

༡༡། །མཉམས་པའི་སྤྱིང་ཡིག་བཞུགས་སོ། །

༡༡། །རྒྱ་གར་སྐད་དུ། སུ་ཅི་ད་ལེ་ཁ། བོད་སྐད་དུ། མཉམས་པའི་  
སྤྱིང་ཡིག །འངས་དཔལ་གཞིན་ཅུར་གྱུར་པ་ལ་ཕྱག་འཇམ་ལོ། །ཡོན་ཏན་  
རང་བཞིན་དགོངས་བདག་གིས་ནི། །བདེ་བར་གཤེགས་པའི་གསུང་བསྟུང་  
ལས་བྱུང་བའི། །བསོད་ནམས་འདུན་སྟེང་འཕགས་པའི་དབྱངས་འདི་  
དག། །ཅུང་ཟད་ཅིག་བསྐྱེབས་ཁྱོད་ཀྱིས་གསན་པའི་རིགས། །རི་ལྷོ་བདེ་  
གཤེགས་སྐྱ་གཟུགས་ཤིང་ལས་ཀྱང་། །བགྱིས་པ་ཅི་འདྲའང་རུང་སྟེ་མཁས་  
པས་མཆོད། །དེ་བཞིན་བདག་གི་སྟོན་དག་འདི་དཔྱལ་དང་། །དམ་ཆོས་  
བརྗོད་ལ་བརྟེན་སྟེང་སྟེང་མི་བགྱི། །ཐུབ་པ་ཆེན་པོའི་བཀའ་ནི་སྟོན་དག་  
ཞིག །ཁྱོད་ཀྱི་ཐུགས་སུ་ལྟ་ཡང་ཆུད་མོད་ཀྱི། །རྩོམ་ལས་བགྱིས་དག་  
ཟླའི་འོད་ཀྱིས་ནི། །ཆེས་དཀར་ཉིད་དུ་ཅི་སྟེ་མི་བགྱིད་ལགས། །རྒྱལ་བས་  
སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་དགོངས་འདུན་དང་། །ཁའོང་དང་ཚུལ་གྱི་མས་ལྷ་རྩེས་བྱན་  
པ་དུག །རབ་ཏུ་བཀའ་སྐྱེལ་དེ་དག་སོ་སོ་ཡི། །ཡོན་ཏན་ཆོག་གས་ཀྱི་རྩེས་སུ་  
བྱན་པར་བགྱི། །དགོ་བའི་ལས་ལམ་བཅུ་པོ་ལུས་དང་ནི། །དག་དང་ཡིད་  
ཀྱིས་རྟག་ཏུ་བསྟེན་བགྱི་ཞིང་། །ཆང་རྣམས་ལས་སྟོན་དེ་བཞིན་དགོ་བ་  
ཡི། །འཛོ་བ་ལ་ཡང་མངོན་པར་དགྱེས་པར་མཛོད། །འོངས་སྟོད་གཡོ་བ་  
སྟོང་པོ་མེད་མཁྱེན་ནས། །དགོ་སྟོང་བྲམ་ཟེ་བཀྱེན་དང་མཉམས་རྣམས་ལ། །

སྦྱོན་པ་ཚུལ་བཞིན་བསྐྱུལ་བ་གྱི་པ་རོལ་དུ།      སྦྱོན་ལས་གཞན་པའི་གཉེན་  
མཆོག་མ་མཆིས་སོ། བྲོད་ཀྱི་ཚུལ་བྲིམས་མ་ཉམས་མོད་མི་དམའ། ཁ་  
འདྲེས་མ་སྒྲགས་པ་དག་བསྟེན་པར་མཛོད། བྲིམས་ནི་རྒྱ་དང་མི་རྒྱུ་ལྷི་ས་  
བཞིན་དུ། ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་གཞི་རྟེན་ལགས་པར་གསུངས། སྦྱོན་དང་  
ཚུལ་བྲིམས་བཟོད་བཅུ་ན་བསམ་གཏན་དང་། རྟེན་བཞིན་ཤེས་རབ་གཞལ་  
མེད་པ་རོལ་ཕྱིན། འདི་དག་རྒྱས་མཛོད་སྤྱིད་པའི་རྒྱ་མཆོ་ཡི། ལ་རོལ་  
ཕྱིན་པ་རྒྱལ་བའི་དབང་པོར་མཛོད། ཁང་ལ་པ་དང་མ་དག་མཆོད་པ་ཡི། །  
རིགས་དེ་ཆངས་བཅས་སྟོབ་དཔོན་བཅས་པའང་ལགས། རྟེན་གལ་མཆོད་  
གྲགས་པར་འགྱུར་བ་དང་། སྤྲད་མ་ལ་ཡང་མཐོ་རིས་འགྱུར་བ་ལགས། །  
འཆོ་དང་ཆོམ་རྒྱན་འབྲིག་པ་བརྟུན་དང་ནི། ཆང་དང་དུས་མིན་བསལ་  
ཆགས་པ་དང་། མལ་སྟན་མཐོ་ལ་དགའ་དང་སྤྲད་གཤམ་དང་། ཁག་དང་  
ཕྱིང་བའི་བྲུད་པར་རྣམ་སྟོང་ཞིང་། རྟེན་བཅོམ་ཚུལ་བྲིམས་རྗེས་སུ་བྱེད་པ་  
ཡི། ཡན་ལག་བརྒྱད་པོ་འདི་དག་དང་ལྷན་ན། ཁག་སྟོང་འདོད་སྟོང་ལྟ་  
ལུས་ཡིད་འོང་བ། སྦྱོས་པ་བྱུང་མེད་དག་ལ་སྟོལ་བར་བཞུགས། ལེན་སྦྱ་  
གཡོ་སྦྱ་ཆགས་དང་སྟོམ་ལས་དང་། མའོན་པའི་ར་རྒྱལ་འདོད་ཆགས་ཞེ་  
སྤང་དང་། རིགས་དང་གཟུགས་དང་ཐོས་པ་ལང་ཆོ་དང་། རབང་ཐང་ཆེ་  
བས་རྒྱགས་པ་དག་བཞིན་གཟིགས། བག་ཡོད་བདུད་རྩི་གནས་ཏེ་བག་  
མེད་པ། འཆི་བའི་གནས་སུ་བྱུང་བས་བཀའ་བསྐྱུལ་ཏེ། རྟེན་བས་བྲོད་

གྱིས་དག་ཆོས་སྤེལ་སྤང་དུ། །གུས་པས་རྟག་ཏུ་བག་དང་བཅས་པར་  
མཛོད། །གང་ཞིག་སྤྱོད་ཆད་བག་མེད་གྱུར་པ་ལས། །སྤྱི་ནས་བག་དང་ལྡན་  
པར་གྱུར་དེ་ཡང་། །ཁློ་བ་སྤྱིན་བྲལ་ལྟ་བུར་རྒྱུ་མཛེས་ཏེ། །དག་འཁོལ་སོ་སོར་  
སྤང་མཐོང་ལྡན་བདེ་བྱེད་བཞིན། །འདི་ལྟར་བཟོད་མཚུངས་དཀའ་ཐུབ་མ་  
མཆིས་པས། །ཁྱོད་གྱིས་ཁོ་བའི་གོ་སྐབས་དབྱེ་མི་བགྱི། །ཁོ་བ་སྤངས་  
པས་སྤྱིར་མི་ལྟོག་པ་ཉིད། །འཐོབ་པར་འགྱུར་བར་སངས་རྒྱས་ཞལ་གྱིས་  
བཞེས། །བདག་ནི་འདིས་སྤྱོས་འདིས་བཏགས་པམ་པར་བྱས། །འདི་ཡིས་  
བདག་གི་ཤོར་སྤོགས་གྱུར་ཏེ་ཞེས། །འཁོར་ཏུ་འཛོལ་པས་འབྲུག་ལོང་རྒྱམས་  
བསྐྱེད་དེ། །འཁོར་འཛོལ་རྒྱམ་སྤངས་བདེ་བར་གཉིད་གྱིས་ལོག། །སེམས་ནི་  
ཆུ་དང་ས་དང་རྩོད་པ་ལ། །རི་མོར་བྱིས་པ་དེ་འདྲར་རིག་པར་བགྱི། །དེའི་  
ནང་ཉོན་མོངས་ཅན་ལ་དང་པོ་ནི། །མཆོག་སྟེ་ཆོས་འདོད་རྒྱམས་ལ་ཐ་མ་  
ལགས། །རྒྱལ་བས་སྤྱིང་ལ་འབབ་དང་བདེན་པ་དང་། །ལོག་པར་སྤྱུ་ལྡན་  
སྤྱོས་བུ་རྒྱམས་གྱི་ནི། །སྤྱང་རྩི་མེ་རྟོག་མི་གཙང་ལྟ་བུའི་ཆོག། །རྒྱམ་གསུམ་  
བཀའ་སྤྱུལ་དེ་ལས་ཐ་མ་སྤང་། །སྤྱང་ནས་སྤྱང་བའི་མཐར་ཐུག་མུན་པ་  
ནས། །མུན་པའི་མཐར་ཐུག་སྤྱང་ནས་མུན་མཐར་ཐུག། །མུན་ནས་སྤྱང་བའི་  
མཐར་ཐུག་གང་ཟག་ནི། །བཞི་སྟེ་དེ་དག་རྒྱམས་གྱི་དང་པོར་མཛོད། །མི་ནི་  
ཨ་མའི་འབྲས་བཞིན་མ་སྤྱིན་ལ། །སྤྱིན་པ་དང་འདྲ་སྤྱིན་ལ་མ་སྤྱིན་འདྲ། །  
མ་སྤྱིན་མ་སྤྱིན་པར་སྤྱང་སྤྱིན་ལ་ནི། །སྤྱིན་པར་སྤྱང་ཞེས་བགྱི་བ་འདྲར་

རྟོགས་མཛོད། །གཞན་གྱི་ཆུང་མ་མི་བལྟ་མཐོང་ན་ཡང་། །ནམ་མཁུན་  
པར་མ་དང་བྱ་མོ་དང་། །སྤིང་མོའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་བགྱི་ཆགས་གྱུར་ན། །  
མི་གཙང་ཉིད་དུ་ཡང་དག་བསམ་པར་བགྱི། །གཡོ་བའི་སེམས་ནི་ཐོས་  
མཆུངས་བུ་ལྟ་བུར། །གཏེར་བཞིན་སྟོག་དང་འབྲ་བར་བསྐྱུང་བགྱི་སྟེ། །  
གདུག་པ་དུག་དང་མཚོན་དང་དབྱ་པོ་དང་། །མེ་བཞིན་འདོད་པའི་བདེ་ལ་  
ཡིད་འབྱུང་མཛོད། །འདོད་པ་རྣམས་ནི་ཕུང་ཁོལ་བསྐྱེད་པ་སྟེ། །རྒྱལ་བའི་  
དབང་པོས་ཀིམ་པའི་འབྲས་འབྲར་གསུངས། །དེ་དག་སྤང་བགྱི་དེ་ཡི་ལྷགས་  
སྟོག་གིས། །འཁོར་བའི་བཙོན་རར་འཛིག་རྟེན་འདི་དག་བཙིང་། །གང་  
དག་དབང་པོ་དུག་ཡུལ་རྣམས་ལ་ནི། །རྟག་རྟུ་མི་བརྟན་གཡོ་དང་གང་དག་  
གཅིག །གཡུལ་ངོར་དབྱ་ཚོགས་ལས་རྒྱལ་དེ་དག་ལས། །མཁས་རྣམས་  
དང་པོ་དཔའ་རབ་ལགས་པར་འཆོལ། །བྱད་མེད་གཞོན་ནུའི་ལུས་ནི་ལྷགས་  
ཤིག་རྟ། །བྲིང་བ་དང་སྒོ་དགུ་དོད་པ་དང་། །མི་གཙང་ཀུན་སྟོད་འབྲ་བ་  
དགང་དཀའ་བ། །པགས་པས་གཡོགས་པ་རྒྱན་ཡང་ལོགས་ཤིག་  
གཟིགས། །རི་ལྟར་མཛོལ་ཅན་སྤོང་བུས་ཉེན་པ་ནི། །བདེ་བའི་དོན་དུ་མེ་ལ་  
ཀུན་བསྟེན་གྱང་། །ཞི་བར་མི་འགྱུར་དེ་དང་འབྲ་བར་ནི། །འདོད་པ་རྣམས་  
ལ་ཆགས་པའང་མཐུན་པར་མཛོད། །དོན་དམ་གཟིགས་པར་བགྱི་སྤྲད་  
དངོས་རྣམས་ལ། །ཚུལ་བཞིན་ཡིད་ལ་བགྱིད་པ་དེ་གོམས་མཛོད། །དེ་དང་  
འབྲ་བར་ཡོན་ཏན་ལྡན་པ་ཡི། །ཆོས་གཞན་འགའ་ཡང་མཆིས་པ་མ་ལགས་

སོ། །སྤྱིས་བྱ་རིགས་གཞུགས་ཐོས་དང་ལྷན་རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་ །ཤེས་རབ་ཚུལ་  
ཁྱིམ་སྒྲུབ་བ་བཀྱར་མ་ལགས། །དེ་ལྟས་གང་ལ་ཡོན་ཏན་འདི་གཉིས་  
ལྷན། །དེ་ནི་ཡོན་ཏན་གཞན་དང་བྲལ་ཡང་མཆོད། །འཇིག་རྟེན་མཁྱེན་པ་  
རྟེན་དང་མ་རྟེན་དང་། །བདེ་དང་མི་བདེ་སྟོན་དང་མི་སྟོན་དང་། །བསྟོན་  
སྟོན་ཅེས་བགྱི་འཇིག་རྟེན་ཆོས་བརྒྱད་པོ། །བདག་གི་ཡིད་ཡུལ་མིན་པར་  
མགོ་སྟོམས་མཛོད། །ཁྱོད་ཀྱིས་བྲམ་ཟེད་གཤེད་སྟོང་ལྟ་དང་ནི། །མགོན་དང་  
ཡབ་ཡུམ་དག་དང་བཙུན་མོ་དང་། །འཁོར་གྱི་སྤྱད་དུ་འདྲེས་སྤྱིག་པ་མི་བགྱི་  
སྟེ། །དུམ་ལ་བའི་རྣམ་སྤྱོད་སྐལ་འོད་འགའ་མ་མཆིས། །སྤྱིག་པའི་ལས་  
རྣམས་སྤྱད་པ་འགའ་ཡང་ནི། །དེ་ཡི་མོད་ལ་མཆོན་བཞིན་མི་གཅོད་  
ཀྱང་། །འཆི་བའི་དུས་ལ་བབ་ན་སྤྱིག་པ་ཡི། །ལས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་གང་  
ལགས་མཛོད་པར་འབྱུར། །དད་དང་ཚུལ་ཁྱིམ་སྒྲུབ་དང་གཏོང་བ་  
དང་། །དྲི་མེད་ངོ་ཆ་ཤེས་དང་ཁྱེལ་ཡོད་དང་། །ཤེས་རབ་ཐོར་བདུན་  
ལགས་པར་ཐུབ་པས་གསུངས། །ཐོར་གཞན་པལ་པ་དོན་མ་མཆིས་རྟོགས་  
མཛོད། །རྒྱན་པོ་འབྱེད་དང་འདུས་ལ་ལྟ་བ་དང་། །ལེ་ལོ་སྤྱིག་པའི་གྲོགས་  
ལ་བསྟེན་པ་དང་། །ཆང་དང་མཆོན་མོ་རྒྱ་བ་རན་སོང་བ། །བྲག་པ་  
ཉམས་པར་འབྱུར་བ་དེ་དུག་སྟོངས། །ཐོར་རྣམས་ཀྱང་གྱི་ནང་ན་ཆོག་ཤེས་  
པ། །རབ་མཆོག་ལགས་པར་ལྟ་མིདི་སྟོན་པས་གསུངས། །ཀྱང་རྟོགས་  
ཤེས་མཛོད་ཅིག་ཆོག་མཁྱེན་ན། །ཐོར་མི་བདོག་ཀྱང་ཡང་དག་འབྱོར་པ་

ལགས། །དེས་པ་བདོག་མང་ཇི་ལྟར་སྐྱུག་བསྐྱེལ་བ། །འདོད་པ་ཆུང་  
ཅམས་དེ་ལྟ་མ་ལགས་ཏེ། །ལྷ་མཆོག་ཅམས་ལ་མགོ་བོ་ཇི་སྟེད་པ། །དེ་  
ལས་བྱུང་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་དེ་སྟེད་དོ། །རང་བཞིན་དགར་འབྲེལ་གཤེད་མ་  
ལྟ་བུ་དང་། །ཁྱིམ་ཐབ་བརྒྱས་བགྱིད་ཇི་མོ་ལྟ་བུ་དང་། །ཆུང་བྱུང་རྒྱ་བ་  
ཆོམ་རྒྱུན་ལྟ་བུ་ཡི། །ཆུང་མ་གསུམ་པོ་དེ་དག་རྣམ་པར་སྟོང་ས། །སྤིང་མོ་  
ལྟ་བུར་རྗེས་མཐུན་གང་ཡིན་དང་། །མཛོལ་མོ་བཞིན་དུ་སྤྱིང་ལ་འབབ་པ་  
དང་། །མ་བཞིན་ཕན་པར་འདོད་དང་བཅས་མོ་བཞིན། །དབང་སྦྱར་གང་ཡིན་  
རིགས་ཀྱི་ལྟ་བཞིན་བཀུར། །ཁ་ཟས་སྦྱོན་དང་འབྲེལ་བར་རིག་པ་ཡིས། །  
འདོད་ཆགས་ཞེས་པ་མེད་པར་བསྟེན་བགྱི་སྟེ། །རྒྱགས་སྤྱིར་མ་ལགས་  
སྟེམས་པའི་སྤྱིར་མ་ལགས། །མཆོག་སྤྱིར་མ་ལགས་ལུས་གནས་འབའ་ཞིག་  
སྤྱིར། །རིགས་པའི་བདག་ཉིད་ཉིན་པར་མཐའ་དག་དང་། །མཆོན་མའི་བྱུང་  
ཀྱི་སྟོད་སྦྱང་འདས་ནས་ནི། །མནལ་ཆོའང་འབྲས་བུ་མེད་པར་མི་འགྱུར་  
བར། །ཁྱེད་དང་ལྡན་པར་དེ་དག་བར་དུ་མཐོལ། །བྱམས་དང་སྤྱིང་རྗེ་དག་  
དང་དགའ་བ་དང་། །བཏང་སྟོམས་རྟག་ཏུ་ཡང་དག་སྟོམ་མཛོད་ཅིག །  
གོང་མ་བརྟེས་པར་མ་འགྱུར་དེ་ལྟ་ནའང་། །ཆོངས་པའི་འཛིག་རྟེན་བདེ་བ་  
ཐོབ་པར་འགྱུར། །འདོད་སྟོད་དགའ་དང་བདེ་དང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་དག །རྣམ་  
པར་སྦྱངས་པའི་བསམ་གཏན་བཞི་པོ་ཡིས། །ཆོངས་དང་འོད་གསལ་དག་  
དང་དགོ་རྒྱས་དང་། །འབྲས་བུ་ཆེ་ལྟ་རྣམས་དང་སྐལ་མཉམ་ཐོབ། །རྟག་

དང་མངོན་པར་ཞེན་དང་གཉེན་པོ་མེད། །ཡོན་ཏན་གཙོ་ལྷན་གཞི་ལས་བྱུང་  
བའི་ལས། །དགོ་དང་མི་དགོ་རྣམས་ལྟ་ཆེན་པོ་སྟེ། །དེ་བས་དགོ་བ་སྦྱོང་ལ་  
བརྩོན་པར་བགྱི། །ལན་ཚུ་སྤང་ལགས་ཆུ་ཁྲི་ཉུང་དུ་ཞིག། །རོ་བསྐྱར་བགྱིད་  
ཀྱི་གཞུང་ལྟ་མིན་ལྟར། །དེ་བཞིན་སྤྲིག་པའི་ལས་ནི་ཆུང་དུ་ཡང་། །དགོ་  
བའི་རྩ་བ་ཡངས་ལ་མཐུན་པར་བགྱི། །ཤོད་དང་འགྱོད་དང་གཤོད་སེམས་  
སྤྲུགས་པ་དང་། །གཉིད་དང་འདོད་ལ་འདུན་དང་ཐེ་ཆོམ་སྟེ། །སྦྱིབ་པ་ལྟ་  
པོ་འདི་དག་དགོ་བའི་ཅོར། །འཕྲོག་པའི་ཆོམ་རྒྱུ་ལགས་པར་མཐུན་པར་  
མཛོད། །དད་དང་བརྩོན་འགྲུས་དག་དང་བྲན་པ་དང་། །ཏིང་འཛིན་ཞེས་  
རབ་ཆོས་མཆོག་ལྟ་ཉིད། །འདི་ལ་མངོན་བརྩོན་མཛོད་ཅིག་འདི་དག་  
ནི། །སྟོབས་དབང་ཞེས་བགྱི་ཅེ་མོར་གྱུར་པའང་ལགས། །ན་ཤ་འཆི་སྤྲུག་  
བྲལ་དང་དེ་བཞིན་དུ། །ལས་ནི་བདག་གིར་བྱས་ལས་མ་འདས་ཞེས། །དེ་  
ལྟར་ཡང་དང་ཡང་དུ་སེམས་པ་ནི། །དེ་ཡི་གཉེན་པོའི་སྦོ་ནས་རྒྱགས་མི་  
འགྱུར། །གལ་ཏེ་མཐོ་རིས་ཐར་པ་མངོན་བཞེད་ན། །ཡང་དག་ལྟ་ལ་  
གོམས་པ་ཉིད་དུ་མཛོད། །གང་ཟག་ལོག་པར་ལྟ་བས་ལོགས་སྤྱད་ཀྱང་། །  
ཐམས་ཅད་རྣམས་པར་སྦྱིན་པ་མི་བཟད་ལྟར། །མི་ནི་ཡང་དག་ཉིད་དུ་མི་བདེ་  
ཞིང་། །མི་རྟག་བདག་མེད་མི་གཙང་རིག་པར་བགྱི། །བྲན་པ་ཉི་བར་མ་  
བཞག་རྣམས་ཀྱིས་ནི། །སྦྱིན་ཅི་ལོག་བཞིར་ལྟ་བ་ལྟར་ཁོལ་བ། །གཟུགས་  
ནི་བདག་མ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་ཏེ་བདག །གཟུགས་དང་ལྟན་མིན་གཟུགས་

ལ་བདག་གནས་མིན། །བདག་ལ་གཟུགས་མི་གནས་ཏེ་དེ་བཞིན་དུ། །ཡུང་  
པོ་ལྷག་མ་བཞི་ཡང་སྟོང་རྟོགས་བགྱི། །ཡུང་པོ་འདོད་རྒྱལ་ལས་མིན་དུས་  
ལས་མིན། །རང་བཞིན་ལས་མིན་དོ་བོ་ཉིད་ལས་མིན། །དབང་ཕྱག་ལས་  
མིན་རྒྱུ་མེད་ཅན་མིན་ཏེ། །མི་ཤེས་ལས་དང་སྲིད་ལས་བྱུང་རིག་མཛོད། །  
ཚུལ་བྱིམས་བརྟུལ་ཞུགས་མཆོག་འཛིན་རང་ལུས་ལ། །ཕྱིན་ཅི་ལོག་པར་ལྟ་  
དང་ཐེ་ཆོམ་སྟེ། །ཀུན་ཏུ་སྦྱོར་བ་འདི་གསུམ་ཐར་པ་ཡི། །གྲོང་སྲེར་སྒོ་  
འགོགས་ལགས་པར་མཐུན་པར་མཛོད། །ཐར་པ་བདག་ལ་རག་ལས་འདི་ལ་  
མི། །གཞན་གྱིས་གྲོགས་བགྱིར་ཅི་ཡང་མ་མཆིས་པས། །ཐོས་དང་ཚུལ་  
བྱིམས་བསམ་གཏང་ལྟན་པ་ཡིས། །བདེན་པ་རྣམ་པ་བཞི་ལ་འབད་པར་  
མཛོད། །ལྷག་པའི་ཚུལ་བྱིམས་ལྷག་པའི་ཤེས་རབ་དང་། །ལྷག་པའི་  
སེམས་ལ་རྟག་ཏུ་བསྐྱབ་པར་བགྱི། །བསྐྱབ་པ་བརྒྱ་ཙུ་ལྟ་བུ་ལྷག་ཅིག་  
མི། །གསུམ་པོ་འདི་ནང་ཡང་དག་འདུ་བར་འགྱུར། །དབང་ཕྱག་ལུས་  
གཏོགས་དྲན་པ་བདེ་གཤེགས་གྱིས། །བགྲོད་པ་གཅིག་པའི་ལམ་དུ་ཉེ་བར་  
བསྟན། །དེ་ནི་བསྐྱིམས་ནས་མངོན་པར་བསྐྱུང་བགྱི་སྟེ། །དྲན་པ་ཉམས་  
པས་ཆོས་ཀུན་འཛིག་པར་གྱུར། །ཆོ་ནི་གཞོད་མང་རྒྱུད་གིས་བཏབ་པ་  
ཡི། །ཚུ་ཡི་ཚུ་བྱར་བས་ཀྱང་མི་རྟག་ན། །དབུགས་རྩལ་དབུགས་དབྱུང་  
གཉིད་གྱིས་ལོག་པ་ལས། །སང་ཁོམ་གང་ལགས་དེ་ནི་དོ་མཚར་ཆེ། །  
ལུས་མཐའ་ཐལ་བ་མཐར་སྐྱམ་མཐར་འདུལ་ཞིང་། །ཐ་མར་མི་གཙང་སྟིང་



པོ་མ་མཆིས་པ། །རྣམ་པར་འཛིག་དངས་སྤྱགས་པར་འགྱུར་བ་སྟེ། །སོ་  
སོར་འགྲུས་ཆོས་ཅན་དུ་མ་སྟེན་པར་མཛོད། །ས་དང་ལྷན་པོ་རྒྱ་མཚོ་ཉི་མ་  
བདུན། །འབར་བས་བསྟེགས་པའི་ལུས་ཅན་འདི་དག་ཀྱང་། །ཐལ་བ་ཡང་  
ནི་ལུས་པར་མི་འགྱུར་ན། །ཤིན་ཏུ་ཉམ་ཆུང་མི་ལྟ་སྒྲོས་ཅི་འཚལ། །དེ་ལྟར་  
འདི་ཀུན་མི་རྟག་བདག་མེད་དེ། །སྐྱབས་མེད་མགོན་མེད་གནས་མེད་དེ་སྤང་  
དུ། །འཁོར་བ་རྒྱ་ཤིང་སྤིང་པོ་མེད་པ་ལ། །མི་མཚོག་ཁྱོད་ཀྱིས་ཐུགས་ནི་  
དབྱུང་བར་མཛོད། །རྒྱ་མཚོ་གཅིག་གནས་གཉའ་ཤིང་བྱ་ག་དང་། །རུས་  
སྤལ་ཕྱད་པ་བས་ཀྱང་དུང་འགོ་ལས། །མི་ཉིད་ཆེས་ཐོབ་དཀའ་བས་མི་  
དབང་གིས། །དམ་ཆོས་སྦྱོད་པས་དེ་འབྲས་མཆིས་པར་མཛོད། །གང་ཞིག་  
གསེར་སྦྱོད་རིན་ཆེན་སྤྲས་པ་ཡིས། །དན་སྐྱབས་འཕྲུག་པར་བགྱིད་པ་དེ་  
བས་ནི། །གང་ཞིག་མི་རུ་སྦྱོས་ནས་སྤྲིག་པ་དག །བགྱིད་པ་དེ་ནི་ཆེས་རབ་  
སྤྱོད་པ་ལགས། །མཐུན་པར་གྱུར་པའི་ཡུལ་ན་གནས་པ་དང་། །སྦྱིས་བྱ་  
དམ་པ་ལ་ནི་བསྟེན་པ་དང་། །བདག་ཉིད་ལེགས་སྟོན་སྟོན་ཡང་བསོད་ནམས་  
བགྱིས། །འཁོར་ལོ་ཆེན་པོ་བཞི་ནི་ཁྱོད་ལ་མངའ། །དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་  
བསྟེན་པ་ཆངས་པར་སྦྱོད། །ཡོངས་སུ་རྩོགས་པར་བྱབ་པས་གསུངས་དེའི་  
ཕྱིར། །སྦྱིས་བྱ་དམ་པ་བསྟེན་བགྱི་རྒྱལ་བ་ལ། །བརྟེན་ནས་རབ་ཏུ་མང་  
པོས་ཞི་བ་ཐོབ། །ལོག་པར་ལྟ་བ་འཛོན་དང་དུང་འགོ་དང་། །ཡི་དྲགས་ཉིད་  
དང་དཔྱལ་བར་སྦྱི་བ་དང་། །རྒྱལ་བའི་བཀའ་མེད་པ་དང་མཐའ་འཁོབ་

ཏུ། །ལྷ་མོར་སྐྱེ་དང་སྐྱེ་བཞིན་སྐྱུགས་པ་ཉིད། །ཆོ་རིང་ལྷ་ཉིད་གང་ཡང་  
རུང་བར་ནི། །སྐྱེ་བ་ཞེས་བགྱི་མི་ཁོམ་སྐྱོན་བརྒྱད་པོ། །དེ་དག་དང་བྲལ་  
ཁོམ་པ་ཆེད་ནས་ནི། །སྐྱེ་བ་བརྒྲུག་པའི་སྤྲད་དུ་འབད་པར་མཛོད། །དེས་པ་  
འདོད་པས་མོངས་དང་འཆི་བ་དང་། །ན་དང་ཆ་སོགས་སྤྱག་བསྐྱུལ་དུ་མ་  
ཡི། །འབྱུང་གནས་འཁོར་བ་ལ་ནི་སྐྱོ་མཛད་ཅིང་། །འདི་ཡི་ཉེས་པ་ཤས་  
ཀྱང་གསན་པར་མཛོད། །ཕ་ནི་བུ་ཉིད་མ་ནི་ཆུང་མ་ཉིད། །སྐྱེ་བོ་དགའ་རྒྱར་  
པ་དག་བཤེས་ཉིད་དང་། །བརྒྲུག་པ་ཉིད་དུ་མཆི་བས་དེ་སྤྲད་དུ། །འཁོར་བ་  
དག་ན་དེས་པ་འགའ་མ་མཆིས། །རེ་རེས་རྒྱ་མཚོ་བཞི་བས་སྤྱག་པ་ཡི། །  
འོ་མ་འབྱུངས་ཏེ་ད་དུང་སོ་སོ་ཡི། །སྐྱེ་བོའི་རྗེས་སུ་འབྱང་བའི་འཁོར་བ་  
པས། །དེ་བས་ཆེས་མང་ཉིད་ཅིག་བརྒྱུང་འཆོལ་ལོ། །རེ་རེའི་བདག་ཉིད་  
རུས་པའི་ཕུང་པོ་ནི། །ལྷན་པོ་མཉམ་པ་སྟེད་ཅིག་འདས་རྒྱར་ཏེ། །མ་ཡི་  
ཐུག་མཐའ་རྒྱ་ལྷག་ཆོག་གུ་ཅོམ། །རིལ་བུར་བགྱངས་ཀྱང་ས་ཡིས་ལང་མི་  
འབྱར། །བརྒྱ་བྱིན་འཛིག་རྟེན་མཆོད་འོས་རྒྱར་ནས་ནི། །ལས་གྱི་དབང་  
གིས་ཐྱིར་ཡང་ས་སྟངས་ལྟངས་། །འཁོར་ལོས་སྐྱུར་བ་ཉིད་དུ་རྒྱར་ནས་  
ཀྱང་། །འཁོར་བ་དག་ཏུ་ཡང་བྲན་ཉིད་དུ་འབྱུར། །མཐོ་རིས་བུ་མོའི་རྩ་མ་  
ཤེད་པ་ལ། །རེག་པའི་བདེ་བ་ཡུན་རིང་སྟོང་ནས་སྤྲར། །དཔྱལ་བར་འཐག་  
གཙོད་དབད་པའི་འབྲུལ་འཁོར་གྱིས། །རེག་པ་ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་བསྟེན་  
འཆོལ་ལོ། །རྐང་པའི་རེག་པས་ནེམས་པར་བདེ་བཟོད་པ། །ལྷན་པོའི་སྐྱོ་

ལ་ཡུན་རིང་གནས་ནས་ནི། སྤྱིར་ཡང་མེ་མུར་རོ་ཐུགས་རྒྱ་བ་ཡི། སྤྱིག་  
བསྐྱེལ་མི་བཟད་པོག་སྒྲིམ་བགྱིད་འཆལ་ལོ། །མཐོ་རིས་བུ་མོས་འབྲོངས་  
ཤིང་དགའ་བ་དང་། །རྒྱུ་པར་མཛེས་ཆལ་སོན་པར་རྩེས་ནས་སྤྱིར། །  
འདབ་མ་རལ་གྱི་འདྲ་ཆལ་ནགས་རྒྱམས་ཀྱིས། །རྒྱུང་ལག་རྩ་བ་སྒྲ་གཅོད་  
འཐོབ་པར་འགྱུར། །དལ་གྱིས་འབབ་པ་ལྷ་ཡི་བུ་མོ་ནི། །གདོང་མཛེས་  
གསེར་གྱི་པར་ལྷན་ལྷན་ལུགས་ནས། །སྤྱིར་ཡང་དཔུལ་བའི་ཆུ་བོ་རབ་མེད་  
པར། །ཆ་སྒྲོ་བཟོད་སྒྲགས་ཆུ་ཆེན་འཇུག་འཆལ་ལོ། །ལྷ་ཡུལ་འདོད་བདེ་  
ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོ་དང་། །ཆོངས་ཉིད་ཆགས་བྲལ་བདེ་བ་ཐོབ་ནས་སྤྱིར། །  
མཐར་མེད་མེ་ཡི་བུད་ཤིང་གྱུར་བ་ཡི། སྤྱིག་བསྐྱེལ་རྒྱུན་མི་འཆད་པ་བསྐྱེན་  
འཆལ་ལོ། །ཉི་མ་ལྷ་བཞིན་ཐོབ་རང་ལུས་ཀྱི། །འོད་གྱིས་འཇིག་རྟེན་  
མཐའ་དག་སྤྱང་བྱས་ཏེ། སྤྱིར་ཡང་ཐུན་ཐག་སྤྱིག་ཏུ་ཕྱིན་གྱུར་ནས། །རང་  
གི་ལག་པ་བརྒྱུང་བའང་མི་མཐོང་འགྱུར། །དེ་ལྟར་འོངས་པར་འགྱུར་འཆལ་  
བསོད་ནམས་ནི། །རྒྱུ་གསུམ་མར་མའི་སྤྱང་བ་རབ་བཞེས་ཤིག་ །གཅིག་  
པུ་ཉི་མ་ལྷ་བསམ་མི་བཞི་བའི། །ཐུན་ཐག་མཐའ་ཡས་ནང་དུ་འཇུག་འཆལ་  
ལོ། །སེམས་ཅན་ཉིས་པར་སྤྱུད་པ་སྤྱོད་རྒྱམས་ལ། །ཡང་སོས་ཐིག་ནག་  
རབ་ཏུ་ཆ་བ་དང་། །བསྐྱེས་འཛོམས་དུ་འབྲོད་མཐར་མེད་ལ་སོགས་པའི། །  
དཔུལ་བ་རྒྱམས་སུ་རྟག་ཏུ་སྤྱིག་བསྐྱེལ་འགྱུར། །ཁ་ཅིག་ཉིལ་བཞིན་འཆིར་  
ཏེ་དེ་བཞིན་གཞན། །ཕྱེ་མ་ཞིབ་མོ་བཞིན་དུ་ཕྱེ་མར་རྫོགས། །ཁ་ཅིག་སོགས་

ལེས་འདྲ་སྟེ་དེ་བཞིན་གཞན། །སྟ་རེ་མི་བཟད་སོ་རྫོན་རྣམས་ཀྱིས་གཤོག།  
དེ་བཞིན་གཞན་དག་སྟོ་རྩུ་བལྟས་པ་ཡི། །ཁུ་བ་འབར་བ་འཁྲིགས་པ་ལྟ་  
པར་བཞིན། །ཁ་ཅིག་ལྷགས་ཀྱི་གསལ་ཤིང་རབ་འབར་བ། །ཆོར་མ་ཅན་  
ལ་ཀུན་ཏུ་རྒྱད་པར་བཞིན། །ཁ་ཅིག་ལྷགས་ཀྱི་མཆེ་བ་ལྟན་པའི་ཁྱི། །  
གཏུམ་པོས་དབད་ཅིང་ལག་པ་གནམ་དུ་བསྐྱེདས། །དབང་མེད་གཞན་དག་  
ལྷགས་མཆུ་རྫོན་པོ་དང་། །སེན་མོ་མི་བཟད་ལྟན་པའི་སྟ་རྣམས་འཐོག། །ཁ་  
ཅིག་སླིན་བུ་སྐྱར་བ་སྒྲ་ཆོགས་དང་། །ཤ་སྒྲང་སྒྲང་མ་ནག་པོ་ཁྲི་ཕྱག་  
དག། །རེག་ན་མི་བཟད་མ་སྟོལ་ཆེར་འབྱིན་པས། །ཟ་བར་བཞིན་ཅིང་འགྲེ་  
ལྷོག་སྟེ་སྒྲགས་འདོན། །ཁ་ཅིག་མདག་མེ་འབར་བའི་ཆོགས་སུ་ནི། །རྒྱུན་  
མི་འཆད་པར་རབ་བསྐྱེགས་ཁ་ཡང་བགྱད། །ཁ་ཅིག་ལྷགས་ལས་བྱས་པའི་  
ཟངས་ཆེན་དུ། །སྤྱི་ཏུ་ཚྭ་གས་འབྲས་ཀྱི་ཅུང་པོར་བཞིན་དུ་འཆོད། །སྤྲིག་  
ཅན་དབུགས་དབྱུང་འགགས་པ་ཅམ་ཞིག་གིས། །དུས་ཀྱིས་བར་དུ་ཆོད་  
རྣམས་དཔྱུལ་བ་ཡི། །སྤྲིག་བསྐྱུལ་གཞལ་ཡས་ཐོས་ནས་རྣམ་སྟོང་དུ། །  
མི་འཛིགས་གང་ལགས་རྩོམ་རི་རང་བཞིན་ནོ། །དཔྱུལ་བ་བྲིས་པ་མཐོང་དང་  
ཐོས་པ་དང་། །བྲན་དང་བསྐྱེགས་དང་གཟུགས་སུ་བཞིས་རྣམས་ཀྱང་། །  
འཛིགས་པ་བསྐྱེད་པར་འགྱུར་ན་མི་བཟད་པའི། །རྣམ་སྟོན་ཉམས་སུ་སྟོང་ན་  
སྟོས་ཅི་འཆལ། །བདེ་བ་ཀུན་གྱི་ནང་ན་སྟེད་ཟད་པའི། །བདེ་བའི་བདག་  
པོར་བཞིན་པ་རི་ལྟ་བར། །དེ་བཞིན་སྤྲིག་བསྐྱུལ་ཀུན་གྱི་ནང་ན་ནི། །མནར་

མེད་དཔྱུལ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་རབ་མི་བཟད།      འཛིན་ཉིན་གཅིག་མདུང་ཐུང་  
སུམ་བརྒྱ་ཡིས།      རབ་རྩ་དྲག་བཏབ་སྤྱག་བསྐྱེལ་གང་ལགས་པ།      །དེས་ནི་  
དཔྱུལ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཆུང་དུ་ལའང་།      །འོ་ལ་ཡང་མི་བགྱི་ཆར་ཡང་མི་  
མོད་དོ།      །དེ་ལྟར་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཞིན་རྩ་མི་བཟད་ལོ།      །བྱེ་བ་སྤྱག་བརྒྱར་  
ཉམས་སུ་སྤྱོད་ཡང་ནི།      །རི་སྤྱིད་མི་དགོད་ཅེ་ཟད་མ་གྱུར་པ།      །དེ་སྤྱིད་སྤྱིག་  
དང་བྲལ་བར་མི་འགྱུར་རོ།      །མི་དགོད་འབྲས་འདི་རྣམས་ཀྱིས་བོན་ནི།      །  
ལུས་དག་ཡིད་ཀྱིས་ཉེས་སྤྱད་སྤྱོད་ཀྱིས་ནི།      །ཅི་ནས་དེ་རྩལ་ཅོམ་ཡང་མ་  
མཆིས་པ།      །དེ་ལྟར་ཉིད་ཀྱི་རྩལ་ཀྱིས་འབད་པར་མཛོད།      །དུད་འགོའི་སྤྱོ་  
གནས་ན་ཡང་གསོད་པ་དང་།      །བཅིང་དང་བརྟེན་སོགས་སྤྱག་བསྐྱེལ་སྤྱོ་  
ཆོགས་པ།      །ཞི་འགྱུར་དགོ་བ་སྤྱངས་པ་རྣམས་ལ་ནི།      །གཅིག་ལ་གཅིག་བྱ་  
ཞིན་རྩ་མི་བཟད་པ།      །ཁ་ཅིག་ཟུ་ཏིག་བལ་དང་རུས་པ་ཁྲག་      །ཤ་དང་  
པགས་པའི་ཆེད་དུ་འཆི་བར་འགྱུར།      །དབང་མེད་གཞན་དག་རྟོག་པ་ལག་པ་  
དང་།      །ལྷག་དང་ལྷགས་ཀྱུ་གདབ་པས་བཏབ་སྤྱོ་བཞོལ།      །ཡི་དྲགས་ན་  
ཡང་འདོད་པས་མོངས་པ་ཡིས།      །བསྐྱེད་པའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་རྒྱན་ཆགས་མི་  
འཆོས་པ།      །བཀྲོས་སྒྲོམ་གང་རྩོད་པ་དང་འཇིགས་པ་ཡིས།      །བསྐྱེད་པ་  
ཞིན་རྩ་མི་བཟད་བསྤྱོད་འཆོས་ལོ།      །ཁ་ཅིག་ཁ་ནི་ཁབ་ཀྱི་མིག་ཅོམ་ལ།      །  
སྤྱོ་བ་རི་ཡི་གཏོས་ཅོམ་བཀྲོས་པས་ཉེན།      །མི་གཅོང་ཀྱི་རར་བོར་བ་རུང་བཟད་  
གང་།      །འཆོལ་བའི་མཐུ་དང་ལྷན་པ་མ་ལགས་སོ།      །ཁ་ཅིག་ལྷགས་རུས་

ལུས་ཤིང་གཅེར་བུ་སྟེ། །ཏ་ལའི་ཡང་ཐོག་སྐམ་པ་ལྟ་བུ་ལགས། །ཁ་ཅིག་  
མཚན་ཞིང་ཁ་ནས་འབར་བ་སྟེ། །ཟས་སུ་འབར་བའི་ཁ་བབས་བྱེ་མ་  
འཚེ། །སྤྲད་རིགས་འགས་ནི་རྒྱག་དང་གྱི་ས་དང་། །ཁྲག་སོགས་མི་  
གཙང་བ་ཡང་མི་ཆེད་དེ། །ཕན་ཚུན་གདོང་དུ་འཚོག་ཅིང་མགྱིན་པ་ནས། །  
ལྷ་བ་བྱུང་བ་སྟོན་པའི་རྒྱག་འཚེལ་ལོ། །ཡི་དྲགས་རྣམས་ལ་སོས་ཀའི་དུས་  
སུན། །ཁྲི་བའང་ཚེལ་དགུན་ནི་ཉི་མའང་གྲང་། །སྟོན་ཤིང་འབྲས་བུ་མེད་  
འབྱུར་འདི་དག་གིས། །བལྟས་པ་ཙམ་གྱིས་སྤྱང་ཡང་བསྐམ་པར་  
འབྱུར། །བར་ཆད་མེད་པར་སྤྲུག་བསྐལ་བསྟེན་བྱུར་པ། །ཉིས་པར་སྤྲད་  
པའི་ལས་ཀྱི་ཞགས་པ་ནི། །སྲ་བས་བཅིངས་པའི་ལུས་ཙན་ཁ་ཅིག་ལོ། །  
ལྷ་སྟོང་དག་དང་ཁྲིར་ཡང་འཆི་མི་འབྱུར། །དེ་ལྟར་ཡི་དྲགས་རྣམས་ཀྱིས་  
སྤྲེལ་ཆོགས་པའི། །སྤྲུག་བསྐལ་རོ་གཅིག་ཐོབ་པ་གང་ལགས་པ། །དེ་ཡི་རྒྱ་  
ནི་སྤྱོད་པོ་འཇུངས་དགའ་བ། །སེར་སྤྲ་འཕགས་མིན་ལགས་པར་སངས་རྒྱས་  
གསུངས། །མཐོ་རིས་ན་ཡང་བདེ་ཆེན་དེ་དག་གི། །འཆི་འཕོའི་སྤྲུག་བསྐལ་  
ཉིད་ནི་དེ་བས་ཆེ། །དེ་ལྟར་བསམས་ནས་ཡར་བས་རྣམས་ཀྱིས་ནི། །ཟད་  
འབྱུར་མཐོ་རིས་སྤྲད་དུ་སྟེད་མི་བགྱི། །ལུས་ཀྱི་ཁ་དོག་མི་སྤྲུག་འབྱུར་བ་  
དང་། །སྟན་ལ་མི་དགའ་མེ་ཉོག་ཐེང་ཆིང་དང་། །གོས་ལ་དྲི་མ་ཆགས་དང་  
ལུས་ལས་ནི། །སྟོན་ཆད་མེད་པའི་རྩལ་འབྱུང་ཞེས་བགྱི་བ། །མཐོ་རིས་  
འཆི་འཕོ་སྟོན་བགྱིད་འཆི་ལྟས་ལྟ། །ལྷ་ཡུལ་གནས་པའི་ལྷ་རྣམས་ལ་འབྱུང་

སྟེ། །ས་སྟེང་མི་རྣམས་འཆི་བར་འགྱུར་བ་དག །སྟོན་པར་བྱེད་པའི་འཆི་  
ལྟས་རྣམས་དང་འདྲ། །ལྷ་ཡི་འཇིག་རྟེན་དག་ནས་འཕོས་པ་ལ། །གལ་ཏེ་  
དགོ་བའི་ལྷ་གམ་འགའ་མེད་ན། །དེ་ནས་དབང་མེད་དུ་འགོ་ཡི་དྲགས་  
དང་། །དུམ་ལ་བར་གནས་པ་གང་ཡང་རུང་བར་འགྱུར། །ལྷ་མིན་དག་  
ནའང་རང་བཞིན་གྱིས་ལྷ་ཡི། །དཔལ་ལ་སྤང་སྤྱོད་ཡིད་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱལ་  
ཆེ། །དེ་དག་སྟོ་དང་ལྷན་ཡང་འགོ་བ་ཡི། །སྤྱི་བ་པས་བདེན་པ་མཐོང་བ་མ་  
མཆིས་སོ། །འཁོར་བ་དེ་འདྲ་ལགས་པས་ལྷ་མི་དང་། །དུམ་ལ་བ་ཡི་  
དྲགས་དུ་འགོ་རྣམས་དག་ཏུ། །སྤྱི་བ་བཟང་པོ་མ་ལགས་སྤྱི་བ་ནི། །ཁོད་  
པ་དུ་མའི་སྟོད་གྱུར་ལགས་མཐུན་མཛོད། །མགོ་འཕགས་ལ་སྟོ་བྱར་མེ་  
ཤོར་ན། །དེ་དག་སྤྱིར་བསྟོག་བགྱི་བ་བཏང་ནས་ཀྱང་། །ཡང་སྤྱི་མེད་པར་  
བགྱི་སྤྱད་འབད་འཆོལ་ཏེ། །འདི་བས་ཆེས་མཆོག་དགོས་པ་གཞན་མ་  
མཆིས། །ཚུ་ལ་བྱིམས་དག་དང་བསམ་གཏན་ཤེས་རབ་གྱིས། །མྱ་ངན་  
འདས་ཞི་དུ་ལ་བ་བྱི་མེད་པའི། །གོ་འཕང་མི་རྒྱ་མི་འཆི་བྱད་མི་འཆོལ། །ས་  
རྒྱ་མེ་རྒྱུང་ཉི་ཟླ་བལ་ཐོབ་མཛོད། །བྲན་དང་ཆོས་རབ་འབྱེད་དང་བཙོན་  
འགྱུས་དང་། །དགའ་དང་ཤིན་ཏུ་སྤྱངས་དང་ཉིང་འཛིན་དང་། །བཏང་  
སྟོམས་འདི་བདུན་བྱང་རྒྱུ་ཡན་ལག་སྟེ། །མྱ་ངན་འདས་ཐོབ་བགྱིད་པའི་  
དགོ་ཆོགས་ལགས། །ཤེས་རབ་མེད་པར་བསམ་གཏན་ཡོད་མིན་ཏེ། །  
བསམ་གཏན་མེད་པར་ཡང་ནི་ཤེས་རབ་མེད། །གང་ལ་དེ་གཉིས་ཡོད་པས་

སྲིད་པ་ཡི། །རྒྱ་མཚོ་གཞག་རྗེས་ལྟ་བུར་འཚེལ་བར་བཞུ། །ལུང་མ་བསྟན་  
པ་བརྒྱ་བཞི་འཇིག་རྟེན་ན། །ཉི་མའི་གཉེན་གྱིས་རབ་གསུངས་གང་དག་  
ལགས། །དེ་དག་རྣམས་ལ་བསམ་པར་མི་བཞུ། །དེ་ཡིས་སྒོ་ནི་ཞི་བར་  
བཞུད་མ་ལགས། །མ་རིག་པ་ལས་ལས་ཏེ་དེ་ལས་ནི། །རྣམ་ཤེས་དེ་ལས་  
མིང་དང་གཟུགས་རབ་འབྱུང་། །དེ་ལས་སྐྱེ་མཆེད་དུག་སྟེ་དེ་ལས་ནི། །  
རིག་པ་ཀུན་ཏུ་འབྱུང་བར་བྱབ་པས་གསུངས། །རིག་པ་ལས་ནི་ཚར་བ་ཀུན་  
འབྱུང་སྟེ། །ཚོར་བའི་གཞི་ལས་སྟེད་པ་འབྱུང་བར་འགྱུར། །སྟེད་ལས་  
ལེན་པ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་སྟེ། །དེ་ལས་སྲིད་པ་སྲིད་ལས་སྐྱེ་བ་ལགས། །སྐྱེ་  
བ་ཡོད་ན་མུ་དན་ན་ཀླད་དང་། །འདོད་པས་ཐོངས་དང་འཆི་བས་འཇིགས་  
སོགས་ཀྱི། །སྤྱུག་བསྐྱེལ་སུང་པོ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་འབྱུང་སྟེ། །སྐྱེ་བ་ལགགས་  
པས་འདི་ཀུན་འགག་པར་འགྱུར། །རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་འདི་རྒྱལ་བ་  
ཡི། །གསུང་གི་མཛོད་ཀྱི་གཅེས་པ་ཟབ་མོ་སྟེ། །གང་གིས་འདི་ནི་ཡང་  
དག་མཐོང་བ་དེས། །སངས་རྒྱས་དེ་ཉིད་རིག་པས་རྣམ་མཚོག་མཐོང་། །  
ཡང་དག་ལྟ་དང་འཚོ་དང་ཚོལ་བ་དང་། །བློ་དང་ཉིང་འཇིན་དག་དང་ལས་  
མཐའ་དང་། །ཡང་དག་རྟོག་ཉིད་ལམ་གྱི་ཡན་ལག་བརྒྱད། །འདི་ནི་ཞི་བར་  
བཞུ། །སྤྱད་བསྐྱོམ་པར་བཞུ། །སྐྱེ་འདི་སྤྱུག་བསྐྱེལ་སྟེད་པ་ཞེས་བཞུ་བ། །དེ་  
ནི་དེ་ཡི་ཀུན་འབྱུང་རྒྱ་ཆེན་ཏེ། །འདི་འགོག་པ་ནི་ཐར་པ་ལགས་ཏེ་ལམ། །  
འཐོབ་བཞུད་འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་དེ་བརྒྱད་ལགས། །དེ་ལྟར་འཕགས་



པའི་བདེན་པ་བཞི་པོ་དག །མཐོང་བར་བགྱིསྟན་ཏྲག་ཏུ་བཙོན་པར་བགྱི། །  
པང་ན་དཔལ་གནས་བྱིམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་། །ཤེས་པས་ཉོན་མོངས་ཚུ་བོ་  
ལས་བཀལ་གྱི། །གང་དག་ཆོས་མངོན་བགྱིས་པ་དེ་དག་ཀྱང་། །གནམ་  
ནས་བབས་པ་མ་ལགས་ལེ་ཏྲག་བཞིན། །ས་རུམ་ནས་འཐོན་མ་ལགས་དེ་  
དག་སྟོན། །ཉོན་མོངས་རག་ལས་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་བས། །བསྐྱེངས་དང་བྲལ་  
བ་མང་དུ་གསོལ་ཅི་འཆོལ། །ཤན་པའི་གདམས་ངག་དོན་པོ་འདི་ལགས་  
ཏེ། །ཁྱོད་ཀྱིས་ཐུགས་དུལ་མཛོད་ཅིག་བཅོམ་ལྡན་གྱིས། །སེམས་ནི་ཆོས་  
ཀྱི་རྩ་བ་ལགས་པར་གསུངས། །ཁྱོད་ལ་དེ་སྟན་གདམས་པ་གང་ལགས་  
དེ། །བས་པར་དག་སྟོང་གིས་ཀྱང་བགྱི་བར་དགའ། །འདི་ལས་གང་ཞིག་  
སྟོད་པའི་ངོ་བོ་དེའི། །ཡོན་ཏན་བསྟེན་པས་སྐྱེ་ཆོ་དོན་ཡོད་མཛོད། །ཀུན་གྱི་  
དགོ་བ་ཀུན་ལ་ཡི་རང་ཞིང་། །ཉིད་ཀྱིས་ལེགས་པར་སྟུང་པ་རྣམ་གསུམ་  
ཡང་། །སངས་རྒྱས་ཉིད་ཐོབ་བགྱིསྟན་ཡོངས་བསྟོས་ནས། །དེ་ནས་དགོ་  
བའི་ཕུང་པོ་འདི་ཡིས་སྟོད། །སྐྱེ་བ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ལྷ་མི་ཡི། །འཇིག་རྟེན་  
ཀུན་གྱི་རྣལ་འབྱོར་དབང་མཛོད་ནས། །འཕགས་པ་སྦྱོར་རས་གཟིགས་དབང་  
སྟོད་པ་ཡིས། །སྐྱེ་བོ་ཉམ་ཐག་མང་པོ་རྗེས་བབྱུང་སྟེ། །འབྱུངས་ནས་ན་ག་  
འདོད་ཆགས་ཞེས་རྣམས། །བསལ་ཏེ་སངས་རྒྱས་ཞིང་དུ་བཅོམ་ལྡན་  
འདས། །འོད་དཔག་མེད་དང་འདྲ་བར་འཇིག་རྟེན་གྱི། །མགོན་པོ་སྐྱེ་ཆོ་  
དཔག་ཏུ་མེད་པར་མཛོད། །ཤེས་རབ་ཚུལ་བྱིམས་གཏོང་འབྱུང་གྲགས་ཆེན་

ཇི་མ་མེད། །ལྷ་ཡུལ་ནམ་མཁའ་དང་ནི་ས་སྟེང་རྒྱས་མཛད་ནས། །ས་ལ་  
 མི་དང་མཐོ་རིས་ལྷ་ནི་ནུང་མཆོག། །བདེ་དགས་དགའ་བ་ངེས་པར་རབ་རྒྱ་  
 ཞི་མཛད་དེ། །ཉོན་མོངས་ཉམ་ཐག་སེམས་ཅན་ཆོག་གས་ཀྱི་འཛིག་སྟེ་དང་། །  
 འཆི་བ་ཞི་མཛད་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་ཉིད་བརྟེས་ནས། །འཛིག་རྟེན་ལས་  
 འདས་མིང་ཅམ་ཞི་ལ་མི་བསྟེངས་པ། །མི་བགས་ལོངས་པ་མི་མངའི་གོ་  
 འཕང་བརྟེས་པར་མཛོད། །བཤེས་པའི་སྤྱིང་ཡིག་སྟོབ་དཔོན་འཕགས་པ་ལྷ་  
 སྤྱབ་ཀྱིས་མཛོལ་བོ་རྒྱལ་པོ་བདེ་སྟོད་ལ་བསྐྱར་པ་རྫོགས་སོ།། །རྒྱ་གར་གྱི་  
 མཁན་པོ་སངས་རྒྱ་དེ་མ་སྟེ་ཐམས་ཅད་མཐེན་པའི་ལྷ་དང་། །ལུ་ཆེན་གྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་  
 ཆེན་པོ་བན་དེ་སྐྱེ་བ་དཔལ་བཅུགས་ཀྱིས་བསྟན་པ་སྤྲད་ཀྱི་དུས་སུ་བསྐྱར་  
 ཅིང་ལུས་ཏེ་གཏན་ལ་ཕབ་པའོ།། །།

༡༡། །བཤེས་སྤྱིང་གི་མཆན་འགོལ་པར་དཀར་པོའི་སྟེང་བ་ཞེས་བྱ་བ་  
 བཞུགས་སོ། །

ཨོྲཱ་ཤི། མཐེན་རབ་རལ་གྱི་འབར་བའི་གཟི་ལོད་ཀྱིས། །ཀུན་མོངས་  
 ལུན་པའི་འཁྲི་ཤིང་དྲུང་ཕྱངས་ནས། །མཐེན་གཉིས་ཡེ་ཤེས་སྤྲང་བ་སྦྱིན་  
 མཛད་པ། །སྤྲ་མ་འཇམ་མགོན་སྤྱབ་པའི་སེང་གེས་སྟོངས། །ཐུབ་གསུང་

ཟབ་དང་རྒྱ་ཆེན་དགོངས་པའི་དོན། རི་བཞིན་འགེལ་མཁས་དཔལ་མགོན་  
འཕགས་པ་གྲུའི། ལེགས་བཤད་བཤེས་སྤྱིང་མཆན་འགེལ་པད་དཀར་  
ཕྱེད་། སྤྱི་མའི་གསུང་བཞིན་སྤེལ་འདི་དགའ་བས་ལོངས། རྟེ་ཡང་  
འཕགས་པ་གྲུ་སྐྱབ་གྱིས་མཛད་པའི་བཤེས་པའི་སྤྱིང་ཡིག་འདི་ཉིད་འཆད་པ་  
ལ། མཆན་གྱི་དོན། འབྱུང་ཕྱག་ ལཱུང་དོན། མཚུག་དོན་དང་བཞི་  
ལས། དང་པོ་ནི། རྒྱ་གར་སྐད་དུ། སུ་མི་ད་ལེ་ལ། བོད་སྐད་དུ།  
བཤེས་པའི་སྤྱེ་འཛའ་བོ་རྒྱལ་བུ་བདེ་སྤྱོད་ཞེས་བུ་བ་དང་དངོས་སུ་མ་ཕྱད་པར་  
སྤྱིང་བས་ནས་སྤྱིང་ཡིག་གོ། ལཱུ་ཉིས་པ་ནི། ཉེས་པའི་བྱུ་རྩ་ཀུན་དང་བྲལ་  
བས་འཇམ་ཞིང་དོན་གཉིས་ཀྱི་དཔལ་དང་ལྷན་པ་སྐྱབ་གྱིས་རྒྱུད་མེད་པས་  
གཞོན་ལྷན་གྱུར་པ་དེ་ལ་ཕྱག་འཆོལ་ལོ་ཞེས་ལོ་རྩྱ་བས་བཤོད་པའོ། ལཱུ་སུ་མ་  
པ་ལ། ཐོག་མར་དགོ་བ་མྱད་ཀྱི་དོན། བར་དུ་དགོ་བ་གཞུང་གི་དོན། ཐ་  
མར་དགོ་བ་མཚུག་གི་དོན་དང་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། བརྩམ་པར་དམ་  
བཅའ་བའི་སྒོ་ནས་ཉན་པར་བསྐྱལ་བ། ཁེངས་སྐྱུང་བའི་ཚུལ་གྱིས་ཉན་  
རིགས་པར་གདམས་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི། ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་ཡོན་ཏན་  
ཀྱི་རང་བཞིན་དགོ་བ་དམ་པའི་ཆོས་ཉན་པའི་སྤྱོད་དུ་འོས་པ་ཞེས་བོས་ནས་  
གཞུང་མཛད་པ་པོ་སྐྱབ་བདག་གིས་ནི། དབྱངས་ཀྱི་ཡན་ལག་དུག་ཅུ་དང་  
ལྷན་པའི་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་གསུང་གིས་བསྐྱེད་པའི་སྤྱེ་སྤྱོད་རིན་པོ་ཆེ་  
རྣམས་ལས་བྱུང་བའི་དོན། ཁྱོད་ཀྱི་ཕྱགས་བསོད་ནམས་ལ་འདུན་པའི་སྤྱད་

དུས་ལྔ་སྐྱོར་འཕགས་པའི་དབང་ས་དང་ལྷན་པའི་ཚིགས་སུ་བཅད་པ་འདི་.....  
དག། རུང་བཅད་ཅིག་བསྐྱེད་པ་མཐོང་གིས་གསན་པའི་རིགས་སོ། བྱི་མ་  
ལ། ཚིག་གི་སྒྲོན་མཁེངས་སྐྱུང་བ་དང་། རོན་གྱི་སྒྲོན་མཁེངས་སྐྱུང་བ་  
གཉིས། དང་པོ་ནི། དཔེ་རིམ་བདེ་གཤེགས་ཀྱི་སྐྱུ་གཟུགས་རྒྱ་དམན་ལ་  
ཤིང་ལས་ཀྱང་། བགྲིས་པ་རྣམ་པ་སྒྲོས་གཙང་མིན་ཅི་འདྲའང་རུང་སྟེ་  
མཁས་པས་སྐྱུ་བོར་མཆོད་པ། དེ་བཞིན་དུ་བདག་གི་སྒྲོན་པ་ལ་འདི་ཚིག་གི་  
སྐྱོར་བ་སོགས་ངན་ན་ཡང་། ཟབ་མོའི་དམ་ཆོས་བརྗོད་པ་ལ་བརྟེན་སྤངས་སྤང་  
པར་མི་བགྲིས་ཏེ་སྤང་བར་བྱའོ་ཞེས་གདམས་པའོ། །གཉིས་པ་ནི། སྒྲོ་  
གསུམ་གྱི་ཉེས་པ་ངང་གིས་བསྐྱེད་པའི་ཐུབ་པ་ཆེན་པོའི་བཀའ་ནི་ཐོག་མ་...  
བར་གསུམ་དུ་དགོ་བ་སྒྲོན་དགུ་སྟེ་མང་པོ་ཞིག་གི་དོན། བྱེད་རང་ཉིད་ཀྱི་  
ཐུགས་སུ་ལྟ་ཡང་སྟེ་སྤང་ནས་ཆུད་མོད་ཀྱི། འོན་ཀྱང་དཔེར་ན་རང་བཞིན་  
ཀྱིས་དཀར་བརྗོད་ཐལ་ལས་བགྲིས་པའི་དཀར་ཕྱི་སོགས་ལ་རྒྱུན་དགུང་ཟླའི་...  
འོད་ཀྱིས་ནི། སྤང་ལས་ཀྱང་ཆེས་དཀར་ཉིད་དུ་ཅི་སྟེ་མི་བགྲིད་དེ་བགྲིད་པ་དེ་  
བཞིན་དུ་ལགས་སོ། །གཉིས་པ་གཞུང་དོན་ལ། མངོན་མཐོ་དང་ངེས་པར་  
ལེགས་པའི་ལམ་གྱི་རྟེན་དད་པ་བཤད་པ་དང་། ལམ་གྱི་ངོ་བོ་གཉིས། དང་  
པོ་ལ། གང་ལ་དད་པར་བྱ་བའི་གཞི་སངས་རྒྱས་སོགས་རྗེས་བྲན་དུག་མདོར་  
བསྟན་པ་དང་། རྗེས་བྲན་སྤྱི་མ་གསུམ་རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ།  
བདུད་བཞི་ལས་རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་བས་སངས་རྒྱས་དང་ཆོས་དང་དགོ་འདུན་.....

དང་། གཏོང་བ་དང་ཚུལ་བྱིམས་དང་ལྷ་རྩེས་སུ་བྱམ་པ་སྟེ་རྣམ་པ་དྲུག །  
རབ་རྟུ་བཀའ་སྦྱུལ་པ་དེ་དག་སོ་སོ་ཡི་སྟེ། སངས་རྒྱུས་དོན་གཉིས་ལྷུན་གྲུབ།  
ཆོས་བདེན་གཉིས་མ་ཐོར་བ། དགོ་འདུན་རིག་གྲོལ་གཉིས་ལྷན། གཏོང་བ་  
འབྱོར་པ་སྦྱུན་སུམ་ཆོགས་པའི་རྒྱ། ཚུལ་བྱིམས་རྣམ་པར་དག་པ་ཡོན་ཏན་གྱི་  
གཞི། ལྷ་ནི་རང་གི་དཔང་པོ་ལམ་མ་ངོན་མཐོའི་ཆོས་ཉམས་སུ་སྤང་པས་  
འབྲས་བུ་ཁྱད་པར་ཅན་ཐོབ་པ་སྟེ། ཡོན་ཏན་གྱི་ཆོགས་ཀྱི་རྩེས་སུ་བྱམ་པར་  
བགྱིའོ། །གཉིས་པ་ལ། ལྷ་རྩེས་བྲན། གཏོང་བ། ཚུལ་བྱིམས་རྩེས་བྲན་  
གསུམ། དང་པོ། དགོ་བའི་ལས་བདུན་དང་ལམ་གསུམ་སྟེ་བརྟུ་པོ་ཡང་ནི་  
ལུས་ཀྱིས་སྟོག་གཅོད་མ་བྱིན་ལེན་འདོད་ལོག་སྤྱོད་བ་གསུམ་དང་ནི། དག་  
གིས་རྩུབ་པ་མ་ཆོག་རྩུབ་དག་འབྲུལ་སྤྱོད་བ་སྟེ་བཞི་དང་ཡིད་ཀྱིས་བརྒྱབ་.....  
སེམས་གཅོད་སེམས་ལོག་ལྷ་སྤྱོད་ཞིང་ཡང་དག་པའི་ལྷ་བ་ལ་རྟག་རྟུ་བསྟེན་..  
པར་བགྱི་ཞིང་། རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་མིན་ཡང་དབང་པོའི་མཐུ་ཉམས་  
པར་བྱེད་པ་ཆང་གི་བྱེ་བྲག་རྣམས་ལས་ལྷོག་པར་མཛོད་པ་དང་དེ་བཞིན་དུ་.....  
གཞན་ལ་མི་གཅོད་ཅིང་བག་མེད་ཀྱི་རྒྱུར་མི་འགྱུར་བའི་དགོ་བ་ཡི། འཆོ་བ་  
ལ་ཡང་མ་ངོན་པར་དགྲུས་པར་མཛོད་ཅིག །དེས་འབྲས་བུ་ཁྱད་པར་ཅན་ལྷ་  
ཡི་གནས་འཐོབ་པོ་ཞེས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། ལོངས་སྤྱོད་རྣམས་ནི་མི་རྟག་  
པས་གཡོ་བ་ཡིད་བརྟན་གྱི་སྤྱིང་པོ་མེད་ཅིང་རི་ཙམ་འབྱོར་ཡང་ངོམ་མི་ཤེས་..  
པར་མཐུན་ནས། ཡུལ་ཡོན་ཏན་ཅན་དགོ་སྤྱོད་དང་བྲམ་ཟེ་སྟུག་བསྐལ་ཅན་

བཀྱེན་པ་སོགས་དང་པན་འདོགས་པའི་བཤེས་རྒྱམས་ལ། མ་དག་པའི་སྦྱོན་  
པ་སྤངས་སྟེ་བསམ་པ་དང་དངོས་པོ་དག་པའི་སྦྱོན་པ་ཚུལ་བཞིན་དུ་སྦྱལ་བར་  
བསྐྱོའོ་དེའི་དགོས་པ་ནི་འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་དུ། སྦྱོན་ལས་གཞན་པའི་གཉེན་  
མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་མ་མཆིས་སོ། །གསུམ་པ། ཁྱོད་ཀྱི་ཚུལ་བྲིམས་ལ་  
འཆལ་བྲིམས་ཀྱི་སྦྱོན་དང་བྲལ་བས་མ་ཉམས་པ་དང་འཆལ་བྲིམས་ཀྱི་གཉེན་  
པོར་གྱུར་པའི་ཡན་ལག་རྫོགས་པས་མོད་མི་དམའ་སྟེ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའམ་  
རྒྱ་ཆེ་བ་དང་། འབྲས་བུ་ཞི་བར་གཞོལ་བ་ལམ་འཇིག་རྟེན་པའི་ལམ་དང་མ་  
འདྲེས་པ་དང་འཆལ་བྲིམས་ཀྱི་རྒྱ་ཉོན་མོངས་པའི་ཀུན་སྒྲོང་དན་པ་སོགས་མ་  
སྤགས་པ་སྟེ་ཚུལ་བྲིམས་རྒྱམ་པར་དག་པའི་ཡོན་ཏན་བཞི་དང་ལྷན་པ་དག་...  
བསྟན་པར་མཛོད་ཅིག །བྲིམས་ནི་རྒྱ་བ་མི་སོགས་དང་མི་རྒྱ་བ་རི་དང་ཁང་  
བྲིམ་ལ་སོགས་པའི་རྟེན་གཞི་ས་ཡིན་པ་བཞིན་དུ། མངོན་མཐོ་དང་ངེས་  
ལེགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཀུན་ཀྱི་གཞི་རྟེན་ལགས་པར་ཏེ་ཡིན་པར་གསུངས་སོ། །  
གཉིས་པ་ལམ་ཀྱི་ངོ་བོ་ལ། མདོར་བསྟན། རྒྱས་བཤད། དེ་དག་གི་དོན་  
ཉམས་སུ་ལེན་པ་ལ་དབྱགས་དབྱངས་བ་གསུམ། དང་པོ། ཐབས་ལ་  
མཁས་པས་སྦྱོན་པ་དང་ཚུལ་བྲིམས་དང་བཅོལ་པ་དང་བརྩོན་འགྲུས་དང་.....  
བསམ་གཏན་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཤེས་རབ་རྒྱམས་རྒྱ་ཆེ་བ་གཞན་དུ་མེད་པ་  
དང་འཁོར་གསུམ་དུ་མི་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བྲིན་པས་པ་རོལ་སྦྱོན་པ་སྟེ།  
འདི་དག་རང་རྒྱ་དུ་རྒྱས་པར་མཛོད་ལ་སྤྱིད་པའི་རྒྱ་མཆོ་ཡི། པ་རོལ་དུ་

ཕྱིན་པ་རྒྱལ་བའི་དབང་པོར་མཛོད་ཅིག །གཉིས་པ་ལ། ཕྱིན་པ། ཚུལ་  
བྲིམས་། བཟོད་པ། བཙོན་འགྲུས། བསམ་གཏན། ཤེས་རབ་དྲུག་  
ལས་། དང་པོ་ནི། གང་ལ་ཕ་དང་མ་དག་བཟུར་སྟེས་མཛོད་པར་བྱེད་པའི།  
རིགས་དེ་ཚངས་པ་དང་བཅས་སྟོབ་དཔོན་དང་བཅས་པའང་སྟེ་འཛིག་རྟེན་ན་...  
མཛོད་འོས་སུ་གྱུར་པ་དེ་གཉིས་དང་མ་བྲལ་བ་ལགས་པས། དེ་དག་ལ་  
མཛོད་པས་ཚེ་འདྲིར་བྱས་པ་ཤེས་ཤིང་དྲིན་གཙོ་སོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གྱིས་.....  
གྲགས་པར་འགྱུར་བ་དང་། སྤང་མ་སྟེ་སྟེ་བ་གཞན་ལ་ཡང་མཐོ་རིས་སུ་སྟེ་  
བར་འགྱུར་བ་ལགས། གཉིས་པ་ལ་བཞི། བསྐྱར་བྱ་ཚུལ་བྲིམས། དེའི་  
མི་མཐུན་སྟོགས་སྤང་བ། མཐུན་སྟོགས་བག་ཡོད་བསྐྱབ་པ། བག་ཡོད་  
པའི་ཕན་ཡོན་དཔེས་ལག་དང་། དང་པོ་ནི། གཞན་ལ་འཚོ་བ་སྟེ་རྒྱུ་མིང་  
གིས་སྟོས་པ་སྟོག་གཙོད་པ་དང་ཚོམ་རྒྱུ་ཏེ་མ་བྱིན་པ་ལེན་པ་དང་འཁྲིག་པ་སྟེ་  
གཡེམ་དང་བརྟུན་སྤང་བ་སྟེ་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་ཡན་ལག་བཞི་དང་ནི། བག་  
ཡོད་ཀྱི་ཡན་ལག་ཆང་སྤང་བ་དང་བརྟུལ་ཞུགས་ཀྱི་ཡན་ལག་གསུམ་ནི་དུས་...  
མིན་པར་བྱི་དྲོའོ་ཁ་བས་ལ་ཆགས་པ་སྟེ་བ་བ་དང་། མལ་སྟན་མཐོ་ལ་དགའ་  
བ་དང་ངག་གི་སྒྲུ་དག་དང་། ལུས་ཀྱི་གར་དང་བྲེང་བའི་བྲུད་པར་རྒྱན་དུ་མ་  
རྣམས་རྣམ་པར་སྟོང་ཞིང་། སྟོན་ཀྱི་འཕགས་པ་དབྱ་བཅོམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
ཚུལ་བྲིམས་ཅི་ལྟར་བསྐྱར་བའི་རྗེས་སུ་བྱེད་པ་ཡི། ཡན་ལག་བརྒྱད་པོ་འདི་  
དག་དང་ལྟན་ན། གསོ་སྟོང་ཞེས་བྲལ་དེས་འདོད་པ་ན་སྟོན་པའི་ལྟ་ཡི་ལུས་

ཡིད་དུ་འོང་བ་དེ། རྟེན་མ་ཅིང་སོགས་ལ་མི་སྐྱེ་བས་སྐྱེས་པ་དང་བྱུང་མེད་  
དག་ལ་སྐྱེ་ལ་བཟུང་སྐྱེན་པར་བགྱིད་དོ། །གཉིས་པ། དངོས་པོ་གཏོང་མི་  
འདོད་པའི་སེར་སྒྲ་རང་གི་ཉེས་པ་བཅས་པའི་གཡོ་ཡོན་ཏན་ཡོད་པའི་ཟོབ་སྟོན་  
པ་སྐྱེ་བདག་དང་འོངས་སྐྱེད་དང་བྱུང་མེད་ལ་འབྲིག་པའི་བདེ་བ་ལ་ཆགས་པ་  
དང་སྦྱང་དོར་ཅི་ལ་འང་མི་འཇུག་པའི་སྟོམ་ལས་དང་། ཡོན་ཏན་གྱི་ཁྱད་པར་  
མི་ལྡན་པ་ལ་ལྡན་ནོ་སྟམ་པ་མངོན་པའི་ད་རྒྱལ་ཟག་བཅས་ཀྱི་ཡུལ་ཡིད་དུ་  
འོང་བ་ལ་འདོད་ཆགས་མི་འོང་བ་ལ་ཞེ་སྤང་དང་། རྒྱལ་རིགས་དང་བྲམ་བེ་  
སོགས་རིགས་དང་གཟུགས་མངོས་པ་དང་སྤྱི་ནང་གི་རིག་པ་མང་དུ་ཐོས་པ་  
དང་ལང་ཚོ་གཞོན་པ་དང་། དབང་ཐང་ངམ་མངའ་ཐང་ཆེ་བས་རྒྱགས་པ་སྟེ་  
རང་གི་ཚོས་དེ་དག་ལ་བསམ་སྟེ་ཆགས་ཤིང་རོ་སྤྱང་བའི་རྣམ་པ་ཅན་དེ་ཉིད་  
དག་བཞིན་དུ་གཟིགས་ཤིག །གསུམ་པ། དགོ་ཚོས་སྟོམ་ཞིང་ཟག་བཅས་  
ལས་སེམས་སྤྱང་བའི་བག་ཡོད་པ་ནི་བདུད་རྩིའི་གནས་མི་འཆི་བ་ཏེ་སྤྱང་.....  
འདས་དང་བག་མེད་པ་ནི། འཁོར་བ་འཆི་བའི་གནས་སུ་ཐུབ་པས་བཀའ་  
སྐྱེལ་ཏེ། མདོ་ལས། བག་ཡོད་བདུད་རྩིའི་གནས་ཡིན་ཏེ། །བག་མེད་པ་  
ནི་འཆི་བའི་གནས། །བག་ཡོད་འཆི་བར་མི་འཇུག་ཏེ། །བག་མེད་པ་ནི་རྟག་  
ཏུ་འཆི། །ཞེས་སོ། །དེ་བས་སྤྱོད་ཀྱིས་དགོ་བའི་ཚོས་གོང་ནས་གོང་དུ་སྐྱེ་ལ་  
བའི་སྤྱད་དུ། དགོ་བ་ལ་གུས་པས་རྟག་ཏུ་བག་དང་བཅས་པར་མཛོད་  
ཅིག །བཞི་པ། གང་ཟག་གང་ཞིག་སྟོན་ཆད་བག་མེད་པར་སྤྱར་པ་ལ།



ཕྱིས་ནས་བག་དང་ལྷན་པར་གྱུར་པ་དེ་ཡང་ནི། དཔེར་ན་རྒྱ་བ་སྤྱོན་དང་བྲལ་  
བ་ལྟ་བུར་རྒྱུ་པར་མཛོལ་པ་ཡིན་ཏེ། ཆགས་ཅན་གཙུང་དགའ་བོ་དང་གཉི་  
མུག་ཅན་ལོག་པའི་མཁེས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པ་སོར་སྤོང་ཅན་གྱིས་མི་དགུ་བརྒྱ་གོ་  
དགུ་བསད་པ་དང་ཞེ་སྤང་ཅན་མཐོང་ལྷན་ཏེ་རྒྱལ་པོ་མ་སྤྱོས་དག་སྤྱིག་གོགས་  
ཀྱི་དབང་དུ་གྱུར་ཏེ་རང་གི་པ་བསད་པ་དང་ཆགས་སྤང་གཉིས་ཀ་ཅན་བདེ་སྤྱོད་  
ཀྱིས་གཞན་ལ་གཡེམ་པའི་ཕྱིར་རང་གི་མ་བསད་པ་དག་གྱུང་ཕྱིས་གཉེན་པོའི་  
ཆོས་རྒྱུད་ལ་བརྟེན་པས་སྤྲ་མ་གཉིས་དག་བཅོམ་དང་བར་མ་བྱང་སེམས་ཐ་མ་  
ལྷར་སྤྱོས་ནས་བདེན་པ་མཐོང་བ་བཞིན་ནོ། །གསུམ་པ་བཅོད་པ་ལའང་བཞི།  
རྒྱ་ཁོང་ཁྱོ་སྤང་བར་གདམས་པ། འབྲས་བུ་འཁོན་འཛིན་སྤང་བ། ཞར་ལ་  
གཞི་སེམས་ཀྱི་བྱུང་པར། ཁྱོ་བའི་རྒྱུན་ཆོག་རྩལ་སྤང་བའོ། །དང་པོ།  
འདི་ལྟར་བཅོད་པ་དང་མཚུངས་པའི་དགའ་བྱུང་གཞན་མ་མཆིས་པས། ཁྱོད་  
ཀྱིས་དང་པོ་ནས་ཁྱོ་བའི་གོ་སྐབས་དབྱེ་བར་མི་བཞི་སྟེ། ཁྱོ་བ་སྤངས་པས་  
འབྲས་བུ་ཕྱིར་མི་ལྷོག་པ་ཉིད། འཐོབ་པར་འགྱུར་བར་སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་ཞལ་  
ཀྱིས་བཞེས་པ་སྟེ། དགོ་སྟོང་དགའ་འདི་ལྟར་སྟེ། ཁྱོ་བ་སྟོངས་ཤིག་དང་།  
ཁྱོད་ཕྱིར་མི་ལྷོག་པའི་གཉའ་བོར་གྱུར་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སོ། །གཉིས་པ།  
བདག་ནི་པ་རོལ་པོ་འདིས་དངོས་སུ་ཆོག་པར་པས་སྟོས་སྟོག་ཏུ་འདིས་གཏག་  
སྟེ་སྟོན་ཀྱིས་ངན་བྱས་སྟོབས་ཀྱིས་པམ་པར་བྱས་སོ། །འདི་ཡིས་བདག་གི་  
མོར་སྟོགས་པར་གྱུར་ཏོ་ཞེས། སྤང་ཀྱི་འཁོན་དུ་འཛིན་པའི་སེམས་ཀྱིས་ལུས་

ངག་གི་འབྲུག་ལོང་རྣམས་སྐྱེད་དེ།      འཁོན་འཛིན་དེ་རྣམ་པར་སྤངས་ནས་  
སེམས་ལ་བྱུག་རྒྱ་དང་བྲལ་བས་བདེ་བར་གཉིད་ཀྱིས་ལོག་པ་ཞེས་བྱའོ།      །  
གསུམ་པ།      འགྲོ་བའི་སེམས་ཀྱི་ཚུལ་ནི་ཆུ་དང་ས་དང་རྩོལ་ལ།      རི་མོར་  
བྱིས་པ་དེ་འདྲར་མི་བརྟན་པ་དང་བརྟན་པ་དང་ཤིན་ཏུ་བརྟན་པའི་བྱང་པར་རིག་  
པར་བགྱེདོ།      །དེའི་ནང་ནས་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱིས་སེམས་ལ་དང་པོ་ཆུ་ལ་རི་  
མོ་ལྟ་བུ་ནི།      མཆོག་སྟེ་ཆོས་ལ་འབྱུག་པར་འདོད་པའི་དགེ་སེམས་རྣམས་ལ་  
ནི་ཐམ་སྟེ་རྩོལ་རི་མོ་བྱིས་པ་བཞིན་དུ་འགྱུར་བ་མེད་པ་ཉིད་མཆོག་ལགས་...  
སོ།      །བཞི་པ།      རྒྱལ་བས་མཐུན་པར་སྤྲས་པས་སྤྱིང་ལ་འབབ་པ་དང་དོན་རི་  
བཞིན་སྤྲ་བ་བདེན་པ་དང་།      མི་མཐུན་པའམ་མི་ཤེས་པས་ལོག་པར་སྤྲ་བ་དང་  
ལྟན་པ་སྟེ་སྤྲས་ཏུ་རྣམས་ཀྱི་ཆོག་ནི་གོ་རིམ་བཞིན་དུ།      སྤྲང་ཅི་ལྟ་བུ་དང་མེ་  
ཏོག་ལྟ་བུ་དང་མི་གཙང་ལྟ་བུའི་ཆོག་ཅེས།      རྣམ་པ་གསུམ་དུ་སྟེ་སྟེ་བཀའ་  
སྤྲལ་པ་དེ་ལས་ཐ་མ་ནི་སྤྲང་བར་བྱ་བ་ཁོ་མོ།      །བཞི་པ་བརྩོན་འགྲུས་ལ།  
གང་ལ་བརྩོན་པར་བྱ་བའི་གཞི་དང་།      བསམ་སྦྱོར་དག་པར་མཚུངས་པས་  
བརྩོན་འགྲུས་ལ་གདམས་པ་གཉིས།      དང་པོ།      སྤྲང་ནས་སྤྲང་བའི་མཐར་  
བྱུག་སྟེ་འགྲོ་བ་འདིར་ཡང་བདེ་ལ་སྤྱི་མར་ཡང་བདེ་བ་དང་ལུན་པ་ནས།      ལུན་  
པའི་མཐར་བྱུག་སྟེ་འདིར་སྤྲུག་བསྐྲལ་ལ་སྤྱི་མར་ཡང་སྤྲུག་བསྐྲལ་གྱི་གནས་...  
སུ་འགྲོ་བ་དང་སྤྲང་ནས་ལུན་མཐར་བྱུག་སྟེ་འདིར་བདེ་ལ་སྤྱི་མར་སྤྲུག་བསྐྲལ་...  
བ་དང་།      ལུན་ནས་སྤྲང་བའི་མཐར་བྱུག་འདིར་སྤྲུག་ཀྱང་སྤྱི་མར་བདེ་བར་

འགྲོ་བའི་གང་ཟག་ནི།      བཞི་སྟེ་དཀ་རྒྱུ་མས་ཀྱི་ནང་ནས་དང་པོར་ཏེ་བདེ་  
ནས་བདེ་བར་བགྲོད་པར་མཛོད་ཅིག། །གཉིས་པ།      མི་ནི་ཨ་མའི་འབྲས་བུ་  
བཞིན་དུ་སྤྱི་ནང་སྤྱི་ན་མ་སྤྱི་ན་གྱི་མུ་བཞི་ཡོད་པ་སྟེ་དེ་ཡང་ནང་མ་སྤྱི་ན་ལ།      སྤྱི་  
ནས་ལྷས་ན་སྤྱི་ན་པ་དང་འདྲ་བ་དང་ནང་སྤྱི་ན་ལ་སྤྱི་མ་སྤྱི་ན་པ་འདྲ་བ་དང་།  
ནང་མ་སྤྱི་ན་ལ་སྤྱི་ཡང་མ་སྤྱི་ན་པར་སྤྲང་བ་དང་ནང་སྤྱི་ན་པ་ལ་ནི།      སྤྱི་ཡང་  
སྤྱི་ན་པར་སྤྲང་ཞེས་བགྱི་བ་དང་འདྲར་ཤེས་པའམ་རྟོགས་པར་མཛོད་ཅིག།      །  
ལྷ་པ་བསམ་གཏན་ལ།      སྦྱོར་བ།      དངོས་གཞི།      རྗེས་ཀྱི་བྱ་བ་གསུམ་ལས།  
དང་པོ་ལ་གཉིས།      མི་མཐུན་སྦྱོགས་རྒྱུ་གཡེང་སྤྲང་བ་དང་།      མཐུན་  
སྦྱོགས་ཚད་མེད་བཞི་སྟུབ་པའོ།      །དང་པོ་ལ།      དུལ་གྱིས་གཡེང་བ།  
ཆོས་བརྒྱད་གྱིས་གཡེང་བ།      རོར་གྱིས་གཡེང་བ།      ལོངས་སྦྱོད་གྱིས་  
གཡེང་བ་བཞི་ལས།      དང་པོ་ལ།      བད་གི་འདུ་ཤེས་སྦྱར་བའི་སྒོ་ནས་དབང་  
པོ་ཡོངས་སུ་བསྐྱམས་པ་དང་།      དུལ་གྱིས་མཚན་ཉིད་ཤེས་པའི་སྒོ་ནས་  
ཆགས་པ་སྤྲང་བ་གཉིས།      དེའི་དང་པོ་ལ་འང་བཞི་སྟེ།      གཞན་གྱི་བྱུད་མེད་  
ལས་དབང་པོ་བསྐྱུང་བར་གདམས་པ།      འདོད་པ་གཞན་ལས་དབང་པོ་བསྐྱུང་  
བར་གདམས་པ།      དབང་པོ་མ་བསྐྱམས་པའི་སྦྱོན།      དབང་པོ་བསྐྱམས་ཐུབ་  
པ་ལ་བསྐྱུགས་པའོ།      །དང་པོ་ནི།      གཞན་གྱི་ཆུང་མ་ལ་ཆེད་དུ་མི་ལྟ་རང་  
བཞིན་གྱིས་མཐོང་ན་ཡང་།      བཙུན་མཐུན་པར་རང་ལས་ཆེན་མ་དང་ཆུང་ན་  
བྱུ་མོ་དང་།      མཉམ་ན་སྤྱང་མའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་པར་བགྱི་ཡི་ཆགས་པར་མི་

བྱ་ཞིང་གལ་ཏེ་ཆགས་པར་གྱུར་ན། དེ་དག་གི་ལུས་མི་གཙང་བཞིན་དུ་ཡང་  
དག་པར་བསམ་པར་བགྱིའོ། །ཤེས་པ། སྐད་ཅིག་ཀྱང་མི་སྟོན་པར་གཡོ་  
བའི་སེམས་ནི་ཐོས་པ་དང་མཚུངས་པར་བསྟུང་བ་དང་དེ་བཞིན་དུ་བྱ་ལྟ་བུར་  
དང་། གཏེར་བཞིན་དུ་དང་སྟོག་དང་འབྲ་བར་བསྟུང་བར་བགྱིསྟེ། དེ་ལ་  
ཐོས་པའི་དུས་སུ་ཐོས་པའི་དོན་བསྐྱེམས་ཏེ་མ་ཉན་ན། གཡེང་བ་དེའི་ཐད་ཀྱི་  
ཆོག་དོན་མི་ཐོས་པས་སྒྲིའི་སྤང་བའི་རྒྱུན་ལ་ཡིད་མ་ཡངས་པར་བརྒྱུད་མར་  
བཞག་དགོས་པ་དང་། བྱ་ཆུང་སྟིང་དུ་སྟུག་པ་དེ་མ་ཡིས་གཡང་ས་སོགས་  
སུ་འགོ་དོགས་ཀྱིས་དེ་ལ་བྲན་པས་རྟག་ཏུ་བྱར་བྱེད་པ་དང་། གཏེར་ཆེན་པོ་  
ཆོམ་རྒྱུ་སོགས་ཀྱིས་ཁྱེར་བར་དོགས་པས་ཉིན་མཆོན་དུ་བསྟུང་བ་དང་།  
ནམ་ཡང་རང་གི་སྟོག་འདི་ཕངས་ནས་སྟུང་བའི་དཔེ་དེ་ཐམས་ཅད་དང་འབྲ་  
བར་ཤེས་པར་བྱའོ། །སེམས་དེ་ལ་བྲན་པས་བྱར་བཅུག་ནས་གང་ལ་སྟུང་ཞེ་  
ན། གདུག་པ་སྒྲུལ་ལྟ་བུ་དང་དུག་དང་མཚོན་ཅི་གཟིང་བ་དང་དག་པོ་དང་།  
མེ་འབར་བའི་གྲོང་བཞིན་དུ་འདོད་པའི་བདེ་བ་ལ་ཡིད་འབྱུང་བར་མཛོད་.....  
ཅིག །ཤེས་པ། ཡིད་མ་འབྱུང་ན་ཅིར་འགྱུར་སྟེ་མ་ན། འདོད་པ་ནམས་  
ནི་ཕུང་ཁྲོལ་ཏེ་ཉེས་པ་ཆེན་པོ་སྟེད་པ་སྟེ། རྒྱལ་བའི་དབང་པོས་ཀྱིསྟེའི་འབྲས་  
འབྲས་གསུངས་ཏེ། ཀྱིསྟེའི་འབྲས་བྱ་ནི་བྲན་ཉེ་ལས་ལུ་བསྟོགས་རྒྱ་མཚོའི་  
སྤིང་ན་ཡོད་པའི་ཤིང་ཞིག་སྟེ་འབྲས་བྱར་མངར་ཡང་སྟོང་ཐོས་ན་སྤྱིང་འཆི་  
འགོ་བཞིག་ཡོད་པར་གསུངས་པ་དེའོ། །དེས་ན་དེ་དག་སྤང་བར་བགྱིསྟེ།

འདོད་པ་དེ་ཡི་ལྷགས་སྒྲིག་གིས། འཁོར་བའི་བཙོན་རར་འཇིག་རྟེན་འདི་དག་  
དབང་མེད་དུ་བཅིངས་པ་ཡིན་ནོ། །བཞི་པ། གང་དག་མིག་སོགས་དབང་  
པོ་དུག་རང་རང་གི་ཡུལ་གཟུགས་སོགས་རྣམས་ལ་ནི། རྟག་ཏུ་མི་བརྟན་  
པར་གཡོ་ཞིང་རྟག་པ་ལས་རྒྱལ་ཏེ་མི་གཡོ་བ་དང་གང་དག་གཞན་གཅིག །  
གཡུལ་ངོར་དག་ཡི་དཔུང་གི་ཚོགས་ལས་རྒྱལ་བ་དེ་གཉིས་དག་ལས།  
མཁས་པ་རྣམས་དང་པོ་དེ་སྐྱེས་བུ་དཔའ་བོ་རབ་ལགས་ཏེ་ཡིན་པར་ཤེས་མོད་་་་  
འཚལ་ཏེ། དེའི་རྒྱ་མཚན་དཔའ་བོ་ནི་བརྟན་པའི་མིང་སྟེ་གཞན་གྱི་དབང་དུ་  
མ་གྱུར་པའི་དོན་ཡིན་ལ། གཡུལ་ངོར་དག་ལས་རྒྱལ་བ་ཙམ་བུ་མི་དགའ་  
ཞིང་། ཐོག་མེད་ནས་གོམས་པའི་བག་ཆགས་ཀྱིས་དབང་པོའི་རྗེས་འབྲང་གི་  
ཡིད་ཡུལ་གྱི་དབང་དུ་མ་གྱུར་པའི་སོ་སྐྱེ་སུ་ཡང་མེད་པས། དེ་དག་ལས་  
རྒྱལ་བ་འདི་གཡུལ་ལས་རྒྱལ་བ་ལས་སྟོང་འགྱུར་གྱིས་དགའ་བས་སོ། །  
མདོར་ན་གཡུལ་ལས་རྒྱལ་བ་དུད་འགོ་ལའང་ཡོད་ལ། དབང་པོ་གཡུལ་  
ལས་རྒྱལ་བ་དབང་པོས་ཀྱང་དགའོ། །གཉིས་པ་ལ། འདོད་ཁམས་ཀྱི་  
འདོད་པའི་གཙོ་བོ་བུད་མེད་ཀྱི་ལུས་ཡོངས་སུ་ཤེས་པས་ཆགས་པ་སྤང་བ་་་་  
དང་། འདོད་པ་སྤྱི་འཇུག་ཤེས་ནས་ཆགས་པ་སྤང་བ་གཉིས་ལས། དང་པོ།  
བུད་མེད་གཞོན་ནུའི་ལུས་ནི་ལོགས་ཤིག་ཏུ་སྒྲོས་གཞལ་ན། སྤིང་བ་དང་བུ་  
གའི་སྒྲོ་དགུ་དོད་པ་དང་། མི་གཙང་བ་འདི་ཙམ་མ་ཡིན་པར་གཤའ་གཅི་  
ཐག་སོགས་རྗེས་སོ་གཉིས་པོ་ཀུན་གྱི་སྒྲོད་དང་འདྲ་བ་བཟའ་བུར་སོགས་ཇི་

ཅམ་སྤྱད་ཀྱང་དག་དཀར་བ་དང་། དེ་ལྟ་བུའི་མི་གཙང་བའི་སྤྱད་པ་གས་  
པས་གཡོགས་པ་དང་དེ་དག་གི་རྒྱུ་གསེར་དངུལ་དང་གོས་ལ་སོགས་པ་ཡང་  
ལོགས་ཤིག་ཏུ་གཟིགས་ཞེས་ལུས་དང་རྒྱུ་སོ་སོར་བྱེས་ཏེ་རྟོགས་ཤིག་ཅེས་  
པའོ། །གཉིས་པ། ཇི་ལྟར་མཛེ་ཅན་པགས་པའི་འོག་ན་རྒྱ་བའི་སྤྱད་བུས་  
ཉེན་པ་ནི། ཚོར་བ་བདེ་བའི་དོན་དུ་མེ་ལ་ཀུན་བསྟེན་ཀྱང་སྐབས་དེ་ན་སྤྱོད་  
རྣམས་ཅུང་མི་རྒྱ་བར་ཕན་འདྲ་ཡང་། དེས་ན་ཞི་བར་མི་འགྱུར་བར་སྤྱར་  
ཡང་ཆེས་བྱུག་རྩ་སྤང་བ་དེ་དང་འདྲ་བར་ནི། འདོད་པ་རྣམས་ལ་ཆགས་  
པའང་མི་ཞི་བར་སྤྱར་ཡང་ཆེར་འཕེལ་བར་མཐུན་པར་མཛོད་ཅིག །གཉིས་  
པ་ནང་ཆོས་བརྒྱུད་ཀྱི་གཡེང་བ་ལ། གཉེན་པོ་དང་། སྤང་བུ་གཉིས།  
དང་པོ་ལ་གཉེན་པོ་དངོས་དང་། གཉེན་པོ་དེ་དང་ལྡན་མི་ལྡན་གྱི་སྦྱོན་ཡོན་  
བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ། དོན་དམ་གྱི་གནས་ཚུལ་མི་རྟག་སྤྱུག་བསྐྱེལ་  
སྤོང་བདག་མེད་པའི་དོན་གཟིགས་པར་བགྱིསྤྱད་དངོས་པོ་རྣམས་ལ།  
དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་ཇི་ལྟ་བུ་བཞེན་དུ་ཡིད་ལ་བགྱིད་པ་དེ་ལ་གོམས་པར་  
མཛོད་ཅིག །དེ་དང་འདྲ་བར་བསྐྱེལ་འོས་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པ་ཡི། ཆོས་  
གཞན་འགའ་ཡང་མཆིས་པ་མ་ལགས་སོ་སྟེ་ནང་སེམས་ཀྱི་དབྱ་ཆོམ་པས་  
སོ། །གཉིས་པ། སྤྱིས་བྱ་གང་དག་རིགས་དང་གཟུགས་དང་མང་དུ་སྟོང་  
པ་དང་ལྡན་པ་རྣམས་ཀྱང་། དོན་ཚུལ་བཞེན་སེམས་པའི་ཤེས་རབ་དང་ཚུལ་  
བཞེན་བགྱི་བའི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་བྲལ་བ་ནི་བཀྱར་བར་བྱ་བའི་འོས་མ་ལགས་

སོ། །དེ་ལྟ་བུ་ན་གང་ཟག་གང་ལ་ཚུལ་བཞིན་བསམ་ཞིང་སྒྲིད་པའི་ཤར་  
ཚུལ་གྱི་ཡོན་ཏན་འདི་གཉིས་དང་ལྷན་པ། དེ་ནི་རིགས་སོགས་ཡོན་ཏན་  
གཞན་ལྔམས་དང་བྲལ་ཡང་མཆོད་པར་འོས་སོ། །གཉིས་པ་སྤང་བྲལ།  
ཆོས་བརྒྱད་དངོས་དང་། དེའི་འབྲས་བུ་སྤྲིག་པ་སྤང་བར་གདམས་པ་གཉིས།  
དང་པོ། འཇིག་རྟེན་པའི་ཚུལ་མཐུན་པ་ཞེས་པོས་ནས་ལོངས་སྒྲིད་ཆེད་པ་  
དང་མ་ཆེད་པ་དང་། ལུས་སེམས་བདེ་བ་དང་མི་བདེ་བ་དང་ན་བར་ཆོག་སྟོན་  
པ་དང་མི་སྟོན་པ་དང་། རོར་བསྟོད་པ་དང་ལློག་ཏུ་སྤྲད་པ་ཅེས་བགྱི་བའི་  
འཇིག་རྟེན་གྱི་ཆོས་ནི་བརྒྱད་པོ་སྟེ། འཇིག་རྟེན་པ་རྣམས། འདི་ལ་གནས།  
འདི་ལ་བརྟེན། འདི་ལ་སྒྲིད། འདི་ལས་འདའ་མི་རུས་པས་སོ། དེ་རྣམས་  
ནི་བདག་དམ་པའི་ངང་ཚུལ་ཅན་དག་གི་ཡིད་གྱི་ཡུལ་དུ་བྲས་ཤིང་ཞེན་རུང་བ་  
མིན་པར་བསྟོད་སྤྲད་སོགས་ཐམས་ཅད་མགོ་སྟོམས་པར་མཛོད་ཅིག །  
གཉིས་པ་ལ། དངོས་དང་། དེ་སྤང་དགོས་ཚུལ་གཉིས། དང་པོ། བྱིས་  
ཀྱིས་རང་དོན་དུ་མ་ཟད་མཆོད་གནས་བྲམ་ཟེ་དང་དགོ་སྤྲོད་དང་ལྷ་དང་ནི།  
བཤེས་སུ་གྱུར་པའི་མགོན་དང་ཡབ་ཡུམ་སྟེ་ཕ་མ་དག་དང་དེ་བཞིན་བརྩོན་མོ་  
དང་། འཁོར་གྱི་སྤྲད་དུ་འང་སྤྲིག་པ་མི་བགྱི་སྟེ། །འབྲས་བུ་དཔྱལ་བའི་  
རྣམ་སྤྲིན་རང་གིས་སྤྱོད་པའི་ཆེ་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་སྐལ་པ་འོད་པ་འཕེལ་ལེན་པ་གཞན་  
འགའ་ཡང་མ་མཆིས་སོ། །གཉིས་པ། སྤྲིག་པའི་ལས་རྣམས་སྒྲིད་པ་སུ་  
འགའ་ཡང་ནི། དེ་ཡི་མོད་ལ་མཆོན་གྱིས་བཏབ་པ་བཞིན་དུ་མི་གཅོད་ཀྱང་།

ནམ་འཆི་བའི་དུས་ལ་བབ་པ་ན་ཉེས་སྒྲིབ་སྒྲིག་པ་ཡི། ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་སྒྲུག་  
བསྐྱེལ་བ་གང་ལགས་པ་མཛོན་པར་འགྱུར་ཏེ་བྱ་ནམ་མཁའ་ལས་འཕྱར་བའི་  
གྲིབ་མ་བཞིན་ནོ། །གསུམ་པ་ཅོར་གྱིས་གཡེང་བ་ལ། ཅོར་ལ་སྤང་སྤང་གི་  
དབྱེ་བ་སྒྱུར་ལག་ད། གྲེ་བྲག་མཐོག་ཆུང་གི་བྱ་བ་སྤང་བ། སྤོང་བྱེད་ཀྱི་  
གཉེན་པོ་གསུམ་ལས། དང་པོ། དད་པ་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་ཐོས་པ་དང་  
གཏོང་བ་ལ་གོམས་པ་དང་། རང་ལ་ལྟོས་ཏེ་བྱི་མ་མེད་པའི་དོ་ཆ་ཤེས་པ་དང་  
གཞན་རྒྱུ་མཚན་དུ་བྱས་ཏེ་ཁྲིལ་ཡོད་པ་དག་དང་། ཤེས་རབ་ནི་འཕགས་པའི་  
ཅོར་བདུན་ལགས་པར་བྱབ་པས་གསུངས་ཏེ། ཅོར་འདིས་རང་གཞན་གྱི་  
གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་དབྱུང་བ་སེལ་ཞིང་དོན་ཆེ་ལ། ཅོར་གཞན་  
ཕལ་པ་ནི་མི་རྟག་པ་བསྐྱེལ་ཞིང་འདྲིད་པ་འཆིང་བའི་རྒྱར་གྱུར་པས་དོན་མ་.....  
མཆིས་པར་རྟོགས་པར་མཛོད་ཅིག །གཉིས་པ། བྱུང་པར་དུ་འང་ཆོ་ལོ་  
སོགས་རྒྱན་པོ་འགྱེད་དང་ཁྲོམ་སོགས་འདུས་པ་ལ་ལྟ་ཞིང་གཡེང་བ་དང་།  
བརྩོན་པ་དོར་བའི་ལེ་ལོ་དང་སྒྲིག་པའི་གྲོགས་པོ་ལ་བརྟེན་པ་དང་། ཆང་  
འཕྲང་བ་དང་མཚན་མོ་གནས་གཞན་དུ་རྒྱ་བ་རྣམས་ནི་འབྲས་བུ་རན་སོང་དུ་  
འགྲོ་བའི་རྒྱར་ཉེ་བ། ཆོ་འདིར་གྲགས་པ་ཉམས་པར་འགྱུར་བ་ཡི་རྒྱུ་ཡིན་  
པས་དེ་དུག་སྤོང་བར་མཛོད་ཅིག །གསུམ་པ་ལ། གཉེན་པོའི་ཕན་ཡོན།  
དེ་དང་བྲལ་བའི་ཉེས་དམིགས་གཉིས། དང་པོ། ཅོར་རྣམས་ཀུན་གྱི་ནང་ན་  
འདོད་པ་ཆུང་ཞིང་ཆོག་ཤེས་པ་ནི། རབ་དང་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ལགས་པར་



ལྷ་མིའི་སྟོན་པས་གསུངས་སོ། །དེས་ནས་དུས་ཀུན་ཏུ་ཚོག་ཤེས་པར་མཛོད་  
ཅིག་ཚོག་ཤེས་པའམ་མཐུན་ན། གསེར་སོགས་ནོར་མི་བདོག་གྲང་ཡང་དག་  
འབྱོར་པ་ཡི་འབྲས་བུ་སྟོང་བ་ལགས་ཏེ་འབྱོར་པའི་དགོས་པ་ནི་ཚོག་ཤེས་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ། དེས་པ་ཞེས་རྒྱུད་ཞི་ཞིང་དུལ་བ་ལ་བོས་ནས་  
བདོག་པ་མང་པོ་རྣམས་བསག་བསྐྱང་བཟུག་པས་ཇི་ལྟར་སྒྲུག་བསྐྱེལ་བ་དེ་...  
ལྟར། འདོད་པ་ཆུང་བ་རྣམས་ནི་དེ་ལྟ་བུ་སྒྲུག་བསྐྱེལ་བ་མ་ལགས་ཏེ།  
དཔེར་ན་ལྟ་ཇི་ལྟར་འབྱོར་པ་ཆེ་བ་ལྟར་སྒྲུལ་མགོའི་གདེང་ཀའང་མང་བས་ལྟ་  
མཚོག་དེ་རྣམས་ལ་མགོ་བོ་ཇི་སྟེད་པ། དེ་ལས་བྱུང་བའི་བྲེ་ཚོན་སོགས་ཀྱིས་  
གཞོད་པའི་ཚོ་སྒྲུག་བསྐྱེལ་ཡང་དེ་སྟེད་ཡོད་དོ། །བཞི་པ་ལོངས་སྟོན་ལ།  
ཁྱིམ་ཐབ། ཟས། གཉིད་ལ་ཆགས་པ་སྤང་བ་གསུམ། དང་པོ་ལ།  
སྤང་བྱ་དང་། སྤང་བྱ་གཉིས། དང་པོ། རང་བཞིན་གྱིས་དབྱར་འབྲེལ་  
གསོད་པའི་གཤེད་མ་ལྟ་བུ་དང་། ཁྱིམ་ཐབས་དེ་ཉིད་བརྟན་པར་བགྱིད་པ་རྗེ་  
མོ་ལྟ་བུ་དང་། དངོས་པོ་ཆུང་དུའང་ཆེད་དུ་མི་སྟོང་བར་པག་ཏུ་རྒྱ་བཚོམ་  
རྒྱུན་ལྟ་བུ་ཡི། ཆུང་མ་གསུམ་པོ་དེ་དག་རྣམ་པར་སྤང་བར་བྱའོ། །གཉིས་  
པ། སྤང་མོ་ལྟ་བུར་རང་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་གང་ཡིན་པ་དང་། མཛོད་མོ་  
བཞིན་དུ་སྟོང་ལ་འབབ་པ་དང་། མ་བཞིན་དུ་རང་ལ་པན་པར་འདོད་པ་དང་  
བྲན་མོ་བཞིན་དུ། རང་གི་དབང་དུ་རྒྱུར་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སོ་སོའི་རིགས་  
མི་ཉམས་པའི་རྒྱ་ཡིན་པས་རིགས་ཀྱི་ལྟ་བཞིན་དུ་བཀུར་བར་བྱའོ། །གཉིས་

པ་ཟས་ནི། ཁ་ཟས་ནི་དཔེར་ན་སྤྲོད་དང་འདྲ་བར་རིག་པ་འཕམ་ཤེས་པ་ཡིས་ཏེ་  
སྤྲོད་ནད་གཞི་ལ་ཚོད་ཅིན་ལས་ཆེ་ཆུང་དུ་སོང་ན་མི་ལོགས་པ་ལྟར་ཚོད་རིག་  
པས། དེ་ཡང་ཀུན་སྤོང་འདོད་ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་མེད་པར་བསྟོན་པར་བསྒྲི་  
སྟེ་ཞེས་སྒྱུར་བསྟོན་ནས། བྱེ་བྲག་ཏུ། རྒྱགས་སྤྱིར་མ་ལགས་སྟེ་མས་པའི་  
སྤྱིར་མ་ལགས། ཞེས་ཟས་ཀྱིས་ལུས་རྒྱས་ནས་གཞུ་འགོང་པ་སོགས་སྟོབས་  
སྟེ་བའི་ཆེད་དུ་བ་བ་སྟོབས་ཀྱི་རྒྱགས་པའི་སྤྱིར་བཟ། ལང་ཚོ་ཡུན་རིང་དུ་  
གནས་སྤྱིར་བཟ་བ་ལང་ཚོའི་རྒྱགས་པའི་སྤྱིར་བཟ། དེ་བཞིན་བཞིན་ལ་སེམས་  
པ། བད་མེད་པ། ཡུན་རིང་གནས་པ་སོགས་ཀྱི་སྤྱིར་བཟ་བ་དེ་དང་དེའི་  
རྒྱགས་པའི་སྤྱིར་བཟ་བོ། །ཡང་ཟས་བཅུད་ཆེན་གྱིས་ལུས་ཀྱི་ཤེད་བསྐྱེད་  
ནས་སྟོབས་ཆེད་པ་ན་གཞན་ཀྱི་བྱད་མེད་ལ་སྦྱོད་པའམ་དགྲ་ལ་གཞོད་པར་བྱ་  
བ་སོགས་སྤྱིན་ཅི་ལོག་གི་དོན་འདི་ལ་འབྲུག་པར་བྱའོ་སྟེ་མ་པ་སྟེ་མས་པའི་སྤྱིར་  
བཟ་བ་དང་། ཡང་འཆོག་པ་སྟེ་ཟས་བཅུད་ཅན་སོགས་ཀྱིས་ལུས་ཀྱི་ཤེད་རྒྱས་  
པའི་སྤྱིར་ཡང་མ་ལགས་ཏེ་རྒྱགས་འཆོག་གཉིས་ཆགས་པ་དང་སྟེ་མ་པ་གཞན་  
ལ་གཞོད་པ་ཡིན་པས་ཞེ་སྤང་གིས་བ་བ་སྟེ་དེས་ན་དེ་ལྟ་བུའི་ཆེད་མ་ཡིན་པར་  
དམ་ཆོས་སྦྱོད་པའི་རྟེན་ལུས་གནས་པ་འབའ་ཞིག་གིས་སྤྱིར་བཟ་བཟའོ། །  
གསུམ་པ་གཉིད་ནི། དོན་རིག་པའི་བདག་ཉིད་ཅེས་བོས་ནས་ཉིན་པར་མཐའ་  
དག་སྟེ་ཐམས་ཅད་དུ་མི་གཉིད་པ་དང་། མཚན་མོའི་འང་ཆ་གསུམ་དུ་སྟེ་བའི་  
ཐུན་ཀྱི་སྦོད་སྤྲད་གཉིད་མེད་པའི་དུས་ཀྱིས་འདྲའ་བའམ་འདས་པར་བྱས་ནས་

ནི། མཚན་ཐུན་པར་པར་མནལ་ཚེའང་གཉིད་དེ་དག་ལ་འབྲས་བུ་མེད་པར་  
བཏང་སྟོམས་ལུང་མ་བསྟན་དུ་མི་འགྱུར་བར། ཚོས་སྟོང་གི་རྟེན་ལུས་གནས་  
པའི་ཕྱིར་གཉིད་པར་བྱའོ་སྟམ་དུ་ཤེས་བཞིན་དུ་བྲན་པ་དང་ལྡན་པར་མཚན་ཐུན་  
སྟོང་སྟངས་དེ་དག་གི་བར་དུ་མནོལ་ཅིག། །དེའི་ཚེ་གཉིད་ལུང་མ་བསྟན་དགོ་བ་  
ལ་བསྐྱུར་བའི་ཐབས་སུ། ཉིན་པར་གྲང་ཡིད་གྱིས་དགོ་ཚོས་རྣམས་བྲན་  
བཞིན་པ་དང་། སྤྱང་བའི་འདུ་ཤེས་ཐུན་པ་སེལ་བའི་འོད་གྱི་མཚན་མ་ལ་  
སེམས་གཏད་ནས་སྤྱར་དུ་ལྡང་བའི་འདུན་པ་དང་བཅས་ཏེ་གཉིད་པར་བྱས་ན་  
ཀུན་སྟོང་གིས་དགོ་བར་འགྱུར་གྱི། གཉིད་གྱི་དུས་རང་ལ་འདུན་པ་མེད་ཀྱང་  
རུང་ངོ་། །གཉིས་པ་མཐུན་སྟེགས་ཚད་མེད་བཞི་བསྐྱུབ་པ་ནི། སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་བདེ་འདོད་གྱི་བྱམས་པ་དང་སྤྲུག་བསྐྱེད་དང་བྲལ་འདོད་གྱི་སྦྱིང་རྩེ་  
དག་དང་བདེ་བ་དང་ལྡན་པ་ལ་དགའ་བ་དང་། དེ་ལྟ་བུའང་ཉེ་རིང་མེད་པར་  
བཅུལ་བའི་བཏང་སྟོམས་ཏེ་འདི་བཞི་རྟག་རྟུ་ཡང་དག་པར་སྟོམ་མཛོད་ཅིག་...  
དང་། དེས་གོང་མ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བརྟེན་པར་མ་གྱུར་པ་དེ་ལྟ་ནའང་།  
ཚངས་པའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་བདེ་བ་ཚད་མེད་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་ངོ་། །གཉིས་པ་  
དངོས་གཞི་བསམ་གཏན་བཞི་བསྟོམ་པར་གདམས་པ་ནི། ཞི་གནས་ཁྱད་  
པར་ཅན་གྱི་བསམ་གཏན་སྟོམ་ཚུལ། གཉེན་པོའི་ཡན་ལག་རྟོག་དཔྱད་གྱིས་  
འདོད་པ་ན་སྟོང་པ་འདོད་འདུན་རྣམ་འཚོ་སོགས་སྤངས་ཤིང་། སན་ཡོན་གྱི་  
ཡན་ལག་དབུན་པ་ལས་སྦྱེས་པའི་དགའ་བདེ་ཐོབ། གནས་ཀྱི་ཡན་ལག་

སེམས་ཅུ་གཅིག་པ་སྟེ་བསམ་གཏན་དང་པོ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་རབ་དྲུང་གིས་  
རྟོག་དཔྱད་སྤངས་ཤིང་དགའ་བདེ་དང་ལྷན་པའི་སེམས་མི་གཉིས་པ་དང་།  
འདུ་བྱེད་བཏང་སྟོམས་དང་བླན་ཤེས་ཀྱིས་དགའ་བ་སྤངས་ཤིང་བདེ་བ་དང་...  
ལྷན་པའི་སེམས་གསུམ་པ་དང་། བླན་པ་དང་བཏང་སྟོམས་ཡང་དག་གིས་  
བདེ་བ་སྤངས་ཤིང་ཚོར་བ་བཏང་སྟོམས་དང་ལྷན་པའི་སེམས་ཅུ་གཅིག་པ་...  
བསམ་གཏན་བཞི་པ་ཐོབ་ཅིང་གཞན་ཡང་སྤྱུག་བསྐྱེད་དང་ཡིད་མི་བདེ་བ་དག་  
ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྤང་བའོ། །དེ་ལྟར་སྤང་བྱ་དེ་དག་རྣམ་པར་སྤང་བའི་རྒྱ་  
སྟོམས་འདུག་གི་བསམ་གཏན་བཞི་པོ་དེ་ཡིས། རིམ་པར་འབྲས་བུ་ཚངས་  
རིས་དང་འོད་གསལ་དག་དང་དགོ་རྒྱས་དང་། འབྲས་བུ་ཆེ་ཡི་ལྟ་རྣམས་  
དང་སྐལ་མཉམ་ཐོབ་པ་སྟེ་དོན་དུ་དེར་སྟེ་བ་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ་རྗེས་ཀྱི་བྱ་བ་  
ལ་གཉིས། དགོ་སྤྱི་གསུང་དོར་སྤྱིར་བཤད་པ་དང་། བྱུང་པར་ཉིང་དེ་འཛིན་  
ཀྱི་སྤྱི་བ་པ་སྤང་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་དགོ་སྤྱི་གསུང་གི་ལྟ་ཡང་བཤད་པ་དང་། མི་  
དགོ་བའི་གཉིན་པོར་དགོ་བ་སྟོབས་ཆེན་བསྐྱེད་པར་གདམས་པ་གཉིས། དང་  
པོ། དགོ་སྤྱི་གསུང་ཡིན་ཀྱང་དུས་རྟག་པར་བྱེད་པ་དང་དེ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་  
པ་བྱག་པོས་བྱེད་པ་དང་ལས་དེ་ལ་རང་འཛུམས་པའི་གཉིན་པོ་མེད་པ་དང་།  
ཡོན་ཏན་ཀྱི་གཞི་འམ་ཞིང་དགོན་མཆོག་སོགས་དང་གཙོ་ལྷན་ཏེ་ཞིང་སྤྱི་ལས་  
གཙོ་བོར་ཕན་འདོགས་དང་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཞིང་གི་གཞི་ལས་བྱུང་བའི་ལས།  
དགོ་དང་མི་དགོ་རྣམ་ལྟ་ནི་ལས་གཞན་ལས་བྱུང་པར་འཕགས་པའི་ཆེན་པོ་སྟེ།

དེ་བས་མི་དག་གི་བཞེད་པོ་སྤང་ཞིང་དག་གི་བཞེད་པོ་སྤྱོད་པ་ལ་བརྩོན་པར་.....  
བགྱིའོ། །གཉིས་པ། དག་གི་སྤྱོད་པ་མེད་པར་འཇུག་སྤང་འགས་ཀྱི་  
ཅི་ཉུང་དུ་ཞིག་། །རོ་བསྐྱར་བར་བགྱིད་ཀྱིས་ཀྱི་གསྐྱེད་ཀྱིས་ཞེད་པོར་རོ་སྐྱར་  
ཀྱིས་པ་མིན་པ་ལྟར། དེ་བཞིན་དུ་སྤྲིག་པའི་ལས་ཅི་ཆུང་དུ་བྱས་ན་ཡང་།  
དག་གི་བའི་རྩ་བ་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བ་ལ་གཞོན་མི་ཀྱས་པ་མཐུན་པར་བགྱིའོ། །  
གཉིས་པ་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་སྤྲིབ་པ་སྤང་ཆུ་ལ། སེམས་ཡུལ་ལ་འཕྲོ་བའི་ཁྱོད་  
པ་དང་སྤྱར་བྱས་སོགས་ལ་འགྱོད་པ་དང་གཞན་ལ་གཞོན་པའི་སེམས་དང་.....  
སེམས་ནང་དུ་སྤྲུགས་པ་དང་། འདྲུག་ཤེས་ནང་དུ་སྤྱད་པའི་གཉིད་དང་ཟག་  
བཅས་ཡིད་འོང་གི་འདོད་ཡོན་ལ་འདུན་པ་དང་ལམ་དང་འབྲས་བུ་སོགས་ལ་ཐེ་  
ཆོམ་པ་སྟེ། སྤྲིབ་པ་ལྟ་བུ་འདི་དག་ཅི་དག་གི་མོར། འཕྲོག་པར་བྱེད་པའི་  
ཆོམ་རྒྱུ་ལགས་པར་མཐུན་པར་མཛོད་ཅེས་གདམས་སོ། །འདིར་ཁྱོད་  
འགྱོད་གཉིས་གཅིག་དུ་བྱས་པ་ནི་གཡོ་བར་ཆོས་མཐུན་པའི་སྤྱིར་དང་།  
སྤྲུགས་གཉིད་གཉིས་གཅིག་དུ་བྱས་པ་ནི་མི་གསལ་བར་ཆོས་མཐུན་པའི་སྤྱིར་  
རོ། །དུག་པ་ཤེས་རབ་ལ་གཉིས། དད་སོགས་ལྡེའི་ལམ་གྱི་རོ་བོ་མདོར་  
བསྟན་པ་དང་། དན་པ་ཉིར་བཞག་སོགས་ཀྱི་ཤེས་རབ་རྒྱས་པར་བཞག་  
པའོ། །དང་པོ་ལ། སྤང་བྱ་དད་སོགས་བསྟན་པ་དང་། སྤང་བྱ་གཉིན་  
པའི་སྤྱོད་སྤྲུགས་པ་སེལ་ཆུ་ལ་གཉིས། དང་པོ། དག་གི་འདུན་པའི་དད་  
པ་དང་དེ་ལ་སྤྱོད་པའི་བརྩོན་འགྲུས་དག་དང་སྤྱར་གྱི་དམིགས་རྣམས་མི་བརྟེན་པའི་

བཅུ་པ་དང་། དམིགས་པའི་དོན་ལ་ཕྱེ་གཅིག་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་དང་ཚོས་རབ་  
ཏུ་རྒྱུ་པར་འབྱེད་པའི་ཤེས་རབ་ནི་སྒྲིབ་ལམ་ཚོས་མཚོག་གི་ངོ་བོར་གྱུར་.....  
པའང་འདི་ལྟ་ཉིད་དེ། འདི་ལ་མངོན་པར་བརྩོན་མཛོད་ཅིག་འདི་དག་ནི།  
བཅོད་པའི་སྐྱབས་ན་སྒྲོབས་ལྟ་དང་ཤོད་ཀྱི་སྐྱབས་དབང་པོ་ལྟ་ཞེས་བགྱི་ཞིང་...  
སྒྲིབ་ལམ་ཕྱེ་མོར་གྱུར་པའང་འདི་ལྟ་ལས་གཞན་ཡོད་པ་མིན་པ་ལགས་སོ། །  
གཉིས་པ། ན་བ་དང་རྒྱ་བ་དང་སྐྱེ་བ་དང་འཆི་བ་དང་སྐྱུག་པ་དང་བྲལ་བ་དང་  
དེ་བཞིན་དུ། སྐྱུག་བསྐྱལ་དེ་དག་གི་རྒྱ་ལས་ནི་བདག་གིར་བྱས་ལས་མ་  
འདས་པས་བདག་སྐྱུག་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱ་འབྲས་ལ་གནས་སོ་ཞེས། དེ་ལྟར་ཡང་  
དང་ཡང་དུ་སེམས་པ་དེ་ནི། སྤང་བུ་དེ་ཡི་གཉེན་པོའི་སྒྲོ་ནས་བདག་ནི་ཉིང་  
འཛིན་དང་ཤེས་རབ་ལྡན་ཅོ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱགས་པ་སྐྱེ་བར་མི་འགྱུར་རོ། །  
ཡང་ན་རིགས་སོགས་ཀྱི་རྒྱགས་པ་དེ་ཡི་གཉེན་པོ་བྱས་པའི་སྒྲོ་ནས་རྒྱགས་...  
པར་མི་འགྱུར་ཏེ་རྒྱགས་པ་སེལ་ལོ་ཞེས་ཀྱང་གསུངས། གཉིས་པ་ལ།  
སྤིད་ཞིའི་ལེགས་ཚོགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་ཤེས་རབ་ཡིན་པར་བསྟན་པ་དང་།  
ཤེས་རབ་དེ་ལྡན་གྱི་ལམ་དངོས་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། མངོན་མཐོ་  
དང་དེས་ལེགས་གཉིས་ཀའི་རྩ་བ་འཛིག་རྟེན་པའི་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་དང་།  
དེས་ལེགས་ཀྱི་རྩ་བ་འཛིག་རྟེན་ལས་ཡང་དག་པར་འདས་པའི་ལྟ་བ་གཉིས།  
དང་པོ། གཤམ་ཏེ་མཐོ་རིས་དང་ཐར་པ་གཉིས་མི་འདོད་ན་ཐར་བཞག་མངོན་  
དུ་བཞེད་པའམ་འདོད་པ་ཞིག་ན་ནི། ལས་འབྲས་སོགས་མི་བསྐྱུ་བར་རྟོགས་

པའི་འཇིག་རྟེན་པའི་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བུ་ལ་གོམས་པ་ཉིད་དུ་མཛོད་ཅིག །  
གང་ཟག་གང་ཞིག་ལས་འབྲས་མེད་ཅེས་ལོག་པར་ལྟ་བས་ནི་ལྟར་སྒྲུང་.....  
ལེགས་སྒྲུད་དེ་དགོ་བ་སྒྲུད་ཀྱང་། དེས་མི་ཕན་པར་ཐམས་ཅད་དུ་རྣམ་པར་  
སྒྲིན་པ་མི་བཟད་པ་མཁར་མེད་པའི་སྒྲུག་བསྐྱེད་དང་ལྡན་ལོ། །འདིར་སྒྲོལ་  
རྟེན་ཀྱང་། ལོག་ལྟས་སྒྲིན་སོགས་བཏང་ཡང་རྣམ་སྒྲིན་མི་བཟད་མི་འཐད་ཅེ་ན།  
ལོག་ལྟའི་འབྲས་བྱ་ཆེན་པོས་དགོ་འབྲས་ཆུང་དུ་བྲིལ་གྱིས་མཐོན་ནས་སྒྲོལ་མི་  
རུས་པའི་དོན་ཏོག་གསུངས། རོང་རྟེན་ཀྱང་སྒྲུང་སྒྲིན་པ་སོགས་ལ་ལེགས་པར་  
སྒྲུད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། རྣམ་སྒྲིན་མི་བཟད་པ་ཤིན་ཏུ་དན་པ་དང་ལྡན་པར་  
འགྱུར་རྟེ། ལོག་ལྟས་དགོ་བའི་རྩ་བ་རྣམས་དུང་ནས་སྒྲུང་བའི་སྒྲིང་རོ་  
གསུངས། གཉིས་པ། གདུལ་བྱའི་དབང་གིས་སྒྲོལ་པ་མི་ནི་ཡང་དག་ཉིད་  
དུ་མི་བདེ་ཞིང་སྒྲུག་བསྐྱེད་བ་དང་། དུས་གཉིས་པར་མི་སྡོད་པས་མི་རྟག་པ་  
དང་བྱེད་པ་པོའི་བདག་མེད་པ་དང་ལུས་མི་གཙང་བའི་རང་བཞིན་དུ་རིག་པར་  
བསྐྱེད། །དེ་ལྟ་བུའི་དོན་ལ་བྱན་པ་ཉེ་བར་མ་བཞག་པ་རྣམས་གྱིས་ནི།  
གཙང་བདེ་རྟག་བདག་སྟེ་སྒྲིན་ཅི་ལོག་བཞིར་ལྟ་བུ་ལྟར་སྒྲོལ་བ་ཅན་ཡིན་...  
མོ། །གཉིས་པ་ལ། གཙོ་ཆེ་བ་ལྟ་བུ་བྱེད་བཀའ་དང་། ལམ་  
དངོས་གཉིས། དང་པོ་ལ། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་གཏན་ལ་དབབ་པ་  
དང་། བདག་གི་རྟེན་སྐྱེད་པོ་ལ་དབྱེད་པ་གཉིས། དང་པོ། འདི་ལྟར་  
གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེད་པོའི་དོ་བོ་ནི་བདག་མ་ཡིན་ཞེས་མདོ་ལས་གསུངས་ཏེ་དོ་བོ་...

གཅིག་པ་མ་ཡིན་ལ་དེ་བཞིན་དུ་བདག་། གཟུགས་དང་ལྗས་སྦྱིན་ལ་རིལ་བ་  
ལྟར་ཕན་ཚུན་འབྲེལ་བར་ལྟན་པའང་མིན་ཞིང་གཟུགས་ལ་བདག་པར་རྟེན་ཏེ་  
གནས་པ་ཡང་མིན། བདག་ལ་གཟུགས་ཚུར་རྟེན་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཐ་དད་པར་  
ཡང་མི་གནས་ཏེ་དེ་བཞིན་དུ། སྤང་པོ་ལྟག་མ་གཞན་ཚོར་བ་འདུ་ཤེས་འདུ་  
བྱེད་རྣམས་ཤེས་ཏེ་བཞི་པོ་ལ་ཡང་བདག་གིས་སྟོང་པར་རྟོགས་པར་བགྱིའོ། །  
གཉིས་པ་ནི། བདག་གིས་སྟོང་བའི་གཞི་སྤང་པོ་དེ་ཡང་གནས་བབ་སྟེ་རེས་  
འགའ་བདག་ལས་སྟེ་རེས་གཞན་ལས་རེས་རྒྱ་ཡོད་རེས་རྒྱ་མེད་ལྟ་བུ་འདོད་  
རྒྱལ་ལས་སྟེ་བ་མིན་ཞིང་དུས་ཀྱི་དབང་ལས་ཀྱང་མིན། གཙོ་བོའམ་རང་  
བཞིན་གྱི་རྒྱལ་ལས་མིན་ཞིང་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་ཏེ་བདག་སྦྱེས་ལས་ཀྱང་མིན་  
ལ། དབང་སྤྱད་སོགས་བྱེད་པ་པོ་རྟག་པ་ལས་མིན་ཞིང་རྒྱ་མེད་པ་ཅན་ཆད་  
པ་ཡང་མིན་ཏེ། གང་ཞེན་རྒྱ་མི་ཤེས་པ་སྟེ་མ་རིག་པ་དང་རྐྱེན་ལས་དང་  
སྲིད་པས་མཚམས་སྦྱར་བ་ལས་བྱུང་བར་རིག་པའམ་ཤེས་པར་མཛོད་ཅིག་།  
གཉིས་པ་ལམ་དངོས་ལ། ལམ་གྱི་མི་མཐུན་སྤྱོད་གས་ཀྱན་སྦྱོར་གསུམ་བཤད་  
པ། མཐུན་རྐྱེན་བཙོན་འགྲུས། ལམ་གྱི་ངོ་བོ་ལ་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལས།  
དང་པོ། སྦྱིན་ཅི་ལོག་གི་ཚུལ་གྲིམས་དང་བརྟུལ་ཞུགས་ལ་མཚོག་ཏུ་འཛིན་པ་  
དང་རང་ལུས་སྤང་པོ་ལྟ་ལ། སྦྱིན་ཅི་ལོག་པར་བདག་ཡོད་པར་ལྟ་བ་འཛིག་  
ལྟ་དང་ལམ་དང་འབྲས་བུའི་ཆོས་ལ་ཐེ་ཚོམ་བ་བ་སྟེ། སྲིད་པར་ཀྱན་ཏུ་སྦྱོར་  
བར་བྱེད་པ་འདི་གསུམ་ཐར་པ་ཡི། ཁྱོང་ཁྱེར་གྱི་སྒོ་འགོགས་པར་བྱེད་པ་



ལགས་པར་མཐེན་པར་གྱིས་ཤིག །གཉིས་པ། ཐར་པ་ནི་བདག་རང་ལ་  
རག་ལས་ཀྱི་དོན་འདི་ལ་ནི། རང་གིས་ལམ་རྒྱུད་ལ་མ་བརྟེན་ན་གཞན་གྱིས་  
མགོན་བྱེད་པ་དང་ལམ་གཡར་བ་སོགས་སྟོགས་བཞིར་ཅི་ཡང་མ་མཆིས་པས།  
དང་པོར་གཞུང་ལུགས་ལ་ཐོས་པ་ཤེས་རབ་དང་དེ་ནས་ཚུལ་བློ་མས་བསྐྱེད་་་་  
ཞིང་ཕྱི་གཅིག་པའི་བསམ་གཏན་དང་ལྡན་པ་ཡིས། ཐར་ལམ་གྱི་དོ་བོ་སྤྲུག་  
བསྐྱེད་ཤེས་ཀྱན་འབྱུང་སྤང་འགོག་པ་མངོན་དུ་བྱེད་ལམ་རྒྱུད་ལ་བརྟེན་པ་སྟེ་་  
འཕགས་པའི་བདེན་པ་རྣམ་པ་བཞི་ལ་འབད་པར་མཛོད་ཅིག །གསུམ་པ་ལ།  
བསྐྱེད་གསུམ་སྦྱིར་བཤད་པ་དང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་  
གཉིས། དང་པོ། སྤྱི་རོལ་པ་སོགས་ལས་འཕགས་པས་ན་ལྷག་པའི་ཚུལ་  
བློ་མས་དང་ལྷག་པའི་ཤེས་རབ་དང་། ལྷག་པའི་སེམས་ཏེ་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་  
བསྐྱེད་པ་གསུམ་ལ་རྟག་ཏུ་བསྐྱེད་པར་བཞིན། །དེ་ལྟར་ན་གཞན་དུ་བསྐྱེད་པ་  
བརྒྱ་ཅུ་ལྟ་བུ་ལྷག་ཅིག་ཏེ་འདུལ་བློ་མས་ཉིས་བརྒྱ་ལྟ་བུ་སོགས་ཐེག་པ་ཆེ་་  
ཆུང་ལས་གསུངས་པ་རྣམས་ནི། གསུམ་པོ་འདི་ཡི་ནང་དུ་ཡང་དག་པར་འདུ་  
བར་འབྱུར་རོ། །གཉིས་པ་ལ། ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་སྟོགས་ལ་ངེས་པར་  
འབྱུང་བའི་ཚུལ་དང་། རྣམ་བུང་སྟོགས་ལ་ལེགས་པར་འབྱུག་པའི་ཚུལ་ལ་  
གདམས་པ་གཉིས། དང་པོ་ལའང་། ཆེ་འདི་ལ་སྟོ་སྟོག་པའི་ཐབས་དང་།  
འཁོར་བ་མཐའ་དག་ལས་སྟོ་སྟོག་ཐབས་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ། མདོར་  
བསྟན། རྒྱས་བཤད་གཉིས། དང་པོ། དབང་ཕྱག་ཞེས་བོས་ནས་ལུས་སུ་

གཏོགས་པའི་བླ་པ་ནི་བདེ་བར་གཤེགས་ཀྱིས།      ཐར་ལམ་འདོད་པ་ཐམས་  
ཅད་འདི་ནས་ཞུགས་དགོས་པའི་སྤྱིར་བཏོད་པ་གཅིག་པའི་ལམ་དུ་ཉེ་བར་.....  
བསྟན་ཏེ།    དག་སྤོང་དག།    སེམས་ཅན་རྣམས་རྣམ་པར་དག་པར་བྱེད་པ་  
དང་།    སྤྱག་བསྐྱེད་བ་དང་ཡིད་མི་བདེ་བ་ལས་ཡང་དག་པར་འདའ་བར་བྱེད་  
པ་དང་།    རིགས་པའི་ཆོས་རྟོག་པར་བྱེད་པ་དང་།    ཟུང་ན་ལས་འདས་པ་  
མངོན་དུ་བྱེད་པའི་བཏོད་པ་གཅིག་པའི་ལམ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ།    ལུས་སུ་གཏོགས་  
པའི་བླ་པ་ཡིན་ནོ།    ཞེས་སོ།    །དེ་ལྟར་ལུས་སུ་གཏོགས་པའི་བླ་པ་དེ་ནི་  
བསྐྱེམས་ནས་མངོན་པར་བསྐྱུང་བར་བགྱི་སྟེ།    བླ་པ་ཉམས་པས་ནི་ཆོས་  
ཀུན་འཇིག་པར་འགྱུར་སྤྱིར་མོ།    །གཉིས་པ་ལ།    ཆོ་མི་རྟག་པ་ལ་བསམ་པ་  
དང་།    དལ་འབྱོར་ཆེད་དཀའ་ལ་བསམ་པ་གཉིས།    དང་པོ་ལ།    བཅ་འཆི་  
ཆ་མེད་ལ་བསམ་སྟེ་མི་རྟག་པ་བསྐྱོམ་པ།    འཆི་བར་ངེས་པ་ལ་བསམ་སྟེ་མི་  
རྟག་པ་བསྐྱོམ་པ།    རྣམ་པ་གཞན་ལ་བསམ་སྟེ་མི་རྟག་པ་བསྐྱོམ་ཚུལ།    དེ་  
དག་གི་མཚུག་བསྐྱུ་བ་དང་བཞི་ལས།    དང་པོ་ནི།    ཆོ་ནི་སྤྱི་ནང་གི་གཞོན་  
པའི་རྒྱུན་མང་བས་དཔེར་ན་རྒྱུད་གིས་བཏབ་པ་ཡི།    རྒྱ་ཡི་རྒྱ་བུར་བས་ཀྱང་  
མི་རྟག་པ་དེའི་སྤྱིར་ན།    འདི་ལྟར་དབྱགས་ནང་དུ་རྩལ་པ་ལས་དབྱགས་སྤྱིར་  
འབྱུང་ཁོམས་པའམ་ལོང་བྱུང་བ་དང་གཉིད་ཀྱིས་ལོག་པ་ལས།    སད་ཁོམ་  
སྟེ་དེའི་བར་དུ་མ་གྱི་བ་གང་ལགས་པ་དེ་ནི་རྩོམ་ཆར་ཆེ་བ་ཡིན་ནོ།    །གཉིས་  
པ་།    ལུས་ཀྱི་མཐའ་ནི་མེས་བསྐྱེད་ཏེ་ཐལ་བའམ་མཐར་སྐྱུམ་པའམ་མཐར་

འདྲུལ་ཞིང་། ཐ་མར་མི་གཙང་རུལ་བའི་རོ་སྤྱིང་པོ་མ་མཆིས་པ། ཉིང་  
ལག་དང་ཡན་ལག་སོགས་སོ་སོར་རྣམ་པར་འཛིག་ཅིང་རྒྱལ་ཐུན་དུ་དེངས་ལ་  
སྤྲུགས་ཤིང་རུལ་པར་འགྱུར་བ་སྟེ། དེ་ལྟ་ནས་དེ་ལྟ་བུར་སོ་སོར་འབྲེལ་རུང་  
བའི་ཆོས་ཅན་དུ་མ་སྟེན་པར་མཛོད་ཅིག །གསུམ་པ། འདི་ལྟར་སྤྲུལ་ཞིང་  
བརྟན་པར་སྤྲང་བ་ས་གཞི་དང་ལྟན་པོ་དང་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱང་ནམ་ .....  
ཞིག་བསྐྱལ་པའི་ཐ་མར་ཉི་མ་བདུན། འབར་བས་བསྟེགས་པའི་རི་མཚོ་ས་  
གཞིའི་ལུས་ཅན་ནམ་གཟུགས་ཅན་འདི་དག་ཀྱང་། ཐལ་བ་ཅོམ་དུ་ཡང་ནི་  
ལུས་པར་མི་འགྱུར་ན། ཤིན་ཏུ་ཉམས་རྒྱུ་བའི་མི་ཡི་ལུས་འཛིག་པ་ལྟ་སྟོས་  
ཀྱང་ཅི་འཚལ་ཉེ་ངེས་པར་འཛིག་པར་འགྱུར་རོ། །བཞི་པ། དེ་ལྟར་སྤྲུལ་ནས་  
གི་དངོས་པོ་འདི་ཀུན་མི་རྟག་ཅིང་བདག་པོ་མེད་དེ། སྤྲུག་བསྐྱལ་ལས་སྦྱོབ་  
པའི་སྦྱབས་མེད་ཕན་འདོགས་པའི་མགོན་མེད་རྟེན་འཆར་བའི་གནས་མེད་དེ་དེ་  
ཡི་སྤྲད་དུ། འཁོར་བ་རྒྱུ་ཤིང་སྤྱིང་པོ་མེད་པ་ལྟ་བུ་འདི་ལས། མི་མཚོག་  
སྤྲོད་ཀྱིས་སྤྲུགས་ནི་སྦྱོ་སྟེ་འཁོར་བ་ལས་དབྱུང་བར་མཛོད་ཅིག །གཉིས་པ་  
དལ་འབྱོར་རྟེན་དཀའ་ལ། སྦྱིར་མི་ཅོམ་དུ་སྦྱོ་བ་དགོན་ཚུལ། སྤྲད་པར་  
མཐུན་རྟེན་འཁོར་ལོ་བཞི་དང་ལྟན་པའི་རྟེན་བསྟན་པ། འགལ་རྟེན་མི་  
ཁོམས་བརྒྱད་དང་བྲལ་བའི་ཚུལ་ལ་བསམ་པ་གསུམ། དང་པོ་ལ། མིར་  
སྦྱོ་བ་དགོན་ཚུལ་དང་། རྟེན་དེ་ལ་སྤྲིག་པ་སྦྱོད་པ་སྤྲད་པར་བསྟན་པ་གཉིས།  
དང་པོ། རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་གཅིག་ལ་གནས་པའི་གཉེན་ཤིང་རྒྱུད་གིས་བསྐྱེད་

པའི་བྱ་ག་དང་། མཚོ་ནང་གི་རུས་སྤུལ་གྱི་མགྱིན་པ་ཕྱད་པ་བས་ཀྱང་དྲུང་  
འགོ་ལས་ཐར་ཏེ། མི་ཉིད་ཆེས་ཐོབ་པར་དགའ་བས་མི་དབང་གིས། དམ་  
པའི་ཆོས་སྟོན་པས་མི་ལུས་དེ་ཉིད་འབྲས་བུ་མཆིས་པར་མཛོད་ཅིག །གཉིས་  
པ། གང་ཞིག་གསེར་གྱི་སྟོན་རིན་ཆེན་གཡུ་སོགས་གྱི་ཕྱས་སྤྲས་པ་ཡིས།  
འོས་པ་མིན་པ་ངན་སྒྱུགས་འཕྲུག་པར་བགྱིད་པ་ལ་ཀུན་གྱིས་མི་སྒྱུན་པོ་ཞེས་...  
སྟོན་པ་དེ་བས་ནི། གང་ཞིག་མི་རུ་སྤྲེས་ནས་སྤྲིག་པ་མི་དགོ་བ་དག །  
བགྱིད་པ་དེ་ནི་ཆེས་རབ་ཏུ་སྒྱུན་པ་ལགས་སོ། །གཉིས་པ་ལ། མཐུན་རྐྱེན་  
འཁོར་ལོ་བཞི་སྦྱར་བ་སྟན་པ་དང་། དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་བྲག་ཏུ་བཤད་  
པ་གཉིས། དང་པོ། འཕགས་ལམ་སྦྱེ་བ་དང་མཐུན་པར་གྱུར་པའི་ཡུལ་ལྷ་  
མིའི་འགོ་བ་དག་དུ་གནས་པ་དང་། རྒྱུན་སྦྱེས་བྱ་དམ་པ་ལ་ནི་བསྟན་པ་དང་།  
བདག་ཉིད་ཐར་པའི་ལམ་ལ་ལེགས་པར་སྟོན་པ་དང་དེ་འབྲུག་པའི་རྒྱ་སྦྱེ་བ་...  
སྟོན་མ་ལ་ཡང་བསོད་ནམས་བགྱིས་པ་སྟེ། ཆོས་སྦྱབ་པ་ལ་དབང་བས་སམ་  
འཕགས་ལམ་གྱི་ཤིང་རྟའི་འགོ་བྱེད་ཡིན་པས་འཁོར་ལོ་ཆེན་པོ་སྟེ་དེ་བཞི་ནི་...  
ཁྱོད་ལ་མངའ་འཁོའེས་སོ། །གཉིས་པ། དེ་ལས་ཀྱང་དགོ་བའི་བཤེས་  
གཉེན་བསྟན་པ་ནི་ཆངས་པར་སྟོན་པ་སྟེ་ཆངས་པ་མྱང་འདས་དང་སྟོན་པ་ལམ་  
ཞེས་བཤད་དོ། །དེ་ཉིད་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པར་བྱབ་པས་གསུངས་པ་དེའི་ཕྱིར་  
ཏེ། འཕགས་པ་ཀུན་དགའ་བོས། བཅོམ་ལྷན་འདས། འདི་ལྟ་སྟེ།  
དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་དང་དགོ་བའི་གྲོགས་པོ་འདི་ནི། ཆངས་པར་སྟོན་པའི་

ཕྱེད་ལགས་སོ་ཞེས་གསོལ་བ་དང་།      བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་སྲོད་དེ་སྐྱད་མ་  
སྤྲུའིག      །འདི་ནི་ཆངས་པར་སྲོད་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་  
ལོ།      །ཞེས་སོ།      །དེས་ན་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་བསྟེན་པར་བཀྲོའོ་དེའི་དགོས་པ་  
རྒྱལ་བ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ལ།      བརྟེན་ནས་སྐྱེ་བོར་བ་རྟུ་མང་པོས་ནི་བ་  
ཐོབ་པ་དེ་བཞིན་ལོ།      །གསུམ་པ་འགལ་རྒྱུན་མི་ཁོམས་བརྒྱད་དང་བྲལ་ཚུལ་  
ནི།      རྒྱ་འབྲས་ལ་སྐྱར་པ་འདེབས་པའི་ལོག་པར་ལྟ་བུ་འཛིན་པ་དང་དུད་འགོ་  
དང་།      ཡི་དྲགས་ཉིད་དང་དཔྱལ་བར་སྐྱེ་བ་དང་།      རྒྱལ་བའི་བཀའ་མེད་པ་  
སྟེ་སངས་རྒྱས་མ་བྱོན་པ་དང་བྱོན་ཡང་དེའི་བཀའ་མི་ཐོས་པ་ཡུལ་མཐའ་.....  
འཁོབ་རུ།      བྲམ་མོར་སྐྱེ་བ་དང་ཡུལ་དབུས་སུ་སྐྱེས་ཀྱང་ཡིད་དབང་ལ་སྐྱོན་  
ཞུགས་པ་སྟེན་ཞིང་སྐྱུགས་པ་ཉིད་དང་།      འདུ་ཤེས་མེད་པ་ནི་ཆོ་རིང་ལྟ་ཉིད་  
དེ་དེ་བརྒྱད་པོ་གང་ཡང་རུང་བར་ནི།      སྐྱེ་བ་ཞེས་བཀྲོ་ཆོས་བྱེད་མི་ཁོམ་པས་  
སྐྱོན་བརྒྱད་པོ།      དེ་དག་དང་བྲལ་ཏེ་ཁོམ་པའམ་དལ་བའི་རྟེན་རྟེན་ནས་ནི།  
དཔལ་ཆད་འཁོར་བར་སྐྱེ་བ་བརྒྱུག་པའི་སྟེ་སྐྱར་མི་སྐྱེ་བའི་སྐྱད་དུ་འབད་པར་  
མཛོད་ཅིག      །གཉིས་པ་འཁོར་བ་མཐའ་དག་ལས་སློ་སྟོག་པའི་ཐབས་འཁོར་  
བའི་ཉེས་དམིགས་བསམ་པ་ལ།      མདོར་བསྟན།      རྒྱས་བཞད་གཉིས།  
དང་པོ།      ཅིའི་ཕྱིར་སྐྱེ་བ་བརྒྱུག་དགོས་སྟུམ་ན།      དེས་པ་ཞེས་པོས་ནས་ཟས་  
གོས་སོགས་འདོད་པས་ཐོངས་པ་དང་མཐར་འཁྲི་བ་དང་།      གནས་སྐབས་སུ་  
ན་བ་དང་ཤ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྤྲུག་བསྐྱལ་དུ་མ་ཡི།      འབྱུང་གནས་ཡིན་པས་

འཁོར་བ་ལ་ནི་སྒྲིབ་ར་མཛད་ཅིང་། འདི་ཡི་ཉེས་པའི་ཆ་ཤས་ཀྱང་བཟོད་པས་  
གསན་པར་མཛོད་ཅིག ། རྒྱས་བཤད་ལ། བདེ་བ་ལྟར་སྤང་ཡང་ཡིད་བརྟན་  
མེད་པའི་ཚུལ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེད་ཆུ་ཆེ་བའི་ཚུལ་བསྟན་པ་གཉིས། དང་པོ་  
ལ། ཡིད་བརྟན་མེད་པའི་ཚུལ་དང་། དེ་ལྟར་ཤེས་ནས་དགོ་བ་ལ་སྒྲིབ་པར་  
གདམས་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། དབྱ་གཉེན་ངེས་པ་མེད་པས་ཡིད་བརྟན་  
མེད་པའི་ཚུལ་དང་། ཆོམ་པ་མེད་པས་ཡིད་བརྟན་མེད་པའི་ཚུལ། སྤྱི་  
མཐའ་མ་ངེས་པས་ཡིད་བརྟན་མེད་པའི་ཚུལ། མཐོ་དམན་མ་ངེས་པས་ཡིད་  
བརྟན་མེད་པའི་ཚུལ་དང་བཞི། དང་པོ། ས་ནི་བྱ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བ་དང་དེ་  
བཞིན་མ་ནི་ཆུང་མ་ཉིད་དང་། སྒྲེ་བོ་དབྱར་གྱུར་པ་དག་ཀྱང་བཤེས་ཉིད་དང་།  
དེ་ལས་བསྐྱོག་པ་བཤེས་ཉིད་ཀྱང་དབྱ་ཉིད་དུ་མཆི་བས་དེ་ཡི་སྤྲད་དུ། འཁོར་  
བ་དག་ན་ཡིད་བརྟན་པའི་ངེས་པ་འགའ་ཡང་མ་མཆིས་སོ། ། །གཉིས་པ།  
གང་ཟག་རེ་ངེས་སྟོགས་ཀྱི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་བཞི་བས་ལྷག་པ་སྟེ་མང་བ་ཡི།  
འོ་མ་འཐུངས་ཏེ་དེས་ཀྱང་ངོམས་པར་མ་གྱུར་ཅིང་ད་དུང་ཡང་འཕགས་ལམ་  
མ་ཐོབ་བར་དུ་སོ་སོ་ཡི། སྒྲེ་བོའི་ལམ་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྱང་བའི་འཁོར་བ་པས་  
ནི། སྤར་ཀྱི་དེ་བས་ཀྱང་ཆེས་མང་བ་ཉིད་ཅིག་བརྟུང་བར་ཤེས་འཚལ་ལོ་སྟེ་  
འཁོར་བ་ལ་ཐོག་ཐ་མི་མངོན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གསུམ་པ། སེམས་ཅན་རེ་ངའི་  
བདག་ཉིད་གཅིག་ཤུའི་ལུས་སྤར་བོར་བའི་རུས་པའི་ཕུང་པོ་ནི། ལྷན་པོ་དང་  
མཉམ་པ་སྟེད་ཅིག་འདས་པར་གྱུར་ཏེ་ད་དུང་ལམ་ལམ་འབད་ན་དེ་བས་ཆེས་

མང་བ་འདྲར་དགོས་ཤིང་། དེ་བཞིན་དུ་མ་ཡི་ཐུག་མཐའ་རྒྱ་ལྷག་གི་ཆོ་ག་  
ཅམ་གྱི། རིལ་བུར་བྱས་ཏེ་བགྲངས་ཀྱང་ས་ཡིས་ལང་མི་འགྱུར་རོ་སྟེ་མངལ་  
སྒྲིམ་གྱི་ལུས་ཁོ་ན་ལ་དཔེར་བྱས་ཏེ། བཙམ་ལྡན་འདས་གིས། དགོ་སྟོང་  
དག། །དཔེར་ན་སྒྲིམ་བུ་འགའ་ཞིག་གིས་ས་ཆེན་པོ་འདི་རྒྱ་ལྷག་གི་ཆོ་ག་ཅམ་  
གྱི་རིལ་བུ་ཐོགས་ཏེ། འདི་ནི་བདག་གི་མའོ། །འདི་ནི་བདག་གི་མ་དེའི་  
ཡང་མའོ། །ཞེས་འདྲར་བར་བྱེད་ན། དགོ་སྟོང་དག། །ས་ཆེན་པོ་འདིའི་  
འཛིན་པ་ནི་ཆེས་སྤར་ཟད་པར་འགྱུར་གྱི། མི་རྣམས་ཀྱི་མ་བརྒྱད་པ་ནི་དེ་ལྟ་  
མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ང་སྟེའོ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ་ཡང་ཡང་ཉིང་མཆོམས་སྒྱུར་བའི་  
དབང་དུ་བྱས་སོ། །བཞི་པ་ལ། སྤིང་རྒྱས་པ་ལ་ཡིད་བརྟན་མེད་པའི་ཚུལ།  
གོགས་ཡིད་འོང་ལ། གནས་བཟང་བ་ལ། སྟོད་ཡུལ་བདེ་བ་ལ། འོངས་  
སྟོད་ཆེ་བ་ལ། གཟེ་བཟིང་ཆེ་བ་ལ་ཡིད་བརྟན་མེད་པའི་ཚུལ་དང་དུག་ལས།  
དང་པོ། ལྷའི་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱིན་འཛིག་རྟེན་གྱི་མཆོད་འོས་སུ་གྱུར་ནས་ནི།  
སྤར་ཡང་ལས་ཀྱི་དབང་གིས་སྤྱིར་ཡང་ས་སྟངས་མི་དང་དུད་འགོ་སོགས་ཀྱི་……  
གནས་སུ་ལྷུང་བར་འགྱུར་ཞིང་། མིའི་རྒྱལ་པོ་འཁོར་ལོས་སྤྱར་བ་ཉིད་དུ་  
གྱུར་ནས་ཀྱང་། སྟོན་གྱི་དགོ་བའི་ལྷག་མ་མེད་ན་འཁོར་བ་དག་ཏུ་ཡང་བཟན་  
ཏེ་བཟན་གྱི་བཟན་ལྟ་བུ་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ། །གཉིས་པ། མཐོ་རིས་ཀྱི་ལྷ་ཡི་བུ་  
མོའི་རུ་མ་དང་རྟེན་པ་ལ། ལག་པས་འཁྱུད་ཅིང་རེག་པའི་བདེ་བ་དུས་ཡུན་  
རིང་དུ་སྟོང་ནས་སྤར་ཡང་། དཔྱལ་བར་རིའི་བར་དུ་འཐག་པ་དང་མཆོན་

གྲིས་གཅོད་པ་དང་ལྷགས་ཀྱི་ཁྱི་སོགས་ཀྱི་མཆོ་སྤར་གྲིས་དབད་པའི་འབྲུལ་...  
འཁོར་གྱི། རེག་པ་ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་པ་བརྟེན་པར་འཆོལ་ལོ། །གསུམ་པ།  
རིན་པོ་ཆེའི་ས་གཞི་ལ་ཀླང་པའི་རེག་པས་མཚན་ན་ནེམས་པར་བྱེད་ཅིང་བདེ་བ་  
སྐྱེད་པར་བཟོད་པའམ་རྒྱས་པ། ལྷན་པོའི་སྤོལ་ཡུན་རིང་དུ་ལྷའི་ལོ་སྟོང་ཅམ་  
དུ་གནས་ནས་ནི། སྤྱང་ཡང་ལས་དབང་གིས་མེ་མུར་དང་རོ་མུགས་ཀྱི་  
འདམ་ན་རྒྱ་བ་ཡི། སྤྱག་བསྐལ་མི་བཟད་པ་སོག་པ་ཡིན་པོ་སྤྱམ་དུ་ཡིད་ལ་  
བགྱིད་པར་འཆོལ་ལོ། །བཞི་པ། མཐོ་རིས་བྱ་མོས་མཛེས་པར་བརྟེན་  
པའམ་འབྲོངས་ཤིང་སྟེ་རྒྱ་འགོལ་ལས་འབྲོང་བ་ནི་ཉེ་བར་བརྟེན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་  
ཐ་ཆོག་གོ་ཞེས་འབྲུང་དེས་ཡིད་དགའ་བ་དང་ལྡན་པ། རྣམ་པར་མཛེས་པའི་  
ཆོལ་དུ་སོན་པར་ཅེས་ནས་སྤྱར། འདབ་མ་རལ་གྱི་འདྲ་བའི་ཆོལ་གྱི་ནགས་  
རྣམས་ཀྱིས། ཀླང་ལག་དང་རྣ་བ་སྤྲ་གཅོད་པ་དག་འཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །  
ལྷའི་ཆུ་བོ་དལ་གྱིས་འབབ་པ་ན་ལྷ་ཡི་བྱ་མོ་ནི། གདོང་མཛེས་པ་དང་གསེར་  
གྱི་པ་སྤྲའི་སྟན་ལ་ལྷན་ཅིག་ཏུ་ཞུགས་ནས། སྤྱང་ཡང་ངན་སོང་དཔྱལ་བའི་ཆུ་  
བོར་བ་མེད་པར། རུལ་བ་བ་ཆཱི་རྣམ་པ་ཅན་ནམ་ཆ་སྟོ་ཅན་བཟོད་བསྐྲག་  
གམ་བཟོད་མེད་ཀྱི་ཆུ་ཆོན་ནང་དུ་འཇུག་འཆོལ་ལོ། །ལྔ་པ། ལྷ་ཡུལ་གྱི་  
འདོད་པའི་བདེ་བ་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོ་དང་། ཆོངས་པ་ཉིད་ཀྱི་འདོད་པའི་ཆགས་  
བྲལ་གྱི་བདེ་བ་ཐོབ་ནས་སྤྱང་ཡང་། མནར་མེད་པའི་དཔྱལ་བའི་མེ་ཡི་བྱང་  
ཤིང་གི་ཚྭ་ལ་དུ་གྱུར་པ་ཡི། སྤྱག་བསྐལ་རྒྱན་མི་འཆད་ཅིང་བར་མཆོམས་



མེད་པ་བརྟེན་འཛམ་ལོ།།དུག་པ། ལྷའི་བུ་ཉི་མ་དང་ཟླ་བ་ཉིད་ཀྱི་སྒྲེ་བ་ཐོབ་སྟེ་  
རང་ལུས་དང་གཞུང་ཡས་ཁང་པ་ཉིད་ཀྱི། འོད་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་མཐའ་དག་  
སྤང་བར་བྱས་ཏེ། སྤར་ཡང་སྤྱིང་བར་སོགས་མུན་ནག་སྤྲུག་ཏུ་ཕྱིན་པར་གྱུར་  
ནས། རང་གི་ལག་པ་བརྒྱུད་བའང་མི་མཐོང་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟ་བུའི་  
གནས་བབ་པོ་ཐོབ་པ་དེ་རྣམས་ཀྱང་རྟག་ཏུ་འདུག་པའི་དབང་མེད་པར་སྤྱུག་  
བསྐྱེལ་ལ་སྒྱུད་པའི་དུས་དེ་འདྲ་འོང་བར་བསྟན་གྱི། གནས་དེ་དང་དེ་ནས་  
འཕོས་ན། གནས་ངན་དེ་དང་དེ་འདྲར་སྒྲེ་ངེས་པ་ཉིད་དུ་བབྱུང་བར་མི་  
བྱའོ། །འཕགས་ལམ་མ་ཐོབ་པར་དེ་དག་ཏུ་སྒྲེ་བ་རྣམས། ལས་སྤྲུ་མའི་  
འཕེན་པ་བྱད་ནས་ཕྱི་མའི་ལས་ཀྱིས་གནས་ངན་དེ་དག་ཏུ་འགྲོ་བ་ལ་བསམ་...  
པར་བྱའོ། །གཉིས་པར་དེ་ལྟར་ཤེས་ནས་དགོང་ལ་སྒྱུད་པར་གདམས་པ།  
དེ་ལྟར་འཁོར་བ་འདི་ཉིས་པའམ་མོངས་པར་འགྱུར་བ་ཤེས་པའམ་འཛམ་ནས་  
བསོད་ནམས་ནི། སྤྱིན་པ་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་བསྒྲོམ་པ་ལས་བྱུང་བའི་རྣམ་  
པ་གསུམ་མར་མའི་སྤང་བ་སྟེ་ངན་སོང་གི་མུན་པ་སེལ་བར་བྱེད་པ་རབ་ཏུ་...  
བཞེས་ཤིག །ཅིའི་ཕྱིར་ན། རང་ཉིད་གཅིག་པུ་ཉི་མ་ཟླ་བས་མི་བརྩི་སྟེ་འོད་  
ཀྱིས་གཞོམ་མི་རུས་པའི། འཁོར་བའི་མུན་ནག་མཐའ་ཡས་པའི་ནང་དུ་  
འདུག་པ་དེ་ཡི་ཆོ་ན་བསོད་ནམས་ཀྱི་སྤང་བ་དང་བྲལ་ན་སྤྱུག་བསྐྱེལ་མི་བབྱུང་  
པའི་ཐིབ་པོ་བརྒྱག་དཀའ་བ་ཤེས་འཛམ་ལོ། །གཉིས་པ་སྤྱུག་བསྐྱེལ་རྒྱ་ཆེ་  
བའི་ཚུལ་ལ། འཁོར་བ་སྤྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་རང་བཞིན་དུ་ཤེས་པར་བྱ་བ་དང་།

ཤེས་ནས་སྐྱེ་བ་བརྒྱུག་སྤྱིར་འབད་དགོས་པར་གདམས་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ།  
དཔུལ་བ། དུད་འགོ། ཡི་དུགས། ལྷ། ལྷ་མིན་གྱི་སྤྱུག་བསྐལ་དང་ལྷ་  
ལས། དང་པོ་ལ་བསྟན་བཤད་གཉིས། དང་པོ། སེམས་ཅན་སྒོ་གསུམ་  
གྱི་ཉེས་པར་སྤྱད་པ་སྤྱོད་པ་རྣམས་ལ། ཡང་སོས་དང་ཐིག་ནག་དང་རབ་རྩ་  
ཚ་བ་དང་། བསྐྱས་འཛོམས་དང་དུ་འབོད་དང་མནར་མེད་པ་ལ་སོགས་པའི།  
ཚ་གང་གི་དཔུལ་བ་རྣམས་སུ་རྟག་རྟ་སྤྱུག་བསྐལ་བར་འགྱུར་རོ། །གཉིས་པ་  
ལ། སྤྱུག་བསྐལ་ཤེས་པར་བྱ་བ་དང་། དེའི་རྒྱ་སྤང་བར་གདམས་པ་  
གཉིས། དང་པོ་ལ། སྤྱུག་བསྐལ་དངོས་དང་། དེ་གང་ལ་ཅི་ལྟར་འབྱུང་  
ཚུལ་ལ་བསམ་པ་གཉིས། དང་པོ། སེམས་ཅན་བསྐྱས་འཛོམས་སུ་སྐྱེས་པ་  
ཁ་ཅིག་ལྷགས་གྱི་གཏུན་དུས་ཏིལ་བཞིན་འཆོར་ཏེ་དེ་བཞིན་དུ་གཞན་ཁ་ཅིག་ནི།  
ལྷགས་གྱི་མཆིག་འབར་བ་དག་གི་སྟེང་དུ་མཆིག་གསུ་བཏགས་པས་སྤེམ་……  
ཞིབ་མོ་བཞིན་དུ་སྤེམ་རྫོགས་པར་བྱེད་དོ། །ཐིག་ནག་པ་ཁ་ཅིག་སོག་ལས་  
འདྲ་སྟེ་དེ་བཞིན་གཞན། སྤྱ་རེ་མི་བཟད་སོ་རྩོན་པོ་ཅན་རྣམས་གྱིས་གཤགས་  
པར་བྱེད་དོ། །དེ་བཞིན་གཞན་དག་ཆུ་བོ་རབ་མེད་གྱི་འགྲམ་སོགས་སུ་ཁོ་རྒྱ་  
བཞུས་པ་ཡི། ཁུ་བ་འབར་བས་འཁྲིགས་པ་ཁ་ནང་ལྷད་པར་བཤྱིད་དོ། །ཁ་  
ཅིག་ཚ་དཔུལ་ན་ལྷགས་གྱི་གསལ་ཤིང་མེ་རབ་རྩ་འབར་བ། ཆོར་མ་ཅན་ལ་  
སྟེང་བ་བཞིན་དུ་ཀུན་དུ་རྒྱུད་པར་བཤྱིད་དོ། །ཁ་ཅིག་རལ་གྱི་འི་ཆལ་ན་  
ལྷགས་གྱི་མཆེ་བ་དང་ལྷན་པའི་བྱི། གཏུམ་པོས་དབད་ཅིང་སྤྱུག་ནས་ལག་

པ་གཙམ་དུ་བསྐྱེདས་ཤིང་བྱེད་དོ། །དེར་ལས་གྱི་དབང་གིས་རང་དབང་མེད་  
པར་གཞན་དག་ལྷ་ལྷགས་མཆུ་ཚོན་པོ་དང་། སེན་མོ་མི་བཟད་པ་དང་ལྷན་  
པའི་ཁྱ་རྒྱམས་གྱིས་གཏོགས་པའམ་འཐོག་པར་བྱེད་དོ། །ཁ་ཅིག་ཉེ་འཁོར་གྱི་  
གནས་དེར་ལུས་བྱུང་བའི་སྤྱན་བྱུང་དང་སྤྱར་བ་སྤྱི་རོལ་ནས་བྱུང་བ་མདོག་.....  
དབྱིབས་རིགས་ཐ་དད་པ་སྤྲོ་ཚོགས་དང་། ཞུ་སྤྱད་དང་སྤྱད་མ་ནག་པོ་ཁྲི་  
ཕྱག་མང་པོ་དག །མཆུ་རིག་པ་ཅོམ་ན་མི་བཟད་པའི་མ་སྤོལ་ཆེར་འབྱིན་  
པས། ཟ་བར་བགྱིད་ཅིང་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱི་ཚོར་བས་ལུས་འགྲེལ་གྲོག་དང་དག་  
སྤྱེ་སྤྱགས་འདོན་པར་བྱེད་དོ། །ཁ་ཅིག་ཆ་དམུལ་ན་མདག་མེ་འབར་བའི་  
ཚོགས་སུ་ནི། དུས་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་རབ་ཏུ་བསྐྱེད་པས་ཁ་ཡང་བཟང་  
དེ། དེ་ཅོམ་ལས་གཞན་པའི་མཐུ་མེད་དོ། །ཁ་ཅིག་རབ་ཏུ་ཆ་བར་ལྷགས་  
ལས་བྱས་ཤིང་མེ་འབར་བའི་ཟངས་ཆེན་དུ། ལུས་སྤྱི་འཇུགས་སུ་འབྱས་གྱི་  
ཅུད་འཕེང་སྟེ་འབྱས་ཟན་བཅོ་བ་བཞིན་དུ་འཆད་པར་བྱེད་པས་ཤིན་ཏུ་སྤྱག་...  
བསྐྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ལ། ཅམ་འབྱུང་བའི་དུས་ལ་བསམ་པ།  
འབྱུང་ན་མི་བཟོད་པའི་ཚུལ་ལ་བསམ་ལ། སྤྱོད་བའི་ཡུན་རིང་གྱུང་ལ་བསམ་  
པ་གསུམ་ལས། དང་པོ། སྤྱི་ག་ཅན་རྒྱམས་ནི་ཁ་ནས་དབྱག་འབྱུང་བ་འདི་  
འགགས་པའམ་ཆད་པ་ཅོམ་ཞིག་གི། དུས་གྱིས་བར་དུ་ཆོད་པ་ལས་གཞན་  
མེད་པ་དེ་རྒྱམས་གྱིས་དམུལ་བ་ཡི། སྤྱག་བསྐྱེད་གཞུང་ཡས་པའམ་བསམ་  
ཡས་པ་དེ་ཐོས་ནས་ཀྱང་རྒྱམ་པ་སྤྱོད་དུ། མི་སྤྱག་པའམ་མི་འཇིགས་པ་གང་

ལགས་པ་དེ་ཡི་སྒྲིང་ནི་དོ་རྩེའི་རང་བཞིན་ཏེ་ཤིན་ཏུ་སྤྲོ་བ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་  
ལ། སྒྲིང་། རྩེ་བྲག་ །དཔེ་བསམ་པ་གསུམ་ལས། དང་པོ། དཔྱུལ་བ་  
ཡི་ཚུལ་ཡི་གོའམ་གཟུགས་བརྒྱན་དུ་རིམ་མེད་གྲིས་པ་མཐོང་བ་དང་གཏམ་རྒྱུ་  
ན་བས་ཐོས་པ་དང་། རང་གིས་དེའི་ཚུལ་ཡིད་ལ་བྱན་པ་དང་རང་གིས་ཁ་  
ཏོན་དུ་བཀྲགས་པ་དང་དབྱིབས་ཀྱི་ཚུལ་འཛིན་པ་ལས་ལྷེར་ཚོའི་གཟུགས་སུ་  
བསྒྲིས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་། འཛིགས་པ་སྦྱེད་པར་འགྱུར་ན་ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་  
པའི། རྣམ་སྤྲིན་དངོས་རང་གིས་ཉམས་སུ་སྦྱོང་ན་སྒྲོས་ཅི་འཚེལ། གཉིས་  
པ། བདེ་བ་ཀུན་གྱི་ནང་ནས་ཁམས་གསུམ་གྱི་སྤྱི་དཔེ་མ་ལུས་པ་ཟད་པ་རྣམ་  
གྲོལ་གྱི་འབྲས་བུ་ནི། བདེ་བའི་དབང་པོ་འམ་བདག་པོར་བསྐྱིད་པ་ཇི་ལྟ་བར།  
དེ་བཞིན་དུ་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀུན་གྱི་ནང་ན་ནི། མནར་མེད་པའི་དཔྱུལ་བའི་སྤྲུག་  
བསྐྱེད་རབ་ཏུ་མི་བཟད་པ་སྟེ་ཆེའོ། །གསུམ་པ། མིའི་འཛིག་རྟེན་འདི་ན་  
ཉིན་གཅིག་ལ་མདུང་ཐུང་སུམ་བརྒྱ་ཡིས། རབ་ཏུ་ཤུགས་བྲག་པོར་བར་མ་  
ཆད་དུ་བཏབ་པའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་གང་ལགས་པ། དེས་ནི་སེམས་ཅན་དཔྱུལ་  
བའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཆུང་དུ་ལའང་། དཔེ་ཡི་ཕྱོགས་ཅོམ་མམ་འོལ་ཡང་མཚོན་  
པར་མི་བསྐྱིད་དེ་ཡི་ཆ་ཤས་ཅོམ་མམ་ཆར་ཡང་འགྲན་མི་ཤོད་དོ། །གསུམ་པ་  
ཡུན་ནི། བཤད་མ་ཐག་པ་དེ་ལྟར་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་པ་དག་ལོ་  
གངས་། རྩེ་བ་སྤྲུག་བརྒྱར་ཉམས་སུ་སྦྱོང་ཡང་ནི། ཇི་སྤྱིད་རྒྱུ་མི་དགོ་བའི་  
ལས་དེ་ཟད་པར་མ་གྱུར་པ། དེ་སྤྱིད་དུ་འཚོ་བའི་སྤྱིག་དང་འབྲལ་བར་མི་

འགྱུར་ཏེ་དེ་སྤྱིད་དུ་སྦྱང་བར་འགྱུར་རོ། །གཉིས་པ་དེའི་རྒྱ་སྤང་བ་ནི། གོང་  
བཤད་མི་དགའི་འབྲས་བུ་འདི་རྣམས་ཀྱི་ས་བོན་ནི། སློག་གཙོད་སོགས་ལྷན་  
དང་རྩོན་སོགས་ངག་དང་བརྒྱབ་སེམས་ཡིད་ཀྱི་ཉེས་སྤྱད་ཆེན་པོ་རྣམས་ཡིན་  
པས་རྒྱལ་པོ་ཁྱེད་ཀྱིས་ནི། ཅི་ནས་ཉེས་པ་དེ་ཡི་རྒྱལ་ཙམ་ཡང་མ་མཆིས་པ།  
དེ་ལྟར་ཉིད་ཀྱི་རྩལ་ཅི་ཡོད་གྱིས་འབད་པར་མཛོད་ཅིག་ཅེས་གདམས་པའོ། །  
གཉིས་པ་དུད་འགོ་ལ། སྤྱི་ཡི་སྤྱག་བསྐྱལ་དང་། བྱེ་བྲག་ཁ་འཐོར་གྱི་སྤྱག་  
བསྐྱལ་གཉིས། དང་པོ། དུད་འགོའི་སྤྱི་གནས་སུ་གཏོགས་པ་ན་ཡང་  
གཞན་གྱིས་གསོད་པ་དང་། ཞགས་པ་སོགས་ཀྱིས་བཅིངས་པ་དང་སྤྱག་  
སོགས་ཀྱིས་བརྒྱུག་པ་སོགས་མི་དང་མི་མིན་གྱི་གཞོད་པ་བྱས་པའི་སྤྱག་.....  
བསྐྱལ་སྤྲེལ་གསུམ་པ། ཞིབ་མཐུན་འདས་ཐོབ་འགྱུར་ཐར་ལམ་གྱི་དགོ་བ་  
སྤངས་པ་རྣམས་ལ་ནི། བྱིད་གནས་སོགས་གཅིག་ལ་གཅིག་བརྒྱུ་སྤྱི་  
ནམ་སྤྱག་བསྐྱལ་ཞིན་རྒྱ་མི་བཟད་པ་དང་ལྷན་པོ། །གཉིས་པ། རྒྱ་གནས་  
སོགས་དུད་འགོ་ཁ་ཅིག་ནི་མུ་ཏིག་དང་ལུག་སོགས་བལ་དང་སྤང་ཆེན་སོགས་  
རུས་པ་དང་ཐྲག་དང་། འཁྱལ་ཆེད་དུ་རི་དྲགས་སོགས་དང་སྤྱག་གཟིག་  
སོགས་པགས་པའི་ཆེད་དུ་འཆི་བར་འགྱུར། རང་དབང་མེད་པར་གཞན་དག་  
རྟོ་སོགས་རྒྱུ་པ་སྤྱི་རྒྱུ་དང་མ་ཉེ་སོགས་ལག་པ་དང་། བོང་བུ་སོགས་  
ལྷག་ཆེན་དང་སྤང་པོ་ཆེ་ལྷགས་རྒྱུ་དང་དབྱུག་པ་སོགས་གདབ་པས་སྤང་.....  
སོགས་བཏབ་སྟེ་བྱན་དུ་བཀོལ་བས་སྤྱག་བསྐྱལ་བར་འགྱུར་རོ། །གསུམ་པ་

ཡི་དྲགས་ལ། བསྟན་བཤད་གཉིས། དང་པོ། ཡི་དྲགས་སུ་སྐྱེས་ན་ཡང་  
འདོད་པས་ཐོངས་པ་ཡིས། བསྐྱེད་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་བར་མེད་པའམ་རྒྱུན་  
ཆགས་པ་བཅོས་སུ་མེད་པའམ་མི་འཆོས་པ། བཀའ་པ་དང་སྒྲོམ་པ་དང་  
དགུན་གང་བ་དང་སོས་ཀ་དྲོ་བ་དང་བས་ཕྱིར་རྒྱ་བས་ངལ་བ་དང་སྐྱེས་བུ་.....  
མཚོན་ཐོགས་པ་མཐོང་བ་སོགས་ཀྱིས་འཇིགས་པ་ཡིས། བསྐྱེད་པའི་སྤྱག་  
བསྐྱེད་ཤིན་ཏུ་མི་བབ་པ་བརྟེན་འཆོལ་ལོ། །གཉིས་པ་རྒྱས་བཤད་ལ།  
སྤྱག་བསྐྱེད་དང་། དེའི་རྒྱ་གཉིས། དང་པོ་སྤྱག་བསྐྱེད་དངོས་དང་། དེ་  
ཇི་ཅམ་སྤྱོད་པའི་ཡུན་གཉིས། དང་པོ། ཡི་དྲགས་ཁ་ཅིག་གི་ཁ་ནི་ཁ་བ་ཀྱི་  
མིག་ཅམ་དུ་རྒྱུང་ལ། ལྟོ་བ་ནི་རི་ཡི་གཏོས་ཅམ་དུ་ཆེ་བས་དགང་དཀའ་བས་  
བཀའ་པས་ཉེན་པར་རྒྱུར་ཏེ། སྤྱབས་སོགས་མི་གཙང་གི་ནར་ཏེ་དགོས་མེད་  
དུ་བོར་བ་རྒྱུང་བཤད་གང་། ཟ་བའམ་འཆོལ་བའི་མཐུ་དང་ལྡན་པ་མ་ལགས་  
སོ། །ཁ་ཅིག་ཕྱིའི་པགས་པ་དང་ནང་གི་རུས་པ་ནི་ལྷག་མར་ལུས་ཤིང་ཤ་  
སྐྱམ་པ་གོས་མེད་པའི་གཙེར་བུ་སྟེ། དཔེར་ན་ཤིང་ཏ་ལའི་ཡང་ཏོག་ཞེས་  
མགོའི་ཕྱེ་མོ་བསྐྱམས་པ་ལྟ་བུ་ལགས་སོ། །ཁ་ཅིག་མཚན་རེ་རེ་ཞིང་ཞེས་  
མཚན་མོ་ཐམས་ཅད་དུ་ཁ་ནས་མེ་འབར་བ་སྟེ། ཟས་སུ་བ་ན་ཡང་མེ་འབར་  
བཞིན་པའི་ཁར་བབས་པའི་བྱེ་མ་འཆོལ་ཏེ་བའོ། །སྤྱད་པའི་རིགས་སུ་གནས་  
པ་འགའ་ཞིག་ནི་རྒྱག་དང་ཕྱི་ས་སྟེ་དྲི་ཆེན་དང་། ལྷག་སོགས་མི་གཙང་བ་  
ཡང་མི་རྟེན་དེ། སྤང་སེམས་ཀྱིས་ཐོབ་སོགས་ཐོགས་ནས་ཕན་ཚུན་གཤོང་།

དུ་འཛོག་པའམ་བརྟེན་ཅིང་མགྲིན་པ་ནས། ལྷ་བ་བྱུང་བ་སློན་པའི་རྣམ་ཐུག་  
བའམ་འཛུལ་ལོ་སྟེ་དེས་སྟོན་འཛོལ་བའོ། །ཡི་དྲགས་རྣམས་ལ་ཆ་བ་དང་  
ལྷན་པ་སོས་ཀའི་དུས་སུ་ནི། ལྷ་བའང་ཆ་བར་ལྷུར་ནས་གདུང་བ་བསྐྱེད་ལ་  
དགུན་གང་དུས་སུ་ནི་ཉི་མའང་གང་བར་སྤང་ཞིང་། ལྷོན་ཤིང་བཟང་པོའང་  
འདིས་མཐོང་ཆོའལྟས་བྱ་མེད་པར་འལྱར་ཞིང་འདི་དག་གིས། བསྟུན་པ་  
ཅམ་གྱིས་ཆུ་སྤྱང་ཡང་བསྐྱུལ་པར་འལྱར་རོ། །གཉིས་པ། དེ་ལྟར་བར་ཆད་  
པ་མེད་པར་སྟུག་བསྐྱུལ་ལ་བསྟེན་པར་ལྷུར་པ། ཉེས་པར་སྐྱོད་པའི་ལས་གྱི་  
ཞགས་པ་ནི། ཤིན་ཏུ་སྔ་བས་བཅིངས་པའི་ལུས་ཅན་ལ་ཅིག་ལོ་ཡི་གངས།  
ལྷ་སྟོང་དག་དང་ཁྱིམ་ཡང་འཆི་བར་མི་འལྱར་ཏེ་སྟུག་བསྐྱུལ་ཉམས་སུ་སྐྱོང་...  
ངོ། །གཉིས་པ་དེའི་རྒྱ་ནི། དེ་ལྟར་ཡི་དྲགས་རྣམས་ཀྱིས་བགྲུས་སྒྲིམ་  
སོགས་སྤྲོ་ཚོགས་པའི། སྟུག་བསྐྱུལ་དོན་མཐུན་དུ་འམ་རོག་ཅིག་ཐོབ་པ་གང་  
ལགས་པ། དེ་ཡི་རྒྱ་ནི་སྐྱེ་བོ་འཇུངས་པ་ལ་དགའ་བ་སྟེ་བདག་ལ་ཅི་ཡང་  
མེད་དོ་སྒྲིམ་པ་ཅན། སེར་སྤྲོ་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཆོས་མིན་པ་དེ་ཉིད་  
ལགས་པར་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་ཏེ། སྤྱད་པ་ལས། སེར་སྤྲོ་ཅན་ནི་  
ཡི་དྲགས་གནས་སུ་སྐྱེ་བར་འལྱར། ཅི་སྟེ་མིར་སྐྱེ་ན་ཡང་དེ་ཆོད་བྱུལ་པོར་  
འལྱར། ཞེས་སོ། །བཞི་པ་ལྷ་ལ། བསྟེན་བཤད་གཉིས། དང་པོ།  
མཐོང་རིས་འདོད་པའི་ལྷ་འི་སྐྱེ་བ་ཐོབ་ན་ཡང་ལོངས་སྟོང་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་...  
ཐམས་ཅད་ལ་སྐྱོད་པའི་བདེ་བ་ཆེན་པོ་ཡོད་མོད་ཀྱི་དེ་དག་གི་སྟོབས་ལས།

འཆི་འཕོ་བའི་དུས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཉིད་ནི་སྤར་གྱི་བདེ་བའི་ཚད་དེ་བས་སྟོབས་  
ཆེནོ། །དེ་ལྟར་བསམ་ནས་ཡ་རབས་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི། བདེ་བ་མི་  
བརྟན་པས་ཟད་པར་འགྱུར་པའི་མཐོ་རིས་ཀྱི་སྤྲད་དུ་སྟེད་པར་མི་བགྱིའོ། །  
གཉིས་པ། ལྷ་རྣམས་འཆི་བར་གྱུར་པ་དེའི་ཆོ་ལུས་ཀྱི་ཁ་དོག་མི་སྤྱག་པར་  
འགྱུར་བ་དང་། རང་གི་སྟན་ལ་སྤར་རིམ་ཅན་བསྐྱེད་ཀྱང་མི་སྟོབས་ལ་དེའི་དུས་  
སྤྱི་དགའ་ཞིང་རྒྱན་གྱི་མེ་དོག་གི་སྟེང་བརྟེན་པར་གྱུར་པ་དང་། གོས་ལ་  
དྲིམ་ཆགས་པ་དང་ལུས་མཚན་ཁུང་སོགས་ལས་ནི། སྟོན་ཆད་མེད་པའི་  
རུལ་འབྱུང་བ་ཞེས་བགྱི་བ། མཐོ་རིས་ཀྱི་ལྷ་རྣམས་ལ་འཆི་འཕོ་སྟོན་པར་  
བགྱིད་པའི་འཆི་བའི་ལྟས་ལ། ལྷ་ཡུལ་ན་གནས་པའི་ལྷ་རྣམས་ལ་འབྱུང་སྟེ།  
དཔེར་ན་ས་སྟེང་གི་མི་རྣམས་འཆི་བར་གྱུར་པ་དག་གི་ཆོ། སྟོན་པར་བྱེད་  
པའི་འཆི་ལྟས་རྣམས་དང་འབྲེལ། །དེར་མ་ཟད་ལྷ་ཡི་འཇིག་རྟེན་དག་ནས་ཤི་  
འཕོས་པ་རྣམས་ལ། གཤམ་ཏེ་མཐོ་རིས་སུ་སྟེ་བའི་རྒྱ་དགོ་བའི་སྤྱག་མ་འགའ་  
མེད་པ་ན། དེ་ནས་རང་དབང་མེད་པར་དུད་འགོ་དང་ཡི་དྲུགས་དང་།  
དཔྱལ་བར་གནས་པ་ལས་གང་ཡང་རུང་བར་སྟེ་ཞིང་སྤྱག་བསྐྱེད་མྱོང་བར་  
འགྱུར་རོ། །ལྷ་པ་ལྷ་མིན་གྱིས་སྤྱག་བསྐྱེད་ནི། ལྷ་མིན་གྱི་སྟེ་གནས་དག་  
ནང་སྤྱག་དོག་གི་རྒྱ་མཐུན་གྱི་ལས་ཀྱིས་རང་བཞིན་གྱིས་ལྷ་ཡི། དཔལ་ལ་  
སྤང་ཕྱིར་ཡིད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཆེ་སྟེ་སྤྱག་དོག་གིས་ཡིད་མི་བདེ་བསྟེད་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །ལྷ་མིན་གྱི་འགོ་བ་དེ་དག་སྟོ་དང་ལྷན་ཡང་རྣམ་སྤྲིན་ནས་འགོ་བ་



ཡི། སྤྱི་བ་པས་རྟེན་དེ་ལ་བདེན་པ་མཐོང་བ་མ་མཆིས་སོ། །གཉིས་པ་དེ་  
ལྟར་ཤེས་ནས་སྐྱེ་བ་བསྐྱོག་པར་གདམས་པ་ལ། སྐྱེ་བ་བསྐྱོག་དགོས་པའི་རྒྱ་  
མཚན། རྒྱ་མཚན་དེས་ན་སྐྱེ་བ་བསྐྱོག་པ་ལ་དྲག་ཏུ་འབད་པར་གདམས་པ་  
གཉིས། །དང་པོ། འཁོར་བ་ཡི་རང་བཞིན་ནམ་སྐྱོན་ལག་མ་ཐག་པ་དེ་  
འདྲ་བ་ལགས་པས་ལྟ་མི་དང་། དཔྱུལ་བ་ཡི་དྲགས་དུད་འགོ་རྣམས་ཀྱི་  
གནས་རིས་དེ་དག་ཏུ། སྐྱེ་བ་འདི་ནི་བཟང་པོ་མ་ལགས་ཀྱི་དེར་སྐྱེ་བ་ནི།  
འཇིགས་དང་སྤྱུག་བསྐྱེལ་སོགས་གཞོད་པ་དུ་མའི་སྒོ་དུ་འགྱུར་བ་ལགས་་་་  
པས་དེ་ལྟར་མཐུན་པར་མཛོད་ཅིག །གཉིས་པ། དེའི་ཕྱིར་རང་གི་མགོ་འཕ་  
གོས་ལ་སྒོ་བྱར་དུ་མེ་ཤོར་ན་སྤྱུར་དུ་བསྐྱོག་པ་ལ་འབད་དགོས་པ་ཡིན་ཡང་།  
འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་ཤེས་པའི་མཁས་པས་ནི་མེ་དེ་དག་བསྐྱོག་ཕྱིར་རྩོལ་་  
བའི་བགྱི་བ་དེའང་བཏང་ནས་ཀྱང་། ལུས་སྒོག་ལ་མི་ལྟ་བའི་བརྩོན་འགྲུས་  
ཀྱིས་ཡང་སྤྲིད་མེད་པར་བགྱི་བ་སྐྱེ་བ་བསྐྱོག་པའི་སྒྲིད་དུ་རྩོལ་བའི་ཐབས་་་  
འདི་ལ་འབད་འཚལ་ཏེ། ཡང་སྤྲིད་མེད་པར་བགྱི་བ་དེ་བས་ཆེས་མཚོག་ཏུ་  
གྱུར་པའི་དགོས་པ་གཞན་ནམ་མཆིས་པས་སོ། །གཉིས་པ་རྣམས་བྱང་སྤྱོད་གས་ལ་  
འདུག་པའི་རྩོལ་ལ། འབྲས་བུ་ཐར་པ་ལ་ཡིད་ཆེས་པར་བྱ་བ་དང་། རྒྱ་  
ལམ་བདེན་ཉམས་སུ་ལེན་པ་གཉིས། དང་པོ། རྒྱ་རྩོལ་ཁྲིམས་དག་དང་  
བསམ་གཏན་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཏེ་བསྐྱེལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་གསུམ་གྱིས། འབྲས་བུ་  
སྤྱང་ན་ལས་འདས་པ་ཞེས་སྤྱུག་བསྐྱེལ་ནི་ཞིང་སྤྲིད་པར་ཀུན་སྒྲོམ་གྱི་ལས་་་་

མེད་པས་དུལ་བ་ཉོན་མོངས་པའི་ངྷི་མ་མེད་པའི། གོ་འཕང་མི་རྒྱ་མི་འཆི་བ་  
སྟེ་རྒྱ་ཤི་མེད་པས་ནམ་ཡང་བད་མི་ཤེས་པའམ་མི་འཚལ་བ། སྤྱི་རོལ་པས་  
བཏགས་པའི་ཐར་པ་གཟུགས་ཅན་ས་ཚུ་མེ་རླུང་ཉི་ཟླ་ལྟ་བུའི་བཅ་པོ་དང་བྲལ་  
བ་དེ་ཐོབ་པར་མཛོད་ཅིག ། འདི་ལ་ཞིབ་ལྷག་མེད་མུང་འདས་བླ་བཅས་  
ཀྱི་མུང་པོ་འགག་པ་དང་། དུལ་བ་ལྷག་བཅས་མུང་འདས་དབང་པོ་དུལ་བ་  
དང་། གཉིས་ཀ་ཡང་ཉོན་མོངས་པ་མེད་པས་ངྷི་མ་མེད་པ་སོགས་ཀྱི་དོན་དུ་  
བཤད་ཀྱང་རུང་རོ། །གཉིས་པ་ལ། མཐོང་ལམ་དང་། བསྐྱོམ་ལམ་  
བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། ལམ་གྱི་ངོ་བོ་བྱང་ཆུབ་ཡན་ལག་བདུན་  
བཤད་པ། དེ་ལས་བྱེ་བྲག་ཞི་གནས་དང་འབྲེལ་བར་ཤེས་རབ་བཅ་མོའི་རྣལ་  
འབྱོར་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ། མཐོང་ལམ་གྱི་སྐབས་སུ་དམིགས་པ་མི་  
བརྟེན་པའི་བྲན་པ་དང་ཆོས་རབ་རྩ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཤེས་རབ་དང་སྤྱང་དོར་  
ལ་འབད་པའི་བརྩོན་འགྲུས་དང་། ཡིད་བདེ་བའི་དགའ་བ་དང་ལྷུས་སེམས་  
ལས་རུང་གི་ཤིན་རྩ་སྤྱངས་པ་དང་སེམས་རྩེ་གཅིག་པའི་ཉིང་ངེ་འཛོན་དང་།  
བྱིང་མོད་དང་བྲལ་བའི་བཏང་སྟོམས་ཏེ་འདི་བདུན་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་...  
ཅས་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་བྱང་ཆུབ་ནི་མུང་འདས་དང་ཡན་ལག་ནི་དེའི་རྗེས་སུ་  
མཐུན་པ་སྟེ་དེ་སྐབས་པའི་ཐབས་སུ་གྱུར་པའམ་ཡང་ན་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་...  
ཤེས་རབ་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ངོ་བོ་ཡིན་པས་རང་བཞིན་གྱི་དང་བྲན་པ་ནི་དེའི་གནས་  
ཀྱི་དང་བརྩོན་འགྲུས་ནི་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་དང་དགའ་བ་ཕན་ཡོན་གྱི་དང་།

ལྷག་མ་གསུམ་ཉོན་མོངས་མེད་པའི་ཡན་ལག་གོ། །དེས་ན་དེ་བདུན་པོ། །  
མྱུངན་ལས་འདས་པ་ཐོབ་པར་བགྱིད་པའི་དགེ་བའི་ཚོགས་ལགས་སོ། །  
གཉིས་པ་ལ། བསྟན་བཤད་གཉིས། དང་པོ། ཚོས་རབ་རྒྱུ་འབྱེད་གྱི་  
ཤེས་རབ་མེད་པར་ཐར་པ་མཚོག་གི་རྒྱུར་རྒྱུར་པའི་བསམ་གཏན་ཡོད་པ་མིན་  
ཏེ་ཤེས་རབ་གྱིས་རྟོགས་པའི་དོན་ལ་མཉམ་པར་འཛོག་དགོས་པའི་ཕྱིར།  
བསམ་གཏན་མེད་པར་ཡང་ནི་རྒྱུ་གྲོལ་གྱི་ལམ་ཡང་དག་པའི་ཤེས་རབ་མེད་  
དེ་སེམས་མཉམ་པར་བཞག་པ་ལས་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་ཤེས་པ་འབྱུང་  
བའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་གང་ཟག་གང་ལ་ཤེས་ཏིང་ངམ་ནི་ལྷག་དེ་གཉིས་ཟུང་  
འབྲེལ་དུ་ཡོད་པས་ནི་སྤྲིད་པ་ཡི། རྒྱུ་མཚོ་ཆེན་པ་ཐ་གྲུ་མི་མཛོན་པ་འདི་ཡང་  
ཆུང་དུ་བསྐྱམས་པར་སྒྲིབ་གནས་རྗེས་ཀྱི་ཆུ་ལྟ་བུར་ཤེས་པ་འཕྲུལ་འཚལ་བར་བགྱི་  
སྟེ་ནི་ལྷག་ལྟར་པའི་གང་ཟག་དེ་སྟོབས་དང་ལྟན་པའི་ཕྱིར་དེ་ལ་འཁོར་བའི་རྒྱ་  
མཚོ་སྐྱེམ་པར་བྱ་མི་དགའ་བས་སོ། །གཉིས་པ་ལ། སྤྱད་བྱ་གནས་ཚུལ་ལ་  
ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་ཞུགས་པའི་ལུང་མ་བསྟན་པའི་ལྟ་བུ་བཤད་པ། གཉེན་པོ་ཡང་  
དག་པའི་གནས་ལུགས་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་དོན་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ།  
བདག་དང་འཛིག་རྟེན་རྟག་མི་རྟག་གཉིས་ཡིན་གཉིས་མིན་ཏེ་སྟོན་མཐའ་ལ་  
བརྟེན་པ་བཞི། དེ་གཉིས་མཐའ་ལྟར་ཡིན་མིན་གྱི་མུ་བཞི་ཕྱི་མཐའ་ལ་བརྟེན་  
པ་དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་གྲོང་པན་ཆད་འབྱུང་མི་འབྱུང་གི་མུ་བཞི་མུང་  
འདས་ལ་བརྟེན་པ་དང་ལུས་སྟོག་གཅིག་ཐ་དད་གཉིས་བཅས་ལུང་མ་བསྟན་པ་

བཅུ་བཞི་ཞེས་འཛིན་རྟོག་ན། སྟོན་མཆོག་ཉི་མའི་གཉེན་གྱིས་རབ་རྒྱ་  
གསུངས་པ་གང་དག་ལགས་པ། དེ་དག་རྣམས་ལ་དེ་དང་དེའི་ཚུལ་བསམ་  
པར་མི་བགྱི་སྟེ། དེ་ཡིས་སློ་ནི་ཞི་བར་བགྱིད་པ་མ་ལགས་ཏེ་མགོ་ཚྩངས་  
ཞིང་ཡིད་ཐང་ཆད་པར་འགྱུར་རོ། །འདིར་ལུང་མ་བསྟན་ཞེས་པ། རོན་འདི་  
དག་སྤྱི་རོལ་པས་བདག་རྟག་པ་ལས་བརྩམས་ཏེ་དེ་བུས་པས་ན་བྱུང་གཞི་...  
བདག་མེད་པ་ལ་བྱུང་ཆོས་ལུང་བསྟན་དུ་མེད་པ་དང་། བདག་བཀའ་ན་ཡང་  
རོན་དུ་མི་འགྱུར་བ་ལ་དགོངས་ནས་དེ་བུ་དེ་དག་གི་ལན་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པས་  
དེ་སྐད་དུ་ལག་དོ། །གཉིས་པ་ལ། རྟོན་འབྲེལ་དངོས་དང་། དེའི་ཆེ་བ་  
བརྗོད་པ་གཉིས། དང་པོ། འོ་ན་རྩི་ལྟར་བསམ་པར་བྱ་ཞེ་ན། བདག་མེད་  
པའི་རོན་མ་རྟོགས་པའི་མ་རིག་པ་ལས་ལས་འདུ་བྱེད་པ་འབྱུང་ཏེ་དེ་ལས་ནི།  
ས་བོན་དང་འཕེན་པའི་རྣམ་ཤེས་འབྱུང་ཞིང་དེ་ལས་ཚོར་འདུ་སོགས་མིང་བཞི་  
དང་རྩུར་རྩུར་པོ་སོགས་གཟུགས་རབ་རྒྱ་འབྱུང་ཞིང་། དེ་ལས་མིག་སོགས་  
ནང་གི་སྦྱེ་མཆེད་དུག་སྟེ་དེ་ལས་ནི། ཡུལ་དབང་ཤེས་གསུམ་འདུས་ཏེ་རིག་  
པ་དུག་ཀུན་རྒྱུང་བར་བྱབ་པས་གསུངས་སོ། །རིག་པ་ལས་ནི་ཚོར་བ་  
བདེ་སྦྱུག་སོགས་ཀུན་འབྱུང་སྟེ། ཚོར་བའི་གཞི་ལས་འབྱུག་ལྡོག་གི་སྟེད་པ་  
འབྱུང་བར་འགྱུར། སྟེད་པ་ལས་ནི་རོན་དེའི་སྤྱིར་རྒྱུག་པ་ལེན་པ་སྟེ་བར་  
འབྱུར་བ་སྟེ། དེ་ལས་ལས་འདུ་བྱེད་པའི་སྤྱིད་པ་འབྱུང་ཞིང་སྤྱིད་པ་ལས་སྤྱི་  
མའི་སྟེ་བ་འབྱུང་བ་ལགས་སོ། །སྟེ་བ་ཡོད་ན་སྤྱི་དང་དང་ན་བ་དང་ག་བ་

དང་། འདོད་པས་ཐོངས་པ་དང་འཆི་བ་དང་འཇིགས་པ་དང་སྤྲེ་སྤྲུགས་དང་  
ཡིད་མི་བདེ་བ་སོགས་ཀྱི། སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཕུང་པོ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་འབྱུང་སྟེ།  
མ་རིག་པ་འགགས་པས་འདུ་བྱེད་འགགས་པ་ནས་སྐྱེ་བ་འགགས་པའི་བར་དུ་  
འབྱུར་ལ། སྐྱེ་བ་འགག་པས་ཐུང་ན་སོགས་སྤྱག་བསྐྱེད་འདི་ཀུན་འགག་  
པར་འབྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ། ཇི་སྐྱེད་བཤད་པའི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་  
འབྱུང་བ་འདི་ནི་རྒྱལ་བ་ཡི། གསུང་གི་མཛོད་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་དངོས་པོ་མང་པོ་  
རྣམས་ཀྱི་ནང་ན་གཙུག་པའི་དོན་ཟབ་མོ་ཞོར་བུ་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་ལྟ་བུ་སྟེ།  
གང་གིས་རྟེན་འབྲེལ་ཀྱི་ཚུལ་འདི་ནི་ཡང་དག་པར་མཐོང་བ་དེས། ཤེས་རབ་  
ཀྱི་མིག་གིས་སངས་རྒྱས་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རིག་པ་རྣམ་པ་མཆོག་གི་……  
བདག་ཉིད་མཐོང་བ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་བསྐྱོམ་ལམ་ལ། ལམ་ཀྱི་ངོ་བོ་  
འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་བཤད་པ། དེ་ལམ་ཡིན་ཚུལ་བཤད་པ།  
ལམ་དེ་ཡི་གཙོ་བོ་བདེན་བཞི་མཐོང་བའི་ཤེས་རབ་ལ་གདམས་པ་གསུམ།  
དང་པོ། སྤར་མཐོང་ལམ་དུ་རྟོགས་ཟིན་ཡོངས་སུ་གཙོད་པ་ཡང་དག་པའི་ལྟ་  
བ་དང་དེ་བཞིན་དུ་ལོག་འཆོ་སྤང་བའི་འཆོ་བ་དང་ལམ་སྒྲོམ་པ་ལ་ཚུལ་བ་དང་།  
བརྗེད་པ་མེད་པའི་བྱན་པ་དང་སེམས་ཚུ་གཅིག་པའི་ཉིང་འཛིན་དང་རྟོགས་དོན་  
གཞན་ལ་འདོམས་པའི་ངག་དང་འཕགས་པས་སྟོག་གཙོད་སྤང་བ་སོགས་རྣམ་  
པར་དག་པའི་ལས་ཀྱི་མཐའ་དང་། ཆོས་སྟོན་པ་སོགས་ཀྱི་ངག་དེ་ཉིད་ཀུན་  
ནས་སྒྲོང་བྱེད་ཡང་དག་པའི་རྟོག་པ་ཉིད་བཅས་འཕགས་པའི་ལམ་ཀྱི་ཡན་ལག་

བརྒྱད་དེ། འདིས་སྤང་བྱ་སྤངས་ཤིང་རྣམ་གྲོལ་མངོན་དུ་བྱེད་པས་འཕགས་  
པའི་ལམ་དང་དེ་ལས་ལྷ་བའི་ཡོངས་སུ་གཙོད་པ་དང་། རྟོག་པའི་གཞན་ལ་  
གོ་བར་བྱེད་པ་དང་། ངག་ལས་མཐའ་འཛོལ་གསུམ་ཅི་གཞན་ཡིད་ཆེས་  
པར་བྱེད་པ་དང་། ལྷག་མ་གསུམ་ཅི་སྦྱིབ་པ་སྦྱོང་བའི་ཡན་ལག་ཡིན་པས་  
ཡན་ལག་ཞེས་བྱ། འདི་བརྒྱད་པོ་ཅི་ཞི་བར་རྟེ་མུང་འདས་ཐོབ་པར་བགྱི་བའི་  
སྤང་དུ་བསྐྱོམ་པར་བགྱི་ལོ། །གཉིས་པ། སྦྱོང་བ་འདི་ཅི་སྤྱད་བསྐྱུལ་བ་དེན་  
པའི་མཚན་གཞི་ཡིན་ཞིང་སྤྱིད་པ་ལ་སྤྱེད་པ་ཞེས་བགྱི་བ། དེ་ཅི་སྦྱོང་བ་དེ་ཡི་  
འབྲུག་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཀུན་འབྱུང་ཡིན་ལ་དེ་ཅི་རྒྱ་ཆེན་རྟེ་ཞེས་སྤྱིད་པ་སྦྱོ་ཚོགས་རྒྱུན་  
ཆད་མེད་པར་འབྱུང་བའོ། །སྤྱད་ཀུན་འདི་གཉིས་པོ་གཏན་དུ་འགོག་པའི་  
ཐར་པ་ལགས་རྟེ་ཐར་པ་དེ་ཉིད། འཐོབ་པར་བགྱིད་པའི་ལམ་ཅི་འཕགས་  
ལམ་ཡན་ལག་དེ་བརྒྱད་པོ་ལགས་སོ། །གསུམ་པ། བཤད་མ་ཐག་པ་དེ་  
ལྷར་འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་པོ་དག་གི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད། མཐོང་བར་བགྱི་  
བའི་སྤང་དུ་རྟོག་རྟེ་ལམ་སྐྱོམ་པ་ལ་བརྩོན་པར་བགྱི་ལོ། །གསུམ་པ་དེ་དག་  
ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་ལ་དབྱགས་དབྱུང་བ་ལ། རྟེན་དམན་ཡང་འབྲུག་པའི་སྐོ་  
ནས་དབྱགས་དབྱུང་བ། ཉམས་ལེན་ཉུང་ཉུང་བའི་སྐོ་ནས་དབྱགས་  
དབྱུང་བ། དེ་ལས་རྩས་ཆད་ཉམས་སུ་སྤང་ཚོག་པའི་དབྱགས་དབྱུང་བ་  
གསུམ་པ། དང་པོ། བདག་སྦྱིམ་པས་འཕགས་པའི་བདེན་པ་མཐོང་མི་རྩས་  
སྦྱིམ་ན། བང་ན་དཔལ་གནས་ཞེས་བྱ་དང་རྒྱུང་མ་ཤོར་དབྱིག་སོགས་མ་སྤང་

པར་མདུན་ནག་ནས་བཞིན་དུ་བྱིས་པ་རྣམས་གྱིས་ཀྱང་། སྤང་དོར་ཤེས་པས་  
ཉོན་མོངས་པའི་ཆུ་བོ་ལས་བཀལ་བ་ཡིན་གྱི་གཞན་དུ་མིན་ནོ། །གང་སུ་དག་  
དམ་པའི་གོ་འཕང་གི་ཆོས་མངོན་དུ་བགྱིས་པ་རྒྱལ་བ་དང་དབང་བཅོམ་པ་ཆེན་  
པོ་དེ་དག་ཀྱང་། ཇི་ཞིག་ན་ཆར་བཞིན་དུ་གནས་ལས་བབས་པ་མ་ལགས་ལོ་  
ཏྲོག་བཞིན་དུ། ས་རུམ་ནས་འཐོན་པ་མ་ལགས་ཏེ་འཕགས་པ་དེ་དག་ཀྱང་  
སྤོན་གྱི་དུས། ཉོན་མོངས་ལ་རག་ལས་པའམ་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་དུ་སྦྱར་  
པ་སོ་སའི་སྒྲེ་བོར་བས་ཏེ་སོ་སྒྲེར་ངེས་ལ། དེས་ན་བདག་ཉིད་གྱིས་ཀྱང་ལམ་  
བསྐོས་ན་ཉོན་མོངས་པའི་འཆིང་བ་དེ་ཀུན་གྲོལ་ནས་འཕགས་པ་རྣམས་ཇི་ལྟ་བ་  
བཞིན་དུ་འབྲས་བུ་མངོན་སུམ་དུ་བསྐྱེད་པ་ཡོད་དོ་ཞེས་སོ། །གཉིས་པ།  
གཞན་གྱིས་བསྐྱེད་ས་པ་དང་བྲལ་བ་ཞེས་པས་ཆོལ་གྱིས་བག་ཚ་བ་མེད་པ་ལ་  
མང་དུ་གསོལ་ཅི་འཆོལ་ཏེ་ཅི་ཞིག་དགོས། སུན་པའི་གདམས་ངག་དོན་གྱི་  
སྤྱིང་པོ་ནི་འདི་ལགས་ཏེ། ཁྱོད་གྱིས་ཐུགས་དུལ་བར་མཛོད་ཅིག་བཅོམ་ལྷན་  
འདས་གྱིས་ཀྱང་། སེམས་ནི་ཆོས་ཀྱི་རྩ་བ་ལགས་པར་གསུངས་ཏེ།  
སེམས་དུལ་བ་ནི་ལེགས་པ་སྟེ། སེམས་དུལ་བས་ནི་བདེ་བར་འདྲེན། ཞེས་  
སོ། །གསུམ་པ་ནི། རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ལ་གོང་དུ་དེ་སྐད་གདམས་པ་གང་ལགས་  
པ་དེ། བས་པར་ཏེ་མཐའ་དག་བྱིས་སྤང་བ་དགོ་སྤོང་གིས་ཀྱང་བགྱི་བར་  
དག་འན། རྒྱལ་སྤྱིད་ལ་གཡེང་བ་ཁྱོད་གྱིས་ལྟ་ཅི་སྟོན་ཏེ་འོན་ཀྱང་ལུས་ཆོད་  
བྱས་ཏེ་འདི་ལས་གང་ཞིག་སྟོད་པའི་ངོ་བོ་དེའི། ཡོན་ཏན་བསྟེན་པས་སྒྲི་ཆོ་

དོན་ཡོད་པར་མཛོད་ཅིག      །གསུམ་པ་ཐ་མར་དགོ་བ་མཆུག་གི་དོན་ལ།  
རྗེས་སུ་ཡི་རང་དང་བསྟོ་བའི་ཚུལ་ལ་གདམས་པ་དང་།      གོང་གི་ལམ་དང་  
འབྲས་བུའི་དོན་ཐམས་ཅད་བསྟུ་བའི་སྒྲོ་ནས་གདམས་པ་གཉིས།      དང་པོ་ལ།  
བསྟོ་བ།      དེའི་འབྲས་བུ་གཉིས།      དང་པོ།      གཞན་སྐྱེ་འཕགས་ཀུན་གྱི་ཟག་  
བཅས་ཟག་མེད་ཀྱི་དགོ་བ་ཀུན་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བར་བྱ་ཞིང་།      ཉིད་ཀྱིས་སྒྲོ་  
གསུམ་གྱི་ལེགས་པར་སྦྱད་པ་རྣམས་པ་གསུམ་པོ་ཡང་།      གཞན་དོན་དུ་སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཉིད་ཐོབ་པར་བཟུང་བའི་སྤྲད་དུ་ཡོངས་སུ་བསྟོས་ནས་ཐེག་...  
ཆེན་གྱི་སྦྱབ་པ་སྤྲོ་བ་མེད་པས་ཀུན་ཏུ་དོན་ཡོད་པར་མཛོད་ཅིག      །གཉིས་པ་ལ།  
གནས་སྐབས་ལམ་གྱི་འབྲས་བུ་དང་།      མཐར་ཐུག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་འབྲས་བུ་  
གཉིས།      དང་པོ།      དེ་ལྟར་འཁོར་གསུམ་ཡང་དག་གིས་དགོ་བ་བསྟོས་ནས་  
དགོ་བའི་ཕུང་པོ་རྒྱ་ཆེན་པོ་འདི་ཡིས་ཁྱོད།      ལམ་སྦྱབ་པའི་གནས་སྐབས་སུ་  
སྐྱེ་བ་དཔག་ཏུ་མེད་པར་ལྷ་དང་མི་ཡི།      འཛིག་རྟེན་རྣམས་སུ་སྦྱེས་ཏེ་ཀུན་གྱི་  
ལམ་བསྟོམ་པའི་རྣལ་འབྱོར་ཉིད་མི་ཡི་དབང་པོས་མདོན་དུ་མཛོད་ནས་ཀྱང་།  
ལམ་སྟོབ་པའི་སྐབས་སུ་རི་ལྟར་འཕགས་པ་སྦྱན་རས་གཟིགས་དབང་གི་སྦྱོང་  
པ་ཡིས།      འགྲོ་བ་ཉམ་ཐག་མང་པོ་མཐའ་ཡས་པ་རྗེས་སུ་བབྱུང་སྟེ།      སྦྱིང་  
རྗེའི་དབང་གིས་འཛིག་རྟེན་དུ་ཡང་དང་ཡང་དུ་འབྱུངས་ནས་འགྲོ་བའི་ན་བ་...  
དང་རྒྱ་བ་དང་འདོད་ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་སོགས་ཉེས་པའི་སྦྱོན་རྣམས་བསལ་...  
བར་མཛོད་ཏེ་ཞེས་སོ།      །གཉིས་པ།      མཐར་ཐུག་མི་སྟོབ་པའི་དུས་སུ་རང་



ཉིད་གྱིས་བབྱང་བའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་དུ་དཔེར་ན་བཅོམ་ལྷན་འདས། འོད་  
དཔག་རྒྱ་མེད་པ་དང་འབྲ་བར་འཇིག་རྟེན་གྱི། མགོན་པོ་འཁོར་བ་ཇི་སྲིད་བར་  
གནས་ནས་སྐྱོ་ཆོད་པག་རྒྱ་མེད་པར་མཛོད་ཅིག །གཉིས་པ་གོང་གི་ལམ་  
འབྲས་བུའི་དོན་བསྐྱུས་ཏེ་གདམས་པ་ནི། ཤེས་རབ་དང་ཚུལ་བྱིམས་དང་  
གཏོང་བ་ལས་འབྱུང་བའི་གྲགས་པ་ཆེན་པོ་ཉིས་པའི་དྲི་མ་མེད་པ་ཡིས། ལྷ་  
ཡུལ་ནམ་མཁའ་དང་ནི་ས་སྤྱང་མིའི་ཡུལ་ཀུན་རྒྱ་བྱུང་པའམ་རྒྱས་པར་མཛོད་  
ནས། ས་ལ་གནས་པའི་མི་དང་མཐོ་རིས་ཀྱི་ལྷ་རྣམས་ནི་ལྷ་འོ་ན་རྒྱུང་མཆོག་  
བསྟེན་ནས། ལྱས་སེམས་བདེ་དགས་རབ་རྒྱ་དགའ་བ་རྣམས་ཆགས་པ་ལས་  
སེམས་ངེས་པར་རབ་རྒྱ་ཞི་བར་མཛོད་དེ། ཉོན་མོངས་སྤྱད་བསྐྱུལ་གྱིས་ཉམ་  
ཐག་པའི་སེམས་ཅན་ཆོགས་ཀྱི་འཇིག་པ་དང་སྐྱེ་བ་དང་། འཆི་བ་རྣམས་ཞི་  
བར་མཛོད་པ་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་མཆོན་དཔའི་  
བདག་ཉིད་ཀྱི་གཟུགས་སྐྱེ་ཉིད་གཞན་དོན་དུ་བརྟེན་ནས། རང་དོན་ཞི་བཅོས་  
ཀྱི་སྐྱེ་འཇིག་རྟེན་ཀུན་རྟོག་གི་ཡུལ་ལས་འདས་པའི་སྐྱེ་སོགས་ཀྱི་མིང་ཅམ་...  
ཡང་ཞི་ལ་འཆི་སོགས་ཀྱི་གཞོད་པས་བྱིལ་གྱིས་མི་དོན་པས་མི་བསྐྱེདས་པ།  
ཀྱ་བའི་གཞོད་པ་མེད་པས་མི་བགྲོས་ཤིང་ནད་སོགས་ཀུན་ཀྱི་ཅོངས་པ་མི་...  
མངའི་གོ་འཕང་མཆོག་བརྟེན་པར་མཛོད་ཅིག་ཅེས་གདམས་པའོ། །བཞི་པ་  
མཐུག་གི་དོན་ལ། མཛོད་བྱང་དང་། འབྱུང་བྱང་གཉིས། དང་པོ།  
བཤེས་པའི་སྤྱིང་ཡིག་སློབ་དཔོན་འཕགས་པ་ལྷ་སྐྱབ་གྱིས་མཛོད་པོ་རྒྱལ་པོ་...

བདེ་སྤྱོད་ལ་བསྐྱར་པ་རྫོགས་སོ། །གཉིས་པ། རྒྱ་གར་གྱི་མཁའ་པོ་སའ་རྒྱ་  
དེ་མ་སྟེ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་ལྷ་དང་། ལུ་ཆེན་གྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་ཆེན་པོ་བན་དེ་ག་  
བ་དཔལ་བཅེགས་གྱིས་བསྟན་པ་སྤྲད་ཀྱི་དུས་སུ་བསྐྱར་ཅིང་ལུས་ཏེ་གཏན་  
ལ་པབ་པའོ། །ས་བཅད་གྱི་མཐུག་གི་མཛད་བྱང་ནི། གང་ལ་མཉམ་པར་  
བཞག་པའི་སྤྱིང་དབུས་སུ། །མཚུངས་མེད་ཞི་བའི་རོ་མཆོག་རབ་མྱོང་  
བཞུ། །སྤྱིད་པའི་རིམས་ནད་སེལ་བའི་བདུན་ཅི་ཆེ། །འཕགས་མཆོག་མགུལ་  
གྱི་བུམ་པ་ལས་ཐོན་པ། །འདི་ལ་རང་དང་གཞན་གྱི་ཤེས་རྒྱུད་ལ། །རྣམ་  
དགར་དགའ་བའི་ས་བོན་འཛོགས་སྤྱད་དུ། །འདི་ལ་བསྐྱུས་དོན་རང་སློབ་གསར་  
བཏོད་པ། །འདི་ཡི་དགའ་བ་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་བསྟོ། །ཅེས་པའང་བསྟན་  
གསུམ་རྣམ་པར་དག་པའི་དགའ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཆེན་པོ་གྲགས་པ་རྒྱལ་མཆོན་  
དཔལ་བཟང་པོ་ལ་སོགས་པའི་དམ་པ་འགའ་ལ་བཤད་པ་བྱས་པའི་སྐྱབས་སུ་  
མ་ཏི་བི་མ་ལས་སྟེལ་བ་རྒྱལ་བསྟན་རིན་པོ་ཆེ་རྒྱས་པར་གྱུར་ཅིག་ཞེས་.....  
པའོ། །སྤྲར་སྤྲས་པ། ཟབ་ཡངས་མཐུན་སྤྱིན་བཅེ་བའི་འབྲུག་སྤྱི་ཅན། །  
ལུས་མཐུན་ཆར་གྱིས་ས་གསུམ་དགའ་བསྐྱེད་པའི། །ཐུབ་གསུང་ཟབ་དང་རྒྱ་  
ཆེན་ཆུ་ལྷང་འབུམ། །གཅིག་ཏུ་བསྐྱེལ་མཁས་དཔལ་ལྷན་གྱི་དབང་  
པོའི། །ལེགས་བཤད་རོ་མཚར་ལྷ་དུམ་ལྷ་རའི་ཆེལ། །འཇམ་མགོན་སྤྱི་  
མའི་རྣམ་དཔྱོད་ཉི་གཞོན་གྱིས། །གསར་དུ་བཞད་པའི་མཆོན་འགྲེལ་པད་  
དགར་ཐེང་། །སློབ་གསལ་རྐང་དུག་དགའ་བའི་གསོས་སུ་འབུལ། །དེ་ལས་

བྱང་པའི་རབ་དགོན་མེད་གྱིས།      །འགྲོ་ཀུན་ཡང་དག་ལྟ་བུའི་མིག་རྟེན་  
 བས།      །བདེན་བཞིན་འཕྲུག་ལྡོག་གྱུ་ཡིས་སྤྱོད་མཚོ་ལས།      །རབ་བརྒྱལ་  
 རྣམ་གྲོལ་རིན་གླིང་ངལ་འཚོར་ཤོག།      །ཕན་བདེའི་གཞིར་གྱུར་ཐུབ་བསྟན་རིན་  
 པོ་ཆེ།      །སྤྱོད་མཐའི་བར་དུ་མི་ཉམས་རྟག་གནས་ཤིང་།      །དར་འཛོམ་ཞབས་  
 བརྟན་ལག་སྦྱབ་མངའ་ཐང་རྒྱས།      །དོན་གཉིས་ལྷན་གྲུབ་བཟླ་ཤིས་འཕེལ་  
 གྱུར་ཅིག།      །ཅེས་པའང་གངས་ཁོད་སྤྱོད་པའི་སང་གོ་གཅིག་ཤུར་གྱུར་པ་མི་ཕམ་འཇམ་  
 དབྱངས་རྣམ་རྒྱལ་རྒྱ་མཚོས་མཛད་པའི་ས་བཅད་དང་ཅུ་བའི་ཕྱག་མཆན་དཔྱུས་གཅིག་ཏུ་གྱུས་...  
 ལི་འཇམ་དབྱངས་སློབ་སྤྱོད་རྒྱ་མཚོས་ཞེ་ཆེན་ཡང་དབེན་བདེ་མཆོག་བཟླ་ཤིས་དགོ་འཕེལ་དུ་ཞུས་  
 བཤུས་བཀྲིས་པ་དགོ།      །༡༩༥༩།

༥      ཇོ་སྤྱོད་སྤྱོད་རྒྱ།      དེང་འདིར་གསུང་རབ་རིན་ཆེན་འཕྲུལ་པར་དུ།      །  
 བཞེངས་དགོས་ལེགས་བྱས་འདིས་མཚོན་དུས་གསུམ་དུ།      །བཀྲིས་པའི་དགོ་  
 ཆོག་སྤྱོད་མེད་པ་རྣམས།      །གཅིག་ཏུ་བསྡེམས་ཏེ་མཐུན་རྒྱུན་རྣམས་  
 དང་།      །བསྟན་པའི་སྤྱོད་བདག་ཆོ་རིང་འབྱོར་ལྡན་ཞིང་།      །མ་གྱུར་ནམ་  
 མཁའི་མཐའ་མཉམ་འགོ་བ་ཀུན།      །སྤྱོད་གཉིས་བྱང་ཞིང་ཆོག་གཉིས་སྤྱོད་  
 རྒྱུ་ཏེ།      །སྤྱོད་རྣམ་གྲོལ་ཐོབ་པའི་རྒྱ་རུ་བསྡོ།      །བསྟན་འཛོམ་དམ་པ་  
 གང་ནས་བཞུགས་རྣམས།      །སྤྱོད་ཆེན་རྒྱུ་གཉིས་ཐང་དག་རབ་ཞི་ནས།      །  
 བསྟན་འགོའི་དོན་ཆེན་སྤྱོད་མཛད་བཞིན་དུ།      །དམ་ཆོས་བདུད་ཅིའི་སྤྱང་

ཆར་འབེབས་གྱུར་ཅིག                      | ཡངས་པའི་རྒྱལ་ཁམས་ཀུན་ཏུ་ལོ་ལེགས་  
 ཤིང་།    | བད་མཉམ་འབྲུག་ཚུངས་མས་ཅད་ཞི་བ་དང་།    | མི་མ་ཐུན་རྒྱུད་པའི་  
 མིང་ཡང་མི་གྲགས་པར།    | རྫོགས་ལྷན་དང་པོའི་ལང་ཚོ་འཆར་བར་ཤོག།    |  
 དེའི་མཐུས་ཁ་བ་རིས་པའི་རྒྱེད་གཤེད་ཡིད།                      | རྣམ་དགར་དགེ་བའི་ལས་ལ་  
 རྫོགས་པ་དང་།    | མཐུན་རྒྱུན་ལེགས་ཚོགས་གོང་ནས་གོང་འཕེལ་ཏེ།    |  
 དམ་ཚོས་འཛིན་པའི་སྤྲོད་དུ་རུང་བར་ཤོག                      | འཛིག་རྟེན་དབང་ལྷུག་ལྷུག་ན་  
 པ་རྫོ་ཡི།    | ཞབས་པད་རྟོ་འའི་སྤྲོངས་འདིར་ལྷུར་བཀོད་དེ།    | ཞི་བའི་ལ་ཚོས་  
 གྱི་བདུད་རྩིའི་ཟིལ་མངར་རོར།                      | ལོངས་སུ་སྤྲོད་པའི་སྐལ་བཟང་ལྷུར་འཆར་  
 ཤོག།    | རྒྱུད་པར་བསྟན་པའི་སྤྲིང་པོ་སྐྱུ་བ་བརྒྱུད་གྱི།    | རིང་ལུགས་ངོ་མེད་ས་  
 ཆེན་ཡོངས་ཁྲུབ་སྟེ།    | བསྟན་པ་འཛིན་པའི་སྤྲེས་བུ་དམ་པ་རྣམས།    | སྐྱེ་ཆོ་  
 མི་འགྱུར་ཆོ་ལྷའི་ངོ་བོར་བརྟན།                      | ཤིན་ལས་མི་ཟད་ཉི་ཟླའི་འོད་དང་སྟེན།    |  
 འདུས་ཚོགས་དགེ་འདུན་བགང་ཡས་རྒྱ་སྐར་ལ།                      | ཟབ་རྒྱས་ཆོས་གྱི་གྲུ་ཆར་  
 འབེབས་པར་ཤོག།    | ལྷ་རྣམས་མཁའ་ལ་ཤིས་པའི་སྤྲུ་དབྱངས་ལེན།    | འགྲོ་  
 རྣམས་བདེ་ཞིང་སྤྲིད་པའི་ཡུན་དུ་འཛོ།                      | ལྷ་རྣམས་དགའ་བས་ཞོར་འཛིན་  
 དབྱིག་གིས་བཀའ་།    | མཐར་ཐུག་སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་པར་ཤོག།    | ཅིས་  
 པའང་ལྷ་རྒྱལ་དབང་ཀུམ་པ་ལོ་རྒྱུན་ཤིན་ལས་རྩི་ཆོས་དགྲུང་གངས་བརྩ་གསུམ་སྟེང་།  
 འོག་མིན་མཚུར་ལྷའི་གདན་སར་ལྷགས་ཚུམ་གདན་པའི་རྟེན་གསུམ་གསར་བཞེངས་གྱི་དགོ་……  
 བསྟེན་སྤྲོད་ཆོག་བྱིན་རྒྱལ་ཅན་འོ།    ||