



༄༅། ཁྱད་རྒྱུ་ལ་མ་གྱི་སྟོན་མཁའི་ནམ་བཟང་།



ཚུ་བ། སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་དབལ་མར་མེ་མཚན་ཡེ་ཤེས།

འབྲེལ་བ། ལཾ་ཆེན་སྟོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆན།



| | |
|--|----|
| དང་པོ་ཆོས་རྩལ་པ་པོའི་ཆེ་བ། | 2 |
| རིགས་ལྷན་སྐྱེས་ཆོགས་པར་སྐྱེ་བ་བཞེས་པ། | 3 |
| རྟོན་དེ་ལ་ཡོན་ཏན་བརྟེན་པ། | 3 |
| བརྟེན་ནས་བསྟན་པ་ལ་བྱ་བ་མཛད་པ། | 5 |
| གཉིས་པ་ཆོས་ཀྱི་ཆེ་བ། | 6 |
| ཆོས་ལ་ཉན་བཤད་བྱ་ཚུལ། | 8 |
| བཞི་པ་གདམས་པ་དངོས་ཀྱི་དོན། | 9 |
| མཆན་ཀྱི་དོན། | 9 |
| འགྲུར་ཕྱག་..... | 10 |
| གཞུང་གི་དོན་ལ་གསུམ། | 11 |
| བཤད་པར་དམ་བཅའ་བ། | 11 |
| གཞུང་དངོས་བཤད་པ། | 19 |
| སྐྱེས་བུ་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་མདོར་བསྟན་པ། | 19 |
| སྐྱེས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་མཆན་ཉིད་སོ་སོར་བཤད་པ། | 20 |
| དང་པོ་སྐྱེས་བུ་ཆུང་དུ་འཛིན་མཆན་ཉིད་བསྟན་པ། | 20 |

| | |
|--|----|
| གཉིས་པ་སྐྱེས་བུ་འབྲིང་གི་མཚན་ཉིད་བསྟན་པ། | 23 |
| སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོའི་མཚན་ཉིད་བསྟན་པ། | 28 |
| མདོར་བསྟན་པ། | 28 |
| ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་ཐམས་ཅད་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐུག་སྒོ་ | |
| སེམས་བསྐྱེད་དུ་བསྟན་པ། | 32 |
| སེམས་དེ་དེ་ལྟར་བསྐྱེད་ཚུལ། | 32 |
| སེམས་བསྐྱེད་ནས་སྐྱོད་པ་ལ་སློབ་ཚུལ། | 32 |
| བསྐྱེད་པའི་འབྲས་བུ་དོས་བཟུང་པ། | 33 |
| སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོའི་ལམ་རྒྱས་པར་བཤད་པ། | 33 |
| པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་ལམ་རྒྱས་པར་བཤད་པ། | 33 |
| ལམ་གྱི་རྣམ་གཞག་བཤད་པ། | 34 |
| བཤད་པར་དམ་བཅའ་པ། | 34 |
| ཐབས་ཡང་དག་པ་བཤད་པ། | 38 |
| སྒོན་པ་བསྐྱེད་བྱ་དང་བཅས་པ། | 39 |
| སྐྱོར་བ་ལ། | 39 |

| | |
|--|----|
| ཚོགས་གསོག་ག། | 39 |
| སྐབས་འགོ་བྱད་པར་ཅན་བྱ་ག། | 41 |
| སེམས་གསུམ་ལ་སྒོ་སྤྱད་ག། | 45 |
| དངོས་གཞི། | 48 |
| མཁུག་བསྐྱབ་བྱ་དང་བཅས་པ་ལ་ལྷ། | 53 |
| བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་སྤྱོད་བ་ལ་སྒོ་བ་ག། | 54 |
| ཚོགས་གཉིས་བསག་པ་ལ་བསྐྱབ་ག། | 58 |
| སེམས་ཅན་སྒོས་མི་སྤང་བ་ལ་བསྐྱབ་ག། | 59 |
| ལྷ་པ་ནག་ཚོས་བཞི་སྤང་ཞིང་། དཀར་ཚོས་བཞི་བསྐྱོན་པ་ལ་ སྒོ་བ་ཚུ་ལ། | 59 |
| འཁུག་པ་བསྐྱབ་བྱ་དང་བཅས་པ་བཤད་པ་ལ་གསུམ། | 60 |
| མཚམས་སྤྱར་ཏེ་འཁུག་སྒོམ་སྤང་བར་བསྐྱོན་ག། | 60 |
| འཁུག་སྒོམ་ཇི་ལྟར་ལེན་པའི་ཚུ་ལ་ལ་གསུམ། | 62 |
| ལེན་པའི་རྟེན། | 62 |
| གང་ལས་སྤང་བའི་ཡུལ། | 66 |

| | |
|---|----|
| རི་ལྟར་ལེན་པའི་ཚོ་ག་ལ་གཉིས། | 67 |
| སྒྲ་མ་ཡོད་པའི་ཚོ་ག་..... | 67 |
| སྒྲ་མ་མེད་པའི་ཚོ་ག་..... | 69 |
| སྒྲོམ་པ་སྒྲངས་ནས་བསྐྱབ་བྱ་ལ་སྒྲོབ་པར་བསྟན་པ་ལ་གསུམ། . | 75 |
| ཚུ་ལ་བྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ལ་སྒྲོབ་ཚུ་ལ། | 76 |
| སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ལ་སྒྲོབ་ཚུ་ལ། | 78 |
| མངོན་ཤེས་འབྱུང་བའི་རྒྱའི་ཕྱི་ཞི་གནས་ལ་བསྐྱབ་པ། | 79 |
| ཞི་གནས་ལ་བསྐྱབ་ཚུ་ལ་དངོས་ལ་གསུམ། | 84 |
| ཞི་གནས་ཀྱི་ཚོགས་བསྟན་པ། | 84 |
| ཞི་གནས་རི་ལྟར་སྒྲོམ་པའི་ཚུ་ལ། | 86 |
| བསྒྲོམས་པའི་ཕན་ཡོན། | 87 |
| ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ལ་སྒྲོབ་པའི་ཚུ་ལ་ལ་གཉིས། | 88 |
| ཐབས་ཤེས་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་འཐད་པ་བསྟན་པའི་སྒྲོ་ནས་ | |
| ལྟག་མཐོང་ལ་བསྐྱབ་པར་བསྟན་པ། | 88 |
| ལྟག་མཐོང་ཤེས་རབ་ལ་སྒྲོབ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན། | 88 |

| | |
|--|-----|
| ཐབས་ཤེས་ཟུང་འབྲེལ་ལ་སློབ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན། | 90 |
| ཟུང་དུ་འབྲེལ་བའི་ལམ་ཉིད་བཤད་པ་ལ་གཉིས། | 91 |
| མདོར་བསྟན་བ། | 91 |
| རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་གསུམ། | 92 |
| ལྷག་མཐོང་ལ་ཇི་ལྟར་སློབ་པའི་ཚུལ་ལ་གཉིས། | 96 |
| ལུང་ལ་བརྟེན་པ་ཐོས་བྱུང་གི་ཤེས་རབ། | 103 |
| ལྷག་མཐོང་བསྐྱེམས་པའི་འབྲས་བུ་ལ་གཉིས། | 108 |
| མཇུག་བསྟུ་བ་ནི། | 113 |
| འབྲས་བུའི་ཆོས་བཤད་བ། | 113 |
| སྒྲགས་ལ་འཇུག་པའི་ཚུལ་ཕྱོགས་ཙམ་བསྟན་པ་ལ། | 115 |
| དབང་བསྐྱར་བའི་ཆེ་བ། | 118 |
| རྟེན་གྱི་བྱད་པར་གྱིས་དབང་གོང་མ་གཉིས་བྱར་རུང་བ་དང་ མི་རུང་བའི་ཚུལ། | 119 |
| རྒྱ་གང་ལ་བརྟེན་ནས་བརྩམས་བ། | 122 |
| མཇུག་གི་དོན་ལ་གཉིས། | 124 |

༡༡། །བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་སྒྲོན་མའི་རྣམ་བཤད་ཤུལ་བྱང་

བཞད་པའི་དགའ་སྟོན་ཞེས་བྱ་བ་

བཞུགས་སོ།

༡༡། །ར་མོ་གུ་རུ་མཆོ་རྩ་ཡ། བདེ་གཤེགས་ཀྱན་གྱི་སྐྱ་གསུམ་
ཡེ་ཤེས་ལྷ། །གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་པ་ཉི་མའི་གཉིན་གྱི་གཙོ། །ཟླ་མེད་སྟོན་པ་
ཤུག་ཏེ་རྒྱལ་པོ་དང་། །མི་པམ་འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་གྱུས་ཐུག་འཆལ། །
བདེ་གཤེགས་ལམ་བཟང་བྱང་དེས་ཤིང་ཏྟ་ཆེ། །རྣམ་དཔྱོད་གསེར་གྱི་ཐ་
གྱུས་འདྲན་མཛད་པ། །སྐྱ་སྐྱབ་ཐོགས་མེད་མགོན་པོ་ཞི་བ་ལྷ། །སྤྲུལ་དང་
བཅས་པའི་ཞབས་ལ་སྙིང་ནས་འདུད། །ལྷ་བརྒྱའི་གཙུག་རྒྱན་དཔལ་ལྷན་
མར་མེ་མཛད། །རྒྱལ་བ་གཉིས་པ་སྒྲོ་བཟང་གྲགས་པའི་དཔལ། །སངས་
རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་སྐྱབས་གསུམ་ཀྱན་གྱི་དཛོས། །ཅ་རྒྱུད་ཟླ་མ་རྣམས་ལ་གྱུས་
བརྟུང་ནས། །རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་ཀྱན་གྱི་གནད་བསྐྱུས་པ། །ཤིང་ཏྟ་ཆེན་
པོ་གཉིས་གྱི་བཞེད་པའི་ཤུལ། །མར་མེ་མཛད་པའི་ཐུགས་གྱི་བརྟུང་སྐྱངས་
པ། །བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་སྒྲོན་མ་བཤད་པར་བྱ། །

༥ ། དེ་ལ་འདིར་ས་གསུམ་གྱི་སྒྲོན་མེ་གཅིག་ཤུ་ཐུབ་པའི་གསུང་རབ་
ཐམས་ཅད་གྱི་བརྟུང་བསྐྱུས་པ། །ཤིང་ཏྟ་ཆེན་པོ་གཉིས་གྱི་ཐབ་རྒྱས་གྱི་ལམ་

སྒོ་ལ། བརྒྱད་པའི་ཚུ་བོ་གསུམ་འདྲེས་ཀྱི་མན་ངག་མངོན་མཐོངས་ལེགས་
ཀྱི་ལམ་ཆེན། མདོ་དང་དགོངས་འགྲེལ་མཐའ་དག་གི་ལྡེ་མིག རྒྱ་བོད་ཀྱི་
མཁས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཤེགས་བཤུ་ལ། རྩེས་བྱ་གསུམ་གྱིས་ཉམས་
སུ་སྤང་བྱ་མ་ཆང་བ་མེད་པ་སྟོན་པའི་གཞུང་བྱང་ཚུབ་ལམ་གྱི་སྟོན་མ་ནི་
གང་བཤད་པར་བྱ་བའི་ཆོས་སོ། །

དེ་ལ་དཔལ་རྒྱ་ལེན་ཏེ་མཁས་པ་རྣམས་དག་པ་གསུམ་གྱི་སྟོན་ས་
ཆོས་འཆད་པར་བཞེད་ཀྱང་། བྱིས་བྱི་ཀླ་མ་ལ་ཤྱི་ལའི་མཁས་པ་རྣམས་ནི།
ཆོས་རྩོམ་པ་པོའི་ཆེ་བ། ཆོས་ཀྱི་ཆེ་བ། དེ་ལ་ཉན་བཤད་རི་ལྟར་བྱ་བའི་
ཚུལ་གསུམ་སྟོན་དུ་གལ་ཆེ་བར་བཞེད་པ་ལྟར་རྗེ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པས་
ཀྱང་ལམ་གྱི་རིམ་པ་འཆད་པར་མཛད་པ་བཞིན། །

༥ འདི་འཆད་པ་ལ་བཞི། ཆོས་རྩོམ་པ་པོའི་ཆེ་བ། ཆོས་ཀྱི་ཆེ་བ།
ཆོས་ལ་ཉན་བཤད་བྱ་ཚུལ། གདམས་པ་དངོས་ཀྱི་དོན་ནོ། །

དང་པོ་ཆོས་རྩོམ་པ་པོའི་ཆེ་བ།

དང་པོ་ནི། གཞུང་འདི་མཛད་པ་པོ་ནི། བསྐྱལ་པ་བཟང་པོའི་བྱང་ཚུབ་
སེམས་དཔའ་པུའི་ཏ་ཆེན་པོ་དྲི་པི་ཀ་ར་ཤྱི་རྩོད་ན། མཆོན་གཞན་དཔལ་ལྷན་
ཨ་ཏི་ཤ་ཞེས་གྲགས་པ་སྟེ། དེའི་ཆེ་བ་ལ་བརྗོད་ཚུལ་མང་ཡང་། བདག་ཅག་
གི་རྗེ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་བཞེད་པ་ལྟར་ན་གསུམ། རིགས་ཕུན་སུམ་

ཆོགས་པར་སྐྱེ་བ་བཞེས་པ། ཉེན་དེ་ལ་ཡོན་ཏན་བརྟེན་པ། བརྟེན་ནས་
བསྟན་པ་ལ་བྱ་བ་མང་དཔའོ། །

རིགས་བྱན་བྱམ་ཆོགས་པར་སྐྱེ་བ་བཞེས་པ།

དང་པོ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཞི་བ་འཆོ་ཡང་འབྱུངས་པའི་རྒྱུ། རྒྱ་
གར་པ་རྣམས་ས་ཉོར་ཞེས་ཟེར། བོད་རྣམས་ཟ་ཉོར་ཞེས་ཟེར་བའི་རྒྱལ་རིགས་
ཆེན་པོར་སྐྱེ་འབྱུངས་པ་ཡིན་ཏེ། ལོ་རྒྱུ་བས། རིགས་ཀྱི་ནང་ནས་མཆོག་གྱུར་
པ། །ཁྱོད་ནི་རྒྱལ་པོའི་རིགས་སུ་འབྱུངས། །དྲེགས་པས་སྤྱོས་པ་ཐམས་ཅད་
ཀྱང་། །ཞབས་ཀྱི་པར་སྐྱེ་བོས་གཏུགས། །ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་རོ། །

ཉེན་དེ་ལ་ཡོན་ཏན་བརྟེན་པ།

༥ གཉིས་པ་ལ་གཉིས། མང་དུ་མཁྱེན་པ་ལུང་གི་ཡོན་ཏན་བརྟེན་
ཚུལ། ཚུལ་བཞིན་བསྐྱབས་པ་རྟོགས་པའི་ཡོན་ཏན་བརྟེན་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་
ནི་ཐུན་མོང་བ་རིག་པའི་གནས་ལྔ་དང་། བརྟག་པའི་བསྟན་བཅོས་དང་།
ལུགས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་མང་པོ་དང་། ཉན་ཐོས་སྡེ་བཞིའི་སྡེ་སྟོད་གསུམ་
དང་། ཐུན་མོང་བ་བྱེ་བྲག་བཤད་པ་དང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྡེ་སྟོད་གསུམ་
དང་། རྒྱུད་སྡེ་བཞི་དང་། སེམས་ཅམ་དང་དབུ་མའི་གྲུབ་པའི་མཐའ་ཐམས་
ཅད་ལ་ལེགས་པར་སྐྱུངས་ཤིང་། མཁས་པར་མཁྱེན་པ་ཡིན་ཏེ། བསྟོད་པ་
ལས། ཐེག་པ་གསུམ་དང་སྡེ་སྟོད་གསུམ། །ཁྱོད་ནི་མཁས་པ་ཆེན་པོ་

ཡིན། ཁྱོད་ནི་མཁས་པ་མང་པོ་ཡིས། བདར་ལ་བདར་བའི་སྐྱེས་བུ་ཡིན།
ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར།

༥ གཉིས་པ་ནི་རྒྱལ་བའི་ལུང་གི་བསྟན་པ་མཐའ་དག་སྡེ་སྟོད་གསུམ་
དུ་འདུ་བས། རྟོགས་པའི་བསྟན་པ་ཡང་བསྐྱབ་པ་གསུམ་དུ་འདུའོ། རྟེ་ལ་
ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་དང་ལྡན་པ་ནི། སོ་ཐར་དང་། བྱང་སེམས་དང་།
རིག་པ་འཛིན་པའི་སྟོམ་པ་ལེགས་པར་ནོས་ནས། ཉེས་པས་ནམ་ཡང་མ་
གོས་པའི་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱིས་ཡང་དག་པར་བསྐྱམས་པ་ཡིན་ཏེ། བསྟོད་པ་
ལས། དན་དང་ཤེས་བཞིན་ལྡན་པ་ཡིས། རྟེ་ལ་བཞིན་མ་ཡིན་ཡིད་མི་
མཛད། རྟེས་གསུངས་པའི་བྱིར། ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་བསྐྱབ་པ་དང་ལྡན་པ་ནི།
ཐུན་མོང་བ་ཞི་གནས་དང་། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་བསྐྱེད་རིམ་གྱི་ཉིང་ངེ་
འཛིན་ཤིན་ཏུ་བརྟན་པ་མངའ་བ་ཡིན་ཏེ། བསྟོད་པར། གསང་སྤགས་ཐེག་
པའི་གཞུང་ལྟར་ན། བསྐྱེད་པའི་རིམ་པ་བརྟན་པར་ངེས། རྟེས་གསུངས་
པའི་བྱིར། ཤེས་རབ་ལ་ཡང་། ཐུན་མོང་བ་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལྷག་མཐོང་
དང་། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་རྫོགས་རིམ་གྱི་ཉིང་ངེ་འཛིན་བྱུང་པར་ཅན་མངའ་
བ་ཡིན་ཏེ། བསྟོད་པ་ལས། ཁྱོད་ནི་སྟོང་ཉིད་རྣལ་འབྱོར་པ། རྗེ་མེད་རྟོ་རྟེ་
ཐུགས་དང་ལྡན། རྟེས་པ་ལྟར་རོ། །

བརྟེན་ནས་བསྟན་པ་ལ་བྱ་བ་མཛད་པ།

༥ བསྟན་པ་ལ་བྱ་བ་མཛད་པ་ལ་རྒྱ་བོད་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི་རྩོམ་གདན་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོའི་ཕོ་བྲང་དུ་ཐུ་སྟེགས་གྱི་སྤྱོད་པ་རན་པ་ལན་གསུམ་དུ་
ཆོས་གྱིས་པམ་པར་མཛད་ནས་སངས་རྒྱས་གྱི་བསྟན་པ་བཟུང་ཞིང་། རོ་ཕོ་
རང་ཉིད་པལ་ཆེན་སྟེ་པ་ཡིན་ཀྱང་། ཕྱོགས་རིས་མེད་པར་སྟེ་པ་བཙོ་བརྒྱད་
པོ་སོགས་དེ་དུས་གྱི་སངས་རྒྱས་པ་ཀུན་གྱིས་ཆད་མར་བྱས་ནས་ལྷང་
ལེན་པ་དང་གཙུག་གི་རྒྱན་དུ་འཛིན་ཏེ། བསྟོད་པ་ལས། བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོའི་
ཕོ་བྲང་དུ། ཐམས་ཅད་འདུས་ཤིང་ཆོགས་པ་ན། །རང་དང་གཞན་གྱི་སྟེ་པ་
ཡི། །གྲུབ་མཐའ་རན་པའི་གློ་བ་ཀུན། །མེད་གཏེ་ང་རོའི་སྤྱོད་སྤྱོད་གྱིས། །
ཐམས་ཅད་གྱི་ནི་ཁྲུང་པ་འགོམས། །ཞེས་དང་། མ་ག་རྩ་ཡི་ཡུལ་གྱི་ནི། །
གནས་གཞི་མ་ལུས་ཐམས་ཅད་གྱི། །སྟོན་པའི་འཁོར་ནི་བཞི་པོ་ཡི། །ཀུན་
གྱི་གཙུག་གི་ནོར་བུར་གྱུར། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

༥ གཉིས་པ་ནི། བོད་དུ་ཐེབས་ནས་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཆོས་གྱི་
འཁོར་ལོ་མཐའ་ཡས་པ་བསྐྱོར་ཞིང་གཞུང་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་སྟོན་མ་མཛད་
པ་ལ་སོགས་པའི་སྟོན་རྣམས་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པའི་སྟོན་ལ་རྒྱབ་པ་རྣམས་གསར་
དུ་བཙུགས། སྟོན་ལྷང་ཟད་ཡོད་པ་རྣམས་གསལ་བར་མཛད། མ་རྟོགས་པ་
དང་ལོག་པར་རྟོག་པ་དང་། ཐེ་ཆོམ་གྱི་དྲི་མས་སྤྲགས་པ་རྣམས་བསལ་ཏེ།
བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་གཞི་ནས་ཉིན་མོར་མཛད་པས། ཀུན་གྱང་མངོན་མཐོ་

དང་ངེས་ལེགས་ཀྱི་ལམ་མ་ནོར་བ་ལ་དངོས་དང་བརྒྱད་པས་འབྲིད་པར་
མཛད་པ་ཡིན་ཏེ། བསྟོད་པ་ལས། རོ་བོ་བོད་དུ་མ་བྱོན་ན། །ཐམས་ཅད་ཡོང་
བ་བཞིན་དུ་གྱུར། །མཐེན་པ་རྒྱས་པ་ཁྱོད་བྱོན་པས། །བོད་དུ་ཡེ་ཤེས་ཉི་མ་
འད། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་ལ། རྒྱས་པར་གཞན་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ཆོས་ཀྱི་ཆེ་བ།

༥ གཉིས་པ་ཆོས་ཀྱི་ཆེ་བ་ནི། ལག་སོར་བའི་ཞལ་ནས། འདི་བསྟན་
བཅོས་འབྲུལ་གྱི་ལྡེ་མིག་བྱ་བ་ཡིན། འབྲུལ་གྱི་ལྡེ་མིག་གཅིག་གིས་སྒོ་
ལྷགས་ཐམས་ཅད་བྱེད་པ་ཞིག་ཡོང་། དེ་བཞིན་དུ་ལམ་སྟོན་འདི་བའཕམ་
ཞིག་ཤེས་ན། སྡེ་སྟོད་མ་ལུས་པ་གོ་ནས་འོང་བ་ཡིན་གསུང་ཞིང་། དག་
བཤེས་ལོ་རྒྱ་བའི་ཞལ་ནས་གྱང་། འདི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱེན་པའི་
རྒྱབ་ཐབས་ཡིན་གསུངས་ཏེ། དེ་ཡང་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱེན་པའི་དོན་
ལ་བརྒྱད་དང་། རྟག་དང་། གསུམ་དུ་སྟོན་པ་ལས། འདིར། དུལ་ནི་རྣམ་པ་
གསུམ་པོ་རྒྱ། །སྦྱོར་བ་བཞི་ཡི་བདག་ཉིད་དང་། །ཆོས་སྐུ་འཕྲིན་ལས་འབྲས་
བུ་ནི། །དོན་བསྐྱུས་གཞན་ཏེ་རྣམ་པ་གསུམ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་མདོན་
རྟོགས་གསུམ་དུ་བསྐྱུས་པའི་ལྷགས་ཡིན་ཏེ། འདི་ལ་རྟེན་གྱི་གང་ཟག་ཤེས་
པར་བྱ་བའི་ཡུལ། ཤེས་ནས་འཇུག་པའི་ཡུལ། ཉམས་སུ་སྤངས་པའི་ཐབས།
ཉམས་སུ་སྤངས་པའི་འབྲས་བུ་དང་ལྟའོ། །

དང་པོ་ནི། སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་ལྷག་པར་བྱས། ཞེས་སོགས་གྱིས་
སྒྲོན། གཉིས་པ་ནི། གཞུང་ལམ་སྤྱིང་པོའི་ཤེར་ཕྱིན་གསུམ། ལམ་ལ་མངོན་
པར་ཉོགས་པ་བརྒྱད། སྤྱིང་པོའི་དོན་སྒྲོས་པ་དང་བྲལ་བའོ། །གསུམ་པ་ནི།
ཀུན་མཁྱེན་གསུམ་མོ། །བཞི་པ་ནི་སྦྱོར་བ་བཞིའོ། །ལྔ་པ་ནི་ཆོས་སྐུ་འཕྲིན་
ལས་དང་བཅས་པའོ། །བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་སྒྲོན་མ་ཞེས་པའི་མཆོད་དོན་ཡང་།
བྱང་ཆུབ་ནི་འབྲས་བུ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་སྟེ་རྣམ་མཁྱེན་ནོ། །ལམ་ནི་རྒྱ་
ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་ལམ་ཤེས་ཏེ། དེ་ཡང་སྦྱོར་བ་བཞིས་བསྐྱས་པའོ། །རྒྱ་
འབྲས་གཉིས་ཀ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་ནི་གཞི་ཤེས་ཏེ། དེ་ཡང་དཔེའི་སྒྲོན་ས་
སྒྲོན་མ་ཞེས་མི་གསལ་བ་གསལ་བར་བྱེད་པས་མཆོད་དེ་ལྟར་བཏགས་པ་
ལགས་ཞེས་གསུངས། བྱ་ཉོ་བའི་ཞལ་ནས། ཅི་ཡང་སྲིད་ཤོག་བྱང་གཉིས་
པོ་ཞིག་སྟེ་སྒྲོད་ཐམས་ཅད་གྱི་འབྲེལ་པར་སོང་བས། ཁོ་བོ་འང་རྒྱས་ཁར་
སྒྲོན་པ་གཅིག་ཏུ་གྱུར་ཏེ་སོང་གསུང་། ལྟབས་ཀ་བའི་ཞལ་ནས་གྱུང་། ལམ་
སྒྲོན་ཡིག་སྒྲོག་བག་རེ་བྱས་པས། ད་གཞུང་ཐམས་ཅད་གདམས་ངག་ཏུ་གོ་
བ་ཞིག་བྱང་གསུང་། དེ་ལྟར་ན་རྫོ་བོས་མཛད་པའི་བསྟན་བཅོས་མང་དུ་ཡོད་
ཀྱང་ཅ་བ་ལྟ་བུ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ནི་ལམ་སྒྲོན་ཡིན་ཏེ། མདོ་སྔགས་
གཉིས་ཀའི་གནད་བསྐྱས་པས། བརྫོད་བྱ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་དང་། སེམས་
འདུལ་བའི་རིམ་པ་གཙོ་བོར་སྒྲོན་པས་ལག་ཏུ་སྤང་བདེ་བ་དང་། ཤིང་ཏྲ་ཆེན་

པོ་གཉིས་ཀྱི་ལྷགས་ལ་མཁས་པའི་སྒྲ་མ་གཉིས་ཀྱི་གདམས་པས་བརྒྱན་
པས་ལྷགས་གཞན་ལས་བྱད་པར་འཕགས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། གཞུང་ལམ་
ཀྱི་སྒྲོན་མ་འདི་ཆོས་ཅན། ཆེ་བ་བྱད་པར་ཅན་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ཏེ། རི་སྐད་དུ།
འཛམ་གླིང་མཁས་པ་ཡོངས་ཀྱི་གཙུག་གི་རྒྱན། །སྟན་པའི་བ་དན་འགྲོ་ན་
ལྷང་ངེ་བ། །ལྷ་སྐྱབ་ཐོགས་མེད་གཉིས་ལས་རིམ་བཞིན་དུ། །ལེགས་བརྒྱད་
བྱང་ཚུབ་ལམ་ཀྱི་རིམ་པ་ནི། །སྦྱེ་དགུའི་འདོད་དོན་མ་ལུས་སྒྲོང་བས་
ན། །གདམས་པ་རིན་ཆེན་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་སྟེ། །གཞུང་བཟང་སྟོང་གི་ཚུ་བོ་
འདུ་བའི་བྱིར། །དཔལ་ལྡན་ལེགས་པར་བཤད་པའི་རྒྱ་མཆོའང་ཡིན། །
བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་འགལ་མེད་རྟོགས་པ་དང་། །གསུང་རབ་མ་ལུས་
གདམས་པར་འཆར་བ་དང་། །རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་བདེ་སྒྲག་ཉིད་པ་དང་། །
ཉིས་སྦྱོད་ཆེན་པོའི་གཡང་ས་ལས་ཀྱང་སྤང་། །དེ་བྱིར་རྒྱ་བོད་མཁས་པའི་
སྦྱེ་བོ་ནི། །སྐལ་ལྡན་དུ་མས་བསྟེན་པའི་གདམས་པ་མཆོག། །སྦྱེས་བྱ་གསུམ་
ཀྱི་ལམ་ཀྱི་རིམ་པ་ཡིས། །ཡིད་རབ་མི་འཕྲོག་དཔྱོད་ལྡན་སུ་ཞིག་ཡོད། །
ཅས་གསུངས་པའི་བྱིར།

ཆོས་ལ་ཉན་བཤད་བྱ་རྒྱུ་ལ།

གསུམ་པ་ཆེ་བ་གཉིས་དང་ལྡན་པའི་ཆོས་ལ་ཉན་བཤད་རི་ལྟར་བྱ་
བའི་ཚུ་ལ་ནི། བདག་ཅག་གི་ཇེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས། ལམ་ཀྱི་རིམ་པར་

ཉན་པའི་ཚུལ། བཤད་པའི་ཚུལ། མཐུག་ཏུ་ཐུན་མོང་དུ་རི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་
གསུངས་པ་ལྟར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

བཞི་བ་གདམས་པ་དངོས་ཀྱི་དོན།

༥ བཞི་བ་གདམས་པ་དངོས་ཀྱི་དོན་ལ་བཞི། མཚན་གྱི་དོན། འགྲུར་
གྱི་ཕྱག་གཞུང་གི་དོན། མཐུག་གི་དོན་ནོ། །

མཚན་གྱི་དོན།

དང་པོ་ནི། རྒྱ་གར་སྐད་དུ་ བོ་རྟེ་པ་ཐ་ཕ་དྲཱ་པ། བོད་སྐད་དུ་ བྱང་
ཆུབ་ལམ་གྱི་སྒྲོན་མ་ཞེས་བྱ་ལ། དེ་ཡང་བོ་རྟེ་ནི་བྱང་ཆུབ། པ་ཐ་ནི་ལམ། ཕ་
དྲཱ་པ་ནི་སྒྲོན་མ་ཞེས་པར་བསྒྱུར་རོ། །མཚན་བཤད་ན། བསྟན་བཅས་འདི་
ཆོས་ཅན། བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་སྒྲོན་མ་ཞེས་བྱ་སྟེ། སྤངས་ཏྟགས་ཀྱི་བདག་
ཉིད་ཅན་གྱི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ནི་བྱང་ཆུབ་དང་། དེར་བསྐྱོད་པའི་ས་
བརྩམས་ལམ་ལྟའི་རང་བཞིན་གསལ་བར་བྱེད་ཅིང་། དེ་དག་ལ་མ་ཏྟགས་པ་
དང་ལོག་པར་ཏྟགས་པ་དང་། ཐེ་ཆོམ་གྱི་ཐུན་པ་མ་ལུས་པ་སེལ་བར་བྱེད་
པའི་བསྟན་བཅས་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་བརྗོད་པའི་བྱིར། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་
ཤེས་ཆོས་ཅན། བྱང་ཆུབ་ཅེས་བྱ་སྟེ། སྤྱི་བ་གཉིས་མ་ལུས་པ་བྱང་ཞིང་། རི་
ལྟ་རི་སྟེད་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་མ་ལུས་པ་ཆུབ་པའི་བྱིར། སྒྲོན་པ་རིན་པོ་ཆའི་
ཞལ་ནས། འོ་སྟོལ་གྱི་སྐད་ལ་བྱང་བྱུང་ཏུ་འོང་གསུང་། ས་བརྩམས་ལམ་ལྟ་

ཆོས་ཅན། ལམ་ཞེས་བྱ་སྟེ། བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོར་བགྱོད་བྱེད་ཀྱི་གཤེགས་
བཤུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དོན་ནི་དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་
བགྱོད་པ་གཅིག་པའི་ལམ་གསལ་བར་བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་སྟེ། རྩོ་
བོའི་ཞལ་ནས། ཆོས་ཐམས་ཅད་དོན་ལ་མཆོན་དུ་གསོལ་བ་ལགས་ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །བསྟན་བཅོས་བསྐྱར་བའི་ཐོག་མར་རྒྱ་སྐད་སྟོས་པ་ལ་
ཆོས་ཅན། དགོས་པ་གསུམ་ཡོད་དེ། ཆོས་ཁུངས་བཙུན་པར་ཤེས་པ། ལོ་
པཎ་རྒྱལ་སྟོན་ནམས་ལ་བྱས་ཤེས་ཅིན་གཙོ་བོ་བ། སྤྱི་ཏའི་སྐད་ལོབས་
སྟེན་ཞིང་། དེ་ལ་བག་ཆགས་གཞག་པའི་ཆེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

འགྱུར་བྱུག

གཉིས་པ་འགྱུར་བྱུག་ནི།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་འཇམ་དཔལ་གཞོན་ནུར་གྱུར་པ་ལ་བྱུག་འཆལ་ལོ། །

ཞེས་པའོ། །ལོ་རྒྱ་བ་དག་སྟོང་དག་བའི་སྟོ་གོས་ཀྱིས། འདི་ལྟར་རྩེ་བཙུན་
འཇམ་དཔལ་ལ་འགྱུར་བྱུག་མཛད་པ་ཆོས་ཅན། དགོས་པ་ཡོད་དེ། བསྟན་བཅོས་
འདི་མངོན་པར་ཤེས་པ་དང་། འགྱུར་མཐར་ཕྱིན་པའི་ཆེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འོན་
འདི་མངོན་པར་རི་ལྟར་འོང་སྟམ་ན། དེས་པར་འོང་སྟེ། མངོན་པའི་བརྗོད་བྱའི་
གཙོ་བོ་ཟག་བཅས་ཟག་མེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་གཉིས་འདིས་གཙོ་བོར་སྟོན་པའི་ཕྱིར་
ཏེ། འཇིག་རྟེན་པའི་མཐོ་རིས་ལྷ་མི་ཐོབ་པའི་ཐབས་དང་། དེ་ལས་འདས་པའི་ཐོག་

བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་སྒྲོན་མའི་རྣམ་བཤད་ཤུལ་བྱང་བཞད་པའི་དགའ་སྒྲོན་ཞེས་བྱ་བ།

པ་གསུམ་དང་། ཐེག་ཆེན་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོན་པས་མངོན་པར་ཤིན་ཏུ་འོང་། འདི་མངོན་
པར་འོང་པར་སྦྱང་བ་མིན་པས་མ་གོ་གསུང་དོ། །རྣམ་པ་གཅིག་ཏུ་བསྟན་བཅོས་
འདི་རྒྱལ་བའི་བཀའ་མཐའ་དག་གི་དགོངས་འབྲེལ་ཡིན་པས། མངོན་པ་ཁོ་ན་
མིན་ཡང་། མ་དགོ་བའི་སྒྲོ་བྱོས་དེ། ལོ་ཆེན་གྱི་དངོས་སྒྲོབ་ཡིན་ལ། ལོ་ཆེན་གྱིས་
འགྱུར་ཀྱན་ལ་སྟག་པའི་སྟ་འཇམ་དབྱངས་ལ་ཕྱག་མཇུག་པ་བཞིན་དུ་སྒྲ་མའི་རྣམ་
ཐར་བསྐྱུངས་ཞེས་བྱའོ། །

གཞུང་གི་དོན་ལ་གསུམ།

༥ གསུམ་པ་གཞུང་གི་དོན་ལ་གསུམ། མཆོད་པར་བརྗོད་ཅིང་། བཤད་པར་
དམ་བཅའ་བ། གཞུང་དངོས་བཤད་པ། རྒྱ་གར་ལ་བརྟེན་ནས་བརྩམས་པའོ། །

བཤད་པར་དམ་བཅའ་བ།

དང་པོ་ནི།

དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་དག་དང་དེའི་ཆོས་དང་།

དགོ་འདུན་རྣམས་ལ་གྲུས་པ་ཆེན་པོས་ཕྱག་བྱས་ཏེ།

སྒྲོབ་མ་བཟང་པོ་བྱང་ཆུབ་འོད་གྱིས་བསྐྱེད་ཀྱིས་པས།

བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་སྒྲོན་མ་རབ་ཏུ་གསལ་བར་བྱ།

ཞེས་གསུངས་སོ། །དུ་ཏི་བའི་ཞལ་ནས། ཀླང་པ་དང་པོ་གཉིས་གྱིས་
ཐུན་མོང་བའི་སྐྱབས་གནས་བསྟན་ཞིང་ཕྱི་མ་གཉིས་གྱིས་བསྟན་བཅོས་

འབྱུང་བའི་རྒྱ་སྒྲིབ་བསྐྱེད་སྤྱོད་པ་བསྟན་ལགས་ཞེས་གསུངས། དེས་ན་བསྟན་
 བཅོས་ཚུལ་པའི་ཐོག་མར་གང་ལ་ཕྱག་བྱ་བའི་ཡུལ་གཞག་ཏུ་ཡོད་དེ།
 རྒྱུགས་བརྩུ་དུས་གསུམ་གྱི་རྒྱལ་བ་སྟེ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་དག་དང་།
 དེའི་ཆོས་ཏེ་དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱས་དེ་རྣམས་ཀྱིས་གསུངས་པའི་ཆོས་
 རི་གསུང་རབ་ལུང་གི་ཆོགས་དང་། དེ་ཉམས་སུ་ལེན་པ་སྐྱབ་པའི་ཆོས་དང་།
 དེ་མངོན་དུ་གྱུར་པ་རྟོགས་པའི་ཆོས་དང་། དག་འདུན་ཞུགས་གནས་བརྒྱད་
 དང་། རང་སངས་རྒྱས་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་ལ་གནས་པ་རྣམས་
 ཡིན་པའི་བྱིར། སངས་རྒྱས་ལ་ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་པའི་སྒྲོན་ས་བསྟོད་
 ཚུལ་ཡོད་ཀྱང་། འདིར་རྒྱལ་བ་ཞེས་སྤངས་པའི་སྒྲོན་ས་དངོས་སུ་བསྟོད་
 བས། རྟོགས་པའང་མཆོན་པ་ཡིན་ཏེ། སྤངས་རྟོགས་པན་ཚུན་མི་འབྲུལ་བའི་
 བྱིར་རོ། །སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་རྣམས་ལ་རྒྱལ་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ། རྒྱ་
 སྒྲིག་པའི་ཆོས་བཅོམ་ཞིང་། སྒྲིག་འབྲས་བདུད་ཀྱི་གཡུལ་ལས་ཀྱང་རྒྱལ་བ་
 ཡིན་པའི་བྱིར་ཏེ། མདོ་ལས། ང་ནི་སྒྲིག་པའི་ཆོས་ལས་རྒྱལ། །དེ་བས་ཉེར་
 འགྲོང་རྒྱལ་ཡིན། ཞེས་དང་། གཡུལ་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་བཞེངས་སུ་
 གསོལ། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། འདིས་ཐུན་མོང་བའི་སྐྱབས་གནས་བསྟན་
 པ་ལྟར་ན། རྒྱ་ཐག་མེད་ལམ་གྱི་བདེན་པ་དང་། འབྲས་བུ་འགོག་བདེན་གཙོ་
 བོར་བྱས་པའི་སྤང་འདས་ཆོས་སུ་བྱེད་དགོས་ཏེ། ཐུབ་དབང་གི་ནི་སྐྱབས་གསུམ་

དང་། །ཕྱ་ངན་འདས་དང་གང་ཟག་བརྒྱད། །ཅེས་འབྱུང་བས་སོ། །ཞུགས་
གནས་བརྒྱད་སོགས་ལ་དགོ་འདུན་ཞེས་བྱ་སྟེ། རྒྱབས་གནས་དང་། དགོ་བ་
ལ་ཞེས་ནས་དད་པ་ཐོབ་པས། དེ་ལ་འདུན་ཞིང་དབྱེ་བར་མི་རུས་པའི་ཕྱིར་
ཏེ། སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་དགོ་འདུན་ནི། །བདུད་རྣམས་བྱེ་བ་བརྒྱ་ཡིས་
ཀྱང་། །གང་ཕྱིར་དབྱེ་བར་མི་རུས་པས། །དེ་ཕྱིར་དགོ་འདུན་ཞེས་བརྗོད་
དོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་ན་དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱས་དང་།
དུས་གསུམ་གྱི་ཆོས་འགོག་ལམ་གཉིས་དང་། དུས་གསུམ་གྱི་འཕགས་པའི་
གང་ཟག་ཐམས་ཅད་ལ་ཕྱག་འཆལ་སོ། །ཞེས་པའོ། །རྟེན་གང་གིས་ན། ལྷ་ལྷ་
མ་བྱང་ཆུབ་འོད་གྱིས། རྒྱ་གར་ནས་པརྟེ་ཏ་མང་དུ་སྐྱུན་བྲངས་པ་རྣམས་གྱི་
ནང་ནས། འདི་ཉིད་ཁོ་ན་ཐུགས་རྗེ་མཁྱེན་རབ་སྙིང་སྟོབས་ཕུལ་དུ་བྱུང་བར་
མཐོང་ནས་ཨ་ཏི་ཤ་ཞེས་མཆོན་གསོལ་བ་ངེས་སོ། །ཚུལ་རི་ལྟར་ན་རྒྱབས་
གནས་གྱི་ཡོན་ཏན་མཐོང་བའི་ཐུགས་གྱིས་བྲངས་པའི་ལུས་ངག་གི་གྲུས་པ་
ཆེན་པོས་སོ། །བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་འདི་ལ་རྒྱ་གར་ནང་པརྟེ་ཏ་དད་པ་ཅན་
བྱ་བར་གྲགས། བོད་དུ་དགྲུང་ལོ་བདུན་ཅུ་ཟེན་ནས་ཀྱང་བྱིན་པ་འདར་རྩིལ་
རྩིལ་ཕྱག་མཛོད་པས། གཞན་གྱིས་བལྟས་པས་མིག་སྤྲིད་པའམ། ཁམས་
ལྟོག་པ་ཅམ་འོང་། རོ་བོ་ལྷ་བྱ་འོ་སྒྲོལ་གཞོན་པས་ཀྱང་མི་འོང་གསུང་བར་
གདལ། དེ་ལྟར་ཕྱག་མཛོད་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། བགོགས་གྱི་བར་ཆད་ཞི་

ནས་ཚུམ་པ་མཐར་ཕྱིན་པ་དང་། ཡ་རབས་དམ་པའི་སྒྲིང་པ་དང་མཐུན་པ་
 དང་། འོ་སྒོལ་རྗེས་འཇུག་རྣམས་ལ་ལག་ལེན་དུ་བསྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་
 པའི་བྱིར། ཉེ་ཞེས་པ་ལྷག་མ་འདྲེན་པས། དེ་ལྟར་ཕྱག་བྱས་ཉེ་ཅི་བྱ་ཞེན། བྱ་
 བ་བྱུང་པར་ཅན་བྱེད་པ་ཡིན་ཉེ། སྒྲ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ལམ་ཀྱན་ཏུ་
 ལྷང་བར་བྱེད་པའི་སྒྲོན་མ་ལྟ་བུའི་བསྟན་བཅོས་རབ་ཏུ་གསལ་བར་བྱ་བ་སྟེ་
 སྒྲོར་བ་ཡིན་པའི་བྱིར།

དེ་ལྟར་བསྟན་པའི་སྒྲོན་མེ་འདི་བཤད་པར་དམ་བཅའ་མཛད་པ་ཆོས་
 ཅན། དགོས་པ་ཡོད་དེ། ཚུམ་པ་མཐར་ཕྱིན་པར་མཛད་པའི་ཆེད་ཡིན་པའི་
 བྱིར། རི་ལྟར་ཚུམ་པའི་རྒྱ་དང་རྒྱུན་ཡང་གཞག་ཏུ་ཡོད་དེ། རྒྱ་ནི་འོག་ཏུ་
 མདོ་སོགས་ཆོས་ལས་བཤད་མཐོང་ནས། ཞེས་པས་འཆད་པར་འགྱུར་ལ།
 རྒྱུན་ནི། དེ་ཡང་སྒྲ་མ་མཉེས་པ་དང་། བོད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བསྟན་པའི་བདག་
 བོར་བཞུགས་པས་སྒྲོབ་མ་བཟང་པོ་ཞེས་བྱ་ཉོ་བ་བཞེད་ལ། རང་འགྲེལ་
 ལས། སྒྲོབ་མ་བཟང་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྒྲིང་ཡིན་པས་སོ། །
 ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཆོས་རྒྱལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རིགས་སུ་འབྱུངས་
 ཞིང་། ཉེན་དགོ་སྒྲོང་དགོན་མཆོག་ལ་མི་བྱེད་པའི་དད་པ་ཅན། མདོ་རྒྱུད་ལ་
 ཞེས་རབ་ཀྱི་སྒྲུན་ཡངས་པ། རོ་བོ་དཀའ་བ་དུ་མས་སྒྲུན་བྱངས་ཉེ། ཐུགས་
 ལ་བབ་པའི་དངོས་པོ་མཐའ་དག་གིས་མཉེས་པར་མཛད་པའི་རང་གི་སྒྲོབ་

མ་བཟང་པོ་ལྷ་སྒྲ་མ་བྱང་ཆུབ་འོད་གྱིས་བོད་དུ་བསྟན་པ་ལ་འདྲ་མི་འདྲའི་
 བབ་ཅོལ་མང་པོ་བྱང་བས་ད་བསྟན་པ་སྤྱི་ལ་ཅི་པན་ཅིག་དགོས་ཚུལ་སྟན་
 དུ་གསོལ། ལོ་རྒྱུས་ཆེན་མོ་ལྟར་ན། ཐེག་པ་ཐུན་མོང་བའི་དྲི་བ་གཉིས། བ་
 རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་དྲི་བ་གཉིས་སྒྲགས་གྱི་དྲི་བ་གསུམ་སྟེ་དྲི་བ་བདུན་མཛད་
 རས། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་མ་ལུས་པའི་དོན་ཆོག་ཉུང་ལ་དོན་འདུས་པ་སྒྲ་མ་ཉིད་
 གྱིས་ངེ་ལྟར་སྤྱི་ཉམས་སུ་བཞེས་པའི་བསྟན་བཅོས་ཞིག་མཛད་པར་ཁྱེ་ཞེས་
 བསྐྱལ་བར་གྱུར་པས། རྫོ་བོས་གྲང་བསྟན་པ་སྤྱི་ལ་པན་པའི་ཆེད་དུ། མཐོ་
 ལྷིང་དུ་བསྟན་བཅོས་འདི་མཛད་པ་ཡིན་ཏེ། བྱང་ཆུབ་འོད་གྱིས་བསྐྱལ་གྱུར་
 པས། ཞེས་པའི་རང་འགྲེལ་དུ། འོད་གྱི་ཡུལ་འདི་ན་སངས་རྒྱུས་གྱི་བསྟན་པ་
 ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་འདི་ལ་ལོག་པར་རྟོག་པའི་གང་ཟག་སྒྲ་མ་དག་བའི་
 བཞེས་གཉིན་གྱིས་ཡོངས་སུ་མ་བཟོན་པ་དག་ཅོད་ཅིང་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་
 དོན་ལ་རང་གི་རྟོག་པས་དཔྱེད་ཅིང་སོ་སོ་ནས་མི་མཐུན་པ་མང་དུ་མཆིས་
 པས་དེ་དག་གི་ཐེ་ཆོམ་བསལ་དུ་གསོལ། ཞེས་བདག་ལ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་
 བསྐྱལ་བར་གྱུར་པས། དེའི་དོན་བདག་གིས་མདོ་ལ་སོགས་པའི་རྗེས་སུ་
 འབྲངས་ནས། བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་སྒྲོན་མ་རབ་ཏུ་གསལ་བར་བྱའོ། །ཞེས་
 གསུངས་པའི་བྱིར། ལམ་ཡིག་ཏུ་དྲི་བ་བདུན་ཞེས་པ་ལས་འདི་དང་འདི་ཞེས་
 མི་གསལ་ལ། སྟོད་དུ་རྫོ་བོ་ཐེབས་སྐབས། ཁྱེ་རྟོག་སོགས་དྲུག་གིས་ཐབས་

ཤེས་ཡ་བྲལ་གྱིས་སངས་རྒྱལ་མི་རྒྱ། བྱང་སྡོམ་གྱི་ཉེན་དུ་སོ་ཐར་དགོས་
སམ་མི་དགོས། རོ་རྩེ་སྒོ་བ་དཔོན་གྱི་དབང་མ་ཐོབ་པར་རྒྱད་འཆད་དུ་རུང་
ངམ་མི་རུང་། དབང་གོང་མ་གཉིས་ཆངས་པར་སྟོད་པས་སྦང་དུ་རུང་ངམ་
མི་རུང་། དབང་མ་ཐོབ་པར་གསང་སྤགས་ཉམས་སྲུ་སྦང་དུ་རུང་ངམ་མི་
རུང་བྱ་བ་ལྷ་ཁྱེས་པས། རོ་བོའི་ཞལ་ནས། བྱེད་རྣམས་སྤགས་ཆོད་མི་
གདལ། དེ་རྣམས་ལས་མང་བ། ལྷ་བཙུན་པས་ཁྱེས་ནས་ལམ་སྟོན་ན་བདོག་
གསུང་། དེ་ལྟར་ན་པར་བྱིན་གྱི་དེ་བ་གཉིས། སྤགས་གྱི་དེ་བ་གསུམ་པོ་འདི་
ལྷ་དང་འབྲེག་ལ། ཐེག་པ་ཐུན་མོང་གི་དེ་བ་གཉིས་ཅི་ཡིན་ཅད་གཅོད། བག་
ཆོས་མཛད་ཟེར་བའི་ལམ་སྟོན་གྱི་འབྲེལ་པ་བཤད་པའི་རྒྱན་བྱ་བ་ཞིག་ན།
དེ་བ་བདུན་འདི་ལྟར་ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་ཉེན་གྱི་གང་ཟག་རི་ལྷ་བྱ། སོ་སྦྱེའི་
ཉེན་ལ་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་སྦྱེ་མི་སྦྱེ། སོ་ཐར་གྱི་སྡོམ་པ་བྱང་སྡོམ་གྱི་ཉེན་དུ་
དགོས་མི་དགོས། སོ་ཐར་གྱི་སྡོམ་ལྡན་གྱིས་བྱང་སྡོམ་སྦངས་ན་གནས་
འགྱུར་རམ་གཉིས་ཀ་དང་ལྡན། ཆོགས་གཉིས་གསོག་པ་ལ་ཐབས་ཤེས་
བྱང་འབྲེལ་དུ་དགོས་སམ་མི་དགོས། དབུ་སེམས་གཉིས་ཡང་དག་པའི་དོན་
དུ་གང་ག་བྱང་། ཐེག་ཆེན་གསང་སྤགས་གྱི་སྟོར་ཁྱེས་ན་རི་ལྟར་བྱ་ཞེས་
པའི་ལན་གཞུང་དང་རིམ་གྱིས་སྦྱར། དགོ་བཤེས་སྟོན་པ། དུ་ཉོ་བ། འད་བ་
ཡབ་སྤས་གྱི་གསུང་བཅོས་དང་། བཤད་པ་གང་དུ་འང་དེ་བ་བདུན་དང་། ལན་

འདེབས་ཚུལ་སོགས་མ་བྱུང་ཡང་། གཞུང་གི་བཤད་པ་ཞི་བ་ཅིང་། ལས་
དང་པོ་བས་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་ཤུལ་དུ་བྱུང་བར་ནི་མཆིས་སོ། །དེ་ཡང་
དགེ་བཤེས་ལོ་རྒྱུ་བ་གཉིས་ཀྱིས་བཤད་ཉན་མཛད་ཀྱང་དེང་སང་རྒྱན་ཆད།
འདིའི་འཕྲིན་ལས་རྒྱས་པར་བྱེད་པ་པོ་ནི། འབྲོམ་སྒྲོན་པ་སྟེ། ཁོང་གིས་རྫོ་བོ་
ལ། སྟོབ་མ་གཞན་རྣམས་ལ་ཆོས་གཞན་དང་གཞན་གནང་། ཁོ་བོ་ལ་ལམ་
གྱི་རིམ་པ་འདི་གནང་བ་ཅི་ལགས་ཞུས་པས། འདི་ཁྱོད་མིན་པ་གཞན་ལ་
གཏད་ས་མ་རྟེན་པ་ཡིན་གསུང་ཞིང་། དགེ་བཤེས་སྒྲོན་པ་རང་ལ་འདི་ཀྱན་
གྱི་འབྲུ་མི་འབྲུ་ཞུས་པ་ན། ང་ཚོ་མ་པ་པོ་དངོས་ཀྱི་སྟོབ་མ་ཡིན་གསུང་བ་དང་།
ཡང་འདི་ལ་འབྲེལ་པ་ཅིག་བདོག་ན་ཞུས་ཅ་ན། འདིའི་འབྲེལ་པ་དང་ཡིན་
སྟམ་གསུང་བ་ལགས་སྐད། དེའི་ཕྱིར་དགེ་བཤེས་སྒྲོན་པ་ནས་བརྒྱད་པ་
རྣམས་རང་འབྲེལ་ཡོད་པ་མི་བཞེད་ཅིང་ཤུ་ཉོ་སྐྱོར་བའང་རང་འབྲེལ་གྱི་
བཤད་པ་མི་མཛད་ལ། ལོ་རྒྱུ་བའི་རྗེས་འབྲང་རྣམས་རང་འབྲེལ་ནག་ཆོའི་
སྐས་ཆོས་སུ་བཞེད་དོ། །ཤར་བའི་ལམ་སྒྲོན་གྱི་གསུང་བགྲོས་སུ་རང་
འབྲེལ་གྱི་བཤད་པ་མ་མཛད་ཀྱང་། ཁོང་གི་ལམ་རིམ་དུ། རྫོ་བོས་མཛད་
པའི་ལམ་སྒྲོན་གྱི་འབྲེལ་པ་ལས་ཞེས་ལུང་བྲངས་པས་རང་འབྲེལ་གཏན་མི་
བཞེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །རྒྱལ་བ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོ་ནི། འདི་ལ་རྫོ་བོ་རང་ཉིད་
ཀྱིས། དགའ་འབྲེལ་ཞིག་མཛད་པ་ལ། གཞན་གྱིས་ཅུང་ཟད་བསྒྲུན་པ་འབྲུ་

གསུང་དོ། །

མདོར་ན་རྫོ་བོ་རྗེས་གཞུང་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་དུས་གསུམ་གྱི་སངས་
 རྒྱུ་མཆོད་གསུམ་གྱིས་དར་ཞིང་རྒྱུ་པར་མཛད་དེ། ད་ལྟོ་
 བར་དུ་མ་རྒྱལ་བ་ཡིན། འདི་ལ་ལོང་བས་སྤང་མཐུག་མ་ཞོར་བ་ཅིག་བྱ་བོ་
 ཞེས་གསུངས། འོ་ན། རབ་ཏུ་གསལ་བར་བྱའོ། །ཞེས་རྫོ་བོས་ཞལ་བ་ཞེས་
 མ་ཆེས་སམ་ངེ་ལྟར་གསལ་བར་རྒྱས་ཞེ་ན། རྫོ་བོ་རྗེ་ལྟ་ཅིག་ཆོས་ཅན། ཐུབ་
 པའི་དགོངས་པ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་གཞུང་ཚོས་པར་རྒྱས་ཏེ། དེ་ལྟ་བུའི་
 རྒྱ་ཐུན་སུམ་ཆོག་གས་པ་སྤྲོ་མ་བརྒྱད་པའི་མན་ངག་དང་ལྟན་པ། ཡི་དམ་ལྟོ་
 ཞལ་གཟིགས་པ། རིག་པའི་གནས་ལྟ་ལ་མཁས་པ་གསུམ་ག་ཆང་བ་ཡིན་
 པའི་ཕྱིར་ཏེ། བེའུ་བུམ་སྟོན་པོ་ལས། དེ་ལྟར་སྤྲོ་མའི་མན་ངག་མངའ་ཞིང་། །
 ཐུགས་དམ་ལྟ་ཡི་ཞལ་ཡང་གཟིགས་ལ། །རིག་པའི་གནས་ལྟ་ཀྱན་ལ་
 མཁས་པས། །བྱང་ཆུབ་ལམ་ནི་གསལ་བར་མཛད་རྒྱས་ཞེས་གསུངས་པའི་
 ཕྱིར། ཆོག་གས་སུ་བཅད་པ་བྱེད་ཕྱི་མ་གཉིས་ཀྱིས་བསྟན་བཅོས་འདིའི་དགོས་
 པ་སོགས་ཆོས་བཞི་ཡང་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། བྱང་ཆུབ་ལམ་ཞེས་པ་དང་
 གསལ་བར་བྱ། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་ཉིད་དགོས་དང་། དགོས་པ་དང་། བརྗོད་
 བྱ་རྣམས་དངོས་སུ་བསྟན་ནས། འགྲེལ་བ་ཤུགས་ལ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་རོ།

བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་སྒྲོན་མའི་རྣམ་བཤད་ཤུལ་བྱང་བཞད་པའི་དགའ་སྒྲོན་ཞེས་བྱ་བ།

གཞུང་དངོས་བཤད་བ།

༥ གཉིས་པ་གཞུང་དངོས་བཤད་པ་ལ་གཉིས་སྐྱེས་བྱ་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་
མདོར་བསྟན་པ་དང། སྐྱེས་བྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་མཆན་ཉིད་སོ་སོར་བཤད་པའོ། །

སྐྱེས་བྱ་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་མདོར་བསྟན་བ།

དང་པོ་ནི།

ཆུང་དུ་འབྱིང་དང་མཆོག་གྱུར་པས། །

སྐྱེས་བྱ་གསུམ་དུ་ཤེས་པར་བྱ། །

དེ་དག་མཆན་ཉིད་རབ་གསལ་བའི། །

སོ་སོའི་དབྱེ་བས་བྲི་བར་བྱ། །

ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་ཡང་གོང་དུ། བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་སྒྲོན་མ་རབ་དུ་
གསལ་བར་བྱ། ཞེས་བཤད་ན། བྱང་ཆུབ་གྱི་ལམ་དེ་རི་ལྷ་བུ་ཞེ་ན། སྤྱིར་སྐྱེས་བྱ་
ཞེས་པ་སེམས་ཅན་ཡིན་ནོ་ཅེག་ལ་འཇུག་ཀྱང་། འདིར་སྐྱེས་བྱའི་སྐད་དོད་བུ་རུ་
༡༥ དོན་བྱེད་པའམ་རྒྱས་པ་ལ་འཇུག་པས། འཇིག་རྟེན་གྱི་མ་པན་ཆད་ཀྱི་དོན་
བསྐྱབ་པའི་རྒྱས་པ་དང་ལྡན་པས་སྐྱེས་བྱ་ཞེས་བྱ་ཞིང་གྱི་མ་པན་ཆད་ཀྱི་སྤང་
དོར་དཔྱོད་པའི་ཡིད་ཤས་ཆེ་བས་མི་ཞེས་ཀྱང་བྱའི། ཆེ་འདི་པ་ཅམ་དོན་དུ་
གཉེར་བ་ལ་འདིར་བསྟན་མིའམ་སྐྱེས་བྱ་ཞེས་མི་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟར་ཡང་བེུ་བུམ་
ལས། སྤྱི་མར་ངན་སོང་འཇིགས་པས་སྤྲིག་སྟོང་། ། འཁོར་བའི་སྐྱོན་ངན་ཐར་པ་

འདོད་པས། །བདེན་བཞིའི་ཚུལ་གྱིས་བསྐྱབ་པ་གསུམ་འཇུག། །ཐེག་དམན་
འཛིགས་པས་བྱང་ཚུབ་སེམས་སྦྱོང་། །དེ་ལྟ་བུ་ནི་མི་ཡི་སྦྱོང་བ། །གཞན་དུ་ན་ནི་
ཅེ་ཞིག་མི་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེ་ལྟ་བུའི་སྦྱེས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་
ནི་གསུམ་ཉིད་དུ་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། ལྷ་མེད་བྱང་ཚུབ་ཏུ་བགྱོད་པའི་ལམ་དེ་ལ་ཚུང་
དུ་མངོན་མཐོའི་ལམ་དང་། འབྲིང་ངེས་ལེགས་སུན་མོང་བའི་ལམ་དང་། མཆོག་
ཏུ་གྱུར་པ་སངས་རྒྱས་ཉིད་ཀྱི་ལམ་གསུམ་ཡོད་པའི་བྱིར། སྦྱེས་བུ་གསུམ་གྱི་
ལམ་དེ་ཡང་རབ་ཏུ་གསལ་བ་སྟེ་གོ་ཤིང་ཏུ་སྦྱ་བར་བྱི་བར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། ལམ་དེ་
དག་གྱང་རང་གི་ངོ་བོ་མཆོན་པར་བྱེད་པའི་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་སྒོ་ནས་དང་། སོ་སོའི་
དབྱེ་བས་ཏེ་ལམ་གསུམ་གྱི་ངོ་བོ་དང་ཁྱད་པར་སྟོན་ཚུལ་མི་འདྲ་བའི་སྒོ་ནས་བྱི་
བར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར། །

སྦྱེས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་མཆོན་ཉིད་སོ་སོར་བཤད་པ།

༥ གཉིས་པ་སྦྱེས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་མཆོན་ཉིད་སོ་སོར་བཤད་པ་
ལ་གསུམ། སྦྱེས་བུ་ཚུང་དུའི་མཆོན་ཉིད་བསྟན་པ། སྦྱེས་བུ་འབྲིང་གི་མཆོན་
ཉིད་བསྟན་པ། སྦྱེས་བུ་ཆེན་པོའི་མཆོན་ཉིད་བསྟན་པའོ། །

དང་པོ་སྦྱེས་བུ་ཚུང་ཏུའི་མཆོན་ཉིད་བསྟན་པ།

དང་པོ་ནི།

གང་ཞིག་ཐབས་ནི་གང་དག་གིས། །

ལའོར་བའི་བདེ་བ་ཙམ་དག་ལ།

རང་ཉིད་དོན་དུ་གཉེར་བྱེད་པ།

སྐྱེས་བུ་དེ་ནི་ཐ་མར་ཤེས།

ཞེས་གསུངས། ཤེས་པ་ཆོས་ཅན། འདིར་བསྟན་སྐྱེས་བུ་ཆུང་དུ་འི་
རྣམ་གཞག་ཡོད་དེ། ཆེ་འདི་ལ་ཆུང་ཟད་ཀྱང་མ་ཆགས་ཤིང་། བྱི་མ་པན་ཆད་
སྐྱབ་རུས་གྱི་སྐྱེས་བུ་གང་ཞིག །ལའོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་མཐར་ཐུག་པའི་
མིའི་བདེ་བ་དང་། བརྒྱ་བྱིན་དང་། དགའ་རབ་དབང་ཐུག་སོགས་འདོད་པའི་
བདེ་བ་དང་། ཆངས་པ་སོགས་གཟུགས་གཟུགས་མེད་གྱི་ལའོར་བའི་བདེ་
བ་ཙམ་དག་ལ་དམིགས་ནས། ཐབས་ནི་ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་པའི་དད་
པ་སྒྲོན་དུ་སོང་བའི་མི་དགོ་བ་བཅུ་སྟོང་གི་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་། ཟག་བཅས་གྱི་
བསམ་གཏན་བཞི་དང་། གཟུགས་མེད་པའི་སྟོམས་འཇུག་སོགས་སྟེའི་ཐེག་
པ་དང་ཆངས་པའི་ཐེག་པ་ཞེས་བཤད་པ་གང་དག་གིས་ཆེད་དུ་བྱ་བ་གང་
ཟག་རང་ཉིད་གྱིས་ཐོབ་པའི་དོན་དུ་གཉེར་བར་བྱེད་པ་གང་དག་ཡིན་པ། དེ་
ནི་འདིར་བསྟན་སྐྱེས་བུ་ཐ་མར་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར། འདི་ཡང་
དམ་པའི་ཆོས་ལ་ཞུགས་པས་འདིར་བསྟན་སྐྱེས་བུ་ནི་ཡིན་ལ། མིན་པ་དོན་
དུ་གཉེར་ཞིང་། གཞན་དོན་ལ་རྒྱབ་གྱིས་སྤྱོད་པས། འབྲིང་དང་ཆེན་པོ་
ལས་དམན་པའི་བྱིར།

དེ་ཡང་རྒྱུ་པ་དང་པོས་སྒྲུབ་བའི་བྱེད་པར། གཉིས་པས་འབྲས་བུའི་
བྱེད་པར། གསུམ་པས་ཀྱན་སྒྲོང་ངམ་བསམ་པའི་བྱེད་པར། བཞི་པས་བྱེད་
པར་གྱི་གཞི་བསྟན་ཏོ། །དེ་ཡང་མངོན་མཐོ་ཅམ་དོན་དུ་གཉེར་བས། དེའི་
ཐབས་མ་ནོར་བ་ལ་ཞུགས་པ་ནི། འདིར་བསྟན་སྒྲེས་བུ་ཚུང་དུའི་མཆོན་ཉིད་
ཡིན་ལ། སྒྲུབ་ནི་སྒྲེས་བུ་ཚུང་དུ་ལ་ཆེ་འདི་དོན་གཉེར་ཅམ་ཡང་ཡོད་ཀྱང་།
འདིར་ནི་མངོན་མཐོའི་ཐབས་མ་ནོར་བ་ལ་ཞུགས་པ་དགོས་པའི་སྒྲུབ་
འདིར་བསྟན་སྒྲེས་བུ་ཚུང་དུ་ལ་གཅིག་ཉིད་ལས་དབྱེ་བ་གཞན་མི་བྱེད་དོ། །

སྒྲེས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་མཐའ་དག་གི་རྩ་བ་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་
ཚུལ་ཡིན་ཏེ། སྒྲེས་མཉེས་པར་བྱས་ན། དལ་འབྱོར་ལ་སྒྲིང་པོ་ལེན་འདོད་
སྒྲེ་ཞིང་། དལ་བའི་རྟོན་ལ་སྒྲིང་པོ་ལེན་འདོད་དམ་ཆོས་སྒྲུབ་འདོད་གྱི་སྒྲོ་མ་
སྒྲེས་པར་སྒྲེས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་གང་ཡང་ཉམས་སྲུ་ལེན་པ་མི་འོང་བས།
བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པ་དང་དལ་འབྱོར་གྱི་ཆོས་སྒྲོར་གཉིས། གསུམ་གའི་
སྒྲོན་འགྲོ་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྒྲུབ་བསྟན་བཅོས་འདིར་འོག་ཏུ། སྒྲེས་རྣམས་ཀྱིས་
བསྟེན་པ་ཡི། །ཞེས་དང་། སྒྲོམ་པ་འཕོགས་བཟོད་སྒྲིང་རྗེ་ལྟར། ཞེས་སོགས་
གསུངས་ཀྱང་། འབྲིད་ཉམས་སྲུ་ལེན་པ་ན། འདི་ནས་བསྟན་པ་ལྟར་བཤེས་
གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་སོགས་གོ་རིམས་ངས་ཅན་དུ་བྱུང་། །

འདིར་བསྟན་སྒྲེས་བུ་ཚུང་དུའི་ལམ་གྱི་དངོས་གཞི་ལ། དམིགས་

སྟོར་བཞི་ཡོད་དེ། མི་རྟག་པ། ངན་སོང་གསུམ་གྱི་ཉེས་དམིགས། སྐྱབས་
འགོ། ལས་འབྲས་བསམས་ནས་མི་དགོ་བཅུ་སྟོང་གི་ཚུལ་བྲིམས་ལ་བསྐྱབ་
པའོ། །དེ་ཡང་སྐྱེས་བྱ་ཆུང་དུའི་བསམ་བ་སྐྱེ་བ་ལ། དམིགས་བ་དང་པོ་
གཉིས་དང་། སྟོར་བ་སྐྱབ་བ་ལ་བྱི་མ་གཉིས་སྤྲེའི་བའི་བྱིར་ཏེ། བེའུ་བུམ་
སྟོན་པོ་ལས། དལ་འབྱོར་རྟེན་དགའ་འཆི་བ་རྗེས་བྲན། །ལན་གཅིག་བསམས་
བས་ཆོས་ཀྱི་མགོ་གཟུག་། དེ་ལྟར་བསམས་བས་ཆོས་ཀྱན་སྐྱེ་འགྱུར། །ཞེས་
གསུངས་པའི་བྱིར། །

གཉིས་བ་སྐྱེས་བྱ་འབྲིང་གི་མཆན་ཉིད་བཟླ་བ།

༥ གཉིས་བ་སྐྱེས་བྱ་འབྲིང་གི་མཆན་ཉིད་སྟོན་བ་ནི།

སྤྱིད་པའི་བདེ་ལ་རྒྱབ་ཕྱོགས་ཤིང་།

སྤྱིག་པའི་ལས་ལས་སྤྱིག་བདག་ཉིད། །

གང་ཞིག་རང་ཞི་ཙམ་དོན་གཉིད། །

སྐྱེས་བྱ་དེ་ནི་འབྲིང་ཞེས་བྱ། །

ཞེས་པའོ། །ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། འདིར་བཟླ་སྐྱེས་བྱ་འབྲིང་གི་རྣམ་
གཞག་ཡོད་དེ། མནར་མེད་ནས་སྤྱིད་ཅེའི་བར་གྱི་འཁོར་བ་མཐའ་དག་གི་
སྤྱག་བསྐྱེལ་རྒྱ་མཆན་དུ་མའི་སྟོན་ནས་བསམས་བས་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བ་
དང་། ཆངས་བ་དང་། བརྒྱ་བྱིན་གྱི་བདེ་བ་ལའང་མི་ལམ་དུ་ཡང་འདོད་བ་

མེད་པས། སྤྱིད་པའི་བདེ་བ་ལ་རྒྱབ་གྱིས་སྤྱོད་གས་ཤིང་ཞེན་པ་ལོག་པ་བསམ་
 པའི་བྱུང་པར། བསམ་པ་དེས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་ནས་སྒོ་གསུམ་སྤྲིག་པ་མི་
 དགོ་བའི་ལས་ལས་སྤྲོག་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་སོ་ཐར་རིས་བདུན་གང་
 རུང་གི་བརྒྱལ་ཞུགས་ལ་ཡང་དག་པར་གནས་པ་སྒྱུར་བའི་བྱུང་པར།
 བསམ་སྒྱུར་དེ་གཉིས་དང་ལྡན་པས་རང་ཉིད་སྤྱིག་ཀྱན་ཉི་བར་ཞི་བའི་སྤྱང་
 འདས་ཅམ་དོན་དུ་གཉིར་བ་འབྲས་བུའི་བྱུང་པར་ཏེ། ཉེན་གྱི་གང་ཟག་གང་
 ཞིག་བྱུང་པར་དེ་གསུམ་དང་ལྡན་པ་དེ་ལ་ནི་སྤྱིས་བུ་འབྲིང་ཞེས་བརྗོད་པར་
 བྱ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར་ཏེ། འདི་ནི་དམ་ཆོས་མ་ཞོར་བར་སྐབ་པ་ལ་ཞུགས་པས་
 འདིར་བསྟན་སྤྱིས་བུ་ཡིན་ཞིང་། སྤྱིད་པ་མཐའ་དག་ལས་ཡིད་ལོག་པས་
 རུང་དུ་ལས་བྱུང་པར་འཕགས། མགོ་ལ་སེམས་ཅན་ཁྱུང་ཆེན་བྱིར་བ་ཡི། །
 སེམས་དཔའ་མཆོག་ནི་དལ་གྱིས་འགྲོ་མི་མཛེས། ཞེས་པ་ལྟར་འགྲོ་བའི་
 དོན་གྱི་ཁྱུང་འཁྱུང་བའི་ལྷག་བསམ་དང་མི་ལྡན་པས་སྤྱིས་བུ་ཆེན་པོ་ལས་
 དམན་པའི་བྱིར། དེ་ལྟར་ན་རྐང་པ་གསུམ་གྱིས་བསམ་པ་དང་། སྒྱུར་བ་དང་།
 འབྲས་བུ་དང་། བཞི་པས་བྱུང་པར་གྱི་གཞི་བསྟན་ཏོ། །འཕ་ར་བའི་གསུང་
 བགྲོས་ལས། སྤྲིག་པའི་ལས་ལས་ཞེས་པ། མི་དགོ་བ་ཁོ་ན་ལ་མི་ཟེར་གྱི།
 མངོན་མཐོ་འབྱུང་པའི་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་ལས་རྣམས་ཀྱང་ཡིན་ཏེ།
 འཁོར་བ་འབྱུང་པའི་ཀྱན་འབྱུང་ལས་དང་ཉོན་མོངས་ཐམས་ཅད་འདིས་

བསྐྱུས་གསུང་། རྟོག་བདག་ཉིད་ཅེས་པས་ཀྱང་། གཉེན་པོ་བསྐྱུས་པ་གསུམ་
ག་བསྟན། ཞེས་གསུང་དོ། །སྐྱེས་བྱ་ཆུང་འབྲིང་གཉིས་ཀ་དང་ཐུན་མོང་བའི་
ལམ་རྒྱུད་ལྡན་གྱི་ཐེག་ཆེན་གྱི་གང་ཟག་ཤིན་ཏུ་མང་བས། འདིར་ནི་གཙོ་
བོར་རང་དོན་དུ་ཐར་པ་སྐྱབ་པའི་ཐབས་མ་ཞོར་བ་ལ་ཞུགས་པ་ནི། འདིར་
དངོས་སུ་བསྟན་པའི་སྐྱེས་བྱ་འབྲིང་གི་མཆན་ཉིད། འདི་ལ་ཐེག་པའི་སྒྲོན་ས་
དབྱེ་ན། ཉན་ཐོས་གྱི་ཐེག་པ་ལ་ཞུགས་པ་དང་། རང་སངས་རྒྱས་གྱི་ཐེག་པ་
ལ་ཞུགས་པ་གཉིས། བསྐྱོམ་བྱའི་སྒྲོན་ས་དབྱེ་ན། འཕགས་པའི་བདེན་བཞི་
བསྐྱོམ་པ་དང་། རྟོན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་ལྷགས་འབྱུང་ལྷགས་
བསྐྱོག་ཏུ་བསྐྱོམ་པ་གཉིས། ཡང་འདིར་དངོས་བསྟན་གྱི་སྐྱེས་བྱ་འབྲིང་ལ་
ནང་ཆན་གྱི་སྒྲོན་ས་དབྱེ་ན། ཆུང་འབྲིང་ཆེ་གསུམ་དུ་ཡོད་དེ། རང་དོན་དུ་
ཐར་པ་དོན་གཉེར་གྱི་བསམ་པས། དགོ་བཅུའི་ཚུལ་བློམས་ལ་སློབ་པ་ནི།
སྐྱེས་བྱ་འབྲིང་གི་ཆུང་དུ་དང་། བསམ་པ་དེ་དང་ལྡན་པས་འཕགས་པའི་
བདེན་བཞི་བསྐྱོམ་པ་ནི། འབྲིང་གི་འབྲིང་དང་། བསམ་པ་དེ་དང་ལྡན་པ་གང་
ཞིག །གཉིས་སྟངས་གི་བདག་མེད་བསྐྱོམ་པ་ནི་འབྲིང་གི་ཆེན་པོ་ཡིན་ནོ། །རྩོ་
བོ་ཆེན་པོ་མགོན་པོ་ལྷ་སྐྱབ་དང་། དཔལ་ལྡན་ལྷ་བའི་རྗེས་སུ་འབྱང་བས། དེ་
ལྟར་ན་བསྐྱོམ་བྱ་བདག་མེད་གསུམ་གྱི་སྒྲོན་ས་ཀྱང་གསུམ་དུ་ཡོད་དེ། རང་
རྒྱ་ཐུབ་པའི་རྣམ་ཡོད་ཀྱིས་སྟངས་ཅམ་གྱི་བདག་མེད་དང་། རུལ་ཤན་ཆ་མེད་

བསགས་པའི་སྤྱི་རྩིས་དོན་གྱིས་སྟོང་པའི་གཟུང་བ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་
 དང་། གང་ཟག་དང་། ཆོས་རྟོག་པས་བཏགས་ཅམ་ལས། རང་བཞིན་གྱིས་
 གྲུབ་པས་སྟོང་པའི་བདག་མེད་སྤྱི་རྩིས་ཤིང་བསྒྲུབ་པའི་ཐེག་པ་དམན་
 པའི་གང་ཟག་གསུམ་གཞག་དགོས་པའི་སྤྱིར་རོ། །སྤྱིས་བྱ་འབྲིང་གི་ལམ་
 དངོས་གཞི་ནི། སྤྱིད་པའི་བདེ་ལ་རྒྱབ་སྤྱོད་ཤིང་། ཞེས་པས་སྤྱག་བདེན་
 དང་། སྤྱིག་པའི་ལས་ལས། ཞེས་པས། གྱུན་འབྱུང་དང་། རང་ཞི་ཅམ་དོན་
 གཉིས། ཞེས་པས། འགོག་བདེན་དང་། སྤྱོད་བདག་ཉིད། ཅེས་པས། ལམ་
 བདེན་བསྟན། ཞེས་ཤིང་བ་གསུང་པ་ལྟར།

༥ འཕགས་པའི་བདེན་བཞིའི་ལམ་ནི། ཐར་འདོད་རྣམས་ཀྱི་བསྒྲུབ་
 བྱའི་གཙོ་བོ་དང་། སྤྱིས་བྱ་འབྲིང་གི་ལམ་གྱི་གཞུང་ཤིང་ཡིན་ཏེ། རྟོན་འབྲེལ་
 ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་ཀྱང་དེ་ཉིད་དུ་འདུས་པའི་བྱིར། དེ་ཡང་ཐར་པ་དོན་
 གཉིས་གྱིས་གཏན་ལ་དབབ་བྱ་གྱུན་བྱང་གཉིས་སུ་ངེས་ཏེ། དང་པོ་ལ་རྒྱ་
 འཆིང་བྱེད་གྱུན་འབྱུང་བདེན་པ་དང་། འབྲས་བྱ་བཅིངས་པ་སྤྱག་བདེན་
 གཉིས་སུ་ངེས། སྤྱི་མ་ལ་ཐོབ་བྱ་འགོག་བདེན་དང་། ཐོབ་བྱེད་ལམ་བདེན་
 གཉིས་སུ་ངེས་པའི་བྱིར། གོ་རིམས་ཡང་སྤྱག་བདེན་ཐོག་མར་གསུངས་པ་
 ལྟར། ཐར་འདོད་གྱིས་དང་པོར། སྤྱག་བསྐྱེད་བརྒྱུད་དང་། རྒྱག་དང་། གསུམ་
 ལ་སོགས་པས་འཁོར་བ་སྤྱི་དང་། སོ་སོའི་ཉེས་པ་ལེགས་པར་བསམས་ཏེ།

ཐར་འདོད་གྱི་སྒྲོ་བཙུག་མིན་བསྐྱེད་དགོས་ཏེ། བེའུ་བུམ་སྒྲིན་པོ་ལས། འཁོར་
བ་ཁང་པ་མེ་འབར་བཞིན་ནམ། །བཙོན་དོང་མི་བཟད་ཆུད་པའི་མིའམ། །རྒྱ་
མཚོའི་སྒྲོང་འབྲེལ་ནང་དུ་ཆུད་པའམ། །འབྲོག་དགོན་མི་བཟད་འབྲུམས་བཞིན་
བསམས་ལ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་བསམས་
པས་ཡིད་སྒྲོ་བ་ན། འཁོར་བ་འདི་ཅིའི་རྒྱ་ཅན་ཡིན་སྟམ་དུ་བསམས་པས། ཉོན་
མོངས་པ་དང་ཟག་བཙས་གྱི་ལས་ལས་འཁོར་བ་འགྲུབ་པར་མཐོང་ནས། གྲུན་
འབྱུང་སྤོང་འདོད་སྒྲེ་བས། དེའི་ལོག་ཏུ་གྲུན་འབྱུང་བསྟན་པ་ལྟར། གྲུན་འབྱུང་
འཁོར་བའི་འཇུག་རིམ་བསྒྲོམ་པར་བྱ་སྟེ། བེའུ་བུམ་ལས། བདག་ཅག་འཁོར་
བར་ཡུན་རིངས་ཏྲག་འབྲུམས། །དེ་ཡི་རྒྱ་ཅ་རང་གི་ཉོན་མོངས། །དེ་ཡི་གཙོ་བོ་
མ་རིག་པ་སྟེ། །དེ་ཡིས་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་བསྐྱེད་པས། །ཏྲག་ཏུ་འཁོར་བ་རྒྱན་
མི་འཆད་འགྲུལ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།

༥ གྲུན་འབྱུང་གི་གཙོ་བོ་མ་རིག་པ་ནི། ཡུལ་གྱི་གནས་ཚུལ་ལ་ཕྱིན་
ཅི་ལོག་ཏུ་ཞུགས་པའི་སྒྲོ་ཡིན་པས། སྤོང་རུས་སུ་ཤེས་པ་ན། འགོག་པ་
མངོན་དུ་བྱ་རུས་སུ་མཐོང་བས། དུས་གསུམ་པར་འགོག་བདེན་བསྟན་པ་
ལྟར་སེམས་ཏེ། བེའུ་བུམ་ལས། འཁོར་བའི་ཁང་ཆེན་འདི་ལ་སྒྲོ་མང་། །གང་
ནས་བྱུང་ཀྱང་ཕྱིར་ནི་འཐོན་ཏེ། ཞེས་བཤད་པའི་ཕྱིར། འགོག་པ་མངོན་དུ་
བྱེད་པའང་། ལམ་ལ་རག་ལས་པར་མཐོང་བས། ལམ་བདེན་དུས་བཞི་པར་

སྟོན་ཏེ། བེའུ་བུམ་ལས། ཐབས་ཚུལ་ཀུན་གྱིས་མ་རིག་བསྒྲོག་བྲ། །སྒྲོག་
བྱེད་རྒྱ་ནི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། དེ་སྐད་དུ་ཇི་
བཙུན་བུམས་པས་ཀྱང་། བད་ནི་ཤེས་བྱ་བད་ཀྱི་རྒྱ་ནི་སྤང་བར་བྲ། །བདེ་
གནས་ཐོབ་བྱ་སྤྲན་ནི་བསྟེན་པར་བྱ་བ་ལྟར། །སྤྱག་བསྐྱལ་རྒྱ་དང་དེ་འགོག་
པ་དང་དེ་ཡི་ལམ། །ཤེས་བྱ་སྤང་བྱ་རིག་པར་བྱ་ཞིང་བསྟེན་པར་བྲ། །ཞེས་
གསུངས་པའི་བྱིར།

སྤྱིས་བྱ་ཆེན་པོའི་མཆོན་ཉིད་བསྟན་པ།

༥ གསུམ་པ་སྤྱིས་བྱ་ཆེན་པོའི་མཆོན་ཉིད་བསྟན་པ་ལ་གཉིས། མདོར་
བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །

མདོར་བསྟན་པ།

དང་པོ་ནི།

རང་རྒྱུད་གཏོགས་པའི་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱིས། །

གང་ཞིག་གཞན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱལ་ཀུན། །

ཡང་དག་ཟད་པར་ཀུན་ནས་འདོད། །

སྤྱིས་བྱ་དེ་ནི་མཆོག་ཡིན་ནོ། །

ཞེས་གསུངས། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་སྤྱིས་
བྱ་ཆེན་པོའི་རྣམ་གཞག་གཞག་ཏུ་ཡོད་དེ། སྤྱིས་བྱ་ཆུང་འབྲིང་གི་ལམ་ལ་སྒོ་

ལེགས་པར་སྦྱངས་ཤིང་འབྱོངས་པའི་གང་ཟག་གང་ཞིག་རང་རྒྱུད་དུ་
གཏོགས་པའི་སྟེ་རང་ཉིད་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱིས་ཐོག་མཐའ་བར་
གསུམ་དུ་གདུངས་པ་ལྟར་དུ། སྲིད་མཆོར་འབྲུམས་པའི་མ་གྱུར་སེམས་ཅན་
གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། དེ་དང་འདྲ་བ་སྲིད་པའི་སྤྱག་བསྐྱལ་ཀྱན་གྱི་མེ་
འབར་བས་བསྐྱེད་པ་ལ་མི་བཟོད་པའི་སྤྲིང་རྗེས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ།
གཞན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱལ་ཐམས་ཅད་དང་། དེའི་རྒྱ་སྐྱོབ་གཉིས་བག་ཆགས་དང་
བཅས་པ་ཀྱན་ཡང་དག་པར་ཏེ་སྤྲོད་བསྐྱོད་པ་མེད་པར་ཀྱན་ནས་ཟད་པར་
འདོད་པའི་གཞན་དོན་དོན་གཉིས་ཀྱི་འདོད་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི། ཐོབ་བྱ་
བྱང་ཆུབ་ལ་དོན་དུ་གཉིས་བའི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་དང་། དེས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་
པའི་རྒྱལ་སྤྱས་ཀྱི་སྦྱོད་པ་ཅི་རིགས་ལ་གནས་པ་དེ་ནི་འདིར་དངོས་སུ་
བསྟན་པའི་སྐྱེས་བུ་མཆོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ཡང་གཙོ་བོར་ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་ཐབས་མ་ནོར་བ་ལ་ཞུགས་པ་
ནི། འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོའི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་ནོ། །

འདིར་བསྟན་སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོ་ལ། ལྟ་བའི་སྒྲོན་ནས་དབྱེ་ན། དབྱ་སེམས་
གཉིས། ཐེག་པའི་སྒྲོན་ནས་དབྱེ་ན། མདོ་སྤྱགས་གཉིས། ལམ་སྤྱར་བུལ་གྱི་སྒྲོ་
ནས་དབྱེ་ན་སྤྱགས་ཀྱི་ཤིང་རྟས་བཟོད་པ་སོགས་ལྟ་ཡོད་དོ། །

སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་རྣམ་གཞག་ནི། རྣམ་སྤང་མདོན་བྱང་ལས་

ཀྱང་གསང་བ་པའི་བདག་པོ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་ནི། སྙིང་རྗེའི་
 རྩ་བ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་རྒྱལ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན། ཐབས་
 ཀྱིས་མཐར་ཐྱིན་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་ཐེག་ཆེན་ཀྱི་ལམ་ཆང་ཞིང་མ་རྟོར་བ་ནི།
 སྙིང་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་། སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་
 ཐབས་གསུམ་དུ་འདུས་པར་གསུངས་ཤིང་དོན་འདི་ཉིད། མཁས་པའི་དབང་
 པོ་ཀ་མ་ལ་ཤྱེ་ལས་སྒྲོམ་རིམ་གསུམ་དུ་གཏན་ལ་ཐབ་བོ། །དཔལ་ལྷན་ཟླ་
 བའི་ཞབས་ཀྱིས་ནི། རིན་ཆེན་འཕྲེང་བ་ལས། བདག་ཉིད་དང་ནི་འཇིག་རྟེན་
 འདིས། །སྒྲ་མེད་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་འདོད་ན། །དེའི་རྩ་བ་བྱང་ཆུབ་སེམས། །རི་
 དབང་རྒྱལ་པོ་ལྟར་བཏན་དང་། །སྦྱོགས་མཐས་གཏུགས་པའི་སྙིང་རྗེ་དང་། །
 གཉིས་ལ་མི་རྟེན་ཡེ་ཤེས་ལགས། །ཞེས་གསུངས་པའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་
 བས། སྙིང་རྗེ་དང་གཉིས་སུ་མེད་པར་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་། བྱང་ཆུབ་
 ཀྱི་སེམས་གསུམ་གྱིས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ལམ་ཐམས་ཅད་བསྐྱུས་
 པར་བཞེད་དེ། སྙིང་རྗེའི་སེམས་དང་གཉིས་སུ་མེད་སྟོང་དང་། །བྱང་ཆུབ་
 སེམས་ནི་རྒྱལ་སྲས་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། དབུ་མ་སྙིང་པོ་
 ལས་ཀྱང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་མི་གཏོང་དང་། །ཐུབ་པའི་བརྒྱལ་ཞུགས་
 ཡང་དག་བསྟེན། །དེ་ཉིད་ཤེས་པ་ཆོལ་བ་ནི། །དོན་ཀྱན་སྦྱབ་པའི་སྦྱོང་བ་
 ཡིན། །ཞེས་གསུངས་ལ། དབུ་མ་རྒྱན་དུ་འང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བརྟུལ་ཞུགས་དང་། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གྱི་ལྷ་བ་གསུམ་དུ་
འདུས་པར་བསྟན་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། ཡང་དག་དད་པའི་རྗེས་འབྲང་བ། །
རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་ནས། །ཐུབ་པའི་བརྟུལ་ཞུགས་སྒྲུངས་
བྱས་ཏེ། །དེ་ཉིད་ཡང་དག་ཤེས་ཚེ་ལ་བཙོན། །ཞེས་བཤད་པའི་བྱིར། སྟོབ་
དཔོན་ཆེན་པོ་ཞི་བ་ལྷས། བསྐྱེད་བརྟུས་སུ། དལ་འབྱོར་དོན་ཆེ་ཉིད་པར་
དགའ་བ་བསམས་ནས་སྟོང་པོ་ལེན་འདོད་བསྐྱེད་སྦྱར་དད་པ་ལྷག་པར་ཐེག་
ཆེན་གྱི་ཡོན་ཏན་བསམས་པའི་དད་པ་བསྐྱེད་དེ། སྟོན་སེམས་དང་། འཇུག་
སྟོམ་བཟུང་། ལུས་ལོངས་སྦྱོད་དག་ཅ་གསུམ་བཏང་བ་དང་། བསྐྱུང་བ་དང་
དག་པ་དང་སྟེལ་བའི་ཚུལ་གསུངས་པ་འདིས། སྦྱོད་པ་པར་བྱིན་དུག་བསྐྱུས་
པ་ཡིན་ཏེ། བེའུ་བུམ་སྟོན་པོ་ལས། གོ་ཆ་དུག་དུག་སུམ་ཅུ་དུག་དང་། །
བཏང་བསྐྱུང་དག་སྟེལ་བཞི་ནི་དོན་གཅིག་། ཅེས་གསུངས་པའི་བྱིར། ཡང་ན་
སྦྱོར་བ་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ། དངོས་གཞི་པར་བྱིན་དུག་ལ་སྟོབ་པ།
རྗེས་བྱང་ཆུབ་ཏུ་བསྟོབ་པ་གསུམ་གྱིས་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཉམས་ལེན་བསྐྱུས་པ་
ཡིན་ཏེ། བེའུ་བུམ་སྟོན་པོ་ལས། དག་བཤེས་སྟོན་པའི་ཞལ་ནས་འདི་
གསུང་། །སྦྱོར་བ་བྱང་ཆུབ་སེམས་གྱིས་འཕངས་པ། །དངོས་གཞི་པ་རོལ་
བྱིན་པ་དུག་ལྷན། །ཟིན་རྗེས་མཇུག་ཏུ་བྱང་ཆུབ་བསྟོབ་པ། །པ་རོལ་བྱིན་ཚུལ་
སྦྱོར་ཀྱན་དེར་འདུ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

ལམ་གྱི་སྒོན་མ་འདིར་ནི། ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་ཐམས་ཅད་ཐེག་ཆེན་གྱི་
མཐུག་སྒོ་སེམས་བསྐྱེད་དུ་བསྟན་པ། སེམས་དེ་ནི་ལྷན་བསྐྱེད་ཚུལ། སེམས་
བསྐྱེད་ནས་སྒྲོད་པ་ལ་སྒོ་བ་ཚུལ། བསྐྱེད་པའི་འབྲས་བྱ་ངོས་བཟུང་བ་དང་
བཞི་བསྟན་པ་ལས།

ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་ཐམས་ཅད་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐུག་སྒོ་སེམས་བསྐྱེད་དུ་བསྟན་པ།

དང་པོ་ནི། རང་རྒྱུད་གཏོགས་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱིས་ཞེས་སོགས་
རྟེན་པ་བཞི་དང་། སེམས་ཅན་དམ་པ་བྱང་ཆུབ་མཆོག་། ཅེས་པ་རྟེན་པ་
གཉིས་ཀྱིས་བསྟན། །

སེམས་དེ་ནི་ལྷན་བསྐྱེད་ཚུལ།

༥ གཉིས་པ་ནི། རྫོགས་སངས་བྱིས་སྤྱུ་ལ་སོགས་དང་། ཞེས་སོགས་
སྒོན་སེམས་ཆོ་གས་ལེན་ཚུལ་བསྐྱེད་བྱ་དང་བཅས་པ་སྒོན་པའི་གཞུང་
རྣམས་ཀྱིས་བསྟན། སྒྲོད་པ་ལ་སྒོ་བ་པ་ལ་འཐུག་སྒོམ་འཛིན་དགོས་བས། དེ་
ལེན་ཚུལ། འཐུག་སེམས་བདག་ཉིད་སྒོམ་པ་མ་གཏོགས་པ། ཞེས་སོགས་
ཀྱིས་བསྟན། །

སེམས་བསྐྱེད་ནས་སྒྲོད་པ་ལ་སྒོ་བ་ཚུལ།

༥ གསུམ་པ་ནི། རྒྱལ་སྤྱུ་ཀྱི་སྒྲོད་པ་ཐམས་ཅད་རྒྱལ་ཆོ་བ་དམ་པས།
བསྐྱེད་གསུམ་དབང་དུ་མཛད་ནས་ནི། རྒྱལ་བས་པ་རོལ་བྱིན་པ་དུག །ཡང་

བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་སྒྲོན་མའི་རྣམ་པ་ཤད་པུལ་བྱང་བཞད་པའི་དགའ་སྒྲོན་ཞེས་བྱ་བ།

དག་བཤད་དེ་དང་པོ་གསུམ། །ཐ་མ་གཉིས་ཀྱིས་རྣམ་པ་གཉིས། །གཅིག་ནི་
གསུམ་ཆར་ལ་ཡང་གཏོགས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་
པའི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་དུ་བསྐྱས་པ་ལས། ཉེས་སྒྲོད་སྒྲོམ་པ། དག་བ་ཆོས་
སྤྱད། སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་གསུམ་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ་ནི།

རང་གི་ལུས་ངག་ཡིད་ནི་རྣམ་དག་རྒྱ། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན། ཉིང་
དེ་འཇོན་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ་ནི། བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་རང་བཞིན་གྱི། ཞེས་
སོགས་ཀྱིས་བསྟན། ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ལ་སྒྲོབ་ཚུལ་ནི། ཤེས་རབ་པ་
རོལ་བྱེན་སྒྲོར་དང་། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན། །

བསྐྱབ་པའི་འབྲས་བྱ་རོལ་བརྒྱབ་བ།

༥ བཞི་པ་ནི། དེ་ལྟར་དེ་ཉིད་བསྒྲོམས་བྱས་ན། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་
བསྟན་ཏོ། །

སྒྲིས་བྱ་ཆེན་པོའི་ལམ་རྒྱས་པར་བཤད་བ།

༥ གཉིས་པ་སྒྲིས་བྱ་ཆེན་པོའི་ལམ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་གཉིས། ཐ་
རོལ་དུ་བྱེན་པའི་ལམ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་དང་། ལྷགས་ལ་འཇུག་པའི་ཚུལ་
ལྷོགས་ཅོམ་བསྟན་པའོ། །

ཕ་རོལ་དུ་བྱེན་པའི་ལམ་རྒྱས་པར་བཤད་བ།

དང་པོ་ལ་གཉིས། ལམ་གྱི་རྣམ་གཞག་བཤད་པ་དང་། འབྲས་བུའི་

རྣམ་གཞག་བཤད་པའོ། །

ལམ་གྱི་རྣམ་གཞག་བཤད་པ།

དང་པོ་ལ་གཉིས། བཤད་པར་དམ་བཅའ་བ་དང་། ལམ་ཡང་དག་པ་
ཉིད་བཤད་པའོ། །

བཤད་པར་དམ་བཅའ་བ།

དང་པོ་ནི། གང་ཞིག་གཞན་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡང་དག་ཟད་པར་
ཀྱན་ནས་འདོད། །ཅེས་བཤད་ན། རྒྱུས་བྱ་ཆེན་པོས་གཞན་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་
རི་ལྟར་ཟད་པར་བྱེད་སྒྲུལ་ན། གཞན་དོན་ཕྱོད་ཆོག་ས་བསྐྱབ་པ་ལ་ཐབས་སྒྲ་
ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་དགོས་པས། གཞན་དོན་དུ་བྱང་ཆུབ་བསྐྱབ་པའི་
ཐབས་སྒྲ་མ་དམ་པའི་མན་ངག་སྟོན་པར་བཞེད་ནས། སེམས་ཅན་དམ་པ་
བྱང་ཆུབ་མཆོག་།འདོད་པར་གྱུར་པ་དེ་དག་ལ། །སྒྲ་མ་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་པ་
ཡི། །ཡང་དག་ཐབས་ནི་བཤད་པར་བྱ། །ཞེས་གསུངས། འདི་ལ་བཤད་པར་
བྱའོ་ཞེས་དང་། གང་ན་སྒྲ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་བསྐྱབ་པའི་ཐབས་ནིའོ། །
གང་ལ་ན། སེམས་ཅན་དམ་པ་བྱང་ཆུབ་མཆོག་གི་གོ་འཕང་འདོད་པར་གྱུར་
པ་དེ་དག་ལའོ། །འདིར་སེམས་ཅན་ནི་རྒྱུས་བྱ་དང་། དམ་པ་ནི་མཆོག་གམ་
ཆེན་པོ་ཡིན་པས། རྒྱུས་བྱ་ཆེན་པོ་ཞེས་སྤར་བཤད་པ་དེ་ཡིན་ནོ། །ཤར་
བའི་ཞལ་ནས། སེམས་ཅན་དམ་པ་ཞེས་པ་རིགས་སད་ཅིང་ལྷག་པའི་བསམ་

པ་དག་པ་དང་ལྡན་པ་ཡིན་གསུང་རོ། །བྱང་ཆུབ་མཆོག་། །འདོད་པར་གྱུར་པ།
ཞེས་པས་བྱང་ཆུབ་དོན་གཉེར་དང་། གོང་གི་གང་ཞིག་གཞན་གྱི་སྤྱད་
བསྐལ་ཀྱན། །ཡང་དག་ཟད་པར་ཀྱན་ནས་འདོད། །ཅེས་པས་གཞན་དོན་དོན་
གཉེར་བསྟན་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་རྒྱན་ལས་གསུངས་པའི་སེམས་བསྐྱེད་མཆོན་
ཉིད་ཡོངས་རྫོགས་དེ་བསྟན་པས། གཞུང་འདི་དག་གིས་ཐེག་ཆེན་གྱི་འཇུག་
སྒོ་ཡང་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །ཚུལ་རི་ལྟར་ན་ལུང་རིགས་དང་ལྡན་པས་ཡང་
དག་པར་རོ། །རྫོ་བོ་གནས་ལྔ་རིག་པའི་པཎ་ཆེན་ཡིན་པས་ཤེས་རབ་གྱི་
རྩ་གྱིས་འཆད་དམ་ཞེ་ན། གསེར་སྒྲིང་པ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲ་མ་རྣམས་གྱིས་
བསྟན་པའི་གསུང་གི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་འཆད་གྱིས། རང་བཟོར་ནི་མ་
ཡིན་ནོ། །

ལུ་ཏྲོ་བའི་ཞལ་ནས། རྫོ་བོའི་གསུང་འདི་རང་ཅག་ལ་མན་ངག་ཏུ་
གནང་བ་ཡིན་ཏེ། རང་ལ་བདེ་སྐྱིད་དམ་ཡོན་ཏན་ཆེ་སྐྱེས་ཆུང་སྐྱེས་ཐམས་
ཅད་སྒྲ་མའི་བཀའ་ངོན་དུ་གོ་ན། སྒྲ་མའི་བྱིན་རྒྱལས་ཀྱང་གཤོད་འཇུག །
ཡོན་ཏན་ཡང་གོང་འཕེལ་དུ་འགྲོ་གསུངས་ཏེ། བེའུ་བུམ་ལས། སྒྲ་མ་རྣམས་
གྱིས་བསྟན་པའི་སྐྱབས་སུ། །འདི་ཡང་མན་ངག་རང་གི་རྒྱུད་ལ། །ཡོན་ཏན་
ཅེ་སྐྱེས་སྒྲ་མའི་བྱིན་རྒྱལས། །དེ་ལྟར་ཏག་པོ་བྱིན་གྱིས་རྒྱལས་འཇུག །
ཅེས་གསུངས་སོ། །ལུ་ཏྲོ་བ་གཞུང་འདི་སྒྲ་མའི་བཀའ་ངོན་རྗེས་སུ་པོ་པ་ལ་

སྒྲོལ་བ་མཛད་པ་ལ་བརྟེན་ནས། དགོ་བཤེས་ལ་ར་བ་འདིར་སྒྲ་མའི་བསྟེན་
ཚུལ་རྒྱས་པར་གསུང་དོ། །

མདོར་ན། སེམས་ཅན་དམ་པ་ཞེས་པ་རྟེན་པ་གཉིས་ཀྱིས་ཆོས་འདི་
གང་ལ་བཤད་པའི་སྒྲོད་ངོས་བཟུང་། སྒྲ་མ་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་པ་ཡི། ཞེས་
པ་གཉིས་ཀྱིས། བདུད་ཅི་ལྟ་བུའི་ཆོས་ངོས་བཟུང་། དེ་ཡང་ཡང་དག་ཐབས་
ནི་ཞེས་པས་བཟོད་བྱ་དང་། བཤད་པར་བྱ་ཞེས་པས་དགོས་པ་དང་། སྒྲ་མ་
རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་པ་ཡི། ཞེས་པས་ཟོད་བྱེད་ཀྱི་བྱད་པར་དང་། བྱད་ཚུབ་
མཆོག་ཅེས་པས་ཉིང་དགོས་བསྟན་ཏེ། བྱད་ཚུབ་ལམ་གྱི་སྒྲོན་མ་རབ་ཏུ་
གསལ་བར་བྱ། །ཞེས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །

འོ་ན་བྱད་ཚུབ་ལམ་གྱི་སྒྲོན་མ་རབ་ཏུ་གསལ་བར་བྱ། ཞེས་པ་དང་།
དེ་དག་མཆོན་ཉིད་རབ་གསལ་བའི། །སོ་སོའི་དབྱེ་བས་བྲི་བར་བྱ། །ཞེས་པ་
དང་། འདིར་ཡང་དག་ཐབས་ནི་བཤད་པར་བྱ། ཞེས་པ་རྣམས་བསྒྲུས་པར་
འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། སྒྲོན་མེད་དེ། བྱད་ཚུབ་ལམ་གྱི་སྒྲོན་མ་རབ་ཏུ་གསལ་བར་
བྱ། ཞེས་པ་གཞུང་སྤྱིའི་རྩོམ་པར་དམ་བཅའ་དང་། །སོ་སོའི་དབྱེ་བས་བྲི་
བར་བྱ། ཞེས་པ་སྒྲེས་བུ་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་སོ་སོར་འཆད་ཅེས་པ་དང་། ཡང་
དག་ཐབས་ནི་བསྟན་པར་བྱ། ཞེས་པས། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རིགས་ཅན་ལ་སྒྲ་
མེད་བྱད་ཚུབ་བསྐྱབ་པའི་ཐབས་མ་ཞོར་བར་འཆད་ཅེས་སྟོན་ཚུལ་ཐ་དད་

པའི་ཕྱིར། དེས་ན་སེམས་ཅན་དམ་པ་ཞེས་སོགས་ཤོ་ལོ་ཀ་འདི་གཞུང་འོག་
མ་རྣམས་ཀྱི་མདོར་བསྟན་དུ་འང་བཟུང་ངོ། །

དེ་ལྟར་ན་སྐབས་འདིར་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སེམས་སྐྱེད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་
དགྱེ་བ། རི་ལྟར་སྐྱེད་བའི་རིམ་པ་རྣམས་ཤིང་ཏྲ་ཆེན་པོ་གསུམ་གྱི་བཞེད་པ་
བཞིན་རྒྱ་འབྲས་མན་ངག་བདུན་དང་། བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་སྟོན་ས་
ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པར་གསུངས་པ་རི་ལྟ་བུ་བཞིན་
སྐྱེད་ས་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་བསྟོམ་པ་ལ། སྐྱེས་བུའི་ཅལ་ཅི་
ཡོད་ཀྱིས་འབད་དགོས་ཏེ་རྩོ་བོ་ཆེན་པོ་འདྲའ་བའི་ཆེ། སྟོན་པ་ལ། དམན་
ཆད་རྒྱ་གར་གསེར་འདོད་ལ་ཆོས་མ་ཉན། རྒྱུད་སྡེ་བཞི་དགྲུགས་ཤིང་འཆད་
དུ་འོང་། དགོ་བཤེས་མདོ་སྡེ་ལ་གྱིས། སེམས་བཟང་པོ་གྱིས་གསུང་། སྟོན་
པ་འདྲའ་བའི་ཆེ་ཡང་། སྟོན་པའི་དབུ་བུ་ཏྲོ་བའི་པང་དུ་བཞག་པས། སྟོན་
ཆབ་དབུ་སྐྱེད་གསེབ་ཏུ་སོང་བ་མཐེན་ནས། ཁྱོད་སྤངས་བྱ་མི་དགོས།
སེམས་བཟང་པོ་གྱིས། ཆེ་འདི་ཉིད་ལ་ཁྱད་པར་ཅན་དུ་འགྱུར་གྱིས་གསུང་།
རྩོ་བོ་ལེགས་ཀྱིས་སེམས་བཟང་པོ་བྱ་བ་ཅི་ལ་བེར་ལགས་ཞུས་པས། ཏུར་
མཛད་ནས་འོ་ན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་བེར་ལགས་མོད། ཅེས་ལན་གཉིས་
གསུངས་པས། བུ་ཏྲོ་བའི་ཞལ་ནས། དེའི་དུས་སུ་ངའི་སྣྟང་ལ་ཕྱར་བ་ཐེབས་
པ་འདྲ་བ་ཅིག་བྱུང་གསུང་། སྐྱང་རི་ཐང་པའི་ཞལ་ནས་ཀྱང་པན་འདོགས་

པས་ཀྱང་། གཞོད་པ་སྐྱེལ་བ་ལ་གྲུས་པ་ཅིག་བྱུང་ན། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་
བརྟན་པོ་བྱུང་བ་ཡིན། རྒྱལ་མ་དགྲུག་པམ་ལོང་། སྙེང་དུ་མ་འགྲོ། འོག་ཏུ་
སྡོད། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བྱ་བ་ཁས་ཉིན་ཞི་ཆེ་བསྐྱབ་དགོས་པ་ཡིན་
གསུང་ཞིང་། ལུམ་པ་བའི་ཞལ་ནས་ཀྱང་། འོ་སྒྲོལ་བསྐྱེད་རིམ་དང་རྫོགས་
རིམ་ལ་མན་ངག་ཏུ་བྱེད་དེ། རོ་བོའི་གདམས་ངག་གི་མཐེལ་ལྷུང་བ། བྱམས་
སྙེང་རྩེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྒྲོམ་པ་ཡིན་གསུང་། བདག་ཅག་གི་རྩེ་ཐམས་
ཅད་མཁྱེན་པའི་ཞལ་སྤྲན་ས་ཀྱང་། སེམས་བསྐྱེད་ཐེག་མཆོག་ལམ་གྱི་གཞུང་
ཤིང་སྟེ། །རྒྱབས་ཆེན་སྒྲོད་པ་རྣམས་ཀྱི་གཞི་དང་རྟེན། །ཆོགས་གཉིས་ཀྱན་
ལ་གསེར་འགྱུར་ཅི་ལྟ་བུ། །རབ་འབྱམས་དགེ་ཆོགས་སྤྱད་པའི་བསོད་
ནམས་གཏེར། །དེ་ལྟར་ཤེས་ནས་རྒྱལ་སྤྲས་དཔའ་བོ་རྣམས། །རིན་ཆེན་
སེམས་མཆོག་ཐུགས་དམ་མཐེལ་དུ་འཛིན། །རྣལ་འབྱོར་ངས་ཀྱང་ཉམས་
ལེན་དེ་ལྟར་བྱས། །ཐར་འདོད་བྲིད་ཀྱང་དེ་བཞིན་བསྐྱུང་འཆལ་ལོ། །ཞེས་
གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཐབས་ཡང་དག་པ་བཤད་པ།

༥ གཉིས་པ་ཐབས་ཡང་དག་པ་བཤད་པ་ལ་གཉིས། སྒོན་པ་བསྐྱབ་བྱ་
དང་བཅས་པ་དང་། འཇུག་པ་བསྐྱབ་བྱ་དང་བཅས་པ་ལོ། །

བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་སྒྲོན་མའི་རྣམ་བཤད་ཤུལ་བྱང་བཞད་པའི་དགའ་སྒྲོན་ཞེས་བྱ་བ།

སྒྲོན་པ་བསྐྱབ་བྱ་དང་བཅས་པ།

དང་པོ་ལ་གསུམ། སྒྱོར་བ། དངོས་གཞི། མཐུག་བསྐྱབ་བྱ་ལ་སྒྲོབ་
ཚུལ་ལོ། །

སྒྱོར་བ་ལ།

དང་པོ་ལ་གསུམ། ཆོགས་གསོག་པ། སྐབས་འགོ་བྱད་པར་ཅན་བྱ་
བ། སེམས་གསུམ་ལ་སྒྲོ་སྐྱུང་བའོ། །

ཆོགས་གསོག་པ།

དང་པོ་ནི། ཡང་དག་ཐབས་ནི་བཤད་པར་བྱ། ཞེས་བཤད་ན་རྫོགས་
བྱང་བསྐྱབ་པའི་ཐབས་གང་ཞེ་ན། ཐབས་ནི་གཉིས་ཏེ། བསམ་པ་ཤུན་ཆོགས་
དང་། སྒྱོར་བ་ཤུན་ཆོགས་སོ། །བསམ་པ་ནི་སེམས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་
བསོད་ནམས་བསགས་པ་ལས་འབྱུང་བར་བསྐྱན་པའི་ཕྱིར།

རྫོགས་སངས་བྱིས་སྐྱུ་ལ་སོགས་དང། །

མཆོད་རྟེན་དམ་ཆོས་མངོན་ཕྱགས་ནས། །

མེ་རྟག་བདུག་སྤོས་དངོས་པོ་དག །

ཅི་འབྱོར་པ་ཡིས་མཆོད་པར་བྱ། །

ཀུན་བཟང་སྦྱོད་ལས་གསུངས་པ་ཡི། །

མཆོད་པ་ནཱ་པ་བདུན་དག་ཀྱང།

ཞེས་གསུངས། འདིར་བསྟན་མཆོད་པ་རི་ལྟར་བྱ་བ་དང་། གང་གི་
མདུན་དུ་བྱ་བ་ཡང་གཞག་ཏུ་ཡོད་དེ། རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱལ་ལྷ་མྱ་ཐུབ་
པའི་རི་མོར་གྱིས་པའི་སྐྱེད་དང་། ལ་སོགས་པ་འབྱུང་དུ་བརྒྱུ་བ་དང་། ལྷགས་
སྐྱེས་ལྷག་པ་དང་། ལྷེར་ཆོ་སོགས་སྐྱེའི་རྟེན་དང་། རིང་བསེལ་གྱི་སྒྲིང་པོ་ཅན་
གྱི་མཆོད་རྟེན་སྐྱགས་གྱི་རྟེན་དང་། གསུང་རབ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་སོགས་
དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་གསུང་གི་རྟེན་ནཱ་པ་མངོན་དུ་སྤྱོད་པ་སྟེ་མངོན་
སྤྱུང་དུ་བཞུགས་པའི་མདུན་དུ་མཆོད་པ་བྱ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར། འཇ་ར་བ་ནས།
ཞེས་པས་སྤྱག་འཆོལ་བའང་བསྟན་པ་ཡིན་གསུང་། དངོས་པོ་གང་གིས་
མཆོད་པ་ཡང་ཡོད་དེ། མེ་རྟོག་དང་། བདུག་སྒྲོས་དང་། མར་མེ་དང་། ཇི་
དང་། ཞལ་ཟས་ཏེ་ཉེར་སྒྲོད་གྱི་དངོས་པོ་དག་གིས་མཆོད་པ་ཡིན་པའི་བྱིར།
རང་གང་འབྱུང་འདོད་པ་ཅ་མ་གྱིས་མཆོད་དམ་ཞེ་ན། ཅི་འབྱོར་པ་ཡིས་
མཆོད་པར་བྱ་བ་སྟེ་ལག་ན་ཅི་ཡོད་གཏོང་དགོས་ཏེ། རྫོ་བའི་ཞལ་ནས།
འབྲས་དཀར་མོ་ཁལ་གཅིག་བདོག་ །ཡོ་བཏང་། བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་བཟང་
པོ་མཆི། ཡོ་མ་བཏང་། བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་བཟང་པོ་བཟང་པོ་མི་མཆི་གསུང་
སྐད། དེ་དག་ནི་རྫས་བཤམས་པས་མངོན་སྤྱུང་དུ་མཆོད་པ་ཡིན་ནོ། །

སྤྱོད་པའི་ཞལ་ནས་ཀྱང་། མཆོད་པ་ནི་གྲོགས་པོ་སྒྲིང་ཞོགས་ཞོགས་

པ། ཚིག་པ་ཟ་ཅག་ཅག་པ་ཤོམ་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །གསུང་བཤེར་གདམ་
མཛད། སྤྲོ་ཆོས་བྱས་ན་ང་ལ་བརྟམ་ས་མཆོས་ལ་བརྟམ་གསུང་། འུ་ར་བ་སྒྲ་
མ་དང་དགོན་མཆོག་གཉིས་ལ་མཆོད་པ་བཟང་མཉམ་དགོས་གསུང་། ལག་
སོང་བ། སྒྲ་མ་ལ་བྲག་ཏུ་དགོས་གསུང་བར་གདལ། ཡིད་གྱིས་མཆོད་པའི་
ཚུལ་ཡང་ཡོད་དེ། ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་སྦྱོང་པའི་སྒྲིན་ལམ་ལས་གསུངས་པའི་
ཕྱག་འཆལ་བ། མཆོད་འབུལ། སྒྲིག་བཤམ་གས། ཡི་རངས། བསྐྱལ་བ། གསོལ་
གདལ། བསྐྱོ་བ་སྟེ།

མཆོད་པ་རྣམ་པ་བདུན་པོ་དག་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བདུན་པོ་དེ་དག་
ལ་མཆོད་པ་ཞེས་བ་སྟེ། མཆོད་པའི་དོན་མཆོད་ཡུལ་མཉེས་པར་བྱེད་པ་
ཡིན་ལ། བདུན་པོ་དེས་ཀྱང་ཡུལ་ཁྱད་པར་ཅན་རྣམས་དགྲེས་པར་འགྱུར་
བའི་ཕྱིར། བདུན་པོ་དེ་ཡང་། ཐེག་ཆེན་ལ་གྲགས་གྱིས། དམན་པའི་སྤྲོ་སྦྱོང་
དུ་ནི། དང་པོར་ཕྱག་འཆལ་བ། བར་དུ་མདོ་འདོན་པ། ཐ་མར་བསྐྱོ་བ་སྟེ་རྒྱན་
ཆགས་གསུམ་བྱ་བ་ཅམ་ལས་མ་བཤམ་དོ། །

སྐྱབས་འགོ་བྱེད་པར་ཅན་བྱ་བ།

གཉིས་པ་སྐྱབས་འགོ་བྱེད་པར་ཅན་བྱ་བ་ནི། སྤྲོ་པོ་ངེས་པར་བསྐྱུ་
བ་ལས། ཐེག་ཆེན་རིགས་ཡོད་སྐྱེས་བྱ་དེས། །འགོ་བ་སྐྱབས་མེད་སྐྱབས་
པའི་ཕྱིར། །སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་སྒྲིན་འགོ་བས། །སྒྲིན་པའི་སེམས་ནི་བསྐྱེད་

པར་བྲ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི། རྒྱབས་སུ་འགོ་བ་ཐུན་
མོང་མ་ཡིན་པ་སྟོན་དུ་འགོ་དགོས་པར་བསྟན་པའི་བྱིང་།

བྱང་ཆུབ་སྣང་པོའི་མཐར་ཐུག་པར། །

མི་ལྡོག་པ་ཡི་སེམས་དག་གིས། །

དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་རབ་དད་ཅིང་། །

ཤུས་མའི་སྣང་སར་བཅུགས་ནས། །

ཐལ་མོ་སྤྱར་བ་བྱས་ནས་ནི། །

དང་པོར་རྒྱབས་འགོ་ལན་གསུམ་བྲ། །

ཞེས་གསུངས། དུས་རི་སྟོན་དུ་རྒྱབས་སུ་འགོ་བར་བྲ་བའི་ཚུལ་ཡོད་
དེ། ཐུན་མོང་བ་ནི་རི་སྟོན་འཆོའི་བར་ཡིན་ལ། འདིར་ནི་བྱང་ཆུབ་སྣང་པོའི་
མཐར་ཐུག་པ་སྟེ། ཆོས་ཀྱི་སྤྱོད་མཛོན་དུ་མ་བྱས་ཀྱི་བར་དུ་ཡིན་པའི་བྱིང་།
བྱས་ཆུབ་སྣང་པོ་ནི་གཉིས་ཏེ། གནས་བྱང་ཆུབ་སྣང་པོ་དང་། རྟོགས་པ་བྱང་
ཆུབ་སྣང་པོ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། རྟོན་ཅིག་ལྟ་བུ་སྤྱུལ་སྤྱིའི་དང་། འོག་
མིན་སྤྱུག་པོ་བཀོད་པ་ལྟ་བུ་ལོངས་སྤྱིའི་གནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྣང་པོ་ལོ། །

༥ གཉིས་པ་ནི་སྒྲ་ན་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཀྱི་སྤྱོད་ཞེས་བྲ་སྟོན་ཐམས་
ཅད་མཐུན་པ་གསུང་པ་ལྟར་རོ། །ཀྱན་སྟོང་རི་ལྟ་བུས་ཡུལ་གང་ལ་བསམ་པ་
ཅི་འདྲ་བ་དང་། སྟོན་ལམ་ཅི་འདྲ་བས་རྒྱབས་སུ་འགོ་བའི་ཚུལ་ཡོད་དེ། རྒྱུའི་

དུས་ཀྱི་ཀུན་སྒྲོང་བྱང་ཆུབ་སྣང་པོའི་བར་དུ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་
དམིགས་པའི་སྣང་རྗེ་ཆེན་པོས་དགོན་མཆོག་གསུམ་སྐྱབས་སུ་འཛིན་པ་
ལས་ནམ་ཡང་མི་ལྡོག་པའི་སེམས་ཤིན་ཏུ་བརྟན་པ་དག་གིས། དུལ་སངས་
རྒྱས་དང་ཆོས་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་དགེ་འདུན་བྱང་སེམས་འཕགས་
པ་ཕྱིར་མི་ལྡོག་པའི་དགེ་འདུན་ཏེ། དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ། བསམ་པ་སོ་
སོའི་ཡོན་ཏན་ཐོས་པ་ན། རབ་ཏུ་དང་བའི་དད་པ་ཤུགས་སྒྲུབ་པོ་སྐྱེད་སྐྱོ་བ་
དང་ལྡན་པ་བྱས། ལུས་ཀྱི་ཀུན་སྐྱོད་རྐང་པ་གཉིས་ཀྱི་དུས་མའི་ལྷ་ང་ས་ལ་
བཙུགས་ནས་སམ། ཅོག་བྱར་འདུག་ཀྱང་རུང་། ལྷ་གོས་སྒྲུབ་པ་གཅིག་ཏུ་
གཟུང་། ལག་པ་གཉིས་ཐལ་མོ་སྐྱར་བའི་སྐྱོད་ལམ་བྱས་ནས་སྐྱབས་སུ་འགོ་
བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གནས་སྐྱབས་གང་གི་ཆོ། ལན་དུ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་ཡང་
ཡོད་དེ། སྒྲོན་པ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆོ་ག་བྱེད་པའི་དང་པོར་སྐྱབས་འགོའི་
དངོས་གཞིའི་ཆོ་ག་ལན་གསུམ་མམ་བརྗོད་པ་གསུམ་དུ་བྱ་སྟེ། གསུམ་པའི་
ཆོ་སྐྱབས་འགོའི་སྒྲོམ་པ་ཐོབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འཇ་ར་བའི་ཞལ་ནས། ཉན་
ཐོས་ལ་སྐྱབས་སུ་མི་འགོ་བ་དེ། བྱིན་རྒྱབས་རྒྱང་བ་མ་ཡིན་གྱིས། ལམ་མི་
མ་ཐུན་པ་གོགས་པོར་འཐུར་མི་བརྟབ་པ་དང་འདྲ་བ་ཡིན་གསུང་། དེ་ཡང་
མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས། འཆོ་བ་དག་ནི་ཐམས་ཅད་དང་། །ངན་སོང་དང་ནི་ཐབས་
མིན་དང་། །འཛིག་ཆོགས་ཐེག་པ་དམན་དག་ལས། །སྐྱོབ་ཕྱིར་སྐྱབས་ཀྱི་

དམ་པའོ། །ཞེས་ཆེ་འདིའི་འཆེ་བ་དང་། ཕྱི་མའི་ངན་སོང་དང་། ཐབས་མིན་
པ་ལམ་ལོག་པར་ཞུགས་པ་ལས་སྐྱོབ་པའི་ཕྱིར། སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་སྐྱེས་བུ་
ཅུང་དུའི་སྐྱབས་འགོ་དང་། འཛིག་ཆོག་གས་ཟག་བཅས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་འང་བྱེད་ཀྱི་
རང་བཞིན་ཅན་ཀྱི་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལས་རང་ཉིད་ཐར་པའི་ཕྱིར་དུ་
སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་སྐྱེས་བུ་འབྲིང་གི་སྐྱབས་འགོ་དང་། ཐེག་དམན་ལ་འཛིག་གས་
ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཁོར་བའི་འཛིག་གས་པ་ལས་སྐྱོབ་པའི་ཕྱིར་དུ་
ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་ཐེག་ཆེན་
ཀྱི་སྐྱབས་འགོར་གསུངས་སོ། །

འོ་ན་སྐྱབས་འགོ་བྱུང་པར་ཅན་དང་། སྒོན་པ་ལ་བྱུང་པར་ཡོད་དམ་
མེད་ཅེ་ན། སྐྱབས་འགོ་བྱུང་པར་ཅན་ནི་སེམས་ཅན་སྤྱག་བསྐྱེད་ལས་སྐྱོབ་
པའི་ཆེད་དུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་འདོད་པས། སྒོན་པ་དང་ངོ་བོ་ལ་བྱུང་པར་མེད།
ཆོ་ག་མི་འདྲ་བ་ཡིན་ཞེས་ཀ་མ་པ་བཞེད། དུ་ཉོ་བ་ནི་དེ་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར།
སྒོན་པ་ནི་སེམས་ཅན་ཀྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་འདོད་ཅིང་། སངས་
རྒྱས་ཐོབ་ནས་སེམས་ཅན་སྐྱོལ་བ་ཆོང་དཔོན་རང་སྐྱབས་ཀྱིས་སྐྱེལ་མ་
བྱེད་པ་དང་འདྲ། སྐྱབས་འགོ་བྱུང་པར་ཅན་ནི། སེམས་ཅན་སྤྱག་བསྐྱེད་ལས་
སྐྱོལ་བར་འདོད་པས་དེའི་རྒྱས་པ་མངའ་བ་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་རྒྱས་
ནས་ཆོང་དཔོན་ལས་དྲག་པོ་གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེལ་མ་བྱེད་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་

གསུང་། འདི་ལའང་མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས། འདི་ནི་དེ་དངོས་འདོད་པས་ཁས་
ལེན་དེ་ཡང་སྡིང་བཅེ་ལས་རིག་བྱ། ཞེས་སངས་རྒྱས་འདོད་པས་སྐྱབས་སུ་
ཁས་ལེན་པའང་གསུངས་པས། མང་དུ་གཟིགས་པའི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་
དབྱུང་པར་མཛོད་ཅིག །

འདིར་སྐྱབས་སུ་འགོ་བའི་རྒྱ་དང་། ཡུལ་དང་། རོ་བོ་དང་། བསྐྱབ་བྱ་
དང་། སན་ཡོན་རྣམས་ནི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་དག་ལས་ཞེས་པར་བྱའོ། །

སེམས་གསུམ་ལ་སློ་སྦྱང་བ།

༥ གསུམ་པ་སེམས་གསུམ་ལ་སློ་སྦྱང་བ་ནི། སེམས་བསྐྱེད་པའི་
དངོས་གཞི་ཆོ་གའི་སྟོན་དུ་འང་སློ་སྦྱང་དགོས་པ་བསྟན་པའི་ཕྱིར།

དེ་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ། །

བྱམས་པའི་སེམས་ནི་སྟོན་འགོ་བས། །

ངན་སོང་གསུམ་དང་སྐྱེ་སོགས་དང། །

འཆི་འཕོ་སོགས་ཀྱིས་སྤྱག་བསྐྱུལ་བའི། །

འགོ་བ་མ་ལུས་ལ་བསྟན་ཏེ། །

སྤྱག་བསྐྱུལ་ཀྱིས་ནི་སྤྱག་བསྐྱུལ་བ། །

སྤྱག་བསྐྱུལ་སྤྱག་བསྐྱུལ་རྒྱ་མཚན་ལས། །

འགྲོ་བ་ཐར་པར་འདོད་པ་ཡིས། །

ཞེས་པ་དང་པོ་གཉིས་ཀྱིས་བྱམས་པ། དེ་ནས་གསུམ་ཀྱིས་སྙིང་རྗེའི་
 དམིགས་པ། དེ་ནས་གསུམ་ཀྱིས་སྙིང་རྗེའི་རྣམ་པ་བསྟན་ཅིང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་
 སེམས་སྦྱོང་ཚུལ་ཡང་དོན་གྱིས་བསྟན་ཏོ། །ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། ཆོག་གས་
 གསོག་སྡོན་དུ་སོང་བའི་སྐྱབས་འགྲོ་བྱུང་པར་ཅན་གྱི་ཆོ་ག་བྱས་ཟིན་པ་དེ་
 ནས་དེ་ནས་ཅི་ཞིག་བྱ་བ་ཡང་ཡོད་དེ། མ་གྱུར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་
 དམིགས་པའི་བྱམས་པའི་སེམས་ནི་སྡོན་དུ་འགྲོ་བས་ཏེ་སྡོན་དུ་བཏང་ནས་
 སྙིང་རྗེ་བསྐྱོམ་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར། འཤམ་པའི་གསུང་བགྲོས་ལས།
 གྱིས་པའི་སེམས་ནི་དམིགས་པ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་ནས།
 རྒྱ་མཆོན་བྱིན་བྱེད་པའི་སྒོ་ནས་རྣམ་པ་སྙིང་དུ་སྤྱད་ཅིང་གཅེས་པའི་སྒོ་ཐུན་
 མོང་མིན་པ་ཅིག་བསྐྱོམ་པའོ། །ཞེས་པ་ལྟར་ན་ཡིད་འོང་གི་བྱམས་པར་སྦྱང་
 བས་རྒྱ་འབྲས་བདུན་གྱི་ནང་ཆོན་གྱིས་སྙིང་རྗེའི་རྒྱར་ངེས་པར་སྡོན་དུ་འགྲོ་
 དགོས་པ་ཉིད་དོ། །བདེ་བ་དང་འཕྲད་འདོད་ཀྱི་བྱམས་པ་ཆེན་པོ་སྙིང་རྗེའི་
 རྒྱར་ངེས་པར་སྡོན་དུ་འགྲོ་མི་དགོས་ཀྱང་། གཞུང་འདིས་བསྟན་པར་བྱེད་
 དགོས་ཤིང་། འདིར་ངེས་པར་བསྐྱོམ་ཡང་དགོས་སོ། །

སྤང་རི་ཐང་པས། སྤྱན་སྤྲེལ་ཁོ་བོ་མི་ཆེ་ཕྱིལ་གྱིས་བྱམས་པ་ཁོ་ན་
 བསྐྱོམ་པར་བྱ་བྱས་པས། སྤྱན་སྤྲེལ་དབུ་ཞ་ཕུད་ནས། རོ་བོ་ཆ་བྱད་བཟང་

གསུང་དབུ་དྲུང་དྲུང་མཛད་ཟེར། སྒྱུན་སྤྲུལ་སྒྱུག་རུམ་པ་ལ། ཉན་ལྟར་ན་པ་
རོལ་པོ་འཛོམས་པ་ལ་བྱམས་པ་ཅམ་པ་མེད། དེ་བས་ན་བྱམས་པ་བྱ་བ་འདི་
མིང་ཐོས་པ་ཅམ་གྱིས་སྙིང་སངས་སངས་འདུག་གསུང་། ཡང་སྤང་ཐང་པའི་
ཞལ་ནས། འགྲོ་བ་རིགས་སྤྱག་གར་སྒྲེ་ཆ་མེད། གར་སྒྲེས་ཀྱང་སེམས་ཅན་
ལ་པན་འདོགས་པ་འདི་མི་བཟེད་དམ་གསུང་སྟེ། དེ་འབྲ་ཞིག་དགོས་པ་
ལགས། དེ་ལྟར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་མར་ཤེས་བྱིན་བྱིན་བྱིན་གཟེའི་སྒོ་
ནས་སྙིང་དུ་སྒྱག་ཅིང་གཅེས་པའི་སྒོ་དྲུང་དྲུང་བ་བྱུང་ན། སྙིང་རྩེ་བསྒྲོམ་སྟེ།
དམིགས་པ་ངན་སོང་གསུམ་ན་སྒྱག་བསྐལ་བྲག་ཅིང་རྒྱན་རིང་བ་ཅི་ཡོད་པ་
དང་། མིའི་སྒྲེ་བ་དང་སོགས་ཁོངས་ནས་གྲོན་འཆི་བ་སྤང་བྲལ་མ་རྟེན་པ་
དང་། མདོར་ན་ཉེར་ལེན་གྱི་ཤུང་པོ་སྒྱག་བསྐལ་བར་གྱུར་པ་དང་། འདོད་
སྤྱིའི་འཆི་འཕོ་བ་དང་། འོག་ཏུ་སྤང་བའི་སྒྱག་བསྐལ་དང་། སོགས་ཁོངས་
ནས་ཁམས་གོང་མའི་སྒྱག་བསྐལ་ཏེ་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱིས་སྒྲོས་ནས་ཆོས་གྱི་
སྒོ་མེད་ཅིང་གནས་པ་ལ་རང་དབང་མ་ཐོབ་པའི་སྒྱག་བསྐལ་ཏེ། མདོར་ན་
སྒྱག་བསྐལ་གསུམ་གྱིས་ཅི་རིགས་པར་སྒྱག་བསྐལ་བའི་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པ་
ལ་ཐུགས་རྗེའི་སྒྱུན་གྱིས་བལྟས་ཏེ་ངན་སོང་གསུམ་གྱི་སྒྱག་བསྐལ་གྱིས་ནི་
སྒྱག་བསྐལ་བ་དང་། འདོད་སྤྱ་དང་མིའི་འགྱུར་བའི་སྒྱག་བསྐལ་དང་། ཁམས་
གོང་མའི་འདུ་བྱེད་གྱི་སྒྱག་བསྐལ་དང་། རྒྱ་མཆན་ཀྱན་འབྱུང་ལས་དང་ཉོན་

མོངས་པ་སྟེ། རོམ་པོའི་གསུང་བགོས་ལས། སྤྱག་བསྐྱེད་པའི་རྩ་བའི་
རྒྱལ་ས་ཡིན་ལ། ཆོན་དེའི་རྒྱུན་ཉོན་མོངས་པའི་གསུང་པ་ལྟར་འགོ་བ་མཐའ་
དག་ལ་དམིགས་ནས་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་ཀུན་འབྱུང་མ་ལུས་པ་ལས་ཐར་པར་
འདོད་པའི་སྙིང་རྩེ་དང་། དེས་བྱངས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་སྒོ་ཡང་སྤྱང་
བར་བྱ་དགོས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། མདོ་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་ཆོས་མང་
པོ་ལ་བསྐྱབ་པར་མི་བྱའོ། ཆོས་གཅིག་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱ་སྟེ། གང་ཞེན་སྙིང་
རྩེ་ཆེན་པོའོ། །ཞེས་དང་། ཡང་གང་ལ་མགོ་མཆིས་པ་དེ་ལ་འཆོ་བ་མཆིས་
སོ། །གང་ལ་སྙིང་རྩེ་ཆེན་པོ་མཆིས་པ་དེ་ལ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་
མཆིས་སོ། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རྒྱལ་མ་འབྲས་གསུམ་
མཐར་ཕྱིན་པ་སྙིང་རྩེ་ལ་རག་ལས་པར་ཡང་ལྷ་བའི་ཞབས་ཀྱིས་གསུངས་
པས་འདི་བསྒྲོམ་པ་ལ་ནན་ཏན་སྙིང་པོར་མཛོད་ཅིག །

དངོས་གཞི།

གཉིས་པ་དངོས་གཞི་ནི།

སྤྱག་པ་མེད་པར་དམ་བཅའ་བའི།

བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་བསྐྱེད་པར་བྱ།

ཞེས་པ་སྟེ། བྱམས་པ་དང་སྙིང་རྩེའི་དམིགས་རྣམ་ལེགས་པར་སྤྱངས་
ནས་སྤྱ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ནི་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །

ཚུལ་ཇི་ལྟར་ན། སྒྲོག་པ་མེད་པར་དམ་འཆང་བའི་སྒྲོན་ས་སོ། །སྦྱིར་སྒྲོན་
སེམས་སྦྱེ་བ་ཆོ་ག་ལ་མི་སྟོས་ཀྱང་། སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ལས་དུས་ནམ་
ཡང་མི་སྒྲོག་ཅིང་། བྱང་ཆུབ་མ་ཐོབ་པར་དུ་སྐྱད་ཅིག་ཀྱང་མི་བཏང་བའི་
སེམས་ཀྱིས་སྒྲོན་སེམས་ཆོ་གས་སྤངས་ནས། འོག་ནས་འབྱུང་བའི་བསྐྱབ་
བྱ་ལྡེ་པོ་ལ་ངེས་པར་སྒྲོབ་དགོས་ལ། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་
འདོད་ཀྱི་སྒྲོ་ཙམ་ཆོ་གའི་སྒྲོན་ས་བསྐྱེད་ན་ནི། བསྐྱབ་བྱ་ལྡེ་ལ་མ་བསྐྱབས་
ཀྱང་ཉེས་པར་མི་འགྱུར་ཞེས་ཇི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་ལམ་རིམ་དུ་
གསུངས་སོ། །

འོན་ཀྱང་གཞུང་དོན་གཙོ་བོ་ནི་སྤྲ་མ་ལྟར་ཡིན་ཏེ། འོག་དེ་མ་ཐག་
བསྐྱབ་བྱ་ལ་སྒྲོབ་པར་བསྟན་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྒྲོན་སེམས་ཆོ་གས་ལེན་ཚུལ་
དངོས་ནི། ལམ་རིམ་རྒྱས་པ་དང་། སྤྱར་ཐང་པའི་ལམ་མཆོག་རྩ་འགྲེལ་ན་
ཕྱག་ལེན་ཞིབ་བཤད་དང་བཅས་པར་ཡོད་པས་ཤེས་པར་བྱ་ཞིང་། འདིར་
གཞུང་འཆད་པའི་ས་ཁོང་མི་ལུས་པའི་ཕྱིར་དཀྱས་ཙམ་གྱི་འོ། །

དེ་ཡང་ཐོག་མར་དགོན་མཆོག་དང་སྤྲ་མ་ལ་ཅི་འགྱུར་བའི་མཆོད་པ་
དང་ཡོན་ལུས། ཡན་ལག་བདུན་པ་རྒྱས་པར་བྱས་ཏེ་ཆོ་གས་བསགས་ནས་
གསོལ་བ་བཏབ་པ་ནི་ཇི་ལྟར་སྒྲོན་གྱི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དབྱ་བཅོམ་པ་
ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་

ས་ཆེན་པོ་ལ་བཞུགས་པ་རྣམས་ཀྱིས། དང་པོར་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་
 རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་བྱུགས་བསྐྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ། བདག་མིང་འདི་ཞེས་
 བཀྱི་བའང་སློབ་དཔོན་ཀྱིས། སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་
 ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་དུ་གསོལ། ཞེས་ལན་གསུམ་ཀྱིས་གསོལ་བ་གདབ་
 བོ། །

དེ་ནས་སྐྱབས་འགོ་བྱུང་པར་ཅན་བྱ་སྟེ། སློབ་དཔོན་དགོངས་སུ་
 གསོལ། བདག་མིང་འདི་ཞེས་བཀྱི་བ་དུས་འདི་ནས་བཟུང་སྟེ། ཇི་སྲིད་བྱང་
 ཆུབ་སྟེང་པོ་ལ་མཆིས་ཀྱི་བར་དུ་རྒྱ་གཉིས་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་སངས་རྒྱས་
 བཅོམ་ལྷན་འདས་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །དགོངས་གསོལ་སོགས་
 སྒྲར་ལྟར་ལ། ཆོས་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་ཞི་བ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་ཆོས་
 རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །ཆོགས་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་འཕགས་པ་བྱང་ཆུབ་
 སེམས་དཔའ་སྤྱོད་མི་སྟོག་པའི་དགེ་འདུན་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །
 ཞེས་ལན་གསུམ་བརྗོད་དོ། །སློབ་དཔོན་ཀྱིས་སྐྱབས་འགོའི་བསྐྱབ་བྱ་
 བཤད། སྒྲར་ཡང་བཟང་སྟོང་དམ། སྟོང་འཇུག་ནས་འབྱུང་བའི་མཆོད་པ་
 སོགས་ཡན་ལག་བདུན་པ་འབུལ། སྒྲ་མ་ལ་སྟོན་པའི་འདུ་ཤེས་དང་། སེམས་
 ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བྱམས་སྟོང་རྗེའི་འདུ་ཤེས། རང་ལ་མི་ལམ་དང་། སྐྱ་མ་
 ལྟ་བུའི་འདུ་ཤེས་ཉི་བར་བཞུག་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཟུང་བ་ནི།

སྒྲིགས་བཅུ་ན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་
ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ། སྒྲོབ་དཔོན་བདག་ལ་དགོངས་སུ་
གསོལ། བདག་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བས་སྐྱེ་བ་འདི་དང་སྐྱེ་བ་གཞན་དང་
གཞན་དག་ཏུ་སྐྱིན་པའི་རང་བཞིན་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་།
བསྐྱོམས་པའི་རང་བཞིན་གྱི་དགོ་བའི་རྩ་བ་བདག་གིས་བགྱིས་པ་དང་།
བགྱིད་དུ་སྐྱུལ་བ་དང་། བགྱིད་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་དེས།
རི་ལྟར་སྒྲོན་གྱི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དབྱ་བཙམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་
པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་དང་། ས་ཆེན་པོ་ལ་རབ་ཏུ་བཞུགས་པའི་བྱང་ཆུབ་
སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས། ལྷན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་
བྱང་ཆུབ་ཏུ་བྱགས་བསྐྱེད་པར་མཛད་པ་དེ་བཞིན་དུ། བདག་མིང་འདི་ཞེས་
བགྱི་བས། དུས་འདི་ནས་བཟུང་སྟེ། རི་སྤིད་བྱང་ཆུབ་སྤྲིང་པོ་ལ་མཆིས་ཀྱི་
བར་དུ། ལྷན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་
པར་བགྱིའོ། །སེམས་ཅན་མ་བསྐྱལ་བ་རྣམས་བསྐྱལ་བར་བགྱིའོ། །མ་གྲོལ་
བ་རྣམས་དགྲོལ་བར་བགྱིའོ། །དབྱགས་མ་ཕྱིན་པ་རྣམས་དབྱགས་དབྱང་
བར་བགྱིའོ། །ཡོངས་སུ་སྤྱངན་ལས་མ་འདས་པ་རྣམས་ཡོངས་སུ་སྤྱངན་
ལས་འདར་བར་བགྱིའོ། །ཞེས་ལན་གསུམ་བརྗོད་དོ། །

སྒྲོབ་དཔོན་མ་རྟེན་ན། ཉེན་གྱི་བྱང་དུ་བྱག་མཆོད་ཕུལ་ཏེ། སྒྲོབ་དཔོན་

ཞེས་པའི་ཆོག་བཞག་ ཆོག་གཞན་རྣམས་སྒར་བཞིན་བྱ་བའང་ཆོག་ལས་
བཤད་དོ། །མ་བསྐྱལ་བ་བསྐྱལ་བ་སོགས་ཀྱི་དམ་བཅའ་བཞི་པོའི་དོན་ལ་
དག་བཤེས་ཆེན་པོ་ཤར་བའི་གསུང་ལས། ཉན་ཐོས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་
འབྲས་བུ་བཞི་དང་སྒྱར་ན། རྒྱན་ཞུགས་ཐོབ་ན། འཇིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་ལས་
བརྒྱལ་བ་དང་། ཕྱིར་འོང་ཐོབ་ན་འདོད་ཉོན་པལ་ཆེར་ལས་གྲོལ་བ་དང་།
ཕྱིར་མི་འོང་ཐོབ་ན། འདོད་ཉོན་ཐམས་ཅད་སྤངས་པས་དབྱུགས་ཕྱིན་པ་
དང་། དག་བཅོམ་ཐོབ་ན་སྤངས་ཁམས་གསུམ་པའི་ཉོན་མོངས་ཐམས་ཅད་
ལས་འདས་པའོ། །

ཐེག་ཆེན་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། ས་དང་པོ་ཐོབ་པ་ན་འཇིག་རྟེན་ལས་
བརྒྱལ། བདུན་པ་ཐོབ་པ་ན། མཆོན་མའི་འཆིང་བ་ལས་གྲོལ། དག་པ་ས་
གསུམ་ཐོབ་པ་ན་མཆོན་མ་མེད་ཅིང་སྒྱུན་གྱིས་བྱུང་བའི་དབྱུགས་ཕྱིན།
སངས་རྒྱས་པ་ན་སྤངས་ཀྱི་གནས་སུ་གྱུར་པའི་སྤང་བྱ་ཐམས་ཅད་ལས་
འདས་པའོ་གསུང་། མཆིམས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ནི། བདེན་བཞི་དང་སྒྲོར་
བ་མཛད་དེ། སྤྱག་བསྐྱལ་གྱི་ཚུ་བོ་ལས་མ་བརྒྱལ་བ་བསྐྱོལ་བ་དང་། ཀྱན་
འབྱུང་གི་འཆིང་བ་ལས་མ་གྲོལ་བ་དགྲོལ་བ་དང་། བདག་ལྷས་དབྱུགས་མ་
སྤང་བ་ལས་ཀྱི་བདེན་པས་དབྱུགས་དབྱུང་བ་དང་། རྣམ་རྟོག་གི་སྤང་བ་ལས་
མ་འདས་པ་འགོག་པའི་བདེན་པས་སྤངས་ལས་འདའ་བར་མཛད་ཅེས་

གསུངས་ཏེ་ལེགས་པར་བཤད་པའོ། །

མཆོག་བསྐྱབ་བྱ་དང་བཅས་པ་ལ་ལྟ།

༥ གསུམ་པ་མཐུག་བསྐྱབ་བྱ་དང་བཅས་པ་ལ་ལྟ་ལས། དང་པོ་ཕན་
ཡོན་བླ་པ་ལ་བསྐྱབ་པ་ནི།

དེ་ལྟར་སྒྲོན་པའི་སེམས་དག་ནི། །

བསྐྱེད་པའི་ཡོན་ཏན་གང་ཡིན་པ། །

དེ་ནི་སྤང་པོ་བཀོད་པ་ཡི། །

མདོ་ལས་བྱམས་པས་རབ་ཏུ་བཤད། །

ཅེས་གསུངས་པས། དོན་ནི། རབ་ཏུ་བཤད་དོ། །གང་ན། ལྟར་བཤད་
པ་དེ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་སྒྲོན་པའི་སེམས་དག་ནི། ཆོ་གས་བསྐྱེད་པའི་ཡོན་ཏན་
ནས། ཕན་ཡོན་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་འོ། །གང་ལས་ན། དེ་ཡི་ཕན་ཡོན་དཔག་ཏུ་
མེད་པ་དག །བྱམས་མགོན་སློང་དང་ལྡན་པས་ནོར་བཟངས་བཤད། ཅེས་
གསུངས་པ་ལྟར། འཕགས་པ་སྤང་པོ་བཀོད་པའི་མདོ་ལས། རྗེ་བཙུན་བྱམས་
པས་བཤད་དེ། དེ་ལས་རིགས་ཀྱི་བྱ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་
ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ས་བོན་ལྟ་བུའོ། །འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆོས་དཀར་པོ་
རྣམ་པར་འཕེལ་བར་བྱེད་པའི་ཞིང་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་སོགས་དཔེ་གཉིས་བརྒྱ་
ལྷག་ཙམ་གྱི་སྒྲོན་ས་གསུངས་ལ། བསྐྱབ་བཏུས་སུ་དཔེ་བཙུ་བྱ་བྱངས་

སྟོ། །

ལ་ར་བའི་ཞལ་ནས། བན་ཡོན་དེ་དག་གྲང་བསྟུན་བཞིར་འདུས་ཏེ།
ས་བོན་ལྟ་བུ་དང་། ཞིང་ལྟ་བུས་རང་དོན་དང་། གཞན་དོན་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་།
བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་ནི། མདུད་ཐུང་ལྟ་བུའོ་ཞེས་བས་མི་མཐུན་སྟོགས་
འཛོམས་བ་དང་། རིན་པོ་ཆེ་ཐམས་ཅད་སྟུག་པའི་ཚོར་བུ་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་
བས་འདོད་དོན་གྲུབ་པའི་ཡོན་ཏན་བསྟུན་གསུང་། མདོར་ན་འབྲས་བུ་སངས་
རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཆད་མེད་ཅིང་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་བ་ཐམས་ཅད་གྲང་
འདིའི་ཡོན་ཏན་ཏེ། འདི་གཙོ་བོའི་རྒྱར་རྒྱར་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གྲོ་ལུང་བ་ཆེན་
པོ་གསུང་དོ། །

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྦྱོང་བ་ལ་སྟོབ་བ།

༥ གཉིས་བ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྦྱོང་བ་ལ་སྟོབ་བ་ནི།

དེ་ཡིས་མདོ་སྟོག་པའམ་སྒྲ་མ་ལས་མཉན་ཏེ། །

རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མཐའ་མེད་པ། །

ནུམ་པར་ཤེས་པར་བྱས་ལ་དེ་གནས་རྒྱུ་མཆོན་དུ། །

དེ་ལྟར་ཡང་དང་ཡང་དུ་སེམས་ནི་བསྐྱེད་པར་བྱ། །

ཞེས་སྟོ། །དེ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ནི་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ།
གང་གིས་ན། སྟོན་སེམས་ཆོ་གས་སྒྲངས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དེ་ཡིས། རྫོགས་

པའི་བྱང་ཆུབ་ལ་དམིགས་པའི་སྒྲིན་སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མཐའ་མེད་ཅིང་
བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་བ། སྒྲོང་པོ་བཀོད་པ་ལ་སོགས་པའི་མདོ་རྣམས་དང་།
བྱང་ས་སོགས་བསྟན་བཅོས་རང་ཉིད་ཀྱིས་སྟོག་པའམ། ཡང་ན་སྒྲ་མ་ལས་
ལེགས་པར་མཉན་ཏེ། རྣམ་པར་ཏེ་མཐའ་ཚོད་པར་ཤེས་པར་བྱས་ནས།
དགོས་པ་སེམས་རེ་རང་རྒྱུད་ལ་གནས་ཤིང་མི་ཉམས་པར་འཕེལ་བའི་རྒྱ་
མཚན་ཏེ་རྒྱ་རྒྱེན་དུ་ཡང་དང་ཡང་དུ་སྟེ་ཐ་ནའང་ཉིན་ལན་གསུམ་མཚན་
ལན་གསུམ་དུ་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཁ་གཅིག་དེ་ནས་ཞེས་
འདོན་པ་ནི་དཔེ་མ་དག་པའོ། །

རང་འགྲེལ་གྱི་རྩ་བའི་འགྲུར་དུའང་། ད་གནས་ཉིན་མཚན་དུ། དེ་ལྟར་
ཡང་དང་ཡང་དུ། ཞེས་འབྱུང་ངོ། །སྒྲར་བཤད་པའི་ཚོ་ག་མ་གྲུབ་ན། སངས་
རྒྱས་ཚོས་དང་ཚོགས་ཀྱི་མཚོག་རྣམས་ལ། །བྱང་ཆུབ་བར་དུ་བདག་ནི་
སྐྱབས་སུ་མཆི། །བདག་གིས་སྦྱིན་སོགས་བགྱིས་པ་འདི་དག་གིས། །འགྲོ་
ལ་པན་སྤྱིར་སངས་རྒྱས་འགྲུབ་པར་ཤོག། །ཅེས་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་གཞུང་ལས་
འབྱུང་བ་དེ་ལྟར་བྱའོ། །འོ་ན། བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མཐའ་མེད་པ།
ཞེས་གསུངས་ན། དེ་གང་ལས་བཤད་ཅེ་ན། དེའི་ལན་བསྟན་པའི་སྤྱིར།

དཔའ་སྦྱིན་གྱིས་ཞུས་མདོ་དག་ལས། །

འདི་ཡི་བསོད་ནམས་རབ་བསྟན་པ། །

གང་ཆེ་ཆེགས་བཅད་གསུམ་ཙམ་དུ།
མདོར་བསྐྱས་པས་ནི་འདིར་བྲི་བྱ།
བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་བསོད་ནམས་གད།
དེ་ལ་གལ་ཏེ་གཟུགས་མཆིས་ན།
ནམ་མཁའི་ཁམས་ནི་ཀུན་བཀའ་སྟེ།
དེ་ནི་དེ་བས་ལྷག་པར་འགྱུར།
གསུམ་གྱི་མའི་གངས་སྟེང་གྱི།
སངས་རྒྱས་ཞིང་རྣམས་མི་གང་གིས།
རིན་ཆེན་དག་གིས་ཀུན་བཀའ་སྟེ།
འཇིག་རྟེན་མགོན་ལ་ཕུལ་བ་བས།
གང་གིས་ཐལ་མོ་སྦྱར་བའི་སྟེ།
བྱང་ཆུབ་ཏུ་ནི་སེམས་བརྟུང་ན།
མཆོད་པ་འདི་ནི་བྱང་པར་འཕགས།
དེ་ལ་མཐའ་ནི་མ་མཆིས་སོ།

ཞེས་སོ། །བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་འདི་འེ་བསོད་ནམས་སམ་པན་ཡོན་རྒྱ་
ཆེར་རབ་ཏུ་བསྐྱར་པར་བྱ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་སྤྲིམ་བདག་དཔའ་སྦྱིན་གྱིས་

ཞུས་པའི་མདོ་སྡེ་དག་ལས། ཚིགས་བཅད་གསུམ་ཙམ་མདོར་བསྐྱས་ནས་
 གསུངས་པ་དེ་ནི་གཞུང་འདིར་ཡང་གི་བར་བྱའོ། །ཞེས་འཆམས་སྐྱར་རོ། །
 འོ་ན་མདོ་ལས་འབྱུང་བའི་ཕན་ཡོན་རི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། འདིར་བསྟན་བྱང་ཆུབ་གྱི་
 སེམས་གྱི་ཕན་ཡོན་རྒྱ་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོ་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ཏེ། བྱང་ཆུབ་གྱི་
 སེམས་གྱི་བསོད་ནམས་གང་ཡིན་པ་དེ། གཟུགས་སུ་མ་གྲུབ་མོད། གལ་ཏེ་
 དེ་ལ་གཟུགས་ཤིག་མཆིས་ན། རྒྱུགས་བརྩེ་ནམ་མཁའི་ཁམས་ནི་ཀུན་ཏུ་
 བཀའ་སྟེ་བྱུར་བྱུར་གཏམས་ན། ཕན་ཡོན་དེ་ནི་ནམ་མཁའི་ཁམས་དེ་བས་
 གྲང་ལྷག་པ་ཏེ། རྣམ་མཁར་མི་ཞོང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདིས་རྒྱ་ཆེ་བ་དང་།
 ཕྱི་མ་གཉིས་གྱིས་ཚད་བཟུང་དུ་མེད་པས་མཐའ་མ་མཆིས་པ་བསྟན་ཏོ། །

གཞན་ཡང་། བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་ལ་བསོད་ནམས་གྱི་མཐའ་ནི་མ་
 མཆིས་སོ་སྟེ། ཚད་བཟུང་དུ་མེད་པའི་བསོད་ནམས་ཡོད་དེ། སྟོན་གྱི་བྲད་
 པར་ཆུ་བོ་གསྐྱའི་འགམ་གྱི་བྱེ་མའི་གངས་སམ། གསྐྱའི་ཆུ་རྩལ་དུ་བྱེ་བའི་བྱེ་
 མ་རི་སྟེད་པ་དེ་སྟེད་གྱི་སངས་རྒྱས་གྱི་ཞིང་རྣམས་རྟེན་དད་པ་དང་ལྡན་པའི་
 མི་གང་གིས་མཆོད་རྗེས་གྱི་བྲད་པར་ལྟའི་རིན་པོ་ཆེ་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་དག་
 གིས་ཀུན་ཏུ་བྱུར་བྱུར་བཀའ་སྟེ། དུལ་བྲད་པར་ཅན་འཛིག་རྟེན་གྱི་མགོན་པོ་
 སངས་རྒྱས་བཙུན་ལྡན་འདས་ལ་འབུལ་བ་ཤུལ་བ་བས། ཐེག་ཆེན་གྱི་རྟེན་
 གྱི་གང་ཟག་གང་གིས། དཀོན་མཆོག་གམ་སྒྲ་མའི་བྱང་དུ་དད་པས་ཐལ་མོ་

སྐྱུར་བ་བསྐྱིས་ཏེ། སྒྲ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བརྟུང་བ་བསྐྱེད་ན།
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་པའི་མཆོད་པ་འདི་ནི་བྱང་པར་དུ་འཕགས་པ་
ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །

ཚོགས་གཉིས་བསག་པ་ལ་བསྐྱབ་བ།

༥ གསུམ་པ་ཚོགས་གཉིས་བསག་པ་ལ་བསྐྱབ་པ་ནི།

བྱང་ཆུབ་སྒོན་པའི་སེམས་དག་བསྐྱེད་ནས་ནི། །

འབད་པ་མང་པོས་ཀྱན་ཏུ་སྤེལ་བྱ་ཞིང། །

ཞེས་གསུངས། དུ་ཏྲོ་བའི་ཞལ་ནས། ཚོགས་གཉིས་ལ་འབད་པ་
འདིས་ཟེན་དུ་བྱང་གསུངས། བན་ཡོན་བླ་པ་དང་དུས་བྱུག་ཏུ་སྐྱུར་བ་
གཉིས་ཀྱི་སྒོ་ནས། བྱང་ཆུབ་སྒོན་པའི་སེམས་དག་བསྐྱེད་པར་བྱས་ནས་ནི།
དགོན་མཆོག་ལ་མཆོད་པ། དགོ་འདུན་ཀྱི་བསྐྱེད་བཀྱར། འབྱུང་པོའི་གཏོར་
མ། འཕྲོངས་པ་ལ་སྦྱིན་པ་སོགས་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཚོགས་
གཉིས་གསོག་པ་ལ་འབད་པ་མང་པོས། སེམས་དེ་ཀྱན་ཏུ་སྤེལ་བར་བྱ་
དགོས་ཏེ། ཚོགས་ཀྱི་གཏམ་ལས། བདག་གིས་དེ་རིང་བསོད་ནམས་དང་། །
ཡེ་ཤེས་ཚོགས་ནི་གང་ཞིག་གིས། །གཞན་ལ་ཕན་པ་གང་བྱ་ཞེས། །བྱང་
ཆུབ་སེམས་དཔས་ཡང་ཡང་བསམ། ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། ཞིང་ཞེས་པ་
འོག་མ་སྐྱུད་པའི་ཆིག་གོ། །

སེམས་ཅན་སྒྲོས་མི་སྤང་བ་ལ་བསྐྱབ་བ།

༥ བཞི་བ་སེམས་ཅན་སྒྲོས་མི་སྤང་བ་ལ་བསྐྱབ་བ་ནི། འདི་ནི་སྐྱེ་བ་
གཞན་དུའང་བྱན་དོན་དུ་ཞེས་པའི་འང་གི་སྤྲས་བསྟན་པར་ཞང་རོམ་བཞེད་
དོ། །འང་གི་སྤྲས་ཆེ་འདིར་སེམས་བསྐྱེད་མི་ཉམས་པའི་རྒྱ་ལ་བསྐྱབ་པར་
བསྟན་ཅིང་། སེམས་ཅན་སྒྲོས་སྤང་གིས་སེམས་བསྐྱེད་གཏོང་བས་སོ་སྙམ་
དུ་དགོངས་པས་ཤེན་ཏུ་ལེགས་ཞེས་དམ་པ་ཁ་ཅིག་འཆད་དོ། །

ལྷ་པ་ནག་ཆོས་བཞི་སྤང་ཞིང་། དཀར་ཆོས་བཞི་བསྟན་པ་ལ་སྒྲོབ་ཚུལ།

༥ ལྷ་པ་ནག་ཆོས་བཞི་སྤང་ཞིང་། དཀར་ཆོས་བཞི་བསྟན་པ་ལ་སྒྲོབ་
ཚུལ་ནི།

འདི་ནི་སྐྱེ་བ་གཞན་དུའང་བྱན་དོན་དུ།

རི་སྐད་བཤད་པའི་བསྐྱབ་པ་ཡོངས་སུ་བསྐྱབ། །

ཞེས་གསུངས། འདིར་བསྟན་སྒྲོན་སེམས་ཆོ་གས་བཟུང་བ་འདི་ལ་ནི་
སྤང་བཤད་པའི་བསྐྱབ་བྱ་བཞི་འདི་སྒྲོན་སེམས་ཆེ་འདིར་མི་ཉམས་པའི་རྒྱ་ལ་
བསྐྱབ་པ་དེ་ཅུ་གྱིས་ཆོག་གམ་ཞེན། མི་ཆོག་སྟེ། སྐྱེ་བ་བྱེ་མ་གཞན་དུའང་
སེམས་དེ་མི་བརྗེད་ཅིང་བྱན་པར་བྱ་བའི་དོན་དུ། འོད་སྤང་གྱིས་ཁྱེས་པའི་
མདོ་ལས། རི་སྐད་བཤད་པའི་བསྐྱབ་པ་བཞི་ཆོན་གཉིས་པོ་ཡོངས་སུ་བསྐྱབ་
བ་དང་བསྟན་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར། རི་བ་གཉིས་པ་སོ་སྐྱེ་འདི་རྟེན་ལ་བྱང་

ཚུབ་ཀྱི་སེམས་གསར་དུ་སྐྱེའམ་མི་སྐྱེའི་ལན། འབྲེལ་པར་གསལ་བར་མ་
བཤད་ཀྱང་། རྒྱ་ཆོས་བཞི་དང་། སེམས་ཅན་སྒོས་སྤྲོད་གིས་སྒོན་སེམས་
ཉམས་པར་འགྱུར་བའི་ཉེན་ནི་སོ་སྐྱེ་ཁོ་ནར་ངེས་པས། དེའི་ཉེན་ལ་སྒོན་
སེམས་སྐྱེ་བ་ཡོད་ཅེས་དོན་གྱིས་གྲུབ་པོ། །

འཁྱུག་པ་བསྐྱབ་བྱ་དང་བཅས་པ་བཤད་པ་ལ་གསུམ།

གཉིས་པ་འཇུག་པ་བསྐྱབ་བྱ་དང་བཅས་པ་བཤད་པ་ལ་གསུམ།
མཆོམས་སྒྱུར་ཏེ་འཇུག་སྒྲོམ་སྒྲང་བར་བསྟན་པ། འཇུག་སྒྲོམ་ངེ་ལྟར་སྒྲང་
བའི་ཚུལ། སྒྲོམ་པ་སྒྲངས་ནས་བསྐྱབ་བྱ་ལ་བསྐྱབ་པར་བསྟན་པའོ། །

མཆོམས་སྒྱུར་ཏེ་འཁྱུག་སྒྲོམ་སྒྲང་བར་བསྟན་པ།

དང་པོ་ནི། སྒྲར་བཤད་པ་ལྟར་བྱང་ཚུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱང་རྒྱལ་
སྐས་ཀྱི་སྐྱོད་པ་ལ་མ་བསྐྱབས་ན་འཆང་རྒྱ་མི་སྤྲོད་ཅིང་། བྱང་སྒྲོམ་མ་བཟུང་
ན། སྐྱེན་སོགས་ལ་བསྐྱབས་ཀྱང་རྒྱལ་སྐས་ཀྱི་སྐྱོད་པར་མི་འགྱུར་པས།
སྐྱོད་པའི་ཉེན་སྒྲོམ་པ་གཟུང་དགོས་པར་བསྟན་པའི་ཕྱིར།

འཇུག་སེམས་བདག་ཉིད་སྒྲོམ་པ་མ་གཏོགས་པ། །

ཡང་དག་སྒོན་པ་འཕེལ་བར་འགྱུར་མ་ཡིན། །

རྫོགས་པའི་བྱང་ཚུབ་སྒྲོམ་པ་སྤེལ་འདོད་པས། །

དེ་ཕྱིར་འབད་པས་འདི་ནི་ངེས་པར་སྤྲད། །

ཞེས་གསུངས་སོ། །སྒྲོན་སེམས་བརྟན་ཞིང་ཆོ་གས་གཟུང་བ་དེས།
འཇུག་པའི་སྒྲོམ་པ་འདི་ནི་སྦྱིད་ལུག་པ་དང་ཞུམ་པ་མེད་པར་འབད་པ་དྲག་
པོས་ངེས་པར་སྤང་བར་བྱ་སྟེ། དགོས་པ་འབྲས་བུའི་མིང་གིས་རྒྱ་ལ་བཏགས་
པ་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ལ་དམིགས་པའི་སྒྲོམ་པའི་མིང་ཅན་སྒྲོན་པའི་
སེམས་དེ་སྤེལ་ཞིང་མཐར་ཕྱིན་པར་འདོད་པས་སྤང་དགོས་པའི་ཕྱིར། སྒྲོན་
སེམས་སྤེལ་བ་འཇུག་སྒྲོམ་ལ་རག་ལས་པ་ཡང་ཡིན་ཏེ། འཇུག་པའི་སེམས་
ཀྱི་བདག་ཉིད་སྒྲོམ་པ་བཟུང་བ་མ་གཏོགས་པར་སྒྲོན་པའི་སེམས་ཡང་དག་
པ་མཆོག་ཏུ་འཕེལ་བར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར་སྤྲོད་པོ་ངེས་པར་བསྟུ་
བ་ལས་ཀྱང་།

ལྷག་པའི་བསམ་པ་དང་ལྡན་པས། །འཇུག་པའི་སེམས་ནི་བསྐྱེད་
བྱས་པས། །སྤར་གྱི་སྒྲོན་པའི་སེམས་དེ་ཉིད། །རྒྱ་ཆེར་རབ་ཏུ་འཕེལ་བར་
འགྱུར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གཞུང་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲོན་གྱི་དག་
བཤེས་ཡུང་བ་པ་སོགས་སྒྲོན་པ་སྒྲོམ་པར་བཞེད་ཀྱང་། གཞན་པལ་ཆེར་
སྒྲོམ་པའི་སྤྲས་བཏགས་པ་ཡིན་ཏེ། རོ་བོ་རང་ཉིད་ཀྱིས། སེམས་བསྐྱེད་སྒྲོན་
དུ་སོང་བ་ཡིས། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒྲོམ་པ་སྤང་། །ཞེས་སེམས་བསྐྱེད་
དང་སྒྲོམ་པ་སོ་སོར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་གསུང་ངོ། །

འབྲུག་སྒོམ་ནི་ལྷ་ལ་ལེན་པའི་རྩུལ་ལ་གསུམ།

༥ གཉིས་པ་འབྲུག་སྒོམ་ནི་ལྷ་ལ་ལེན་པའི་རྩུལ་ལ་གསུམ། ལེན་པའི་
ཉེན། བྱང་བའི་ཡུལ། ལེན་པའི་ཆོ་གའོ། །

ལེན་པའི་ཉེན།

དང་པོ་ནི།

སོ་སོར་ཐར་པ་རིས་བདུན་གྱི།

རྟག་རྟ་སྒོམ་གཞན་ལྷན་པ་ལ།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒོམ་པ་ཡི།

སྐལ་པ་ཡོད་ཀྱིས་གཞན་དུ་མིན།

ཞེས་གསུངས་སོ། །འདི་ནི་སྒོ་བ་དཔོན་བྱང་ཆུབ་བཟང་པོའི་སྒོམ་པ་ཉི་
ཤུ་པའི་འགྲེལ་པར། སོ་སོར་ཐར་པའི་སྒོམ་པ་ནི། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་
སྒོམ་པའི་ཡན་ལག་རྟ་འགྲུར་པ་ཡིན་ཏེ། སྟོགས་གཅིག་ཉིད་དུ་རིག་པར་
བྱའོ། །དེའི་བྱིར་སོ་སོར་ཐར་པའི་སྒོམ་པ་གཞན་དང་ལྷན་པ་འདིས། བྱང་
ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒོམ་པ་ཡང་དག་པར་ལེན་པའི་སྒོ་ད་དུ་གྱུར་པ་ལ་བསྐྱབ་
པའི་ཆོ་གས་འདི་ཡང་སྦྱིན་པར་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། །

འདི་ལ་སྟོག་གཅིད་པ་ལ་སོགས་པ་ལས་སྟོག་པའི་ཆོ་ག་གཞན་ཉིད་
ནི་མ་ཡིན་ཞིང་། དེ་རྣམས་ཀྱང་སྟོག་པ་མ་ཡིན་པ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་

སྒྲོམ་པ་ཡང་དག་པར་ལེན་པའི་སྒྲོན་དུ་གྱུར་པའང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་
གསུངས་པའི་དོན་བསྟུས་པ་རང་འགྲེལ་ལས་བཤད་དོ། །ཡོངས་རྫོགས་
དགོ་བསྟེན་ཡན་ནས་དགོ་སྒྲོང་གི་སྒྲོམ་པའི་བར་སོ་སོར་ཐར་པ་རིས་བདུན་
དངོས་སམ། དེ་དང་ཐུན་མོང་པའི་རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་སྒྲོང་བ་རྟག་ཏུ་
སྟེ་རི་སྤིང་འཆོ་བའི་སྒྲོམ་པ་བྱང་སེམས་གྱི་སྒྲོམ་པ་ལ་སྟོས་ཏེ། གཞན་དང་
ལྡན་པ་དག་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒྲོམ་པ་སྐྱེ་བའི་སྐལ་བ་ཡོད་ཀྱིས་དེ་
ལས་གཞན་དུ་བྱང་སྒྲོམ་ཐུན་སུམ་ཆོགས་པ་སྐྱེ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། བྱང་སྒྲོམ་ནི་
དངོས་དང་བརྒྱད་པས་གཞན་ལ་པན་འདོགས་པར་རུས་པ་གང་ཞིག །དེ་ལ་
གཞན་གཞོད་གཞི་བཅས་ལས་སྒྲོག་པ་ཅིག་དགོས་པའི་སྤྱིར་ཏེ། རང་འགྲེལ་
ལས། ད་ནི་ཚུལ་བྲིམས་གྱི་སྒྲོམ་པའི་རྟེན་བྱད་པར་ཅན་འདོད་ནས། ཞེས་
སོགས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། རོ་ན་བསྟེན་གནས་རྟེན་དུ་མི་སྟོན་པ་ཅི་ཞེ་ན།
དེའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། དུས་བྱང་བ་དང་། སྤེལ་བ་དང་འདོད་པ་གཉིས་ཀ་
ལས་དབེན་པ་མ་ཡིན་པས། བྱང་སྒྲོམ་གྱི་རྟེན་དུ་མི་རུང་བའི་སྤྱིར། གལ་ཏེ་
སོ་ཐར་གྱི་སྒྲོམ་པ་ནི་ཆེ་འཕོས་པས་གཏོང་བས། འདིའི་རྟེན་དུ་རི་ལྟར་རུང་
སྟམ་ན། རྣལ་འབྱོར་པ་ཆེན་པོའི་ཞལ་ནས། གན་པོ་ལོང་བའི་རྟེན་དབྱུག་
པས་བྱེད་ཅིང་། སྤྱིས་ནས་དབྱུག་པ་མི་འགྲེལ་བ་གན་པོས་མགོ་ནས་བཟུང་
བས་བྱེད་པ་ལྟར། དང་པོར་སྐྱེ་བའི་རྟེན་སོ་ཐར་གྱིས་བྱེད་ལ། དེ་ནས་གཞན་

གཞོན་གཞི་བཅས་ལས་ལོག་པ་དེ་བྱང་ཆུབ་སྣང་པོའི་བར་མི་འཆོར་བར་
བྱང་སྡེམ་གྱིས་བྱེད་ཅེས་གསུང་ངོ། །

འདི་ལ་བརྟེན་ནས་སྡོན་དུས་སུ་སྡོམ་པ་རྟེན་ཅན་པ་དང་རྟེན་མེད་པའི་
ཐ་སྣང་བྱེད་པ་བྱུང་ཞིང་། རག་ཆོའི་ལུགས་ཀྱི་དྲི་བ་གསུམ་པའི་ལན་ཡང་
གཞུང་འདིས་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །

རྟེན་གྱི་བྱང་པར་སྡོན་པ་ལ།

སོ་སོར་ཐར་པ་རིས་བདུན་དུ།

དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་གསུངས་པ་ལས། །

ཆངས་སྡོད་དཔལ་ནི་མཆོག་ཡིན་ཏེ། །

དགེ་སྡོང་སྡོམ་པ་དག་ཏུ་བཞིན། །

ཅེས་སོ། །སོ་ཐར་རིས་བདུན་ཅི་རིགས་ལ་གནས་པའི་རྟེན་ལ་བཟང་
ངན་གྱི་བྱང་པར་ཡོད་དམ་མེད་ཅེ་ན། འདུལ་བའི་སྡེ་སྡོད་ལས། སོ་སོར་ཐར་
པ་རིས་བདུན་དུ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་གསུངས་པ་ལ། ། བྲིམ་པའི་སྡོམ་
པ་ལས། རབ་བྱུང་ཕྱོགས་ཀྱི་སྡོམ་པ་མཆོག་དང་། ཆངས་པར་སྡོད་པར་
རབ་བྱུང་ཕྱོགས་ཀྱི་སྡོམ་པའི་ནང་ནས་ཀྱང་དཔལ་ལམ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་
ནི། བསྟན་པར་རྫོགས་པ་དགེ་སྡོང་གི་སྡོམ་པ་དག་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་རྒྱལ་བའི་
བསྟན་པ་ལ་ཞུགས་ལ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ངོ། །དེས་ན་དགེ་

སྒྲོང་གི་སྒྲོམ་པ་ནི། བྱང་སྒྲོམ་གྱི་རྟེན་མཆོག་ཏུ་བཞེད་དེ། ཟླ་བ་སྒྲོན་མེ་ལས།
དགེ་སྒྲོང་དངོས་པོ་མཆོག་ཏུ་བྱ་བ་ཡིས། །བྱང་ཆུབ་དམ་པ་མཆོག་ལ་
སེམས་བསྐྱེད་ཅིག །ཅེས་དང་། གསུམ་ལས་དགེ་སྒྲོང་མཆོག་ཡིན་འབྲིང་།
ཞེས་སོགས་དང་། སངས་རྒྱལ་བསྟན་པ་རིན་ཆེན་སྒྲོན། །འབར་བའི་སྒྲོང་ནི་
དགའ་ཐུབ་ཅན། །དུར་སྤྲིག་འཛིན་པ་ཤྱ་གུའི་སྤྲུལ། །དགེ་སྒྲོང་རྣམས་ནི་ཡིན་
ཕྱིར་དོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན་སོ་ཐར་གྱི་སྒྲོམ་ལྡན་གྱིས་བྱང་སྒྲོམ་
བཟུང་བའི་ཆེ་གནས་འགྱུར་རམ། གཉིས་ལྡན་གང་ཡིན་ཞེ་ན། རོ་བོ་སྒྲོམ་པ་
ཡར་ལྡན་བྱ་བ་གཉིས་ལྡན་དུ་བཞེད་ཅེས་སྟེ་འུ་ཟུར་པའི་བསྟན་རིམ་ལས་
བཤད། རྒྱལ་ཆོའི་འབྲེལ་པར་ཡང་དེ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་གཅིག་གམ་ཐ་དད་
ཅེ་ན། གཅིག་པའང་ཡིན། ཐ་དད་པའང་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་སྒྲོམ་པའི་ཚུལ་
ཁྲིམས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གཞན་ན་མེད་ཀྱི་སོ་སོར་ཐར་པ་རིས་བདུན་པོ་
གང་ལ་གནས་པ་ཉིད་སྒྲོམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཡིན་པས་ན་གཅིག་པའང་ཡིན་
ནོ། །ཐ་དད་པའང་ཡིན་ཏེ། སོ་སོར་ཐར་པ་རྩ་ས་སུ་འདོད་པ་དང་། གཞན་ལ་
གཞོད་པ་བྱེད་པ་ལས་ལོག་ནས། གཞོད་པ་མི་བྱེད་པ་དང་། བྱང་སེམས་ཀྱི་
སྒྲོམ་པ་རྩ་ས་སུ་མི་འདོད་པ་དང་། གཞན་ལ་ཐན་པ་ཉིད་སྐྱབ་པས་ཐ་དད་
པའང་ཡིན་ཞེས་བྱའོ་གསུངས། དེས་ནི་དྲི་བ་བཞི་བའི་ལན་གདབ་པར་ཡང་
བཞེད་དོ། །

གན་ལས་སྒྲུབ་བཞི་ཡུལ།

༥ གཉིས་པ་གང་ལས་སྒྲུབ་བཞི་ཡུལ་ནི།

སྒྲོམ་པའི་ཆོ་ག་ལ་མཁས་དང།

བདག་ཉིད་གང་ཞིག་སྒྲོམ་ལ་གནས།

སྒྲོམ་པ་འབོགས་བཟོད་སྒྲིང་རྗེ་ལྟན།

སྒྲོམ་བཟང་པོར་ཤེས་པར་བྱ།

ཞེས་པ་སྟེ། འདི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་དག་གི་ཞེས་པའི་འོག་ན་
ཡོད་ཀྱང་སྒྲུབ་སྒྲུབ་པ་ནི་འཆད་བདེ་བའི་དབང་དུ་བྱས་སོ། །འོ་ན་སྒྲོམ་པ་
སྒྲུབ་པའི་ཡུལ་སྒྲོམ་པ་རྗེ་ལྟན་བྱ་ཞིག་ཅེ་ན། བྱང་སྒྲོམ་འབོགས་པའི་སྒྲོམ་བཟང་
པོ་ཡོན་ཏན་སྤྱན་སྒྲུམ་ཆོགས་པ་བཞི་ལྟན་ཞིག། །འདིར་བསྟན་སྒྲོམ་བཟང་
པོའི་མཆོན་ཉིད་དུ་ཤེས་པར་བྱ་དགོས་ཏེ། སྒྲོམ་པའི་ཆོ་ག་ནི་ཡང་དག་པར་
ལེན་པ་དང་། མི་ཉམས་པར་བསྐྱུང་བ་དང་། ཉམས་ན་ཕྱིར་བཅོས་པའི་ཐབས་
ཡིན་པས། དེ་དག་ལ་མཁས་པའི་ཤེས་རབ་སྤྱན་སྒྲུམ་ཆོགས་པ་དང་། བདག་
ཉིད་གང་ཞིག་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཚུལ་བྲིམས་སྤྱན་སྒྲུམ་ཆོགས་པ་དང་།
བྱང་སྒྲོམ་འབོགས་པར་བཟོད་པའི་རྒྱས་བཤམ་སྒྲོབས་པ་སྤྱན་སྒྲུམ་ཆོགས་
པ་དང་། སྒྲིང་རྗེ་ལྟན་པའི་བསམ་པ་སྤྱན་སྒྲུམ་ཆོགས་པ་དང་ལྟན་པ་ཡིན་
པའི་ཕྱིར། བཞི་པོའི་ནང་ནས་ཀྱང་སྒྲོམ་གཉིས་གཙོ་ཆེ་བར་ཞང་རོམ་དང་

བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་སྒྲོན་མའི་རྣམ་བཤད་ལུལ་བྱང་བཞད་པའི་དགའ་སྒྲོན་ཞེས་བྱ་བ།

ལག་སོར་བ་གཉིས་བཞེད་པ་ལྟར་ལེགས་ཏེ། སྦྱོང་འཇུག་ལས་ཀྱང་། ཉག་
པར་དགོ་བའི་བཤེས་གཉིན་ནི། །ཐེག་ཆེན་དོན་ལ་མཁས་པ་དང་། །བྱང་
ཆུབ་སེམས་དཔའི་བརྟལ་ཞུགས་མཆོག་། ཅེས་གསུངས་པའི་བྱིད།

དི་ལྟར་ལེན་པའི་ཆོ་ག་ལ་གཉིས།

༥ གསུམ་པ་རི་ལྟར་ལེན་པའི་ཆོ་ག་ལ་གཉིས། སྒྲ་མ་ཡོད་པའི་ཆོ་ག་
དང་། སྒྲ་མ་མེད་པའི་ཆོ་ག་ལོ། །

སྒྲ་མ་ཡོད་པའི་ཆོ་ག་

དང་པོ་ནི།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་དག་གི།

ཚུལ་བྲིམས་ལེ་ལུ་གསུངས་ཆོག་ཡིས། །

ཡང་དག་མཆོན་ཉིད་ལྟན་པ་ཡི། །

སྒྲ་མ་བཟང་ལས་སྒྲོམ་པ་སྤང། །

ཞེས་གསུངས། འདིར་རང་འགྲེལ་ལས། སྒྲོབ་དཔོན་ཐོགས་མེད་དང་།
རྗེ་བཙུན་ཞི་བ་ལྟའི་ལུགས་བཤད་ཅེས་མཆོམས་སྦྱར་ནས། འོག་ཏུ། བདག་
ནི་ལུགས་དེ་གཉིས་ཀའི་རྗེ་སྤུ་འབྲང་བས་ན། སྒྲ་མ་ལས་སྤང་བའི་ཆོ་ག་ནི་
ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་ལེ་ལུ་ལ་བརྟེན་ཅིང་བཀོད་ལ། སྒྲ་མ་མེད་པའི་ཆོ་ག་ནི།
བསྐྱབ་པ་ཀྱན་ལས་བརྟལ་ལ་བརྟེན་ཅིང་བཀོད་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།

རྩོ་བོ་ལ་ཤིང་རྟ་ཆེན་པོ་གསུམ་གྱི་གདམས་པ་མངའ་བ་ལས་འཇུག་སྒྲོམ་གྱི་
སྐབས་འདིར། ཐོགས་མེད་དང་ཞི་བ་སྟེའི་ལུགས་གཉིས་ལ་བརྟེན་པར་
མཛད་པ་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་ཤིང་རྟ་ཆེན་པོ་གཉིས་ཀྱི་ཆོ་གའི་བྱད་པར་འགའ་ཞིག་མི་འབྲ་
བ་ཅུ་མ་གཏོགས་དོན་ལ་བྱད་པར་མེད་ཅིང་། ལུགས་དེ་གཉིས་ལ་དབྱུ་མ་
ལུགས་དང་། སེམས་ཅུ་མ་ལུགས་ཀྱི་ཐ་སྙད་བྱས་ནས། ལེན་ཡུལ་ཆོ་ག་རྩ་
རྒྱུ་མི་མ་ཐུན་པར་སྒྲ་བ་ནི་མ་བརྟགས་པ་ཆེན་པོ་འོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ནི་
ལེགས་པར་གསུངས་པ་འོ། །དེ་ལ་སྒྲ་ཞེས་པ་བཤད་གཞིའོ། །གང་ན་འཇུག་
པའི་སྒྲོམ་པའོ། །གང་ལས་སྒྲ་ན་ཡང་དག་པའི་མཆོན་ཉིད་ཐུན་སུམ་ཆོགས་
པ་དང་ཐུན་པ་དེ་སྒྲ་མ་བཟང་པོར་ཤེས་པར་བྱས་ཏེ་དེ་ལས་སོ། །ཆོ་ག་གང་
ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲ་ན། འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཀྱིས་མཛད་པའི་བྱད་ཆུབ་
སེམས་དཔའི་སའི་ནང་ཆོན་དག་གི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ལེ་འུར་གསུངས་པའི་ཆོ་
ག་ཡིས་སོ། །

འདི་ལ་སྦྱོར་དངོས་རྗེས་གསུམ་ལས་གསོལ་གདབ་དང་། སྦྱོ་བ་
བསྐྱེད་པ་དང་། ཆོགས་བསག་པ་དང་། བསྐྱལ་མ་གདབ་པ་དང་། བསམ་པ་
བྱད་པར་ཅན་བསྐྱེད་པ་དང་། བར་ཆད་ཐུན་མོང་བ་བྲི་བ་དང་། བསྐྱབ་པ་
མདོར་བསྐྱུས་བརྗོད་པ་དང་བདུན་ནི་སྦྱོར་བ་དང་། ཐོགས་བཅུ་དུས་གསུམ་

གྱི་རྒྱལ་བ་སྤྲས་དང་བཅས་པའི་བསྐྱབ་པ་ལན་གསུམ་གྱི་བར་དུ་ཁས་ལེན་
པ་ནི་དངོས་གཞི་དང་། མཐུན་གསོལ། ཡེ་ཤེས་གྱིས་གཟིགས་པ་འཇུག་
པའི་ཕན་ཡོན་དང་། སྡོམ་པ་མཛོས་པ་གྲ་ཆོམ་དུ་མི་བསྐྱབས་པ་དང་། བསྐྱབ་
པ་མདོར་བསྐྱས་བརྗོད་པ་དང་། གཏང་རག་གི་མཆོད་པ་དང་ལྷ་ནི་མཇུག་
གི་ཆོ་གའོ། །འདི་དག་ཞིབ་པར། རྩོམ་སྡེ་སྡེ་མའི་ཆོ་ག་དང་ཆུ་ལ་ཁྲིམས་
ལེ་འཁུར་རྣམ་བཤད་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །

སྒྲ་མ་མེད་པའི་ཆོ་ག

༥ གཉིས་པ་སྒྲ་མ་མེད་པའི་ཆོ་ག་ནི།

དེ་ལ་འབད་པས་འདི་འདྲ་བའི།

གལ་ཏེ་སྒྲ་མ་མ་རྟོད་ན།

དེ་ལས་གཞན་སྡོམ་ཅོད་པ་ཡི།

ཆོ་ག་ཡང་དག་ལཤད་པར་བྱ།

ཞེས་པས་སྦྱིར་བཤད་པར་དམ་བཅའ་བའོ། །མཆོན་ཉིད་དང་ལྡན་
པའི་སྒྲ་མ་དེ་འདྲ་བ་ལ་སྡོམ་པ་སྒྲང་བར་གསུངས་པ་ལྟར་འབད་པ་ཆེན་པོས་
བཅོལ་ཡང་། ལུལ་དུས་གྱི་དབང་གིས་འདི་འདྲ་བའི་གལ་ཏེ་སྒྲ་མ་གཏན་མ་
རྟོད་ན་ངེ་ལྟར་བྱ་ཞེ་ན། སྒྲ་མ་ཡོད་པ་དེ་ལས་གཞན་དམིགས་བསལ་རང་
ཉིད་གྱིས་སྒྲང་བའི་ཆུ་ལ་ཡོད་དེ། སྒྲ་མ་མེད་པའི་སྡོམ་པ་ཅོད་པའི་ཆོ་ག་ལྟར་

ལས་གསུངས་པ་བཞིན་འདིར་ཡང་། ཡང་དག་པར་བཤད་པར་བྱ་བ་ཡིན་
པའི་ཕྱིར་རོ། །འོ་ན་སྒྲ་མ་མེད་པའི་ཆོ་ག་ལུང་གང་ལས་བཤད་ཅེ་ན།

དེ་ལ་སྔོན་ཆོ་འཇམ་པའི་དཔལ། །

ཨ་བ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལྟར་པ་ཡིས། །

རི་ལྟར་བྱང་ཆུབ་ཐུགས་བསྐྱེད་པ། །

འཇམ་དཔལ་གྱི་ནི་སངས་རྒྱས་ཞིང་། །

རྒྱན་གྱི་མདོ་ལས་བཤད་པ་ལྟར། །

དེ་བཞིན་འདིར་ནི་རབ་གསལ་བྲི། །

ཞེས་བྲི་བྲག་ཏུ་བཤད་པར་དམ་བཅའ་བའོ། །དེ་ལ་སྒྲ་མ་མེད་པའི་ཆོ་
ག་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། སྔོན་བསྐྱལ་པ་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་དུས་ཀྱི་ཆོ། འཇམ་
པའི་དཔལ་དུ་གྱུར་པ་ནི། འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོ་ཨ་མྲ་རྩ་ཇ་སྟེ།
རྒྱལ་པོ་ནམ་མཁའ་ཞེས་བྱ་བར་གྱུར་པ་ཡིས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་འབྲུག་
སྒྲིའི་དབྱངས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཞེས་བྱ་བའི་བྱང་དུ་རི་ལྟར་སྒྲ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་
ཏུ་ཐུགས་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་འཇམ་དཔལ་གྱི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་གི་རྒྱན་
ནས། བཀོད་པ་སྔོན་པའི་མདོ་ལས་བཤད་པ་ལྟར་དེ་ཁོ་ན་བཞིན་དུ། གཞུང་
འདིར་ནི་རབ་ཏུ་གསལ་བར་བྲི་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མདོ་དེ་ལས་འབྱུང་བའི་
སེམས་བསྐྱེད་དང་། སྒྲ་མ་པ་བཟུང་ཚུལ་དངོས་སྟོན་པ་ལ།

མགོན་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྦྱོན་ཕྲ་རུ།
རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་ཅིང།
འགོ་བ་ཐམས་ཅད་མགོན་དུ་གཉིས།
དེ་དག་ལ་ཁོར་བ་ལས་སྦྱོལ་ལོ།
གཞོན་སེམས་སྒོ་བའི་སེམས་ཉིད་དང།
སེར་སྒྲ་དང་ནི་ཕྱག་དོག་ཉིད།
དེང་ནས་བཟུང་སྟེ་བྱང་ཆུབ་དང།
ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་མི་བྱའོ།
ཚངས་པར་སྦྱོད་པ་སྦྱད་བྱ་ཞིང།
སྟོན་དང་འདོད་པ་སྤང་བར་བྱ།
ཚུལ་ཁྲིམས་སྟོམ་པ་ལ་དགའ་བས།
སངས་རྒྱས་རྗེས་སུ་བསྐྱབ་པར་བྱ།
བདག་ཉིད་ཐུར་བའི་ཚུལ་གྱིས་ནི།
བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་མི་སྟོ་ཞིང།
སེམས་ཅན་གཅིག་གི་རྒྱ་ཡིས་ནི།

སྤྱི་མཐི་མུ་མཐར་གནས་པར་བསྒྱེ།
ཆད་མེད་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་པའི།
ཞིང་དག་རྣམ་པར་སྦྱང་བར་བྱ།
མིང་ནས་བཟུང་བ་བྱས་པ་དང།
སྤྱོད་ས་བཅུ་དག་ཏུ་རྣམ་པར་གནས།
བདག་གི་ལྷས་དང་དག་གི་ལས།
ཐམས་ཅད་དུ་ནི་དག་པར་བྱ།
ཡིད་ཀྱི་ལས་ཀྱང་དག་བྱ་སྟེ།
མི་དགའི་ལས་རྣམས་མི་བྱའོ།

ཞེས་སོ། །དཀོན་མཆོག་ལ་ཡན་ལག་བདུན་པ་བྱས་ཏེ། འཇམ་དཔལ་
རྒྱལ་པོ་ནམ་མཁར་གྱུར་པས་སེམས་བསྐྱེད་པའི་ཆོག་ས་བཅད་འདི་དག་
གིས་སྒྲིམ་པ་བཟུང་བར་བྱ་སྟེ། བསྐྱབ་བརྟམ་ལས། དག་བའི་བཤེས་གཉེན་
ལ་གསོལ་བ་བཏབ་སྟེ། དེའི་ཆོག་གི་རྗེས་སུ་བརྗོད་པའམ་ཡང་ན་བདག་ཉིད་
ཀྱིས་བརྗོད་པས། སྒོ་བ་དཔོན་དགོངས་སུ་གསོལ། བདག་མིང་འདི་ཞེས་
བསྒྱེ་བ་ཞེས་སྒྲོས་ལ། རི་ལྟར་འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་གྱི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་
ཞིང་གི་ཡོན་ཏན་བཀོད་པའི་མདོ་ལས། བཅོམ་ལྡན་འདས་འཕགས་པ་འཇམ་

དཔལ་གྱི་སྒྲོན་གྱི་ཆེད་རྟོགས་པ་བརྗོད་པ་ལས་སྦྱོར་པ་དང་ལྡན་པས་བྱང་
 ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པར་བྱའོ་ཞེས་གསུངས་
 ིོ། །བསྐྱུས་པ་ལ་དགའ་ན་འདི་ཉིད་ལན་གསུམ་བརྗོད་དེ་བྱང་སྒྲོམ་སྒྲང་
 བར་བྱ་ཞིང་། འདིའི་རྗེས་སུ། མགོན་པོ་རྣམས་གྱི་སྦྱོན་སྦྲ་རུ། །ཞེས་པ་ནས།
 མི་དགའི་ལས་རྣམས་མི་བྱའོ། །ཞེས་པའི་བར་བཏགས་ཏེ་ལན་གསུམ་
 བརྗོད་པས། ཆོ་ག་རྒྱས་པའི་ལག་ལེན་ལུགས་སོ། །བསྐྱུས་བཏུས་སུ་སྒྲ་མ་
 ཡོད་མེད་གཉིས་ཀ་ལ་སྦྱར་ཡང་། འདིར་སྒྲ་མ་མེད་པའི་ལུགས་ལ་བརྟེན་
 བར་མཛད་དོ། །དེ་ཡང་སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་། སྒྲོམ་པ་ཡང་དག་པར་སྒྲང་བ་
 གཉིས་ལས། སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི། མགོན་པོ་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་རྣམས་
 གྱི་སྦྱོན་སྦྲ་རུ། སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྗོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་
 བསྐྱེད་དོ། །ཆེད་དུ་བྱ་བ་གང་གི་དོན་དུ་ན། རྣམ་མཁའི་མཐས་གཏུགས་པའི་
 འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་མགོན་དུ་གཉེར་བ་སྟེ་དེའི་དོན་དུའོ། །དངོས་པོ་ཅི་འདྲ་
 ཞིག་ལ་མགོན་དུ་གཉེར་ན། འགྲོ་བ་དེ་དག་འཁོར་བ་ལས་མ་རྒྱལ་བ་སྦྱོལ་བ་
 དང་། མ་གྲོལ་བ་དགྲོལ་བ་དང་། དབྱུགས་མ་སྦྱིན་པ་དབྱུགས་དབྱུང་བ་དང་།
 ཡོངས་སུ་སྦྱ་རན་ལས་མ་འདས་པ། ཡོངས་སུ་སྦྱ་རན་ལས་འདས་པ་ལ་
 འགོད་ཅིང་། མགོན་དུ་གཉེར་བའོ། །

འདིས་འཇུག་པའི་སྦྱོར་བ་དང་། སྒྲོན་པའི་དངོས་གཞི་བསྟན་ཞེས་ཤོ་

ར་བ་བཞེད་དོ། །བྱང་སྒྲོམ་སྤང་བའམ། འབྲུག་པའི་དམ་བཅའ་བ་ལ་གསུམ་
ལས། དང་པོ་སྒྲོམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཁས་ལེན་པ་ནི། གུན་ནས་མནར་སེམས་
པའི་རྒྱ་དགུ་གང་རུང་ལ་བཏེན་ནས། ཞེ་སྤང་གིས་གསོད་འདོད་ལ་སོགས་
པའི་གཞོད་སེམས་དང་། གཞན་ལ་འབྲུལ་དུ་སེམས་འབྲུག་པའི་ཁྱོ་བའི་
སེམས་ཉིད་དང་ཡོ་བྱད་གཞན་གཏང་མི་རུས་པའི་སེར་སྒྲ་དང་། གཞན་གྱི་
ཕུན་ཆོགས་ལ་མི་བཟོད་པའི་སྤྲུག་དོག་ཉིད་དེ་བཞི་པོ་དེ་དག་སྒྲོམ་པ་སྤངས་
པའི་ཉིན་དང་ནས་བཟུང་སྟེ་སྤྲུལ་མེད་བྱང་ཚུབ་མ་ཐོབ་པ་དེ་སྤྲིད་གྱི་བར་དུ་མི་
བྱའོ། །འདིས་དུས་ཀྱི་བྱད་པར་ཡང་བསྟན་ཏོ། །དབང་པོ་གཉིས་སྦྱོར་གྱི་
འཁྲིག་པ་སྤངས་ཏེ། ཆངས་པར་སྦྱོད་པ་སྦྱད་པར་བྱ་ཞིང་། སྤྲིག་པའི་ལས་
དང་དེའི་རྒྱ་འདོད་པའི་ཡུལ་ལ་ཆགས་པ་རྣམས་སྤང་བར་བྱའོ། །དེ་དག་
སྤངས་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་ལ་དགའ་བས་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་
སྦྱོད་པ་དམ་པ་ལ་ལེགས་པར་རྗེས་སུ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །

༥ གཉིས་པ་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཁས་ལེན་པ་ནི་
བདག་ཉིད་ལྟར་ཞིང་རིངས་པའི་ཚུལ་ལམ་སེམས་ཀྱིས་ནི་བྱང་ཚུབ་ཐོབ་
པར་མི་སྦྱོ་བར། སེམས་ཅན་གཅིག་གི་དོན་བྱ་བའི་རྒྱ་ཡིས་ནི། ཕྱི་མའི་ལུ་
མཐའ་ནི་མཐའ་མེད་པ་ཉིད་དེ། འཁོར་བ་ཇི་སྤྲིད་བར་གནས་པར་བྱའོ། །

༥ གསུམ་པ་དགེ་བ་ཆོས་སྦྱད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཁས་ལེན་པ་ནི། དེ་

ལྟར་གནས་ནས་ཅི་བྱེད་སྒྲུལ་ན། གངས་ཚད་མེད་ཅིང་ཡོན་ཏན་བསམ་གྱིས་
མི་བྲབ་པ་དང་ལྡན་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་དག་གི་ངམ་གྲོག་དང་ཆེར་མ་
སོགས་སྒྲོན་རྣམས་རྣམ་པར་སྤྱང་བར་བྱ་ཞིང་། འགྲོ་བ་རྣམས་ཀྱིས་བདག་
གི་མིང་ཐོས་ཏེ། བཟུང་བ་དང་། མཐོང་ཐོས་བྱས་རེག་གིས་ཀྱང་སེམས་ཅན་
རྣམས་ལ་ཕན་གདགས་པར་འདོད་པས་སྤྱོད་པ་བཅུ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཞིང་དག་
ཏུ་བདག་གི་མིང་གྲགས་ཤིང་རྣམ་པར་འཛིན་པར་གནས་པར་བྱེད་པས་
སེམས་ཅན་གྱི་འཇིག་རྟེན་ཡང་སྤྱང་བར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ན་སྤྲུལ་སྒྲོད་དང་།
སྤྱི་མ་བཅུད་སྤྱང་བའོ། །ལས་དང་པོ་པས་ཉེས་སྒྲོད་སྒྲོམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་
ཉིད་ལ་གཅེས་སྤྲས་སུ་བྱེད་དགོས་པའི་སྤྱིར། སྤྲར་ཡང་བསྒྲོས་ཏེ་སྒྲོན་པ་ནི།
བདག་གི་ལུས་དང་ངག་གི་ལས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་སྤྱང་བས་དག་པར་བྱ་
ཞིང་ཡིད་ཀྱི་ལས་ཀྱང་སྤྱང་བས་དག་པར་བྱ་སྟེ། མདོར་ན་སྒྲོ་གསུམ་གྱི་མི་
དགེ་བའི་ལས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་བར་དུ་ནམ་ཡང་མི་བྱའོ། །ཁ་
ཅིག་འདི་སྤྲུལ་མའི་དོན་བསྐྱར་འཆད་དོ། །

སྒྲོམ་པ་བྱེད་ས་ནས་བསྐྱབ་བྱ་ལ་སྒྲོབ་པར་བསྐྱན་པ་ལ་གསུམ།

༩ གསུམ་པ་སྒྲོམ་པ་བྱེད་ས་ནས་བསྐྱབ་བྱ་ལ་སྒྲོབ་པར་བསྐྱན་པ་ལ་
གསུམ། ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ལ་སྒྲོབ་ཚུལ། སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ལ་སྒྲོབ་
ཚུལ། ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ལ་སྒྲོབ་ཚུལ་ལོ། །

ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ལ་སྒྲིབ་ཚུལ།

དང་པོ་ལ་གཉིས། དངོས་དང་། དེའི་ཆེ་བའོ། །

དང་པོ་ནི། གོང་དུ་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་དག་དགོས་པར་བསྟན་པ་
ལ། འོ་ན་དག་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་གང་ཞེ་ན། དེའི་ལན་བསྟན་པའི་ཕྱིར།

རང་གི་ལུས་ངག་སེམས་ནི་རྣམ་དག་རྒྱ། །

འཇུག་སེམས་བདག་ཉིད་སྒྲོམ་པ་ལ་གནས་པས། །

ཚུལ་བྲིམས་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་ལེགས་བསྐྱབས་ན། །

ཚུལ་བྲིམས་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་གྲས་ཆེར་འགྱུར། །

ཞེས་གསུངས་སོ། །འདིས་ཚུལ་བྲིམས་ལ་བསྐྱབས་པས། དེ་ཉིད་ལ་
གྲས་པ་འཕེལ་ཏེ་ཚུལ་བྲིམས་རྒྱས་འགྱུར་དུ་བསྟན། གཞུང་སྤྱི་མས་ཚུལ་
བྲིམས་རྒྱས་ན་རྫོགས་བྱང་གི་རྒྱ་ཆོགས་སྤྱར་དུ་རྫོགས་པར་བསྟན་གསུང་
ངོ། །དེ་ཡང་བསྐྱབ་ཅེས་པ་བཤད་པའི་གཞིའོ། །

གང་ལ་ན། ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་པོ་ལ་འོ། །གང་གིས་ནི།
འཇུག་པའི་སེམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་ལ་གནས་པའི་བྱང་སེམས་
དེས་སོ། །དགོས་པ་ཅིའི་ཕྱིར་སྒྲོབ་ན། བྱང་སེམས་རང་གི་ལུས་ངག་སེམས་
གསུམ་ནི་ལྟར་བས་རྣམ་པར་དག་ཅིང་སེམས་ཅན་ལ་མཆོག་ཏུ་པན་པའི་
རྒྱར་སྒྲོབ་པོ། །རི་ལྟར་སྒྲོབ་ན། ལེགས་པར་ཏེ་ཚུལ་དང་མཐུན་པར་སྒྲོབ་

གོ། །

དེ་ལྟར་བསྐྱབས་པས་ཅིར་འགྱུར་ཞེ་ན། དེ་གསུམ་ལ་འབད་པས་
ལེགས་པར་བསྐྱབས་ན། གོམས་སྟོབས་ཀྱིས་ཕྱིས་ནས་སྤར་བཤད་པའི་
ཚུལ་བྱིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་གཅེས་སྤྱོད་སྤྱོད་པའི་གྲུས་པ་རྗེ་
ཆེར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལ་ལེགས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲོན་ཀྱི། དག་པ་དང་། ཕྱིར་མི་
སྟོག་པ་དང་། ཡོངས་སྤྱོད་གསུམ་ལ་འབྱུག་པས། སྟོམ་པའི་ཚུལ་
བྱིམས་ལ་བསྐྱབས་པས་སྤྱོད་བྱ་བྱུགས་ལེགས་པ་བཞེན་དུ་དག་པར་
འགྱུར། སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་བྱིམས་ལ་བསྐྱབས་པས་ནི། རྟོགས་
བྱང་ལས་ཕྱིར་མི་སྟོག་ཅིང་མི་ཉམས་པས་རིམས་ནད་ཡོངས་སྤྱོད་བྱང་བ་
བཞེན་དུ་འགྱུར། དགོ་བ་ཆོས་སྤྱད་ཀྱི་ཚུལ་བྱིམས་ལ་བསྐྱབས་པས་ནི།
བུམ་པ་ལེགས་པར་གང་བ་བཞེན་དུ་འགྱུར་རོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་
སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་ཞེས་པའི་སྒྲོན་དོན་ཡང་གསུམ་པོ་དེ་ལས་འགྱུར་བ་
ཡིན་ཏེ། སྟོམ་པའི་ཚུལ་བྱིམས་ཀྱིས་སྒྲོན་ཐམས་ཅད་བྱང་། དགོ་བ་ཆོས་
སྤྱད་ཀྱིས་ཡོན་ཏན་མཐའ་དག་ཆུབ། སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱིས་སེམས་
དཔའ་ཆེན་པོར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུང་རོ། །

༥ གཉིས་པ་ཆེ་བ་ནི།

དེ་བས་རྣམ་དག་རྟོགས་བྱང་ཆུབ། །

སེམས་པའི་སྒྲོམ་པའི་སྒྲོམ་དག་ནི།

འབད་པར་བྱས་པས་རྫོགས་བྱང་ཆུབ།

ཆོགས་ནི་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འགྱུར།

ཞེས་གསུངས། ཚུལ་ཁྲིམས་གསུམ་ལ་བསྐྱབས་པས་ལུས་ངག་ཡིད་
གསུམ་དག་པར་འགྱུར་བ་དེ་བས་ན། སྤང་བྱ་རྣམ་པར་དག་ཅིང་གཉིན་པོའི་
ཕྱོགས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ནི་འབྲས་བུ་བྱང་ཆུབ་ཡིན་ལ། དེ་ཉིད་གཞན་
དོན་དུ་ཐོབ་བྱུང་དམིགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲོམ་པའི་
ཚུལ་ཁྲིམས་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་གསུམ་གྱི་སྒྲོམ་པ་རྣམ་པར་
དག་ཅིང་བསྐྱང་བ་ལ་ནི། དེ་ལ་དང་ཤེས་བཞིན་དང་གྲུས་པ་ཆེན་པོས་ནན་
ཏན་གྱིས་འབད་པར་བྱས་པས་སྒྲོམ་པའི་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱ་
བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་གཉིས་ནི་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་
འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ།

སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ལ་སྒྲོབ་ཚུལ།

༥ གཉིས་པ་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ལ་སྒྲོབ་ཚུལ་ལ་གཉིས། མདོན་ཤེས་
འབྱུང་བའི་རྒྱའི་ཕྱིར་ཞི་གནས་ལ་བསྐྱབ་པ་དང་། ཞི་གནས་ལ་ཇི་ལྟར་
བསྐྱབ་པའི་ཚུལ་དངོས་སོ།

མངོན་ཤེས་འབྱུང་བའི་རྒྱུ་ལྷན་གྱི་གནས་ལ་བསྐྱབ་བ།

དང་པོ་ནི།

བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་རང་བཞིན་གྱི།

ཚྲགས་ནི་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ཡི།

རྒྱ་ནི་སངས་རྒྱས་བཅས་ཅད་དག།

མངོན་ཤེས་བསྐྱེད་པ་ཉིད་དུ་བཞིད།

རི་ལྟར་འདབ་གཤོག་མ་རྫོགས་པའི།

བྱ་ནི་མཁའ་ལ་འཕུར་མི་རུས།

དེ་བཞིན་མངོན་ཤེས་སྟོབས་བྲལ་བས།

སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་རུས་མ་ཡིན།

མངོན་ཤེས་ལྡན་པའི་ཉིན་མཚན་གྱི།

བསོད་ནམས་དག་ནི་གང་ཡིན་དེ།

མངོན་ཤེས་དག་དང་བྲལ་གྱུར་ལ།

སྐྱེ་བ་བརྒྱར་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན།

ལྟར་དུ་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཚྲགས།

ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འདོད་གྱུར་པ།

དེས་ནི་འབད་པས་མངོན་ཤེས་དག།

འགྲུབ་པར་འགྱུར་གྱིས་ལེ་ལོས་མིན། །

ཞེས་གསུངས། ཆོགས་བཅད་དང་པོས། རང་དོན་དུ་ཆོགས་གཉིས་
རྫོགས་པ་མངོན་ཤེས་ལ་རག་ལས་པ་དང་། ཆོགས་བཅད་གཉིས་པས་
གཞན་དོན་རྣམ་དག་བསྐྱབ་པ་མངོན་ཤེས་ལ་རག་ལས་པ་དང་། ཆོགས་
བཅད་གསུམ་པས་བསོད་ནམས་རྒྱ་ཆེན་པོ་སྤྱད་པ་མངོན་ཤེས་ལ་རག་
ལས་པ་དང་། ཆོགས་བཅད་བཞི་པས་སྤྱར་དུ་འཛང་རྒྱ་བའང་། མངོན་ཤེས་
ལ་རག་ལས་པས་མངོན་ཤེས་བསྐྱེད་དགོས་པར་བསྟན་ཞེས་ཤིང་བ་
གསུང་། འོན་ཀྱང་ ཆོགས་ནི་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འགྱུར། ཞེས་བཤད་ན།
ཆོགས་གཉིས་གསོག་པའི་ཐབས་བཟང་པོ་གང་ཞེ་ན། བསོད་ནམས་དང་ཡེ་
ཤེས་ཀྱི་རང་བཞིན་གྱི་ཆོགས་གཉིས་པོ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་རྒྱ་བྱད་པར་
ཅན་ནི། དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། མངོན་པར་ཤེས་པ་
དུག་བསྐྱེད་པ་ཉིད་དུ་བཞེད་དེ། རྒྱན་དུ་མངོན་ཤེས་དུག་ལ་གདམས་པའི་
དགོས་པ་གྲུབ་ཅིང་། དེ་ཉིད་མན་ངག་ཏུ་མཛད་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཏེ། དུམ་
ལས། རབ་འབྱོར་དཔེར་ན་བྱ་འདབ་མ་མེད་པས་ནི་ནམ་མཁའ་ལ་འཕྱར་མི་
རུས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་ཀྱང་མངོན་པར་ཤེས་པ་ལ་
མ་བརྟེན་པར་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཆོས་བསྟན་པར་མི་རུས་ཏེ། ལམ་གོ་ལ་

པར་ཞུགས་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལམ་དུ་གཟུང་བར་མི་རུས་སོ། །ཞེས་
 པའི་དོན་ཉི་ལྔ་བར་བཟུང་ནས། དཔེ་རི་ལྟར་འདབ་གཤོག་མ་སྐྱེས་པའི་བྱ་ནི་
 རྣམ་མཁའ་ལ་འཕྱར་བར་མི་རུས་པ་དེ་བཞིན་དུ་མངོན་པར་ཤེས་པའི་
 སྟོབས་དང་བྲལ་བས་སྐལ་པ་དང་འཆ་མས་པར་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་རྒྱ་ཆེན་
 ལོ་བྱེད་པར་རུས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་རྩ་འཕྱུལ་གྱི་མངོན་ཤེས་ཀྱིས།
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་དང་། གདུལ་བྱ་གང་ན་ཡོད་པའི་ཞིང་དུ་འགྲོ། གཞན་
 སེམས་ཤེས་པས་ཁམས་དང་བསམ་པ་རི་བཞིན་དུ་རྟོགས། ལྷའི་རྣ་བས་དེ་
 དག་གི་སྐད་རིག །སྟོན་གནས་ཤེས་པས་སྟོན་གྱི་རྒྱ་རྟོགས། ལྷའི་མིག་གིས་
 མ་འོངས་པར་ཅིར་འགྱུར་རིག །ཟག་ཟད་ཀྱིས་བྱང་གོལ་གྱི་ལམ་སྟོན་པས་
 ཐེག་པ་གསུམ་ལ་འདུན་པ་དང་། སྟོན་པ་དང་གོལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །
 མངོན་ཤེས་མེད་རིང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་གཞན་དངོས་སུ་བྱ་དགའ་བས།
 སེམས་ཅན་གྱི་ཕན་བདེ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ། དག་འདུན་གྱི་སྡེ། དེ་
 འདུལ་བ་འཛིན་པ་ལ་རག་ལས་པས། འདུལ་བ་འཛིན་པ་ཅི་ཡོད་བྱ་གསུང་།
 རོ་བོས། སྟོན་པ་ལ་ཁྱོད་ཀྱིས་དག་འདུན་གྱི་སྡེ་ཞིག་ཀྱིས་ཞེས་ནན་ཆེན་
 མཛད་པ་ཐུགས་ལ་བཞག་ནས་ར་སྦྱང་བཏབ་གསུང་སྟེ། བེའུ་བུམ་སྟོན་པོ་
 ལས། ལྷ་ཅིག་དེ་གསུང་ད་ལྟར་འགྲོ་དོན། །དངོས་སུ་མི་རུས་གོང་གི་དཔེ་
 བཞིན། །ཅི་ནས་བྱེད་འདོད་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ། །འཛིག་རྟོན་ཡུན་རིངས་

ཅི་གནས་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་དག་འདུན་སྡེ་ལ་རག་ལས། ཁུས་པ་ཡོད་ན་དེ་
ནས་ཐབས་བྱ། ཁུས་མེད་རབ་རྒྱུད་རི་ལྟར་ཁས་སྦྱངས། སེམས་ཅན་དོན་
དུ་མི་ཉམས་བསྐྱང་ཞིང་། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། ཆོགས་སྦྱར་དུ་རྫོགས་
པ་ཡང་མངོན་ཤེས་ལ་རག་ལས་ཏེ། རྟེན་བྱང་སེམས་མཉམ་པོ་ལའང་མངོན་
པར་ཤེས་པ་དང་ལྡན་པ་ཡིས། ཉིན་མཆོན་སྤྲུགས་གཅིག་ལ་སྦྱད་པའི་བསོད་
ནམས་ཀྱི་ཆོགས་དག་བསགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི། མངོན་པར་ཤེས་པ་
དག་དང་བྲལ་བར་གྱུར་པ་ལ་སྦྱེ་བ་བརྒྱར་ཡང་ཡོད་པ་མིན་པའི་བྱིར།
འདིས་ནི། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་ཀྱང་མཆོན་ནོ། རྒྱ་དེས་ན་སྦྱར་དུ་སངས་
རྒྱས་པའི་རྒྱར་མངོན་ཤེས་འགྲུབ་བྱིར་བཙུན་འགྲུས་བཙུམ་དགོས་ཏེ། དུས་
སྦྱར་དུ་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱ་ཆོགས་གཉིས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་
འདོད་པར་གྱུར་པ་དེས་ནི་དེའི་ཐབས་མངོན་ཤེས་བསྐྱེད་དགོས་ལ། དེ་ཡང་
བཙུན་འགྲུས་ཤུགས་དྲག་གིས། དེའི་རྒྱ་ལ་འབད་པ་ཆེར་བྱས་པས་མངོན་
ཤེས་དྲག་པོ་དག་འགྲུབ་པར་འགྱུར་གྱིས། ལེ་ལོ་ཅན་གྱིས་མིན་པས་བཙུན་
འགྲུས་རྩམ་དགོས་པའི་བྱིར་རོ། འོ་ན། དེས་ནི་འབད་པས་མངོན་ཤེས་དག་
ཁྱེས་བཞུད་ན། གང་ལ་འབད་པས་མངོན་ཤེས་འགྲུབ་ཅེ་ན།

ཞི་གནས་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་པས། །

མངོན་ཤེས་འགྲུང་བར་མི་འགྱུར་ལ། །

དེ་ཕྱིར་ཞི་གནས་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར།

ཡང་དང་ཡང་དུ་འབད་པར་བྱ།

ཞེས་གསུངས། སྐྱེས་སྟོབས་དང་། རྗེས་སྤྲུགས་ལ་བརྟེན་པའི་མངོན་
ཤེས་སྤྱོད་དང་། སྐྱེ་བ་དྲན་པ་ཙམ་ལ་ངེས་པ་མེད་ཀྱང་། བསྐྱོམས་སྟོབས་
ལས་བྱང་བའི་མངོན་ཤེས་ཁྱད་པར་ཅན་ནི། ཤེན་སྦྱངས་རྣམ་དག་གིས་བྱིན་
པའི་ཞི་གནས་བྱུབ་པ་མ་ཡིན་པས། མངོན་པར་ཤེས་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་འབྱུང་
བར་མི་འགྱུར་ལ་སྟེ་མ་ཡིན་ཏེ། དངོས་མ་ཐོབ་པར་མངོན་ཤེས་མིན། ཞེས་
དང་། བསམ་གཏན་བཞི་པ་ཤེན་ཏུ་དག་ཐོབ་ནས། །མི་རྟོག་ཡེ་ཤེས་ཡོངས་
སྤྱོད་བཟུང་བ་དང་། །རི་ལྟར་རྣམ་གནས་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལས། །མ་སྤྱོད་བྱུབ་པ་
ཡི་དམ་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། རྒྱ་མཚན་དེའི་ཕྱིར།
ཞི་གནས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ། སེམས་གནས་པའི་ཐབས་དགུ་ལ་
ཡང་དང་ཡང་དུ་འབད་པར་བྱེད་དགོས་ཏེ། དཔལ་ལྷན་དཔལ་བོས། རྒྱན་མི་
འཆད་པའི་རྣལ་འབྱོར་གྱིས། །བསམ་གཏན་སྐྱབ་ལ་བརྩོན་པར་བྱ། །ཡང་
དང་ཡང་ཞིང་ངལ་བསོ་བ། །གཙུབས་པས་མེ་ཕྱིན་མི་འགྱུར་ཏེ། །རྣལ་འབྱོར་
ཚུལ་ལའང་དེ་བཞིན་དུ། །ཁྱད་པར་མ་ཐོབ་བཏང་མི་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པའི་
ཕྱིར།

ཞི་གནས་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ་དངོས་ལ་གསུམ།

༥ གཉིས་པ་ཞི་གནས་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ་དངོས་ལ་གསུམ། ཞི་གནས་ཀྱི་
ཆོགས་བསྟེན་པ། ཞི་གནས་རི་ལྟར་སྒོམ་པའི་ཚུལ། བསྒོམས་པའི་པན་ཡོན་
ནོ། །

ཞི་གནས་ཀྱི་ཆོགས་བསྟེན་པ།

དང་པོ་ནི། ཡང་དང་ཡང་དུ་འབད་པར་བྱ། །ཞེས་བཤད་ན་བཙོན་
འགྲུས་གཅིག་ལུས་ཞི་གནས་འགྲུབ་པ་མ་ཞེན། ཞི་གནས་ཀྱི་ཆོགས་བསྟེན་
པ་གལ་ཆེ་བར་བསྟན་པའི་བྱིར།

ཞི་གནས་ཡན་ལག་རྩམས་ཉམས་པས། །

རབ་རྒྱུ་འབད་དེ་བསྒོམས་བྱས་ཀྱང། །

མ་ནི་སྟོང་ཕྱག་དག་གིས་ཀྱང། །

ཏིང་འཛིན་འགྲུབ་པར་མི་འགྱུར་རོ། །

དེ་ཕྱིར་ཏིང་འཛིན་ཆོགས་ལེན་ལས། །

གསུངས་པའི་ཡན་ལག་ལ་ལེགས་གནས། །

ཞེས་སོ། །སྟོན་པའི་ཞལ་ནས་རང་ཅག་མན་ངག་ཁོ་ནས་ལན་བར་མ་
འདོད་པ། ཆོགས་ལ་གནས་པ་མེད་པས་ལན་པ་ཡིན་གསུང་། ལུ་བར་མ་
འདོད་པ། ཆོགས་ལ་གནས་པ་མེད་པས་ལན་པ་ཡིན་གསུང་། ལུ་ཏོ་བའི་

ཞལ་ནས་ཀྱང་། རང་ཅག་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་ཚོགས་ལ་ནན་ཏན་མ་བྱས་པས་
 ཉིང་དེ་འཛིན་སྐྱེར་མ་བརྟལ་པ་ལ། མན་ངག་གིས་ལན་སྟམ་ཞིང་མན་ངག་ཁོ་
 ན་བཅུ་ལ་བས་ཆངས་པར་སྒྲོད་པ་ཕྱག་རྒྱ་མ་བསྟེན་པའི་མན་ངག་དང་
 འཕྲད་ཅིང་འོང་བ་ཡིན་གསུང་། དེས་ན་ཞི་གནས་གྱི་ཡན་ལག་རྒྱ་ཚོགས་
 རྣམ་པར་ཉམས་པས་ནི་བཙོན་འགྲུས་དྲག་པོས་རབ་ཏུ་འབད་དེ་ལོ་ནི་སྟོང་
 ཕྲག་དྲག་གི་བར་དུ་བསྒྲོམས་པར་བྱས་ཀྱང་། ཞི་གནས་གྱི་ཉིང་དེ་འཛིན་
 འགྲུབ་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་ཡན་ལག་ཉམས་ན་ཞི་གནས་མི་འགྲུབ་པ་
 དེའི་ཕྱིར། ཡན་ལག་རྣམས་ལ་ལེགས་པར་གནས་ཤིང་བསྐྱབས་ནས་ཉིང་དེ་
 འཛིན་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །

འོ་ན་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་ཚོགས་གྱི་ལེ་ཏུ་ལས་གསུངས་པའི་ཡན་ལག་
 གང་ཞེ་ན། འགྲེལ་པར་སློབ་དཔོན་བྱང་ཆུབ་བཟང་པོའི་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་
 ཚོགས་གྱི་ལེ་ཏུ་ལས་གསུངས་པའི། སྤང་བར་བྱ་བ་དང་། སྒྲིན་དུ་འགྲོ་བ་
 དང་། སྒྲོག་པར་བྱ་བ་དང་། གདུང་བ་བཅད་པ་དང་། ཡིད་འབྱུང་བར་བྱ་བ་
 དང་། ཡོན་ཏན་རྗེས་སུ་བྲན་པ་དང་། བཙོན་པར་བྱ་བ་དང་། ཟུང་དུ་འབྲེལ་
 བར་བྱ་བ་དང་། གནས་པའི་ཐབས་གྱི་ཡན་ལག་ཅེས་བྱ་བ་རྣམས་ལ་བཞེད་
 དེ། ལོ་རྒྱུ་བ་དགེ་བའི་སློ་གྲོས་ཚོས་འདི་སྐྱུར་མཁན་དང་། རོ་བོ་རང་ལས་
 དངོས་སུ་གསན་པ་ཡིན་པས། ཉན་སའི་དེ་དང་། འཛིག་རྟེན་དབང་ཕྱག་གི་

སྐྱབ་ཐབས་ཀྱི་མགོ་འདྲེ་དང་། བྱང་ཚུབ་བཟང་པོ་འདྲེ་དང་། མདོ་སྡེ་ཉིང་དེ་
འཛིན་གྱི་ཆོག་ས་ཀྱི་ལེ་ཏུ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཡིན་པར་བྱས་འདུག་
ཅེས་ཤིང་བ་གསུང་། བདག་གི་རྗེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ནི་ཞི་ལྷག་གི་ཉིང་དེ་
འཛིན་སྟངས་ཐག་པ་ནས་བསྐྱབ་པར་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས། ཞི་གནས་ཀྱི་ཡན་
ལག་གི་ཆོག་ས་ཉན་ས་ནས་གསུངས་པའི་བཙུ་གསུམ་ལ་སོགས་པ་ལ་
འབད་པ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེད། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། དེ་དང་མཐུན་པར་ཞང་
རོམ་གྱི་ཞལ་ནས་ཀྱང་། བཙུ་གསུམ་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་དགོས་མེད་ཀྱི་
གཙོ་བོའི་ཡན་ལག་ནི་ཚུ་ལ་བྲིམས་རྣམ་པར་དག་པ་དང་། འདོད་པ་རྒྱུ་བ་
དང་། ཆོག་ཤེས་པ་དང་། དབེན་པར་གནས་པ་བཞི་ཅེས་ཀྱང་དགོས་ཞེས་
གསུང་དོ། །

ཞི་གནས་ནི་ལྷ་སྒོམ་པའི་རྒྱལ།

༥ གཉིས་པ་ཞི་གནས་ཇི་ལྷ་སྒོམ་པའི་ཚུ་ལ་ནི།

དམིགས་པ་གང་རུང་གཅིག་དག་ལ། །

ཡིད་ནི་དགེ་ལ་གཞག་པར་བྱ། །

ཞེས་གསུངས། སྤར་བ་ཤད་པ་ལྷ་སྒོམ་ཞི་གནས་ཀྱི་ཆོག་ས་ལ་གནས་པ་
དེས། དམིགས་པ་གང་ཡང་རུང་བ་ནི། དེ་ཏུ་ཤིང་བུ་ལྷ་བུ་མ་ཡིན་གྱི། རྒྱལ་
བས་གསུངས་པའི་བྱུང་བའི་དམིགས་པ་དང་། དབྱེད་པ་རྣམ་སྟོང་གི་དང་།

མཁས་པའི་དང་། ཉོན་མོངས་རྣམ་སྦྱོང་གི་དམིགས་པ་བཞི་པོ་ལས་གང་
ཡང་རུང་བའོ། །གཅིག་དག་ལ་ཞེས་པ་ནི། དེ་དག་ལས་དང་པོར་དམིགས་
པ་གཅིག་ཁོ་ན་བཟུང་བའི་དབང་དུ་བྱས་པ་སྟེ། དཔའ་བོས། དམིགས་པ་
གཅིག་ལ་བརྟན་ཚུལ་དུ། །ཡིད་ཀྱི་བསམ་པ་བརྟན་པར་བྱ། །དམིགས་པ་མང་
པོ་བརྒྱད་པ་ལས། །ཡིད་ནི་ཉོན་མོངས་འབྲུག་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་
པའི་བྱིར། དེ་ལ་སེམས་འཇིག་ཚུལ་ཡང་ཡོད་དེ། བསྐྱེད་བྱའི་དམིགས་པ་
གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་སྒྲོམ་བྱེད་ཀྱི་ཡིད་ནི་དག་བ་སྟེ། གཞན་དུ་མི་གཡང་བར་
ཅེ་གཅིག་ཏུ་གཞག་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར། །

བསྐྱེད་པའི་བན་ཡོན།

༥ གསུམ་པ་བསྐྱེད་པའི་པན་ཡོན་ནི།

རྣལ་འབྱོར་ཞི་གནས་གྲུབ་གྱུར་ན། །

མངོན་ཤེས་དག་ཀྱང་འགྲུབ་པར་འགྱུར། །

ཞེས་གསུངས། སྒར་བཤད་པ་ལྟར་ཉིང་དེ་འཇིག་ལ་ཆུ་བོའི་རྒྱན་
བཞིན་བཅོན་པའི་རྣལ་འབྱོར་པས་ཞི་གནས་གྲུབ་པར་གྱུར་པ་ན། དེ་སྤངས་
པ་ལས་མངོན་པར་ཤེས་པ་རྣམས་འགྲུབ་པར་འགྱུར་ཏེ། རོན་གཉིས་ལ་
བཅོན་པར་བྱེད་དོ། །འཁར་བའི་གསུང་བགྲོས་ལས། མངོན་ཤེས་སུ་མ་བྱེད་
མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱང་སྦྱེ་བས་དག་ཀྱང་ཞེས་གསུངས་སོ། །ཞེས་འབྲུང་

བ་ནི་ཤིན་ཏུ་ལེགས་ཏེ། རྫོ་བོས། མངོན་ཤེས་མཐུ་དང་ལྡན་བྱ་དང་། །ཟག་
མེད་ལམ་ནི་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར། །དང་པོར་ནི་གནས་བསྐྱེད་པར་བྱ། ཞེས་
གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཞེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ལ་སྒོ་བ་པའི་ཚུལ་ལ་གཉིས།

༥ གསུམ་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ལ་སྒོ་བ་པའི་ཚུལ་ལ་གཉིས། ཐབས་
ཤེས་བྱང་འབྲེལ་གྱི་འཐད་པ་བསྟན་པའི་སྒོ་ནས་ལྷག་མཐོང་ལ་བསྐྱབ་པར་
བསྟན་པ། ལྷག་མཐོང་ལ་ངེ་ལྟར་བསྐྱབ་པའི་ཚུལ་ལོ། །

ཐབས་ཤེས་བྱང་འབྲེལ་གྱི་འཐད་པ་བསྟན་པའི་སྒོ་ནས་ལྷག་མཐོང་ལ་བསྐྱབ་པར་བསྟན་པ།

དང་པོ་ལ་གསུམ། ལྷག་མཐོང་ཤེས་རབ་ལ་སྒོ་བ་དགོས་པའི་རྒྱ་
མཆོན། ཐབས་ཤེས་བྱང་འབྲེལ་ལ་སྒོ་བ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆོན། བྱང་དུ་
འབྲེལ་བའི་ལམ་དངོས་བཤུད་པའོ། །

ལྷག་མཐོང་ཤེས་རབ་ལ་སྒོ་བ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆོན།

དང་པོ་ནི།

ཤེས་རབ་པ་རོལ་ཕྱིན་སྦྱར་དང་། །

བལ་བས་སྒྲིབ་པ་བད་མི་འགྱུར། །

དེ་ཕྱིར་ཉོན་མངས་ཤེས་བྱ་ཡི། །

སྒྲིབ་པ་མ་ལུས་སྤང་བའི་བྱིར།

ཤེས་རབ་པ་རོལ་བྱིན་རྣལ་འབྱོར།

རྟག་ཏུ་ཐབས་བཅས་བསྐྱེམ་པར་བྱ།

ཞེས་གསུངས་སོ། །

འོ་ན་ཞི་གནས་དང་། དེས་བྱངས་པའི་མངོན་ཤེས་བསྐྱེད་པ་ཙམ་
གྱིས་ཆོག་གམ་སྟམ་ན། སྒྲོབ་དཔོན་ཙུ་གོ་མིས། བསམ་གཏན་ནགས་མེས་
ཡང་དང་ཡང་དུ་ནི། །ཉེས་པའི་ཆང་ཆིང་མང་པོ་བསྐྱེགས་བྱས་ཀྱང་། །བདག་
ལྷའི་རྩ་བ་བཏན་པོ་མ་སྤང་ན། །ཆར་གྱིས་བརྒྱན་བཞིན་མདུན་ནས་རབ་ཏུ་
བསྐྱེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། འཇིག་རྟེན་པའི་བསམ་གཏན་གྱིས་ཉོན་
མོངས་མངོན་འགྱུར་མནན་ཡང་། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་
རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་སྒྲོར་བ་སྟེ། རྣལ་འབྱོར་དང་བྲལ་བས་སྒྲིབ་པ་གཉིས་པོ་
གང་གིའང་ས་བོན་ཟད་པར་མི་འགྱུར་པ་དེའི་བྱིར། ཆགས་སོགས་ཉོན་
མོངས་དང་གཉིས་སྤང་འབྲུལ་པའི་བག་ཆགས་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་མ་ལུས་པ་
སྤང་བའི་བྱིར་དེ་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་བྱིན་
སོགས་ཐབས་དང་བཅས་པའི་རྣལ་འབྱོར་དུས་རྟག་ཏུ་བསྐྱེམ་པར་བྱ་སྟེ། ཞི་
བ་ལྟས། ཉོན་མོངས་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་ཡི། །ཐུན་པའི་གཉེན་པོ་སྟོང་པ་ཉིད། །
སྒྱུར་དུ་ཐམས་ཅད་མཐུན་འདོད་པས། །དེ་ནི་ཅི་སྟེ་སྐྱོམ་མི་བྱེད། །ཅེས་

གསུངས་པའི་ཕྱིར། དེ་ལ་རྒྱུ་པ་སྒྲ་མ་གཉིས་ཀྱིས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པའི་
ཤེས་རབ་དང་བྲལ་ན་ཉོན་མོངས་ཅི་ཡང་སྤོང་མི་རྒྱས་པས་ཉན་རང་ལའང་།
སྤོང་ཉིད་སྤྲ་མོ་རྟོགས་པ་ཡོད་པར་བསྟན། རྒྱུ་པ་ཕྱི་མ་བཞིས་ཐེག་པ་ཆེ་
ཆུང་ལྟ་བུས་མི་འབྱེད་པས། ཐེག་པ་ཆེན་པོས་བསྐྱོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཐབས་
རྒྱ་ཆེན་པོས་ཟིན་པའི་ཤེས་རབ་ལ་སྤྲོ་བ་དགོས་པར་བསྟན་ཏོ། །

ཐབས་ཤེས་རྒྱུ་འབྱེད་ལ་ལ་སྤྲོ་བ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆོན།

༥ གཉིས་པ་ཐབས་ཤེས་རྒྱུ་འབྱེད་ལ་ལ་སྤྲོ་བ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆོན་ནི།
རྟོག་ཏུ་ཐབས་བཅས་བསྒྲོམ་པར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་ན། དེའི་རྒྱ་མཆོན་ཅི་
ཡིན་ཞེ་ན། དེའི་ལན་སྟོན་པ་ལ།

ཐབས་དང་བྲལ་བའི་ཤེས་རབ་དང་།

ཤེས་རབ་བྲལ་བའི་ཐབས་ཀྱིས་ཀྱང་།

གང་ཕྱིར་འཆིང་བ་ཞེས་གསུངས་པ།

དེ་བས་གཉིས་ཀ་སྤང་མི་བྱ།

ཞེས་གསུངས་ཏེ། རྟོགས་བྱུང་དོན་གཉིས་ཀྱི་གང་ཟག་གིས་ཐབས་
ཤེས་གཉིས་ཀ་སྤང་ཞིང་དོར་བར་མི་བྱ་བར་རྒྱུ་འབྱེད་ལ་བསྤྲོ་བ་དགོས་ཏེ།
རྒྱ་མཆོན་གང་གི་ཕྱིར་ན། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་དྲི་མ་མེད་པར་གྲགས་
པས་བསྟན་པའི་མདོ་ལས། ཐབས་དང་བྲལ་བའི་ཤེས་རབ་ནི་འཆིང་བའོ། །

བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་སྒྲོན་མའི་རྣམ་པ་འད་ཕུལ་བྱང་བཞད་པའི་དགའ་སྟོན་ཞེས་བྱ་བ།

ཤེས་རབ་དང་བྲལ་བའི་ཐབས་ནི་འཆིང་བའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་དེ་བས་ན་
དེའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་ན་གཞུང་འདིས། རྒྱ་ཆོའི་ལུགས་ཀྱི་དྲི་བ་ལྷ་པའི་ལན་
བཏབ་པོ། །

རྒྱ་བྱ་འབྲེལ་བའི་ལམ་ཉིད་བཞད་པ་ལ་གཉིས།

༥ གསུམ་པ་བྱང་དུ་འབྲེལ་བའི་ལམ་ཉིད་བཞད་པ་ལ་གཉིས། མདོར་
བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཞད་པའོ། །

མདོར་བསྟན་པ།

དང་པོ་ནི། ཐབས་ཤེས་བྱང་འབྲེལ་དུ་བསྒྲུབ་པར་བྱ་ན། དེ་སོ་སོའི་ངོ་
བོ་གང་ཞེ་ན། དེའི་ལན་བསྟན་པའི་ཕྱིར།

ཤེས་རབ་གང་དང་ཐབས་གང་ཞེས། །

ཐེ་ཆོམ་དག་ནི་སྤང་བའི་ཕྱིར། །

ཐབས་རྣམས་དང་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི། །

ཡང་དག་དབྱེ་བ་གསལ་བར་བྱ། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། གསལ་བར་བྱ་ཞེས་བཞད་གཞིར་བྱང་། གང་ན་
ཐབས་རྣམས་དང་ཤེས་རབ་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་འདྲེས་པ་ལྟ་བུར་སྤང་བ་དེ། ཡང་
དག་པ་སྟེ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་སོ་སོའི་དབྱེ་བའམ་བྱང་པར་མ་འདྲེས་པ་ཉིད་
དུའོ། །དགོས་པ་གང་གི་དོན་དུ་ན། ཤེས་རབ་ནི་གང་ཡིན། ཐབས་ནི་གང་

ཡིན་ཞེས་མ་རྟོགས་པ་དང་ལོག་པར་རྟོག་པ་དང་། ཐེ་ཆོམ་དུ་གྱུར་པ་དག་ནི་
སྤང་བའི་ཕྱིར་དུའོ། །ཕུ་ཏྱོ་བའི་ཞལ་ནས། བྱང་ཆུབ་ལས་ཀྱི་སྒྲོན་མའི་དབུ་
ཞབས་ཀྱི་དོན་ལ་ཡི་གེ་ཉུང་ལ་གཤམ་ཆེ་བ་འདི་ན་མར་གྱི་འདི་ཡིན་གསུང་སྐད།

རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་གསུམ།

༥ གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་གསུམ། ཐབས་ངོས་གཟུང་བ། དེ་
གོམས་པའི་དགོས་པ། ཞེས་རབ་ངོས་གཟུང་བའོ། །
དང་པོ་ནི།

ཞེས་རབ་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་སྤངས་པ་ལྟེ།

བྱིན་པའི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་ལ་སོགས། །

རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཐབས་སུ་བཤད། །

ཅེས་གསུངས། འདིར་ཐབས་ངེ་ལྟར་ཡིན་པ་ཡང་གཞག་ཏུ་ཡོད་དེ།
ཞེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་སྤངས་པ་སྟེ། ལོགས་སུ་བཀར་ནས་ཞེས་
རབ་ལས་གཞན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱིས་བེན་པའི་བྱིན་པའི་པ་རོལ་ཏུ་
བྱིན་པ་དང་། ལ་སོགས་པ་སྟེ། བར་བྱིན་ལྷག་མ་བཞི་ལ་སོགས་པ་དཀར་པོ་
དགེ་བའི་ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་དུས་གསུམ་གྱི་རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཐབས་
སུ་བཤད་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉིས་པ་ནི།

ཐབས་གོམས་དབང་གིས་བདག་ཉིད་ཀྱིས། །

གང་ཞིག་ཤེས་རབ་རྣམ་བསྟོམས་པ། །

དེས་ནི་བྱང་ཆུབ་ཟུར་དུ་ཐོབ། །

བདག་མེད་གཅིག་ཕུ་བསྟོམས་པས་མིན། །

ཞེས་གསུངས་ཏེ། མི་རྟག་པ་དང་ལས་འབྲས་ནས་བརྩམས་ཏེ་སྦྱིན་
པ་ལ་སོགས་པའི་ཐབས་རྣམས་གོམས་པ་བརྟན་པར་བྱས་པའི་དབང་གིས་
བྱང་སེམས་བདག་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱི་ནང་གི་དངོས་པོ་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་ལ་
དམིགས་ནས་མཆོན་མར་འཛིན་པའི་དམིགས་གཏད་གཙོད་པའི་ཤེས་རབ་
རྣམ་པར་བསྟོམས་པ་དེ་ནི་སྦྱིབ་པ་སྦྱོང་བའི་རྒྱས་པ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས་སྒྲ་ན་
མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཟུར་དུ་ཐོབ་ཀྱིས་ཐབས་བྱད་དུ་བསད་ནས་བདག་མེད་
གཅིག་ཕུ་བསྟོམས་པས་ནི་སྒྲ་མེད་བྱང་ཆུབ་འབྲུབ་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཉི་ཆེ་
བ་ལས་ཉི་ཆེ་དང་། །མཐའ་དག་བ་ལས་མཐའ་དག་པའི། །འབྲས་བུ་འབྲུབ་
པར་གསུངས་པའི་བྱིར། །ཤེས་ལྡན་སུ་ཞིག་ཕྱོགས་རེས་ཆོམ། །ཞེས་འབྱུང་
བ་ལྟར་ཡིན་པའི་བྱིར།

༥ གསུམ་པ་ཤེས་རབ་ངོས་གཟུང་བ་ནི།

ཡུང་པོ་ཁམས་དང་སྦྱེ་མཆེད་རྣམས། །

སྐྱེ་བ་མེད་པར་རྟོགས་གྱུར་པ་ལྟེ།

རང་བཞིན་སྟོང་ཉིད་ཤེས་པ་ནི།

ཤེས་རབ་ཅེས་ནི་ཡོངས་སུ་བཤད།

ཅེས་གསུངས་ཏེ། ཀླང་པ་དང་པོས་ཤེས་རབ་ཀྱི་དམིགས་པ་དང་།
ཀླང་པ་གཉིས་པས་རྣམ་པ་བསྟན་ལ། ཐམ་གཉིས་ཀྱིས་ཤེས་རབ་ངོས་གཟུང་
བའོ། །ཕྱང་པོ་ལྔ་དང་། ཁམས་བཅོ་བརྒྱད་དང་། སྐྱེ་མཆེད་བཅུ་གཉིས་ཏེ།
ཆོས་སུམ་ཅུ་ཙམ་པོ་དེ་རྣམས་ནི་ཆོས་ཅན་ནམ་དམིགས་པ་འོ།

དེ་རྣམས་ཀྱི་སྟངས་དུ་ངེས་བྱའི་ཆོས་སམ་རྣམ་པ་ནི། རང་བཞིན་གྱིས་
སྐྱེ་བ་མེད་པར་རྟོགས་ཤིང་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། ལའོར་བར་ལའབྱམས་
པའི་རྒྱའི་གཙོ་བོ་ནི་རི་ལྟར་སྤང་བའི་དངོས་པོ་འདི་དག་ལ། བདེན་པར་ཞེན་
པ་ཉིད་ཡིན་ལ། བདེན་པར་ཞེན་པ་རྣམས་ལས་ཀྱང་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བར་
འཛིན་པ་ཉིད་དངོས་འཛིན་གཞན་གྱི་ཉེན་ཡིན་པས་དེ་ལྟོག་དགོས། དེ་ལ་
རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བ་མེད་པར་རྟོགས་དགོས་པའི་བྱིར། དེ་ལྟར་སྐྱེ་བ་མེད་
པར་རྟོགས་པར་གྱུར་པས་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་
ཤེས་པ་ནི། ཐབས་ཤེས་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་ཤེས་རབ་ཅེས་ནི་ཡོངས་སུ་
བཤད་ལ། ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པའི་གཙོ་བོ་ཡང་དེ་ཡིན་ནོ། །འག་ར་བའི་ཞལ་
ནས་ཀྱང་། རིག་པས་དབྱེད་པས་ཅིར་ཡང་མ་གྱུབ་པར་རྟོགས་ཅེ་ན། སྤར་

ཡོད་པ་ཅིག་མེད་དེ་སོང་སྐྱམ་དུ་སྒྲོམ་པ་མིན་གྱི། གཞོད་མ་ནས་སྒྲོང་པ་ཡིན་
པས་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པ་ལ། རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་རྟོགས་པ་ཡིན་
ཞེས། རང་བཞིན་སྒྲོང་ཉིད་ཤེས་པ་ནི། །ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་གསུང་སྟེ་ཤེས་ཏུ་
ལེགས་སོ། །

དེ་ལྟར་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་རང་བཞིན་ནི་རྒྱན་ལས། ཤེས་པས་
སྤྱིད་ལ་མི་གནས་ཤིང་། །སྤྱིང་རྗེས་ཞི་ལ་མི་གནས་དང་། ཞེས་པ་དང་། རྒྱད་
ཟླ་མ་ལས་ཀྱང་། བདག་སྤྱིད་མ་ལུས་ཤེས་རབ་གྱིས་བཅད་དེ། །ཞེས་སོགས་
གསུངས་པ་ལྟར་ཐབས་དང་ཤེས་རབ་གཉིས་ཡིན་ལ། དེ་གཉིས་ཀྱི་གྲངས་
ངེས། གོ་རིམས། རོ་བོ་གསུམ། ལམ་གྱི་སྒྲོན་མས་གསལ་བར་བསྟན་ཏོ། །

རི་ལྟར་ན། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་ལ་ཐབས་དང་
ཤེས་རབ་གཉིས་སུ་གྲངས་ངེས་ཏེ། དེ་ལ་དེ་གཉིས་སུ་དབྱེར་ཡོད། དེ་ལ་དེ་
གཉིས་ལས་གྲངས་མང་མི་དགོས་ཤིང་། ཅུང་ན་མི་འདུ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར།
དང་པོ་ནི། དེ་བྱིར་ཉོན་མོངས་ཤེས་བྱ་ཡི། ཞེས་སོགས་ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག་
གིས་བསྟན་ཏེ། གཞུང་འདིས། ཐབས་དང་ཤེས་རབ་གཉིས་ཡུན་རིང་དུ་
གོམས་པས་སྒྲིབ་གཉིས་འཛོམས་རུས་སུ་བསྟན་པའི་བྱིར། ཏྲགས་གཉིས་པ་
ནི། ཐབས་དང་བྲལ་བའི་ཤེས་རབ་དང་། ཞེས་པ་ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག་གིས་བསྟན་
ཏེ། ཐབས་ཤེས་ཡ་བྲལ་གྱིས་ས་དང་པོ་ཅ་མ་ཡང་མི་ཐོབ་པའི་བྱིར། གོ་

རིམས་ངེས་པ་ནི། ཐབས་གོམས་དབང་གིས་བདག་ཉིད་ཀྱིས། ཞེས་པ། འོ་
ལོ་ག་གཅིག་གིས་བསྟན་ཏེ། ཐབས་གོམས་སྒོན་དུ་བཏང་ནས་ཤེས་རབ་
སྒོམ་པར་གསུངས་ཤིང་། དོན་འདི་ནི་པར་བྱིན་དུག་ལ་སྒོབ་པའི་གོ་རིམས་
ཀྱིས་ཀྱང་བྱུང་ཅིང་། སྒྱུད་འཇུག་ལས་ཀྱང་། ཡན་ལག་འདི་དག་ཐམས་ཅད་
ནི། །ཐུབ་པས་ཤེས་རབ་དོན་དུ་གསུངས། །ཞེས་གསུངས་པའི་དགོངས་
པའང་ཡིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་ཡང་དག་ཤེས་འཆོལ་སྒོན་བཏང་ནས། ཞེས་སོགས་
དམིགས་བསལ་འགའ་ཞིག་ནི་མཆིས་སོ། །

ངོ་བོ་ངེས་པ་ནི། ཤེས་རབ་པ་རོལ་བྱིན་སྤངས་པའི། ཞེས་སོགས་
དང་། སྤང་པོ་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་ནམས། །ཞེས་སོགས་ཆིགས་བཅད་སྒྲ་
བྱི་གཉིས་ཀྱིས་བསྟན། དེ་གཉིས་ཇི་ལྟར་ཉམས་སུ་སྒྲང་སྟམ་ན། དཔལ་ལྷན་
གྲོས་ལམ་མཆོག་ཏུ། ཐབས་དང་ཤེས་རབ་གཉིས་པོ་དེ་ཡང་། །གོམས་པ་ལྟ་
བུར་དང་པོར་ངེས་འཛོག། །བྱ་གཤོག་ལྟ་བུར་བཏེན་ནས་བྱང་འཇུག། །དེ་ལ་
གོམས་པར་གྱུར་ན་འཆང་རྒྱ། ཞེས་བཤད་པ་ལྟར་སྒོབ་བོ། །

ལྷག་མཐོང་ལ་ནི་ལྟར་སྒོབ་པའི་རྒྱལ་ལ་གཉིས།

༥ གཉིས་པ་ལྟག་མཐོང་ལ་ནི་ལྟར་སྒོབ་པའི་རྒྱལ་ལ་གཉིས། རྒྱས་
བཤད་དང་། མཇུག་བསྟུ་བའོ། །

དང་པོ་ལ་གསུམ། ལྷག་མཐོང་གི་ཆོགས་བསྟན་པ། ལྷག་མཐོང་སྒྲོམ་
པའི་ཚུལ། བསྒྲོམས་པའི་འབྲས་བུའོ། །

དང་པོ་ནི། སྒྲོམ་རིམ་བར་པ་ལས། ལྷག་མཐོང་གི་ཆོགས་གང་ཞེ་ན།
སྒྲེས་བྱ་དམ་པ་ལ་བརྟེན་པ་དང་། མང་དུ་ཐོས་པ་ཡོངས་སུ་བཅའ་བ་དང་།
ཚུལ་བཞིན་སེམས་པའོ། །ཞེས་ལྷག་མཐོང་གི་ཆོགས་གསུམ་གསུངས་ལ།
མདོ་སྡེ་དགོངས་འགྲེལ་ལས་ལྷག་མཐོང་ནི་ཐོས་པ་དང་བསམ་པ་ལས་བྱུང་
བའི་ལྷ་བ་རྣམ་པར་དག་པའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གཉིས་སུ་
བསྐྱས་ནས་གསུངས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་འདིར་ཡང་ལྷག་མཐོང་གི་ཆོགས་
བསྟེན་པ་ལ་གཉིས། རིག་པ་ལ་བརྟེན་པ་བསམ་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་དང་། ལྷང་
ལ་བརྟེན་པ་ཐོས་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་པོ། །

དང་པོ་ལ་གསུམ། འབྲས་བུ་ལ་དཔྱོད་པ་ཡོད་མེད་སྒྲེ་འགོག་གི་གཏན་
ཆིགས། རྒྱ་ལ་དཔྱོད་པ་དོ་རྗེ་གཟེགས་མའི་གཏན་ཆིགས། རོ་བོ་ལ་དཔྱོད་
པ་གཅིག་དུ་བྲལ་གྱི་གཏན་ཆིགས་སོ། །

དང་པོ་ནི།

ཡོད་པ་སྒྲེ་བར་རིགས་མིན་ཏེ། །

མེད་པ་འང་ནམ་མཁའི་མེ་ཏྲོག་བཞིན། །

ཉིས་པ་གཉིས་ཀར་ཐལ་འགྱུར་བྱིས། །

གཉིས་ཀ་དག་གྲང་འབྱུང་བ་མིན། །

ཞེས་སོ། །གོང་དུ་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བ་མེད་པར་རྟོགས་པའི་སྒོ་
ཞེས་རབ་ཏུ་བསྟན་པ་ལ། དངོས་སྤྱོད་བ་རྣམས་ན་རེ། དེ་མི་འབྲད་དེ། དངོས་
པོ་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བ་དང་འཇིག་པ་མངོན་སུམ་དུ་གྲུབ་པའི་བྱིར།
ཞེ་ན། འོ་ན། སྤྱི་གྲུ་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་ན། རྒྱུ་འབྱུང་སྤྱི་ཡོད་པའམ། མེད་
པའམ། གཉིས་ཀའམ། གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པ་ཞིག་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བར་
བརྟག་གྲང་། དང་པོ་ལྟར་ན། སྤྱི་གྲུ་ཆོས་ཅན། རྒྱུ་འབྱུང་སྤྱི་ཡོད་པ་སྐྱེ་བ་
རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཡོད་པ་གྲུབ་ཅིན་པས་སྐྱེ་བ་དགོས་པ་མེད་པའི་བྱིར་
དང་། གྲུབ་ཅིན་སྤྱིར་ཡང་སྐྱེ་ན་སྐྱེ་བ་ཐུག་མེད་དུ་འབྱུང་བའི་བྱིར། གཉིས་པ་
ལྟར་ན། རྒྱུ་འབྱུང་སྤྱི་ཡོད་པའང་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བ་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ།
བྱེ་བ་བརྒྱ་ཐུག་རྒྱ་ཡིས་གྲང་། །དངོས་པོ་མེད་པ་སྤྱིར་དུ་མེད། །ཅེས་གསུངས་
པ་ལྟར་རྒྱ་ཁུས་པ་ཇི་ལྟར་ཆེ་ཡང་། རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་སྤྱི་གྲུ་བསྐྱེད་
མི་ཁུས་པའི་བྱིར། དཔེར་ན་ནམ་མཁའ་མཁའ་མེ་རྟོག་བཞིན་ནོ། །རྒྱུ་འབྱུང་སྤྱི་
མེད་ན། སྤྱིར་མེད་མི་དགོས་གྲང་། རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཞིག་རྒྱུ་འབྱུང་སྤྱི་
ཡོད་ན་རྣམས་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མེད་དགོས་ཏེ། སྤྱི་གྲུ་ད་ལྟ་མེད་ཅེས་
པ། །དེས་ན་ཆད་པར་ཐལ་བར་འབྱུང་། ཞེས་པས་བསྟན་པའི་རིགས་པ་འོ། །

༥ གསུམ་པ་ནི། རྒྱུ་འབྱུང་སྤྱི་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་གཉིས་ཀ་དག་གྲང་།

རང་བཞིན་གྱིས་འབྱུང་བ་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་ནི་སྤར་བཤད་པའི་
ཉེས་པ་གཉིས་ཀར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་བྱིར་རོ། །བཞི་པ་ལྟར་ན་ཡང་མི་
འཐད་དེ། རྒྱུ་འབྱུང་སྤྱི་ཡོད་པའང་མ་ཡིན་མེད་པའང་མ་ཡིན་པའི་དངོས་པོ་
དེ་འདྲ་མི་སྲིད་པའི་བྱིར། དེ་ལྟར་ན་སྤྱི་གྲུ་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བ་
མེད་དེ། ཡོད་པ་དང་མེད་པ་དང་། གཉིས་ཀ་དང་། གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པ་རང་
བཞིན་གྱིས་མི་སྐྱེ་བའི་བྱིར། ཞེས་པས་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཡུལ་སྐྱེ་མེད་རིགས་
པས་སྐྱབ་པ་ཡིན་ཏེ། ལང་ག་ཤེགས་ལས། སྒོ་གྲོས་ཆེན་པོ་རང་གི་སེམས་
སྤང་བའི་དངོས་པོ་མེད་པ་དང་། ཡོད་པ་དང་། མེད་པ་ལས་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་
བྱིར། དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ནི་མ་སྐྱེས་པ་སྟེ། ཞེས་པ་དང་།

སྟོང་ཉིད་བདུན་ཅུ་པ་ལས་ཀྱང་། །ཡོད་པ་ཡོད་བྱིར་སྐྱེ་མ་ཡིན། །མེད་
པ་མེད་བྱིར་སྐྱེ་མ་ཡིན། །ཆོས་མི་མཐུན་བྱིར་གཉིས་ཆོས་མིན། །སྐྱེ་བ་མེད་
བྱིར་གནས་འགག་མེད། ཅེས་པ་དང་། འཇུག་པ་ལས་ཀྱང་། ཡོད་ན་སྐྱེ་བྱེད་
ཅི་དགོས་མེད་ལའང་དེས་ནི་ཅི་ཞིག་བྱ། །གཉིས་ཉིད་ལ་དེས་ཅི་བྱ་གཉིས་
དང་བྲལ་ལའང་དེས་ཅི་བྱ། །ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་མདོ་དང་བསྟན་བཅོས་རྣམས་
ན་རིགས་པ་འདི་ཤིན་ཏུ་མང་ངོ་།

༥ གཉིས་པ་ནི།

དངོས་པོ་རང་ལས་མི་སྐྱེ་ཞིང་།

གཞན་དང་གཉིས་ཀ་ལས་ཀྱང་མིན།

རྒྱ་མེད་ལས་མིན་དེ་ཡི་ཕྱིར།

ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་རང་བཞིན་མེད།

ཅེས་གསུངས་ཏེ། འདི་ནི་རྩ་བ་ཤེས་རབ་ལས། བདག་ལས་མ་ཡིན་གཞན་ལས་མིན། །གཉིས་ལས་མ་ཡིན་རྒྱ་མེད་མིན། །དངོས་པོ་གང་དང་གང་ན་ཡང་། །སྐྱེ་བ་ནམ་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །ཞེས་བ་དང་། རྩ་བའི་ཞབས་ཀྱིས། དེ་ཉིད་དེ་ལས་འབྱུང་མིན་གཞན་དག་ལས་ལྟ་བུ་ལ་ཞིག །ཞེས་སོགས་རྩ་འགྲེལ་ཀྱིས་བསྟན་པའི་དོན་སྙིང་པོར་དེ་ལ་བ་ཡིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་འདི་དག་གི་དོན་འཆད་པ་ན། འདྲུག་པའི་རང་འགྲེལ་དུ། འདིར་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡོད་པ་ཉིད་ཀྱི་སྒྲུབ་བྱེད་རང་ལས་སྐྱེ་བ་དང་སྐྱེལ་གྱི་ཡོད་པ་དང་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་གི་པ་དོན་ཀྱིས་འབྱུབ་པའི་ཕྱིར། ཞེས་བྱེད་སྒྲུབ་མས་གཏན་ཆིག་དང་། བྱེད་བྱི་མས་དམ་བཅའ་བསྟན་པ་ལྟ་བུར་མི་སྦྱོར་བར་བཞི་གས་མཐའ་བཞིའི་སྐྱེ་བ་འགོག་པའི་དམ་བཅའ་ཅམ་ཞིག་ཡོངས་སུ་བསྟན། མཐའ་བཞིའི་སྐྱེ་བ་རིགས་པས་ཁིགས་པ་ན། རང་བཞིན་ཀྱིས་སྐྱེ་བ་མེད་པ་དོན་ཀྱིས་འབྱུབ་པར་བསྟན་པས། རྡོ་རྗེ་གཟེགས་མའི་གཏན་ཆིགས་ཀྱང་དོན་ཀྱིས་བསྟན་པ་འགྲེལ་པའི་དགོངས་པ་ཡིན་ཀྱང་། འདིར་ནི། གང་གི་བྱིར་ན་བདག་དང་གཞན་དང་གཉིས་ཀ་ལས་སྐྱེ་དང་། །རྒྱ་ལ་མ་སྟོས་ཡོད་པ་མིན་

པས་དངོས་རྣམས་རང་བཞིན་བྱལ། ཞེས་པས་གཏན་ཆིགས་དངོས་སུ་བསྟན་
པ་ལྟར། འདིར་ཡང་རྟེན་པ་སྤྱི་མས་དམ་བཅའ་དང་། དངོས་པོ་ཞེས་པས་
ཆོས་ཅན་དང་། གཞུང་ལྷག་མས་གཏན་ཆིགས་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན།
སྤྱི་ནང་གི་དངོས་པོ་རྣམས་ཆོས་ཅན། རང་ལས་མི་སྐྱེ་སྟེ། དེ་ལྟར་སྐྱེ་ན་སྐྱེ་བ་
དོན་མེད་དང་། ཐུག་མེད་དུ་འགྱུར་བའི་སྤྱིར།

གཞན་ཡང་། རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་གཅིག་ཉིད་ནི། །བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་
གཅིག་ཏུ་འགྱུར། །ཞེས་པའི་གཞི་དབྱེད་ཀྱང་འཇུག་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་པོ་ཉིད་
ཀྱིས་གཞན་ལས་ཀྱང་མི་སྐྱེ་སྟེ། དེ་པོ་ཉིད་ཀྱིས་གཞན་ཡིན་ན། བན་གདགས་
བྱ་འདོགས་བྱེད་འབྲེལ་མེད་དུ་འགྱུར། དེ་ལྟར་ན་ཐམས་ཅད་ལས་ཐམས་
ཅད་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་དང་། རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་གཞན་ཉིད་ན། །རྒྱ་དང་
རྒྱ་མིན་མཚུངས་པར་འགྱུར། ཞེས་པའི་རིགས་པས་གཞི་དབྱེད་པའི་སྤྱིར། འདི་
ནི་གཅིག་ཏུ་བྱལ་གྱི་རིགས་པའི་སྤྱིར་པོ་ཅན་ཡང་ཡིན་ཏེ། བདག་སྐྱེ་འགོག་
པས་རང་བཞིན་གྱི་གཅིག་དང་། གཞན་སྐྱེ་འགོག་པས་རང་བཞིན་གྱི་ཐ་དད་
ཡིན་པ་འགོག་པའི་སྤྱིར། བདག་གཞན་གཉིས་ཀ་ལས་ཀྱང་སྐྱེ་བ་མ་ཡིན་ཏེ།
བདག་གཞན་རེ་རེ་བ་ལས་སྐྱེ་བ་ཁེགས་པའི་སྤྱིར། རྒྱ་མེད་ལས་ཀྱང་སྐྱེ་བ་
མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་འཇིག་རྟེན་པ་རྣམས་འབྲས་བུ་སྒྲོན་ཐོག་འབྱུང་སྤྱིར་
ཞིང་ལས་ལ་འབད་པའང་དགོས་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་དང་། རྒྱ་མེད་གཞན་ལ་

མི་ལྟོས་ཕྱིར། །རྟག་ཏུ་ཡོད་པའམ་མེད་པར་འགྱུར། ། ཞེས་པའི་གཞི་ད་བྱེད་
ཐོག་ཏུ་འབབ་པའི་ཕྱིར། ། དེ་ལྟར་མཐའ་བཞི་ལས་སྐྱེ་བ་མི་འཐད་པ་དེའི་ཕྱིར།
དངོས་པོ་རྣམས་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་རང་བཞིན་མེད་དོ། །

༥ གསུམ་པ་ནི།

ཡང་ན་ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་དག།

གཅིག་དང་དུ་མས་རྣམ་དཔྱད་ན། །

ངོ་བོ་ཉིད་ནི་མི་དམིགས་པས། །

རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་དུ་ངེས། །

ཞེས་པའོ། །འདི་ནི་ལང་ག་ཞེགས་ལས། ། ཇི་ལྟར་མེ་ལོང་ལས་ནི་
གཟུགས། །གཅིག་དང་གཞན་པ་ཉིད་སྤངས་པ། ། ཞེས་སོགས་དང་། །དབྱ་མ་
རྩ་བའི་མཆོད་བརྗོད་དུ། །ཐ་དད་དོན་མིན་དོན་གཅིག་མིན། །ཞེས་པ་དང་།
དབྱ་མ་རྒྱན་ལས། །བདག་དང་གཞན་སྤྱིའི་དངོས་འདི་དག །ཡང་དག་ཏུ་ནི་
གཅིག་པ་དང་། །དུ་མའི་རང་བཞིན་བྲལ་བའི་ཕྱིར། །རང་བཞིན་མེད་དེ་
གཟུགས་བརྟན་བཞིན། །ཞེས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་པའི་རིགས་པ་བཞོད་
པའོ། །རིགས་པའི་རྣམ་གྲངས་གཞན་བསྟན་པའི་ཕྱིར། །སྤར་བ་འད་པ་ལས་
ཡང་ན་སྤྱི་ནང་གི་དངོས་པོ་རྣམས་ཐམས་ཅད་དག་ནི་ཆོས་ཅན། །རང་བཞིན་
ཀྱིས་མེད་པ་ཉིད་དུ་ངེས་ཏེ། །རང་བཞིན་ཀྱིས་གྲུབ་པའི་གཅིག་དང་། །དེ་ལྟར་

གྲུབ་པའི་དུ་མ་གང་དུ་གྲུབ་ཅེས་རྣམ་པར་དབྱེད་ན། ཡུལ་སྟོང་ནས་གྲུབ་པའི་
ངོ་བོ་ཉིད་ནི་རྩལ་ཙམ་ཡང་མི་དམིགས་པས་ཏེ་མི་དམིགས་པའི་སྤྱིར།
དཔེར་ན་མེ་ལོང་ནང་གི་གཟུགས་བརྟན་བཞིན་ནོ། །

སྤྱོད་ཀྱི་ཆོས་སྐྱབ་པ་ནི། དེ་ཆོས་ཙན། རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་
གཅིག་ཏུ་མེད་དེ། ཆ་བཅས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེ་ཆོས་ཙན། དེ་ལྟར་གྲུབ་པའི་
དུ་མར་མེད་དེ། དེ་ལྟར་གྲུབ་པའི་གཅིག་རིགས་པས་ཁེགས་པའི་སྤྱིར། འབྲུ་
སྐྱབ་ནི། རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་ན། དེ་ལྟར་གྲུབ་པའི་གཅིག་དང་། དེ་ལྟར་གྲུབ་
པའི་དུ་མ་གང་རུང་དུ་གྲུབ་པས་འབྲུ་སྟེ། གཅིག་དང་དུ་མ་དངོས་འགལ་མིན་
པས། ཡོད་ན་གཅིག་དང་དུ་མ་གང་རུང་དུ་ཡོད་དགོས་པའི་སྤྱིར་ཏེ། དབྱུ་མ་
རྒྱན་ལས། གཅིག་དང་དུ་མ་མ་གཏོགས་པར། །རྣམ་པ་གཞན་དང་ལྡན་པ་ཡི། །
དངོས་པོ་མི་རུང་འདི་གཉིས་ན། །པན་ཚུན་སྤངས་ཏེ་གནས་སྤྱིར་རོ། །ཞེས་
གསུངས་པའི་སྤྱིར་རོ། །

ལྱང་ལ་བརྟེན་པ་ཐོས་བྱུང་གི་ཞེས་རབ།

༥ གཉིས་པ་ལྱང་ལ་བརྟེན་པ་ཐོས་བྱུང་གི་ཞེས་རབ་ནི།

སྟོང་ཉིད་བདུན་ཅུའི་རིགས་པ་དང་། །

དབྱུ་མ་རྩ་བ་སོགས་ལས་ཀྱང་། །

དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ནི། །

སྟོང་པ་ཉིད་དུ་གྲུབ་བཤད་པ། །

གང་ཕྱིར་གཞུང་ནི་མངས་འགྱུར་བས། །

དེ་ཕྱིར་འདིར་ནི་མ་སྟོས་ལ། །

གྲུབ་པའི་གྲུབ་མཐའ་ཙམ་ཞིག་ཏུ། །

བསྟོམ་པའི་དོན་དུ་རབ་ཏུ་བཤད། །

ཅེས་གསུངས་ཏེ། ཀྱང་པ་དང་པོ་བཞིས་སྟོང་ཉིད་ངེས་དོན་གྱི་ལུང་རྒྱ་
ཆེན་པོ་ལས་ཤེས་དགོས་པ་དང་། ཀྱང་པ་ཕྱི་མ་བཞིས་འདིར་གཞུང་ཅུང་དུ་
འགོད་པའི་རྒྱ་མཆོན་བསྟན་ཏོ། །

ངེས་ན་སྒོ་གྲོས་དང་ལྡན་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྟོང་ཉིད་ཟབ་མོ་ལ་ངེས་པ་
ཡང་དག་པར་དང་བའི་ཕྱིར། སྟོང་ཉིད་ངེས་དོན་གྱི་ལུང་གིས་བསྐྱབ་པ་མདོ་
ཀུན་ལས་བརྒྱས་པ་དང་། རིགས་པས་བསྐྱབ་པ་སྟོང་ཉིད་བདུན་ཅུ་པའི་གཞུང་
ལས་འབྱུང་བའི་རིགས་པ་དང་། སྟོང་ཉིད་ཟབ་མོ་རིགས་པའི་རྣམ་གྲངས་
མཐའ་ཡས་པའི་སྟོན་སྒྲུབ་ཀྱི་ལ་འབྲེལ་པ་དབྱུ་མ་རྩ་བ་དང་། སོགས་པ་
རིགས་ཆོགས་ལྷག་མ་རྣམས་དང་། འཕགས་པ་ལྟ་དང་ལེགས་ལྡན་གྱི་གཞུང་
རྣམས་དང་། ལྷག་པར་འཕགས་པའི་དགོངས་པ་འགྲེལ་བའི་མཆོག་སངས་
རྒྱས་བསྐྱུངས་དང་། རྒྱ་བའི་ཞབས་དང་། ཞི་བ་ལྟའི་གཞུང་རྣམས་དང་།
མདོར་ན་རྒྱལ་བའི་ཡུམ་སོགས་མདོ་སྡེ་ཟབ་མོ་དག་གིས་དངོས་པོ་རྣམས་

གདོད་མ་ནས་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་གྱུབ་པར་བཤད་པ་ལ། རྒྱ་
ཆེར་བསྟར་བར་བྱ་ཞིང་། ལྟ་བའི་ཕུ་ཐག་ཆོད་པར་བྱའོ། །

འོ་ན་ཕྱང་དང་རིགས་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་དེ་དག་འདིར་མི་འགོད་པ་ཅི་ཞེ་
ན། རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། གང་གི་སྤྱིར་འདིར་དེ་དག་བཀོད་ན་གཞུང་ནི་མངས་
པར་འབྱུང་བས། རྒྱ་མཚན་དེའི་སྤྱིར། འདིར་ནི་དེ་དག་མ་སྒྲིས་ལ། ཅུང་ཟད་
བསྟན་པ་ནི་ཕྱང་རིགས་གྱིས་གྱུབ་པའི་གྱུབ་མཐའ་ཙམ་ཞིག་ བདག་མེད་པ་
བསྒྲིམ་པའི་དོན་དུ་རབ་ཏུ་བཤད་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། སྟོང་ཉིད་བདུན་ཅུའི་
རིགས་པ་དང་། ཞེས་པའི་རང་འབྲེལ་ལས་ཀྱང་། འདིས་ནི་རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་
པར་འབྱུང་བའི་གཏན་ཆོག་ས་བསྟན་ཏེ། ཞེས་པ་དང་། སྟོང་པོ་ངེས་པར་བསྟུ་
བ་ལས་ཀྱང་། རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་ལ་སོགས་པའི། །རིགས་པ་གང་ལ་
གོམས་པ་ཡིས། །དངོས་པོར་འཇིན་པའི་གདོན་ཆེན་པོ། །མ་ལུས་པར་ནི་
སྟོག་པར་བྱ། ཞེས་དང་། བེའུ་བུམ་སྒྲིན་པོ་ལས་ཀྱང་། ཏྲག་དང་ཆད་སོགས་
ལྟ་ངན་སེལ་བ། །རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་བསྒྲིམས་པས་ཡིན་ཏེ། ཞེས་རིགས་
པའི་རྒྱལ་པོ་རྟོན་འབྲེལ་ལ་བསྟགས་ཤིང་བསྟན་ཏོ། །

དེ་ལྟར་ན་གང་ཟག་དང་ཕྱང་པོ་ཆོས་ཙན། རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དེ།
རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དོན་འདི་ནི་མ་དོས་པས་ཁུས་
པ་ལས། གང་ཞིག་རྒྱུན་ལས་སྦྱེས་པ་དེ་མ་སྦྱེས། །དེ་ལ་སྦྱེ་བའི་རང་བཞིན་

ཡོད་མ་ཡིན། །རྒྱུན་ལ་རག་ལས་གང་དེ་སྟོང་པར་བཤད། །གང་ཞིག་སྟོང་
ཉིད་ཤེས་ཏེ་བག་ཡོད་ཡིན། ཞེས་པ་དང་། གང་རྣམས་ཉེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་
འབྱུང་། །དེ་རྣམས་ངོ་བོ་ཅུང་ཟད་མེད། ཅེས་པ་དང་། དབྱུ་མ་ལས་ཀྱང་། ཉེན་
ཅིང་འབྱུང་བ་གང་ཡིན་པ། །དེ་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་ཞི། ཞེས་དང་། གང་ལ་བརྟེན་
ཏེ་གང་འབྱུང་བ། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏོ། །

༥ གཉིས་པ་ལྷག་མཐོང་སྒྲོམ་ཚུལ་ནི།

དེ་བས་ཆོས་རྣམས་མ་ལུས་པའི།

རང་བཞིན་དག་ནི་མི་དམིགས་པས།

བདག་མེད་པ་ནི་སྒྲོམ་གང་ཉིད།

དེ་ཉིད་ཤེས་རབ་སྒྲོམ་པ་ཡིན།

ཞེས་གསུངས་སོ། །ཡུང་ཁམས་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་ཆོས་
ཐམས་ཅད་བདེན་མེད་དུ་གཏན་ལ་ཤབ་པ་དེ་བས་ན། གང་ཟག་དང་། ཡུང་
སོགས་ཆོས་རྣམས་མ་ལུས་པའི་སྐྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རང་བཞིན་དག་ནི་
ཡོད་ན། རིག་པས་བཅའ་བའི་ཆེ་རྒྱུད་དགོས་པ་ལས་རྒྱལ་ཅམ་ཡང་མི་དམིགས་
པས་ན། གང་ཟག་དང་ཆོས་ལ་ངོ་བོས་གྲུབ་པའི་བདག་མེད་པ་ཉིད་དོ། །ཅེས་
རིག་པས་དཔྱད་ཅིང་བསྒྲོམ་པ་དེ་ཉིད་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་བསྒྲོམ་
པ་ཡིན་ཏེ། སྒྲོམ་རིམ་པར་པ་ལས་ཤེས་རབ་ཀྱིས་དངོས་པོ་མཐའ་དག་གི་ངོ་

བོ་ཉིད་ལ་སོ་སོར་བརྟགས་ནས་གང་གི་ཕྱིར། མི་དམིགས་པར་བསམ་
གཏན་བྱེད་པ་དེའི་ཕྱིར། ཞེས་རབ་མཆོག་གི་བསམ་གཏན་པ། ཞེས་བྱ་སྟེ།
ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། དེ་ལྟར་རྟོགས་མཁན་གྱི་ཞེས་རབ་དེ་ཉིད་ལ་
འཛིན་པ་ཇི་ལྟར་སྤང་ཞེ་ན། དེའི་ལན་བསྟན་པའི་ཕྱིར།

ཞེས་རབ་ཀྱིས་ནི་ཆོས་རྣམས་ཀུན། །

གང་གི་རང་བཞིན་མ་མཐོང་བཞིན། །

ཞེས་རབ་དེ་ཉིད་རིག་དཔྱད་པ། །

རྣམ་རྟོག་མེད་པར་དེ་བསྒྲུབ་བྱ། །

ཞེས་སོ། །སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཞེས་རབ་ཀྱིས་ནི་གང་ཟག་དང་ཆོས་
རྣམས་ཀུན་གྱི་གང་གི་ཡང་རང་བཞིན་བཅའ་བས་མ་མཐོང་བ་བཞིན་དུ།
ཞེས་རབ་དེ་ཉིད་ཀྱང་རིག་པས་དཔྱད་པ་ན་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དེ། བདེན་
པའི་གཅིག་དང་བདེན་པའི་དུ་མ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་རིག་པས་
རྣམ་པར་དཔྱད་དེ། ཡུལ་ཡུལ་ཅན་སྟེ་མེད་དུ་རྟགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་
རྣམ་པར་རྟོག་པ་མེད་པར་ཏེ། རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཞེས་ཀྱི་རྒྱར་ངེས་
པར་བསྒྲུབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། ཉིང་ངེ་འཛིན་རྒྱལ་པོ་ལས། གལ་ཏེ་ཆོས་ལ་
བདག་མེད་སོ་སོར་བརྟགས། །སོ་སོར་དེ་བརྟགས་གལ་ཏེ་སྒྲུབ་བྱེད་པ། །དེ་
ནི་མྱ་ངན་འདས་ཐོབ་འབྲས་བུའི་རྒྱ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

ལྷག་མཐོང་བསྐྱེད་པའི་འབྲས་བྱུང་ལ་གཉིས།

༥ གསུམ་པ་ལྷག་མཐོང་བསྐྱེད་པའི་འབྲས་བྱུང་ལ་གཉིས། དངོས་ཀྱི་
དོན་དང་། དེ་ཉིད་ལུང་གིས་བསྐྱབ་པའོ། །

དང་པོ་ནི།

ནམ་རྟོག་ལས་བྱུང་སྤྱིད་པ་འདི། །

ནམ་པར་རྟོག་པའི་བདག་ཉིད་དེ། །

དེ་ཕྱིར་མ་ལུས་རྟོག་སྤངས་པ། །

ཕྱིར་འདས་པ་མཆོག་ཡིན་ནོ། །

ཞེས་གསུངས། །ཤར་བའི་ཞལ་ནས། གཞུང་འདིས་ལྷག་མཐོང་
བསྐྱེད་པས་སྤྱིད་པའི་རྩ་བ་བྱུང་ནས་བྱུང་བའི་པན་ཡོན་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ།
དེ་ཡང་ནམ་རྟོག་ལས་བྱུང་ཞེས་པས། ཀུན་འབྱུང་སྤང་བྱ་དང་། སྤྱིད་པ་ནི།
ནམ་པར་རྟོག་པའི་བདག་ཉིད་དེ། ཞེས་པས། ལྷག་བསྐྱེད་ཤེས་བྱར་བསྟན།
ཀར་པ་གསུམ་པས་ལམ་བསྟེན་པར་བྱ་བ་དང་། བཞི་པས། འགོག་པ་ཐོབ་
བྱར་བསྟན། ཞེས་གསུངས་པའི་དགོངས་པ་ལྟར་བྱས་ན། ཀུན་འབྱུང་ལས་
དང་ཉོན་མོངས་པ་འདི་ཆོས་ཅན། ཐར་འདོད་ཀྱིས་སྤང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ཞིང་།
སྤོང་རྒྱས་པ་ཡང་ཡིན་ཏེ། དངོས་པོ་བདེན་པར་འཇིན་པའི་ནམ་རྟོག་མ་རིག་
པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། སྤོང་ཉིད་བདུན་ཅུ་པ་ལས། རྒྱ་དང་རྒྱུན་

ལས་སྐྱེས་དངོས་རྣམས། །ཡང་དག་པར་ནི་རྟོགས་པ་གང་། །དེ་ནི་སྒྲོན་པས་
མ་རིག་གསུངས།།

དེ་ལས་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་འབྱུང་། ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། སྤྱིད་
པ་ཁམས་གསུམ་གྱི་འཁོར་བ་འདི་ཆོས་ཅན། ཐར་པ་དོན་གཉེར་རྣམས་ཀྱིས་
བདེན་མེད་དུ་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་པར་རྟོག་པས་སྒྲོ་བཏགས་པའི་
བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཏེ། སྣ་ཆོགས་ཡིད་དགའ་མེ་རྟོག་ཁ་བྱེ་ཞིང་། །
གསེར་གྱི་ཁང་མཆོག་འབར་བ་ཡིད་འོང་བ། །འདི་ན་དེ་ལའང་བྱེད་པོ་འགའ་
མེད་དེ། །དེ་དག་རྟོག་པའི་དབང་གིས་བཞག་པ་ཡིན། །རྟོག་པའི་དབང་གིས་
འཇིག་རྟེན་རྣམ་བཏགས་ཏེ། ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། བདག་མེད་པའི་དོན་
ལ་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཆོས་ཅན། ཐར་འདོད་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་པར་
བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། དངོས་པོར་འཇིན་པའི་རྟོག་པ་མ་ལུས་པ་རྩ་བ་ནས་སྤངས་པ་
ནི་ཐར་པ་ཡིན་ལ། ཁྱོད་དངོས་འཇིན་དེ་དངོས་སུ་འཇོམས་བྱེད་ཡིན་པ་དེའི་
སྤྱིར། རྣམ་པར་རྟོག་པ་མ་ལུས་པར་སྤངས་པའི་འགོག་པ་ཆོས་ཅན། ཐར་པ་
དོན་གཉེར་རྣམས་ཀྱིས་མངོན་དུ་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། སྤྱང་ན་ལས་འདས་པ་མཆོག་
གས་ཆེན་པོ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དབྱུ་མ་ལས། མ་རིག་འགག་པར་འགྱུར་བ་
ནི། །ཤེས་པས་དེ་ཉིད་བསྒྲོམས་པས་སོ། །ཞེས་དང་། བརྒྱ་པ་ལས་ཀྱང་། ཡུལ་
ལ་བདག་མེད་མཐོང་ན་ནི། །སྤྱིད་པའི་ས་བོན་འགག་པར་འགྱུར། །ཞེས་དང་།

འཇུག་པ་ལས་ཀྱང་། དེའི་ཕྱིར་བདག་དང་བདག་གིས་སྟོང་བལྟ་བ། །རྣལ་
འབྱོར་པ་དེ་རྣམ་པར་གྲོལ་བར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། མདོར་ན་
སྲིད་པ་འཁོར་བ་འདི་ཐམས་ཅད་བདེན་འཛིན་གྱི་རྣམ་རྟོག་ལས་བྱུང་བས་
དེའི་རྩ་བ་ཅན་དང་། རྣམ་པར་རྟོག་པས་རྣམ་པར་བཞག་པའི་བདག་ཉིད་དེ།
དེའི་ཕྱིར་རྩ་བ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་མ་ལུས་པར་
སྤངས་པ་ནི། ཐར་པའི་མཆོག་མི་གནས་པའི་སྤྱད་ན་ལས་འདས་པ་ཐོབ་པ་
རང་གཞན་གྱི་དོན་ཐམས་ཅད་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །

༥ གཉིས་པ་དེ་ཉིད་ལྷུང་གིས་བསྐྱབ་པ་ནི།

དེ་ལྟར་ཡང་བཙམ་ལྟན་འདས་ཀྱིས། །

རྣམ་རྟོག་མ་རིག་ཆེན་པོ་སྟེ། །

འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོར་ལྷུང་བར་བྱེད། །

རྟོག་མེད་ཏིང་འཛིན་ལ་གནས་ན། །

ནམ་མཁའ་བཞིན་དུ་རྟོག་མེད་གསལ། །

ཞེས་གསུངས་སོ། །

རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ལ་འཇུག་པའི་གཟུངས་ལས་ཀྱང་།

དམ་ཆོས་འདི་ལ་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ། །

རྣམ་པར་མི་རྟོག་བསམས་གྱུར་ན། །

རྣམ་རྟོག་བསྐྱེད་དགའ་རྣམས་འདས་ཏེ། །

རིམ་གྱིས་མི་རྟོག་ཐོབ་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཞེས་མདོ་རྒྱད་གཉིས་ཀྱི་ལུང་གིས་བསྐྱབ་པར་མཛད་

དོ། །འོ་ན་འཁོར་བ་རྣམ་རྟོག་ལས་བྱང་བ་དང་། བདག་མེད་བསྐྱེད་པས་
རྣམ་རྟོག་ས་བོན་དང་བཅས་པ་སྤོང་བྱས་པའི་ཁུངས་ཇི་ལྟར་ཞེ་ན། སྤར་
བཤེད་པ་དེ་ལྟར་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་སྤྲུལ་ཏེ་རྒྱད་ལས། ཞེས་བྱ་ཆོས་
ཅན། དངོས་པོར་འཇིག་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་འདི་ནི་སྤྱིད་པའི་རྩ་བར་གྱུར་
པའི་མ་རིག་པ་ཆེན་པོ་ཡིན་ཏེ། འཁོར་བའི་རྒྱ་མཆོ་གཏིང་མཐའ་མེད་པར་
ལྷུང་བར་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་པའི་བྱིར། བྱེད་པ་པོ་ལ་ཆེན་པོའི་སྐྱེ་འཇུག་པ་ཡང་
ཡིན་ཏེ། འཆི་མེད་མཛོད་ལས། ཆེན་པོ་མཆོག་དང་ཆད་མེད་དང་། །མཁས་
བཙུན་སྤྱོད་པའི་ལས་བདག་ཉིད། །མཆོག་ཏུ་མད་བྱང་བྱེད་པ་པོ། །ཆེན་པོ་
ཞེས་ནི་བཤེད་པ་ཡིན། ཞེས་བཤེད་པའི་བྱིར། དེ་ལྟར་རྣམ་རྟོག་ལས་བྱང་
སྤྱིད་པ་ནི། ཞེས་པ་རྟུང་བ་གཉིས་ཀྱི་དོན་ལུང་གིས་བསྐྱབས་ནས། དེ་བྱིར་
མ་ལུས་རྟོག་སྤངས་པ། ཞེས་པ་བྱི་མ་གཉིས་ལུང་གིས་བསྐྱབ་པ་ནི། བདེན་
འཇིག་གྱི་རྣམ་རྟོག་གི་གཉེན་པོར། བདག་མེད་པའི་དོན་རིག་པས་དབྱུང་དེ།
ངས་པ་རྟེན་པའི་ཆེ་དབྱུང་མཐར་རྟོག་པ་མེད་པ་སྟེ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཉིང་

དེ་འཛིན་ལ་གནས་ཤིང་གོམས་པར་བྱས་པས། གོམས་པ་རབ་ཀྱི་མཐར་
 བྱེན་པ་ན། སྟོན་དུས་ཀྱི་སྤྲིན་དང་བྲལ་བའི་ནམ་མཁའ་བཞིན་དུ་རྟོག་པ་མེད་
 པའི་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་གསལ་བར་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་སྟེ། གཉིས་སྒྲང་
 གི་རྟོག་པ་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་འཛོམས་པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་ཁ་སྐྱོར་
 ཀྱི་རྒྱད་ལས་གསུངས་པའི་བྱིར། འདི་ནི་རིགས་པའི་དབང་ཕྱུག་གིས། དེ་
 བྱིར་ཡང་དག་ཡང་དག་མིན། ཞེས་སོགས་གསུངས་པའི་རིགས་པ་དང་
 མཚུངས་སོ། །ཟབ་མོ་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་མཉམ་པར་བཞག་ན། རྣམ་
 རྟོག་གི་སྒྲོས་པ་ལྡོག་པའི་ཁུངས་གཞན་ཡང་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ལ་འཇུག་
 པའི་གཟུངས་ལས་ཀྱང་། དོན་འདི་བཀའ་སྩལ་ཏོ། །

རི་ལྟར་ཞེ་ན། འདི་ལྟར་གསུངས་ཏེ། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དམ་པའི་ཆོས་
 ཟབ་མོ་འདི་ལ་ཐོས་བསམ་ཀྱི་ཤེས་རབ་སྟོན་དུ་འགོ་བའི་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་
 བོས། མཆོན་མར་འཛིན་པའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་འགལ་བ་མི་མཐུན་སྟེགས།
 རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་བསམས་ཤིང་བསྒྲོམས་པར་གྱུར་ན། མཆོན་མ་ལ་སྟོང་
 པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་བྲ་བ་བཟོད་པར་དཀའ་བ་ལས་རྣམ་པར་འདས་ཏེ།
 རིམ་གྱིས་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །

ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར།

མཁྱུན་བསྐྱབ་བ་ནི།

༥ གཉིས་པ་མཐུག་བསྐྱབ་བ་ནི།

ལྷང་དང་རིགས་པ་དག་གིས་ནི།

ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་མེད་པའི།

རང་བཞིན་མེད་པར་ངེས་བྱས་ནས།

རྣམ་པར་རྟོག་མེད་བསྒྲོམ་པར་བྱ།

ཞེས་གསུངས། ངེས་དོན་གྱི་ལྷང་དང་ངི་མ་མེད་པའི་རིགས་པའི་
ཆོགས་དག་གིས་ནི། གང་ཟག་དང་ཤུང་པོ་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱས་པའི་ཆོས་
རྣམས་ཐམས་ཅད་བདེན་པའི་སྐྱེ་བའམ་སྐྱེ་བའི་རང་བཞིན་མེད་པར་ངེས་
ཤིང་སྐྱོ་འདོགས་ཆོད་པར་བྱས་ནས་ཡིན་ལུགས་ཀྱི་དོན་ལ་མཚན་མའི་རྣམ་
པར་རྟོག་པ་མེད་པར་ཅེ་གཅིག་ཏུ་བསྒྲོམ་པར་བྱ་སྟེ། ཐོས་པའི་རྗེས་འཐུག་
སྐྱབ་པ་སྦྱང་པོར་བྱ། །སྐྱེ་བའི་རྫོང་ལས་ཆོགས་ཆུང་ཐར་བར་འགྱུར། ཞེས་
གསུངས་པའི་སྒྱུར་དོ།

འབྲས་བྱའི་ཆོས་བཤད་བ།

༥ གཉིས་པ་འབྲས་བྱའི་ཆོས་བཤད་པ་ནི།

དེ་ལྟར་དེ་ཉིད་བསྒྲོམ་བྱས་ན།

རིམ་གྱིས་དོད་སོགས་ཐོབ་བྱས་ནས།

རབ་དགའ་ལ་སོགས་ཐོབ་འགྱུར་ཏེ།

སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་ཡུན་མི་རིང།

ཞེས་གསུངས། དེ་ལྟར་སྐབས་འགྲོ་ཐུན་མོང་བ་ནས་བཟུང་སྟེ། སྐྱེས་
བྱ་ཆུང་འབྲིང་གི་ལམ་ལ་སྒོ་སྐྱངས། སྒོན་འཇུག་གི་སེམས་གཉིས་བསྐྱེད་དེ།
ཐབས་རྒྱ་ཆེན་པོས་ཟེན་པའི་སྒོ་ནས། ཞི་གནས་དང་། ལྷག་མཐོང་གིས་དེ་
ཁོ་ན་ཉིད་བསྒྲུལ་ས་པར་བྱས་གས་ལམ་ཆུང་འབྲིང་ཆེན་པོ་ལེགས་པར་
བསྐྱོད་དེ། རིམ་གྱིས་བྱོད་ལ་སོགས་པ་ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མཐུན་
པ་བཞི་ཐོབ་པར་བྱས་ནས། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཡེ་ཤེས་གྱིས། དང་
པོ་ས་རབ་ཏུ་དགའ་བ་དང་། ལ་སོགས་པས་བསྐྱས་པ་ས་གཉིས་པ་ནས།
བཅུ་པའི་རྡོ་རྗེ་ལྟ་བུའི་ཉིང་ངེ་འཇིན་གྱི་བར་གྱི་གནས་སྐབས་ཀྱི་འབྲས་བུ་
ཐོབ་པར་འགྱུར་ལ། དེ་ལས་མཐར་ཐུག་གི་འབྲས་བུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱང་
ཆུབ་ཆེན་པོ་སྐྱ་གསུམ་ཡེ་ཤེས་ལྷ་ལྡན་གྱི་གོ་འཕང་ཡང་ཡུན་མི་རིང་བར་
སྐྱར་ཏུ་ཐོབ་ནས་སྐལ་བ་དང་ལྡན་པའི་འགྲོ་བ་མཐའ་ཡས་པ་སྒྲིན་ཅིང་གོལ་
བར་བྱེད་པའི་འཕྲིན་ལས་ལྡན་གྱིས་བྱུང་བ་དང་། རྒྱན་མི་འཆད་པ་འཁོར་བ་
རི་སྤྱང་ཏུ་འབྱུང་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཏེ། དེ་བཞིན་འཁོར་བ་རི་སྤྱང་བར། །ལས་
ནི་རྒྱན་མི་འཆད་པར་འདོད། ཅེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར་རོ།

བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་སྒོན་མའི་རྣམ་བཤད་ཤུལ་བྱང་བཞད་པའི་དགའ་སྒོན་ཞེས་བྱ་བ།

སྐད་སྐད་ལ་བརྟུག་པའི་ཆུ་ལ་སྒྲིག་ས་ཙམ་བསྟན་པ་ལ།

༥ གཉིས་པ་སྒྲགས་ལ་འཇུག་པའི་ཆུ་ལ་སྒྲིག་ས་ཙམ་བསྟན་པ་ལ་
གསུམ། རྡོ་རྗེ་ཐེག་པ་ལ་འཇུག་པས་དབང་ཐོབ་དགོས་པར་བསྟན་པ། ཉེན་
གྱི་བྱང་པར་གྱིས་དབང་གོང་མ་གཉིས་བྱར་རུང་བ་དང་མི་རུང་བའི་ཆུ་ལ།
དབང་གོང་མ་གཉིས་མ་ཐོབ་ན་རྒྱུད་ཉན་བཤད་སོགས་བྱར་རུང་མི་རུང་
དབྱེད་པའོ། །

དང་པོ་ལ་གསུམ། ཉེན་གྱི་གང་ཟག་དང་། དེ་ལ་སྒྲིན་བྱེད་གྱི་དབང་
བསྐྱར་བ་དང་། དབང་བསྐྱར་བའི་ཆེ་བ་བསྟན་པའོ། །

དང་པོ་ནི།

སྒྲགས་མཐུ་ཉིད་ལས་གྲུབ་པ་ཡི། །

ཞི་དང་རྒྱས་སོགས་ལས་རྣམས་ཀྱིས། །

བུམ་པ་བཟང་གྲུབ་ལ་སོགས་པ། །

གྲུབ་ཆེན་བརྒྱད་སོགས་སྟོབས་ཀྱིས་ཀྱང། །

བདེ་བ་ཡིས་ནི་བྱང་ཆུབ་ཆོགས། །

ཡོངས་སུ་རྒྱོགས་པར་འདོད་པ་དང། །

བྱ་བ་སྦྱོད་སོགས་རྒྱུད་གསུངས་པའི། །

གལ་ཏེ་གསང་སྒྲགས་སྦྱོད་འདོད་ན། །

ཞེས་གསུངས། གཙང་དུ་རྡོ་བོ་ཐེབས་དུས། ལུ་རྟོག་སོགས་མི་བླག་
གིས་དི་བ་ལྷ་ཞུས་པའི་ཕྱི་མ་གསུམ་སྒྲགས་ཀྱི་དི་བ་ཡིན་ཏེ། རྡོ་རྩེ་སྒོ་བ་
དཔོན་གྱི་དབང་མ་ཐོབ་པར་རྒྱུད་འཆད་དུ་རུང་ངམ་མི་རུང་བྱ་བ་དང་།
ཆངས་པར་སྐྱོད་པས་དབང་གོང་མ་གཉིས་སྤང་དུ་རུང་ངམ་མི་རུང་བྱ་བ་
དང་། དབང་བསྐྱར་མ་བྱས་པར་གསང་སྒྲགས་ཉམས་སྲུ་སྤང་རུང་ངམ་མི་
རུང་བྱ་བའོ། །དི་བ་དང་པོའི་ལན་ནི། རྒྱུད་ཀྱན་ཉན་དང་འཆད་པ་དང་། ཞེས་
སོགས་དང་། གཉིས་པའི་ལན་ནི། དང་པོའི་སངས་རྒྱས་རྒྱུད་ཆེན་ལས།
ཞེས་སོགས་དང་། གསུམ་པའི་ལན་ནི། བྱ་བ་སྐྱོད་སོགས་རྒྱུད་གསུངས་
པའི། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ཡང་པར་སྤྱན་ཐེག་པའི་ལུགས་ཀྱི། སྤྱན་བླག་བསྐྱར་བཞིའི་ཉམས་
ལེན་གྱིས་རང་བཞིན་གྱི་དོན་ཡོངས་སུ་རྡོགས་པར་འགྱུར་བ་བཞིན་དུ། རྡོ་
རྩེ་ཐེག་པའི་ལམ་གྱིས་བསྐྱོད་པའི་ཉེན་ངེ་ལྟར་དགོས་པ་ཡང་གཞག་ཏུ་ཡོད་
དེ། སྒྲགས་བསྐྱེད་པའི་མཐུ་ཉིད་ལས་བྱུང་པར་འགྱུར་བའི་ཞི་བ་དང་། རྒྱས་
པ་དང་། དབང་དང་། མངོན་སྐྱོད་ཀྱི་འཕྱིན་ལས་བཞི་དང་། འདོད་དགུ་འབྱུང་
བའི་བྱམ་པ་བཟང་པོ་བྱུང་པ་དང་། བྱུང་པ་ཆེན་པོ་བརྒྱུད་ལ་བཞེན་ནས་ལམ་
བདེ་བ་དང་། ལྷུང་བ་ཡིས་ནི་རང་གིས་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོའི་ཆོགས་ཡོངས་སུ་
རྡོགས་ཤིང་། གཞན་དོན་ཐམས་ཅད་བསྐྱབ་པར་འདོད་པས། བྱ་བ་དང་སྐྱོད་

པ་སོགས་རྒྱད་སྡེ་བཞི་ལས་གསུངས་པའི་གསང་སྤགས་གྱི་སྒྲོད་པ་རྣམ་
པར་དག་པར་ཉམས་སུ་སྒྲང་བར་འདོད་པའི་རྟེན་ཅན་དགོས་པའི་ཕྱིར།

༥ གཉེས་པ་ནི།

དེ་ཆེ་སྟོབ་དཔོན་དབང་བསྐྱར་ཕྱིར། །

བསྟེན་བཀྱར་རིན་ཆེན་སོགས་སྟོན་དང་། །

བཀྱར་བསྐྱབ་ལ་སོགས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། །

སྤྲ་མ་དམ་པ་མཉེས་པར་བྱ། །

སྤྲ་མ་མཉེས་པར་གྱུར་པ་ཡིས། །

ཡོངས་རྫོགས་སྟོབ་དཔོན་དབང་བསྐྱར་བས། །

ཞེས་གསུངས། དེ་ཡང་དོ་རྩེ་ཐེག་པའི་ལམ་དུ་འཇུག་པར་འདོད་པའི་
སྟོབ་མ་ལ་མ་བྱུན་མོང་བས་རྒྱད་སྡེ་རྣམས་རྒྱད་སྡེ་བཞི་པོ་ཅི་རིགས་པའི་
སྟོན་གསང་སྤགས་ལ་འཇུག་པར་འདོད་པ་དེའི་ཆེ། མཆོན་ཉིད་དང་ལྡན་
པའི་སྤྲ་མ་དམ་པ་མཉེས་པར་བྱ་དགོས་ཏེ། དགོས་པ་གང་གི་དོན་དུ་ན། རྩོ་
རྩེ་སྟོབ་དཔོན་གྱི་དབང་བསྐྱར་ཐོབ་ཕྱིར་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདིས་དབང་གོང་
མ་གསུམ་ཡང་མཆོན་ནོ། །ཆུ་ལ་རི་ལྟར་མཉེས་པར་བྱེད་ཆུ་ལ་ཡང་ཡོད་དེ།
བཀྱར་སྟེ་རྟེན་པ་དག་དང་རིམ་གྱོ་དང་། །བསྐྱབ་པའི་སྟོན་གསང་སྤགས་གཉིན་
བསྟེན་པར་བྱ། ཞེས་པ་ལྟར་ལུས་ངག་གིས་བསྟེན་བཀྱར་བ་དང་། རིན་པོ་

ཆེ་དང་། བགོ་བ་དང་། བཟའ་བཏུང་དང་། བཞུགས་པ་ལྟེན་པ་ལྟེན་པ་
བཞུགས་ཀྱི་ཡོ་བྱད་སྒྲིན་པ་དང་། བཀའ་སྒྲུབ་དང་དུ་སྒྲུབ་ནས་ཚུལ་བཞུགས་
དུ་བསྐྱབ་པ་ལ་སོགས་པ་སྒོ་གསུམ་གྱི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མཉེས་
པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར། ལྷ་མ་མཉེས་པར་བྱས་ནས་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་ཡང་ཡོད་
དེ། དེ་ལྟར་ལྷ་མ་མཉེས་པར་བྱུར་བ་ཡིས། སྒོ་བ་མས་དབང་དོན་དུ་གསོལ་
བ་བཏབ་ནས། མཐའ་ཉེན་རྗེས་གནང་དང་བཅས་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་
དོན་སྒོ་བ་དཔོན་གྱི་དབང་བསྐྱར་བས། བདག་ཉིད་གསང་སྔགས་ཀྱི་སྒྲོད་
རུང་དུ་བྱ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར། །

དབང་བསྐྱར་བའི་ཆེ་བ།

༥ གསུམ་པ་དབང་བསྐྱར་བའི་ཆེ་བ་ནི།

སྒྲིག་ཀྱན་རྣམ་དག་བདག་ཉིད་ནི། །

དངོས་གྲུབ་བསྐྱབ་པའི་སྐལ་ལྷན་འབྱུང་། །

ཞེས་སོ། །གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར། དབང་བཞི་རྫོགས་པར་བསྐྱར་བ་ལ་
དགོས་པ་ཡོད་དེ། སྒོ་གསུམ་གྱི་སྒྲིག་སྒྲིབ་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་རྣམ་
པར་དག་ཅིང་། སྒོ་བ་མ་བདག་ཉིད་ནི་དངོས་གྲུབ་ཚུང་འབྲིང་ཆེན་པོ་གསུམ་
བསྐྱབ་པའི་སྐལ་བ་དང་ལྷན་པར་འབྱུང་བའི་བྱིར་རོ། །

བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་སྒྲོན་མའི་རྣམ་བཤད་ཤུལ་བྱང་བཞད་པའི་དགའ་སྟོན་ཞེས་བྱ་བ།

རྟེན་གྱི་བྱད་པར་གྱིས་དབང་གོང་མ་གཉིས་བྱར་རྒྱུ་བ་དབང་མི་རྒྱུ་བའི་ཚུལ།

༥ གཉིས་པ་རྟེན་གྱི་བྱད་པར་གྱིས་དབང་གོང་མ་གཉིས་བྱར་རྒྱུ་བ་
དང་མི་རྒྱུ་བའི་ཚུལ་ནི།

དང་པོའི་སངས་རྒྱས་རྒྱུད་ཆེན་ལས། །

རབ་རྒྱ་འབད་པས་བཀག་པའི་ཕྱིར། །

གསང་བ་ཤེས་རབ་དབང་བསྐྱར་བ། །

ཚངས་པར་སྟོད་པས་སྤང་མི་བྱ། །

གལ་ཏེ་དབང་བསྐྱར་དེ་འཛིན་ན། །

ཚངས་སྟོད་དགའ་ཐུབ་ལ་གནས་པས། །

བཀག་པ་སྟོད་པར་གྱུར་པའི་ཕྱིར། །

དགའ་ཐུབ་སྟོམ་པ་དེ་ཉམས་ཏེ། །

བརྟུ་ལ་ཞུགས་ཅན་དེ་ཕམ་པ་ཡི། །

ལྷང་བ་དག་ནི་འབྱུང་འབྱུར་ཞིང། །

དེ་ནི་ངན་སང་ངེས་ལྷང་བས། །

གྲུབ་པ་ནམ་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །

ཞེས་གསུངས། འོ་ན་དབང་བསྐྱར་པ་དེ་དག་དངོས་གྲུབ་འདོད་པའི་

གང་ཟག་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། དངོས་དབང་དུ་སྤང་བ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་
 ཞེས་དམིགས་བསལ་སྟོན་པ་ནི། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། ཆངས་པར་སྐྱོད་པའི་
 དགོ་བསྟེན་དང་། རབ་བྱུང་སྡེ་ལྔ་གང་རུང་གི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་གནས་པའི་
 སྟོབ་དཔོན་གྱིས། གསང་བའི་དབང་གཞན་ལ་བསྐྱར་བ་དང་། སྟོབ་མ་ལ་
 ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་དབང་བསྐྱར་བ་དང་ནི། རང་ཉིད་ཀྱིས་དངོས་སུ་
 སྤང་བར་མི་བྱ་སྟེ། ཚུལ་དེ་ལྟ་བུ་ནི། དང་པོའི་སངས་རྒྱས་དུས་ཀྱི་འཁོར་
 ལོའི་རྩ་བའི་རྒྱུད་ཆེན་མོ་ལས། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་རབ་ཏུ་འབད་པས་
 བཀག་པའི་བྱིར།

འོ་ན་སྐྱོན་ཅི་ཞིག་གཟིགས་ནས་དབང་དེ་གཉིས་ཆངས་པར་སྐྱོད་པ་
 ལ་བཀག་ཅི་ན། ཆངས་པར་སྐྱོད་པའི་དཀའ་ཐུབ་ལ་གནས་པའི་དགོ་བསྟེན་
 དང་། རབ་བྱུང་སྡེ་ལྔ་པོ་གང་རུང་གིས། གལ་ཏེ་དབང་བསྐྱར་བ་གཉིས་པོ་དེ་
 དག་དངོས་སུ་འཛིན་ཅིང་སྤངས་ན། སྟོན་པས་བཀག་པ་སྐྱུད་པར་གྱུར་པ་
 ཡིན་པའི་བྱིར། ཆངས་སྐྱོད་ཀྱི་དཀའ་ཐུབ་དང་། རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་སྟོམ་པ་དེ་
 ཉམས་ཏེ། ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བརྒྱལ་ཞུགས་ཅན་དེ་དག་པམ་པ་དང་། པམ་པ་
 དང་འདྲ་བའི་རྩ་བའི་ལྷུང་བ་དག་ནི་འབྱུང་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་པའི་བྱིར་དང་།
 ལྷུང་བས་ཉམས་པའི་གང་ཟག་དེ་ནི་ངན་སོང་གསུམ་དུ་ངེས་པར་ལྷུང་བས་
 ན་དངོས་གྲུབ་འགྲུབ་པ་ནམ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར་ཏེ། རོ་བོ་ཉིད་

གྱིས། གསང་བ་དང་ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་གྱི་དབང་ནི་ཆངས་པར་སྐྱོད་པ་གྲོལ་
བའི་ལམ་པས་མི་བསྐྱར་ཞིང་སྒྲོབ་མས་ཀྱང་མི་སྤང་རོ། །དེ་ནི་ཆངས་པར་
སྐྱོད་པ་བྱེད་པར་བྱེད་པ་དང་། སངས་རྒྱས་གྱི་བསྟན་པ་རྒྱབ་པར་བྱེད་པས་
སེམས་ཅན་དཔྱལ་བར་སྒྲོབ་དཔོན་དེ་དང་སྒྲོབ་མ་གཉིས་ཀ་ཐེ་ཆོམ་མེད་
པར་འགྲོ་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་དང་། རང་འགྲེལ་ལས་ཀྱང་། ཁ་ཅིག་གསང་
སྒྲགས་གྱི་རྒྱད་ཆེན་པོ་དག་གི་དགོངས་པ་མི་ཤེས། སྤྲ་མ་དམ་པས་ཀྱང་མ་
ཟེན་ཅིང་། སྤྲིག་པའི་བཤེས་གཉན་ལ་བརྟེན་པས། གསང་སྒྲགས་གྱི་ཚུལ་མི་
ཤེས་པས། དགོངས་པ་ཅན་གྱི་བཀའ་ལ་བརྟེན་ནས་འདི་སྐད་དུ། བདག་ཅག་
ནི་གསང་སྒྲགས་པའོ། །ཞེས་སྐྱོད་པ་ཐམས་ཅད་ལ་བག་ཡངས་སུ་བྱེད་ཅིང་།
ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་དངོས་གྲུབ་ཀྱང་སྤྱར་དུ་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་སྒྲོགས་
ཤིང་གནས་པ་དེ་དག་ནི་རན་འགྲོར་འགྲོ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་སོགས་རྒྱ་ཆེར་
གསུངས་སོ། །

གསུམ་པ་དབང་གོང་མ་གཉིས་མ་ཐོབ་ན། རྒྱད་ཉན་བཤད་སོགས་
བྱར་རུང་མི་རུང་གི་དོགས་པ་སྤང་བ་ནི།

རྒྱད་ཉན་ཉན་དང་འཆད་པ་དབ། །

སྒྲིན་སྤྲིག་མཆོད་སྒྲིན་སོགས་བྱེད་པ། །

སྒྲོབ་དཔོན་དབང་བསྐྱར་བརྟེན་གྱར་ཅིད། །

དེ་ཉིད་རིག་ལ་ཉེས་པ་མེད། །

ཅེས་གསུངས། གལ་ཏེ་ཚངས་པར་སྒྲིད་པས་དབང་དེ་གཉིས་དངོས་
སུ་སྒྲང་དུ་མི་རུང་ན་གསང་སྒྲགས་སྒྲིད་པའི་སྐལ་བ་མེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་
ན། སྒྲིན་མེད་དེ། སྒྲོབ་དཔོན་གྱི་དབང་བསྐྱར་བ་རྗེས་འབྲང་དང་བཅས་པ་
བཞེས་པ་སྟེ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིང་། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བཅུ་རིག་པ་ལ་སྟེ་རིག་པའི་
གང་ཟག་གིས། བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱན་ལ་སྒྲོབ་མས་ཉན་པ་དང་།
སྒྲོབ་དཔོན་གྱིས་འཆད་པ་དང་། ཐུན་མོང་དུ་གཉིས་ཀས་སྒྲིན་སྟེག་དང་།
མཆོད་སྒྲིན་དང་། སོགས་པས་རབ་གནས་དབང་བསྐྱར་འཕྲིན་ལས་བཞི་
དང་། བྱབ་པ་རྣམ་པ་བརྒྱད་སྟུབ་པར་བྱེད་པ་ལ་ཉེས་པ་མེད་པའི་བྱིང་།

རྒྱ་གང་ལ་བརྟེན་ནས་བརྩམས་པ།

༥ གསུམ་པ་རྒྱ་གང་ལ་བརྟེན་ནས་བརྩམས་པ་ནི།

གནས་བརྟན་མར་མེ་མཛད་དཔལ་གྱིས། །

མདོ་སོགས་ཆོས་ལས་བཤད་མཐོང་བས། །

བྱང་ཆུབ་འོད་གྱིས་གསོལ་བཏབ་ནས། །

བྱང་ཆུབ་ལམ་བཤད་མདོར་བསྐྱས་བྱས། །

ཞེས་སོ། །དེ་ལ་རྒྱང་པ་དང་པོས་བྱེད་པ་པོ། བཞི་པས་ལས་སུ་འདུ་
བྱ་བ། གཉིས་པས་ནང་གི་རྒྱུན་ཤེས་རབ་ཐུན་སུམ་ཆོགས་པ། གསུམ་པས་

གཞན་རྒྱུ་སྒྲིང་རྗེ་ཆེན་པོ་བསྟན་བཅས་ཚུལ་པའི་རྒྱུ་བསྟན་ཏེ། །སྡེ་པ་
བཅོ་བརྒྱད་པོ་མཐའ་དག་གི་གཙུག་གི་ནོར་བུ། བསྟན་པར་རྫོགས་ནས་སྡེ་མ་
རྒྱུ་རྣམ་དག་བར་མ་ཆད་དུ་ལོ་སྤུམ་ཅུ་ལྷག་བཞེས་པས་གནས་བརྟན་ཆེན་
པོ་མར་མེ་མཛད་དཔལ་ཡེ་ཤེས་ཞེས་བྱ་བས། གངས་རིའི་ཁྲོད་ཀྱི་སྐལ་ལྷན་
རྣམས་རྗེས་སུ་བཟུང་བའི་ཕྱིར་དུ། ལས་དང་པོ་པའི་ས་ནས་བྱང་ཆུབ་
མཆོག་གི་བར་དུ། བཏོད་པའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་རྣམ་པར་བཤད་པ་ཡིན་
ནོ། །

རྒྱ་གང་ལ་བརྟན་ནས་བཤད་པ་ཡང་གཞག་ཏུ་ཡོད་དེ། མདོ་དང་།
སོགས་ཁོངས་ནས་རྒྱད་དང་། བསྟན་བཅས་མན་ངག་གི་ཆོས་རྣམས་ལས་
བཤད་པ་རི་ལྟ་བ་བཞིན་མཐོང་བས་ཏེ་མཐོང་བའི་ཤེས་རབ་དང་། བོད་ཡུལ་
ཀྱི་བསྟན་པའི་ཁྱར་བཞེས་པའི་ལྟ་རིགས་དག་སྦྲོང་བྱང་ཆུབ་འོད་ཀྱིས།
བསྟན་པ་སྤྱི་བྱུང་ཀྱི་དོན་དུ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཤིང་རྩར་གྱུར་པའི་གཞུང་ཞིག་
ཅིས་ཀྱང་གནང་དགོས་ཞེས་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་རྒྱ་ལས་བཤད་པ་ཡིན་
པའི་ཕྱིར། ལྟ་ལ་རི་ལྟར་བྱས་པ་ཡང་གཞག་ཏུ་ཡོད་དེ། ཆོ་འདི་ཡུན་ཐུང་
ཤེས་བྱའི་རྣམ་པ་མང་། །ཆོ་ཡི་ཆད་ཀྱང་རི་ཙམ་མི་ཤེས་པས། །ངང་པས་རྒྱ་
ལས་འོ་མ་ལེན་པ་ལྟར། །རང་གི་འདོད་པ་དང་དུ་སྒྲུང་ན་ལེགས། །ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར། དགག་བསྐྱབ་ཀྱི་སྒྲོས་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་དོར་ནས་ཐམས་ཅད་

མཁུན་པ་དོན་གཉིས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་མ་ཆང་བ་མེད་པ་བསྐྱབ་པའི་ཆ་རྒྱུན་དུ་
གྱུར་པ་ཅ་མ་ཞིག་ཆིག་མདོར་བསྐྱས་ཏེ་བྱས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

མཁུན་གི་དོན་ལ་གཉིས།

༥ བཞི་པ་མཐུག་གི་དོན་ལ་གཉིས། གང་གིས་མཛད་པ་དང་། ལྷན་
བསྐྱར་བའོ། །

དང་པོ་ནི། བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་སྒྲོན་མ་ལྷ་བརྒྱུ་པ་རྣམས་ཀྱི་གཙུག་གི་ནོར་བུ་
སྒྲོབ་དཔོན་མཁས་པ་ཆེན་པོ་དཔལ་མར་མེ་མཛད་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས། ལྷན་བྲན་གྱི་
གདུལ་བྱ་བགྲང་བ་ལས་འདས་པའི་དོན་དུ་བྱུགས་བཅེ་བ་ཆེན་པོས་མཛད་པ་
རྟོགས་སོ། །

གཉིས་པ་ནི། རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་དྲུ་པོ་ཀུ་ར་ལྷུ་རྩ་དང་། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་
བ་འཇིག་རྟེན་གྱི་མིག་ །དགེ་སྦྱོང་དགེ་བའི་སྒོ་གྲོས་ཀྱིས་རྒྱ་སྐད་ལས་བོད་སྐད་དུ་
བསྐྱར་ཞིང་ཆིག་དོན་གྱི་ཞུ་ཆེན་བཞིས་ནས་འཆད་ཉན་མཛད་པ་འོ། །

འདིའི་རང་འགྲེལ་ནི་དགེ་བཤེས་གྲུང་ཐང་པས་ཞུས་ཤིང་བསྐྱར་ཏེ།
ནག་ཆོ་བདག་ཉིད་གཅིག་ཕུ་མ་གཏོགས་པ། །རྫོ་བོའི་སྒྲོབ་མ་གཞན་ལ་ཡོད་
རེ་སྐྱན། །ཞེས་ནག་ཆོ་བདག་ཉིད་ཀྱིས་སྤྲས་ཆོས་སུ་མཛད་དོ། །འོན་ཀྱང་
འདིའི་འཕྲིན་ལས་ཆེས་ཆེར་རྒྱས་པར་བྱེད་པ་པོ་ནི། དགེ་བཤེས་སྟོན་པ་ལ་
སོགས་ཏེ། ཁོང་གིས་སྐྱུ་མཆེད་གསུམ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲོབ་མའི་ཆོགས་ལ་

འདོམས་པར་མཛད། དག་བཤེས་སྤྱི་ཉོ་བས། ལོ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་གསུང་ལ་
གཅེས་སྤྲུལ་སྤྱི་མཛད་དེ། ཚོགས་སྤྱི་ཐུན་བརྒྱད་བརྒྱད་དུ་གསུངས། དེ་ནས་
ཤར་བ་ཆེན་པོས་འདིའི་འཕྲིན་ལས་རྒྱས་པར་མཛད་དེ། ད་ལྟའི་བར་དུ་
བསྟན་པའི་སྒྲོན་མེ་དང་འགྲོ་བའི་མིག་ཏུ་གྱུར་པ་འདི་ཡིན་ནོ། །

སྤྲུལ་བ། སྤྱི་བྱང་མཐུན་བཅེའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལས་འོངས་པ། རྣམ་
འགྲེལ་ཆོག་དོན་རྫོགས་པའི་གཟེ་འོད་ཅན། སྤྲུལ་ཡང་རང་གཞུང་པད་ཆལ་
འབྱེད་པའི་ཕྱིར། སྤྱི་བསྟན་མཁའ་དབྱིངས་རྒྱན་དུ་ཤར་བ་བཞིན། བདེ་
གཤེགས་ཀྱི་བཟོད་པ་གཅིག་པའི་ལམ། ཤེད་ཏུ་ཆེན་པོ་གཉིས་ཀྱི་
བཞེད་པའི་སྤྱི་བ། བརྒྱད་པའི་ཆུ་བོ་གསུམ་འདྲེས་གདམས་པའི་མཆོག །
གང་འདིའི་སྟན་གྲགས་དབྱར་སྤྱེས་བཞེད་པའི་སྤྲུལ། འགྲོ་ཀྱན་གཏམ་
གཞན་སྤྱི་བའི་གོ་སྐབས་སྤྱོད་པ། རབ་དཀར་གངས་རིས་བསྐྱོར་གྱི་ཀྱན་
ཚོངས་ཀྱི། སྤྲུལ་རུམ་མི་བཟད་འཕྲིན་པའི་བྱང་སྤྱོད་པའི་འདིར། རྫོང་བྱེད་
ཆོག་གི་ལང་ཆོ་ཆེས་སྤྱི་ཡང་། བརྫོང་བྱེད་འོད་དཀར་རྫོགས་པའི་ལྷ་ཆེས་
འདི། ཤར་བ་ཅམ་གྱིས་སྤྱི་བསྟན་ཆ་གདུང་དང་། ཚོངས་པའི་ཐུན་ནག་
མ་ལུས་ཅིག་ཅར་བསལ། བྱང་སྤྱོད་པའི་ལངས་པའི་ལོ་གྱི་སྤྱོད་པའི་མར། སྤྱི་
བསྟན་ལོངས་རྫོགས་མཛེས་པའི་གོས་དཀར་སྤྱི་བ། བྱང་སྤྱོད་ཆེན་པོ་
སྤྱི་བའི་རྣམ་ཐར་ལ། ཀྱན་ནས་བཞེད་པའི་མཁས་སྤྱི་བ་བརྒྱས། །

འཛམ་གླིང་མངོན་པར་བརྒྱན་པའི་བྱེད་པོའང་། །བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་སྒྲོན་མ་
འདི་ཉིད་དོ། །དེ་ཕྱིར་ཆ་གང་ག་ཤེག་ག་ཏུབ་བཤེས་སྒྲོམ་སོགས། །འཛིགས་
རུང་ངན་འགྲོའི་གཡངས་ས་ལས་གྲོལ་ཏེ། །བདེ་འགྲོ་ལྷ་མིའི་སྦྱེད་ཆ་ལ་
བསྟེན་འདོད་ན། །ཕུལ་བྱང་གཞུང་བཟང་འདི་ལ་བསྟེན་པའི་རིགས། །ལས་
ཉོན་ཆུ་གཏེར་སྤྲུག་བསྐྲུལ་བ་སྦྱོང་ཅན། །མཐའ་མེད་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཆོ་
ལས་བརྒྱལ་ཏེ། །རྣམ་གྲོལ་ནོར་བུའི་གླིང་དུའང་འགྲོ་འདོད་ན། །ཕུལ་བྱང་
གཞུང་བཟང་འདི་ལ་བསྟེན་པའི་རིགས། །སྦྱེ་ག་ན་འཆི་མེད་པ་བདེ་ཆེན་
གྱི། །དབྱིངས་ལ་རྟག་རོལ་འགྲོ་ལ་མཆོག་སྦྱོལ་བའི། །ཐམས་ཅད་མཁྱེན་
པའི་གྲོང་དུ་འཇུག་འདོད་ན། །ཕུལ་བྱང་གཞུང་བཟང་འདི་ལ་བསྟེན་པའི་
རིགས། །ཆེ་འདི་བར་སྒྲུང་སྒྲོག་ལྷར་སྒྲུར་འགྲོ་ཞིང་། །འཛིག་རྟེན་པ་རོལ་
བཤུལ་རིངས་ཉམས་ངན། །གྲོགས་དག་བག་མེད་སྤྱན་པ་མ་འཕྱར་བར། །
ཕུལ་བྱང་གཞུང་བཟང་འདི་ལ་བསྟེན་པའི་རིགས། །བདེ་འདོད་སྤྲུག་བསྐྲུལ་
བསྐྱབ་པའི་བྱི་པག་གི། །སྦྱོང་ཆུ་ལ་སྤངས་ཏེ་བཀའ་གདམས་དག་བའི་
བཤེས། །དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་སྦྱོང་འདོད་ན། །ཕུལ་བྱང་གཞུང་བཟང་
འདི་ལ་བསྟེན་པའི་རིགས། །དེ་ཕྱིར་ཆུ་ལ་འདི་ལེགས་པར་བཤེད་པ་ལས། །
ཐོབ་པའི་རྣམ་དཀར་དག་བ་ཅི་མཆིས་པ། །མ་ལུས་རང་གཞན་དོན་རྣམས་
བསྐྱབ་པའི་བྱིར། །སྤྲ་མེད་བྱང་ཆུབ་དམ་པ་ཐོབ་བྱིར་བསྒྲོ། །བདག་ཀྱང་ཆེ་

རབས་ཀྱན་ཏུ་བཀའ་གདམས་ཀྱི། །བཤད་སྒྲུབ་བསྟན་པ་འཛིན་ཅིང་སྒྲེལ་བ་
ལ། །སྒྲུ་མཆེད་གསུམ་གྱི་མཛད་པ་རྣམ་ཐར་ཀྱན། །གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་ནས་རི་
བཞིན་སྦྱོང་པར་ཞོག །

ཅེས་བྱ་ཆུབ་ལམ་གྱི་སྒྲོན་མའི་རྣམ་བཤད་སྤུལ་བྱུང་བཞད་པའི་དགའ་སྒྲོན་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི།
ཡོངས་ཀྱི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་སངས་རྒྱལ་བཟ་ཤེས་པས་ནན་ཏན་དུ་བགྱིས་ཏེ་བསྒྲུལ་བའི་ངོར་
མང་དུ་ཐོས་པའི་དགོ་སྦྲོང་སྦྲོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་དཔལ་བཟང་པོས་ཉིད་ཀྱི་རང་འགྲེལ་དང་།
ནག་ཆོའི་འགྲེལ་བ་དང་། སྒྲོན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་། སུ་ཏོ་བའི་གསུང་བཟོས་གཞན་མང་པོ་དང་། བྱང་
པར་དགོ་བཤེས་ངོལ་པའི་བེའུ་བུམ་སྒྲོན་པོ་དང་། འཤར་བའི་ལམ་རིམ་དང་། སྒྲུར་ཐང་བའི་ལམ་
མཆོག་དང་། གཞན་ཡང་བཀའ་གདམས་ཀྱི་བསྟན་རིམ་མང་པོ་ཞིག་ལའང་བཏེན་ཅིང་། བྱང་པར་
སྒྲིགས་དུས་ཀྱི་རྒྱལ་བ་གཉིས་པའི་ལེགས་པར་བཤད་པ་ལ་གཞི་བགྱིས་ཏེ། བདག་ཅག་གི་སྒྲོན་པ་
མཛོད་པར་བྱང་ཆུབ་པའི་སྒྲོ་ཆོས་བྱང་པར་ཅན་ལ། ཆོས་བྱ་ཆེན་པོ་བཟ་ཤེས་ལྟན་པོའི་གཟེམས་ཁང་
དུ་བྱུབ་པར་གཡར་ཁལ་དུ་སྒྲུལ་བ་དགོ་ལེགས་འཕེལ། །

༥ ཞོ་སྤྲུ་སྒྱི། བན་བདེའི་འབྱུང་གནས་རྒྱལ་བསྟན་ཡོངས་འདུའི་
སྒྲོན། །རབ་རྒྱས་འགྲོ་ཀྱན་ཐར་མཆོག་འབྲས་བཟང་ལ། །སྦྱོང་སྤྱིར་བཟ་
ཤེས་ལྟན་བྱུབ་ཆོས་བྱ་ཆེར། །ཆོས་སྦྱིན་འཛད་མེད་དལ་འགྲོའི་རྒྱན་འདི་
སྒྲེལ། །

སཐ་ཇ་ག་ཏྟོ། །