



སློབ་སྦྱང་ཚེག་བརྒྱད་མའི་བཀའ་ཁྲིད།

༩༩། སློབ་སྦྱང་ཚེག་བརྒྱད་མ་བཞུགས་སོ།

བདག་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ།  
ཡིད་བཞིན་འོར་བུ་ལས་ལྷག་པའི།  
དོན་མཚོག་སྦྱབ་པའི་བསམ་པ་ཡིས།  
ཏྲ་ཏྲ་གཅེས་པར་འཛིན་པར་ཤོག།

གང་དུ་སྤྱད་པ་འགྲོགས་པའི་ཚེ།  
བདག་ཉིད་ཀྱི་ལས་དམན་བཟོ་ཞིང་།  
གཞན་ལ་བསམ་པ་ཐག་པ་ཡིས།  
མཚོག་ཏྲ་གཅེས་པར་འཛིན་པར་ཤོག།



སྒྲིབ་ལམ་ཀུན་ཏུ་རང་རྒྱུད་ལ།  
རྟོག་ཅིང་ཉོན་མོངས་སྦྱིས་མ་ཐག།  
བདག་གཞན་མ་རུངས་བྱེད་པས་ན།  
བཅན་ཐབས་གདོང་ནས་བསྐྱོག་པར་ཤོག།

རང་བཞིན་ངན་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས།  
སྒྲིག་སྒྱུག་དྲག་པོས་ཉོན་མཐོང་ཆོ།  
རིན་ཆེན་གཏེར་དང་འཕྲད་པ་བཞིན།  
རྟེན་པར་དཀའ་བས་གཅེས་འཛིན་ཤོག།

བདག་ལ་གཞན་གྱིས་ཕྱག་དོག་གིས།  
གཤེ་བསྐྱར་ལ་སོགས་མི་རིགས་པའི།  
གྲོང་ཁ་རང་གིས་ལེན་པ་དང་།  
རྒྱལ་ཁ་གཞན་ལ་འབྱུང་བར་ཤོག།

གང་ལ་བདག་གིས་ཕན་བཏགས་པའི།  
རེ་བ་ཆེ་བ་གང་ཞིག་གིས།  
ཤིན་ཏུ་མི་རིགས་གཞོན་བྱེད་ནའང་།  
བཤེས་གཉེན་དམ་པར་བལྟ་བར་ཤོག།

མདོར་ན་དངོས་སམ་བརྒྱུད་པ་ཡིས།



ཕན་བདེ་མ་རྣམས་ཀྱི་ལ་འབུལ།  
མ་ཡི་གཞོན་དང་སྤྱུག་བཟུལ་ཀྱི།  
གསང་བས་བདག་ལ་ལེན་པར་ཤོག།

དེ་དག་ཀྱི་ཀྱང་ཆོས་བརྒྱད་ཀྱི།  
རྟོག་པའི་ངི་མས་མ་སྤྲུགས་ཤིང་།  
ཆོས་ཀྱི་སྒྲུ་མར་ཤེས་པའི་སྒྲོལ།  
ཞེན་མེད་འཆིང་བ་ལས་གྲོལ་ཤོག།

ཅེས་པ་འདི་ནི་དག་བཤེས་སྤང་ཐང་པ་རྩི་རྩེ་སེལ་གསུང་རྩི། །

སློབ་སྦྱོང་ཆོག་བརྒྱད་མའི་བཀའ་ཁྲིད་བཞུགས་སོ།

སློབ་སྦྱོང་སྤང་ཐང་ཆོག་བརྒྱད་འདི་བཞེན་པོ་རྟོ་བའི་སྒྲོལ་མ་ཤར་བ་དང་། དག་  
བཤེས་སྤང་རི་ཐང་པ་སྤེ་སྤང་ཤར་གཉིས་ཞེས་སློབ་སྦྱོང་གི་ཉམས་བཞེས་ཆད་དུ་  
འབྱོལ་བ་གནང་སྟེ་ཉམས་སྦྱང་མཚན་ཉིད་ཆང་བ་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་བྱ་དམ་པ་གཉིས་  
ལས་དག་བཤེས་སྤང་རི་ཐང་པས་མཛད་པ་ཞིག་ཡིན། ཀྱི་བཟང་སྤྱོད་མའི་ཞལ་ལྷང་  
ནང་སྤང་ཐང་རྩི་ནག་པ་ཞེས་མཚན་ཐོགས་པ་ཡིན་ཚུལ་གསལ་འདུག་པ་ལྟར་ཉ་  
ལས་པའི་སློབ་སྦྱོང་གི་ཉམས་བཞེས་པ་ཞིག་རེད།

སློབ་སྦྱོང་གི་རིགས་པལ་ཆེར་བྱང་ཆུབ་སེམས་སྦྱང་གི་གདམས་པ་ལ་མན་ངག་རྒྱ་  
འབྲས་བདུན་མ་དང་། བདག་གཞན་མཉམ་བཞེ་ཞེས་གཉིས་ཡོད་པ་ལས་ཡོངས་  
གྲགས་སློབ་སྦྱོང་ཞེས་མིང་ཐོགས་ས་གཙོ་ཆེ་བ་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེ་ཞེས་སློབ་སྦྱོང་བ་  
དེར་སློབ་སྦྱོང་གི་མིང་ཤུགས་ཆེ་བ་ཐོབ་ཀྱི་མེད་དམ་སྟུག། སྤྱོད་མ་མཚན་པའི་ནང་



གསུངས་པ་ལྟར་ཐོག་མར་བདག་གཞན་མཉམ་པ། དེ་ནས། རང་ཉིད་གཅེས་འཛིན་  
 སྤྱད་པ་ཀུན་གྱི་སྒྲོ། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་གཞན་གཅེས་འཛིན་གྱི་པན་ཡོན་ནམ་ཡོན་ཏན་  
 སྒྲོ་དུ་མ་ནས་བསམ་པ་དང་། རང་གཅེས་འཛིན་གྱི་ཉེས་དམིགས་སྒྲོ་དུ་མ་ནས་  
 བསམས་པ། དེ་ནས་བདག་གཞན་བརྗེ་བ་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་གཏོང་ལེན་སྒྲོམ་  
 རྒྱལ་བཅས་ས་བཅད་ལྷ་ཅམ་གསུང་རྒྱུན་ལ་ཡོད་པ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་ནང་གསལ་  
 བ་ལྟར་ཡིན། མདོ་དོན་སྒྲོ་གཟུ་བོར་གནས་པའི་ཐོག་ནས་འདི་ལྟར་བསམ་སྒྲོ་བཏང་  
 བ་རང་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་གཅེས་འཛིན་ཞེས་པ་དེས། བསམ་རྒྱུ་རང་ཉིད་སྦྱིད་  
 པ་ཞིག་བྱུང་ན་བསམ་པའི་དམིགས་ཡུལ་བཟུང་སྟེ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཀྱང་། བསམ་སྒྲོ་  
 གཏོང་སྟངས་དེ་བསམ་རྒྱུ་དོག་པོ་དང་ཏ་ཅང་གཏི་ཐུག་ཅིག་ཡིན་པར་བརྟེན་མགོ་  
 ལོག་ཁོ་ན་ཅིང་མཁན་ཞིག་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།

གཞན་གཅེས་པར་འཛིན་པ་ཞེས་པའི་བསམ་སྒྲོ་དེ་གྲུ་ཡངས་པོ་ རྣམ་དཔྱད་དང་  
 རྣམ་པ། ཐུག་ཐག་རིང་པོའི་བསམ་སྒྲོ་ཞིག་ལ་སོང་གཞན་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་སྒྲོ་  
 དེ་སྦྱང་ན་རང་དོན་ཞར་ལ་སྦྱབ་པ་ཞིག་ཡོང་གི་རེད། དཔེར་ན་ང་རང་ཆོའི་མཐོང་  
 ཆོས་ལ་རྣམ་དཔྱད་ཡོད་པའི་མི་ཞིག་དང་། གཏི་ཐུག་ཅན་གྱི་མི་ཞིག་སྟེ་མི་གཉིས་ཀ་  
 ཐུག་བཟུལ་མི་འདོད་པ་དང་བདེ་བ་འདོད་པ་གཅིག་མཚུངས་རེད། གཉིས་ཀས་  
 ཐུག་བཟུལ་སེལ་ཐབས་དང་བདེ་བ་སྦྱབ་རྒྱུའི་དམིགས་ཡུལ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན།  
 གཉིས་ཀས་རང་ཉིད་ལེགས་པ་ཞིག་བྱུང་ན་བསམ་ཀྱང་། མི་གཅིག་དེ་གཏི་ཐུག་སྟེན་  
 པ་ཡིན་སྟབས་ནམ་དུ་ཡང་རང་དོན་དེ་ཡང་སྦྱབ་རྒྱུ་མེད་པ་མ་ཟད། མགོ་ལོག་ཁོ་ན་  
 ཅིང་མཁན་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད། གཅིག་ཤོས་མི་རྣམ་དཔྱད་དང་ཉམས་སྦྱང་ཡོད་པ།  
 བསམ་སྒྲོ་རྒྱ་ཆེན་པོ་གཏོང་ཐུབ་མཁན་དེས་གཞན་ལ་འང་པན་ཐོགས་ཡོད་པ། དེའི་  
 ཞར་ལ་རང་དོན་ཡང་སྦྱབ་ཐུབ་མཁན་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད།



དེས་ན་རང་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་གཅེས་འཛིན་གྱི་གཞན་དབང་དུ་བཏང་ན།  
 དུས་ད་ལྟ་བར་དུ་ང་རང་ཚོ་སྤྲུག་བསྐྲུན་འཛད་རྒྱ་མེད་པ་ཞིག་སྤྲོད་བའི་སྐབས་ཚུ་  
 གཅིག་དེ་རང་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་གཅེས་འཛིན་དེ་དང་། ཚུ་བ་གཞན་ཞིག་ནི་  
 བདག་ཏུ་འཛིན་པའི་བདག་འཛིན་དེ་རེད། དེ་གཉིས་ལ་མགོ་འབྲལ་ལྷན་འབྲལ་  
 བྱས་ནས་དེའི་གཞན་དབང་དུ་དུས་ད་ལྟ་བར་དུ་བཏང་བ་རེད། བཏང་བའི་འབྲས་  
 བྱར་ཁ་སྤྲོས་འདི་ལས་མ་བྱུང་བ་རེད། ད་དུང་ཡང་རང་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་  
 གཅེས་འཛིན་དང་། བདག་ཏུ་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་གཉིས་པོ་དེར་མགོ་འབྲལ་  
 ལྷན་འབྲལ་བྱས་ནས་དེའི་གཞན་དབང་དུ་བཏང་ན། འབྲུང་འབྲུར་ལའང་སྤྲུག་  
 བསྐྲུན་མཐའ་མི་མངོན་པ་ཞིག་སྤྲོད་དགོས་པ་ཕལ་ཆེར་ཐག་ཆོད་པ་རེད།

དེར་བརྟེན་ད་ལྟ་ཕན་ཆད་གྱི་ང་ཚོའི་ཉམས་སྤྲོད་གི་སྤྲོད་ནས་རང་གཅེས་པར་  
 འཛིན་པའི་གཅེས་འཛིན་དང་། བདག་ཏུ་འཛིན་པའི་བདག་འཛིན་གཉིས་པོ་དེར་  
 སྒོ་གཏད་བཅོལ་ནས་བསྐྲུན་ན་ཁ་སྤྲོས་འདི་ལས་ཡོང་རྒྱ་མེད་པས། དེ་ལ་བསྐྱར་  
 བཅོས་ཤིག་བཏང་ན་རེ་བ་ཞིག་ཡོང་རྒྱ་ཡོད། དེས་ན་དུས་ད་རེས་རང་གཅེས་པར་  
 འཛིན་པའི་གཅེས་འཛིན་ལ་སྒོ་དུ་མ་ནས་ཉེས་དམིགས་སུ་བཞུགས་ནས་དེ་དང་དུ་མི་  
 ལེན་པར་བྱགས་ཇི་ཆུང་དུ་འགོ་ཁྲིམས་སྤྲོད་ཅིག་བཞུགས། གཞན་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་  
 གཅེས་འཛིན་དེ་ཡོན་ཏན་ཀྱན་གྱི་གཞི་མར་མཐོང་བའི་སྒོ་ནས། མདོར་ན་སྒོན་པ་  
 བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་དཔེ་བཞུགས་ནས་རང་གཅེས་པར་འཛིན་པ་དེར་ཉེས་དམིགས་  
 སུ་བཞུགས་ནས་དེ་དང་དུ་མི་ལེན་ཞིང་། གཞན་གཅེས་པར་འཛིན་པ་དེ་ཡོན་ཏན་དུ་  
 བཞུགས་ནས་དེ་དང་དུ་ལེན། དུས་ནས་དུ་ཡང་གཅེས་འཛིན་གཉིས་པོ་དེའི་སྒྲིན་དང་  
 ཡོན་ཏན་ཤེས་པའི་ཐོག་ནས། གཅིག་དང་དུ་མི་ལེན་པར་བསྒྲིག་ཐབས་བྱེད་རྒྱ་དང་།  
 ཅིག་ཤོས་དེ་དང་དུ་སྒྲངས་ནས་ལུས་པ་བརྟན་སྤྲོད་རྒྱུར་འབད་བཅོམ་བྱེད་དགོས་པ་



ཡིན། དེ་ལྟར་རང་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་གཅེས་འཛིན་ད་ལྟ་ལམ་སང་མེད་པ་བཟོ་  
ཐབས་མེད་ཀྱང་། རང་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་གཅེས་འཛིན་ལ་ཉེས་དམིགས་  
མཐོང་བའི་ཐོག་ནས་གཅེས་འཛིན་ཁོ་ནའི་གཞན་དབང་དུ་མི་གཏོང་བ་ཞིག་ང་  
ཚོས་བྱེད་དགོས།

ཀུན་རྫོབ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྟོར།

བདག་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ།

ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ལས་ལྷག་པའི།

དོན་མཆོག་སྐྱབ་པའི་བསམ་བ་ཡིས།

རྟག་དུ་གཅེས་པར་འཛིན་པར་ཤོག།

ཅེས་གསུངས་ཤིང་། ཅ་ཆོག་འདིར། རྟག་དུ་གཅེས་པར་འཛིན་པར་དགོས། ཁྱེས་  
པའི་ཆོག་དེ་སྟོན་ལམ་ལ་ཚུར་བསྐྱར་ནས་ཤོག་ཅེས་སྐྱར་བ་ཡིན་འདུག་ཅིང་། དོན་  
ནི་སྟོ་སྟོང་སྤང་ཐང་ཆོག་བརྒྱད་འདིས་དོན་དམ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བབྱང་བ་དང་།  
ཀུན་རྫོབ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བབྱང་བ་གཉིས་ལས། ཀུན་རྫོབ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
བབྱང་ཚུལ་དེ་གཙོ་བོ་དང་། དོན་དམ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བབྱང་བ་དེ་མཚུག་དུ་  
མདོར་བསྐྱུས་ཤིག་གསུངས་སོ།

དེ་ལྟར་ཡང་ཤོ་ལོ་ཀ་དང་པོར། བདག་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ། ཁྱེས་པའི་  
བདག་ཅེས་བརྗོད་པའི་སྐབས་དེ་ཉིད་ནས་བདག་ཅེས་པའི་བདག་གི་ཡིན་ལྷགས་དེ་  
ཤེས་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་མདོ་ཞིག་གི་ནང་དུ།

བདག་ཅེས་བྱ་བ་བདུད་ཀྱི་སེམས།



བྱོང་ནི་ལྟ་བུར་གྱུར་པ་ཡིན།  
འདྲ་བྱེད་ལུང་པོ་འདི་སྟོང་སྟེ།  
འདི་ལ་སེམས་ཅན་ཡོད་མ་ཡིན།

ཞེས་པའི་མདོའི་ཆོག་འདི་བཙམ་ལྡན་འདས་རྒྱ་གར་ལ་ཕེབས་པའི་སྐབས་དང་།  
སྤྱིར་དང་རང་ཆོ་སློག་ཆགས་འབྲུ་ཐིན་ཚུན་ཆད་ཀྱིས་བདག་གམ་དང་ཞེས་པ་ཞིག་སྟོ་ལ་  
ཤར་གྱི་ཡོད་ཅིང་། དང་རང་ཆོའི་བདེ་བ་དང་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཞེས་པ་འདི་དག་རྒྱ་དང་  
རྒྱུན་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་གི་ཡོད་པ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱས་ནས། ཅ་བ་སེམས་དུལ་  
ན་བདེ་སྦྱིད་ཡོང་བ་དང་། སེམས་མ་དུལ་ན་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཡོང་གི་ཡོད་པར་ངོས་  
འཛིན་བྱས་ཏེ། སེམས་མ་དུལ་བར་བྱེད་མཐའ་གྱི་ཉོན་མོངས་ཞེས་པ་དེར་སྦྱོན་དུ་  
བཟུང་བ་དེ་བཙམ་ལྡན་འདས་རྒྱ་གར་ལ་ཕེབས་པའི་སྐབས་སུ་འདི་བཤད་མཐའ་  
མང་དུ་ཡོད། འདོད་པའི་ཉོན་མོངས་ལ་ཉེས་དམིགས་སུ་བཟུངས་ཏེ་ཆགས་བྲལ་གྱི་  
ལམ་སྟོན་པ་དེ་འདྲ་ཡོང་གི་ཡོད། འོན་ཀྱང་བཙམ་ལྡན་འདས་ཕེབས་པའི་གནས་  
སྐབས་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་ཉོན་མོངས་ལ་ཉེས་དམིགས་སུ་བཟུངས་ནས་ཉོན་མོངས་དང་དུ་  
མི་ལེན་པ་དེ་དག་ཅ་བ་འབྲུལ་ཡོད་པ་རེད།

བདག་ཅེས་པ་འདི་སྟོ་ལྟན་སྦྱེས་ལ་ལུང་པོ་ལ་དབང་སྦྱར་མཐའ་གྱི་བདག་རང་  
དབང་བ་ཞིག་དང་རང་ཆོའི་སྟོ་ལ་སྤང་ཞིང་ཞེན་པ་འདི་ལྟན་སྦྱེས་སུ་ཡོད་པའི་ཐོག་  
ལ། ད་དུང་ལུང་པོ་དོར་ལེན་བྱེད་མཐའ་གྱི་བདག་ཅིག་ཡོད་དགོས་སོ་ཞེས་ལུང་པོ་  
ལས་དོན་གཞན་པའི་བདག་ཅིག་སྐྱབ་ནས་དེ་གཞིར་བཞག་པའི་ཆོས་ཚུལ་ཞིག་ཡོད།  
འོན་ཀྱང་སངས་རྒྱས་བཙམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཅ་བ་བདག་དུ་འཛིན་  
པ་དེས་བྱེད་པར་དགོངས་པས་ན། བདག་ཅེས་བྱ་བ་བདུད་ཀྱི་སེམས། ཅེས་བདག་  
ཅེས་པའི་བསམ་སྟོ་འཁོར་བ་དེས་རྒྱུན་པས་ཆགས་སྤང་སྦྱེས་པ་དང་། དེས་རྒྱུན་པས་



ང་ཀྱལ། དེས་རྒྱུན་པས་ཕྱག་དོག་ཀྱང་སྦྱོས་ཤིང་། སེམས་མ་རུང་བར་བྱེད་མཐན་  
ཉོན་མོངས་ཀྱི་རིགས་མཐའ་དག་བདག་ཏུ་འཛིན་པའི་སློ་དེས་ཡོང་བས་ན། ང་རང་  
ཆོའི་སློ་ལ་ང་ཞེས་ཤར་བ་ཞིག་ཡོང་བ་འདིས་ཕུང་ཁྲོལ་གྱི་རྩ་བ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་འདི་  
གསུངས་ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་དེ་འདྲའི་བདག་དེ་མེད་ཅིང་། གང་ལགས་ཤེ་ན། འདྲུ་བྱེད་  
ཕུང་པོ་འདི་སྟོང་སྟེ། །ཞེས་བདག་དེ་འདྲུ་བྱེད་ཀྱི་ཕུང་པོ་དེའི་མགོ་ཞབས་མྱོང་བ་  
གང་ཞིག་ནས་བསམ་སློ་བཏང་ཡང་རྩ་བ་ནས་བཞག་རྒྱ་མེད་པས། ཇི་ལྟར་སློ་ལ་ང་  
ཞེས་ཤར་བ་ལྟར་གྱི་བདག་ཅིག་མེད། འོ་ན་ང་མེད་པ་རེད་དམ་ཞེ་ན་དེ་ལྟར་མིན་  
པར། དེའི་རྗེས་ཀྱི་ཤོ་ལོ་ཀ་དེར།

ཇི་ལྟར་ཡན་ལག་ཆོགས་རྣམས་ལ། །  
བརྟེན་ནས་ཤིང་རྟོག་བརྗོད་པ་ལྟར། །  
དེ་བཞིན་ཕུང་པོ་རྣམས་བརྟེན་ནས། །  
ཀུན་རྗེ་སེམས་ཅན་བརྗོད་པ་ཡིན། །

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། བདག་མེད་པ་མ་ཡིན་པར་བདག་ཡོད་ཅིང་། ཡོད་ཚུལ་ཇི་  
ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། ཤིང་རྟོག་ཡན་ལག་ལ་བརྟེན་ནས་ཤིང་རྟོག་ཞེས་བཏགས་པ་ལྟར།  
བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་སྟེ་གཞི་དེ་ཉིད་ལ་ཤིང་རྟོག་ཞེས་པ་ཞིག་མེད་ཀྱང་། ཤིང་རྟོག་  
གང་ཏུ་འཛོག་སའི་གཞི་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཤིང་རྟོག་ཞེས་ཐ་སྙད་བཏགས་པའི་དབང་  
གིས་ཡོད་པ་ཞིག་སྟེ། མདོར་ན་མིང་རྒྱང་བཏགས་ཡོད་ཅམ་ཞིག་ཡོད་ཅེས་གསུངས་  
ཀྱི་ཡོད།

དེས་ན་ཐོག་མ་ནས། བདག་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ། །

ཞེས་པའི་བདག་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་བརྗོད་ཀྱི་ཡོད་མེད་བསམ་སློ་ཞིག་གཏོང་།





དགོས་པ་ཆགས་ཀྱི་ཡོད། བསམ་སྒྲོ་བཏང་ནས་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་དང་། ཆོས་འདི་  
ལས་ཕྱི་རོལ་ཏུ་གྱུར་པའི་ཆོས་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་འབྱེད་དེའི་ཐོག་ནས་ཏ་ཅང་གསལ་པོ་  
ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལྟར་ན། མདོ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར། སྤང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་  
བཏགས་པའི་བདག་ཅིག་ཡོད་ཅིང་། དེ་ལྟ་བུའི་སྤང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་  
བདག་དང་། དེ་བཞིན་ང་རང་ཆོས་བྱམས་དང་སྦྱིང་རྗེ་བསྒྲོམ་སའི་སེམས་ཅན་དེ་  
དག་ཀྱང་སྤྱད་བཟུལ་གྱིས་མནར་བའི་ངའམ་གང་ཟག་དེ་བཙལ་བ་ན་དེ་ཡང་རྟེན་  
རྒྱ་མེད་པ་ཞིག་རེད། དེ་ལྟའི་སྒོ་ནས།

བདག་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ།  
ཡིད་བཞིན་འོར་བུ་ལས་ལྷག་པའི།  
དོན་མཆོག་སྤྱབ་པའི་བསམ་པ་ཡིས།  
ཏག་ཏུ་གཅེས་པར་འཛིན་པར་ཤོག།

ཅེས་གསུངས་སོ། །ང་རང་ཆོ་ནམ་རྒྱན་ཡིན་ན། རང་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་གཅེས་  
འཛིན་གྱི་དབང་ལས་ང་ཞེས་པ་དེ་མི་ལམ་ཚུན་ཆད་ལ་སྦྱིད་པ་ཞིག་བྱུང་ན་བསམ་  
ནས་བདེ་སྦྱིད་ཡོང་བའི་འབད་བཅོམ་བྱེད་པ་དང་། གཞན་ཞེས་བརྗོད་ན་ང་དང་  
ཐད་ཀར་འབྲེལ་བ་མེད་པར་རང་གི་ཞོར་ལ་སྦྱིད་པོ་བྱུང་ཡང་ཡག་པོ་རེད། འོན་  
ཀྱང་སོ་སོའི་དོན་དག་ལ་ཕྱག་སྐབས་གཞན་གཡུགས་བཞག་བསམ་པ་ཞིག་ང་རང་  
ཆོའི་སྒོ་ལ་འཆར་བ་འདི་ནོར་འཁྲུལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་པས་བསམ་སྒྲོ་དེ་ལྟར་གཏོང་  
རྒྱ་མེད།

ནམ་མཁའི་མཐས་གཏུགས་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ང་རང་ཆོའི་ཆོ་འདིའི་གོ་སྒྲོས་  
གཏམ་གསུམ་མཐའ་དག་རྗེ་བོ་སེམས་ཅན་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་དགོས་པ་དང་། ང་



རང་ཆོའི་ལུས་འདིར་ཆ་བཞག་ཀྱང་པ་མ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་དགོས་པ། མངལ་དུ་  
གནས་པའི་རིང་ལུང་མ་ཡིས་སེམས་འཁྱུར་སྤངས་ནས། རང་གི་ཁོག་པའི་ནང་དུ་  
ཡོད་པའི་བྱ་དེར་ལྷག་པར་བརྟེན་བའི་བསམ་པས་བསྐྱེད་ནས་སྒྲིབ་དགུ་འོ་བཅུར་འདི་  
ལྟར་འཆོ་བ་རེད། མངལ་ནས་སྐྱེས་རྗེས་ཀྱང་ལོ་བདུན་བརྒྱུད་དང་། ལོ་བཅུ་གངས་  
བར་མའི་ལྷ་རྟོག་གི་འོག་དུ་རང་ཉིད་འཆོ་བ་ལས། མ་ལ་སོགས་པ་སོ་སོར་ལྷ་རྟོག་  
བྱེད་མཁན་དེ་དག་དང་བཅས་ན། དུས་ད་ལྟ་ང་ཆོ་བསྣུན་མེད་པ་དེ་ཉ་ཅང་གསལ་བོ་  
རེད། དེར་བརྟེན་ད་ལྟའི་ལུས་འདི་ཆོ་འདིའི་མ་དང་དེས་མཆོན་པའི་ཆོས་སྐྱབ་པའི་  
རྟེན་བཟང་ཞེས་སྐད་གྲགས་ཆེན་པོར་བརྟེན་བ་འདི་ཡང་རྩ་བོ་སེམས་ཅན་ལ་བརྟེན་  
ནས་ཡོང་དགོས་པ་དང་། ལུས་འདི་འཆོ་བའི་ལྷ་གོས། རྒྱ་མོར་ལོངས་སྤྱོད། གནས་  
མལ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རྩ་བོ་སེམས་ཅན་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་དགོས་ལ། གཏམ་སྟན་  
གྲགས་དེ་ཡང་རྩ་བོ་སེམས་ཅན་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་དགོས། ཕྱི་མ་མངོན་མཐོ་ཐོབ་  
པའི་རྒྱ་ཚུལ་བྲིམས་ཡིན་ཞིང་། ཚུལ་བྲིམས་ཞེས་པ་དེ་ཡང་གཞན་གཞོད་གཞི་དང་  
བཅས་པ་ལས་ཐོག་པ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ཅིང་། དེ་ཡང་རྩ་བོ་སེམས་ཅན་ལ་བརྟེན་ནས་  
ཡོང་དགོས། མཐར་ཐུག་ངེས་ལེགས་ཐོབ་པ་དེ་ཡང་བསྐྱབ་པ་གསུམ་གྱི་ཉམས་ལེན་  
ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་དགོས་པ་ཡིན།

བསྐྱབ་པ་གསུམ་གྱི་རྩ་བ་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ཡིན་པས་དེ་ཡང་གཞན་གཞོད་  
གཞི་དང་བཅས་པ་ལས་ཐོག་པ་དེའི་ཐོག་ནས་ཡོང་དགོས། ཐ་ན་ངེས་ལེགས་ཐོབ་པ་  
ཡང་རྩ་བོ་སེམས་ཅན་གྱི་དྲིན་རེད། རྣམ་མཁྱེན་རྒྱལ་བའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པ་ལ་དེ་  
བས་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཡོད་ན་རྣམ་མཁྱེན་ཡོད། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མེད་ན་  
རྣམ་མཁྱེན་མེད་པ་ཐག་ཆོད་པ་རེད། དེ་ཡོང་བ་ལ་སྒྲིབ་རྗེ་ཆེན་པོ་དགོས་ཤིང་།  
དེར་བརྟེན་ཉམ་ཐག་པའི་སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་ནས་དེ་སྤྱུག་བསྐྱེད་ལས་བཅས་ན་



བསམ་པ་ཞིག་དང་། བདེ་བས་ཕོངས་པའི་སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་ནས་དེ་བདེ་བ་  
དང་ལྷན་ན་བསམ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་བྱམས་དང་སྒྲིང་རྗེས་ཙུང་བ་བྱས་ནས་དེ་ལ་བརྟེན་  
ནས་ལྷག་བསམ་དང་། དེས་དྲངས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཞེས་པ་ཞིག་ཡོང་གི་ཡོད་  
པས། དེས་ན་རྩོལ་སེམས་ཅན་ཁོ་ཀྱི་དྲིན་ལ་བརྟེན་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྐྱེས་  
ཀྱི་ཡོད།

སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་གཅིག་ཤུར་དམིགས་ནས་དེ་སྟོབ་ན་བསམ་པའི་སྒོ་དེ་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་ཀྱི་ཕྱོགས་གཅིག་ལས་ཆ་ཆང་ཡོང་གི་མེད། གཙོ་བོ་དེ་ཆེད་དུ་བྱ་བ་  
གཞན་དོན་ལ་བསམས་ནས་རྣམ་མཁྱེན་དོན་དུ་གཉེར་བའི་སྒོ་ཞིག་ཡིན་པས། རྩོལ་  
སེམས་ཅན་ཞེས་པ་དེ་ཉེ་ལས་པའི་དྲིན་ཆེན་པོ་རེད། མདོར་ན་རྣམ་མཁྱེན་བསྐྱབ་རྒྱ་  
དེ་སེམས་ཅན་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱབ་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་པས། དེས་ན་རྩོལ་སེམས་ཅན་  
རྣམས། ཡིད་བཞིན་འོར་བུ་ལས་ལྷག་པའི། །དོན་མཆོག་སྐྱབ་པའི་བསམ་པ་  
ཡིས། །རྟག་དུ་གཅིས་པར་འཛིན་པར་ཤོག །ཅིས་གསུངས་སོ།

གང་དུ་སྤྲུ་དང་འགྲོགས་པའི་ཆོ།

བདག་ཉིད་ཀྱན་ལས་དམན་བཟླ་ཞིང་།

གཞན་ལ་བསམ་པ་ཐག་པ་ཡིས།

མཆོག་དུ་གཅིས་པར་འཛིན་པར་ཤོག །

ཅེས་པ་ནི་དབེར་ན་ང་རང་ཆོ་མི་ནང་ཆོགས་ཤིག་ཐུག་ཀྱང་རང་ཉིད་ལས་སྤྱི་མདོག་  
དྲག་པ་ཞིག་ཡོད་ན་དེར་སྐབས་རེ་ཐུག་དོག་སྐྱེ་བ་དང་། སྐབས་རེ་སྤྱེལ་ལས་བཤད་  
པ་ཡོང་གི་ཡོད། ཡང་རང་ཉིད་ལས་ཅུང་ཟད་སྒྱུ་བ་ཞིག་ཡོད་ན། ངམ་ངམ་ཤུགས་  
ཤུགས་ཀྱི་དེར་ཁྱད་གསོད་བྱེད་པ་དང་། མཐོང་ཅུང་བྱེད་པ། དེ་འཕྱ་སྒོད་བྱེད་སའི་



ཡུལ་ཞིག་ལ་སླེབས་འགྲོ་ཡི་ཡོད། ལྷག་པར་དུང་འགྲོ་འབུ་སྤྱི་ཞིག་དང་འཕྲད་  
སྐབས་རང་མཆོག་དུ་འཛིན་པའི་སྒྲིབ་ཤར་གྱི་ཡོད། དེས་རྒྱན་པས་དེ་དག་ཡལ་  
བར་དོར་བ་དང་། བརྟམ་བཅོས་དང་བྱད་གསོད་བྱེད་པ་ཡོང་གི་ཡོད་པས་ན།

གང་དུ་སྤྱད་དང་འགྲོགས་པའི་ཆོ།

བདག་ཉིད་ཀྱན་ལས་དམན་བཟླ་ཞིང་།

གཞན་ལ་བསམ་པ་ཐག་པ་ཡིས།

མཆོག་དུ་གཅེས་པར་འཛིན་པར་ཤོག།

ཅེས་གསུངས་པ་འདི་གལ་ཆེན་པོ་རེད། ང་རང་ཆོ་མི་ནང་ཆགས་དང་། དུང་འགྲོ་  
ཞིག་ཡིན་ཡང་ལེགས་དང་ཉེས། བཟང་དང་ངན། མཐོ་དང་དམའ་ཞེས་པ་འདི་དག་  
བརྟོས་ནས་གྲུབ་པ་ཤ་ལྷག་རེད། བརྟོས་ནས་འཛོག་རྒྱ་ལས་བརྟོས་པ་མེད་པའི་  
ལེགས་པ་ཞིག་དང་། བརྟོས་པ་མེད་པའི་བཟང་པོ་ཞིག་དང་། བརྟོས་པ་མེད་པའི་  
མཐོན་པོ་ཞིག་རྩ་བ་ནས་ཡོང་ཐབས་མེད།

དེར་བརྟེན་ང་རང་ཆོ་སྒྲིབ་ཆགས་འབུ་སྤྱི་ཞིག་དང་བསྐྱར་ན། སྒྲིབ་ཆགས་དེ་ཆོ་  
ཉོན་མོངས་པའི་གཞན་དབང་དུ་འགྲོ་ཡི་ཡོད་པ་དེ་ཁག་རྩ་བ་ནས་མེད། སློན་ཞིང་  
གཏི་མུག་པ་དེ་ཉུ་བུའི་སྤང་ལ་འགྲོ་ཡི་ཡོད། དེ་དྲང་པོ་རེད། ང་རང་ཆོ་དལ་འབྱོར་  
གྱི་མི་ལུས་ཐོབ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཟླ་ན་པ་དང་མཇལ། སླ་མའི་དུང་ནས་ཆོས་ཁྱུས། སོ་  
སོས་ཀྱང་ཆོས་བྱེད་གྱི་ཡིན་ཞེས་ཁས་སྤངས་དམ་བཅས་ཤིང་བྱེད་ཚུལ་ཞིག་ཀྱང་  
ཤེས། ད་དུང་སེམས་ཉོན་མོངས་པའི་གཞན་དབང་དུ་བཏང་ཞིང་ཉེས་སྦྱོད་གྱི་  
གཞན་དབང་དུ་སོང་ན། དེ་ལས་དུང་འགྲོ་དེ་དྲང་བ་རེད། དེས་སྐྱག་རྩུ ན་ཤོད་གྱི་  
མེད། དེ་དག་ནི་མ་ཤེས་པ་ཁོ་ནས་ལན་པ་ལས་དྲང་པོ་རེད། ང་རང་ཆོས་ཤེས་གྱི་



ཡོད་ཅིང་། ཤེས་བཞིན་དུ་ཁ་སྟབས་འདི་ལྟར་བྱས་སྟབས་དུད་འགོ་ཞིག་ལས་དམན་  
པ་རེད་བསམ་པའི་བསམ་སྒོ་འཁོར་ཞིང་། འཁོར་བ་དེ་བདེན་པ་རེད། དེ་འདྲའི་  
བསམ་སྒོ་བཏང་ན། ངའོ་སྟམ་པའི་སྒོ་དེ་འདྲ་ཞིག་མི་ཡོང་བ་རེད། དེ་གལ་ཆེན་པོ་  
ཡིན། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཉམས་ལེན་བྱེད་མཁན་ཞིག་གིས་རྟག་དུ་དམན་ས་འཛིན་  
དགོས་པ་དེ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། ང་ཞེ་བོ་གཅིག་ཡིན་བསམ་ན། སེམས་ཅན་ཐམས་  
ཅད་ཅེས་ཁ་ནས་སྒྲོན་ལམ་བརྒྱབ་ཀྱང་དོན་དངོས་ཁག་པོ་རེད། རྒྱལ་པོ་ལྟ་བུའི་  
སེམས་བརྒྱུད་ལྟ་བུ་ཡོང་གི་ཡོད་ན་ལས་དེ་མིན་ཁག་པོ་རེད།

སྒྲིབ་ལམ་ཀུན་དུ་རང་རྒྱུད་ལ།  
རྟག་ཅིང་ཉོན་མོངས་སྦྱེས་མ་ཐག།  
བདག་གཞན་མ་རུང་བྱེད་པས་ན།  
བཅན་ཐབས་གདོང་ནས་བརློག་པར་ཤོག།

ཅེས་པ་ནི་ང་རང་ཆོའི་སྒོ་དགོ་བའི་ཕྱགས་སུ་གཏད་ནས་ངས་གང་ཐུབ་ཀྱིས་དགོ་བ་  
ཞིག་སྦྱབ་ཀྱི་ཡིན་བསམ་པའི་སྒོན་ལམ་རྒྱབ། འཕེན་པ་བཏང་ཡང་ལམ་དུ་མི་གཏོང་  
མཁན་དེ་ཉོན་མོངས་ཡིན། ཉོན་མོངས་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཡོང་བ་དེ་གང་གིས་བྱས་སམ་  
ཞེ་ན། དེ་ནི་ཁག་མེད་པ་ལྟེ། དུས་ད་ལྟ་བར་དུ་ང་ཆོས་ཉོན་མོངས་ལ་གོམས་འདྲིས་  
བཞེན་ནས་གོམས་པ་མཐར་ཐྱིན་པ་རེད། དགོ་བའི་ཕྱགས་དེ་དག་ད་ལྟ་བར་དུ་  
གོམས་མེད། དེས་ན་གོམས་པ་ཆེ་ཆུང་གི་དབང་གིས་རང་གི་ངང་གིས་ཉོན་མོངས་དེ་  
ཤུགས་ཆེ་བ་དང་། དེའི་ཕྱོག་ཕྱོགས་ཀྱི་དཀར་པོའི་ཡོན་ཏན་གྱི་རིགས་དེ་དག་ད་ལྟ་  
གོམས་འདྲིས་མེད་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ཤུགས་ཆུང་ཆུང་ཆགས་པ་རེད།

སྤར་ཡང་ཉོན་མོངས་གོམས་པའི་དབང་གིས་ཤུགས་ཆེན་པོ་བྱུང་བ་ཡིན་སྟབས། ད་



ཆ་གོམས་འདྲིས་དེ་དག་བའི་ཕྱགས་སུ་བསྟེན། ཉོན་མོངས་ཀྱི་ཕྱགས་ལ་གོམས་པ་མི་  
བསྟེན་ཞིང་། དེ་དང་དུ་མི་ལེན་པ་བྱེད་དགོས། དང་དུ་མི་ལེན་པ་ཞེས་པ་དེ་ཡང་  
ཉོན་མོངས་མངོན་འགྱུར་བ་ཤུགས་དྲག་པོ་ཞིག་རུས་པ་ཆ་ཆང་བརྟས་ཟེན་རྩེས་  
དེར་གཉེན་པོ་བསྟེན་རྒྱ་ཁག་པོ་རེད། ཚུལ་མེན་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་རྣམ་རྟོག་གིས་ཉོན་  
མོངས་ཐོག་མར་སྐྱེ་བའི་སྐབས་ལ་ཉོན་མོངས་ཐོག་མར་འགོ་ཚུགས་ཡོང་བའི་སྐབས་  
ཡིན་སྟབས། སྐབས་དེ་དུས་དྲན་ཤེས་ཀྱིས་ཟེན་པ་བྱས་ཏེ་གཉེན་པོ་བསྟེན་ཐུབ་པ་  
དང་། ཉོན་མོངས་ཀྱི་རུས་པ་མ་བརྟས་པའི་གོང་ལ་གཉེན་པོ་སྟེབས་ན། ཉོན་མོངས་  
བསྐྱོག་པའི་གོ་སྐབས་མང་བ་ཡོད། དེས་ན། སྦྱོང་ལམ་ཀུན་ཏུ་རང་རྒྱུད་ལ། །ཞེས་པ་  
ལྟར་ཆེ་ལམ་ཚུན་ཆད་དུ་རང་རྒྱུད་ལ་རྟོག་དཔྱད་བྱས་ནས་ཉོན་མོངས་སྐྱེ་བའི་  
སྐབས་སམ་ཚུལ་མེན་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་རྣམ་རྟོག་གཡོ་བའི་སྐབས་ནས་འཕུལ་དུ་འདི་མི་  
རུང་བ་ཡིན་བསམ་པའི་དྲན་ཤེས་ཀྱིས་ཟེན་པ་བྱས་ཏེ་ཉོན་མོངས་གང་དང་གང་སྐྱེ་  
བྱལ་པ་ཡོད་པ་དེའི་ཐོག་ཕྱགས་ཀྱི་གཉེན་པོའི་ཕྱགས་ལ་བསམ་སྒོ་བཏང་ནས་ཉོན་  
མོངས་གདོང་ནས་བསྐྱོག་པའམ་བཅན་ཐབས་ཀྱིས་བསྐྱོག་པར་བྱེད་དགོས་ཞེས་  
གསུངས་སོ།

རང་བཞིན་ངན་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས། །  
ཕྱིག་སྤྱག་དྲག་པོས་ལྟོན་མཐོང་ཆོ། །  
རིན་ཆེན་གཏེར་དང་འཕྲད་པ་བཞིན། །  
རྟེན་པར་དཀའ་བས་གཅེས་འཛིན་ཤོག །

ཅེས་གསུངས་པ་ནི་ང་རང་ཚོས་སེམས་ཅན་རང་བཞིན་ངན་པ། གཤེས་ཀ་ངན་པའི་  
རིགས་ལ་སྐབས་རེ་བྱམས་པ་དང་། རྟིང་རྩེ་སྐྱེ་རྒྱ་རུང་ཟད་དཀའ་བ་དང་། དེ་བཞིན་  
དེ་དག་ལ་གཏོང་ལེན་གྱི་དམིགས་པ་བྱེད་རྒྱུར་ཡང་རུང་ཟད་དཀའ་བ་ཡོང་བྱེད་པ་



རེད། ཡང་སྒྲོལ་ལམ་རྩལ་པོ་དང་། དེ་མིན་ཉོན་མོངས་ཏེ་ཅང་རགས་པ་ཡོད་པ་དེ་  
འདྲར་སྐབས་རེ་བྱང་རྩལ་སེམས་སྒྲོལ་གི་དམིགས་པའི་ཡུལ་ལ་བདེ་པོ་དེ་ཙམ་མི་  
ཡོང་བ་དེ་འདྲ་ཡོད་པས། དེ་སྒྲེར་བརྒྱུད་བཏང་ནས་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་དགོས།

བདག་ལ་གཞན་གྱིས་ཕྱག་དོག་གིས།

གཤེ་བསྐྱར་ལ་སོགས་མི་རིགས་པའི།

གྲོང་ཁ་རང་གིས་ལེན་པ་དང་།

རྒྱལ་ཁ་གཞན་ལ་འབྲུལ་བར་ཤོག།

ཅེས་པ་ནི། ང་རང་ཆོས་སྒྲོལ་དཀའ་བའི་ཡུལ་གཅིག་ནི། རང་ཉིད་གྱིས་བསམ་པ་  
ནམ་དག་བྱས་ཀྱང་གཞི་མེད་པ་དང་། གཞི་རུང་ཟད་ཡོད་པ་དེ་འདྲར་སྒྲོ་བཏགས་  
པ། ཡང་ན་འཁྱོག་བཤད་གྱི་ཐོག་ནས་རང་ལ་སྒྲོན་འདོགས་བྱས་པ། བསྒྲོན་བཅུགས་  
པ་སོགས་ཡོང་སྐབས་སྒྲེར་བཏང་འཇིག་རྟེན་ཡ་རབས་གྱི་ཁྲིམས་ཐོག་ནས་བཤད་ན།  
རང་ལ་ཉེས་པ་མེད་བཞིན་དུ་གཞན་གྱིས་བསྒྲོན་བཅུགས་ནས་ཉེས་པ་བཤད་ན་དེ་  
མ་འོས་པ་རེད།

རང་ལ་བདེན་པ་ཡོད་ཅིང་། བ་ལོ་པོར་བདེན་པ་མེད་པས་ཁྲིམས་ས་ལྟ་བུར་  
གཏུགས་ན་ཕལ་ཆེར་གཏུགས་ཆོག་པ་ཞིག་ཡིན་ནའང་སྒྲོལ་ཉམས་ལེན་བྱེད་  
མཁན་གྱིས་དེ་འདྲ་བྱེད་མི་རུང་ཞིང་། གཞན་གྱིས་རང་ལ་གཤེ་བ་དང་བསྐྱར་བ་ལ་  
སོགས་པ་གང་ཞིག་བྱས་ཀྱང་དེ་དང་དུ་སྦྲངས་ནས། ཁེ་དང་རྒྱལ་ཁ་གཞན་ལ་སྒྲིན།  
གྲོང་དང་བྱག་ཁ་རང་གིས་སྦྲངས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དགོས་ཤིང་། དེས་ན་གྲོང་  
ཁ་རང་གིས་ལེན་པ་དང་། རྒྱལ་ཁ་གཞན་ལ་འབྲུལ་བར་ཤོག ཅེས་གསུངས་སོ། །དེ་  
ནས་ལྷག་པར་དུ་སྒྲོལ་ཆོག་བརྒྱུད་ཀྱི་ཡུལ་གཅིག་ནི།



གང་ལ་བདག་གིས་ཕན་གདགས་པའི།  
རེ་བ་ཆེ་བ་གང་ཞིག་གིས།  
ཤིན་ཏུ་མི་རིགས་གཞོན་བྱེད་ནའང་།  
བཤེས་གཉེན་དམ་པར་བཞུ་བར་ཤོག།

ཅེས་པ་ནི་ལྷག་པར་དུ་རང་གིས་སྤར་པ་རོལ་པོར་ཕན་མང་དུ་བཏགས་ཤིང་། རང་གིས་དྲིན་གྱིས་བསྐྱངས་པའི་སེམས་ཅན་ཞིག་གིས་རང་ལ་མི་འོས་མི་འཚམས་པ་དེ་འདྲ་བྱས་ན་དེ་ལ་ལྷག་པར་དུ་ཡང་བསམ་སྒྲུབ་ནང་དུ་ཁོས་དྲིན་ལན་ལྷག་འཇལ་བྱས་བྱུང་བསམ་པ་བསམ་སྒྲུབ་ནང་ལ་འཁོར་བ་ནི་རྒྱ་མཚན་ལྡན་པ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་ཀྱང་། སྒྲིབ་ཉམས་ལེན་བྱེད་མཁན་གྱིས་དེ་འདྲའི་སྐབས་ལ་ལྷག་པར་དུ་ཡང་དེར་བཅོད་པ་སྒྲིམ་པའི་རྟེན་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ། རྣམ་མཁྱེན་ཐོབ་པ་ལ་སྒྲིབ་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་བྱམས་པ་དགོས་པ་རེད།

དེའི་ཕྱོག་ཁྲམ་འགལ་རྒྱན་ཆེ་ཤོས་དེ་ཞེ་སྤང་རེད། ཞེ་སྤང་ལ་ཐད་ཀར་གདོང་ལྷག་བྱས་ཏེ་ཞེ་སྤང་ལ་གདོང་ལེན་བྱེད་མཁན་དེ་བཅོད་པ་ཆགས་ཡོད། བཅོད་པའི་ཉམས་ལེན་བྱེད་པར་རང་ལ་གཞོན་པ་བྱེད་མཁན་གྱི་དགྲ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན། དེས་ན་རང་ལ་ཤིན་ཏུ་མི་འོས་མི་འཚམས་པ་དེ་འདྲའི་ཐོག་ནས་རང་ལ་གཞོན་པ་བྱེད་མཁན་གྱི་དགྲ་པོ་འདི་ལྷག་པར་དུ་ཡང་བཅོད་པའི་རྟེན་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་རེད་ལ། དེ་ཡིན་པ་ཤེས་པར་བྱས་ཏེ་བཤེས་གཉེན་དམ་པར་བཞུ་བར་ཤོག་ཅེས་གསུངས་སོ།

མདོར་ན་དངོས་སམ་རྒྱུད་པ་ཡི།  
ཕན་བདེ་མ་རྣམས་ཀུན་ལ་འབྱུལ།  
མ་ཡི་གཞོན་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀུན།





གསང་བས་བདག་ལ་ལེན་པར་ཤོག །

ཅེས་པ་འདིས་གཏོང་ལེན་གསུངས་པ་རེད། དེ་ལྟར་གཏོང་ལེན་བྱས་ནས་དངོས་སུ་  
གཞན་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་རང་གིས་སྒྲུངས་རྒྱ་ཞིག་དང་། རང་གི་བདེ་དགོ་གཞན་ལ་སྤྱོད་  
ནས་གཞན་ལ་པན་ཐོགས་པ་དེ་ཏ་ཅང་ཁག་པོ་རེད། དམིགས་བསལ་རང་ཉིད་དང་  
ལས་སྒོན་གྱི་འབྲེལ་བ་ཏ་ཅང་ཡོད་པ་དེ་འདྲ་རེ་བྱུང་ཡོང་སྲིད་པ་ལས་དེ་མིན་ཏ་  
ཅང་ཁག་པོ་རེད། ལག་ལེན་གྱི་ཐོག་ནས་དངོས་སུ་ཡོང་རྒྱ་ཡོད་མེད་མི་ཤེས་ཏེ། གང་  
ལྟར་རང་གི་སྤྱོད་སྤྱོད་བས་དང་། རང་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་གཅེས་འཛིན་ལ་མགོ་  
སྤྱད་ལྟ་བུ། གཞན་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་གཅེས་འཛིན་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་  
བའི་སྒོ་བྱགས་འཕེལ་བ་ལ་གཏོང་ལེན་གྱི་དམིགས་པ་བྱེད་རྒྱ་དེ་ལྟས་པ་ཆེན་པོ་ཡིན།

མདོར་ན་དངོས་དང་རྒྱུད་པས་རང་གིས་དུས་གསུམ་དུ་བསགས་པའི་དགོ་བའི་རྩ་  
བ་ཐམས་ཅད་དང་། དེའི་འབྲས་བུ་བདེ་བ་དང་། བཟང་པོའི་ལུས་པ་ཡོད་པ་དེ་དག་  
རྩོ་བོ་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཞེ་ཐག་པ་ནས་གཏོང་བ་དང་། ལུགས་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་འབྲས་བུ་སྤྱད་བསྐྱེད་ལ། དེའི་རྒྱ་ལས་  
དང་ཉོན་མོངས་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་དེ་དག་རང་གཅེས་འཛིན་གྱི་མགོ་ཐོག་  
དུ་སྒྲུངས་པའི་སྒོ་ནས་གཏོང་ལེན་སྤྱད་རྒྱ་དེ་རེད། དེ་ཡང་སྤྱོད་རྒྱུ་དེའི་དམིགས་པ་རྩ་  
དུ་བཏོན་ནས་ལེན་པ་དེ་སྤྱོད་དུ་གཏོང་བ་རེད།

དེ་ནས་སྤྱད་བསྐྱེད་མཐའ་དག་རང་གིས་སྒྲུངས་ཟིན་པ་ཡིན་བསམ་པའི་རྗེས་སུ་སྤྱད་  
བསྐྱེད་བྲལ་བ་ཙམ་གྱིས་མི་ཚོག་པར། དེ་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་མཐའ་དག་དང་ལྡན་པ་  
ཞིག་བྱ་བསམ་པ་དང་། བདེ་བ་མཐའ་དག་དང་ལྡན་ན་ཅི་མ་བྱུང་། བདེ་བ་མཐའ་  
དག་དང་ལྡན་པ་བདག་གིས་བྱ་སྒྲུལ་པ་ཞིག་དགོས། བདག་གིས་རྗེ་ལྟར་བྱ་དགོས་



སམ་ཞེ་ན། རང་གི་དགོ་བའི་ཙ་བ་དགོ་ཚུལ་སྤྱོད་གི་སྤྲོ་པ་སྤངས་པ། བྱང་ཚུབ་ཀྱི་  
སེམས་ལ་སྒོ་སྤྱོད་སྤངས་པ། རྟོང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བ་བ་སྤོམས་པ། ལྟ་ཡི་ནལ་འབྱོར་བསྤོམས་པ་  
སོགས་མདོར་ན་ལུས་ཀྱི་སྤོ་ནས་བསགས་པའི་དགོ་བ་དང་། དག་གི་སྤོ་ནས་བསགས་  
པའི་དགོ་བ། ཡིད་ཀྱི་སྤོ་ནས་བསགས་པའི་དགོ་བ་ཡོད་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་རང་  
དོན་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་བསམ་པས་མ་འདྲེས་པར་ཞེ་ཐག་པ་ནས་སམ། སྤྱིང་ཁོང་རུས་པའི་  
གཏོང་ནས་དགའ་བཞིན་སྤོ་བཞིན་པངས་པ་མེད་པའི་ཐོག་ནས་གཞན་ལ་བཏང་།  
དེ་ནས་རང་གི་ལུས་ཀྱང་བཏང་། ཡོངས་སྤྱོད་ཀྱང་གཏོང་བའི་སྤོ་ནས་གཏོང་ལེན་གྱི་  
དམིགས་པ་བྱེད་རྒྱ་དེ་ལྟར་གསུངས་པ་རེད།                      གསང་བས་བདག་ལ་ལེན་པར་  
ཤོག །ཅེས་གསང་བས་བདག་ལ་ལེན་པ་ནི་རིམ་བཞིན།

གཏོང་ལེན་གཉིས་པོ་སྤེལ་མར་སྒྱུར། །  
ལེན་པའི་གོ་རིམ་རང་ལས་བརྒྱུམས། །  
དེ་ཉིད་རྒྱང་ལ་སྤྱོད་པར་བྱ། །

ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་དབུགས་ཚུར་རྒྱབ་པའི་སྐབས་སུ་གཞན་གྱི་སྤྱུག་བཟལ་ཚུར་  
སྤངས་པ་དང་། དབུགས་པར་གཏོང་བའི་སྐབས་རང་གི་བདེ་དགོ་གཞན་ལ་སྤྱོད་པ་  
དེ་ལྟ་བུའི་སྤོ་ནས་སྤོ་སྤྱོད་འགོ་ཞོར་འདུག་ཞོར་གང་གི་སྐབས་སུ་ཡིན་ནའང་ཉམས་  
ལེན་བྱེད་རྒྱ་གསུངས་པ་རེད།

ཁོ་ དོན་དམ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་སྤྱོད།  
དེ་དག་ཀུན་ཀྱང་ཆོས་བརྒྱུད་ཀྱི།  
རྟོག་པའི་ངྲི་མས་མ་སྤགས་ཤིང་། །



ཞེས་པའི་རྟེན་འགྲུབ་པ་གཉིས་པོས་སྤྱིར་དགོ་བ་གང་བསགས་པ་ནམས་འཇིག་རྟེན་ཆོས་  
བརྒྱུད་ཀྱི་ནམ་རྟེན་དང་འབྲེས་པའི་ཉེན་ཁ་ཆེན་པོ་ཡོད། ངས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
བསྐྱེད་ཀྱི་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་གཞན་གྱིས་བསྟོད་ར་བཏང་མི་ཡོང་ངམ་བསམ་པ་  
དང་། ཡང་ན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་ན་ཆོ་རིང་པོ་ཡོང་བ་དང་། བསྟོད་ནམས་  
འཕེལ་ནས་ལོངས་སྤྱོད་ཆེན་པོ་ཡོང་གི་རེད་བསམ་པ་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་མི་ཆོ་  
འདི་སྤྱོད་པོ་ཡོང་གི་རེད་བསམ་ན་ལྷས་ངན་ཡིན་པ་རེད། དེ་འདྲའི་བསམ་སྒྲོག་ཏོང་  
རྒྱ་མེད།

མདོར་ན་ཆོ་འདི་དང་འབྲེལ་ནས་རང་བདེ་བ་ཞིག་བྱུང་ན་བསམ་པ་དང་། བསྟོད་  
ར་བྱུང་ན་བསམ་པ། ང་ལ་སྒྲན་གྲགས་བྱུང་ན་བསམ་པ་སོགས་དེ་འདྲའི་འཇིག་རྟེན་  
ཆོས་བརྒྱུད་ཀྱི་སྒྲོས་མ་འབྲེས་པ་ཞིག་དང་། ཆོས་བརྒྱུད་དཀར་ནག་ཁྲ་གསུམ་ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་ཆོས་བརྒྱུད་དང་མ་འབྲེས་པ་ཞིག་བྱེད་དགོས་པ་རེད་ཅེས་གསུངས་  
སོ།།

ཆོས་ཀྱི་སྤྱོད་མར་ཤེས་པའི་སྒྲོས།

ཞེན་མེད་འཆིང་བ་ལས་གྲོལ་ཤོག།

ཅེས་གསུངས་པ་ནི་གོང་ཁྲུས་ལྟར་ང་ཞེས་པ་དེ་ཡང་པོའི་གསེབ་ནས་མེད་ལ། ཡང་  
པོ་ཡོད་ས་དེར་ང་དེ་ཡང་ཡོད་ཅིང་། འོན་ཀྱང་ཡོད་ས་དེ་ནས་ང་དེ་བཙལ་ན་རྟེན་  
རྒྱ་མེད། མེད་པ་མིན་ཞིང་། ཡང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏང་གས་པ་རེད། དེ་ཙམ་མ་ཟད་  
ཡང་པོ་ལྷ་པོ་དེ་དག་ཀྱང་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པར་ནམ་པར་ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་  
བལྟའོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གདགས་གཞི་ཡང་པོ་དེ་ཉིད་ཀྱང་རྟེན་རྒྱ་མེད་པ་ཞིག་



ཆགས་ཀྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་སྤྱིར་སྤང་པོ་རྩིས་ཡོད་དང་གང་ཟག་བཏགས་ཡོད་ཅེས་  
བཤད་ཀྱི་ཡོད། བཏགས་ཡོད་གང་ལ་བཏགས་སའི་རྩིས་ཡོད་སྤང་པོ་དེ་ཉིད་ཀྱང་  
རྟེན་རྒྱ་མེད་པ་ཞིག་ཆགས་པས། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་གང་ཟག་དེ་ཡང་ལྟ་  
ཅི་སྒྲིལ། དེས་མཆོན་པའི་བདེ་སྤྱད་ལོངས་སྤྱད་པ་པོའི་བདག་ཅེས་པ་དེ་ཡང་ཐ་སྙད་  
བཏགས་ཅན་ཡིན་ཞིང་། མིང་གི་དབང་གིས་ཡོད་ཅན་དང་། གདགས་གཞི་ལ་  
བརྟེན་ནས་བཏགས་ཅན་ཡིན། གདགས་གཞི་རང་ཉིད་ཀྱང་རང་གི་ཆ་ཤས་ཆོགས་  
པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོང་དགོས་པ་དང་། ཤེས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ན་རྒྱུན་གྱི་ཆོགས་པའི་སྤྲོད་  
ནས་ཡོང་དགོས།

དེ་བཞིན་གཟུགས་ཅན་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆ་ཅན་ཡིན་པས་ན། དེ་ལ་བརྟེན་  
ནས་བཏགས་པ་ཞིག་ཡིན་སྟབས་མཐར་གཏུགས་ན་སྤྱི་དང་ནང་། བདེ་སྤྱད་ལོངས་  
སྤྱད་པ་པོ་དང་། བདེ་སྤྱད་ལོངས་སྤྱད་བྱའི་སྤང་སོགས་ཀྱིས་མཆོན་པའི་ཆོས་གང་  
དང་གང་ཡིན་ཡང་། དེ་ཐམས་ཅད་བརྟག་ཅིང་དབྱད་ན་རྟེན་རྒྱ་མེད་ཅིང་། མ་  
བརྟག་མ་དབྱད་པར་འཇོག་རྒྱ་ཅན་ཞིག་ལས་བརྟག་ཅིང་དབྱད་ན་མེད་པ་རེད། མ་  
བརྟག་མ་དབྱད་པའི་ངང་ལ་ཡོད་ལུགས་དེ་ཡང་དོན་གྱི་ངོས་ནས་ཡོད་པ་མིན་པ་  
གང་ལྟར་ཐ་སྙད་ཀྱི་དབང་གིས་བཏགས་ཅན་ཞིག་ཡིན་པ་དེ་འདྲ་སྒོ་ལ་ཤར་བ་ཞིག་  
བྱུང་ན་མ་བརྟག་མ་དབྱད་པའི་སྒོ་ལ་ཆོས་དེ་དང་དེའི་ཐ་སྙད་སྒོ་ལ་ཤར་སྟབས་  
དོན་གྱི་ངོས་ནས་ཡོད་པ་ཞིག་སྤང་གི་ཡོད། འོན་ཀྱང་སྤང་བ་ལྟར་དུ་གྲུབ་པ་མེད་  
བསམ་པ་ཞིག་རང་གི་ངང་གིས་ཡོང་བ་རེད། དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་བྱུང་ན་རྒྱུ་མ་ལྟ་བུའི་  
ཉམས་ལེན་ཡོང་གི་ཡོད།

ཆོས་ཀྱན་སྦྱ་མར་ཤེས་པའི་སྒོས། །

ཞེན་མེད་འཆིང་བ་ལས་གྲོལ་ཤོག།



ཅེས་བདག་ཏུ་ཞེན་པའམ་བདག་ཏུ་འཛིན་པའི་འཛིན་པ་དེ་རིམ་གྱིས་ཆུང་དུ་ཕྱིན་  
ཏེ་མདོར་ན་སྤྱིད་པ་འཁོར་བར་འཆིང་བྱེད་གྱི་བདག་འཛིན་དེ་ལས་གྲོལ་བར་ཤོག་  
ཅེས་གསུངས་སོ།།

ཅེས་པ་འདི་ནི་དགེ་བཤེས་སྤང་ཐང་པ་རྡོ་རྗེ་སེངྒེའི་གསུང་ངོ་།།

སྤང་ཐང་ཚིག་བརྒྱད་འདི་ཉུང་དུ་ཞིག་ལས་མེད་སྟབས་ཡང་ཡང་བཏོན་ན་ཡག་པོ་  
ཡོད་ཅིང་། རྟག་པར་སྟོང་སྟོང་དང་སྦྱིད་པོ་ཡོད་པའི་སྟབས་སུ་བཏོན་ན་ཡག་པོ་  
ཡོད། རྟོ་འགྲངས་ཉེ་མས་དྲོས་ཆེ་ཆོས་པའི་གཟུགས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྦྱིད་པོ་  
ཡོད་ན་སྤང་ཐང་ཚིག་བརྒྱད་འདྲ་བཏོན། རྟག་པོ་འདུག་ན་སྤང་ཐང་ཚིག་བརྒྱད་དེ་  
པར་གཡུགས་ནས་རྒྱག་རེས་རྒྱབ་དགོས་བྱུང་ན་རྒྱག་རེས་རྒྱབ། ཕྱག་དོག་བྱེད་དགོས་  
བྱུང་ན་ཕྱག་དོག་བྱས། མི་མི་གོ་ཆོད་པ་ཞིག་བྱས། སྦྱིད་པོ་ཞིག་ཡོད་ན།

བདག་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ།

ཡིད་བཞིན་ལོར་བྱ་ལས་རྟག་པའི།

ཞེས་སྤང་ཐང་ཚིག་བརྒྱད་འདྲ་འདོན་ན་མེད་པ་ལས་དྲག་གི་རེད། སྤང་ཐང་ཚིག་  
བརྒྱད་གྱིས་བཤད་ལུང་མདོར་བསྟུས་འདིས་འབྲས་པ་དང་། ང་ཆུང་ཆུང་སྟབས་ནས་  
བབྱང་ཉེན་ལྟར་སྤང་ཐང་ཚིག་བརྒྱད་འདི་འདོན་གྱི་ཡོད་ལ། སེམས་ལ་པན་པོ་  
འདུག་འདི་ཡང་ཡང་བཏོན་ན་ཡག་པོ་ཡོད། སེམས་ལ་ཡང་ཡང་གོམས་འདྲིས་  
བཞེན་ན་སྟོ་ལ་འཇུག་བ་ཐེབས་གྱི་རེད། དེ་འདྲ་རེད་ཅེས་བཀའ་བསྩལ་ཏོ།།

