་བགྲོད་པའི་ལམ་ཆང་ལ་མ་ཞོར་བ། དཔལ་ལྷན་ཨ་ཉི་ཤི་  
མན་ངག་ཐེག་ཆེན་སློ་སྦྱོང་དུ་གྲགས་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་  
པ་གཉིས་

སྟན་རྒྱུད་ཀྱི་མན་ངག་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ།

སྟན་རྒྱུད་ཀྱི་མན་ངག་ལ་བརྟེན་ནས་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་ལ་བདུན།  
སྟོན་འགྲོ་རྟེན་གྱི་ཆོས་བསམ་ཚུལ། དངོས་གཞི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཉིས་

སྤྱོད་ཚུལ། རྒྱུན་ངན་བྱང་ཚུབ་གྱི་ལམ་དུ་བསྐྱུར་བ། ཆེ་གཅིག་གི་ཉམས་  
ལེན་བྱེད་པ། སྒོ་འགྱུར་ས་པའི་ཆད། སྒོ་སྤྱོད་གི་དམ་ཆོག་། སྒོ་སྤྱོད་གི་བསྐྱབ་  
བྱ་ལ་སྒོ་བ་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་སྤྱོད་འགྲོ་རྟོན་གྱི་ཆོས་བསམ་ཚུལ་ལ་གཉིས།  
ལམ་གྱི་རྩ་བ་བཤེས་གཉེན་བསྟན་པའི་ཚུལ་དང་། བསྟན་ནས་སྤྱོད་འགྲོའི་  
ཆོས་བཞི་བསམ་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལམ་གྱི་རྩ་བ་བཤེས་གཉེན་བསྟན་པའི་  
ཚུལ་ལ་གཉིས། ཐུན་གྱི་ངོ་བོ་ལ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་དང་། ཐུན་མཚམས་སུ་ཇི་ལྟར་  
བྱ་བའི་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། སྤྱོད་བ་དང་། དངོས་གཞི་དང་། མཐུག་  
ཏུ་ཇི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་ལོ།

སྤྱོད་བའི་ཆོས་བླ་ག་བཤུད་བ་དང་གནས་ཁང་གྱི་དོར་བྱས་ལ་སྐྱུ་  
གསུང་ཐུགས་རྟོན་དབྱམ་པ།

དང་པོ་སྤྱོད་བའི་ཆོས་ནི་བླ་ག་སྟེ། གནས་ཁང་གྱི་དོར་བྱས་ལ་སྐྱུ་  
གསུང་ཐུགས་རྟོན་དབྱམ་པ། མཆོད་པ་གཡོ་མེད་པར་བཅུལ་ལ་བཀོད་པ་  
མཛེས་པར་བཤུམ་པ། ལྟན་བདེ་བ་ལ་ལྷས་གནད་དང་ལྟན་པར་འཁོད་ནས་  
སྐྱབས་འགྲོ་སེམས་བསྐྱེད་རྒྱུད་དང་འདྲེས་ངེས་སུ་བྱ་བ། ཆོགས་ཞིང་  
གསལ་གདབ་པ། བསལ་སྤྱོད་གི་གནད་བསྐྱུས་པ་ཡན་ལག་བདུན་པ་མཐུལ་  
དང་བཅས་པ་འབྱུལ་བ། གསོལ་བ་འདེབས་པ་མན་ངག་བཞིན་རྒྱུད་དང་  
འདྲེས་ངེས་སུ་བྱ་བའོ། དང་པོ་གནས་ཁང་གྱི་དོར་བྱས་ལ་སྐྱུ་གསུང་ཐུགས་

ཉེན་དགམ་པ་ནི། རང་གང་དུ་སྐྱབ་པ་བྱེད་པའི་གནས་ཁང་དེར་ཆག་ཆག་  
 དང་ཕྱག་བདར་སོགས་ལེགས་པར་བྱས་ལ། བསྟན་པའི་བདག་པོ་ཐུབ་པའི་  
 དབང་པོའི་སྐུ་དང་ཇོ་བོ་རྗེ་དང་རྗེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་དང་རང་གི་རྩ་བའི་སྒྲ་  
 མའི་སྐུ་སོགས་སྐུ་གསུང་ཐུགས་ཉེན་ཅི་ཡོད་ནམས་སྟེགས་མཐོ་སར་བཀྲམ་  
 མོ། །དེ་ཡང་གནས་ཁང་ལ་ཕྱག་བདར་བྱས་པས་རང་གི་སེམས་དང་བར་  
 བྱེད་པ་དང་། གཞན་གྱི་སེམས་དང་བར་བྱེད་པ་དང་། དཀར་ཕྱོགས་གྱི་སྐྱ་  
 རྒྱམས་དགའ་བས་མཐུན་པའི་གྲོགས་བྱེད་པ་སོགས་འདུལ་བ་ལུང་ལས་  
 གསུངས་པའི་ཕན་ཡོན་རྒྱམས་བྱན་པར་བྱ་ཞིང་། རྒྱལ་སྤྱི་ཉལ་ཏུ་དུས་  
 འཕགས་པ་ཆོས་འཕགས་གང་དུ་ཆོས་སྟོན་པའི་སར་ཆག་ཆག་དང་ཕྱག་  
 བདར་བྱས་པས་ཆོགས་རྒྱབས་ཆེན་རྫོགས་ཤིང་དེའི་མཐུས་གོང་མའི་ཡོན་  
 ཏན་བྱེད་པར་ཅན་བརྟེན་པ་དང་། བཅོམ་ལྷན་འདས་གྱིས་ལམ་རྒྱུད་བ་ལ་  
 ཕྱག་བདར་གྱི་གདམས་ངག་བསྟན་ནས་བྱེད་དུ་བརྟུག་པས། ལམ་རྒྱུད་བས་  
 ཐུབ་པའི་བཀའ་བཞིན་བསྐྱབས་ཏེ་ཕྱག་བདར་ལ་འབད་པས། ཕྱགས་མ་  
 ཐོགས་བཞིན་དུ་བདེན་པ་མཐོང་བར་གསུངས་པ་དང་། འབྲོམ་རིན་པོ་ཆེས་  
 ཇོ་བོའི་གཟིམས་ཁང་གི་ཕྱི་ས་རྒྱམས་ན་བཟས་ཕྱགས་ཤིང་ས་དཀར་གྱིས་  
 དྲིལ་ཕྱིས་བྱས་པས་མངོན་ཤིང་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཤ་ལ་ཤ་ལ་ཤ་ལ་ཤ་ལ་གསུང་བ་  
 སོགས་སྟོན་གྱི་བྱུང་བ་རྒྱམས་ཀྱང་བྱན་པར་བྱས་ལ་བྱུང་རྒྱུ་གྱི་སེམས་  
 རིན་པོ་ཆེ་སྟོམ་པའི་གོགས་སྒྲིག་ལྷུང་རྒྱམས་སྦྱོང་བ་དང་། མཐུན་སྦྱོར་  
 བསོད་ནམས་གསོག་ཕྱིར་སྒྲ་མ་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་འཁོར་དང་བཅས་པ་

སྤྱན་དངས་ཏེ་བཞུགས་གནས་སུ་བྱེད་སྒྲུལ་བ་སོགས་ཀྱན་སྦྲོང་གི་བསམ་  
པ་དང་། ཆག་ཆག་དང་ཕྱག་བདར་ཇི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་རྣམས་མན་ངག་ལག་  
ཁྱིད་ལྟར་མ་འཕྱུགས་པར་བྱའོ།།

མཆོད་པ་གཡོ་མེད་པར་བཅའ་ལ་བཀོད་པ་མཛེས་པར་བཤམ་པ།

གཉིས་པ་མཆོད་པ་གཡོ་མེད་པར་བཅའ་ལ་བཀོད་པ་མཛེས་པར་  
བཤམ་པ་ནི། སྤྱི་གསུང་ཐུགས་རྟེན་དེ་དག་གི་མདུན་དུ་མཆོད་ཡོན་དང་། མེ་  
ཏྲོག་དང་། བདུག་སྦྲོས་དང་། སྒྲུང་གསལ་དང་། ཞལ་བས་སོགས་མཆོད་པ་  
ཅི་འགྱུར་རྣམས་གཞན་གྱི་མིག་སྤར་མཛེས་ཆོས་དང་གཡམ་ལ་རྒྱག་དང་  
ཁལ་འཇལ་དང་འགྲན་སེམས་སོགས་ཀྱན་སྦྲོང་སྦྱོན་ཅན་དུ་སོང་བ་མ་ཡིན་  
པར་དད་གུས་ཆེན་པོའི་སྒྲོན་ས་གཙང་ཞིང་བཀོད་པ་མཛེས་པར་བཤམ། དེ་  
ཡང་ཞིང་པ་ལོ་ཏྲོག་གི་བྱིར་སོ་ནམ་ལ་འབད་པ་འམ། འདོད་པ་ཅན་ཞོར་  
འཆོལ་བས་ཆིམ་པ་མེད་པ་ལྟར། མཆོད་པས་ཆིམ་པ་མེད་པར་ཇེ་བཟང་ཇེ་  
བཟང་དུ་གཏོང་བ་དག་བའི་བཤེས་གཉེན་སུ་ཆུང་བའི་རྣམ་ཐར་ལྟར་བསྐྱབ་  
སྟེ། སུ་ཆུང་བའི་ཞལ་ནས། དས་དང་པོ་སྤང་སྦྲོས་སྒྲ་ཆ་ཏིང་ཏེ་བ་ཕུལ། དེ་  
ནས་རེད་བུ་བཞི་སྦྱོར་མངར་སིང་བ་དབུལ་རྒྱ་བྱུང་། ད་ལྟ་ཨ་ཀ་རུ་དང་དུ་  
རུ་སྐལ་སོགས་པ་བསུང་ཆིང་ཏེ་འབུལ་གསུང་། འགྲོམ་རིན་པོ་ཆའི་ཞལ་  
ནས། དངོས་པོ་ལ་མ་ཐོགས་དད་པ་ལ་ཐོགས། དད་པ་ཡོད་ན་ཆུ་ཡན་ཆད་



གྲིས་ལག་དར་བརྟལ་གསུང་ངོ་།།

གསུམ་པ་སྟན་བདེ་བ་ལ་ལུས་གནད་དང་ལྡན་པར་འཁོར་ནས་སྐྱབས་འགོ་  
སེམས་བསྐྱེད་རྒྱད་དང་འབྲས་ངེས་སུ་བྱ་བ།

གསུམ་པ་སྟན་བདེ་བ་ལ་ལུས་གནད་དང་ལྡན་པར་འཁོར་ནས་སྐྱབས་  
འགོ་སེམས་བསྐྱེད་རྒྱད་དང་འབྲས་ངེས་སུ་བྱ་བ་ནི། རང་གི་མལ་འོག་ཏུ་ས་  
དཀར་གྲིས་གཡུང་བྱང་ངེས་ཆོས་སྐོར་ཚུལ་དུ་བྲིས། དེའི་སྟེང་དུ་ཅ་དུར་བ་  
མ་འབྲུགས་པར་བཏིངས། དེའི་སྟེང་དུ་སྟན་རྒྱ་དང་ཞེང་དང་སྤྱིད་དང་  
དཔངས་སོགས་འདུལ་བ་ནས་ངེ་ལྟར་བཤའ་བ་ལྟར་བཤམས། སྟན་དེའི་  
སྟེང་དུ་འདུག་ལུགས་ནི་ནམ་སྤང་གི་ཆོས་བདུན་དང་ལྡན་པར་བྱ་སྟེ། ཀང་པ་  
སྐྱིལ་ཀྱང་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་འཇམ། སྐྱིལ་ཀྱང་སྤྱེད་པ་གང་བདེ་བྱ། ལག་པ་  
གཉིས་སྟེ་འོག་ཏུ་མཉམ་གཞག་གི་ཕྱག་རྒྱ་བྱ། བེག་ཏུ་ཅང་སྤྱེ་བ་དང་  
བཙུམས་པ་མིན་པར་སྒྲིའི་ཅེ་མོར་གཏད། ལུས་ཏུ་ཅང་རྒྱབ་ཏུ་དགྱེ་བ་དང་  
མདུན་དུ་དགྱུ་བ་མིན་པར་བྱང་པོར་བསྐྱང་། སྤག་པ་གཉིས་ཐད་ཀར་གཞག་  
།མགོ་མི་མཐོ་མི་དམར་ཞིང་སྤྱོད་གས་གཡས་གཡོན་དུ་མ་ཡོ་བར་བྱང་བྱང་  
གྲུག་ཅིང་བྱང་པོར་གཞག། སོ་དང་མཚུ་རང་བབས་སུ་གཞག། ལྷེ་ཅེ་ཡ་སོའི་  
'བྱང་དུ་གཞར་ལ་བྲན་པ་ནང་དུ་བཞག་སྟེ་འདུག་པར་བྱ། དེ་དག་ཀྱང་གང་  
བྱང་མི་བྱ་བར་སྐྱ་མས་ཞིབ་ཏུ་བསྟན་པ་ལྟར་འདུག་ཚུལ་དེ་ལྟར་བྱས་པ་ལ་

ཡོན་ཏན་གང་འབྱུང་བ་དང་། དེ་ལྟར་མ་བྱས་ན་སྒྲོན་ངེ་ལྟ་བུ་བསྐྱེད་པ་  
ནམས་ཤེས་པར་བྱས་ལ་མ་འཕྲུགས་པར་བྱའོ། །

དེ་ལྟར་ལུས་གནད་བཅས་ནས་དག་སྒྲོར་ལ་འཇུག་པའི་ཐོག་མར་  
རང་རྒྱུད་ལ་བརྟགས་ནས་ཀུན་སྒྲོང་འཆོས་པ་ཤིན་ཏུ་གཤམ་ཆེ་སྟེ། སྒྲིར་ལས་  
དག་མི་དག་དང་དེའི་འབྲས་བུ་བཟང་ངན་ཅི་འདྲ་འབྱུང་བ་ཐམས་ཅད་ཀུན་  
སྒྲོང་གི་བསམ་པའི་མཐུ་ཡིན་ཞིང་། ཐེག་པ་མཐོ་དམན་ཡང་ཀུན་སྒྲོང་གི་  
བསམ་པའི་བྱད་པར་ཉིད་ཡིན་ཏེ། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་བ་རང་ཡལ་བར་  
དོར་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་བསྐྱབ་པའི་སྒྲིར་དུ་ཐམས་ཅད་  
མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་འདོད་པ་ཞིག་ཡིན། ཐེག་པ་དམན་པ་ནི་རང་གཅིག་ལྟ་  
འཁོར་བ་ལས་ཐར་བར་འདོད་པ་ཞིག་ལ་ཟེར་བ་ཡིན། རང་ཡལ་བར་དོར་  
ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གཅིས་པར་བཟུང་སྟེ། དེ་ནམས་ཀྱི་དོན་དུ་  
ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་འདོད་པའི་བསམ་པ་དེ་འདྲ་བས་  
ཀུན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་ངན་སྒྲོང་ལ་ཟན་ཆངས་གཅིག་སྒྲིན་པའང་རྒྱལ་སྤྲས་  
ཀྱི་སྒྲོད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་གྲངས་སུ་འགོ་ལ། རང་གཅིག་ལྟ་བུ་ཐར་འདོད་ཀྱི་  
བསམ་པས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་སྒྲོང་གསུམ་ཀྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་  
འཆོ་བ་སྐྱར་ཡང་རྒྱལ་སྤྲས་ཀྱི་སྒྲོད་པར་མི་འགྱུར་བར་གསུངས་ཏེ། སྒྲིན་  
བྱའི་རྩས་ལ་དེ་ཙམ་ཀྱི་ཆེ་ཆུང་ཡོད་ཀྱང་ཀུན་སྒྲོང་གི་བསམ་པའི་བྱད་ཀྱིས།  
སྤྲ་མས་རྩས་ཆུང་དུ་དེ་ཙམ་བྱིན་པ་ཡང་རྒྱབས་ཆེན་ཀྱི་བསོད་ནམས་སུ་  
སོང་སྟེ་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱར་གྱུར་ལ། བྱི་མས་རྩས་རྒྱ་ཆེན་པོ་དེ་

ཅམ་བྱིན་ཡང་ཀུན་སྒྲོང་གི་བསམ་པ་དམན་བས་འབྲས་བྱ་དམན་པ་ལས་མ་  
བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་ཐོག་མར་ཀུན་སྒྲོང་ལ་ལེགས་པར་བརྟགས་ནས་ཀུན་སྒྲོང་  
ངན་པའི་དབང་དུ་མ་སོང་བར་དག་སེམས་བྱང་པར་ཅན་བསྐྱེད་ཅི་ཐུབ་བྱ་  
དགོས་ལ། དེའི་ཚུལ་ནི་ལུས་གནད་ལེགས་པར་བཅས་ནས། རང་གི་སེམས་  
ལ་ཇི་ལྟར་འཆར་བརྟགས་ཏེ། ཆེ་འདི་སྒྲོང་གི་སྒྲོང་བ་རེ་དོགས་ཀྱི་བསམ་པ་  
དུར་དུར་བ་ཞིག་འདུག་ན་དེ་ཉིད་ངོས་ཟིན་པར་བྱས་ལ། སྒྲོ་ངན་འདི་འབྲ་  
བས་བདག་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ད་ལྟའི་བར་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བ་འདིར་  
སྐྱབ་ཏུ་བཅུག། །ད་རེས་དལ་འབྱོར་གྱི་མི་ལུས་ཐོབ། ལམ་མ་ནོར་བར་སྟོན་  
པའི་བཤེས་གཉེན་དམ་པ་དང་མཇུག། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ལ་ཅི་འདོད་དུ་  
བསྐྱབ་ཏུ་ཡོད་པའི་སྐབས་འདིར་ཡང་སྒྲོ་ངན་འདིས་བདག་བསྐྱུས་ཤིང་བྱིད་  
བྱིད་ནས་དལ་བ་སྒྲོང་ལོག་ཏུ་བྱེད་དོ་སྙམ་དུ་ཉོན་མོངས་པའི་བསམ་པ་དེ་  
དག་ལ་ཁོན་དུ་བབྱང་ནས། ད་བྱིན་ཆད་སྒྲོ་ངན་འདིའི་དབང་དུ་སྐྱད་ཅིག་ཀྱང་  
མི་གཏང་ངོ་བསྙམ་དུ་ཡི་དམ་བཅས་ལ་རྒྱང་བྱིར་བྱག་ཏུ་འབྱུང་པ་དང་མཉམ་  
དུ་ཉོན་མོངས་པའི་བསམ་པ་དེ་དག་ཡུལ་ནས་བཏོན་པའི་མོས་པ་དང་། རྒྱང་  
ནང་དུ་རྒྱབ་པའི་ཆེ་ཕྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱབས་  
ཐམས་ཅད་ཚུར་བསྐྱུས་པའི་མོས་པ་བྱ། དེ་ནས་རྒྱང་རང་བབས་སུ་རྒྱ་བ་ལ་  
བརྟག་ཅིང་བགྲངས་ནས་སེམས་བབྱང་སྟེ་རིག་པ་དྲངས་སུ་འདུག་ཅིང་  
སེམས་གསལ་ཞིང་རིག་པའི་ངང་དུ་གནས་ཅི་ཐུབ་བྱ། དེའི་ངང་ནས་དལ་

འབྱོར་དོན་ཆེ་རྟེན་དཀའ་ནམ་འཆི་ངེས་མེད་ཀྱི་ཚུལ་བསམས་ནས་ཆེ་འདི་  
ལས་སྒྲོ་ལོག་སྟེ་ཕྱི་མ་དོན་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོ་བསྐྱེད་ཅི་ཐུབ་བྱ། དེ་ནས་ལས་  
འབྲས་ནམ་ཡང་བསྐྱེད་བ་མེད་པ་དང་འཁོར་བའི་གནས་གང་དུ་སྐྱེས་ཀྱང་  
ལས་ཉོན་གྱིས་བཅིངས་ནས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་ལས་མ་འདས་  
པའི་ཚུལ་བསམས་ནས་འཁོར་བ་ལ་ཞེན་ལོག་སྒྲོ་ཤས་བསྐྱེད་ཅི་ཐུབ་བྱ། དེ་  
ནས་རང་གི་མཐའ་སྒྲོར་དུ་ཐོག་མེད་ནས་རིན་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་མ་གྲན་  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གསལ་བར་དམིགས་ཏེ་རང་ཉམས་ལ་དཔགས་ནས་  
བདག་གི་རིན་ཅན་གྱི་མ་གྲན་མོ་འདི་ཐམས་ཅད་ལས་ཉོན་གྱིས་རང་དབང་  
མེད་པར་བཅིངས་ཤིང་། སྤྱག་བསྐྱེད་གསུམ་གྱིས་བར་མེད་དུ་གཏུངས་པ་  
འདི་དག་སྒྲིང་རེ་རྗེ་སྒྲིང་དུ་བྱམས་སྒྲིང་རྗེ་ཤྲགས་ཐག་དུ་བསྐྱེད། མ་གྲན་  
སེམས་ཅན་འདི་རྣམས་སྒྲོལ་བའི་ཁུར་ངེད་རང་ལ་བབ་ཀྱང་ད་ལྟའི་གནས་  
སྐབས་འདི་ལྟ་བུས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་ལྟ་སྒྲོས་ཀྱང་ཅི་དགོས།  
སེམས་ཅན་གཅིག་གི་དོན་ཡང་མཐར་ཕྱིན་པར་བྱེད་ཀྱས་པར་མི་འདུག  
།དེར་མ་ཟད་དག་བཅོམ་པ་གཉིས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་ཀྱང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་  
ཉི་ཆེ་བ་མ་གཏོགས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་འགོད་པའི་ཀྱས་པ་མེད། དེ་ལྟ་བུའི་ཀྱས་པ་སྤྱི་  
ལ་ཡོད་ན་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ལ་ཡོད་པས། བདག་གིས་  
མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་  
ཀྱི་གོ་འཕང་རིན་པོ་ཆེ་ཅི་ནས་ཀྱང་ཐོབ་པར་བྱའོ་སྒྲིང་དུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་



སེམས་ཤུགས་དག་ཏུ་བསྐྱེད། དེ་ཡང་ཆོག་ཤར་ཅམ་གྱིས་ཆོག་བར་མི་བྱ་  
བར་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་གྱིས་ཡང་དང་ཡང་དུ་དབྱུང་ཅིང་ངེས་པ་  
ཆེས་ཆེར་བསྐྱེད་ལ་ཡིད་འགྱུར་གྱི་སྤྱོད་བ་ཅི་ཐོན་བུའོ། །

དེ་ལྟར་ཀུན་སྤྱོད་བཅས་ནས་དག་སེམས་བྱུང་བར་ཅན་བསྐྱེད་པ་འདི་  
ནི་མདོ་རྒྱུད་དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པའི་དོན་ཡིན་ཞིང། ལྷག་པར་རྩ་  
མའི་སྟན་རྒྱུད་འཛིན་པའི་དམ་པ་རྣམས་ནན་ཏན་དུ་འདོམས་ཤིང་ཚུལ་དེ་ལ་  
རྩོ་བོ་ཡབ་སྐུས་གྱི་གསུང་བགྲོས་གྱིས་ཀྱང་ངེས་པ་བསྐྱེད་པར་མཛད་དེ། རྩོ་  
བོ་རྩེ་ལ་ཉིན་གཅིག་ལ་ལན་དུ་སྤང་ཀྱང་དེའི་རིང་ལ་སེམས་བཟང་པོ་བྱུང་  
ངམ་ཞེས་འདི་སྐད། ཡང་རྩོ་བོས་སྒྲོམ་པ་རིན་ཆེན་སྒྲ་མ་ལ་ཞལ་གདམས་  
གནང་བ། ཁོ་བོའི་སྒྲོམ་པ་རིན་ཆེན་སྒྲ་མ་སྒྲོམ་སྐད། སྒྲོམ་ཅ་ན་བསྒྲོམས་  
པས་དར་ཡུག་དང་རྩ་སིག་མང་པོ་ཡོང་སེམས་ན། རི་ཅམ་སྒྲོམ་པ་སྒྲིག་པ་  
ཡིན། སྒྲོམ་ཅ་ན་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་མཚོ་མཐར་དབྱུང་། བྱང་ཆུབ་མཆོག་གི་ས་བོན་  
བཏབ་སེམས་ན། སེམས་ཅམ་པ་ཞིག་བྱས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱང་ནམ་  
མཁར་མི་ཤོང་གསུང་། དག་བཤེས་སྟོན་པ་འདའ་ཀར་པོ་ཏྲོ་བའི་བང་དུ་དབྱུ་  
བཞག་ནས་ཡོད་པའི་ཆོ། པོ་ཏྲོ་བའི་བྱགས་དགོངས་ལ། འཇིགས་སར་སྐྱེལ་  
མས་བོར་བ་འདྲ་བ་ཞིག་འོང་བ་འདུག་ན་ད་སྟེ་ལ་བཏེན་སྟམ་པ་དང་། སྐྱུན་  
ཆབ་གོང་བའི་རྩ་ན་མར་ཉིལ་གྱིས་བྱུང་བ་དག་བཤེས་སྟོན་པས་མཐེན་  
ནས། ངས་ཁྱོད་ཀྱི་ཏེན་ས་སྟེ་ཡང་མ་མཐོང་བས་ད་པན་ཆད་གསུམ་ཡན་  
ཆད་ལྷ་མན་ཆད་དབྱུང་གདང་ཆོས། དག་བའི་བཤེས་གཉེན་མདོ་སྡེ་ལ་

གྲིས་ལ་སེམས་བཟང་པོ་གྲིས་དང་ཁྱད་པར་ཅན་དང་སྤྲད་དེ་འོང་གསུང་  
བས། མདུན་ན་ངོ་བོ་སྒྲིབ་ཡོད་པས་སེམས་བཟང་པོ་གང་ལ་ཟེར་ཞུས་པས།  
འོ་ན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་ཟེར་བ་ཡིན་མོད་ཅེས་ལན་གཉིས་བསྟུན་ནས་  
གསུང་བས། དེ་སྤྱི་ནས་ཀྱང་མ་གོ་རྒྱ་མེད་པ་ལ། དེས་སྤྱིང་ལ་ཕྱར་བ་བཏབ་  
པ་འདྲ་ཞིག་བྱུང་ནས། དེའི་ཐབས་སྒོ་ག་རྩ་མན་ངག་རྩ་ཡང་གསུངས། ཆོགས་  
སྤྱ་ལུང་དང་སྤྱར་ནས་ཀྱང་གསུངས། བཀའ་བཀྲོན་ཚུན་ཆད་གྲིས་ཀྱང་དེའི་  
ཐབས་སྤྱ་གསུངས་ནས་ཡོད་པས། ལོ་གཉིས་ཙམ་དུ་སྤྱ་ངན་ཡང་སངས་པ་  
འདྲ་ཞིག་བྱུང་བ་ལ། སྤྱིས་སེམས་བཟང་པོ་ལ་ཁོང་རང་དགོས་པར་སོང་  
བས་སྤྱ་ངན་ལ་སངས་དུས་མེད་གསུང་ངོ་། །དེ་ལྟར་ལུས་གནད་བཅས་ཀྱན་  
སྤྱིང་བཅོས་ཏེ་དགོ་སེམས་ཁྱད་པར་ཅན་བསྟུན་ནས། དེའི་ངང་ནས་སྤྱབས་  
འགོ་བྱ་ཚུ་ལ་ལ།

### སྤྱབས་ལུས་གསལ་གདབ་པ།

སྤྱབས་ལུས་གསལ་གདབ་པ་ནི། རང་གི་མདུན་གྱི་ཐད་བྱང་གི་ནམ་  
མཁའི་གནས་སུ་སེང་གོ་ཆེན་པོ་བརྒྱད་གྲིས་བཏེག་པའི་རིན་པོ་ཆེའི་ཁྲི་  
མཐོ་ཞིང་ཡངས་པའི་སྤྱིང་ཁར་སྤྱ་ཆོགས་པད་ཆེ་ཉི་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་  
གདན་ལ། སྤྱ་མ་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་ལ་དངོས་བརྒྱད་གྱི་སྤྱ་མ་ཡི་དམ་སངས་  
རྒྱས་བྱང་སེམས་དཔའ་པོ་དཔའ་མོ་བསྟན་སྤྱང་ཡེ་ཤེས་པའི་ཆོགས་རྣམས་

གྱིས་བསྐྱོར་ནས་བཞུགས་པ། དེ་དག་རང་རང་གི་མདུན་ན་གདན་ཁྱི་ཕུན་  
 སུམ་ཆོགས་པ་ལ་རང་རང་གིས་གསུངས་པའི་ལུང་གི་ཆོས་རྣམས་འོད་གྱི་  
 རང་བཞིན་ཅན་གྱི་པོ་ཏིའི་རྣམ་པར་ཡོད་པ། རྒྱབས་ལུལ་དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་  
 རང་དང་མ་ཁྱེན་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བཅེ་བའི་སྤྱན་གྱིས་གཟིགས་བཞིན་  
 དུ་བཞུགས་པ་གསལ་བཟབ་ལ། དེ་དག་གི་ཡོན་ཏན་དང་ཐུགས་རྗེ་བྱེད་པའི་  
 དད་གུས་ཆེན་པོ་དང། རང་དང་པ་མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལས་ཉོན་གྱིས་  
 དབང་མེད་དུ་བཅེངས་ནས་སྤྱག་བསྐྱེད་གསུམ་གྱིས་མནར་ཚུལ་བསམས་  
 རྣམ་འཛིགས་ཤིང་སྤྱག་པ་དང། དེ་ལས་སྐྱོབ་པའི་རུས་པ་མདུན་ན་  
 བཞུགས་པའི་སྤྲ་མ་དགོན་མཆོག་གསུམ་མ་གཏོགས་གཞན་སུ་ལའང་མེད་  
 པས། དེ་ས་གཞན་ན་མེད་པའི་སྒོ་སྒྲོས་བྲག་པོ་བཅའ་ཞིང། བྱུང་པར་མ་ཁྱེན་  
 སེམས་ཅན་འདི་རྣམས་སྐྱོལ་བའི་ཁུར་རང་ལ་བབ་ཀྱང་ད་ལྟ་རུས་པ་མེད་  
 པས། མ་ལག་ཞར་མས་བྱ་ཚུང་ཚུས་བྱེད་བ་མཐོང་བ་ན་གཞན་ལ་ར་མདའ་  
 སྤྱན་པ་ལྟར། མ་ཁྱེན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལས་  
 སྐྱོལ་བའི་བྱིར་སྤྱོད་ཐག་པ་ནས་རྒྱབས་འཛོལ་བར་བསམས་ལ། རང་དང་  
 མཐའ་སྐྱོར་གྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱིས་མགྱིན་གཅིག་དུ་བརྗོད་པར་  
 བསམས་ནས། བདག་དང་འགྲོ་བ་ནམ་མཁའི་མཐའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད། ཀྱང་གཉིས་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་སངས་རྒྱས་བཙུན་ལྟ་  
 འདས་རྣམས་ལ་རྒྱབས་སུ་མཆིའོ། །ཆོས་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་ཞི་བ་འདོད་  
 ཆགས་དང་བྲལ་བའི་ཆོས་ལ་རྒྱབས་སུ་མཆིའོ། །ཆོགས་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་

འཕགས་པ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྤྱིར་མི་སྡོག་པའི་དགེ་འདུན་ཆེན་པོ་  
རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །ཞེས་ལན་གང་མང་བཟོད། བདུན་ཅི་འབེབ་  
སྤྲོད་སོགས་བྱ་བར་སྒོ་ན་སྤྱིར་ལམ་ནས་འབྱུང་བ་ལྟར་བྱ་བྱང་གསུང་། གཙོ་  
བོར་ནི་དཀོན་མཆོག་གསུམ་སོ་སོར་སྐྱབས་སུ་འཛིན་པའི་དམིགས་རྣམ་  
ཤུགས་དག་ཏུ་བྱ་ཞིང་། དེ་ཡང་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ལ་སྒྲིང་ཐག་པ་ནས་  
སྐྱབས་སུ་འཛིན་ཅིང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་དེའི་གོ་འཕང་མངོན་  
དུ་བྱེད་འདོད་ཀྱི་བསམ་བས་སྐྱབས་སུ་སོང་ན་རྒྱ་སྐྱབས་དང་འབྲས་སྐྱབས་  
གཉིས་ཀའི་གནད་ཆང་གསུང་། ཆོས་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བའི་ཆེ་བ་ཤེས་  
གཉིན་བསྟེན་ཚུལ་ནས་བཟུང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའི་བར་ཀྱི་ཡུང་དང་རྟོགས་  
པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་སྒྲིང་ནས་སྐྱབས་སུ་འཛིན་ཅིང་། ལྟག་པར་བྱང་ཆུབ་  
ལམ་ཀྱི་རིམ་པའི་སྒྲིང་པོ་བྱང་ཆུབ་སེམས་སྤྲོད་གི་གདམས་ངག་འདི་ལྟ་བུ་  
ལ་སྒྲིང་ཐག་པ་ནས་ཇི་སྟིད་བྱང་ཆུབ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་ཉམས་སུ་སྤྲང་བྱར་  
འཛིན་པ་གནད་ཡིན་གསུང་། དགེ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བའི་ཆེ་སྤྱིར་  
ཐེག་པ་གསུམ་ཀྱི་དགེ་འདུན་ཐམས་ཅད་ལ་སྒྲིང་ནས་གྲུས་ཤིང་། ལྟག་པར་  
སྤྱིར་མི་སྡོག་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་ལམ་མ་ཐུན་པའི་སྟོགས་  
སུ་བཟུང་ནས་ཇི་སྟིད་བྱང་ཆུབ་མ་ཐོབ་བར་དུ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་དེ་དག་  
གི་རྗེས་སུ་སློབ་པའི་འདུན་པ་ཤུགས་དག་བྱེད་པ་གནད་ཡིན་གསུང་ངོ་། །

སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི། བྱམས་སྒྲིང་རྗེའི་དམིགས་རྣམ་ཤུགས་དག་ཏུ་  
གསལ་བཏབ་ནས། སྟོགས་བཅུ་ན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་



སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ། བདག་དང་མཁའ་  
 མཉམ་གྱི་སེམས་ཅན་མ་ལུས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྐྱེ་བ་འདི་དང་། སྐྱེ་བ་  
 གཞན་དང་གཞན་དག་ཏུ་སྐྱིན་པའི་རང་བཞིན་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་རང་  
 བཞིན་དང་བསྐྱོམས་པའི་རང་བཞིན་གྱི་དགོ་བའི་རྩ་བ་ཅི་བགྱིས་པ་དང་།  
 བགྱིད་དུ་སྦྱལ་བ་དང་། བགྱིས་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་  
 དེས། རི་ལྷོ་ལྷོ་གྱི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དགྲ་བཙུག་པ་ཡང་དག་པར་  
 རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་དང་། ས་ཆེན་པོ་ལ་རབ་ཏུ་བཞུགས་པའི་  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་དང་པོ་སྤྲོ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་  
 རྟོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་ཐུགས་བསྐྱེད་པར་མཛད་པ་དེ་བཞིན་དུ་བདག་  
 སོགས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཀྱང་དུས་འདི་ནས་བཟུང་སྟེ་རི་མིད་  
 བྱང་ཆུབ་སྟོང་པོ་ལ་མཆིས་ཀྱི་བར་དུ་སྤྲོ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྟོགས་  
 པའི་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོ་ལ་སེམས་བསྐྱེད་པར་བགྱིའོ། །སེམས་ཅན་མ་བསྐྱལ་  
 བ་རྣམས་བསྐྱལ་བར་བགྱིའོ། །མ་གྲོལ་བ་རྣམས་དགྲོལ་བར་བགྱིའོ། །  
 དབུགས་མ་སྐྱོན་པ་རྣམས་དབུགས་དབྱུང་བར་བགྱིའོ། །ཡོངས་སུ་སྤྱང་ན་  
 ལས་མ་འདས་པ་རྣམས་ཡོངས་སུ་སྤྱང་ན་ལས་བཟུང་བར་བགྱིའོ། །ཞེས་དམ་  
 བཅའ་དང་འདུན་པ་འུགས་དག་ཏུ་བྱ་ཞིང་ལན་གང་མང་བཟོད། འདིའི་  
 སྐབས་སུ་རང་གིས་སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་མཉམ་དུ་སྤྲོ་མ་རྒྱལ་བ་སྤྲོས་དང་  
 བཅས་པའི་ཐུགས་རྗེའི་རྒྱས་མ་ཐུས་མཐའ་སྟོར་གྱི་མ་གྲན་སེམས་ཅན་  
 ཐམས་ཅད་ལའང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་རྒྱད་ལ་སྐྱེ་བར་གྱུར་ཅིག་

སྒྲུལ་དུ་འདུན་པ་ཤུགས་ཐག་ཏུ་བྱེད། །

དེ་ནས་ཁྱད་པར་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་ནི། མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་  
དོན་དུ་སྒྱུར་བ་སྒྱུར་བར་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་གྱི་གོ་འཕང་  
རིན་པོ་ཆེ་ཅི་ནས་ཀྱང་ཐོབ་པར་བྱ། དེའི་སྤྱིར་དུ་ལམ་ཐབ་མོ་སྒྲུལ་སྤྱོད་ནས་  
འཁྱོར་གྱི་སྒོ་ནས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྒོ་སྤྲོད་གི་གདམས་པ་ཉམས་སུ་སྒྲུབ་  
བར་བྱེད། །ཞེས་ལན་གང་མང་བརྗོད་ཅིང་འདུན་པ་ཐག་ཏུ་བྱེད། །

### བཞི་པ་ཆོགས་ཞིང་གསལ་གདབ་པ།

བཞི་པ་ཆོགས་ཞིང་གསལ་གདབ་པ་ནི། རང་གི་མདུན་གྱི་ཐད་བྱང་  
གི་ནམ་མཁའི་གནས་སུ་སེང་གོ་ཆེན་པོ་བརྒྱད་ཀྱིས་བཏེག་པའི་རིན་པོ་  
ཆེའི་བྲི་མཐོ་ཞིང་ཡངས་པའི་སྤྲོད་ཁར་སྒྲུལ་ཆོགས་པད་ཆེ་ཉི་མའི་དཀྱིལ་  
འཁོར་གྱི་གདན་ལ། སྒྲུལ་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་ལ་དངོས་བརྒྱད་ཀྱི་སྒྲུལ་ཡི་  
དམ་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་དཔའ་པོ་དཔའ་མོ་བསྟན་སྤྲུང་ཡེ་ཤེས་པའི་  
ཆོགས་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱོར་ནས་བཞུགས་པ། དེ་དག་རང་རང་གི་མདུན་ན་  
གདན་བྲི་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་ལ་རང་རང་གིས་གསུངས་པའི་ལུང་གི་ཆོས་  
རྣམས་འོད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་པོ་ཉིའི་རྣམ་པར་ཡོད་པ། དེ་དག་གི་སྤྱི་  
རོལ་ཏུ་གང་ལ་གང་འདུལ་གྱི་སྤྱུལ་པའི་བཀོད་པ་བསམ་གྱིས་མི་བྲུབ་པ་  
སྤྱོགས་བཅུར་འཕྲོ་བཞིན་པ་ཞིག་གསལ་བཏབ། རྒྱས་པར་བྱེད་ན་སྤྱོད་བྱང་

བ་དང་། སྐྱུ་ཁྱུས་གསོལ་བ་དང་། ན་བཟའ་དང་རྒྱན་འབྲུལ་བ་དང་། ཆོགས་  
ཀྱི་ཞིང་དུ་ཡུན་དུ་བཞུགས་པར་གསོལ་བ་གདབ་པ་རྣམས་བྱའོ། །

ལྷ་པ་བསགས་སྦྱང་གི་གནད་བསྐྱུས་པ་ཡན་ལག་བདུན་པ་མཆུལ་དང་བཅས་  
འབྲུལ་བ།

ལྷ་པ་བསགས་སྦྱང་གི་གནད་བསྐྱུས་པ་ཡན་ལག་བདུན་པ་མཆུལ་དང་  
བཅས་པ་འབྲུལ་བ་ནི། ལམ་རྒྱུད་ལ་སྦྱེ་བའི་མཐུན་རྒྱུན་ཆོགས་གསོག་པ་  
དང་། འགལ་རྒྱུན་སྒྲིབ་པ་སྦྱོང་བའི་ལྷན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུན་དང་མི་ལྷན་པར་ཉེར་  
ལེན་གྱི་རྒྱ་དམིགས་རྣམ་སྦྱོང་བ་ཅེས་ལ་འབད་སྟོབས་ཀྱང་ལམ་རྒྱུད་ལ་སྦྱེ་  
བ་ཤིན་ཏུ་དཀའ་བས། བསགས་སྦྱང་གི་གནད་བསྐྱུས་པ་ཡན་ལག་བདུན་པས་  
རྒྱུད་སྦྱང་དགོས་ལ། ཡན་ལག་བདུན་པ་ནི། རི་སྟེང་སུ་དག་སྟོགས་བཅུ་འེ་  
འཛིག་ཉེན་ན། ཞེས་པ་ནས། ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་སྤྱིར་བསྟོའོ་  
༥ ཞེས་པའི་བར་བཟང་སྦྱོང་ལས་འབྱུང་བ་ལྟར་བྱ། སྟོབས་དང་རྩིས་བ་ཆེ་  
བ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་སྦྱོང་འབྲུག་ནས་གསུངས་པའི་ཡན་ལག་བདུན་པ་སྟོབས་  
བཟུང་ནས་ཁ་ཉོན་དུ་བྱས་ན། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ལ་སྟོབས་སྦྱོང་  
བའི་ཐབས་སུ་བྱེད་ཆུ་ལ་དམིགས་རྣམ་གསལ་ཞིང་སྟོབས་འབྲུལ་ཆེ་བ་དང་བྱིན་  
རྒྱལ་གྱི་ཆོན་ཀ་ཤིན་ཏུ་ཆེའོ། །

གཞན་ཡང་ལྷ་པ་བསགས་བརྒྱ་ཕྱག་དང་བཅས་པ་དང་གསེར་འོད་ཀྱི་

བཤམས་པ་སོགས་བསམ་སྒྲུབ་གི་སྒོ་གང་ཟབ་ནས་འབད་པར་བྱ་ཞིང་།  
ཡན་ལག་བདུན་པ་སོ་སོའི་དམིགས་རྣམ་ཇི་ལྟར་བྱ་ཚུལ་སྒྲ་མས་ཞིབ་ཏུ་  
བསྟན་པ་ལྟར་ངེས་པར་བྱས་ལ་རྒྱད་དང་འབྲེས་ངེས་བྱའོ། །དེ་ནས་དམིགས་  
པ་གསལ་བར་བྱས་ནས་མཐུལ་ཕུལ་ཏེ། བཤེས་གཉིན་ལ་མ་གུས་པ་ནས་  
བདག་གཉིས་སུ་མཆན་མར་འཛིན་པའི་བར་གྱི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྒོ་སྒྲ་མཐའ་  
དག་སྒྱུར་དུ་འགག་པ་དང་། བཤེས་གཉིན་ལ་གུས་པ་ནས་བདག་མེད་པའི་  
དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པའི་བར་གྱི་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་སྒོ་སྒྲ་མཐའ་དག་བདེ་  
སྒྲག་ཏུ་སྒྲེ་བ་དང་། ཕྱི་དང་ནང་གི་བར་ཆད་ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་ཞི་བར་བྱིན་  
གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། ཞེས་དོན་ཆེན་པོ་གསུམ་གྱི་སྒོ་ནས་གསོལ་བ་  
འདེབས་པ་འདི་ལན་གསུམ་བྱའོ།

དུག་པ་གསོལ་བ་འདེབས་པ་མན་ངག་བཞིན་རྒྱད་དང་འབྲེས་ངེས་སུ་བྱ་བ།

དུག་པ་གསོལ་བ་འདེབས་པ་མན་ངག་བཞིན་རྒྱད་དང་འབྲེས་ངེས་  
སུ་བྱ་བ་ནི། མདོར་བསྡུས་ཤིག་བྱེད་ན་བཤད་མ་ཐག་པའི་དོན་ཆེན་པོ་  
གསུམ་གྱི་གསོལ་འདེབས་ངེས་ཀྱང་གོ་ཚད་ཅིང་། ལམ་རྒྱད་ལ་སྒྲེ་བ་ལ་  
དངོས་བརྒྱད་ཀྱི་སྒྲ་མ་རྣམས་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་ནས་བྱིན་རྒྱབས་ཞུགས་  
པ་ཞིག་གལ་ཆེ་བར་སྒྲ་མ་དམ་པ་རྣམས་ནན་ཏན་དུ་གསུང་བས། དེའི་ཚུལ་  
ནི།



དཔལ་ལྷན་རྩ་བའི་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེ། །བདག་གི་སྤྱི་བོར་པད་ཟླའི་སྟེང་  
 བཞུགས་ལ། །བཀའ་བློན་ཆེན་པོའི་སྒྲོན་ས་རྗེས་བཟུང་སྟེ། །སྤྱི་གསུང་  
 ཐུགས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་སྦྱལ་དུ་གསོལ། །བསྐྱལ་བཟང་རྣམ་འཛེན་རྒྱལ་བ་  
 གཞན་དག་གིས། །འདུལ་བར་མ་རུས་སྟོགས་དུས་འགྲོ་བ་ལ། །ལྷག་པར་  
 བཙུ་བའི་སྟོན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན། །འཛེན་པ་མཉམ་མེད་ཤྲུག་རྒྱལ་པོ་ལ། །  
 གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བདག་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་རྒྱུ་བས། །བྱམས་པ་ཐོགས་མེད་  
 དབྱིག་གཉིན་རྣམ་གྲོལ་སྟེ། །མཆོག་སྟེ་དུལ་བའི་སྟེ་དང་གྲགས་པའི་སྟེ། །  
 སེང་བཟང་ཀུ་ས་ལི་གཉིས་གསེར་སྦྱིང་བ། །རྒྱ་ཆེན་སྟོད་བརྒྱུད་སྒྲ་མའི་  
 ཆོགས་རྣམས་ལ། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བདག་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་རྒྱུ་བས། །  
 འཇམ་པའི་དབྱངས་དང་སྤྱ་སྤྱོད་འཕགས་པ་ལ། །སངས་རྒྱལ་བསྐྱུངས་དང་  
 ཟླ་བ་གྲགས་པའི་ཞབས། །རིགས་པའི་ཁུ་བྱུག་རྣམ་གཉིས་ལ་སོགས་པ། །  
 ཟབ་མོ་ལྷ་བརྒྱུད་སྒྲ་མའི་ཆོགས་རྣམས་ལ། །གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བདག་  
 རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་རྒྱུ་བས། །འཇམ་པའི་དབྱངས་དང་རྒྱལ་སྤྱས་ཞི་བ་ལ། །ཞེ་  
 ལ་རྟ་རི་དཔའ་བོ་དོ་རྗེ་དང་། །རྒྱལ་སྤྱས་རིན་ཆེན་དཔལ་དང་གསེར་སྦྱིང་  
 བ། །རྒྱབས་ཆེན་སྟོད་བརྒྱུད་སྒྲ་མའི་ཆོགས་རྣམས་ལ། །གསོལ་བ་འདེབས་  
 སོ་བདག་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་རྒྱུ་བས། །རྫོ་བོ་ཨ་ཉི་ཤ་དང་རྒྱལ་བ་འབྲོམ། །པོ་ཉི་  
 ཤ་ར་འཆད་ཁ་ལ་སོགས་པ། །རིན་ཆེན་སེམས་མཆོག་ཐུགས་དམ་མཐིལ་  
 ཉིད་དུ། །འཛིན་མཛད་བཀའ་གདམས་སྒྲ་མའི་ཆོགས་རྣམས་ལ། །གསོལ་བ་  
 འདེབས་སོ་བདག་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་རྒྱུ་བས། །ཆང་ལ་མ་ལོར་ལམ་བཟང་སྟེལ་

བ་ལ། །ཆེ་བའ་རྗེ་བཙུན་སྒྲ་མ་ཙཱ་ཁ་པ། །ཡབ་སྐུ་བརྒྱད་པར་བཅས་པ་  
ཐམས་ཅད་དང། །སྐྱབས་གསུམ་ཀུན་འདུས་ཟིན་ཅན་སྒྲ་མ་ལ། །གསོལ་བ་  
འདེབས་སོ་བདག་རྒྱད་བྱིན་གྱིས་སྒྲོལས། །ཞེས་གསོལ་བ་ལྷགས་དག་ཏུ་  
གདབ། །སྒྲ་མ་གོང་མ་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱད་པའི་རིམ་པ་ཆང་བར་  
བྱས་ཏེ་གསོལ་བ་འདེབས་པ་རྒྱས་པར་བྱེད་ན་བདག་གིས་ཡི་གེ་ལོགས་སུ་  
བྲིས་ཡོད་པ་ལྟར་བྱའོ། །

དེ་ནས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་སྦྱི་དང། །ཁྱད་པར་བདག་  
པས་གཞན་གཅིས་པའི་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་སྦྱར་དུ་རྒྱད་ལ་སྦྱི་  
བའི་གསོལ་བ་གདབ་པ་ནི། །རྟེན་དཀར་ཡོན་ཏན་ལྡན་པའི་དལ་འབྱོར་འདི།  
།དོན་མེད་ཆེ་འདིའི་བྱ་བས་མི་གཡང་བར། །དྲག་ལ་རྒྱན་མི་འཆད་པའི་  
བཙོན་འགྲུས་གྱིས། །ཉིན་མཆན་ཆོས་གྱིས་འདའ་བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོལས།  
།ཆུ་བྱར་ལྟ་བུར་མི་ཏྲག་ལུས་སྟོག་འདི། །ནམ་འཇིག་ངེས་པ་མེད་པར་རྟོགས་  
གྱུར་ནས། །ཆེ་འདིའི་སྤྱན་ཆོགས་སྐྱབ་པའི་བསམ་སྦྱོར་ནམས། །སྐྱད་ཅིག་  
ཙམ་ཡང་མེད་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོལས། །སྤྲིད་པའི་བདེ་ལ་ནམ་ཡང་མི་ཞེན་  
ཅིང། །རང་ཉིད་ཞི་བ་དོན་དུ་མི་གཉེར་བར། །འགྲོ་ཀུན་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་  
སྐྱབ་པ་ཡི། །བསམ་སྦྱོར་རྒྱན་མི་འཆད་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོལས། །ཐོག་མེད་  
དུས་ནས་གཉེན་གྱུར་འགྲོ་བ་ནམས། །སྤྱུག་བསྐྱེད་རྒྱ་མཚོར་བྱེད་བ་མཐོང་  
གྱུར་ནས། །བྱ་སྤྱུག་ཆུ་ཡིས་བྲིས་པའི་མ་བཞིན་དུ། །བཙོན་མིན་སྦྱིང་རྗེ་སྦྱི་  
བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོལས། །རང་བདེ་འདོད་ལས་ཉེས་པ་ཀུན་འབྱུང་ཞིང།

།གཞན་པན་སེམས་ལས་ཡོན་ཏན་ཀུན་འབྱུང་གིས། །གཞན་སྐྱོན་བདག་ལ་  
ལེན་ཅིང་བདག་ཉིད་གྱི། །བདེ་དགོ་གཞན་ལ་གཏོང་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས།  
།རང་ཉིད་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་དགྲ་བོ་འདིས། །ཐོག་མེད་དུས་ནས་རང་  
གཞན་སྐྱུག་བསྐྱེད་བྱས། །བྱིན་ཆད་བྱང་ཆུབ་སེམས་གཉིས་སྟོབས་རྒྱས་  
ནས། །བདག་འཛིན་ཅད་ནས་ཐོན་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །འགྲོ་འདིས་ཐོག་  
མེད་དུས་ནས་པན་བཏགས་ཤིང་། །བྱང་ཆུབ་སྐྱུག་པའང་འདི་ལ་རག་ལས་  
པས། །རྒྱལ་བ་བཞིན་དུ་པན་བདེའི་རྒྱར་མཐོང་ནས། །གྲུས་པས་སྐྱི་བོར་  
ལེན་པར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །ལས་ངན་དབང་གིས་སྟོད་བཅུད་འགལ་རྒྱུན་  
གྱིས། །གང་བའི་དུས་འདིར་འགལ་རྒྱུན་ཀུན་སྤངས་ནས། །འོགས་ནས་དམ་  
ཆོས་སྐྱུག་དབང་མི་གདའ་བས། །རྒྱུན་ངན་ལམ་དུ་ཡོངས་པར་བྱིན་གྱིས་  
རྫོབས། །བདེ་སྐྱུག་པན་གཞོད་འགྱོར་རྒྱུད་ཅི་བྱུང་ཡང་། །མི་ལམ་ཡུལ་གྱི་  
འགྱོར་རྒྱུད་རི་བཞིན་དུ། །སྤང་ཡང་བདེན་པར་མེད་པར་ཤེས་བྱས་ནས།  
།ཞིན་མེད་རང་སར་གྲོལ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །དེ་ལྟར་ལམ་གྱི་གནད་  
རྣམས་གོ་བ་དང་། །རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་དང་སྐྱུག་པ་མཐར་བྱིན་པ། །ཀུན་གྱི་ཅ་བ་ཐེག་  
མཆོག་བཤེས་གཉིན་གྱིས། །འབྲལ་བ་མེད་པར་རྗེས་སུ་འཛིན་གྱུར་ཅིག་  
།ཅེས་གསོལ་བ་ཤུགས་དྲག་ཏུ་གདབ་བོ། །

དེ་ནས་ཆོགས་ཞིང་རྣམས་མཐའ་ནས་རིམ་གྱིས་འོད་དུ་བསྐྱེད་ཏེ་སྒྲ་  
མ་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་ལ་ཐིམ། །སྒྲ་མ་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་རང་གི་སྐྱི་བོའི་དེན་  
ཅན་ཅ་བའི་སྒྲ་མ་ལ་ཐིམ་པས། །རང་གི་སྐྱི་བོར་སྒྲ་མ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་རྣམ་

པ་ཅན་གསལ་བཏབ་ལ། སྐྱབས་གསུམ་མ་ལུས་པའི་བདག་ཉིད་དུ་མོས་པ་  
ཤུགས་སྒྲག་པོའི་སྒོ་ནས། གང་གི་རིན་གྱིས་བདེ་ཆེན་ཉིད། །སྐྱད་ཅིག་གིས་  
ནི་ཐོབ་འབྱུང་བ། །སྒྲ་མ་རིན་ཆེན་ལྟ་བུ་ཡི། །དོན་ཅན་ཞབས་པད་ལ་འདུད།  
དངོས་བཤམས་ཡིད་སྤྱལ་མཆོད་པ་མ་ལུས་འབུལ། །ཐོག་མེད་ནས་  
བསགས་སྒྲིག་ལྷུང་ཐམས་ཅད་བཤམས། །སྐྱེ་འཕགས་དགོ་བ་རྣམས་ལ་  
རྗེས་ཡི་རང་། །འཁོར་བ་མ་སྟོངས་བར་དུ་ལེགས་བཞུགས་ནས། །འགྲོལ་  
ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བ་དང་། །བདག་ག་ཞན་དགོ་རྣམས་བྱང་ཆུབ་ཆེན་  
པོར་བསྐྱོ། །སྤྱིང་བཞི་ཉི་ལྔ་རི་རབ་རིན་ཆེན་བདུན། རིན་ཆེན་མཐུལ་ཀུན་  
བཟང་མཆོད་པའི་ཆོགས། །སྒྲ་མ་ཡི་དམ་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་འབུལ། །  
ཐུགས་རྗེས་བཞེས་ནས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། །ཞེས་ལན་ལག་བདུན་  
པ་མཐུལ་དང་བཅས་པ་མདོར་བསྐྱུས་སྤུལ་ཏེ། ཏུས་གསུམ་སྐྱབས་གནས་  
ཀུན་འདུས་ཀྱི་ངོ་བོ་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །ཞེས་ལན་  
གང་མང་གསོལ་བ་བཏབ་སྟེ། བྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྒོ་སྤྲོད་མཐའ་དག་འགག་པ་  
དང་། བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་སྒོ་སྤྲོད་མཐའ་དག་བདེ་སྒྲག་ཏུ་སྐྱེ་བ་དང་། བྱིན་བྱི་  
ནང་གི་བར་ཆད་ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་ཞི་བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། །ཁྱད་  
པར་དུ་ཡང་སྒྲ་མ་དགོ་བའི་བཤམས་གཉེན་རིན་པོ་ཆེ་བརྒྱད་པ་དང་བཅས་པ་  
རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་ངི་ལྟར་འབྱུངས་པ། སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་ངི་ལྟར་མངའ་བ། རེས་པའི་དོན་ཀྱི་  
མདོ་སྟེ་རིན་པོ་ཆེ་རྣམས་ཀྱི་བརྗོད་བྱའི་དོན་ཀྱི་མཐེལ། ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་



དམ་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ནམ་པ་གཉིས་བདག་གི་རྒྱད་ལ་ད་  
ལྟ་ཉིད་དུ་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། འབྱོར་པ། རྒྱད་པ། མཐོ་པ།  
དམའ་པ། བདེ་པ། སྦྱག་པ། ན་པ། འཆི་འཕོ་པ། སྐྱེ་བའི་གནས་སྐབས་ཐམས་  
ཅད་དུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་མི་བརྗེད་པར་མངོན་དུ་འགྱུར་བར་  
བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། རྒྱུན་དང་བར་ཆད་ཅི་བྱུང་ཡང་ཆོས་འདིའི་  
གྲོགས་སུ་འབྱེད་ནུས་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། ཞེས་ལན་མང་དུ་  
གདུང་ཤྱགས་དག་པོས་གསོལ་བ་གདུབ། དེ་ནས་སྤྱི་བོའི་སྒྲ་མ་ལས་རང་  
འབྲེག་གཉིས་པ་ཞིག་ཆད་ནས་རང་ལ་ཐིམ་པས་རྒྱད་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་  
མོས་པ་བྱའོ།

### གཉིས་པ་དངོས་གཞི་བཤད་པ།

གཉིས་པ་དངོས་གཞི་ནི། བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པའི་པན་ཡོན། མ་  
བསྟེན་པའི་ཉེས་དམིགས། ཅ་བ་དད་པ་སྦྱང་བ། བཀའ་ངོན་རྗེས་སུ་དན་པ།  
སྦྱོར་བས་མཉེས་པ་སྦྱབ་པ་སྟེ། དོན་ཆོད་ལཱའི་སྒྲོ་ནས་བསམ་དགོས་གསུང་།  
དེ་ལ་

### དང་པོ་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པའི་པན་ཡོན་བསམ་ཚུལ།

དང་པོ་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པའི་པན་ཡོན་བསམ་ཚུལ་ནི། སྤྱི་བོར་སྒྲ་  
མ་ལྟ་སྒྲོམ་བཞིན་པའི་ངང་ནས་འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ། སྤྱིང་ནས་ཐེག་པ་ཆེན་

པོའི་ལམ་ལ་སྒྲོ་བ་པར་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་ཐོག་མར་ལེགས་ཆོག་ས་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་སྒྲ་མ་ཞིག་ལ་ངས་པར་བརྟེན་དགོས་ཏེ། པོ་ཏྲོ་པའི་ཞལ་  
 ནས། རྣམ་གྲོལ་སྐྱབ་པ་ལ་སྒྲ་མ་ལས་གལ་ཆེ་བ་མེད་དེ། ཆེ་འདིའི་བྱ་བ་  
 བལྟས་ནས་བྱས་པས་ཆོག་པ་ལའང་སྒྲོ་བ་མཁན་མེད་པར་མི་འོང་ན། ངན་  
 སོང་ནས་འོངས་མ་ཐག་པ་འགོ་མ་སྒྲུང་བའི་སར་འགོ་བ་ལ་སྒྲ་མ་མེད་པར་  
 ག་ན་འོང་གསུང་བ་ལྟར་རོ། །སྒྲ་མ་ཡང་གང་བྱུང་གིས་མི་ཆོག་གི། །མཆན་  
 ཉིད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་དགོས་སོ། །དེ་ལ་རབ་ཏུ་ནི་མདོ་སྡེའི་རྒྱན་ལས་  
 གསུངས་པ་ལྟར་ཚུལ་བྲིམས་རྣམ་པ་དག་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་བཙུ་  
 དང་ལྡན་པ་ཞིག་ལ་བརྟེན་དགོས་ལ། དུལ་དུས་ཀྱི་དབང་གིས་མཆན་ཉིད་  
 ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་སྒྲ་མ་དེ་ལྟ་བུ་མ་རྟེན་ཀྱང་མ་མཐའ་ཚུལ་བྲིམས་དག་  
 ཅིང་། སྒྲ་མ་གོང་མ་ལ་དམ་ཆོག་གི་སེལ་མེད་པ། སྒྲ་མ་བརྒྱུད་པའི་མན་ངག་  
 དང་ལྡན་པ། སྒྲོ་བ་མ་ཆེ་འདིའི་བྱ་བ་ལ་མི་སྒྲུར་བར་བྱི་མའི་དོན་ལ་སྒྲུར་བ་  
 ཞིག་ངས་པར་དགོས་གསུང་། སྒྲ་མ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱི་ཞལ་ནས་མ་མཐའ་ཆེ་  
 འདི་བས་བྱི་མ་གལ་ཆེ་བར་བ་ཞིག་དགོས། ཆེ་བྱི་མ་ལས་ཆེ་འདི་གལ་ཆེ་  
 བར་བྱེད་པས་སྒྲ་མ་མི་ཡོང་གསུང་། འབྲོམ་རིན་པོ་ཆའི་ཞལ་ནས། ཐེག་  
 ཆེན་ཀྱི་སྒྲ་མ་བྱ་བ་བཤད་པ་ན་འབྲམས་སྐྱས་པར་གོ་བ་སྐྱེད་ལ། ལག་ཏུ་  
 ལེན་པ་ན་བསྟན་པའི་ཐ་མ་ལ་གང་པན་དང་ཐད་ཀར་དོན་དུ་གང་འགྱུར་སྟོན་  
 པ་ཞིག་དགོས་གསུང་། དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཤར་བའི་ཞལ་ནས། སྐྱབ་  
 པས་མཉེས་ཀྱི། བང་བེང་རུང་བད་ཅ་མ་ལའང་མི་ལྟ་བ་ཞིག་ལ་སྒྲ་མ་བེར་བ་

ཡིན། དེ་ལས་སྒྲིག་པས་རྣམ་གྲོལ་སྐྱབ་པའི་སྒྲ་མ་མི་འོང་གསུང་ངོ། །ལོག་  
པའི་བཤེས་གཉེན་དང་སྤང་ན་ནི་རང་གི་རྒྱད་བཅོམ་ནས་འདི་ཕྱི་གཉིས་ཀར་  
ཡུང་བར་བྱེད་པས། ལེགས་ཆོགས་ཀྱི་ཅ་བ་འཇུགས་པའི་སྐབས་འདིར་མ་  
འཇུགས་པ་གལ་ཆེན། །

དེ་ལྟར་ལམ་མ་ནོར་བར་སྟོན་པའི་བཤེས་གཉེན་མཆོན་ཉིད་ཆང་བ་  
ཞིག་བཅུལ་ལ། བསམ་སྒྱུར་གཉིས་ཀྱིས་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྟེན་ན་ནི་པན་  
ཡོན་ཆད་མེད་པར་གསུངས་ཏེ། དེ་ཡང་སྟོབ་མ་སྟོད་རུང་ཞིག་གིས་ལམ་མ་  
ནོར་བར་སྟོན་པའི་བཤེས་གཉེན་དམ་པ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྟེན་པ་ན་སྟོགས་  
བཅུའི་རྒྱལ་བ་སྤྲས་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་ཐུགས་གཏིང་ནས་དགྲེས་  
པར་གྱུར་ཏེ། སྦྱོན་མ་བྲངས་པར་ཡང་ཁྱོད་ནས་སྒྲ་མ་དེའི་ལུས་ལ་ཞུགས་ཏེ་  
སྟོབ་མ་དེའི་མཆོད་པ་རྣམས་བཞེས་ཤིང་། ཆོགས་གསོག་པ་དང་སྐྱིབ་པ་  
སྒྱུར་བའི་ཞིང་མཛད་དེ་རྒྱད་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པས་ཆོགས་སྦྱར་དུ་  
རྫོགས་པ་དང་། སྐྱིག་སྐྱིབ་རྣམས་སྦྱར་དུ་བྱང་བ་དང་། ས་ལམ་སྦྱར་དུ་བསྟོད་  
པ་དང་། རྣམ་ཡང་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱིས་མི་ཐོངས་པ་དང་། མི་དང་མི་  
མ་ཡིན་གྱི་འཆེ་བས་མི་ཚུགས་པ་དང་། སྟོན་གྱི་ལས་ངན་པའི་འབྲས་བུ་  
ཡང་མི་ལམ་དུ་སྟོང་བ་ཅེས་གྱིས་དག་པར་འགྱུར་བ་དང་། སྟོགས་བཅུའི་  
སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་མཆོད་པ་བས་སྒྲ་མའི་བ་སྦྱའི་བུ་ག་གཅིག་མཆོད་པ་  
བསྟོད་རྣམས་ཆེ་བ་སོགས་པན་ཡོན་མཐའ་ཡས་པ་གསུང་། མདོར་ན་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་སྐྱབ་པ་ལ་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ཉིད་སྦྱར་ལམ་མཆོག་

ཡིན་པར་མགོན་པོ་སྐུ་སྐྱབ་ཀྱིས་གསུངས་པ་སོགས་མདོ་རྒྱུད་དགོངས་  
འགྲེལ་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་ནས་ལམ་མ་ཞོར་བར་སྟོན་པའི་བཤེས་  
གཉིན་དམ་པ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྟེན་པ་ལ་ལན་ཅིག་མིན་པར་བསྐྱགས་སོ། །

སྟོན་གྱི་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་བསམས་ནས་ཀྱང་ངེས་པ་བསྐྱེད་  
ལ་བཤེས་གཉིན་བསྟེན་པ་ལ་སྟོན་ལྷགས་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་ནས་བདུད་དང་སྒྲིག་  
གྲོགས་སོགས་གང་གིས་ཀྱང་གཞན་དུ་བསྐྱར་མི་ཐུབ་པ་ཞིག་བྱའོ། །དེ་ལྟར་  
བྱེད་རུས་པར་སྒྲ་མ་ལྟས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ།      ཞེས་གསོལ་བ་  
ལྷགས་པའ་དུ་གདབ་བོ།

གཉིས་པ་མ་བསྟེན་པའི་ཉེས་དམིགས་བཤད་པ།

གཉིས་པ་མ་བསྟེན་པའི་ཉེས་དམིགས་ནི། བཤེས་གཉིན་དུ་བྱས་ནས་  
བསྟེན་ཚུལ་ལོག་ན་ནི། ཆེ་འདིར་ནད་དང་གདོན་དུ་མས་འཆེ་བ་དང་། བྱི་  
མར་ངན་འགྲོའི་སྐྱག་བསྐྱེད་བཟོད་དཀའ་བ་འཛིགས་སུ་རུང་བ་མཐའ་ཡས་  
པ་དག་དུས་དཔག་དུ་མེད་པར་སྤྱོད་དགོས་པ་དང་། །ཡོན་ཏན་མ་སྐྱེས་པ་མི་  
སྐྱེ་ཞིང་སྐྱེས་པ་རྣམས་སྐྱད་ཅིག་རེ་རེ་བཞིན་ཉམས་པར་འགྱུར་བ་དང་།  
རྒྱལ་བ་སྤྲས་དང་བཅས་པས་རྣམ་པ་ཀུན་དུ་སྐྱད་ཅིང་མཆོད་པ་ཕུལ་ཡང་མི་  
བཞེས་པ་སོགས་ཉེས་དམིགས་ཤིན་དུ་ཆེ་བར་མདོ་རྒྱུད་ཐམས་ཅད་ནས་  
ལན་ཅིག་མིན་པར་གསུངས་སོ། །རང་ཅག་སྒྲིགས་མའི་གདུལ་བྱ་པལ་ཆེར་



ལས་ངན་པའི་མ་ཐུ་དང་། ཉོན་མོངས་ཤིན་ཏུ་རགས་ལ་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་  
 ཚུལ་གྱི་གནད་མི་ཤེས་ཤིང་། ཅུང་ཟད་རེ་ཤེས་ཀྱང་ཚུལ་བཞིན་མི་བྱེད་  
 པར་གང་བྱུང་བྱུང་ལ་ཆོས་ཉན་པ་རྣམས་ལ་སླ་མ་ལ་བརྟེན་པའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་  
 དཔག་ཏུ་མེད་པ་འབྱུང་ཞིང་། དེ་དག་ལ་འང་འཆགས་པ་དང་སྒྲོམ་པའི་སྒྲོ་སྒྲེ་  
 དཀའ་བས་ཉེས་ལྷུང་གིས་རྒྱད་ཅུད་ཐོས་ཤིང་ཕྱང་བ་མང་བས། སྒར་བཤའ་  
 པ་ལྟར་གྱི་པན་ཡོན་དང་ཉེས་དམིགས་རྣམས་ཤེས་པར་བྱས་ལ་ཡང་དང་  
 ཡང་དུ་དབྱེད་ཅིང་བསམས་ནས། སྒོན་ཆད་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་ཚུལ་  
 བཞིན་དུ་མ་བྱུང་བ་རྣམས་ལ་སྟིང་ཐག་པ་ནས་བཤའ་གས་པ་དང་སྒྲོམ་སེམས་  
 ཡང་ཡང་བྱ། ཕྱིན་ཆད་ལམ་གྱི་རྩ་བ་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་འདི་ལས་  
 སྒོག་གི་སྒྱིར་ཡང་མི་འདའ་བར་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་  
 བྱེད་རུས་པར་སླ་མ་ལྟས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། ཞེས་གསོལ་བ་  
 རྒྱགས་ཐག་ཏུ་གདབ་པོ།

### གསུམ་པ་རྩ་བ་དད་པ་སྦྱང་བ།

གསུམ་པ་རྩ་བ་དད་པ་སྦྱང་བ་ནི། སྒྱིར་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་  
 དད་པ་ཡིན་ཞིང་། དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་སླ་མ་ལ་དད་པ་ནི་བདེ་ལེགས་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་ཡིན་པར་རྒྱལ་བས་མདོ་རྒྱུད་ཀྱན་ཏུ་གསུངས་པས། ཉོན་  
 འབྲེལ་གྱི་སྒྲོ་དང་པོ་འདི་ནས་མ་འབྲུགས་པ་ཞིག་བྱ་བ་ལ་སྒྲེས་བུའི་རྩལ་ཅི་

ཡོད་ཀྱིས་བསྐྱེམ་དགོས་སོ། །སྒྲ་མ་ལ་དད་པ་ཇི་ལྟར་སྒོམ་ཚུལ་ནི། སྒྲ་མ་  
 རྣམས་མདུན་དུ་གསལ་བར་དམིགས་ནས། བདག་གི་དགོ་བའི་བཤེས་  
 གཉེན་འདི་རྣམས་ནི་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་  
 བདག་ཅག་སངས་རྒྱས་དངོས་སུ་མཐོང་བའི་སྐལ་བ་མེད་པ་རྣམས་རྗེས་སུ་  
 གཟུང་བའི་སྤྱིར་དུ་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་སྤྱིར་རྣམ་པར་བསྟན་པ་ཡིན་  
 པར་གསུངས་པས་སངས་རྒྱས་དངོས་རང་ཡིན་སྟེ་དུ་བསྐྱོམ། དེ་ཡང་  
 སངས་རྒྱས་སུ་ལྟ་བའི་དོན་ནི། ཇི་ལྟར་སངས་རྒྱས་ཡིན་པར་ཤེས་ན་དེ་ལ་  
 སྦྱོར་རྟོག་གི་སྒོ་མི་སྦྱེ་ཞིང་། སྦྱོ་ཐམས་ཅད་ནས་ཡོན་ཏན་སེམས་པ་ཞིག་ངང་  
 གིས་འབྱུང་བ་ལྟར། རང་གི་སྒྲ་མ་ལའང་སྦྱོར་རྟོག་གི་སྒོ་བཀག་ནས་སྦྱོ་  
 ཐམས་ཅད་ནས་ཡོན་ཏན་སེམས་པའི་དད་པ་སྦྱོང་བའི་དོན་ནི། །སྦྱོར་རྟོག་  
 གི་སྒོ་ཤར་ན་དེའི་ཉེས་དམིགས་བསམས་ལ་བཀག་ཅི་བྱུང་བྱ། ཡོན་ཏན་  
 སེམས་པའི་སྒོ་སྦྱོ་དུ་མ་ནས་སྦྱངས་ནས་དད་པ་ཅི་འཕེལ་བྱའོ། །

དེ་ཡང་མདོ་ལས། དགོ་སྦྱོང་དག་ངའམ་ང་དང་འབྲ་བས་གང་ཟག་གི་  
 ཆོད་བཟུང་གི་ །གང་ཟག་གིས་གང་ཟག་གི་ཆོད་མི་བཟུང་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་  
 ཉམས་པར་གྱུར་ཏེ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། གཞན་སེམས་མི་ཤེས་པར་  
 པ་རོལ་གྱི་སྦྱོར་ལྟ་བ་དང་སྦྱོར་ནས་བརྗོད་ན་རང་ཉིད་ཉམས་པར་འབྱུར་  
 ཞིང་། བྱད་པར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱིར་རྒྱུད་ལ་ཡོད་མི་ཤེས་  
 ཤིང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་སྦྱོར་རྟོག་དང་སྦྱོར་རྗོད་བྱེད་པ་ནི་ངན་སོང་  
 ལུ་མཐའ་མེད་པར་སྤྱད་བསྐྱེལ་བྱེད་མི་ཤེས་པ་སྦྱོང་བའི་རྒྱ་ལུ་དུ་སྤྱིན་པ་

ཡིན་པས། དཔལ་བར་འགྲོ་བའི་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་མདོ་ལས། བཅོམ་ལྷན་  
འདས་ལ་འོད་སྤངས་ཆེན་པོས་ཁྱེས་པ། བདག་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་  
སྟོན་པའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་ལགས་སོ། །དེ་ཅིའི་སྤང་དུ་ཞེ་ན། དབང་པོ་སྟོན་  
པ་དང་མ་སྟོན་པ་གང་ཡིན་འཆལ་བ་མ་མཆིས་པའི་སྤང་དུ་འོ། ཞེས་གསུངས་  
པ་ལྟར། སྦྱིར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སྟོན་པའི་འདུ་ཤེས་སྐྱེད་དགོས་པ་  
དང། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ནོར་བུའི་བྲེང་བ་ལས། ལས་དང་པོ་པའི་སེམས་  
ཅན་ལ། །སྟོན་པའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་བར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ལྷག་  
པར་ཆོས་སྟོར་ཁྱེས་པ་རྣམས་ལ་སྟོན་པའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་ནས་དད་པ་  
སྦྱོང་དགོས་པར་གསུངས་ན། རང་གི་སྤྲོ་མ་ལ་ལྟ་ཅི་སྟོས། སྤྲོ་མ་ལ་དད་པ་  
སྦྱོང་བའི་ཆེ་དོ་རྗེ་འཆང་ངམ་ཐུབ་པའི་སྦྱིའི་རྣམ་པ་ལྟ་བུ་སྟོམ་སྟོ་བྱས་ཀྱང་།  
སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་དབྱེད་ནས་སྦྱོར་རྟོག་པའི་སྟོ་འགོག་ཅིང་  
ཡོན་ཏན་སེམས་པའི་སྟོ་སྦྱོང་ཤེས་པ་ཞིག་མེད་ན་སྦྱོར་རྟོག་གི་སྟོ་མདོན་  
གྱུར་དུ་ཤར་བའི་ཆེ་བཀག་ཐུབ་པ་ཤིན་ཏུ་དཀའ་བས། སྤྲོ་མ་དེའི་མཛད་པ་  
རང་གི་སྟོ་ཡུལ་དུ་ཤར་བ་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་ཚུལ་ཁྲིམས་གཙང་བའམ།  
ཐོས་པ་ཆེ་བ་འམ། སྟོབ་མ་ལ་པན་སེམས་ཆེ་བ་སོགས་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆ་གང་  
དང་གང་ཤར་བ་རྣམས་ཡང་ཡང་ཡིད་ལ་བྱས་ལ། བདག་གི་དཔལ་ལྷན་སྤྲོ་  
མ་དམ་པ་འདི་ལ་ཡོན་ཏན་འདི་དང་འདི་ལྟ་བུ་མང་འོ། །

དེ་ཡང་རང་ཐ་མལ་པའི་སྟོ་ལ་སྤྲོ་ཆོད་ཅམ་ཡིན་གྱི། དོན་དུ་ན་  
སངས་རྒྱས་དངོས་རང་ཡིན་སྟམ་དུ་ཡང་ཡང་སྟོམ་པ་གནད་དམ་པ་ཡིན།

དེ་ལྟར་གོམས་པ་ན་སྐྱོན་ཐན་བྱན་མཐོང་ཡང་རང་གི་དད་པ་ལ་གོགས་སུ་མི་  
འགྲོ་བ་ཞིག་འོང་སྟེ། དཔེར་ན་རང་མི་འདོད་བའི་ཕྱོགས་ལ་ཡོན་ཏན་མང་པོ་  
ཡོད་པར་མཐོང་ཡང་སྐྱོན་མཐོང་བའི་སྒོ་ལྷགས་དག་པས་ཡོན་ཏན་མཐོང་  
བའི་སྒོ་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པ་དང་། ཡང་རང་ལ་སྐྱོན་མང་པོ་མཐོང་ཡང་རང་  
གི་ཡོན་ཏན་སྣ་རེ་མཐོང་བའི་སྒོ་ལྷགས་དག་ན་དེས་སྐྱོན་མཐོང་བའི་སྒོ་ཟེལ་  
གྱིས་གཞོན་པ་བཞིན་ནོ། །རང་ལ་དད་པ་མེད་ན་སྒྲ་མ་བཟང་བ་སངས་རྒྱས་  
དངོས་ལ་བརྟེན་ཀྱང་ཡོན་ཏན་མི་མཐོང་ཞིང་སྐྱོན་མཐོང་བར་བཞག་དེ། སྒོན་  
ལེགས་པའི་སྐར་མས་སྐྱོན་པ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་ལོ་མང་པོའི་བར་དུ་  
དངོས་སུ་བརྟེན་ཅིང་། མདོ་སྡེ་མང་པོ་སྒོ་ལ་བཟུང་ཡང་དད་པ་མེད་པས་  
སྐྱོན་གྱི་གོང་བྱར་མཐོང་བ་བཞིན་ཡིན་གསུང། གཞན་ཡང་རྒྱུད་སྡེ་དུ་མར་  
རྒྱལ་བ་དོ་རྗེ་འཆང་གིས་སྟོགས་མའི་དུས་སུ་ཐ་མལ་པའི་རྣམ་པར་བསྟན་ཏེ་  
སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་པར་གསུངས་པ་དང་། ཡབ་སྲས་མཇལ་བའི་མདོ་  
སོགས་མདོ་དུ་མ་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་རང་རང་གི་  
སྐལ་པ་དང་འཆོམ་པར་ཐ་མལ་པའི་གཟུགས་སྐྱོན་པར་གསུངས་པས། དུད་  
འགྲོ་ལ་སོགས་པར་སྐྱེལ་པ་ན་བདག་གིས་དད་པ་རི་ལྟར་སྤྱང་། ད་ལྟ་མིའི་  
རྣམ་པར་བསྟན་ནས་ཆོས་གསུང་བ་འདི་འདྲ་བྱགས་རྗེ་རེ་ཆེ་སྟུམ་དུ་ལུས་  
གྱི་བ་སྐྱེ་ལྡང་། མིག་ནས་མཆི་མ་འབྱུག། །དད་པ་གཏིང་ནས་གཡོས་པ་མ་  
བྱུང་གི་བར་དུ་ཡང་དང་ཡང་དུ་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་དབྱུད་ནས་  
ཡོན་ཏན་རྣམས་ལ་བསམ་ཞིང་དད་པ་སྒོ་དུ་མ་ནས་སྤྱང་ངོ་། །



མདོར་ན་ཉོན་མོངས་པའི་གཉེན་པོ་དང་ཐར་པའི་པན་ཡོན་སྟོན་པའི་  
ཆོས་ཆེག་གཅིག་ཅེས་གང་ཟག་སྤྱི་ཁ་ནས་བྱུང་ཡང་ཆེག་དེ་སངས་རྒྱལ་  
ཀྱི་གསུང་ཡིན་པས་གང་ཟག་དེ་སངས་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱིས་བྱིན་གྱིས་  
བརྒྱབས་པ་དང་། དེའི་རྒྱུད་ལ་སངས་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་བྱུགས་པ་  
ཡིན་པས་སངས་རྒྱལ་སྤྱད་གོས་པར་ལྷག་བསམ་བསྐྱེལ་བ་ལས་  
གསུངས་པས། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ཚང་ལ་མ་ནོར་བ་སྟོན་པའི་སྒྲ་མ་  
རྣམས་ནི་སངས་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་དང་། སངས་  
རྒྱལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་མཛད་པ་པོ་དང་། སངས་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་  
ཀྱི་ཡེ་ཤེས་བྱུགས་རྒྱུད་ལ་བྱུགས་པ་ཡིན་པར་གདོན་མི་བླ་བས། བདག་གི་  
དཔལ་ལྷན་སྒྲ་མ་དམ་པ་འདི་རྣམས་ནི་སངས་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་  
གཅིག་ཏུ་བསྐྱེས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དོ་སྙམ་དུ་སྦྱང་ཐག་པ་ནས་དད་པ་བསྐྱོམ་  
ཞིང་། དེ་ལྟར་བཅོས་མིན་གྱི་དད་པ་སྦྱེད་པར་སྒྲ་མ་ལྷན་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་  
གསོལ། ཞེས་གསོལ་བ་བྱུགས་ཐག་ཏུ་གདབ་བོ།

བཞི་པ་བཀའ་ངེན་རྗེ་སྤྱི་བའི་གྲུས་པ་སྐྱོམ་ཚུལ།

བཞི་པ་བཀའ་ངེན་རྗེས་སྤྱི་བའི་གྲུས་པ་སྐྱོམ་ཚུལ་ནི། སྒྲ་མ་  
རྣམས་མདུན་དུ་གསལ་བར་དམིགས་ཏེ། བདག་གི་དཔལ་ལྷན་སྒྲ་མ་དམ་པ་  
འདི་རྣམས་བཀའ་ངེན་རེ་ཆེ། བདག་སངས་རྒྱལ་དང་བྱུང་ཚུབ་སེམས་

དཔའ་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་འདུལ་མ་རུས་པར་ཡལ་བར་བོད། ཐོག་མ་  
མེད་པ་ནས་སྤྱིར་འཁོར་བ་དང་། སྒོས་ངན་སོང་གསུམ་སོགས་མི་ཁོམ་པའི་  
གནས་ལྟམས་སུ་འབྱམས་འབྱམས་ནས་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲ་ཙམ་ཡང་མ་  
ཐོས་པར་སྤྱག་བསྐལ་བར་མ་ཆད་དུ་སྤྱོད་བ་ལ། ད་རེས་སྒྲ་མ་ལྟམས་ཀྱི་  
ཐུགས་རྗེས་མིའི་ལུས་རྟེན་ཐོབ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་དང་མཛུལ། ཆང་  
ལ་མ་ཞོར་བའི་གདམས་པ་འདི་ལྟ་བུ་ཐོས། སངས་རྒྱས་དངོས་སུ་བྱོན་ཡང་  
འདི་ལས་མཛད་རྒྱ་མི་འདུག་པས་བཀའ་ངེན་འཁོར་མེད་རང་དུ་འདུག། རང་  
དང་སྐལ་བ་མཉམ་པ་གཞན་ལ་བསྟུས་ནའང་སྒྲ་མའི་བཀའ་ངེན་འཁོར་མེད་  
དུ་ཤེས་རུས་ཏེ། བྱིས་པའི་དུས་ན་རང་གི་ཉི་དུ་ཉི་འབྲེལ་རང་དང་མཉམ་པ་  
ལྟམས་དང་། རང་གི་གོང་དུ་ཡོད་པ་རང་ལས་ཆེ་བར་སྒྲོམ་པ་ལྟམས་ཀྱང་ད་  
ལྟ་བུ་གསུགས་ན་པལ་ཆར་སྤྱག་བསྐལ་བརྒྱ་ཐུག་དུ་མས་མནར་ནས་མེ་དོང་དུ་  
སྤྱང་བ་འབྲ་བ་ཤ་སྤྱག་དུ་འདུག་པ་ལ། བདག་སྒྲ་མའི་ཐུགས་རྗེས་བྱིས་ནས་  
བྱང་སྟེ་ལུས་ལ་ཆོས་གོས་བགོས། དག་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་རབ་  
འདོན། ཡིད་ལ་འཇིག་རྟེན་སྤྱི་མའི་དོན་སེམས་ཤིང་དབེན་པའི་རི་སུལ་ན་  
བར་སྤོང་གི་སྤྱོད་ཚུལ་ཀྱིས་གནས་ཆོག་པ་འདི་འབྲ་བ་ནི་སྒྲ་མའི་ངེན་མིན་ན་  
སུའི་ངེན་ཡིན། རང་གི་དོས་ནས་དང་པོ་སྐབས་སྤྱི་བ་ཡང་མི་ཤེས་པ་ཞིག་  
ཡིན་མོད། སྒྲ་མས་ཐབས་མཁས་ཀྱིས་སྤྱུལ་པ་སྒྲ་ཆོགས་པས་འགའ་ཞིག་  
གིས་ཡི་གའི་བརྒྱ་བསྐྱབས། འགའ་ཞིག་གིས་སྒྲ་བཅད། སྤྱི་ནམ་པ་དུ་མ་  
བསྟན་ནས་ཆོས་སྒྲོ་སྒྲ་ཆོགས་ནས་བསྐྱབས། མཐུན་རྒྱུན་སྒྲོ་མཐའ་དག་ནས་

ཆང་བར་མཛད། འགལ་རྒྱུ་སྒྲིལ་ཐའ་དག་ནས་བསྐྱེད་སྤྱོད་པའི་བྱ་མི་ཁྱེད་  
 རྒྱུ་ལ་འདྲ་བ་ཞིག་མཛད་པས་ན་བཀའ་ངེན་ལ་འཁོར་ཐབས་རང་མི་འདུག།  
 ད་ལྟར་ཆོས་དངོས་སུ་གནང་བའི་བཀའ་ངེན་ཅམ་དུ་མ་ཟད། རང་གི་རྒྱུ་ལ་  
 སྒྲིལ་སྒྲིལ་གཅིག་འགགས་པ་དང་། ཡོན་ཏན་སྒྲིལ་གཅིག་སྒྲིལ་པ་ཡན་ཆད་རྣམ་  
 དཀར་གྱི་ཡོན་ཏན་ཅི་ཡོད་ཐམས་ཅད་སྒྲིལ་མ་ཁོ་ནའི་བཀའ་ངེན་ཡིན་པ་དང་།  
 དེར་མ་ཟད་ཟས་གོས་གནས་མལ་སོགས་ཆེ་འདྲིའི་ཉེར་འཆོའི་ཡོ་བྱད་ཅི་  
 རྒྱུ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྒྲིལ་མའི་བཀའ་ངེན་དུ་བསམ་མོ། །དེ་ཡང་རྩོམ་པ་ལྟར་  
 ཏན་ཐམས་ཅད་སྒྲིལ་བར་མཛད་པ་ལ་ཡོན་ཏན་འདི་དང་འདི་ཅམ་མངའ་བ་  
 བྱས་ཅི་ན་དེ་སྒྲིལ་མའི་བཀའ་ངེན་ཡིན་གསུང་། ཁམ་ལྷུང་བའི་ཞལ་ནས། ཁོ་  
 བོའི་འཆོ་བ་དོན་སྤྱད་འདི་དག་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་བཀའ་ངེན་ཡིན་གསུང་  
 རོ། །

སྒྲིལ་པ་ཡང་དག་པར་རྩོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཆོས་ཆེན་གས་  
 བཅད་རེ་ཅམ་གྱི་སྤྱིར་དུ་ཡང་སྒྲིལ་ལ་ལྷགས་གཟེར་སྒྲིལ་གིས་བཏབ་པ་དང་།  
 སྒྲིལ་བཀའ་པ་བཤེས་པ་ལ་རུས་པས་སྒྲིལ་གྱི་བྱས། སྒྲིལ་སྒྲིལ་བའི་ཁྱེད་  
 ལྷག་ཆར་སྒྲིལ་ཏེ་འདྲི་དགོས་བྱུང་བ་དང་། སྒྲིལ་མར་མེ་སྒྲིལ་འཇུགས་  
 དགོས་བྱུང་བ་དང་། མེའི་དོང་དུ་མཆོད་བར་མཛད་པ་སོགས་དཀའ་བ་  
 བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པ་མཛད་དགོས་བྱུང་འདུག་ན། ད་ལྟ་དེད་རང་དཀའ་  
 སྒྲིལ་གང་ལའང་མ་སྒྲིལ་པར་པ་བཟང་གིས་བྱ་ལ་སྒྲིལ་བ་ལྟར་དུ། བཀའ་  
 དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པའི་གནད་ཐམས་ཅད་ལྷག་པར་འདོམས་པའི་

བཀའ་འདྲིན་འདི་འབྲེལ་འཁོར་ལྟུང་། བྱིས་བདག་དག་ཤུལ་ཅན་གྱིས་  
ཁུས་པའི་མདོ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར། ཆོས་ཆོག་རེ་རེའི་སྤྲིད་ཏུ་བསྐྱལ་པའི་  
བར་ཏུ་བསྐྱེན་བཀུར་བྱས་ཀྱང་བཀའ་འདྲིན་ཆ་ཙམ་ཡང་འཁོར་བར་མི་ཁུས་  
ན། ཆོས་རྒྱ་ཆེན་པོ་འདི་ལྟར་གནང་བའི་བཀའ་འདྲིན་འདི་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་། དེའི་  
ནང་ནས་ཀྱང་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་སྤྲིད་པོ་དམ་པ་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་  
རིན་པོ་ཆེའི་གདམས་ངག་སྟོན་པ་འདི་ལྟ་བུའི་བཀའ་འདྲིན་ནམ་ཡང་འཁོར་  
ཐབས་མེད་དོ་སྙམ་ཏུ་བཀའ་འདྲིན་དན་པའི་གྲུས་པ་ཆེན་པོ་ཤུགས་དག་མ་  
སྐྱེས་ཀྱི་བར་ཏུ་བསྐྱོམ་ཞིང་། དེ་ལྟར་བཀའ་འདྲིན་རྗེས་དྲན་གྱི་གྲུས་པ་ཆེན་པོ་  
བཙུགས་མ་མིན་པ་ལྟར་ཏུ་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བར་སྒྲ་མ་ལྟས་ཀྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་  
གསོལ་སྙམ་ཏུ་གསོལ་བ་ཤུགས་དག་ཏུ་གདབ་པོ།

ལྷ་པ་སྤྲོད་བས་མཉེས་པ་སྐྱབ་ཚུལ།

ལྷ་པ་སྤྲོད་བས་མཉེས་པ་སྐྱབ་ཚུལ་ནི། རྗེ་བཙུན་བྱམས་པས། བཀུར་  
སྟེ་སྟེད་པ་དག་དང་རིམ་གྲོ་དང་། །སྐྱབ་པའི་སྟོན་ས་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་  
པར་བྱ། །བསྟན་པ་རི་རྒྱུད་བསྟན་པ་སྐྱབ་པ་དེས། །དེ་ཡི་སེམས་ནི་ཡང་དག་  
མག་བར་བྱེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། མཉེས་པ་སྐྱབ་པའི་སྟོན་གསུམ་སྟེ།  
བཀའ་བཞིན་ཏུ་སྐྱབ་པ་དང་། ལུས་ངག་གིས་བསྟེན་བཀུར་བ་དང་། ཟང་བེད་  
འབྲུལ་བའོ། །དེ་ལ་བཀའ་བཞིན་སྐྱབ་པ་ནི་མཆོག་དང་། ལུས་ངག་གིས་



བསྟེན་བཀུར་བ་འབྲིང། ཟང་ཟིང་འབྲུལ་བ་ཐ་མར་གསུངས་པས། གཙུ་པོར་  
 བཀའ་བཞེན་དུ་སྐྱབ་པས་མཉེས་པར་བྱ་དགོས་སོ། །དེ་ཡང་སྤྲོ་མ་མཆོན་  
 ཉིད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ནི། སྟོབ་མ་གཞི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་གནས་ནས་  
 ཐོས་བསམ་སྟོམ་གསུམ་ལ་རིམ་གྱིས་བསྐྱུལ་བ་ཞིག་དགོས། དེའི་ཆེ་སྟོབ་  
 མ་རང་གི་དོས་ནས་སྤྲོ་མའི་བཀའ་བཞེན་དུ་སྐྱབ་པ་སྟོང་པོར་བྱ་བ་ནི་སྤྲོ་མ་  
 མཉེས་པའི་མཆོག་ཡིན་ཏེ། སྐྱེས་རབས་ལས། བན་པའི་ལན་དུ་མཆོད་པ་བྱ་  
 བ་ནི། །བསྟོ་བའི་ཆོག་བཞེན་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
 རོ། །ལུས་ངག་གིས་བསྟེན་བཀུར་བའང་འབད་པས་སྐྱབ་དགོས་ཏེ། སྤྲོ་མའི་  
 ཕྱོགས་སུ་དཀའ་བ་ཅི་སྐྱད་ཐམས་ཅད་ཆོགས་གསོག་པ་དང་སྐྱོབ་པ་སྐྱོང་  
 བའི་ཐབས་ཆེན་པོར་འགྱུར་ཞིང་། སྟོན་གྱི་དམ་པ་མང་པོས་ཀྱང་སྤྲོ་མའི་དོན་  
 དུ་དཀའ་སྐྱད་ཆེན་པོ་བྱས་པས། ལམ་གོང་མའི་རྟོགས་པ་བྱུང་པར་ཅན་  
 བརྟེས་པ་སོགས་ལོ་རྒྱུས་མང་དུ་སྒྲུབ་བ་ལྟར་རོ། ཟང་ཟིང་འབྲུལ་བའང་རང་  
 གི་འབྱོར་བ་ཅི་ཡོད་ཀྱི་སྟོང་ནས་སྤྲོ་མ་མཉེས་པར་བྱ། ཟང་ཟིང་གི་མཆོད་པ་  
 ཅུང་ཟད་རེ་བཞེས་པ་བྱུང་ཡང་བཀའ་ངོན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད།  
 དེ་ཡང་སྤྲོ་མ་བསོད་ནམས་གསོག་པའི་ཞིང་ས་གོང་ན་མེད་པ་ཡིན་པར་མདོ་  
 རྒྱུད་ཀྱན་ནས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་པས། དདོས་པོ་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཐམས་ཅད་  
 སྤྲོ་མའི་ཕྱོགས་སུ་གཏོང་ཅི་བྱུང་བྱ། དཔེར་ན་ཞིང་པ་རྣམས་ཞིང་ལ་ས་བོན་  
 འདེབས་པའི་ཆེ་འབྲུ་གངས་མེད་པ་ས་ལ་གཏོར་ཀྱང་རང་ལ་གྱོང་བཀའ་  
 ནས་ཞིང་དེ་ལ་པར་ངོན་གྱིས་བསྐྱུངས་པའི་འདུ་ཤེས་གལ་སྟེ། རང་གི་དོན་

ཉིད་དུ་སེམས་ཤིང་ཞིང་དེ་ལ་ལྟག་པར་ཡང་གཅེས་སྤྲས་སུ་བྱེད་པ་ལྟར། སྒྲ་  
མ་མཆོད་པའང་དེ་ལྟར་དུ་བལྟ་བར་བྱའོ། མདོར་ན་བདག་གིས་དག་བའི་  
བཤེས་གཉེན་འདི་རྣམས་ཀྱི་སྤྱིར་དུ་ལུས་སྟོག་ཡོངས་སྤྱོད་ལ་སོགས་པ་  
བསྟོས་པ་མེད་པར་གཏོང་ཞིང་། བྱད་པར་བཀའ་བཞིན་སྐྱབ་བའི་མཆོད་  
པས་མཉེས་པར་བྱ་བ་གཙོ་བོ་ཡིན་པས། སྒྲ་མས་ཇི་ལྟར་གསུང་བ་བཞིན་དུ་  
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་པ་གཉིས་སྤྱིང་ཐག་པ་ནས་བསྟོམ་པར་  
བྱ་ཞིང་། སྒྲ་མ་རྣམས་ཀྱི་བཞེད་པ་ནི་མ་ཀླན་སེམས་ཅན་རྣམས་འཁོར་བའི་  
བཙོན་ར་ནས་བཏོན་ཏེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་འབྲིང་པར་བཞེད་པ་ཉིད་ཡིན་  
པས། སྒྲ་མ་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱི་བཞེད་པ་དང་མཛད་པ་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་ཁུར་  
ཐམས་ཅད་བདག་གིས་ཁུར་དུ་བྱངས་ཏེ། མ་ཀླན་སེམས་ཅན་རྣམས་སྐྱར་བ་  
སྐྱར་བར་སྒྲོལ་བའི་སྤྱིར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ཤུགས་ཐག་ཏུ་  
བསྟོམ་པར་བྱའོ། །

དེ་ལྟར་བྱེད་ཀྱས་པར་སྒྲ་མ་ལྟས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། ཞེས་  
གསོལ་བ་ཤུགས་ཐག་ཏུ་གདབ་བོ།

གསུམ་པ་མཁུག་ཏུ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ།

གསུམ་པ་མཁུག་ཏུ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་ནི། སྤྱི་བོའི་སྒྲ་མ་ལྟ་ལ་གསོལ་བ་  
ཤུགས་ཐག་ཏུ་འདེབས་ཤིང་། དག་ཅ་རྣམས་བཟང་པོ་སྤྱོད་པ་དང་། སྟོན་

ལམ་བདུན་ཅུ་པ་དང་། སྤྱོད་འཇུག་སྟོན་ལམ་སོགས་ཀྱི་སྟོན་མ་གནས་  
སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་སྟོན་གནས་ནམས་སུ་འདུན་པ་དྲག་པོས་བསྟོ་  
བར་བྱ་ཞིང་། བྱད་པར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་མ་སྐྱེས་པ་བསྐྱེད་པ་  
དང་། སྐྱེས་ཟིན་གོང་འཕེལ་དུ་འགྱུར་བའི་རྒྱར་བསྟོས་ཏེ། མ་གྲག་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ཐུར་བ་ཐུར་བར་སྟོལ་བྱས་པའི་སྟོན་ལམ་གདབ་པོ།

### གཉིས་པ་ཐུན་མཆོམས་སུ་ངེ་ལྟར་བྱ་བ།

གཉིས་པ་ཐུན་མཆོམས་སུ་ངེ་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་ནི། དཔེ་ཤེས་དང་  
ལྟན་པའི་སྟོན་མ་དབང་པོའི་སྟོན་སྟོམ་པ་དང་། ཟས་ཀྱི་ཆོད་རིག་པ་དང་། མི་  
ཉལ་བར་ནལ་འགྱོར་ལ་བཅོན་ཞིང་ཉལ་བའི་ཆེ་ངེ་ལྟར་བྱ་བ་དང་། བྱས་དང་  
ཁ་ཟས་ཀྱི་ནལ་འགྱོར་ལ་བཅོན་པར་བྱེད་པ་ནམས་ས་གསུམ་ཀྱི་སྟོན་མེ་  
གཅིག་ཕུ་བྱང་ཆུབ་ལམ་ཀྱི་རིམ་པ་ཆེན་མོ་ལས་ངེ་ལྟར་འབྱུང་བ་ལྟར་བྱ་  
ཞིང་། བྱད་པར་ཏྲག་ཏུ་དུས་ཆོས་འཕགས་བསྟེན་པའི་ཚུལ། གཞོན་བྱ་ལོར་  
བཟང་གིས་རྩེ་བཙུན་བྱམས་པ་མགོན་པོ་སོགས་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པའི་  
ཚུལ། རོ་བོས་སྒྲ་མ་གསེར་གླིང་པ་བསྟེན་ཚུལ། འབྲོམ་རིན་པོ་ཆེས་རོ་བོ་  
བསྟེན་ཚུལ། དགོ་བཤེས་པོ་ཏོ་བས་འབྲོམ་རིན་པོ་ཆེ་བསྟེན་ཚུལ་སོགས་  
བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་སྟོན་པའི་གསུང་རབ་དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་  
པ་ལ་བལྟ་ཞིང་། དེ་དག་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ལ་སྟོན་སྟོང་བའི་

གྲོགས་དང་གསལ་འདེབས་སུ་ཅི་འགྱུར་བྱ་བ་དང་། བསག་སྦྱང་ལ་འབད་བ་  
སོགས་ཐུན་མཆམས་ཀྱི་བྱ་བ་རྣམས་ཀྱང་རྣམ་པ་ཀུན་ནས་དོན་ཡོད་པར་  
བྱའོ།།

གཉིས་པ་སྟོན་འགྲོའི་ཆོས་བཞི་བསམ་ཚུལ།

གཉིས་པ་སྟོན་འགྲོའི་ཆོས་བཞི་བསམ་ཚུལ་ལ་བཞི། དལ་འབྱོར་དོན་  
ཆེ་རྟེན་དཀའ་བསམས་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྒྲོམ་པ་ལ་བསྐྱལ་བ་དང་།  
འཆི་བ་མི་རྟག་པ་བསམས་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྒྲོམ་པ་ལ་བསྐྱལ་བ་  
དང་། ལས་འབྲས་བསམས་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྒྲོམ་པ་ལ་བསྐྱལ་བ་  
དང་། འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་བསམས་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྒྲོམ་པ་  
ལ་བསྐྱལ་བའོ། །

དང་པོ་ལ་གཉིས། ཐུན་ཀྱི་ངོ་བོ་ལ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་དང་། ཐུན་མཆམས་  
སུ་ཇི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་ལ་སྦྱོར་དངོས་མཐུག་གསུམ་ལས། དང་པོ་སྦྱོར་བའི་ཆོས་  
བྱུག་ཇི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་ནི། སྤར་བ་ཤེས་གཉིན་བསྟེན་ཚུལ་གྱི་སྐབས་སུ་  
བཤད་པ་ལྟར་རོ། །

གཉིས་པ་དངོས་གཞི་ལ་གསུམ། དལ་འབྱོར་ཐོབ་པའི་སྐབས་ཡིན་པ་  
ངོ་འཕྲོད་པར་བྱ་བ་དང་། དལ་འབྱོར་དོན་ཆེ་བར་བསམས་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
སེམས་སྒྲོམ་པ་ལ་བསྐྱལ་བ་དང་། རྟེན་དཀའ་བར་བསམས་ནས་བྱང་ཆུབ་



གྱི་སེམས་སྒྲོམ་པ་ལ་བསྐྱལ་བའོ། །

དང་པོ་ནི། སྤྱི་བོར་སྒྲུ་མ་ལྟ་སྒྲོམ་བཞིན་པའི་ངང་ནས་འདི་ལྟར་བསམ་  
 རྟེ། སྤྱོད་འཇུག་ལས། དལ་འབྱོར་འདི་ནི་རྟེན་པར་ཤིན་ཏུ་དཀའ། །སྤྱིས་བྱའི་  
 དོན་སྐྱབ་ཐོབ་པར་གྱུར་པ་ལ། །གལ་ཏེ་འདི་ལ་པན་པ་མ་བསྐྱབས་ན། །སྤྱིས་  
 འདི་ཡང་དག་འབྱོར་བར་ག་ལ་འགྱུར། ཞེས་དང་། རིང་ཞིག་ལོན་ནས་དལ་  
 བའི་མཆོག་།ཐོབ་པ་ཡང་དང་ཡང་བསམས་ནས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ད་  
 རེས་དལ་འབྱོར་ཐོབ་པའི་སྐབས་ཡིན་པ་ངོ་ཤེས་པར་བྱས་ལ། ཐོག་མ་མེད་  
 པ་ནས་ཁམས་གསུམ་གྱི་འཁོར་བ་འདིར་འཁོར་ནས་སྤྱག་བསྐྱལ་འབའ་  
 ཞིག་ཕྱོང་ཞིང་། སྤྱག་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱ་སྐྱབ་པ་ཤ་སྤྱག་གིས་དུས་འདའ་བ་ལས་  
 དམ་པའི་ཆོས་སྐྱབ་པ་ལ་ཁོམ་པའི་སྐབས་མ་བྱུང་བ་ལ། ད་རེས་ལན་ཅིག་  
 དལ་བ་ཐོབ་པ་འདི་ཚུད་མ་ཐོས་པ་ཞིག་བྱ་དགོས་སྟུམ་དུ་རང་གིས་རང་ལ་  
 བསྐྱལ་དགོས་ཏེ། རང་ཅག་མི་ཆེ་ཕྱི་པོར་ཆོས་བྱ་ཁུལ་བྱས་ཀྱང་། ཆོས་  
 ལ་སྒོ་གཏན་ནས་མི་འགྲོ་བར་ཆེ་འདིའི་སྤང་ཤས་འབའ་ཞིག་རེ་ཆེར་འགྲོ་བ་  
 ནི་འདི་འདྲའི་གནད་མ་བསམས་པས་ལན་པ་ཡིན། ད་ལྟ་རང་ཅག་གི་བསམ་  
 པ་ལ་རྒྱད་ལ་རྟོགས་པ་མ་སྤྱིས་པ་འདི་ཆོས་མཐོན་པོ་ཞིག་མ་བྱུང་བས་ལན་  
 སྟུམ་པ་ཡོང་སྟེ། མན་ངག་གི་གནད་འདི་འདྲ་མ་ཤེས་པ་ཡིན། ལམ་གྱི་གཞི་  
 དལ་འབྱོར་གྱི་སྒྲོར་ལ་མི་འབད་པར་ལམ་གོང་མ་ལ་རིངས་ཀྱང་རྒྱད་ལ་སྤྱི་  
 བ་མི་ཡོང་ཞིང་། ལམ་གྱི་གཞི་འདི་ནམས་ལ་སྤྱིང་ནས་འབད་ན་གོང་མ་  
 ནམས་ཀྱང་སྤྱར་དུ་རྒྱད་ལ་སྤྱི་བར་འགྱུར་རོ། །

དག་བཤེས་དོལ་བས། དལ་འབྱོར་གྱི་དམིགས་སྒྲོར་འདི་ལ་ཡུན་  
རིང་དུ་འབད་བས། འདིའི་སྤྲོད་བ་སྦྱེས་བ་ན་ཆོས་གཞན་ཐམས་ཅད་དེས་སྒྲ་  
བྲངས་ནས་བྱུང་གསུང་།

དག་བཤེས་པོ་ཏྲོ་བའི་ཞལ་ནས། འོག་མ་མ་བརྟེན་བར་གོང་མ་ལ་  
ཞུགས་ཀྱང་དེས་ལམ་བཅད་བ་ཅི་ཡང་མེད། ཆབ་རོམ་སྟེང་གི་མཁར་ལན་  
ཡིན་གསུང་། འབྲོམ་རིན་པོ་ཆེས་སྦྱན་སྒྲ་ལ། དལ་བ་འབྱོར་བ་མིའི་ལུས་  
ཐོབ་བ་བྲན་ནམ་གསུང་བ་དང་། སྦྱན་སྒྲ་ཡང་ཐུགས་དམ་ལ་འཇུག་རེས་  
ཀྱིས། གང་ཆེ་རང་དབང་འཇུག་ཅིང་མ་ཐུན་གནས་བ། །གལ་ཏེ་འདི་བདག་  
འཛིན་བར་མི་བྱེད་ན། །གཡང་སར་ལྷུང་བས་གཞན་དབང་འཇུག་འགྱུར་བ།  
དེ་ལས་སྤྱིས་ནས་གང་གིས་སྤྲོད་བར་འགྱུར། ཞེས་འཇུག་བ་ནས་གསུངས་  
བ་དེ་ལན་རེ་བཏོན་ནས་ཐུགས་དམ་མཛད་བ་ལྟར། ད་ལྟ་དལ་འབྱོར་ཐོབ་  
བའི་སྐབས་ཡིན་བ་བྲན་བར་བྱས་ལ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་སྒྲོམ་བ་  
ལ་ཡང་དང་ཡང་དུ་བསྐྱལ་ལོ། །

གཉིས་བ་དལ་འབྱོར་དོན་ཆེ་བར་བསམས་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྒྲོམ་བ་ལ་  
བསྐྱར་བ།

གཉིས་བ་དལ་འབྱོར་དོན་ཆེ་བར་བསམས་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
སྒྲོམ་བ་ལ་བསྐྱལ་བ་ནི། སྤྱི་བོར་སྒྲ་མ་ལྟ་སྒྲོམ་བཞིན་བའི་རང་ནས་འདི་ལྟར་  
བསམ་སྟེ། རང་ངོས་ནས་ཆོས་བྱེད་བ་ལ་ཁོམ་བའི་དལ་བ་ཐོབ། སྤྱི་ནས་

ལམ་མ་ཁོར་བར་སྟོན་པའི་བཤེས་གཉེན་དམ་པས་རྗེས་སུ་བཟུང་ཞིང་ཆང་  
 ལ་མ་ཁོར་བའི་གདམས་ངག་ཐོབ། མཐུན་རྒྱུན་ཐམས་ཅད་ཆང་བའི་རྟོན་  
 བཟང་པོ་འདི་སྟོང་གསུམ་ཡིད་བཞིན་གྱི་ཁོར་བུས་བཀང་བ་ལས་ཀྱང་ལྷག་  
 ཅིང་དོན་ཆེ་སྟེ། གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་དོན་ཐམས་ཅད་རྟོན་འདིས་  
 སྐྱབ་བྱས་པས་སོ། །གནས་སྐབས་གྱི་དོན་ཐམས་ཅད་སྐྱབ་བྱས་ཏེ། གནས་  
 སྐབས་མངོན་མཐོའི་ལུས་སྤྱན་སུམ་ཚོགས་པ་ཞིག་འདོད་ན་ཡང་རྟོན་འདིས་  
 སྐྱབ་བྱས། ཡོངས་སྟོང་སྤྱན་སུམ་ཚོགས་པ་ཞིག་འདོད་ན་ཡང་རྟོན་འདིས་  
 སྐྱབ་བྱས། འཁོར་སྤྱན་སུམ་ཚོགས་པ་ཞིག་འདོད་ན་ཡང་རྟོན་འདིས་སྐྱབ་  
 བྱས་སོ། །དེ་ཡང་ལྷའི་ལུས་ཤིག་ཐོབ་པར་འདོད་ན་ཡང་རྟོན་འདིས་སྐྱབ་  
 བྱས་ཏེ། དེའི་རྒྱ་ཚུལ་ཁྲིམས་ནམ་པར་དག་པ་དང་སྟོན་ལམ་གྱིས་འཆམས་  
 སྐྱར་བ་སོགས་རྟོན་འདིས་སྐྱབ་བྱས་པས་སོ། །

ལྷའི་ནང་ནས་ཀྱང་མཐོ་བ་ཆངས་པ་དང་བརྒྱ་བྱིན་ལ་སོགས་པའི་གོ་  
 འཕང་འདོད་ན་ཡང་དེ་དག་གི་རྒྱ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རྟོན་འདིས་སྐྱབ་བྱས། དེར་  
 མ་ཟད་བདེ་བ་ཅན་དང་མངོན་དགའ་ལ་སོགས་པའི་ཞིང་དུ་འགྲོ་འདོད་ན་  
 ཡང་ཞིང་དེ་དག་ཏུ་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རྟོན་འདིས་སྐྱབ་བྱས། རྣམ་  
 སྟོན་གྱི་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་དང་ལྷན་པའི་མའི་ལུས་བྱུང་པར་ཅན་ཞིག་འདོད་ན་  
 ཡང་རྟོན་འདིས་སྐྱབ་བྱས། ཡོངས་སྟོང་སྤྱན་སུམ་ཚོགས་པ་ཅི་འདྲ་བ་ཞིག་  
 འདོད་ན་ཡང་དེའི་རྒྱ་སྐྱིན་པ་ཡིན་པས་རྟོན་འདིས་སྐྱབ་བྱས། འཁོར་དང་  
 མངའ་ཐང་སྤྱན་སུམ་ཚོགས་པ་ཅི་འདྲ་ཞིག་འདོད་ན་ཡང་དེའི་རྒྱ་ཐམས་ཅད་

རྟེན་འདིས་སྐྱབ་རུས། དེ་ལྟར་འཁོར་བའི་ཕུན་ཚོགས་ཅི་འདྲ་ཞིག་འདོད་ན་  
 ཡང་རྟེན་འདིས་སྐྱབ་རུས་པ་ལ། ད་ལྟ་རང་རེ་རྣམས་སྤྱི་མའི་དོན་སྐྱབ་པའི་  
 བསམ་པ་གཏན་ནས་མི་སྐྱེ་བར་ཆེ་འདིའི་རྟེན་བཀུར་སྟན་གྲགས་ངན་དོན་  
 རེ་ལ་ཡིད་ཆགས་ནས་རེ་དོགས་ཀྱིས་དུས་འདའ་ཞིང་ཐར་པ་ལྟ་ཞོག  
 །འཁོར་བར་རང་གི་བདེ་སྤྱད་གི་འདམ་ཀའང་མི་ཤེས་པ་ནི་རིག་སྤྱད་གས་  
 ཀྱིས་སྤོངས་པར་བྱས་པ་བཞིན་དུ་ཤིན་དུ་སྤོངས་པའོ་སྟུང་དུ་བསམས་ལ་  
 རང་གིས་རང་ལ་བསྐྱལ་བར་བྱའོ། །

དེ་ལྟར་གནས་སྐབས་ལ་བསྟོས་ཏེ་དོན་ཆེ་བར་མ་ཟད། མཐར་ཐུག་  
 ལ་བསྟོས་ནས་ཀྱང་དོན་ཤིན་དུ་ཆེ་སྟེ། ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཞི་ཚུལ་  
 བྱིན་པ་ཡིན་ལ། སྟོན་པ་རྣམས་རྟེན་འདི་ལ་སྐྱེ་བ་ལྟ་བུ་གཞན་གང་ལའང་མི་  
 སྐྱེ་འོ། །དེ་ཡང་སོ་སོར་ཐར་པའི་སྟོན་པ་སྐྱེ་དང་། དེའི་ནང་ནས་མཆོག་དུ་  
 གྱུར་པ་དག་སྤོང་གི་སྟོན་པ་ནི་མའི་རྟེན་མ་གཏོགས་འགྲོ་བ་གཞན་གང་གི་  
 རྟེན་ལ་ཡང་མི་སྐྱེ་ལ། མའི་ནང་ནས་ཀྱང་བྱང་སྐྱ་མི་སྟན་པ་རྣམས་ནི་ལོངས་  
 སྤྱོད་ལྟ་དང་མཉམ་པ་ལྟ་བུ་ཡོད་ཀྱང་སོ་ཐར་ཀྱི་སྟོན་པ་སྐྱེ་བའི་རྟེན་དུ་མི་  
 རུང་ལ། འཁར་ལུས་འཕགས་པོ་དང་། རུབ་བ་ལང་སྤྱོད་ཀྱི་མི་རྣམས་ཀྱང་  
 ལོངས་སྤྱོད་ཆེན་པོས་འཚོ་ཡང་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་འགས་ཚུང་བས་  
 བལ་ཆར་སྐྱོན་ཞིང་ལམ་སྐྱབ་པ་ལ་ས་སྤྱོད་ཚུང་བས། རང་ཅག་འཇོམ་བུ་  
 སྤྱིང་པའི་མའི་རྟེན་ལ་ཐོབ་པ་འདྲ་བ་ཞིག་རྟེན་གཞན་གང་ལ་ཡང་མི་ཐོབ་པོ།

ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྟོན་པ་ཡང་མའི་རྟེན་ལ་སྐྱེ་བ་འདྲ་བ་ཞིག་རྟེན་



གཞན་གང་ལ་ཡང་མི་སྐྱེ་བས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་ཡང་རྟེན་འདི་ཆེས་  
 བསྐྱུགས་པར་སློབ་སྦྱོང་ལས་གསུངས། སྐྱུགས་ཀྱི་སློམ་པ་ཡང་རྟེན་འདི་ལ་  
 སྐྱེ་བ་འདྲ་བ་ཞིག་རྟེན་གཞན་ལ་མི་སྐྱེ་བར་སློམ་འབྱུང་ལས་གསུངས། རང་  
 ཅག་འཛམ་བུ་སྤྱིང་བའི་མི་མངལ་སྐྱེས་ཁམས་དུག་ལྡན་པ་ཞིག་གིས་ལམ་  
 ཐུན་མོང་བ་སློན་དུ་བཏང་ནས་རྩོམ་སློབ་དཔོན་མཆོན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་  
 གི་ཞབས་དུང་དུ་དབང་ཐོབ། དམ་ཆོག་དང་སློམ་པ་སློག་དང་བསློས་ཏེ་  
 བསྐྱུང་བ་གཞིར་བཞག་ནས་སྐྱུགས་ཀྱི་ལམ་བསློམས་ན་སྐྱེགས་དུས་ཀྱི་ཆེ་  
 ཐུང་གཅིག་ལ་འཆང་བྱ་བ་ལ། རྟེན་གཞན་གང་ལ་ཡང་དེ་འདྲ་བའི་བྱས་  
 པ་མེད་དོ། །དེ་ཡང་ཞིང་དང་བསམ་པ་དང་དངོས་པོ་དང་དུས་ཀྱི་སློན་ནས་  
 གྲང་ཤིན་ཏུ་སློབས་ཆེ་བར་གསུངས་པའི་ཚུལ་རྣམས་ལ་ངས་པ་དངས་ནས་  
 སྦྱང་པོ་ལེན་འདོད་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་དོ། །

དེ་ལྟར་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གང་ལ་བསློས་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་དོན་  
 ཆེ་བའི་རྟེན་བཟང་པོ་འདི་ལ་འཇིག་རྟེན་སྤྱི་མའི་དོན་བསྐྱུབ་པའི་བྱིར་དུ་སྦྱང་  
 པོ་མི་ལེན་པར། ཆེ་འདིའི་ཟས་གོས་ཅམ་ཞིག་གི་ཚུལ་སྐྱུབ་ཀྱིས་དུས་འདའ་  
 བར་བྱེད་པ་ནི་དུད་འགྲོའི་ཀྱན་སྦྱོད་དང་མཚུངས་པ་ཡིན་པས། མི་ལུས་ཐོབ་  
 ཀྱང་དུད་འགྲོ་དང་འདྲ་བར་སློབ་སྦྱོང་ལས་གསུངས། རྣལ་འབྱོར་པ་ཆེན་  
 པོས། ད་ངས་སྐྱུགས་ལས་བྱེ་བྲག་འབྱེད་པའི་དུས་ཡིན་ནོ་གསུང་། དགོ་  
 བཤེས་དོལ་པའི་ཞལ་ནས། དལ་འབྱོར་གྱི་མི་ལུས་ཐོབ་ནས་སྤྱི་མ་པན་ཆད་  
 ཀྱི་ཆོས་མི་བྱེད་པར། ཆེ་འདི་ཡི་ཆོས་གཅིག་ཕུ་བྱེད་ན་དུད་འགྲོ་དང་ཁྱད་

མེད་པ་ཡིན། ཉན་ཉན་ཆེ་འདི་སྤྲོད་བ་ལ་མི་བས་དུད་འགྲོ་རྒྱབས་ཆེ་བ་མང་  
དུ་ཡོད་གསུང་བ་ལྟར། དུད་འགྲོའི་སྤྲོད་བ་ལས་ཁྱད་པར་ཅི་ཐོན་བྱ་དགོས་  
སོ། །རང་གིས་ཆེ་རབས་སྒོན་མ་རྣམས་སུ་དག་བའི་བཤེས་གཉེན་ཞིག་དང་  
མངའ། བསོད་ནམས་རྒྱབས་ཆེན་བསགས། དལ་འབྱོར་གྱི་མི་ལུས་ཁྱད་  
པར་ཅན་འདི་ལྟ་བུ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་སྒོན་ལམ་མང་དུ་བཏབ་པའི་  
འབྲས་བུ་གྲུབ་སྟེ། ས་སྤྲོད་ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུས་གང་བ་རྟེན་པ་ལས་ཀྱང་  
ལྟག་པའི་རྟེན་བཟང་པོ་འདི་འདྲ་ཐོབ་པ་འདི་ཆེ་འདིའི་བྱ་བས་གཡེངས་ནས་  
སྤྲོད་ལོག་ཏུ་སོང་ན། དབུལ་པོས་ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་རྟེན་པ་ལོངས་མ་  
སྤྲད་པར་སྟོར་བ་དང་། རིན་པོ་ཆའི་སྤྲོད་ནས་སྤྲོད་ལོག་བྱས་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
དཔེར་མི་ཐོད་པས་ཤིན་ཏུ་མངས་སོ་སྟུམ་དུ་ཡང་དང་ཡང་དུ་བསྐྱལ་བར་བྱ་  
སྟེ། དག་བའི་བཤེས་གཉེན་པོ་ཉོ་བའི་ཞལ་ནས། རེད་ཀྱི་སྤྲས་ཀྱི་བ་འོ་ཐང་ན་  
ཚུ་མེད་པས་ལོ་ཡགས་ཅམ་མི་འོང། ལྟང་ཟན་བཟླ་བས། ལན་ཅིག་པ་སྤྲད་  
གསུམ་གྱིས་སྟེ་ཕྱ་ཟན་བྱས་པས། བྱ་ཚུང་ལོས་སྤྲད་ཤས་ཆར་རེ་བ་ཞིག་  
གིས་ཁོ་རང་གི་ཟན་སྐལ་རྒྱབ་ཏུ་སྤྲས་ནས། པ་དང་ཕུ་བོའི་ཟན་ལས་ཐོས་  
པས། ཁོ་རང་གི་ཟན་རྒྱབ་ནས་ཁྱིས་སྤྲོད་བས་དུས། ཟན་ཁྱིས་སྤྲོད་བ་ལ་དུ་  
འམ་མ་དུ་བྱས་པས། བརྒྱ་མ་ལན་ཅིག་གི་སྟེ་ཕྱ་ཟན་དེ་ཁ་ན་ཁྱིས་སྤྲོད་བ་  
ཟེར་ལོ། དེ་བཞིན་དུ་རང་ཅག་གྱང་ངན་སོང་གསུམ་དུ་གཏན་འབྲམས་བཞིན་  
དུ་བསྤྲད་བསྤྲད་པ་ཞིག་དལ་འབྱོར་ཐོབ། བསྟན་པ་དང་སྤྲད་པའི་ཆོས་ཉོན་  
མོངས་པའི་སྤྱི་ལ་མ་སྐྱར་ཅིག་གསུང་བ་ལྟར་དོ། །

དེ་ལྟར་དལ་འབྱོར་དོན་ཆེ་བའི་ཚུལ་བསམས་ནས། དལ་བའི་རྟེན་  
 ལན་ཅིག་ཐོབ་པ་འདི་དོན་མེད་དུ་མི་གཏང་བར་སྟོང་པོ་སྤང་བའི་ཕྱིར་  
 བཤེས་གཉེན་དམ་པ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྟེན་ནས། དེས་བསྟན་པའི་ཐེག་པ་  
 མཆོག་གི་གདམས་པའི་སྟོང་པོ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ཉམས་སུ་  
 སྤང་བར་བགྱིའོ། །དེ་ལྟར་བྱེད་ཀྱས་པར་སྤྲ་མ་ལྟས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་  
 གསོལ། ཞེས་གསོལ་བ་འབྲུགས་ཐུག་དུ་གདབ་པོ།

གསུམ་པ་དལ་འབྱོར་རྟེན་དཀའ་བ་བསམས་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྟོམ་པ་  
 ལ་བསྐྱར་བ།

གསུམ་པ་དལ་འབྱོར་རྟེན་དཀའ་བར་བསམས་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
 སེམས་སྟོམ་པ་ལ་བསྐྱལ་བ་ནི། སྤྱི་པོར་སྤྲ་མ་ལྟས་སྟོམ་བཞིན་པའི་ངང་ནས་  
 འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ། ད་རེས་ཆེ་འདི་སྟོས་བཏང་ནས་ཆོས་རྣམ་པར་དག་པ་  
 ཞིག་མ་བྱས་ན། ཕྱིས་ནས་རྟེན་འདི་འདྲ་ཞིན་དུ་རྟེན་དཀའ་སྟེ། འདུལ་བ་ལྷང་  
 ལས། ངན་འགྲོ་ནས་ཞི་འཕོས་ཏེ་དེར་སྐྱེ་བ་ནི་ས་ཆེན་པོའི་རྩལ་དང་། དེ་  
 རྣམ་བདེ་འགྲོར་སྐྱེ་བ་ནི་ཐུབ་པའི་ཕྱག་སེན་གྱི་ཅེ་མོས་བཞེས་པའི་རྩལ་  
 དང་འདྲ་ཞིང་། བདེ་འགྲོ་གཉིས་ནས་ཞི་འཕོས་ཏེ་ངན་འགྲོར་འགྲོ་བ་ནི་ས་  
 ཆེན་པོ་དང་། དེ་རྣམ་བདེ་འགྲོར་སྐྱེ་བ་ནི་ཐུབ་པའི་ཕྱག་སེན་གྱི་ཅེ་མོས་  
 བཞེས་པའི་རྩལ་དང་འདྲ་བར་གསུངས་པས། སྤྱིར་འགྲོ་བ་རིགས་ཐུག་གི་  
 རང་ནས་བདེ་འགྲོའི་རྟེན་ཐོབ་པ་ཞིན་དུ་དགོན་ཞིང་། བདེ་འགྲོའི་ནང་ནས་

ཀྱང་དལ་འབྱོར་ཆང་བའི་རྟེན་འདི་འབྲུ་ཐོབ་པ་ཞིན་ཏུ་རྟེན་དགའོ། །དེ་ཙམ་  
རང་རྟེན་དགའ་བ་ཅི་ཡིན་སྟམ་ན། དལ་འབྱོར་ཐོབ་པ་འདི་རྒྱ་མེད་དུ་མི་  
འབྱུང་བས་རྒྱ་ཞིག་དགོས། རྒྱ་ཡང་གཞན་གྱིས་བསགས་པའི་ལས་གྱིས་  
རང་ལ་མི་པན་བས། རང་གི་རོས་ནས་རྒྱ་ཞིག་སྐྱབ་དགོས་ལ། རྒྱ་དེ་གང་  
ཡིན་སྟམ་ན། སྒོ་བ་དཔོན་སྐྱ་སྐྱབ་གྱིས། སྐྱིན་བས་ལོངས་སྤྱོད་བྲིམས་གྱིས་  
བདེ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཚུ་ལ་བྲིམས་རྣམ་པར་དག་པ་ཞིག་ལུས་རྟེན་  
འདིའི་རྒྱ་ཡིན་ལ། དེ་གཅིག་ལུས་མི་ཆོག་སྟེ། ཞིང་ལ་ལོ་རྟོག་འབྱུང་བ་ལ་  
རྒྱ་ས་བོན་གཅིག་ལུས་མི་ཆོག་པར་ས་དང་རྩ་དང་རྩོད་གཤེར་རྣམས་འཛོམ་  
དགོས་པ་ལྟར། དལ་འབྱོར་གྱི་རྟེན་ཐོབ་པ་ལ་ཡང་ས་བོན་ལྟ་བུའི་རྒྱའི་གཙོ་  
བོ་ཚུ་ལ་བྲིམས་རྣམ་པར་དག་པ་ཞིག་དང་། དེའི་སྤྲོད་དུ་དགོན་མཆོག་མཆོད་  
པ་ལ་སོགས་པ་བསོད་ནམས་རྒྱབས་ཆེན་པོས་གྲོགས་བྲས་པ་དང་། སྒོན་  
ལམ་ངེ་མ་མེད་བས་འཆམས་སྐྱར་བ་སོགས་རྒྱ་མང་དུ་འཛོམ་དགོས་པ་ལ།  
རང་རེའི་སྤྱོད་པ་འདི་ལ་བལྟས་ན་སྤྱི་མ་དལ་འབྱོར་གྱི་རེ་བ་མེད་པ་ལྟ་བུར་  
སྤང་སྟེ། ཚུ་ལ་བྲིམས་རྣམ་པར་དག་པ་ཞེས་བྲ་བ་ནི་སྒོ་གསུམ་ལ་བྲན་ཤེས་  
ནར་མར་བསྟེན་ནས་རང་གིས་ཁས་སྐྱངས་པའི་བཅས་མཆམས་ལས་ཅུང་  
ཟད་ཀྱང་མི་གཡེལ་ཞིང་། བརྒྱ་ལ་ཅུང་ཟད་རེ་འདས་ན་ཡང་འཇིགས་ཞིང་  
སྐྱག་པའི་སེམས་གྱིས་དེ་མ་ཐག་ཏུ་སྤྱིར་བཙོས་གྱིས་དག་པར་བྲས་ཏེ་སྤྲིག་  
སྤྱང་དང་ཞག་ཏུ་མི་འགྲོགས་པ་ཞིག་ལ་ཟེར་བ་ཡིན་ཞེས་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེ་  
གསུང་། དེས་ན་ད་ལྟ་རང་རེ་རྣམས་ནི་པལ་ཆེར་ཁས་ལེན་ཆེ་ལ་ཉམས་ལེན་



ཆུང་བར་སོང་སྟེ། སྟོམ་པ་གང་ཟབ་ཐམས་ཅད་ལ་འདི་ཁས་མ་སྦངས་བྱ་བ་  
མེད་པ་ལ། བསྐྱབ་བྱ་གང་གི་ཐད་ལ་འང་ལུག་ཞིང་གསེབ་ཏུ་བཏང་བ་ལྟར་  
ཐམས་ཅད་ཆལ་ཆོལ་དུ་སོང་སྟེ་འདིའི་ཐད་ནས་རྣམ་པར་དག་པ་ཞིག་བྱང་  
སྟོམ་པའི་གཙང་སེང་རེ་བ་སྟོབ་དེ་རེས་པ་གཅིག་ཀྱང་མི་སྤང་། བསྐྱབ་བྱ་  
ལས་འདས་པའི་ཉེས་བྱས་ལ་ནི་འདི་མ་བྱང་བྱ་བ་མེད། མདོར་ན་བྱར་རུང་  
བ་ནི་གཅིག་ཀྱང་མི་བྱེད། མི་རུང་བ་ཐམས་ཅད་བྱེད། དགོ་བ་རུང་ཟད་རེ་  
བྱེད་པར་སྟོམ་པ་པལ་ཆར་ཡང་གཞན་གྱི་ལད་མོ་དང་ཚུལ་འཆོས་དང་སྤྱིའི་  
མངོས་མཆོན་ཙམ་ལ་སྟེན་ཏུ་སོང་ནས། འཛིག་ཏེན་སྤྱི་མ་བྱར་པའི་བསམ་  
པ་རྣམ་དག་གིས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་པ་ནི་མི་སྤྱིད་པ་ཙམ་དུ་སོང་འདུག  
།བསམ་པ་ཆེ་འདིའི་བདེ་སྤྱིད་སྟོན་གསུམ་ལ་དམིགས་ཏེ་ལས་ཅི་བྱས་ཀྱང་  
པལ་ཆར་མི་དགོ་བ་ལ་སྟེན་ཏུ་གསུང་།

དེས་ན་ད་ལྟ་ཡན་ཆད་དལ་བ་སྟོང་ལོག་ཏུ་སོང་འདུག ད་སྤྱིན་ཆད་  
རང་གིས་རང་མ་བསྐྱས་པ་ཞིག་བྱེད་ན་ནི་མ་དེ་རིང་ནས་རྟོན་བཀུར་སྟོན་  
གྲགས་སྐྱབ་པ་སོགས་ཆེ་འདིའི་བསམ་སྟོར་ཐམས་ཅད་སྟོས་བཏང་ནས།  
འཛིག་ཏེན་སྤྱི་མའི་དོན་བསྐྱབ་སྤྱིར་ཉིན་མཆོན་གཡེལ་བ་མེད་པར་དགོ་  
སྟོར་ལ་འབད་པར་བྱའོ་སྟོམ་དུ་ཞེ་དམ་བཅའོ། །སྤྱིན་སྤྱི་བ་མནལ་ཡེ་མི་ལོག་  
པར་བྱགས་དམ་མཛད་པ་ལ། དགོ་བ་ཤེས་རྣལ་འབྱོར་པས། བྱ་སྐྱབས་སུ་  
ཁམས་བག་རེ་མ་བསངས་ན་ཁམས་ལོག་འོང་ཉིན་ཡོད་གསུངས་པས། དེ་  
ལྟར་ལགས་ཏེ་དལ་འབྱོར་རྟོན་དཀའ་བ་འདི་བསམས་ཙམ་ན། གཉིད་ལོག་

ལོང་རང་མི་གདའ་ལགས་གསུང་བ་ལྟར། དལ་འབྱོར་གྱི་རྟེན་བཟང་པོ་ལན་  
ཅིག་ཐོབ་པའི་སྐབས་འདིར་གཉིད་དང་སྒྲོམ་ལས་དང་དོན་མེད་གཡེང་བའི་  
དབང་དུ་སྐྱད་ཅིག་ཀྱང་མི་གཏང་བར་སྒྲིང་པོ་ཅི་ལོན་ཞིག་བྲ། སྒྲིང་པོ་ལོན་  
པའི་ཐབས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་བ་ཐེག་པ་མཆོག་གི་ལམ་གྱི་སྒྲིང་པོ་བདག་པས་  
གཞན་གཅེས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་སྒྲོམ་པ་ལ་སྐྱེས་བུའི་རྩལ་  
ཅི་ཡོད་ཀྱིས་འབད་བར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱེད་རུས་པར་སྒྲུ་མ་ལྟས་བྱིན་གྱིས་  
བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། ཞེས་གསོལ་བ་འུགས་ཐག་ཏུ་གདབ་པོ། །དེ་ལྟར་དལ་  
འབྱོར་གྱི་སྒྲོར་འདི་ལམ་གྱི་གཞི་ཡིན་པས་དཔེ་སྒྲུ་ཆོགས་དང་། དམིགས་པ་  
སྒྲོ་དུ་མ་ནས་བསམས་ཏེ་སྒོ་ཅི་འཁུལ་བྱའོ། །དེ་ལྟར་འབད་ནས་བསྒྲོམས་  
པས་རྒྱད་ལ་མ་སྐྱེས་ནའང་དེ་ལྟར་དུ་མི་བསྐྱད་པར་ལྟ་དང་སྒྲུ་མ་ལ་གསོལ་  
བ་གདབ། དེའི་གོགས་ཀྱི་སྐྱབ་པ་སྒྲོང་། དེ་སྒྲོན་པའི་བཀའ་དང་དགོངས་  
འགྲེལ་ངེ་མེད་རྣམས་ལ་ལྟ། དམིགས་རྣམ་ཡང་ཡང་ཡིད་ལ་བྱེད་ཅིང་ནམ་  
ཞིག་ན་ལམ་གྱི་གཞི་འདི་དག་ལ་རྩལ་མེད་ཀྱི་སྒྲོང་བ་ཐོན་པ་ཞིག་འོང་སྟམ་  
དུ་སྒྲོན་ལམ་ཚུན་ཆད་ཀྱིས་འབད་བར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་མཐུག་ཏུ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་ནི་སྒྲར་བཞིན་ཡིན་ལ། གཉིས་པ་  
ཐུན་མཆོམས་སུ་ཇི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་ནི། དལ་འབྱོར་གྱི་ཆོས་སྒྲོར་སྒྲོན་པའི་  
གསུང་རབ་དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པ་བལྟ་ཞིང་བྲན་ཤེས་དང་ལྟན་པའི་  
སྒྲོ་ནས་དབང་པོའི་སྒྲོ་སྒྲོམ་པ་སོགས་གཞན་རྣམས་སྒྲར་བཞིན་དང་། དེ་དག་  
ཐམས་ཅད་ཀྱང་བྱང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་རྒྱད་ལ་སྐྱེ་བའི་ཐབས་སུ་ཅི་

## འགྲུར་བྱའོ།

གཉིས་པ་འཆི་བ་མི་རྟག་པ་བསམས་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྒོམ་པ་ལ་བསྐྱར་བ།

གཉིས་པ་འཆི་བ་མི་རྟག་པ་བསམས་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྒོམ་  
པ་ལ་བསྐྱུལ་བ་ལ་གཉིས། ཐུན་གྱི་ངོ་བོ་ལ་ངེ་ལྟར་བྱ་བ་དང་། ཐུན་མཆོམས་  
སུ་ངེ་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལ་སྦྱོར་དངོས་མཐུག་གསུམ་ལས། དང་  
པོ་སྦྱོར་བའི་ཆོས་དྲུག་ནི་སྒར་བཤད་པ་ལྟར་ཡིན་ལ། གཉིས་པ་དངོས་གཞི་  
ནི། དེ་ཡང་ང་འཆི་སྟམ་པ་ཙམ་ཞིག་བསྒོམས་པས་སྒྲོའི་འཁུལ་དེ་ཙམ་མི་  
ཡོང་བས་རྒྱ་མཆོན་དུ་མའི་སྒོ་ནས་བསམ་དགོས་ལ། དེ་ལ་ཐོག་མར་འཆི་  
བ་དྲན་པ་མ་བསྒོམས་པའི་ཉེས་དམིགས་དང་། བསྒོམས་པའི་པན་ཡོན་  
རྣམས་བསམ་དགོས་པས། མ་བསྒོམས་པའི་ཉེས་དམིགས་ནི་རང་ཅག་ད་ལྟ་  
སྟོང་ནས་ཆོས་མི་དྲན་པ་འདི་འཆི་བ་མ་དྲན་པས་ལན་པ་ཡིན་ལ། འཆི་བ་  
སྟོང་ནས་དྲན་པ་ཞིག་བྱང་ན་ད་ལྟའི་སྦྱོད་པ་ངན་པ་འདི་འབྲེལ་ཡོང་དོན་མེད།  
ད་ལྟ་རང་རེ་ཆེ་འདི་འབའ་ཞིག་ལ་ཆགས་ནས་ནམ་ནམ་ཕྱགས་སྟོགས་དོགས།  
འབྲུགས་དོགས། ཁས་ཞན་དོགས། གཏམ་ངན་དོགས། དབྱ་མ་ཐུལ་དོགས།  
གཉེན་མ་སྤོང་དོགས་སོགས་རེ་དོགས་ཀྱི་བསམ་ངན་བརྒྱ་ཕྱག་ཅིག་སྦྱེ་བ་  
འདི་ཐམས་ཅད་འཆི་བ་མ་དྲན་པར་ཆེ་འདིར་སྦྱོད་པའི་བསམ་པ་འབའ་ཞིག་  
གིས་ལན་པ་ཡིན་ལ། སྒྲིག་ལྟར་ངེ་སྟོང་ཅིག་གསོག་པ་འདི་ཐམས་ཀྱང་ཆེ་  
འདིར་སྦྱོད་པའི་བསམ་པ་འདི་ཁོ་ནས་བྱས་པ་ཡིན་ན། །དགོ་སྦྱོར་ཅི་བྱས་

ཀྱང་ཡར་སྐྱོད་ལས་མར་སྐྱོད་ཆེ་བ་འདི་ཡང་རྟག་འཛིན་གྱི་སྒོ་ངན་འདི་ཁོ་  
ནས་ཡོན་ཏན་གོང་མ་རྣམས་སྐྱེ་བའི་སྒོ་བཀག་སྟེ་རང་རྒྱུད་ཉེས་ལྷུང་གི་  
འདམ་དུ་ཐུར་ལ་འཐེན་བའི་འཐེན་ཐག་བྱས་ནས་རྒྱུད་རྩེ་ངན་དུ་སོང་བ་ཡིན་  
ནོ། །

མདོར་ན་དེ་རིང་ཡང་མི་འཆི་དེ་རིང་ཡང་མི་འཆི་སྟམ་དུ་ལུས་སྟོག་  
ཡུན་རིང་དུ་གནས་སུ་རེ་བའི་རྟག་འཛིན་འདིས་བསྐྱུས་ཤིང་བྱིད་བྱིད་ནས།  
རང་ཡུལ་ཉི་དུ་ལོངས་སྤྱོད་དང་བཅས་པ་ལ་ཞེན་ཆགས་དྲག་པོ་དང་། དེའི་  
གོགས་བྱས་པ་འམ་བྱེད་དུ་དགོས་པ་ལ་སྤང་བ་དྲག་པོ་དང་། དེ་དག་གི་ཉེས་  
དམིགས་ལ་ཚོངས་བའི་གཏི་ཐུག་དང་། རྟེན་བཀྱར་སྟོན་གྲགས་ཅུང་ཟད་རེ་  
བྱུང་ན་དེ་དག་གིས་ང་རྒྱལ་བ་དང་། གཞན་ལ་སྤྲག་དོག་དང་འབྲན་སེམས་  
ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་ཐམས་ཅད་ངམ་ངམ་ཤྲགས་གྱིས་སྐྱེ་ལ། ཉོན་  
མོངས་དེ་དག་གིས་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་མི་དགེ་བའི་ལས་ཁོ་ན་ལ་བཀོལ་  
ཏེ་དལ་འབྱོར་ཆུད་གཞོན་པར་བྱས་ནས་བྱི་མ་ངན་སོང་ངན་འགྲོ་ཐུ་མཐའ་  
མེད་པར་འཁྲིད་པར་བྱེད་པས་ན།       སྤྱིང་ནས་ཆོས་བྱེད་པ་ལ་ཆེ་འདིར་  
ཆགས་པའི་རྟག་འཛིན་འདི་ལས་གཞོད་པ་ཆེ་བ་གང་ཡང་མེད་དོ།       །ཞང་  
བཙུན་ཡེར་བ་བའི་ཞལ་ནས།       སྤྱོད་མི་རྟག་པ་མ་དྲན་ན་ཉི་མ་བྱེད་བར་ཆེ་  
འདི་པར་འཆལ། ཉི་མ་བྱེད་ན་མི་རྟག་པ་མ་དྲན་ན་དགོང་མོ་བར་ཆེ་འདི་པར་  
འཆལ། ཆེ་འདི་པར་སོང་ན་ཅི་བྱས་ཆོས་སུ་མི་འགྲོ་གསུང་། དགེ་བ་ཤེས་པོ་  
ཏོ་བའི་ཞལ་ནས། འཆི་བ་མ་དྲན་པར་ཆེ་འདི་ལ་ཆགས་པ་ནི་བེ་ཏུ་ཏྟོད་ཤུར་



ལ་བཏགས་པ་དང་འབྲུག།      ཅི་བྱས་ཀྱང་ཆོས་ཀྱི་ལམ་དུ་མི་འགོ་ཞེས་  
གསུང་།། དག་བཤེས་དོལ་པའི་ཞལ་ནས། འོ་སྒྲོལ་ཐམས་ཅད་ཆེ་འདིའི་རྟོད་  
ཐག་མ་གྲོལ་བས་གང་དུ་བརྒྱགས་ཀྱང་བརྟེན་འཆོས་པ་ལས་མི་འོང་གསུང་  
ངོ།།

འཆི་བ་དྲན་པའི་སན་ཡོན།

འཆི་བ་དྲན་པའི་སན་ཡོན་ནི།      འཆི་བ་སྤྱང་ཐག་པ་ནས་དྲན་ན་ཉེས་  
སྤྱང་ཐམས་ཅད་རང་ལྷགས་ཀྱིས་འགག་པ་དང་།      ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་  
སྤྱངས་པ་བཞིན་དུ་འོང་སྟེ།      སྤྱང་ཐག་པ་ནས་འཛིག་རྟོན་སྤྱི་མར་འགོ་དགོས་  
པའི་ཚུལ་དྲན་ན་ངན་འགོའི་རྒྱ་སྤྲིག་སྤྱང་སྤྱོད་བ་དང་།      སྤྱི་མ་བདེ་འགོ་ཐོབ་  
སྤྱིར་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྐྱང་བ་དང་།      འཁོར་བ་མཐའ་མེད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལས་  
ཐར་བའི་ཆེད་དུ་ལམ་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་སྒྲོབ་པ་དང་།      མ་གྲན་སེམས་ཅན་  
ནམས་ཀྱང་ཏྲག་འཛིན་ཀྱི་དབང་གིས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཚུལ་བསམས་པས་སྤྱང་  
རྩེ་ཆེན་པོ་སྤྱེ་བ་དང་།      ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་རང་དབང་བའི་བདག་མེད་པར་  
རྟོགས་པའི་ལྷ་བ་ལྷུང་དུ་རྒྱུད་ལ་སྤྱེ་བ་སོགས་ས་ལམ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲོ་སྤྱི་  
བར་འགྱུར་ངོ།། །པོ་རྟོ་བའི་ཞལ་ནས། རེད་ཀྱི་སྤྱང་སེལ་མི་ཏྲག་པ་སྒྲོམ་པ་  
འདི་རང་ཡིན་ཏེ་ཉེ་འབྲེལ་དང་ཡོ་བྱད་ལ་སོགས་པ་ཆེ་འདིའི་སྤྱང་བ་ཀྱན་  
བསལ་ནས་རང་གཅིག་ཕུ་གཉིས་སུ་མེད་པར་ཆེ་པ་རོལ་དུ་སྤྱེད་ཀྱིས་འགོ་  
བར་ཤེས་ཅ་ན།      ཆོས་མིན་པ་ཅིས་ཀྱང་བྱར་མེད་སྤྲུལ་ནས་ཆེ་འདི་ལ་མ་

ཆགས་པ་ཞིག་གཤོད་འོང་བ་ཡིན། འདི་སྒོ་ལ་མ་སྐྱེས་ཀྱི་བར་དུ་ཆོས་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི་ལམ་འགགས་ནས་འདུག་པ་ཡིན་གསུང་ངོ། །མི་རྟག་པ་དྲན་པ་འདི་  
ཐོག་མར་ཆོས་ལ་སྐྱེལ་བྱེད་ཅམ་དུ་གོ་ནས་རྒྱན་གྱི་ཉམས་ལེན་དུ་མི་དགོས་  
སོ་སྐྱམ་དུ་མི་གཟུང་བར། འདི་ལམ་གྱི་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་ཤིན་ཏུ་  
གལ་ཆེ་བར་ངེས་པ་རྟེན་དགོས་སོ། །

དེ་ཡང་ཐོག་མར་ཆོས་ལ་འདུག་པ་ན་ཡང་འདིས་བསྐྱེལ་ནས་འདུག་  
དགོས། བར་དུ་ཉམས་ལེན་གོང་འཕེལ་དུ་འགྲོ་བ་ཡང་འདིས་བྱེད། མཐར་  
འབྲས་བྱ་མཛོན་དུ་བྱེད་པ་ན་ཡང་འདིས་བསྐྱེལ་ཞིང་འདིའི་རང་བཞིན་  
མཛོན་དུ་བྱེད་དགོས་སོ། །སྒྲོན་སྤྲོད་པ་ཐ་མའི་གང་ཟག་རྣམས་ལ་ཡང་མི་  
རྟག་པ་བསྐྱར་ནས་ཆོས་ལ་བསྐྱེལ་བ་དང་། ལམ་སྒྲོམ་པའི་ཆེ་ཡང་མི་རྟག་པ་  
ཡིད་ལ་བྱས་ནས་སྒྲོམ་པ་དང་། འབྲས་བྱ་ཐོབ་པའི་ཆེ་ཡང་མི་རྟག་པའི་ངང་  
ཚུལ་མཛོན་དུ་བྱས་ནས་འབྲས་བྱ་ཐོབ་པ་ཤ་སྟག་གསུང་། དེར་མ་ཟད་  
སྟགས་སྒྲ་མེད་ཀྱི་ལམ་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ན་ཡང་མི་རྟག་པ་བསམས་པ་ཤིན་  
ཏུ་གལ་ཆེ་བར་སྐྱབ་ཐབས་ཀྱན་བཟང་དང་སྤྲོད་བསྐྱེལ་སྒྲོན་མེ་སོགས་  
སྟགས་ཀྱི་གཞུང་མང་པོ་ནས་གསུངས་པས། འདི་སྒྲོན་འགྲོའི་ཆོས་ཅམ་དུ་  
མི་གཟུང་བར་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་དགོས་ལུགས་ལ་ངེས་པ་ཐོབ་པར་  
བྱའོ།

དེ་ལྟར་བསམས་ནས་འཆི་བ་དྲན་པ་དངོས་གཞི་སྒྲོམ་ཚུལ་ནི། སྤྱི་  
བོར་སྒྲ་མ་ལྟ་སྒྲོམ་བཞིན་པའི་ངང་ནས་འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ། ལུས་ཅི་འདྲ་ཞིག་

སྒྲངས་ཀྱང་ངེས་པར་འཆི་བ་འོང་། ཡུལ་གང་དུ་བསྐྱད་ཀྱང་འཆི་བ་ལས་མི་  
 ཐར། གནས་གང་དུ་བློས་ཀྱང་འཆི་བདག་ལས་མི་ཐར། ཟས་གོས་གནས་  
 མལ་སྒྲན་དབྱུང་རིམ་གྱི་སོགས་ཀྱིས་སྒྲོ་ཀྱན་ནས་གསོས་ཤིང་བསྐྱངས་  
 ཀྱང་ཕྱི་ནང་གི་རྒྱུན་གང་གིས་ཀྱང་བསྒྲོག་མི་ཐུབ་པར་ངེས་པར་འཆི་དགོས་  
 པར་མཛོན་སྐྱུལ་དུ་མཐོང་བ་འདི་ལྟར་ཡིན། རང་ཅག་རྣམས་ད་ལྟ་གསོན་  
 པའི་གནས་སྐབས་འདི་ལ་འཇིག་རྟེན་གྱི་མར་མི་འགྲོ་བར་སྡོད་པར་སེམས་  
 ཏེ། རང་ཅག་མའི་མངལ་ནས་སྐྱེས་ཙམ་ཉིད་ནས་སྐྱད་ཅིག་ཀྱང་ངལ་བསོ་  
 ལོང་མེད་པར་འཆི་བདག་གི་བྱང་དུ་འགྲོ་བཞིན་པ་ཡིན་པར་གསུང་། རང་  
 ཅག་རྣམས་ཀྱི་ཆེ་པལ་ཆེར་ནི་འདས་ཟིན། ཆེ་ལྷག་ཅུང་ཟད་ཡོད་ན་ཡང་  
 སྐྱར་དུ་འཛད་པ་ལ་ཆོགས་མེད་པར། དཔེར་ན་རི་མཐོན་པོའི་ཅེ་ནས་དོ་སྐྱོང་  
 བ་ན་ངལ་བསོ་མེད་པར་ཐུར་དུ་བབས་ཏེ་ཐང་དུ་སྐྱང་བ་ལ་ཆོགས་མེད་པ་  
 དང་། རི་གཟར་གྱི་ཚུ་འབབ་པ་དང་། ཚུ་སྐྱང་བྲག་པོའི་རྒྱན་འགྲོ་བ་ལྟར་སྐྱད་  
 ཅིག་རེ་རེས་ཀྱང་ངལ་བསོ་མེད་པར་འཆི་བདག་གི་བྱང་དུ་འགྲོ་བའི་ཚུ་ལ་  
 རྣམས་སྒྲོ་སྒྲོ་ཆོགས་ནས་བསམས་ཏེ། དོན་མེད་ཆེ་འདིའི་བསྐྱེད་ཀྱི་དབང་  
 དུ་མི་གཏང་བར་ཆོས་རྣམ་དག་ཅིག་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་བྲ། དེ་ཡང་སྙིང་པོ་བསྐྱེད་  
 བའི་དུས་ཡིན་པས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་གདམས་པའི་སྙིང་པོ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
 སེམས་རིན་པོ་ཆེ་བསྒྲོམ་པ་ལ་སྙིང་ཐག་པ་ནས་འབད་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་  
 བྱེད་རྒྱས་པར་སྒྲུ་མ་ལྟས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ། ཞེས་སོགས་གསོལ་  
 བ་འབྲུགས་བྲག་དུ་གདབ་པོ། །ངེས་པར་འཆི་བར་མ་ཟད། རྣམ་འཆི་ལ་ངེས་

པ་མེད། འཆི་བའི་རྒྱུ་ཉི་མང་། གསོན་པའི་རྒྱུ་ཉི་ཉུང་། དེ་ཡང་རང་ཅག་  
འཛམ་གྲུ་སྤྱིང་པའི་ཆེ་ལ་ངེས་པ་མེད་པ་དང་། དུས་མ་ཡིན་པའི་འཆི་རྒྱུ་  
ཤིན་ཏུ་མང་བས་སྒོ་སྤྲོད་ཉིང་དུ་མི་འཆི་བའི་གདང་གང་ཡང་མེད། མདོ་ལས་  
དུས་མ་ཡིན་པའི་འཆི་རྒྱུ་དགུ་གསུངས་པ་རྣམས་ཀྱི་ནང་ན་རང་ཅག་  
རྣམས་སྤྱང་དམར་འཕྲུབས་པའི་ནང་ན་མར་མེ་བཞིན་དུ་གནས་ཡོད་པ་ཡིན།  
རང་ཅག་རྣམས་ཀྱི་ལུས་ཉིན་འདི་ནི་ཆུ་བྱར་བཞིན་དུ་རྒྱུ་ཉུང་བྱད་ངེས་  
ཀྱང་འཇིག་པ་ལ་ཆེགས་མེད་པས་ད་བར་གནས་པ་འདི་ཤིན་ཏུ་ཡ་མཚན།  
ད་ནི་དེ་རིང་རང་ཡང་མི་འཆི་བའི་གདང་མི་འདུག་པས། ཆེ་འདིའི་ཕུན་  
ཆོགས་ལ་མ་ཆགས་པར་ཆོས་རྣམ་དག་ཅིག་ད་ལྟ་ཉིང་དུ་བྲ། ཆོས་ཀྱི་  
མཆོག་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ཡིན་པས། སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་  
བསྐྱོམ་པ་ལ་སྦྱེས་བྱའི་རྩ་ལ་ཅི་ཡོད་ཀྱིས་འབད་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱེད་རྒྱས་  
པར་སྒྲ་མ་ལྟས་བྱིན་ཀྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། ཞེས་གསོལ་བ་ལྷགས་བྲག་ཏུ་  
གདབ་པོ། །འཆི་བའི་ཆེ་དམ་པའི་ཆོས་མ་གཏོགས་གང་གིས་ཀྱང་མི་མན་ཏེ།  
གཉིན་ཉི་ཤུ་རི་ཙམ་ཀྱིས་མཐར་བསྐྱོར་ཀྱང་རང་གཅིག་ཕྱར་འགོ་བའི་ཆེ་སྤུ་  
ཡང་རྗེས་སྤུ་མི་འབྱང་། འོར་ཀྱི་ཕྱང་པོ་རི་སྤྱོད་ཅིག་ཡོད་ཀྱང་རྩལ་ཐུན་ཙམ་  
ཞིག་བྱིར་དབང་མེད། མའི་མངལ་ནས་ལྟན་ཅིག་སྦྱེས་པའི་ཤ་རུས་འདི་ཡང་  
འདོར་དགོས་ན་གཞན་ལྟ་ཅི་སྦྱོས། དེས་ན་སྤྱོད་ཆད་མ་ཤི་བ་སྒྲ་མ་དགོན་  
མཆོག་གི་ཐུགས་རྗེར་འདུག །

ད་ནི་དེ་རིང་རང་འཆི་ཉིན་ཡོད་པས་འཆི་གྲབས་ཤིག་བྱ་དགོས། འཆི་

གྲམས་ནི་ཆེ་འདིའི་བསམ་སྒྲུབ་ཐམས་ཅད་དོར་ཏེ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
 རིན་པོ་ཆེ་ལ་བག་ཆགས་ཅི་ཐེབས་ཀྱི་ངང་ནས་འཆི་ཐུབ་པ་ཞིག་བྱའོ། །དེ་  
 ལྟར་བྱེད་ཀྱས་པར་སྒྲུབ་ལྟས་བྱེན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། ཞེས་གསོལ་བ་  
 རྒྱགས་ཐག་ཏུ་གདབ་བོ།

གསུམ་པ་མཐུག་ཏུ་ཇི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་ནི་སྤར་བཞིན་ཡིན་ལ།  
 གཉིས་པ་ཐུན་མཆམས་སུ་ཇི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་ནི། མི་རྟག་པ་སྟོན་པའི་  
 གསུང་རབ་དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པ་ལྟ་བ་དང་། དཔྱད་ཤེས་དང་ལྡན་པའི་  
 སྟོན་སྒྲུབ་དབང་པོའི་སྟོན་སྒྲུབ་པ་སོགས་སྤར་བཞིན་དང་། དེ་དག་ཐམས་ཅད་  
 གྱང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་སྒྲུབ་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་འགྱུར་བར་བྱའོ།

གསུམ་པ་ལས་འབྲས་བསམས་པའི་སྟོན་སྒྲུབ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྟོན་པ་ལ་  
 བསྐྱར་བ།

གསུམ་པ་ལས་འབྲས་བསམས་པའི་སྟོན་སྒྲུབ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
 སྟོན་པ་ལ་བསྐྱལ་བ་ལ་གཉིས། ཐུན་གྱི་ངོ་བོ་ལ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་དང་། ཐུན་  
 མཆམས་སུ་ཇི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལ་སྒྲུབ་དངོས་མཐུག་གསུམ་  
 ལས། དང་པོ་སྒྲུབ་པའི་ཆོས་བླ་མ་ནི་སྤར་བཞིན་ཡིན་ལ།

གཉིས་པ་དངོས་གཞི་ལ་གསུམ། ངན་འགྲོའི་སྤྱད་བསྐྱལ་བསམས་  
 ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྟོན་པ་ལ་བསྐྱལ་བ་དང་། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་  
 སྐབས་སུ་འགྲོ་བའི་སྟོན་སྒྲུབ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྟོན་པ་ལ་བསྐྱལ་བ་དང་།



ལས་འབྲས་ནས་ཡང་བསྐྱུ་བ་མེད་པའི་ཚུལ་བསམས་ནས་བྱང་ཚུབ་གྱི་  
 སེམས་སྒོམ་པ་ལ་བསྐྱུལ་བའོ། །དང་པོ་ནི་སྤྱི་བོར་སྒྲ་མ་ལྟ་སྒོམ་བཞིན་པའི་  
 ངང་ནས་འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ། རྟེན་པར་དཀའ་ཞིང་རྟེན་ན་དོན་ཆེ་བའི་དལ་  
 འགྱུར་གྱི་རྟེན་འདི་སྤྱར་དུ་འཛིག་ཅིང་། ཞིག་པའི་འོག་ཏུ་ཡང་ནས་མཁའ་ལ་  
 སྤྱོན་དེངས་པ་འམ་མར་མེ་ཤི་བ་བཞིན་རང་གི་ནམ་ཤེས་རྒྱན་ཆད་པར་མི་  
 འགྱུར་བས་ཡང་སྤྱི་བ་ཞིག་ལེན་དགོས། སྤྱི་ས་ཡང་ངན་འགྲོ་དང་བདེ་འགྲོ་  
 གཉིས་ལས་མ་འདས་ཤིང་། དེ་གཉིས་གང་དུ་སྤྱི་རང་ལ་རང་དབང་མེད་གྱི།  
 ལས་དཀའ་ནག་གིས་གང་འཕངས་པ་བཞིན་ཏུ་སྤྱི་བ་ལེན་དགོས་ལ། རང་  
 ཅག་གིས་ནི་ལས་ནག་པོ་བསགས་པ་ལ་ཆད་མེད་ཅིང་དཀའ་པོའི་ལས་ནི་  
 བསགས་པ་ཉིང་། ནག་པོའི་ལས་སྤྲ་མོ་རེས་ཀྱང་ངན་སོང་དུ་འཕེན་པར་བྱེད་  
 ན་འགྲོ་ས་ངན་སོང་ལས་མ་འདས་འདུག་པས། དེར་སྤྱིས་ན་གནས་སྐབས་  
 ཅི་འདྲ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་སྟམ་དུ་ངན་འགྲོའི་སྤྱག་བསྐྱུལ་ཡང་དང་ཡང་དུ་བསྒོམ་  
 པར་བྱ་དགོས་པ་ནི།

མགོན་པོ་སྤྱ་སྤྱུ་བ་གྱིས། རབ་ཏུ་ཆ་ཞིང་གང་བ་ཡི། །དཔྱུལ་བ་ཉི་མ་  
 གཅིག་བཞིན་ཅན། །བཤེས་སྒོམ་དག་གིས་རིད་པ་ཡི། །ཡི་དྲགས་དག་ཀྱང་  
 ཅན་པར་བྱ། །ཚྱངས་པའི་སྤྱག་བསྐྱུལ་རབ་མང་བའི། །བྱོལ་སོང་བལྟ་ཞིང་  
 ཅན་པར་བྱ། །དེའི་རྒྱ་ནམ་སྤང་བདེ་རྒྱ་སྤྱད། །ཐོབ་དཀའ་འཇམ་སྤིང་མི་ཡི་  
 ལུས། དེ་ཐོབ་དུས་སུ་ངན་སོང་རྒྱ། །རབ་ཏུ་བསྐྱེམས་ཏེ་གཅད་པར་བྱ།  
 །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་འོ། །དེ་ལྟར་ངན་འགྲོའི་སྤྱག་བསྐྱུལ་ཡང་ཡང་

བསམས་ན་ནི།      དེའི་རྒྱ་སྒྲིག་པ་སྟོང་ཞིང་དགེ་བ་སྐྱབ་པ་ལ་འདུག་པར་  
འགྱུར་བས་གནད་ཤིན་ཏུ་ཆེནོ། །

     དེས་ན་ངན་འགྲོའི་རྒྱག་བསྐྱེད་བསམས་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
སྒོམ་པ་ལ་བསྐྱེད་བསྐྱེད་གསུམ།

དཔྱལ་བའི་རྒྱག་བསྐྱེད་བསམས་པའི་སྒོ་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྒོམ་པ་ལ་  
བསྐྱེད་བ།

     དཔྱལ་བའི་རྒྱག་བསྐྱེད་བསམས་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྒོམ་པ་  
ལ་བསྐྱེད་བ་དང་།      ཡི་དྲགས་ཀྱི་རྒྱག་བསྐྱེད་བསམས་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
སེམས་སྒོམ་པ་ལ་བསྐྱེད་བ་དང་།      དུང་འགྲོའི་རྒྱག་བསྐྱེད་བསམས་ནས་  
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྒོམ་པ་ལ་བསྐྱེད་བའོ།།

     དང་པོ་ནི་སྤྱི་བོར་སྒྲ་མ་ལྟ་སྒོམ་བཞིན་པའི་ངང་ནས་འདི་ལྟར་བསམ་  
སྟེ། དལ་འགྱོར་གྱི་ཉེན་འདི་དེ་རིང་རང་མི་འཇིག་པའི་གདང་གང་ཡང་མེད་  
ལ།      དེ་རིང་ལྟ་བུ་ཤི་ནས་དཔྱལ་བར་ལྷུང་ན་ནི་དེའི་རྒྱག་བསྐྱེད་བཟོད་  
སྒྲགས་མེད་པ་ཡོད་དེ། ད་ལྟའི་འདུག་ས་འདི་ནས་དཔག་ཆད་སུམ་ཁྲི་ཉིས་  
སྟོང་གི་འོག་ན་དཔྱལ་བ་ཡང་སོས་ཡོད། དེ་ནས་དཔག་ཆད་བཞི་སྟོང་གིས་  
ཆོད་པ་ན་ཐིག་ནག །དེ་ནས་བཞི་སྟོང་ན་བསྐྱེད་འཇོམས། དེ་ནས་བཞི་སྟོང་  
ན་ཏུ་འབོད། དེ་ནས་བཞི་སྟོང་ན་ཏུ་འབོད་ཆེན་པོ། དེ་ནས་བཞི་སྟོང་ན་ཆ་བ།  
དེ་ནས་བཞི་སྟོང་ན་རབ་ཏུ་ཆ་བ། དེ་ནས་བཞི་སྟོང་ན་མནར་མེད་ཡོད་པར་

གསུངས་ལ། ཆ་དཔྱལ་བརྒྱད་པོ་དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་འོག་གཞི་ལྷགས་  
བསྐྱེད་པ་གྱི་ས་གཞི་མེ་འབར་བ་ལ་སྟག་གི་སྟོང་ན་དཔྱལ་སྤྲུང་འཇིགས་སུ་  
རུང་བ་མང་པོས་གཞོན་པ་ཡང་བ་རྣམས་སྒྲ་ཆོགས་གྱིས་འཆེ་བ། དཔྱལ་  
བའི་ལུས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ཞིང་ཡང་བ་དཔྱལ་སྤྲུང་རྣམས་གྱིས་མཆོན་ཆ་སྒྲ་  
ཆོགས་པས་དུམ་བུ་སྟོང་དུ་གཤེག་པ། འགའ་ཞིག་ལྷགས་གྱི་རི་བོའི་བར་དུ་  
འཆོར་བ། འགའ་ཞིག་ལྷགས་གྱི་གཏུན་བུས་བརྒྱང་བ། འགའ་ཞིག་ལུས་ལ་  
ཐེག་ནག་པོ་བཏབ་ནས་དུམ་བུ་སྟོང་དུ་གཤེག་པ། འགའ་ཞིག་ལྷགས་ལེབ་  
མོ་མེ་འབར་བས་ལུས་དགྱི་བ། འགའ་ཞིག་ལྷགས་བསྐྱེད་པ་གྱི་སྟོང་དུ་གན་  
རྒྱལ་དུ་བསྐྱེད་ནས་ཁྲོ་ཆུ་འབར་བ་ཁར་ལྷགས་པ། འགའ་ཞིག་ལུས་བྱིངས་  
དང་སྟག་པར་ལྷེ་རིང་པོ་སྟོགས་བཞིར་བརྒྱངས་ནས། དེའི་སྟོང་དུ་ལྷགས་གྱི་  
ཐོང་གཤོལ་འབར་བས་ཆོ་བ། འགའ་ཞིག་ལྷགས་ཁང་སྒོ་མེད་མེ་འབར་བའི་  
ནང་དུ་བསྐྱེད་པ། ལ་ལ་ལྷགས་ཁང་དེ་འདྲ་ཉིས་རིམ་གྱི་ནང་དུ་བཅུག་སྟེ་  
བསྐྱེད་པ། འགའ་ཞིག་ལྷགས་གྱི་གསལ་ཤིང་གིས་འཕོངས་ནས་སྐྱེ་བོའི་  
བར་ལྷག་སྟེ་གསལ་ཤིང་ལས་མེ་འབར་བས་ལུས་གྱི་ནང་ནས་བསྐྱེད་པ།  
འགའ་ཞིག་ལྷགས་ཟངས་ཆེན་པོ་ཁྲོ་ཆུས་གང་བའི་ནང་དུ་བཅུག་ནས་ལ་  
རུས་དུམ་བུ་སྟོང་དུ་ཞིག་པར་འཆོད་པ། འགའ་ཞིག་ལུས་ལ་མེ་འབར་བ་  
མར་མེའི་སྟོང་བུ་བཞིན་དུ་ལུས་ཐམས་ཅད་མེ་འབར་བའི་རང་བཞིན་དུ་སོང་  
བས། མེའི་ནང་ནས་འཇིགས་པའི་སྐྱད་དན་ལྟང་ལྟང་བ་གྲག་པས་སེམས་  
ཅན་དུ་ཤེས་པ་ཅུ་ལས་དཔྱལ་བའི་མེད་དང་ལུས་དབྱེར་མེད་ལྟ་བུར་སོང་

སྟེ་སྤྱག་བསྐྱེད་དག་པོ་རྩལ་པ་མི་བཟད་པ་དཔེ་བྱ་བར་དགའ་བ་རྒྱན་མི་  
འཆད་པར་སྤྱོད་བར་གསུང་། ཆ་དཔྱུལ་བརྒྱད་པོ་དེའི་མཐའ་སྒྲོར་ལ་མེ་མ་  
ཐུར་གྱི་འོབས་དང་། རོ་སྤྱགས་གྱི་འདམ་དང་། སྤྱ་གྱིའི་ལམ་སོགས་དང་། རྩ་  
སྤྱང་རབ་མེད་ཅེས་བྱ་བའི་ཉེ་འཁོར་བ་བཞི་བཞི་ཡོད་པར་གསུངས་ཏེ། དེ་  
དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྤྱག་བསྐྱེད་བཟོད་སྤྱགས་མེད་པས་མནར་བཞིན་པའོ།།  
ཆ་དཔྱུལ་བརྒྱད་པོ་དེའི་ཐད་སོ་བྱང་སྤྱོགས་ན་དཔག་ཆད་ཁྱི་སྤྱག་རེའི་པ་  
རོལ་ན་གང་དཔྱུལ་བརྒྱད་ཡོད་པར་གསུངས་ལ།

དེ་ཡང་ས་འདི་ནས་དཔག་ཆད་སྤྱུལ་ཁྱི་ཉིས་སྟོང་གི་འོག་ན་རྩ་བུར་  
ཅན། དེ་ནས་དཔག་ཆད་ཉིས་སྟོང་ཉིས་སྟོང་གིས་ཆོད་པ་ན་རྩ་བུར་རྡོལ་བ།  
སོ་ཐམ་ཐམ་བ། གྱི་རྩང་ཟེར་བ། ཨ་རྩ་ཟེར་བ། རྩུལ་ལྟར་གས་བ། བརྩ་  
ལྟར་གས་བ། བརྩ་ལྟར་ཆེར་གས་བ་སྟེ་གང་དཔྱུལ་བརྒྱད་ཡོད་པར་  
གསུངས་ལ། གང་དཔྱུལ་བརྒྱད་པོ་དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་འོག་གཞི་འབྲུག་རོམ་  
གྱི་དབུས་སུ་རྩུད་བ། འོགས་ཐམས་ཅད་གངས་རིས་བསྒྲོར་བ། སྟོང་ནས་ཁ་  
བ་བྱ་ཡུག་འཇུག་བཞིན་བ། ཐུན་པ་ཤིན་ཏུ་གནག་པས་རང་གི་ལག་པ་  
བརྒྱང་བསྐྱེད་ཡང་མི་མཐོང་བ། འཛིགས་སུ་རྩང་བ་ཡང་བའི་གནས་དེར་  
ལུས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་འབྲུག་རོམ་ནང་ན་གང་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་སྤྱགས་  
མེད་པས་གདུངས་ཏེ་ལུས་དུམ་བུ་སྟོང་དུ་གས་བ། འབྲུག་རོམ་གྱི་ཁྲིད་ནས་  
སྤིན་བུ་ལྷགས་གྱི་མཆུ་ཅན་དུ་མས་ལུས་ལྷག་སྟེ་རུས་པ་དང་རྐང་ལ་སྤྱག་  
གི་བར་བ་བར་བྱེད་པ་སོགས་སྤྱག་བསྐྱེད་བཟོད་གྱིས་མི་ལང་བ་སྤྱོད་བར་

གསུང་།

མདོར་ན་དཔྱལ་བའི་གནས་དེ་ན་ཡིད་དུ་འོང་བའི་དངོས་པོ་རྩལ་ཕྱན་  
 ཅམ་ཡང་མེད་ཅིང་། བདེ་བའི་སྐབས་སྐད་ཅིག་ཀྱང་མེད་པ། སྤྱག་བསྐྱལ་  
 བརྒྱ་ཕྱག་དུ་མས་མནར་བ། ཆ་དཔྱལ་བ་དང་གང་དཔྱལ་བ་དེ་དག་གི་སྤྱག་  
 བསྐྱལ་ནི་དཔྱལ་བ་པ་ཁོ་རང་གིས་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བ་མ་གཏོགས་གཞན་  
 གྱིས་བརྗོད་པར་མི་རུས་པར་གསུང་། མི་ཡུལ་གྱི་སྤྱག་བསྐྱལ་ཐམས་ཅད་  
 བསྐྱོམས་ཀྱང་དཔྱལ་བའི་སྤྱག་བསྐྱལ་སྤྲ་མོ་གཅིག་ལས་ཀྱང་ཆུང་། ཆ་  
 དཔྱལ་བ་རྣམས་ལ་མི་ཡུལ་གྱི་མེས་རེག་ན་ཆད་བས་གདུངས་པ་ལ་ཆུ་  
 གཏོར་བ་ལྟ་བུའི་བསེལ་བའི་ཉམས་ཡོད་པར་གསུང་། དེ་འདྲ་བའི་དཔྱལ་  
 བའི་གནས་སུ་སྤྱང་ན་ནི་སྐད་ཅིག་ཅམ་ཡང་བདེ་བའི་སྐབས་མེད་ཅིང་།  
 ཆོས་ཆོག་གཅིག་སེམས་པ་དང་། དག་སེམས་སྤྲ་མོ་རེ་ཡང་སྐྱེ་བར་དཀའ་  
 ན་ཐེག་པ་མཆོག་གི་ལམ་གྱི་སྤྱིང་པོ་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ལ་སྒོ་  
 སྤྱོད་བའི་གོ་སྐབས་ག་ལ་ཡོད། དེས་ན་ད་ལྟ་དལ་འབྱོར་ཕུན་སུམ་ཆོགས་  
 བའི་སྐབས་འདིར་ཐེག་པ་མཆོག་གི་ལམ་གྱི་སྤྱིང་པོ་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་  
 རིན་པོ་ཆེ་བསྐྱོམ་པ་ལ་སྐྱེས་བུའི་རྩལ་ཅི་ཡོད་ཀྱིས་འབད་པར་བྱའོ། །

དེ་ལྟར་བྱེད་རུས་པར་སྤྲ་མ་ལྟས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ། ཞེས་  
 གསོལ་བ་བྱུགས་ཐེག་དུ་གདབ་པོ།



གཉིས་པ་ཡིད་དྲགས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་བསམས་པའི་སྒོ་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
སྒོམ་པ་ལ་བསྐྱེད་བ།

གཉིས་པ་ཡིད་དྲགས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་བསམས་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
སེམས་སྒོམ་པ་ལ་བསྐྱེད་བ་ནི། སྤྱི་བོར་སྒྲ་མ་ལྟ་སྒོམ་བཞིན་པའི་ངང་ནས་  
འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ། རང་ཉིད་དེ་རིང་ལྟ་བུ་ཤི་ནས་ལས་ངན་པའི་དབང་གིས་  
ཡིད་དྲགས་ཀྱི་གནས་སུ་ལྷུང་ན་སྤྱག་བསྐྱེད་བཅོད་སྒྲགས་མེད་པ་སྤྱོད་དགོས་  
ཏེ། དེ་ཡང་བྱངས་གོག་མེས་བསྐྱེད་པ་ལྟ་བུའི་གནས་ཡིད་དུ་འོང་བའི་  
དངོས་པོ་ཆུང་བྱང་ཡང་མེད་པ། གཞོད་པ་རྣམ་པ་མང་བོས་གང་བ། གཙོང་  
རོང་བཅའ་ལ་སོགས་པའི་ཤིན་ཏུ་ཉམ་ང་བའི་གནས་ན། །སྟོབ་རི་ཅམ་ལ་  
མགྲིན་པ་ཏྲ་ར་ཅམ། ཀླང་ལག་འཇག་མ་ཅམ་ཡོད་པ། མགོ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ།  
སྒྲས་ལུས་ཐམས་ཅད་ཁེབས་པ། སྤྱོད་དུ་མ་མེས་ཆིག་པ་ལྟ་བུ་ཤིན་ཏུ་ཡང་  
བའི་ལུས་ཅན། ཀླང་ལག་གིས་ལུས་མི་ཐེག་པར་ས་ལ་འདྲེ་སྒྲིག་ཅིང་རྒྱ་བ།  
སྒྲ་བ་ཆེན་པོ་བྲག་རི་འབྱར་དུ་དོད་པ་ལྟ་བུ་ལས་རྣག་ཁྲག་མང་དུ་འཛིག་པ།  
ཁ་ཁབ་མིག་ཅམ་ལས་མེད་པ། བཀའ་སྒོམ་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱིས་ཆེར་  
གདུངས་ཏེ་ཁོང་པ་ནས་མི་འབར་བ། ལོ་བརྒྱའི་བར་དུ་བས་བཅའ་ཀྱང་རྒྱ་  
ཐེགས་ཅམ་ཡང་རྙེད་དཀའ་བ། བརྒྱ་ལ་རྒྱང་མ་ནས་རྒྱ་མཐོང་བ་ན་འབྱང་  
བར་འདོད་ནས་སྤྱོད་པ་དེར་སྤྱིན་པ་ན་རྒྱ་མེད་པར་མཆོན་ཆའི་ཆར་འབབ་  
པ་དང་། འགའ་ཞིག་ལ་སྤྱིན་ནས་རྒྱ་སྤྱོད་སིང་རི་བར་འབབ་ཀྱང་ལས་ངན་ཅན་

དེ་སྤྱིང་པ་ཐག་ཆུ་ནག་ཁྲག་ཏུ་འགྱུར་བ་དང་། མཆོན་ཆའི་ཕྱང་བོར་འགྱུར་བ་  
སོགས་ཡང་བཟུངས་ཏུ་འགྱུར་བས། ཆུ་མི་སྤྲོད་བའི་ཁར་འཛིགས་པ་དང་  
གཞོན་པ་བརྒྱ་ཕྱག་དུ་མས་གཅེས་ནས་སྤྱག་བསྐྱེད་བ་དང་། དཔྱིད་དུས་ཆ་  
བའི་ཆེན་ཆོས་བའི་འོད་ལ་སོགས་པ་ནམས་ཀྱང་ལས་ངན་ཅན་དེ་ལ་མེ་འོད་  
ལྷ་བུའི་རེག་བྱ་ཤིན་ཏུ་ཆ་བར་གྱུར་ནས་ལུས་གདུང་བ་དང་། དགུན་དུས་  
གང་བའི་ཆེན་ཉི་འོད་ལུས་ལ་ཐོག་ན་ཡང་གང་བའི་རེག་བྱར་གྱུར་ནས་  
ལུས་གང་བའི་རེག་པས་ཀྱན་ནས་གདུང་བ་སོགས་སྤྱག་བསྐྱེད་བརྗོད་ཀྱིས་  
མི་ལང་བ་སྤྲོད་དགོས་པར་གསུངས་པས། སྤྱག་བསྐྱེད་དེ་དག་རང་ཐོག་ཏུ་  
བབ་ན་ཅི་ཅུག་གེད། གནས་དེར་ལྷུང་ན་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་བརྗོད་སྒྲགས་མེད་  
པས་རྒྱན་དུ་མནར་ནས་དག་སེམས་སྤྲོ་མོ་རེའང་རྒྱད་ལ་སྦྱེ་བ་དཀའ་ན།  
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ལ་སྒོ་སྤྲོད་བའི་གོ་སྐབས་ག་ལ་ཡོད། དེས་ན་  
ད་ལྟ་དལ་འབྱོར་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་སྐབས་འདིར་ཐེག་པ་མཆོག་གི་ལམ་  
ཀྱི་སྤྱིང་པོ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་བསྐྱོམ་པ་ལ་སྦྱེས་བུའི་རྩ་ལ་ཅི་  
ཡོད་ཀྱིས་འབད་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱེད་ཀྱས་པར་སྦྲེལ་ལྷས་བྱིན་གྱིས་  
བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། ཞེས་གསོལ་བ་འབྲགས་ཐག་ཏུ་གདབ་བོ།

གསུམ་པ་དུད་འགྲོའི་སྤྱག་བསྐྱེད་བསམས་པའི་སྒོ་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
སྐྱོམ་པ་ལ་བསྐྱེད་བ།

གསུམ་པ་དུད་འགྲོའི་སྤྱག་བསྐྱེད་བསམས་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་

སྒྲོམ་པ་ལ་བསྐྱལ་བ་ནི། སྤྱི་བོར་སྒྲུ་མ་ལྟ་སྒྲོམ་བཞིན་པའི་ངང་ནས་འདི་ལྟར་  
 བསམ་སྟེ། རང་ཉིད་དེ་རིང་ལྟ་བུ་གི་ནས་ལས་ངན་པའི་དབང་གིས་དུད་  
 འགྲོའི་སྤྱི་གནས་སུ་སྤྱང་ན་ནི་སྤྱག་བསྐྱལ་བཟོད་ལས་འདས་པ་སྤྱོད་དགོས་  
 ཏེ། དུད་འགྲོ་བྱེད་ས་ཀྱི་གནས་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོའི་ནང་ན་ཆང་གི་རྩ་སྒོད་ན་  
 གནས་པའི་སྤང་མ་བཞིན་དུ་སྤྱང་ས་ཏེ་གནས་པ། དུད་འགྲོ་ཆེ་བ་ཚུ་སྤྱན་ལ་  
 སོགས་པས་ཆུང་བ་འབྱུང་སྟག་མང་བོ་དུས་གཅིག་ལ་བྲ་བ་དང་། ཆུང་བ་  
 རྣམས་ཀྱིས་ཆེ་བའི་ལུས་སྤྱག་སྟེ་བྲ་བ་དང་། མི་ཡུལ་ན་གནས་པའི་དུད་འགྲོ་  
 རྣམས་ནི་གསོད་པ་དང་། འཆིང་བ་དང་། བརྟེག་པ་དང་། ཁུར་གྱིས་ངལ་བ་  
 དང་། སྤྱ་འབྲེག་པ་དང་། རྩོན་པས་འཆེ་བ་དང་། རང་པན་ཚུན་གཅིག་གིས་  
 གཅིག་བྲ་བ་ལ་སོགས་པ་སྤྱག་བསྐྱལ་བཟོད་ཀྱིས་མི་ལང་བ་རང་རེ་རྣམས་  
 ཀྱི་མིག་ལ་སྤྱང་བ་འདི་བཞིན་ཡིན་ལ། སྤྱག་བསྐྱལ་གཞན་ལྟ་ཞོག །རང་རེའི་  
 མིག་ལ་སྤྱང་བའི་བོང་བུ་སྤྱལ་བ་ཅན་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་མས་ཁེངས་ཏེ་ནྟག་  
 ཁྲག་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་འཇག་ཀྱང་། ད་དུད་ཐོས་བདེར་སྐྱད་ཅིག་ཀྱང་སྤྱོད་  
 དབང་མེད་པར་ཁུར་གྱིན་ཏུ་སྤྱི་བས་ནོན་ཅིང་། ད་སྤྱག་པ་སོགས་ཀྱིས་  
 བདས་ཏེ་སྤྱག་བསྐྱལ་བཟོད་སྟགས་མེད་པ་སྤྱོད་པ་འདི་འདྲ་རང་རེའི་ཐོག་ཏུ་  
 བབ་ན་ཅི་ཅུག་བྱེད། ད་ལྟ་རང་རེའི་ལུས་ལ་ཤུ་འབྱུར་སྤྱ་མོ་རེ་བྱུང་ཡང་དེ་  
 ལ་རེག་ཏུ་མི་བཟོད་པའི་སྤྱག་བསྐྱལ་འདི་འདྲ་ན། བོང་བུ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཏུ་  
 དེོས་སུ་སོང་ན་ཅི་འདྲ་བྱེད། དེ་འདྲ་ཞིག་མི་ཡོང་བའི་རང་དབང་ནི་མེད།  
 གནས་དེ་འདྲ་ཞིག་ཏུ་སྤྱང་ན་ནི་ཆོས་ཆོག་གཅིག་ཀྱང་ཐོས་པའི་སྤྱལ་བ་མེད་

ཅིང་། དགེ་སེམས་སྤྲོ་མོ་རེ་ཡང་སྐྱེ་བར་དཀའ་ན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་སྒོ་  
སྤྲོད་བའི་གོ་སྐབས་ག་ལ་ཡོད། དེས་ན་ད་ལྟ་དལ་འབྱོར་གྱི་རྟོན་ཐོབ་པའི་  
སྐབས་འདིར་ཐེག་པ་མཆོག་གི་ལམ་གྱི་སྟེང་པོ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་  
ཆེ་བསྟོམ་པ་ལ་སྐྱེས་བུའི་རྩ་ལ་ཅི་ཡོད་ཀྱིས་འབད་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱེད་  
རྒྱས་པར་སྒྲ་མ་ལྟས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། ཞེས་གསོལ་བ་ཤུགས་  
ཅག་ཏུ་གདབ་པོ།

གཉིས་པ་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐབས་སུ་འགྲོ་བའི་སྟོན་སྤྲོད་ཀྱི་  
སེམས་སྟོམ་པ་ལ་བསྐྱེད་བ།

གཉིས་པ་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐབས་སུ་འགྲོ་བའི་སྟོན་སྤྲོད་ཀྱི་  
ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྟོམ་པ་ལ་བསྐྱེད་བ་ནི། སྤྱི་བོར་སྒྲ་མ་ལྟ་སྟོམ་བཞིན་པའི་  
ངང་ནས་འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ། དེ་ལྟར་ངན་འགྲོའི་སྤྱག་བསྐྱེད་བསམས་ནས་  
འཛིགས་ཤིང་སྤྱག་པའི་སྒོ་བྱང་ན། དེ་ལས་སྐྱོབ་པའི་སྐབས་ནི་དགོན་  
མཆོག་གསུམ་ཉིད་ཏུ་ངེས་ཏེ། སྟོབ་དཔོན་ཟླ་བ་གྲགས་པས། སངས་རྒྱས་  
ཆོས་དང་དགེ་འདུན་ནི། །ཐར་པ་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱི་སྐབས། ཞེས་གསུངས་  
པ་ལྟར་རོ། །དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐབས་སུ་འགྲོ་བ་ལ་རང་ཉིད་འཁོར་བ་  
དང་ངན་སོང་གི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་སྟེང་ནས་འཛིགས་པ་ཞིག་དང་། དགོན་  
མཆོག་གསུམ་ལ་དེ་ལས་སྐྱོབ་པའི་རྒྱས་པ་ཡོང་བར་ཡིད་ཆེས་པ་གཉིས་  
ཆོང་ན་སྐབས་འགྲོའི་རྒྱ་ཆོང་ལ། དེ་གཉིས་གང་རུང་ཞིག་མེད་ན་སྐབས་

འགྲོའི་རྒྱ་མི་ཆང་བས་སྐྱབས་འགྲོ་ནམ་དག་ཏུ་མི་འགྱུར་རོ། །

དེ་ཡང་འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་གི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་འཇིགས་པ་མེད་ན་  
 སྐྱབས་འགྲོ་བྱེད་ཁུལ་ཅི་བྱས་ཀྱང་ཆིག་ཙམ་དུ་འགྲོ་སྟེ། རང་འཁོར་བའི་  
 སུན་ཆོགས་ལ་སྦྱང་ནས་ཞེན་བཞེན་དུ་འདི་ལས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ་བྱས་ཀྱང་  
 ཆིག་ཙམ་ལས་འོས་ཅི་ཡོད། དོན་དུ་ན་ཁ་ཞེ་མི་མ་སྤྱན་བའི་ཆིག་ཡིན་པས་  
 དེ་འདྲ་ལ་དགོན་མཆོག་གི་བྱིན་རླབས་ག་ལ་འདུག །སེམས་ཆེ་འདིའི་སྦྱང་  
 བཀྱར་སྦྱན་གྲགས་ལ་ཆགས་ནས་ཅི་བྱེད་དེའི་ཐབས་སུ་བྱེད་བཞེན་དུ་ཁ་  
 ནས་འཁོར་བ་ལས་ཐར་བར་མཛད་དུ་གསོལ་བྱས་ཀྱང་ཅི་འདྲར་འགྱུར་བ་  
 འདུག །ད་ལྟ་རང་རེ་ཚུལ་འཆོས་ཀྱི་ན་བཟས་བསྐྱིབས་པ་མ་གཏོགས་  
 གསལ་པོར་བསྟན་ན་ཨྲ་ཙ་རྩ་མ་རྩུ་དང་འདྲ་གསུང་། དེ་ནི་སྡོན་དུས་རྩ་སྦྱང་  
 དུ་རྩོ་བོའི་སྐྱུ་གདུང་བཞེད་དུས་བཟོ་བོ་ཨྲ་ཙ་རྩ་མ་རྩུ་བྱ་བ་དེ་ཆོས་བཙུ་ལྷའི་  
 ཟླ་བ་ཤར་བ་ན་དུ་སྐད། བྱིན་ཅི་ལ་དུ་བྱས་པས། ད་ཙམ་ན་རེད་ཀྱི་ཡུལ་ན་  
 རང་མི་རྣམས་ཅེད་མོ་རྣམ་པ་མང་པོ་བྱེད་པ་བྱེད་ཟེར། འོ་ན་བྱིན་ད་ལྟ་རང་  
 སངས་རྒྱས་པ་དང་བྱ་སྦྱང་དང་སྦྱང་པ་གང་འདམ་བྱས་པས། ཁོ་ན་རེ་བྱ་  
 སྦྱང་དང་སྦྱང་པ་འདམ་ཟེར་ལོ། དེ་བཞེན་དུ་རང་ཅག་ཀྱང་ཁ་མི་གསལ་བ་མ་  
 གཏོགས་སེམས་ཀྱི་སྤྱགས་ཁོ་དང་བྱེད་པར་ཅི་ཡོད། ཆེ་འདིའི་མིག་ཉེ་སྤྱོད་  
 རེ་མཐོང་ཙ་ན་ཆོས་སྦྱོས་གཏོང་པོད་པ་འདི་ག་ཡིན་ལོད། གཞན་ལྟ་ཞོག  
 །ཁྱོད་གསེབ་ནས་སྦྱིན་བདག་ཞོར་ཆེ་བ་ཞིག་གིས་གཞིན་ཆོག་གམ་རིམ་གྱི་  
 ཞིག་ལ་བོས་ན། རང་གི་དགོ་སྦྱོར་སྦྱོས་བཏང་ནས་གཏོར་རྩྱེད་པའམ།



སངས་རྒྱལ་གྱི་གོ་འཕང་ཞིག་དེ་ན་ཡོད་པ་ལྟར་དུ་དགའ་བཞིན་དུ་རྒྱག། ཟླ་  
བ་རེའི་འཆོ་བ་ཙམ་ཞིག་གི་མིག་ཉི་མཐོང་ཆེ་སྒྲ་མའི་ཆོས་གྲུའི་ཁྲིད་ནས་  
ཀྱང་འགྲོ་ཐོད་པ་ཙམ་གྱེད། མདོར་ན་རང་རེ་རྣམས་ཀྱི་སྤྲོད་པ་འདི་ལ་ཞིབ་  
ཏུ་བརྟགས་ན་དེ་འདྲ་ཤ་སྟག་ཏུ་སྒྲུང་རོ། །དཀོན་མཆོག་ལ་ཡིད་ཆེས་པའི་  
དད་པ་ཞིག་མེད་ན་ཡང་སྐྱབས་འགྲོ་རྣམ་དག་ཏུ་མི་འགྱུར་ཏེ། ཡིད་མ་ཆེས་  
ན་སྒོ་འགལ་བ་མི་ཡོང་། སྒོ་མ་ཁེལ་ན་སྤྲོད་ནས་སྐྱབས་སུ་སོང་བར་ག་ལ་  
འགྱུར།

དེས་ན་ཐོག་མར་སྐྱབས་འགྲོའི་རྒྱ་གཉིས་པོ་འདི་ལ་འབད་བ་གནད་  
ཆེའོ། །གང་ལ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བའི་ཡུལ་ནི། སྟོན་པ་སངས་རྒྱལ་དང་། དེས་  
བསྟན་པའི་ཡུང་རྟོགས་ཀྱི་ཆོས་དང་། ཆོས་དེ་ཚུ་ལ་བཞིན་དུ་སྐྱབ་པའི་  
འཕགས་པའི་དགོ་འདུན་རྣམས་ཁོ་ན་བསྐྱབ་བ་མེད་པའི་སྐྱབས་ཡིན་གྱི།  
འཛིག་ཏེན་གྱི་ལྷ་མཐུ་བོ་ཆེ་རྣམས་དང་། དེ་དག་སྐྱབས་སུ་འཛིན་པའི་ལུ་  
སྟེགས་པ་རྣམས་དང་། ཆོས་ལོག་པར་སྟོན་པའི་མི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉིན་  
རྣམས་དང་། དེ་དག་གིས་བསྟན་པའི་ཆོས་ལྟར་སྒྲུང་རྣམས་དང་། ཆོས་འདི་  
ལས་སྤྱི་རོལ་ཏུ་གྱུར་པའི་གྲོགས་ངན་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མི་གཟུང་སྟེ།  
མཐར་ཐུག་གི་སྐྱབས་སུ་འགྱུར་བ་ལ་རང་ཉིད་འཛིགས་པ་ཐམས་ཅད་ལས་  
གྲོལ། གཞན་འཛིགས་པ་ལས་སྒྲོལ་བའི་ཐབས་ལ་མཁས། ཀུན་ལ་ཐུགས་རྗེ་  
ཆེན་པོ་ཉི་རིང་མེད་པར་འཇུག་པན་བརྟགས་མ་བརྟགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་  
མཛད་པ་ཞིག་དགོས་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་ཡོན་ཏན་བྱུང་པར་ཅན་རྣམས་ཆང་བ་ནི་

སྟོན་པ་སངས་རྒྱལ་ཉག་གཅིག་ཡིན་གྱི། འཇིག་རྟེན་གྱི་ལྷ་མ་ཐུ་བོ་ཆེ་  
 སོགས་ལ་ཡོན་ཏན་དེ་དག་གི་ནང་ནས་སྣ་གཅིག་ཀྱང་མེད་དོ། །དེས་ན་སྟོན་  
 པ་སངས་རྒྱལ་ཁོ་ན་བསྐྱུ་བ་མེད་པའི་སྐྱབས་སུ་ངེས་ལ། དེ་ངེས་ན་དེས་  
 བསྐྱུ་བའི་ཆོས་དང་། ཆོས་དེ་ཚུལ་བཞིན་དུ་སྐྱབ་པའི་དགེ་འདུན་རྣམས་  
 ཀྱང་སྐྱབས་སུ་ཡིད་ཆེས་པར་འགྱུར་བས། དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་ཡོན་  
 ཏན་སྟོན་དུ་མ་ནས་བྱུང་བར་བྱས་ཏེ་ཡང་དང་ཡང་དུ་བསམས་ལ། དང་བ་དང་  
 ཡིད་ཆེས་པའི་དད་པ་ཅི་འཕེལ་བྱ། འཇིགས་པ་དང་གྲུས་པ་བྱས་པོས་ཀྱན་  
 རས་བསྐྱངས་ཏེ་རེ་ས་གཞན་ན་མེད་པའི་སྟོ་སྟོས་བཅོས་ལ་སྦྱང་ཐག་པ་ནས་  
 སྐྱབས་སུ་འགོ་བར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་སྐྱབས་སུ་འགོ་ཚུལ་ནི། དགོན་མཆོག་  
 གསུམ་སོ་སོའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་ཤེས་པར་བྱས་ལ། ཡང་དང་ཡང་དུ་ཡིད་ལ་  
 བྱས་ཏེ་ངེས་ཤེས་ཅི་འཛོངས་དང་ཡིད་ཆེས་གྱི་དད་པ་ཅི་རྟེན་བྱ། དགོན་  
 མཆོག་གསུམ་སོ་སོའི་ངོ་བོ་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་པ་དང་། སོ་སོའི་བྱད་པར་དང་།  
 སོ་སོར་གྲུས་པ་དེ་ལྟར་བསྐྱོམ་པ་དང་། སོ་སོར་མཆོད་པ་དེ་ལྟར་བྱ་བ་དང་།  
 དགོན་མཆོག་གསུམ་དང་དེ་ལས་སྤྱི་རོལ་དུ་གྱུར་པ་རྣམས་གྱི་མཆོག་དམན་  
 གྱི་བྱད་པར་རྣམས་ཞིབ་དུ་ཤེས་པར་བྱས་ལ། སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་  
 གྱིས་དབྱད་ནས་ངེས་པ་བརྟན་པོ་བཅུ་ལ་ལ་བདུད་དང་སྒྲིག་པའི་གྲོགས་པོ་  
 སོགས་གྱིས་སྟོ་གཞན་དུ་བསྐྱུར་མི་ཐུབ་པ་ཞིག་བྱའོ། །

དེ་ལྟར་ངེས་པ་འབྲང་པ་ཞིག་བྱུང་ན་ནི་ཤིན་ཏུ་བསྐྱབས་ཏེ། ཐོག་མེད་  
 རས་མ་གོམས་པས་རེ་ཞིག་སྟོ་བཅོས་ནས་འཇུག་པའང་དགའ་ཡང་། འབད་

ནས་གོམས་པ་ན་དགོན་མཆོག་གསུམ་རྗེས་སུ་བྲན་པ་ལ་ངང་གིས་འཇུག་  
པ་དང་། རྗེས་སུ་བྲན་པའི་སངས་རྒྱས་དེ་འདྲ་ཞིག་བདག་གིས་ཀྱང་ཐོབ་ན་  
ཅི་མ་རུང་སྟམ་དུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྐྱེ་བ་དང་། ཉིན་མཆོན་ཀྱན་ཏུ་སངས་  
རྒྱས་ཡིད་ཡུལ་དུ་སྒྲུང་བར་འགྱུར་བ་དང་། རྒྱུན་ཅི་བྱང་ཡང་དགོན་མཆོག་  
གསུམ་རྗེས་སུ་བྲན་པ་ལས་མི་ཉམས་པར་འགྱུར་བ་སོགས་ཡོན་ཏན་མཐའ་  
ཡས་པ་ཞིག་མདོ་ལས་གསུངས། དེ་ལྟར་ངས་པ་བརྟན་པོ་བཅའ་ལ་སྟོན་པ་  
སངས་རྒྱས་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་འགོད་པའི་ལམ་སྟོན་པ་པོ་ནམ་ཡང་  
བསྐྱུ་བ་མེད་པའི་སྐྱབས་སུ་འཛིན་ཅིང་རང་ཉིད་ཀྱང་མ་གྲན་སེམས་ཅན་  
ནམས་ཀྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཅི་ནས་ཀྱང་ཐོབ་  
པར་བྱ་སྟམ་དུ་ཡི་དམ་བཅའ། རང་གིས་གང་ཉམས་སུ་སྒྲུང་རྒྱའི་ཐེག་པ་  
ཆེན་པོའི་ལམ་ཀྱི་རིམ་པ་འབྲས་བུ་ཆོས་ཀྱི་སྐུ་དང་བཅས་པར་རང་གི་ཐོབ་  
བྱུང་འཛིན་ཅིང་སྒྲིང་ཐག་པ་ནས་སྐྱབས་སུ་བབྱུང་སྟེ་ལམ་འབྲས་བུ་དང་  
བཅས་པ་དེ་དག་མདོན་དུ་བྱ་བའི་ཡི་དམ་བཅའ། ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་སེམས་  
དཔའ་ཆེན་པོ་ནམས་ལ་ལམ་མཐུན་པའི་གྲོགས་དང་ལམ་སྒྲ་འདྲེན་པ་པོར་  
བབྱུང་ནས་སྒྲིང་ཐག་པ་ནས་སྐྱབས་སུ་འགོ་ཞིང་། སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་དེ་  
དག་གི་རྗེས་སུ་སྟོབ་པའི་ཡི་དམ་བརྟན་པོ་བཅའ། །

དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་བའི་བསྐྱབ་བྱ་ནི། སངས་  
རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སུ་འཛིན་པ་ནི་ཆོས་སྟོན་པ་པོ་ལ་སྐྱབས་སུ་འཛིན་པ་ཡིན་  
པས། ལམ་མ་ཁོར་བར་སྟོན་པའི་བཤེས་གཉེན་ལ་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་

བར་བཟུང་ནས་བསྟེན་པ་ཞིག་དགོས་སོ། །ཆོས་ལ་སྐྱབས་སུ་བཟུང་བས་ནི་  
 བླ་མ་ལ་ཆོས་ཉན་ཅིང་དེའི་དོན་ལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་སེམས་པ་དང་སྤང་བླང་  
 ཚུལ་བཞིན་བྱེད་པ་ཞིག་དགོས་སོ། །དགེ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་བཟུང་བས་ནི་  
 འཕགས་པའི་གང་ཟག་རྣམས་གང་ནས་བཞུད་པའི་ལམ་དེ་ལ་རང་ཡང་སྟོང་  
 ནས་འདུག་པ་ཞིག་དགོས་སོ། །གཞན་ཡང་དབང་པོའི་སྟོབས་སྤུམས་ཏེ་ཐུབ་  
 པས་བཅས་པའི་བསྐྱབ་པའི་གནས་རྣམས་ལ་དྲན་ཤེས་བག་ཡོད་དང་ལྟན་  
 པར་བྱ། ཆོས་ནས་ངེ་ལྟར་གསུངས་པ་རྣམས་ཅི་རུས་སུ་ཉམས་སུ་ལེན།  
 སེམས་ཅན་ལ་སྟོང་བཅེ་བར་བྱས་ཏེ་གཞོན་འཆེ་སྟོང་། ཉི་མ་རེ་རེ་བཞིན་  
 དཀོན་མཆོག་ལ་མཆོད་པ་ཅི་རུས་བྱའོ། །

གཞན་ཡང་སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་བས་འཇིག་རྟེན་པའི་ལྷ་ལ་  
 སྐྱབས་མི་འཆོལ་ཞིང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་གཟུགས་གིས་འབྱར་ཅི་འདྲ་ཞིག་  
 མཐོང་ཡང་བདག་འཁོར་བ་ལས་སྟོལ་བའི་སྟོན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་དེའི་སྐུ་  
 ལྷམ་དུ་སྟོང་ནས་གྲུས་པར་བྱ་ཞིང་། ལེགས་ཉེས་ཀྱི་དབྱས་འདོགས་པ་དང་།  
 རིན་ཐང་གདབ་པ་དང་། འགོམ་ཡུག་སོགས་བརྟན་ཐབས་རྣམ་པ་ཀུན་ནས་  
 མ་ཞོར་བར་བྱ། ཆོས་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་བས་སེམས་ཅན་ལ་གཞོན་འཆེ་  
 སྟོང་ཞིང་། ཆོས་ཆོག་བཞི་པ་ཞིག་ཡན་ཆད་ལ་འགོམ་ཡུག་དང་། ས་སྐྱེ་བོ་  
 ལ་འཇོག་པ་དང་། རོར་གྱི་ཆེད་དུ་གཞན་ལ་སྟེར་བ་དང་། དེའི་སྟོང་དུ་ཡོ་བྱད་  
 གཞན་འཇོག་པ་དང་། ལྷམ་དང་སྐྱགས་ཏེ་འབྱར་བ་དང་། སོ་ངེག་གིས་བསྐྱེད་  
 པ་སོགས་མ་གྲུས་པ་དང་བརྟན་ཐབས་རྣམ་པ་ཀུན་ནས་མ་ཞོར་བར་བྱ།



དགོ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་བས་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་ཡིད་མི་ཆེས་  
 བའི་གྲོགས་ངན་དང་མི་འགྲོགས་ཤིང་། རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་རྟགས་ཅམ་འཛིན་  
 བ་ཡན་ཆད་ལའང་གྲུས་པར་བྱ་བ་དང་། དགོ་འདུན་ནང་པན་ཚུན་ལ་ངེད་ཆོ་  
 དང་བྲིད་ཆོ་ཞེས་ངེས་སུ་གཙུག་པ་རྣམ་པ་ཀུན་ནས་མི་བྱ་ཞིང་། ལྷན་པ་  
 སེར་པོ་རེ་འགོམ་བའི་སར་ཡོད་པ་ཡང་མི་འགོམ་པར་སྐྱབས་ནས་ས་  
 གཙང་སར་སྐྱལ་བ་འབྲོམ་ངེན་པོ་ཆེའི་ཕྱག་ལེན་ལྟར་བསྐྱབ་པོ། །གཞན་  
 ཡང་དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་བྲུང་པར་དང་ཡོན་ཏན་རྗེས་སུ་བྲན་པས་མོས་  
 གྲུས་ཆེན་པོས་སྐྱབས་འགོ་ཡང་དང་ཡང་དུ་བྱ། བཀའ་བྲིན་ཆེན་པོ་རྗེས་སུ་  
 བྲན་པས་དུས་རྟག་ཏུ་མཆོད་པ་ལ་བཙོན་པར་བྱ་ཞིང་། བཟའ་བ་དང་བཅའ་  
 བའི་ཕྱད་ཀྱིས་ཀྱང་མཆོད་པ་མ་ཆག་པར་བྱའོ། །ད་ལྟ་རང་ཅག་བསོད་  
 བསམས་ཤིན་ཏུ་དམན་པས་ཆོས་ཀྱི་སྒོ་སྤྲོད་དཀའ་ཞིང་། ཅུང་ཟད་རེ་སྤྲོས་ན་  
 ཡང་དགོ་སྤྲོད་ལམ་དུ་འགྲོ་བ་དང་མཐར་ཕྱིན་པ་ཤིན་ཏུ་དཀའ་བས། དགོན་  
 མཆོག་ངེན་པོ་ཆེ་གསུམ་ལ་མཆོད་ཅིང་སྤྲིང་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་པ་  
 ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་སྟེ། རྗེ་ངེན་པོ་ཆེས། ཞིང་གི་མཆོག་ལ་ཐ་མལ་བའི་ཞིང་གི་  
 མཐོང་ཅམ་ཡང་མེད་པ་འདི་འོ་སྟོལ་སྤངས་བཟང་བར་མི་འདུག་པས་དགོན་  
 མཆོག་མཆོད་པ་ལ་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་བཙོན་པར་བྱའོ།

དེ་ལྟར་བྲས་ན་ཞིང་དམ་པ་ལ་དགོ་ཅ་བསྐྱུན་བའི་མཐུ་ལས་ལམ་གྱི་  
 རིམ་པ་རྣམས་ལ་སྒྲིའི་མཐུ་རེ་རྒྱས་སུ་འགྲོ་བས། ཉན་ན་ཆོག་མི་ཟེན།  
 བསམས་ན་དོན་མི་གོ། །བསྟོམས་ན་རྒྱད་ལ་མི་སྤྲོ་བའི་སྒྲིའི་མཐུ་ཤིན་ཏུ་



ཆུང་བའི་དུས་སུ་ཞིང་གི་མ་ཕུ་ལ་བརྟེན་པ་མན་ངག་ཡིན་གསུང་བ་ལྟར་རོ། །  
 རང་ཉིད་དགོན་མཆོག་ལ་མཆོད་ཅིང་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་བཞིན་དུ་སེམས་  
 ཅན་གཞན་ཡང་ཅི་རུས་ཀྱིས་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་དང་  
 མཆོད་པ་སོགས་ལ་སེམས་བརྩེ་བས་འགོད་ཅི་ཐུབ་བྲ། བྱ་བ་གང་བྱེད་ཀྱང་  
 དགོན་མཆོག་རིན་པོ་ཆེར་གསོལ་བ་བཏབ་ནས་བྱེད་ཅིང་། རྒྱུན་བཟང་ངན་  
 ཅི་བྱུང་ཡང་དགོན་མཆོག་རིན་པོ་ཆེར་མཆོད་ཅིང་གསོལ་བ་འདེབས་པ་མ་  
 གཏོགས་པོན་ཆོག་སོགས་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ནས་མི་བྲ། སྐྱབས་འགོའི་པན་ཡོན་  
 རྣམས་བློན་ནས་ཉིན་ལན་གསུམ་མཆོན་ལན་གསུམ་དུ་སྐྱབས་འགོ་མ་ཆག་  
 པར་བྲ། དེ་ལྟར་སྐྱབས་འགོ་རྣམས་པར་དག་པ་ཞིག་བྱུང་ན་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 བསྟན་པའི་སྒོར་ཚུད་དེ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པ་ཞེས་བྲ་བའི་གྲངས་སུ་འགོ་  
 ལ། སྐྱབས་འགོ་དེ་འདྲ་ཞིག་མེད་ན་ནི་ཡོན་ཏན་ཅི་ཡོད་ཀྱང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 བསྟན་པའི་སྒོར་མི་ཚུད་དེ། ཐོས་པ་ཆེ་སྟེ་སྟེ་སྟོན་གསུམ་ག་འདོན་ཡང་  
 དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ། དེ་འདྲ་ཞིག་མེད་ན་ཆོས་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཡིན་པས་མི་པན། གང་ཟག་ཁོ་རང་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པར་  
 མ་ཚུད། སྒོམ་བཟང་སྟེ་བསམ་གཏན་བཞི་ག་ཐོབ་མཛོན་ཤེས་དང་རྩ་འབྲུལ་  
 དཔག་མེད་ཡོད་ཀྱང་། དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྒོ་ཁེལ་བ་འདི་མེད་ན་སྤྱི་  
 རོལ་ལུ་སྟོགས་པའི་བླང་སྟོང་རྣམས་བཞིན་དུ་ད་དུང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་  
 པའི་སྒོ་ནང་དུ་མ་ཚུད་དོ། །

དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་པོ་ཏོ་བའི་ཞལ་ནས། གནས་བཏྱན་ཞལ་མར་

གཟིགས་ཤིག་འདུག་པ་ལ་ད་དུང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པའི་སྒྲོར་མ་ཚུད་  
གསུང་ངོ། །

དེ་ལྟར་པན་ཡོན་དང་ཉེས་དམིགས་རྣམས་ལ་ངེས་པ་བཏྲན་པར་བྱས་  
ནས་དགོན་མཆོག་གསུམ་སྟོག་གི་ཕྱིར་ཡང་མི་གཏང་ཞིང་། ཐ་ན་བཞད་  
གད་ཀྱི་ཕྱིར་དུ་ཡང་དགོན་མཆོག་གཏོང་བའི་ཆོག་སྤྲོ་བར་མི་བྱའོ། །དེ་ལྟར་  
སྐྱབས་འགྲོའི་གནད་རྣམས་ཤེས་པར་བྱས་ནས་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བའི་ཆེ་སྤྱི་  
པོའི་སྒྲ་མ་ལྟའི་མཐའ་སྒྲོར་དུ་སྐྱབས་ལུལ་ཐམས་ཅད་མ་ཆང་བར་མེད་པ་  
བཞུགས་པར་གསལ་བཏབ། རང་གི་མཐའ་སྒྲོར་དུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
ཡོད་པར་གསལ་བར་དམིགས་ལ་རང་གཅིག་ཏུ་ཅམ་མིན་པར། མ་གྲན་  
སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱང་འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་གི་གནས་ན་ཉམ་ཐག་ལྷགས་  
བསམས་ཏེ་མ་གྲན་འདི་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བསྐྱལ་དུ་གསོལ་སྟམ་དུ་སྐྱབས་སུ་  
འགྲོ་དགོས། མ་གྲན་སེམས་ཅན་དེ་རྣམས་རང་གིས་སྒྲོལ་འདོད་ཀྱང་ད་ལྟ་  
རྒྱས་པ་མེད་པས། དགོན་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ་གསུམ་ལ་འོ་དོད་བོས་ནས་  
སེམས་ཅན་རྣམས་འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་གི་སྐྱག་བསྐྱལ་ལས་སྦྱར་དུ་ཐར་  
བར་གསོལ་བ་འདེབས། རང་གིས་ཀྱང་སེམས་ཅན་དེ་དག་སྦྱར་དུ་སྒྲོལ་བའི་  
ཕྱིར་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ལྷགས་དག་ཏུ་བསྒྲོམས་ནས་སྟོན་པ་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་སྦྱར་དུ་ཐོབ་པར་བྱ། ཆོས་མི་གནས་པའི་བྱང་  
འདས་སྦྱར་དུ་རྒྱད་ལ་མངོན་དུ་བྱ། དགེ་འདུན་ས་བཅུའི་བྱང་ཚུབ་སེམས་  
དཔའ་རྣམས་ཀྱི་རྗེས་སུ་བསྐྱབ་པར་བྱ། གོ་འཕང་མཆོག་དེ་འདྲ་ཞིག་མ་ཐོབ་

ཀྱི་བར་དུ་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྟོང་ཐག་པ་ནས་སྐྱབས་སུ་བཟུང་སྟེ།  
སྐྱབས་འགྲོའི་བསྐྱབ་བྱ་ནམས་སྟོག་གི་ཕྱིར་ཡང་མི་གཏོང་བར་ཚུལ་བཞིན་  
དུ་བསྐྱང་བར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱེད་ཀྱས་པར་སྒྲ་མ་ལྟས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་  
གསོལ། ཞེས་གསོལ་བ་ཤུགས་དག་དུ་གདབ་བོ།

གསུམ་པ་ལས་འབྲས་ནམ་ཡང་བསྐྱ་བ་མེད་པའི་ཚུལ་བསམས་ནས་བྱང་ཆུབ་  
ཀྱི་སེམས་སྟོམ་པ་ལ་བསྐྱལ་བ་

གསུམ་པ་ལས་འབྲས་ནམ་ཡང་བསྐྱ་བ་མེད་པའི་ཚུལ་བསམས་ནས་  
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྟོམ་པ་ལ་བསྐྱལ་བ་ནི། སྤྱི་བོར་སྒྲ་མ་ལྟ་སྟོམ་བཞིན་  
པའི་ངང་ནས་འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ། དེ་ལྟར་དལ་བའི་རྟེན་འདི་ལྟར་དུ་འཛིག་  
ཅིང་། ཞི་བའི་འོག་དུ་གར་སྐྱེ་ལ་རང་དབང་མེད་པས་ངན་སོང་གསུམ་དུ་  
སྐྱེས་ན་སྤྱག་བསྐྱལ་བཅོད་སྒྲགས་མེད་པ་སྟོང་དགོས་ཚུལ་བསམས་པས་  
འཛིགས་སྤྱག་ནས་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་བ་ན་དགོན་  
མཆོག་གསུམ་གྱིས་ཇི་ལྟར་སྐྱོབ་སྟེ་ན། སངས་རྒྱས་ནི་སྐྱབས་སྟོན་པ་  
དང་། དག་འདུན་ནི་སྐྱབས་སྐྱབ་པའི་གྲོགས་ཡིན་ལ། སྐྱབས་དངོས་ནི་ཆོས་  
དགོན་མཆོག་སྟེ། སྤང་རྟོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མཐར་ཐུག་པའི་ཆོས་དགོན་  
མཆོག་དེ་ཐོབ་པ་ན་འཛིགས་པ་དང་ཡང་བ་ཐམས་ཅད་ལས་གྲོལ་བར་  
འགྱུར་རོ། །སྤང་རྟོགས་མཐར་ཐུག་པའི་ཆོས་དགོན་མཆོག་དེ་ཡང་ལས་དང་  
པོ་པའི་དུས་ཀྱི་སྟོན་སྟོགས་རེ་ཅམ་སྟོང་བའི་སྤངས་པ་དང་། ཡོན་ཏན་

སྤྱིགས་རེ་ཙམ་སྐྱབ་པའི་རྟོགས་པ་གཉིས་གོང་ནས་གོང་དུ་བྱུང་ཞུགས་པར་  
སོང་བ་ཞིག་ཡིན་གྱི་རིམ་གྱིས་མ་བསྐྱབས་པར་སྒོ་བྱར་དུ་འབྱུང་བ་མིན་  
ནོ།།

དེས་ན་རང་རེ་ལས་དང་པོ་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ལ་  
སྐྱབས་བཅོལ་ནས་དེའི་བཀའ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ནི་ལས་  
དཀར་ནག་དང་དེ་ལས་འབྲས་བུ་རི་ལྟར་འབྱུང་བའི་ཚུལ་རྒྱལ་བའི་བཀའ་  
ལས་རི་ལྟར་འབྱུང་བ་ལྟར་ཤེས་པར་བྱས་ལ་ཡིད་ཆེས་གྱི་དད་པ་བསྐྱེད་  
ནས་སྤང་སྤང་ཚུལ་བཞིན་དུ་སྐྱབ་པ་ཞིག་ཡིན་ནོ།། དེ་ལྟ་བུའི་ལས་འབྲས་ལ་  
ཡིད་ཆེས་གྱི་དད་པ་བརྟན་པོ་སྐྱེད་པ་ལ། ལས་ངེས་པ་དང་། ལས་འཕེལ་ཆེ་  
བ་དང་། ལས་མ་བྱས་པ་དང་མི་སྤང་བ་དང་། ལས་བྱས་པ་ཚུད་མི་བྱ་བ་  
བཞིའི་སྟོན་པ་བསམ་དགོས་པར་གསུང་། དེ་ལ་ལས་ངེས་པ་བསམ་ཚུལ་  
ནི། རྒྱ་དགེ་བ་སྤྱད་པ་ལས་འབྲས་བུ་བདེ་བ་ཁོ་ན་འབྱུང་ཞིང་། དགེ་བ་ལས་  
སྤྱག་བསྐྱེལ་འབྱུང་བ་གནས་མེད། རྒྱ་མི་དགེ་བ་སྤྱད་པ་ལས་འབྲས་བུ་སྤྱག་  
བསྐྱེལ་ཁོ་ན་འབྱུང་ཞིང་། མི་དགེ་བ་ལས་བདེ་བ་འབྱུང་བ་གནས་མེད་པར་  
ངེས་ནས་སྤྱིག་པ་སྤང་སྤང་སྤང་བ་ནས་སྤྱོད་། དགེ་བ་སྤང་སྤང་སྤང་བ་ནས་སྐྱབ་པའོ།  
།དེ་ལྟར་ལས་ངེས་པའི་ཚུལ་ལ་ངེས་པ་འབྲང་བ་ནི་ཤིན་ཏུ་གཤམ་ཆེ་སྟེ། ལས་  
ངེས་པའི་ཚུལ་འདི་ལ་ངེས་པ་འཛོངས་ན་ལས་འཕེལ་ཆེ་བ་ལ་སོགས་པ་  
གཞན་རྣམས་ལ་ངེས་པ་འབད་མེད་དུ་སྐྱེ་ལ། འདི་ལ་ངེས་པ་རྣམ་དག་ཅིག་  
མ་འཛོངས་ན་ཡོན་ཏན་གོང་མ་གཞན་གང་ཡང་སྐྱེ་ཐབས་མེད་དོ། །ལས་

ངེས་པའི་ཚུལ་དེ་ཡང་རང་གི་རྒྱུད་སྤྱོད་དུ་སྦྱར་ནས་བསམ་དགོས་པར་  
གསུངས་པས། ད་ལྟ་རང་ཅག་ལ་ཆོར་བ་སེམ་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་བདེ་བ་ཐ་  
ན་ཆོ་བའི་དུས་སུ་རྒྱུད་བསེལ་བ་ལངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བདེ་བའི་སྤྱང་བ་  
ཅུང་ཟད་སྐྱེས་པ་ཡན་ཆད། བདེ་བ་ཇི་སྟེད་ཅིག་འབྱུང་བ་ཐམས་ཅད་ཆེ་  
རབས་སྟོན་མ་རྣམས་སུ་དགོ་བའི་ལས་ཤིག་བསགས་པའི་མཐུ་ཁོ་ན་ལས་  
འབྱུང་གི། །མི་དགོ་བའི་ལས་ལས་བདེ་བ་འབྱུང་བ་གནས་མེད་ཅིང། རྒྱ་མེད་  
དང་མི་མཐུན་པའི་རྒྱ་གཞན་ལས་འབྱུང་བའང་གནས་མེད་པར་གསུངས་པས།  
ཆོར་བ་གདུང་བའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སྦྱུག་བསྐལ་ཐ་ན་མགོ་བོ་ཅུང་ཟད་ཅམ་  
ཞིག་ན་བ་ཡན་ཆད། སྦྱུག་བསྐལ་ཇི་སྟེད་ཅིག་འབྱུང་བ་ཐམས་ཅད་ཆེ་རབས་  
སྟོན་མ་རྣམས་སུ་མི་དགོ་བའི་ལས་རེ་བསགས་པའི་མཐུ་ཁོ་ན་ལས་འབྱུང་  
གི། །དགོ་བའི་ལས་ལས་སྦྱུག་བསྐལ་འབྱུང་བ་གནས་མེད་ཅིང། རྒྱ་མེད་དུ་  
འབྱུང་བ་དང་མི་མཐུན་པའི་རྒྱ་ལས་འབྱུང་བའང་མི་སྲིད་པར་གསུངས་པས།  
འཁོར་བའི་གནས་ན་བདེ་བ་དང་སྦྱུག་བསྐལ་ཇི་སྟེད་ཅིག་ཡོད་པ་ཐམས་  
ཅད་ལས་དགོ་མི་དགོའི་མཐུ་ཁོ་ན་ལས་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མ་འཆོལ་བར་སོ་  
སོར་འབྱུང་བའི་ལས་འབྲས་ངེས་པ་ཅན་གྱི་ཚུལ་འདི་ལ་ཡིད་ཆེས་གྱི་ངེས་  
པ་བརྟེན་པོ་རྟེན་པར་བྱ། དེ་ལྟ་བུའི་ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་པ་འདི་མེད་ན་  
ཡོན་ཏན་གོང་མ་རྣམས་སྐྱེས་མེད་དེ། ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་མ་ཆེས་ན་ཆེ་བྱི་  
མ་བྲན་པ་མི་འོང། འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་གི་སྦྱུག་བསྐལ་ལ་མི་འཇིགས།  
ཆོས་ལ་དོན་གཉེར་སྐྱེ་བ་མི་ཡོང་བས་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་རྣམ་དག་



ཅིག་ཡོང་ས་མེད་ལ། ལས་འདི་བྱས་པས་རྣམ་སྤྲོད་འདི་འབྱུང་ཞེས་རྒྱལ་  
བས་གསུངས་པ་ལ་ཡིད་མ་ཆེས་ན་སྐྱབས་འགོ་རྣམ་དག་ག་ལ་འོང་། སྐྱབས་  
འགོ་མ་བྱུང་ན་སྤྲོམ་པ་གང་ཡང་སྐྱེ་བའི་གཞི་མེད་དེ། དག་བསྟན་གྱི་སྤྲོམ་པ་  
ཞིག་ལེན་ན་ཡང་སྐྱབས་འགོ་སྤྲོན་དུ་བཏང་ནས་ལེན་དགོས། དེ་བཞིན་དུ་  
དག་ཚུལ་དག་སྤྲོད་རྣམས་ལ་འང་དེ་དང་འབྲ། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྤྲོམ་པ་ཡང་  
སྐྱབས་འགོ་སྤྲོན་དུ་བཏང་ནས་ལེན་དགོས་ཤིང་། སྤྲགས་གྱི་སྤྲོམ་པ་ཡང་  
སྐྱབས་འགོ་སྤྲོན་དུ་བཏང་ནས་ལེན་དགོས་སོ། །

ད་ལྟ་ཆོས་རྒྱས་ཚུང་དུ་ཁ་ཅིག་གི་བསམ་པ་ལ། །སྐྱབས་འགོ་ནི་ཐོག་  
མར་ཅུང་ཟད་རེ་བྱས་པས་ཆོག་པ་སྤྲོན་འགོ་ཙམ་ཞིག་ཡིན་སྟམ་པ་འོང་སྟེ།  
སྐྱབས་འགོ་ལས་འབྲས་གྱི་སྒྲོར་འདི་དག་ནི་མདོ་སྤྲགས་གང་གི་སྒྲོར་འཇུག་  
ཀྱང་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་གྱི་གཞི་རྟེན་ས་གཞི་ལྟ་བུ་ཡིན་  
པར་མདོ་རྒྱད་དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པ་ནས་ལན་ཅིག་མིན་པར་  
གསུངས་སོ། །

ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཤིང་དགོན་མཆོག་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་བ་  
འདི་མེད་པར་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་གོང་ན་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་པར་རྫོམ་ཡང་རྫོམ་  
པ་ཙམ་དུ་ཟད་དེ། ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་ནས་དགོན་མཆོག་ལ་སྐྱབས་སུ་  
སོང་བ་ཞིག་མེད་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པའི་སྒྲོར་མི་ཚུད། དེར་མ་ཚུད་ན་  
ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་དུ་འཇུག་པའི་སྐྱབས་ག་ལ་ཡོད། སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
བསྟན་པའི་སྒྲོར་ཡང་མ་ཚུད་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཡང་ཆེན་པོ་གསང་སྤྲགས་

གྱི་ལམ་དུ་ཞུགས་པ་གནས་མེད་ཅིང་མི་སྤྲོད་དོ། །དེ་ལྟར་ཆོས་དང་བསྐྱེད་ན་  
 སངས་རྒྱལ་གྱི་བསྐྱེད་པའི་སྒྲོལ་ཚུང་པའང་ཤིན་ཏུ་དཀའ་བར་སྒྲུང་དོ། །ད་  
 ལྟར་རྒྱལ་བའི་བཀའ་དང་ཤིང་རྩ་ཆེན་པོའི་གཞུང་ལམ་སྤྲུངས་པའི་སྒྲོལ་ཚུང་  
 འགའ་ཞིག་གི་རྟོག་པ་ལ་ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་མི་ཆེས་པ་སུ་ཡོད། ལས་  
 འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་ནས་ཆོས་བྱས་པ་ཡིན་མོད་སྙམ་པ་འོང་སྟེ། ལས་འབྲས་  
 ལ་ཡིད་ཆེས་ན་ད་ལྟའི་སྒྲོད་ངན་འདི་འབྲམ་མིན་པ་ཞིག་འོང་དགོས་ཏེ། དཔེར་  
 ན་དུག་ཐོས་ན་ལུས་སྒོག་ལ་གཞོད་པ་ཆེན་པོ་ཡོད་པར་ཡིད་ཆེས་ནས་དུག་  
 ཟ་བ་སུ་ཡང་མི་ཡོང་ཞིང། དུག་ཡིན་མིན་ཐེ་ཆོམ་ཅམ་བྱུང་ཡང་ཟས་ཀྱི་ཉི་  
 འཁོར་དུའང་མི་འཛོག་པར་རྒྱང་རིང་དུ་འཕེན། དུག་གི་གཡའ་ཅམ་ཡང་ཟས་  
 ལ་འབྲས་དོགས་ནས་རྟོག་ཞིབ་ཅི་ཅམ་ཞིག་བྱེད། དེ་བཞིན་དུ་ལས་འབྲས་  
 ལ་ཡིད་ཆེས་ཡོད་ན་ནི་སྤྱི་མ་དམུལ་བའི་མེ་ནང་དུ་ལྷུང་དོགས་ནས་ལུས་  
 ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་སྒྲོད་པ་ངན་པ་གང་ལའང་སྒོག་དང་བསྒྲོལ་ཏེ་བསྐྱུང་།  
 ཐ་ན་ཐེ་ཆོམ་ཟ་བ་རྣམས་ལའང་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་མཁས་པ་ལ་བྱར་  
 རུང་མི་རུང་བྲིས་ནས་བྱེད་པ་མ་གཏོགས་ཆོམ་ཆོམ་དུ་གཏན་ནས་མི་  
 འཇུག་པ་ཞིག་འོང་དགོས་རྒྱལ། ད་ལྟར་རེ་ཆོལ་སྒྲམས་ལས་འབྲས་ཀྱི་  
 ཆོས་ཅི་ཅམ་ཞིག་བཤེད། རང་གི་ཁ་ནས་ཀྱང་ལས་འབྲས་སྟོན་པའི་ཆོས་ཅི་  
 ཅམ་ཞིག་འདོན། ལས་འབྲས་སྟོན་པའི་གསུང་རབ་ཅི་ཅམ་ཞིག་བསྐྱེད་པ་  
 ཀྱང་། སྒོ་གསུམ་གྱི་སྒྲོད་ངན་ལ་འཛེམ་པའི་སྒྲོལ་ཚུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པར་ལུས་  
 ཀྱི་སྒྲོད་པ་འདུལ་བ་དང་མི་མཐུན་པ་ཤ་སྟག་བྱེད་པ་ལ་ཡ་མི་ང་། ངག་ནས་

[illegible]

དེས་ན་སྒྲིང་འཇུག་ལས། མི་དགོ་བ་ལས་སྐྱབ་བསྐྱལ་འབྱུང་། །འདི་  
 ལས་ཇི་ལྟར་ངེས་ཐར་ཞེས། །ཉིན་མཆོན་རྟག་ཏུ་བདག་གིས་ནི། །འདི་ཉིད་  
 འབའ་ཞིག་བསམ་པར་རིགས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། བདེ་ལེགས་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་བསྐྱེད་པ་ལ་སྒོ་རྒྱས་ཅི་  
 ཡོད་ཀྱིས་འབད་དགོས་པས། མདོ་སྡེ་བླ་པ་ཉིར་བཞག་དང་མཛེངས་སྒྲུན་  
 དང་། ལས་བརྒྱ་པ་དང་། རྟོགས་བརྗོད་བརྒྱ་པ་དང་། འདུལ་བ་ལྷུང་གི་རྒྱད་  
 གྲེང་སོགས་རྒྱལ་བའི་བཀའ་ངེ་མ་མེད་པ་རྣམས་བལྟས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཅི་  
 ཉིད་བྱའོ། །ཚུལ་འདི་ལ་སྒྲོན་ཀྱི་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་གསུང་བགོས་ཀྱིས་ཀྱང་  
 ངེས་པ་བསྐྱེད་པར་བྱ་སྟེ།

དགོ་བཤེས་སྟོན་པའི་ཞལ་ནས། རྫོ་བོ་བ་སྟོང་ཁམ་ཆེད་མི་རུང་རྟེན་  
འབྲེལ་འདི་སྤྲ་གསུང་། དགོ་བཤེས་དགོན་པའི་ཞལ་ནས། ལས་འབྲས་དང་  
མི་རྟག་བ་ལ་ཉ་མའི་ཆོས་སུ་མཐོང་ནས་ཉན་བ་པོས་ཉན་ངན་མེད་བཤུངས་

པོས་བཤད་རིན་མེད་པར་བྱེད་དེ། མཁས་པ་ཡང་དེ་མ་རེད་རྟགས་གསུང་།  
 སྤྱན་རྒྱ་བ་ལ་སྤང་ཐང་པས་གདམས་ངག་ཞུས་པས། སྒོ་བ་སྤྱིང་གི་ལས་  
 འབྲས་ཀྱི་ཆིག་ཅིག་བཏོན་ནས། རྫོ་བོ་ལས་འབྲས་སེམས་པ་འདི་རང་མན་  
 ངག་ཡིན་སྟམ་པ་ཡིན་གསུང་།

ཡང་དགེ་བཤེས་པོ་ཏྲོ་བའི་ཞལ་ནས། རྣམ་མཁའ་ལ་ལྟེས་བཤྲགས་  
 པ་ལ་རོ་མྱོང་རྒྱ་མི་ཡོང་། ལས་འབྲས་མ་བསམས་པས་ཆོས་ཀྱི་རོ་མི་མྱོང་།  
 གྲིས་པ་བརྟམ་མ་སྤད་པ་བྲིམ་མེ་འབར་བའི་ནང་དུ་གཅིག་ཤུར་བཞག་ན་སྤྱི་བ་  
 བཙོས་པ་འདྲ་བ་ཞིག་འོང་། ལུ་ཅག་ཆོས་ཀྱི་བརྟམ་མ་སྤད་པ་ཡང་དཔྱལ་བའི་  
 མེས་བསྐྱེད་གསུང་། སྤུ་ཆུང་བ་ལ་ཁམ་པ་ལུང་པས་དགེ་བཤེས་པ་ནི་ལས་  
 འབྲས་ཁོ་ན་གལ་ཆེ་བར་གསུང་པ་ལ། ད་ལྟ་བཤད་པ་དང་ཉན་པ་དང་སྒྲོམ་  
 རིན་མེད་པར་བྱེད་དེ། འདི་ཁོ་ན་ཉམས་སུ་སྤང་དགའ་འམ་སྟམ་གསུངས་  
 པས། སྤུ་ཆུང་བ་ཡང་དེ་ཅུག་ལགས་གསུང་། འགར་བའི་ཞལ་ནས། ལས་  
 འབྲས་ལ་མ་བྱང་བར་ཆོས་མཐོ་མཐོ་ལ་དགའ་བ་ནི་འབྲག་པའི་སྤྲེང་དུ་  
 མཁར་བཙུགས་པ་དང་འདྲ་གསུང་།

དགེ་བཤེས་སྤུ་ཆུང་བའི་ཞལ་ནས། ང་ནི་གཏུགས་ཀྱི་ཐུག་ནས་ཀླས་  
 ཁར་མཛོངས་སྤྱན་ལ་ཁ་ལྟན་སོང་གསུང་ངོ་། །དེ་ལྟར་ལས་འབྲས་ངེས་པ་  
 ཅན་ལ་ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་ནས། ལས་འཕེལ་ཆེ་བའི་ཚུལ་བསམ་པ་ནི། དགེ་  
 བ་ཆུང་དུ་ལས་འབྲས་སུ་བདེ་བ་ཞིན་ཏུ་ཆེ་བ་འབྱུང་། མི་དགེ་བ་ཆུང་དུ་  
 ལས་འབྲས་སུ་སྤྲུག་བསྐྲུལ་ཞིན་ཏུ་ཆེ་བ་འབྱུང་བའི་ཚུལ་རྒྱལ་བའི་བཀའ་

ལས་མང་དུ་འབྱུང་བར་རྣམས་ཡང་ཡང་བསམས་ལ་ཡིད་ཆེས་བར་བྱའོ།  
།ལས་མ་བྱས་པ་དང་མི་སྤང་བའི་ཚུལ་བསམ་པ་ནི། བདེ་བ་དང་སྤྱུག་བསྐྱེད་  
སྤྱོད་བའི་རྒྱ་རང་གིས་ལས་གང་བསགས་པ་དེའི་འབྲས་བུ་སྤྱོད་ཞིང་། རང་  
གིས་ལས་མ་བསགས་པར་འབྲས་བུ་སྤྱོད་བ་གཏན་ནས་མི་སྤིང་བར་རྒྱལ་  
བས་གསུངས་པ་ལ་ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་པའོ།།

ལས་བྱས་པ་ཚུད་མི་བྱ་བའི་ཚུལ་བསམ་པ།

ལས་བྱས་པ་ཚུད་མི་བྱ་བའི་ཚུལ་བསམ་པ་ནི། རང་གིས་སྤྲིག་པ་ཞིག་  
བསགས་སྤྱོད་བའལགས་སྤོམ་གྱིས་དག་ན་མ་གཏོགས་འབྲས་བུ་ངེས་པར་  
སྤྱོད་དགོས་པ་ནི། འདུལ་བ་ལུང་ལས། ལས་རྣམས་བསྐྱེད་པ་བརྒྱུར་ཡང་ནི།  
།ཚུད་མི་བྱ་བའང་ཆོགས་དང་དུས། །རྟེན་ན་ལུས་ཅན་རྣམས་ལ་ནི། །འབྲས་  
བུ་དག་ཏུ་འབྱུང་བ་ཉིད། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། ངེས་པར་སྤྱོད་དགོས་པའི་  
ཚུལ་རྣམས་ལ་ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་པའོ། །དེ་ལྟར་ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་  
བསྐྱེད་པ་བདེ་ལེགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་དང་ས་ལམ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཞི་ལྟ་  
བུར་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་ན། དགོ་བ་དེ་གང་ལ་ཟེར་སྤྲིག་པ་དེ་གང་ལ་ཟེར་སྤོམ་  
ན།

འཕགས་པ་སྤྱི་སྤྱོད་ཀྱིས། ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་གཏི་ཟུག་དང་། །དེས་  
བསྐྱེད་ལས་ནི་མི་དགོ་བ། །མ་ཆགས་མི་སྤང་གཏི་ཟུག་མེད། །དེས་བསྐྱེད་



ལས་ནི་དག་བ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ལས་གང་བྱས་ན་སངས་རྒྱས་  
དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རབ་ཏུ་སྦྱད་ཅིང་བསྐྱགས་པ་  
ནམ་ཡང་མི་གསུང་བ། རང་དང་གཞན་ལ་གཞོན་པར་འགྱུར་བ་བསམ་པ་  
དུག་གསུམ་ཀྱིས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་པའི་ལས་རྣམས་ནི་མི་དག་བ། བསམ་  
པ་དག་སེམས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་ཤིང་རང་དང་གཞན་ལ་པན་པའི་  
ལས་རྣམས་ནི་དག་བར་གསུངས་སོ། །དེ་ལ་དབྱེ་ན་མཐའ་ཡས་སྤྱི་མེད་པ་  
ཞིག་ཡོད་ཀྱང་། བསྐྱུ་ན་ལུང་རྣམ་འབྱེད་ལས། དག་རྣམས་བསྐྱང་ཞིང་ཡིད་  
ཀྱིས་རབ་བསྐྱམས་ཏེ། །ལུས་ཀྱིས་མི་དག་བ་དག་མི་བྱེད་ཅིང་། །ལས་ལམ་  
གསུམ་པོ་འདི་དག་རབ་སྐྱངས་ན། །བྱང་སྤོང་གསུངས་པའི་ལས་ནི་འཛོལ་  
པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སྒོ་གསུམ་གྱི་སྒོ་ནས་བྱས་པ་གསུམ་དུ་  
འདུ་ལ། སྒོ་གསུམ་ལ་བྱ་བ་ཉི་བར་བཞག་ནས་ཡང་དང་ཡང་དུ་བརྟགས་ཏེ་  
སྒྲིག་པ་སྤྱི་ཞིང་སྤྱི་བ་ནས་སྤོང་། དག་བ་སྤྱི་ཞིང་སྤྱི་བ་ནས་བསྐྱབ་པ་ལ་བཙོན་  
པར་བྱའོ། །

དེ་ཡང་རྟོག་གཏི་རིགས་པ་ལྟར་སྒྲུང་གིས་དབྱེད་ནས། འདི་ལྟར་  
འབྱུང་འདི་ལྟར་མི་འབྱུང་ཞེས་རང་བཅོས་ཐག་གཅད་པར་མི་བྱ་སྟེ། ལས་  
འབྲས་ཀྱི་སྒྲོར་འདི་ཤིན་ཏུ་སྒྲོག་གྱུར་ཡིན་པས། རྒྱལ་བ་ཉག་གཅིག་གི་  
ཐུགས་ཀྱི་སྦྱོང་ཡུལ་ཡིན་ལ། དག་བཙོམ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་རྣམས་དང་ས་  
ལ་གནས་པའི་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་རྒྱལ་བའི་བཀའ་ལ་མ་  
བསྟོམ་པར་ཐག་གཅད་པར་མི་རྒྱས་པར་གསུངས་ན་རང་ཅག་རྣམས་ཀྱིས་

ལྟ་ཅི་སྒྲོ་སྤྱོད། དེ་ཡང་འཕགས་པ་ལྷ་རིའི་བྱ་དང་མོ་ལྷ་འགལ་སོགས་དག་  
 བཅོམ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་དེ་དག་གིས་གནས་ལུགས་ཐབ་མེའི་དོན་ལས་  
 བཅོམས་ཏེ་གསུངས་ན་ཐོགས་པ་མེད་པར་གསུང་རྒྱས་ཀྱང་། འདུལ་བའི་  
 བཅས་མཆོམས་ཀྱི་ཐད་དུ་སྟོན་པ་ཉིད་ལ་ཁྱུས་ནས་བྱེད་པ་མ་གཏོགས་  
 བཅས་མཆོམས་སྤྱ་མོ་ཞིག་ཀྱང་རང་དགར་ཐག་གཅད་མི་རྒྱས་པར་གསུང་།  
 དེའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་བཅས་པ་འདི་བསུངས་ན་པན་ཡོན་འདི་ཡོད་དང་། འདི་  
 ལས་འགལ་ན་ཉེས་དམིགས་འདི་ཡོད་ཀྱི་ལས་འབྲས་སྤྱ་མོ་དེ་རྒྱལ་བ་ཉག་  
 གཅིག་གིས་མཐེན་པ་མ་གཏོགས་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་མངོན་སུམ་དུ་  
 མི་རྟོགས་པས་ཡིན་ནོ། །འདུལ་བའི་འགོར་ཐམས་ཅད་མཐེན་པ་ལ་ཕྱག་  
 འཆལ་ལོ་ཞེས་སྟོན་ཀྱི་ལོ་ཅ་བ་རྣམས་ཀྱིས་བཀས་བཅད་མཛད་པ་དེ་ཡང་  
 དོན་དེ་འབྲལ་དགོངས་པ་ཡིན་གསུང་།

དེས་ན་ཉིད་དེ་འཛིན་རྒྱལ་པོ་ལས། ཟླ་བ་སྐར་མར་བཅས་པ་གནས་  
 ལྷང་ཞིང་། །རི་དང་གྲོང་དུ་བཅས་པའི་ས་ཞིག་ལ། །ནམ་མཁའི་ཁམས་ནི་  
 རྣམ་པ་གཞན་གྱུར་ཀྱང་། ཁྱོད་ནི་མི་བདེན་པ་ཡི་ཆོག་མི་གསུང་། ཞེས་དང་།

ཆད་མ་རྣམ་འགྲེལ་ལས། འབྲས་མེད་ཕྱིར་ན་རྒྱན་མི་གསུང་། །ཞེས་  
 སོགས་རྒྱལ་བའི་བཀའ་དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པ་ནས་ཐུབ་པའི་བཀའ་  
 རྣམ་ཡང་བསྟུ་བ་མེད་པར་གསུངས་པ་ལྟར། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ལ་ཡིད་  
 ཆེས་བསྐྱེད་ནས་སྒྲོ་གསུམ་ལ་དྲན་པ་ཉི་བར་བཞག་སྟེ་ཉེས་པས་མ་གོས་པ་  
 ལ་སྐྱེས་བུའི་རྩ་ལ་ཅི་ཡོད་ཀྱིས་འབད། བརྒྱ་ལ་གོས་ནའང་ཉེས་དམིགས་

བླ་པ་པ་བྱས་ཏེ་འབྲུལ་འབྲུལ་དུ་བཤུགས་སྒྲིམ་གྱིས་དག་པར་བྱ། ཉེས་པ་  
 རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་ཀྱང་གང་འབྱུང་ཉེ་བ་རྣམས་ལ་བླ་ཤེས་བསྟེན་པ་གཤམ་  
 ཆེན། །དེ་ལྟར་བསམས་ལ་ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་ཅི་སྟེ་བྱ།  
 དེས་པ་ཅུང་ཟད་རེ་རྟེན་པ་ན་མ་གྲན་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱང་འདི་ལྟ་བུའི་  
 ལས་འབྲས་ཀྱི་ཚུལ་མ་ཤེས་པས་འཁོར་བ་ན་སྤྱག་བསྐྱུལ་བ་ཡིན་སྟེ་དུ་  
 སྟོང་རྗེ་བྱ་དུ་བསྟོམ། སེམས་ཅན་རྣམས་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱུལ་ལས་སྟོལ་  
 བ་ལ་རང་ཉིད་ལས་ངན་པའི་དབང་དུ་སོང་ན་གཞན་རི་ལྟར་སྟོལ་བྱས། དེས་  
 ན་བདག་གིས་སྤྲིག་པ་སྤྲ་ཞིང་སྤྲ་བ་ནས་སྤང་དགོ་བ་སྤྲ་ཞིང་སྤྲ་བ་ནས་བསྐྱབ་  
 པར་བྱའོ། །དགོ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་མཆོག་དུ་གྱུར་པ་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
 སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ཡིན་པས་བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་  
 སྟོམ་པ་ལ་ཅི་ནས་ཀྱང་འབད་པར་བྱའོ་དེ་ལྟར་བྱེད་བྱས་པར་སྤྲ་མ་ལྟས་བྱིན་  
 གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ། ཞེས་གསོལ་བ་ཤུགས་བྱ་དུ་གདབ་པོ།

གསུམ་པ་མཐུག་དུ་རི་ལྟར་བྱ་བ་ནི་སྤང་བཤུགས་པ་བཞིན་ཡིན་ལ།  
 གཉིས་པ་ཐུན་མཆོམས་སུ་རི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་ནི། ཐུན་མཆོམས་སུ་ཡང་  
 ལས་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་སྟོན་པའི་བཀའ་དགོངས་འབྲེལ་དང་བཅས་པ་སྟེ་  
 དང་། བྱང་པར་མཛེངས་སྟོན་ལས་བརྒྱ་པ་རྟོགས་བརྗོད་བརྒྱ་པ་འདུལ་བ་  
 ལུང་གི་རྒྱུད་སྟེང་རྣམས་ཞིབ་དུ་བལྟ་ཞིང་། དེ་དག་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
 སྟོང་བའི་གྲོགས་སུ་འབྲེལ་ཤེས་པ་ཞིག་བྱ། དབང་པོའི་སྟོ་སྟོམ་པ་ལ་  
 སོགས་པ་གཞན་རྣམས་ནི་སྤང་བཤུགས་པ་བཞིན་ཡིན་ནོ།

བཞི་པ་འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་བསམས་པའི་སྒོ་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་

སྒོམ་པ་ལ་བསྐྱེལ་བ།

བཞི་པ་འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་བསམས་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
སྒོམ་པ་ལ་བསྐྱེལ་བ་ལ་གཉིས། ཐུན་གྱི་ངོ་བོ་ལ་ངེ་ལྟར་བྱ་བ་དང་། ཐུན་  
མཚམས་སྤྱི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལ་སྦྱོར་དངོས་མཐུག་གསུམ་  
ལས། དང་པོ་སྦྱོར་བའི་ཆོས་དྲུག་ནི་སྤར་བཞིན་ཡིན་ལ། གཉིས་པ་དངོས་  
གཞི་ནི། སྤྱི་བོར་སྒྲ་མ་ལྟ་སྒོམ་བཞིན་པའི་ངང་ནས་འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ། སྤར་  
བཤད་པ་ལྟར་རྟེན་པར་དཀའ་ཞིང་རྟེན་ན་དོན་ཆེ་བའི་རྟེན་འདི་སྦྱར་དུ་  
འདྲིག་ཅིང་། ཞི་ནས་གར་སྦྱེ་ལ་རང་དབང་མེད་ལ་ངན་སོང་དུ་སྦྱེས་ན་སྤྱག་  
བསྐྱེལ་བཅོད་སྒྲགས་མེད་པའི་ཚུལ་བསམས་པས་འདྲིགས་ཞིང་སྤྱག་ནས་  
དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྦྱོང་ཐག་པ་ནས་སྦྱབས་སུ་སོང་ཞིང་། ལས་འབྲས་  
ལ་ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་ནས་རྒྱལ་བའི་བཀའ་ལྟར་ལས་དགེ་སྤྱིག་གི་སྤར་སྤང་  
ལ་འབད་ན་བདེ་འགྲོའི་རྟེན་ནམ་པར་དག་པ་ཞིག་ཐོབ་ངེས་ཀྱང་། ད་དུང་  
འཁོར་བ་ལས་མ་ཐར་ཞིང་། འཁོར་བར་སྦྱེས་ཕྱིན་ཆད་སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱི་རང་  
བཞིན་ལས་མ་འདས་ཏེ། འཁོར་བའི་ནང་ནས་མཐོ་བ་བདེ་འགྲོའི་རྟེན་ཡིན་  
ལ། དེར་སྦྱེ་བ་ཞིག་སྤངས་ཕྱིན་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལས་མ་འདས་པ་ནི། དཔེར་ན་  
མི་ནག་ཅན་ཞིག་རྒྱལ་པོའི་སྤྱིམས་རར་བབྱང་ནས་བཅིང་བ་དང་བཅེག་པ་  
དང་སྤྱག་གིས་བཟུས་པ་དང་མཆོན་གྱིས་འདེབས་པ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱག་

བསྐྱེད་ཀྱི་མཁུ་མཁར་བཞིན་པ་ལས། སྐབས་འགར་བཅོན་སྤང་དང་རྒྱལ་  
 བོས་བསྐྱོས་པའི་གཤེད་མ་དེ་དག་ཅུང་ཟད་ངལ་བསོ་བའི་སྐབས་དང་།  
 གཞན་གྱི་ངོ་ཆེན་སོགས་ཀྱིས་རེ་ཤིག་གི་རིང་བརྟེན་པ་སོགས་མི་བྱེད་  
 གྲང་། རྒྱལ་བོས་བཅོན་དུ་བཟུང་ཞིང་མཐར་གསོད་པར་ངེས་པས་སྤྲུག་  
 བསྐྱེད་ཁོ་ན་སྤྱོད་བ་ལས་བདེ་བའི་སྐབས་མེད་པ་བཞིན་དུ། མངལ་དུ་ཉིང་  
 འཆ་མས་སྤྱར་བྱིན་སྤྲུག་བསྐྱེད་མ་ལུས་འབྱུང་བའི་གནས་སྤྱི་བའི་བཅོན་  
 རང་དུ་བཟུང་བ་ཡིན་པས་སྤྲུག་བསྐྱེད་གྱི་རང་བཞིན་ཁོ་ན་ལས་མ་འདས་  
 སོ། །

དེ་ཡང་མའི་མངལ་མི་གཙང་བ་རྣམས་པ་དུ་མ་དང་སྤྱིན་བུའི་རིགས་  
 ཉིང་སྤྲུག་དུ་མས་གང་ག། ཤིན་ཏུ་ངི་ང་བ་ཐུན་གནག་པ་སྤྲུག་སྤོ་བ་འཛིགས་  
 སྤྱ་རུང་བའི་གནས་ན་སོ་བའི་འོག་ལོང་ཀའི་སྤྱང་དུ་རྒྱང་ལག་དང་གདོང་པ་  
 རྣམས་ཤེས་པས་དགྱིས། སྤྲུག་བསྐྱེད་བཟོད་སྤྲུགས་མེད་པ་སྤྱོད་བཞིན་དུ་ཆེ་  
 བ་དགྲུ་དང་ངོ་བཅུའི་རིང་ལ་གནས་དགོས་ཤིང་། མངལ་ནས་བཙའ་བའི་ཆེ་  
 སྤྲུག་བསྐྱེད་བཟོད་སྤྲུགས་མེད་པ་སྤྱོད་བཞིན་དུ་བཙའ་དགོས་པ་དང་། བྱི་  
 རོལ་ཏུ་བཙས་མ་ཐག་མའི་ལག་པས་རེག་པ་ན་བ་ལང་སྤྲུགས་པ་བལྟས་པ་  
 ལ་སྤོག་ཆགས་གཞན་གྱིས་ཐོས་པ་ལྟ་བུའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་དང་། རལ་གྱིས་  
 ལུས་དུ་མ་བུར་བཙད་པ་ལྟ་བུའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཡོད་པར་གསུང་། བྱིས་པ་ཆུང་  
 ཏུ་ཉིག་ཏུ་ཏུ་བ་ཡང་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཆད་མེད་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོད་ནས་དུ་བ་ཡིན་  
 པར་གསུང་། དེ་ལྟར་མངལ་དུ་གནས་པ་དང་བཙའ་བའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་དེ་ཅ་མ་



དུ་མ་ཟད། སྐྱེ་བ་སྦངས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ན་བ་དང་རྒྱ་བ་དང་འཆི་བ་ལ་སོགས་  
པའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཐམས་ཅད་འདྲེན་པར་བྱེད། གཞོན་དང་བགོགས་ལ་སོགས་  
པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་འཇུག་སྟེ། ཆགས་པའི་དབང་གིས་ལུས་  
རེ་སྦངས་པས་ལུས་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་གཞོན་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བ་  
ཡིན། ལུས་མེད་ན་དེ་ལྟར་འབྱུང་བའི་སྒོ་མེད་དོ། །

གཞན་ཡང་སྐྱེ་བ་སྦངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་  
ཀྱང་འདྲེན་པར་བྱེད་དེ། པ་མའི་ཁུ་ཁྱག་ཆོགས་པའི་ཤ་རུས་རྗེས་བཅས་འདི་  
ལ་ངའི་ལུས་ཞེས་ཆོངས་ནས་བདག་ཏུ་བཟུང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་འདོད་  
ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་རྒྱས། ཉོན་  
མོངས་པ་དེ་དག་གིས་ལས་ངན་བསགས། དེའི་མཐུས་སྤྲར་ཡང་སྐྱུག་  
བསྐྱེལ་ཁོ་ན་སྤྱོད་པར་འབྱུང་ཞིང་། སེམས་ལ་ཉོན་མོངས་ཀྱི་བག་ཆགས་  
བཞག་པས་ཉོན་མོངས་རྣམས་ཀྱང་རྩེ་རྒྱས་སུ་སོང་སྟེ། འཁོར་བའི་མཐའ་མི་  
མངོན་པར་སྐྱུག་བསྐྱེལ་འབའ་ཞིག་སྤྱོད་བ་འདི་བྱུང་བ་ཡིན་པས། འཁོར་  
བར་སྐྱེ་བ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒོ་ཡིན་པར་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་སྐྱེ་བ་སྦངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ལུས་ལ་ནད་རྣམ་པ་མང་པོ་  
འབྱུང་། ནད་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱུག་བསྐྱེལ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་སྐྱེད་པ་  
མངོན་སུམ་དུ་སྤྱོད་བ་ལྟར་དང་། ལུས་དེ་ཡང་སྐྱད་ཅིག་སྐྱད་ཅིག་གིས་  
འགྲིབ་ཅིང་རྒྱ་བས་ཞོན་ནས་ལུས་ཀྱི་མདངས་ཉམས་པ་དང་། མགོ་བོའི་སྒྲ་  
བྱི་ཞིང་དཀར་བ་དང་། སྒྲ་ན་ལྡིབ་ཅིང་འགོ་ན་འབྲུབ་པ་དང་། བཟའ་བཏུང་

སོགས་འདོད་ཡོན་ལ་སྐྱོད་མི་རུས་ཤིང་། གུན་གྱིས་བརྟན་པའི་གནས་སུ་  
 བྱེད་པ་སོགས་ལུས་དང་སེམས་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་དཔག་ཏུ་མེད་པ་རི་ལྟར་  
 ཡོད་པ་རྣམས་ཡང་ཡང་བསམས་ལ། བདག་གྲང་འདི་ལྟ་བུའི་རང་བཞིན་  
 ལས་མ་འདས་སོ་སྟུང་དུ་ཡིད་འབྱུང་བྲག་ཏུ་བསྐྱོམ། ལུས་དེ་ཡང་ཡུན་རིང་  
 མི་གནས་པར་སྐྱར་དུ་འཆི་བ་དང་། འཆི་བའི་ཆེ་སྒྲིག་སྐྱུག་གཏམ་ངན་  
 ཐམས་ཅད་ཁྱད་དུ་བསད་དེ་སེར་སྟུང་བསགས་པའི་ཡོངས་སྐྱོད་ཐམས་  
 ཅད་འབྲེལ་དགོས་པ་དང་། གཉེན་དང་ཉེ་དུ་ཞེས་རྣམ་པ་གུན་ནས་ཆགས་  
 ཞེན་བྱེད་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲེལ་དགོས་པ་དང་། ཐ་ན་རང་གི་ལུས་གྲང་བོར་  
 རས་ག་ཤེད་དུ་དབང་མེད་འབྲུམ་དགོས་པ་སོགས་སྐྱུག་བསྐྱེད་དཔག་ཏུ་  
 མེད་པ་སྐྱོང་དགོས་པ་རྣམས་ཡང་ཡང་བསམས་ལ་སྐྱོ་བ་བསྐྱེད་པར་བྱའོ།

དེ་ཡང་རྒྱ་ཆེར་རོལ་བ་ལས། སྐ་དང་ན་བས་བཅོམ་པའི་འགྲོ་ལྟོས་ལ།  
 སྐྱུག་བསྐྱེད་ལས་ནི་འབྱུང་བ་སྐྱར་ཤོད་ཅིག་། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རང་  
 ཉམས་ལ་དཔགས་ཏེ་མ་གྲོག་སེམས་ཅན་རྣམས་གྲང་སྐྱེ་གྲོག་འཆིའི་སྐྱུག་  
 བསྐྱེད་གྱིས་གཟིར་བའི་ཚུལ་བསམས་ལ་བྱམས་པ་དང་སྐྱོང་རྗེ་ཤྱགས་བྲག་  
 ཏུ་བསྐྱེད་ཅིང་། མ་གྲོག་ཉམ་ཐག་འདི་རྣམས་སྐྱེ་གྲོག་འཆིའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་  
 ལས་སྐྱར་དུ་བསྐྱེད་བའི་ཕྱིར་བདག་གིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་  
 བྱ་བའི་ཕྱིར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ལ་སྐྱོ་སྐྱུང་བར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་  
 བྱེད་རུས་པར་སྐྱ་མ་ལྟས་བྱིན་གྱིས་བརྟན་ཏུ་གསོལ། ཞེས་གསོལ་བ་  
 ཤྱགས་བྲག་ཏུ་གདབ་བོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཉེན་སྐྱུག་པ་དང་བྲེལ་བའི་སྐྱུག་

བསྐྱེལ། དབྱ་མི་སྤྱུག་པ་དང་སྤྲད་པའི་སྤྱུག་བསྐྱེལ། འདོད་པའི་དངོས་པོ་  
བཅའ་ཀྱང་མ་ཉིད་པའི་སྤྱུག་བསྐྱེལ། མདོར་ན་ཉེ་བར་ལེན་པའི་སྤྱང་པོ་སྤྱུག་བསྐྱེལ་  
སྤྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་པའི་ཚུལ་རྣམས་ཀྱང་ཡང་ཡང་  
བསམས་ལ་འཁོར་བ་ལ་སྒྲོ་བ་བསྒྲེད། མ་གཞན་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱང་སྤྱུག་  
བསྐྱེལ་དེ་དག་གིས་མནར་བའི་ཚུལ་བསམས་ལ། མ་གཞན་ཉམ་ཐག་འདི་  
རྣམས་སྤྱར་དུ་བསྐྱེལ་བའི་སྤྱིར་བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ལ་སྒོ་སྤྲོད་  
བར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱེད་ཀྱས་པར་སྒྲ་མ་ལྟས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ།  
ཞེས་གསོལ་བ་ཤུགས་ཐག་དུ་གདབ་པོ། །

དེ་ལྟར་སྒྲོ་བ་དང་། ན་བ་དང་། ཀ་བ་དང་། འཆི་བ་དང་། གཉེན་སྤྱུག་པ་  
དང་བྲལ་བ་དང་། དབྱ་མི་སྤྱུག་པ་དང་སྤྲད་པ་དང་། འདོད་པའི་དངོས་པོ་  
བཅའ་ཀྱང་མ་ཉིད་པ་དང་། མདོར་ན་ཉེ་བར་ལེན་པའི་སྤྱང་པོ་སྤྱུག་བསྐྱེལ་  
གྱི་རང་བཞིན་ཅན་ཏེ། འཁོར་བའི་སྤྱུག་བསྐྱེལ་རྣམས་སྤྱུག་བསྐྱེལ་བརྒྱད་དུ་  
བསྐྱེལ་ནས་བསམས་ཏེ་ཡིད་འགྱུར་གྱི་སྤྱིར་བ་ཅི་ཐོན་བྱའོ། །ཡང་འཁོར་  
བའི་སྤྱུག་བསྐྱེལ་རྣམས་ངེས་པ་མེད་པའི་སྤྱུག་བསྐྱེལ། ངོམས་པ་མེད་པའི་  
སྤྱུག་བསྐྱེལ། ལུས་ཡང་དང་ཡང་དུ་འདོར་བའི་སྤྱུག་བསྐྱེལ། ཡང་དང་ཡང་དུ་  
ཉིད་འཆམས་སྒྲོར་བའི་སྤྱུག་བསྐྱེལ། ཡང་དང་ཡང་དུ་མཐོང་མན་དུ་འགྱུར་  
བའི་སྤྱུག་བསྐྱེལ། གྲོགས་མེད་པར་འབྱུང་དགོས་པའི་སྤྱུག་བསྐྱེལ་ཐུག་དུ་  
བསྐྱེལ་ནས་ཀྱང་བསམ་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་ངེས་པ་མེད་པ་ནི། ཐོག་མ་མེད་པ་  
ནས་འཁོར་བ་འདིར་འཁོར་ཏེ་ཆགས་ཤིང་ཞེན་པས་རང་གི་པ་མ་དང་བྱ་ལ་

སོགས་པ་ཤིན་ཏུ་གཅིས་ཤིང་ཡིད་ལ་གཅགས་པའི་གཉེན་བཤེས་སུ་བཟུང་  
 བ་རྣམས་ཆེ་རབས་གཞན་དུ་པན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་བརྟེན་པ་དང་  
 གསོད་པ་སོགས་གཞོད་པ་སྣ་ཆོགས་བྱེད་པའི་དགྲའི་དྲངས་མར་འགྱུར་  
 ཞིང་། ཡང་རྣམ་པ་ཀུན་ནས་གཞོད་པ་བྱེད་པའི་དགྲ་དེ་རྣམས་ཆེ་རབས་  
 གཞན་དུ་རང་གི་བྱ་ལ་སོགས་པའི་གཉེན་བཤེས་སུ་གྱུར་ཏེ་སྟག་པར་  
 ཆགས་ཤིང་ཞེན་པས་ཡོ་བྱད་ཅི་ཉིད་དེ་ལ་སྟོབ་བར་བྱེད་པ་དང་། ཡང་  
 གཉེན་དུ་བཟུང་བ་དེ་རྣམས་ཆེ་རབས་སྤྱི་མ་གཞན་དུ་དགྲ་མི་བཟད་པར་  
 འགྱུར་བ་དང་། ཆེ་འདིར་ཡང་ཆེ་སྟོད་ཀྱི་དགྲ་ཆེ་སྦྱད་ཀྱི་གཉེན་དུ་འགྱུར་  
 ཞིང་ཆེ་སྟོད་ཀྱི་གཉེན་ཆེ་སྦྱད་ལ་དགྲར་འགྱུར་བ་དང་། དེར་མ་བཟད་ཉི་མ་རེ་  
 རེ་དང་སྐད་ཅིག་རེ་རེ་ལ་འང་དགྲ་གཉེན་འགྱུར་ནས་འགོ་བས། འཁོར་བའི་  
 ཆོས་ལ་སྒོ་གཏད་བྱ་ས་གང་ཡང་མེད་པར་བལྟས་ལ་ངེས་འབྱུང་སྒྲིམ་ཤས་  
 བསྐྱེད་ཅིང་། གཏན་དུ་སྒོ་གཏད་བྱུང་བ་ནི་དམ་པའི་ཆོས་ཁོ་ན་ཡིན་ལ། ཆོས་  
 ཀྱི་ནང་ནས་ཀྱང་རང་གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཉི་རིང་མེད་པར་རྣམ་  
 པ་ཀུན་ཏུ་མི་བསྐྱེད་ཞིང་པན་པ་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཡིན་  
 པས། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་བསྐྱོམ་པ་ལ་སྐྱེས་བུའི་རྩ་ལ་ཅི་ཡོད་  
 ཀྱིས་འབད་དོ། །

ངོམས་པ་མེད་པའི་སྟག་བསྐྱེད་ནི། ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་འཁོར་བ་  
 འདིར་འཁོར་ཏེ་སེམས་ཅན་རེ་རེས་རང་གི་མ་བྱས་ཏེ་དེའི་བྱ་ཞོ་འཐུངས་པ་  
 བསགས་ན་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོའི་ཆུ་ལས་མང་ཞིང་། དེར་མ་བཟད་སྟོང་གསུམ་



འདིར་ཡང་ག་ལ་ཞོང་། དེ་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མ་ཡང་  
དང་ཡང་དུ་བྱས་ཏེ་རུ་ཞོ་དེ་སྟེན་ཅིག་འབྱུངས་ཀྱང་ངོམས་པ་དང་ཆིམ་པ་མ་  
བྱུང་ཞིང་། དེ་བཞིན་དུ་འཁོར་བ་འདིར་བས་བོས་པ་དང་གོས་གྲོན་པ་སོགས་  
རེ་རེ་ནས་ནམ་མཁའ་མི་ཞོང་བ་ཞིག་ཡོངས་སྤྲད་ཀྱང་ངོམས་པ་དང་ཆིམ་  
པ་མ་བྱུང་། མདོར་ན་འཁོར་བའི་སྤུན་ཆོགས་དང་འཁོར་བའི་གནས་ཀྱི་བདེ་  
བ་ལ་འདི་མ་སྤྱོད་བྱ་བ་མེད་ཀྱང་ཆིམ་པ་མེད་པར་མ་བཟད། མཛེ་ཅན་སྤྱིན་  
བྱས་ཉིན་པ་མེ་ལ་བསྟོ་བ་དང་། གཡམ་པ་སྤྲུག་པ་དང་། སྒྲོམ་པས་གདུངས་  
པ་ཚུ་ཚུ་འབྱུང་བ་ལྟར་སྤྲོད་པ་ཆེས་ཆེར་འཕེལ་ཏེ་སྤྲུག་བསྐྱེལ་བཟད་  
མེད་སྤྱོད་བའི་ཚུལ་འདི་ལ་ངས་འབྱུང་སྒྲིལ་ཤིང་ལྷག་ཏུ་བསྐྱེད་ཅིང་། ངོམས་  
པ་དང་ཆིམ་པར་འགྱུར་བ་ནི་དམ་པའི་ཆོས་ཁོ་ན་ཡིན་ལ། དེའི་ནང་ནས་  
ཀྱང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ནི་རང་དང་པ་མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
ཆིམ་པར་བྱེད་པའི་བདུན་ཅིའི་མཆོག་ཡིན་པས། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་  
པོ་ཆེ་བསྒྲོམ་པ་ལ་རུས་པ་ཅི་ཡོད་ཀྱིས་འབད་དོ། །

སྤྲན་སྤྱིའི་ཞལ་ནས། རོ་བོ་སྟོན་པ། ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ཅི་འདྲའི་ལུས་  
ཞིག་སྤངས་པ་ལ། ད་ངས་བཞིན་དུ་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོས་བྱེད་མ་སྤྱོད་བས་  
འབྱུང་དགོས་གསུང། ལུས་ཡང་དང་ཡང་དུ་འདོར་བའི་སྤྲུག་བསྐྱེལ་ནི། ཐོག་  
མ་མེད་པ་ནས་འཁོར་བ་འདིར་འཁོར་ཏེ་ལས་དབང་གིས་ལུས་འདི་མ་  
སྤངས་བྱ་བ་མེད་ཀྱང་དོན་མེད་ཚུད་བོས་ཤིང་སྤྲུག་ཏུ་སོང་ནས་ཡང་དང་ཡང་  
དུ་དོར་ཏེ་ཡང་དང་ཡང་དུ་ལུས་རེ་སྤངས་ཀྱང་སྤྲུག་བསྐྱེལ་གྱི་ཕུང་པོ་ལ་བཟད་



པ་མེད་པའི་ངང་ཚུལ་འདི་བསམས་ནས་ངེས་འབྱུང་སྒྲིམ་པ་བསྐྱེད་ཅིང་། ད་  
རེས་དལ་འབྱོར་གྱི་ཉིན་བཟང་པོ་ལན་ཅིག་ཉིད་པ་འདི་ཚུད་ཐོས་སུ་མི་  
གཏང་བར་རང་དང་པ་མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཕྱང་  
པོའི་རྒྱན་བཅད་དེ་གཏན་གྱི་བདེ་བ་བསྐྱེད་ཕྱིར་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་  
ཆེ་སྒྲོམ་པ་ལ་ཆིག་སྒྲིལ་དུ་འབད་བར་བྱའོ།

པོ་ཉི་བའི་ཞལ་ནས། སྤར་དེ་ཙམ་ཞིག་འབྱམས་པ་ལ་རང་ལོག་མ་  
བྱང་ཙམ་ན། ད་ཡང་རང་ལོག་མི་འོང་བས་ཕྱོག་དགོས། །ཕྱོག་པའི་དུས་ཀྱང་  
ད་རེས་དལ་འབྱོར་ཐོབ་པའི་དུས་འདིར་ཡིན་གསུང་ངོ་། །ཡང་དང་ཡང་དུ་  
ཉིད་འཆོམས་སྒྱུར་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ནི། ལས་དང་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་  
གིས་འཁོར་བ་འདིར་སྐྱེ་བ་སྤངས་པའི་མཐའ་མི་མངོན་ཞིང་། རང་གི་ཆེ་  
འདིའི་མ་ནས་དེའི་མ་དང་། དེའི་ཡང་མ་ལ་སོགས་པ་མ་རིམ་པར་བརྒྱུད་  
པའི་མཐའ་ཡང་མི་མངོན་པར་འཁོར་བའི་རྒྱན་དཔག་གིས་མི་ལང་བ་བཟོད་  
དཀའ་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་སྒྲོང་གིས་གཟིར་བ། གཞོད་པ་དུ་མས་གང་བའི་  
འཁོར་བའི་འབྲོག་དགོན་པ་ཆེན་པོར་ཐོ་ཐོ་ཚུན་བཞིན་དུ་རྒྱན་མི་འཆད་དུ་  
འཁོར་བའི་ཚུལ་འདི་ལ་སྒྲིམ་པ་ངེས་འབྱུང་ཤུགས་དག་ཏུ་བསྐྱེད་ལ། རང་  
དང་པ་མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱེ་ཁྲུན་འཆིའི་རིམས་ནད་སེལ་བའི་  
སྤྲོ་གཅིག་ཕུ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ཆེ་འདིའི་བྱ་བ་གང་གིས་ཀྱང་  
མི་གཡང་བར་ཅེ་གཅིག་ཏུ་བསྒྲོམ་པར་བྱའོ། །

ཡང་དང་ཡང་དུ་མཐོང་མན་དུ་འབྱུང་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ནི། ཐོག་མ་

མེད་པ་ནས་འཁོར་བ་འདིར་འཁོར་ཏེ་སྤྱིང་ཅེ་ནས་མནར་མེད་གྱི་བར་ལ་  
 འདིར་མ་སྐྱེས་བྱ་བ་དང་ལུས་རྟེན་འདི་མ་སྦྱངས་བྱ་བ་གཅིག་ཀྱང་མེད།  
 རེས་འགའ་ཟག་བཅས་གྱི་བསོད་ནམས་རེའི་མཐུས་ཆངས་པ་དང་བརྒྱ་  
 བྱེན་དང་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་དཔལ་སོགས་འཛིག་རྟེན་ཀུན་གྱིས་འདུད་  
 ཅིང་མཆོད་པའི་གནས་སུ་བྱེད་པ་དང་། སྤྱིང་འབྱོར་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཐོབ་ཀྱང་དོན་  
 མེད་ཚུད་ཐོས་སུ་སོང་སྟེ། ལས་བཟང་པོའི་འཕེན་པ་ཟད་ནས་སྦྲར་ཡང་ལས་  
 ངན་པའི་མཐུ་བརྟས་ཏེ་ངན་སོང་དུ་སྦྱང་ནས་བཟོད་དཀའི་སྒྲུག་བསྐྱལ་སྤྱོད་  
 བ་དང་། ཡང་མིའི་ནང་དུ་ཤིན་ཏུ་ཉམས་དམའ་བ་བྱན་གྱི་ཡང་བྱན་སོགས་  
 སུ་སྐྱེ་བ་དང་། རེས་འགའ་བསོད་ནམས་རེའི་མཐུས་ཉི་མ་དང་ཆེ་བའི་རྟེན་  
 ཐོབ་སྟེ་འོད་གྱིས་འཛིག་རྟེན་མཐའ་དག་སྦྱང་བར་བྱེད་ཀྱང་། ཡང་དེ་ནས་  
 སྦྱང་སྟེ་སྤྱིང་བར་གྱི་ཐུན་པའི་ནང་གི་དུད་འགྲོ་དང་ས་འོག་གི་སྤྱིན་བྱ་  
 སོགས་སུ་སྐྱེས་ཏེ་རང་གི་ལག་པ་བརྒྱུད་བསྐྱུལ་ཅམ་ཡང་མི་མཐོང་བའི་ཉམ་  
 ཐག་ཏུ་གྱུར་པ་སོགས། མདོར་ན་འཁོར་བའི་གནས་འདིར་ལས་དབང་གིས་  
 འབྱུལ་ས་སྤྱིན་བསགས་པ་ཀུན་གྱི་ཐ་མ་འཛད་པ་དང་། མཐོན་པོ་རྣམས་གྱི་  
 ཐ་མ་སྦྱང་བ་དང་། སྤྱད་པའི་ཐ་མ་འབྲལ་བ་དང་། གསོན་པའི་ཐ་མ་འཆི་བ་  
 སོགས་འཁོར་བའི་ཐུན་ཆོགས་ཐམས་ཅད་གྱི་མཐའ་རྒྱད་པས་སྦྱད་པའི་ངང་  
 ཚུལ་འདི་ལ་ཡིད་གཏིང་ནས་སྐྱོ་བར་བྱས་ལ། རང་དང་པ་མ་སེམས་ཅན་  
 ཐམས་ཅད་གྱི་རྒྱད་པ་མ་ལུས་སེལ་ཞིང་གཏན་གྱི་བདེ་བ་སྟོར་བའི་འཆི་མེད་  
 བདུད་ཅི་བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་སྒྲིམ་པ་ལ་འབད་བར་བྱའོ།

གསང་ཕྱ་བའི་ཞལ་ནས། འཁོར་བ་འདིར་གན་བྱབ་མང་པོ་ཞིག་བྱེད་  
 དགོས་པ་འདི་ཉམས་ལ་རེ་མ་བབ་གསུང་ངོ། ། གྲོགས་མེད་པར་འབྲམ་  
 དགོས་པའི་སྐྱག་བསྐྱེད་ནི། ལས་དང་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་གིས་འཁོར་བ་  
 འདིར་གང་དུ་སྐྱེས་ཀྱང་། རང་གི་ལས་ཀྱི་བགོ་སྐྱེད་པ་སྐྱོད་པ་ལས་གཉེན་  
 བཤེས་དང་མཛའ་གྲོགས་གང་གིས་ཀྱང་ཕན་པ་མེད་དེ། གང་དུ་སྐྱེ་ནའང་  
 རང་གི་ལས་བཟང་ངན་གྱི་དབང་གིས་སྐྱེ་བ་མ་གཏོགས་གྲོགས་སུས་ཀྱང་  
 ཕན་པ་མེད་ལ། འཆི་བའི་ཆེ་ནའང་རང་གི་ནམ་ཤེས་གཅིག་ཕྱ་པ་རོལ་དུ་  
 འགྲོ་བ་མ་གཏོགས་གྲོགས་གཅིག་ཀྱང་རྗེས་སུ་འབྱང་བ་མེད། ད་ལྟ་གཉེན་  
 བཤེས་དང་གྲོགས་ལ་ཆགས་ནས་ལས་ངན་བསགས་པ་དེའི་འབྲས་བུ་རང་  
 ངན་སོང་དུ་སྐྱེད་ནས་སྐྱག་བསྐྱེད་སྤོང་བའི་ཆེ་གྲོགས་སུས་ཀྱང་སྐྱག་བསྐྱེད་  
 ཀྱི་སྐྱེད་པ་མི་ལེན་ཅིང་སྐྱག་བསྐྱེད་དེ་སེལ་བའི་ཐབས་བྱེད་པའང་སུ་ཡང་  
 མེད་པས། འཁོར་བར་གྲོགས་ལ་ཡིད་བརྟན་བྱ་ས་གང་ཡང་མེད་པའི་ཚུལ་  
 བསམས་ལ་ངེས་འབྱུང་སྟོ་ཤེས་བསྐྱེད་ཅིང་། ནམ་ཡང་བསྐྱེད་པ་མེད་པ་ནི་  
 དམ་པའི་ཆོས་ཁོ་ན་ཡིན་ལ། དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་རང་དང་པ་མ་སེམས་ཅན་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་འཛིགས་པ་དང་སྐྱག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་སེལ་བའི་སྒྲན་གཅིག་  
 ཕྱ་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཡིན་པས། སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་  
 སྒོམ་པ་ལ་སེམས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བསམ་ཞིང་རྒྱས་པ་ཅི་ཡོད་ཀྱིས་འབད་  
 པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་འཁོར་བའི་གནས་འདིར་ཡིད་བརྟན་གང་ཡང་བྱ་ས་མེད་  
 པ་དང་། འཁོར་བའི་བདེ་བ་ལ་ངི་ཅམ་སྐྱེད་ཀྱང་ཆོམ་པ་མེད་པར་སྐྱག་

བསྐྱེད་ཅིང་འཕེལ་དུ་འགྲོ་བ་དང་། འཁོར་བའི་མཐའ་མི་མངོན་པའི་ངང་ཚུལ་  
དེ་དག་བསམས་ལ་ངེས་འབྱུང་ཤུགས་སྒྲིབ་བསྐྱེད་ཅིང་། རང་ཉམས་ལ་  
དཔག་ནས་མ་གྲག་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱང་འཁོར་བའི་གནས་ན་ཡིད་བརྟན་  
གང་ཡང་མེད་པར་སྐྱབ་བསྐྱེད་ཅིང་དག་གིས་གཟེར་བའི་ཚུལ་བསམས་ལ།  
མ་གྲག་ཉམ་ཐག་འདི་རྣམས་སྤྲུང་དུ་བསྐྱེད་བའི་སྤྱིར་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་  
རིན་པོ་ཆེ་ལ་སྒོ་སྤྲོད་བར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱེད་ཀྱས་པར་སྒྲ་མ་ལྟས་བྱིན་གྱིས་  
བརྒྱབ་དུ་གསོལ། ཞེས་གསོལ་བ་ཤུགས་སྒྲིབ་དུ་གདབ་པོ། །

ཡང་འཁོར་བའི་སྐྱབ་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་སྐྱབ་བསྐྱེད་ཀྱི་སྐྱབ་བསྐྱེད་  
དང་། འབྱུང་བའི་སྐྱབ་བསྐྱེད་དང་། འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱབ་བསྐྱེད་གསུམ་དུ་  
བསྐྱེད་ནས་ཀྱང་བསམ་པར་བྱ་སྟེ། འཁོར་བའི་གནས་ན་སྐྱབ་བསྐྱེད་ཀྱི་  
སྐྱབ་བསྐྱེད་བསམ་ལས་འདས་པ་དེ་སྟེད་ཅིག་ཡོད་པ་རྣམས་དང་། བདེ་  
བར་སྤང་བ་རྣམས་ཀྱང་ངོ་མོ་སྐྱབ་བསྐྱེད་ལས་མ་འདས་པའི་ཚུལ་དང་།  
ཐམས་ཅད་ཀྱང་ལས་ཉོན་གྱི་གཞན་དབང་ཅན་ཤིང་སྐྱབ་ཡིན་པས། འདུ་བྱེད་  
ཀྱི་སྐྱབ་བསྐྱེད་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་གྱུར་པའི་ཚུལ་རྣམས་ཡང་ཡང་བསྒྲོམ་མོ།  
།དེ་ཡང་ད་ལྟ་རང་གི་ཉམས་ལ་དཔགས་ཏེ་བསྒྲོམས་ན་སྒྲོའི་འཁུལ་ཆེ་བར་  
གསུངས་པས། རང་ཅག་རྣམས་ཀྱི་ལུས་ཉེན་འདི་ལ་ནད་རྣམ་པ་སྤྲོད་ཆོགས་  
པའི་སྐྱབ་བསྐྱེད་དང་། སེམས་ལ་ཡིད་མི་བདེ་སྒོ་བྱར་སྒོ་བྱར་དུ་འབྱུང་བ་  
དང་། ད་ལྟ་བདེ་བར་སྒྲོམ་པ་རྣམས་ཀྱང་སྐྱབ་བསྐྱེད་སྤྱིར་བཅོས་པ་ལ་བདེ་  
བར་ཞེན་པ་ཤིང་སྐྱབ་ལས་ཡང་དག་པའི་བདེ་བ་མེད་པར་ངོ་མོ་སྐྱབ་བསྐྱེད་



ཤ་སྟག་སྟེ། དཔེར་ན་གང་བས་ཉེན་ནས་སྟུག་བསྐྱེད་ཆེར་སྐྱེས་པའི་ཆེ་ཉི་  
 མའམ་མེ་ལ་བརྟེན་པ་ན། གང་བའི་སྟུག་བསྐྱེད་དེ་ཚུང་དུ་སོང་བ་ལ་བདེ་བའི་  
 གློ་སྐྱེ་ཞིང་། ཆ་བའི་སྟུག་བསྐྱེད་གྱི་འོག་ཚུགས་ཏེ་མེ་ལྟ་བུས་གདུངས་པའི་  
 ཆ་བ་དེ་ཆེར་འཕེལ་བ་ན་ཆ་བས་ཉེན་པའི་སྟུག་བསྐྱེད་མི་བཟོད་པ་ཆེར་སྐྱེ་  
 བ་སྐྱོང་བས་གྲུབ་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟར་འགྱུར་བའི་སྟུག་བསྐྱེད་བར་  
 མཆམས་མེད་པས་མནར་ཞིང་། ཟང་ཟིང་གི་ཡོ་བྱད་འགྱུར་ན་གསོག་སྐྱུང་  
 གི་སྟུག་བསྐྱེད། དབུལ་ན་དེ་འཆོལ་བའི་སྟུག་བསྐྱེད་ནམས་གྱིས་བར་  
 མཆམས་མེད་པར་གདུངས་ཏེ་བདེ་བའི་སྐབས་མེད་ལ། ལས་ཉོན་གྱི་གཞན་  
 དབང་ཅན་དུ་སོང་བས་རང་དབང་གང་ཡང་མེད་པར་གློ་བུར་དུ་ལུས་ལ་ནད་  
 དང་། སེམས་ལ་ཉོན་མོངས་པ་དང་། དེས་བསྐྱེད་པའི་སྟུག་བསྐྱེད་སྒོ་དུ་མ་  
 ནས་ལྡང་བ་དང་། སྐད་ཅིག་རེ་རེ་བཞིན་འགྱུར་ཞིང་གནས་པའི་དབང་མེད་  
 པ་སོགས་མངོན་སུམ་དུ་སྐྱོང་བས་གྲུབ་པ་འདི་བཞིན་ཡིན་ཡང་། སྟུག་  
 བསྐྱེད་བདེ་བར་འཛིན་པའི་སྤྱན་ཅི་ལོག་གི་སྒོ་དང་ལས་ངན་གྱི་མ་བུས་  
 བསྐྱེད་ནས། ད་དུང་ཡིད་འབྱུང་མི་སྐྱེ་བར་སྟུག་བསྐྱེད་དང་སྟུག་བསྐྱེད་  
 གྱི་རྒྱ་ཉིད་ལ་སྤྱེ་མ་ལེབ་མར་མའི་འོད་ལ་མཆོང་བ་བཞིན་དུ་རྒྱག་པའི་ངང་  
 ཚུལ་འདི་ལ་ཡིད་འབྱུང་ཅི་སྐྱེ་དང་། མ་གྲན་སེམས་ཅན་ནམས་ཀྱང་དེ་ལྟར་  
 དུ་སྟུག་བསྐྱེད་གྱིས་ཉམ་ཐག་པའི་ཚུལ་བསམས་ལ་བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་  
 རིན་པོ་ཆེ་སྒོམ་པ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱེད་ཀྱས་པར་སྐྱ་མ་ལྟས་  
 སྤྱན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ། ཞེས་གསོལ་བ་ཤུགས་དག་དུ་གདབ་པོ། །དེ་



ལྷ་ལའོར་བའི་ཉེས་དམིགས་བསམས་པས་ཡིད་སྒྲིབ་རྒྱུ་ལ་གྱུར་པ་ན། འདི་ལྷ་  
བུའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་བཟོད་སྤྱུགས་མེད་པ་འདི་སྤྱོད་བའི་རྒྱ་ཅི་ཞིག་གུ་སྒྲུལ་དུ་  
ལའོར་བའི་རྩ་བ་འཆོལ་བ་ལ་འབད་དགོས་ཏེ། ལའོར་བའི་རྩ་བ་ངོས་མ་བཟུང་  
ན་སྤྱུག་བསྐྱེད་ལ་ངེ་ཙམ་འཇིགས་ཀྱང་དེ་སེལ་བའི་ཐབས་མེད་དོ། །

དེས་ན་ལའོར་བའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་ནི་རང་རྒྱུད་ཀྱི་  
བདག་འཇིན་འདི་ཡིན་པར་རྒྱལ་བའི་བཀའ་དགོངས་འབྲེལ་དང་བཅས་པ་  
ཐམས་ཅད་ནས་གསུངས་ཤིང་། རིགས་པས་ཀྱང་འབྲུག་པ་ཡིན་ནོ། བདག་  
འཇིན་འདི་ཡོད་སྟེན་རང་ལ་ཆགས་པ་དང་གཞན་ལ་སྤང་བ་དབང་མེད་དུ་  
སྒྲེ། དེ་གཉིས་ཀྱིས་ལས་གསོག། །ལས་ཀྱིས་ལའོར་བར་སྒྲེབ་འཕངས་ནས་  
སྤྱུག་བསྐྱེད་བརྒྱུད་མར་སྤྱོད་དགོས་པས། ལའོར་བའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་མི་འདོད་  
ན་དེའི་རྒྱ་ལས་དང་ཉོན་མོངས་གཉིས་སྤང་དགོས་ལ། དེ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་  
ཀྱང་ཉོན་མོངས་པ་གཙོ་ཆེ་སྟེ། ཉོན་མོངས་མེད་ན་ལས་ངེ་སྟེད་ཅིག་ཡོད་  
ཀྱང་ལའོར་བར་སྒྲེབ་འཕེན་མི་རུས་པ་ནི། དཔེར་ན་ནས་ཀྱི་ས་བོན་ངེ་སྟེད་  
ཅིག་ཡོད་ཀྱང་རྒྱན་དང་ས་ལ་སོགས་པ་མེད་ན་སྤྱུ་གུ་སྒྲེབ་མི་སྤིད་པ་བཞིན་  
ནོ། །ལས་མེད་ཀྱང་ཉོན་མོངས་པ་ཡོད་ན་ནི་དེ་མ་ཐག་ལས་བསགས་ཏེ་  
སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་སྤྱོད་པས། ལའོར་བ་ལས་ཐར་བར་འདོད་ན་རང་རྒྱུད་ཀྱི་  
ཉོན་མོངས་པ་འདི་འཇོམས་པ་ལ་བརྩོན་པར་བྱ་དགོས་ལ། རང་ཉམས་ལ་  
དཔགས་ནས་མ་གྲན་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱང་ཉོན་མོངས་པས་རང་དབང་  
མེད་པར་བཅིངས་ཤིང་སྤྱུག་བསྐྱེད་བའི་ཚུལ།

དབུ་མ་ལ་འཇུག་པ་ལས། དང་པོར་ང་ཞེས་བདག་ལ་ཞེན་གྱུར་ཅིང།  
 བདག་གི་འདི་ཞེས་དངོས་ལ་ཆགས་བསྐྱེད་པ། །ཐོ་ཚུན་འཕྱན་ལྟར་རང་  
 དབང་མེད་པ་ཡི། །འགོ་ལ་སྒྲིང་རྒྱུར་གང་དེ་ལ་འདུད། ཅེས་གསུངས་པ་  
 ལྟར་བསམས་ལ་སྒྲིང་རྒྱུར་འགྲུགས་པ་བསྐྱེད་ཅིང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྒོམ་  
 པ་ལ་འཇུག་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱེད་ཀྱས་པར་སྒྲ་མ་ལྟས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་  
 ཏུ་གསོལ། ཞེས་གསོལ་བ་འགྲུགས་པ་ཏུ་གདབ་པོ། །དེ་ལྟར་ཉོན་མོངས་  
 པའི་དབང་གིས་འཁོར་བར་འཁོར་ཚུལ་ཤེས་པར་བྱས་ལ། ཉོན་མོངས་པའི་  
 གཉེན་པོ་བསྐྱེན་ནས་ཉོན་མོངས་སྒྲིང་བ་ལ་འབད་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་ཉོན་  
 མོངས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཉེས་དམིགས་ཡང་ཡང་བསམས་ནས་སྒྲིན་དུ་མ་བལྟས་  
 བ་སྒྲིང་འདོད་མི་འབྱུང་བས། ཉོན་མོངས་པའི་ཉེས་དམིགས་ནི། ཉོན་མོངས་  
 པས་རང་ཕྱང་ཞིང་གཞན་ལ་ཡང་གཞོད་པ་དང་། འདི་ཕྱི་འཇིགས་ཆོགས་  
 ཐམས་ཅད་འཛོམས་པར་བྱེད་པ་སོགས་མི་འདོད་པ་མཐའ་དག་ལ་སྒྱུར་རོ།  
 །སེམས་ཅན་པ་རོལ་གྱིས་རང་ལ་གཞོད་པ་ཅི་བྱས་ཀྱང་དེ་ལ་ཁོ་བ་མ་ཞོར་  
 བར་བཟོད་པར་བྱས་ན་འདི་སྤྱི་ཀུན་ཏུ་པན་ལ། ཉོན་མོངས་འདི་རང་གི་སྒྲིང་  
 ལ་གནས་ནས་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་གཞོད་པ་དང་སྤྱུག་བསྐྱེད་འབའ་ཞིག་ལ་སྒྱུར་  
 བས། ཉོན་མོངས་པའི་དགྲ་འདིས་རང་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་ཅམ་སེམས་ཅན་  
 ཐམས་ཅད་དགྲར་ལངས་ཀྱང་དེ་ཅམ་གཞོད་མི་ཀུས་སོ། །པ་རོལ་གྱི་དགྲ་ནི་  
 རི་ལྟར་རྒྱུན་རིང་ཡང་ཆེ་མུང་ཡུད་ཅམ་འདིའི་རིང་ཡིན་གྱི། ཉོན་མོངས་པའི་  
 དགྲ་འདིས་ནི་འཁོར་བ་ཐོག་མེད་ནས་ད་བར་སྤྱུག་བསྐྱེད་ལ་སྒྱུར་ཞིང་། ད་

དུང་འདིའི་དབང་དུ་སོང་ན་སྤྱག་བསྐྱེད་མཐའ་མེད་ལ་སྤྱོད་དོ། །ཐ་མལ་པའི་  
དག་གཞན་ལ་བཟའ་བཏུང་སོགས་ཀྱིས་བསྟེན་བཀྱར་རིམ་གྱོ་བྱས་ན་  
སེམས་མགུ་ནས་ཚུར་པན་པ་དང་གོགས་བྱེད་ལ། ཉོན་མོངས་པའི་དག་འདི་  
རྣམས་ནི་བསྟེན་ཅིང་ཁོ་དང་མཐུན་པར་བྱས་ན་གཞོན་པ་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་  
ཆབས་ཆེན་ལ་སྤྱོད་བར་བྱེད་དོ། །

གཞན་ཡང་འདོད་ཡོན་ལ་ཆགས་པ་ནི་རི་དྲགས་རྩོན་པའི་རྟི་ལ་  
ཐོགས་པ་དང་། སྤྱ་གྱི་རྣོན་པོའི་སོ་ལ་ཆགས་པའི་སྤྱང་ཅི་ལྟེས་བསྐྱེད་པ་དང་།  
དུག་སྤྱལ་ནག་པོའི་གདེངས་ཀའི་གྱིབ་བསེལ་ལ་བརྟེན་པ་སོགས་དང་འབྲ་  
བར་གཞོན་པ་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་དུ་མའི་རྒྱ་ཡིན་པར་གསུང་། མདོར་ན་མདོ་  
སྡེའི་རྒྱན་དང་སྤྱོད་འཇུག་སོགས་ལས་གསུངས་པ་ལྟར། ཉོན་མོངས་པའི་  
ཉེས་དམིགས་ཤེས་པར་བྱས་ལ། དེ་ལ་དགར་བཟུང་ནས་སྤྱོད་བཞིག་  
དགོས་སོ། །

དེ་ཡང་ངན་སོང་གསུམ་དུ་སྤྱང་ན་ཉོན་མོངས་སྤྱོད་པའི་ཐབས་མེད་  
པས། བདེ་འགྲོའི་རྟེན་ཐོབ་པའི་སྐབས་འདིར་སྤྱོད་དགོས་ལ། དེའི་ནང་ནས་  
ཀྱང་དལ་འབྱོར་གྱི་རྟེན་བྱེད་པར་ཅན་ཐོབ་པའི་སྐབས་འདིར་སྤྱོད་བལ་  
འབད་དགོས་ཤིང་། དེ་ལས་ཀྱང་བྱིམ་དུ་གནས་ན་ནི་ཆོས་སྤྱོད་པའི་སྐབས་  
མེད་པས། རབ་ཏུ་བྱུང་ནས་ཚུལ་བྲིམས་རྣམ་པར་དག་པ་ལ་གནས་ཏེ་ཉོན་  
མོངས་སྤྱོད་བལ་འབད་དགོས་ལ། རབ་ཏུ་བྱུང་ཡང་འདྲེ་འདྲེའི་ནང་དུ་གནས་  
ན་ཉོན་མོངས་རྩེ་འཕེལ་དུ་འགྱུར་བལས་སྤྱོད་པའི་ཐབས་མི་རྟོག་པས།

དབེན་པར་གནས་ནས་ཉོན་མོངས་འཛོམས་པའི་ཐབས་ལ་འབད་དགོས་  
 བས། འདོད་པ་དང་འདྲ་འཛིའི་ཉེས་དམིགས་ཡང་ཡང་བསམས་ལ་དབེན་པ་  
 ལ་སློབ་བསྐྱེད་ནས། མ་གྲན་སེམས་ཅན་རྣམས་སྤྱིང་ཕྱགས་སུ་བཅུག་ལ་ཤ་  
 གཟུག་རང་ཟའི་ཚུལ་དུ་རེ་ཤིག་རང་རྒྱད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་འདུལ་བ་ལ་འབད་  
 དགོས་པར་གསུང་། དེ་ཡང་བྱང་དུ་ཐུག་ཞིག་གི་དུས་དབུལ་མོངས་བཟའ་  
 མི་མང་ཙམ་ཞིག་ལ་ཟས་སུ་ཤ་གཟུག་གཅིག་ལས་མེད་པས། བ་དེས་  
 བསམས་པ། རང་མི་མང་པོ་འདི་ལ་ཤ་གཟུག་འདིས་གར་ཡང་མི་སྤྱིན་པས།  
 ངས་ཡུལ་གཞན་ནས་འཆོ་བ་བཙལ་ལོ་སྐྱམ་ནས་ཤ་གཟུག་དེ་པ་དེས་ལམ་  
 ཀྱི་འཆོ་བར་བྱེད་ནས་ལ་ཁུར་ཡུལ་གཞན་དུ་སྤྱིན་ནས་འཆོ་བ་བཙལ་ཏེ་  
 རང་མི་དེ་རྣམས་གསོས་ནས། ཁོ་ཤ་དེ་ངས་བྱེད་ཅག་རང་མི་རྣམས་ལ་ཤ་  
 གཟུག་དེ་མ་སྤྱིན་པར་ང་རང་གིས་བྱེད་བ་དེ་བྱེད་ཅག་ལ་བཅེ་བ་མེད་པ་  
 མིན། ངས་བྱེད་ཅག་སྒོས་མ་ཐོངས་པར་འཆོ་བ་འདི་ལྟར་བཙལ་བ་ཡིན་ཟེར་  
 ལོ། དཔེ་དེ་བཞིན་དུ་འོ་སློལ་ཡང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་སྒྲ་མའི་གདམས་  
 ངག་ཤ་གཟུག་ལྟ་བུ་དེས་སློན་ལ་རང་སྤྱིན་པར་བྱས་ལ། བརྟན་པ་ཐོབ་པ་ན་  
 སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་དགོས་པར་གསུང་། རྒྱལ་སྐས་རྣམས་ཀྱིས་ཐོག་  
 མར་རང་རྒྱད་འདུལ་བ་ལ་འབད་དགོས་པ་ནི།

ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་པར་བསྟོད་པ་ལས། གང་ཞིག་རང་ཉིད་མ་དུལ་  
 བཞིན་དུ་རིགས་པར་ལྡན་པའི་ཆིག་སྒྲ་ཡང་། །རང་གི་ཆིག་དང་འགལ་བར་  
 སྟོད་པས་གཞན་དག་འདུལ་བར་མི་རུས་ཞེས། བྱིད་ཀྱིས་དགོངས་ནས་དེ་

སྤྲོད་འགྲོ་བ་མཐའ་དག་ཐུགས་ལ་བཞག་མཛད་ནས། །རེ་ཞིག་བདག་ཉིད་མ་  
དུལ་བ་ཉིད་འདུལ་བར་བྱ་བྱིར་བཅོན་པ་ལགས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ།  
།དེ་ལྟར་དབེན་པའི་གནས་སུ་གནས་ནས་ཆེ་འདིའི་སྤྱན་ཆོག་གས་སྐྱབ་པའི་  
བསམ་སྦྱོར་ཐམས་ཅད་སྒོས་དོར་ཏེ། རྗེ་བཙུན་བྱམས་པ་མགོན་པོས་མདོ་  
སྡེའི་རྒྱན་དུ་གསུངས་པ་ལྟར། ཆོས་མཐུན་གྱི་གྲོགས་བཟང་པོ་དང་ལྟན་ཅིག་  
ཏུ་ལམ་བསྐྱབ་པ་རིན་པོ་ཆེ་གསུམ་ལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་པར་བྱ། བསྐྱོམ་  
བྱའི་ལམ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ཉིད་རབ་  
དང་སྤུལ་དང་གཙོ་བོར་གྱུར་པ་ཡིན་པས། ད་རེས་གཙོ་བོ་ཉམས་སུ་སྒྲང་།  
ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར། ཆེ་ཐུང་འདི་ལ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ལ་བག་  
ཆགས་ཅི་ཐེབས་ཞིག་ཅི་ནས་ཀྱང་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱེད་རུས་པར་སྒྲུ་མ་ལྟས་  
བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་དུ་གསོལ། ཞེས་གསོལ་བ་ཤུགས་དྲག་དུ་གདབ་པོ། །  
གསུམ་པ་མཐུག་དུ་ངེ་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་ནི་སྤར་བཞིན་ནོ།།

### གཉིས་པ་སྤྱན་མཆོམས་སུ་ངེ་ལྟར་བྱ་བ།

གཉིས་པ་སྤྱན་མཆོམས་སུ་ངེ་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་ནི། འཁོར་བའི་ཉེས་  
དམིགས་དང་ཐར་པའི་པན་ཡོན་སྟོན་པའི་གསུང་རབ་དགོངས་འགྲེལ་དང་  
བཅས་པ་བལྟ་ཞིང་། དེ་ཡང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་རྒྱད་ལ་སྦྱེ་བའི་  
ཐབས་སུ་ཅིར་འགྱུར་བྱ། དན་ཞེས་དང་ལྟན་པའི་སྒོ་ནས་དབང་པོའི་སྒོ་སྒྲུམ་



པ་སོགས་གཞན་རྣམས་ནི་སྒར་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟར་འཁོར་བའི་ཉེས་སྐྱོན་སྒོ་  
 ཏུ་མ་ནས་རིག་པར་བྱས་ལ་ཡིད་འབྱུང་ཤུགས་དག་ཏུ་བསྐྱེད་ནས། དབེན་  
 བའི་གནས་སུ་རང་རྒྱུད་འདུལ་བ་ལ་བཙུན་པར་བྱ་དགོས་ཚུལ་ནན་ཏན་ཏུ་  
 བཤད་པ་དེ་དག་ལ། སྒོ་གྲོས་ཚུང་ཏུ་འགའ་ཞིག་འདི་སྒྲུལ་ཏུ་འཁོར་བའི་ཉེས་  
 དམིགས་བསམས་ནས་ངེས་འབྱུང་སྒྲོ་ཤས་ཀྱིས་དབེན་པར་སྒྲོད་པ་ནི་ཉན་  
 ཐོས་ཀྱི་ལུགས་ཡིན་གྱི། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་པ་ནི་གཞན་དོན་བྱ་དགོས་པས་  
 དབེན་པར་སྒྲོད་པ་མི་རིགས་སོ་སྒྲུལ་ན། དེ་ནི་གསུང་རབ་ཀྱི་དོན་མ་གོ་བ་  
 ཡིན་ཏེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ནི་ཉན་ཐོས་ལས་ཀྱང་འཁོར་བ་ལ་  
 སྒྲོ་ཤས་ཆེ་བ་ཞིག་དགོས་པ་ནི། ཉན་རང་རྣམས་ནི་རང་གཅིག་ཏུ་ཐར་བའི་  
 ཆེད་ཅུམ་ཏུ་འཁོར་བའི་ཉེས་སྐྱོན་བསམས་ནས་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཉན་མོངས་  
 སྒྲོང་ཕྱིར་བཙུན་པ་ཡིན་ལ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ནི་རང་དང་  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཁོར་བ་ལས་བསྐྱལ་བའི་ཕྱིར་འཁོར་བའི་ཉེས་སྐྱོན་  
 མཐའ་དག་རིག་ནས། དེ་སྒྲོང་བའི་ཐབས་སྒོ་ཏུ་མ་ནས་སེམས་ཤིང་། སེམས་  
 ཅན་འཁོར་བར་འབྱུངས་པ་རྣམས་འཁོར་བའི་སྐྱུག་བསྐྱལ་དེ་དང་དེས་  
 མནར་ཚུལ་མཐའ་དག་དྲན་ནས་སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོ་སྐྱེད་དགོས་པས། ཉན་ཐོས་  
 རང་གཅིག་ཏུ་ཐར་བའི་ཆེད་ཏུ་ལམ་སྒྲོམ་པ་ལས་འབྱུང་འགྱུར་གྱིས་སྒྲོ་བ་  
 ཆེ་བ་ཞིག་དགོས་པར་གསུངས་སོ། །

ཡང་འདི་སྒྲུལ་ཏུ་པར་བྱིན་ཐེག་པའི་ལམ་ཏུ་ཞུགས་པའི་བྱང་སེམས་  
 རྣམས་ཀྱིས་འཁོར་བ་ལ་སྒྲོ་ཤས་དེ་ལྟར་སྒྲོམ་དགོས་ཀྱང་། གསང་སྐྱགས་

སྒྲ་མེད་གྱི་ལམ་དུ་ཞུགས་པའི་བྱང་སེམས་རྣམས་གྱིས་དེ་ལྟར་སྒྲོམ་མི་  
དགོས་སོ་སྒྲུལ་ན། གསང་སྤྲུགས་སྒྲ་མེད་གྱི་ལམ་དུ་ཞུགས་པའི་རྣལ་འབྱོར་  
པ་རྣམས་གྱིས་བྱང་འཁོར་བའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་བྲག་ཏུ་བསམས་ནས་ངེས་  
འབྱུང་སྒྲོམ་དགོས་ཏེ། བྱུང་ཆེན་ལྷ་ཨི་བ་ཆེན་པོ་ལ་རྗེ་བཙུན་དོ་རྗེ་རྣལ་  
འབྱོར་མས། ཀླང་པ་བརྒྱུད་པ་སྤངས་ནས་ནི། །འཁོར་བའི་མངག་བཞུག་  
དོར་ནས་སྤྱ། །དོ་རྗེ་སེམས་དཔའ་རྒྱལ་པོ་ཆེ། །ཡང་དང་ཡང་དུ་བསྐྱེད་བར་  
བྱ། ཞེས་ཆེ་འདི་སྒྲོས་བཏང་ཞིང་འཁོར་བ་མཐའ་དག་ལ་ཞེན་པ་ལོག་ནས།  
སྒྲོ་གས་དང་བཙུན་པ་ཤུགས་བྲག་པོའི་སྒྲོ་ནས་སྐྱབ་དགོས་པར་བསྐྱེད་ཞིང་།  
ལྷ་ཨི་བས་བྱང་རྗེ་བཙུན་མའི་བཀའ་བཞིན། དཔེན་པའི་གནས་སུ་འཁོ་བ་  
དཀའ་ཐུབ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱབ་པ་མཛད་པས་བྱུང་བ་ཐོབ་པ་དང་། བྱུང་ཆེན་  
འི་ལ་བྱ་པས་བྱང་དཔེན་པའི་ནགས་ཁོད་དུ་དཀའ་སྤྱད་བྲག་པོའི་སྒྲོ་ནས་  
སྐྱབ་པ་མཛད་པར་གསུང་། དེ་བཞིན་དུ་རྒྱ་གར་གྱི་བྱུང་ཆེན་པལ་མོ་ཆེ་  
དཔེན་པའི་གནས་སུ་འཁོ་བ་དཀའ་ཐུབ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱབ་པ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་  
མཛད་པས་བྱུང་བ་ཐོབ་པ་ཤུགས་ཡིན་ཞིང་། སྒྲོ་བ་དཔོན་འཕགས་པ་ལྷའི་  
སྒྲོད་བསྐྱས་སྒྲོན་མེ་ལས་བྱང་། རིམ་པ་འདིས་ཤིན་ཏུ་སྒྲོས་པ་མེད་པའི་སྒྲོད་  
པ་ལ་འཇུག་པར་བྱའོ། །དེའི་རིམ་པ་འདི་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་དང་པོ་ཁོ་ནར་སྐྱབ་  
པ་པོས་འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་པ་ཅན་གྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་བྲན་པར་བྱས་ལ་སྤྱ་  
ངན་ལས་འདས་པའི་བདེ་བ་འདོད་པས་འདྲུ་འཛི་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་སྤང་  
བར་བྱ་ཞིང་། ཐ་ན་རྒྱལ་སྤིད་གྱི་དབང་ཐུག་ལ་ཡང་སྤྱུག་བསྐྱེད་གྱི་འདྲུ་

ཤེས་བསྐྱོམ་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། རོན་དེ་དག་ལ་དགོངས་ནས་  
 རྗེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་བདེ་མཆོག་གི་སྟོན་ལམ་དུ་འང་། དེ་ཡིས་ཉེ་བར་  
 བསྟན་པའི་གདམས་པ་ལས། །འོངས་པའི་དལ་འབྱོར་རོན་ཆེ་རྟེན་དགའ་  
 དང་། །འཛིག་པར་སྦྲ་དང་ངན་འགྲོའི་སྒྲུག་བསྐྱལ་དང་། །དེ་ལས་སྦྱོབ་པའི་  
 སྦྱབས་འགྲོ་ལས་འབྲས་རྣམས། །ལེགས་པར་བསམས་ལས་ངེས་པ་བརྟན་  
 པོ་ནི། །རྟེན་ནས་ཡང་དག་ལམ་གྱི་གཞི་བེན་ཤོག། །ཅེས་དལ་འབྱོར་རྟེན་  
 དགའ། འཆི་བ་མི་རྟག་པ། ལས་རྒྱ་འབྲས། འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་སྒྲོམ་པ་  
 རྣམས་ལམ་གྱི་གཞིར་བསྐྱགས་ཤིང་། མཐའ་གཅིད་རིན་པོ་ཆེའི་སྒྲུ་གུ་ལས་  
 གྲང་། འདི་འདྲའི་ཐེག་མཆོག་དགའ་སྟོན་སྟོང་བའི་ཆོ། །ལམ་མཆོག་འདི་  
 ཡིས་ཉིན་མཆོན་མི་འདའ་བར། །ཤིང་གི་སྟོང་དུ་བསྐྱོལ་བ་ཇི་བཞིན་དུ། །དང་  
 པོ་གང་ཡིན་ཐ་མར་འབྱུར་བ་ཡི། །ཆེ་འདིའི་སྤུན་ཆོགས་སྤུར་ལེན་སྤུ་ཞིག་  
 ཡོད། །སྤུན་པ་འབྱུར་ལ་ཀུན་ནས་འབད་པ་བཞིན། །སྦྱིང་པོ་མེད་པའི་བྱ་བས་  
 གཡེངས་གཡེངས་ནས། །རོན་ཆེན་སྦྱབ་པ་སྤུ་ཞིག་ཡལ་བར་འདོར། །ཞེས་  
 སྒྲ་མེད་གྱི་རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱད་རོན་ཤེས་ནས་ཆེ་སྒྲོས་བཏང་སྟེ་  
 དབེན་པའི་གནས་སྤུ་ཅེ་གཅིག་སྦྱབ་དགོས་པར་གསུངས་པས། སྒྲ་མེད་གྱི་  
 རྣལ་འབྱོར་པས་གྲང་ལམ་གྱི་གཞི་དེ་དག་ལ་འབད་དགོས་སོ།།

གཉིས་པ་དངོས་གཞི་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་གཉིས་སྟོང་ཚུལ་ལ་  
 གསུམ། བདག་པས་གཞན་གཅེས་པའི་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ལ་སྟོ་  
 སྟོང་ཚུལ་དང་། སེམས་བསྐྱེད་ནས་རྒྱལ་སྤྱི་གྱི་སྟོང་པ་སྤྱི་ལ་སྟོབ་ཚུལ་

དང་། བྱེད་པར་དོན་དམ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་སྤྲོད་ཞེས་བྱ་བ་ཟབ་མོ་དབྱ་  
མའི་ལྷ་བ་ལ་སྒོ་བ་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་ལ་གཉིས། བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་ཕན་ཡོན་བསམས་ནས་སྒོ་  
ཤུགས་བསྐྱེད་པ་དང་། སེམས་སྤྲོད་ཚུལ་དངོས་སོ། །དང་པོ་ནི་སྒྲར་བ་ཤད་  
པ་ལྟར། དལ་འབྱོར་རྟེན་དཀའ། །འཆི་བ་མི་རྟག་པ། དན་འགྲོའི་སྤྱག་བསྐྱེད་  
རྣམས་བསམས་པས། ཆེ་འདི་ལས་སྒོ་ལོག་སྟེ་འདིག་རྟེན་སྤྱི་མའི་དོན་འབའ་  
ཞིག་སྐྱབ་པར་འདོད། ལས་བྲས་རྣམ་ཡང་བསྐྱབ་མེད་པའི་ཚུལ་དང་འཁོར་  
བའི་ཉེས་དམིགས་སྒོ་དུ་མ་རྣམས་བསྒྲོམས་པས། འཁོར་བ་མཐའ་དག་ལ་ཞེན་  
པ་གཏིང་རྣམས་ལོག་སྟེ་ཐར་འདོད་ཀྱི་སྒོ་ཤུགས་དག་སྐྱེས་པ་ན། རང་གཅིག་  
ལུ་ཐར་བའི་ཆེད་དུ་ལམ་ལ་འཇུག་པར་མི་རིགས་ཀྱི། མ་གྲན་སེམས་ཅན་  
རྣམས་ཀྱང་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱིས་ཉམ་ཐག་པའི་ཚུལ་བསམས་ནས་  
དེ་དག་སྒོ་ལ་བའི་ཁུར་སྤྱོད་རྣམས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་དུ་འཇུག་དགོས་ཏེ།  
རང་གཅིག་ལུ་ཐར་བའི་ཆེད་དུ་དམན་པའི་ལམ་དུ་ཁྱུགས་རྣམས་དགྲ་བཅོམ་  
ཐོབ་ཀྱང་སྒྲོན་ཟད་པ་སྤྱོད་པ་རེ་བ་དང་ཡོན་ཏན་སྤྱོད་པ་རེ་བ་ཐོབ་པ་ཡིན་  
ཀྱི། སྒྲོན་ཐམས་ཅད་ཟད་ཅིང་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་རྫོགས་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་  
པ་མིན་པས། རང་གི་དོས་རྣམས་ཀྱང་སྒྲོན་མཐའ་དག་མ་ཟད་ཅིང་ཡོན་ཏན་  
མཐར་ཐུག་མ་ཐོབ་ལ། མ་གྲན་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་དོས་རྣམས་ནི་དྲིན་ཅན་  
ཀྱི་མ་ལ་སྤྱག་ཡིན་པ་ལ། དེ་རྣམས་ཡལ་བར་དོར་ཏེ་རང་གཅིག་ལུ་ཅི་ཐར་  
བྱེད་པ་ནི་ཁྱེད་མེད་མ་རབས་ཀྱི་སྤྲོད་པར་སྒོ་བ་སྤྲོད་སོགས་ལས་གསུངས།



ཐེག་དམན་གྱི་ལམ་དུ་ཞུགས་ནས་ཐུང་འདས་མངོན་དུ་བྱས་ཀྱང་འབྲས་བུ་  
 མཐར་ཐུག་མ་ཐོབ་པས། མཐར་དེ་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་འོད་ཟེར་གྱིས་  
 བསྐྱེད་ནས་ཐེག་པ་ཆེན་པོར་འཇུག་དགོས་ལ། དེའི་ཆེ་དང་པོ་ནས་ཐེག་  
 ཆེན་དུ་ཞུགས་པ་དང་མི་འདྲ་བར་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་སྐྱེ་བ་ཤིན་ཏུ་དཀའ་  
 གྱེ། ཡང་དག་པའི་མཐར་དེ་ལས་སྦྱོང་བ་ཤིན་ཏུ་དཀའ་ལ། བརྒྱ་ལ་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་ཐུགས་རྗེའི་འོད་ཟེར་གྱིས་དེ་ལས་བསྐྱེད་ཀྱང་ཡིད་ཆོས་ཀྱི་  
 དབྱིངས་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་ཞུགས་པ་དེ་ལ་སྐྱོགས་ནས་སེམས་ཅན་སྐྱུག་  
 བསྐྱེད་ཀྱིས་མནར་བ་ལ་ཤས་མི་བཟོད་པའི་སྒྲིང་རྗེ་ཆེན་པོ་སྐྱེ་བ་ཤིན་ཏུ་  
 དཀའ་བར་གསུངས་ཤིང་། ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་ཅན་དཔྱུལ་བར་སྦྱང་བ་དང་  
 ཐེག་པ་དམན་པའི་ལམ་དུ་ཞུགས་ནས་དེའི་འབྲས་བུ་མངོན་དུ་བྱས་པ་  
 གཉིས་སྤྱི་མས་འཆང་རྒྱལ་ལ་བར་དུ་གཙོད་པ་ཅམ་དཔྱུལ་བར་སྐྱེས་པས་  
 དེ་ཅམ་མི་གཞོད་པར་གསུངས་ཏེ། དཔྱུལ་བར་བསྐྱེད་པའི་བར་གནས་  
 དགོས་བྱུང་ཡང་། དེ་ནས་ཐར་ཏེ་ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་བསྐྱེད་པ་ནི་བཞིན་  
 སྐྱབ་རུས་ལ། ཐེག་དམན་དུ་སྦྱང་བ་དེས་སྒར་བ་ཤད་པ་སྒར་སྒྲིང་རྗེ་ཆེན་པོ་  
 དང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སོགས་ཀྱི་དམིགས་རྣམ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཤིན་ཏུ་  
 དཀའ་བས། དང་པོ་ནས་ཐེག་ཆེན་དུ་ཞུགས་པ་ལས་འབྱུང་འགྱུར་གྱིས་  
 ལམ་བཟོད་པ་བྱུལ་བར་གསུངས་སོ།།

དེས་ན་དག་པའི་བཤེས་གཉེན་པོ་ཏོ་བའི་བེ་ཏུ་བུམ་ལས། རབ་རྒྱལ་  
 གཅིག་ལ་རྗེས་ཅང་གཉིས་མིན། །དང་པོ་ཉིད་ནས་ཐེག་ཆེན་ལམ་



འཇུག་ཤེས་གསུངས་པ་ལྟར། དང་པོ་ཉིད་ནས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་དུ་  
འཇུག་པར་བྱ་དགོས་སོ། །འོ་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོར་འཇུག་པའི་སྒོ་གང་ནས་  
ཡིན་སྟམ་ན། ཐེག་ཆེན་དུ་འཇུག་པའི་སྒོ་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་  
ཉིད་ཡིན་པར་གསུངས་པས། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་བསྐྱེད་པ་  
ལ་སྒོ་གྲོས་དང་ཚུལ་བ་དང་རུས་པ་ཅི་ཡོད་ཀྱིས་བསྐྱེམ་ཞིང་འབད་པར་  
བྱའོ།

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྐྱེས་པའི་པན་ཡོན་ནི། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་  
པོ་ཆེ་འདི་སྤྲངས་ནས་བཅོས་མ་ཡིན་པ་ཞིག་རྒྱད་ལ་སྐྱེས་ན་པན་ཡོན་  
བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་བ་དང་ལྡན་ཏེ། སེམས་རིན་པོ་ཆེ་དེ་སྐྱེས་ཙམ་ཉིད་ནས་  
ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྒོར་རྒྱད་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཞེས་བྱ་བ་དང་  
རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་པོ་ཞེས་བྱ་བའི་མིང་ཐོབ་པ་དང་། ཉན་རང་དབྱ་བཅོམ་བདག་  
ཉིད་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱང་རིགས་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་བྱེད་གཞོན་པར་རུས་  
པ་དང་། འགྲོ་བ་ལྟ་དང་བཅས་པའི་མཆོད་པའི་ཞིང་ས་དམ་པར་འགྱུར་བ་  
དང་། ཚོགས་བདེ་ལྷག་ཏུ་རྫོགས་པ་དང་། སྒྲིག་སྐྱབ་ལྷུང་དུ་བྱང་བ་དང་།  
རང་གཞན་གྱི་དོན་ཐམས་ཅད་འབད་མེད་དུ་འགྱུར་པ་དང་། གཞོད་པ་དང་  
བར་ཆད་གང་གིས་ཀྱང་མི་ཚུགས་པ་དང་། འགྲོ་བའི་བདེ་སྐྱིད་ཐམས་ཅད་  
ཀྱང་དེ་ལ་རག་ལས་པས་པན་བདེ་མ་ལུས་པའི་ཞིང་ས་དམ་པར་འགྱུར་བ་  
དང་། ས་ལམ་ཐམས་ཅད་ལྷུང་དུ་རྫོགས་པར་འགྱུར་བ་ལ་སོགས་པའི་པན་  
ཡོན་མཐའ་ཡས་ལྷུ་མེད་པ་གསུངས་སོ། །

དེ་ཡང་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་དེ་སྐྱེས་ཅམ་ཉིད་ནས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་  
 སྒོར་ཚུད་པ་ཡིན་ཏེ།      སེམས་རིན་པོ་ཆེ་དེ་ཡོད་ན་ནི་མངོན་ཤེས་དང་རྩ་  
 འབྲུལ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་གཞན་མེད་ཀྱང་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་པར་འཛོག་  
 ལ། སེམས་རིན་པོ་ཆེ་དེ་མེད་ན་ནི་མངོན་ཤེས་དང་རྩ་འབྲུལ་ལ་སོགས་པའི་  
 ཡོན་ཏན་ཅི་ཡོད་ཀྱང་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་པར་མི་ཚུད་དོ།      །ཡོན་ཏན་གཞན་ལྟ་  
 བོག། །གནས་ལུགས་སྟོང་པ་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་ཏེ། དེ་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་  
 མཉམ་པར་བཞག་ནས་བསྒྲུབས་པས་དག་བཅོམ་ཐོབ་ཀྱང་། ད་དུང་ཐེག་པ་  
 ཆེན་པོའི་སྒོར་མི་ཚུད་དེ། ཐེག་པ་ཆེ་ཚུང་ནི་གནས་ལུགས་རྟོགས་པའི་ལྟ་བ་  
 དང་ཉོན་མོངས་སྤངས་པའི་སྤངས་པ་སོགས་ཀྱིས་མི་འབྲེད་ཀྱི། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
 སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ཁོ་ནས་འབྲེད་པ་ཡིན་པར་སྒྲོབ་དཔོན་སྐྱ་སྐྱབ་ཀྱིས་  
 གསུངས་སོ།།

དགེ་བཤེས་སྟོན་པ་ལ་རྣལ་འབྱོར་པ་ཆེན་པོས་ཁོ་བོ་ལ་རྒྱང་མཉམ་  
 འཇུག་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་འདི་དང་འདི་ཡོད་ཅེས་རྟོགས་པ་ལུལ་བ་ན།  
 འབྲོམ་རིན་པོ་ཆེས། བྱིད་ལ་རྣ་ཅར་རུ་བོ་ཆེ་བརྟུངས་ཀྱང་མི་ཞིག་པའི་སྒྲོམ་  
 ཡོད་ཀྱང་བྱམས་པ་དང་སྦྱང་རྩེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མེད་ན་ཉོན་མཆོན་དུ་  
 བཤགས་པ་བྱ་དགོས་པའི་སར་སྐྱེ་བ་ཡིན་གསུང་། ཡང་འབྲོམ་རིན་པོ་ཆེ་དུ་  
 སྦྱང་དུ་སྐྱེ་ཁམས་ཅུང་མ་བདེ་བ་ཞིག་གི་དུས་སུ།      རྣལ་འབྱོར་པ་ཆེན་པོས་  
 ཅིག་པ་ལ་ཐགས་ཐོགས་མེད་པར་བྱོན་ཏེ་སྐྱོན་ངེས་པས། རོ་བོ་བ་བྱིད་གང་  
 རོ་ཆ་བའི་ཡན་ལག་དེས་ངེགས་སམ།      སེམས་ཅན་བཞག་ནས་གར་ཆ་

གསུངས་སོ། །བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་དེ་སྐྱེས་ཙམ་ཉིད་ནས་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་པོ་ཞེས་བྱ་བའི་མིང་ཐོབ་སྟེ། སྤྱོད་  
འདུག་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་སྐྱེས་གྱུར་ན་སྐད་ཅིག་གིས། །འཁོར་བའི་  
བཙོན་རར་བསྐྱམས་པའི་ཉམ་ཐག་རྣམས། །བདེ་གཤེགས་རྣམས་ཀྱི་སྤྲུལ་  
ཞེས་བརྗོད་བྱ་ཞིང་། །འཇིག་རྟེན་ལྷ་མིར་བཅས་པའི་ཕྱག་བྱར་འགྱུར། ཞེས་  
དང་། དེ་རིང་སངས་རྒྱས་རིགས་སུ་སྐྱེས། །སངས་རྒྱས་སྤྱད་གྱུར་ཏོ། །  
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་སྐྱེས་ཙམ་ཉིད་ནས་ཉན་  
རང་དགྲ་བཙུག་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱང་རིགས་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་བྱིས་  
ཀྱིས་གཞོན་པར་རུས་ཏེ། དཔེར་ན་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོ་ལ་བྱ་  
མཚན་དང་ལྷན་པ་ཞིག་བྱུང་ན། དེ་ལ་སྒོན་པོ་གཞན་པོ་སྒོ་གྲོས་དང་ལྷན་པ།  
ལོངས་སྤྱོད་དང་ལྷན་པ། དཔུང་དང་ལྷན་པ། བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་མཁས་པར་  
གྱུར་པ་རི་སྟེད་ཅིག་ཡོད་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཀྱང་རྒྱལ་པོའི་བྱ་ཆུང་  
ཏུ་དེའི་རྒྱུ་པ་ལ་མགོ་བོས་འདུད་པར་བྱེད། དེ་ལ་རྣམ་པ་ཀུན་ནས་བཀྱར་  
སྟེ་དང་རིམ་གྲོ་དང་གྲུས་པར་བྱེད་དགོས་ཀྱི། དེའི་གོང་ཏུ་འདུག་པ་དང་།  
ཁྱད་གསོད་ཀྱི་ཆོག་སྤྲོ་བ་སོགས་རྣམ་པ་ཀུན་ནས་མི་རུས་པ་དེ་བྱ་ཆུང་ཏུ་  
དེས་རིགས་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་བྱིས་ཀྱིས་མནན་པ་ཡིན། སྒོ་གྲོས་ཀྱི་དབང་ཏུ་  
བྱས་ན་བྱ་ཆུང་ཏུ་སྐྱེས་མ་ཐག་པ་དེས་སྒོན་པོ་གཞན་པོ་མཁས་པ་དེ་དག་ལ་  
གང་ཡང་བསྐྱར་ཏུ་མེད་དོ། །དེ་བཞིན་ཏུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་སྐྱེས་  
མ་ཐག་པ་དེས་ཉན་རང་དགྲ་བཙུག་ཆེན་པོ་རྣམས་སྒོ་གྲོས་ཀྱི་

སྟོབས་ཀྱིས་བེལ་གྱིས་གཞོན་མི་རུས་ཀྱང་། རིགས་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་བེལ་  
 ཀྱིས་གཞོན་པ་ཡིན་ནོ། །སེམས་རིན་པོ་ཆེ་དེ་སྐྱེས་མ་ཐག་ཏུ་འགོ་བ་ལྟ་དང་  
 བཅས་པའི་མཆོད་པའི་ཞིང་ཏུ་འགྱུར་ཏེ། སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཐོག་མར་  
 སྐྱེས་པ་ན་ཕྱོགས་བརྒྱའི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གདན་འགྲུལ་བ་དང་  
 ཞིང་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་གཡོ་བར་འགྱུར། དེ་ལྟར་གྱུར་པ་ན་སངས་རྒྱས་  
 རྣམས་ཀྱིས་འདི་ཅི་ཞིག་གི་ལྟ་ཡིན་སྟུང་ཏུ་དགོངས་པ་ན། འཛིག་ཏེན་གྱི་  
 ཁམས་འདི་ཞེས་བྱ་བར་རིགས་ཀྱི་བྱ་འདི་ཞེས་བྱ་བས་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་  
 བསྐྱེད་པས་དེའི་མ་ཐུའོ་སྟུང་ཏུ་དགོངས་པར་གྱུར་ནས་འཁོར་ལོས་བསྐྱུར་  
 བའི་རྒྱལ་པོ་ལ་བྱ་གཅིག་བྱ་ཞིག་བྱང་བ་ལྟར། རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱི་གདུང་  
 འཆོབ་བྱང་བར་དགོངས་ནས་ཐུགས་དགྱེས་པ་ཆེན་པོས་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་དེ་ལ་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབ་པར་མཛད། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བདག་ཉིད་  
 ཆེན་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཀྱང་དེའི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་སྐྱེས་པ་དེ་མཐར་བྱིན་  
 པའི་ཐུགས་སྟོན་མཛད། ཆངས་པ་དང་བརྒྱ་བྱིན་ལ་སོགས་པ་ལྟ་མ་ཐུ་བོ་ཆེ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེའི་རྣང་པ་ལ་སྐྱེ་བོས་གཏུག་ཅིང་  
 ཐུག་འཆལ་བར་བྱེད། མཆོད་པའི་བྱེ་བྲག་སྣ་ཆོགས་ཀྱིས་མཆོད་ཅིང་དེའི་  
 ལུས་ལ་གཟི་བྱིན་སྐྱེད་པ་དང་བསམ་པ་ཐམས་ཅད་འགྲུབ་པའི་ཕྱོགས་བྱེད་  
 པར་གསུངས་སོ། །དེ་ཙམ་ཏུ་ཡང་མ་ཟད་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་དེ་  
 གང་ལ་ཡོད་པ་དེ་ལ་ནི་རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱང་བཀུར་སྟོན་དང་རིམ་གྱོ་མཛད་པར་  
 བཞེད་ན། གཞན་རྣམས་ལྟ་ཅི་སྟོས། དེས་ན་རྟོག་བཀུར་སྟོན་ཐུགས་ཤིག་



འདོད་ན་ཡང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་སྒྲིམ་པ་དེ་ལ་རྟེན་བཀྱར་སྟན་  
གྲགས་རྒྱ་ཆེན་པོ་དེ་ཙམ་ཞིག་འབྱུང་གི། །ཆེ་འདིའི་སྤུན་ཆོག་མ་ལ་ཆགས་  
ནས་རྟེན་བཀྱར་འབད་པས་བསྐྱབས་ཀྱང་ངན་དོན་རེ་ཡང་འབྱུང་དགའོ།  
།བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཡོད་ན་ཆོག་མ་བདེ་སྒྲག་དུ་རྫོགས་པར་  
འགྱུར་ཏེ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་བཙུག་མ་མིན་པ་ཞིག་རྒྱུད་ལ་  
སྐྱེས་ན་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱུག་བསྐྱེད་ལས་  
བསྐྱེད། བདེ་བ་ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་བྱེད། བདེ་བའི་ནང་ནས་ཀྱང་  
མཆོག་དང་རབ་དང་གོང་ན་མེད་དུ་གྱུར་པ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་སངས་རྒྱས་  
བཙུག་ལྡན་འདས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་འགོད་པར་འདོད་ནས་ཅི་བྱེད་སེམས་ཅན་  
ཀྱི་དོན་དུ་བྱེད་པ་ཡིན་པས། དེའི་དགོ་བ་དེ་གཟུགས་སུ་གྱུབ་ན་སེམས་ཅན་  
རེ་རེའི་སྒྲིང་ནས་དགོ་རྩ་ཁབ་རྩེ་ཙམ་རེ་བསྐྱས་ཀྱང་སྒྲིང་གསུམ་འདིར་ག་ལ་  
ཞོང་། སེམས་ཅན་གཅིག་ལ་དམིགས་ནས་སྤྱུག་བསྐྱེད་བསལ་འདོད་དང་  
བདེ་བ་དང་སྤྲད་འདོད་ཀྱི་བྱམས་སྒྲིང་རྩེ་བཙུག་མ་མིན་པ་ཞིག་སྐྱེས་པ་  
ལའང་པན་ཡོན་མཐའ་ཡས་པ་ཞིག་གསུངས་ན། ནམ་མཁའི་མཐའ་བྲབ་ཀྱི་  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་བསམ་པ་སྐྱེས་ན་པན་ཡོན་ཆད་གཟུང་  
དུ་མེད་པ་ལྟ་ཅི་སྒྲིམ། སེམས་ཅན་ནམས་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་སྒྲིང་ཙམ་བསལ་  
བར་འདོད་པའི་སྒྲིང་རྩེ་བཙུག་མིན་ཞིག་སྐྱེས་ནའང་སྒྲིན་ཀྱི་ལས་སྐྱབ་ཆེན་  
པོ་ནམས་སྤྱར་དུ་བྱང་བ་དང་། སངས་རྒྱས་ཐོབ་པའི་རྒྱུའི་བསོད་ནམས་  
ཆད་མེད་པ་ཞིག་འབྱུང་བར་མཇུག་པོའི་བྱ་མོའི་སྤྲོད་གཞི་སོགས་ཀྱིས་ཤེས་



ལ། དེ་ལྟར་ན་ནམ་མཁའ་མཐའ་ཁྲུབ་ཀྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་  
 ནས་སྤྱད་བསྐྱེད་མཐའ་དག་སེལ་བར་འདོད་པ་དང་། གནས་སྐབས་དང་  
 མཐར་ཐུག་གི་བདེ་བ་མཐའ་དག་སྐྱེད་པར་འདོད་པའི་བསམ་པ་རྒྱབས་པོ་  
 ཆེ་དེ་ལྟ་བུ་བཅོས་མིན་ཞིག་སྐྱེས་པ་ལ་པན་ཡོན་ཆད་གཟུང་དུ་མེད་པ་ལྟ་ཅི་  
 སྟོན། དེའི་སྤྱིར་བདག་པས་གཞན་གཅེས་པའི་བསམ་པས་ནམ་མཁའ་  
 མཐའ་ཁྲུབ་ཀྱི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་སེལ་བ་དང་བདེ་བ་སྐྱབ་པ་  
 རང་གི་ཁུར་དུ་བྱེད་ཏེ། ཅི་བྱེད་དེའི་ཐབས་འབབ་ཞིག་ཏུ་བྱེད་པའི་བྱང་ཆུབ་  
 ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱ་ཚོགས་མཐའ་  
 ཡས་སུ་མེད་པ་གསུངས་པ་ཐམས་ཅད་སྤྱར་དུ་རྫོགས་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་  
 མཁས་ཆེན་པོ་ཡིན་པར་དཔའ་བྱིན་གྱིས་ཁྱེད་པའི་མདོ་དང་ལག་བཟང་  
 གིས་ཁྱེད་པའི་མདོ་དང་སྒྲིང་པོ་བཀོད་པའི་མདོ་སོགས་ལས་གསུངས་  
 ཞིང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་པན་ཡོན་འབྱུང་བའི་རྒྱ་མཆོན་ཞིབ་  
 བར་རིན་ཆེན་སྤྱིང་བ་ལས་གསུངས་སོ། །བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་  
 འདི་རྒྱད་ལ་སྐྱེས་ན། དེ་ནས་བཟུང་སྟེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་ཐ་ན་གཉིད་  
 ལོག་པའི་གནས་སྐབས་ཚུན་ཆད་དུའང་བསོད་ནམས་རྒྱབས་ཆེན་པོ་ནམ་  
 མཁའ་དང་མཉམ་པ་རྒྱན་མི་འཆད་པར་གསོག་སྟེ།

སྟོན་འདུག་ལས། གང་ལས་བཟུང་སྟེ་སེམས་ཅན་ཁམས། །མཐའ་  
 ཡས་རབ་ཏུ་བསྐྱེད་པའི་སྤྱིར། །མི་སྟོག་པ་ཡི་སེམས་ཀྱིས་སྟུ། །སེམས་དེ་  
 ཡང་དག་སྒྲངས་བྱུར་པ། །དེ་ནས་བཟུང་སྟེ་གཉིད་ལོག་གམ། །བག་མེད་

གྲུར་ཀྱང་བསོད་ནམས་ཤུགས། །རྒྱན་མི་འཛད་པར་དུ་མ་ཞིག །ནམ་མཁའ་  
མཉམ་པ་རབ་དུ་འབྱུང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
རིན་པོ་ཆེ་འདིའི་མཐུས་བྱ་རོག་ལ་ཟན་ཆངས་གཅིག་བྱིན་པ་ལྟ་བུའི་དགོ་ཅ་  
ཆུང་དུ་ཞིག་བྱས་ཀྱང་། ནམ་ཡང་འཛད་པ་མེད་པར་གོང་ནས་གོང་འཕེལ་དུ་  
འགྱུར་བ་ནི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོའི་ནང་དུ་ཆུ་ཐིགས་གཅིག་སྐྱགས་ན། དེ་རྒྱ་མཚོ་  
ཆེན་པོ་དང་འབྲེས་ནས་ཆེས་ཆེར་འཕེལ་ཞིང་། རྒྱ་མཚོ་མ་ཟད་ཀྱི་བར་དུ་དེ་  
མི་འཛད་པ་ལྟར། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱིས་ཟིན་ཅིང་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོར་  
བསྐྱོས་པའི་དགོ་ཅ་ཅི་བྱས་བྱང་ཆུབ་མ་ཐོབ་བར་དུ་མི་འཛད་པར་སྒོ་གྲོས་  
མི་ཟད་པའི་མདོ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མེད་ན་འཁོར་བའི་གནས་འདིར་སྦྱིན་པ་ལ་  
སོགས་པའི་དགོ་བ་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཅི་འབྲེས་ཞིག་བྱས་ཀྱང་པལ་ཆེར་བར་སྐྱབས་  
སུ་ཆུད་འཛའ་བ་མང་ཞིང་། ཆུད་མ་ཐོས་ཀྱང་ཆུ་ཤིང་དང་སྦྱིག་མ་འབྲས་བུ་  
ཆགས་པ་ན་སྐྱམ་པར་འགྱུར་བ་བཞིན་རང་རང་གི་འབྲས་བུ་སྤྱང་ནས་ཟད་  
པར་འགྱུར་ལ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེས་ཟིན་པའི་དགོ་ཅ་རྣམས་  
སྒྲོན་ཤིང་བཟང་པོ་འབྲས་བུ་ཆགས་ནས་གོང་འཕེལ་དུ་འགྱུར་བ་ལྟར་ནམ་  
ཡང་ཟད་པ་མེད་པར་ཆེས་ཆེར་འཕེལ་བར་འགྱུར་བ་ནི།

སྦྱོང་འཇུག་ལས། དགོ་བ་གཞན་ཀྱན་ཆུ་ཤིང་བཞིན་དུ་ནི། །འབྲས་བུ་  
བསྐྱེད་ནས་ཟད་པར་འགྱུར་བ་ཉིད། །བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་སྒྲོན་ཤིང་ཏྲག་པར་  
ཡང་། །འབྲས་བུ་འབྱིན་པས་མི་ཟད་འཕེལ་བར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་

ལྟར་རོ། །བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ནི་གསེར་འགྲུར་གྱི་ཅིས་ལྷགས་  
 ཁམས་གསེར་དུ་བསྐྱར་བ་ལྟར། མི་གཙང་བའི་ལུས་སྙིང་པོ་མེད་པ་ལ་སྙིང་  
 པོ་དམ་པ་ལོན་ཏེ་འགྲོ་བ་ལྟ་དང་བཅས་པའི་ཕྱག་དང་མཆོད་པའི་ཡུལ་རྒྱལ་  
 བའི་སྐྱར་སྐྱབ་པར་བྱེད་པས་ན་དེ་ལས་དོན་ཆེ་བ་གང་ཞིག་ཡོད། སྟོན་  
 འཇུག་ལས། གསེར་འགྲུར་ཅི་ཡི་རྣམ་པ་མཆོག་ལྟ་བུར། །མི་གཙང་ལུས་  
 འདི་སྦངས་ནས་རྒྱལ་བའི་སྒྱ། །རིན་ཆེན་རིན་ཐང་མེད་པར་བསྐྱར་བས་ན། །  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་ཞེས་བྱ་བ་རབ་བརྟན་གཟུང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །  
 སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཡོད་ན་སྒྲིག་པ་ཐམས་ཅད་སྐྱར་དུ་བྱང་བར་འགྲུར་ཏེ།  
 སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདིའི་མཐུས་པམ་པ་བཞི་དང་མཆམས་མེད་ལྷ་ལ་  
 སོགས་པའི་ཉེས་པ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱང་སྐྱར་དུ་སྦྱོང་བྱས་ན། །སྒྲིག་སྒྲིབ་  
 གཞན་རྣམས་ལྟ་ཅི་སྟོས་ཏེ།

སྟོན་འཇུག་ལས། སྒྲིག་པ་སྟོབས་ཆེན་ཤིང་ཁྱེ་བཟང་པ། །དེ་ནི་  
 རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་མིན་པ། །དགོ་གཞན་གང་གིས་བེལ་གྱིས་  
 གཞོན་པར་འགྲུར། ཞེས་དང་། དེས་ནི་དུས་མཐའི་མེ་བཞིན་སྒྲིག་ཆེན་  
 རྣམས། །སྐྱད་ཅིག་གཅིག་གིས་ངེས་པར་སྒྲིག་པར་བྱེད། །ཅེས་གསུངས་པ་  
 ལྟར་རོ། །བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེའི་མཐུས་སྒྲིག་ལྟར་ཐམས་ཅད་སྦྱོང་  
 བྱས་པར་མ་བཟང་གཉིས་སྒྲིང་འབྲུལ་པའི་བག་ཆགས་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
 སེམས་རིན་པོ་ཆེའི་མཐུས་སྦྱོང་བ་ཡིན་གྱི། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མེད་པར་  
 ཐབས་གང་གིས་ཀྱང་གཉིས་སྒྲིང་འབྲུལ་པའི་བག་ཆགས་སྦྱོང་མི་བྱས་སོ། །

དེ་ཡང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མེད་ན་ཟབ་མོ་སྒྲོང་བ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ཕྱིན་ཅི་  
མ་ལོག་པར་རྟོགས་ནས་ཡུན་རིང་དུ་བསྒྲོམས་ཏེ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་ཀྱང་།  
ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྒྲོར་ཡང་མི་ཆུད་པ་སྤར་བ་ཤད་ཟེན་པ་ལྟར་དོ། །བྱང་ཆུབ་  
ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་མེད་ན་ལྟ་སྒྲོམ་པ་དང་ཆུང་སྒྲོམ་པ་སོགས་སྒྲགས་  
ཀྱི་ཉམས་ལེན་ཅི་འདྲ་ཞིག་བྱས་ཀྱང་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྒྲོར་ཡང་མི་ཆུད་ན།  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་བཀོད་པའི་གོ་སྐབས་ག་ལ་ཡོད། དེར་མ་ཟད་བྱང་ཆུབ་  
ཀྱི་སེམས་འདི་མེད་པར་ལྟ་སྒྲོམ་པ་དང་གནས་ལུགས་སྒྲོང་བ་ཉིད་ཕྱིན་ཅི་མ་  
ལོག་པར་སྒྲོམ་པ་བྱུང་དུ་སྒྲེལ་ཡང་སྐབས་ལོགས་ན་དམན་ལམ་དུ་སོང་ནས་  
ཐར་པ་ཅམ་ཐོབ་སྤིད་ཀྱི། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྒྲོར་ཡང་མི་ཆུད་ན་ཐམས་ཅད་  
མཐུན་པ་ག་ལ་ཐོབ་རུས། སྒྲོན་ངོ་བོ་རྗེ་སྙེ་ཐང་ན་བཞུགས་དུས་རྒྱ་གར་  
ནས་ཨྲ་ཅུ་ཞིག་ངོ་བོ་མངལ་དུ་བྱུང་བ་ན། །ངོ་བོས། །རྒྱ་གར་ན་མཆར་  
གཏམ་ཅི་ཡོད་དེས་པས།

ཁོ་ན་དེ། གཞན་ཆར་མེད། གྱི་ངོ་རྗེའི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཞིག་གིས་རྒྱན་  
ཞུགས་ཐོབ་པ་ཞིག་བྱུང་སོང་ཞུས་པས། རྩོམ་པོའི་ཞལ་ནས་པ་ལ་པ་ལ་ཏེ་  
བཟོ་སྒྲོམ་པ་དཔྱལ་བར་མ་ལྟར་བ་མཆར་རེ་ཆེ་གསུང་སྐད། སྒྲོན་བྲམ་ཟེའི་  
སྤུ་ཅ་ནག་གྱ་ཞེས་བྱ་བ་ཞིག་གིས་ཁོ་བོ་བསྐྱབས་ཏེ་གཤེན་རྗེ་གཤེད་  
དངོས་སུ་བྱུབ་པ་ཞིག་བྱུང་ཡང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མེད་པས་ཁོ་བོའི་དག་  
སྒྲགས་ཀྱིས་སྒྲོག་ཆགས་མང་པོ་སྤང་ལ་གཏད་དེ་དཔྱལ་བར་ལྟར་ནས་  
མཐར་ཐད་མི་ཤེས་པའི་ངང་དུ་དཔྱལ་བའི་སྐྱག་བསྐྱལ་སྒྲོང་དགོས་པ་འདྲམ་



དཔལ་ཅུ་རྒྱུད་ལས་གསུངས་སོ། །ཚུལ་དེ་དག་ལ་ནམ་དཔྱིད་ཅན་ནམས་  
 གྱིས་ལེགས་པར་དབྱུད་ན་མདོ་སྒྲགས་གང་གི་སྐབས་སུའང་བྱང་ཆུབ་གྱི་  
 སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ཉིད་སྦྱར་ལམ་མཆོག་ཡིན་པར་ངེས་པ་གཏིང་ནས་ཉིད་  
 པར་འགྱུར་རོ། །དོན་གྱི་དབང་དེ་དག་གཟིགས་ནས་རྫོ་བོ་རྩེ་དུས་ཏྲ་  
 ངན་སོང་ཐམས་ཅད་འཇིག་པ་དང་། །སྐྱིབ་པ་ཐམས་ཅད་ལས་གྲོལ་ཞིང་། །  
 རྫོགས་སངས་གོ་འཕང་སྟོལ་མཛད་པ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་ལ་ཕྱག་འཆོལ་  
 ལོ། །ཞེས་གསུང་བར་མཛད་ཅེས་བཀའ་གདམས་གོང་མའི་གསུང་བགྲོས་  
 ལས་འབྱུང་། དག་བཤེས་སྦྱག་རུམ་པའི་ཞལ་ནས་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་  
 འདི་ཅིག་སྐྱེར་བརྟུན་ན། ཆོགས་ཁོ་རང་གིས་གསོག་། སྐྱིད་པ་ཁོ་རང་གིས་  
 སྐྱོང་། བར་ཆད་ཀྱང་ཁོ་རང་གིས་སེལ་ཏེ། འདི་ཅིག་མེད་པར་ཅུ་རྒྱུད་དང་  
 ཐེག་ལེ་དང་ལྟའི་སྐྱེད་དང་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་བསྐྱོམས་ཀྱང་འདོད་སར་  
 གོམ་པ་གང་བས་སྤྱེད་ཀྱང་མི་སྤྱོད་གསུང་རོ། །སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཡོད་  
 ན་རང་དང་གཞན་གྱི་དོན་ཐམས་ཅད་བདེ་སྒྲག་ཏུ་འགྱུབ་པར་འགྱུར་ཏེ། བྱང་  
 ཆུབ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་རྒྱུད་ལ་སྐྱེས་ཅམ་ཉིད་ནས་སྐྱེད་དང་བཅས་  
 པའི་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་གྱིས་མཆོད་པའི་གནས་སུ་འགྱུར་བ་དང་། བྱང་ཆུབ་  
 གྱི་སེམས་གྱི་མཐུས་སྐྱོན་ཐམས་ཅད་ཟད་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་རྫོགས་པའི་  
 སངས་རྒྱས་གྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་འགྱུར་ལ། དེ་ཐོབ་ནས་ནམ་མཁའི་མཐའ་  
 ཁྲབ་གྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་དང་ཡིད་བཞིན་གྱི་  
 རྣོར་བྱ་བཞིན་དུ་གསོལ་བ་གང་དང་གང་བཏབ་པ་ཐམས་ཅད་འབད་མེད་དུ་



སྒྲུལ་བ་དང་། འབྲུང་བ་ཆེན་པོ་བཞི་ལྟར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཉིར་  
འཆོའི་གཞིར་འབྲུར་བར་མདོ་ལས་གསུངས། སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཡོད་  
ན་གཞོན་པ་དང་བར་ཆད་གང་གིས་ཀྱང་མི་ཚུགས་ཏེ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
རིན་པོ་ཆེ་འདི་རྒྱད་ལ་སྦྱེས་ཅམ་ཉིད་ནས་རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་བྱ་ལྟར་  
དགོངས་ཤིང་། བཀའ་སློན་སྤྲུང་མ་རྣམས་ཀྱིས་རྟག་ཏུ་བསྐྱུང་བ་དང་། བྱང་  
པར་གཞོན་སྦྱོན་ལག་ན་དོ་རྗེ་བརྒྱ་ཕྲག་མང་པོས་དུས་རྟག་ཏུ་བསྐྱུང་བས།  
བྱང་སེམས་ལས་དང་པོ་བ་དེ་གཉིད་ལོག་གམ་སྒྲོས་སམ་བག་མེད་པར་  
གྱུར་ན་ཡང་མི་མ་ཡིན་གདུག་པ་ཅན་སྤྲུང་ཀྱང་གཞོན་པ་བྱ་མི་རུས་པ་དང་།  
བྱང་སེམས་དེ་གང་ན་གནས་པ་དེར་ཡང་ནད་ཡམས་དང་ཟུ་གོ་དང་མི་མ་  
ཡིན་ཀྱི་གཞོན་པའི་འཛིགས་པ་ཆེར་མི་འབྲུང་ཞིང་། བྱང་ཡང་བྱང་སེམས་  
དེས་བསམས་པ་ཅམ་ཀྱིས་སྤྲུང་དུ་ཞི་བར་འབྲུར་བར་གསུང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ནི་འགྲོ་བའི་བདེ་སྦྱིད་མ་ལུས་པའི་འབྲུང་གནས་ཞིང་  
ས་ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ།

ཡོན་ཏན་རིན་པོ་ཆེ་སྤྲུང་པ་ལས། ཟུ་གུ་མེད་པར་འཛིག་རྟེན་སྤྱོད་  
འབྲུང་ཡོད་མེད་ན། །དེ་ལ་ཡལ་འདབ་མེ་རྟོག་འབྲས་བྱ་ག་ལ་འབྲུང་། །བྱང་  
ཆུབ་སེམས་མེད་རྒྱལ་འབྲུང་འཛིག་རྟེན་ཡོད་མེད་ན། །འབྲས་བྱ་བརྒྱ་ཁྲི་  
ཆངས་པ་ཉན་ཐོས་ག་ལ་འབྲུང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། འཛིག་རྟེན་ཀྱི་བདེ་  
སྦྱིད་ཐམས་ཅད་དཀར་བོའི་ཆོས་ཀྱི་མཐུ་ལས་འབྲུང་ཞིང་། འཛིག་རྟེན་དུ་  
དཀར་ཆོས་གང་འབྲུང་བ་ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེའི་མཐུ་

ཁོ་ན་ལས་འབྱུང་བ་དང་། ཐ་ན་ནམ་མཁའ་ལ་སྤྱོད་འབྲིགས་ཏེ་ཆར་འབབ་པ་  
 དང་ས་གཞི་ལ་ནགས་ཆལ་དང་ལོ་ཏྲོག་སྐྱེ་བ་ཡན་ཆད་འཛིག་ཏེན་གྱི་ཉིར་  
 འཆོ་རི་སྟེང་ཅིག་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེའི་  
 མཐུ་ཁོ་ན་ལས་འབྱུང་བར་གསུང་། ས་ལམ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྦྱར་དུ་རྫོགས་  
 པར་འབྱུར་ཏེ། གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་སྟོན་པ་དང་འབྲུག་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་  
 གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཡོད་ན་སྐད་ཅིག་རེ་རེ་ལའང་ཆོགས་རྫོགས་པ་ལ་  
 ཆོགས་མེད་ཅིང་། སྟོང་ལམ་རྣམ་བཞིའི་བྱ་བ་གང་བྱེད་ཀྱང་ཆོགས་རྫོགས་  
 པའི་ཡན་ལག་ཏུ་སྦྱར་ནས་ས་ལམ་བཟོད་པ་ལ་ཆོགས་མེད་པར་གསུངས་  
 སོ།།

རྩོམ་ཅི་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཏི་ཤས་རི་ལྟར་བྱས་ན་སེམས་ཅན་རྣམས་  
 འཁོར་བའི་རྒྱ་མཆོ་ལས་བསྐྱལ་བར་བྱས། རི་ལྟར་བྱས་ན་སྦྱར་དུ་མངོན་  
 པར་རྫོགས་པར་འཆང་རྒྱ་སྟམ་དུ་དགོངས་ཤིང་རྩོམ་ཅི་དཔལ་ལྷན་པ་  
 མཇུག་པའི་དུས་ན། ལུ་བ་ཕྱོགས་བདུད་བཟུལ་བའི་ལྷ་ཁང་གི་ཐད་སོ་ན་ཚུལ་  
 ཕྱོན་ཅ་ན། གཞོ་ལའི་ནང་ན་ཞུགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོས་གསུང་སྦྱང་ནས།  
 ཏེ་ཟླ་ཏན་ཏ་སྦྱར་དུ་མངོན་པར་རྫོགས་པར་འཆང་རྒྱ་བར་འདོད་པས་བྱང་  
 ཆུབ་གྱི་སེམས་སྦྱོངས་གསུང་། ཡང་ལན་ཅིག་རྩོམ་ཅི་དཔལ་ལྷན་པ་མཇུག་  
 པ་ན་རྩོམ་ཅི་དཔལ་ལྷན་གྱི་བྱང་ཕྱོགས་སྦྱོལ་མའི་ལྷ་ཁང་གི་ཐད་དུ་རྩོམ་ཅི་  
 མའི་རྣམ་སྟེན་བྱུང་མེད་ཀྱན་གཞོན་གཉིས་སྦྱང་བ། གཞོན་པས་ཀྱན་པ་ལ་  
 འདྲི་བའི་ཚུལ་མཇུག་དེ་སྦྱར་དུ་མངོན་པར་རྫོགས་པར་འཆང་རྒྱ་བར་འདོད་

བས་གང་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བེར་བས། གན་པ་དེས་ཐུར་དུ་མངོན་པར་རྫོགས་  
པར་འཆང་རྒྱ་བར་འདོད་པས་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་སྤྲོདས་གསུང་སྒྲ། ཡང་  
ལན་ཅིག་རི་ནག་པོའི་གཙུག་ལག་ཁང་ན་བཞུགས་པའི་གྲུབ་ཆེན་ར་ཏུ་སྐྱུ་  
རྩེ་བོའི་མདུན་དུ་ཐོག་བབས་སུ་བྱོན་ནས། ཡི་དམ་གྱི་ལྷ་ཞལ་མཐོང་བ་དང་།  
དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ལྷ་ཆོགས་མང་པོ་མངོན་དུ་གྱུར་པ་དང་། ཐུན་མོང་གི་  
དངོས་གྲུབ་མང་པོ་ཐོབ་པ་དང་། ཉིང་དེ་འཛིན་རི་རྒྱད་ཙམ་ཡོད་པས་གར་  
ཡང་མི་ཕྱིན། བྱམས་པ་དང་སྤྲོད་རྩེ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་སྒོ་སྤྲོདས།  
ཐུགས་རྩེ་ཆེན་པོ་སྤྲོད་རྩེ་ལྷ་ཡིན་པས་ཡི་དམ་དུ་བཟུངས། འཁོར་བ་མ་  
སྤྲོདས་ཀྱི་བར་དུ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པར་དམ་ཆོས་ཞིག་གསུང་བས།  
ཟླ་མ་གསེར་སྤྲིང་བས་ཐུགས་ལ་ངེས་པར་མཛད་པའི་སྤྲོད་དུ་དེ་བས་ཀྱང་  
ཐུགས་ངེས་ཆེ་བར་གྱུར་གསུང་། གྲུབ་ཆེན་གྱིས་རི་ལྷར་གསུང་བ་ལྟར།  
ཐུགས་རྩེ་ཆེན་པོ་ཡི་དམ་དུ་བཟུང་ནས་རྩེ་རྩེ་གདན་གྱི་རུབ་ཕྱོགས་འོད་  
དཔག་མེད་ཀྱི་ལྷ་ཁང་ན་བྱམས་སྤྲོད་རྩེ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་ཅེ་གཅིག་ཏུ་  
སྒྲོམ་བཞིན་བཞུགས་པ་ན། ཐུགས་རྩེ་ཆེན་པོས་ཞལ་མངོན་སུམ་དུ་བསྐྱེད་  
ནས། སྤྲོས་བྱ་དམ་པ་ལེགས་སོ་ལེགས་སོ། །དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱས་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་གསང་བའི་མཛོད་གང་ཡིན་པ་དེ་ཁྱོད་གྱིས་ཞེས་སོ། །ཞེས་  
སོགས་དབུགས་དབྱུང་བ་དང་ལུང་བསྟན་པ་རྒྱ་ཆེར་མཛད་ཅེས་བཀའ་  
གདམས་གོང་མའི་གསུང་བསྐྱོས་ལས་འབྱུང་ངོ། །བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་  
པོ་ཆའི་པན་ཡོན་མཐའ་ཡས་པ་ནི།

སྐྱོད་འཇུག་ལས།      དེ་ཡི་ཕན་ཡོན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་དག། བྱམས་  
 མགོན་སློང་དང་ལྡན་པས་ནོར་བཟང་བཤད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། མདོ་སྡེ་  
 བལ་པོ་ཆེ་ལས་འབྱུང་བས། དེ་ནས་འབྱུང་བ་ལྟར་ཤེས་པར་བྱས་ལ་ངེས་པ་  
 རྟགས་སྟག་སྐྱོད་དགོས་ཤིང་།      དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་སྡོད་པོ་བཀོད་པ་ལས།  
 རིགས་ཀྱི་བྱ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ས་  
 བོན་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་འདི་ཡོད་ན་སངས་རྒྱས་འབྱུང་ཞིང་།  
 འདི་མེད་ན་རྒྱ་གཞན་གང་གིས་ཀྱང་སངས་རྒྱས་མི་འབྱུང་བ་ས་བོན་ལྟ་བུ་  
 ཡིན་པ་དང་། བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་སྐྱོད་པ་དང་སློན་ལམ་ཐམས་ཅད་སྐྱུད་  
 བས་མདོ་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་སྐྱོད་པ་ཐམས་ཅད་བསྐྱུས་པའི་སློན་  
 ཡིན་པར་གསུངས་པ་འདི་ལ་ངེས་པ་རྙེད་པ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེའོ། །སྙིང་ཐག་པ་  
 ནས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་དུ་འཇུག་པར་འདོད་ན་ནི་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་  
 རིན་པོ་ཆེའི་ཕན་ཡོན་དེ་དག་ཤེས་པར་བྱས་ལ་ངེས་པ་རྟགས་སྟག་ལ་  
 བརྟན་པ་སྐྱོད་དགོས་ཏེ།      སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་དང་གཞུང་ཤིང་དང་སྙིང་བོ་ཡིན་པས།      འདི་ལ་ངེས་པ་  
 འདྲོངས་པ་ཞིག་མ་བྱུང་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ཀྱི་གཞི་སྟོར་བར་འགྱུར་  
 ཞིང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ཀྱི་རྩ་བ་དང་སྙིང་བོ་དང་གཞུང་ཤིང་འདི་བཞག་  
 ནས། སེམས་གནས་སྤྱོད་མོ་རེ་ལ་འབད་པ་དང་རྒྱུད་སློན་པ་སོགས་ཡན་ལག་  
 སྤྱོད་མོ་རེ་ལ་འབད་སློང་བྱེད་པ་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ཀྱི་གནད་མི་ཤེས་པ་  
 རྟེ།      ཡིད་བཞིན་ཀྱི་ནོར་བུ་འཆོལ་འདོད་པ་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོར་འཇུག་པ་དོར་



ཏེ། བ་ཡང་གི་མིག་རྩེས་ལས་ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་འཆོལ་ཞིང་འབྱུང་དུ་རེ་  
བ་དང་འབྲེལ།

དེ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ཉིད་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་  
འཇུག་སྒྲོ་དང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་གཞུང་ཤིང་དང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་  
ལམ་གྱི་སྒོག་དང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་གྱི་སྒྲིང་བོ་དང་།  
འཆང་རྒྱ་བ་ལ་ཤིན་ཏུ་སྤྱར་བའི་ལམ་གྱི་གནད་དམ་པ་ཡིན་ཚུལ་རྒྱ་ཆེར་  
བཤད་པ་དེ་དག་ལ། འགའ་ཞིག་འདི་སྙམ་དུ་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་ཞེས་བྱ་བ་  
ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་ཤོག་ཅིག་སྙམ་  
པའི་སྒྲོ་འདི་ཡིན་ན། འདི་ལ་དེ་ཙམ་གྱི་བསྐྱེད་སྤྱོད་པ་དང་ཤིན་ཏུ་རྟོགས་དགའ་  
བར་བཤད་པ་ནི་ཁྱོད་ཉིད་ཀྱིས་ཆ་བརྗོད་བྱས་པ་ཙམ་མོ་སྙམ་ན། དེ་ནི་  
སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདིའི་གནད་མ་རྟོགས་པ་ཡིན་ཏེ། བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་  
རིན་པོ་ཆེ་སྐྱེ་བ་ལ་སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོ་མཆོན་ཉིད་ཆང་བ་ཞིག་རྒྱད་ལ་སྐྱེ་  
དགོས་ལ། དེ་ནི་སྒྲོམ་རིམ་དང་པོ་ལས། གང་གི་ཆེ་ཡིད་དུ་འོང་བའི་བྱ་མི་  
བདེ་བ་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་སྤྱག་བསྐྱེད་པ་གཏན་ནས་  
བྱང་བར་འདོད་པའི་རྣམ་པའི་སྒྲིང་རྩེ་རང་གི་རང་གིས་འཇུག་པ་བདག་ཉིད་  
ཀྱིས་མཚུངས་པར་འཇུག་པར་འགྱུར་བ་དེའི་ཆེ་རྟོགས་པ་ཡིན་པས་སྒྲིང་རྩེ་  
ཆེན་པོའི་མིང་འཐོབ་སྟེ། དེ་ལྟར་སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོ་གོམས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་  
སེམས་ཅན་མ་ལུས་པ་བྱང་བར་དམ་བཅས་ནས་སྒྲོན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་  
རྟོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སྒྲོན་པའི་རང་བཞིན་གྱི་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་བསྐྱེམ་



མི་དགོས་པར་སྐྱེ་སྟེ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། མ་ཞིག་ལ་བྱ་ཆུང་དུ་སྟོང་དུ་  
 སྐྱུག་པ་ཤིན་ཏུ་གཅེས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ལ་བྱ་ཆུང་དུ་དེ་མེས་ཆོག་པ་འཇམ།  
 བཅོམ་རར་བཅིངས་ནས་ཉམ་ཐག་པ་ལྟ་བུ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཆབས་ཆེན་པོས་  
 མནར་བ་ན་མ་དེ་བཟོད་སྒྲགས་མེད་པར་བཅེ་སེམས་ངམ་ངམ་ཤྱགས་ཀྱིས་  
 སྐྱེ་བ་དང་། བྱ་ཉམ་ཐག་པ་དེའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་སེལ་བའི་ཐབས་ལ་གཞན་གྱིས་  
 བསྐྱེལ་མི་དགོས་པར་ཐབས་ཚུལ་ཀྱན་གྱིས་འབད་པ་ཞིག་རང་གི་ངང་གིས་  
 འབྱུང་བ་ཇི་ལྟ་བུར། ཉམ་མཁའི་མཐའ་བྱབ་ཀྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་  
 བཟོད་སྒྲགས་མེད་པའི་སྟོང་རྗེ་བཅོམ་མ་མིན་པ་ངམ་ངམ་ཤྱགས་ཀྱིས་སྐྱེ་བ་  
 དང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་མཐའ་དག་སེལ་བ་དང་བདེ་བ་  
 མཐའ་དག་སྐྱབ་པ་ལ་གཞན་གྱིས་བསྐྱེལ་བ་ལ་མི་བཟོས་པར་རང་གི་ངང་  
 གིས་དེ་འབའ་ཞིག་སེམས་ཤིང་། དེའི་ཐབས་སྐྱབ་པ་ལ་སྐྱད་ཅིག་ཀྱང་མི་  
 ཟོད་པ་ཞིག་དགོས་པ་ལ། བསམ་པ་རྒྱབས་པོ་ཆེ་དེ་དག་གི་ཕྱོགས་དང་  
 ཡུལ་ནའང་མེད་པར་ཆེ་འདྲིའི་རྟེན་བཀྱར་ཁོ་ན་སེམས་ཤིང་། འཁོར་བའི་  
 རུན་ཆོགས་ལ་གཏིང་ནས་ཞེན་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་  
 སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་པའི་ཆོག་ཙམ་དང་། ཆོག་རྗེས་འབྱང་  
 བའི་སྟོན་པ་ཙམ་ཞིག་བྱས་པ་ལ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རྒྱད་ལ་སྐྱེས་པར་  
 རྟོམ་པ་ནི། རོ་བོ་རྗེས། བྱམས་པ་དང་སྟོང་རྗེ་སྟོང་མི་ཤེས་པའི་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་བོད་ཀྱིས་ཤེས་པ་གསུང་བ་དང་། ཞང་སྒྲ་ཆུང་སྟོན་པས། རོ་  
 བོ་ལ་གདམས་ངག་ཞུས་ཀྱང་། འཇིག་རྟེན་འདི་སྟོས་ཐོངས། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་

སེམས་སྒོམས་བྱ་བ་ཞིག་ལས་མི་འོང་བྱས་པ་ན།     དགོ་བཤེས་སྟོན་པས་  
ཐུགས་ཁེལ་ནས། དེ་རྩོམ་པའི་གདམས་ངག་གི་མཐིལ་སྤྲོད་བཤེས། ཞང་ལྟ་བུས་  
ཀྱང་ཆོས་ཁྱུ་མ་མཁུན་གསུང་བ་ལྟར།     བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་སྤྲོ་ཆོས་དང་  
གཅིག་ས་ཆུང་བར་བྱེད་པ་དང་ཐུན་གྱི་འགོར་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆོག་ས་  
བཅད་གཅིག་བརྗོད་པས་ཆོག་པར་བྱེད་པ་དག་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་  
རྒྱས་ཡོད་པའི་མཁས་པ་དག་ཐུགས་ཁེལ་བའི་གནས་སུ་འཛིན་ཅིང་། བྱིས་  
པ་ཆུང་དུས་སྤྱོད་ལ་སྤྲོ་བ་ལྟར་བཞད་གད་དུ་མཛད་དོ།     །འདི་ལ་ངས་པ་  
གཏིང་ནས་འཛོངས་པ་ཤིན་ཏུ་དཀའ་སྟེ།

སྤྱོད་དཔོན་དཔའ་བོས། ཁྱོད་ཀྱི་ཐུགས་ནི་རིན་པོ་ཆེ། རྫོགས་པའི་  
བྱང་ཆུབ་ས་བོན་དེ། །དཔའ་ཁྱོད་ཁོ་ནས་སྤྲོད་བོར་མཁུན། །དེ་གཞན་སྤྱོད་  
བོས་འོལ་མི་དགྱེ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེ་ལྟར་མཐོང་བ་དང་ཐོས་པ་  
དང་བློ་པ་དང་རིག་པས་ཀྱང་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གསོས་སུ་འགྱུར་ཞིང་།  
རང་ཡལ་བར་དོར་ནས་གཞན་གྱི་དོན་དུ་ཞུགས་པས་སྤྲོད་རྟོགས་མཐར་  
ཕྱིན་པ་དང་།     འགྲོ་བ་ལྟ་དང་བཅས་པའི་མཆོད་པའི་གནས་སུ་འགྱུར་བ་  
སོགས་རང་གི་དོན་ཐུན་སུམ་ཆོག་ས་པ་ཞར་ལ་འགྱུར་པའི་ཐབས་མཁས་པ་  
དང་ལྟན་པ། ཆོས་ཀྱི་ཕུང་བོ་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་གི་སྟོང་བོའི་བཅུད། ཐེག་པ་  
ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་གནད་བསྐྱུས་པ། དུས་གསུམ་གྱི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐུགས་དམ་གྱི་མཐིལ།     ཐེག་དམན་ལས་འབྱེད་པའི་ཐེག་པ་  
ཆེན་པོའི་ཁྱད་ཆོས་ཐུན་མོང་མིན་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེའི་པན་

ཡོན་དེ་དག་ལ་ངེས་པ་གཏིང་ནས་འཛོངས་ཏེ་སྒྲོམ་པས་གདུངས་པ་ཚུའི་  
གཏམ་ཐོས་པ་དང་། ཆ་བས་གདུངས་པའི་སྤང་ཆེན་གྱིས་བད་མཆོ་མཐོང་བ་  
ལྟར་བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་སྒྲོམ་པ་ལ་མོས་པ་དང་འདུན་པ་དང་གྲུས་པ་དང་སྟོ་  
བ་ཤུགས་བྲག་བསྐྱེད་དོ། །

གཉིས་པ་བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱང་ཚུལ་དངོས།

གཉིས་པ་བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱང་ཚུལ་དངོས་ལ་གཉིས།  
ཐུན་གྱི་ངོ་པོ་ལ་ངེ་ལྟར་བྱ་བ་དང་། ཐུན་མཆམས་སུ་ངེ་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་ལོ།  
དང་པོ་ལ་སྟོར་དངོས་མཐུག་གསུམ་ལས། དང་པོ་སྟོར་བའི་ཆོས་  
བྲུག་ངེ་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་ནི་སྤར་བཞིན་ཡིན་ལ། གཉིས་པ་དངོས་གཞི་ལ་  
གཉིས། གཞན་དོན་དོན་གཉིར་གྱི་སྟོ་སྤྱང་བ་དང་། བྱང་ཚུབ་དོན་གཉིར་གྱི་  
སྟོ་སྤྱང་བའོ། །དང་པོ་གཞན་དོན་དོན་གཉིར་གྱི་སྟོ་སྤྱང་ཚུལ་ལ་གསུམ།  
སེམས་ཅན་རྣམས་གཉིན་དུ་བསྒྲོམས་ནས་ཡིད་འོང་གི་བྱམས་པ་སྐྱབ་ཚུལ་  
དང་། བདག་གཅེས་འཛིན་གྱི་སྟོན་དང་གཞན་གཅེས་འཛིན་གྱི་པན་ཡོན་  
བསམས་ཏེ་སེམས་ཅན་རྣམས་ཡིད་བཞིན་གྱི་ཁོར་བུ་ལྟར་ཞིན་དུ་གཅེས་  
ཞིང་པངས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་འོང་གི་བྱམས་པ་བྱུང་པར་ཅན་སྐྱབ་  
ཚུལ་དང་། དེ་ནས་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེ་སྒྲོམ་ཚུལ་ལོ།

དང་པོ་ནི་སྤྱི་བོར་སྒྲ་མ་ལྟ་སྒྲོམ་བཞིན་པའི་ངང་ནས་རང་གི་མཐའ་

སྒྲོར་དུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གསལ་བར་དམིགས་ལ་ཐོག་མར་བཏང་  
 སྟོམས་བསྒྲོམ་བར་བྱའོ། །དེ་ཡང་ཐོག་མ་ནས་སེམས་ཅན་སྤྱི་ལ་དམིགས་  
 ནས་བསྒྲོམས་ཀྱང་མཆན་ཉིད་ཆང་བ་སྤྱི་དཀའ་ལ། ཐོག་མར་རེ་རེ་ནས་  
 ཡིད་འབྱུར་གྱི་སྤྱོད་བ་བཏོན་ནས་རིམ་གྱིས་རྗེ་མང་དུ་བཏང་སྟེ། མཐར་  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་ནས་བསྒྲོམས་ན་སྤྱི་སྤྱོད་ཞིང་། གང་སྤྱིས་  
 བ་དེ་ཡང་རྣམ་དག་ཅིག་འབྱུང་བར་གསུངས་པས་རིམ་བ་དེ་བཞིན་དུ་བྱ་  
 དགོས་སོ། །དེའི་སྒྲོམ་ཚུལ་ནི་ཐོག་མར་རང་ལ་སྤྱར་ཆེ་འདིར་པན་གཞོད་  
 གང་ཡང་མ་བྱས་པའི་བར་མའི་སེམས་ཅན་ཞིག་མདུན་དུ་གསལ་བར་  
 དམིགས་ནས། འདི་ལ་ཉེ་བར་བབྱུང་ནས་ཆགས་པའམ་རིང་བར་བབྱུང་  
 ནས་སྤང་བ་མི་བྱ་བར་སེམས་སྟོམས་པ་ཞིག་བྱའོ་སྟུམ་དུ་སེམས་སྟོམས་པ་  
 བསྒྲོམ། དེ་ལ་སེམས་སྟོམས་པ་ན་རང་གི་མཛའ་བཤེས་སོགས་ཡིད་དུ་འོང་  
 འོས་ཤེས་པའི་སེམས་ཅན་ཞིག་མདུན་དུ་གསལ་བར་དམིགས་ནས་སེམས་  
 སྟོམས་པ་བསྒྲོམ་སོ། །དེའི་ཆེ་འདི་ནི་བདག་གི་གཉེན་ལོ་སྟུམ་པའམ། མཛའ་  
 བཤེས་སོ་སྟུམ་པའམ། གྲོགས་སོ་སྟུམ་པའམ། འདི་བདག་ལ་པན་བར་བྱེད་  
 པ་ཞིག་གོ་སྟུམ་དུ་རྗེས་སུ་ཆགས་པ་བྱུང་ན་སེམས་མ་སྟོམས་པ་ཡིན་པས་  
 ཆགས་པ་དེ་བསལ་ལ་སེམས་སྟོམས་པ་བསྐྱབ་བོ། །

དེ་ལ་སེམས་སྟོམས་པ་ན་རང་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པའི་དབྱེ་ལྟ་བུ་ཡིད་  
 དུ་མི་འོང་འོས་ཤེས་པའི་སེམས་ཅན་ཞིག་མདུན་དུ་གསལ་བར་དམིགས་  
 ནས་དེ་ལ་སེམས་སྟོམས་པ་བསྐྱབ་བོ། །དེའི་ཆེ་འདི་ནི་བདག་ལ་གཞོད་པ་



བྱེད་བྱེད་པ་ཞིག་གོ་སྟུང་པ་དང་། འདི་ནི་བདག་གི་གཉེན་ལ་གཞོན་པ་བྱེད་  
 བྱེད་པ་ཞིག་གོ་སྟུང་པ་དང་། འདི་ནི་བདག་གི་དགའ་ལྡན་སྟུང་པ་སྟུང་པ་དང་།  
 འདི་ནི་སྟོན་པ་དང་པ་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་ཞིག་གོ་སྟུང་པ་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་  
 དང་མི་འདོད་པ་དང་སྟོང་ན་བ་དང་ཁོང་ཁྱོད་བར་གྱུར་ནས་སེམས་མ་སྟོངས་  
 བ། ཁོང་ཁྱོད་སྟེ་བ་སོགས་འབད་པས་བསལ་ལ་བཏང་སྟུངས་བསྟོམ་པར་  
 བྱའོ། །དེ་ཡང་སེམས་ཅན་འདི་ལ་སེམས་མ་སྟོངས་ན་བྱམས་སྟོང་རྗེ་སྟེ་  
 བའི་གཞི་མེད། དེ་མེད་ན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྟེ་བའི་གཞི་མེད་པས། འདི་  
 ལ་སེམས་མ་སྟོངས་ན་བདག་ཐེག་པ་ཆེན་པོར་འཇུག་པའི་སྐལ་བ་ཆད་པར་  
 འགྱུར་བས་ཅི་ནས་ཀྱང་སེམས་སྟོངས་པར་བྱའོ་སྟུང་པ་བསམ། གཉེན་ལ་  
 ཆགས་པ་དང་དགའ་ལ་སྤང་བ་སྟེ་བ་འདི་མ་བསལ་ན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
 ལ་སེམས་སྟོངས་པའི་ཐབས་མེད་པས་ཆགས་སྤང་དེ་གཉིས་འབད་པ་དུ་  
 མས་བསལ་དགོས་ལ། དེ་ཡང་ཆགས་སྤང་གི་སྒོ་སྟེས་པའི་ཆེ་སྒོ་དེ་སྟེ་བ་  
 བཀག་པ་ཅམ་གྱིས་ཆགས་སྤང་ཅུང་ཟད་རེ་ཞི་ཡང་རྒྱུན་དང་སྤང་ན་ཡང་  
 སྤྱར་དུ་སྟེ་བར་འགྱུར་བས། དེའི་གཉེན་པོ་ཡིད་ལ་བྱས་ནས་སྤྱར་མི་སྟེ་བའི་  
 ཐབས་ཞིག་ལ་འབད་དགོས་སོ། །དེའི་ཐབས་ནི་སྤྱིར་འདོད་ཆགས་ཀྱི་  
 གཉེན་པོར་མི་སྤྱུག་པ་དང་ཞེ་སྤང་གི་གཉེན་པོར་བྱམས་པ་སྟོམ་པ་བསྐྱུགས་  
 ཞིང་། སེམས་སྟོངས་པ་སྤྱབ་པའི་སྐབས་འདིར་ནི་དགའ་གཉེན་དང་པན་  
 གཞོན་ལ་ཡིད་བརྟན་མེད་པའི་ཚུ་ལ་བསམས་ན་རྗེས་སུ་ཆགས་པ་དང་ཁོང་  
 ཁྱོད་ཞི་ནས་སེམས་སྟོངས་པར་འགྱུར་བས།



བྱ་མོ་སྒྲིབ་པ་མཆོག་གིས་ཁྱུས་པ་ལས།      བདག་གིས་སྡོན་ཆད་ཁྱེད་  
རྣམས་ཐམས་ཅད་བསད།      །བདག་ཀྱང་ཁྱེད་གྱིས་སྡོན་ཆད་གཤམས་ཤིང་  
གཏུབས།      །ཀྱན་ཀྱང་ཕན་ཚུན་དག་དང་གསོད་པ་ཡིན།      ཁྱེད་ཅག་ཇི་ལྟར་  
འདོད་ཆགས་སེམས་ཀྱང་སྒྲེ།      ཞེས་དང་།

དཔུང་བཟང་གིས་ཁྱུས་པ་ལས།      རེ་ཞིག་ཅིག་ན་དག་ཡང་མཛའ་བོར་  
འགྱུར།      །མཛའ་བོ་ཡང་ནི་དེ་བཞིན་དག་ཡང་འགྱུར།      །དེ་བཞིན་ཁ་ཅིག་  
ཀྱང་ནི་བར་མར་འགྱུར།      །བར་མ་དེ་ཉིད་ཀྱང་ནི་དག་བོར་འགྱུར།      །དེ་བཞིན་  
མཛའ་བཤེས་འགྱུར་བར་རིག་ནས་ནི།      །སྒོ་གྲོས་ལྡན་པས་ནམ་ཡང་ཆགས་  
མི་བྱ།      །ཞེས་དང་།

བཤེས་སྤྲོད་ལས།      པ་ནི་བྱ་ཉིད་མ་ནི་ཚུང་མ་ཉིད།      །སྒྲེ་བོ་དག་གྱུར་  
པ་ཡང་བཤེས་ཉིད་དང་།      །ཕྱོག་པ་ཉིད་དུ་མཆི་བས་དེ་སྤྲད་དུ།      །འཁོར་བ་  
དག་ན་ངེས་པ་འགའ་མ་མཆིས།      །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།      དག་གཉིན་དང་  
ཕན་གཞོད་ཐམས་ཅད་སྐད་ཅིག་དང་སྐད་ཅིག་ལ་འགྱུར་ཞིང་འགྲོ་བས་ཡིད་  
བརྟན་རུང་བ་གང་ཡང་མེད་པའི་ཚུལ་བསམས་ལ་དག་གཉིན་ལ་ཆགས་  
སྤང་བསལ་ཉེ་ཉེ་རིང་མེད་པའི་བཏང་སྟོམས་བསྟོམ་པར་བྱའོ།      །དེ་ནས་རིམ་  
གྱིས་རྒྱ་ཇི་ཆེར་བཏང་སྟེ་མཐར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སེམས་སྟོམས་  
པ་བསྟོམ་མོ།      །དེ་ཡང་སེམས་ཅན་འགའ་ཞིག་ལ་ཉེ་བར་བཟུང་ནས་ཕན་  
འདོགས་པ་དང་།      འགའ་ཞིག་ལ་རིང་བར་བཟུང་ནས་གཞོད་པ་སྒྲེལ་བའི་ཆ་  
གཉིས་མི་བྱ་བར་ཉེ་རིང་ཆགས་སྤང་མེད་པའི་སེམས་སྟོམས་པ་ཞིག་ཅི་

ནས་ཀྱང་བྱའོ་སྒྲུལ་དུ་བསྐྱོམ་མོ། །དེའི་ཆེ་ཆགས་སྤང་གི་དབང་གིས་སེམས་  
མ་སྒྲོམས་ན། ཉེ་རིང་ཆགས་སྤང་འགོག་པའི་མན་ངག་ཐུན་མོང་མིན་པ་འདི་  
ལྟར་བསམ་སྟེ། འགའ་ཞིག་ལ་ཉེ་བར་བརྩུང་ནས་པན་འདོགས་པ་དང་།  
འགའ་ཞིག་ལ་རིང་བར་བརྩུང་ནས་གཞོད་པ་བྱེད་པ་འདི་མི་རིགས་ཏེ།  
སེམས་ཅན་གྱི་ངོས་ནས་ཀྱང་དེ་མི་རིགས། རང་གི་ངོས་ནས་ཀྱང་མི་རིགས་  
སོ། །སེམས་ཅན་གྱི་ངོས་ནས་འགའ་ཞིག་ལ་ཉེ་བར་བརྩུང་ནས་པན་  
འདོགས་པ་དང་། འགའ་ཞིག་ལ་རིང་བར་བརྩུང་ནས་གཞོད་པ་བྱེད་པ་མི་  
རིགས་ཏེ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་འདོད་པ་དང་སྐྱུག་བསྐྱེད་མི་  
འདོད་པར་མཚུངས་པའི་བྱིར། སེམས་ཅན་གྱི་ངོས་ནས་བདེ་བ་འདོད་  
མཉམ་དང་སྐྱུག་བསྐྱེད་མི་འདོད་མཉམ་དུ་མཚུངས་པས་ཁྱད་མེད་ཀྱང་རང་  
ངོས་ནས་ཁྱད་ཡོད་དོ་སྒྲུལ་ན། རང་གི་ངོས་ནས་ཀྱང་སེམས་ཅན་ལ་ཉེ་རིང་  
བྱེད་པ་འདི་མི་རིགས་ཏེ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རང་གི་བྱིན་ཅན་གྱི་མ་ལག་  
སྐྱུག་ཡིན་པས་མ་འགའ་ཞིག་ལ་ཉེ་བར་བརྩུང་ནས་པན་འདོགས་པ་དང་མ་  
འགའ་ཞིག་ལ་རིང་བར་བརྩུང་ནས་གཞོད་པ་བྱེད་པ་ནི་གཏན་ནས་མི་  
རིགས་སོ་སྒྲུལ་དུ་བསམས་ལ་བཏང་སྒྲོམས་བསྐྱོམ་པར་བྱ། དེ་ལྟར་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སེམས་སྒྲོམས་པ་སྐྱབ་རྒྱས་པར་སྒྲ་མ་ལྟས་བྱིན་གྱིས་  
བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ་ཞེས་གསོལ་བ་ལྷགས་དག་ཏུ་གདབ་བོ།

དེ་ནས་མར་ཤེས་སྒྲོམ་ཚུལ་ནི། སྤྱི་བོར་སྒྲ་མ་ལྟ་སྒྲོམ་བཞིན་པའི་ངང་  
ནས་མཐའ་སྐྱོར་དུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གསལ་བར་དམིགས་ནས་འདི་

ལྟར་བསམ་སྟེ། མདོ་ལས། སྒོན་ཡུན་རིང་པོ་འདས་པ་ནས་གང་དུ་བྱེད་མ་  
སྐྱེས་པ་དང་མ་སོང་བ་དང་མ་ཞི་བའི་ས་སྤྱོད་གས་དེ་ནི་ངས་མཐོང་བར་  
དགའོ། །ཡུན་རིང་པོ་འདས་པ་ནས་སེམས་ཅན་གང་བྱེད་ཀྱི་ཕལ་མ། མལ་མ།  
ཕུ་རུའམ། སྤིང་མོའམ། སྒོ་བ་དཔོན་ནམ། མཁན་པོའམ། སྒྲ་མལ་མ། སྒྲ་མའི་  
གནས་ལྟ་བུར་མ་གྱུར་བ་དེ་ནི་ངས་མཐོང་བར་དགའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་  
ལྟར། སེམས་ཅན་འདི་ཐམས་ཅད་བདག་གི་དྲིན་ཅན་གྱི་མ་ལ་ལྟ་ལྟ་ཡིན་སྟེ།  
དུ་བསྐྱོམས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདག་གི་མ་ཇི་ལྟར་ཡིན་སྟེ། ལཱ་  
བ་ལ་ཐོག་མ་མེད་པས་བདག་གི་སྐྱེ་བ་ལ་ཡང་ཐོག་མ་མེད་ཅིང་སྐྱེ་བ་གཅིག་  
ནས་གཅིག་དུ་བརྒྱུད་དེ་ཡུལ་སྤྱོད་གས་དང་ས་སྤྱོད་གས་འདིར་མ་སྐྱེས་བྱ་བ་  
གཅིག་ཀྱང་མེད། སྐྱེས་པ་ལ་གྲངས་ཀྱིས་མི་ཆོད། སེམས་ཅན་འདིའི་ལུས་  
མ་སྒྲངས་བྱ་བ་གཅིག་ཀྱང་མེད། སྒྲངས་པ་ལ་གྲངས་ཀྱིས་མི་ཆོད། སེམས་  
ཅན་འདིས་བདག་གི་མ་མ་བྱས་བྱ་བ་གཅིག་ཀྱང་མེད། བྱས་པ་ལ་གྲངས་  
ཀྱིས་མི་ཆོད། སེམས་ཅན་རེ་རེས་ཀྱང་མིའི་རྟོན་ལ་བདག་གི་མ་མ་བྱས་བྱ་  
བ་གཅིག་ཀྱང་མེད། བྱས་པ་ལ་གྲངས་ཀྱིས་མི་ཆོད་ཅིང་ད་དུང་ཇི་སྤྱིང་ལས་  
ཉོན་མ་ཟད་ཀྱི་བར་དུ་སེམས་ཅན་འདི་དག་གིས་བདག་གི་མ་བྱེད་པར་  
འགྱུར་བས། འདི་དག་བདག་གི་དྲིན་ཅན་གྱི་མ་ཅིས་ཀྱང་ཡིན་སྟེ། དུ་  
བསམས་ལ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རང་གི་མ་དྲིན་ཅན་ཉིད་དུ་གཏིང་ནས་  
ངས་ཞེས་འཛོངས་པར་བྱ། དེ་ལྟར་མར་ཞེས་ཀྱི་རྟོགས་པ་བྱུང་བར་ཅན་  
སྐྱུར་དུ་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བར་སྒྲ་མ་ལྟས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ། ཞེས་གསོལ་

བ་ཤུགས་དྲག་ཏུ་གདབ་པོ། །མར་ཤེས་འདི་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་  
གཞི་ཡིན་པས་དེས་པ་གཏིང་ཚུགས་པ་ཞིག་ཆེད་པ་ཤིན་ཏུ་གཤམ་ཆེ་ལ།

དེ་ཡང་ཆད་མ་རྣམས་འགྲེལ་ལས། སྐྱེ་བ་ཡོངས་སུ་ལེན་པ་ན། ཞེས་  
སོགས་གསུངས་པ་ལྟར། འཁོར་བའི་ཡ་མཐའ་ཐུག་མེད་དུ་སྐྱབ་པའི་རིགས་  
པ་ངི་མ་མེད་པ་རྣམས་དང་། སྤར་བྲངས་པའི་ལུང་དེ་ལ་སོགས་པ་རྒྱལ་བའི་  
བཀའ་ངི་མ་མེད་པ་རྣམས་ལ་ཡིད་ཆེས་པར་བྱས་ལ་འདི་ལ་དེས་པ་བརྟན་  
པོ་ཅི་ཆེད་བྱ་དགོས་ཏེ། མར་ཤེས་འདི་རྒྱད་ལ་སྐྱེས་ན་ངན་དན་སོགས་གོང་  
མ་རྣམས་སྐྱེ་སྤྲུལ། འདི་མ་སྐྱེས་ན་ལམ་གོང་མ་རྣམས་རྒྱད་ལ་སྐྱེ་བའི་གཞི་  
མེད་པས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སློ་འགགས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ཡང་དམིགས་རྣམས་ཐུན་རེ་ཅམ་བསྐྱངས་ནས་འདི་མ་རྩུང་ཟེར་མི་  
རུང་སྟེ། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་མདུན་འདི་དག་ནི་རྒྱལ་སྤྲུལ་རྣམས་ཀྱིས་  
བསྐྱལ་པ་མང་པོར་ཐུགས་དམ་གྱི་མཐིལ་དུ་བརྩུང་ནས་སྦྱོང་དགོས་པར་  
གསུངས་ན། དེང་སང་གི་གདུལ་བྱ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་གནས་འདི་  
དག་ལ་གོ་ཡུལ་ཅམ་ཡང་ཆེད་དཀའ་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཡུད་ཅམ་རེ་བསྐྱངས་  
པས་གཤམ་སྐྱེ། དེས་ན་ཆེ་རྩུང་འདི་ལ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་གཞི་འདི་  
དག་ལ་བག་ཆགས་སྟེ་ཟེན་ཅམ་རེ་རྩུང་ནའང་དོན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡིན་པས།  
ལམ་གྱི་གནད་དམ་པ་འདི་དག་ལ་གོ་བ་ཕུ་ཐག་ཆོད་པར་བཅའ་ལ་དམིགས་  
རྣམ་ནར་མར་སྦྱོང། ཆོགས་གསོག་སྐྱབ་སྦྱོང་ལ་འབད། ལྷ་མ་དགོན་མཆོག་  
ལ་གསོལ་འདེབས་ཤུགས་དྲག་ཏུ་བྱའོ། །དེ་ཡང་སེམས་ཅན་སྐྱེ་ལ་དམིགས་



ནས་མ་ཡིན་སྟེ་པ་ཅམ་གྱིས་མི་ཆོག་པར་རེ་རེ་ནས་མར་བསམས་ཏེ་ཡིད་  
འགྱུར་གྱི་སྒྲོང་བ་འདོན་པ་གནད་ཆེ་བས། ཆེ་འདིའི་གཉེན་བཤེས་རྣམས་  
དང་། བར་མ་རྣམས་དང་། ཡིད་དུ་མི་འོང་བའི་དགའ་རྣམས་དང་། ཏྲ་སྒྲུང་བོང་  
བུ་སོགས་མིག་ལམ་དུ་སྒྲུང་བའི་དུད་འགོ་རྣམས་དང་། ཡིད་ལུལ་དུ་ཤར་  
བའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་རེ་རེ་ནས་མིག་གིས་མཐོང་བ་དང་། ཡིད་ལ་བྱན་  
ཅམ་ནས་ཆེ་འདིའི་མ་མཐོང་ཅམ་ནས་འདི་བློན་ཅན་གྱི་མའོ་སྟེ་པ་འདི་སྒྲོ་ངང་  
གིས་སྒྲེ་བ་ཅི་འདྲ་བ་ཞིག་སྒྲེ་དགོས་པས། རེ་རེ་ནས་མཐོང་ཅམ་དང་ཡིད་ལ་  
བྱན་ཅམ་ནས་འདི་བདག་གི་མ་བློན་ཅན་ནོ་སྟེ་པ་ཡིད་ལ་བྱ་ཞིང་ཡང་དང་  
ཡང་དུ་སྒྲོ་བཅོས་ནས་བྱན་པར་བྱའོ།

རྩོ་བོ་རྗེ་སེམས་ཅན་སྐྱུག་བསྐྱེད་པ་སྐྱེ་འདྲ་ཞིག་གཟིགས་ཀྱང་མ་ཀླན་  
འོ་བརྒྱལ་གསུངས་ནས་སྐྱུན་ཆབ་འབྱེན། རྩོ་བོ་སྟེ་ཐང་ན་བཞུགས་དུས་ཏྲ་  
ཀོད་མ་ཞིག་ལྷང་མའི་གསེབ་ཏུ་མགྱོན་པ་ཚུད་ནས་འགགས་པ་རྩོ་བོས་  
མའོན་ཤེས་གྱིས་གཟིགས་ནས། རྣལ་འབྱོར་པ་ལ་མ་ཀླན་འོ་བརྒྱལ་གྱིས་ལ་  
ལུང་བཞུད་དང་གསུང་པ་ལྟར་རོ།

དེ་ནས་བློན་བྱན་པ་ནི། སྐྱི་བོར་སྒྲ་མ་ལྟ་སྒྲོམ་བཞིན་པའི་ངང་ནས་རང་  
གི་ཆེ་འདིའི་མ་གཞོན་པའི་གནས་སྐབས་མ་ཡིན་པ་ཀླན་པའི་གནས་སྐབས་  
གྱི་རྣམ་པ་གསལ་བ་ཞིག་མདུན་དུ་བསྒྲོམས་ནས་འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ། བདག་  
གི་མ་འདིས་ཆེ་འདི་ཁོ་ནར་མ་བཟད་ཆེ་རབས་ཐོག་པ་མེད་པ་ནས་བདག་གི་  
མ་བགྲང་ལས་འདས་པ་བྱེད་བྱེད་པ་ཞིག་ཡིན། བྱེད་པར་ཆེ་འདིར་ཡང་དང་



པོར་མངལ་དུ་བཅེ་བས་བསྐྱེད་སྤྱོད། བཅས་པའི་ཆེ་འཇམ་པའི་སྟན་ལ་བཞག།  
 །སོར་མོ་བཅུའི་ཅེ་ལ་གཡེངས། །འདི་དོད་ལ་སྐྱེད། བཅེ་བའི་འཇམ་གྱིས་  
 བསྐྱེད། དགའ་བའི་མིག་གིས་བསྐྱེད། སྒྲུབས་ཁས་བྱིས། མི་གཙང་བ་ལག་  
 བས་བྱིས། མ་རང་སྟོག་ལ་བབ་བ་ལྟ་བུའི་སྐྱེད་བསྐྱེད་ལ་བྱང་བ་ལས་བདག་  
 ཅུང་ཅད་ན་བ་ལ་སྐྱེད་བསྐྱེད་ཆེ་བར་བྱས། སྟོག་སྐྱེད་གཏམ་ངན་རང་སྟོག་  
 ལའང་མ་བསྐྱེད་པར་འུ་ཐང་ཐང་དུ་བསྐྱེད་པས་པའི་ཟས་ནོར་ཐམས་ཅད་  
 བདག་ལ་བཅེ་བས་སོག། །མ་རང་གི་འབྱུང་འཁོས་དང་བསྐྱེད་པའི་ཕན་པ་  
 དང་བདེ་བ་ཆད་མེད་པ་བསྐྱེད་སྤྱོད། གཞོད་པ་དང་སྐྱེད་བསྐྱེད་ཆད་མེད་པ་  
 ལས་བསྐྱེད་པས་བས་བྱིན་འུ་ཆེ་སྟུང་དུ་བསམ་མོ། །

དེ་ལྟར་བསྐྱེད་པས་ཆེ་འདིའི་མའི་བྱིན་བྱན་པའི་སྟོ་ཆོག་ཙམ་མིན་  
 པ་ཞིག་སྐྱེས་པ་ན་དེ་ནས་པ་མ་ལ་སོགས་པའི་མཛའ་བཤེས་གཞན་ལ་ཡང་  
 མར་ཤེས་པར་བྱས་ལ་དེ་ལྟར་བསྐྱེད། དེ་ནས་བར་མ་རྣམས་ཀྱང་མར་ཤེས་  
 པར་བྱས་ལ་བསྐྱེད། དེ་ལ་ཆེ་འདིའི་མ་དང་འབྲེལ་བའི་སྟོ་སྐྱེས་པ་ན་དག་  
 རྣམས་ཀྱང་མར་ཤེས་པར་བྱས་ལ་བསྐྱེད། དེ་ལ་ཆེ་འདིའི་མ་དང་འབྲེལ་བའི་  
 སྟོ་སྐྱེས་པའི་ཆེ་སྟོགས་བཅུའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་མར་ཤེས་པ་སྟོན་  
 དུ་བཏང་ནས་རིམ་གྱིས་རྒྱ་ཇི་ཆེར་བཏང་ལ་བསྐྱེད་མོ། །

གཞན་ཡང་རང་གི་མ་དེས་ཇི་ལྟར་ཕན་བཏགས་པའི་ཚུལ་དང་རང་  
 ལ་བཅེ་སེམས་ཇི་ལྟར་བྱས་པའི་ཚུལ་རང་གི་སྟོས་གང་དེས་རྣམས་  
 བསམས་ལ་བྱིན་བྱན་པར་བྱ། ཚུལ་དེ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་སྐྱེད་

ཏེ། ད་ལྟ་མ་གཞན་འདིས་བདག་ལ་ཕན་པ་དང་བཅུ་སེམས་ཇི་ལྟར་བྱས་པ་དེ་  
ལྟར་སེམས་ཅན་འདི་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཀྱང་བདག་གི་མ་ནམ་བྱས་རེས་ཀྱིས་  
ཕན་པ་དང་བཅུ་སེམས་འདི་ལྟར་ཏུ་བྱས་སོ་སྟམ་དུ་ལུས་ཀྱི་བ་སྦྱ་གཡོ།  
མིག་ནས་མཆི་མ་འབྱུག་པ་མ་བྱུང་གི་བར་དུ་མ་གཞན་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་  
དེན་བསམ་པར་བྱ་ཞིང་། དེན་དཔྱད་ཀྱི་སྒོ་དེ་ལྟ་བུ་སྦྱར་དུ་རྒྱད་ལ་སྦྱེས་བར་  
སྒྲ་མ་ལྟས་བྱིན་ཀྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། ཞེས་གསོལ་བ་ཤུགས་དྲག་ཏུ་  
གདབ་པོ། །དེ་ལྟར་དེན་བསམས་ནས་དེན་གཙོ་སྒོམ་ཚུལ་ནི། །སྦྱི་པོར་སྒྲ་མ་  
ལྟ་སྒོམ་བཞིན་པའི་ངང་ནས་འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ། ཐོག་མེད་ནས་ཡང་ཡང་  
དེན་ཀྱིས་བསྐྱངས་པའི་མ་གཞན་རྣམས་རིགས་དྲག་འཁོར་བའི་བཙོན་ཁང་ན་  
ལས་དང་ཉོན་མོངས་པའི་འཆིང་བ་དམ་པོས་བཅིངས་ནས། སྦྱག་བསྐྱུལ་  
གསུམ་ཀྱིས་ཡུན་དུ་མནར་ཞིང་ཉམ་ཐག་པ་འདི་རྣམས་ཡལ་བར་དོར་ན་  
བདག་ཉིད་ཁྱེལ་མེད་མ་རབས་སུ་འགྱུར་ཞིང་ཡལ་བར་འདོར་ག་ལ་མོད།  
དེས་ན་བདག་གིས་མ་དེན་ཅན་འདི་རྣམས་སྦྱར་བ་སྦྱར་བར་བསྐྱུལ་ནས་  
ཐར་པ་སྒྲ་ན་མེད་པའི་བདེ་བ་ལ་འགོད་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱེད་ཀྱས་པར་སྒྲ་  
མ་ལྟས་བྱིན་ཀྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། ཞེས་གསོལ་བ་ཤུགས་དྲག་ཏུ་གདབ་  
པོ།

གཉིས་པ་བདག་གཅེས་འཛིན་ཀྱི་སྦྱོར་དང་གཞན་གཅེས་འཛིན་ཀྱི་  
ཕན་ཡོན་བསམས་ཏེ་སེམས་ཅན་རྣམས་ཡིད་བཞིན་ཀྱི་ནོར་བུ་ལྟར་ཤིན་ཏུ་  
གཅེས་ཤིང་ཕངས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་ཀྱི་ཡིད་འོང་གི་བྱམས་པ་ཁྱད་པར་ཅན་

སྐྱབ་ཚུལ་ལ་གཉིས།

ཡིད་འོང་གི་བྱམས་པ་བྱད་པར་ཅན་སྐྱབ་ཚུལ།

བདག་གཅེས་འཛིན་གྱི་སྒྲིན་བསམ་པ་དང་། གཞན་གཅེས་འཛིན་གྱི་  
ཕན་ཡོན་བསམ་པའོ། །དང་པོ་ནི། སྤྱི་བོར་སྤྲོ་མ་ལྟ་སྒྲིམ་བཞིན་པའི་དང་ནས་  
འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ།      རང་གི་མཐའ་སྒྲོར་དུ་ཆེ་འདིའི་དབྱ་གཉིན་བར་མ་  
སོགས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གསལ་བར་དམིགས་ལ། རང་གི་སྒོ་ཡུལ་དུ་  
རང་གཞན་གཉིས་གང་གཅེས་པར་འཛིན་གང་ཡལ་བར་འདོར་སྒྲུལ་དུ་  
བརྟགས་པ་ན། རང་གཅེས་པར་འཛིན་ཅིང་གཞན་ཡལ་བར་འདོར་བའི་སྒོ་  
ངམ་ངམ་ཤྱགས་ཀྱིས་སྒྲེ་ལ། དེའི་ཆེ་རང་ལ་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་སྒོ་ངན་  
འདིས་བདག་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ད་ལྟའི་བར་དུ་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བར་  
སྐྱབ་བསྐྱལ་རྒྱན་མི་འཆད་དུ་སྤོང་དུ་བརྟུག། །ད་རེས་དལ་འབྱོར་གྱི་མི་ལུས་  
ལན་ཅིག་ཐོབ་པའི་སྐབས་འདིར་ཡང་སྒོ་ངན་འདིས་བསྐྱུས་ནས་སྤྱིར་འཁོར་  
བའི་ཕུན་ཆོགས་ལ་ཆགས་ཤིང་ཞེན་པ་དང་།      སྒོས་ཆེ་འདིའི་སྤང་ཤས་ཀྱི་  
དབང་དུ་སོང་སྟེ་སྒྲིན་ཆད་དལ་བ་སྒྲོང་ལོག་ཏུ་སོང་འདུག།      །ད་ནི་གཅེས་  
འཛིན་འགོང་པོ་འདིའི་དབང་དུ་སྐྱད་ཅིག་ཀྱང་མི་གཏང་ཞིང་སྒོ་ངན་འདི་ཅད་  
ནས་ཐོན་པ་ཞིག་ཅིས་ཀྱང་བྱའོ་སྒྲུལ་དུ་འདུན་པ་ཤྱགས་དག་ཏུ་བྱ། དེ་ཡང་  
ཐོག་མེད་ནས་གོམས་ཤྱགས་ཆེས་པས་གཅེས་འཛིན་མི་བསྐྱེད་དོ་སྒྲུལ་པ་

ཅམ་ཞིག་གིས་སྒོ་དེ་མངོན་གྱུར་དུ་སྒྲེ་བ་ཅུང་ཟད་རེ་འགགས་ཀྱང་ཅད་ནས་  
ཐོན་པ་མི་ཡོང་བས། སྒོ་ངན་འདི་ཅད་ནས་ཐོན་པ་ཞིག་བྱེད་པ་ལ་སྒོ་ངན་  
འདིའི་ཉེས་སྒྲོན་མཐའ་དག་པར་རིག་ནས་འདི་བྱི་ཀུན་ཏུ་ཕྱང་བར་བྱེད་པའི་  
དགྲ་པོའི་དྲངས་མར་ངེས་པ་གཏིང་ནས་འཛོངས་པ་ཞིག་དགོས་སོ། །དེས་ན་  
བདག་གཅེས་འཛིན་གྱི་སྒྲོན་བསམ་པ་ནི།

སྒོ་སྤྲོད་ཅ་ཆོག་ཏུ། ལེ་ལན་ཐམས་ཅད་གཅིག་ལ་བདེ། །ཞེས་འབྱུང་  
བ་ལྟར། སྤར་འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ད་བར་དུ་ཁམས་གསུམ་འཁོར་  
བ་འདིར་འཁོར་འཁོར་ནས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཅི་སྒྲེད་ཅིག་སྤྲོད་བ་འདི་གང་གིས་  
ལན་མ་ཞེས་པར་ལེ་ལན་བདེའ་ས་གཞན་དུ་འཆོལ་འཆོལ་ནས། རང་ལ་  
བདེ་སྤྱིད་གང་ནས་འབྱུང་བའི་རྒྱ་ཡིད་བཞིན་གྱི་ཁོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་མ་གྲན་  
སེམས་ཅན་འདི་རྣམས་ཡིན་པ་ལ། མོངས་ནས་དེ་ལྟར་མ་ཞེས་པར་བྱིན་ཅི་  
ལོག་ཏུ་བཟུང་སྟེ། སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་དགྲར་བཟུང་། སྒོ་དུ་མ་ནས་གཞོད་  
པ་སྒྲེལ། རང་གི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བའི་རྒྱ་དགྲ་པོ་བདག་འཛིན་  
འགོང་པོ་ལ་གཉེན་དུ་བཟུང་ནས་ཅི་བྱེད་ཐམས་ཅད་བདག་འཛིན་འགོང་  
པོའི་དབང་དུ་བཏང་ནས་བྱས་པ་འདིས་ལན་པ་ཡིན་ཏེ།

སྤྱོད་འཇུག་ལས། འཛིག་ཏེན་དག་ན་འཆེ་བ་གང་ཡོད་དང་། །འཛིགས་  
དང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཅི་སྒྲེད་ཡོད་གྱུར་པ། །དེ་ཀུན་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་ལས་བྱུང་  
ན། །འཛེ་ཆེན་དེས་ཀོ་བདག་ལ་ཅི་ཞིག་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཆེ་འདིར་  
གཞན་གྱིས་རང་ལ་མི་སྒྲན་པར་བརྗོད་ཅིང་འབྱར་ཁ་གཏོང་བ་སོགས་མིའི་

གཞོན་པ་ཇི་སྟེན་ཅིག་འབྱུང་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བདག་གཅེས་འཛིན་འདི་  
 ལས་འབྱུང་། གཞོན་བགེགས་སོགས་མི་མ་ཡིན་གྱི་གཞོན་པ་དང་ཉེ་བར་  
 འཆེ་བ་ཇི་སྟེན་འབྱུང་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བདག་གཅེས་འཛིན་འདི་ལས་  
 འབྱུང་། ལུས་ལ་ནད་དང་སེམས་ལ་སྦྱག་བསྐྱལ་སོགས་མི་འདོད་པ་ཇི་སྟེན་  
 འབྱུང་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བདག་གཅེས་འཛིན་འདི་ལས་འབྱུང་། སྒྲིམ་པ་དང་  
 དམ་ཆིག་ཉམས་པ་སོགས་ཆོས་ལམ་དུ་མི་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བདག་  
 གཅེས་འཛིན་འདི་འབའ་ཞིག་གིས་བྱས། ཕྱི་མར་ངན་སོང་གསུམ་གྱི་སྦྱག་  
 བསྐྱལ་སྒྲོང་བ་སོགས་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བའི་སྦྱག་བསྐྱལ་ཇི་སྟེན་ཅིག་  
 འབྱུང་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བདག་གཅེས་འཛིན་འདི་འབའ་ཞིག་ལས་འབྱུང་  
 བས། མི་འདོད་པ་དང་སྦྱག་བསྐྱལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་གནས་མཐར་ཐུག་  
 པ་ནི་གཅེས་འཛིན་འགོང་པོ་འདི་ཁོ་ན་ཡིན་པར་གསུང་། དེ་ཡང་མིའི་གཞོན་  
 པ་ཇི་སྟེན་ཅིག་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བདག་གཅེས་འཛིན་འདི་ཁོ་ན་ལས་  
 འབྱུང་བ་ནི། བན་ཚུན་འབྱུག་པ་དང་ཚོད་པ་དང་གཤགས་འབྱེད་པ་དང་  
 གཅིག་ལ་གཅིག་ཁ་ཟེར་བ་འདི་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བདག་གཅེས་འཛིན་འདི་ཁོ་  
 ན་ལས་འབྱུང་སྟེ། རང་གཅེས་པར་བཟུང་ནས་རང་བདེ་བར་འདོད། རང་  
 ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་ཞིག་འདོད། གཏམ་བཟང་བ་ཞིག་འདོད། སྙན་གྲགས་ཆེ་  
 བ་ཞིག་འདོད། དེ་ལ་སོགས་པ་བདེ་སྦྱིད་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་ཐམས་ཅད་  
 རང་ལ་ཆང་བ་ཞིག་འདོད་ནས་དེ་བསྐྱབ་པའི་སྤྱིར་དུ་ལས་ངན་པ་མང་དུ་  
 གསོག་ཅིང་གཞན་ལ་བྱུང་གསོད་དང་ང་རྒྱལ་བྱེད། གཞན་ཕུན་སུམ་ཆོགས་



པ་དང་གཞན་ལ་ལེགས་པ་སྣ་རེ་མཐོང་ཡང་མི་བཟོད་པར་སྤག་དོག་སྟེ། རང་  
ལ་ཆོག་ངན་སྤྲོ་མོ་རེ་བཅེར་བ་ཐོས་ཀྱང་མི་བཟོད་པར་ཞེ་སྤང་སྟེ་ཞིང་། ཐ་ན་  
མིག་གིས་བསྟར་ལུགས་ལེགས་ཉེས་ཅམ་ཡོང་མི་བཟོད་པར་གྱུར་པས་ན་  
གཞན་ཐམས་ཅད་རང་གི་དགྲར་སོང་བ་འབྲ་བ་ཞིག་འོང་སྟེ། ད་ལྟ་རང་རེ་སྤྱ་  
དང་འགྲོགས་ཀྱང་མཐུན་པ་ཡེ་མི་ཡོང་། དེ་ཡང་པ་མ་དང་བྱ་ཆ་མི་མཐུན།  
པ་མ་ནང་པན་ཚུན་མི་མཐུན། བྱ་ཆ་ནང་པན་ཚུན་མི་མཐུན། དུལ་སྡེ་པན་  
ཚུན་མི་མཐུན། དུལ་སྡེ་གཅིག་གི་མི་རྣམས་མི་མཐུན། སྡེ་དཔོན་ནང་པན་  
ཚུན་མི་མཐུན། པ་སྤྱན་ནང་པན་ཚུན་མི་མཐུན། དཔོན་གཡོག་ནང་པན་ཚུན་  
མི་མཐུན། སྤྲ་མ་དང་སྒོ་བ་མ་མི་མཐུན། སྤྱིན་བདག་དང་མཆོད་གནས་མི་  
མཐུན་པ་འདི་ཐམས་ཅད་གཅེས་འཛིན་འགོང་པོ་འདི་ཁོ་ནས་བྱས་པ་ཡིན།  
གཅེས་འཛིན་འགོང་པོ་འདི་སྤྱིང་དུ་ཞུགས་ཕྱིན་པན་ཚུན་མཐུན་པའི་ཐབས་  
མེད་དེ། དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ལྷ་པོ་བའི་ཞལ་ནས། ཇི་སྤྱིང་རང་ལ་དགྲར་  
མ་མཐོང་བའི་རིང་ལ་སྤྲ་མ་སོགས་སྤྱིང་ཀྱང་པན་ཐོགས་མི་རུས། རང་ལ་  
དགྲར་མཐོང་ན་པན་ཐོགས་སྤྱིང་ཡོང་གསུང་བ་ལྟར། གཅེས་འཛིན་འགོང་པོ་  
འདི་སྤྱིང་གི་ལུགས་སྤྱིང་གནས་ཕྱིན་སྤྲ་མ་སོགས་སྤྱིང་ཀྱང་བྱ་ཐབས་མེད་དེ།  
སྤྲ་མས་སྤྱིང་དོར་བསྟན་ཀྱང་གཅེས་འཛིན་འགོང་པོ་དང་མ་མཐུན་ཕྱིན་ཁོའི་  
དབང་དུ་སོང་ནས་སྤྲ་མ་ཅི་གསུང་ཡང་ང་རང་འདི་ལྟར་བྱེད་སྟམ་དུ་རང་གི་  
སྤྱིང་པ་ངན་པ་དེའི་རྗེས་སྤྱིང་འཇུག་པ་ལས་སྤྲ་མའི་གསུང་གི་རྗེས་སྤྱིང་འཇུག་  
པར་མི་བྱེད་དོ། །གྲོགས་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱེད་ཡང་

དགའ་བ་མི་སྤྱེ། རྣམ་པ་ཀུན་ནས་རང་བདེན་སྙམ་པ་མ་གཏོགས་རང་གི་  
 སྦྱོང་བ་ལ་སྦྱོན་དུ་མཐོང་བ་མི་ཡོང་བས། གྲོགས་གཞན་གྱིས་བསྐྱེད་ཡང་དེ་  
 ལ་ཁོང་ཁོ་སྤྱེ་བ་མ་གཏོགས་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་འཛིན་པ་མི་ཡོང་། གཞན་  
 ཐམས་ཅད་བྱད་དུ་བསད་པས་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་ཞིག་  
 འབྱུང་། དེའི་ཆེ་རང་གི་སྦྱོང་བ་ངན་པའི་སྦྱོན་གྱིས་དེ་ལྟར་བྱུང་བ་མི་ཤེས་  
 པར་རང་གིས་གང་ཡང་མ་ལན་པ་ལ་གཞན་གྱིས་གཞོན་པ་བྱས་པ་འདྲ་བ་  
 ཞིག་འོང་སྟེ། རང་གི་གཅེས་འཛིན་འདི་ཁོ་ནས་ལན་པ་ཡིན། གཞན་གྱིས་  
 རང་ལ་གཏམ་ངན་བརྗོད་པ་ཡང་གཅེས་འཛིན་འདི་ཁོ་ནའི་མཐུ་ཡིན་ཏེ། རང་  
 ཉིད་གཅེས་པར་བཟུང་ནས་གཞན་ལ་བྱད་གསོད་བྱས་པའམ། གཞན་གྱི་སྒོ་  
 དང་མི་མཐུན་པའི་ལས་ཞིག་བྱས་པས་གཏམ་ངན་སྐྱེད་བ་ཡིན་ནོ། །བརྒྱལ་  
 ཆེ་འདིར་པ་རོལ་པོ་དེ་ལ་བྱད་གསོད་དང་གཞོན་པའི་བསམ་པ་སོགས་མ་  
 སྤྱེས་ཀྱང་། ཆེ་རབས་སྤྲུལ་ལ་གཏམ་ངན་དེ་ལྟར་འབྱུང་བའི་ལས་ངེས་པར་  
 བསགས་པའི་མཐུ་ཡིན་པར་གསུངས་སོ། །ཆོས་ལམ་དུ་མི་འགོ་བ་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱང་བདག་གཅེས་འཛིན་འདི་ཁོ་ནས་བྱས་པ་ཡིན་པ་ནི།

རྒྱལ་སྤྱི་རྣམས་རྒྱ་ཏའི་ཞལ་ནས་དགོ་སྦྱོར་བྱས་ཀྱང་རང་རྒྱུད་མ་  
 ཐུལ་ཆོ། །ཆེ་འདིའི་ཆེ་ཐབས་དང་དུ་སྐྱེད་པ་ཡིས། །ལས་ངན་མཆོན་ཆ་  
 རང་ལ་འཁོར་བ་ཡིན། །དེ་ནི་ཐར་པ་འདོད་ལ་སྤྱིལ་བར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་  
 པ་ལྟར་རོ། །ཆོས་རྒྱུན་གྱིས་གཞོན་པ་དང་། སྤྱེ་དཔོན་སོགས་གྱིས་ཆད་པས་  
 བཅད་པ་དང་། འབྲན་ཆས་གཅེས་པ་ལ་སོགས་པའི་གཞོན་པ་རྣམས་ཀྱང་

གཅེས་འཛིན་འདི་ཁོ་ན་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། གཅེས་འཛིན་དམ་པོས་ནམ་  
 སྤུགས་འབྲུགས་དོགས་དང་སྒྲོགས་དོགས་དང་། གཞན་ལ་རེ་མི་དགོས་པའི་  
 སྤུན་སྤུམ་ཆོགས་པ་ཞིག་གེད་པར་འདོད་ནས་ཟང་ཟིང་གི་ཁོར་མང་དུ་  
 བསགས་ཤིང་། དེ་ལ་སྒྲིང་ནས་ཞེན་ཅིང་གནས་པ་ན་ཆོམ་རྒྱན་པས་བྲིར་བ་  
 དང་། རྒྱལ་པོས་སྒྲོགས་པ་དང་། སྒྲེ་བོ་གཞན་གྱིས་གཞོགས་སྒྲོང་དང་། ཐ་ན་  
 ས་འོག་གི་བྱི་བ་ཚུན་ཆོད་གྱིས་གཞོད་པ་སྒྲོ་དུ་མ་ནས་སྒྲེལ་བ་འདི་བྱུང་བ་  
 ཡིན། ཁོར་དངོས་པོ་ལ་ཞི་སྒར་འཐམས་པ་འདི་མེད་པར་གཞོད་པ་དེ་དག་  
 གང་ཡང་འབྱུང་བའི་སྒྲོ་མེད་དོ། །གཅེས་འཛིན་འགོང་པོ་འདིས་ཡིད་བསྒྲོད་  
 ནས་ཅི་གེད་ཆེ་འདིའི་རྙིང་བཀྱར་སྒྲན་གྲགས་སྒྲུབ་པའི་ཐབས་སུ་སོང་ན།  
 སྒྲིག་པ་དང་སྒྲུག་བསྐྱེད་འབའ་ཞིག་ལས་གནས་སྒྲུབས་སུ་ཡང་བདེ་བ་མི་  
 ཐོབ་ཅིང་། མི་སྒྲན་པ་དང་གྲགས་པ་ངན་པ་འབྱུང་བ་དང་། དག་མང་དུ་འཕེལ་  
 བ་དང་། ཐ་ན་མཁན་སྒྲོབ་དང་མཆེད་གྲོགས་ཚུན་ཆོད་གྱིས་རྣམ་པ་ཀྱན་ནས་  
 བརྟམས་པ་དང་སྒྲོན་རྫོང་མང་དུ་གེད་པ་ནི་མི་འོས་པ་ཞིག་རྫོང་པ་མིན། རང་  
 གི་སྒྲོད་ངན་དེ་ཉིད་ཀྱན་གྱིས་གསལ་བར་མཐོང་ནས་རང་བཞིན་བརྫོང་པ་  
 ཡིན། དཔེར་བགྱི་ན་མེ་འདི་ཤིན་ཏུ་ཆོ། འདིས་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་ཅེས་  
 བརྫོང་གྲང་། མེ་ལ་མི་འོས་པའི་སྒྲོན་བརྫོང་པ་ག་ལ་ཡིན། མེ་ཁོ་རང་གི་རང་  
 བཞིན་གསལ་བར་བརྫོང་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་བཞིན་དུ་རང་རེ་རྣམས་ཀྱང་གཅེས་འཛིན་འགོང་པོ་འདི་སྤུགས་སུ་  
 ཞུགས་པའི་དབང་གིས་བྱ་བ་ཅི་གེད་ཀྱང་རྒྱལ་བའི་བཀའ་དང་མི་མ་ཐུན་པ་

ཤ་སྟག་བྱས་པས་རང་གི་རང་བཞིན་དེ་ཉིད་གཞན་གྱིས་གསལ་བར་བརྗོད་  
 པ་ཡིན་ནོ། །མི་རྣམས་ཀྱིས་གཏམ་ངན་སྤངས་པ་ཅམ་དུ་མ་བྱ།

མདོ་སྡེའི་རྒྱན་ལས། ཉོན་མོངས་རྣམས་ཀྱིས་བདག་འཛོམས་སེམས་  
 ཅན་འཛོམས་ཤིང་ཚུལ་བྱིམས་འཛོམས། །ཉམས་བཅས་རྟེན་པས་དམན་  
 ཞིང་སྤང་དང་དེ་བཞིན་སྟོན་པས་སྤང། །ཅོད་པ་མི་སྟོན་དེ་ནི་གཞན་དུ་མི་  
 ཁོམ་གནས་སུ་སྟེ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། དཀར་ཕྱོགས་སྟོང་བའི་སྤང་མ་  
 རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་སྟོད་པར་མཛད། དེར་ཡང་མ་བྱད་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་  
 རྣམས་དང་ཕྱོགས་བཅུའི་ཞིང་ན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་  
 ཀྱང་རྣམ་པ་ཀྱན་ཏུ་སྟོད་པར་མཛད་ན་གཞན་ལྟ་ཅི་སྟོས། རང་ཉིད་གཅེས་  
 པར་བཟུང་ནས་རྟེན་བཀྱར་སྟོན་གྲགས་ལ་ཆགས་པ་ནི་རང་གི་ཆོས་ཅི་བྱས་  
 འོན་མེད་དུ་གཏོང་བ་དང་། དལ་འབྱོར་སྟོང་ལོག་ཏུ་བཏང་ནས་མདོན་མཐོ་  
 དང་ངེས་ལེགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྟོག་འསྟོག་པའི་དུག་མི་བཟད་པ་ཡིན་པས།  
 གཅེས་འཛིན་འགོང་པོ་འདིས་སྟོང་གི་ཕྱགས་སུ་གནས་ནས་རང་ལ་འདི་འབྲ་  
 བའི་དུག་ངན་བྱིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །དོན་གྱི་དབང་འདི་ལ་དགོངས་ནས་  
 སྟོན་པ་ཕྱགས་ཇེ་ཅན་དེས་ཐར་འདོད་རྣམས་ལ་རྟེན་བཀྱར་ལ་ཆགས་པ་  
 འགོག་པའི་ཐབས་སུ་གསེར་དདུལ་ལ་རེག་པ་ཅམ་ལའང་མི་རུང་བའི་  
 བཅའ་བ་མཛད་དོ། །

དེ་ལྟར་རང་གཅེས་འཛིན་གྱི་དབང་གིས་ཆེ་འདིའི་རྟེན་བཀྱར་སྟོན་  
 གྲགས་ཤིག་འོང་དུ་རེ་ནས་བྱར་མི་རུང་བ་འབའ་ཞིག་བྱས་པ་ན། སྟོན་གྱི་



བསོད་ནམས་ཅུང་ཟད་ཡོད་པ་དེ་ཡང་ཉམས་ནས་ཆེ་འདིའི་བདེ་སྦྱིད་ངན་  
ངོན་རེ་ཡང་ཉྱེད་དཀའ་ཞིང་མི་འདོད་པ་མཐའ་དག་ཆར་བཞིན་དུ་འབབ་པ་  
འདི་བྱུང་། དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་གཅིས་འཛིན་འགོང་པོ་སྦྱང་ནས་བཏོན་ཏེ་  
རང་ཡལ་བར་དོར། གཞན་གཅིས་པར་བཟུང་སྟེ་བྱམས་སྦྱང་རྗེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
སེམས་ལ་བྱུགས་དམ་མཛད་པས་གཞོད་འཆེ་ཐམས་ཅད་རང་ཞིར་སོང་།  
ཉྱེད་བཀྱར་སྟོན་གྲགས་ཐམས་ཅད་འབད་མེད་དུ་བྱུང་སྟེ།

དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་པོ་ཏྲོ་བའི་ཞལ་ནས། ཆོས་ཤིག་བྱས་ན་ཆེ་  
འདི་རང་ལ་གཞན་དང་མི་འདྲ་བ་ཞིག་འོང་སྟེ། དུང་བ་ལུང་ན་ཁམ་ལུང་བ་  
ལས་བདེ་སྦྱིད་སྟོན་གསུམ་ཆེ་བ་མེད། ལྷང་འོད་ན་སྦྱན་སྒྲ་བ་ལས་སྦྱིད་བ་  
མེད་དེ། དེ་ཆོས་བཞིན་བྱས་པས་བྱུང་བ་ཡིན་གསུང་། སྦྱན་སྒྲ་བ་དང་པོའི་  
དུས་རྒྱུ་ལ་ཆད་ཀྱིན་ཟླ་ཆོད་རེ་ཅམ་ལ་བཏོན། ཤམ་ཐབས་ལ་སྟོན་པ་མ་  
ཉྱེད་པར་གོམ་པོ་རྒྱབ་པས་སྦྱན་སྒྲ་གོ་ཤམ་ཅན་དུ་གྲགས། ད་ལྟ་ནི་འཛམ་བུ་  
སྦྱིང་བ་ཀྱན་ངས་གསོས་ཀྱང་གསོས་སྟོན་གསུང་།

དགེ་བཤེས་འབན་ཀྱི་ཞལ་ནས། ང་མི་སྦྱེའི་དུས་མདའ་གཞུ་ཆེར་མ་  
འདྲ་བ་བཏགས། གྱི་གཉིས་གསུམ་རེ་བཅུ་གས་ཀྱང་དབྱ་མང་ཟུན་ཅུང་། ང་  
པོ་རེང་པ་མི་གཅིག་ལ་སྟོན་ཐོག་བཞི་བཅུ་ཐོན་པས་གྲོང་པ་རྣམས་ཀྱི་ངའི་  
མིང་བཞི་བཅུ་སྒྲིགས་སུ་བཏགས། ཉིན་མོ་ལ་ཁའི་ཇག་པ་དང་རྒྱབ་མོ་གྲོང་  
གི་རྒྱན་མ་བྱས་ཀྱང་སྟོ་མི་བྱིད། ང་མཆོན་ཆ་སྤངས་པས་དབྱ་མི་གཅིག་ཀྱང་  
མེད། ལས་ག་མཆིལ་མ་རྟོ་ལ་མི་འཕོད་དེ་སྟོ་བྱིད། བྱ་གེ་ཅི་བྱུང་ཡང་སུ་



སྤྱག་པ་དང་མཛིང་སྤྱེལ་ནས་ཟར་ཡོད། སྤར་ངའི་ཁས་བས་མི་ཉིད། ད་བས་  
 གྱིས་ངའི་ཁ་མི་ཉིད། ཟོས་པས་ནི་མི་འཇོད། འབྱུངས་པས་ནི་མི་ཡོག་གསུང་  
 རོ། །མི་མ་ཡིན་གྱི་གཞོན་འཆོ་འདི་ཐམས་ཅད་ཀྱང་གཅེས་འཛིན་འདི་ལས་  
 འབྱུང་སྟེ། རང་གི་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་རྣམས་གཅེས་པར་བཟུང་བ་ན། མདངས་  
 འཕྲོག་པའི་གཞོན་སྤྱིན་གདུག་པ་ཅན་རྣམས་ཀྱང་གཅེས་འཛིན་ཅན་དེའི་  
 ལུས་སྤྲོག་ལ་སྒོ་དུ་མ་ནས་གཞོན་པ་བྱེད། དེའི་མདངས་འཕྲོག་པར་བྱེད། མི་  
 འདོད་པའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་སྒོ་དུ་མ་ནས་སྤྱོད་པར་བྱེད་དོ། །ཞོར་ལོངས་སྤྱོད་  
 གསོག་པར་འདོད་ནས་ཁ་གསལ་གཞོགས་སྤོང་ཚུལ་འཆོས་ཐོབ་འཇལ་  
 ཉིད་པས་ཉིད་པ་འཆོལ་བ་སོགས་ཆོས་དང་འགལ་བའི་སྤྱོད་ངན་དུ་མས་  
 ཞོར་ལོངས་སྤྱོད་བཅའ་བ་ན་མི་མ་ཡིན་རྣམས་གྱིས་རྣམ་པ་ཀུན་ནས་འཆོ་  
 ཞིང་གཞོན་པ་བྱེད་དེ། ལག་འཆོ་ཅུང་ཟད་རེ་རྒྱས་པ་ན་འུག་པ་དང་སྤྱིན་བྱ་  
 ལ་སོགས་པའི་འབྱུང་པོའི་བྱ་རྣམས་གྱིས་ཀྱང་ལྷས་ངན་སྣ་ཆོགས་སྟོན་ཅིང་།  
 སེམས་ལ་གདོན་ཞུགས་ཏེ་འབྲུག་ཅོད་སྣ་ཆོགས་འབྱུང་བ་དང་ལུས་ལ་ནད་  
 སྣ་ཆོགས་འབྱུང་སྟེ། ད་ལྟ་ཁ་དངགས་ལའང་འབྲུག་ཅོད་སོགས་བཟ་མི་  
 ཤེས་པ་སྣ་ཆོགས་བྱུང་བ་ལ་དགོར་ཏྲགས་བྱུང་ཞེས་སྤྲོ། །མི་ལམ་དུའང་  
 མི་གཙང་བ་ཐུགས་པའི་ཁྱོད་དུ་ལྷུང་བ་དང་ཚུ་ལྷུང་སྟོག་མ་ཅན་གྱིས་སྤྱིར་བ་  
 སོགས་ཤིན་ཏུ་ངན་པ་མི་སྟེ། ཏྲགས་དེ་དག་ལས་ན་ལུས་དང་ལོངས་སྤྱོད་ལ་  
 གཅེས་པར་འཛིན་པ་ནི་གཞོན་པ་དང་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཀུན་གྱི་འབྱུང་གནས་སུ་  
 དེས་སོ། །

བདག་པས་གཞན་གཅེས་སྒྲོམ་པའི་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་ནི་མི་མ་  
ཡིན་རྣམས་ཀྱང་རྣམ་པ་ཀྱན་ནས་མཆོད་པ་དང་བསྟེན་བཀྱར་བྱེད་དེ།

རྩོ་བོ་རྩེ་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཏི་ལག་ནས་གང་དང་གང་དུ་ཕྱོན་ཡང་དེ་དང་  
དེའི་གཞི་བདག་རྣམས་ཀྱིས་བསྟེན་བཀྱར་བྱས་པ་དང་། སྤྱན་སྤྲ་བ་བྱམས་  
པ་སྒྲོམ་ཞིང་བཞུགས་པ་ན་གཅན་གཟན་རྣམས་དང་རི་དྲགས་རྣམས་ཀྱང་  
རང་རང་གི་མ་མཐོང་བ་ལྟར་དགའ་བའི་རྣམ་འགྱུར་བྱེད་ཅིང་སྤྱིའི་གམ་དུ་  
བག་པམས་ནས་གནས་པར་བྱེད་པ་དང་། སྤང་རི་ཐང་པ་བདག་པས་གཞན་  
གཅེས་འབའ་ཞིག་སྒྲོམ་ཞིང་བཞུགས་པ་ན་མི་མ་ཡིན་གདུག་པ་ཅན་འགའ་  
ཞིག་གིས་གཞོན་པ་བྱེད་པར་བསྐྱོས་པ་ན་མི་མ་ཡིན་གཅིག་ན་རེ། སྤང་ཐང་  
པ་འདི་ཁོང་རང་ལས་ཁྱ་ཅག་ལ་གཅེས་པར་བྱེད་ན་གཞོན་པ་ག་ལ་བྱེད་ཟེར་  
ནས་ལོག་སྐད། དེ་ཡང་ས་ལ་རྒྱ་བའི་མི་མ་ཡིན་སྤྲ་མོ་རྣམས་ལྟ་ཅི་སྒྲོས།  
རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་བཞི་འཁོར་དང་བཅས་པ་ཡང་བདག་པས་གཞན་གཅེས་  
སྒྲོམ་པའི་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་ཡང་དང་ཡང་དུ་ལྟ་བར་བྱེད། ཕྱག་འཆོལ།  
མཆོད་པ་འབུལ། བསྟེན་བཀྱར་སྒྲོ་དུ་མ་ནས་བྱེད། ལུས་ཀྱི་མདངས་སྦྱེད་  
པར་བྱེད། ཕྱོགས་དང་ཕྱོགས་མཆོམས་རྣམས་སུ་སྤྱན་པའི་གྲགས་པ་སྒྲོག་  
པར་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་ཤེར་ཕྱིན་གྱི་མདོ་ནས་མང་དུ་གསུངས་སོ། །  
བདུད་ཀྱི་གཞོན་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་གཅེས་འཛིན་འདི་ལས་འབྱུང་བ་ཡིན་ཏེ།  
བདུད་ཅེས་བྱ་བ་རེ་བ་ནག་པོ་ཕྱོན་ནས་ཁ་གདངས་མཆེ་བ་གཅིགས་པ་  
ཞིག་པ་རོལ་ནས་འབྱུང་བ་མིན་གྱི། རང་གི་སེམས་འདུ་འཛིན་གཡེངས་པ་

དང་། རྟེན་བཀྱར་སྒྲུབ་གྲགས་ལ་ཆགས་པ་དང་། ཉེ་དྲུ་དང་མཛའ་བ་ཤེས་ལ་  
 ཆགས་ཤིང་དེ་དག་གི་ཆེ་འདིའི་བྱ་བྱེད་སེམས་པ་དང་། ཚུལ་མིན་ཡིད་བྱེད་  
 གྱིས་རང་སྤྱོད་གས་ལ་ཆགས་པ་དང་། གཞན་སྤྱོད་གས་ལ་སྤང་བའི་དབང་གིས་  
 འབྲུག་ཅོད་སོགས་དོན་མེད་ཆེ་འདིའི་བྱ་བ་ངན་པས་གཡེངས་པ་ཐམས་  
 ཅད་བདུད་གྱི་ལས་ཡིན་པར་ཤེས་ཕྱིན་གྱི་མདོ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།  
 །དེ་ལྟ་བུའི་ཆགས་སྤང་གི་ལས་དེ་དག་ནི་རང་གི་གཅེས་འཛིན་འགོང་པོ་འདི་  
 འབའ་ཞིག་གིས་བྱས་པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་བདུད་ཐམས་ཅད་གྱི་སྡེ་དཔོན་  
 དཔའ་བོ་ལྟ་བུ་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་བདུད་འདི་ཡིན་པར་རྗེ་བཙུན་མ་སྒྲོལ་མ་  
 ལ་བསྟོད་པ་ལས། བདུད་གྱི་དཔའ་བོ་རྣམ་པར་འཛོམས་མ། །ཞེས་གསུངས་  
 པའི་བདུད་གྱི་དཔའ་བོ་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་བདུད་ཡིན་པར་དེའི་འགྲེལ་པ་  
 ལས་བཤད་ཅིང་། རྒྱ་ཆེར་རོལ་པ་ལས་ཀྱང་བདུད་གྱི་སྡེ་དཔོན་ཐུ་བོ་ནི་  
 འདོད་པའི་ཉོན་མོངས་ཡིན་པར་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །འཛིག་རྟེན་ན་གདོན་  
 དང་བགོགས་དང་འཛིགས་པ་རྗེ་སྟེང་ཅིག་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བདག་  
 གཅེས་འཛིན་འདི་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། གཅེས་འཛིན་གྱི་གདོན་ཆེན་འདི་  
 སྟོང་དུ་ཞུགས་ཕྱིན་གདོན་དང་བགོགས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་འཇུག་ལ། གཅེས་  
 འཛིན་གྱི་གདོན་འདི་མེད་ན་ནི་གདོན་བགོགས་གཞན་གང་ཡང་མི་འཇུག་  
 གོ།

དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་གདོན་  
 བགོགས་ཀྱི་གཞོན་པར་མི་རུས་པ་ནི་གཅེས་འཛིན་གྱི་གདོན་འདི་མེད་པས་

ཡིན་ནོ། །གཅེས་འཛིན་གྱི་གདོན་འདི་མེད་ན་གཞན་གྱིས་གཞོད་པ་བྱས་  
ཀྱང་གཞོད་པར་མི་འགྱུར་བར་པན་པར་འགྱུར་ཏེ།

རྒྱ་ཆེར་རོལ་པ་ལས། བྱམས་ལྡན་བྱབ་པ་དེ་ཡི་སྐྱེ་ལ་ནི། །དུག་དང་  
མཆོན་དང་མེ་ཡིས་མི་ཚུགས་ཏེ། །མཆོན་ཆ་འཕངས་པ་ཐམས་ཅད་མེ་ཏྲོག་  
གྱུར། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། སྒོན་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་བྱང་ཚུབ་གྱི་ཤིང་  
བྱང་དུ་བཞུགས་ནས་འཆང་རྒྱ་བ་ལ་མདོན་དུ་སྒྲོགས་པའི་ཆེ། བདུད་གྱི་  
དམག་ཆོགས་གྱིས་མཆོན་ཆའི་ཆར་པབ་པ་རྣམས་མེ་ཏྲོག་གི་ཆར་དུ་གྱུར་  
པ་ལྟ་བུའོ། །འདི་དང་སྤྱི་མའི་སྐྱག་བསྐུལ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བདག་གཅེས་  
འཛིན་འདི་ལས་འབྱུང་སྟེ། ཆེ་འདིར་ལུས་ལ་ནད་དང་སེམས་ལ་སྐྱག་བསྐུལ་  
ཅི་བྱུང་བ་ཐམས་ཅད་བདག་གཅེས་འཛིན་འདིས་བྱས་པ་ཤིག་སྟེ། ཡིན་ཏེ།  
གཅེས་འཛིན་གྱི་དབང་གིས་གཞན་གྱི་སེམས་དགྲུགས་པ་དང་། གཞན་ལ་  
གཞོད་པ་སྒོ་དུ་མ་ནས་བསྐྱུལ་བས་དེའི་རྣམ་སྤྲོད་གྱིས་རང་གི་ལུས་ལ་ནད་  
དང་སེམས་ལ་སྐྱག་བསྐུལ་སྒྲ་ཆོགས་འབྱུང་ངོ། །དུས་མ་ཡིན་པའི་འཆི་  
རྒྱུན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་གཅེས་འཛིན་འདི་ཁོ་ན་ལས་འབྱུང་སྟེ། རང་གི་སེམས་  
གཅེས་འཛིན་གྱི་ཐུན་པས་བསྐྱིབས་ནས་སྤོངས་ཏེ་གནས་ལུགས་གྱི་དོན་  
ཤེས་པ་ལྟ་ཞོག །ཆེ་འདིའི་བདེ་སྐྱག་ཙམ་ཡང་མི་ཤེས་པར་སྐྱག་བསྐུལ་ལ་  
བདེ་བར་བཟུང་། མི་གཙང་བ་ལ་གཙང་བར་བཟུང་། གཞོད་པ་ལ་པན་པར་  
བཟུང་སྟེ། བས་ལ་སྤོང་ཞེན་ཆེན་པོས་རང་གི་ལུས་ལ་མི་འཕྲོད་པའི་བས་བ་  
བ་དང་། མ་གོམས་པའི་བས་བ་བ་དང་། སྤྲ་མ་མ་ཞུ་བར་སྟོ་འདུན་དག་པོས་



ཡང་ཡང་བ་བ་རྣམས་དུས་མ་ཡིན་པའི་འཆི་རྒྱུ་དུ་མདོ་ལས་གསུངས་  
ཤིང་། དེ་ལྟར་གསུངས་པ་ལྟར་དེ་དག་གིས་འཆི་རྒྱུ་བྱས་པ་མང་སྟེ། དེ་ནི་  
གཅེས་འཛིན་འགོང་པོས་རང་བསད་པ་ཡིན་ནོ། །ཚུལ་དེ་དག་ལ་ལེགས་  
པར་བསམས་ན་ནི་བདག་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་སྟོང་ན་འདི་གཞོད་པ་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་དང་སྙིང་གི་དབྱ་ཡིན་པར་ཤེས་རུས་སོ། །དོན་  
འདི་དག་ལ་དགོངས་ནས་རྒྱལ་སྤྱི་ཆེན་པོ་ཞིབ་ལྷོས། འདྲེ་ཆེན་དེས་གོ་  
བདག་ལ་ཅི་ཞིག་བྱ། ཞེས་བདག་གཅེས་འཛིན་འདི་ལ་འདྲེ་ཆེན་ཞེས་འདྲེ་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་ཆེ་ཤོས་ཡིན་པར་གསུངས་སོ། །

སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་རྣམས་རྒྱུ་ཉམས་ཀྱང་། དེ་ལྟར་ལགས་པས་དབྱ་  
པོ་བདག་གིས་ཟིན། །འཇབས་ནས་བསྐྱུ་བའི་ཆོམ་རྒྱུ་བདག་གིས་ཟིན།  
།རང་དུ་བརྒྱས་ནས་བསྐྱུ་བ་བདག་གིས་ཟིན། །ཞེ་མ་བདག་འཛིན་འདི་ཡིན་  
ཐེ་ཆོམ་ཆོད། །ཅེས་མཐོ་རིས་དང་ཐར་པའི་ནོར་མ་ལུས་པ་འཕྲོག་པའི་ཆོམ་  
རྒྱུ་དང་། རང་གཞན་མ་ལུས་པ་ལྷུང་བར་བྱེད་པའི་འགོང་པོ་ནི་བདག་  
གཅེས་འཛིན་འདི་ཡིན་པར་གསུངས་སོ། །མདོར་ན་ཁམས་གསུམ་འཁོར་  
བའི་སྐྱུ་ག་བསྐྱུ་ལ་དེ་སྟེད་ཅིག་འབྱུང་བ་ཐམས་ཅད་བདག་འཛིན་འགོང་པོ་  
འདི་ཁོ་ནས་བྱས་པ་ཡིན་པ་ནི།

སྟོབ་དཔོན་ལྷ་བ་བྲགས་པས། ཉོན་མོངས་སྟོན་རྣམས་མ་ལུས་འཛིག་  
ཆོགས་ལ། །ལྟ་ལས་ལྷུང་བར་སྟོ་ཡིས་མཐོང་བྱུར་ཅིང་། བདག་ནི་འདི་ཡི་  
ཡུལ་དུ་ཉྱགས་བྱས་ནས། །རྣལ་འབྱོར་པ་ཡིས་བདག་ནི་འགོག་པར་བྱེད། །



ཅེས་དང་།

ཆོད་མ་རྣམས་འབྲེལ་ལས། བདག་ཡང་ན་ནི་གཞན་དུ་ཤེས། །བདག་གཞན་ཆ་ལས་འཛིན་དང་སྤང་། །འདི་དག་དང་ནི་ཡོངས་འབྲེལ་ལས། །ཉིས་པ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། །ཁམས་གསུམ་འཁོར་བའི་སྤྱུག་བསྐྱེལ་འདི་ཐམས་ཅད་བདག་འཛིན་གྱི་མ་ཐུ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། །འཁོར་བའི་རྩ་བ་མ་རིག་པ་ཡིན་པར་མདོ་བསྟན་བཅོས་ཐམས་ཅད་ནས་གསུངས་ཤིང་ཀུན་ལ་རྒྱུད་ལྟར་གྲགས་ལ། །འཁོར་བའི་རྩ་བ་མ་རིག་པ་ནི་བདག་འཛིན་འདི་ཡིན་ལོ། །དེ་ཡང་བདག་འཛིན་མ་རིག་པ་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་ཉོན་མོངས་གཞན་ཐམས་ཅད་འབྱུང་། །ཉོན་མོངས་དེ་དག་གིས་ལས་བསགས། །ལས་ཀྱི་དབང་གིས་འཁོར་བར་འཁོར་ཏེ་སྤྱུག་བསྐྱེལ་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་སྤྱོད་བ་འདི་བྱུང་ཞིང་། །ཐ་ན་འཁོར་བའི་གནས་ཀྱི་སྒོད་རྣམས་ཀྱང་མ་རིག་པ་འདིའི་མ་ཐུ་ལས་བྱུང་བ་ཤིས་ལྟར་ཡིན་པས། །ཁམས་གསུམ་འཁོར་བའི་སྒོད་བཅུད་འདི་ཐམས་ཅད་མ་རིག་པ་ནས་བཟུང་ན་ཤིའི་བར་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་པོ་འདི་ལས་མ་འདས་ཤིང་། །རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་ནང་དུ་ཚུད་པའི་རིགས་དུག་འཁོར་བའི་སྒོད་བཅུད་འདི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་བདག་འཛིན་མ་རིག་པ་འདི་ཡིན་ལོ་ཞེས་གོ་བའི་ཕྱིར་དུ་སྟོན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་དེ་ཉིད་ཀྱིས། །གཙུག་ལག་ཁང་གི་སྒོ་ཁང་དུ་ཆ་ལྷ་པའི་འཁོར་ལོ་མཐའ་རྟེན་འབྲེལ་བཅུ་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བ། །དབུས་སུ་གཏི་ཐུག་པག་གི་གཟུགས་ཅན་དང་། །དེའི་ཁ་ནས་འདོད་ཆགས་སྤྱུག་རོན་

གྱི་གཟུགས་ཅན་དང་ཞེ་སྒྲུལ་གྱི་གཟུགས་ཅན་འཛོན་པ། དེ་ཐམས་ཅད་  
མི་རྟག་པ་སྤྱིན་པོའི་གཟུགས་ཅན་གྱི་ཡན་ལག་ལྡན་བཟུང་ཞིང་ཁ་ནང་དུ་  
ཆུད་པ་བྱིས་ཤིག་ཅེས་བཀའ་སྤྱུལ་པ་ལྟར་རོ། །ད་ལྟར་བདག་གཅེས་འཛིན་  
འདིས་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ད་བར་དུ་རང་བསྐྱུས་ཏེ་མན་བའི་ཐོལ་གྱིས་  
གཞོད་པ་དང་སྤྱུག་བསྐྱུལ་འབའ་ཞིག་ལ་སྦྱར་བའི་ཚུལ་རྣམས་ཡང་ཡང་བྱན་  
པར་བྱས་ལ། གཅེས་འཛིན་འགོང་པོ་འདི་འདུལ་བ་ལ་རྒྱས་པ་ཅི་ཡོད་གྱིས་  
འབད་པར་བྱ་སྟེ། ད་དུང་འགོང་པོ་འདིའི་དབང་དུ་སོང་ན་སྒྲར་སྒྲུག་  
བསྐྱུལ་མཐའ་མེད་ལ་སྦྱོར་བར་འགྱུར་བས། ད་སྤྱིན་ཆད་བདག་གཅེས་  
འཛིན་དོར་ཏེ། རང་གི་ལུས་ཡོངས་སྦྱོང་ཐམས་ཅད་གཞན་ལ་གཏོང་ཞིང་།  
གཞན་གྱི་སྤྱིག་སྤྱུག་ཐམས་ཅད་རང་ལ་སྦྱངས་ཏེ་བདག་འཛིན་འགོང་པོ་བག་  
ཆགས་དང་བཅས་པ་དུང་ནས་འབྱེན་པ་ལ་འབད་དགོས་སོ། །འཛིག་རྟེན་གྱི་  
རྒྱལ་འགོང་དང་ཐ་མལ་གྱི་དག་རྣམས་ནི་ལན་ཅིག་ཡུལ་ནས་བཏོན་ཀྱང་  
སྐབས་བལྟས་ནས་སྦྱར་འོང་ལ། གཅེས་འཛིན་འགོང་པོ་འདི་ལན་ཅིག་འདོན་  
ཐུབ་ན་སྤྱིན་ཆད་འབྱུང་བའི་གཞི་མེད་དེ།

སྦྱོང་འཇུག་ལས། ཐ་མལ་དག་པོ་ཡུལ་ནས་སྦྱང་ཡང་ནི། །ཡུལ་  
གཞན་དག་ཏུ་གནས་ཤིང་ཡོངས་བཟུང་ནས། །རྒྱས་པ་བརྟས་ནས་དེ་ནས་  
སྤྱིར་སྤྱོག་གི་ །ཉོན་མོངས་དག་ཚུལ་དེ་དང་འབྲམ་ཡིན། །ཉོན་མོངས་ཉོན་  
མོངས་ཤེས་རབ་མིག་གིས་སྤང། །བདག་ཡིད་ལས་བསལ་གང་དུ་འགྲོ་བར་  
འགྱུར། །གང་དུ་གནས་ནས་བདག་གཞོད་བྱ་སྤྱིར་འོང། །སྦྱོ་ཞན་བདག་ལ་

བཙོན་པ་མེད་པར་ཟད། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་  
གཅེས་འཛིན་འགོང་པོ་འདི་སྤྱིང་གི་ཕྱགས་སུ་ཞུགས་ཏེ་ཉོན་མོངས་པ་  
བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྤྱིང་ཐམས་ཅད་འདིས་བསྐྱེད་ནས་རང་སེམས་ཉོན་མོངས་པ་  
ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བཅིངས་ཏེ་སྤྱག་བསྐྱེད་བརྒྱ་ཕྱག་དུ་མས་མནར་བ་ཡིན་  
པས། ད་རེས་དལ་བའི་རྟོན་ཐོབ་སྒྲ་མ་དམ་པ་དང་མཇལ་བའི་བཀའ་ངོན་  
ཀྱིས་ཤེས་རབ་ཀྱི་མིག་ཐོབ་ནས་འགོང་པོ་འདི་ལན་ཅིག་ངོས་ཟེན་བའི་  
སྐབས་འདིར་རང་སེམས་འགོང་པོ་འདིའི་དབང་དུ་མི་གཏང་བར་ནམ་པ་  
ཀུན་ནས་བདག་འཛིན་འགོང་པོ་འདི་འཛོམས་པ་ལ་སྐྱེས་བུའི་རྩལ་ཅི་ཡོད་  
ཀྱིས་འབད་པར་བྱ་དགོས་ཤིང་། གཅེས་འཛིན་འགོང་པོ་འདི་འདུལ་བྱེར་  
ག་ཤིན་ཇེ་ག་ཤེད་ལ་སོགས་པའི་ཁྲོ་བོའི་དྲག་སྤྱགས་བསྐྱེད་བ་དང་བཀའ་སྤྱོད་  
སྤྱང་མ་ནམས་ལའང་གཅེས་འཛིན་སྒོ་ངན་འདི་འདུལ་བྱེར་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་  
གྲོགས་འཆོལ་པ་སོགས་ཀྱང་བྱ་བར་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་རྣམས་རྟེན་ཏེ་  
གསུངས་པ་ལྟར་བྱ་སྟེ།

སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་དེའི་ཞལ་ནས། ད་ནི་ལས་ཀྱི་མཆོན་ཆ་ཤུད་ལ་  
བསྐྱོད། ཁྲོས་པའི་ཚུལ་ཀྱིས་ལན་གསུམ་ཤུད་ལ་བསྐྱོད། །བདེན་གཉིས་  
ཞབས་བབྱད་ཐབས་ཤེས་སྤྱན་མིག་གཏངས། །སྟོབས་བཞིའི་མཆེ་བ་  
གཅིགས་ལ་དབྱེད་ལ་བསྐྱེད། །དབྱེད་པོ་གཟེར་བའི་རིག་སྤྱགས་རྒྱལ་པོ་ཡང་། །  
འཁོར་བའི་གནས་སུ་རང་དབང་མ་མཆིས་པར། །ལས་ཀྱི་མཆོན་ཆ་ཐོགས་  
ནས་རྒྱག་པ་ཡི། །བདག་འཛིན་འགོང་པོ་གཅེས་པའི་གདུག་རྩལ་ཅན། །རང་

གཞན་སྤང་དུ་འཇུག་པའི་དམ་ཉམས་ཁྱུག་། ཁྱུག་ཅིག་ཁྱུག་ཅིག་ཁྱོ་བོ་གཤེན་  
 རྩེ་གཤེད། ཁྱྱོ་བ་ཅིག་ཁྱྱོ་བ་ཅིག་དག་བདག་སྤྱིང་ལ་བསྐྱུན། སྤང་བྱེད་ཉོག་  
 པའི་མགོ་ལ་ཆེམས་སེ་ཆེམས། དག་བདག་གཤེད་མའི་སྤྱིང་ལ་སྤྱ་ར་ཡ། །  
 ཞེས་གསུང་། དགོ་བཤེས་སྐྱུག་རུམ་པའི་ཞལ་ནས་ཀྱང་། ཉོན་མོངས་པ་  
 ཉུག་གིས་བྱུང་ཅ་ན་ལེ་ལོ་མི་བྱ་བར་མེད་ལ་གཉེན་པོས་བསྐྱོག་། བསྐྱོག་མ་  
 རུས་ན་ལངས་ལ་མཐུལ་དང་མཆོད་པ་བཤམ་སྤྱེ་མ་དང་ཡི་དམ་ལ་སྤུལ་ལ་  
 གསོལ་བ་གདག། དེ་ལ་དམིགས་ནས་ཁྱོ་བོའི་བསྐྱེས་པ་བྱས་པས་ཉལ་གྱིས་  
 འགྲོ་གསུང་། མདོར་ན་རང་ཉིད་སྤྱོད་སྤུམ་ཆོགས་པ་ཞིག་བྱེད་པར་འདོད་  
 ནས་འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ད་ལྟའི་བར་དུ་རང་གཅེས་པར་བཟུང་  
 བས་རང་གཞན་གྱི་དོན་གང་ཡང་མ་བྱུང་བར་མ་བཟད། སྐྱུག་བསྐྱུལ་སྤྱོད་  
 ཆོགས་པ་ཞིག་སྤྱོད་པ་འདི་བྱུང་འདུག། ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ད་ལྟའི་བར་དུ་  
 འཁོར་བའི་བཅོན་ནང་དུ་བཅུག་ནས་སྐྱུག་བསྐྱུལ་སྤྱོད་གིས་གཟིར་ཅིང་ནམ་  
 ཡང་མི་ཐར་བར་བྱེད་པའི་བཅོན་སྤྱང་ཡང་གཅེས་འཛིན་འདི་ཡིན་པར་  
 འདུག། ཁའོན་མཐོ་དང་ངེས་ལེགས་ཀྱི་ལམ་ཐམས་ཅད་རྒྱུད་ལ་སྐྱེར་མི་  
 འཇུག་ཅིང་། ཅུང་བཟད་རེ་སྐྱེ་བར་སྤྱོགས་ཀྱང་དེ་མ་ཐག་ལམ་གྱི་སྤོག་ཅ་  
 གཅོད་པར་བྱེད་པའི་འགོང་པོ་དེ་ཡང་གཅེས་འཛིན་འདི་ཡིན་པར་འདུག། །  
 དགོ་བ་གང་བྱས་ཐམས་ཅད་རྒྱུད་ཐོས་སུ་གཏོང་ཞིང་ནམ་དཀར་གྱི་ལོ་ཉོག་  
 སྐྱོད་ཅིག་ལ་རྒྱག་པར་བྱེད་པའི་སེར་བ་ཡང་གཅེས་འཛིན་འགོང་པོ་འདི་  
 ཡིན་པར་འདུག། རང་གཞན་ཐམས་ཅད་སྤང་དུ་འཇུག་པའི་ལྷས་ངན་ཉུག་

པའི་མགོ་ཅན་དེ་ཡང་སྒྲིང་ནང་གི་གཅེས་འཛིན་འགོང་པོ་འདི་ཡིན་པར་  
འདུག་པས། ད་ནི་གཅེས་འཛིན་འགོང་པོ་འདིའི་དབང་དུ་སྐྱད་ཅིག་ཀྱང་མི་  
གཏང་ཞིང་རང་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་སྒོ་མ་སྐྱེས་པ་མི་སྐྱེད་པ་དང་། གསར་  
དུ་སྐྱེས་ན་དེ་མ་ཐག་ཉེས་སྐྱོན་བྱན་པར་བྱས་ལ་རྒྱན་འབྱུང་དུ་མི་གཞུག་  
པར་འབྲལ་འབྲལ་དུ་གཉེན་པོས་ནོན་པར་བྱས་ཏེ་སྤོང་བ་ལ་སྒོ་གྲོས་དང་  
རྒྱས་པ་དང་ཚུལ་བ་ཅི་ཡོད་ཀྱིས་བསྐྱེམས་ཤིང་སེམས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་  
བསམས་ནས་འབད་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱེད་རྒྱས་པར་སྒྲ་མ་ལྟས་བྱིན་ཀྱིས་  
བརྒྱབ་དུ་གསོལ། ཞེས་གསོལ་བ་འབྲུགས་བྲག་དུ་གདབ་བོ།

གཉིས་པ་གཞན་གཅེས་འཛིན་གྱི་པན་ཡོན་བསམ་ཚུལ།

གཉིས་པ་གཞན་གཅེས་འཛིན་གྱི་པན་ཡོན་བསམ་པ་ནི། ཀྱན་ལ་  
བཀའ་ངོན་ཆེ་བར་བསྒྲོམ། ཞེས་གསུངས་ཏེ། མ་ཁྱན་སེམས་ཅན་འདི་རྣམས་  
ཀྱིས་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་རང་གི་མ་ཡང་ཡང་བྱས་ཏེ་བཅེ་བས་བསྐྱུངས་  
པས་ངོན་ཤིན་དུ་ཆེ་བར་མ་བྱད། སྒྲ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པ་ཡང་མ་  
ཁྱན་སེམས་ཅན་འདི་རྣམས་ལ་རག་ལས་ཤིང་། འཁོར་བའི་གནས་ཀྱི་ལུས་  
ཡོངས་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་ཀྱང་མ་ཁྱན་སེམས་ཅན་རྣམས་གཅེས་པར་བབྱང་  
བ་ལས་འབྱུང་བ་ནི།

སྤྱོད་འདུག་ལས། འཛིག་ཏེན་བདེ་བ་ཇི་སྟེད་པ། །དེ་ཀྱན་གཞན་བདེ་



འདོད་ལས་བྱུང་། འཛིན་ཏེན་སྤྱག་བསྐྱེད་ཅི་སྟེན་པ། །དེ་ཀྱན་རང་བདེ་འདོད་  
ལས་བྱུང་། །ཞེས་བདེ་བ་དང་སྤྱན་སྐྱེས་ཆོགས་པ་ཐམས་ཅད་གཞན་གཅེས་  
འཛིན་ལས་འབྱུང་། སྤྱག་བསྐྱེད་དང་མི་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་བདག་གཅེས་  
འཛིན་ལས་འབྱུང་བར་གསུངས་པས། ཚུལ་དེ་དག་ལེགས་པར་བསམས་ན་  
ནི་མ་གྲན་སེམས་ཅན་རྣམས་གཅེས་པར་འཛིན་པ་ནི་སྦྱིར་བདེ་ལེགས་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་གནས་ཡིན་པ་དང་། བྱུང་བར་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་  
ཀྱི་སྟེང་པོ་དང་རྩ་བ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ཡང་ཞིང་ས་ཤིན་ཏུ་  
གཤིན་པ་ཞིག་ལ་ས་བོན་གྲུང་པོ་བཏབ་ནས་ལེགས་པར་བསྐྱུངས་ཤིང་  
བསྐྱུངས་ན་སྟོན་ཐོག་བཟང་མང་འབྱུང་བར་མཐོང་ནས་ཞིང་ས་དེ་ལ་ཆེས་  
ཆེར་གཅེས་སྤྱོད་སྤྱོད་པ་ལྟར། སེམས་ཅན་ཀྱི་ཞིང་ལ་བྱམས་སྟོང་རྗེ་བྱང་  
ཚུབ་ཀྱི་སེམས་སྤྱོད་སྤྱོད་བསྐྱུང་བཞིན་ས་བོན་གྲུང་པོ་བཏབ་ནས་ལེགས་པར་  
བསྐྱུངས་ཤིང་བསྐྱུངས་ན་དོན་གཉིས་མཐར་སྤྱོད་སངས་རྒྱས་བཙུགས་ལྟར་  
འདས་ཀྱི་གོ་འཕང་འབྱུང་བར་མཐོང་ནས་སེམས་ཅན་ཀྱི་ཞིང་ལ་འཕང་ཆེས་  
ཆེར་གཅེས་སྤྱོད་སྤྱོད་པ་དང་། སངས་ཤིང་སྤྱག་པ་ཡིད་དུ་འོང་བའི་རྣམ་  
པ་ཅན་དུ་བསྐྱེད་ནས་གྲུས་པར་བྱ་སྟེ།

སྟོན་འཇུག་ལས། དེ་སྦྱིར་སེམས་ཅན་ཞིང་དང་ནི། །རྒྱལ་བའི་ཞིང་  
ཞེས་ཐུབ་པས་གསུངས། །འདི་དག་མགྱ་བྱས་མང་པོ་ཞིག་ །འདི་ལྟར་སྤྱན་  
ཆོགས་པ་རོལ་བྱིན། །སེམས་ཅན་རྣམས་དང་རྒྱལ་བ་ལས། །སངས་རྒྱས་  
ཆོས་འགྱུར་འདྲ་བ་ལ། །རྒྱལ་ལ་གྲུས་བྱེད་དེ་བཞིན་དུ། །སེམས་ཅན་ལ་མིན་

ཅི་ཡི་ཚུ་ལ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །འཁོར་བའི་གནས་ཀྱི་བདེ་བ་ཐམས་  
ཅད་ཀྱང་མ་གྲན་སེམས་ཅན་འདི་དག་ཉིད་ལས་འབྱུང་སྟེ། བདེ་འགྲོ་ལྷ་མིའི་  
ལུས་ཐོབ་པའང་མ་གྲན་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་། རྟེན་དེ་ལ་  
ལོངས་སྤྱོད་འབྱུང་བའང་མ་གྲན་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་  
ངོ། །

དེ་ཡང་སྤྱིར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རང་གི་མ་གྲན་ཤ་སྟག་ཡིན་པས་  
དྲིན་ཆེ་ཞིང་། མ་ལན་རེ་ཙམ་བྱས་པ་མིན་པར་སེམས་ཅན་རེ་རེས་རང་གི་  
མ་བྱས་ཏེ་རུ་ཞོ་འབྱུངས་པ་བསགས་ན་སྟོང་གསུམ་འདིར་མི་འོང་བ་དང་།  
དེ་བཞིན་དུ་ཟས་བྲིན་པ་དང་གོས་བྲིན་པ་དང་ནོར་བྲིན་པ་རྣམས་རེ་རེ་ནས་  
བསགས་ནའང་སྟོང་གསུམ་འདིར་མི་འོང་བས་དྲིན་གྱིས་བསྐྱུངས་པ་ལ་  
ཆད་མེད་ཅིང་། དེར་མ་ཟད་བདེ་འགྲོའི་ལུས་ཐོབ་པ་ལ་ཚུ་ལ་བྲིམས་རྣམ་པར་  
དག་པ་དང་སྤྱིན་སོགས་ཀྱིས་གྲོགས་བྱས་པ་ཞིག་དགོས་ལ། དེ་ནི་སེམས་  
ཅན་རྣམས་ལ་རག་ལས་ཏེ། སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་གཞོན་འཆེ་སྤངས་ཏེ་པན་  
སེམས་ཀྱིས་ནོར་བྲིན་པ་དང་ཟས་སྟོམ་བྲིན་པ་སོགས་སེམས་ཅན་གྱི་ཞིང་  
ལ་བསོད་ནམས་ཀྱི་ས་བོན་བཏབ་པ་ལས་བདེ་འགྲོའི་རྟེན་འབྱུང་བ་དང་།  
སེམས་ཅན་གྱི་སྟོག་བཅད་པ་དང་སེམས་ཅན་ལ་མ་བྲིན་པར་སྤངས་པ་དང་  
ཆོག་རྩལ་སྤྲོ་བ་སོགས་གཞོན་འཆེ་བྱས་པ་ལས་ངན་འགྲོར་སྤྱེ་བར་  
གསུངས་སོ། །

དེ་ཡང་ཡུལ་སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་ནས་གཞོན་སེམས་སོགས་མི་

དགོ་བ་ཆེན་པོས་དཔྱལ་བར་སྐྱེ། འབྲིང་གིས་ཡི་དྲགས་སུ་སྐྱེ། ལུང་དུས་  
 དུད་འགྲོར་སྐྱེ་བར་གསུངས་པས། རང་ཉིད་དཔྱལ་བར་ལྷུང་ནས་སྐྱུག་  
 བསྐྱལ་ངི་སྙེད་ཅིག་སྤྱོད་བ་དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རང་གཅེས་པར་བཟུང་ནས་  
 གཞན་ཡལ་བར་དོར་བ་ལས་བྱུང་བ་ཤ་སྟག་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཡི་དྲགས་  
 སུ་སྐྱེས་ནས་ལོ་བརྒྱར་ཆུ་ཐིགས་རེ་ཡང་མི་སྤྱོད་བའི་བཀྲེས་ཤིང་སྐྱོམ་པའི་  
 སྐྱུག་བསྐྱལ་ཆད་མེད་སྤྱོད་བ་ཡང་རང་གཅེས་པར་བཟུང་ནས་ལོངས་སྤྱོད་  
 ལ་སེར་སྐྱས་གཞན་ལ་ལུང་ཟད་ཀྱང་གཏོང་མི་ཤོད་པ་དང་། སེམས་ཅན་གྱི་  
 རྣམ་ལ་བརྟུན་སེམས་དང་། གཞན་གྱི་ལོངས་སྤྱོད་ལ་གཞོན་པ་བྱས་པའི་  
 འབྲས་བུ་ཡིན་པས་གཞན་ཡལ་བར་དོར་ནས་རང་གཅེས་པར་འཛིན་པ་འདི་  
 འབའ་ཞིག་གིས་བྱས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཞན་ལ་བྱུང་གསོད་ཀྱིས་  
 སྤྱོན་བརྗོད་དང་གཞན་བསྐྱུ་བའི་བསམ་པས་རྩུན་དང་སྤྲ་མ་སོགས་བྱས་  
 པས་དུད་འགྲོར་ལྷུང་ནས་བཀོལ་སྤྱད་དང་སྤོངས་པའི་སྐྱུག་བསྐྱལ་ཆད་མེད་  
 པ་འདི་བྱུང་བ་ཡིན་པས། དན་སོང་གི་སྐྱུག་བསྐྱལ་བཟོད་སྐྱགས་མེད་པ་སྤྱོད་  
 དགོས་པ་དེ་ཡང་གཞན་ཡལ་བར་དོར་ནས་རང་གཅེས་པར་འཛིན་པ་འདི་  
 འབའ་ཞིག་གིས་བྱས་པ་ཡིན་ནོ། །བདེ་འགྲོའི་ཉེན་ཐོབ་ནས་ལོངས་སྤྱོད་སྤུན་  
 སུམ་ཆོགས་པ་འབྱུང་བ་ནི་སེམས་ཅན་གྱི་ཞིང་ལ་སྤྱིན་པའི་ས་བོན་བཏབ་  
 པ་ཁོ་ན་ལས་འབྱུང་། དབུལ་ཞིང་ཤོངས་པ་ནི་གཞན་ལ་པན་པའི་བསམ་པ་  
 མེད་པར་རང་གཅིག་ཕྱི་ཆེད་དུ་ལོངས་སྤྱོད་གསོག་པར་འདོད་ནས་སེར་  
 སྐྱ་བྱས་པའི་མཐུ་ཁོ་ན་ལས་འབྱུང་། རིགས་སྤུན་སུམ་ཆོགས་པར་སྐྱེ་བ་དང་

དབང་ཆེ་བ་དང་ཀུན་གྱིས་གོང་དུ་བཀྱར་བའི་གནས་སུ་འབྱུང་བ་ནི་ཡུལ་  
སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ང་རྒྱལ་དང་ཁྱད་གསོད་མེད་པར་གྱུས་པར་བྱས་པ་  
དང་། ལྷག་པར་པ་མ་དང་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཡ་རབས་རྣམས་དང་རང་ལས་ཀྱན་  
པ་རྣམས་དང་མཁན་སྒྲོབ་སོགས་ཡུལ་ཁྱད་པར་ཅན་རྣམས་ལ་གྱུས་པར་  
རིམ་གྱོ་བྱས་པ་ལས་འབྱུང་། རིགས་དམའ་བ་དང་ཀུན་གྱི་བླ་དུ་གྱུར་པ་  
དང་ཆོག་མི་བཙུན་པ་དང་དབང་ཚུང་ཞིང་ཉམས་དམའ་བར་གྱུར་པ་དེ་དག་  
ཐམས་ཅད་ནི་གཞན་ཁྱད་དུ་བསད་པ་ཁོ་ན་ལས་འབྱུང་བར་གསུང་། ཆངས་  
པ་དང་བརྒྱ་བྱེན་ལ་སོགས་པའི་གནས་ཐོབ་པ་ཡང་གཞན་གཅེས་འཛིན་  
ཉིད་ལས་འབྱུང་སྟེ། སེམས་ཅན་ལ་ཉི་རིང་མེད་པའི་སེམས་བསྐྱོམ་པ་དང་  
བྱམས་པ་བསྐྱོམས་པ་ལས་ཆངས་པའི་གནས་སུ་སྐྱེ་བར་མདོ་ལས་  
གསུངས་སོ། །

དེ་ལྟར་འཁོར་བའི་གནས་ཀྱི་བདེ་སྐྱིད་ཐམས་ཅད་མ་ཀྱན་རྣམས་  
ལས་འབྱུང་བར་མ་བད། ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ལམ་འབྲས་བྱ་  
དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་མ་ཀྱན་སེམས་ཅན་རྣམས་ཁོ་ན་ལས་འབྱུང་  
སྟེ། ཐོག་མར་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་དང་མཇལ་བ་ཡང་མ་ཀྱན་འདི་རྣམས་ཁོ་  
ནའི་དྲིན་ཡིན། དེ་ཡང་ཆེ་འདིའི་མ་ཀྱན་གྱིས་རང་ཉིད་མངལ་དུ་བཟུང་ནས་  
ཚུད་མ་ཐོས་པར་བསྐྱུངས། མངལ་ནས་བཅས་ནས་ཀྱང་ནར་མ་སོན་གྱི་བར་  
དུ་ཐོག་སྐྱུག་གཏམ་ངན་ཐམས་ཅད་ཁྱད་དུ་བསད་དེ་དཀའ་བ་དུ་མས་བཅེ་  
བས་བསྐྱུངས་བའི་དྲིན་ལས་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་མཇལ་བ་

ཡིན་ནོ། །བསྟན་པ་དང་མངལ་ནས་དགེ་སྤྲོད་གི་སྒྲུབ་པ་རྣམས་པར་དག་པ་  
 ཐོབ་པ་ཡང་མ་གྲན་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་རག་ལས་ཏེ། སེམས་ཅན་རྣམས་  
 དམིགས་ཡུལ་དུ་བྱས་ནས་གཞན་གཞོན་གཞི་བཅས་ལས་སྒྲོག་སྟེ་པན་པའི་  
 སེམས་བསྐྱེད་པ་ལས་སྒྲུབ་པ་འདི་ཐོབ་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་  
 ལམ་དུ་འཇུག་པ་ཡང་མ་གྲན་འདི་དག་ཉིད་ལ་རག་ལས་ཏེ། ཐེག་པ་ཆེན་  
 པོའི་ལམ་གྱི་ཅ་བ་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ཡིན་ལ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
 སེམས་རིན་པོ་ཆེ་སྟེ་བ་ནི་སེམས་ཅན་གཅེས་འཛིན་འདི་ཁོ་ན་ལ་རག་ལས་  
 སོ། །ཡང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་སྟེ་བ་ལ་སྟོང་ཇེ་ཆེན་པོ་སྟེ་དགོས།  
 དེ་ནི་མ་གྲན་སེམས་ཅན་རྣམས་དམིགས་ཡུལ་དུ་བྱས་པ་ཁོ་ན་ལས་སྟེ་བ་  
 ཡིན་ནོ། །

སྟོང་ཇེ་ཆེན་པོ་སྟེ་བ་ལ་མ་གྲན་སེམས་ཅན་རྣམས་ཡིད་དུ་འོང་ཞིང་  
 གཅེས་ལ་པངས་པའི་རྣམས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་འོང་གི་བྱམས་པ་ངེས་པར་སྒྲོན་དུ་  
 འགྲོ་དགོས་ཏེ། ཡིད་འོང་གི་བྱམས་པ་དེ་མེད་པར་སྟོང་ཇེ་ཆེན་པོ་སྟེ་བའི་  
 ཐབས་མེད་པར་དབྱུ་མ་སྒྲོམ་རིམ་ལས་གསུངས་ཤིང་རིགས་པ་དྲི་མ་མེད་  
 པས་འབྱུང་པར་སྒྲར་བ་ཤད་ཟིན་པ་ལྟར་དོ། །དེ་ལྟར་མ་གྲན་སེམས་ཅན་  
 རྣམས་ལ་མ་བརྟེན་པར་བྱམས་པ་དང་སྟོང་ཇེ་གང་ཡང་སྟེ་ཐབས་མེད་ལ། དེ་  
 མེད་པར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྟེ་ཐབས་མེད་པས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་དུ་  
 འཇུག་པར་འདོད་ན་མ་གྲན་སེམས་ཅན་ལ་མ་བརྟེན་པར་འཇུག་ཐབས་མེད་  
 དོ། །དེར་མ་བཟད་ཐེག་དམན་གྱི་ལམ་དུ་འཇུག་ན་ཡང་སེམས་ཅན་ལ་མ་



བརྟེན་པར་འབྲུག་ཐབས་མེད་དེ། ཐེག་དམན་གྱི་ལམ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནད་  
བསྐྱུ་ན་བསྐྱབ་པ་གསུམ་དུ་འདུ། ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པས་ཉོན་མོངས་སྤངས་  
ནས་འབྲས་བུ་མདོན་དུ་བྱེད་པ་ཡིན། ཤེས་རབ་དེ་འབྱུང་བ་ལ་བསམ་གཏན་  
དགོས། དེ་འབྱུང་བ་ལ་ཚུལ་བློམས་དགོས། སོ་ཐར་གྱི་ཚུལ་བློམས་རྣམ་  
དག་ཐོབ་པ་ཡང་ཡུལ་སེམས་ཅན་དམིགས་ཡུལ་དུ་བྱས་ནས་ཐོབ་དགོས་པ་  
སྤར་བ་ཤད་ཐེན་པ་ལྟར་རོ། །

ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་དུ་ཞུགས་ནས་ས་ལམ་རྫོགས་པ་ཡང་ཡུལ་སེམས་  
ཅན་ཉིད་ལ་རག་ལས་ཏེ། མ་གྲན་སེམས་ཅན་འདི་རྣམས་གཅེས་པར་བཟུང་  
ནས་འདི་རྣམས་ལ་ཡུལ་ལོངས་སྤྱོད་དག་ཅ་གསུམ་བཏང་བས་སྦྱིན་པའི་  
པར་སྦྱིན་རྫོགས་པར་འགྱུར། མ་གྲན་འདི་རྣམས་དམིགས་ཡུལ་དུ་བྱས་ནས་  
གཞོད་འཆེ་སྤངས་ཤིང་སྒོ་དུ་མ་ནས་པན་པ་བསྐྱབས་པས་ཚུལ་བློམས་དང་།  
དེ་བཞིན་དུ་བཟོད་པ་ཡང་མ་གྲན་སེམས་ཅན་འདི་རྣམས་དམིགས་ཡུལ་དུ་  
བྱས་ནས་སྦྱབ་དགོས། བཙོན་འགྲུས་ཀྱང་འདི་རྣམས་དམིགས་ཡུལ་དུ་བྱས་  
ནས་སྦྱབ་དགོས། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བསམ་གཏན་ཡང་  
འདི་རྣམས་དམིགས་ཡུལ་དུ་བྱས་ནས་སྦྱབ་དགོས། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་  
སྦྱིན་པ་ཡང་འདི་རྣམས་དམིགས་ཡུལ་དུ་བྱས་ནས་སྦྱབ་དགོས། མདོར་ན་  
ལམ་ལྔ་དང་ས་བཙུ་པོ་ཐམས་ཅད་མ་གྲན་སེམས་ཅན་འདི་རྣམས་ལ་བརྟེན་  
ནས་སྦྱབ་དགོས། མ་གྲན་སེམས་ཅན་གཅེས་པར་འཛིན་པ་རིམ་ཅམ་ཤུགས་  
དག་པ་བཞིན་དུ་ས་ལམ་སྤར། ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གི་བྱེད་པར་ཡང་མ་གྲན་

སེམས་ཅན་རྣམས་གཅེས་པར་འཛིན་པ་འདིའི་སྤྲོད་ནས་འབྲེད་པ་ཡིན་ཏེ།  
 རང་ཡལ་བར་དོར་ནས་མ་གྲན་སེམས་ཅན་རྣམས་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་  
 བསམ་པ་ཤུགས་དྲག་པོས་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་ནས་ཅི་བྱེད་སེམས་  
 ཅན་གྱི་དོན་དུ་བྱེད་པ་ཞིག་ལ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་པ་ཞེས་བརྗོད། བསམ་པ་དེ་  
 འབྲེད་པར་རང་གཅིག་ལ་ཅི་ཐར་བྱེད་པ་ཞིག་ལ་ཐེག་དམན་པ་ཞེས་  
 བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །ས་ལམ་རྫོགས་ནས་འབྲས་བུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་  
 ཐོབ་པའི་ཆེ་ཡང་མ་གྲན་སེམས་ཅན་ཁོ་ན་ལ་བརྟེན་དགོས་ཏེ། སངས་རྒྱས་  
 འཛིག་རྟེན་དུ་འབྱོན་པ་ཡང་མ་གྲན་འདི་རྣམས་ཀྱི་དོན་ཁོ་ནར་འབྱོན་དགོས།  
 ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བ་ཡང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ཁོ་ནར་བསྐྱོར་དགོས།  
 མདོར་ན་སེམས་ཅན་ལ་མ་དམིགས་པར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཛད་པ་གང་ཡང་  
 འབྱུང་བའི་རྒྱ་མེད་དོ། །ད་ལྟ་རང་ཅག་རྣམས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་ལ་མཆོད་པ་  
 འབུལ་ཞིང་གུས་པར་བྱེད་ལ། སྐུ་བསྐྱེད་ཞི་བ་དང་བདེ་བ་ཐམས་ཅད་གང་  
 ལས་འབྱུང་བ་དང་། བྱེད་པར་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ས་ལམ་འབྲས་བུ་དང་བཅས་  
 པ་གང་ལས་འབྱུང་བའི་རྒྱ་མ་གྲན་སེམས་ཅན་རྣམས་ཁྱད་དུ་གསོལ་ཅིང་  
 ཡལ་བར་འདོར་བ་འདི་ནི་ཆོས་སྐྱོན་པོ་ཡིན་ཏེ། སངས་རྒྱས་གང་ལས་  
 འབྱུང་བའི་རྒྱ་དེ་ལ་ཁྱད་དུ་གསོལ་དགའ་འཛིན་རྣམ་པ་ཀུན་ནས་མི་མཐུན་  
 པར་བཟུང་ནས། རྒྱ་དེ་དག་གཞན་ཞིག་ནས་འབྱུང་བར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་སྒྲོན་  
 ལམ་འདེབས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་སོ། །

ཆོས་ཡང་དག་པར་སྐྱད་པའི་མདོ་ལས།

སེམས་ཅན་གྱི་ཞིང་ནི་

སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཞིང་སྟེ། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཞིང་དེ་ལས་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཆོས་  
 རྣམས་འཐོབ་པར་འགྱུར་གྱི། དེར་ནི་ལོག་པར་བསྐྱབ་པར་མི་རིགས་སོ། །  
 ཞེས་གསུངས། ཚུལ་དེ་དག་ཡང་ཡང་བསམས་ནས་རང་ཡལ་བར་དོར་ཏེ་  
 གཞན་གཅེས་པར་འཛིན་ཅིང་། རང་གི་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་དག་ཅ་དང་བཅས་  
 བ་སེམས་ཅན་ལ་གཏོང་བའི་སྒོ་ཡང་ཡང་སྤྲོད་། བསམ་བ་ཇི་ལྟར་སྤྱོད་བ་  
 ལྟར་དུ་ལག་ལེན་ལ་ཅི་ཐེབས་བྱ། སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་མཛད་པ་  
 ལྟར་ལུས་དངོས་སུ་གཏོང་བ་སོགས་རེ་ཞིག་མི་རུས་ཀྱང་རང་གི་རུས་པ་  
 དང་བསྐྱུན་ནས་སེམས་ཅན་ལ་ཆོས་དང་ཟང་ཟིང་གི་པན་ཐོགས་ཅི་འགྱུར་བྱ།  
 སྤྱོད་ལམ་ཐམས་ཅད་དུ་བྲན་ཤེས་བཞིན་དང་ལྡན་པས་སེམས་ཅན་ལ་  
 གཞོད་པའི་བསམ་སྤྱོད་མཐའ་དག་སྤོང་ཞིང་པན་པའི་ཐབས་སུ་ཅི་འགྱུར་བྱ།  
 སེམས་ཅན་མིག་གིས་མཐོང་བའི་ཆེ་ན་ཡང་འདི་དག་བདག་གི་མ་བློན་ཅན་  
 རོ་སྟམ་པ་དང་། འདི་ལ་བརྟེན་ནས་བདག་གི་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་ཆོགས་རྫོགས་  
 བར་འགྱུར་བས་བདག་གི་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཞིང་དོ་སྟམ་དུ་བྱམས་པ་དང་  
 གྲུས་པའི་སེམས་ཀྱིས་བལྟ་ཞིང་། སེམས་ཅན་འདི་དག་མགྲ་བར་བྱས་ན་  
 རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་ཀྱང་མཉེས་པར་འགྱུར་རོ་སྟམ་དུ་ཡང་ཡང་བསམ་པར་  
 བྱའོ། །

གཞན་ཡང་མ་ཀླན་སེམས་ཅན་རྣམས་མགྲ་བར་བྱས་ན་རྒྱལ་བ་  
 དགྲེས་ཤིང་། སེམས་ཅན་ལ་གཞོད་པ་བྱས་ན་མི་དགྲེས་པ་དང་། མ་ཀླན་  
 སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བྱམས་སྤྱིང་རྗེ་བསྐྱེད་ན་རྒྱལ་བ་དགྲེས་པའི་མཆོད་

པར་འགྱུར་ཞིང་། མ་ཀླན་སེམས་ཅན་ལ་གཞི་དེ་སེམས་བསྐྱེད་ཅིང་ལྟོས་  
མེད་དང་བྱུང་གསལ་བྱས་ན་དོན་གྱིས་སངས་རྒྱས་ལ་ལྟོས་མེད་དང་བྱུང་  
གསལ་བྱས་པར་འགྱུར་བ་དང་། མ་ཀླན་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་པན་སེམས་  
བསྐྱེད་ན་སངས་རྒྱས་མཆོད་པའི་མཆོག་ཏུ་འགྱུར་ཞིང་། སེམས་ཅན་ལ་  
པན་པའི་བསམ་བས་ཀྱན་ནས་བསྐྱེད་ཏེ་མཆོད་པ་ཚུང་དུ་ཞིག་སྤུལ་བ་  
ཡང་མཆོད་པའི་ཆོག་ས་ཆེན་པོར་འགྱུར་ལ། སེམས་ཅན་ལ་གཞི་དེ་སེམས་  
བསྐྱེད་ནས་སངས་རྒྱས་ལ་མཆོད་པ་རྒྱ་བས་ཆེན་པོ་ཅི་སྤུལ་ཡང་དགྱེས་  
པར་མི་འགྱུར་བ་དང་། ཐུབ་པས་བསྐྱེད་པ་གྲངས་མེད་མང་པོར་ཆོག་ས་  
བསམ་གས་བ་དང་། རོར་ལོངས་སྐྱོད་ཐམས་ཅད་སྦྱིན་པར་བཏང་བ་དང་། སྦྱི་  
ལུས་སྦྱིན་པར་བཏང་བའང་གྲངས་མེད་བྱས་པ་ཐམས་ཅད་སེམས་ཅན་གྱི་  
དོན་ཁོ་ནར་མཛད་པ་དང་། མཐར་སངས་རྒྱས་པའང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ཁོ་  
ནར་ཡིན་པ་དང་། ཆོས་གསུངས་པ་སོགས་མཛད་པ་ཐམས་ཅད་སེམས་  
ཅན་གྱི་དོན་ཁོ་ནར་མཛད་པ་ཡིན་པས། སེམས་ཅན་ལ་གཞི་དེ་བྱས་ན་  
དོན་གྱིས་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་ལ་གཞི་དེ་བྱས་པ་དང་། སེམས་ཅན་ལ་པན་  
པ་བྱས་ན་དོན་གྱིས་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་ལ་པན་པ་བྱས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་དགྱེས་པ་ཞིག་བྱ་བར་འདོད་ན་མ་ཀླན་  
སེམས་ཅན་རྣམས་གཅེས་པར་འཛིན་དགོས་པ་ནི་རྒྱལ་བ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཞལ་  
ནས་གསུངས་པའི་སེམས་ཅན་མགྲུ་བའི་ཆོག་ས་བཅད་ལས་འབྱུང་བ་ལྟར་  
རོ། །སེམས་ཅན་འདི་དག་རང་གི་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་འདོད་



དོན་ཐམས་ཅད་སྟེར་བའི་ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་ལྟ་བུར་བསམ་དགོས་ཏེ།  
སྒྲོ་བ་དཔོན་སྐུ་སྐུ་གྱི་ཞལ་ནས། འདི་དག་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་སྟེ། །བུམ་པ་  
བཟང་ཡིན་འདོད་འཛོའི་བ། །དེ་སྤྱིར་ལྟ་དང་སྒྲ་མ་བཞིན། །དེ་དག་བསྟེན་པར་  
བྱ་བ་ཡིན། ཞེས་དང་། རྩོ་བོ་རྗེས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་དང་ཡི་དམ་གྱི་ལྟ་  
དང་སྒྲ་མ་རྣམས་དང་འགྲོ་བ་རྒྱུད་ལྡན་བསྐྱུས་པའི་མ་གྲན་རྣམས་ངའི་ལྟ་དང་  
རྩོ་བོ་ཡིན་ཞེས་གསུང་།

སྤང་རི་ཐང་པའི་ཞལ་ནས། བདག་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ། །  
ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ལས་ལྟག་པའི། དོན་མཆོག་སྐུ་པའི་བསམ་བ་ཡིས། །  
ཏྲ་ཏུ་གཅེས་པར་འཛིན་པར་ཤོག། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེ་ལྟར་  
སེམས་ཅན་རྣམས་ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་ལྟ་བུར་ལྟ་བ་དེ་ཡང་གནས་སྐབས་  
གྱི་འདོར་དོན་སྐུ་པ་ལ་འདྲ་བའི་དཔེར་སྤངས་པ་ཡིན་གྱི། མཐར་ཐུག་གི་  
དོན་སྐུ་པ་ལ་ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་ལས་མ་གྲན་སེམས་ཅན་རྣམས་ཆེས་  
ལྟག་པས་དཔེར་མི་རུང་ངོ། །དེ་ཡང་གནས་སྐབས་སུ་ཆེ་རིང་བ་དང་ནད་  
མེད་པ་དང་ལོངས་སྤྱོད་ཐུན་སུམ་ཆོག་པ་པོ་བཟོ་བ་ནི་མ་གྲན་སེམས་ཅན་  
རྣམས་དང་ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་གཉིས་ཀ་འདྲ་སྟེ། ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་  
རིན་པོ་ཆེ་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་ཅེ་མོ་ལ་བཏགས་ཏེ་མཆོད་ཅིང་གསོལ་བ་བཏབ་  
ན་ཆེ་རིང་ནད་མེད་ལོངས་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བ་བཞིན་དུ། རང་ཡལ་  
བར་དོར་ནས་གཞན་གཅེས་པར་བཟུང་སྟེ་མ་གྲན་སེམས་ཅན་རྣམས་མཆོད་  
ན་ཆེ་རིང་ནད་མེད་ལོངས་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་འབད་མེད་དུ་འབྱུང་སྟེ། བདག་



པས་གཞན་གཅེས་སྒྲོམ་པའི་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་རྣམས་ལ་ཆངས་པ་དང་  
 བརྒྱ་བྱེན་ལ་སོགས་ལྟ་མཐུ་བོ་ཆེ་རྣམས་དང་། ལྷའི་རྒྱལ་པོ་དགའ་བོ་དང་  
 འཛིག་པོ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཞབས་ཀྱི་བྱང་དུ་ལྷགས་ནས་གཙུག་  
 གི་ནོར་བུས་ཞབས་ཀྱི་མཐིལ་ལ་གཏུག་ཅིང། ལྷ་དང་ལྷུ་ལ་སོགས་པའི་  
 ཡོངས་སྐྱོད་མཐའ་དག་གིས་མཆོད་པ་བྱེད་ན། མིའི་གནས་ཀྱི་ཡོངས་སྐྱོད་  
 རྣམས་འགྲུབ་པ་ལྟ་ཅི་སྒྲོམ། ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་མཆོད་པས་ཆེ་འདིའི་  
 ཡོངས་སྐྱོད་ཅམ་འགྲུབ་ཀྱི། ཆེ་སྤྱི་མར་ནི་གང་ཡང་པན་པ་མེད་དེ། འཆི་བའི་  
 ཆེ་ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་འབྱུལ་སྤྲུག་ཡོད་ཀྱང་གཅིག་ཀྱང་འབྱེར་དབང་  
 མེད་པར་རྣམ་ཤེས་འདི་གཅིག་བྱ་འཛིག་རྟེན་པ་རོལ་ཏུ་འགྲོ་དགོས་པས་  
 དེའི་ཆེ་ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུས་གང་ཡང་མི་པན་ནོ། །མ་ཀླན་སེམས་ཅན་  
 རྣམས་མཆོད་ན་ནི་ཆེ་འདི་བས་ཀྱང་སྤྱི་མ་ལ་པན་ཆེ་བ་ནི། ཆེ་རབས་སྤྱི་  
 མར་གནས་དང་ལུས་དང་ཡོངས་སྐྱོད་སྤུན་སྤུམ་ཆོགས་པ་ཐམས་ཅད་  
 འབད་ཅོལ་ལ་མི་ལྟོས་པར་ལྷན་གྱིས་བྱུབ་པ་ཞིག་འོང་བའི་ཚུལ་བྱུབ་པའི་  
 འཁྱུངས་རབས་རྣམས་ནས་གསལ་བ་ལྟར་རོ། །མ་ཀླན་སེམས་ཅན་རྣམས་  
 ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུར་ལྟ་བ་དང་ནོར་བུ་ལས་ཀྱང་ལྷག་པར་བལྟས་ཏེ་  
 གཅེས་པར་བྱ་བ་དེ་བཞིན་དུ་ཆེ་འདིའི་མཛའ་བཤེས་རྣམས་ལས་ཀྱང་ལྷག་  
 པར་བལྟས་ཏེ་ཤིན་ཏུ་པངས་ཤིང་གཅེས་པའི་སྒྲོ་ཅི་སྤྱི་བྱའོ། །

དེ་ཡང་ཆེ་འདིའི་གཉེན་བཤེས་རྣམས་ལ་ཆགས་ཤིང་ཞེན་པས་པན་  
 ཅི་བཏགས་ཀྱང་སྤྱི་མར་ངན་སོང་དུ་འཕྲུག་པའི་རྒྱ་བྱེད་ཅིང། ཆེ་འདིར་ཡང་

གཉེན་བཤེས་དབྱར་ལངས་པ་དང་། གཅིག་ལ་པན་བཏགས་པ་ན་གཞན་  
མང་པོ་ཁྱོ་བས་འཁྱགས་ཏེ། འཕྱར་ཁ་གཏོང་ཞིང་མི་སྟན་པར་བརྗོད་པ་  
སོགས་གཞོན་པ་བྱེད་པ་མང་བས་མཛའ་བཤེས་ལ་ཆགས་པ་ནི་འདི་སྤྱི་  
ཀུན་ཏུ་ཕྱང་བའི་རྒྱ་ཡིན་ལ། མ་ཁྱན་སེམས་ཅན་རྣམས་གཅེས་པར་བཟུང་  
ནས་པན་བཏགས་ན་འདི་སྤྱི་ཀུན་ཏུ་པན་པ་འབའ་ཞིག་ལས་གཞོན་པ་ནམ་  
ཡང་མི་འབྱུང་ཞིང་། མ་ཁྱན་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བྱམས་པ་དང་བརྩེ་བའི་  
བསམ་པ་ལན་རེ་ཙམ་སྐྱེས་ནའང་རྒྱལ་བ་དབྱེས་པ་དང་ལྷ་མི་ཀུན་གྱི་  
མཆོད་པའི་གནས་སུ་འབྱུར་བ་སོགས་པན་པ་ཆོད་མེད་པ་སྟེར་རོ། །དེ་  
བཞིན་དུ་ཆེ་འདིའི་རེ་གནས་འཛིག་རྟེན་གྱི་སྤྱི་དཔོན་རྣམས་ལས་ལྷག་པ་  
དང་། ལྷ་སྐྱ་མཐུ་བོ་ཆེ་རྣམས་ལས་ལྷག་པའི་ཚུལ་སོགས་ཀྱང་ཤེས་པར་བྱ་  
ཞིང་། ལེགས་པར་བཏགས་ན་མ་ཁྱན་སེམས་ཅན་རྣམས་དང་ཡི་དམ་གྱི་ལྷ་  
གཉིས་མཆོག་ཐུན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་སྟེར་བ་ལ་མཚུངས་པས། འཕགས་  
པ་སྐྱ་སྐྱབ་དང་རྒྱལ་སྐས་ཞི་བ་ལྷ་དང་རྩོ་བོ་རྗེ་རྣམས་ཀྱིས་མ་ཁྱན་སེམས་  
ཅན་འདི་རྣམས་ལྷ་དང་རྩོ་བོ་དང་སྦྲ་མ་ལྷ་བུ་ཡིན་གསུང་རོ། །

དེ་ལྟར་བདག་གཅེས་འཛིན་གྱི་སྦྱོན་དང་གཞན་གཅེས་འཛིན་གྱི་པན་  
ཡོན་སྒོ་དུ་མ་ནས་བསམས་པས་བདག་གཅེས་འཛིན་ལ་དབྱར་མཐོང་སྟེ།  
དེའི་ཁ་མི་འཛིན་སྤྱོད་མི་སྦྱོར་བར་སྒོ་ངན་དེ་མ་སྐྱེས་པ་མི་སྐྱེད། སྐྱེས་པ་  
རྒྱན་འཕུད་དུ་མི་གཞུག་པར་གཉེན་པོས་ཆར་བཅད། གཉེན་པོ་ཞོར་ཏེ་  
བདག་གཅེས་འཛིན་གྱི་སྒོ་སྐྱེ་བར་སྦྱང་ན་དེ་མ་ཐག་ཏུ་བྲན་པས་བེན་པར་

བྱས་ལ་འགོང་པོ་ཁོ་བྱང་ཨང་སྙམ་པ་བྱས་ནས་འགོང་པོ་འདིས་སྒར་ཡང་  
འཁོར་བ་ཐོག་མེད་ནས་ད་བར་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ལ་སྒྱུར། ད་དུང་ཡང་འགོང་པོ་  
འདིའི་དབང་དུ་བཏང་ན་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁ་དངགས་ལ་འདུག་ས་དཔྱལ་བར་  
བྱས་ནས་མིག་ལ་ཐལ་བ་འདེབས་ཟེར་བ་ལྟར། འགོང་པོ་འདི་སྤྱིང་དུ་གནས་  
ན་འཕྲལ་པན་པ་ལྟར་བཅས་པའི་བསྐྱེད་ཀྱིས་བསྐྱེས་ནས་བདག་དཔྱལ་  
བའི་མེ་དོང་དུ་ངེས་པར་སྒྱུར་བར་བྱེད་པས་ཅི་ལ་ཐུག་ཀྱང་འགོང་པོ་འདིའི་  
དབང་དུ་མི་གཏོང་སྙམ་དུ་ཞེ་དམ་དག་པོ་བཅས་ནས་དགག་པར་བྱའོ། །དེ་  
ལྟར་གཞན་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་པན་ཡོན་སྒོ་དུ་མ་ནས་བསམས་ལ།  
གཞན་གཅེས་པར་འཛིན་པ་ནི་རང་དང་མ་ཁྱེད་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་  
གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་དོན་མ་ལུས་འབྱུང་བའི་འབྱུང་གནས་སུ་  
ཡིད་ཆེས་པར་བྱས་ལ་མ་ཁྱེད་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་  
ལྟར་ཞིན་ཏུ་གཅེས་ཞིང་པངས་ལ་ཡིད་དུ་འོང་བའི་བྱམས་པ་བྱེད་པར་ཅན་  
ཅི་སྒྲེ་བྱ། དེ་ལྟ་བུའི་ཡིད་འོང་གི་བྱམས་པ་བྱེད་པར་ཅན་སྐྱུར་དུ་རྒྱུད་ལ་སྒྲེ་  
བར་སྒྲ་མ་ལྟས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། ཞེས་གསོལ་བ་ལྷགས་དག་ཏུ་  
གདབ་བོ།

གསུམ་པ་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེས་སྒོམ་ཚུལ།

གསུམ་པ་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེས་སྒོམ་ཚུལ་ལ། ཐོག་མར་བདག་  
གཞན་བཞེས་པའི་བསམ་པ་བསྐྱེད་པའི་པན་ཡོན་དང་མ་བསྐྱེད་པའི་ཉེས་

དམིགས་བསམས་ནས། བདག་གཞན་མཉམ་བཞེས་སྒོམ་པ་ལ་སྒྲོ་བ་ཤུགས་  
བྱ་སྐྱེད་དགོས་པས། བདག་གཞན་བཞེས་པའི་བསམ་པ་བསྐྱེད་པའི་ཕན་  
ཡོན་ནི།

སྐྱེད་འཇུག་ལས། གང་ཞིག་བདག་དང་གཞན་རྣམས་ནི། ལྷ་ར་དུ་  
བསྐྱབ་པར་འདོད་པ་དེས། བདག་དང་གཞན་དུ་བཞེས་བྱ་བ། གསང་བའི་  
དམ་པ་སྐྱེད་པར་བྱ། ཞེས་དང་། འཇིག་རྟེན་བདེ་བ་ཇི་སྐྱེད་པ། དེ་ཀྱན་  
གཞན་བདེ་འདོད་ལས་བྱུང་། འཇིག་རྟེན་སྐྱག་བསྐྱེད་ཇི་སྐྱེད་པ། དེ་ཀྱན་  
རང་བདེ་འདོད་ལས་བྱུང་། མང་དུ་བཤད་ལྟ་ཅི་ཞིག་དགོས། ཁྱིམ་པ་རང་  
གི་དོན་བྱེད་དང་། ལྷ་བ་པ་གཞན་གྱི་དོན་མཛད་པ། འདི་གཉིས་ཀྱིས་ནི་  
ཁྱད་པར་ལྟོས། བདག་བདེ་གཞན་གྱི་སྐྱག་བསྐྱེད་དག ཡང་དག་བཞེས་པར་  
མ་བྱས་ན། སངས་རྒྱས་ཉིད་དུ་མི་འགྲུབ་ཅིང་། འཁོར་བ་ན་ཡང་བདེ་བ་  
མེད། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། ལྷ་ར་དུ་འཆང་རྒྱ་བར་འདོད་ན་བདག་གཞན་  
མཉམ་བཞེས་དེས་པར་སྒོམ་དགོས་ཤིང་། དེ་མ་བསྒོམས་པར་འཆང་རྒྱ་བའི་  
ཐབས་མེད་པ་དང་། དེར་ཡང་མ་ཟད་གནས་སྐབས་ཀྱི་བདེ་བ་ཐམས་ཅད་  
ཀྱང་གཞན་གཅེས་འཇིན་ལས་འབྱུང་ཞིང་། སྐྱག་བསྐྱེད་དང་མི་འདོད་པ་  
ཐམས་ཅད་བདག་གཅེས་འཇིན་ལས་འབྱུང་བར་གསུངས་པའི་ཚུལ་རྣམས་  
ཡང་ཡང་བསམས་ནས་དེས་པ་བསྐྱེད་ཅིང་། མདོར་ན་རང་ཅག་རྣམས་ཐོག་  
མ་མེད་པ་ནས་ད་བར་དུ་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བ་འདིར་འཁོར་ནས་སྐྱག་  
བསྐྱེད་ཇི་སྐྱེད་ཅིག་སྤྲོད་པ་འདི་ཐམས་ཅད་གཞན་ཡལ་བར་དོར་ནས་རང་

གཅེས་པར་འཛིན་པ་འདི་ལས་བྱུང་། ཐུབ་པའི་དབང་པོས་རང་ཡལ་བར་  
 རོར་ནས་གཞན་གཅེས་པར་བརྩུང་བས་རང་གཞན་གྱི་དོན་ཐམས་ཅད་ཐུན་  
 གུམ་ཆོགས་པ་འདི་བྱུང་བ་ཡིན་པས། བྱུང་པར་དེ་གཉིས་བསམས་ནས་  
 བདག་གཞན་བརྗེ་བ་ལ་སྟོན་ལུགས་བརྟན་པར་བྱའོ། །བདག་གཞན་མཉམ་  
 བརྗེའི་བསམ་པ་འདི་མེད་པར་རྒྱལ་སྤྱི་གྱི་སྟོན་པ་རྒྱབས་པོ་ཆེ་རྣམས་ལ་  
 བསྐྱལ་བ་མཐའ་ཡས་པར་སྟོན་པར་མི་རུས་ཤིང་། བདག་གཞན་མཉམ་  
 བརྗེའི་བསམ་པ་འདི་གོམས་ནས་བརྟན་པར་གྱུར་པ་ན་ཤིན་ཏུ་བྱ་བར་དཀའ་  
 བའི་རྒྱལ་སྤྱི་གྱི་སྟོན་པ་རྒྱབས་པོ་ཆེ་གང་ལའང་དཀའ་བ་མེད་པར་འཇུག་  
 རུས་པ་ཞིག་འོང་སྟེ།

བྱང་ཆུབ་སེམས་འགྲེལ་ལས། སྙིང་རྗེ་བརྟན་པའི་རྩ་བ་ཅན། །བྱང་  
 སེམས་ཐུ་གུ་ལས་བྱུང་བ། །གཞན་དོན་གཅིག་འབྲས་བྱང་ཆུབ་ནི། །རྒྱལ་  
 བའི་སྤྱི་རྣམས་སྟོན་པར་བྱེད། །གང་ཞིག་གོམས་པས་བརྟན་པ་ནི། །གཞན་  
 གྱི་སྤྱུག་བསྐྱལ་གྱིས་བྲེད་རྣམས། །བསམ་གཏན་བདེ་བ་དོར་ནས་ཀྱང་། །  
 མནར་མེད་པར་ཡང་འཇུག་པར་བྱེད། །འདི་ནི་ངོ་མཆར་འདི་བསྐྱུགས་འོས། །  
 འདི་ནི་དམ་པའི་ཚུལ་ལུགས་མཆོག་། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །འཛིག་རྟེན་  
 གྱི་མི་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་གཞན་ལ་གཞོད་པ་ལས་འབྱུང་ཞིང་། ལེགས་པ་  
 ཐམས་ཅད་གཞན་གཅེས་འཛིན་ལས་འབྱུང་བ་དང་། སྦྱིན་བྱའི་རྩ་ཆེ་ཆུང་  
 མཉམ་ཡང་གཞན་ལ་པན་སེམས་ཆེ་ཆུང་གི་བྱུང་པར་གྱིས་འབྲས་བྱ་ཆེ་  
 ཆུང་གི་བྱུང་པར་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་དང་། གནས་ལུགས་སྟོང་བ་ཉིད་



བསྐྱོམས་ན་ཡང་བསྐྱོམ་བྱའི་ཡུལ་སྟོང་ཉིད་ལ་བྱང་པར་མེད་ཀྱང་། སྐོམ་པ་  
པོའི་སྐྱེས་བྱ་དེ་སེམས་ཅན་ལ་པན་སེམས་ཆེ་ཆུང་གི་བྱང་པར་གྱིས་འབྲས་  
བྱ་ལ་རྒྱ་ཆེ་ཆུང་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་པ་འབྱུང་སྟེ། ཉན་རང་ནམས་གྱིས་སྟོང་  
ཉིད་ལ་མཉམ་པར་བཞག་སྟེ་ཡུན་རིང་དུ་འབད་ནས་བསྐྱོམས་པས་སྟོང་ཉིད་  
མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་ཀྱང་འབྲས་བྱ་དམན་པ་ལས་མ་གྲལ་པ་དེ་སེམས་ཅན་  
ལ་པན་སེམས་རྒྱ་ཆེན་པོ་འདི་མེད་པས་ལན་པར་གསུང། བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་ནམས་གྱིས་བདག་པས་གཞན་གཅེས་ཀྱི་སྤྲུགས་བསམ་བཟང་པོས་  
ཀུན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་སྟོང་ཉིད་བསྐྱོམས་པས་འབྲས་བྱ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་འབྱུབ་  
ཅིང་། གནས་སྐབས་སུ་ཡང་ས་དང་པོར་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་ཅམ་  
ཉིད་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་བརྒྱ་ཐག་ཏུ་ལུས་བརྒྱ་ཐག་སྤྱལ་ནས་ཁྱོན་ཏེ།  
སངས་རྒྱས་བརྒྱ་ཐག་དུ་མ་ལ་མཆོད་པ་དང་ཆོས་ཉན་པ་དང་། ལུས་བརྒྱ་  
ཐག་དུ་མས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་པ་ལ་སོགས་པ་དཔག་པར་དགའ་  
བའི་ཡོན་ཏན་བརྒྱ་ཐག་བཅུ་གཉིས་ཐོབ་པ་དང་།

མདོ་སྤྱིའི་རྒྱན་ལས། འཕགས་པས་ན་དང་ཀ་བ་དང་། །འཆི་བའི་སྤྲུག་  
བསྐྱེད་ཅད་ནས་སྤངས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སྐྱེ་ལུས་ལ་ཀ་བ་དང་ནད་  
ལ་སོགས་པ་ལས་དབང་གིས་འཁོར་བར་སྐྱེ་བའི་ཉེར་འཆེའི་རིགས་གཏན་  
ནས་མི་འབྱུང་བ་སོགས་ཡོན་ཏན་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་པ་ཐོབ་པར་གསུང་།  
བྱང་པར་དེ་ཅམ་འབྱུང་བ་བསྐྱོམ་བྱའི་སྟོང་ཉིད་ལ་བྱང་པར་ཡོད་པས་མིན།  
བདག་པས་གཞན་གཅེས་པའི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་དེ་ཡོད་མེད་ཀྱི་བྱང་པར་

ཁོ་ན་ཡིན་པར་གསུང་། སྡིག་སྒྲིབ་འཛོམས་པ་ལའང་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་  
 ཁོ་ན་སྟོབས་ཆེ་སྟེ། སྡིག་པ་སྟོབས་ཆེན་ཤིང་ཁྱི་བཟང་པ། །དེ་ནི་རྫོགས་  
 པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་མིན་པ། །དགེ་གཞན་གང་གིས་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་པར་  
 འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། བདག་པས་གཞན་གཅེས་པའི་སེམས་རིན་  
 པོ་ཆེ་འདི་ཡོད་ན། མཆོམས་མེད་དང་ཉེ་བའི་མཆོམས་མེད་དང་པམ་པ་བཞི་  
 ལ་སོགས་པའི་སྡིག་སྒྲིབ་ཤིང་ཁྱི་བཟང་གྱང་སྟོང་པ་ལ་ཆོགས་མེད་  
 ཅིང་། སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་མེད་པར་ཐབས་གཞན་གྱིས་སྡིག་སྒྲིབ་ཆབས་  
 པོ་ཆེ་དེ་དག་སྟོང་བ་ཤིང་ཁྱི་བཟང་ལོ། །སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདིའི་མཐུས་སྡིག་  
 སྒྲིབ་ཆེན་པོ་རྣམས་སྟོང་རུས་པར་མ་བཟད། གང་ཟག་གཞན་གྱིས་བྱས་ན་  
 རྣམ་སྒྲིབ་མི་བཟང་པ་སྟོང་དགོས་པའི་ལས་རྣམས་ཀྱང་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་  
 འདིའི་མཐུས་ཆོགས་སྟུར་དུ་རྫོགས་པའི་ཐབས་མཆོག་ཏུ་བསྐྱར་བྱུང་བ་  
 ཡོད་དེ།

བཙུམ་ལྷན་འདས་སྟོན་དེད་དཔོན་སྟོང་རྗེ་ཅན་དུ་འབྱུངས་པའི་ཆེ་མི་  
 རག་མདུང་ཐུང་ཅན་གྱིས་ཆོང་པ་ལྷ་བརྒྱ་ཙམ་གསོད་པའི་བསམ་པ་སྒྲིས་  
 པ་ན། དེད་དཔོན་སྟོང་རྗེ་ཅན་གྱིས་འདི་ལྟར་བདག་གིས་མི་འདི་སྟོག་དང་  
 ཐུལ་ནས་གཞི་འདིས་བསྐྱལ་པ་འབྱུང་དུ་དཔུལ་བ་ཆེན་པོ་རྣམས་སུ་  
 བསྐྱེད་ཀྱང་བདག་གིས་སྟུག་བསྐྱལ་དེ་ལ་སྟོབས་བྱ་ཡི། ཆོང་པ་ལྷ་བརྒྱ་  
 ཙམ་པོ་འདི་དག་སྟོག་དང་བྲལ་བའང་མི་རུང་། མི་འདིས་སྡིག་པའི་ལས་དེ་  
 སྟེད་བྱས་ནའང་མི་རུང་བས་ཆོམ་རྒྱན་འདིའི་སྟོག་གཅད་དོ་སྟུམ་ནས་མི་དེ་

བསང་པས་སྒྲིང་རྗེ་ཆེན་པོའི་དབང་གིས་བསྐྱལ་བ་འབྲུམ་གྱི་འཁོར་བ་  
བསྐྱལ་ཏེ་ཆོག་ས་རྗེ་གས་པར་གསུངས་པ་དང་། ཡང་སྒོན་བྲམ་བེའི་བྱིའུ་  
སྐར་མར་འབྲུངས་པའི་ཆེ་ལོ་བཞི་བྱི་བཞི་སྒྲིང་དུ་ཆངས་པར་སྤྲད་ནས་  
བཞུགས་པའི་ཆོ། བྱ་མོ་ཞིག་ཆགས་པའི་དབང་གིས་སྒོག་ཆད་དུ་ཉེ་བར་  
གཟིགས་ནས་སྒྲིང་རྗེ་ཆེན་པོ་འབྲུངས་ཏེ་དེའི་བྱིམ་དུ་ལོ་བཅུ་གཉིས་གནས་  
ནས། ཡང་བྱིམ་ནས་བྱུང་སྟེ་ཆངས་པར་སྤྲད་པས་བསྐྱལ་བ་བྱིའི་འཁོར་བ་  
བསྐྱལ་ཏེ་ཆོག་ས་རྗེ་གས་པར་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །གཞན་ཡང་།

འཕགས་པ་ཐོག་ས་མེད་གྱིས་བྲམས་མགོན་ལོ་བཅུ་གཉིས་སུ་  
བསྐྱབས་ཀྱང་ཞལ་མ་མཐོང་བ་ལ་བྱི་མོ་རོ་སྤྲད་འབྲུས་གཡེང་བ་ཞིག་  
གཟིགས་པ་ན་སྒྲིང་རྗེ་ཆད་མེད་པ་འབྲུངས་ཏེ། བདག་པས་གཞན་གཅེས་  
པའི་སེམས་གྱིས་བྱི་མོའི་རོ་སྤྲད་གྱི་འབྲུ་ནམས་རང་གི་བརྒྱའི་ཤའི་ནང་དུ་  
འབྲུག་ཕྱིར་ལྷགས་གྱིས་བཞེས་པར་ཅོམ་པ་ན་ལས་སྐྱབ་དག་ནས་དེ་མ་  
ཐག་བྲམས་མགོན་ཞལ་གཟིགས་པ་དང་། དགོ་ཚུལ་ཆམ་བུ་བས་ཚུ་བོ་ཞིག་  
གི་འབྲུམ་དུ་མཛོ་མོ་ཉམ་ཐག་པ་ཞིག་མཐོང་བ་ན་སྒྲིང་རྗེ་ཆེན་པོ་སྐྱེས་ཏེ་  
བདག་པས་གཞན་གཅེས་པའི་སེམས་གྱིས་མཛོ་མོ་དེ་ཚུ་བོ་ལས་སྐྱོལ་ཕྱིར་  
རང་གི་རྒྱབ་དུ་འབྲུར་བར་ཅོམ་པ་ན་ལས་སྐྱབ་དག་སྟེ་དེ་མ་ཐག་དོ་རྗེ་རྣལ་  
འབྱོར་མའི་ཞལ་མཐོང་བ་དང་། རོ་བོའི་སྒྲ་མ་རྩྭ་རྩྭ་ཏས་བདག་གཞན་  
མཉམ་བཞེའི་སེམས་ལྷགས་དག་པོས་བརྒྱའི་ཤ་བཅད་དེ་གཞན་ལ་བྱིན་  
པས་དེ་མ་ཐག་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་ཞལ་གཟིགས་ཤིང་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་

[illegible]

བཤེས་གཉེན་ཆེན་པོ་གྲོ་ལུང་པའི་ཞལ་ནས། མདོ་སྡེ་པལ་པོ་ཆེ་འདི་  
 བོད་དུ་མ་འགྱུར་ན་བོད་གྱི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་རྒྱལ་སྤྱི་གྱི་  
 སྤྱོད་པ་ལ་ངེ་ལྟར་སློབ་གསུང་སྟེ། ཐེག་པ་མཆོག་གི་ལམ་གྱི་གནད་མཁྱེན་



པའི་གསུང་ངོ། །ཚུལ་དེ་དག་ལས་ན་ཡི་དམ་གྱི་སྒྲིའི་ཞལ་མཐོང་བ་ལའང་  
བདག་པས་གཞན་གཅེས་པའི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ལས་ཐབས་ཟབ་པ་  
མེད་ཅིང་། དེའི་སྤྱིར་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཉིད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་བསྐྱོད་  
པའི་སྒྱུར་ལམ་མཆོག་ཡིན་པར་ངེས་སོ། །བདག་པས་གཞན་གཅེས་པའི་  
སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་རྗེ་ཙམ་ཤུགས་དྲག་པ་ཙམ་གྱིས་འཆང་རྒྱ་བ་ཆེས་  
སྒྱུར་བར་གསུངས་ཏེ། རྗེ་བཙུན་བྱམས་པ་མགོན་པོ་སྟོན་རྒྱལ་པོ་གསེར་  
མདོག་ཅེས་བྱ་བར་བྱུང་པའི་ཆེ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་གསེར་བཟང་འོད་གྱི་  
བྱུང་དུ་ཐུགས་བསྐྱེད། དེ་ནས་བསྐྱེད་པ་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་ལོན་ནས་ཐུབ་  
པའི་དབང་པོ་རྗེ་མཁན་གྱི་བྱ་བྱེད་སྒྲུང་བྱེད་དུ་འབྱུངས་པའི་ཆེ་དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པ་ཤུགས་ཐུབ་ཆེན་གྱི་བྱུང་དུ་ཐུགས་བསྐྱེད་པར་གསུངས་པས།  
ཐོག་མར་ཐུགས་བསྐྱེད་པ་བྱམས་མགོན་ཆེས་སྒྲ་ཡང་འཆང་རྒྱ་བ་ཐུབ་པའི་  
དབང་པོ་འདི་ཉིད་སྒྲ་བར་བྱུང་བ་ནི་བདག་པས་གཞན་གཅེས་པའི་སེམས་  
རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཆེས་ཤུགས་དྲག་ཏུ་བསྐྱེད་ནས་སེམས་ཅན་མགོན་མེད་པ་  
དང་སྐྱབས་མེད་པ་དང་དབྱུང་གཉིན་མེད་པ་གང་མ་རུངས་པ་སུས་ཀྱང་  
འདུལ་མ་རྒྱས་པ་ནམས་ཀྱི་དོན་བྱ་བའི་སྤྱིར་སྤྲུགས་མའི་དུས་འདིར་འབྱོན་  
པར་ཐུགས་བསྐྱེད་ཅིང་སྟོན་ལམ་ཆེན་པོ་སྒྲ་བརྒྱ་མཛད་པའི་མཐུར་  
གསུངས་སོ། །

གསང་སྒྲགས་སྒྲ་མེད་ཀྱི་ལམ་དུ་ཞུགས་ནས་ཆེ་གཅིག་ལ་འཆང་རྒྱ་  
བར་གསུངས་པ་ཡང་བདག་པས་གཞན་གཅེས་པའི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་



ཆེས་ཆེར་ཤུགས་དྲག་ཏུ་སོང་ནས་འགྲོ་བ་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱིས་ཉམ་ཐག་བའི་  
 ཚུལ་བསམས་པ་ན། སྐད་ཅིག་རེ་རེ་ལའང་འགྲོ་བ་འཁོར་བའི་གནས་ནས་  
 འདོན་པ་ལ་ཞིན་ཏུ་རིངས་པས་སྦྱར་དུ་འཛང་རྒྱ་བར་འདོད་ནས་ལམ་ལ་  
 བསྐྱབས་པའི་མཐུས་ཡིན་གྱི།

སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་མེད་ན་ནི་སྤྱགས་ལམ་ལ་སྦྱར་བྱེད་གང་ཡང་  
 མི་འབྱུང་ཞེས་ཇེ་བཙུན་འཇམ་དབྱངས་གྱིས་ཇེ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་གསུངས་པ་  
 ལྟར་རོ། །བདག་པས་གཞན་གཅེས་པའི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་རྒྱད་ལ་སྦྱོས་  
 བ་ལྟ་ཞོག། འདིའི་གོ་བ་ལེགས་པར་ཆགས་པའང་ཞིན་ཏུ་དགོན་ཏེ། ཉན་རང་  
 དག་བཅོམ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་མངོན་ཤེས་དང་རྩ་འབྱེད་དཔག་མེད་མངའ་  
 བ་དེ་རྣམས་གྱིས་ཀྱང་ཐུགས་སྦྱར་ཆུད་ན་མོངས་པ་གཞན་དག་གིས་ལྟ་ཅི་  
 སྟོས། ད་ལྟར་རེ་རྣམས་གྱིས་བརྟགས་ནའང་བདག་པས་གཞན་གཅེས་  
 པའི་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་བསྐྱེད་པ་ཞིན་ཏུ་དགོན་པར་ཤེས་  
 བུས་ཏེ། སྦྱིར་འཛིག་ཏེན་གྱི་ཁམས་འདིར་བསྟན་པ་དང་མཇུག་པའི་སེམས་  
 ཅན་དགོན། རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་དང་མཇུག་ནས་མཁན་སྟོབ་གྱི་སྦྱོར་སྤྱར་  
 སྟོམ་པ་སྦྱངས་ལུས་བསྐྱར་བ་ཆེས་མང་ཡང་ཆེ་འདིའི་བུན་ལོང་སྟོས་དོར་ཏེ་  
 བྱི་མ་འབའ་ཞིག་ཡིད་ལ་སེམས་པ་སྤིད་མཐའ་ཅམ་དུ་སྦྱང་ལ། གཞུང་  
 ལུགས་ལ་ཐོས་བསམ་བྱེད་པ་དང་། དབེན་པར་གནས་ཏེ་ལྟ་སྟོམ་པ་དང་།  
 རྒྱུད་སྟོམ་པ་དང་། བཟླས་པའི་གྲངས་གསོག་པ་དང་། རྩ་འབའ་ཞིག་གི་  
 དཀའ་ཐུབ་བྱེད་པ་དང་། དེའུའི་བཙུན་ལེན་བྱེད་པ་དང་། ཆེ་མཆོམས་བྱེད་

པ་སོགས་མང་དུ་སྒྲུང་ཡང་། སྤྱིད་པའི་ཕུན་ཆོག་གས་མཐའ་དག་ལ་ཞེན་པ་  
ལོག་ཅིང་རང་ཡལ་བར་དོར་ནས་གཞན་གཅེས་པར་བཟུང་སྟེ་བདག་གཞན་  
མཉམ་བཞེད་ཀྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཉིད་ལ་ཆིག་སྒྲིལ་བྱེད་པ་  
དང་འདི་རྒྱད་ལ་སྒྲེས་པ་ཞིན་ཏུ་དགོན་ལ། འདི་རྒྱད་ལ་སྒྲེས་པ་ལྟ་ཞོག །  
ཆོས་འདི་ལྟ་བུ་ལ་སྒྲིང་ནས་དོན་གཉིས་བྱེད་པའང་ཞིན་ཏུ་དགོན་པར་སྒྲུང་  
ངོ། །

དེས་ན་སྤྱོད་འཇུག་ལས། དམ་ཆོས་འོ་མ་བསྐྱབས་པ་ལས། །མར་གྱི་  
ཉིང་ཁུ་སྤྱང་བ་བཞིན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲིང་  
པོའི་གནད། རྒྱལ་བ་སྤྲས་དང་བཅས་པའི་ཐུགས་དམ་གྱི་མཐིལ། བན་བདེ་  
མ་ལུས་པའི་འབྱུང་གནས། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཞུང་ཞིང་  
བདག་པས་གཞན་གཅེས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་སྒྲོམ་པ་  
ལ་སྒྲོ་བ་ཤུགས་དག་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བན་ཡོན་བསམས་པས་  
བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་སྒྲོམ་པ་ལ་སྒྲོ་བར་གྱུར་ནས་འདི་སྒྲོམ་པ་ལ་འཇུག་  
པ་ན། ཉོག་པ་སྒྲོན་དུ་གཏོང་བའི་མཁས་པ་རྣམས་ལ་དོགས་པ་འདི་ལྟ་བུ་སྒྲེ་  
སྟེ། བདག་གཞན་བཞེད་པའི་བསམ་པ་འདི་གོམས་ན་སྐྱེད་ཀྱས་སམ་མི་ཀྱས།  
མི་ཀྱས་ན་ནི་འབད་ཀྱང་ངལ་བ་འབྲས་བུ་མེད་པར་འགྱུར་ལ། སྐྱེད་ཀྱས་ན་  
ནི་འབད་པར་བྱ་རིགས་པས་འདི་རི་ལྟར་སྐྱེད་པར་ཀྱས་སྟམ་ན། བདག་  
གཞན་བཞེད་པའི་བསམ་པ་གོམས་ན་སྐྱེད་པར་ཀྱས་ཏེ། སྤྲར་རང་ལ་གཞོད་  
པ་ཆབས་ཆེན་བྱེད་པའི་དགྲ་མིང་ཐོས་ན་འང་མི་འདོད་པ་དང་འཇིགས་པ་སྐྱེ་

བ་ཞིག་སྤྱིས་མ་ཐུན་པར་བྱས་ཏེ་མཛེའ་བ་ན་ཤིན་ཏུ་གཅེས་པའི་གྲོགས་སུ་  
བཟུང་ནས་དེ་མེད་ན་རྩང་ཟད་ཀྱང་སྡོད་མི་ཅུགས་པ་དང་མི་དགའ་བ་ཆེན་  
པོ་སྐྱེ་བ་མངོན་སུམ་དུ་སྒྲུང་བ་ལྟར། སློ་གོམས་པའི་རྗེས་སུ་འགོ་བས་ན་རང་  
ལ་གཞན་བཞིན་ཡལ་བར་འདོར་བ་དང་། གཞན་ལ་བདག་བཞིན་གཅེས་  
པར་འཛིན་པའང་གོམས་ན་སྐྱེ་སྟེ།

སྡོད་འཇུག་ལས། དཀའ་ལས་སྤྱིར་སྡོག་མི་བྱ་སྟེ། །འདི་ལྟར་གོམས་  
པའི་མ་ཐུ་ཡིས་ནི། །གང་གི་མིང་ཐོས་འཇིགས་པ་ཡང་། །དེ་ཉིད་མེད་ན་མི་  
དགར་འགྱུར། ཞེས་དང་། བདག་གི་ཕུས་ནི་གཞན་དག་ཏུ། །བཞག་པ་དེ་  
ལྟར་དཀའ་བ་མེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཡང་འདི་སྒྲུལ་དུ་གཞན་གྱི་  
ཕུས་བདག་གི་ཕུས་མིན་པས་དེ་ལ་རང་གི་ཕུས་ལྟར་དུ་བདག་གིར་འཛིན་  
པ་དང་གཅེས་པའི་སློ་རི་ལྟར་སྡོད་དུ་རྩང་སྒྲུལ་ན། ད་ལྟ་རང་གི་ཕུས་འདི་  
ཡང་པ་མའི་སྤྱོད་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པས་གཞན་གྱི་ཕུས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ལས་  
བྱུང་བ་ཡིན་ཡང་། ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྤྲོད་པའི་མ་ཐུ་དང་སྡོན་གོམས་པའི་  
བག་ཆགས་ཀྱི་དབང་གིས་པ་མའི་སྤྱོད་ལ་རང་གི་སེམས་ཞུགས་ཏེ་ངའི་  
ཕུས་ཞེས་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་སྐྱེ་བ་མངོན་སུམ་དུ་བྱུང་བ་ལྟར་ཡིན་ལ། སློ་  
གོམས་པའི་རྗེས་སུ་འགོ་བས་གཞན་གྱི་ཕུས་ལའང་རང་གིར་འཛིན་པ་  
གོམས་པར་བྱས་ན་སྐྱེ་སྟེ།

སྡོད་འཇུག་ལས། དེ་བས་རི་ལྟར་གཞན་དག་གི་། །སྤྱོད་ལས་གི་ཐིགས་  
པ་ལ། བྱོད་གྱིས་ངར་འཛིན་བྱས་པ་ལྟར། །དེ་བཞིན་གཞན་ལ་གོམས་པར་

གྱིས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཡང་འདི་སྟམ་དུ་བདག་གཞན་བརྗེ་བ་འདི་  
ངས་པར་སྒོམ་དགོས་ན། འདི་རྒྱལ་བའི་བཀའ་གང་ནས་བཤད། རྩངས་རི་  
ལྟར་ཡོད་སྟམ་ན། མཛའ་བོའི་བྱ་མོའི་གཏམ་རྒྱུད་སོགས། །མན་ངག་འདི་ཡི་  
སྤྱིང་གཞི་ཡིན། ཞེས་འབྲུང་བ་ལྟར། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་སྟོན་མཛའ་བོའི་  
བྱ་མོར་འབྲུངས་པའི་འབྲུངས་རབས་སོགས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་འབྲུངས་རབས་  
ཐམས་ཅད་མན་ངག་འདིའི་སྟོན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་རྩངས་མཐར་ཐུག་ཡིན་ནོ།  
མཛའ་བོའི་བྱ་མོའི་ལོ་རྒྱུས་ནི། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་སྟོན་བྱིས་བདག་  
མཛའ་བོའི་བྱར་འབྲུངས་པའི་ཆེ་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོར་འགོ་བར་ཆས་པ་ནམས་  
མཆི་མས་བརྒྱངས་བཞིན་དུ་དེའི་རྒྱུད་པ་གཉིས་ལས་བཟུང་སྟེ། ཁོ་མོ་བོར་  
ནས་མ་འགོ་ཞིག་ཅེས་སྒྲིམ་པ་དང་། ཁྱོས་ནས་མའི་མགོ་རྒྱུད་པས་འཕུལ་ཏེ་  
སོང་ངོ་། །མས་བྱ་བྱོད་ལ་ལས་འདིའི་རྣམ་པར་སྟོན་པར་མ་གྱུར་ཅིག་ཅེས་  
བྱས་སོ། །དེ་རིམ་གྱིས་རྒྱ་མཆོའི་འབྲུམ་དུ་སྟོན་པ་དང་། རོང་ཅེ་རྟིང་པ་ལྟ་  
བརྒྱས་བྱ་བོ་ཆེ་ཉོས་ནས་རྒྱ་མཆོའི་ནང་དུ་ཞུགས་པ་དང་། རྩ་སྟོན་ཉའི་  
རིགས་ཀྱིས་བྱ་མ་རུང་བར་བྱས་ཏེ། མཛའ་བོའི་བྱ་མོ་བྱ་ཆལ་ཞིག་ལ་  
འབྲུས་ནས་མཐར་སྟོན་ཏེ་སྒྲིམ་ལ་སོང་བ་དང་། མཐོང་ཆོས་སྤྱིང་འབྱུར་གྱི་  
ལས་ཀྱིས་རིམ་གྱིས་སྟོ་སྟོགས་སུ་སོང་སྟེ་ལྷགས་ཀྱི་ཁང་པ་ཞིག་མཐོང་  
ནས་དེའི་ནང་དུ་ཞུགས་པ་དང་། ཞུགས་མ་ཐག་སྟོ་བཅད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་  
སྟོ་གསུམ་རིམ་གྱི་ནང་དུ་ཞུགས་པ་དང་ཐམས་ཅད་སྟོ་བཅད་དོ། །

དེ་ན་སྟེས་བྱ་ལུས་རབ་དུ་ཆེ་བ་ཞིག་གི་མགོ་ལ་ལྷགས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་



འབར་བ་མེ་ལྷེ་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པ་ཞིག་འཁོར་ཞིང་འདུག་སྟེ་མགོ་ལས་ནག་  
 ཁྲག་གྱུར་བ་བས་སུ་བ་བ་མཐོང་ནས། ཁྱོད་ཅིའི་ཕྱིར་འདི་ལྟར་གྱུར་ཅེས་ངེས་  
 བས། ངས་མ་ལ་གཞོན་པ་བྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །མཛའ་བོའི་བྱ་མོའི་ལས་ཀྱང་  
 མངོན་སུམ་དུ་སྒྲིན་ཏེ། བདག་གིས་ཀྱང་མ་ལ་གཞོན་པ་བྱས་པའི་ལས་ཀྱིས་  
 འབྲིད་ནས་འདིར་འོངས་སོ་སྟུང་པ་དང་། དེ་མ་ཐག་ཏུ་ནམ་མཁའ་ལས། གང་  
 བཅིངས་པ་དེ་ནི་ཐར། གང་མ་བཅིངས་པ་དེ་ནི་བཅིངས་པའོ། །ཞེས་པའི་སྒྲ་  
 གྱུར་མ་ཐག་ཏུ་མཛའ་བོའི་བྱ་མོའི་སྒྲི་བོར་འཁོར་ལོ་དེ་གྱུར་སྟེ་གྲུང་པ་ལ་འབྱ་  
 ཞིང་འཁོར་རོ། །

དེ་ནས་མཛའ་བོའི་བྱ་མོས་བདག་གཅེས་འཛིན་གྱི་དབང་གིས་རང་  
 གི་མ་ལ་ཁྲིས་ཤིང་རྟོག་པས་བསྐྱུན་པའི་ནམ་སྒྲིན་དུ་རིག་ཅིང་། དེ་ལྟར་དུ་  
 སྐྱག་བསྐྱེལ་སྟོང་བའི་སེམས་ཅན་གཞན་ནམས་ལའང་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་སྐྱེས་  
 ནས་ངས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཕྱིར་དུ་འཁོར་ལོ་འདི་བཟོད་པར་བྱ་  
 ཡིས། གཞན་གང་གིས་འདི་འདྲའི་ལས་བྱས་པ་དེ་དག་འདིར་མ་འོངས་ཞིག་  
 ཅེས་སྒྲས་མ་ཐག་ཏུ་དེའི་མགོ་ལས་འཁོར་ལོ་དེ་ཤིང་ཏ་ལ་བདུན་ཅུ་  
 ནམ་མཁའ་ལ་འཕགས་ནས་འདུག་པ་དང་དེའང་ཤི་འཕོས་ནས་དགའ་ལྡན་  
 དུ་སྐྱེས་པར་གསུངས་པ་དང་། ཡང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དཔྱུལ་བའི་ཤིང་  
 ཏ་འཛེན་པའི་གྲུང་དུ་འབྱུངས་པའི་ཆོ། ཁོང་དང་དཔྱུལ་བ་པ་གཞན་ཞིག་  
 གིས་ཨ་སྐྱང་གི་ཤིང་ཏ་ལྷགས་ཀྱི་ས་གཞི་མེ་རབ་ཏུ་འབར་བའི་ཐང་ལ་  
 བྱངས་པ་དང་། ཁོང་གཉིས་སྟོབས་ཚུངས་སྟེ་མ་འདྲོངས་པས། དཔྱུལ་སྐྱང་



རྣམས་ཀྱིས་མཆོན་ཆ་རབ་ཏུ་འབར་བས་བསྐྱུན་ཅིང་འཆོག་པས་ཤིན་ཏུ་  
སྐྱུག་བསྐྱེད་བ་ལ། ཁོང་གི་བསམ་བཤམ་གཉིས་ཀས་བྲངས་ཀྱང་མི་འབྲང་  
བས་ནམ་ཡང་སྐྱུག་བསྐྱེད་བ་མཚུངས་པར་འདུག་པས། བདག་གཅིག་ལྷན་  
བྲངས་ཏེ་སྐྱུག་བསྐྱེད་བཅོད་པར་བྱས་ལ་འདི་བདེར་གཞུག་དགོས་དགོངས་  
ཏེ། དཔྱུལ་སྤྱང་རྣམས་ལ་འདིའི་ཐག་བཤམ་ཡང་བདག་གི་གཉའ་བཤམ་ཐོག་ས་  
ཤིག་བདག་གཅིག་ལྷན་བྲང་བར་བྱའོ་བྱས་པས། དཔྱུལ་སྤྱང་དེ་དག་ཁོས་  
ནས། ཁྱོད་སྒྲིང་རྗེ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡོད་ཟེར་ནས་ལྷགས་ཀྱི་ཐོ་བཤམ་ལ་བརྒྱབ་  
པས་ཁོང་ཆེ་འཕོས་ཏེ་ལྷན་སྐྱེས་པར་གསུངས་པ་དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་  
པ་སྒོན་རྒྱལ་པོ་བྱམས་པའི་སྟོབས་སུ་འབྱུངས་པའི་ཆེ་གཞོན་སྐྱེན་སྐྱེན་ལྷ་  
སྐྱེ་ལྷན་ཀྱི་ཁྱུག་གིས་ཆོམ་པར་མཛད་པ་དང་། རྒྱལ་པོ་ཤིང་ཏྲ་ཆེན་པོའི་  
སྐས་སུ་འབྱུངས་པའི་ཆེ་སྐྱུག་པོ་ལ་སྐྱེ་ལྷན་སྐྱེན་པ་དང་། རུས་སྐལ་ཀྱི་གཙོ་  
བོར་འབྱུངས་པའི་ཆེ་རང་གི་སྐྱུག་བསྐྱེད་བྱུང་བས་དེ་ཆོང་བཤམ་བརྒྱ་  
ཅམ་སྐྱེ་ལྷན་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་བསྐྱེན་ཏེ་རྒྱ་མཆོ་ལས་བསྐྱེད་པ་དང་། སྐྱེན་བྱ་  
བརྒྱད་ཁྱི་སྐྱེ་ལྷན་ཀྱི་ཤས་ཆོམ་པར་མཛད་པ་ལ་སོགས་པ་རང་ཡལ་བར་  
དོར་ནས་གཞན་གཅིས་པར་འཛིན་པའི་སྒོས་ཐ་ན་དབྱུགས་ཀྱི་རྒྱ་བཙུན་  
ཆད་ཅི་བྱེད་སེམས་ཅན་ཁོ་ནའི་དོན་དུ་མཛད། དེར་ཡང་མ་ཟད་དེ་ལས་བྱུང་  
བའི་དགོ་བ་རྣམས་ཀྱང་སེམས་ཅན་ཁོ་ནའི་དོན་དུ་བསྐྱོ་བར་མཛད་དེ།

སྐྱེས་རབས་ལས། ལྷན་ཅམ་ཀྱིས་ཀྱང་གཞན་ལ་པན་ཐོགས་པར། །  
ནམ་ཞིག་འགྱུར་ཞེས་བདག་གིས་གང་བསམས་པ། །སྒོན་ལམ་དེ་ནི་འབྲས་

བྱ་ཡོད་པར་བྱ། བྱང་ཚུབ་མཆོག་ཀྱང་རབ་ཏུ་ཉེ་བར་བྱ། །འགྲན་སྤྱིར་མ་ཡིན་  
གྲགས་པ་འདོད་སྤྱིར་མིན། །མཐོ་རིས་འདོད་དང་རྒྱལ་སྤྱིར་བསྐྱབ་སྤྱིར་  
མིན། །བདག་གི་བདེ་བ་མཆོག་ཐོབ་སྤྱིར་མིན་གྱི། །གཞན་དོན་བསྐྱབ་སྤྱིར་  
བདག་ནི་འདི་ཚུམ་མོ། །དེ་བས་བདག་ནི་འདི་ཡིས་དུས་གཅིག་ཏུ། །འཛིག་  
ཉེན་དག་ལ་སྤྱུག་བསྐྱེད་བདེ་འབྱུང་བ། །གསལ་ཞིང་སྐྱབ་པ་རྟག་ཏུ་རུས་  
གྱུར་ཅིག །ཉི་མས་ཐུན་བསལ་སྤང་འབྱུང་རུས་བཞིན་ནོ། །མཐོང་ངམ་ཐོས་  
སམ་རྗེས་སུ་བྱ་ཡང་རུང། །རེག་གམ་གཏམ་དུ་བརྗོད་པར་གྱུར་ཀྱང་རུང་།  
རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་འགོ་ལ་པན་པ་ནི། །བདེ་དང་ལྡན་པ་རྟག་ཏུ་བྱེད་གྱུར་ཅིག །  
ཅེས་དང་། བྱ་ངམ་དགོན་པར་འབྱུངས་པའི་སྐྱེ་བོ་འདི། །བདག་གིས་བསྐྱེད་  
བའི་བསོད་ནམས་ཡོད་ན་ནི། །དེ་ཡིས་འཁོར་བའི་དགོན་པར་འབྱུངས་པ་  
ཡི། །འཛིག་ཉེན་རྣམས་ནི་སྒྲིལ་བར་རུས་པར་ཞོག །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
རོ། །

དེ་ལྟར་བདག་གཞན་བརྗེས་པའི་པན་ཡོན་དང་མ་བརྗེས་པའི་ཉེས་  
དམིགས་བསམས་ཤིང་སྟོན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་དེས་སྟོན་སྟོབ་པ་ལམ་གྱི་  
གནས་སྐབས་སུ་ངི་ལྟར་མཛད་པའི་ཚུལ་རྣམས་བསམས་པས། །བདག་  
གཞན་མཉམ་བརྗེས་སྟོམ་པ་ལ་སྟོབ་ཆེན་པོ་སྐྱེས་ཤིང་གོམས་ན་སྐྱེད་རུས་  
པར་ཡང་མཐོང་ནས། །བདག་གཞན་མཉམ་བརྗེས་སྟོམ་པ་ལ་འཇུག་པ་ན།  
བདག་གཞན་མཉམ་བརྗེས་དོན་གོ་དགོས་པས། །བདག་གཞན་མཉམ་པ་ནི།  
སྟོད་འཇུག་ལས། །བདག་དང་གཞན་དུ་མཉམ་པ་ན། །དང་པོ་ཉིད་དུ་

འབད་དེ་བསྐྱོམ། །བདེ་དང་སྤྱག་བསྐྱེལ་མཉམ་པས་ན། །ཐམས་ཅད་བདག་  
བཞིན་བསྐྱུང་བར་བྱ། །ལག་པ་ལ་སོགས་དབྱེ་བ་རྣམས་མང་ཡང་། །ཡོངས་  
སྤྱ་བསྐྱུང་བྱའི་ལུས་སྤྱ་གཅིག་པ་ལྟར། །དེ་བཞིན་འགྲོ་བ་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཐ་དད་  
ཀྱང་། །ཐམས་ཅད་བདག་བཞིན་བདེ་བ་འདོད་མཉམ་གཅིག་ཅེས་དང་།

མདོ་སྤྱིའི་རྒྱན་ལས། །བདག་དང་གཞན་དུ་མཉམ་པ་དང་། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར། །སྤྱིར་བདག་གཞན་མཉམ་པ་འདི་ལ་དོན་མང་སྟེ། །བདག་  
གཞན་མཉམ་པ་ཞེས་པའི་དོན་བདག་གཞན་ཐམས་ཅད་བདག་མེད་པར་  
མཉམ་པ་དང་། །ཐམས་ཅད་བདེ་བ་འདོད་པར་མཉམ་པ་དང་། །ཐམས་ཅད་  
སྤྱག་བསྐྱེལ་མི་འདོད་པར་མཉམ་པ་དང་། །ཐམས་ཅད་ཀྱི་མི་འདོད་པའི་སྤྱག་  
བསྐྱེལ་དེ་སྤང་དགོས་པར་མཉམ་པ་དང་། །རང་གི་སྤྱག་བསྐྱེལ་སེལ་བ་ལ་  
ལན་ལ་མི་རེ་བ་ལྟར། །སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེལ་སེལ་བ་ལའང་ལན་  
ལ་མི་རེ་བ་ཞིག་དགོས་པ་དང་། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་གཞན་དག་  
གིས་ངེ་ལྟར་རྟོགས་པ་བཞིན་དུ་རྟོགས་པ་ཡིན་པས་བྱང་སེམས་གཞན་དང་  
མཉམ་པ་ལ་སོགས་པ་མཉམ་ཚུལ་མང་དུ་བཤད་དོ། །དེ་ལྟར་མཉམ་པའི་  
ཚུལ་རྣམས་གོ་བ་ཅམ་ཞིག་གིས་མི་ཚོག་གོ། །བདག་གཞན་མཉམ་པ་ཞེས་  
པ་ནི། །རང་ལ་གཅེས་འཛིན་ངེ་ཅམ་སྟེ་བ་དེ་ཅམ་ཞིག་སེམས་ཅན་ཐམས་  
ཅད་ལའང་གཅེས་འཛིན་སྟེ་བ་ཞིག་ལ་ཟེར་བ་ཡིན་ནོ། །

བདག་གཞན་བརྗེ་བ་ཞེས་པ་ནི། །རང་གཅེས་པར་འཛིན་པ་དང་གཞན་  
ཡལ་བར་འདོར་བའི་སྒོ་གཉིས་གོ་ས་བརྗེ་བའི་དོན་ནོ། །དེ་ཡང་ཐོག་མེད་

ནས་ད་བར་དུ་རྣམ་པ་ཀུན་ནས་རང་ཁོ་ན་གཅེས་པར་འཛིན་ཅིང་གཞན་  
 ཡལ་བར་འདོར་བ་ཡིན་པ་ལ། སྤྱི་མཐོང་མན་ངག་ལ་བརྟེན་ནས་རང་གཅེས་  
 འཛིན་གྱི་སྐྱོན་སྐྱོ་དུ་མ་ནས་བསམས། གཞན་གཅེས་འཛིན་གྱི་པན་ཡོན་སྐྱོ་  
 དུ་མ་ནས་བསམས་པས། རང་གཅེས་པར་འཛིན་པ་ནི་རྣམ་པ་ཀུན་ནས་  
 གཞོད་པ་བྱེད་པའི་དགྲ་དང་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་སུ་  
 མཐོང་། གཞན་གཅེས་པར་འཛིན་པ་ནི་པན་བདེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་གནས་  
 སུ་མཐོང་ནས། སྤྱི་རང་ལ་གཅེས་པར་འཛིན་པ་དེའི་ཆབ་དུ་འགྲོ་བ་གཞན་  
 ཐམས་ཅད་གཅེས་པར་འཛིན་ཅིང་རང་ཡལ་བར་འདོར་བའི་སྐྱོ་བསྐྱེད། སྤྱི་  
 རྣམ་པ་ཀུན་ནས་རང་ཉིད་བདེ་བ་སྐྱབ་པ་དེ་དོར་ནས་འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་  
 རྣམས་བདེ་བའི་ཐབས་ཁོ་ན་བསྐྱབ། སྤྱི་གཞན་ཡལ་བར་འདོར་བའི་ཆབ་  
 ཏུ་རང་ཡལ་བར་དོར་ནས། རང་ཉིད་ཀྱིས་འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 སྤྱུག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་སྤྱོད་དགོས་ཀྱང་སྐྱོ་ངལ་མེད་ཅིང་། སེམས་ཅན་  
 གཞན་གྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་སྤྱོད་ཅམ་ཡང་སྐྱོས་མི་བཟོད་པར་སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་སེལ་བ་ལ་རྣམ་པ་ཀུན་ནས་འབད་པར་བྱེད་པའོ། །དེ་  
 ལྟར་མ་ཀླན་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཡིད་བཞིན་ལོར་བུ་ལྟར་ཞིན་ཏུ་གཅེས་  
 ཞིང་པངས་བའི་ཡིད་འོང་གི་བྱམས་པ་སྐྱེས་པ་ན། དེ་ནས་བདག་གི་མ་ཀླན་  
 སེམས་ཅན་འདི་རྣམས་ཇི་ལྟར་བྱས་ན་བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་ཐམས་ཅད་  
 དང་ལྡན་པར་འགྱུར། ཇི་ལྟར་བྱས་ན་སྤྱུག་བསྐྱེད་དང་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་  
 ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བར་འགྱུར་སྟམ་དུ་ཡང་ཡང་བསམ།



དེ་ཡང་བསྐྱབ་བརྟུས་ལས། ཉོན་མོངས་ཀྱིས་སྒྲིག་ཏེ་བྱུག་སྤྲོངས། །  
གཡང་ས་མང་པོའི་ལམ་དུ་ནི། །གོམ་པ་རེ་རེ་བརྟེན་འཆར་བ། །བདག་དང་  
གཞན་རྟོག་སྤྲོད་པ་ཞི། །འགྲོ་བ་རྣམས་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་མཚུངས། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར། བདག་གི་མ་ཁྱེད་འདི་རྣམས་བདེ་བ་འདོད་ཀྱང་དེའི་རྒྱ་མི་  
ཤེས། སྤྱག་བསྐྱེད་མི་འདོད་ཀྱང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་འབའ་ཞིག་བསྐྱབ། བདེ་  
བ་བྱུང་བར་དུ་འཕགས་པ་རྣམས་ལྟ་ཞོག །སྤྱག་བསྐྱེད་སྤྱིར་བཙུགས་པའི་བདེ་  
བ་ཙམ་ཡང་རྟོག་དཀའ་བར་འདུག ད་དུང་ཡང་སྤྱག་བསྐྱེད་འབའ་ཞིག་ཐོབ་  
པ་ལས་བདེ་བ་ཐོབ་པ་དཀའ་སྟེ། སྤང་དོར་འབྱེད་པའི་སྒོ་གྲོས་ཀྱི་མིག་ནི་  
མོང་། དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཀྱི་མོང་བྲིད་དང་ནི་བྲལ། སྒོ་གསུམ་ཀྱི་ཉེས་  
སྒྲོད་མང་པོས་ནི་དབྱེན་སྒྲོས་པས་བརྟེན་འཆོས་ཏེ་རན་མོང་གསུམ་ཀྱི་  
གཡང་ས་འཛིགས་སུ་རུང་བར་ལྷུང་བ་དང་ལྷུང་དུ་ཉི་བ་ཤ་སྟག་ཏུ་འདུག་  
པས་འདི་རྣམས་རེ་སྤྱིང་རྗེ། མ་ཁྱེད་འདི་རྣམས་སྒྲོལ་བ་བདག་ལ་བབས་  
པས། མ་ཁྱེད་སེམས་ཅན་འདི་ཐམས་ཅད་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་  
རྒྱ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་ཞིག་བདག་གིས་བྱའོ། །བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་  
ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་བདག་གིས་བྱའོ་སྟུམ་དུ་བསམས་ལ། གནས་  
སྐབས་ཀྱི་བདེ་བ་སྒྲོལ་པ་རྣམས་དང་། མཐར་ཐུག་སྤྱི་མེད་པའི་བྱང་  
ཆུབ་ཀྱི་བདེ་བ་རྣམས་མོས་པས་མ་ཁྱེད་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བསྐྱབ་ཅིང་།  
དེ་ལྟ་བུའི་བདེ་བ་མཐའ་དག་དང་ལྡན་ན་ཅི་མ་རུང་སྟུམ་དུ་བྲམས་པ་ཤུགས་  
ཅག་ཏུ་བསྒྲོལ། འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་གིས་མནར་ཚུལ་



རྣམས་བསམས་ལ། སྤྱག་བསྐྱེད་འདི་མཐའ་དག་དང་བྲལ་ན་ཅི་མ་རུང་སྣམ་  
 དུ་སྟོང་རྗེ་དག་ཏུ་བསྒྲོམ་མོ། །བྱམས་པ་དང་སྟོང་རྗེ་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་དང་། རྒྱལ་སྤྱོད་རྣམས་སྟོང་པ་རྒྱབས་པོ་ཆེ་ལ་བསྐྱེད་  
 བའི་རྟེན་དམ་པ་ཡིན་ལ། སངས་རྒྱས་ནས་ཀྱང་ནམ་མཁའ་མ་བཟད་ཀྱི་བར་དུ་  
 འགྲོ་བའི་དོན་རྒྱན་མི་འཆད་པར་འབྱུང་བའང་བྱམས་སྟོང་རྗེའི་མཐུ་ཡིན་  
 པས་སངས་རྒྱས་སྐྱབ་པ་ལ་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་གལ་ཆེ་བ་དང་།  
 ཕྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་སྤྱོད་དང་བཅས་པ་ལ་བསྐྱེད་པའི་བར་དུ་མཆོད་པ་  
 ལུལ་བ་ལས། དབེན་པའི་གནས་སུ་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བྱམས་སྟོང་རྗེ་  
 ཡུད་ཅམ་ཞིག་བསྒྲོམས་པ་པན་ཡོན་ཆེ་བ་དང་། དབུལ་ཞིང་ཕོངས་པའི་  
 སེམས་ཅན་གྲངས་མེད་པ་ལ་བསྐྱེད་པའི་བར་དུ་སྦྱིན་པ་བྱས་པ་ལས།  
 སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བྱམས་སྟོང་རྗེ་ཡུད་ཅམ་ཞིག་བསྒྲོམས་པ་པན་ཡོན་  
 ཆེ་བར་གསུངས་ལ། རང་གི་དོན་ལའང་ཐབས་གཞན་གང་ལས་ཀྱང་བྱམས་  
 སྟོང་རྗེ་བསྐྱེད་ཀྱི། སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བྱམས་སྟོང་རྗེ་བསྒྲོམས་ན་ལྟ་མི་  
 ཐམས་ཅད་རང་ལ་དགའ་ཞིང་མགྲོ་བས་འདུད་པ་དང་། དཀར་ཕྱོགས་སྟོང་  
 བའི་སྤང་མ་རྣམས་ཀྱིས་རྟག་ཏུ་བསྐྱུང་བ་དང་། གཞོད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་  
 རང་ཞིར་འགྱུར་ཏེ། བཅོམ་ལྡན་འདས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཤིང་རུང་དུ་བཞུགས་པ་  
 ལ་བདུད་ཀྱི་དམག་ཆོགས་ནམ་མཁའི་ཁྲོན་གང་བ་ལྟ་བུས་གཞོད་པ་དང་  
 བར་ཆད་བྱ་བར་རྩོམ་པ་ན། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བདུད་ཀྱི་དམག་ཆོགས་  
 དེ་དག་ཐམས་ཅད་བྱམས་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ཀྱིས་འདུལ་བར་མཛད་པ་ལྟར་

རོ། །སྤྱན་སྒྲ་བས་བྱམས་སྒྲིང་རྗེའི་བསྐྱགས་པ་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་པ་ན། སྤང་  
རི་ཐང་པས་ཕྱག་བྱས་ཏེ་ཁོ་བོས་དེང་ནས་བཟུང་སྟེ་བྱམས་སྒྲིང་རྗེ་འབའ་  
ཞིག་སྒྲོམ་པར་ཞུ་བྱས་པས། སྤྱན་སྒྲ་བས་དབུ་ལྷ་ཕུད་དེ་ཕྱག་ཐལ་མོ་སྤྲར་  
ནས་དབུ་དུད་དུད་མཛད་ཅིང། རོ་བོ་པ་ཆ་བྱད་བཟང་ཞེས་ལན་གསུམ་  
བསྟུད་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེ་ལྟར་བྱམས་པ་དང་སྒྲིང་རྗེའི་པན་ཡོན་  
ལ་ངེས་པ་རྟེན་པར་བྱས་ལ། ཐུན་དངོས་གཞི་དང་ཐུན་མཚམས་ཐམས་ཅད་  
དུ་བསྒྲོམ་ཞིང། མ་གཞན་སེམས་ཅན་རྣམས་སྤྱག་བསྐྱེད་མཐའ་དག་ལས་  
བསྐྱེད་བ་དང་བདེ་བ་མཐའ་དག་ལ་འགོད་པའི་ཁྱར་ཁྱེར་ནས་གཏོང་ལེན་  
སྒྲོམ་པ་ལ།

གཏོང་བ་སྒྲོམ་པ་དང་། ལེན་པ་སྒྲོམ་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་གཏོང་བ་  
སྒྲོམ་པ་ལ། ཐོག་མར་བཏང་བའི་པན་ཡོན་དང་མ་བཏང་བའི་ཉེས་དམིགས་  
བསྒྲོམས་ན་གཏོང་བ་ལ་སྒྲོ་ལྷགས་ཆེ་བར་འགྱུར་རོ། །

དེ་ལ་གཏོང་བའི་སེམས་སྐྱེ་བའི་གོགས་ཡོངས་སུ་བཟུང་བའི་ཉེས་  
དམིགས་ནི། ཟླ་བ་སྒྲོན་མའི་མདོ་ལས་ངི་སྐད་དུ། རུལ་པར་གྱུར་པའི་ལུས་  
འདི་དང་། །སྒོག་གྲང་གཡོ་བ་དབང་མེད་ཅིང། །མི་ལམ་སྐྱུ་མ་འབྲ་བ་ལ།  
།བྱིས་པ་འདི་དག་ཆགས་པས་ན། །ཤིན་ཏུ་མ་རུངས་ལས་བྱས་ཏེ། །སྒྲིག་  
པའི་དབང་དུ་སོང་བ་དང་། །མི་མཁས་འཆི་བདག་བཞོན་པས་སོང་། །དེ་  
དག་མི་བཟད་སེམས་དཔྱུལ་འགོ་། །ཞེས་སོགས་རྒྱལ་བའི་བཀའ་དང་  
དགོངས་འགྲེལ་གྱི་བསྟན་བཅོས་ཐམས་ཅད་ནས་ཡོངས་སུ་འདྲིན་པའི་ཉེས་

དམིགས་དང་གཏོང་བའི་ཕན་ཡོན་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་པས། ཕན་ཡོན་དང་  
ཉེས་དམིགས་དེ་དག་ལ་ཡང་དང་ཡང་དུ་དབྱུང་ཅིང་ངེས་པ་བྱངས་ལ། ལུས་  
དང་ལོངས་སྟོང་འབད་བ་དུ་མས་བསྐྱུངས་ཀྱང་ངེས་པར་འདོར་དགོས་ཤིང་  
སྙིང་པོ་གང་ཡང་མེད་པ་འདི་ལ་གཏོང་བའི་སེམས་མི་སྐྱེ་བ་ནི་བདག་ཤིན་ཏུ་  
ཐུན་མོ་སྙམ་དུ་ཡང་དང་ཡང་དུ་བསམ།

ཡང་སྟོང་འབྱུག་ལས། ཐམས་ཅད་བཏང་བས་ཐུང་ན་འདལ། །བདག་  
ཚོ་ཐུང་ན་འདས་པ་བསྐྱབ། །ཐམས་ཅད་གཏོང་བར་ཆབས་གཅིག་ལ། །  
སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བཏང་བ་མཆོག་ །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། ལུས་དང་  
ལོངས་སྟོང་ལ་མ་ཆགས་པར་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་བཏང་བས་སྒྲ་ན་མེད་  
པའི་བྱང་ཆུབ་འཕྲོག་པར་འགྱུར་ལ། ལུས་དང་ལོངས་སྟོང་ལ་ཆགས་ནས་  
འབད་བས་བསྐྱུངས་ཀྱང་རང་དབང་མེད་པར་སྐྱར་དུ་འདོར་དགོས་པ་དང་།  
བྱབ་པའི་འབྲུངས་རབས་རྣམས་སུ་ལུས་དང་ལོངས་སྟོང་ཐམས་ཅད་ལ་མ་  
ཆགས་པར་སྦྱིན་པ་ཇི་ལྟར་མཛད་པའི་ཚུལ་དང་། དེ་ལྟར་མཛད་པས་འབྲས་  
བུ་ཇི་ལྟར་གྲུབ་པའི་ཚུལ་རྣམས་ཡང་ཡང་བསམས་ལ། གཏོང་སེམས་སྒྲོམ་  
པ་ལ་སྟོ་ཤུགས་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །གཏོང་སེམས་ཇི་ལྟར་སྒྲོམ་པ་ནི།

སྟོང་པོ་བཀོད་པའི་མདོ་ལས། བདག་ཉིད་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཉེ་  
བར་འཆོ་བའི་ཡིད་བཞིན་གྱི་ལུས་སུ་བསྐྱར་ནས། ཞེས་དང་།

དོ་ཇི་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་མདོ་ལས། འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་བཞི་ནི་སྟོ་སྙེ་  
ཆོགས་ཚུལ་སྙེ་ཆོགས་རྣམ་གྲངས་སྙེ་ཆོགས་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་

ཉེ་བར་འཆོ་བ་དེ་བཞིན་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བདག་ཉིད་ཀྱི་ལུས་ཀྱང་  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཉེ་བར་འཆོ་བའི་གཞིར་བསྐྱུར། ཞེས་དང་།

སྤྱོད་འཇུག་ལས། སེམས་ཅན་རྣམས་དོན་བསྐྱུབ་པའི་ཕྱིར། །ཡིད་  
བཞིན་ཀྱི་ནི་ལུས་སུ་བསྐྱུར། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། གང་ལ་གང་འདོད་ཀྱི་  
རྣམ་པར་སྒོས་སྤྱུལ་ནས་གཏོང་བ་ཡིན་ལ། གང་གཏང་བར་བྱ་བ་ནི། ལུས་  
དང་ལོངས་སྤྱོད་དང་དགེ་ཙུག་གསུམ་གཏོང་བ་སྟེ། དེ་གསུམ་དུ་མ་འདུས་པའི་  
གཏོང་བྱའི་རྗེས་གཞན་མེད་པས། རང་གི་དབང་བྱར་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་  
གཏོང་བའོ།

དེ་ལ་ལུས་གཏོང་བ་དང་། ལོངས་སྤྱོད་གཏོང་བ་དང་། དགེ་ཙུག་གཏོང་  
བ་གསུམ་ལས། དང་པོ་རང་གི་ལུས་གཏོང་བ་ནི། རང་གི་ལུས་ཡིད་བཞིན་  
ཀྱི་ལུས་ཀྱི་རྣམ་པ་བསམས་ལ། ཐོག་མར་ཆེ་འདིའི་མ་གསལ་བཏབ་སྟེ། མ་  
འིན་ཅན་འདི་ལས་ཉོན་ཀྱིས་རང་དབང་མེད་པར་བཅིངས་ནས་བདེ་བའི་གོ་  
སྐབས་མེད་པར་སྤྱག་བསྐྱུལ་གསུམ་ཀྱིས་ཡུན་དུ་མནར་བ་འདི་སྤྱིང་རེ་རྗེ་  
སྟམ་དུ་བྱམས་སྤྱིང་རྗེ་ཤུགས་དག་དུ་བསྐྱོམ་ཞིང་། མ་འིན་ཅན་འདི་ཉིད་  
སྤྱག་བསྐྱུལ་དང་སྤྱག་བསྐྱུལ་གྱི་རྒྱ་ཐམས་ཅད་ལས་བསྐྱུལ་བདེ་བ་དང་བདེ་  
བའི་རྒྱ་ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་བདག་གིས་བྱའོ་སྟམ་དུ་བསམས་ལ།  
རང་གི་ལུས་རང་འདོད་ལ་སྟོས་པ་མེད་པར་མ་ལ་བཏང་བས། ལུས་དེ་ལས་  
གང་ལ་གང་འདོད་ཀྱི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་བྱུང་ནས་མ་གཞན་དེའི་ལུས་ཀྱི་  
ཉེས་སྤྱོན་ཐམས་ཅད་དག་ནས་མཐོ་རིས་ཡོན་ཏན་བདུན་དང་ལྡན་པའི་ལུས་

ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་ནད་ལ་སོགས་པའི་སྐྱོན་རྣམ་པ་ཀུན་ནས་མེད་ཅིང་ལྷན་  
ལུས་ལྟ་བུར་བཟང་ཞིང་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ཏུ་གྱུར། ལུས་  
དེ་ལ་དགོས་པའི་ཡོངས་སྐྱོད་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བསམས་པ་བཞིན་དུ་གྲུབ་སྟེ།  
ཆོས་སྐྱབ་པའི་ཕྱི་ནང་གི་མ་ཐུན་རྒྱུན་ཐམས་ཅད་ཆང་།      སེམས་རྒྱད་ལ་  
བྱམས་སྟོང་རྩེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཕྱིན་དུག་བསྐྱབ་བཞི་སོགས་ས་ལམ་  
ཐམས་ཅད་རྫོགས་ཏེ།      ལུས་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱོད་སེམས་ཆོས་སྐྱའི་ངང་དུ་  
གྱུར་པར་བསམ་མོ། །

དེ་ནས་རང་གི་མ་དེ་མདུན་དུ་གསལ་བར་དམིགས་ནས་བྱམས་སྟོང་  
རྩེ་ལྷགས་དག་ཏུ་བསྐྱེད་ལ་ལུས་གཏོང་བའི་དམིགས་པ་སྒར་ལྟར་བྱེད། དེ་  
ནས་ཉེ་འབྲེལ་གཞན་རྣམས་ལ་དེ་བཞིན་དུ་བསྐྱོམ། དེ་ནས་རང་གི་ཉེ་འཁོར་  
ཀྱི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་དེ་བཞིན་དུ་བསྐྱོམ། དེ་ནས་རིམ་གྱིས་རྒྱ་རེ་ཆེར་  
བཏང་སྟེ་འཇམ་བུའི་སྤྱིང་གི་སེམས་ཅན་རྣམས་དང་།      སྤྱིང་བཞིའི་སེམས་  
ཅན་རྣམས་དང་། དེ་ནས་སྟོང་དང་པོའི་སེམས་ཅན་རྣམས་དང་། དེ་ནས་སྟོང་  
གཉིས་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་དང་།      དེ་ནས་སྟོང་གསུམ་གྱི་སེམས་ཅན་  
རྣམས་དང་།      མཐར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་པ་གོང་བཞིན་བྱས་  
ལ་གཏོང་བ་བསྐྱོམ།      ཡང་རེས་འགའ་དཔྱལ་བ་མནར་མེད་ནས་བཟུང་སྟེ་  
རིམ་གྱིས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ལུས་གཏོང་བའི་དམིགས་པ་སྐྱོང་།  
དེའི་ཚུལ་ནི་དཔྱལ་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་དམིགས་ཏེ་བདག་གི་མ་དྲིན་  
ཅན་བདག་ལན་བརྒྱར་གསོས་ཤིང་བསྐྱངས་པ། ཆ་བས་གདུངས་ཆེ་བསིལ་



བའི་ཐབས་བྱེད་པ། ཐ་ན་ཟས་ཀྱིས་ཁ་ཆིག་དོགས་ནས་ཆོད་མ་སོགས་ལ་  
ཕུ་བཏབ་སྟེ་སྟེར་བ། གང་བའི་ཆེ་འབྲུགས་དོགས་ནས་ལུས་ཀྱི་ཐོད་ལ་སྦྱར་  
ཏེ་གསོ་བར་བྱེད་པ། ད་ལྟ་དཔྱལ་བའི་གནས་ན་ཆ་གང་གི་སྤྱག་བསྐྱལ་  
བཟོད་དཀའ་བ་སྤྱོད་བ་འདི་རྣམས་སྤྱིང་རེ་རྗེ། འདི་རྣམས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱལ་  
ཐམས་ཅད་བདག་གི་རྒྱུད་སྟེང་དུ་སྒྲངས་ལ་འདི་རྣམས་དཔྱལ་བའི་གནས་  
ལས་ངེས་པར་ཐར་བར་བྱས་ཏེ། བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་ཐམས་ཅད་དང་  
ལྡན་པ་ཞིག་བདག་གིས་བྱའོ་སྙམ་དུ་བྱམས་པ་ཤུགས་དག་ཏུ་བསྐྱོམས་ལ།  
རང་གི་ལུས་ཡིད་བཞིན་གྱི་ལུས་ཀྱི་རྣམ་པ་ལས་ལུས་དཔག་ཏུ་མེད་པ་  
དཔྱལ་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་གངས་དང་མཉམ་པ་སྤྱལ་ནས། ཡང་སོས་  
ལ་སོགས་པའི་ཆ་དཔྱལ་བརྒྱད། ལུ་བྱར་ཅན་ལ་སོགས་པའི་གང་དཔྱལ་  
བརྒྱད། ཉི་ཆེ་བ་དང་ཉི་འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བ་ཇི་སྟེད་ཡོད་པ་  
རྣམས་ལ་བཏང་བས། དེ་ཐམས་ཅད་གསེར་འབྱུར་གྱི་ཅིས་ལྷགས་གསེར་  
དུ་བསྦྱར་བ་ལྟར། གླུ་ཅིག་ལ་དཔྱལ་བའི་ལུས་འབྱུར་ནས་འཕགས་པའི་  
ནོར་བདུན་གྱིས་སྤྱག་པའི་མཐོ་རིས་ཡོན་ཏན་བདུན་ལྡན་གྱི་དལ་འབྱོར་གྱི་  
ལུས་ཤིག་སྤྱག་ཐོབ་པར་བསམ་མོ། །ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་ལས་  
ཟས་གོས་སོགས་ཅི་འདོད་འབྱུང་བ་ལྟར། ཡིད་བཞིན་གྱི་ལུས་ལས་  
དམིགས་ལུལ་དེ་དག་ལ་ཁ་ཟས་རོ་བརྒྱ་པ། གོས་སྟོང་ཕྲག་བརྒྱ་པ། ཁང་པ་  
བཅེགས་པ་ལྟ་བརྒྱ་པ་དང་། གྲོགས་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་སྟེ། གང་གིས་  
ལོངས་སྟོང་པའི་ཏེན། ལུལ་གང་ལ་ལོངས་སྟོང་པའི་ལོངས་སྟོང་། གང་དང་

ལྷན་ཅིག་ཡོངས་སྤྱོད་པའི་འཁོར་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་རྣམས་ཐོབ་ཅིང་། དེ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དམ་པའི་ཆོས་སྐྱབ་པའི་མཐུན་ཆེན་དུ་  
 གྱུར་པར་བསམ་མོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉིན་  
 མཚན་ཉིད་དང་ལྷན་པས་དགྲེས་བཞིན་དུ་རྗེས་སུ་འཛིན་པ་དང་། གང་ལ་  
 ཐོས་བསམ་བྱ་བའི་གཞི་མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་གསུང་རབ་སོགས་ཕྱིའི་ཆེན་  
 རྣམས་དང་། རང་གི་ཆེན་དད་སོགས་འཕགས་པའི་ནོར་བདུན། ཡང་དག་  
 སྤོང་བ་བཞི། དན་པ་ཉིར་གཞག་བཞི། རྩ་འབྲུལ་གྱི་རྒྱུ་པ་བཞི། དབང་པོ་ལྷ།  
 ལྷོ་བས་ལྷ། བྱང་ཆུབ་གྱི་ཡན་ལག་བདུན། འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད།  
 ལམ་བསྐྱབ་པ་རིན་པོ་ཆེ་གསུམ། བྱམས་སྤྱིང་རྗེའི་རྩ་བ་ཅན་གྱི་བྱང་ཆུབ་གྱི་  
 སེམས་རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་ཏེ། སྤྱོད་པ་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་དུག་ལ་སྦྱུད་པས་ཚོགས་  
 གཉིས་མཐར་ཕྱིན་ཏེ་སངས་རྒྱས་ནས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ལུས་གཟུགས་ཀྱི་སྦྱ་  
 དང་སེམས་ཚོས་ཀྱི་སྦྱར་གྱུར་པར་བསམ་མོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྤྱོད་པ་བཅུའི་  
 འཛིན་ཏེན་གྱི་ཁམས་མཐའ་ཡས་སུ་མེད་པ་ན་ཡི་དྲགས་ཀྱི་རིགས་སུམ་ཅུ་  
 སོ་དུག་གིས་བསྐྱུས་པའི་སེམས་ཅན་རི་སྟོད་ཡོད་པ་རྣམས་ལ་དམིགས་ཏེ།  
 བདག་གི་མ་ངོན་ཅན་བྱམས་པའི་ཤྱགས་ཀྱིས་གཟུགས་པའི་རུ་ཞོས་བདག་  
 གསོས་ཤིང་བསྐྱུངས་པ་རྣམས་ད་ལྟ་བུས་ཀྱི་མིང་ཡང་མི་ཐོས་པའི་སྤྱག་  
 བསྐྱུལ་གྱིས་ཉམ་ཐག་པ་འདི་རྣམས་སྤྱིང་རེ་རྗེ། མ་ངོན་ཅན་འདི་རྣམས་ལ་  
 བདག་གི་ལུས་འདི་ཕྱིན་ཏེ་ཡི་དྲགས་ཀྱི་གནས་ལས་སྦྱར་དུ་ཐར་བར་བྱས་  
 ཏེ། བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་ཐམས་ཅད་དང་ལྷན་པ་ཞིག་བདག་གིས་བྱའོ་

སྒྲུབ་དུ་བྱམས་སྒྲིང་རྗེ་ཤྱགས་བྲག་ཏུ་བསྐྱེད་ལ།      དེ་དག་ལ་རང་གི་ལུས་  
 བཏང་བས་སྒྲར་བཞིན་དེ་དག་སོ་སོའི་ལུས་སེམས་ཀྱི་ཉེས་སྒྲོན་དང་གདུང་  
 བ་རྣམས་ཞི་ཞིང་།      སྐྱེ་བ་གཉིས་དག་སྟེ་སངས་རྒྱས་ནས་སྐྱེ་གཉིས་དང་ལྡན་  
 པར་བསམ་མོ།      །དེ་བཞིན་དུ་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཀྱི་དུད་འགོ་བྱིངས་ན་  
 གནས་པ་དང་ཁ་འཐོར་བ་རྣམས་ལ་དམིགས་ཏེ།      བདག་གི་མ་ཐེན་ཅན་དུད་  
 འགོའི་གནས་ན་སྐྱགས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཉམ་ཐག་པ་འདི་རྣམས་སྒྲིང་རེ་རྗེ།      འདི་  
 དག་ལ་བདག་གི་ལུས་འདི་བྱིན་ནས་དུད་འགོའི་གནས་སྐྱབས་ལས་སྐྱར་དུ་  
 ཐར་བར་བྱས་ཏེ།      བདེ་བ་དང་བདེ་བའི་རྒྱ་ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་  
 བདག་གིས་བྱའོ་སྒྲུབ་དུ་བྱམས་སྒྲིང་རྗེ་ཤྱགས་བྲག་ཏུ་བསྐྱེད་ལ།      རང་གི་  
 ལུས་བཏང་བས་དེ་དག་སོ་སོའི་ལུས་སེམས་ཀྱི་ཉེས་སྒྲོན་དང་གདུང་བ་  
 རྣམས་ཞི་ཞིང་།      སྐྱེ་བ་གཉིས་དག་སྟེ་སངས་རྒྱས་ནས་སྐྱེ་གཉིས་དང་ལྡན་  
 པར་བསམ་མོ།      །དེ་བཞིན་དུ་སྐྱགས་བཙུའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཀྱི་སྐྱིང་  
 བཞི་སྐྱིང་ལྡན་བརྒྱད་ན་མི་ཁོམ་པའི་སྐྱེ་གནས་སུ་སོང་བའི་མིའི་འགོ་བ་  
 དང་། །

གཞན་ཡང་ཆེ་དེ་ལ་ཐར་ལམ་སྐྱབ་པའི་སྐྱལ་བ་མེད་པ་རྣམས་ལ་  
 བྱམས་སྒྲིང་རྗེ་ཤྱགས་བྲག་ཏུ་བསྐྱེད་ལ།      རང་གི་ལུས་བཏང་བས་སྒྲར་  
 བཞིན་དེ་དག་སོ་སོའི་ལུས་སེམས་ཀྱི་ཉེས་སྒྲོན་དང་གདུང་བ་རྣམས་ཞི་  
 ཞིང་།      སྐྱེ་བ་གཉིས་དག་སྟེ་སངས་རྒྱས་ནས་སྐྱེ་གཉིས་དང་ལྡན་པར་བསམ་  
 མོ།      །དེ་ནས་ཆེ་དེ་ལ་ཐར་ལམ་སྐྱེ་བའི་སྐྱལ་བ་དང་ལྡན་པའི་མི་རྣམས་ལ་

སྒྲུབ་ལྟར་བྱམས་སྟོང་རྩེ་ཤྱགས་བྲག་ཏུ་བསྐྱེད་ལ། རང་གི་ལུས་བཏང་བས་  
ལམ་སྐྱབ་པའི་སྤྱིའི་རྒྱུན་རྒྱུས་དང་ནང་གི་བསམ་པའི་རྒྱུན་ཐམས་ཅད་ཆད་  
ནས་སྒྲུབ་ལྟར་སངས་རྒྱས་པར་བསམ་མོ། དེ་བཞིན་དུ་རྒྱལ་ཆེན་རིས་བཞི་  
ལ་སོགས་པའི་འདོད་ལྷ་རིགས་བྲག །ཆངས་རིས་ནས་འབྲས་བྱ་ཆེ་བའི་  
བར་གྱི་གཟུགས་ཁམས་གནས་རིགས་བཅུ་བདུན། གཟུགས་མེད་སྐྱེ་  
མཆེད་ལུ་གཞན་གནས་པའི་སེམས་ཅན་རྒྱུས་ལ་བྱམས་སྟོང་རྩེ་ཤྱགས་  
བྲག་ཏུ་བསྐྱེད་ལ། སེམས་ཅན་དེ་དག་རེ་རེ་ལའང་ལུས་ཆང་བ་རེ་རེ་བཏང་  
བས་སྒྲུབ་བཞིན་དེ་དག་སོ་སོའི་ཉེས་སྐྱོན་དང་སྐྱིབ་གཉིས་དག་ནས་རིམ་  
གྱིས་སངས་རྒྱས་པར་བསམ་མོ། །

དེ་ནས་སྤྱིད་པ་བར་མ་དོན་གནས་པའི་སེམས་ཅན་རྒྱུས་ལ་བྱམས་  
སྟོང་རྩེ་ཤྱགས་བྲག་ཏུ་བསྐྱེད་ནས་རང་གི་ལུས་བཏང་བས། དེ་དག་སོ་སོའི་  
ལུས་སེམས་ཀྱི་ཉེས་སྐྱོན་དང་གདུང་བ་རྒྱུས་ཞི་ཞིང་། སྐྱིབ་གཉིས་དག་སྟེ་  
སངས་རྒྱས་ནས་སྐྱེ་གཉིས་དང་ལྡན་པར་བསམ་མོ། །ཡང་རེས་འགའ་ནི་  
ཤར་ལ་སོགས་པ་ཕྱོགས་དང་ཕྱོགས་མཆོམས་གྱིས་སྤྱེ་བའི་སེམས་ཅན་  
རྒྱུས་ལ་རིམ་གྱིས་གཏང་བར་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟར་ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་འཛིག་ཏེན་  
གྱི་ཁམས་གདུང་ལྟར་གྱི་སྤྱེ་མ་སྟེད་ན་སེམས་ཅན་རི་སྟེད་ཡོད་པ་རྒྱུས་ལ་  
བྱམས་སྟོང་རྩེ་ཤྱགས་བྲག་ཏུ་བསྐྱེད་ལ། རང་གི་ལུས་བཏང་བས་རིམ་གྱིས་  
སྒྲུབ་བཞིན་སངས་རྒྱས་པར་བསམ། དེ་བཞིན་དུ་ཕྱོགས་དང་ཕྱོགས་  
མཆོམས་ལྟག་མ་རྒྱུས་ན་གནས་པའི་སེམས་ཅན་རྒྱུས་ལ་བྱམས་སྟོང་རྩེ་



ཕྱགས་ཐག་ཏུ་བསྐྱེད་ལ། རང་གི་ལུས་བཏང་བས་སྒར་བཞིན་སངས་རྒྱས་  
པར་བསམ་མོ། དེ་ལྟར་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་རང་གི་ལུས་གཏོང་བའི་ཚུལ་  
ལྟོ་སྒྲ་ཆོགས་ནས་སྤྱད་སྟེ། དེས་འགའ་རང་གི་ལུས་དཔག་ཏུ་མེད་པར་སྤྱལ་  
ནས་སེམས་ཅན་རེ་རེ་ལ་འང་ལུས་རེ་རེ་བཏང་བས་གང་ལ་གང་འདོད་ཀྱིས་  
ཆོམ་པར་བསམ་མོ། །དེས་འགའ་ལུས་གཅིག་ཏུ་འདི་ལས་གང་ལ་གང་  
འདོད་ཀྱི་དངོས་པོ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་སྤྱལ་ནས་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་གཏོང་།  
དེ་ལྟར་སེམས་ཅན་ཐ་མལ་པ་རྣམས་ལ་ལུས་གཏོང་བའི་དམིགས་པ་སྤྱད་སྟེ་  
ནས། ལམ་ཁྱགས་ཀྱི་གང་ཟག་རྣམས་ལ་རང་གི་ལུས་གཏོང་བའི་ཚུལ་ནི།  
ཐེག་པ་དམན་པའི་གང་ཟག་རྣམས་ལ་རང་གི་ལུས་ཡིད་བཞིན་ཀྱི་ལུས་ཀྱི་  
རྣམ་པར་བསྐྱར་ནས་རེ་རེ་ལ་ལུས་རེ་རེ་སྤྱལ་བས། ཐེག་དམན་ཀྱི་ལམ་དུ་  
ཁྱགས་པའི་ཉན་རང་དེ་རྣམས་ཀྱི་ལུས་ལ་ཡོད་པའི་ནད་དང་ཁྲ་ལེང་  
འཁོགས་པ་ལ་སོགས་པའི་སློན་ཐམས་ཅད་དང་། ཐུགས་ཀྱི་སླིབ་པ་གནས་  
ངན་ལེན་ཐམས་ཅད་སྐད་ཅིག་ལ་དག། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ས་ལམ་ཐམས་ཅད་  
རྫོགས་ཏེ་ལུས་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེད་དང་ཐུགས་ཆོས་ཀྱི་སྐྱར་གྱུར་པར་བསམ།  
དེ་བཞིན་དུ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོགས་ལམ་ནས་ས་བཅུ་པའི་བར་ཀྱི་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་རང་གི་ལུས་ཡིད་བཞིན་ཀྱི་ལུས་ཀྱི་རྣམ་པར་  
སྒོས་སྤྱལ་ནས་སྤྱལ་བས། སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་དེ་དག་གི་སྐྱེ་ལུས་དང་  
ཐུགས་རྒྱུད་ལ་ཉེས་སློན་སྤྱོད་པོ་ཅི་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་དག། ཆོགས་གཉིས་  
སྐྱར་དུ་རྫོགས་ཏེ་སྐྱེ་མཆོན་དཔེས་སྤྱས་པའི་གཟུགས་སྐྱེད་དང་ཐུགས་ཆོས་



སྐྱུར་གྱུར་པར་བསམ་མོ། །

དེ་ནས་ཅ་བརྒྱད་ཀྱི་སྒྲ་མ་རྣམས་དང་ཕྱོགས་བཅུའི་འཛིག་ཏེན་གྱི་  
 ཁམས་མཐའ་ཡས་ཟུ་མེད་པ་ན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་བཙུག་ལྷན་  
 འདས་རྣམས་ལ་སྒྲར་བཞིན་དུ་རང་གི་ལུས་ཡིད་བཞིན་གྱི་ལུས་ཀྱི་རྣམ་པ་  
 དཔག་ཏུ་མེད་པར་བསམ་སྟེ། དེ་དག་རེ་རེའི་བྱང་དུ་འདྲ་ལུས་དུ་མར་སྒྱུལ།  
 ལུས་རེ་རེ་ལ་མགོ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་དང་། མགོ་རེ་རེ་ལ་ལྗེ་དཔག་ཏུ་མེད་  
 པར་སྒྲོས་སྒྱལ་ཏེ་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་ཡོན་ཏན་ལས་བཅུམས་ཏེ་དག་གིས་  
 བསྟོད་དབྱངས་བརྗོད་པ་དང་། ཡིད་གིས་དད་པ་བསྒྲོམ་ཞིང་ལུས་གིས་བྱག་  
 འཆའ་བ་དང་། ཡིད་བཞིན་གྱི་ལུས་ལས་མཆོད་པའི་ཆོགས་རབ་འབྱམས་  
 བསམ་གིས་མི་བྱུང་བ་བྱང་བར་བསམས་ཏེ་སྤུལ་བས། དེ་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་  
 རྒྱུད་ལ་ཐག་པ་མེད་པའི་བདེ་བ་ཆེན་པོ་སྒྲར་ལས་ཀྱང་ལྷག་པ་ཆད་མེད་པ་  
 འབྱུངས་པར་བསམ་ཞིང་། ཕྱོགས་བཅུའི་ཞིང་ན་མཆོག་གི་སྤུལ་པའི་སྐྱུ་ཟུ་  
 དན་ལས་འདའ་པའི་ཚུལ་སྟོན་དུ་ཉི་བ་རྣམས་ལ། རང་གི་ལུས་སྒྲར་ལྷན་སྤུལ་  
 ཞིང་གསོལ་བ་བཏབ་པས། ཟུ་དན་ལས་མི་འདའ་བར་བསྐྱལ་པའི་བར་དུ་  
 བཞུགས་ནས་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བར་བསམ། རང་གི་སྒྲ་མ་དངོས་སུ་  
 བཞུགས་པ་རྣམས་ལ་ལུས་སྒྲར་བཞིན་སྤུལ་བས། སྐྱེ་ཆེ་མཛད་པ་འཕྲིན་  
 ལས་དང་བཅས་པ་རྒྱ་ཆེར་འཕེལ་བར་བསམ་མོ། །

དེ་ནས་རང་གི་ལུས་ཡིད་བཞིན་གྱི་ལུས་ཀྱི་རྣམ་པ་དཔག་ཏུ་མེད་  
 པར་སྤུལ་ནས་སྟོད་ཀྱི་འཛིག་ཏེན་རྣམས་ལ་གཏང་བར་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་ཕྱོགས་

བརྩའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་མཐའ་ཡས་ཟུ་མེད་པའི་སྒོད་གྱི་འཛིག་རྟེན་  
རྣམས་ལ་བཏང་བས་ལས་ངན་པའི་བདག་འབྲས་མི་གཙང་བ།   སྒོད་དུལ།  
ཆེར་མ། གྱོ་མོ། གསེག་མ། ངམ་གྲོག་། གཡང་ས་ལ་སོགས་པ་མ་དག་པའི་  
སྒོད་གྱི་སྒྱོན་ཐམས་ཅད་དག་ཅིང་གནས་འགྱུར་ཏེ།   འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་  
ཐམས་ཅད་ཀྱང་རིན་པོ་ཆེ་སྣ་ཆོགས་གྱི་རང་བཞིན་ལག་མཐེལ་ལྟར་མཉམ་  
པ། ཐ་གུ་ཆེ་བ། ཡངས་པ། རེག་ན་འཇམ་ཞིང་བདེ་བ། སྤེ་མ་མེད་ཅིང་འོད་  
གསལ་བ། ཅན་སྒྲུལ་གྱི་སྒྲིང་པོའི་སྤེ་བསྐྱེད་དང་ལྡན་པ། ལྷའི་མེ་ཏོག་སྣ་  
ཆོགས་གཙང་དུ་བཀྲམ་པ། མཐའ་རིན་པོ་ཆེའི་ས་གུས་བསྐྱོར་བ། གསེར་  
དང་དངུལ་དང་ཟུ་ཏིག་གི་བྱེ་མ་གྲམ་བྱར་བདལ་བ།   ལྷུངས་དང་ཀུ་ཟུ་ད་  
དང་བརྒྱ་འགྱིང་ཞིང་ལྡེ་མ་པས་ཁེབས་པ།   ཅུ་བྱ་སྣ་ཆོགས་སྐད་སྒྲོན་པར་  
སྒྲོག་པ་དགའ་ཞིང་འཕྲོ་ལ་ལྡིང་པས་བརྒྱན་པའི་ཡན་ལག་བརྒྱད་དང་ལྡན་  
པའི་མཆོ་དང་རྩིང་དང་སྤྲོང་ཀ་དག་གིས་མངེས་པར་བྱས་པ་སོགས་དག་  
པའི་ཞིང་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པར་གྱུར་ཏེ།   སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ཉན་རང་  
འཕགས་པའི་ཆོགས་རྣམས་ལ་མཆོད་པའི་སྒྲིན་གྱི་ཕྱང་པོ་ཆེན་པོ་བསམ་  
གྱིས་མི་བྱབ་པ་བྱུང་བར་བསམ་ཞིང་།   ཞིང་དེ་དག་ན་ཡོད་པའི་བརྩད་གྱི་  
སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་འབྲོར་པ་དེ་དག་ང་  
རྒྱལ་དང་རྒྱགས་པ་དང་སྤྲོགས་པའི་རྒྱུ་དུ་སྐད་ཅིག་ཀྱང་མི་འབྲོ་ཞིང་བྱང་  
ཅུབ་སྒྲུབ་པའི་མཐུན་རྒྱུན་ལ་ལྟག་ཏུ་གྱུར་པར་བསམས་ཏེ།   འདི་ནི་སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་སྒོད་དུ་ཡང་འགྱུར་བས་གལ་ཆེའོ།   དེ་ལྟར་སྒྱུར་སེམས་ཅན་

ཐམས་ཅད་ལ་ལུས་གཏོང་ཞིང། ལྷག་པར་རང་དང་གྲོགས་ཆོས་མཛད་  
 རྣམས་ལ་གཞོན་པ་བྱེད་པའི་མི་མ་ཡིན་རྣམས་དང། ཡང་སྒྲོས་སུ་དཔལ་  
 ལྡན་སྒྲ་མ་དམ་པའི་སྐྱེ་ཆེ་མཛད་པ་འཕྲིན་ལས་དང་བཅས་པ་ལ་གཞོན་པ་  
 བྱེད་པའི་མི་མ་ཡིན་རྣམས་ལ་བྱམས་སྦྱང་རྩེ་ཤུགས་དག་ཏུ་བསྐྱེད་ལ་ལུས་  
 གཏོང་བའི་དམིགས་པ་ཡང་ཡང་སྦྱོང་སྟེ། གཞོན་བྱེད་དེ་རྣམས། སྒྲོས་བཀུག་  
 ལ། བྱེད་རྣམས་ཀྱིས་ཐོག་མེད་ནས་བདག་གི་མ་བྱས་ཏེ་རུ་ཞོ་བྱེན་པ་གྲངས་  
 མེད་པས་ཤིན་ཏུ་དྲིན་ཆེ་ཞིང། བདག་གིས་བྱེད་ཅག་གི་ཤ་ཁྲག་ཐོས་པའང་  
 གྲངས་མེད་པས། ད་རེས་དྲིན་ལན་དང་བྱ་ལོན་འཇལ་བའི་ཕྱིར་བདག་གི་  
 ལུས་འདི་བྱེད་རྣམས་ལ་འབྱུངས་བས། བྱེད་ཅག་ཟས་འདོད་པ་ཟས། གོས་  
 འདོད་པ་གོས་སོགས་གང་དང་གང་འདོད་པའི་རྩ་རྣམས་བྱིར་ཞིག །བྱེད་  
 པར་བདག་གི་ལུས་འདི་བྱིར་ལ་ཤ་ལ་དགའ་ན་ཤ་ཤོ། ཁྲག་ལ་དགའ་ན་ཁྲག་  
 འཐུངས། རུས་པ་ལ་དགའ་ན་རུས་པ་ཐུར། པགས་པ་ལ་དགའ་ན་པགས་པ་  
 འདི་བྱིར་ལ་གྱོན་ཞིག །རིངས་ན་རྩེན་པར་ཤོ། མི་རིངས་ན་ཆོས་ལ་ཤོ་ཞིག །  
 ཅེས་བརྗོད་ཅིང་དེ་ལྟར་དུ་བསམས་པས། གཞོན་བྱེད་དེ་དག་གིས་རང་གི་  
 ལུས་ཀྱི་ཤ་ཁྲག་ཐོས་ཤིང་འཐུངས་པས། གསེར་འགྱུར་ཅིས་ལྷགས་ལ་རེག་  
 པ་བཞིན་དུ་གཞོན་བྱེད་དེ་དག་གི་ལུས་མི་སྐྱུག་པ་དང་སེམས་ཀྱི་སྦྱོན་ཞེ་  
 སྒྲིང་གཏུག་རྩུབ་ཐམས་ཅད་སྐྱད་ཅིག་ལ་ཞི་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་  
 ཆེ་རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་ཏེ་ཆོགས་གཉིས་རྩོགས་ནས་སངས་རྒྱུས་པར་བསམ་མོ།  
 དེ་ནས་ཡོངས་སྦྱོང་གཏོང་བའི་བསམ་པ་སྦྱོང་བ་ནི། ཟས་གོས་

གནས་ཁང་འཁོར་གཡོག་སོགས་གང་ལ་གང་འདོད་ཀྱི་འོངས་སྤྱོད་བསམ་  
གྱིས་མི་བྱབ་པ་སྒྲོས་སྤྱུལ་ནས། ཐོག་མར་རང་གི་མ་ནས་བཟུང་མཐར་  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བར་གོང་བཞིན་བཏང་བས། འཇིག་རྟེན་དང་  
འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་འོངས་སྤྱོད་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་ཡུལ་དེ་དག་  
རེ་རེ་ལའང་ཆ་ཆང་བར་བྱུང་ཞིང་། དེ་དག་ཀྱང་ཆོགས་ཇོགས་པའི་མ་ཐུན་  
རྒྱུ་ལ་སྟག་ཏུ་གྱུར་ནས། དེའི་རྒྱུ་གྱིས་སྤྱོད་ཏུ་ཆོགས་ཇོགས་ནས་སངས་  
རྒྱས་པར་བསམ། དེ་ནས་ལམ་ཁྲུགས་ཉན་རང་རྣམས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་རྣམས་ལ་འོངས་སྤྱོད་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་སྤྱུལ་ཏེ་སྤྱོད་ཏུ་འབྱུལ་  
བའི་དམིགས་པ་བྱེད། དེ་ནས་ཅ་བརྒྱད་ཀྱི་སྒྲ་མ་རྣམས་དང་སྤྱོགས་བཅུའི་  
སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་འོངས་སྤྱོད་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་སྒྲོས་སྤྱུལ་ནས་  
འབྱུལ་ཞིང་དམིགས་པ་སྤྱོད་ཏུ་འབྱུལ་བྱའོ།

དེ་ནས་དགེ་ཅ་གཏོང་བའི་བསམ་པ་སྤྱོད་བཞི། རང་གིས་དུས་  
གསུམ་དུ་བསགས་པ་དང་གསོག་པར་འགྱུར་བའི་དགེ་བའི་ཅ་བ་ཐམས་  
ཅད་དམིགས་ཡུལ་དུ་བྱས་ལ། ཆེ་འདྲིའི་མ་ནས་བཟུང་མཐར་སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་བར་ལ་གཏོང་ཆུ་ལ་གོང་ལྟར་བྱེད། དེ་ནས་ཉན་རང་རྣམས་  
དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་རྣམས་དང་ཅ་བརྒྱད་ཀྱི་སྒྲ་མ་རྣམས་དང་སངས་རྒྱས་  
རྣམས་ལའང་གོང་ལྟར་འབྱུལ་བའི་དམིགས་པ་བྱའོ། །དེ་ལྟར་རང་གི་ལུས་  
འོངས་སྤྱོད་དགེ་ཅ་རྣམས་གཞན་ལ་གཏོང་བའི་བསམ་པ་སྤྱོད་བཞི་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་པ་མད་དུ་བྱུང་བ་ཡིན་པས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་སྤྱོད་



རྣམས་སུ་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱགས་ཤིང་། དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་དགེ་ཅ་གཏོང་བ་འདི་  
 ཤིན་ཏུ་གཤམ་ཆེ་བར་གསུང་། དེ་ལྟར་ལུས་ལོངས་སྟོང་དགེ་ཅ་གསུམ་གཏོང་  
 བའི་ཚུལ་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་སྡེ་སྟེ་སྟེ་དང་། བྱད་པར་པལ་པོ་ཆེ་ལས་ཇི་  
 ལྟར་གཏོང་བའི་ཚུལ་དམིགས་པ་དང་བཅས་ཞིབ་ཏུ་གསུངས་པ། དེ་དག་གི་  
 དོན་རྣམས་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེ་སྟོམ་པའི་སྐབས་འདིར་ཇི་ལྟར་ཉམས་  
 སུ་ལེན་པའི་ཚུལ་བསྐྱབ་བརྟམ་དང་སྟོང་འཇུག་གཉིས་སུ་ཞིབ་ཏུ་གསུངས་  
 ཤིང་། དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་གོང་དུ་བཤའ་བ་ལྟར་སྦྱར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
 ལ་གཏོང་བ་དང་། སོ་སོར་སྤྱེ་ནས་དཔྱལ་བ་ནས་བཟུང་སྟེ་ས་བཅུའི་སེམས་  
 དཔའ་རྣམས་ཀྱི་བར་ལ་རིམ་གྱིས་གཏོང་བ་དང་། བཏང་ནས་དམིགས་པ་ཇི་  
 ལྟར་བྱ་བ་དང་། སྟོང་གི་འཇིག་རྟེན་རྣམས་ཀྱི་ཉེས་སྟོན་སྟོང་བ་དང་། སངས་  
 རྒྱལ་རྣམས་ལ་མཆོད་པ་འབུལ་བ་སོགས་རིམ་བཤེ་ལྟར་དུ་སྟོ་སྟོང་ཞིང་  
 སྟོན་ལམ་འདེབས་པའི་ཚུལ་སྟོང་འཇུག་བསྟོ་བའི་ལེ་ཁྲ་ལས་ཞིབ་ཏུ་བཤའ་  
 དེ། སྟོང་འཇུག་ཏུ་པར་སྤྱོན་དུག་གི་གཞན་རྣམས་ལ་ལེ་ཁྲ་ལོགས་སུ་ཡོད་  
 ཅིང་། སྤྱོན་པའི་ལེ་ཁྲ་ལོགས་སུ་མ་གསུངས་པ་ནི་སྟོམ་པ་གཟུང་བའི་སྐབས་  
 དང་། བསྟོ་བའི་ལེ་ཁྲར་རྒྱས་པར་གསུངས་པ་འདི་ལ་དགོངས་པ་ཡིན་ཞེས་  
 གསུང་། ལུས་ལོངས་སྟོང་དགེ་ཅ་གསུམ་སེམས་ཅན་སྟེ་དང་སོ་སོ་ལ་ཇི་  
 ལྟར་གཏོང་བའི་ཚུལ་སྟོང་འཇུག་གི་ཆོག་དང་སྦྱར་ནས་བཤའ་ན་ཆེས་ངོ་  
 མཆར་ཞིང་། གཏོང་སེམས་སྟོ་དུ་མ་ནས་སྦྱེད་པ་ལ་ཤིན་ཏུ་བསྐྱགས་ཀྱང་།  
 འདིར་ཡི་གེ་མང་བས་འཇིགས་ནས་བྲི་མ་རུས་ཤིང་། སྟོ་སྟོང་གི་བྲིད་ཡིག་



སྒོ་བཟང་དགོངས་རྒྱན་དུ་ཞིབ་ཏུ་བྲིས་བཅོམ་ཏོ། ཡང་རེས་འགའ་རང་གི་ལུས་  
ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་དང་བུམ་པ་བཟང་པོ་དང་འདོད་དགུ་འབྱུང་བའི་  
དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་སོགས་སུ་གྱུར་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བཏང་  
བས། མཁའ་ཁྲབ་གྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་མི་འདོད་པ་མཐའ་དག་ཞི་  
ཞིང་མཐུན་རྒྱུན་མཐའ་དག་ཆང་བ་དང་། བྱད་པར་ལམ་ལུ་དང་ས་བཅུ་ལ་  
སོགས་པ་སུར་དུ་རྒྱད་ལ་སྒྲིབ་པའི་མཐུན་རྒྱུན་ཐམས་ཅད་ཆང་བར་བསམས་  
ཤིང་། རང་གི་དུས་གསུམ་གྱི་དགོ་ཅ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་དེ་དག་གི་དོན་དུ་བསྒོ་  
ཞིང་སྒོན་ལམ་གདབ་པར་བྱའོ། །

གཏོང་སེམས་སྒོམ་ཚུལ་དེ་དག་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་སྡེ་རྣམས་  
གྱི་སྒྲིང་པོའི་དོན་རྒྱལ་སྤྲུལ་དམ་པ་རྣམས་གྱི་ཐུགས་དམ་གྱི་མཐིལ་ཡིན་  
བས། སེམས་ཐམས་ཅད་གྱིས་བསམ་ཞིང་སྒྲིབ་བྱའི་རྩལ་ཅི་ཡོད་གྱིས་  
འབད་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་གཏོང་སེམས་ཡུན་རིང་དུ་སྦྱངས་པས་རང་གི་  
ལུས་ལོངས་སྒྱོད་དགོ་ཅ་རྣམས་མཁའ་ཁྲབ་གྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་  
ལན་དང་རྣམ་སྒྲིན་ལ་རེ་བ་མེད་ཅིང་པངས་པ་མེད་པར་དངོས་སུ་གཏོང་  
རྒྱས་པ་དང་། གང་བཏང་བ་དེ་དག་ཀྱང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ངེས་པར་  
པན་པའི་ཐབས་སུ་གྱུར་ཏེ། ཇི་ལྟར་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་བཞི་དང་ནམ་མཁའི་  
ཁམས་གྱིས་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཉིར་འཆོའི་གཞི་དང་རྟེན་བྱེད་པ་ཇི་ལྟ་  
བར། བདག་ཉིད་ཀྱང་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཉིར་འཆོའི་གཞིར་གྱུར་ཏེ། ཟས་  
འདོད་པ་ལ་ཟས། གོས་འདོད་པ་ལ་གོས། བཏུང་བ་འདོད་པ་ལ་བཏུང་བ།

གནས་མལ་འདོད་པ་ལ་གནས་མལ། རད་པ་རྣམས་ལ་སྒྲན་དང་། ཡོ་བྱད་  
 འདོད་པ་རྣམས་ལ་ཡོ་བྱད་གང་ལ་གང་དགོས་སུ་འགྱུར་བ་དང་གཞན་ཡང་  
 ཡིད་བཞིན་གྱི་ཞོར་བྱ་དང་། འདོད་དགུ་འབྱུང་བའི་གཏེར་ཆེན་དང་། དཔག་  
 བསམ་གྱི་ཤིང་སོགས་སུ་གྱུར་ཏེ་གང་བསམས་པ་ཐམས་ཅད་ཡིད་བཞིན་  
 དུ་འགྱུར་བ་དང་། ཆོས་སྐྱབ་པའི་རྒྱུ་ལུས་ཏེན་སྤྱན་སུམ་ཆོགས་པ་དང་།  
 ཕྱིའི་རྒྱུ་དགོ་བའི་བཤེས་གཏེན་དང་སྒྲིགས་བམ་སོགས་སུ་གྱུར་ཏེ་གནས་  
 སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་དོན་ཐམས་ཅད་ཡིད་བཞིན་དུ་འགྱུར་བ་དང་། རང་  
 གི་རྒྱད་ལ་བྱམས་སྙིང་རྩེ་ལྷག་བསམ་རྣམས་ཆེས་ཆེར་རྒྱས་ཏེ་འདས་པའི་  
 དུས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ལྷག་  
 བསམ་སྙིང་སྟོབས་ཇི་ལྟར་བསྐྱེད་པར་མཛད་པ་དང་། མ་འོངས་པའི་བྱང་  
 ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ཇི་ལྟར་སྐྱེད་པར་  
 འགྱུར་བ་དང་། ད་ལྟར་ཕྱོགས་བཅུ་འཛིག་ཏེན་ན་བཞུགས་པའི་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ཇི་ལྟར་སྐྱེད་པ་དེ་དག་  
 ཐམས་ཅད་ལས་ཀྱང་ཆེས་ཆེར་ལྷག་པའི་ལྷག་བསམ་སྙིང་སྟོབས་ཆེན་པོ་  
 སྐྱེད་རུས་པ་དང་། བདག་པས་གཞན་གཅེས་བའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་  
 པོ་ཆེ་རྒྱབས་ཆེན་བཅོས་མ་མིན་པ་ཤུགས་དྲག་བསྐྱེད་པ་དང་། དེའི་མཐུས་  
 རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་སྟོད་པ་རྒྱབས་པོ་ཆེ་དཔག་པར་དཀའ་བ་ཅི་འདྲ་ཞིག་ལའང་  
 ཞུམ་པ་མེད་པར་སྟོབ་རུས་པ་དང་། སྟོད་པ་དེ་དག་སྤྱར་དུ་རྩོགས་པར་སྒྲ་  
 མ་ལྷས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། ཞེས་གསོལ་བ་ཤུགས་དྲག་ཏུ་གདབ་

གོ། །

བྱམས་པའི་དམིགས་ནམ་གྱི་སྒོ་ནས་གཏོང་སེམས་སྤྲོད་ཚུལ་དེ་ལྟར་  
བྱས་ནས་སྤྲོད་མེད་དམིགས་ནམ་གྱི་སྒོ་ནས་གཞན་གྱི་སྤྲིག་སྤྱུག་རང་ལ་  
ལེན་པའི་དམིགས་ནམ་སྒོམ་ཚུལ་ནི། སྤྱི་བོར་སྒྲ་མ་ལྟ་སྒོམ་བཞིན་པའི་ངང་  
ནས་འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ། ལེན་པའི་གོ་རིམས་རང་ནས་བཅུམ། ཞེས་འབྱུང་  
བ་ལྟར། གཞན་གྱི་སྤྲིག་སྤྱུག་ལེན་པ་ལ་མ་གོམས་བས་དེ་འབྲེལ་མི་རྒྱས་སོ་  
སྒྲམ་པ་བྱུང་ན་རེ་ཞིག་རང་ལ་མ་འོངས་པ་ན་འབྱུང་རྒྱའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ནམས་  
ད་ལྟར་གྱི་ལུས་འདིའི་སྤྲོད་དུ་ལེན་པའི་བསམ་པ་སྤྲངས་ནས། དེ་ལ་གོམས་  
པ་ན་སེམས་ཅན་ནམས་གྱི་སྤྲིག་སྤྱུག་ལེན་པའི་བསམ་པ་སྤྲོད་བ་ཡིན་ནོ།  
།དེ་ཡང་དེ་རིང་སྤྱོད་ཐུན་ལྟ་བུ་ལ་སྤྱི་བོ་འབྱུང་རྒྱའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ནམས་  
ལེན་ཅིང་། རིམ་གྱིས་སྒྲ་བ་འདི་དང་མ་ཞི་ཚུན་དང་ཆེ་རབས་སྤྱི་མའི་སྤྱུག་  
བསྐྱེད་ནམས་ཀྱང་ད་ལྟའི་རྒྱུད་ཐོག་ཏུ་ལེན་པའི་མོས་པ་བྱེད། དེ་ནས་གཞན་  
གྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ལེན་པ་ལ་འཇུག་གོ།

དེ་ཡང་གཞན་གྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་སྤྲངས་ནས་མི་མཛོན་པར་བྱེད་པ་འཇུག་  
རང་གི་ཕྱང་པོ་ལས་ལོགས་སུ་གཞན་ཞིག་ཏུ་འཛོག་པ་ལྟ་བུ་མིན་གྱི། རང་  
གི་སྤྲོད་གི་ནང་དུ་ལེན་པ་ཡིན་ཏེ། གཞན་གྱི་སྤྲིག་སྤྱུག་ལེན་པ་ནི་སྤྲོད་མེད་དང་  
སྤྱུག་བསམ་གྱི་དམིགས་ནམ་ལ་ཅུལ་སྤྲོད་བ་དང་རང་གི་གཅེས་འཛིན་  
འདུལ་བའི་སྤྱིར་དུ་ཡིན་པས། མ་གྲག་སེམས་ཅན་ནམས་གྱི་རྒྱ་ཀྱན་འབྱུང་  
དང་འབྲས་བུ་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་སྤྲངས་ཏེ་རང་གི་སྤྲོད་ནང་གི་གཅེས་

འཛིན་གྱི་ཐོག་ཏུ་བབས་པས་གཅེས་འཛིན་འགོང་པོ་སྐད་ཅིག་ཉིད་ལ་བརྒྱག་  
 བར་བསམ། ལེན་པ་སྒོམ་པ་འདིའི་སྐབས་སུ་ཡང་སྒར་བ་ཤད་པ་ལྟར། རང་  
 གི་ཆེ་འདིའི་མ་ནས་བཟུང་མཐར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བར་རིམ་གྱིས་  
 ལེན། ཡང་རེས་འགའ་དཔྱལ་བ་པ་རྣམས་ནས་བཟུང་རིམ་གྱིས་ལེན་ཏེ།  
 གཞན་གྱི་སྒྲིག་སྒྲུག་བདག་ལ་ལེན་པར་སྒོམ་པ་འདི་སྙིང་རྗེའི་དམིགས་རྣམ་  
 སྐྱོང་བ་ཡིན་ལ། སྙིང་རྗེ་སྒོམ་པའི་ཆེ་སྒྲུག་བསྐྱལ་ཆེ་རིམ་ནས་དམིགས་  
 དུལ་དུ་བྱས་ཏེ་མཐར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སྒོམ་པར་གསུངས་པས་  
 སོ། །

དེས་ན་ཐོག་མར་དཔྱལ་བ་པ་རྣམས་གསལ་བཏབ་སྟེ། ཆ་དཔྱལ་བ་  
 རྣམས་ལ་ལྷགས་བསྐྱེད་གས་ཀྱི་ས་གཞིར་མེས་བསྐྱེད་པ་དང་མཆོན་གྱིས་  
 གཏུབས་པ་དང་ཟངས་ཁུན་ཁར་ལྷགས་པ་ལ་སོགས་པ་ཆ་བའི་སྒྲུག་བསྐྱལ་  
 རི་སྙིང་ཅིག་ཡོད་པ་རྣམས་དང་། གང་དཔྱལ་བ་རྣམས་ལ་ལུས་འབྲུག་རོམ་  
 ཀྱི་སྐབས་སུ་ཆུད་པ་དང་གང་བས་ཉན་ཏེ་ལུས་དུམ་བུ་སྙིང་དུ་གས་པ་  
 སོགས་གང་བའི་སྒྲུག་བསྐྱལ་རི་སྙིང་ཅིག་ཡོད་པ་རྣམས་བསམས་ཏེ་བཟོད་  
 གསལ་མེད་པའི་སྙིང་རྗེ་བསྐྱེད་ནས། བདག་གི་མ་གཞན་འདི་རྣམས་འདི་ལྟར་  
 དུ་ཉམ་ཐག་པ་སྙིང་རྗེ་སྒྲུག་བསྐྱལ་འདི་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་སྒྲངས་ལ་  
 འདི་རྣམས་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་ཐར་བར་བྱའོ་སྟུམ་དུ་སྙིང་རྗེ་དང་ལྷག་བསམ་  
 །ལྷགས་དཔག་པོས་དཔྱལ་བའི་གནས་ཀྱི་སྒྲུག་བསྐྱལ་ཐམས་ཅད་རང་གི་ཕྱང་  
 པོའི་སྙིང་དུ་སྒྲངས་པས། དཔྱལ་བ་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་སྒྲུག་བསྐྱལ་དང་



བྲལ། ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་ཞི། ལུས་གནས་འགྱུར་ཏེ་མཆོན་དཔེས་  
བརྒྱན་པའི་ལུས་སྤྱུ་གྱུར། སེམས་ཆོས་ཀྱི་སྦྱར་གྱུར་པར་བསམས་ཤིང་། དེ་  
སྦྱར་གྱུར་ན་དགའ་བའི་འདུན་པ་བྲག་པོ་བྱའོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཡི་དྲགས། དུང་  
འགོ། ལྷ་མ་ཡིན། མིའི་འགོ་བ་པ། འདོད་ལྷ་རིགས་དུག །གཟུགས་གཟུགས་  
མེད་ཀྱི་ལྷ་རྣམས་ལ་སོ་སོའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཅི་སྦྱར་ཡོད་པ་རྣམས་བསམས་ལ།  
སྤྱག་བསྐྱེད་དེ་དང་དེ་དག་ལས་སྦྱར་དུ་གྲོལ་ན་ཅི་མ་རུང་སྦྱར་པ་དང་། སྤྱག་  
བསྐྱེད་དེ་དང་དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་གི་བྱང་པོ་འདིའི་སྦྱང་དུ་སྦྲངས་ནས།  
དེ་དག་སྦྱར་དུ་ཐར་བར་བྱའོ་སྦྱར་དུ་སྦྱང་རྗེ་དང་སྤྱག་བསམ་ཤུགས་བྲག་ཏུ་  
བསྐྱེད་ནས་དེ་དག་གི་སྤྱིག་སྤྱིག་རྣམས་རང་ལ་སྦྲངས་པས། དེ་དག་སྤྱིག་  
སྤྱིག་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་ནས་སངས་རྒྱས་པར་བསམས་ཤིང་། དེ་སྦྱར་  
གྱུར་ན་དགའ་བའི་འདུན་པ་བྲག་པོ་བྱ། དེ་ནས་ཉན་རང་རྣམས་ཀྱི་སྦྱོ་ལུས་ལ་  
ཡོད་པའི་ནད་དང་ཆ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་སོགས་པ་རྣམས་དང་ཐུགས་རྒྱུད་  
ཀྱི་གནས་ངན་ལེན་དང་བག་ཆགས་ཐམས་ཅད་རང་ལ་སྦྲངས་པས། དེ་དག་  
གི་སྦྱོ་ལུས་སྦྱང་ཅིག་ལ་གནས་འགྱུར་ནས་གཟུགས་ཀྱི་སྦྱོ་དང་ཐུགས་ཆོས་  
ཀྱི་སྦྱར་གྱུར་ནས་སངས་རྒྱས་པར་བསམ། དེ་ནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་ཤེས་སྒྲིབ་སྤྱོད་ཆུན་ཆད་རང་གི་རྒྱུད་ལ་  
ཆུར་སྦྲངས་པས། སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་དེ་རྣམས་སྦྱང་ཅིག་ལ་སངས་རྒྱས་  
པར་བསམ། དེ་ནས་སྦྱོད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་ཀྱི་ངམ་གྲོག་དང་གཡང་ས་ལ་  
སོགས་པ་ལས་དབང་གིས་བྱང་བའི་སྦྱོན་ཐམས་ཅད་རང་གི་བྱང་པོ་འདིའི་



སྟེང་དུ་སྤངས་པས། སྟོང་གི་ཉེས་སྟོན་ཐམས་ཅད་དག་ནས་དག་པའི་ཞིང་ལྟ་  
བུར་གྱུར་པར་བསམ་མོ། །དེ་ལྟར་གཏོང་བ་དང་ལེན་པ་གཉིས་པོ་སྟེལ་ཞིང་  
བསྟོམས་པས་ཅུང་ཟད་གོམས་པར་གྱུར་པ་ན་འགྲོངས་སྟོན་པའི་ཕྱིར། དེ་  
གཉིས་སྤང་ལ་བསྟོན་པར་བྱ། ཞེས་གསུངས་ཏེ། སྤང་འགྲོ་འོང་དང་བསྟོན་  
ནས་གཏོང་ལེན་བསྟོམ་པར་བྱའོ།

དེའི་ཚུལ་ནི་རང་གི་ཆེ་འདིའི་མ་དེ་ཉིད་མདུན་དུ་གསལ་བར་  
དམིགས་ནས། མ་དེ་ཉིད་ལས་ཉོན་གྱིས་རང་དབང་མེད་པར་བཅིངས་ཤིང་  
སྤྱག་བསྐྱེད་གྱིས་ཉམ་ཐག་པའི་སྤང་ཚུལ་རྣམས་གསལ་བཏབ་ལ་སྟོང་རྩེ་  
ཤྱགས་དག་དུ་བསྟེན་ནས། མ་གཞན་འདི་སྤྱག་བསྐྱེད་སྤྱི་བཅས་ལས་བསྐྱེད།  
བདེ་བ་སྤྱི་བཅས་ལ་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་འགོད་པར་བྱའོ་སྟེ་སྟེང་དུ་བསམས་ལ། རང་  
གི་སྤྱི་བཅས་གཡས་པ་ནས་སྤང་སངས་གྱིས་བྱས་པ་དང་མཉམ་དུ་རང་སྤྱི་  
གྱི་བདེ་དག་ཐམས་ཅད་འོད་དཀར་པོའི་རྣམ་པར་སོང་བ་མ་དེའི་སྤྱི་བཅས་  
གཡོན་པ་ནས་ཞུགས་པས་བདེ་བ་བྱད་པར་ཅན་དང་ལྡན་པར་བྱས་སོང་  
སྟེ་སྟེང་དུ་བསྟོམ། སྤང་ཚུར་རྟུབ་པ་དང་མཉམ་དུ་མ་དེའི་སྤྱི་གྱི་སྤྱི་གྱི་  
ཐམས་ཅད་དེའི་སྤྱི་བཅས་གཡས་ནས་སྤང་གིས་སྤངས་ཏེ་སྤྱི་གྱིས་སྤྱི་བཞུར་  
བའམ་སྤྱི་གྱིས་གོ་བ་བཞུར་བ་བཞིན་དུ་ནག་ཕུང་ཕུང་ཕུང་ནས་རང་གི་སྤྱི་  
བཅས་གཡོན་པ་ནས་ཞུགས་ཏེ། སྟོང་གི་ནང་དུ་ང་སྟེང་པའི་གཅེས་འཛིན་གྱི་  
ཐོག་དུ་ཐིམ་པས་གཅེས་འཛིན་ཐུལ་གྱིས་བསྐྱེད་པར་བསམ། དེ་ལྟར་མ་ལ་  
གཏོང་ལེན་ཉེར་གཅིག་ཅུ་མ་མམ་བརྒྱ་ཅུ་མ་གང་འབྱུང་བྱ། དེ་ནས་ཆེ་འདིའི་

པ་དང། ཉི་ཏུ་གཞན་རྣམས་དང། བར་མ་རྣམས་དང། དབྱ་རྣམས་དང།  
རིགས་བྱུག་གི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་སྒྲིང་རྗེ་ཤུགས་དྲག་ཏུ་བསྐྱེད་ལ། མ་  
གཞན་སེམས་ཅན་འདི་ཐམས་ཅད་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་བཅས་ལས་བསྐྱེད་ཏེ་བདེ་  
བ་ཀྱི་བཅས་ལ་ད་ལྟ་ཉིད་ཏུ་འགོད་པར་བྱའོ་སྒྲིང་ཏུ་བསམས་ལ་སྤར་སྤར་  
གཏོང་ལེན་ཤུགས་དྲག་ཏུ་བསྐྱོམ། ཡང་རེས་འགའ་རང་གི་སྒྲ་བྱུག་གཡས་  
པ་ནས་སྒྲུང་ལ་འབྲིལ་བའི་འོད་དཀར་པོའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་བདེ་དགོ་སེམས་  
ཅན་གྱི་གངས་དང་མཉམ་པར་སྒྲོས་ནས་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སྒྲ་བྱུག་  
གཡོན་ནས་ཞུགས་ཏེ་སེམས་ཅན་རྣམས་དགོ་བ་དང་བདེ་བས་ཆིམ། སྒྲུང་  
ཚུར་རྒྱུ་བ་པ་དང་མཉམ་ཏུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱ་ཏུས་ཀྱི་  
སྒྲིག་པ་དང་འབྲས་ཏུས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སྒྲ་  
བྱུག་གཡས་པ་ནས་རྒྱུང་། རང་གི་སྒྲ་བྱུག་གཡོན་པ་ནས་ཞུགས་སྒྲིང་ནང་གི་  
གཅེས་འཛིན་གྱི་ཐོག་ཏུ་ཐིམ་པས་གཅེས་འཛིན་བརྒྱག་པར་བསམ། ཡང་  
རེས་འགའ་རང་རྒྱུད་ལ་སྒྲེས་བྱ་ཚུང་ཏུ་འོགས་པ་རྣམས་གསལ་བཏབ་ལ་  
མ་གཞན་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་པར་བཏང་། སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་  
ཡོད་པའི་རྟག་འཛིན་དང་མི་དགོ་བཅུ་འབྲས་བྱ་དང་བཅས་པ་སོགས་ཚུར་  
སྒྲུངས། སྒྲེས་བྱ་འབྲིང་གི་འོགས་པ་རྣམས་གསལ་བཏབ་ལ་འཁོར་བ་ལས་  
ཐར་འདོད་ཀྱི་རེས་འབྱུང་དང་ལམ་བསྐྱེད་པ་གསུམ་སོགས་མ་གཞན་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་པར་བཏང་། མ་གཞན་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་  
པའི་ལས་ཉོན་འབྲས་བྱ་དང་བཅས་པ་སོགས་ཚུར་སྒྲུངས། སྒྲེས་བྱ་ཆེན་

པོའི་བསམ་པ་དང་སྐྱོད་པ་རྣམས་གསལ་བཏབ་ལ་མ་གྲག་སེམས་ཅན་  
 ཐམས་ཅད་དང་ཉན་རང་རྣམས་ལ་བཏང་བས། དེ་དག་གི་རྒྱུད་ལ་བསམ་པ་  
 སེམས་བསྐྱེད་དང་སྐྱོད་པ་སྤྱིན་ཐུག་རྣམས་སྐྱེས་པར་མོས། མ་གྲག་སེམས་  
 ཅན་རྣམས་དང་ཉན་རང་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་ཉོན་སྐྱབ་དང་ཤེས་སྐྱབ་  
 དང་རང་དོན་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་བསམ་པ་རྣམས་ཚུར་སྦངས་པས། དེ་དག་ཐམས་  
 ཅད་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་དུ་ཚུད་ཅིང་སྐྱབ་གཉིས་བྱང་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 གོ་འཕང་ཐོབ་པའི་མོས་པ་བྱ། ཡང་རེས་འགའ་ཆོགས་ལམ་ནས་བརྒྱང་ས་  
 བཅུའི་ཐ་མ་རྩོ་རྩེ་ལྟ་བུའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ཀྱི་བར་རྣམས་རིམ་བཞིན་སོ་སོའི་  
 མངོན་རྟོགས་སྒོ་ཡུལ་དུ་གསལ་བཏབ་ནས་མཁའ་ཁྲབ་ཀྱི་མ་གྲག་སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་རིམ་བཞིན་བཏང་བས། ལམ་དེ་དང་དེ་དག་སེམས་ཅན་  
 སོ་སོའི་རྒྱུད་ལ་རིམ་གྱིས་སྐྱེས་པའི་མོས་པ་དང་། མ་གྲག་སེམས་ཅན་  
 རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་དུས་ཀྱི་སྤྲིག་པ་དང་འབྲས་དུས་ཀྱི་སྤྲིག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་  
 དང་། བྱད་པར་ལམ་ལ་ཞུགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ལམ་སོ་སོའི་རོ་སྐལ་གྱི་སྤང་བྱ་  
 རྣམས་ཚུར་སྦངས་ཏེ། དེ་དག་སྐྱད་ཅིག་ལ་ལམ་གོང་མ་གོང་མར་འཕོས་པའི་  
 མོས་པ་བྱ་ཞིང་། ཐ་ན་ས་བཅུའི་མཐའ་ལ་གནས་པའི་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་  
 རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་གཉིས་སྤང་ཕྱ་མོ་ཚུན་ཆད་ཚུར་སྦངས་  
 ཏེ། སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་དེ་དག་སྤྱར་དུ་སངས་རྒྱས་པའི་མོས་པ་བྱ། ཡང་  
 རང་གི་ལུས་ལོངས་སྐྱོད་དག་ཅ་ཐམས་ཅད་མཆོད་པའི་སྤྱིན་ཆེན་པོར་མོས་  
 ནས་མ་གྲག་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སྤྲིགས་བཅུའི་ཞིང་རབ་

འབྲམས་ཕུ་མེད་པ་ན་བཞུགས་པའི་སྒྲ་མ་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་དང་བཅས་པ་ཐམས་  
 ཅད་ལ་མཆོད་པའི་སྤྱིན་གྱི་རྒྱ་མཆོ་ནམ་མཁའ་གང་བས་མཆོད་དེ་དགྲེས་  
 པར་བྱས། དེའི་དགོ་ཅ་དེ་མ་གྲན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བྱིན་པས་མ་  
 གྲན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྦྱར་དུ་ཆོག་གས་རྫོགས་ཏེ་སངས་རྒྱས་པའི་  
 མོས་པ་བྱའོ། །དེ་ལྟར་སྤྲོད་གི་འགྲོ་འོང་ལ་བསྐྱོན་ནས་དམིགས་པ་སྤྱོད་ཞིང་།  
 དེས་ན་རྗེ་བཙུན་སྒྲ་མ་ཐུགས་རྗེ་ཅན། །མར་གྱུར་འགྲོ་བའི་སྤྲིག་སྤྲིབ་སྤྲུག་  
 བསྐྲལ་ཀྱན། །མ་ལུས་ད་ལྟ་བདག་ལ་སྤྱིན་པ་དང་། །བདག་གི་བདེ་དགོ་  
 གཞན་ལ་བཏང་བ་ཡིས། །འགྲོ་ཀྱན་བདེ་དང་ལྡན་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོ་བས།  
 ཞེས་གཏོང་ལེན་དེ་ལྟར་རྒྱས་པར་གསོལ་བ་ཤུགས་དྲག་ཏུ་གདབ་པོ། །དེ་  
 ལ་འདི་སྦྱུ་ལྟ་རང་གི་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་རྣམས་གཞན་ལ་གཏོང་བ་དང་  
 གཞན་གྱི་སྤྲིག་སྤྲུག་བདག་ལ་ལེན་པའི་སྒོ་སྤྱོད་བ་ནི་དངོས་སུ་གང་ཡང་  
 བཏང་བ་དང་ལེན་པ་མེད་པས་བསམ་པ་དེ་ལྟར་སྤྱོད་བ་དགོས་པ་ཚུང་ངོ་  
 སྦྱུ་ན། དེ་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་གནད་མ་གོ་བའི་འབྲུལ་པ་ཆེན་པོ་  
 ཡིན་ཏེ།

དབུ་མ་ལ་འཇུག་པ་ལས། སེམས་ཉིད་གྱིས་ནི་སེམས་ཅན་འཇིག་  
 ཉེན་དང་། །སྤྱོད་གྱི་འཇིག་ཉེན་ཤིན་ཏུ་སྦྱ་ཆོགས་འགོད། །ཅེས་དང་། རྒྱལ་  
 བས་སེམས་ཅན་འཇིག་ཉེན་བྱེད་པོར་གསུངས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།  
 ཁམས་གསུམ་གྱི་སྤྱོད་བཙུན་དང་དེའི་བདེ་སྤྲུག་ཐམས་ཅད་སེམས་གྱིས་  
 བྱས་པ་ཡིན་པ་དང་། ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ལམ་འབྲས་བྱ་དང་



བཅས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སེམས་ཀྱི་འབྲུལ་ཁོ་ན་ལས་འབྱུང་བར་གསུངས་  
 ལ། དཔྱལ་བ་ཆ་གང་གི་གནས་དང་དེར་སྐྱེས་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་  
 སྐྱུག་བསྐྱལ་འབྱུང་པའི་རྒྱུ་མཐའ་ལྟར་པོ་དང་། དཔྱལ་སྤང་འཇིགས་སུ་རུང་  
 བ་མང་པོ་དང་། གཞོད་པ་ཡང་བ་ཆད་མེད་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་གནས་དེར་  
 སྐྱེས་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སྡོན་གྱི་སྤྲིག་སེམས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་  
 ཡིན་གྱི། གཞན་དུ་དེ་དག་བཟོ་བ་པོ་སུ་ཡང་མེད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་བདེ་འགྲོའི་  
 གནས་ལུས་ཡོངས་སྤྱོད་བདེ་བའི་རྒྱུ་རྐྱེད་ཅིག་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་  
 དེར་སྐྱེས་པ་དང་སྐྱེ་བར་འབྱུང་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སྡོན་གྱི་དགོ་  
 སེམས་ཀྱི་མཐུ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་གྱི། གཞན་དུ་དེ་དག་བཟོ་བ་པོ་སུ་ཡང་  
 མེད་དོ། །སྤྱོད་པ་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྲིག་སེམས་ལ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཀྱན་སྦྱོང་གི་  
 བསམ་པའི་འབྲུལ་ཉིད་ལས་བཟོད་པ་ལ་སྤྲིག་ཡིན་ཏེ། དཔེར་མཆོན་ན་བྱང་  
 ཚུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་གཏོང་སེམས་ལྟར་རིང་དུ་  
 བསྐྱོམས་ཏེ་དེའི་རྩ་ལ་རྫོགས་པ་ལས་སྤྱོད་པའི་པར་སྤྱོད་དུ་འབྱུང་གྱི། དེ་ལྟ་  
 མིན་པར་སེམས་ཅན་པོངས་པ་རྣམས་ལ་ཡོ་བྱད་བྱིན་ཏེ་དེ་དག་གི་དབུལ་  
 བ་ཞི་བས་སྤྱོད་པའི་པར་སྤྱོད་དུ་འབྱུང་དགོས་ན་སྤྱོད་པའི་པར་སྤྱོད་རྫོགས་  
 པ་ནམ་ཡང་མི་སྤྱིད་དེ། སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ལས་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་  
 བས་དབུལ་ཞིང་པོངས་པ་དང་ངན་སོང་གི་གནས་ལ་མཐའ་མེད་པས་སོ། །

དེ་བཞིན་དུ་ཚུལ་བྲིམས་དང་བཟོད་པ་ལ་སྤྲིག་སེམས་པ་ས་ལམ་ཐམས་  
 ཅད་སེམས་ཀྱི་འབྲུལ་ཉིད་ལས་རྫོགས་དགོས་པར་སྤྱོད་འབྲུག་དང་བསྐྱུང་

བརྟམ་གཉིས་ལས་གསུངས་སོ། །ཡང་འདི་སྒྲུལ་དུ་དེ་ལྟར་གཏོང་ལེན་གྱི་  
དམིགས་པ་སྤྲུངས་ན་རང་ལ་ཕན་ཡོན་ཆེན་པོ་འབྱུང་བ་དེ་ལྟར་ཡིན་ཡང་།  
དངོས་སུ་བཏང་བ་དང་ལེན་པ་མེད་པས་སེམས་ཅན་གཞན་ལ་མི་ཕན་ནོ་  
སྒྲུལ་ན། དེ་ནི་ད་དུང་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་གནད་གཏན་མ་རིག་པ་ཡིན་  
ཏེ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱ་བྱང་པོ་པའི་ས་བོན་ལྟ་བུ་ཡིན་  
པར་སྒྲུར་མདོ་སྒྲེ་པལ་པོ་ཆེ་དང་ཤེར་སྤྱོན་གྱི་མདོ་ལ་སོགས་པ་ལྷུང་དང་  
རིགས་པའི་ལམ་ནས་བྱངས་ཏེ་རྒྱ་ཆེར་བཤལ་བ་ལྟར་ཡིན་ཞིང་། འགྲོ་བའི་  
བདེ་སྦྱིད་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱལས་ཁོ་ན་ལས་འབྱུང་བར་སྒྲུར་  
མང་དུ་བཤལ་བྱིན་པ་ལྟར་ཡིན་པས། མ་ཀླན་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཕན་བདེ་  
གང་འབྱུང་ཐམས་ཅད་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་ཀྱི་སེམས་རིན་  
པོ་ཆེ་འདི་ཁོ་ནའི་མཐུ་ལས་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ།།

གཞན་ཡང་ཡོན་ཏན་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱད་པ་ལས། འཇམ་བུའི་སྒྲིང་འདིར་  
ཆུ་སྤྲུང་ངེ་སྦྱེད་ཅིག་འབབ་ཅིང་། །མེ་ཏོག་འབྲས་ལྡན་སྦྲན་དང་ནགས་ཆའ་  
སྦྱེད་བྱེད་པ། །མ་རྩོས་གནས་པའི་སྤྱ་དབང་སྤྱ་བདག་ཏེན་གནས་ཏེ། །དེ་ནི་  
སྤྱ་ཡི་བདག་པོ་དེ་ཡི་མཐུ་དཔལ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། འཇམ་བུའི་  
སྒྲིང་དུ་ཅི་ཤིང་ནགས་ཆའ་དང་སྦྲན་དང་ལོ་ཏོག་ངེ་སྦྱེད་ཅིག་སྦྱེ་བ་འདི་  
ཐམས་ཅད་སྤྱ་རྒྱལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་མཐུར་གསུངས་ཤིང་། སྒྲིང་  
འདིར་ཆུ་སྤྲུང་ངེ་སྦྱེད་ཅིག་འབབ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྤྱ་རྒྱལ་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའི་མཐུས་འབྱུང་བར་གསུངས་པས། སྒྲིང་འདིའི་སེམས་ཅན་

ནམས་ཀྱི་ཉི་ཐར་འཆོ་བའི་ཡོངས་སྐྱོད་ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་  
པོ་ཆེའི་མཐུ་ཁོ་ན་ལས་འབྱུང་བར་ངེས་སོ། །དེས་མཆོན་ནས་འཛིག་ཉིན་  
མཐའ་དག་གི་སེམས་ཅན་ནམས་ཀྱི་ཉི་ཐར་འཆོ་བའི་ཡོངས་སྐྱོད་ཐམས་ཅད་ཀྱང་  
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེའི་མཐུ་ཁོ་ན་ལས་འབྱུང་བར་གྲུབ་པོ། །དེ་  
ལྟར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ལས་སངས་རྒྱས་འབྱུང་། དེ་ལས་  
སེམས་ཅན་ཀྱི་བདེ་སྐྱིད་འབྱུང་བར་བཤད་པ་ནི་བརྒྱད་ནས་འབྱུང་ཚུལ་  
དང་། འདིར་བཤད་པ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོན་ལམ་གྱི་མཐུ་ལས་  
སེམས་ཅན་ནམས་ཀྱི་བདེ་སྐྱིད་དངོས་སུ་འབྱུང་བར་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་སྟོན་བྲམ་བེ་རྒྱ་མཆོའི་རྩལ་གྱིས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
རིན་ཆེན་སྙིང་པོའི་སྐྱུན་སྒར་རང་ཅག་སྟོགས་མའི་འགྲོ་བ་ནམས་ཀྱི་ཆེད་དུ་  
ཐུགས་བསྐྱེད་ཅིང་། སྟོན་ལམ་ལྟ་བུ་མཛད་པའི་མཐུས་སངས་རྒྱས་དང་  
བྱང་སེམས་གཞན་ནམས་ཀྱིས་ཡལ་བར་བོར་བ། སྟོགས་མ་ལྟ་བུ་བདོ་བའི་  
དུས་འདིར་སྟོན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་འདི་ཉིད་ཁྱོད་ནས་སྟོགས་མའི་འགྲོ་བ་  
ནམས་ཀྱི་མགོན་མཛད་ཅིང་། རྒྱལ་བ་རང་ཉིད་ཐུང་ན་ལས་འདས་ཀྱང་  
བསྟན་པ་ལྟ་བུ་བརྒྱ་པ་ཐུག་བཅུའི་བར་དུ་གནས་པ་དང་། སྐུ་གདུང་གངས་མེད་  
དུ་འཕེལ་ཉེ་འགྲོ་བ་ལྟ་དང་བཅས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཞིང་དུ་བཞུགས་པ་  
སོགས་རྒྱལ་བ་གཞན་ལས་ཐུགས་རྗེ་ཅན་པ་ཆེས་ལྟག་པ་ནི་སྟོན་བྲམ་བེ་  
རྒྱ་མཆོའི་རྩལ་གྱི་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེའི་སེམས་རྒྱལ་པོ་ཆེ་དེའི་མཐུ་  
ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་རྒྱལ་ཅིབས་ཀྱི་ཐུ་བྱུད་གྱིས་དེ་

བཞིན་གཤེགས་པ་རིན་ཆེན་སྤྱིང་པོའི་སྤྲོད་སྤྱོད་བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་གི་  
 བཞོན་པ་སྒོ་ཡུལ་དུ་བཟུང་ནས། སངས་རྒྱལ་གྱི་ཞིང་གཞན་ལས་ཁྱད་པར་  
 དུ་འཕགས་པ་སྒོ་བཟུང་གི་ཡོན་ཏན་ཆད་མེད་པ་དང་ལྡན་པ་ཞིག་སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ་སྤྱོད་དུ་བྱུགས་བསྐྱེད་པའི་  
 མཐུས་བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་གྲུབ་སྟེ། ད་ལྟར་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྒོན་ལམ་  
 འདེབས་པའི་ཡུལ་དུ་བྱུང་བ་འདི་ཡིན་ནོ། །

བདེ་བ་ཅན་གྱི་སྒོ་བཟུང་གི་འགྲོལ་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་དེ་དག་འབྱུང་བའི་  
 རྒྱ་ཞིང་དེར་སྐྱེ་བའི་སེམས་ཅན་རང་རང་གི་དོས་ནས་སྐྱབ་དགོས་ན་འགྲོལ་  
 པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་གཞན་ལྟ་ཞོག །གང་ལ་གང་འདོད་ཡིད་བཞིན་དུ་འབྱུང་བའི་  
 དཔག་བསམ་གྱི་ཞིང་གཅིག་གི་རྒྱ་ཡང་ཐ་མལ་བ་དག་གིས་ཤིན་ཏུ་སྐྱབ་  
 དཀའ་བས་ཞིང་དེར་སྐྱེ་བ་མི་སྤིད་པ་ཅམ་དུ་འགྱུར་བ་ལ། ད་ལྟ་དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པ་སྤྲོད་ཀྱི་སྒོ་བྱེད་འོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་མཆན་བརྗོད་ཅིང་གསོལ་  
 བ་བཏབ་པ་ཅམ་གྱིས་ཀྱང་ཞིང་དེར་སྐྱེ་བ་དང་། གཞན་ཡང་རྗེ་བཙུན་མ་  
 སྒོལ་མ་དང་འཕགས་པ་སྤྲོད་རས་གཟིགས་དང་རྗེ་བཙུན་རྣམ་རྒྱལ་མ་  
 རྣམས་ཀྱི་མཆན་བརྗོད་ཅིང་གསོལ་བ་བཏབ་པ་དང་། བཟང་པོ་སྤྱོད་པའི་  
 སྒོན་ལམ་བཏོན་ཅིང་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ཅམ་གྱིས་ཀྱང་ཞིང་དེར་སྐྱེ་བར་  
 གསུངས་པས། ཞིང་དེར་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་སྐྱབ་སྤྲོད་ཀྱི་ཞིང་སྤྱོད་པ་ཆེས་མང་དུ་འབྱུང་བ་  
 འདི་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོ་ཅི་བས་ཀྱི་ཐུ་བྱུང་གིས་སྒོན་ཐུགས་  
 བསྐྱེད་པ་དེའི་མཐུ་ཡིན་པར་གསུང་།



ཕལ་པོ་ཆེའི་མདོ་ལས།      འགྲོ་བའི་སེམས་དང་སྐྱོད་པ་ཤེས་ཤིང་  
 མཐོང་རུང་སྟིང། །ཞིང་རྣམས་རྩལ་དུ་བརྒྱགས་ཏེ་བགྲང་བར་བྱས་ཀྱང་སྟིང།།  
 བར་སྒྲང་སྒྲུ་ཡིས་མཉམ་པར་གཞལ་བར་བྱས་ཀྱང་སྟིང། །བྱང་ཚུབ་སེམས་  
 མཆོག་ཡོན་ཏན་མཐར་ཕྱིན་མི་བྱས་སོ།      །འདི་ལས་དུས་གསུམ་སངས་  
 རྒྱས་རབ་ཏུ་འབྱུང་། །འདི་ལས་འཛིག་རྟེན་ཀྱན་གྱི་བདེ་བ་འབྱུང་། །ཞེས་  
 འཛིག་རྟེན་དང་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་པན་བདེ་ཐམས་ཅད་བྱང་ཚུབ་གྱི་  
 སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཁོ་ན་ལས་འབྱུང་བར་གསུངས་ཞིང་སངས་རྒྱས་གྱི་  
 ཞིང་དང་སྐྱུ་དང་མཛེད་པ་འཕྲིན་ལས་ཐམས་ཅད་བདག་པས་གཞན་གཅེས་  
 པའི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཁོ་ནའི་མཐུ་ལས་འབྱུང་བ་དང་། སྟོན་པ་ཐུགས་  
 རྟེན་ཅན་དེའི་འབྱུངས་རབས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བདག་པས་གཞན་གཅེས་ཇི་  
 ལྟར་མཛེད་པའི་ཚུལ་ལ་སྟག་ཡིན་ཞིང་། བདག་གཞན་མཉམ་བཞེའི་སེམས་  
 རིན་པོ་ཆེ་འདི་རྒྱལ་སྐས་གྱི་སྐྱོད་པ་ཐམས་ཅད་གྱི་གཞི་དང་སྟོང་པོ་དང་  
 མཆོག་དང་གཞུང་ཤིང་ཡིན་པ་དང་། སྟོ་གྲོས་ཚུང་དུ་རྣམས་ཀྱིས་ཤིན་ཏུ་  
 རྟོགས་དཀའ་བའི་གནས་ཡིན་པའི་ཚུལ་ལ་སོགས་པ་ཕལ་པོ་ཆེ་སོགས་  
 ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་སྟེ་རྣམས་ནས་ཇི་ལྟར་གསུངས་ཚུལ་དང་། གདམས་  
 ངག་འདིའི་གཞུང་སྐྱོད་འཇུག་དང་བསྐྱབ་བཏུས་གཉིས་སུ་དོགས་གཙོད་  
 དང་བཅས་ཇི་ལྟར་གསུང་ཚུལ་ཆེས་ཞིབ་པར་སྟོ་སྐྱོང་སྟོ་བཟང་དགོངས་  
 རྒྱན་དུ་བྲིས་བྲིན་རྟོ། །

གཞན་ཡང་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཐུགས་ལ་མངའ་བའི་སྐྱེས་བུ་དམ་

པ་གང་ན་བཞུགས་པའི་ས་དེ་ཡང་འགྲོ་བ་ལྟ་དང་བཅས་པའི་བསོད་ནམས་  
ཀྱི་ཞིང་དམ་པར་གསུངས་ལ།      སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་དེའི་ཞབས་གང་ལ་  
རེག་པའི་སའི་རྩལ་ཡང་འགྲོ་བ་ལྟ་དང་བཅས་པའི་མཆོད་པའི་ཞིང་དུ་འབྱུང་  
ན་གཞན་ལྟ་ཅི་སྒྲོས། དེར་མ་ཟད་རང་གཅིག་ཕྱ་འཁོར་བ་ལས་ཐར་བའི་སྤྱིར་  
ལམ་སྒྲོམ་པའི་ཉན་རང་རྣམས་ཀྱང་འགྲོ་བའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཞིང་དུ་  
གསུངས་ཤིང་། ཉན་རང་དགྲ་བཅོམ་རྣམས་ལ་མཆོད་པའི་དངོས་པོ་ཅུང་ཟད་  
རེ་ཕྱལ་བས་ཀྱང་བསོད་ནམས་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཐོབ་པར་གསུངས་ན།  
སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་རྣམས་མཆོད་པ་ལ་བསོད་ནམས་དཔག་ཏུ་མེད་པ་  
འབྱུང་བ་སྒྲོས་ཅི་དགོས། སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་མཆོད་ཅམ་བཟོད་  
པས་ཀྱང་ཉར་འཆེ་ཞི་ཞིང་འདོད་བའི་དོན་འབྱུང་བར་གསུངས་ན། གསོལ་  
བ་བཏབ་ན་ལྟ་ཅི་སྒྲོས།

དེ་ཡང་སྒྲུང་འཇུག་ལས། དེ་བས་མགོན་པོ་སྤྱན་རས་གཟིགས། །  
ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོས་འགྲོ་བ་ཡི། །འཁོར་གྱི་འཇིག་པའང་བསལ་བའི་སྤྱིར། །  
རང་གི་མཆོད་ཡང་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། འཕགས་པ་  
སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་མཆོད་ལན་གསུམ་བཟོད་ན་འཁོར་གྱི་ནང་དུ་བག་ཆ་  
བའི་འཇིགས་པ་དང་བྲལ་བར་གསུངས་ཤིང་།      དེ་བཞིན་དུ་གསང་བའི་  
བདག་པོ་ཕྱག་ན་དོ་རྗེའི་མཆོད་ལན་རེ་བཟོད་པས་ཀྱང་གདོན་བགོགས་ཀྱི་  
གཞོད་པ་ཞི་བ་སོགས་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེ་མཐོང་བ་དང་  
མཆོད་ཐོས་པ་དང་། ཐ་ན་མཆོད་ཡི་གེར་བྲིས་ཏེ་ལུས་ལ་བཅངས་ནའང་བར་

ཆད་ཞི་ཞིང་འདོད་པའི་དོན་འབྱུང་པར་གསུངས་པས། ཚུལ་དེ་དག་ལེགས་  
 པར་བསམས་ནས་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་ཀྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་  
 ཆེ་ལས་འཇིག་རྟེན་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་པན་བདེ་ཐམས་ཅད་  
 འབྱུང་བའི་ཚུལ་ལ་ངས་པ་བརྟན་པོ་རྟོན་པར་བྱ་སྟེ། འདི་ལ་ངས་པ་གཏིང་  
 ཚུགས་པ་ཞིག་མ་རྟོན་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་ཅ་བ་ཆད་པར་འབྱུར་  
 ཞིང་། མདོ་སྒྲགས་གྱི་གསུང་རབ་ཟབ་ལ་རྒྱ་ཆེ་བ་ཅི་འདྲ་ཞིག་ལ་ཐོས་བསམ་  
 རྒྱུ་མ་གསུམ་ཅི་བྱས་ཀྱང་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་གནད་མི་ཟེན་ཅིང་རྒྱལ་  
 བ་དབྱེས་པའི་ལམ་ལ་ངས་པ་རྟོན་པ་མི་འོང་བས། དམ་པའི་བཤེས་དང་  
 དམ་པའི་གྲོགས་ལ་བརྟེན་ཅིང་འགལ་རྒྱུ་སྤིག་ལྟར་སྦྱོང་། མཐུན་རྒྱུ་  
 ཆོགས་སྒོ་དུ་མ་ནས་གསོག། །ལྟ་དང་སྒྲ་མ་ལ་གསོལ་བ་ལྷགས་དག་ཏུ་  
 བཏབ་ལ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རིགས་གྱི་རྣམས་པ་ཆེས་ཆེར་རྒྱས་པར་བྱའོ།

### གཉིས་པ་བྱང་ཚུབ་དོན་གཉེར་གྱི་སྒོ་སྤྱང་ཚུལ།

གཉིས་པ་བྱང་ཚུབ་དོན་གཉེར་གྱི་སྒོ་སྤྱང་བ་ནི། སྒོ་སྤྱང་ཅ་ཆོག་ཏུ།  
 སངས་རྒྱས་བསྐྱབ་སྙམ་སྒོན་པའི་སེམས། །ལེགས་པར་གོམས་པ་མཐར་  
 ཕྱིན་བྱ། ཞེས་གསུངས་ཏེ། དེ་ཡང་བྱམས་སྙིང་རྗེའི་དམིགས་རྣམས་སྤྱངས་  
 པའི་སྒོ་ནས་འགོ་བ་མ་ལུས་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་སེལ་བ་རང་གི་ཁུར་དུ་འབྱེར་  
 བའི་སྙིང་སྟོབས་ཆེན་པོ་ཡོད་ཀྱང་། བྱང་ཚུབ་དོན་གཉེར་འདི་མེད་ན་བྱང་

ཚུབ་གྱི་སེམས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་མི་རྫོགས་པས། བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་མཆན་  
ཉིད་ཆང་བ་ཞིག་སྒྱེ་བ་ལ་གཞན་དོན་དོན་གཉེར་དང་བྱང་ཚུབ་དོན་གཉེར་  
གཉིས་ཀ་དགོས་སོ། །

དེ་ཡང་གཞན་དོན་དོན་གཉེར་མེད་ན་བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་སྤྱི་མི་  
འགྱུར་ཞིང་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་དུ་མི་འགྱུར་བ་སྤྲར་མང་དུ་བཤད་ཅིན་  
ཅིང་། མ་གྲན་སེམས་ཅན་རྣམས་སྒྲོལ་འདོད་མེད་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྤྱོད་ཀས་  
ནའང་མེད་པར་རིགས་པས་ཀྱང་འགྱུར་སྤོ། །བྱང་ཚུབ་དོན་གཉེར་མེད་ན་  
ཡང་བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་མི་རྫོགས་ཏེ། བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་  
ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞན་དོན་དུ་སྒྲ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཚུབ་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་འདུན་པ་  
དང་ལྡན་པའི་སེམས་ཞིག་ལ་བརྫོད་པ་ཡིན་པས། བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་ཀྱི་ངོ་  
བོ་རྒྱུ་ཡིན་པ་ཤེས་ན་བྱང་ཚུབ་དོན་གཉེར་ངེས་པར་དགོས་པར་ཤེས་  
པར་འགྱུར་རོ། །

དེས་ན་བྱང་ཚུབ་དོན་གཉེར་གྱི་སྒོ་སྤྲོད་ཚུལ་ནི། སྤྱི་བོར་སྒྲ་མ་ལྟ་  
སྒོམ་བཞིན་པའི་རང་ནས་འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ། སྤྲར་བཤད་པ་ལྟར་བྱམས་པ་  
དང་སྤྲོད་རྗེ་ཡུན་རིང་དུ་བསྒྲོམས་ཤིང་བདག་གཞན་མཉམ་བརྗེའི་སྒོ་ནས་  
གཏོང་ལེན་ལ་འབད་དེ། མ་གྲན་སེམས་ཅན་རྣམས་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱིས་མནར་  
བ་ལ་མ་བཟོད་ནས་དེ་རྣམས་ཀྱི་སྤྲིག་སྤྱག་ཐམས་ཅད་རང་ལ་སྒྲངས་ལ།  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཁོར་བའི་གནས་ནས་བཏོན་ཏེ། རང་གཅིག་ལུས་  
འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་སྤྲོད་བར་སྒྲོ་ཞིང་། སེམས་ཅན་རེ་རེའི་



ཕྱིར་དུ་བསྐྱལ་བའི་བར་དུ་མནར་མེད་གྱི་མེ་ནང་དུ་གནས་དགོས་ཀྱང་སྒྲི་  
 ངལ་མེད་བའི་སྒྲིང་སྒྲིབས་ཆེན་པོ་སྒྲིས་ནས། མ་གཞན་སེམས་ཅན་འདི་དག་  
 རི་ལྷར་བྱས་ན་སྒྱུག་བསྐྱལ་འདི་དག་ལས་ཐར་བར་འགྱུར། རི་ལྷར་བྱས་ན་  
 སྒྱུར་དུ་སྒྲན་མེད་བའི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་བར་འགྱུར་སྐྱམ་དུ་བསམས་བ་ན། ད་  
 ལྟ་ནི་རང་ལ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལྟ་ཞོག། །སེམས་ཅན་གཅིག་གྱང་འཁོར་  
 བའི་གནས་ནས་དངོས་སུ་སྒྲོལ་བའི་རྒྱས་པ་འང་མི་འདུག། །ཉན་རང་དགྲ་  
 བཅོམ་གྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་ཀྱང་སེམས་ཅན་ཉུང་ཟད་རེའི་དོན་མ་གཏོགས་  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྒྲོལ་བའི་རྒྱས་པ་མེད་དེ། ཁོང་རང་ནམས་ཀྱང་ཤེས་  
 སྒྲིབ་ལས་མ་གྲོལ་བས་སེམས་ཅན་ནམས་སྒྲན་མེད་བའི་བྱང་ཆུབ་ལ་འགོད་  
 བར་ག་ལ་རྒྱས། དེས་ན་རྒྱས་པ་དེ་སྒྱུ་ལ་ཡོད་ན་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་  
 སངས་རྒྱས་ཁོ་ན་ལ་ཡོད་དེ། སངས་རྒྱས་ནི་སྐུ་མཆོན་བཟང་པོ་སུམ་ཅུ་ཅུ་  
 གཉིས་དང་དཔེ་བྱད་བཟང་པོ་བརྒྱད་ཅུས་སྐྱས་པ། འོད་གྱི་རང་བཞིན་ཅན་  
 བལྟ་བས་ཆོག་མི་ཤེས་པ། མཐོང་ན་མི་མཐུན་པ་མེད་པ། འགྲོ་བ་སུས་  
 མཐོང་ཡང་མཐོང་བའི་མོད་ལ་ཡིད་གྱི་གདུང་བ་ཞི་ཞིང་མཐོ་རིས་དང་ཐར་  
 བའི་ས་བོན་ངེས་པར་ཐེབས་པ། མཁའ་ཁྲབ་གྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་  
 གང་ལ་གང་འདུལ་གྱི་སྒྱུ་ལ་བའི་བཀོད་པས་ཁྲབ་པར་མཛད་པ། དེ་ཡང་  
 འཛམ་བུ་སྒྲིང་འདིར་མཛད་པ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་ཚུལ་སྟོན་པ་དང་དུས་གཅིག་  
 ཏུ་འཛིག་ཏེན་གྱི་ཁམས་གངས་མེད་པ་གཞན་དག་ཏུ་ཡང་མཛད་པ་བཅུ་  
 གཉིས་ཀྱི་ཚུལ་ཅིག་ཅར་དུ་སྟོན་པ། ཞིང་གཅིག་ཏུ་སྐུ་བལྟམས་པའི་ཚུལ་

སྟོན་པ་ན་ཞིང་ལ་ལར་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བ། ལ་ལར་མྱ་ངན་འདའ་བ། ལ་  
ལར་དགའ་ལྡན་ནས་འབབ་པའི་ཚུལ་སྟོན་པ། ཞིང་གཅིག་ཏུ་ཡང་མཛད་པ་  
བཅུ་གཉིས་ཀྱི་ཚུལ་སྒྲ་ཆོག་ས་དུས་གཅིག་ཏུ་སྟོན་པ། དེར་མ་ཟད་འཁོར་གྱི་  
དགྱིལ་འཁོར་གཅིག་ཏུ་ཡང་སོ་སོའི་ཁམས་དང་འདུལ་བའི་དབང་གིས་ལ་  
ལས་དགའ་ལྡན་ནས་བབས་པར་མཐོང་། ལ་ལས་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བར་  
མཐོང་། ལ་ལས་སྤྱུལ་སྤྱིའི་ཆ་བྱད་དུ་མཐོང་། ལ་ལས་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་  
བའི་ཆ་བྱད་དུ་མཐོང་། ལ་ལས་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཆ་བྱད་དུ་མཐོང་། ལ་ལས་རང་  
དང་སྐལ་བ་མཉམ་པའི་ཐ་མལ་པར་མཐོང་བ་སོགས་མཁའ་ཁྲབ་ཀྱི་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་རང་རང་གི་དབང་པོ་དང་ཁམས་དང་འདུལ་བའི་སྐལ་བ་  
དང་འཆམ་པར་སྤྱིའི་བཀོད་པ་སྟོན་ཅིང་། རང་རང་གི་སྐལ་བ་དང་འཆམ་  
པར་བསྟན་པའི་སྤྱུལ་པ་དེ་དག་གིས་སོ་སོའི་དོན་བྱེད་པ་ལ་འབད་ཚེལ་དང་  
ནམ་ཉིག་གང་ཡང་མི་མངའ་བར། ཇི་ལྟར་ནམ་མཁའི་ལྷ་བ་གཅིག་ཉིད་འཛམ་  
བུའི་སྤིང་གི་ཚུ་སྤྱང་ཐམས་ཅད་དུ་གཟུགས་བརྟན་འཆར་ཡང་གཟུགས་  
བརྟན་དེ་དག་ལ་འབད་ཚེལ་དང་ནམ་ཉིག་མེད་པ་བཞིན་དུ་ལྟན་གྱིས་བྱུབ་  
པར་ཅིག་ཅར་དུ་སྟོན་པ་དང་། སྤྱིའི་བ་སྤྱིའི་ཁུང་བུ་གཅིག་ཏུ་ཡང་སྟོན་བྱུགས་  
བསྐྱེད་པ་ནས་སངས་རྒྱས་པའི་བར་གྱི་མཛད་པ་ཐམས་ཅད་སོ་སོའི་ནམ་པ་  
ཇི་ལྟ་བུར་ཅིག་ཅར་དུ་སྟོན་པ་དང་། དེར་མ་ཟད་ཕྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་སྤྱུལ་  
དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཛད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བ་སྤྱིའི་ཁུང་བུ་རེར་  
གསལ་བར་སྟོན་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་མཐའ་ཡས་མུ་མེད་པ་དག་

གྲང་བ་སྤྱི་ཁྱད་བྱ་རེར་སྟོན་པ་དང་ཡུངས་འབྱུང་ཅམ་རེའི་ནང་དུ་ཡུངས་  
 འབྱུང་དེ་ཆེར་མ་སོང་འཛིག་ཏེན་གྱི་ཁམས་ནམས་ཚུང་དུ་མ་སོང་བར་འཛིག་  
 ཏེན་གྱི་ཁམས་མཐའ་ཡས་ཟུ་མེད་པའི་བཀོད་པ་སྟོན་པར་མཛད་པ་དང་།  
 སྤྱི་བ་སྤྱི་ཁྱད་བྱ་གཅིག་གི་འོད་གྱིས་གྲང་འཛིག་ཏེན་གྱི་ཁམས་ཐམས་  
 ཅད་སྒྲང་བར་མཛད་ཅིང་ཐ་མལ་པའི་སྒྲང་དོར་འོད་འདོམ་གང་ཅམ་དུ་ཡང་  
 སྟོན་པ་དང་། སྤྱི་འོད་དེ་དག་ནི་རི་རབ་ལ་སོགས་པ་གང་གིས་གྲང་མི་སྒྲིབ་  
 པར་སྒྲང་བར་བྱེད་པ་དང་། འོད་དེས་རེག་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལུས་  
 སེམས་གྱི་གདུང་བ་ཞི་བར་བྱེད་པ་དང་། རྒྱད་པར་གདུལ་བྱ་ལུང་སྟོན་པར་  
 བཞེད་པ་ན་འཛུམ་པ་མཛད་པའི་ཞལ་གྱི་སྟོན་ས་འོད་ཟེར་ཁ་དོག་སྒྲ་ལྷ་བ་  
 རྒྱང་སྟེ་འཛིག་ཏེན་གྱི་ཁམས་ཐམས་ཅད་དུ་འསྐྱོས་ནས་འོད་ཟེར་གྱི་སྟེ་ལ་  
 སྤྱུལ་པའི་བཀོད་པ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་བསྟན་ཏེ། དཔྱུལ་བ་བ་ནམས་གྱི་  
 ཆ་གང་གི་སྤྱུག་བསྐལ་དང་གཞོད་པ་ཐམས་ཅད་ཞི་བར་བྱས་ཏེ་སྟོན་གྲོལ་ལ་  
 འགོད་པར་མཛད་པ་ནས་འོག་མིན་གྱི་སྤྱི་བར་རིགས་དུག་སོ་སོར་གང་ལ་  
 གང་འདུལ་གྱི་སྤྱུལ་པས་རང་རང་གི་སྤྱུག་བསྐལ་ནམས་ཞི་བར་མཛད་ནས།  
 འོད་ཟེར་དེ་དག་སྒྲར་འོང་སྟེ་སངས་རྒྱས་ཉིད་གྱི་སྤྱུལ་ལན་གསུམ་དུ་བསྐྱོར་  
 བ་བྱས་ནས་སྤྱུལ་བྱུང་པར་འགྱུར་ཞིང་། དེ་ཡང་སྒྲིག་ཅན་དཔྱུལ་བར་སྒྲིབ་  
 ཞིག་ལུང་སྟོན་པར་བཞེད་ན་འོད་ཟེར་དེ་ཞབས་གྱི་མཐེལ་དུ་བྱུང་བ་དང་།  
 ཡི་དུགས་སུ་སྒྲིབ་ཞིག་ལུང་སྟོན་པར་བཞེད་ན་ཞབས་གྱི་མཐེ་བོར་བྱུང་བ་  
 དང་། དུད་འགྲོར་སྒྲིབ་ཞིག་ལུང་སྟོན་པར་བཞེད་ན་ཞབས་གྱི་ཉིང་པར་བྱུང་

པ་དང་། མིར་སྐྱེ་བར་ལུང་སྟོན་པར་བཞེད་ན་ཞབས་ཀྱི་ལུས་མོར་རུབ་པ་  
དང་། སྟོབས་ཀྱི་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོར་ལུང་སྟོན་པར་བཞེད་ན་  
ཕྱག་གཡོན་པའི་མཐེལ་དུ་རུབ་པ་དང་། འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོར་  
ལུང་སྟོན་པར་བཞེད་ན་ཕྱག་གཡལས་པའི་མཐེལ་དུ་རུབ་པ་དང་། ལྷར་སྐྱེ་བར་  
ལུང་སྟོན་པར་བཞེད་ན་ལྷེ་བར་རུབ་པ་དང་། ཉན་ཐོས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་ལུང་  
སྟོན་པར་བཞེད་ན་ཞལ་གྱི་ནང་དུ་རུབ་པ་དང་། རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱང་  
ཆུབ་ཏུ་ལུང་སྟོན་པར་བཞེད་ན་མངོན་སྦྱར་རུབ་པ་དང་། སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་  
དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་ལུང་སྟོན་པར་བཞེད་ན་དབྱའི་གཙུག་ཏུ་  
རུབ་པར་སྟོན་པ་དང་། མཚན་དཔེའི་སྒྲས་པའི་སྒྲ་དེ་མཐོང་བ་དང་རེག་པ་  
དང་ཡིད་ལ་བླན་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ལུས་སེམས་ཀྱི་གདུང་བ་ཞི་ཞིང་མཐོ་  
རིས་དང་ཐར་པའི་ས་བོན་ངེས་པར་ཐེབས་པ་དང་། བསོད་ནམས་བརྒྱ་ཕྱག་  
དུ་མ་ལས་བསྐྱབས་པའི་ཕྱག་གཡལས་པ་སྤང་པོའི་རྒྱལ་པོའི་སྒྲ་ལྟ་བུར་རིང་  
ཞིང་མངོས་པ། འཁོར་ལོ་དང་དུང་གཡལས་སུ་འབྲེལ་བ་དང་གཡུང་དུང་ལ་  
སོགས་པའི་བཀྲ་ཤིས་ཀྱི་རི་མོ་དུ་མས་མཚན་པ། རང་པའི་རྒྱལ་པོའི་ལག་  
པ་ལྷར་བྲ་བས་འབྲེལ་བ་དེ་སེམས་ཅན་སུའི་མགོ་ལ་རེག་ཀྱང་རེག་མ་ཐག་  
ཏུ་ལུས་སེམས་ཀྱི་གདུང་བ་ཐམས་ཅད་ཞི་ཞིང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ལམ་ལ་འགོད་  
པར་མངོན་པ། ཞབས་གཉིས་ས་ལ་གཤེགས་པ་ན་སོར་བཞི་ཙམ་གྱིས་ས་  
ལ་མི་རེག་པར་གཤེགས་ཤིང་། འོན་ཀྱང་གང་དང་གང་དུ་གཤེགས་པ་དེར་  
ཞབས་ཀྱི་རྗེས་བརྒྱ་ལྟ་བུ་ཤིན་ཏུ་ཡིད་དུ་འོང་བ་འབྱུང་བ་ནི།



དཔེ་ལ་བསྟོན་པ་ལས། ཐུབ་ཁྱོད་གཤེགས་པར་གྱུར་པའི་ཆོ། །ཞབས་  
གཉིས་དཔལ་གྱི་བརྒྱ་འབྲས། །ས་གཞི་འདི་ནི་དེས་གྱུར་པ། །བརྒྱ་ཅན་གྱིས་  
རི་ལྷར་མཛེས། ཞེས་གསུངས། དེ་ལྟ་བུའི་ཞབས་ཀྱི་རྗེས་དེ་ལ་སྟོག་ཆགས་  
སྤྱས་རེག་ཀྱང་རེག་མ་ཐག་ཏུ་ལུས་སེམས་ཀྱི་གདུང་བ་ཞི་ཞིང་སྤྱི་མ་ངན་  
སོང་དུ་མི་ལྷུང་བར་བདེ་འགྲོའི་རྟེན་ཐོབ་པར་མཛད་པ། སངས་རྒྱལ་གྱི་སྐྱེ་  
ལ་ན་བཟང་ཆོས་གོས་གསོལ་ཡང་སོར་བཞི་ཙམ་གྱིས་སྐྱེ་ལ་མི་རེག་པ།  
གདུལ་བྱ་ནམས་ཀྱིས་བལྟས་ན་ན་བཟང་གསོལ་བར་མཐོང་བ། སྐྱེའི་ན་  
བཟང་ཆོས་གོས་དེ་ཁོར་ཡུག་ཆེན་པོའི་པ་རོལ་གྱི་འཐོར་རྒྱུང་བྲག་པོ་དང་  
ཐུང་ཀྱང་ཆོས་གོས་ཀྱི་དྲ་ཙམ་ཡང་བསྐྱེལ་བར་མི་རུས་པ། སྐྱེ་ལ་ཁྱུས་  
གསོལ་བའི་ཆེ་རྒྱས་སྐྱེ་ལ་མི་རེག་ཅིང་གདུལ་བྱའི་སྤང་རོར་ཁྱུས་གསོལ་  
བར་སྤང་བ། གདུལ་བྱ་ཐུན་མོང་བའི་སྤང་རོར་སྐྱེ་ཁྱུ་བཅུ་དྲུག་པར་བསྟན་  
ཀྱང་། དབུའི་གཙུག་ཏྱོར་གྱི་ཅེ་མོ་རི་རབ་ལྷན་པོའི་ཅེར་སྤྱོན་ནས་བལྟས་  
ཀྱང་མི་མཐོང་བ། དེར་མ་ཐད་སྟེང་སྟོགས་སུ་རི་ཙམ་འཕགས་ཏེ་སྤྱོན་ཀྱང་  
གཙུག་ཏྱོར་གྱི་ཅེ་མོ་མི་མཐོང་ཞིང་། འགྲོ་བ་ལྟ་དང་བཅས་པའི་ནང་ན་དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པའི་དབུའི་གཙུག་ཏྱོར་གྱི་ཅེ་མོ་མཐོང་བར་རུས་པ་སུ་ཡང་  
མེད་པས་སྐྱེ་གཙུག་ལྷར་མི་སྤང་བ་ཞེས་བྱ། དེ་བཞིན་དུ་མཆོན་བཟང་སུམ་  
ཅུ་དང་དཔེ་བྱད་བརྒྱད་ཅུ་རེ་རེ་ནས་ཡོན་ཏན་བསམ་གྱིས་མི་བྲུབ་བརྗོད་  
གྱིས་མི་ལང་བ་དང་ལྷན་པ། མཆོན་དེ་དག་རེ་རེ་ནས་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་  
པའི་བསོད་ནམས་མཐའ་ཡས་པས་བསྐྱབས་པ་སྟེ། ནམ་མཁའ་མཐས་ལྷས་

པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བསོད་ནམས་ཅི་ཡོད་བསྐྱམས་ཀྱང་དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པའི་མཆོན་བཟང་གཅིག་གི་རྒྱུའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆ་ཅམ་  
དུ་ཡང་མི་ཆོག་པ་དང་། མཆོན་བཟང་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བསོད་ནམས་  
སྟོང་འགྱུར་གྱིས་མཛོད་སྤྱི་འགྱུར་པ་དང་། མཛོད་སྤྱིའི་བསོད་ནམས་སྟོང་  
འགྱུར་གྱིས་དབུའི་གཙུག་ཏྱིར་འགྱུར་པ་དང་། གཙུག་ཏྱིར་འགྱུར་པའི་བསོད་  
ནམས་སྟོང་འགྱུར་གྱིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མགོན་པའི་ཆོས་ཀྱི་དུང་འགྱུར་པར་  
གསུང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་དེ་ལ་ཤུགས་དང་ཅ་མདུད་དང་ཁོང་སྟོང་དང་  
མཆིལ་སྐབས་སོགས་མི་གཙང་བའི་རིགས་རྩལ་སྤྱོད་ཅམ་ཡང་མེད་ཅིང་  
ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡིན་ཡང་། གདུལ་བྱའི་སྤྱང་ངོར་ཞལ་བས་གསོལ་  
བར་སྤྱང་བ། འོད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་ཡང་ཤིན་ཏུ་མཐུགས་པ། བ་སྤྱིའི་  
ཅེ་མོ་གཅིག་གིས་རི་རབ་ཀྱང་ཐལ་བར་བརྒྱག་བྱས་པ། ས་ཐ་མལ་པས་སྤྱིའི་  
གཟི་བརྗིད་མི་ཐེག་པ་སྟེ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྟོང་པོར་བཞུགས་པའི་ཆེ་ས་འདིས་  
སྤྱིའི་གཟི་བྱིན་མི་ཐེག་པར་ནམ་པ་སྟོང་དུ་ཞིག་ཏུ་ཉེ་བ་ན། ལྷོགས་བཙུའི་  
རྒྱལ་བ་ནམས་ཀྱིས་ས་དེ་དོ་རྗེའི་རང་བཞིན་དུ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པས་  
གནས་དེ་ལ་དོ་རྗེའི་གདན་ཞེས་གྲགས། སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ནི་ཡན་ལག་  
རྩལ་ཏུ་དང་ལྡན་པའི་ཆངས་པའི་དབྱངས་ནམ་ཡང་འགག་པ་མེད་པ་ཞིག་སྟེ།  
གསུང་གི་དབྱངས་དེའི་སྐད་རེ་རེས་ཀྱང་ནམ་མཁའ་མཐས་ཁུབ་པའི་  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་རང་རང་གི་སྐད་དུ་ཆོས་སྟོན་པར་བྱས་པ། དེ་  
ཡང་ལྷ་ནམས་ལ་སྤྱིའི་སྐད་དང་སྤྱི་ནམས་ལ་སྤྱིའི་སྐད་དང་མི་ནམས་ལ་མིའི་

སྐད་ལ་སོགས་པ་སེམས་ཅན་རང་རང་གི་སྐད་དུ་གོ་བ། སེམས་ཅན་སོ་སོའི་  
 ཁམས་དང་དབང་པོ་དང་བག་ལ་ཉལ་ཇི་ལྟར་ཡོད་པ་དང་མཐུན་པར་སྟོན་པ་  
 ཟླ། མི་རྟག་པ་བསྟན་པས་འདུལ་བར་འོས་པ་རྣམས་ལ་མི་རྟག་པ་དང་། སྤྱག་  
 བསྐྱལ་བསྟན་པས་འདུལ་བར་འོས་པ་རྣམས་ལ་སྤྱག་བསྐྱལ་དང་། བདག་  
 མེད་བསྟན་པས་འདུལ་བར་འོས་པ་རྣམས་ལ་བདག་མེད་དང་། བྱམས་སྦྱིང་  
 ཇི་བསྟན་པས་འདུལ་བར་འོས་པ་རྣམས་ལ་བྱམས་སྦྱིང་ཇི་ཇི་ཆོག་ས་བཅད་  
 འབྱུང་སྟེ། འབད་ཚེ་ལ་དང་རྣམ་རྟོག་གང་ཡང་མེད་པར་གསུང་གི་གདངས་  
 གཅིག་ལས་རང་རང་གི་སྐལ་བ་དང་འཆོམ་པར་ཆོས་ཀྱི་དབྱངས་འབྱུང་བ།  
 རྣམ་མཁའི་དབྱིངས་ཡོངས་སུ་གང་བའི་འཁོར་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་ཆེན་པོའི་  
 དབུས་སུ་ཆོས་སྟོན་པར་མཛད་པ་ན། སྐྱེད་ཉེ་བ་རྣམས་ལ་གསུང་ཏེ་ཅང་  
 ཉེ་བར་མི་སྤང་། རྒྱུ་རིང་བ་རྣམས་ལ་ཆུང་བར་མི་སྤང་བར་འཁོར་གྱི་  
 དཀྱིལ་འཁོར་དུ་གནས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མཉམ་པར་ཐོས་ཤིང་། དེར་མ་  
 ཟད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ཆངས་པའི་དབྱངས་ལ་མཐའ་མེད་པས་གདུལ་  
 བྱ་རང་གི་འོས་ནས་གསུང་ཐོས་པའི་སྐལ་བ་ཡོད་ན་ནི་རྣམ་མཁའི་མཐའ་  
 ཐམས་ཅད་གསུང་གི་དབྱངས་གཅིག་གིས་བྲབ་པ། གསུང་གི་དབྱངས་དེ་  
 ཡང་ཞལ་གྱི་སྒོ་གཅིག་དུ་མིན་པར། མཛོད་སྐྱེད་དང་དབུའི་གཙུག་ཏྲར་  
 སོགས་སྐྱུའི་ཆ་ཐམས་ཅད་ལས་འབྱུང་བ། ཡོངས་སུ་བརྟག་པ་བཟང་སྟེ་རྣམ་  
 མཁའི་མཐས་བྲབ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དུས་གཅིག་ཏུ་བློ་བ་མི་  
 འདྲ་བ་རེ་རེ་བྱས་ན། དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལན་གསུང་གི་གདངས་གཅིག་གིས་

སོ་སའི་ཐེ་ཆོམ་ཐམས་ཅད་གཙོད་པར་མཛད་པ་སྟེ། གསུང་གི་གསང་བ་  
བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་བ་དང་ལྡན་པ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐུགས་མཐུན་བཅེ་  
གཉིས་དང་ལྡན་པ་ལས། མཐུན་པ་ནི་ཤེས་བྱའི་གནས་ཐམས་ཅད་དུས་  
གཅིག་ཏུ་མངོན་སུམ་དུ་མཐུན་པ་སྟེ། དེ་ཡང་ནམ་མཁའི་མཐས་གྲས་པའི་  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་རྒྱ་བ་སྤྲོ་མོ་ཚུན་ཆད་དུས་གཅིག་ཏུ་  
གསལ་བར་གཟིགས་ཤིང་། དེར་མ་ཟད་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྡོན་  
འདས་པའི་དུས་སུ་ཡུལ་སྤྱོད་གས་གང་དང་གང་དུ་སྐྱེས་པ་དང་། དེ་དང་དེར་  
སྒོ་གསུམ་གྱི་སྤྱོད་པ་ཅི་དང་ཅི་བྱས་པ་ཐམས་ཅད་དང་། མ་འོངས་པ་ན་རང་  
རང་གི་ལས་ཀྱིས་གང་དང་གང་དུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་དང་། དེ་དང་དེར་བདེ་  
སྤྱད་ཅི་ལྟར་སྤྱོད་པ་སོགས་དུས་གསུམ་གྱི་ཤེས་བྱའི་གནས་ཐམས་ཅད་  
ལག་མཐིལ་གྱི་རྒྱ་རུ་ར་ལྟར་དུས་གཅིག་ཏུ་མངོན་སུམ་དུ་གསལ་བར་  
གཟིགས་པ། ནམ་མཁའི་མཐས་གྲས་པའི་འཛིག་ཉེན་གྱི་ཁམས་ཐམས་ཅད་  
ན་སའི་རྩལ་སྤྲོ་མོ་ཞིག་ཡན་ཆད་དངོས་པོ་ཇི་སྟེད་ཅིག་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་  
ཀྱང་དུས་གཅིག་ཏུ་མངོན་སུམ་དུ་གཟིགས་ཤིང་། ཡོངས་སུ་བརྟག་པ་བཟུང་  
སྟེ། འཛམ་བུའི་གླིང་འདིའི་རྩ་ཤིང་ནགས་ཚལ་ཐམས་ཅད་བསྐྱུས་ཏེ་མེར་  
བསྐྱེགས་ནས་ཐལ་བ་རྣམས་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོར་དོར་ཏེ་ལོ་སྟོང་གི་བར་དུ་  
དཀྲུགས་ནས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་ཐལ་བ་འདི་རྣམས་ཡུལ་སྤྱོད་གས་  
གང་དང་གང་གི་ཡིན་ཞེས་ཁྱུས་པ་ན། འབད་ཚོལ་དང་རྣམ་ཏྲོག་མེད་པར་  
སྐྱད་ཅིག་ལ་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་དེའི་ནང་ནས་ཐལ་བའི་རྩལ་སྤྲོ་མོ་རྣམས་རེ་རེ་



ནས་འདི་ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ཞེས་བྱ་བའི་རྩ་ལམ་ཤིང་འདི་ཞེས་བྱ་བའི་ཡལ་  
གཤམ་ལོ་མ་འདི་འདྲ་ཞིག་གི་རྩལ་ལོ་ཞེས་རེ་རེ་ནས་སྟོན་པ་ལ་ཐོགས་པ་མི་  
མངའ་ཞིང་། རྩལ་དེ་ཐམས་ཅད་དུས་གཅིག་ལ་འདི་དང་འདི་འོ་ཞེས་སྟོན་  
པར་རུས་པ་དང་། དེ་ལྟར་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་མངོན་སུམ་དུ་  
གསལ་བར་གཟིགས་བཞིན་དུ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་ཐུགས་  
ཚུ་ལ་ཚུ་བཞག་བཞིན་དུ་རོ་གཅིག་དུ་ཞུགས་ཏེ་མཉམ་པར་བཞག་པ་ལས་  
ནམ་ཡང་ལྡང་བ་མེད་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནས་ལུགས་ལ་ཅེ་  
གཅིག་དུ་མངོན་སུམ་དུ་སྟོམས་པ་བཞགས་བཞིན་དུ་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་ཆོས་  
ཐམས་ཅད་མ་འདྲེས་པར་གསལ་བར་གཟིགས་པ་འདི་ནི་ཐུགས་ཀྱི་གསང་  
བ་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་བའོ། །

བཅེ་བ་ནི། བསྟོད་པ་བརྒྱ་ལྔ་བཅུ་པ་ལས། འགྲོ་བ་འདི་དག་ཐམས་  
ཅད་ནི། བྱད་མེད་ཉོན་མོངས་རྣམས་ཀྱིས་བཅིངས། བྱོད་ནི་འགྲོ་བའི་ཉོན་  
མོངས་དག །དགྲོལ་སྦྲད་ཡུན་རིང་ཐུགས་རྗེས་བསྐྱམས། །དང་པོར་བྱོད་ལ་  
ཐུག་བགྱི་འཇམ། འོན་ཏེ་གང་གིས་འཁོར་བར་བྱོད། །སྟོན་མཁུན་ཡུན་རིང་དེ་  
ལྟ་བུར། །བཞུགས་མཛད་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལ་བགྱི། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།  
འགྲོ་བ་རྣམས་ལས་ཉོན་གྱིས་རང་དབང་མེད་པར་བཅིངས་པ་བཞིན་དུ་དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པའང་གདུལ་བྱ་རྣམས་ལ་ཐུགས་བཅེ་བའི་གཞན་དབང་དུ་  
གྱུར་བ་སྟེ། ནམ་མཁའི་མཐས་གྲས་པའི་སེམས་ཅན་འདི་ཐམས་ཅད་ལ་མ་  
བྱ་གཅིག་པ་ལ་བཅེ་བ་ལྟར་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོས་འདུལ་བའི་དུས་ལས་སྐད་

ཅིག་ཀྱང་མི་འདའ་བ་སྟེ། རྣམ་མཁའི་མཐས་བྱུང་བའི་སེམས་ཅན་འདི་  
ཐམས་ཅད་ལ་དོན་དུ་འགྱུར་ན་དེའི་དོན་མཛད་པ་ལ་བསྟེན་པ་དང་དུས་  
ལས་ཡོལ་བ་ནམ་ཡང་མི་སྤིང་བ་ནི།

ལུང་ལས། རྩ་སྤྱོད་གནས་ཀྱི་དུག་ཅན་པ། །དུས་ལས་འདའ་བར་  
འགྱུར་སྤིང་གི། །སངས་རྒྱས་གདུལ་ལ་འབྱམས་པ་ནི། །དུས་ལས་འདའ་  
བར་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས། འཕྱིན་ལས་འབད་ཚེ་ལ་མེད་པར་ལྷན་  
གིས་གྲུབ་ཅིང་ནམ་ཡང་རྒྱན་མི་འཆད་པ་སྟེ། རྣམ་མཁའི་མཐས་བྱུང་བའི་  
སེམས་ཅན་འདི་ཐམས་ཅད་ལ་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་འདོད་དོན་  
ཐམས་ཅད་འབད་ཚེ་ལ་དང་རྣམ་རྟོག་མེད་པར་སྟོལ་བར་མཛད་དེ། བྱོད་  
གིས་གང་ལས་འགྲོ་བ་དག་། མ་དངས་རྒྱད་པ་དེ་གང་མཆིས། །གང་དང་  
འཛིག་རྟོན་མ་སྤྲད་པའི། །ཐུན་ཆོགས་དེ་ཡང་གང་ཞིག་མཆིས། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར། རང་ཅག་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་  
བདེ་བ་སྤྲ་མོ་ཞིག་འབྱུང་བ་ཡན་ཆད་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་འདོད་  
དོན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐུགས་རྗེ་ཁོ་ན་ལས་འབྱུང་བར་གསུང་།  
མདོར་ན་སྦྱོན་གྱི་རིགས་ཐམས་ཅད་ཟད་ཅིང་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་  
རྫོགས་པ་ནི་སངས་རྒྱས་ཉག་གཅིག་ཡིན་པས། རང་གཞན་གཉིས་ཀའི་དོན་  
མཐར་ཐུན་པ་ཞིག་བྱེད་ན་དེ་ལྟ་བུའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཞིག་ཐོབ་  
དགོས་པར་འདུག་པས། བདག་གིས་མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་  
ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་རིན་པོ་ཆེ་ཅི་ནས་ཀྱང་

ཐོབ་པར་བྱའོ་སྙམ་དུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཤྱགས་དག་ཏུ་བསྐྱེད། དེ་ལྟ་བུའི་  
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་དེ་སྟུར་དུ་རྒྱད་ལ་སྐྱེ་བར་སྒྲ་མ་ལྟས་བྱིན་  
གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། ཞེས་གསོལ་བ་ཤྱགས་དག་ཏུ་གདབ་པོ། །  
གསུམ་པ་མཐུག་ཏུ་ཇི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་ནི་སྟར་བཞིན་ཡིན་ལ།

### གཉིས་པ་ཐུན་མཆོམས་སུ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ།

གཉིས་པ་ཐུན་མཆོམས་སུ་ཇི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་ནི། བྱམས་སྟོང་རྗེ་  
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ཇི་ལྟར་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་སྟོན་པའི་གསུང་རབ་  
དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པ་སྦྱི་དང་། བྱང་པར་མདོ་སྡེ་པལ་པོ་ཆེ་དང་  
གདམས་ངག་འདིའི་ཅ་བའི་གཞུང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྦྱོད་པ་ལ་འཐུག་  
པ་དང་བསྐྱབ་པ་ལ་ཀུན་ལས་བཏུས་གཉིས་དང་བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་ཆེ་ཆུང་  
རྣམས་ཡང་ཡང་བལྟ་ཞིང་། དཔྱད་ཤེས་དང་ལྡན་པའི་སྟོན་སྟེང་དབང་པོའི་སྟོ་  
སྟོམ་པ་སོགས་གཞན་རྣམས་སྟར་བཤད་པ་ལྟར་དང་། དེ་དག་ཐམས་ཅད་  
ཀྱང་བདག་པས་གཞན་གཅེས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་མ་སྐྱེས་  
པ་བསྐྱེད་པ་དང་། སྐྱེས་པ་གོང་འཕེལ་དུ་འགྱུར་བའི་ཐབས་སུ་ཅི་འགྱུར་བྱ།  
ཐུན་དངོས་གཞི་ལ་བྱམས་སྟོང་རྗེ་ཤྱགས་དག་པོས་གཏོང་ལེན་གྱི་  
དམིགས་རྣམ་བསྐྱངས་ནས་ཐུན་མཆོམས་སུ་དམིགས་པ་ཇི་ལྟར་སྦྱོང་བ་ནི།  
ཡུལ་གསུམ་དུག་གསུམ་དག་ཅ་གསུམ། །རྗེས་ཀྱི་མན་ངག་མདོར་བསྐྱས་

པ། །སྒྲོད་ལམ་ཀུན་ཏུ་ཆོག་གིས་སྒྱུར། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། དབང་པོ་དུག་གི་  
 ཡུལ་དུ་ཡུལ་ཡིད་དུ་འོང་མི་འོང་བར་མ་གསུམ་ཤར་བ་ན། ཡིད་དུ་འོང་བ་  
 ལས་འདོད་ཆགས། ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་ལས་ཞེ་སྒྲིང་། བར་མ་བཏང་སྟོམས་  
 སུ་གནས་པ་ལས་གཏི་ཐུག་སྐྱེས་པའི་ཆོ། དེ་དག་གི་དབང་དུ་མི་གཏོར་བར་  
 འགོག་ཅིང་། དེ་ཡང་ཆོར་བ་བདེ་བ་སྐྱེས་པ་ན་སྐྱུག་བསྐྱེད་གི་རང་བཞིན་དུ་  
 བལྟས་ལ་དེ་ལ་སྐྱེད་པ་བཀག་ནས་ཡིད་འབྱུང་བ་སྐྱེད། ཆོར་བ་སྐྱུག་བསྐྱེད་  
 སྐྱེས་པ་ན་ལུས་འདི་ལས་ཉོན་གི་གཞན་དབང་དང་སྐྱུག་བསྐྱེད་གི་རང་  
 བཞིན་ཅན་ཡིན་པས། དེ་ལས་སྒོ་བྱར་སྒོ་བྱར་དུ་ཚུའི་ཚུ་བྱར་དང་ནད་གི་  
 ཟུག་རུ་ལྟར་སྐྱུག་བསྐྱེད་གསར་བ་སྐྱེས་པར་བསམས་ལ་ཞེ་སྒྲིང་སྐྱེ་བ་  
 བཀག་ནས་ཡིད་འབྱུང་སྒོ་ཤས་བསྐྱེད། ཆོར་བ་བཏང་སྟོམས་ལ་ནི་མི་རྟག་  
 པ་དང་སྐྱུག་བསྐྱེད་གི་ས་བོན་ཅན་དང་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བར་  
 བལྟས་ལ། དེ་ལས་གཏི་ཐུག་གི་རིགས་འདྲ་མི་བསྐྱེད་པར་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་  
 འབྱུང་དུ་ཤེས་པའི་ཤེས་རབ་ཅི་སྐྱེ་བའོ། །

ཆོར་བ་གསུམ་དུག་གསུམ་གི་རྒྱར་མི་གཏོང་བ་ཅམ་ནི་ཉན་ཐོས་  
 རྣམས་ལའང་ཡོད་པས། འདིར་དེ་ཅམ་གིས་མི་ཆོག་པར་གཙུག་ན་རིན་པོ་  
 ཆེའི་མདོ་ལས་འབྱུང་བ་ལྟར། ཆོར་བ་གསུམ་སྟོང་རྗེའི་རྒྱར་གཏོང་སྟེ། དེ་  
 ཡང་ཆོར་བ་བདེ་བ་སྐྱེས་པ་ནམ་མཁའ་བྲུག་གི་མ་གྲན་སེམས་ཅན་རྣམས་  
 ཟག་བཅས་གི་ཆོར་བ་བདེ་བ་འདི་ལྟ་བུ་ལ་སྐྱེད་ནས་འདོད་ཆགས་རྒྱས་པར་  
 བྱས་ཏེ་འཁོར་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་རྒྱན་མི་འཆད་དུ་སྒྲོང་བར་འབྱུང་བས། དེ་



རྣམས་ཀྱི་སྐྱོད་པ་རྒྱན་གཅད་པར་བྱའོ་སྣམ་དུ་སྦྱང་རྩེ་ཤྲགས་ཅག་ཏུ་བསྐྱེད།  
 ཚོར་བ་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལས་ཡིད་མི་བདེ་སྐྱེས་པ་ན་མཁའ་ཁྲབ་ཀྱི་མ་གྲན་  
 སེམས་ཅན་རྣམས་ཚོར་བ་སྤྲུག་བསྐྱེད་འདི་ལྟ་བུ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡིད་མི་བདེ་  
 དང་། དེ་ལས་ཞེ་སྤང་སྐྱེས་ནས་སྦྲར་ཡང་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཆེས་ཆེར་སྔོང་བར་  
 འགྱུར་བས། དེ་རྣམས་ཀྱི་སྤྲུག་བསྐྱེད་རྒྱ་བཅས་རྣམས་བདག་གིས་རྒྱན་  
 གཅད་པར་བྱའོ་སྣམ་དུ་སྦྱང་རྩེ་དང་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཤྲགས་ཅག་ཏུ་བསྐྱེད། ཚོར་  
 བ་བཏང་སྦྱོམས་སྐྱེས་པ་ན་མཁའ་ཁྲབ་ཀྱི་མ་གྲན་སེམས་ཅན་རྣམས་ཚོར་བ་  
 བཏང་སྦྱོམས་ལ་སྐྱོད་ཅིང་སྔོང་ས་པའི་དབང་གིས་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བར་  
 འབྱུངས་ཤིང་སྤྲུག་བསྐྱེད་རྒྱན་མི་འཆད་དུ་སྔོང་བར་འགྱུར་བས། མ་གྲན་  
 སེམས་ཅན་འདིར་རྣམས་ཀྱི་སྔོང་ས་པའི་ཐུན་པ་ཐུར་དུ་བསལ་བར་བགྱིའོ་  
 སྣམ་དུ་སྦྱང་རྩེ་དང་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཤྲགས་ཅག་ཏུ་བསྐྱེད།

གཞན་ཡང་མདོ་སྤེལ་པོ་ཆེ་ལས་འབྱུང་བ་ལྟར། རང་ལ་སྤྲིག་སྤྲུག་  
 གི་སྤང་བ་གང་ཤར་ཡང་། དེ་རྒྱར་བྱས་ཏེ་འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 སྤྲིག་སྤྲུག་རྣམས་དེའི་སྦྱང་དུ་ཚུར་ལེན་ཅིང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 སྤྲུག་བསྐྱེད་ཇི་སྦྱང་ཡོད་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་རང་གཅིག་བྱས་སྔོང་བའི་གོ་  
 ཆ་དང་འདུན་པ་ཆེར་བསྐྱེད། རང་ལ་བདེ་བ་དང་དགོ་བ་ཅིར་སྤང་ཡང་འགྲོ་  
 བ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་པར་བཏང་སྤེལ་རང་ལ་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་རེ་བ་མི་བྱེད་  
 པར་མ་གྲན་སེམས་ཅན་ཁོ་ན་བདེ་ན་ཅི་མ་རུང་སྣམ་པའི་འདུན་པ་ཤྲགས་  
 ཅག་ཏུ་བྱ། གཏོང་ལེན་གྱི་འབྲུལ་ལ་བརྟེན་ནས་གང་ཤར་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་

ལམ་དུ་བསྐྱར་བ་ལ་ཡུལ་ཡིད་དུ་འོང་མི་འོང་བར་མ་གསུམ་ཤར་བ་ན་  
གཏོང་ལེན་ངེ་ལྟར་སྒྲོམ་པའི་ཚུལ་གོ་བདེ་བར་བརྗོད་ན། ཡུལ་ཡིད་དུ་འོང་  
བ་ལ་བརྟེན་ནས་འདོད་ཆགས་སྐྱེས་པའི་ཆོ། བདག་བཞིན་དུ་ཡུལ་ཡིད་དུ་  
འོང་བ་ལ་དམིགས་ནས་འདོད་ཆགས་སྐྱེས་པའི་སེམས་ཅན་མང་པོ་ཡོད་  
པས། དེ་དག་གི་འདོད་ཆགས་རྣམས་བདག་ལ་འདུས་ནས་སེམས་ཅན་དེ་  
རྣམས་འདོད་ཆགས་མེད་པའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག་སྙམ་དུ་  
བསམས་ལ་གཏོང་ལེན་བསྒྲོམ། ཡུལ་ཡིད་མི་འོང་ལ་དམིགས་ནས་ཞེ་སྤང་  
སྐྱེས་པའི་ཆོ། བདག་བཞིན་དུ་ཡུལ་ཡིད་མི་འོང་ལ་དམིགས་ནས་ཞེ་སྤང་  
སྐྱེས་པའི་སེམས་ཅན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡོད་པས། དེ་དག་གི་ཞེ་སྤང་རྣམས་  
བདག་ལ་འདུས་ནས་སེམས་ཅན་དེ་རྣམས་ཞེ་སྤང་མེད་པའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་  
དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག་སྙམ་དུ་བསྒྲོམ། ཡུལ་བར་མ་ལ་དམིགས་ནས་གཏི་  
ཟུག་སྐྱེས་པའི་ཆོ། བདག་བཞིན་དུ་ཡུལ་ཡིད་དུ་འོང་མི་འོང་བར་མ་ལ་  
དམིགས་ནས་གཏི་ཟུག་སྐྱེས་པའི་སེམས་ཅན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡོད་པས།  
དེ་དག་གི་གཏི་ཟུག་རྣམས་བདག་ལ་འདུས་ནས་སེམས་ཅན་དེ་རྣམས་གཏི་  
ཟུག་མེད་པའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག་སྙམ་དུ་བསམ་བ་ཐག་  
པ་ནས་བསྒྲོམ། ཡང་གཟུགས་ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་སྐྱ་སྙན་པ་ཐོས་པ་ལ་  
སོགས་པ་ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་བདེ་བར་སྤང་བ་ཅི་བྱུང་ཡང་། དེ་ཐམས་ཅད་  
སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་དང་འཕགས་པ་ཉན་རང་  
རྣམས་ལ་མཆོད་པར་འབྲུལ་ཞིང་། དེ་ལྟར་ཡུལ་བའི་དགོ་རྩ་རྣམས་ཀྱང་མ་

གན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་གཏོང་བའི་བསམ་པ་ཤུགས་ཅག་ཏུ་སྒྲིང་།  
 དེ་ལྟར་བཏང་བའི་དག་ཅ་རྣམས་ཀྱང་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་དང་ཉན་རང་རྣམས་ལ་མཆོད་པའི་དངོས་པོ་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་བར་  
 གྱུར་ཏེ། སངས་རྒྱས་རྣམས་སྒྲ་ན་མེད་པའི་བདེ་བ་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་བས་  
 མཉེས་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་མཆོད་པས་མཉེས་ཞིང་།  
 མཆོད་པ་དེ་དག་ཀྱང་ཆོགས་རྩོགས་པའི་ཕྱིན་ནང་གི་མཐུན་རྐྱེན་དུ་གྱུར་ཏེ།  
 རང་རང་གིས་ལམ་རྣམས་སྦྱར་དུ་རྩོགས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཉན་རང་  
 རྣམས་ཀྱང་རང་རང་གི་ལམ་བཟོད་དེ་འབྲས་བུ་སྦྱར་དུ་ཐོབ་པའི་རྐྱེན་དུ་  
 འགྱུར་བ་དང་། སེམས་ཅན་རྣམས་སོ་སོའི་ལུས་སེམས་ཀྱི་གདུང་བ་ཐམས་  
 ཅད་ཞི་ཞིང་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་དུ་འཇུག་པའི་ཕྱིར་རྐྱེན་དག་བའི་བཤེས་  
 གཉེན་དང་། ནང་གི་རྐྱེན་དད་པ་དང་ངེས་འབྱུང་དང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་  
 སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཆང་ནས་སྦྱར་དུ་སྒྲ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་འཆང་རྒྱ་  
 བར་འགྱུར་བའི་མོས་པ་ཤུགས་ཅག་ཏུ་བྱ་ཤིང་གཏོང་ལེན་བསྒྲུལ། ཡང་  
 སྒྲིང་ཡུལ་ཡོངས་སུ་དག་པའི་མདོ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར། འགྲོ་བ་དང་  
 འཆག་པ་དང་ཉལ་བ་དང་འདུག་པའི་སྒྲིང་ལམ་ཅི་བྱེད་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
 སེམས་རིན་པོ་ཆེས་ཟིན་པར་བྱས་ནས་གཏོང་ལེན་གཉིས་ཀྱི་སྒོ་ནས་ཐེག་  
 པ་ཆེན་པོའི་ལམ་དུ་བསྐྱར་ཅི་ཐུབ་བྱ། དེའི་ཚུལ་ནི་གཙུག་ལག་ཁང་གི་ནང་  
 དུ་འགྲོ་ན་འདི་ལྟར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཐུང་ན་ལས་འདས་པའི་གྲོང་བྲིར་  
 དུ་གཟུང་ངོ་སྟུང་དུ་སེམས་བསྐྱེད། ཕྱིར་འབྱུང་ན་འདི་ལྟར་སེམས་ཅན་

ཐམས་ཅད་འཁོར་བའི་བཙོན་ར་ནས་གདོན་ནོ་སྦྲུལ་དུ་སེམས་བསྐྱེད།  
 གནས་ཁང་གི་སྒོ་འབྱེད་ན་འདི་ལྟར་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཡེ་ཤེས་  
 གྱིས་བདེ་འགོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒོ་དབྱེའོ་སྦྲུལ་དུ་སེམས་བསྐྱེད། སྒོ་གཙོན་ན་  
 འདི་ལྟར་ངན་འགོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒོ་རྣམས་གཙན་དོ་སྦྲུལ་དུ་སེམས་བསྐྱེད།  
 བུ་ཤལ་བྱེད་ན་འདི་ལྟར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་པའི་བྱི་  
 མའི་སྒྲོན་རྣམས་བུ་ཤལ་སྦྲུལ་དུ་སེམས་བསྐྱེད། ལག་པ་བུ་ན་འདི་ལྟར་  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་པའི་བྱི་ང་བ་རྣམས་བསལ་ལོ་སྦྲུལ་དུ་  
 སེམས་བསྐྱེད། ཀླང་པ་བུ་ན་འདི་ལྟར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཉོན་  
 མོངས་པའི་རྩལ་རྣམ་པ་སྒྲ་ཆོག་པ་བསལ་ལོ་སྦྲུལ་དུ་སེམས་བསྐྱེད། སོ་  
 ཤིང་བ་ན་འདི་ལྟར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱི་མ་རྣམ་པ་སྒྲ་ཆོག་པ་བསལ་  
 ལོ་སྦྲུལ་དུ་སེམས་བསྐྱེད། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་མཆོད་རྟེན་ལ་ཕྱག་  
 འཆལ་ན་འདི་ལྟར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལྟ་དང་བཅས་པའི་འཇིག་རྟེན་  
 གྱིས་ཕྱག་བྱ་བར་ཞོག་ཅིག་སྦྲུལ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་དོ། །མདོར་ན་ལུས་ཀྱི་  
 གཞུ་བ་ཐམས་ཅད་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་པན་པ་དང་བདེ་བར་ཡོངས་  
 སུ་བསྐྱོའོ།

དེ་དག་གིས་མཆོན་ནས་བྱ་བ་གང་དང་གང་བྱེད་ཀྱང་བྱམས་སྤྱིང་  
 རྗེའི་སྒོ་ནས་དམིགས་རྣམ་བྱུང་པར་བ་རེ་བསམས་ཏེ་བདག་གཞན་མཉམ་  
 བརྗེའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་འཕེལ་བའི་ཐབས་སུ་བསྐྱར་ཅི་ཐུབ་བྱ། འདི་དག་  
 གི་ཚུལ་ཞིབ་པར་སྒོ་བཟང་དགོངས་རྒྱན་དུ་བྲིས་བྲིན་པས་དེ་ལས་ཤེས་



པར་བྱའོ། །རང་ཅག་དག་སྦྱོར་བྱེད་ཁུལ་ཅི་བྱས་ཀྱང་ཡར་སྐྱེད་མི་ཡོང་བར་  
 སློང་ན་གོང་འཕེལ་དུ་འགྱུར་བ་འདི་ཐུན་མཆོམས་ཀྱི་དག་སྦྱོར་གནད་དུ་མ་  
 སོང་བར་སྦྱོར་གོམས་པའི་བག་ཆགས་དང་། གྲོགས་ངན་པ་སྣ་ཆོགས་ཀྱིས་  
 བསྐྱད་པའི་མ་ཐུས་ཐུན་མཆོམས་སུ་དོན་མེད་ཀྱི་ཡོང་གཏམ་དང་ཆེ་འདིའི་  
 བྱ་བྱེད་སྣ་ཆོགས་ཀྱིས་གཡེངས་ཤིང་། དེ་ལ་སེམས་གོམས་པ་ཤུགས་ཆེ་  
 བས་ཐུན་དངོས་གཞིའི་སྐབས་ལ་དག་སྦྱོར་ལ་འབད་སློང་བྱས་ཀྱང་སློང་ལ་  
 ཡར་སྐྱེད་གཏན་ནས་མི་ཡོང་བ་འདི་ལྟར་ཡིན་པས། ཐུན་མཆོམས་སུ་བྱན་  
 ཤེས་ནར་མར་བསྟེན་ནས་དབང་པོའི་སློང་སྒྲིམ་པ་སོགས་ལ་འབད་བ་ཤིན་ཏུ་  
 གལ་ཆེ་ཞིང་། ལྷག་པར་དབང་པོ་བྱུག་གི་ཡུལ་དུ་གང་ཤར་ཐམས་ཅད་བྱང་  
 ཚུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འཕེལ་བའི་རྒྱུན་དུ་ཅི་འགྱུར་བྱེད་པ་ནི་ཐེག་པ་  
 ཆེན་པོའི་ཐབས་མཁས་ཀྱི་འབྲུལ་སྒྲན་མེད་པ་ཡིན་པས། སྦྱོང་ནས་ཐེག་པ་  
 ཆེན་པོའི་ལམ་ལ་སློབ་པར་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱལ་སྤྱི་ཞི་བ་ལྟའི་མན་  
 ངག་ཇོ་བོ་རྗེ་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཏི་ཤེ་ཡབ་སྤྱི་ཀྱི་སྦྱོར་རྒྱུད་དུ་ཡོངས་པ་འདི་  
 དག་མན་ངག་གི་མཆོག་དུ་གཟུང་ངོ། །

བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་དེ་མི་ཉམས་ཤིང་  
 འཕེལ་བའི་ཕྱིར་བྱ་བ་བསྐྱུལ་བ་ནི། དེ་ལ་བྱན་པ་བསྐྱུལ་བའི་ཕྱིར། །སྦྱོང་  
 ལམ་ཀུན་ཏུ་ཆོག་གིས་སྦྱང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སྦྱོང་ལམ་རྣམ་བཞི་  
 ཐམས་ཅད་དུ་བྱམས་སྦྱོང་རྗེའི་དམིགས་རྣམ་ནར་མར་བསྟེན་ཅིང་། དེ་ལ་  
 བྱན་པ་བསྐྱུལ་བའི་ཕྱིར་བྱམས་སྦྱོང་རྗེའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་མདོ་བསྟན་

བཅོས་ལས་འབྱུང་བ་རྣམས་ཡང་ཡང་འདོན།

ལྷག་པར་བསྐྱབ་བརྟམ་ལས། གསེར་འོད་དམ་པ་ལས་འབྱུང་བའི་  
བྱམས་པ་དང་སྙིང་རྩེ་སྒྲོམ་པ་སྟོན་པའི་ཆིགས་བཅད་རྣམས་ལ་སེམས་  
ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བསམས་ཏེ་ཐ་ན་ཆིག་ཏུ་ཡང་བཏོན་ནས་བསྒྲོམ། ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར། གསེར་འོད་དམ་པ་ནས་གསུངས་པའི་བྱམས་སྙིང་རྩེའི་  
ཆིགས་བཅད་རྣམས་དང་། རིན་ཆེན་སྤོང་བ་དང་བསྐྱབ་བརྟམ་དང་སྤྱོད་  
འབྱུག་སོགས་ནས་གསུངས་པའི་གཏོང་ལེན་གྱི་ཆིགས་བཅད་རྣམས་ཡང་  
དང་ཡང་དུ་འདོན་ཞིང་བྲན་པ་གསོལ་ལ། ཐུན་མཆམས་ཀྱི་བྱ་བ་རྣམས་དོན་  
མེད་དུ་སྐྱད་ཅིག་ཀྱང་མི་གཏང་བར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱོད་བའི་  
གྲོགས་སུ་བསྐྱར་ཅི་ཐུབ་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱམས་སྙིང་རྩེའི་དམིགས་རྣམས་སྤྱོད་  
བའི་སྐབས་སུ་ཐུན་དངོས་གཞི་དང་ཐུན་མཆམས་ཐམས་ཅད་དུ་སྤྱོད་བ་  
གལ་ཆེ་བར་སྒྲོམ་རིམ་ལས། སྙིང་རྩེ་དེ་ནི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་འབྱུག་ཀྱང་རུང་  
སྤྱོད་ལམ་ཐམས་ཅད་དུ་ཡང་རུང་སྟེ། དུས་ཐམས་ཅད་དུ་སེམས་ཅན་ཐམས་  
ཅད་ལ་བསྒྲོམ་པར་བྱའོ། །ཞེས་དང་།

དག་བའི་བཤེས་གཉེན་སྤང་རི་ཐང་པ་ཡང་། ཁེ་དང་རྒྱལ་ཁ་ཐམས་  
ཅད་རྩི་བོ་སེམས་ཅན་ལ་འབྱུལ། དེ་ཅི་སྟེ་ན་བདེ་བའམ་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་  
སེམས་ཅན་ལ་བཏོན་ནས་འབྱུང་བ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །གྲོང་དང་བྱུབ་ཁ་  
ཐམས་ཅད་རང་ལ་སྤང་། དེ་ཅི་སྟེ་ན་སྤྱོན་ནམ་ཉེས་པ་ཐམས་ཅད་བདག་ཏུ་  
འཛིན་པ་ལ་བཏོན་ནས་འབྱུང་བའི་བྱིར་རོ། །ཞེས་ཡང་ཡང་གསུང་ཞིང་

ཐུགས་སྦྱོང་བར་མཛད། དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་འཆད་ཁ་བ་ཞིང་གཤེགས་  
ཁར། རྒྱང་སྤྱིད་ཀྱི་སྤྱོད་གཅིག་ལ་སྦྱོང་གི་སྤྱོད་འདི་ལས་སྟོན་བ་མེད་བས་  
ཁྱེད་ཀྱིས་བརྗོད་དང་གསུང་།

རྗེ་རིན་པོ་ཆེས་ཀྱང་། ལམ་གྱི་དམིགས་བ་གང་དང་གང་སྦྱོང་ཡང་  
ཐོག་མ་ནས་རང་འབྱུངས་སུ་མི་ཡོང་བས་ཡུན་བསྐྱེད་ནས་སྒྲིམ་དགོས་  
ཤིང་། ཐ་ན་ཆོག་ཏུ་བརྗོད་བ་ཅམ་གྱིས་ཀྱང་གོམས་དགོས། ཞེས་གསུངས་  
བ་ལྟར་རོ། །

གཉིས་བ་སེམས་བསྐྱེད་ནས་རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་སྦྱོང་བ་སྦྱོབ་ཚུལ།

གཉིས་བ་སེམས་བསྐྱེད་ནས་རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་སྦྱོང་བ་ལ་སྦྱོབ་ཚུལ་ལ་  
གཉིས། ཐུན་གྱི་ངོ་བོ་ལ་རྗེ་ལྟར་བྱ་བ་དང་། ཐུན་མཆོམས་སུ་རྗེ་ལྟར་བྱ་བའི་  
ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལ་སྦྱོར་དངོས་མཐུག་གསུམ་ལས། དང་པོ་སྦྱོར་བའི་ཆོས་  
དུག་ནི་སྤྱོད་བཞིན་ཡིན་ལ།

གཉིས་བ་དངོས་གཞི་ནི། སྦྱོར་བླ་མ་ལྟ་སྒྲིམ་བཞིན་པའི་དང་ནས་  
འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ། དེ་ལྟར་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་སྒྲིམ་སྤྱོད་ཀྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ལ་སྦྱོར་སྤྱོད་པས་བྱམས་སྤྱིང་རྗེ་ཤུགས་དག་ཏུ་འཕེལ་ཏེ་  
མ་གྲགས་སེམས་ཅན་རྣམས་འཁོར་བའི་གནས་ནས་སྦྱོལ་བར་འདོད་ཅིང་།  
དེའི་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་འདོད་ཀྱང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་  
འཕང་དེ་ནི་ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་སུ་མེད་བ་དང་ལྟན་པས་དེའི་རྒྱུ་ཡང་མཐའ་

ཡས་མུ་མེད་པ་ཞིག་སྐྱབ་དགོས་ན།      བདག་འདྲ་བས་ནི་ད་ལྟ་སྒྲོན་སྒྲུང་  
འགོག་པ་དང་ཡོན་ཏན་སྒྲུང་སྐྱབ་པའང་ཤིན་ཏུ་དཀའ་བ་འདི་འདྲ་ན་སྒྲོན་  
མཐའ་དག་འགོག་ཅིང་ཡོན་ཏན་མཐའ་དག་སྐྱབ་པའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་  
ཀྱང་ཆེན་པོ་ལ་སྒྲོབ་པར་ག་ལ་རུས་སྒྲུལ་པ་བྱུང་ན།      དེ་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་  
ལམ་སྐྱབ་པ་ལ་གོགས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡིན་པས་ཐོག་མ་ནས་འབད་བས་  
དགག་དགོས་སོ།།

དེ་ཡང་སྒྲོད་འཇུག་ལས།      བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་ག་ལ་ཞེས།      །སྒྲིད་  
ལུག་པར་ནི་མི་བྱ་སྟེ།      །འདི་ལྟར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི།      །བདེན་པ་གསུང་  
བས་བདེན་འདི་གསུངས།      །སྒྲུང་བྱ་ཤིང་སྒྲུང་བྱང་བ་དང་།      །དེ་བཞིན་སྲིན་བྱར་  
གང་གྱུར་པ།      །དེས་ཀྱང་བཙོན་པའི་སྒྲོབས་བསྐྱེད་ན།      །བྱང་ཆུབ་ཐོབ་དཀའ་  
སྒྲ་མེད་ཐོབ།      །བདག་ལྟ་རིགས་ཀྱི་མིར་སྐྱེས་ལ།      །ཕན་དང་གཞོད་པ་ངོ་ཤེས་  
ནས།      །བྱང་ཆུབ་སྒྲོད་པ་མ་བཏང་ན།      བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་ཅིས་མི་འཐོབ།  
ཅིས་གསུངས་པ་ལྟར།      །སྒྲོན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་རྩལ་ནས་པ་ཀྱན་ནས་མི་  
གསུང་ཞིང་།      །གཅིག་ཏུ་བདེན་པ་འབའ་ཞིག་གསུང་བ་དེའི་ཞལ་ནས་སྒྲུང་བྱ་  
ལ་སོགས་པའི་དུད་འགྲོ་ཉམ་ཆུང་དག་གིས་ཀྱང་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་དང་  
ཕྱད་ནས་ཆོས་ཐོས་ཏེ་བཙོན་པའི་སྒྲོབས་བསྐྱེད་ན་སངས་རྒྱས་ཐོབ་རུས་  
པར་གསུངས་ན།      བདག་ད་ལྟ་དལ་འབྱོར་གྱི་ཉེན་བཟང་པོ་འདི་འདྲ་ཐོབ།  
ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་མ་ཞོར་བར་སྒྲོན་པའི་བཤེས་གཉེན་དམ་པ་དང་  
མངལ།      རང་གི་ངོས་ནས་སྒྲུང་དོར་འབྱེད་རུས་པའི་ཤེས་རབ་ནི་ཡོད།



མ་ཐུན་རྒྱུན་ཐམས་ཅད་ཆང་བའི་སྐབས་འདིར་འབད་ན་ཅིའི་སྤྱིར་མི་ཐོབ་  
སྟམ་དུ་རང་གིས་རང་གཟེངས་བསྟོད་ནས་སྟོ་ཤྱགས་ཆེན་པོ་སྦྱེད་དགོས་  
སོ། །གཞན་ཡང་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཤྱུ་ཐུབ་པ་ལ་སོགས་པའི་སངས་རྒྱས་  
རྣམས་ཀྱང་ཐོག་མ་རང་ནས་སངས་རྒྱས་ཟེན་པ་ཞིག་མིན་གྱི། བདག་འདྲ་  
བའི་ཐ་མལ་པ་ཞིག་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་རེ་དང་མཇལ་བའི་བློན་ལས་  
ལམ་བསྟོད་དེ་སངས་རྒྱས་པ་ཤེས་ཡིན་པས། བདག་གིས་ཀྱང་དཔེ་  
དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་དང་མཇལ། མན་ངག་ཐོབ་པ་འདི་ཚུད་མ་ཐོས་པར་  
བྱས་ཏེ་འབད་ན་སངས་རྒྱས་ཅིའི་སྤྱིར་མི་ཐོབ་སྟམ་དུ་བསམས་ནས་ཡིད་  
ཁུམ་པ་དགག་ཅིང་སྟོ་བ་བསྦྱེད་པར་བྱ་སྟེ།

དགོན་མཆོག་སྤྱིན་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནི་འདི་ལྟར་དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་  
གང་དག་མངོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་པ་དེ་དག་དང་། གང་དག་  
མངོན་པར་རྫོགས་པར་འཆང་རྒྱ་བ་དེ་དག་དང་། གང་དག་མངོན་པར་  
རྫོགས་པར་འཆང་རྒྱ་བར་འགྱུར་བ་དེ་དག་ཀྱང་ཚུལ་འདི་འདྲ་བ་དང་། ལམ་  
འདི་འདྲ་བ་དང་། བཅོན་འགྲུས་འདི་འདྲ་བས་མངོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་  
རྒྱས། མངོན་པར་རྫོགས་པར་འཆང་རྒྱ། མངོན་པར་རྫོགས་པར་འཆང་རྒྱ་  
བར་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བ་ནས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དེ་དག་ཀྱང་དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པར་གྱུར་པ་ཤེས་ལས་མངོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་པ་  
མ་ཡིན་གྱི། བདག་ཀྱང་ཅི་ནས་སྤྲོ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་

ཆུབ་མཛོན་པར་རྫོགས་པར་འཛང་རྒྱ་བར་འགྱུར་བར་སེམས་ཅན་ཐམས་  
ཅད་དང་ཐུན་མོང་གི་བཙུན་འགྱུས་དང་།                      སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་  
དམིགས་པའི་བཙུན་འགྱུས་ཀྱིས་བདག་གིས་ཀྱང་དེ་ལྟ་དེ་ལྟར་བཙུན་པ་ལོ་  
འབད་དོ། །ཞེས་དང་། ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་པར་བསྟོན་པ་ལས་ཀྱང་། གང་  
སྤུ་ལ་ལ་དག་གིས་བདེ་ག་ཞེགས་གོ་འཕང་བརྟེན་པ་དེ་དག་ཀྱང་།     །འདི་  
བས་ཞིན་ཏུ་སྤྲད་པའི་གནས་སྐབས་དག་ཏུ་ལྷུང་བ་བྱུང་ངོ་ཞེས་དེ་སྤྲད་ཁྱོད་  
ཀྱིས་ཉམ་བར་ལྷུང་བའི་ཆེ་ཡང་བདག་ཉིད་སྤྲད་མ་མཛད། །བདག་ལ་སྟོན་པ་  
མི་བྱུང་སྤྱེས་བྱ་དར་བ་ཞུམ་པར་བབྱིད་པ་ལགས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
རོ། །

ཡང་འདི་སྟམ་ཏུ་ལམ་ལ་སྐྱབ་པ་བྱེད་ཀྱས་ཀྱང་སངས་རྒྱས་སྐྱབ་པ་  
ལ་མགོ་དང་རྒྱང་ལག་ལ་སོགས་པ་ལྷུས་དང་ལོངས་སྟོན་ཐམས་ཅད་  
སེམས་ཅན་ལ་གཏོང་དགོས་ན་དེ་འདྲ་བདག་གིས་མི་ཀྱས་སོ་སྟམ་ན། ལམ་  
ལ་མ་བསྐྱབས་པར་རང་དགར་འཁོར་བའི་གནས་སྤུ་བསྤྲད་པ་ལའང་མགོ་མོ་  
བཅད་པ་དང་རྒྱང་ལག་བཅད་པ་དང་མེ་ནང་ཏུ་བསྐྱེགས་པ་ལ་སོགས་པའི་  
སྤྱག་བསྐྱེད་བརྗོད་ལས་འདས་པ་ཞིག་སྤར་འཁོར་བ་ཐོག་མེད་ནས་ད་བར་  
ཏུ་ཁྱོད་ཞིང་ད་ཏུང་ཡང་ཁྱོད་དགོས་ན། སྤྱག་བསྐྱེད་མཐའ་མེད་དེ་འདྲ་ལ་མི་  
བཟོད་པའི་སེམས་སྤྲད་ཅིག་ཀྱང་མི་སྤྱེ་བར་སངས་རྒྱས་བསྐྱབ་པའི་བྱིར་  
དཀའ་སྤྲད་ཕྱ་མོ་རེ་བྱེད་པ་ལ་དེ་འདྲ་མི་བཟོད་སྟམ་པ་ནི་བདག་གཅེས་  
འཛིན་འགོང་པོས་བསྐྱས་པར་བད་དོ་སྟམ་ཏུ་བསམས་ལ།     འཁོར་བ་མཐའ་

མེད་གི་སྤྱག་བསྐྱེད་སེལ་བྱེད་སྤྱག་བསྐྱེད་ཚུང་དུ་ཅམ་ཞིག་ཅིའི་བྱེད་མི་  
བཟོད་སྦྱུང་དུ་སྦྱང་སྦྱོབས་བསྦྱེད་དོ། །མགོ་དང་རྒྱང་ལག་སོགས་གཏོང་བ་  
དེ་ཡང་ད་ལྟའི་གནས་སྐབས་འདི་འདྲ་བ་བརྟན་པ་མ་ཐོབ་པ་གང་ཡང་གཏོང་  
མེད་པའི་སྐབས་སུ་གཏོང་བར་གསུང་བ་མིན་གྱི། སྦྱང་རྩི་ཆེན་པོའི་སྦྱོབས་  
ཆས་ཆེར་རྒྱས་ནས་མི་ཉམས་པའི་གཏོང་ཐོབ་པ་ན་གཏོང་བ་ཡིན་པས་དེའི་  
ཆེ་དཀའ་བ་དང་འཛིགས་པ་ཡོང་དོན་མེད་དེ།

སྦྱོད་འཇུག་ལས། ཆོད་མ་ལ་སོགས་སྦྱིན་པ་ལའང་། །འདྲེན་པས་  
ཐོག་མར་སྦྱོར་བར་མཛད། །དེ་ལ་གོམས་ནས་བྱིས་ནས་ནི། །རིམ་གྱིས་རང་  
གི་ཤུལ་ཡང་གཏོང་། །གང་ཆེ་རང་གི་ལུས་ལ་ནི། །ཆོད་སོགས་ལྟ་བུའི་སྦྱོ་  
སྦྱེས་པ། །དེ་ཆེ་ཤུལ་སོགས་གཏོང་བ། །དེ་ལ་དཀའ་བ་ཅི་ཞིག་ཡོད། །སྦྱིག་  
པ་སྦྱངས་བྱེད་སྤྱག་བསྐྱེད་མེད། །མཁས་པའི་བྱེད་ན་མི་དགའ་མེད། །འདི་  
ལྟར་ལོག་པར་རྟོག་པ་དང་། སྦྱིག་པས་སེམས་དང་ལུས་ལ་གཞོད། །བསོད་  
ནམས་གྱིས་ནི་ལུས་བདེ་ལ། །མཁས་པ་ཡིས་ནི་སེམས་བདེ་ན། །གཞན་  
དོན་འཁོར་བར་གནས་ཀྱང་ནི། །སྦྱང་རྩི་ཅན་དག་ཅི་སྦྱེ་སྦྱོ། །ཞེས་དང་། དེ་  
བས་སྦྱོན་ངལ་ཀྱན་སེལ་བའི། །བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་རྟོག་ནས། །བདེ་ནས་  
བདེ་བར་འགྲོ་བ་ལ། །སེམས་ཤེས་སུ་ཞིག་སྦྱིད་ལུག་འགྱུར། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །བསྐྱེད་པ་གངས་མེད་གསུམ་སོགས་དུས་རིང་པོར་  
ལམ་ལ་བསྐྱེད་དགོས་པས་དེ་ཅམ་མི་རྒྱས་སྦྱུང་དུ་ཞུམ་པར་ཡང་མི་བྱ་སྟེ།  
སྤྱག་བསྐྱེད་ཆབས་ཆེན་གྱིས་གསུངས་ན་ནི་དུས་སྤང་དུ་སྦྱར་ཅམ་མམ་

ཞག་རེ་ཙམ་ལའང་ཤིན་ཏུ་སྒྲོ་ཞིང་ཡིད་མི་བདེ་ཆེར་སྒྲེ་ལ། སྒྲུག་བསྐལ་མེད་  
ཅིང་ལུས་སེམས་བདེ་བས་གང་ན་ནི་དུས་ཤིན་ཏུ་རིང་ཡང་སྒྲོ་བའི་དོན་མེད་  
ཅིང་། རི་ཙམ་བདེ་བ་ཙམ་དུ་དགའ་བ་འཕེལ་བ་ལས་སྒྲོ་བའི་ཡིད་མི་བདེ་མི་  
སྒྲེའོ།

དེ་ལྟར་ཡང་རིན་ཆེན་སྒྲོང་བ་ལས། སྒྲུག་བསྐལ་བ་ལ་དུས་བྱང་ཡང་། །  
བཟོད་དགའ་ཡུན་རིང་སྒྲོས་ཅི་དགོས། །སྒྲུག་བསྐལ་མེད་ཅིང་བདེ་བ་ལ། །  
མཐའ་ཡས་དུས་ཀྱང་ཅི་ཞིག་གཞོད། །དེ་ལ་ལུས་ཀྱི་སྒྲུག་བསྐལ་མེད། །ཡིད་  
ཀྱི་སྒྲུག་བསྐལ་ག་ལ་ཡོད། །དེ་ནི་སྒྲིང་རྗེས་འཇིག་རྟེན་སྒྲུག་། །དེ་ཉིད་ཀྱིས་ནི་  
ཡུན་རིང་གནས། །དེ་བས་སངས་རྒྱས་རིང་ཐོགས་ཞེས། །སྒྲོ་དང་ལྡན་པ་  
སྒྲིད་མི་ལུག་། །ཉེས་ཟས་ཡོན་ཏན་དོན་དུ་ནི། །འདི་ལ་རྟག་ཏུ་འབད་པར་བྱ། །  
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །སྒྲིང་རྗེ་ཆེན་པོའི་སྒྲོ་བས་ཆེས་ཆེར་རྒྱས་པ་ན་  
གཞན་ལ་སྒྲུག་བསྐལ་འབྱུང་བའི་རྒྱ་བྱེད་པ་རྣམས་ཀྱང་། སེམས་དབའ་ཆེན་  
པོ་དེ་ལ་བདེ་བའི་རྒྱར་རྒྱར་ནས་སྒྲིང་བ་ཐམས་ཅད་ཡིད་ལ་བདེ་བ་སྒྲེ་བའི་  
རྒྱུ་དུ་འབྱུང་བ་ཞིག་ཡོད་དེ།

བསྐྱབ་བརྟམ་ལས། དེ་ལ་སྒྲུག་བསྐལ་ཆུང་དུ་ལ་གོམས་པ་སྒྲོན་དུ་  
བཏང་ན་དགའ་བ་དང་ཤིང་ཏུ་དགའ་བ་ལའང་གོམས་པ་འབྱུང་སྟེ། དཔེར་ན་  
གོམས་པའི་དབང་གིས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྒྲུག་བསྐལ་ལ་བདེ་བར་  
འདུ་ཤེས་པ་བཞིན་དུ་སྒྲུག་བསྐལ་བྱུང་བ་ཐམས་ཅད་ལ་བདེ་བར་འདུ་ཤེས་  
ཉིད་དུ་ཉི་བར་གནས་པར་འབྱུང་རོ། །འདིའི་རྒྱ་མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་ཆོས་



ཐམས་ཅད་བདེ་བས་ནོན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ཐོབ་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་  
དང་།

དབྱ་མ་ལ་འབྲུག་པ་ལས། རི་ལྷར་བྱིན་ཅིག་ཅེས་སྒྲ་ཐོས་བསམས་  
ལས། །རྒྱལ་སྤྱི་བདེ་འབྲུང་དེ་ལྟ་བུ་བ་རྣམས་ལ། །ཞི་བར་ཞུགས་པས་བདེ་  
བ་བྱེད་མིན་ན། །ཐམས་ཅད་བཏང་བས་ལྟ་ཞིག་སྒྲོས་ཅི་དགོས། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་སྟོབས་  
ཆེས་ཆེར་རྒྱས་པའི་ཆོ། ཐ་ན་གཉིད་ལོག་པའི་གནས་སྐབས་ཚུན་ཆད་དུ་འང་  
བསོད་ནམས་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པ་སྐད་ཅིག་རེ་རེ་ལ་འཕེལ་ཉེ་ཆོགས་  
རྫོགས་པ་ལ་ཆོགས་མེད་པར་རིན་ཆེན་སྤང་བ་ལས་གསུངས་སོ། །དེ་ལྟ་  
བུའི་སྒྲོ་བ་བསྐྱེད་ཚུལ་མ་ཤེས་པར་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་ལྟ་བུ་  
རྣམས་ཐོས་པ་ན། དེ་འབྲས་ལྷན་ལྷན་དུ་ཞུམ་པ་སྐྱེས་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་  
ལམ་ལས་ཆེས་རིང་བར་འགྱུར་ཞིང་། ཞུམ་པ་བཀག་ནས་སྒྲོ་བ་སྐྱེད་ཤེས་  
ན་ནི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་མི་ཉམས་ཤིང་སྒྱུར་དུ་འཕེལ་བར་འགྱུར་ལ། ཞུམ་  
ནས་བསྐྱེད་པས་ནི་ཅི་ལ་ཡང་མི་པན་ཞིང་རེ་ཞུམ་དུ་འགྲོ་བས་བྱང་ཆུབ་སྐྱབ་  
པའི་ཐབས་རྣམས་ལེགས་པར་ཤེས་པར་བྱས་ནས་སྒྲོ་གཟེངས་བསྐྱོད་ན་  
དོན་རྣམས་འགྲུབ་པ་ལག་ན་ཡོད་པ་དང་འབྲས་སྟེ།

སྐྱེས་རབས་ལས། ཞུམ་པས་ཐོངས་ལས་ཐར་ལ་མི་པན་གྱི། དེ་བས་  
སྒྱུ་དན་གདུང་བར་མ་བྱེད་པར། །དགོས་པའི་དོན་སྐྱབ་མཁས་ལ་བརྟེན་བྱས་  
ན། །རབ་ཏུ་དཀའ་བའང་སྒྲ་བས་ཐར་བར་འགྱུར། །དེ་བས་འཛིགས་ཤིང་མི་

དགའ་མ་བྱེད་པར། །རི་ལྷོ་བྱ་བའི་ཐབས་ཀྱིས་དགོས་པ་སྦྱབས། །མཁས་  
པའི་གཟེ་བཟེད་བརྟན་པས་གཟེངས་བསྟོད་ན། །དོན་རྣམས་ཐམས་ཅད་  
འགྲུབ་པ་ལག་ན་ཡོད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །གཞན་ཡང་ཆེ་བྱང་འདིར་  
བདག་པས་གཞན་གཅེས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་རྒྱད་ལ་སྦྱོར་  
ལྟ་ཞོག །ཡིད་འགྱུར་གྱི་སྤྱོད་བ་ཅམ་ཞིག་ཐོན་ནའང་དོན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡིན་  
པ་ནི།

ཕུ་ཆུང་བས་སྦྱོན་སྒྲ་བ་ལ། །མདོན་ཤེས་ལྡན་ཐོབ་པ་དང་རིག་པའི་  
གནས་ལྡན་ལ་མཁས་པ་དང་གྲུབ་པ་ཆེན་པོ་བརྒྱད་ཐོབ་པ་དང་། རྩོ་བོའི་ལམ་  
ཀྱི་རིམ་པ་འདི་རྒྱད་ལ་སྦྱོས་པ་གང་འདམ་གསུངས་པས། །ལམ་ཀྱི་རིམ་པ་  
རྒྱད་ལ་སྦྱོས་པ་ལྟ་ཞོག །ལམ་ཀྱི་རིམ་པ་འདི་ཅུག་ཡིན་སྟམ་དུ་གོ་བ་ཡང་དེ་  
ལས་འདམ་སྟེ། མདོན་ཤེས་ལྡན་ཐོབ་པ་དང་རིག་པའི་གནས་ལྡན་ལ་མཁས་པ་  
དང་གྲུབ་པ་ཆེན་པོ་བརྒྱད་ཐོབ་པ་རྣམས་གངས་མེད་བྱས་ཏེ་འཁོར་བ་ལས་མ་  
འདས་མ་འཕགས། །ལམ་ཀྱི་རིམ་པ་ལ་ངེས་པ་རྟེན་ན་འཁོར་བ་ལས་སྟོག་སྟེ་  
མཆི་གསུང་བ་ལྟར་རོ། །དེར་མ་ཟད་བསྐྱལ་བ་ཆེན་པོ་གཅིག་གི་བར་དུ་བྱང་  
ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་རྒྱན་མ་ཆད་པར་འབད་ཅིང་བསྒྲོམས་པས་རྒྱད་  
ལ་བསྦྱོད་པར་བྱ་དགོས་ཀྱང་དོན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡིན་པ་ནི།

རྩོ་བོས། ཐེག་ཆེན་ཆོས་སྒྲོར་འཇུག་འདོད་པས། །ཐུན་སེལ་གདུང་བ་  
ཞི་བྱེད་པ། །ཉི་ཟླ་ལྟ་བུའི་བྱང་ཆུབ་སེམས། །བསྐྱལ་པར་འབད་པས་སྦྱོར་  
རུང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །གཞན་ཡང་རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་པ་སྣ་རེ་རེ་

ནས་བསྐྱལ་བ་ཆེན་པོ་གངས་མེད་པའི་བར་དུ་སྐྱབ་དགོས་པ་དང་། སེམས་  
 ཅན་རེ་རེའི་དོན་བསྐྱབ་ཕྱིར་བསྐྱལ་བ་གངས་མེད་པའི་བར་དུ་དཔྱལ་བའི་མེ་  
 བྱང་དུ་གནས་དགོས་བྱུང་ཡང་ཁུམ་པ་མི་བྱ་བར། སྡོན་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་  
 འཁོར་བ་འདིར་སྐྱག་བསྐྱལ་རྒྱན་མི་འཆད་དུ་སྦྱོང་ཞིང་། སྒོ་གསུམ་གྱི་བྱ་བ་  
 ཅི་བྱས་ཐམས་ཅད་ཚུད་ཐོས་དང་དོན་མེད་སྐྱག་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱ་ཤིང་སྐྱག་ཏུ་  
 སོང་བ་ལ་དཔགས་ན་བསྐྱལ་བ་གངས་མེད་ནི་ཡུན་བྱང་ཞིང་། དེའི་རིང་  
 ལའང་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ནི་ཉོན་མོངས་དང་མི་འགྲོགས་ཞིང་།  
 སེམས་རིན་པོ་ཆེ་དེ་རྒྱད་ལ་ཡོད་ཆེ་སེམས་བདེ་བའི་རང་བཞིན་དུ་ཡོང་  
 བརྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པས་བདེ་བའི་རང་དུ་གནས་པ་ལ་སྦྱོ་དོན་མི་  
 འདུག་ཅིང་། རང་དང་མ་གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་རྒྱབས་པོ་ཆེ་  
 སྐྱབ་པ་ཡིན་པས་ཞིན་ཏུ་སྦྱོ་བར་རིགས་སོ། །

གཞན་ཡང་ཤེར་ཕྱིན་གྱི་མདོ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་བསྐྱལ་བ་བརྗོད་  
 དུ་མེད་པའི་ཡང་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་བར་དུ་བཙོན་འགྲུས་ཚོམ་དགོས་ན་ཡང་  
 རིང་བའི་འདུ་ཤེས་མི་བྱ་བར་སྦྱོ་བ་ཆེན་པོས་ཉོན་གཅིག་ཅུམ་གྱི་འདུ་ཤེས་  
 བསྐྱེད་དེ་སྦྱོ་བ་ཤུགས་དྲག་པོས་བཙོན་འགྲུས་ཚོམ་པའི་ཚུལ་ལ་སོགས་པ་  
 རྣམས་ཀྱང་ཤེས་པར་བྱས་ནས། སྦྱོང་སྦྱོབས་ཆས་ཆར་བསྐྱེད་དེ་བདག་  
 གཞན་མཉམ་བཞུགས་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ལས་ནམ་ཡང་མི་སྒྲོག་པའི་སྦྱོང་  
 གདེང་ཐོབ་པར་བྱའོ། །

དེ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ལ་ཡིད་འགྱུར་གྱི་སྦྱོང་བ་ཐོན་

ཞིང་རྒྱུན་གང་གིས་ཀྱང་བསྐྱར་མི་རུས་པར་བྱེད་མི་སྟོན་པའི་དམ་བཅའ་  
བཟུང་པོ་བྱ་རུས་པ་ན་སྟོན་སེམས་ཆོ་གས་བཟུང་ནས་དེའི་བསྐྱབ་བྱ་རྣམས་  
ལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་སྟོན་ཅིང་། བྱད་པར་སེམས་བསྐྱེད་མི་ཉམས་པའི་རྒྱ་བཞི་  
དང་། རྒྱེ་བ་གཞན་དུ་སེམས་བསྐྱེད་དང་མི་འབྲལ་བའི་རྒྱ་བཞི་ལ་བསྐྱབས་  
ཏེ་སྟོན་སེམས་མི་ཉམས་ཤིང་གོང་ནས་གོང་དུ་སྟེལ་བར་བྱ། དེ་ནས་རྒྱལ་  
སྐས་ཀྱི་སྤྲོད་པ་རྒྱབས་པོ་ཆེ་རྣམས་མཉན་ལ་སྟོན་འདོད་སྤྲངས་ནས་སྟོན་  
པའི་ཁུར་འབྱེད་བར་རུས་པ་ན་འདུག་སྟོན་ཆོ་གས་བཟུང་སྟེ། དེའི་བསྐྱབ་  
བྱ་རྣམས་ལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་སྟོན། དེ་ཡང་སྟོན་པ་སྤངས་མ་ཐག་ནས་བསྐྱབ་  
པའི་སྤྲང་མཆམས་རྣམས་ཤེས་པར་བྱས་ལ་སྟོན་དགོས་ཤིང་། ཉམ་མཁའི་  
མཐས་གཏུགས་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་  
བདག་གིས་ཞི་བར་བྱ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གནས་སྐབས་དང་མཐར་  
ཐུག་གི་བདེ་བ་ལ་བདག་གཅིག་ལུས་འགོད་པར་བྱ་ཞེས་རྒྱལ་བ་སྐས་  
བཅས་ཀྱི་སྤྱན་སྤར་དམ་བཅས་པ་ཡིན་པས་རང་གིས་ཇི་ལྟར་དམ་བཅས་པ་  
དེ་ཡང་ཡང་དུན་པར་བྱས་ལ་མ་རྒྱན་སེམས་ཅན་འདི་རྣམས་ཐབས་གང་  
ཞིག་གིས་སྤྱུག་བསྐྱེད་ལས་བསྐྱེད་བར་བྱ། ཇི་ལྟར་བྱས་ན་མ་རྒྱན་སེམས་  
ཅན་འདི་རྣམས་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་བདེ་བ་ལ་འགོད་པར་རུས་  
སྟམ་དུ་ཡང་དང་ཡང་དུ་བསམས་ལ། དེའི་ཐབས་འཆོལ་བ་དང་དེའི་འགལ་  
རྒྱུན་སེལ་བའི་བྱེད་བཅོམ་པ་སྤྲད་ཅིག་ཀྱང་མི་སྟོན་པ་དགོས་ཤིང་། རང་  
གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འཁོར་བའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་སེལ་བྱེད་གནས་



སྐབས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་སྤྱོད་ཅེས་བཟོད་པར་བྱ་བ་དང་། རང་གཞན་སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཐར་ཐུག་གི་དོན་སྤྱོད་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་སྒྲིབ་སྤྱོད་ཆེ་  
 འདིའི་ཉིད་བཀྱར་སྤྱོད་གྲགས་སོགས་གནས་སྐབས་ཀྱི་བདེ་བ་སྤྱོད་ལ་མི་སྤྱོད་  
 བར་ཡལ་བར་འདོར་དགོས་པ་དང་། དེ་སྤྱོད་མ་བྱས་པར་གནས་སྐབས་ཆེ་  
 འདིའི་དོན་ཅེས་གཙོ་བོར་བཟུང་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བསྐྱེད་པ་ལས་  
 འདས་པར་འགྱུར་བ་དང་། རྟོག་གསུམ་ཀྱི་བྱ་བ་ཅི་བྱེད་སེམས་ཅན་ཁོ་ནའི་  
 དོན་དུ་བྱ་དགོས་པ་དང་། དེ་སྤྱོད་མིན་པར་གཞན་དོན་དུ་དམིགས་པ་ཤོར་ཏེ་  
 རང་དོན་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་དབང་དུ་སོང་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བསྐྱེད་པ་  
 ལས་འདས་པར་འགྱུར་བའི་ཚུལ་རྣམས་ཡང་དང་ཡང་དུ་བསམ་ཞིང་བྱ་  
 ཤེས་སྒྲིམ་པར་བྱེད་པ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བསྐྱེད་པའི་ཁོག་པ་ཡིན་  
 པར་བསྐྱེད་བཏུས་ལས་གསུངས། འདྲུག་སྤྱོད་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་མཐར་ཡས་  
 གྲང་། མདོར་བསྐྱེད་ན་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་དང་འགལ་བའི་ཉེས་པ་སྤྱོད་  
 ཀྱིས་བསྐྱེད་པ་ཅུ་ལྷུང་བཅོ་བརྒྱད་དང་ཉེས་བྱས་བཞི་བཅུ་ཞེ་བྲུག་གསུངས་  
 པ་རྣམས་སྟོག་དང་བསྤོས་ཏེ་སྤྱང་བ་གཞིར་བཞག་ནས། བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའི་སྤྱོད་པ་ཐམས་ཅད་མདོར་བསྐྱེད་པ་རང་རྒྱུད་སྤྱོད་བྱེད་པ་རོལ་དུ་  
 བྱེད་པ་བྲུག་དང་གཞན་རྒྱུད་སྤྱོད་བྱེད་བསྐྱེད་པ་བཞི་ལ་ཚུལ་བཞིན་བསྐྱེད་  
 བོ།

དེ་ལ་རང་རྒྱུད་སྤྱོད་བྱེད་པར་བྱེད་བྲུག་ལ་སྤྱོད་ཚུལ་ནི། རྒྱལ་སྤྱོད་  
 ཀྱི་སྤྱོད་པ་ཇི་སྟེད་ཅིག་གསུངས་པ་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་ན་པར་བྱེད་བྲུག་དུ་འདྲུ་

བའི་ཚུལ་དང་། དེ་ལས་མང་བ་མི་དགོས་ཤིང་། དེ་ལས་ཉུང་ན་སྤྱོད་པ་  
རྣམས་མི་ཆང་བ་དང་། སར་སྤྱོད་བྱུག་གི་གོ་རིམས་དེ་ལྟར་མཛད་པའི་  
དགོས་པ་རྣམས་ཤེས་དགོས་པས། རྗེ་བཙུན་བྱམས་པས་མདོ་སྤེའི་རྒྱན་དུ་  
རྒྱལ་བས་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་རྣམས་སར་སྤྱོད་བྱུག་དུ་བསྐྱུས་པ་ནི་རང་  
གི་དོན་སྐྱབ་པ་ལའང་དེ་བྱུག་གིས་ཆོག་པ་དང་། གཞན་གྱི་དོན་སྐྱབ་པ་  
ལའང་དེ་བྱུག་གིས་ཆོག་པ་དང་། རང་གཞན་གཉིས་ཀའི་དོན་ཡོངས་སུ་  
རྫོགས་པའང་སར་སྤྱོད་བྱུག་གིས་སྐྱབ་ཀྱས་པ་དང་། སྤྱིས་བྱའི་འདོད་དོན་  
ཐམས་ཅད་བསྐྱུ་ན་མདོན་མཐོངས་ལེགས་གཉིས་སུ་འདུ་ལ། མདོན་མཐོ་  
ངས་ལེགས་གང་སྐྱབ་ཀྱང་དེ་བྱུག་གིས་སྐྱབ་ཀྱས་པ་དང་། གསུང་རབ་  
ཐམས་ཅད་སྤེ་སྤོད་གསུམ་དུ་འདུ་ཞིང་བརྗོད་བྱ་ཐམས་ཅད་བསྐྱབ་པ་གསུམ་  
དུ་འདུ་བས། བསྐྱབ་པ་གསུམ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ནའང་སར་སྤྱོད་བྱུག་གིས་  
ཆོག་པའི་ཚུལ་རྣམས་ཞིབ་དུ་གསུངས་པ་ལྟར་ཤེས་པར་བྱས་ལ། མ་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སྦྱར་བ་སྦྱར་བར་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་རིན་པོ་ཆེ་ཅི་ནས་ཀྱང་ཐོབ་པར་བྱ། དེའི་སྤྱིར་དུ་  
ཆོས་ཀྱི་སྦྱིན་པ། མི་འཇིགས་པའི་སྦྱིན་པ། ཟང་ཟིང་གི་སྦྱིན་པ་སྟེ། སྦྱིན་པ་  
རྣམ་པ་གསུམ། སྟོམ་པའི་ཚུལ་བྲིམས། དགོ་བ་ཆོས་སྤྱད་ཀྱི་ཚུལ་བྲིམས།  
སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་བྲིམས་ཏེ། ཚུལ་བྲིམས་རྣམ་པ་གསུམ། གཞོད་  
བྱེད་ལ་རི་མི་སྟོམ་པའི་བཟོད་པ། སྤྱུག་བསྐྱུལ་དང་ལེན་གྱི་བཟོད་པ། ཆོས་  
ལ་ངས་སེམས་ཀྱི་བཟོད་པ་སྟེ། བཟོད་པ་རྣམ་པ་གསུམ། གོ་ཆའི་བཙོན་

འགྲུལ། དགོ་བ་བསྐྱུ་བའི་བཙུན་འགྲུལ། སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་བཙུན་  
 འགྲུལ་ཏེ། བཙུན་འགྲུལ་རྣམ་པ་གསུམ། ཞི་གནས་དང་། ལྷག་མཐོང་དང་།  
 དེ་གཉིས་བྱུང་དུ་འབྲེལ་བའི་བསམ་གཏན་གསུམ་མཁ། ཆེ་འདིར་ལུས་  
 སེམས་བདེ་བར་གནས་པའི་བསམ་གཏན། ཡོན་ཏན་གྱི་རྟེན་བྱེད་པའི་  
 བསམ་གཏན། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པའི་བསམ་གཏན་ཏེ། བསམ་གཏན་  
 རྣམ་པ་གསུམ། གནས་ལུགས་རིག་པ་དོན་དམ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ།  
 གནས་ལྷ་རིག་པ་ཀུན་རྫོབ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་  
 ཚུལ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་སྟེ། ཤེས་རབ་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ་རྒྱལ་སྤྱི་གྱི་  
 སྟོན་པ་རྒྱབས་པོ་ཆེ་འདི་དག་ལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་  
 སྟོན་བྱས་པར་སྒྲ་མ་ལྟས་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་དུ་གསོལ། ཞེས་གསོལ་བ་  
 རྒྱགས་དག་དུ་གདབ་པོ། །

དེ་ལྟར་པར་བྱིན་དུག་ལ་སྟོན་པའི་ཆེ་རྟེན་དམ་པ་བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་  
 གྱིས་བེན་པ། དངོས་པོ་དམ་པ་མ་ལུས་པར་སྟོན་པ། ཆེད་དུ་བྱ་བ་དམ་པ་  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཉེ་རིང་མེད་པར་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་  
 གི་དོན་བསྐྱབ་པའི་བྱིར་དུ་སྟོན་པ། ཐབས་ལ་མཁས་པ་དམ་པ་ལྟ་བུའི་རྩིས་  
 བེན་པ། བསྟོན་དམ་པ་དགོ་བ་དེ་ཡང་མ་གྲན་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་དོན་དུ་  
 རྟོགས་བྱུང་དུ་བསྟོན་པ། རྣམ་པར་དག་པ་དམ་པ་སྟོན་གཉིས་སྟོང་བར་བྱེད་  
 པ་སྟེ་དམ་པ་དུག་ལྷན་དུ་བྱ་བ་དང་། སྟོན་པ་བྱེད་པས་མཆོན་དགོ་བ་གང་  
 བྱེད་ཀྱང་པར་བྱིན་དུག་ལྷན་དུ་བྱ་དགོས་པ་འདི་ལ་ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མོང་

མིན་པ་གཉིས་ལས། ཟུན་མོང་བ་ནི། ཆོས་ཀྱི་སྦྱིན་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་མཆོན་  
ན་གཞན་ལ་པན་སེམས་ཀྱིས་ཆོས་སྦྱིན་པའི་ཆེ་བསྐྱབ་པ་དང་འགལ་བའི་  
ཉེས་སྦྱོད་རྣམས་སྒྲུབ་པའི་ཚུལ་བློམས་དང་། གཞོད་བྱེད་དང་སྤྱུག་བསྐྱེལ་  
བྱུང་བ་ལ་མི་ཁྱོ་བའི་བཟོད་པ་དང་། དགོ་བ་དེ་ཉིད་གོང་འཕེལ་དུ་བྱེད་པའི་  
བཅོན་འགྱུས་དང་། དེའི་ཆེ་མ་ཡོངས་པར་སེམས་ཅེ་གཅིག་ཏུ་བྱེད་པ་དང་།  
ལྟ་བའི་ཅིས་ཟིན་པ་སྟེ་བྱུག་ལྟར་དུ་བྱའོ། །

ཟུན་མོང་མིན་པ་ནི། ཆོས་ཀྱི་སྦྱིན་པ་བྱེད་པ་ན་རང་ཡལ་བར་དོར་  
ནས་གཞན་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་ཆོས་སྦྱིན་བྱེད་པ་དང་། རང་དོན་ཡིད་བྱེད་སྒྲུབ་  
པའི་ཚུལ་བློམས་དང་། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཐབས་དང་  
བཅས་པ་ལ་མོས་ཤིང་བཟོད་པ་དང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱུག་  
བསྐྱེལ་རང་ལ་ལེན་ཅིང་སེམས་ཅན་རྣམས་ཐར་བའི་སྤྱིར་འབད་པའི་བཅོན་  
འགྱུས་དང་། རང་དོན་ཡིད་བྱེད་དང་མ་འདྲེས་པར་གཞན་དོན་ལ་སེམས་ཅེ་  
གཅིག་པས་དགོ་བ་རྫོགས་བྱུང་དུ་བསྒྲོ་བའི་བསམ་གཏན་དང་། འཁོར་  
གསུམ་མི་དམིགས་པའི་སྟོང་ཉིད་སྟོང་རྗེའི་སྟོང་པོ་ཅན་གྱིས་ཟིན་པར་བྱེད་  
པ་སྟེ་བྱུག་ལྟར་དུ་བྱའོ། །དེ་ལྟར་དམ་པ་བྱུག་ལྟར་དང་པར་སྦྱིན་བྱུག་ལྟར་དུ་  
བྱ་བའི་ཚུལ་དེ་དག་ལེགས་པར་ཤེས་ན། བསྐྱབ་བརྟུས་ལས་ལྟས་ལོངས་  
སྦྱོད་དགོ་ཅ་གསུམ་ལ། གཏང་བ་དང་། བསྐྱུང་བ་དང་། དག་པ་དང་། སྤེལ་བ་  
སྟེ་བཞི་བཞི་གསུངས་པའི་སྦྱོད་པ་བཅུ་གཉིས་པོའི་གནད་རྣམས་ཀྱང་ཆང་  
བར་འགྱུར་རོ། །



དེ་ཐམས་ཅད་ལས་གཙོ་བོ་ནི་བདག་པས་གཞན་གཅེས་པའི་བྱང་  
 ཚུབ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེས་ཟིན་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། བྱང་ཚུབ་གྱི་  
 སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ཡོད་ན་ནི་པར་སྤྱོན་བསྐྱུས་པ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར།  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་ལས་བསྐྱེད་ཏེ་རྫོགས་པའི་  
 བྱང་ཚུབ་ལ་འགོད་པར་འདོད་པ་ནི་གཏོང་བ་ཐམས་ཅད་གྱི་མཆོག་དང་། དེ་  
 བཞིན་དུ་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་སོགས་པ་སྦྱོད་པ་ལྟག་མ་ཐམས་ཅད་གྱི་ཡང་  
 མཆོག་ཡིན་ལ། སྦྱོད་པ་ཐམས་ཅད་བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེའི་ཁོངས་  
 སུ་འདུ་བར་འགྱུར་རོ།

དགེ་བཤེས་སྟོན་པའི་ཞལ་ནས། དགེ་བ་གང་བྱེད་ཀྱང་སྦྱོར་བ་བྱང་  
 ཚུབ་གྱི་སེམས་གྱིས་འཕངས། དངོས་གཞི་པ་རོལ་དུ་སྤྱོན་པ་དུག་ལྟར་དུ་བྲ།  
 མཐུག་རྫོགས་པའི་བྱང་ཚུབ་དུ་བསྒྲོ། དེ་ལྟར་བྱས་ན་པ་རོལ་དུ་སྤྱོན་པའི་  
 ཚུལ་གྱི་སྦྱོད་པ་དཔག་དུ་མེད་པ་གསུངས་ཀྱང་དེར་མ་འདུས་པ་མེད། དེ་  
 ཡང་ནང་གི་བསམ་པ་གལ་ཆེ། བསམ་པ་དེས་ཟིན་ན་དངོས་གཞི་པ་རོལ་དུ་  
 སྤྱོན་པ་དུག་ལྟར་དུ་འོང་བ་ཆོས་ཉིད་ཡིན་གསུང་།

དགེ་བཤེས་དོལ་པའི་ཞལ་ནས། བསམ་པ་བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་གྱིས་  
 འཕངས་ན་པ་རོལ་དུ་སྤྱོན་པ་དུག་ཆང་ནས་འོང་གསུང་ངོ། །གཞན་རྒྱད་  
 སྟོན་བྱེད་བསྐྱུ་བ་བཞི་ནི་པར་སྤྱོན་དུག་གི་ནང་དུ་འདུས་ཀྱང་། རྒྱལ་སྐས་  
 རྣམས་གྱིས་ཐོག་མར་རང་རྒྱུད་སྟོན་པར་བྱས་ནས་གདུལ་བྱ་ལ་ཆོས་སྟོན་  
 པ་སོགས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལ་དངོས་སུ་འཐུག་པ་ན་ངེ་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་

ཞེས་པའི་སྤྱིར་བཏགས་ལྟར་དུ་བཀའ་ནས་མཛད་པ་ཡིན་པས། དེའི་ཚུལ་ནི་མ་  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སྦྱར་བར་སྦྱར་བར་ཡང་དག་པར་རྫོགས་  
པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་རིན་པོ་ཆེ་ཅི་ནས་ཀྱང་ཐོབ་པར་བྱ། དེའི་སྤྱིར་  
དུ་སྦྱོར་བ་དང་། སྙན་པར་སྦྱོར་བ་དང་། དོན་སྦྱོད་པ་དང་། དོན་མཐུན་པ་སྟེ།  
གཞན་དོན་བྱེད་པའི་ཐབས་བཟང་པོ་རྒྱལ་བ་ཉིད་ཀྱིས་གསུངས་པའི་བསྐྱེད་  
བཞི་པོ་འདིའི་སྒོ་ནས་མ་གཞ་སེམས་ཅན་རྣམས་སྦྱོར་གྲོལ་གྱི་ལམ་ལ་འགོད་  
པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱེད་ཀྱས་པར་སྦྲུལ་སྦྲུལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།  
ཞེས་གསོལ་བ་ཤུགས་དག་ཏུ་གདབ་པོ། །

དེ་ལྟར་རྒྱལ་སྤྲས་ཀྱི་སྦྱོད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནད་བསྐྱེད་པ་བྱིན་  
དུག་དང་། བསྐྱེད་བ་བཞི་ནི་ཐེག་པ་མཆོག་གི་ལམ་ལ་སྦྱོབ་པ་སྦྱོང་པོར་མཛད་  
བཞེད་པ་དག་ལ་སེམས་བསྐྱེད་ནས་རྒྱལ་སྤྲས་ཀྱི་སྦྱོད་པ་ལ་མ་བསྐྱེད་པར་  
འཆང་རྒྱ་བའི་ཐབས་མེད་པས། རྒྱལ་སྤྲས་ཀྱི་སྦྱོད་པ་རྒྱ་མཚོ་ལྟ་བུའི་གནད་  
བསྐྱེད་པ་འདི་དག་ལ་བསྐྱེད་དགོས་སོ་ཞེས་མིང་ཅུ་ལ་རྩིས་པ་ཡིན་གྱི།  
དེ་དག་སོ་སོའི་སྒོ་བ་ཚུལ་ཞིབ་པར་ནི་གདམས་ངག་འདིའི་གཞུང་བསྐྱེད་  
བཏུས་དང་སྦྱོད་འཇུག་གཉིས་དང་། འཇིག་རྟེན་གསུམ་གྱི་སྦྱོར་མེ་གཅིག་ཕུ་  
བྱང་ཚུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཆེན་མོ་ལས་ཞེས་པར་བྱའོ། །

བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་འདི་སྒོ་ནས་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་སྦྱོང་བའི་  
གདམས་ངག་བྱང་སེམས་འཆད་ཁ་བས་དོན་ཆོད་བདུན་དུ་སྦྱེ་བ་འདི་ལའང་  
བྱིན་དུག་གི་ཉམས་ལེན་རྣམས་ཀྱི་གནད་ཆང་སྟེ། ལུས་ལོངས་སྦྱོད་དག་ཅ་

གསུམ་གཏོང་བའི་བསམ་བ་རྩལ་དུ་བཏོན་ནས་སྒོམ་བ་ཡིན་བས་སྦྱིན་བ་  
 ཚང་བ་ནི་རྟོགས་སྒྲ། དེ་ཡང་ཟང་ཟིང་གི་སྦྱིན་བ་ནི་ལུས་ལོངས་སྦྱོང་ཐམས་  
 ཅད་གཏོང་བ་དེ་ཡིན་ཞིང་། གཞན་ལ་དགོ་རྩ་གཏོང་བ་ནི་ཆོས་ཀྱི་སྦྱིན་བ་  
 དང་མི་འཇིགས་པའི་སྦྱིན་བ་བྱེད་བ་ཡིན་ནོ། །མ་གྲག་སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་ལ་གཞོན་འཆིའི་བསམ་བ་གཞི་དང་བཅས་བ་ལས་ལོག་སྟེ་རྣམ་བ་ཀྱན་  
 རས་པན་པའི་སེམས་སྦྱོང་བ་ནི་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ཡིན་ནོ། །མ་  
 གྲག་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སྦྱག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་རང་ལ་ལེན་ཅིང་རང་  
 གཅིག་ལུས་འཁོར་བའི་སྦྱག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་སྦྱོང་བར་སྦྱོ་བ་ནི་སྦྱག་  
 བསྐྱེད་དང་ལེན་དང་། སྦྱིར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དང་། སྒོམ་སྒྲ་གཞོན་  
 བྱེད་རྣམས་ལ་བྱམས་པའི་སེམས་བསྐྱེད་དེ་གཞོན་ལན་དུ་པན་བ་སྦྱབ་པའི་  
 འདུན་བ་ཤུགས་དག་བྱེད་བ་ནི་གཞོན་བྱེད་ལ་རི་མི་སྒྲམ་པའི་བཟོད་བ་དང་།  
 རྒྱལ་སྐས་ཀྱི་སྦྱིང་སྦྱོབས་རྒྱབས་པོ་ཆེ་དཔག་པར་དཀའ་བ་དག་ལ་ཞུམ་  
 པའི་སེམས་མི་བསྐྱེད་པར་པལ་པོ་ཆེ་སོགས་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་བཀའ་ནས་རི་  
 ལྟར་གསུངས་བ་ལྟར། རྒྱལ་སྐས་རྣམས་ཀྱི་སྦྱིང་སྦྱོབས་དང་སྦྱོང་བ་རྒྱབས་  
 པོ་ཆེ་རྣམས་ལ་སྦྱོབ་པར་སྦྱོ་བ་ནི་ཆོས་ལ་ངེས་སེམས་ཀྱི་བཟོད་པའི་ཉམས་  
 ལེན་ཡིན་ནོ། །སེམས་ཅན་རེ་རེའི་སྦྱིར་དུ་བསྐྱེད་པའི་བར་དུ་མནར་མེད་དུ་  
 གནས་དགོས་ཀྱང་སྦྱོང་ལ་མེད་པའི་སྦྱིང་སྦྱོབས་བསྐྱེད་བ་ནི་བཙོན་འགྲུས་  
 ཀྱི་ཉམས་ལེན་དང་། རང་ཡལ་བར་དོར་ནས་གཞན་གཅིས་པར་བཟུང་ནས་  
 བདག་གཞན་མཉམ་བ་རྗེའི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ཅེ་གཅིག་དུ་སྦྱོང་བ་ནི་ཐུན་

མོང་མིན་པའི་བསམ་གཏན་གྱི་སྤྲོད་ཚུལ་ཡིན་ལ། ཤེས་རབ་གྱི་སྤྲོད་ཚུལ་  
ནི་ལོགས་སུ་འབྱུང་ཞིང་། གཞན་ཡང་རྒྱུན་པར་ལམ་དུ་བསྐྱར་བའི་སྒོ་ནས་  
བཟོད་པ་ལ་སྤོབ་ཚུལ་དང་། ཆེ་གཅིག་གི་ཉམས་ལེན་དེལ་ནས་བསྟན་པས་  
བཙོན་འགྲུས་ལ་སྤོབ་ཚུལ་དང་། སྤྱི་དོན་གསུམ་ལ་རྟག་དུ་བསྐྱབ་ཅེས་པ་  
དང་། གཉིས་པོ་སྒོག་དང་བསྐྱོས་ཏེ་བསྐྱར་། ཞེས་པ་ལ་སོགས་པར་ཚུལ་  
ཁྲིམས་ལ་གཅེས་སྤྲས་སུ་བྱེད་ཚུལ་དང་། བསམ་གཏན་དང་ཤེས་རབ་ལ་  
སྤོབ་ཚུལ་གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་ཡིན་པས། ཕྱིན་དུག་གི་སྤྲོད་པོའི་གནད་  
རྣམས་ཡོད་དོ། །འོན་ཀྱང་དེ་ཙམ་གྱིས་ཆོག་པར་བཟུང་ནས་ཕྱིན་དུག་སོ་  
སོ་ལ་ཞིབ་དུ་སྤོབ་པ་དོར་ན་མི་རུང་བས། གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་  
ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཆེན་མོ་ལ་ཞིབ་དུ་བསྟན་ནས་ཕྱིན་དུག་སོ་སོའི་ཉམས་ལེན་  
བྱེད་ཚུལ་རྣམས་ཤེས་པར་བྱ་ཞིང་། ཤེས་ནས་ཀྱང་ལག་ལེན་ལ་ཅི་ཐེབས་  
བྱའོ།།

གསུམ་པ་མཐུག་དུ་ངེ་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་ནི་སྤྲར་བཞིན་ཡིན་ལ།  
གཉིས་པ་ཐུན་མཆམས་སུ་ངེ་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་ནི་དན་ཤེས་དང་ལྟན་པའི་  
སྒོ་ནས་དབང་པོའི་སྒོ་སྤྲོད་པ་སོགས་སྤྲར་བཞིན་ཡིན་ལ། བྱང་པར་བྱང་  
སེམས་གྱི་སྤྲོད་པ་སྟོན་པའི་གཞུང་མཆོག་དུ་གྱུར་པ་བསྐྱབ་བདུས་དང་སྤྲོད་  
འཐུག་གཉིས་དང་བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་སོགས་བསྟན་ཞིང་། རྒྱལ་སྤྲས་  
རྟག་དུ་དུ་གཞོན་རུ་ཞོར་བཟང་ཇོ་བོ་ཇི་ཡབ་སྤྲས་རྒྱལ་བ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོ་  
ཡབ་སྤྲས་སོགས་སྟོན་བྱོན་དམ་པ་རྣམས་གྱིས་རྒྱལ་སྤྲས་གྱི་སྤྲོད་པ་ལ་ངེ་



ལྟར་བསྐྱབས་པའི་རྣམ་ཐར་རྣམས་བལྟས་ལ། དེ་དག་གི་རྗེས་སུ་སློབ་པའི་  
འདུན་པ་དང་མོས་པ་ཤུགས་ཟག་ཏུ་བྱ་ཞིང་ཐ་ན་སློན་ལམ་ཚུན་ཆད་ཀྱིས་  
ཀྱང་སྦྱར་བར་བྱའོ།།

གསུམ་པ་བྱད་པར་དོན་དམ་སེམས་སྦྱང་ཞེས་བྱ་བ་ཟབ་མོ་དབྱ་མའི་ལྟ་བ་ལ་  
སློབ་ཚུལ།

གསུམ་པ་བྱད་པར་དོན་དམ་སེམས་སྦྱང་ཞེས་བྱ་བ་ཟབ་མོ་དབྱ་མའི་  
ལྟ་བ་ལ་སློབ་ཚུལ་ལ་གཉིས། ཐུན་གྱི་ངོ་བོ་ལ་ངེ་ལྟར་བྱ་བ་དང་། ཐུན་  
མཆོམས་སུ་ངེ་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལ་སྦྱོར་དངོས་མཁུག་གསུམ་  
ལས། དང་པོ་སྦྱོར་བའི་ཆོས་ཟུག་ངེ་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་ནི་སྤར་བཞིན་ཡིན་  
ལ། བྱད་པར་སྦྱ་མ་དང་ལྟག་པའི་ལྟ་དབྱེར་མེད་ཏུ་བྱས་ནས་གདུང་ཤུགས་  
ཟག་པོས་གསོལ་བ་རྒྱན་རིང་ཏུ་འདེབས་པ་དང་། བསག་སྦྱང་ལ་འབད་བ་  
ཞིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བར་གསུངས་པས། ཅུང་ཟད་རེས་ཆོག་པ་མིན་པར་ནན་ཏན་  
ཏུ་བྱེད་པ་སློན་ཏུ་བཏང་ནས། སྦྱི་བོའི་སྦྱ་མ་ལྟ་རང་ལ་ཐིམ་པས་རྒྱད་ཁྱི་  
ཀྱིས་བསྐྱབས་པའི་མོས་པ་དང་ལྟན་པའི་རང་ནས་ལུས་གནད་ལེགས་པར་  
བཅའ་སྟེ། དེ་ཡང་སློབ་དཔོན་ཀ་མ་ལ་ལྷོ་ལས་དབྱ་མ་སློམ་རིམ་ཏུ་ངེ་ལྟར་  
གསུངས་པ་ལྟར། ལུས་ཀྱི་སྦྱོད་ལམ་ཆོས་བརྒྱད་ལྟན་ཏུ་བྱ་སྟེ། ཀྱང་པ་དོ་  
རྗེའི་སྦྱིལ་ཀྱང་དམ་སྦྱིལ་ཀྱང་བྱེད་པ་གང་རུང་བྱ། མིག་ཏུ་ཅང་བྱེ་བ་དང་  
བཙུམས་པ་མིན་པར་སྒྲ་ཅེར་གཏད། ལུས་རྒྱབ་ཏུ་དབྱེ་བ་དང་མདུན་ཏུ་དབྱེ་

བ་དང་གཡས་གཡོན་དུ་ཡོ་བ་མིན་པར་བྱང་པོར་བསྐང་། ཐུག་པ་གཉིས་ཐད་  
ཀར་གཞག །མགོ་མ་ཡོ་བར་བྱང་པོར་བསྐངས་ཤིང་ཡིད་ཅམ་གྲག་པ་བྲ།  
མགོ་དང་ལུས་བྱང་པོར་བསྐང་བའི་ཆད་ནི། ལྷའི་ཅེ་མོ་ནས་སྟེ་བའི་བྲག་པའི་  
བར་ལ་ཐེག་བྱང་པོར་འདྲོངས་པའི་ཆད་དུ་བྲ། སོ་དང་མཚུ་རང་བབས་སུ་  
གཞག །སྟེ་འི་ཅེ་མོ་ཡ་ཀན་ལ་སྐྱར། དབྱགས་སྤྱི་ནང་དུ་རྒྱ་བ་སྐྱ་ཅན་དང་ཏ་  
ཅང་ལྷགས་ཆེས་པ་དང་། སྤྱི་ནང་དུ་རྒྱ་བ་རིང་བྱང་མི་སྟོམས་པའི་གོད་བག་  
ཅན་དུ་མ་སོང་བར་དལ་བྱ་དལ་བྱས་འབད་པ་མེད་པར་རང་བབས་སུ་རྒྱ་བ་  
ལྷར་གཞག་གོ །དེ་ལྷར་ལུས་གནད་བཅས་ནས་རྒྱང་ཆམ་ལ་འབེབས་པ་འདི་  
ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བས། དེ་ལྷར་རང་བབས་སུ་བཞག་བཞིན་པའི་ངང་ནས་  
དབྱགས་སྤྱིར་འགྲོ་བ་དང་ནང་དུ་འོང་བ་ཁྲག་པ་རེ་ལ་གྲངས་རེར་བྲས་ཏེ་  
གྲངས་འདྲན་ཞིང་རྒྱང་འགྲོ་འོང་ལ་སེམས་འཇིན་ནོ། །དེ་ཡང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་  
དམིགས་པའི་ལྷག་མཐོང་སྐྱབ་པ་ལ་སྟོན་དུ་སེམས་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གནས་པའི་  
ཞི་གནས་སྐྱབ་དགོས་ཤིང་། ཞི་གནས་སྐྱབ་པ་ལ་དབེན་པའི་གནས་སུ་ཚུལ་  
ཁྲིམས་རྣམ་པར་དག་ཅིང་འདོད་ཚུང་ཆོག་ཤེས་ལ་གནས་པ་དང་། སྐྱེ་བོ་  
མང་པོ་དང་འགྲོགས་འདྲིས་སྟོང་བ་སོགས་ཞི་གནས་སྐྱབ་པའི་རྒྱ་ཆོགས་  
རྣམས་སྐྱབ་པ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་སྟེ། རྒྱ་ཆོགས་དེ་དག་མ་ཆང་བར་ཉིང་རེ་  
འཇིན་སྟོམ་པ་ལ་འབད་སྟོ་ཇི་ཅམ་བྲས་ཀྱང་ཞི་གནས་འབྱུང་པ་མི་སྤིད་དོ།

ལམ་སྟོན་ལས། ཞི་གནས་ཡན་ལག་རྣམ་ཉམས་པས། །རབ་ཏུ་འབད་  
དེ་བསྟོམས་བྲས་ཀྱང་། །ལོ་ནི་སྟོང་ཐུག་དག་གིས་ཀྱང་། །ཉིང་འཇིན་འབྱུང་

པར་མི་འགྱུར་རོ།། ཞེས་དང་།

དགེ་བ་ཤེས་སྟོན་པའི་ཞལ་ནས། རང་ཅག་མན་ངག་ཁོ་ནས་ལན་སྟུང་  
 ཡིན་མན་ངག་ཁོ་ན་བཅའ་བས་ཉིང་རེ་འཛིན་སྐྱེར་མི་འདོད་པ་དེ་ཚོགས་ལ་  
 གནས་པ་མེད་པས་ལན་པ་ཡིན་གསུང་རོ། །ཞི་གནས་ཀྱི་དམིགས་པ་ནི་  
 མདོ་ལས་མང་དུ་གསུངས་པས་དམིགས་པ་གཅིག་ལ་ངོས་གཟུང་མི་དགོས་  
 ལ། བྱང་སེམས་འཆད་ཁ་བ་ནས་བརྒྱད་པའི་སྟོ་སྟོང་དོན་བདུན་མའི་བྲིད་  
 ཡིག་མཛད་པའི་སྤྲ་མ་གོང་མ་མང་པོས་རྒྱང་འགྲོ་འོང་ལ་དམིགས་ནས་  
 སེམས་གནས་སྐྱབ་པར་གསུངས་པ་ནི། ནམ་གྲོས་ཞུས་པའི་མདོ་ལས་རང་  
 གི་ཉོན་མོངས་གང་ཤེས་ཆེ་བའི་གཉེན་པོ་དང་མཐུན་པའི་དམིགས་པ་ལ་  
 སེམས་འཛིན་པར་གསུངས་པས། ནམ་ཉོག་ཤེས་ཆེ་བས་རྒྱང་ལ་དམིགས་  
 ནས་སྟོམ་པ་འདི་བསྐྱབ་ཤིང་། མདོན་པ་མཛོད་ནས་ཀྱང་ནམ་ཉོག་ཤེས་  
 ཆེ་བའི་གཉེན་པོར་རྒྱང་འགྲོ་འོང་ལ་སེམས་འཛིན་པ་འདི་ནང་པ་སངས་  
 རྒྱས་པའི་ཐུན་མོང་མིན་པའི་སེམས་འཛིན་དུ་གསུངས་པས་བྱང་པར་དུ་  
 འཕགས་ཤིང་། དེང་སང་གི་གདུལ་བྱ་པལ་ཆེར་ནམ་ཉོག་ཤེས་ཆེ་བས་རྒྱང་  
 འགྲོ་འོང་ལ་སེམས་འཛིན་པ་འདི་བསྐྱབ་པར་གསུང་། དེ་ལ་ཐོག་མར་  
 དབུགས་འགྲོ་འོང་ཁུག་པ་བདུན་ཅུ་མ་རེ་བགྱང་ཞིང་སེམས་འཛིན། དེ་ནས་  
 བཙུ་བཞི་ཅུ་དང་ཉེར་གཅིག་རེའི་བར་དུ་བགྱང་ཞིང་སེམས་འཛིན། དེ་  
 ནས་རེ་མང་དུ་བཏང་སྟེ་སེམས་འཛིན་ཅིང་། དེ་ལ་སེམས་འཛོག་པ་དང་།  
 རྒྱན་དུ་འཛོག་པ་ལ་སོགས་པ་སེམས་གནས་དགུ་རིམ་གྱིས་བསྐྱབ་པོ། །

ཡང་སངས་རྒྱལ་གྱི་སྐུ་ལ་དམིགས་ནས་སེམས་གནས་བསྐྱབས་ན་སངས་  
རྒྱལ་རྗེས་སུ་བློ་བར་འགྱུར་བ་དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ལྟར་  
དུ་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པའི་དགོས་པ་ཁྱད་པར་ཅན་མང་དུ་ཡོད་དོ། །སྐྱེ་  
དེ་ཡང་རྣམ་པ་ཅི་འདྲ་བ་ཞིག་སྒྲོམ་པ་ནི།

སྒྲོམ་རིམ་ཐ་མ་ལས། དེ་ལ་རྣམ་འགྱུར་པས་ཐོག་མར་དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པའི་སྐྱེ་གཟུགས་ཇི་ལྟར་མཐོང་བ་དང་། ཇི་ལྟར་ཐོས་པ་ལ་སེམས་  
བཞག་ནས་ཞི་གནས་བསྐྱབས་པར་བྱ་སྟེ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྐྱེ་གཟུགས་  
དེ་ཡང་གསེར་བཙོ་མའི་མདོག་བཞིན་དུ་སེར་ལ་མཚན་དང་དཔེ་བྱད་བཟང་  
པོས་བརྒྱན་པ། འཁོར་གྱི་ནང་ན་བཞུགས་ཤིང་ཐབས་སྒྲུ་ཆོགས་ཀྱིས་  
སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་པར་རྒྱུན་དུ་ཡིད་ལ་བྱེད་པས། དེའི་ཡོན་ཏན་ལ་  
འདོད་པ་བསྐྱེད་ཅིང་བྱིང་བ་དང་གློད་པ་ལ་སོགས་པ་ཞི་བར་བྱས་ལ། ཇི་  
སྟེད་དུ་དེ་མདུན་ན་བཞུགས་པ་བཞིན་དུ་གསལ་བར་མཐོང་བར་གྱུར་པ་དེ་  
སྟེད་དུ་བསམ་གཏན་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་།

ཉིང་དེ་འཇིན་རྒྱལ་པོ་ལས་ཀྱང་། གསེར་གྱི་ཁ་དོག་ལྟ་བུའི་སྐྱེ་ལུས་  
ཀྱིས། །འཇིག་རྟེན་མགོན་པོ་ཀུན་ཏུ་མཛེས་པ་སྟེ། །དམིགས་པ་དེ་ལ་གང་གི་  
སེམས་འཇུག་པ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་མཉམ་བཞག་ཅས་བྱ། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར། རང་གི་མདུན་དུ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྐྱེ་མཚན་དང་  
དཔེ་བྱད་ཀྱིས་སྒྲིས་པ་དྲངས་གསལ་འོད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་བལྟ་བས་ཆོག་  
མི་ཤེས་པ་ཞིག་གསལ་བཏབ་ནས་དེ་ལ་སེམས་འཇིན། དེ་ཡང་ཁ་དོག་མ་



ངེས་པ་དང་། དབྱིབས་མ་ངེས་པ་དང་། གྲངས་མ་ངེས་པ་དང་། ཆེ་ཆུང་མ་  
 ངེས་པ་འདི་སྟོན་བཞི་སྤངས་ནས། རང་གིས་ངེ་ལྟར་ཆད་ལ་བབ་པ་ལྟར་  
 དམིགས་པ་གཅིག་ལ་སེམས་འཛིན་པ་ཞིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བར་གསུང་། དེ་ལྟར་  
 མ་བྱས་པར་དམིགས་པ་སྣ་ཆོགས་ལ་སྟོབ་དང་། སྟུ་ལྟ་བུ་གཅིག་ལ་འང་ཆེ་  
 ཆུང་སྣ་ཆོགས་སུ་བསྐྱེམས་ན་སེམས་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གནས་པ་ལ་གོགས་བྱེད་  
 བར་གསུངས་སོ། །ཡང་དམ་པ་གོང་མ་འགའ་ཞིག་གིས། ལམ་གྱི་ངོ་བོ་ཀྱན་  
 གཞིའི་ངང་ལ་གཞག་། ཅེས་པའི་དོན་དུ་བྱས་ནས་སྟོང་ཉིད་ལ་དམིགས་ཏེན་  
 བྱེད་པ་དང་། ཡང་སེམས་གྱི་ངོ་བོ་གསལ་རིག་ཅམ་ལ་དམིགས་ཏེན་བྱེད་  
 བར་ཡང་གསུངས་ཏེ། སྟོང་ཉིད་ལ་དམིགས་ཏེན་བྱེད་ན་ནི་ཐོག་མར་བདག་  
 མེད་རིགས་པས་བཅའ་ནས་བདག་མེད་པའི་དོན་ངེས་པ་ན། ངེ་ལྟར་ངེས་  
 པའི་དོན་དེ་ཉིད་ལ་དམིགས་ཏེན་བྱས་ནས་སེམས་གནས་བསྐྱབ་བོ། །

དམིགས་ཏེན་དེ་དག་གང་བྱེད་ཀྱང་རུང་སྟེ། ལམ་སྟོན་ལས། དམིགས་  
 པ་གང་རུང་གཅིག་དག་ལ། །ཡིད་ནི་དགོ་ལ་གཞག་པར་བྱ། །ཞེས་དམིགས་  
 པ་གང་རུང་བ་གཅིག་གིས་ཆོག་གི། །ངེས་གཟུང་མི་དགོས་པ་དང་། དམིགས་  
 པ་གཅིག་ལ་སེམས་འཛིན་དགོས་ཀྱི། །དམིགས་པ་མང་པོ་ལ་སྟོ་མི་རུང་  
 བར་གསུངས་སོ། །དེ་ལྟར་དམིགས་པ་གཅིག་ལ་སེམས་འཛིན་པའི་ཆེ་ཐོག་  
 མར་དམིགས་ཏེན་ལེགས་པར་རྟེན་པ་ཞིག་བྱ། དེ་ནས་དམིགས་པ་དེ་ལ་  
 སེམས་འཛིན་པ་དང་། རྒྱན་དུ་འཛིན་པ་དང་། གླུན་ཏེ་འཛིན་པ་དང་། ཉེ་བར་  
 འཛིན་པ་དང་། དུལ་བར་བྱེད་པ་དང་། ཞི་བར་བྱེད་པ་དང་། རྣམ་པར་ཞི་བར་

བྱེད་པ་དང་། ཅེ་གཅིག་ཏུ་བྱེད་པ་དང་། མཉམ་པར་འཛོག་པ་སྟེ་སེམས་  
གནས་པ་དགུ་རིམ་གྱིས་བསྐྱབ་། དེའི་ཆེ་ཡང་དབྱུས་མཐའ་ལས་གསུངས་  
པ་ལྟར། ཉེས་པ་ལྔ་སྤྱོད་བའི་གཉེན་པོ་འདུ་བྱེད་བརྒྱད་བསྟེན་བའི་སྒྲོ་ནས་  
སྐྱབ་དགོས་སོ། །

དེ་ལ་ཉེས་པ་ལྔ་ནི། ལེ་ལོ་དང་། བརྟེན་ངས་དང་། བྱིང་གོད་གཉེས་  
དང་། འདུ་མི་བྱེད་པ་དང་། འདུ་བྱེད་པ་རྣམས་སོ། །ཉེས་པ་དེ་དག་གི་གཉེན་  
པོ་སྤྱོད་བའི་འདུ་བྱེད་བརྒྱད་ནི། ལེ་ལོའི་གཉེན་པོ་དང་པ་དང་། འདུན་པ་  
དང་། བཙོན་འགྲུས་དང་། ཤེན་སྤྱངས་བཞི། བརྟེན་ངས་ཀྱི་གཉེན་པོ་བླན་པ།  
བྱིང་གོད་གཉེས་ཀྱི་གཉེན་པོ་ཤེས་བཞིན། འདུ་མི་བྱེད་པའི་གཉེན་པོ་འདུ་  
བྱེད་པའི་སེམས་པ། འདུ་བྱེད་པའི་གཉེན་པོ་བཏང་སྟོམས་ཏེ་འདུ་བྱེད་  
བརྒྱད་དོ། །དེ་དག་གྱང་སྟོབས་དུག་གི་སྒྲོ་ནས་སྐྱབ་དགོས་པར་གསུངས་ཏེ།  
ཐོས་པའི་སྟོབས་དང་། བསམ་པའི་སྟོབས་དང་། བླན་པའི་སྟོབས་དང་། ཤེས་  
བཞིན་ཀྱི་སྟོབས་དང་། བཙོན་འགྲུས་ཀྱི་སྟོབས་དང་། ཡོངས་སུ་འདྲིས་པའི་  
སྟོབས་རྣམས་སོ། །དེ་ཡང་སེམས་གནས་དང་པོ་ཐོས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་  
བསྐྱབ། སེམས་གནས་གཉེས་པ་བསམ་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་བསྐྱབ། སེམས་  
གནས་གསུམ་པ་དང་བཞི་པ་གཉེས་བླན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་བསྐྱབ། སེམས་  
གནས་ལྔ་པ་དང་དུག་པ་གཉེས་ཤེས་བཞིན་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་བསྐྱབ། སེམས་  
གནས་བདུན་པ་དང་བརྒྱད་པ་གཉེས་བཙོན་འགྲུས་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་བསྐྱབ།  
སེམས་གནས་དགུ་པ་འདྲིས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་བསྐྱབ་པར་གསུངས་སོ། །

སེམས་གནས་དགུ་སྟོབས་དྲུག་གིས་བསྐྱབ་པ་དེ་ལ་ཡིད་བྱེད་བཞི་  
 ཡོད་པར་ཉན་ས་ལས་གསུངས་ཏེ། ཡིད་བྱེད་བཞི་ནི། བསྐྱེམས་ཏེ་འཇུག་  
 པའི་ཡིད་བྱེད་དང་། བར་དུ་འཆད་ཅིང་འཇུག་པའི་ཡིད་བྱེད་དང་། སྐབས་  
 སུ་འཆད་པ་མེད་པར་འཇུག་པའི་ཡིད་བྱེད་དང་། ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པར་འཇུག་  
 པའི་ཡིད་བྱེད་དང་བཞི་འོ། །སེམས་གནས་དགུ་ལ་ཡིད་བྱེད་བཞི་རིམ་ལྟར་  
 ཡོད་པ་ནི། སེམས་གནས་དང་པོ་དང་གཉིས་པ་གཉིས་ལ་བསྐྱེམས་ཏེ་འཇུག་  
 པའི་ཡིད་བྱེད་དང་། སེམས་གནས་གསུམ་པ་ནས་བདུན་པའི་བར་ལྔ་ལ་  
 བར་དུ་འཆད་ཅིང་འཇུག་པའི་ཡིད་བྱེད་དང་། སེམས་གནས་བརྒྱད་པ་ལ་  
 སྐབས་སུ་འཆད་པ་མེད་པར་འཇུག་པའི་ཡིད་བྱེད་དང་། སེམས་གནས་དགུ་  
 པ་ལ་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པར་འཇུག་པའི་ཡིད་བྱེད་ཡོད་པར་གསུངས་སོ། །

དེ་ལྟར་སེམས་གནས་པའི་ཐབས་དགུ་དང་། སེམས་གནས་དེ་དག་  
 གི་གོགས་ཉེས་པ་ལྔ་དང་། དེའི་གཉེན་པོ་སྟོང་བའི་འདུ་བྱེད་བརྒྱད་དང་།  
 སེམས་གནས་དེ་དག་སྟོབས་དྲུག་གིས་སྐྱབ་ལུགས་དང་། དེ་ལ་ཡིད་བྱེད་  
 བཞི་ཡོད་ཚུལ་དེ་དག་ནི་རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་རྒྱལ་བ་རང་ཉིད་གྱིས་ལུང་  
 བསྟན་པའི་ཤིང་ཏྲ་ཆེན་པོ་དག་གིས་གཏན་ལ་ཐབ་པ་ལྟར་ཡིན་པས། ཉིང་དེ་  
 འཛིན་རྣམ་པར་དག་པ་རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་དང་མཐུན་པ་ཞིག་སྐྱབ་པར་  
 འདོད་ན་ཐབས་འདི་དག་གི་སྟོན་ས་ངས་པར་སྐྱབ་དགོས་སོ། །

དེ་ཡང་ཐོག་མར་དམིགས་ཏེན་འཆོལ་བའི་ཆེ་དགོས་པ་བྱུང་པར་  
 ཅན་དང་ལྷན་པའི་དམིགས་ཏེན་འཆོལ་ལུགས་དང་། སོ་སོའི་ཁམས་དང་

བསམ་པའི་བྱུང་པར་གྱིས་དམིགས་པ་གང་ལ་དམིགས་ནས་བསྐྱོམས་ན་  
ཉིང་རེ་འཛིན་སྐྱེ་སྐྱབ་དང་། དམིགས་པ་དེ་ལ་སེམས་འཛིན་པའི་ཆེ་ཐོག་  
མར་སེམས་འཛོག་ལུགས། དེའི་རྒྱན་སྐྱོང་ལུགས། དེ་གོང་ནས་གོང་འཕེལ་  
དུ་སྐྱབ་ལུགས། དེ་དག་གི་ཆེ་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་གོགས་བྱིང་གོང་འཕེལ་  
འབྱུང་ཚུལ། དེའི་ཆེ་གཉེན་པོ་འཕྲུལ་བསྐྱེད་ལུགས། གཉེན་པོ་བསྐྱེད་ཏེ་  
ཡུན་བསྐྱེད་ནས་བསྐྱོམས་པས་སེམས་ལ་ཉམས་འཛིན་སྐྱེ་ཚུལ། མཐར་  
སེམས་གནས་འབྱུང་ཚུལ། ལུས་སེམས་ལ་ཤིན་སྐྱེད་ཀྱི་བདེ་བ་འཕྲུལ་  
སྐྱེ་ཚུལ་རྣམས་སྤྲོད་བཤད་པའི་མན་ངག་དེ་དག་གི་སྤྱིང་ནས་ཤེས་དགོས་  
པ་ཡིན་ནོ། །

འདིར་གཟུ་ཐོར་གནས་ཤིང་སྒོ་གྲོས་དང་ལྡན་པ་རྒྱལ་བ་དགྲེས་པའི་  
ལམ་ལ་འཇུག་པར་འདོད་པའི་རྣམ་དཔྱེད་ཅན་རྣམས་ལ་ཉིང་རེ་འཛིན་སྐྱབ་  
ཚུལ་རྣམ་པར་དག་པ་རྒྱལ་བའི་བཀའ་དང་མཐུན་པ་ཞིག་ལ་སྒོལ་པར་འདོད་  
ན། རྗེ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་བཀའ་སློལ་འདི་ལ་སེམས་གནས་སྐྱབ་པའི་  
ཐབས་དང་མན་ངག་བྱུང་པར་ཅན་རྒྱལ་བའི་བཀའ་དང་མཐུན་པ་འདི་ལྟ་བུ་  
ཞིག་ཡོད་དོ་ཞེས་མིང་ཅམ་ཞིག་བྲིས་པ་ཡིན་གྱི། ཞིབ་པར་ནི་མན་ངག་  
འདིའི་ཉམས་སྤྱོད་ཡོད་པའི་བཤེས་གཉེན་མཁས་པ་དག་ལ་རྒྱན་རིང་དུ་  
བཏེན་ཅིང་། བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཆེ་ཆུང་རྣམས་ཞིབ་དུ་བལྟས་ནས་  
ཤེས་པར་བྱའོ། །

དེ་ལྟར་ནི་གནས་བསྐྱབས་ནས་ལྷག་མཐོང་སྒོམ་པའི་ཚུལ་ལ་ཞི་



གནས་དངོས་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷག་མཐོང་དངོས་སྤྱོད་ཚུལ་དང་། ཞི་གནས་  
 རྗེས་མ་ཐུན་པའི་སྤྲོད་ནས་ལྷག་མཐོང་རྗེས་མ་ཐུན་པ་སྤྲོད་ཚུལ་དང་། དེ་ཙམ་  
 ཡང་མེད་པར་ལྷ་བ་ལ་གོ་བ་འཆོལ་བ་དང་། གོ་བའི་སྤྲོད་ནས་ཡིད་འགྱུར་གྱི་  
 སྤྲོད་པ་འདོན་ཚུལ་སོགས་གདུལ་བྱའི་སྤྲོད་རིམ་པ་དང་བསྐྱུན་པའི་སྤྲོད་  
 ཚུལ་མང་དུ་ཡོད་པར་གསུངས་པས། །དེ་དག་གི་གནད་ཞིབ་པར་བཤེས་  
 གཉིན་དམ་པའི་ཞལ་ལས་ཤེས་པར་བྱ་ཞིང་། འདིར་བདག་དང་སྐལ་པ་  
 མཉམ་པ་དག་ལ་ཟབ་མོ་དབྱ་མའི་ལྷ་བ་ལ་དོན་གཉིར་གྱི་འདུན་པ་བསྐྱེད་པ་  
 དང་བག་ཆགས་འཛིག་སྤྱིར་ལྷ་བ་འཆོལ་བའི་ཚུལ་ཅུང་ཟད་ཅིག་བརྗོད་པར་  
 བྱའོ། །དེ་ལ་འཁོར་བའི་རྩ་བ་མ་རིག་པ་ངོས་གཟུང་བ་དང་། མ་རིག་པ་དེ་  
 འགག་པའི་སྤྱིར་ལྷ་བ་རྒྱད་ལ་སྤྲོད་པའི་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ནི།

དབྱ་མ་ལ་འཇུག་པ་ལས། ཉོན་མོངས་སྤྲོན་ནམས་མ་ལུས་འཇིག་  
 ཆོགས་ལ། །ལྷ་ལས་བྱུང་བར་སློ་ཡིས་མཐོང་གྱུར་ཅིང་། །བདག་ནི་འདི་ཡི་  
 ཡུལ་དུ་རྟོགས་བྱས་ནས། །རྣལ་འབྱོར་པ་ཡིས་བདག་ནི་འགོག་པར་བྱེད། །  
 ཅེས་དང་།

སྤྲོད་འཇུག་ལས། སྤྱུག་བསྐྱེད་རྒྱ་ཡི་ང་རྒྱལ་ན། །བདག་ཏུ་མོངས་  
 པས་འཕེལ་བར་འགྱུར། །ཞེས་དང་། འདིར་ནི་སྤྱུག་བསྐྱེད་རྒྱར་གྱུར་པ། །  
 བདེན་པར་རྟོག་པ་བསྐྱོད་བྱ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། འཁོར་བའི་སྤྱུག་  
 བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་ནི་མ་རིག་པ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་རང་རྒྱད་ཀྱི་ངར་  
 འཛིན་ལྷན་སྦྲེས་དང་ཕུང་པོ་བདེན་འཛིན་འདི་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་སྤྱར་སྤྲོན་

འགྲོའི་སྐྱབས་སུ་བཞག་པ་ལྟར། ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ཁམས་གསུམ་འཁོར་  
 བ་འདིར་འཁོར་ཏེ་སྐྱག་བསྐྱེད་གསུམ་གྱིས་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་མནར་བའི་  
 ཚུལ་ལ་ཡིད་གཏིང་ནས་སུན་ཏེ། འདི་ལྟ་བུའི་སྐྱག་བསྐྱེད་བར་མཆོམས་  
 མེད་པར་སྒྲོང་བ་འདིའི་རྩ་བ་ཅི་ཞིག་ཡིན་སྟེ་དེ་བསྐྱེད་བསྐྱེད་པ་ན། འཁོར་བའི་  
 སྐྱག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་རང་གི་ལས་ཉོན་གཉིས་ལས་བྱུང་ཞིང་། ལས་དང་  
 ཉོན་མོངས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་བདག་འཛིན་འདི་ཡིན་པར་ངེས་ནས། འདི་  
 འགོག་པ་ལ་བརྩོན་པ་ཆེར་སྒྲུང་བ་ཞིག་དགོས་སོ། །འཁོར་བའི་རྩ་བ་མ་  
 རིག་པ་ངོས་འཛིན་ཚུལ་ལ་རང་གི་སྒྲེ་བ་རྣམས་མི་མཐུན་ཏེ། གྲེ་བྲག་སྐྱབ་  
 ནས་བཟུང་རང་རྒྱུད་པའི་བར་ཐམས་ཅད་གང་ཟག་རང་རྒྱ་བྱུང་བའི་རྣམས་  
 ཡོད་དུ་འཛིན་པའི་འཛིན་ལྟ་འཁོར་བའི་རྩ་བ་མ་རིག་པར་འདོད་ཀྱི། གང་  
 ཟག་དང་བྱུང་པོ་རང་ངོས་ནས་བྱུང་བར་འཛིན་པ་འཁོར་བའི་རྩ་བར་མི་  
 འདོད་ལ། སྒྲོ་བ་དཔོན་རྒྱ་བ་གྲགས་པ་དང་ཞི་བ་ལྟ་དང་སངས་རྒྱས་བསྐྱེད་སྐྱེད་  
 རྣམས་ནི་གང་ཟག་དང་བྱུང་པོ་གསུམ་གྱི་ཆོས་རང་ངོས་ནས་བྱུང་བར་འཛིན་  
 པ་འདི་ཉིད་འཁོར་བའི་རྩ་བར་བཞེད་ཅིང་། གང་ཟག་དང་བྱུང་པོ་རང་ངོས་  
 ནས་བྱུང་བར་འཛིན་པ་འདི་མ་བསྒྲོག་ན་འཁོར་བའི་སྐྱག་བསྐྱེད་སྒྲོག་པའི་  
 ཐབས་མེད་པར་བཞེད་དོ། དེ་ནི་འཕགས་པ་སྐྱེ་སྐྱེ་བ་ཀྱི་དགོངས་པ་དམ་པ་  
 ཡིན་ཏེ།

རིན་ཆེན་སྒྲུང་བ་ལས། རི་སྤྱིད་བྱུང་པོར་འཛིན་ཡོད་པ། །དེ་སྤྱིད་དེ་  
 ལས་ངར་འཛིན་ཡོད། །ངར་འཛིན་ཡོད་ན་ཡང་ལས་ཏེ། །དེ་ལས་ཡང་ནི་སྐྱེ་

བ་ཡིན། །ཞེས་ཕུང་པོ་བདེན་འཛིན་མ་ལོག་བར་དུ་འཁོར་བའི་རྩ་བ་མི་སྒྲོག་  
 བར་ཆེས་གསལ་བར་གསུངས་སོ། །ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་འཕགས་པ་ཐམས་  
 ཅད་རང་བཞིན་མེད་ཉོགས་ཀྱི་ལྟ་བ་འདིའི་སྟངས་ལམ་བཟོད་པ་ཁོ་ན་  
 ཡིན་པས། །འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་བ་ཙམ་གྱི་ཐར་པ་ཐོབ་པ་ལའང་གང་ཟག་  
 རང་རྒྱ་ཐུབ་པའི་རྣམ་ཡོད་ཀྱིས་སྟངས་པར་ཤེས་པ་ཙམ་གྱིས་མི་ཆོག་གི  
 །ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པར་ཤེས་པའི་ལྟ་བ་འདི་ངེས་པར་དགོས་  
 པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །བདག་འཛིན་ལྟན་སྐྱེས་དང་ཀུན་བརྟགས་གཉིས་ལས།  
 ལྟན་སྐྱེས་ཀྱི་འཛིན་སྟངས་ངོ་ཤེས་པར་བྱས་ཏེ་དགག་དགོས་ཀྱི། ལྟན་སྐྱེས་  
 ཀྱི་འཛིན་སྟངས་འགོག་པ་དོར་ཏེ་ཀུན་བརྟགས་ཀྱི་འཛིན་སྟངས་འགོག་པ་ལ་  
 རྩེ་ལ་བ་ཅི་བྱས་ཀྱང་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་རང་གི་རྒྱུད་ལ་ཞུགས་པའི་བདག་  
 འཛིན་ལྟན་སྐྱེས་འདི་བསྒྲོག་པར་མི་རུས་སོ། །

ཀུན་བརྟགས་དང་ལྟན་སྐྱེས་ཀྱི་བྱུང་པར་ནི། བྱུང་མཐས་སྒོ་བསྐྱར་བ་  
 དང་འབྲལ་དུ་དབྱེད་པ་བྱས་པ་ལ་མི་སྒྲོལ་པར་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་རང་གི་  
 རྒྱུད་ལ་དུས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ་ངམ་ངམ་འུགས་ཀྱིས་སྐྱེ་བའི་ངར་འཛིན་  
 དང་ཕུང་པོ་བདེན་འཛིན་འདི་ལྟན་སྐྱེས་ཡིན་ལ། གཞན་གྱི་བྱུང་མཐའི་དབང་  
 ངས། རང་གི་སྒོས་དབྱེད་པ་བྱས་ནས་ང་ཞེས་བྱ་བ་ཅི་འདྲ་ཞིག་འདུག་སྟམ་  
 དུ་བཅའ་བས། རང་གི་ལུས་སེམས་གཉིས་ལས་དོན་གཞན་དུ་རང་གི་ཕུང་  
 པོ་འདི་ལ་དབང་བསྐྱར་བ་པོའི་ང་ཞིག་ཡན་གར་དུ་ཡོད་པར་འཛིན་པ་དང་།  
 ཡང་རང་གི་ལུས་སེམས་གཉིས་ཆོགས་པའི་ཕུང་པོ་འདི་ཉིད་ངར་འཛིན་པ་

དང་། ཡང་རང་གི་སེམས་འདི་ཉིད་རང་འཛིན་པ་ནམས་ནི་བདག་འཛིན་ཀྱན་  
བརྟགས་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ཀྱན་བརྟགས་ནམས་ནི་གྲུབ་མཐའ་  
ལ་མ་ཞུགས་པ་ནམས་དང་གྲོག་སྤྱོད་སོགས་ལ་མེད་ལ། ལྟན་སྤྱོད་ཀྱི་རང་  
འཛིན་ནི་སྒོག་ཆགས་གྲོག་སྤྱོད་ཡན་ཆད་ལ་ཡོད་པས་སེམས་ཅན་འཁོར་  
བར་འཆིང་བྱེད་ཀྱི་ཅ་བ་ལྟན་སྤྱོད་ཀྱི་རང་འཛིན་འདི་སྒྲོག་པ་ལ་འབད་  
དགོས་སོ། །དེ་ཡང་རང་འཛིན་འདིའི་ཞེན་ཡུལ་ངོས་ཟིན་པར་བྱས་ཏེ། དེ་  
བཀག་པའི་སྒོ་ནས་རང་འཛིན་ལྟན་སྤྱོད་འདི་སྒྲོག་པར་བྱེད་དགོས་ཀྱི། དེ་ལྟ་  
མིན་པར་ལུས་ལས་ཆེར་མ་འདོན་པའི་ཚུལ་དུ་རང་འཛིན་འདི་འདོན་ཐབས་  
མེད་དོ།

གཉིས་པ་འཁོར་བའི་ཅ་བ་མ་རིག་པ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཟབ་མོ་དབུ་མའི་ལྟ་བ་  
རྒྱད་ལ་སྤྱོད་ཚུལ་ནི།

གཉིས་པ་འཁོར་བའི་ཅ་བ་མ་རིག་པ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཟབ་མོ་དབུ་མའི་ལྟ་བ་  
རྒྱད་ལ་སྤྱོད་ཚུལ་ནི། བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ལྟ་བ་རྒྱད་ལ་སྤྱོད་པ་ལ་རིགས་  
པའི་དགག་བྱ་ལེགས་པར་ངོས་ཟིན་དགོས་ཏེ། སྤྱོད་འཇུག་ལས། བརྟགས་  
པའི་དངོས་ལ་མ་རིག་པར། །དེ་ཡི་དངོས་མེད་འཛིན་མ་ཡིན། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར། གང་འགོག་རྒྱུའི་དགག་བྱ་ངོས་མ་ཟིན་པར། དེ་འགོག་  
པའི་ལྟ་བ་རྒྱད་ལ་སྤྱོད་མི་རུས་སོ། །དཔེར་ན་གནས་ཁང་ཞིག་ན་མི་ཞིག་  
ཡོད་མེད་དོགས་པ་བྱུང་བ་ན། གནས་དེར་མི་དེ་ཡོད་མེད་བཅའ་ནས། དེ་



མེད་པར་ཤེས་པ་ལ་གང་མེད་རྒྱུ་མི་དེ་ངོ་ཤེས་དགོས་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟ་  
མིན་པར་དགག་བྱ་ངོས་མ་བེན་པར་དེ་འགོག་པ་ནི། རྒྱན་མ་ནགས་ལ་སོང་  
བའི་རྗེས་སྤང་ལ་གཙོད་པ་དང་། འདྲེ་ཤར་སྒྲོར་གནས་པ་ལ་སྤྱད་ཅུབ་སྒྲོར་  
སྒྲེལ་བ་ལྟར་ངལ་བ་དོན་མེད་དུ་འགྱུར་ཏེ། བདག་འཛིན་ངོས་མ་བེན་པར་དེ་  
འགོག་ཐབས་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དགག་བྱ་འགོག་པ་དེ་ཡང་ཉ་ཅང་ཐལ་  
ཆེས་ན་ནི་ལས་འབྲས་ཀྱི་རྟེན་པ་ཅམ་འདི་ཡང་བཀག་ནས་ཆད་མཐར་སྤྱད་  
ཉེན་ཆེ་ལ། བྱབ་ཆུང་ན་ནི་དགག་བྱ་སྤོ་མོ་ནས་བཀག་མ་བྱུབ་པས་རྟག་ལྟ་  
ཞིག་ལས་མི་འདའ་བས། རྟག་ཆད་ཀྱི་མཐའ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་དབྱུ་  
མའི་ལྟ་བ་རྟེན་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་དཀའ་བར་གསུངས་སོ། །

དེས་ན་སྤྱོད་འཇུག་ལས། དེ་བཞིན་རྣམ་པར་དབྱུད་པ་ཡིས། །བཙལ་  
ན་བདག་ཀྱང་ཡང་དག་མིན། །ཞེས་བདག་དང་ཕྱང་པོ་ལ་སོགས་པ་སྤྱི་ནང་  
གི་ཆོས་འདི་ཐམས་ཅད་ཐ་སྙད་དུ་སྤྱང་ཅམ་མ་གཏོགས་བཏགས་དོན་བཙལ་  
ན་གང་ཡང་མི་རྟེན་ཅིང་ཡང་དག་པར་མ་གྱུབ་པར་གསུངས་ལ། ཡང་དག་  
པར་མ་གྱུབ་པ་དང་། རང་ངོས་ནས་མ་གྱུབ་པ་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྱུབ་  
པ་དང་། བདེན་པར་མེད་པ་དང་། དོན་དམ་པར་མེད་པ་རྣམས་སྐབས་འདིར་  
མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན་ཞིང་། དེ་དག་གནས་ལུགས་མཐར་བུག་ཏུ་གསུངས་  
པས་དེ་ལས་ལྡོག་པ་དེ་དགག་བྱ་མཐར་བུག་ཏུ་བྱ་དགོས་སོ། །དེས་ན་ངར་  
འཛིན་ལྟན་སྒྲེས་འདིས་ང་ཡུལ་རང་ངོས་ནས་གྱུབ་པར་འཛིན་པ་ཡིན་པས།  
སྒོ་དེའི་འཛིན་སྤངས་ཀྱི་ཡུལ་ང་རང་ངོས་ནས་གྱུབ་པ་དེ་ཉིད་འདིར་དགག་

བྱ་མཐར་ཐུག་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་སྒོའི་འཛིན་ཚུལ་ལ་གསུམ་སྟེ། ང་རང་ངོས་ནས་གྲུབ་པར་འཛིན་པ་དང་། ང་བདེན་མེད་དུ་འཛིན་པ་དང་། དེ་གཉིས་གང་གིས་ཀྱང་བྱུང་པར་དུ་མ་བྱས་པར་ང་ཙམ་དུ་འཛིན་པ་གསུམ་ཡོད་དེ། །དེ་ལ་ང་ཙམ་དུ་འཛིན་པ་དེ་ངར་འཛིན་མིན་ཞིང་སྒོ་ལ་ང་སྟམ་དུ་སྒྲུང་བ་ཐམས་ཅད་དགག་བྱ་མིན་ནོ། །ངའི་སྟམ་པའི་སྒོ་ཐམས་ཅད་ངར་འཛིན་དུ་བཟུང་ནས་བཀག་ན་ལས་དང་འབྲས་བུའི་རྟེན་ཆད་པར་འགྱུར་བས། སྤྱི་རིམ་ཞིབ་ཏུ་སྤྲོད་པ་གལ་ཆེ་སྟེ།

སྤྱོད་འཇུག་ལས། རི་ལྟར་མཐོང་ཐོས་ཤེས་པ་དག་ཤིང་འདི་དགག་པར་བྱ་མིན་ཏེ། །འདིར་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་སྤྱར་སྤྱར་པ། །བདེན་པར་རྟོག་པ་བསྒྲོག་བྱ་ཡིན། ཞེས་མ་བརྟགས་མ་དབྱེད་པའི་སྒོ་ལ་སྒྲུང་ཙམ་འདི་འགོག་ཏུ་མི་རུང་བ་དང་། བདེན་པར་སྒྲུང་ཞིང་ཞེན་པ་འདི་འགོག་དགོས་པའི་བྱུང་པར་ཤིན་ཏུ་གསལ་བར་གསུངས་སོ། །དེ་ལྟར་དགག་བྱ་ངོས་ཟིན་པར་བྱས་ཏེ། དེ་བཀག་པའི་བདག་མེད་སྒོམ་ཚུལ་ལ་བདག་མེད་རྣམ་པ་གཉིས་ལས། ཐོག་མར་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་སྒོམ་དགོས་ལ། དེའི་ཚུལ་ནི་ངར་འཛིན་ལྟན་སྦྱེས་ཀྱིས་རི་ལྟར་བཟུང་བ་ལྟར་གྱི་ང་རང་ངོས་ནས་གྲུབ་པ་ཞིག་ཡོད་ན། རང་གི་ལུས་སེམས་འདི་གཉིས་ཀྱི་སྤྲོད་དུ་ཡོད་དམ། འདི་གཉིས་ལས་ལོགས་སུ་ཡོད། ལོགས་སུ་ཡོད་ན་ནི་ལུས་སེམས་གཉིས་སོ་སོར་བསལ་བའི་རྗེས་སུ་ང་དེ་འདིའོ་ཞེས་བསྟན་ཏུ་དགོས་པ་ལ། དེ་ལྟར་བསྟན་ཏུ་མེད་པས་ལོགས་སུ་མེད་པར་ཐག་བཅད། ལུས་སེམས་འདི་གཉིས་ཀྱི་སྤྲོད་དུ་

ཡོད་ན་ལུས་འདིའི་སྟེང་དུ་ཡོད་དམ། སེམས་འདིའི་སྟེང་དུ་ཡོད། ལུས་འདིའི་  
 སྟེང་དུ་ཡོད་ན་ལུས་ཀྱི་སོ་དང་སེན་མོ་ལ་སོགས་པ་སའི་ཁམས་ཀྱི་ཆ་  
 རྣམས་ང་ཡིན་ནམ། འཇག་དང་ཚུ་སེར་དང་སྒྲུབས་ལ་སོགས་པའི་ཚུའི་ཁམས་  
 རྣམས་ང་ཡིན་ནམ། རྫོད་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་མེའི་ཁམས་རྣམས་ང་ཡིན་ནམ།  
 ལུས་ཀྱི་རྒྱང་གི་ཆ་རྣམས་ང་ཡིན་ནམ། ལུས་ཀྱི་བྱ་གཞི་ལོང་སྟོང་ནམ་མཁའི་  
 ཁམས་ཀྱི་ཆ་རྣམས་ང་ཡིན་སྟེ་ལ་བ་ན་དེ་དག་རེ་རེ་ནས་ང་མིན་  
 པར་གོ་སྒྲིལ་ཞིང་། ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས་རེ་རེ་ནས་བཅའ་ན་ང་མི་རྟོག་པས་ལུས་  
 ཀྱི་ཆ་ཤས་རྣམས་ང་མིན་པར་ཐག་བཅད། སེམས་ཀྱི་སྟེང་ན་ཡོད་དམ་སྟེ་  
 བ། མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམ་ཤེས་དུག་རེ་རེ་ནས་ང་དེ་  
 ཡིན་མིན་བཅའ་བ་ན་ང་མི་རྟོག་པས་རྣམ་ཤེས་དེ་དག་ང་མིན་པར་ཐག་  
 བཅད་ལུས་སེམས་གཉིས་རེ་རེ་བའི་སྟེང་དུ་མེད་ཀྱང་ཚོགས་ཅམ་པའི་སྟེང་  
 དུ་ཡོད་དམ་སྟེ་བ། རེ་རེ་ནས་བཅའ་བས་མི་རྟོག་པས་ཚོགས་པའི་སྟེང་དུ་  
 ཡང་མེད་པར་ངེས་ལ། ལུས་སེམས་གཉིས་ཚོགས་པ་ནི་ངའི་གདགས་གཞི་  
 ཡིན་པས་གདགས་གཞི་བཏགས་ཚོས་སྤྲི་མི་འཐད་པར་གསུངས་སོ། །དེས་  
 ན་ང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྒྲོས་བཏགས་པ་ཅམ་དུ་བད་པས་ངར་འཛིན་ལྟན་སྤྱིས་  
 ཀྱིས་བཟུང་བ་ལྟར་དུ་མེད་དོ་སྟེ་ལྟར་དུ་ཐག་བཅད་དོ། །

དེ་ལྟར་ང་དང་ལུས་སེམས་གཉིས་གཅིག་དང་ཐ་དད་གང་དུ་བྱུང་  
 དཔུང་ནས་ཐ་དད་དུ་བྱུང་ན་ལུས་སེམས་གཉིས་ལས་ང་ཟུར་དུ་ངོས་འཛིན་  
 རྒྱ་དགོས་པར་བཤམ་པ་དེ་ཡང་ང་རང་ངོས་ནས་བྱུང་པར་སྒྲུང་ཞིང་ཞེན་

པའི་དགག་བྱ་ལ་གཏུགས་ནས་བྱེད་དགོས་ཀྱི། དེ་ལྟར་མིན་པར་སྦྱིར་བ་  
དད་དུ་བྱུང་བ་ཅམ་ལ་དེ་ལྟར་མི་དགོས་ཏེ། བྱས་པ་དང་མི་རྟག་པ་གཉིས་ཐ་  
དད་ཡིན་ཡང་བྱས་པ་ལས་བྱུར་དུ་མི་རྟག་པ་དེ་འདིའོ་ཞེས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་  
མེད་དོ། །བདེན་པར་བྱུང་བའི་ཐ་དད་ཡིན་ན་ནི་གནས་ཚུལ་དང་སྤྱང་ཚུལ་  
མ་ཐུན་པ་ཞིག་དགོས་པས། སྒྲོ་ལ་འབྲེལ་མེད་སོ་སོར་སྤྱང་བ་བཞིན་དུ་དོན་  
ལའང་འབྲེལ་མེད་སོ་སོར་གནས་པ་ཞིག་དགོས་ལ། གནས་ཚུལ་དང་སྤྱང་  
ཚུལ་མི་མ་ཐུན་ན་ནི་རྟོན་པར་འགྱུར་རོ། །ཐ་སྤྱད་དུ་ཐ་དད་དུ་བྱུང་བ་ཅམ་ལ་  
གནས་ཚུལ་དང་སྤྱང་ཚུལ་མ་ཐུན་མི་དགོས་སོ། །ལྟ་བའི་སྐབས་ཐམས་ཅད་  
དུ་འདི་ལྟ་བུའི་གནད་ཤེས་པ་ཤིན་ཏུ་གཤམ་ཆེ་སྟེ། དེ་ལྟར་མ་ཤེས་ན་ལྟ་བུའི་  
དབྱེད་པ་བྱས་པའི་ཆེ་ཀུན་རྫོབ་རྣམས་ཞིག་ནས་འཛོག་མི་ཤེས་པ་དང་། ཐ་  
སྤྱད་འཛོག་པའི་ཆེ་བདེན་བྱུང་བ་ཞིག་ལས་ངོས་མེད་པ་ཞིག་འོང་བས་དགག་  
བྱ་ལེགས་པར་ངོས་ཟེན་པ་ཞིག་དང་། དེ་འགོག་པའི་རིགས་པ་སྤྱ་མའི་གནད་  
རྣམས་ཤེས་པ་ཤིན་ཏུ་གཤམ་ཆེ་ལོ། །དེ་ལྟར་ཁམས་དུག་ལ་བརྟགས་ནས་  
བདག་མེད་སྒྲོམ་ཚུལ་འདི་ནི་བདག་མེད་ལ་ངེས་པ་རྟེན་སྤྱོད་པ་དང་། སྤྱོད་ཉིད་  
བསྒྲོམས་པས་ལས་འབྲས་ཀྱི་ངེས་པ་ལ་མི་གཞོད་ཅིང་། སྤྱོད་པ་རྟེན་འབྱུང་  
གི་དོན་དུ་འཆར་བའི་མན་ངག་ཟབ་མོ་ཤིན་ཏུ་བསྐྱབས་པ་ཞིག་ཡིན་གསུང་།

གཉིས་པ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་སྒྲོམ་ཚུལ།

གཉིས་པ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་སྒྲོམ་ཚུལ་ལ་གཉིས། འདུས་བྱས་ཀྱི་



ཆོས་རྣམས་རང་བཞིན་མེད་པར་གཏན་ལ་ཕབ་ནས་སྒྲོམ་ཚུལ་དང་། འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་རང་བཞིན་མེད་པར་གཏན་ལ་ཕབ་ནས་སྒྲོམ་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་ལ་བཅའ་ཤེས་ལྷན་མིན་འདུ་བྱེད་གསུམ་ལས། དང་པོ་བཅའ་པོ་ལུས་ལྷ་བྱ་ལ་མཆོན་ན། མི་གཙང་བའི་རྗེས་སུ་མ་ཅུ་ཅ་གཉིས་ཆོག་གས་བའི་ཤ་རུས་དོས་བཅས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་འདི་ལ་དམིགས་ནས་ངའི་ལུས་སོ་སྣམ་དུ་སྒྲོམ་པར་བཏགས་པ་མིན་པར་དོན་སྟངས་ལུས་ཡོ་རེ་བ་ཞིག་ཡོད་པར་སྟོན་མེད་དུ་འཆར་ལ། དེ་ལྟར་སྒྲུབ་བའི་ལུས་དེ་སྒྲོམ་བཏགས་ཅམ་མིན་པར་རང་ངོས་ནས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡོད་ན། དེ་འདྲ་བའི་ལུས་དེ་མགོ་དང་རྒྱུ་པ་དང་ལག་པ་སོགས་ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས་རྣམས་ལས་ལོགས་སུ་ཡོད་དམ་ཆ་ཤས་དེ་རྣམས་དང་གཅིག་ཡིན། ལོགས་སུ་ཡོད་ན་ནི་མགོ་དང་རྒྱུ་པ་ལག་སོགས་རེ་རེ་ནས་བསལ་བའི་རྗེས་སུ་ལུས་དེ་འདིའི་ཞེས་བསྟན་རྒྱ་དགོས་པ་ལ། དེ་ལྟར་བསྟན་རྒྱ་མེད་པས་རང་ངོས་ནས་བྱུང་བའི་ལུས་དེ་ལྷ་བྱ་གཏན་ནས་མེད་སྣམ་དུ་བསྒྲོམ། ལུས་ཀྱི་ཆ་ཤས་རྣམས་དང་གཅིག་ཏུ་མ་བྱུང་སྟེ། མགོ་བོ་ཡང་ལུས་མིན། རྒྱུ་པ་ཡང་ལུས་མིན། ལག་པ་ཡང་ལུས་མིན། དེ་ལྟར་ཆ་ཤས་རེ་རེ་ནས་བཅའ་ན་དེ་ལྷ་བྱའི་ལུས་དེ་བསྟན་རྒྱ་མེད་དོ། །ཡང་ལུས་འདི་ལ་མགོ་བོ་དང་ལག་པ་སོགས་ཡན་ལག་མང་དུ་ཡོད་པ་བཞིན་དུ། ཡན་ལག་ཐམས་ཅད་ཆོག་གས་བའི་ལུས་ཀྱང་དེ་སྟེད་ཅིག་ཡོད་དགོས་པར་འགྱུར་རོ། །

དེ་ལྟར་རིགས་པས་བཅའ་ན་ལུས་གཏན་ནས་མི་རྟེན་པས་ལུས་ཞེས་  
བརྗོད་པ་དང་སྒོ་ལ་སྤྲོད་བའདི་ནི་མཐོ་ཡོར་ལ་མིར་བཏགས་པ་བཞིན་དུ་  
རྟོགས་པས་བཏགས་པ་ཅམ་དུ་ཟད་པས་ལུས་རང་ངོས་ནས་གྲུབ་པ་མེད་  
པར་བསྐྱོམ། །དེ་ལྟར་ལུས་རང་ངོས་ནས་མེད་པ་བཞིན་དུ་ལུས་ཀྱི་ཡན་ལག་  
ལག་པ་དང་རྒྱུ་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱང་བཅའ་ན་མི་རྟེན་པས་རང་ངོས་  
ནས་གྲུབ་པ་མེད་དེ། གོང་དུ་ལུས་ལ་དབྱུད་པ་ཇི་ལྟར་བྱས་པ་ལྟར་དུ་ཡན་  
ལག་རྣམས་ལའང་དེ་བཞིན་དུ་དབྱུད་ནས་རང་བཞིན་མེད་པར་བསྐྱོམ་སྟེ།  
ལག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མཐོ་འོང་དང་མཐུ་བ་མོ་དང་མཐོ་ཁུ་ཆུང་སོགས་  
ཆོགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཅམ་ཡིན་གྱི། ལག་པ་རང་བཞིན་གྱིས་  
གྲུབ་པ་རྒྱལ་ཅམ་ཡང་མེད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་སོར་མོ་རྣམས་ཀྱང་རང་རང་གི་  
ཆོགས་ཀྱི་ཆོགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཅམ་ཡིན་གྱི། སོར་མོ་རང་  
ངོས་ནས་གྲུབ་པ་མེད་དོ། །ཆོགས་ཀྱང་རང་གི་ཆ་ཤས་སྤྱོད་མོ་རྣམས་འདུས་  
པ་ལ་བཏགས་པ་ཅམ་ཡིན་གྱི། རང་ངོས་ནས་གྲུབ་པ་གཏན་ནས་མེད་པས་  
ལུས་དང་ལུས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཐམས་ཅད་རང་རང་གི་གདགས་གཞི་ལ་  
བཏགས་པ་ཅམ་མ་གཏོགས་བདེན་པར་གྲུབ་པ་རྒྱལ་ཅམ་ཡང་མེད་པར་  
བསམ་མོ། །

དེ་ལྟར་རིགས་པས་དབྱུད་ནས་ལེགས་པར་བསམས་ན་ཆགས་པ་  
སྤྱར་དུ་སྒྲིག་པར་འགྱུར་བ་ནི། དེ་ལྟར་མི་ལམ་ལྟ་བུ་ཡི། །གཟུགས་ལ་དཔྱོད་  
ལྡན་སྤྱི་ཞིག་ཆགས། གང་ཆེ་དེ་ལྟར་ལུས་མེད་པ། །དེ་ཆེ་སྤྱིས་གང་བྱུང་

མེད་གང་། ཞེས་གསུངས་ཏེ། གང་ལ་ཆགས་པ་དང་གང་གིས་ཆགས་པར་  
བྱེད་པ་རྣམས་བརྟགས་ན་གང་ཡང་མི་རྟོག་པས། འདི་ལྟ་བུའི་ཟབ་མེད་ལྟ་བ་  
ལ་གོམས་ན་འདོད་ཆགས་སྤྱར་དུ་ཞི་བར་འགྱུར་ཞིང་། དེས་མཆོན་ནས་  
ཉོན་མོངས་མཐའ་དག་སྤྱར་དུ་ཞི་བར་འགྱུར་བས་འཁོར་བ་ལས་སྤྱར་དུ་  
ཐར་བར་འགྱུར་རོ།

གཉིས་པ་ཤེས་པ་ལ་སེམས་དང་སེམས་བྱུང་གཉིས་ལས། སེམས་  
རང་བཞིན་མེད་པར་གཏན་ལ་པབ་ནས་སྒྲོམ་ཚུལ་ནི། རང་ཅག་རྣམས་ལ་  
ངའི་སེམས་ཞེས་རྟོག་པས་བཞག་པ་ཅམ་མིན་པར་ཡུལ་སྟངས་ན་རང་གི་ངོ་  
བོས་བྱུབ་པ་ཞིག་སྟོན་མེད་དུ་འཆར་ལ། དེ་ལྟར་སྤང་བའི་སེམས་དེ་རང་  
བཞིན་གྱིས་བྱུབ་པ་ཞིག་ཡོད་ན་མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་དུག་དང་  
གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་དུག་པོ་རྣམས་ལ་ཡོད་དམ་དེ་དག་ལས་  
ལོགས་སུ་ཡོད། དབང་པོ་དང་ཡུལ་དེ་དག་གི་སྟངས་ན་མེད་དེ། དེ་དག་རེ་རེ་  
ནས་སེམས་མིན་པར་རྟོགས་སྤྲེལ་ཞིང་། ཡང་དེ་དག་གི་སྟངས་ན་འཁར་གཞོང་  
གི་ནང་ན་ཤིང་ཐོག་གནས་པ་བཞིན་དུ་ཡོད་ན་ནི་ཤིང་ཐོག་བསལ་བའི་རྗེས་  
སུ་འཁར་གཞོང་དང་འཁར་གཞོང་ལས་ལོགས་སུ་ཤིང་ཐོག་བསྟན་རྒྱ་ཡོད་  
པ་བཞིན་དུ་མིག་གི་དབང་པོ་བསལ་བའི་ཡུལ་དུ་མིག་གི་རྣམ་ཤེས་དེ་  
འདིའི་ཞེས་བསྟན་རྒྱ་དགོས་པ་ལ་དེ་ལྟར་མེད་དེ། མིག་མེད་ན་མིག་གི་རྣམ་  
ཤེས་ཀྱང་མེད་པར་འགྱུར་བ་མངོན་སུམ་དུ་སྤང་བ་བཞིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་  
དབང་པོའི་ཤེས་པ་གཞན་རྣམས་ལ་འང་རིགས་འགྲེ་བས། དེ་ལྟར་བརྟགས་

ན་སེམས་ཞེས་བྱ་བ་སྒོས་བཏགས་ཅམ་མ་གཏོགས་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་  
 བ་མེད་པར་བསམ་མོ། །དེ་ཡང་སྤར་བ་ཤད་པ་ལྟར། སེམས་བདེན་པར་སྤང་  
 ཞིང་ཞེན་པའི་དགག་བྱའི་སྤང་ཚུལ་ལེགས་པར་ངོས་ཟིན་པར་བྱས་ནས། དེ་  
 སྒོ་ལ་བཞག་སྟེ་གོང་དུ་བཤད་པའི་རིགས་པ་དེ་དག་གིས་དབྱུང་ནས་བདེན་  
 མེད་དུ་སྐྱབ་པ་ཡིན་གྱི། དགག་བྱ་གང་ཡིན་མ་ངེས་པར་ཆོག་ཅམ་གྱི་རྗེས་  
 སྤྱ་འབྲངས་ཏེ་སེམས་ལུས་ཀྱི་སྤྱི་ནང་གང་དུ་ཡོད་ཅེས་དཔྱེད་པ་དང་། ལུས་  
 དང་དབང་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱིང་དུ་ཡོད་མེད་དབྱུང་ནས་མ་རྟོག་པའི་ཆེ་སེམས་  
 མི་འདུག་གོ་སྟམ་དུ་འཛིན་པ་གཏན་ནས་མི་རུང་སྟེ། དེ་ལྟར་བཟུང་ན་  
 སེམས་གཏན་མེད་དུ་བཟུང་བ་ཡིན་པས་ཆད་ལྟར་འགྱུར་རོ། །གཞན་ཡང་  
 དགག་བྱ་ངོས་མ་ཟིན་པར་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་སྤང་ཚུལ་ལ་ལྟ་བའི་དབྱུང་བ་བྱེད་པ་  
 བེ་བདེན་པ་གཉིས་ཀའི་གནད་ལ་མི་མཁས་པའི་སྒྲུན་པོའི་དབྱུང་བ་ཡིན་པ་  
 དང་། སྤང་བ་ཏེན་འབྲེལ་ལ་གཞོན་པ་བྱེད་པ་ཡིན་པར་སྒྲོབ་དཔོན་ཟླ་བ་  
 གྲགས་པས་དབྱུ་མ་ལ་འདུག་པ་ཅ་འབྲེལ་གཉིས་སྤྱ་ཡང་དང་ཡང་དུ་  
 གསུངས་ཤིང་། སྒྲོབ་དཔོན་ཞི་བ་ལྟས་ཀྱང་ཐ་སྙད་སྤང་ཅམ་འདི་དགག་མི་  
 རུང་བ་ནན་ཏན་དུ་གསུངས་པ་སྤར་བྲངས་པ་ལྟར་རོ། །

སེམས་བྱུང་རྣམས་རང་བཞིན་མེད་པར་གཏན་ལ་པབ་ནས་སྒྲོམ་  
 ཚུལ་ནི། ཆོར་བ་ལྟ་བུ་ལ་མཆོན་ན་རང་ཅག་རྣམས་ལ་ཆོར་བ་བདེ་སྤྱག་  
 བཏང་སྒྲོམས་གསུམ་གང་སྤྱིས་ཀྱང་རྟོག་པས་པར་བཞག་པ་མིན་པར་ཁོ་  
 རང་གི་ངོས་ནས་བྱུང་པར་སྒྲོན་མེད་དུ་འཆར་ཞིང་། དེ་ལ་ཏེན་ནས་ཏེན་



མོངས་སྐྱེ་བ་མྱོང་བས་གྲུབ་པ་ལྟར་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་ཆོར་བ་སྤྱག་བསྐྱེད་ཅི་  
 ལྟར་སྐྱང་བ་ལྟར་དུ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་ན། གལ་ཏེ་རང་བཞིན་ཡོད་མུར་ན། །  
 རྒྱ་དང་རྒྱེན་ལ་ལྟོས་པ་འགལ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རྒྱ་རྒྱེན་ལ་མི་ལྟོས་པ་  
 དང་ནམ་ཡང་མི་ལྟོག་པར་གནས་དགོས་པ་ལ། སྒོ་བྱར་གྱི་རྒྱེན་གྱིས་སྤྱག་  
 བསྐྱེད་འགྱུར་ནས་ཆོར་བ་བདེ་བ་སྐྱེ་བ་དང་། ཆོར་བ་བདེ་བ་མྱོང་བའི་  
 སྐབས་རང་གི་པ་མཉམ་ཉི་དུ་སྒྲིང་དུ་གཅེས་པ་ཤི་བའི་གཏམ་ཐོས་པ་  
 སོགས་ཀྱི་རྒྱེན་གྱིས་སྒོ་བྱར་དུ་སྤྱག་བསྐྱེད་སྐྱེ་བས། ཆོར་བ་བདེ་སྤྱག་སྒོ་  
 བྱར་སྒོ་བྱར་དུ་འགྱུར་ནས་འགྲོ་བ་རང་གི་མྱོང་བས་གྲུབ་པས་ཆོར་བ་ལ་  
 རང་དབང་དུ་གནས་པའི་མཐུ་གང་ཡང་མེད་དོ། །

དེས་ན་རྒྱ་རྒྱེན་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཙམ་མ་གཏོགས་རང་གི་ངོ་  
 བོས་གྲུབ་པ་གང་ཡང་མེད་པར་བསམ་མོ། །ཆོར་བའི་རྒྱ་ལ་བཏགས་ནའང་  
 རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་དེ། དེག་པའི་རྒྱེན་གྱིས་ཆོར་བ་ཞེས་ཆོར་བའི་  
 རྒྱ་དེག་པ་ཡིན་པར་མདོ་ལས་གསུངས་ལ། དེག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡུལ་  
 དབང་རྣམ་ཤེས་གསུམ་འདུས་པའམ་སྤང་བ་ལ་བརྗོད་པ་ཡིན་པས་དེ་  
 གསུམ་སྤང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྒྲོས་བཏགས་པ་ཙམ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་ཤེས་ལ་  
 གཟུགས་མེད་པས་རྒྱལ་པན་ཚུན་སྤང་བ་ལྟར་དུ་མེད་ལ། ཡུལ་དང་དབང་པོ་  
 གཉིས་ཀྱང་ཆ་ཐམས་ཅད་ནས་ཐམས་ཅད་དུ་སྤང་ན་ནི་པན་ཚུན་འབྲེས་པས་  
 གཅིག་ཏུ་འགྱུར་ལ། མ་སྤང་ན་ནི་སྤང་བ་ཞེས་བྱ་བ་མི་འཐད་པས་རིགས་  
 པས་དབྱེད་ན་སྒྲོས་བཏགས་ཙམ་དུ་བྱེད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཆོར་བའི་ཡུལ་དང་

ཡུལ་ཅན་ལ་བརྟགས་ནས་ཀྱང་བསྐྱོམ་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་ཆོར་བ་སྐྱབ་  
 བསྐྱལ་ལྟ་བུ་ལ་མཆོན་ན། ཆོར་བ་སྐྱབ་བསྐྱལ་སྤྱོད་བ་བདེན་འཛིན་གྱི་སྒོ་ལ་  
 རི་ལྟར་སྒྲང་བ་ལྟར་རང་ངོས་ནས་བྱུབ་ན་སྐྱབ་བསྐྱལ་སྤྱོད་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཁོ་  
 རང་གིས་ཁོ་རང་སྤྱོད་བ་ཞིག་ཡིན་ནམ། ཆོར་བ་སྐྱབ་བསྐྱལ་ཁོ་རང་ལས་  
 གཞན་པའི་སྒོ་ཞིག་གིས་སྤྱོད་བ་ཡིན། ཁོ་རང་གིས་ཁོ་རང་སྤྱོད་བ་ནི་མི་  
 རིགས་ཏེ། དེ་ལ་འདི་སྤྱོད་བྱ་དང་འདི་སྤྱོད་བྱེད་དོ་ཞེས་དབྱེ་བ་རྣམ་པ་ཀུན་  
 ནས་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། རང་གིས་རང་སྤྱོད་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ནི་ལྟས་བྱེན་རང་  
 གི་སྤྱག་པ་ལ་ཞོན་ཟེར་བ་ལྟར་འཛིན་ཏེ་ན་ཡང་འབྲེལ་མེད་པའི་ཆོག་ཏུ་  
 འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །

རང་ལས་གཞན་པའི་སྒོ་ཞིག་གིས་སྤྱོད་བ་ཡིན་ན་ནི་རང་གི་སྤྱོད་ཏུ་  
 སོང་བའི་སྒོ་ཞིག་གིས་སྤྱོད་བ་ཡིན་ནམ། རང་ལས་བྱིས་འབྱུང་བའི་སྒོ་ཞིག་  
 གིས་སྤྱོད་བ་ཡིན་ནམ། རང་དང་མཉམ་དུ་སྐྱེས་པའི་སྒོ་ཞིག་གིས་སྤྱོད་བ་  
 ཡིན། རང་ལས་སྐར་བྱུང་བའི་སྒོ་ཞིག་གིས་སྤྱོད་བ་ནི་མི་རིགས་ཏེ། རང་  
 ལས་སྐར་བྱུང་བའི་སྒོ་དེ་ནི་ཆོར་བ་སྐྱབ་བསྐྱལ་རང་ཉིད་སྐྱེས་པའི་ཆེ་  
 འགགས་ཟིན་ནས་མེད་པས་དེས་སྤྱོད་བ་མི་འཐད་དོ། །རང་ལས་བྱིས་འབྱུང་  
 བའི་སྒོས་སྤྱོད་བའང་མི་འཐད་དེ། བྱིས་འབྱུང་བའི་སྒོ་དེ་སྐྱེས་པའི་ཆེ་ཆོར་  
 བ་སྐྱབ་བསྐྱལ་རང་ཉིད་འགགས་ཟིན་ནས་མེད་པའི་ཕྱིར། དེ་ཡང་འདིས་  
 འདི་སྤྱོད་ཞེས་བརྗོད་པ་ལ་སྤྱོད་བྱ་དང་སྤྱོད་བྱེད་གཉིས་དུས་མཉམ་དུ་ཡོད་  
 དགོས་ཏེ། མི་འདིས་ཟན་འདི་ཟ་ཞེས་བརྗོད་པ་ལ་མི་དེ་དང་དེས་ཟ་བའི་ཟན་

གཉིས་དུས་མཉམ་དུ་ཡོད་དགོས་པ་བཞིན་ནོ། །རང་དང་མཉམ་དུ་བྱུང་བའི་  
 གློ་གཞན་ཞིག་གིས་སྤྱོད་བའང་མི་རིགས་ཏེ། སྤྱིར་ཐ་དད་ཙམ་ལ་འབྲེལ་  
 མེད་ཐ་དད་ཡིན་མི་དགོས་ཀྱང་། རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ཐ་དད་ལ་ནི་  
 འབྲེལ་བ་གཏན་ནས་མེད་པ་ཞིག་དགོས་པས། གློ་འབྲེལ་མེད་གཞན་ཞིག་  
 གིས་གཞན་ཞིག་སྤྱོད་ན་ནི་ལྷས་བྱིན་གྱི་རྒྱུ་ལ་བྱུང་བའི་བདེ་སྤྱུག་རྣམས་  
 མཆོད་སྤྱིན་གྱི་གློས་སྤྱོད་རུས་པར་ཡང་འགྱུར་རོ། །དེར་མ་ཟད་གང་ཟག་  
 གཅིག་གི་རྒྱུ་ལ་རྣམ་ཏྲོག་རིགས་མི་མ་ཐུན་གཉིས་དུས་གཅིག་ཏུ་སྤྱེ་བ་  
 མེད་དེ། སེམས་ཅན་རྣམས་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྒྱུ་རེ་རེ་བའོ་ཞེས་མདོ་  
 ལས་གསུངས་ཤིང་། ཆོད་མ་རྣམ་འབྲེལ་སོགས་གཞུང་ཆེན་མོ་རྣམས་སུ་  
 ཚུལ་དེ་ཞིབ་ཏུ་བཤད་པ་ལྟར་རོ། །

དེ་ལྟར་དབྱུང་ནས་ཆོར་བ་སྤྱུག་བསྐྱེལ་སྤྱོད་ཞེས་བྱ་བ་དེ་གློས་  
 བཏགས་ཙམ་ཡིན་གྱི། རོ་བོས་གྲུབ་པ་གཏན་ནས་མེད་པར་བསམ་མོ། །དེ་  
 བཞིན་དུ་ཆོར་བ་བདེ་བ་དང་བཏང་སྟོམས་རྣམས་ལའང་དེ་ལྟར་དབྱུང་ནས་  
 རང་བཞིན་མེད་པར་བསམ་མོ། །དེ་ལྟར་ཆོར་བའི་རྒྱ་དང་རྒྱུན་དང་ཆོར་བ་  
 རང་གི་རོ་བོ་དང་སྤྱོད་བྱ་སྤྱོད་བྱེད་རྣམས་ལ་ཞིབ་ཏུ་བཏགས་ནས་རང་  
 བཞིན་མེད་པར་སྟོམ་པ་འདི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་སྟེ། ཆོར་བ་བདེ་བ་རང་བཞིན་  
 གྱིས་གྲུབ་པར་སྒྲུང་བ་ལས་འདོད་ཆགས་སྤྱེ། དེ་བཞིན་དུ་སྤྱུག་བསྐྱེལ་ལས་  
 ཞེ་སྤང་། བཏང་སྟོམས་ལས་གཏི་ཐུག་འབྱུང་བ་དང་། ཡང་ཆོར་བ་བདེ་བ་  
 ལས་འདོད་སྟེད། ཆོར་བ་སྤྱུག་བསྐྱེལ་ལས་འཇིག་སྟེད། ཆོར་བ་བཏང་

སྒྲོམས་ལས་སྤྲོད་སྤྲོད་འབྱུང་བར་གསུངས་ཤིང་། འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་  
 འབྱུང་བའི་རྒྱུན་སྤྲོད་པ་དེ་དག་གིས་བྱེད་པས། འཁོར་བའི་རྩ་བ་གཙོད་  
 འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་དུག་གསུམ་གྱི་རྒྱ་ཚོར་བ་བདེ་སྤྱག་བཏང་སྒྲོམས་  
 གསུམ་བདེན་པར་སྒྲུང་ཞིང་ཞེན་པ་བཀག་ནས་རང་བཞིན་མེད་པར་སྒྲོམ་པ་  
 འདི་ཞེན་ཏུ་གནད་ཆེ་བར་དགོངས་ནས་བསྐྱེལ་བཏུས་དང་སྒྲོད་འབྱུག་  
 གཉིས་སུ་ཚོར་བ་བདེན་ཞེན་འགོག་བའི་རིགས་པ་རྒྱས་པར་གསུངས་པས་  
 འདིར་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་བཀོད་དོ། །དེ་ལྟར་ཚོར་བ་རང་གི་ངོ་མོ་དང་ཚོར་  
 བའི་རྒྱ་རྣམས་ལ་བརྟགས་ནས་དབྱུང་བ་བྱས་པ་དེ་དག་ཀྱང་ཚོར་བ་རང་གི་  
 ངོ་མོས་བྱུང་བར་སྒྲུང་ཞིང་ཞེན་པའི་དགག་བྱའི་སྒྲུང་ཚུལ་དེ་གཞིར་བཟུང་  
 བ་རིགས་པས་དབྱུང་བ་དེ་དག་བྱེད་པ་ཡིན་གྱི། དགག་བྱའི་སྒྲུང་ཚུལ་སྒྲོ་  
 ཡུལ་དུ་མ་ཤར་བར་ཡུལ་དབང་རྣམ་ཤེས་རྣམས་སྤང་མ་སྤང་གྱི་དབྱུང་བ་དེ་  
 ལྟར་བྱ་མི་རུང་སྟེ། དེ་ལྟར་དབྱུང་ན་ཐ་སྣང་སྒྲུང་ཅམ་ལ་གཞོད་པ་བྱས་པར་  
 འབྱུར་བས་ལྟ་བ་ལ་ངེས་པ་མི་སྐྱེ་བར་མ་ཟད། སྒྲུང་བ་རྟེན་འབྲེལ་ལ་གཞོད་  
 པ་བྱས་པར་འབྱུར་བས་དགག་བྱ་ལ་གཏུགས་ནས་རིགས་པས་དབྱུང་བ་  
 བྱེད་ཚུལ་དེ་ལྟར་ཤེས་པ་ཞེན་ཏུ་གཤམ་ཆེད། །དེ་བཞིན་དུ་འདུ་ཤེས་ལ་  
 སོགས་པའི་སེམས་བྱུང་སྤྱག་མ་རྣམས་ཀྱང་རང་རང་གི་རྒྱ་དང་རྒྱུན་དང་  
 ཡུལ་རྣམས་ལ་བརྟག་ཅིང་། དུས་སྤྱི་བྱེད་ཆ་དང་ཆ་ཅན་སོགས་ལ་  
 བརྟགས་ནས་སྒྲུང་བ་ལྟར་མེད་པས་རང་བཞིན་གྱིས་མ་བྱུང་བར་ངེས་པ་  
 བསྐྱེད་དོ། །



གསུམ་པ་ལྟན་མིན་འདུ་བྱེད་ནི། ཏུས་ལོ་ལ་སོགས་པ་དང་འདུས་  
བྱས་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེ་འགག་གནས་གསུམ་ལ་སོགས་པ་སྟེ། དེ་རྣམས་ཀྱང་རང་  
གི་སྒོ་ལྟན་སྐྱེས་ལ་སྒྲུང་བའི་ཆེ་ཉོག་པས་བཞག་པ་མིན་པར་རང་རང་གི་  
ངོས་ནས་བྱུབ་པར་འཆར་བའི་སྒྲུང་ཚུལ་དེ་ངོས་ཟིན་པར་བྱས་ལ། ཇི་ལྟར་  
སྒྲུང་བ་ལྟར་དུ་ཡོད་ན་རང་གི་ཆ་ཤས་རྣམས་དང་གཅིག་དང་ཐ་དད་གང་དུ་  
བྱུབ་དབྱེད་ལ། དེ་དག་གང་དུ་འང་མེད་པར་ངེས་པ་ན་ཇི་ལྟར་སྒྲུང་བ་ལྟར་དུ་  
མ་བྱུབ་པས་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་ངེས་པ་བསྐྱེད་དོ།

གཉིས་པ་འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་རང་བཞིན་མེད་པར་སྒྲོམ་ཚུལ།

གཉིས་པ་འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་མ་བྱུབ་པར་  
གཏན་ལ་ཕབ་ནས་སྒྲོམ་ཚུལ་ནི། རྣམ་མཁའ་ལྟ་བུ་ལ་མཆོན་ན། གཟུགས་  
ཅན་གཞན་ལ་སྟོས་ཏེ་སྟོགས་དང་སྟོགས་མཆམས་ཀྱི་ཆ་དུ་མ་ཞིག་བཞག་  
དགོས་པས། དེ་རྣམས་དང་གཅིག་དང་ཐ་དད་གང་དུ་བྱུབ་དབྱེད་ལ། དེ་དག་  
གང་དུ་འང་མ་བྱུབ་པར་ངེས་པ་ན་སྒྲུང་བ་ལྟར་དུ་མ་བྱུབ་པས་རང་བཞིན་  
གྱིས་མེད་པར་ངེས་པ་བསྐྱེད་དོ། །མདོར་ན་ང་དང་ཕྱང་པོ་དང་རི་ར་བ་ཁང་  
སྤུངས་སོགས་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་རང་གི་ཆ་ཤས་ལ་བརྟེན་ནས་བཞག་པ་  
ཅུ་མ་དང་། བཅུ་ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་སྟོས་ནས་འཛོག་དགོས་པས་སྟོས་  
བྱུབ་ཅུ་མ་དང་། རང་རང་གི་གདགས་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་

བཏགས་ཡོད་མིང་ཙམ་དུ་ངེས་པར་བྱས་ལ། རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པའི་  
ཚུལ་ལ་ངེས་པ་ཕུ་ཐག་ཆོད་པར་བསྐྱེད་དོ། །དེ་ལྟར་སྤྲོ་ཞིང་མཛངས་ལ་ཞིབ་  
པའི་སྒོ་གྲོས་གྱིས་དབྱུད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་རར་འཛིན་ལྟན་སྐྱེས་གྱིས་བཟུང་  
བ་ལྟར་གྱི་ང་མེད་པར་ངེས་པ་ན། ངེས་ཤེས་དེ་ཉིད་གྱི་རྒྱན་གྱིང་གོད་དང་  
བྲལ་བར་ཅེ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེད་བར་བྱའོ། །དེ་ཡང་ངེས་ཤེས་དེ་ཉིད་ཤུགས་  
ཅུང་ཟད་ཚུང་དུ་སོང་བ་ན་ལས་དང་པོ་པ་རྣམས་གྱིས་སྤར་ལྟར་དབྱུད་པ་  
བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བདེན་མེད་གྱི་ངེས་ཤེས་འདྲན་པར་བྱེད་ལ། སྒོ་མཐོ་  
བ་རྣམས་གྱིས་ནི་རར་འཛིན་ལྟན་སྐྱེས་ལ་ང་ཇི་ལྟར་སྤར་བ་ལྟར་གྲུབ་མ་གྲུབ་  
དབྱུད་པ་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་གནད་བཞིའི་དབྱུད་པ་བྱས་པ་དང་འབྲེལ་བར་  
བདེན་མེད་གྱི་ངེས་ཤེས་འདྲན་པས། དེའི་ཆེ་ངེས་དོར་ང་རང་བཞིན་མེད་  
པར་ངེས་པའི་ངེས་ཤེས་དམ་སྤྱིང་ངེ་བ་དང་སྤང་དོར་དགག་བྱ་བདེན་གྲུབ་  
བཀག་ཙམ་གྱི་སྤྱོད་སང་ངེ་བའི་བྱུང་པར་གཉིས་ལྟན་དུ་བྱས་ནས་ཅེ་གཅིག་  
ཏུ་སྤྱོད་བ་མཉམ་གཞག་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའི་སྤྱོད་ཚུལ་ཡིན་གསུང་དོ། །

དེ་བཞིན་དུ་སྤྱི་ནང་གི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་རིགས་པ་དེ་ཁ་སྤྱོད་ནས་  
བསྐྱོམ། མདོར་ན་ང་དང་ཕྱང་པོ་དང་རི་ར་བ་ཁང་བྱིས་ལ་སོགས་པ་འཁོར་  
འདས་གྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རྟོག་པས་བཏགས་པ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་རང་ངོས་  
ནས་གྲུབ་པ་རྒྱལ་ཙམ་ཡང་མེད་པར་ངེས་པའི་ངེས་ཤེས་དེ་ཉིད་ཅེ་གཅིག་ཏུ་  
སྤྱོད་བ་མཉམ་གཞག་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ་དང་། རྗེས་སྐྱོབ་ཏུ་ཡུལ་སྤང་ཐམས་  
ཅད་རྒྱ་རྒྱུན་ཆོག་གས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་བདེན་མེད་རྒྱན་པའི་རང་

བཞིན་དུ་ཤེས་པའི་རྗེས་སྐྱོབ་སྐྱུ་མའི་རྣལ་འབྱོར་གཉིས་ལེགས་པར་  
བསྐྱེད་ས་པ་ལ་བརྟེན་ནས། དབྱུང་བ་བྱས་སྟོབས་ཀྱིས་བྱངས་པའི་ལུས་  
སེམས་ཤིན་སྐྱེད་ས་ཀྱི་བདེ་བས་ཟིན་པའི་མཉམ་གཞག་དེ་ཉིད་ལྷག་མཐོང་  
མཚན་ཉིད་པར་འཛོག་པ་ཡིན་གསུང་ངོ་། །

དེ་ལྟར་བདག་པས་གཞན་གཅེས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཤུགས་  
བྲག་ཏུ་བསྐྱེད་ནས་མཁའ་ཁྲབ་ཀྱི་མ་གཞ་སེམས་ཅན་རྣམས་བདག་འཛིན་  
ཀྱི་འཆིང་བ་ལས་སྟོལ་བྱེད་སྒྲ་མ་དང་ལྷག་པའི་ལྷ་དབྱེར་མ་མཆིས་པ་ལ་  
གསོལ་བ་ཤུགས་བྲག་ཏུ་བཏབ་སྟེ། རང་རྒྱུད་ཀྱི་བདག་འཛིན་གཉིས་ཀྱི་  
འཛིན་ཚུལ་དང་སྒྲུང་ཚུལ་ལེགས་པར་བརྟགས་ནས་འཕྲུག་མེད་དུ་ངོས་ཟིན་  
པར་བྱས་ལ། རིགས་པའི་རྣམ་གྲངས་མཐའ་ཡས་པའི་སྟོན་སྟོང་དེ་གཉིས་  
ཀྱི་འཛིན་སྐྱེད་ས་ཀྱི་ཡུལ་བཀག་སྟེ་གནས་ལུགས་ལ་ངེས་ཤེས་ཤུགས་བྲག་  
ཏུ་བསྐྱེད། ཐ་ན་ཆོག་རྗེས་འབྲང་བའི་གོ་བ་ཅམ་ཀྱི་སྟོན་སྟོང་གྲང་བསྐྱེད་ས་  
ཤིང་ཐབ་མོ་དབྱུ་མའི་ལྷ་བ་ཕུ་ཐག་ཆོད་པ་ཞིག་སྐྱར་དུ་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བ་དང་།  
དེའི་མཐུས་མ་གཞ་སེམས་ཅན་འདི་ཐམས་ཅད་ལས་ཉོན་ཀྱི་འཆིང་བ་ལས་  
སྐྱར་དུ་སྟོལ་བྱས་པར་སྒྲ་མ་ལྷས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ། ཞེས་གསོལ་  
བ་ཤུགས་བྲག་ཏུ་གདབ་གོ། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་སྦྱོང་གི་གདམས་ངག་འདིའི་རྩ་བའི་གཞུང་བསྐྱབ་  
བཏུས་དང་སྦྱོང་འཇུག་གཉིས་སུ་བྲན་པ་ཉེར་གཞག་བཞིའི་སྟོན་སྟོང་ཆོས་ཀྱི་  
བདག་མེད་གཏན་ལ་པབ་པ་དང་། སྦྱོང་འཇུག་དུ་རྩ་ཤེས་གསུངས་པ་

ལྷར་གྱི་དོ་རྩེ་གཟེགས་མའི་རིགས་པ་དང་། ཡོད་མེད་སྒྲེ་འགོག་གི་རིགས་  
པ་དང་། རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རིགས་པ་ལ་སོགས་པ་རིགས་པའི་རྣམ་གྲངས་མཐའ་  
ཡས་པར་གསུངས་པ་རྣམས་ཀྱི་དོན་དང་། བྱང་སེམས་འཆད་ཁ་བའི་དོན་  
བདུན་མའི་རྩ་ཆོག་ཏུ། ཆོས་རྣམས་མི་ལམ་ལྟ་བུར་བསམ། །མ་སྒྲེས་རིག་  
པའི་གཤེས་ལ་དབྱུང་། །གཉིན་པོ་ཉིད་ཀྱང་རང་སར་གྲོལ། །ལམ་གྱི་ངོ་བོ་  
ཀུན་གཞིའི་རང་ལ་བཞག། །ཐུན་མཆམས་སྒྲུ་མའི་སྒྲེས་བུར་བྲ། །ཞེས་  
གསུངས་པ་འདི་གཞུང་གང་ལ་བརྟེན་ནས་མཛད་པ་དང་། དེ་དག་གི་དོན་  
ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་དང་། ལྟ་བའི་གོལ་ས་གཅོད་ཚུལ་བཅས་ཆེས་ཞིབ་པར་  
སྒོ་སྤྲོད་གི་བྲིད་ཡིག་སྒོ་བཟང་དགོངས་རྒྱན་དུ་བྲིས་བྲིན་ཅིང་། ཟབ་མོ་དབྱུ་  
མའི་ལྟ་བའི་གནད་ཐར་ཐུག་པ་འཕགས་པ་ཡབ་སྲས་ཀྱི་དགོངས་པ་སངས་  
རྒྱས་བསྐྱུངས་དང་སྒྲེ་བ་གྲགས་པ་དང་ཞི་བ་ལྟ་གསུམ་གྱིས་རྫོགས་པར་  
དཀྱལ་བའི་དོན་གངས་རིའི་བྲིད་འདིར་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས་  
སྒྲོན་མེད་པའི་ཤིང་རྟའི་ལམ་སྒོལ་བྲེ་བ། མགོན་པོ་འཇམ་པའི་དབྱུངས་ཀྱི་  
མན་ངག་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་ལྟར་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་གྱི་གནད་ཐུན་མོང་མིན་  
པ་རྣམས་ནི་དགའ་ལྷན་ཐུག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་བྲིད་ཡིག་དུ་བྲིས་བྲིན་ཏོ། །གསུམ་  
པ་མཇུག་དུ་དེ་ལྟར་བྲེ་བའི་ཚུལ་ནི་སྤར་བཞིན་ཡིན་ལ།

གཉིས་པ་ཐུན་མཆམས་སུ་དེ་ལྟར་བྲེ་བ།

གཉིས་པ་ཐུན་མཆམས་སུ་དེ་ལྟར་བྲེ་བའི་ཚུལ་ནི། སྤན་ཤེས་དང་



ལྷན་པའི་སྒོ་ནས་དབང་པོའི་སྒོ་སྒྲུབ་པ་སོགས་སྤར་བ་ཤད་པ་བཞིན་ཡིན་ལ།  
 བྱད་པར་རྟེན་འབྱུང་བའི་མེད་གནས་ལུགས་སྟོན་པའི་གསུང་རབ་དགོངས་  
 འགྲེལ་དང་བཅས་པ་བཟུ་ཞིང་། དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་སྟོང་པ་དང་རྟེན་འབྱུང་  
 གཅིག་གོགས་སུ་གཅིག་འགྲོ་བ་རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་ཤིང་རྟ་ཆེན་པོ་སྐྱ་  
 སྐྱབ་ཡབ་སྐུ་གིས་བཀྲལ་བ་ལྟར་ཆེས་གསལ་བ་སྟོན་པ་རྒྱལ་བ་རང་ཉིད་  
 དངོས་སུ་བྱོན་ཡང་དེ་མཉམ་ཆད་དུ་གསུང་དུ་མེད་པ་མགོན་པོ་འཇམ་པའི་  
 དབྱངས་ཀྱི་མན་ངག་ལ་བརྟེན་ནས་གངས་རིའི་ཁྲོད་འདིར་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་  
 ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས་དེང་སང་གི་སྐྱེ་བོ་དག་གིས་གོ་བདེ་བར་ཤིན་དུ་གསལ་  
 བར་མཛད་པའི་ལེགས་བཤམ་ཅ་འདུག་གི་རྣམ་བཤམ་ཆེན་མོ་གཉིས་དང་།  
 བྱང་བ་དང་རེས་པའི་དོན་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལེགས་བཤམ་སྟོང་པོ་དང་། དེ་  
 དག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྟོང་པོའི་དོན་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་གསལ་བར་སྟོན་པ་  
 ལྷག་མཐོང་ཆེ་ཆུང་རྣམས་ལ་ཡང་ཡང་བཟུ་ཞིང་། རུན་མཆོམས་སྐྱ་མའི་སྐྱེས་  
 བུར་བྲ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སྟོ་ལ་གང་ཤར་ཐམས་ཅད་སྒྲུང་ཞིང་སྟོང་  
 སྟོང་ཞིང་སྒྲུང་བའི་སྒྲུང་སྟོང་གཉིས་ཆོགས་སྐྱ་མ་ལྟ་བུའི་ཉམས་ལེན་ལ་  
 སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ་བཙོན་པར་བྱ་ཞིང་།

དེ་ཡང་སྟོང་པོ་བསྐྱུ་བ་ལས། ཕྱི་ནང་ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཀྱན། །  
 མཆོན་མ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི། །རྣམ་མཁའ་ལྟ་བུར་ཤེས་བྲས་ལ། །  
 དངོས་འཛིན་གདོན་གྱིས་བརྒྱམས་པ་ཡི། །འགྲོ་ཀྱན་ཡུལ་དུ་བྲས་ནས་ནི། །  
 སྐྱག་བསྐྱེལ་རྒྱ་མཆོ་སྐྱེམ་བྱེད་པ། །སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་སྟོན་འགྲོ་བས། །བདག་

གཞན་དོན་ཀྱན་འབྱུང་བ་ཡི། །རིན་ཆེན་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་བྱ། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར། །གནས་ལུགས་ཟབ་མོ་འདི་ལྟ་བུ་མ་རྟོགས་པའི་མ་གྲན་  
སེམས་ཅན་འདི་རྣམ་ལ་བྱམས་སྤྱིང་རྗེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཤུགས་དག་ཏུ་  
བསྐྱེད་ལ།

སྤྱིང་འཇུག་ལས། དེ་ལྟར་སྤྱག་བསྐྱེད་མེས་གསུངས་ལ། །བསོད་  
ནམས་སྤྱོན་ལས་ལེགས་བྱུང་བའི། །རང་གི་བདེ་བའི་ཆོགས་ཆར་གྱིས། །ཞི་  
བྱེད་པར་དག་ནམ་ཞིག་འབྱུང་། །ནམ་ཞིག་དམིགས་པ་མེད་ཚུལ་དུ། །གྲུས་  
པས་བསོད་ནམས་ཆོགས་བསགས་ཏེ། །དམིགས་པས་སྤང་བར་བྱུང་  
ནམས་ལ། །སྤྱོད་པ་ཉིད་ནི་སྤྱོན་པར་འབྱུང་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། །བདག་  
གིས་ནམ་ཞིག་ན་མ་གྲན་འདི་རྣམས་དངོས་འཛིན་གྱི་གདོན་ལས་ཐར་བར་  
བྱས་ཏེ་ཐར་པ་སྒྲན་མེད་པའི་བདེ་བ་ལ་འགོད་པར་བྱས། །བདག་གིས་རྟོན་  
འབྱུང་ཟབ་མོའི་ དོན་སྤྱོན་དུ་བྱས་ལ། །མ་གྲན་འདི་དག་ལའང་དོན་དེ་ཉིད་  
བསྟན་ཏེ་སྤྱར་དུ་ཐར་བར་བྱའོ་སྟམ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་ཤུགས་དག་ཏུ་བསྐྱོམ།  
མདོར་ན་སྤྱང་སྤྱོད་སྤྱུ་མ་ལྟ་བུའི་རང་ནས་ཐོས་བསམ་སྐྱོམ་གསུམ་སོགས་ཅི་  
བྱེད་ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འཕེལ་བའི་ཐབས་སུ་བསྐྱར་  
ཅི་བྱབ་བྱའོ། །

དེ་ལྟར་སྤྱོན་འགྲོའི་ཀྱན་སྤྱོད་བཙོས་པ་ནས་བཟུང་དབུ་མའི་ལྟ་བ་  
སྐྱོམ་པའི་བར་དེ་ནི་གདམས་ངག་འདིའི་དངོས་གཞི་ལམ་གྱི་ལུས་ཡོངས་སུ་  
རྟོགས་པའི་ཉམས་ལེན་བྱེད་ཚུལ་ཡིན་གྱི། །རྟོན་ངན་ལམ་དུ་བསྐྱར་བ་ལ་

སོགས་པའི་དོན་ཆེན་ལྷག་མ་ལྟ་པོ་འདི་དག་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སློ་སྦྱོང་གི་  
གདམས་ངག་འདི་ཉམས་སྦྱ་ལེན་པའི་ཆེ་གོགས་སེལ་པོགས་འདོན་དང་།  
དགེ་སྦྱོར་ཐང་སྦྱོང་མེད་པར་སྦྱོང་ལུགས་དང་། ཆེ་འདིའི་སྦྱང་ཤས་སོགས་  
སློ་སྦྱོང་སྒོམ་པ་ལ་བར་དུ་གཙོད་པ་འབྱུང་ཉེ་བ་རྣམས་དམིགས་གྱིས་བསལ་  
ཉེ་འགོག་པ་ལ་བྱན་ཤེས་བསྟེན་ལུགས་དང་། དགེ་སྦྱོར་མཐར་ཕྱིན་པའི་  
ཕྱིར་ཕྱི་ནང་གི་མཐུན་རྐྱེན་ཆང་བར་བྱེད་ཚུལ་སོགས་གལ་པོ་ཆེར་བསྟན་  
པ་ཡིན་གྱི། སྒར་གྱི་དམིགས་སྒོར་རྣམས་ཀྱི་མཇུག་ཏུ་འདི་རྣམས་རིམ་གྱིས་  
བསྒོམ་པར་བྱ་བའི་གོ་རིམས་ངས་པ་ཅན་མིན་ནོ།།

### རྒྱུ་རྐྱེན་བྱང་ཆུབ་གྱི་ལམ་དུ་བསྐྱར་ཚུལ།

དོན་ཆེན་གསུམ་པ་རྒྱུ་རྐྱེན་བྱང་ཆུབ་གྱི་ལམ་དུ་བསྐྱར་བ་ནི། སྦྱོང་  
གྱི་འཇིག་རྟེན་མི་དགེ་བཅུ་འདི་བདག་འབྲས་ཤིན་ཏུ་བདོ་བས་གང་ཞིང། བཅུད་  
གྱི་སེམས་ཅན་རྣམས་བསམ་རྒྱུ་ཉོན་མོངས་དང་བྱ་རྒྱུ་ལས་ངན་གསོག་པ་  
ལས་མེད། དེའི་དབང་གིས་ནག་ཕྱོགས་ལ་དགའ་བའི་ལྷ་སྐྱུ་འབྱུང་པོ་རྣམས་  
མཐུ་སྟོབས་རྒྱས་ནས་སྦྱིར་ཆོས་བྱེད་ཡོངས་ལ་གཞོན་འཆེ་མང་། བྱང་པར་  
དུ་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོས་སྒོར་ཞུགས་པ་རྣམས་ལ་སྒོ་སྒྲ་ཆོགས་ནས་རྒྱུ་རྐྱེན་  
ཏུ་འཇིངས་པའི་སྐབས་འདིར་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་སྒོ་ནས་སློ་སྦྱོང་  
བའི་གདམས་ངག་འདི་འདྲ་ཞིག་གི་ཉམས་ལེན་མེད་ན་ཆོས་མཐར་ཕྱིན་པ་

ཤིན་ཏུ་དགའ་ལ། སྒོ་སྤྲོད་འདིའི་སྒོ་ནས་འགའ་ཕྱེན་རྣམས་མ་ཐུན་ཕྱེན་དུ་  
བསྐྱུར། བར་ཆད་ཐམས་ཅད་གྲོགས་སུ་བསྐྱུར། གཞོན་བྱེད་ཐམས་ཅད་རང་  
ལ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱལ་མ་བྱེད་པའི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉིན་ལྟ་བུར་བསམས་ནས་  
ལམ་དུ་འབྱེད་ཤེས་པ་ཞིག་བྱུང་ན་ཕྱེན་ངན་ཐམས་ཅད་བྱང་ཚུབ་སྐྱབ་པའི་  
གྲོགས་སུ་འཆར་བར་གསུངས་པས། ཕྱེན་ངན་ལམ་དུ་འབྱེད་པའི་ཉམས་  
ལེན་ཤེས་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་གཤམ་ཆེའོ། །

དེས་ན་ཕྱེན་ངན་གྲོགས་སུ་བསྐྱུར་བ་འདི་ལ་བསམ་པས་བསྐྱུར་བ་  
དང་། སྤྱོད་བས་བསྐྱུར་བ་གཉིས། བསམ་པས་བསྐྱུར་བ་ལ། སེམས་བསྐྱེད་  
ཀྱི་སྒོ་ནས་གྲོགས་སུ་བསྐྱུར་བ་དང་། ལྟ་བའི་སྒོ་ནས་གྲོགས་སུ་བསྐྱུར་བ་  
གཉིས། དང་པོ་ནི། དེ་ཡང་སྐྱག་བསྐྱེད་དང་མི་འདོད་པ་ཅི་བྱུང་ཐམས་ཅད་  
རང་གི་བདག་འཛིན་འགོང་པོ་འདི་ཁོ་ནས་བྱས་པ་ཡིན་པ་ལ། དེ་མ་ཤེས་  
པར་གཞན་ཞིག་གིས་རང་ལ་གཞོན་པ་བྱས་པར་གོ་ནས་མི་འདོད་པ་དང་  
སྐྱག་བསྐྱེད་ཅི་བྱུང་ཡང་ལེ་ལན་གཞན་ཁོ་ནས་བདའ་བ་འདི་ལེ་ལན་བདའ་  
ས་ཀྱོང་པ་ཡིན་ཞིང་། ལས་དང་འབྲས་བུའི་ཚུལ་ལ་ངེས་པ་མ་འདྲོངས་པ་  
ཡིན་ཏེ། རང་ལ་སྐྱག་བསྐྱེད་གང་བྱུང་ཐམས་ཅད་ཆེ་རབས་སྒྲོན་མའི་ལས་  
ཀྱི་འབྲས་བུ་ཁོ་ན་ཡིན་པར་སྤར་ལས་འབྲས་ཀྱི་སྐྱབས་སུ་བཤད་བེན་པ་  
ལྟར་ཡིན་ལ། སྐྱག་བསྐྱེད་དང་མི་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་རང་གི་གཅེས་འཛིན་  
འགོང་པོ་འདི་ཁོ་ནས་བྱས་པ་ཡིན་པར་སྤར་བདག་གཅེས་འཛིན་ཀྱི་སྒྲོན་  
བསྐྱར་པའི་སྐྱབས་སུ་ཞིབ་ཏུ་བཤད་བེན་པ་ལྟར་ཡིན་པས། ད་ཕྱིན་ཆད་



གཞན་ལ་ལེ་ལན་མི་བདེ་བར་རང་གི་ལས་དང་གཅེས་འཛིན་འགོང་པོ་  
 གཉིས་ལ་ལེ་ལན་བདེ་ཞིང་། ལས་ངན་ཐམས་ཅད་གཅེས་འཛིན་འདིས་  
 བསགས་པ་ཡིན་པས་མཐར་གཏུགས་ན་ལེ་ལན་ཐམས་ཅད་གཅེས་འཛིན་  
 འདི་ཁོ་ན་ལ་བདེ། །རང་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པའི་མི་དང་མི་མ་ཡིན་ནམས་ནི་  
 སྦྱིར་ཐོག་མེད་ནས་དྲིན་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་དྲིན་ཅན་ཤ་སྟག་ཡིན་པ་དང་།  
 སྟག་པར་སྦྱོར་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་སྦྱོབ་པ་ཡང་འདི་དག་ཁོ་ན་ལ་རག་ལས་  
 བས་ཡིད་བཞིན་གྱི་ཁོར་བུ་སྟར་གཅེས་པར་གཟུང་རིགས་ཤིང་རྒྱལ་བ་  
 བཞིན་དུ་གྲུས་པས་མཆོད་རིགས་པ་ལ། བདག་གཅེས་འཛིན་འགོང་པོས་  
 བསྐྱེད་ཤིང་སྦྱོ་མིག་འབྲུལ་པའི་རབ་རིབ་གྱིས་བསྐྱེད་པས་ནས་རང་གི་དྲིན་  
 ཅན་གྱི་མལ་དགའ་བཟུང་། འདོད་དགུ་འབྱུང་བའི་ཡིད་བཞིན་གྱི་ཁོར་བུ་ལ་  
 སྟར་ངན་དུ་བཟུང་། བྱང་ཆུབ་སྦྱོབ་པའི་ཞིང་ས་དམ་པ་ལ་གཞོད་བྱེད་དུ་  
 བཟུང་འདུག་པས། ད་ནི་མ་གཞན་འདི་ནམས་གྱི་དྲིན་ཅན་ནས་འདི་དག་ལ་  
 གཞོད་པའི་བསམ་པ་སྐྱད་ཅིག་ཀྱང་མི་སྦྱེད་ཅིང་པན་པ་བསྐྱེད་པར་བྱའོ་  
 སྟམ་དུ་བསམ་ཞིང་། ཡང་གཞོད་བྱེད་འདི་ནམས་བདག་གི་ལས་ངན་པས་  
 བསྐྱེད་ཏེ་བདག་ལ་གཞོད་པའི་ལས་འདི་བྱས་པས། དེའི་ནམ་སྟོན་གྱིས་བྱི་  
 མ་ངན་སོང་དུ་སྦྱང་སྟེ་སྟག་བསྐྱེད་མཐའ་མེད་དུ་སྦྱོང་དགོས་པ་འདི་སྟོང་རེ་  
 རེ། རོན་དུ་ན་འདི་དག་བདག་ལ་གཞོད་བྱེད་མ་ཡིན་བདག་འདི་དག་ལ་  
 གཞོད་བྱེད་དུ་སོང་འདུག་པས། ད་ནི་བདག་གིས་འདི་དག་གི་གཞོད་པ་དང་  
 སྟག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་བསལ་ཞིང་པན་པ་དང་བདེ་བ་མ་ལུས་པ་བསྐྱེད་

པར་བྱའོ་སྒྲུལ་དུ་བསམ་མོ། །དེ་ལྟར་བསམས་ནས་གཞོད་བྱེད་འདི་དག་གིས་གཙོ་བྱས་མ་གྲན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྲིག་སྤྱུག་རྣམས་བདག་ལ་སྤྲོད་ཅིང་། བདག་གི་བདེ་དགོ་རྣམས་དེ་དག་ལ་སྤྲོད་པར་གྱུར་ཅིག་སྒྲུལ་དུ་གཏོང་ལེན་བྱ་བ་སྒྲོམ་མོ། བྱེད་པར་དུ་མིའམ་བྱི་ལྟ་བུ་དངོས་སུ་མཐོང་བའི་གཞོད་བྱེད་རྣམས་ལ་དངོས་སུ་པན་ཅི་ཐོགས་ལ་འབད་ཅིང་། གང་ལྟར་བྱས་ཀྱང་དངོས་སུ་པན་གདགས་མ་རྒྱས་ནའང་བསམ་པས་གཞོད་བྱེད་འདི་སྤྱུག་བསྐྱེད་དང་བྲལ་བདེ་བ་དང་ལྡན་སྤྲིབ་གཉིས་དག་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་གྱུར་དུ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག་སྒྲུལ་དུ་ཞེ་ཐག་པ་ནས་བསམ་ཞིང་དག་ཏུ་ཡང་བཟོད། ད་ཕྱིན་ཆད་བདག་གིས་དགོ་བ་ཅི་བྱེད་རྣམས་འདིའི་དོན་དུ་བྱའོ་སྒྲུལ་པའི་སེམས་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །

ཡང་གཞོད་བྱེད་ལྟ་འདྲའི་རིགས་རྣམས་ལ་ངས་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ཁྱོད་ཀྱི་ཤ་ཁྲག་ལ་སོགས་པ་ཐོས་འཐུངས་པས། དེའི་ལན་དུ་བདག་གི་ཤ་ཁྲག་ལ་སོགས་པ་ཁྱོད་ལ་སྤྲོད་པར་བྱའོ་སྒྲུལ་དུ་བསམས་ལ་གཞོད་བྱེད་དེའི་མདུན་དུ་རང་གི་ལུས་སྒྲོས་ཁ་བྱེ་སྟེ། བདག་གི་ཤ་ཁྲག་རུས་པ་ལ་སོགས་པ་གང་འདོད་པ་ཁྱོད་ཙོ་ཞིག་སྒྲུལ་དུ་སྒྲོས་ལིངས་བསྐྱར་ཞིང་དག་ཏུ་ཡང་བཟོད་པར་བྱའོ། །

དེ་ནས་གཞོད་བྱེད་དེས་བདག་གི་ཤ་ཐོས་ཤིང་ཁྲག་འཐུངས་པས་བཀྲེས་སྒྲོམ་ལ་སོགས་པ་ཞི་ནས་ལུས་སེམས་ཐག་མེད་ཀྱི་བདེ་བས་གང་། ཞེ་སྤང་གདུག་རྩ་བ་ཐམས་ཅད་ཞི་ནས་སེམས་ཆོས་སྤྱི་ངང་དུ་གྱུར་པར་

བསམ་མོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ལམ་འབྱེད་ཤེས་ན་ཤིན་ཏུ་བསམ་གསུམ་ཏེ། དགོ་བའི་  
བཤེས་གཉེན་སྦྱོན་སྦྱ་བས། ལྷ་བོ་བ་ལ་བྱིད་སྒོ་སྦྱོང་བ་ལ་རྒྱན་ངན་གྲོགས་  
སྦྱ་ཤར། སྦྱག་བསམ་ལ་བདེ་བར་སྦྱོང་བ་དོ་མཆར་ཆེ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
རོ།

དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་སྒྲུང་དེ་ཐང་བའི་ཞལ་ནས། རི་ལྷ་བུའི་ཆོས་  
 ཟབ་མོ་ཞིག་ཞལ་སྤེལ་ང་། རྒྱུན་ཐམས་ཅད་རང་གི་ཡིན་ལ། ཡོན་ཏན་ཐམས་  
 ཅད་རྫོ་བོ་སེམས་ཅན་གྱི་ཡིན། དེའི་གནད་ཀྱིས་ཁེ་དང་རྒྱལ་ཁ་གཞན་ལ་  
 རྒྱུན་ལ། རྒྱུང་དང་བུབ་ཁ་རང་ལ་སྒྲུང་སྒྲུལ་བ་འདི་མིན་བ་གོ་རྒྱུ་གཞན་ལ་མ་  
 ཉིད་གསུང་། ལྷ་བོ་བའི་ཞལ་ནས། དེ་ལས་གོ་བ་སྒྲུབ་ཅིག་བྱུང་ན་རྒྱུན་  
 ཡིན་གསུང་ངོ་།

གཉིས་པ་ལྟ་བུའི་སྒོ་ནས་རྒྱུ་རྒྱུ་ལས་དུ་བསྐྱར་ཚུལ།

[illegible]

ནད་ལ་སོགས་པ་སྤྱག་བསྐྱེད་པའི་བྱུང་ན།      སྤྱག་བསྐྱེད་འདི་མེད་ན་  
 བདག་ཆེ་འདིའི་གཤོམ་ར་ལ་སོང་ནས་ཆོས་མི་བླ་པར་འདུག་པ་ལ།  
 འདིས་ཆོས་བླ་དུ་བཅུག་པས་འདི་སྒྲ་མ་དགོན་མཆོག་གི་འཕྲིན་ལས་ཡིན་  
 སྟེ་དུ་བསམ། མདོར་ན་སྒྲ་མ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་སྐྱེ་བ་ལྟར།  
 གཞོད་བྱེད་དམ་སྤྱག་བསྐྱེད་འདི་དག་ལ་བརྟེན་ནས་བདག་ལ་བྱང་ཆུབ་གྱི་  
 སེམས་གཉིས་སྐྱེ་བར་འདུག་པས། འདི་དག་གིས་གོ་བཅད་སྟེ་ཞེ་ཐག་  
 པ་ནས་བསམ་མོ།      །ཡང་སྤྱག་བསྐྱེད་ལམ་དུ་སྒྲོང་བ་ལ་ཐོག་མར་སྤྱག་  
 བསྐྱེད་ལ་དམིགས་ནས་མི་འདོད་པའི་སྒྲོ་སྒྲུག་དགོས་ཏེ། དེ་མ་ལོག་ན་སྤྱག་  
 བསྐྱེད་དེའི་སྒྲོང་དུ་དེ་ལ་དམིགས་ནས་ཡིད་མི་བདེའི་སྤྱག་བསྐྱེད་འཕེལ་  
 བས་འབྲེལ་དུ་ལུས་སེམས་གཉིས་ཀ་གཤུངས་ལ། དེས་རྒྱུད་འབྲུགས་ནས་  
 ཞེ་སྤངས་སྐྱེས་པས་སྤྱི་མར་དཔྱལ་བར་སྤྱང་བར་བྱེད། དེས་ན་རྒྱུན་ལྷན་ཅུང་ཟད་  
 རེ་མི་བཟོད་པར་ཡིད་མི་བདེ་བྱེད་པ་ནི་འདི་སྤྱི་གཉིས་ཀར་ཤིན་ཏུ་གཞོད་  
 པས། ཚུལ་དེ་ཤེས་པར་བྱས་ལ་བླ་ཤེས་བསྟེན་ནས་ཡིད་མི་བདེ་སྒྲོང་བ་  
 ལ་འབད་དོ།

དེ་ཡང་སྒྲོང་འཇུག་ལས། གལ་ཏེ་བཙས་སུ་ཡོད་ན་ནི། །དེ་ལ་མི་  
 དགའ་ཅི་ཞིག་ཡོད། །གལ་ཏེ་བཙས་སུ་མེད་ན་ཡང་། །དེ་ལ་མི་དགར་བྱས་  
 ཅི་པར། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། དེ་བཙས་སུ་ཡོད་ན་ནི་བཙས་པས་ཆོག་  
 པས་ཡིད་མི་བདེ་བྱེད་པ་མེད་ལ།      བཙས་སུ་མེད་ན་ནི་ཡིད་མི་བདེ་བྱས་  
 གྱུར་པར་པ་མེད་པས་བསམས་བཞིན་དུ་རང་ལ་སྤྱག་བསྐྱེད་སྐྱེད་པར་མི་



རིགས་སོ་སྣམ་དུ་ཡིད་མི་བདེ་དགག་གོ། །ལས་དབང་གིས་བྱང་བའི་ནད་ཀྱི་  
 ཟུག་གཟེར་ལྟ་བུ་དེ་དངོས་སུ་བསྒྲིག་མ་རྒྱས་ཀྱང་ལམ་དུ་འབྱེར་ཤེས་ན་  
 དེས་པན་ཆེན་པོ་སྟེར་བས་དེ་ལ་དམིགས་ནས་ཡིད་མི་བདེ་བྱ་མི་དགོས་སོ།།  
 ཟུག་བསྐྱལ་གྱིས་ངེ་ལྟར་པན་སྣམ་ན།

སྟོང་འཇུག་ལས། གཞན་ཡང་ཟུག་བསྐྱལ་ཡོན་ཏན་ནི། །སྟོང་བས་  
 དེགས་པ་སེལ་བར་བྱེད། །འཁོར་བ་པ་ལ་སྟོང་རྗེ་སྟེ། །སྟེག་ལ་འཛེམ་ཞིང་  
 དགོ་ལ་དགལ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་  
 དཔྱོད་ཤེས་ན་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བར་སྟེས་སྟོན་འདི་ལྟ་བུའི་ཟུག་བསྐྱལ་  
 ཀྱི་རང་བཞིན་ལས་མ་འདས་སོ་སྣམ་དུ་འཁོར་བ་ལ་ངེས་འབྱུང་སྟེ། དེའི་  
 རྟོན་གྱིས་དགོན་མཆོག་ལ་སྐྱབས་འགྲོ་བྱགས་དག་འབྱུང་། རང་གི་ར་རྒྱལ་  
 དང་དེགས་པ་སེལ། སྟེག་པ་ལ་འཛེམ་ཞིང་དགོ་བ་སྐྱབ་པ་ལ་དགལ་བར་  
 འབྱུར་རང་གི་ཉམས་ལ་དཔགས་ཏེ་འགྲོ་བ་གཞན་ལ་སྟོང་རྗེ་སྟེ། ལྟག་པར་  
 རང་གི་ཟུག་བསྐྱལ་དེའི་སྟོང་དུ་མ་གྲན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཟུག་  
 བསྐྱལ་ནམས་ཀྱང་སྒྲངས་ཏེ་བསྟོམས་པས་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྟོང་པ་རྒྱབས་པོ་  
 ཆེར་འབྱུར་བས། བསམས་ཤེས་ན་གཞོན་པ་དང་ཟུག་བསྐྱལ་ནི་པན་བདེ་  
 དཔག་མེད་སྟེར་བའི་ཡིད་བཞིན་གྱི་ལོར་བུ་ལྟ་བུར་འཆར་རོ།།

གཉིས་པ་སྟོང་བས་ལམ་དུ་བསྐྱུར་བ་ལ་ཆོགས་གསོག་པའི་སྟོང་བ།  
 སྟེག་པ་སྟོང་བའི་སྟོང་བ། གཞོན་བགོགས་ལ་གཞོན་མ་སྟེར་བའི་སྟོང་བ།  
 ཆོས་སྟོང་མཆོད་པའི་སྟོང་བ་སྟེ་བཞི་གསུང་། དེའི་དང་པོ་ཆོགས་གསོག་

པའི་སྒྲུང་བ་ནི། སྐྱག་བསྐྱལ་མི་འདོད་ཅིང་བདེ་བ་འདོད་ན་བདེ་བའི་རྒྱ་  
ཆོག་ས་སོགས་ཞིག་ཅེས་བསྐྱལ་བའི་བརྟེན་ཡིན་སྟེ་མ་པ་བྱས་ལ། རྩ་མ་དགོན་  
མཆོག་ལ་མཆོད་པ། དག་འདུན་ལ་བསྟེན་བཀུར། འབྱུང་པོ་ལ་གཏོར་མ་  
གཏོང་བ་སོགས་ཆོག་ས་གསོག་པ་ལ་འབད་ནས་དགོན་མཆོག་ལ་སྐྱབས་  
འགོ་དང་། མ་ཁན་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བྱམས་སྒྲིང་རྗེ་ཤུགས་བླ་ཏུ་  
བསྐོས་ཞིང་། སྐྱག་པར་ཆོག་ས་ཞིང་གསལ་བཏབ་ལ་ཡན་ལག་བདུན་པ་དང་  
མཐུལ་ཕུལ་ཏེ། བདག་ན་བ་ལེགས་ན་ན་བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།  
གསོས་པ་ལེགས་ན་གསོས་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། ཞི་བ་ལེགས་  
ན་འཆི་བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། ཞེས་རེ་དོགས་འགག་པའི་གསོལ་  
བ་གདབ་པོ།

གཉིས་པ་སྒྲུང་བས་ལམ་ཏུ་བསྐྱར་ཚུལ།

གཉིས་པ་སྐྱག་པ་སྒྲུང་བའི་སྒྲུང་བ་ནི། རང་གི་ལུས་སེམས་ལ་ནད་  
དང་སྐྱག་བསྐྱལ་བྱུང་བའི་ཆོ། བྱོད་སྐྱག་བསྐྱལ་མི་འདོད་ན་སྐྱག་བསྐྱལ་གྱི་  
རྒྱ་སྐྱག་པ་སྒྲོངས་ཞིག་ཅེས་བསྐྱལ་བའི་བརྟེན་ཡིན་སྟེ་མ་པ་བྱས་ལ། སྐྱར་  
བྱས་གྱི་སྐྱག་པ་ལ་འགྲོད་པ་རྣམ་པར་སྲུན་འབྱེན་པའི་སྟོབས་དང་། བྱིན་  
ཆད་སྟོག་ལ་བབ་ཀྱང་མི་བྱེད་སྟེ་མ་པ་ཉེས་པ་ལས་སྟོག་པའི་སྟོབས་དང་།  
དགོན་མཆོག་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་ཞིང་བྱང་ཚུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་རྟེན་གྱི་  
སྟོབས་དང་། སྒྲོང་པ་ཉིད་སྟོམ་པ་དང་གཟུངས་སྐྱགས་བྱང་པར་ཅན་སྒྲོས་པ་

ལ་སོགས་པ་གཉིན་པོ་ཀུན་ཏུ་སྐྱོད་པའི་སྟོབས་ཏེ།   སྟོབས་བཞིའི་སྟོན་ས་  
 སྡིག་པ་དག་པའི་མཆོན་མ་མ་བྱུང་བར་དུ་འབད་དོ།   །སྡིག་པ་དག་པའི་  
 མཆོན་མ་ནི། ཆི་ལམ་དུ་བས་ངན་སྐྱུག་པ་དང་། ཞོ་དང་འོ་མ་འབྱུང་བ་དང་།  
 རི་ཆེན་པོ་ལ་འཛེག་པ་དང་། ཁང་བཟང་དང་གཙུག་ལག་ཁང་སོགས་མཐོང་  
 བ་དང་། སྒྲ་མ་དང་དགེ་འདུན་གྱི་སྡེ་མཐོང་བ་དང་། ཉམ་མཁའ་ལ་འབྱུང་བ་  
 སོགས་མང་དུ་གསུངས་ཏེ། གཙུ་བོ་ནི་རང་གི་སེམས་རྒྱུད་སྒྲར་ལས་ལས་  
 སུ་བྱུང་བར་གྱུར་ཏེ་ཉོན་མོངས་ཆུང་དུ་སོང་ཞིང་། དད་པ་སོགས་ཆེར་སོང་  
 ན་ལས་སྐྱེ་བ་དག་པའི་རྟགས་ཡང་དག་པ་ཡིན་ནོ།།

### གསུམ་པ་གདོན་བགོགས་ལ་གཏོར་མ་སྟེ་བའི་སྐྱོར་བ།

གསུམ་པ་གདོན་བགོགས་ལ་གཏོར་མ་སྟེ་བའི་སྐྱོར་བ་ནི། གདོན་  
 བགོགས་རྣམས་ལ་གཏོར་མ་བསྐྱོས་ཏེ་ཁྱོད་གྱིས་བདག་གི་བྱང་ཆུབ་གྱི་  
 སེམས་སྐྱོང་བའི་གྲོགས་བྱས་པས་བཀའ་བློན་ཆེ། ད་དུང་སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་གྱི་སྐུག་བསྐྱེལ་བདག་ལ་སྟོན་པར་མཛད་དུ་གསོལ། ཞེས་ཞེ་ཐག་པ་  
 ནས་བཟོད་དོ། །དེ་ལྟར་མི་རྣམས་ན་གཏོར་མ་བྱིན་བྱམས་སྟེང་མེ་བསྐྱོམས་ལ་  
 ངས་ཁྱོད་ལ་འབྲལ་དང་ཡུན་དུ་གང་པན་བྱ་ཡི། ངའི་ཆོས་ཀྱི་བར་ཆད་མ་  
 བྱེད་ཅིག་ཅེས་བསྐྱོ་བར་བྱའོ། །

སྐྱོར་བ་བཞི་པ་ཆོས་སྐྱོང་མཆོད་པའི་སྐྱོར་བ་ནི། ཆོས་སྐྱོང་ལ་གཏོར་

མ་ཕུལ་ལ་ཆོས་ཀྱི་འགལ་རྒྱུན་ཞི་བ་དང་མཐུན་རྒྱུན་འགྲུབ་པར་གསོལ་བ་  
གདབ་པོ། །དེ་ཡང་ཆོས་སྤྲོད་ལ་འཕྲིན་ལས་འཆའ་བ་འདི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་  
སྟེ། དེང་སང་སྟེགས་མ་ལུ་བདོ་བའི་དུས་སུ་སླེབ་པས་ནགས་སྟོགས་ལ་  
དགའ་བ་རྣམས་སྟོབས་རྒྱས་པའི་མཐུས་ཆོས་བཞིན་སྤྲོད་པ་རྣམས་ལ་  
གཞོན་འཆེ་སྟོ་སྟོ་ཆོགས་ནས་བྱེད་པས། རྒྱལ་བས་བསྟུགས་པའི་ཆོས་སྤྲོད་  
རྣམས་ལ་མཆོད་གཏོར་ཕུལ་ནས་འཕྲིན་ལས་ཡང་ཡང་བཅོལ་ན་བར་ཆད་  
ཐམས་ཅད་ཞི་བར་འགྱུར་རོ། །འདུལ་བ་ལུང་ལས་ཀྱང་གཞོན་སྦྱིན་གྱི་སྡེ་  
དཔོན་ཆེན་པོ་ལུས་ཅེན་ལ་སོགས་པ་རྣམས་དང་། ལྷའི་རྒྱལ་པོ་བདག་དང་  
ཉི་དགའ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་མིང་ནས་སྟོས་ཏེ་ཡོན་བསྟོ་བ་བྱས་ན་བར་  
ཆད་བསྐྱོག་ཅིང་ཆོས་ཀྱི་མཐུན་རྒྱུན་རྣམས་འགྲུབ་པར་གསུངས་ཤིང་།  
རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་བཞི་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྟོན་སྟོན་པའི་སྤྱན་སྟར་རྒྱལ་  
བའི་བཀའ་དང་མཐུན་པར་ཆོས་ཚུལ་བཞིན་དུ་སྐྱབ་པ་རྣམས་ལ་བར་ཆད་  
སེལ་ཞིང་མཐུན་རྒྱུན་སྐྱབ་པར་ཁས་སྐྱངས་དམ་བཅས་པ་ཡིན་པས་དེ་དག་  
ལ་འཕྲིན་ལས་བཅོལ་ན་བྱེད་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོ། །རྒྱུན་སྟོ་བྱར་བ་ལམ་དུ་སྐྱང་བ་  
ནི། ནད་དང་གདོན་དང་དགའ་ལ་སོགས་པ་སྟོ་བྱར་དུ་བྱུང་ནས་སྟུག་བསྟུལ་  
བྱག་པོ་བྱུང་ན། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ན་འདི་ལྟ་བུའི་སྟུག་བསྟུལ་བྱུང་བ་  
དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡོད་པས་དེ་རྣམས་རེ་སྟོང་རྗེ་སྟོམ་དུ་བསམས་ལ། དེ་དག་  
གི་སྟུག་བསྟུལ་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་ཁུབས་ཀྱིས་བསྟུ། ཡང་གཞོན་བྱེད་  
འདིས་བདག་བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་སྤྲོད་བའི་གྲོགས་བྱས་པས་སྒྲ་མ་ལྟར་



བཀའ་ཁྲིན་ཆེ་སྙམ་དུ་བསམ། ཡང་གཞན་སྤྱག་བསྐྱེད་པ་མཐོང་ན་ཡང་དེ་མ་  
 ཐག་ཏུ་དེ་དག་གི་སྤྱག་བསྐྱེད་ནམས་བདག་ལ་སྤང་ཞིང་། རང་ལ་ཉོན་མོངས་  
 དག་པོ་སྦྱེས་པ་འཇུག་གཞན་ལ་ཉོན་མོངས་པ་དག་པོ་སྦྱེས་པ་མཐོང་ན་ཡང་  
 གཞན་གྱི་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་འདུས་པར་གྱུར་ཅིག་སྙམ་དུ་  
 ཞེ་ཐག་པ་ནས་བསམ་མོ། །དེ་ལྟར་གཞན་གྱི་སྤྱི་སྤྱག་རང་ལ་ལེན་པའི་  
 བསམ་པ་གོམས་ནས་སྦྱོང་སྦྱོབས་ཆེས་ཆེར་རྒྱས་པ་ན། ནམ་མཁའི་མཐས་  
 གཏུགས་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལས་ངན་དང་ཉོན་མོངས་རི་སྟེང་  
 ཅིག་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་དང་། ལས་ཉོན་དེ་དག་གི་འབྲས་བུ་འཁོར་བར་སྤྱག་  
 བསྐྱེད་སྦྱོང་བར་འགྱུར་བ་དང་། ད་ལྟ་སྦྱོང་བཞིན་པ་རི་སྟེང་ཅིག་ཡོད་པ་  
 ཐམས་ཅད་རང་ལ་ལེན་པའི་གོ་ཆ་བགོ་སྟེ། སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་དཔའ་དུ་བཞག་ལ་རང་ཉིད་གཏར་བ་ཅུག་ནས་  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཁོར་བའི་བཙོན་ནང་ནས་བཏོན་ཏེ་ཐར་བར་བྱས།  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་གང་སྦྱོང་དགོས་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་དེ་ཐམས་  
 ཅད་རང་གཅིག་བྱས་སྦྱོང་བར་ཡི་དམ་འཆའ་སྟེ། འདི་ནི་པལ་པོ་ཆེ་ལས་  
 གསུངས་པའི་རྒྱལ་སྤྱི་གྱི་སྦྱང་སྦྱོབས་དཔག་པར་དཀའ་བ་གོང་ན་མེད་པ་  
 ཞིག་སྟེ། འདི་ལྟ་བུའི་སྦྱང་སྦྱོབས་སྦྱོང་བྱས་ན་རྒྱལ་སྤྱི་གྱི་སྦྱོང་བ་རྒྱབས་  
 པོ་ཆེ་དཔག་པར་དཀའ་བ་ཅི་འདྲ་ཞིག་ལའང་ཁྱུ་མ་པ་མེད་པར་སྦྱོབ་བྱས་  
 པས་འདི་ལྟ་བུའི་བསམ་པའི་གོ་ཆ་ལ་སྦྱོན་ལམ་ཚུན་ཆད་ཀྱིས་སྦྱང་ངོ་། །

མདོར་བསྟུན་ན་རྒྱུན་བཟང་ངན་གང་ཡང་དགོ་སྦྱོར་གྱི་གྲོགས་སུ་

འབྲེར་བ་ཞིག་དང་། ལྷག་པར་འདིར་བྱུན་མོང་མིན་པའི་གནད་ནི་མདོ་སྡེ་  
དགོན་མཆོག་སྤྱིན་དང་སྤྱད་ཡུལ་ཡོངས་སུ་དག་པའི་མདོ་ནས་བཤད་པ་  
བཞིན་སྤང་བ་ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འཕེལ་བའི་རྒྱུ་དུ་  
སྤྱར་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་སྤར་མདོར་བསྐྱས་བཤད་ཟེན་ཅིང་ཞིབ་པར་  
ནི་མདོ་སྡེ་རིན་པོ་ཆེ་ཉིད་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ།།

### བཞི་པ་ཆེ་གཅིག་གི་མཉམ་ལེན་དེལ་བ།

བཞི་པ་ཆེ་གཅིག་གི་ཉམས་ལེན་དེལ་བ་ལ། ཆེ་གང་གི་ཉམས་ལེན་  
གནད་དུ་དེལ་བ་དང་། འཆི་ཁའི་ཉམས་ལེན་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ་སྟོབས་  
ལྡན་གསུངས་ཏེ། སྟོབས་ལྡན་ནི། འཕེན་པའི་སྟོབས། གོམས་པའི་སྟོབས། དཀར་  
པོ་ས་བོན་གྱི་སྟོབས། སུན་འབྲེན་པའི་སྟོབས། སྟོན་ལམ་གྱི་སྟོབས་རྣམས་  
སོ། །

དང་པོ་འཕེན་པའི་སྟོབས་ནི། རོ་རེངས་ཀྱི་བྱུན་ལྟ་བུ་ལ་ལངས་མ་ཐག་  
རིག་པ་དྲངས་སྟོགས་བྱེ་སྟེ། དེང་ནས་བྱང་ཆུབ་སྤྱིང་པོའི་བར་དང་། ཆེད་དུ་  
མ་ཞི་ཚུན་དང་། ལོ་འདི་དང་། ཟླ་བ་འདི་དང་། འབྲེན་པར་སང་ད་ཅེས་ཀྱི་བར་  
དུ་བཅས་རང་གི་ཉེས་པས་མ་གོས་པའི་ངང་ནས་དག་པོ་བདག་འཛིན་འགོང་  
པོ་ལ་འབྱར་འཛོམས་བྱས་ཏེ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་པ་གཉིས་  
བསྐྱོམ་པ་ལ་སྟོའི་མ་བྱུ་ཅི་ཡོད་ཀྱིས་འབད་པར་བྱའོ་སྟེ། སྤྱིང་པོ་དེ་གི་པོ་

ཡང་ཡང་གཏོང། ཟུན་རེའི་འགོར་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་འཕེན་པ་གཏོང། དགོ་  
འདུན་དང་ལྷན་ཅིག་འདུ་བ་དང་བསོད་སྟོམས་སུ་འགོ་བ་སོགས་ཀྱི་སྐབས་  
སུ་འང་དུས་འདི་ནས་འདི་ཙམ་གྱི་བར་དང་། བྱ་བ་འདི་དང་འདི་བྱེད་པའི་  
རིང་ལ་བཅས་རང་གི་ཉེས་པས་མ་གོས་པའི་ངང་ནས་བདག་འཛིན་འགོང་པོ་  
ལ་འབྱར་འཛོམས་བྱེད་ཅིང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་པ་གཉིས་  
ཀྱི་ཉམས་ལེན་ལ་བཙོན་པར་བྱའོ་སྟམ་དུ་འཕེན་པ་ཤུགས་ཐག་ཏུ་གཏོང་ངོ་།  
དེ་ནི་གནད་ཤིན་ཏུ་ཆེ་སྟེ། སྦྱིར་ཆོས་ཐམས་ཅད་སེམས་ཀྱི་འབྱུང་ལ་སྟག་  
ཡིན་ཞིང་། ལྷག་པར་བྱ་བ་གང་བྱེད་ཀྱང་ཀུན་སྒྲོང་གི་བསམ་པ་འདི་ཤིན་ཏུ་  
གལ་ཆེ་ཚུལ་སྒྲར་མང་དུ་བཤའ་བེན་པ་ལྟར་རོ། །

གོམས་པའི་སྟོབས་ནི། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་པ་གཉིས་  
ཟུན་དངོས་གཞི་དང་ཟུན་མཆོམས་ཐམས་ཅད་དུ་སྦྱོང་བའོ། །དཀར་པོ་ས་  
བོན་གྱི་སྟོབས་ནི། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་མ་སྐྱེས་པ་བསྐྱེད་པ་དང་།  
སྐྱེས་པ་འཕེལ་བའི་བྱིར་ཆོགས་སྒོ་སྒྲོལ་ཆོགས་ནས་གསོག་ཅིང་སྒྲིག་སྒྲིབ་སྒོ་  
དུམ་ནས་སྦྱོང་ངོ་། །

སུན་འབྱེན་པའི་སྟོབས་ནི། བདག་གཅེས་འཛིན་གྱི་རྣམ་ཏྲོག་འདིས་  
སྒྲར་ཡང་སྟག་ཏུ་བཅུག། །ད་དུང་འདི་དང་མ་བྲལ་ན་བདེར་མི་སྟར་བར་  
འདུག་ཅིང་། ད་ལྟར་ཡང་ལུས་འདི་ལ་གཅེས་པར་བཟུང་བས་སྟག་བསྐྱལ་  
བར་འདུག་པས། བརྟགས་ན་ལུས་སེམས་གང་ལ་ཡང་བདག་ཏུ་གཟུང་རྒྱ་  
མི་འདུག་པ་ལ། གནས་ཚུལ་ངོ་མ་རིག་པར་སྒྲོངས་ནས་བདག་གཅེས་འཛིན་

གྱི་དབང་དུ་སོང་སྟེ་ཐོག་མེད་ནས་ད་བར་ཕུང་བར་འདུག། །དེ་གཅེས་  
འཛིན་འདིའི་དབང་དུ་སྐྱད་ཅིག་ཀྱང་མི་གཏོང་སྟམ་དུ་འདུན་པ་ཤུགས་ཅག་  
ཏུ་བྱའོ། །

སྒྲོན་ལམ་གྱི་སྟོབས་ནི། དགོ་སྒྲོར་ཐམས་ཅད་གྱི་གཤམ་དུ་སྒྱིར་བསྒྲོ་  
སྒྲོན་གྱིས་རྒྱས་འདེབས་ཤུགས་ཅག་དང་། བྱད་པར་འཆི་ཁ་དང་བར་དོ་དང་  
སྒྱེ་བ་སྒྱེ་མ་དང་། དེའི་སྒྱེ་མ་པན་ཆད་གྱི་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་བྱང་ཚུབ་  
གྱི་སེམས་རྣམས་པ་གཉིས་མི་ཉམས་ཤིང་མངོན་དུ་འགྱུར་བ་དང་། འགལ་  
རྒྱུན་བར་ཆད་ཅི་བྱང་ཡང་བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་རྣམས་པ་གཉིས་སྒྲོང་བའི་  
གྲོགས་སུ་འགྱུར་བ་དང་། ཆོས་འདི་སྒྲོན་པའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དགོ་བའི་  
བཤེས་གཉེན་དང་མཇུག་བར་གྱུར་ཅིག །ཅེས་སྒྲོན་ལམ་གདབ་ཅིང་། ལྷ་མ་  
དགོན་མཆོག་དང་མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྒྲོང་ལ་མཆོད་པ་དང་གཏོར་མ་ཕུལ་  
ནས། དེ་ལྟར་འགྱུར་བར་མཇུག་དུ་གསོལ། ཞེས་གསོལ་བ་ཤུགས་ཅག་ཏུ་  
གདབ་པོ།

གཉིས་པ་འཆི་ཁའི་མཉམ་ལེན་བྱ་ཚུལ།

གཉིས་པ་འཆི་ཁའི་ཉམས་ལེན་ནི། སྒྲོ་སྒྲུང་འདི་སྒྲོམ་པ་པོ་དེ་འཆི་བ་  
ལ་ཉེ་བའི་ཆེ་ན་སྒྲོ་སྒྲུང་འདིའི་སྒྲོན་ས་འཕོ་ཐུབ་པ་ཞིག་དགོས་སོ། །དེ་ཡང་  
རང་གིས་ཆེ་ཉིལ་པོ་གང་ལ་ཉམས་ལེན་བྱས་པའི་ཆོས་དེས་འཆི་ཁར་པན་  
པ་ཞིག་དགོས་ཀྱི། དེ་ལྟ་མིན་པར་འཆི་ཁར་ཉམས་ལེན་ལོགས་པ་གཞན་



ཞིག་ལ་བྱས་ན་དེའི་ཆེ་ཉམས་སུ་སྒྲང་བར་མི་བྱས་ཏེ། ད་ལྟ་ཡུན་བསྐྱངས་  
 བས་བསྐྱོམས་ཀྱང་རྒྱད་ལ་སྐྱེ་དཀའ་བ་འདི་འདྲ་ན། འཆི་ཁའི་གནས་སྐབས་  
 དེ་འདྲའི་ཆེ་སྒྲར་གང་ཡང་མ་གོམས་པའི་ཡོན་ཏན་བྱད་པར་ཅན་ཞིག་རྒྱད་  
 ལ་འཆར་བའི་གནས་མེད་དོ། །

དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་སྟོད་ལུང་པས། སྤང་རི་ཐང་པ་ལ་རང་རེ་དེ་  
 རིང་སང་ལྟ་བུ་འགྲོངས་ན་རི་ལྟར་མཛད་ཁྱས་པར། བདག་ད་ལྟ་རང་འཆི་  
 ཡང་སྒོ་སྦྱེད་འདོན་སྐྱ་སྐྱ་ཅ་མ་ཡང་མེད་གསུང་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོང་བའི་སྒོན་  
 ལམ་གདབ་བོ། །

དེས་ན་འཆི་ཁར་སྟོབས་ལཱ་འཛིན་མས་ལེན་བྱ་ཚུལ་ལ། དང་པོ་དཀར་  
 པོ་ས་བོན་གྱི་ལག་ལེན་ནི། ཡོ་བྱད་ཐམས་ཅད་སྒྲ་མ་དང་དགེ་འདུན་ལ་  
 འབྲུལ་བ་དང་། དགོན་མཆོག་གི་མཆོད་པ་ལ་སོགས་པ་བསོད་ནམས་གང་  
 ཆེ་སར་བཏང་ལ་གང་ལ་ཡང་ཆགས་ཞེན་མེད་པར་བྱ་དགོས་ཏེ། འཆི་ཁར་  
 རང་གི་ལུས་ལོངས་སྟོང་ལ་ཆགས་ན་སྐྱེ་གནས་ངན་པར་འབྱེད་པས་ཞིན་  
 ཏུ་གནོད་ཆབས་ཆེའོ། །དེ་ཡང་འདུལ་བ་ལྷུང་ལས་དགེ་སྦྱོང་ཞིག་རང་གི་  
 ལྷུང་བཟེད་ལ་ཆགས་ཏེ་ཞི་བས། ལྷུང་བཟེད་ཀྱི་ནང་དུ་སྐྱུལ་གདུག་པ་ཞིག་  
 ཏུ་སྐྱེས་པ་དང་། བྱད་མེད་ཅིག་རང་གི་ལུས་ལ་ཆགས་ཏེ་ཞི་བས། ལུས་དེ་  
 ཉིད་ཀྱི་ནང་དུ་སྐྱུལ་གདུག་པ་ཞིག་ཏུ་སྐྱེས་པ་དང་། བྱིས་བདག་ཅིག་གསེར་  
 ལ་ཆགས་བཞིན་དུ་ཞི་བས། གསེར་དེ་ཉིད་ལ་འབྲིལ་བའི་སྐྱུལ་གདུག་པ་  
 ཞིག་ཏུ་སྐྱེས་པ་སོགས་ལུས་དང་ལོངས་སྟོང་ལ་ཆགས་པས་ཆེ་འདིར་སྤང་

ལ། སྤྱི་མ་གནས་ངན་དེ་ལྟ་བུར་འཕངས་པ་མང་དུ་གསུངས་ཤིང་། ཉེ་དུ་དང་  
གཡོག་འཁོར་སོགས་ལ་ཆགས་ཏེ་ཤི་བས་རྒྱལ་འགོང་གཤུག་པར་སྒྲིམ་  
ནས་རང་གཞན་སྤང་ལ་གཏོང་བའི་ལོ་རྒྱུས་མང་དུ་སྒྲུང་ངོ་། །

སྒྲོན་ལམ་གྱི་སྟོབས་ནི། སྒྲུ་མ་དགོན་མཆོག་ལ་ཡན་ལག་བདུན་པ་  
སྤུལ་ལ། བདག་བར་དོ་དང་ཆེ་རབས་སྤྱི་མ་ཐམས་ཅད་དུ་བྱང་ཆུབ་གྱི་  
སེམས་གཉིས་སྒྲུང་བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ། ཆོས་འདི་ཉམས་སྲུ་  
ལེན་པའི་གྲོགས་བྱུང་པར་ཅན་དང་སྤང་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ།  
ཞེས་གསོལ་བ་ཤུགས་དྲག་དུ་གདབ་ཅིང་། དེ་ལྟར་འགྱུར་བའི་སྒྲོན་ལམ་  
ཡང་གདབ་པོ། །

སྲུན་འབྱིན་པའི་སྟོབས་ནི། བདག་གཅེས་འཇིན་གྱི་རྣམ་ཏྲོག་འདིས་  
སྒྲུར་ཡང་སྲུག་དུ་བརྩམས། །ད་དུང་འདི་དང་མ་བྲལ་ན་བདེར་མི་སྟར་བར་  
འདུག་ཅིང་། ད་ལྟ་ཡང་ལུས་འདི་ལ་གཅེས་པར་བཟུང་བས་སྲུག་བསྐྱེད་པར་  
འདུག་པས། བརྟགས་ན་ལུས་སེམས་གང་ལ་ཡང་བདག་དུ་གཟུང་རྒྱ་མི་  
འདུག་སྟམ་དུ་ཤེས་པར་བྱས་ལ་བདག་གཅེས་འཇིན་གྱི་དབང་དུ་མི་གཏང་  
བར་འགོག་ཅི་ཐུབ་བྱའོ། །

འཕེན་པའི་སྟོབས་ནི། ངས་བར་དོར་ཡང་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་གཉིས་  
སྒྲུང་བར་བྱ་ཞིང་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་  
འདི་རྣམ་ཡང་མི་བརྗེད་པར་མངོན་དུ་འགྱུར་བ་ཞིག་བྱའོ་སྟམ་པའི་འདུན་པ་  
དྲག་པོ་ཡང་ཡང་བྱའོ། །

གོམས་པའི་སྟོབས་ནི། ལྷ་ར་བཤད་པ་ལྷ་ར་བདག་འཛིན་ལ་འབྱུང་  
 འཛོམས་བྱེད་ཅིང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་པ་གཉིས་ཤུགས་  
 དག་སྦྱེད་པར་བྱེད། དེའི་ཆེ་སྦྱོང་ལམ་ནི་གཞོགས་གཡས་པ་པལ། མཐེའུ་  
 ཆུང་ངམ་སློན་ལག་གིས་སྒྲ་བྲུག་གཡས་བཀག་ལ་ཆུང་གཡོན་ནས་རྒྱ་བར་  
 བྲ། ལག་པ་གཡོན་བརྒྱའི་སྟེང་དུ་བརྒྱུངས། ཀླང་པ་གཡས་པའི་སྟེང་དུ་  
 གཡོན་པ་བཞག། མགོ་བྱང་དང་ཁ་རྩ་བ་ཏུ་སྦྱོགས་ལ། སྟོན་ཡང་དག་པར་  
 རྩོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གྲོང་བྱེད་རྩ་ཅན་དུ་བྱ་ངན་ལས་འདའ་བའི་  
 ཚུལ་སྟོན་བའི་ཆེ་ནའང་འདི་ལྷ་ར་མཛད་དོ་སྟེ་དུ་སྟོན་པའི་རྣམ་ཐར་དན་  
 པར་བྲ། སྦྱོང་ལམ་དེ་ལྷ་བྲུས་གནས་པ་ལ་བདུད་དང་ལོག་འདྲན་གང་གིས་  
 གྲང་གཞོད་པར་མི་རྒྱས་ཤིང་ཉོན་མོངས་པས་གྲང་མི་བརྩི་བ་དང་། སྟོན་པའི་  
 རྣམ་ཐར་རྗེས་སུ་དན་པའི་མཐུས་ངན་སོང་དུ་མི་ལྷུང་ཞིང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
 སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ཤུགས་དག་སྦྱེ་བ་ལ་སོགས་པའི་པན་ཡོན་གསུངས་པ་  
 རྣམས་དན་པར་བྱས་ནས་བྱམས་སྟེང་རྗེའི་དམིགས་རྣམས་གསལ་བཏབ་ལ་  
 ཆུང་འགྲོ་འོང་དང་བསྐྱུན་ནས་གཏོང་ལེན་བསྒྲུལ་ཞིང་། འཁོར་འདས་སྦྱེ་འཆི་  
 ལ་སོགས་པ་སྒྲང་བ་འདི་ཐམས་ཅད་བདེན་པར་བྲུབ་པ་རྒྱལ་ཅམ་ཡང་མེད་  
 པར་ངེས་པར་བྱས་ལ་ལྷ་ཐོག་ཏུ་འཛོག་ཅི་བྱུབ་བྲ། དེ་ལྷ་ར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
 སེམས་གཉིས་པོ་སྤེལ་ཞིང་སྒྲུལ་པའི་འཕྲོ་ལ་འཕྲོ་བྱུབ་པར་བྱའོ། །དེ་ལྷ་ར་  
 བྲུབ་ན་ནི་ཤིན་ཏུ་བསྐྱགས་ཏེ། བྲུབ་པའི་དབང་པོ་སྟོན་དཔྱལ་བའི་ཤིང་རྟའི་  
 འདྲན་པའི་གྲུད་དུ་འབྱུངས་པ་དང་མཛའ་བོའི་བྲུ་མོར་འབྱུངས་པའི་རྣམ་ཐར་

ལས་འབྱུང་བ་ལྟར་བདག་གཞན་བརྗེ་བའི་བསམ་པ་དྲན་ཅམ་གྱིས་ངན་སོང་  
གི་གནས་ནས་ཐར་པ་སོགས་པན་ཡོན་མཐའ་ཡས་པ་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།  
།སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་པོ་ཏྲོ་བ་ལྷ་ངན་ལས་འདའ་ཀར་ཐུག་ཐལ་མོ་སྦྱར་ཏེ།  
སེམས་ཅན་སྐྱབས་མེད་པ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱབས་སུ་གྱུར་ཅིག །སེམས་ཅན་  
མགོན་མེད་པ་རྣམས་ཀྱི་མགོན་དུ་གྱུར་ཅིག །སེམས་ཅན་གནས་མེད་པ་  
རྣམས་ཀྱི་གནས་སུ་གྱུར་ཅིག །སེམས་ཅན་སྤིང་མེད་པ་རྣམས་ཀྱི་སྤིང་དུ་  
གྱུར་ཅིག །སེམས་ཅན་དབྱུང་གཉིན་མེད་པ་རྣམས་ཀྱི་དབྱུང་གཉིན་དུ་གྱུར་  
ཅིག །སེམས་ཅན་འབྲས་མེད་པ་རྣམས་ཀྱི་འབྲས་སར་གྱུར་ཅིག །གསུངས་  
ནས་ལྷ་ངན་ལས་འདས་པ་དང་། བྱང་སེམས་འཆད་ཁ་བ་གཤེགས་ཁར། ཉེ་  
གནས་ལ་བོད་པར་མཛད་ནས་མཐུལ་ཞིག་ཤོམས་དང་འདོད་པ་ཅུག་མ་  
བྱུང་གསུང་། ཉེ་གནས་ཀྱིས་ཐུགས་ལ་མི་འདོད་པ་ཅི་བྱང་ཁྱུས་པ་ན། དུས་  
ཏྲག་ཏུ་སེམས་ཅན་རྣམས་སྦྱག་བསྐྱལ་ལས་བསྐྱལ་བར་འདོད་ནས་སེམས་  
ཅན་གྱི་དོན་དུ་དཔྱལ་བར་འགྲོ་བ་ལ་སྒྲོ་བ་ཞིག་ཡིན་པ་ལ། ད་ནི་བདེ་བ་ཅན་  
གྱི་སྤང་བ་ཞིག་ཤར་གསུང་ཞིང་བདག་གཞན་མཉམ་བརྗེའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
སེམས་རིན་པོ་ཆེ་སྒོམ་བཞིན་པའི་ཐུ་ནས་གཤེགས་ཏེ། སེམས་དཔའ་ཆེན་  
པོ་དེ་དག་གི་རྗེས་སུ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །

འདིའི་སྐྱབས་སུ་སྒྲ་མ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱིས་མ་སྦྱད་གཉིས་དང་བང་  
ཕྱིན་པའི་གཏམ་རྒྱུད་ཀྱང་གསུངས་ཏེ། སྒོན་མ་སྦྱད་གཉིས་ཆུས་ཁྲིར་བ་ལ་  
མ་ལ་བྱ་མོ་འདི་མ་ཤི་ན་བྱ་མོ་ལ་མ་འདི་མ་ཤི་ན་སྦྱམ་པའི་བསམ་པ་བྱུང་



བས། གཉིས་ཀ་ཆངས་པའི་གནས་སུ་སྐྱེས་པ་ཞིག་བྱང་བ་དང་། བྱ་ས་ཀོ་  
 ཁར་ཀོ་བ་གཅིག་གི་ནང་དུ་བཅུན་པ་དུག་དང་བང་སྤྱན་པ་གཅིག་ཞུགས་  
 ནས་ཀོ་བ་བཏང་བས་ཚུའི་བཞི་ཆ་ཙམ་སོང་བ་དང་། ཀོ་མཁན་ན་རེ། ཅུང་  
 ཟུམ་འདུག་པས་རྒྱལ་ཤེས་པ་ཡོད་ན་གཅིག་ཙམ་འཛོན་རོགས་གྱིས། ཡང་  
 ན་ང་ཡིས་འཛོན་གྱི་ཁྱེད་ཅག་གཅིག་གིས་རྒྱ་བ་བྱངས་ཟེར་བ་ལ། ཐམས་  
 ཅད་གྱིས་གཉིས་ཀ་མི་ཤེས་པས་ཅི་དག་ཏུ་གྱུར་པ་ན། བང་སྤྱན་པ་དེ་ན་རེ།  
 ཐམས་ཅད་ཤི་བས་ང་གཅིག་ཕུ་ཤི་བ་དག་ཟེར་ནས་ཚུ་ལ་མཆོངས་བས། དེ་  
 མ་ཐག་འཇའ་ཟུག་མེ་ཏོག་གི་ཆར་བབས་ཏེ། རྒྱལ་མི་ཤེས་ཀྱང་རི་ཞིག་ལྟར་  
 ལ་ཚུ་མཐར་ཐོན་ནས་མ་ཤི་ལོ། གཞན་པན་གྱི་སློ་ནམ་དག་ན་རེ་ལའང་དེ་  
 འདྲ་བྱུང་ན། འཆི་ཁར་མང་དུ་བསྐྱོམས་ན་འཕོ་བའི་མཆོག་ཡིན་པ་ལྟ་ཅི་  
 སློས། དོན་དེ་དག་ལ་དགོངས་ནས་འཆད་ཁ་བ་ཆེན་པོའི་ཞལ་ནས། འཆི་  
 ཁའི་གདམས་ངག་ལ་ཁྱུད་ཆེ་བ་མང་སྟེ། འདི་ལས་ངོ་མཆར་ཆེ་བ་མེད་  
 གསུང་ངོ།།

### ལྷ་པ་སློ་འབྱོངས་པའི་ཆད།

ལྷ་པ་སློ་འབྱོངས་པའི་ཆད་ནི། རྒྱལ་བས་ཆོས་ཀྱི་ཕུང་པོ་བརྒྱད་ཁྱི་  
 བཞི་སྟོང་གསུངས་པའི་དགོས་པ་ནི་བདག་འཛིན་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་  
 སྤངས་ནས་འཆང་རྒྱ་བའི་ཐབས་སུ་གསུངས་པ་ཤི་སྟག་ཡིན་པས། བདག་

འཛིན་གྱི་གཉེན་པོར་མ་སོང་ན་ཆོས་ལམ་དུ་མ་སོང་བ་དང་། ཆོས་གང་བྱས་  
བདག་འཛིན་གྱི་གཉེན་པོར་སོང་ཞིང་འཆང་རྒྱ་བའི་རྒྱར་འགོ་ཡིན་འདུག་ན་  
སྒོ་སྤྲོད་རྒྱད་ལ་སྐྱེས་པའི་རྟགས་ཡིན། དེ་ལ་ཡང་ཐོག་མར་རང་ལ་ལེགས་  
པ་ཅི་བྱུང་དག་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་བཀའ་བློན་དུ་ཤེས་པ་ཞིག་དང་། དལ་  
འབྱོར་ལན་ཅིག་ཐོབ་པ་འདི་དོན་མེད་དུ་གཏོང་བ་པངས་སྐྱམ་པའི་སྒོ་ངང་  
གིས་སྐྱེ་བ་ཞིག་དང་། ཆེ་འདི་ལས་སྒོ་ལོག་ནས་སྐྱེ་མ་བྱན་པའི་སྒོ་ངང་གིས་  
སྐྱེ་བ་ཞིག་དང་། སྤྲོད་པའི་ཕུན་ཆོག་ལས་ལ་ཞེན་པ་ལོག་ནས་རི་ལྟར་བྱས་ན་  
འཁོར་བ་འདི་ལས་ཐར་སྐྱམ་པའི་སྒོ་ངང་གིས་སྐྱེ་བ་ཞིག་བྱུང་ན་སྒོ་སྤྲོད་གི་  
སྒོན་འགོའི་ཆོས་ལ་སྤྲོད་བ་སྒྲེ་བྱེན་སྐྱེས་པ་ཡིན། དེ་ནས་བདག་གཅེས་  
འཛིན་ལ་དགའ་མཐོང་སྟེ་ཅི་བྱེད་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་བྱེད་པ་ཞིག་བྱུང་ན་  
སྒོ་སྤྲོད་དངོས་གཞིའི་སྤྲོད་བ་སྒྲེ་བྱེན་སྐྱེས་པ་ཡིན་ཞིང་། ཆོས་ཀྱན་དགོངས་  
པ་གཅིག་ཏུ་འདུས་པའི་དོན་ཡང་ཡིན་ནོ། །

དཔང་པོ་གཉིས་ཀྱི་གཙོ་བོ་གཟུང་། ཞེས་པ་ནི། གཞན་དག་ན་རེ། རྫོ་  
བོ་དེ་ཀྱན་གྱི་རྒྱད་ལ་ཆོས་སྐྱེས་འདུག །ཆོས་པ་བཟང་པོ་བྱ་བ་དེ་ལ་བེར་བ་  
ཡིན་ཞེས་གཞན་གྱིས་མ་བྲེལ་བ་ཡང་དཔང་པོ་ཡིན་མོད་ཀྱི་དེ་གཙོ་བོར་མི་  
གཟུང་སྟེ། འཛིན་ཉེན་པལ་པ་རྣམས་ཀྱིས་རང་གི་སེམས་མི་རྟོགས་པས་  
སྤྱིའི་སྤྲོད་ལམ་ལེགས་པ་སྒྲེ་རེ་ཅམ་མཐོང་བས་ཀྱང་མགུ་སྤྲོད་པས་སོ། །

དེ་ཡང་འཇམ་བུ་སྤྲིང་པའི་མི་ནི་རྣམ་རྟོག་ཤས་ཆེ་བས་སྐྱེ་ནང་མི་  
མཚུངས་པ་ཤིང་ཨ་མའི་འབྲས་བུ་ལྟ་བུར་གསུངས་པས་རང་གི་སེམས་

གྱིས་མ་ཁྲིལ་བ་ཞིག་དཔང་པོའི་གཙོ་བོ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་སློ་གཟུ་བོས་  
 ལེགས་པར་བརྟགས་པས་རང་ལ་རང་གིས་མ་ཁྲིལ་བ་བྱུང་ན་སློ་འགྲོངས་  
 པའི་རྟགས་ཡིན་པས། གཉེན་པོ་བསྐྱེད་ལ་རང་ལ་རང་གིས་མ་ཁྲིལ་བ་ལ་  
 འབད་པར་བྱའོ། །རང་ལ་རང་གིས་མ་ཁྲིལ་བ་འདི་ཡང་རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་  
 གྱི་དགོངས་དོན་སྒྲ་མའི་མན་ངག་ལ་བརྟེན་ནས་ལེགས་པར་ངེས་པར་བྱས་  
 ཏེ། བྱར་རུང་བ་དང་མི་རུང་བའི་སྤང་སྤང་གི་ཚུལ་རྣམས་ཞིབ་ཏུ་ཤེས་ཤིང་  
 རང་གི་སྐྱོད་པ་དང་ཆོས་ནས་གསུངས་པ་གཉིས་མེ་ལོང་ཡང་དག་པ་ལ་  
 བྱད་གཟུགས་ལྟ་བ་བཞིན་ཞུས་དག་བསྐྱེད་ནས་རང་སེམས་མ་ཁྲིལ་བ་ཞིག་  
 བྱུང་ན་དཔང་པོ་གཙོ་བོ་ཡིན་གྱི། དེ་ལྟ་མིན་པར་སྒྲུན་པོ་དག་གི་ཁ་ལས་རང་  
 སེམས་ལ་གཞོན་མེད་ཟེར་བ་དང་། འགྲོད་པ་མེད་ཟེར་བ་དང་། དགོན་  
 མཆོག་དཔང་པོར་ཡོད་ཟེར་བ་སོགས་བྱུང་རྒྱལ་དུ་སྒྲ་བ་ལ་ཡིད་བརྟན་ག་  
 ལ་རུང་། དེས་ན་རྫོ་བོ་རྗེས། མང་པོའི་ནང་དུ་དག་ལ་བརྟག་ གཅིག་ཤུར་  
 འདུག་ན་སེམས་ལ་བརྟག་ །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། དུས་སྐབས་ཀྱི་ཏུ་རང་  
 གི་སློ་གསུམ་ལ་བརྟགས་ནས་ཆོས་དང་མཐུན་མི་མཐུན་ལྟ་བུ་གནད་ཤིན་  
 ཏུ་ཆེའོ། །དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་འབན་གྱི་ཞལ་ནས། ང་ནི་སེམས་ཀྱི་མཁར་  
 སྒོར་གཉེན་པོའི་མདུང་བྱང་གཅིག་མནན་ལ་བསྐྱད་པ་མིན་པ་གཞན་བྱ་རྒྱ་  
 མེད། ཁོ་བསྐྱེམས་ན་ང་ཡང་བསྐྱེམས། ཁོ་སློད་ན་ང་ཡང་སློད་གསུང་། རང་  
 སེམས་དཔང་པོར་བྱས་ནས་རང་ལ་རང་གིས་མ་ཁྲིལ་བ་བྱེད་ཚུལ་ནི། སྐྱོད་  
 འདུག་ལས། སྒྲ་མ་དང་ནི་འགྲོགས་པ་ལས། །མཁན་པོས་རྗེས་སུ་བསྐྱེད་པ་

དང། །འཛིགས་པས་སྐལ་ལྷན་གྱིས་བྱེད་ལ། །འཛན་པ་བདེ་སྒྲགས་ཉིད་དུ་སྒྲུ།  
 ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། དང་པོ་དགོ་བསྟོན་གྱི་སྒྲོམ་པ་ལེན་པའི་དུས་སུ་སྒྲོབ་  
 དཔོན་གྱི་སྤྱན་སྒྲར་སྟོན་པ་དཔང་དུ་བཞག་སྟེ་སྤྱབས་འགྲོའི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་  
 སྒྲོབ་པར་ཁས་སྒྲངས་ཤིང་། ཅ་བ་བཞི་ཆང་དང་བཅས་པ་དང་རང་བཞིན་གྱི་  
 ཁ་ན་མ་ཐོབ་ནམས་སྤྲོད་བར་ཁས་སྒྲངས་པ་དང་། དེ་ནས་དགོ་ཚུལ་གྱི་སྒྲོམ་  
 པ་ལེན་པའི་ཆེ་མཁན་སྒྲོབ་གྱི་སྤྱན་སྒྲར་སྟོན་པ་དཔང་དུ་བཞག་སྟེ་སྒྲངས་  
 འདས་སོ་དུག་དང་དེའི་སྤྱགས་མ་ཐུན་གྱི་ཉེས་པ་ནམས་དང་རང་བཞིན་གྱི་  
 ཁ་ན་མ་ཐོབ་ནམས་སྤྲོད་བར་ཁས་སྒྲངས་ཤིང་། དེ་ནས་དགོ་སྤྲོད་གི་སྒྲོམ་པ་  
 ལེན་པའི་ཆེ་མཁན་སྒྲོབ་གྱི་སྤྱན་སྒྲར་སྟོན་པ་དང་དགོ་འདུན་གྱི་སྤྱེ་དཔང་དུ་  
 བཞག་སྟེ་ཁྱིམས་ཉེས་བརྒྱ་ལྔ་བཅུ་ཅ་གསུམ་སྤྲོད་བར་ཁས་སྒྲངས་ཤིང་།  
 འཕགས་པའི་རིགས་བཞི་ལ་གནས་ནས་དགོ་སྤྲོད་ཆོས་བཞི་སྤྱབ་པར་དམ་  
 བཅས། མདོར་ན་འདུལ་བའི་བཅས་མཆམས་མཐའ་དག་སྤྲོད་བར་ཁས་  
 སྒྲངས། དེ་ནས་སྒྲོན་སེམས་ལེན་པའི་ཆེ་སྤྱགས་བཅུའི་སངས་རྒྱས་དང་  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་དཔང་དུ་བཞག་སྟེ་སེམས་ཅན་མ་བསྐྱལ་  
 བ་བསྐྱལ་བ་སོགས་གྱི་དམ་བཅའ་བྱས། དེ་ནས་བྱང་སྒྲོམ་ལེན་པའི་ཆེ་  
 སེམས་ཅན་མ་ལུས་འཁོར་བའི་གནས་ནས་སྒྲོལ་བར་དམ་བཅས་ཤིང་རྒྱལ་  
 སྐས་གྱི་སྤྱོད་པ་མཐའ་དག་ལ་སྤྱབ་པར་ཁས་སྒྲངས། དེ་ནས་སྤྱགས་སྒྲོམ་  
 སྒྲངས་པ་ནམས་གྱིས་ནི་དམ་ཆོག་དང་སྒྲོམ་པ་མཐའ་ཡས་ཟུ་མེད་པ་ཞིག་  
 ཁས་སྒྲངས་ཤིང་དོ་རྗེའི་མནའ་བོར་བ་ཡིན་པས། ཚུལ་དེ་དག་དྲན་པར་བྱས་



ནས་དུས་སྐབས་ཀྱི་རང་གིས་སྒོ་གསུམ་ལ་བརྟགས་ནས་སྒོ་གསུམ་གྱི་  
བྱ་བ་རྣམས་རང་གིས་སྒྲུབ་ཁས་སྒྲུབ་པའི་སྒོམ་པ་གསུམ་གྱི་བཅས་  
མཆོམས་རྣམས་དང་འགལ་བ་བྱུང་མ་བྱུང་ཞིན་ཏུ་སྤྲོ་ཞིང་མཛུངས་ལ་ཞིབ་  
པའི་སྒོས་བརྟགས་ནས། མ་འགལ་ན་དགའ་བ་བསྒོམ་ཞིང་ད་དུང་དེ་བཞིན་  
མཐར་ཕྱིན་པའི་འདུན་པ་བསྐྱེད། འགལ་བ་བྱུང་ན་དེ་མ་ཐག་འགྲོད་སེམས་  
བྲག་པོས་ལྷུང་བ་རྣམས་སྒོམ་གསུམ་རང་རང་གི་ཕྱིར་བཅོས་གྱི་སྒོ་ནས་དག་  
པར་བྱེད། རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་རྣམས་སྟོབས་བཞིའི་སྒོ་ནས་དག་  
པར་བྱས་ཏེ་སྒྲིག་ལྷུང་དང་ཞག་ཏུ་མི་འགྲོགས་པར་རྒྱུད་གཙང་སིང་དེ་  
གནས་པ་ཞིག་ལ་རང་སེམས་དཔང་པོར་གནས་པ་དང་། རང་སེམས་རང་  
ལ་མ་ཁྲེལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་པར་གསུང་།

དེས་ན་གཞན་གྱི་སྒྲུང་འོར་ཕྱི་ཚུལ་མཛུངས་པ་ཅམ་གྱིས་མི་ཆོག་པར།  
སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་མཁྱེན་པ་ཐོགས་པ་མེད་པ་རྣམས་  
གྱིས་བདག་གི་སེམས་ཀྱི་རྒྱ་བ་ཐམས་ཅད་ཇི་བཞིན་གཟིགས་པས། བདག་  
ནི་དེ་དག་གི་སྒྱུན་སྒྲན་གནས་སོ་སྟམ་དུ་ཡང་ཡང་བྲན་པར་བྱེད། གཞན་  
ཡང་དཀར་ཕྱོགས་སྒྲོང་བའི་ལྷ་དང་སྐྱ་དང་གཞོན་སྒྱུན་ལ་སོགས་པ་གཞན་  
གྱི་སེམས་ཤེས་པ་དག་གིས་བདག་གི་སེམས་ལ་ཇི་ལྟར་སེམས་པ་དག་  
ཤེས་པར་འགྱུར་བས། མི་མེད་དཔེན་པའི་གནས་སུ་གཅིག་ཕུར་གནས་ཀྱང་  
སྒོ་གསུམ་གྱི་ལས་མི་དགོ་བར་གྱུར་ན། སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་རྣམས་དང་གཞན་སེམས་ཤེས་པའི་ལྷ་སྐྱ་རྣམས་ལ་ངོ་ཆའོ་སྟམ་དུ་

ཡང་ཡང་ཡིད་ལ་བྱའོ། །མདོ་སྡེ་ལས་རྗེས་བྲན་བྱུག་གསུངས་པའི་ནང་ནས་  
སངས་རྒྱས་དང་ལྷ་རྗེས་སུ་བྲན་པ་གསུངས་པའང་དོན་དེ་འབྲེལ་དགོངས་  
ནས་གསུངས་སོ། །ཡིད་བདེ་འབའ་ཞིག་རྒྱན་དུ་བསྟེན། ཅེས་པ་ནི། སྒོ་སྤྲོད་  
འདི་ལ་ལེགས་པར་སྤྲངས་པས་གོམས་པ་སྒོང་དུ་གྱུར་ཏེ། རྒྱུན་བཟང་ངན་  
གང་བྱང་ཡང་སྒོ་སྤྲོད་གི་སྒྲོ་ནས་ལམ་དུ་འབྱེད་བས་ཆོག་སྟམ་དུ་གདེང་  
ཐོབ་པར་བྱ་ཞིང་། རྒྱུན་དང་སྤང་པའི་ཆེ་ནའང་རྒྱུན་བཟང་ངན་གང་གིས་ཀྱང་  
ཆོས་འདིའི་གོགས་སུ་མི་འགོ་བར་མ་བྱུན་རྒྱུན་དུ་བསྐྱར་བྱུང་པ་ཞིག་བྱ།  
ལྷག་པར་རྒྱུན་ངན་ཅི་བྱང་ཡང་དེ་ལ་དགའ་བ་བསྒྲོམ་ཞིང་། འཇིག་རྟེན་གྱི་  
ཁམས་ན་རྒྱུན་ངན་འདི་ལྟ་བུ་བྱང་བའི་སེམས་ཅན་མང་པོ་ཡོད་པས་དེ་དག་  
གི་རྒྱུན་ངན་དང་དེས་བསྐྱེད་པའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བདག་ལ་སྤྲོད་  
ནས་བདག་གི་རྒྱུན་ངན་འདིས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གོ་ཆོད་པར་གྱུར་ཅིག་  
སྟམ་དུ་བསམ་ཞིང་གཏོང་ལེན་བསྒྲོམ་སོ། །

དེ་ལྟར་རྒྱུན་བཟང་ངན་གང་བྱང་ཡང་ཡིད་མི་བདེ་མི་བྱ་བར་གཏོང་  
ལེན་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ལག་དུ་ལྷང་ཞིང་གྲོགས་སུ་བསྐྱར་ཅི་བྱུང་བྱས་ན།  
འབྲེལ་དུ་རྒྱུན་ངན་པས་དགོ་སྤྲོད་ཀྱི་བར་ཆད་དུ་མི་འགྱུར་ཞིང་ཡིད་བདེ་  
འཕེལ་བ་དང་། མཐར་གོམས་པ་སྒོང་དུ་གྱུར་པ་ན་ཆོས་ཐམས་ཅད་བདེ་བས་  
ནོན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཉིང་རེ་འཛིན་འཐོབ་སྟེ། རང་གི་ལུས་དུམ་བྱུར་བཅད་  
ཀྱང་བདེ་བ་འབའ་ཞིག་འཆར་ཞིང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འཕེལ་  
བའི་རྒྱུན་འབའ་ཞིག་དུ་སོང་ནས་དུས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ་ཆོག་གས་གཉིས་

རྒྱལ་ས་པོ་ཆེ་གསལ་གྲུས་པ་ཞིག་འོང་བར་བསྐྱབ་བཏུས་ལས་གསུངས།  
 འདིར་འགྲོངས་པའི་ཆད་ཅེས་གསུངས་པ་ནི། སློ་སྦྱང་གི་སྦྱང་བ་སྟེ་ཟེན་རེ་  
 སྦྱེས་པའི་རྟགས་ཡིན་གྱི། དེ་ཙམ་རེས་ཆོག་པར་བཟུང་ནས་སློ་སྦྱང་བའི་  
 ཚུལ་བ་དོར་ན་ཞིན་ཏུ་མི་རུང་སྟེ། ལམ་གྱི་ཙམ་བ་བཤེས་གཉིན་བསྟེན་པ་ནས་  
 བཟུང་ལྟ་བ་སྟོམ་པའི་བར་འདི་ནི་སངས་མ་རྒྱས་ཀྱི་བར་དུ་དོར་དུ་མེད་པར་  
 ཉམས་ལེན་གོང་འཕེལ་དུ་གཏང་དགོས་པ་ཤིས་ལྟར་ཡིན་ཞིང་། ལྟག་པར་བྱང་  
 ཚུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་དང་དབུ་མའི་ལྟ་བ་གཉིས་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་  
 ལམ་གྱི་གཞུང་ཤིང་ཡིན་པས་བྱང་བ་སྟེ་ཟེན་རེ་སྦྱེས་པས་མི་ཆོག་པར་  
 སངས་མ་རྒྱས་ཀྱི་བར་དུ་གོང་འཕེལ་དུ་འགྲོ་དགོས་ཏེ། རྗེ་བཙུན་བྱམས་པ་  
 མགོན་པོས་མངོན་རྟོགས་རྒྱན་དུ་གསུངས་པ་ལྟར། ཐོག་མར་སེམས་བསྐྱེད་  
 ལ་སློ་སྦྱང་ནས་ཚུལ་མེད་ཀྱི་སྦྱང་བ་ཐོབ་ཏེ། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་གཞི་རྟེན་ས་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་ནས་བཟུང་མཐར་ཆོས་ཀྱི་སྦྱོན་ལྟ་  
 བུའི་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་བར་སེམས་བསྐྱེད་གོང་འཕེལ་དུ་གཏང་ནས་ས་ལམ་  
 བསྐྱེད་དགོས་པ་དང་། སངས་རྒྱས་ནས་ཀྱང་བདག་པས་གཞན་གཅེས་པའི་  
 ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཁོ་ནས་ནམ་མཁའ་མ་བཟད་ཀྱི་བར་དུ་འགྲོ་བའི་དོན་མཛད་  
 པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་གནས་ལུགས་རྟོགས་པའི་ལྟ་བ་ཡང་ཐོག་མར་འབད་པ་  
 དུ་མས་བཅལ་ནས་རྟེན་པ་ཞིག་དང་། རྟེན་ནས་ཀྱང་སྦྱང་བ་སྟེ་ཟེན་ཞིག་  
 སྦྱེས་པས་མི་ཆོག་པར་ཚུལ་མེད་ཀྱི་སྦྱང་བ་ཐོན་པ་ཞིག་དང་། དེ་ཙམ་གྱིས་  
 ཀྱང་མི་ཆོག་པར་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་

དཔུང་སྒོམ་རྒྱན་རིང་དུ་བྱས་པས་གནས་ལུགས་ལ་དམིགས་པའི་ལྷག་  
མཐོང་འབྱུང་པ་ཞིག་དང་། དེ་གྲུབ་པ་ཙམ་ཞིག་གིས་ཀྱང་མི་ཆོག་པར་  
གནས་ལུགས་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བའི་དོན་དམ་སེམས་བསྐྱེད་རྒྱུ་ལ་  
སྐྱེད་དགོས་པ་དང་། དེ་ནས་ཀྱང་གོང་འཕེལ་དུ་བཏང་ནས་ས་ནས་སར་  
འཕར་ཏེ་མཐར་དོ་རྗེ་ལྷ་བུའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱིས་གཉིས་སྒྲུང་འབྲུལ་པའི་བག་  
ཆགས་ཐམས་ཅད་བཅོམ་སྟེ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་  
དགོས་པ་དང་། དེ་ཐོབ་ནས་ཀྱང་ནམ་མཁའ་མ་ཟངས་ཟད་བར་དུ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་  
ལས་གཡོ་བ་མེད་པར་བཞུགས་པ་ཞིག་དགོས་སོ། །

དེ་ལྟར་བུའི་ལམ་གྱི་བསྐྱོད་ཚུལ་རྣམས་ལ་གོ་བ་ལེགས་པར་ཆགས་  
ན་རྗེ་བོ་རྗེ་དང་རྒྱལ་བ་ཙོང་ཁ་བའི་མན་ངག་ལམ་གྱི་ལུས་ཆང་བའི་  
གདམས་ངག་འདི་ལ་ཡིད་ཆེས་རྟེན་པར་འགྱུར་རོ།

### བྱུག་པ་སྒོ་སྤྱོད་གི་དམ་ཆིག་

བྱུག་པ་སྒོ་སྤྱོད་གི་དམ་ཆིག་ལ་བཙུང་བརྒྱད་གསུངས་ཏེ། དེ་ལ་སྤྱི་  
དོན་གསུམ་ནི།

སྒོ་སྤྱོད་ཁས་སྒྲངས་དང་མ་འགལ་བ། ཐོ་ཙོར་མ་ཞོར་བ། ལྷོགས་རེར་  
མ་ལྷུང་བའོ། །དང་པོ་ནི། ང་སྒོ་སྤྱོད་བ་ཡིན་ཟེར་ནས་བྱིན་ལེན་དང་རུང་ཚུ་  
དང་ཆབ་ལེན་ལྷམ་འབྱུད་སོགས་འདུལ་བའི་བཙས་མཆོམས་ཕྱ་མོ་རྣམས་



ལ་ཁྱད་དུ་བསད་དེ་རང་གི་སེམས་དུལ་ན་དེས་ཆོག་མོད། ཁ་ཚུས་བཤལ་  
བས་ཅིལ་པན་ཟེར་བ་སོགས་བདུད་དང་སྒྲིག་གྲོགས་ཀྱིས་ཡིད་བསྐྱོད་ནས་  
རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་ལ་མ་འབྲེན་པའི་ཆོག་ངན་དེ་འབྲས་བུ་ནམ་པ་ཀྱན་ནས་  
མི་བྱ་བར། བསམ་བས་བདག་གཞན་བརྗེ་བའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་སྒོ་  
སྒྱོང་བའི་སྒོ་ནས་དགོ་ཚུལ་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་ཀླ་རི་ཀ་ནས་བཟུང་དཔལ་གསང་  
བ་འདུས་པའི་དམ་ཆོག་གི་བར་རང་གིས་རི་ལྟར་ཁས་སྦངས་པའི་བསྐྱབ་པ་  
ནམས་མ་ཉམས་པར་བསྐྱང་བར་བྱའོ། །

དེ་ལྟ་མིན་པར་བསྐྱབ་པའི་བཅས་མཚམས་ཁྱད་དུ་བསད་ནས་སྒོ་  
སྒྱོང་བ་དང་སྐྱབ་པ་བྱེད་སྒོ་ཅི་བྱས་ཀྱང་རྒྱལ་བ་དགེས་པར་མི་འབྱུང་ཞིང་།  
ལམ་ལ་ས་སྤྱོད་གང་ཡང་མི་འབྱུང་བ་ཚུ་ཆགས་ཀྱི་སྒྲིང་གཞིས་ཤེས་སོ།

### སྒོ་སྒྱོང་ཐོ་ཅོར་མ་ཞོར་བ།

སྒོ་སྒྱོང་ཐོ་ཅོར་མ་ཞོར་བ་ནི། བདག་གཅེས་འཛིན་མེད་པར་གཞན་  
ཀྱིས་གོ་བར་བྱ་བའི་བྱིར་ཤིང་གཉན་གཅོད་པ་དང་མཛེ་ཐོ་དང་འགྲོགས་པ་  
ལ་སོགས་པ་ཐོ་ཅོར་སྤྱོད་པ་ནམས་སྦངས་ཏེ། དགོ་བཤེས་སྟོན་པས་རྩ་སྒྲིང་  
དུ་བསྟན་པའི་སྟོལ་བཙུགས་པའི་བཀའ་གདམས་ཀྱི་ནམ་ཐར་དང་མི་འགལ་  
བར་བྱའོ། །དེ་ཡང་དགོ་བཤེས་སྟོན་པས་རྩ་སྒྲིང་དུ་རྫོ་ཐོ་རྗེའི་བཀའ་ལྟར་  
ལྟར་བསྟན་པའི་སྟོལ་བཙུགས་པའི་བཀའ་གདམས་ཀྱི་ནམ་ཐར་ཐར་པ་ནི་

རྒྱལ་བའི་བཀའ་དགོངས་འབྲེལ་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་ལས་ཡི་གེ་ན་  
གཅིག་ཀྱང་དོར་དུ་མེད་པར་ཐམས་ཅད་གང་ཟག་གཅིག་འཛིང་རྒྱ་བའི་ཆ་  
རྒྱུན་དུ་སྤྱིར་ཞིང་གོ་བར་བྱེད་པ།      བསྟན་པའི་རྩ་བ་འདུལ་བའི་བཅས་  
མཆམས་ལ་གཅིས་སྤྲོས་སུ་བྱེད་པ།      ཉམས་ལེན་གྱི་སྤྱིང་པོ་བྱང་ཆུབ་ལམ་  
གྱི་རིམ་པ་ལ་བྱེད་ཅིང་།      དེའི་ཡང་སྤྱིང་པོ་བདག་པས་གཞན་གཅིས་པའི་  
བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ལ་བྱེད་པ།      མཁས་བཙུན་བཟང་གསུམ་ཐོས་  
བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་རྣམས་གཅིག་གྲོགས་སུ་གཅིག་འགྲོ་བ།      དམ་ཉམས་དང་  
འཆལ་པ་དང་འབྲེས་སྤྱིར་རྣམས་དང་བསྐྱེད་སྤྱིར་རྣམས་པ་ཀུན་ནས་མི་བྱེད་པ་  
སོགས་མཐའ་ཡས་པར་ཡོད་པས་དེ་དག་དང་མི་འགལ་བར་བྱའོ། །

### སྒོ་སྤྲོད་སྤྱོད་པ་རེར་མ་ལྟར་བ།

སྒོ་སྤྲོད་སྤྱོད་པ་རེར་མ་ལྟར་བ་ནི།      མིའི་གཞོན་པ་བཟོན་ལ་ལྟ་འབྲེའི་  
གཞོན་པ་མི་བཟོན་པ་དང་།      ཆེ་བ་ལ་གྲུས་ལ་ཆུང་བ་ལ་བརྟམས་པ་དང་།      གཉིན་  
ལ་བྱམས་ལ་དག་ལ་སྤང་བ་ལ་སོགས་པ་སྤྱོད་པ་རེ་བ་ཐམས་ཅད་སྤངས་ལ་  
ཐམས་ཅད་ལ་སྒོ་འབྲོངས་པར་བསྐྱབ་པོ།      །དེ་བཞིན་དུ་འདུལ་བའི་བཅས་  
མཆམས་སྤང་ཁུལ་བྱེད་ཅིང་བྱང་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་རྣམས་སྤང་དུ་གསོད་  
པ་དང་།      ཡང་དེ་ལས་ཕྱོག་སྟེ་བྱེད་པ་དང་།      ཡང་སྤྲགས་ལ་སྒོ་བ་ཁུལ་བྱེད་  
ཅིང་འདུལ་བའི་བསྐྱབ་བྲིམས་སྤང་དུ་གསོད་པ་དང་།      ཡང་དེ་ལས་ཕྱོག་སྟེ་

བྱེད་པ་སོགས་སྟོགས་རེར་ཞོར་བ་ཐམས་ཅད་སྤངས་ལ། འབྲོམ་རིན་པོ་  
 ཆེའི་ཞལ་ནས། བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་བྱ་བཞི་ལམ་གྱིས་འབྱེར་ཤེས་པ་ངའི་  
 སྒྲ་མའི་བཀའ་རྒྱུད་མིན་པ་ལ་མེད་གསུང་བ་དང་། ཡང་ཆེན་ཅིག་གིས་  
 འདུལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་སྟགས་ཅ་འབྱེད་སྟགས་ལ་བརྟེན་ནས་འདུལ་བ་ཅ་  
 འབྱེད་དེ། འདུལ་བ་སྟགས་ཀྱི་གྲོགས་སྟགས་འདུལ་བའི་གྲོགས་སུ་སོང་བ་  
 ངའི་སྒྲ་མའི་བཀའ་རྒྱུད་མིན་པ་མེད་གསུང་བ་ལྟར་ཆ་ཐམས་ཅད་ནས་ཆང་  
 བ་ཞིག་བྱའོ། །འདུན་པ་བསྐྱར་ལ་རང་སོར་གཞག་ཅེས་བ་ནི། བསམ་པ་  
 སྒར་རང་གཅེས་པར་འཛིན་པ་དེ་ད་བདག་པས་གཞན་གཅེས་པར་བསྐྱར་ལ་  
 ལུས་ངག་གི་སྟོན་པ་གྲོགས་ཆོས་མཐུན་རྣམས་དང་འབྲ་བར་སོ་བྱལ་པར་  
 བྱ་སྟེ། སྟོ་སྟོང་ཐམས་ཅད་མངོན་མཆོན་ཚུང་ལ་སྟོན་ཆེ་བ་ཞིག་བྱ་དགོས་  
 གསུང་། དེ་ཡང་སྒར་རང་ཉིད་ཆེ་འདིའི་བདེ་བ་དང་བྱི་མ་ལྟ་མའི་བདེ་བ་དང་  
 རང་གཅིག་ཕུ་འཁོར་བ་ལས་ཐར་བར་འདོད་པ་སོགས་ཀྱི་འདུན་པ་བྱེད་པ་  
 དེ། ད་དེ་ལྟར་མི་བྱེད་པར་བདག་པས་གཞན་གཅེས་པའི་བསམ་པས་ཅི་བྱེད་  
 སེམས་ཅན་གྱི་དོན་འབའ་ཞིག་ཏུ་བྱེད་པའི་འདུན་པར་བསྐྱར་ནས་ལུས་ངག་  
 གི་སྟོན་ལམ་གྲོགས་ཆོས་མཐུན་རྣམས་དང་མཐུན་པར་བྱེད་པའོ། །ངེས་  
 འབྱུང་སོགས་ཅུང་ཟད་རེ་སྐྱེས་པ་ན་སྟོན་ལམ་ཚུགས་མི་བྱལ་པར་གཞན་  
 ཀྱི་སྤང་ངོར་མཆི་མ་འབྱེན་པ་སོགས་བྱས་ན་བར་ཆད་དང་གཞོད་པ་མང་  
 ཞིང་། ངེས་འབྱུང་སོགས་ཅུང་ཟད་ཡོད་པ་དེ་ཡང་སྒྲར་དུ་ཉམས་འགྲོ་བའི་  
 སྟོན་དང་། ཚུལ་འཆོས་སོགས་ཀྱི་ཉེས་སྟོན་མང་པོ་འབྱུང་ཉེན་ཡོད་པས་

གཞན་གྱིས་མ་ཆོར་བར་རང་རྒྱུད་འབྱོར་ས་པ་ཞིག་བྱ་དགོས་གསུང་ངོ། །  
 ཡན་ལག་ཉམས་པ་བརྗོད་མི་བྲ། ཞེས་པ་ནི། གཞན་ལ་ལུས་ཀྱི་སྐྱོན་ཞར་བ་  
 ལ་སོགས་པ་དང་ཆོས་ཀྱི་སྐྱོན་ཚུལ་འཆལ་ལ་སོགས་པ་མི་སྟན་པའི་ཆོག་  
 རྣམ་པ་ཀུན་ནས་མི་བརྗོད་པའོ། །གཞན་སྤྱོད་གས་གང་ཡང་མི་བསམ་སོ། །  
 ཞེས་པ་ནི། སྤྱིར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དང་། བྱད་པར་དུ་ཆོས་སྒྲོར་ཞུགས་  
 པ་རྣམས་ལ་སྐྱོན་མཐོང་ན་ང་རང་སྤང་བ་མ་དག་པ་ཡིན་གྱི། ཁོང་ལ་དེ་འབྲེེ་  
 སྐྱོན་མེད་ཡོད་སྟམ་དུ་བསམས་ལ་སྐྱོན་རྟོག་པའི་སྒོ་དེ་བརྗོད་པར་བྱའོ། །དེ་  
 ཡང་སྤྱིར་སེམས་ཅན་སུ་ལའང་སྐྱོན་རྟོག་གི་སྒོ་མ་ཞོར་བ་ཞིན་དུ་གལ་ཆེ་  
 གྱེ། གཞན་གྱི་སེམས་རྒྱུད་མི་ཤེས་པར་སྐྱོན་བརྗོད་ན་ཉེས་པ་ཞིན་དུ་ཆེ་  
 ཞིང་། ལྷག་པར་ཡུལ་དེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཞིག་ཡིན་པར་གྱུར་ན་ནི་  
 འཇུག་པ་དང་སྤྱོད་འཇུག་སོགས་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་ལ་ཁོང་ཁྱོད་སྐྱོད་ཅིག་མ་རེ་སྤྱེས་ནའང་རང་གི་དགོ་ཚུ་འཛོམས་ཞིང་།  
 སྤྱི་མར་རྣམ་སྤྲོད་རབ་དུ་ཆ་བ་བརྗོད་གྱིས་མི་ལང་ཞིང་དཔག་པར་དཀའ་བ་  
 དག་སྤྱོད་དགོས་པས། གནས་འདི་ལ་ཐལ་བས་གཡོགས་པའི་མེ་དོང་ལྟར་  
 དུ་གཟབ་དགོས་སོ། །ལྷག་པར་ཆོས་སྒྲོར་ཞུགས་པ་སྤྱི་དང་། དེའི་ནང་ནས་  
 གྲང་རང་དང་ལྟ་སྤྱོད་མཚུངས་པའི་གྲོགས་ཆངས་པ་མཚུངས་པར་སྤྱོད་པ་  
 རྣམས་ལ་སྐྱོན་རྗོད་བྱེད་པ་འདི་ཞིན་དུ་འབྱུང་ཉེ་ཞིང་རྣམ་པར་སྤྲོད་པ་ཞིན་  
 དུ་ཆ་བས་ཆེ་བས། སྒོ་སྤྱོད་འདི་ལ་སྤྱིང་ནས་ཉམས་ལེན་བྱ་འདོད་པ་རྣམས་  
 གྱིས་འདིའི་ཐད་དུ་གཟབ་པ་གལ་ཆེའོ། །རང་ཅག་ཉམས་ལེན་བྱེད་ཁུལ་བྱས་



ཀྱང་ཡར་སྐྱེད་ལས་མར་སྐྱེད་ཆེ་བ་ཡོང་བ་ནི་གཅིག་ཏུ་རང་གི་སྒོ་ལས་སུ་  
 མ་རུང་བ་དང་། ལྷག་པར་གྲོགས་ལ་དག་སྒྲུང་མ་འབྱོངས་པ་འདིས་ལན་པར་  
 གསུངས་པས་དག་སྒྲུང་སྦྱོང་བ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེའོ། །ཉོན་མོངས་གང་ཆེ་སྒོན་  
 ལ་སྦྱང་། ཞེས་པ་ནི། རང་རྒྱུད་ལ་ཉོན་མོངས་གང་ཆེ་བརྟགས་ནས། གང་ཆེ་  
 བ་དེའི་གཉེན་པོར་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྦྱངས་ནས་དེ་ཉིད་ཐོག་མར་འདུལ་ལོ།  
 །དེ་ཡང་རང་རྒྱུད་ལ་བརྟགས་པས་ཆེ་འདིའི་སྒྲུང་ཤས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས་བྱ་  
 བྱེད་ཐམས་ཅད་དེའི་དབང་དུ་འགོ་ཡིན་འདུག་ན། དལ་འབྱོར་དང་མི་རྟག་  
 པའི་སྒྲོར་ལ་གཙོ་བོར་འབད་ཅིང་། དག་སྦྱོར་གང་བྱེད་ཐམས་ཅད་གྱིས་རེ་  
 ཤིག་ཆེ་འདིའི་སྒྲུང་ཤས་འདུལ་བ་གཙོ་བོར་བྱ། དག་བཤེས་དགོན་པ་བའི་  
 ཞལ་ནས། རོ་བོ་ཀུན་གྱིས་ཅབ་ཅུབ་དེ་ཡོ་ཞོག་ལ་འཆི་བ་གཅིག་ཏུ་སོམས་  
 དང་། ཆོས་ཡོ་དེ་ལས་འོང་གི་གསུང་། དེ་བཞིན་དུ་བཤེས་གཉེན་ལ་དད་པ་  
 རྒྱུར་བར་སྒྲུང་ན་ལེགས་ཆོག་གས་ཀྱི་རྩ་བ་ཆད་པས་རེ་ཤིག་སྒྲུ་མའི་རྣལ་  
 འབྱོར་ལ་གཙོ་བོར་འདོན་ཞིང་། དག་སྦྱོར་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྒྲུ་མའི་  
 རྣལ་འབྱོར་གོང་འཕེལ་དུ་འགྱུར་བའི་གྲོགས་སུ་ཅི་འགྱུར་བྱེད། དེ་བཞིན་དུ་  
 དམིགས་སྒྲོར་གཞན་ཐམས་ཅད་ལའང་ཤེས་པར་བྱའོ། །འབྲས་བུ་རེ་བ་  
 ཐམས་ཅད་སྦྱང་། ཞེས་པ་ནི། སྒོ་སྦྱོང་བསྒྲོམས་པས་རྙེད་བཀྱར་སྟོན་གྲགས་  
 འོང་དུ་རེ་བ་དང་། བྱི་མ་ལྷ་མའི་བདེ་བ་ཅུ་ཐོབ་བྱར་འཛིན་པ་དང་རང་ཉིད་  
 གཅིག་ཏུ་ཞི་བའི་བདེ་བ་དོན་དུ་གཉེར་བ་སོགས་རང་འདོད་ཐམས་ཅད་  
 སྦྱངས་ནས། བདག་པས་གཞན་གཅིས་པའི་སེམས་རིན་པོ་ཆེས་དག་བ་ཅི་

བྱེད་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པའི་ཐབས་ཁོ་ནར་འགྱུར་བར་  
བྱ་དགོས་སོ། །དུག་ཅན་གྱི་ཟས་སྤང་། ཞེས་པ་ནི། དངོས་པོ་བདེན་འཇིན་  
དང་བདག་གཅེས་འཇིན་གྱི་ནམ་ཉིག་དང་འདྲེས་པའི་དགེ་སྦྱོར་ཐམས་ཅད་  
ཟས་དུག་དང་འདྲེས་པ་དང་འདྲ་བས། དགེ་སྦྱོར་གང་བྱེད་ཀྱང་སྒོ་ངན་དེ་  
དག་དང་མ་འདྲེས་པར་བྱའོ། །གཞུང་བཟང་པོ་མ་བསྟེན། ཞེས་པ་ནི། ས་རོལ་  
གྱིས་གཞོད་པ་བྱས་པ་ལ་ཁོན་དུ་བཟུང་ནས་ཁོན་འཇིན་དེ་ལས་ནམ་ཡང་  
མི་སྟོག་པ་དེ་འདྲ་མི་བྱའོ། །དེ་བཞིན་དུ་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་  
མོངས་པ་མཐའ་དག་ལ་གཞུང་བཟང་བྱ་མི་བྱང་བས། ཉོན་མོངས་རྒྱད་ལ་  
སྦྱེས་མ་ཐག་བདག་འདི་སྤྱི་ཀུན་ཏུ་བྱང་བར་བྱེད་པའི་དགྲ་བོ་དེ་འདི་ཡིན་  
ཡང་སྦྱུང་པ་བྱས་ལ་ཁོན་དུ་བཟུང་ནས་ཅུང་ཟད་ཀྱང་རྒྱན་འཁྱུད་དུ་མི་  
འཇུག་པར་འབྱུང་འཇོམས་བྱའོ། །གཤགས་ངན་མ་གྲོག་། ཅེས་པ་ནི། གཞན་  
གྱིས་རང་ལ་ཆོག་ངན་སྦྱ་བ་བྱང་བའི་ཆེ་དེའི་ལན་དུ་གཞན་གྱི་སྒོ་ལ་གཞོད་  
པའི་ཆོག་ངན་མི་སྦྱ་ཞིང་། ཉེས་པ་བྱང་ན་འདིས་ལན་ཞེས་མི་སྦྱ་བའོ། །འཕྲང་  
མ་སྦྱག་། ཅེས་པ་ནི། གཞན་གྱིས་གཞོད་པ་བྱས་པ་ཞེ་ལ་བཞག་ནས་གཞོད་  
པའི་ལན་མང་ལ་བའི་དུས་བྱང་ཅ་ན་གཞོད་ལན་འང་ལ་བ་དེ་སྤྲོད་བའོ། །

གནད་ལ་མི་དབབ། ཅེས་པ་ནི། མིའི་སྦྱོན་མཆང་ནས་འབྱུང་བ་དང་མི་  
མ་ཡིན་ལ་སྟོག་སྒྲགས་སྒྲོས་པ་སོགས་གཞན་གྱི་སེམས་ལ་གཞོད་པ་དུག་  
པོ་འབྱུང་བའི་ལས་མི་བྱའོ། །གཤགས་ངན་མི་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ནི་  
སོ་ཐར་གྱི་སྒྲོམ་པའི་བཅས་མཆམས་སྤང་ཚུལ་ལེགས་པར་ཤེས་ནས་

བསྐྱུངས་ན་དགག་སྒྲ་ཞིང་། འདིར་སྒོ་སྒྲོང་གི་དམ་ཚིག་ཏུ་གསུངས་པ་ནི་  
 ཉེས་པ་དེ་དག་གི་རྒྱུ་གྱིས་སྒོ་སྒྲོང་འཆོར་བའི་ཉེན་ཆེ་བས། ཉེས་པ་དེ་དག་  
 གིས་མ་གོས་པ་ལ་ལྷག་པར་དུ་སྒྲིམ་དགོས་པས་དམ་ཚིག་ཏུ་གསུངས་པ་  
 ཡིན་གྱི། སྒྲིར་ན་རྒྱལ་བའི་བསྐྱུངས་པ་ལ་ཞུགས་ཅམ་ཉིད་ནས་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་  
 བྱ་མི་རུང་བའི་ཉེས་པ་ཡིན་ཏེ། གཤེད་ཡང་སྒྲར་མི་གཤེད། ཁྲོས་ཀྱང་སྒྲར་མི་  
 ཁྲོ། བརྟེན་གས་ཀྱང་སྒྲར་མི་བརྟེན། །མཆོང་བྱས་ཀྱང་སྒྲར་མཆོང་མི་འབྱུ་བ་སྟེ།  
 འདི་དག་དགེ་སྒྲོང་གི་ཆོས་བཞི་ཡིན་པར་གསུང་། ད་ལྟ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་  
 དགེ་སྒྲོང་ཆོས་བཞི་ཞེས་འདོན་ཞིང་རྒྱུད་ལྟར་གྲགས་མོད། དེ་དག་གི་དོན་  
 ལ་རྟོག་དཔྱད་བྱེད་པ་ཆེས་ཉུང་ངོ་། །དེ་དག་གི་དོན་ལ་ལེགས་པར་བརྟགས་  
 བ་བདག་ལྟ་བུའི་དུས་མཐའི་དགེ་སྒྲོང་གི་གཟུགས་འཛིན་རྣམས་ནི་ཤིན་ཏུ་  
 རོ་གཞོང་སྟེ། ཉེས་པ་དེ་དག་སྒྲོང་བ་དང་མི་སྒྲོང་བ་ནི་དགེ་སྒྲོང་ཡིན་མིན་གྱི་  
 ཆོད་དུ་བཞག་པ་ཡིན་པས་ན་དགེ་སྒྲོང་ཆོས་བཞི་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ།།

དེ་ཡང་རང་གིས་གཞན་ལ་ཁྲོ་བ་དང་མཆོང་འབྱུ་བ་སོགས་ལྟ་ཅི་  
 སྟེས། གཞན་གྱིས་རང་ལ་ཁྲོ་བ་དང་མཆོང་འབྱུ་བ་བྱས་ཀྱང་དེའི་ལན་དུ་ཁྲོ་  
 བ་དང་མཆོང་འབྱུ་བ་བྱས་མེད་ཅིང་། དེ་ལྟར་མི་བྱ་བ་དེ་དགེ་སྒྲོང་གི་ཆོས་  
 ཡིན་གསུང་བའོ། །གཞན་ཡང་རང་ཅག་ད་ལྟ་བུའི་སྐྱེ་ལྟེན་ནའང་རྒྱབ་  
 ཡིག་ཏུ། བཟོད་པ་དཀའ་བྱུང་དམ་པ་བཟོད་པ་ནི། །མྱ་ངན་འདས་པ་མཆོག་  
 ཅེས་སངས་རྒྱས་གསུང་། །རབ་ཏུ་བྱུང་བ་གཞན་ལ་གཞོད་པ་དང་། །གཞན་  
 ལ་འཆོ་བ་དགེ་སྒྲོང་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པ་འདི་ངེས་པར་འདྲི་བ་ཡིན་མོད།

དེའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་གསུང་དེ་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་ལ་རྒྱས་  
འདེབས་པའི་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་བཀའ་ཉག་ཡིན་པས་འདི་ལས་རྣམ་པ་  
ཀུན་ནས་འདའ་ས་མེད་པས་ན་རབ་ཏུ་གནས་པའི་དོན་དུ་དེ་འདྲ་བ་ཡིན་ནོ། །

དེ་དག་ལ་ལེགས་པར་དཔྱད་ཤེས་ན་སྒྲིན་གྱི་དམ་པ་གོང་མ་རྣམས་  
གྱིས་ཉམས་ལེན་གྱི་ཡན་ལག་ཏུ་འདི་ལྟ་བུའི་དམ་ཆོག་གསུངས་པ་རྣམས་  
ལམ་གྱི་ངོ་བོ་གང་དུ་སོང་དང་། དེ་དག་ངས་པར་སྤྲད་དགོས་པ་དང་། མ་  
བསྐྱུངས་ན་ཉེས་པ་ཅིར་འགྱུར་བའི་གནད་རྣམས་ཤེས་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟ་  
བུའི་གནད་རྣམས་མ་ཤེས་པར་འདི་དག་ཐེག་ཆེན་སྒོ་སྤྲོད་སྒྲིམ་པ་པོའི་དམ་  
ཆོག་ཏུ་གསུངས་འདུག་པས་གཞན་གྱིས་སྤང་མི་དགོས་སྟུང་དུ་གོ་ན་ནོར་  
བ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ཞིང་ལམ་གྱི་གནད་ཐམས་ཅད་འཕྲུག་པར་འགྱུར་རོ། །མངོ་  
ཁལ་སྤང་ལ་མ་འགྱོ། ཞེས་པ་ནི། རང་ལ་འབབ་པའི་གཙུ་གལ་ལམ་ཁོག་ངན་  
གཡོ་སྐྱེའི་སྒོ་ནས་གཞན་ལ་བསྐྱར་བ་ཁོང་སྒྲིན་ཅན་གྱི་སྤྲོད་པ་དེ་ལྟ་བུ་སྤྲོད་  
བའོ། །མགྲོགས་ཀྱི་ཅེ་མ་གཏོང་། ཅེས་པ་ནི། རང་དང་གཞན་ལ་འོངས་སྤྲོད་  
ཐུན་མོང་དུ་ཡོད་པ་གཡོ་ཐབས་སྤྲོད་ཆོག་པ་ཀྱི་སྒོ་ནས་རང་གིས་ཐོབ་པར་  
བྱེད་པའི་བསམ་སྤྲོད་སྤྲོད་བའོ། །རང་ལ་འབབ་པའི་གཙུ་གལ་གཞན་ལ་  
གཡོ་ཐབས་གྱིས་བསྐྱར་བ་དང་། འོངས་སྤྲོད་ཐུན་མོང་བ་གཡོ་ཐབས་གྱིས་  
རང་གིས་ཐོབ་པར་བྱེད་པ་འདི་གཉིས་ནི་གཞན་ལ་གཡོ་སྐྱེ་བྱེད་པ་ཡིན་  
པས་རྣམ་པ་ཀུན་ནས་མི་རུང་ཞིང་གང་ཟག་སྤྲུས་བྱས་ཀྱང་རང་བཞིན་གྱི་ཁ་  
ན་མ་ཐོབ་ཡིན་པས་ཉེས་པ་ཁོ་ནར་འགྱུར་ཞིང་། ལྷག་པར་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་



ལམ་ལ་སློ་སློང་བ་རྣམས་ལ་ནི་སེམས་བསྐྱེད་ཉམས་པའི་རྒྱ་ནག་པོའི་ཆོས་  
 ལུ་འགྱུར་བས། དེ་ལྟ་བུའི་སློང་བ་ངན་པ་ལ་བྱན་ཤེས་བསྐྱེད་ནས་སློང་ངོ་། །  
 ལྟོ་ལོག་མི་བྱ། ཞེས་པ་ནི། སྤྱགས་རང་བཟང་བར་འདོད་ནས་གཞན་ལ་  
 འཕམ་ཁ་ལེན་པ་དང་། འདྲེ་གཏོན་ནམ་ནད་ཞི་བར་འདོད་ནས་སློ་སློང་བ་ནི་  
 ལྟོ་བཅོས་དང་འབྲ་བས་དེ་ལྟ་བུའི་རང་འདོད་སྤང་བར་བྱའོ། ཆོན་ཅིག་གི་  
 རྣམ་ཏྲིག་ལ་གཏོང་ལེན་སྒྲིམ་པ་འདི་རང་གི་ནད་གཏོན་ཞི་བའི་ཐབས་ཅམ་  
 དང་། གཞོད་བྱེད་ལ་ལུས་གཏོང་བའི་སློ་སློང་བ་འདི་འདྲེ་གཏོན་ལ་ཕན་པའི་  
 ཐབས་ཅམ་ཞིག་ཏུ་གོ་བ་འོང་སྟེ། དེ་ཙམ་ཏུ་སོང་ན་བོན་བྱེད་པ་དང་ཁྱད་  
 མེད། ཆོས་བྱ་བ་ཉོན་མོངས་པའི་གཉེན་པོར་འགྲོ་བ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན་  
 གསུང་། ལྟ་བུད་དུ་མི་དབབ། ཅེས་པ་ནི། འཇིག་རྟེན་གྲིམ་པ་རྣམས་རང་གི་  
 ལྟ་མ་མགུ་ནས་རང་ལ་གཞོད་པ་བྱས་ན་ལྟ་བུད་དུ་བབ་ཟེར་བ་ལྟར། སློ་  
 སློང་གི་སྒྲིམ་ནས་ང་རྒྱལ་དང་སྒྲིམ་སེམས་ཆེན་པོ་བྱས་ན་ཆོས་ཆོས་མིན་དུ་  
 སོང་བ་ཡིན། སློ་སློང་གིས་རང་རྒྱུད་འདུལ་དགོས་པ་ཡིན་གསུང་། འདི་ནི་  
 ཤིན་ཏུ་འབྱུང་ཉེ་བས་ཞིབ་ཏུ་བརྟག་དགོས་ཏེ། ཐོག་མར་ཆོས་སྒྲིམ་འཇུག་  
 པའི་ཆེ་ན་ཡང་བས་གོས་རྟེན་སྤྱོད་བར་བསམ་སྟེ་འཇུག་པ་དང་། ལྷགས་ནས་  
 ཐོས་བསམ་སྒྲིམ་གསུམ་གང་བྱེད་ཀྱང་ཆེ་འདིའི་ཕུན་ཆོགས་རེ་ཐོབ་ཏུ་རེ་  
 ནས་བྱེད་པ་དང་། དབེན་པར་སོང་སྟེ་སྒྲིམ་པའི་ཆེ་ཡང་ཆེ་མཇུག་ལ་རྟེན་  
 བཀྱར་སྟེན་གསུམ་རེ་འོང་དུ་རེ་ནས་སྒྲིམ་པ་དང་། དུལ་དེའི་གཞི་བདག་རེ་  
 དབང་དུ་འདུས་ན་མི་ཞོར་བས་གསུམ་འཛོམ་པ་ཞིག་ཡོང་དུ་རེ་ནས་གཉན་

སར་གཙོད་བྱེད་པ་དང་། གྲོང་ཁྱོད་དུ་རྒྱ་བའི་ཆེ་རིམས་ནད་མི་འགོ་བ་དང་  
གཞན་ལ་སྤྱང་བ་དང་དབང་བསྐྱར་བ་དང་བགོགས་སྒྲོད་པ་དང་ནད་ཞི་བའི་  
ཐབས་ལ་པན་དུ་རེ་ཞིང་། བསམ་བའི་སྤྲུགས་ཆེ་འདིའི་སྤྱན་ཆོགས་ལ་  
དམིགས་ནས་གཏོང་ལེན་སྒྲོམ་པར་བྱེད་པ་དང་། རང་གཞན་གྱི་རྒྱུན་སྒྲོག་  
ལ་ངག་རྒྱས་ཐོན་པ་ཞིག་འོང་དུ་རེ་ནས་སྒོ་བོའི་སྤྲུགས་སྒྲོ་བར་བྱེད་པ་  
སོགས་ལྟ་བུ་དུ་བབས་པ་ལྟ་བུ་ཆེས་མང་བས་ཞིབ་ཏུ་བརྟག་པ་གལ་  
ཆེན་།

མདོར་ན་སྒྲོ་སྒྲོང་སྒྲོམ་པ་པོས་ཅི་བྱེད་ཐམས་ཅད་རང་རྒྱུད་འདུལ་  
བའི་ཐབས་སུ་བྱེད་ཅིང་རང་ཉིད་ཀྱན་ལས་དམའ་བར་འཛིན། གཞན་བཟང་  
ངན་འབྲིང་གསུམ་ཐམས་ཅད་གོང་དུ་ཁུར་ཏེ་བཟན་ཁོལ་གྱི་བྱ་ལྟ་བུ་ཉམས་  
དམའ་བའི་སེམས་དང་ས་ལ་བཏིང་བའི་སྤྱན་ལྟ་བུར་རྣམ་པ་ཀྱན་ནས་དམའ་  
ས་འཛིན་པ་ཞིག་དགོས་གསུང་། སྒྲིད་གྱི་ཡན་ལག་ཏུ་སྤྲུག་མ་ཆོལ། ཞེས་པ་  
ནི། རང་གི་ཉི་དུ་དང་གྲོགས་མཆེད་ལ་སོགས་པ་ཤི་ན་དེ་དག་གི་ཟས་ནོར་  
དང་སྤྲེགས་བམ་ལ་སོགས་པ་ང་ལ་ཡོང་། ཡོན་བདག་ལ་ན་ཆ་ཤི་ཆད་བྱུང་  
ན་ཆོགས་གསོག་ཡོང་། རང་དང་མཉམ་པོའི་སྒྲོམ་ཆེན་ཤི་ན་ང་གཅིག་བྱ་ལ་  
སྤྱོད་བསོད་ཡོང་། དག་ཤི་ན་གནོད་བྱེད་མི་ཡོང་བས་ང་འཆེངས་སྤམ་པ་ལྟ་བུ་  
རང་སྒྲིད་པའི་ཐབས་སུ་གཞན་སྤྲུག་པར་འདོད་པ་སྤང་ངོ་། །དབེན་པའི་  
གནས་སུ་གནས་པ་རྣམས་ལ་དོད་སྤྱུས་སྒོག་ལ་གནོད་པ་བྱེད་པའི་དག་  
མ་བྱུང་ཡང་། གྲོགས་ནང་པན་ཚུན་ལ་ཚུལ་མིན་ཡིད་བྱེད་གྱི་རྣམ་ཏོག་གིས་

དགྲ་འཛིན་པ་ནི་འབྱུང་ཉི། དེའི་ཆེ་འགའ་ཞིག་ལ་དགྲ་བ་བྱུང་། འགའ་  
 ༡ ཞིག་ལ་ཉི་བར་བ་བྱུང་སྟེ། ཁོང་ཆོ་དང་དེ་ཆོ་ཞེས་སྟོགས་རིས་སུ་གཙོད།  
 དེ་ལ་བརྟེན་ནས་དགེ་འདུན་གྱི་སྡེ་འབྲུག་འབྱུང་། དགེ་འདུན་གྱི་སྡེ་འབྲུགས་  
 ༢ ན་རྣམ་པར་སྦྱིན་པ་ཤིན་ཏུ་ཆ་བས་ཆེ་བར་གསུངས་ཏེ། སྡོན་གྱི་དམ་པ་གོང་  
 ༣ མ་རྣམས་ཀྱི་ཞལ་ནས། དགེ་འདུན་གྱི་སྡེ་འབྲུགས་པའི་ཆེ་གང་འབྲུག་པ་  
 ༤ བྱེད་པ་དེ་རྣམས་མནར་མེད་དུ་འགྲོ་བ་ལྟ་ཅི་སྟོས། ས་དེར་གནས་པའི་སྟོག་  
 ༥ ཆགས་གཞན་རྣམས་ལའང་ཁོང་ཁོ་རྒྱས་ཏེ་དཔྱལ་བར་འགྲོ་བ་དང་། གནས་  
 ༦ དེ་ས་ཆོག་པ་ཞེས་བྱ་བར་འགྱུར་གསུང་། དེ་ནི་ས་ཆོག་པ་ལ་སྦྱ་གུ་མི་སྦྱེ་བ་  
 ༧ བཞིན་དུ་སྡེ་འབྲུག་བྱས་པའི་ས་དེར་ཡང་སྦྱབ་པ་བྱས་ཀྱང་འབྲས་བུ་གསར་  
 ༨ དུ་ཐོབ་པ་མི་འབྱུང་བར་གསུངས་ཏེ། འདུལ་བ་ལུང་ལས་ཀྱང་ལྷས་བྱིན་  
 ༩ གྱིས་དགེ་འདུན་གྱི་དབྱེན་བྱས་པའི་ཆེ་སྟོང་གསུམ་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་  
 ༡༠ འདིར་སྟོག་ཆགས་སུའི་རྒྱད་ལའང་དགེ་བའི་སེམས་མ་སྦྱེས་པ་གསར་དུ་  
 ༡༡ སྦྱེ་བའི་རྒྱན་ཆད་པར་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

དེས་ན་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བརྗོད་གྱིས་མི་ལང་བའི་རྣམ་པར་སྦྱིན་པ་  
 ༡ རབ་ཏུ་ཆ་བ་སྟོང་དགོས་པའི་ལས་ཆ་བས་པོ་ཆེ་དེ་འདྲ་བ་ལ་ནི་སྟོག་གི་  
 ༢ ཕྱིར་ཡང་མི་འཇུག་ཅིང་། དེ་འདྲ་བའི་ཀུན་སྟོང་གི་བསམ་པ་སྤྲོ་མོ་ཅམ་ཡང་  
 ༣ བཀག་ནས་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུའང་དེ་འདྲ་བའི་ལས་ཆ་བས་པོ་ཆེ་  
 ༤ གསོག་པར་མ་གྱུར་ཅིག་ཅེས་སྟོན་ལམ་གདབ་པོ། །སྡོན་དགེ་བཤེས་  
 ༥ གསལ་ཤེ་ཟེར་བ་སྡེ་སྟོན་ཐམས་ཅད་ལ་སྦྱངས་པའི་མཁས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་

དེས་ན་མ་ཞིག་ན་སྡེ་འབྲུག་གི་དཔོན་བྱས་པས། དགེ་བ་ཤེས་པོ་རྟོ་བའི་ཞལ་  
ནས་ངའི་གསལ་ཤེ་ལོ་གསུམ་གྱིས་ཤེ་བ་འགྲུངས། ཁོ་དེའི་གོང་དུ་ཤེ་ན་སྡེ་  
སྤྲོད་གསུམ་པ་ཞིག་ཤེ་བ་ཡིན་པ་ལ་གསུང་། ཡང་དགེ་བ་ཤེས་པོ་རྟོ་བ་ཟུ་  
ངན་ལས་འདའ་ཀར་དགེ་འདུན་པ་རྣམས་ལ་ཞལ་གདམས་གནང་བ་ནི། རང་རེ་  
གཏོར་མ་ཆེན་པོ་ཞིག་བཞེང་སྟེ་མནའ་ཞིག་བསྐྱུག་དགོས་པ་ཡོད་དེ་མ་  
བྱུང་། ད་ཕྱིན་ཆད་སྤྱུག་ཏུ་འཇུག་མཁན་ཆེ་འདིའི་རྣམ་རྟོག་ཡིན་པས་དེ་མི་  
འཁོར་རྒྱུ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་དུང་ལ་རྟུལ་ཕྱིས་པ་བཞིན་འོར་བྱེད་ལ་  
གཏོང་བ་དེ་དགེ་འདུན་གྱི་སྡེ་འབྲུག་འདི་ཡིན་ལོ་གསུང་། དེ་ལྟ་བུའི་གནད་  
རྣམས་བསམས་ནས་སྤྱིར་སེམས་ཅན་སྤྱུ་ལའང་ངན་སེམས་མི་སྦྱེད་ཅིང་  
རྣམས་པ་ཀྱན་ནས་གང་པན་དང་། ལྷག་པར་རང་གི་མིག་ལམ་དུ་སྒྲུང་བའི་  
གྲོགས་ཆོས་མཛད་རྣམས་ལ་དག་སྒྲུང་དང་གྲུས་པ་ཅི་སྦྱེ་བུའོ།། བདུན་པ་སྒོ་  
སྤྲོད་གི་སྒོ་བ་བྱ་ལ་སྒོ་བ་ཚུལ་

བདུན་པ་སྒོ་སྤྲོད་གི་བསྐྱེད་བྱ་ལ་ཉེར་གཉིས་གསུངས་ཏེ། དེ་ལ་རྣལ་  
འབྱོར་ཐམས་ཅད་གཅིག་གིས་བྱ། ཞེས་པ་ནི། བས་གོས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་ལ་  
སོགས་པ་ཐམས་ཅད་གཞན་པན་གྱི་སེམས་འབའ་ཞིག་གིས་བྱེད་པ་སྟེ།  
བས་བ་བའི་ཆེ་བས་ཀྱི་རྒྱ་སྐྱབ་པ་དང་བས་རང་གི་ངོ་བོ་དང་བོས་བེན་པའི་  
ཆེ་མི་གཙང་བའི་རང་བཞིན་དུ་འགྱུར་བ་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ནད་དུ་མ་  
བསྦྱེད་པ་སོགས་བས་ཀྱི་ཉེས་དམིགས་རྣམས་བྲན་པར་བྱས་ནས་སྤྱེད་པའི་  
སྒོ་བཀག། ཁྱོས་སྐྱབ་པའི་རྟེན་ལུས་འདི་གནས་པ་འབའ་ཞིག་གི་ཆེད་དང་།



བཀྲེས་པའི་ནད་བསལ་བའི་སྤྱིར་དུ་བསྟེན་པ་སྤྲོད་ཀྱི་འདུ་ཤེས་འཛོག་པ་  
 སོགས་འདུལ་བ་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་བྱ་དགོས་ཤིང་། འདིར་དེ་ཙམ་གྱིས་  
 མི་ཆོག་པར་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་གནད་དང་མཐུན་པའི་བསམ་པའི་  
 འབྲེར་སོ་ཞིག་དགོས་པས། རང་གི་ལུས་ཀྱི་ནད་ན་སྤྱིར་བྱ་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་  
 ལྟོང་ཡོད་པར་གསུངས་པས་དེ་དག་གསོ་བའི་སྤྱིར་བྱ་སྤྲོད་པ་དང་། སྤྱིར་བྱ་  
 དེ་དག་ད་ལྟ་བུར་བྱེད་གིས་བསྐྱུས་ནས་མ་འོངས་པ་ན་ཆོས་ཀྱིས་པན་  
 བཏགས་ཏེ་སྤྱིར་བྱོལ་ལ་འགོད་པར་བྱའོ་སྤྲོད་པ་དང་། རང་ལ་བས་དེ་དངོས་  
 ལྟ་སྟེར་བའི་སྤྱིར་བྱ་པ་པོ་རྣམས་དང་། གང་ལས་བྱུང་བའི་སྤྱིར་བྱ་པའི་བདག་པོ་  
 རྣམས་ལ་པན་གདགས་པར་བྱའོ་སྤྲོད་པ་དང་། རང་གི་ལུས་འདི་སངས་  
 རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ལ་བྱན་དུ་སྤྱུལ་ཞིང་མ་གྲན་  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བྱིན་པ་ཡིན་པས་རང་དོན་དུ་གང་ཡང་བྱ་དབང་  
 མེད། སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་རྣམས་ལ་མཆོད་པའི་དོན་དང་མ་གྲན་  
 སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་དོན་དུ་སྤྲོད་པའི་བྱང་ཆུབ་བསྐྱུབ་པའི་སྤྱིར་ལུས་  
 འདི་གསོ་སྤྲོད་དུ་བཟའ་བར་བྱའོ།

དེ་ལྟར་བྱས་ན་བསམ་ཁམ་རེ་ཐོས་པས་ཀྱང་ཆོགས་དཔག་མེད་རྫོགས་  
 པར་འགྱུར་བས་འདི་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཐུན་མོང་མིན་པའི་ཐབས་མཁས་  
 ཀྱི་འབྲུལ་མད་དུ་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །དེས་མཆོན་ནས་ཆོས་གོས་གྲོན་པ་ཁྱས་  
 བྱེད་པ་སོགས་སྒོ་གསུམ་གྱི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་སེམས་དེ་ལྟར་དུ་བསྐྱེད་  
 པར་བྱའོ། །ལོག་གཞོན་ཐམས་ཅད་གཅིག་གིས་བྱ། ཞེས་པ་ནི། སྒོ་སྒྲོང་

བསྒྲོམས་པས་ལུས་ལ་ན་ཆ་དང་འབྲེ་གཏོན་གྱི་གཞོན་པ་དང་མི་སྒྲུང་བ་དང་  
 རང་གི་ཉོན་མོངས་པ་ཆེར་སོང་བ་ལ་སོགས་པ་བྱུང་ནས་སྒྲོ་སྒྲུང་སྒྲིང་མི་  
 འདོད་པ་བྱུང་ན། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ན་བདག་གི་ཉེས་པ་འདི་ལྟ་བུ་བྱུང་  
 བའི་སེམས་ཅན་མང་པོ་ཡོད་པས་དེ་རྣམས་སྒྲིང་རེ་རྗེ་སྒྲུམ་དུ་བསམས་ནས་  
 དེ་དག་གི་ཉེས་པ་དེ་རྣམས་བདག་ལ་འདུས་པར་གྱུར་ཅིག་སྒྲུམ་དུ་བསམ་  
 བེད་གཏོང་ལེན་བསྒྲོམ་པར་བྱའོ། །དེ་ཡང་སྒྲོ་སྒྲུང་འདི་ལ་ཉམས་ལེན་སྒྲིང་  
 པོར་བྱས་པས་རེ་ཤིག་ནད་གཏོན་གྱི་འཆེ་བ་སོགས་མང་བ་དང་། ལྷག་པར་  
 རང་གི་ཉོན་མོངས་ཆེར་སོང་བ་ལྟ་བུ་བྱུང་ན་དེ་ནི་སྒྲོན་མིན་གྱི། ཡོན་ཏན་  
 འབྱུང་བའི་སྒྲུ་ལྟས་ཏེ། མེ་ཆེན་པོ་འབྱུང་བའི་སྒྲུ་ལྟས་སུ་དུ་བ་ཆེན་པོ་འབྱུར་  
 བ་ལྟར། སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་དབྱུད་ནས་བསྐྱུངས་པས་རང་གི་  
 ཉོན་མོངས་པ་བག་ལ་ཉལ་བ་རྣམས་ལངས་པའམ། བལ་ཆེར་ནི་སྒྲུར་དགོ་  
 སྒྲུར་ལ་མ་འབད་པའི་དུས་འདུ་འཇིའི་ནང་དུ་བག་མེད་གཡེང་བར་གནས་  
 པའི་ཆེ་ཉོན་མོངས་དང་རྣམ་རྟོག་གང་ཡང་ངོས་མ་བེན་པར་ཆུ་བོའི་རྒྱན་  
 བཞིན་གཡེང་བས་སྤྱོད་བ་ལ། དབེན་པའི་གནས་སུ་གཅིག་ཏུ་གནས་ཏེ་  
 དགོ་སྒྲུར་ལ་འབད་ཅིང་རང་གི་སེམས་ལ་བརྟགས་པའི་ཆེ་ཉོན་མོངས་པ་རི་  
 ལྟར་སྒྲེ་ཤེས་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཆེ་སྒྲུ་མ་ལ་གསོལ་བ་ཤུགས་དག་ཏུ་གདབ་  
 ཅིང་། དགྲ་མི་ཤ་བོ་ལག་ཏུ་བེན་པ་ལྟར་ཉོན་མོངས་ངོས་བེན་པ་དེ་ཉིད་གྱི་  
 གཉེན་པོ་འབད་ནས་བསྒྲེན་ཅིང་ལྷག་པར་གཏོང་ལེན་དག་ཏུ་བསྒྲོམ་མོ། །  
 འདི་ལྟ་བུའི་གནད་མ་ཤེས་པར་དབེན་པར་བསྐྱད་པས་སེམས་གཡེང་དུ་

འགྲོ་བ་འདྲ་ཞིག་དང་དགེ་སྦྱོར་བྱས་པས་སེམས་ངན་དུ་འགྲོ་བ་འདྲ་ཞིག་ཏུ་  
མཐོང་ནས། དབེན་པའི་གནས་སུ་ཉམས་ལེན་བྱེད་པ་བོར་ཏེ་ཁ་ཏྲོན་སོགས་  
དགེ་སྦྱོར་གཞན་ལ་འབད་སྟོབྱེད་པ་ནི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁ་དང་གས་ལ་གྲོག་  
ཁ་ནང་དུ་བྱུང་བ་ལྟེས་འཕྱལ་བེར་བ་དེ་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །ཐོག་མཐའ་གཉིས་  
ལ་བྱ་བ་གཉིས། ཞེས་པ་ནི། སྤྱི་ཚེ་ཆེ་དེ་རིང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་  
ཆེ་རྣམ་པ་གཉིས་ཀྱི་དམིགས་རྣམ་དང་མི་འབྲལ་བར་བྱའོ་སྟེ་སྟེ་པའི་འཕེན་  
པ་བཏང་ནས། ཉིན་པར་གྱི་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ་དེ་བཞིན་དུ་བྱ་བེས་ཀྱིས་  
བེན་པར་བྱས་ལ། དགོངས་མོ་ཉལ་བ་ན་ཉིན་པར་གྱི་སྦྱོད་པ་རྣམས་ལ་  
བརྟགས་ཏེ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་འགལ་བ་བྱུང་འདུག་ན་བདག་ལ་  
མངན་བགྱང་ཞིང་བཤགས་པ་བྱས་ལ་སྤྱིས་དེ་ལྟ་བུ་མི་འབྱུང་བར་བྱ་བའི་སྟོ་  
བསྐྱེད། མ་འགལ་འདུག་ན་དགའ་བ་བསྐྱོམས་ཏེ་སྤྱིས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་བྱའོ་  
སྟེ་པ་དུ་བསམ་མོ། །

དེ་ཡང་ཐོ་རིངས་ལངས་མ་ཐག་ནས་བཟུང་འཕེན་པ་གཏོང་ལུགས་ཇི་  
ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་ནི་སྤྱར་ཞིབ་ཏུ་བཤད་བེན་ཅིང་སྦྱོད་ལམ་ཐམས་ཅད་དུ་ཇི་  
ལྟར་འཕེན་པ་བཏང་བ་ལྟར་སྤྱར་མ་བྱུང་ལེགས་པར་བརྟག་ཅིང་། ལྟག་པར་  
ནམ་གྱི་ཆ་སྦྱོད་འདས་ནས་ཉལ་བ་ལ་མངོན་དུ་སྤྱོད་པའི་ཆེ་ཉིན་པར་གྱི་  
བྱ་བ་རྣམས་ལ་ལེགས་པར་བརྟགས་ནས་འཕེན་པ་བཏང་བ་ལྟར་ཅི་བྱེད་སྟོ་  
སྦྱོང་འདི་དང་མཐུན་པ་ཞིག་བྱུང་འདུག་ན་དགའ་བ་བསྐྱོམ་ཞིང་། སྤྱི་མ་དམ་  
པ་དང་མཇུག་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་ཆང་ལ་མ་ནོར་བ་ཐོབ། དབེན་པའི་

གནས་སྤྱི་འདས་པ་དོན་དང་ལྡན་ཞེས་རང་གིས་རང་ལ་གཟེངས་བསྟོད་དང་  
སྒོ་བ་བསྐྱེད་ཅིང་ཕྱིས་ནས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་བུའོ་སྒྲུལ་དུ་འདུན་པ་བསྐྱེད།  
ཆོས་དང་འགལ་བ་བྱུང་འདུག་ན་སྒྲུལ་དང་མཇུག་ཆོས་འདི་འདྲ་ཐོབ་ཀྱང་བྱ་  
བ་འདི་བཞིན་དུ་བྱེད་པ་སྟོང་འདྲ་ཡོང་བ་སྒྲུལ་དུ་རང་གིས་རང་ལ་སྒྲུབ་པ་  
ཆར་བཅད་འགྱོད་བཤུགས་བྱ་བ་དག་བའི་བཤེས་གཉེན་བསྟན་གྱི་ཕྱག་  
ལེན་ལྟར་བསྐྱབ་སྟེ། ཁོང་ཉོན་མོངས་པ་དང་འཐབ་པའི་དུ་སྤྱི་ཆེད་བཀྱར་  
འདོད་པའི་སྒོ་སོགས་སྐྱེས་པ་ན་ཕྱག་གཡས་པས་གཡོན་པ་འཐེན་གྱིན་  
དབན་གྱང་རྒྱལ་གསུངས་ནས་ངན་བརྗོད་མང་དུ་བྱས་ཏེ་རང་གིས་རང་ཆར་  
གཅོད། ཉོན་མོངས་པ་ཚུང་ཉལ་བ་བྱུང་ན་དག་སྟོང་ཚུལ་བྲིམས་རྒྱལ་བ་  
གསུངས་ནས་ཕྱག་གཡོན་པས་ཕྱག་གཡས་པ་ནས་འཐེན་གྱིན་རང་ལ་སྒོ་བ་  
བསྐྱེད་པར་མཇུག་དོ། །གཉིས་པོ་གང་བྱུང་བཅོད་པར་བྱ། ཞེས་པ་ནི། འཁོར་  
དང་ལོངས་སྟོང་ལ་སོགས་པ་ལུན་སུམ་ཆོགས་པ་བྱུང་ན་དེས་མ་དེགས་  
པར་དེ་དག་སྒྲུལ་ལྟ་བུར་ཤེས་པ་དང་གཞན་ལ་པན་པའི་ཐབས་སྤྱི་ཅི་འགྱུར་  
བྱ། ཤིན་ཏུ་རྒྱད་དེ་འོག་ནས་འགྲོ་བ་ཚུལ་ས་མེད་པ་བྱུང་ན་འང་དེ་ཡང་སྒྲུལ་  
ལྟ་བུར་ཤེས་པ་དང་གཞན་གྱི་རྒྱད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བདག་ལ་ལེན་པའི་སྒོ་  
ནས་ཁྱུ་པ་མེད་པར་བྱའོ། །

ད་ལྟ་རང་ཅག་ཅུང་ཐད་རེ་འགྱོར་ན་དེ་མི་བཅོད་པར་ཆོང་བུན་བསྐྱེད་  
དག་འདུལ་གཉེན་སྟོང་གཡོག་འཁོར་གྱི་འདུ་ལོང་སྒྲུལ་ཆོགས་བསྐྱབ་ཅིང་།  
གཞན་ལས་མགོ་གང་གིས་ཅི་མཐོ་དང་གོམ་གང་གིས་ཅི་མགྱོགས་བྱེད།



སྐྱོད་པ་ངན་པ་འཇིག་རྟེན་པ་དག་ཀྱང་ཡ་ངར་བྱེད་པའི་གནས་དག་ལ་འང་  
 འདུག་པ་ཞིག་འོང་འདུག་པས་འབྱོར་པ་བཅོད་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་བཀའ། །དེ་ལ་  
 དགོངས་ནས་སྟོན་པ་བྱུགས་མེ་ཅན་དེ་ཉིད་ཀྱིས་དག་སྟོང་རྣམས་ལ་ཐ་ན་  
 གསེར་དངུལ་ལ་ལག་རྟེག་པ་ཙམ་ཡང་བཀའ་ཅིང་། ཆོས་གོས་ལྷག་པོ་རེ་  
 ཙམ་ཡང་བྱིན་རྒྱུ་མ་གྱུས་པར་བཅད་དུ་མི་རུང་བ་དང་། རྒྱལ་པོའི་པོ་  
 བྱང་སོགས་ལ་འབྱོར་མི་རུང་བའི་བསྐྱབ་བྲིམས་བཅའ་བར་མཛད་དོ། །ཡང་  
 ཅུང་ཟད་རེ་རྒྱད་ན་ཡི་ཆད་ཅིང་ཁུམ་ནས་ང་འབྲ་བས་དག་སྟོར་ག་ལ་འོང་  
 སྟམ་དུ་དག་སྟོར་བཞོལ་བ་ནི་སྟོ་སྟོང་འདིའི་ཉམས་ལེན་གྱི་གནད་མ་ཤེས་  
 པ་ཡིན་ཏེ། འབྱོར་པ་བྱུང་ན་དེ་རྒྱ་མཆོན་དུ་བྱས་ཏེ་སྟོ་སྟོང་བསྟོམ། བད་  
 ཀྱིས་མནར་བ་དང་ཟས་གོས་ཀྱིས་སྟོངས་པ་སོགས་རྒྱད་པར་བྱུར་ན་ཡང་  
 དེ་རྒྱ་མཆོན་དུ་བྱས་ཏེ་སྟོ་སྟོང་སྟོམ་པ་ལ་ལྷག་པར་འབྱས་པ་ཞིག་དགོས་  
 པས། འབྱོར་རྒྱད་དང་མཐོ་དམའ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞིག་བྱུང་ན་ཡང་གཏོང་ལེན་  
 གཉིས་ཀྱི་སྟོ་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འཕེལ་བའི་རྒྱུ་ཁོ་ནར་  
 བསྐྱར་བ་བཀའ་གདམས་ཀྱི་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་ལྟར་བསྐྱབ་པོ། །དག་  
 བཤེས་སྟོན་པ་དུས་ཏྲག་ཏུ་ཆོས་བརྒྱད་མགོ་སྟོམས་པར་མཛད་ཅིང་། རྩ་  
 སྐྱོང་གི་ཤུགས་གསེབ་ན། འཇིག་རྟེན་མཁྱེན་པ་རྟེན་དང་མ་རྟེན་དང་། །བདེ་  
 དང་མི་བདེ་སྟན་དང་མི་སྟན་དང་། །བསྟོད་སྦྱད་ཅེས་བཟྱི་འཇིགས་རྟེན་ཆོས་  
 བརྒྱད་པོ། །བདག་གི་ཡིད་ཡུལ་མིན་པར་མགོ་སྟོམས་མཛོད། ཅེས་གསུངས་  
 བཞིན་སྟོམ་པར་མཛད། རེས་འགའ་འཇིག་རྟེན་མཁྱེན་པ་ཞེས་འགོ་སྟོམ་

ཅམ་རེ་མཛད། རེས་འགའ་མགོ་སྟོམས་མཛོད་ཅེས་བྱ་བ་གསུངས་ནས་  
མགོ་སྟོམས་པར་མཛད། རེས། བདག་ནི་གོལ་བ་དོན་གཉིས་ལ། །ཉིད་དང་  
བཀྱར་སྟེས་འཆིང་མི་དགོས། །གསུང་ཞིང་མགོ་སྟོམས་པར་མཛད་སྐད།

དེ་དག་ནི་རེས་འབྱུང་དང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་སྒོ་ནས་ཆོས་བརྒྱད་  
མགོ་སྟོམས་ཚུལ་ཡིན་ལ། ལྟ་བུའི་སྒོ་ནས་ཆོས་བརྒྱད་མགོ་སྟོམས་ཚུལ་ནི།  
སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་གནས་ལུགས་ཟབ་མའི་དོན་ལ་དབྱུང་ཅིང་  
བསམས་ན་འབྱོར་བྱུང་བདེ་སྤྱད་སྟན་མི་སྟན་བསྟོན་སྤྱད་ཐམས་ཅད་མིང་  
ཅམ་དང་། སྒོ་ལ་སྤྱང་ཅམ་མ་གཏོགས་བདེན་པར་བྱུང་བ་རྒྱལ་ཅམ་ཡང་  
མེད་པར་བསམས་ནས་ཆོས་བརྒྱད་མགོ་སྟོམས་ཤིང་། དོན་དེ་ལྟར་མ་  
རྟོགས་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བྱམས་སྤྱིང་རྗེ་བསྒོམ་མོ། །གཉིས་པོ་སྟོག་  
དང་བསྟོས་ལ་བསྐྱུང་། ཞེས་པ་ནི། ཆོས་སྤྱིའི་དམ་ཆིག་དང་། བྱང་པར་སྒོ་  
སྤྱོད་གི་དམ་ཆིག་གཉིས་མེད་ན་འདི་སྤྱིའི་བདེ་བ་གང་ཡང་མི་འབྱུང་བས།  
དམ་ཆིག་དེ་གཉིས་སྟོག་ལས་ཀྱང་གཅེས་པར་བསྐྱུང་བར་བྱའོ། །

དེ་ཡང་རང་གིས་རི་ལྟར་ཁས་སྤངས་པའི་སྟོམ་པ་གསུམ་གྱི་བཅས་  
མཆམས་ལ་བླན་ཤེས་ནར་མར་བསྟེན་ན་ཉིས་སྟོན་ཐམས་ཅད་རང་ཤུགས་  
ཀྱིས་འགག་ཅིང་། ཉམས་ལེན་གྱི་གནད་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཆང་ནས་འོང་བས་  
རྩ་བ་ཐོར་ནས་ཡལ་ག་འཆོལ་བའི་ངལ་བ་མི་བྱ་བར་ཉམས་ལེན་གྱི་གནད་  
འགག་འདི་ལྟ་བུ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །དཀའ་བ་གསུམ་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱ།  
ཞེས་པ་ནི། ཉོན་མོངས་པ་སྦྱེས་པ་ན། །དང་པོར་བླན་པར་དཀའ། བར་དུ་སྒྲོག་

པར་དཀའ། ཐ་མར་རྒྱན་གཙོང་པར་དཀའ་བས། དང་པོ་ནམ་སྐྱེས་པ་ན་ངོས་  
 ཟེན་པར་བྱས་ལ་བཀག་ཅི་ཐུབ་བྱ། བར་དུ་གཉིན་པོའི་སྟོབས་བསྐྱེད་ནས་  
 སྟོང་། མཐར་ཕྱིས་མི་འབྱུང་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་འབད་པར་བྱའོ། །དེ་ཡང་ཉོན་  
 མོངས་སྐྱེས་མ་ཐག་རྒྱན་འབྱུང་དུ་མི་གཞུག་པར་འབྱུང་འཛོམས་བྱས་ཏེ་  
 འགོག་དགོས་ཀྱི། ཉོན་མོངས་སྐྱེས་མ་ཐག་མ་བཀག་པར་རྒྱན་འཕེལ་ཞིང་  
 ཚུལ་མིན་ཡིད་བྱེད་ཀྱིས་གསོས་འདེབས་པར་སོང་ན་ཉོན་མོངས་སྟོབས་  
 རྒྱས་ནས་འགོག་པ་ཤིན་ཏུ་དཀའ་བས། རབ་ཏུ་ཉོན་མོངས་སྐྱེ་བའི་རྒྱུ་ཉི་  
 བ་ན་བློ་ཤེས་སྟོབས་ཆེན་བསྐྱེད་དེ་ཉོན་མོངས་སྐྱེར་མི་འཇུག། །བརྒྱལ་  
 སྐྱེས་ནའང་དེ་མ་ཐག་འགོག་ཅི་ཐུབ་བྱའོ། །དེ་ལྟ་བུ་འོང་བ་ལ་ནི་དུས་སྐབས་  
 ཀུན་ཏུ་ཉོན་མོངས་པའི་ཉེས་དམིགས་བློ་པར་བྱས་ནས་སྐྱོན་དུ་བལྟ་ཞིང་  
 སྤར་བྱུང་པ་རྣམས་ལ་འགྲོད་སེམས་དང་། ཕྱིན་ཆད་མི་བྱེད་པའི་སྡོམ་  
 སེམས་ཡང་ཡང་བསྟེན་པ་གནད་དམ་པ་ཡིན་ནོ། །རྒྱ་ཡི་གཙུག་པོ་རྣམ་གསུམ་  
 ཟུང་། ཞེས་པ་ནི། ཆོས་སྐྱབ་པའི་རྒྱུའི་གཙུག་པོ་སྤྲུལ་དམ་པ་དང་མཇུག་པ་  
 དང་། རང་གི་སྒོ་ལས་སུ་བྱུང་བས་ཆོས་ཚུལ་བཞིན་དུ་ཉམས་སུ་འོངས་པ་  
 དང་། ཆོས་སྐྱབ་པ་ལ་དགོས་པའི་མཐུན་རྒྱུ་འཛོམས་པ་སྟེ། དེ་གསུམ་རང་  
 ལ་ཆང་ན་དགའ་བ་བསྐྱོམ་ཞིང་། གཞན་ལའང་དེ་གསུམ་ཆང་བར་སྟོན་ལམ་  
 གདའ། རང་ལ་དེ་གསུམ་མ་ཆང་ན་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ནས་བདག་ལྟར་  
 རྒྱུའི་གཙུག་པོ་གསུམ་མ་ཆང་བས་ཆོས་རྣལ་མ་མ་བྱུང་བ་མང་པོ་ཡོད་པས་དེ་  
 རྣམས་རེ་སྟོང་རྗེ་སྟོམ་དུ་བསམས་ལ། དེ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་གསུམ་མ་ཆང་བའི་

ཉེས་པ་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་སྒྲིན་ནས་དེ་དག་ལ་རྒྱ་གསུམ་ཆང་བར་གྱུར་  
 ཅིག་སྟུང་དུ་ཞེ་ཐག་པ་ནས་བསྒྲོམ། དེ་དག་གི་གཞན་རྣམས་ནི་གོ་སྒྲ་ལ།  
 རྒྱུའི་གཙུག་པོ་ཞེས་པ་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྒོ་སྤྲོད་འདི་རྒྱད་ལ་སྐྱེ་བའམ་མ་  
 རོར་བར་སྒྲིན་པའི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཞིག་ལ་ངེས་པར་རག་ལས་བས།  
 དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་མཆོན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་དང་མཇུག་པ་ཞིག་དང་། དགོ་  
 བའི་བཤེས་གཉེན་དམ་པ་དང་མཇུག་ཡང་རང་གི་སྒོ་ལས་སུ་མ་རུང་ན་མི་  
 བན་བས། དད་པ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲིན་སྒོ་ལས་སུ་རུང་ཞིང་བཀའ་བཞིན་  
 སྐྱབ་པའི་སྒྲིན་སྒྲིན་ཉམས་ལེན་སྤྱིང་པོར་བྱེད་པ་ཞིག་དང་། སྒོ་སྤྲོད་འདི་སྒྲིམ་  
 པ་ལ་ངེས་པར་དགོས་ཤིང་གང་མ་ཆང་ན་འདི་སྒྲིམ་མི་རུ་བའི་མཐུན་རྒྱུན་  
 ཐམས་ཅད་ཆང་བ་ཞིག་སྟེ། ཆོས་སྐྱབ་པའི་མཐུན་རྒྱུན་རྒྱུའི་གཙུག་པོ་གསུམ་  
 པོ་དེ་ངོས་ཟེན་པར་བྱས་ལ་དེ་དག་བསྐྱབ་པའི་སྤྱིར་འབད་དོ། །ཉམས་པ་  
 མེད་པ་རྣམ་གསུམ་བསྒྲོམ། ཞེས་པ་ནི། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཡོན་ཏན་ཐམས་  
 ཅད་སྒྲ་མའི་མོས་གྲུས་ལ་རག་ལས་བས་སྒྲ་མའི་མོས་གྲུས་ཉམས་པ་མེད་པ་  
 དང་། བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་འདི་སྒོ་སྤྲོད་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོས་ཀྱི་ཡང་སྤྱིང་  
 ཡིན་པ་དེ་བསྒྲོམ་པ་ལ་སྒྲོ་བ་ཉམས་པ་མེད་པ་དང་། རང་གིས་ཁས་སྒྲངས་  
 པའི་སྒྲིམ་པ་རྣམས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་སྤྱོད་ཆུང་ཆད་མ་ཉམས་པར་སྤྱང་བ་སྟེ། སྒྲ་  
 མ་ལ་དད་གྲུས་ཉམས་ན་ནི་ཡོན་ཏན་གང་ཡང་གསར་དུ་སྐྱེ་མི་སྤྱིད་ཅིང་  
 སྤྱིར་ཡོད་རྣམས་ཀྱང་ཉམས་པར་འགྱུར་ལ། རྟན་དང་གདོན་ལ་སོགས་པ་མི་  
 འདོད་པ་མཐའ་དག་འབྱུང་ཞིང་ཤི་ནས་མནར་མེད་དུ་སྐྱེ་བ་སོགས་ཉེས་



དམིགས་མཐའ་ཡས་པས་སྒྲ་མའི་དམ་ཆོག་མ་ཉམས་པ་ཞིག་ཤིན་ཏུ་གཤ་  
 ཆེ་སྟེ། འབྲོམ་རིན་པོ་ཆས། རྫོག་ལ་བོད་ལ་སྒྲོམ་སྒྲུབ་བྱེད་པ་མང་པོ་ཡོད་  
 པ་ལ་ཡོན་ཏན་བྱེད་པར་ཅན་བརྟེན་པ་མི་བདོག་ཞུས་པས།

རྫོག་པའི་ཞལ་ནས། ཐེག་ཆེན་གྱི་ཡོན་ཏན་ཆེ་སྒྲེས་ཚུངས་སྒྲེས་ཐམས་  
 ཅད་སྒྲ་མ་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲེ་བ་ལ། བྱེད་བོད་ལ་སྒྲ་མ་ལ་ཐ་མལ་པའི་འདུ་  
 ཤེས་ལས་མེད་ག་ནས་སྒྲེ་གསུང་རོ། །སྒྲ་མར་མ་བཟད་གྲོགས་སུ་དང་  
 འགྲོགས་ཀྱང་དེ་ལ་དག་སྒྲུང་དང་གྲུས་པ་བྱེད་ཅིང་། སྒྲུང་པའི་བྱ་བ་ཞིན་  
 དམའ་ས་བཟུང་ནས་ངན་ཤས་བྱ་བར་མདོ་སྡེ་ལས་གསུངས། འབྲོམ་རིན་པོ་  
 ཆེ་ལན་པ་སྒྲིལ་བྱུར་སྒྲུན་དངས་དུས་ལམ་དུ་སྒྲགས་པ་གཅིག་དང་སྤང་  
 པས། ཁ་ཆང་ངི་ཆེལ་ལེ་བྱས་ནས་ཁོ་ན་རེ། དགོ་བསྟེན་འདི་ཡ་ཆད་ཁུར་  
 ཟེར་ནས་ལྷམ་ཁྲིས་ཤིག་དང་གཤ་ལྟེ་བསྒྲུར་བས། བཀྱིའོ་གསུངས་ནས་  
 ཁུར་བྱོན་པས། སྒྲིལ་བྱ་བའི་དགོ་འདུན་རྣམས་ཀྱིས་བསུ་བའི་སེར་སྒྲུང་  
 བྱས་པ་སྒྲགས་པས་མཐོང་བས། འདི་ཅི་ཡིན་ཟེར་བ་ལ། ཁོ་བོ་ལ་བསུ་བ་  
 བྱེད་པའི་ཞད་དུ་གདའ་གསུངས་པས། ཁོ་སྒྲུངས་ཤིང་འཛིགས་ཏེ་ལྷམ་ཁྲིས་  
 དང་གཤ་ལྟེ་སྒྲོགས་མ་ཐབས་སུ་བྱེར་ཏེ་བྲོས་སྐད། སྒྲུང་ཐང་པའི་ཞལ་ནས།  
 རང་བས་གཞན་གཅེས་ཀྱི་སྒྲོ་སྒྲོང་བ་ལ། ཀུན་གྱི་འོག་ཏུ་བསྒྲུད་ནས་རྒྱལ་ཁ་  
 ཐམས་ཅད་གཞན་ལ་སྟེར། འཕམ་ཁ་ཐམས་ཅད་རང་གིས་ལེན་པ་ཞིག་  
 དགོས་གསུང་། ད་ལྟ་རང་རེ་སུ་དང་འགྲོགས་ཀྱང་འགྲོགས་མི་ཤེས་པར་  
 སྒྲོན་འབའ་ཞིག་བརྗོད་རེས་འོང་བ་འདི་པན་ཚུན་དག་སྒྲུང་དང་དད་གྲུས་

མེད་པས་ལན་པ་ཡིན། ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་གྲོགས་དང་འགྲོགས་  
མ་ཞེས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཉམས་པར་འགྱུར་བར་གསུངས་པས་གྲོགས་ལ་  
གྲུས་པ་གལ་ཆེའོ། །སྒོ་སྤྲོད་ལ་སྒོ་དགའ་མ་ཉམས་པ་ནི་འདི་ལ་སྒོ་བར་བྱ་  
སྒྲམ་པ་ཅམ་གྱིས་མི་ཡོང་། བན་ཡོན་དང་ཉེས་དམིགས་བསམས་ནས་  
འཇུག་པ་ཞིག་དགོས། ད་ལྟ་དང་པོ་སྒོ་སྤྲོད་གི་ཆོག་མི་འདྲིན། བཟུང་ཡང་  
བརྗེད་དུ་འཇུག་མ་བརྗེད་ཀྱང་ཉམས་ལེན་བྱེད་མི་འདོད་པ་རྣམས་དགའ་སྒོ་  
མེད་པས་ལན་པ་ཡིན། དགོ་སྒོ་དགའ་ལའང་དགའ་ཞིང་སྒོ་བཞིན་དུ་མ་  
ཡོངས་པར་བྱེད་པ་ཞིག་དགོས། ད་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པར་སེམས་བྱ་བ་ངན་པ་སྒྲ་  
ཆོགས་གྱིས་གཡེངས། མིག་ཡུལ་སྒྲ་ཆོགས་ལ་བལྟ་ཞིང་གཡེང་བའི་ངང་  
ནས་དགོ་སྒོར་ཅུང་ཟད་རེ་བྱེད་སྒོ་བྲས་པ་དེ་ཡང་ཁལ་འཇལ་ལྟ་བུ་འཆར་  
དུང་དེ་བྱེད་པ་ལས་སྤྱོད་གང་ཡང་མི་ཡོང་གསུང་ངོ། །རང་གིས་ངེ་ལྟར་  
ཁས་སྦྱངས་པའི་བསྐྱབ་པ་ལ་བག་ཡོད་མ་ཉམས་པ་ནི་སོ་ཐར་བྱང་སེམས་  
གསང་སྤྲགས་གྱི་བསྐྱབ་པ་གང་ཁས་སྦྱངས་པའི་སྒོ་མ་ཁྲིམས་ལས་སྐད་ཅིག་  
ཀྱང་མི་གཡེལ་བར་སྤྱང་དགོས་ཏེ། ད་ལྟ་སྒོ་མ་པ་དང་དམ་ཆོག་ཚུལ་བཞིན་  
དུ་མི་སྤྱང་བ་རྣམས་ལ་ཆོས་བྲུགས་ཀྱང་མི་འགོས་པར་འདུག་པ་འང་བག་  
ཡོད་ཉམས་པས་ལན་པ་ཡིན་པས་བག་ཡོད་མ་ཉམས་པ་གལ་ཆེའོ། །འབྲལ་  
མེད་གསུམ་དང་ལྡན་པར་བྱ། ཞེས་པ་ནི། ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་དགོ་བ་དང་  
མི་འབྲལ་བར་བྱེད་པ་སྟེ། ལུས་སྒྲ་མའི་ཞབས་ཏོག་དང་ཕྱག་སྒྲོར་བ་སོགས་  
དགོ་བའི་ལས་ལ་བཀོལ། ངག་སྐྱབས་འགོ་དང་སྒོ་སྤྲོད་འདིའི་ཆོག་ཁ་ཏོན་

དུ་འདོན་པ་དང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་མཆོན་དང་གཟུངས་སྒྲགས་ཟབ་མོ་  
བསྐྱབ་སོགས་དགེ་བའི་བྱ་བ་དང་མ་བྲལ་བར་བྱ། ཡིད་སྟོ་སྟོང་འདིའི་ཉམ་  
ལེན་དང་མ་བྲལ་བར་བྱེད་པའོ། །ཡུལ་ལ་སྟོགས་མེད་དག་ཏུ་སྦྱང། བྱ་བ་དང་  
གཏིང་འགྱུངས་ཀྱན་ལ་གཅེས། ཞེས་པ་ནི། ཡུལ་སེམས་ཅན་དང་སེམས་  
ཅན་མ་ཡིན་པ་ཐམས་ཅད་ལ་སྟོགས་རིས་མེད་པར་སྟོ་སྟོང་བ་དང་། སྟོ་ལ་  
གང་ཤེས་ཐམས་ཅད་ལ་སྟོ་སྟོང་གིས་བྱ་བ་པར་བྱས་ནས་ཁ་ཆིག་ཅམ་མ་  
ཡིན་པར་གཏིང་ནས་འགྱུངས་པར་བྱེད་པ་སྟེ། དེའི་ཚུལ་ནི་སྤར་རྒྱ་ཆེར་  
བཤལ་བའི་ཉི། །

བཀོལ་བ་རྣམས་ལ་རྟག་ཏུ་བསྟོམ། ཞེས་པ་ནི། རང་གི་འགྲན་ཆེར་  
འདུག་པ་དང་། ལྷན་ཅིག་ཏུ་འགྲོགས་པ་དང་། སར་གཞོན་པ་མ་བྱས་ཀྱང་ཚུར་  
གཞོན་པ་བྱེད་པ་དང་། ལས་ཀྱི་དབང་གིས་སྟོང་དུ་མི་སྦྱག་པ་ལ་སོགས་པ་  
གང་སྟེ་དཀའ་བ་རྣམས་ལ་ལྷག་པར་བྱམས་སྟོང་རྗེ་བསྟོམ་ཞིང་། སྤར་པ་དང་  
ས་མ་ལ་སོགས་པ་ཡུལ་བྱེད་པར་ཅན་རྣམས་ལ་གཞོན་པར་འགྱུར་བ་སྟོང་བ་  
ལ་ལྷག་པར་བསྟོམ་པར་བྱའོ། །རྒྱུན་གཞན་དག་ལ་སྟོས་མི་བྱ། ཞེས་པ་ནི།  
ཟས་གོས་སོགས་འཛོམ་པ་དང་། མི་དང་མི་མ་ཡིན་གྱི་གཞོན་པ་མེད་པ་  
དང་། ཁམས་བཟང་བ་ལ་སོགས་པ་མ་ཐུན་རྒྱུན་འཛོམ་པ་ལ་མི་སྟོས་པར།  
མ་ཐུན་རྒྱུན་མ་འཛོམ་ན་མ་འཛོམ་པ་དེ་ཉིད་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་གཉིས་ཀྱི་  
སྟོན་ལམ་དུ་འབྱེད་པར་བྱེད་པའོ། །

དེ་ཡང་ཤེས་སྟོང་ལས། ཐར་པ་བདག་ལ་རག་ལས་འདི་ལ་ནི། །གཞན་

གྲིས་གྲོགས་བགྱིར་ཅི་ཡང་མ་མཆིས་པས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཐོག་མ་  
མེད་པ་ནས་ཁམས་གསུམ་འཁོར་བར་འཁོར་ནས་སྐྱབ་བསྐྱལ་ངེ་སྟེད་ཅིག་  
སྤྲོད་པ་འདི་གང་ཟག་གཞན་གྲིས་རང་དབང་མེད་དུ་བཅིངས་ནས་སྐྱབ་  
བསྐྱལ་དུ་བཅུག་པ་མིན་གྱི། རང་གི་སེམས་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་དུ་སོང་  
བའི་མཐུས་འཁོར་བར་འཁོར་ནས་སྐྱབ་བསྐྱལ་སྤྲོད་པ་ཡིན་ལ། དེ་འཁོར་བ་  
འདི་ལས་ཐར་བར་བྱེད་པ་ཡང་གང་ཟག་གཞན་གྲིས་ལྷགས་ཀྱས་ཉ་བཟུང་  
ནས་ཐང་ལ་འདོན་པ་ལྟར་རང་ཉིད་འཁྲོ་བའི་གནས་ནས་འདོན་ཐབས་གང་  
ཡང་མེད་གྱི། རང་གི་སེམས་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་དུ་མི་གཏང་བར་བྱན་  
ཤེས་བརྟན་པོས་ཡང་དག་པའི་ལམ་ལ་ཞུགས་ནས་ཐར་བར་བྱེད་དགོས་སོ།།  
དེ་བཞིན་དུ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ས་ལམ་རིམ་གྲིས་བགྲོད་པའང་རང་གི་སེམས་  
འདི་འབའ་ཞིག་གི་འཕྱལ་གྲིས་བགྲོད་དགོས་པར་སྤྲོད་འཇུག་ལས་  
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

དེས་ན་རྒྱུན་བཟང་ངན་གང་བྱུང་ཡང་དགེ་སྤྲོད་གྲི་གྲོགས་སུ་བྱེད་  
ནས་བྱང་ཆུབ་གྲི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་པ་གཉིས་གྲི་སྒྲོ་ནས་སྒྲོ་གསུམ་གྲི་  
སྤྲོད་པ་ཐམས་ཅད་ཆོགས་རྫོགས་པའི་ཐབས་འབའ་ཞིག་དུ་འབྱེད་བར་བྱའོ་  
སྟེ་དུ་སྟོང་སྟོབས་ཆེན་པོ་སྤྲོད་དགོས་གྱི། དེ་ལྟ་མིན་པར་འགལ་རྒྱུན་སྒྲ་  
གཅིག་གྱང་མེད་པ་དང་། མཐུན་རྒྱུན་མཐའ་དག་ཆང་བ་ཞིག་ལ་རེ་ན་ནི་  
སྟོགས་མའི་དུས་འདི་འདྲ་བར་ལུས་སེམས་ལ་ནད་དང་སྐྱབ་བསྐྱལ་གང་  
ཡང་བྱུང་བ་རེ་མེད་པའི་སྐབས་མི་སྲིད་པ་ལྟ་བུ་དང་། ཕྱི་རོལ་གྱི་རྒྱུན་ངན་



བའང་མེད་པའི་སྐབས་མི་སྲིད་པ་ལྟ་བུར་སྒྲུང་བས་ལམ་ལ་སློབ་པའི་སྐབས་  
 མེད་པར་འགྱུར་རོ། །དེས་གཙུག་པོ་ཉམས་སུ་སྒྲུང་། ཞེས་པ་ནི། སྒྲུང་གི་  
 མ་མེད་པ་ནས་ལུས་རི་སྒྲིང་སྒྲུང་ས་པ་ཐམས་ཅད་དོན་མེད་དུ་སོང་འདུག། ད་  
 རེས་ཀྱི་ཆེ་འདི་ལ་དོན་གྱི་གཙུག་པོ་ཞིག་སྐྱབ་དགོས་པར་འདུག་པས། ཆེ་  
 འདིའི་དོན་བས་ཆོས་གཙུག་། ཆོས་ལ་བཞུགས་པ་གཉིས་ལས་སྐྱབ་པ་གཙུག་།  
 སྐྱབ་པ་གཞན་པས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྦྱོང་བ་གཙུག་། བྱང་ཆུབ་སེམས་སྦྱོང་གི་  
 གཞན་པས་དག་མཐའ་ཡས་ཀྱང་དཔལ་ཨ་ཏི་འཁོར་མན་དག་འདི་བརྒྱད་པའི་  
 ཆུ་བོ་གསུམ་འདྲེས་ཀྱི་གཞན་པས་དག་ཀྱང་པར་ཅན་ཡིན་པས། དཔལ་ཨ་ཏི་  
 འཁོར་མན་བཟུང་སྒྲུང་མ་དམ་པ་གཅིག་ནས་གཅིག་དུ་བརྒྱད་པའི་སྒྲུང་གྱི་  
 མན་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ཕྱར་ཆུགས་སུ་སྦྱོང་བ་གཙུག་། འདུ་འཛིན་ནང་དུ་  
 གནས་པ་ལས་དབེན་པར་གནས་ཏེ་སྦྱོང་བ་གཙུག་། སྦྱོང་ལམ་གཞན་པས་  
 མལ་དུ་བསྐྱད་ནས་སྦྱོང་བ་གཙུག་། ཡུལ་སྦྱོང་བ་བས་གཉིས་པོ་བསྐྱེད་པ་གཙུག་  
 ཆེ་བས་གཙུག་པོ་དེ་རྣམས་ཉམས་སུ་ལེན་པའོ། །དེས་ན་དེས་ཆེ་བྱང་ཡུད་  
 ཅམ་འདི་ལ་དོན་མེད་ཀྱི་གཡེང་བ་ཐམས་ཅད་བཅོམ་ཆད་དུ་སྒྲུང་ས་ནས་སྦྱོང་གི་  
 པོ་བསྐྱེད་པ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་གསུང་རབ་ཀྱི་སྦྱོང་པོའི་དོན་ཐེག་པ་ཆེན་  
 པོའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཆང་ལ་མ་ཞོར་བ་ལ་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་གྱི་སྒྲོ་  
 ནས་འབད་དོ། །

དེ་ཡང་ཐོས་པ་ཅམ་ལ་སྦྱོང་བོར་བཟུང་ནས་ཉམས་ལེན་ལ་མ་འབད་  
 ན་རང་རྒྱད་ཉོན་མོངས་པས་བཅོམ་ནས་ཆུ་ནང་དུ་སྒྲོམ་རིར་ཞི་བ་ལྟ་བུ་

ཞིག་འོང་ཉེན་ཆེ་བས། དཔེན་པའི་གནས་སུ་ལམ་ཆ་ཆང་ལ་སྐྱབ་པ་སྤྲོད་  
 བོར་བྱེད་པ་ཞིན་ཏུ་གཙོ་ཆེའོ། །གོ་ལོག་མི་བྱ། ཞེས་པ་ནི། གོ་ལོག་བྱུག་པོ་  
 སྤྲོད་བ་སྟེ། ཆོས་སྐྱབ་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་མི་བཟོད་པར་དག་འདུལ་བ་དང་  
 གཉེན་སྤྲོད་བ་ལ་སོགས་པའི་དཀའ་སྤྱད་བཟོད་པ་ནི་བཟོད་པ་གོ་ལོག་གོ། །  
 ཆོས་ནམ་དག་སྐྱབ་པ་ལ་ཡིད་སྟོན་དང་འདུན་པ་མི་བྱེད་པར་ཆེ་འདིའི་  
 དཔལ་འབྱོར་རྒྱས་པ་ལ་ཡིད་སྟོན་དང་འདུན་པ་བྱེད་པ་ནི་འདུན་པ་གོ་ལོག་  
 གོ། །ཐོས་བསམ་སྒོམ་གསུམ་གྱི་སྒོ་ནས་ཆོས་ཀྱི་རོ་མི་ཐུང་བར་འཇིག་རྟེན་  
 གྱི་བདེ་བའི་རོ་ཐུང་བ་ནི་རོ་ཐུང་གོ་ལོག་གོ། །སྤྲིག་པ་བྱེད་པ་ལ་སྤྲོད་ཇེ་མི་  
 སྒོམ་པར་ཆོས་ཕྱིར་དཀའ་བྱུང་བྱེད་པ་ལ་སྤྲོད་ཇེ་སྒོམ་པ་ནི་སྤྲོད་ཇེ་གོ་ལོག་  
 གོ། །རང་ལ་ལྟོས་པའི་མི་ཆོས་ལ་མི་སྦྱོར་བར་ཆེ་འདིའི་དཔལ་འབྱོར་ཆེ་བའི་  
 ཐབས་ལ་སྦྱོར་བ་ནི་གཉེར་སེམས་གོ་ལོག་གོ། །འཁོར་འདས་ཀྱི་བདེ་བ་དང་  
 དགོ་བ་ལ་དགའ་བ་མི་སྒོམ་པར་དག་ལ་སྤྱག་བསྐྱེད་བྱུང་ན་དགའ་བ་སྒོམ་པ་  
 ནི་ཇེས་སུ་ཡི་རང་གོ་ལོག་སྟེ་གོ་ལོག་བྱུག་པོ་སྤངས་ནས་མ་ལོག་པ་བྱུག་  
 ཉམས་སུ་སྤང་ངོ། །དེ་དག་ལས་གཞན་ནམས་གོ་སྤྲུལ། བཟོད་པ་གོ་ལོག་གི་  
 དོན་ཞིན་ཏུ་གསལ་བར་བཟོད་ན་སྦྱེ་བོ་པལ་ཆེར་ལས་ངན་པའི་དབང་གིས་  
 དཔེན་པའི་གནས་སུ་སྐྱབ་པ་ལ་སྦྱར་ན་བཙོན་དུ་བབྱང་བ་ལྟ་བུར་མཐོང་  
 བས་སྤྱག་བསྐྱེད་བ་དང་ཡིད་མི་བདེ་བ་ཁོ་ན་བྱེད་ཅིང་། སོ་ནམ་དང་དག་  
 འདུལ་བ་དང་གཉེན་སྤྲོད་བ་དང་ཆོང་བུན་བསྐྱེད་དང་མཁར་ལས་སོགས་  
 བྱེད་པ་ལ་ཉེན་མཚན་ཀུན་ཏུ་དཀའ་བ་ཅི་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ལ་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་

ཡིད་མི་བདེ་བ་མེད་པར་དགའ་ཞིང་སྟོབ་བར་བྱེད། གཞན་ནམས་ལྟ་ཅི་སྟོས།  
 ཆེ་སྟོང་ལ་ཐོས་པ་ཡུན་རིང་དུ་བྱས་ཤིང་ཆོས་སྒྲོར་ཞུགས་ནས་ལང་ཆོ་པལ་  
 ཆེར་ཡོལ་བའི་རྒྱུ་ཤིང་གྲང་ཆེ་འདིའི་བྱ་བ་རེ་ལ་ངལ་བ་ཅི་བྱེད་དགོས་  
 གྲང་མི་བཟོད་པ་དང་སྟོང་ལ་མེད་ཅིང་། དཔེན་པའི་གནས་སུ་སྒྲུ་རེ་ཙམ་སྐྱབ་  
 པ་ལ་བསྐྱལ་ཡང་མི་བཟོད་པ་དང་སྐྱབ་བསྐྱལ་ཆེས་ཆེར་བྱེད་པ་ཀུན་གྱི་  
 མིག་ལ་སྤང་བ་འདི་ཡིན་པས། ལས་ངན་པའི་འབྲས་བྱས་བཅོམ་པར་གཏོན་  
 མི་བཟོ། །རེས་འཛོག་མི་བྱ། ཞེས་པ་ནི། ཆོས་ལ་ངེས་ཤེས་མ་སྐྱེས་པས་  
 རེས་འགའ་གཞན་གྱི་ལན་མོ་དང་གཡམ་ལ་རྒྱག་གིས་འབད་ནས་བྱེད་ཁུལ་  
 བྱེད། རེས་འགའ་དགོ་སྟོར་བྱེད་པའི་འདུན་པ་ཙམ་ཡང་མི་བྱེད་པར་སྟོང་  
 བཟོ། །དོལ་ཆོད་དུ་སྐྱང་། ཞེས་པ་ནི། སྟོང་སྟོང་ཉིད་ལ་སྟོང་ལིངས་བསྐྱར་ནས་  
 རྟོགས་གཅིག་ཏུ་སྟོང་བཟོ། །ད་ལྟ་ཆོས་ལ་ངེས་ཤེས་གཏིང་ནས་འཛོངས་པ་  
 དགོན་ཞིང་། དེའི་ནང་ནས་གྲང་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྟོང་འདི་ལྟ་བུ་ལ་ངེས་  
 པ་སྟོང་ཐག་པ་ནས་ཐོབ་པ་སྲིད་མཐའ་ལྟ་བུར་སྤང་བས། གཞན་གྱི་ལད་མོ་  
 དང་གཡམ་ལ་རྒྱག་ཙམ་གྱིས་བྱེད་སྟོང་བྱེད་པ་མང་ཡང་། རེས་ཤེས་གཏིང་  
 ནས་འཛོངས་ཏེ་སྟོང་འདི་ལ་ཆིག་སྒྲིལ་དུ་འབད་པ་ཤིན་ཏུ་དགོན་ནོ། །

དེས་ན་འདི་ལ་ཆིག་སྒྲིལ་དུ་འབད་བྱས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ལ་སྟོར་ཆོས་  
 གྱི་པན་ཡོན་དང་། དེའི་ནང་ནས་གྲང་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་གྱི་པན་ཡོན་ལ་  
 རེས་པ་ཐོབ་པ་ཞིག་དང་། དེ་ལ་ཡང་རྩོ་བོ་རྩེ་དང་རྩེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་

བཀའ་རྒྱུད་དེ་མ་མེད་པ་འདི་འདྲ་བ་དང་མཇུག་པ་དང་མ་མཇུག་པའི་བྱུང་  
 པར། འདི་དང་མཇུག་པ་ལ་ཡང་མཁས་བཙུན་བཟང་གསུམ་འཛོམས་པའི་  
 བཤེས་གཉེན་དམ་པ་དང་མཇུག་ནས་ཆོས་འདིའི་མན་ངག་ཐོབ་པ་དང་དེ་  
 ལྟར་མ་ཐོབ་པ་རྣམས་ཀྱི་བྱུང་པར་ཀུན་གྱི་མིག་ལ་སྒྲུབ་བ་ལྟར་ཡིན་པས་  
 ཚུལ་དེ་དག་ལེགས་པར་བསམ། དེ་ལ་ཡང་འདྲ་འཛིན་ནང་དུ་གནས་པ་དང་  
 དབེན་པར་ཅེ་གཅིག་ཏུ་སྒྲུབ་པའི་བྱུང་པར། སྔོན་གྱི་དམ་པ་གོང་མའི་རྣམ་  
 ཐར་དང་ད་ལྟར་མིག་ལམ་དུ་སྒྲུབ་པའི་ཆོས་བྱེད་རྣམས་ལ་བྱུང་པར་ཤིན་ཏུ་  
 ཆེ་བ་གསལ་བར་སྒྲུབ་བས། དེ་དག་ཞིབ་ཏུ་བསམས་ལ་དབེན་པའི་གནས་  
 སུ་སྒོ་སྤྲོད་འདི་ལ་ཆིག་སྒྲིལ་དུ་བྱས་ནས་སྒྲོམ་པ་ལ་སྒོ་ཤུགས་དག་ཏུ་  
 བསྐྱེད་ནས་འདི་ལས་གཞན་དུ་གང་གིས་ཀྱང་བསྒྱུར་མི་བྱུང་བ་ཞིག་བྱའོ།  
 །འདིར་རྟོག་དཔྱད་གཉིས་ཀྱིས་ཐར་བར་བྱ། ཞེས་པ་ཞིག་དང་། བརྟོག་དཔྱད་  
 གཉིས་ཀྱིས་ཐར་བར་བྱ། ཞེས་ཅ་ཆིག་མི་འདྲ་བ་གཉིས་འབྱུང་བས། ཅ་ཆིག་  
 རྩེ་མ་ལྟར་བརྟག་དཔྱད་བྱ་ལུགས་ནི། སྒོ་སྤྲོད་ཡུན་རིང་དུ་བསྒྲོམས་པས་  
 ཉོན་མོངས་མངོན་གྱུར་པ་རྣམས་དཔལ་གཞིམ་སྟེ་མི་སྐྱེ་བ་ལྟ་བུར་སྒྲུབ་བ་ན་  
 ཉོན་མོངས་སྤངས་སོ་སྟུང་དུ་ཐག་གཅོད་མི་བྱ་བར། སྒྲུབ་ཡང་རྒྱུན་དང་མཉམ་  
 པ་ན་ཉོན་མོངས་མངོན་གྱུར་སྐྱེ་མི་སྐྱེ་ཞིབ་ཏུ་བརྟག་དགོས་ཤིང་། ཉོན་  
 མོངས་མངོན་གྱུར་དུ་མི་སྐྱེ་ཡང་ཉོན་མོངས་ལྟར་སྐྱེས་རྒྱུད་ལ་ངེ་ལྟར་ཡོད་  
 པའི་ཚུལ་རྣམས་ཤེས་པར་བྱས་ལ། དེ་དང་དེའི་གཉེན་པོ་བསྟེན་ནས་ཉོན་  
 མོངས་སྤྲོད་བ་ལ་འབད་པ་ཆེར་བྱེད་པ་ཞིག་དགོས་ཀྱི། དེ་ལྟར་མ་བྱས་ན་མ་



སྤངས་པར་སྤངས་སོ་སྟམ་པའི་མངོན་པའི་ང་རྒྱལ་གྱིས་བསྐྱུས་ནས་ཕྱང་  
 བར་འགྱུར་ཞིང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྐབས་འདིར་ས་བརྒྱད་པ་མ་ཐོབ་བར་དུ་  
 ཉོན་མོངས་ཅ་བ་ནས་སྤངས་པ་མི་འབྱུང་ལ། ཐེག་པ་དམན་པར་ཡང་དག་  
 བཅོམ་མ་ཐོབ་པར་དུ་ཉོན་མོངས་ཅ་བ་ནས་སྤོང་མི་རུས་པས། ད་ལྟའི་ལས་  
 དང་པོ་པ་ལམ་གྱི་སྒྲིལ་བའི་ཕྱོགས་ནའང་མེད་པ་དག་གིས་སེམས་གནས་  
 སྤ་མོ་རེའི་མཐུས་ཉོན་མོངས་མངོན་གྱུར་པ་རེ་ཞིག་འགགས་པ་ཅམ་གྱིས་  
 ཉོན་མོངས་སྤངས་སོ་ཞེས་སྒྲིལ་བ་ནི་ཕྱང་རྒྱལ་དུ་སྒྲིལ་བ་ཡིན་པས་མཁས་པ་  
 རྣམས་ཐུགས་བྲེལ་བའི་གནས་སོ། རྟོག་དཔྱད་གཉིས་ཀྱིས་ཐར་བར་བྱ། །  
 ཞེས་པ་ནི། སྤོ་སྤྱོད་འདི་སྤོམ་པའི་ཆེ་རང་རྒྱད་ལ་གཅེས་འཛིན་དང་དེས་  
 བྱངས་པའི་ཉོན་མོངས་རྣམས་སྤྱེ་མི་སྤྱེ་དང་། སྤོ་སྤྱོད་བསྐྱོམས་པ་གནད་དུ་  
 སོང་མ་སོང་ཡང་ཡང་རྟོག་ཅིང་དཔྱད་པའི་དོན་ནོ། རྟོག་པ་དང་དཔྱད་པའི་  
 ཁུད་པར་ནི། དོན་གྱི་ངོ་བོ་རགས་རིམ་ཅམ་འཆོལ་བ་དང་ཞིབ་ཏུ་བྱ་བྱེ་ནས་  
 དཔྱད་པའོ། །ཡུས་མ་བསྐྱོམ། ཞེས་པ་ནི། བ་རོལ་ལ་རང་གི་བྱིན་ཡོད་པ་  
 དང་། དབེན་པའི་གནས་སུ་སྐྱབ་པ་ཡུན་རིང་བྱས་པ་དང་། མཁས་པ་དང་  
 བཙུན་པ་སོགས་ཀྱི་ཡུས་མི་བྱེད་པ་སྟེ། བདག་པས་གཞན་གཅེས་སྤོམ་པ་  
 ལ་ཡུས་བྱས་མེད་དོ། །རང་རེ་དབེན་པར་སྤོང་ཁུལ་བྱེད་པ་རྣམས་ལ་འདི་  
 ཞིན་ཏུ་འབྱུང་ཉེ་བ་ཞིག་ཡོད་དེ། རང་གི་ཉེ་དུ་དང་མཛའ་གྲོགས་སོགས་  
 སྤར་འདྲིས་ཀྱི་མི་རྣམས་ལ་བདག་དབེན་པའི་གནས་སུ་སྤོང་པ་ལ་མི་འདི་  
 དང་འདིས་པན་ཞིག་བཏགས་འོང་སྟམ་དུ་རེ་བ་བྱེད་ཅིང་། དེ་ལ་སེམས་

སེམས་ནས་དབེན་པར་བསྐྱད་ཀྱང་ནང་དུ་སེམས་གཡེང་བས་སྐྱེར་བ་ཆེས་  
མང་ངོ། །དེས་ན་མི་ལ་རེ་མ་ཆེ་ལྷ་ལ་གསོལ་བ་ཐོབ་བྱ་བ་དུ་སྐྱེད་བའི་བཀའ་  
ཡིན་གསུང་། དེ་ཡང་གཞན་ལས་རྟེན་པ་འོད་དུ་རེ་བ་བྱས་ཀྱང་འོད་བའི་  
ངེས་པ་མེད་ཅིང་། རང་གི་སེམས་རེ་དོགས་དང་བརྟན་སེམས་ཀྱིས་བཅིངས་  
ནས་ཚུད་འཇོམ་བར་འགྱུར་ལ། རེ་དོགས་དང་བརྟན་སེམས་སྤངས་ནས་  
དགོན་མཆོག་རིན་པོ་ཆེར་སྒོ་བཀའ་ཏེ་དབེན་པའི་གནས་སུ་སྐྱབ་པ་ལ་ཅེ་  
གཅིག་ཏུ་འབད་ན་འཆོ་བས་ཐོངས་པ་མི་སྲིད་དེ། ཐུབ་པས་སྡོན་ཐུགས་  
བསྐྱེད་དུས་བདག་གི་བསྟན་པ་ལ་ཆོས་གོས་དུར་སྒྲིག་སོར་བཞི་ཙམ་འཆང་  
བའང་བཟའ་བཏུང་བསམས་པ་བཞིན་མ་ཐོབ་ན་བདག་གིས་སངས་རྒྱས་  
ཐམས་ཅད་བསྐྱས་པས་སངས་རྒྱས་མི་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག །ཅེས་དམ་བཅའ་  
མཛད་ཅིང་། བྱིས་པའི་སྐྱེ་བོ་ཐམས་ཅད་ཀྱན། །སེན་མའི་སྟེང་དུ་ཞིང་མོད་  
ཀྱང་། །ང་ཡི་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་རྣམས། །འཆོ་བས་ཐོངས་པར་མི་འགྱུར་ངོ། །  
ཞེས་གསུངས་པས། རང་གི་ངོས་ནས་ཐུབ་པའི་བཀའ་ལ་སྒོ་འགོལ་བྱས་ན་  
དབེན་པའི་གནས་སུ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་སྐྱབ་པ་བྱེད་པ་ལ་འཆོ་བས་ཐོངས་པ་མི་  
སྲིད་ངོ། །

སྡོན་གྱི་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་གྱིས་ཀྱང་ཤེས་ཏེ། རྒྱ་བོད་དུ་སྡོན་  
ཐོན་པའི་དམ་པ་པལ་མོ་ཆེས་ཆེ་འདི་སྒོས་བཏང་སྟེ་དབེན་པའི་གནས་སུ་  
སྐྱབ་པ་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གཞོལ་བ་ཤིང་སྟག་མཛད་འདུག་ཀྱང་རྟེན་བཀྱར་སྟན་  
གྲགས་འབད་མེད་དུ་རྒྱས་པ་ལས་འཆོ་བས་ཐོངས་ནས་ཆོས་དང་སྟོག་གི་

བར་ཆད་དུ་གྱུར་པ་དམ་པ་དེ་དག་སུ་ལའང་བྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་མི་སྣ་དོ། །  
 གོ་ལོང་མ་སྒྲོམ། ཞེས་པ་ནི། རང་ལ་གཞན་གྱིས་མི་མང་སར་སྤྲོ་ཕབ་པ་  
 སོགས་བྱས་ཀྱང་དེ་ལ་ལན་མི་བྱ་ཞིང་གོ་ལོང་མི་བྱ་སྟེ། གོ་ལོང་བྱས་ཀྱང་  
 བན་པ་མེད་ཅིང་རང་རྒྱུད་ཆོག་ནས་རང་ཉིད་ལྷུང་བར་འགྱུར་རོ། །དེས་ན་  
 གཞན་གྱིས་མི་ལེགས་པ་ཅུང་ཟད་རེ་བྱས་པ་ལ་གོ་ལོང་མེ་འབར་བ་ལྟར་  
 བྱེད་པ་འདིས་རང་གཞན་ཐམས་ཅད་ལྷུང་དུ་འཇུག་པས་གོ་ལོང་མི་བྱ་བ་  
 འདི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་ལོ། །དེ་ཡང་ཁོང་ཁྱོད་མི་བྱེད་སྒྲུམ་པ་ཙམ་ཞིག་གིས་ཅུང་  
 ཟད་རེ་ཞི་ཡང་། ཡང་རྒྱུན་དང་མཉམ་ཆེ་མེ་བྱས་པ་ལྟར་ཁོང་ཁྱོད་གཞན་མི་ཐུབ་  
 བར་བསྐྱེ་བས་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་དབྱེད་ནས་ཁོང་ཁྱོད་བྱས་  
 ཀྱང་མན་པ་མེད་ཅིང་ཉེས་དམིགས་ཆེ་བ་དང་། ཁོང་ཁྱོད་གཞན་ལ་མི་གཞོད་  
 ཅིང་རང་ལ་གཞོད་པ་དང་པ་རོལ་པོ་དེའི་ངོས་ནས་ཀྱང་སྤྱིར་རང་གི་པ་མ་  
 འིན་ཅན་ཡིན་ཞིང་། ལྷག་པར་ཁོང་ཁྱོད་རང་དབང་མེད་པར་བསྐྱུལ་ཏེ་ཆོག་  
 འན་སྤྲོ་བ་སོགས་ནི་གཅེས་འཛིན་འགོང་པོ་སྤྱིང་དུ་ཞུགས་ནས་རང་དབང་  
 མེད་པར་སྤྱོད་པ་ཡིན་པས། བདག་གི་མ་གྲན་འིན་ཅན་འདི་སྤྱོད་ནས་རང་དབང་  
 མེད་པར་འདི་ལྟར་བྱེད་པ་ལ། བདག་གིས་འདི་སྤྱོད་པ་ལས་ཐར་བའི་ཐབས་  
 བྱེད་མ་རྒྱས་ཀྱང་དེ་ལ་ཁྱོད་བ་དང་ངན་སེམས་གལ་སྐྱེད་དུ་རུང་སྒྲུམ་དུ་ཡང་  
 ཡང་དབྱེད་ཅིང་བསྐྱོམས་ན་ཁོང་ཁྱོད་གོ་ལོང་སྒྲོག་པར་འགྱུར་རོ། །

འདིར་དམ་པ་སྤྲོ་མ་རྣམས་ཀྱི་ཞལ་ནས། ད་ལྟ་འོ་སྟོལ་ཆོས་པ་རྣམས་  
 ཀྱི་ཆོས་བདག་འཛིན་གྱི་གཉེན་པོར་མ་སོང་བས། བཟོད་བསྐྱན་ཤུ་བས་

ཆུད། ཀོ་ལོང་གཙང་བཙན་པས་དམ་པར་གདའ་སྟེ། དེས་ཆོས་ཀྱི་གོ་མི་ཆོད་  
 པས། ཆོས་བདག་འཛིན་གྱི་གཉེན་པོར་འགྲོ་བ་ཞིག་དགོས་གསུང་ངོ། །ཡང་  
 ཀོ་ལོང་སྒྲོམ་ས་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ལ་བསྒྲོམ་དགོས་གསུང་། དེ་ནི་བཀའ་རྒྱུད་  
 གི་མ་མེད་པ་འདིའི་རྣམ་ཐར་དང་མི་མ་སྤུན་པ་ཞིག་བྱུང་ན་གྲོགས་བཟང་ངན་  
 སྤྱ་འབྲེལ་ཞིག་ཡིན་ཡང་དེའི་ངག་ལ་མི་ཉན་པ་ཞིག་དགོས་ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་  
 འདུལ་བ་ནས་ངེ་ལྟར་གསུངས་པ་ལྟར་དགག་སྐྱབ་གནང་གསུམ་གྱི་བཙས་  
 མཆོམས་མཐའ་དག་མིག་འབྲས་བཞིན་སྤྱང་བ་གཞིར་བཞག་ནས་སྐྱབ་པ་  
 ལ་བཙོན་པར་བྱ་དགོས་པ་ལ། སྤྱི་ངོའི་ཁ་ཟས་སྤྲོད་བ་དང་ཆབ་ལེན་ལྷམ་  
 འབྲུད་རུང་ཆུ་འདེབས་པ་སོགས་ལ་བྱུང་གསོད་བྱེད་པའི་གྲོགས་ངན་དེ་འབྲེལ་  
 དང་རྣམ་པ་ཀུན་ནས་སྤྱོད་པ་མི་བསྐྱུན། ཡང་བཀའ་གདམས་སྐྱེ་མཆོད་  
 གསུམ་གྱིས་བཀའ་བགྲོས་མཛེད་ནས་ཁྱུ་ཅག་ད་སྤྱིན་ཆད་སྟེ་པའི་མཆོད་  
 གནས་མི་བྱ། བན་མེའི་བསྟེན་བཀྱར་མི་བྱ། སྤྱོད་པའི་རིམ་སྤྱོད་མི་རྒྱ་ཞེས་  
 པ་ལ་སོགས་པ་སྤྱོད་པ་ངན་པའི་དབང་དུ་སྐྱད་ཅིག་ཀྱང་མི་གཏོང་བ་དང་།  
 རོ་བོ་རྗེའི་བཀའ་རྒྱུད་གི་མ་མེད་པ་འདིའི་རྣམ་ཐར་ཐར་པ་ལ་གཞན་གྱི་བསྟེན་  
 སྤྱད་གཏན་ནས་མི་བྱ་བའི་དམ་བཙའ་མཛེད་པ་ལྟར། སྤྱིར་བྲིམ་པ་དང་བསྟེན་  
 སྤྱད་མི་བྱ་བ་དང་། དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་བྱུང་མེད་དང་འབྲེལ་ཆེ་བར་མི་བྱ་བ་  
 དང་། དགོ་བདུན་གྱི་ཁོད་དུ་འང་སྒྲོས་སྤྱི་ཉེ་བར་བཙའ་ནས་འདུས་བྱ་བྱར་མི་  
 རུང་བ་སོགས་ལ་དེ་ལྟར་བྱེད་པར་བསྐྱེད་པ་བྱུང་ན་གྲོགས་ངན་པ་དེ་འབྲེལ་  
 བའི་ཁ་དབང་དུ་གཏན་ནས་མི་གཏང་བ་དང་། བསོད་སྟོམས་སོགས་ལ་རྒྱ་



བའི་ཆེ་འདུལ་བ་ནས་སྟོང་ཡུལ་མ་ཡིན་པ་ལྟར་མི་འགྲོ་བར་གསུངས་པས།  
 དེ་དག་ཏུ་འགྲོ་བར་བསྐྱལ་བ་བྱུང་ན།     སྟོང་ཡུལ་མ་ཡིན་པ་དེ་འབྲར་ག་ལ་  
 འགྲོ་ཞེས་ཐག་བཅད་ནས་ཆིག་རུས་ཐོན་པར་སྒྲ།     ཡང་དམ་ཉམས་དང་  
 འབྲེལ་བྱེད་དང་ཚུལ་འཆལ་སོགས་དང་ཕྱད་བའི་ཆེ་ལྟན་ཅིག་གནས་པ་ལྟ་  
 ཅི་སྟོས། ཡུད་ཅམ་དུ་གཏམ་སྒྲ་བ་ཡང་མི་བྲ།

གྲོགས་གཞན་གྱིས་དེ་དག་དང་འགྲོགས་པ་དང་དེ་དག་དང་བཟའ་  
 བཏུང་ལྟན་ཅིག་ཏུ་བྱུང་མ་ཟེར་ན།     རང་གི་སེམས་གཏིང་ནས་མ་འབྲུགས་  
 བར་བྱས་ལ་འབྲལ་གོ་ལོང་ལྟ་བུར་ངན་པ་དེ་འབྲ་དང་འགྲོགས་སུ་ག་ལ་རུང་  
 ཞེས་ཐག་ཆོད་པར་བྱ་དགོས་གསུང་ངོ་། །ཡུད་ཅམ་མི་བྲ། ཞེས་པ་ནི། རྒྱུ་  
 རུང་ཟད་རེ་ལ་དགའ་མི་དགའི་རྣམ་འགྱུར་མི་བྲ་བ་སྟེ།     རུང་ཟད་རེས་མགུ་  
 རས་འཇུ་མ་དཔུལ་གྱིས་འགྲོ་ཞིང་གཏིང་ནས་དགའ་བའི་ཆིག་སྒྲ། རྒྱུ་རུང་  
 ཟད་རེ་ལ་གཏིང་ནས་ཁྲིས་ཏེ་བཞེན་གྱི་མདོག་འགྱུར་ཞིང་རྣམ་འགྱུར་སྒྲ་  
 ཆོགས་སྟོན་པ་དེ་འབྲ་གཏན་ནས་མི་བྲ་སྟེ།     དེ་ལྟར་བྱས་ན་རང་གི་རྒྱུད་རི་  
 ངན་དུ་འགྱུར་ཞིང་ལྟག་པར་གྲོགས་ལ་ཤིན་ཏུ་གཟན་པ་ཡིན་ནོ། །དགོ་བའི་  
 བཤེས་གཉེན་པོ་ཏོ་བ་ལ་སྟོབ་མ་གསར་དུ་ཞུ་བ་བྱུང་ན།     དེའི་མི་གཞི་རྟོག་  
 བར་མཛད་ནས་ཆོས་བྱེད་པ་ལ་མི་གཞི་ལེགས་པ་འདི་རང་གལ་ཆེ།     ཡོན་  
 ཏན་སྒར་མེད་ཀྱང་གསར་དུ་བཅོས་པས་ཆོག་། མི་གཞི་ལེགས་པ་འདི་མེད་  
 ར་རྒྱུད་ངན་མ་རུངས་པས་རང་གཞན་ཐམས་ཅད་ཕྱད་དུ་འཇུག་གསུང།  
 དེས་ན་གྲོགས་དང་འགྲོགས་པའི་ཆེ་རུང་ཟད་རེ་ལ་འགྱུར་ལྟོག་མི་བྱེད་པར་

སྤྱོད་པ་རྟག་ཐུབ་པ་དང་དགེ་སྤྱོད་ཡང་གྲོགས་དང་མི་བསྐྱུན་པར་རེས་ཁ་  
 ཏོན་སྐད་ཆེན་པོར་བྱེད། རེས་ངག་བཅད་པ་ལྟ་བུར་བྱེད་པ་དང་། རེས་ཉིན་  
 མཆོན་ཁོར་ཡུག་ཏུ་འབད་ཁུལ་དང་། རེས་ཡལ་བར་དོར་ཏེ་གཞན་དང་ལྟན་  
 ཅིག་ཆོག་པ་ནས་འདྲུ་འཛིན་གཏམ་འབའ་ཞིག་གིས་དུས་འདའ་བ་དང་། དེ་  
 རེས་ཐ་ན་དགེ་འདུན་དང་ལྟན་ཅིག་འདྲུ་བ་ལའང་གཡེང་བ་ཆེ་བེར་ནས་  
 གཅིག་ཕྱར་སྤོད་པ་ལ་དགའ། རེས་གཅིག་ཕྱར་གཏན་ནས་སྤོད་མི་ཚུགས་  
 པར་སྒྲོག་པ་རེ་མེད་ན་སྤྱོད་པའི་ཆོད་དུ་བྱེད་པ་འདི་རང་གིས་རང་ལ་སྦྱ་  
 བའ་ཅིང་། གྲོགས་གཞན་རྣམས་ཀྱང་སྒོ་ཚུད་འཇོམ་བའི་རྒྱུན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས་  
 རྒྱུན་པར་གཞན་དང་བསྐྱེད་མི་བྱ་ཞིང་བསམ་གཏན་གྱི་ཁང་ཕྱར་གཅིག་  
 ཕྱར་འདུག་ཚུགས་པ་དང་། གྲོགས་གཞན་དང་སྤྲད་པའི་ཆེ་བཞིན་གྱི་  
 མདངས་གསལ་ཞིང་གསོང་པོར་སྦྱ་བ་དང་། དེ་ཡང་པན་ཚུན་ཁམས་འཛིན་བ་  
 སོགས་ཆོས་མཐུན་གྱི་གཏམ་དགོས་རེས་མ་གཏོགས་ཏ་ཅང་གཏམ་སྦྱང་  
 བས་མི་གཡེང་བར་སོ་སོར་དགེ་བའི་བྱ་བ་ལ་སྤྱོད་ཞིང་། ཉོན་མོངས་པའི་  
 རྒྱུན་བྱེད་པའི་ལོང་གཏམ་སྦྱ་བ་སོགས་བྱུང་ན་དེ་མ་ཐག་དབང་པོ་བསྐྱུས་ཏེ།  
 དེའི་རྗེས་སུ་སྐད་ཅིག་ཀྱང་མི་འབྲང་བར་འོན་པ་དང་ཤིང་གི་མི་བཞིན་དུ་བྱ་  
 བར་སྤྱོད་འཇུག་ལས་གསུངས། འོར་ཆེ་མ་འདོད། ཅས་པ་ནི། གཞན་ལ་པན་  
 བཏགས་པ་ལ་པན་ལན་རེ་བ་དང་ལེགས་སའི་ཆོག་གི་གཏང་རག་བྱེད་དུ་རེ་  
 བ་སོགས་མི་བྱ་སྟེ། བྱང་ཚུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་རང་གི་  
 ལུས་ལོངས་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་སེམས་ཅན་ལ་བསྐྱོས་པ་ཡིན་པས། ཟང་བྱིང་

ཅུང་ཟད་རེས་པན་བཏགས་པ་ལ་པན་ལན་འོང་དུ་རེ་བ་བྱ་དོན་མེད་དོ། །རང་གིས་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་བྱས་པ་ལ་སྙན་གྲགས་འོང་དུ་རེ་བ་ནི་དགོ་སྒྲོར་ལ་ཤིན་ཏུ་གནོད་དེ། ཆེ་འདིའི་རྙེད་བཀྱར་སྙན་གྲགས་ལ་དམིགས་ནས་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་ཅི་བྱས་ཀྱང་སྒྱིར་ཆོས་ཙམ་དུ་འང་མི་འགོ་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་དུ་ག་ལ་འགོ། །ཐེག་པ་དམན་པའི་ལམ་གྱི་སྒྲེ་བེན་པ་ཙམ་ལ་འང་འཁོར་བའི་ཕུན་ཆོགས་ལ་ཡིད་ལོག་པ་ཞིག་དགོས་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ལ་ལྟ་ཅི་སྒྲོས། ཆེ་འདིའི་རྙེད་བཀྱར་སྙན་གྲགས་ལ་དམིགས་ནས་ལས་ཅི་བྱས་ཀྱང་མི་དགོ་བར་འགྱུར་བ་སྒྲར་མང་དུ་བཤད་བེན་པ་ལྟར་རོ། །

དེས་ན་དམ་པ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱི་ཞལ་ནས། ཆེ་འདིའི་སྤང་ཤས་འདི་འཁྲི་མཁས། གཤམ་མཁས། གཞའ་མཁས་གསུང་བ་ལྟར། རང་གི་རྒྱད་ལ་ཞིབ་ཏུ་མ་བཏགས་ན་མི་མེད་དཔེན་པའི་གནས་སུ་ཆེ་དང་སྐྱབ་པ་སྒྲོམས་པར་སྒྲོམ་ཡང་སེམས་ཀྱི་གཏིང་ཆེ་འདིའི་སྤང་ཤས་ཀྱིས་བྲེར་བ་ཆེས་མང་དོ། །ཐམས་ཅད་ཐེག་ཆེན་ལམ་དུ་བསྐྱུར། ཞེས་པ་ནི་གནད་ཤིན་ཏུ་ཆེ་སྟེ། གོང་དུ་བཤད་པའི་སྒྲོ་སྒྱུར་གི་དམ་ཆོག་བཅོ་བརྒྱད་དང་བསྐྱབ་བྱ་ཉེར་གཉིས་པོ་དེ་དག་ནི་དངོས་བེན་ལ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཕུན་ཚོང་མ་ཡིན་པའི་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་པར་མ་དེས་ཀྱང་། དེ་ཐམས་ཅད་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་དུ་འགྱུར་བ་ཞིག་བྱ་དགོས་པས། སྒྲོ་གསུམ་གྱི་དགོ་བ་ཅི་བྱེད་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེས་བེན་པར་བྱེད་པ་དང་། རང་གིས་དགོ་སྒྲོར་བྱས་པ་ལ་སྙན་གྲགས་འོང་

དུ་རེ་བ་བྱུང་ན་དེ་མ་ཐག་ཉེས་པ་དེ་ངོས་ཟེན་པར་བྱས་ལ། འཇིག་རྟེན་གྱི་  
 ཁམས་ན་ཆེ་འདིའི་སྒྲུང་ཤས་གྱིས་ཟེན་ནས་དགེ་སྒྲོར་ཆུང་འཛེལ་བ་མཐའ་  
 ཡས་པ་ཞིག་ཡོད་པས། དེ་དག་གི་ཉེས་སྒྲོན་དེ་ཐམས་ཅད་བདག་གི་གཅེས་  
 འཇིག་གྱི་ཐོག་ཏུ་སྒྲིན་ནས་གཞན་ཐམས་ཅད་དགེ་སྒྲོར་རྣམ་པར་དག་པ་དང་  
 ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག་སྙམ་དུ་གཏོང་ལེན་ཤུགས་སྟབས་ཏུ་བསྒྲུམ། དེས་མཆོན་  
 ནས་དམ་ཆོག་དང་བསྐྱབ་བྱ་གཞན་རྣམས་ལ་འང་དེ་བཞིན་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ་  
 མ་འོངས་པ་ལ་རྟག་ཏུ་གོ་ཆ་བགོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི། ད་ཕྱིན་ཆད་སངས་རྒྱས་མ་  
 ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་བདག་པས་གཞན་གཅེས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་  
 དང་སྐྱད་ཅིག་གྱང་མི་འབྲལ་བར་བྱ་ཞིང། རྒྱུན་བཟང་ངན་གང་བྱུང་ཡང་  
 སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདིའི་གྲོགས་སུ་འབྱེད་ཐུབ་པ་ཞིག་བྱའོ་སྙམ་དུ་འདུན་པ་  
 ཤུགས་སྟབས་བྱ། ལྷག་པར་རང་ལ་རྒྱུན་ངན་པ་འབྱུང་ཉེ་བ་རྣམས་ཡིད་ཡུལ་  
 དུ་བྱས་ལ་རྒྱུན་འདི་དང་འདི་བྱུང་ཆེ་སྒྲོ་སྒྲུང་མི་ཉམས་པར་བཟོད་པའི་གོ་ཆ་  
 དང་སེམས་ཀྱི་འབྱེད་སོ་འདི་བཞིན་དུ་བྱའོ་སྙམ་དུ་འདུན་པ་ཡང་དང་ཡང་  
 དུ་སྒྲིད་པ་གནད་ཤིན་ཏུ་ཆེའོ། །

དེ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ཐུན་དངོས་གཞི་དང་ཐུན་  
 མཆམས་ཐམས་ཅད་དུ་བསྐྱུངས་ཏེ། ཐུག་དང་སྒྲོར་བ་དང་བཞུས་བཟོད་  
 སོགས་དགེ་སྒྲོར་ཅི་བྱེད་ཐམས་ཅད་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་དེས་ཟེན་ཅིང་དེའི་  
 ངང་ནས་བྱ་བ་དང་། དགེ་སྒྲོར་གང་བྱེད་ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
 རིན་པོ་ཆེ་འཕེལ་བའི་གྲོགས་སུ་འགོ་བཞིག་བྱའོ། །བདག་གཞན་མཉམ་



བརྗེའི་སློན་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྦྱོང་བའི་གདམས་ངག་འདི་བྱང་ཆུབ་  
ལམ་གྱི་རིམ་བཤམས་ཉམས་ལེན་ལོགས་པར་མི་གཟུང་བར་ལམ་རིམ་གྱི་  
ཉམས་ལེན་ཉིད་དུ་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་བཤམས་སྦྱོང་པོ་བྱང་  
ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྦྱོང་ཚུལ་ལ་རྒྱ་འབྲས་མན་ངག་བདུན་གྱི་སློན་ནས་སྦྱོང་ཚུལ་  
དང་། ཞི་བ་ལྷན་གཞུང་ནས་འབྱུང་བ་ལ་བརྟེན་ཏེ་བདག་གཞན་མཉམ་བརྗེའི་  
སློན་ནས་སྦྱོང་ཚུལ་གཉིས་ཡོད་པ་ལས།      གདམས་ངག་འདི་ནི་ཞི་བ་ལྷན་  
གཞུང་ལ་བརྟེན་ཏེ་བདག་གཞན་མཉམ་བརྗེའི་སློན་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
སྦྱོང་ཚུལ་ཡིན་ནོ། །

ལམ་གྱི་རིམ་བཤམས་འགོ་བཤེས་གཉིན་བསྟེན་ཚུལ་ནས་ལྷག་མཐོང་གི་  
བར་གྱི་དམིགས་སློང་གཞན་མ་རྣམས་གདམས་ངག་འདིར་རི་ལྟར་སྦྱོར་  
ཚུལ་ནི་སྤར་དངོས་གཞིའི་སྐབས་སུ་རྒྱས་པར་བཤད་ཅིན་པ་ལྟར་རོ།  
།གནད་དེ་དག་ལེགས་པར་ཤེས་ན་རྒྱལ་བའི་བཀའ་ལས་ཆོག་གཅིག་ཀྱང་  
དོར་དུ་མེད་པར་ཐམས་ཅད་གདམས་ངག་ཏུ་འབྱེད་ཤེས་པ་ཞིག་འོང་ལ།  
ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་ལམ་རི་སྟོན་ཅིག་གསུངས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་འགལ་བ་  
མེད་པར་གཅིག་གྲོགས་སུ་གཅིག་འགོ་བཤེས་ཞིག་འོང་སྟེ། དེ་ཡང་འགའ་ཞིག་  
ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་མ་སྦྱེས་པ་བསྦྱེད་པའི་ཐབས་སྟོན་འགྲོའི་  
ཆོས་སློང་དུ་འདུ་བ་དང་། འགའ་ཞིག་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དངོས་གཞིའི་  
སྦྱོང་ཚུལ་དུ་འདུ་བ་དང་། འགའ་ཞིག་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྦྱེས་ཅིན་གོང་  
འཕེལ་དུ་བྱེད་པའི་ཐབས་དང་།      །འགའ་ཞིག་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གྱི་

བསྐྱབ་བྱ་དང་། འགའ་ཞིག་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་དངོས་འཛིན་གྱི་ངེ་མ་  
སོགས་ངེ་མ་རྣམས་སྤྲོད་ས་ཏེ་དག་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་དང་། འགའ་ཞིག་ནི་  
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྒྲོམ་པ་ལ་གོགས་སེལ་བོགས་འདོན་དང་། འགའ་ཞིག་  
ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྒྲོམས་པ་མཐར་ཕྱིན་ནས་འཕྲིན་ལས་ཉི་ཤུ་ཙུ་  
བདུན་གྱིས་འགྲོ་བའི་དོན་བྱ་ཚུལ་སྟོན་པ་སོགས་སུ་འདུ་བས། ཐམས་ཅད་  
རང་གི་ཉམས་ལེན་གྱི་ཡན་ལག་ཉིད་དུ་འབྱེད་ཤེས་པ་ཞིག་འོང་ངོ་། །

དེས་ན་གདམས་ངག་འདི་ནི་བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་འགལ་མེད་དུ་  
རྟོགས་པ་དང་། གསུང་རབ་དང་གཞུང་ལུགས་ཐམས་ཅད་གདམས་ངག་ཏུ་  
འཆར་བ་དང་། རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་བདེ་སྒྲག་ཏུ་རྟེན་པ་དང་། ཉེས་སྤྱོད་  
ཆེན་པོ་རང་འགགས་སུ་འགྲོ་བ་སྟེ། ཆེ་བ་ཆེན་པོ་བཞི་དང་ལྔ་ན་ལོ། །སྟོགས་  
མ་ལྔ་པོ་བདེ་བ་འདི། །བྱང་ཆུབ་ལམ་དུ་བསྐྱར་པ་ཡིན། །མན་ངག་བདུན་  
ཅིའི་སྤྱིང་པོ་འདི། །གསེར་སྤྱིང་པ་ནས་བརྒྱད་པ་ཡིན། །ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར།  
སྟོགས་མ་ལྔ་ལྟག་པར་བདེ་བའི་དུས་འདིར་འདི་ལྟ་བུའི་ཉམས་ལེན་གྱི་  
གནད་ཤེས་པ་ཞིག་མེད་ན་ཆོས་ལམ་དུ་འགྲོ་བ་དང་མཐར་ཕྱིན་པ་ཤིན་ཏུ་  
དཀའ་བ་ལ། གདམས་ངག་འདིའི་སྟོན་ས་རྟེན་ངན་ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ལ་སྒོ་སྤྲོད་བའི་གྲོགས་སུ་བྱེད་ནས་སྒྲོམ་ཤེས་ན། རྟེན་  
ངན་རི་ཙམ་མང་བ་ཙམ་དུ་དགོ་སྤྱོད་འཕེལ་བ་ཞིག་འོང་བས། དུག་སྒྲན་དུ་  
བསྐྱར་བའི་བདུན་ཅི་ལྟ་བུ། རྒྱལ་སྐས་གསེར་སྤྱིང་པ་དང་མགོན་པོ་ཨ་ཏི་  
ཤའི་ཐུགས་ཀྱི་བཙུན་ཕུང་ག། ཐེག་པ་མཆོག་གི་ལམ་གྱི་སྤྱིང་པོ་བདག་

གཞན་མཉམ་བཞེད་སྒོ་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་སྒོ་སྤྱོད་བའི་གདམས་  
 ངག་འདི་ནི་གདམས་པ་གཞན་ལས་བྱུང་བར་དུ་འཕགས་པ་ཡིན་ལ། འདི་  
 ལ་བརྟེན་ནས་རང་གཞན་གྱི་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་དོན་ཐམས་  
 ཅད་ངེས་པར་འབྱུང་བས། གདམས་པ་འདི་ནི་ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་དང་  
 ཆོས་མཚུངས་ཤིང་གདམས་པ་མ་ལུས་འདུ་བའི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་འདྲ་ཡིན་  
 བོ། །

དེ་ལྟར་ལམ་ཐུན་མོང་བ་ལ་སྒོ་སྤྱོད་སྤངས་བས་བྱམས་སྟོང་རྗེ་བྱང་ཆུབ་  
 ཀྱི་སེམས་ཆེས་ཆེར་འཕེལ་ཏེ། རང་ངོས་ནས་སེམས་ཅན་རེ་རེའི་སྤྱིར་དུ་  
 དཔྱུལ་བའི་མེ་ནང་དུ་བསྐྱལ་བ་མཐར་ཡས་པར་གནས་དགོས་ཀྱང་ཁྱུ་ལ་བ་  
 མེད་པར་སྒོ་དགས་འཇུག་ཀྱས་པའི་སྟོང་སྟོང་ལོད་ཀྱང་། མ་དྲིན་ཅན་  
 རྣམས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱིས་ཉམ་ཐག་པའི་ཚུལ་བསམས་པ་ན་སྐད་ཅིག་ཀྱང་  
 བཟོད་སྒྲགས་མེད་པར་མ་ཀླན་དྲིན་ཅན་རྣམས་འཁོར་བའི་བཙོན་ར་ནས་  
 འདོན་པ་ལ་ཤིན་ཏུ་རིངས་བས། མཁའ་བྱུང་གྱི་མ་ཀླན་སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སྦྱར་དུ་རྫོགས་བྱང་ཐོབ་པའི་ཐབས་ཇི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོད་  
 བསམས་པ་ན། བསྐྱལ་ཆེན་གྱངས་མེད་ལ་མི་སྟོས་པར་སྟོགས་དུས་ཀྱི་ཆེ་  
 ཐུང་གཅིག་ལ་བྱང་ཆུབ་སྦྱོར་ཀྱས་པའི་ཉེ་ལམ་སྒྲ་མེད་དོ་རྗེའི་ཐེག་པར་  
 འཇུག་པར་བྱའོ། །ཉེ་ལམ་དེར་འཇུག་པ་ན་རྒྱུད་སྟེན་ནས་བཤུད་པ་ལྟར་གྱི་དོ་  
 རྗེ་སྟོབ་དཔོན་མཆོན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་འབད་པ་དུ་མས་བཅའ་ལ་བསམ་  
 སྦྱོར་གཉིས་ཀྱིས་བསྟེན་ཚུལ་སྤྱར་ལས་ཀྱང་ཆེས་ཆེར་སྤྱག་པ་ཞིག་བྱ་སྟེ།

དོ་རྩེ་སྒྲོ་བ་དཔོན་དེ་ཉིད་སྒྲོ་གས་བཅུའི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་  
གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་ལྟ་བ་དང་། དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་བདག་པོ་དང་  
དབྱེར་མེད་དུ་ལྟ་དགོས་ཤིང་མཆོག་ཐུན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་དེ་  
ཁོ་ནའི་བཀའ་ངེན་ལས་སྐྱབ་དགོས་པས། མཉེས་པ་གསུམ་གྱིས་མཉེས་  
པར་བྱ་བ་ལ་སྐྱེས་བུའི་རྩལ་ཅི་ཡོད་ཀྱིས་འབད། སྒྲ་མ་མཉེས་པར་གྱུར་པ་ན་  
དབང་གི་དོན་དུ་གསོལ་བ་བཏབ་སྟེ་དབང་བཞིས་རྒྱད་སྟོན་ངེས་ཤིག་བྱ།  
དེ་ཡང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཤུགས་དག་ཏུ་བསྐྱེད་ནས་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་  
འཇུག་དགོས་ཏེ། དཀྱིལ་འཁོར་དུ་འཇུག་པའི་ཆེ་རྩེ་སྒྲོ་བ་དཔོན་གྱིས་ཆེ་  
འདིའི་ཐུན་ཆོགས་ཙམ་ཞིག་དོན་དུ་གཉེར་བ་དང་། ཕྱི་མའི་མངོན་མཐོ་ཙམ་  
ཞིག་དོན་དུ་གཉེར་བ་དང་། རང་ཉིད་འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་བ་ཙམ་ཞིག་དོན་དུ་  
གཉེར་བ་དང་། མཁའ་ཁྲབ་ཀྱི་སེམས་ཙན་རྣམས་འཁོར་བའི་སྐྱག་བསྐྱེལ་  
ལས་སྒྲོལ་བྱིར་སྒྲ་མེད་བྱང་ཆུབ་དོན་དུ་གཉེར་བ་གང་ཡིན་འདི་བར་མཛད་  
ཅིང་། དེའི་ཆེ་རང་གིས་སྒྲ་མ་དང་དཀྱིལ་འཁོར་བའི་ལྟ་ཆོགས་ཀྱི་སྐྱན་སྐར་  
ཆེ་འདིའི་ཐུན་ཆོགས་སྐྱབ་པར་འདོད་པ་སོགས་བསམ་པ་དམན་པ་མིན་  
པར། མ་གྲན་སེམས་ཙན་ཐམས་ཅད་འཁོར་བ་ལས་སྒྲོལ་བྱིར་བྱང་ཆུབ་  
མཆོག་ཏུ་སྟོན་ལམ་བཏབ་སྟེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ལམ་ལ་རིངས་པར་རེས་པ་ཞིག་  
ཡིན་པར་ཁས་ལེན་དགོས་པ་དང་། རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཙས་དཔང་དུ་བཞག་སྟེ་  
སྒྲ་མ་དང་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་གཙོ་བོ་དབྱེར་མེད་པའི་སྐྱན་སྐར་མཁའ་ཁྲབ་ཀྱི་  
སེམས་ཙན་ཐམས་ཅད་འཁོར་བའི་གནས་ནས་བདག་ཉིད་གཅིག་པུས་



འདོན་ཞིང་། སྒར་མ་བསྐྱོལ་བ་ཐམས་ཅད་བདག་ཉིད་གཅིག་ཕུས་སྐྱོལ་བར་  
 ཁས་ལེན་དགོས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རྒྱབས་ཆེན་པོ་  
 དེ་ཉིད་སྐད་ཅིག་ཀྱང་ཡོངས་ཐབས་མེད་པར་བརྟན་པར་བྱ་བ་དང་། སྒྲགས་  
 ཀྱི་ཐབས་མཁུས་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྱུར་དུ་རྫོགས་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་སྤྱོད་གར་  
 གཟུགས་སུ་བཀོད་ནས་སྒྲ་བ་དོ་རྗེའི་རྣམ་པར་བསྐྱོམ་ཞིང་། སྒྲ་མས་སྤྱོད་གས་  
 བཅུའི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་པ་གཉིས་  
 ཀྱི་བྱིན་རྒྱབས་པབ་ནས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཤིང་བརྟན་པར་བྱས། བྱང་ཆུབ་  
 ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་དེའི་སྤྱོད་དུ་སྐྱུ་བཞིའི་ས་པོན་འདེབས་པར་བྱེད་པ་  
 ཡིན་ལ། སྒྲགས་ཀྱི་ཐབས་མཁུས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་  
 སྤྱོད་པ་སྤྱད་དེ་རྫོགས་བྱང་སྒྱུར་དུ་སྐྱུ་བ་པར་བྱེད་པ་དེ་ཡང་བསྐྱབས་ན་  
 ལེགས་ཤིང་པན་ཡོན་ཆེ་བ་དང་། མ་བསྐྱབས་ཀྱང་ཉེས་པ་མེད་པ་ཙམ་དུ་མི་  
 བཞག་པར་སྒྲ་མ་དང་དཀྱིལ་འཁོར་བའི་ལྷ་ཆོགས་བཀའ་སྤྱོད་སྤྱད་མར་  
 བཅས་པ་དཔང་དུ་བཞག་སྟེ་དོ་རྗེའི་མནའ་བོར་ཞིང་། སེམས་ཅན་རྣམས་  
 སྐྱོལ་བའི་སྤྱིར་སྤྱོད་གས་ཀྱི་ཐབས་མཁུས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ལ་ཞུགས་ཏེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
 ལམ་ལ་རིངས་པར་ཆས་པ་འདི་ལས་གཞན་དུ་སྤྱོད་གས་ན་མགོ་བོ་ཆལ་བ་  
 བརྒྱར་འགས་པ་སོགས་ཀྱི་དོ་རྗེའི་དམིང་པ་ཆེན་པོ་དོར་ཏེ་རལ་གྱིའི་འཁོར་  
 ལོའི་གསེབ་ཏུ་འགོ་བ་ལྟར་སྐད་ཅིག་ཀྱང་གཞན་དུ་ཡོངས་ཐབས་མེད་པར་  
 སེམས་ཅན་རྣམས་འཁོར་བ་ནས་འདོན་སྤྱིར་ཤིན་ཏུ་རིངས་པར་སྒྲ་མེད་ཀྱི་  
 ལམ་ལ་ཆས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་དབང་རྣམ་པར་དག་པ་ཐོབ་ཅིང་དབང་དུས་སུ་ཁས་སྒྲངས་  
 བའི་དམ་ཆོག་དང་སྒོམ་པ་མིག་གི་འབྲས་ལྷན་སྤྲོད་བ་གཞིར་བཞག་ནས་  
 ལམ་རིམ་གཉིས་སྒོམ་པ་ལ་འཇུག་པ་ན། ཐོག་མར་རིམ་པ་དང་པོས་རྒྱད་  
 སྒྲིན་པར་བྲ། དེ་ཡང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཆེས་ཤུགས་ཤག་ཏུ་བསྐྱེད་ནས་  
 སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་དོན་དུ་རྫོགས་བྱང་སྒྲུབ་པ་ལ་ཤིན་ཏུ་རིངས་པས་ད་  
 ལྟ་ནས་འབྲས་ལྷན་སྤྲོད་ཀྱི་རྣམ་པ་གཟུང་བའི་ལྟའི་རྣམ་འགྱུར་ལ་  
 གནས་ནས། མ་གཞན་སེམས་ཅན་རྣམས་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱིས་ཉམ་ཐག་པ་སྒྲིང་  
 རེས་མ་བཟོད་ནས་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སྒྲིག་སྒྲིབ་དང་སྤྱད་བསྐྱེད་ཐམས་  
 ཅད་ཚུར་བསྐྱེད་ཏེ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདུན་ཅིར་དག་པར་བྱེད་པ་དང་། སྤྱོད་ཀྱིས་  
 བཅུའི་མ་གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བཀྱག་ནས་སྤྱད་ཀྱི་དཀྱིལ་འཁོར་  
 དུ་བཅུག་སྟེ་དབང་བསྐྱེད་ནས་སྒྲིག་སྒྲིབ་སྤྲོད་བར་བྱེད་པ་དང་། ཡང་སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་རང་གི་སྒྲིང་ནང་དུ་བཀྱག་ནས་རང་སེམས་དང་དབྱེར་མེད་  
 དུ་བྲས་ཏེ་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱལ་བ་བདུན་ཅི་པལ་ནས་སྒྲིག་སྒྲིབ་  
 དང་སྤྱད་བསྐྱེད་རྣམས་སྤྲོད་བར་བྱེད་པ་དང་། རང་གི་ལུས་ལོངས་སྤྲོད་  
 དགོ་ཙམ་ཐམས་ཅད་དག་པའི་རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་རྣམ་པར་སྒྲོས་ཏེ་སྤྱོད་ཀྱིས་  
 བཅུའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་གཏོང་ཞིང་། སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ལས་  
 ཉོན་དང་ལུང་ཁམས་སྒྲིམ་མཆེད་རྣམས་སྤྲངས་ཏེ་དག་པའི་ལྟར་བསྐྱེད་བ་  
 དང་། མ་གཞན་སེམས་ཅན་རྣམས་གནས་པའི་རྟེན་མ་དག་པའི་འཇིག་རྟེན་  
 རྣམས་ཀྱང་སྤྲངས་ཏེ་དག་པའི་གཞུང་ཡས་ཁང་དུ་བསྐྱེད་བ་དང་། རྒྱལ་བ་

སྤྲུལ་བཅས་ཀྱི་ཐུགས་བསྐྱེད་པའི་བསྐྱེད་པའི་མཐུས་ཀྱི་རྒྱལ་བའི་བདུན་ཅེ་  
 བའ་སྟེ་སྤྱོད་བར་བྱེད་པ་སོགས་སྤྱོད་བཅུད་སྤྱོད་བ་ལ་ཅལ་དུ་འདོན་ཞིང་།  
 སྤྱོད་གཞི་སྤྱོད་བྱེད་དོ་འཕྲོད་པ་དང་སྤྱོད་གསུམ་ལམ་འབྲེར་གྱི་གནད་ཆང་  
 བའི་རིམ་པ་དང་པོའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་འབད་པས་རྒྱུད་སྟེན་པར་བྱས་ནས།  
 རིམ་པ་གཉིས་པའི་ལམ་བསྟོམ་པ་ལ་འཇུག་པ་ན་རྟོ་རྟེན་ལུས་ལ་གནད་དུ་  
 བསྐྱེད་ཞིང་། གསང་འདུས་ལེ་ལུ་གཉིས་པ་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་སྒྲ་མེད་ཀྱི་  
 ཐུན་མོང་མིན་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རྣམ་པ་གཉིས་སྟོམ་པ་ལ་འབད་དེ་  
 བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཤུགས་དཔག་པོས་མཁའ་ཁྲབ་ཀྱི་མ་གྲན་སེམས་ཅན་  
 ཐམས་ཅད་སྤྱོད་ཀྱི་འཛིག་ཉེན་དང་བཅས་པ་ཡང་དང་ཡང་དུ་འོད་གསལ་དུ་  
 བསྐྱེད་ཏེ་དག་པར་བྱེད་པ་དང་། རང་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྟོ་  
 གསུམ་རྟོ་རྟེན་གསུམ་ཀྱི་བདག་ཉིད་དུ་སྤྱོད་པར་བྱེད་པ་སོགས་རིམ་པ་  
 གཉིས་པའི་ལམ་ལ་འབད་ནས་བྱང་འཇུག་གི་སྤྱོད་སྤྱོད་པར་བྱེད་ལ། སྤྱོད་པའི་  
 ཐུབ་པ་ན་རིང་ནས་སྟོན་པའི་དོན་གྲུབ་སྟེ་སྤྱོད་ཅིག་རེ་རེ་ལའང་མ་གྲན་  
 སེམས་ཅན་རྣམས་འཁོར་བའི་གནས་ནས་འདོན་པ་ལ་མཐེན་བཅེ་རུས་པ་  
 རོགས་པ་མེད་པར་རྩལ་སྤྲོ་མོ་རེའི་ནང་དུའང་སྤྱོད་པ་བཅུད་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་  
 དང་བཅས་པའི་བཞོད་པ་སྟོན་པ་དང་། མཁའ་ཁྲབ་ཀྱི་མ་གྲན་སེམས་ཅན་  
 ཐམས་ཅད་རྩལ་སྤྲོ་མོ་གཅིག་གི་ནང་དུའང་སྤྱོད་རུས་པ་སོགས་སྤྱོད་པའི་རྣམ་  
 ཐར་དཔག་པར་དགའ་བ་བསམ་གྱིས་མི་ཁྲབ་པ་ཐོབ་ཅིང་། གཉིས་སྤྱོད་  
 འཇུག་པའི་བག་ཆགས་སྤྲོ་མོ་རྣམས་སྤྱོད་ཏེ་མི་སྟོན་བྱང་འཇུག་དེ་བཞིན་

གཤེགས་པ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་དྲེའི་ངོ་བོར་འཆང་བྱ་སྟེ། དེ་ནས་ནམ་  
མཁའི་དབྱིངས་ཁྱབ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་རང་རང་གི་སྐལ་བ་དང་  
འཆམ་པའི་སྐལ་བའི་བཀོད་པ་བསྟན་ཏེ་སྟུན་གྱིས་གྲུབ་པ་དང་རྒྱན་མི་  
འཆད་པའི་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས་སྐྱད་ཅིག་རེ་རེ་ལའང་སེམས་ཅན་མཐའ་ཡས་  
ཟུ་མེད་པ་འཁོར་བའི་གནས་ནས་བཏོན་ཏེ་སྒྲ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཚུབ་ལ་རིམ་  
གྱིས་འགོད་པར་མཛད་དོ། །དེ་ལྟར་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་ནས་བྱང་  
འབྲུག་གི་བར་མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་ལམ་གྱི་ལུས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ལ་ཉིན་རེ་  
བཞིན་སྟུན་བཞིའམ་མ་མཐའ་སྟུན་གཅིག་ཏུའང་བྱས་ཏེ་ཡིད་འབྱུར་གྱི་སྤྱོད་  
བ་འདོན་པར་བྱེད་པ་ནི་དལ་བའི་ཉེན་ལ་སྒྲིང་པོ་ལེན་པའི་ཐབས་མཆོག་ཏུ་  
གྱུར་པ་རྒྱལ་བ་དགྲེས་པའི་ལམ་སྒྲོལ་མདུ་བྱང་བ་ཡིན་གསུང་ངོ། །

རབ་འབྲུམས་བཀའ་དང་དགོངས་འགྲེལ་ཀུན་གྱི་སྒྲིང་པོའི་གནད་  
རྣམས་མ་ཆང་མེད་པར་ལམ་གྱི་རིམ་པ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱས་ནས་འདོམས་  
མཛད་པ། །མགོན་པོ་ཨ་ཏི་ཤ་དང་སྒོ་བཟང་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་དབྱེར་མེད་  
རྒྱལ་ཀུན་ཐུགས་རྗེའི་རང་གཟུགས་རྗེ་བཙུན་སྒྲ་མ་ཐུགས་རྗེ་ཅན། །སྒྱི་  
གཙུག་མཛེས་པའི་རྒྱན་དང་སྒྲིང་གི་བརྒྱུ་བྱེད་འབྱུར་ཏྲག་ཏུ་བཞུགས་ལ་  
བྲམས་ཐུགས་བྱིན་རྒྱབས་བདུན་ཅིའི་ཚུ་རྒྱན་ཡུན་པབ་པས། །བདག་ཡིད་  
དྲི་མ་ཀུན་བཀྲས་རབ་དྲངས་སེམས་མཆོག་ཆེས་ཆེར་རྒྱས་ནས་འགྲོ་འདི་  
མ་ལུས་བདག་ཉིད་གཅིག་ལུས་སྒྲོལ་བར་བྱས་གྱུར་ཅིག །མཐོང་ཐོས་བྲན་  
རེག་མ་ལུས་སྒྲིན་མཛད་ཅིང་། །གཞོད་བྱེད་རྣམས་ཀྱང་པན་བདེ་ལ་སྒྱུར་བ།



།རིན་ཆེན་སེམས་མཆོག་ཐུགས་ལ་མངའ་རྒྱལ་ལ། །རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་གུས་  
 བས་ཐུག་བགྱིད་དོ། །ཟླ་མེད་སྟོན་པ་ཐུགས་རྩེ་ཅན་དེ་ཡི། །གསུང་གི་གསང་  
 བ་ཀུན་ལ་དབང་འབྱོར་བ། །རྒྱལ་ཆ་བ་མི་པམ་མགོན་དང་འཇམ་དབྱངས་  
 གྱིས། །ལྷ་སྐུ་ཐོགས་མེད་ཞི་བ་ལྷ་གསུམ་ལ། །བསྐུལ་བའི་ཐེག་མཆོག་  
 གདམས་པའི་ཚུ་བོ་གསུམ། །གཅིག་ཏུ་འབྲིལ་བ་གསེར་སྤིང་མཆོ་ཆེན་  
 ལས། །འགྲོ་བའི་དེད་དཔོན་མགོན་པོ་ཨ་ཉི་ཤས། །བྱང་ཆུབ་ཐུགས་གྱི་ཞོར་  
 བུ་རབ་བཞེས་ཏེ། །མཐའ་ཡས་འགྲོ་ལ་པན་བདེའི་གྲུ་ཆར་པབ། །བྱམས་  
 ཐུགས་ཅི་མ་ལྟེ་ཡི་དྲི་བཟང་གིས། །ལོག་པར་སྐྱ་བའི་དུག་འཛིན་ཀུན་བསལ་  
 ཞིང་། །བསིལ་ལྡན་ལྷོངས་འདི་རྒྱལ་བའི་སྤྲས་གྱིས་བཀའ་། །མར་མེ་མཛད་  
 དཔལ་ཞིང་འདིར་སྤར་བྱོན་པ། །འཇམ་མགོན་རྒྱལ་བ་གཉིས་པའི་ཉིན་བྱེད་  
 མཐུས། །ཐུབ་བསྟན་ཡོངས་རྫོགས་དབྱིད་གྱི་དཔལ་མོ་ཤར། །རྣམ་དག་  
 བྲིམས་ལྡན་རྒྱལ་བའི་ལྷ་གྲུ་ཡིས། །འཛིན་མའི་བྱོན་འདི་མ་ལུས་ཁྲབ་པར་  
 བྱས། །བསྟན་པའི་འཇུག་སྒོ་སྐུ་བས་འགྲོ་ནས་བཟུང་སྟེ། །རྒྱུད་གྱི་མཐར་  
 ཐུག་འདུས་པའི་བྱང་འཇུག་པར། །ཐེག་པ་མཆོག་གི་བཞོན་པས་བགྱོད་  
 འདོད་པའི། །སྐལ་ལྡན་གཅིག་གི་ཉམས་ལེན་རིམ་པ་རུ། །བསྐྱས་པའི་  
 ལེགས་བཤའ་བདུད་ཅིའི་དགའ་སྟོན་ལ། །འདུས་པའི་རྒྱལ་སྤྲས་དཔའ་བོ་  
 བགྱང་ཡས་གྱིས། །ཐེག་མཆོག་གཏམ་གྱི་བགྲོ་བ་ཆེར་མཛད་པས། །སྟོན་པ་  
 འཁོར་བཅས་སྤར་ཡང་གཤེགས་པ་བཞིན། །གངས་རིའི་ལྷོངས་འདི་  
 འཕགས་ཡུལ་ཉིད་དུ་བསྐྱབས། །སྟེ་སྟོན་གསུམ་དང་རྒྱུད་སྟེ་རྣམ་བཞི་ལ། །

མི་འདིགས་སྒོ་བས་བརྟེན་མཁས་པའི་ཆོགས་རྣམས་ཀྱིས། །སྒོན་མེད་  
 ལེགས་བཤད་སྒྲ་དབྱངས་ཆེར་བསྒྲགས་པས། རྒྱགས་ཀྱན་མཁས་པའི་རྒྱན་  
 ཀྱིས་བརྒྱན་པར་གྱུར། །བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་དེ་དང་དེ་དག་ཀྱན། །དུས་ཀྱི་  
 རིམ་པས་ཐོས་པའི་ལམ་དུ་གཤེགས། །ཐེག་མཆོག་ལམ་ཀྱི་སྤྱིང་པོའི་གནད་  
 རྣམས་ཀྱི། །མིང་ཅམ་འཛིན་པའང་དགོན་པའི་དུས་འདི་འོངས། །ཀྱེ་མ་ཐུབ་  
 བསྟན་མིང་གི་ལྷག་མ་རུ། །གྱུར་པའི་མི་བཟད་དུས་མཐའ་འདི་འདྲར་གྱུར། །  
 ཀྱི་རུད་འགོ་འདིའི་ལས་ངན་མཐུ་བཅན་ཞིང་། །བཅེ་མེད་མི་རྟག་སྤྱིན་པོ་  
 འདི་རེ་ངན། །འདི་ལྟའི་དུས་འདིར་ཉམ་ཆུང་བདག་འདྲ་བས། །བསྟན་ལ་པན་  
 པའི་བྱ་བ་བགྱིད་ཅོམ་པ། །ཐུན་ནག་སྒྲག་ཏུ་རྩ་སྒོན་འདེགས་པ་བཞིན། །རང་  
 ཉིད་ཐུར་དུ་ཉམས་པ་སྒོན་པར་བཟད། །འོན་ཀྱང་བསྟན་པ་འབའ་ཞིག་གཅེས་  
 པར་དགོངས། །གཅིག་ཏུ་འགོ་ལ་བཅེ་བའི་དབང་གྱུར་པའི། །བདག་ཉིད་ཆེན་  
 པོའི་གསུང་གིས་བསྐྱེད་པས་ན། །སེམས་དཔའ་མཆོག་གི་ཐུགས་བསྐྱེད་  
 མཐུ་བཅན་པས། །ཐེག་མཆོག་རིགས་ཀྱི་རུས་པ་བརྟེན་གྱུར་ཏེ། །རྒྱལ་བ་  
 དགེས་པའི་ལམ་ལ་ཡིད་རྟོན་པའི། །སྒོ་ལྡན་འགའ་ལ་པན་པའང་སྤྱིད་སྟམ་  
 ནས། །རྒྱད་ལྡན་སྒྲ་མའི་གསུང་བཞིན་ཚུལ་འདི་བཀོད། །ལུང་དང་རིགས་  
 པས་དབྱད་པ་ཡིན་མོད་ཀྱང་། །ཐེག་མཆོག་ལམ་བཟ་བདག་སྒོ་ཤིན་ཏུ་  
 མོངས། །དེ་ཕྱིར་འདི་ལ་ལོངས་པ་གང་མཆིས་པ། །ཐུགས་རྗེ་ཆེ་མགོན་  
 རྣམས་ལ་སྤྱིང་ནས་བཤམས། །ཚུལ་འདིར་འབད་ལས་ཐོབ་པའི་དགེ་བ་  
 དེས། །དྲིན་ཅན་ཉམ་ཐག་མ་རྒྱན་འགོ་འདི་རྣམས། །ཉམ་ང་འཁོར་བའི་གནས་

ལས་སྒྲོལ་བ་ལ། །འཁྲུའི་དབང་པོ་ལྟ་བུར་བདག་གྱུར་ཅིག །འགྲོ་བའི་སྤྱག་  
བསྐྱལ་མ་ལུས་སེལ་བའི་སྒྲན། །རིན་ཆེན་སེམས་མཆོག་བདུད་ཅིའི་བུམ་  
བཟང་འདི། །ས་འདི་གནས་པ་དེ་སྤྲོད་གནས་གྱུར་ཏེ། །འགྲོ་ཀུན་བྱང་སེམས་  
བདུད་ཅིས་ཆེས་གྱུར་ཅིག །ཐེག་མཆོག་ཆོས་ཚུལ་བསྐྱུང་ཞིང་སྒྲོང་བ་ལ། །  
མཐུ་ལྡན་བཀའ་སྒྲོད་སྐྱུང་མའི་རིགས་རྣམས་ཀྱིས། །ཆོས་འདིའི་འཕྲིན་ལས་  
སྤེལ་ལ་མ་གཡེལ་བར། །འགྲོ་ཀུན་ལམ་འདིར་འཇུག་པའི་གྲོགས་མཛོད་  
ཅིག །

ཅེས་རྒྱལ་སྐས་ཞིབ་ལྟའི་གཞུང་ནས་འབྱུང་བ་ལ་བརྟེན་ཏེ་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་སྒོ་  
ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྒྲོང་བའི་གདམས་ངག་ཐེག་ཆེན་སྒོ་སྒྲོང་གི་ཁྲིད་ཡིག་བདུད་ཅིའི་སྤྲོད་པོ་  
ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི། སྤྱི་ནང་གི་ཆོས་རྣམས་ཚུ་ནང་གི་རྒྱ་གཟུགས་ལྟར་གཟིགས་ཤིང་། མདོ་སྤྱགས་ཀྱི་  
ལམ་ཀྱི་གནད་ཐམས་ཅད་རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོའི་དགོངས་པ་རྗེ་ལྟ་བུར་བྲི་མ་མེད་པའི་རིགས་པའི་  
ལམ་ནས་བྱངས་ཏེ་འདོམས་པ་ལ་དབང་འབྱོར་བས་བསྟན་འཛིན་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་ནང་ན་རྒྱལ་མཁོན་  
ཀྱི་ཏོག་ལྟར་མངོན་པར་མཐོ་བའི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་རྗེ་ལྟར་སྤྱུ་སྤྱུལ་སྤྱུ་རིན་པོ་ཆེ་ཡེ་ཤེས་བསྟན་པའི་  
སྒོན་མེ་དཔལ་བཟང་པོའི་བཀའ་བསྐྱུལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས། ཤིང་ཏྲ་ཆེན་པོ་སྤྱུ་སྤྱུབ་དང་ཐོགས་མེད་དང་  
ཞེ་བ་ལྟ་གསུམ་ནས་བརྒྱད་པའི་ལམ་ཀྱི་རིམ་པ་སྤྱི་དང་། ཁྱད་པར་བྱང་ཆུབ་སེམས་སྒྲོང་གི་སྟན་  
རྒྱུད་ཀྱི་མན་ངག་ལེགས་པར་ཐོབ་པ་དགེ་སྒོང་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་མཁོན་ཀྱིས། དགའ་བ་ཞེས་བ་ཆུ་འབྲུག་  
ཆོ་འཕྲུལ་རྒྱ་བའི་ཡར་ཆེས་ལ་བལ་བོད་མཆོམས་ཀྱི་དབེན་གནས་བཟླ་ཤེས་བསམ་གཏན་སྤིང་དུ་  
སྦྱར་བའོ། །

འདིས་ཀྱང་སྤྱབ་པའི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་མི་ཁུབ་པའི་རྒྱལ་མཁོན་དུ་གྱུར་ཅིག །