

༡། །ཚད་མ་རིགས་པའི་གཏེར་གྱི་རང་འགྲེལ་བཞུགས།

༡། །སྒྲིག་ར་སྤང་དུ། དཔ་ལྷ་ཅ་ཡུག་ཏ་ནི་རྩི། བོད་སྤང་དུ། ཚད་མ་རིགས་པ་འི་གཏིར། འཕགས་  
པ་འཇམ་དཔལ་གཞོན་རྒྱར་གྱུར་པ་ལ་གྲུས་པས་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་གཟིགས་  
པ་འི་སྤྱན་ཡངས་པ། །འགྲོ་ཀུན་དག་ལེགས་སྦྱབ་པ་འི་བྱགས་རྩེ་ཅན། །བསམ་ཡས་སྤོན་ལས་  
མཛད་པ་འི་སྟོབས་མངའ་བ། །འཇམ་མགོན་སྤྱ་མའི་ཞབས་ལ་མགོས་ཕྱག་འཆལ། །སྟོ་གྲོས་སྟྱི་  
གཙུག་ཡོན་ཏན་མོར་བུ་འི་རྒྱན་གྱིས་སྤྲས། །བདེན་གཉིས་རོ་འཛིན་སྟོང་ཉིད་ཡུང་སྤྱི་སྤྱི་སྤྱི་གས་  
ཤིང་། །མཁྱེན་བརྩེ་འི་རྟ་ཟེར་པས་གློ་བོས་མི་བཟོད་པ། །སྟོ་གསལ་རྒྱ་མཆོའི་རྒྱན་གྱུར་  
དཔལ་སྤྲན་སྤྱ་དབང་རྒྱལ། །གངས་རིའི་བྱོད་འདིར་མཁས་པ་འི་རྒྱ་སྤར་བྱེ་བ་བརྒྱས། །དཔལ་  
སྤྲན་གྲགས་པ་འི་གསུང་རབ་པ་རྩོ་རབ་བྱེ་མོད། །གང་སྟོའི་ཉི་འོད་སྤང་བས་མ་བྱབ་དེ་སྤིང་།

དུ། །གཞུང་ལུགས་དགོངས་དོན་གེ་སར་སྙིང་པོ་གསལ་མ་རུས། །ཚོས་གྱི་བྲགས་པའི་བཞེད་  
 གཞུང་ཇི་ལྟ་བར། །སློ་བྱོས་གསལ་བའི་མིག་གིས་ལེགས་མཐོང་ནས། །ཤེས་ལྡན་གཟུ་བོར་གནས་  
 པ་དོན་གཉིར་བ། །གཞན་ལ་བརྟེ་བའི་བསམ་པས་འདི་བཤད་དོ། །ཡང་དག་པའི་ཤེས་པ་དག་ལ་  
 རིགས་པ་སྤྱོད་པར་ཁས་འཆེ་བ་རྣམས་ཀྱང་ལོག་པར་རྟོག་པ་དུ་མ་མཐོང་བས་དེ་སྙམ་དབྱུང་བ་  
 དང་ཡང་དག་པའི་དོན་གཏན་ལ་དབབ་པའི་ཕྱིར་འདི་བཅུ་མ་མོ། །  
 དེ་ལ་གཉིས་ཏེ་ཤེས་བྱ་སྤྱི་ལྡན་གནས་གཏན་ལ་དབབ་པ་དང་། ཤེས་བྱེད་ཚད་མའི་རང་བཞིན་  
 དེས་པར་བྱ་བའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། ཤེས་བྱའི་ཡུལ། ཤེས་བྱེད་གྱི་སྟོ། སྟོ་དེས་ཡུལ་རྟོགས་  
 པའི་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས་མཆན་ཉིད་ནི། ཡུལ་གྱི་མཆན་ཉིད་སྟོས་རིག་བྱ། །གཉིས་པ་  
 དབྱེ་བ་ལ་གསུམ་གྱི་དང་པོ་གཞན་གྱི་ལུགས་དགག་པ་གཉིས་ལས་དང་པོ་ཁས་སྤང་བརྗོད་ན།

དོན་སྤྱི་དང་ནི་མེད་སྤྱི་གཉིས། །ཡུལ་ཡིན་ཞེ་ན། བོད་རྒྱལ་སྤྱི་གཉིས་པ་ལྟུང་པ་འི་ཡུལ་དོན་སྤྱི་  
དང་། རྟོག་མེད་ལྟུང་པ་འི་ཡུལ་མེད་པ་གསལ་བ་གཉིས་མེད་ན། ལྟུང་པ་གཞི་མེད་དུ་ལྟུང་  
བས་སྤྱི་ཡུལ་གཉིས་ཡོད་ལ། དེའང་ལྟུང་ཤེས་གཉིས་འཛིན་པ་འི་རང་རིག་གི་ཤུགས་ལ་གྱུབ་  
བོ་ཞེས་ཟེར་བ་དང་། ཉན་ཐོས་སྤྱི་པ་མང་པོས་བཀྱར་པ་ལ་སོགས་པ་སྤྱི་དང་དོན་སྤྱི་གཉིས་  
མེད་དང་མཚན་མའི་རྒྱལ་པ་ཅན་གཟུགས་དང་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་དང་མི་ལྟན་པས་  
ལྟན་པ་མ་ཡིན་པ་འི་འདུ་བྱེད་རྣམས་སྤྱི་གྱུབ་པར་འདོད་ལ། མེད་པ་གསལ་བ་མི་ལམ་གྱི་ཡུལ་ཡང་  
དོན་གྱི་མཚན་མ་མི་ལྟན་པ་འི་འདུ་བྱེད་ཅེས་བྱ་བ་རྣམས་སྤྱི་གྱུབ་པ་དེ་ལས་མི་ལམ་གྱི་ཤེས་པ་སྤྱི་  
བར་འདོད་དོ། །གཉིས་པ་དེ་དག་པ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་སྤྱོ་མ་ལྟུང་པར་ཐལ་བ་ནི། དེ་  
འཛིན་གྱི། ཤེས་པ་གཉིས་པོ་ལྟུང་པར་འགལ། དོན་སྤྱི་དང་སྤྱི་ཤད་ལ་སོགས་པ་ཡུལ་ཡིན་ན་

དེ་འཛིན་པ་འི་རྟོག་པ་དང་མིག་ཤེས་གཉིས་མ་འབྲུལ་བར་འགྱུར་རྟེ། ཡུལ་ཡོད་པ་འི་སྤྱིར་བུམ་  
 འཛིན་གྱི་མིག་ཤེས་བཞིན་ནོ། །གལ་ཏེ་བྱབ་པ་མི་འགྱུར་སྟེ། ཡུལ་ཡོད་ན་ཡང་ཐག་པ་ལ། སྤྱིལ་  
 འཛིན་བཞིན་དུ་འབྲུལ་ཞེ་ན། ཡུལ་ཡོད་ཀྱང་ཐག་པ་ལ་སྤྱིལ་དུ་འཛིན་པ་དང་། ཉ་སྤྱིས་ལ་དངུལ་  
 དུ་འཛིན་པ་བཞིན་ནོ་ཞེ་ན། བྱར་འཛིན་ཡུལ་ཡོད་སྤྱིར་མ་འབྲུལ། ཡུལ་མེད་པས་ན་སྤྱིལ་འཛིན་  
 འབྲུལ། །ཐག་པ་འི་བྲ་བོ་ཁ་དོག་གི་རྒྱལ་དངོས་པོ་ལ་གྱུབ་པ་འི་སྤྱིར་བྲ་བོས་སྤྱང་བ་འི་མིག་ཤེས་  
 སྐབས་དེར་ཡང་མ་འབྲུལ་ལ། སྤྱིལ་དོན་ལ་མ་གྱུབ་པ་རྟོག་པས་སྤྱོ་བཏགས་ཡིན་པས་ཡུལ་མེད་  
 པ་བཟུང་བ་འི་སྤྱིར་རྟོག་པ་འབྲུལ་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ཡུལ་སྤྱང་རུང་དུ་ཐལ་བ་ནི། སྤྱང་ཡུལ་  
 གཉིས་པོ་ཤེས་པ་ལས། །ཐ་དད་ཡིན་ན་ཡུལ་རུང་བར། །གནས་པ་འི་གང་ཟག་གཞན་གྱིས་  
 ཀྱང་། །མཐོང་འགྱུར་བུམ་པ་ལ་སོགས་བཞིན། །དོན་སྤྱི་དང་མེད་པ་གསལ་བ་གཉིས་ཤེས་པ་ལས་

ཐ་དད་པའི་ཡུལ་ཞིག་ཡིན་ན། ཡུལ་རྣམ་པ་ནི་རགས། ཡིད་ཉེ་བར་གཏད་པ་ནི་ཡོད། ལུས་པའི་  
རྒྱ་མཚན་ནི་མེད་པས། ཡུལ་སྤང་རུང་གཅིག་ན་གནས་པའི་གང་ཟག་གཞན་གྱིས་ཀྱང་མཐོང་བར་  
འགྱུར་ཏེ། ཡུལ་སྤང་རུང་དུ་བྱུང་པར་མེད་པའི་ཕྱིར་བུམ་པ་ཐམས་ཅད་གྱིས་མཐོང་བ་བཞིན་  
ན། །དེ་སྤང་དུ་འང་རྣམ་འགྲེལ་ལས། རྣམ་པ་དེ་ནི་ཐ་དད་ན། །གཞན་གྱིས་ཀྱང་ནི་རྟོགས་པར་  
འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དོན་ཉིད་ཡིན་ཀྱང་ལུས་ཀྱི་ནང་། །མི་མཐོང་བཞིན་དུ་ལུས་  
སྤང་གཉིས། །



བདག་ལ་རྟག་རྟུ་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར། །གཞན་གྱིས་རྟོགས་པ་མེད་ཅེ་ན། །དོན་སྤྱི་དང་མེད་པ་གསལ་  
 བ་གཉིས་པོ་ཡུལ་དུ་གྲུབ་ཀྱང་རང་གི་ལུས་ཀྱི་ནང་ན་གནས་པ་དོན་ཡིན་ཡང་མི་མཐོང་བ་སྟར་  
 གཞན་གྱིས་མི་མཐོང་སྟེ། བདག་གི་སྟོང་དང་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། ནང་གི་ལུས་ནི་ཡུལ་རུང་  
 མིན། །དེས་ན་རང་གིས་ཀྱང་མི་མཐོང་། །ནང་གི་ལུས་མི་མཐོང་བ་དཔེར་མི་རུང་སྟེ། དེ་ནི་ཡུལ་  
 རུང་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་མི་མཐོང་ལ། རུང་བ་ན་གནས་ན་མཐོང་བར་འགྱུར་  
 རོ། །རང་དང་རྟག་རྟུ་འབྲེལ་པས་ན། །གཉིས་པོ་འང་ཡུལ་རུང་མིན་ཞེ་ན། །གལ་ཏེ་དོན་སྤྱི་དང་སྒྲ་  
 ཞུང་གཉིས་ཀྱང་གཞན་གྱི་སྒྲ་དུ་རུང་བའི་ཡུལ་མ་ཡིན་གྱི་རང་གི་སྟོང་དང་དུས་རྒྱུན་དུ་འབྲེལ་  
 པས་སོ་སྟུམ་ན། རང་སྟོང་ཁོ་ན་དང་འབྲེལ་ཕྱིར། །བརྗོད་ཀྱང་གཞན་གྱིས་རྟོག་མི་འགྱུར། །རང་



རང་གི་སྒོ་ཁོ་ན་དང་འབྲེལ་ན་རང་རིག་པ་བཞིན་དུ་གཞན་ལ་བསྟན་ཀྱང་གོ་བར་མི་འགྱུར་  
 རོ། །དེ་ཡང་རྣམ་འབྲེལ་ལས། བདག་ལ་རྟག་རྟུ་འབྲེལ་ཡིན་ན། །བརྗོད་ཀྱང་རྟོགས་པར་མི་འགྱུར་  
 རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་རྟུར་རོ། །རང་རང་སྒོ་དང་འབྲེལ་པའི་ཕྱིར། །བརྗོད་པས་དེ་ཉིད་རྟོགས་ཤེ་  
 བ། །གང་ཟག་རང་རང་གི་སྒོ་དང་འབྲེལ་པའི་ཕྱིར། རང་གི་སྒོའི་ཡུལ་དེ་བརྗོད་པས་རང་རང་གི་  
 ཡུལ་དེ་གོ་བ་མི་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། གང་ཟག་གཉིས་ཀྱི་བརྗོད་བྱའི་དོན། །སོ་སོ་ཡིན་ཕྱིར་སྒྲུབ་མི་  
 ཅུས། །གང་ཟག་རང་རང་གི་སྒོ་དང་འབྲེལ་བ་རྒྱུ་པ་དེ་བརྗོད་པས་རང་རང་གི་སྒོ་དང་འབྲེལ་པ་  
 དེ་གོ་བའི་ཕྱིར་གཉིས་ཀའི་བརྗོད་བྱ་ཐུན་མོང་བ་གོ་བར་མི་ཅུས་ཏེ་གཉིས་ལ་མཚམས་སྒྲུབ་བའི་  
 ཐབས་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཡང་རྣམ་འབྲེལ་ལས། རེ་རེ་དག་དང་འབྲེལ་ན་ནི། །དོན་གཅིག་

མངོན་ཞེན་བདག་ཉིད་ཅན། །འཆད་པོ་ཉན་པོའི་སེམས་དག་གི། །མཚམས་སྦྱར་བར་ནི་མི་འགྱུར་  
པོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་པོ། །གང་ཟེག་





སོ་སོ་ལ་ཡོད་པ་ལྟེ། །སེམས་ཀྱི་རྣམ་པ་གཉིས་འདྲ་བས། །འདྲ་ལ་གཅིག་ཏུ་ཞེན་པ་ལ། །ཐ་སྙད་  
 སྒྱུར་བྱེད་མི་འགལ་ན། །འཆད་ཉན་བྱེད་པ་ལྟེ། །གང་ཟག་གཉིས་ཀྱི་དོན་སྒྱུ་རང་རང་གི་སྒྲོ་དང་  
 འབྲེལ་ཡང་སྒྲོ་སྒྲིབ་ཞབས་ཞུམ་པ་ལ་སོགས་པ་ལྟེ། །རྣམ་པ་འདྲ་བས་འདྲ་བ་ལ་གཅིག་ཏུ་ཞེན་ནས་  
 ཐ་སྙད་འདོགས་པ་མི་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། །མ་ཡིན་ཏེ། །རང་ལ་ཤར་ན་རང་ཡུལ་ཡིན། །མ་ཤར་ན་ནི་  
 དེ་ཡུལ་མིན། །དེས་ན་ཐ་དད་གཟུང་བ་ལ། །གཅིག་ཏུ་འཛིན་པ་ག་ལ་སྤིད། །སྒྲོ་ལ་ཤར་ན་གང་  
 ཟག་རང་རང་གི་སྒྲོ་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་པ་ལྟེ། །སྒྱུ་ནི་རང་རང་གི་ཡུལ་ཡིན་པས་བྱུན་མོང་དུ་མི་  
 འཛིན་ལ། །སྒྲོ་ལ་མ་ཤར་ན་ཡུལ་ཉིད་མ་ཡིན་པས་ཕན་ཚུན་འདྲ་བར་མི་ཤེས་པ་ལྟེ། །སྒྱུར་དོན་གོ་བ་  
 མི་སྤིད་དོ། །ཐ་དད་ཡིན་ཡང་ཡུལ་གཅིག་ཏུ། །འབྲུལ་པ་ལྟེ། །སྒྲོ་ནས་འཛིན་ཞེ་ན། །དོན་སྒྱུ་རང་རང་

གི་ཡུལ་ཐ་དད་ཡིན་ཡང་འབྲུལ་ནས་གཅིག་རྒྱ་འཛིན་པས་མི་འགལ་ལོ་ཞེ་ན་གཅིག་རྒྱ་འཛིན་པ་  
 འབྲུལ་པའི་ཕྱིར། གཟུང་ཡུལ་མེད་པར་གྲུབ་པ་ཡིན། །དོན་སྤྱི་ཡུལ་གཅིག་མེད་པ་ལ་གཅིག་རྒྱ་  
 རྟོགས་པས་གཟུང་བ་ཡིན་པས་རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་སྒྲུང་ཡུལ་མེད་པ་ཉིད་གྲུབ་སྟེ། རྣམ་འབྲེལ་  
 ལས། གལ་ཏེ་འདྲ་ལ་དེ་གཅིག་པར། །ཐ་དད་ཡོད་ན་དེ་སྒྲུང་མིན། །ཐ་དད་བདག་ཉིད་ཇི་སྟར་  
 བཟུང་། །དེ་ཆེ་སྟོ་དོན་མེད་ཅན་འབྱུང་། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །རིགས་པས་བརྟགས་ན་མེད་  
 བཞིན་དུ། ད་དུང་ཕལ་ཆེར་ཡུལ་དུ་ཞེན། །སོར་མོའི་རྩེ་མོས་བསྟན་པ་ན། །རྣམ་མཁའ་མཐོང་  
 ཞེས་སྒྲུན་པོ་འབྲུལ། །བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ། །གཉིས་པ་རང་གི་འདོད་པ་བརྗོད་ན།  
 གཞལ་བྱ་རང་མཆོན་གཅིག་ཁོ་ན། །ཞེས་པའི་ཡུལ་ནི་རང་གི་མཆོན་ཉིད་གཅིག་ཁོ་ན་ཡིན་པས་

ཆེ།ལའི་གཞུང་གི་ཡུལ་ལོ་ལོ།

ལྷང་དོར་བྱེད་པ་ཐམས་ཅད་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཡོད་མེད་ལ་འཇུག་གི་དོན་བྱེད་མི་རྣམས་པ་ལ་  
དགོས་



རྒྱལ་མེད་པའི་ཕྱིར་མི་འཇུག་སྟེ། རྒྱལ་འགྲེལ་ལས། རང་གི་མཆན་ཉིད་གཅིག་གཞུང་གྱི། ཡོད་  
 མེད་ཉིད་དུ་དཔྱོད་རྒྱལ་སྟེ། རྟོན་བྱ་དེ་ལས་གྲུབ་ཕྱིར་རོ། ཞེས་བྱ་བ་དང་། མེད་པ་གཞུང་གྱི་  
 མ་ཡིན་ཕྱིར། གཅིག་ཉིད་ཅེ་ན་ཁོ་བོ་རང་འདོད། ཅེས་གསུང་པས་སོ། རང་མཆན་དེ་ཉིད་  
 དངོས་སུ་འཇུག་ན་གཟུང་ཡུལ་ཡིན་ལ། རྟོག་གྱུར་འཇུག་ན་ཞེན་ཡུལ་ཡིན་ཞིང་། གཉི་ག་ཡང་  
 རྟོག་བྱས་འཇུག་ན་མི་བསྐྱུ་བས་འཇུག་ཡུལ་ཡིན་ནོ། གསུམ་པ་རྩོད་པ་སྤང་བ་ལ་གཉིས་ཏེ།  
 འབྲུལ་ཤེས་ཡུལ་མེད་ལ་རྩོད་པ་སྤང་བ་དང་། གཟུང་ཡུལ་རང་མཆན་ལ་རྩོད་པ་སྤང་བ་ལོ། དང་  
 པོ་ལ་བཞི་ལས། གཞུང་གྱི་གཉིས་སུ་གསུངས་པ་དང་འགལ་བ་སྤང་བ་ནི། ཡུལ་གཉིས་བཞེད་  
 པས་གཞོད་ཅེ་ན། རྟོན་སྟེ་ཡུལ་མ་ཡིན་ན་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་ཕྱོགས་གྱི་སྤང་པོས་གཞུང་གྱི་གཉིས་

སྐྱེ་བ་སྐྱེ་བ་པ་དང་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། འཇུག་ཚུལ་སྒོ་ནས་རང་སྤྱི་གཉིས། གཞུལ་བྱ་གཉིས་ཡོད་  
ནས་གཉིས་སྐྱེ་བ་སྐྱེ་བ་པ་མ་ཡིན་གྱི། འཇུག་ཚུལ་གྱི་སྒོ་ནས་མདོན་གྱུར་གྱི་རང་མཚན་རང་གིས་  
འཇུག་བ་དང་། སྒོ་གྱུར་གྱི་རང་མཚན་གཞན་ལས་འཇུག་བ་ལ་དགོངས་ནས་གཉིས་སྐྱེ་  
གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། དེ་ནི་རང་གཞན་ངོ་བོ་ཡིས། རྟོགས་སྤྱིར་གཞུལ་བྱ་གཉིས་  
སྐྱེ་བ་ཞེད། ཅེས་བྱ་བ་དང་། གཞུལ་བྱ་གཉིས་སྤྱིར་ཆད་མ་གཉིས། རྟོན་བྱེད་རྣམ་དང་མི་རྣམ་  
སྤྱིར། ཞེས་གསུངས་པ་སྟར་རོ། གཉིས་པ་དོན་སྤྱི་དང་མེད་པ་གསལ་བ་ཡུལ་དུ་མཚུངས་པ་འི་  
ཚུང་པ་སྤྱང་བ་ནི། མེད་པ་འང་གཞུལ་བྱར་མཚུངས་ཤིང་། ཁ་ཅིག་དོན་སྤྱི་དང་མེད་པ་གསལ་བ་  
གཉིས་ཀ་ཡུལ་མ་ཡིན་པར་མཚུངས་པ་ལ་སྤྱོད་འཇུག་ཚུལ་གྱི་དོན་སྤྱི་གཞུལ་བྱར་འཇོག་པ་སྟར་  
རྟོག་མེད་འབྲུལ་



ཕའི་དམིགས་པ་དེ་འང་ཡུལ་གསུམ་པར་ཅིའི་ཕྱིར་མི་འགྱུར་ཞེ་ན། དེ་ལ་ཡུལ་གྱི་དགོས་རྒྱས་  
 མེད། །སྐྱ་ཤད་ལ་སོགས་པ་ཕྱི་རོལ་ན་ཡུལ་དངོས་པོ་ལ་འང་མེད། ཡུལ་དུ་ཞེན་པ་འང་མེད། ཞེན་  
 པ་བྱས་ཀྱང་དོན་དང་ཕྱད་པ་འང་མེད། གལ་ཏེ་ཕྱད་ན་དེ་འཇལ་གྱི་ཚད་མ་གསུམ་པ་ལ་འང་  
 དགོས་པས་ཡུལ་གསུམ་པ་དེ་ཉྱ་བྱ་མི་སྲིད་དོ། །དོན་སྡི་ཡུལ་མ་ཡིན་ཡང་འབྲུལ་ནས་ཞུགས་པ་ན་  
 འཇུག་ཡུལ་སྒོབ་པར་རྒྱས་པས་ཡུལ་དུ་འཇོག་པའི་ཕྱིར་ག་ལ་མཚུངས། འོ་ན་རབ་རིབ་ཅན་ལ་སྐྱ་  
 ཤད་ལ་སོགས་པར་སྒྲུང་བ་འདི་དོན་བྱེད་མི་རྒྱས་པས་དོན་རང་མཚན་ཡང་མ་ཡིན་རྟོག་པས་མ་  
 བཟུང་བས་སྡི་མཚན་ཡང་མ་ཡིན་པས་གང་དུ་འདུ་ཞེ་ན། སྐྱ་སོགས་སྒྲུང་བ་སྡོ་ཉིད་ཡིན། །སྐྱར་  
 སྒྲུང་དོན་ལ་གྲུབ་པ་མེད། །དེ་ནི་དངོས་པོར་ཡོད་མེད་ཅེས། །རྟོག་པས་དཔྱེད་ན་སྡི་མཚན་

ཡིན། །སྐྱ་ཤད་འཛིན་པ་འི་ཡུལ་ཅན་ནི་ཤེས་པ་ཉིད་ཡིན་པས། རང་གི་མཚན་ཉིད་ལས་མ་འདས་  
 མོ། །སྐྱར་སྐྱར་ཡུལ་དུ་སྒྲུལ་པ་ནི། །གཞི་མེད་ལ་འབྱུལ་པས་ཡུལ་ཅི་འད་མེད་པ་འི་ཉིད་ཡིན་  
 མོ། །སྐྱར་སྐྱར་དེ་དངོས་པོ་ཡིན་ནམ་དངོས་མེད་ཡིན་ཞེས་དཔྱད་ན། རྟོག་པ་འི་ཡུལ་ཡིན་པས་  
 སྤྱི་འི་ཁོངས་སུ་འདུའོ། །དེ་འད་རྣམ་འབྲེལ་ལས། སྐྱ་ཤད་ལ་སོགས་དོན་མིན་ཏེ། །དོན་དུ་མོས་པ་  
 མེད་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། སྐྱ་ཤད་ལ་སོགས་སྤྱི་མིན་ཏེ། །དོན་དུ་ཞེན་པ་མེད་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་  
 བྱ་བ་དང་། དེ་དག་གི་ཡང་དེ་སྤྱི་འི་དངོས། །བཀག་མེད་གསལ་བར་སྐྱར་བ་ཉིད། །ཤེས་པ་འི་ངོ་བོ་  
 དོན་ཉིད་ཕྱིར། །སྐྱ་སོགས་ཞེས་བྱ་འི་སྒོ་དག་ནི། །སྤྱི་ཡི་སྤྱོད་ཡུལ་ཅན་ཡིན་ལ། །སྐྱར་སྐྱར་དོན་  
 མེད་ཅན་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་རྒྱས་པར་གསུངས་སོ། །གསུམ་པ་སྤྱོད་བ་དང་འགལ་  
 བ་སྐྱར་བ་ནི། དངོས་མེད་གཉིས་པོ་རང་རིག་གི། །འཁྱགས་ལ་གྲུབ་པས་གསལ་ཞེ་ན། །དོན་སྤྱི་དང་





མེད་པ་གསལ་བ་གཉིས་ཡུལ་མེད་པ་ཡིན་ན། མྱོང་བས་གྲུབ་པ་རི་ལྟར་དགག་ཅེ་ན། རྒྱུལ་ཤེས་  
 གཉིས་ལ་ཡུལ་མེད་ཅིང་། །རང་རིག་གིས་ནི་མྱོང་བའི་ཕྱིར། །ཤེས་པ་ཉིད་ཡིན་དེ་ཡང་ནི། །མེད་  
 པ་འཛིན་ཕྱིར་རྒྱུལ་ཤེས་ཡིན། །ཡུལ་དུ་བྱས་ན་གཞོད་པ་ཅན་གྱི་ཆད་མ་ཡོད་པས་སྐྱེ་ཤད་དང་  
 དོན་སྤྱི་སྦྱང་བ་དེ་ནི་ཤེས་པ་རྒྱུལ་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། དེའང་རྣམ་འགྲེལ་ལས། ཡུལ་རུང་གནས་  
 པས་མི་ཤེས་པ། །རང་ཉིད་ཤེས་ཕྱིར་དེ་ཤེས་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། གལ་ཏེ་སྤྱི་ཡང་ཤེས་ངོ་  
 བོས། །དོན་ཉིད་ཡིན་ན་ཐལ་བར་འགྱུར། །དེ་ལྟར་འདོད་ཕྱིར་སྦྱོན་ཡོད་མིན། །ཞེས་གསུངས་པ་  
 ལྟར་ན། །བཞི་པ་དགག་པ་ཆད་མས་མི་རྟོགས་པར་ཐལ་བ་སྤང་བ་ནི། རང་མཆོན་མིན་པའི་ཡུལ་  
 མེད་ན། །དངོས་མེད་གཞལ་བྱར་འགལ་ཞེ་ན། །དོན་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ལས་གཞན་པའི་གཞལ་

བྱ་མེད་ན། དངོས་མེད་འཇལ་བའི་ཚད་མ་མི་སྲིད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དགག་བྱ་དངོས་པོར་  
ཡོད་མེད་ཅེས། །བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་ན་འགལ་བ་མེད། །བསྐྱབ་ན་དངོས་པོར་ཡོད་ཅེས་སྐྱབ་ལ།  
འགོག་ན་དངོས་པོར་མེད་ཅེས་འགོག་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེའང་རྣམ་འགྲེལ་ལས། སྐྱ་དོན་བསྟོན་པ་  
མེད་རྣམས་ཀྱིས། །ཡོད་མེད་ཕྱོགས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་གིས། །དངོས་པོ་ཉིད་ནི་དབྱུང་བྱ་སྟེ། །འདི་ལས་  
འབྲས་འབྱུང་རག་ལས་ཕྱིར། །དོན་བྱེད་རྣམས་པ་མ་ཡིན་ལ། །དོན་གཉེར་བརྟགས་པས་ཅི་ཞིག་  
བྱ། །མ་ཉིད་གཟུགས་བཟང་མི་བཟང་ཞེས། །འདོད་ལྡན་རྣམས་ཀྱིས་བརྟག་ཅི་པས། །ཞེས་  
གསུངས་པ་རྟུར་རོ། །གཉིས་པ་གཟུང་ཡུལ་རང་མཚན་ལ་ཚུད་པ་སྤང་བ་ལ་གཉིས་ལས་དང་པོ་  
ཚུད་པ་དགོད་ན། ཕྱིའི་གཟུང་ཡུལ་མཁས་པས་བཀག། །ཤེས་པའི་གཟུང་ཡུལ་འདིར་མི་  
སྲིད། །དེས་ན་གཞལ་བྱ་གཅིག་ཉིད་ཀྱང་། །མི་འཐད་

༧༩

ཅེས་ནི་འགའ་ཞིག་སྒྲ། །གཟུང་ཡུལ་རང་གི་མཚན་ཉིད་དེ་ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་ཡིན་ན་སྒྲོབ་དཔོན་  
གྱིས་བཀག་ལ། རང་རིག་པ་ཡིན་ན་ཡུལ་དུ་འགལ་ལོ་ཞེས། །གཉིས་པ་ལན་ལ་གསུམ་ལས་དང་པོ་  
གྲུབ་མཐའི་རྣམ་གཞག་སྒྱིར་དཔྱད་ན། རོ་བོ་ཉིད་དང་དབང་ཕྱུག་དང་། །གཙོ་བོ་རྒྱལ་དང་རྣམ་  
རིག་དང་། །རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་ཞེས་གྲུབ་པའི་མཐའ། །ཐ་དད་རང་གཞན་སྡེ་པ་འདོད། །མུ་སྟེགས་  
བྱེད་རོ་བོ་ཉིད་རྒྱུར་སྒྲ་བ་ནི། ཐམས་ཅད་རོ་བོ་ཉིད་ལས་བྱུང་བ་དང་། དབང་ཕྱུག་པ་དབང་ཕྱུག་  
གིས་བྱས་པ་དང་། གྲངས་ཅན་གཙོ་བོས་བྱས་པ་དང་། གཟེགས་ཟན་དང་ཉན་ཐོས་རྒྱལ་ཕྱན་  
གྱིས་བྱས་པ་དང་། སེམས་ཅམ་པ་སེམས་དང་། དབུ་མ་པའང་དོན་དམ་པར་སྒྲོས་པ་དང་བྲལ་  
ཞིང་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་དངོས་པོར་སྒྲ་བ་དེ་དག་གི་རྗེས་སུ་འཇུག་ཀྱང་རུང་། འཇིག་རྟེན་གྲགས་སྡེ་དང་

བསྐྱེད་ཡང་རུང་སྟེ། དེ་དག་གང་སྟར་ཡང་ཀུན་རྒྱ་ཐ་སྙད་པ་ལ་དོན་དང་ཤེས་པ་གཉིས་སུ་ཁ་  
 ཚོན་ཚོད་དོ། །གཉིས་པ་དེ་ལ་གཞན་གྱིས་བརྟགས་པ་དགག་ན་ངོ་བོ་ཉིད་རྒྱུ་སྒྲིབ་ནི་རྒྱ་མེད་  
 ལས་སྐྱེ་བ་ཡིན་པས། རྒྱ་མེད་གཞན་ལ་མི་སྟོས་ཕྱིར། རྟག་རྒྱ་ཡོད་པ་ལས་མེད་པར་འགྱུར། ཞེས་  
 པས་ཁེགས་ལ། དབང་ཕྱག་དང་། གཙོ་བོ་གཉིས་ཀྱིས་རྟག་པ་བྱེད་པ་པོར་འགལ་བས་མི་འཐད་  
 དོ། །གསུམ་པ་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་ལྷགས་བསྐྱབ་པ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་དགོངས་པ་ངོས་  
 བཟུང་བ་ནི། ཐུབ་པས་ཕྱི་རོལ་དཔྱོད་པ་ན་རྒྱལ་ཕྱན་ཞལ་གྱིས་བཞེས་ལ། ཐ་སྙད་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་  
 དཔྱོད་པ་ན་སེམས་ཅམ་ཞལ་གྱིས་བཞེས་ཤིང་། དོན་དམ་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་འཇུག་པ་ན་སྟོས་  
 པ་དང་བྲལ་བ་ལ་འཇུག་པར་མཛད་དོ། །དེ་ལས་རྣམ་འགྲེལ་ལས། དེས་དེ་ཉིད་དོན་བཏང་སྟོམས་  
 ཅན། ལྷང་ཆེན་གཞིགས་སྟངས་ཉིད་མཛད་ནས། འཇིག་རྟེན་ཐུགས་ནི་འབར་ཞིག་

༧༩

གིས། །ཕྱི་རོལ་དཔྱོད་ལ་འཇུག་པར་མཛད། །ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །གཉིས་  
པ་དེ་སྟོབ་དཔོན་གྱིས་ཇི་ལྟར་གཏན་ལ་ཕབ་པའི་ཚུལ་ལ་དོན་རིག་དང་རྣམ་རིག་གཉིས་སོ། །དང་  
པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། གཞན་ལྷགས་དགག་རང་ལྷགས་བརྗོད། ཚུད་པ་སྤང་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་  
ལས་ཐོག་མར་བྱེ་བྲག་རྩ་སྟེ་བའི་ལྷགས་དགག་ན། ཆོད་པ་མིན་ཕྱིར་རྣམ་ཤེས་མིན། །དབང་པོ་  
རྟེན་བཅས་ལྟ་བུར་ལོ། །བྱེ་བྲག་རྩ་སྟེ་བ་ན་རེ་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་དོན་འཛིན་ན་ཆོད་པའི་གཟུགས་ཀྱང་  
མཐོང་བར་བལ་བས། དེ་མཚུངས་ཀྱིས་དབང་པོ་འཛིན་བུད་མ་ཡིན་ཡང་རྟེན་བཅས་ཀྱི་དབང་པོ་  
ལྟ་བུར་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །འདི་མི་འཐད་དེ། བཅས་པོ་ཡིན་ཕྱིར་ལྟ་བུར་མིན། །དུས་མཉམ་པ་  
ལ་འབྲེལ་པ་མེད། །དབང་པོ་བཅས་པོ་ཡིན་པས་ལྟ་བུར་དུ་མི་འཐད་ལ། ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་དུས་

མཉམ་པ་ལ་འབྲེལ་པ་གཉིས་ཀ་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་བོད་ཀྱི་ལུགས་དགག་ན། དུལ་  
 དང་རྣམ་ཤེས་དུས་མཉམ་མི། །གཟུང་འཛིན་ཡིན་ཞེས་གངས་ཅན་པ། །བོད་པ་ལ་ཆེར་ནི་དུས་མི་  
 མཉམ་ན་ཡུལ་དུ་མི་རུང་ཞིང་དབང་པོ་ལྟ་བུ་དང་མ་ཡིན་པས། དུས་མཉམ་པའི་ཡུལ་དང་རྣམ་ཤེས་  
 གཟུང་འཛིན་ཡིན་ཞེས་སྒྲུ་ལོ། །འདི་འད་མི་འཐད་དེ། དུས་མཉམ་ཕྱིར་ན་འབྲེལ་པ་མེད། །རྒྱ་མེད་  
 པ་ལ་རྣམ་ཤེས་འགལ། །ཡུལ་དང་རྣམ་ཤེས་དུས་མཉམ་པ་ལ་འབྲེལ་པ་མེད་པས་མི་འཛིན་ལ།  
 ཡུལ་རྒྱ་མ་ཡིན་ན་དོན་རིག་གི་རྣམ་ཤེས་དམིགས་པའི་རྒྱ་མེད་ལས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་རོ། །སྐད་ཅིག་  
 རྒྱ་མའི་ཡུལ་རྒྱ་ཡིན། །དུས་མཉམ་གཟུང་ཡུལ་ཡིན་ཞེ་ན། །སྐད་ཅིག་གིས་རྒྱ་མའི་ཡུལ་རྣམ་ཤེས་  
 ཀྱི་དམིགས་པའི་རྒྱ་ཡིན་ལ། དུས་མཉམ་པའི་ཡུལ་གཟུང་ཡུལ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། ཡུལ་ལས་སྐྱེས་ཕྱིར་  
 རྣམ་ཤེས་གྲུབ། །



༧༩

དེ་ལ་དུས་མཉམ་དགོས་པ་མེད། །སྐད་ཅིག་གིས་སྒྲ་མའི་ཡུལ་དང་དབང་པོ་དང་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་  
ལས་སྐྱེས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་རྣམ་ཤེས་གྲུབ་མོད། དེ་ལས་གཞན་པའི་དུས་མཉམ་པའི་ཡུལ་ཅི་ཞིག་  
དགོས། རྣམ་ཤེས་རྒྱ་ལས་སྐྱེའང་དུས་མཉམ་པའི་ཡུལ་རེ་གོགས་སུ་དགོས་ན་དུས་མཉམ་པའི་  
དབང་པོ་ལ་སོགས་པའང་གོགས་སུ་དགོས་པས་ཉ་ཅང་ཐལ་ཏེ། མ་ལ་ཡར་རྒྱ་ཆོགས་པ་ལས་  
ཅ་རྣམ་སྐྱེའང་གངས་ཅན་གྱི་རི་གོགས་སུ་དགོས་སོ་ཞེས་སྒྲ་བ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་རྣམ་འགྲེལ་  
ལས། རྒྱ་ཡི་ངོ་བོ་མ་གཏོགས་པའི། །གཟུང་བ་ཞེས་བྱ་ཅིའང་མེད། །ཅེས་བྱ་བ་དང་། རྣམ་ངེས་  
ལས་ཀྱང་། རྣམ་པ་གཏོད་པར་རྣམ་པའི་ཕྱིར་ཤེས་པའི་ཡུལ་ནི་རྒྱ་ཡིན་ལ་རྗེས་སུ་འགོ་བ་དང་  
སྒྲོག་པའི་རྗེས་སུ་མི་བྱེད་པ་ནི་རྒྱ་མ་ཡིན་ཞིང་རྒྱ་མ་ཡིན་པ་ནི་ཡུལ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་པ་



ལྟར་རོ། །བདེ་བར་གཤེགས་པས་ཀྱང་། མིག་ལ་བརྟེན་ཅིང་གཟུགས་ལ་དམིགས་ནས་མིག་གི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྐྱེ་ཞེས་གསུངས་པའང་དེ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་རང་འདོད་པ་ནི། བྱི་རོལ་གྱི་དོན་  
 ཁས་ལེན་པ་ན། མདོ་སྡེ་པའི་ལྷགས་གཟུང་བར་བྱའོ། །ཡུལ་དང་དབང་པོ་ཡིད་ལ་བྱེད། །དེ་ལས་  
 སྐྱེས་པའི་རྣམ་ཤེས་ཡིན། །ཡུལ་དང་དབང་པོ་དང་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཚོགས་པའི་སྐད་ཅིག་དང་པོ་  
 དེ་ཉིད་བྱི་རོལ་གྱི་དོན་བཅས་པོ་འདྲ་བའི་སྐད་བྱེད་ཡིན་ལ། དེ་དག་ཚོགས་པ་ལས་སྐད་ཅིག་  
 གཉིས་པར་རྣམ་ཤེས་བྱི་རོལ་ཡུལ་གྱི་རྣམ་པ་འདྲ་བར་སྐྱེས་པ་དེ་ཉིད་སྐྱེ་ལ་འདྲ་བའི་ཤེས་པ་  
 ཡིན་ནོ། །དེ་གཉིས་རྒྱ་འབྲས་ཡིན་པས་གཟུང་འཛིན་དུས་མི་མཉམ་མོ། །འོ་ན་ཤེས་པའི་རྒྱ་ཡིན་  
 པར་ཐམས་ཅད་མཚུངས་པ་ལ་ཤེས་པ་ཡུལ་ཁོ་ན་དང་འདྲ་བར་སྐྱེ་ལ། དབང་པོ་ལ་སོགས་པ་

དང་འདྲ་བར་མི་སྐྱེ་བ་ཅི་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་དངོས་པོའི་ཚོས་ཉིད་ཡིན་ཏེ། ཟས་སོགས་བྱ་ཡི་རྒྱ་ཡིན་  
ཡང་། །པ་མའི་གཟུགས་



བཞིན་ཡུལ་འདྲར་སྐྱེ། །བུའི་རྒྱ་ཟས་དང་དུས་དང་རྫོང་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ཡང་པ་མའི་དབྱིབས་  
 དང་འདྲའི། གཞན་གྱི་མ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ཡང་རྣམ་འགྲེལ་ལས། དཔེར་ན་ཟས་དང་དུས་ལ་  
 སོགས། །བུ་སྐྱེ་བ་ཡི་རྒྱ་ཡིན་ཡང་། །དེ་ནི་པ་མ་གཅིག་གི་གཟུགས། །འཛིན་འགྱུར་གཞན་འགའི་མ་  
 ཡིན་བཞིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེས་ན་ཡུལ་ལ་འབྲས་བུ་གཉིས། །དཔེར་ན་ཡུལ་བུ་མ་པ་  
 ལྟ་བུ་ལ་ཁོས་ཉར་ལེན་གྱི་རྒྱ་བྱས་པའི་བུ་མ་པའི་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་བཅས་པོར་སྐྱེས་པ་དང་།  
 དབང་པོའི་གྲོགས་བྱས་ནས་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཟུགས་དང་འདྲ་བར་སྐྱེ་བ་སྟེ་ལག་རྗེས་  
 གཉིས་སྐྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །སྟོང་ཆུ་ལ་གཉིས་ཡིན་པར་འདོད། །ཡུལ་ཤེས་པའི་སྟོང་དང་སྟོང་དེ་ཤེས་  
 པའི་སྟོང་སྟོང་ཆུ་ལ་གཉིས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཉིད་མདོ་ལས། ཡུལ་ཤེས་དེ་ཡི་ཤེས་པ་ཡི། །དབྱེ་བས་སྟོང་།

མི་ཚུལ་གཉིས་ཉིད། །ཅེས་བྱ་བ་དང་། རྣམ་འགྲེལ་ལས། ཚུལ་གཉིས་དང་མི་རང་རིག་གྲུབ། །ཅེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །གསུམ་པ་ཚུད་པ་སྤང་བ་ནི། བོད་རྣམས་ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་སྒྲོག་ན་མོ་ཞེས་བྱ་  
 བ་རྣམ་པ་འཛོག་བྱེད་གོས་གྱི་སྒྲོག་ན་ལག་པ་ཡོད་པ་ལྟ་བུར་བསམས་ནས། ཕྱི་རོལ་དོན་གྱིས་  
 རྣམ་པ་བཞག་ན། འོ་ན་དེ་ལས་གཞན་པ་ཤ་ཟས་བཞག་གོ་ཞེས་མགོ་བསྐྱེ་བ་ནི་མི་མཚུངས་ཏེ།  
 ཤ་ཟས་བཞག་ན་ཤེས་པ་ཤ་ཟ་དང་འདྲ་བར་སྐྱེ་དགོས་ལ། བུམ་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཤ་ཟར་  
 འདོགས་ན་མིང་ལ་མི་བརྟུང་དོ། །དེས་ན་ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་ཁས་ལེན་བཞིན་དུ་མདོ་སྡེ་པ་འགོག་པ་  
 མི་ཚོས་གྱི་གྲགས་པ་འི་དགོངས་པ་མ་ཤེས་པ་ཡིན་ནོ། །ཚོས་གྱི་གྲགས་པ་ཉིད་གྱིས་གྱུར་། གལ་ཏེ་  
 ཕྱི་རོལ་དཔྱོད་ལ་འཇུག་པ་ན། །ཁོ་བོས་མདོ་སྡེའི་སྐས་ལ་རྣམ་པར་བརྟེན། །ཞེས་གསུངས་པར་  
 གྲག་གོ། །གཉིས་



ཕ་རྒྱལ་རིག་ལ་གསུམ་སྟེ། གཞན་གྱིས་བརྟགས་པ་དགག་པ། རྒྱལ་པར་རིག་པ་བསྐྱབ་པ། དེ་ལ་  
 ཚུང་པ་སྤང་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས། ཐོག་མར་སྤྱི་རྩལ་གྱི་དོན་གྲུབ་པ་དགག་ན། གཅིག་  
 དང་དུ་མ་བྲལ་བའི་སྤྱིར། དོན་མེད་དེས་ན་རྒྱལ་པའང་མེད། །ཡུལ་ལ་རགས་པ་ཡན་ལག་ཅན་གྱི་  
 རྣམས་སམ་ཕྱ་མོ་ཆ་མེད་གྱི་དུ་མར་བརྟགས་ནས་འགོག་ན་བྱེ་བྲག་པས་ཁས་སྤངས་པའི་ཡན་ལག་  
 ཅན་གྱི་རྣམས་གཅིག་མེད་དེ། ཕྱོགས་ཆ་དུ་མ་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྱིར་འབྲུའི་ཕྱང་པོ་བཞིན་ཞེས་བྱ་  
 བས་ཁེགས་སོ། །ཕྱ་མོ་ཆ་མེད་གྱི་དུ་མར་བདེན་པའང་མུ་སྟེགས་བྱེད་དང་ཉན་ཐོས་གྱིས་བརྟགས་  
 པའི་རྩལ་ཕྱན་བདེན་པ་མེད་དེ་ཆ་དུག་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྱིར་ཁང་པ་བཞིན་ཞེས་བྱ་བས་ཁེགས་  
 ཏེ། དུག་གིས་ཅིག་ཆར་སྦྱར་བ་ན། ཕྱ་རབ་རྩལ་ཆ་དུག་ཏུ་འགྱུར། །དུག་པོ་དག་ནི་གོ་གཅིག་

མ། །གོང་བུའང་རྩལ་ཕྱན་ཙམ་དུ་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཡང་རྩལ་ཕྱན་གཅིག་དང་  
 གཉིས་མཐུད་པ་ལ་རིང་བུང་ཡོད་མེད་བརྟགས་པས་ཀྱང་ཁེགས་སོ། །དེ་ཉིད་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པས།  
 གང་གིས་དངོས་པོ་རྣམ་དཔྱད་ན། །དེ་ཉིད་དུ་ན་དེ་དངོས་མེད། །གང་གི་ཕྱིར་ན་དེ་དག་  
 ལ། །གཅིག་དང་དུ་མའི་རང་བཞིན་མེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །གཉིས་པ་འཇིག་རྟེན་གྲགས་  
 པ་ལ་བརྟེན་པ་དགག་ན། གུན་རྫོབ་འཇིག་རྟེན་གྲགས་པ་ལ། །བརྟེན་ན་ཆད་མའི་རྣམ་གཞག་  
 འགལ། །རྟོག་གི་པ་ཁ་ཅིག་སྟོབ་དཔོན་ལྷ་བ་གྲགས་པ་དང་མཐུན་པར་གུན་རྫོབ་འཇིག་རྟེན་  
 གྲགས་སྡེ་དང་བསྟུན་ནས་འཇོག་ལ། དེའང་གང་ཟག་འཇིག་རྟེན་པ་མ་ཡིན་གྱི་སྟོ་འཇིག་རྟེན་པ་མ་  
 བརྟགས་མ་དཔྱད་པར་འཇུག་པ་དང་མཐུན་པར་འཇུག་གོ་ཞེས་བེར་རོ། །འདིའང་གུན་རྩ་བ་སྟོད་  
 པའི་ཆད་མ་དཔྱད་པ་ནི་མི་འཐད་དེ། མ་བརྟགས་པའི་སྟོ་ངོར་མངོན་སྲུང་དང་རྗེས་དཔག་

༩༥

དང་། སྐྱབ་པ་དང་གཞན་སེལ་ལ་སོགས་པ་མི་འཇུག་པས་ཚད་མ་དང་ཚད་མ་མ་ཡིན་པའི་རྣམ་  
 གཞག་སྡེ་བདུན་ལས་བཤད་པ་ཐམས་ཅད་རྒྱབ་པར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་འཇིག་རྟེན་གྲུབ་མཐའ་  
 ཁས་ལེན་པ་དེ་དག་གི་རྗེས་སུ་འབྲང་བར་འདོད་ན་ཤེས་བྱ་ལ་དངོས་པོ་དངོས་མེད་གཉིས།  
 དངོས་པོ་ལ་བེམས་རིག་གཉིས་ལས་མ་འདས་པས་བེམས་པོའི་ལྷགས་གང་འདོད་ཀྱང་བཀག་  
 ཟུག་ལ། རིག་པ་ནི་སེམས་ཅམ་པ་ལས་གཞན་འཐད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་རྣམ་པར་རིག་པ་  
 བསྐྱབ་པ་ནི། ཀུན་རྒྱ་བ་སྒྱུ་པའི་ཚད་མ་དཔྱེད་པ་ན་མདོ་མཛད་པ་དང་རྣམ་འགྲེལ་མཛད་པའི་  
 རྗེས་སུ་འབྲང་རོ། །དེ་ལ་གཉིས་ཏེ། གསལ་དང་སྒྲུབ་ཅིག་དམིགས་པས་འགྲུབ། །དང་པོ་ནི། ཤེས་  
 པའི་མཚན་ཉིད་གསལ་ཞིང་རིག་པ་ཡིན་ལ། གསལ་ཞིང་རིག་པ་དང་མི་སྒྲུབ་པའི་ཤེས་བྱ་མི་སྲིད་



ཕས། ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་སེམས་སྤྱུ་བྱུ་བ་སྟེ། རྟོག་ཤལ་གྱིས་བ་ལང་བསྐྱབ་པ་བཞིན་ནོ། །གཉིས་  
 པ་ལྷན་ཅིག་དམིགས་ངེས་གྱིས་འབྱུང་སྟེ། ལྷན་ཅིག་དམིགས་ལ་གཞན་མི་སྟོང་། །རྩ་ས་གཞན་  
 ཡིན་ན་རྟགས་མི་སྟོང་། །ཟླ་གཉིས་སྤྱང་བཞིན་སྟོང་འཛིན་ཡང་། །གཞན་ལ་མཐའ་གཞན་བཀག་  
 པས་ཁེགས། །འདི་ལ་གསུམ་ལས་ཐོག་མར་རྟགས་དགོད་པ་ནི། གང་ལྷན་ཅིག་དམིགས་ཕས་ངེས་  
 པ་དེ་གཞན་མ་ཡིན་ཏེ་ཟླ་བ་གཉིས་སྤྱང་བཞིན། སྟོན་པོ་དང་དེ་འཛིན་གྱི་ཤེས་པ་འང་ལྷན་ཅིག་  
 དམིགས་ཕས་ངེས་སོ། །ཞེས་བྱ་བ་བྱུང་བྱེད་འགལ་བ་དམིགས་པའོ། །དེ་འང་སྟོན་པོ་དངོས་པོ་  
 གཅིག་གིས་དུས་གཅིག་རྒྱ་རྟོགས་ཕས་ངེས་པར་རྒྱས་པའོ། །དེ་ཉིད་ལྷན་ཅིག་དམིགས་ཕས་ངེས་  
 པའི་ཕྱིར། སྟོང་དང་དེ་སྟོང་གཞན་མ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་རྟུར་རོ། །གཉིས་པ་རྟགས་དེའི་ཚུལ་  
 བསྐྱབ་པ་འང་ཕྱོགས་ཆོས་ནི་



རང་རིག་གིས་གྲུབ་ལ། བྱུང་པ་འང་དཔེ་རྒྱ་བ་གཉིས་ལ་སོགས་པའི་སྟེང་དུ་འགྲུབ་ཅིང་། དེ་མི་  
མཐུན་སྟོགས་ལ་འགོག་པ་འང་། མི་མཐུན་སྟོགས་དངོས་པོ་ཐ་དད་དུས་མི་མཉམ་པ་ལ་ལྷན་ཅིག་  
དམིགས་ངེས་ནི་དུས་མི་མཉམ་པར་འཛིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཁེགས་ལ། དུས་མཉམ་པ་ལ་འང་སྟོ་  
བཏགས་ནི་སྟོ་བཏགས་པར་ཤེས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཡུལ་གཞན་མེད་པར་གྲུབ་ཅིང་། རྩ་ཐ་དད་དུས་  
མཉམ་པ་ལ་ནི་གཞོད་པ་ཅན་གྱི་རྟགས་ཀྱིས་ཁེགས་ཏེ། གང་འབྲེལ་པ་མེད་པ་དེ་ལྷན་ཅིག་  
དམིགས་པས་ངེས་པ་མེད་དེ། སྟོན་པོ་དང་སེར་པོ་བཞིན་མིག་དང་གཟུགས་ཀྱང་རྩ་ཐ་དད་  
དུས་མཉམ་པར་བྱེད་ཀྱིས་ཁས་བླངས་སོ་ཞེས་པས་ཁེགས་སོ། །གསུམ་པ་རྩོད་པ་སྤང་བ་ལ་  
གསུམ་ལས་དང་པོ་ནི། བཅུན་པ་དག་བསྐྱང་ལ་སོགས་པ་དག་རྟགས་འདི་མ་གྲུབ་སྟེ། གང་ཟག་

ཏུ་མས་ལྷ་བ་ཏྟ་བུའི་གཟུང་བ་གཅིག་ལ་ཏྟ་བའི་ཚོ། རང་རང་གི་འཛིན་པ་དམིགས་ཀྱང་གཞན་  
 གྱིས་མ་དམིགས་སོ་ཞེ་ན། གཅིག་གི་གཟུང་བ་གཅིག་ལ་དམིགས་པ་མ་ཡིན་གྱི། ལས་ཀྱི་བག་  
 ཆགས་མཐུན་པར་སང་པ་ཡིན་ཏེ། མི་ལམ་གྱི་ལྷ་བ་ཏྟ་བུའམ་རབ་རིབ་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་སྐྱ་ཤད་  
 ལྷང་བ་ཏྟར་སྐྱོན་མེད་དོ། །གཉིས་པ་རྟགས་འདི་འགལ་ཏེ། ལྷན་ཅིག་ལ་གཉིས་ཀྱིས་བྱབ་པས་  
 རྟགས་དོན་གཞན་ཏུ་མེད་པ་ལས་བསྐྱོག་པས་བྱབ་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། འཛིག་རྟེན་ལ་གྲགས་  
 པའམ། གཞན་སེལ་གྱི་དོར་ལྷན་ཅིག་དམིགས་པར་བརྟགས་ཀྱི་དོན་ལ་ཐ་དད་མ་གྱུབ་པས་སྐྱོན་  
 མེད་དོ། །གསུམ་པ་གཏན་ཚིགས་འདི་མ་དེས་ཏེ། གཟུགས་དང་སྣང་བའམ། སེམས་དང་སེམས་  
 ལས་བྱུང་བའམ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སེམས་ཅན་གྱི་སེམས་མཁྱེན་པ་ལ་སོགས་པ་ལྷན་  
 ཅིག་དམིགས་དེས་ཞུགས་ཀྱང་རྣམས་ཐ་དད་པས་སོ་ཞེ་ན། དེའང་གཟུགས་

དང་སྒྲིང་བ་ནི། གཟུགས་དམིགས་པ་སྒྲིང་བ་ལ་སྟོས་པའི་སྟོག་ཆགས་ལ་སྟོན་ཅིག་དམིགས་པ་ན་  
 རྫས་ཐ་དད་མ་ཡིན་ཏེ། ལྷགས་བསྐྱེགས་པ་བཞིན་ནོ། །སྒྲིང་བ་ལ་མི་སྟོས་པ་བྱི་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་  
 སྟོན་ཅིག་དམིགས་པ་མེད་དེ་སྒྲིང་བ་མེད་ཀྱང་གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་ཀྱང་སྒྲིང་བ་དམིགས་  
 པའི་ཕྱིར་ལྷགས་དང་མེ་ཐ་དད་པར་གནས་པ་བཞིན་ནོ། །སེམས་དང་སེམས་བྱུང་ཡང་རྫས་ཐ་  
 དད་མི་འདོད་དེ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་གཞན་གྱི་སེམས་མཁྱེན་པ་ནི་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོའི་  
 མངོན་སྲུང་གྱི་དཔེར་མི་རུང་སྟེ་རྣམ་འགྲེལ་ལས། གཟུགས་སོགས་དང་ནི་སེམས་དེ་རྟོར། །གཟུང་  
 བའི་མཚན་ཉིད་དཔྱོད་པ་འདི། །མ་དག་སྟོ་ཅན་ལས་ཡིན་གྱི། །རྣལ་འབྱོར་རྟོགས་པ་བསམ་མི་  
 བྱུང་། །ཅེས་བྱ་བ་དང་། གནས་བྱུང་པའི་ཡེ་ཤེས་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་པར་རྒྱུད་གཞན་གྱུབ་པར་

བཤད་པ་བཞིན་ནོ། །འདི་ལ་བོད་པ་ལ་ཆེར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་གྱིས་མ་ངེས་པས་སྟོན་ཅིག་  
 དམིགས་ངེས་ཡང་དག་གི་རྟགས་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་བ་ནི་ཀུན་རྟུ་བ་སྟོད་པ་དང་། ས་རོལ་  
 གཟིགས་པའི་ཚད་མའི་རྣམ་གཞག་མི་ཤེས་པར་སྒྲ་བར་བཟད་དོ། །གསུམ་པ་རྣམ་རིག་ལ་ཚུད་པ་  
 སྤང་བ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་རིག་པའི་རྟགས་མ་གྲུབ་པ་སྤང་བ་ནི། རིག་བྱ་རྟགས་སུ་བཀོད་ན་  
 མ་ངེས། རིག་བྱེད་རྟགས་སུ་བཀོད་ན་མ་གྲུབ། དེ་གཉིས་ལས་གཞན་པའི་རིག་པ་ཙམ་མི་རྟོད་དོ་  
 ཞེ་ན། སྤྲ་མ་གཉིས་ཀྱིས་བྱུང་པར་དུ་མ་བྱས་པའི་རིག་པ་ཙམ་འགོད་དེ། བ་ལང་གི་མཚན་ཉིད་  
 དཀར་ཟལ་དང་དཀར་ཟལ་མ་ཡིན་པའི་རྟོག་ཤལ་མི་འགོད་ཀྱི། རྟོག་ཤལ་ཙམ་འགོད་པ་བཞིན་  
 ནོ། །གཉིས་པ་རྟུལ་ཕྱན་དང་མཚུངས་པའི་ཚུད་པ་སྤང་བ་ནི། སེམས་རྒྱན་ཡན་ལག་ཅན་དང་  
 མཚུངས། །སྤང་ཅིག་རྟུལ་གྱི་ཆ་ཤས་བཞིན། །

༧༩

དེས་ན་སྐད་ཅིག་གསུམ་བདག་ཕྱིར། །གཅིག་དང་དུ་མ་བྲལ་ཞེས་ཟེར། །དབུ་མ་པ་རྣམས་ན་རེ།  
 སེམས་ཀྱང་རྒྱན་གཅིག་ཏུ་བདེན་ན་ཡན་ལག་ཅན་འགོག་པའི་རིགས་པའི་འདོན་པ་བསྐྱར་ཏེ།  
 གང་ལ་དུས་ཆ་ཐ་དད་ཡོད། །དེ་ནི་གཅིག་ཏུ་མི་རུང་ངོ་། །ཞེས་གསུངས་པས་ཁེགས་སོ། །སྐད་  
 ཅིག་ཆ་མེད་དུ་བདེན་པ་ཡང་། དུག་གིས་ཅིག་ཅར་སྐྱར་བའི་རིགས་པས་རྩལ་ཕྱན་འཛིག་པ་སྟར།  
 སེམས་ཀྱང་རི་ལྟར་སྐད་ཅིག་མཐའ་ཡོད་སྟར། །ཐོག་མ་དབུས་ཀྱང་བརྟག་པར་གྱིས། །སྐད་ཅིག་  
 གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཕྱིར། །འཛིག་རྟེན་སྐད་ཅིག་ལ་མི་གནས། །ཞེས་བྱ་བའི་རིགས་པས་ཁེགས་  
 སོ་ཞེ་ན། འདི་ལ་བོད་རྣམས་རྩལ་དང་སྐད་ཅིག་གཉིས་འགོག་པའི་རིག་པ་མཚུངས་པས་སྐད་  
 ཅིག་ཆ་ཤས་ཅན་ཡིན་ཅོ་ཞེས་ཟེར་བ་ནི་མི་མཚུངས་ཏེ། །སྐད་ཅིག་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་



བྱིར། །སྒྲིང་ཅིག་གཅིག་པ་མི་སྲིད་འགྱུར། །སྒྲིང་ཅིག་གཅིག་པ་མི་སྲིད་ན། །གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་  
 ཡིན་པ་ཉམས། །སྒྲིང་ཅིག་མ་གཅིག་ཉིད་མི་སྲིད་དེ་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་འདོད་ན་  
 གསུམ་མི་སྲིད་པར་ཐལ་ཏེ་ཚུམ་པའི་གཅིག་མི་སྲིད་པའི་བྱིར་རོ། །འོ་ན་རྩལ་ཕྱན་ཡང་གཅིག་  
 ཡིན་ན་དུག་ཡིན་པར་འགལ། དུག་ཡིན་ན་གཅིག་ཡིན་པར་འགལ་བར་མཚུངས་སོ་ཞེ་ན། །ཁོ་བོ་  
 ཡང་དེ་འདོད་པས་རྩལ་ཕྱན་འཇིག་པ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་སྒྲིང་ཅིག་གྲང་འཇིག་གོ་ཞེ་ན། དུས་གསུམ་  
 ཅིག་ཅར་སྐྱེ་ན་བདེན་པ་ཞིག་ན། །ཁོ་བོ་ཅག་ཅིག་ཅར་མི་སྐྱེ་བ་ལ་སྐྱེན་ག་ལ་ཡོད། རགས་པ་ཅིག་  
 ཅར་བསྐྱོར་བས་ན། །དབུས་གྱི་རྩལ་ཕྱན་ཆ་བཅས་འགྱུར། །དུས་གསུམ་ཅིག་ཅར་མི་སྐྱེ་བས། །ད་  
 ཏེ་སྒྲིང་ཅིག་ཆ་མེད་ཡིན། །རྩལ་ཕྱན་དུས་གཅིག་ཏུ་མ་བསྐྱོར་ན་རགས་པ་མི་ཚུམ་པས་བསྐྱོར་  
 བ་ན་དབུས་གྱི་



རྒྱལ་ཆ་བཅས་སུ་འགྱུར་རོ། །དུས་གསུམ་ཅིག་ཅར་སྐྱེས་ན་འདས་མ་འོངས་གཉིས་ཀྱང་ད་ལྟར་  
 བར་ཐལ་བས་འགག་པ་དང་མ་སྐྱེས་པ་དངོས་པོར་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། ད་ལྟར་སྐྱེས་པའི་སྐད་  
 ཅིག་གཅིག་ཉིད་ལས་དངོས་པོའི་ཆོས་མི་སྤྲིད་པས་སྐད་ཅིག་ལ་ཆ་ཤས་མེད་པའི་དགོངས་པ་དེ་  
 ཡིན་ནོ། །འོ་ན་རྒྱལ་ཕྱན་འཇིག་པའི་ཆེ་ཆ་བཅས་སུ་འཇིག་གམ་ཆ་མེད་དུ་འཇིག་ཅེ་ན། བཞག་ན་  
 ཆ་བཅས་ཡིན་ལ་བཞིག་ན་ཆ་མེད་དུ་འཇིག་ཏེ། སྐྱ་ཅེའི་ཟིལ་པ་བཞིན་ནོ། །ཁ་ཅིག་རྒྱལ་ཕྱན་  
 ཐུག་མེད་དུ་འདོད་པ་ནི་དངོས་པོའི་དེ་ཁོ་ན་མ་ཤེས་པའོ། །འོ་ན་སྐད་ཅིག་ཀྱང་བཞག་ན་ཆ་  
 བཅས་བཞིག་ན་ཆ་མེད་དུ་མཚུངས་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། མི་མཚུངས་ཏེ་བཞག་ཀྱང་སྐྱེས་ཙམ་གྱི་  
 ཆ་མ་གཏོགས་པ་ཆ་གཞན་མེད་དེ་འགག་པ་དང་མ་སྐྱེས་པ་དངོས་པོར་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་

ན་སྒྲོབ་དཔོན་འཕགས་པའི་སྐད་ཅིག་གསུམ་སྒྲེལ་ནས་བཞིག་པ་འདིས་ཉན་ཐོས་དུས་གསུམ་  
 རྩས་ཡོད་དུ་འདོད་པ་དགག་པར་རྒྱས་ཀྱི་སྐད་ཅིག་ཆ་མེད་དགག་པར་མི་རྒྱས་ཏེ། འདས་མ་  
 འོངས་རྩས་སུ་མ་གྲུབ་པའི་བར་དུ་སྐད་ཅིག་གི་རྩས་གཅིག་བཅུག་ཀྱང་དངོས་པོ་ལ་མ་གྲུབ་ལ་  
 སྒྲོས་སྒྲོམ་དུ་བྱིན་ཀྱང་སྒྲོའི་ཆོས་རང་དགའ་བས་དོན་མི་འཇིག་སྟེ། རི་བོང་གི་རྒྱ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་  
 བུམ་པ་བཅག་པར་སྒྲོམ་ཀྱང་མི་ཆག་པ་བཞིན་ནོ། །འོ་ན་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པས་གཅིག་དང་དུ་བྲལ་  
 གསུངས་པ་དང་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། མི་འགལ་ཏེ་ཡུལ་གཅིག་དང་དུ་བྲལ་ལམ་གཟུང་འཇིན་གཅིག་  
 དང་དུ་བྲལ་ལ་དགོངས་པ་ཡིན་ནོ། །ཁ་ཅིག་དུས་གཅིག་དང་དུ་བྲལ་དུ་གསུངས་སོ་ཞེས་བེར་བ་  
 ཅི་གཞུང་གི་སྐབས་དོན་མ་འོངས་པ་ཡིན་ནོ། །མདོར་ན་སྟོགས་ཀྱིས་སྟེན་སྟོའང་ཆ་བཅས་ཡིན་  
 ལ་དུས་ཀྱིས་སྟེན་ཡུལ་ཡང་ཆ་མེད་ཡིན་ནོ། །

༩༩

དེས་ན་ཀུན་རྒྱུ་ཐ་སྙད་པའི་ཚད་མ་ལ་སྐད་ཅིག་ཆ་བཅས་སམ་སྐད་ཅིག་གཏན་མེད་དུ་ཁས་  
 བླངས་ན་སྟོས་མེད་ཀྱི་རྟགས་དང་སྟོན་ཅིག་མི་གནས་པའི་འགལ་བའི་གནོད་བྱ་སྟོག་པའི་དུས་ལ་  
 སོགས་པའི་རྣམ་གཞག་ཐམས་ཅད་འཇིག་གོ། །འོ་ན་ཆ་མེད་ཀྱི་དངོས་པོ་སྤྱིད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།  
 སྐད་ཅིག་ཆ་མེད་ཀྱི་དངོས་པོར་འདོད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་སྟོན་དོན་དམ་ཀྱི་དངོས་པོར་འགྱུར་རོ་ཞེ་  
 ན། སྟོས་བྲལ་ཀྱི་དོན་དམ་མ་ཡིན་ཏེ་འཇིག་པའི་ཕྱིར་དང་། དོན་བྱེད་རྣམས་པའི་དོན་དམ་ཡིན་ཏེ་  
 ཀུན་རྒྱུ་ཐ་སྙད་པའི་ཚད་མ་དཔྱོད་པའི་སྐབས་སུ་འབྲུལ་པ་དང་མ་འབྲུལ་པ་ཐམས་ཅད་སྐད་  
 ཅིག་ལ་རག་ལས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཆོས་ཐམས་ཅད་བདག་མེད་པའི་རྟེན་ཡང་དེ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་  
 འགྲེལ་ལས། དེད་ཀྱི་དེ་ཡང་རྟེན་ལས་སྟོས། །དེ་ཡང་བདག་མེད་སྟོན་ཏེ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་

ཕས་སོ། །གནས་གྱུར་པའི་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་ནས་སྐད་ཅིག་གིས་འཛིག་པ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་  
 གནས་གྱུར་པའི་ཕྱིར་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་བོ་ཞེས་བཤད་ཟིན་ཏོ། །གསུམ་པ་  
 རྣམ་པ་ཡོད་མེད་ལ་བརྟགས་ན་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་ནི། ཤེས་པ་རྣམ་བཙས་སམ་རྣམ་མེད་གང་  
 ཡིན་ཡང་རུང་སྟེ་བདེན་བརྟན་མཚུངས་པ་ལ་ཚད་མ་དང་ཚད་མ་མ་ཡིན་པའི་རྣམ་གཞག་འགལ་  
 ལོ་ཞེ་ན། དོན་དུ་སྤང་བ་སྟོ་ཉིད་ཡིན། །སྤང་བ་དེ་ཉིད་ཕྱི་ན་མེད། །བག་ཆགས་བརྟན་དང་མི་  
 བརྟན་ལ། །བདེན་དང་བརྟན་པའི་རྣམ་གཞག་བྱེད། །སྤང་བ་ཅི་སྦྱེས་པ་ཤེས་པ་ཡིན་ལ། དེའང་ཕྱི་  
 རོལ་གྱི་ཡུལ་དུ་གྲུབ་པ་མེད་ཅིང་ཡུལ་མེད་པར་མཚུངས་ཀྱང་བག་ཆགས་བརྟན་པའི་སྟོ་ནས་ཟླ་  
 བ་གཅིག་དང་དུང་དཀར་འཛིན་ལ་སོགས་པ་ཚད་མར་འཛིག་ལ། ཟླ་བ་གཉིས་དང་དུང་མེར་  
 འཛིན་ལ་སོགས་པ་བག་ཆགས་མི་བརྟན་པའི་ཕྱིར་ཚད་མ་མ་ཡིན་པར་འཛིག་

༩༩

གོ། །གཞན་གྱུ་མཐའ་དབྱེ་བ་ཁོ་བོས་བྱས་པའི་གྱུ་མཐའ་རྣམ་པ་བྱེད་ལ་སོགས་པར་ཤེས་པར་  
བྱ་བས་འདྲིའི་མ་སྒྲིལ་སོ། །རི་སྒྲིབ་ཕྱི་རིམ་ཁས་ལེན་པ། །དེ་སྒྲིབ་རྒྱ་ལ་གཟུང་ཡུལ་ཟེར། །ཤེས་བྱ་  
ནང་གི་ཞུགས་པ་ན། །ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་གྱུ་པ་མེད། །བསྐྱུ་བའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ། །ཆད་མ་  
རིགས་པའི་གཏེར་ལས་ཡུལ་བརྟག་པའི་རབ་རྒྱ་བྱེད་པ་དང་པོའོ། །།གཉིས་པ་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་སྒྲོ་  
གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ་གསུམ་ལས་དང་པོ་སྒྲོ་ཅམ་གྱི་མཆན་ཉིད་ནི། སྒྲོའི་མཆན་ཉིད་རིག་པ་  
ཡིན། །འགའ་ཞིག་ཡུལ་རིག་པར་འདོད་པ་ནི་མི་འཐད་དེ། ཡུལ་གྱི་མཆན་ཉིད་སྒྲོའི་རིག་བྱ་ཡིན་  
པར་མགོ་བསྐྱེལ། དེ་འདོད་ན་སྒྲོ་སྒྲིབ་པ་བྱས་མཆོན་པ་སྟར་པན་ཚུན་སྒྲོས་པས་གང་ཡང་ངོས་  
མི་ཟིན་ལ་གཞན་ཡང་རང་རིག་ལ་ཡུལ་མེད་པས་ཤེས་པའི་མཆན་ཉིད་མེད་པར་འགྱུར་

རོ། །རང་རིག་ཡུལ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། རང་ལ་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་འགལ་ལོ། །དེས་ན་རང་རིག་ལ་  
 ཡུལ་ཡོད་པར་བཤད་པ་ནི་བཏགས་པ་བ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་དེའི་དབྱེ་བསྟུ་ནི། ཡུལ་སོགས་སྟོ་  
 ནས་དུ་མར་འགྱུར། །ཤེས་པའི་སྟོ་ནས་རང་རིག་གཅིག་ཡུལ་གྱི་སྟོ་ནས་དབྱེ་ན་རྟོག་བཅས་རྟོག་  
 མེད་གཉིས་དང་ཤེས་པའི་ངོ་བོའི་སྟོ་ནས་དབྱེ་ན་འབྲུལ་པ་དང་མ་འབྲུལ་པ་གཉིས་དང་། འཇུག་  
 ཚུལ་གྱི་སྟོ་ནས་དབྱེ་ན། ཤིང་གཅོད་པ་རྟུར་ཡུལ་ལ་མ་ཞུགས་པ་དང་། འཇུག་བཞིན་པ་དང་  
 ཞུགས་ཟིན་པ་གསུམ་མོ། །དེ་རྟུར་ལས་བྱེད་པ་པོ་བྱ་བའི་སྟོ་ནས་དབྱེ་ན་སྟོ་གསུམ་པོ་དེ་འང་ཡུལ་  
 ཅན་གྱི་སྟོ་ནས་བསྟུ་ན་རང་རིག་པ་ཁོ་ནར་འདུ་ལ། དེས་ན་དོན་ཐམས་ཅད་རང་མཚན་དང་ཤེས་  
 པ་ཐམས་ཅད་རང་རིག་རྟུ་འདུའོ། །གསུམ་པ་དེ་དག་གི་དོན་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ་གཉིས་ལས།  
 ཚད་མའི་





མཚན་ཉིད་འོག་རྒྱ་འཆད་ལ། ཚད་མ་མ་ཡིན་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། གཞན་ལྷགས་དགག་པ་དང་། རང་  
ལྷགས་བརྗོད་པ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས་དགག་པ་འི་ཡུལ་སྤྱིར་བསྟན་ན། པརྗེ་ཏ་འགའ་ཞིག་  
མཐའ་ཡས་པས་དབྱེ་བ་མེད་དོ་ཞེས་ཟེར་བའང་ཐོས། བོད་པས་ཆེར་སྒྲོ་སྒྲར་སྒྱུད་དེ། ཡིད་  
དཔྱོད་སྒྲུང་ལ་མ་ངེས་དང་། །བཅད་ཤེས་ལོག་ཤེས་ཐེ་ཚོམ་སྒྲ། །ཞེས་ཟེར་དོ། །གཉིས་པ་མི་  
འབད་པ་འི་ཆ་དགག་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། ཡིད་དཔྱོད་དང་། སྒྲུང་ལ་མ་ངེས་པ་དང་། བཅད་ཤེས་  
དགག་པ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། བྱོགས་སྒྲ་མ་བརྗོད་པ་དང་། དེ་དགག་པ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་  
ལས་མཚན་ཉིད་ནི་རྟགས་ལ་མ་སྟོས་པར་སྒྲར་མ་རྟོགས་པ་འི་སྟོག་གྱུར་དོན་དང་མཐུན་པར་  
ངེས་པ་ལོ། །དབྱེ་ན་རྒྱ་མཚན་མེད་པ་འི་ཡིད་དཔྱོད་ཁྱོན་པ་རྟིང་པ་ན་རྒྱ་ཡོད་སྟུང་པ་རྟེན་བྱ། རྒྱ་

མཚན་ཕྱི་ཅི་ལོག་ཤ་བསྐྱེགས་པའི་གསུར་ལ་འདུས་པའི་སྤང་བུའི་ཚོགས་ལ་མེར་ངེས་པ་ལྟ་བུ།  
 རྒྱ་མཚན་མ་ངེས་པ་ཚུལ་གསུམ་མི་ཤེས་ཀྱང་བྱས་པའི་རྟགས་ལས་མི་རྟག་པ་རྟོག་པ་ལྟ་བུའོ་  
 ཞེའོ། །གཉིས་པ་དེ་དགག་པ་ལ་གཉིས་རྟེ། སྤྱིར་དགག་པ་དང་། སོ་སོར་དགག་པ་ལོ། །དང་པོ་  
 ལ་འང་གསུམ་ལས། བརྟགས་ན་མི་འབྲང་པ་ནི། ཡིད་དཔྱོད་རྟགས་ལ་སྟོས་མི་སྟོས། །དམ་བཅའ་  
 ཅམ་ཡིན་ཐེ་ཚོམ་འགྱུར། །ཡིད་དཔྱོད་རྟགས་སུ་བཀོད་པ་ཅམ་ལ་སྟོས་སམ་མི་སྟོས། མི་སྟོས་ན་  
 དམ་བཅའ་རྒྱང་པ་ཡིན་པས་ངེས་པ་མི་སྲིད་དེ། རྣམ་ངེས་ལས། དུལ་བལྟར་མི་རུང་བའི་བདག་  
 ཉིད་ཀྱིས་ཐེ་ཚོམ་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། ཕྱོགས་གྱི་ཆོག་ལས་ནི་དོན་ལ་ཐེ་ཚོམ་  
 ཟ་བར་མཐོང་གི་ངེས་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དངོས་སུ་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་།  
 མེད་ཅེས་བྱ་བའི་ཆོག་གིས་ཀྱང་། །

༩༩

དེ་མེད་ཁོ་ན་མིན་གཤམ་ཏེ། ཁྱི་ལྟར་མེད་རིག་དེ་བརྗོད་ན། དེ་ཆེ་མེད་ཅེས་བྱ་བར་རྟོགས། ཞེས་  
 གསུངས་པས་སོ། རྟགས་ལ་སྟོས་ན་ཡང་དག་གཤམ། ལྟར་སྟངས་གསུམ་ལས་འདེལ་བ་མེད། གཤམ་  
 ཏེ་ཡིད་དཔྱེད་རྟགས་ལ་སྟོས་ན་བཞི་ལས་མི་འདེལ་སྟེ། ཆོས་ཅན་ལ་རྟགས་མ་གྲུབ་ན་མ་གྲུབ་  
 པའི་རྟགས་ལྟར་སྟངས་དོ། གྲུབ་ན་མཐུན་སྟེགས་ཁོ་ན་ལ་འཇུག་ན་ཡང་དག་མི་མཐུན་སྟེགས་ཁོ་  
 ན་ལ་འཇུག་ན་འགལ་བ། གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག་པའམ་མི་འཇུག་ན་མ་ངེས་པའོ། དཔེར་ན་ཁུང་ན་  
 རྩ་ཡོད་དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེས་ངེས་པ་ན། རྟགས་མི་འགོད་པར་ཡོད་དོ་ཞེས་དམ་བཅའ་རྒྱུང་པ་ནི་གེ་  
 ཆོམ་དུ་སྒྲར་བཤད་ཟིན་ལ། རྩ་མཆོའི་དོགས་ཡིན་པ་ལ་སོགས་པ་མ་གྲུབ་པ་བཀོད་ན་སྟེགས་ལ་  
 མཐུ་མེད་པས་མ་རྟོགས་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ངེས་པ་མི་སྲིད་དོ། རྩ་འདྲེན་པ་ལ་སོགས་པའི་

ཏྲགས་ངེས་ན་ཡང་དག་གོ། །དུ་བ་ལ་སོགས་པ་བཀོད་ན་འགལ་བ་ལོ། །ལྷར་ཕྱིའི་ཆུ་ལེན་པ་ལ་སོགས་  
 པ་བཀོད་ན་མ་ངེས་པས་ཏྲགས་སམ་སྟོ་བཞིར་མ་འདུས་པའི་སྟོག་གྱུར་ཏྲགས་པའི་ཡིད་དཔྱོད་མི་  
 སྲིད་དོ། །གཉིས་པ་ཏ་ཅང་ཐལ་བ་ནི། རྒྱ་མཚན་ཅན་གྱི་ཡིད་དཔྱོད་གཉིས། །ལྷར་སྣང་གསུམ་དུ་  
 མི་འདུ་ན། །གཏན་ཆེགས་ལྷར་སྣང་བཞི་པར་འགྱུར། །ཡིད་དཔྱོད་འགལ་མ་ངེས་མ་གྱུབ་གསུམ་  
 ལ་བརྟེན་པའི་སྟོ་གསུམ་དུ་མི་འདུ་ན་ཡིད་དཔྱོད་སྟོད་པའི་ཏྲགས་ཞེས་བྱ་བ་ལྷར་སྣང་བཞི་པ་  
 སྲིད་པར་འགྱུར་རོ། །ཡིད་དཔྱོད་ལྷར་སྣང་མ་ཡིན་ན། །ཆད་མ་གསུམ་པ་སྲིད་པར་འགྱུར། །ལྷར་  
 སྣང་གསུམ་ལ་བརྟེན་པའི་སྟོ་གསུམ་དུ་མི་འདུ། །ཆད་མ་གཉིས་ནི་མ་ཡིན། །དོན་བདེན་པ་ངེས་པ་  
 ནི་ཡོད་པས་ཡིད་དཔྱོད་ཆད་མ་གསུམ་པར་འགྱུར་རོ། །བདེན་པ་ངེས་ཀྱང་ཆད་མིན་ན། །རྗེས་སུ་  
 དཔག་པའང་མིན་པར་འགྱུར། །

༩༣

དོན་བདེན་པ་གསར་དུ་ངེས་ཀྱང་ཆད་མ་མ་ཡིན་ན་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ལ་འང་མཆུངས་སོ། །ངེས་  
 ཀྱང་སྟོ་འདོགས་མི་གཅོད་ན། །གཅོད་བྱ་གཅོད་བྱེད་མིན་པར་འགྱུར། །ངེས་པ་ནི་ཡོད་སྟོ་  
 འདོགས་ནི་མི་གཅོད་ན་གཅོད་བྱ་གཅོད་བྱེད་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ལ། འདོད་ན་ངེས་པ་དང་ནི་སྟོ་  
 འདོགས་ཡིད། །གཅོད་བྱ་གཅོད་བྱེད་དོ་བོའི་ཕྱིར། །ཞེས་བཤད་པ་དང་འགལ་སོ། །དེའི་ཕྱིར་ངེས་  
 ན་སྟོ་འདོགས་མི་གཅོད་པ་འགལ་བས་ཆད་མ་གསུམ་པར་གྱུ་བ་བོ། །གལ་ཏེ་སྟོ་ག་གྱུར་ལ་རྗེས་  
 དཔག་མ་ཡིན་པ་གང་གིས་རྟོགས་ཀྱང་ཆད་མའི་ཐ་སྙད་མི་འཇུག་གོ་ཞེ་ན། འོ་ན་ཆུ་རྩལ་མཛེས་  
 པ་བ་རྟུར། དོན་རང་མཆོན་མ་རྟོགས་ན་བདེན་པ་རྟོགས་ཀྱང་ཆད་མའི་ཐ་སྙད་མི་འཇུག་པས།  
 རྗེས་སུ་དཔག་པ་འང་ཆད་མ་མ་ཡིན་ཅོ། །རང་མཆོན་མ་རྟོགས་ཀྱང་བདེན་པ་རྟོགས་པས་ཆད་

མའི་དོན་གྱུབ་བོ་ཞེ་ན། རྟགས་མེད་ཀྱང་བདེན་པ་རྟོགས་པས་ཁོ་བོ་ཅག་གི་འད་ཚད་མ་གྱུབ་  
 བོ། །མི་མཚུངས་ཏེ་རྗེས་དཔག་བརྟགས་ཀྱང་ཐེ་ཚོམ་མེད་ལ་ཡིད་དཔྱད་ནི་བརྟགས་ན་ཐེ་ཚོམ་དུ་  
 འགྱུར་བས་སོ་ཞེ་ན། དེ་རྟར་ན་ཐེ་ཚོམ་གྱི་ལྷག་མ་ལུས་པས་ལྷག་ལྷན་དུ་འགྱུར་གྱི་ཡིད་དཔྱད་  
 ཉམས་སོ། །དེས་པ་མེད་ཀྱང་བདེན་བརྟན་དང་། །སོམ་ཉིའི་བློ་གསུམ་མི་འགལ་ན། །གལ་ཏེ་དེས་  
 པ་མེད་ཀྱང་བློན་པ་ན་ཆུ་ཡོད་དམ་སྟམ་པ་ཡིད་དཔྱད་ཡིན་ལ་མེད་དམ་སྟམ་པ་ལོག་ཤེས་ཡིན་  
 ཞིང་གཉིས་ཀར་འཇིན་པ་ཐེ་ཚོམ་མོ་ཞེ་ན། དེས་པ་མེད་ན་ཡིད་དཔྱད་ཉམས། །གཉིས་སུ་འགྱུར་  
 ན་ཐེ་ཚོམ་དགལ། །དེས་པ་མི་དགོས་ན་ཡིད་དཔྱད་གྱི་མཚན་ཉིད་ཉམས་ལ། ཡོད་དམ་མེད་དམ་  
 སྟམ་པ་ལ་ཡིད་དཔྱད་དང་ལོག་ཤེས་སུ་བྱེད་ན་ཐེ་ཚོམ་རྙེད་པ་མི་སྲིད་དོ། །ཕྱོགས་རེར་དེས་ན་



ကျေးဇူးတင်ကျေးဇူးတင်

དེ་བདེན་ཡང་ཡིད་དཔྱོད་དང་ལོག་ཤེས་གཉིས་ལྟུང་གཅིག་ལ་རེས་འཛོག་རྟུ་འཇུག་པ་ཉིད་ལ་ཐེ་  
ཆོམ་གྱི་

༡༥

ཐ་སྐྱོད་འདོགས་སོ་ཞེ་ན། བརྟག་ན་ངེས་པ་མི་རྟོན་པའི་ཚོད་དཔག་ཉིད་ལ་མཁས་པ་རྣམས་ཐེ་  
ཚོམ་དུ་མཛད་དོ། །གསུམ་པ་བསྒྲེག་པ་དང་མཚུངས་པ་ནི། ཡང་ན་བདེན་པའི་ཡིད་དཔྱོད་  
ཏྱུར། །ལོག་པའི་ཡིད་དཔྱོད་ཅིས་མི་འཐད། །བྱེད་འདོད་པ་ལས་བསྒྲེག་སྟེ། ལོག་པའི་ཡིད་དཔྱོད་  
ཀྱི་མཚན་ཉིད་རྟགས་ལ་མ་སྟོས་པར་སྒྲར་མ་རྟོགས་པའི་སྒྲོག་གྱུར་དོན་དང་མི་མཐུན་པར་ངེས་  
པ་ཡོད་ཅིས་བརྗོད་ན་ཅིར་འགྱུར། འདོད་ན་ཡིད་དཔྱོད་བདེན་པ་ཉམས། །མིན་ན་སྒྲ་མའང་མིན་  
པར་མཚུངས། །འདི་བདེན་ན་ཡིད་དཔྱོད་མི་སྤྱིད་ལ། མི་འཐད་ན་ཡིད་དཔྱོད་ཉིད་གྱུར་མི་འཐད་  
དོ། །གཉིས་ཀར་དོགས་ན་ཐེ་ཚོམ་འགྱུར། །གལ་ཏེ་སྤྱིད་ན་གངས་ངེས་འཇིག་ལོག་པའི་ཡིད་  
དཔྱོད་གཉིས་ཀར་དོགས་པས། ཐེ་ཚོམ་དུ་གྱུར་ན་བདེན་པའི་ཡིད་དཔྱོད་ལ་འང་མཚུངས་ལ།

གཉིས་ཀ་བདེན་པར་འདོད་ན། འགལ་བ་ལ་མི་འབྱུང་བ་སྤྱིད་པར་འགྱུར་ཞིང་ཚད་མ་མ་ཡིན་པ་  
 རྒྱག་པར་འགྱུར་བས་ལྡེའི་གྲངས་ངེས་འཇིག་གོ། །ལོག་ཤེས་ཡིན་ན་ཡིད་དཔྱོད་ཀྱང་། །ཚད་མ་  
 ཉིད་འགྱུར་མཚུངས་ཕྱིར་རོ། །སྒྲོ་དེ་ལོག་ཤེས་སུ་འདུ་ན་ཡིད་དཔྱོད་ཀྱང་ཚད་མར་འདུ་ལོ། །སྒྲོ་  
 བ་དང་རྟགས་ལ་མ་བརྟེན་པས་ཡིད་དཔྱོད་ཚད་མ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། སྒྲོ་བསྐྱེད་པ་དང་རྟགས་  
 འགལ་བ་ལ་མ་བརྟེན་པས་ལོག་པའི་ཡིད་དཔྱོད་ཀྱང་ལོག་ཤེས་སུ་མི་འདུ་བ་མཚུངས་སོ། །དེ་  
 ཉིད་རྣམ་ངེས་ལས་ཀྱང་། རི་རྟར་མ་ངེས་པ་ལས་ངེས་པར་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། ཡོད་ཀྱང་མ་  
 གྲུབ་པ་ལ་ཡོད་པའི་བ་སྟོང་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། ཡོད་ཀྱང་དངོས་པོས་མ་བྱས་  
 པའི་རྟོགས་པ་ནི་མེད་པ་རྟོགས་པ་དང་བྱུང་པར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ་ཡིད་ཆེས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །གཉིས་པ་

༢༥

སོ་སོར་དགག་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་རྒྱ་མཚན་མེད་པ་དགག་ན། གལ་ཏེ་རྒྱ་མཚན་མེད་པ་  
ཡི། །ཡིད་དཔྱད་བདེན་ན་ཀྱན་བདེན་འགྱུར། །རྒྱ་མཚན་མེད་ཀྱང་དོན་བདེན་པ་རྟོགས་ན་རང་  
གི་འོག་ན་རིན་པོ་ཆེ་ཡོད་པ་ལ་སོགས་པ་ཆོད་དཔག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བདེན་པར་འགྱུར་རོ། །ཐེ་  
ཆོམ་ཟེལ་སྒྲུལ་ན། རྒྱ་མཚན་མེད་པའི་ཡིད་དཔྱད་བདེན་པ་ཉམས་སོ། །ཁྱོན་པའི་ཆུ་རང་རྒྱ་  
མཚན་གཏན་མེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ་སྒར་ཆུ་མཐོང་བ་ཅམ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་རྒྱ་  
མཚན་དེ་མ་ངེས་པ་ཡིན་ནི་ཞེ་ན། མ་ངེས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཐེ་ཆོམ་དུ་འགྱུར་རོ། །གཉིས་པ་རྒྱ་མཚན་  
ཕྱིན་ཅི་ལོག་དགག་ན། གལ་ཏེ་ལོག་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅན། །ཡིད་དཔྱད་ཡིན་ན་གཞུང་དང་  
འགལ། །འདི་ལ་གཉིས་ལས་མ་ངེས་པའི་ཡིད་དཔྱད་དུ་ཐལ་བ་ནི། མཉན་བྱས་མི་རྟག་པ་བསྐྱབ་

བ་སྐྱུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མ་ངེས་པ་དང་། གཞུལ་བྱས་མི་རྟག་པ་བསྐྱབ་པ་དངོས་གྱི་མ་ངེས་པ་  
 དང་། ལྷས་བྱིན་གྱི་བྱ་ལས་སྡོ་བསངས་བསྐྱབ་པ་ཡང་དག་གི་ལྷག་ལྷན་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་  
 བྱིད་ལྟར་ན་ཡིད་དཔྱོད་དུ་འགྱུར་བ་ལས་སྡོ་བ་དཔོན་གྱིས་བེ་ཆོམ་དུ་བསྐྱས་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །གཉིས་པ་མ་གྲུབ་པ་ཡིད་དཔྱོད་དུ་བལ་བ་ནི། མིག་གི་གཟུང་བྱས་སྐྱ་མི་རྟག་པར་བསྐྱབ་  
 པ་འང་ཡིད་དཔྱོད་དུ་འགྱུར་རོ། །འདོད་ན་མ་གྲུབ་པ་ལས་རྟོགས་པ་མི་སྐྱེ་བར་གསུངས་པ་དང་  
 འགལ་ཏེ། ཕྱོགས་ལ་མཐུ་མེད་སོམ་ཉི་དང་། ཞེས་པ་རྟར་རོ། །གསུམ་པ་ལྷུང་གི་ཆོས་ཡིད་དཔྱོད་  
 དུ་འདོད་པ་དགག་ན། རང་གཞན་སྡེ་པའི་ལྷུང་ལས་རྟོགས། ཁྱོ་རིགས་བཞིར་འདུས་ཡིད་དཔྱོད་  
 མིན། །ལྷུང་ཐོས་པ་ལ་བྱུང་བའི་ཤེས་རབ་ཡིད་དཔྱོད་དོ་ཞེ་ན། མི་འཐད་དེ། རང་གི་ལྷུང་ལ་བྱང་  
 དོན་ངེས་དོན་གཉིས། གཞན་གྱི་ལྷུང་ལས་འཐད་མི་

༨༥

འཐད་གཉིས་ལས། དཔེར་ན་བདེན་པ་བཞི་དང་བདག་མེད་གཉིས་ལ་སོགས་པ་སྐྱབ་བྱེད་ཡོད་  
ན་ཚད་མ་ཡིན་ཏེ་རྣམ་འགྲེལ་ལས། ཡིད་ཆེས་ཆོག་ནི་མི་སྐྱབ་བའི། སྐྱི་ལས་རྗེས་སྐྱབ་པ་  
ཉིད། །ཅས་པ་དང་། ཡིད་ཆེས་ཆོག་ནི་མི་སྐྱབ་བའི། སྐྱི་ལས་འདི་ཡུལ་སྐྱོག་གྱུར་ན། །གོ་སྐབས་  
མེད་པའི་ཕྱིར་སྐྱོ་ནི། །རྗེས་སྐྱབ་པ་པའི་ཚད་མར་གསུངས། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། སྐྱབ་དང་དོར་  
བྱའི་དེ་ཉིད་ནི། །ཐབས་བཅས་རབ་རྒྱ་རིག་པ་ཡིས། །གཙོ་བོའི་དོན་ལ་མི་སྐྱབ་པའི་ཕྱིར། །གཞན་ལ་  
རྗེས་སྐྱབ་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་སྟར་རོ། །ཁྱུས་དང་དཀའ་བྱུང་གིས་སྐྱོག་པ་འདག་པ་ལ་  
སོགས་པ་གཞོད་བྱེད་ཡོད་པས་སོག་ཤེས། སྐྱབ་བྱེད་གཞོད་བྱེད་གཉིས་ཀ་མེད་པའི་ལུང་ལས་  
གཞི་གྲུབ་པ་རྣམས་ཐེ་ཚོམ། མ་གྲུབ་པ་མ་རྟོགས་པ་ཉིད་དེ། །རྣམ་འགྲེལ་ལས། ཚད་མས་མ་གྲུབ་



རྟོན་ཅན་གྱི། །གྲུབ་མཐའི་རྗེས་སུ་འབྲང་ངམ་ཅི། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེས་ན་ལྷ་དང་དངོས་རྣམས་  
 ལ། །རྟོགས་པ་པོ་ཡིས་རྣམ་འགར་ཡང་། །མེད་ན་མི་འབྱུང་མི་འགྲུབ་པས། །དེ་དོན་དེས་པ་དེ་གང་  
 ལས། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། །འགལ་བ་ཀུན་དུ་མ་བསལ་ཞིང་། །བསྟན་བཅས་དོན་ཡང་མ་བསྟན་  
 པར། །དེ་བདེན་དོན་ཞེས་ཁས་ལེན་པ། །གཡེམ་མ་མུ་ཅར་གྱིས་རྒྱལ་ལོ། །ཞེས་བྱ་བ་རྒྱས་པར་  
 གསུངས་པ་ཉྱར་རོ། །ཆོད་མ་མ་ཡིན་པའི་ལྷ་ལས་འཇུག་ལྟོག་ནི། ཐེ་ཆོམ་གྱི་སྒོ་ནས་བྱེད་པར་  
 གསུངས་པས་མི་འགལ་ལོ། །གཉིས་པ་སྒྲུང་ལ་མ་དེས་པ་དགག་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། ལྷོགས་སྒྲུ་མ་  
 དང་། དེ་དགག་པ་ལོ། །དང་པོ་ལ་འང་གཉིས་ལ་མཆོན་ཉིད་ནི། སྒོ་འདོགས་དང་མི་འགལ་བའི་  
 དོན་རང་གི་མཆོན་ཉིད་སྒྲུང་བ་ཞེས་བེད་ལ། གཉིས་

༨༥

པ་དབྱེ་ན་གསུམ་སྟེ། ཡུལ་རྣམ་པ་མི་གསལ་བ་བུམ་པའི་སྐད་ཅིག་ལྟ་བུ། ཡིད་ཉེ་བར་མ་གཏང་པ་  
དམིགས་པ་འགའ་ཞིག་ལ་ཡིད་བསྐྱུས་པ་ན་གཟུགས་མཐོང་བ་ལྟ་བུ། རྒྱུལ་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་  
ཟེན་པ་ཉ་ཕྱིས་ལ་དངུལ་དུ་རྒྱུལ་བའི་ཆེ་ཉ་ཕྱིས་སུ་མ་ངེས་པ་ལྟ་བུའི་ཞེས་ཟེར་རོ། །གཉིས་པ་  
དེ་དགག་པ་ལ་གཉིས་ལས་སྦྱར་དགག་ན། གལ་ཏེ་སྒྲུང་ལ་མ་ངེས་པ། །ཆོད་མ་མིན་ན་མདོན་སུམ་  
ཀུན། །ཆོད་མ་མིན་འགྱུར་མདོན་སུམ་ལ། །ངེས་པ་ཉིད་ནི་བཀག་སྦྱར་རོ། །མདོན་སུམ་ལ་མཚན་  
ཉིད་ཞུགས་པའི་སྦྱར་དེ་ཆོད་མ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ཏེ། རྣམ་འགྲེལ་སྟོང་ཕྱག་སྦྱང་དང་བཞི་པ་  
ལས། ད་ནི་རི་ལྟར་མ་ངེས་པ་མདོན་སུམ་གྱིས་ཀྱང་གཟུང་བ་ཡིན་ཞེ་ན། མདོན་སུམ་ནི་གང་གིས་  
ཀྱང་ངེས་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེས་གང་ཞིག་འཛིན་པ་དེའང་ངེས་པས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་ཅི་

ཡིན་ཞེ་ན་དེར་སྒྲུང་བས་སོ། །དེས་ན་དེས་པ་དང་མ་དེས་པའི་དབང་གིས་མངོན་སུམ་གྱིས་འཛིན་  
 པ་དང་མི་འཛིན་པ་དག་མ་ཡིན་ཅོ། །དེས་པ་རྣམས་གྱིས་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ཏེ། འགའ་ཞིག་དེས་ཀྱང་  
 གཞན་མ་དེས་པས་འཇུག་པ་ཐ་དད་པས་འཛིན་པ་དང་མི་འཛིན་པ་ཡིན་ཅོ། །ཞེས་སོ། །འོ་ན་མ་  
 དེས་ན་མངོན་སུམ་ཚད་མར་རི་ལྟར་འགྱུར་ཞེ་ན། འདི་ལ་འོག་ཏུ་བཤད་པར་བྱའོ། །གཉིས་པ་བྱེ་  
 བྲག་ཏུ་ཡུལ་རྣམ་པ་མི་གསལ་བའི་སྒྲུང་ལ་མ་དེས་པ་མི་འཐད་དེ། རྩ་ས་གཅིག་ལ་རྣམ་པ་གསལ་  
 མི་གསལ་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །འོ་ན་བུམ་པ་མཐོང་བའི་ཆེ་དེའི་སྐད་ཅིག་རྣམ་པ་མི་གསལ་བ་མ་  
 ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་ནི་འབྲུལ་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཟིན་པས་མ་དེས་པ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་འབྲེལ་ལས།  
 གཟུགས་ཆོས་མཐུན་པ་མཐོང་བ་ལས། །ཉ་ཕྱིས་ལ་དདུལ་སྒྲུང་བ་

༢༩

ལྟར། །གལ་ཏེ་འབྲུལ་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས། །ཡོན་ཏན་གཞན་སྦྱར་མི་བྱེད་ན། །ཞེས་གསུངས་པས་  
སོ། །འོ་ན་མཐོང་ཡང་གསལ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་ཀྱང་བཤད་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་ནི་  
ཡུལ་མི་གསལ་བས་མ་ཡིན་གྱི་འདྲ་བ་གཞན་འབྱུང་ལ་སོགས་པ་འབྲུལ་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱི་སྒོ་ནས་  
སྒྲོས་གསལ་བར་འཛིན་མ་རྒྱས་པས་གཞན་སེལ་གྱི་སྒོ་ནས་ངེས་པར་བྱ་བ་ལ་དགོངས་པ་ཡིན་  
ན། །ངེས་ན་ཡུལ་མི་གསལ་བ་དང་སྒྲོས་གསལ་མི་རྒྱས་པ་གཉིས་འདྲེས་པར་མི་བྱའོ། །གསུམ་པ་  
བཅད་པའི་ཡུལ་ཅན་དགག་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། ཕྱོགས་སྡུ་མ་དང་དེ་དགག་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་  
ལས། མཚན་ཉིད་ནི། སྡར་རྟོགས་ཟིན་གྱི་བྱེད་པ་མ་ཉམས་པ་ལ་བསྐྱོག་ཕྱོགས་གྱི་སྒོ་འདོགས་  
དང་འགལ་བར་འཇུག་གོ། །གཉིས་པ་དབྱེ་ན་གཉིས་ཏེ། མདོན་སུམ་བཅད་ཤེས་ཞེས་བྱ་བ་སྡར་

སྒྲོན་པོ་མཐོང་བའི་རྗེས་ལ་སྒྲོན་པོ་མཐོང་བ་ལྟ་བུ་དང་། རྟོག་པ་བཅད་ཤེས་ཞེས་བྱ་བ་མངོན་སུམ་  
 གྱི་རྗེས་སུ་སྐྱེས་པའི་ངེས་པ་དང་། རྗེས་དཔག་ལ་སོགས་པ་རྟོགས་པའི་རྗེས་སུ་སྐྱེས་པའི་བླན་པ་  
 ཡིན་ཅོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །གཉིས་པ་དེ་དགག་པ་ལ་གཉིས་ལས་སྦྱིར་དགག་ན། བཅད་ཤེས་རིག་པས་  
 མཐའ་བཅད་ན། །མ་རྟོགས་པ་དང་ལོག་རྟོག་དང་། །ཡང་ན་ཚད་མ་ཉིད་འགྱུར་གྱི། །དེ་ལས་  
 གཞན་པའི་སྒྲོ་མི་སྤིད། །དཔྱོད་ན་བཅད་ཤེས་མ་རྟོགས་པར་འདུ་སྟེ། ཚད་མའི་ཡུལ་སྐད་ཅིག་མ་  
 ཉིད་ཀྱིས་འགག་པའི་སྦྱིར་དང་མ་འགགས་སུ་བེན་ཀྱང་སྒྲོས་སྒྲར་རྟོགས་བེན་པའི་སྦྱིར་སྦྱིས་  
 རྟོགས་པར་བྱ་རྒྱ་མེད་དེ། ཤིང་བཅད་བེན་པས་སྟར་རེ་གཙོད་བྱེད་མ་ཡིན་པའམ་གྲུབ་བེན་པས་མ་  
 གྲུབ་པར་འདུ་བ་བཞིན་ཅོ། །བརྟ་བྱ་མེད་པའི་རྟ་བྱེད་དང་། ཤེས་བྱ་མེད་ཀྱང་ཤེས་བྱེད་དུ་  
 འདོད་

༩༩

པ་གྲངས་ཅན་གྱི་ལྷགས་སོ། །གལ་ཏེ་མ་རྟོགས་པ་རྟོགས་རྒྱུ་མེད་ཀྱང་རྟོགས་ཟིན་ཉིད་ལ་བསྐྱེད་  
ནས་བློ་པར་བྱེད་པས་བཅད་ཤེས་ཀྱི་སྒྲོས་རྟོགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། འོ་ན་གཏན་ཆོགས་ཀྱི་སྒྲོན་  
ཡང་གསུམ་ལས་གཞན་པ་དུ་བས་ཆང་མང་གི་མེ་སྒྲུབ་པ་ལྟ་བུ་གྲུབ་ཟིན་པ་བསྒྲུབ་པ་ཞེས་བྱ་བ་  
སྒྲོན་བཞི་པ་ཡོད་པ་ཅིས་དགག་དེ་ནི་གྲུབ་ཟིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཤེས་འདོད་མེད་པའི་མ་གྲུབ་པར་  
འདྲའོ་ཞེ་ན། འདིར་ཡང་སྤར་རྟོགས་ཟིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་མ་རྟོགས་པ་ཉིད་དོ། །ཡང་སྤར་རྟོགས་པ་  
དེ་ཉིད་ད་ལྟར་ཡང་རྟོགས་སོ་སྙམ་ན། དེ་མ་ཡིན་ལ་དེར་འཛིན་པའི་སྤྱིར་ལོག་ཤེས་ཉིད་དོ། །ད་  
ལྟ་བུ་པའི་རྟོགས་ཀྱིས་སྤར་གྱི་སྒྲོང་བ་དཔོག་ན་ནི་ནལ་འབྱོར་སྒྲོད་པ་བ་དག་གིས་འབྲས་བུའི་  
རྟོགས་སོ། །ད་ལྟ་བུ་པ་ཡོད་པ་ཉིད་ནི་དེ་ལ་སྒྲོས་ནས་རང་རིག་པའི་ཆང་མ་ཉིད་ལས་མ་འདས་



སོ། །དེས་ན་རྣམ་འགྲེལ་ལས། གཞན་དང་མཆོམས་ནི་སྦྱར་བ་ཡི། །ཞེན་པ་མཁས་པས་དྲན་པར་  
ཤེས། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །བྱེ་བྲག་རྩ་མཛོན་སྐྱུ་བཅད་ཤེས་དགག་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། དགག་  
པ་དངོས་དང་། དགག་པ་ལ་མི་འབྲད་པ་སྤང་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས་འགལ་བ་ལས་གཞི་  
མཐུན་དགག་ན། མཛོན་སྐྱུ་རྟོགས་བྲལ་ད་ལྟར་བ། །བཅད་ཤེས་འདས་པ་དྲན་པ་ཡིན། །ཡུལ་  
དུས་འཛིན་སྤངས་འགལ་བ་ལ། །གཞི་མཐུན་པ་ནི་ག་ལ་སྤིད། །མཛོན་སྐྱུ་ནི་དོ་བོ་རྟོག་བྲལ།  
ཡུལ་རང་མཆོན། དུས་ད་ལྟར་བ། འཛིན་སྤངས་གསལ་བ་མ་འདྲེས་པ་འཛིན་པ་ཡིན་ལ། བཅད་  
ཤེས་ནི་དོ་བོ་རྟོག་པ། ཡུལ་སྐྱོད་དུས་འདས་པ། འཛིན་སྤངས་མི་གསལ་བ་འདྲེས་པ་འཛིན་  
པས་མཛོན་སྐྱུ་ཡང་ཡིན་ལ། བཅད་ཤེས་ཀྱང་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་གཞི་མཐུན་མི་སྤིད་དེ། རྣམས་  
ངེས་ལས། བརྟ་དྲན་པ་ཡི་རྒྱ་

༩༩

ཅན་ནི། །མཐོང་བ་སྤྱད་པའི་བདག་ཉིད་ཅན། །སྤྱི་འཛིན་པས་སྟོང་པ་ཡི། །མིག་ཤེས་ལ་ནི་རི་  
ཏྱར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་ལ། ཆོས་མངོན་པ་ལས་ཀྱང་། དྲན་པ་ནི་འདྲིས་པའི་དངོས་པོ་མ་  
བརྗེད་པ་དུས་འདས་པ་ལ་འཇུག་གི་ད་ཏྱར་བ་ལ་མི་འཇུག་པར་བཤད་དོ། །གཉིས་པ་དབང་  
ཤེས་རིགས་ལ་ཆད་མ་དགག་ན། རིགས་རྒྱན་འཛིན་པ་མངོན་སུམ་སྟེ། །རྗེས་ཤེས་བཅད་ཤེས་  
ཡིན་ཞེ་ན། །རིགས་ནི་མངོན་སུམ་ཡུལ་མ་ཡིན། །མཐོང་བའི་དོན་ལ་རྗེས་ཤེས་མེད། །ཡང་རིགས་  
ཀྱི་རྒྱན་ལ་མངོན་སུམ་ཆད་མ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་ཟེར་བའང་མི་འཐད་དེ། རིགས་དེ་ཅི་སྟོན་པོའི་སྐད་  
ཅིག་གི་ཕྱིང་བའམ། རྩ་སྟེགས་ཕྱིང་ཏྱར་སྤྱི་འཛིན་ལ། འོན་ཏེ་གཞན་སེལ་ལ་ཟེར་བརྟག་དང་པོ་ཏྱར་  
ན་སྐད་ཅིག་སོ་སོའི་ཕྱིང་བ་ནི་རྗེས་ཡིན་གྱི་རིགས་མ་ཡིན་ཅོ། །སྐད་ཅིག་གི་རྒྱན་གནས་པ་ནི་མི་

སྤྱིད་དེ། སྐད་ཅིག་རེ་རེ་ལ་འཛིག་པའི་ཕྱིར་རོ། །མུ་སྟེགས་འདོད་པའི་སྤྱི་ནི་མི་སྤྱིད་ཅིང་། གཞན་  
 སེལ་གྱི་སྤྱི་འང་སྟོ་བཏགས་ཡིན་པས་དངོས་པོར་མེད་ལ་དེས་ན་རིགས་དབང་པོའི་ཡུལ་མ་ཡིན་  
 པས་ཇི་ཏྟར་མདོན་སྤྱུལ་ཆད་མ་ཡིན། དེ་ཏྟར་རིགས་རྒྱན་ལ་ཆད་མར་འགོར་ཆུག་ནའང་སྐད་  
 ཅིག་གི་གོ་མ་སྟོངས་པ་ཙམ་ལས་གཞན་པའི་རྒྱན་མི་སྤྱིད་ལ་དེ་འཛིན་པ་ཐམས་ཅད་ཆད་མ་ཡིན་  
 པས་མདོན་སྤྱུལ་བཅད་ཤེས་གང་ལ་བྱེད། གལ་ཏེ་སྐད་ཅིག་དང་པོ་མཐོང་བ་མདོན་སྤྱུལ་ཡིན་ལ་  
 ཕྱིས་མཐོང་བ་ཐམས་ཅད་བཅད་ཤེས་ཡིན་ནི་ཞེ་ན། སྐད་ཅིག་དང་པོ་དེ་དུས་མཐའི་སྐད་ཅིག་ལ་  
 བྱེད་ན་སྐད་ཅིག་ཐམས་ཅད་དུས་མཐའི་སྐད་ཅིག་ཡིན་པས་བཅད་ཤེས་མི་སྤྱིད་ལ་བྱ་རྩོགས་ལ་  
 བྱེད་ནའང་ཡུལ་དང་དབང་པོ་མ་བྲལ་གྱི་བར་དེ་སྤྱིད་དུ་མདོན་སྤྱུལ་གྱི་བྱ་བ་མི་རྩོགས་པས་  
 ཐམས་ཅད་མདོན་སྤྱུལ་

༨༣༥

དུ་སོང་གི་བཅད་ཤེས་མི་སྤྲོད་དོ། །གལ་ཏེ་སྐད་ཅིག་དེ་ལྟར་མི་འབྱེད་དེ་ཡུལ་དེ་སྤྲོན་པོར་ཉམས་  
སུ་སྤྲོད་བ་ཅམ་གྱིས་ཆད་མའི་བྱ་བ་རྫོགས་ལ་ད་གཞོན་སྤྲོན་པོའི་སྒྱུ་མ་དུ་སྤྲོད་གྱི་རྟོག་པས་ངེས་  
པའམ་དུན་པར་བྱེད་པ་མན་ཆད་བཅད་ཤེས་སོ་སྒྱུ་མ་ན། ངེས་པའམ་དུན་པ་རྟོག་པ་ཡིན་པས་  
མངོན་སུ་མ་དུ་གཞི་མཐུན་མི་སྤྲོད་དོ། །འོན་ཏེ་དང་པོ་སྤྲོན་པོ་མཐོང་བ་ལ་ཆད་མ་དང་། བྱི་ནས་  
མཐོང་བ་ཐམས་ཅད་བཅད་ཤེས་སུ་མིང་འདོགས་སོ་སྒྱུ་མ་ན་མིང་དུ་འདོགས་པ་ལ་རག་མོད།  
དང་པོའི་སྤྲོན་པོ་དང་བྱི་ནས་གྱི་སྤྲོན་པོ་གཉིས་ལ་སྤྲོད་མ་མཐོང་བའི་དོན་རང་མཚན་མ་འབྲུལ་  
པས་མཐོང་བར་བྱེད་པར་མེད་པས་ཡང་ན་གཉིས་ཀ་ཆད་མ་ཡང་ན་གཉིས་ཀ་ཆད་མ་མ་ཡིན་  
པར་མཚུངས་པས་ཆད་མ་དང་བཅད་ཤེས་གྱི་མིང་གིས་ཅི་ཞིག་བྱ། གལ་ཏེ་འདྲ་བ་མཐོང་བ་

བཅད་ཤེས་ཡིན་ནི་ཞེ་ན། འདྲ་བ་དོན་ལ་མེད་པར་སྒྲི་འགོག་པའི་སྐབས་སུ་འཆད་དོ། །ཡང་  
མདོན་སྒྲུམ་གྱི་ཡུལ་མ་འགགས་ན་རྟག་པར་འགྱུར་ལ། འགགས་ན་གཟུང་བ་འཛིན་པ་མེད་ཅིང་  
སྤར་གྱི་སྤོན་པོའི་སྒྲུམ་པ་རྟོག་པ་ཡིན་པས། རང་མཚན་དང་འབྲེལ་པ་མེད་དོ། །འགལ་བའི་ཕྱིར་  
ན་གཞི་མཐུན་མེད། །མདོན་སྒྲུམ་ཡིན་ཕྱིར་དྲན་པ་མིན། །རིགས་ནི་དབང་པོའི་ཡུལ་དུ་  
འགལ། །མཐོང་ན་སྤྲི་བྱུང་པར་མེད། །དེས་པ་ཡོད་ན་མདོན་སྒྲུམ་མིན། །འདྲ་བར་འཛིན་པ་རྟོག་  
པ་ཡིན། །དེས་ན་མདོན་སྒྲུམ་བཅད་ཤེས་དང་། །གཞི་མཐུན་རིགས་པ་ཤེས་པས་བཀག་ཅེས་བྱ་  
བ་ནི་བསྐྱུ་བའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ། །གཉིས་པ་བཀག་པ་ལ་མི་འབྲད་པ་སྤང་བ་ནི། འོ་ན་མདོན་  
སྒྲུམ་རྫས་སྤྲད་ཅིག་ཁོ་ནར་བྱད་པས་སོ་སོའི་སྒྲེ་བོ་ལ་མདོན་སྒྲུམ་ཆད་མ་མི་སྤིང་དོ་སྒྲུམ་ན། ཡུལ་  
དང་དབང་པོའི་རྒྱལ་ཤྲ་རབ། །ཆོགས་པའི་སྤྲད་ཅིག་རི་སྤྲོད་གྱི། །

༨༣༩

སྒྲིང་བའི་རྣམ་ཤེས་གང་བསྐྱེད་པ། །སོ་སོའི་སྐྱེ་བོའི་མངོན་སུམ་ཡིན། །སོ་སོ་སྐྱེ་བོའི་མངོན་སུམ་  
ཆད་མ་ནི་རྩལ་ཕྱན་སོ་སོ་ལ་མི་འཇུག་གི་རྩལ་ཕྱན་འདུས་པའི་ཡུལ་དང་དབང་པོ་དང་ཡིད་ལ་  
བྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་རི་སྟོད་ཅིག་གིས་རྣམ་ཤེས་བསྐྱེད་པ་དེ་ཙམ་ཞིག་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་རྩལ་ཕྱན་  
བསགས་པ་ལ་དམིགས་པ་ཞེས་གསུངས་པའང་དེ་ལ་དགོངས་སོ། །དེ་ལྟར་གཞན་འདོད་པའི་  
ཆད་མ་མ་ཡིན་པའི་གསལ་བའི་ཆ་རྒྱུད་ཟད་ཙམ་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲོ་རིགས་ཐ་དད་དུ་འཛོག་ན་  
ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་དགོངས་པའི་ཆད་མ་དང་ཆད་མ་མ་ཡིན་པ་དང་། གཏན་ཆོགས་དང་ལྟར་  
སྒྲིང་བའི་གྲངས་དེས་ཐམས་ཅད་འཛིག་སྟེ། ནང་ཆོན་གྱི་དབྱེ་བ་རྒྱུད་ཟད་ལ་བརྟེན་ནས། སྒྱི་  
རིགས་ཐ་དད་དུ་འཛོག་པའི་སྤྱིར་ནོ། །དཔེར་ན་སྒྲོ་བྱར་བའི་རྗེས་དཔག་རྗེས་དཔག་རྒྱ་མི་འདུ་བ་



དང་། བྱེད་རང་ལྟར་ན་མངོན་སྲུང་ལྷགས་རྟོགས་མངོན་སྲུང་དུ་མི་འདུ་བ་དང་། ལྟན་པའི་འབྲེལ་  
 པ་དེ་ལས་བྱུང་བར་མི་འདུ་བ་ལ་སོགས་པ་མགོ་བསྐྱེ་རྣམས་ལ་ཁོངས་སུ་འདུ་བའི་རྟོགས་ཀྱི་རྣམ་  
 གཞག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རྒྱབ་པར་འགྱུར་རོ། །གངས་ཀྱི་དབྱེ་བསྐྱེ་ཆེ་སྟོང་པ། །རིགས་ཀྱི་དབྱེ་བས་  
 བྱས་པ་ཡིན། །ནང་གི་དབྱེ་བསྐྱེ་ཆེ་སྟོང་པ། །དེ་ཡི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པར་བཞེད། །བར་སྐབས་ཀྱི་  
 ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ། །གཉིས་པ་རང་གི་ལྷགས་ལ་གསུམ་སྟེ། ཆད་མ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིའི་མཆོན་  
 ཉིད་གངས་ཀྱི་དབྱེ་བསྐྱེ་སོ་སོའི་རྣམ་གཞག་གོ། །དང་པོ་ནི། མི་སྐྱེ་མ་གྱུ་བ་ཆད་མ་མིན། །ཆད་མ་  
 མིན་པའི་མཆོན་ཉིད་ནི་ཤེས་པ་གང་ལ་མི་སྐྱེ་བ་མ་གྱུ་བ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། བ་ལང་མ་ཡིན་པར་  
 མཆོན་པ་ལ་ཚོགས་སྒྲིག་ཤེས་བཞག་པ་རྟོར་འབྱུལ་པ་མེད་དོ། །གཉིས་པ་གངས་ཀྱི་དབྱེ་བསྐྱེ་ནི།  
 མ་རྟོགས་ལོག་རྟོག་ཐེ་ཆོམ་སྟེ། །ཆད་མའི་

༨༣

འགལ་ལྷན་མ་པ་གསུམ། །འཇུག་ཚུལ་སྒོ་ནས་སྤྱོད་པ་ཡིན། །དེ་བཞིན་སྒོ་ནས་བསྐྱུ་ན་གཅིག་ཁྱེད་མ་  
མ་ཡིན་པའི་སྒོ་ལ་འཇུག་ཚུལ་གྱི་སྒོ་ནས་དཔྱེ་ན་གསུམ་ཁོ་ནའོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ཁྱེད་མ་མ་ཡིན་པའི་  
སྒོ་གསུམ་དང་གཏན་ཆེགས་གྱི་སྒོ་ནས་གསུམ་རིགས་པའི་གནད་གཅིག་སྟེ། སྤྱོད་པ་ལ་མཐུ་མེད་  
སོམ་ཉི་དང་། །མི་འདོད་འདོད་པའི་ངེས་སྒྲུབ་བྱེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། གཏན་ཆེགས་མ་གྲུབ་  
པས་བསྐྱུབ་བྱ་ལ་མཐུ་མེད་པ་ལྟར་མ་རྟོགས་པ་ལ་འདྲ་སྒོ་གང་དུ་འདྲ་འཇུག་པའི་མཐུ་མེད་དོ། །མ་  
ངེས་པས་ཡིན་ནམ་མ་ཡིན་སོམ་ཉི་སྟེད་པ་ལྟར། བློ་ཚོམ་ཡང་གནས་ལུགས་ལས་མཐུ་མེད་གཞན་དུ་  
དོགས་པར་བྱེད་ལ་འགལ་བས་གང་མི་འདོད་པ་བསྐྱུབ་པ་ལྟར་ལོག་རྟོག་གིས་ཀྱང་གང་མ་ཡིན་  
པ་དེ་རྟོགས་པར་བྱེད་དོ། །ཡང་དག་གི་རྟོགས་ཀྱིས་གང་འདོད་པའི་དོན་སྒྲུབ་པ་ལྟར་ཁྱེད་མས་

གྲུ་དོན་དེ་རྟོགས་སོ། །དེས་ན་རྟོགས་སུ་བཀོད་ཚད་ལ་བཞི་ལས་མི་སྲིད་ལ་གཅིག་སྟེན་མེད་  
 ཡིན་པས་སྟེན་ཅན་གསུམ་ལས་མི་སྲིད་པ་ལྟར་སྟོའི་འཇུག་ཚུལ་མཐའ་དག་བཞི་ལས་མི་སྲིད་ལ་  
 གཅིག་ཚད་མ་ཡིན་པས་ཚད་མ་མ་ཡིན་པའི་སྟོ་གསུམ་ཁོ་ནར་གྲངས་དེས་སོ། །དོ་བོའི་སྟོ་ནས་  
 བསྐྱུ་ན་ལོག་རྟོག་དང་ཐེ་ཚོམ་གཉིས་གྲུ་མ་རྟོགས་པ་ཉིད་ཡིན་པས་ཚད་མ་མ་ཡིན་པའི་སྟོ་  
 གཅིག་རྟུ་འདུ་སྟེ། ཚད་མ་གཉིས་ཀའང་རང་རིག་མངོན་སུམ་དུ་འདུ་ལ། ཡུལ་གཉིས་ཀའང་ཞལ་  
 བྱ་རང་མཚན་དུ་འདུ་བར་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །བོད་རྒྱལ་གྱིས་ཚད་མ་མ་ཡིན་པའི་གཙོ་བོར་  
 གྲུ་པ་མ་རྟོགས་པའི་སྟོ་ཕར་དོར་ནས། དོན་མེད་པ་ལ་ཚད་མ་མ་ཡིན་པའི་སྟོ་ལྟར་སྟེ་བར་བཅད་  
 དོ། །གསུམ་པ་སོ་སོའི་རྒྱལ་གཞན་ལ་མཚན་ཉིད་དང་དབྱེ་བ་གཉིས་གཉིས་ལས་མ་རྟོགས་པའི་  
 མཚན་ཉིད་ནི། དེ་དང་དེ་མིན་འཛིན་པས་སྟོང་། །

༨༣༥

མ་རྟོགས་པ་ཡིན་དབྱེ་ན་གསུམ། །མ་ཞུགས་པ་དང་མ་རྟོགས་དང་། །རྟོགས་པར་གྱུར་གྱང་མ་  
རྟོན་པ་ལོ། །ཡུལ་དེ་ལ་གཏན་མ་ཞུགས་ནས་མ་རྟོགས་པ་དེ་ལ་སྒྲོ་ཁ་མ་སྒྲུགས་པ་སྟེ། རྟོག་གེ་མི་  
ཤེས་པ་ལ་ཚུལ་གསུམ་གྱི་འགྲོ་སྟོན་གསུམ། སྒྲ་མི་ཤེས་པ་ལ་སྒྱ་བན་ཏ་དང་ཏི་ངན་ཏ་སྟེ་  
བུ་ལོ། །ཞུགས་གྱང་ཚོལ་བའི་བྱ་བ་མ་རྟོགས་ནས་མ་རྟོགས་པ་སྒྲ་རྟག་གསུམ་མི་རྟག་བྲིས་པ་ན་  
དཔྱེད་པ་སྟེ་བུ་ལོ། །ཚོལ་བའི་བྱ་བ་རྟོགས་གྱང་མ་རྟོན་ནས་མ་རྟོགས་པ་དཔྱེད་གྱང་སྒྲོ་ཡུལ་དུ་མ་  
བྱུང་བ་སྟེ། དེ་ལ་དབྱེ་ན་གསུམ། རྟོགས་བྱའི་ཡུལ་མེད་ནས་མ་རྟོགས་པ་བཅད་ཤེས་སྟེ་བྱ།  
རྟོགས་བྱེད་གྱི་སྒྲོ་བསྐྱད་ནས་གཞན་སེལ་གྱི་ངོར་མ་རྟོགས་པ་སྐྱད་ཅིག་མ་སྟེ་བྱ། ཤེས་བྱེད་གྱི་  
ཡུལ་མ་ཡིན་ནས་མ་རྟོགས་པ་ཡུལ་དང་དུས་དང་རང་བཞིན་གྱིས་བསྐྱལ་པའི་དངོས་པོ་སྟེ་

བུ་ལོ། །གལ་ཏེ་འདི་དག་གི་ཆོས་དང་ལོག་ཤེས་ལ་འད་བྱུང་ཆེས་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་དག་  
 གྱུར་ངོ་བོ་མ་རྟོགས་པ་ཉིད་དུ་འདུ་བར་སྒར་བ་ཤད་ཟིན་ལ། འོན་ཀྱང་ཤེས་པ་རང་རིག་ལས་  
 དོན་རིག་ཐ་དད་དུ་འཛིན་པ་སྟར། འཇུག་ཚུལ་གྱི་སྒྲོ་ནས་ཡུལ་གཅིག་ཉིད་ལ་འཛིན་པ་འི་ནུས་  
 པས་སྟོང་བ་དང་། དེར་འཛིན་ཡང་དེ་མིན་དུ་སྟོང་པ་དང་། དེར་འཛིན་ཡང་དེ་མིན་གྱིས་གཞོད་  
 པའི་སྟོག་པས་ཐ་དད་དོ། །ལོག་རྟོག་གི་མཆོན་ཉིད་ནི། དེ་འཛིན་པ་ལ་དེ་མིན་གྱིས། །གཞོད་པ་  
 ལོག་ཤེས་དབྱེ་ན་གཉིས། །རྟོག་པ་དང་ནི་རྟོག་མེད་དེ། །སོ་སོར་བྱེ་ན་རྣམ་པ་ལྟ། །ཟླ་གཉིས་སྟ་བུ་  
 དབང་ཤེས་བསྐྱེད་པ་དང་། ཡིད་ཤེས་བསྐྱེད་པའི་མི་ལམ་གྱི་ཤེས་པ་སྟ་བུ་རྟོག་མེད་ལ་གཉིས་  
 དང་། ཐག་པ་ལ་སྒྱུལ་དུ་འབྱུལ་པ་སྟ་བུ་རྣམ་པ་ལ་ལོག་པར་རྟོག་པ་དང་། ད་སྟར་གྱི་སྒྲོན་པོ་ལ་  
 འདས་པའི་སྒྲོན་པོ་འོ་སྟམ་པ་བཅད་ཤེས་སུ་བབྱང་བ་

༨༣༥

དུས་ལ་འབྲུལ་པ་དང་། ཤ་པ་འདི་འདྲ་ཙ་ན་དང་སྤྱི་གཅིག་པ་ཡིན་ལོ་སྒྲུལ་པ་སྤྱི་འཛིན་པའི་ཤེས་  
པ་ཡུལ་ལ་འབྲུལ་པ་སྤྱི་རྟོག་པ་ལ་རྣམ་པ་གསུམ་མོ། ཁྱེ་ཆོམ་གྱི་མཆན་ཉིད་ནི། དེར་འཛིན་ན་  
ཡང་དེ་མིན་སྤྱིད། ཁྱེ་ཆོམ་ཉིད་ཡིན་དབྱེ་ན་གཉིས། མངོན་དུ་གྱུར་དང་བག་ལ་ཉལ། ཁ་མཉམ་  
པ་དང་ཤས་ཆེར་འཛིན། མངོན་དུ་རྒྱ་ནི་ཁྱེ་ཆོམ་དངོས་སུ་ཞུགས་པ་སྤྱི། སྤྱིན་སྤྱིག་ལས་མཐོ་རིས་  
ཐོབ་བམ་མི་ཐོབ་སྒྲུལ་པ་སྤྱི་བུ་ལོ། བག་ལ་ཉལ་ནི་སྤྱི་མ་ནང་གི་ས་བོན་སྤྱི་བུ་རྒྱེན་དང་ཕྱད་ན་རྒྱས་  
པ་ཡོད་པ་སྤྱི། དེ་ལ་འདྲ་རྟགས་སུ་བཀོད་པ་ལ་སྤྱིས་པ་མཉམ་བྱ་དང་གཞལ་བྱས་སྤྱི་མི་རྟག་པར་  
བསྒྲུབ་པ་ལ་སོགས་པ་མ་དེས་པའི་རྟགས་མཐའ་དག་དང་། རྟགས་ལ་མ་སྤྱིས་པ་འགའ་ཞིག་ཡིད་  
དཔྱོད་དུ་འདོད་པ་ཁྱོན་པ་ན་ཆུ་ཡོད་སྒྲུལ་པ་འཕ། ལ་ལ་སོག་ཤེས་སུ་འདོད་པ་ཁྱོན་པ་ན་ཆུ་མེད་



སྒྲུལ་པ་ལྟ་བུ་སྒྲེ། མདོར་ན་རྟགས་ལ་མ་རྟོགས་པའི་སྒྲོག་གྱུར་ལ་འཇུག་པའི་སྒྲོ་ནི་དོན་བདེན་ཡང་  
 རུང་བརྟན་ཡང་རུང་བརྟགས་ན་ཐེ་ཆོམ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་ན་ལོག་ཤེས་ཀྱང་དེར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།  
 མི་མཚུངས་ཏེ་ལོག་ཤེས་ནི་དེར་འཇིན་ཡང་དེ་མིན་གྱི་གཞོད་བྱེད་བརྗོད་པས་འགོག་ནུས་ལ། ཐེ་  
 ཆོམ་ལ་སྒྲུབ་བྱེད་དང་གཞོད་བྱེད་གཉིས་ཀ་མེད་པས་དགག་སྒྲུབ་གྱི་མཐར་མི་བྱུག་པས་ག་ལ་  
 མཚུངས། གཞན་གཉིས་པོ་ནི་གོ་སྒྲུལ། །ཆད་མའི་ཤེས་པ་གཉིས་པོ་ཡང་། །རང་རིག་ཆད་མ་ཁོ་  
 ནར་འདུས། །ཆད་མ་མིན་པ་གསུམ་པོ་ཡང་། །མ་རྟོགས་པ་ལས་དོན་གཞན་མིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 བསྐྱ་བའི་ཆོགས་སྒྲུབ་ཅད་པའོ། །ཆད་མ་རིགས་པའི་གཏེར་ལས་སྒྲོ་བརྟག་པའི་རབ་རྟུ་བྱེད་པ་  
 གཉིས་པའོ། །།གསུམ་པ་སྒྲོ་དེས་ཡུལ་རྟོགས་པའི་ཚུལ་ལ་བཞི་ལས། དང་པོ་སྒྲི་དང་བྱེ་བྲག་  
 རྟོགས་པའི་ཚུལ་ལ་

༨༣༥

གསུམ་སྟེ། དུལ་དུལ་ཅན་གྱི་རྣམ་གཞག་སྦྱར་བསྟན་པ། རྣམ་སྟོན་དོན་ལ་གྲུབ་པར་འདོད་པ་  
དགག་པ། སྦྱི་དང་བྱེ་བྲག་གི་རྟོགས་ཚུལ་བྱང་པར་དུ་དབྱུང་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས་ཐོག་  
མར་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་དབྱུང་པ་ནི། རང་མཆན་འཛིན་པ་རྟོག་མེད་དེ། སྦྱི་འཛིན་པ་ནི་  
རྟོག་པ་ཡིན། །དེ་ལ་རང་མཆན་དངོས་པོ་སྟེ། སྦྱི་ནི་དངོས་པོར་གྲུབ་པ་མེད། །རང་གི་མཆན་ཉིད་  
དང་། གསལ་བ་དང་། དངོས་པོ་དང་། རྣམ་དང་། ལོག་པ་དང་། དོན་དམ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
པ་ནི་དོན་བྱེད་རྣམས་པ་རྣམས་ཕན་ཚུན་མ་འདྲེས་པ་རྒྱ་དང་འབྲས་བུར་གྲུབ་པ། སྦྱིས་བྱ་བམས་  
ཅད་གྱི་སྤང་དོར་བྱ་བའི་འཇུག་སྟོན་གི་འཇུག་དུལ་ཡིན་པས་དངོས་པོའི་དོན་དུ་དོན་གཅིག་པ་  
ཡིན་ཏེ་རྣམ་འགྲེལ་ལས། སྤང་བའང་གཞན་ལ་མི་བརྟེན་པས། །ཐ་དད་བྱེད་ཡིན་དེ་ཉིད་དོན། །དེ་

ཅི་གཞན་ལས་ལོག་པ་ཡིན། །དེ་ནི་རྒྱ་དང་འབྲས་བུར་བཤད། །དེ་ནི་རང་གི་མཆན་ཉིད་  
 འདོད། །དེ་ནི་སྤང་དོར་འབྲས་ཅན་ལས། །སྦྱིས་བྱ་ཐམས་ཅད་འཇུག་པ་ཡིན། །ཞེས་བཤད་པ་  
 ལྟར་རོ། །འོ་ན། དེ་ལ་འད་གཞན་ལས་སྡོག་པ་དང་། གཞན་ལས་ལོག་པ་ཞེས་བྱ་བ། ཞེས་བྱ་བ་  
 དང་། གྲུན་ལ་རྫས་དང་དངོས་བརྗོད་པའི། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། མི་  
 འགལ་ཏེ། ལོག་པ་དང་རྫས་དང་དངོས་པོ་ནི་དོན་ལ་གནས་པ་དང་། སེལ་བའི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པ་  
 གཉིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྦྱི་དང་གཞན་སེལ་དང་། ལྡོག་པ་དང་། རྣམ་གཅོད་དང་། འབྲེས་པ་  
 དང་། འབྲེལ་པ་དང་། གྲུན་རྫོབ་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི། དོན་ལ་མི་གནས་པ། དངོས་པོར་མ་  
 གྲུབ་པ། དབང་པོའི་ཡུལ་མ་ཡིན་པ་སྒྲོས་སྒྲོ་བ་ཏགས་པ། བཏགས་པའི་ཆོས་དངོས་པོ་ལ་དོན་

༩༩

བྱེད་མི་རྣམས་པ། གཞན་སེལ་གྱིས་འབྲེལ་པ་དང་། འབྲེལ་མེད་དང་། དགག་པ་དང་བསྐྱབ་པ་ལ་  
སོགས་པའི་སྒོ་ནས། འཇུག་གི་དོན་བྱེད་མི་རྣམས་པར་དོན་མཚུངས་པ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་འབྲེལ་ལས།  
ལྡོག་པ་དོ་བོ་ཉིད་མེད་ཕྱིར། །གནས་དང་མི་གནས་རྟོག་པ་མིན། །སྤྱི་ཡི་སྒོ་ཡང་བསྐྱད་པ་  
ཡིན། །དེས་ན་སྤྱན་དབྱུང་བ་ཡང་མེད། །ཅེས་བྱ་བ་དང་། སྤྱི་ནི་དངོས་མེད་དོ་བོ་ཡིན། །དེ་ཕྱིར་དེ་  
དབང་སྤྱོད་ཡུལ་མིན། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། འབྲེལ་པ་བརྟག་པ་ལས་ཀྱང་། དེ་ཕྱིར་དངོས་པོ་བཅས་  
ཅད་ཀྱི། །འབྲེལ་པ་ཡང་དག་དུ་ན་མེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །གཉིས་པ་དེ་གཏན་ལ་  
འབེབས་པའི་ཚུལ་ནི། རྣམ་དང་ལྡོག་པ་སྤྱི་བྱེད་བྱ། །བསྐྱབ་དང་གཞན་སེལ་རྟོག་མི་རྟོག། །གཞན་  
དག་རྣམ་གཞག་གཞན་དུ་འཆད། །ཁོ་བོ་གཞུང་བཞིན་འཆད་པར་འདོད། །བོད་རྣམས་ནི་རྣམ་

དང་སྐྱབ་པ་དང་། སྐྱེ་དང་སྒྲིག་པ་ལ་སོགས་པ་རེས་འགའ་མཚུངས་པ་ཉྱར་འཆད། རེས་མི་  
 མཚུངས་པ་ཉྱར་འཆད། རེས་སྒྲོ་ཆོས་ཉྱར་འཆད། རེས་དོན་ཆོས་ཉྱར་འཆད། རེས་སྐྱེ་བསྐྱབ་པ་  
 ཉྱར་བྱེད། རེས་སྐྱེ་འགོག་པ་ཉྱར་བྱེད་པས་རྣམ་རྟོག་གཏིང་ཚུགས་པ་མ་མཐོང་ངོ་། །ཁོ་བོ་ནི་སྐྱར་  
 བཤད་པ་ཉྱར་གྲུབ་མཐའ་གཏིང་ཚུགས་པར་སྒྲུལ། །དེ་ཉྱར་ན་རྣམ་དང་སྐྱེ་ཡུལ། རྟོག་པ་དང་རྟོག་  
 མེད་སྒྲོ། སྐྱར་བ་དང་སེལ་བ་འཛིན་སྐྱངས་སོ། །གཉིས་པ་རྣམ་སྒྲིག་དོན་ལ་དགག་པ་ལ་གཉིས་ཏེ།  
 མཚན་ཉིད་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་པའི་ཆོས་དགག་པའོ། །དང་པོ་ནི་རྣམ་དང་སྒྲིག་པའི་མཚན་ཉིད་  
 རིམ་པ་ཉྱར་སྒྲིག་པ་དུ་མ་འབྲེལ་མི་ཤེས་པ་རྣམ་དང་། འདུས་པ་ཅན་གྱི་ཆོས་ཁ་ཡར་བ་སྒྲིག་པ་  
 རྟེ། དེའང་གཞི་སོ་སོར་རེས་པ་གཅིག་གི་སྒྲིང་དུ་རྣམ་བྱུང་བ་ཆེ་ལ་དེ་ལས་གཞན་དུ་སྒྲིག་པ་བྱུང་བ་ཆེ་  
 རྟེ། དཔེར་ན་བྱུང་དང་བྱུང་གི་བྱུང་བུ་

༩༩

བཞིན་མོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །འདི་མི་འབད་དེ། ལྷོག་པ་སྒྲོས་སྒྲོ་བ་ཏགས་ནས་གཞན་སེལ་གྱིས་དོན་  
དང་སྒྲེལ་བར་བད་གྱི། དོན་ལ་ལྷོག་པ་མི་གནས་པས་ལྷོག་པ་དུ་མ་འབྲེལ་མི་ཤེས་པར་འདུ་བྱུ་  
མེད་དོ། །གལ་ཏེ་འདུ་ན་མུ་སྒྲེགས་བྱེད་གྱི་ཡན་ལག་ཐ་དད་རྣམས་ཡན་ལག་ཅན་གྱི་རྣམ་གཅིག་  
དང་འབྲེལ་མི་ཤེས་པར་འདུས་པར་འདོད་པ་དང་བྱུད་པར་ཅི་ཞིག་ཡོད། ཡང་དེ་ལྟར་ཡིན་དུ་  
ཆུག་ནའང་མཚན་ཉིད་འདི་མི་སྲིད་པ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་གོ་བ་ལྷོག་པ་ལ་སྒྲོས་ལ་ལྷོག་པ་གོ་བ་རྣམ་ལ་  
སྒྲོས་པས་ཕན་ཚུན་བརྟེན་པའི་སྒྲུན་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ནི་རྣམ་ལ་བརྟེན་པའི་ཆོས་དང་ལྷོག་པ་  
ལ་བརྟེན་པའི་ཆོས་གྱི་མཚན་ཉིད་ཀྱང་དངོས་འགལ། རྣམ་གཅིག་ལ་མི་འདུ་བ་དང་ལྷོག་པ་  
གཅིག་ལ་མི་འདུ་བ་སྟེ། དཔེར་ན་རྟག་མི་རྟག་རྣམ་བུ་མ་པ་ལ་མི་འདུ་བས་རྣམ་ཆོས་ཡིན་ཞིང་



མེད་དགག་མ་ཡིན་དགག་ཤེས་བྱ་ཙམ་ལྷོག་གི་སྟེང་དུ་མི་འདུ་ལ་རྩ་ས་བྱམ་པའི་སྟེང་དུ་འདུ་བ་མི་  
 འགལ་བས་ལྷོག་ཆོས་ཡིན་ཅོ་ཞེས། །འདི་དག་གྲང་མི་འབྱེད་དེ། རྩེས་དཔག་དངོས་པོར་མི་འཛིན་  
 པས། །དེ་ལ་རྩ་ས་ཆོས་འབྱེད་མ་ཡིན། །སེལ་བ་ཡིན་ཕྱིར་རྩེས་དཔག་ནི། །ལྷོག་པའི་སྒྲོ་ནས་བསྐྱབ་  
 པར་བཞེད། །རྩེས་སྐྱེད་པག་པ་ལ་རྩ་ས་ཆོས་ཡོད་ན་བྱས་པ་དང་མི་རྟག་པ་ལ་བྱམ་པའི་སྟེང་ན་  
 རྩ་ས་ཐ་དད་མེད་པའི་ཕྱིར་བྱས་པ་རྟོགས་པ་ན་མི་རྟག་པ་འདྲ་རྟོགས་པར་བལ། ལྷོག་པ་ཐ་དད་པ་  
 ཡིན་པས་བྱས་པ་རྟོགས་གྲང་མི་རྟག་པ་མ་རྟོགས་ན་ཅི་འགལ་ཞེ་ན། དེ་རྟོན་ལྷོག་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོ་  
 ནས་རྟོགས་མ་རྟོགས་བྱུང་བས་རྩ་ས་ཆོས་ཡིན་པ་ཉམས་སོ། །དེས་ན་རྩེས་སྐྱེད་པག་པ་ལས་གྲང་  
 དངོས། །འཛིན་ན་ཆོས་གཅིག་ངེས་འགྱུར་བས། །ཆོས་ཀྱི་ན་འཛིན་ཏེ་སེལ་བ་ལ། །ཉེས་པ་འདིར་  
 ནི་བལ་མི་འགྱུར། །



དེ་ཕྱིར་དེ་དག་རྟགས་སེལ་བའི། །ཡུལ་ཅན་ཡིན་པར་རབ་རྒྱ་བསྐྱགས། །གཞན་དུ་ཆོས་ཅན་གྱུ་  
 གྱུར་ན། །དེ་ལས་མ་གྱུ་བ་གཞན་ཅི་ཡོད། །ཅེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་མི་རྟག་པ་སྟོག་པའི་  
 སྟོན་ས་རྣམས་དངོས་པོར་གྱུ་བ་མ་གྱུ་བ་འཇལ་པས་རྣམས་ཆོས་ཡིན་ནོ་སྟུང་ན། དེ་ལྟར་དགག་སྐྱུ་  
 གཉིས་ཀྱང་དངོས་པོའི་རྣམས་སྐྱུ་གྱུ་བ་མ་གྱུ་བ་སྟོག་པའི་སྟོན་ས་འཇལ་བས་འདི་འདྲ་རྣམས་ཆོས་སྐྱུ་  
 འགྱུར་རོ། །སྐྱུ་བ་པ་དངོས་པོ་ལ་སྟོན་གྱི་དགག་པ་དངོས་པོ་ལ་མི་སྟོན་ས་སྟེ་ན་མ་ཡིན་ཏེ། དགག་  
 པ་འདྲ་དངོས་པོར་མེད་ཅེས་འགོག་ལ་སྐྱུ་བ་པ་འདྲ་དངོས་པོར་ཡོད་ཅེས་བསྐྱུ་བ་བོ། །ཞེས་ཡུལ་  
 བརྟག་པར་བཤད་ཟིན་ཏོ། །དེས་ན་སྟོག་པ་དུ་མ་རྣམས་གཅིག་ལ་འདུས་པའམ། དངོས་པོ་ཐ་དད་  
 དོན་ལ་རྣམས་གཅིག་པ་ནི་རྟག་པའི་དངོས་པོ་ལྟར་མི་སྟོན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །གསུམ་པ་སྟོན་དང་

བྱེ་བྲག་ཁྱད་པར་དུ་དཔྱད་པ་ལ་གསུམ་ལས་དང་པོ་མཚན་ཉིད་ནི། གཞན་དང་རང་གི་དངོས་པོ་  
 ལས། །ལྡོག་པར་བྱེད་པ་སྟེ་བྱེ་བྲག་། རིགས་མི་མཐུན་ལས་ལྡོག་པ་སྟེ། །དེ་ཉིད་རིགས་མཐུན་ནང་  
 ལས་ཀྱང་ལོག་པའི་ལྡོག་པ་གཉིས་ཚོགས་བྱེ་བྲག་ཡིན་ཏེ། རྣམ་འབྲེལ་ལས། གང་ཕྱིར་དངོས་ཀྱན་  
 རང་བཞིན་གྱིས། །རང་རང་ངོ་བོ་ལ་གནས་ཕྱིར། །མཐུན་དངོས་གཞན་གྱི་དངོས་དག་ལས། །ལྡོག་  
 པ་ལ་ནི་བརྟེན་པ་ཅན། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །གཉིས་པ་རབ་རྒྱ་དབྱེ་ན། ཐད་ཀ་དང་ནི་གོང་མ་  
 ཡི། །སྟེ་དང་བྱེ་བྲག་གཉིས་གཉིས་ཡོད། །ཉ་པ་དང་ཅན་ལ་སོགས་པ་རྩ་མ་ཐ་དང་ཕྱོགས་གྱིས་  
 བསྐྱས་པ་རྣམས་ཐད་ཀའི་བྱེ་བྲག་ཡིན་ལ་དེ་དང་འབྲེལ་པའི་སྟེ་ནི་ཐད་ཀའི་སྟེ་འོ། །ཉ་པ་ལ་  
 སོགས་པའི་དངོས་པོ་གཅིག་ཉིད་ཀྱི་སྐད་ཅིག་ལྟ་བུ་སྟེ་གྱིས་བསྐྱས་པ་རྣམས་གོང་མའི་བྱེ་བྲག་  
 ཡིན་ལ་དེ་དང་

༩༩

འབྲེལ་པའི་སྤྱི་ནི་གོང་མའི་སྤྱི་ལོ། །ཐད་ཀའི་བྱེ་བྲག་རྩ་མ་ཐ་དད། །གོང་མའི་བྱེ་བྲག་གཅིག་པ་  
བཀག། །ཐད་ཀའི་བྱེ་བྲག་སྤྱོད་ལ་ལྟོས་པས་རྩ་མ་ཐ་དད་ལ་གོང་མའི་བྱེ་བྲག་དུས་ལ་ལྟོས་པས་  
ད་ལྟར་བ་དངོས་པོ་འདས་མ་འོངས་དངོས་པོ་མེད་པས་གཅིག་པ་བཀག་པའོ། །གསུམ་པ་དེའི་  
དོན་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ་གསུམ་ལས་ཐོག་མར་གཞན་གྱི་ལྷགས་དགག་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། རིགས་  
པ་དང་ལྷུང་གིས་དགག་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། རྩ་མ་ཐ་དད་དང་། གཅིག་པ་དགག་པའོ། །ཐ་  
དད་དགག་པ་ལ་གཉིས་ལས་སྤྱོད་ལ་སྤྱོད་མ་ནི། ཁ་ཅིག་ཐ་དད་ཡིན་ཞེས་ཟེར། །མུ་སྟོགས་བྱེ་བྲག་  
པ་དག་སྤྱི་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཉིད་ལྟ་བུ་དང་། ཉི་ཆོ་བའི་སྤྱི་བ་ལང་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་སྟེ་དེ་གཉིས་  
ཀའང་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ལ་བྱུང་པ་རྟག་པ་མི་སྣང་བ་གསལ་བ་དཀར་ཟལ་ལ་སོགས་པ་དང་

འདྲ་བའི་འབྲེལ་པས་སྒྲེལ་བ་ཐག་པ་ཅིག་ལ་བ་ལང་གི་ཚོགས་བཏགས་པ་ལྟ་བུར་འདོད་  
 རོ། །གཉིས་པ་དེ་དག་ག་ན། ཐ་དད་སྒྲུང་རྒྱུ་མེད་པས་ཁེགས། །གསལ་བ་ལས་གཞན་པའི་སྒྲི་  
 ཚོས་ཅན་དངོས་པོར་གྲུབ་པ་མེད་དེ། སྒྲུང་རྒྱུ་བ་མི་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རི་བོང་གི་རྒྱ་བཞིན་  
 ཞེས་པས་ཁེགས་སོ། །སྒྲུང་རྒྱུ་མི་རྒྱུ་ཡང་ཡོད་པར་ངེས་ན་ཉ་ཅང་ཐལ་སོ། །གཉིས་པ་རྫས་  
 གཅིག་ཏུ་འདོད་པ་དག་ག་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། སྒྲི་གཅིག་བྱེ་བྲག་རྒྱུ་མ་དང་གཅིག་པ་དག་ག་པ་དང་།  
 སྒྲི་རྒྱུ་མ་བྱེ་བྲག་རྒྱུ་མ་དང་གཅིག་པ་དག་ག་པ་དང་། མཚུངས་པའི་སྒྲི་དག་ག་པ་ལོ། །དང་པོ་ལ་  
 གཉིས་ལས་སྒྲིགས་སྒྲུ་མ་བརྗོད་ན། ལ་ལས་རྫས་གཅིག་ཡིན་ཞེས་ཟེར། གངས་ཅན་ནི་རྒྱུ་མུན་  
 པ་སྒྲིང་སྒྲིབས་གསུམ་ཆ་མཉམ་པའི་གཙོ་བོ་ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲི་དེ་གསལ་བ་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པའི་བྱེ་  
 བྲག་ལ་



མེ་དང་ཚ་བ་ལྟར་བདག་གཅིག་རྒྱ་ཡོད་པས་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་རྩ་ས་གཅིག་གོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །ཡང་  
 བོད་རྒྱལ་ས་ཤིང་ཤ་པ་དང་ཅ་རྒྱན་ལ་སོགས་པའི་བྱེ་བྲག་ལ་ཤིང་ཅ་མ་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྱི་དང་། བེ་  
 རྩལ་ལ་སོགས་པའི་སྤྲོན་པོའི་བྱེ་བྲག་རྒྱལ་ས་སྤྲོན་པོ་ཅ་མ་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྱི་དང་། དེ་བཞིན་རྒྱ་བ་  
 ལང་ཅ་མ་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྱི་རྒྱལ་ས་བྱེ་བྲག་རྒྱལ་ས་རྩ་ས་རོ་བོ་དབྱེར་མེད་གྱི་གཅིག་རྒྱ་ཡོད་དོ་ཞེས་  
 ཁ་མཐུན་པར་སྒྲིག་གོ། །འདི་སྐད་འདོད་པའི་གྲངས་ཅན་པ་དང་བོད་རྒྱལ་ས་དོན་མཐུན་  
 མོ། །གཉིས་པ་དེ་དག་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། ལྷང་རྒྱུ་མ་དམིགས་པ། རྒྱལ་པར་བརྟག་པ། ཉ་ཅང་  
 ཐལ་བའོ། །དང་པོ་ནི་རྩ་ས་གཅིག་ནའང་སྤང་རྒྱུ་མིན། སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་རྩ་ས་གཅིག་ན་བྱེ་བྲག་  
 ལྷང་བ་ན་དེ་དང་དབྱེར་མེད་གྱི་སྤྱི་སྤང་རྒྱུ་མ་དམིགས་པས་ཁེགས་སོ། །ཡང་དག་པར་ན་དེ་



ཉིད་ཀྱི་གྲུབ་མིན་གྱི་ངན་རྟོག་རྣམས་ཀྱི་ལོག་རྟོག་མང་པོས་གཉིས་པ་བརྟགས་ནས་དགག་ན།  
 ཡུལ་དུས་རྣམ་པ་འགལ་བ་ཡི། བྱེ་བྲག་སྤྱི་གཅིག་དང་འབྲེལ་ན། སྤྱི་འཛིག་ངོ་བོ་གཅིག་ཏུ་  
 འགྱུར། ཁིན་ན་གཅིག་ལ་ཆ་གཉིས་འགལ། ཞིང་གཅིག་སྤྱིས་པ་འཕ་ཞིག་པའི་ཆོ་ཞིང་གི་སྤྱི་དེ་  
 སྤྱི་འཛིག་མི་བྱེད་ན་རྫས་མི་གཅིག་པར་འགྱུར་ལ། སྤྱི་འཛིག་བྱེད་ན་དེ་དང་རྫས་གཅིག་པའི་ཡུལ་  
 བ་དད་ཀྱི་ཞིང་རྣམས་ཡུལ་གཅིག་ཏུ་སྤྱི་བ་དང་། དུས་བ་དད་ཀྱི་ཞིང་དུས་གཅིག་ལ་སྤྱི་བ་དང་།  
 རྣམ་པ་བ་དད་ཀྱི་ཞིང་རྣམ་པ་གཅིག་ཏུ་སྤྱི་བར་བལ་ལ་འཛིག་ནའང་གཅིག་ཞིག་པ་ན་བམས་  
 ཅད་འཛིག་པར་བལ་ཏེ་རྫས་གཅིག་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྫས་གཅིག་ལ་སྤྱི་འཛིག་བ་དད་དང་རྣམ་པ་བ་  
 དད་པ་འགལ་ཏེ། རྣམ་ངེས་ལས། དེ་གྲུབ་ན་མ་གྲུབ་པ་འཕ་རྒྱ་བ་དད་པ་ནི། དེའི་རང་བཞིན་དུ་  
 རིག་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་བ་དད་པ་འཕ་རྒྱ་བ་དད་པ་ནི་འདི་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ་ཆོས་

༥༩

འགལ་བར་གནས་པ་འམ་རྒྱ་ཐ་དད་པ་ལོ། །དེས་ཀྱང་ཐ་དད་པར་མི་འགྲུབ་ན་ནི་འགལ་ཡང་གང་  
ལས་ཀྱང་ཐ་དད་པ་མེད་པས་རིལ་པོ་རྫས་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
རོ། །གསུམ་པ་ཏ་ཅང་ཐལ་བ་ལ་གསུམ་ལས་དང་པོ་ཡན་ལག་ཅན་མི་ཁྱེད་ཀྱིས་ཐལ་བ་ནི། སྤྱི་  
དང་བྱེ་བྲག་རྫས་གཅིག་ན། །ཡན་ལག་ཅན་ཡང་རི་ལྟར་དགག། དེ་ལྟ་ན་མགོ་དང་རྒྱང་ལག་ལ་  
སོགས་པ་ཡན་ལག་ཐམས་ཅད་ལ་བྱུང་པའི་ཡན་ལག་ཅན་གྱི་རྫས་གཅིག་ཡོད་པ་རི་ལྟར་དགག།  
དེ་ལ་འདི་སྐད་དུ། གང་དུ་མ་དང་འབྲེལ་པ་དེ་གཅིག་མ་ཡིན་ཏེ་སྣོད་ཐ་དད་ཀྱི་རྒྱ་ཤུགས་བཞིན།  
ཡན་ལག་ཅན་གྱི་རྫས་ཀྱང་དུ་མ་དང་འབྲེལ་ལོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐལ་བ་དང་བསྐྱོད་པ་རང་རྒྱུད་ཀྱིས་  
དུ་མ་ལ་གཅིག་ཡིན་པ་ཁྱེད་ཀྱིས་སོ་ཞེ་ན། སྤྱི་ལ་འང་དེ་དང་མཚུངས་སོ། །གཞན་ཡང་ལག་པ་གཡོ་བ་

ན་ལུས་རིལ་པོ་གཡོ་བར་ཐལ། གཡོ་བའི་ལག་པ་དང་རྫས་གཅིག་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡན་ལག་ལ་དེ་  
 ལྟར་ཡོད་ཀྱང་ཡན་ལག་ཅན་ལ་མེད་ན་ཡན་ལག་དང་ཡན་ལག་ཅན་རྫས་མི་གཅིག་པར་ཐལ་  
 ལོ། །དེ་བཞིན་དུ་བསྐྱེབས་མ་བསྐྱེབས་དང་། ཁ་བསྐྱུར་མ་བསྐྱུར་ལ་སོགས་པས་རིལ་ལྟར་འགོག་  
 པའི་རིགས་པ་སྟེ་གཅིག་འགོག་པ་ལ་འང་མཚུངས་སོ། །གཉིས་པ་དབང་ཤེས་རྟོག་བཅས་སུ་ཐལ་  
 བ་ནི། དབང་པོ་འང་རྟོག་བཅས་ཉིད་དུ་ཐལ། རྫས་གཅིག་ལ་སྒྲུང་མི་སྒྲུང་ཆ་གཉིས་མེད་པས་བྱེ་  
 བྲག་སྒྲུང་བ་ན་སྟེ་འང་སྒྲུང་བའི་དབང་ཤེས་རྟོག་བཅས་སུ་འགྱུར་རོ། །དོན་སྟེ་འཛིན་ན་རྟོག་པ་  
 ཡིན་གྱི་རིགས་སྟེ་འཛིན་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དོན་སྟེ་མ་འདུས་པའི་རིགས་ཀྱི་སྟེ་འདོད་པ་ནི། ཟུ་  
 མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚོ་འདོད་པ་ལྟར་སྟོབ་དཔོན་ངན་པའི་དུག་རྒྱས་སྟོས་པའི་གྲག་ཅེས་ཡིན་  
 ལོ། །གསུམ་པ་



འགལ་བ་རྫས་གཅིག་རྒྱ་ཐལ་བ་ནི། འགལ་བ་ཀུན་གྱང་རྫས་གཅིག་འགྱུར། །དཀར་སྤྲོ་ལ་སོགས་  
 པ་ཐ་དད་རྣམས་དང་སྣང་མུན་ལ་སོགས་པ་འགལ་བ་ཀུན་གྱང་རྫས་གཅིག་རྒྱ་ཐལ་རྒྱུར་རོ། །འདོད་  
 ན་སྤོན་པོར་འདོད་གྱང་དཀར་པོ་དང་། མུན་པར་འདོད་གྱང་སྣང་བ་དང་། སྤྲོ་འདོད་གྱང་བྱེ་  
 བྲག་རྒྱ་ཐལ་བ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་དུ་འཆོལ་བར་འགྱུར་རོ། །གཉིས་པ་སྤྱི་དུ་མ་བྱེ་བྲག་དུ་མ་  
 དང་གཅིག་པ་དགག་པ་ལ་གཉིས་ལས་སྤྱོགས་སུ་མ་ནི། བྱེ་བྲག་རེ་རེ་དང་འབྲེལ་པའི། སྤྱི་ཡང་དུ་  
 མ་ཡོད་ཅེ་ན། །ཁ་ཅིག་སྤྱི་གཅིག་མེད་གྱང་ཤ་པ་ལ་སོགས་པ་རེ་རེའི་སྤྲོང་ན་དེ་དང་བདག་གཅིག་  
 པའི་སྤྱིའང་དུ་མའོ་ཞེས། །གཉིས་པ་དེ་དགག་ན། མཚན་ཉིད་མི་འགྲུབ་དགག་སྐྱབ་ཀྱི། །རྣམ་པར་  
 གཞག་པའང་འཇིག་པར་འགྱུར། སྤྱི་དུ་མ་ཡིན་ན་ཤ་པའི་སྤྱི་དེ་སྤྱོག་པ་གཉིས་ཆོགས་སུ་འགྱུར་

ལ། འདོད་ན་བྱེ་བྲག་ཉིད་དུ་འགྱུར་བས་སྤྱི་ལོ་མཚན་ཉིད་མི་འགྱུར་ཅིང་། ཤ་པའི་བྱེ་བྲག་གྲུབ་  
 གྱུར་ཤིང་གཞན་གྱི་སྤྱི་མི་འགྱུར་ལ། ཤ་པའི་སྤྱི་ཁེགས་གྱུར་ཤིང་གཞན་མི་ཁེགས་པས་དགག་  
 སྒྲུབ་གྱི་རྣམ་གཞག་འཛིག་གོ །གསུམ་པ་མཚུངས་པའི་སྤྱི་དགག་པ་ལ་གཉིས་ལས་དོན་ལ་  
 མཚུངས་པ་དགག་ན། མཚན་ཉིད་མཚུངས་པའི་སྤྱི་གཅིག་དང་། །བྱེ་བྲག་རྩ་ས་གཅིག་ཡིན་ནོ་  
 ལོ། །ཁ་ཅིག་སྤྱི་གཅིག་དང་དུ་མ་མི་འདོད་གྱི་ཤ་པ་དང་ཅན་ན་ལ་སོགས་པ་ཡལ་ག་ལོ་འདབ་དང་  
 ལྡན་པར་མཚན་ཉིད་མཚུངས་པའི་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་རྣམས་རྩ་ས་གཅིག་གོ་ཞེ་ན། མཚུངས་པ་  
 རྟོགས་པས་སྦྱར་བ་ཡིན། །རྟོགས་པའི་སྤྱོ་ཆོས་དོན་ལ་མེད། །དོན་ལ་འདྲ་བ་ཡོད་ན་ནི། །སྤྱོན་མེད་  
 མཐོང་ན་འདྲ་འདྲ་བར་འགྱུར། །འདྲ་བ་ཕན་ཚུན་བསྐྱེད་ས་པ་རྟོགས་པ་ཡིན་པས་དོན་ལ་མེད་  
 དོ། །ཡོད་ན་སྤྱོན་མ་མཐོང་བའི་པདྨ་རྒྱ་ག་ཉི་ཕུ་



མཐོང་ན་ཡང་པདྨ་རྒྱ་ག་གཞན་དང་འདྲའོ་སྒྱུ་མ་པའི་སྒྲོ་སྒྲེ་དགོས་ཏེ་དོན་ཉིད་ལ་འདྲ་བ་ཡོད་པའི་  
 བྱིར་རོ། །དེའང་རྣམ་འགྲེལ་ལས། མཐོང་དང་མཚུངས་པར་དེ་འཛིན་བྱིར། །བྱུང་པར་ཡུལ་ཅན་  
 ཉིད་ཀྱང་མིན། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། མཐོང་བ་དག་ནི་འདྲར་འཛིན་ན། །དོན་ནི་སྒྲར་མཐོང་ཡོད་མིན་  
 པས། །ཇི་སྒྲར་དེ་ནི་མཐོང་བ་དང་། །འདྲ་བ་ཡིན་པར་དེས་ངེས་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། འདྲ་  
 དང་མི་འདྲ་ཉིད་བྱིར་དང་། །སྒྲ་ཡི་ཡུལ་དང་ཡུལ་མིན་བྱིར། །ཞེས་གསུངས་པས་སྒྲི་འདྲ་བ་སྒྲི་  
 ཡུལ་རང་མཚན་མི་འདྲ་བ་སྒྲི་ཡུལ་མ་ཡིན་པར་གསུངས་པའི་བྱིར་རོ། །སྒྲོ་བ་དཔོན་གྱིས་དེ་དང་  
 འདྲ་བ་མཐོང་བ་ལས། །ཞེས་གསུངས་པ་ནི་རྒྱ་ལ་འབྲས་བུའི་མིང་གིས་བཏགས་པ་ཡིན་ཏེ། མདོན་  
 གྱུར་ལ་མདོན་སྒྱུ་མ་མམ་གཞན་དོན་ལ་རྗེས་དཔག་ཏུ་བཏགས་པ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་དྲང་དོན་ལ་



མ་གྲུབ་པ་ལྟར་འདྲ་བ་ཡང་དོན་ལ་མི་འགྲུབ་པོ། །གཉིས་པ་སྒོ་དོར་མཚུངས་པའི་སྤྱི་དགག་ན། །ཁ་  
 ཅིག་དོན་ལ་མཚུངས་པའི་སྤྱི་མེད་ཀྱང་རྟོགས་པས་མཚུངས་པར་བཟུང་བའི་སྤྱི་ཅི་སྤྱི་མེད་སྟུང་ན།  
 དེ་ལྟ་ན་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་རྩ་ས་གཅིག་པ་ཉིད་ཉམས་སོ། །གལ་ཏེ་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་རྩ་ས་མི་གཅིག་པ་  
 བྱེད་བདེན་མོད། རྟོག་པས་མཚུངས་པར་བཟུང་བ་ཅམ་ལ་སྤྱི་གཅིག་ཏུ་བྱས་ན་ཅིར་འགྱུར་ཞེ་ན།  
 མི་འཐད་དེ། མཚུངས་ལ་དངོས་པོ་གཅིག་མི་སྤྱིད། །གཅིག་མ་ཡིན་ལ་སྤྱི་སྤྱི་མེད། །མཚུངས་ཞེས་  
 བརྗོད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཆོས་དུ་མ་སྟོན་ཏེ། ཆོས་གཅིག་ཉིད་གཅིག་པོ་དེ་དང་མཚུངས་པ་མི་སྤྱིད་པའི་  
 བྱུར་རོ། །གཅིག་ཏུ་མ་ཤར་ཡང་མཚུངས་པར་འཛིན་པ་ཉིད་སྤྱི་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། སྤྱི་ལ་སྤྱི་གཅིག་མ་  
 ཤར་ན། །མཚུངས་པར་རྟོགས་ཀྱང་སྤྱིར་མི་རུང་། །སྤྱི་ལ་སྤྱི་གཅིག་ཏུ་མ་ཤར་ན་མཚུངས་པར་  
 འཛིན་པས་སྤྱིའི་གོ་མི་ཆོད་དོ། །དཔེར་

༩༩

ན་ཤིང་འོན་ཅིག་ཅེས་སྒྲིག་ཅིག་གི་སྒྲ་མི་འཇུག་གི་ཤིང་ཤ་པ་དང་འདྲ་བ་འོན་ཅིག་ ཅན་ན་དང་  
འདྲ་བ་འོན་ཅིག་ཅེས་བྱ་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་བརྗོད་པས་དོན་མི་འགྲུབ་སྟེ། ཕྱོགས་རེས་འདྲ་  
བ་ཀྱན་ལ་ཡོད། །ཐམས་ཅད་འདྲ་བ་གང་ནའང་མེད། །ཤིང་ཤ་པ་ལ་སོགས་པ་དང་ཕྱོགས་རེས་  
འདྲ་བ་ནི་ཐམས་ཅད་ལ་ཡོད་ལ། ཡུལ་དང་དུས་དང་རྣམ་པའི་བྱུང་པར་གྱིས་ཐམས་ཅད་དུ་འདྲ་  
བ་གང་དུའང་སྤིང་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་བྱུང་པ་བསྐྱབ་པ་འང་ལའི་དུ་བ་དང་ཚང་མང་གི་དུ་བ་  
གཉིས་འདྲ་བའི་སྒྲོ་ནས་མི་འགྲུབ་ཀྱི་གཞན་སེལ་གྱིས་སྒྲིག་ཅིག་རྟེན་ཞེན་པས་གྲུབ་བོ། །གཉིས་པ་  
ལུང་དང་འགལ་བ་ནི། རིགས་པའི་རྒྱལ་པོས་གསུངས་པ་ཡི། །རྣམ་གཞག་དང་ཡང་འགལ་བར་  
སྤང་། །རྣམ་འགྲེལ་ལས། སྤྱི་ཡི་སྒྲོ་ཡང་བསྐྱད་པ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། རྟོག་པ་ཤེས་པའི་ཡུལ་

ཉིད་པས། །སྒྲིལ་པོ་དོན་ནི་བརྟགས་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་། སྤྱི་ནི་དངོས་མེད་ངོ་བོ་  
 ཡིན། །དེ་ཕྱིར་དེ་དབང་སྤྱོད་ཡུལ་མིན། །དེས་ན་སྤྱི་ཡི་ཆོས་རྣམས་ནི། །མངོན་སུམ་མིན་པར་གྲུབ་  
 པའི་ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། བྱེད་དང་བཞི་པ་ལས། གཞན་ཡང་སྤྱི་དོན་གཞན་དུ་རྟོག་པ་འདི་  
 རང་གི་རྟོན་ཅམ་ལ་ཡོད་པའམ། རྣམ་མཁའ་ལ་སོགས་པ་དང་འདྲ་བར་ཐམས་ཅད་ན་ཡོད་པར་  
 འགྱུར་གྲང་ན་དེ་ལ་གལ་ཏེ་རང་གི་རྟོན་ཅམ་ལ་ཡོད་པར་གྱུར་པ་དེའི་ཆོ་ཕྱོགས་བུམ་པ་ལ་  
 སོགས་པས་སྟོང་པ་དག་རྟུ་བུམ་པ་ལ་སོགས་པ་བྱུང་བ་ན་ཡུལ་ཐ་དད་པ་ཅན་གྱི་རྣམས་ལ་ཡོད་  
 པའི་སྤྱི་དེ་ནི་རི་རྟུར་དེ་དག་ལ་ཡོད་པར་འགྱུར་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་དེ་ནི་རྣམས་སྤྲ་མ་ལས་སྤྱི་བར་  
 འགྱུར་བའི་རྣམས་ལ་མི་འགོ་སྟེ། བྱེད་པ་མེད་པ་ཉིད་དུ་ཁས་སྦྱངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་གི་ཕྱིར་

གཞན་ལ་གནས་པའི་དངོས་པོ་དེ་ལས་མི་གཡོ་བ་དེ་གཉིས་ཀའི་བར་ལ་བྱུང་བ་མ་ཡིན་པ་ནི་ཡུལ་  
ཐ་དད་པའི་

དངོས་པོ་དང་ལྟན་པས་མ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་གསུངས་པ་དང་། དེས་ན་ལྟན་ཅིག་སྐྱེ་བ་དང་འཇིག་པ་  
དག་དང་ཐམས་ཅད་ལ་ཐམས་ཅད་ཉི་བར་སྒྱུར་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་གཅིག་ཅེས་བྱ་  
བ་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་བའམ། མིང་ཐ་དད་པར་བད་དེ་དོན་ཁས་བླངས་ནས་དེ་སྐད་དུ་བརྗོད་པའི་  
ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། ཡང་དེ་ལ་ཡང་སྐྱེ་བ་མེད་པས་འགའ་ཞིག་ལས་འོངས་པ་མེད་པ་དེ་ལྟ་ན་  
བྱུན་པོ་ལས་འགའ་བའི་ཁྱར་སྒྱས་འདེགས་རྒྱས་ཞེས་བྱ་བ་དང་། གཞན་ཡང་འདིས་མི་རིགས་པ་  
ཅི་ཞིག་མངོན་པར་སྒྱུད་ནས་དེ་ལྟར་དུ་བ་པ་མང་པོའི་སྤྱི་སྒྲིབ་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་  
པས་སོ། །གཉིས་པ་རང་གི་ལྷགས་ནི་འོ་ན་རིགས་པ་དང་ལྷང་གིས་སྤྱི་དོན་ལ་ཡོད་པ་འགོག་ན་  
བྱེད་འདོད་པའི་སྤྱི་གང་དེ་ལ་དགག་སྒྲིབ་ཇི་ལྟར་བྱེད་ཅེ་ན། དེ་མིན་རང་བཞིན་ལ་སོགས་

པ། །དངོས་པོ་ཀུན་ལ་གྲུབ་པ་དེ། །སེལ་བའི་སྤྱི་ཡིན་རང་མཚན་དུ། །འབྲུལ་པ་དེ་ལ་དགག་སྐྱབ་  
 བྱེད། །རྟོག་པ་དོ་བོས་འབྲུལ་པའི་གཞན་སེལ་གྱི་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་ལ་དོན་གྱི་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་རྟུ་  
 འབྲུལ་ནས་བྱེ་བྲག་གྲུབ་པས་སྤྱི་འགྲུབ་དེ་ལ། སྤྱི་ཁེགས་པས་བྱེ་བྲག་ཁེགས་པའི་རྣམ་གཞག་བྱེད་  
 དེ། འབྲུལ་པས་དངོས་པོ་གཅིག་ལྟར་རྟོག་ །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །གསུམ་པ་རྩོད་པ་སྤང་བ་  
 ཅི། གལ་ཏེ་དོན་ལ་སྤྱི་མེད་ན། །གཞན་སེལ་སྒྲོ་བརྟགས་དངོས་མེད་ལ། །གྲུབ་ཀྱང་དོན་དང་མ་  
 འབྲེལ་ཕྱིར། །ཐ་སྙད་ཐམས་ཅད་འཇིག་ཅེ་ན། །དོན་རང་མཚན་ལ་ནི་སྤྱི་མེད། །གཞན་སེལ་སྤྱི་  
 གཟུང་ཡང་དེ་དངོས་པོར་མེད་པས་དོན་དང་མ་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར་བྱེ་བྲག་གྲུབ་པས་སྤྱི་འགྲུབ་པར་  
 རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་དང་སྤྱི་ཁེགས་པས་བྱེ་བྲག་འགོག་པ་བྱུང་བྱེད་མི་དམིགས་པ་ལ་སོགས་པ་  
 རྟོག་གའི་རྣམ་གཞག་དང་འཇིག་རྟེན་གྱི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་འཇིག་པར་འགྱུར་





རོ་ཞེ་ན། རོ་ན་དང་སེལ་བ་གཅིག་ཉིད་དུ། །འབྲུལ་ནས་ཡུལ་ལ་འཇུག་པ་ན། །རང་གི་མཆོན་ཉིད་  
 ཐོབ་པ་ཙམ། །ཆོད་མ་ཡིན་ཕྱིར་འཐད་པ་ཡིན། །རྟོག་པ་དོ་བོས་འབྲུལ་པས་གཞན་སེལ་ལ་རང་  
 མཆོན་དུ་འབྲུལ་ནས་ཞུགས་པ་ན་དོན་ཐོབ་པ་དེ་ཙམ་གྱི་ཆོད་མའི་བྱ་བ་གྲུབ་པས་ཤིན་ཏུ་འཐད་  
 རོ། །ཐོབ་ཅེས་བྱ་བ་འདྲ་། དགག་སྐྱབ་ཇི་ལྟར་བྱས་པ་ལྟར་ཞུགས་པ་ན་དོན་ཡོད་མེད་དུ་ཤེས་པ་  
 དེ་ཉིད་ཡིན་ལ། གཞན་རྩོད་པ་ཐམས་ཅད་གཞན་སེལ་ཤེས་ན་རང་གོལ་བར་འགྱུར་བས་འདིར་  
 མི་བརྗོད་དོ། །ཐ་དད་སྤྱི་འདོད་ལྷག་སྤྱག་པ། །རྣམས་གཅིག་ཡིན་ཞེས་གྲངས་ཅན་པ། །གངས་ཅན་  
 པ་རྣམས་དེ་རྗེས་འབྲང་། །སེལ་བར་འདོད་པ་མཁས་པའི་ལྷགས། །བསྐྱུ་བའི་ཆོགས་སུ་བཅད་  
 པའོ། །ཆོད་མ་རིགས་པའི་གཏེར་ལས་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་བརྟག་པའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་གསུམ་

པའོ། ། །གཉིས་པ་སྒྲུང་བ་དང་སེལ་བས་རྟོགས་ཚུལ་ལ་གཉིས་ལས། འཇུག་ཚུལ་སྤྱིར་བསྟན་པ་  
 རི། རྟོག་མེད་སྒྲུང་བའི་སྒྲོ་ནས་འཇུག །སྤྱོད་ཀྱི་ཐམས་ཅད་གཞན་སེལ་ཡིན། །དེ་དག་ལྟུལ་དང་  
 མ་ལྟུལ་བའི། །དབྱེ་བས་གཉིས་གཉིས་རྣམ་པ་བཞི། །སྒྲུང་བ་ལ་ལྟུལ་མ་ལྟུལ་གཉིས་དང་།  
 སེལ་བ་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་མ་ལོག་གཉིས་ཏེ་བཞིའོ། །གཉིས་པ་སོ་སོའི་རང་བཞིན་ངེས་པར་བྱ་བ་ལ་  
 གཉིས་ཏེ། སྒྲུང་བ་དང་སེལ་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས། སྒྲུང་བ་སྤྱིའི་མཆན་ཉིད་ནི། རྟོག་མེད་  
 གྱི་ཤེས་པས་མཐོང་བའོ། །གཉིས་པ་སོ་སོའི་དོན་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྒྲུང་བ་ལྟུལ་  
 པ་དང་མ་ལྟུལ་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས། མཆན་ཉིད་ནི། རང་མཆན་མེད་པ་མཐོང་  
 བའོ། །གཉིས་པ་དབྱེ་ན་དབང་ཤེས་ལྟུལ་པ་དང་། ཡིད་ཤེས་བསྐྱེད་པ་གཉིས་སོ། །དེ་འང་རྣམ་  
 ངེས་ལས། ཉེ་བར་བསྐྱེད་པ་

༩༩

སྒྲུབ་པའི་ཕྱིར། །མངོན་སྲུང་ལྟར་སྒྲུབ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །གཉིས་པ་སྒྲུབ་བ་མ་ལུགས་པའང་  
 གསུམ་ལས། མཚན་ཉིད་ནི་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཡོད་པ་མཐོང་བའོ། །གཉིས་པ་དབྱེ་ན་རང་རིག་  
 རོན་རིག་གཉིས་སོ། །གསུམ་པ་མཚན་གཞི་ལ་མཚན་ཉིད་ངེས་པར་བསྐྱབ་པ་ལ་གསུམ་ལས།  
 དུལ་གྱི་གནས་ལུགས་ནི། རོན་ལ་གནས་པའི་དངོས་པོ་རྣམས། །གཅིག་ལ་དུ་མ་མི་སྲིད་ཅིང་། །དུ་  
 མ་གཅིག་དུ་གནས་མི་སྲིད། །གཅིག་ལ་གསལ་དང་མི་གསལ་མེད། །བེ་རྒྱལ་ལ་སྤྲོན་པོ་དང་། །བྱས་  
 པ་དང་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རོན་ལ་རྒྱས་ཐ་དད་ལྟ་ཞོག་སྟོག་པའང་ཐ་དད་  
 མེད་པས་ཐ་དད་གྱིས་སྟོང་པ་དང་། སྟོ་ཙམ་གྱི་སྒྲི་གཅིག་མེད་པས་བེ་རྒྱལ་དང་ཡུལ་ལ་སོགས་  
 པའི་སྤྲོན་པོ་རྣམས་ཕན་ཚུན་རྗེས་སུ་འགོ་བས་སྟོང་པར་གནས་སོ། །གཉིས་པ་སྟོའི་འཛིན་སྲུངས་

མི། མདོན་སྐྱུལ་ཐམས་ཅད་དོན་བཞིན་སྒྲུབ། །གཅིག་ལ་ཐ་དད་སྒྲུབ་བ་མེད། །ཐ་དད་གཅིག་ཏུ་  
 སྒྲུབ་མི་མིན། །སྒྲུབ་བས་འཇུག་ལ་རེས་འཛིག་མེད། །བེ་རྩྭ་མདོན་སྐྱུལ་ལ་སྒྲུབ་བ་ན་ཆ་མེད་དུ་  
 འཇུག་སྟེ། སྡོན་པོ་ལ་སྡོན་པོ་ཉིད་དང་། དེའི་བྱས་མི་རྟག་ཀྱང་ཐ་དད་མེད་པ་དང་། ཡུལ་དུས་  
 རྣམ་པ་ཐ་དད་ཀྱི་སྡོན་པོ་རྣམས་ཀྱང་རྗེས་སུ་འགོ་བའི་སྟེ་གཅིག་མེད་པས་ཐ་དད་ཉིད་དུ་སྒྲུབ་  
 རོ། །གསུམ་པ་སྟོ་དོན་མཐུན་པ་ལ་གསུམ་ལས་དང་པོ་རི་ལྟར་མཐུན་པའི་ཚུལ་ནི། ཡུལ་ལ་རི་  
 ལྟར་གནས་པ་ཡི། །སྟོབས་ཀྱིས་དབང་ཤེས་སྦྱེས་པས་ན། །མེད་ན་མི་འབྱུང་ངེས་པའི་ཕྱིར། །སྟོ་  
 དོན་ཕན་ཚུན་འཆོལ་བ་མེད། །དེའང་ཡུལ་སྡོན་པོར་གནས་པ་ལྟར་སྟོ་ལའང་དེ་ལྟར་སྒྲུབ། སྡོན་  
 པོ་ལ་བྱས་པ་དང་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པའི་སྟོག་ཆོས་རྣམས་ཐ་དད་མེད་པ་ལ། སྟོ་ལ་ཡང་ཐ་དད་  
 མེད་པར་སྒྲུབ། ཡུལ་

༥༩

དུས་རྒྱུ་པ་ཐ་དང་རྒྱུ་ཐ་དང་དུ་གནས་པ་ལྟར་སྒྲོ་ལ་འང་ཐ་དང་ཉིད་སྒྲོ་སྒྲོ་ཐ་དང་གི་  
 འབྲུར་བཞིན་ནོ། །དེ་འང་རྒྱུ་འབྲེལ་ལས། དོན་གྱི་རང་གི་ངོ་བོ་གཅིག །བདག་ཉིད་མཛོན་སྒྲུམ་  
 ཡིན་པ་ལ། །ཚད་མ་རྒྱུ་གྱི་བརྟག་བྱ་གང་། །མ་མཐོང་ཆ་གཞན་ཅི་ཞིག་ཡོད། །ཅེས་བྱ་བ་དང་།  
 དམ་པའི་དོན་གྱི་དོན་རྒྱུ་མི། །རང་གིས་འདྲེ་དང་ཐ་དང་མེད། །དེ་ལ་ངོ་བོ་གཅིག་པ་དང་། །ཐ་  
 དང་སྒྲོ་ཡིས་བསྐྱེད་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །གཉིས་པ་དེ་ཚད་མས་བསྐྱེད་པ་ལ་  
 གསུམ་ལས་རྟགས་དགོད་པ་ནི། གང་དོན་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་གྱི་གཅིག་ཡིན་པ་དེ་ལ་སྒྲོ་མི་སྒྲོ་ཆ་  
 གཉིས་མེད་དེ་བེ་རྒྱུ་མཐོང་བ་ནི་སྒྲོ་པོ་མཐོང་བ་བཞིན་བྱུང་པའི་བྱས་མི་རྟག་ཀྱང་དོན་ངོ་བོ་  
 དབྱེར་མེད་གྱི་གཅིག་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་སོ། །གཉིས་པ་དེའི་ཚུལ་བསྐྱེད་པ་

ལ་གཉིས་ལས། ཕྱགས་ཆས་ནི་ལྟོས་མེད་དང་གཞོད་པ་ཅན་གྱིས་འོག་རྩ་བསྐྱབ་ལ། བྱུང་པ་འང་  
 བེ་རྩལ་མཐོང་བ་ན་སྟོན་པོ་མཐོང་བར་སྟོང་བས་གྲུབ་བོ། །གལ་ཏེ་སྤང་མི་སྤང་ཆ་གཉིས་མེད་པ་  
 ལྟན་ཅིག་མཐོང་བ་ཅམ་ཡིན་གྱི་རང་བཞིན་འབྲེལ་པ་མི་དེས་སོ་ཞེ་ན། བྱས་མི་རྟག་ལྟན་ཅིག་  
 མཐོང་བ་མ་ཡིན་ཏེ་དོན་དོ་བོ་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དོན་གཅིག་ཀྱང་སྟོན་པ་ཐ་དད་དོ་ཞེ་ན།  
 སྟོན་པ་སྟོས་བྱས་ཡིན་གྱིས་དོན་ལ་མི་གནས་སོ། །དེས་ན་བྱས་པ་དང་མི་རྟག་པའི་འབྲེལ་པ་འང་  
 དོན་ལ་མི་གནས་པར་འོག་རྩ་འཆད་དོ། །གསུམ་པ་གྲུབ་པ་ལ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་ལ་གཉིས་ཀྱི་  
 དང་པོ་ཕྱགས་ཆས་ལ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་ལ་འང་གཉིས་ལས། རྟགས་མི་སྟོན་པ་སྤང་བ་ནི་བྱས་པ་  
 དང་མི་རྟག་པ་དོ་བོ་གཅིག་པ་དེ་དོན་དམ་གྱི་གཅིག་ཡིན་ན་མི་སྟོན་ལ། ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་གཅིག་མ་



ཆེ་ལའི་གཡུ་གེ་དཔལ་ལྡན་ལ།

ངེས་ཏེ་ལྷ་བའི་དགྲིལ་ལ་ཁོར་གྱི་འོག་སྒྲིང་ལ་སྒྲིང་མི་སྒྲིང་བ་བཞིན་མོ་ཞེ་ན། གུན་རྫོབ་གྱི་གཅིག་  
ཡིན་མོ། །དེའང་འཇིག་

༥༧

རྟེན་ལ་གྲགས་པ་ལྷ་བའམ། བུམ་པ་གཅིག་ཏུ་བུ་མ་ཡིན་གྱི་བསྟན་བཅས་ལ་གྲགས་པའི་སྐྱེ་མཆེད་  
གྱི་རྣམ་གཅིག་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་སྤྱི་ཀྱང་མི་དགོས་པ་སྤྱང་བ་ནི། གལ་ཏེ་སྤྱི་པོ་སྤྱང་བ་མཛོན་  
སུམ་གྱིས་གྲུབ་པ་ན་སྤྱི་གས་ཆོས་ངེས་པའི་ཆད་མས་སྤྱི་པོ་མི་རྟག་པར་དངོས་སུ་རྟོགས་པས་སྤྱི་  
འཛིན་ལ་མི་རྟག་པ་སྤྱང་བ་ཤུགས་ལ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་དོ་བོ་གཅིག་པའི་རྟགས་དོན་མེད་དུ་བལ་ལོ་  
ཞེ་ན། མི་རྟག་པ་སྤྱང་བའི་དོན་གྲུབ་ཀྱང་སེལ་བའི་དོར་བསྐྱབ་བོ། །གཉིས་པ་བྱུང་པ་ལ་མི་འབྱེད་  
པ་སྤྱང་བ་ལ་གཉིས་ལས་ཡུལ་ཅན་ལ་ཏུ་ཅང་བལ་བ་ནི། རྣམ་གཅིག་ལ་སྤྱང་མི་སྤྱང་ཆ་གཉིས་  
མེད་པ་ཏུ་རྟེན་རྟེན་དཔག་དང་དེ་སྤྱི་པའི་རང་རིག་གཉིས་ཀྱང་སྤྱི་དོན་འཛིན་མི་འཛིན་ཆ་གཉིས་  
འགལ་ཏེ་རྣམ་གཅིག་པའི་ཕྱིར་དོ་ཞེ་ན། མི་འགལ་ཏེ་ཤེས་པ་གཅིག་ཉིད་རང་རིག་ཁ་ནང་ཏུ་

སྒྲིབ་པ་ལ་འཇུག་ལ་རྗེས་དཔག་ཕྱི་ལྟ་གཞན་སེལ་གྱིས་འཇུག་པས། མར་མེ་རང་གསལ་བ་དང་  
མུན་པ་སེལ་བ་མི་འགལ་བ་བཞིན་ནོ། །གཉིས་པ་ཡུལ་ལ་ཏ་ཅང་ཐལ་བ་ནི། སྒྲིབ་མི་སྒྲིབ་ཆ་  
གཉིས་མེད་ན་ངེས་མ་ངེས་ཆ་གཉིས་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། སྒྲིབ་བ་རྣམས་ཀྱི་ཡུལ་དང་ངེས་པ་གཞན་  
སེལ་གྱི་ཡུལ་ཐ་དད་པས་མི་མཚུངས་སོ། །གསུམ་པ་ངེས་ན་མདོན་སྒྲུམ་མ་ངེས་པར་གྲུབ་པ་ལ་  
གསུམ་ལས་དང་པོ་མ་ངེས་པར་གྲུབ་པ་འི་འཐད་པ་དངོས་ནི། ངེས་ན་མདོན་སྒྲུམ་ཆད་མ་  
ཡང་། ཁྱོག་མེད་ཡིན་ཕྱིར་ངེས་མི་དགོས། དེའང་སྟོང་ཕྱག་ཕྱེད་དང་བཞི་པ་ལས། ད་ནི་རི་རྟར་  
མ་ངེས་པ་མདོན་སྒྲུམ་གྱིས་ཀྱང་བཟུང་བ་ཡིན་ཞེ་ན། མདོན་སྒྲུམ་ནི་གང་གི་འང་ངེས་པར་བྱེད་པ་  
མ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་བྱ་བ་དང་། རྣམ་ངེས་ལས་ཀྱང་། བདེ་བ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་རིག་  
པ་བརྗོད་པ་དང་མ་འབྲེལ་བ་དེ་ནི་མདོན་སྒྲུམ་

༥༩

གྱི་ཚད་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། གཏན་ཚིགས་ཐིགས་པར་ཡང་། དེ་ལ་དང་པོར་ཡུལ་ཐུན་  
མོང་མ་ཡིན་པ་མཐོང་བ་གང་ཡིན་པ་ཁོ་ན་ཚད་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྟོ། །གཉིས་པ་  
དེ་ལ་མི་འབྲད་པ་སྤང་བ་ལ་གཉིས་ལས་དང་པོ་ལུང་དང་འགལ་བ་སྤང་བ་ནི། རྣམ་འགྲེལ་ལས།  
ཡོད་མེད་ངེས་པའི་འབྲས་ཅན་མིན། །ཕྱིར་ན་ཚད་མ་ཉིད་མ་ཡིན། །ཞེས་བཤད་པ་དང་འགལ་ལོ་  
ཞེ་ན། མི་འགལ་ཏེ་རང་ངམ་གཞན་ལས་ངེས་པ་འདྲན་རྒྱས་པའི་ཕྱིར་རྟོ། །གཉིས་པ་དངོས་སྤྱུ་མ་  
ངེས་ན་ཚད་མར་འགལ་བ་སྤང་བ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་རྩོད་པ་དགོད་པ་ནི། གལ་ཏེ་དངོས་སྤྱུ་  
ངེས་པ་མེད་ན་ཚད་མར་འགལ་ལོ་ཞེ་ལོ། །གཉིས་པ་ལན་ལ་གཉིས་ཏེ། གཞན་གྱི་ལན་དགག་པ་  
དང་། རང་གི་ལན་གདབ་པ་ལོ། །དང་པོ་ནི་ཁ་ཅིག་ན་རེ་ངེས་པ་ལ་གཉིས་ལས་རྟོག་པས་ངེས་པ་

མེད་ཀྱང་རྟོག་མེད་གྱིས་ངེས་པ་ཡོད་དེ་མངོན་སྲུང་གྱིས་སྟོ་འདོགས་གཙང་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། སྟོ་  
 འདོགས་ཚད་པ་དེ་ཅི་སྒྲུང་བ་ཙམ་ལ་བེར་ན་མངོན་སྲུང་ལ་སྟོ་འདོགས་མ་ཚད་པ་མི་སྤྱིད་ལ།  
 གཞན་སེལ་གྱིས་སྟོ་འདོགས་གཙང་པ་ལ་བེར་ན། རྗེས་དཔག་ལྟར་རྟོག་པ་ལས་མ་འདས་  
 སོ། །དེས་ན་ངེས་པའི་མིང་བཏགས་ན་འཛིག་གོ། །གཉིས་པ་རང་གི་ལན་ལ་གཉིས་ལས་དང་པོ་  
 མངོན་སྲུང་གྱིས་དགག་སྐྱབ་བྱེད་པའི་ཚུལ་ནི། འོ་ན་མངོན་སྲུང་ཚད་མ་གང་དེས་དགག་སྐྱབ་རི་  
 ལྟར་བྱེད་ཅེ་ན། མངོན་སྲུང་རྟོག་བྲལ་མ་འབྲལ་བ། ཉིད་གྱིས་ཚད་མ་གྲུབ་པ་ཡིན། དེའམ་  
 གཞན་གྱི་སྟོ་བས་ཉིད་ལས། དེས་པའི་དབང་གིས་དགག་སྐྱབ་བྱེད། །བུམ་པ་མངོན་སྲུང་གྱིས་  
 མཐོང་བ་ན་ཁ་དོག་དང་མི་རྟག་པ་གཉིས་ཀ་མངོན་སྲུང་ལ་སྒྲུང་བས་མངོན་སྲུང་སྟོན་པོའི་རྣམས་  
 ལས་ཚད་མར་སོང་བ་ན་མི་རྟག་པའི་རྣམས་ལའང་ཚད་མར་སོང་བ་

༥༣

དེ་ཉིད་ཡིན་ཅོ། །འོན་ཀྱང་ཁ་དོག་གི་སྒྲིག་པ་ལ་འབྱུལ་པའི་རྒྱ་མེད་པ་དང་། རྟོག་པའི་རྒྱུན་  
གོམས་པ་གསལ་བ་དང་། ཡིད་གཏད་པ་ཡོད་པས་རང་སྟོབས་ཀྱིས་ངེས་པར་འདྲན་ནུས་ཏེ།  
མདོན་སྤུམ་གྱིས་ནི་བཟུང་བ་ལ། །བྱད་པར་ཆ་ཤས་རྣམས་སྤངས་པ། །བྱད་པར་གང་ལ་རྟོགས་པ་  
ཡི། །རྒྱུན་ཡོད་དེ་ནི་རྟོགས་པར་འགྱུར། །ཞེས་པ་ལྟར་རོ། །མི་རྟོག་པའི་སྒྲིག་པ་ལ་འདྲ་བ་གཞན་  
འབྱུང་བ་ལ་སོགས་པའི་འབྱུལ་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་བེན་པས་རང་སྟོབས་ཀྱིས་ངེས་མི་ནུས་པའི་  
ཕྱིར་གཞན་ལས་ངེས་དགོས་ཏེ། གཟུགས་ཚས་མཐུན་པར་མཐོང་བ་ལས། །ཉ་ཕྱིས་ལ་དངུལ་རྣམ་  
པ་ལྟར། །གལ་ཏེ་འབྱུལ་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས། །ཡོན་ཏན་གཞན་སྦྱར་མི་བྱེད་ན། །ཞེས་བྱ་བ་དང་།  
དེ་ཕྱིར་དངོས་པོ་མཐོང་བ་ཡི། །ཡོན་ཏན་མཐའ་དག་མཐོང་བ་ཉིད། །འབྱུལ་པས་ངེས་པར་མི་



བྱེད་པས། །བསྐྱབ་པ་རབ་རྒྱ་ལྟུང་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ན། །གཉིས་པ་ངས་ན་མངོན་  
 ལུམ་དུ་འགལ་བ་ལ་བཞི་སྟེ། སྟོང་ག་ངས་པ་རྟོག་པར་བསྐྱབ་པ། ངས་པས་སྟོང་འདྲིམས་གཙོང་  
 པའི་ཚུལ། །རྗེས་སུ་སྟེས་པའི་ངས་ཤེས་སེལ་བར་འགྱུར་བ་དེ་སྟོབ་དཔོན་གྱི་དགོངས་པ་ཡིན་  
 པའོ། །དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་སྐད་ཅིག་གི་སྟོག་པ་ལ་གཞན་སེལ་འཇུག་མོད། སྟོན་པོའི་རང་བཞིན་  
 སྟོག་ངས་པ་འདི་རྟོག་པ་ཡིན་པས་མངོན་དུ་མི་རུང་ལ། རྟགས་ལ་མ་སྟོས་པས་རྗེས་དཔག་གྱང་མ་  
 ཡིན་གྱི། འགལ་ལྷུ་མ་བཅད་པས་གཞན་སེལ་དུ་འང་མི་རུང་ངོ་ཞེ་ན། སྟོན་པོའི་སྟོག་པ་ངས་པ་  
 ནི། །རྟོག་པ་ཡིན་ཕྱིར་གཞན་སེལ་ཡིན། །འབྲུལ་ནས་འཇུག་ཡུལ་རང་མཆོན་ཐོབ། །ནང་དུ་རང་  
 རིག་ཆོད་མར་འདོད། །དོན་ཆ་ཤས་སུ་མ་སྟེ་བ་མངོན་

༥༩

སུམ་གྱིས་མཐོང་ནས་དེའི་རྗེས་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་པས་སྟོན་པོའི་ཞེས་སྟོ་སྟོག་སྟེའི་ཚུལ་དུ་ཤེས་  
པ་དེ་རྟོག་པ་ཡིན་ལ་རྟོག་པ་དེས་འགལ་སྟེ་གཞན་གྱི་ཆ་ཤས་སུ་སྟོ་མ་བཏགས་པ་དེ་ཉིད་གྱིས་སྟོ་  
མིན་བཅད་པས་གཞན་སེལ་གྱི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་ཞིང་སེལ་བ་ལ་དངོས་ཡུལ་མེད་པས་འཇུག་ཡུལ་  
སྟོན་པོའི་རང་མཆོན་ཉིད་སྟོབ་ལ་ཁ་ནང་ལྟ་རང་རིག་ཡིན་པས་མ་འབྲུལ་པ་ཡིན་ནོ། །དེའང་མདོ་  
ལས། རྟོག་པ་འང་རང་རིག་ཉིད་དུ་འདོད། །དོན་ལས་མ་ཡིན་དེ་རྟོགས་ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་དང་།  
ནམ་འགྲེལ་ལས། མཐོང་བ་འགའ་ལ་འང་ཤེས་པ་གང་། །སྟེ་ཡི་དོན་ཅན་ནམ་རྟོག་པ། །གཞན་གྱིས་  
ཆ་སྟོ་མ་བཏགས་པ། །དེ་ཙམ་སེལ་བའི་སྟོད་ཡུལ་ཅན། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །གཉིས་པ་ནི།  
གང་ལ་ངེས་པ་ཡོད་པ་དེས། །སྟོ་འདོགས་བཅད་པར་ཤེས་པར་བྱ། །ངེས་པ་དང་སྟོ་འདོགས་

གཉིས་ལྷན་ཅིག་མི་གནས་པའི་འགལ་བ་ཡིན་པས་དེས་པ་ནམ་ཡོད་པ་ན་སྒྲོ་འདོགས་མེད་པ་  
 ཡིན་ཏེ། དེས་པ་དང་ནི་སྒྲོ་འདོགས་ཡིད། །གཞོད་བྱ་གཞོད་བྱེད་དོ་བོའི་ཕྱིར། །འདི་ནི་སྒྲོ་འདོགས་  
 དབེན་པ་ལ། །འཇུག་ཅེས་བྱ་བར་ཤེས་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་སོ། །གསུམ་པ་ནི་གལ་ཏེ་སྒྲོ་  
 འདོགས་ཀྱིས་དབེན་པ་ལ་འཇུག་མོད་རྗེས་སུ་སྒྲེས་པའི་དེས་ཤེས་སེལ་བའི་ཡུལ་ཅན་མ་ཡིན་ནོ།  
 ཞེ་ན། སྒྲོ་མེད་དེ་བྱེད་དང་བཞི་པ་ལས། དེས་དབེན་པ་ཉིད་སེལ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་  
 སོ། །དེས་ན་མདོན་སུམ་གྱི་རྗེས་ལ་བྱུང་བའི་དེས་ཤེས་ཀྱིས་ཁ་དོག་དེས་ལ་སྐད་ཅིག་མ་མ་དེས་  
 པའི་ཕྱིར་སེལ་བའི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་གྱི་སྐད་བའི་ཡུལ་ཅན་མ་ཡིན་ནོ། །བཞི་པ་ནི། དེས་པ་དང་ནི་སྒྲོ་  
 འདོགས་ཡིད། །གཉིས་ཀ་སེལ་བས་འཇུག་པའི་ཕྱིར། །དེ་དག་མདོན་སུམ་མ་ཡིན་ཞེས། །རིགས་  
 པ་

༥༥

མཁུན་པས་གསུངས་པ་ཡིན། །དེས་པ་དང་སྟོ་འདོགས་གཉིས་ཀྱི་འདུག་ཞུན་སེལ་གྱི་སྟོ་ནས་  
འཇུག་གི་མཛོན་སྐྱུལ་གྱིས་མི་འཇུག་གོ་ཞེས་རིགས་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཁུན་པས་གསུངས་  
སོ། །དེས་ན་མཛོན་སྐྱུལ་གྱིས་སྟོ་སྟོག་དེས་ཞེས་བརྗོད་ཀྱང་རྟོག་པས་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ་སྣང་ཡུལ་  
ལ་སྟོ་རྟོག་མི་འཇུག་པའི་ཚུལ་ལ་གསུམ་ལས་དང་པོ་སྣང་ན་དགག་སྟབས་ཅིག་ཅར་རྟོགས་པར་  
ཐལ་བ་ནི། གལ་ཏེ་སྟོ་དང་དེས་པ་ཡང་དངོས་པོ་སྣང་བས་འཇལ་ན་སྟོན་ཅི་ཡོད་ཅི་ན། སྟོ་རྟོག་  
སྣང་བས་འཇལ་ན་ནི། །དགག་སྟབས་ཅིག་ཅར་རྟོགས་པར་འགྱུར། །བུམ་པའི་བྱས་པ་དང་མི་རྟོག་  
པ་དོན་དོ་བོ་དབྱེར་མེད་ཡིན་པས། གྲུབ་ན་ཅིག་ཅར་གྲུབ་པ་དང་འགོག་ན་ཅིག་ཅར་ཁེགས་པར་  
འགྱུར་ཏེ། དོན་ལ་བྱུང་པར་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་དོན་གཅིག་གི་མིང་ཐམས་ཅད་རྣམ་

གངས་པ་ཡིན་པ་ནི། གཅིག་ལ་དུ་མར་བཏགས་ན་ཡང་། རྣམ་གངས་ཡིན་གྱི་ཐ་དད་མིན། འོན་  
ཀྱང་པར་མེད་པ་ལ་སྒྲ་དང་ངེས་པ་རི་སྙེད་ཅིག་གིས་བརྗོད་ཀྱང་དོན་དེ་ཉིད་ལས་མ་འདས་པས་  
མིང་གི་རྣམ་གངས་ཁོ་ནར་འགྱུར་གྱི། ཐ་དད་ཀྱི་མིང་དང་ཐ་སྙེད་ཐོབ་མི་སྤིང་དེ། རྣམ་འགྲེལ་  
ལས། གཞན་དུ་དངོས་པོ་གཅིག་ཕུ་ལ། སྒྲ་ལ་སྒྲོ་གཅིག་གིས་བྱབ་ན། དུལ་གཞན་མེད་པ་དེ་ཡི་  
ཕྱིར། རྣམ་གངས་པ་ནི་ཉིད་དུ་འགྱུར། ཞེས་གསུངས་སོ། །གསུམ་པ་ལྷོག་པས་འབྱེད་ན་སེལ་  
བར་འགྱུར་བ་ནི། དོན་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་ཀྱི་གཅིག་ལ་བྱས་པ་དང་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་སྒྲ་ཐ་  
དད་ཀྱིས་བརྗོད་ཀྱང་རྣམ་གངས་པར་མི་འགྱུར་ཏེ་དེ་དག་ལྷོག་པ་ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། ལྷོག་  
པས་འབྱེད་ན་སེལ་བ་ལ། དངོས་པོའི་མིང་གིས་བཏགས་པར་བྱ། འདི་ལ་སྙེད་བར་

༥༥

སྒྲོམ་པ་ལ་བྱུལ། །དོན་གཅིག་ལ་ལྡོག་པ་ཐ་དད་པས། །ཞེས་ཟེར་བ་ཉིད་གྱིས་གཞན་སེལ་དུ་གྱུབ་  
བོ། །ལྡོག་པ་ལ་སྒྲུང་བར་མིང་འདོགས་པ་ནི་རྟོག་གཏི་ཐ་སྒྲུང་མི་ཤེས་པར་བྱད་དོ། །གཉིས་པ་  
གཞན་སེལ་ལ་གསུམ་ལས་མཆོན་ཉིད་ནི། དངོས་འགལ་བཅད་ནས་འཇུག་པ་ནི། །གཞན་སེལ་  
ཡུལ་ཅན་ཡིན་པར་བཞེད། །གཉིས་པ་དེའི་རང་བཞིན་ངེས་པར་བྱ་བ་ལ་གཉིས་ཏེ། སེལ་བའི་  
རྣམ་གཞག་དང་། དེའི་རབ་རྒྱ་དབྱེ་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས་ཡུལ་གྱི་གནས་ལུགས་ནི།  
བརྟགས་སྤྱིར་སེལ་བ་དངོས་ཡུལ་མེད། །ལྱུལ་པའི་འཇུག་ཡུལ་རང་མཆོན་ཡིན། །གཞན་སེལ་  
བརྟགས་པ་ཡིན་གྱིས་དོན་ལ་མ་གྱུབ་པས་དངོས་ཀྱི་ཡུལ་མེད་ལ་ལྱུལ་ནས་འཇུག་པ་ན་ཐོབ་  
པའི་ཡུལ་རང་མཆོན་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དོན་རང་མཆོན་དེ་ཡང་བྱས་པ་དང་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་



རོན་ལ་ཐ་དད་མེད་པར་གཅིག་ཉིད་དུ་གནས། ཐ་དད་རྣམས་ཕན་ཚུན་འདྲེ་བ་མེད་པར་ཐ་དད་  
 ཉིད་དུ་གནས་སོ། །འོ་ན་དམ་བཅའ་བའི་ཕྱོགས་གཅིག་རྟགས་སུ་འགྱུར་བ་དང་། རྟགས་རྗེས་  
 འགྲོ་མེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱེ་བྲག་པས་བརྗོད་པའི་སྐྱོན་རི་ལྟར་སྤང་ཞེ་ན། འདིའི་ལན་ལ་  
 གཉིས་པ་སྒྲེའི་འཛིན་སྟངས་ཤེས་དགོས་པ་དེ་བཤད་ན། རང་མཚན་གཅིག་དང་ཐ་དད་  
 ལ། །ཞེས་བའི་འཛིན་སྟངས་སུ་བཞི་སྟེད། །དོན་རང་མཚན་དེ་ལྟར་གནས་ཀྱང་རྟོག་པས་སྒྲོ་  
 བརྟགས་ནས། གཅིག་ལ་ཐ་དད་དང་། ཐ་དད་ལ་གཅིག་དང་། གཅིག་ལ་གཅིག་དང་། ཐ་དད་ལ་  
 ཐ་དད་དུ་འཛིན་པ་སྟེ་མུ་བཞི་སྟེད་པ་ལས། གཅིག་ལ་གཅིག་དང་ཐ་དད་ལ་ཐ་དད་ནི་གོ་སྒྲུ་ལ་  
 བསྒྲོག་པ་གཉིས་པོ་བཤད་དོ། །དེ་དག་ལ་གསུམ་གསུམ་ལས་དང་པོ་ཐ་དད་ལ་གཅིག་ཏུ་སྒྲོ་  
 འདོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། བྱས་དང་མཚན་ཉིད་གཅིག་

༥༥

པ་ལ། །ཅ་རྟན་དང་ཤ་པ་ལ་སོགས་པ་ཡལ་ག་དང་ལྟན་པ་དང་། དཀར་ཟལ་ལ་སོགས་པ་ཅོག་ལ་  
སོགས་པ་དང་ལྟན་པར་མཆན་ཉིད་གཅིག་པ་དང་། མེས་སྒྲིག་པ་དང་རྩལ་འཕྲུལ་པ་ལ་སོགས་  
པར་འབྲས་བུ་གཅིག་པར་ཉིད་གཅིག་ཏུ་འབྲུལ་པའི་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཕྱིར་གང་དང་གང་ལས་  
དོན། །སྒྲིག་པ་དེ་ཡི་རྒྱ་ཅན་གྱི། །རིགས་དབྱེ་ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །གཉིས་པ་སྒྲོ་འདོགས་པའི་  
སྒྲོའི་རྣམ་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། ཐ་དང་ལ་གཅིག་ཏུ་འབྲུལ་ཚུལ་དང་། དེ་ལ་མི་འབྲད་པ་སྤང་  
བའོ། །དང་པོ་ནི། བག་ཆགས་སྟོབས་ཀྱིས་གཅིག་ཏུ་འབྲུལ། །ཡལ་ག་དང་ཅོག་དང་སྒྲིག་པ་དང་  
འཕྲུལ་པ་ལ་སོགས་པ་གཞན་སེལ་གཅིག་པའི་ཡུལ་རྣམས་ལ། ཐོག་མ་མེད་པའི་བག་ཆགས་ཀྱིས་  
འབྲུལ་ནས་སྒྲིག་ཅིག་ཏུ་བཟུང་བ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། ཐ་དང་དངོས་རྣམས་ལ་བརྟེན་

ནས། །དོན་གཅིག་རྟུ་ནི་སྒྲུང་བའི་སྟོ། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། དངོས་རྣམས་ངོ་བོ་འགའ་ཞིག་གིས། །ཐ་  
 དད་མིན་པ་ལྟ་བུར་སྒྲུང་། །དེ་ལ་བསམ་པའི་དབང་གིས་ན། །སྤྱི་ཡོད་པར་ནི་རབ་རྟུ་བསྒྲགས། །དེ་  
 ཡིས་རི་ལྟར་རྒྱན་བརྟག་པ། །དེ་ནི་དམ་པའི་དོན་དུ་མེད། །གསལ་བ་རྣམས་ནི་རྗེས་མི་འགྲོ། །རྗེས་  
 འགྲོ་གཞན་ནི་སྒྲུང་བ་མེད། །ཅེས་གསུངས་པས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། ཐ་དད་མཚུངས་ལ་འབྲས་བུའི་  
 སྟོ། །གཅིག་དང་ཐ་དད་འགལ་ཞེ་ན། །འོ་ན་དོན་ཐ་དད་པར་མཚུངས་པ་ལ་དཀར་ཟལ་དང་ནག་  
 ལྷུང་ལ་གཅིག་གི་སྟོ་སྟེ་ལ། །རྟ་དང་བ་ལང་ལ་གཅིག་གི་སྟོ་མི་སྟེ་བ་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། །རྣམ་ཤེས་དང་  
 ནི་སྒྲུན་བཞིན་དུ། །ཐ་དད་ཡིན་ཡང་བྱུང་པར་ཡོད། །ཡུལ་དང་དབང་པོ་དང་སྒྲུང་བ་དང་ཡིད་ལ་  
 བྱུང་པ་ཐ་དད་ཡིན་ཡང་རྣམ་ཤེས་གཅིག་སྟེད་པ་མི་འགལ་བ་དང་། །སྒྲུན་ཐ་དད་པར་མཚུངས་

༥༥

ཀྱང་སྒྲེ་རྟེས་དང་པའ་ཏ་ལ་སོགས་པས་རིམས་ལ་སོགས་པ་ཞི་བར་བྱེད་ལ་ཞོ་དང་ག་གོན་ལ་  
སོགས་པས་ཞི་མི་རྒྱས་པ་བཞིན་དུ་གསལ་བ་ཐ་དད་དུ་བྱེད་པར་མེད་ཀྱང་དཀར་ཟལ་ནག་སྒྱུར་  
ལ་སོགས་པས་བ་ལང་གི་སྤྱི་ལོ་སྒོ་གཅིག་སྒྱེད་ལ་རྟ་དང་ཤིང་ལ་སོགས་པས་མི་སྒྱེད་པ་མི་འགལ་  
ཏེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། གཅིག་རྟོགས་དོན་ཤེས་ལ་སོགས་པ། །དོན་གཅིག་བསྐྱབ་ལ་འགའ་ཞིག་  
ནི། །ཐ་དད་ཡིན་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས། །ངེས་ཏེ་དབང་པོ་ལ་སོགས་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་དང་།  
དཔེར་སྤྲོད་ཁ་ཅིག་ཐ་དད་ཀྱང་། །རྟོན་ཅིག་པའམ་སོ་སོ་ཡི། །རིམས་ལ་སོགས་པ་ཞི་བྱེད་  
པར། །མཐོང་གི་གཞན་གྱིས་མ་ཡིན་བཞིན། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །གསུམ་པ་དགོས་པ་ནི། ཐ་  
དད་རྣམས་ལ་དགག་སྐྱབ་ཀྱི། །བྱ་བ་ཕྱོགས་གཅིག་རྟོགས་པར་འགྱུར། །ཡུལ་དུས་རྣམ་པ་ཐ་དད་

གྱི་ཤིང་དང་བ་ལང་དང་མེ་ལ་སོགས་པ་ཐ་དང་རྣམས་ལ་སྤྱི་གཅིག་ཏུ་གོ་ནས་དགག་སྐྱབ་ཕྱོགས་  
 གཅིག་ཏུ་རྟོགས་པ་ཉིད་དགོས་པ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་ངེས་ལས། དེའི་བྱང་པར་གྱིས་རྟོགས་འགྱུར་བ་  
 དག་རབ་ཏུ་བྱེད་ཅེས་གསུངས་པ་སྟར་རོ། །གཉིས་པ་གཅིག་ལ་ཐ་དང་དུ་སྒྲོ་འདོགས་པ་ལ་འང་  
 གསུམ་ལས། དང་པོ་སྒྲོ་འདོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། གཞན་སེལ་སྤྱོད་ཡུལ་ཐ་དང་པས། །གཅིག་  
 ལ་འང་སྒྲོག་པ་ཐ་དང་དུ། །སྒྲུའི་བྱས་པ་དང་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་དོན་ལ་ཐ་དང་མེད་མོད་ཀྱི།  
 བདེ་བར་གཤེགས་པས་ཡུང་པོ་ཐ་དང་དུ་གསུངས་པ་དང་། རིགས་པ་སྐྱབས་ཆོས་ཅན་དང་  
 བསྐྱབ་བྱ་དང་གཏན་ཆེགས་ཐ་དང་དུ་སྤྱོད་བ་ནི་ལོག་པ་ཐ་དང་ལས་སྒྲོག་པའི་སྒྲོ་ནས་སྒྲོས་ཐ་དང་  
 དུ་སྒྲོ་གདགས་སུ་རུང་བ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། མིང་དོན་གང་ལྟན་པན་ཚུན་དུ། །ཐ་དང་པ་འདི་ས་བོན་  
 ཡིན། །ཞེས་གསུངས་

༥༩

པས་སོ། །གཉིས་པ་སྒྲོ་འདྲགས་པའི་སྒྲོའི་རྣམ་པ་ནི། སྒྲོ་དོན་རྟོག་པའི་འཇུག་ཚུལ་ལྟར། །དོན་ལ་  
ཐ་དད་ཉིད་དུ་ཞེན། །གཞན་སེལ་ལ་བརྟེན་ཏེ་སྒྲོ་ལ་ཐ་དད་དུ་སྒྲུང་བ་ལྟར་དོན་ལ་འང་ཐ་དད་  
ཉིད་དུ་སྒྲོ་བཏགས་ནས་ཞེན་པར་བྱེད་དེ། དེས་ན་བྱུང་པར་གང་ཞིག་ཆོས། །གང་གིས་གོ་བར་  
འགྱུར་བ་དེ། །དེ་ལས་གཞན་གྱིས་རྣམ་མ་ཡིན། །དེས་ན་ཐ་དད་རྣམ་པར་གནས། །ཞེས་གསུངས་  
པ་ལྟར་རོ། །གསུམ་པ་ཐ་དད་སྒྲོ་བཏགས་པའི་དགོས་པ་ཡང་། གཅིག་ལ་གཅིག་རྟུ་མ་རྟོགས་  
པ། །རྟོགས་པར་བྱེད་ཕྱིར་རྣམ་པར་སྤྱེ། །དོ་བོ་གཅིག་ཉིད་དེ་ལྟར་མ་ཤེས་པ་རྣམས་ལ་གཞན་  
སེལ་གྱི་སྒྲོ་ནས་སྒྲུ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལྟོག་པ་དང་། མི་རྟག་པ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལྟོག་པ་དང་། མ་བྱས་  
པ་ལས་ལྟོག་པའི་སྒྲོ་ནས་ཐ་དད་དུ་སྤྱེ་སྤྱེ། །དོན་ལ་གཅིག་རྟུ་བསྐྱབས་པས་སྒྲོ་ཉིད་མི་རྟག་པ་ལ་



སོགས་པར་གོ་བར་བྱེད་དེ། ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་རྣམས་གཞག་དང་། གཞི་དང་གཞི་དང་མིན་ཅི་  
 ལང་། དེ་ཉིད་དོན་ནི་མ་བརྟགས་པར། འཛིན་ཏེན་རི་ལྟར་གྲགས་དེ་ལ། དེ་བཞིན་ཁོ་ནར་  
 བརྟེན་ནས་ནི། བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་པ་ཀུན་གཞག་པ། དམ་པའི་དོན་ལ་གཞག་བྱའི་བྱེད་པ། མཁས་པ་  
 རྣམས་ཀྱིས་བྱས་པ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པས་སོ། འདི་དག་གི་དངོས་ལ་གཞི་བྱེད་བྱེད་ཆད་མ་  
 རི། སྤྱི་དང་ཕྱོག་པ་གཞི་དང་དོན་ལ་འགོག་པའི་རིགས་པ་བཞིན་ཤེས་པར་བྱའོ། གཉིས་པ་གཞན་  
 སེལ་གྱི་རབ་རྒྱ་དབྱེ་བ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་དབྱེ་བ་དངོས་ནི། ཡོད་དང་མེད་པར་འཛིན་པ་  
 ཡི། སྒྲོ་ནས་གཞན་སེལ་རྣམས་པ་གཉིས། བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་པ་དང་དགག་བྱ་འགོག་པའི་ཚུལ་གྱིས་  
 ཡོད་པ་གཞན་སེལ་དང་། མེད་པ་གཞན་སེལ་གཉིས་དང་། སྤྱི་དང་སྤྱི་ཡི་

༩༩

དབྱེ་བ་ཡིས། །ཡོད་མེད་དེ་ཡང་གཉིས་གཉིས་ཡིན། །སྒྲིའི་གཞན་སེལ་དང་སྒྲོའི་གཞན་སེལ་  
གཉིས་གྲིས་ཕྱེ་བས་བཞིར་འགྱུར་ཏེ། ཡོད་པ་སྒྲིའི་གཞན་སེལ་དང་། ཡོད་པ་སྒྲོའི་གཞན་སེལ་བ་  
གཉིས་དང་། མེད་པ་སྒྲིའི་གཞན་སེལ་དང་། མེད་པ་སྒྲོའི་གཞན་སེལ་གཉིས་གཉིས་བཞིར་འགྱུར་  
ཅོ། །དེའང་རྣམ་འགྲེལ་ལས། ཆ་ཤས་སྒྲོ་འདོགས་ཇི་སྟེད་པ། །དེ་བསལ་ཕྱིར་ན་དེས་པ་དང་། །སྒྲི་  
ཡང་དེ་སྟེད་ཁོ་ན་དེས། །དེ་དག་སྒྲིའི་ཡུལ་ཐ་དང་ཅན། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །གཉིས་པ་དོན་  
ལ་གཞན་སེལ་དགག་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། དོན་ལ་གཞན་སེལ་མི་འཐད་པའི་ཚུལ་དང་། དེའི་རྒྱ་  
མཚན་ནོ། །དང་པོ་ནི། གཞན་སེལ་སྒྲོ་ཡི་འཇུག་ཚུལ་ཡིན། །བཅས་པོའི་དོན་ལག་གཞན་སེལ་  
མེད། །འགའ་ཞིག་དོན་གྱི་གཞན་སེལ་ཞེས་ཡུལ་བཅས་པོ་ཉིད་ལ་གཞན་སེལ་དུ་འདོད་པ་ནི་

ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པ་འི་དགོངས་པ་ལོག་པ་དང་སྒྲིག་པ་མ་ཕྱེ་བར་ཟད་དོ། །གཉིས་པ་དེའི་རྒྱ་མཚན་  
 ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ། སེལ་བ་སྒྲུང་བར་འགྱུར་བ་ནི། །དོན་གྱི་གཞན་སེལ་རང་མཚན་  
 ཕྱིར། །སྒྲུང་ཡུལ་འགྱུར་གྱི་སེལ་བ་ཉམས། །དོན་ལ་གཞན་སེལ་ཡོད་ན་དོན་རང་གི་མཚན་ཉིད་  
 ཡིན་པས་སྒྲུང་ཡུལ་དུ་གྱུར་ལ་འདོད་ན་སེལ་བ་ཡིན་པ་ཉམས་སོ། །གཉིས་པ་སྒྲུང་བ་ལ་མཚུངས་  
 པ་ནི། སྒྲུང་བ་འདྲ་དོན་ལ་ཡོད་པར་མཚུངས། །འདོད་ན་ལོང་བ་རྒྱན་ཆད་འགྱུར། །སེལ་བ་དོན་ལ་  
 ཡོད་ན་སྒྲུང་བ་ཡང་དོན་ལ་ཡོད་པར་བསྐྱེའོ། །འདོད་ན་དོན་ཐམས་ཅད་སྒྲུང་བ་ཡིན་པས་ལོང་བ་  
 རྒྱན་ཆད་པར་འགྱུར་རོ། །སྒྲུང་བ་རྟོག་མེད་ཀྱི་འཛིན་སྟངས་ཡིན་པས་དོན་ལ་མེད་དོ་ཞེ་ན། སེལ་  
 བ་འདྲ་རྟོག་པ་འི་འཛིན་སྟངས་ཡིན་པས་དོན་ལ་མེད་དོ། །གལ་ཏེ་སེལ་བ་དོན་ལ་ཡོད་ན་ཡོད་པ་འི་  
 མཚན་ཉིད་དོན་གྱི་

༩༩

རྒྱས་པ་ཡིན་པས་དངོས་པོར་འགྱུར་རྟེན། །དངོས་མེད་ལ་ཡོད་པའི་མེད་འདོགས་ན་གཟུགས་ཅན་  
ལ་ནམ་མཁའ་ཡོད་ཅེས་མཚུངས་པར་འགྱུར་ཞིང་། དེ་ཉླ་ན་ཡོད་མེད་གྱི་ཐ་སྙད་ཐམས་ཅད་  
འཆོལ་བར་འགྱུར་རྟེན། །དེས་ན་གཞན་སེལ་ཐམས་ཅད་སྟོའི་འཇུག་ཚུལ་སྒྲ་དང་རྣམ་པར་རྟོག་  
པའི་བྱེད་པ་ཕན་ཚུན་བསྐྱེད་བ་དང་འབྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། དོན་རྣམས་ནི་རང་གི་ངོ་བོ་ཇི་ཉླར་  
ཡོད་པ་ཉླར་གནས་པའི་ཕྱིར་སེལ་བའི་བརྟེན་མེད་དོ། །གསུམ་པ་སོ་སོའི་རྣམ་གཞག་ལ་གཉིས་  
ལས། དང་པོ་ཡོད་པའི་སྒྲ་དང་སྟོ་གཉིས་འཇུག་ཚུལ་གཅིག་པས་སྟོགས་གཅིག་རྒྱ་བརྗོད་ན་  
གཉིས་ལས། མཚན་ཉིད་དང་། དབྱེ་བ་དང་། སོ་སོའི་དོན་རྟོ། །དང་པོ་ནི། དངོས་པོའི་གཞན་སེལ་  
དངོས་མེད་གཅོད། །དངོས་པོའི་གཞན་སེལ་གྱི་མཚན་ཉིད་ནི་དོན་བྱེད་མི་རྒྱས་པ་གཅོད་

པའོ། །དེས་ན་ཡོད་པའི་སྒྲ་དང་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་རྣམ་གཅིད་ཀྱི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་  
 མོ། །གཉིས་པ་ནི། སྒྲ་བ་དང་ནི་མི་སྒྲ་བའི། །ཡུལ་གྱི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་ན་གཉིས། །ཡོད་པའི་གཞན་  
 སེལ་ལ་དབྱེ་ན་གཉིས་ཏེ། མངོན་གྱུར་ལ་དེས་པ་དང་སྒྲོག་གྱུར་ལ་དེས་པའོ། །དང་པོ་ནི། རང་གི་  
 མཆོན་ཉིད་སྒྲ་བ་ལ། རྗེས་ཀྱི་དེས་ཤེས་རི་སྟོད་པ། །སྒྲ་དང་རྟོག་པས་སྤྱེ་བས་ན། །སེལ་བ་ཆ་ཡི་  
 ཡུལ་དུ་འགྱུར། །དབང་པོའི་ཤེས་པས་བྱམ་པའི་རང་མཆོན་མཐོང་བ་མངོན་སྤྱུང་ཡིན་ལ། དེ་ལ་  
 སྤྱོད་པོ་དང་སྤྱོད་མ་ཡིན་དང་རྟག་མི་རྟག་ལ་སོགས་པར་མིང་བཏགས་ཤིང་རྟོག་པས་ཡིན་པ་དང་  
 མ་ཡིན་པར་དེས་པར་བྱེད་ན་གཞན་སེལ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། མཐོང་བ་འགལ་ལ་ཡང་ཤེས་པ་གང་། །སྤྱི་  
 ཡི་དོན་ཅན་རྣམ་རྟོག་པ། །གཞན་གྱི་ཆ་སྒྲོ་མ་བཏགས་པ། །དེ་

༥༥

ཅམ་སེལ་བའི་སྒྱུད་ཡུལ་ཅན། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །སྒྲུང་བ་དང་སེལ་བ་གཉིས་ཐོག་མ་མེད་  
པའི་བག་ཆགས་ཀྱིས་གཅིག་རྒྱ་བསྐྱེད་པ་ཡིན་པས་མུ་སྟེགས་བྱེད་དབང་ཤེས་ལ་རྟོག་པའི་ལོག་  
རྟོག་འབྱུང་བའང་དེ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་སྟོག་གྱུར་ལ་ངེས་པའི་གཞན་སེལ་ལ་གཉིས་ལས་མཆན་  
ཉིད་ནི། རང་གི་མཆན་ཉིད་མི་སྒྲུང་བ། །རྟགས་ལ་སྟོས་པའམ་མི་སྟོས་གྱུར། །སྒྲུང་དང་རྟོག་པའི་  
ཡུལ་ཡིན་པས། །ངེས་པ་དེ་ཡང་གཞན་སེལ་ཡིན། །རང་གི་མཆན་ཉིད་མི་སྒྲུང་བ་སྒྲུང་རྟོག་གིས་ངེས་  
པའོ། །གཉིས་པ་དབྱེ་ན། བདེན་དང་མི་བདེན་མཐའ་གཉིས་པ། །རྟོག་པའི་འཇུག་པ་རྣམ་པ་  
གསུམ། །བདེན་པ་ལ་འཇུག་པ་རྗེས་དཔག་གི་གཞན་སེལ་དང་། །རྟོག་པ་ལ་འཇུག་པ་ལོག་ཤེས་ཀྱི་  
གཞན་སེལ་དང་གཉིས་ཀར་དོགས་པ་ཐེ་ཚོམ་གྱི་གཞན་སེལ་སོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་ལས། རང་གི་



འཐད་པ་བརྗོད་ན་རྗེས་སྤྱད་པ་ལ་ཕྱི་ཆོས་གསུམ་ཀ་གཞན་སེལ་ཡིན་ཏེ། དགག་སྐྱབ་རྟོག་པས་  
 གློ་བཟགས་ནས་དོན་ལ་སྦྱར་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་གཞན་གྱིས་བཟག་པ་དགག་ན། བོད་འགའ་  
 ཞིག་སྤྱད་མི་ཟག་པ་དང་བྱས་པ་གསུམ་ཀ་རྗེས་ཡིན་པས་སྤྱི་རྗེས་ཆོས་ཅན་ལ་སོགས་པར་  
 འདོད་དོ། །འདི་མི་འཐད་དེ། རྗེས་ལ་གྲུབ་མ་གྲུབ་ཆ་གཉིས་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་སྐད་དུ་འད་  
 དེ་ཕྱིར་དངོས་དངོས་མེད་རྟོག་ཅན། བྱི་རོལ་རྟོག་མིན་སྤྱད་དོན་ལ། །བརྟོག་ནས་འདིར་ནི་སྐྱབ་པ་  
 དང་། །དགག་པ་ཐམས་ཅད་འདོད་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །གསུམ་པ་བཀག་པ་ལ་མི་  
 འཐད་པ་སྤྱད་བ་ནི། རོ་ན་སྤྱད་དོན་སྤྱོད་པ་ཡིན་ལ་དེ་དངོས་མེད་ཡིན་པས་དོན་ལ་མི་གནས་པ་ལ་  
 དགག་སྐྱབ་བྱས་པས་དོན་རང་མཆོན་ལ་དགག་སྐྱབ་བྱས་

༥༥

པར་མི་འགྱུར་ཏེ། དེ་དང་རང་མཚན་ལ་འབྲེལ་པ་གཉིས་ཀ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ་སྒྲ་  
དོན་ལ་རང་མཚན་དུ་ཞེན་པ་ལ་དགག་སྒྲུབ་བྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་དང་པོ་བརྟེན་པ་  
ནའང་དོན་རང་མཚན་དང་སྒྲ་དོན་སོ་སོར་མ་ཕྱེ་བར་བྱེད་ལ། ཕྱིས་ཐ་སྙད་སྒྲུབ་བ་ནའང་མ་ཕྱེ་  
བར་འཇུག་པའི་ཕྱིར་རོ། །སོ་སོར་མི་འབྱེད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་ཐོག་མ་མེད་པའི་བག་ཆགས་ཀྱིས་  
གཅིག་རྒྱ་འབྲུལ་པ་ཡིན་ཏེ། འབྲུལ་པས་དངོས་པོ་གཅིག་ཉྟར་ཉྟག །ཅིས་གསུངས་པ་ཉྟར་རོ། །འོ་  
ན་འཆད་པ་ནའང་ཅི་ཉྟེ་གཅིག་རྒྱ་མི་བྱེད་ཅེ་ན། འཆད་པ་པོ་དང་ཐ་སྙད་སྒྲུབ་བ་གཉིས་ཐ་དང་  
པར་གསུངས་ཏེ། འཆད་པས་རྣམ་པར་འབྱེད་ལ་ཐ་སྙད་ལ་འཇུག་པ་ན་འབྲུལ་ནས་འཇུག་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་ལོག་ཤེས་ཀྱི་གཞན་སེལ་ནི་བདེན་པ་གཙོད་པའི་སྒྲ་དང་རྣམ་པར་ཉྟག་པས་

དེས་པ་ཐམས་ཅད་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ་ཐེ་ཚོམ་ཡང་རྟོག་པ་ཡིན་པས་སེལ་བའི་སྒོ་ནས་གཉིས་  
 ཀར་དོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་མེད་པ་གཞན་སེལ་གྱི་སྒྲ་དང་སྒོ་གཉིས་འཇུག་ཚུལ་གཅིག་  
 པས་ཕྱོགས་གཅིག་རྟུ་བརྗོད་ན། གསུམ་ལས་དང་པོ་མཆོན་ཉིད་ནི། མེད་པ་གཞན་སེལ་ཡོད་པ་  
 གཙོད། །དེའི་མཆོན་ཉིད་ནི་དོན་བྱེད་རྣམས་པ་གཙོད་པ་ཞེས་བྱ་བའོ། །གཉིས་པ་དབྱེ་ན། དགག་  
 བྱ་ཡོད་དང་མེད་པ་ཡི། །སྒོ་ནས་སེལ་བ་རྣམས་པ་གཉིས། །སེལ་བ་ལ་ངོ་བོ་གྲུབ་པ་མེད་པས་བསལ་  
 བྱའི་སྒོ་ནས་དབྱེ་ན་གཉིས་ཏེ། བསལ་བྱ་ཤེས་བྱ་ལ་ཡོད་པ་བུམ་མེད་ལ་སོགས་པ་དང་། ཤེས་བྱ་  
 ལ་མེད་པ་རི་བོང་གི་རྣམས་མེད་དང་རྟོག་པའི་དངོས་མེད་ལ་སོགས་པ་འོ། །གསུམ་པ་དངོས་མེད་སྒྲ་  
 ཡུལ་མ་ཡིན་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྒྲ་ཡུལ་དུ་མི་རུང་བའི་འཐད་པ་དང་།

༩༥

དེ་ལ་མི་འབྲུག་པ་སྤང་བ་ལོ། །དང་པོ་ནི། དངོས་མེད་ངོ་བོ་ཡོད་མེན་པ་ས། །ངོ་བོ་མེད་པ་ས་ཤེས་བྱ་  
མེན། །དེས་ན་དངོས་པོ་བསལ་བ་ལ། །དངོས་མེད་ཅེས་ནི་བཏགས་པར་བྱད། །དངོས་མེད་ལ་  
རང་གི་ངོ་བོ་གྲུབ་པ་མེད་པ་ས་སྤང་བའི་སྒོ་ནས་ཤེས་བྱར་མི་འགྱུར་རོ། །འོན་ཀྱང་དངོས་པོ་  
བསལ་བ་ཙམ་ལ་དངོས་མེད་ཅེས་རྟོག་པ་ས་བཟུང་ཞིང་སྤྲས་བརྗོད་པར་བྱད་དེ། བྱམ་པ་བསལ་  
བ་ལ་བྱམ་མེད་དང་། རི་བོང་གི་མགོར་འབྲགས་པར་རྒྱས་པའི་དངོས་པོ་བསལ་བ་ལ་རྒྱ་མེད་  
དང་། བྱི་རོལ་ན་གཟུགས་ཀྱི་གོ་བསལ་བ་ལ་ནམ་མཁའ་ཞེས་གཞན་སེལ་གྱི་སྒོ་ནས་འདོགས་པ་  
མ་གཏོགས་པ་དེ་དག་ལ་ངོ་བོ་གྲུབ་པ་ཅི་ཡང་མེད་དོ། །གཉིས་པ་ལ་བཞི་ལས། དང་པོ་དངོས་པོ་  
དང་མཚུངས་པ་སྤང་བ་ནི། གལ་ཏེ་དེ་དག་ལ་དངོས་པོའི་ངོ་བོ་མ་གྲུབ་ཀྱང་དངོས་མེད་རང་གི་ངོ་

བོར་གྲུབ་པས་ཅིར་ཡང་མ་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དངོས་པོའི་ངོ་བོ་མ་གྲུབ་པས་མ་གྲུབ་པར་འགྱུར་  
 ན། འོ་ན་དངོས་པོ་ལ་འང་དངོས་མེད་ཀྱི་ངོ་བོ་མ་གྲུབ་པས་ངོ་བོ་མ་གྲུབ་པར་འགྱུར་རོ་སྟུང་ན།  
 དངོས་པོ་རྒྱ་ལས་གྲུབ་པ་ནི། །དངོས་པོ་མེད་ལ་སྟོས་མི་དགོས། །དངོས་མེད་རྒྱ་ཡིས་མ་བསྐྱེད་  
 པས། །དངོས་པོ་བཀག་ནས་སྟོ་ངོར་བསྐྱབ། །དངོས་པོ་ནི་རང་གི་རྒྱ་ལས་གྲུབ་པས་དངོས་མེད་  
 བཀག་པ་ལ་མི་སྟོས་པར་རྟོགས་མེད་ཀྱི་ངོར་སྒྲུང་བས་གྲུབ་ཅིང་། རྟོག་པའི་ངོར་སེལ་བས་བསྐྱབ་  
 ལ། དངོས་མེད་རྒྱ་ལས་མ་སྐྱེས་པས་ངོ་བོ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། སྒྲུང་བས་མི་འགྲུབ་ཅིང་དངོས་པོ་  
 བཀག་ནས་སེལ་བས་བསྐྱབ་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ཆད་མ་དང་འགལ་བ་སྒྲུང་བ་ནི། རི་བོང་རྩ་  
 སོགས་མེད་མེད་ཀྱི། །འདུས་མ་བྱས་དང་འབྲུལ་ཡུལ་གཉིས། །དེར་སྒྲུང་བ་ཡི་སྟོབས་ཉིད་  
 ལས། །དེ་ཡུལ་ཡོད་པར་གྲུབ་ཅེ་ན། །རི་བོང་གི་རྩ་

༩༥

དང་མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་ལ་སོགས་པ་དོ་བོ་མེད་མོད། རྣམ་མཁའ་དང་ཟླ་གཉིས་དང་དོན་སྦྱི་ལ་སོགས་  
པ་དེ་འཛིན་སྦྱང་བའི་ཤུགས་ལ་རྟོགས་པས་དོན་ལ་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེར་སྒྲུང་བ་དེ་  
ཤེས་པ་ཡིན། །སྦྱིར་འདོད་ཚད་མས་གཞལ་མི་རུས། །དེས་ན་འདུས་མ་བྱས་གསུམ་དང་། །འབྲུལ་  
ཡུལ་གཉིས་ལ་ཚད་མ་མེད། །རྣམ་མཁའ་དང་སོ་སོར་བརྟག་པ་དང་བརྟག་མིན་གྱི་འགོག་པ་སྟེ།  
འདུས་མ་བྱས་པ་གསུམ་པོ་འང་འདུས་བྱས་བཀག་པའི་སྒྲོ་ནས་ཡུལ་དུ་བྱེད་པ་ནི་རྟོག་པ་ཡིན་  
པས་གཞན་སེལ་ལས་མ་འདས་ཤིང་། མེད་པ་གསལ་བ་དང་དོན་སྦྱི་སྟེ་རྟོག་མེད་དང་རྟོག་པ་  
འབྲུལ་པ་གཉིས་ལས་སྒྲུང་བའང་གསལ་བའི་ཆ་ནི་ཤེས་པ་ཉིད་ཡིན་ལ། བྱི་རོལ་དུ་བཟུང་བ་ནི་  
སྒྲོ་བརྟགས་པ་ཡིན་པས་ཅི་ཡང་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཤད་ཟིན་ཏོ། །གསུམ་པ་གྲགས་པ་



དང་འགལ་བ་སྤང་བ་ནི། རྣམ་མཁའ་མེད་ན་འཇིག་རྟེན་དང་། །བསྟན་བཅོས་གཉིས་དང་འགལ་  
ཞེ་ན། །གལ་ཏེ་རྣམ་མཁའ་མེད་ན་རྣམ་མཁའ་སྤང་ཙམ་དང་རྣམ་མཁའ་ལ་དཔེར་བརྗོད་པ་  
ཐམས་ཅད་མི་སྤིད་པར་འགྱུར་རོ་སྟམ་ན། རང་མཚན་མེད་ཕྱིར་མངོན་སུམ་མིན། །འབྲེལ་པ་མེད་  
ཕྱིར་རྗེས་དཔག་མེད། །དེས་ན་རྣམ་མཁའ་ཡོད་དོ་ཞེས། །སྤྱབ་པར་བྱེད་ལ་ཆད་མ་མེད། །འདུས་  
མ་བྱས་རྣམ་མཁའ་ཞེས་གྲགས་པ་དེ་ཆད་མས་མི་འགྱུར་བོ། །གལ་ཏེ་གྲུབ་ན་རང་རིག་གིས་གྲུབ་  
ན་རྣམ་མཁའ་ཤེས་པར་འགྱུར་ལ། དོན་རིག་མིག་ལ་སོགས་པས་གྲུབ་ན་རྣམ་མཁའ་གཟུགས་ལ་  
སོགས་པར་འགྱུར་དགོས་སོ། །རྗེས་དཔག་གིས་ཀྱང་མི་འགྱུར་སྟེ་རྣམ་མཁའ་དང་ཆོས་གང་ཡང་  
བདག་གཅིག་པ་དང་དེ་ལས་བྱུང་བའི་འབྲེལ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོ་ན་རྣམ་མཁའ་སྟོན་པོར་  
སྤང་བ་དང་

༥༥

ཁང་པ་དང་བུམ་པ་ལ་སོགས་པའི་ནང་གི་བུ་ག་ན་ནམ་མཁའ་སྒྲུང་བ་འདི་དག་མངོན་སྲུང་གིས་  
མཐོང་དོ་སྒྲུལ་ན། སྡོན་པོར་སྒྲུང་བ་ཁ་དོག་ཡིན། །བུ་ག་གཟུགས་མ་མཐོང་བ་ཡིན། །དེས་ན་རྒྱན་  
དང་བུ་ག་ཡི། །ནམ་མཁའ་ནམ་མཁའི་སྒྲུབ་བྱེད་མིན། །རྒྱན་ནམ་མཁའ་སྡོན་པོར་སྒྲུང་བ་ནི་རི་  
རབ་ལ་སོགས་པའི་འོད་ལ་སྡོན་པོར་མཐོང་བ་ཡིན་པས་སྡོན་པོའི་རྒྱལ་གྱི་ཁ་དོག་གཟུགས་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར་ནམ་མཁའ་མི་རུང་དོ། །ཁང་པ་དང་བུམ་པའི་ནང་གི་བུ་ག་ནམ་མཁའ་དེའང་བྱེད་དང་  
རྣམས་ལ་སོགས་པའི་ཐོགས་བཅས་ཀྱི་གཟུགས་ཀྱི་གོ་སྟེ་བ་ཙམ་ལ་ནམ་མཁའ་རྣོམ་པར་བྱེད་ཀྱི་  
ནམ་མཁའ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་གང་དུའང་གྲུབ་པ་མེད་དོ། །གྲུབ་ན་རྒྱར་གྱི་སྡོན་ལས་མི་  
འདའོ། །དེས་ན་ནམ་མཁའ་གཞན་སེལ་གྱིས་བཟུང་བ་མ་གཏོགས་པ་དོ་བོས་གྲུབ་པ་གང་ཡང་

མེད་དོ། །དེ་ཉིད་རྣམ་འགྲེལ་ལས། དངོས་མེད་དོ་བོ་མེད་པའི་ཕྱིར། །དོ་བོ་བརྗོད་པ་དཔྱད་བྱ་  
 ཉིད། །མ་ཡིན་སྐྱ་ནི་དེ་དག་ཉིད། །རྣམ་གཅོད་བརྗོད་པར་བྱེད་པར་གྱུ་བ། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
 རོ། །བཞི་པ་ལྷ་དང་དང་འགལ་བ་སྤང་བ་ནི། འདུས་མ་བྱས་རྣམས་མ་གྱུ་བ་ན། །རྟག་པར་བཤད་པ་  
 འགལ་ཞེ་ན། །གལ་ཏེ་འདུས་མ་བྱས་རྣམས་དོ་བོས་མ་གྱུ་བ་ན་ཤེས་བྱ་ལ་འདུས་བྱས་མ་བྱས་དང་  
 རྟག་མི་རྟག་དངོས་འགལ་ཡིན་པས་འདུས་མ་བྱས་རྟག་དགོས་ལ། ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པས་ཀྱང་རྟག་  
 པའི་དཔེ་རྣམ་མཁའ་ལ་མཛད་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། ལྷ་སྟེགས་བྱེད་དང་ཉན་ཐོས་ཀྱི། །རྟག་སྐྱ་  
 གཉིས་པོ་རྟག་པར་འདོད། །ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པ་མི་རྟག་པ། །ལོག་ལ་རྟག་པའི་བྱ་སྤྱད་འདོགས། །བྱེ་  
 བྲག་ལ་སོགས་པའི་ལྷ་སྟེགས་འགའ་དང་། བྱེ་བྲག་རྩ་སྐྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཉན་ཐོས་འགའ་ཞིག་  
 ཆོས་བམས་ཅད་རྣམས་སྐྱ་གྱུ་བ་པའི་ཕྱིར་རྣམ་མཁའ་རྟག་པའི་རྣམས་སྐྱ་

༥༥

འདོད་དེ། ལྟོང་ཕྱག་ཕྱེད་དང་བཞི་པ་ལས། རྣམ་མཁའ་ལ་སོགས་པ་རྟག་པ་དག་ཏུ་འདོད་པ་  
དག་གི་རྟོག་པ་གང་ཡིན་པ་དེའང་དེའི་རང་བཞིན་ཅན་དུ་གྱུར་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་  
ལྟར་ན། །ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པས་སྐབས་འགའ་ཞིག་ཏུ་རྣམ་མཁའ་རྟག་པར་གསུངས་པ་ནི། ལྷོ་ཀ་  
ཕྱེད་པ་ཁ་ཅིག་ན་རེ་རྒྱལ་ཕྱན་དང་། རྣམ་མཁའ་རྟག་པར་གསུངས་པ་ལ་སོགས་པར་རང་ཉིད་མི་  
བཞེད་པ་དེ་དག་པལ་ཆེ་བ་གཞན་གྱི་བསམ་པ་ལ་དཔེ་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་ལ། དེ་  
ལྟར་ཡང་འགལ་བ་མེད་ཀྱི་འོན་ཀྱང་མི་རྟག་པ་ལོག་པ་ཙམ་ལ་རྟག་པར་སྒྲོ་བ་ཏུ་གས་ནས་  
གསུངས་ཀྱི་རྟག་པ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། མེད་པ་རྟག་ཉིད་ག་ལ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་  
དང་། དེ་ཉིད་ཀྱི་འགྲེལ་པར། འཇིག་པར་རྒྱ་མེད་པ་ཅན་ཡིན་ན་དེ་གཞོན་མི་ཟ་བར་རྟག་པ་ཡིན་

བས་དངོས་པོ་དང་དེ་འཇིག་པའི་རྒྱ་དངོས་པོ་མེད་པ་དག་ལྟ་ན་ཅིག་རྒྱ་འབྱུང་བར་འགྱུར་རེ་ཞེ་  
 བ། མ་ཡིན་ཏེ་དེ་ལ་རྟག་པ་དང་མི་རྟག་པ་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དངོས་པོ་མེད་པ་ལ་རྣམ་པར་  
 རྟག་པ་འདི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ནི་དངོས་པོའི་ཆོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་དང་།  
 དེས་ན་འཇིག་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདྲ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོས་མིང་ཙམ་མ་གཏོགས་པ་དོན་ལ་གྲུབ་པ་  
 མེད་དེ། དེ་ཡི་ཅུང་ཟད་འགྱུར་མེད་དེ། མེད་པར་གྱུར་པ་ཙམ་ཞིག་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་ལ། དེས་  
 ན་རྟག་མི་རྟག་དང་གཅིག་དང་ཐ་དད་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་དངོས་པོ་ལ་འཇུག་གི་དངོས་མེད་  
 ལ་མི་འཇུག་པ་འདྲ་། ཡོད་ལ་རྣམ་རྟག་འདིར་འགྱུར་གྱི། །བསྐྱབ་པ་དངོས་དང་འབྲེལ་ཕྱིར་  
 རོ། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །སྒྲོབ་དཔོན་སྟོགས་ཀྱི་སྒྲུང་པོས་དངོས་པོ་མེད་པར་འགྱུར་བར་  
 གསུངས་པའི་དགོངས་པ་འདྲ་དངོས་མེད་ཡིན། ཞེས་གསུངས་

༡༥

པ་ནི། དངོས་པོ་མེན་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །དངོས་མེད་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་འམ་  
དངོས་པོ་མེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་གསུངས་པ་འང་དངོས་པོ་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་དང་། དངོས་པོར་  
མི་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་དགོངས་གྱི། དངོས་མེད་ཅེས་བྱ་བ་འི་ཆོས་ཡོད་པ་འམ་དངོས་མེད་དུ་  
འགྱུར་ཆུ་གཞན་ཅི་ཡང་མེད་དེ། དེ་ལ་ངོ་བོ་མ་གྲུབ་པ་འི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་སྟོང་ཕྱག་ཕྱེད་དང་བཞི་  
པ་ལས། ད་ནི་རི་བོང་གི་རྩ་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་རི་ལྟར་ཐ་སྙད་དུ་བྱེད་པ་ཡིན་ཞེ་ན།  
རི་བོང་གི་རྩ་ནི་ཅུང་ཟད་ཀྱང་ཡོད་དོ་ཞེས་མི་བརྗོད་གྱི། འོན་ཀྱང་འདི་ལྟར་འདི་མེད་དོ་ཞེས་  
ཡོད་པ་འི་ཐ་སྙད་འགོག་པར་བྱེད་པར་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། གཞན་ཡང་རྣམ་པ་འགའ་  
ཞིག་གིས་ཐ་སྙད་འདོགས་པས་འདི་ལྟར་བྱ་བ་དང་ལྡན་པ་བཞིན་དུ་སྒྲོ་བ་ཏགས་ནས་སྟོན་པར་



བྱེད་གྱི་དེ་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ནི་དོན་ཐམས་ཅད་གྱིས་དབེན་པ་ཡིན་གྱི་ངོ་བོ་  
 འགའ་ཞིག་དང་ལྡན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །གཞན་ཡང་དངོས་མེད་ངོ་བོས་གྲུབ་  
 པ་ཞིག་ཡིན་ན་དེ་ཉིད་དང་གཞན་ཉིད་ལས་མ་འདས་ཏེ་བྱེད་དང་བཞི་པ་ལས། དེ་བས་ན་རང་  
 གི་ངོ་བོའི་རང་བཞིན་ལ་དེ་ཉིད་དང་གཞན་ཉིད་ཅེས་བྱ་བའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གཉིས་ལས་འདས་  
 པ་མ་ཡིན་ལ། དེ་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་རང་བཞིན་ནི་གཞན་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །དེས་  
 ན་དངོས་མེད་དུ་སྒྲོ་བཏགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་གཞན་སེལ་གྱི་སྒྲོ་ནས་ཤེས་བྱར་བྱེད་གྱི་སྣང་  
 བའི་སྒྲོ་ནས་ཤེས་བྱར་བྱེད་མི་སྤིད་དོ། །དབང་ཤེས་སྒྲུགས་པ་མིག་ཅན་འདྲ། །རྟོག་པ་ལོང་བ་སྒྲ་  
 མཁས་འདྲ། །རང་རིག་དབང་པོ་ཆང་བ་ཡིས། །གཉིས་པོ་དེ་ཡི་བརྟེན་སྤྲོད་བྱེད། །ཅེས་བྱ་བ་བར་

སྐབས་ཀྱི་ཆོག་ས་སྤྱ་བཅད་པ་ལོ། །གསུམ་པ་སེལ་བ་ལ་ཚུད་པ་སྤང་བ་ལ་ལྷ་སྟེ། སྤྱི་མེད་ན་བརྟ་  
སྤྱོད་བ་མི་

༩༩

སྤྱི་དུང་པ་སྤྱི་དུང་བ། གཞན་སེལ་ཡིན་ན་པན་ཚུན་རྟེན་པར་ཐལ་བ་སྤྱི་དུང་བ། གཅད་བྱ་མེད་པ་ལ་  
 གཞན་སེལ་མི་འཇུག་པ་སྤྱི་དུང་བ། སེལ་བ་དངོས་པོར་གྲུབ་མ་གྲུབ་བརྟགས་ན་མི་འཐད་པ་སྤྱི་དུང་བ།  
 སེལ་བ་ལ་སྤྱི་མེད་ན་གཞི་མཐུན་མི་སྤྱི་དུང་པའི་ཚུང་པ་སྤྱི་དུང་བའོ། །དང་པོ་ནི། སྤྱི་མེད་ཕྱིར་ན་དེ་ཡི་  
 གྲུ་མེད་ཅན་དུ་འགྱུར་ཞེ་ན། བྱེ་བྲག་པ་ན་རེ། སྤྱི་དངོས་པོར་མ་གྲུབ་པ་ལ་དེས་གཞག་པའི་  
 སྤྱི་སྤྱི་མི་སྤྱི་དུང་པས་སྤྱི་འཇུག་ཐམས་ཅད་ཚུན་ཆད་དེ། ཚུ་མེད་པར་འགྱུར་བཞིན་མོ་ཞེས་སྤྱི་  
 དོན་དངོས་པོའི་འབྲེལ་པར་བསམས་ནས་སྤྱི་འོ། །འདིའི་ལན་ལ། བརྗོད་འདོད་དབང་གིས་འཇུག་  
 པའི་ཕྱིར། །སྤྱི་རྣམས་ཡུལ་ལ་སྤྱི་པ་མེད། །སྤྱི་རྣམས་ནི་ཡུལ་གྱིས་ཚུར་བཞག་པ་མ་ཡིན་གྱི་  
 བརྗོད་འདོད་གྱིས་པར་སྤྱི་བ་ཡིན་མོ། །དེ་ལྟ་ཡིན་ན་ཆོས་ཆོས་ཅན། །བརྗོད་པ་དོན་མེད་འགྱུར་

ཞེ་ན། །གལ་ཏེ་སྤྱི་ཙམས་དོན་གྱི་སྤྱི་ཙམས་མ་བཞག་ན་བརྟུ་སྤྱི་ད་པ་བདག་གིས་ཚས་བརྟུ་ད་པའི་སྤྱི་  
 དང་ཚས་ཅན་བརྟུ་ད་པའི་སྤྱི་གཉིས། རྩས་བརྟུ་ད་པ་དང་དངོས་པོ་བརྟུ་ད་པའི་སྤྱི་ཙམས་སྤྱི་ར་བ་  
 འགལ་ཏེ། དཔེར་ན་བ་ལང་ཉིད་ཅེས་བརྟུ་ད་པ་ཚས་བརྟུ་ད་པ་སྟེ་དངོས་པོ་བརྟུ་ད་པའི་སྤྱི་དང་བ་  
 ལང་ཞེས་ཚས་ཅན་དང་རྩས་བརྟུ་ད་པའི་སྤྱི་ཐ་དད་དུ་སྤྱི་ར་བ་དོན་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ། དོན་  
 ཐམས་ཅད་རང་གི་མཚན་ཉིད་མ་འདྲེས་པ་རྒྱུ་དང་བྲལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། མི་  
 འགལ་ཏེ། དོན་གྱི་ངོ་བོ་གཅིག་ཉིད་ལ། །བརྟུ་ད་པ་འདོད་སྟོབས་ཀྱིས་སྤྱི་གཉིས་སྤྱི་ར། །དོན་ཅོག་སྟོག་  
 ཤལ་སྟེ་བྱ་གཅིག་ཉིད་ལ་བ་ལང་མ་ཡིན་པའི་བྱུང་པར་གཞན་ཐམས་ཅད་སྤྱི་ད་པའི་བརྟུ་ད་པ་འདོད་  
 ཀྱིས་སྤྱི་ར་ན་ཚས་བརྟུ་ད་པའི་སྤྱི་འམ་དངོས་པོ་བརྟུ་ད་པའི་སྤྱི་དཔེར་ན་བ་ལང་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་འམ་  
 བུམ་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་སྟོག་

ལྟོ་ལྟོ་

པ་སྟོན་པ་འི་སྒྲ་སྒྲུར་ལ། ཡང་མོག་སྟོག་ཤལ་དང་ལྟན་པ་དེ་ཉིད་ལ་བ་ལང་མ་ཡིན་པ་འི་བྱད་པར་  
 གཞན་རྣམས་མི་སྤྱང་བ་འི་བརྗོད་འདོད་ཀྱིས་སྒྲུར་ན། ཆོས་ཅན་བརྗོད་པ་འི་སྒྲ་འམ་རྣམས་བརྗོད་  
 པ་འི་སྒྲ་དཔེར་ན། བ་ལང་དང་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་ལོག་པ་སྟོན་པར་བྱེད་པ་འི་སྒྲ་སྒྲུར་བ་ཡིན་  
 མོ། །དེ་བཞིན་དུ་ལུང་ལས་གྲགས་པ་འི་དམིགས་པ་དང་རྣམ་པ་ཞེས་གྲགས་པ་དེའང་དམིགས་པ་  
 བརྗོད་ན་ཆོས་ཅན་བརྗོད་པ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲ་ལོག་པ་སྟོན་པ་བྱེད་བྱག་གོ་བར་བྱེད་པ་འི་བརྗོད་ཡིན་ལ།  
 རྣམ་པ་བརྗོད་ན་ཆོས་བརྗོད་པ་དངོས་པོའི་སྒྲ་སྟོག་པ་སྟོན་པ་སྤྱི་གོ་བར་བྱེད་པ་འི་བརྗོད་ཡིན་  
 མོ། །དེས་ན་མུ་སྟོགས་བྱེད་སྤྱི་དང་བྱེད་བྱག་གཉིས་ཀ་དོན་ལ་གྱུབ་པར་འདོད་པ་དག་གིས་ཆོས་  
 བརྗོད་པ་དང་ཆོས་ཅན་བརྗོད་པ་འི་སྒྲ་གཉིས་ཀ་དོན་གྱི་སྟོན་སྒྲུར་བར་འདོད་ལ། སངས་རྒྱས་

པ་ཕྱི་རོལ་ན་གྲུབ་པ་མེད་པས་སྒྲ་གཉིས་ཀ་གཞན་སེལ་གྱིས་སྒྲོ་བཏགས་ཏེ་བརྗོད་འདོད་ཀྱི་སྒྱུར་  
 བར་འདོད་ཅིང་། བྱད་པར་གཞན་སྒྲོང་བ་དང་། མི་སྒྲོང་བའི་སྒྲ་ཡིན་པར་སྡེ་པ་གཉིས་ཀ་མཐུན་  
 པས་སྒྲོན་མེད་དོ། །འོད་ཁ་ཅིག་ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་བརྗོད་པའི་དཔེར་བརྗོད། རྟོག་གི་ལ་གྲགས་  
 པའི་སྒྲའི་མི་རྟག་པ་དང་། མི་རྟག་པའི་སྒྲ་ལ་སོགས་པ་ལ་བྱེད་པ་ནི་སྒྲའི་བ་སྒྱུད་ལ་མ་འདྲིས་པར་  
 ཟད་དེ། མཆོ་སྒྲེས་ཀྱི་སྒྲ་སྒྲལ་པ་ལ་འཆད་པ་རྟུར་རྣམ་པར་འབྱམས་པ་ཡིན་ནོ། །འདི་དག་གི་  
 བྱད་པར་རྣམ་འགྲེལ་ལས། དེ་ལ་འང་གཞན་ལ་སྒྲོག་པ་དང་། །གཞན་ལ་ལོག་པ་ཞེས་བྱ་བའི། །སྒྲ་  
 དང་ངེས་པ་ཉིད་དག་ནི། །བར་ཡི་རྗེས་སུ་བྱེད་པ་ཡིན། །ཞེས་སྒྲོག་པ་དང་ལོག་པ་གཉིས་ཀ་བརྗོད་  
 འདོད་ཀྱིས་སྒྱུར་གྱི་དོན་གྱིས་མི་སྒྲོར་བར་བསྒྲུབ་ལ། ཡང་། གཉིས་ཀས་གཅིག་ཉིད་བརྗོད་མོད་  
 གྱི།





བརྗོད་བྱའི་ཤན་གྱི་བྱང་པར་གྱིས། །རྣམ་དབྱེ་ཐ་དང་འབྱེད་པ་ཡིས། །ཐ་དང་དོན་བཞིན་སྐྱབ་  
པར་བྱེད། །ཅེས་ཚུལ་དང་ཚུལ་ཅན་གཉིས་ཀས་དོན་གཅིག་བརྗོད་ཀྱང་བ་ཡང་གི་བ་ཡང་ཉིད་  
ཅེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་རྣམ་དབྱེ་དྲུག་པ་སྦྱར་བའི་བག་ཆགས་གོམས་པས་ཐ་དང་ལྟ་བུར་གོ་བའི་ཚུལ་  
འཆད་ཅིང་། །བྱང་པར་གཞན་ནི་སྤང་བ་དང་། །མི་སྦྱང་བ་དག་དེ་གཉིས་ཀྱི། །སྐྱ་ཡི་བྱེ་བྲག་རྟོག་  
པ་པོའི། །འདོད་པའི་རྗེས་སུ་བྱེད་པའི་གཞི། །ཀུན་ལ་རྗེས་དང་དངོས་བརྗོད་པའི། །སྐྱ་ཡི་བྱང་  
པར་འདི་ཉིད་དེ། །དེ་ཕྱིར་དེ་དག་བརྗོད་བྱ་ལ། །བྱང་པར་འགའ་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །ཞེས་ཚུལ་  
དང་ཚུལ་ཅན་གྱི་སྐྱ་གཉིས་ཀ་བརྗོད་འདོད་ཀྱིས་བྱང་པར་གཞན་སྦྱང་བ་དང་མི་སྦྱང་བ་མ་  
གཏོགས་པ་དོན་ལ་བྱང་པར་མེད་པར་བསྐྱབ་ལ། །ཡང་། དོན་དེ་ཤེས་པར་བྱེད་འདོད་པས། །དེ་

ལ་པན་པའམ་བྱེད་ལྡན་ནམ། །གལ་ཏེ་གཞན་གྱིས་བརྗོད་ཀྱང་རུང་། །དེ་ལས་བྱེད་པར་གཞན་  
 མེད་དོ། །ཞེས་བྱེད་པར་གཞན་སྤྱོད་མི་སྤྱོད་གི་བརྗོད་འདོད་ཡོད་ན། སྤྱི་རྒྱུན་ཐ་དད་པ་དེ་པན་  
 ནམ་བྱེད་ལྡན་ནམ། ཡིན་བྱེད་ལ་སོགས་པ་གང་གིས་བརྗོད་ཀྱང་ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་བརྗོད་པ་  
 ལས་མ་འདས་པར་སྟོན་ཏེ། དཔེར་ན་བ་ལང་དཀར་པོ་ཞེས་བརྗོད་པས་བྱེད་པར་གཞན་མི་སྤྱོད་  
 ལ། བ་ལང་གི་དཀར་པོ་ཞེས་བརྗོད་ན་སྤྱོད་བ་བཞིན་མོ། །ཡང་། དེ་ཕྱིར་གཞན་སེལ་ཡུལ་ལ་  
 བྱི། །དེ་ལྡན་ཕྱོགས་ཀྱི་ཉེས་པ་བསལ། །ཞེས་ལྡོག་པ་དང་ལྡོག་ལྡན་གཅིག་པ་དེའི་ཕྱིར། སངས་  
 རྒྱུ་པ་ལ་རིགས་སམ་སྤྱི་ཕྱི་རོལ་ན་ཡོད་པ་ལ་བརྗོད་པའི་སྤྱོད་གྱིས་མི་གོས་པར་བརྟུབ་ལ།  
 རིགས་དང་དེ་དང་ལྡན་པ་དག །ཐ་དད་ཉིད་ནི་ཉེས་པར་འགྱུར། །ཞེས་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་གཉིས་  
 དོན་ལ་ཐ་དད་དམ་ཐ་དད་གཉིས་རྗེས་གཅིག་པ་ལ་

ལྷན་

སྒྲིལ་ཡོད་པར་བསྐྱབ་བོ། །ཡང་། གང་དག་གི་ཆིག་དངོས་པོའི་དབང་། །སྒྲིལ་བརྒྱུད་བརྒྱུད་འདོད་  
 མི་རྟོན་ན། །དེ་དག་ལ་ནི་དྲུག་པ་དང་། །ཆིག་དབྱེ་ལ་སོགས་སྒྲིལ་ཀའི་གནས། །ཞེས་སྒྲིལ་ཐམས་  
 ཅད་བརྒྱུད་འདོད་མིན་པར་དངོས་པོའི་དབང་གཙོ་བོ་ཡིན་ན། །དྲུག་པ་འབྲེལ་བའི་སྒྲིལ་དང་།  
 གཞན་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་ཐ་དད་རྣམས་དང་། །སོགས་ཀྱི་སྒྲིལ་དངོས་པོ་སྒྲིལ་པ་ལ་དེ་ཕན་གྱི་སྒྲིལ་  
 ཡོད་མེད་འཆོལ་པ་མི་རིགས་ཏེ། །སྒྲིལ་དངོས་པོ་དང་འབྲེལ་ན་གཞན་དུ་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར་མིག་  
 གིས་སྒྲིལ་བཞིན་ན་ཞེས་མུ་སྟེགས་བྱེད་ལ་སྒྲིལ་བརྒྱུད་ནས། །ཕྱི་རོལ་དོན་ལ་མི་སྟོས་པའི། །ཆིག་གང་  
 སྒྲིལ་བོས་ཇི་སྟེ་བྱུང་། །རྒྱུད་བྱེད་ཉིད་དུ་ངེས་བྱེད་པ། །དེ་དེ་བཞིན་དུ་རྒྱུད་བྱེད་ཡིན། །ཞེས་སྒྲིལ་དོན་  
 ཕྱི་རོལ་ན་འབྲེལ་པ་མེད་གྱི་རྟོག་པས་གཅིག་ལ་ཐ་དད་དང་སྒྲིལ་དང་བྱེད་བྲག་ལ་སོགས་པར་གང་

བརྗོད་པར་འདོད་པ་དེ་རྟུ་སྐྱ་སྐྱར་བར་བསྐྱབ་སྟེ། བརྗོད་འདོད་ཀྱིས་སྐྱར་བ་ཡི་དཔེ། །བཅུན་  
 མོ་རྣམས་གྲོང་རྒྱལ་ལ་སོགས། །ཐ་དད་ཐ་དད་མིན་གཞག་པ་འམ། །ནམ་མཁའ་རང་བཞིན་མཁའ་  
 ཉིད་ཅེས། །བྱ་བ་འདི་ལ་རྒྱ་ཅི་ཡོད། །ཅེས་བཅུན་མོ་དང་བྱེ་མ་ལ་སོགས་པ་གཅིག་ལ་མང་པོ་དང་།  
 གྲོང་རྒྱལ་དང་ཁང་བཟངས་ཕྱིང་ལ་སོགས་པ་མང་པོ་ལ་གཅིག་གི་སྐྱ་དང་། རྣམ་མཁའ་དང་རང་  
 བཞིན་ལ་བྱང་མེད་ཀྱང་རྒྱལ་པའི་སྐྱ་ཐ་དད་དུ་ཕྱེ་བ་དང་། དེ་ཡན་ཚུན་གྱི་རྟེན་ཐ་དད་གྱི་རྟེན་  
 ཅན་གྱི་སྐྱ་འཇུག་པ་ལ་སོགས་པ་བརྗོད་འདོད་ཀྱིས་སྐྱར་བ་ལ་སྐྱོན་མེད་གྱི་མུ་སྟེགས་བྱེད་དངོས་  
 པོ་ལ་གྲུབ་པར་འདོད་པ་ལ་འདི་རྟུ་བུའི་སྐྱར་བ་མི་སྤྱིད་དོ་ཞེས་སྟོན་རྟོ། །དེས་ན་དོན་གཅིག་དང་  
 ཐ་དད་ཀྱིས་སྐྱ་ཅིག་དང་ཐ་དད་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་གྱི། བརྗོད་འདོད་ཀྱིས་གཅིག་ལ་དུ་མར་བརྗོད་  
 པ་ལ་སོགས་པ་གཞན་སེལ་གྱི་སྐྱ་མུ་བཞི་འབྱུང་དོ། །གཉིས་པ་གཞན་སེལ་

ལྷན་

ཡིན་ན་ཕན་ཚུན་བརྟེན་པར་ཐལ་བ་སྤང་བ་ནི། དངོས་འགལ་གཙོད་པ་གཞན་སེལ་སྒྲ། །དེ་ནི་  
 ཕན་ཚུན་བརྟེན་པའི་ཕྱིར། །གཅིག་མ་གྲུབ་པས་གཉིས་ཀ་མེད། །དེས་ན་གཞན་སེལ་མི་སྤྱིད་  
 ལོ། །རྒྱལ་དཔོག་པ་ན་རེ། གཞན་སེལ་ལ་ཕན་ཚུན་བརྟེན་པའི་སྒྲིན་ཡོད་དེ་ཤིང་གོ་བ་ཤིང་མ་  
 ཡིན་པ་ལ་སྒྲིས། ཤིང་མ་ཡིན་པ་གོ་བ་ཤིང་ལ་སྒྲིས་པས་གང་རུང་གཅིག་འཛིན་པ་མི་སྤྱིད་ཅིང་།  
 གཅིག་མ་བཟུང་ན་མཐར་གཉིས་ཀ་མི་འཛིན་པས་ཐ་སྙད་ཐམས་ཅད་རྒྱན་ཆད་དོ་ཞེས་ཟེར་  
 རོ། །དེ་ཉིད་རྣམ་འགྲེལ་ལས། ཤིང་མ་ཡིན་ལས་སྒྲིག་པ་ཡིས། །ཤིང་དོན་འཛིན་ན་གཉིས་པོ་  
 དག། ཕན་ཚུན་བརྟེན་པས་གཅིག་འཛིན་པ། །མེད་ན་གཉིས་ཀ་མི་འཛིན་འགྱུར། །དེ་ཡི་ཕྱིར་ན་  
 བརྟེན་གང་གས་པ། །མི་སྤྱིད་དོ་ཞེས་ཁ་ཅིག་སྒྲ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །འདིའི་ལན་ལ་

གཉིས་ལས། མགོ་མཚུངས་ཀྱིས་དགག་པ་ནི། བྱེད་བྱང་དངོས་འགལ་མི་གཙང་ན། །དེ་ཡི་ངོ་བོ་  
 རྟོགས་མི་སྲིད། །གཙང་ན་འགལ་ལྷེ་མི་རྟོགས་པས། །ཐ་སྙད་ཐམས་ཅད་མེད་པར་  
 འགྱུར། །དངོས་པོའི་རིགས་ཉིད་ལ་བརྟེན་འདོགས་པ་བྱེད་བྱེད་ཀྱིས་ཤིང་གི་བརྟེན་དེས་ཤིང་མ་ཡིན་  
 མི་གཙང་ན་ཤིང་མི་རྟོགས་ཏེ་དེ་དང་འགལ་བ་མི་གཙང་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་ཤིང་འོན་ཅིག་ཅེས་  
 བརྗོད་པས་ཅན་ན་དང་ཤ་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་འཇུག་པ་བཞིན་ནོ། །གཙང་ན་བརྟེན་སྤྱོད་ལ་དུ་  
 ཤིང་གི་དོན་འཛིན་ནམ་མི་འཛིན། འཛིན་ན་ཤིང་གི་བརྟེན་སྤྱོད་མི་དགོས་པར་འགྱུར་ལ། མི་འཛིན་  
 ན་ཤིང་མེད་མི་ཤེས་པར་འགྱུར་ཏེ། ཤིང་མེད་གོ་བ་ཤིང་ལ་སྟོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་ཤིང་  
 བྱེད་དོར་གྱི་ཐ་སྙད་ཐམས་ཅད་བྱེད་ལའང་རྒྱན་ཆད་དོ། །དེ་ལ་སྤྱི་དངོས་པོར་སྒྲ་བ་ནམས་ན་རེ།  
 དངོས་འགལ་བསལ་ནས་དངོས་པོ་དེ། །མི་བསྐྱབ་



།

འོན་ཀྱང་གཅིག་མཐོང་བས། །དེ་ལ་བརྟེན་ཐོབ་ཐོབ་ཀྱི། །དུས་ནའང་དེ་ཉིད་རྟོགས་ཤེས། །ཁོ་བོ་  
 ཅག་དགག་པ་སྤྲོད་དུ་འགྲོ་བའི་བསྐྱབ་པ་མི་འདོད་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་རྒྱུད་པ་འདོད་པས་ཡལ་ག་ལོ་  
 འདབ་དང་ལྷན་པའི་ཤིང་གཅིག་མཐོང་ནས་འདི་ཤིང་ཡིན་ཅོ་ཞེས་བརྟེན་ལ། བྱིས་ཐ་སྙད་  
 འདོགས་པའི་ཆེ་ནའང་སྤྱི་འཇམ་དེ་དང་འབྲེལ་པའི་རང་མཚན་རྟོགས་པར་འགྱུར་བས་སྤྲོད་མེད་  
 རོ་སྙམ་ན་མ་ཡིན་ཏེ། བརྟེན་དུས་ན་ཤིང་མ་ཡིན། །མ་བཀག་ན་ནི་ཤིང་མི་འགྱུར། །གལ་ཏེ་བཀག་  
 ན་ཤིང་འགྱུར་མོད། །འོན་ཀྱང་དེ་ནི་གཞན་སེལ་ཡིན། །བརྟེན་དུས་ན་ཡལ་ག་ལོ་འདབ་དང་ལྷན་  
 པ་གཅིག་མཐོང་ནས་འདི་ཤིང་ཡིན་ཅོ་ཞེས་བརྟེན་པའི་ཆེ་འདི་འདྲ་ཤིང་ཡིན་ལ་གཞན་ཡང་  
 ཤིང་ཡོད་ཅེས་མི་ལྷན་ནམ་གཅོད་དུ་སྤྱོད་རམ། འདི་ཁོ་ན་ཤིང་ཡིན་གྱི་གཞན་ཤིང་མ་ཡིན་ཅོ་

ཞེས་གཞན་ལྟན་རྣམ་གཅོད་དུ་སྒྱུར། དང་པོ་ལྟར་ན་གཞན་ཤིང་ཡིན་པ་མ་བཟག་པས་ཐ་སྙད་ཀྱི་  
 དུས་སྟུང་དང་བོད་བ་ལ་སོགས་པའང་ཤིང་དུ་དོགས་པས་འདོད་པའི་ཤིང་མི་འབྱུང་བོ། །གཉིས་  
 པ་ལྟར་ན་ཡལ་ག་དང་མི་ལྟན་པ་གཞན་ཤིང་ཡིན་པ་བཟག་པས་ཐ་སྙད་ཀྱི་ཆེ་དེ་དང་འདྲ་བ་  
 ཐམས་ཅད་ཤིང་དུ་བྱུང་མོད་ཀྱི་འོན་ཀྱང་དེ་གཞན་སེལ་དུ་འབྱུང་བོ། །གཉིས་པ་དངོས་པོའི་ལན་  
 ནི། ཡལ་ག་ལོ་མ་ལྟན་མཐོང་ནས། །དེ་ལ་ཤིང་གི་བརྟེན་པ། །བརྟེན་དེ་རིགས་ལ་སྒྱུར་བར་  
 བྱེད། །རིགས་ནི་གཞན་སེལ་ལས་གཞན་མིན། །ཁོ་བོ་ཅག་བརྟེན་པ་ན་བརྟེན་པ་སྤྱོད་པ་དུ་ཡལ་  
 ག་དང་ལྟན་མི་ལྟན་མཚན་ཉིད་རྣམ་པར་སྤྱེ་ནས་ལྟན་པ་རྣམས་ལ་རྟོག་བཅས་ཀྱི་སྒྲོས་རིགས་  
 གཅིག་ཏུ་ཞེན་ཅིང་ཤིང་མ་ཡིན་ལས་ཐ་དད་དུ་ཤེས་ཏེ། གཞན་སེལ་གྱི་སྒྲོ་ནས་ཤིང་གི་བརྟེན་

བཏགས་ལ། དེ་བཞིན་དུ་ཡལ་ག་དང་མི་ལྡན་པ་ལ་རིགས་ཐ་དད་དུ་ཞེན་ཅིང་ཤིང་ལས་ཐ་དད་  
དུ་ཤེས་ནས་ཤིང་།

༩༥

མ་ཡིན་ཞེས་བརྟུགས་སོ། །དེ་ལྟར་བརྟུགས་དེ་དག་དོན་རང་མཚན་ལ་མ་སྒྱུར་ཡང་རྟོག་པ་དོ་བོ་  
ཉིད་ཀྱིས་འབྲུལ་པ་ལ་སྒྱུར་བ་དེ་ཉིད་ཕྱི་རོལ་གྱི་དངོས་པོར་ཞེན་ནས་སྒྱུར་ལ། ཕྱིས་ཐ་སྙད་ལ་  
འཇུག་པའི་ཆེ་འང་འབྲུལ་པས་དོན་དེ་ཉིད་ལ་འཇུག་སྟེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། དེ་དང་དེ་མིན་རྒྱ་དོན་  
རྣམས། །བདག་ཉིད་རྣམ་པར་འབྱེད་པར་བྱེད། །སྟོ་དེ་ལ་ནི་ཡོད་པའི་དངོས། །སྟོ་རྒྱ་ཉིད་དུ་སྒྱུར་  
བ་དང་། །རྒྱ་མིན་དོ་བོ་བྲལ་བ་དང་། །དོ་བོ་གཅིག་འདྲར་བདག་ཉིད་ཀྱིས། །ཐ་དད་པར་ནི་ཤེས་  
གུར་ནས། །ཐ་དད་པ་ལ་སྒྱུར་སྟེ། །དེ་ལས་དེ་རྟོགས་འགྱུར་བའི་སྟོ། །འབྲུལ་པས་དངོས་པོ་  
གཅིག་ལྟར་རྟོགས། །ཞེས་གསུངས་སོ། །འོ་ན་སྒྲ་ཐམས་ཅད་གཞན་སེལ་ཁོ་ནས་སྟོན་ན་ངས་  
བཟུང་གི་སྒྲ་གཞན་ལྟར་རྣམས་གཅོད་ཁོ་ནས་སྒྱུར་དགོས་སོ་ཞེ་ན། གཞན་ལས་བསྐྱོག་ནས་དེར་

འཇུག་ཕྱིར། །ཆོག་ཀུན་ངེས་བཟུང་སྒྲིང་པོ་ཅན། །སྒྲ་སྒྲིར་བ་ཐམས་ཅད་གཞན་རྣམ་པར་བཅད་  
 རས་དེ་དངོས་སུ་སྒྲིན་པས་ངེས་བཟུང་གི་སྒྲ་ཁོ་ན་ཡོད་པ་ཁོ་ན་སྟེ། དཔེར་ན་བུམ་པར་ཆུ་འོན་  
 ཅིག་ཅེས་བརྗོད་པ་སྟེ་བུ་ལ་འད་བུམ་པ་ཁོ་ནར་ཆུ་ཁོ་ན་བྱེར་ནས་འོད་དགོས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་  
 མོ། །གཞན་དུ་ན་བུམ་པ་ངེས་པར་མི་དགོས་ན་ཆུ་འོན་ཅིག་ཅེས་བྱ་བ་དང་། ཆུ་མི་དགོས་ན་བུམ་  
 པ་འོན་ཅིག་ཅེས་བྱ་བ་དང་། གཉིས་ཀ་ངེས་པར་མི་འཛིན་ན་ཅི་འད་རུང་བ་འོན་ཅིག་ཅེས་བྱ་བ་  
 ལ་སོགས་པའི་ཆོག་ཐོབ་པར་འགྱུར་ཏེ། སྒྲོ་དོན་འགའ་ལས་རྣམ་བཞེས་ནས། །དོན་འགའ་ཞིག་  
 ལ་འཇུག་བྱའི་ཕྱིར། །སྒྲ་ནི་རབ་རུ་སྒྲིར་བྱེད་དེ། །དེ་དོན་ངེས་པར་གཟུང་བྱེད་ཅོ། །ཞེས་གསུངས་  
 པ་སྟེ་རོ། །གསུམ་པ་གཅད་བྱ་མེད་པ་ལ་གཞན་སེལ་མི་འཇུག་པའི་ཚུང་པ་སྒྲིང་བ་ནི། ཤེས་བྱ་  
 སོགས་སྒྲ་གཅད་བྱ་མེད། །དེ་ལ་རྣམ་གཅད་

༡༥

འགལ་ཞེ་ན། །གལ་ཏེ་དེ་མ་ཡིན་གཙང་རྒྱ་མེད་པ། །ཤེས་བྱ་དང་ཐམས་ཅད་དང་མཐའ་དག་དང་།  
མ་ལྷུས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་རྣམས་ལ་གཞན་སེལ་མི་སྲིད་དོ་ཞེ་ན། དེ་ལ་གཞན་དངོས་མེད་  
ནའང་། བརྟགས་པའི་སྒོ་ནས་རྣམ་གཙང་ཡོད། །ཤེས་བྱ་ལ་སོགས་པར་མ་འདྲུས་པའི་ཆོས་མེད་  
མོད་ཀྱི་འོན་ཀྱང་དེ་མིན་སྒོ་བརྟགས་པའི་སྒོ་ནས་གཙོད་དེ། དེས་ན་ཤེས་བྱ་ལ་སོགས་ཆོག །ཐ་  
སྟོང་དུ་ནི་འཛོག་རྣམས་ལ། །རྣམ་པར་གཙོད་པ་འགའ་ཞིག་ཡོད། །ཅེས་གསུངས་པ་རྟེན་  
དོ། །བཞི་པ་སེལ་བ་དངོས་པོར་གྲུབ་མ་གྲུབ་བརྟག་ན་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་ནི། གལ་ཏེ་བྱིད་ཀྱི་  
ལྷོག་པ་དེ། །དངོས་པོ་ཡིན་ན་སྤྱི་དང་མཚུངས། །དངོས་མེད་ཡིན་ན་དགོས་རུས་མེད། །དེས་ན་  
ལྷོག་པ་མི་དགོས་ལོ། །ལྷོག་པ་འང་གཞན་སེལ་དེ་དངོས་པོ་ཡིན་ན་སྤྱི་དངོས་པོར་འདོད་པ་ལ་



བརྗོད་པའི་སྒྱུ་མཁུངས་ལ། དངོས་མེད་ཡིན་ན་ཅི་འད་མེད་པས་དགོས་ནུས་མེད་དོ་ཞེ་ན།  
 འདིའི་ལན་ལ་གཉིས་ལས་གཞན་གྱི་ལན་དགག་ན། འདི་ལ་བོད་རྒྱམས་ཕལ་ཆེར་ནི། །དངོས་  
 པོའི་སྒྲག་པ་དངོས་པོར་འདོད། །ཁ་བ་ཅན་གྱི་རྟོག་གི་བར་རྣམས་པ་ཕལ་ཆེ་བ་རྒྱམས་དངོས་མེད་  
 གྱི་སྒྲག་པ་དངོས་མེད་ཡིན་ཡང་དངོས་པོའི་སྒྲག་པ་དངོས་པོ་ཡིན་ཏེ་དངོས་པོ་དང་ངོ་བོ་དབྱེར་  
 མེད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བེར་རོ། །དེ་ལྟ་ཡིན་ན་སྒྱུ་ཡི་སྒྱུ་ན། །བརྗོད་པ་འདི་ནི་གདོན་པ་དགལ། །རི་  
 ལྟར་དགའ་ཞེ་ན། ཞིང་མིན་ལས་སྒྲག་དངོས་པོ་དེ། །ཤེས་པ་ཡིན་ན་གཞན་ཞིང་མིན། །གཞན་ཞིང་  
 ཡིན་ན་ཤེས་པ་མིན། །དེ་ཡི་རང་བཞིན་གཞན་མིན་ཕྱིར། །ཞིང་མ་ཡིན་པས་སྒྲག་པ་དེ་དངོས་པོ་  
 ཡིན་ན། སྒྲག་པའི་ཞིང་ཤེས་པ་དང་གཅིག་གམ་ཐ་དད། གཅིག་པ་ན་ཤེས་པའི་རང་བཞིན་དེ་གཞན་  
 ལ་རྗེས་སུ་མི་འགོ་བའི་ཕྱིར་ཅ་རྒྱན་ལ་སོགས་པ་གཞན་ཞིང་མ་ཡིན་པར་

ལྟུན་

འགྱུར་ལ། མི་གཅིག་ན་ཤ་པ་ཤིང་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ཏེ་ཤིང་མ་ཡིན་ལས་སྡོག་པ་ལས་ཐ་དད་  
པའི་ཕྱིར་རྡོའི་དུམ་བུ་བཞིན་ནོ། །དེ་སྐད་དུ། དེ་ཉིད་ཕྱིར་འདི་དོན་དམ་མིན། །གཞན་དུ་དངོས་  
པོ་ལས་སྡོག་པ། །དངོས་པོར་མི་འགྱུར་འདི་འདི་ལས། །ཐ་དད་ཅེས་ནི་བརྗོད་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེས་ན་སྡོག་པ་དང་སྤྱི་དངོས་པོར་ཁས་སྤངས་པ་དེས་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པས་  
གང་བཀག་པ་དེ་སྤྱིང་ནད་ཀྱིས་ཁས་སྤངས་པ་ཡིན་ནོ། །ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་གཞུང་བཟུང་  
ནས། །བདག་ཉིད་ཆེན་པོའི་རིགས་པ་འགོག། །ནགས་ལ་གནས་པའི་སྤྱེའུ་དག། །སྡོན་པའི་ཤིང་ལ་  
མི་གཙང་འཐོར། །ཞེས་བྱ་བ་བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ། །གཉིས་པ་རང་གི་ལན་ནི།  
སྡོག་པ་དངོས་པོར་མ་གྱུབ་ཅིང་། །སྒྲི་ཡི་འཇུག་ཚུལ་དཔྱད་པ་ནི། །དངོས་པོ་ཀུན་ལ་ཡོད་པའི་

བྱིར། །གཞན་སེལ་ལ་ནི་སྒྱུ་ལ་འདི་མེད། །དེ་མ་ཡིན་ལས་སྒྲིག་པ་དོན་ལ་མི་གནས་ཀྱང་རྟོག་པའི་  
 དོར་སྒྲིག་པ་མཚུངས་པའི་སྒྲིག་སྒྲིག་གཅིག་ཏུ་འཆར་ཏེ། སྒྲིག་བྱའི་ཁ་དོག་ཐ་དད་ཀྱང་གིབ་མའི་  
 ཁ་དོག་གཅིག་ཏུ་སྒྲིག་བྱའི་སྒྲིག་བྱའི་སྒྲིག་པ་ཡིན་གྱི་དོན་ལ་མི་གནས་པས་སྒྲིག་  
 དང་བྱེ་བྲག་གཅིག་གམ་ཐ་དད་ཀྱི་སྒྱུ་ལས་གྲོལ་ལོ། །དེ་སྐད་དུ། སྒྲིག་པ་དོ་བོ་ཉིད་མེད་  
 བྱིར། །གནས་དང་མི་གནས་རྟོག་པ་མིན། །སྒྲིག་པ་སྒྲིག་པ་ཡིན། །དེ་བྱིར་སྒྲིག་དབྱུང་བ་  
 ཡང་མེད། །ཅེས་བྱ་བ་དང་། སྒྲིག་པ་ཀུན་ལ་ཡོད་པའི་བྱིར། །ཐལ་འགྱུར་ཉེས་པ་དེ་དག་  
 མེད། །ཅེས་བྱ་བ་དང་། ཁ་དོག་ཡིན་པའི་དོ་བོ་གང་། །དེ་ནི་སེར་སྒྲིག་ལ་ཡོད་མིན། །ཅེས་བྱ་བ་དང་། འདི་  
 ལ་འདྲ་དོ་བོ་ཅུང་ཟད་མེད། །ཅེས་གསུངས་པའི་བྱིར་རོ། །དེས་ན་སྒྲིག་གཅིག་བརྗོད་ན་  
 ཡང་། །དགག་སྒྲིག་ལྷ་མོ་ལྟོས་པ་རྣམ་

ལྟོན

གཉིས་ཡོད། །ཤིང་ཞེས་བརྗོད་པ་ལ་ཤིང་བསྐྱབ་པ་དང་། ཤིང་མེན་གཙོད་པའི་རྣམ་པ་གཉིས་  
ཡོད་ཀྱི་བྱ་བ་གཉིས་ནི་མེད་དེ། བྱེད་དང་བཞི་པ་ལས། དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་སྐྱ་དེ་ལས་གཞན་པ་  
བསྐྱོག་པ་དང་རང་གི་དོན་བརྗོད་པ་དང་བྱ་བ་གཉིས་ནི་མེད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོ་  
ན་རྣམ་པ་གཉིས་པོ་དེས་ལོག་པ་དང་སྒྲིག་པ་སྟོན་པའི་སྐྱ་གཉིས་དངོས་སུ་བྱེད་པའི་བྱེད་པ་པོར་  
མི་འགྱུར་རམ་ཞེ་ན། མི་འགྱུར་ཏེ། ཆོས་གཉིས་གཅིག་པ་མི་སྤིང་ཅིང་། །སྒྲིག་པ་དོ་བོ་མ་གྲུབ་  
པས། །སྒྲིག་པ་བརྗོད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ནི། །ལོག་པའི་དངོས་པོ་གྲུབ་པར་གསུངས། །ཆོས་གཉིས་དོ་བོ་  
གཅིག་པ་མི་སྤིང་པས་སྒྲིག་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོས་དོན་ལ་གྲུབ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་བརྟགས་པ་སྟོ་ཆོས་  
དང་མཐོང་བ་དོན་ཆོས་གཉིས་འབྲུལ་པས་གཅིག་ཏུ་རྟོགས་ནས་སྐྱ་དེས་དོན་རང་མཚན་གོ་བར་

འགྱུར་ཏེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། སྐྱ་གཉིས་བྱེད་པ་འང་མ་ཡིན་ཏེ། །ཕན་ཚུན་ཡོད་པ་མིན་ཕྱིར་  
 འདི། །དངོས་མེད་དངོས་པོ་ལྟན་ཉིད་དུ། །མཐོང་བ་སྒྲོ་ཡིས་བསྐྱད་པ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་དང་།  
 ཡང་བྱེད་དང་བཞི་པ་ལས། རྟོག་པ་མེད་པ་ཅན་གྱི་རྗེས་སུ་འགོ་བ་ཡང་མེད་ལ་རྗེས་སུ་འགོ་བ་  
 མེད་པ་ཅན་གྱི་རྟོག་པ་ཡང་མེད་དོ་ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །ལྟ་བུ་ལ་སྒྲོ་མེད་ན་གཞི་  
 མཐུན་གྱི་སྐྱ་མི་སྤྱིད་པ་སྤང་བ་ནི། ཐ་དད་རྣམས་ལ་སྤྱི་མེད་ན། །ཨྱུའ་སྒྲོན་པོ་ལ་སོགས་  
 པ། །ཚོས་རྣམས་གཅིག་ལ་མི་འདུ་བས། །གཞི་མཐུན་མེད་པར་འགྱུར་ཞེ་ན། །བྱེ་བྲག་པ་ལ་སོགས་  
 པ་རྣམས་ན་རེ་སྤྱི་གཅིག་ལ་བྱེ་བྲག་རྣམས་རྩ་ས་གཅིག་པ་འམ་འདུ་བའི་འབྲེལ་པས་སྐྱེལ་བ་ཞིག་  
 མེད་ན་ཨྱུའ་སྒྲོན་པོ་འམ་བ་ལང་དཀར་པོ་ལ་སོགས་པ་གཞི་མཐུན་མི་སྤྱིད་དེ། གཅིག་ཡིན་

ནའང་མཐུན་པའི་ཚེས་གཞན་མེད་ལ་ཐ་དད་ནའང་མཐུན་ས་གཞི་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། རྒྱ་  
ལས་



ཡུལ་གཞན་མིན་ཡང་། །སེལ་བའི་དབྱེ་བསྐྱུས་རྟོག་པའི་ངོར། །གཞི་མཐུན་ཉིད་འགྱུར་རང་  
 མཚན་ལ། །འཇུག་སྒྱུར་དབང་པོའི་སྤྱོད་ཡུལ་མིན། །ཡུལ་ལས་གཞན་པའི་སྤོན་པོ་དོན་ལ་མེད་  
 གྱང་སྤོ་མིན་གཙོད་པའི་སྤོ་སྐྱུ་གྱི་སྤྱོད་ཡུལ་མི་གཙོད་པར་གནས་ལ། སྤོན་པོ་དང་ཡུལ་ལ་  
 སྤོ་ངོ་ལ་འདྲེས་པར་གཅིག་ཏུ་སྒྱུར་བ་དེ་རྟོ་བུའི་སྤོ་ངོར་གཞི་མཐུན་ཏུ་འགྱུར་གྱི་མུ་སྤྱོད་ལས་འདོད་  
 པ་རྟོར་གཞི་མཐུན་པའི་སྤྱོ་གཅིག་མི་དགོས་ཤིང་རང་མཚན་བརྗོད་བྱ་མ་ཡིན་གཞན་སེལ་དབང་  
 པོའི་སྤྱོད་ཡུལ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་སྤྱོད་ཏུ། དེ་ཆེ་སྤོ་ཡི་ངོར་བྱས་ནས། །གཞི་མཐུན་པ་ནི་ཉིད་ཏུ་  
 འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །དེ་རྟོ་བུའི་བྱད་པར་དང་བྱད་པར་གྱི་གཞི་འཕམ་གཞི་མཐུན་གྱི་སྤྱོ་  
 དེའང་ཡུལ་ལ་ཉིད་སྤོན་པོ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་རྟོ་བུ་ཆོས་བརྗོད་པའི་སྤྱོ་ལ་མི་འཇུག་གི་ཡུལ་ལ་སྤོན་

ཕོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་ཚོས་ཅན་བརྗོད་པ་ལ་འཇུག་གོ། །དང་ཕོ་ནི་འདི་ལྟར་ཚོས་གཉིས་དང་ལྟན་  
 པའི་ཚོས་ཅན་གཅིག་སྣང་བ་ལ་སྦྲ་གཉིས་གྱིས་སྦྱེད་པའི་སྟོ་གཅིག་སྦྱེ་ན་གཞི་མཐུན་དུ་འགྱུར་  
 མོད་གྱི་ཨྲཱ་ལ་ཉིད་སྟོན་ཕོ་ཉིད་ལ་དེ་མི་སྟོན་དེ། སྟོ་ཨྲཱ་ལ་ཉིད་དང་སྟོན་ཕོ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་  
 ཚོས་གཉིས་དང་ལྟན་པའི་ཚོས་ཅན་གཅིག་འཛིན་པར་མི་སྣང་བའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ཨྲཱ་ལ་ཉིད་  
 ཅེས་སྟོར་བ་ན་སྟོ་སྟོན་ཕོ་དོ་ཞེས་པར་བྱེད་པའི་སྟོ་སྦྱེ་སྟེ། དེ་གཞི་མཐུན་མ་ཡིན་ལ། ཡང་བྱུང་  
 པར་དང་བྱུང་པར་གྱི་གཞིར་ཡང་མི་འགྱུར་ཏེ། ཚོས་གཞན་སྤངས་པ་ཁོ་ནས་སྟོ་དེ་ལས་གཞན་  
 པའི་བྱུང་པར་མི་འདོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་ཚོས་ཅན་བརྗོད་པའི་སྦྲ་ལ་གཞི་མཐུན་དང་བྱུང་  
 པར་དང་བྱུང་པར་གྱི་གཞིའི་དངོས་པོ་ཡོད་དེ། རྣམ་གཅིད་བྱུང་པར་གཞན་མ་སྤངས་པ་ལ་ཚོས་

ကျေးဇူးတင်ကျေးဇူးတင်

ཅན་གྱི་སྒྲ་བརྒྱུད་བཀྲགས་པའི་རྗེས་སུ་འབྲང་བའི་ཕྱིར་དཔེར་ན་ཨྲཱ་ལ་སྟོན་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ཏྲ་  
བུལོ།།

༨༩

ཡང་བྱད་པར་དང་བྱད་པར་གྱི་གཞིར་ཡང་འགྱུར་ཏེ། ཚེས་ཅན་གྱི་སྒྲ་བྱད་པར་མི་སྤྱོད་བས་  
འཇུག་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་ཨྲཱ་ལ་སྤྱོད་མ་དམར་ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟ་བུའོ། །དཔལ་ལྷན་ཕྱོགས་གྱི་  
གྲང་པོས། སྤྱི་དང་བྱད་པར་རྣམ་གྲངས་སྒྲ། །གཞན་ཉིད་ཡིན་ཡང་སེལ་མི་བྱེད། །ཅེས་གསུངས་  
པའང་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་དང་རྣམ་གྲངས་གྱི་སྒྲ་རྣམས་དོན་གཞན་ཡིན་ཡང་མི་སེལ་ཏེ། མི་འགལ་  
བའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་དགོངས་པའང་དེ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གཞན་འཐད་པའི་རིགས་པ་མང་པོ་ཡོད་དེ་  
རེ་ཞིག་གཞན་གོ། །བསྐྱབ་དང་གཞན་སེལ་རྣམས་དག་གི་མིག་དང་སྒྲོ་གྲོས་གསལ་ལྷན་པ། །རྟོག་  
གོ་པ་དེ་ཤེས་བྱ་ཡི། །དེ་ཉིད་ལྟ་བ་ཀུན་མཁྱེན་འདྲ། །ཞེས་བྱ་བ་བར་སྐབས་གྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་  
པའོ། །ཚད་མ་རིགས་པའི་གཏེར་ལས་བསྐྱབ་པ་དང་གཞན་སེལ་གྱི་རབ་རྩ་བྱེད་པ་བཞི་

པ་ལོ། ། །གསུམ་པ་བརྗོད་པ་བྱ་དང་རྗོད་བྱེད་རྟོགས་པ་འི་ཚུལ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་གཞན་གྱི་  
 ལྷགས་དགག་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། རང་མཆན་བརྗོད་བྱར་འདོད་པ་དང་། སྤྱི་བརྗོད་བྱར་འདོད་  
 པ་ལོ། །རང་མཆན་ལ་འང་སྤྱི་རོལ་གྱི་དོན་རང་མཆན་དང་ཤེས་པ་རང་མཆན་བརྗོད་བྱར་འདོད་  
 པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། བྱམ་པ་ལ་སོགས་དོན་རང་མཆན། །བརྗོད་བྱ་ཡིན་ཞེས་འགའ་ཞིག་  
 གླེ། །བརྗོད་བྱ་ལ་སོགས་པ་དག་རང་མཆན་བརྗོད་བྱ་ཡིན་ཏེ་བྱམ་པ་འོན་ཅིག་ཅེས་བརྗོད་པ་  
 ན་ཚུ་སྒྲུབ་བའི་བྱ་བ་བྱེད་པ་དེ་ཉིད་ལེན་པ་འི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །འདི་མི་འཐད་དེ། རང་  
 མཆན་སོ་སོར་ངེས་པ་ནི། །མཐའ་ཡས་སྤྱིར་ན་བརྗོད་མི་རུས། །ཐ་སྙད་བྱེད་པ་འི་ཆོན་ཡང་། །དང་  
 པོ་འི་རང་མཆན་རྟོད་པར་དཀའ། །དོན་རང་མཆན་ནི་ཡུལ་དུས་རྣམ་པ་སོ་སོར་ངེས་པས་མཐའ་  
 ཡས་པ་འི་སྤྱིར་མིག་གིས་བརྟ་བ་དང་ལུས་ཀྱིས་རེག་སྟེ།

༨༧

འདི་བུམ་པ་ཞེས་འཆད་པ་པོ་དང་ཉན་པ་པོས་བརྟ་གདགས་པར་མི་རྒྱས་སོ། །གལ་ཏེ་རྒྱས་སུ་  
ཆུག་ནའང་ཕྱིས་ཐ་སྙད་ཀྱི་ཆོ་བུམ་པ་འོན་ཅིག་ཅེས་བརྟོད་པ་ན་དང་པོ་བརྟ་གདགས་པའི་བུམ་  
པ་དེ་ཡུལ་དུས་རྣམ་པ་འཆོལ་བས་མི་རྟོད་དེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། སྒྲ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་བརྟར་  
བཏགས་སྟོན། །དེ་ནི་ཐ་སྙད་ཆེད་དུ་བྱས། །དེ་ཆོ་རང་གི་མཆན་ཉིད་མེད། །དེས་ན་དེ་ལ་བརྟར་  
མ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། བྱད་པར་རྣམས་ལ་སྒྲ་རྣམས་ནི། །འཇུག་པ་སྟོད་པ་ཡོད་མིན་ཏེ། །བྱད་  
པར་རྟེན་འགྲོ་མེད་པས་ན། །བརྟ་འཇུག་པ་ནི་མེད་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། ཐ་དད་པ་དག་  
བསྟན་པ་ནི། །དཀའ་དང་མི་རྒྱས་འབྲས་མེད་ཕྱིར། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །གཞན་ཡང་།  
འདས་དང་མ་འོངས་བརྟོད་བྱ་མིན། །དེ་ལ་རང་མཆན་མེད་ཕྱིར་རོ། །རང་མཆན་བརྟོད་བྱ་ཡིན་



ན་འདས་པ་དང་མ་འོངས་པའི་བྱ་མ་པ་བརྗོད་བྱ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ཏེ། འགགས་པ་དང་། མ་  
 སྐྱེས་ནས་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་སྐད་དུ་འདྲ། གལ་ཏེ་དོན་དང་འབྲེལ་ལྡན་འགྱུར། །འདས་དང་མ་  
 འོངས་བརྗོད་བྱ་མིན། །དོན་དང་དེ་ནི་ཟད་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །གཞན་ཡང་། སྐྱ་  
 ཡིས་རང་མཆོན་ཉིད་བརྗོད་ན། །མིག་དབང་ལས་སོགས་དགོས་མེད་འགྱུར། །རང་མཆོན་བརྗོད་  
 བྱ་ཡིན་ན་མིག་དང་སྒྲུང་བ་དང་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་མི་དགོས་ཏེ། བརྗོད་པ་ཉིད་གྱིས་རང་མཆོན་  
 ཏྲོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་སྐད་དུ། དབང་པོའི་བྱ་བ་མེད་པ་ལ། །གཞན་ངག་ཅུམ་གྱིས་སྒྲུང་མེད་  
 ཕྱིར། །ཞེས་གསུངས་པའོ། །གཞན་ཡང་། དོན་ལ་འབྲེལ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། །དབང་པོས་འབྲེལ་པ་  
 འཛིན་མི་སྲིད། །འདི་ཡི་འདི་ཞེས་སྒྲེལ་བ་ནི། །དཔྱོད་པ་ཡིན་ཕྱིར་གཞན་སེལ་ཡིན། །དོན་ཐམས་  
 ཅད་མ་འདྲེས་པའི་སེལ་བྱ་ཡིན་པས་དངོས་པོའི་འབྲེལ་

༡༩

པ་མེད་ལ་དོན་ལ་མི་གནས་པ་དེ་དབང་པོ་ལ་མི་སྣང་བས་དབང་པོའི་ཡུལ་གྱི་རང་མཆན་བརྗོད་  
བྱ་རྗོད་བྱེད་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་དོན་འདིའི་བརྗོད་བྱ་རྗོད་བྱེད་འདི་ཡིན་ཞེས་སྒྲེལ་བ་དཔྱད་པ་  
ཡིན་ལ་དཔྱད་པ་མ་ཡིན་པ་འབྲེལ་པ་མི་འགྲུབ་བོ། །དེས་ན་དབང་ཤེས་དཔྱད་བྱེད་མ་ཡིན་པས་  
འབྲེལ་པ་མི་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར་རྟོག་པས་འབྲེལ་པ་བསྐྱབ་བོ། །དེ་སྐད་དུ། དེ་ཡི་འདི་ཞེས་འབྲེལ་  
པ་ལ། དོན་སྣང་བ་ནི་གང་ཡིན་པ། །དེ་དག་ཉིད་ནི་འབྲེལ་ཡིན་ན། །དེ་ནི་དབང་པོའི་སྤྱད་ཡུལ་  
མིན། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །དེས་ན་དབང་ཤེས་གྱིས་སྤྱི་མི་འཛིན་རྟོག་པས་རང་མཆན་མི་  
འཛིན་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་འབྲེལ་པ་བྱེད་པའི་ཆོ། །རང་གི་མཆན་ཉིད་བསྟན་ན་ཡང་། །བརྟེན་ནི་སྤྱི་  
ལ་སྤྱིར་བྱེད་དེ། །ཐ་སྙད་དོན་དུ་འདོགས་ཕྱིར་རོ། །བརྟེན་པས་དཔྱད་ནས་ཆུ་

སྒྲིལ་བ་ལ་བུམ་པ་ཞེས་བརྟུན་པའི་དུས་སུ་བུམ་པའི་རང་མཚན་བསྟན་ཡང་རུང་མ་བསྟན་  
 ཡང་རུང་སྒྲིལ་བརྟུན་པའི་དུས་སུ་བུམ་པ་འོན་ཅིག་ཅེས་བརྟུན་ན་ཆུ་སྒྲིལ་  
 བ་ལེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་སྐད་དུ་འདྲ་། དེ་ཆོ་གསལ་བར་སྒྲུང་བ་ཡི། །དོན་སྒྲུང་བ་ནི་མེད་ཕྱིར་  
 རོ། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། མིག་ལ་དོན་སྒྲུང་བ་ན་ཡང་། །འདི་ཞེས་གཞན་གྱིས་བསྟན་པ་གང་། །དེ་ཉིད་  
 སྒྲ་ཡིས་སྒྲིལ་བྱེད་ཀྱི། །དབང་པོའི་སྒྲིལ་ཡུལ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །གལ་ཏེ་དབང་  
 པོའི་ཡུལ་ལ་སྒྲས་བརྟུན་མ་བྱས་ཀྱང་། དབང་པོས་སྒྲ་དང་འདྲེས་པའི་དོན། །འཛིན་ན་བརྟུན་མེད་  
 ཀྱང་རྟོག་འགྱུར། །སྒྲ་དང་དོན་འདྲེས་པ་དབང་པོས་འཛིན་ན་བརྟུན་ལ་མ་སྒྲིལ་པར་ཡང་མིག་གིས་  
 མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་བརྟུན་འཛིན་པར་འགྱུར་ཏེ། །འབྲེལ་པ་མ་བྱས་ཅན་མིན་ཏེ། །རང་ཉིད་ཤེས་

པར་ཐལ་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །གལ་ཏེ་དོན་དང་སྒྲ་འདྲེས་པ་མེད་ཀྱང་། །དབང་པོའི་  
སྒོ་ལ་རྗེས་འབྲང་

༨༣

ཡིད། །མཐོང་སྒྱུར་འདྲེས་པ་རྟོག་མེད་འདྲ། །གཞན་དུ་མཐོང་རྟོག་ཡུལ་ཐ་དད། །ཡིན་ཕྱིར་དོན་  
 རྟོགས་མི་སྲིད་ལོ། །དབང་པོའི་སྒྱུར་རྒྱུ་འབྲང་བའི་ཡིད་ཤེས་དེ་བརྗོད་པ་དང་འདྲེ་བ་བུམ་པ་  
 བུམ་པ་ཞེས་སྒྱུར་བར་བྱེད་པ་དང་མཐོང་བར་བྱེད་པ་གཉིས་རྒྱུན་མ་ཆད་པར་འབྱུང་བ་དེ་རྟོག་  
 པ་ཡིན་ཡང་རྟོག་མེད་ལྟར་མངོན་སྲུང་འདྲ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་མཐོང་བ་ལ་ངེས་པ་མི་  
 སྲིད་དེ་རྣམ་རྟོག་གིས་དོན་རང་མཆོན་མི་མཐོང་། མཐོང་བ་ལ་རྟོག་པ་མེད། དེ་གཉིས་རྒྱུན་ཅིག་  
 འཇུག་པ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་ལོ། །ངེས་ན་མཐོང་བ་ལ་ངེས་པ་སྒྱུར་བས་གྲུབ་པས་མཐོང་བ་ཉིད་རྟོག་  
 པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། འདིའི་ལན་ལ་གཉིས་ལས་རྣམ་ཤེས་ཅིག་ཅར་འཇུག་པའི་ལྷགས་ལ་བརྟེན་ན།  
 རྟོག་བཅས་རྟོག་པ་མེད་པའི་ཡིད། །འཇུག་ཡུལ་གཅིག་ལ་ཅིག་ཅར་འཇུག། རྟོག་བཅས་དང་རྟོག་

མེད་པའི་རང་གི་ངོ་བོ་ཡུལ་ཐ་དད་ཀྱང་འཇུག་ཡུལ་གཅིག་ལ་དུས་ཅིག་ཅར་འཇུག་པས་སྒྱུན་པོ་  
 རྣམས་གཅིག་དུ་ཞེན་པས་འབྲུལ་པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་། རིམ་གྱིས་འཇུག་ཀྱང་སྒྱུར་བ་  
 ལ། །སྒྱུན་པོ་རྣམས་གྱིས་གཅིག་རྒྱ་ཞེན། །གལ་ཏེ་བྱོང་འདོད་པ་སྟར་མཐོང་རྟོག་གཉིས། །རིམ་  
 གྱིས་འཇུག་རྒྱ་ཆུག་ན་ཡང་། །འཇུག་པ་སྒྱུར་བས་ཆུ་བོ་སྟར་སྒྱུན་མ་ཆད་པར་འབྱུང་བ་ལ་འབྲུལ་  
 རས་གཅིག་རྒྱ་ཞེན་པ་ཡིན་ཏེ། རི་སྐད་དུ། རྟོག་བཅས་རྟོག་པ་མེད་པའི་ཡིད། །ཅིག་ཅར་དུ་ནི་  
 འཇུག་ཕྱིར་རམ། །འཇུག་པ་སྒྱུར་ཕྱིར་སྒྱུན་པོ་དག། རི་དག་ལ་ནི་གཅིག་རྒྱ་ཞེན། །ཞེས་གསུངས་  
 པས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། ཞེས་པ་རང་གི་མཆན་ཉིད་ཡིན། །དེས་ན་དེ་ལ་བརྟེན་མི་རུང་། །ཞེས་པ་  
 རང་གི་མཆན་ཉིད་ལ་བརྟེན་ཕྱིར་དོ་སྒྲུལ་ན། མ་ཡིན་ཏེ་སྟར་དོན་རང་མཆན་ལ་བརྟེན་པའི་སྒྱུན་  
 རྣམས་འདི་ལ་འང་མཆུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་སྒྱུ་བརྟེན་



༨༥

བྱར་འདོད་པ་ལ་འད་དོན་གྱི་སྤྱི་དང་སྤྱི་དོན་གྱི་སྤྱི་བརྒྱུད་བྱར་འདོད་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི།  
 སྤྱི་ཡིས་གསལ་བ་མི་བརྒྱུད་ཀྱི། །རིགས་སྤྱི་བརྒྱུད་ཕྱིར་སྤྱོད་མེད་ན། །བྱེ་བྲག་པ་ན་རེ། རང་གི་  
 མཆན་ཉིད་ལ་སྤྱི་སྤྱོད་ན་སྤྱོད་དེ་ཡོད་ཀྱང་ཁོ་བོ་ཅག་བུམ་པའི་སྤྱི་བརྒྱུད་བྱར་འདོད་པ་ལ་སྤྱོད་  
 མེད་དོ་སྤྱོད་ན། དོན་ལ་སྤྱི་མེད་ཡོད་ན་ཡང་། །དེ་ལ་སྤྱོད་བ་དགོས་ནས་མེད། །སྤྱི་སྤྱོད་བཀག་  
 པས་མེད་མོད་ཀྱི་ཡོད་དུ་ཆུག་ན་འད་སྤྱི་མི་གསལ་བ་དོན་བྱེད་མི་རྣམས་པ་ལ་བརྟེན་བྱས་ཀྱང་གསལ་  
 བ་དོན་བྱེད་རྣམས་པའི་བུམ་པ་རང་གི་མཆན་ཉིད་ལ་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་གོ་བར་མི་རྣམས་པས་  
 སྤྱི་རྒྱུད་པ་ལ་བརྟེན་སྤྱོད་བ་དགོས་པ་མེད་དོ། །སྤྱི་དང་འབྲེལ་པའི་རང་མཆན་ལ། །སྤྱོད་བས་རང་  
 མཆན་གོ་ཞེ་ན། །སྤྱི་རྒྱུད་པ་ལ་བརྟེན་མི་བྱེད་ཀྱི་འོན་ཀྱང་སྤྱི་དང་འབྲེལ་པའི་རང་གི་མཆན་ཉིད་ལ་

བར་བྱེད་དོ་སྒྲུལ་ན། དགོས་རྒྱས་མེད་པའི་སྤྱི་བོར་ལ། །རང་གི་མཚན་ཉིད་ཉིད་ལ་སྦྱོར། །རང་  
 མཚན་ཉིད་ལ་བརྟེན་སྦྱར་ན་སྤྱི་མི་དགོས་ལ། མ་སྦྱར་ན་སྤྱི་ལ་སྦྱར་ཡང་རང་མཚན་གོ་མི་རྒྱས་  
 པས་བར་དེར་ལམ་སྟོན་པ་ལ་སྟོང་དུ་མ་ལ་འདྲི་བ་སྟར་མི་དགོས་པའི་སྤྱི་བོར་ལ་རང་མཚན་ཉིད་  
 ལ་དངོས་སུ་བརྟེན་སྦྱོར་ཅིག གལ་ཏེ་རང་མཚན་མཐའ་ཡས་ཕྱིར། །མི་རྒྱས་ཤེ་ན་འདི་ལ་འང་  
 མཚུངས། །བྱམ་པའི་རང་མཚན་མཐའ་ཡས་པའི་ཕྱིར་བརྟེན་མི་རྒྱས་སོ་ཞེ་ན། སྤྱི་དང་འབྲེལ་པའི་  
 རང་མཚན་ཡང་མཐའ་ཡས་པའི་ཕྱིར་བརྟེན་མི་རྒྱས་པར་མཚུངས་སོ། །གཉིས་པ་སྦྱ་དོན་བརྗོད་  
 བྱར་འདོད་པ་དགག་པ་ནི། གངས་ཅན་པ་དང་ཉན་ཐོས་གཉིས། །སྦྱ་དོན་དངོས་ཀྱི་བརྗོད་བྱར་  
 འདོད། །དོན་དང་ཤེས་པའི་རང་མཚན་གཉིས་དང་དོན་ལ་གནས་པའི་སྤྱི་བརྗོད་བྱར་བྱས་ནས་

ཆེལ་འཛིན་པ་ཆེལ་འཛིན་པ་

མུ་སྟེགས་བྱེད་ལ་བརྗོད་པའི་སྟོན་ཡོད་པས་རྟོག་པའི་ཡུལ་དོན་སྤྱི་ཉིད་དངོས་གྱི་བརྗོད་བྱ་ཡིན་  
ནོ་ཞེས་བོད་རྒྱམས་འདོད་ལ། མང་པོས་བརྟུར་བ་ལ་

༨༥

སོགས་པ་ནི་ཆོས་གང་ག་ཟུགས་དང་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་དང་མི་ལྡན་པ། མིང་ཞེས་བྱ་  
བ་སྣ་དང་དོན་དང་ཤེས་པ་ལས་ཐ་དད་པ་བྱམ་པ་དང་སྣམ་བྱ་ལ་སོགས་པར་བརྟེན་བཏགས་པ་དེ་  
དང་མཚན་མ་ཞེས་བྱ་བའང་སྣ་དང་དོན་དང་ཤེས་པ་ལས་ཐ་དད་པ་དོན་བརྟེན་པའི་རྟེན་དུ་རུང་  
བའི་ལྡན་པ་མ་ཡིན་པའི་འདུ་བྱེད་བརྟེན་བྱ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །འདི་གཉིས་དོན་གཅིག་པས་  
ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་དགག་སྟེ། མི་ལྡན་འདུ་བྱེད་ལ་སྦྱར་བས། །འབྲེལ་མེད་ག་ཟུགས་ལ་རི་ལྟར་  
རྟོགས། །བྱམ་པ་ཞེས་ནི་བརྟེན་པ་ལས། །འབྲེལ་མེད་བ་ལང་མི་རྟོགས་བཞིན། །དོན་སྦྱིམ་མི་  
ལྡན་པའི་འདུ་བྱེད་ལ་བརྟེན་སྦྱར་བས་བརྟེན་མ་སྦྱར་བའི་བྱམ་པའི་རང་མཚན་རྟོགས་མི་སྤིང་དེ་  
བྱམ་པ་ཞེས་བརྟེན་པས་འབྲེལ་མེད་ཀྱི་བ་ལང་མི་རྟོགས་པ་བཞིན་ཅོ། །དེ་སྐད་དུ་འང་། མིང་

སོགས་འབྲེལ་པ་མེད་པ་ཅན། །དོན་ལ་འཇུག་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་  
 མོ། །འབྲེལ་པ་མེད་ཀྱང་འདྲ་བ་ལ། །འབྲུལ་ནས་དོན་ལ་འཇུག་ཅེ་ན། །བུམ་པའི་རང་མཆོན་དང་  
 མི་ལྟན་པའི་འདུ་བྱེད་ལ་འབྲེལ་པ་མེད་ཀྱང་གཉིས་ཀ་སྟོ་སྟེར་ཞབས་ཞུམ་པའི་རྣམ་པ་འདྲ་བའི་  
 བྱིར་དོན་སྟེ་ལ་སྦྱར་ཡང་འབྲུལ་ནས་རང་མཆོན་གོ་སྟེ་ཆོ་མ་ལ་འདྲ་བས་འབྲུལ་པ་བཞིན་ནོ་ཞེ་  
 བ། མ་ཡིན་ཏེ། འདྲ་བས་འབྲུལ་ན་ཡུལ་དང་དུས། །རེས་འགའ་འབྲུལ་གྱི་ཀུན་རྒྱ་མིན། །འདི་ནི་  
 ཏྲག་རྒྱ་འབྲུལ་འགྱུར་བས། །འདྲ་བའི་སྟོ་ནས་འབྲུལ་པ་མིན། །ཡུལ་ཀུན་རྒྱ་འབྲུལ་པར་མི་འགྱུར་  
 ཏེ། །སྟེ་སྟེན་འདྲ་བ་གཉིས་ཡོད་ཀྱང་མདུན་ན་གནས་པ་ལ་བྱིན་ཅིག་ཅེས་བརྗོད་ན་རྒྱབ་ན་གནས་  
 པ་ལ་མི་འབྲུལ་བ་སྟར་མིང་དང་མཆོན་མ་ལ་བདུ་སྟོར་རོ་ཞེས་ངེས་པར་བབྱུང་ན་དོན་རང་  
 མཆོན་ལ་འབྲུལ་པ་མི་སྟོན་དོ། །ཡང་དུས་ཀུན་རྒྱ་འབྲུལ་པ་མི་སྟོན་དེ། །སྟེ་སྟེ་

༨༥

བྱིན་དང་མཆོད་སྦྱོན་ལྟ་བུ་ཆེ་མ་ལ་འང་འབྲུལ་པས་རེས་འགའ་ལྷས་བྱིན་ལ་འཇུག་རེས་འགའ་  
མཆོད་སྦྱོན་ལ་འཇུག་པ་ལྟར། འདིར་ཡང་འབྲུལ་པས་རེས་འགའ་དོན་རང་མཆོན་ལ་འཇུག་རེས་  
འགའ་མིང་དང་མཆོན་མ་ལ་འཇུག་པར་བལ་བ་ལས། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་པར་སྦྱེས་བུ་བམས་ཅད་སྒྲ་  
ལ་འཇུག་པ་ན་དོན་རང་མཆོན་ཉིད་ལེན་གྱི། འཆད་པ་པོ་དང་ཉན་པ་པོ་བརྟམས་སྦྱེལ་བའི་མིང་  
དང་མཆོན་མ་ལ་འཇུག་པ་མ་མཐོང་བས་འདྲ་བའི་སྒྲོ་ནས་འབྲུལ། ཞེས་སྒྲ་བ་ནི་བབ་ཅེས་ཡིན་  
ན། དེ་སྐད་དུ་འང་། གལ་ཏེ་དོན་ལ་མཚུངས་འདྲ་ལས། །འབྲུལ་འཇུག་འགྱུར་ན་དུས་ཀྱིན་  
དང་། །ཡུལ་ལ་འབྲུལ་མིན་ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །གཉིས་པ་རང་འདོད་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། མཆོན་  
ཉིད་དང་། རབ་རྩ་དབྱེ་བ་དང་དེའི་དོན་གཏན་ལ་དབབ་པའོ། །དང་པོ་ནི། བརྟམ་ལས་གོ་བྱ་གོ་བྱེད་



ཡིན། །བརྗོད་བྱའི་མཚན་ཉིད་བདུས་གོ་བར་བྱ་བ་ཡིན་ལ། རྗོད་བྱེད་ནི་དོན་གོ་བར་བྱེད་པའི་  
བདེའོ། །གཉིས་པ་རབ་རྒྱ་དབྱེ་བ་ནི། །འཆད་དང་འཇུག་པའི་གང་ཟག་གི། །དབྱེ་བས་གཉིས་  
གཉིས་རྣམ་པ་བཞི། །འཆད་པ་དང་འཇུག་པའི་དུས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་རྗོད་བྱེད་གཉིས་གཉིས་  
བཞིའོ། །འཆད་ཆེ་རྣམ་པར་བྱེ་བས་མཁས། །འཇུག་ཆེ་གཅིག་རྒྱ་ལྟུལ་པས་ཐོབ། །འཆད་པའི་  
ཆེ་སྒྲིའི་དངོས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་སྒྲི་དོན་དང་ཞེན་པའི་བརྗོད་བྱ་དོན་རང་མཚན་ཡིན་ལ་དངོས་ཀྱི་རྗོད་  
བྱེད་སྒྲི་སྒྲི་དང་ཞེན་པའི་རྗོད་བྱེད་སྒྲི་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཡིན་ཅོ་ཞེས་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་ཤེས་ནས་  
གནས་ལུགས་ལ་མཁས་པར་འགྱུར་རོ། །འཇུག་པའི་ཆེ་རང་མཚན་དང་སྒྲི་སོ་སོར་མ་བྱེ་བར་  
གཅིག་རྒྱ་ལྟུལ་པ་ལ་བརྟུན་པས་ཐ་སྙད་ཀྱི་ཆེ་དོན་རང་མཚན་ཐོབ་པ་ཡིན་ཅོ། །གསུམ་པ་

དེའི་དོན་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ་གསུམ། སྒྲུའི་དངོས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་མེད་པར་བསྐྱབ་པ། གཞི་མེད་ལ་  
ལྷུལ་ནས་བད་སྒྱུར་བའི་ཚུལ།

འབྲུལ་པ་ལ་སྒྱུར་བས་འཇུག་ཡུལ་རང་མཚན་གོ་བའི་འབྲང་པ་ལོ། །དང་པོ་ནི། འོན་དང་ཤེས་པ་  
རང་མཚན་ཡིན། །སྤྱི་དོན་གཉིས་པོ་མེད་པ་ཡིན། །དེ་བཞིན་བརྗོད་བྱ་མ་ཡིན་པས། །དམ་པའི་  
དོན་དུ་བརྗོད་བྱ་མེད། །དོན་དང་ཤེས་པའི་རང་མཚན་གཉིས་དང་། དོན་གྱི་སྤྱི་དང་སྒྲ་དོན་གྱི་སྤྱི་  
གཉིས་ཏེ། བཞི་པོ་བརྗོད་བྱར་མི་འབྲང་ལ། དེ་དག་ལས་གཞན་པའི་ཤེས་བྱ་མི་སྤྱིད་པས་དོན་  
དམ་པར་ན་བརྗོད་བྱ་ཞེས་བྱ་བ་གྲུབ་པ་ཅི་འདྲ་མེད་དེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། དོན་རྣམས་ཀྱི་ནི་སྤྱི་  
གང་ཡིན། །གཞན་ལས་སྒྲིག་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན། །སྒྲ་འདི་དག་གིས་གང་བརྗོད་པ། །དེ་ལ་དོ་བོ་  
ཅུང་ཟད་མེད། །དོ་བོ་མེད་ཅན་སྤྱི་སྒྲོ་ལ། །སྤྱི་ཉིད་དུ་ནི་མཐོང་ཕྱིར་དང་། །དོན་ལ་འབྲུལ་པ་འདྲ་  
མེད་པ་ནི། །སྤྱིར་འདོད་དེ་ཡང་བསྒྲད་ཕྱིར་དང་། །དེ་ཉིད་དུ་ན་དོན་དངོས་སུ། །མེད་ཕྱིར་དོ་བོ་

ཅན་མ་ཡིན། །དེ་བོ་མེད་པས་བརྗོད་བྱ་མིན། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པས་སོ། །གཉིས་པ་  
 གཞི་མེད་ལ་ལུལ་ནས་བརྗོད་སྒྲུབ་བའི་ཚུལ་ནི། རྟོག་པ་དེ་བོས་ལུལ་པ་ལ། །སྒྲ་ཡི་དོན་གྱི་  
 གཟུགས་བརྟན་ཤར། །དེ་ལ་ཕྱི་རོལ་དོན་དུ་ཞེན། །དེ་ནི་སྒྲ་ཡི་བརྗོད་བྱར་བཏགས། །རྟོག་པ་གང་  
 རི་སྟོད་པ་ཐམས་ཅད་རང་གི་ཡུལ་ལ་དེ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྒྲ་ཤད་དམ་ཅི་ལམ་ལྟར་གཞི་མེད་ལ་  
 ལུལ་པས་སྒྲའི་དོན་ལ་ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་དུ་ཞེན་ནས་བརྗོད་པ་ལ། གཞི་མེད་ཅེས་བྱ་བ་འདྲ་བོད་  
 དང་ཉན་ཐོས་ལྟར་མ་ཡིན་གྱི་དོན་སྒྲིལ་དུ་མ་གྲུབ་པ་ལ་བརྗོད་དོ། །གསུམ་པ་ལུལ་པ་ལ་སྒྲུར་  
 བས་རང་མཚན་གོ་བའི་འཐད་པ་ནི། ལུལ་པའི་བག་ཆགས་གོམས་པ་ཡིས། །བརྗོད་པའི་དུས་ན་  
 བསྐྱེས་ནས་སྒྲུར། །ཐ་སྟོད་དུས་ན་འདྲ་དེ་ལྟར་གོ། །དེ་ཕྱིར་ལུལ་ཡང་བདེན་པ་འཐད། །ཐོག་མ་  
 མེད་པའི་བག་ཆགས་བརྟན་པ་ལ་སྒྲུབ་བར་ལུལ་པའི་ཤུགས་གོམས་པ་དེས་

༨༩

བདེ་ལེ་རྒྱལ་ན་དོན་རང་མཚན་དང་སྤྱི་མ་ཕྱེ་བར་འདི་བྱམ་པ་ཞེས་བརྒྱུ་བཏགས་ལ་ཕྱིས་བྱམ་པར་  
 རྒྱུ་བཏགས་ཤིག་ཅེས་བརྒྱུ་བཏགས་པ་ན་རང་རང་མཚན་གྱི་བྱམ་པར་རྒྱུ་བཏགས་སམ་དོན་སྤྱི་ལེ་བྱམ་པར་  
 རྒྱུ་བཏགས་ཞེས་མི་འདྲི་བར་འབྲུག་ཡུལ་དོན་རང་མཚན་ཉིད་གོ་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡི་ངོ་བོར་སྤྱང་  
 བའམ། །དོན་ལ་དེ་ཉིད་དུ་འཛིན་པ། །གང་དེ་འབྲུག་པ་ཐོག་མེད་པའི། །དུས་ཅན་མཐོང་གོམ་གྱིས་  
 སྤྱུ་ལ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། བྱེད་དང་བཞི་པ་ལས། རྣམ་པར་རྟོག་པ་རྣམས་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་  
 འབྲུག་པའི་ཕྱིར་དངོས་པོ་འཛིན་པ་ལྟ་བུར་སྤྱང་ངོ་། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། འཆད་པར་བྱེད་པ་རྣམས་  
 དེ་ལྟར་རྣམ་པར་འབྱེད་པར་བྱེད་གྱིས་ཐ་སྙད་འདོགས་པར་བྱེད་པ་རྣམས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ་དེ་དག་  
 ནི་རང་གི་དམིགས་པ་ཁོ་ན་དོན་བྱེད་པར་རྒྱུ་བཏགས་པ་ཞེས་པར་སྤྱང་བ་དང་རྣམ་པར་

བརྟག་པར་བྱ་བའི་དོན་དག་གཅིག་ཏུ་བྱས་ནས་འཇུག་གོ། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སེམས་  
 པར་བྱེད་པ་རྣམས་ནི་སྤང་བ་ཐ་དད་པ་ལ་སོགས་པའི་སྒོ་ནས་ཐ་དད་པ་མེད་པར་མི་སེམས་  
 སོ། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །དེས་ན་སྒྲུའི་དངོས་གྱི་བརྗོད་བྱ་མེད་ལ་ཞེན་པའི་བརྗོད་བྱ་འཇུག་  
 དུལ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ་ཚུད་པ་སྤང་བ་ལ་ལྷ་ལས། དངོས་པོའི་སྤྱི་བརྗོད་བྱར་འདོད་པ་དང་  
 མཚུངས་པ་སྤང་བ་ནི། སྒྲ་དོན་གཞན་ལས་ལྷོག་ན་ནི། །དངོས་པོ་བརྗོད་བྱར་འགྱུར་ཞེ་ན། །རྟོག་  
 པ་ལ་སྤང་བའི་དོན་གྱི་གཟུགས་བརྟན་དེ་དོན་གཞན་ལས་མི་ལྷོག་ན་ལྷོག་པ་བརྗོད་པར་འགལ་  
 ལ་ལྷོག་ན་དོན་རང་མཚན་ཉྟར་དངོས་པོར་འགྱུར་རོ། །དེ་བརྗོད་བྱ་ཡིན་ན་རྣམ་རྟོག་གི་གཟུགས་  
 བརྟན་བརྗོད་པ་དང་། སྤྱི་དངོས་པོ་བརྗོད་པ་གཉིས་ལ་བྱུང་པར་མེད་པས་མིང་རྒྱུང་ལ་ཚུད་པ་



ཆེ་ལའི་གཡུ་གེ་དཔལ་ལྷན་ལམ།

ཟད་དོ་ཞེ་ན་མ་ཡིན་ཏེ། དམ་པའི་དོན་ལ་མི་ལྟོག་ཀྱང་། །ལྟོག་པར་སྒྲུབ་བ་ལ་བྱུལ་པ་ཡིན། །སྤྱི་ནི་  
ལ་བྱུལ་པར་མི་

༨༩

འདོད་པས། །དེས་ན་དེ་དག་ག་ལ་མཚུངས། །རྣམ་པར་རྟོག་པའི་གཟུགས་བརྟན་དོན་སྤྱི་ནི་དོན་  
དམ་པར་དེ་མ་ཡིན་ལས་མི་སྡོག་གོ། །འོན་ཀྱང་རྟོག་པའི་དོན་སྡོག་པར་སྒྲུབ་བ་ནི་འབྲུལ་པ་ཡིན་  
པས་དངོས་པོར་མེད་ལ་མུ་སྟེགས་བྱེད་བརྗོད་བྱའི་སྤྱི་མ་འབྲུལ་པའི་དངོས་པོར་འདོད་པས་ག་ལ་  
མཚུངས། དེ་སྐད་དུ་འདུག་ རྗེས་འགོ་ཅན་སྐྱ་རྗེས་འགོ་ཅན། །དོན་གྱི་འབྲས་ཡིན་མཐོང་གོམས་  
པས། །སྤྱུལ་དེ་འདུག་རྗེས་འགོ་མེད་པ་ཅན། །སྤྱོད་ལས་ཐ་དད་མེད་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པས་  
སོ། །གཞན་ཡང་འདི་དག་གི་དོན་རྒྱས་པར་རྣམ་འབྲེལ་ལས། དེ་ཕྱིར་བརྟེན་ཡི་དུས་ན་ཡང་། །རང་  
ཉིད་མཐོང་བའི་འབྲས་བུ་ཅན། །བརྟན་པའི་དོན་དང་འབྲེལ་པ་ཡི། །གཞན་སེལ་སྐྱ་དང་འབྲེལ་  
པར་འབྱུང་། །ཞེས་གསུངས་པས་ཐ་སྐད་གྱི་དུས་སུ་མི་འདོད་པ་གཞན་བཅད་ནས་འཇུག་པའི་

ཕྱིར་བཤེའི་དུས་ན་འདྲ་ཉོག་པ་ལ་སྒྲུབ་བ་དང་དོན་རང་མཆོད་གཉིས་གཅིག་ཏུ་ལྷ་མོ་ལ་ནས་དེ་མ་  
 ཡིན་བཅད་དེ་བཤེའི་དུས་ཀྱི་སྒྲུབ་གཞན་སེལ་དུ་བསྒྱུབ་བོ། །ཡང་། གཞན་དུ་མ་  
 མཐོང་ལ་སྒྲུབ་དང་། །ལ་ལར་དེ་མཐོང་ལ་སྒྲུབ་ཕྱིར། །གཞན་སེལ་སྒྲུབ་དང་འབྲེལ་འབྱུང་གི། །དེ་  
 རི་དངོས་ལ་མི་རུང་ངོ་། །ཞེས་གསུངས་པས། དངོས་པོ་ལ་སྒྲུབ་མི་སྒྲུབ་བར་གཞན་སེལ་ལ་སྒྲུབ་  
 བའི་ཀྱུ་མཆོད་ཡང་ཡལ་ག་ལ་སོགས་པ་དང་མི་ལྟན་པའི་དོ་བ་ལ་སོགས་པ་གཞན་དུ་ཁྱེད་གི་སྒྲུབ་  
 མ་མཐོང་། ཡལ་ག་ལ་སོགས་པ་དང་ལྟན་པ་གཞན་ཅན་ལ་སོགས་པ་ལ་ལར་ཁྱེད་གི་སྒྲུབ་དེ་  
 མཐོང་བས་རིས་མཐུན་པ་ལ་སྒྲུབ་མཐོང་། མི་མཐུན་པ་ལ་མ་མཐོང་བ་གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲུབ་དེ་  
 སྒྲུབ་དགོས་པས། གཞན་སེལ་དང་འབྲེལ་གྱི་དངོས་པོ་དང་མི་འབྲེལ་སོ། །གལ་ཏེ་སྒྲུབ་དངོས་པོ་  
 དང་འབྲེལ་

༩༥

ན་དེ་ཉིད་ལ་སྒྱུར་བས་གོའི་གཞན་ལ་མེད་པ་ལ་སྟོས་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་། དེ་ཕྱིར་  
རིགས་སོགས་དེ་ལྟ་ནི། །ཡོད་མིན་དོན་དང་དེ་དག་ལ། །མ་ཉན་པ་འབྲེལ་མིན་གཞན་ལས་  
ནི། །སྟོག་པ་ཉིད་ལ་སྒྱུ་སྒྱུར་ཕྱིར། །ཞེས་གསུངས་པས་མུ་སྟེགས་བྱེད་འདོད་པའི་རིགས་དང་ཡོན་  
ཏན་དང་བྱ་བའི་བྱེད་པར་དང་ལྟན་པ་དབང་པོའི་ཡུལ་ལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ་ཡོད་ན་དངོས་པོ་  
ལས་ཐ་དད་དུ་སྒྱུར་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་དོན་རང་གི་མཆོན་ཉིད་དང་རིགས་ལ་སོགས་  
པ་དེ་དག་ལ་སྒྱུ་སྒྱུར་མི་སྲིད་ཀྱི། །སྟོག་པ་ཉིད་ལ་སྒྱུ་སྒྱུར་བར་གསུངས་སོ། །དོན་ལ་བརྟེན་མི་སྒྱུར་  
བའི་རིགས་པ་འདིས་དབང་ཤེས་ཀྱང་རྟོག་བྱལ་དུ་གྲུབ་བོ། །གཉིས་པ་ཤེས་པ་རང་མཆོན་བརྗོད་  
བྱར་འདོད་པ་དང་མཚུངས་པ་སྤང་བ་ནི། །རྟོག་པའི་གཟུངས་བརྟན་བརྗོད་ན་ནི། །ཤེས་པ་བརྗོད་

བྱར་འགྱུར་ཞེ་ན། །གལ་ཏེ་རྟོག་པ་ལ་སྒྲུང་བའི་གཟུགས་བརྟན་དོན་སྤྱི་དེ་དངོས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་ཡིན་  
 ན། དེ་ཤེས་པ་ལས་ཐ་མི་དད་པའི་ཕྱིར་ཤེས་པ་རང་གི་མཆོན་ཉིད་བརྗོད་བྱར་འདོད་པ་ལ་  
 བརྗོད་པའི་སྒྲིན་འབྱུང་སྟེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། ཤེས་པ་ལ། །མཚུངས་མིན་རྣམ་པ་དེ་འདྲའི་སྟེ། སྤྱི་  
 ཕྱིར་ཞེས་གསུངས་པ་དང་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། རང་མཆོན་སྟོག་པ་བརྗོད་བྱ་མིན། །འབྲུལ་པས་  
 བརྟགས་པ་དངོས་མེད་ཡིན། །དེས་ན་རྟོག་པའི་གཟུགས་བརྟན་ལ། །འཇིག་ཏན་གཞུག་ཕྱིར་སྒྱུར་  
 བར་ཟད། །རྣམ་པ་དེ་སྒྲུང་བའི་ཤེས་པ་རང་མཆོན་གྱི་ཆ་བརྗོད་བྱ་མ་ཡིན་གྱི་འབྲུལ་པས་སྤྱི་རོལ་  
 ཏུ་ཞེན་པའི་ཆ་ལ་བརྟ་སྒྱུར་ལ། སྒྱུར་བར་བྱ་བའི་ཡུལ་མེད་མོད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་པ་རྣམས་གཞུག་  
 པའི་ཕྱིར་དོན་སྤྱི་ལ་བརྟ་སྒྱུར་ཞེས་བརྗོད་པར་ཟད་དེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། སྤྱི་རོལ་རྒྱས་པ་རྣམ་

གཙོད་ལ། །རིག་པ་མེད་ཀྱང་སྒྲ་དེ་དང་། །རྣམ་པར་རྟོག་པའི་གཟུགས་བརྒྱན་ནི། །དེ་ཡི་མཐར་  
བྱུག་རྣམས་



༩༩

དང་འབྲེལ། །དེས་ན་གཞན་སེལ་མཐར་ཐུག་ཕྱིར། །མཉན་པ་གཞན་སེལ་བྱེད་པ་བརྗོད། །སྒྲིག་  
 པ་བཞིན་དུ་སྒྲིག་དག་ལས། །ཞེས་ལ་གཞན་གྱི་གཟུགས་བརྟན་སྤང་། །གང་དེ་འང་དོན་གྱི་བདག་  
 ཉིད་མིན། །དེ་ལྟུང་བག་ཆགས་ལས་བྱུང་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། དོན་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་  
 སྤྱི། །ཀུན་ལ་ངོ་བོ་མཚུངས་ཕྱིར་དང་། །དེ་སྒྲིག་པ་ལ་བརྟེན་ཕྱིར་རོ། །བརྗོད་བྱ་ཉིད་ཕྱིར་དེ་དངོས་  
 མིན། །ཞེས་གསུངས་སོ། །གསུམ་པ་སེལ་བ་ལ་སྦྱོར་ན་ལྟན་པ་མ་ཡིན་པའི་འདུ་བྱེད་དང་མཚུངས་  
 པ་སྤང་བ་ནི། སེལ་བའི་སྤྱི་ལ་བརྟེན་སྦྱོར་ན། །ལྟན་པ་མིན་དང་མཚུངས་ཤིང་། །དོན་སྤྱི་ལ་སྦྱོར་ན་  
 མི་ལྟན་པའི་འདུ་བྱེད་ལ་སྦྱོར་བའི་སྦྱོན་མཚུངས་སོ་ཞེ་ན། དོན་སྤྱི་གལ་ཏེ་རྣམས་གྲུབ་ན། །བྱེད་  
 བདེན་འོན་ཀྱང་དངོས་མེད་ཡིན། །མེད་ཕྱིར་སེལ་བ་ཡུལ་མེད་ཅེས། །ཞེས་ན་བརྗོད་བྱ་རྗོད་བྱེད་

མེད། །སྒྲིའི་དངོས་ཀྱི་ཞེས་ཆོག་གི་ལྷག་མར་སྒྱུར་རོ། །དོན་སྒྱི་ཞེས་བྱ་བ་མི་གསལ་ལ་དོན་བྱེད་མི་  
 རུས་པ། གཟུགས་དང་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་དང་མི་ལྟན་པ་ཞིག་གྲུབ་པར་འདོད་ན། མི་  
 ལྟན་པའི་འདུ་བྱེད་ལ་བརྗོད་པའི་སྒྱུན་འབྱུང་མོད། །ཁོ་བོ་ཅག་གི་དོན་སྒྱི་རྣམས་སྒྱུ་མ་གྲུབ་པས་དོན་  
 སྒྱི་བརྗོད་བྱ་ཡིན་པ་དང་། བརྗོད་བྱ་ཅི་འདྲ་མེད་པ་གཉིས་དོན་དམ་པར་མཚུངས་པས་བརྟུན་པའི་  
 སྒྱུན་ལས་གོལ་ལོ། །འོ་ན་སྒྱི་ཤེས་པས་གསུངས་པ་དང་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་སྒྱི་འཛིན་གྱི་རྟོག་པ་  
 ལ་སྒྱུར་བརྟགས་པ་ཡིན་ལ་འདིར། རྟོག་པས་བརྟགས་པའི་ཡུལ་མེད་པ་ལ་དགོངས་པས་མི་  
 འགལ་ལོ། །གལ་ཏེ་དོན་སྒྱི་ཅི་འདྲ་མེད་པ་ལ་བརྟུན་པས་ཀྱང་རང་མཆོན་གོ་ན་རི་བོང་གི་རྣམ་ལ་  
 བརྟུན་པས་ཀྱང་བུམ་པ་གོ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ་དོན་སྒྱི་ལ་རང་མཆོན་དུ་འབྱུལ་  
 རས་གོ་ལ་རི་བོང་གི་རྣམ་ལ་བུམ་པའི་རང་མཆོན་དུ་

ཀྱོང་།

འབྲུལ་པ་མི་སྤྱོད་པས་ག་ལ་མཚུངས། བཞི་པ་བརྗོད་བྱ་མེད་ན་ཐ་སྙད་རྒྱན་ཆད་པར་འགྱུར་བ་  
 སྤང་བ་ནི། བརྗོད་བྱ་མེད་ན་འབྲུལ་པ་གསོག། ཡིན་ཕྱིར་ཐ་སྙད་འཇིག་ཅེ་ན། འདྲིལ་པ་བརྗོད་བྱ་  
 རྗོད་བྱེད་མེད་ན་སྤྱི་དང་དོན་སྤྱི་ལ་རང་མཚན་དུ་འབྲུལ་ནས་བརྗོད་བྱེད་བ། གསོག་གསོབ་ཡིན་  
 ཏེ་སྤྱོད་ཆོས་རང་དགའ་བ་རྣམས་ནི་དོན་ལ་མི་བརྟེན་པར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། འདྲིལ་ན་འབྲུལ་  
 པ་ལ་ཡིད་བརྟན་དུ་མེད་པས་ཐ་སྙད་ཐམས་ཅད་རྒྱན་ཆད་དོ་ཞེ་ན། སྤྱོད་མེད་དེ། འབྲུལ་པའི་སྒོ་  
 ནས་རང་མཚན་ལ། འཇུག་ཕྱིར་ཐ་སྙད་འཐད་པ་ཡིན། འཇིག་རྟེན་པ་རྣམས་དོན་སྤྱི་ལ་རང་  
 མཚན་དུ་འབྲུལ་ནས་རང་མཚན་ཉིད་སྤང་བ་དང་དོར་བ་ལ་འཇུག་པས་ན་ཐ་སྙད་རྒྱན་ག་ལ་  
 འཆད། ལྷ་པ་ཆད་བྱས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་གོ་བས་འབྲུལ་པ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་ནི། ཆད་བྱས་འབྲེལ་

ཕས་གོ་བ་ལ། །འབྲུལ་པ་འི་འབྲེལ་པ་མི་དགོས་ལོ། །བོད་རྒྱལ་ས་ན་རེ། ཆད་བྱས་ཀྱི་འབྲེལ་པས་གོ་  
 བས་འབྲུལ་པ་འི་འབྲེལ་པས་ཅི་བྱ་ཞེ་ན། རང་མཚན་དང་ནི་དོན་སྤྱི་དང་། །གཉིས་པོ་གཅིག་ཏུ་  
 འབྲུལ་པ་སྟེ། །གསུམ་པོ་གང་ལ་ཆད་བྱས་ཀྱང་། །འབྲུལ་པ་མེད་ན་བརྟུ་མི་འབྱོར། །ཆད་བྱས་ཀྱི་  
 འབྲེལ་པ་དེ་ཅི་རང་མཚན་ལ་བརྟུ་ཆད་བྱེད་ན་མུ་སྟེགས་བྱེད་ལ་བརྟུ་པ་འི་སྤྱི་ན་འབྱུང་ལ། དོན་  
 སྤྱི་ལ་བརྟུ་ཆད་བྱེད་ན་ཉན་ཐོས་ལ་བརྟུ་པ་འི་སྤྱི་ན་ཡོད་ཅིང་། དོན་སྤྱི་དང་དོན་རང་མཚན་  
 གཅིག་ཏུ་འབྲུལ་པ་ལ་བརྟུ་བྱེད་ན་ཁོ་བོ་ཅག་གི་འདོད་པ་བསྐྱབ་པས་གང་སྟར་ཡང་མ་འབྲུལ་  
 པ་འི་ཆད་བྱས་ཀྱིས་འབྲེལ་པ་མུན་སྤྱུལ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་བྱེད་རང་བརྟུ་ཆད་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ནམ་  
 ཉམ་ན། བྱེད་མོད་ཀྱི། འདིར་ནི་རང་མཚན་གཟུངས་བརྟུ་ན་གཉིས། །གཅིག་ཏུ་འབྲུལ་དུ་གཞུག་  
 པ་འི་ཕྱིར། །ཀན་པོ་རྒྱལ་ས་ཀྱིས་བརྟུ་ཆད་བྱེད། །འབྲུལ་ནས་དོན་ལ་འཇུག་པར་འབྱུང་། །སྤྱི་

༩༩

མའི་མཁན་པོ་དག་འཇིག་རྟེན་དོན་ལ་གཞུག་པའི་ཕྱིར་སྒྲགས་གྱིས་འབྲུལ་དུ་འཇུག་པ་སྟེ།  
 དོན་སྤྱི་དང་རང་མཚན་གཉིས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེད་ནས་བརྟེན་ཆ་གྱི་སྒྲགས་གྱིས་འབྲུལ་དུ་འཇུག་ལ།  
 དེ་ལྟར་འབྲུལ་པའི་སྟོབས་གྱིས་དོན་རང་མཚན་ཉིད་སྤང་དོར་ལ་འཇུག་པ་ནི་ཚུ་རྣམས་མཐོང་བ་  
 རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཐར་པ་ཡིན་ལོ། །དེ་སྐད་དུ་འདྲ། རྣམ་འབྲེལ་ལས། དེ་དངོས་སྟོབས་བྱུང་གས་  
 རྟོགས་པ་ཡིས། །གཞན་ལ་བསྐྱོད་པ་རྟོགས་ཕྱིར་ཡང་། །སྤྱོད་དོན་གང་ཡིན་འདི་ཉིད་ཅེས། །བརྗོད་  
 པ་ལ་ནི་འགལ་བ་མེད། །ཅེས་བྱ་བ་དང་། །ཤེས་པ་སྤྱི་ཡི་ངེས་སྤྱུལ་པ། །དེ་དག་ལོག་པར་སྤྱང་བ་  
 ཉིད། །དོན་གྱི་ཆ་ལས་འདི་རྗེས་འགོ། །དེ་ལྟར་མཉམ་པ་གཞན་སེལ་བྱེད། །ཅེས་གསུངས་པས་  
 ལོ། །སྤྱི་ཡི་དངོས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་མེད། །ཞེན་པའི་བརྗོད་བྱ་རང་མཚན་ཡིན། །འབྲེལ་བ་འབྲུལ་པས་

བྱས་ན་ཡང་། །འཇུག་པའི་སྒྲེས་བྱ་བསྐྱ་བ་མེད། །ཅིས་བྱ་བ་ནི་བསྐྱ་བའི་ཆོགས་སྐྱ་བཅད་  
 པའོ། །ཚད་མ་རིགས་པའི་གཏེར་ལས་བརྗོད་བྱ་དང་རྗོད་བྱེད་བརྟག་པའི་རབ་རྩ་བྱེད་པ་ལྔ་  
 པའོ། །བཞི་པ་འབྲེལ་པ་དང་འགལ་བ་རྟོགས་པའི་ཚུལ་ནི། དགག་དང་བསྐྱབ་པ་ཇི་སྟེད་  
 པ། །འགལ་འབྲེལ་ཉིད་ལ་སྟོས་པས་ན། །ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་དཔྱོད་པ་ཡི། །སྟོན་དུ་འགལ་  
 འབྲེལ་དཔྱད་པར་བྱ། །ཚད་མ་ཡིན་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དཔྱོད་པ་ཐམས་ཅད་འགལ་  
 འབྲེལ་ལ་སྟོས་པའི་སྤྱིར་སྟོག་མར་དེ་གཏན་ལ་དབབ་བོ། །དེ་ལ་གཉིས་ལས། སྟོག་མར་འབྲེལ་པ་  
 དཔྱད་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། རོན་ལ་འབྲེལ་པ་དགག་སྟོང་ར་འབྲེལ་པ་བསྐྱབ། འབྲེལ་པ་བསྐྱབ་པའི་  
 ཚད་མའོ། །དང་པོ་ལ་འབྲེལ་པ་སྤྱིར་དགག་པ་དང་། སོ་སོར་དག་ག་པ་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་ཡང་།  
 ཆོས་གཉིས་གཅིག་པ་མི་



༩༩

སྤྲོད་ཅིང་། །གཅིག་ལ་འབྲེལ་པ་མི་སྤྲོད་པས། །རང་རང་དོ་བོ་ལ་གནས་པ་ལེ། །དངོས་པོ་ཐམས་  
 ཅད་འབྲེལ་མེད་ཡིན། །ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་དངོས་པོ་དང་དངོས་མེད་གཉིས་ལས་མི་སྤྲོད་ལ།  
 དངོས་པོ་ལ་འང་རང་གཞན་གཉིས་སྤྲུལ་ཆོན་ཆོད་ཅིང་། །རང་ཡིན་ན་གཞན་དང་མ་  
 འདྲེས། །གཞན་ཡིན་ན་རང་དང་མ་འདྲེས་པས་བར་ན་ཡུང་པོ་གསུམ་པ་མེད་དོ། །དེས་ན་གྲངས་  
 ཅན་ལྟར་ཆོས་དུ་མ་གཅིག་ཏུ་འདྲེས་པ་མི་སྤྲོད་ལ་གཅིག་ལ་རང་ཉིད་རང་དང་འབྲེལ་པ་མི་སྤྲོད་  
 པས་རྒྱུད་པ་རེ་རེ་ལ་འབྲེལ་པ་ཡོད་རེ་སྟེན། དེའང་འབྲེལ་བརྟག་ལས། གཞན་དབང་ཁོ་ནར་  
 འབྲེལ་པ་ནི། །གྲུབ་ན་གཞན་དབང་ཅི་ཞིག་ཡིན། །དེ་ཕྱིར་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །འབྲེལ་པ་  
 ཡང་དག་དུ་ན་མེད། །ཅེས་གསུངས་པས་སོ། །དངོས་མེད་ལ་འང་དངོས་འབྲེལ་ནི། །ཡོད་ཅེས་བྱུན་

ཕོ་འགའ་ཞིག་སྤྱ། །བོད་འགའ་ཞིག་གཅིག་དང་དུ་བྲལ་ལ་སོགས་པའི་རྟགས་ཀྱི་དགག་བྱ་མི་སྤྲིད་  
 པ་རྣམས་ལ། བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་མེད་དགག་ཡིན་པས་དངོས་འབྲེལ་མེད་ཅིང་དགག་བྱ་མི་སྤྲིད་  
 པས་བསྐྱོག་འབྲེལ་ཡང་མེད་ལ། འབྲེལ་མེད་ཀྱི་རྟགས་སྤྲིད་པར་བལ་བས་དེས་ན་དངོས་མེད་  
 ལའང་དངོས་འབྲེལ་ཡོད་ལ། འོན་ཀྱང་དེ་སྤྱི་རིས་མི་བེན་པས་བསྐྱོག་འབྲེལ་དེས་པ་ལ་སྤྱོས་སོ་  
 ཞེས་བེར་རོ། །འདི་མི་འབྲད་དེ། དངོས་མེད་དོ་བོ་མེད་པ་ལ། །འབྲེལ་པ་ཡོད་ན་དངོས་པོར་  
 འགྱུར། །བྲིད་རང་སྟར་ན་བདག་གཅིག་པས་འབྲེལ་ན་རང་བཞིན་གྱི་དངོས་པོ་དང་དེ་ལས་བྱུང་  
 བས་འབྲེལ་ན་འབྲས་བུའི་དངོས་པོར་འགྱུར་རོ། །ཡང་དངོས་པོ་དང་དངོས་མེད་གཉིས་ཀ་ལ་  
 འབྲེལ་པའི་མཚན་ཉིད་མི་སྤྲིད་དེ། ཆོས་གང་ཆོས་གཞན་མི་འདོར་བ། །འབྲེལ་པ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱི་

ཆེ།ལའི་གཡུ་གེ།ཡུ་ལྟེ།

མཚན་ཏེ། །དངོས་པོ་འདྲེ་བ་མེད་ཕྱིར་དང་། །དངོས་མེད་ངོ་བོ་མེད་ཕྱིར་མེད། །འབྲེལ་པ་སྤྱིའི་  
མཚན་

༩༥

ཉིད་ཚོས་གང་ཞིག་ཚོས་གཞན་མི་འདོར་བ་ཡིན་པས་ཚོས་གཉིས་ལ་གནས་དགོས་ལ་དེ་ནི་  
དངོས་པོ་ལ་འདྲེ་བ་མེད་ཅིང་དངོས་མེད་ལ་ངོ་བོ་མེད་པས་མི་སྲིད་དོ། དེའང་འབྲེལ་བརྟག་ལས།  
འགའ་ཡང་འབྲེལ་པའི་མཚན་ཉིད་ནི། །གཉིས་ལ་གནས་གྱིས་གཞན་དུ་མིན། །ཞེས་གསུངས་  
པས་སོ། །གལ་ཏེ་འབྲེལ་པའི་མཚན་ཉིད་ཚོས་གཞན་ལ་མི་འབྲུལ་པ་ལ་འདོད་ན། མི་འབྲུལ་པ་  
སྒྲོའི་ཚོས་ཡིན་པས་དོན་ལ་འབྲུལ་མ་འབྲུལ་གྱི་ཐ་སྙད་མི་འཇུག་གོ། །ཡང་འབྲེལ་པའི་སྐྱོད་དོན་མི་  
འཇུག་སྟེ། སངས་རྒྱས་པ་དང་ཕྱི་རོལ་པ་གཉིས་ཀས་འབྲེལ་པའི་སྐྱོ་སྟོབས་རྒྱ་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་  
དག་པར་བཅིངས་པའམ། དྲ་ཏི་བརྒྱ་ཞེས་སོ་སོར་བཅིངས་ཤིང་གཉིས་པན་ཚུན་མི་གཏོང་བ་ལ་  
འདོད་ལ། དེ་དག་གྱང་དངོས་པོ་དང་དངོས་མེད་གྱི་འབྲེལ་པ་ལ་མི་འབྲུབ་བོ། །གལ་ཏེ་སྐྱོད་དོན་མ་

གྲུབ་མེད་མཚན་ཉིད་གྲུབ་བོ་ཞེ་ན། འདིར་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་མེད་དོན་དང་མཚན་ཉིད་ལྟར་  
 འབྲེལ་པ་འང་མེད་དོན་དང་མཚན་ཉིད་གཅིག་པའི་སྐབས་ཡིན་ནོ། །བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་གྲུང་  
 མདོ་ལས་ཆོས་ཐམས་ཅད་འབྲེལ་པ་མེད་པ་ཞེས་གསུངས་པ་འང་དེ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་སོ་སོར་  
 དགག་པ་ལ་འང་གསུམ་ལས། དང་པོ་བདག་གཅིག་པའི་འབྲེལ་པ་དགག་པ་ནི། བདག་གཅིག་པ་  
 ལ་ཆོས་གཉིས་མེད། །ཆོས་གཉིས་མེད་ལ་འབྲེལ་མི་སྲིད། །དེས་ན་བྱས་དང་མི་རྟག་པ། །དོན་གྱི་  
 རྟེན་ན་འབྲེལ་པ་མེད། །སྐྱེ་དང་མི་རྟག་པ་དང་བྱས་པ་ཞེས་ལྟོག་པ་ཐ་དད་སྒྲིལ་བྱེ་བ་ཡིན་གྱི་དོན་  
 ལ་མེད་དོ། །གལ་ཏེ་བྱས་དང་མི་རྟག་པའི། །ལྟོག་པ་སྐྱེ་ལ་མ་གྲུབ་ན། །ཚུལ་གསུམ་གྲུབ་པ་མི་སྲིད་  
 པས། །དོན་ལ་བདག་གཅིག་འབྲེལ་ཅེ་ན། །གྲངས་ཅན་དང་བོད་འགའ་ཞིག་ཁ་མཐུན་པར་སྐྱེ་  
 དང་བྱས་པ་དང་མི་རྟག་པ་གསུམ་རྩ་གཅིག་གྲུང་ལྟོག་པ་ཐ་དད་དུ་

༥༥

དོན་ཉིད་ལ་གནས་སོ། །གལ་ཏེ་སྡོག་པ་སྡོག་པ་བྱས་ཡིན་ན་དོན་ལ་དགག་སྐྱབ་མི་ཅུས་ཏེ། སྡོལ་  
ཆོས་རང་དགའ་བ་རྣམས་དོན་དང་མ་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། མི་འབྲད་དེ། རྣམ་གཅིག་དོན་  
མཐུན་སྡོག་པ་རྣམས། །དོན་ལ་ཡོད་ན་སྡོག་པ་ན། །མ་འབྲེལ་རྟགས་མིན་འབྲེལ་ན་ཡང་། །རྣམ་  
གྲངས་པ་འམ་འབྲས་བུར་འབྱུང་། །བྱས་པ་དང་མི་རྟག་པ་གཉིས་སྐྱའི་རྣམ་སྒྲུ་གཅིག་པར་མི་  
མཐུན་པ་མེད་མོད། །འོན་ཀྱང་སྡོག་པ་ཐ་དད་གཉིས་སྡོལ་སྡོག་པ་འི་དོན་ཆོས་སམ་མ་སྡོག་པ་འི་  
དོན་ཆོས་ཡིན་ཡང་རུང་སྟེ་དོན་ལས་ཐ་དད་དུ་ཡོད་ན། བྱས་པ་དང་མི་རྟག་པ་འི་སྡོག་པ་ནང་  
འབྲེལ་མེད་ན་བྱས་པས་མི་རྟག་པ་བསྐྱབ་མི་ཅུས་ཤིང་ཡོད་ན་བྱས་སྡོག་དང་མི་རྟག་པ་འི་སྡོག་པ་  
གཉིས་བདག་གཅིག་ན་རྣམ་ཀྱང་གཅིག་སྡོག་པ་འང་གཅིག་པས་ཐ་དད་དུ་འདོད་ཀྱང་དོན་ལ་



བྱེད་པར་ཅི་འད་མེད་ལ། བྱེད་པར་མེད་པ་ལ་མེད་དུ་མ་བཏགས་ཀྱང་ཟླ་བ་དང་བསེལ་བེར་བྱེད་  
 རྟེན་མེད་གི་རྣམ་གྲངས་སུ་འགྱུར་གྱི་ཕྱོག་པ་ཐ་དད་དུ་མ་སོང་ངོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལས་འབྱུང་བས་  
 འབྲེལ་ན་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་སུ་མི་འགྱུར་རོ། །གཞན་ཡང་བྱས་ཕྱོག་རྟག་ན་རྟག་དངོས་སྤིང་  
 པར་འགྱུར་ལ། མི་རྟག་ན་མི་རྟག་པར་གང་གིས་འགྱུབ། བྱས་ཕྱོག་ཆོས་ཅན་མི་རྟག་སྟེ། བྱས་  
 པའི་ཕྱིར་ཞེས་རྟགས་གཞན་གྱིས་བསྐྱབ་བོ་སྣམ་ན། དེ་ལ་ཡང་རྟགས་གཞན་དགོས་པས་བྱགས་  
 མེད་དུ་འགྱུར་རོ། །དེས་ན་སྤྱིད་འཇུག་གི་གྲངས་ཅན་འགོག་པའི་སྐབས་སུ། གཅིག་ལ་རང་བཞིན་  
 གསུམ་ཉིད་ནི། རིགས་མིན་དེས་ན་དེ་ཡོད་མིན། །དེ་བཞིན་ཡོན་ཏན་ཡོད་མིན་ཏེ། །དེ་ཡང་སོ་  
 སོར་རྣམ་གསུམ་ཕྱིར། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་། རིགས་པའི་གནད་གཅིག་པས། གྲངས་ཅན་གྱི་  
 རང་བཞིན་དང་ཡོན་ཏན་དོན་གྱི་སྟེང་ན་བདག་གཅིག་པར་འདོད་པ་དང་

༥༥

བོད་དག་གིས་རྩ་ས་དང་ལྷོག་པ་དོན་གྱི་སྒྲིབ་ན་བདག་གཅིག་པར་འདོད་པ་ནི་མིང་བསྐྱར་བ་མ་  
གཏོགས་པ་དོན་ལ་བྱུང་པར་མེད་དོ། །གཉིས་པ་དེ་ལས་བྱུང་བའི་འབྲེལ་པ་དོན་ལ་དགག་པ་ལ་  
རྒྱ་འབྲས་གྱི་རྩ་ས་ལ་འབྲེལ་པ་དགག་པ་དང་། རིགས་ལ་འབྲེལ་པ་དགག་པ་གཉིས་ལས་དང་པོ་  
ལ་གསུམ་སྟེ། རྒྱ་འབྲས་རིམ་གྱིས་པ་ལ་དགག་པ། རྒྱུང་པ་ལ་དགག་པ། ལྷོས་པ་ལ་དགག་  
པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས། སྤྲ་ཕྱི་ལ་མི་འབྲུང་པ་ནི། སྤྲ་ཕྱི་མིན་ལ་དེ་བྱུང་མེད། །སྤྲ་ཕྱི་ཡོད་ན་  
གང་རྒྱུ་མེད། །དེས་ན་དངོས་དང་དངོས་མེད་ལ། །དེ་ལས་བྱུང་བའི་འབྲེལ་པ་མེད། །དངོས་པོ་  
ཐ་དད་དུས་མཉམ་པ་ལ་དེ་ལས་བྱུང་བའི་འབྲེལ་པ་མི་སྲིད་ཅིང་དུས་མི་མཉམ་པ་ལ་འང་རྒྱ་མེ་  
ཡོད་པ་ན་འབྲས་བུ་དུ་བ་མ་སྐྱེས་ནས་དངོས་མེད་ཡིན་ལ། དུ་བ་ནམ་སྐྱེས་པ་ན་དེ་སྐྱེད་པའི་རྒྱ་མེ་

སྐད་ཅིག་གིས་འཛིག་པས་དངོས་མེད་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། གང་སྟར་ཡང་རྒྱ་འབྲས་གཅིག་པ་  
 དགག་པ་ལ་འབྲེལ་པ་མི་སྲིད་དོ། །དེ་ཉིད་འབྲེལ་བརྟག་ལས། རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་པོ་  
 ཡང་། །དེ་གཉིས་སྟན་ཅིག་མི་གནས་པས། །གཉིས་ལ་གནས་པ་ཇི་སྟར་འགྱུབ། །གཉིས་ལ་མི་  
 གནས་ཇི་སྟར་འབྲེལ། །ཞེས་གསུངས་ལ། དེ་ཉིད་འབྲེལ་པ་བྱེད་པས་ཀྱང་། སྒོས་སྒྲེལ་ཏེ་འབྲེལ་  
 པ་ནི་རྣམ་པར་རྟོག་པས་བསྐྱེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བཤད་དོ། །གཉིས་པ་བར་གྱི་སྦྱར་འབྲེལ་མི་  
 འབྲད་པ་ནི། འགགས་པ་དང་ནི་སྦྱེས་པ་ལ། །སྦྱར་བའི་འབྲེལ་པ་ཡོད་ཅེ་ན། །མུ་སྟེགས་བྱེད་ན་  
 དེ། །རྒྱ་མི་འགགས་པ་དང་འབྲས་བུ་དུ་བ་སྦྱེ་བའི་བར་དེར་སྦྱར་བའི་འབྲེལ་པ་ཡོད་དོ་ཞེ་ན། མི་  
 འབྲད་དེ། སྦྱར་འབྲེལ་རྟག་ན་དངོས་པོ་མིན། །མི་རྟག་ན་ནི་བྱག་མེད་འགྱུར། །སྦྱར་བའི་འབྲེལ་པ་  
 རྟག་ན་དངོས་པོར་མི་འབྲད་ལ། དངོས་

༩༩

པོར་མེད་པ་དེ་བྱ་བྱེད་ལས་གྲོལ་བའི་ཕྱིར་གཉིས་སྦྱར་བའི་བྱེད་པ་པོར་མི་རུང་ཞིང་མི་རྟག་ན་མེ་  
འགགས་པ་ན་སྦྱར་འབྲེལ་ཡང་འགགས་པས་དུ་བ་དང་སྦྱེལ་བར་མི་རུས་སོ། གལ་ཏེ་མེ་འགགས་  
ལ་དུ་བ་མ་སྦྱེས་པའི་བར་དེར་སྦྱར་བའི་འབྲེལ་པ་ཡོད་པར་འདོད་ན། རྒྱ་འབྲས་མ་འབྲེལ་པ་  
གཉིས་ཀྱི་འབྲེལ་བྱེད་དུ་མི་འབྲད་དེ། འབྲེལ་བྱེད་དེ་ཆོས་གསུམ་པར་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཆོས་  
གསུམ་པར་ཡོད་ཀྱང་མེ་དུད་ཀྱི་འབྲེལ་བྱེད་ཡིན་ན་མེ་དུད་གཉིས་ཉིད་སྦྱེལ་བས་ཆོག་གིས་  
འབྲེལ་པས་སྦྱེལ་ཅི་དགོས། གལ་ཏེ་མེ་དུད་དང་སྦྱར་འབྲེལ་གྱི་བར་དུ་འང་འབྲེལ་བ་གཞན་ཞིག་  
དགོས་ན་བྱག་མེད་དུ་འགྱུར་རོ། །དེ་འང་འབྲེལ་བརྟག་ལས། ཐ་དད་ཡིན་ན་ཅི་ཞིག་འབྲེལ། །ཐ་  
དད་མིན་ན་རྒྱ་འབྲས་གང་། །གཞན་ཞིག་ཡོད་ན་མ་འབྲེལ་གཉིས། །དེ་གཉིས་འབྲེལ་པ་ཇི་ལྟར་

བྱེད། །ཅེས་གསུངས་པ་རྟུར་རོ། །གཉིས་པ་རྒྱ་ལྟུང་རྒྱ་ལྟུང་པ་ལ་འབྲེལ་པ་དགག་པ་འདྲ་། གལ་ཏེ་  
 བན་ཚུན་མ་ལྟོས་པ་ལེ། །མེ་དུད་འབྲེལ་པ་ཡིན་ཞེ་ན། །འབྲེལ་པ་ནི་ཆོས་གཉིས་ལ་ལྟོས་མི་དགོས་  
 གྱི། །མེ་དུད་ལ་སོགས་པ་སོ་སོ་བ་ཉིད་མཐོང་བས་འབྲེལ་པ་འོ་སྟུང་ན། རྒྱ་ལྟུང་པ་རེ་རེ་མཐོང་བས་  
 རྒྱ་ལྟུང་། །གཉི་གཉི་འབྲེལ་པ་དེས་པར་འགྱུར། །མེ་དུད་རྒྱ་ལྟུང་པ་འབྲེལ་པ་ཡིན་ན་འབྲེལ་མེད་མི་སྲིད་  
 ཅིང་བན་ཚུན་མ་ལྟོས་རྒྱ་ལྟུང་རྒྱ་ལྟུང་དེས་པར་འགྱུར་ལ། འབྲེལ་རྟགས་དང་རྒྱ་ལྟུང་མི་དམིགས་པ་གོ་  
 བྱེད་དུ་མི་འགྱུར་ཏེ་བན་ཚུན་མི་ལྟོས་པ་ལེ་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་འདྲ་འབྲེལ་བརྟག་ལས། དེ་མེད་པར་  
 ཡང་ཡོད་པ་ལེ་ཕྱིར། །གཅིག་ལ་འདྲུག་པ་འབྲེལ་པ་མེད། །ཅེས་གསུངས་པས་སོ། །གསུམ་པ་ལྟོས་  
 པ་ལ་འབྲེལ་པར་འདོད་པ་དགག་པ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་བན་འདོགས་པ་ལ་འབྲེལ་པ་དགག་

པ་ཡང་། རྒྱ་ལྷན་པན་ཚུན་སྟོས་ནས་པན། །འདོགས་ཕྱིར་འབྲེལ་བ་མི་འགལ་ན། །མི་པན་  
འདོགས་



༩༩

བྱེད་དང་། རུ་བ་ཕན་གདགས་བྱ་ཡིན་པས་འབྲེལ་པ་ཆོས་གཉིས་ལ་སྟོས་སོ་ཞེ་ན། རྒྱ་འབྲས་  
 དངོས་པོ་དངོས་མེད་ལ། །ཕན་བྱ་ཕན་བྱེད་འབྲེལ་པ་དག་ལ། །ཕན་འདོགས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཡོད་པ་ན་  
 ཕན་གདགས་བྱའི་འབྲས་བུ་མ་སྟེས་ལ། ཕན་གདགས་བྱའི་འབྲས་བུ་སྟེས་པ་ན་ཕན་འདོགས་  
 བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་འགགས་པས་རུས་མི་མཉམ་པའི་ཕྱིར་ཕན་འདོགས་མ་སྟེད་དེ། ཐུབ་པ་དང་རིང་  
 འཕྱར་བཞིན་ནོ། །དེའང་འབྲེལ་བརྟག་ལས། འདི་ནི་གཞན་རུ་འདུག་པ་ན། །ཅི་སྟེ་དེ་གཉིས་  
 གཅིག་ལ་སྟོས། །སྟོས་ལས་ཕན་པ་བྱེད་པར་འགྱུར། །མེད་ན་རི་རྩར་ཕན་པར་བྱེད། །ཅེས་  
 གསུངས་པས་སོ། །གཉིས་པ་མེད་ན་མི་འབྱུང་བའི་འབྲེལ་པ་དགག་པ་ཡང་། མེད་ན་མི་འབྱུང་  
 འབྲེལ་ཡིན་ན། །གཡས་གཡོན་སོགས་ཀྱང་འབྲེལ་པར་འགྱུར། །རྒྱ་ལ་མ་སྟོས་པར་འབྲས་བུའི་བྱ་

ལྷ་མོ་འབྱུང་བ་ཙམ་ལ་འབྲེལ་པར་འདོད་དོ་ཞེ་ན། རྒྱ་གཡས་གཡོན་དང་ཕ་རོལ་ཚུ་རོལ་དང་  
 རིང་ཐུང་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་རྒྱ་འབྲས་སུ་འབྱུང་ཏེ། འབྲེལ་བརྟག་ལས། ཅི་སྟེ་དོན་གཅིག་  
 འབྲེལ་པའི་ཕྱིར། །དེ་གཉིས་རྒྱ་འབྲས་ཉིད་ཡིན་ན། །གཉིས་ཉིད་ལ་སོགས་འབྲེལ་པའི་  
 ཕྱིར། །གཡས་གཡོན་རྒྱ་ཡང་དེ་གཉིས་ཐོབ། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དོན་ལ་མེད་ན་མི་འབྱུང་  
 བའི། །འབྲེལ་པ་རྣམས་སྟོག་བརྟག་པས་ཁེགས། །ཐ་སྙད་སྟོས་པ་ཙམ་མ་ཡིན་གྱི་དོན་ཉིད་ལ་མེད་  
 ན་མི་འབྱུང་བའི་འབྲེལ་པ་ཡོད་ཅེ་ན། མའི་རྣམས་མེད་ན་དུ་བའི་རྣམས་མི་འབྱུང་བ་ཡིན་ནམ། མེ་  
 ཙམ་གྱི་སྟོག་པ་མེད་ན་དུ་བ་ཙམ་གྱི་སྟོག་པ་མི་འབྱུང་བ་ཡིན། དང་པོ་ལྟར་ན་མའི་རྣམས་ལ་གསུམ་  
 ལས་མི་འདའ་བས་ད་ལྟར་མཐོང་བའི་དུ་བ་དང་འདས་པའི་མེ་མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་ཡིན་

ཆེ་ལའི་གཡུ་གེ་དཔལ་ལྷན་ལའ།

མོད། །དོན་ཐོབ་བྱེད་མ་ཡིན་ཏེ་འགགས་པའི་ཕྱིར་དོ། །མ་འོངས་པའི་མེ་ཐོབ་རྒྱ་ཆུག་ན་འང་རྒྱ་མ་  
ཡིན་

༡༠༩

པས་མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་མེད་ལ། ད་ལྟ་བ་ལ་མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་དང་ཐོབ་པ་གཉིས་ཀ་མེད་དེ་  
དུས་མཉམ་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་མེད་དུ་གྱི་རྣམས་སོ་སོར་མ་ཕྱེ་བར་སྡོག་པ་མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་  
ལ་འདོད་ན་དེ་རྟོག་པས་སྒྲེལ་པ་ཡིན་གྱི་དོན་གྱི་འབྲེལ་པ་མི་འབྲད་དོ། །གཉིས་པ་རྒྱ་འབྲས་  
རིགས་ལ་འབྲེལ་པ་དགག་པ་ཡང་། རང་གི་མཆན་ཉིད་འབྲེལ་མེད་ཀྱང་། རྒྱ་འབྲས་རིགས་ལ་  
འབྲེལ་ཞེ་ན། རྒྱ་འབྲས་རང་གི་མཆན་ཉིད་ལ་མེད་ཀྱང་རིགས་ལ་འབྲེལ་པ་ཡོད་དོ་ཞེ་ན། རིགས་  
དེ་རྒྱ་འབྲས་ཉིད་ཡིན་ན། རྣམས་ཀྱི་སྦྱོན་ལས་འདས་པ་མེད། །དེ་ལས་གཞན་པའི་རིགས་ཡོད་  
ན། རྒྱུ་ཡི་སྐབས་སུ་བཀག་བྱེད་ཏོ། །རྒྱུ་རིགས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཅི། རྒྱ་འབྲས་རང་གི་  
མཆན་ཉིད་ལ་བྱེད་ན་རང་མཆན་དུས་གསུམ་དུ་བརྟགས་ནས་བཀག་བྱེད་ལ་དེ་ལས་གཞན་པའི་

སྤྱི་རིགས་ནི་སྤྱི་བྱེ་བྲག་ལས་ཐ་དད་ན་བྱེ་བྲག་པ་ལ་བརྗོད་པའི་སྤྱི་ན་དང་། ཐ་མི་དད་ན་གྲངས་  
 ཅན་ལ་བརྗོད་པའི་སྤྱི་ན་སྤྱི་རྒྱུ་འགོག་པའི་སྤྱི་བས་སྤྱི་བཤད་ཟེན་ཏོ། །གསུམ་པ་འབྲེལ་པ་གཞན་  
 བཀག་པར་གྲུབ་པ་ནི། འདིས་ནི་ལྡན་དང་འདྲུ་བ་དང་། །བྱང་པར་དང་ནི་བྱང་པར་ཅན། །བྱེད་  
 དང་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པ། །འབྲེལ་པར་འདོད་པ་བཀག་པ་ཡིན། །དེ་ལ་གཉིས་ལས་སྤྱི་གས་སྤྱི་མ་  
 བརྗོད་ན། ལའར་གཞོང་ལ་ནི་རྒྱ་ལྷག་བརྟེན། །དེ་ནི་ལྡན་པའི་འབྲེལ་ཞེས་ཟེར། །ལའར་གཞོང་  
 དང་རྒྱ་ལྷག་ངོ་བོ་ཐ་དད་ཅིང་དེ་ལས་མ་སྤྱིས་པས་བདག་གཅིག་དང་དེ་བྱུང་མེད་མོད་འོན་ཀྱང་  
 ཏེན་དང་བརྟེན་པ་གཉིས་སྤྱི་ལ་བ་ལྡན་པའི་འབྲེལ་པ་དང་། ཏྲག་པའི་ཏེན་ལ་མི་ཏྲག་པ། །འབྲེལ་  
 པ་འཕྲོད་པ་འདྲུ་ཞེས་གྲགས། །སྤྱི་ཤིང་ཅམ་ལ་སོགས་པ་ཏྲག་པ་གཅིག་ཤུའི་ཏེན་དེ་ལ་བྱེ་བྲག་

ཅན་ལ་སོགས་པ་མི་རྟག་པ་བརྟེན་པ་འཕྲོད་པ་འདྲ་བའི་འབྲེལ་པ་དང་། བྱས་དང་མི་རྟག་ལ་  
སོགས་པ། །དོན་གཅིག་ལ་ནི་འདྲ་ཞེས་སྒྲ། །བྱས་པ་དང་མི་



༧༠༩

རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་ཐ་དད་སྒྲ་དང་འབྲེལ་པ་ལྟ་བུའམ། རྟག་སྒྲིག་ཤལ་རྩ་དང་མིག་བཞི་ལ་  
 སོགས་པ་དཀར་ཟལ་ལ་སོགས་པ་དང་འབྲེལ་པའམ། ཐགས་ཀྱི་རྒྱ་སྒྲ་སྒྲིམ་བུ་དང་འབྲེལ་པ་ལ་  
 སོགས་པ་ཆོས་ཐ་དད་མི་འབྲེལ་པ་ཐམས་ཅད་དོན་གཅིག་ལ་འདྲ་བའི་འབྲེལ་པ་དང་། ཐ་དད་  
 གཞན་གྱིས་གཞན་གོ་བ། །བྱད་པར་བྱེད་ཆོས་འབྲེལ་ཞེས་འདོད། །ཐ་དད་པའི་དབྱུག་པས་  
 དབྱུག་པ་ཅན་དུ་གོ་བ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་བྱད་པར་བྱེད་ཆོས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་དང་། འགགས་  
 པའི་རྒྱ་དང་ད་རྟར་གྱི། །འབྲས་བུ་འབྲེལ་པ་སྦྱར་འབྲེལ་ལོ། །རྒྱ་འགགས་པ་དང་འབྲས་བུ་ད་  
 རྟར་བ་གཉིས་འབྲེལ་པ་ལ་སྦྱར་བའི་འབྲེལ་པ་དང་། བདག་དང་བྱ་བ་རྣམ་གཉིས་ལ། །བྱེད་པའི་  
 འབྲེལ་པ་ཡོད་དོ་ལོ། །བདག་རྟག་པ་དང་བྱ་བ་མི་རྟག་པ་ལ་བྱེད་པའི་འབྲེལ་པ་དང་། མིག་གིས་

གཟུགས་ལ་བལྟ་བ་ལ། །ཕྱད་པའི་འབྲེལ་བ་ཡིན་ཞེས་ཟེར། །གཟུགས་དང་མིག་འདུས་པའམ་དེ་  
 བཞིན་དུ་ལུས་དང་རིག་བྱ་འདུས་ནས་འཛིན་པའི་བར་ཐམས་ཅད་ལ་ཕྱད་པའི་འབྲེལ་པ་དང་།  
 རྗེ་ཁོལ་བྱི་ལྷག་ལ་སོགས་ཀྱང་། །འབྲེལ་པ་ཡིན་ཞེས་སྒྲིངས་པ་སྟེ། །ཁུ་བྱག་དང་ཁུག་རྟ་འམ། །བྱ་  
 རྟོད་དང་བྱི་བ་ལ་སོགས་པ་དག་ལ་རྗེ་ཁོལ་དང་། དུར་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་བྱི་ལྷག་དང་། སྒྲ་དང་  
 དོན་ལ་བརྗོད་བྱ་རྗོད་བྱེད་བྱི་འབྲེལ་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པར་རྟོག་པས་སྤྱུལ་པ་དུ་མ་དོན་ལ་ཡོད་  
 པར་འདོད་དོ། །གཉིས་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་དགག་ན་གཉིས་ལས་དང་པོ་དོན་  
 ལ་མ་གྲུབ་པ་ནི། དོན་ལ་འབྲེལ་པ་འདོད་པ་ནི། །གཅིག་དང་ཐ་དད་བརྟགས་པས་ཁེགས། །ལྡན་  
 པ་དང་འདུ་བ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་དངོས་པོར་མེད་ན། དངོས་འབྲེལ་མི་སྲིད་ཅིང་། དངོས་པོར་

ကျေးဇူးတင်စွာဖြင့်

ཡོད་ན་འང་གཅིག་ཡིན་ན་འང་ཐ་དད་མེད་ལ། ཐ་དད་ཡིན་ན་འདྲེ་བ་མེད་པས་འབྲེལ་བ་མི་འཐད་  
པར་སྒྲར་བཀག་པས་

༡༠༩

འདི་དག་གྲང་ཁེགས་ཟིན་ཏོ། །གཉིས་པ་སྟོ་ངོར་གྲུབ་གྲང་གཞན་དུ་མི་འབད་པ་ནི། ལྡན་པ་  
སོགས་ལ་འང་གཞན་སེལ་གྱིས། །སྟེལ་ན་གོ་བྱེད་ཡིན་ཞེ་ན། །ལྡན་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་དོན་ལ་  
འབྲེལ་པ་མེད་གྲང་བྱེད་རང་སྟར་གཞན་སེལ་གྱིས་སྟེལ་ན་སྟོ་ངོར་འབྲེལ་པ་ཅི་སྟེ་མི་འགྲུབ་སྟུམ་  
ན། ལྡན་པ་ཅན་སོགས་གཞོད་བྱེད་ཡོད། །གཞོད་བྱེད་མེད་ན་གཉིས་པོར་འདུས། །དེ་དག་ལ་  
གཞོད་པ་ཅན་གྱི་ཚད་མ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་འབྲེལ་པར་མི་རུང་ངོ་། །གལ་ཏེ་གཞོད་པ་མེད་ན་འབྲེལ་  
པ་སྟོ་ངོར་གྲུབ་མོད། འོན་ཀྱང་དེའི་བདག་ཉིད་དང་དེ་ལས་བྱུང་བ་ལས་མི་འདའོ། །ཇི་སྟར་  
གཞོད་པ་ཡོད་ཅེ་ན། ལའར་གཞོད་གིས་རྒྱ་ཤུག་ལ་ཕན་པའི་བྱེད་པར་མི་བསྐྱེད་ན་རྒྱ་ཤུག་མི་  
གནས་པར་འགྱུར་ཏེ་ཕན་མ་བཏགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཕན་མ་བཏགས་ཀྱང་གནས་ན་རྒྱ་ཤུག་རྒྱུང་

བ་མི་སྲིད་དོ། །བསྐྱེད་ན་སྤར་མི་གནས་པ་ཕྱིས་གནས་པར་བསྐྱེད་པས་རྒྱ་འབྲས་ལས་མ་འདས་  
 ཏེ། རྣམ་འབྲེལ་ལས། རྒྱ་ཤུགས་སོགས་ལའང་དེ་ཡི་ཡུལ། །བསྐྱེད་པ་ལའང་གཞོང་སོགས་པས་  
 རུས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །འདྲུ་བའི་འབྲེལ་པའང་བྱས་མི་རྟག་འདྲུ་བ་མ་ཡིན་གྱི་དོན་  
 གཅིག་ཉིད་དུ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །ནག་སྒྲོག་ཤལ་ལ་སོགས་པའང་འདྲུ་བས་སྒྲེལ་བའི་ཡན་ལག་ཅན་  
 གྱི་རྣམས་མི་འདོད་ལ་ཅོག་ལ་སོགས་པའི་ཚོགས་པ་ཅན་ཡ་གུལ་རྣམས་འདྲུས་པ་ལས་ཚོགས་པའི་  
 གོང་བུ་སྐྱེ་བ་ནི་རྩལ་ཕྱན་འདྲུས་པ་ལས་རིམ་ནས་འདྲུས་པ་ལས་ཕྱང་པོ་སྐྱེ་བ་ལྟར་ཕན་  
 བཏགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་རྒྱ་འབྲས་ཡིན་ཏེ། ཀུན་ལས་བཏུས་ལས། དེ་དོན་དུ་མས་བསྐྱེད་པའི་  
 ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། དོན་གཞན་དང་ནི་དངོས་འབྲེལ་ཕྱིར། །རྩལ་ཕྱན་གཞན་འགའ་སྐྱེ་འགྱུར་  
 བས། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། རྣམ་ངེས་ལས། ཚོགས་པ་རྣམ་པར་འཛོག་པ་ཡི། །རྒྱ་ནི་ཚོགས་པ་

༧༠ན

ཅན་ཡིན་པས། །དེ་དག་མེད་ན་དེ་མེད་ཕྱིར། །བ་ལང་ཉིད་ལས་རྩ་ཅན་བཞིན། །ཞེས་གསུངས་  
པས་སོ། །རྒྱ་སྤྱན་ལས་སྣམ་བུ་འབྱུང་བའང་འདྲ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། སྣང་དུ་རུང་བ་ལས་མ་དམིགས་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའང་ནམ་འབྲེལ་ལས། དབང་པོས་འཕྲོད་འདྲ་འཛིན་མིན་ཕྱིར། །འབྲེལ་པ་མཐོང་  
བ་མེད་པར་གནས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །འབྲེལ་པ་སྣང་དུ་མི་རུང་ངོ་སྣམ་ན། སྣང་རུང་མ་  
ཡིན་པའི་འཕྲོ་འདྲ་དེ་སྣམ་བུ་ལ་མི་དགོས་ཏེ་སྣམ་བུ་རྒྱ་སྤྱན་བཏགས་པ་ལས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་  
རོ། །དེ་ཉིད་འཕྲོད་པ་འདྲ་བའི་འབྲེལ་བའོ་སྣམ་ན། དེ་རྒྱ་འབྲས་ལས་མ་འདས་ཏེ་སྤར་གྱི་རྒྱ་སྤྱན་  
ལས་སྣམ་བུ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོས་གཞན་སྦྱེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའང་ནམ་འབྲེལ་ལས། སྣལ་མ་དེ་  
ནམས་གྱིས་སྣམ་བུ། །འདི་ཞེས་སྣལ་མ་འདུས་བྱས་ལ། །ཕྱིས་འབྱུང་འབྲས་བྱར་བརྗོད་ཡིན་



གྱི། །ཅི་རྟ་བྱུང་ཡང་དུས་གཅིག་མིན། །ཞེས་གསུངས་པ་རྟ་རོ། །ཁྱད་པར་བྱ་བྱེད་གྱི་འབྲེལ་པ་  
 ཡང་། །ཁྱད་པར་དང་ནི་ཁྱད་པར་ཅན། །འབྲེལ་དང་འཇིག་རྟེན་ཆོས་ལྷགས་ནི། །བཟུང་སྟེ་དེ་དག་  
 བསྡེམ་བྱས་ནས། །དེ་རྟ་རྟོགས་གྱི་གཞན་དུ་མིན། །ཞེས་བྱ་བ་རྟ་བྱ་ལ་ཁྱད་པར་དུ་བྱེད་ཆོས་  
 དབྱུག་པ་ཁྱད་པར་དུ་བྱ་གཞི་སྟེས་བྱས་བཟུང་བ་ན་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་ཆོས་དབྱུག་པ་ཅན་ཞེས་  
 འདོགས་པ་ནི་ཁྱད་པར་བྱས་ཆོས་གྱི་འབྲེལ་པ་ཞེས་སྟེ་གས་བྱེད་དང་བོད་རྣམས་ཁ་མཐུན་  
 པར་སྟོལ། །དེ་རྟ་ན་ལའང་གཞོང་དང་རྒྱ་ཤུག་གམ་མེ་དང་དུ་བའང་འབྲེལ་པ་གཞན་ཡིན་པས་  
 ཅིས་དགག་དེ་ལ་དུས་མཉམ་པའི་རྟེན་དང་བརྟེན་པའམ་མེ་དུད་གྱི་རྣམ་འབྲེལ་པར་མི་འདོད་  
 གྱི་སྐད་ཅིག་གིས་སྟེ་བའི་ལའང་གཞོང་དང་རྒྱ་ཤུག་གི་རྒྱ་རྟེན་ལས་རྒྱ་ཤུག་མི་རྟུང་བ་ཞེས་བྱ་

བའི་ཚེས་གཞན་སྟེ་ལ། མེ་དུད་ཀྱང་སྐད་ཅིག་གིས་སྒྲ་བའི་མེ་ལས་དུ་བ་ཕྱིས་སྟེས་པས་རྒྱ་ལྟུང་སྒྲ་  
ཡིན་ནོ།

225

ཁས་སྤང་དགོས་སོ། །གཞན་ཡང་གངས་ཅན་འདོད་པ་ཡི། །ལྷགས་གོང་དང་ནི་མི་བཞིན་  
 དུ། །འདྲེས་པ་རྣམས་དབྱེར་མེད་ཅེ་ན། །ཞེས་ལྷགས་གོང་མེར་སོང་བའམ་རྒྱ་འབྲས་སུ་བསྐྱབ་མི་  
 ཤེས་པས་གངས་ཅན་སྟར་འདྲེས་པས་རྣམ་པར་མ་བྱེད་པ་ཉིད་ཁས་ལེན་དགོས་ལ། དེ་སྟར་  
 ཚོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་ཁོངས་སུ་འདུ་མི་འདུའི་རྣམ་གཞག་ཐམས་ཅད་རྒྱབ་པས་སྡེ་བདུན་གྱི་རིགས་  
 པ་ཐམས་ཅད་བོར་བ་ཡིན་ནོ། །ཚོས་ཀྱི་གྲགས་པས་བོར་བ་ཡི། །ངན་རྟོག་པལ་ཆེར་སྐྱུན་པོ་  
 ལེན། །སྐྱུག་སྐྱུན་བཏང་ནས་སྐྱུགས་པ་ལ། །བྱི་ལས་གཞན་པ་སུ་ཞིག་ཟ། །བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་  
 སུ་བཅད་པའོ། །ཡང་རྩོལ་བྱུང་གིས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པའི་སྐྱ་ལ་སོགས་པ་གཞི་བཞི་དང་གྱི་བྱུང་  
 པར་བྱེད་ཚོས་ནི་བདག་གཅིག་པར་གསལ་ལ། སྦྱོར་བའི་འབྲེལ་པ་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་འགོག་

ཆེ།ལའི་གཡུ་གེ།ཡུ་ལྟེ་ལའ།

པའི་སྐབས་སུ་བཀག་ཟེན་རྟོ། །ཡང་བྱེད་པ་པོ་དང་ལས་ལ་བྱ་བའི་འབྲེལ་པ་འདོད་དེ། ལས་  
འབྲས་ཅན་ལ་བྱེད་པ་པོ་སྐྱས་བྱིན་བྱིས་བྱ་བ་འཆོད་

༧༠༥

པ་ལྟ་བུའི་འབྲེལ་པ་དེ་ཡང་བརྟག་སྟེ། བྱེད་པ་པོ་རྟག་གམ་མི་རྟག་དེ་ལ་གྲངས་ཅན་ནི་བྱེད་པ་པོ་  
ཤེས་རིགས་ཀྱི་སྐྱེས་བུ། ཟ་པོ་རྟག་དངོས་བྱེད་པོ་མིན་པའི་བདག་པོ་རང་བཞིན་བྱ་མེད། ཅེས་བྱ་  
བ་ཆོས་ལྟ་བུ་དེ་ལྟར་དེ་ཡུལ་སྐྱོད་དང་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དེ་ཙམ་ལྟ་ལ་ལོངས་སྟོན་པ་ན་བྱ་  
བ་ཞེས་བྱ་བའི་འབྲེལ་པ་འདོད་པ་དང་། བྱེ་བྲག་པས་བདག་བཅས་པོར་རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་  
ཆོས་བཞི་ལྟ་བུ་དེས་ཡུལ་ལ་དངོས་སུ་ལོངས་སྟོན་ན་མི་རྟག་པར་འགྱུར་བས་སེམས་པ་ཅན་  
གཞན་དང་ལྟ་བུ་པས་ལོངས་སྟོན་པ་ལ་བྱེད་པའི་འབྲེལ་པ་ཞེས་འདོད་དོ། །འདི་དག་མི་འབྲུག་དེ།  
བདག་རྟག་པ་ལ་བྱེད་པའི་འབྲེལ་པ་དེས་བྱེད་པར་བསྐྱེད་ན་མི་རྟག་པར་འགྱུར་ལ་མ་བསྐྱེད་ན་  
བྱེད་པོས་ཅི་འདྲ་མ་བྱས་པས་འབྲེལ་པ་དགོས་པ་མེད་དོ། །གལ་ཏེ་རྟག་པ་དང་མི་རྟག་པ་ལ་



འབྲེལ་པས་ཅི་འད་མི་བྱེད་ཀྱང་ལས་དང་བྱེད་པོ་མི་རྟག་པ་ལ་བྱེད་པའི་འབྲེལ་པ་ཡོད་དོ་ཞེ་ན།  
ལྷས་བྱིན་འབྲས་ཆེན་འཆོད་པ་ན་ལྷས་བྱིན་དང་འབྲས་ཡོད་པ་ན་བྱ་བ་མ་སྐྱེས་པས་མེད་ལ་བྱ་  
བ་སྐྱེས་པ་ན་ལྷས་བྱིན་དང་འབྲས་ཆེན་འགགས་ནས་མེད་པས་དེ་དག་གི་བར་ན་འབྲེལ་པ་ག་ལ་  
ཡོད། འབྲས་ཆེན་འཆོད་པ་ཉིད་བྱ་བ་ཡིན་ཙམ་ཞེ་ན། དེའི་ཆོ་བྱེད་པ་པོ་དང་ལས་མེད་དོ། །དེ་  
བཞིན་དུ་བྱེད་པ་པོ་མིག་གིས་ལས་གཟུགས་ལ་བྱ་བ་ལྟ་བར་བྱེད་ཅེས་བྱ་བ་དང་། བྱེད་པ་པོ་སྐྱ་  
འཛིན་གྱིས་ལས་སྐྱ་ལ་བྱ་བ་ཉན་པར་བྱེད་ཅེས་བྱ་བ་ལ་འད་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། མིག་གི་རྣམ་ཤེས་  
གཟུགས་འཛིན་དུ་སྐྱེས་པ་ན་དབང་པོ་དང་གཟུགས་མེད་ལ། གཟུགས་དང་དབང་པོ་ཡོད་པ་ན་  
མིག་གི་རྣམ་ཤེས་མེད་པས་གཟུགས་དང་དབང་པོ་ལ་ལྟ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་འབྲེལ་པ་མེད་དོ། །དེས་

ན་ཚེས་ཐམས་ཅད་སྐད་ཅིག་གིས་འཇིག་པའི་བྱིར་བྱ་བ་མེད་དེ་བྱ་བ་བྱེད་པ་ལ་གནས་དགོས་  
པའི་བྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་རྣམ་འབྲེལ་ལས། བྱ་བས་ཕན་འདོགས་སྟོས་པར་བྱེད།

༩༠༩

ཡིན་ན་འགྱུར་མེད་སྟོས་པ་མེད། །འདི་ནི་ཕུལ་བྱུང་ཡོད་ན་ཡང་། །སྐད་ཅིག་ཉིད་ཕྱིར་བྱ་གང་  
 ལས། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་བདེ་བར་གཤེགས་པས། །འདི་ན་བདག་  
 དང་སེམས་ཅན་མེད། །བྱེད་པ་པོ་ནི་མ་དམིགས་སོ། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། །ཆོས་ཐམས་ཅད་བྱེད་པ་  
 མེད་པ་ཞེས་གསུངས་པ་དེ་རིགས་པས་བསྐྱབ་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་མིག་དང་གཟུགས་ལ་ཕྱད་པའི་  
 འབྲེལ་པའང་རིགས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཁེགས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་རྗེ་ཁོལ་དང་སྟོ་ལྷག་ལ་སོགས་  
 པའང་ཕན་ཚུན་ལྷས་དང་སྟོག་གནས་པ་ལ་ཕན་འདོགས་ན་རྒྱ་འབྲས་ལས་མ་འདས་ལ་ཕན་མི་  
 འདོགས་ན་འབྲེལ་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་འབྲེལ་པར་སྟོ་བཏགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རྗེས་ཐ་  
 མི་དང་ན་བདག་གཅིག་པ་ལས་མི་འདའ་ཞིང་རྗེས་ཐ་དང་ལ་ཕན་འདོགས་ན་དེ་ལས་བྱུང་བ་

ཡིན་ལ་ཕན་མི་འདོགས་ན་འབྲེལ་པ་མེད་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །གཉིས་པ་སྟོ་ངོར་འབྲེལ་པ་བསྐྱབ་  
 པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་སྟོས་ཇི་ཉྱར་སྟེལ་པའི་ཚུལ་ནི། རྣམ་རྟོག་ཡུལ་ལ་འཇིག་རྟེན་གྱི། བཅས་སྟང་  
 བཞིན་དུ་དབྱེ་བསྐྱབ་དང་། །སྟེ་ཕྱི་རྟོག་པས་སྟེལ་བ་ཡིས། །འཇིག་ཡུལ་བསྐྱབ་ཕྱིར་འབྲེལ་པར་  
 འབྱེད། །དོན་ཐམས་ཅད་དོ་བོ་གཅིག་དང་ཐ་དད་དུ་གནས་པས་འབྲེལ་པ་མི་སྟོང་མོད། འོན་ཀྱང་  
 གཞན་སེལ་གྱི་སྟོ་ནས་སྟོ་ངོར་འབྲེལ་པ་བསྐྱབ་སྟེ། དཔེར་ན་བུམ་པའི་རང་མཆོན་ཉིད་གཅིག་ལ་  
 ཐ་དད་དུ་འབྱེད་པའི་གཞན་སེལ་གྱིས་སྟོ་སྟེར་མ་ཡིན་པ་དང་། སྐད་ཅིག་མ་མ་ཡིན་པ་དང་། རྒྱ་  
 རྒྱུ་གྱིས་བསྐྱབ་པ་མ་ཡིན་པ་སྟོང་བའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སྟེ་རྟོག་གིས་བུམ་པ་དང་། མི་རྟོག་པ་དང་།  
 བུས་པའི་སྟོག་པ་ལོགས་སུ་སྟེལ་། དེ་དག་གཅིག་ཏུ་སྟེད་པའི་གཞན་སེལ་གྱིས་གཅིག་ཏུ་བཟུང་བ་

ཆེ།ལའི་གཡུ་གཞི་དཔལ་ལྡན་ལ།

ལ་བདག་གཅིག་པའི་འབྲེལ་པ་ཞེས་བཏགས་སོ། །དེ་དག་ཀྱང་སྒྲོའི་ཚུལ་རང་དགའ་བས་རྒྱ་  
མཚན་མེད་པར་

༧༠༥

དབྱེ་བསྐྱེད་པ་མ་ཡིན་གྱི། སྒྲོན་གི་ཡུལ་ཐ་དང་དང་འཇིག་རྟེན་ལ་གྲགས་པའི་ཐ་སྐྱོད་ལ་  
བརྟེན་ནས་བྱས་པས་མི་འགལ་ཏེ། རྣམ་འབྲེལ་ལས། མིང་དོན་གང་ལྟན་པན་ཚུན་དང་། ཐ་དང་  
པ་འདིའི་ས་བོན་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། འཇིག་རྟེན་རི་རྒྱར་གྲགས་དེ་ལ། །དེ་བཞིན་ཁོ་ནར་  
བརྟེན་ནས་ནི། །བསྐྱེད་བྱ་བསྐྱེད་པ་ཀུན་གཞག་པ། །དམ་པའི་དོན་ལ་གཞུག་བྱའི་ཕྱིར། །མཁས་  
པ་རྣམས་ཀྱིས་བྱས་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །དེ་ལས་བྱུང་བའི་འབྲེལ་པ་འང་རྣམས་ཐ་དང་  
དུས་མཉམ་དང་། སྒྲུ་གཉིས་ཀའི་དོན་ལ་མི་སྤྱིད་པས་སྒྲར་མཐོང་བའི་མེ་དང་སྤྱིས་མཐོང་བའི་  
དུ་བ་གཉིས་མདོན་སྒྱུ་དང་མི་དམིགས་པ་ཡུགས་གསུམ་ལ་སོགས་པས་སྒྲོ་དོར་འབྲེལ་པ་འགྲུབ་  
མོད། དོན་ལ་འབྲེལ་པ་ཡོད་ན་ཡུགས་གསུམ་ལ་སོགས་པ་རྟོག་པའི་བཟོ་ཅི་དགོས། དེའང་འབྲེལ་



བརྟག་ལས། མདོན་སྤྱི་མ་དམིགས་པ་དག་ལས། རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་སྤྱོད་ཡུལ་རྣམས། །འབྲེལ་  
 པའི་དོན་བཞིན་ཡང་དག་དོན། །སྟོན་པའི་རྣམ་རྟོག་ལོག་པ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། རྣམ་ངེས་  
 ལས་ཀྱང་། དོན་དམ་པར་ནི་ཡོད་པ་ལའང་ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་འགའ་ཡང་ཡོད་པ་མ་  
 ཡིན་ཏེ། འབྲེལ་པ་འདི་དག་ནི་སྤྱོས་བཀོད་པ་འབའ་ཞིག་ཏུ་ཟད་དོ་ཞེས་རྣམ་འབྲེལ་དུ་བཤད་  
 ཟེན་ཏོ། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །མི་དམིགས་པ་ལའང་སྤང་རུང་མི་དམིགས་པས་བྱམ་པ་མེད་  
 པའི་ཐ་སྤྱོད་བསྐྱབ་པ་དང་། རྒྱ་བཀག་པས་འབྲས་བུ་འགོག་པ་དང་། བྱ་བྱེད་བཀག་པས་བྱ་བ་  
 བྱ་འགོག་པ་ལ་དངོས་འབྲེལ་མེད་ཀྱང་སེལ་བའི་བདག་གཅིག་དང་དེ་བྱུང་ཡོད་དེ། དེ་ཡང་རྣམ་  
 ངེས་ལས། འབྲེལ་པ་སྤྱོས་བྱས་པ་ནི་མེད་པ་ལའང་གང་གིས་འགོག་ཅེས་གསུངས་པ་རྟེན་  
 རོ། །གཉིས་པ་རྩོད་པ་སྤང་བ་ལ་གཉིས་ལས། སྤྱོས་བདག་

༧༠༥

གཅིག་པར་སྒྲེལ་བ་ལ་ཚུང་པ་སྤང་བ་ནི། བྱས་དང་མི་རྟག་སྒྲོས་སྒྲེལ་བ། །དོན་ལ་གྲུབ་ན་དོན་  
འབྲེལ་ཡིན། །དོན་ལ་དེ་དག་མ་གྲུབ་ན། །དོན་གྱི་སྒྲུབ་བྱེད་མིན་ཞེ་ན། །བྱས་པ་དང་མི་རྟག་པ་དེ་  
དག་སྒྲོས་སྒྲེལ་བ་རྟུར་དོན་ལ་གྲུབ་ན་དོན་ལ་འབྲེལ་པ་མེད་ཅེས་བརྗོད་ཀྱང་ཡོད་པར་འགྱུར་ལ་  
མ་གྲུབ་ན་བྱས་པས་སྒྲི་མི་རྟག་པར་མི་འགྲུབ་སྟེ། འབྲེལ་པ་དོན་ལ་མི་གནས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་  
ན་སྒྲོས་སྒྲེལ་བ་ནི་སྒྲོས་ཆོས་རང་དག་འབར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། བཏགས་པ་དོན་ལ་འཇུག་པ་  
དང་། །མི་འཇུག་པ་སྟེ་རྣམ་པ་གཉིས། །འཇུག་པས་འཇུག་ཡུལ་ཐོབ་པ་ནི། །འབྲེལ་པ་ཉིད་རུང་  
ཅིག་ཤོས་མིན། །གཞན་སེལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་བཏགས་པ་སྒྲོ་ཆོས་དེ་མཐོང་བ་དོན་ཆོས་ལ་  
འཇུག་ཏུ་རུང་སྟེ། དཔེར་ན་སྒྲི་ལ་བྱས་པ་དང་མི་རྟག་པ་རྟོག་པ་རྟུ་བྱ་དང་། གཞན་སེལ་ཕྱིན་ཅི་

ལོག་དོན་ལ་འཇུག་ཏུ་མི་རུང་བ་སྒྲ་ལ་རྟག་པ་དང་མ་བྱས་པར་རྟོག་པ་རྟ་བུ་ལ། དེ་ལ་དང་པོ་  
 འཇུག་ཡུལ་ཐོབ་པས་འབྲེལ་པའི་བ་སྒྲ་རུང་ལ། གཉིས་པས་མི་ཐོབ་པས་འབྲེལ་པ་མ་ཡིན་པར་  
 འཇོག་སྟེ། རྟོག་བྱ་སྒྲོན་མའི་འོད་དག་ལས། རྟོག་བྱའི་སྒྲོ་ཡིས་མངོན་རྒྱག་པ། ལོག་པའི་ཤེས་  
 པར་བྱང་མེད་ཀྱང་། རི་རྟོག་དོན་བྱེད་ལ་བྱང་ཡོད། ཅེས་གསུངས་པ་རྟོག་པོ། དེས་ན་གཞན་  
 སེལ་བྱེད་ཅི་ལོག་ལ་དགོངས་ནས་སྒྲོའི་ཆོས་རང་དགའ་བ་རྣམས་ནི་དོན་ལ་མི་བརྟེན་པའི་བྱེད་  
 པོ། ཞེས་གསུངས་སོ། གཉིས་པ་དེ་ལས་བྱུང་བ་ལ་ཚུང་པ་སྤང་བ་ནི། མེད་ན་མི་འབྱུང་དུ་བ་  
 ལ། མེད་ན་དེ་ནི་རྒྱ་མེད་འབྱུང་། ཡོད་ན་དེ་ནི་དངོས་པོ་ཡི། འབྲེལ་པ་ཉིད་དུ་འབྱུང་ཞེ་  
 བ། འབྲེལ་ཡུལ་མའི་སྟངས་ན་འབྲེལ་པ་མེད་ཀྱང་འབྲེལ་ཆོས་དུ་བའི་སྟངས་ན་དུ་བ་འདི་མེད་མེད་

ན་མི་ལྷུང་བ་དོན་ལ་མེད་ན་དུ་བ་རྒྱ་མེད་དུ་ལྷུང་ལ་ཡོད་ན་དེ་ཉིད་དངོས་པོའི་ལྷེལ་པའོ་ཞེ་  
ན། དོན་གྱི་དུ་བ་མེ་མེད་ན། མི་ལྷུང་བ་

ཅམ་ཡོད་མོད་ཀྱང་། །སྤྱི་བཟུང་ནས་སྤྱེལ་བ་ནི། །རྟོག་པ་མིན་པས་སྤྱེལ་མི་རུས། །དོན་ལ་རྒྱ་  
མེད་པར་འབྲས་བུ་མི་འབྱུང་མོད། །སྤར་གྱི་མེ་དེ་མེད་ན་ད་ལྟར་གྱི་དུ་བ་མི་འབྱུང་ཞེས་མཆམས་  
སྒྱུར་བའི་འབྲེལ་པ་ནི་རྟོག་པས་བྱས་པ་མིན་པ་དོན་ལ་མི་སྤྱིད་དོ། །དེས་ན་མེད་ན་མི་འབྱུང་བའི་  
འབྲེལ་པ་ཞེས་གསུངས་པ་འང་སེལ་བའི་སྒྲོ་དོར་ཡིན་ཏེ། རྣམ་འབྲེལ་ལས། རྣམ་བརྟགས་འབྲེལ་  
ལ་ཉེས་འདི་མེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དགག་རྟགས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་ལ་ཚུད་པ་སྤང་བའང་།  
དེ་ཉིད་གྱིས་ཤེས་པར་འབྱུར་རོ། །གསུམ་པ་འབྲེལ་པ་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མ་ལ་གསུམ་སྟེ། མཆོན་  
ཉིད་བསྐྱབ་པ་དང་། མཆོན་གཞི་དོས་གཟུང་བ། དེ་དག་གང་གིས་དེས་པའི་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལ་  
གཉིས་ལས། བདག་གཅིག་པའི་འབྲེལ་པ་སྐྱབ་བྱེད་རྟོག་པ་ཐ་དད་དོན་ལ་གཅིག་ཏུ་ཡོད་པར་

ཚད་མ་གང་གིས་གྲུབ་ཅེ་ན། འདི་ལ་གཉིས་ལས་དང་པོ་ཐ་སྙད་བསྐྱབ་ཀྱི་འབྲེལ་པ་ནི། མཚན་  
 ཉིད་དང་ནི་མཚོན་བྱ་དང་། ཁྱིཾ་དང་བྱེ་བྲག་འབྲེལ་པ་ཡང་། འབྲུལ་པས་དངོས་པོ་གཅིག་ཉིད་  
 ཏུ། བརྟགས་པས་འགྲུབ་ཀྱི་གཞན་ཏུ་མིན། རྟོག་རྟོག་ཤལ་དང་བ་ལང་གི་ཐ་སྙད་ཀྱི་འབྲེལ་པ་  
 ཡང་རྟོག་རྟོག་ཤལ་དང་ལྡན་པ་འདི་ཉིད་བ་ལང་ངོ་ཞེས་མིང་དོན་གཅིག་ཏུ་འབྲུལ་པ་ལ་བདག་  
 གཅིག་པའི་བརྟ་ཆད་བྱས་པས་འགྲུབ་ཀྱི། དོན་ལ་གཅིག་ཏུ་མེད་དེ་མཚོན་བྱ་སྟོ་བརྟགས་དོན་ལ་  
 མི་གནས་པའི་ཕྱིར་རོ། ཁྱིཾ་དང་བྱེ་བྲག་གི་འབྲེལ་པ་འང་རྟོག་པ་གཅིག་རྒྱུད་དང་གཉིས་ཚོགས་ཀྱི་  
 ཤིང་དང་ཤ་པ་གཅིག་ཏུ་འབྲུལ་པ་ལ་བདག་གཅིག་པའི་བརྟ་ཆད་བྱས་པས་འགྲུབ་ཀྱི་དོན་ལ་སྟེ་  
 དང་བྱེ་བྲག་རྩ་ས་གཅིག་པ་བཀག་ཟེན་རྟོ། གཉིས་པ་དོན་བསྐྱབ་ཀྱི་འབྲེལ་པ་ནི། བྱས་ཡོད་དང་  
 མི་རྟག་པ་གཅིག་ཡིན་པར་



གང་གིས་འགྲུབ་ཅེ་ན། འདི་ལ་གསུམ་ལས་དང་པོ་རྩ་བའི་རྟགས་ནི། གང་ཡོད་དེ་འཇིག་བྱམ་པ་  
བཞིན། །སྒྲ་ཡང་ཡོད་ཅེས་རང་བཞིན་རྟགས། །གཞུང་འདིས་ཡང་དག་གི་སྦྱར་བ་བཀོད་པ་སྟེ།  
གང་ཡོད་པ་དེ་སྐད་ཅིག་གིས་འཇིག་སྟེ་བྱམ་པ་བཞིན་སྒྲ་ཡང་ཡོད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རང་བཞིན་གྱི་  
རྟགས་སོ། །གཉིས་པ་སྦྱར་བའི་དོན་ངེས་པར་བྱ་བ་ལ་གསུམ་ལས། ཆོས་ཅན་སྒྲ་ནི། རིག་བྱེད་གྱི་  
སྒྲ་ལ་སོགས་པ་ཕྱིར་གློལ་གྱིས་རྟག་པར་ཁས་བླངས་པའི་སྒྲ་དོན་ལ་རང་མཆོན་དུ་ལྟུལ་  
པའོ། །བསྒྲུབ་བྱའི་ཆོས་ནི་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་ཏུ་སྦྱེས་པ་དེ་གཉིས་པར་མི་སྟོད་པའི་ངང་ཚུལ་  
ཅན་ནོ། །གཏན་ཆེགས་དོན་ལ་རང་བཞི་ལས་དང་པོ་རྟགས་གྱི་ངོ་བོ་ངེས་བཟུང་ན། ཡོད་པ་འམ་  
བྱས་པ་གང་བཀོད་ཀྱང་རུང་མོད། འོན་ཀྱང་འགའ་ཞིག་རྩལ་ཕྱན་དང་བདག་དང་དབང་ཕྱག་

དང་རིག་བྱེད་གྱི་སྒྲ་ལ་སོགས་པ་བྱས་པར་མི་འདོད་པར་ཁོའི་སྒྲོ་ངོར་རྟགས་མ་གྲུབ་གྱིས་དོགས་  
 ནས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བཀོད་དེ་དེ་དག་ཡོད་པར་ཁོ་ཡང་འདོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ཡོད་པ་  
 དེའང་རྒྱ་རྒྱུན་གྱིས་བྱས་པ་མ་ཡིན་པ་ལ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར། ཕྱིས་བྱས་པ་ཉིད་དུ་ཁོའི་སྒྲོ་ངོར་གྲུབ་  
 ན་བྱས་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བཀོད་པས་གྲུབ་བོ། །གཉིས་པ་དེ་ལ་གཞན་གྱིས་བརྟག་པ་དགག་ན། བོད་  
 ཁ་ཅིག་ཡོད་པའི་དོན་དོན་བྱེད་རྒྱས་པ་ལ་བྱས་ན་སྟོས་པ་བའི་རྟགས་སུ་འགྱུར་ལ། དེ་འདོད་ན།  
 བྱད་པར་སྟོས་དང་དག་པ་སྟེ། །འཇིག་ལ་འབྲས་དང་ཡོད་ཉིད་བཞིན། །ཞེས་བྱས་པ་སྟོས་པ་བ་  
 དང་། ཡོད་པ་མི་སྟོས་པར་དག་པ་བར་གསུངས་ལ། དོན་བྱེད་རྒྱས་པ་འང་དོན་བྱེད་པ་ལ་སྟོས་  
 པའི་ཕྱིར་དག་པ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་ཡོད་པ་ནི་དངོས་པོ་ཡིན་ལ་དེའི་མཆན་ཉིད་ནི་སྟོ་མ་  
 བརྟགས་གྱི་རྣམ་པ་ཞེས་ཟེར་རོ། །འདི་མི་འཐད་དེ། བྱས་པ་ནི་རྒྱ་རྒྱུན་གང་གིས་བྱས་ཞེས་

༩༩༩

བྱེད་པ་པོ་ལ་སྟོས་ལ། ཡོད་ཅེས་བརྗོད་ན་རྒྱ་རྒྱུ་ལ་མ་སྟོས་ཀྱང་ཡོད་པར་སྟོས་པའི་ཕྱིར་སྟོས་མ་  
 སྟོས་སུ་བཤད་ཀྱི་ཕྱིས་དོན་བྱེད་པ་ལ་སྟོས་ནས་སྟོས་པ་བར་འཛིག་པ་གཞུང་གི་དགོངས་པ་མ་  
 ཤེས་པ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་སྟོས་མ་བཏགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ལ་བྱེད་ན་དངོས་མེད་ཀྱི་རྣམ་པ་ནི་སྟོས་བཏགས་  
 ཡིན་པས་དངོས་པོའི་རྣམ་པ་ཉིད་ལ་བྱེད་དགོས་ལ། དེ་འདོད་ན་དངོས་པོའི་མཚན་ཉིད་ཅི་ཡིན་  
 ཞེས་ད་གཞི་དང་འཛིག་དགོས་པས་མཐར་ཕྱིན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་སྟོས་མ་བཏགས་ཀྱི་རྣམ་པ་  
 བཏགས་ན་འཛིག་གོ། །ཡང་བོད་པ་ལ་ཆེར་དངོས་མེད་ཀྱང་ཡོད་པར་འདོད་ལ་དེ་སྟོས་པ་ཡོད་པས་  
 མི་རྟག་པ་བསྐྱབ་པ་མ་དེས་པར་འགྱུར་ཏེ། དངོས་པོ་དང་དངོས་མེད་གཉིས་ཀ་ལ་རྟགས་ཡོད་  
 པར་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་ཡོད་པ་ཅམ་ལ་དངོས་པོའི་ཡོད་ཅམ་དང་དངོས་མེད་ཀྱི་ཡོད་

ཅམ་གཉིས་ཡོད་དོ་ཞེ་ན། དངོས་མེད་གྱི་ཡོད་པ་དེ་ཅི། དོན་བྱེད་རྒྱས་ན་དངོས་པོར་འགྱུར་ལ།  
 མི་རྒྱས་ན་ཅི་འདྲ་མེད་པས་ཡོད་པར་མིང་བཏགས་ཀྱང་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཡང་རྟགས་དགོད་  
 པ་ན་ཡོད་ཅམ་མ་ངེས་པར་འགྱུར་བས་དངོས་པོའི་ཡོད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་དགོད་དགོས་པར་  
 འགྱུར་རོ། །ཆོས་གྱི་གྲགས་པའི་རིགས་པ་དྲི་མ་མེད་པ་ལ་ངན་རྟོག་གི་རྟོག་པ་འདི་ཅམ་ཞིག་སྤྲོད་  
 བ་བྱུན་པོ་དེ་དག་གི་སྤྲོད་དུ་ཅི་ཞིག་ཞུགས། གསུམ་པ་རང་གི་ལྷགས་ནི། ཡོད་པའི་མཚན་ཉིད་  
 དོན་བྱེད་རྒྱས་པ་ཞེས་ཆོས་གྱི་གྲགས་པས་གསུངས་པ་དེ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །བཞི་པ་དེ་ལ་མི་འབྲུག་པ་  
 སྤང་བ་ནི། འོ་ན་སེམས་སམ་ཕྱི་རོལ་གྱི་དངོས་པོ་རྒྱན་འགག་ཀ་མའི་བ་མའི་སྐད་ཅིག་དོན་བྱེད་  
 མི་རྒྱས་པའི་ཕྱིར་དངོས་མེད་དུ་བལ་ལོ་ཞེ་ན། དེ་དག་ཀྱང་རྒྱུན་དང་མ་ཕྱད་པ་ཡིན་པས་ཕྱད་ན་  
 དོན་བྱེད་རྒྱས་སོ། །གསུམ་པ་རྟགས་དེ་མ་ངེས་པ་སྤང་བ་ལ་གཉིས་ཏེ། རྟོག་མེད་དང་

༧༧༩

གཞོན་པ་ཅན་གྱི་རྟགས་སོ། །དང་པོ་ནི། སྐྱེས་པ་ཁོ་ན་འཇིག་པ་ཡིན། །དེ་ལ་འཇིག་བྱེད་གཞན་མི་  
 དགོས། །དངོས་པོ་སྐྱེས་པ་བྱས་པ་འཇམ། །ཡོད་པ་དེ་ཉིད་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པར་སྐྱེས་པ་ན་སྐྱད་ཅིག་  
 དང་པོ་ལ་ཞིག་པ་ཞེས་མིང་གདགས་གྱི་བཤེག་ནས་ཞིག་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོས་གྲུབ་པ་ཅི་འདྲ་མེད་  
 རོ། །དེ་སྐད་དུ། རྒྱ་མེད་ཕྱིར་ན་འཇིག་པ་ནི། །རང་གི་ངོ་བོས་རྗེས་འབྲེལ་ཉིད། །ཅེས་གསུངས་པ་  
 ལྟར་རོ། །དེ་ལ་གཉིས་ལས་དང་པོ་རྟགས་དགོད་ན། རོ་བོ་གང་རྒྱ་གཞན་ལ་སྟོས་པ་མེད་པ་དེའི་  
 རོ་བོ་ལ་ངས་པ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་ཆོགས་པ་ཐ་མ་འབྲས་བུ་སྐྱེད་པ་གཞན་ལ་མི་སྟོས་པ་བཞིན་དངོས་པོ་  
 འཇིག་པ་འདྲ་རྒྱ་གཞན་ལ་སྟོས་པ་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་སོ། །གཉིས་པ་དེའི་  
 གཞོན་པ་སྐྱད་བ་ལ་གསུམ་ལས་དང་པོ་མ་གྲུབ་པ་སྐྱད་བ་ནི། འཇིག་པ་རྒྱ་གཞན་ལ་སྟོས་

ཕྱིར། །སྟོས་མེད་འདི་ནི་མ་གྲུབ་ལོ། །བུམ་པ་འམ་ཤིང་ཡོད་པ་ཙམ་གྱིས་འཇིག་པར་མི་འགྱུར་གྱི་  
 རོན་ཀྱང་ཐོ་བའམ་མེ་ལྟ་བུ་རྒྱ་གཞན་གྱིས་འཇིག་པར་བྱེད་དོ་ཞེ་ན། འདི་ལ་དཔྱད་དེ། འཇིག་  
 པར་བྱ་རྒྱུ་འདི་དངོས་པོ་དང་། །ཞིག་པ་དངོས་མེད་གཉིས་ཀ་ལ། །འཇིག་པའི་སྒྲ་དོན་འཇུག་མོད་  
 གྱི། །གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་རྒྱ་མི་དགོས། །འཇིག་པ་ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲ་དེ་འཇིག་རྒྱ་བུམ་པ་འམ་ཤིང་ལྟ་བུ་  
 དངོས་པོ་ལའང་འཇུག་ཞིག་ནས་མེད་པ་དངོས་མེད་ལའང་འཇུག་པ་ལ་ཆོས་གྱི་གྲགས་པས་  
 འཇིག་པར་བྱ་རྒྱུ་དངོས་པོའི་སྐབས་སུ་རྒྱ་མེད་དུ་གསུངས་པ་ནི་འཇིག་པ་ཉིད་དངོས་པོ་ཡིན་པས་  
 དངོས་པོ་སྟེད་པ་ལས་རྒྱ་གཞན་ལ་མི་སྟོས་པ་ལ་དགོངས་ལ་ཞིག་ནས་མེད་པ་ལ་འཇིག་པར་  
 འདོགས་པའི་སྐབས་སུ་རྒྱ་མེད་ནི་རྒྱ་གཞན་མེད་པ་ལ་དགོངས་ཏེ་འཇིག་པ་དེ་དངོས་མེད་ཡིན་



ཆེ།ལའི་གཡུ་གེ།ཡུ་ལྟེ་ལའ།

པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་ཀ་ལྟར་ཡང་འཇིག་པ་ལ་རྒྱ་མི་དགོས་པར་གསལ་ལོ། །འདིའི་དགོངས་པ་མ་  
ཤེས་ན་གཞུང་

༧༧ན

འཆད་པ་འདྲེས་པར་འགྱུར་རོ། །འདི་ཙམ་ཉིད་གྱིས་སྟོས་མེད་འགྱུར་མོད། །འོན་ཀྱང་འཇིག་པ་  
རྒྱ་མེད་འདི་དཔྱིས་ཕྱིན་པར་ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་བརྟགས་ལ་དགག་སྟེ། བུམ་འཇིག་  
དངོས་མེད་རྒྱ་མི་སྟོས། །དངོས་ནའང་རང་གྲུབ་རྒྱ་ཅི་དགོས། །གཞན་རྒྱས་བྱས་པས་དེ་མི་  
འཇིག། དེས་ན་འཇིག་པ་རྒྱ་མེད་གྲུབ། །ཐོ་བ་ལ་སོགས་པ་རྒྱས་བུམ་པ་འཇིག་པར་བྱེད་ན་འཇིག་  
པ་དེ་ཅི་དངོས་མེད་ཡིན་ན་རྒྱས་བསྐྱེད་པར་འགལ་ལོ། །རྒྱས་བསྐྱེད་ན་དངོས་མེད་དུ་འདོད་ཀྱང་  
དངོས་པོར་འགྱུར་ཏེ་ཐུ་གྲུ་བཞིན་ནོ། །འཇིག་པ་དངོས་པོ་བྱེད་ན་དངོས་པོ་ལ་རང་བཞིན་གཉིས་  
སུ་ཁ་ཆོན་ཆོད་པས། བུམ་པ་རང་བྱ་མི་དགོས་ཏེ་རྩ་མཁན་གྱིས་བྱས་ཟིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །བུམ་པ་  
ལས་གཞན་བྱེད་དོ་ཞེ་ན། འཇིག་པའི་རྒྱ་ཐོ་བ་དེས་བུམ་པ་ལས་གཞན་ཐོ་བའམ་གྱི་མོའམ་དེ་

གཉིས་ལས་གཞན་ཞིག་བྱེད་བརྟག་གྲང་། ཐོ་བ་རང་ཐོ་བས་བྱེད་མི་སྲིད་དོ། གྲུ་མོ་བྱས་ན་བུམ་  
 པའི་ཉེར་ལེན་དང་ཐོ་བའི་ལྷན་ཅིག་བྱེད་པ་ལས་གྲུ་མོ་སྐྱེ་བ་ཁོ་བོ་ཡང་འདོད་དོ། །གལ་ཏེ་གྲུ་མོར་  
 བཏང་བ་ཉིད་འཇིག་པ་རྒྱས་བྱས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། གྲུ་མོ་བསྐྱེད་པ་ལ་འཇིག་པ་བསྐྱེད་པར་  
 འདོགས་ན་སྐྱེན་པོ་ལ་བ་ལང་ལྟར་མིང་ལ་མི་བརྩད་དོ། །གལ་ཏེ་སྐྱོན་མ་གཅིག་གིས་སྡོད་བུ་  
 བསྐྱེད་པ་དང་ལྷན་པ་སེལ་བའི་འབྲས་བུ་གཉིས་བསྐྱེད་པ་ལྟར་ཐོ་བ་གཅིག་གིས་བུམ་པ་དངོས་  
 མེད་དུ་འཇིག་པ་དང་གྲུ་མོ་དངོས་པོ་གཉིས་ཅིག་ཅར་བསྐྱེད་དོ་ཞེ་ན། སྐྱོན་མ་གཅིག་ཉིད་ལྷན་  
 ཅིག་བྱེད་པའི་དབྱེ་བས་འབྲས་བུ་དུ་མ་སྐྱེད་ཀྱང་འདིར་འཇིག་པ་དངོས་མེད་དང་གྲུ་མོ་དངོས་པོ་  
 གཉིས་བྱ་བའི་ཡུལ་དུ་མཚུངས་པ་གལ་སྲིད། ཐོ་བ་དང་གྲུ་མོ་ལས་གཞན་ཞིག་ཐོ་བས་བྱེད་ན།  
 གཞན་བྱས་པས་བུམ་པ་མི་རྟག་པ་བྱས་པར་མི་འགྱུར་དོ། །ཡང་ཐོ་བས་བུམ་པ་བཞིག་

༧༧༣

པ་ཡིན་གྱི་གྱོ་མོ་ནི་མེས་བྱས་པ་འི་ཐལ་བ་ལྟར་ཤུགས་ལས་བྱུང་བའོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་ན་རྩ་མཁན་  
གྱིས་ཀྱང་འཇིག་པ་བཞིག་པར་གྱུར་གྱི་བུམ་པ་བྱས་པར་མི་འགྱུར་བ་ལ་སོགས་པ་ཏྲ་ཅང་ཐལ་  
ལོ། །དེས་ན་བུམ་པ་འཇིག་པ་ནི་ཡུ་བུ་གཉི་ག་འདོད་ལ། འཇིག་པ་ལ་རྒྱ་མི་དགོས་པར་ཚད་མས་  
གྲུབ་པས་འཇིག་པ་རྒྱ་ལ་ལྟོས་མེད་དུ་གྲུབ་པོ། །དེ་སྐད་དུ་འང་། དེས་ན་འབྲས་གནས་མེད་པ་འི་  
ཕྱིར། །འཇིག་པ་རྒྱ་ལྟ་སྒྲ་རྣམས་ཀྱི། །འཇིག་པ་འི་རྒྱ་ནི་ཐམས་ཅད་དག། །འབྲུལ་པ་ཉིད་དུ་  
བཤད་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་རིགས་པ་རྣམ་འགྲེལ་དུ། །ཞིང་འཇིག་པ་འི་རྒྱ་  
མེ་ཡིན་ཅོ། །ཞེས་རིག་བྱེད་པས་ཁས་སྒྲུངས་པ་ལ། །ཞིང་འཇིག་པ་དེ་ཞིང་དང་གཅིག་ན་ཞིང་སྐྱེས་  
ཟིན་པས་མེས་བྱ་ཅི་དགོས། ཐ་དང་ནའང་ཞིང་མི་འཇིག་པར་འགྱུར་ལ། འདོད་ན་རྟག་ཏུ་ཞིང་

མཐོང་བར་ཐལ་མ་ཞིག་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་མི་སྐྱེ་བ་དེ་ཉིད་ཤིང་འཇིག་པ་ཡིན་པས་ཤིང་མི་  
མཐོང་ངོ་ཞེ་ན། དངོས་པོ་གཞན་སྐྱེས་པས་གཞན་འཇིག་ན་ཏུ་ཅང་ཐལ་སོ། །ཡང་ཤིང་རྟག་ན་མི་  
སྐྱེས་ཀྱང་མི་འཇིག་དགོས་ལ། མི་རྟག་ན་འང་ཤིང་ཁོ་རང་འཇིག་པས་མི་མི་དགོས་སོ། །མི་སྐྱེ་བ་  
དེས་ཤིང་བསྐྱབས་པས་མི་སྤང་ངོ་ཞེ་ན། ཤིང་མི་འཆིག་པར་ཐལ། བསྐྱབས་པ་ཙམ་ལས་མེད་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་བཀག་སྟེ། མི་ལས་དོན་གཞན་གྱུར་པ་དག། སྐྱེ་ན་འཇིག་  
པ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཤིང་ནི་མཐོང་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །འདི་ཉིད་འདི་ཡིས་འཇིག་ཅེ་ན། རི་རྟར་  
གཞན་ནི་གཞན་འཇིག་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་རྟུར་རོ། །གཞན་ཡང་།  
འཇིག་པ་དངོས་མེད་རྒྱས་བྱེད་ཅས། །སྐྱེ་ན་སྐྱོས་མེད་ཤུགས་ལས་གྲུབ། །འཇིག་པ་རྒྱ་ལྡན་དུ་སྐྱེ་  
བ་རྣམས་ཀྱིས་འཇིག་པ་ཞེས་བྱ་བ་

༧༧༥

དངོས་པོའི་ངོ་བོ་མེད་པར་བྱེད་པ་ལ་བསམས་ནས་མེད་པ་རྒྱས་བྱེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་དེའི་ཁས་  
སྒྲུངས་ཉིད་ཀྱིས་སྟོས་མེད་གྲུབ་སྟེ། འདི་ལྟར། དངོས་མེད་རྒྱ་ཡིས་བྱེད་པ་དང་། རྒྱ་ཡིས་ཅི་ཡང་  
མི་བྱེད་པ། །དོན་མཚུངས་དཔེར་ན་མེད་པ་ལ། །ལྟ་དང་བལྟ་རྒྱ་མེད་པ་བཞིན། །ཚུལ་འདི་སྟོབ་  
དཔོན་གྱི་དགོངས་པ་དང་སྦྱར་ན། རྣམ་འགྲེལ་ལས། དེ་རྒྱ་རྣམ་པ་མེད་ཕྱིར་ཡང་། །དེའི་འགྲེལ་  
པར། ཡང་གི་སྒྲས་ནི་དངོས་པོ་མེད་པ་བྱེད་པའི་བྱ་བ་བཀག་པའི་ཡང་ཕྱིར་ཞེས་གསུངས་  
སོ། །དེའི་དགོངས་པ་འདི་ཡིན་ཏེ། འཇིག་པའི་རྒྱ་དེས་མེད་པ་བྱེད་དོ་ཞེས་ཁས་སྒྲུངས་ན་ཤུགས་  
ཀྱིས་བྱེད་པ་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བར་འགྱུར་ལ། དེ་ལྟ་ན་འཇིག་པའི་རྒྱས་རང་ཉིད་ཀྱི་བྱ་བ་འགོག་སྟེ།  
འདི་ལྟར་འཇིག་པའི་རྒྱས་ཅི་ཡང་མི་བྱེད་དོ་ཞེས་ཁས་སྒྲུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་ན་བྱ་བྱེད་ལས་



གྲོལ་བའི་འཇིག་པའི་རྒྱ་འདིས་དངོས་པོ་འཇིག་པ་ལ་ཅིའང་མ་བྱས་པས་འཇིག་པ་སྟོས་མེད་གྲུབ་  
 པར་དགོངས་ཏེ། དཔེར་ན་མེད་པ་ལ་ལྟ་བ་དང་བལྟ་རྒྱ་མེད་པའམ། ནམ་མཁའ་སྒྲོམ་པ་དང་  
 བསྒྲོམ་རྒྱ་མེད་པའམ། ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པ་བསྒྲོམ་པ་དང་སྒྲོམ་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་ལྟར་  
 རོན་གཅིག་གོ། །གཉིས་པ་མ་ངེས་པ་སྤང་བ་ནི། ཚོགས་པ་ཆང་ཡང་སྤྱ་གྲུ་བཞིན། །སྟོས་མེད་འདི་  
 ཡང་མ་ངེས་སོ། །ཁ་ཅིག་ས་བོན་དང་རྩ་ལུད་ཀྱི་ཚོགས་པ་ཆང་ནས་རྒྱ་གཞན་ལ་སྟོས་པ་མེད་དུ་  
 ཟེན་ཡང་། སྤྱ་གྲུ་མི་སྦྱེད་པ་མཐོང་བས་རྟགས་དེ་མ་ངེས་སོ་ཞེ་ན་མ་ཡིན་ཏེ། ཚོགས་པ་དེ་དག་  
 འགྱུར་བ་ལ། །སྟོས་པའི་སྤྱིར་ན་མ་ངེས་མིན། །དེ་དག་ཚོགས་པ་ཡོངས་སུ་འགྱུར་བ་ལ་སྟོས་པའི་  
 སྤྱིར་སྟོས་མེད་ཀྱི་རྟགས་མ་ཞུགས་སོ། །བྱས་པའང་དུས་ལ་སྟོས་ཤེ་ན། འོ་ན་བྱས་པ་ལ་ཡང་  
 འཇིག་པ་ཡོད་དུ་ཟེན་ཀྱང་དུས་གཞན་ལ་སྟོས་སོ་ཞེ་ན། དུས་

༧༧༥

ལ་སྟོས་ན་བྱས་པ་དེ། །འགྱུར་ན་འཇིག་པ་སྟོས་མེད་གྲུབ། །མི་འགྱུར་སྤར་བཞིན་འཇིག་མེད་  
གནས། །བྱས་པ་འཇིག་པ་དུས་ལ་སྟོད་ཀྱི་བར་དུ་འགྱུར་ན་འཇིག་པ་སྟོས་མེད་གྲུབ་ལ། །མི་འགྱུར་  
ན་སྤར་བཞིན་དུ་ངོ་བོ་ལ་བྱད་པར་མེད་པའི་ཕྱིར་ཕྱིས་ཀྱང་མི་འཇིག་པར་བཤམ། དེས་ན་དུས་ལ་  
སྟོས་ནས་ཕྱིས་འཇིག་པ་ཉིད་ཀྱིས་དང་པོ་ཉིད་ནས་སྟོས་པ་མེད་པར་སྐད་ཅིག་གིས་འཇིག་པར་  
གྲུབ་སྟེ། དང་པོ་མི་འཇིག་མཐར་མི་འགྱུར། །ཞེས་མདོ་སྟེ་རྒྱན་ལས་གསུངས་པ་སྟར་རོ། །ཚོགས་  
པ་འགྱུར་མེད་གཅིག་ཡིན་པས། །གཏན་ཚིགས་འདི་ནི་མ་གྲུབ་ལ། །ས་དང་ས་བོན་ལ་སོགས་པ་  
རང་གི་ངོ་བོ་འགྱུར་མེད་ཀྱི་གཅིག་ཡིན་པས་རྒྱན་འགྱུར་བ་ལ་སྟོས་པའི་རྟགས་མ་གྲུབ་བོ་སྟུམ་ན།  
ཚོགས་པས་ཕྱི་ནས་བསྐྱེད་པ་སྟར། །གཅིག་ཕྱིར་དང་པོར་བསྐྱེད་པར་འགྱུར། །ས་དང་ས་བོན་ལ་

སོགས་པ་ལེ། ཆོགས་པ་ཐ་མས་ཐུ་གུ་སྐྱེད་པ་ལྟར་སྐྱེད་ཆོགས་པ་ཙམ་ཉིད་ན་སྐྱེད་པར་ཐལ་ཏེ་ངོ་  
 བོ་གཅིག་པའི་ཕྱིར་རོ། གཅིག་ཉིད་ན་ཡང་གགས་ཡོད་ཕྱིར་རོ། ཐུ་གུ་སྐྱེད་པར་མི་ངེས་ན། གལ་  
 ཏེ་ངོ་བོ་གཅིག་ཀྱང་ཆོགས་པ་དང་པོ་ལ་གགས་སྐྱེད་པའི་ཕྱིར་སྐྱེད་པར་མི་ངེས་སོ་ཞེ་ན། གགས་  
 ཙམ་གགས་མེད་ཐ་དད་ཕྱིར། གཅིག་རྒྱ་འདོད་ཀྱང་གཉིས་སུ་འགྱུར། ཆོགས་པ་སྐྱེ་གཉིས་ཐ་  
 དད་དུ་ཐལ་ཏེ་གགས་ཙམ་གགས་མེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། རས་ཀྱི་ཐུ་ཆོགས་སྐྱེ་ལུ་ཡི། ཐུ་གུ་སྐྱེད་  
 ལ་སྐྱེས་མེད་ཀྱང་། སྐྱེ་ལུ་ཐུ་གུ་མི་སྐྱེད་པས། གཏན་ཆོགས་འདི་ནི་མི་ངེས་སོ། གལ་ཏེ་ནས་ཀྱི་  
 ས་བོན་ལ་སོགས་པ་ལ་འང་སྐྱེ་ལུ་ཐུ་གུ་སྐྱེད་པ་ལ་སྐྱེས་ནས་སྐྱེས་མེད་ཀྱི་རྟགས་ཞུགས་ཀྱང་  
 དེས་སྐྱེ་ལུ་ཐུ་གུ་མི་སྐྱེད་པས་རྟགས་དེ་མི་ངེས་སོ་ཞེ་ན། སྐྱེ་ལུ་ས་བོན་ལ་སྐྱེས་ཕྱིར། སྐྱེས་  
 མེད་ཡིན་པའི་རྟགས་མ་གྱུབ། དེ་སྐྱེས་མེད་ཡིན་པའི་གཏན་ཆོགས་མི་

༧༧༥

འགྲུབ་སྟེ། སྐུ་ལྱུང་ས་བོན་གྱི་ངོ་བོ་ལ་སྟོས་བཅས་ཡིན་ནོ། །བྱས་ཡོད་སྐད་ཅིག་འཇིག་པ་  
མིན། །འཇིག་པའི་རྒྱ་ལ་སྟོས་ཤེ་ན། །འོ་ན་བྱས་པ་འཇ་ཡོད་པ་ལ་འང་སྐད་ཅིག་རེ་རེ་འཇིག་པ་  
མེད་དོ། །འཇིག་པའི་རྒྱ་ཐོ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་སྟོས་པའི་ཕྱིར་སྟོས་མེད་གྱི་རྟགས་མི་འགྲུབ་བོ་ཞེ་  
ན། དེ་གཉིས་མི་མཚུངས་ཏེ། རྒྱ་གུ་རང་རང་རྒྱ་ལ་སྟོས། །དངོས་འཇིག་རྒྱ་གཞན་ལ་མི་  
སྟོས། །འཇིག་པ་དངོས་མེད་རྒྱ་མི་དགོས། །དེས་ན་འཇིག་བྱེད་གཞན་མི་དགོས། །སྐུ་ལྱུང་ནས་  
ལ་སོགས་པ་འབྲས་བུ་སྐྱེད་པ་དང་མི་སྐྱེད་པའི་རང་བཞིན་ནི་རང་རང་གི་རྒྱ་ཡིན་གྱི་ཕན་ཚུན་རྒྱ་  
མ་ཡིན། དེས་ན་རྒྱ་མ་ཡིན་པ་དེ་དེའི་རང་བཞིན་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་འབྱུང་བ་དང་འབྱུང་བ་ལས་  
གྱུར་པ་བྱུང་པར་མེད་པ་ལ་རྒྱ་དང་རྒྱ་མ་ཡིན་པའི་བྱུང་པར་མི་འབྲད་དོ་ཞེ་ན། མི་འགལ་ཏེ་ཐ་

དད་པ་དང་མི་དད་པ་འི་བྱུང་པར་ཐམས་ཅད་རྒྱ་ཐ་དད་དང་ཐ་མི་དད་ཀྱིས་བྱེད་པས་ཡུལ་དུས་  
 རྣམ་པ་ཐ་དད་ཐམས་ཅད་རྒྱ་ཐ་དད་ལ་མ་སྟོས་པར་མི་འབྱུང་བར་ཚད་མ་གཉིས་ཀྱིས་གྲུབ་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །བྱས་པའམ་ཡོད་པ་འཇིག་པ་དེ་དངོས་པོ་ཡིན་ན་རང་གི་རྒྱ་ལས་སྐྱེ་བས་རྒྱ་གཞན་མི་  
 དགོས་ལ་དངོས་མེད་ཡིན་ན་རང་སྐྱེ་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར་རྒྱ་མི་དགོས་སོ། །དེས་ན་མུ་སྟེགས་བྱེད་  
 ཀྱིས་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་གང་ཅི་ཡང་རྒྱ་བ་ཞིག་རྒྱ་འདོད་ཀྱང་རྒྱ་མི་འདོད་ཀྱང་རྒྱ་འཇིག་  
 པར་ཁས་སྒྲུངས་པ་ཉིད་ཀྱིས་སྒྲར་ཡང་འཇིག་པའི་རང་བཞིན་དུ་གྲུབ་ལ། གལ་ཏེ་མི་འགྲུབ་ན་  
 ཕྱིས་ཀྱང་མི་འགྲུབ་སྟེ་རང་བཞིན་བྱུང་པར་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་འཇིག་མེད་རྒྱས་བསྐྱེད་  
 པའམ། འཇིག་མེད་དོན་བྱེད་ཅུས་པར་འདོད་པ་དེས་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་མི་འཇིག་པའམ་ཐམས་

ཅད་དུ་བྱ་བ་མི་བྱེད་པ་ཅིག་ཁས་སྒྲུངས་དགོས་ལ། དེ་མི་སྲིད་དེ་བུམ་པ་ལ་སོགས་པ་ཕྱིས་འཇིག་  
པའམ་དོན་བྱེད་པར་



༧༧༥

མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་སྟོས་མེད་ཡང་དག་ཏུ་གྱུབ་བོ། །གསུམ་པ་ཉ་ཅང་ཐལ་བ་སྤང་བ་  
 རི། །དངོས་འགལ་རྩ་ས་གཅིག་འགྱུར་བ་དང་། །དེ་ཉིད་གཞན་དུ་མི་འཐད་དང་། །ཐོགས་བཅས་  
 ཐོགས་མེད་མཚུངས་པ་ཡི། །ཐལ་བ་གསུམ་གྱིས་འདིར་མི་འགོག། །རིག་བྱེད་པ་ན་རེ། །འཇིག་པ་ལ་  
 རྒྱ་མེད་ན་དེ་དངོས་མེད་དུ་འགྱུར་ལ། །དངོས་མེད་ཡིན་ན་རྟག་པར་འགྱུར་ཞིང་། །དེ་སྟོན་བུམ་པ་  
 མི་རྟག་པ་དང་འཇིག་པ་རྒྱ་མེད་རྟག་པ་གཉིས་དངོས་འགལ་བུམ་པའི་སྟེང་དུ་རྩ་ས་གཅིག་པར་  
 འགྱུར་རེ་ཞེས་སྟོན་ཏེ། །རྣམ་འགྲེལ་ལས། །འཇིག་པ་རྒྱ་མེད་ཅན་ཡིན་ནའང་། །རྟག་ཕྱིར་དངོས་པོ་  
 འཇིག་པ་དག། །སྟོན་ཅིག་ཡོད་པར་འགྱུར་ཞེ་ན། །ཞེས་འབྱུང་བ་སྟོན་རོ། །འདི་མི་འཐད་དེ། །ཞིག་  
 པ་ལ་རྒྱ་མེད་པས་དངོས་མེད་ཡིན་ཡང་རྟག་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། །ཁོ་བོ་ཅག་དངོས་མེད་ངོ་བོ་མེད་

ཕར་འདོད་ལ། ཏྲག་མི་ཏྲག་གི་དབྱུང་པ་འང་དངོས་པོ་ལ་འཇུག་གི་དངོས་མེད་ལ་མི་འཇུག་གོ་  
 ཞེས་བཤད་ཟིན་ཏོ། །དེས་ན་ཏྲག་མི་ཏྲག་ངོ་བོ་གཅིག་པའི་སྒྱུན་ལས་གྲོལ་ཏེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས།  
 མེད་པ་ཏྲག་ཉིད་ག་ལ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །འོ་ན་ཞིག་པ་དངོས་མེད་ལ་རྣམ་པ་མེད་  
 པས་དེས་དངོས་པོ་འཇིག་པར་མི་འགྱུར་ལ། འདོད་ན་དངོས་པོ་ཏྲག་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན་མ་ཡིན་  
 ཏེ། དོན་གཞན་དུ་འགྱུར་བའི་ཞིག་པ་དངོས་མེད་ཀྱིས་དངོས་པོ་འཇིག་པར་མི་འདོད་པས་  
 སོ། །དེ་འང་རྣམ་འགྲེལ་ལས། མེད་ལ་དངོས་འཇིག་མེད་ཉིད་ཀྱིས། །ཐལ་བར་འགྱུར་བ་མི་རུང་  
 ཏེ། །གང་སྤྱིར་དངོས་པོ་འཇིག་པ་ཡིས། །འཇིག་པ་དག་ནི་མི་འདོད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པས་  
 སོ། །འོ་ན་འཇིག་པ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། བཞིག་པས་ཞིག་པ་དེ་དངོས་མེད་དུ་མི་འདོད་ཀྱི་འོན་ཀྱང་  
 རང་གི་རྒྱ་ལས་སྐད་ཅིག་གཅིག་སྒྲིམ་ནས་གཉིས་པ་ཕན་ཆད་དུ་མི་སྡོད་པ་ཙམ་ལ་འཇིག་པ་

ཟེར་གྱིས་འཛིག་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོས་ལོགས་པ་མི་འདོད་དོ། །དེའང་རྣམ་འགྲེལ་ལས། དངོས་  
 འཛིག་གཞན་ལས་སྟོས་མེད་ཕྱིར། །དེ་ཤེས་དོན་དུ་སེམས་གྱིས་ནི། །དེ་ཡི་ཐ་དད་སྟོ་བརྟགས་  
 ནས། །གནས་སྐབས་དེ་རྒྱ་མེད་ཅན་བཤད། །ཅེས་གསུངས་པས་སོ། །གཉིས་པ་དེ་ཉིད་དང་  
 གཞན་དུ་བརྟགས་ན་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་ནི། རྒྱལ་དཔོག་པ་ན་རེ། གལ་ཏེ་འཛིག་པ་རྒྱ་མེད་ཡིན་  
 ན་སྤར་ངེད་ལ་བཀོད་པ་སྟར་ཞིག་པ་དེ་དངོས་པོ་དེ་ཉིད་ཡིན་ན་ཞིག་པ་དངོས་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 མ་ཞིག་པར་ཐལ། དངོས་པོ་ལས་གཞན་ཡིན་ན་ཤིང་ངམ་བྱམ་པ་ཉིད་མཐོང་བར་ཐལ་བའི་སྟོན་  
 མཚུངས་སོ། །ཞེ་ན་ཞིག་པ་དངོས་པོར་འདོད་ན་དངོས་པོ་ལ་གཅིག་གམ་ཐ་དད་གཉིས་ལས་མི་  
 འདའ་བས་བརྟག་པ་དེ་འཇུག་གི་འདིར་འཛིག་པ་དོ་བོ་མེད་པ་ལ་གཅིག་གམ་ཐ་དད་ཀྱི་སྟོན་མི་

འབྱུང་ངོ་། །དེ་ཉིད་རྣམ་འབྲེལ་ལས། དེའི་ཅུང་ཟད་འབྱུར་མེད་དེ། །མེད་པར་གྱུར་པ་ཙམ་ཞིག་  
 ཡིན། །ཡོད་ལ་རྣམ་རྟོག་འདིར་འབྱུར་ཏེ། །བསྐྱབ་པ་དངོས་དང་འབྲེལ་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་དང་།  
 དངོས་མེད་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་ཡང་། །དངོས་པོ་མིན་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་སྟར་  
 རོ། །གསུམ་པ་ཐོགས་བཅས་ཐོགས་མེད་ལ་མཚུངས་པ་སྤང་བ་ནི། བྱས་པའམ་ཡོད་པར་མཚུངས་  
 པ་ལ་རྟག་མི་རྟག་གཉིས་མི་སྲིད་ན། དངོས་པོ་མཉམ་པོ་ལ་རང་གི་ཡུལ་དུ་དངོས་པོ་གཞན་སྐྱེ་  
 བའི་གསལ་བྱེད་པའི་ཐོགས་བཅས་བུམ་པ་ལ་སོགས་པ་དང་། གསལ་མི་བྱེད་པའི་སྒོ་དང་སྤང་བ་  
 ལ་སོགས་པའི་ཐོགས་མེད་གཉིས་ཀྱང་མི་སྲིད་པར་མཚུངས་སོ་ཞེ་ན་མི་མཚུངས་ཏེ། བྱས་པའམ་  
 ཡོད་པར་སྐྱེས་ཙམ་ཉིད་མི་རྟག་པ་ཡིན་གྱི་དེ་ལ་མི་རྟག་པ་དང་རྟག་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཐ་དད་མེད་

ཆེ་ལའི་གཡུ་གཤེད་ཀྱི་ལྷ་ལ།

ལ་ཐོགས་བཅས་ཐོགས་མེད་གཉིས་རྒྱ་ཐ་དད་ལས་སྒྲེ་བར་གྲུབ་པས་ག་ལ་མཚུངས། དེ་སྐད་  
དུའང་།

༡༢༥

ནམ་འགེལ་ལས། རི་ལྟར་སྐྱེ་ལྟན་འགའ་ཞིག་ཉིད། །ཐོགས་བཅས་ཉིད་འདོད་དེ་བཞིན་  
དུ། །ཡོད་ནམས་འཇིག་པའི་རང་བཞིན་ཡིན། །སྐྱེ་ལྟན་མིན་པ་མིན་ཞེ་ན། །ཞེས་དོགས་པ་བཀོད་  
ནས་དེའི་ལན་དུ། །རྒྱ་ཡི་རང་བཞིན་དེས་པ་ལས། །འབྲས་བུའི་རང་བཞིན་དེས་པ་སྟེ། །ཐ་དད་རྒྱ་  
ནམས་མེད་པའི་ཕྱིར། །མི་རྟག་དོ་བོ་ཐ་དད་མེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །གཉིས་པ་གཞོད་པ་  
ཅན་གྱི་གཏན་ཆོགས་ལའང་། །གཉིས་ལས་སྤྱོད་སྤྲོ་མ་ནི། །བྱ་རོག་དཀར་པོ་སྤྲིད་པ་  
ལྟར། །དངོས་པོ་རྟག་པ་མི་འགལ་བེད། །དབང་ཕྱུག་པ་ལ་སོགས་པ་ཁ་ཅིག་བྱ་རོག་པལ་ཆེར་  
ནག་པོར་མཐོང་ཡང་བརྒྱ་ལ་དཀར་པོར་སྤྲིད་པ་ལྟར། །དངོས་པོའི་ནུས་པ་སྣ་ཆོགས་པས་བུམ་པ་  
ལ་སོགས་པ་པལ་ཆེར་མི་རྟག་ཀྱང་དབང་ཕྱུག་ལ་སོགས་པ་འགའ་ཞིག་རྟག་པར་སྐྱེ་རོ། །དེའི་ཕྱི་



བུམ་པ་ལ་སོགས་པ་རྒྱན་གྱི་མཐར་འཇིག་པར་མཐོང་བ་འདི་དག་ལ་སྟོས་མེད་ཀྱིས་འགྲུབ་ཀྱང་།  
 དབང་ཕྱག་ལ་སོགས་པ་རང་བྱུང་ཡིན་པས་བྱས་པའི་རྟགས་མི་འགྲུབ་ལ་རྟག་པ་ཡིན་པས་ཐ་  
 མར་འཇིག་པ་མ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་སྟོས་མེད་ཀྱིས་མི་རྟག་པར་མི་འགྲུབ་པས་ཡོད་པའི་རྟགས་གྲུབ་  
 ཀྱང་མི་རྟག་པའི་བསྐྱབ་བྱ་མི་འགྲུབ་པོ། དེས་ན་མི་མཐུན་སྟོགས་ལ་རྟགས་ཞུགས་པས་མ་དེས་  
 པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །གཉིས་པ་དེ་དག་པ་ལ་གསུམ་ལས། བརྟག་ན་མི་འཐད་པ་ནི། རྟགས་  
 དེས་དོན་བྱེད་མི་རྣམས་ན། དངོས་མེད་ཡིན་ཕྱིར་དོན་ལ་མཐུན། རྣམ་དེ་འགྱུར་ན་རྟག་པ་  
 ཉམས། འགྱུར་བ་མེད་ན་བྱེད་པ་འགལ། དབང་ཕྱག་ལ་སོགས་པ་རྟག་པར་འདོད་པ་དེ་ཅི།  
 དོན་བྱེད་མི་རྣམས་ན་ཡོད་པར་མིང་བརྟགས་ཀྱང་དངོས་མེད་ཡིན་པས་མིང་ལ་མི་བརྟུན་དོ། །གལ་

ཏེ་རྒྱས་ན་དེས་བྱ་བ་བྱེད་པའི་ཆེ་ལྡར་གྱི་རང་བཞིན་ལས་འགྱུར་ན་མི་རྟག་པར་འགྱུར་ལ་མི་  
འགྱུར་ན་དོན་བྱེད་པ་འགལ་ཏེ། དོན་མི་བྱེད་པའི་

༧༢༧

གནས་སྐབས་ལས་མ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་དེ་རྟགས་ཀྱིས་བསྒྲུབ་པ་ལ་གསུམ་སྟེ།  
 རྟགས་དགོད་པ་དང་། སྦྱར་བའི་དོན་ངོས་བཟུང་དང་། རྟགས་ཀྱི་རིགས་ངོས་བཟུང་བའོ། །དང་  
 པོ་ནི། གང་གང་བྱེད་མིན་དེ་དངོས་མེད། །མཁའ་བཞིན་རྟག་པའང་བྱེད་པས་སྟོང་། །གང་དོན་  
 བྱེད་པས་སྟོང་པ་དེ་ཡོད་པས་སྟོང་སྟེ་ནམ་མཁའ་བཞིན་དབང་ཕྱག་ལ་སོགས་པ་རྟག་པའང་དོན་  
 བྱེད་པས་སྟོང་ངོ་། །ཞེས་མི་མཐུན་ཕྱོགས་རྟག་པ་ལ་རྟགས་བྱས་པའང་ཡོད་པ་འགོག་པས་གཞོད་  
 པ་ཅན་གྱི་གཏན་ཆེགས་སོ། །གཉིས་པ་སྦྱར་བའི་དོན་ངོས་བཟུང་བ་ལ་གསུམ་སྟེ། ཆོས་ཅན་དང་།  
 བསྒྲུབ་བྱ་དང་། གཏན་ཆེགས་སོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས་རང་གི་ལྷགས་ནི། ཆོས་ཅན་རྟག་པའི་  
 གཞན་སེལ་ཡིན། །ཆོས་ཅན་ནི་པ་རོལ་གྱིས་ཁས་བླངས་པའི་དབང་ཕྱག་རྟག་པ་ལ་སོགས་པའི་

སྒྲ་དོན་ལ་རང་མཚན་དུ་བཟུང་བའོ། །གཉིས་པ་དེ་ལ་གཞན་གྱིས་བརྟགས་པ་དགག་པ་ལ་གཉིས་  
 ལས། རང་མཚན་ཆོས་ཅན་དུ་འདོད་པ་དགག་ན། བོད་འགའ་ཞིག་ཤེས་བྱ་བ་ལ་གནས་པའི་  
 འཇིག་པ་ཁེགས་ཅམ་ཆོས་ཅན་ཡིན་ཞེས་ཟེར་བ་དང་། རྟག་པའི་རང་མཚན་ཤེས་བྱ་ལ་གྲུབ་  
 ཅས་ཟེར་བ་ནི་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་དགོངས་པ་མ་ཡིན་པར་བཤད་ཟེན་རྟོ། །གཉིས་པ་སྒྲ་དོན་  
 ཆོས་ཅན་དུ་འདོད་པ་དགག་ན། ཁ་ཅིག་སྒྲ་དོན་ཆོས་ཅན་ཡིན་ཞེས་ཟེར་བ་ཡང་མི་འབྲད་དེ། སྒྲ་  
 དོན་རྒྱུང་པ་ལ་དགག་སྒྲུབ་བྱས་པས་རང་མཚན་ལ་མ་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་བསྒྲུབ་བྱ་  
 ནི། དངོས་པོ་བཀག་ཉིད་བསྒྲུབ་བྱའི་ཆོས། །བསྒྲུབ་བྱའི་ཆོས་ནི་ཁ་དོག་རྒྱ་དབྱུང་བྱ་མ་ཡིན་མོད་  
 གྱི་དོན་གྱིས་གོ་བ་བྱས་པའམ་ཡོད་པས་སྟོང་པའི་མེད་དགག་ཉིད་དོ། །གསུམ་པ་གཏན་ཆེགས་གྱི་  
 དོན་ལ་གཉིས་ཏེ། ཕྱོགས་ཆོས་དང་། བྱབ་པ་བསྒྲུབ་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ།

༧༢༩

གཞན་ལྷ་གསུམ་དག་པ་། རང་ལྷ་གསུམ་བརྗོད་པ་། དེ་ལ་ཚུད་པ་སྤང་བ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས།  
 མདོན་སྤྲུལ་གྱིས་གྲུབ་པ་དག་ན། རྩོགས་ཆོས་མདོན་སྤྲུལ་གྱིས་གྲུབ་ཟེར། ཁ་ཅིག་རྟག་པ་ལ་  
 རིམ་དང་ཅིག་ཅར་གྱིས་དོན་བྱེད་པས་སྟོང་པའི་རྩོགས་ཆོས་མདོན་སྤྲུལ་གྱིས་གྲུབ་པར་འདོད་དེ།  
 དག་ག་གཞི་རྟག་པ་འགྱུར་མེད་ལ་རྟོག་པ་དང་། དག་ག་བྱ་དོན་བྱེད་པ་འགྱུར་བ་ལ་རྟོག་པའི་རྟོག་  
 པ་གཉིས་འཛིན་སྤངས་འགལ་བར་རང་རིག་གིས་སྟོང་བའི་ལྷ་གསུམ་ལས་ཡུལ་གཉིས་འགལ་བར་  
 གྲུབ་པས་རྟག་པ་ལ་དོན་བྱེད་ཁེགས་སོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །འདི་མི་འབྲད་དེ། དག་ག་བྱ་འཛིན་པ་སྟེ་མི་  
 དགོས། །དག་ག་པ་བྱེད་པ་ལ་དག་ག་བྱ་ལ་དམིགས་པའི་ཆོད་མ་སྟེ་བས་བྱུང་པ་མི་དགོས་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་རང་རིག་གཅིག་ཕུས་འགྱུར་པར་འདོད་པ་དག་ན། ལ་ལ་རྟོག་སྟོང་གཅིག་

ཡིན་ལོ། །ཁ་ཅིག་རྟག་པ་ལ་དོན་བྱེད་པས་སྟོང་པའི་ཕྱོགས་ཚོས་རྟག་པ་འགྱུར་མེད་དུ་རྟོག་པ་  
 སྟོང་བའི་རང་རིག་གིས་དེའི་ཡུལ་འགྱུར་མེད་གྱི་ནུམ་པར་གྲུབ་པས་འགྱུར་བ་ཙམ་ཁེགས་པ་ན་  
 རིམ་དང་ཅིག་ཅར་གྱི་དོན་བྱེད་པ་འང་ཁེགས་པས་སྟོ་གཅིག་ཉིད་གྱིས་འགྲུབ་བོ་ཞེས་བེར་བ་མི་  
 འཐད་དེ། ལོག་རྟོག་ཉིད་ཀྱང་མི་སྤྱིད་འགྱུར། །རྟག་པ་འགྱུར་མེད་དུ་རྟོག་པ་སྟོང་བའི་རང་རིག་  
 གིས་གྲུབ་པས་རིམ་དང་ཅིག་ཅར་གྱི་དོན་བྱེད་པ་ཁེགས་ན། ལུ་སྟེགས་བྱེད་ལ་རྟག་པ་བྱེད་པ་པོ་  
 ཡིན་པའི་ལོག་རྟོག་སྟེ་མི་སྤྱིད་དེ། སྟོ་གཅིག་ཉིད་གྱིས་རྟག་པ་ལ་དོན་བྱེད་པ་ཁེགས་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །གཉིས་པ་རང་གི་ལྷགས་ནི། དེས་ན་སྐད་ཅིག་གིས་སྟོང་ལ། །དོན་བྱེད་འགོག་པའི་རྟགས་  
 གྱིས་འགྲུབ། །དེ་ལ་གཉིས་ལས་དང་པོ་རྟགས་དགོད་པ་ནི། གང་འགྱུར་བ་མེད་པ་དེ་རིམ་དང་  
 ཅིག་ཅར་གྱི་དོན་བྱེད་པ་མེད་དེ། རུམ་མཁའ་བཞིན་དབང་ཕྱུག་ལ་སོགས་པ་རྟག་



༡༢༣

པའང་འགྱུར་བ་མེད་དོ་ཞེས་བྱུང་བྱེད་མི་དམིགས་པ་ལོ། །གཉིས་པ་ཚུལ་བསྐྱབ་པ་ལ་གཉིས་ལས་  
 བྱུགས་ཆོས་ནི་ཕྱིར་ཆོལ་གྱིས་རྟག་པ་འགྱུར་མེད་དུ་ཁས་སྤངས་པ་ཉིད་ཡིན་ལ། གཉིས་པ་འགྱུར་  
 མེད་ལ་རིམ་དང་ཅིག་ཅར་མེད་པའི་བྱུང་བ་ནི། མཐའ་གཞན་བཀག་པས་འགྱུར་སྟེ། འདི་རྟུར་  
 ཅིག་ཅར་དོན་བྱེད་ན་ཅིག་ཅར་ལན་ཅིག་བྱས་ནས་འཛིག་ན་བྱེད་པ་དང་འཛིག་པའི་གནས་  
 སྐབས་གཉིས་ལ་བྱུང་པར་ཡོད་ན་མི་རྟག་པར་ཐལ་ཏེ། འགྱུར་བའི་ཕྱིར་དོ། །གཞན་ཡང་ལན་  
 ཅིག་ཐམས་ཅད་བྱེད་ན་མ་འོངས་པ་ཐམས་ཅད་ད་རྟུར་གྱུར་པར་ཐལ། ཅིག་ཅར་བྱས་པའི་ཕྱིར་  
 དོ། །ཡང་ཕྱིས་ཀྱང་བྱེད་ན་ཅིག་ཅར་བྱེད་པ་ཉམས་སོ། །གལ་ཏེ་རྟག་པས་རིམ་གྱིས་དོན་བྱེད་ན་  
 དང་པོ་མི་བྱེད་པའི་གནས་སྐབས་ལས་ཕྱིས་བྱེད་པ་ན་འགྱུར་ན་མི་རྟག་པར་ཐལ། མི་འགྱུར་ན་

བྱིས་ཀྱང་མི་བྱེད་པར་ཐལ། ལྷ་མ་ལས་མི་ལྟུང་བའི་བྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་སྟོབ་དཔོན་གྱིས། དོན་  
 བྱེད་རྣམས་པ་གང་ཡིན་པ། །དེ་འདིར་དོན་དམ་ཡོད་པ་ཡིན། །དེ་ལ་རིམ་དང་རིམ་མ་ཡིན། །འགལ་  
 བྱིར་སྐད་ཅིག་མིན་པ་མེད། །ཅེས་གསུངས་པས་སོ། །གསུམ་པ་ཚུད་པ་སྤང་བ་ལ་གཉིས་ལས།  
 ཏྲག་པའི་གནས་སྐབས་ལ་མི་ཁེགས་པ་སྤང་བ་ནི། རང་བཞིན་ཏྲག་ཀྱང་གནས་སྐབས་  
 རྣམས། །ལྟུང་བྱིར་དོན་བྱེད་འཐད་ཅེ་ན། །ཏྲག་པའི་རང་བཞིན་མི་ལྟུང་ཡང་གནས་སྐབས་  
 ལྟུང་བས་དོན་བྱེད་དོ་ཞེ་ན། མི་འཐད་དེ། གཉིས་པོ་གཅིག་ན་ཆོས་གཉིས་འགལ། །ཐ་དད་ཡིན་  
 ན་བྱེད་པ་འགལ། །ཏྲག་པའི་རང་བཞིན་དང་གནས་སྐབས་གཉིས་གཅིག་ན་ལྟུང་མི་ལྟུང་ཆ་  
 གཉིས་འགལ་ལ། ཐ་དད་ན་གནས་སྐབས་མི་ཏྲག་པས་དོན་བྱེད་ཀྱང་རང་བཞིན་ཏྲག་པས་དོན་  
 བྱེད་མི་རྣམས་པར་ལྟུང་རོ། །གཉིས་པ་

༧༢༥

རྟག་པའི་རང་བཞིན་ལ་མི་ཁེགས་པ་སྤང་བ་ནི། སྐད་ཅིག་འཇིག་པ་མེད་ན་ཡང་། །རགས་པའི་  
 འགྱུར་བ་ཡོད་ཅེ་ན། །རྟག་པ་ལ་སྐད་ཅིག་གིས་འཇིག་པ་མེད་ཀྱང་རགས་པའི་འགྱུར་བ་ཡོད་  
 པས་བྱ་བ་བྱེད་དོ་ཞེ་ན། དང་པོ་སྐད་ཅིག་མི་འཇིག་ན། །རགས་པའི་འགྱུར་བ་ག་ལ་སྤིད། །དང་པོ་  
 ནས་སྐད་ཅིག་གིས་མི་འཇིག་ན་ཕྱིས་ཀྱང་འགྱུར་བ་འགལ་ཏེ། སྐད་ཅིག་དང་པོ་སྤྱིས་པ་དེ་གཉིས་  
 སྤྱི་སྤྱོད་ཅིང་གསུམ་དུ་མི་སྤྱོད་པའི་རང་བཞིན། གཉིས་པར་ཉམས་ན་གཉིས་པར་སྤྱོད་པའི་རང་  
 བཞིན་འགག་པས་སྐད་ཅིག་རྟ་གྱུ་ལ། མ་ཉམས་ན་གཉིས་པའི་གཉིས་པ་གསུམ་དུ་སྤྱོད་པར་  
 འགྱུར་བ་ལས་གསུམ་དུ་མི་སྤྱོད་པའི་ཕྱིར་གཉིས་པར་སྤྱོད་པ་མ་ཡིན་མོ། །དེ་ལ་དགོངས་ནས།  
 གནས་པ་ལ་ནི་མི་སྤིད་དང་། །དང་པོ་མི་འཇིག་མཐར་མི་འགྱུར། །ཞེས་མདོ་སྤྱི་རྒྱན་ལས་གསུངས་

པས་སོ། །ཚུད་སྤང་གཞན་མང་པོ་སྤྲད་ཅིག་གིས་འཇིག་པ་ཡང་དག་ཏུ་སྦྱབ་ཤེས་ན་རང་གོལ་དུ་  
 འགོ་བས་སྤང་མི་དགོས་སོ། །གཉིས་པ་དོན་བྱེད་པས་སྟོང་པ་ལ་བྱས་པའམ་ཡོད་པས་སྟོང་པའི་  
 བྱེད་པ་ནི། དོན་བྱེད་རྒྱས་པ་བཀག་པ་ལ། །དངོས་པོ་མེད་པས་བྱེད་པ་གྲུབ། །དངོས་པོའི་མཚན་  
 ཉིད་དོན་བྱེད་རྒྱས་པ་ཡིན་ལ། དེ་རྟག་པ་ལ་ཁེགས་པས་རྟག་པ་ལ་དངོས་མེད་ཀྱི་བྱེད་པ་འགྲུབ་  
 རྟེན་དཔེར་ན་ནམ་མཁའ་བཞིན་ནོ། །གསུམ་པ་རྟགས་ཀྱི་རིགས་ངོས་གཟུང་བ་ལ་གཉིས་ཏེ།  
 རིགས་གང་ཡིན་པ་དང་། གཉིས་མི་དགོས་པ་སྤང་བའོ། །དང་པོ་ནི་ཡོད་པའམ་བྱས་པའི་མཚན་  
 ཉིད་འགོག་ན་དོན་འགོག་ཡིན་ལ་མཚོན་བྱ་འགོག་ན་ཐ་སྤྲད་འགོག་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ནི།  
 རྟོས་མེད་དམ་གཞོན་པ་ཅན་གང་རུང་གིས་བྱེད་པ་འགྲུབ་པས་གཉིས་དོན་མེད་དོ་ཞེ་ན། གཞོན་

ཆེ།ལའི་གཡུ་གཤེད་ཀྱི་ལྷ་ལ།

པ་ཅན་གྱི་ལམ་སྤྱོད་དུ། །སྟོས་མེད་འཆད་པ་དགོངས་པ་མིན། །ཁ་ཅིག་སྟོས་མེད་གཞོན་པ་ཅན་  
གྱི་

༧༢༥

ལམ་སྒྱུང་དུ་འཆད་པ་ནི་སྒྲོབ་དཔོན་གྱི་དགོངས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་ལོག་རྟོག་རྣམ་གཉིས་  
གྱི། །གཉིན་པོར་གཏན་ཆིགས་རྣམ་གཉིས་གསུངས། །སྟོས་མེད་ནི་མུ་སྟེགས་བྱེད་འགའ་ཞིག་  
དངོས་པོ་རྣམས་འཇིག་རྒྱ་དང་ཕྱད་ན་འཇིག་ལ། མ་ཕྱད་ན་མི་འཇིག་པར་འདོད་པ་ལ་འཇིག་  
པར་ཁས་ལེན་ན་རྒྱ་ལ་མི་སྟོས་པར་རང་གིས་འཇིག་པར་འགྲུབ་པ་ཡིན་ཅིང་། གཞོད་པ་ཅན་ནི།  
དབང་ཕྱག་དང་རིག་བྱེད་ལ་སོགས་པ་དངོས་པོ་ནི་ཡིན་ལ་འཇིག་པའི་རྒྱུན་དང་ཕྱད་ཀྱང་མི་  
འཇིག་པར་འདོད་པ་ལ་དངོས་པོ་འཇིག་མེད་དེས་དོན་བྱེད་དུས་སམ་མི་རྣམས་ཞེས་བརྟགས་ནས་  
འགོག་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་འཇིག་པར་ཁས་ལེན་པ་ལ་གཞོད་པ་ཅན་མི་འཇིག་ལ་མི་འཇིག་པར་  
ཁས་ལེན་པ་ལ་སྟོས་མེད་མི་འཇིག་པས་ཡུལ་ཐ་དད་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་དེ་ལས་བྱུང་བའི་



འབྲེལ་པ་དེས་པར་བྱེད་པ་ལ་གསུམ་ལས་གཞན་ལྷགས་དགག་ན། ཆུ་འབྲས་ཕྱགས་ལྔ་པ་དེས་  
 ཞེས་ཟེར། །ཏ་ཅང་ཐལ་ཕྱིར་འདི་མི་འཐད། །འགའ་ཞིག་ཆུ་འབྲས་ཕྱགས་ལྔ་པ་དེས་པར་བྱེད་དེ།  
 དང་པོ་ཆུ་འབྲས་གཉིས་ཀ་མ་དམིགས། དེ་ནས་ཆུ་དམིགས། དེ་ནས་འབྲས་བྱ་དམིགས། དེ་ནས་  
 ཆུ་ལོག་པས་ཆུ་མ་དམིགས། དེ་ནས་འབྲས་བྱ་ལོགས་པས་འབྲས་བྱ་མ་དམིགས་པ་དང་  
 ལྔ་པོ་། འདི་ཙམ་གྱིས་མི་དེས་ཏེ། གནས་སྐབས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འགྲོ་ལྷོག་རྩ་སྐྱ་དང་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་ལ་  
 ཡང་ཡོད་ལ། རང་བཞིན་རྗེས་སུ་འགྲོ་ལྷོག་གིས་དེས་ན། ཕྱགས་གསུམ་ཉིད་དུ་འདུས་སོ། །ཡང་  
 འགའ་ཞིག་ཆུ་འབྲས་གཉིས་ཀ་མཐོང་བ་ལས་ཆུ་མ་མཐོང་། དེ་ནས་འབྲས་བྱ་མ་མཐོང་བའི་ཚད་  
 མ་གསུམ་གྱིས་དེས་ཞེས་ཟེར་ཏེ་ཆུ་འབྲས་གཉིས་དུས་གཅིག་ཏུ་མཐོང་བ་མི་སྲིད་ལ་དེས་འཛོག་

རྟུ་མཐོང་ན་མཐོང་བ་གཉིས་དང་མ་མཐོང་བ་གཉིས་ཏེ། བཞིར་འགྱུར་རོ། །དེའང་གནས་སྐབས་  
ཅམ་མ་ཡིན་པར་རང་བཞིན་

༡༢༥

ངེས་ན་འགལ་བ་མེད་དེ། ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པས་ཀྱང་། རྟག་ལ་སྟོས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། །རྟུ་པ་ཉིད་  
 ཀྱང་རྟོགས་པ་དགལ། །ཞེས་ཡོད་ན་ཡོད་པའི་རྗེས་འགོ་ཙམ་གྱིས་མི་གྲུབ་པར་ལོག་ན་སྟོག་པའི་  
 སྟོག་པ་ཉིད་དགོས་པར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཁ་ཅིག་འདིས་མ་ངེས་ཏེ་སྟོག་པ་ངེས་པའི་ཆད་  
 མ་གསུམ་གྱིས་དུ་བ་སྟེ་བར་མ་གྲུབ་པར་མེ་ལས་སྟེ་བ་མི་འགྲུབ་ལ། དེ་མ་ཡིན་ལ་སྟེ་བ་ཁེགས་  
 ཙམ་གྱིས་དེ་ལས་སྟེ་བ་མི་འགྲུབ་ཅིང་དུ་བའི་སྒྲ་དོན་མེ་མ་ཡིན་ལས་སྟེ་བ་ཁེགས་པས་མེ་ལས་སྟེ་  
 བ་མི་འགྲུབ་པ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་ཟེར་བ་མི་འཐད་དོ། །དུ་བའི་སྒྲ་དོན་དངོས་མེད་ཡིན་པས་དཔེ་ག་  
 ལ་མཚུངས། དངོས་པོ་ཞིག་ཡིན་ན་དེ་མ་ཡིན་ལས་སྟེ་བ་ཁེགས་ན་དེ་ལས་སྟེ་བ་འགྲུབ་པ་ཉིད་  
 ཡིན་ཏེ་བྱས་པ་རྟག་པ་ལ་ཁེགས་པས་མི་རྟག་པ་ལ་འགྲུབ་པ་བཞིན་ནོ། །ཁ་ཅིག་མེ་ལས་དུ་བ་སྟེ་

བ་མངོན་སྒྱུ་གྱིས་གྲུབ་པས་རྒྱ་ལྗངས་སྒྲུབ་བྱེད་གཞན་མི་དགོས་སོ་ཞེས་བེར་བའང་མི་འབྲང་  
 དེ། མེ་དྲུད་དུས་མཉམ་པ་མཐོང་བ་ནི་རྒྱ་ལྗངས་མ་ཡིན་ལ། སྒྲ་ཕྱིར་མཐོང་ནས་རྒྱ་ལྗངས་སྒྲ་ངེས་  
 པའང་ཕྱགས་གསུམ་ལས་མ་འདས་ཤིང་དུ་བ་སྒྲེ་བ་མཐོང་བ་ནི་དུ་བ་རྒྱང་པ་ཡིན་གྱི་མེ་ལ་སྒྲོས་མི་  
 དགོས་སོ། །གཉིས་པ་རང་གི་ལྷགས་ལ་གསུམ་སྟེ། རྒྱ་ལྗངས་སྒྲིའི་མཆན་ཉིད། དེ་ངེས་པར་བྱེད་  
 པའི་ཆད་མ། དེ་དག་ལ་ཚུང་པ་སྤང་བའོ། །དང་པོ་ནི་རྒྱ་ལྗངས་པན་འདོགས་བྱ་བྱེད་ཡིན། རྒྱ་  
 ཡང་ཉེར་ལེན་སྟན་ཅིག་བྱེད། རྒྱ་ལྗངས་གཉིས་ལ་སྒྲིའི་མཆན་མེད་པས་སོ་སོར་བྱེད། རྒྱའི་མཆན་  
 ཉིད་ནི་ཆོས་གཞན་ལ་པན་འདོགས་པ་ཡིན་ལ་ལྗངས་བྱའི་མཆན་ཉིད་ནི་ཆོས་གཞན་གྱིས་པན་  
 བཏགས་པའོ། རྒྱ་ལའང་གཉིས་ལས། ཉེར་ལེན་ནི་ལྗངས་བྱའི་ངོ་བོ་ལ་པན་འདོགས་པ་ཡིན་ལ།  
 སྟན་ཅིག་བྱེད་པ་ནི་དེའི་བྱེད་པར་ལ་པན་འདོགས་པའོ། །ངེས་ན་ས་བོན་གྱི་

༡༢༥

མཆོད་ཉིད་ཀྱང་རྒྱུ་དང་ཕྱན་ན་འབྲས་བུ་སྦྱེད་རྒྱས་སོ། །བོད་ཁ་ཅིག་འབྲས་བུ་སྦྱེད་རྒྱས་ལ་  
 བྱེད་པ་མི་འབྲད་དེ། ས་བོན་རྒྱུ་པ་ལ་རྒྱས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་འང་རྣམ་འབྲེལ་ལས། དེ་  
 ཕྱིར་སོ་སོར་གང་རྒྱས་མེད། །ཚོགས་ན་ཡོན་ཏན་སྤྱོད་གྱུར་པ། །དེ་དག་རྒྱ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་  
 པས་སོ། །གཉིས་པ་རྒྱ་འབྲས་ངེས་པར་བྱེད་པའི་ཚད་མ་ནི། དེ་ཡང་རྗེས་སུ་འགྲོ་སྟོག་གི། །སྒོ་ནས་  
 ཕྱགས་གསུམ་རྣམ་པ་གཉིས། །མ་དམིགས་པ་སྟོན་དུ་འགྲོ་བའི་ཕྱགས་གསུམ་བྱེད་པར་ཅན་ནི།  
 དང་པོ་ས་སྟོགས་དག་པར་མེ་དུད་གཉིས་ཀ་སྒྲུང་རུང་མ་དམིགས་པ་ལས་མེ་མཐོང་བའི་ཆོ་རྟོག་  
 པས་མེའི་གཞན་སེལ་བཟུང་། དེ་ནས་དུ་བ་མཐོང་བའི་རྗེས་སུ་རྟོག་པས་དུ་བའི་གཞན་སེལ་  
 བཟུང་ནས་ད་ལྟར་གྱི་དུ་བ་འདི་སྟུང་གི་མེ་མེད་ན་མི་འབྱུང་ཞེས་རྟོག་བཅས་གྱི་སྟོས་འབྲེལ་ལ་

དེས་པར་བྱེད་དོ། །ཡང་ན་དམིགས་པ་སྒྲིན་དུ་འགོ་བའི་ཡུགས་གསུམ་སྟེ། དང་པོ་འབྲས་བུ་སྐྱེ་བ་  
 མ་མཐོང་བ། དེ་ནས་སྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་མེ་མ་མཐོང་བ། དེ་ནས་བསྐྱེད་པའི་འབྲས་བུ་དུ་བ་མ་མཐོང་  
 བ་སྟེ་གསུམ་མོ། །འདི་ནི་སྒྲིན་མཐའ་མི་དེས་པ་ལ་ཡིན་ཅིང་། སྒྲ་མ་ནི་ཕྱི་མཐའ་མི་དེས་པ་འཇུག་  
 ལ་གཉིས་ཀ་རྟེན་ཡང་ཡུགས་གསུམ་ཡིན་ཅོ། །སྒྲོབ་དཔོན་གྱིས། གང་ཞིག་མཐོང་ན་མ་མཐོང་  
 མཐོང་། །དེ་མ་མཐོང་ན་མ་མཐོང་བ། །འབྲས་བུ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་ནི། །སྒྲིན་པའི་སྐྱེ་བོ་མེད་ཀྱང་  
 ཤེས། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་རྗེས་སུ་འགོ་སྟོན་གཉིས་ཀ་གསུངས་པ་ནི་གཉིས་ཀ་ལ་དགོངས་  
 པ་ཡིན་ཅོ། །སེམས་དང་སྒྲིན་པའམ་ཡུལ་དང་རྣམ་ཤེས་ལ་སོགས་པ་རྒྱ་འབྲས་ཡུགས་གསུམ་གྱིས་  
 དེས་མི་རྣམས་པ་རྣམས་ལ། འགའ་ཞིག་སྒྲ་ཕྱི་སྒྲོས་པས་བྱུང་བ་ཅེས་ཟེར་མོད། འོན་ཀྱང་གཞན་སེལ་  
 ཉིད་གྱིས་དེ་དག་དེས་ཏེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། རིགས་



༧༢༥

གང་གང་ལ་རབ་གྱུབ་པ། །བྱང་པར་མེད་དེ་མེ་ཤིང་བཞིན། །རྒྱ་མ་མཐོང་བ་ཅན་གཞན་ཡང་། །དེ་  
 ལས་གྱུབ་པར་ཡང་དག་ཤིང་། །ཞེས་གསུངས་པ་སྟར་རོ། །དེ་སྟར་ན་སྟར་མི་དམིགས་པས། །རྒྱ་  
 གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་ཁེགས་ཤིང་འབྲས་བུའི་སྟོག་པ་གྱུབ་ལ། །སྟར་མེད་པ་དང་ཕྱིས་སྐྱེ་བ་དམིགས་  
 པ་གཉིས་ཀྱིས་གཏན་མི་སྐྱེ་བ་དང་། །རྒྱ་མེད་ལས་སྐྱེ་བ་ཁེགས་ཤིང་འབྲས་བུའི་རྗེས་འགོ་གྱུབ་  
 པས་རྒྱུའི་མཐའ་གསུམ་ཁེགས་ལ། །འབྲས་བུའི་མཆན་ཉིད་རྗེས་སུ་འགོ་སྟོག་གཉིས་གྱུབ་པས་  
 རྗེས་འགོ་སྟོགས་གསུམ་དང་། །དེ་བཞིན་དུ་སྟོག་པའི་སྟོགས་གསུམ་གྱིས་འགྱུབ་བོ། །གསུམ་པ་  
 ཚུང་པ་སྟར་བ་ལ་གསུམ་སྟེ། མཆན་ཉིད་མི་འགྱུབ་ཏུ་ཅང་བལ། །གཞན་དུ་འབྲུལ་པས་འདིར་མི་  
 གཞོད། །དང་པོ་ནི་སྟར་མ་དམིགས་པས་འབྲས་བུ་སྟོག་པ་མི་འགྱུབ་སྟེ། །འབྲས་བུ་བསྟར་མི་རུང་

བ་སྤྱོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཙམ་གྱིས་སྤྱོད་པར་མཐོང་བས་ཀྱང་མི་སྣང་བའི་རྒྱ་གཞན་མི་ཁེགས་ཏེ།  
 བདེ་བ་དང་སྤྱད་བསྐྱུལ་ལ་ལས་སམ། རྟ་སྤྱོད་པ་དང་འཛོལ་ལ་གདོན་དང་སྤྱ་བཞིན་ནོ་ཞེ་ན།  
 སྣང་དུ་མི་རུང་བའི་མེ་དུད་ལ་སོགས་པ་ལ་དེ་ལྟར་དོགས་པས་མི་ཁེགས་ཀྱང་འདྲིར་རང་བཞིན་  
 གྱིས་མ་བསྐྱུལ་བའི་མེ་དུད་རྒྱ་འབྲས་སུ་བསྐྱུལ་པས་སྤྱོད་མེད་དོ། །གཉིས་པ་ཏ་ཅང་ཐལ་བ་ནི།  
 རྒྱ་འབྲས་མ་ཡིན་པའི་སྤྱོད་བྱའི་རྣམ་འགྱུར་དང་། ལུན་པ་འམ། འབྲས་བྱའི་སྤྱི་དང་རྒྱའི་བྱེ་བྲག་  
 ཀྱང་ཐ་དད་ལས་རྗེས་སུ་འགོ་སྤྱོད་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རྒྱ་འབྲས་སུ་ཐལ་ལོ་ཞེ་ན། ལུན་པ་ནི་སྤྱོད་བྱའི་  
 རྣམ་འགྱུར་དང་རྗེས་སུ་འགོ་སྤྱོད་མི་བྱེད་ཀྱི་སྤྱོད་བྱའི་རྣམ་འགྱུར་སྤྱོད་པའི་སྣང་བ་དང་རྗེས་སུ་  
 འགོ་སྤྱོད་བྱེད་པ་ལ་དེ་དང་རྗེས་སུ་འགོ་སྤྱོད་བྱེད་པ་ལྟར་མཐོང་བ་ཡིན་ནོ། །འབྲས་བྱའི་སྤྱི་དང་  
 རྒྱའི་བྱེ་བྲག་ལ་བྱུང་ཆེས་པ་མེད་དེ། དུ་བའི་ཤེས་བྱ་དང་ཤེས་བྱ་ཙམ་སྤྱོད་

১২৮

གཉིས་ལས་དང་པོ་ནི་འབྲས་བུ་ཉིད་ཡིན་ལ། གཉིས་པ་ལ་སྒྲིག་པ་མེད་པས་མཚན་ཉིད་མ་ཞུགས་  
 ི། །གསུམ་པ་གཞན་དུ་འབྲུལ་པ་སྤང་བ་ལ་གཉིས་ཏེ། རྒྱ་མིན་ལས་མི་སྟེ། སྟེ་ན་སྤྱི་ལོ་རྒྱ་  
 འབྲས་སུ་གྲུབ་པ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས་སྟེ་བར་འདོད་པ་དགག་ན། མེ་མིན་བརྒྱ་བྱིན་གྱི་སྟེ་བོ་  
 ལས་དུ་བའམ། ས་བོན་མ་ཡིན་པ་བ་ལང་གི་སྟེ་བ་ལས་ཨྲུ་ལའམ། ལྷག་གི་རྩ་ལས་དུར་བ་སྟེ་བ་  
 ལ་སོགས་པ་མཐོང་བས་མ་དེས་སོ་ཞེ་ན། གང་དག་རྒྱ་མིན་ལས་སྟེས་པ། །དེ་ནི་དེ་ཡི་འབྲས་བུ་  
 མིན། །རྣམ་པ་འདྲ་བས་འབྲུལ་པ་ལ། །དེ་ཡི་མིང་གིས་བཏགས་པར་ཟད། །གང་རྒྱ་མ་ཡིན་པ་དེས་  
 རྒྱ་དེའི་འབྲས་བུ་མི་སྟེད་དོ། །དེས་ན་བརྒྱ་བྱིན་གྱི་སྟེ་བོའི་དེ་དུ་བ་ཡིན་ན་མེ་ལས་སྟེས་པར་ཐལ།  
 མེ་ལས་མ་སྟེས་ན་དུ་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཞེས་བྱ་བ་ཅམ་གྱིས་འགྲུབ་མོད་ཀྱི། འོན་ཀྱང་སྟོབ་

དཔོན་གྱིས། གལ་ཏེ་བརྒྱ་བྱེད་སྤྱི་བོའི་མེ། །རང་བཞིན་ཡིན་ན་དེ་ཉིད་མེ། །འོན་ཏེ་དེ་མེའི་རང་  
 བཞིན་མིན། །ཇི་ལྟར་དེ་ལས་དུ་བ་ལྟུང་། །དུ་བའི་རྒྱ་ཡི་རང་བཞིན་མེ། །དེ་ཡི་རྣམ་པའི་བྱེ་བྲག་  
 ལྟན། །དུ་བ་དུ་བའི་རྒྱ་མིན་ལས། །ལྟུང་བ་དེ་ནི་རྒྱ་མེད་ལྟུང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ན། དུ་བ་  
 མེ་དང་མེ་མིན་གཉིས་ཀ་ལ་སྟོན་པ་ལྟུང་པས་དེ་གཉིས་ཀའི་ལྟས་བྱ་མ་ཡིན་པར་ཐལ་པ་དང་།  
 རྒྱ་ལས་མ་བྱུང་ཞིང་རྒྱ་མིན་ལས་བྱུང་བས་རྒྱ་ཡི་མེད་དུ་ཐལ་བ་དང་། མེ་དང་མེ་མིན་གྱི་ལྟས་བྱ་  
 མ་ཡིན་པས་དུ་བ་ཉིད་མ་ཡིན་པར་ཐལ་བ་གསུམ་མོ། །དེ་བཞིན་དུ་མེའི་སྟེང་དུ་ཐལ་བ་གསུམ་  
 དང་། བརྒྱ་བྱེད་གྱི་སྤྱི་བོའི་སྟེང་དུ་ཐལ་བ་གསུམ་སྟེ་དགྲ་བོ་དེ་གྲང་རུང་ངོ་། །དེས་ན་གྲག་མཁར་  
 གྱི་དུ་བ་དང་། སྤྱི་བོའི་ལྷན་ལ་ལ་སོགས་པ་མིང་དེར་བཏགས་ཀྱང་ཁ་དོག་དང་རྣམ་པ་དང་རོ་ལ་  
 སོགས་པ་སོ་སོར་བྱེད་ན་མི་འདྲ་

༧༣༥

བས་ཤྲུ་ལ་ལ་སོགས་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ་ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་སྤྱེ་བའི་འབྲས་བུ་རྣམས་ནི་རྒྱ་ལ་  
 འབྲུལ་པ་མེད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །འདི་ནི་འབྲས་བུ་འཇགས་ཀྱི་གཞི་དཔ་ཅན་གྱི་  
 གཏན་ཆེགས་སོ། །གཉིས་པ་བཀག་པ་ལ་མི་འབྲད་པ་སྤང་བ་ནི། གལ་ཏེ་རྒྱ་མ་ཡིན་པ་ལས་གྲུབ་  
 པ་དེའི་འབྲས་བུ་མ་ཡིན་ན། རྟོག་ཅུངས་པའི་མེ་མེ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། །མེའི་རྒྱ་བུད་ཤིང་ལས་  
 མ་བྱུང་ཡང་མེ་ཡིན་ན་བརྒྱ་བྱེན་གྱི་སྤྱོད་འི་ཡང་རྒྱ་མེ་ལས་མ་བྱུང་ཡང་དུ་བར་མཆུངས་སོ། །དེ་རྒྱ་  
 མེ་ལས་མ་བྱུང་བས་དུ་བ་མ་ཡིན་ན། རྟོག་ཅུངས་པའི་ཡང་རྒྱ་ཤིང་ལས་མ་བྱུང་བས་མེ་མ་ཡིན་  
 ནོ། །དེ་མེ་ཡིན་ན་སྤྲུལ་ཡང་དུ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་མི་མཆུངས་ཏེ། རྟོག་ཅུང་ཤིང་སོགས་མེ་རྒྱ་མིན། །མེ་  
 རྒྱ་མེ་ཡི་རྒྱལ་ཕྱན་ཡིན། །རྒྱལ་ཕྱན་གཅིག་ཏུ་སྤྱད་པའི་རྒྱ། །རྟོག་ཤིང་སོགས་ཡིན་དབང་པོ་



བཞིན། །རྡོ་དང་བྱུང་ཤིང་ལ་སོགས་པ་མེའི་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱར་འདོད་ན་བདེན་པ་ཞིག་ན། །ཁོ་བོ་  
 ཅག་བཅས་པོ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བ་བཞིན་ཁ་དོག་དང་རེག་པ་དང་། གྲི་དང་རོའི་རྩལ་ཕྱན་  
 འདུས་པར་འདོད་གྱི་རྒྱར་པ་ལ་རགས་པར་སྒྲུང་བ་མི་འདོད་དོ། །མེའི་ཉེར་ལེན་མེའི་རྩལ་ཕྱན་  
 ཉིད་ཡིན་ཏེ། ཚོགས་པ་རྣམ་པར་འཛོག་པ་ཡི། །རྒྱ་ནི་ཚོགས་པ་ཅན་ཡིན་པས། །ཞེས་གསུངས་པ་  
 ལྟར་རོ། །རྡོ་དང་ཤིང་ནི་མེའི་རྩལ་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་འཚོགས་པར་བྱེད་པའི་བདག་རྒྱུན་ཡིན་གྱི།  
 ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱར་མི་རུང་སྟེ། དཔེར་ན་མིག་གི་རྣམ་ཤེས་གྱི་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་རྣམ་ཤེས་སྒྲ་མ་ཡིན་  
 ལ་བདག་རྒྱུན་དབང་པོ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་མེ་མ་ཡིན་པ་མེའི་ཉེར་ལེན་དང་རྣམ་ཤེས་མ་  
 ཡིན་པ། རྣམ་ཤེས་གྱི་ཉེར་ལེན་དུ་མི་འབྱུང་དོ། །འོ་ན་དུ་བའི་རྒྱུ་འང་སའི་རྩལ་ཕྱན་ཡིན་ལ། མེ་  
 དང་བརྒྱ་བྱེན་གྱི་སྤྱོ་བོ་ཡང་སའི་རྩལ་ཕྱན་སྤྱད་པའི་བདག་རྒྱུན་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། མི་མཚུངས་



༧༣༩

ཏེ། སའི་རྩལ་ཕྱན་བསྐྱས་པ་ཅམ་གྱིས་དུ་བར་འགྱུར་ན། རི་དང་ཁང་པ་ལ་སོགས་པ་འང་དུ་བར་  
 འགྱུར་རོ། །མའི་རྩལ་ཕྱན་བསྐྱས་པ་མེར་གྱུར་ན། རྟོད་མཁའི་མེ་འང་མེར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། འདྲོད་  
 པས་ག་ལ་མཚུངས། གལ་ཏེ་སའི་རྩལ་ཕྱན་སྤྱད་པ་ཅམ་མ་ཡིན་གྱི། འོན་ཀྱང་མེ་དང་བརྒྱ་བྱེན་གྱི་  
 སྤྱི་བོ་གཉིས་ཀས་དུ་བ་སྤྱད་པར་བྱེད་དོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ་དུ་བ་ནི་མེ་དང་བྱེད་ཤིང་གིས་བསྐྱེད་  
 པའི་སྐྱའི་རྩ་ས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ཡིན་པས་དེ་བརྒྱ་བྱེན་གྱི་སྤྱི་བོ་ལ་ག་ལ་འགྱུབ། དེས་ན་དུ་བ་ཞེས་བྱ་བ་  
 ཤིང་གི་སྐྱ་ལྟ་བུར་སྐྱ་བོའི་རྩ་ས་ཀྱི་སྤྱི་སྐྱ་མ་ཡིན་གྱི་ཤིང་ཤ་པ་ལྟ་བུར་མེ་ལས་སྐྱེས་པའི་རྩ་ས་ཀྱི་བྱེ་  
 བྲག་གི་བ་སྤྱད་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་བརྒྱ་བྱེན་གྱི་སྤྱི་བོ་ལ་མིང་ཡང་དུ་བར་གྲགས་ལ་རྣམ་པ་འང་དུ་བ་  
 དང་འདྲ་ལོ། །ཞེ་ན་མི་འདྲ་བ་ལ་སྒྲོ་བ་ཏགས་པ་ཡིན། རྣམ་པ་སྒྲོ་ལ་འཕྱུར་བ་ཅམ་དུ་འདྲ་ཡང་

མཚུལ་དུ་དགྲ་བ་དང་། སྒྲུ་ཚུལ་དང་འཕྱར་ཚུལ་མི་འདྲའོ། །དེ་བོ་མི་འདྲ་ཡང་སྒྲོས་སྒྲུ་རིས་མི་བེན་  
 མོ་ཞེ་ན། དེ་བོ་མི་འདྲ་བས་ཚེག་མོད། སྒྲུ་རིས་མི་བེན་པ་སྒྲོའི་སྒྲོན་ཡིན་གྱི་དོན་གྱི་སྒྲོན་མ་ཡིན་  
 མོ། །སྒྲོ་སྒྲོན་ཐམས་ཅད་དོན་ལ་སྒྲུར་ན་གསེར་དང་ར་གན་དང་མི་དང་ཐོ་ཡོར་ལ་སོགས་པ་འང་  
 སྒྲུ་རིས་མི་བེན་པའི་སྒྲུན་པོ་ཡོད་པས་ཐམས་ཅད་དེས་པར་མི་རྒྱས་སོ། །དེ་སྐད་དུ་འང་། ཐ་དད་  
 དངོས་ལ་རབ་གྲུབ་པ། །སྒྲུ་མཚུངས་པས་ཐ་དད་མེད་ཕྱིར། །རྗེས་དཔོག་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །སྒྲུ་  
 བོའི་རྣམས་པ་མེ་བཞིན་མོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེས་ན་མིང་གཅིག་གྲུང་དོན་མི་གཅིག་སྟེ།  
 འཆི་བའི་སྒྲུ་ཤིང་སྐམ་པ་དང་། མེ་རྣལ་བ་དང་། རོ་མ་རུལ་པ་ལ་འང་འཇུག་མོད་ཀྱི། སངས་རྒྱས་  
 པས་ཤི་བ་མཚན་ཉིད་པ། རྣམ་ཤེས་ཀྱི་རྟེན་དང་ཆོ་ལ་སོགས་པ་འགག་པ་ལ་བེར་གྱི་སྐམ་པ་ལ་  
 མི་བེར་བ་བཞིན་མོ། །དེ་ཉིད་རྒྱན་མཛད་པས། རྣམ་ཤེས་ལ་སོགས་

ཏཱ་ལའི་བུ་ལོ་

འགག་པ་ལ། །འཆི་བར་སངས་རྒྱས་པས་རྟོགས་པས། །གང་ལ་ཤིང་ལ་རྣམ་ཤེས་སོགས། །མ་གྲུབ་  
 དེ་ལས་འཆི་དེ་བཞིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །གཉིས་པ་སྐྱེ་ན་སྤྱི་ལོ་རྒྱ་ལྷན་སྤྱི་ལོ་རྒྱ་ལྷན་སྤྱི་ལོ་  
 ཡང་ན་སྤྱི་ལོ་དང་སྤྱི་ལོ་ཡི། །རྒྱ་དང་ལྷན་སྤྱི་ལོ་དང་ཡི། །མེ་དང་དུ་བས་བསྐྱེད་པ་ཡི། །ལྷན་  
 ལྷན་བའི་ལྷན་པར་བཞིན། །དང་པོ་བསྐྱེད་པའི་རྒྱ་ལྷན་དང་། །སྤྱི་ལོ་བསྐྱེད་པའི་རྒྱ་ལྷན་མི་  
 འདྲ་སྟེ། དུ་བ་དང་པོའི་རྒྱ་མེ་ཡིན་ལ་དུ་བ་སྤྱི་ལོ་རྒྱ་དུ་བ་ཉིད་ཡིན་པ་འཇམ། །རྒྱ་ཤིང་དང་པོའི་རྒྱ་  
 ས་བོན་ཡིན་ལ། །སྤྱི་ལོ་རྒྱ་སྤྱི་ལོ་དང་ལྷན་སྤྱི་ལོ་རྒྱ་སྤྱི་ལོ་རྒྱ་སྤྱི་ལོ་རྒྱ་སྤྱི་ལོ་རྒྱ་སྤྱི་ལོ་  
 བའི་ས་བོན་ནམ། །ལྷན་པ་དང་པོའི་རྒྱ་ལྷན་པ་དང་རྒྱ་ལྷན་པ་སྤྱི་ལོ་རྒྱ་སྤྱི་ལོ་རྒྱ་སྤྱི་ལོ་  
 བཞིན་དུ་ཤ་ལྷན་པ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ལ་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། །གཏན་ཆོག་སྤྱི་ལོ་སྤྱི་ལོ་པ་ལས།

རིགས་མི་མཐུན་པ་ལས་ཀྱང་ཅུང་ཟད་འབྱུང་བར་མཐོང་སྟེ། དཔེར་ན་བ་ལང་གི་སྟེ་བ་ལ་སོགས་  
 པ་ལས་ཤལ་ལྷ་ཀ་ལ་སོགས་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། རིགས་མི་མཐུན་པ་ལས་ཀྱང་འབྱུང་བ་ཡིན་ཏེ།  
 དེ་ལྟ་བུ་ཁོ་ན་དེ་དང་འདྲ་བའི་དང་པོའི་རྒྱ་ཡིན་པས་རྒྱ་ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །རྒྱ་གྲིས་འབྱུང་ན་  
 འདམ་བུ་ལས་འབྱུང་ངོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ནོ། །དེས་ན་ཤལ་ལྷ་ཀ་ལ་སོགས་པ་ངོ་བོ་ཡིན་ན་  
 རྒྱ་ཕྱི་རྒྱ་འབྲས་ཡིན་ལ་ངོ་བོ་མ་ཡིན་པའི་གཟུགས་འདྲ་བ་ཙམ་ནི་དུ་བ་དང་བརྒྱ་བྱེན་གྱི་སྟེ་བོ་  
 ལྟར་མིང་གཅིག་ཀྱང་དོན་འབྲུལ་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་འབྲེལ་པ་དེ་དག་གི་མཆན་གཞི་ངོས་  
 བརྒྱུང་བ་ལ་གསུམ་ལས་གཞན་ལྷགས་དགག་པ་ནི། རང་མཆན་དང་ནི་སྒྲ་དོན་གཉིས། །འབྲེལ་  
 པའི་མཆན་གཞིར་མི་འཐད་པས། །བོད་རྣམས་འབྲེལ་པ་དོན་ལ་ཡོད་པར་འདོད་པ་ལྟར་ན།

མཆན་གཞི་འདུལ་དུས་སོ་སོར་ངེས་པའི་རྩ་ས་ལ་བརྩི་དགོས་ལ། དེ་འདྲོད་ན་རང་མཆན་ལ་

རྩ་ས་

༧༣༣

འགོ་མེད་པའི་ཕྱིར་གོ་བྱེད་མ་ཡིན་པར་བཤད་ཟིན་ཏོ། །འགའ་ཞིག་དུ་བ་དང་བྱས་པ་ལ་སོགས་  
པའི་སྐྱ་དོན་ལ་འབྲེལ་པ་བརྩི་བའང་མི་འཐད་དེ། སྐྱ་དོན་དངོས་མེད་ལ་འབྲེལ་པ་བྱས་པས་རང་  
མཆན་གོ་བར་མི་རྒྱས་སྟེ། རང་མཆན་དང་དངོས་མེད་ཉིད་ལ་འབྲེལ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་བྱམ་པ་ལ་  
འབྲེལ་པ་བྱས་པས་བ་ལང་མི་གོ་བ་བཞིན་ནོ། །གཉིས་པ་རང་གི་ལྷགས་ནི། སྐྱའི་དོན་ལ་རང་  
མཆན་དུ། །འབྲུལ་པའི་གཞན་སེལ་ཁོ་ན་ཡིན། །རྟོག་པས་སྐྱ་དོན་ལ་རང་མཆན་དུ་འབྲུལ་པའི་  
གཞན་སེལ་གྱིས་དུ་བ་དང་མེ་དང་། བྱས་པ་དང་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པའི་སྟོག་པ་གཅིག་རྒྱ་  
བཟུང་བ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། གང་ཆེ་གོ་བྱེད་རྗེས་འགོ་བ། །སྤྱི་ཡི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་རྟོགས། །ཞེས་གསུངས་པ་  
རྟེན་ནོ། །གསུམ་པ་རྩོད་པ་སྤང་བ་ནི། སྟོག་པ་གཅིག་འདོད་ན་རྗེས་ཀྱི་སྤྱི་དང་བརྟག་པ་མཚུངས་



ཕའི་སྐྱུན་ཡིད་དོ་ཞེ་ན། ལྷོག་པ་དངོས་མེད་ཡིན་པས་གཅིག་གམ་ཐ་དད་ཀྱི་སྐྱུན་ལས་གྲོལ་ལོ་  
 ཞེས་གཞན་སེལ་གྱི་སྐབས་སུ་བཤད་བྱིན་རྟོ། །ཁ་ཅིག་ལྷོག་པ་གཅིག་མ་ཡིན་ཏེ་མཚུངས་པ་ཡིན་  
 རོ། ཞེས་བེད་བའང་མི་འཐད་དེ། བདག་ཉིད་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མཚུངས་སམ་ཕྱོགས་གཅིག་གིས་  
 མཚུངས། གང་སྟར་ཡང་མཚུངས་པ་ཙམ་དུ་བབྱུང་བས་བྱུང་པ་མི་འགྲུབ་པའང་སྟར་བཤད་བྱིན་  
 རྟོ། །གསུམ་པ་དེ་དག་གང་གིས་ངེས་པའི་ཚུལ་ལ་གསུམ་སྟེ། ཕྱོགས་རེས་ངེས་པ་གཞན་གྱི་ལྷགས་  
 དང་། གཉིས་ཀ་དགོད་པ་རང་གི་ལྷགས་དང་། དེ་ལ་མི་འཐད་པ་སྤང་བལྟ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་  
 ལས། དཔྱེད་པས་ངེས་པ་ནི། བདེ་བྱེད་དགའ་བ་དཔྱེད་པ་ཡིས། །འབྲེལ་པ་ངེས་པར་བྱེད་ཅེས་  
 གྲག། ཁ་ཆེའི་རྟོག་གི་བ་ཆེན་པོ་བདེ་བྱེད་དགའ་བ་ན་རེ། གནས་སྐབས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་ཚད་མས་  
 ངེས་ཀྱང་རང་བཞིན་གྱིས་འབྲེལ་པ་དཔྱེད་པས་ངེས་དགོས་སོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །

༧༣༥

དཔྱོད་པ་དེའི་མཚན་ཉིད་ཀྱང་འགལ་འབྲེལ་གྱི་རྩ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤར་མ་རྟོགས་པའི་སྤྱིའི་རྣམ་  
པ་ལ་མཐའ་གཞན་དུ་འཛིན་པའི་དོགས་པ་སེལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལོ། །དེ་སྐད་དུ་འདྲ་། འཇུག་ཡུལ་  
དེས་པ་མ་རྟོགས་པས། །ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་མེད་ཀྱང་སྤྲ། །འབྲེལ་པའི་རྩ་བ་ལ་བརྟེན་  
ནས། །རྣམ་གཞན་དོགས་འགོག་ཡིད་ཆེས་རྒྱ། །ཞེས་བཤད་པ་ལྟར་རོ། །དེ་ལ་དབྱེ་ན་སྤྱོད་དོན་གྱི་  
དཔྱོད་པ་དང་དངོས་པོའི་དཔྱོད་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི་ཆད་བྱས་གྱི་འབྲེལ་པ་ལ་བརྟེན་ནས་  
བརྟགས་པའི་དོན་ལ་དོགས་པ་སེལ་བ་སྟེ། ཅིས་དང་མིག་མངས་གྱི་འབྲེལ་བུ་རྟ་བུ་ལོ། །གཉིས་པ་  
ནི་དངོས་པོའི་འབྲེལ་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱིའི་དོན་ལ་དོགས་པ་སེལ་བ་སྟེ། ཞིང་དང་ཤ་བའི་འབྲེལ་  
པ་རྟ་བུ་ལོ། །དེས་དཔྱོད་པའི་ཚུལ་ཇི་ལྟར་འཇུག་ཅེ་ན། ཡལ་ག་ལོ་འདབ་དང་ལྡན་པའི་དངོས་པོ་

མཐོང་བ་ལྟ་བུ་མཆན་གཞི་འཛིན་པའི་ཚད་མ་དང་། དེ་ནས་མཐུན་དངོས་དང་གཞན་དངོས་ལས་  
ལོག་པའི་ལྡོག་པ་བ་དང་དུ་བྱེད་པའི་སྒོ་དང་། དེའི་རྗེས་སུ་སྒོ་ལ་དཔྱེད་པ་སྦྱེ་སྦྱེ། ཚས་གང་ཞིག་  
གང་ལས་རྣམ་པ་གཞན་དུ་མི་འཆར་བ་དེ་ནི་དེ་དང་འབྲེལ་པ་དང་། གཞན་དང་མི་འགལ་བའི་  
དོགས་པ་ཚོད་དེ། དཔེར་ན་ཤ་བའི་རྣམ་པ་དེ་ཡལ་འདབ་དང་ལྡན་པའི་ཤིང་ཙམ་ལས་གཞན་དུ་  
རྣམ་པ་མི་འཆར་བས་ཤིང་ཙམ་དང་འབྲེལ་ཞིང་ཤིང་མིན་དང་འགལ་བར་ངེས་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །ཡང་  
ཚས་གང་ཞིག་གང་ལས་གཞན་དུ་རྣམ་པར་འཆར་བ་དེ་ནི་དེ་དང་འབྲེལ་ཞིང་གཞན་དང་མི་  
འགལ་བ་ཡིན་ཏེ། ཤིང་ཙམ་ཤ་པ་ལས་གཞན་དུ་འང་རྣམ་པ་འཆར་བས་དེ་དང་འབྲེལ་ཞིང་དེ་  
མིན་དང་མི་འགལ་བ་བཞིན་ཅོ་ཞེས་། །འདི་ལ་དཔྱེད་པ་ཁས་ལེན་པ་རྣམས་ན་རེ། རང་གི་མཆན་

ཉིད་ཡུལ་ཅན་སྤྱིར། །བྱུང་པ་མངོན་སྲུང་གྱིས་མི་འགྲུབ། །ཚད་མ་ཡིན་སྤྱིར་རྗེས་དཔག་ནི། །ཡུལ་  
དུས་སྤྱི་ལ་

ᠮᠤᠩᠭᠤᠯᠠ

འཇམ་མེ་བྱེད། །གང་ཞིག་སྤྱི་ཡི་ཡུལ་ཅན་མིན། །དེ་ཡི་བྱུང་པ་རི་རྩུབ་ལྷུང་ལྷུང་། །ཅེས་བཤད་པ་  
རྩུབ་ཆད་མས་འབྲེལ་པ་མི་ངེས་ཏེ། དེའི་འཇུག་ཡུལ་རང་མཆན་སོ་སོར་ངེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
དོ། །དེས་ན་སྤྱི་འབྲེལ་དཔྱེད་པས་ངེས་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་ཟེར་བའང་ཆོས་ཅན་ངེས་པར་མ་བཟུང་  
བར་འབྱུལ་པས་དངོས་པོ་གཅིག་རྩུབ་རྟོགས་པ་ཉིད། རང་མཆན་མ་བཟུང་བས་མངོན་སྲུང་མིན་  
ལ། རྟགས་ལ་མ་རྟོས་པས་རྗེས་དཔག་མིན་ཅིང་དོན་མཐོང་བ་ཙམ་ཡོད་པས་དཔྱེད་པ་ཞེས་  
བཏགས་པར་གསལ་ལོ། །གཉིས་པ་ཆད་མས་ངེས་པ་ནི། །ཉི་འོག་པ་རྣམས་ཆད་མ་ཡིས། །འབྲེལ་  
པ་ངེས་པར་བྱེད་པར་འདོད། །རྒྱ་གར་གྱི་པཱི་ཏ་རྣམས་མཐུན་པར་སྤར་བཤད་པ་བཞིན་དུ་རྗེས་  
སྤྱ་འགོ་སྤྲོག་ངེས་པའི་ཆད་མས་འབྲེལ་པ་ངེས་པར་བྱེད་དེ། དཔེ་ལ་རྟགས་ཀྱི་མཆན་གཞི་འཛིན་

པའི་ཚད་མ་དང་། དེ་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་འགོག་པའི་ཚད་མ་གཉིས་ཀྱིས་ཡོད་ན་ཡོད་པའི་རྗེས་  
 འགོ་དང་། ལོག་ན་ལྷོག་པའི་ལྷོག་པ་གྲུབ་པས་སྤྱི་བྱུང་འགྲུབ་སྟེ། རྗེས་སུ་འགོ་དང་ལྷོག་པ་  
 ལས། །གང་ཞིག་གང་གི་རྗེས་འགོ་མཐོང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེ་འང་མཐུན་དཔེ་ཚད་  
 མས་གྲུབ་དགོས་ཀྱི་མི་མཐུན་དཔེ་གྲུབ་མི་དགོས་ཏེ། དེ་སྤྱིར་ཆོས་མི་མཐུན་དཔེ་ལ། །དེས་པར་  
 འདི་ལ་གཞི་མི་འདོད། །དེ་དག་མེད་ན་དེ་མེད་ཅེས། །བརྗོད་པ་ལས་ཀྱང་དེ་རྟོགས་ཕྱིར། །ཞེས་  
 གསུངས་སོ། །དེས་ན་དུ་བའམ། བྱས་པ་ཡོད་ན་མེད་མི་རྟག་པ་ཡོད་ཅེས་བརྗོད་པ་ཉིད་ཀྱིས་  
 མེད་མི་རྟག་པ་ལོག་ན་དུ་བའམ་བྱས་པ་ལྷོག་པས་དེས་སོ་ཞེས་གསུང་ངོ་། །གཉིས་པ་རང་གི་  
 ལྷགས་ནི། ཚད་མའི་སྟོབས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པ་ཡི། །གཞན་སེལ་དེས་པའི་བདག་ཉིད་ཅན། །ལྷུལ་  
 པས་དངོས་པོ་གཅིག་ཉིད་དུ། །རྟོག་དཔྱེད་



༧༣༥

དེ་ཡི་འབྲེལ་པ་དེས། །ཁོ་བོ་ནི་ཚད་མ་ལ་མ་སྟོས་པའི་དཔྱོད་པ་ལ་འང་གཞན་སེལ་བྱིན་ཅི་ལོག་  
 སྲིད་པས་མི་དེས་ལ། མངོན་སྲུང་ཡང་མ་དེས་ན་འཇུག་སྟོག་གི་ཐ་སྙད་མི་འགྲུབ་ཅིང་། དེས་ན་  
 རྟོག་དཔྱོད་ལས་མ་འདས་ལ་རྗེས་དཔག་གིས་མི་མཐུན་སྟོགས་ལ་ཁེགས་ཀྱང་རྟོག་དཔྱོད་མེད་ན་  
 མཐུན་སྟོགས་དང་འབྲེལ་པ་མི་འགྲུབ་པས། ཚད་མའི་རྗེས་ལ་སྟོས་པའི་དེས་པ་རྟོག་དཔྱོད་གྱི་ངོ་  
 བོས་འབྲེལ་པ་དེས་པ་ཡིན་ནོ། །འདི་ལ་དགོངས་ནས། འབྲུལ་པས་དངོས་པོ་གཅིག་སྟར་  
 རྟོགས། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། དཔྱོད་པ་ནི་དོན་བྱེད་པར་རུང་བའི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ་ཞེས་  
 གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ་དེ་ལ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་ནི། འོ་ན་དཔྱོད་པ་ཡིད་དཔྱོད་དམ་  
 བཅད་ཤེས་སུ་འགྱུར་ལ་མ་ཡིན་ན་ཚད་མ་མ་ཡིན་པ་བཞི་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། ཡིད་དཔྱོད་མི་

མིད་ལ་བཅད་ཤེས་ཡིན་ཡང་བཞི་པར་མི་འགྱུར་རྟེ། བཅད་ཤེས་ཉིད་ཁ་ཕྱི་ལྟ་ལོག་ཤེས་ནང་ལྟ་  
 རང་རིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འབྲུལ་ཡང་རང་མཆོན་ཐོབ་པའི་མི་འགལ་བ་བཤད་ཟིན་རྟོ། །དེས་  
 ན་དཔྱེད་པ་མེད་པར་འཇུག་ལྟོག་མི་དེས་ལ་ཆོད་མ་མེད་ན་དཔྱེད་པ་འབྲུལ་སྲིད་པས་འབྲེལ་པ་  
 དེས་པ་ལ་གཉིས་ཀ་དགོས་སོ། །དངོས་པོའི་དོན་ལ་འབྲེལ་པ་མེད། །འབྲེལ་པ་གཉིས་ཀྱང་སྟོ་  
 བརྟགས་ཡིན། །སྟོ་ཡི་དོན་ལ་རང་མཆོན་དུ། །འབྲུལ་པས་འབྲེལ་པའི་རྟོག་པ་སྟེ། །ཞེས་བྱ་བ་  
 བསྐྱ་བའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ། །ཆོད་མ་རིགས་པའི་གཏེར་ལས་འབྲེལ་པ་བརྟག་པའི་རབ་རྒྱ་  
 བྱེད་པ་དུག་པའོ། །གཉིས་པ་འགལ་བའི་དོན་དེས་པར་བྱ་བ་ནི། འགལ་བ་སྤྱིའི་མཆོན་ཉིད་  
 དང་། མཆོན་གཞིའི་རབ་རྒྱ་དབྱེ་བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། ཆོས་གང་གང་ལ་གཞོད་བྱེད་པ། །དེ་

ကျေးဇူးတင်စွာဖြင့်

ནི་དེ་ཡི་འགལ་ཟླ་ཡིན། །འགལ་བའི་མཚན་ཉིད་ནི་ཚོས་གང་ཞིག་གང་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་ཞེས་  
བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །འགལ་ཞིག་ན་རེ། ཚོས་

༧༣༥

གང་ཞིག་གང་གིས་དབེན་པ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་ཟེར་བ་མི་འཐད་དེ། དེ་ལྟ་ན་མེ་དང་དུ་བ་དང་བྱས་པ་  
དང་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་ཚོས་ཐ་དད་པ་ཐམས་ཅད་འགལ་བར་འགྱུར་རོ། །འདོད་ན་མེ་དང་  
དུ་བ་དང་བྱས་པ་དང་མི་རྟག་པ་ཕན་ཚུན་འགོག་རྒྱས་པར་འགྱུར་ཏེ་རྣམ་ངེས་ལས། དེའི་ཕྱིར་  
བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ལ་གཞོད་པར་བྱེད་པ་ཁོ་ན་འགལ་བ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་བཤད་པས་སོ། །གཉིས་པ་  
མཆན་གཞིའི་རབ་རྒྱ་དབྱེ་བ་ནི། འགལ་ལྷ་དངོས་པོ་དངོས་མེད་གྱི། །ཡུལ་གྱི་དབྱེ་བ་ལ་སྟོས་  
ནས། །ལྟན་ཅིག་མི་གནས་པ་དག་དང་། །ཕན་ཚུན་སྤང་འགལ་གཉིས་སུ་བཞེད། །འགལ་བ་  
དེའང་ཡུལ་གྱི་སྟོན་སྒྲོན་དབྱེ་ན་ལྟན་ཅིག་མི་གནས་པ་དང་ཕན་ཚུན་སྤངས་འགལ་གཉིས་སོ། །དང་  
པོ་ལ་བཞི་སྟེ། ལྟན་ཅིག་མི་གནས་པའི་མཆན་ཉིད། འགལ་བ་གནས་པའི་ཡུལ། གཞོད་བྱ་སྟོག་

པའི་དུས། འགལ་བ་དེས་བྱེད་གྱི་ཚད་མཐོ། །མཚན་ཉིད་ལ་འང་གསུམ་ལས། གཞན་ལྷགས་  
 དགག་ན། ལྷན་ཅིག་མི་གནས་གནོད་བྱེད་དུ། །འདོད་པ་དཔྱད་ན་འབྲང་མ་ཡིན། །ལྷན་ཅིག་མི་  
 གནས་པའི་མཚན་ཉིད་ནི། དངོས་པོ་གཉིས་ལ་གནས་པའི་ཆོས་གནོད་བྱ་གནོད་བྱེད་ཅེས་ཟེར་  
 བ་མི་འབྲང་དེ། གནོད་བྱ་གནོད་བྱེད་འཆོགས་པའི་སྤྱི་གཅིག་མི་སྤྱི་ཅིང་ཡ་གྲུལ་དགོད་ན་རྒྱ་  
 འབྲས་གྱི་མཚན་ཉིད་ལྟར་མ་བྱུང་བོ། །གཞན་ཡང་གནོད་བྱེད་ཅེས་བྱ་བ་འཇིག་པར་བྱེད་པ་ལ་  
 ཟེར་ན་མི་འབྲང་དེ། འཇིག་པ་ལ་རྒྱ་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་རང་ལྷགས་ནི་དེས་ན་  
 གནོད་བྱ་གནོད་བྱེད་གཉིས། རྒྱ་འབྲས་བཞིན་དུ་བྱ་དད་ཡིན། །གང་གིས་གནོད་བྱ་རྣམས་མེད་  
 དུ། སྤྱི་པའི་རྒྱ་ལ་གནོད་བྱེད་ཟེར། །གནོད་བྱའི་མཚན་ཉིད་ནི་རྒྱ་མ་གཏུགས་པ་འབྱུང་བ་ཅན་  
 གཞན་ཡོད་ན་རྣམས་མེད་དུ་སྤྱི་བའོ། །གནོད་བྱེད་གྱི་

ཀླུ་མ་

མཆན་ཉིད་ནི། རྒྱ་མ་གཏུགས་པ་འབྱུང་བ་ཅན་དེ་རྒྱས་མེད་དུ་སྐྱེ་བྱེད་དོ། །དེ་སྐད་དུ་འདུག་ཀྱི་མ་  
གཏུགས་པ་འབྱུང་བ་ཅན་གཞན་ཡོད་ན་མེད་པའི་ཕྱིར་འགལ་བར་རྟོགས་ལ་ཞེས་གསུངས་པ་  
ཏྲུང་རོ། །གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྤང་བ་ལ་གཉིས་ལས། མ་ཁྲབ་པ་སྤང་བ་ནི། གལ་ཏེ་རྒྱས་མེད་དུ་སྐྱེ་  
བ་ལ་དང་པོ་ཡུད་དགོས་པ་ལ་སྤང་མུན་གཉིས་ཡུད་པ་མེད་དོ་ཞེ་ན། མི་འགལ་ཏེ། མུན་པའི་སྐད་  
ཅིག་སྤྲུམས་སྤང་བ་དང་ཉེ་བའི་སྐད་ཅིག་ཕྱི་མ་སྐྱེད་པའི་ཆེ་སྤང་བའི་སྐད་ཅིག་སྤྲུམས་མུན་པ་  
དང་ཉེ་བའི་སྐད་ཅིག་ཕྱི་མ་སྐྱེད་ལ། དེ་ནས་སྤང་བ་དང་ཉེ་བའི་མུན་པ་རྒྱས་མེད་དུ་སྐྱེ་ལོ། །ཕྱིས་  
མུན་པ་རྒྱས་མེད་འགགས་པ་ཉིད་སྤང་བ་སྐྱེས་པ་ཡིན་པས་སྐྱེ་འགག་དུས་མཉམ་སྟེ་སྤང་མཐའི་  
མཐོ་དམན་བཞིན་ནོ། །གཉིས་པ་ཁྲབ་ཆེ་པ་སྤང་བ་ནི། རྒྱས་མེད་དུ་སྐྱེད་པ་གཞོད་བྱེད་ཡིན་ན་



ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱུ་ལ་བྱུང་ཆེས་ཏེ། དཔེར་ན་སྤྱི་ལོ་ལྟ་བུ་གྱིས་ནས་གྱི་ཐུག་སྐྱེད་པའི་རྒྱས་མེད་  
 ལ་སོགས་པ་རྒྱུ་ཐམས་ཅད་གཞན་གྱི་འབྲས་བུ་སྐྱེད་པ་ལ་རྒྱས་མེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། རྒྱས་  
 མེད་དུ་སྐྱེས་པ་ཙམ་མ་ཡིན་གྱི་རྒྱུ་མ་གཏུགས་པ་འབྱུང་བ་ཙན་གཞན་གྱི་རྒྱུ་རྒྱས་མེད་དུ་སྐྱེད་པ་  
 ལ་འདོད་ལ། འདིར་རང་གི་རྒྱུ་མ་ཆང་བ་ཡིན་པས་བྱུང་ཆེས་པ་མེད་དོ། །ཡང་གཞོན་བྱེད་དང་  
 ལྷན་ཅིག་པའི་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱུ་ལ་བྱུང་ཆེས་ཏེ་ཆ་རེག་དང་ཕྱད་པའི་གྲང་རེག་དེས་གྲང་རེག་སྤྱི་  
 མ་སྐྱེད་པ་ལྟར་དེ་དང་རྩ་ས་གཅིག་པའི་རྒྱས་མེད་ཀྱང་མི་སྐྱེད་ན་ཆ་ཤས་གྱི་བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་  
 དུ་ཐལ་ལ། སྐྱེད་ན་ཆ་རེག་དང་ཕྱད་པའི་གྲང་རེག་དང་གྲང་རེག་སྤྱི་མ་གཞོན་བྱ་གཞོན་བྱེད་དུ་  
 འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། སྐྱོན་མེད་དེ། ཆ་རེག་དང་ཕྱད་པའི་གྲང་རེག་གིས་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱུ་དང་ཆ་རེག་

གིས་ལྷན་ཅིག་བྱེད་པའི་རྒྱུ་བྱས་ནས་གང་རེག་ནུས་མེད་སྟེ་བས་དེས་ན་ཆ་རེག་དང་ཕྱད་  
སྟོབས་ཀྱིས་གང་རེག་ནུས་མེད་དུ་སྟེ་འོ། མ་

༧༣༩

ཕྱད་ན་རྒྱས་མེད་ཉིད་ཀྱང་མི་སྦྱོད་པའི་ཕྱིར་གྲང་རེག་སྒྲ་མ་དང་ཕྱི་མ་གཞོད་བྱ་གཞོད་བྱེད་དུ་ག་  
 ལ་འགྱུར། གཉིས་པ་འགལ་བ་གནས་པའི་ཡུལ་ལ་གཉིས་ལས་དང་པོ་འགལ་བ་དོས་བཟུང་ན།  
 ལྷན་ཅིག་མི་གནས་རི་སྦྱོད་པ། །དངོས་པོ་གཞོད་བྱེད་གཉིས་ལ་འཇུག་། དེ་ཡང་རྒྱན་མིན་སྐད་  
 ཅིག་མིན། །བསྦྱོད་བྱ་སྦྱོད་བྱེད་ཡིན་ཕྱིར་རོ། །ལྷན་ཅིག་མི་གནས་པ་ཞེས་བྱ་བ་རྒྱན་གཉིས་  
 འགྲོགས་སྒྲ་མི་རུང་བ་ཡིན་ལ་དེ་ནི་དོ་བོ་གཅིག་པ་དང་ཡ་གྲུལ་དངོས་མེད་ལ་མི་འཇུག་པས་  
 དངོས་པོའི་ཆོས་གཉིས་ཡིན་ཞིང་། དེའང་གཞོད་བྱ་གཞོད་བྱེད་གཉིས་བསྦྱོད་བྱ་སྦྱོད་བྱེད་ཡིན་  
 པས་དེ་སྐད་ཅིག་གཅིག་ལ་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར་རྒྱན་གཉིས་འགལ་བ་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ་ཚོད་པ་  
 སྤང་བ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ཡུལ་ལ་བརྟག་ན་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་ནི། སྐད་ཅིག་མི་འགལ་རྒྱན་

མ་གྲུབ། །དེས་ན་འགལ་འདི་མི་འཐད་ལོ། །སྐད་ཅིག་ལ་འགལ་བ་མི་སྤྱིད་ལ་རྒྱན་རྫས་སུ་མ་གྲུབ་  
 པས་འགལ་བ་གཉིས་གནས་པའི་ཡུལ་མི་སྤྱིད་དོ་ཞེ་ན། སྤྱིན་མེད་དེ། སྐད་ཅིག་སྤྲ་མ་སྤྲ་མ་  
 ལས། །སྤྱིན་མེད་ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་སྤྱེ། །དེ་ལ་རྒྱན་དུ་སྤྱོད་བརྟགས་པ། །སྤྱོད་པར་བྱེད་ལ་ཉེས་པ་  
 མེད། །གཞོད་བྱ་སྤྱོད་པ་ནི་སྐད་ཅིག་མ་མང་པོ་མཐུད་པ་ལ་འབྱུང་སྟེ། དཔེར་ན་མེའི་སྐད་ཅིག་  
 མང་པོ་ཡོད་ན་གང་བའི་སྐད་ཅིག་འབྱུང་ཡང་འགག་པའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །གཉིས་པ་  
 རྫས་ལ་བརྟགས་ན་མི་འཐད་པ་སྤྱང་བ་ལ་གཉིས་ལས་དང་པོ་ཚུད་པ་དགོད་ན། རྩལ་ཕྱན་འགལ་  
 བ་སྟོན་ཅིག་རྒྱ། །གནས་ན་སྟོན་ཅིག་མི་གནས་འགལ། །མི་གནས་ན་ནི་གཅིག་བཅོམ་པས། །རྒྱ་  
 འབྲས་དུས་མཉམ་འབྱུང་ཞེ་ན། །གལ་ཏེ་ཆ་རེག་དང་གང་རེག་གི་རྩལ་ཕྱ་རབ་གཉིས་སྟོན་ཅིག་

ཆེ་ལའི་གཡུ་གེ་དཔལ་ལྷན་ལ།

གཞིབས་པ་ན་གང་རེག་གི་རྩལ་ཕྱན་དེ་མ་བཅོམ་ན་ལྷན་ཅིག་གནས་པར་འགྱུར་ལ། བཅོམ་ན་  
ཕྱད་རྩལ་དེ་ཉིད་རྩལ་

༡༥༩

བཅོམ་ན་རྟུ་མཉམ་པ་འི་རྒྱ་འབྲས་སུ་འགྱུར་ཞིང་། འགྲོགས་ན་ལྷན་ཅིག་མི་གནས་པ་འགལ་ལོ་  
ཞེས། །གཉིས་པ་ལན་ལ་གཉིས་ལས་གཞན་གྱི་ལན་དགག་ན། ལ་ལ་ཉེ་བར་ཞ་བར་འདོད། །ཁ་  
ཅིག་ཕྱད་ནས་བསྐྱར་བར་འདོད། །འགའ་ཞིག་ཕྱད་པ་མེད་པར་འདོད། །རྟག་སྒྲ་དེ་དག་ལ་བྱུལ་  
པ་ཡིན། །གྲངས་ཅན་ནི་གྲང་རེག་གི་རྟུ་ཉན་མོའི་སྐར་མ་བཞིན་ཆ་རེག་གི་ཁོངས་ན་ཉེ་བར་  
ཞེས་ཞེས་བེར་རོ། །གཟེགས་བཅན་གྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་ཁ་ཅིག་གྲང་རེག་གི་འདྲ་བའི་འབྲེལ་པ་  
ཞིག་ཀྱང་རྗེས་པན་ཚུན་རྟག་པས་གཞོད་པ་མ་བྱས་པ་དང་། བྱེ་བྲག་པ་ཁ་ཅིག་གྲང་རེག་གི་རྟུ་  
ཕྱན་དེ་ཆ་རེག་གི་རྟུ་ཕྱན་དུ་བསྐྱར་བ་དང་། ཉན་ཐོས་ཁ་ཅིག་བསྐྱོར་བ་བར་དང་བཅས་པས་  
མ་རེག་པར་ཡོད་ལ། གྲང་རེག་གི་རྟུ་ཕྱན་གཞན་འོང་བའི་གོ་ཆ་རེག་གིས་བཀག་པས་རགས་པ་



བརྩམ་མ་རྣམས་སོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །ལྷན་ཅིག་གནས་ན་འགལ་བ་ཉམས། །བསྐྱར་ན་རྟག་པར་འདོད་  
 པ་འགལ། །ཆ་རེག་གི་ཁོངས་ན་གྲང་རེག་གི་རྩལ་ཉེ་བར་ཞ་བ་ལ་སོགས་པ་གང་ལྟར་ཡོད་ཀྱང་  
 ལྷན་ཅིག་མི་གནས་པར་འགལ་ལ་གྲང་རེག་གི་རྩལ་ཆ་རེག་ཏུ་བསྐྱར་ན་རྟག་པ་ཉམས་  
 སོ། །གཉིས་པ་རང་གི་ལན་ནི། དེས་ན་རྩལ་ཕྱན་ལས་རྩལ་ཕྱན། །རྣམ་མེད་སྐྱེ་ཕྱིར་འགལ་བ་  
 མེད། །འགལ་སྒྲུབ་རྩལ་ཕྱན་གཉིས་སྐད་ཅིག་སྒྲུབ་མ་ཞིག་ནས་ཕྱི་མ་སྐྱེ་བ་ན་གང་རྩལ་མང་བ་རྣམས་  
 ལྷན་དུ་སྐྱེས་ལ། ཉུང་བ་རྣམས་མེད་དུ་སྐྱེ་བས་སྐྱོན་མེད་དོ། །གསུམ་པ་གཞོད་བྱ་སྒྲོག་པའི་རྣམས་ལ་  
 གསུམ་ལས་གཞན་ལྷགས་དགག་ན། ལ་ལ་བྱ་རྩོགས་སྐད་ཅིག་གསུམ། །འགའ་ཞིག་ཡུན་རིང་  
 འགྲོགས་ཞེས་ཟེར། །ཁ་ཅིག་སྤང་བྱ་དང་གཉིན་པོ་གཉིས་བྱ་བ་རྩོགས་པའི་སྐད་ཅིག་གསུམ་ལ་

ཕྱི་གཤམ་དང་། ཁ་ཅིག་ད་ལྟ་ནས་དོ་རྩེ་ལྟ་བུའི་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་བར་དུ་བསྐལ་བ་དཔག་མེད་དུ་  
གཞོད་བྱ་གཞོད་བྱེད་

༧༥༩

འགྲོགས་སོ་ཞེས་བེར་བ་མི་འཐད་དེ། ཡུན་རིང་འགྲོགས་པའི་སྒྲན་ཅིག་ཏུ། མི་གནས་པ་དེ་ངོ་  
 མཚར་ཆེ། །བསྐལ་པ་དཔག་ཏུ་མེད་པར་འགྲོགས་པའི་སྒྲན་ཅིག་མི་གནས་པ་དེ། སློ་གྲོས་ནམ་  
 མཁའ་དང་མཉམ་པ་བྱེད་ཏུ་བྱ་ལས་གཞན་སྤྲུལ་གོ་ཤིན་ཏུ་ཡ་མཚན་ནོ། །གཉིས་པ་རང་གི་  
 ལྷགས་ནི། སྤང་དང་རྒྱས་མེད་སྦྱེས་པ་སྟེ། །སྤང་ཅིག་གསུམ་ལ་དོན་འགལ་ལྡོག་དེས་པ་སྦྱེས་  
 པས་སློ་འདོགས་བྱིར། མི་སྦྱེ་བ་ནི་སློ་ཡི་ཡིན། །ཆ་རེག་གང་རེག་ལ་སོགས་པ་དོན་གྱི་ཆོས་རྣམས་  
 དུས་གཅིག་ལ་འདྲར་རྒྱུ་བས་སྤང་ཅིག་དང་པོ་ལ་སྤང། གཉིས་པ་ལ་རྒྱས་མེད་དུ་བསྦྱེད།  
 གསུམ་པ་ལ་གཞོད་བྱ་འགག་པ་དང་གཞོད་བྱེད་སྦྱེས་པ་གཉིས་དུས་མཉམ་ལ། སློ་འདོགས་དང་  
 དེས་པ་ལ་སོགས་པ་སློའི་ཆོས་དུས་ལ་སྦྱོས་པ་རྣམས་ནི་སྤང་ཅིག་དང་པོ་ལ་སྤང་པ་མི་སྤྱིད་པས་

གཉེན་པོ་ཡོད་པ་ན་སྤང་བྱ་སྐྱེ་མ་རྣམས་པ་ཉིད་ལ་སྟོན་ཅིག་མི་གནས་པ་ཞེས་བརྗོད་དོ། །གསུམ་པ་  
 རྩོད་པ་སྤང་བ་ལ་གཉིས་ཏེ། དོན་གྱི་འགལ་བ་ལ་རྩོད་པ་སྤང་བ་དང་། སྒྲོའི་འགལ་བ་ལ་རྩོད་པ་  
 སྤང་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ཆ་ཡོད་མེད་བརྟགས་ན་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་ནི། སྤང་  
 ཅིག་གཅིག་ལ་ཆ་མེད་ན། །རགས་པའི་རྒྱན་རྣམས་མེད་པར་འབྱུང་། །ཆ་ཤས་ཡོད་ན་བྱགས་མེད་  
 པས། །གསུམ་པ་ལྟོག་པ་དཀའ་ཞེ་ན། །གལ་ཏེ་སྤང་ཅིག་མ་གསུམ་ལ་ལྟོག་པའི་སྤང་ཅིག་མ་དང་  
 པོ་ཉིད་ལ་སྤང་ཅིག་གསུམ་མེད་ན་རྒྱན་རྩོམ་པ་མི་སྤྱིད་ཅིང་ཡོད་ན་དེ་ལ་འང་སྤང་ཅིག་གསུམ་  
 འབྱུང་ལ་འདོད་ན་བྱག་པ་མེད་པར་འབྱུང་པས་སྤང་ཅིག་གསུམ་ལ་ལྟོག་པ་དོས་མི་བེན་ཅོ་ཞེ་ན།  
 སྤང་ཅིག་ལ་ནི་ཆ་ཤས་མེད། །རྒྱན་ཡང་སྤང་ཅིག་སྐྱེས་ཙམ་ཡིན། །རྟུ་དང་སྤང་ཅིག་མི་  
 མཚུངས་པས། །གསུམ་

༡༥༥

ཕ་ཉིད་ལ་ལྟོག་པ་ཡིན། །སྐད་ཅིག་དུས་ལ་ལྟོས་པས་ཆ་མེད་ཅིང་དུས་ཤུན་ཕྱོགས་ལ་ལྟོས་པས་ཆ་  
 བཅས་སུ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །དེས་ན་ཆ་མེད་གྱི་སྐད་ཅིག་ལས་སྐད་ཅིག་གཞན་སྐྱེ་བས་སྐད་ཅིག་  
 གསུམ་པ་ལ་ལྟོག་གོ། །གང་དག་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པ་འི་རྣམ་གཞག་ཁས་ལེན་བཞིན་དུ་སྐད་ཅིག་ཆ་  
 ཤས་ཅན་དུ་འདོད་པ་ནི་རིགས་པ་འི་ར་བ་ལས་འདས་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་རྒྱས་པ་ཐོགས་མེད་  
 ལ་བརྟགས་ན་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་ནི། གང་རེག་རྒྱས་པ་ཐོགས་མེད་དེ། །རྒྱས་ཅན་སྐྱེད་དམ་རྒྱས་  
 མེད་སྐྱེད། །གཉིས་ཀ་རྟུར་ཡང་ཆ་རེག་ལ། །དགོས་རྒྱས་མེད་པར་འགྱུར་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་ཆ་རེག་  
 དང་དུས་མཉམ་པ་འི་གང་རེག་དེས་གང་རེག་རྒྱས་ལྟན་དུ་སྐྱེད་པ་འི་རྒྱས་པ་ཐོགས་མེད་ཡིན་ན་ཆ་  
 རེག་གིས་བསྐྱོག་མི་རྒྱས་ཏེ་རྣམ་འགྲེལ་ལས། མ་ཆང་མེད་སྐྱེད་ཏེ་ལ་ནི། །འབྲས་བུ་གང་གིས་བསྐྱོག་

ཕར་རྒྱས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །རྒྱས་མེད་དུ་སྐྱེད་པའི་རྒྱས་པ་ཐོགས་མེད་ཡིན་ན་ཆ་རེག་  
 མི་དགོས་ཏེ། རང་ཉིད་འགག་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། གྲང་རེག་རྒྱས་པ་ཐོགས་མེད་དེ། །སྐད་ཅིག་  
 གཉིས་པའི་ཉེར་ལེན་ཡིན། །ལྟན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུ་གང་དང་གང་། །ལྷན་པ་དེ་ཡི་འབྲས་བུ་  
 འབྱིན། །ཆ་རེག་དང་དུས་མཉམ་པའི་གྲང་རེག་དེས་རྒྱས་ལྟན་གྱི་རྒྱས་པ་ཐོགས་མེད་དང་རྒྱས་  
 མེད་གྱི་རྒྱས་པ་ཐོགས་མེད་གཉིས་ཀའི་སྒྲིག་པར་མི་འདོད་གྱི། གྲང་རེག་གི་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་  
 སྐྱེད་པའི་རྒྱས་པ་ཐོགས་མེད་གྱི་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་ནོ། །དེའི་འབྲས་བུ་ལྟན་ཅིག་བྱེད་པའི་རྒྱུ་  
 གྱིས་བསྐྱར་ཏེ། ཆ་རེག་གི་རྒྱུ་སྟོབས་ཆེ་ན་རྒྱས་མེད་དུ་སྐྱེ་ལ། གྲང་རེག་སྟོབས་ཆེ་ན་རྒྱས་ལྟན་  
 དུ་སྐྱེ་སྟེ། དཔེར་ན་འཇིམ་པ་ལ་ས་སྟོབས་ཆེ་ན་སྐ་བ་དང་ཆུ་སྟོབས་ཆེ་ན་སྒྲ་བར་སྐྱེ་བ་བཞིན་  
 ནོ། །གཉིས་པ་སྒྲོའི་འགལ་བ་ལ་ཚུད་པ་སྤང་བ་ནི། སྤང་བའི་ངོ་བོ་འཇམ་ས་བོན་



༡༥༣

སྤངས། །གཉིས་ཀ་ལྟར་ཡང་མི་འཐད་ཟེར། །སྟོ་འདྲེགས་སྟོང་བ་ཡང་ངོ་བོ་ཙམ་མེད་པར་བྱེད་པ་  
གཞན་ལ་ཡིད་གཏད་པས་ཀྱང་སྟོག་པས་ཚད་མ་མི་དགོས། ས་བོན་འཛམས་པའི་རྒྱས་པ་ཚད་མ་  
ལ་འང་མེད་དོ་ཞེ་ན། ས་བོན་སྟོང་བའི་གཉིན་པོ་འང་ཡོད། །ངེས་པས་སྟོ་འདྲེགས་གཉིས་ཀ་  
མིན། །རྟོ་རྟོ་ལྟ་བུའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ལ་སོགས་པ་ས་བོན་སྟོང་བ་འང་ཡོད་མོད་ཀྱི། འདིར་ནི་ཚད་མ་  
ལས་བྱུང་བའི་ངེས་པ་ཇི་སྟེད་ཡོད་པའི་བར་དུ་སྟོ་འདྲེགས་མི་སྟེ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །བཞི་པ་འགལ་  
བ་ངེས་པར་བྱེད་པའི་ཚད་མ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་དོན་ལ་འགལ་བ་དགག་པ་ནི། འབྲེལ་པ་  
བཞིན་དུ་འགལ་བ་ཡང་། །དངོས་པོའི་དོན་ལ་གྲུབ་པ་མེད། །རྣམ་པར་རྟོག་པས་སྟོ་བཏགས་  
ནས། །འགལ་བ་ཉིད་དུ་རྣམ་པར་གཞག། འབྲེལ་པ་བཞིན་དུ་འགལ་བ་འང་དངོས་པོ་ལ་གྲུབ་པ་

མེད་དེ་གཞོད་བྱ་ཡོད་པ་ན་གཞོད་བྱེད་མེད་ལ་གཞོད་བྱེད་སྐྱེས་པ་ན་གཞོད་བྱ་འགགས་ཤིང་།  
 རྒྱས་མཉམ་པའི་ཆ་རེག་གང་རེག་ལྟ་བུ་ནི་འགལ་བ་དང་འབྲེལ་པ་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །གཉིས་པ་སྒྲོ་དོར་ཆད་མས་བསྐྱབ་པ་ནི། སྒྲུང་དང་མི་སྒྲུང་མ་གཏོགས་པ། །འགལ་བ་ངེས་  
 བྱེད་གཞན་ཡོད་མིན། །རྒྱ་འབྲས་ངེས་པར་བྱེད་པ་བཞིན་དུ་གཞོད་བྱ་རྒྱས་མེད་དང་གཞོད་བྱེད་  
 རྟོབས་ལྡན་གཉིས་ཀ་མ་དམིགས། དེ་ནས་གཞོད་བྱེད་རྒྱས་ལྡན་དམིགས། །དེའི་རྗེས་སུ་གཞོད་བྱ་  
 རྒྱས་མེད་དམིགས་པའི་ཆད་མས་ངེས་སོ། །གསུམ་པ་གྲུབ་པ་ལ་ཚུད་པ་སྤང་བ་ནི། གང་རེག་  
 འགོག་ལ་མེ་ཙམ་ནི། །མ་ངེས་རྟོབས་ལྡན་མི་འགྲུབ་སོ། །ཁ་ཅིག་གང་རེག་འགོག་པ་ལ་མེ་ཙམ་  
 བཀོད་ན་གང་རེག་མེད་པ་མི་ངེས་ལ། མེ་རྟོབས་ལྡན་རྟགས་སུ་བཀོད་ན་དེའི་ཆེ་གང་རེག་སྤང་དུ་  
 རུང་ན། སྤང་རུང་མི་དམིགས་པས་ཁེགས་ཤིང་སྤང་དུ་མི་རུང་ན་དེ་བས་



སྟོབས་ཆེ་བའི་སྟོབས་ཆོས་མི་འགྲུབ་བོ་ཞེ་ན། ཁ་ཅིག་སྟོབས་ལྡན་འགོད་ཅེས་ཟེར། །རང་གི་ངོ་བོ་  
མེ་ཙམ་ཡིན། །ཁ་ཅིག་སྟོབས་ལྡན་འགོད་ལ་དགག་བྱ་བྲང་རེག་མེ་བས་སྟོབས་ཆེ་བའམ་མཉམ་པ་  
ནི་སྒྲིང་རྒྱུ་མི་དམིགས་པས་ཁེགས་ཤིང་། འོན་ཀྱང་དེ་བས་སྟོབས་ཆུང་བའི་བྲང་རེག་ཡོད་ཀྱང་  
སྒྲིང་རྒྱུ་མི་རྒྱུ་བས་དེ་འགོག་པ་ལ་རྟགས་སྟུང་རོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །འདི་མི་འཐད་དེ། བྲང་རེག་  
སྟོབས་ཙན་ཞིག་ཡིན་ན་ཆ་རེག་མེད་ལ་སྟོབས་མཉམ་པ་ཞིག་ཡིན་ན། གཉིས་ཀ་མེད་པར་འགྱུར་  
ཏེ་ལྡན་ཅིག་མི་གནས་པའི་སྟུང་རོ། །དེས་ན་མེ་སྒྲིང་བ་ཉིད་ཀྱིས་དེའི་འགལ་ལྔའི་བྲང་རེག་མེད་  
པར་གྲུབ་པས་མེ་ཙམ་གྱི་རྟགས་ཀྱིས་འགྲུབ་བོ། །འོ་ན་བྲང་རེག་དང་ཆ་རེག་ཤད་རྒྱུ་གྱི་སྐད་  
ཅིག་ཙམ་ལྡན་ཅིག་གནས་པས་དེ་འགོག་པ་འབྲུལ་ལོ་ཞེ་ན། སྐད་ཅིག་མི་འགོག་གི་སྟུང་འགོགས་

པ་འགོག་གོ་ཞེས་བཤད་ཟེན་ཏེ། །གཉིས་པ་ཕན་ཚུན་སྤང་འགལ་ལ་གཉིས་ལས། གཞན་གྱི་  
 ལྷགས་དགག་ན། ཆོས་གང་ཆོས་གཞན་གྱིས་དབེན་པ། །ཕན་ཚུན་སྤངས་འགལ་ཡིན་ཞེས་  
 ཟེར། །འོད་ཕལ་ཆེར་རོ། །དེ་ལྟ་ན་ལྟ་ཅིག་མི་གནས་པ་འང་ཕན་ཚུན་སྤངས་འགལ་གྱི་བྱེ་བྲག་རྒྱ་  
 འདོད་དོ། །ཁ་ཅིག་ནི་རྒྱ་མི་སྡོག་ཀྱང་ཆོས་གང་ཞིག་ཆོས་གཞན་གྱིས་དབེན་པ་ཞེས་ཟེར་ཏེ།  
 རྒྱ་མི་སྡོག་ཅེས་བྱ་བས་ལྟ་ཅིག་མི་གནས་པ་གཙོད་པར་འདོད་དོ། །དེ་ལ་དབྱེ་ན་དངོས་  
 འགལ་བརྒྱད་འགལ་གཉིས། །བརྒྱད་འགལ་ལ་འང་རྣམ་གཉིས་འདོད། །དངོས་འགལ་ནི་དགག་  
 བྱ་རྣམ་པར་བཅད་སྡོག་ཙམ་དུ་གནས་པ་ལོ། །བརྒྱད་འགལ་ལ་གཉིས་ཏེ། དངོས་འགལ་གྱིས་བྱང་  
 པར་དུ་བྱས་པ་དང་མ་བྱས་པ་ལོ། །རྣམ་དང་སྡོག་པ་འགལ་བ་ཡི། །སྡོག་ས་གཉིས་གཉིས་རྣམ་པ་  
 དུག །རྣམ་དངོས་འགལ་རྟག་པ་དང་མི་རྟག་པ་ལྟ་བུ་དང་། རྣམ་

ལ་དངོས་འགལ་གྱིས་བྱང་པར་དུ་བྱས་པ་ལྟེ་མིན་དང་ཨྲུ་ལའི་ལྟེ་པོ་ལྟེ་བྱ་དང་། བྱང་པར་དུ་  
མ་བྱས་པ་ལྟེ་པོ་དང་། མེར་པོ་དང་། འདུས་བྱས་དང་། ཏྲག་པ་ལ་སོགས་པ་ལྟེ་བྱ་ལྟེ་འགལ་བ་  
གསུམ་མོ། །ལྟེ་པ་དངོས་འགལ་མེད་དགག་ཡིན་མ་ཡིན་དང་། བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་མ་ཡིན་དང་།  
གཏན་ཆེགས་ཡིན་མ་ཡིན་ལ་སོགས་པ་གཞི་ལྟེ་པ་གཅིག་ལ་གཅིག་བཀག་པ་གཅིག་གིས་ལྟེ་པ་  
པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ལྟེ་པ་དངོས་འགལ་གྱིས་བྱང་པར་དུ་བྱས་པ་མེད་དགག་དང་ཤེས་བྱའི་  
ལྟེ་པ་ལྟེ་བྱ་དང་། གཏན་ཆེགས་མ་ཡིན་པ་དང་བྱས་པའི་གཏན་ཆེགས་ལ་སོགས་པ་དང་། བྱང་  
པར་དུ་མ་བྱས་པ་བྱས་ལྟེ་པ་དང་མི་ཏྲག་པའི་ལྟེ་པ་ལ་སོགས་པ་ལྟེ་པ་ཐ་དང་པ་ཐམས་ཅད་  
ཡིན་པས་དུག་ཡིན་ནི་ཞེས་ཟེར་རོ། །འདི་དག་མི་འཐད་པ་ལ་གསུམ་ལས་དང་པོ་ཏྲ་ཅང་ཐལ་བ་

རི། ཚེས་གཞན་དབེན་པ་འགལ་ཡིན་ན། །འབྲེལ་པ་རྣམས་ཀྱང་འགལ་བར་འགྱུར། །ཚེས་གང་  
 ཞིག་ཚེས་གཞན་གྱིས་དབེན་པ་ཅམ་འགལ་བར་འདོད་ན། ཚེས་ཐ་དད་ཐམས་ཅད་འགལ་བར་  
 འགྱུར་ལ། འདོད་ན་མེ་དུད་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཐ་དད་ཐམས་ཅད་དང་། བྱས་པ་དང་མི་རྟག་པ་ལ་  
 སོགས་པ་འི་འབྲེལ་པ་ཐམས་ཅད་དང་། སྒྲ་བ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ལ་སོགས་པ་སྟོག་པ་ཐ་  
 དད་པ་མཐའ་དག་ཀྱང་འགལ་བར་འགྱུར་རོ། །འདོད་ན་འགལ་ན་འགོག་པ་དང་། །འབྲེལ་ན་  
 བསྐྱབ་པ་འི་རྣམ་གཞག་འཛིག་ །འགལ་བ་རྟགས་སྟུ་སྟུར་བས། བསྐྱབ་བྱ་བསྐྱབ་པར་འགྱུར་བ་  
 དང་། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་དང་སྒྲ་བ་གཉིས་ཀྱང་འགལ་ན། ཚེས་ཀྱི་གྲགས་པས་སྒྲ་བ་དང་  
 ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ལ་འགལ་བ་རྣམ་པ་གཉི་ག་ཡང་མེད་པ་འི་ཕྱིར་ཞེས་གསུངས་པ་དང་  
 འགལ་ལོ། །གཉིས་པ་ཉེས་སྟོང་གི་ལན་དགག་པ་ནི།



༡༥༥

ཐ་དད་འབྲེལ་ལམ་མ་འབྲེལ་ཡང་། རྡོ་བོ་ཡིན་པ་འགོག་ཅེ་ན། རྡོ་ས་སམ་སྡོག་པ་ཐ་དད་སྡོ་སར་  
 ལ་སོགས་པ་མ་འབྲེལ་ཡང་རུང་། མེ་དུད་དམ་བྱས་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་འབྲེལ་ཡང་རུང་པམ་  
 ཚུན་ཐ་དད་སྡོག་པ་དང་རྡོ་བོ་ཡིན་པ་འགོག་ལ། དེ་ཉིད་འགལ་སྟོབས་གྱིས་ཡིན་པས་འགལ་ཡང་  
 འགལ། འབྲེལ་ཡང་འབྲེལ་བས། སྡོན་ཡང་མེད་དོ་སྟུམ་ན། འགལ་བ་དམིགས་པས་འགོག་པའི་  
 ཕྱིར། སྡོང་རུང་མེད་པ་རྣམས་མེད་འགྱུར། ས་ཕྱོགས་སུ་བུམ་པ་ཡོད་པ་དང་། སྡོ་སར་དང་མེ་དུད་  
 ལ་སོགས་པ་པམ་ཚུན་ཡིན་པ་སྡོང་རུང་མི་དམིགས་པས་མི་ཁེགས་ཤིང་། སྡོག་པ་ཐ་དད་པམ་  
 ཚུན་ཡིན་པ་གཞན་སེལ་གྱིས་མི་ཁེགས་པར་ཐམས་ཅད་དུ་འགལ་དམིགས་སྡོར་དགོས་པར་  
 འགྱུར་རོ། གསུམ་པ་ཐ་དད་ལ་འགལ་བར་གསུངས་པའི་དགོངས་པ་ནི། ཐ་དད་འགལ་བར་



གསུངས་པ་ནི། །བཏགས་པ་བ་ཡིན་འབྲེལ་པ་བཞིན། །རྟོག་གེའི་སྐབས་འགར་སྡོ་སེར་དང་མེ་  
 རླུང་ལ་སོགས་པ་ཕན་ཚུན་འགལ་བར་བཤད་པ་ནི། དཀར་པོ་དང་འབྲེལ་བའི་སེར་པོ་འཕ། རྟོ་  
 དང་འབྲེལ་པའི་བ་ལང་ཞེས་སྟོན་ཅིག་རྟུ་འདུག་པ་ལ་འབྲེལ་པར་འདོགས་པ་བཞིན་ཐ་དད་ལ་  
 འགལ་བར་བཏགས་པ་ཡིན་གྱི་འགལ་བ་མཚན་ཉིད་པ་མ་ཡིན་ཅོ། །གཉིས་པ་རང་འདོད་པ་ལ་  
 གསུམ་ལས། དང་པོ་གཅིག་དང་ཐ་དད་གྱི་རྣམ་གཞག་ནི། རྒྱ་དང་ཤེས་པའི་དབྱེ་བ་ཡིས། །ཐ་  
 དད་ཐ་དད་མིན་གཞག་བྱེད། །རྒྱ་ཐ་དད་དང་ཐ་མི་དད་གྱིས་བསྐྱེད་པ་འཕ། ཤེས་པ་ལ་ཐ་དད་  
 དང་གཅིག་རྟུ་ཤར་བའི་སྒོ་ནས་དངོས་པོ་རྣམས་གྱི་གཅིག་དང་ཐ་དད་པའི་ཐ་སྟོད་བྱེད་  
 དོ། །གཉིས་པ་ཐ་དད་ལ་འགལ་འབྲེལ་དུ་འཛོག་པའི་ཚུལ་ནི། ཐ་དད་ཕན་གཞི་དང་འབྲེལ་དང་  
 འགལ། །གཉིས་ཀ་མིན་ན་ཐ་དད་ཅམ། །ཚོས་ཐ་དད་དེ་



དག་པན་འདོགས་ན་འབྲེལ་པ་དང་། གཞོད་པ་བྱེད་ན་འགལ་བ་དང་། གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་ན་ཐ་  
 དད་པ་ཙམ་དུ་རྣམ་པར་གཞག་གོ །གསུམ་པ་པན་ཚུན་སྤངས་འགལ་ཉིད་བཤད་པ་ལ་གསུམ་  
 ལས་དངོས་འགལ་ནི། རང་མིན་འགོག་པ་དངོས་འགལ་ཡིན། །མཚན་ཉིད་དོ་ཞེས་སྒྱུར་  
 རོ། །དཔེར་ན་རྟག་མི་རྟག་དང་སྡོན་པོ་སྡོན་མིན་ལ་སོགས་པ་དང་། མེད་དགག་ཡིན་མ་ཡིན་ལ་  
 སོགས་པ་ལོ། །འོ་ན་སྡོན་མིན་ནི་དཀར་པོ་དང་སེར་པོ་ལ་སོགས་པ་དངོས་པོ་གཞན་ཐམས་ཅད་  
 གྱང་ཡིན་པས་འགལ་སྒྲ་དངོས་པོར་གྱུབ་བོ་ཞེ་ན། སྡོན་མིན་གྱི་སྡོག་པ་མེད་དགག་དངོས་མེད་ཡིན་  
 གྱི་མ་ཡིན་དགག་གི་དངོས་པོ་དགག་བྱ་མ་ཡིན་པས་སྡོན་མེད་དོ། །གཉིས་པ་དེས་བྱད་པར་དུ་  
 བྱས་པའི་བརྒྱད་འགལ་ནི། བརྒྱད་འགལ་རང་མིན་བྱབ་བྱེད་འགོག །ཅེས་བྱ་བ་མཚན་ཉིད་

རོ། །དཔེར་ན་འདུས་བྱས་དང་། ཏྲག་པ་དང་། རྟོས་བཅས་དང་། དེས་དངོས་དང་། བདག་དང་།  
 ཡུང་པོ་དང་། དངོས་པོ་དང་བདེན་དངོས་ལ་སོགས་པ་ཕན་ཚུན་འགོག་པའོ། །གསུམ་པ་ཚུང་པ་  
 སྤང་བ་ནི། རྟོ་སོགས་འགལ་གཉིས་མིན་མི་ཁེགས། །ཤེ་ན་སྤངས་ཡིན་འགལ་བ་མིན། །ཁ་ཅིག་རྟོ་  
 མེར་དང་བུམ་སྒྲུམ་ལ་སོགས་པ་གཅིག་གྲུབ་པས་གཅིག་མི་ཁེགས་ཏེ་དངོས་འགལ་དང་དེས་བྱུང་  
 པར་དུ་བྱས་པའི་བརྒྱད་འགལ་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། དེ་དག་ཕན་ཚུན་སྤངས་པ་  
 ཡིན་ཡང་སྤངས་འགལ་མ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་ཕན་ཚུན་སྤངས་པ་སྤང་རུང་འདི་དག་ཡོད་པ་འམ་  
 ཡིན་པ་སྤང་རུང་མ་དམིགས་པས་ཁེགས་ལ་སྤངས་འགལ་ནི་དགག་བྱ་སྤང་དུ་རུང་མི་རུང་བའི་  
 བྱུང་པར་འགལ་དམིགས་ཀྱི་སྦྱར་བས་འགོག་གོ། །ཕན་ཚུན་སྤངས་འགལ་གཅིག་པ་བཀག་ །དེ་  
 ཡིན་དེ་མ་ཡིན་གྱིས་འགོག་ །ཕན་

༡༥༥

ཆུན་སྤངས་པའི་དངོས་པོ་གཉིས། །ཡིན་པ་སྤང་རྒྱུ་མེད་པས་ཁེགས། །བསྐྱུ་བའི་ཆོགས་སུ་  
བཅད་པའོ། །ཆད་མ་རིགས་པའི་གཏེར་ལས་འགལ་བ་བརྟག་པའི་རབ་རྒྱ་བྱེད་པ་བདུན་  
པའོ། །གཉིས་པ་ཤེས་བྱེད་ཆད་མའི་རང་བཞིན་ངེས་པར་བྱ་བ་ལ་གཉིས་ཏེ། མཆན་ཉིད་གྱི་  
རྣམ་གཞག་དང་། མཆན་གཞི་སོ་སོའི་དོན་གཏན་ལ་དབབ་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། སྤྱིར་  
མཆན་གཞི་གསུམ་གྱི་རང་བཞིན། བྱེ་བྲག་རྒྱ་ཆད་མའི་མཆན་ཉིད་ངེས་པར་བྱ་བ། མཆན་ཉིད་  
གྱིས་མཆོན་པའི་དོན་གཏན་ལ་དབབ་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། ཤེས་བྱེད་ལ་ཆོས་གསུམ་གྱིས་  
བྱུང་བ་བསྐྱུ་བ་པ། བྱུང་བྱེད་ཆོས་གསུམ་གྱི་རང་བཞིན་ངེས་པར་བྱ་བ། ཆོས་གསུམ་སོ་སོའི་རྣམ་  
གཞག་གོ། དང་པོ་ནི། ཤེས་བྱེད་ཀྱན་ལ་ཆོས་གསུམ་གྱིས། །བྱུང་བྱེད་དེ་ཡི་རྣམ་གཞག་

བཤད། །ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ལ་མཚན་ཉིད། མཚན་བྱ། མཚན་གཞི་རྣམ་པ་གསུམ་གྱིས་བྱབ་པར་  
 རང་རིག་གིས་འགྲུབ་སྟེ། ཤེས་བྱའི་རྣམ་པ་སྟོ་ལ་འཆར་བ་ན། གཞན་དང་མི་འདྲ་བའི་རྣམ་པ་  
 དང་། དེ་ཉིད་ལ་སྒྲ་སྟོ་མ་འབྲུལ་པས་ཞེན་དྲུ་རྒྱུ་བ་དང་། གཞི་དང་བཅས་པར་འཆར་བའི་ཕྱིར་  
 རོ། །གཉིས་པ་བྱབ་བྱེད་ཆོས་གསུམ་གྱི་རང་བཞིན་ངེས་པར་བྱ་བ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ངོ་བོ་  
 རོས་གཟུང་བ་ནི། མཚན་ཉིད་གོ་བྱེད་དོན་གྱི་ཆོས། །མཚན་བྱ་གོ་བྱ་སྟོ་ཡི་ཆོས། །མཚན་གཞི་གོ་བྱ་  
 ཉིན་གྱི་ཆོས། །དེ་དག་རྣམ་པར་གཞག་འཛིག་ཡིན། །མཚན་ཉིད་ནི་འདིས་གོ་བར་བྱེད་པ་རྣམ་  
 འཛིག་གི་རྒྱ་རྟེ་ནོག་སྟོག་ཤལ་རྟེ་བྱ་དོན་གྱི་ཆོས་སོ། །མཚན་བྱ་ནི་འདི་གོ་བར་བྱ་བ་རྣམ་གཞག་  
 གི་འབྲས་བྱ་བ་ལང་གི་བ་སྟོད་རྟེ་བྱ་སྟོ་འི་ཆོས་སོ། །མཚན་གཞི་ནི་འདི་ལ་གོ་བར་བྱ་བའི་རྟེན་རྟེ་  
 དཀར་ཟལ་རྟེ་བྱའོ། །

༡༥༩

གསུམ་པོ་འདི་འདྲ་དོན་རང་མཚན་གྱི་ཆ་ནས་མི་འགྱུར་གྱི། གཞན་སེལ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་  
 དེར་འཛིག་པའི་འབྲུག་པ་ནི། །ཆོས་གསུམ་ལ་ཡང་རྒྱ་མཚན་དགོས། །མེད་ན་ཐམས་ཅད་འཚོལ་  
 བར་འགྱུར། །དཀར་ཟེལ་བ་ལང་གི་ཐ་སྙད་དུ་མཚོན་པ་ལ་མོག་སྒྲིག་ཤལ་ཁོ་ན་མཚན་ཉིད་དུ་  
 འཛིག་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡིན། རྒྱ་མཚན་མེད་ཀྱང་མཚན་ཉིད་ཅེས་བརྗོད་ན་གཉིས་པོ་ལ་འདྲ་ཅི་  
 ཉེ་མི་བརྗོད། དེ་བཞིན་དུ་བ་ལང་གི་ཐ་སྙད་དང་དཀར་ཟེལ་ལ་ཡང་མཚོན་བྱ་དང་མཚན་གཞིའི་  
 ཐ་སྙད་དུ་འཛིག་པའི་མཚན་ཉིད་གང་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་དགོས་སོ། །གསུམ་པ་སོ་སོའི་མཚན་ཉིད་  
 ལ་མཚན་ཉིད། མཚོན་བྱ། མཚན་གཞི་གསུམ་གྱི་དང་པོ་ལ་གསུམ་ཉེ། མཚན་ཉིད་ལ་མཚན་ཉིད་  
 མི་དགོས་པར་རྟོག་པ་དགག་པ། དགོས་པའི་མཚན་ཉིད་གཞན་པ་དེའི་བསལ་བྱ་སྒྲིག་ཅན་གྱི་



རབ་རྩ་དབྱེ་བའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་ལས། གཞན་ལྷགས་དགག་ན། མཚན་ཉིད་རྫས་ཡོད་ལ་  
 མཚན་ཉིད། །མི་དགོས་དགོས་ན་ཐུག་མེད་ཟེར། །ཁ་ཅིག་མཚན་ཉིད་ལ་མཚན་ཉིད་གཞན་མི་  
 དགོས་ཏེ་དོན་ལྡན་རྫས་ཡོད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། དགོས་ན་ཐུག་མེད་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེས་ཟེར་  
 རོ། །ཁ་ཅིག་དོན་ལ་མི་དགོས་ཀྱང་། །ཐ་སྙད་ལ་དགོས་གཞན་དག་ནི། །དོན་ལ་འང་དགོས་ཟེར་  
 མཚན་བྱ་དང་། །དེ་འདྲ་རྟགས་བཞིན་ཐུག་མེད་ཟེར། །འདི་ལ་བོད་སྐད་རབས་པ་རྣམས་སྟོན་པོ་ལ་  
 མདོན་འགྱུར་གྱི་དོན་གྲུབ་ཀྱང་ཐ་སྙད་མ་གྲུབ་པའི་སྒྲིབ་པ་ལ་སྟོན་པོ་ཚས་ཅན་མདོན་གྱུར་གྱི་  
 ཐ་སྙད་དུ་བྱར་རུང་སྟེ། མྱོང་བས་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་རྟོག་གི་པ་ཐམས་ཅད་འདོད་  
 པ་བཞིན་དུ། མཚན་ཉིད་ལ་འང་མཚན་ཉིད་ཀྱི་དོན་དང་ཐ་སྙད་གཉིས་ལས་དོན་ལ་མཚན་ཉིད་  
 གཞན་མི་དགོས་ཀྱང་དོན་



१५०

དེ་མཚན་གཞིར་གཞག་པ་ལ། མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཐ་སྙད་དུ་མཚན་བྱེ་མཚན་ཉིད་འཛིག་པ་ཡིན་ལ།  
 དེ་རྩ་ས་ཡོད་ཡིན་པའི་གཏན་ཚིགས་མ་གྲུབ་བོ་ཞེས་ཟེར་བ་དང་། འགའ་ཞིག་དོན་ལ་དགོས་ཀྱང་  
 ལྟོན་མེད་དེ་ཐ་སྙད་གཉིས་པའི་མཚན་ཉིད་བ་ལང་གི་ཐ་སྙད་ལ་མཚན་ཉིད་ཅོག་ལྟོག་ཤལ་  
 དགོས་པ་བཞིན་ནོ། །བ་ལང་གི་ཐ་སྙད་ཐ་སྙད་གཉིས་པའི་མཚན་ཉིད་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། ཅོག་  
 ལྟོག་ཤལ་ཡང་བ་ལང་གི་མཚན་ཉིད་ཇི་ལྟར་ཡིན། དེ་བ་ལང་གི་ཞེན་ཡུལ་ཡིན་པས་སོ། །ཞེ་ན་བ་  
 ལང་གི་ཐ་སྙད་ཀྱང་ཐ་སྙད་གཉིས་པའི་ཞེན་ཡུལ་ཡིན་པས་སོ། །འོན་ཀྱང་ཅོག་ལྟོག་ཤལ་ལ་  
 མཚན་ཉིད་གཞན་མི་དགོས་པས་སྐྱགས་མེད་དུ་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་  
 མཚན་བྱ་ལ་འང་མཚན་བྱ་གཞན་ཡོད་པར་འདོད་དོ། །དེ་ལྟར་ན་མཚན་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལ་སྐྱག་པ་

ཡོད་ཀྱང་ཐ་སྙད་ཐུག་མེད་དུ་འགྱུར་ཏེ། མཚན་ཉིད་དང་མཚོན་བྱ་གཉིས་པོ་དེ་གཞིར་བཞག་  
 ནས་མཚན་ཉིད་དང་མཚོན་བྱའི་ཐ་སྙད་དུ་བྱར་རུང་ལ་མཚན་ཉིད་གཞན་དགོས་པས་ཐུག་མེད་  
 དུ་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། བྱོད་ཉིད་ལ་འདི་འདྲི་སྟེ་ལ་མེ་ལྡན་དུ་བསྐྱབ་པ་ལ་དུ་བ་རྟགས་སུ་བཀོད་པའི་  
 ཚེ་དུ་བ་གཏན་ཚིགས་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ལས་ཚུལ་གསུམ་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། འོ་ན་  
 དུ་བ་རྟགས་སུ་སྐྱབ་པ་ལ་ཚུལ་གསུམ་དགོས་ན་དེ་ཉིད་རྟགས་སུ་སྐྱབ་པ་ལ་གཏན་ཚིགས་གཞན་  
 དགོས་པས་ཐུག་མེད་དུ་འགྱུར་རོ། །དེ་ལ་འདི་སྐད་ཅེས། མྱོངས་པ་ལ་དུ་བ་གཏན་ཚིགས་སུ་སྐྱབ་  
 པ་ལ་གཏན་ཚིགས་ཅམ་དང་། བྱེ་བྲག་གི་གཏན་ཚིགས་སུ་སྐྱབ་པའི་ཚུལ་གཉིས་ལས། བྱེ་བྲག་གི་  
 རྟགས་ཐུག་མེད་དུ་ཡོད་དེ། དཔེར་ན་དུ་བ་ཚོས་ཅན་ལ་མེ་ལྡན་དུ་སྐྱབ་པའི་གཏན་ཚིགས་ཀྱི་ཐ་

ကျေးဇူးတင်ကျေးဇူးတင်

སྒྲ་དུ་བྱར་རུང་སྟེ། ལ་མེ་ལྟན་དུ་བསྐྱབ་པ་ལ་སྟོས་ནས་ཚུལ་གསུམ་ཆང་བའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་  
དང་། ཚུལ་

༧༥༩

གསུམ་ཚང་བ་ཚོས་ཅན་དུ་བ་གཏན་ཚིགས་སུ་བསྐྱབ་པ་འི་གཏན་ཚིགས་ཀྱི་ཐ་སྙད་དུ་བྱར་རུང་  
སྟེ། དུ་བ་གཏན་ཚིགས་སུ་བསྐྱབ་པ་ལ་སྟོས་ནས་ཚུལ་གསུམ་གཉིས་པ་ཚང་བའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་  
དང་། ཚུལ་གསུམ་གཉིས་པ་ཚོས་ཅན། ཚུལ་གསུམ་དང་པོ་གཏན་ཚིགས་སུ་བསྐྱབ་པ་ལ་སྟོས་  
ནས་གཏན་ཚིགས་ཀྱི་ཐ་སྙད་དུ་བྱར་རུང་སྟེ། ཚུལ་གསུམ་དང་པོ་གཏན་ཚིགས་སུ་བསྐྱབ་པ་ལ་  
སྟོས་ནས་ཚུལ་གསུམ་གསུམ་པ་ཚང་བའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་སྤྱད་རིས་བློན་ཅིང་  
སྐྱས་བརྗོད་པ་མ་ལུལ་ན་བསྐྱལ་པར་བརྗོད་ཀྱང་མི་བད་དོ། །དེ་ལྟ་ན་སྐྱ་ཉིད་ལ་སྐྱ་གྲུབ་པ་དང་  
མཚུངས་སོ་ཞེ་ན། སྐྱ་ལ་གྲུབ་པ་གྲུབ་ཚོས་གཉིས་ཡོད་པར་འགྱུར་རོ། །ཚུལ་གསུམ་ལའང་དེ་ལྟར་  
འགྱུར་རོ་ཞེ་ན་འདོད་དེ། ཚོས་ཅན་གྱི་ཚུལ་གསུམ་ནི་དུ་བའི་ཚུལ་གསུམ་ཡིན་ལ། གཏན་ཚིགས་

གྱི་ཚུལ་གསུམ་ནི་རང་ལ་ཡོད་པའི་ཚུལ་གསུམ་ཡིན་པས། རྟོག་པ་ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྤྱོད་པ་ལ་  
 རྟོག་པ་ལ་འཛིན་ན་དག་པ་བ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ལ། ཚུལ་གསུམ་དག་པ་བ་མ་ཡིན་པར་འདོད་  
 པས་མི་མཚུངས་སོ། །དེ་ལྟ་ན་ཐུག་མེད་གྱི་ཕྱི་མ་མ་ཤེས་པས་སྤྲོ་མ་མི་ཤེས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།  
 མི་འགྱུར་ཏེ། བསྐྱབ་བྱ་གཏན་ཆེགས་གྱི་མཆན་གཞིས་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་ན་གཏན་  
 ཆེགས་གྱི་ཐ་སྙད་ཐུག་མེད་དུ་དགོད་དགོས་སོ། །ཞེ་ན་ལོག་ཏྟིག་ཞུགས་ན་དགོས་པ་ཉིད་  
 དོ། །གཏན་ཆེགས་ཅམ་གྱི་ཐ་སྙད་དུ་བསྐྱབ་པ་ལ་རྟོག་པ་གཅིག་བཅད་དང་མཚུངས་པར་འདོད་  
 པའི་ལྷགས་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལྟར་ན་སྦྱོར་བ་གསུམ་པའི་ཆེ་ཐུག་སྟེ། འདི་ལྟར་ཚུལ་གསུམ་  
 ཆོས་ཅན། གཏན་ཆེགས་གྱི་ཐ་སྙད་དུ་བྱར་རུ་སྟེ་ཚུལ་གསུམ་ཆང་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བགོད་ན།  
 སྤྱོད་ཆོས་ཅན་མི་ཏྟག་སྟེ་སྤྱོད་ཡིན་

༧༥ན

པའི་ཕྱིར་ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟར་གཞི་རྟགས་ཐ་དད་མེད་པའི་མ་གྲུབ་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་ཟེར་  
རོ། །འདི་ལ་ཁ་ཅིག་དེ་མི་འཐད་དེ། ཚུལ་གསུམ་ལ་ཚུལ་གསུམ་མ་ཚང་ན་ཚུལ་གསུམ་དེ་གཏན་  
ཆིགས་ཡིན་ནམ་མ་ཡིན། མ་ཡིན་ན་དུ་བ་གཏན་ཆིགས་སུ་བསྒྱུབ་མི་རུས་ལ་ཡིན་ན་རང་སྟོག་  
གཏན་ཆིགས་ཡིན་པ་ལ་ཚུལ་གསུམ་མ་ཚང་བ་ག་ལ་སྟིད། ཡང་ཚུལ་གསུམ་ལ་ཚུལ་གསུམ་མ་  
ཚང་ན་དུ་བ་ལ་འང་མ་ཚང་བར་མཚུངས་སོ། །དུ་བ་ཚུད་གཞི་ལ་གྲུབ་པས་སྟོགས་ཆོས་དང་  
མཐུན་སྟོགས་མེ་ལྟན་ལ་འཇུག་མི་མཐུན་སྟོགས་མེ་མེད་ལ། མི་འཇུག་པས་རྗེས་སུ་འགོ་སྟོག་ཚང་  
བས་ཚུལ་གསུམ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། འདིར་ཡང་ཚུད་གཞི་དུ་བའི་ཆོས་སུ་གྲུབ་པས་སྟོགས་ཆོས་དང་།  
མཐུན་སྟོགས་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་ཐ་སྙད་དང་ལྟན་པ་ལ་འཇུག་མི་མཐུན་སྟོགས། མི་ལྟན་པ་ལ་མི་



འཇུག་པས་རྗེས་སུ་འགོ་ལྟོག་ཆང་བའི་ཕྱིར་ཚུལ་གསུམ་ཇི་ལྟར་མ་ཆང་། དེས་ན་ལྟོག་པ་མཚུངས་  
 པས་གཏན་ཆོགས་ཅམ་གྱི་ཐ་སྟད་བསྐྱབ་པའི་དུས་སུ་འང་ཐུག་མེད་དུ་འདོད་དེ། སྒྲ་མ་སྒྲ་མ་ལ་  
 ལྟོས་པའི་ཚུལ་གསུམ་ཅམ་ལྟོག་ཆོས་ཅན་དང་། ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་ལ་ལྟོས་པའི་ཚུལ་གསུམ་ཅམ་ལྟོག་  
 གཏན་ཆོགས་ཡིན་པས་སོ། །དེ་ནི་ཚུལ་གསུམ་གྱི་བྱེ་བྲག་ལྟོག་པ་ཐ་དད་ཡིན་གྱི་ཅམ་པོ་ལ་ལྟོག་  
 པ་ཐ་དད་མེད་དོ་ཞེ་ན། བྱེ་བྲག་ལྟོག་པ་ཐ་དད་པ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་ཅམ་ལྟོག་ཀྱང་ཐ་  
 དད་དུ་འགྱུར་བས་གཏན་ཆོགས་ཐུག་མེད་དུ་གནས་སོ། །ཞེ་ན་འདིར་ཡང་སྟོག་ཤལ་ཅམ་མཆོན་  
 གཞིར་བཞག་ནས་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་ཐ་སྟད་དུ་མཆོན་པ་ལ་འང་མཆོན་ཉིད་ཅམ་གྱི་ཐ་སྟད་དང་། བྱེ་  
 བྲག་གི་མཆོན་ཉིད་དུ་མཆོན་པ་གཉིས་ལས། བྱེ་བྲག་རུ་མཆོན་ན་ཐུག་མེད་དུ་གནས་པ་ཚུལ་སྒྲ་  
 མ་བཞིན་ཡིན་ལ། མཆོན་ཉིད་ཅམ་དུ་མཆོན་པའི་ཆོའང་ལྟོག་པ་གཅིག་བཅད་དང་།



༧༥ན

མཚུངས་པར་འདོད་པའི་ལུགས་གཉིས་ལས། དང་པོ་ཉྱར་ན་སྒྱུར་བ་གསུམ་པའི་ཆེ་བྱུག་པར་  
འདོད་པ་མི་རིགས་ཏེ། །ཆོས་གསུམ་ལ་ཆོས་གསུམ་མ་ཚང་ན་རང་སྒྲིག་མཆན་ཉིད་མ་ཡིན་པར་  
འགྱུར་བ་དང་། མོག་དང་སྒྲིག་ཤལ་ལ་འང་མ་ཚང་ཞེས་མཚུངས་སོ། །དེས་ན་སྒྲིག་མཚུངས་སུ་  
འདོད་པ་རྣམས་མཆན་ཉིད་ཅམ་གྱི་བ་སྟུང་དུ་མཆོན་པའི་ཆེ་འང་བྱུག་མེད་དུ་འདོད་དེ་སྔ་མ་སྔ་  
མ་ལ་སྒྲིས་པའི་ཆོས་གསུམ་མཆན་གཞི་དང་། བྱི་མ་བྱི་མ་ལ་སྒྲིས་པའི་ཆོས་གསུམ་མཆན་ཉིད་  
ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །དེས་ན་མཆན་ཉིད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་བྱུག་མེད་དུ་བལ་བ་འདོད་དོ་ཞེས་ཟེར་  
རོ། །འདི་མི་འབྲང་དེ། རྣམ་འཛིག་རྒྱ་ནི་མ་དེས་པར། །རྣམ་གཞག་འབྲས་བུ་དེས་ན་ནི། །མཆན་  
ཉིད་དགོས་པ་མེད་པར་འགྱུར། །མི་དེས་ན་ནི་བྱུག་མེད་འཛིག། རྣམ་འཛིག་གི་རྒྱ་མཆན་ཉིད་མ་

དེས་པར་དེས་ནམ་པར་གཞག་པའི་འབྲས་བུ་མཚན་བྱ་དེས་ན་མཚན་ཉིད་མེད་ཀྱང་མཚན་བྱ་གོ་  
 བར་འགྱུར་ཞིང་། མི་དེས་ན་མཚན་ཉིད་ཐུག་མེད་ཀྱི་ཕྱི་མ་དེས་པ་མི་སྲིད་པས་མཐར་ཆུ་བའི་  
 མཚན་ཉིད་མ་དེས་པར་འགྱུར་རོ། །རྟགས་ཀྱི་མཚན་གཞིས་བསྐྱབ་བྱའི་དོན། །བསྐྱབ་ཕྱིར་ཐུག་  
 མེད་སྒྲིན་མེད་ན། །ཐུག་མེད་ཀྱི་ཕྱི་མ་མ་ཤེས་ཀྱང་སྒྲིན་མེད་དེ། །བསྐྱབ་བྱ་རྟགས་ཀྱི་མཚན་  
 གཞིས་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། ཚུལ་གསུམ་སྟོག་ཤལ་མ་དེས་ཀྱང་། །བྱས་དང་དཀར་ཟལ་དེས་  
 ཅམ་གྱིས། །མི་རྟག་བ་ལང་རྟོགས་པར་འགྱུར། །རྟགས་ཀྱི་མཚན་གཞི་ལམ་མཚན་ཉིད་ཀྱི་མཚན་  
 གཞིར་བསྐྱབ་བྱ་གོ་ན་ཚུལ་གསུམ་མམ་སྟོག་ཤལ་མ་དེས་པར་ཡང་རྟགས་ཀྱི་མཚན་གཞི་བྱས་  
 པའམ་བ་ལང་གི་མཚན་གཞི་དཀར་ཟལ་ལ་སོགས་པ་མཐོང་བ་ན་སྒྲི་མི་རྟག་པའམ་བ་ལང་དེས་

པར་འགྱུར་རོ། །འདོད་ན་སྒྲ་བྱས་པར་མཐོང་བ་ལ་མི་རྟག་པའི་སྒྲ་འདོགས་སྒྲེ་མི་སྲིད་པར་བལ་  
བ་དང་། མོག་

༧༥༣

སྒྲོག་ཤལ་མེད་པའི་གོང་བྱ་གཞན་ལ་འང་བ་ལང་དུ་ངེས་པར་འགྱུར་རོ། །བྲེ་བྲག་རྩ་བ་སྙད་  
 མཚན་ཉིད་དུ་འདོད་པ་མི་འབྲུག་དེ། བ་སྙད་ལ་འང་ཞེན་རུང་ཞིག་མེད་ན་དེ་ནི་ཤེས་བྱ་  
 མིན། །ཡོད་ན་དེ་ཉིད་སྤྱི་མ་ཡི། །མཚན་ཉིད་ཡིན་ཞེས་ལ་ལ་འདོད། །ཁ་ཅིག་བ་ལང་གི་བ་སྙད་  
 ཉིད་བ་སྙད་གཉིས་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་ཏེ་འདི་ལྟར་བ་ལང་གི་བ་སྙད་དེ་ཉིད་ལ་སྒྲོ་སྒྲོ་མ་འབྲུལ་  
 པའི་ཞེན་རུང་ཞིག་མེད་ན་ཤེས་བཟོད་ལས་འདས་པར་འགྱུར་ལ་ཡོད་ན་དེ་ཞེན་ཡུལ་བ་ལང་གི་  
 བ་སྙད་ལས་དོན་སྒྲོག་གཞན་མ་ཡིན་ན་སྒྲོག་ཤལ་ལ་ཞེན་རུང་གི་བ་ལང་ཡང་སྒྲོག་ཤལ་ཉིད་  
 ལས་གཞན་མ་ཡིན་ཞེས་བསྒྲུ་ལོ། །ཡིན་ན་དེའི་ཞེན་ཡུལ་བ་ལང་གི་བ་སྙད་དེ་ཉིད་ཡིན་ནམ། འོན་  
 ཏེ་འོག་སྒྲོག་ཤལ་ཡིན། །དང་པོ་ལྟར་ན་གཞན་གྱི་བ་སྙད་མཚན་ཉིད་དུ་གྲུབ་ལ། གཉིས་པ་ལྟར་

ན་མཚན་ཉིད་གཅིག་གིས་མཚན་བྱ་དུ་མ་མཚན་པར་འགྱུར་བས་དེ་མི་སྲིད་དོ། །དེས་ན་ཐ་སྙད་  
 སྒྲ་མ་སྒྲ་མ་ནི་མཚན་ཉིད་ཡིན་ལ། དེ་ཉིད་ལ་སྒྲ་སྒྲོས་ཞེན་རུང་གི་ཐ་སྙད་ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་རྣམས་ནི་  
 མཚན་བྱ་ཡིན་པས་ཤེས་བྱ་ལ་མཚན་ཉིད་དུ་མི་རུང་བའི་ཚས་མི་སྲིད་དོ་ཞེས་གསུང་དོ། །འདི་  
 དག་ག་སྟེ། དེ་ལྟར་ཡིན་ན་ཡལ་ག་ལའང་། །ཡལ་ག་མེད་ན་ཤིང་མ་ཡིན། །ཡལ་ག་ཡོད་ན་ཤིང་ལ་  
 ཡང་། །མཚན་ཉིད་བྱུག་པ་མེད་པར་འགྱུར། །ཤིང་གི་མཚན་ཉིད་དུ་འདོད་པའི་ཡལ་ག་ལ་ཡལ་  
 ག་ག་ཉིས་པ་མེད་ན་ཡལ་ག་ཤིང་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ལ། ཡོད་ན་དེ་ལའང་གསུམ་པ་དང་བཞི་པ་  
 ལ་སོགས་པ་དགོས་པས་ཤིང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱང་བྱུག་མེད་དུ་ཡོད་དོ་ཞེས་བརྗོད་ན་ཅིར་འགྱུར།  
 ཡལ་ག་ལ་ནི་ཡལ་ག་གཞན། །མེད་ཀྱང་ཡལ་ག་དེ་ཉིད་ཀྱིས། །ཅན་ན་དོ་བོ་དབྱེར་མེད་

ཆེ་ལའི་གཡུ་གཤེད་ཀྱི་ལྷ་ལ།

དུ། །བསྐྱབ་ཕྱིར་ཐུག་མེད་མི་དགོས་ན། །ཅུན་ཤིང་དུ་བསྐྱབ་པ་ལ་ཡལ་ག་བཀོད་པའི་ཆེ་ཡལ་  
ག་ལའང་

༧༥༥

ཡལ་ག་གཞན་མེད་ཀྱང་ཡལ་ག་ཤིང་མ་ཡིན་པར་མི་འགྱུར་ཏེ་ཡལ་ག་དེས་ཤིང་དང་ཐ་དད་ལྡན་  
པར་མི་བསྐྱབ་ཀྱི་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་དུ་བསྐྱབས་པས་ཡལ་ག་ཉིད་ཀྱང་ཤིང་དུ་གྱུབ་བོ་ཞེ་ན། ཐ་  
སྙད་གཉིས་པ་མེད་ན་ཡང་། །ཐ་སྙད་དེ་ཉིད་མཚན་ཉིད་ཀྱིས། །ཤེས་བྱའི་ངོ་བོར་བསྐྱབ་པའི་  
ཕྱིར། །ཐ་སྙད་བྱག་མེད་ག་ལ་དགོས། །ཐ་སྙད་ལ་ཐ་སྙད་གཉིས་པ་མེད་ཀྱང་ཐ་སྙད་སྔ་མ་ཤེས་  
བརྗོད་ལས་འདས་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། ཅོག་ལྷོག་ཤལ་ལ་སོགས་པའི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་བ་ལང་ལ་  
སོགས་པའི་ཐ་སྙད་དེ་ཐ་དད་ལྡན་པར་མི་བསྐྱབ་ཀྱི་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་དུ་བསྐྱབས་པས་ཅོག་ལྷོག་  
ཤལ་ཤེས་བརྗོད་དུ་གྱུབ་པ་ན་དེ་དང་དབྱེར་མེད་ཀྱི་ཐ་སྙད་ཀྱང་ཤེས་བརྗོད་དུ་གྱུབ་སྟེ། ཅན་ན་  
ཤིང་དུ་གྱུབ་པ་ན་དེའི་ཡལ་ག་ཤིང་དུ་གྱུབ་པ་བཞིན་ནོ། །རིགས་པ་འདི་མཚན་ཉིད་བྱག་མེད་དུ་



འདོད་པ་ལ་བསྐྱེས་ན་ཆ་མཐུན་གྱི་མགོ་བསྐྱེ་ཡིན་ལ། སྐབས་འདིར་བོད་ཀྱི་ལ་བའི་མགོ་བསྐྱེ་ཡིན་  
 མོ། །ཆ་མཐུན་དུ་བསྐྱེ་ན་ཐ་སྙད་སྒྲ་མ་ལ་ཐ་སྙད་ཕྱི་མ་མེད་ན་སྒྲ་མ་ཤེས་བརྗོད་ལས་འདས་པར་  
 འགྱུར་རོ། །ཞེས་ཟེར་ན། ཅན་སྒྲ་སྒྲ་མ་ལ་ཅན་སྒྲ་ཕྱི་མ་མེད་ན་སྒྲ་མ་ངྩི་དང་བྲལ་བར་འགྱུར་  
 རོ། །ཕྱི་མ་མེད་ཀྱང་སྒྲ་མ་ཉིད་ཅན་སྒྲ་དུ་གྲུབ་པས་ངྩི་དང་མི་འབྲེལ་ལོ་ཞེ་ན། ཐ་སྙད་ཕྱི་མ་མེད་  
 ཀྱང་སྒྲ་མ་ཉིད་ཐ་སྙད་དུ་གྲུབ་པས་ཤེས་བརྗོད་ལས་མི་འདེམ། །དེ་བཞིན་དུ་མེ་འི་མཆན་ཉིད་ཆ་  
 བ་ལ་ཆ་བ་གཉིས་པ་མེད་ན་སྒྲ་མ་མེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ་བ་དང་། མེ་ལ་མེ་གཉིས་པ་མེད་ན་སྒྲ་མ་མེ་  
 མ་ཡིན་པར་ཐལ་བ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མཚུངས་སོ། །གལ་ཏེ་མེ་དང་ཤིང་ལ་སོགས་པ་  
 རྣམས་ཆོས་དག་པ་བ་དང་མཆན་ཉིད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་བྱུག་མེད་དང་། ཐ་སྙད་ཀྱི་ཐ་སྙད་བྱུག་མེད་

ཕྱི་གཞི་མཐོང་པ་བཟོ་བ་མཐུངས་ཀྱང་དོན་མི་འདྲའོ། །ཞེ་ན་ཁོ་བོ་ཅག་སྒྲ་དང་རྣམ་པར་རྟོག་པ་  
ཐམས་ཅད་གཞན་སེལ་དུ་

၇၄၆

འདོད་ལ། དགག་སྐྱབ་ཐམས་ཅད་སྒྲིའི་ཆོས་སྒྲིག་པ་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་པས་ཐམས་ཅད་དུ་  
མཚུངས་སོ། །ཡང་ནིག་སྒྲིག་ཤལ་བ་ལང་གི་ཞེན་ཡུལ་ཡིན་པས་མཚན་ཉིད་དུ་འགྲོ་བ་བཞིན་ཐ་  
སྟོང་གཉིས་པའི་ཞེན་ཡུལ་ཐ་སྟོང་དང་པོ་མཚན་ཉིད་དུ་འགྲོ་ཞེས་གསུང་བའང་ཞེན་ཡུལ་ཙམ་  
གྲིས་མཚན་ཉིད་དུ་འགྲོ་ན་འབྲས་རྟགས་ཀྱི་ཞེན་ཡུལ་མེ་ཡིན་པས་མེ་མཚན་ཉིད་ཡིན་པ་ལ་  
སོགས་པ་ཏ་ཅང་ཐལ་སོ། །དེས་ན་མཚན་ཉིད་བྱག་མེད་དང་ཐ་སྟོང་བྱག་མེད་འདི་དག་འབྲས་  
ཆེན་ཟ་བ་ལ་ས་བོན་གྱི་ཕྱི་མོ་ཆོལ་བ་ལྟར་དོན་མེད་པར་དགོངས་ནས་སྡེ་བདུན་གྱི་གཞུང་གང་  
ལས་ཀྱང་མ་གསུངས་སོ། །གཉིས་པ་རང་གི་ལྷགས་ནི། བརྟེན་འབྲེལ་པ་ནམ་རྟོགས་པ། དེ་ཡི་  
ཆེ་ན་ཐ་སྟོང་འགྲུབ། མཁས་པས་གཏན་ཆོགས་དང་མཚན་ཉིད་ཀྱི་དོན་མཐོང་བ་ཙམ་གྱི་ཐ་སྟོང་།

འགྲུབ་ལ། ལྷན་པོ་ལ་དེ་དག་གི་མཚན་ཉིད་རྟགས་སྤྱུ་བཀོད་པའི་ཐ་སྙད་བསྐྱབ་ཀྱི་འགྲུབ་ཅིང་  
 ཤེས་ཏུ་ལྷན་པོ་ལ་ཚུལ་གསུམ་སོ་སོའི་ངོ་བོ་བཤད་པ་དང་། ཅོག་སྒྲིག་ཤལ་གྱི་དོན་སྒྲིག་གཉལ་  
 བར་ཤ་འཕྲུངས་པ་དང་། མགིན་པར་པགས་པ་འཕྲུང་བ་ལ་སོགས་པ་བརྟེན་སྒྲེལ་དགོས་པ་  
 ཡིད་དོ། །དེ་ཙམ་བརྗོད་ཀྱང་མི་གོ་བ་ནི་ཐ་སྙད་བསྐྱབ་ཀྱི་ཡུལ་མ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་ལྷན་པོ་ལ་ཐ་  
 སྙད་རི་ལྟར་བསྐྱབ་སྟམ་ན། རྟགས་དང་མཚན་ཉིད་གཉི་ག་ལ། སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་གཉིས་གཉིས་  
 ཡིན། །གཉི་ག་འང་སྦྱར་བ་གསུམ་པར་བྱག །བཞི་པ་ཡན་ཆད་དགོས་ནུས་མེད། །དུ་བ་གཏན་  
 ཆིགས་ཡིན་ཏེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེས་དྲིས་པ་ལ། སྦྱར་གཏན་ཆིགས་ཙམ་དུ་བསྐྱབ་པ་དང་བྱེ་བྲག་ཏུ་  
 སྦྱར་བ་འདྲིར་གཏོགས་ཀྱི་ཐ་སྙད་བསྐྱབ་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི་ཚུལ་གསུམ་ཆང་བ་དེ་གཏན་  
 ཆིགས་ཡིན་ཏེ་བྱས་པ་བཞིན་དུ་བ་ཡང་ཚུལ་གསུམ་ཆང་ངོ་ཞེས་འགོད་དོ། །དེ་ལྟ་བུའི་

१५३

[illegible]

དང་སྒྱུར་བ་འདིར་གཏོགས་གཉིས་ལས་དང་པོ་ནི། གང་དངོས་འགལ་གཙོད་པའི་དོན་སྒྲིག་གྲུབ་  
 པ་དེ་མཚན་ཉིད་ཡིན་ཏེ་སྟོ་སྒྲིལ་ཞབས་ཞུམ་བཞིན་མོག་སྒྲིག་ཤལ་འདུས་པའང་དངོས་འགལ་  
 གཙོད་པའི་དོན་སྒྲིག་གྲུབ་ཐོ་ཞེས་པས་འགྲུབ་ཅིང་། དེ་ཉིད་མཚན་ཉིད་ཡིན་པར་ཡང་གང་  
 དངོས་འགལ་གཙོད་པའི་དོན་སྒྲིག་གྲུབ་པ་ལ་མཚན་ཉིད་ཀྱི་བརྟུན་ཏེ་ཡལ་ག་དང་ལྡན་པ་ལ་  
 ཞིང་བཞིན་ཞེས་པ་ཉིད་ཀྱིས་འགྲུབ་ལ། སྒྱུར་བ་འདིར་ཏོགས་ཀྱང་བྱེ་བྲག་ལ་བཀར་ཏེ་བརྗོད་པ་  
 ཉིད་ཀྱིས་ཤེས་པར་གང་གང་དུ་མཚོན་པ་ལ་སྟོས་ནས་དངོས་འགལ་གཙོད་པའི་དོན་སྒྲིག་  
 གྲུབ་པ་དེ། གང་དུ་མཚོན་པ་དེའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་ཏེ་ཕམ་པར་མཚོན་པའི་སྟོ་སྒྲིལ་བཞིན། སྒྲིག་  
 ཤལ་ལ་དཀར་ཟལ་བ་ལང་དུ་མཚོན་པ་ལ་སྟོས་ནས་དངོས་འགལ་གཙོད་པའི་དོན་སྒྲིག་གྲུབ་  
 ཐོ། །དཀར་ཟལ་བ་ལང་དུ་མཚོན་པ་ལ་སྟོས་ནས་དངོས་འགལ་གཙོད་པའི་དོན་སྒྲིག་གྲུབ་པ་དེ།



དཀར་ཟལ་བ་ལང་དུ་མཆོན་པའི་མཆན་ཉིད་ཡིན་ཏེ་གང་གི་ཕྱིར་ན། དཀར་ཟལ་བ་ལང་བ་ལང་  
 དུ་མཆོན་པ་ལ་སྟོས་ནས་དངོས་འགལ་གཅོད་པའི་དོན་སྟོན་གྱི་ཐུག་པ་ལ། དཀར་ཟལ་བ་ལང་དུ་  
 མཆོན་པའི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་བརྟུན་ཏེ། ཡལ་ག་དང་ལྟན་པ་ལ་བརྟུན་བ་བཞིན། སྟོན་། །གསུམ་  
 པ་ཚེད་པ་སྤང་བ་ནི། ཚུལ་གསུམ་ཚུལ་གསུམ་མེད་ན་རྟགས། །མི་འགྱུར་ཡོད་ན་བྱུག་མེད་  
 ལོ། །ཚུལ་གསུམ་ལ་ཚུལ་གསུམ་མ་ཆང་ན་ཚུལ་གསུམ་གཏན་ཆོགས་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ལ།

༧༥ན

ཚང་ན་དེ་ཉིད་ཚུལ་གསུམ་གཉིས་པ་ཡིན་པས། དེ་ཉིད་ལ་སྟོས་ནས་ཚུལ་གསུམ་གསུམ་པ་དང་།  
བཞི་པ་ལ་སོགས་པ་བྱེད་ལ་འང་བྱག་མེད་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། ཚུལ་གསུམ་དུ་བ་ཁོ་ནའི་  
ཚོས། །དབྱེར་མེད་ཡིན་གྱི་ཚོས་གཞན་མེད། །དུ་བ་གཞིར་བཞག་ནས་དེའི་སྟེང་དུ་ཚུལ་གསུམ་  
གཞན་ཞིག་རྩི་ན་བྱེད་བདེན་པ་ཞིག་ན་ཁོ་བོ་ཅག་དུ་བ་ཉིད་སྟོས་ཚུལ་གསུམ་དུ་བ་བྱེད་བ་མ་  
གཏོགས་པ་དུ་བའི་སྟེང་དུ་ཚུལ་གསུམ་གཉིས་པ་དང་གསུམ་པ་ལ་སོགས་པ་མི་འདོད་པས་སྟོན་  
ག་ལ་ཡོད། འདི་ཡི་མཚན་ཉིད་བྱག་མེད་དུ། །ཐལ་བའི་སྟོན་ཡང་བསལ་བ་ཡིན། །དངོས་འགལ་  
གཙོད་པའི་དོན་སྟོན་གྲུབ་པ་ལ་མཚན་ཉིད་མེད་ན། དེ་མཚན་ཉིད་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ལ། ཡོད་  
ན་བྱག་མེད་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེས་ཟེར་བ་འང་འདིས་བསལ་ཏེ། རོག་སྟོན་ཤལ་གཞིར་བཞག་ནས་



༧༥༩

གསུམ་དགོས་སོ་ཞེ་ན། མཚོན་བྱ་རྣམ་འཛིག་ལ་རང་འཛིག་ཚུལ་ཚོས་གསུམ་དགོས་སོ། །འགའ་  
ཞིག་ཚོས་གསུམ་ཚང་བར་འདོད། །ཚོས་གསུམ་ཚང་བའི་མཚོན་བྱའི་དོན་ལྟོག་གཞི་ལ་གྲུབ་པ་  
ཞེས་གསུང་དོ། །མཚོན་བྱ་སྟོས་ཕྱིར་འདི་མི་འཐད། མཚན་ཉིད་དུ་གོ་བ་མཚོན་བྱ་ལ་སྟོས་དགོས་  
པས་མི་འཐད་དོ། །གལ་ཏེ་མཚན་ཉིད་དུ་དགོད་བྱའི་དོ་བོ་དེ་རང་གི་མཚོན་བྱ་ལ་སྟོས་ན་སྟོན་དུ་  
འགྱུར་ཡང་འདི་རང་གི་མཚོན་བྱ་ལ་མི་སྟོས་པས་སྟོན་དུ་མི་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན་བྱས་པ་རྟགས་  
ལྟ་འཛིག་པ་རང་གི་བསྐྱབ་བྱ་མི་རྟག་པ་ལ་སྟོས་ཀྱང་རྟགས་ཀྱི་དགོད་བྱའི་དོ་བོ་མི་རྟག་པ་ལ་མི་  
སྟོས་པས་སྟོན་མེད་པ་བཞིན་ནོ་ཞེ་ན། དཔེ་མི་མཚུངས་ཏེ། མི་རྟག་པ་ལ་མི་སྟོས་པར་བྱས་ལྟོག་  
འགྲུབ་ལ་འདིར་མཚོན་བྱ་མ་གྲུབ་ན་མཚོན་བྱའི་དོན་ལྟོག་མི་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར་དོ། །གཉིས་པ་རང་

ལྷགས་ནི། དངོས་འགལ་གཅིང་པའི་དོན་ལྟོག་ཡིན། ཆོས་གང་ཞིག་དངོས་འགལ་རྣམ་པར་གཅིང་  
 པའི་དོན་ལྟོག་གྲུབ་པ་སྟེ། མཆོན་བྱ་དང་མཆོན་གཞིའི་ལྟོག་པ་གཉིས་བཅད་ནས་གང་འདོད་པ་  
 དེའི་དོན་ལྟོག་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །གསུམ་པ་དེའི་བསལ་བྱ་སྦྱོན་ཅན་གྱི་གངས་ངེས་པ་ལ་གསུམ་  
 ལས་གཞན་གྱི་ལྷགས་དགག་ན། མཆོན་ཉིད་དེ་ཡི་སྦྱོན་བསྟུ་ན། །གསུམ་ཞེས་བྱང་སྟོགས་པ་  
 རྣམས་འདོད། །བོད་ཀྱི་རྟོག་གེ་པ་ཕྱི་རབས་པ་རྣམས་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་སྦྱོན་བསྟུ་ན། རང་སྟོག་རྩ་  
 གྲུ་མ་གྲུབ། དོན་ལྟོག་གཞན་དུ་འགྱུར། །མཆོན་གཞི་ལ་མི་གནས་པའོ། །དེ་ལ་དང་པོ་ནི་མཆོན་  
 ཉིད་གང་ཞིག་རང་གི་ཐ་སྙད་ལས་རང་དབང་དུ་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ལ། དབྱེ་ན་བ་ལང་གི་མཆོན་ཉིད་  
 དུ་བ་ལང་ཉིད་ལ་རྟ་བུ་རང་གི་ཐ་སྙད་མཆོན་ཉིད་དུ་བཀོད་པ་དང་། བ་ལང་གི་མགོ་བོ་རྟ་བུ་རང་  
 གི་ཐ་སྙད་ཀྱིས་བྱང་པར་དུ་བྱས་པ་བཀོད་པ་

༡༥༩

གཉིས་དང་། ཁ་ཅིག་དེའི་སྟེང་དུ་གཞན་གྱི་ཐ་སྙད་དང་། གཞན་གྱི་ཐ་སྙད་གྱིས་བྱང་པར་དུ་བྱས་  
པ་བཀོད་པ་སྟེ། བཞི་ཡིན་ནི་ཞེས་གསུང་ངོ་། །དོན་སྟོན་གཞན་རྒྱུར་ནི། །རང་གི་ཐ་སྙད་ལས་  
རང་དབང་དུ་གྲུབ་ཀྱང་རང་གི་མཆོན་བྱའི་དོན་སྟོན་མ་ཡིན་པ་ལོ། །དབྱེ་ན་བཞི་སྟེ། མི་སྲིད་པ།  
མ་བྱུང་པ། བྱུང་ཆེས་པ། བྱུང་མཉམ་པའི་དོན་སྟོན་གཞན་གྱུར་ངོ་། །དང་པོ་ནི་མཆོན་ལྡན་གྱི་  
གཞི་ལ་ཡེ་མི་སྲིད་པ་སྟེ། དཔེར་ན་རྟ་མཆོན་པ་ལ་སྟོན་ཤལ་ལམ་མ་ཡིན་དགག་རྟ་མཆོན་པ་ལ་  
བསྐྱབ་ཆོས་དོར་བ་བཀོད་པ་སྟེ། །གཉིས་པ་ནི་མཆོན་ལྡན་གྱི་སྟོན་གསལ་གཅིག་ལ་མེད་པ་སྟེ། བ་  
ལང་གི་མཆོན་ཉིད་ལ་སྟོན་ཤལ་བྱ་བོའམ་ཤེས་བྱའི་མཆོན་ཉིད་དུ་བསྐྱབ་ཆོས་དོར་བ་བཀོད་པ་  
སྟེ། །གསུམ་པ་ནི་མཆོན་ལྡན་ལ་བྱུང་ཅིང་མཆོན་ཆོས་མེད་པར་ཡང་ཞུགས་པ་སྟེ། བ་ལང་གི་



མཚན་ཉིད་དུ་མགོ་ལྟན་ནས་མ་ཡིན་དགག་གི་མཚན་ཉིད་དུ་ཤེས་བྱ་བཀོད་པ་ལྟ་བུའོ། །བཞི་པ་  
མཚན་ལྟན་དང་བྱུང་མཉམ་ཡང་མཚན་ཆོས་ལས་ལྡོག་པ་གཞན་དུ་གྱུར་པ་སྟེ། དཔེར་ན་མི་རྟག་  
པའི་མཚན་ཉིད་དུ་རྒྱ་རྒྱུ་གྱིས་བསྐྱེད་པའམ་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དུ་ཤེས་བྱ་བཀོད་པ་ལྟ་  
བུའོ། །མཚན་གཞི་ལ་མི་གནས་པའི་མཚན་ཉིད་ནི། མཚན་ཉིད་གང་ཞིག་རང་གི་ཐ་སྙད་ལས་  
རང་དབང་དུ་གྱུར་ཀྱང་གང་མཚན་པར་བྱ་བའི་གཞི་ལ་རིམ་ལྔར་དགོད་བྱ་ལྟར་མ་གྱུར་པའོ། །དབྱེ་  
ན་བཞི་སྟེ། འགལ་ནས་མི་གནས་པ། ལྡོག་པ་ཐ་དང་མེད་ནས་མི་གནས་པ། རྟོན་ལྡོག་ཐ་དང་མེད་  
ནས་མི་གནས་པ། མཚན་གཞིའི་ཕྱོགས་གཅིག་ལ་མ་བྱུང་ནས་མི་གནས་པའོ། །དང་པོ་ནི་རྩ་ས་  
ཆོས་ལ་རྟ་བ་ལང་དུ་མཚན་པ་ལ་ལྡོག་ཤེས་ལ་མ་ལྡོག་ཆོས་ལ་ཤེས་བྱ་མེད་དགག་ཏུ་མཚན་པ་ལ་

༡༥༩

བསྐྱབ་ཆོས་མདོར་བཀོད་པ་ལྟ་བུའོ། །ཚུལ་གསུམ་གྱིས་སྟོང་པ་ལ་ཚུལ་གསུམ་བཀོད་པ་ནི། དེར་  
མི་འགྱུར་ཏེ། བྱད་པར་བཀག་ལྟོག་ཉིད་ལ་ཚུལ་གསུམ་ཆང་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་ནི་གཞི་ལྟོག་  
མཆོན་ཉིད་དུ་བཀོད་པ་སྟེ་སྟོག་ཤལ་བ་ལང་དུ་མཆོན་པ་ལ་སྟོག་ཤལ་ཉིད་བཀོད་པ་ལྟ་  
བུའོ། །ཚུལ་གསུམ་རྟགས་སུ་མཆོན་པ་ལ་ཚུལ་གསུམ་བཀོད་པ་ནི་དེར་མི་འགྱུར་ཏེ། སྟོས་པས་  
གཞི་མཆོན་ལྟོག་པ་ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གསུམ་པ་ནི་རང་ཉིད་རང་གི་མཆོན་གཞིར་བྱས་པ་ལ་  
མཆོན་ཉིད་བཀོད་པ་སྟེ། བ་ལང་ཉིད་བ་ལང་དུ་མཆོན་པ་ལ་སྟོག་ཤལ་བཀོད་པ་ལྟ་བུའོ། །ཤེས་  
བྱའི་ཐ་སྙད་ཤེས་བྱར་མཆོན་པ་ལ་སྟོའི་ཡུལ་རུ་དུ་བཀོད་པ་ལས། མ་ཡིན་དགག་གི་ཐ་སྙད་མ་  
ཡིན་དགག་ཏུ་མཆོན་པ་ལ་བསྐྱབ་ཆོས་མ་དོར་བ་བཀོད་པ་ནི་དེར་མི་འགྱུར་ཏེ། མཆོན་གཞི་དང་

མཚན་བྱ་སྟོས་པས་དོན་སྟོན་ཐ་དང་པའི་ཕྱིར་རོ། །བཞི་པ་ནི་མཚན་འདོད་གྱི་ཕྱོགས་གཅིག་ལ་  
མ་བྱུང་པ་སྟེ་སྟོན་ཆགས་ཅམ་བ་ལང་དུ་མཚན་པ་ལ་སྟོན་ཤལ་ལམ། སྟོ་ཅམ་ཚད་མར་མཚན་པ་  
ལ་བདེན་པའི་དོན་རྟོགས་བཞོད་པ་སྟེ་བྱུ་རོ། །དེ་དག་ལས་མཚན་གཞི་ལ་འགལ་ནས་མི་གནས་པ་  
མ་གཏོགས་པ་སྟེ་མ་གསུམ་ནི་སྟོན་པ་ལ་བདེན་པའི་ཆོས་བསྐྱབ་པའི་ཆེ་མི་སྤྱད་དེ། འདི་སྟར་  
དེར་མཚན་པའི་མཚན་ཉིད་མི་གནས་པའི་སྟོན་པ་དེ་ལ་དེ་མིན་དུ་མཚན་པའི་མཚན་ཉིད་གནས་  
སམ་མི་གནས། གནས་ན་དེ་མིན་གྱི་མཚན་ཉིད་གནས་པས་དེའི་མཚན་ཉིད་མི་གནས་པ་དེ་ནི་  
འགལ་ནས་མི་གནས་པ་ཡིན་ལ། མི་གནས་ན་སྟོན་པ་ལ་དེ་དང་དེ་མིན་གྱི་མཚན་གཞིར་ཁ་ཚོན་  
མཚད་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་སྟོས་པ་དང་བཅས་ནས་

༡༥ན

གསུངས་སོ། །འདི་དག་དགག་པ་ལ་གཉིས་ལས་རིགས་པས་མི་འབྲང་པ་ནི། སྦྱར་བར་བཀོད་  
ནས་སྦྱོན་བཅི་ན། །དོན་ལྡན་གཞན་འགྱུར་མེད་པར་འགྱུར། །མ་བཀོད་པ་ལ་སྦྱོན་སྦྱར་  
ན། །མཚན་གཞི་མི་གནས་དོན་མེད་འགྱུར། །གལ་ཏེ་འདི་དག་སྦྱར་བ་བཀོད་ནས་བཅི་ན། མཚན་  
ཉིད་མཚོན་བྱ་ལས་དོན་ལྡན་གཞན་དྲུག་པ་མི་འབྲང་དེ། སྦྱར་ཉིད་བསྐྱབ་ཆོས་དོར་བས་མེད་  
དགག་ཏུ་མཚོན་པའི་ཆོ། བསྐྱབ་ཆོས་དོར་བ་མེད་དགག་གི་ཐ་སྙད་ལ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་དོན་ལྡན་  
གཞན་གྱུར་དུ་ཐལ་ལོ། །གལ་ཏེ་མཚོན་ཉིད་མཚོན་བྱ་ལ་སྲིད་མི་སྲིད་ཀྱི་དོན་མཚན་གཞི་ལ་སྲིད་  
མི་སྲིད་ལ་བརྗོད་ཀྱི་མཚོན་བྱ་ཉིད་ཀྱི་ལྡན་པ་ལ་བརྟེན་མི་བརྟེན་ལ་མི་འདོད་དེ། དེ་ཏྱར་མི་  
དགོས་པ་དང་མི་ཕན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། འོ་ན་དོན་ལྡན་གཞན་གྱུར་དུ་འདོད་ཀྱང་མཚན་གཞི་ལ་

མི་གནས་པར་འགྱུར་ཏེ། མི་སྲིད་ནས་དོན་སྒྲོག་གཞན་གྱི་སྦྱོན་ཡང་མཆན་གཞི་ལ་མི་སྲིད་པ་  
ལ་འཛིག་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་སྦྱོར་བ་མི་བཀོད་པ་ལ་སྦྱོན་བཅིང་ཞེ་ན། མཆན་གཞི་ལ་མི་  
གནས་པ་མི་དགོས་ཏེ་བ་ལང་གི་མཆན་ཉིད་ནོག་སྒྲོག་ཤལ་བཀོད་པ་དང་མེད་དགག་གི་མཆན་  
ཉིད་བསྐྱབ་ཆོས་དོར་བ་བཀོད་ན། སྦྱོན་མེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་གལ་ཏེ་མཆན་གཞིར་  
འཛིག་ཚུལ་ལ་རག་སྟེ། དཀར་ཟལ་ལམ་སྟོང་ཉིད་ལྟ་བུ་བཞག་ན་སྦྱོན་མེད་ཡིན་ལ་རྟེན་ལམ་ཤེས་  
བྱ་ལྟ་བུ་བཞག་ན་སྦྱོན་ཅན་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། འོ་ན་སྦྱོར་བ་མ་བཀོད་པ་སྦྱོན་བཅིང་བ་ཉམས་ཏེ། ཆོས་  
གསུམ་ཀ་བཀོད་པ་ལ་སྦྱོན་སྒྲོས་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་མཆོན་བྱའི་སྦྱོན་ནི་མཆན་གཞིར་  
བཀོད་དམ་མ་བཀོད་ཀྱང་རུང་སྟེ། མཆོན་བྱ་ལ་བཅིང་ལ། མཆན་གཞིའི་སྦྱོན་ནི་མཆོན་ཆོས་དང་  
ལྡན་ནམ་མི་ལྡན་ཡང་རུང་སྟེ། མཆན་

༡༥ན

གཞིར་བཀོད་པ་ལ་སྟོས་ནས་བརྩི་བས་སྟོན་མེད་དོ་ཞེ་ན། མི་འཐད་དེ། མཚན་གཞི་ལ་བརྩི་ན་མ་  
བཀོད་པ་འགལ་ལ་བཀོད་ན་མཚན་གཞི་འི་སྟོན་མ་ཡིན་པ་འགལ་ལོ། །ཡང་མཚན་གཞི་ལ་མི་  
གནས་པ་འི་སྟོན་མཚོན་ཆོས་དང་ལྡན་ནམ་མི་ལྡན་ཡང་རྒྱུ་སྟེ། མཚན་གཞིར་བཀོད་པ་ལ་སྟོས་  
ནས་བརྩི་ན། ཏྲ་བ་ལང་དུ་མཚོན་པ་ལ་རང་སྟོན་རྩ་ས་སྟུ་མ་གྲུབ་པ་བཀོད་ཀྱང་མཚོན་གཞི་ལ་མི་  
གནས་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་འདོད་ན་སྟོན་ཐམས་ཅད་མཚན་གཞི་ལ་མི་གནས་པར་འདུས་པས་  
སྟོན་གཞན་དོན་མེད་དོ། །ཡང་རང་གི་རྩ་གཞན་དང་འགལ་ཏེ། བ་ལང་ཉིད་བ་ལང་དུ་མཚོན་  
པ་ལ་སྟོན་ཤལ་བཀོད་པ་དོན་སྟོན་ཐ་དད་མེད་ནས་མཚན་གཞི་ལ་མི་གནས་པར་འདོད་པ་དང་།  
ཐ་སྙད་དང་པོའི་བ་ལང་གི་ཐ་སྙད་ཆོས་ཅན། བ་ལང་གི་ཐ་སྙད་དུ་བྱར་རྒྱུ་སྟེ། འོག་སྟོན་ཤལ་



དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་ཐ་སྙད་ཐུག་མེད་དུ་འདོད་པ་འགལ་བ་བཞིན་ནོ། །གཉིས་པ་གཞུང་གི་  
 དགོངས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་དག་སྟོན་དུ་འཐད་ན་ནི། །མཁས་པའི་གཙུག་རྒྱན་ཅིས་མི་  
 བཞེད། །སྟོན་གསུམ་པོ་འདི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་སྟོན་ཡིན་ན་མཁས་པའི་གཙུག་གི་ནོར་བུ་གཉིས་པོས་  
 གུན་ལས་བརྟམ་དང་ཕྱེ་བདུན་དུ་ཅིའི་ཕྱིར་མི་གསུང་། དེས་ན་ཐ་སྙད་དེ་དག་རྣམ་པར་འབྱམས་  
 པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་རང་འདོད་པ་ནི། མ་ཁྲབ་ཁྲབ་ཆེས་མི་སྤྱིད་གསུམ། །མཆན་ཉིད་ཀྱི་ནི་སྟོ་  
 སྟོན་ཡིན། །རང་ལྟོག་རྩ་ས་སུ་མ་གྲུབ་པ་ལ་སོགས་པ་གསུམ་པོ་འདྲ་སྟོན་དུ་འགོ་བའི་ཆ་ཐམས་  
 ཅད་གསུམ་པོ་འདིར་འདུས་པ་ཡིན་གྱི་ལོགས་པ་མེད་དོ། །སྟོ་དང་དོན་གྱི་རྣམ་གཅོད་  
 གུན། །གསུམ་པོ་འདི་ལས་གཞན་ཡོད་མིན། །མཆན་ཉིད་དོན་གྱི་སྟོ་ནས་རྣམ་གཅོད་གསུམ་

༡༥༥

ཡོད་པ་བཞིན་དུ་སྒྲུབ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རྣམ་གཅོད་གསུམ་ལས་མ་འདས་ཏེ། རི་སྐད་དུ། ཆོས་ཀྱི་  
ཆོག་ཤུད་ཐ་དད་པར། བྱེད་པས་མི་ལྡན་པ་དག་དང་། གཞན་པ་དག་དང་ལྡན་པ་དང་། གཏན་  
མི་ལྡན་ཉིད་རྣམ་གཅོད་བྱེད། །དེ་སྒྱུར་མེད་ཀྱང་བརྗོད་འདོད་ལས། །དེ་དོན་ཉིད་ནི་རྟོགས་པར་  
འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་འདྲ་། མི་ལྡན་རྣམ་གཅོད་དང་། གཞན་ལྡན་རྣམ་གཅོད་དང་། མ་འབྲེལ་  
རྣམ་གཅོད་དང་གསུམ་པོ་རིམ་པ་ཉུར་མ་བྱུང། བྱུང་ཆེས་མི་སྲིད་གསུམ་གཅོད་པའི་དག་ཡིན་ལ།  
སྒྲུབ་ཏེ་ཉུར་གཅོད་པ་ཉུར་དོན་ཡང་དེ་ཉུར་རྣམ་པར་གཅོད་པས། མཆན་ཉིད་ཀྱི་སྒྲུབ་གསུམ་ལས་  
མི་འདའོ། །དེ་ཉིད་སྒྲོབ་དཔོན་གྱིས་མཆན་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་གཅོད་ཀྱི་སྐབས་སུ། བདག་ཉིད་ཆོག་  
ཤུད་དོ་བོའི་སྒྲུ། །མ་བསལ་བ་དང་བཅས་པ་རྣམས། །སྒྲོག་པ་སེལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན། །ཞེས་

གསུངས་པས་བྱུང་ཆེས་པ་གཙོད་ཅིང་། འདོད་སྤྱོད་མ་བྱུང་སེལ་བར་བྱེད། །ཅིས་པས་མ་བྱུང་པ་  
 གཙོད་ལ། བསྐྱབ་བྱར་ཁས་སྤངས་ཕྱོགས་མཆན་ཉིད། །དེ་རྣམས་ལ་ནི་ཕྱོགས་ཉིད་མེད། །བསལ་  
 བ་གཙོད་དང་ལྷག་མ་ལ། །མཆན་ཉིད་འཇུག་པ་མེད་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་མི་སྤྱིད་པ་ལ་དགོངས་པ་ཡིན་  
 རོ། །དེས་ན་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་རྣམ་གཞག་བདེ་བ་ཐོར་ནས་རང་ཉིད་ཀྱིས་མི་དགོས་པ། སྤྱོད་  
 བརྟགས་ནས་སྤྱོད་བ་འདི་ནི་འབྲུལ་པར་འགྱུར་ལ། ཅུང་ཟད་མ་འབྲུལ་དུ་བྱིན་ཡང་། མཁས་པ་  
 རྣམས་ལ་མ་གྲགས་པས་མི་བདེ་སྤྱི་སྤྱོད་ཀྱིས་སྤྱོད་པ་བཞིན་རོ། །དེ་ཉིད་ཕྱི་སྤྱོད་ཅན་  
 གསུམ་པོ་ལ་འདྲ་། མཆན་ཉིད་དང་དབྱེ་བ་གཉིས་ལས། མ་བྱུང་པའི་མཆན་ཉིད་ནི། མཆན་ཉིད་  
 བཀོད་པ་གང་ཞིག་མཆན་གཞིའི་ཕྱོགས་གཅིག་

༡༥༥

ལ་མ་གྲུབ་པ་ལོ། །དབྱེ་ན་དངོས་པོ་ལ་དཔེར་བརྗོད་ན། བ་ལང་གི་མཚན་ཉིད་ཅོག་ལྷོག་ཤལ་བྲ་བོ་  
བཀོད་པ་ལམ། དངོས་མེད་ལ་དཔེར་བརྗོད་ན། མེད་དགག་གི་མཚན་ཉིད་རི་བོང་གི་རྒྱ་བཀོད་  
པ་ལམ། གཉིས་ཀའི་ཆོས་ལ་དཔེ་བརྗོད་ན་ཤེས་བྱའི་མཚན་ཉིད་རྒྱས་བསྐྱེད་པ་བཀོད་པ་ལྟ་  
བུ་ལོ། །བྲུབ་ཆེས་པའི་མཚན་ཉིད་ནི། མཚན་ཉིད་གང་ཞིག་མཚན་གཞི་ལ་བྲུབ་ཅིང་མཚན་འདོད་  
མེད་པར་ཞུགས་པ་ལོ། །དེ་ལ་གསུམ་ལས། དངོས་པོའི་ཆོས་ལ་བྲུབ་ཆེས་པ་བ་ལང་གི་མཚན་ཉིད་  
མགོ་ལྟན་བཀོད་པ་ལམ། དངོས་མེད་ཀྱི་ཆོས་ལ་བྲུབ་ཆེས་པ་རི་བོང་གི་རྒྱའི་མཚན་ཉིད་དུ་མེད་  
དགག་བཀོད་པ་ལམ། གཉིས་ཀའི་ཆོས་ལ་བྲུབ་ཆེས་པ་ཤེས་བྱའི་མཚན་ཉིད་དུ་ཐམས་ཅད་  
མཁྱེན་པའི་སྒྲོའི་ཡུལ་རུང་དུ་བཀོད་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །མི་སྤྱི་པའི་མཚན་ཉིད་ནི། མཚན་ཉིད་གང་

ཞིག་མཆོན་འདོད་ལ་མེ་སྟར་དགོད་བྱ་སྟར་མ་གྲུབ་པ་ལོ། །དེ་ལ་གཉིས་ཏེ། རང་སྟོག་མ་གྲུབ་ནས་  
 མི་སྲིད་པ་དང་། རང་སྟོག་གྲུབ་ཀྱང་མཆོན་འདོད་ལ་མི་སྲིད་པ་ལོ། །དང་པོ་ལ་རང་གཉིས་ལས།  
 དངོས་པོའི་རང་སྟོག་མ་གྲུབ་པ་ནི་རང་གཞན་གྱི་ཐ་སྙད་དང་། ཐ་སྙད་ཀྱིས་བྱང་པར་དུ་བྱས་པ་  
 མཆོན་ཉིད་དུ་བཀོད་པ་ལོ། །དེ་རེ་རེ་ལ་རང་གཉིས་གཉིས་ཏེ། རང་གི་ཐ་སྙད་མཆོན་ཉིད་དུ་  
 བཀོད་པ། དཔེར་ན་བ་ལང་གི་མཆོན་ཉིད་དུ་བ་ལང་བཀོད་པ་དང་། ཐ་སྙད་ཀྱིས་བྱང་པར་དུ་  
 བྱས་པ་བ་ལང་གི་མགོ་བོ་བཀོད་པ་སྟ་བུ་དང་། གཞན་གྱི་ཐ་སྙད་བཀོད་པ་བ་ལང་གི་མཆོན་ཉིད་  
 དུ་རྟེན་ཐ་སྙད་བཀོད་པ་དང་། ཐ་སྙད་ཀྱི་བྱང་པར་དུ་བྱས་པ་རྟེན་མགོ་བོ་བཀོད་པ་སྟ་བུ་ལོ། །ཕྱི་  
 མ་གཉིས་པོ་འདི་ཐ་སྙད་ཀྱི་རང་སྟོག་གི་ཆ་ནས་འཛིག་གི་རྟེན་མགོ་བོའི་བརྟེན་དོན་འཕྲོད་ན་ནི།  
 རང་སྟོག་

༡༥༥

གྲུབ་ཀྱང་མཚན་གཞི་ལ་མི་སྲིད་པར་འགྱུར་རོ། །ཁ་ཅིག་གཞན་གྱི་ཐ་སྙད་མཚན་ཉིད་དུ་བཀོད་  
ན་སྟོན་མེད་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེས་གསུང་བ་མི་འཐད་པར་བཤད་ཟིན་ཏེ། །གཉིས་པ་རང་སྟོག་གྲུབ་  
ཀྱང་མཚན་འདོད་ལ་མི་སྲིད་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། རོ་བོ་ཐ་དད་ནས་མི་སྲིད་པ་རང་སྟོག་ཐ་དད་མེད་  
ནས་མི་སྲིད་པ། རོན་སྟོག་ཐ་དད་མིན་ནས་མི་སྲིད་པ་ལོ། །དང་པོ་རོ་བོ་ཐ་དད་ནས་མི་སྲིད་པ་ནི་  
དངོས་པོའི་ཆོས་ལ་དཔེར་བརྗོད་ན་གཉིས་ཏེ། རྩ་ས་ཐ་དད་པ་རྟ་བ་ལང་དུ་མཚན་པ་ལ་སྟོག་  
ཤལ་བཀོད་པ་རྟ་བུ་ལོ། །སྟོག་པ་ཐ་དད་པ་བྱས་པའི་མཚན་ཉིད་སྐད་ཅིག་གཉིས་པར་མི་སྟོད་པ་  
བཀོད་པ་རྟ་བུ་ལོ། །འདི་མི་སྲིད་པར་རི་རྩུར་འགྱུར་ཞེ་ན། བྱས་པ་དང་མི་རྟག་པ་གཅིག་གི་དོན་  
སྟོག་རྟ་གཅིག་མི་སྲིད་པ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། དེ་ཕྱིར་བྱུང་པར་གང་ཞིག་ཆོས། །གང་གིས་



གོ་བར་གྱུར་པ་དེ། །དེ་ལས་གཞན་གྱིས་རྣམས་མ་ཡིན། །དེས་ན་ཐ་དད་རྣམས་པར་གནས། །ཞེས་བྱ་  
 བ་དང་། ཆ་ཤས་སྒྲོ་འདོགས་རི་སྟོང་པ། །དེ་བས་ལ་ཕྱིར་ན་དེས་པ་དང་། །སྒྲ་ཡང་དེ་སྟོང་ཁོ་ན་  
 དེས། །དེ་དག་སྟོང་ཡུལ་ཐ་དད་ཅན། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །དེས་ན་རྟ་ལ་སྟོག་ཤེས་མཆོན་  
 གཞི་ལ་མི་སྟོང་ལ་བྱས་པ་ལ་སྟོང་ཅིག་གཉིས་པར་མི་སྟོང་པ་མཆོན་བྱ་ལ་མི་སྟོང་པ་ཡིན་  
 མོ། །དངོས་མེད་གྱི་ཆོས་ལ་དོན་སྟོང་དངོས་མེད་དུ་མཆོན་པ་ལ་དབང་ཤེས་ལ་བྱུལ་པས་གཟུང་བ་  
 བཀོད་པ་རྟ་བུའོ། །གཉི་གའི་ཆོས་ལ་ཤེས་བྱ་མེད་དག་གུ་མཆོན་པ་ལ་སྟོང་ལྷ་མོ་དུ་བྱར་མི་རུང་  
 བ་བཀོད་པ་རྟ་བུའོ། །ཚུལ་གསུམ་གྱིས་སྟོང་པ་ལ་ཚུལ་གསུམ་བཀོད་པ་ནི་དེར་མི་འགྱུར་ཏེ། །བྱང་  
 པར་བཀག་སྟོག་ཉིད་ལ་ཚུལ་གསུམ་ཆང་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་རང་སྟོག་ཐ་དད་མེད་ནས་མི་  
 སྟོང་པ་ནི། གཞི་སྟོག་མཆོན་



༡༤

ཉིད་དུ་བཀོད་པ་སྟེ། དངོས་པོ་ལ་དཔེར་བརྗོད་ན། ལྷོག་ཤལ་བ་ལང་དུ་མཚོན་པ་ལ་ལྷོག་ཤལ་  
བཀོད་པ་སྟེ་བྱ་དང་། དངོས་མེད་ལ་རི་བོང་གི་རྩ་དངོས་མེད་དུ་མཚོན་པ་ལ་རི་བོང་གི་རྩ་ཉིད་  
བཀོད་པ་དང་། གཉིས་ཀའི་ཚས་ལ་ཤེས་བྱ་སྒྲིའི་ཡུལ་རུ་དུ་མཚོན་པ་ལ་ཤེས་བྱ་བཀོད་པ་སྟེ་  
བུའོ། །གསུམ་པ་དོན་ལྷོག་ཐ་དད་མེད་ནས་མི་སྤྱིད་པ་ནི། རང་གི་མཚོན་བྱ་གཞིར་བྱས་པ་ལ་  
མཚོན་ཉིད་བཀོད་པ་སྟེ། དེ་ལ་ལང་གཉིས་ལས། དངོས་པོ་ལ་དཔེར་བརྗོད་ན། བ་ལང་ཉིད་བ་  
ལང་དུ་མཚོན་པ་ལ་ལྷོག་ཤལ་བཀོད་པ་སྟེ་བྱ་དང་། དངོས་མེད་ལ་རྟགས་དངོས་སུ་མཚོན་པ་ལ་  
འཇིག་མེད་བཀོད་པ་སྟེ་བུའོ། །གཉིས་ཀའི་ཚས་ལ་ཤེས་བྱ་ཉིད་དང་ཤེས་བྱར་མཚོན་པ་ལ་སྒྲིའི་  
ཡུལ་རུ་བཀོད་པ་ནི་དེར་མི་འགྱུར་ཏེ། མཚོན་གཞི་དང་མཚོན་ཉིད་སྟོས་པས་དོན་ལྷོག་ཐ་དད་

ཕར་འགྱུར་རོ། །གསུམ་པ་རྩོད་པ་སྤང་བ་ནི། མཚན་གཞི་བཀོད་དང་མ་བཀོད་དང་། །མཚན་ཉིད་  
 མི་སྤྱོད་པ་ཡི་གཞིར། །མཚན་བྱ་ཁེགས་སམ་མི་ཁེགས་ཞེས། །རྩོད་པ་གཉིས་གྱིས་འདིར་མི་  
 གཞོད། །གལ་ཏེ་མཚན་ཉིད་གྱི་སྒྲིན་འདི་དག་མཚན་གཞི་བཀོད་པ་ལ་བརྩི་ན་བ་ལང་གི་མཚན་  
 ཉིད་ཅོག་སྒྲིག་ཤལ་ཁྲ་བོ་བཀོད་པ་འདི་མ་ཁྲུབ་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། དཀར་ཟལ་ལ་བཀོད་ན་སྒྲིན་  
 མེད་དུ་འགྱུར་ཞིང་ནག་སྒྲུར་ལ་བཀོད་ན་མི་སྤྱོད་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་མ་བཀོད་པ་  
 ལ་བརྩི་ན་མཚན་གཞིའི་སྒྲིན་ཐམས་ཅད་མི་འཐད་པར་འགྱུར་ཏེ། སྒྲིག་ཆགས་ཅམ་བ་ལང་དུ་  
 མཚན་པ་དང་རྟ་བ་ལང་དུ་མཚན་པའི་མཚན་ཉིད་ཅོག་སྒྲིག་ཤལ་བཀོད་པ་འདྲ་སྒྲིན་མེད་ཁོ་ན་  
 ཡིན་ཅོ་ཞེ་ན། སྒྲིན་ཐམས་ཅད་བཀོད་པ་ལ་བརྩི་ལོ། །ཁོ་ན་བ་ལང་གི་མཚན་ཉིད་སྒྲིག་ཤལ་ཁྲ་བོ་

༡༥

བཀོད་ན་མ་བྱུང་པར་མི་ལྟུང་རོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ་དཀར་ཟལ་མཚན་གཞིར་འཛིག་ལ་འོན་ཀྱང་  
དཀར་ཟལ་ལ་བ་ལང་བྱ་བོའི་ཐ་སྙད་དུ་མཚན་ན་བདེན་ཡང་བ་ལང་ཅམ་དུ་མཚན་པའི་ཆེ་མ་  
བྱུང་པ་ཡིན་ནོ། །ཡང་མ་བཀོད་ཀྱང་བ་ལང་གི་མཚན་ཉིད་ཅོག་སྒྲིག་ཤལ་སྒྲིན་མེད་མ་ཡིན་ནམ་  
ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ་དུ་བ་མེའི་འབྲས་བུ་ཡིན་ཡང་ཚུད་གཞི་ལས་གཞན་དུ་བཀོད་ན་གོ་བྱེད་ཀྱི་  
རྟགས་སུ་མི་རུང་བ་ལྟར་བ་ལང་གི་མཚན་ཉིད་ཅོག་སྒྲིག་ཤལ་ཡིན་ཡང་མཚན་གཞི་གཞན་རྟ་ལ་  
སོགས་པ་ལ་བཀོད་ན་མཚན་མི་རྣམས་པས་སྒྲིན་ཅན་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་དང་པོ་ནས་བ་ལང་གི་  
མཚན་ཉིད་སྒྲིག་ཤལ་ཡིན་ནམ་ཞེས་འདྲི་ན། མཚན་ཉིད་ཡིན་མོད་ཀྱི་མཚན་བྱེད་དུ་འགོ་མི་འགོ་  
མཚན་གཞི་ལ་རག་ཅེས་བརྗོད་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན་དུ་བ་མེའི་འབྲས་བུ་ཡིན་ཡང་འབྲས་རྟགས་

སུ་འགོ་མི་འགོ་འགོད་ཚུལ་ལ་རག་པ་བཞིན་ནོ། །གཉིས་པ་ནི་མཚན་གཞི་ལ་བརྩིན་མཚན་ཉིད་  
 མི་སྲིད་པའི་གཞི་ལ་མཚོན་བྱ་མི་ཁེགས་ན་མཚོན་བྱ་ལ་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་མ་བྱུང་པར་འགྱུར་ལ།  
 ཁེགས་ན་རྟོག་ཤལ་གཞིར་བྱས་པ་ལ་རྟོག་ཤལ་རྟོག་པ་ཐ་དད་མེད་ནས་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་  
 མཚོན་བྱ་བ་ལང་གི་ཐ་སྟངས་ཀྱང་ཁེགས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། རྟོག་ཤལ་རང་མི་སྲིད་པར་མ་གྱུབ་  
 ལ་གཞན་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་ཐ་སྟངས་གཞན་མི་སྲིད་པར་ཐལ་བར་འདོད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་  
 བྱུང་བའི་ཁེགས་པས་བྱུང་བྱ་མི་ཁེགས་ན་བྱུང་བྱ་ལ་བྱུང་བའི་ཀྱིས་མ་བྱུང་པར་ཐལ་  
 ལ། །ཁེགས་ན་སྐྱ་ལ་བྱུང་བའི་ཁེགས་པའི་ཕྱིར་མཉན་བྱུང་བའི་ཁེགས་པར་ཐལ་ལོ་ཞེས་བྱ་བ་  
 ལ་འང་མཚུངས་ཏེ། སྐྱ་ལ་སྐྱ་ཡིན་པ་མི་ཁེགས་ན་སྐྱ་གཞན་བྱུང་བའི་ཁེགས་པས་གཞན་དེའི་  
 མཉན་བྱུང་བའི་ཁེགས་སོ། །

༡༥༩

གཉིས་པ་མཚོན་བྱ་ལ་འང་གསུམ་ལས་དང་པོ་གཞན་ལྷགས་དགག་ན། ཁ་ཅིག་མཚན་མཚོན་  
རྫས་གཅིག་ཟེར། །ཐ་སྙད་མཚོན་བྱ་མཚན་གཞིར་འདོད། །ཐ་སྙད་བསྐྱབ་པ་རང་བཞིན་གྱི་  
རྟགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མཚན་མཚོན་དོན་ཉིད་ལ་རྫས་གཅིག་གོ་ཞེས་གསུང་དོ། །འདི་མི་འབད་དེ།  
མཚོན་བྱ་མིང་གིས་བྱད་པར་དུ། །བྱས་ཕྱིར་མཚན་ཉིད་མཐོང་བ་ཡི། །དབང་ཤེས་རྟོགས་བཅས་  
ཉིད་འགྱུར་ཞིང་། །དོན་བསྐྱབ་རྫས་ཡོད་དག་ཏུ་འང་འགྱུར། །མཚོན་བྱ་བ་ལང་གི་ཐ་སྙད་མིང་  
གིས་བྱད་པར་དུ་མ་བྱས་ན་མཚོན་བྱར་མི་རུང་ལ། །བྱས་ན་མཚོན་བྱ་དང་རྫས་གཅིག་པས་མིང་  
དང་ཡང་རྫས་གཅིག་པར་འགྱུར་ཞིང་། །འདོད་ན་རྫས་གཅིག་ལ་སྒྲུང་མི་སྒྲུང་ཆ་གཉིས་མེད་པས་  
མཚན་ཉིད་སྒྲུང་བ་ན་མི་སྒྲུང་བའི་ཕྱིར་དབང་ཤེས་རྟོག་བཅས་སུ་འགྱུར་རོ། །རྟོག་བྲལ་ཡིན་པས་

མིང་མི་འཛིན་ན་མཆོན་ཉིད་བཟུང་མཆོན་བྱ་མ་བཟུང་བས་དེ་གཉིས་རྩ་ས་གཅིག་པ་ཉམས།  
 རྩ་ས་གཅིག་ན་དོན་བསྐྱབ་ཏུ་འགྱུར་གྱི་ཐ་སྙད་བསྐྱབ་ཏུ་འང་མི་འཐད་དེ། བྱས་པས་མི་རྟག་པ་  
 བསྐྱབ་པ་བཞིན་ནོ། །ཡང་བཏགས་ཡོད་དུ་མི་འགྱུར་ཏེ་རྩ་ས་ཡོད་དང་རྩ་ས་གཅིག་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །བརྟུ་ལས་འཇུག་པ་ཐ་སྙད་དུ། །གསུངས་ཕྱིར་མཆོན་བྱའི་མཆོན་གཞི་མིན། །ཡང་འགའ་  
 ཞིག་ཐ་སྙད་གྱི་མཆོན་ཉིད་དོན་ལྡན་ལ་སྐྱོ་མ་འབྱུང་བས་ཞེན་རྟུང་ཡིན་ལ། དེ་མཆོན་བྱའི་  
 མཆོན་གཞིའི་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུང་བ་ནི་གཞུང་གི་དགོངས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། བརྟུ་འི་དུས་སུ་མཆོན་  
 ཉིད་རྒྱ་མཆོན་དུ་བྱས་ནས་བཏགས་པ་དེ་ཕྱིས་ཐ་སྙད་གྱིས་དུས་སུ་མཆོན་ཉིད་མཐོང་བས་དྲན་  
 པའམ་དྲན་པར་བྱས་ནས་གཞོད་ཐ་སྙད་ལ་འཇུག་པར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །



ཀྱུ་ལྟོ

ནམ་འགྲེལ་ལས། གྲགས་པ་བརྟེན་ཡི་རྗེས་འགྲོ་བ། །དེ་ཡང་བརྟེན་འདོད་རྗེས་འགྲོ་ཅན། །ཐ་སྙད་  
དོན་དུ་བྱས་པ་སྟེ། །སྒྲིབ་སྒྲིབ་མིང་དང་སྒྲ་ཆ་བཞིན། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །གཉིས་པ་རང་གི་  
ལྷགས་ནི། །རྒྱ་མཚན་ཅན་གྱི་སྒྲ་ཤེས་ནི། །མཚན་བྱ་ཉིད་ཡིན་དེ་ཡི་གཞི། །རྒྱ་མཚན་ཉིད་ལས་  
བརྟེན་སྒྲིབ་བཅོ། །མཚན་བྱ་ཉིད་མཚན་ཉིད་ནི་སྒྲིབ་དཔོན་གྱིས། །རྒྱ་མཚན་ཅན་གྱི་སྒྲ་ཤེས་  
སྒྲིབ། །ཅེས་གསུངས་པས། །རྒྱ་མཚན་ཅན་གྱི་སྒྲ་སྒྲོ་གྲུབ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཉིད་དོ། །དེའི་མཚན་གཞི་  
ནི་དོན་སྒྲིབ་ལ་བརྟེན་སྒྲིབ་བཅོ། །དེ་ལྟར་ཉོགས་ནས་སྒྲོ་གསུམ་ནི། །འཇུག་པ་དེ་ཡི་ཐ་སྙད་  
ཡིན། །ཐ་སྙད་ནམ་པ་གསུམ་སྟེ། །ལུས་ཀྱི་ཐ་སྙད་བ་ལང་བྲང་དོར་ལ་འཇུག་པ། དག་གི་ཐ་སྙད་  
ཡིན་པ་དང་མ་ཡིན་པ་བརྟེན་པ། ཡིད་ཀྱི་ཐ་སྙད་ཡོད་མེད་དཔྱད་པ་ལ་སོགས་པའོ། །དེ་ལྟ་བུའི་



འཇིག་རྟེན་གྱི་བྱ་བ་བསྐྱབ་པ་ནི། ཐ་སྙད་བསྐྱབ་ཡིན་མོ། འདོན་ལ་སྟོས་པའི་མིང་ཡིན་  
 པས། བཏགས་ཡོད་ཉིད་ཡིན་དངོས་པོ་ལ། མ་གྲུབ་ཕྱིར་ན་སྟོ་བཏགས་ཡིན། འདེས་ན་སྟོ་རང་གི་  
 མཆོན་ཉིད་དང་། སྟོ་སྟོ་ཅམ་དང་། མིང་དངོས་སུ་བཏགས་པ་ཅམ་མཆོན་བྱ་མ་ཡིན་ཏེ། སྟོས་བྱིན་  
 ལ་སོགས་པ་མིང་གི་སྟོ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་མཆོན་བྱར་ཐལ་བའི་ཕྱིར་དང་། བཏགས་སུ་རུང་བ་ཅམ་  
 ཡང་མ་ཡིན་ཏེ་དེ་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། འདེས་ན་རིགས་གྱི་སྟོ་མཆོན་ཉིད་ལ་  
 སྟོས་པ་རྒྱ་མཆོན་ཅན་གྱི་མིང་གི་སྟོ་དེ་མཆོན་བྱ་ཡིན་མོ། འབྲོས་ཞེན་རུང་གི་ཆོས་དེ་སྟོ་ཡུལ་དུ་  
 འགོ་བ་མཆོན་ཉིད་ལ་སྟོས་པས་བཏགས་ཡོད་ཡིན་ལ། དོན་ལ་མ་གྲུབ་པས་སྟོ་འི་ཆོས་སྟོ་བཏགས་  
 པ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་ངེས་ལས། ཡུལ་གྲུབ་པས་ཡུལ་ཅན་ཤེས་པ་དང་སྟོ་དང་། ཐ་

ཀྱུ་ལྟོ

སྒྲིབ་དག་རྟོགས་པ་ལམ། སྒྲིབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། ཡུལ་རབ་རྒྱ་བསྟན་པས་བརྟུང་ལ་འཇུག་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །གསུམ་པ་ཚུད་པ་སྤང་བ་ནི། མཚན་མཚོན་རྫས་གཅིག་མ་ཡིན་  
ན། །རང་བཞིན་རྟགས་སྤྱི་མི་འབད་ལོ། །མཚན་ཉིད་དངོས་པོ་དང་མཚོན་བྱ་སྒྲོ་བརྟགས་ཕན་  
ཚུན་སྤངས་པ་གཉིས་རྫས་མི་གཅིག་པས་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་སྤྱི་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། སྒྲ་ཡི་དོན་ལ་  
གཅིག་ཉིད་དུ། །འབྲུལ་པས་ཐ་སྒྲིབ་སྒྲུབ་བ་ནི། །འཇིག་རྟོན་དོན་ལ་མི་བསྐྱུ་འི་ཕྱིར། །གྲགས་པའི་  
རྫས་དཔག་ག་ལ་འགལ། །མཚན་ཉིད་ཅོག་སྒྲོག་ཤལ་གྱི་རྣམ་པ་དང་བ་ལང་གི་མཚོན་བྱ་གཉིས་  
རྟོག་པ་འབྲུལ་པས་གཅིག་རྒྱ་བཟུང་བ་དེ་དང་། གཞན་སེལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་སྒྲོ་ནས་སྒྲོག་པ་  
སོ་སོར་བྱེ་བྱེ་དོ་བོ་གཅིག་རྒྱ་སྒྲིབ་པ་ལ་ཐ་སྒྲིབ་བསྐྱུ་བྱེ་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་སྤྱིར་བས་ཀྱན་རྒྱ་

ཐ་སྐྱོད་པའི་ཚད་མ་ལ་མི་བསྐྱུ་བ་འགྲུབ་པོ། །གསུམ་པ་མཚན་གཞི་འདྲ། མཚན་ཉིད་རྟེན་པ་  
 མཚན་གཞི་ཡིན། །མཚན་ཉིད་པ་དང་བཏགས་པ་གཉིས། །མཚན་གཞིའི་མཚན་ཉིད་ནི། །མཚན་  
 ཉིད་ཀྱི་རྟེན་བྱེད་པ་ལོ། །མཚན་ཉིད་བརྟེན་པར་གྲུབ་པ་ཉིད་ཀྱིས་མཚན་བྱ་དེས་འཛིག་པ་ཡིན་  
 མོ། །དབྱེ་ན་གཉིས་ཏེ། མཚན་གཞི་མཚན་ཉིད་པ་བ་ལང་གི་མཚན་གཞི་དཀར་ཟལ་ལྟ་བུ་དང་།  
 བཏགས་པ་སྒྱུ་ན་ཡོན་བརྩི་བའི་གཞིར་གྱུར་བ་ལང་གི་མཚན་གཞི་རྟ་རྟ་བུ་ལོ། །གསུམ་པ་ཆོས་  
 གསུམ་སོ་སོའི་རྣམ་གཞག་ལ་གསུམ་སྟེ། རང་སྟོན་ངོས་བཟུང་བ། ཇི་སྟར་འབྲེལ་པའི་ཚུལ།  
 མཚན་ཉིད་དང་འབྲེལ་ནས་སོ་སོར་མཚན་པའི་རྣམ་གཞག་གོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས། གཞན་  
 ལྷགས་དགག་ན། འགའ་ཞིག་ཆོས་གསུམ་

ཀྱུ་ལྟོ

རང་ལྟོག་ནི། །རང་གི་རྣམ་པ་འཆར་རུ་བྱེད། །སྒྲུབ་བའི་བསྐྱབ་པ་དང་སེལ་བའི་བསྐྱབ་པ་མི་  
ཕྱེད་པའི་བོད་ཁ་ཅིག་ཆོས་གསུམ་གྱི་རང་ལྟོག་བསྐྱབ་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། རང་གི་རྣམ་པ་རང་དབང་  
དུ་འཆར་བས་ངེས་སུ་རུབ་བའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱེད་ཅོ། །དེ་ལྟ་ཡིན་ན་ཆོས་གསུམ་པོ། །རྟོག་མེད་ཡུལ་  
དུ་ཐལ་བར་འགྱུར། །མཆན་མཆོན་གཞི་གསུམ་པོ་རང་གི་རྣམ་པ་རང་དབང་དུ་འཆར་བའི་ཕྱིར།  
གཞན་སེལ་ལ་མི་རྟོས་པར་འགྱུར་ལ། །འདོད་ན་སྒྲུབ་དང་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་གཞན་སེལ་  
དུ་གསུངས་པ་དང་འགལ་ལོ། །གཉིས་པ་རང་གི་འདོད་པ་ནི། དེས་ན་སྒྲུབ་བའི་ལྟོག་པ་ནི། །ཆོས་  
གསུམ་ཉིད་མིན་སེལ་བ་ཡི། །ཆོས་གསུམ་གྱི་ནི་རང་ལྟོག་ལ། །བསྐྱབ་དང་དགག་པ་གཉི་ག་  
ཡོད། །བ་ལང་གི་རང་མཆན་སྒྲུབ་བ་རྟོག་མེད་གྱི་ཡུལ་ཡིན་པས། མཆན་མཆོན་གྱི་ཐ་སྙད་མི་

འཐད་དོ། །ཆོས་གསུམ་ཀའང་གཞན་སེལ་གྱི་ཆ་ནས་དངོས་པོའི་ཆ་བསྐྱབ་ན་མ་ཡིན་དགག་དང་།  
 དངོས་མེད་གྱི་ཆ་བསྐྱབ་ན་མེད་དགག་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་རི་རྟུར་འབྲེལ་པའི་ཚུལ་ལ་གཉིས་  
 ལས་འབྲེལ་ཚུལ་དངོས་ནི། མཚན་མཚོན་རང་བཞིན་འབྲེལ་པ་ཡིན། །མཚན་གཞི་པལ་ཆར་  
 གནས་སྐབས་འབྲེལ། །མཚན་ཉིད་དང་མཚོན་བྱ་རང་བཞིན་འབྲེལ་ཞིང་དེ་གཉིས་དང་མཚན་  
 གཞི་གནས་སྐབས་འབྲེལ་ལ། རང་བཞིན་འབྲེལ་པའང་ཡོད་དེ་དངོས་པོ་མི་རྟག་པར་མཚོན་པ་  
 ལ་དུས་གཉིས་པར་མི་སྟོད་པར་བཀོད་པ་རྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་འབྲེལ་པ་ངེས་པར་བྱེད་པའི་ཚད་  
 མ་ནི། འབྲུལ་པས་གཅིག་རྒྱ་འཛིན་པ་ཉིད། །སྟོང་བས་མཚན་མཚོན་འབྲེལ་པ་འབྱུབ། །མཚན་  
 ཉིད་གྱི་དོན་སྟེ་དང་མཚོན་བྱའི་སྒྲ་སྟེ་གཉིས་གཅིག་རྒྱ་བརྒྱ་

ཀྱུ་ལྟོ

ཆད་བྱས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་རྟོག་པ་དོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་ལྷུལ་ཏེ་གཅིག་ཏུ་བཟུང་བ་ཉིད་སྟོང་བའི་  
རང་རིག་གིས་འགྲུབ་པོ། །མཚན་གཞི་དང་ནི་མཚོན་བྱ་ཡི། །འབྲེལ་པ་མཁས་པས་མཐོང་བས་  
བྲན། །སྟོངས་པ་ལ་ནི་བརྟུན་པའི། །ཐ་སྙད་བསྐྱབ་ཀྱི་རྗེས་དཔག་དགོས། །མཚན་གཞི་དང་  
མཚོན་བྱའི་འབྲེལ་པ་ནི་མཁས་པ་ལ་མཚན་ཉིད་དམ་མདོན་སྲུང་གིས་གྲུབ་པ་ན་བརྟུན་པས་  
འགྲུབ་སྟེ། རྣམ་འབྲེལ་ལས། སྟོ་གོས་ཆེན་པོས་མཐོང་ཉིད་ལས། །རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ངེས་པར་  
བྱེད། །ཅེས་གསུངས་པས་སོ། །སྟོངས་པ་ལ་སྟོན་དཔེ་ལ་འབྲེལ་པ་བྲན་པའི་རྟགས་ཀྱིས་ངེས་ཏེ།  
སྟོགས་སྒྲུང་གིས། ཡུལ་ཡོད་ན་ཡང་སྟོངས་པས་འདིར། །གཞན་དག་རྗེས་སུ་མི་བརྗོད་པ། །གྲུབ་པ་  
དང་ནི་ཆོས་མཐུན་ལས། །བརྟུན་བྱེད་པ་འབའ་ཞིག་གོ། །ཞེས་གསུངས་པ་སྟར་རོ། །གསུམ་པ་



མཚན་ཉིད་དང་འབྲེལ་ནས་སོ་སོར་མཚན་པའི་རྣམ་གཞག་ལ་གཉིས་ཏེ། རི་ལྟར་མཚན་པའི་  
 ཚུལ་དང་། སུན་ཚུན་ངེས་པའི་རྣམ་གཞག་གོ། དང་པོ་ལ་འང་གཉིས་ལས་ཐོག་མར་སྦྱར་བའི་དབྱེ་  
 བ་ནི། གསུམ་པ་དེ་ལ་སྦྱི་དང་ནི། སྦྱར་བ་འདིར་རྟོགས་གཉིས་གཉིས་དུག། སྦྱིའི་མཚན་ཉིད་དང་  
 སྦྱར་བ་འདིར་རྟོགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་གཉིས་དང་། བ་ལང་གི་ཐ་སྙད་དང་དཀར་ཟལ་གཉིས་  
 ལ་འང་དེ་བཞིན་དུ་གཉིས་གཉིས་ཏེ་དུག་པོ་དེ་ཡང་དག་གོ། བསྐྱེད་ལ་འང་དུག་ལས་མཚན་ཉིད་  
 དང་། མཚན་གཞིའི་ཆ་གཉིས་སྦྱོན་མེད་སྤིད། བ་ལང་གི་མཚན་བྱ་དང་དཀར་ཟལ་གཉིས་མཚན་  
 གཞིར་བཞག་ནས་སྦྱིའི་མཚན་ཉིད་མ་ཡིན་པར་མཚན་པ་དང་། བྱེ་བྲག་སྦྱར་བ་འདིར་རྟོགས་ཀྱི་  
 མཚན་ཉིད་མ་ཡིན་པར་མཚན་པ་གཉིས་དང་།

༩༧༥

དེ་བཞིན་དུ་གཞན་གཉིས་པོ་ལ་འང་གཉིས་གཉིས་ཏེ་དུག་ལ་བཞི་ཡང་དག་ཡིན་ཅིང་གཉིས་པོ་དེ་  
མ་ཡིན་ཏེ། དཀར་ཟལ་མཚན་ཉིད་ཅམ་མ་ཡིན་པར་མཚོན་པ་ལ་བྱུལ་པའི་སྐབས་སྲིད་ལ། གོང་  
བུ་འདིའི་ཁ་དོག་ཚས་ཅན་ཁྱ་བོའི་ཐ་སྙད་དུ་བྱར་རུ་སྟེ་དཀར་ཟལ་དུ་སྒྲུབ་པའི་ཕྱིར་ཞེས་  
བཀོད་ན་ཡང་དག་སྲིད་ཅིང་ཡང་སྒྲོག་ཤལ་དང་བ་ལང་གི་ཐ་སྙད་གཉིས་མཚན་གཞི་མ་ཡིན་  
པར་མཚོན་མི་རྒྱས་ཏེ་སྐབས་ཀྱིས་མཚན་གཞིར་མི་རུང་བ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་དེ་ལ་  
ཚྱོད་པ་སྤང་བ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་རང་སྒྲོག་ཡིན་པར་མཚོན་ཆུལ་ལ་ཚྱོད་པ་སྤང་བ་ནི། སྦྱོར་  
བ་འདིར་རྟོགས་མཚན་ཉིད་དེ། །གཞི་མཚོན་གཉིས་ལ་ཁེགས་ན་ནི། །མཚན་གཞི་སྒྲོག་ཤལ་  
ཁེགས་པར་འགྱུར། །མ་ཁེགས་ན་ནི་བྱལ་ཆེས་ཟེར། །རྟོག་སྒྲོག་ཤལ་མཚན་གཞིར་བཞག་ནས་

སྐྱུར་བ་འདིར་རྟོགས་གྱི་མཚན་ཉིད་དུ་མཚན་པ་ལ་སྐྱུར་བ་འདིར་རྟོགས་གྱི་དངོས་འགལ་  
 གཙོད་པའི་དོན་ལྡན་གྱུ་བ་པ་བཞོད་པའི་ཆོ། མཚན་ཉིད་དེ་དཀར་ཟེལ་དང་བ་ལང་གི་ཐ་སྙད་  
 གཉིས་ལ་མ་ཁེགས་ན་བྱུང་ཆེས་པར་འགྱུར་ལ་ཁེགས་ན་དེའི་མཚན་གཞི་ལྡན་ཤལ་ཡང་ཁེགས་  
 པར་ཐལ་ལོ། །གལ་ཏེ་མཚན་ཉིད་ཁེགས་ཀྱང་མཚན་གཞི་མ་ཁེགས་ན་མཚན་གཞི་ལ་མཚན་  
 ཉིད་གྱིས་མ་བྱུང་པར་ཐལ་ལོ་ཞེ་ན། དོན་ལྡན་ལ་བྱུང་རང་ལྡན་ལ། །མ་བྱུང་པས་ན་ཉིས་པ་  
 མེད། །དོན་ལྡན་ལ་བྱུང་སྟེ་དོན་ལྡན་གཅིག་ཡིན་པའི་བྱུང་རྟེན། །དེས་ན་མཚན་གཞི་ལ་མ་བྱུང་  
 པའི་སྐྱེན་ལས་གྲོལ་ལོ། །རང་ལྡན་ལ་མ་བྱུང་སྟེ་རང་ལྡན་ཐ་དད་པའི་བྱུང་རྟེན། །དེས་ན་བྱུང་ཆེས་  
 པའི་ཉིས་པ་ལས་གྲོལ་ལོ། །གཉིས་པ་གཞན་ལྡན་མིན་པར་མཚན་ཚུལ་ལ་ཚུངས་པ་སྤང་བ་ལ་  
 གསུམ་སྟེ། མཚན་བྱུ་

༧༥

འགལ་དང་ཐ་སྙད་ཁེགས། །དངོས་འགལ་གཞི་མཚན་ཚུད་པ་མེད། །དང་པོ་མཚན་བྱ་ལ་  
བརྟགས་ན་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་ནི། མཚན་བྱ་མ་ཡིན་པའི་ཐ་སྙད་མཚན་བྱ་ཡིན་ན་མཚན་བྱའི་  
མཚན་ཉིད་བཀག་པས་མཚན་པ་འགལ་ཏེ། རྟོག་སྒྲིག་ཤལ་བཀག་པས་བ་ལང་དུ་མཚན་པ་  
བཞིན་ནོ། །མ་ཡིན་ན་རྣམ་འཛིག་གི་རྒྱ་ལ་མི་སྟོས་པར་འགྱུར་རོ། །འདོད་ན་མཚན་བྱའི་མཚན་  
ཉིད་བཀག་པ་ལ་འང་མི་སྟོས་པར་འགྱུར་ལ། དེ་སྟ་ན་རྒྱ་མཚན་མེད་པར་ཐ་སྙད་ངེས་པ་མི་རུང་  
བས་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ཡོད་མེད་མི་ངེས་པར་ཐལ་ལོ་ཞེ་ན། སྟོན་མེད་དེ། མཚན་བྱ་མ་ཡིན་པའི་  
ཐ་སྙད་མཚན་བྱའི་མཚན་གཞི་ཡིན་ལ། རང་སྟོག་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ཡོད་སྟོག་ཚས་ཅན་  
བསྐྱབ་བྱ་མ་ཡིན་ཏེ་གྲུབ་བསལ་མེད་ལ་དཔག་འདོད་དང་མི་ལྟན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བཀོད་པ་ན་

བསྐྱབ་བྱ་མ་ཡིན་པའི་ཐ་སྙད་བསྐྱབ་བྱའི་མཚན་གཞི་ཡིན་པས་རྟགས་ལ་རྟོས་ལ། བསྐྱབ་བྱའི་  
 རང་ལྟོག་མ་ཡིན་པས་མཚན་ཉིད་བཀག་པས་བསྐྱབ་པ་མི་འགལ་བ་བཞིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་  
 མཚན་བྱ་མ་ཡིན་པའི་ཐ་སྙད་ལ་མཚན་བྱའི་མཚན་ཉིད་ཁེགས་མ་ཁེགས་བརྟགས་པའི་ཚུངས་སྤང་  
 ཡང་དེ་དང་འདྲ་སྟེ། མཚན་བྱ་མ་ཡིན་པའི་ཐ་སྙད་ཀྱི་རང་ལྟོག་ལ་མཚན་བྱའི་མཚན་ཉིད་མ་  
 ཁེགས་པས་མཚན་གཞིར་ཡང་འབྲང་ལ་དེ་རྟོན་པའི་གཞི་ལྟོག་དཀར་ཟལ་དང་མོག་ལྟོག་ཤལ་  
 ཁེགས་པས་དེ་དག་མཚན་བྱ་མ་ཡིན་པའི་ཐ་སྙད་དུ་མཚན་པ་མི་འགལ་ལོ། །གཉིས་པ་ཐ་སྙད་  
 ཐམས་ཅད་ཁེགས་པར་ཐལ་བ་སྤང་བ་ནི། མོག་ལྟོག་ཤལ་ལ་སྤྱིར་རྒྱ་མཚན་ཅན་གྱི་སྒྲ་སྒྲོས་གྲུབ་  
 པ་ཁེགས་ན་མཚན་ཉིད་ཀྱི་རང་ལྟོག་ལ་རྒྱ་མཚན་ཅན་གྱི་སྒྲ་སྒྲོས་གྲུབ་པ་དང་། མཚན་བྱའི་

༧༥༥

མཚན་ཉིད་བཀག་པའི་རང་ལྡན་ལ་མཚན་བྱའི་སྒྲ་སྟོང་ཁོ་ཁོས་པས་མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཐ་སྙད་དང་  
མཚན་བྱ་མ་ཡིན་པའི་ཐ་སྙད་ཐམས་ཅད་རྒྱན་ཆད་པར་འགྱུར་ལ། མ་ཁོ་ཁོས་མཚན་བྱའི་  
མཚན་ཉིད་བྱུང་ཆེས་པར་ཐལ་ཏེ་དེ་ཉིད་མཚན་བྱའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རེ་ཞེ་ན། མོག་  
སྟོག་ཤལ་གྱི་དོན་ལྡན་ལ་མཚན་བྱའི་མཚན་ཉིད་མ་ཁོ་ཁོས་པས་ཐ་སྙད་རྒྱན་ཆད་པ་མེད་ལ།  
རང་ལྡན་ལ་ཁོ་ཁོས་པས་བྱུང་ཆེས་པ་མེད་དོ། །འདི་ལྟ་བུའི་བཀལ་བརྟག་གི་ལན་ཐམས་ཅད་  
འདི་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ་དངོས་འགལ་གཞི་མཚན་དུ་ཐལ་བ་སྤང་བ་ནི། མཚན་བྱ་མ་ཡིན་  
པའི་ཐ་སྙད་མཚན་བྱའི་མཚན་གཞི་ཡིན་ན་དངོས་མེད་ཀྱི་ཐ་སྙད་ཀྱང་དངོས་པོའི་མཚན་གཞིར་  
རུང་ངོ་ཞེ་ན། འདིའི་ལན་ལ་ཁ་ཅིག་དེ་ལྟར་ན་དངོས་མེད་ཀྱི་ཐ་སྙད་ལ་དོན་བྱེད་ལྷན་པ་ཏེན་



ཕར་ཐལ་ལོ། །མཚན་བྱ་མ་ཡིན་པའི་ཐ་སྙད་ལ་མཚན་བྱའི་མཚན་ཉིད་རྟེན་ཕར་ཐལ་ལོ་ཞེ་ན།  
 འདོད་པ་ཡིན་ནོ། །སྤྱི་མ་ཡང་འདོད་ན་དོན་བྱེད་ནུས་མི་ནུས་རྫས་འགལ་བ་མ་ཡིན་ཕར་ཐལ་རྟེ་  
 གཉིས་ཀ་དངོས་མེད་ཀྱི་ཐ་སྙད་ལ་འདྲ་བའི་ཕྱིར་རོ། །འདིར་རྫས་འགལ་བ་མ་ཡིན་པ་འདོད་ལ་  
 ལྟོག་པ་འགལ་པ་མ་ཡིན་པའི་གཏན་ཆོག་མ་གྲུབ་པོ་ཞེས་གསུང་ངོ། །འདི་མི་འཐད་དེ། དོན་  
 ལྟོག་ལ་སྤྱོད་མ་འབྲུལ་པས་ཞེན་རྟུང་དེ་ཐ་སྙད་དུ་མི་འཐད་ཕར་སྤར་བ་ཤད་ཟེན་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །དེས་ན་མཚན་བྱ་རྒྱ་མཚན་ཅན་གྱི་སྤྱོད་ཡིན་པས་སྤྱོད་ཆོས་དངོས་པོ་ཉིད་ཡིན་ལ། འོན་ཀྱང་  
 དོན་ལ་དེ་ལྟར་བཏགས་པའི་ཆ་ནས་གྲོ་བཏགས་པ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་དངོས་པོ་དངོས་མེད་གཉིས་  
 རྫས་འགལ་བ་མ་ཡིན་ཕར་ཐལ་རྟེ། གཉིས་ཀ་དངོས་མེད་ཀྱི་ཐ་སྙད་དུ་འདྲས་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན།  
 གཏན་ཆོག་མ་གྲུབ་ཏེ་དངོས་

༡༧

པོ་མ་འདུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོ་ན་དོན་དང་ཐ་སྙད་རྣམས་མི་གཅིག་པར་ཐལ་ལོ་ཞེ་ན། འདོད་པ་  
ཡིན་ཏེ་དོན་སྟོན་དང་སྒྲ་སྟོ་གཉིས་ཏྟག་པ་འབྲུལ་པས་གཅིག་ཏུ་བབྱུང་བ་མ་གཏོགས་པ་རྣམས་  
གཅིག་པ་མེད་དོ་ཞེས་བཤད་ཟིན་ཏོ། །གསུམ་པ་འགལ་མཚུངས་ཀྱི་སྒྱུར་བ་དཔེར་བརྗོད་པ་ནི།  
དེས་ན་ལ་ལར་འགལ་བ་དང་། །མཚུངས་པར་མདོན་པའི་སྒྱུར་བ་སྟེ། །གཞི་ཐ་དད་ལ་སྟོས་  
ནས་འགལ་བ་དང་མཚུངས་པ་མེད་ཀྱང་སྟོན་པའི་སྟོ་ནས་མཚུངས་པར་མདོན་པ་དང་འགལ་  
བར་མདོན་པ་གཉིས་སོ། །དང་པོ་ཤེས་བྱའི་སྟོན་པ་ཤེས་བྱར་མཆོན་པ་ལ་སྟོ་འི་ཡུལ་རུང་བཀོད་  
པའམ། འགལ་བར་མདོན་པ་ཚུལ་གསུམ་མ་ཆང་བ་མཆོན་གཞི་གཏན་ཆོགས་ཀྱི་ཐ་སྙད་དུ་བྱང་  
རུང་སྟེ། ཚུལ་གསུམ་ཆང་བ་བཀོད་པ་ཏྟ་བུ་སྟེ། དཔེར་ན་སྒྲ་ཏྟག་པར་བསྐྱབ་པ་ལ་བྱས་པ་བཀོད་

པ་ན། བྱས་པ་ཆོས་ཅན། སྒྲ་རྟག་པར་བསྐྱབ་པ་ལ་སྟོས་ནས་གང་ན་ཆོག་ས་སྟར་སྒྲ་ཡིན་ཏེ་  
 རྟག་ས་སྟར་བཀོད་པ་ལ་ཚུལ་གསུམ་མ་ཆང་བའི་ཕྱིར་ཞེས་བཀོད་ན། ཚུལ་གསུམ་མ་ཆང་བ་འདི་  
 ཡང་དག་གི་རྟག་ས་ཡིན་པས་དེས་མཆན་གཞིར་བཞག་སྟེ་རྟག་ས་སྟར་མཆོན་པ་ལ་ཚུལ་གསུམ་  
 ཆང་བ་བཀོད་པ་ཡིན་ནོ། །ཁ་ཅིག་གཞི་མཆན་མཚུངས་པར་མངོན་པར་དཔེར་ན་ཚུལ་གསུམ།  
 མཆན་གཞིར་བཞག་ནས་གང་ན་ཆོག་ས་སྟར་མཆོན་པ་ལ་ཚུལ་གསུམ་ཉིད་བཀོད་པ་སྟེ་བྱ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་གསུང་བ་མི་འཐད་པར་བཤད་ཟིན་ཏོ། །གཞི་མཆོན་མཚུངས་པ་ནི་མ་ཡིན་དགག་གི་བ་སྟེ་  
 མ་ཡིན་དགག་ཏུ་མཆོན་པ་ལ་དགག་བྱ་བཀག་ནས་ཆོས་གཞན་འཕེན་པ་བཀོད་པ་སྟེ་  
 བྱའོ། །གཉིས་པ་ཕན་ཚུན་ངེ་སྟར་དེས་པའི་རྣམ་གཞག་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་རྣམ་གཞག་སྟེ་

ཀྱུ་ལྟོ

བརྗོད་པ་ནི། མཚན་མཚན་གྲངས་མཉམ་ངོ་བོ་གཅིག ། རྣམ་ཡོད་བཏགས་ཡོད་ཉིད་དུ་  
ངེས། ། མཚན་ཉིད་གཅིག་ལ་མཚན་བྱ་དུ་མ་དང་མཚན་བྱ་གཅིག་པ་མཚན་ཉིད་དུ་མ་མི་སྤྱིད་  
པས་གྲངས་མཉམ་པ་དང་། རྟོག་པས་ངོ་བོ་གཅིག་ཏུ་འཛིན་པ་དང་། མཚན་ཉིད་རྣམ་ཡོད་དང་  
མཚན་བྱ་བཏགས་ཡོད་དུ་ངེས་པ་ཡིན་ནོ། ། གཉིས་པ་དེ་ལས་གཞན་དུ་རྟོག་པ་དགག་པ་ནི།  
མཚན་མཚན་དོན་ལ་གཅིག་པ་དང་། ། ཐ་དད་གྲངས་མི་མཉམ་པ་འབྱུལ། ། བོད་པ་ལ་ཆེར་རྣམ་  
གཅིག་ཏུ་འདོད་པ་ནི་བཀག་ཟིན་ལ། རྣམ་ཐ་དད་དུ་འདོད་པ་ཉན་ཐོས་སྡེ་པ་ཁ་ཅིག་བྱམ་པ་  
འདུས་བྱས་སུ་མཚན་པ་འི་མཚན་ཉིད་སྡེ་གནས་ཀྱི་འཛིག་བཞི་བྱམ་པ་ལས་རྣམ་གཞན་ཡིན་ནོ།  
ཞེས་གསུང་བ་མི་འཐད་དེ། མཚན་ཉིད་ངེས་མཚན་བྱ་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་དུ་མཚན་ནམ་ཐ་དད་

ལྟན་པར་མཆོན། དང་པོ་རྟུར་ན་མི་རྣམས་ཏེ་ངོ་བོ་ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་རྣམས་ཀྱང་བྱས་  
 པ་མི་རྟག་པ་དང་ལྟན་པར་འགྱུར་གྱི་མི་རྟག་པ་ཡིན་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ཁ་ཅིག་དོན་ལ་གནས་  
 པའི་ལྟོག་པ་གཅིག་ཡིན་མོ་ཞེས་ཟེར་བ་ཤང་ཀར་ནན་ཏེ་དགོངས་པ་མ་ལོངས་པ་ཡིན་མོ། །ཁ་  
 ཅིག་ས་བོན་གཅིག་གིས་འབྲས་བུ་དུ་མ་བསྐྱེད་པ་དང་། བསྐྱེད་བྱ་གཅིག་ལ་རྟགས་དུ་མ་རུང་བ་  
 རྟུར་མཆོན་ཉིད་གཅིག་གིས་མཆོན་བྱ་དུ་མ་མཆོན་པ་དང་། མཆོན་ཉིད་དུ་མས་མཆོན་བྱ་གཅིག་  
 མཆོན་པས་གྲངས་མི་མཉམ་ཞེས་གསུང་བ་གཉིས་ཀ་མི་འཐད་དེ། འདི་རྟུར་མཆོན་ཉིད་དེས་  
 མཆོན་བྱ་དེ་མ་ཡིན་ལས་ཐ་དད་དུ་མ་སྤྱེ་བར་དེའི་ཐ་སྣང་དུ་མཆོན་མི་རྣམས་ལ། འབྱེད་ན་ཡང་དེ་  
 མིན་དེ་མཆོན་མི་རྣམས་ཏེ་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དོན་མི་འགལ་བ་སྐྱོ་སྐྱོ་ཐ་དད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་  
 ན་སྒྲིབ་དང་རི་བོང་ཅན་རྟུར་ན་མ་

༧༥༩

གངས་པར་འགྱུར་བས་དོན་མི་མཚུངས་པ་དང་། དཔེ་མི་མཚུངས་ཏེ་རྒྱ་འབྲས་བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་  
བྱེད་ཡིན་པས་རྒྱུན་སྟོབས་ཀྱིས་འབྲས་བྱ་དུ་མ་སྤིང་ལ། མཚན་ཉིད་དང་མཚོན་བྱ་རྣམ་པར་  
གཞག་འཛིག་ཡིན་པས་གཅིག་གིས་གཉིས་འཛིག་མི་རྒྱས་སོ། །མཚན་ཉིད་དུ་མས་མཚོན་བྱ་  
གཅིག་མཚོན་པ་འང་མི་རུང་སྟེ། མཚོན་བྱ་ཞེས་བྱ་བ་དོན་སྟོན་དེ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་པའི་སྒྲ་ཡིན་  
ཀྱི་དོན་སྟོན་རྒྱ་མཚན་དུ་མ་བྱས་ན་མི་མཐུན་པ་ཅམ་གྱིས་མཚོན་བྱར་མི་འགྱུར་རོ། །བསྐྱབ་བྱ་ནི་  
གང་ལ་འབྲེལ་པ་ཡོད་པས་སྐྱབ་ཀྱི་ཏྲགས་ཀྱི་དགག་བྱ་མ་ཡིན་པས་ག་ལ་མཚུངས། གསུམ་པ་  
མིང་དོན་བསྐྱོག་པའི་ཚུང་པ་སྤང་བ་ནི། དེ་དག་ཕན་ཚུན་བསྐྱོག་པ་ཡི། །རྣམ་པར་གཞག་པས་  
འདིར་མི་གཞོད། །མིང་དེའི་དོན་གཞན་དུ་བཏགས་ནས་འདོད་པའི་མཚོན་བྱ་འགོག་པ་ཡོད་དེ།



དཔེར་ན་ཚོལ་བས་རྗེས་དཔག་མཚན་གཞིར་བཞག་སྟེ་མི་བསྐྱ་བས་ཚད་མའི་ཐ་སྙད་དུ་བསྐྱབ་  
 པ་ལ་ཕྱིར་ཚོལ་གྱིས་དངོས་པོར་འཛིན་པ་ལ་བཏགས་ཏེ་རྗེས་དཔག་ཚད་མར་འགོག་པའི་གཞོན་  
 པ་མེད་དེ། དངོས་པོར་འཛིན་པ་ལ་ཚད་མར་བརྟེན་ན་དེ་རྗེས་དཔག་ལ་དེད་ཀྱང་མི་འདོད་ལ།  
 མི་བསྐྱ་བ་ལ་ཚད་མའི་བརྟེན་ན་བྱེད་གྱིས་ཀྱང་དགག་མི་རྣམས་སོ། །འགའ་ཞིག་དོན་དེ་ལ་མིང་  
 གཞན་དུ་བྱས་ནས་མི་འདོད་པའི་མཚོན་བྱ་བསྐྱབ་པའི་གཞོན་པ་སྤང་བ་ནི། ཚོལ་བས་བྱམ་པ་  
 དཔྱད་མི་བཟོད་པས་ཀྱན་རྫོབ་པར་མཚོན་པ་ལ་ཕྱིར་ཚོལ་གྱིས་བྱམ་པ་དོན་བྱེད་རྣམས་པས་དོན་  
 དམ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་དོན་དེའི་མིང་གཞན་དུ་བཏགས་ནས་ཚུད་ན། དབུ་མ་པས་སྦྱོས་བྲལ་ལ་དོན་  
 དམ་གྱི་བརྟེན་བྱས་པ་དེ་བྱམ་པ་ལ་མི་སྲིད་ལ། ཏྲིག་གི་བས་དོན་བྱེད་རྣམས་པ་ལ་དོན་དམ་གྱི་

༧༥༩

བརྟུ་བྱས་པ་དེ་ཁོ་བོ་ཡང་འདོད་དོ། །ཁ་ཅིག་འདུས་བྱས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་རྒྱས་བསྐྱེད་པར་བཞག་  
པ་ལ་རྒྱས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་འདུས་བྱས་ཡིན་ནོ་ཞེས་དོན་དང་ཐ་སྙད་གོ་བསྐྱོག་ནས་ཚུངས་  
ཁོ་བོ་ཅག་འདུས་བྱས་ཀྱི་ཐ་སྙད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་རྒྱ་རྒྱེན་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་དོན་ཡིན་པར་འདོད་ལ།  
ཁྱེད་དེ་ལས་བསྐྱོག་ནས་འདུས་བྱས་ཀྱི་ཐ་སྙད་རྒྱས་བསྐྱེད་ཀྱི་དོན་གྱི་མཆན་ཉིད་དུ་འདོད་ན།  
ཐ་སྙད་མཆན་ཉིད་དང་དོན་ལྡན་མཆོན་བྱར་འགལ་ལོ། །འོན་ཏེ་མིང་བསྐྱོག་ནས་འདུས་བྱས་ཀྱི་  
དོན་རྒྱས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཐ་སྙད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་དུ་འདོད་ན། དོན་ལྡན་མཆན་ཉིད་དང་ཐ་སྙད་མཆོན་  
བྱར་ཁས་སྒྲངས་པས་མིང་ལ་མི་བརྟུང་དོ། །གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་རྩ་ཆད་མའི་མཆན་ཉིད་ངེས་པར་  
བྱ་བ་ལ་གཉིས་ཏེ། མཆན་ཉིད་ངེས་གཟུང་བ་དང་། དེས་སྒྲོ་འདོགས་ཇི་ལྟར་གཙོད་པའི་ཚུལ་

ལོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་ལས། གཞན་གྱིས་བརྟགས་པ་དགག་ན། །མི་བསྐྱེ་མི་ཤེས་དོན་གསལ་  
 གཉིས། །རྣམ་གྲངས་པའམ་ཕྱེ་སྟེ་སྟེ། །སྟོབ་དཔོན་སྟེ་དབང་སྟོབ་གང་ཡང་རྟུང་བས་མཆོན་ནས་  
 ཞེས་གསུང་བ་དང་། རྒྱན་མཛད་པས་དོན་དམ་པའི་ཚད་མ་དང་ཐ་སྙད་པའི་ཚད་མ་གཉིས་ལས།  
 དང་པོ་ནི་སྟོང་བ་གཉིས་མེད་ཀྱི་ཤེས་པ་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སོ་སོ་རང་གིས་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་  
 ཀྱི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པས་གསལ་བར་སྟོང་བ་དེ་ཡིན་ཏེ། དོན་དམ་པ་ཡང་ཡིན་ལ་ཚད་མ་ཡང་ཡིན་  
 པས་དོན་དམ་གྱི་ཚད་མའོ། །དེའི་མཆོན་ཉིད་མ་ཤེས་དོན་གསལ་ཡིན་གྱི་མི་བསྐྱེ་བ་མ་ཡིན་ཏེ་  
 བཅད་པའི་དོན་ཐོབ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཐ་སྙད་པའི་ཚད་མ་ནི་སོ་སོ་སྟེ་ཐོའི་རྒྱད་ལ་ཡོད་པ་  
 གཟུང་འཛིན་གཉིས་སུ་སྟངས་བའི་བར་ལ་ཐ་སྙད་དུ་རྟུང་བ་ཡིན་པས་དེའི་མཆོན་ཉིད་མི་བསྐྱེ་བ་  
 དང་

༧༥༧

མ་ཤེས་དོན་གྱི་གསལ་བྱེད་ཚོགས་པ་ཡིན་ཏེ་བཅད་པའི་དོན་ཐོབ་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་  
གསུངས་པ་དང་། ཡང་སྒྲོབ་དཔོན་ཚོས་མཚོག་ན་རེ། རྣམ་ངེས་ལས། འདི་དག་གིས་དོན་ཡོངས་  
སུ་བཅད་ནས་འཇུག་པ་ན་དོན་བྱ་བ་ལ། བསྐྱ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བྱ་བའི་ཚིག་གསུམ་གྱིས་  
མཚོན་པའི་བྱད་པར་གསུམ་ལྟན་ནི། རང་གི་ངོ་བོ་བྱད་པར་དོན་ཐོབ་བྱེད་གྱི་རྣམ་པ་སྟེ། མཚོན་  
གཞི་མངོན་སུམ་རྗེས་དཔག་ལ་ཡོད་པའི་གཞལ་བྱ་བུམ་པ་དང་། མེ་ལ་སོགས་པ་ཐོབ་པའི་རྣམ་  
པའོ། །ཡུལ་གྱི་བྱད་པར་བཟུང་བའམ་མ་བཟུང་བའི་དོན་ཅི་རུང་རུང་ཐོབ་པ་མ་ཡིན་གྱི་ཡོངས་སུ་  
བཅད་པའི་འཇུག་ཡུལ་ཐོབ་པའོ། །བྱེད་པའི་བྱད་པར་དོན་ཡོངས་སུ་གཙོད་བྱེད་ལ་གནས་པའི་  
རྣམ་པ་སྟེ། ཤེས་པས་དོན་མེད་ཆུ་ལ་སོགས་པ་ཡོངས་སུ་བཅད་ནས་ཞུགས་པས་ཐོབ་པའི་

རྒྱས་པ་ཡིན་གྱི། རྒྱུ་ལ་ལ་ལ་སོགས་པས་སྒྲོལ་པའི་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་རང་གི་ངོ་བོའི་བྱང་  
 པར་གྱིས་དངོས་པོར་འཛིན་པ་ཆད་མའི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་པར་གཙོད་ལ། ཡུལ་གྱི་བྱང་པར་གྱིས་  
 མི་སྤྱིད་པ་གཙོད་ཅིང་བྱེད་པའི་བྱང་པར་གྱིས་བྱུང་ཆེས་གཙོད་ལ་མ་བྱུང་པ་གཙོད་པ་ཞིག་ཁ་  
 བསྐྱང་ངོ་། །བདེན་པའི་དོན་རྟོགས་ནི་ཆད་མའི་བྱེད་པ་ཡིན་གྱི་མཆོན་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུང་  
 ངོ་། །བྱམ་ཟེའི་རྗེས་སུ་འབྱང་བ་རྣམས་ནི་བདེན་པའི་དོན་རྟོགས་ཆོས་གསུམ་ལྟན་ཏེ། སྤར་མ་  
 རྟོགས་པའི་དོན་ལ་འཛིན་སྟངས་མི་འབྲུལ་པས་སྟོ་འདོགས་སེལ་བ་ཞེས་བྱ་བའོ། །དེ་འང་བྱང་  
 པར་གསུམ་ལྟན་ཏེ། །རང་གི་ངོ་བོའི་བྱང་པར་བསྐྱོག་སྤྱོགས་ཀྱི་སྟོ་འདོགས་སེལ་བ་ཙམ་ཡིན་གྱི་  
 ཆད་མས་དགག་སྐྱབ་བྱེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། རི་སྐྱང་དུ། དོན་ལ་ཤེས་

ཏུ་ཕྱིན།

པའི་བྱེད་ཡོད་པས། །དེ་ལ་ཅུང་ཟད་བྱས་པ་མེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཡུལ་གྱི་བྱེད་པར་  
སྒར་མ་རྟོགས་པའི་དོན་ཡིན་ལ། དེའང་ཡུལ་གྱི་རྒྱ་མ་རྟོགས་པ་ལ་བྱས་ན་བཅད་ཤེས་ལ་བྱབ་  
ཆེས་ཤིང་རིགས་སྒར་མ་རྟོགས་པ་ལ་བྱས་ན་ཆད་མ་མི་སྲིད་པས། ཡུལ་དུས་ནམ་པ་སོ་སོར་ངེས་  
པའི་རིགས་སྒར་མ་རྟོགས་པ་རྟོགས་པ་ལོ། །འཛིན་སྟངས་གྱི་བྱེད་པར་དོན་ལ་མི་འབྲུལ་  
བལོ། །དེའང་སློ་དོན་དང་མཐུན་པར་འཛིན་པ་ཅམ་མ་ཡིན་ཏེ་ཡིད་དཔྱོད་ལ་འང་ཡོད་པས་  
སོ། །འོན་ཀྱང་དེ་འཛིན་གྱི་སློ་རིགས་དེ་དོན་མེད་པར་འབྱུང་མི་སྲིད་པ་དུ་བ་མེ་ལ་མི་འབྲུལ་པ་རྟོ་  
བལོ། །དེའང་དོན་གྱི་ནམ་པ་ཅམ་ལ་མི་འབྲུལ་བ་ལོག་ཤེས་ལ་འང་ཡོད་ལ། རང་མཆོན་ལ་མི་  
འབྲུལ་པ་ལ་བྱེད་ན་སློ་བཏགས་མཇུག་བའི་ཆད་མ་ལ་མ་བྱབ་པས་རང་གི་སློ་མ་བཏགས་གྱི་དོན་



ལ་མི་འབྱུལ་པ་ལོ། །དེ་ལ་བྱེད་པ་འང་གསུམ་སྟེ། རོ་བོའི་བྱེད་པར་སྒྲོ་འདོགས་སེལ་བས་གཅིག་  
གིས་གྲུབ་པ་གཅིག་གིས་མི་འགོག་ ཡུལ་གྱི་བྱེད་པར་སྒྲར་མ་རྟོགས་པའི་བྱེད་པས་གཅིག་གིས་  
གྲུབ་པ་ཅིག་གིས་མི་སྐྱབ། འཛིན་སྒྲངས་དོན་ལ་མི་འབྱུལ་པའི་བྱེད་པས་གཅིག་གིས་གྲུབ་པ་དང་  
གཅིག་གིས་གྲུབ་པ་མི་འགལ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སྒྲོས་པ་དང་བཅས་པ་གསུང་དོ། །དེ་དག་ལ་མི་  
འབྱེད་པའི་ཆ་བཀག་ན། མཚན་ཉིད་གཉིས་ཀྱིས་འཛིག་ན་ནི། །མཚན་བྱ་དེ་ཡང་གཉིས་སུ་  
འབྱུང་། །གཉིས་ཀ་ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པ་མི་འབྱེད་དེ། མཚན་བྱའང་གཉིས་སུ་འགྲོ་བས་  
སོ། །དེས་ན་འདམ་ཀ་ཅན་མི་སྲིད་པར་བཤད་ཟིན་རྟོ། །མཚན་མཚན་གཉིས་སུ་འདོད་ན་  
ཡང་། །སྤྱི་མཚན་གཅིག་པ་མི་སྲིད་འབྱུང་། །

ཏུ་ཕྱིན།

དོན་དམ་པའི་ཚད་མ་དང་ཐ་སྙད་པའི་ཚད་མ་གཉིས་སུ་བྱེད་པའང་ཚད་མ་སྤྱིའི་མཚན་ཉིད་ཅི་  
ཡིན་ཞེས་ངེས་ན་སོ་སོའི་མཚན་ཉིད་འདི་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་པ་མ་འབྲེལ་བ་དང་། སྤྱིའི་མཚན་ཉིད་  
གཅིག་མེད་ན་ཚད་མ་ཞེས་མཚོན་བྱ་གཅིག་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར་རོ། །མ་ཁྲུབ་གཙོད་ཚུལ་འདིར་  
མི་འཐད། །གཉིས་སུ་འབྱེད་པ་དགོངས་པ་མིན། །མ་ཁྲུབ་པ་གཙོད་པ་གཞན་ནས་ཁ་བསྐྱང་ངོ་  
ཞེས་གསུང་ན་མི་འཐད་དེ། མཚན་ཉིད་དུ་བཞག་པའི་ཆོག་ལ་རྒྱས་པ་མེད་ན་གཞན་ནས་ཁ་  
བསྐྱངས་པས་ཆོགས་སུ་མ་སྒྱུན་ཅན་དུ་འགྱུར་བ་བསྒྲིག་མི་རྒྱས་ལ་བདེན་པའི་དོན་རྟོགས་བྱེད་པ་  
ཡིན་གྱི་མཚན་ཉིད་མ་ཡིན་ཞེས་གསུང་ན་གཞུང་གི་དགོངས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །མི་དགོས་མ་ཁྲུབ་མི་  
སྤྱིད་གསུམ། །བདེན་པའི་དོན་རྟོགས་འདོད་ན་ཡོད། །བདེན་པའི་དོན་རྟོགས་ཆོས་གསུམ་ལྟན་གྱི་

ཡང་། ཡུལ་གྱི་བྱང་པར་སྒར་མ་རྟོགས་པ་རྣམ་གཅད་མེད་པས་མི་དགོས་པས། འཛིན་སྟངས་དོན་  
ལ་མི་ལབུལ་ན་རྟོགས་ཟིན་ལ་འཇུག་པ་མི་སྲིད་ལ། རོ་བོའི་བྱང་པར་སྒྲོ་འདོགས་གཅོད་པས་མ་  
བྱབ་སྟེ། མཛོན་སུམ་རྟོག་བྲལ་ཡིན་པས་སྒྲོ་འདོགས་གཅོད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་དོན་བདེན་  
པའི་གོ་བ་དོན་རི་རྟར་ཡིན་པ་རྟར་འཛིན་པ་ལ་འདོད་ན་མི་འབད་དེ། མཛོན་སུམ་གྱིས་ཀྱང་དོན་  
དང་འདྲ་བ་མཐོང་བ་ལ་དོན་མཐོང་བར་བྱེད་པ་དང་། འབྲས་རྟགས་གྱིས་ཀྱང་རང་གི་རྒྱ་བསྐྱབ་  
མི་རྣམས་པས་མེ་ཅམ་ལ་ཆད་མར་འགྱུར་བ་མི་འབད་པ་དང་། དོན་དམ་པའི་ཆད་མ་གཟུང་འཛིན་  
ལས་གྲོལ་བས་དོན་བདེན་པ་འགའ་ཞིག་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་རང་གི་ལྷགས་གཞག་  
ན། མི་སྒྲུ་མི་ཤེས་དོན་གསལ་གཉིས། །རང་མཆོན་རྟོགས་

༧༥

པར་དོན་ལ་མཐུན། །ཐ་སྙད་པ་དང་དོན་དམ་པ། །གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་གཉིས་པོ་འཇུག། །སློབ་དཔོན་  
ཕྱགས་ཀྱི་སྤང་པོས་གཞུང་གི་ཆ་འགའ་ཞིག་རྩ་མི་བསྐྱུ་བ་དང་འགའ་ཞིག་རྩ་མ་ཤེས་དོན་གསལ་  
དུ་གསུངས་ལ། དཔལ་ལྷན་ཚོས་ཀྱི་བྲགས་པས་དེ་གཉིས་དགོངས་པ་གཅིག་རྩ་མཛད་ནས་སློབ་  
དོན་དེ་ལ་མི་བསྐྱུ་བའི་རྣམ་པ་ཉིད་ལ་བཞེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེའང་། མི་བསྐྱུ་ལས་དང་བྱེད་པོ་  
དང་། །བྱ་བ་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཅན། །གང་མི་བསྐྱུ། གང་ལ་མི་བསྐྱུ། རི་རྩུར་མི་བསྐྱུ་  
བའོ། །དང་པོ་ནི་ཤེས་པ་མ་འབྲུལ་པ་དོན་རི་རྩུར་གནས་པ་རྩུར་ཡོད་པ་ལ་ཡོད་པར་ཤེས། མེད་  
པ་ལ་མེད་པར་ཤེས་པ་དེ་མི་བསྐྱུ་བའོ། །གཉིས་པ་ནི། ཤེས་བྱ་ལ་དོན་རང་མཆོན་ཡོད་ན་དོན་  
བྱེད་རྣམ་པར་མི་བསྐྱུ། མེད་ན་དོན་བྱེད་མི་རྣམ་པ་ཉིད་མི་བསྐྱུ་བའོ། །གསུམ་པ་ནི་དོན་རང་

མཆོན་ལ་ཞུགས་ན་རང་མཆོན་ཐོབ་པ་ལ་མི་བསྐྱུ་རང་མཆོན་མེད་པས་དེ་ལ་མི་འཇུག་ན་ལྟོག་པ་  
 པོ་མེད་པ་ཉིད་ལ་མི་བསྐྱུ་བ་ལོ། །དེ་རང་རྣམ་འགྲེལ་ལས། ཚད་མ་བསྐྱུ་མེད་ཅན་ཤེས་པ། །དོན་  
 བྱེད་རྒྱས་པར་གནས་པ་ནི། །མི་བསྐྱུ་ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །མ་ཤེས་དོན་གསལ་ཡང་དོན་གྱི་སྒྲ་  
 དོན་བྱེད་རྒྱས་པའི་དངོས་པོ་ཡིན་ལ། གསལ་བའི་སྒྲ་སྒྲོས་དོན་རང་གི་མཆོན་ཉིད་རྟོགས་པ་ཡིན་  
 པས་དོན་ལ་མི་མཐུན་པ་མེད་དོ། །རྣམ་འགྲེལ་ལས། མི་ཤེས་དོན་གྱིས་གསལ་བྱེད་ཀྱང་། །རང་གི་  
 རོ་བོ་རྟོགས་འོག་ཏུ། །སྤྱི་ཡི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཐོབ། །རང་གི་མཆོན་ཉིད་མི་ཤེས་པ། །ཤེས་པ་གང་  
 ཡིན་ཞེས་དགོངས་ཕྱིར། །རང་གི་མཆོན་ཉིད་དཔྱད་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་བཅོམ་ལྟན་ཚད་མ་  
 ཉིད། །ཅེས་གསུངས་པས་སོ། །དེས་ན་མི་བསྐྱུ་བ་དང་མ་ཤེས་དོན་གསལ་གཉིས་ཀ་ཡང་དོན་  
 དངོས་པོ་ཡོད་མེད་

༧༥

རྟོགས་པ་དང་། དེ་དག་ལ་མི་བསྐྱུ་བར་དོན་མཐུན་ནོ། །གསུམ་པ་ཚུང་པ་སྤང་བ་ལ་གཉིས་ཏེ།  
དངོས་མེད་འཇལ་ལ་མ་བྱལ་བེད་། །ཉེ་བར་བསྐྱུད་ལ་བྱལ་ཆེས་ལོ། །རང་མཆོན་ཡོད་མེད་དཔྱེད་  
ཕྱིར་འཐད། །ཉེ་བར་བསྐྱུད་པ་བསྐྱུ་བར་བཤད། །དང་པོ་ནི་དོན་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ལ་མི་བསྐྱུ་ན་  
དངོས་མེད་འཇལ་བའི་ཆད་མ་ལ་མ་བྱལ་བོ་ཞེ་ན། དོན་བྱེད་རྣམ་པར་ཡོད་མེད་དཔྱེད་པའི་ཕྱིར་  
སྐྱོན་མེད་དོ། །ཞེས་ཡུལ་བརྟག་པར་བཤད་ཟིན་ཏོ། །ཡང་ཉེ་བར་བསྐྱུད་པ་ལ་བྱལ་ཆེས་ཏེ། །དུང་  
མེད་འཇོན་ནམ་སྐྱོན་ཤིང་འགྲོར་སྤང་ལ་སོགས་པ་འང་དཀར་པོ་དང་སྤྲོད་པ་ལ་མི་བསྐྱུ་བས་ཆད་  
མར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། ཉེ་བར་བསྐྱུད་པ་ལ་མི་བསྐྱུ་བའི་རྣམ་པ་མེད་དེ་དེ་མ་ཡིན་ལ་དེར་སྤང་བའི་  
ཕྱིར་ནོ། །དེ་འང་རྣམ་ངེས་ལས། ཉེ་བར་བསྐྱུད་པ་བསྐྱུ་བའི་ཕྱིར། །མདོན་གསུམ་སྟར་སྤང་ཞེས་



གསུངས་སོ། །ཕྱིས་གྱི་དཀར་པོ་དང་སྒྲོད་པ་ལ་མི་བསྐྱེད་སྐྱེས་ན། དེ་ནི་མེད་འཛིན་ལ་སོགས་པས་  
 མ་བསྐྱེས་པ་མ་ཡིན་གྱི་ཤེས་པ་གཞན་གྱིས་མ་བསྐྱེས་པ་ཡིན་ནོ། །བོད་རྒྱལ་སློབ་དཔོན་ཆོས་  
 མཆོག་གི་དོན་ཐོབ་པའི་རྣམས་པས། དངོས་མེད་འཇམ་བའི་ཆད་མ་ལ་མ་བྱུང་སྟེ། དངོས་མེད་ལ་  
 དོན་ཐོབ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་ཟེར་བ་ནི། བདེན་པའི་དོན་རྟོགས་ལ་འང་མཚུངས་ཏེ།  
 དངོས་མེད་ལ་དོན་བདེན་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། སློབ་དཔོན་གྱིས་དོན་གྱི་སྒྲ་དངོས་མེད་གཙོད་  
 པ་ལ་གསུངས་ཏེ། རྣམ་ངེས་ལས། མདོན་སྐྱེས་ལ་དོན་སྒྲིམ་པ་ནི། །དབང་པོའི་ཤེས་པ་ཁ་ཅིག་  
 དོན་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དེ་སྤང་བས་ཆད་མའི་ཡུལ་ཡོངས་སུ་དག་པ་གཟུང་བའི་ཕྱིར་རོ་  
 ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །དེས་ན་དེ་ནི་

༧༥

སྒྲོབ་དཔོན་སྒྲུ་མ་རྣམས་ཀྱི་དགོངས་པ་མ་ལོངས་པར་བཀག་པར་བཟད་དོ། །གཉིས་པ་དེས་སྒྲོ་  
འདོགས་གཙོད་པའི་ཚུལ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ཇི་ལྟར་དེས་པ་ནི། ཚད་མའི་སྒྲོབས་ཀྱིས་དེས་  
པ་འདྲེན། །དེས་པའི་འགལ་ཟླ་སྒྲོ་འདོགས་ཡིན། །ཀུན་རྒྱ་བ་སྟོད་པའི་ཚད་མའི་སྒྲོབས་ཀྱིས་  
འཇུག་སྒྲོག་བྱེད་པ་ན་དེས་ཤེས་འདྲེན་དགོས་ཏེ། ཡོད་མེད་དེས་པའི་འབྲས་ཅན་མིན། །ཕྱིར་  
ནའང་ཚད་མ་ཉིད་མ་ཡིན། །ཞེས་བཤད་པས་སོ། །དེས་པའི་མཚན་ཉིད་ཐེ་ཚོམ་ཚོད་པ་ཡིན་ལ།  
དེ་ལ་དབྱེ་ན་མི་བསྐྱུ་བའི་དོན་ལ་ཐེ་ཚོམ་ཚོད་པ་ཡང་དག་པའི་དེས་པ་དང་། བསྐྱུ་བའི་དོན་ལ་ཐེ་  
ཚོམ་ཚོད་པ་ལོག་ཤེས་ཀྱི་དེས་པ་ལོ། །དེ་ཚད་མ་སྐྱེས་པ་ན་འཇིག་པས་དེས་པ་བཏགས་པ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། བཤད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །ཡང་དག་པའི་དེས་པའི་འགལ་ཟླ་སྒྲོ་འདོགས་ལའང་དེ་

ཡི་མཚན་ཉིད་གནས་ལྷགས་ལས། །མཐའ་གཞན་དུ་རྟོགས་དབྱེན་གཉིས། །རྟོག་པ་ལོག་ཤེས་ཐེ་  
 ཚོམ་མོ། །གཟུང་ཡུལ་ལ་འབྱུང་པའི་རྟོག་མེད་ལོག་ཤེས་ནི། དེས་པས་བསལ་བྱའི་སྒྲོ་འདྲིམས་མ་  
 ཡིན་ཏེ་བདེན་ཞེན་མེད་པས་བསལ་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར་དང་། དེས་པ་རྟོགས་པ་ཡིན་པས་རབ་  
 རིབ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་མ་བསལ་ན་བསལ་མི་རྒྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །མ་རྟོགས་པ་ལས་སྒྲོ་བྱུར་  
 དུ། །རྟོགས་པས་སྒྲོ་འདྲིམས་མ་བཅད་ལོ། །སྒྲོ་བྱུར་པའི་རྗེས་དཔག་ལས་མི་མཐོང་བའི་ཆོ། མ་  
 རྟོགས་པ་རྟོགས་པ་ཡིན་གྱི་སྒྲོ་འདྲིམས་གཉིས་པོ་བཅད་པ་མེད་དོ་ཞེ་ན། རྗེས་དཔག་སྒྲུང་བས་མི་  
 འཇུག་པས། །སེལ་བ་ཉིད་ཡིན་དེ་ཡི་ཡུལ། །མེ་མེད་གཞན་དང་མཚུངས་པ་རུ། །འཛིན་ཕྱིར་ལོག་  
 ཤེས་ཡིན་པར་བཞེད། །ས་སྒྲོགས་རྒྱུད་པ་མེ་མེད་གཞན་དང་འདྲ་བར་

༧༥༥

འཛིན་པ་འི་བྱེད། དེ་མ་ཡིན་ལ་དེར་འཛིན་པས་ལོག་ཤེས་ཡིན་ཅོ་ཞེས་བྱེད་དང་བཞི་པ་ལས་  
གསུངས་སོ། །དེས་པས་སྒྲོ་འདོགས་སེལ་བ་དེ་ཡང་སྒྲོ་འདོགས་གྱི་ས་བོན་མེད་པར་བྱེད་པ་འི་རྣམ་  
པ་བྱིས་པ་འི་ཚད་མ་ལ་མེད་ལ། མདོན་དུ་རྒྱ་གཞན་ལ་ཡིད་གཏད་པས་ཀྱང་སྒྲོག་པས་དེས་པ་མི་  
དགོས་སོ། །འོན་ཀྱང་ཚད་མ་དེའི་བྱེད་པ་མ་ཉམས་པ་དེ་སྤྱིད་དུ་དེ་མིན་དུ་འཛིན་པ་འི་སྒྲོ་  
འདོགས་མི་སྐྱེ་བ་ཙམ་ཡིན་ཅོ། །གཉིས་པ་དེ་ལ་རྩོད་པ་སྤང་བ་ནི། དེས་པ་དང་ནི་སྒྲོ་འདོགས་  
གཉིས། །ཡུལ་དང་ངོ་བོ་དུས་གསུམ་ལས། །གཅིག་དང་ཐ་དད་བརྟག་པ་ཡི། །རྩོད་པ་གསུམ་གྱིས་  
འདིར་མི་གཞོད། །དང་པོ་ཡུལ་ལ་བརྟག་ན་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་ལ་གཉིས་ལས་རྩོད་པ་དགོད་པ་  
ནི། དེས་པ་དང་སྒྲོ་འདོགས་ཡུལ་གཅིག་གམ་མི་གཅིག་མི་གཅིག་ན་བསལ་བྱ་སེལ་བྱེད་མ་ཡིན་

ཕར་འགྱུར་ཏེ་ཕྱི་ནང་གི་སྒྲིབ་མཁུན་བཞིན་ནོ། །གཅིག་ན་འང་ཡུལ་དེ་གྲུབ་ན་བསལ་བྱ་མ་འབྲུལ་  
 ཕར་འགྱུར་ཏེ། ཡུལ་བདེན་ཕར་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་ཆད་མ་བཞིན་ནོ། །མ་གྲུབ་ན་སེལ་བྱེད་ཆད་མར་  
 མི་འགྱུར་ཏེ་གཞལ་བྱ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་སྟོ་འདོགས་བཞིན་ནོ། །ཞེས་བརྗོད་དོ། །གཉིས་པ་ལན་  
 ལ་གསུམ་ལས་དང་པོ་གཞན་གྱི་ལན་དགག་ན། ཁ་ཅིག་སྒྲ་རྟག་པར་འཛིན་པའི་སྟོ་འདོགས་དང་  
 མི་རྟག་པར་རྟོགས་པའི་རྗེས་དཔག་གཉིས་ཡུལ་སྒྲའི་རྣམ་སྲུ་གཅིག་པས་བསལ་བྱ་སེལ་བྱེད་དུ་  
 འབྱུང་ལ། རྟོག་པ་བ་དང་དེ་ཆད་མའི་ཡུལ་སྒྲ་མི་རྟག་པ་ཡིན་ཞིང་། སྟོ་འདོགས་གྱི་ཡུལ་སྒྲ་རྟག་  
 པ་ཡིན་པས་སོ། །དེས་ན་མི་རྟག་པར་གྲུབ་པས་སེལ་བྱེད་ཆད་མ་ཡིན་ལ། རྟག་པར་མ་གྲུབ་པས་  
 བསལ་བྱ་འབྲུལ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཟུང་བ་མི་འབྱུང་དེ། རྟག་མི་རྟག་དངོས་འགལ་རྣམས་གཅིག་པར་

ཏུངས་

འགལ་བའི་ཕྱིར་དང་། གློ་འདོགས་ཀྱི་ཡུལ་སྐྱེས་ཏུག་པ་ཡིན་ན་ཡུལ་ཤེས་བྱ་ལ་མི་སྤྱིད་པས་གློ་  
འདོགས་ཤེས་བྱ་ལ་མི་སྤྱིད་པར་འགྱུར་རོ། །གཉིས་པ་རང་གི་ལན་ནི། དེས་དང་གློ་འདོགས་ཞེན་  
ཡུལ་གཅིག་། ཞེན་སྐྱངས་ཐ་དད་ཕྱིར་ན་སེལ། །མདོན་སྐྱུལ་དངོས་གློ་འདོགས་མི་གཙང་ཀྱང་དེས་  
བྱངས་པའི་དེས་ཤེས་དང་རྗེས་དཔག་གི་དེས་པ་གཉིས་པོ་དང་། གློ་འདོགས་གཉིས་དམིགས་པར་  
བྱ་བའི་ཡུལ་གཅིག་པས་བསལ་བྱ་སེལ་བྱེད་དུ་འང་འཐད་ལ། འདོན་སྐྱངས་ཐ་དད་ལས་གློ་  
འདོགས་འབྱུལ་པ་དང་། ཚད་མ་མ་འབྱུལ་བ་འཐད་དེ། ཚད་མའི་ཡུལ་ཡོད་ཅིང་གློ་འདོགས་ཀྱི་  
ཡུལ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཐག་པ་ལ་སྐྱུལ་དུ་འབྱུལ་པ་ན་ཚད་མའི་ཡུལ་ཁྲ་བོ་ཉིད་ཡིན་  
ནོ། །ཐག་པར་མི་བརྗོད་དེ་དེའི་སྒྲིག་པ་མ་དེས་པའི་ཕྱིར་དང་། སྐྱུལ་དུ་མི་བརྗོད་དེ་དེ་ན་མི་གནས་



ཕའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་མངོན་སྲུང་གིས་སྒྲོ་འདོགས་བཅད་ཅེས་བརྗོད་ཀྱང་མངོན་སྲུང་མ་ཡིན་གྱི་  
 དེའི་རྗེས་སུ་སྒྲུབ་པའི་རྟོག་པས་བཅད་པ་ཡིན་ཏེ། ཀྱུ་ཤ་ལག་པས་བཟུང་ནས་ཐོར་བས་གཙོད་པ་  
 བཞིན་ནོ། །གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྤང་བ་ནི། ཁ་ཅིག་ངེས་པ་དང་སྒྲོ་འདོགས་ཡུལ་གཅིག་ན་དེ་བདེན་  
 ནམ་བརྟུན། བདེན་ན་སྒྲོ་འདོགས་མ་ལྟུལ་བར་ལྟུར་ཏེ་ཡུལ་བདེན་པས་སོ། །བརྟུན་ན་ངེས་པ་  
 ལྟུལ་བར་ལྟུར་ཏེ། ཡུལ་བརྟུན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། སྒྲོན་མེད་དེ། ཞེན་ཡུལ་ལ་ལྟུལ་མ་  
 ལྟུལ་གྱི་བྱང་པར་ཞེན་ཡུལ་བདེན་བརྟུན་གྱིས་མི་འཛོག་གི་ཞེན་སྤངས་དོན་དང་མཐུན་མི་  
 མཐུན་གྱིས་འཛོག་པས་ཞེན་ཡུལ་བདེན་པར་མཚུངས་ཀྱང་ཞེན་སྤངས་དོན་དང་མི་མཐུན་པས་  
 སྒྲོ་འདོགས་ལྟུལ་པ་དང་མཐུན་པས་ངེས་པ་མ་ལྟུལ་པར་འཛོག་སྟེ། དཔེར་ན་ཞེན་ཡུལ་

༧༥༩

བདེན་པ་དང་ལྷན་ཡང་ཡུང་པོ་ལ་བདག་འཛིན་ཞེན་ཡུལ་ལ་འབྱུལ་པ་དང་། ཞེན་ཡུལ་དངོས་  
པོར་མེད་ཀྱང་རི་བོང་གི་རྒྱ་དངོས་མེད་དུ་དཔོགས་པའི་རྗེས་དཔག་ལ་སོགས་པ་ཞེན་ཡུལ་ལ་མ་  
འབྱུལ་བར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་རོ། །གཟུང་ཡུལ་ལ་འབྱུལ་མ་འབྱུལ་ནི་གཟུང་ཡུལ་དངོས་པོར་ཡོད་  
མེད་གྱིས་འཛིག་པ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་རྟོག་པ་ཞེན་ཡུལ་ལ་འབྱུལ་མ་འབྱུལ་གཉིས་ཞེན་ཡུལ་གཅིག་  
ན་དུང་དཀར་པོ་དང་སེར་པོར་སྒྲུང་བའི་རྟོག་མེད་འབྱུལ་མ་འབྱུལ་གཉིས་ཀྱང་གཟུང་ཡུལ་དུང་  
གི་རྗེས་སུ་གཅིག་གོ་ཞེ་ན། དེ་རྟོན་དུང་དེ་སེར་འཛིན་གྱི་མིག་ཤེས་ལ་སྒྲུང་བར་འགྱུར་ཏེ། གཟུང་  
ཡུལ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །འོ་ན་ཆོས་ཅན་སྒྲ་ཡང་རྟོག་འཛིན་གྱི་སྒྲོ་འདོགས་གྱིས་ཞེན་པར་བྱས་  
པར་འགྱུར་ཏེ། དེའི་ཞེན་ཡུལ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཞེ་ན་འདོད་པ་ཡིན་ནོ། །སྤྲུལ་ཡང་འདོད་ན།

སེར་འཛིན་གྱི་ཤེས་པ་ལ་དུང་སྒྲུང་བའི་ཕྱིར་དེ་དང་དབྱེར་མེད་གྱི་དཀར་པོ་ཡང་སྒྲུང་བར་  
 འགྱུར་རོ། །འོ་ན་རྟག་འཛིན་གྱི་སྒྲོ་འདོགས་ཀྱིས་ཀྱང་སྒྲུར་ཞེན་པའི་ཕྱིར་དེ་དང་དབྱེར་མེད་གྱི་  
 མི་རྟག་པའང་ཞེན་པར་བྱས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། མི་མཚུངས་ཏེ། རྟག་མེད་རྩ་ས་གཅིག་ལ་སྒྲུང་  
 མི་སྒྲུང་ཆ་གཉིས་འགལ་ལ་རྟག་པ་རྩ་ས་གཅིག་ལ་ངེས་མ་ངེས་ཆ་གཉིས་མི་འགལ་བར་བཤད་  
 ཟེན་ཏོ། །གཉིས་པ་ངོ་བོ་ལ་བརྟགས་ན་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་ནི། སྒྲོ་འདོགས་དང་ངེས་པ་གཉིས་  
 སྟོའི་དངོས་པོ་གཅིག་ན་བསལ་བྱ་སེལ་བྱེད་དུ་མི་འཐད་དེ། རལ་གྱི་འོ་སོ་རང་གིས་རང་མི་གཙོད་  
 པ་བཞིན་ནོ། །ཐ་དད་ནའང་བསལ་བྱ་སེལ་བྱེད་དུ་མི་འཐད་དེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་  
 སེམས་ཅན་གྱི་མི་ཤེས་པ་མི་སེལ་བ་བཞིན་ནོ་ཞེ་ན། སྟོའི་རྒྱན་གཅིག་ལ་སྟོག་པ་ཐ་དད་ཡིན་པས་  
 སྟོན་གཉིས་ཀ་ལས་

༧༩༥

གོལ་ལོ། །གསུམ་པ་དུས་ལ་བརྟགས་ན་མི་འབད་པ་སྤང་བ་ནི། དེས་པ་དང་སྟོ་འདྲོགས་གཉིས་  
དུས་གཅིག་ན་རྟོག་གཉིས་ཅིག་ཅར་འཇུག་པར་འགྱུར་ལ། དུས་མི་གཅིག་ན་གཞོད་བྱ་གཞོད་བྱེད་  
དུ་མི་འབད་དེ། མ་ཚོགས་པའི་ཕྱིར་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་དང་མཚན་མོའི་མུན་པ་བཞིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་  
གཉིས་དུས་མི་གཅིག་གོ། །འོ་ན་དེས་པས་སྟོ་འདྲོགས་མི་སེལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ནས་སེལ་  
བ་མེད་ཀྱང་སྟོའི་རྒྱན་གཅིག་ལ་དང་པོ་སྟོ་འདྲོགས་སྟེས་ནས་ཕྱིས་ཚད་མ་ལས་བྱུང་བའི་དེས་པ་  
སྟེས་པས་སྟོ་འདྲོགས་ཀྱི་རྒྱན་སྟེ་མ་རུས་པ་ཉིད་ལ་སྟོ་འདྲོགས་བསལ་ཞེས་ཐ་སྟོད་འཛོག་པ་ཡིན་  
ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྤང་བྱ་དང་གཉེན་པོ་ལ་སོགས་པ་རྒྱན་གཅིག་ལ་གཞོད་བྱ་གཞོད་བྱེད་ཐ་དང་  
སྟེ་ཕྱི་བའི་རྣམ་པར་གཞག་པ་ཐམས་ཅད་འདི་ཡིན་ནོ། །ཚ་རེག་གྲང་རེག་ལ་སོགས་པ་རྫས་ཐ་

དད་དུས་མཉམ་པ་ལ་ནི་སྐད་ཅིག་དང་པོ་ལ་ཡུད། གཉིས་པ་ལ་རྒྱས་མེད་དུ་བྱས། གསུམ་པ་ལ་  
སྤང་བྱ་ཕྲག་གོ། །འདི་ལ་ཁ་ཅིག་ཆད་མའི་སྤྱམ་རྒྱུད་དང་སྟོ་འདོགས་གཉིས་དུས་དང་པོར་ཚོགས་  
པ་གཉིས་པར་རྒྱས་མེད་དུ་བསྐྱེད། གསུམ་པ་ལ་སྟོ་འདོགས་འགགས་པའི་རྗེས་སུ་ཆད་མའི་ངོ་བོ་  
སྟེ་བས་ཆད་མས་སྟོ་འདོགས་བསལ་བའི་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་སྟེ། རྒྱལ་པོའི་ལའོར་གྱིས་གོང་སྟེར་བཅོམ་  
པ་ལ་རྒྱལ་པོས་བཅོམ་པར་སྟོས་པ་བཞིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་བ་ནི། རྗེས་སུ་དད་དུས་མཉམ་པ་ལ་ད་ལྟ་  
ཡིན་ཡང་། ཐ་དད་སྤྱི་བ་ལ་དེ་མི་འཐད་དེ། སྐད་ཅིག་དང་པོ་ལ་ཚོགས་པ་མེད་པའི་སྟེར་  
རོ། །ཚོགས་ན་རྟགས་དངོས་སུ་འགྱུར་བ་གང་གིས་བསྐྱོད། གསུམ་པ་མཆན་ཉིད་གྱིས་མཆོན་པའི་  
དོན་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ་བཞི་སྟེ། མཆོན་བྱའི་རབ་རུ་དབྱེ་བ། མཆན་གཞི་

༧༩༩

ལ་ལོག་རྟོག་དགག་པ། མཚན་གཞི་ལ་མཚན་ཉིད་ངེས་པར་བྱེད་པའི་ཚད་མ་ངེས་དགག་སྐྱབ་ཇི་  
ལྟར་བྱེད་པའི་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལ་བཞི་སྟེ། དབྱེ་བའི་གཞི། དབྱེ་བའི་དོན། གྲངས་ངེས་པ་སྐྱའི་  
དོན་རྟོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས་གཞན་གྱི་ལྷགས་དགག་ན། ཚད་མ་མིན་ལ་ཡང་དག་བཀག་ཁོད་  
ནམས་ཡང་དག་པའི་ཤེས་པ་ཙམ་དབྱེ་གཞི་མ་ཡིན་ཏེ་བཅད་ཤེས་དང་ཡིད་དཔྱོད་ཚད་མ་མ་  
ཡིན་ལ་ཡང་དག་པའི་ཤེས་པ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་ཟེར་བ་ནི། དངོས་པོ་སྟོབས་ལྷགས་དང་གཞུང་གི་  
དགོངས་པ་མ་ཤེས་པར་ཟད་པས་བཀག་ཟིན་རྟོ། །ཡང་དག་སྟེ་ནས་འཆད་པ་ལྟུལ། སྟོབ་  
དཔོན་ཆོས་མཆོག་ནི་ཡང་དག་པའི་ཤེས་པ་ལ་དོན་བྱེད་པར་སྒྲུང་བ་དང་། དོན་བྱེད་པ་ལ་རབ་  
ཏུ་འཇུག་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི་མེས་བཙུ་སྟེ་བཞིན་པར་སྒྲུང་བ་སྟེས་བུ་དོན་གྲུབ་གྱི་



དངོས་ཀྱི་རྒྱུར་གྱུར་པ་ཡིན་ལ། གཉིས་པ་ནི་མེ་དང་ཆུ་ལ་སོགས་པ་རྒྱ་རྒྱུང་པ་སྒྲུང་བ་སྐྱེས་བུ་དོན་  
 གྲུབ་ཀྱི་བརྒྱུད་པ་ལི་རྒྱུར་གྱུར་པ་ལོ། །དེ་ལ་དང་པོ་ནི། མི་བསྐྱུ་བར་རང་ཉིད་ཀྱིས་ངེས་ཟིན་པས་  
 བསྟན་བཅོས་སུ་དབྱུང་བྱ་མ་ཡིན་ལ། ཡང་མདོན་སྐྱུམ་ཁོ་ནར་ངེས་པ་གཉིས་མེད་པ་ལི་ཕྱིར་  
 རོ། །དེས་ན་དོན་བྱེད་ནུས་པ་ལ་འཇུག་པ་ལི་ཡང་དག་པ་ལི་ཤེས་པས་དབྱེ་གཞི་ཡིན་པར་གྲུབ་བོ་  
 ཞེས་གསུང་བ་མི་འཐད་དེ། སྤྱི་དབྱེ་གཞིར་མི་རུང་བར་བྱེ་བྲག་བྱེ་ནས་དབྱེ་གཞིར་དགོས་ན་  
 མདོན་སྐྱུམ་ལ་སོགས་པ་དབྱེ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་འང་དེ་ཉྟར་དགོས་པས་ཉ་ཅང་ཐལ་ལོ། །གཉིས་པ་  
 རང་འདོད་པ་ནི། དེས་ན་ཡང་དག་ཤེས་པ་ཉིད། །ཚད་མ་ཡིན་ཕྱིར་དབྱེ་གཞིར་འཐད། །ཚད་མ་  
 དང་ཡང་དག་པ་ལི་ཤེས་པ་གཉིས་རྣམ་གྲངས་ཡིན་པས་ཡང་དག་པ་ལི་

ཤེས་

ཤེས་པ་དེ་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་མངོན་སྲུང་དང་རྗེས་དཔག་ལ་  
ཚད་མ་མ་ཡིན་པ་མི་སྲིད་པས་དབྱེ་གཞི་ལོགས་པ་མི་དགོས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། དབྱེ་ན་མངོན་སྲུང་  
རྗེས་དཔག་གཉིས། །དེ་དག་གཅིག་དང་ཐ་དད་བརྟག། མངོན་སྲུང་དང་རྗེས་དཔག་གཉིས་བྱམ་  
པ་སྣམ་བྱ་ལྟར་དངོས་པོ་ཐ་དད་དམ། དངོས་པོ་དང་དངོས་མེད་ལྟར་གཅིག་པ་བཀག་པ་འམ།  
བྱས་པ་དང་མི་རྟག་པ་ལྟར་ངོ་བོ་གཅིག་ལ་ལྡོག་པ་ཐ་དད་དམ། ལྷ་བ་དང་བསེལ་བེར་བྱེད་ལྟར་  
དོན་གཅིག་ལ་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན་ཞེ་ན། འདི་ལ་གསུང་ལས། གཞན་གྱི་ལྷགས་དགག་ན། ཁ་  
ཅིག་མངོན་སྲུང་ཉམས་སྲུ་ཚྱུང་བ་སྟོའི་ཆ། རྗེས་དཔག་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དྲི་མའི་ཆ་ཡིན་པས་  
གཟུང་ཡུལ་དངོས་པོར་མེད་པའི་ཕྱིར་དེ་འཛིན་རྗེས་དཔག་ཀྱང་དངོས་པོ་མེད་པས་གཅིག་པ་

བཀག་པ་འོ་ཞེས་ཟེར་བ་སྤྱད་ན་འང་མི་འཐད་དེ། ཚད་མ་གཉིས་ཀ་དངོས་པོ་ཉིད། །ཡིད་སྤྱོད་  
 གཅིག་པ་བཀག་པ་མིན། །རྗེས་དཔག་གཟུང་ཡུལ་མེད་པ་བཟུང་བས་འབྲུལ་པ་ཡིན་ཡང་། འབྲུལ་  
 པའི་ཤེས་པ་ཉིད་ཡིན་པས་དངོས་པོ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་གཅིག་པ་བཀག་པ་མི་སྤྱད་དོ། །ཡུལ་  
 གཅིག་པ་དང་ཐ་དད་ལ། །སྟོས་ནས་གཅིག་དང་ཐ་དད་མིན། །ཡུལ་གཅིག་ལ་སྟོས་ནས་གཅིག་མ་  
 ཡིན་ཏེ། རྟོག་པ་རྟོག་བྲལ་གཉིས་ཡུལ་ཐ་དད་པའི་སྤྱོད་རོ། །ཐ་དད་ལ་སྟོས་ནས་ཐ་དད་ཀྱང་མ་  
 ཡིན་ཏེ། རྗེས་དཔག་མངོན་སྲུང་ཅུ་དང་ཐ་དད་ན་རང་རིག་དང་ཡང་ཐ་དད་པས་ཤེས་པ་མ་  
 ཡིན་པར་འབྱུང་བའི་སྤྱོད་རོ། །གཉིས་པ་རང་འདོད་པ་ནི། དེས་ན་སྟོ་ཡི་དོ་བོར་གཅིག་ །ཡུལ་ལ་  
 སྟོས་ནས་ཐ་དད་ཡིན། །ཤེས་པ་གཅིག་ཉིད་ཡུལ་ལ་རྒྱབ་ཀྱི་མེ་ལ་སྟོས་ནས་རྗེས་དཔག་ཡིན་ཞིང་

༧༩ན

ཤེས་པ་འི་ངོ་བོ་ལ་སྟོས་ནས། མངོན་སྲུང་ཡིན་པས་ཡུལ་ལ་སྟོས་ནས་ཐ་དད་ཡུལ་ཅན་ལ་སྟོས་  
ནས་གཅིག་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ་ཚུད་པ་སྤང་བ་ནི། གལ་ཏེ་ཡུལ་ལ་སྟོས་ནས་ཐ་དད་ན་རྗེས་དཔག་  
ཤེས་པ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ཏེ་རང་རིག་མ་ཡིན་པ་འི་སྤྱིར་རོ། །ཡང་ཡུལ་ཅན་ལ་སྟོས་ནས་རང་  
རིག་དང་གཅིག་པས་སྤྱི་མངོན་སྲུང་ཙམ་དང་གཅིག་ན། དང་པོའི་མངོན་སྲུང་དང་ཐ་དད་པས་སྤྱི་  
མངོན་སྲུང་ཙམ་དང་ཡང་ཐ་དད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། རྗེས་དཔག་ཡུལ་མིན་རང་རིག་  
དང་། །གཅིག་སྤྱིར་བཙུད་པ་འི་སྟོན་ལས་གྲོལ། རྗེས་དཔག་ཡུལ་གྱི་སྟོན་པ་མ་ཡིན་གྱི་ཡུལ་ལ་  
རྟོག་པ་འི་སྟོ་ཡིན་པས་སྟོན་དང་པོ་ལས་གྲོལ་ལ། མངོན་སྲུང་གྱི་བྱེ་བྲག་དབང་པོ་དང་ཐ་དད་ཀྱང་  
བྱེ་བྲག་རང་རིག་དང་གཅིག་པས་སྟོན་གཉིས་པ་ལས་གྲོལ་ལོ། །བྱེ་བྲག་དང་གཅིག་པས་གཅིག་ཏུ་

འགྱུར་ན་བྱེ་བྲག་དང་ཐ་དད་པས་ཀྱང་ཐ་དད་དུ་འགྱུར་བ་མཚུངས་སོ་སྟུང་ན། འོ་ན་ཤ་པ་  
 ཅན་ན་དང་ཐ་དད་པས་ཤིང་ཅམ་དང་ཐ་དད་པར་འགྱུར་ལ། སྤོང་དུམ་ཤ་པ་དང་གཅིག་པས་  
 ཤིང་ཅམ་དང་གཅིག་པ་ནི། འདོད་པས་ག་ལ་མཚུངས། གསུམ་པ་གྲངས་ངེས་པ་ནི། གཞལ་བྱ་  
 གཉིས་ཕྱིར་ཆད་མ་གཉིས། དེ་ལས་གྲངས་གཞན་བཀག་ཕྱིར་རོ། །གཞལ་བྱ་གཉིས་ཡིན་པས་དེ་  
 འཇལ་གྱི་ཆད་མའང་གཉིས་ཁོ་ནར་ངེས་ཏེ། རྗེས་དཔག་ཀྱང་ཆད་མའི་མཚན་ཉིད་དང་ལྟན་  
 པར་གྱུབ་པས་ཉུང་བ་ཁེགས་ལ་ཆད་མ་གསུམ་དང་བཞི་དང་ལྔ་དང་དྲུག་ལ་སོགས་པར་འདོད་  
 པ་དེ་དག་ཀྱང་མདོན་སུམ་དང་རྗེས་དཔག་ལས་གཞན་མེད་དེ་སྤྱིར་བ་དང་རྟགས་ལས་མ་  
 གཏོགས་པའི་རྟོགས་ཚུལ་གསུམ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཐེ་ཚོམ་བཞིན་ཅེས་བྱ་བ་དང་། སྒྲ་ལས་བྱུང་བ་  
 དང་།

༧༩༥

ཉེ་བར་འཇལ་བ་ལ་སོགས་པ་གཞན་ཚད་མ་མ་ཡིན་ཏེ་མངོན་སྲུང་རྗེས་དཔག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
ལོག་ཤེས་བཞིན་ཞེས་པས། ཚད་མ་ལ་གྲངས་གཞན་འགོག་པ་དང་། གྲངས་གཞན་ལ་ཚད་མ་  
འགོག་པའི་རིགས་པས་ཁེགས་སོ། །བཞི་མ་མིང་དོན་ནི། མིང་ལ་བཤད་འཇུག་རྣམ་པ་  
གཉིས། །བཤད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅན་གྱི་སྒྲ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ལ་སོགས་པ་ཡི་གེ་སོ་སོར་བཤད་  
པ་ལས་ཐོབ་པ་དང་འཇུག་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅན་ཤིང་ལ་སོགས་པའི་མིང་དོ། །དེ་ལ་བཤད་འཇུག་  
འགལ་བ་དང་། །མི་འགལ་འགལ་ཞིང་མི་འགལ་བའི། །རྣམ་པར་དབྱེ་བ་རྣམ་པ་བཞི། །བཤད་  
འཇུག་འགལ་བའི་སྒྲ་བྱེད་ཏིལ་འབྱུང་ངམ། བྱ་ལྷག་རྗེ་མོ་ལ་སོགས་པའོ། །མི་འགལ་བའི་སྒྲ་  
ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་འམ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པའོ། །འགལ་ཞིང་མི་འགལ་བ་ནི་འགལ་



འདུ་མུ་གསུམ་པ་སྟེ། དཔེར་ན་མཚོ་སྐྱེས་ལྟ་བུ་སྟེ། འཇུག་པ་ནི་པརྟོ་ལ་འཇུག་ལ་བཤད་ན་མཚོ་  
 ལས་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར་མཚོ་སྐྱེས་སོ། །དེ་ལ་མུ་གསུམ་སྟེ། མཚོ་ལས་སྐྱེས་པའི་པརྟོ་ལ་བཤད་འཇུག་  
 གཉིས་ཀ་ཡོད་ལ། སྐམ་ལས་སྐྱེས་པའི་པརྟོ་ལ་འཇུག་པ་འབར་ཞིག་ཡོད་ཅིང་། མཚོ་ལས་སྐྱེས་  
 པའི་སྟོག་ཆགས་ལ་བཤད་པ་འབར་ཞིག་ཡོད་པས་སོ། །འོ་ན་སྐམ་སའི་སྟོང་དུམ་ལ་བཤད་  
 འཇུག་གཉིས་ཀ་མེད་པས་མུ་བཞི་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། ཡིན་མོད་ཀྱི་མཚོ་སྐྱེས་ཞེས་པའི་མིང་ལ་  
 མི་འཇུག་པས་མུ་བཞི་པར་མི་བབྱང་ངོ་། །དེ་དག་མིང་དང་རིགས་ཀྱི་སྒྲ། །མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
 གཉིས་མུ་སྟེ། །མིང་གི་སྒྲ་རྣམས་བྱིན་དང་མཚོད་སྟེན་ལ་སོགས་པ་དང་། རིགས་ཀྱི་སྒྲ་ཤིང་དང་བ་  
 ལང་ལ་སོགས་པའོ། །རྒྱ་མ་རིགས་ལ་མི་སྟོས་ལ་བྱི་མ་ནི་སྟེ་རིགས་ལ་སྟོས་པ་ཡིན་

༧༥

ན། །འདིར་མདོན་སྐྱུམ་གྱི་སྒྲ་ཕྱ་ཏི་ནི་སོ་སོ། ཨ་ཀླ་ནི་དབང་པོ་ཡིན་པས་དེའང་སྒྲིལ་མདོ་ལས། ཨི་  
ནི་ཨ་དང་ཡའོ། །ཞེས་ཟེར་བས་ཕྱ་ཏིའི་ཨི་ཨ་དང་ཡ་གཉིས་སྐྱུ་བསྐྱར་ལ་ཨ་བརྗོད་པའི་དོན་  
ཏོ། །ཞེས་པའི་ཚུལ་གྱིས་མི་མདོན་པར་བྱས་ལ། ཡ་ཏ་ལ་སྐྱར་བས་ཨ་ཀླའི་ཨ་ཏའི་སྒྲ་ཏུ་བྱིན་  
པས་ཕྱ་ཏུ་ཀླ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ལ་དེ་ནི་དབང་རྟེན་ཅེས་བྱ་བར་འགྱུར་བས་བཤད་ན་དབང་པོ་ལ་  
བརྟེན་པ་ཞེས་བྱ་ལ་འཇུག་པ་ནི་དོན་རང་གི་མཆོན་ཉིད་འཛིན་པའི་ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་ལ་འཇུག་  
གོ། །དེ་ནི་མཆོ་སྤྱིས་གྱི་སྒྲ་ཏྟར་སྐྱུ་གསུམ་པ་ཡིན་ཏེ། དང་པོ་གཉིས་ལ་གཉིས་ཀ་ཡོད་ཅིང་གཞན་  
གཉིས་ལ་འཇུག་པ་འབའ་ཞག་ཡོད་ལ། ལྷ་བ་གཉིས་འཛིན་ལ་སོགས་པ་ལ་བཤད་པ་འབའ་ཞིག་  
ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྗེས་སྐྱུ་དཔག་པའི་ཨ་རྒྱ་ནི་ཕྱི་ནས་སམ་རྗེས་སྐྱུ་ མ་ཅ་ནི་འཇལ་བའམ་དཔག་

ཕ་སྟེ་རྟགས་མཐོང་འབྲེལ་པ་དྲན་པའི་རྩེས་སྤྱི་ལྷོ་ཆུལ་གྱིས་དཔོགས་པས་ན་རྩེས་དཔག་  
 གོ་གཉིས་པ་མཚན་གཞི་ལ་ལོག་རྟོག་དགག་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། མདོན་སྤྱུལ་དང་རྩེས་དཔག་ལ་  
 དགག་པ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་ལས་མདོན་སྤྱུལ་མ་ཡིན་པ་ལ་ཡིན་པར་རྟོག་པ་དགག་ན། ཡུལ་  
 དུས་ནུམ་པར་འབྲུལ་པའི་ཆ། །མདོན་སྤྱུལ་ཚད་མར་འདོད་པ་ཡོད། །ཡུལ་ལ་འབྲུལ་པ་ནོར་བུའི་  
 འོད་ལ་ནོར་བུར་འཛིན་པ་ཡུལ་གྱི་བྱུང་པར་སྒོ་ཡུགས་ལ་འབྲུལ་ཡང་ནོར་བུ་ཙམ་ལ་མདོན་སྤྱུལ་  
 ཚད་མ་ཡིན་ཏེ། བཅད་པའི་དོན་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་སྒོ་གསེང་དང་འབྲེལ་པར་བཅད་དེ་  
 མ་ཐོབ། ཁང་ཡུག་དང་འབྲེལ་པར་ཐོབ་སྟེ་མ་བཅད་དོ་ཞེ་ན། འོ་ན་སྒྲིན་པོ་འཇལ་བའི་མདོན་སྤྱུལ་  
 ལ་ཡང་སྐད་ཅིག་སྒྲུ་མ་དང་འབྲེལ་པར་བཅད་དེ་མ་ཐོབ་ཕྱི་མ་དང་འབྲེལ་པར་ཐོབ་སྟེ། མ་བཅད་

༧༩༥

པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་སྒྲ་ཕྱི་མ་ཕྱེ་བའི་སྒྲ་ཙམ་ལ་བཅད་པའི་དོན་ཐོབ་པ་ཡོད་པས་ཆད་མ་ཡིན་  
ན། འདིར་ཡང་སྒྲ་ཕྱགས་མ་ཕྱེ་བར་ནོར་བུའི་འོད་ཙམ་ལ་ཆད་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་པ་དང་།  
དུས་ལ་ལུའུ་པའང་ནམ་གུང་ལ་ཉིན་ཕྱེད་དུ་ལུའུ་པའི་མི་ལམ་གྱི་ཤེས་པའང་ཉིན་ཕྱེད་ཀྱི་བུ་  
ལ་མངོན་སྲུང་ཆད་མ་དང་། རྣམ་པ་ལ་ལུའུ་པའང་དུང་སེར་པོར་སྒྲུང་བ་ཁ་དོག་ལ་ལུའུ་པ་ཡང་  
དབྱེབས་ལ་ཆད་མ་དང་། སྒྲོན་ཤིང་འགོར་སྒྲུང་ཡང་བརྟེན་པ་སྒྲོད་པའི་ཆ་ལ་ལུའུ་པ་ཡང་རྟེན་ཁ་  
དོག་ལ་མངོན་སྲུང་ཆད་མ་ཡིན་ཞེས་ཟེར་བ་མི་འབད་དེ། རང་མཆོན་མེད་ཕྱིར་མངོན་སྲུང་  
མིན། །རྟགས་ལས་ངས་ན་རྗེས་དཔག་སྤིད། །ནོར་བུའི་རང་མཆོན་གྱིས་རྣམ་པར་མ་གཏད་པའི་  
ཕྱིར་དང་། དུང་གི་དབྱེབས་དང་སྒྲོན་པའི་ཁ་དོག་གི་རང་མཆོན་སྒྲུང་ན་དེ་དང་དབྱེར་མེད་ཀྱི་ཁ་

དོག་དང་སྒྲིང་པ་འང་སྒྲིང་བར་ཐལ་ཏེ་རྩ་ས་གཅིག་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་རྟོག་མེད་གྱི་ཤེས་པ་  
 ལ་བྱུལ་ན་ཀུན་ལ་བྱུལ་ལ། མ་ལ་བྱུལ་ན་ཀུན་མ་ལ་བྱུལ་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་རིམ་པོའི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །རྣམ་འགྲེལ་ལས། མངོན་སྲུང་གྱིས་ནི་བཟུང་བ་ལ། །བྱང་པར་ཆ་ཤས་རྣམ་སྤངས་  
 པ། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། དོན་གྱི་རང་གི་ངོ་བོ་གཅིག །བདག་ཉིད་མངོན་སྲུང་ཡིན་པ་ལ། །ཚད་མ་  
 རྣམས་གྱིས་བརྟག་བྱ་གང་། །མ་མཐོང་ཆ་གཞན་ཅི་བཞིན་ཡོད། །ཅེས་གསུངས་པས་སོ། །ཡང་  
 འོད་དང་ནོར་བུ་གང་ཡང་རྟུང་བའི་སྤྱིའམ། ནོར་བུའི་འོད་རྟགས་སུ་བཀོད་ན་འབྲས་རྟགས་ཉིད་  
 ཡིན་ནོ། །འོད་ཅུང་ལ་བྱུལ་ལ་ནོར་བུའི་འོད་མ་གྲུབ་བོ་ཞེ་ན། རྟུང་བ་ལ་འང་མཚུངས་སོ། །མི་ལམ་  
 བདེན་པ་འང་སང་པའི་ཆེ་རང་མཚན་སྤྱང་བའི་བག་ཆགས་གྱི་རྒྱ་ལས་མི་ལམ་གྱི་བག་ཆགས་སྤྱང་  
 བས་རྒྱུའི་ཆོས་རྗེས་སུ་དཔོགས་པ་

༧༩༥

ཉིད་དེ། རྒྱུད་གཞན་གྲུབ་པ་ལས་ལས་དང་ལྷ་ལ་སོགས་པས་བསྐྱེད་པའི་མི་ལམ་བདེན་པ་བཞིན་  
ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་རྟུན་རྟོ། །དུང་དང་སྒྲོན་པ་དང་སྒྲེ་བ་གཉིས་ལ་སོགས་པའང་ཡུལ་རང་  
མཚན་དང་དབང་པོ་སྒྲོན་ཅན་ལས་ཤེས་པ་ལུགས་པ་སྐྱེ་བས། ནམ་ཤེས་པ་ལུགས་པར་གོ་བ་ན་  
ལུགས་པ་ལ་དངོས་ཡུལ་མེད་ཀྱང་འཇུག་ཡུལ་དབྱིབས་དང་སྒྲོད་པ་དང་སྒྲེ་བ་གཅིག་ལ་འབྲས་  
རྟགས་ཀྱི་སྐབས་སྤིང་དེ། ལུགས་ཡང་འབྲེལ་ཕྱིར་ཚད་མ་ཉིད་ཅེས་གསུངས་པ་རྟུན་རྟོ། །དེའང་  
ལུགས་པ་ཡུལ་ལ་སྒྲོས་པ་ལ་འཇུག་གི་ནང་གི་བསྐྱེད་པ་རབ་རིབ་ལ་སོགས་པ་ལ་མ་ཡིན་  
ནོ། །ཡང་ཁ་ཅིག་རྟོག་མེད་དོན་གཞན་ལ་ཚད་མར་འདོད་དེ། ཁ་དོག་འཛིན་པ་རེག་བྱ་  
ལ། །མདོན་སྐུམ་ཡིན་ཞེས་ལ་ལ་སྒྲུ། །དུང་གི་ཁ་དོག་འཛིན་པའི་མིག་ཤེས་རེག་བྱ་འཇམ་པ་དང་



ལྷོད་པ་ལ་མངོན་སྲུང་ཆོད་མ་ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་དུ་མེ་དང་ཆུ་ལ་སོགས་པའི་ཁ་དོག་འཛིན་པ་འདྲ་  
 ཆོད་པ་དང་གཤེར་བ་ལ་མངོན་སྲུང་ཆོད་མའི་ཞེས་ཟེར་རོ། །འདི་མི་འཐད་དེ། སྐྱེ་མཆོད་རྣམ་དགུ་  
 མ་ཤེས་པས། །རྒྱ་ཆོས་མངོན་སྲུང་ཡིན་པར་འབྱུལ། །སྐྱེ་མཆོད་ཀྱི་རྩ་ས་གཞན་ལ་སྐྱེ་མཆོད་  
 གཞན་ཆོད་མར་འགྲོ་ན་དབང་པོ་དུ་མ་དོན་མེད་པར་འགྱུར་བ་དང་། སློབ་དཔོན་གྱིས་ཆོགས་པ་  
 གཅིག་ལ་རག་ལས་པའི། །གཟུགས་ལ་སོགས་པ་རོས་རྟོགས་པས། །རྒྱ་ཆོས་རྗེས་སྲུ་དཔག་པ་  
 རྟེ། །དུ་བས་བྱད་ཤིང་འགྱུར་བ་བཞིན། །ཞེས་རྗེས་དཔག་ཏུ་གསུངས་པ་དང་འགལ་ལོ། །གཉིས་  
 པ་མངོན་སྲུང་ཆོད་མ་ཡིན་པ་ལ་མ་ཡིན་པར་རྟོག་པ་དགག་ན། རྟོག་པ་ཡུལ་དུས་རྣམ་པ་  
 ལ། །འབྱུལ་པས་མངོན་སྲུང་འགོག་ཅིས་ཟེར། །རྟོག་པ་སྣམ་བུའི་དམར་པོ་ལ་

༧༩༥

བུམ་པ་འི་དམར་པོར་ལུའུ་པ་འི་ཆོ། མིག་ཤེས་ཀྱང་དམར་པོ་ལ་ཚད་མ་མ་ཡིན་ཏེ། རུང་སེར་  
པོར་སྒྲུང་བ་དབྱིབས་ལ་ཚད་མ་མ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྒྲོ་རྒྱབ་ཀྱི་བུམ་པ་ལ་ཁང་  
ཡུགས་ཀྱི་བུམ་པར་རྟོག་པ་ལུའུ་པ་དང་། ཕྱི་ངོའི་སྒྲོག་ཆགས་ལ་སྒྲོའི་སྒྲོག་ཆགས་སུ་རྟོག་པ་  
ལུའུ་པ་འི་ཆོ་དབང་ཤེས་ཚད་མ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །འདི་མི་འབྱུང་དེ། རྟོག་པ་ལུའུ་པ་ཡང་  
དབང་ཤེས་ལ། །མི་སྒྲིབ་སྒྲོ་འཛིན་ཚད་མ་བཞིན། །དེའི་ཆོ་རྟོག་པ་ཡུལ་དུས་རྣམ་པ་ལ་ལུའུ་  
པས་ལོག་ཤེས་ཡིན་ཡང་། མཛོན་སྒྲུམ་དོན་རང་གི་མཚན་ཉིད་ལ་མ་ལུའུ་པས་ཚད་མ་ཡིན་ཏེ།  
བུམ་པ་ལ་རྟོག་པར་འཛིན་པའི་སྒྲོ་འདོགས་ཡོད་ཀྱང་སྒྲོན་པོ་ལ་མཛོན་སྒྲུམ་ཚད་མར་འགྱུར་བ་  
བཞིན་ནོ། །གསུམ་པ་ཡིན་མིན་མཚུངས་པར་རྟོག་པ་དགག་པ་ནི། འགའ་ཞིག་ཡིན་མིན་མཚུངས་

ཞེས་ཟེར། །མཆོད་སྐྱོད་མིན་ཡུལ་ཐ་དད་ཕྱིར་རོ། །རྟོག་པ་སྒྲུབ་བྱའི་དམར་པོ་ལ་བྱམ་པའི་དམར་  
 པོར་ལྷུལ་པ་དམར་པོ་ལ་ཚད་མ་ཡིན་ན། རྒྱ་སེར་པོར་ལྷུལ་པ་འདྲ་དབྱེས་ལ་ཚད་མར་  
 འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། མི་འགྱུར་ཏེ་ཡེ་ཤེས་དང་དབང་ཤེས་ཡུལ་ཐ་དད་པས་མི་མཆོད་སྐྱོད་སོ། །གཉིས་པ་  
 རྗེས་དཔག་ལ་ལོག་རྟོག་དགག་པ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ཡིན་པ་ལ་མ་ཡིན་པར་རྟོག་པ་དགག་  
 ན། མོར་བྱའི་འོད་ལས་མོར་བྱ་ཉིད། །རྟོག་པ་རྗེས་དཔག་མིན་ཞེ་ན། །ཁ་ཅིག་མོར་བྱའི་འོད་ལས་  
 མོར་བྱ་རྟོགས་པ་རྗེས་དཔག་མ་ཡིན་ཏེ། མོར་བྱ་རྟོགས་སྒྱུ་བཀོད་ན་རྟོགས་དང་རྟོགས་ཅན་  
 མེད། །མོར་བྱའི་འོད་མི་འགྱུབ། འོད་ཅུང་མ་ངེས་སོ་ཞེ་ན། སྒྲུབ་པའི་སྒྲུབ་སྒྲུབ་སོགས། །འབྲས་  
 རྟོགས་པལ་ཆེར་ལྷུལ་པར་འགྱུར། །དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པའི་སྒྲུབ་ལས་དེའི་ས་བོན་དཔོགས་

༧༩༩

པའི་ཆོ། སྐྱ་ལུ་བཀོད་ན་རྟགས་དང་རྟགས་ཅན་མེད། སྐྱ་ལུ་འི་ཐུ་གུ་མ་གྲུབ། ཐུ་གུ་ཅམ་མ་ངེས་  
སོ། །གལ་ཏེ་སྐྱ་ལུ་འི་ཐུ་གུ་འགོད་ལ་དེའི་ཆོ་སྐྱ་ལུས་བྱང་པར་དུ་བྱས་པ་མ་གྲུབ་ཀྱང་གཞན་དུ་  
མཐོང་བའི་སྟོབས་ཀྱིས་དེར་སྐྱ་ངེས་ཟེན་པས་མི་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། མོར་བུའི་འོད་ཀྱང་གཞན་དུ་  
མཐོང་བའི་སྟོབས་ཀྱིས་དེར་སྐྱ་ངེས་ཟེན་པས་ག་ལ་འགལ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་འབྲས་བུའི་རྟགས་  
ཐམས་ཅད་འབྲུལ་པར་འགྱུར་རོ། །གཉིས་པ་རྗེས་དཔག་མ་ཡིན་པ་ལ་ཡིན་པར་རྟོག་པ་དགག་ན།  
རྟགས་དང་བསྐྱབ་བྱ་འབྲུལ་ན་ཡང་། རྟོན་དང་ཆ་ལ་ཆད་མ་ཟེར། །དུ་བས་ལ་ལ་རྟག་པའི་མེ་  
དཔག་པ་ན་མེ་ཅམ་ལ་ཆད་མར་འདོད་པ་དང་། ཡན་ལག་ཅན་གྱི་ལ་ཆོས་ཅན་རྟག་པའི་མེ་ཡོད་  
དེ་རྟོན་དམ་པའི་དུ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དབང་ཕྱག་གིས་བྱས་པའི་ཆང་མང་བཞིན་ནོ། །ཞེས་བཀོད་

བའང་མི་འཐད་དེ། དེ་ལྟ་འི་རྟགས་ལ་ཚུལ་གསུམ་མེད། །གྲུབ་ལ་རྟགས་ཀྱི་བྱང་པར་མེད། །དུ་  
བས་ལ་ལ་རྟག་པའི་མེ་བསྐྱབ་པའམ། རྟོན་དམ་པའི་དུ་བ་རྟགས་སུ་བཀོད་ན་རྟགས་དེ་དག་ལ་  
ཚུལ་གསུམ་མི་འགྲུབ་སྟེ་དེ་ལྟ་བུ་མི་སྤྲོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །བཀོད་པ་དེ་ལྟར་བཀོད་ཀྱང་སོང་ཆོད་ལ་  
མི་རྟག་པའི་མེ་ཙམ་གྲུབ་པ་དང་། དུ་བ་ཙམ་རྟགས་སུ་སོང་ངོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ་བྱང་པར་དུ་བྱེད་  
ཆོས་རྟག་པ་དང་། རྟོན་དམ་པ་མ་གྲུབ་པར་དེས་བྱང་པར་དུ་བྱས་པའི་རྟག་པའི་མེ་དང་རྟོན་དམ་  
པའི་དུ་བ་ག་ལ་འགྲུབ། མེ་ཙམ་དང་དུ་ཙམ་གྲུབ་ངོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ་དབྱུག་པ་ཙན་འདོད་པ་ལ་  
མི་རྒྱུད་གྲུབ་པས་ཅི་ཞིག་བྱ། གསུམ་པ་མཆན་གཞི་ལ་མཆན་ཉིད་དེས་པའི་ཆད་མ་ལ་གཉིས་

༩༠༩

ལས། དང་པོ་བྲི་བ་དགོང་པ་ནི། །ཆད་མ་དེ་དག་ངེས་པ་ནི། །རང་གཞན་གང་ལས་རྟོགས་ཤེ་  
ན། །ཆད་མས་དོན་རྟོགས་པ་ཡི་ཆོ། །ངེས་ཤེས་ཆད་མ་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་འདྲན་ནམ་གཞན་  
ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་འདྲན། དེ་ཉིད་ཀྱིས་འདྲན་ན་ཆད་མའི་མཆན་ཉིད་ལ་མི་མཐུན་པ་མེད་པར་  
འགྱུར་ལ་གཞན་ལས་ངེས་ན་ཐུག་མེད་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །གཉིས་པ་ལན་ལ་གསུམ་ལས།  
གཞན་གྱི་ལན་དགག་ན། ལ་ལ་རང་ལས་ངེས་པར་འདོད། །འགའ་ཞིག་གཞན་ལས་ངེས་ཞེས་  
ཟེར། །དེ་དག་གཉིས་གས་རིགས་པ་དང་། །རིགས་པ་སྣ་བའི་བཞེད་པ་དོར། །ཁ་ཅིག་རང་ཁོ་ན་  
ལས་ངེས་སོ་ཞེས་ཟེར་བ་དང་། །འགའ་ཞིག་གཞན་ཁོ་ནས་ངེས་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་ཟེར་བ་ནི།  
དངོས་པོ་སྟོབས་ཀྱིས་ཞུགས་པ་དང་། །སྟོབ་དཔོན་གྱི་དགོངས་པ་མ་ཤེས་པར་ཟད་དེ། །ནམ་



འགྲེལ་ལས། རང་ལ་རང་གི་དོ་བོ་རྟོགས། ། ཐ་སྙད་ལས་ནི་ཚད་མ་ཉིད། ། ཅེས་བྱ་བ་དང་། མདོན་  
 སྒྱུ་གྱིས་ནི་བཟུང་བ་དང་། ། བྱད་པར་ཆ་ཤས་རྣམས་སྤངས་བ། ། བྱད་པར་གང་ལ་རྟོགས་པ་  
 ཡི། ། རྒྱུན་ཡོད་དེ་ནི་རྟོགས་པར་འགྱུར། ། ཞེས་གསུངས་པས་སོ། ། གཉིས་པ་རང་གི་ལན་ནི། དོན་  
 རིག་གཉིས་དང་རང་རིག་དང་། ། རྗེས་སྤྱད་པ་པ་རང་ལ་ངེས། ། དོན་བྱེད་པར་སྤྱང་བའི་མདོན་  
 སྒྱུ་དང་། མདོན་སྒྱུ་གོམས་པ་ཅན་དེ་དོན་རིག་གཉིས་དང་། ། རང་རིག་དང་རྗེས་སྤྱད་པ་བཞི་  
 རང་ལས་ངེས་ལ། དང་པོ་བ་དང་ཡིད་མ་གཏད། ། འབྲུལ་རྒྱ་ཅན་རྣམས་གཞན་ལས་ངེས། ། མདོན་  
 སྒྱུ་དང་པོ་བ་དང་ཡིད་མ་གཏད་པ་དང་། ། འབྲུལ་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཟེན་པ་གསུམ་པོ་གཞན་  
 ལས་ངེས་པར་བྱེད་དོ། ། དཔེར་བརྗོད་ན་སྤྱང་བ་རང་ལས་

༩༠༩

ངེས་བདེན་པའི་ཆ་གཞན་ལས་ངེས་པ་རྒྱང་རིང་པོ་ནས་དམར་འབར་བའི་རྣམ་པ་རང་ལས་ངེས་  
ཀྱང་མེར་བདེན་ནམ་འོན་ཏེ་སྒྱུ་མའམ་སྒྲུལ་པ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོ་བ་ཏྲགས་ཡིན་ཞེས་ཐེ་ཚོམ་བ་བར་  
གཞན་ལས་ངེས་པར་བྱེད་པའམ། རྒྱང་རིང་པོ་ན་ཡལ་འདབ་དང་ལྡན་པ་སྒྲུང་བ་ན། སྤྱི་ཤིང་ཙམ་  
ལ་སྒྲོས་ནས་སྒྲོ་འདྲོགས་ཚད་ནས་རང་ལས་ངེས་ཤིང་བྱེ་བྲག་ཤ་པ་ལ་རྟོག་བྲལ་མ་འབྲུལ་པ་  
ཡིན་པས་མདོན་སྒྱུ་མ་ཚད་མ་ཡིན་ཡང་ཤ་པའི་སྒྲོག་པ་ལ་སྒྲོ་འདྲོགས་མ་ཚད་པས་གཞན་ལས་  
ངེས་སོ། །བྱེ་བྲག་མ་ངེས་བཞིན་དུ་དེ་ལ་ཚད་མར་འགོ་བ་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། གཞན་སེལ་གྱི་སྤྱི་མ་  
གཏོགས་པ་དོན་ལ་སྤྱི་མ་གྲུབ་པས་དོན་བྱེད་པ་ན་བྱེ་བྲག་ཉིད་ཀྱིས་དོན་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དང་རྟོག་  
བྲལ་མ་འབྲུལ་པའི་ཡུལ་ཡང་ཤ་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་སྒྲུང་བ་རང་ཉིད་ཀྱང་གཞན་

ལས་ངས་པ་དཔེར་ན་འགའ་ཞིག་རྟུ་མེ་སྒྲུང་བ་ན། ཁོ་བོ་ལ་མེ་སྒྲུང་བའི་སྒྲོ་གཅིག་བྱུང་ངམ་མ་བྱུང་  
 ཞེས་ཐེ་ཆོམ་ཟ་བ་ན་དབང་ཤེས་རྟོག་བྲལ་མ་འབྲུལ་པས་ཚད་མ་ཡིན་ཡང་ཡིད་ཤེས་ཀྱིས་ངས་  
 མ་རྟུས་པ་གཞན་ལས་ངས་པར་བྱེད་པའོ། །དེ་ངས་པར་བྱེད་པའི་ཚད་མ་ཡང་། །དོན་བྱེད་པ་  
 དང་གོམས་པ་ཅན། །རྗེས་སྤྱད་པག་པས་ངས་པར་བྱེད། །མེའི་རྣམ་པ་སྒྲུང་ནས་བདེན་བརྟུན་ལ་  
 ཐེ་ཆོམ་ཟ་བ་ན། བཙོ་སྤྱོད་ལ་སོགས་པའི་དོན་བྱེད་པར་མཐོང་ནས་མེར་ངས་པའམ། ཡང་ན་དོན་  
 བྱེད་པར་མ་མཐོང་ཡང་བར་དུ་སྤྱོད་པ་དོན་གྱི་རྣམ་པ་གསལ་བར་འཛིན་པའི་མདོན་སྤྱོད་གོམས་  
 པའི་སྟོབས་ཀྱིས་སྤྱད་ཅིས་ཟེན་ནས་དོན་དེར་ངས་པའམ། རྗེས་དཔག་གི་ངས་པ་ལ་ཡང་གཉིས་  
 ལས། དམར་འབར་བ་སྒྲུང་ཡང་བརྟུན་པར་དོགས་པ་ལ་དུ་བ་སྤྱོད་པའི་རྟོགས་ལས་མེར་ངས་  
 པའམ།

༡༠༩

ལྷན་ཅིག་རྒྱ་བའི་དོན་གཞན་འཛིན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་རྗེས་དཔག་དམར་འབར་བ་ལ་ཐེ་ཚོམ་བྱ་བ་  
ན། མའི་དྲི་ལ་སོགས་པ་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་རྣམས་གཞན་ལས་མེད་ངེས་པ་ལྟ་བུའོ། །ཁ་ཅིག་འདི་མདོན་  
སུམ་ཡིན་ཞེས་ཟེར་བ་ནི་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་རྣམས་དབྱེ་ལ་མི་མཁས་པར་བཟད་དོ། །ཚོས་ཀྱི་གྲགས་པས་  
ཀྱང་རྒྱུའི་ཚོས་རྗེས་སུ་དཔག་པར་གསུངས་པ་ཡིན་ཅོ། །གསུམ་པ་དེ་ལ་ཚུད་པ་སྤང་བ་ནི། ཁ་  
ཅིག་ཡུལ་དང་དོ་བོ་ལ། །བརྟགས་ནས་གཞན་སེལ་མི་སྲིད་ཟེར། །ངེས་བྱའི་ཆད་མ་ངེས་བྱེད་ཀྱི་  
ཆད་མ་གཉིས་ཡུལ་གཅིག་ན་ངེས་བྱེད་ཀྱི་ཆད་མ་གཉིས་པ་བཅད་པའི་ཡུལ་ཅན་དུ་འགྱུར་ལ་  
ཡུལ་མི་གཅིག་ན་ཡུལ་གཞན་དངོས་པོར་གྱུབ་པས། གཞན་ཇི་ལྟར་དངོས་པོར་གྱུབ་ཅེས་ཟེར་བ་  
དང་། ཡང་ཁ་ཅིག་གཞན་ལས་ངེས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཀྱང་དེའི་ཆེ་སྒྲོ་འདོགས་མ་ཆད་ན་ཆད་

མ་ཉིད་མ་ཡིན་པས་གཞན་ངེས་སུ་འདྲ་མི་འབྲུག་ལ། སྒྲོ་འདོགས་ཚད་ན་རང་ལས་ངེས་སུ་འགྱུར་  
 རོ། །ངེས་ན་གཞན་ལས་ངེས་ཀྱི་ཚད་མ་གཏན་མི་སྲིད་དོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །ངེ་དག་གི་ནི་མདོན་སྒྱུ་  
 དང་། །རྟོག་པའི་བྱེད་པ་འདྲེས་པར་ཟད། །མདོན་སྒྱུ་རྟོག་བྲལ་མ་འབྲུལ་པ་ཙམ་གྱིས་ཚད་མར་  
 འགོ་ལ། མདོན་སྒྱུ་ཉིད་ཀྱི་རང་སྟོབས་གྱིས་དེ་མ་ཐག་ཏུ་ངེས་ཤེས་འདྲན་ནུས་ན་རང་ལས་ངེས་  
 ཡིན་ཅིང་། མདོན་སྒྱུ་ཀྱི་རང་སྟོབས་གྱིས་དེ་མ་ཐག་ཏུ་ངེས་ཤེས་འདྲན་མ་ནུས་པ། བྱིས་ཚད་མ་  
 གཞན་གྱིས་ངེས་དགོས་ལ། གཞན་ལས་ངེས་ཡིན་པའི་རྣམ་གཞག་མ་ཤེས་པར་སྒྲུ་སྟོགས་བྱེད་  
 རྟེན་རྟོག་པ་དང་། རྟོག་མེད་ཀྱི་བྱེད་པ་འདྲེས་ཏེ། མདོན་སྒྱུ་ཉིད་ངེས་པའི་བདག་ཉིད་དུ་  
 བསམས་ནས་རྩོད་པར་ཟད་དོ། །འོ་ན་མདོན་སྒྱུ་ཐམས་ཅད་སྤང་ལ་མ་ངེས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་  
 བ། འདོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་

༡༨༠ན

བཤད་ཟིན་ནོ། །བཞི་པ་དེས་དགག་སྐྱབ་ཅི་ཏྟར་བྱེད་པའི་ཚུལ་ལ་གཉིས་ལས་དང་པོ་དགག་  
སྐྱབ་སྤྱིའི་རྣམ་གཞག་ནི། ལྷ་བ་བ་དངོས་པོའི་ཡུལ་ཅན་ཡིན། །སེལ་བ་ལ་ནི་དགག་སྐྱབ་  
གཉིས། །ལྷ་བ་བ་རྩ་ས་ཀྱི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པས། མདོན་སྐྱམ་དོན་ལ་ལྷ་བ་ཅམ་མ་གཏོགས་པ་དགག་  
སྐྱབ་ཀྱི་ཐ་སྙད་མེད་དོ། །འོན་ཀྱང་དེས་བྲངས་པའི་དེས་པ་དང་། རྩེས་དཔག་སྟེ་མདོར་ན་སེལ་  
བས་དགག་སྐྱབ་བྱེད་དོ། །སྐབས་འགར་ལྷ་བ་བ་ལ་སྐྱབ་པར་གྲགས་པ་ནི་བཏགས་པ་བ་ཡིན་ལ།  
དེ་ལྟ་ན་ལྷ་བ་བའི་བསྐྱབ་པ་དང་སེལ་བའི་བསྐྱབ་པ་གཉིས་སྟེ་བྱེད་པོ། །དེ་ལ་ལྷ་བ་བའི་བསྐྱབ་པས་  
དངོས་སྟེ་དགག་སྐྱབ་མི་བྱེད་ལ་དེས་ནས་བྱེད་ན་སེལ་བར་འགྱུར་བས་སྐབས་འདིར་སེལ་བའི་  
བསྐྱབ་པ་བཤད་དོ། །ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པས་ཀྱང་། དགག་དང་སྐྱབ་པ་མ་གཏོགས་པ། །སྐྱེ་ལས་བྱུང་



བའི་ཐ་སྐྱོད་གཞན། ཡོད་མིན་ཞེས་གསུངས་པའང་སེལ་བའི་བསྐྱབ་པ་ལ་དགོངས་ལ་དེས་ན་  
 སེལ་བའི་དགག་སྐྱབ་གཉིས་དང་། མེད་དགག་མ་ཡིན་དགག་དོན་གཅིག་གོ། གཉིས་པ་དེའི་རང་  
 བཞིན་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། མཚན་ཉིད་དང་། དེས་དོན་རྟོགས་པའི་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་  
 ལ་གསུམ་ལས། གཞན་གྱི་ལྷགས་དགག་ན། ཁ་ཅིག་མེད་དགག་མ་ཡིན་དགག་གི་མཚན་ཉིད།  
 བསྐྱབ་ཆོས་དོར་མ་དོར་ལ་བྱས་ནས་མ་ཡིན་དགག་དང་མདོན་སུམ་གཉིས་གཅིག་ཏུ་བྱེད་པ་ནི།  
 གྲུ་དང་ཚད་མའི་གཞུང་ལྷགས་རྒྱ་ཆེན་པོ་མ་མཐོང་བས་སྐྱང་བའི་བསྐྱབ་པ་དང་སེལ་བའི་བསྐྱབ་  
 པ་མ་བྱེད་ཅིང་། མ་ཡིན་དགག་གི་བསྐྱབ་པ་དང་། དགག་པའི་ཆ་མ་བྱེད་པར་བྱེད་དེ། རྣམ་ངེས་  
 ལས། མ་ཡིན་པར་དགག་

༡༠༥

པ་གཅིག་ཕུ་ནི་དགག་པ་འི་ཡུལ་མ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། མེད་པར་དགག་པ་ཡང་ཡིན་ལ། །ཞེས་  
གསུངས་པ་མ་དྲན་པ་ཡིན་ནོ། །ཡང་བསྐྱབ་ཆོས་མ་དོར་བ་མ་ཡིན་དགག་ཡིན་ན་མངོན་སྲུང་ཡང་  
མ་ཡིན་དགག་ཏུ་བལ་ཏེ། བསྐྱབ་ཆོས་མ་དོར་བ་འི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་རང་གི་ལྷགས་ནི། དགག་  
པ་བསྐྱབ་པ་སྟོང་བ་དང་། །མི་སྟོང་བ་ཡི་སྟོན་ས་གཉིས། །མེད་དགག་དང་མ་ཡིན་དགག་གི་མཚན་  
ཉིད་རིམ་པ་བཞིན་དགག་བྱ་བཅད་ནས་ཆོས་གཞན་མི་འཕེན་པ་དང་འཕེན་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་  
ན་བུམ་པ་མེད་པ་དང་། བུམ་པ་མེད་པ་འི་ས་སྟོགས་ལྟ་བུ་དགག་པ་རྒྱུད་པ་དང་དགག་གྲུབ་  
ཆོགས་པ་ལོ། །གསུམ་པ་ཚུད་པ་སྤང་བ་ནི། །ཁ་ཅིག་དགག་བྱ་དེ་ཡོངས་ཆོད་དང་། དངོས་འགལ་  
གཅོད་ན་མ་ཡིན་དགག་མི་སྤིད་དེ། །ཤེས་བྱ་བམས་ཅད་དངོས་འགལ་བཅད་སྟོན་ཅམ་ཁོ་ནར་

གནས་པ་འི་ཕྱིར་རོ། །བརྒྱད་འགལ་གཙོད་ན་མེད་དགག་མི་སྤྱོད་དེ་བརྒྱད་འགལ་བཅད་ནས་  
 ཆོས་གཞན་མི་འཕེན་པ་མེད་པ་འི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། དངོས་འགལ་བརྒྱད་འགལ་གང་ཡིན་ཡང་སྤྱོད་  
 སྐབས་དེར་མི་འདོད་པ་འི་ཆོས་གཅིག་ཡིན་ལ། རྒྱལ་དུ་འཕང་བའི་ཆོས་ཀྱང་སྐབས་དེར་འདོད་  
 པ་འི་ཆོས་ཡིན་པས་མི་འདོད་པ་འི་ཆོས་གཅིག་བཅད་ནས་འདོད་པ་འི་ཆོས་གཞན་འཕེན་པ་དང་  
 མི་འཕེན་པ་ཡིན་ཅོ། །དེས་ན་མ་ཡིན་དགག་དགག་སྤྱོད་ཆོགས་པ་ཡིན་པས་དངོས་པོའི་ཆ་གཙོ་  
 ཆེ་ན་བསྐྱབ་པར་ཡང་མིང་འདོགས་ཏེ། དགག་དང་བསྐྱབ་པ་མ་གཏོགས་པ། །སྤྱོད་ལས་བྱུང་བའི་ཐ་  
 སྤྱོད་གཞན། །ཡོད་མིན་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཁེལ་བའི་ཆ་གཙོ་ཆེ་ན་དགག་པར་ཡང་  
 འདོགས་ཏེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། འདིས་ནི་དངོས་ལ་དངོས་པོའི་ཆ། །ཁས་སྤངས་མེད་ཅན་དགག་  
 པ་ཉིད། །

༢༠༥

སྐྱབ་བྱེད་སྐྱ་མ་དག་གིས་ནི། །མ་ཡིན་དགག་པ་བསྐྱབ་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་  
ནི། །གཉིས་པ་དོན་རི་ལྟར་རྟོགས་པའི་ཚུལ་ལ་གསུམ་ལས་དང་པོ་གཞན་གྱི་ལྷགས་དགག་ན། །ཁ་  
ཅིག་དངོས་ལྷག་སྒྲོ་ནས་ཀྱང་། །བསྐྱབ་པ་དང་ནི་འགོག་ཅེས་ཟེར། །བོད་རྒྱལ་ལ་འདོད་པའི་  
དངོས་ལྷགས་ལ་གསུམ་ལས་དང་པོ་མཆན་ཉིད་ནི། །རིམ་པ་ལྟར་དོན་དེ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱལ་པ་སྤང་བའི་  
སྒྲོ་ནས་སྒྲོ་འདོགས་གཅོད་པ་དང་། །གཞན་གྱི་རྒྱལ་པ་སྤང་བའི་སྒྲོ་ནས་སྒྲོ་འདོགས་གཅོད་  
པའོ། །དེ་ཡང་དངོས་ལྷག་དེ་རྟོགས་པ་ཉིད་ན་ལྷགས་གྱིས་སྒྲོ་འདོགས་གཅོད་པས་སྒྲོ་སྒྲུབ་ཕྱི་རིམ་  
པ་མེད་དོ། །གཉིས་པ་དེས་དགག་སྐྱབ་བྱེད་པའི་ཚུལ་བསྐྱབ་པ་ལ་དཔེར་བརྗོད་ན། །རྗེས་དཔག་  
གིས་ལ་མེ་ལྡན་དུ་གཞལ་བ་ན་བདག་ཉིད་མེ་འཇལ་དུ་ལྷགས་ལས་རྟོགས་པ་དང་། །རྟོག་པ་ལ་

བྱས་པ་དགག་པ་དངོས་སུ་རྟོགས་པ་ན་དྲན་བཞིན་པའི་བྱས་པ་ལ་མི་རྟག་པས་བྱབ་པ་ཤུགས་ལ་  
 རྟོགས་པ་རྟ་བུའམ། མདོན་སུམ་ལའང་། རང་རིག་གིས་སློ་དེ་འཛིན་དུ་གྱུབ་པས་ཡུལ་དེར་སྤང་དུ་  
 ཤུགས་ལ་འགྱུབ་སྟེ། སློ་སྟོབ་གཉིས་དང་སྟོན་པོ་འཛིན་བྱེད་དུ་དངོས་སུ་གྱུབ་པས་ཡུལ་སྟོབ་  
 གཉིས་དང་སྟོན་པོའི་རྣམ་པ་ཤུགས་ལ་འགྱུབ་པ་དང་། གཞན་རིག་གིས་ཡུལ་དེར་སྤང་དུ་དངོས་  
 སུ་གྱུབ་པས་སློ་དེ་འཛིན་ཤུགས་ལ་གྱུབ་སྟེ། གཟུང་ཡུལ་སྟོན་པོར་དངོས་སུ་གྱུབ་པས་སློ་རང་  
 ཉིད་སྟོ་འཛིན་དུ་ཤུགས་ལ་གྱུབ་པ་རྟ་བུའམ། རོན་རིག་གིས་དུ་བ་ལ་མེ་ཡོད་དང་ཤ་པ་ལ་ཤིང་  
 ཡིན་པ་བྱབ་པ་གྱུབ་པས་མེ་མེད་ལ་དུ་བ་མེད་དང་། ཤིང་མེད་ལ་ཤ་པ་མེད་པས་བྱབ་པ་ཤུགས་  
 ལ་འགྱུབ་པོ། །དགག་པ་ལ་དཔེར་བརྗོད་ན་སྟོག་པ་གཉིས་ཆོགས་འཛིན་པ་ལ་ཆིག་རྒྱུད་འཛིན་

༢༠༥

པས་བྱུང་པས་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ཆིག་རྒྱུ་འཛིན་པ་ཁེགས་ནས་བྱེ་བྲག་གཉིས་ཆོགས་འཛིན་པ་  
ཤུགས་ལ་ཁེགས་སོ། །གསུམ་པ་རི་ལྟར་ཁེགས་པའི་ཚུལ་ཡང་གསུམ་ལས་དགག་གཞིའི་སྤྱི་ལ་  
དངོས་སུ་ཁེགས་པས་དགག་གཞིའི་བྱེ་བྲག་ལ་ཤུགས་ལ་ཁེགས་པ་དཔེར་ན་མེ་ཙམ་གྱི་སྤྱི་ལ་  
བསིལ་བ་དངོས་སུ་ཁེགས་པས་ཙན་གྱི་མེ་ལ་བསིལ་བ་ཤུགས་ལ་ཁེགས་པ་འཇམ། དངོས་པོའི་སྤྱི་  
སྒྲིག་ལ་བདེན་དངོས་ཁེགས་པས་ཡུལ་དུས་རྣམ་པ་ཐ་དད་ཀྱི་དངོས་པོ་ལ་འང་བདེན་དངོས་  
ཁེགས་པ་ལྟ་བུའོ། །སྤྱི་དངོས་སུ་ཁེགས་པས་བྱེ་བྲག་ཤུགས་ལ་ཁེགས་པ་ནི། དངོས་པོ་ལ་དགག་  
བྱ་བདེན་དངོས་ཙམ་གྱི་སྤྱི་དངོས་སུ་ཁེགས་པས་བྱེ་བྲག་གང་ཟག་གི་བདག་དང་རྒྱལ་དང་སྐད་  
ཅིག་ལ་བདེན་དངོས་ཤུགས་ལ་ཁེགས་པ་འཇམ། ས་སྒྲིགས་སུ་སྤྱོད་ཙམ་ཁེགས་པས་ཤུལ་ལའི་སྤྱོད་



ཕོ་ལྷགས་ལ་ཁེགས་པ་ལྟ་བུའོ། །དགག་གཞིའི་སྤྱི་ལ་དགག་བྱའི་སྤྱི་དངོས་སུ་ཁེགས་པས་དགག་  
 གཞི་བྱེ་བྲག་ལ་དགག་བྱའི་བྱེ་བྲག་ལྷགས་ལ་ཁེགས་པ་ནི། དངོས་པོ་ཙམ་གྱི་སྤྱི་ལ་བདེན་དངོས་  
 ཙམ་དངོས་སུ་ཁེགས་པས་དངོས་པོའི་བྱེ་བྲག་དོན་དང་ཤེས་པ་ལ་རྟུལ་དང་སྐད་ཅིག་རྟུ་བདེན་  
 པ་ཁེགས་པ་ལྟ་བུའོ། །དེ་བཞིན་དུ་བྱང་པར་བྱས་ཆོས་བྱེད་ཆོས་ཀྱང་སྒྲིག་པ་ཆོག་རྒྱུད་དང་  
 གཉིས་ཆོགས་ཡིན་པས་བྱང་པར་བྱེད་ཆོས་དབྱུག་པ་ཁེགས་པས་བྱས་ཆོས་དབྱུག་པ་ཙན་  
 ཁེགས་པ་བཞིན་ནོ། །བྱེད་ཆོས་ལ་ཁེགས་པས་བྱས་ཆོས་ལ་མི་ཁེགས་ཏེ། དབྱུག་པ་ལ་སྒྲིག་  
 ཁེགས་པས་དབྱུག་པ་ཙན་ལ་མི་ཁེགས་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་བྱེད་ཆོས་དངོས་སུ་བཀག་  
 པས་བྱས་ཆོས་ལྷགས་ལ་ཁེགས་པའི་ཚུལ་ཡང་བྱེད་ཆོས་ཡིན་པ་བཀག་པས་བྱས་ཆོས་ཡིན་པ་  
 དང་། བྱེད་ཆོས་ཡོད་པ་བཀག་

༡༠༥

པས་བྱས་ཆོས་ཡོད་པ་ལ་སོགས་པ་ཁེགས་པ་འེངས་པ་མེད་དེ། དབྱུག་པ་ཡིན་པ་བཀག་པས།  
དབྱུག་པ་ཅན་ཡིན་པ་དང་། ཡོད་པ་བཀག་པས་བྱ་ཡོད་པ་མི་ཁེགས་པ་བཞིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་  
དབྱུག་པ་ཅན་ལག་ན་དབྱུག་པ་ཡོད་པ་ལས་བྱ་ཡོད་པ་སྒྲིལ་བས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པ་ལྟ་བུ། རི་  
ལྟར་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པ་ལྟར་གྱིས་བྱེད་ཆོས་ཁེགས་ན་བྱས་ཆོས་ཁེགས་ཏེ། ཆེག་རྒྱུང་མ་བཟུང་  
ན་གཉིས་ཆོགས་མི་འཛིན་པ་འེངས་པ་རྩེར་རོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །འདི་འང་དབྱུང་དེ། རྗེས་དཔག་ཤུགས་  
རྟོགས་ཉིད་དུ་འགྱུར། ཁིན་ན་ཆད་མ་གསུམ་པར་འགྱུར། ཤུགས་རྟོགས་གྱི་མཆན་ཉིད་དོན་  
གཞན་གྱི་ནུམ་པ་སྒྲུང་བའི་སྒྲོ་ནས་སྒྲོ་འདོགས་གཙོད་པ་དེ་རྗེས་དཔག་ལ་བྱབ་ཆེས་སོ། །གལ་ཏེ་  
རྗེས་དཔག་རྟགས་ལ་སྒྲོས་ལ་འདི་རྟགས་ལ་མི་སྒྲོས་པར་དོན་གཞན་ལ་སྒྲོ་འདོགས་གཙོད་དོ་ཞེ་

ན། རྟག་ལ་མི་སྟོས་པ་དེ་ཅི། འབྲེལ་པ་ལ་མི་སྟོས་པར་སྟོ་འདྲོགས་གཅོད་ན་ཚད་མ་གསུམ་པར་  
 འགྱུར་རོ། །སྟོས་ན་རྗེས་དཔག་ལས་མི་འདའ་སྟེ། འབྲས་བུ་དང་བྱེ་བྲག་གྲུབ་པའི་ཤུགས་ཀྱིས་རྒྱ་  
 དང་སྟེ་གྲུབ་པ་ནི་འབྲས་བུ་དང་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཡིན་ལ། རྒྱ་དང་བྱུང་བྱེད་བཀག་པའི་  
 སྟོབས་ཀྱིས་འབྲས་བུ་དང་བྱུང་བྱེ་ཤུགས་ལ་འགོག་ན་རྒྱ་མི་དམིགས་པ་དང་བྱུང་བྱེད་མི་  
 དམིགས་པར་འདུ་ཞིང་། བྱེད་པར་བྱེད་ཆོས་ཁེགས་པས་བྱས་ཆོས་ཁེགས་པ་འང་དབྱུག་པ་དང་  
 སྟེས་བུ་གཉིས་འདུས་པའི་རྒྱ་ལས་དབྱུག་པ་ཅན་གྱི་འབྲས་བུ་སྟེ་བས་རྒྱ་ལས་བྱུང་བྱེད་མི་  
 དམིགས་པ་ཡིན་ལ། ཡང་རྗེས་དཔག་གིས་ལ་མི་ལྟན་དུ་རྟོགས་པ་ན་སྟོ་མི་འཇལ་དུ་ཤུགས་ལ་  
 རྟོགས་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་ལ་མི་ལྟན་དུ་རྟོགས་པ་ཉིད་སྟོ་ཡིན་པས་དེ་ལ་ཤུགས་ལ་རྟོགས་རྒྱུའི་སྟོ་  
 གཞན་མེད་དོ། །རང་རིག་གིས་སྟོ་སྟོ་བ་

༡༠༥

གཉིས་འཛིན་དུ་དངོས་སུ་གྲུབ་པས་ཡུལ་ཟླ་བ་གཉིས་སུ་ཤུགས་ལ་གྲུབ་པོ་ཞེས་བེར་བ་མི་འབྲང་  
དེ། སྒོ་འབྲུལ་པ་ལ་ཡུལ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྣམ་པ་ཅུམ་ལ་མི་འབྲུལ་ལོ་ཞེ་ན། རྣམ་པ་དེ་ཅི་དོན་  
རང་མཚན་ཡིན་ན་སྒོ་མ་འབྲུལ་པར་འགྱུར་ལ། དོན་སྤྱི་འཕམ་མེད་པ་གསལ་བའི་རྣམ་པ་ནི་སྒོ་  
འབྲུལ་པ་ཉིད་ཡིན་གྱི་ཡུལ་མེད་པར་བཤད་བེན་རྟོ། །གཞན་རིག་གི་ཡུལ་སྤྲོན་པོར་དངོས་སུ་  
གྲུབ་པས་སྒོ་སྤྲོ་འཛིན་ཤུགས་ལ་གྲུབ་པ་རང་མི་འབྲང་དེ། ཡུལ་སྤྲོན་པོར་གྲུབ་པ་ཉིད་ཡུལ་གྱི་རྣམ་  
པས་གཞག་པའི་སྒོ་ཡིན་པས་དེས་ཤུགས་ལ་སྒོ་གཞན་བསྐྱབ་སྐྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་  
སྐྱུ་དང་བྱ་བ་བྱེད་བཀག་པའི་ཤུགས་ལ་འབྲས་བུ་དང་བྱ་བ་བྱ་འགོག་པ་རྗེས་དཔག་ཏུ་འདུ་བ་ལ་  
སོགས་པ་རང་གིས་བརྟགས་ལ་ཤེས་པར་བྱའོ། །གཉིས་པ་རང་གི་ཤུགས་ལ་གཉིས་ཏེ། བསྐྱབ་པ་

རྟོགས་པ་འི་ཚུལ་དང་དགག་པ་རྟོགས་པ་འི་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལ་རྟོགས་བྱ་བ་སྐྱབ་པ་འི་དབྱེ་བ་ནི།  
 རོན་དང་ཤེས་པ་ཡིན་པ་དང་། །ཡོད་པ་འི་དབྱེ་བས་གཉིས་གཉིས་བཞི། །རོན་དང་ཤེས་པ་གཉིས་  
 ལ་ངོ་བོ་ཡིན་པ་དང་། ཐ་དད་ལྡན་པས་སྐྱེ་བས་གཉིས་གཉིས་བཞི་ཡིན་ཅོ། །དགག་པ་དེ་ཉིད་  
 བསྐྱོག་པ་བཞི། །དགག་པ་འི་དབྱེ་བ་ནི། རོན་དང་ཤེས་པ་གཉིས་ལ་ངོ་བོ་མ་ཡིན་པ་དང་ཐ་དད་མི་  
 ལྡན་པ་གཉིས་གཉིས་བཞི་ཡིན་ཅོ། །དགག་སྐྱབ་དེ་འང་ཚད་མས་འགྲུབ། །བསྐྱབ་པ་རྟོགས་པ་ནི་  
 མངོན་སྲུང་གྱིས་བྲངས་པ་འི་ངེས་པ་དང་མ་ཡིན་དགག་སྐྱབ་པ་འི་རྗེས་དཔག་ཡིན་ལ། དགག་པ་  
 རྟོགས་པ་ནི་མངོན་སྲུང་དང་མེད་དགག་བསྐྱབ་པ་འི་རྗེས་དཔག་ཡིན་ཅོ། །རྗེས་དཔག་གྲུང་མེད་  
 དགག་བསྐྱབ་པ་འི་མི་དམིགས་པ་འི་རྟོགས་གྱིས་མེད་དགག་རྟོགས་ལ་མ་ཡིན་

༡༠༩

དགག་སྐྱབ་པའི་བསྐྱབ་རྟགས་གྱིས་མ་ཡིན་དགག་རྟོགས་སོ། །དེ་ལྟར་རྟོགས་ནས་འགོག་པའི་  
ཚུལ་ཡང་ངོ་བོ་ཡིན་པ་དང་། ཐ་དང་ལྡན་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་བདེ་བ་སྐྱུག་བསྐྱུལ་ཡིན་པ་དང་།  
གཟུགས་འཛིན་སྐྱ་འཛིན་གྱི་ངོ་བོ་ཡིན་པ་ནི། རང་གི་བྱེད་པས་ཁེགས་ཏེ་དེར་བསྐྱབ་པས་དེ་མིན་  
ཁེགས་པས་སོ། །ཡང་རང་རྒྱུད་ལ་གཟུགས་འཛིན་སྐྱེས་ལ་སྐྱ་འཛིན་མ་སྐྱེས་པ་ན་སྐྱ་འཛིན་མེད་  
པར་གང་གིས་རྟོགས་ཤེ་ན། སྐྱ་འཛིན་སྐྱོང་ན་འབྱུལ་པའི་རྒྱ་མཚན་མེད་པ་ལ་ཡིད་གཏད་ན་དེས་  
པས་བྱུང་པ་ལ་འབྲས་བུ་དེས་ཤེས་མ་དམིགས་པའོ། །དེས་ཤེས་མ་དམིགས་པ་ཉིད་གང་ལས་ཤེ་  
ན། དེས་ཤེས་ཡོད་ན་སྒྲོ་གཞན་དེས་པ་དེའི་ངོ་བོར་འགྱུར་དགོས་ཏེ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་རྟོག་གཉིས་  
ཅིག་ཅར་འཇུག་པར་འགྱུར་བས་སོ། །དེས་ཤེས་བཀག་པ་དེའང་འབྲས་བུ་འཕྲུལ་བྱུང་མི་



དམིགས་པ་ཡིན་ཡང་། མྱོང་བྱ་མྱོང་བྱེད་དག་གྲུབ་སྡེ་གཅིག་པས་མངོན་སྲུང་དུ་བརྗོད་དོ། །ཡང་  
 ས་སྤྱོད་པ་ཉིད་བྱུང་པ་ཉིད་ཡིན་པ་དང་། བྱུང་པ་ཀ་བ་ཡིན་པ་དང་། སྤྱོད་པ་སེར་པ་ཡིན་པ་ལ་  
 སོགས་པ་དེ་ཡིན་པ་འགོག་པ་ནི། དེ་འབའ་ཞིག་པར་འཛིན་པའི་གཞན་རིག་གིས་བྱེད་པས་  
 ཁེགས་ལ། ཐ་དད་ཡོད་པ་འགོག་པ་ཡང་ས་སྤྱོད་པ་ན་བྱུང་པ་འཇམ། མགོ་ལ་རྩ་ལྟར་གཞི་འཛིན་ལ་  
 བཟླར་རུང་རྣམས་ནི་གཞི་དག་པར་མྱོང་བ་ཉིད་ཀྱིས་ཁེགས་ཏེ། རང་བཞིན་ཁྱད་པར་ཅན་མྱོང་  
 ལས། །གཞན་བསལ་བ་ནི་གཞན་མ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །རྩ་ལ་སྤྱོད་པ་དང་མར་  
 མེའི་རྒྱན་ཆད་པ་ལ་སོགས་པ་དག་ག་གཞི་འཛིན་པ་ལ་བཟླར་མི་རུང་བ་རྣམས་འབྲས་བུའི་ངེས་  
 ཞེས་མ་དམིགས་པས་ཁེགས་སོ། །ས་སྤྱོད་པ་ན་སྤྱོད་ཆགས་ཕྱ་མོ་འཇམ།

༡༡༩

གཙུག་ལག་ཁང་ན་རེ་སྒྲ་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་དེ་ཙམ་མི་སྣང་ཞིང་མ་མཐོང་བས་མེད་པར་མི་  
འགྲུབ་སྟེ། སྒྲོ་བུར་དུ་མིག་དང་རྩ་བའི་དབང་པོ་ཉམས་པ་སྤིང་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོན་ཀྱང་དེ་དག་  
དང་མཉམ་པ་འཕམ། དེ་བའི་གཟུགས་སམ། སྒྲ་གཞན་མཐོང་ཞིང་ཐོས་ན་དེ་དག་མེད་པར་འགྲུབ་  
བོ། །དེས་ན་དགག་གཞི་འཛིན་པ་ལ་སྣང་རུང་གཞི་དེ་དག་དེའི་བྱང་པར་ཅན་མ་ཡིན་པའི་དོན་  
དང་ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་རྗེས་དཔག་གིས་བྱེད་དོ། །དེ་ལྟར་ཆོད་མས་བཀག་པའི་དོན་ཡང་ཡོད་པ་  
བསལ་བ་མ་ཡིན་གྱི་མེད་པ་ལ་མེད་པར་ཤེས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། དེའང་དགག་བྱའི་དམིགས་པ་  
བཀག་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། ཐམས་ཅད་དུ་དགག་བྱ་ཁེགས་པའི་དོན་དེ་ཙམ་ལས་གཞན་མེད་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །གསུམ་པ་རྩོད་པ་སྤང་པ་ནི། རྒྱགས་ལ་རྟོགས་ཞེས་གསུངས་པ་ཡང་། །བྱེད་པ་འཕམ་རྗེས་

དཔག་ཉིད་ལ་དགོངས། སྒྲོབ་དཔོན་གྱིས་གཞུང་གི་ཆ་འགར་ཤུགས་ལ་རྟོགས་པ་འཕ་དོན་གྱིས་  
གོ་བ་ཞེས་གསུངས་པ་དང་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་མདོན་སྐྱུལ་གྱི་བྱེད་པ་འཕ། རྩལ་གསུལ་གོམས་  
པ་ལས་སྒོ་བྱར་བའི་རྗེས་དཔག་སྐྱེས་པ་ལ་དགོངས་ཏེ། རྣམ་ངེས་ལས། རང་གིས་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་  
པ་ཐམས་ཅད་ནི་བདག་ཉིད་དང་འབྲེལ་པའི་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་མི་འབྲུལ་བ་གཞན་ལ་སྒྲོས་པའི་  
ཕྱིར་མདོན་སྐྱུལ་མ་ཡིན་པའི་ཚད་མ་ནི་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ལས་གཞན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ཞེས་  
གསུངས་པ་རྟུར་རོ། །ཚད་མ་རིགས་པའི་གཏྲར་ལས་མཆན་ཉིད་བརྟག་པའི་རབ་རྩ་བྱེད་པ་  
བརྒྱད་པའོ། །གཉིས་པ་མཆན་གཞི་སོ་སོའི་དོན་ལ་གཉིས་ལས། མདོན་སྐྱུལ་ལ་གསུལ་སྟེ།  
མདོན་སྐྱུལ་ཡང་དག་པ། བརྒྱུག་སྒྲུགས་མདོན་སྐྱུལ་རྟུར་སྐྱང་། ཚད་མ་དང་འབྲས་བུའོ། །

༩༡༩

དང་པོ་མངོན་སྲུང་ཡང་དག་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། མཚན་ཉིད་དང་། མཚན་བྱེད་དབྱེ་བ་དང་། མཚན་  
གཞི་སོ་སོའི་དོན་རྟོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས་གཞན་ལྷགས་དགག་ན། ཟླུང་བས་སྟོ་འདོགས་  
གཙོད་པ་ལྟུལ། །བོད་རྣམས་མངོན་སྲུང་དང་མངོན་སྲུང་ཚད་མ་བྱ་དད་དུ་ཕྱེ་ནས། མངོན་སྲུང་  
གྱི་མཚན་ཉིད་རྟོག་བྲལ་མ་ལྟུལ་པ་དང་། དེའི་ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་སྤར་མ་རྟོགས་པའི་དོན་ལ་  
ཟླུང་སྟོབས་གྱིས་སྟོ་འདོགས་གཙོད་པ་ཞེས་བེར་བ་མི་འབྱུང་དེ། གཉིས་སྲུང་དབྱེ་བ་གཞུང་ལས་མ་  
བཤད་ཅིང་སྤར་མ་རྟོགས་པ་ལ་རྣམ་གཅད་མེད་ལ་སྟོ་འདོགས་གཙོད་པ་མངོན་སྲུང་གྱི་རང་སྟོག་  
པ་མི་སྤིང་པར་བཤད་བེན་རྟོ། །གཉིས་པ་རང་འདོད་པ་ནི། མངོན་སྲུང་རྟོག་བྲལ་མ་  
ལྟུལ། །ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ནི་མིང་ལ་བརྟེན་ནས་དོན་ཚུལ་བ་ཡིན་པས་རྟོག་པ་དང་བྲལ་བ་

དང་། མ་ལ་བྱུལ་པ་གཉིས་དཔྱད་དོ། །དེའང་རྟོག་པའི་མཆན་ཉིད་ལུང་ལས་གྲགས་པ་ཡང་དག་  
 པ་མ་ཡིན་པའི་རྒྱན་རྟུ་རྟུ་རྟོག་པ་དང་སེམས་རྩིང་པར་འཇུག་པ་ཙམ་མ་ཡིན་གྱི་རྟོག་པ་སྣ་དོན་  
 འཛིན་པ་ཡིན། རྣམ་འགྲེལ་ལས། ཞེས་གང་གང་ལ་སྣ་དོན་འཛིན། །དེ་ནི་དེ་ལ་རྟོག་པར་  
 བརྗོད། །ཅེས་གསུངས་པས་སོ། །རྣམ་ངེས་ལས་ཀྱང་། རྟོག་པ་ནི་བརྗོད་པ་དང་འདྲར་རུང་བར་  
 སྒྲུང་བའི་ཞེས་པ་ཞེས་གསུངས་པའང་དེ་ཡིན་ནོ། །དོན་སྤྱི་འཛིན་པ་ཞེས་བརྗོད་ཀྱང་དེ་ཉིད་ལས་  
 མ་འདས་སོ། །ཁ་ཅིག་དོན་སྤྱི་འཛིན་པ་ཞེས་བརྗོད་ན་མུ་སྟེགས་དབང་ཞེས་རྟོག་བཅས་སུ་འདོད་  
 པ་ལ་མ་བྱུང་བོ་ཞེས་ཟེར་མོད་གྱི་དེ་ལྟ་ན་སྣ་དོན་འཛིན་པས་ཀྱང་བརྟུ་ལ་མ་བྱུང་བའི་རྟོག་པ་ལ་  
 མ་བྱུང་པར་མཚུངས་སོ། །ཁ་ཅིག་བརྟུ་ལ་མ་བྱུང་བའི་རྟོག་པ་བསྐྱུ་བའི་ཕྱིར་བརྗོད་པ་སྣ་དང་  
 འདྲར་རུང་འཛིན་པ་ཞེས་ཟེར་ནའང་འདྲེས་པ་

༩༡༩

འཛིན་པ་ལ་མ་བྱུང་བོ། །མཚན་ཉིད་རིགས་ལ་འཛིན་པས་མི་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་ན་དེ་དག་  
གང་ལྟར་བརྗོད་ཀྱང་རིགས་གཅིག་པས་འགལ་བ་མེད་དོ། །བྲལ་བའི་དོན་རྟོགས་པའི་རྣམས་ལ་  
བྱས་ནས་རྟོག་པ་སྤྱོད་བའི་རང་རིག་རྟོག་བྲལ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ལ། རྟོག་པའི་སྒྲིག་པ་ལ་བྱས་  
ན་རྗེས་དཔག་ཀྱང་རྟོག་བྲལ་དུ་འགྱུར་བས་འདིར་རྟོག་བྲལ་གྱི་དོན་རང་སྒྲིག་ལ་རྟོག་པའི་མཚན་  
ཉིད་མི་བརྟེན་པ་ཡིན་ནོ། །མ་འབྲུལ་བའི་དོན་ཁ་ཅིག་རྣམས་རིག་པའི་གྲུབ་མཐའ་ལྟར་མི་བསྐྱུ་བ་  
ལ་འདོད་པ་དང་། ཁ་ཅིག་ཡུལ་བདེན་པ་དང་ལྡན་པ་ལ་འདོད་པ་དང་། ཁ་ཅིག་གཟུང་ཡུལ་ལ་མ་  
འབྲུལ་པ་ལ་འདོད་པ་ནི་སྒྲིབ་དཔོན་གྱི་དགོངས་པ་མ་ཡིན་ཏེ་མི་བསྐྱུ་བ་ཙམ་རྗེས་དཔག་གི་  
འཇུག་ཡུལ་ལ་འང་ཡོད་ཅིང་། དོན་བདེན་པ་བརྟགས་ན་སྤྱིང་པོ་མེད་ཅིང་། གཟུང་ཡུལ་དོན་བྱེད་



རྒྱལ་པ་ལ་བྱེད་ན་རང་རིག་དང་རྣལ་འབྱོར་མངོན་སྲུང་ལ་མ་བྱུང་སྟེ། རྣམ་འབྲེལ་ལས། རྒྱ་ཡི་  
 དངོས་པོ་མ་གཏོགས་པའི། །གཟུང་བ་ཞེས་བྱ་ཅི་ཡང་མེད། །ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་  
 མ་ལྟུལ་པའི་དོན་རྣམ་དེས་ལས། རབ་རིབ་དང་རྒྱུར་དུ་བསྐྱོར་པ་དང་གྲུར་ཞུགས་པ་དང་  
 ལྟུལ་པ་ལ་སོགས་པས་ལྟུལ་པ་མ་བསྐྱེད་པ་ཞེས་གསུངས་པས་དབང་པོ་དང་ཡུལ་དང་བྱ་བ་  
 ལ་སོགས་པའི་ལྟུལ་པའི་རྒྱུད་དེ་དག་དང་བྲལ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །འདི་ལ་གཉིས་ཀ་རིགས་མི་  
 མཐུན་སེལ་བའི་མཚན་ཉིད་དུ་དགོས་སམ་ཞེ་ན། ཁ་ཅིག་གཉིས་ཀ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་བ་ནི་མ་  
 ལྟུལ་བའི་དོན་མ་ཤེས་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་ཡང་དག་པར་ན་རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་ལྟུལ་པ་ཡིན་  
 པས་མ་ལྟུལ་པ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཉིད་ཀྱིས་རྟོག་བྲལ་དུ་འང་འགྲུབ་མོད་ཀྱི། ཁ་ཅིག་རྟོག་པ་དང་  
 བཅས་བཞིན་དུ་གཟུང་དོན་ལ་མ་ལྟུལ་པར་འདོད་པ་དང་། ཁ་ཅིག་

༩༡༣

འཇུག་ཡུལ་ལ་མ་འབྲུལ་པས་ཀྱང་མ་འབྲུལ་པའི་གོ་ཚད་པས་རྗེས་དཔག་ཀྱང་མ་འབྲུལ་བ་ཡིན་  
ནམ་སྟམ་པའི་ལོག་རྟོག་བསྐྱོག་པའི་ཕྱིར་རྟོག་བྲལ་སྟོས་པ་ཡིན་ཅོ། །གཉིས་པ་མཆོན་བྱའི་དབྱེ་བ་  
ནི། །མ་འབྲུལ་པ་དེ་རྣམ་པ་བཞི། །མངོན་སྲུང་བཞིར་འབྱེད་པའི་དབྱེ་གཞི་ནི་མ་འབྲུལ་པ་ཙམ་  
མམ། ལོག་རྟོག་ལ་སྟོས་དེ་རྟོག་བྲལ་མ་འབྲུལ་བ་ཉིད་ཡིན་ཅོ། །དབྱེ་ན་དབང་པོ་དང་ཡིད་དང་  
རང་རིག་པ་དང་། རྣམ་འབྱོར་གྱི་མངོན་སྲུང་སྟེ་བཞིའོ། དེ་དག་ཡུལ་ལ་སྟོས་ནས་ཐ་དང་། ཡུལ་  
ཅན་ལ་སྟོས་ནས་གཅིག་ཡིན་ཅོ། ཡུལ་དང་རྟེན་དང་གང་ཟག་གི། སྟོ་ནས་མངོན་སྲུང་རྣམ་པར་  
དབྱེ། །མངོན་སྲུང་དེ་འང་ཡུལ་གྱིས་དབྱེ་ན་ཡུལ་གཞན་མཐོང་བ་དོན་རིག་གཉིས་དང་། རང་  
མཐོང་བ་རང་རིག་དང་། རང་གཞན་མེད་པར་མཐོང་བ་རྣལ་འབྱོར་གྱི་མངོན་སྲུང་མོ། །རྟེན་གྱིས་

དབྱེ་ན། དབང་པོ་ལ་བརྟེན་པ་དོན་རིག་གཉིས་དང་། གཞན་དབང་ལ་བརྟེན་པ་རང་རིག་དང་།  
 ཏིང་ངེ་འཛིན་ལ་བརྟེན་པ་རྣམ་འབྱོར་རོ། །གང་ཟག་གིས་དབྱེ་ན། སོ་སོ་སྐྱེ་བོའི་མངོན་སྲུང་དང་།  
 འཕགས་པའི་མངོན་སྲུང་གཉིས་སོ། །མངོན་སྲུང་བཞི་པོ་མདོ་སྡེའི་ལྷགས། །བྱེ་བྲག་སྐྱ་གསུམ་རྣམ་  
 རིག་གཉིས། །མངོན་སྲུང་གྱིས་གངས་ངེས་པ་ནི། །མདོ་སྡེ་པའི་ལྷགས་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱོད་ལ་གྱི་  
 དོན་ཞལ་གྱིས་བཞེས་པའི་ཆེ་ཡུལ་གྱི་སྒོ་ནས་བཞིར་བྱེ་སྟེ། མདོ་ལས། དག་སྦྱོང་དག་གཟུགས་  
 ཤེས་པ་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། མིག་དང་ཡིད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་དགོངས་པ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་  
 ཡིད་གྱི་མངོན་སྲུང་ཚད་མས་མི་འགྲུབ་བོ་ཞེ་ན། དབང་པོའི་མངོན་སྲུང་ཡང་ཚད་མས་མི་འགྲུབ་  
 ཏེ། རྩལ་ཕྱན་འགོག་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཕྱི་

༢༡༣

རོལ་གྱི་དོན་ཁས་སྤངས་ནས་འགྲུབ་བོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་ན་ཡིད་གྱི་མངོན་སྲུང་ཡང་དེའི་དེ་མ་ཐག་  
པ་འཛིན་པས་ག་ལ་འགལ། འོ་ན་སོ་སོ་སྐྱེ་བོའི་གཞན་གྱི་སེམས་ཤེས་པ་མངོན་སྲུང་གཞན་ཡིན་  
ན་ཞེ་ན། གཟུང་འཛིན་ལས་གྲོལ་བའི་ཕྱིར་རང་གི་སེམས་ཀྱི་སྤང་བ་ཉིད་དེ་ལྟར་གསལ་བས་རང་  
རིག་པ་ལས་མ་འདས་སོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །བྱེ་བྲག་རྩ་སྤྱོད་པ་རང་རིག་མི་འདོད་པས་མངོན་སྲུང་  
ཡིན་ནོ། །རྣམ་རིག་པའི་ལྷགས་ལྟར་ན་རང་རིག་པ་དང་། རྣལ་འབྱོར་གྱི་མངོན་སྲུང་གཉིས་ལས།  
གཞན་མི་སྲིད་པ་དཔལ་ལྷན་གྲགས་པའི་དགོངས་པ་ཡིན་ནོ། །གསུང་པ་མཆན་གཞི་སོ་སོའི་དོན་  
ལ་བཞི་ལས། ཐོག་མར་དབང་པོའི་མངོན་སྲུང་ལ་གསུང་སྟེ། མཆན་ཉིད་དང་། དེ་བསྐྱབ་པ་དང་།  
སྤྱོད་དོན་ངེས་པར་བྱ་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས་གཞན་ལྷགས་དགག་ན། ཕྱི་ནས་མཆན་ཉིད་

འཛོག་པ་ལ་བྱུལ། །བོད་པ་ལ་ཆེར་དབང་པོའི་མངོན་སྲུང་དང་། །དེའི་ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་ཐ་  
 དང་དུ་བྱེད་དེ། རིམ་པ་ལྟར་བདག་རྒྱུན་དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་ལ་བརྟེན་ནས་སྦྱེས་ཤིང་གཟུང་  
 དོན་ལ་མ་ལྟུལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། བདག་རྒྱུན་དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་ལ་བརྟེན་ནས་སྤར་མ་  
 རྟོགས་པ་དོན་ལ་མྱོང་སྟོབས་ཀྱི་སྦྱོ་འདོགས་གཙང་བྱེད་ཅེས་ཟེར་བ་ནི་མི་རིགས་ཏེ། གཉིས་སྲུ་  
 དབྱེ་བ་དོན་མེད་ཅིང་སྤར་མ་རྟོགས་པའི་དོན་ལ་རྣམ་གཅད་མེད་ལ་སྦྱོ་འདོགས་གཙང་པ་མི་སྤྲིད་  
 དོ། །ཞེས་བཤད་ཟིན་ཏོ། །གཉིས་པ་རང་གི་ལྷགས་ནི། དེས་ན་དབང་ཤེས་མི་ལྟུལ་པའོ། །དེ་ལ་  
 དབང་ཤེས་ཅམ་གྱི་མཚན་ཉིད་ནི། །དབང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་རིག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ལ། དབང་  
 པོའི་མངོན་སྲུང་གྱི་མཚན་ཉིད་དབང་པོ་ལ་བརྟེན་པའི་ཤེས་པ་མ་ལྟུལ་པའོ། །དེ་ཉིད་

༨༡༥

ཚད་མའང་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་མཚན་ཉིད་དེ་བསྐྱབ་པ་ལ་འང་གཉིས་ལས། དང་པོ་དབང་པོ་ལས་  
སྐྱེས་པར་བསྐྱབ་པ་ནི། དབང་པོ་ཡུལ་ལ་འཛིན་རྒྱས་ཏེ། རྗེས་སུ་འགོ་ལྟོག་ངེས་པས་  
འགྲུབ། །གྲུབ་མཐའ་འགའ་ཞིག་ལ་གྲགས་པའི་དབང་པོ་མི་འགྲུབ་ཀྱང་རྟེན་གཟུགས་ཅན་དེ་  
དག་ལ་ཡོད་པའི་ཡུལ་ལྔ་ལ་འཛིན་རྒྱས་ཤིག་ཡིན་ཏེ། ལྷན་ཅིག་བྱེད་དབང་རྒྱས་པ་ཡི། །ངོ་བོ་གང་  
ཡིན་དབང་པོ་འང་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །དེ་ལས་སྐྱེས་པར་རྗེས་འགོ་འི་སྒོ་ནས་འགྲུབ་སྟེ།  
འདི་ལྟར་དབང་དོན་བར་མ་ཚོད་དང་འབྲས་བུ་དབང་ཤེས་གཉི་ག་མ་དམིགས་པ་ལས་དབང་  
དོན་བར་མ་ཚོད་དམིགས་པའི་རྗེས་སུ་ཡུལ་འཛིན་པའི་རྣམ་ཤེས་དམིགས་པས་དེ་ལ་ཡོད་པའི་  
རྒྱས་པ་ཞིག་ལ་བརྟེན་པར་འགྲུབ་སྟེ། མེ་དུད་བཞིན་ནོ། །ཡང་ན་ལྟོག་པས་ཀྱང་འགྲུབ་



བོ། །གཉིས་པ་རྟོག་བྲལ་མ་ལྟུལ་པར་བསྐྱབ་པ་ནི། གསལ་བར་སྒྲུང་བས་རྟོག་མེད་  
 ལྟུང་། །དབང་པོའི་ཤེས་པ་རྟོག་པ་དང་བྲལ་བ་ཡིན་ཏེ། རང་ཡུལ་མ་འདྲེས་པ་སྒྲུང་བའི་ཕྱིར། ཟླ་  
 བ་གཉིས་ལ་སོགས་པ་སྒྲུང་བ་བཞིན་ཞེས་བྲུབ་བྱེད་འགལ་བ་དམིགས་པའི་རྟགས་གྱིས་ལྟུང་བ་  
 བོ། །རྟོག་བྲལ་དུ་བསྐྱབ་པའི་རིགས་པ་གཞན་མང་དུ་གསུངས་མོད་ཀྱི་འདིར་མ་སྟོས་སོ། །རང་  
 མཚན་འཛིན་ཕྱིར་ལྟུལ་པ་མེད། །མ་ལྟུལ་བར་དོན་རང་མཚན་དུ་ངེས་པས་ལྟུང་བ་  
 བོ། །གསུམ་པ་སྟེ་དོན་ངེས་པར་བྱ་ན། མཛོན་སུམ་གྱི་ཤེས་པ་སྟེ་བ་ལ་ཡུལ་དང་ཡིད་ལ་བྱེད་  
 པ་འང་དགོས་བཞིན་དུ་དབང་ཤེས་ཞེས་དབང་པོ་ཁོ་ནའི་མིང་གིས་འདོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་  
 ཡིན་ཞེ་ན། དབང་པོ་བྱུན་མོང་མིན་རྒྱུའི་ཕྱིར། །དབང་ཤེས་ཡིན་ཏེ་རྩ་སྟེ་བཞིན། །

༡༧༥

ཡུལ་དང་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ནི་ཤེས་པ་གཞན་བསྐྱེད་པའི་རྒྱ་ཡིན་པས། འདོད་པའི་དོན་བདེ་སྒྲག་ཏུ་  
མི་གོ་བས་ཡུལ་ཤེས་ལ་སོགས་པར་བ་སྟོད་མ་མཛད་ལ། དབང་པོ་ནི་ཤེས་པ་དེའི་རྒྱ་བྱུན་མོང་མ་  
ཡིན་པ་ཡིན་པས་དབང་ཤེས་ཞེས་བ་སྟོད་མཛད་དེ། དཔེར་ན་རྩ་སྒྲ་ལ་སྐྱེས་བུ་དང་དབྱུག་ལྔ་  
དགོས་ལ་སྐྱུ་གུ་ལ་ས་དང་ཆུ་ལ་སོགས་པའང་དགོས་ཀྱང་། དབྱུག་ཀྱི་སྒྲ་དང་སའི་སྐྱུ་གུ་ཞེས་མི་  
བརྗོད་པར་བྱུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་ལ་སྟོས་ནས་རའི་སྒྲ་དང་ནས་ཀྱི་སྐྱུ་གུ་ཞེས་བརྗོད་པ་བཞིན་  
ན། །དེ་སྐད་དུ་ཀུན་ལས་བརྒྱས་ལས། བྱུན་མོང་མ་ཡིན་རྒྱ་ཡི་ཕྱིར། །དེ་ཡི་བ་སྟོད་དབང་པོས་  
བྱས། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། རྣམ་འགྲེལ་ལས། གལ་ཏེ་མདོན་སྒྲུལ་ཤེས་སྐྱེད་ལ། །དབང་པོ་བཞིན་དུ་  
ཡུལ་རྣམས་ཡིན། །འོ་ན་ཅི་ཕྱིར་གཉིས་རག་ལས། །སྐྱེ་བ་དེ་ནི་དེས་མི་བརྗོད། །གོ་བར་བྱེད་པ་ཉིད་

མཐོང་ནས། །ཐ་སྙད་ངེས་པར་སྒྱུར་བ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཡིད་གྱི་མདོན་སྒྱུ་  
 བཅོམ་ལྡན་འདས་གྱིས་སྒྲུང་པོ་ཆེའི་གཟིགས་སྒྱུངས་གྱིས་ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་དཔྱེད་པའི་དགོངས་པ་  
 མདོ་སྒྲེ་པའི་རྗེས་སྒྱུ་འབྲངས་ནས་ཀྱན་ལས་བརྒྱས་སྒྱུ་ ཡིད་ཀྱང་དོན་དང་ཞེས་གསུངས་པའི་  
 དོན་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། རོ་བོ་ངོས་གཟུང་བ་དང་། རང་བཞིན་གཏན་ལ་དབབ་པ་  
 དང་། དེ་ལ་གཞན་གྱི་ཚོད་པ་སྤང་བའོ། །དང་པོ་ལའང་གཉིས་ལས། ཐོག་མར་མཚན་ཉིད་ངོས་  
 གཟུང་ན། །ཡུལ་དང་དབང་ཤེས་རྣམ་གཉིས་གྱི། །དེ་མ་ཐག་ལས་སྐྱེས་པའི་ཡིད། །དེ་ལ་བརྟེན་  
 རས་མ་ལུལ་བའི། །ཤེས་པ་ཡིད་གྱི་མདོན་སྒྱུ་ཡིན། །དབང་པོའི་ཤེས་པ་འགགས་མ་ཐག་པ་དེ་  
 ཉིད་ཡིད་གྱི་དབང་པོ་ཡིན་གྱི་ཡིད་ལ་དབང་པོ་གཟུགས་

༡༡༥

ཅན་མི་བཞེད་དོ། །དུག་པོ་འགགས་མ་ཐག་པ་ཡི། །རྣམ་ཤེས་གང་ཡིན་དེ་ཡིད་དོ། །ཞེས་གསུངས་  
པས་སོ། །ཡིད་གྱི་མངོན་སུམ་གྱི་མཚན་ཉིད་ནི། ཡིད་གྱི་དབང་པོ་ལ་བརྟེན་པའི་ཤེས་པ་མ་འབྲུལ་  
པའོ། །དེའི་ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་ཀྱང་དེ་ཉིད་ལས་གཞན་མི་འཐད་དོ། །གཉིས་པ་མཚན་གཞི་  
ངོས་གཟུང་བ་ནི། རྣམ་ངེས་ལས། དབང་ཤེས་དེ་མ་ཐག་རྟེན་ལས། བྱུང་ཞིང་དེ་དོན་དེ་མ་  
ཐག །འཛིན་པར་བྱེད་པ་ཡིད་ཀྱང་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བྱེད་པར་གསུམ་ལྟན་ཏེ། བདག་  
པོའི་རྟེན་ནི་དབང་ཤེས་སྡེ་མ་འགགས་མ་ཐག་པའོ། །གཟུང་བའི་ཡུལ་ནི། དབང་ཤེས་གྱིས་བཟུང་  
བའི་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་འཛིན་པའོ། །ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་ནི་དབང་པོའི་ཤེས་པ་ཡུལ་ལ་གཏོད་པའི་  
ཡིད་གྱི་དབང་པོའི་ཡུལ་གྱི་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་འཛིན་པར་བསྐྱེད་པའི་ཡིད་ཉིད་དོ། །གཉིས་པ་

རང་བཞིན་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། སྐྱེ་བའི་ཚུལ་དང་། ཚད་མར་འགྱུར་བའི་འཐད་པ་  
 དང་། སྐྱེ་བའི་གནས་སྐབས་དཔྱད་པ་ལོ། །དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་དབང་པོའི་མདོན་སྐུམ་ལྔ་འགགས་  
 པའི་རྗེས་སུ་ཡིད་ཀྱི་མདོན་སྐུམ་གཅིག་སྐྱེ་ན་རྒྱུའི་བྱང་པར་གྱི་འབྲས་བུའི་བྱང་པར་མི་སྐྱེ་བར་  
 འགྱུར་ལ། ལྔ་སྐྱེ་ན་ཡིད་དུ་མ་ཡོད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། ཡིད་ཀྱི་མདོན་སྐུམ་དུ་མ་ཡང་། །དབང་  
 ཤེས་བཞིན་དུ་རང་རིག་གཅིག་རྒྱུ་ཐ་དད་པས་ཁ་སྤྱི་ལྟའི་ཡིད་ཀྱི་མདོན་སྐུམ་ཐ་དད་ཀྱང་། གང་  
 ཟག་གི་རྒྱུ་དུ་མར་མི་འགྱུར་ཏེ། ཁ་ནང་ལྟ་རང་རིག་གཅིག་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དབང་ཤེས་དུ་མ་ཡོད་  
 ཀྱང་རྒྱུ་དུ་མར་མི་འགྱུར་བ་བཞིན་ནོ། །གཉིས་པ་ནི་ཡིད་ཀྱི་མདོན་སྐུམ་དེ་ཚད་མ་ཡིན་ནམ་  
 རོན་ཏེ་མ་ཡིན་ཞེ་ན། འབྲུལ་པ་མེད་སྤྱིར་ཚད་མ་

༡༡༥

ཡིན། །རྒྱན་མེད་ཕྱིར་ན་ངེས་མི་རྣམས། །དོན་བདེན་པ་ལ་ཤེས་པ་མ་ལམ་ལྟུལ་བས་བཟུང་བའི་ཕྱིར་  
མངོན་སྲུང་ཆད་མ་ཡིན་ཡང་། སྒར་བཤད་པའི་གཞན་ལས་ངེས་བཞིན་དུ་རང་སྟོབས་གྱིས་ངེས་  
མ་རྣམས་པས་ཆད་མའི་ཐ་སྙད་མ་ཐོབ་པ་ཡིན་ཏེ། དབང་ཤེས་གྱི་ཡུལ་རྩལ་ཕྱ་རབ་ཡིན་ཡང་དེར་  
མི་སྒྲིབ་བས་ཡུལ་དུ་མི་འཛོག་པ་བཞིན་ནོ། །གལ་ཏེ་དབང་པོའི་ཤེས་པ་ལ་རྒྱན་ཡོད་པ་རང་ལས་  
ངེས་རྣམས་ལ་ཡིད་ལ་རྒྱན་མེད་པས་ངེས་མི་རྣམས་པ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་ལས་  
དབང་སྟེ། །ངེས་ན་དབང་ཤེས་རྒྱན་བཅས་ཡིན། །ཡིད་དབང་ལས་ནི་ཡིད་དབང་མིན། །དེ་ཡི་  
ཕྱིར་ན་དེ་རྒྱན་མེད། །དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་གྱི་སྐད་ཅིག་སྒྲ་མ་ལས་གཟུགས་ཅན་གྱི་སྐད་ཅིག་  
ཕྱི་མ་སྟེ་བས་ལྷ་སྟེགས་པའི་རྒྱན་ལྟ་བུ་རྟག་པ་མེད་ཀྱང་རིགས་འདྲ་སྟེ་བ་བར་མ་ཆད་པའི་རྒྱན་



ཡོད་ལ། ཡིད་གྱི་དབང་པོ་ནི་དབང་ཤེས་སྒྲུ་མ་འགགས་མ་ཐག་པ་ཙམ་ཡིན་པས་ཡིད་གྱི་དབང་  
 པོ་གཞན་ལས་གཞན་མི་སྐྱེ་བས་རྒྱུན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །སོ་སོ་སྐྱེ་བོས་མཆོམས་སྦྱོར་མ་རྣམས་པས་  
 རང་ལས་ངེས་མ་རྣམས་པ་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ་ནི་འོ་ན་དབང་པོའི་མདོན་སུམ་གྱི་རྒྱུན་འགགས་པའི་  
 རྗེས་སུ་ཡིད་གྱི་མདོན་སུམ་གཅིག་སྐྱེ་བའམ་སྤེལ་མར་འབྱུང་ཞེ་ན། སྤེལ་མ་དང་ནི་རྒྱུན་གྱི་  
 མཐའ། །གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་གཞོད་བྱེད་ཡོད། །རྒྱུན་མཛད་པ་དབང་ཤེས་གྱི་སྐྱད་ཅིག་མ་སྒྲུ་མ་  
 འགགས་པའི་རྗེས་ལ་ཡིད་གྱི་མདོན་སུམ་རེ་སྐྱེ་བས་མགོ་དབང་ཤེས་གྱི་འདོན་ལ་མཐུག་ཡིད་  
 ཤེས་གྱིས་རྒྱལ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་མི་འཐད་དེ། སྤེལ་མར་འབྱུང་བ་ལ་དབང་ཤེས་ངེས་ལ་  
 ཡིད་ཤེས་མི་ངེས་པ་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཆོས་མཆོག་རྒྱུན་གྱི་མཐར་ཡིད་གྱི་མདོན་སུམ་སྐྱེ་  
 བར་བཞེད་པའང་མི་

༩༧༩

འཐད་དེ། རྒྱ་མཚན་བྱང་པར་མེད་པ་ལ་སྤར་མི་སྐྱེ་བ་ཕྱིས་སྐྱེ་བ་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་  
དབང་པོ་དབང་ཤེས་ཀྱི། རྒྱ་ཡིན་ཡིད་ཀྱི་རྒྱུ་དུ་འགྱུར། །རང་རིག་ཡིན་ཕྱིར་རྒྱུད་གཞན་  
མེད། །དེས་ན་མངོན་སྤྱུལ་འགྲོས་གསུལ་པ། །དབང་ཤེས་ཀྱི་སྤྱད་ཅིག་དང་པོས་ཉེར་ལེན་ཀྱི་རྒྱ་  
བྱས་ནས་དེ་དང་རིས་འདྲའི་དབང་ཤེས་ཀྱི་སྤྱད་ཅིག་གཉིས་པ་བསྐྱེད་ལ། དེ་དང་དུས་མཉམ་  
པར་ཡིད་ཤེས་ཀྱི་སྤྱན་ཅིག་བྱེད་པའི་རྒྱུ་བྱས་ནས་ལོགས་ཤིག་ཏུ་ཡིད་ཀྱི་མངོན་སྤྱུལ་ཀྱི་སྤྱད་  
ཅིག་དང་པོ་སྐྱེད་དོ། །ཁ་ཕྱི་ལྟ་ལ་དོན་རིག་མངོན་སྤྱུལ་གཉིས་སྐྱེ་བ་ན་ཁ་ནང་ལྟ་རང་རིག་མངོན་  
སྤྱུལ་གཅིག་སྐྱེ་ལོ། །དེ་ལྟ་ན་མངོན་སྤྱུལ་ཇི་སྟོད་སྐྱེས་ཀྱང་རང་རིག་གིས་བསྐྱུས་པས་རྒྱུད་དུ་མར་  
འགྱུར་བའི་སྐྱོན་ལས་གྲོལ་ཞིང་། སྤེལ་མར་མི་སྐྱེ་བར་ལོགས་ཤིག་ཏུ་སྐྱེ་ལ། དེ་གཉིས་རྒྱུན་ཡོད་

མེད་ཀྱིས་ངེས་མ་ངེས་སྤྱིད་པས་རྒྱན་མཛད་པ་ལ་བརྟེན་པའི་སྦྱོན་མེད་ལ། གྲངས་མཉམ་པར་སྦྱེ་  
 བས་ཆོས་མཆོག་ལ་བརྟེན་པའི་སྦྱོན་ལས་གྲོལ་བ་འདི་ནི། ཤང་ཀར་ནན་ཏའི་དགོངས་པ་ཁོ་བོའི་  
 མཁན་པོ་ལས་རྟེན་པ་འདི་ཁོ་ན་འབྱུང་པར་མཐོང་ངོ་། །ངེས་ན་ཕྱིའི་ཡུལ་གཉིས་ལ་མདོན་སྐྱུལ་  
 གཉིས་ཀྱི་འགོ་ཚུལ་དང་། རང་གི་བསྐྱུས་པ་ལ་རང་རིག་གི་འགོ་ཚུལ་འདི་ནི་མདོན་སྐྱུལ་འགོས་  
 གསྐྱུལ་པ་ཡིན་ལ་ཡུལ་གྱི་འགོས་དཔྱད་ན་རང་རིག་ལ་ཡུལ་གཞན་མེད་པས་འགོས་ལྔར་འགྱུར་  
 ལ། དབང་པོ་དང་ཡིད་གཉིས་ཀྱི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་སྔ་མ་བསྐྱུས་ན་འགོས་བདུན་པར་འགྱུར་  
 རོ། །གསྐྱུལ་པ་དེ་དག་ལ་ཚུད་པ་སྤང་བ་ནི། རྣམ་ཐུག་པ་ན་རེ་དབང་པོས་བཟུང་བ་འཛིན་ན་  
 བཅད་ཤེས་སུ་འགྱུར་ལ། མ་བཟུང་བས་འཛིན་ན་ལོང་བས་ཀྱང་མཐོང་བར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།  
 ཡུལ་གཞན་

༩༩༩

འཛིན་དང་དབང་པོ་ལ། །སྟོས་ཕྱིར་འདི་ལ་སྟོན་གཉིས་མེད། །དབང་པོའི་ཡུལ་གྱིས་དེ་མ་ཐག་པ་  
འཛིན་པས་བཅད་ཤེས་སྟེ་མི་འགྱུར་ལ་དབང་ཤེས་དེ་མ་ཐག་པ་ལ་སྟོས་པས་ལོང་བ་ལ་སོགས་  
པས་མི་མཐོང་བས་སྟོན་གཉིས་པ་ལས་གྲོལ་ལོ། །རྣམ་འགྲེལ་ལས། དེ་ཕྱིར་དབང་པོའི་རྣམ་པར་  
ཤེས། །དེ་མ་ཐག་རྒྱུན་ལས་བྱུང་ཅན། །ཡིད་ནི་ཡུལ་གཞན་ཉིད་འཛིན་བྱེད། །དེ་ཕྱིར་ལོང་བས་  
མཐོང་བ་མིན། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །གསུམ་པ་རང་རིག་པའི་མངོན་སྟུང་ལ་གསུམ་ལས་དང་  
པོ་མཆན་ཉིད་ནི། རང་གི་ངོ་བོ་རིག་པ་ནི། །མངོན་སྟུང་ཡིན་པར་མཁས་རྣམས་བཞེད། །རང་རིག་  
མངོན་སྟུང་གི་མཆན་ཉིད་ནི། ཤེས་པ་རང་གི་ངོ་བོ་ལ་མ་ལྟུང་པའོ། །དེ་ཉིད་ཚད་མའི་མཆན་  
ཉིད་ཀྱང་ཡིན་ནོ། །རང་རིག་པ་རང་རིག་བྱ་རིག་བྱེད་དུ་སྤྱེ་བའི་རང་རིག་པ་མ་ཡིན་གྱི། བེམས་པོ་

ལས་ལོགས་ནས་རིག་པ་སྐྱེས་པ་ཙམ་དེ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། རྣམ་ཤེས་བཅས་པོའི་རང་བཞིན་  
 ལས། །བརློག་པ་རབ་ཏུ་སྐྱེ་བ་སྟེ། །བཅས་མིན་རང་བཞིན་གང་ཡིན་པ། །དེང་འདྲིར་བདག་ཉིད་  
 རིག་པ་ཡིན། །ཞེས་རྒྱན་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །གཉིས་པ་ཚུང་པ་སྤང་བ་ནི། །ཁ་ཅིག་རང་རིག་  
 མི་འབད་དེ། །རིག་བྱ་རིག་བྱེད་གཉིས་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་གཉིས་མེད་ཀྱང་རིག་ན་གྲངས་  
 ཅན་ལྟར་རང་ལས་སྐྱེ་བ་དང་མཚུངས་སོ་ཞེ་ན། །རང་སྐྱེ་སྒྲོན་མེད་སྐྱེ་བ་ཡིན། །རང་རིག་བཅས་པོ་  
 བརློག་ཙམ་ཡིན། །དེས་ན་རང་རིག་རང་སྐྱེ་གཉིས། །མཚུངས་པའི་གོ་སྐབས་ཡོད་མ་ཡིན། །རང་  
 གྲུབ་པ་བསྐྱེད་མི་དགོས་ལ། །མ་གྲུབ་པ་བསྐྱེད་མི་རྒྱས་པས། །དགོས་རྒྱས་མེད་དོ། །རང་རིག་ལ་  
 རང་རིག་པ་ཙམ་དུ་སྐྱེ་བ་ལ་བཏགས་པར་བྱད་པས་ག་ལ་མཚུངས། ཡང་

༩༩༩

ཉན་ཐོས་བྱེ་བྲག་རྩ་སྤྱོད་པ་དང་སྤྱོད་གསུང་ལག་ལ་ཞིག་རང་རིག་མི་འདོད་མོད་ཀྱི་འདི་གྲུབ་མཐའ་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱོད་འབྱེད་པས་འདིར་མ་སྤྱོད་སོ། །གསུམ་པ་ཆོད་མ་ཡིན་མིན་དཔྱད་པ་ནི་འོན་  
རང་རིག་ཐམས་ཅད་ཆོད་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། མདོན་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་ལ་ཆོད་མ་མ་ཡིན་པ་མི་སྤྱོད་  
དོ་ཞེས་བཤད་དོ། །བཞི་པ་རྣལ་འབྱོར་གྱི་མདོན་སྤྱོད་ཡང་བདེ་བར་གཤེགས་པས་ཆོས་རྣམས་ལ་  
ཆོས་ཀྱི་མིག་རྒྱལ་མེད་ཅིང་ངོ་མ་དང་བྲལ་བ་རྣམ་པར་དག་ཅེས་གསུངས་པ་དང་། ཀུན་ལས་  
བརྟུས་ལས། རྣལ་འབྱོར་རྣམས་ཀྱིས་བྲལ་བ་བྱེད། །མ་འདྲེས་པ་ཡི་དོན་ཙམ་མཐོང་། །ཞེས་  
གསུངས་པ་དང་། རྣམ་འགྲེལ་ལས། རྣལ་འབྱོར་ཤེས་པ་སྤྱོད་བཤད་པ། །དེ་དག་གི་དེ་བསྐྱོམ་བྱུང་  
ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་གཏན་ལ་དབབ་ན་གསུམ་སྟེ། རང་བཞིན་དོས་གཟུང་བ། ཡུལ་ལ་



ཚད་མར་གྱུར་པའི་ཚུལ། །དེ་སྐབས་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། མཚན་ཉིད་དང་།  
 དབྱེ་བ་དང་། རྒྱ་བསམ་པའོ། །མཚན་ཉིད་ལ་གཉིས་ལས། གཞན་ལྷགས་དགག་ན། བྱེ་ནས་  
 མཚན་ཉིད་འཛིག་པ་ལྟུལ། །པོད་རྣམས་རྣལ་འབྱོར་མངོན་སུམ་དང་། །དེའི་ཚད་མའི་མཚན་  
 ཉིད་ཐ་དད་དུ་འབྱེད་དེ་རྣལ་འབྱོར་མངོན་སུམ་ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་བདག་རྒྱུན་དེ་ཁོ་ན་གོམས་  
 པའི་ཡིད་ལས་སྐྱེས་ཤིང་ཡང་དག་པའི་དོན་ལ་རྟོག་བྲལ་མ་ལྟུལ་པའོ། །རྣལ་འབྱོར་མངོན་སུམ་  
 ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་བདག་རྒྱུན་དེ་ཁོ་ན་གོམས་པ་ལ་བརྟེན་ནས། སྒར་མ་རྟོགས་པའི་ཡང་དག་  
 པའི་དོན་ལ་སྒྲུང་སྟོབས་ཀྱིས་སྒྲོ་འདོགས་གཙོད་པ་ཞེས་ཟེར་བའང་གཉིས་སུ་འབྱེད་པ་མི་འབད་  
 ཅིང་སྒར་མ་རྟོགས་པ་ལ་རྣམ་བཙད་མེད་ལ་སྒྲོ་

༡༢༣

འདོགས་གཙོད་པ་མི་སྤྱིད་པར་སྤར་བཤད་པ་བཞིན་ནོ། །གཉིས་པ་རང་ལྷགས་ནི། བསྐྱེམ་འབྱུང་  
འབྱུལ་མེད་མདོན་སྤུམ་སྟེ། །འབྱུལ་པ་ཅན་རྣམས་སྟར་སྤྱང་ཡིན། །དེ་ལ་རྣལ་འབྱོར་གྱི་ཤེས་པ་  
ཅམ་གྱི་མཆན་ཉིད་ནི་བསྐྱེམས་པའི་སྟོབས་ལས་སྤྱང་བ་ཡིན་ནོ། །རྣལ་འབྱོར་མདོན་སྤུམ་གྱི་  
མཆན་ཉིད་ནི་བསྐྱེམས་པ་ལས་བྱུང་བ་མ་འབྱུལ་བའི་ཤེས་རབ་བོ། །དེ་ཉིད་ཚད་མའང་ཡིན་  
ནོ། །གཉིས་པ་དབྱེ་བ་ལའང་གཉིས་ལས། རྟེན་གྱིས་དབྱེ་ན། འཕགས་པ་གསུམ་གྱིས་མདོན་སྤུམ་  
གསུམ། །སྟོབ་དང་མི་སྟོབ་སྟོན་ལ། །ཉན་ཐོས་རྒྱན་ཏུ་ཞུགས་པ་ལ་སོགས་པ་སྟོབ་པའི་མདོན་  
སྤུམ་དང་། ཤེས་རབ་དང་གཉིས་ཀའི་ཆ་ལས་རྣམ་གྲོལ་ཏེ་མི་སྟོབ་པའི་མདོན་སྤུམ་སྟེ་གཉིས་  
སོ། །རང་སངས་རྒྱས་བསམ་གཏན་བཞི་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ལམ་ཐམས་ཅད་ཅིག་ཅར་བགྲོད་པས་

སྒྲོབ་པའི་མངོན་སྲུང་མེད་ལ་གྲུབ་མཐའི་བྱེ་བྲག་འགའ་ཞིག་སྒྲོབ་པའི་འཕགས་པ་འདོད་པ་དེ་  
 དག་གི་འང་ཉན་ཐོས་དང་ཐེག་ཆེན་གྱི་འཕགས་པ་གང་རུང་ལས་མི་འདེམ་པའི་སྒྲོབ་པ་ལ་དབང་  
 པོ་རྣམས་ཀྱིས་སོ། །ཐེག་པ་ཆེན་པོ་པའི་སྒྲོབ་པ་ས་བརྩའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ལ། མི་སྒྲོབ་པ་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་མངོན་སྲུང་ཡིན་པས་ལྷ་ར་འགྱུར་རོ། །འདི་ནི་བྱུན་མང་གི་དབྱེ་བ་ཡིན་ལ་སོ་སོའི་གྲུབ་  
 མཐའ་དང་བསྐྱུན་ན་ཉན་ཐོས་འགའ་ཞིག་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་འཕགས་པ་མེད་པས་རྣལ་  
 འབྱོར་གྱི་མངོན་སྲུང་མི་འདོད་ལ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་པ་འགའ་ཞིག་ཉན་ཐོས་ལ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་  
 མཐོང་བ་མེད་པས་རྣལ་འབྱོར་གྱི་མངོན་སྲུང་མཆོན་ཉིད་པ་མེད་དོ་ཞེས་འདོད་དོ། །འོན་ཀྱང་  
 འདིར་རྟོག་གི་བ་རྣམས་ཀྱི་གཙུག་གི་མོར་བྱས་མདོ་སྒྲེ་པའི་གྲུབ་མཐའ་དང་བསྐྱུན་ཏེ། བདེན་པ་  
 བཞིའི་ཆོས་ཉིད་

༩༩༣

མཐོང་བ་ལ་རྣལ་འབྱོར་གྱི་མདོན་སྤུངས་དུ་བཞག་ནས་དེ་ནས་དངོས་པོ་སྟོབས་ཞུགས་གྱིས་བདག་  
མེད་པ་ལ་སྟོར་བར་མཛད་དོ། །དེ་ཉིད་ན་འཕགས་པ་ལྔ་ཀའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་མདོན་སྤུངས་དཔྱད་  
དོ། །གཉིས་པ་དོ་བོའི་སྟོན་ནས་དབྱེ་ན། དེ་དག་སྒྲུང་བཅས་སྒྲུང་མེད་གྱི། །དབྱེ་བས་གཉིས་གཉིས་  
རྣམ་པ་བརྒྱ། །སྒྲུང་བཅས་ལ་ཉན་ཐོས་གྱི་སྟོབ་པ་ནི། བསམ་གཏན་གྱི་སེམས་ཐོབ་ན་མདོན་པར་  
ཤེས་པ་འཆར་ལ་མ་ཐོབ་ན་མི་འཆར་ཞིང་མི་སྟོབ་པ་ལ་འང་ཤེས་རབ་གྱི་ཆ་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་  
བ་ལ་མདོན་པར་ཤེས་པ་ལྔ་མེད་ལ་གཉིས་ཀའི་ཆ་ལ་རྣམ་གྲོལ་དང་རང་སངས་རྒྱས་དང་སངས་  
རྒྱས་གྱིས་རིམ་པ་བཞིན་སྟོང་གཉིས་གསུམ་དང་གྲངས་མེད་གྱི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་རྣམས་  
མཐོང་སྟེ། མཛོད་ལས། སྟོབ་མ་བསེ་རུ་སྟོན་རྣམས་གྱིས། །སྟོང་གཉིས་གསུམ་དང་གྲངས་མེད་

མཐོང་། །ཞེས་གསུངས་སོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་དེར་མ་གསུངས་མོད་ཀྱི། །འཛིག་རྟེན་གྱི་  
 །ཁམས་བརྒྱ་དང་སྟོང་དང་འབུམ་ལ་སོགས་པ་མདོ་སྡེ་ས་བརྒྱ་པ་ནས་ཇི་ལྟར་འབྱུང་བ་ལྟར་ཤེས་  
 །པར་བྱའོ། །སྤང་མེད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་ནི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་སྟོབ་པས་ཀུན་བརྟགས་ཀྱི་བདག་མེད་  
 །རྟོགས་ལ། མི་སྟོབ་པས་ལྟན་སྟེས་ཀྱི་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་ཤིང་། རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 །ཚོས་ཀྱི་བདག་བཟུང་བ་རང་བཞིན་མེད་པ་སྟེ་སྤྱེད་དང་གཉིས་རྟོགས་ལ། བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 །དཔས་བདག་མེད་གཉི་ག་རྟོགས་ཤིང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ནི་བག་ཆགས་དང་བཅས་པའི་སྟོབ་པ་  
 །སྤངས་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་སོ། །གསུམ་པ་རྒྱ་བསམ་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ཡེ་ཤེས་གཉིས་  
 །ཀྱི་རྒྱ་ནི། ཐབས་དང་ཤེས་རབ་ལེགས་སྤྱངས་པ། །ཕན་

༡༢༥

ཚུན་རྒྱ་དང་རྒྱུ་རྒྱུ་པས། རི་ལྷ་བ་དང་རི་སྒྲིང་པ། ཡེ་ཤེས་གཟིགས་པ་འགྲུབ་པར་  
འགྱུར། བསམ་གཏན་དང་སྒྲིན་ལམ་ལ་སོགས་པ་ཐབས་རྣམ་པ་སྣ་ཚོགས་ཀྱིས་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་  
བྱས་ཤེས་རབ་སྒྲོང་པ་ཉིད་སྒྲིན་ཅིག་བྱེད་པའི་རྒྱུ་རྒྱུ་ན་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ལ་བཀྲ་བ་  
འབྱུང་སྟེ། མདོ་སྡེ་རྒྱུ་ལས། རི་ལྷ་ར་མདུད་པའི་བྱེ་བྲག་གིས། གོས་ལ་ཚོན་བཀྲ་མི་བཀྲ་བ། དེ་  
བཞིན་འཕེན་པའི་དབང་གིས་ན། གྲོལ་བའི་ཡེ་ཤེས་བཀྲ་མི་བཀྲ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
དོ། ཤེས་རབ་སྒྲོང་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཉེན་ལེན་གྱི་རྒྱ་བྱས། ཐབས་ཀྱིས་སྒྲིན་ཅིག་བྱེད་པའི་རྒྱུ་རྒྱུ་  
ན་རི་ལྷ་བའི་ཡེ་ཤེས་ལ་གསལ་སྣང་འབྱུང་སྟེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། འགའ་ཡིས་ཚོས་ཀུན་བདག་  
མེད་པ། གོམས་པས་དེ་ཡི་བདག་ཉིད་དུ། འགྱུར་ཏེ་དངོས་པོ་མཐོང་བ་བཞིན། ཞེས་གསུངས་



ཕ་སྟར་རོ། །གཉིས་པ་དེ་དག་མཐར་ཕྱིན་པའི་དུས་ནི། །ཆེ་གསུམ་བསྐྱལ་པ་བརྒྱ་དང་ནི། །གྲངས་  
 མེད་གསུམ་གྱིས་དེ་མཐར་ཕྱིན། །ཆེ་གསུམ་གྱི་བསོད་ནམས་དང་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་  
 བསྐྱེམས་པས་དག་བཅོམ་པ་དང་། བསྐྱལ་པ་བརྒྱ་ཆོགས་དང་བདག་མེད་ཕྱེད་དང་གཉིས་གྱིས་  
 རང་སངས་རྒྱས་དབང་པོ་རྣམས་པོ་དང་། བསྐྱལ་པ་གྲངས་མེད་གསུམ་གྱི་ཆོགས་དང་སྟོང་ཉིད་སྟོང་  
 རྗེའི་སྟོང་པོ་ཅན་གྱིས་མངོན་པར་རྫོགས་པར་འཛང་རྒྱ་སྟེ། མངོད་ལས། ལྷུང་བ་སྤྱིད་པ་གསུམ་  
 གྱིས་གྲོལ། །བསེ་རུ་བསྐྱལ་པ་བརྒྱ་ཡི་རྒྱས། །དེ་གྲངས་མེད་གསུམ་ལ་སངས་རྒྱས། །ཞེས་གསུངས་  
 པས་སོ། །བདག་མེད་རྟོགས་པའི་དབྱེ་བ་འདི་བློ་ལ་ཐུན་མོང་གི་ཡིན་གྱི། ཉན་ཐོས་དང་བློ་ལ་  
 ཆེན་པོ་འགའ་ཞིག་འཕགས་པ་

༩༩༥

གསུམ་ལ་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་བྱང་པར་མི་འདོད་དེ། བདེན་པ་བཞིའི་ཆོས་ཉིད་དམ། ཆོས་  
ཐམས་ཅད་བདག་མེད་པར་མ་རྟོགས་ན་བདེན་པ་མཐོང་བ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོན་ཀྱང་  
མཆོག་དམན་གྱི་བྱང་པར་ནི་སྤྲོད་རྗེ་དང་ཐབས་གྱི་བྱེ་བྲག་ལ་སྟོས་པར་འདོད་དོ། །གསུམ་པ་  
ཐབས་ལ་སྟོས་ནས་འབས་བྱའི་བྱང་པར་ནི། ཐབས་ཞན་པས་ན་རྣམ་གྲོལ་གཉིས། །བག་ཆགས་  
བཅས་ཕྱིར་སྟོན་པ་མིན། །ཐབས་ལ་གོམས་པས་དངོས་ཀྱན་གསལ། །བག་ཆགས་སྤངས་ཕྱིར་  
ཀྱན་མཁྱེན་ཡིན། །ཐབས་ལ་མ་སྤངས་པར་ཤེས་རབ་གཙོ་བོར་བསྒྲུམས་པས་བདག་མེད་ཕྱོགས་  
གཅིག་ཕྱིད་དང་གཉིས་རྟོགས་སུ་བྱིན་ཀྱང་ཐབས་ཡུན་རིང་དུ་མ་སྤངས་པས་མ་གོམས་པའི་རིག་  
པ་ལྟར་སེམས་མི་གསལ་བའི་ཕྱིར་བག་ཆགས་སྤྲོད་མི་རུས་པས་གཞན་དོན་ཆེན་པོ་ལ་ཉན་ཐོས་

དང་རང་སངས་རྒྱས་གཉིས་མི་འཇུག་ལ། ཐབས་ལ་མཁས་ཤིང་ཤེས་རབ་སྤངས་པས་ན་བཞོ་  
གནས་གོམས་པ་ལྟར་བྱགས་གསལ་བའི་ཕྱིར། བག་ཆགས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་སྤངས་པས་ཤེས་བྱ་ཐམས་  
ཅད་མཐུན་ལ་བྱགས་རྗེ་དང་ལྟན་པས་གཞན་གྱི་དོན་ལ་འཇུག་པའི་ཕྱིར་གྲོལ་བ་གཉིས་དང་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱང་པར་དེ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་རྣམ་འགྲེལ་ལས། རྣམ་པ་དུ་མར་ཐབས་མང་  
པོར། །ཡུན་རིང་དུས་སྟུག་གོམས་པ་ལ། །དེ་ལ་སྒྲིན་དང་ཡོན་ཏན་དག །རབ་རྩ་གསལ་བ་ཉིད་དུ་  
འགྱུར། །དེས་ན་བྱགས་བྱང་གསལ་བའི་ཕྱིར། །རྒྱ་ཡི་བག་ཆགས་སྤངས་པ་ཡིན། །བྱབ་ཆེན་  
གཞན་དོན་འཇུག་ཅན་གྱི། །བསེ་རུ་སོགས་ལས་བྱང་འདི་ཡིན། །དེ་དོན་ཕྱིར་ན་ཐབས་གོམས་  
པ། །དེ་ཉིད་སྒྲིན་པ་ཡིན་པར་འདོད། །ཅེས་བྱ་བ་

༨༨༥

དང་། བཙེ་ལྷན་སྒྲུག་བསྐལ་གཞོམ་པའི་ཕྱིར། །ཐབས་རྣམས་ལ་ནི་མངོན་སྦྱོར་མཛད། །ཐབས་  
བྱང་དེ་རྒྱ་ལྷོག་གྱུར་པ། །དེ་འཆད་པ་ནི་དཀའ་བ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །འོ་ན་རྣལ་  
འབྱོར་གྱི་མངོན་སྦྱོར་ཐམས་ཅད་ཆད་མ་ཡིན་ནམ་མ་ཡིན་ཞེ་ན། གཉིས་པ་ཡུལ་ལ་ཆད་མར་  
འགྱུར་བའི་ཚུལ་ལ་གསུམ་ལས་དང་པོ་རྣལ་འབྱོར་གྱི་མངོན་སྦྱོར་ཐམས་ཅད་ཆད་མར་བསྐྱབ་པ་  
ནི། བཅད་ཤེས་དང་ནི་ངེས་པ་གཉིས། །རྟོག་པ་ཡིན་ཕྱིར་མངོན་སྦྱོར་མིན། །ངེས་ན་རྣལ་འབྱོར་  
མངོན་སྦྱོར་ཀྱང་། །མངོན་སྦྱོར་ཡིན་ཕྱིར་ཆད་མར་གྱུབ། །བཅད་ཤེས་དང་ངེས་པ་གཉི་ག་རྟོག་  
པའི་བྱེད་པ་ཡིན་པས་མངོན་སྦྱོར་དང་གཞི་མཐུན་མི་སྲིད་དོ། །ཞེས་བཤད་ཟིན་ལ། དེས་ན་  
མངོན་སྦྱོར་རང་ལས་ངེས་པ་འདྲན་ནས་མི་ནས་དཔྱད་པར་བྱའི་ཆད་མ་ཡིན་མ་ཡིན་དཔྱད་པར་

བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ཚད་མ་དེས་འཇུག་ལྟོག་བྱེད་པའི་ཚུལ་ནི། སོ་སོ་སྐྱེ་བོའི་ཚད་མ་  
 ནི། །དེས་པ་ཉིད་ལས་འཇུག་ལྟོག་བྱེད། །འཕགས་པ་རྟོག་པ་བྲལ་བ་རྣམས། །ཏིང་པེ་འཛིན་ལས་  
 བྱེད་པར་གསུངས། །སོ་སོ་སྐྱེ་བོའི་ཚད་མ་ནི་མངོན་སུམ་གྱིས་མཐོང་བ་སྤྱོད་པ་མཚམས་སྦྱར་བའི་  
 དམ་པས་སོ་སོར་ངོས་ནས་འཇུག་ལྟོག་བྱེད་ལ། འཕགས་པ་རྟོག་པའི་བག་ཆགས་མ་སྤངས་པ་  
 རྣམས་རང་བཞིན་དུ་གནས་པ་ན། འཛིན་རྟོག་པ་དང་འདྲ་ལ་སྦྱོན་ནས་ཤེས་པ་ལ་མཉམ་པར་  
 གཞག་ན་ཏིང་པེ་འཛིན་གྱིས་བྱེད་དོ། །རྟོག་པའི་བག་ཆགས་སྤངས་པ་དེ་དག་སྦྱོན་ལམ་ལས་གྲུབ་  
 པའི་དཔའ་བར་འགོ་བ་དང་རིན་ཆེན་ཕྱག་རྒྱ་ལ་སོགས་པ་ཏིང་པེ་འཛིན་བྱེད་པར་ཅན་གྱི་སྟོབས་  
 གྱིས་བྱེད་པར་གསུངས་སོ། །གསུམ་པ་དུས་གསུམ་མཐུན་པའི་ཡེ་ཤེས་

༩༩༥

དཔྱད་པ་ནི། འོ་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་འདས་མ་འོངས་མི་མཐུན་ན་ཐམས་ཅད་མཐུན་པར་མི་རུང་  
ལ་མཐུན་ན་འང་སྒྲིང་ནས་མཐུན་ན་དུས་གསུམ་རྩ་ས་སྤྱི་གྲུབ་པར་འགྱུར་ཞིང་། མི་སྒྲིང་ན་མངོན་  
སུམ་གྱི་སྤྱན་ཅན་དུ་མི་རུང་ངོ་ཞེ་ན། བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་ཡེ་ཤེས་ཅན། །དེ་ཡི་མཐུན་པ་དཔག་མི་  
ནུས། །གཉིད་ཀྱིས་བསྒྲུད་པ་ཙམ་གྱིས་བྱུང་། །སང་པའི་སྒྲོ་དཔག་མི་ནུས་ན་གཟུང་བ་དང་།  
འཛིན་པས་བསྒྲུད་པའི་ཚུ་རྩལ་མཐོང་བའི་སོ་སོ་སྐྱེ་བོས་གནས་གྱུར་པའི་ཡེ་ཤེས་དཔག་ནུས་རེ་  
སྐྱེ། དེས་ན་གནས་གྱུར་བའི་ཕྱིར་དུས་གསུམ་དང་པ་རྩལ་གྱི་སེམས་མཐུན་པ་ལ་སོགས་པ་  
བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བོ། །དེ་འང་རྣམ་འགྲེལ་ལས། གཟུགས་སོགས་དང་ནི་སེམས་དེ་ལྟར། །གཟུང་  
བའི་མཚན་ཉིད་དཔྱད་པ་འདི། །མ་དག་སྒྲོ་ཅན་ལ་ཡིན་གྱི། །རྣལ་འབྱོར་རྟོགས་པ་བསམ་མི་



[illegible]

༩༩༥

དཔོན་རྒྱལ་མཛད་པས་ནི། གང་གཞན་ལ་འཆད་པ་ལ་དོན་དང་མཐུན་ཞིང་འགལ་བ་མེད་པ་དེས་  
གཞལ་བྱ་དེས་མདོན་སྐྱུ་དུ་མཐོང་བ་ཡིན་ཏེ། རང་རང་གི་ཡུལ་བཤད་པ་བཞིན་གཞུང་འབུམ་  
པ་ལ་སོགས་པ་འཆད་པ་པོ་དེས་ཀྱང་དོན་དང་མཐུན་ཞིང་འགལ་བ་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བས་བསྒྲུབ་  
པར་རྒྱས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ནི་ངག་གི་སྒྲ་རིས་ཟིན་ན་འགལ་བ་མེད་དོ། །གཉིས་པ་མ་འོངས་  
པ་ན་འབྱུང་རུང་བསྒྲུབ་པ་ལ་གཉིས་ལས་དང་པོ་རྟགས་དགོད་པ་ནི། གོམས་པ་རྫོགས་ནས་དེ་  
གསལ་བ། །མཐའ་གཞན་བཀག་པའི་དེས་པས་འགྲུབ། །གང་རྟེན་བརྟེན་ཞིང་གོམས་པ་ངང་གིས་  
བྱད་པར་དུ་འགྱུར་བ་བསྒྲོམ་པ་དེ་ལ་གསལ་སྒྲུང་འབྱུང་སྟེ་འདོད་འཇིགས་གོམས་པ་བཞིན།  
རྟོང་ཉིད་བསྒྲོམ་པ་འང་རྟེན་བརྟེན་ཞིང་གོམས་པ་ངང་གིས་བྱད་པར་དུ་འགྱུར་བ་བསྒྲོམ་པར་བྱེད་

དོ། །ཞེས་བྱ་བ་མཐའ་གཞན་བཀག་པའི་ངེས་པ་བསྐྱབ་པའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་སོ། །རྟགས་  
 དེའི་ཚུལ་ཅན་ནི་རང་རྒྱུད་ལ་མངོན་སྲུང་དང་གཞན་ལ་ལྷན་ངག་གི་རྣམ་འགྱུར་བྱུང་པར་ཅན་  
 གྱི་རྟགས་ཀྱིས་འགྲུབ་པོ། །བསྐྱབ་བྱ་ནི་འབྱུང་རྒྱུ་ཅམ་དང་འབྱུང་ངེས་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། རྟེན་དང་  
 སྤང་ན་རྒྱུ་བ་ཅམ་མི་བསྟོམ་པ་ལ་ཡང་ཡོད་ཅིང་ངེས་པ་བསྟོམ་པ་ལ་འང་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོན་  
 གུང་བསྟོམ་པའི་ཡན་ལག་དང་མ་བྲལ་ཞིང་འགལ་རྟེན་མེད་ན། གསལ་སྤང་འབྱུང་ངེས་ཡིན་ཏེ།  
 རྒྱ་ཚོགས་པ་ཚང་ཞིང་འགལ་རྟེན་མེད་ན་འབྲས་བུ་འབྱུང་ངེས་དཔོག་པ་བཞིན་ནོ། །གཉིས་པ་  
 དེའི་ཚུལ་བསྐྱབ་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། ཕྱོགས་ཚུལ་དང་བྱུང་བ་བསྐྱབ་པ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ།  
 རྟེན་བརྟེན་པ། གོམས་པ་དང་གིས་བྱུང་པར་དུ་འགྱུར་བ། དེ་བསྟོམ་པ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས།  
 གཞན་

༩༥༩

ལྷགས་དགག་ན། འདི་ལ་ཁ་ཅིག་རྟེན་བརྟེན་པ། །རིག་པའི་ཐོག་མཐའ་རྣམ་པ་གཉིས། །མེ་དང་  
སྒྲོན་མ་དཔེར་བྱས་ནས། །མདོན་སྙམ་ཉིད་ཀྱིས་འགྲུབ་ཅེས་ཟེར། །རིག་པའི་ཡ་མཐའ་དང་མ་  
མཐའ་ཐུག་པ་གཉིས་རང་རིག་གིས་ཁེགས། དབྱས་ཀྱི་རིག་པ་རང་རིག་གིས་གྲུབ་པས་རིག་པའི་  
རྒྱན་ཐོག་མཐའ་མེད་པར་གྲུབ་བོ། །ཡ་མཐའ་མ་མཐའ་ཇི་ཏྟར་ཁེགས་སྙམ་ན། རང་རྒྱུད་ལ་རང་  
རིག་གིས་རིག་པ་ཙམ་རིག་པ་སྒྲ་མ་ལས་བྱུང་བར་གྲུབ་པས་རིག་པ་སྒྲ་མ་སྒྲོན་དུ་མ་སོང་བའི་  
རིག་པ་ཙམ་དངོས་སུ་ཁེགས་པ་ན་རིག་པ་སྒྲ་མ་སྒྲོན་དུ་མ་སོང་བའི་རིག་པའི་བྱེ་བྲག་ཤུགས་ལ་  
ཁེགས་ཏེ། དུ་བ་ཙམ་མེ་ལ་བྱུང་བར་མདོན་སྙམ་གྱིས་གྲུབ་པས་མེ་སྒྲོན་དུ་མ་སོང་བའི་དུ་བ་ཙམ།  
དངོས་སུ་ཁེགས་པ་ན་མེ་སྒྲོན་དུ་མ་སོང་བའི་དུ་བའི་བྱེ་བྲག་ཤུགས་ལ་ཁེགས་པ་བཞིན་ནོ། །ཡང་

རང་རྒྱུད་ལ་རིག་པ་ཅམ་རིག་པ་སྤྱི་མ་བསྐྱེད་པར་གྲུབ་པས་རིག་པ་སྤྱི་མ་མི་བསྐྱེད་པའི་རིག་པ་  
 ཅམ་དངོས་སུ་ཁེགས་པ་ན་སྤྱི་མ་མི་བསྐྱེད་པའི་རིག་པའི་བྱེ་བྲག་ཐམས་ཅད་ཤུགས་ལ་ཁེགས་ཏེ་  
 སྒྲོན་མ་ཅམ་གྱིས་འོད་འབྱིན་པར་གྲུབ་པས་འོད་མི་འབྱིན་པའི་སྒྲོན་མའི་བྱེ་བྲག་ཐམས་ཅད་  
 ཤུགས་ལ་ཁེགས་པ་བཞིན་ནོ་ཞེས་གསུང་ངོ་། །འདི་མི་འཐད་དེ། ཐུག་མེད་རང་རིག་གིས་མི་  
 འགྲུབ། །མེ་དང་སྒྲོན་མ་དཔེར་མི་རུང་། །རང་རིག་གིས་ད་ལྟར་གྱི་ཤེས་པ་ཅམ་འབྲེལ་པ་ཅན་དུ་  
 གྲུབ་ཀྱང་སྐྱེ་བ་དང་འཆི་བའི་ཐོག་མཐའ་མི་འགྲུབ་ཏེ། ཚུ་རོལ་མཛེས་པ་བ་ལྟར་དང་པོའི་སེམས་  
 འཛིག་ཏེན་པ་རོལ་གྱི་སེམས་ལས་མི་སྐྱེ་བར་པ་མའི་ལུས་ལས་སྐྱེ་བར་འདོད་པས་རྒྱ་གཞན་  
 དོགས་པའི་སྤྱིར་དང་། འཆི་བའི་སེམས་ཀྱིས་ཀྱང་སེམས་སྤྱི་མ་མི་བསྐྱེད་པར་མེ་

༩༣༥

ནལ་བ་ལྟར་རྒྱན་ཆད་པར་དོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་ད་ལྟར་རིག་ཅམ་རྒྱ་ལྟམ་སྤྱུ་གྲུབ་པའི་  
ལྷགས་ལ་འཇིག་རྟེན་སྤྱི་དུས་ན་ཆད་པར་ལྟ་བའི་ལོག་རྟོག་ཀྱང་སྐྱེ་མི་སྤྱིད་པར་འགྱུར་  
རོ། །ཡང་དཔེ་མི་མཚུངས་ཏེ་དུ་བའི་དང་པོ་དུ་བ་སྤྱི་མ་ལས་སྐྱེ་བ་ཞིག་དཔེར་དགོས་ཀྱི། དུ་བའི་  
དང་པོ་རིགས་མི་མཐུན་མེ་ལས་སྐྱེ་ལ་དུ་བའི་རྒྱན་དུ་བའི་རིགས་འདྲ་སྤྱི་མ་ལས་སྐྱེ་བ་དང་།  
མེས་སྐྱེ་དང་པོ་རིས་མི་འདྲ་ལུས་ལས་སྐྱེ་ལ། མེས་སྐྱེ་ཕྱི་མའི་རྒྱན་རིས་འདྲ་ལས་སྐྱེ་བ་ཚུ་  
རོལ་མཛེས་པའི་ལྷགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། སྒྲོན་མའང་ནལ་ཁ་མས་སྒྲོན་མ་གཞན་བསྐྱེད་པ་  
ཞིག་དཔེར་དགོས་ཀྱི་སྒྲོན་མ་ལ་འོད་འབྱིན་པས་བྱུང་བ་ནི་མེས་སྐྱེ་ལ་གསལ་བས་བྱུང་བའི་  
དཔེར་རུ་གི་ཕྱི་མ་བསྐྱེད་པ་ལ་དཔེ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་རང་འདོད་པ་ལ་གཉིས་ཏེ།



འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་ཐུག་མེད་དུ་བསྒྲུབ་པ་ལོ། །དང་པོ་ལ་འང་གཉིས་ལས། ཏྲགས་དགོང་ན།  
 སེམས་ལ་གཞན་ལས་སྟོས་མེད་ཀྱི། ཏྲགས་ཀྱིས་སྟོན་མཐའ་ཐུག་མེད་འགྲུབ། རྩེས་མ་ཐག་པ་འི་  
 སེམས་ཆོས་ཅན། ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་སེམས་སྡུ་མ་སྟོན་དུ་སོང་སྟེ་རིག་པ་ཙམ་ཡིན་པ་འི་ཕྱིར་ད་ལྟར་  
 གྱི་རིག་པ་བཞིན་ཞེས་བྱ་བ་འི་འབྲས་ཏྲགས་སོ། །གཉིས་པ་དེ་འི་ཚུལ་བསྒྲུབ་པ་ལ་གཉིས་ལས་  
 ཕྱོགས་ཆོས་ནི་སྟོང་བའམ་ཏྲགས་ཀྱིས་འགྲུབ་ལ་བྱུང་པ་ནི་སེམས་ཙམ་ཡིན་ཡང་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་  
 སེམས་མ་ཡིན་པ་ལ་སྟོས་ན་ཅི་སྟོ་ཞེས། ཚུ་རོལ་མངོས་པ་བཞོལ་ན། སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་སྟེ་བ་ཉེར་  
 ལེན་གྱི་རྒྱ་སེམས་མ་ཡིན་པ་ལ་སྟོས་སམ། སེམས་ཀྱི་བྱུང་པར་སྟེ་བ་སེམས་ལས་གཞན་ལ་འང་  
 སྟོས། ཕྱི་མ་ནི་ཁོ་བོ་ཡང་འདོད་དེ་སྟེ་མཆེད་ཀྱི་སྟོན་ཅིག་བྱེད་

༨༣༧

ཁྱེན་ཐ་དད་ཀྱིས་སྒོ་ལྟེ་རྣམ་ཤེས་ཐ་དད་དུ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་རོ། །སྒྲ་མ་ལྟར་རོ་ཞེ་ན། འོ་ན་ད་ལྟར་  
གྱི་ཤེས་པ་འདི་རྒྱ་མེད་ལས་སྐྱེ་འཇུག་ རྒྱ་ལས་སྐྱེ་བརྟག་ དང་པོ་ལྟར་ན། རྒྱ་མེད་གཞན་ལ་མི་སྟོས་  
ཕྱིར། །རྟག་རྒྱ་ཡོད་པ་འཇུག་མེད་པར་འགྱུར། །ཞེས་པའི་རིགས་པས་ཁེགས་སོ། །གཉིས་པ་ལྟར་ན་  
ཤེས་པ་ལས་སྐྱེ་འཇུག་བེམས་པོ་ལས་སྐྱེ། དང་པོ་ལྟར་ན་ཤེས་པའི་རྒྱ་ཤེས་པར་གྲུབ་པས་འཇིག་  
རྟེན་སྒྲ་མ་གྲུབ་པ་དེ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ལྟར་ན་དབང་པོ་མེད་པའི་ལྷས་སམ། དབང་པོ་དང་  
བཅས་པའི་ལྷས་སམ། དབྱགས་འབྱུང་རྒྱུ་གསུམ་གང་ལ་སྐྱེ་བརྟག་གང་། དབང་པོ་མེད་པ་ལས་  
སྐྱེ་ན། རྒྱལ་ཕྱན་སོ་སོ་ལས་སྐྱེ་འཇུག། འོ་ན་རྟེ་ཆོགས་པ་ལས་སྐྱེ། དང་པོ་ལྟར་ན་ཆོགས་པ་ཆང་ཞིང་  
གགས་མེད་པའི་ཕྱིར་རྒྱལ་ཕྱན་རེ་རེ་ལས་སེམས་རེ་སྐྱེ་བར་བཟུང་སོ། །གཉིས་པ་ལྟར་ན་སོར་མོ་ལྟ་

བྱ་ཡན་ལག་གཅིག་ཉམས་ཀྱང་སེམས་མི་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཏེ། རྒྱ་མ་ཚང་བའི་རྒྱ་གྲ་བཞིན་ནོ། །དེ་  
 ཉིད་རྣམ་འགྲེལ་ལས། རེ་རེ་རྒྱས་པ་ཉིད་ཡིན་ནའང་། །ཅིག་ཅར་མང་པོ་འབྱུང་བར་  
 འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། མ་ལྟས་རྒྱ་ཉིད་ཡིན་ན་ནི། །ཡན་ལག་གཅིག་དང་བྲལ་ནའང་  
 མིན། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །གལ་ཏེ་དེ་ཏྟ་བུའི་ལྟས་ལས། མི་སྐྱེའི་ཡན་ལག་ཅན་གྱི་རྣམས་ལས་  
 སྐྱེའོ་ཞེ་ན། སྤང་རྒྱུ་མི་དམིགས་པའམ། གཅིག་གཡོ་ན་ཐམས་ཅད་གཡོ་བར་ཐལ་བ་ལ་སོགས་  
 པས་ཁེགས་པར་གསལ་སོ། །ཡང་འགའ་ཞིག་དབང་པོ་ལས་ཤེས་པ་སྐྱེའོ་ཞེ་ན། སྤང་མ་ཏྟར་དབང་  
 པོ་ཚོགས་པ་ལས་སྐྱེ་ན་དབང་པོ་གཅིག་མ་ཚང་ཡང་ཡིད་ཤེས་མི་སྐྱེ་བར་འགྱུར་

༡༣༩

ལ། རྒྱུ་པ་ལས་སྐྱེ་ན་དབང་པོའི་སྒོ་བཞིན་དུ་ཡུལ་སོ་སོར་འཛིན་པར་འགྱུར་ཏེ། རྣམ་འགྲེལ་  
ལས། དེ་སྒོ་བཞིན་དུ་འཛིན་འགྱུར་ཕྱིར། །དབང་པོ་བཅས་ལས་ཡིད་ཤེས་མིན། །ཤེས་སྐྱེད་རྣམ་  
པ་ཐ་དད་ཕྱིར། །ཀུན་ལས་ཀྱང་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཡང་ན་དབང་པོ་དེ་  
ཅི། །དབང་ཏེན་གཟུགས་ཅན་ལ་ཟེར་རམ། །ཡུལ་ལ་འཛིན་རྣམ་ལ་ཟེར། དང་པོ་ལྟར་ན་ཤི་བའི་  
གཟུགས་ལས་ཀྱང་དབང་ཤེས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་རོ། །གཉིས་པ་ལྟར་ན་རྣམ་པ་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་  
ཤེས་ཀྱི་བྱང་པར་ཡིན་པས་ཤེས་པ་ལས་ཤེས་པ་བྱང་པར་ཅན་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བོ། །དེས་ན་སྒོ་  
དབང་པོའི་རྒྱ་ཡིན་པར་རྣམ་འགྲེལ་ལས། དབང་རྣམས་རེ་རེ་ལ་གཞོད་ཀྱང་། །ཡིད་སྒོ་ལ་གཞོད་  
ཡོད་མ་ཡིན། །འདི་འགྱུར་ན་ནི་དེ་དག་ཀྱང་། །འགྱུར་བ་དག་ཏུ་མཐོང་བ་ཡིན། །དེ་ཕྱིར་སྒོ་གནས་

ཕ་ཡིན་རྟེན། རྒྱུ་ཉིད་ལ་ནི་བརྟེན་པ་འགའ། དབང་པོ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པས། དེ་ཕྱིར་རྒྱུ་ལས་  
 དབང་པོ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པས་སོ། ཡང་ཁ་ཅིག་དབུགས་དབྱུང་རྒྱུ་ལ་ཞེས་པ་སྐྱེའོ་ཞེ་ན།  
 སེམས་ཀྱི་རྒྱ་དབུགས་ཡིན་ན་དབུགས་ཀྱི་རྒྱ་ཅི་ཡིན། སེམས་ཡིན་ན་སེམས་སྣ་མ་གྲུབ་ཅིང་།  
 དབུགས་སྣ་མ་ཉིད་ཡིན་ན་ལྷས་དང་སེམས་མེད་ཀྱང་དབུགས་འབྱུང་བར་འགྱུར་ལ་ལྷས་ཡིན་ན་  
 རྒྱ་ཚང་ཞིང་གཞན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ་ལས་ཀྱང་དབུགས་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ། འདི་འང་རྣམ་  
 འགྲེལ་ལས། དབུགས་གཅིག་ལ་འང་དོན་དུ་མ། འཛིན་ཕྱིར་དེ་ལས་ངེས་མ་ཡིན། ཞེས་དབུགས་  
 འབྱུང་བ་གཅིག་ལས་སེམས་གཅིག་སྐྱེ་བ་འགོག་པ་དང་། དབུགས་གཅིག་ལས་སེམས་དུ་མ་སྐྱེ་བ་  
 འགོག་པའི་རིགས་པ་ནི་རྣམ་འགྲེལ་ཉིད་དུ་ཞེས་པར་བྱའོ། དེས་ན་འབྱུང་རྒྱུ་ལས་

༡༣༣

སེམས་མི་འབྱུང་གི་སེམས་ལས་འབྱུང་རྒྱུ་འབྱུང་བར་གྱུ་བོ། །དེའི་ཕྱིར་ཤེས་པ་སྐྱེ་བ་ནི་ཚད་  
མས་གྱུ་ལ། རྒྱ་མེད་དང་རིས་མི་མཐུན་གྱི་རྒྱ་གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་ཁེགས་པས་རིས་མཐུན་གྱི་ཤེས་  
པ་ཉིད་ཤེས་པ་ཕྱི་མའི་རྒྱར་གྱུ་བ་པ་ན། འཇིག་རྟེན་འདིའི་ཤེས་པ་ལ་འཇིག་རྟེན་སྤྱི་མའི་ཤེས་པ་  
སྟོན་དུ་སོང་བར་བྱུ་བ་པ་འབྱུ་བ་པའི་ཕྱིར་ཡ་མཐའ་བྱག་མེད་དུ་གྱུ་བོ། །དཔེར་ན་བུམ་པ་རྒྱན་  
གྱི་མཐའ་འཇིག་པར་ཚད་མས་གྱུ་ལ། འཇིག་པའི་རྒྱ་གཞན་ལ་སྟོས་པ་ཁེགས་པས་བུམ་པ་ཉིད་  
འཇིག་པ་དང་། དབྱེར་མེད་དུ་གྱུ་བ་པ་ན་དངོས་པོ་རྣམས་སྐད་ཅིག་གིས་འཇིག་པར་འབྱུ་བ་པ་  
བཞིན་ནོ། །འདིར་སྟོས་མེད་དུ་འདྲ་ཡང་སེམས་ནི་སེམས་སྤྱི་མ་ལས་སྐྱེ་བ་གྱུ་བ་པས་རྒྱ་འབྲས་  
ཡིན་ལ་བུམ་པ་ནི་འཇིག་པའི་ངོ་བོར་བསྐྱུ་བ་པས་རང་བཞིན་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་སེམས་ཀྱི་ཉེར་



ལེན་སེམས་སྤྱུང་བ་པ་ནི་འཛིན་ཏེན་སྤྱུང་བ་པ་འང་རྣམ་འགྲེལ་ལས། དེ་ཕྱིར་ངེས་པར་གང་  
 ཉིད་ཀྱི། །འདྲ་བྱེད་ཀྱི་ནི་རྗེས་འཇུག་པར། །སེམས་ནི་དེ་མེད་མི་འབྱུང་བས། །དེ་ཕྱིར་སེམས་ལ་  
 བཏེན་པ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། རྣམ་ཤེས་མིན་པ་རྣམ་ཤེས་ཀྱི། །ཉིར་ལེན་མིན་པའི་ཕྱིར་ཡང་  
 འགྲུབ། །ཅེས་གསུངས་པ་རྟུང་རོ། །གཉིས་པ་མ་འོངས་པ་བསྐྱབ་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། བདག་འཛིན་  
 དང་བཅས་པ་དང་། བདག་འཛིན་མེད་པའི་གསལ་བ་ཐུག་མེད་དུ་བསྐྱབ་པ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་  
 ལས་རྟགས་དགོད་པ་ནི། རྒྱ་ཚོགས་ཚང་ཞིང་གགས་མེད་པའི། །རྟགས་ཀྱིས་སྤྱི་མཐའ་ཐུག་མེད་  
 འགྲུབ། །འཆི་ཀའི་སེམས་ཆོས་ཅན། སེམས་སྤྱི་མ་བསྐྱེད་ངེས་ཏེ། རྒྱ་ཚང་ཞིང་གགས་མེད་པའི་  
 ཕྱིར། །ཚོགས་པ་ཐ་མའི་སྤྱུང་བ་

༨༣༥

བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་སོ། །གཉིས་པ་ཚུལ་བསྐྱབ་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། ཕྱོགས་ཚས་  
དང་བྱབ་པ་བསྐྱབ་པ་ལོ། །དང་པོ་ལ་རང་གཉིས་ལས་དངོས་ནི། སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ཚོགས་པ་ཚང་བ་ཞེས་  
བྱ་བ་བདག་འཛིན་ཡིན་ཅིང་གགས་ནི་བདག་མེད་ཡིན་ལ་དེ་མེད་པ་ནི་བདག་མེད་རྟོགས་པ་ཉིད་  
དོ། །གཉིས་པ་དེ་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ་ལའོར་བའི་འཇུག་ཕྱོག་ཤེས་དགོས་པས་དེ་ལ་གསུམ།  
གཞན་ལྟགས་དགག་རང་ལྟགས་བརྗོད། དེ་ལ་ཚུད་པ་སྤང་བ་ལོ། །དང་པོ་ནི། ལས་དང་ལྷས་  
སེམས་ལའོར་བའི་རྒྱ། །གཉིས་པོ་སྤངས་ཕྱིར་དཀར་སྤྱོད་ཟེར། །འདི་ལ་ལྷ་སྟེགས་བྱེད་འགའ་  
ཞིག་ལས་དང་ལྷས་གཉིས་ཀྱང་ལའོར་བའི་རྒྱ་ཡིན་པས་ཚོགས་པ་ལས་བསྐྱེད་པ་ལ་ཡ་གྲུལ་མེད་  
ན་འབྲས་བུ་མི་སྐྱེ་བས། དེ་གཉིས་གང་རུང་ལ་གནོད་པ་བྱས་ཀྱང་སྐྱེ་བ་ཕྱོག་སྟེ་ས་བོན་ཡོད་ཀྱང་

རྒྱ་ལྷན་ལོག་ན་རྒྱ་གྲུ་མི་སྤྱོད་བ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་དག་ལ་ཐུབ་གྱིས་ལས་ཟད་ན་ཡང་སྤྱོད་མི་ལེན་  
 ནོ་ཞེ་ན། མི་རྒྱས་མི་པན་མི་དགོས་པས། །ལས་དང་ལྷན་འཇོག་ལམ་མ་ཡིན། །ལས་སྤྱོད་བར་མི་  
 རྒྱས་ཏེ་མཐའ་ཡས་ཤིང་གཉིན་པོ་ཤེས་པར་མི་རྒྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །མ་རིག་པ་ལས་བྱུང་བའི་སྤྱོད་  
 པ་མ་སྤྱོད་ན་ལས་དང་ལྷན་སྤྱོད་གྱི་སྤྱོད་ཀྱང་ཕྱིས་སྤྱོད་བས་མི་པན་པའི་ཕྱིར་དང་། བདག་ཏུ་  
 སྤྱོད་པ་སྤྱོད་ན་ལས་དང་ལྷན་མ་སྤྱོད་ཀྱང་བྱུང་ཤིང་ཟད་པའི་མེ་ལྟར་ཡང་སྤྱོད་མི་ལེན་པས་  
 མི་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་འདྲ་རྣམས་འགྲེལ་ལས། ལས་དང་ལྷན་དག་སྤྱོད་མིན་ཏེ། །གཉིན་པོ་དག་  
 རི་མེད་ཕྱིར་དང་། །རྒྱས་མེད་ཕྱིར་རོ་སྤྱོད་པ་ནི། །ཡོད་ན་སྤྱོད་ཡང་འབྱུང་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་  
 པས་སོ། །གཉིས་པ་རང་ལྷན་པ་

༨༣༥

བརྗོད་པ་ལ་གཉིས། ལའོར་བར་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་འོས་གཟུང་བ་དང་། དེའི་གཉིན་པོ་དཔྱད་པ་ལོ། །དང་  
པོ་ལ་གཉིས་ལས། སྤྱིར་ཡང་སྤྱིད་ཅམ་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ནི། སྐྱེ་རྒྱ་མ་རིག་དེ་ལས་ཀྱང་། །ཉོན་མོངས་  
ལས་དང་ལའོར་བ་འབྱུང་། །ལའོར་བར་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་བདག་ཏུ་འཛིན་པ། དེ་ཡོད་ན་བདག་གི་བར་  
འཛིན་པ་གཞན་འབྱུང་། དེ་ལས་མཐུན་པ་ལ་ཆགས་པ་དང་། མི་མཐུན་པ་ལ་སྤང་བ་འབྱུང་ཞིང་  
ཉོན་མོངས་པ་དེ་དག་གི་ལས་བསགས་ནས། དག་བས་མཐོ་རིས་གསུམ་དང་མི་དག་བས་ངན་  
སོང་གསུམ་དང་། མི་གཡོ་བས་ཁམས་གོང་མར་འཕེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་རྣམ་འགྲེལ་ལས།  
བདག་ཡོད་ན་ནི་གཞན་དུ་ཤེས། །བདག་གཞན་ཆ་ལས་འཛིན་དང་སྤང་། །དེ་དག་དང་ནི་ཡོངས་  
འགྲེལ་ལས། །ཉེས་པ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བར་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེས་ན་བདག་ལ་མཛོན་

ཆགས་པ། །དེ་སྤྱིད་དེ་ནི་ལའོར་བར་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། ཆགས་བྲལ་མིན་དང་སྤྱིད་ལྡན་  
 དང་། །ཚུམ་པ་ཀུན་ལ་རྟེན་པ་དེ། །ཉོན་མོངས་ལས་ལས་གྲོལ་མ་ཡིན། །དེ་འདྲ་ལའོར་བ་པ་ཞེས་  
 བྱ། །ཞེས་གསུངས་ལ། འཕགས་པ་སྐྱ་སྐྱབ་གྱིས་ཀྱང་། ཉོན་མོངས་པ་ལས་ལས་རྟེ་ལས་ལས་  
 ཀྱང་། །སྦྱོར་བ་ཀུན་རྒྱ་འབྱུང་བར་བྱབ་པས་གསུངས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེས་ན་སེམས་  
 ཅུམ་གྱིས་སྦྱི་མ་བསྐྱེད་པ་ལ་ནི་སེམས་སྒྲ་མ་ལས་རྒྱ་གཞན་མི་དགོས་རྟེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། གང་  
 ཆེ་ལུས་ལ་སྦྱོས་མེད་པར། །ཞེས་པ་འགའ་ཞིག་འགའ་ཞིག་གི། །བག་ཆགས་སང་པའི་རྒྱར་འགྱུར་  
 བ། །དེས་ན་འགའ་ཞིག་ལས་འགའ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་

༨༣༥

པས་སོ། །གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་དབང་ཤེས་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ནི། སྐྱེ་མཆེད་འདི་ལས་སྐྱེ་མཆེད་གཞན། །དེ་ཡི་  
བཟང་ངན་ལས་ཀྱིས་བྱེད། །དབང་པོའི་ཤེས་པ་བསྐྱེད་པ་ལ་ནི་འཆི་ཀའི་སེམས་ཀྱི་ཉིར་ལེན་གྱི་  
རྒྱ་བྱས་དབང་པོས་སྒྲན་ཅིག་བྱེད་པའི་རྒྱུ་བྱས་ནས་སྤྱི་མའི་དབང་ཤེས་སྐྱེ་ལ་དབང་པོས་ཉིར་  
ལེན་གྱི་རྒྱ་དང་། སེམས་ཀྱིས་སྒྲན་ཅིག་བྱེད་པའི་རྒྱུ་བྱས་ནས་སྤྱི་མའི་དབང་པོ་བསྐྱེད་ཅིང་། དེ་  
གཉིས་ཀ་བཟང་ངན་དུ་བསྐྱེད་པའི་བདག་རྒྱུན་ལས་ཀྱིས་བྱེད་དེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། ཆོ་འདི་ཉིད་  
ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་ལ། །ལྷས་གཞན་བསྐྱེད་པའི་རྒྱ་ཉིད་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། གལ་ཏེ་དེ་ལས་བྱུང་  
པར་ཅན། །ལས་རྣམས་བདག་པོ་ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །གཉིས་པ་གཉིན་པོར་དབྱུང་པ་ལ་  
གཉིས་ལས། ཕྱོགས་རེ་མགོ་གཞོན་ནི། བྱམས་སོགས་བདག་དང་མི་འགལ་བྱིར། །འཁོར་བའི་རྩ་



བ་གཅོད་རྒྱས་མིན། །ཞེ་སྒྲུང་གི་གཉེན་པོར་བྱམས་པ། །འདོད་ཆགས་ལ་མི་སྦྱག་པ། །རྣམ་པར་འཆོ་  
 བ་ལ་སྒྲིང་རྩེ། །ཕྱག་དོག་ལ་དགའ་བ། །ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཉེན་པོར་བཏང་སྒྲོམས་བསྒྲོམ་པར་  
 །གསུངས་པའང་སྟོགས་རེ་མགོ་གཞོན་པའམ། །རྒྱུང་བསྐྱེད་བ་ཅམ་དུ་རྒྱས་ཀྱི་རྩ་བ་ནས་གཅོད་མི་  
 །རྒྱས་ཏེ་རྒྱུ་དང་མི་འགལ་བའི་སྤྱིར་མངར་བ་དང་བསེལ་བ་དང་སྦྱུམ་པས་བད་ཀན་གྱི་ནད་བཞིན་  
 །ནོ། །དེའང་རྣམ་འགྲེལ་ལས། །བྱམས་སོགས་སྒྲོངས་དང་འགལ་མེད་སྤྱིར། །ཉེས་པ་ཤིན་རྒྱ་ཆར་  
 །གཅོད་མིན། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །གཉིས་པ་མཐའ་དག་དཔྱིས་འབྱེན་ནི། །བདག་མེད་བདག་  
 །དང་འགལ་བས་ན། །བདག་མེད་མཐོང་བས་དེ་སྦྱུན་འབྱེན། །དེས་ན་བདག་དང་བདག་མེད་  
 །གཉིས་གཞོད་བྱ་གཞོད་བྱེད་ཀྱི་

༨༣༥

འགལ་བ་ཡིན་ཏེ། ཏྲག་མི་ཏྲག་གམ་ཚ་རེག་གྲང་རེག་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་བདག་མེད་རྟོགས་པས་  
བདག་འཛིན་ཡུལ་ཐོན་ནས་འབྲས་བུ་སྐྱེ་བ་ལས་གོལ་ཏེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། སྟོང་ཉིད་རྟོང་དང་དེ་  
འགལ་བྱིར། །དེ་ལས་བྱུང་བའི་ཉེས་ཀྱན་དང་། །འགལ་བར་རབ་རྟུ་གྲུབ་པ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་  
དང་། བདག་དང་བདག་གིར་འཛིན་བྱས་པ། །འདུས་བྱས་སྟོང་ཡུལ་ཅན་ཆགས་ནི། །རྒྱ་ཡིན་དེ་  
ཡི་གཞོད་བྱེད་ནི། །བདག་མེད་མཐོང་བ་འགལ་བ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། རྟུག་བསྐྲུལ་བྱིན་ཅི་  
ལོག་སྟོང་དང་། །སྟོང་པས་ཀྱན་ནས་འཆིང་བ་ནི། །སྐྱེ་རྒྱ་གང་ལ་དེ་མེད་པ། །དེ་ནི་སྐྱེ་བར་མི་འགྱུར་  
ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་རྟུར་ནོ། །དེས་ན་རི་སྟོང་བདག་འཛིན་ཡོད་པ་དེ་སྟོང་དུ་ཡང་སྟོང་མི་ཆད་  
པས་རྟོན་བརྟོན་ལ། བདག་མེད་མཐོང་བ་ན་ཡང་སྟོང་ཟད་པ་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ་དེ་ལ་ཚུངས་པ་ལ་

གཉིས་ཏེ། སྐྱེ་རྒྱུ་དང་གཉིན་པོ་ལ་ཚུང་པ་སྤང་བ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་ལས། ཐོག་མར་རྒྱུ་གསུམ་  
 གསུངས་པ་དང་། འགལ་བ་སྤང་བ་ནི། གལ་ཏེ་སྐྱེ་བ་ལེན་པ་ལ་ལས་དང་ལྷས་ཀྱང་རྒྱུར་དགོས་  
 ཏེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། རྒྱུ་གསུམ་ཅན་ཞེས་གསུངས་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་ནི་བདག་འཛིན་གྱིས་  
 ཉོན་མོངས་པ་བསྐྱེད། ཉོན་མོངས་པས་ལས་བསྐྱེད། དེས་ལྷས་བསྐྱེད། དེ་གཉིས་གྱིས་གྲོགས་  
 བྱས་པའི་འཆི་སེམས་གྱིས་ཆེ་ཕྱི་མ་སྐྱེད་པ་ལ་དགོངས་པས་མི་འགལ་ལོ། །གཉིས་པ་སྐྱེད་པ་རྒྱུར་  
 གསུངས་པ་དང་འགལ་བ་སྤང་བ་ནི། བདེ་བར་གཤེགས་པས་སྐྱེད་པ་སྐྱེ་བའི་རྒྱུར་གསུངས་པ་  
 དང་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་མ་རིག་པས་ཉེར་ལེན་བྱས་པའི་སྐྱེད་པས་ཡུལ་ལ་སོགས་པ་ཐོབ་

༡༣༥

པའི་ཚྭ་ལ་བས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་ནས་སྒྲེ་གནས་སུ་འཇུག་པ་ལ་དགོངས་པས་མི་འགལ་ཏེ། རྣམ་  
འགྲེལ་ལས། མི་ཤེས་སྤྱིད་པའི་རྒྱ་ཡིན་ཡང་། །མ་བརྗོད་སྤྱིད་པ་ཉིད་བཤད་པ། །རྒྱ་ནི་འཕེན་པར་  
བྱེད་ཕྱིར་དང་། །སྤྱིད་པ་དེ་མ་ཐོག་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །གསུམ་པ་འཇིག་ཚོགས་ལ་  
ཏྟ་བ་རྒྱར་གསུངས་པ་དང་འགལ་བ་སྤང་བ་ནི། མདོ་ལས། འཇིག་ཚོགས་ལ་ཏྟ་བ་འཁོར་བའི་  
རྒྱར་གསུངས་པ་དང་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། དེ་ཉིད་མ་རིག་པའི་བྱེ་བྲག་ཡིན་ཏེ། ཉེས་ཀྱན་དེ་ཡི་རྩ་བ་  
ཅན། །དེ་ཡང་འཇིག་ཚོགས་ཏྟ་བ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་ཉིད་ཕྱིར་ན་ཉེས་རྣམས་ཀྱི། །རྒྱ་ནི་  
གཏི་མུག་ཡིན་པར་གསུངས། །གཞན་ལས་འཇིག་ཚོགས་ཏྟ་བ་སྟེ། །དེ་སྤངས་པ་ན་སྤྱིད་ཕྱིར་  
རོ། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །འདི་ལ་ཉན་ཐོས་འགའ་ཞིག་མ་རིག་པ་ནི་མི་ཤེས་པ་ཙམ་ཡིན་ལ།

འཇིག་ཚོགས་ལ་ལྟ་བུ་ལོག་ཤེས་ཡིན་པས་རྣམ་པ་མི་མཚུངས་པའི་སྤྱིར་གཅིག་རྒྱ་འགལ་ལོ་ཞེ་ན།  
 དེ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ་ལྷུང་དང་རིགས་པ་དང་འགལ་བའི་སྤྱིར་རོ། །དེའང་རྣམ་འགྲེལ་ལས། རིག་པའི་  
 མི་མཐུན་སྤྱོད་ཀྱིས་ཉིད་སྤྱིར། །སེམས་བྱུང་ཉིད་ཀྱིས་དམིགས་པའི་སྤྱིར། །ལོག་པར་དམིགས་ཉིད་  
 མ་རིག་པར། །གསུངས་སྤྱིར་གཞན་ནི་རིགས་མ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །མ་རིག་པ་རིག་  
 པའི་མི་མཐུན་སྤྱོད་ཀྱིས་ཡིན་པ་དེའང་། མེད་པས་མི་མཐུན་སྤྱོད་ཀྱིས་མ་ཡིན་ཏེ། རི་བོང་གི་རྒྱ་ཡང་མ་  
 རིག་པར་ཐལ་བའི་སྤྱིར་རོ། །གཞན་པས་མི་མཐུན་སྤྱོད་ཀྱིས་མ་ཡིན་ཏེ་བེམས་པོའང་མ་རིག་པར་  
 ཐལ་བའི་སྤྱིར་རོ། །དེས་ན་འགལ་བས་མི་མཐུན་སྤྱོད་ཀྱིས་ཡིན་ནོ། །སེམས་ལས་བྱུང་བས་

༡༣༩

དམིགས་པ་ཡང་རྟེན་དང་དམིགས་པ་དང་དུས་དང་རྣམ་པ་དང་རྣམ་མཁུངས་ལྟན་དུ་དམིགས་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །ཟླ་བ་སྟོན་མ་དང་ས་བརྩ་པ་ལ་སོགས་པར་ཡང་མ་རིག་པ་དང་བྲལ་བ་གང་ཞེ་ན།  
ཡང་དག་པ་རི་ལྟ་བ་བཞིན་གྱི་ཚོས་རྣམས་ལ་ལྟག་པར་སྟོ་འདོགས་པ་དང་བྲལ་བ་གང་ཡིན་  
པའོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པས་སོ། །གཉིས་པ་གཉིན་པོ་ལ་རྩོད་པ་སྤང་བ་ལ་གཉིས་  
ལས། ཐོག་མར་ལམ་དང་པོར་སྤྱད་ན་ལས་འདའ་བར་བྲལ་བ་སྤང་བ་ནི། མ་རིག་པ་དང་བྲལ་  
བས་སྟེ་བ་མི་ལེན་ན་རྒྱུ་རྩུ་ཞུགས་པའམ་མཐོང་ལམ་སྟེས་པ་ཉིད་ན་སྟེ་བ་མི་ལེན་པར་འགྱུར་རོ་  
ཞེ་ན། མ་རིག་པ་ལ་ཀུན་བརྟགས་དང་ལྟན་ཅིག་སྟེས་པ་གཉིས་ལས་ཀུན་བརྟགས་སྤངས་ཀྱང་སྟེ་  
བའི་རྒྱུར་གྱུར་པའི་ལྟན་སྟེས་མ་སྤངས་པས་ཡང་སྤྱིད་ལེན་པ་མི་འགལ་ཏེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས།



གལ་ཏེ་འཛིག་ཚོགས་ལྟ་བུ་ལྟེན། །ལམ་དང་པོར་ནི་སྤྱིད་མེད་འགྱུར། །རྟོན་ཅིག་སྐྱེས་པ་མ་  
 སྤངས་ཕྱིར། །སྤངས་ན་ཡང་སྤྱིད་ག་ལ་ཡོད། །ཅེས་གསུངས་པས་སོ། །འོ་ན་གྲུབ་མཐའ་འགའ་  
 ཞིག་དགྲ་བཅོམ་པ་རྟོན་སྐྱེས་ཀྱི་བདག་མ་སྤངས་ཀྱང་ཡང་སྤྱིད་མི་ལེན་པ་དང་། ས་བརྒྱད་པ་ན་  
 རྟོན་སྐྱེས་ཀྱི་བདག་སྤངས་ཀྱང་ཡང་སྤྱིད་ལེན་པ་འགའ་ལོ་ཞེ་ན། འདི་ལ་གྲུབ་མཐའ་སྤྱོད་བ་དག་  
 ལན་སོ་སོར་འདེབས་ཏེ། དགྲ་བཅོམ་པས་རྟོན་སྐྱེས་ཀྱི་བདག་མ་སྤངས་ཀྱང་དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུན་  
 སྤྱིད་པ་བྱེད་པས་འཕེན་མི་རྣམས་ཞེས་བེད་བ་དང་། སྤྱིད་པ་མ་སྤངས་ཏེ་རང་ངམ་གཞན་གྱི་རྒྱུན་  
 གྱིས་སང་ནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་པ་ལ་འཇུག་ཅེས་བེད་བ་དང་། སོ་སོར་བརྟགས་མིན་  
 གྱི་འགོག་པས་བདག་སྤངས་པས་

༡༥༩

ཡང་སྲིད་མི་ལེན་ཞེས་ཟེར་བ་དང་། སོ་སོར་བརྟགས་པའི་འགོག་པས་བདག་སྤངས་པས་ཡང་  
སྲིད་མི་ལེན་ཞེས་ཟེར་དང་དུ་འདོད་པ་ལ་སྒྲོབ་དཔོན་གྱི་དགོངས་པ་མདོ་སྤེལ་དང་བསྐྱུན་ནས་  
ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་བདག་དང་དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུན་སྲིད་པ་ཟད་པས་ཡང་སྲིད་མི་  
ལེན་པར་བཞེད་དེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། སྲིད་པའི་སྲིད་ལས་རྣམ་བཤུལ་བའི། །ལས་གཞན་འཕེན་  
རྒྱས་མ་ཡིན་ཏེ། །ལྷན་ཅིག་བྱེད་པ་ཟད་སྤྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །ཡང་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་ས་བརྒྱད་པ་ན། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་ཡིད་གནས་གྱུར་ཏེ། ལྷན་སྐྱེས་གྱི་བདག་མེད་པས་  
སྲིད་རྗེས་སྲིད་པའི་མཆོམས་སྒྱུར་བར་འདོད་ལ། །ཁ་ཅིག་ནི་ལྷན་སྐྱེས་གྱི་བདག་ས་བཅུའི་རྒྱུན་གྱི་  
མཐར་མི་སྤང་སྟེ། མ་རིག་པའི་བག་ཆགས་གྱི་ས་ཡོད་པས་དེ་ཉིད་གྱིས་སྲིད་པའི་མཆོམས་སྒྱུར་

བར་འདོད་དོ། །སྒྲིབ་དཔོན་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྙིང་རྩེ་གཙོ་བོའི་ལས་ལས་ཀྱང་ཡིན་ལ།  
 ཉན་ཐོས་ལས་གཙོ་བོའི་སྙིང་རྩེ་ལས་ཀྱང་ཡུང་པོ་ལྷག་བཅས་ཀྱི་སྲིད་པར་བཞུགས་པར་བཞེད་  
 དེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། འདོད་ཆགས་བྲལ་བའི་གནས་པ་ནི། །བརྩེ་བའམ་ཡང་ན་ལས་ཀྱིས་  
 ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །མདོ་ལས་ཀྱང་། འཆི་ལ་དགའ་བར་མི་བྱ་ཞིང་། །གསོན་པ་ལ་ཡང་  
 དགའ་མི་བྱ། །དཔེར་ན་དབང་པོའི་གྲང་པོ་བཞིན། །ཁོ་བོ་དུས་ལ་སྤྲོད་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་  
 ལྟར་རོ། །གལ་ཏེ་སྙིང་རྩེ་ཡོད་ན། དེ་ཉིད་འདོད་ཆགས་ཡིན་ཅོ་ཞེ་ན། དེ་གཉིས་རྒྱ་དང་ཡུལ་དང་  
 རྣམ་པ་མི་འདྲ་སྟེ། འདོད་ཆགས་ནི་ཉེར་ལེན་གྱི་ཡུང་པོ་ལྷ་ལ་རྟག་པ་དང་བདེ་བ་དང་། བདག་  
 དང་། བདག་གིར་འདུ་ཤེས་པའི་ཚུལ་བཞིན་མ་ཡིན་

༨༥༩

པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་རྒྱ་ཡིན་ལ་ཡུལ་ནི་སེམས་ཅན་ལ་སོགས་པར་མཐོང་བའོ། །རྣམ་པ་ནི་མཁོ་བར་  
སེམས་པའོ། །སྙིང་རྗེའི་རྒྱ་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ནི་རིག་པ་གོམས་པའོ། །ཡུལ་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་  
འབྲས་ཀྱིས་ཟེན་པའོ། །རྣམ་པ་ནི་དེ་དང་བྲལ་བར་འདོད་པའོ། །གལ་ཏེ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལ་  
འཇུག་པ་ཉིད་ཆགས་པའོ་ཞེ་ན། མིང་དུ་འདོགས་པ་ལ་རག་མོད་འདམ་ལས་གསེར་ལེན་པ་དང་  
འབྲུ་ལེན་པའི་ཚུལ་འཇུག་ཚུལ་བཞིན་བསམ་པ་བྱུང་པར་ཆེའོ། །དེས་ན་འཁོར་བའི་རྒྱ་བདག་  
འཛིན་ཡིན་པས་བདག་འཛིན་གྱི་བྱུང་ཤིང་མེད་ན་ཉོན་མོངས་པའི་མེ་རྣལ་ལ་དེ་ཉྟ་ན་སྤྱག་བསྐྱེད་  
གྱི་དུ་བ་རྒྱ་ནི་ཆད་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་སྤྱང་ན་ལས་འདས་ན་རྟེན་མི་བརྟེན་པར་ཐལ་བ་སྤང་བ་  
ནི། རྟོན་སྤྱོད་ཀྱི་བདག་སྤངས་པས་ཡང་སྤིང་མི་ལེན་ན་རྟེན་བརྟེན་པར་མི་འགྲུབ་བོ་ཞེ་ན། ས་

བོན་ཐོག་མ་ཡོད་མིན་ཡང་། །མེས་བསྐྱེད་པ་ན་སྤྱི་མཐའ་མཐོང་། །དེ་བཞིན་ལའོར་བ་ཐོག་མེད་  
 གྱང་། །བདག་མེད་མཐོང་ན་སྤྱི་མཐའ་གྲུབ། །ས་བོན་ཐོག་མ་མེད་གྱང་མེས་བསྐྱེད་པ་ལ་སྤྱི་མཐའ་  
 མཐོང་ལ། མ་བསྐྱེད་ཤིང་མཐུན་རྒྱུན་འཛིན་འགལ་རྒྱུན་མེད་ན་འབྲས་བུ་སྤྱི་མ་འབྱེན་པར་ངེས་  
 ལོ། །དེ་བཞིན་དུ་ལའོར་བ་ལ་ཐོག་མ་མེད་གྱང་བདག་མེད་པའི་མེས་བདག་འཛིན་གྱི་ས་བོན་  
 བསྐྱེད་པ་དེ་དག་ལའོར་བའི་སྤྱི་མཐའ་གྲུབ་ལ་སྤྱི་མཐའ་རྒྱུན་ཆང་ཞིང་སྟོང་པ་ཉིད་གྱིས་  
 འགལ་རྒྱུན་མེད་ན་ཡང་སྤྱི་མཐའ་མཐོང་པར་ངེས་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་སྟོང་པ་ཉིད་མཛོན་སྐྱེས་དུ་མ་  
 རྟོགས་གྱི་བར་དུ་རྟོན་བརྟོན་པས་ཆོག་མོད། །སྟོང་ཉིད་རྟོགས་གྱང་སྤྱི་མ་ལེན་པའི་རྟོན་  
 བརྟོན་ན་ལའོར་བའི་རྒྱུན་མི་འཆད་པས་ལམ་བསྐྱོམ་པ་དོན་མེད་དུ་

༨༥༩

འགྱུར་རོ། །གཉིས་པ་གསལ་བ་ཙམ་རྟེན་པ་བརྟེན་པར་བསྐྱབ་པ་ནི། གསལ་བ་བསྐྱེད་ལ་རྒྱ་ཚད་  
ཞིང་། །གགས་མེད་ཕྱིར་ན་བསྐྱེད་པར་ངེས། །སེམས་གསལ་བ་ཙམ་གྱི་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་བསྐྱེད་  
པ་ལ་སེམས་ལས་གཞན་སྒོ་བྱུང་གྱི་ངེ་མར་གྱུར་པའི་རྒྱ་གཞན་མི་དགོས་པས་རྒྱ་ཚད་ཞིང་བདག་  
འཛིན་གྱི་གགས་བདག་མེད་ལྟ་བུ་གཞན་མེད་པས་བསྐྱེད་ངེས་སོ། །ངེས་ན་གང་གགས་མེད་ཅིང་  
རྒྱ་གཞན་ལ་སྟོས་པ་མེད་པར་ངེ་འབྲས་བུ་ཕྱི་མ་བསྐྱེད་ངེས་ཏེ། གགས་མེད་ཅིང་ཚོགས་པ་ཚད་  
བའི་ས་བོན་བཞིན། སེམས་གསལ་བ་ཙམ་ཡང་གགས་མེད་ཅིང་གསལ་བ་ལས་རྒྱ་གཞན་ལ་སྟོས་  
པ་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་སོ། །འོ་ན་སེམས་གསལ་བ་ལ་རྒྱ་གཞན་མི་དགོས་མོད།  
གཉིད་དང་བརྒྱལ་བ་དང་འགོག་པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ལ་སོགས་པ་གགས་ཅིའི་ཕྱིར་མེད་ཅེ་



ན། དེ་དག་འཇུག་པའི་རྣམ་ཤེས་གསལ་བའི་གགས་ཅམ་ཡིན་གྱི། གུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་གསལ་  
བའི་གགས་སྒྲིམ་མི་འདོད་པས་སྦྱོན་མེད་དོ། །འོ་ན་འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་ཡང་སེམས་གསལ་བ་རྒྱན་  
མི་འཆད་ན། གསལ་བ་གཞན་དབང་མི་རྟག་པ་ཡིན་པས་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲུག་བསྐྱེད་ཡོད་པར་མི་  
འགྱུར་རམ་ཞེ་ན། གུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་མི་ལོང་ལྟ་བུར་གནས་གྱུར་པ་ན། མདོན་པར་འདུ་བྱེད་  
པ་ཐམས་ཅད་ལས་གྲོལ་བ་ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར་དང་། ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པས་ཀྱང་གནས་གྱུར་  
པའི་ཡེ་ཤེས་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པར་གསུངས་པས་སོ་སོ་སྦྱེ་བོ་ལ་བརྗོད་པའི་སྦྱོན་ག་ལ་འབྱུང་།  
དབུ་མ་པ་འགའ་ཞིག་སྤང་བ་རྒྱན་ཆད་པར་འདོད་པའང་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པའི་ཡེ་ཤེས་དང་  
འགལ་ཞིང་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་དགོངས་

༡༥༣

པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་འདིར་མི་འཐད་དོ། །གཉིས་པ་གོམས་པ་དང་གིས་བྱད་པར་དུ་འགྱུར་བ་  
དང་། གསུམ་པ་དེ་བསྒྲོམ་པ་ནི་རང་རིག་གིས་འགྲུབ་བོ། །གཉིས་པ་བྱབ་པ་བསྐྱབ་པ་ནི། འཇིག་  
སོགས་གོམས་ལས་གསལ་སྒྲུང་དང་། བྱབ་པ་ནི་དཔེ་འདོད་འཇིག་སོགས་གོམས་པ་ལ་གསལ་  
སྒྲུང་སྟེ་བར་མཐོང་བས་འགྲུབ་བོ། །དེ་ལྟ་བུའི་རྟགས་འདི་ནི་རྒྱ་ཚོགས་པ་ལས་འབྲས་བུ་འབྱུང་  
རུང་གི་དོན་བསྐྱབས་ལ་གགས་མེད་ན་ངེས་པ་བསྐྱབ་པའི་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་སོ། །གཉིས་པ་  
མཚན་ཉིད་བསྐྱབ་པ་ནི། གཟུང་འཇོན་མེད་ཕྱིར་འབྲུལ་མེད་འགྲུབ། །བསྒྲོམས་པས་གཟུང་འཇོན་  
སྤངས་ན་འབྲུལ་མེད་འགྲུབ་ལ། འབྲུལ་པ་དང་བྲལ་ན་རྟོག་པ་དང་ཡང་དོན་གྱིས་བྲལ་བ་ཡིན་  
ནོ། །དེས་ན་ཀུན་རྫོབ་ཇི་ལྟར་གནས་པ་དང་དོན་དམ་པ་ཇི་ལྟར་ཡིན་པ་ལྟར་གཟིགས་པས་སྒྲུང་

བཅས་དང་སྒྲུང་མེད་གྱི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་མདོན་སྤུམ་གཉིས་ཀ་རྟོག་བྲལ་མ་འབྲུལ་པར་གྱུ་བ་སྟེ།  
 རྣམ་འགྲེལ་ལས། རྟོག་པའི་དྲ་བ་སྤངས་པའི་ཕྱིར། །གསལ་བ་ཉིད་དུ་སྒྲུང་བ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་  
 པ་ལྟར་རོ། །གསུམ་པ་གྱུ་བ་པའི་དོན་ལ་མི་འབྲད་པ་སྤང་བ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྤངས་པ་དང་ཡེ་ཤེས་  
 ཡུན་སྤུམ་ཚོགས་པ་མི་འབྲད་པའོ། །དང་པོ་ནི་མི་རྣམས་མི་ཤེས་མི་བརྟེན་ཕྱིར། །སྤངས་པའི་གོལ་བ་  
 མེད་ཅེ་ན། །སྤྱི་རོལ་པ་ཁ་ཅིག་དྲི་མ་སེམས་གྱི་རང་བཞིན་ཡིན་པས་སྤང་མི་རྣམས་ལ། རྣམ་ཀྱང་སོ་  
 སོ་སྤྱེ་བོས་མི་ཤེས་ཤིང་། ཤེས་ནས་ལན་ཅིག་སྤངས་ཀྱང་ལུས་གྱི་དྲི་མ་ལྟར་སྤང་སྤྲོག་པའི་ཕྱིར་  
 སྤངས་པ་ཡུན་སྤུམ་ཚོགས་པ་མི་སྤིད་དོ་ཞེ་ན། རང་བཞིན་མིན་ཕྱིར་ཐབས་ཡོད་ཕྱིར། །རྟུ་

༡༥༥

སྒྲོང་ཕྱིར་ན་རྣམ་གྲོལ་འཐད། གྲི་མ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྒྲོ་བཏགས་པ་སྒྲོ་བུར་བ་ཡིན་པས་རང་  
བཞིན་མ་ཡིན་ཏེ། སེམས་རང་བཞིན་གྱིས་འོད་གསལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ཁྱོན་མོངས་པའི་རྒྱ་  
བདག་འཛིན་ཡིན་ལ་དེ་དང་འགལ་བ་བདག་མེད་ཡོད་པའི་ཕྱིར་དང་། རྒྱ་སྤངས་པ་ཉིད་གྱིས་  
སྤྲར་མི་རྟོག་སྟེ་བུད་ཤིང་ཟད་པའི་མེ་བཞིན་དུ་འབྲས་བུ་སྐྱེད་མི་རྣམས་པའི་ཕྱིར་རོ། ཇི་དག་རྣམ་  
འགྲེལ་ལས། སེམས་འདིའི་རང་བཞིན་འོད་གསལ་ཏེ། གྲི་མ་རྣམས་ནི་སྒྲོ་བུར་པ། ཞེས་བྱ་བ་  
དང་། སྒྲོང་ཉིད་རྟོ་དང་དེ་འགལ་ཕྱིར། ཞེས་བྱ་བ་དང་། སྐྱེ་དང་སྐྱེན་ནི་ཀུན་འབྱུང་དག། སྤྲར་  
ཡང་རྟོག་ཅེས་བཤད་པ་ཡིན། བདག་རྟོའི་ས་བོན་སྤངས་པའི་ཕྱིར། སྤྲར་མི་གཤེགས་པ་ཉིད་  
ཡིན་ནོ། ཞེས་གསུངས་པ་རྟོར་རོ། གཉིས་པ་ཡེ་ཤེས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་ལ་

གཉིས་ལས། དང་པོ་གོམས་པ་མི་འབྲང་པ་སྤང་བ་ནི། མཆོངས་དང་ཆུ་དང་གསེར་གྱི་  
 དཔེས། །གོམས་པ་སྤིང་པ་མིན་ཞེ་ན། །མཆོངས་པ་གོམས་ཀྱང་མཐའ་མེད་དུ་མི་མཆོངས་པ་ལྟར།  
 བཅེ་བ་དང་ཤེས་རབ་ལ་སོགས་པ་གོམས་ཀྱང་ཐུག་མེད་དུ་འཕེལ་མི་སྤིང་དོ། །ཡང་ཆུ་རི་ལྟར་  
 བསྐྱོས་ཀྱང་མེར་མི་འབར་བ་ལྟར་སྤོང་ཉིད་དང་བཅེ་བ་ལ་སོགས་པ་གོམས་ཀྱང་ཅུང་ཟད་  
 རྟོགས་པ་སྤིང་གྱི་དེའི་ངང་དུ་འགོ་མི་སྤིང་དོ། །ཡང་གསེར་བཟུ་ཡང་མེ་དང་བྲལ་བ་ན་སྤྲ་བར་  
 འགྱུར་བ་ལྟར་ལན་ཅིག་སྤོང་ཉིད་དང་བཅེ་སོགས་རྟོགས་ཀྱང་འབད་པ་དང་བྲལ་བ་ན་སྤྲ་བ་སྤྲོག་  
 གོ་དེས་ན་བཅེ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡེ་ཤེས་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ལ་བྱུང་ཅིང་ཆོད་  
 མེད་པ་འབྱུང་མི་རྒྱས་སོ་ཞེ་ན། འབད་ལ་སྤོས་ཕྱིར་མི་བརྟན་ཕྱིར། །སྤང་

༨༥༩

འབྱུང་བསྐྱེད་ཕྱིར་དཔེར་མི་རུང་། །མཆོངས་པ་ནི་ལྷུས་གྱི་སྟོབས་ཡིན་པས་ཚད་ཅན་ཡིན་ཏེ།  
བད་ཀན་ལ་སོགས་པ་སྟེ་བའི་ཆོས་དག་ནི་རང་ལ་གཉུག་མར་གནས་པའི་སྟོབས་ཉིད་དུ་མཐར་  
བྱུག་ནས་གནས་སོ། །དེས་ན་མཆོངས་པ་ལས་མཆོངས་པ་གཞན་མི་སྟེ་བའི་ཕྱིར་མཐར་བྱུག་པ་  
མེད་པའི་མཆོངས་པ་མི་སྟོན་དོ། །བརྩེ་བ་དང་ཤེས་རབ་ལ་སོགས་པ་ནི་སེམས་གྱི་ཆོས་ཡིན་པས་  
ཚད་མེད་པར་བསྐྱེད་ནུས་ཏེ། བརྩེ་སོགས་སྒྲ་མ་ལས་ཕྱི་མ་བྱུང་པར་དུ་འཕེལ་བའི་ཕྱིར་ཤིང་  
དང་མེའམ་དདུལ་ཆུ་དང་གསེར་རམ་ས་བོན་ལས་ས་བོན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་འཕེལ་བ་བཞིན་  
ནོ། །རྣམ་འགྲེལ་ལས། དེ་ནི་དང་པོ་ཕྱིས་བཞིན་དུ། །མཆོངས་མིན་ལྷུས་མི་མཐུན་པའི་  
ཕྱིར། །ཚུལ་བས་རིམ་གྱིས་མི་མཐུན་པ། །བསལ་ན་རང་སྟོབས་ཉིད་དུ་གནས། །ཞེས་བྱ་བ་དང་།



སེམས་ལ་བརྩེ་སོགས་གོམས་སྦྱེ་བ། །རང་གི་རང་གིས་འཇུག་འགྱུར་ཏེ། །མེ་ལ་སོགས་ལ་ཤིང་  
 དག་དང་། །དངུལ་ཆུ་དང་ནི་གསེར་སོགས་བཞིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཡང་ཆུ་བསྐོས་  
 གྱང་མེར་མི་འགྱུར་བའང་དཔེ་མ་ཡིན་ཏེ། །འབར་བའི་སྒོན་དུ་རྟེན་མི་བརྟེན་པར་སྐམ་པའི་ཕྱིར་  
 དང་། མེར་འབར་བའི་རང་བཞིན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རྣམ་ལ་འབད་གྱང་སྒྲ་ལཱའི་སྒྲ་གཱའི་མི་  
 འབྱུང་བ་བཞིན་ནོ། །སེམས་ནི་བརྩེ་བ་ལ་སོགས་པའི་རང་བཞིན་དུ་འགྱུར་ཏེ་བྱད་ཤིང་བསྐྱེགས་  
 པས་མེར་འགྱུར་བ་བཞིན་ནོ། །དེའང་རྣམ་འགྲེལ་ལས། རང་བཞིན་དེ་འདྲའང་མ་ཡིན་ཏེ། །དེ་ལ་  
 ཡན་འདོགས་རྣམ་པ་རྣམས། །བྱད་པར་ཕྱི་མ་དག་ལ་ནི། །བསྐྱབ་པའི་རྣམ་པ་མེད་ཕྱིར་  
 དང་། །རྟག་རྟུ་རྟེན་གནས་མ་ཡིན་ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལྟར་

༨༥༥

རོ། །ཡང་གསེར་གྱི་སྒ་བ་ལྟོག་པ་ཡང་དཔེ་མ་ཡིན། སྤྱིར་ནད་གསོ་བ་ལྟར་གཉེན་པོའི་རིགས་  
གཉིས་ཏེ་སྤྱིར་ལྟོག་པ་དང་མི་ལྟོག་པ་ལོ། །དེ་ལ་དང་པོ་ནི། བད་ཀན་ལས་སེའུ་འབྱུང་གི་སྤྱིར་བ་  
དང་། ཞེ་སྤང་ལ་བྱམས་པ་ལ་སོགས་པ་དང་། གསེར་ལ་མེ་ལ་སོགས་པ་སྤྱིར་ལྟོག་པའི་གཉེན་པོ་  
ཡིན་ལ། བད་ཀན་ལ་འབྱུ་སྤྱི་དང་། ཉོན་མོངས་པའི་གཉེན་པོར་སྤྱིར་ཉིད་དང་། ཞིང་མེས་  
བསྐྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་སྤྱིར་མི་ལྟོག་པ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། སྤྱིར་མི་འབྱུང་བ་འགའ་ཞིག་  
ནི། །ལ་ལར་འབྱུར་བ་སྤྱིད་པར་བྱེད། །འགའ་ཞིག་ལྟོག་པ་ཡིན་ཕྱིར་དཔེར། །ཞིང་དང་གསེར་ལ་  
མེ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། ཉེས་པ་རྣམ་པར་འགགས་པ་ནི། །སྒ་བཞིན་སྤྱིར་ཡང་སྤྱི་མེད་  
དེ། །དེ་བདག་ཉིད་གྱིས་འབྲལ་མེད་དེ། །ཐལ་བ་བཞིན་དུ་མ་ངེས་ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། འཆོ་བ་

མེད་དང་ཡང་དག་དོན། །དེ་བོ་ཉིད་ལ་ཕྱིར་ལོག་གིས། །འབད་དུ་བེན་ཀྱང་མི་སྒྲིགས་ཏེ། །སྒོ་ནི་དེ་  
 ཕྱགས་འཛིན་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །གཉིས་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་མི་སྤྲིད་པ་སྤང་  
 བ་ལ་གཉིས་ལས། རྩོད་པ་དགོད་ན། རྩོད་ཉིད་སྤྲིད་རྗེ་གོམས་པ་ལས། །དེ་ཡི་ངང་དུ་འགྱུར་སྤྲིད་  
 མོད། །ཤེས་བྱ་ཀུན་ལ་མཐའ་མེད་ཕྱིར། །ཀུན་མཁྱེན་བསྐྱབ་པ་དཀའ་ཞེས་བེད། །མུ་སྟེགས་  
 འགའ་ཞིག་རྩོད་ཉིད་མཐོང་བས་འཁོར་བར་མི་སྦྱེ་བ་དང་། རྩོད་རྗེ་གོམས་པས་གཞན་དོན་ལ་  
 འཇུག་པ་དངོས་པོ་སྟོབས་ཞུགས་གྱིས་འགྱུབ་ཀྱང་ཡུལ་དུས་རྣམ་པ་མཐའ་ཡས་ཤེས་བྱ་ཉིད་མ་  
 ཡིན་ཏེ། རྣམ་མཁའི་མཐའ་དང་སེམས་ཅན་གྱི་གྲངས་བཞིན་ནོ། །དེ་མི་ཤེས་ན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་  
 པར་མི་འགྱུར་ལ་ཤེས་ན་ལོག་ཤེས་ཅན་དུ་འགྱུར་ཏེ་ཤེས་

༡༥༥

བྱ་མ་ཡིན་པ་ཤེས་པའི་ཕྱིར་རི་བོང་གི་རྒྱ་མཐོང་བ་བཞིན་ནོ་ཞེ་ན། འདིའི་ལན་ལ་དགོས་པའི་  
དོན་ཀྱན་ཤེས་པའི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་དང་། ཤེས་བྱའི་དོན་ཀྱན་ཤེས་པའི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་  
པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། གཙོ་བོའི་དོན་ལ་མི་བསྐྱུ་བ། །ཀྱན་མཁྱེན་ཡིན་ཏེ་ཀྱན་ཚོགས་  
བཞིན། །འཁོར་བ་འཇུག་ལྷོག་གི་རྒྱ་འབྲས་བདེན་པ་བཞི་ལ་མི་བསྐྱུ་བར་ཆད་མས་འགྲུབ་པས་  
དགོས་པའི་དོན་ཀྱན་མཁྱེན་པའི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པར་གྲུབ་སྟེ། མི་ཀྱན་ཚོགས་སྣམ་ཀྱན་ཆད་  
ཞེས་བརྗོད་པ་བཞིན་ནོ། །རྣམ་འགྲེལ་ལས། སྤང་དང་དོར་བྱའི་དེ་ཉིད་ནི། །ཐབས་དང་བཅས་པ་  
རིག་མཛད་པ། །གང་དེ་ཆད་མ་ཉིད་འདོད་ཀྱི། །ཐམས་ཅད་རིག་མཛད་མ་ཡིན་ནོ། །རིང་པོ་  
མཐོང་ངམ་ཡིན་ཡང་རུང་། །འདོད་པའི་དེ་ཉིད་མཐོང་བ་ཡིན། །གལ་ཏེ་རིང་མཐོང་ཆད་ཡིན་

ན། །ཚུར་ཤོག་བྱ་ཤོད་བསྟེན་པར་གྱིས། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །རྒྱན་མཛད་པས་ཀྱང་། མཐོ་  
 རིས་དང་ནི་བྱང་གོལ་ལམ། །རི་བཞིན་དུ་ནི་མཁྱེན་པས་ན། །སྐྱེས་བུའི་དོན་མཁྱེན་ཙམ་གྱིས་  
 ནི། །སྟོན་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འདོད། །ཅེས་བཤད་པའང་དེ་ཡིན་ནོ། །དགོས་པའི་དོན་ཀྱན་  
 ཤེས་པ་ལ། །མཁས་རྣམས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ཞེས་ཟེར། །ཐམས་ཅད་འདུས་ནས་ཉན་པ་ལ། །བ་  
 ལང་མེད་ཀྱང་སྟོན་མ་ཡིན། །བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ། །དེ་ནས་ལའོར་བ་ལས་གོལ་  
 བར་འདོད་པས་དེའི་ཐབས་ཀྱན་མཁྱེན་པས་ཆོག་མོད། །ཉེ་བར་མི་མཁོ་བ་སྟོན་བུའི་གྲངས་དང་  
 རུལ་ཕྱན་གྱི་གྲངས་ལ་སོགས་པ་མཁྱེན་ཡང་ཅི་དགོས། །ནད་གསོ་བ་ལ་སྦྱན་ཀྱན་ཤེས་པས་ཆོག་  
 མོད། །བ་ལང་གི་སོ་མི་ཤེས་ཀྱང་སུ་ཞིག་སྟོང་། །རྣམ་འགྲེལ་ལས། །དེ་ཕྱིར་དེ་ཡི་བསྐྱབ་བྱ་

༡༥༥

རུ། །གྲུར་པའི་ཡེ་ཤེས་རྣམ་དཔུང་བུའི། །འདི་ཡིས་སྲིན་བུའི་གྲངས་མཐུན་པ། །དེ་ལ་འགར་ཡང་  
ཉེར་མཁོ་མེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །འོ་ན་ཤེས་བྱ་ཀུན་མཐུན་པའི་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་  
འགོག་གམ་ཞེ་ན་མ་ཡིན་ཏེ། ཉེ་བར་མཁོ་བའི་དོན་ཤེས་པས་ཆོག་གི་མི་མཁོ་བ་རྩལ་ཕྱན་གྱི་  
གྲངས་མཐུན་ཡང་ལེགས་མ་མཐུན་ཡང་བྲུ་ཞེས་བཏང་སྟོམས་སུ་འཛོག་སྟེ། ནད་གསོ་བ་ལ་སྒྲན་  
ཤེས་པས་ཆོག་གི་གཞན་བཏང་སྟོམས་སུ་འཛོག་པ་བཞིན་ནོ། །རྒྱན་མཛད་པས། ཐམས་ཅད་རིག་  
པར་མཛད་པ་ཡི། །ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་འགོག་པ་མིན། །དེད་གྱིས་ཤེས་པར་མི་རྒྱས་པས། །ཆོག་  
ཤེས་པར་ནི་འདོད་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པའང་དེ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ནི། ཡང་ན་རྗེས་སུ་  
དཔག་པ་ཡིས། །ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་གྲུབ་པ་ཡིན། །ཡང་ན་ཤེས་བྱ་ཀུན་མཐུན་པ་ཉིད་ཀྱང་རྗེས་



དཔག་གིས་འགྲུབ་སྟེ། གང་ལྟ་ཞིང་དཀའ་བ་མཐོང་བ་དེས་ཡིད་གཏང་ན་རགས་ཤིང་སྒྲ་བ་  
 མཐོང་སྟེ། ཉི་ཟེར་གྱི་རྒྱལ་མཐོང་བ་དེས་ཡིད་གཏང་ན་བུམ་པ་མཐོང་བ་བཞིན། ཐམས་ཅད་  
 མཐུན་པས་ཀྱང་ལྟ་ཞིང་དཀའ་བ་བདེན་པ་བཞིའི་དོན་གཟིགས་སོ་ཞེས་བྱ་བའི་རྟགས་གྱིས་  
 འགྲུབ་སྟེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། སྤང་དང་དོར་བྱའི་དེ་ཉིད་ནི། །ཐབས་བཅས་རབ་རྒྱ་དེས་པ་  
 ཡིས། །གཙོ་བོའི་དོན་ལ་མི་བསྐྱུའི་ཕྱིར། །གཞན་ལ་རྗེས་སྤྱད་པག་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་སྟར་  
 རོ། །ཤེས་བྱ་གཞན་ལ་ཉེ་བར་མི་མཁོ་བའི་ཕྱིར། ཐུགས་མི་གཏོང་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ།  
 འགའ་ཞིག་རྒྱ་ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པས་གང་རུང་གཅིག་མ་  
 མཐུན་ཡང་དེ་དང་འཆམ་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མི་རྣམས་པས་ཐམས་ཅད་མཁོ་བའི་ཕྱིར་ཐུགས་  
 མི་གཏོང་པ་མི་སྤྲིད་དོ། །འོ་ན་

༡༥༩

ཐམས་ཅད་མཁོ་རྒྱ་མེད་པར་བཤད་པ་དང་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། རང་དོན་ལ་མི་མཁོ་ལ་གཞན་དོན་  
ལ་མཁོ་བ་ལ་དགོངས་པས་མི་འགལ་ལོ། །དེ་ལྟ་ན་ཐམས་ཅད་འབྲུལ་པ་ཡིན་པས་འབྲུལ་སྒྲིང་  
ཅན་དུ་མི་འགྱུར་རམ་ཞེ་ན། གནས་མ་གྱུར་པར་ཤེས་ན་འབྲུལ་པ་ཡིན་ཡང་། གྱུར་པ་ན་ཉིང་དེ་  
འཛིན་གྱི་རྣམ་པར་འབྲུལ་པ་ཡིན་པས་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་བོ་ཞེས་བཤད་ཟེན་ཏོ། །བསྐྱལ་པའི་  
བར་དུ་བརྗོད་རྒྱ་ཡང་། །མེ་ལོང་ནང་དུ་ཅིག་ཅར་འཆར། །དེ་བཞིན་ཤེས་བྱ་མཐའ་མེད་  
པ། །མཁྱེན་པའི་སྐད་ཅིག་ག་ཅིག་གིས་མཁྱེན། །བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ། །གཉིས་པ་  
བསྒྲོག་ཕྱོགས་མངོན་སུམ་ལྟར་སྒྲིང་ལ་གཉིས་ལས་དང་པོ་མཆན་ཉིད་ནི། འབྲུལ་པའི་ཤེས་པ་  
ཐམས་ཅད་ནི། །མངོན་སུམ་ལྟར་སྒྲིང་ཉིད་དུ་འདོད། །མངོན་སུམ་ལྟར་སྒྲིང་གི་མཆན་ཉིད་ནི།

ཤེས་པ་ལྟུང་པ་ལ་སྒྲུབ་པ་ལོ། །གཉིས་པ་དབྱེ་ན། དེ་ལ་རྟོག་པ་རྟོག་མེད་གཉིས། །རྟོག་མེད་ལ་  
 ཡང་ཡིད་དབང་གཉིས། །རྟོག་པ་གསུམ་ཡིན་དུག་བཤད་པ། །ལོག་རྟོག་བསྐྱོག་ཕྱིར་ཕྱེ་སྟེ་  
 གསུངས། །རྟོག་མེད་གཉིས་ནི་ཟླ་བ་གཉིས་སྒྲུབ་ལ་སོགས་པ་དབང་ཤེས་ལྟུང་པ་དང་། ཆེ་ལམ་  
 གསལ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིད་ཤེས་ལྟུང་པ་ལོ། །རྟོག་པ་གསུམ་ནི་ཀུན་ལས་བརྟུས་ལས། ལྟུང་  
 དང་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་དང་། རྟོག་དཔག་རྟོག་སྒྲུབ་དཔག་ལས་བྱུང་། །དེ་དང་མདོན་འདོད་ཅེས་  
 བཤད་པ། །ཞེས་དུག་རྟུ་ཕྱེ་བ་ལ་སྟོག་རྟུ་ལ་ཆུར་འཛིན་པའི་ལྟུང་པ་དང་། བ་ལང་ཉིད་ལ་སོགས་པ་  
 རྟོག་པ་འཛིན་པའི་ཀུན་རྫོབ་གཉིས་ཕྱི་རོལ་པས་དབང་ཤེས་སྒྲུབ་འདོད་པས་དགག་པའི་ཕྱིར་  
 ཕྱོགས་གཅིག་རྟུ་གསུངས་ལ། རྟོག་དཔག་དང་རྟོག་སྒྲུབ་དཔག་པ་ལས་བྱུང་བའི་རྟོག་པ་གཉིས་  
 རྟོགས་ལ་རྟོན་པ་

༡༥༩

ཡིན་ལ། དུན་དང་མདོན་པར་འདོད་པའི་རྟོག་པ་གཉིས་མདོན་སྐྱུམ་དང་། རྟགས་གཉིས་ག་ལ་མ་  
རྟོས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་འང་རྣམ་འགྲེལ་ལས། མདོན་སྐྱུམ་རྟར་སྐྱང་རྣམ་པ་བཞི། །རྟོག་པའི་ཤེས་པ་  
རྣམ་གསུམ་དང་། །རྟོན་བསྐྱེད་པ་ལས་བྱུང་བ་ཅན། །རྟོག་པ་མེད་པ་ཅིག་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་  
པ་རྟར་ནོ། །གསུམ་པ་ཆད་མའི་འབྲས་བུ་དབྱུང་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། མདོན་སྐྱུམ་དང་རྗེས་དཔག་གི་  
ཆད་འབྲས་སོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་ལས་གཞན་ལྷགས་དགག་ན། རྟ་དང་ངེས་པ་ཆད་འབྲས་  
དང་། །མུ་སྟེགས་དཔྱེད་པ་བ་དོན་ལ་རྟ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ཐོག་མར་དོན་སྐྱང་བའི་ཤེས་པ་རྟོག་མེད་  
ཆད་མ། དེའི་འོག་རྟ་དོན་གྱི་ངོ་བོ་དང་བྱུང་པར་ངེས་པའི་རྟོག་པ་ཆད་འབྲས་བུ་འདོད་དོ། །རྗེ་  
སྐད་དུ། དང་པོ་ཡོད་པའི་རྟ་བ་པོ། །ཤེས་པ་རྟོག་པ་མེད་པ་ཅན། །བྱིས་དང་ལྷགས་སོགས་སྟོ་

འདྲ་བ། །དག་པ་དངོས་ལས་སྐྱེས་པ་ནི། །དེ་ནི་ཚད་མ་ཉིད་དུ་འདོད། །དེ་ཡི་འོག་ཏུ་སྒྲོ་གང་  
 གིས། །དངོས་ཚོས་རིགས་ལ་སོགས་རྣམས་སྟུ། །སྒྲོ་ནི་ཞེན་པར་བྱེད་པ་གང་། །དེ་ནི་འབྲས་བུ་  
 ཉིད་དུ་འདོད། །ཅེས་ཟེར་རོ། །དེ་མི་འབྲད་དེ། དོན་དང་མི་འདྲ་ན་དོན་ལ་སྟུ་བར་མི་འགྲུབ་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །ཕྱད་དང་དོན་རྟོགས་ཚད་འབྲས་འདོད། །རིག་པ་ཅན་དབང་པོ་དང་དོན་ཕྱད་པ་ཚད་  
 མ་དེ་ལས་དོན་རྟོགས་པ་འབྲས་བུར་འདོད་དེ། རི་སྐད་དུ། དབང་པོ་དང་དོན་ཕྱད་པ་ལས་སྐྱེས་  
 པའི་འཕྲོད་པ་འདྲུབ་ཅན་ཚད་མའི་འབྲས་བུ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་ཟེར་བའང་མི་འབྲད་དེ། དབང་པོ་  
 དོན་གྱི་བདག་ཉིད་ཀྱན་དང་ཕྱད་པས་ཀྱན་རྟོགས་པར་ཐལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །བྱད་པར་བྱད་པར་  
 ཅན་དེ་སྟུ། །བྱེ་བྲག་པ་ཆོག་གི་དོན་དུག་ལས་ཡོན་ཏན་ལ་སོགས་པ་བྱད་པར་འཛིན་པ་ཚད་མ།  
 བྱད་པར་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་རྣམས་རྟོག་པ་འབྲས་བུར་འདོད་དེ་རི་སྐད་དུ། ཡོན་

ཏན་མཐོང་བ་ལ་རྫས་རྟོགས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་ཟེར་བའང་མི་འཐད་དེ། ཚད་འབྲས་གཉིས་  
 ཡུལ་ཐ་དད་ན་ཡོན་ཏན་གཞལ་བས་རྫས་རྟོགས་པར་མི་འཐད་དེ། སྤྲོན་པོ་གཞལ་བས་སེར་པོ་  
 བཞིན་ནོ། །ལ་ལ་དབང་ཤེས་ཚད་མར་འདོད། །ཉན་ཐོས་བྱེ་བྲག་རྒྱ་སྒྲ་བ་ནི། དབང་པོ་ཉིད་ཡུལ་  
 རྣམ་འཛིག་གི་ཚད་མ་དེ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་པ་འབྲས་བུར་འདོད་དེ། ཇི་སྐད་དུ། མིག་གིས་  
 གཟུགས་རྣམས་མཐོང་རྟོན་བཅས། །དེ་ལ་རྟོན་པའི་རྣམ་ཤེས་མིན། །གང་སྤྱིར་བར་དུ་ཚད་པ་  
 ཡི། །གཟུགས་རྣམས་མཐོང་བ་མིན་སྤྱིར་རོ། །ཞེས་ཟེར་བའང་མི་འཐད་དེ། དབང་པོ་ཅམ་དོན་སོ་  
 སོར་རྟོག་པ་ལ་ཉེ་རིང་མེད་ཅིང་བེམས་པོས་ཡུལ་རིག་པ་མི་འཐད་པའི་སྤྱིར་རོ། །གཉིས་པ་རང་  
 གི་ཚད་འབྲས་ངོས་གཟུང་བ་ནི། དེས་ན་རྣམ་པར་གཞག་འཛིག་གི་རྒྱ་འབྲས་གཉིས་ལ་ཚད་



འབྲས་བཞེད། །ཚད་འབྲས་གཉིས་བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་དེ་ཡི་བདག་ཉིད་  
 ཡིན། །དེས་ན་འབྲས་བྱ་དོན་གཞག་མིན། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །རྣམ་པར་གཞག་འཛིག་ཅན་  
 ཡིན་པར། །རང་ཉིད་བྱེད་པ་མིན་ན་ཡང་། །དེ་ཡི་དབང་གིས་དེར་བཞག་སྟེ། །ཞེས་གསུངས་  
 པས་སོ། །གསུམ་པ་དེ་གྲུབ་མཐའ་བཞི་དང་སྟུར་ན། དེ་ལ་རང་རིག་ཚད་འབྲས་ནི། རྣམ་གཞག་  
 གྲུབ་མཐའ་པལ་ཆེར་མཐུན། །བྱེ་བྲག་རྩ་སྟོབ་བ་རང་རིག་མི་འདོད་མོད། །རང་རིག་འདོད་པའི་སྟེ་  
 པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་ན། རང་གཞལ་བྱ་སྟོང་བར་སྐྱེས་པ་ཚད་མ་རང་རིག་མཚན་ཉིད་པའི་ཐ་  
 ཉིད་འབྲས་བྱ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་འདོད་ཆགས་སོགས་ཚོར་བཞིན། །དེར་བདག་ཡུལ་དུ་བཞག་  
 པ་ན། །གཞལ་བྱ་འཇལ་བྱེད་འབྲས་གནས་པ། །འདི་ནི་ཀུན་ལ་སྟུར་བར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པས་  
 སོ། །འོན་ཀྱང་དོན་རིག་གི་ཚད་འབྲས་མི་

༢༥༥

མཚུངས་ཏེ། དོན་རིག་སྒྲ་བས་རང་རང་གི། གྲུབ་མཐའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཚད་འབྲས་འཛིན། བྱེ་བྲག་  
ཏུ་སྒྲ་བ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་བྱག་ཕྱད་སྒྲ་བའི་དོན་དངོས་གཞལ་བུ། དོན་མཐོང་བ་ཚད་མ།  
དོན་རྟོགས་མཚན་ཉིད་པའི་བ་སྒྲ་འབྲས་བྱར་སྒྲ་བས་གཞལ་བུ་དང་ཚད་འབྲས་གཉིས་རྩ་བ་  
དད་དུས་མཉམ་པར་འདོད་དེ། མདོ་སྡེ་པས་དོན་སྟོག་ན་མོ་གཞལ་བུ་དོན་དང་འདྲ་བར་སྦྱེས་  
པའི་ཤེས་པ་ཚད་མ། དོན་རྟོགས་བརྟག་པའི་བ་སྒྲ་འབྲས་བྱར་འདོད་པས་གཞལ་བུ་དང་ཚད་  
འབྲས་གཉིས་དུས་དང་དོ་བོ་བ་དད་ཡིན་ནོ། །སེམས་ཙམ་པའི་ལྟར་ན། གཟུང་བ་འཛིན་པ་རིག་  
པ་དག། ཡོད་པ་མིན་ཡང་གཞལ་བུ་དང་། །འཇལ་བྱེད་འབྲས་བྱར་གནས་པ་འདི། །རི་ལྟར་སྒྲ་  
བ་བཞིན་དུ་བྱས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །རྣམ་བཙས་པ་དག་གཟུང་བར་སྒྲ་བའི་རང་རིག་

གཞུང་གི་དེ་འཛིན་པར་སྒྲུབ་བ་ཆོད་མ། རང་རིག་མཚན་ཉིད་པ་འབྲས་བུར་འདོད་པས་གཞུང་  
 བྱ་དང་ཆོད་འབྲས་བདེ་སྒྲུག་སྒྲིབ་བ་ལྟར་དུས་དང་ངོ་བོ་གཅིག་ཏུ་འདོད་དོ། །རྣམ་རྒྱུན་པ་དོན་དུ་  
 སྒྲུབ་བའི་སྒྲོ་བཏགས་གཞུང་གི་དེ་འཛིན་པའི་ཤེས་པ་ཆོད་མ། རང་རིག་བཏགས་པ་པའི་ཐ་སྙད་  
 འབྲས་བུར་འདོད་པས་གཞུང་གི་དེ་འཛིན་སྒྲོ་བཏགས་སྒྲུབ་བ་ལྟར་གཅིག་པ་བཀག་  
 པར་འདོད་དོ། །དེ་ལྟར་གྲུབ་མཐའ་བཞི་ལས་སྒྲོ་བ་དཔོན་ནི་ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་ཁས་ལེན་པ་ན་མདོ་  
 གྲེ་པ་ལྟར་མཛད་ལ། ཤེས་བྱ་ནང་ལ་འཇུག་པ་ན་རྣམ་མཐའ་ཞལ་གྱིས་བཞེས་སོ། །གཉིས་ཀ་ལྟར་  
 ཡང་། དོན་དམ་པར་རང་རིག་ཆོད་འབྲས་ཡིན་ཏེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། རང་གི་ངོ་བོ་དཔྱེད་པ་  
 ན། །རང་རིག་འབྲས་བུ་ཡིན་པར་བཤད། །ཅིས་གསུངས་པས་སོ། །ཐ་སྙད་ཀྱི་རྒྱ་ཚོ་བཏུ་མདོ་གྲེ་པ་  
 ལྟར་ན། དོན་རིག་ཆོད་འབྲས་ཡིན་ཏེ། དོན་འཛིན་དེ་ཡི་བདག་ཉིད་ཕྱིར། །

༡༥༣

རང་རིག་ཡིན་ཡང་དོན་རིག་འདོད། །ཅེས་གསུངས་ལ། གང་ལྟར་ཡང་སློ་ཚུལ་གཉིས་པ་ཡིན་ཏེ།  
དོན་རིག་ལྟར་ན་ཡང་། བྱི་རོལ་དོན་ལ་བརྟེན་ནས་ནི། །ཚུལ་གཉིས་བརྗོད་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་  
པས། དོན་ཤེས་པ་དང་སློ་ཤེས་པའི་ཚུལ་གཉིས་ཡིན་ལ། རྣམ་རིག་ལྟར་ན། བྱི་རོལ་དོན་སྟོས་མ་  
ཡིན་ནོ། །དེ་བྱིར་གཅིག་ལ་ཚུལ་གཉིས་ཡོད་ཅེས་གསུངས་པས། སློ་གཅིག་ལ་མ་རིག་པས་བསྐྱེད་  
པས་ཡུལ་དང་ཤེས་པའི་ཚུལ་གཉིས་སོ། །ཁོ་བོ་ཅག་ཀྱང་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་ཚུལ་འདིའི་རྗེས་སུ་  
འབྱང་དོ། །ཁོད་པལ་ཆར་བྱེ་བྲག་རྒྱ་སྐྱ་བའི་རྗེས་སུ་འབྱང་མོད། དེ་ནི་དངོས་པོ་སྟོབས་ལྷགས་ཀྱི་  
རིགས་པ་མ་ཤེས་པར་ཟད་དོ། །དེ་ནི་བཤད་པའི་སྐབས་བདེ་བས་རྗེས་སུ་དཔག་པའི་ཆད་  
འབྲས་བཤད་ན། གཉིས་ལས་དང་པོ་དོན་རིག་པའི་ལྷགས་ནི། མེ་ཡི་རང་མཆན་གཞལ་བྱ་

ལ། །དུ་བ་ལས་བྱུང་གཞན་སེལ་སྒྲོ། །ཚད་མ་ཉིད་ཡིན་དེ་རྟོགས་པ། །འབྲས་བུ་ཡིན་ཞེས་མཁས་  
 རྣམས་བཞེད། །གཞན་སེལ་ལ་དོན་རང་མཚན་གྱི་མེར་འབྲུལ་པ་གཞལ་བྱ། དུ་བའི་རྟགས་ལས་  
 དེ་རྟོགས་པའི་སྒྲོ་ཚད་མ། དེ་ལས་མེའི་རང་མཚན་རྟོགས་པའི་རྗེས་དཔག་གི་བྱ་སྒྲུབ་ཚད་མའི་  
 འབྲས་བུ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་རྣམ་རིག་པའི་ལྷགས་ལ་ཁ་ཅིག་འབྲས་བུའི་རྟགས་མི་སྤྱིད་དེ། ལ་ལ་  
 དུ་བ་མཐོང་བའི་ཆེ་ལ་རྒྱབ་ན་མེ་ཡོད་ན་ཤེས་པ་མེད་པའི་ཡུལ་ཡིན་པས་བཅས་པོར་འགྱུར་ལ།  
 མེ་མེད་ན་རྟགས་ལ་རྟོས་པ་ལོག་ཤེས་སུ་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་ད་ལྟར་མེ་མེད་ཀྱང་དུ་བར་སྒྲུབ་  
 བའི་ཤེས་པ་ལ་ཕྱིས་སྤྱིས་བྱས་ཕྱིན་པ་ན་མེར་སྒྲུབ་བ་སྤྱི་བ་ནི་དུ་བ་རྒྱ་དང་མེ་འབྲས་བུར་འགྱུར་  
 བས་རྒྱ་འབྲས་གོ་བསྐྱོག་པ་མི་སྤྱིད་ལ། དེས་ན་སེམས་ཅོམ་པའི་

འབྲས་རྟགས་ལ་ཚད་འབྲས་མི་སྲིད་དོ་ཞེ་ན། མེར་སྣང་བག་ཆགས་སྣང་པོ་ལས། །དུ་བར་སྣང་  
 བའི་བག་ཆགས་སྒྱེ། །དེས་ན་སྒྱེས་བུ་མི་བསྐྱུ་བ། །རྗེས་དཔག་ཡིན་ཞེས་མཁས་རྣམས་བཞེད། །དུ་  
 བར་སྣང་བའི་སྒྲོའི་རྒྱ་མེད་སྣང་བའི་བག་ཆགས་ཀྱི་སྣང་པོ་ཅན་དེ་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་པ་སྐད་  
 ཅིག་མ་གཞན་ཡོངས་སུ་གྱུར་པས་བག་ཆགས་གསལ་བར་སང་པ་ཅན་སྟེག་པའི་དོན་བྱེད་རྣམས་  
 པའི་མེར་སྣང་བའི་ཤེས་པ་བསྐྱེད་པར་རྣམས་པ་དཔོག་ལ། དེས་སྒྱེས་བུ་མི་བསྐྱུ་བས་རྣམས་འབྱོར་  
 སྒྱེད་པའི་རྗེས་དཔག་གྲུབ་པོ། །སྒྲོབ་དཔོན་ཤུགས་ལ་སོགས་པ་ནི་ཕྱི་རིམ་གྱི་མེ་དཔོག་པ་ན་ད་  
 རྟེན་བ་ཡིན་ལ་སེམས་ཀྱི་མེ་དཔོག་པ་ན་མ་འོངས་པ་ཡིན་ཅིང་། གགས་མེད་ན་མི་བསྐྱུ་བ་གཉིས་  
 ཀ་མཚུངས་སོ། །དེས་ན་མེར་སྣང་བའི་སྒྲོ་སྐྱེད་རྣམས་པའི་ཤེས་པ་ལས་སྒྱེ་བས་དུ་བར་སྣང་བའི་སྒྲོ་



མེ་ལས་སྐྱེ་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི་མེ་དངོས་ལས་མ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་རྒྱུ་འཁོར་དཔོག་པའི་འབྲས་རྟགས་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུང་ངོ་། །ནང་གི་ལྷགས་འདི་རྣམ་འགྲེལ་ལས། དེ་ལ་འང་དུ་བར་སྒྲུང་བའི་  
 སྒྲོལ། །བག་ཆགས་གསལ་བར་སང་པ་ཅན། །མེར་སྒྲུང་བ་ཡི་སྒྲོ་ཉིད་ནི། །རྟོགས་འགྱུར་མེ་ཉིད་མ་  
 ཡིན་ནོ། །སེམས་རྒྱུད་དེར་རུང་བག་ཆགས་ཀྱི། །སྒྲིང་པོ་ཅན་ཉིད་དུ་བར་ནི། །སྒྲུང་བའི་སྒྲོ་ནི་  
 གསལ་བྱེད་པ། །དེས་ན་མེ་ལས་དུ་བ་ཡིན། །མཁས་པ་རྣམས་ལ་བརྩུང་འདི་ཡོད། །ཅེས་གསུངས་  
 པ་རྟུང་ངོ་། །ཆད་མ་རིགས་པའི་གཏིར་ལས། མདོན་སྦྱུང་བརྟགས་པའི་རབ་རྒྱ་བྱེད་པ་སྟེ་དགྲ་  
 པའོ། །གཉིས་པ་རྗེས་དཔག་བཤད་ན། རྗེས་དཔག་རྣམ་གཉིས་རང་དོན་ནི། །ཚུལ་གསུམ་  
 རྟགས་ལས་དོན་མཐོང་ཡིན། །རྗེས་དཔག་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། རང་གི་དོན་དང་གཞན་གྱི་དོན་  
 ཏོ། །དེ་ལ་རང་དོན་ནི་རྗེས་དཔག་མཚན་ཉིད་

༢༥༥

པའོ། །དེ་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ་མཚན་ཉིད་དང་། དེའི་རང་བཞིན་ངེས་པར་བྱ་བ་གཉིས་ལས།  
དང་པོ་ནི་ཚུལ་གསུམ་པའི་རྟགས་ལས་གཞལ་བྱ་རྟགས་པའོ། །རྗེས་དཔག་ཚད་མ་ལ་མཚན་ཉིད་  
ལོག་པ་མི་དགོས་ཏེ། རྣམ་གཅད་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། གང་གིས་རྟགས་པའི་  
རྟགས་དང་། དེས་རྟགས་པའི་བསྐྱབ་བྱའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། རྟགས་ཀྱི་སྟོས་གཞི་ངོས་གཟུང་བ།  
དེ་ལ་སྟོས་པའི་རྟགས་ཀྱི་རབ་རུ་དབྱེ་བའོ། །སྟོས་གཞི་ལའང་། ཚུལ་དང་པོའི་སྟོས་གཞི་སྟོགས་  
དང་། རྗེས་སུ་འགོ་སྟོག་གི་སྟོས་གཞི་མཐུན་སྟོགས་མི་མཐུན་སྟོགས་དང་། དེ་དག་སྟོས་གཞིར་  
འཇོག་པའི་འཐད་པ་སྟེ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལའང་གཉིས་ཏེ། རྗེས་སུ་དཔག་བྱའི་སྒྲ་དོན་སྤྱིར་  
བསམ་པ་དང་། སྐབས་སུ་བབ་པའི་དོན་གྱི་བྱད་པར་ངེས་པར་བྱའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། རྗེས་

སུ་དཔག་པའི་སྒྲ་འཇུག་པའི་ཡུལ་ངོས་གཟུང་བ། གང་དུ་འཇུག་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ངེས་པ། ཇི་  
 ཉམ་འཇུག་པའི་སྒྲའི་མཆན་ཉིད་དོ། །དང་པོ་ནི། ཕྱགས་ནི་ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་གྱི། ཆོགས་དང་  
 བརྗོད་ལ་དངོས་མིང་ཡིན། །དེ་ཡི་ཕྱགས་ངེས་ཟིན་པའི་སྤྱིར། །ཡ་གུལ་གཉིས་ལ་བཏགས་ནས་  
 འཇུག། འོག་གའི་གཞུང་ལས་ཕྱགས་དང་བསྐྱབ་བྱ་དང་། ཇེས་སུ་དཔག་བྱ་ཞེས་གང་འབྱུང་བ་  
 ཐམས་ཅད་ནུམ་གངས་ཀྱི་སྒྲ་ཡིན་ལ་དེ་དག་འཇུག་པའི་ཡུལ་ཡང་གསུམ་སྟེ། ཤེས་འདོད་ཆོས་  
 ཅན་དང་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་གཉིས་ལ། བཏགས་མིང་དུ་འཇུག་ལ། དེ་དག་གི་ཆོགས་དོན་ལ་དངོས་  
 མིང་དུ་འཇུག་སྟེ། ཕྱགས་ཀྱི་གྲང་པོས། ཉགས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ཆོགས་པ་ཉིད། །ཡིན་སྤྱིར་ཆོས་དང་  
 ཆོས་ཅན་དག། གཙོ་བོ་མིན་ཡང་ཕྱགས་གཅིག་

༨༥༥

ཕྱིར། །བསྐྱབ་བྱ་ཉིད་དུ་འདོགས་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །ཤེས་འདོད་ཆོས་ཅན་ལ་  
འཇུག་པར་སྒྲོབ་དཔོན་གྱིས། ཕྱོགས་ནི་ཆོས་ཅན་ནི་ཞེས་བྱ་བ་དང་། རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱ་བ་ནི།  
འདིར་ཤེས་པར་འདོད་པའི་བྱེ་བྲག་དང་ལྡན་པའི་ཆོས་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་དང་། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་  
དང་། རིས་མཐུན་པ་ལ་ཡོད་པ་ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །ཆོས་ལའང་འཇུག་པར། གཏན་ཆེགས་  
བསྐྱབ་བྱའི་རྗེས་འགོ་བ། །བསྐྱབ་བྱ་མེད་ན་མེད་པ་ཉིད། །ཅེས་གསུངས་ལ། ཆོགས་དོན་ལའང་།  
བསྐྱབ་བྱ་བརྗོད་ཕྱིར་ཕྱོགས་གྱི་ཆེག །བརྒྱད་པ་ཡིས་ཀྱང་རྣམ་པ་མེད། །ཅེས་གསུངས་པས་  
སོ། །དེ་དག་ལས་གཞན་ལས་མི་འཇུག་སྟེ། སྒྲིའི་དོན་ངེས་པ་ལ་གྲགས་པ་ཚད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
དོ། །གཉིས་པ་ནི། འོ་ན་ཕྱོགས་ཆོས་ཞེས་བརྗོད་པ་ན་ཆོས་ཅན་གྱི་ཆོས་སམ། ཆོས་གྱི་ཆོས་སམ།

ཆོགས་དོན་གྱི་ཆོས་ཡིན་ཞེས་འཇུག་པ་འཆོལ་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན་མི་འགྱུར་ཏེ། སྐྱབས་ལས་ཅད་  
 སྐབས་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་གོ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའང་རྗེས་སུ་དཔག་བྱ་ལ་སོགས་པ་སྐྱིེ་འཇུག་པའི་  
 སྐབས་གསུམ་ལས་གཏན་ཆོགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་གཏན་ལ་འབབས་པ་ལ་ཤེས་འདོད་ལ་འཇུག་  
 ལ། བྱལ་པའི་སྐབས་སུ་ཆོས་ལ་འཇུག་ཅིང་བསྐྱབ་བྱའི་སྐབས་སུ་ཆོགས་དོན་ལ་འཇུག་པས་མི་  
 འབྲུལ་ཏེ། མེན་རྟ་པའི་སྐྱབ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལ་གཏན་ཆོགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་གཏན་ལ་འབབས་པའི་  
 སྐབས་ཞེས་བྱ་བ། ཁ་ཅིག་རྟགས་སྤྱིའི་མཚན་ཉིད་ཚུལ་གསུམ་དང་། མཆོན་བྱ་གཏན་ཆོགས་ཀྱི་  
 འབྲེལ་པ་ངེས་པར་བྱེད་པ་ལ་ཟེར་གྱི་ཚུལ་དང་པོ་གཏན་ལ་འབབས་པ་ལ་མ་ཡིན་ཏེ། རྟགས་ཀྱི་  
 སྐྱ་ཚུལ་དང་པོ་ཁོ་ན་ལ་ཉེ་ཆུ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་གསུངས་པ་མི་འབྱེད་དེ། བྱལ་པའི་

༢༥༥

མཚན་ཉིད་ཀྱང་གཏན་ཆེགས་ཀྱི་སྐབས་ཡིན་པས་འཇུག་པ་འཆོལ་བར་འགྱུར་རོ། །དེས་ན་  
གཏན་ཆེགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་སྐབས་ཚུལ་དང་པོ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། དེ་གྲུབ་ན་  
གཏན་ཆེགས་གྲུབ་པ་དང་། མ་གྲུབ་ན་མ་གྲུབ་ཅེས་ཟེར་བས་གྲགས་པས་ཉེ་བ་དང་། འདིར་དང་  
པོ་གཏན་ལ་འབེབས་པ་ཡིན་པས། སྐབས་ཀྱི་ཉེ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་གསུམ་པོར་རེ་རེ་ལ་འང་  
སྐབས་གསུམ་གསུམ་སྟེ། མཚན་ཉིད་དང་། མཚན་བྱའི་འབྲེལ་པ་གཏན་ལ་འབེབས་པ་དང་།  
མཚན་ཉིད་ཀྱི་དངོས་པོ་རིག་པ་དང་། མཚན་ཉིད་ཀྱིས་མཚན་བྱ་བ་སྟངས་དུ་བྱེད་པའི་སྐབས་  
སོ། །དེ་དག་དཔེར་བརྗོད་པ་ཤེས་པར་སྒྲུབ་ནི། དེ་ལྟར་དགྲུ་ཕྱགས་ཡོད་པའི་བཏགས་པ་བ་གཉིས་  
ཀྱི་སྐབས་དང་པོ་ལ་བརྟུས་མིང་འཇུག་ལ། སྐབས་ཕྱི་མ་གཉིས་ལ་རང་མིང་གིས་བརྗོད་དེ། སྒར་



བརྟེན་བརྟེན་པ་དུན་པར་བྱེད་ཅིང་གསར་དུ་བརྟེན་པ་ལ་མི་སྟོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་ཟེར་  
 བའང་དེ་སྟར་མ་ངེས་ཏེ། གྲགས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་སྐབས་ཡིན་ན་གང་སྟར་ཡང་གོ་བས་བསྟན་  
 བཅོས་ཆེན་པོ་རྣམས་ལས་ཅི་རིགས་སུ་བཤད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གསུམ་པ་རི་སྟར་འཇུག་པའི་སྐྱའི་  
 མཆན་ཉིད་ལ་གཉིས་ཏེ། དངོས་མིང་བརྟགས་མིང་གི་བྱད་པར་དང་དངོས་དང་བརྟགས་པའི་  
 ཆོས་བསམ་པའོ། །དང་པོ་ནི། བརྟེན་པར་འདོད་པས་སྟོན་སྐྱར་བ། །དེ་ཉིད་གོ་བ་དངོས་མིང་  
 ཡིན། །དེ་བརྟེན་སྐྱེ་མཆན་འགའ་ལས་གཞན། །རྟོགས་པ་བརྟགས་པའི་མིང་དུ་འདོད། །དོན་ལ་ངོ་  
 བོས་གྲུབ་པའི་མིང་གང་ཡང་མེད་མོད་ཀྱི། །དོན་གྱང་དགོས་པ་དང་སྐྱེ་མཆན་གཞན་ལ་མ་སྟོས་  
 པར་འདོད་སྐྱེ་བས་ཐོག་མར་སྐྱར་བས་དངོས་མིང་ཡིན་ཞིང་། དེས་དོན་གོ་བ་ན་ཡང་དེ་ཉིད་ཀྱི་  
 རྣམ་པ་འཆར་ལ། གཞན་



གཉིས་ལས། ཚོགས་དོན་ལ་དངོས་ཚོས་བསམ་པ་ནི། ཚོགས་དོན་ལ་ནི་ཕྱོགས་ཀྱི་སྒྲ། །མཁས་པ་  
 རྣམས་ལ་གདོད་ནས་བྱུང། །ཚོགས་དོན་ལ་ཕྱོགས་ཀྱི་སྒྲ་གདོད་མ་ནས་མུ་སྟེགས་ཚུན་ཅད་ལ་  
 བྱུང་པས་དངོས་མིང་དུ་འགྱུར་བ་ཤེས་པར་སྒྲུའོ། །གཉིས་པ་ཡ་གུལ་གཉིས་ལ་བཏགས་ཚོས་  
 བསམ་པ་ལ་གསུམ་ལས་འདོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། བཏགས་པ་ལ་ནི་འདྲ་བ་དང་། །འབྲེལ་པའི་  
 རྒྱ་མཚན་གཞན་ལ་སྟོས། །བཏགས་མིང་ལ་འདྲ་བ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་པ་སྒྲན་བྱ་རོག་རྟེན་དམ།  
 སྟེས་བྱ་མིང་གི་སྟེ་བྱུའོ། །འབྲེལ་བ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་པ་འདྲ་གཉིས་ལས། རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་  
 ལ་ནི། རྒྱ་མིང་འབྲས་བྱ་ལ་བཏགས་པ་ནི་མའི་འོད་ཟེར་ལ་ནི་མ་ཞེས་བརྗོད་པ་དང་། འབྲས་མིང་  
 རྒྱ་ལ་བཏགས་པ་ཆང་ལ་སྟེས་པ་ཞེས་བྲགས་པ་སྟེ་བྱུའོ། །ཚོགས་པའི་

༢༥༩

འབྲེལ་པ་འང་སྒྱུར་རྒྱུ་འབྲས་ལས་མ་འདས་མོད་གྱི། འོན་ཀྱང་བྱུན་མོང་བ་བཟུང་བ་ལྟར་དཔེར་  
བརྗོད་ན། རས་ཡུག་གི་ཕྱོགས་གཅིག་ཆོག་པ་ལ་རས་ཡུག་ཆོག་ཅེས་བརྗོད་པ་ལྟ་བུ་ཆོགས་པ་འི་  
མིང་ཡ་གྲུལ་ལ་བཏགས་པ་དང་། རྩེ་སྒྲ་འམ་དབང་པོའི་ཤེས་པ་ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟ་བུ་ཡ་གྲུལ་གྱི་  
སྒྲ་ཆོགས་པ་ལ་བཏགས་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །འདིར་ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་རྒྱུད་པ་གཉིས་ལ་རྗེས་སྒྱུ་དཔག་  
བྱའི་མིང་བཏགས་པ་ནི་རྗེས་སྒྱུ་དཔག་བྱའི་ཕྱོགས་རེ་ཡིན་པ་འི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཏེ། རས་ཡུག་གི་  
ཕྱོགས་གཅིག་ལ་རས་ཡུག་དུ་འདོགས་པ་བཞིན་ནོ། །གཉིས་པ་བཏགས་པ་འི་དགོས་པ་ནི། སྒྲ་པ་  
དག་གིས། དགོས་པ་མེད་པར་གཙོ་བོ་ཡི། །སྒྲ་དོན་ལས་འདས་འདོད་མ་ཡིན། །ཞེས་པས་དགོས་  
པ་མེད་པར་གཞན་གྱི་མིང་གཞན་ལ་འདོགས་པ་མི་འབྲད་དོ་ཞེ་ན། འདི་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་

ཆོས་ལ་བསྐྱབ་བྱུང་བ་ལྟགས་པ་ཅི། ཆོས་ལ་བསྐྱབ་བྱུང་མིང་བྱུང་གས་པ། །འགལ་བའི་  
 གྲུན་ཆོགས་ཡང་དག་ཏུ། །ལོག་པར་རྟོག་པ་སྤང་བྱིང་རམ། །སྤེལ་སྤྱོད་དོར་བྱས་བྱུང་གས་པ་  
 ཡིན། །དེའང་གྲུན་ཆོགས་ཆོས་ཀྱི་རྗེས་འགོ་བ། །ཞེས་བརྗོད་ན་འགལ་བའི་ཆོས་ལ་འང་རྗེས་སུ་  
 འགོ་བ་ཡོད་དམ་སྙམ་པའི་ལོག་རྟོག་སྤང་པས་དེ་སྤང་བའི་བྱིང་གྲུན་ཆོགས་བསྐྱབ་བྱུང་གི་རྗེས་  
 འགོ་བ་ཞེས་གསུངས་ལ། འགལ་ཞེས་དུ་སྤེལ་སྤྱོད་ཀྱི་དོར་བརྗོད་པ་ཡིན་ཅོ། །གཉིས་པ་ཆོས་ཅན་  
 ལ་བྱུང་གས་པའི་དགོས་པ་ཅི་བྱུང་གས་པའི་དགོས་པ་དངོས་དང་། མ་བྱུང་གས་པའི་སྤྱོད་གས་དང་  
 མཚུངས་པ་སྤང་བ་གཉིས་ལས་དང་པོ་ཅི། ཆོས་ཅན་བརྗོད་ན་འབྲུལ་གཞི་ཡོད། །མཐའ་རྣམས་  
 བཀག་ན་ཡུན་རིང་འགོར། །དངོས་མིང་བརྗོད་ན་

༢༥༩

སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཉམས། །བདེ་སྒྲུག་རྟོག་ཕྱིར་སྒྲུགས་ཞེས་གསུངས། །ཆོས་ཅན་གྱི་ཆོས་ཞེས་བརྗོད་ན་  
ཚུལ་དང་པོ་ལ་མི་གོ་བར་མཐུན་དཔེ་ཆོས་ཅན་ནམ་མི་མཐུན་དཔེ་ཆོས་ཅན་ལ་ཡོད་པའང་ཚུལ་  
དང་པོ་ཡིན་ནམ་སྒྲུབ་པའི་ལོག་རྟོག་སྒྲེ་ལ་སྒྲེ་ཆོས་ཅན་མི་རྟོག་སྒྲེ་མིག་གིས་གཟུང་བར་བྱ་བ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་མ་གྲུབ་པའི་གཏན་ཆེགས་ལའང་རྟོགས་མཐུན་དཔེ་ཆོས་ཅན་ལ་ཡོད་  
པའི་ཚུལ་དང་པོ་དང་། རྗེས་སུ་འགྲོ་ལྟོག་གཉིས་ཀ་ཆང་བས་ཡང་དག་པའི་གཏན་ཆེགས་ཡིན་  
ནམ་སྒྲུབ་པའི་ལོག་རྟོག་སྒྲེ་ལ་དེ་བསལ་བའི་ཕྱིར་ཤེས་འདོད་ལ་ཡོད་པའི་ཚུལ་དང་པོ་ལ་སྒྲུགས་  
ཆོས་ཞེས་བཏགས་སོ། །རི་སྐད་དུ། །སྒྲུགས་ནི་ཆོས་ཅན་ནོ། །དགོས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཉེ་བར་  
གདགས་པར་མི་བྱའོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། ཆོས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆོས་དགག་པའི་དོན་གྱི་ཕྱིར་



རོ། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །དེ་ལ་ཁ་ཅིག་ཆོས་ཅན་ལ་ཡོད་པ་ཚུལ་དང་པོ་ཞེས་བརྗོད་ཀྱང་  
 མཐུན་དཔེ་ལ་མི་གོ་སྟེ། མཐུན་སྟོགས་ལ་ཡོད་ཅེས་བྱ་བ་ལམ་དེའི་ཆོས་བྱུང་པ་ཞེས་བརྗོད་པས་  
 མཐུན་དཔེ་ལ་ཡོད་པར་བསྟན་པའི་ཕྱིར། ཆོས་ཅན་གྱི་ཆོས་ཞེས་བརྗོད་ན་ཚུལ་དང་པོ་ཉིད་གོ་  
 བར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། མི་འཐད་དེ། མཐུན་དེ་ལྟར་འགོག་ན་རྩོད་པ་བརྒྱད་པས་ཡུན་རིང་དུ་  
 འགོར་ཏེ། ཆོས་ཅན་གྱི་སྒྲ་ཤེས་འདོད་ཆོས་ཅན་ལ་ཟེར་རོ་ཞེས་བཤད་དགོས་པས་སོ། །དེ་ལྟ་མ་  
 ཡིན་ན་གྲུབ་བཞིན་དུ་བསྟན་པ་ཡིན་ནམ་སྟམ་དུ་དོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་ཆོས་ཅན་གྱི་སྒྲ་  
 རྩོད་གཞི་ཡིན་མོ་ཞེས་ལན་གཉིས་པ་བཤད་པ་ན་ཚུལ་དང་པོ་ལ་གོ་བ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་  
 བཤད་ན་གོ་ཡང་ལན་གཅིག་གིས་གོ་བ་ལ་གཉིས་བརྗོད་པ་ཉིད་མི་མཁས་པ་ཡིན་ཏེ། སེན་མོས་  
 ཆོད་པ་ལ་སྟེ་རེ་ལེན་པ་བཞིན་མོ། །གལ་ཏེ་ཆོས་ཅན་གྱི་ཆོས་ཞེས་བརྗོད་ན་དེ་

༡༥༩

ལྟར་འབྱུར་བ་བདེན་ལ་ཕྱོགས་ཚོས་བརྗོད་ན་བརྟམ་མིང་དུ་འབྱུར་བས། གཉིས་ཀ་ལྟར་མི་  
བརྗོད་པར་ཤེས་འདོད་ཚོས་ཅན་གྱི་ཚོས་ཞེས་རང་མིང་ནས་སྟོན་ན་གོ་བདེ་མོད། ཁར་ཟན་  
འཇུག་པ་ལ་ལྟག་པ་བསྟོར་ཅི་དགོས་སྟམ་ན། དངོས་མིང་དེ་ལྟར་བརྗོད་ན། མི་འབྱུབ་པ་ཅི་ཡང་  
མེད་མོད་གྱི་འོན་ཀྱང་ཤེས་འདོད་ཚོས་ཅན་གྱི་ཚོས་རྗེས་འགོ་ཕྱོག་པ་ཞེས་ཚུལ་གསུམ་བརྗོད་  
པའི་ཡི་གེ་མི་མཉམ་པས་མི་བདེ་བ་དང་། ཕྱོགས་ཚོས་མཐུན་ཕྱོགས་ཡོད་མེད་དང་། ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
སོགས་པའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་མི་འགྲིགས་པས་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཏང་སྟོམས་སུ་མཛད་དེ།  
གཏན་ཆོགས་ཐིགས་པ་ལས། རྒྱགས་ཀྱིས་དོན་གོ་ཡང་ཉེ་བར་བཏགས་པ་ཙམ་ཡི་གེ་མཉམ་པས་  
བསྐྱབ་དཀའ་བ་ཡོངས་སུ་སྤངས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་ལ། རྟེན་སྦྱོར་གྱི་བསྟན་བཅས་ལས།

ཡི་གེ་ཉམས་པ་བླ་ལེ། རྟེན་གྱི་ཉམས་པ་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ནོ། ཞེས་གསུངས་པས་སོ། དེས་ན་ལོག་  
 རྟེན་སྐྱེ་ཞིང་བརྗོད་དགའ་བ་དེ་དག་དོར་ནས་ལོག་རྟེན་མིང་ཅིང་བརྗོད་སྟེ་བའི་ཕྱིར་ཕྱོགས་ཆོས་  
 ཞེས་བརྟན་མིང་གིས་གསུངས་སོ། གསུམ་པ་བཏགས་པ་ལ་མ་བཏགས་པའི་ཕྱོགས་དང་  
 མཚུངས་པའི་ཕྱོད་པ་སྤང་བ་ནི། ཕྱོགས་དང་ཆོས་ཅན་མཚུངས་ཤེ་ན། གྲགས་པའི་སྒོ་ནས་བྱང་  
 པར་ཡོད། །ཁ་ཅིག་ཆོག་བརྗོད་བདེ་མོད། དོན་ལ་ལོག་རྟེན་མི་ཁེགས་ཏེ། ཕྱོགས་ཀྱི་སྒྲ་ཤེས་  
 འདོད་དང་ཆོས་དང་ཆོགས་དོན་གསུམ་ཀ་ལ་འཇུག་པས་ཕྱོགས་ཆོས་དང་ཆོགས་དོན་ཕྱོགས་ལ་  
 ཏྲགས་ཡོད་པའང་ཚུལ་དང་པོ་ཡིན་ནམ་སྟམ་པའི་ལོག་རྟེན་སྐྱེ་ཞིང་། དེ་སྐྱེས་ན་མིག་གིས་གཟུང་  
 བྱས་སྟེ་མི་ཏྲག་པར་བསྐྱབ་པའང་ཏྲགས་ཆོས་རྗེས་སུ་དཔག་

༡༥༥

བྱ་ལ་ཡོད་པའི་ཚུལ་དང་པོ་དང་། རྗེས་སུ་འགོ་ལྟོག་གཉི་ག་ཚང་བས་ཡང་དག་པའི་རྟགས་ཡིན་  
ནམ་སྟམ་པའི་ལོག་རྟོག་སྒྲ་མ་བཞིན་དུ་སྒྲེའོ། །ཞེ་ན་མི་མཚུངས་ཏེ། ཕྱོགས་ཞེས་བྱ་བ་སྤྱི་སྒྲ་ཡིན་  
པ་བདེན་ཡང་ཆོས་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོག་དང་འབྲེལ་པ་ན། སྤྱི་ལ་མི་འཇུག་པར་བྱེ་བྲག་གིས་ཐོབ་སྟེ།  
དཔེར་ན་ལག་པ་ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲ་མི་དང་རྟ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱི་ལ་འཇུག་ཀྱང་ལྟན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་  
ཆོག་དང་འབྲེལ་པ་ན་གཞན་ལག་པ་དང་ལྟན་ཡང་ལག་ལྟན་གྱི་སྒྲ་མི་འཇུག་གི་སྤྱང་པོ་ཆེ་ལ་  
འཇུག་པ་བཞིན་ནོ། །ཆོས་ཅན་གྱི་སྒྲ་དེ་དང་མི་མཚུངས་ཏེ་ཆོས་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་སྤྱི་སྒྲ་ཡིན་པ་སྒྲ་མ་  
དང་འདྲ་ལ། ཆོས་ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲ་དང་འབྲེལ་ཡང་ཚུལ་དང་པོ་ཁོ་ན་ལ་མི་འཇུག་གི་མཐུན་དཔེ་  
དང་མི་མཐུན་དཔེ་གཉི་ག་ལ་འང་ཆོས་ཅན་གྱི་ཆོས་ཞེས་འཇུག་སྟེ། དཔེར་ན་མགོ་བོའི་སྤྱི་སྒྲ་དེ་

ལྷན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆེ་ག་དང་འབྲེལ་ཡང་བྱེ་བྲག་སྒྲུང་པོ་ཆེ་ལྷ་བྱ་གཅིག་ལ་མི་འཇུག་གི་མགོ་ཡོད་  
 པ་ཐམས་ཅད་ལ་མགོ་ལྷན་ཞེས་འཇུག་སྟེ་ཐམས་ཅད་དེ་ལྷ་ར་གྲགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་སྒྲིའི་  
 དོན་དེས་པ་ལ་གྲགས་པ་ཉིད་ཆད་མ་ཡིན་པས་ཆོས་ཅན་གྱི་ཆོས་ཞེས་བརྗོད་ན་གསུམ་ཀ་ལ་  
 གྲགས་པས་ཐེ་ཆོམ་ཟེ་ལ། ཕྱོགས་ཆོས་ཞེས་བརྗོད་ན་ལྷ་སྟེགས་ཚུན་ཅད་ལ་ཚུལ་དང་པོ་ཁོ་ན་ལ་  
 གྲགས་ཀྱི་གཉིས་པོ་ལ་མ་གྲགས་པས་ཐེ་ཆོམ་མི་སྤྱིད་དེ། སྒྲིའི་བསྟན་བཅས་ལས། མཆོ་ལྷུ་ལ་ནི་  
 མཆོ་སྟེས་ཞེས། །རྒྱ་མཆན་སྟོ་ནས་འདིར་མི་བརྟན། །དོན་གྱི་རྒྱ་མཆན་མཆུངས་ན་ཡང་། །གྲགས་  
 པའི་སྟོ་ནས་མཆུངས་མ་ཡིན། །ཞེས་བཤད་ལ། རྣམ་འབྲེལ་ལས། འགྲོ་བའི་ཕྱིར་དང་ལག་ལྷན་  
 ཕྱིར། །རྣ་ཅན་སྒྲུང་པོ་རྗེས་དཔོག་བྱེད། །འདི་ཡི་སྒྲིའི་བརྗོད་བྱ་ནི། །གྲགས་པས་ཡིན་གྱི་བརྗོད་

༡༥༣

འདོད་མིན། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་གནད་གཅིག་གོ། །དེ་བཞིན་དུ་རྟགས་རྗེས་སུ་དཔག་བྱ་ལ་ཡོད་  
པ་ཚུལ་དང་པོ་ཞེས་བརྗོད་པ་ལ་འདུག་པར་བྱའོ། །ཆོས་དང་འབྲེལ་པའི་ཕྱོགས་ཀྱི་སྒྲ། །ཚིང་  
གཞི་ཉིད་ཡིན་ལག་ལྟན་བཞིན། །ཆོས་དང་འབྲེལ་ཡང་ཆོས་ཅན་སྒྲས། །དེས་པར་མི་རྒྱས་མགོ་  
ལྟན་བཞིན། །བསྐྱུ་བའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ། །འདི་ལས་གཞན་པའི་ལན་འདེབས་པ་མང་པོ་  
ཡོད་མོད་ཀྱི། གྲགས་པའི་སྒྲ་ལ་དངོས་པོ་སྟོབས་ཞུགས་སུ་ཚིང་པ། དཔེར་ན་ལག་པ་དང་ལྟན་  
པའི་ཕྱིར་མིའང་ལག་ལྟན་དུ་བལ་ལག་པ་དང་ལྟན་ཡང་མ་ཡིན་ན་གྲུང་པོ་ཆེའང་ལག་ལྟན་མ་  
ཡིན་པར་བལ། །ཞེས་ཚིང་པ་དང་མཚུངས་པས་སྟོན་མས་དགའ་བར་བྱེད་པའི་རྟོག་དཔྱད་ཁོ་  
བོས་མ་བཀོད་དོ། །དེས་ན་འདིར་ཕྱོགས་ཀྱི་སྒྲ་ཞེས་འདོད་ཆོས་ཅན་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ་



དངོས་ལ་གཞོན་བྱེད་ནི། །ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་བསྐྱབ་བྱ་ཉིད། །མ་ཡིན་མཚན་ཉིད་མེད་ཕྱིར་  
 རོ། །བསྐྱབ་བྱའི་མཚན་ཉིད་གྲུབ་བསལ་མེད་ལ་དཔག་བྱར་བཟུང་བ་ཡིན་ལ། དེ་ཡ་གྲུལ་གཉིས་  
 ལ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་སྐབས་སུ་བབ་པ་དོན་གྱི་བྱུང་པར་ངེས་པར་བྱ་བ་ནི། འདོད་པའི་  
 སྒྲ་ལས་བྱེད་པོ་བྱ་བ་གསུམ་ལ་འཇུག་པ་ལས་ལས་སུ་གྱུར་པའི་ཡུལ་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་དང་ལྡན་པ་  
 མ་ཡིན་ཏེ། ཡང་དག་པའི་མཐུན་དཔེ་ལ་བྱབ་ཆེས་ལ་འགལ་བའི་ཚུང་གཞི་ལ་མ་བྱབ་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །བྱེད་པ་པོ་འཇུག་བྱ་བར་གྱུར་པ་འདོད་བཞིན་པའི་སྒྲོ་འང་མ་ཡིན་ཏེ་སྒྲོ་བྱར་པའི་རྗེས་དཔག་  
 གམ་ལོག་རྟོག་དང་སྒྲོ་ཁ་མ་སྒྲོགས་པའི་གཞི་ལ་མ་བྱབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཁ་ཅིག་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ལ་  
 ཚད་མས་གྲུབ་བསལ་མེད་པའི་གཞི་ཡིན་ཅོ་ཞེས་བེད་

༢༥༣

བའང་སྒྲ་མི་སྒྲ་གྱི་ཁང་བབྱང་ལ་སོགས་པ་སྒྲ་བས་སྒྲ་མ་བབ་པ་འང་བྱུང་ཆེས་པས་མ་ཡིན་  
ན། །དེས་ན། དཔག་གཞིར་བབྱང་བ་ཤེས་འདོད་ཡིན། །ཤེས་འདོད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཆད་མས་  
གྲུབ་བསལ་མེད་ལ། དཔག་གཞིར་བབྱང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ལ། བྱེ་བྲག་རྩ་རང་དོན་གྱི་ཤེས་  
འདོད་ནི་ཆོལ་བས་བབྱང་བ་ཡིན་ཞིང་། གཞན་དོན་ནི་ཕྱིར་ཆོལ་གྱིས་བབྱང་བ་ཡིན་ནོ། །དེའང་  
སྒྲ་རྟག་གམ་མི་རྟག་དཔྱེད་པ་ན་མ་རྟོགས་ལོག་རྟོག་གི་ཆོལ་དང་ལྡན་པ་ལ་འཇུག་ལ། རྗེས་དཔག་  
གིས་སྒྲོ་འདོགས་གཙོད་པ་ནི་མ་རྟོགས་པ་འགའ་ཞིག་ལོག་རྟོག་ཉིད་དུ་རྒྱུ་འགྲེལ་ལས་བཤད་  
དོ། །དེ་ལ་གྲུབ་པ་ཕྱོགས་ཆོས་སོ། །ཤེས་འདོད་ལ་རྟོགས་མཛོན་སྒྲུམ་མམ་རྗེས་སྒྲ་དཔག་པས་  
གྲུབ་པ་ནི་ཚུལ་དང་པོ་ཕྱོགས་ཆོས་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་རྗེས་སྒྲ་འགྲོ་ལྟོག་གཉིས་ཀྱི་སྟོས་

གཞི་མཐུན་ཕྱོགས་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་གསུམ་སྟེ། གཞན་ལྷགས་དགག་རང་ལྷགས་དགོང་། དེ་  
 དག་ལ་ཚུང་པ་སྤང་བའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་ལས་ཕྱོགས་སྤྲ་མ་བརྗོད་ན། བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ལྡན་མི་  
 ལྡན་ལ། །མཐུན་ཕྱོགས་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཞེས་ཟེར། །ཁ་ཅིག་སྒྲོབ་དཔོན་ཤྲོ་པའི་རྗེས་སུ་  
 འབྲངས་ནས་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་དང་ལྡན་པ་མཐུན་ཕྱོགས། མི་ལྡན་པ་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཞེས་ཟེར་  
 ལ། བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ཀྱང་རྟགས་ཀྱིས་བསྐྱབ་བྱས་ཅམ་མ་ཡིན་གྱི། ཤེས་འདོད་ལ་དཔག་བྱར་  
 བཟུང་བའི་སྤྱི་རིགས་མེའམ་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ལ། ལྡན་པའི་དོན་ཡང་ཤེས་འདོད་ལ་རི་  
 རྟར་བསྐྱབ་ལྷགས་རྟར་ལྡན་པ་སྟེ། དུ་བས་མེ་བསྐྱབ་པ་ན་ཆོགས་པ་གཅིག་པ་དང་། རང་བཞིན་  
 གྱི་རྟགས་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་དང་། ལྡན་པ་ལ་བརྟེན་པ་ན་རང་ལྡན་ལ་བརྟེན་པར་

༢༥༥

ལྟན་མོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །ཁ་ཅིག་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ཀྱིས་སྟོང་མི་སྟོང་ལ་འདོད་ནའང་དེ་ཉིད་ལས་མ་  
འདས་སོ། །སྟོགས་གཉིས་དངོས་འགལ་དུ་བསམས་ནས། སྤང་གསུམ་བྱུང་བར་དགོས་པ་  
ལ། །སྟོགས་གཉིས་པོ་དངོས་འགལ་དུ་སྟོམ་ནས་ཤེས་བྱ་བསམ་ཅད་སྟོགས་གཉིས་སུ་རྫས་ལ་ཁ་  
ཆོན་ཆོད་དམ། ལྟོག་པ་ལ་ཁ་ཆོན་ཆོད། དང་པོ་ལྟར་ན་སྟོང་ཉིད་མེད་དགག་ཏུ་བསྐྱབ་པའི་ཆོ།  
བུམ་པའི་རྫས་མཐུན་སྟོགས་ཡིན་ན་བུམ་པའི་བྱས་པ་དང་མི་རྟག་པའང་མེད་དགག་ཏུ་འགྱུར་ལ།  
མི་མཐུན་སྟོགས་ཡིན་ན་བུམ་པའི་བདེན་དངོས་དང་རྟག་དངོས་ཀྱིས་སྟོང་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་  
ཀྱང་མེད་དགག་གི་བྱ་སྤྱད་དང་མི་ལྟན་པར་འགྱུར་བས་གཉིས་ཀ་མི་འཐད་དེ། གལ་ཏེ་བུམ་པའི་  
རྫས་གཉིས་གང་ཡིན་པ་དང་མ་ཡིན་པའི་སྤང་པོ་གསུམ་པར་འགྱུར་ན་གང་རུང་དུ་ཁ་ཆོན་དུ་

ཆོད་པ་ཉམས་སྟོང་། །ཡང་ལྟོག་པ་ལ་ཁ་ཆོན་ཆོད་ན་བྱས་པས་མི་རྟག་པ་བསྐྱབ་པའི་ཆོ་ཤེས་བྱ་  
 ཅམ་ལྟོག་མཐུན་སྟོགས་ཡིན་ན་རྟག་པ་ཤེས་བྱ་ལ་མི་སྲིད་ལ། མི་མཐུན་སྟོགས་ཡིན་ན་མི་རྟག་པ་  
 མི་སྲིད་པར་འགྱུར་རྟོ། །ཡང་དེའི་ཆོ་ཤེས་བྱ་ཅམ་ལྟོག་གཉི་ག་ཡིན་པ་འམ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ན་  
 ལྟོག་པ་ལ་ཁ་ཆོན་ཆོད་པ་ཉམས་སྟོང་། །དེས་ན་གང་རྟོག་ཡང་མི་འབད་དོ། །ཞེས་དགོངས་པ་ལ།  
 ཆོད་མའི་ཡུལ་མི་ཤེས་པ་འགའ། །རྣམས་ལྟོག་ནམས་པར་སྤྱེ་སྤྱེ་སྤྱེ། །ཆོད་མའི་ཡུལ་མི་ཤེས་པའི་  
 བོད་འགའ་ཞེས་མེད་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ལ་བརྟེན་པའི་ཆོས་བསྐྱབ་པ་རྣམས་ལ་ཁ་ཆོན་  
 ཆོད། ལྟོག་པ་ལ་ཡུང་པོ་གསུམ་པ་སྲིད་ཀྱང་མི་སྦྱོན་ཏེ་ལྟོག་པ་ལ་དགག་སྐྱབ་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར་  
 རྟོ། །གཏན་ཆོགས་དང་མེད་དགག་གི་ཐ་སྙད་ལ་

༢༥༥

སོགས་པ་ལྟོག་པ་ལ་བརྟེན་པའི་ཆོས་བསྐྱབ་པའི་ཆོ་ལྟོག་པ་ལ་ཁ་ཆོན་ཆོད། རྣམ་ལ་ཡུང་པོ་  
གསུམ་པ་སྟོང་ཀྱང་མི་སྟོན་ཏེ། རྣམ་ལ་དགག་སྐྱབ་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །བསྐྱབ་པའི་ཚུལ་ཡང་།  
རྣམ་ཆོས་གཅིག་དང་ཐ་དད་ལྟ། །ལྟོག་ཆོས་རང་ལྟོག་རྟེན་ཅས་ཟེར། །རྣམ་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་  
དང་ཐ་དད་ལྟན་པར་བསྐྱབ་པ་གཉིས་དང་ལྟོག་པའི་ཆོས་རང་ལྟོག་ལ་བརྟེན་པ་སྟེ་གསུམ་ཡིན་  
ཏེ། དཔེར་ན་བྱས་པས་མི་རྟག་པ་བསྐྱབ་པ་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་དང་། དུ་བས་མེ་བསྐྱབ་པ་ཐ་དད་  
ལྟན་པ་དང་། བྱས་པའི་རང་ལྟོག་ཚུལ་གསུམ་ཆོད་བས་གཏན་ཆོགས་སུ་བསྐྱབ་པ་ལ་སོགས་པ་  
རང་ལྟོག་ལ་བརྟེན་པར་བསྐྱབ་པ་ལོ། །དེ་དག་གི་སྦྱར་བའི་དོན་གསུམ་ཉིད་ཀྱང་། བསྐྱབ་བྱའི་  
ཆོས་ཐམས་ཅད་དུ་མཐུན་ལྟོགས་ཆོས་ཅན་དང་རྟགས་གཉིས་ཡང་དག་གི་སྐབས་སུ་མཐུན་



ཕྱོགས། འགལ་བ་ལ་མི་མཐུན་ཕྱོགས་མ་ངེས་པ་ལ་ཅི་རིགས་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་ཟེར་  
 རོ། །གཉིས་པ་དེ་དག་དགག་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། ཕྱོགས་གཉིས་སུ་ཁ་ཚོན་ཚོད་པ་མི་འཐད། རྩ་ས་  
 ལྟོག་ཕྱེ་སྟེ་བསྐྱབ་པ་མི་འཐད། བྱེ་བྲག་རྩ་རང་ལྟོག་ལ་བརྟེན་ཏེ་བསྐྱབ་པ་མི་འཐད་པའོ། །དང་པོ་  
 ལ་གཉིས་ལས། ཕྱོགས་གཉིས་སུ་ཁ་ཚོན་མི་ཚོད་པ་ནི། རྩ་ས་ལྟོག་རི་རྩར་ཕྱེན་ཡང་། ཕྱོགས་  
 གཉིས་ཉིད་དུ་ངེས་མི་རུས། །གཉིས་ལ་འཇུག་པའི་རྩ་ས་ལྟོག་གྲང་། །མཁས་པ་རྣམས་ལ་གྲུབ་པར་  
 མཐོང་། །རྩ་ས་ལ་བརྟེན་པའི་ཚོས་བསྐྱབ་པ་ན་རྩ་ས་ལ་ཁ་ཚོན་ཚོད་ན། ལ་མི་ལྟན་དུ་བསྐྱབ་པ་ན་  
 སྐྱེ་བོའི་རྩ་ས་རྟགས་སུ་བཀོད་པའི་ཚོ། སྐྱེ་བོའི་རྩ་ས་མཐུན་ཕྱོགས་ཡིན་ན་སྒྲངས་པའང་མི་ལྟན་དུ་  
 འགྱུར་ལ་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཡིན་ན་དུ་བའང་མི་

༡༥༥

མེད་དུ་འགྱུར་རོ། །སྐྱེ་བོའི་རྩ་ས་ལ་གཉིས་ཀ་སྤིང་ན་གཉིས་སུ་ཁ་ཚོན་ཚོད་པ་ཉམས་སོ། །དེ་  
བཞིན་དུ་སྐྱེ་ཙུལ་བྱུང་དུ་བསྐྱབ་པ་ལ་དོན་བྱེད་ནུས་པ་རྟགས་སུ་བཀོད་པའི་ཆེ་དོན་བྱེད་ནུས་པ་  
མཐུན་ཕྱོགས་ཡིན་ནོ། །སྒྲོག་དང་ནགས་ཀྱི་མེ་ཏྲོག་ཀྱང་ཙུང་བྱུང་དང་ལྡན་པར་འགྱུར་ལ། མི་  
མཐུན་ཕྱོགས་ཡིན་ན་བུམ་པ་དང་རྩ་སྐྱེད་ཙུལ་བྱུང་དང་མི་ལྡན་པར་འགྱུར་རོ། །གཉིས་ཀ་ཡིན་  
ན་ཕྱོགས་གཉིས་སུ་ཁ་ཚོན་ཚོད་པ་ཉམས་སོ། །གཞན་ཡང་སྒྲོག་པ་ལ་ཁ་ཚོན་ཚོད་ན་བུས་སྒྲོག་  
གཏན་ཆེགས་ཀྱི་བ་སྙད་དུ་བསྐྱབ་པ་ལ་ཚུལ་གསུམ་ཚང་བ་བཀོད་པའི་ཆེ་ཤེས་བྱ་ཙམ་སྒྲོག་  
མཐུན་ཕྱོགས་ཡིན་ན་ཤེས་བྱ་ཙམ་ཀྱི་རང་སྒྲོག་ལ་སྐྱ་མི་རྟག་བསྐྱབ་ཀྱི་ཚུལ་གསུམ་རྟེན་པར་བལ་  
ལ་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཡིན་ན་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཤེས་བྱས་ཚུལ་གསུམ་ལ་བྱབ་ན་འགལ་བའི་རྟགས་

སྤྱི་ལོ་འབྲུག་ཞིང་མ་ཁྱབ་ན་ཚུལ་གསུམ་ཤེས་བྱ་མ་ཡིན་པར་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ལ་ཅིག་དེའི་ཆོ་  
 ཤེས་བྱ་ཅམ་ལྟོག་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཡིན་ཅོ་འོན་ཀྱང་། འགལ་བར་མི་འབྲུག་ཏེ་དེ་གཉིས་ལྟོག་པ་  
 ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་དཔེར་ན་ལྟོན་པོ་ལ་སྐད་ཅིག་མས་ཁྱབ་ཀྱང་ལྟོག་གྱུར་གྱིས་ཁྱབ་པར་མི་འབྲུག་  
 ཏེ་དེ་གཉིས་ལྟོག་པ་ཐ་དད་བཞིན་ཅོ་སྐྱུ་མ་ན། ལྟོན་པོ་དང་སྐད་ཅིག་མ་རྩ་ས་ལ་ཁྱབ་ཀྱང་གཞན་  
 སེལ་ལ་མ་ཁྱབ་པས་དཔེར་མི་མཐུངས་ཤིང་། ལྟོག་པ་ཐ་དད་པས་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀྱིས་ཁྱབ་  
 པར་མི་འབྲུག་ན་འགལ་བའི་གཏན་ཆོག་གསལ་གཏན་མི་སྤྱིད་པར་འབྲུག་རྒྱལ་ཁབ་ལ་ཅིག་བྱས་ལྟོག་  
 ལྟོག་མི་རྟག་པར་བསྐྱབ་པའི་གཏན་ཆོག་གི་ཐ་སྐད་བསྐྱབ་པའི་སྐབས་སྤྱི་ལོ་འབྲུག་ལྟོག་པ་ཡིན་ཏེ་  
 ཤེས་བྱ་རྟག་སྤྱི་བཞུག་ནས་སྐྱུ་དངོས་སྤྱི་བཞུག་རྒྱུ་ལ་སོགས་པ་དཔོག་པ་ན། ཤེས་བྱ་ཅམ་  
 རྟག་སྤྱི་

༡༥

གྱི་ཐ་སྙད་དུ་བྱར་རུ་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྟགས་ཅམ་གྱི་ཐ་སྙད་དུ་བསྐྱབ་པ་ན་ཤེས་བྱ་ཅམ་  
གྱི་རང་ལྡོག་ལ་སྒྲ་མི་རྟག་པར་བསྐྱབ་པའི་རྟགས་གྱི་ཐ་སྙད་དང་མི་ལྡན་པས་མི་མཐུན་ཕྱོགས་  
ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་པའང་ངེ་རྟར་བསྐྱབ་ཀྱང་རུ་སྟེ་ཤེས་བྱ་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཉིད་ཡིན་པའི་  
ཆེ་ཤེས་བྱས་མ་བྱལ་ན་ཤེས་བྱ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ཞིང་བྱལ་ན་འགལ་བར་འགྱུར་ལ། མཐུན་  
ཕྱོགས་ལ་འང་འཇུག་ན་མ་ངེས་པར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་རྣམས་ཀྱིས་བྱལ་པས་ཤེས་བྱ་མ་ཡིན་པར་  
མི་འགྱུར་ལ་ལྡོག་པས་མ་བྱལ་པས་འགལ་བར་མི་འགྱུར་རོ། །སྟམ་ན་འང་རྣམས་ལྡོག་བསྐྱེས་པར་  
སོང་གི་ལྡོག་ཆོས་རྒྱུད་པར་ག་ལ་འགྱུར། དེས་ན་ལྡོག་པའང་ཤེས་བྱ་དང་གཞལ་བྱ་ལ་སོགས་པ་  
ཡུང་པོ་གསུམ་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་དཔྱད་ན། རྣམ་གཞག་འཇིག་པ་ལ་བཞི་ལས། བརྟགས་

ན་མི་འབད་པ་ནི། རོན་ལ་དགག་སྐྱབ་བྱེད་ན་ནི། །ཚད་མའི་ཡུལ་མི་ཤེས་པར་འགྱུར། །སྒོ་རོར་  
 དགག་སྐྱབ་བྱེད་ན་ནི། །ཡོད་མེད་མ་དེས་གསུམ་དུ་འགྱུར། །རོན་ལ་དགག་སྐྱབ་བྱེད་ན་ཚད་མའི་  
 ཡུལ་མི་ཤེས་པར་འགྱུར་བ་དང་། བྱི་རོལ་བརྟེན་མི་སྐྱ་རོན་ལ། །བརྟེན་ནས་ཞེས་གསུངས་པ་དང་  
 འགལ་ལ་སྒོ་རོར་བྱེད་ན་ཡོད་པ་དེས་པའི་མཐུན་སྟོགས་མེད་པར་དེས་པའི་མི་མཐུན་སྟོགས།  
 གཉིས་ཀར་མ་དེས་པའི་སྟོགས་རྒྱུད་པ་སྟེ་ཡུང་པོ་གསུམ་ཅི་སྟེ་མེད། གཉིས་པ་ཉ་ཅང་བལ་བ་ནི།  
 ཤེས་འདོད་སྟོགས་སུ་མི་འདོད་ཕྱིར། །སྟོས་གཞི་དང་པོ་མེད་པར་འགྱུར། །སྟོས་གཞི་དང་པོ་མི་  
 འདོད་པ། །འདི་ལ་སྟོགས་ཆོས་མཚན་ཉིད་དཀའ། །བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་དང་ལྟན་མི་ལྟན་ལ་མཐུན་  
 སྟོགས་མི་མཐུན་སྟོགས་སུ་འདོད་ན་བར་དེར་ཚུལ་དང་པོའི་སྟོས་གཞི་སྟོགས་ཞེས་བྱ་བ་ཉིད་མི་  
 རྟེན་

༢༥༩

དེ། ཡང་དག་ལ་ཚྱོད་གཞི་མཐུན་ཕྱོགས་སུ་འགྱུར་ཞིང་འགལ་བ་ལ་མི་མཐུན་ཕྱོགས་སུ་འགྱུར་  
བའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་ཕྱོགས་ཆོས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཅི་ཡིན་ཞེས་དྲིས་པ་ན། བྱིད་ལྟར་ན་ཕྱོགས་  
མེད་པས་ཕྱོགས་ཆོས་ཞེས་མི་བརྗོད་ཀྱི། འོན་ཀྱང་ཡང་དག་པའི་ཚུལ་དང་པོའི་མཆན་ཉིད་ཤེས་  
འདོད་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་ཇི་ལྟར་དགོད་བྱ་ལྟར་གྲུབ་པ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། འགལ་བའི་སྐབས་སུ་  
ཤེས་འདོད་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་ཇི་ལྟར་དགོད་བྱ་ལྟར་གྲུབ་པ་ཞེས་བརྗོད་དགོས་པས་ཕྱོགས་  
ཆོས་ག་ལ་རྟེན། ལྟོས་གཞི་དང་པོ་ཕྱོགས་གཉིས་སུ། དེས་ན་ལྟོས་གཞི་གཞན་གཉིས་ཀྱི། ཡོད་  
མེད་དེས་པའི་འགོ་ལྟོག་ཀྱང་། །བརྗོད་པ་རབ་རྒྱ་དཀར་བ་ཡིན། །ཚྱོད་གཞི་ཕྱོགས་གཉིས་སུ་ཁ་  
ཆོན་ཆོད་ན་མཐུན་དཔེ་ལ། མཐུན་ཕྱོགས་ཞེས་བརྗོད་མི་རུས་ཏེ། ཚྱོད་གཞི་འང་མཐུན་ཕྱོགས་



ཡིན་པའི་ཕྱིར་དོ། །དེས་ན་མཐུན་དཔེའི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་ཡོད་པ་རྗེས་འགོ་ཞེས་དགོས་སོ། །ཡང་  
 མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་མེད་པ་ལྟོག་པ་ཞེས་བརྗོད་མི་རུས་ཏེ། འགལ་བའི་རྩོད་གཞི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་  
 ཡིན་པས་རྩོད་གཞི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་འཇུག་པར་དོགས་པས་མི་མཐུན་དཔེའི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་  
 ལ་མེད་པ་ལྟོག་པ་ཞེས་བརྗོད་དགོས་ཏེ། གཞན་དུ་ན་ཚུལ་གསུམ་འཇུག་པ་འཆོལ་བར་འགྱུར་  
 རོ། །དེ་ལྟར་བརྗོད་ན་རྣམ་གཞག་ཐམས་ཅད་འཇིག་གོ། །གཞན་ཡང་ཕྱོགས་ཆོས་དང་ནི་ཕྱོགས་  
 གཉིས་པོ། །གཅིག་ལ་ལྟོག་པས་འབྲེད་ན་ནི། །རྟགས་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་སྒྱུང་གྱུར་པའི། །གཏན་  
 ཆེགས་མ་དེས་ག་ལ་སྤིང། །ཡང་རྟགས་ཤེས་འདོད་ལ་རི་རྟར་དགོད་བྱ་རྟར་གྱུབ་པས་ཕྱོགས་  
 ཆོས་ཀྱང་ཡིན་ལ། དེ་ཉིད་ཡང་དག་གི་སྐབས་སུ་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་དང་ལྟན་

༡༥༩

པས་མཐུན་ཕྱོགས་ཡིན་ཞིང་འགལ་བའི་སྐབས་སུ་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་དང་མི་ལྡན་པས་མི་མཐུན་  
ཕྱོགས་ཡིན་པས་གཞི་མཐུན་སྲིད་དོ་ཞེ་ན། དེ་རྟ་ན་རྟགས་ཐམས་ཅད་ཕྱོགས་གཉིས་སུ་རྒྱ་ཆད་  
པས་མ་ངེས་པའི་རྟགས་རྟར་སྒྲིང་མི་སྲིད་པར་འགྱུར་རོ། །དེའང་ཐོག་མར་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་  
མ་ངེས་པ་མི་སྲིད་དེ། སྐྱ་མི་རྟག་པའམ་རྟག་པར་བསྐྱབ་པ་ལ། མཉན་བྱ་བཀོད་ན་ཡང་དག་གམ་  
འགལ་བར་འགྱུར་རྟེ། ཕྱོགས་ཆོས་གྲུབ་ཅིང་མཐུན་ཕྱོགས་སམ་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་རྗེས་སུ་འགོ་  
བའམ་ཕྱོག་པ་ཆང་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཐུན་མོང་གི་མ་ངེས་པ་མི་སྲིད་དེ། སྐྱ་རྟག་པའམ་མི་རྟག་པར་  
བསྐྱབ་པ་ན་ཤེས་བྱ་རྟགས་སུ་བཀོད་པ་ན་ཡང་དག་གམ་འགལ་བར་འགྱུར་རྟེ། རྟག་པའམ་མི་  
རྟག་པའི་ཤེས་བྱ་མཐུན་ཕྱོགས་དང་མི་མཐུན་ཕྱོགས་སུ་གནས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་ཤེས་བྱ་

གཉི་ག་ཡིན་ན། ཕྱོགས་གཉིས་སུ་ཁ་ཆོན་མ་ཆོད་པ་དེ་ཉིད་ཡིན་ན། །ཡང་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་མི་  
 མཐུན་ཕྱོགས་སུ་འགྱུར་ཏེ་རང་ཉིད་རང་ལ་ལྷན་པ་མི་སྤྲོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་ཁ་ཅིག་ཆོག་ས་  
 དོན་མཐུན་ཕྱོགས་ཉིད་ཡིན་ན། །དེ་ཡི་ཡན་ལག་དེ་ལྷན་ཉིད། །ཅེས་ཟེར་བ་ལྟར་ཆོག་ས་དོན་  
 མཐུན་ཕྱོགས་ཡིན་པས་དེའི་ཡན་ལག་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ཀྱང་མཐུན་ཕྱོགས་སུ་འདྲའི་ཞེན་དེ་ལྟ་ན་  
 དབྱུག་པ་གྲུབ་པས་དབྱུག་པ་ཅན་འགྲུབ་པར་འགྱུར་ཏེ་རྒྱ་མཚན་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གསུམ་  
 པ་རྣམ་གཞག་འགལ་བ་ནི། །ཤེས་བྱ་ཕྱོགས་གཉིས་ངེས་པ་དང་། །སྟོས་གཞི་གསུམ་དུ་འདོད་པ་  
 འགལ། །ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་མཐུན་ཕྱོགས་དང་མི་མཐུན་ཕྱོགས་གཉིས་སུ་ཁ་ཆོན་ཆོད་པ་དང་།  
 ཚུལ་དང་པོའི་སྟོས་གཞི། ཕྱོགས་དང་རྗེས་སུ་འགྲོ་སྟོག་གི་སྟོས་གཞི་མཐུན་ཕྱོགས་མི་མཐུན་  
 ཕྱོགས་གཉིས་ཏེ་

༨༥༩

སྟོས་གཞི་གསུམ་དུ་འདོད་པར་གཉིས་འགལ་ལོ། །ཡང་དག་པར་ན་སྟོས་གཞི་འང་གཉིས་ཉིད་དོ་  
ཞེ་ན། སྟོས་གཞི་གཉིས་སུ་འདོད་ན་ནི། །དེ་སྟོས་རྟགས་ཀྱང་ཚུལ་གཉིས་འབྱུང་། །ཚུལ་དང་པོའི་  
སྟོས་གཞི་ཤེས་འདོད་ཕྱོགས་ཀྱང་ཕྱོགས་གཉིས་སུ་ཁ་ཚོན་ཚོད་ན། རྟགས་ཕྱོགས་གྱི་ཚོས་སུ་  
གྲུབ་པ་ཚུལ་དང་པོ་ཞེས་བརྗོད་ཅི་དགོས། ཡང་དག་ལ་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་ཡོད་པ་ཚུལ་དང་པོ་མི་  
མཐུན་ཕྱོགས་ལ་སྟོག་པ་ཚུལ་གཉིས་པ། འགལ་བ་ལ་དེ་ལས་བསྐྱེད་པ། མ་དེས་པ་ལ་གཉི་ག་སྟེ་  
ཚུལ་གཉིས་པར་རི་སྟེ་མི་བརྗོད། གལ་ཏེ་དེ་སྟར་བརྗོད་ན་ཚུལ་བར་པའི་སྟོས་གཞི་མི་འབྱུང་བོ་  
ཞེ་ན། འོ་ན་སྟོས་གཞི་གཉིས་སུ་འདོད་ཀྱང་གསུམ་དུ་འབྱུང་རོ། །བཞི་པ་སྟོབ་དཔོན་གྱི་དགོངས་  
པ་མ་ཡིན་ཏེ། མཐུན་ཕྱོགས་མི་མཐུན་ཕྱོགས་གཉིས་སུ་དེས་པ་སྟོབ་དཔོན་མི་བཞེད་དོ། །རྣམ་དེས་

ལས། ཕྱོགས་ཆོས་མཐུན་ཕྱོགས་ཡོད་མེད་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཕྱོགས་ཆོས་དང་ལྟན་པ་  
 དགྲའི་བར་དུ་དབྱེ་བ་མི་རུང་བ་དང་། གཞན་ཡང་གཉི་གར་ཡང་སྲིད་པ་མི་འགལ་ན་དེ་དེ་ལྟར་  
 འགྲུར་གྱི། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་ནི་དེ་སྒྲ་ལ་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་དོ། །དེ་ལྟར་རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲ་དེ་ནི་  
 ཕྱོགས་ཉིད་ཡིན་གྱི་ཕྱོགས་དང་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་དག་ལས་གང་ཡང་རུང་བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་  
 པར་བརྟག་པ་དང་གཅིག་ཏུ་སོ་སོར་ངེས་པ་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་དང་  
 མཚུངས་པ་ཉིད་ལ་ངེས་ཞེས་ངེས་པར་གཟུང་བའི་ཕྱིར་ཆོས་ཅན་ལ་མེད་པར་འགྲུར་རོ་ཞེ་ན། མ་  
 ཡིན་ཏེ་གཞན་དགག་པའི་དོན་གྱི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་ཡོད་པར་གྲུབ་པ་སྤྱད་པའི་ངེས་པར་གཟུང་བས་  
 ནི། གཞན་རྣམ་པར་གཙོད་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན།

འཕྲུལ་

དང་པོ་རང་ལས་བྱ་གཉིས་སྒྲེ་འགྱུར་ཏེ། །ན་ར་དང་ནི་མེད་མེད་བྱ་ཉིད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་  
དང་འགལ་ལོ། །དེས་ན་ཚུལ་གསུམ་གྱི་སྟོས་གཞི་ཡིན་པས་སྒྲོ་དོར་ཕྱང་པོ་གསུམ་དུ་གནས་  
སོ། །གཉིས་པ་རྫས་སྟོག་སྟེ་སྟེ་བསྐྱབ་པ་མི་འབད་པ་ནི། རྫས་སྟོག་སོ་སོར་སྟེ་བ་ཡི། །རྫས་སྟེ་  
འཇུག་ན་ཐ་སྟོད་འཇིག་ །རྫས་ཆོས་སྟོག་ཆོས་སོ་སོར་སྟེ་ནས་འཇུག་ན། དོན་རང་མཆོན་རྟོག་པའི་  
ཡུལ་མ་ཡིན་ལ་རྟོག་པའི་ཡུལ་གཞན་སེལ་ལ་ཐོབ་པ་མེད་པས་འཇིག་རྟོན་གྱི་ཐ་སྟོད་ཐམས་ཅད་  
རྟུབ་པར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་རྫས་ནི་སྒྲོ་ལ་མི་སྟོགས་པར་དོན་ལ་གྲུབ་པ་ཡིན་ལ་སྟོག་པ་ནི་སྒྲོ་ལ་  
སྟོས་ནས་བསྐྱབ་པས་གཉིས་སྟེ་བསྐྱབ་པ་མི་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། དེ་སྟོན་རྫས་ལ་བརྟེན་ནས་རྫས་  
བསྐྱབ་བམ། །རྫས་ལ་བརྟེན་ནས་སྟོག་པ་བསྐྱབ། །དེ་བཞིན་དུ་སྟོག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྟོག་པ་



བསྐྱབ་པ་འཇམ་ལྷོག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་རྩལ་བསྐྱབ་པ་བརྟག་གང་། དང་པོ་བསྐྱབ་པར་མི་རྣམས་ཏེ་  
 རྩལ་ལ་རྩལ་འགྲོ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །གཉིས་པ་འང་མི་རྣམས་ཏེ། རྩལ་ལ་རྩལ་འགྲོ་མེད་ཅིང་ལྷོག་པ་  
 རྒྱང་པ་ལ་དགོས་རྣམས་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །གསུམ་པ་འང་མི་འབྲང་དེ་ལྷོག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷོག་  
 རྒྱང་འགྲུབ་ཀྱང་འབྲས་བུ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །བཞི་པ་འབྲང་མོད་ཀྱི། དེ་ནི་རྩལ་ལྷོག་སོ་སོར་མ་  
 བྱེ་བར་ལྷོག་པ་ལ་དངོས་པོར་ཞེན་ནས་གཅིག་རྒྱ་འབྲུལ་པའི་སྒོ་ནས་འརྒྱག་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་  
 གངས་ཅན་པ་རྟོར་གངས་ཅན་པས་ཀྱང་ཚད་མའི་ཡུལ་མི་ཤེས་པར་བྱང་དོ། །གསུམ་པ་རང་  
 ལྷོག་ལ་བརྟེན་ཏེ་བསྐྱབ་པ་མི་འབྲང་པ་ནི། རང་ལྷོག་བརྟེན་ནས་བསྐྱབ་པ་ཡི། །ཚུལ་འདི་  
 བརྟགས་ན་སྙིང་པོ་མེད། །ལྷོག་པ་ལ་བརྟེན་པའི་ཆོས་རང་ལྷོག་ལ་བརྟེན་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཅི། རོ་  
 བོ་དབྱེར་མེད་དམ། ཐ་དད་ལྟན་

འཕྲུལ་སྒྲིལ་

པའམ། དེ་གཉིས་གམ་ཡིན་པར་བརྟན་པ་གཅིག་ཡིན། དང་པོ་གཉིས་ནི་རང་བཞིན་དང་འབྲས་བུ་  
ཉིད་ཡིན་ཞིང་། གསུམ་པ་མི་སྤྱིད་དེ་དངོས་པོ་ལ་གཅིག་དང་ཐ་དད་གཉིས་ལས་མི་འདའ་ལ།  
དངོས་མེད་ཡིན་ན་བརྟན་པར་ཡང་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་ལྟར་མ་ཡིན་གྱི་སྒྲོས་རང་སྒྲིག་  
ལ་བརྟན་པར་བརྒྱུད་བ་ཙམ་ཡིན་ནོ་སྒྲིལ་ན་དེ་ལྟར་ན་ཡང་སྒྲོས་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་དམ་ཐ་དད་  
ལྟན་པའི་ཚུལ་གྱིས་བརྟན་པར་འཛིན་དགོས་ལ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་རྟགས་གྱི་གྲངས་ངེས་འཛིན་  
པར་འགྱུར་རོ། །གསུམ་པ་བཀག་པ་ལ་མི་འཐད་སྤང་བ་ནི། ཕྱོགས་གཉིས་དངོས་འགལ་མ་ཡིན་  
ཕྱིར། །དགག་སྐྱབ་ནམ་གཞག་འཛིན་ཅེ་ན། །གལ་ཏེ་མཐུན་ཕྱོགས་མི་མཐུན་ཕྱོགས་གཉིས་སྤྱི་ཁ་  
ཆོན་མ་ཆོད་ན་དགག་བྱ་ཁེགས་པས་བསྐྱབ་བྱ་འགྱུབ་པ་དང་། བསྐྱབ་བྱ་གྲུབ་པས་དགག་བྱ་

ཁེགས་པའི་རྣམ་གཞག་མི་རུང་ངོ་སྟུང་ན། དགག་གྲུབ་ཕྱོགས་ཀྱི་བྱེད་པ་མིན། །ཚད་མའི་འགལ་  
 འབྲེལ་ངེས་པས་འགྲུབ། །དགག་བྱ་ཁེགས་པ་དང་བསྐྱབ་བྱ་བསྐྱབ་པའི་གནད་ནི། ཕྱོགས་གཉིས་  
 ཀྱིས་བྱེད་པ་མ་ཡིན་གྱི། ཚད་མའི་སྟོབས་ལས་བྱུང་བའི་འགལ་འབྲེལ་ངེས་པས་བསྐྱབ་པ་ཡིན་  
 རོ། །དཔེར་ན་ལ་མེ་ལྷན་དུ་བསྐྱབས་པ་ན་མཐུན་དཔེ་ཚད་མང་དུ་མེ་དུད་ཀྱི་འབྲེལ་པ་ཚད་མས་  
 འགྲུབ་པས་གང་དུ་བ་ཡོད་པ་ན་མེ་གྲུབ་པའི་ཆེ་མི་མཐུན་དཔེ་ལས་གཞི་ཡོད་ཀྱང་རུང་མེད་ཀྱང་  
 རུང་། མེ་ལོག་པས་དུ་བ་སྟོག་པར་ངེས་པ་དེ་ཅུམ་གྱིས་ཆོག་མོད། ལྷས་བྱིན་གྱི་ཁང་པ་མཐུན་  
 ཕྱོགས་ཡིན་ཡང་སྟེ། མ་ཡིན་ཡང་སྟེ། ཞེས་བཏང་སྟོམས་པ་ཡིན་རོ། །དེ་ལ་ཁ་ཅིག་ལྷས་བྱིན་གྱི་  
 ཁང་པར་མེ་ཡོད་ན་མཐུན་ཕྱོགས་ཡིན་ལ་མེད་ན་མི་མཐུན་ཕྱོགས་

༡༥༥

ཡིན་པས་བཏང་སྟོམས་སྲུག་ལ་རུང་ཞེ་ན། མེ་ཡོད་པ་ལ་བྱུང་བྱེད་དང་མེད་པ་ལ་གཞོད་བྱེད་  
མེད་པས་དེའི་ཆེ་ཐེ་ཆོམ་ཡིན་ལ། ཕྱོགས་གཉི་གར་མི་ངེས་པར་ཕྱིར་སྒྲོ་ལ་སྟོས་ནས་གཉི་ག་མ་  
ཡིན་པའི་ཕྱང་པོ་གསུམ་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྒྲུ་མི་རྟག་པར་བསྐྱབ་པ་ན་འང་མི་རྟག་པ་  
དང་ལྡན་པར་ངེས་པ་མཐུན་ཕྱོགས་མི་ལྡན་པར་ངེས་པ་མི་མཐུན་ཕྱོགས་གཉི་གར་མ་ངེས་པ་  
བཏང་སྟོམས་པ་ཡིན་ཏེ། ཇི་སྐད་དུ། གཅིག་བསྐྱབ་པ་ན་དེ་རྟེན་དང་། །གཞན་རྣམས་བཏང་  
སྟོམས་ཏེ་བྱུང་དང་། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་གནད་གཅིག་གོ། །དེས་ན་སྒྱུར་བ་སྒྲོར་གཅིག་ལ་སྟོས་  
ནས་ཕྱོགས་གཉིས་སྲུག་ཁ་ཆོན་ཆོད་པ་ལྱང་དང་རིགས་པ་དང་འགལ་བས་རྣམ་པར་འབྱམས་པ་  
ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་རང་གི་ལྷགས་ལ་གཉིས་ལས་དང་པོ་གང་སྟོས་པའི་རྗེས་སྲུ་འགོ་སྟོག་ནི།

རྟགས་དང་བསྐྱབ་བྱ་འབྲེལ་སྟོབས་ཀྱིས། །ཡོད་མེད་ངེས་པ་རྗེས་འགོ་སྟོན། །རྟགས་དང་བསྐྱབ་  
བྱའི་འབྲེལ་པ་ཚད་མས་ངེས་ནས་རྟགས་ཀྱི་རྗེས་སུ་བསྐྱབ་བྱ་འགོ་བ་རྗེས་འགོ་དང་། བསྐྱབ་བྱ་  
ལོག་ན་རྟགས་སྟོན་པ་ནི་སྟོན་པ་འི་ཚུལ་ལོ། །དེ་དག་ཤེས་འདོད་ཀྱི་སྟེང་དུ་ངེས་མི་རྣམས་པས་  
དཔེའི་སྟེང་དུ་ངེས་པར་བྱེད་དོ། །གཉིས་པ་གང་ལ་སྟོས་པའི་སྟོས་གཞི་ངོས་གཟུང་བ་ལ་གསུམ་  
སྟེ། མཐུན་སྟོགས་མི་མཐུན་སྟོགས་དཔྱད་པ་དང་། རྟགས་ཀྱི་དགག་སྐྱབ་ཀྱི་ཡུལ་ངོས་གཟུང་བ་  
དང་། གཞན་སེལ་གྱི་དགག་སྐྱབ་ཀྱི་རབ་རུ་དབྱེ་བལོ། །དང་པོ་ལ་འང་གསུམ་ལས་མཚན་ཉིད་ནི།  
སྟོགས་དང་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་ཀྱི་སྟེས། །མཚུངས་དང་མི་མཚུངས་སྟོགས་གཉིས་ཡིན། །འདི་འང་  
རྣམ་ངེས་ལས། མཐུན་སྟོགས་ནི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་ཀྱི་སྟེས་དོན་མཐུན་པལོ། །དེ་མེད་པ་ནི་མི་  
མཐུན་སྟོགས་

༡༥

སོ་ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །དེ་ཉིད་ས་པགྱ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། ཡ་ས་པགྱ་ཞེས་བྱ་བ་འི་སྒྲ་དོན་ཡང་  
ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་མཐུན་ཡུལ་ངོས་གཟུང་བ་ནི། མཐུན་ཡུལ་སྤྱོད་གས་ཀྱང་བཏགས་པ་ཡི། །གཞན་  
སེལ་ཉིད་ཡིན་གཉིས་པོ་མིན། །འོ་ན་མཐུན་ཡུལ་སྤྱོད་གས་དེ་བཏགས་པ་བ་ཤེས་འདོད་དང་མཐུན་  
པ་ཡིན་ནམ། མཚན་ཉིད་པ་ཚོགས་དོན་དང་མཐུན་པ་འམ། གཉི་གའི་སྒྲ་དོན་དང་མཐུན་པ་ལ་  
ཟེར་ཞེ་ན། རང་མཚན་དང་སྒྲ་དོན་སོ་སོར་ལན་འདེབས་པ་ནི་རྟོག་གའི་གསང་ཚིག་གི་གནད་  
གཞན་སེལ་གྱི་འདུག་པ་མ་ཤེས་པར་བཟད་ལ། འོ་ན་ཀྱང་ཚོགས་དོན་དང་མཐུན་པ་མཐུན་སྤྱོད་གས་  
ཡིན་ན་ལ་མེ་ལྔ་ན་དང་མཐུན་ཞེས་བརྗོད་ན་ནི་ཚོས་གྱིས་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་པ་འི་ཤེས་འདོད་  
མཐུན་ཡུལ་དུ་སོང་གི་ཚོགས་དོན་མཐུན་ཡུལ་དུ་མ་སོང་སྟེ། དཔེར་ན་དབྱུག་པ་ཅན་དང་མཐུན་



ཞེས་བརྗོད་ན་ཁྱད་པར་བྱས་ཆོས་སྐྱེས་བྱ་མཐུན་ཡུལ་དུ་འགོ་བ་བཞིན་ནོ། །ཡང་ལ་མེ་ལྷན་དང་  
 མཐུན་ཇི་ལྟར་མཐུན་ན་དུ་བའི་རྒྱ་ཆོགས་པ་ལ་སོགས་པ་ཆོས་གཞན་དང་མཐུན་ཞེས་ཟེར་  
 དགོས་པས་སྐབས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་དང་ལྷན་པ་མེ་འགྲུབ་བོ། །སློབ་དཔོན་གྱིས་ཀྱང་མཐུན་  
 ཡུལ་ཆོས་ཅན་ལ་གསུངས་པ་དང་འགལ་བར་འགྱུར་རོ། །དེས་ན་རང་གི་ལྷགས་ནི་སྟོགས་  
 བཏགས་པ་བའི་སེལ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ་ཚུང་པ་སྤང་བ་ནི། འདི་ལ་གཞན་གྱི་སྤྲན་ཀ་  
 མེད། །གཞུང་གི་དགོངས་པ་འང་འདི་ཉིད་ཡིན། །འདིར་གཞན་གྱི་སྤྲན་ཀ་གསུམ་སྤང་བ་ལས་ཁ་  
 ཅིག་ན་རེ། ཁྱབ་པ་བསྐྱབ་པའི་དུས་སུ་བསྐྱབ་བྱ་གྲུབ་པར་འགྱུར་ཏེ། འདི་ལྟར་ཏྲགས་མཐུན་  
 སྟོགས་ཉིད་ལ་ཡོད་པའི་རྗེས་འགོའི་ཁྱབ་པ་དེས་པ་ལ་ཡོད་པ་མཐུན་སྟོགས་

༨༧༥

ངེས་པ་ལ་སྟོས་ལ། དེ་གྲུབ་པ་ལ་སྟོགས་བཏགས་པ་བ་དང་བསྐྱབ་བྱའི་ཚས་ཡོད་དུ་མཐུན་པ་ལ་  
སྟོས་ཤིང་དེ་འདྲ་བསྐྱབ་བྱའི་ཚས་ཡོད་གྲུབ་པ་ལ་སྟོས་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་བསྐྱབ་བྱའི་ཚས་  
ལྡན་ལ་འདྲ་མཚུངས་སོ། །འདིར་ལན་དངོས་ནི། ཚང་མང་དུ་དུ་བ་མེ་དང་འབྲེལ་བར་ངེས་ནས་ལ་  
ལ་འདྲ་དུ་བས་མེ་གྲུབ་ན་མཐུན་དཔེ་མཐུན་སྟོགས་ཀྱི་ཐ་སྙད་དུ་འཛིག་གོ། །ངེས་ན་དུ་བ་དང་མེའི་  
འབྲེལ་པ་གྲུབ་པའི་ཚང་མང་འདི་དང་ལ་གཉིས་མེ་དང་ལྡན་པར་མཐུན་ནོ། །ཞེས་སྟོན་བས་  
བསྐྱབས་ནས་ཕྱིར་སྟོན་པའི་ཕྱིར་འགལ་བ་མེད་དོ། །སྟོབ་དཔོན་ཤུ་ཉི་བའདྲ་བསྐྱབ་བྱའི་  
ཚས་ལྡན་དུ་མཐུན་པའི་སྟོགས་གཞན་ལ་དགོངས་ནས་ཆིགས་སུ་བཅད་པའི་དོར་དེ་ལྟར་  
གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་བྱུན་མོང་གི་མ་ངེས་པ་འགལ་བར་ཐལ་བ་སྤང་བ་ནི། སྒྲ་ཚས་ཅན་

རྟག་སྟེ། གཞུལ་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཅེས་བཀོད་པའི་ཆོ་ཕྱོགས་བཏགས་པ་བ་སྒྲ་དང་རྟག་པའི་ཆོས་  
ཡོད་དུ་མཐུན་པ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་དང་། མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཉིད་ལ་འཇུག་པའི་ཕྱིར་འགལ་བར་  
འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། རྟག་པའི་རང་མཆོན་མི་སྲིད་ཀྱང་གཞན་སེལ་སྲིད་ཅིང་དེ་དང་མཐུན་པ་ནམ་  
མཁའ་ལ་སོགས་པ་སྲིད་པས་དེ་དང་བུམ་པ་ལ་སོགས་པ་གཉིས་ཀ་ལ་ཤེས་བྱས་ཁྱབ་པའི་ཕྱིར་  
མ་ངེས་པ་ཡིན་གྱི་འགལ་བར་ག་ལ་འགྱུར། གསུམ་པ་ཡང་དག་གི་རྩོད་གཞི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་སུ་  
ཐལ་བ་སྤང་བ་ནི། ཡང་དག་གི་རྩོད་གཞི་རང་ཉིད་རང་དང་མི་འདྲ་བའི་ཕྱིར་མི་མཐུན་ཕྱོགས་སུ་  
འགྱུར་ལ། འདོད་ན་དེ་ལ་རྟགས་ཞུགས་པས་རྟག་སྟོག་པ་མ་གྱུབ་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། རྩོད་གཞི་  
མཐུན་ཡུལ་ཡིན་པས་མི་མཐུན་ཕྱོགས་སུ་ག་ལ་འགྱུར། སྟོབ་དཔོན་གྱིས་ཀྱང་མཐུན་ཕྱོགས་ཉིད་  
ལ་ཡོད་

༡༥༥

པའི་ངེས་གཟུང་གིས་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་འང་ཡོད་པ་འགོག་གི་ཆོས་ཅན་ལ་ཡོད་པ་མི་འགོག་པར་  
གསུངས་པའི་དགོངས་པ་འང་དེ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་རྟགས་ཀྱི་དགག་སྐྱབ་ཀྱི་ཡུལ་ངོས་བཟུང་ན།  
རྩ་ས་ནི་དངོས་པོ་ལས་གཞན་མིན། །གཞན་སེལ་ལས་གཞན་སྟོག་པ་མེད། །ངེས་ན་རྩ་ས་སྟོག་  
གཅིག་ཉིད་དུ། །འབྲུལ་པ་ཉིད་ལ་དགག་སྐྱབ་བྱེད། །རྩ་ས་ཞེས་བྱ་བ་ཆོས་དུ་མ་གཅིག་རྟེན་འདུས་  
པ་མུ་སྟེགས་བྱེད་ལ་གྲགས་པ་དེ་རྟེན་བྱ་མི་སྲིད་ལ། དོན་རང་མཆོན་ཉིད་ལ་རྩ་ས་སུ་འདོད་ན་མིང་  
དུ་འདོགས་པ་ལ་རག་གོ། །སྟོག་པ་ནི་གཞན་སེལ་ཡིན་ལ་དེ་ལ་རྟོག་པས་སྟོ་བརྟགས་པ་མ་  
གཏོགས་པ་དོ་བོར་གྲུབ་པ་མེད་པས་དངོས་མེད་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ངེས་ན་སྟོ་དོན་ལ་དགག་སྐྱབ་བྱས་  
པས་རང་མཆོན་ལ་གོ་བའི་འཐད་པ་དང་། དངོས་པོ་དང་སྟོག་པ་གཉིས་པོ་དེ་འང་འཆད་པའི་ཆོ་

སོ་སོར་འབྱེད་ལ་ཐ་སྙད་གྱི་ཆོ་གཅིག་རྒྱ་ལ་བྱུལ་ནས་འཇུག་ཡུལ་གོ་བའི་འཐད་པ་གཞན་སེལ་གྱི་  
 ལེ་བྱུར་བཤད་པ་བཞིན་ནོ། །གསུམ་པ་གཞན་སེལ་གྱི་དགག་སྐྱབ་གྱི་རབ་རྒྱ་དབྱེ་བ་ནི། ཡོད་མེད་  
 གཉི་ག་ལ་བརྟེན་ནས། །སྒྲ་དོན་གསུམ་གྱིས་ཆོས་གཉིས་བསྐྱབ། །ཡོད་པའི་ཆོས་དངོས་པོའི་ཉིར་  
 ལེན་ཅན་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་དང་། མེད་པའི་ཆོས་དངོས་པོའི་ཉིར་ལེན་ཅན་མ་ཡིན་པ་རི་བོང་  
 གི་རྒྱ་ལ་སོགས་པ་དང་། གཉི་གའི་ཆོས་གཉིས་ཀར་གཞན་སེལ་གྱི་སྒྲོ་གདགས་སུ་རྒྱུང་བ་ཤེས་བྱ་  
 ལ་སོགས་པ་ལོ། །དེ་སྐད་དུ་འད་། ཐོག་མེད་བག་ཆགས་ལས་བྱུང་བའི། །རྣམ་པར་རྟོག་པས་ཡོངས་  
 བསྐྱབ་པ། །ཡོད་མེད་གཉིས་ཀ་ལ་བརྟེན་པའི། །སྒྲ་དོན་ཆོས་ནི་རྣམ་པ་གསུམ། །ཞེས་གསུངས་པ་  
 ཉིར་ནོ། །

༡༥༥

གསུམ་པ་དེའང་ཕྱི་རོལ་དུ་ཞེན་ནས་ཡུལ་དུ་འཛོག་ལ་དེ་ཉུང་བུའི་ཡུལ་གསུམ་གྱི་སྒྲ་དོན་ལ་བརྟེན་  
ནས་ཆོས་གཉིས་བསྒྲུབ་པ་ནི་དོན་དང་ཐ་སྙད་ཡིན་ཞིང་། དེ་དག་ལ་འང་། དོན་ཡོད་པ་དང་མེད་  
པ་གཉིས་དང་། ཐ་སྙད་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་བསྒྲུབ་པ་གཉིས་གཉིས་བཞི་ཡིན་ཅོ། །དེའང་རྟགས་  
གསུམ་པོའི་དོན་ལ་དགག་སྒྲུབ་བྱེད་ན་དོན་དང་ཐ་སྙད་ལ་དགག་སྒྲུབ་བྱེད་ན་ཐ་སྙད་བསྒྲུབ་ཡིན་  
ཅོ། །འདི་དེའི་བདག་ཉིད་གྱི་འབྲེལ་པ་ལ་བརྟེན་པས་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཡིན་ཡང་དགག་བྱ་  
འགོགས་པའི་ཆེ་མི་དམིགས་པའི་བྱེ་བྲག་རྒྱུ་འང་འགྱུར་རོ། །གསུམ་པ་ཚུ་ད་པ་སྤང་བ་ལ་གཉིས་ཏེ།  
རིགས་པས་མི་འཐད་པ་དང་། ལུང་དང་འགལ་བ་སྤང་བ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས་ཐོག་མར་  
ཕྱོགས་གཉིས་སུ་དཔྱད་ན་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་ནི། དུ་བའི་རྟགས་ལས་སྒྲུ་བོའི་རྣམས། །ཚུལ་གསུམ་



རྟགས་ལ་ཤེས་བྱ་ཅམ། །མཐུན་ཕྱོགས་མི་མཐུན་ཕྱོགས་གཉིས་སུ། །དཔྱད་ན་ཆད་མ་འཇིག་ཅེ་  
 བ། །རྩ་ས་ལྷོག་མ་ཕྱེ་བར་བསྐྱབ་པ་ལྟར་ན་དུ་བས་མེ་བསྐྱབ་པའི་ཆེ་སྐྱ་བོའི་རྩ་ས་ཅམ་ཕྱོགས་གར་  
 འདུ། །དེ་བཞིན་དུ་བྱས་ལྷོག་རྟགས་སུ་བསྐྱབ་པ་ལ་ཚུལ་གསུམ་བཀོད་པའི་ཆེ་ཤེས་བྱ་ཅམ་ལྷོག་  
 ཕྱོགས་གར་འདུ་བརྟག་ན་མི་འཐད་ཅེ་བ། །དུ་བ་དང་ནི་ཚུལ་གསུམ་གྱི། །གཞན་སེལ་གཉིས་པོ་སྐྱ་  
 བོ་དང་། །ཤེས་བྱ་གཉིས་ཀྱི་ལོག་པ་དང་། །ལྷོག་པ་གཉིས་ལ་འབྲེལ་ཕྱིར་འཐད། །ཁོ་བོ་ལ་སྒྲོ་དོར་  
 ཡུང་པོ་གསུམ་པ་མི་སྐྱོན་པས་དུ་བས་མེ་བསྐྱབ་པ་ནི་དུ་བའི་སྐྱ་བོ་མཐུན་ཕྱོགས། །དུ་མིན་གྱི་སྐྱ་བོ་  
 མི་མཐུན་ཕྱོགས། །གཉིས་ཀས་བྱད་པར་དུ་མ་བྱས་པའི་སྐྱ་བོའི་གཞན་སེལ་ནི་གཉི་གའི་ཆོས་  
 ལོ། །དེ་བཞིན་དུ་བྱས་ལྷོག་གཏན་ཆེགས་ཀྱི་ཐ་སྙད་དུ་བསྐྱབ་

༡༥༩

པ་ན་ཤེས་བྱ་ཙམ་ལྡོག་ཀྱང་ཚུལ་གསུམ་ཚང་བའི་ཤེས་བྱ་མཐུན་ཕྱོགས་ཡིན་པས་ཚུལ་གསུམ་  
ཤེས་བྱ་མ་ཡིན་པའི་སྐྱོན་ལས་གྲོལ་ལ། མ་ཚང་བའི་ཤེས་བྱ་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཡིན་པས་ཤེས་  
བྱའི་ལྡོག་པ་ལ་ཚུལ་གསུམ་ཚང་བར་བལ་བའི་སྐྱོན་ལས་གྲོལ་ཞིང་། གཉི་གས་བྱང་པར་དུ་མ་  
བྱས་པའི་ཤེས་བྱའི་གཞན་སེལ་ནི་གཉི་གའི་ཆོས་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་ན་བྱེད་རང་ལ་འང་ཤེས་བྱ་ལ་  
དངོས་པོ་དངོས་མེད་གཉིས་སུ་ཁ་ཆོན་མ་ཆོད་པར་བལ། ཤེས་བྱ་ཙམ་ལྡོག་ཕྱང་པོ་གསུམ་པར་  
ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། དོན་ལ་ཕྱང་གསུམ་མེད་ཀྱང་སྒྲོ་དོར་ཤེས་བྱ་ཙམ་ལྡོག་ཕྱང་གསུམ་དུ་  
རྟོགས་པ་འགལ་བ་མེད་དོ། །གཉིས་པ་རྟགས་དང་དགག་བྱ་ལ་བརྟག་ན་མི་འབྲང་པ་སྤང་བ་ལ་  
གཉིས་ལས། དང་པོ་རྩོད་པ་བཞི་ལས། གཞན་གྱི་ལན་དགག་པ་ནི། ལྡོག་འགོག་ཆོས་རྟགས་

ཕྱོགས་གཉིས་ཀྱི། རྩོད་པ་བཞི་ཡི་གཞན་ལན་འབྲུལ། དང་པོ་རྟགས་དགག་བྱའི་ཆོས་ལྟན་ལས་  
 ལྷོག་ན་རྩོད་ཉིད་མེད་དགག་རྟུ་བསྐྱབ་པའི་ཆོ། དགག་བྱ་བཀག་ནས་ཆོས་གཞན་མི་འཕེན་པ།  
 བཀོད་པ་ན་འདི་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་མེད་དགག་གི་ཐ་སྙད་ལས་ལྷོག་པར་ཐལ་ཏེ། ཆོས་མེད་དགག་  
 གི་ཐ་སྙད་དེ་ཉིད་དགག་བྱའི་ཆོས་མེད་དགག་གི་ཐ་སྙད་ཀྱིས་རྩོད་པ་དང་ལྟན་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །འདོད་ན་རྟགས་ལ་རྗེས་འགྲོ་མེད་དེ་རྟགས་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ལ་མི་འཇུག་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་  
 ཏེ་རྟགས་དགག་བྱའི་ཆོས་ལས་ལྷོག་ན་མེད་དགག་གི་ཐ་སྙད་མེད་དགག་གིས་ཐ་སྙད་ཀྱིས་རྩོད་  
 པར་བསྐྱབ་པ་ལ་དགག་བྱ་བཀག་ནས་ཆོས་གཞན་འཕེན་པ་བཀོད་པ་རང་གི་ཆོས་ཅན་ལས་  
 ལྷོག་པར་ཐལ་ཏེ། ཆོས་ཅན་མེད་དགག་

༩༩༩

གི་ཐ་སྐྱད་དེ་ཉིད་དགག་བྱའི་ཆོས་ཡིན་པས་སོ། །འདོད་ན་ཕྱོགས་ཆོས་མ་གྲུབ་པར་འགྱུར་ཏེ།  
རྟགས་ཆོས་ཅན་ལ་མི་འཇུག་པའི་ཕྱིར་རོ། །འགལ་ཞིག་ན་རེ་ཆོས་ལྡན་ལས་ལྡོག་ལ་འོན་ཀྱང་  
རྗེས་འགོ་མེད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། རྗེས་འགོ་ནི་རྟགས་ཤེས་འདོད་ལ་རི་རྟར་འགོག་བྱ་རྟར་བསྐྱབ་  
བྱའི་ཆོས་ལྡན་ལ་འཇུག་པས་སོ། །ཞེས་ཟེར་བ་མི་འཐད་དེ། བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་དུ་  
ཞུགས་ན་མེད་དགག་ཉིད་འགྱུར་ལ་ཐ་དད་ལྡན་པར་ཞུགས་ཀྱང་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་གྱི་རྗེས་  
འགོ་མི་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་རྟགས་དགག་བྱ་འགོག་པའི་ཆོད་དགག་བྱའི་ཆོས་ལྡན་  
འགོག་ན་སྒར་གྱི་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་དེས་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་མེད་དགག་གི་ཐ་སྐྱད་ཉིད་འགོག་  
པར་ཐལ་ལ་འདོད་ན་ཆོས་འགོག་པའི་འགལ་བར་འགྱུར་རོ། །ཡང་དགག་བྱའི་ཆོས་འགོག་ན་

འགལ་བྱུང་དམིགས་པའི་རྟགས་དེས་རང་གི་ཚོས་ཅན་ཉིད་འགོག་པར་བལ་ཏེ། ཚོས་ཅན་མེད་  
དགག་གི་བྱ་སྒྲུབ་དེ་ཉིད་དགག་བྱའི་ཚོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདོད་ན་ཚོས་ཅན་འགོག་པའི་  
འགལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བེད་བལ་སྒྲུབ་ལན་འདེབས་མོད་ཀྱི་གཞན་སེལ་མ་མཐུན་པར་  
ཟད་དོ། །གསུམ་པ་སྟོང་ཉིད་མེད་དགག་རྒྱ་བསྐྱབ་པ་ན། བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་མེད་དགག་གི་བྱ་སྒྲུབ་  
མཐུན་སྟེགས་ཡིན་ན་མེད་དགག་གི་བྱ་སྒྲུབ་ཀྱི་རང་སྟོགས་ལ་བསྐྱབ་ཚོས་དོར་བའི་རྟེན་པར་བལ་  
ལ། མི་མཐུན་སྟེགས་ཡིན་ན་དེ་ལ་རྟགས་ཞུགས་ན་སྟོགས་པ་མ་གྱུར་པར་འགྱུར་ཞིང་མ་ཞུགས་ན་  
རྟགས་རྗེས་འགོ་མེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། ཁ་ཅིག་མེད་དགག་གི་བྱ་སྒྲུབ་མི་མཐུན་སྟེགས་ཡིན་ལ་  
རྟགས་བསྐྱབ་ཚོས་དོར་བ་མི་འཇུག་མོད་ཀྱི་རྗེས་འགོ་མེད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། ཚོས་ལྡན་གྱི་གཞི་  
ལ་འཇུག་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་

༨༥༧

པའང་གཞན་སེལ་གྱི་རྣམ་གཞག་མ་མཁྱེན་པར་ཟད་དོ། །བཞི་པ་ཚུལ་གསུམ་ཚང་བས་བྱས་པ་  
གཏན་ཆེགས་སུ་བསྐྱབ་པ་ན་གཏན་ཆེགས་ཚུལ་གསུམ་དེ་ཉིད་མཐུན་སྟོགས་ཡིན་ན་ཚུལ་གསུམ་  
དེ་ཉིད་ལ་སྒྲ་མི་རྟག་པར་བསྐྱབ་པའི་ཚུལ་གསུམ་ཡང་ཚང་བར་བལ་ལ་མི་མཐུན་སྟོགས་ཡིན་ན་  
མཚན་ཉིད་ལ་མཚོན་བྱ་མི་སྲིད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། འདི་ལ་ཁ་ཅིག་བྱས་པ་གཏན་ཆེགས་ཙམ་  
གྱི་ཐ་སྙད་དུ་བསྐྱབ་པ་ན་ཚུལ་གསུམ་ཡང་མཐུན་སྟོགས་ཡིན་ལ་སྒྲ་མི་རྟག་པར་བསྐྱབ་པ་ན་མི་  
མཐུན་སྟོགས་ཡིན་ཏེ། ཚུལ་གསུམ་ཀ་ལ་སྒྲ་མི་རྟག་པར་བསྐྱབ་པའི་གཏན་ཆེགས་གྱི་ཐ་སྙད་དང་  
མི་ལྟན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་གསུངས་པའང་། སྐབས་སྟེན་ས་ལན་འདེབས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཚུལ་གསུམ་  
གྱི་རང་སྟོགས་ཕུང་པོ་གསུམ་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་རང་གི་ལན་ནི། མེད་དགག་ཐ་སྙད་



མེད་དགག་དང་། སྤྱི་ཕྱོག་ཕྱང་གསུམ་ཡིན་ཕྱིར་འཐད། ཚེད་པ་སྤྲ་མ་གསུམ་པོ་མེད་དགག་གི་ཐ་  
སྟོང་མ་ཡིན་དགག་རྩ་སྒྲིམས་ནས་ཚེད་པར་བད་དོ། །གལ་ཏེ་མེད་དགག་གི་ཐ་སྟོང་མ་ཡིན་  
དགག་ཡིན་ན་དགག་སྐྱབ་དོ་བོ་གཅིག་རྩ་འགྱུར་ལ། འདོད་ན་མཐར་དངོས་པོ་དངོས་མེད་དོ་བོ་  
གཅིག་རྩ་འགྱུར་རོ། །དེས་ན་འདི་མེད་པ་གཞན་སེལ་ཡིན་པས་ཅི་ཡང་མེད་པ་ལ་མེད་དགག་གི་  
བར་བཏགས་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་རྟགས་དགག་བྱ་ལས་ཕྱོག་གམ་འགོག་གྱང་རུང་སྟེ་དགག་  
གཞི་ལ་དགག་བྱའི་ཆོས་ཕྱོག་པའམ་འགོག་པ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ན་སྟོང་ཉིད་མེད་དགག་གི་ཐ་སྟོང་དུ་  
བསྐྱབ་པ་ན། མེད་དགག་གི་ཐ་སྟོང་གིས་སྟོང་པ་དགག་གཞི་སྟོང་ཉིད་ལ་འགོག་པ་ག་ལ་འགལ།  
ཡང་མེད་དགག་གི་ཐ་སྟོང་གིས་སྟོང་པའང་མེད་དགག་གི་ཐ་

༡༩༩

སྒྲིབ་ལ་ལྟན་པར་ཁོ་བོ་མི་འདོད་དོ། །བཞི་པ་བྱས་པ་རྟགས་སུ་བསྐྱབ་པའི་ཚུལ་གསུམ་ཡང་སྟོག་  
པས་སྟེན་སྟོགས་གསུམ་ཀར་འགོ་བ་མི་འགལ་བས་སྟོན་ཐམས་ཅད་ལས་རང་གོལ་ལོ། །དེ་  
བཞིན་དུ་ནོག་སྟོག་ཤལ་མཚན་ཉིད་དུ་འགོ་བ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ལ་འང་ཤེས་པར་  
བྱལོ། །གཉིས་པ་ལྷུང་དང་འགལ་བ་སྤང་བ་ནི། རྣམ་ངེས་ལས། དེ་རྟོན་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་  
ལ་ཐེ་ཆོམ་ཟ་བ་ཡང་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ཏེ། ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་  
འགལ་ལོ་སྟམ་ན། དེ་ནི་མུ་སྟོགས་པ་འགའ་ཞིག་དགག་སྐྱབ་དོན་ལ་བྱེད་ལ་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་  
ཀྱིས་སྟོང་མི་སྟོང་དོན་ལ་དངོས་འགལ་དུ་འདོད་པ་དང་། སྟོང་ཐེ་ཆོམ་ཟ་བ་དོན་ལ་མི་མཐུན་  
སྟོགས་སུ་འདོད་པས་དེ་དག་འགལ་བར་དགོངས་ནས་ཐལ་བར་བརྗོད་པ་མི་འགལ་ལོ། །དེས་ན་

རྒྱ་མཚོ་གསུམ་མེལ་བར་གནས་པ་དང་། སྤྱོད་ཕྱོགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་བྱེད་པའི་རོར་མུང་གསུམ་  
 མི་མེལ་བ་ལ་དགོངས་ནས་དེའི་ཕྱིར་ཆོས་རྣམས་ཀྱིས་འཇུག་པ་དང་ལྷོག་པ་ཕྱོགས་རྣམ་པར་  
 གཞག་པ་ལ་མི་ལྟོས་པ་དེ་དག་ནི། བཅ་ཆུན་སྤངས་ཏེ་གནས་པའི་མཆན་ཉིད་ཡིན་པས་མུང་པོ་  
 གསུམ་པ་ལྷོག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །གསུམ་པ་དེ་དག་ལྟོས་གཞིར་  
 འཛིག་པའི་འཐད་པ་ནི། ཇི་སྟེད་རྟགས་སུ་བཀོད་གྱུར་པ། དེ་སྟེད་ཕྱོགས་གསུམ་ལ་ལྟོས་  
 པ། དེའི་སུ་གང་རུང་མ་ཆང་ཡང་། ལྟོས་གཞི་ཉིད་དུ་འདོད་པ་ཡིན། ཕྱོགས་གསུམ་པོ་དེ་སྟེ་  
 རྟགས་སུ་བཀོད་ཆང་གི་སྟེན་ཡོན་བཅི་བའི་གཞི་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། བྱེ་བྲག་ཡང་དག་གི་སྐབས་  
 སུ་ཕྱོགས་དང་མཐུན་ཕྱོགས་གྲུབ་དགོས་ལ་མི་མཐུན་ཕྱོགས་མ་གྲུབ་ཀྱང་སྟེན་མེད་དོ། །དགག་  
 གྲུབ་མེལ་

༡༨༧

བས་བྱེད་འདི་ལ། །རྩ་ས་ལྷོག་ཕྱེ་ནས་ཕྱོགས་གཉིས་སུ། །ཚུད་པའི་ཉེས་པས་མི་གཞོད་དེ། །ཚད་  
མའི་ཡུལ་ལ་མཁས་ཕྱིར་རོ། །བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ། །གཉིས་པ་དེ་ལ་ལྷོས་པའི་  
རྟགས་ཀྱི་རབ་རྒྱ་དབྱེ་བ་ལ་གསུམ་སྟེ། ཡང་དག་དང་། རྟར་སྒྲུང་དང་། དེ་དག་གི་ངོས་པའོ། །དང་  
པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། གཏན་ཆོགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་དང་། མཆན་གཞི་ངོས་གཟུང་བ་དང་། མཆོན་བྱའི་  
རབ་རྒྱ་དབྱེ་བའོ། དང་པོ་ལ་གཉིས་རྟེ། མཆན་ཉིད་ངོས་གཟུང་བ་དང་། དེ་མཆན་ཉིད་དུ་རི་རྟར་  
འགོ་བའི་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་ལས་གཞན་གྱི་ལྷགས་དགག་ན། ཚུལ་གཅིག་ནས་ནི་དྲུག་གི་  
བར། །ཉི་ཆེའི་ཚུལ་གཞན་འདོད་པ་འབྱུལ། །སྟོན་གྱི་རྩེས་གཞན་དུ་མི་འཐད་པའི་ཡན་ལག་ཅེས་  
བྱ་བའི་ཚུལ་གཅིག་ཉིད་དོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །འདི་མི་འཐད་དེ། ཆོས་ཅན་ལས་གཞན་དུ་མི་འཐད་ན་

ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ལ། ཆོས་ལས་གཞན་དུ་མི་འབྱུང་ན། མིག་གི་གཟུང་བྱས་སྒྲིམ་མི་རྟག་  
 པར་བསྐྱབ་པ་ཡང་དག་ཏུ་འགྱུར་ཞིང་ཆོགས་པ་ལས་གཞན་དུ་མི་འབྱུང་ན་བསྐྱབ་བྱ་ལ་སྟོས་  
 པར་འགྱུར་ལ་གོ་བྱེད་ལས་གཞན་དུ་མི་འབྱུང་ན་ཚུལ་གསུམ་ཉིད་ལས་མི་འདེེ། །ཡང་ཁ་ཅིག་  
 ཕྱོགས་ཆོས་རྗེས་འགོ་འམ་ཕྱོགས་ཆོས་དང་སྟོན་པ་གང་ཡང་རུང་བའི་ཚུལ་གཉིས་པར་འདོད་པ་  
 མི་རིགས་ཏེ་རྗེས་འགོ་བྱེད་པར་ཅན་དུ་སྟོན་པ་འདུས་པས་ཚུལ་གསུམ་ཉིད་ཡིན་ལ་ཕྱོགས་  
 གཉིས་ལ་མཐོང་མ་མཐོང་ཅམ་གྱི་རྗེས་སུ་འགོ་སྟོན་འབྲུལ་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་རིགས་པ་ཅན་  
 འག་འཁྱིལ་ཆོས་ཅན་ལ་གྲུབ་པ་སྒྲིམ་ཅན་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་ཡོད་པ་སྟོན་མ་ཅན། མི་མཐུན་ཕྱོགས་  
 ལ་མེད་པ་སྟོན་ལ་མ་མཐོང་ལ་

༨༥༣

མངོན་སྲུང་དང་ལུང་གཉིས་ཀྱིས་མི་གཞོད་པ་འགལ་བ་མེད་པ་སྟེ། ཚུལ་བཞིར་འདོད་པ་འང་  
ཚུལ་གསུམ་མ་ཤེས་པའི་རྣམ་འགྱུར་ཏེ། ཚུལ་གསུམ་གྱུབ་ན་འགལ་བ་མེད་ལ་འགལ་ན་ཚུལ་  
གསུམ་མི་སྲིད་པའི་བྱིར་རོ། །ཡང་ཁ་ཅིག་ཚུལ་གསུམ་དང་དེ་ཤེས་པ་སྟེ་ཚུལ་བཞིར་འདོད་པ་  
དང་། ཡང་ཚུལ་གསུམ་དང་གྲངས་སོ་སོར་ངེས་པ་དང་། གཞོད་པ་མེད་པའི་ཡུལ་ཅན་དང་ལྔར་  
འདོད་པ་འང་ཚུལ་གསུམ་མ་ཤེས་པའི་རྣམ་འགྱུར་ཡིན་པས་མི་འཐད་པར་གོ་སྒྲུབ། །ཡང་ཁ་ཅིག་  
ཚུལ་གསུམ་གྱི་སྟེང་དུ་བསྐྱབ་བྱ་ལ་གཞོད་པ་འབབ་པའི་རྟགས་གཙོད་པ་ལ་གཞོད་པ་མེད་པའི་  
ཡུལ་ཅན། འགལ་བ་ལ་མི་འབྲུལ་པ་གཙོད་པ་ལ་རྫོད་པར་འདོད་པའི་གྲངས་གཅིག་པ། ཚུལ་  
གསུམ་སྒྲོས་མ་ངེས་པ། གཙོད་པ་ལ་ངེས་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བའི་ཚུལ་དུག་ཡིན་ཅོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེའི་



གཞོད་པ་ནི་བསལ་བ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་བསལ་བ་མེད་པའི་ཕྱོགས་ཉིད་གྱིས་གཙོད་ཅིང་། གཞོད་པ་  
 དོགས་པ་མེད་པ་ལ་བསྐྱབ་བྱ་ཉིད་གྲུབ་དགོས་ལ་དེ་གྲུབ་ན་རྟགས་མི་དགོས་པས་གཞོད་པར་  
 དོགས་པ་ནི་སྒྱུ་མ་ཡིན་པས་གཙོད་མི་དགོས་སོ། །ཡང་བརྗོད་པར་འདོད་པའི་གངས་གཅིག་པ་  
 ཅན་ཡང་ཆུ་ལ་གསུམ་ཚད་མས་གྲུབ་པ་ལ་འགལ་བ་ལ་མི་འབྲུལ་པ་མི་སྤྱིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་  
 ལྟར་ཕྱོགས་ཆོས་གྲུབ་པའི་གཞི་ལ་བསྐྱབ་བྱ་མེད་ན་མི་འབྲུལ་པ་མེད་ལ་ཡོད་ན་དེ་དང་འགལ་བ་  
 མི་སྤྱིད་དོ། །ཡང་ངེས་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ཡང་ཆུ་ལ་གསུམ་ཉིད་ངེས་པ་ལ་ཟེར་ན་ཆུ་ལ་གཞན་དུ་  
 འགྱུར་བ་མེད་ལ། དེ་ལས་གཞན་མི་དགོས་ཏེ་རྣམ་གཙོད་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་

༨༥༥

པ་རང་གི་ལུགས་ནི། །ཕྱོགས་ཚོས་གྲུབ་ཅིང་འབྲེལ་པ་ངས། །གཏན་ཚིགས་མཚན་ཉིད་སྟོན་མེད་  
ཡིན། །ཕྱོགས་ཚོས་གྲུབ་པ་ཚུལ་དང་པོ། །ཡོད་ན་ཡོད་པའི་རྗེས་འགོ་དང་། །རྟོག་ན་རྟོག་པའི་རྟོག་  
པ་ཚང་ན་འབྲེལ་པ་གྲུབ་པས་ཚུལ་གསུམ་གྱི་དགོངས་པ་དེ་ཡིན་མོ། །གསུམ་པ་རྩོད་པ་སྤང་བ་ནི།  
ཚུལ་གཉིས་པ་དང་རྗེས་འགོ་ཡིས། །རྟོག་པ་འཕེན་པའི་སྟོན་གཉིས་མེད། །ཁ་ཅིག་ཕྱོགས་ཚོས་  
དང་རྗེས་འགོ་བྱུང་པར་ཅན་མ་རྟོག་པ་བྱུང་པར་ཅན་གཉིས་སམ། ཕྱོགས་ཚོས་དང་འབྲེལ་པ་  
གྲུབ་པ་གཉིས་སུ་འདུས་པས་རྟགས་ཚུལ་གཉིས་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་ཟེར་བའི་སྟོན་མེད་དེ།  
མཐུན་ཕྱོགས་ལ་བསྐྱབ་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་འགོག་བྱེད་གྱི་ཚད་མ་གཉིས་མེད་ན་འབྲེལ་པ་མི་  
འགྲུབ་ཅིང་འབྲེལ་པ་གྲུབ་ན་རྗེས་སུ་འགོ་རྟོག་གི་ཚུལ་གཉིས་གྲུབ་པས་ཚུལ་གསུམ་གྲུབ་པ་ཉིད་

ཡིན་ནོ། །ཡང་རྗེས་འགོ་ཙམ་པོ་འབྲུལ་ཞིང་བྱང་པར་ཅན་དུ་སྒྲག་པ་འདུས་ན་རྗེས་འགོས་སྒྲག་  
 པ་འཕེན་པ་མི་འཐད་དོ་ཞེ་ན། ཡོད་ན་ཡོད་པའི་རྗེས་འགོ་དེ་ཉིད་ལོག་ན་སྒྲག་པའི་སྒྲག་པ་ལ་མི་  
 འབྲུལ་པ་ཡིན་པས་མི་འགལ་ལོ། །དེས་ན་སྒྲགས་ཆོས་དེ་ཆས་བྱབ་པ་དང་། སྒྲགས་ཆོས་དེ་  
 འབྲེལ་པ་གྲུབ་པ་དང་། ཚུལ་གསུམ་ངེས་པ་རྣམས་དོན་གཅིག་གོ། །གཉིས་པ་དེ་མཆན་ཉིད་དུ་རྗེ་  
 རྟེན་འགོ་བའི་ཚུལ་ནི། ཡང་དག་གི་རྟགས་ཚུལ་གསུམ་ངེས་པ་འཕམ། ངེས་སུ་རུང་བ་ཙམ་ཡིན་ཞེ་  
 ན། འདི་ལ་གསུམ་ལས་གཞན་གྱི་ལྷགས་དགག་ན། ངེས་རུང་རྟགས་མིན་གྱི་ཆོམ་སྤྱིར། ངེས་རུང་  
 ནི་མ་ངེས་པས་གྱི་ཆོམ་ཡིན་ལ། གྱི་ཆོམ་ཟ་བའི་དུ་བ་ལ་སོགས་པ་བཀོད་ན་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ཏེ།  
 རྣམ་ངེས་ལས། རང་ཉིད་དམ་དེའི་

༨༥༥

གཞི་ལ་ཐེ་ཚོམ་ཟ་བ་ན་རྟགས་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་མེ་བསྐྱབ་པ་ལ་རྒྱངས་པ་ལ་སོགས་  
པའི་དངོས་པོར་ཐེ་ཚོམ་ཟ་བའི་འབྱུང་བ་འདུས་པ་ལྟ་བུ་དང་། ཞེས་བྱ་བ་དང་གཟུགས་ལ་སྒྲིན་  
མ་བཞིན་དུ་རང་གི་ངོ་བོས་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ཞེས་དང་། བྱུང་བ་ལ་མ་ཚོས་  
ཅན་ལ་བརྟེན་པ་མ་དེས་ན་ནི་དེའི་རང་བཞིན་གྱིས་གོ་བར་བྱེད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ཏེ།  
ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེས་པའི་གཏན་ཚིགས་ལ་ཡང་སྒྲིབས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཐེ་ཚོམ་དུ་འགྱུར་ན་  
ཞེས་བྱ་བ་དང་། ཚུལ་གསུམ་མ་གྲུབ་ཐེ་ཚོམ་ཟ། རྟོགས་པ་པོ་ཡི་སྐྱབ་བྱེད་མིན། ཞེས་གསུངས་  
པས་སོ། །གཉིས་པ་རང་གི་ལྷགས་བརྗོད་ན། དེས་པ་རྟགས་ཡིན་གོ་བྱེད་ཕྱིར། བྱི་རོལ་གྱི་དོན་ལ་  
དགག་སྐྱབ་མི་བྱེད་ཀྱི་གཞན་སེལ་གྱི་སྒྲོ་ནས་བྱེད་ལ་སེལ་བའི་ངོར་ཚུལ་གསུམ་ཅམ་གྲུབ་པ་ལྷག་

ལྷན་ལ་འང་ཡོད་ཅིང་གོ་བྱེད་དུ་འགོ་བ་ལ་མ་ངེས་པ་མི་སྲིད་དེ་ངེས་པ་མེད་ན་འབྲེལ་པ་མི་འགྲུབ་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །ངེས་ན་སྟོགས་གྱི་སྒྲུང་པོས་འབྲེལ་པ་ལ་དགོངས་ནས་ངེས་པ་གསུངས་པ་ཡིན་  
 རོ། །ངེས་རུང་ཙམ་ཞིག་མདོན་སྒྲུམ་གྱི་ཡུལ་གྱི་དོན་རང་མཚན་འགའ་ཞིག་ལ་འང་ཡོད་མོད་གྱི་དེ་  
 ཏྲགས་མ་ཡིན་ཏེ། ཕྱི་རོལ་ཏེན་མི་སྒྲ་དོན་ལ། །བཏེན་ནས་འདིར་ནི་བསྐྱབ་པ་དང་། །ཞེས་བྱ་བ་  
 དང་། རྗེས་སུ་དཔག་པ་དང་རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱ་བའི་ཐ་སྙད་ནི་ཤེས་པ་ལ་གྲུབ་པའི་ཐ་དད་པ་  
 ལ་བཏེན་ནས་འཛིག་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། ཐ་མར་སྒྲོས་པའི་ངེས་པ་ཉིད་ནི་ཚུལ་གསུམ་ཀ་  
 ལ་བཏྲ་བར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །ངེས་ན་འདི་དབང་ཤེས་གྱི་སྒྲ་ཡུལ་འཛིན་ནུས་ལ་མི་  
 ཟེར་བར་འཛིན་པ་ལ་ཟེར་བ་ལྟར། ཏྲགས་གྱི་སྒྲ་འང་གོ་ནུས་ལ་མི་ཟེར་བར་

༨༥

གོ་བྱེད་ཉིད་ལ་གསུངས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ་ཚུང་པ་སྤང་བ་ནི། འདི་ལ་གཞན་གྱི་གྲུན་ཀ་  
མེད། །དེ་ལ་གསུམ་ལས་དང་པོ་ནི་ཁ་ཅིག་ངེས་པ་ལ་རྣམ་གཅད་མེད་དེ་མ་ངེས་ཀྱང་རྟགས་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་རྟེན་མ་ཡིན་ན་སྟོམ་གྱི་ས་བོན་ཡང་ས་བོན་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བསྟེན། ཐེ་ཚོམ་ཟ་  
བའི་དུ་བ་ལ་སོགས་པ་གཅོད་ལ་སྟོམ་གྱི་ས་བོན་ཀྱང་རྟེན་དང་མ་སྤང་ན་བྱེད་རྒྱུར་མི་འདོད་ཅིང་།  
རྟགས་ཀྱང་མི་ངེས་ན་གོ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་ལ་དོན་གྱི་ཆོས་སུ་མི་འཐད་པ་ནི་  
ཚུལ་གསུམ་ངེས་པར་བྱས་པ་དེ་ངེས་བྱེད་ཀྱི་སྟོ་ལ་སྟོས་ན་དུ་བ་དང་བྱས་པ་ལ་སོགས་པ་དོན་  
ཆོས་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ལ་མི་སྟོས་ན་ཐེ་ཚོམ་ཟ་བའི་དུས་ན་འང་ངེས་པར་བྱས་པ་ཡོད་པས་ཐེ་  
ཚོམ་ཟ་བའི་རྟགས་རྟེན་སྤང་གཅོད་མི་རྣམས་པར་ཐལ་ལོ་ཞེ་ན། སྟོ་ལ་སྟོས་ཀྱང་དུ་བ་དང་བྱས་པ་



ལ་སོགས་པ་དོན་ཆོས་མ་ཡིན་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། ལྷ་བརྟགས་གཅིག་ཏུ་འཛིན་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །གསུམ་པ་ཏ་ཅང་ཐལ་བ་ལ་ལྷ་ལས། དང་པོ་སྐྱེ་བུ་ཀུན་གྱིས་ངེས་བྱུང་ཐལ་བ་ནི། བེ་རྒྱལ་འི་  
 སྤྱོད་པོ་དོན་ཆོས་ཡིན་པས་སྐྱེས་བུ་ཀུན་ལ་སྤྱོད་ན་སྤྱོད་པོར་གནས་པ་བཞིན་དུ་རྟགས་ཐམས་  
 ཅད་གྱིས་ངེས་པར་འགྱུར་རེ་ཞེ་ན། ཁོ་བོ་ཅག་སྤྱོད་ཆོས་དོན་དུ་འཛིན་པ་ཡིན་པས་སྤྱོད་མེད་  
 དོ། །གཉིས་པ་རྟགས་ལས་རྟགས་འཛིན་མི་སྐྱེ་བར་ཐལ་བ་ནི་ཚུལ་གསུམ་མ་ངེས་པའི་སྤར་རྟགས་  
 མ་ཡིན་པས་དེ་ལས་རྟགས་འཛིན་སྐྱེས་པ་དེ་རྟགས་མ་ཡིན་པ་ལ་རྟགས་འཛིན་སྐྱེས་པར་འགྱུར་  
 རོ། །འདོད་ན། འདི་རྟར་དངོས་གང་ཅི་འདྲ་བ། །དེ་ནི་དེ་འདྲའི་རྟགས་སེམས་ཀྱི། །རྒྱ་ཡིན་དེ་  
 ལས་དེ་རྟ་ཡི། །དངོས་ལས་དེ་བསྐྱེད་རྟགས་ཅན་སྟོ། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་འགལ་

༨༥༥

ལོ་ཞེ་ན། ཁོ་བོ་ཅག་རྟགས་སྤྱད་གོད་བྱའི་ངོ་བོ་དུ་བ་དང་བྱས་པ་ལ་སོགས་པ་ལས་རྟགས་འཛིན་  
སྐྱེ་བར་འདོད་ཀྱི་རྟགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཚུལ་གསུམ་ངེས་པ་ལས་སྐྱེ་བར་མི་འདོད་དོ། །གསུམ་པ་  
ཡུལ་ཡུལ་ཅན་རྒྱ་འབྲས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་རྒྱ་ཐལ་བ་ནི། ཚུལ་གསུམ་ངེས་པ་སྒོ་ལ་སྟོས་ན་སྒོ་ཐ་དད་  
ཀྱི་སྟོས་པར་སོང་བས་རྒྱར་འགྱུར་ལ། ཡུལ་ཐ་དད་ཀྱི་སྟོས་ཆོས་སྤྱ་སོང་བས་འབྲས་བུར་འགྱུར་  
རོ་ཞེ་ན། ངེས་པ་ལས་ཡུལ་སྐྱེ་བར་མི་འདོད་ཀྱི་ངེས་པ་ཉིད་ཡུལ་གྱི་ཆོས་སྤྱ་གཞན་སེལ་གྱིས་  
བརྒྱུང་བས་མི་འགལ་ལོ། །བཞི་པ་དགག་རྟགས་མི་རྟག་པར་ཐལ་བ་ནི། དོན་བྱེད་པས་སྟོང་པ་ལ་  
སོགས་པ་མི་རྟག་པར་འགྱུར་ཏེ་སྤར་མ་ངེས་པ་ན་རྟགས་མ་ཡིན་ལ་ངེས་པ་ན་རྟགས་སྤྱ་འགྱུར་  
བའི་ཕྱིར་རོ། །འདོད་ན་དངོས་པོར་ཐལ་ལོ་ཞེ་ན། དོན་ལ་སྐྱད་ཅིག་གིས་འཛིག་ན་མི་རྟག་པར་

འགྱུར་གྱི་སྒྲོལ་རེས་འཛིན་ཏུ་བཟུང་བས་དོན་མི་རྟག་པར་འགྱུར་ན་ཏུ་ཅང་ཐལ་ལོ། དེ་སྒྲོལ་དུ་  
 འགྱུར་ན། དེས་རུང་བ་ལ་འང་མཚུངས་སོ། །ལྷ་པ་མཚན་ཉིད་དང་མཚུངས་པར་ཐལ་བ་ནི།  
 གཏན་ཆེགས་ལ་དེས་པ་དགོས་པ་ན་མཚན་ཉིད་ལ་འང་དེས་པ་དགོས་སོ་ཞེ་ན། འདོད་པ་ཡིན་ཏེ།  
 དགག་སྐྱབ་ཐམས་ཅད་དོན་ལ་མི་རྟེན་པར་སྐྱ་དོན་ལ་བྱེད་པས་མཚན་བྱ་དེས་པ་ལ་མཚན་ཉིད་  
 དེས་དགོས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གཞན་སེལ་གྱི་ཡུལ་མ་རྟོགས་པར་དོན་ལ་ནི་མཚན་མཚན་གྱི་རྣམ་  
 པར་གཞག་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་དོ། །འདི་ལ་ཁ་ཅིག་རྟགས་གྱི་སྐྱ་དོན་བསྐྱབ་བྱ་གོ་བྱེད་ཡིན་ལ།  
 དེ་འང་དངོས་སྒྲོལ་གོ་ན་དེས་པ་དགོས་ལ་བཟུང་ནས་གོ་ན་དེས་རུང་གིས་ཆོག་གོ་ཞེས་ཟེར་ནས་  
 དེས་པ་བ་རྣམས་གྱི་བརྗོད་པའི་སྒྲོལ་སྒྲོལ་བ་ནི་གཞུང་གི་དགོངས་པ་མ་ཡིན་ཞིང་དགག་སྐྱབ་གྱི་  
 རྣམ་གཞག་མ་མཐེན་པར་ཟད་དོ། །

༩༥༩

དེས་ན་འདི་ལྟ་བུའི་རྟོག་དཔྱད་མཐའ་དག་གཞན་སེལ་ལ་སྟོ་ཁ་མ་སྟོགས་པའི་རྣམ་གཞག་ཡིན་  
ན། །གཉིས་པ་མཆོན་གཞི་དོས་བབྱང་བ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་གཞན་གྱི་ལྷགས་དགག་ན། ཁ་  
ཅིག་ཚུད་གཞིས་བྱང་པར་དུ། །བྱས་པ་རྟགས་གྱི་མཆོན་གཞིར་འདོད། །རྗེས་སུ་འགོ་བའི་སྟེ་  
བྱབ་དེས་པ་དང་གཞི་ལ་བཀག་པའི་སྟོག་བྱབ་དེས་པས་འགྲུབ་པ་དང་། དེ་དག་གིས་མི་འགྲུབ་ན་  
ཏ་ཅང་ཐལ་བའི་སྟོ་ནས་བསྐྱབ་སྟེ་རྟགས་ལའི་དུ་བ་ཉིད་དཔེ་ལ་རྗེས་སུ་མི་འགོ་ཡང་མཆོན་ཉིད་  
དེས་པའི་ཆད་མས་དུ་ཅམ་གྱི་སྟེ་ལ་མེས་བྱབ་པ་གྲུབ་ན་ཡུལ་དུས་རྣམ་པའི་བྱེ་བྲག་གི་དུ་བ་ཡིན་  
ནའང་མེས་མ་བྱབ་པའི་དོགས་པ་ཆད་པས་འགྲུབ་པོ། །གལ་ཏེ་སྟེ་བྱེ་བྲག་གྲུབ་ཀྱང་བྱེ་བྲག་ལ་མི་  
འགྲུབ་ན་དངོས་པོ་ཅམ་གྱི་སྟེ་ལ་གཅིག་དང་དུ་མས་བྱབ་པ་གྲུབ་ཀྱང་ཡང་དག་གི་དངོས་པོ་ལ་

ཡང་དག་གི་གཅིག་དང་དུ་མས་བྱུང་པ་མི་འགྲུབ་སྟེ་བྱུང་བྱ་ཡང་དག་གི་དངོས་པོ་ཉིད་མ་གྲུབ་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །འདོད་ན་གཅིག་དང་དུ་བྲལ་གྱི་བསྐྱེད་བྱུང་མི་འགྲུབ་པོ། །གལ་ཏེ་ཡང་དག་གི་ཡོད་  
 པ་མ་གྲུབ་ཀྱང་སྒྱུར་དངོས་པོ་ཅམ་ལ་གཅིག་དང་དུ་མས་བྱུང་པ་གྲུབ་པས་ཡོད་པ་ཅམ་པོ་དེ་ཉིད་  
 ཡང་དག་གི་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ཡང་དག་གི་གཅིག་དང་དུ་མས་མ་བྱུང་པ་བམ་སྒྱུར་པའི་དོགས་པ་  
 ཚོད་པས་བྱུང་པ་འགྲུབ་པོ་ཞེ་ན། འདིར་ཡང་བྱུང་བྱ་ལའི་དུ་བ་ཉིད་ལ་ཚད་མས་མ་གྲུབ་ཀྱང་སྒྱུ་  
 དུ་བ་ཅམ་ལ་མེ་ཅམ་གྱིས་བྱུང་པ་གྲུབ་པས་དུ་བ་ཅམ་ལའི་ཡིན་ནའང་དེ་ལ་མེས་མ་བྱུང་པ་མ་  
 སྒྱུར་པའི་དོགས་པ་ཚོད་པས་བྱུང་པ་ཅི་སྟེ་མི་འགྲུབ། གཉིས་པ་དུ་ཅམ་མེ་མེད་ལ་འཇུག་པ་  
 བཅགས་ལ་བྱེ་བྲག་ལའི་དུ་བའང་མེ་མེད་ལ་འཇུག་པ་བཅགས་པས་ལའི་དུ་བ་ལ་མེས་བྱུང་པ་འགྲུབ་  
 སྟེ། གཞོད་པ་

༡༥༩

ཅན་གྱིས་བྱས་པ་རྟག་པ་ལ་ཁེགས་པས་བྱས་པ་ལ་མི་རྟག་པས་བྱབ་པ་གྲུབ་པ་བཞིན་ནོ། །གསུམ་  
པ་དེ་དག་གིས་བྱབ་པ་མི་འགྲུབ་ན་ཏེ་ཅང་ཐལ་བ་ནི། དབྱུ་མ་པའི་གྲུབ་མཐས་དངོས་པོར་སྒྲིབ་  
མི་མེད་པར་ཐལ་བ་དང་། ལྟོག་པ་སྟོགས་གཅིག་ལ་ཐེ་ཆོམ་བ་བ་རྟགས་ཀྱི་སྟོན་མ་ཡིན་པར་ཐལ་  
བ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་ནས་གསུང་ངོ་། །འདི་མི་འཐད་དེ། མི་ལྟན་གཅོད་པ་ཚུད་གཞི་ཡིས། ཡིན་ན་  
ཡུ་བུ་ཚུད་པ་མེད། །གཞན་ལྟན་གཅོད་ན་རྗེས་འགོ་མེད། །ཆོས་དང་བསྒྲུབ་བྱ་དེ་དང་འདྲ། །ལ་འི་  
དུ་བ་ལ་སོགས་པ་ཚུད་གཞིས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པ་རྟགས་ཀྱི་མཆན་གཞིར་འདོད་པ་དེ་མི་ལྟན་  
ནམས་གཅོད་དུ་སྟོར་ན་ཁོ་བོ་ཅག་གྱང་འདོད་ལ་གཞན་ལྟན་ནམས་གཅོད་དུ་སྟོར་ན་རྗེས་འགོ་  
མེད་དོ། །རྗེས་སུ་འགོ་བའི་སྟེ་བྱབ་ངེས་པར་འགྲུབ་པར་འདོད་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་ཚུད་གཞིའི་



ཆོས་མི་ལྟན་རྣམས་གཙོང་དུ་སྦྱོར་ཞེས་ངག་སྟུང་མ་ཤེས་པར་བྱང་དོ། །གཉིས་པ་རང་གི་ལྷགས་  
 རི་རྟགས་ཀྱི་མཆན་གཞི་གཞན་སེལ་བ་ཡིན། ཡུལ་དུས་རྣམ་པས་བྱང་པར་དུ་མ་བྱས་པའི་དུ་བ་  
 དང་བྱས་པ་ལ་སོགས་པ་སྦྱི་ལྟག་རྟགས་ཀྱི་མཆན་གཞི་ལོ། །དེ་ལ་ཚུང་གཞི་ལ་མི་ལྟན་རྣམས་གཙོང་  
 དུ་གྲུབ་པ་ཕྱོགས་ཆོས་རྟགས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འགྲུབ་བྱ་འགོ་བ་རྗེས་འགོ་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ལྟག་རྟགས་  
 ཀྱིས་རྟགས་ལྟག་པ་ནི་ལྟག་པ་ལོ། །དེ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ཀྱང་མི་ལྟན་རྣམས་གཙོང་དུ་སྦྱོར་  
 རོ། །གསུམ་པ་ཚུང་པ་སྤང་བ་ནི། འདི་ལ་གཞན་གྱི་གྲུན་ཀ་མེད། ཁ་ཅིག་རྟགས་ཀྱི་སྦྱི་མི་སྤིང་དོ་  
 ཞེ་ན། རྗེས་ཀྱི་སྦྱི་མེད་ཀྱང་གཞན་སེལ་གྱི་སྦྱི་མི་འགལ་ལོ། །ཡང་སྦྱི་གཅིག་པ་དེ་ལ་ཚུལ་གཉིས་མི་  
 འཐད་དོ་ཞེ་ན། སེལ་བའི་སྦྱི་དེ་ཉིད་ཕྱོགས་དང་མཐུན་ཕྱོགས་གཉིས་དང་འབྲེལ་པས་མི་

༡༥༧

འགལ་ལོ། །ཡང་ཚུལ་གསུམ་ཅིག་ཅར་ངེས་དགོས་ན་ཕྱོགས་ཆོས་གྲུབ་པ་ན་བསྐྱབ་བྱ་གྲུབ་པར་  
འགྱུར་ལ། རིམ་ཅན་དུ་ངེས་པས་ཆོག་ན་མཉན་བྱའང་ཡང་དག་ཏུ་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། སྒྲིབ་རྟོག་  
གཉིས་ཅིག་ཅར་མི་འཇུག་པས་རིམ་གྱིས་ངེས་ལ། འོན་ཀྱང་སྐབས་འགར་ཅིག་ཅར་ངེས་པར་གོ་  
བ་ནི་ཚུལ་གསུམ་གོམས་པ་གསལ་བས་ཕྱོགས་ཆོས་གྲུབ་པ་ཉིད་ན་བསྐྱབ་བྱ་གྲུབ་པར་རྟོགས་པ་  
ཡིན་ནོ། །ཡང་སྒྲིབ་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་ན་གྲུབ་པ་ལ་བསྐྱབ་པར་ཐལ་ལོ་ཞེ་ན། སྒྲིབ་མེད་དེ། ཆོས་ཅན་ལ་  
མི་ལྟན་རྣམ་གཅིད་དུ་བསྐྱབ་པའི་སྒྲིབ་རོ། །ཚུལ་འདི་རྟོགས་ན་བྱུང་པར་ལ་རྗེས་འགོ་མེད་པའི་  
ཚུད་པ་ལ་སོགས་པ་རང་གོལ་དུ་འགྱུར་རོ། །གསུམ་པ་མཆོན་བྱའི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ལ་གསུམ་སྟེ།  
རི་ལྟར་འབྱེད་པའི་ཚུལ་དང་། བྱེ་བའི་རང་བཞིན་ངེས་པར་བྱ་བ་དང་། དེ་དག་གི་འབྲེལ་པ་ལ་

ལོག་རྟོག་དགག་པ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་ལས། ཐོག་མར་དངོས་པོའི་སྒོ་ནས་དབྱེ་བ་ནི། །མཚན་  
 ཉིད་དེ་དང་ལྟན་པ་ཡི། །གཏན་ཆོག་ས་དབྱེ་སྒོ་ས་དུ་མར་འགྱུར། །ཚུལ་གསུམ་པ་དེ་འང་རྟགས་སུ་  
 དགོད་བྱའི་སྒོ་ནས་དབྱེ་ན་མེད་དགག་རྟགས་སུ་དགོད་པ་དང་། མ་ཡིན་དགག་རྟགས་སུ་བགོད་  
 པ་གཉིས་དང་། བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ཀྱིས་དབྱེ་ན་མེད་དགག་སྐྱབ་པ་དང་། མ་ཡིན་དགག་སྐྱབ་པ་  
 གཉིས་དང་། འབྲེལ་པའི་དབང་གིས་དབྱེ་ན་བདག་གཅིག་པ་དང་དེ་ལས་བྱུང་བ་གཉིས་དང་། དེ་  
 ལ་འང་དངོས་འབྲེལ་བརྒྱད་འབྲེལ་གཉིས་དང་། བསྐྱབ་ཚུལ་གྱིས་དབྱེ་ན། རོན་བསྐྱབ་དང་ཐ་  
 ཉུང་བསྐྱབ་གཉིས་དང་། སྐྱབ་ཐེད་གྱིས་དབྱེ་ན། གྲགས་པ་དང་དངོས་པོ་སྒོ་བས་ཞུགས་གཉིས་  
 ལོ། །གཉིས་པ་སྒྱུར་བའི་སྒོ་ནས་དབྱེ་

ལ་སྒྲིབ་པ་

ན་མི་དམིགས་པ་དང་། རང་བཞིན་དང་། འབྲས་བུའི་རྟགས་གསུམ་མོ། །གསུམ་པ་དེ་ལ་ཚུད་པ་  
སྤང་བ་ནི། །ཁ་ཅིག་སྤྱོད་རྟགས་གཉིས་སུ་དབྱེ་ན་དགག་རྟགས་ཀྱང་གཉིས་སུ་དབྱེ་བས་བཞིར་  
འགྱུར་ལ། དགག་པ་གཅིག་ཏུ་སྤྱོད་ན་སྤྱོད་པ་འང་གཅིག་ཏུ་འདུ་བས་ཡང་ན་བཞིའམ་མིན་ན་  
གཉིས་སུ་ངེས་མོ། །ཞེ་ན་འདིའི་ལན་ལ་གཞན་དག་རྟགས་གསུམ་དུ་བསྒྱུབ་པ་ལ་གཉིས་དང་  
བཞིའི་གྲངས་ངེས་བྱེད་པ་ནི་མ་འབྲེལ་པ་ཡིན་མོ། །རིགས་པའི་དོན་འདི་ཡིན་ཏེ། ཚོས་ཀྱི་གྲགས་  
པས་སྒྲོར་བ་ཡི། །སྒྲོ་ནས་གསུམ་དུ་ངེས་པ་མཛད། །དགག་རྟགས་མཐའ་དག་སྤང་རུང་མི་  
དམིགས་པར་འདུ་བའི་ཕྱིར་དཔེ་གཅིག་གི་སྟེང་དུ་གཏན་ལ་དབབ་ཏུ་རུང་བས་གཅིག་ཏུ་འདུས་  
ལ་སྤྱོད་རྟགས་ཀྱི་སྒྲོར་བ་དཔེ་གཅིག་གི་སྟེང་དུ་སྤྱོད་དུ་མི་རུང་བའི་ཕྱིར། གཉིས་སུ་བྱེ་བས་སྒྲོར་

བའི་སྒོ་ནས་རྟགས་གསུམ་དུ་གངས་ངེས་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་དེའི་རང་བཞིན་ངེས་པར་བྱ་བ་ལ་  
 གསུམ་སྟེ། མི་དམིགས་པ་དང་། རང་བཞིན་དང་། འབྲས་བུའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་ལས་མཚན་  
 ཉིད་ནི། དགག་བྱ་འགོག་ལ་ཚུལ་གསུམ་ཚང་། །ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་རབ་རྒྱ་དབྱེ་བ་ལ་  
 གཉིས་ལས། དང་པོ་ངོ་བོ་མི་དམིགས་པ་ལ་བཞི་ས་ཕྱོགས་སུ་བུམ་པ་སྒྲུང་རྒྱུ་མི་དམིགས་པས་  
 མེད་པའི་ཐ་སྙད་བསྐྱབ་པ་ལྟ་བུ་རང་བཞིན་མི་དམིགས་པ་པ་དང་། མི་བཀག་ནས་དུ་བ་འགོག་པ་  
 ལ་སོགས་པ་རྒྱ་མི་དམིགས་པ་དང་། ཤིང་བཀག་པས་ཤ་པ་འགོག་པ་ལྟ་བུ་བྱུང་བའི་དམིགས་  
 པ་དང་། དུ་བ་བཀག་པས་དུ་རྒྱ་རྒྱས་པ་ཐོགས་མེད་འགོག་པ་ལ་སོགས་པ་འབྲས་བུ་མི་དམིགས་  
 པ་འོ། །དེ་དག་འབྲེལ་ཡུལ་བཀག་པས་འབྲེལ་ཚོས་འགོག་པ་མི་

འཕྲུལ་

དམིགས་པ་བཞིའོ། །གཉིས་པ་ནི། འགལ་བ་དམིགས་པ་རྣམ་པ་གཉིས། །དེ་ཡང་ལྟན་ཅིག་མི་  
གནས་དང་། །ཕན་ཚུན་སྤངས་འགལ་དམིགས་པ་འོ། །དང་པོ་ལའང་གཉིས་ལས། གཞན་གྱི་  
གངས་དགག་ན། ཆ་རེག་སྒྲོར་བཞིས་གང་རེག་བཞི། །བཀག་པས་སྒྲོར་བ་བཅུ་དྲུག་ཟེར། །མེ་དང་  
མེའི་རྒྱ་རྒྱས་པ་ཐོགས་མེད། མེའི་འབྲས་བུ་དུ་བ། མེའི་བྲབ་བྲ་ཙ་རྣམ་གྱི་མེ་སྟེ་བཞིའོ། །གང་རེག་  
ལའང་གང་རེག་གི་རྒྱ་རྒྱས་པ་ཐོགས་མེད། དེའི་འབྲས་བུ་སྟེ་མེ་དང་། དེའི་བྲབ་བྲ་བ་མེའི་  
རེག་པ་སྟེ་བཞིའོ། །དེའང་གང་རེག་ལ་སོགས་པ་བཞི་པོ་སྣང་དུ་མི་རུང་བའི་གཞི་ལ་མེས་འགོག་  
ན་རང་བཞིན་འགལ་བ་དམིགས་པ་ལ་སོགས་པ་བཞིའོ། །ཙ་རྣམ་གྱི་མེས་བཞི་པོ་འགོག་ན་རང་  
བཞིན་འགལ་བའི་བྲབ་བྲ་དམིགས་པ་ལ་སོགས་པ་བཞིའོ། །དུ་བས་བཞི་པོ་འགོག་ན་རང་བཞིན་



འགལ་བའི་འབྲས་བུ་དམིགས་པ་ལ་སོགས་པ་བཞི་འོ། །མེ་ཁྱུ་རྒྱས་པ་ཐོགས་མེད་ཀྱིས་བཞི་པ་  
 འགོག་ན་རང་བཞིན་འགལ་བའི་ཁྱུ་དམིགས་པ་ལ་སོགས་པ་བཞི་སྟེ་བཙུ་བྱག་འདོད་པ་ལ་སྤྱི་མ་  
 འགལ་བའི་ཁྱུ་དམིགས་བཞི་མི་འཐད་དེ། རྒྱས་པ་ཐོགས་མེད་མེ་མིན་ཞིང་། །རྒྱན་མེད་སྤྱིར་ན་  
 འགོག་མི་རྒྱས། །རྒྱ་ཙམ་འབྲུལ་པས་རྒྱས་པ་ཐོགས་མེད་རྟགས་སྤྱི་མི་རྟུང་བར་གསུངས་པའི་སྤྱིར་  
 རོ། །བསྐྱབ་བྱ་བསྐྱབ་པ་ལ་མི་རྟུང་ཡང་། དགག་བྱ་འགོག་པ་ལ་རྟུང་ངོ་སྟོམ་པའང་མི་འཐད་དེ།  
 རྒྱས་པ་ཐོགས་མེད་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་ལ་མེ་སྐྱེད་པའི་བྱད་ཤིང་ཉིད་ཡིན་པས་མེ་མ་ཡིན་པ་དེས་  
 གྲང་རེག་མི་ཁེགས་ལ། ཐོགས་མེད་མེས་བྱད་པར་དུ་བྱེད་ན་མེ་ཉིད་ཀྱིས་ཁེགས་པས་རྒྱའི་རྟགས་  
 མི་དགོས་ཤིང་རྒྱས་པ་ཐོགས་མེད་དུ་འཛོག་པ་

༨༥༣

སྐད་ཅིག་གིས་སྒྲིག་པ་ཡིན་ལ་མེར་འཛོག་པ་རྒྱན་ལ་བྱེད་ན། སྐད་ཅིག་གིས་མེས་གྲང་རེག་མི་  
ཁེགས་པས་རྒྱས་པ་ཐོགས་མེད་རྟགས་མ་ཡིན་ཅོ། །འོ་ན་འགལ་བའི་བྱུང་བྱ་དམིགས་པ་འང་  
ཅ་རྒྱན་གྱི་མེ་མེས་བྱེད་པར་དུ་བྱས་ན་རང་བཞིན་འགལ་དམིགས་སུ་འགྱུར་བས་དེ་གཉིས་  
མཚུངས་སོ་ཞེ་ན། མི་མཚུངས་ཏེ། ཅ་རྒྱན་གྱི་མེ་མེ་ཉིད་ཡིན་པས་གྲང་རེག་དང་འགལ་ལ། བྱེད་  
པར་སྒྱུ་ཚོས་ཐ་དད་ཕྱིར། །ཞེས་གསུངས་པས་རྟགས་སུ་འང་རུང་། དེ་རྟ་མ་ཡིན་ན་མུན་པ་འགོག་  
པ་ལ་མར་མེ་དང་། རྟག་པ་འགོག་པ་ལ་ཚོལ་བྱེད་བཀོད་པ་དང་། ཉིང་མཚམས་སྒྱུར་བ་འགོག་པ་  
ལ་དག་བཙམ་པ་ལ་སོགས་པ་ལྟར་རིགས་ལས་བྱེ་བྲག་བཀོད་པ་ཐམས་ཅད་རྒྱབ་པར་འགྱུར་ཏེ།  
དེ་དག་གྲང་མཐར་སྒྲིང་བ་དང་བྱས་པ་དང་། བྱ་དན་ལས་འདས་པ་ལ་བྲུག་པའི་ཕྱིར་ཅོ། །གཉིས་

ཕ་རང་གི་ལྷ་གས་ནི། གཞུང་ལས་རྣམ་གཞག་མང་བཤད་ཀྱང་། །འགོག་ཅུས་སྒྲ་མ་བཅུ་གཉིས་  
 ཡིན། །སྒྲོབ་དཔོན་གྱིས་གཞུང་ལས་གསུམ་དང་བཞི་ལ་སོགས་པ་ཅི་རིགས་སུ་གསུངས་པས་  
 ཀྱང་། རྩོམ་རིམ་རྣམས་སུ་འབྲངས་ནས་སྒྲ་བཅུ་གཉིས་པོ་དེ་ཙམ་སྐབས་སུ་བབ་པར་མངོན་  
 རོ། །གཉིས་པ་ཕན་ཚུན་སྤངས་འགལ་བཤད་ན། ཕན་ཚུན་སྤངས་པ་དངོས་ལ་ནི། །རྟགས་དང་  
 རྟགས་ཅན་ཡོད་མ་ཡིན། །ཕན་ཚུན་སྤངས་འགལ་དངོས་ནི་རྣམ་གཅད་ཡོངས་གཅོད་ཡིན་པས་  
 རྟགས་དང་རྟགས་ཅན་མེད་དེ། །རྩིས་སྤྱད་དུ། ཡང་ན་ཕན་ཚུན་སྤངས་ཏེ། གནས་པའི་མཆོན་ཉིད་  
 གྱིས་འགལ་བ་ཡིན་ཏེ་རྟག་པ་དང་མི་རྟག་པ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །དེ་ཡིས་བྱུང་  
 པར་བྱས་པ་ནི། །བྱབ་བྱེད་འགལ་བ་དམིགས་པ་ཡིན། །དཔེར་ན་སྒྲ་ཆོས་ཅན་རྟག་པའི་དངོས་  
 པོས་སྟོང་སྟེ།

༡༥༥

བྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བྱས་པ་ལ་དགག་བྱ་རྟག་པའི་དངོས་པོ་དེ་ལ་མ་བྱས་པས་བྱབ་པ་དེ་དང་  
འགལ་བ་བྱས་པ་དམིགས་པ་བྱབ་བྱེད་འགལ་བ་དམིགས་པ་ཡིན་ནོ། །ཚད་མས་གཞོད་པའི་  
འགལ་བ་ཡང་། །བྱབ་བྱེད་འགལ་བ་དམིགས་པར་འདུས། །ཚད་མས་གཞོད་པའི་འགལ་བ་སྟོས་  
པས་ངེས་པ་འགོག་པ་དང་། །སྟོས་མེད་གྱི་མ་ངེས་པ་འགོག་པ་སྟེ་བྱ་སྟེ་དཔེར་ན་གང་སྟོས་པ་དང་  
བཅས་པ་དེ་མ་ངེས་པ་ཡིན་ཏེ་གོས་ལ་ཚོན་བཞིན། །འཇིག་པའང་རྒྱ་གཞན་ལ་སྟོས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་  
སྟེ་བྱ་ངེས་པ་དང་འགལ་བ་མ་ངེས་པའི་བྱབ་བྱ་སྟོས་བཅས་བཀོད་ནས་ངེས་པ་འགོག་  
པའོ། །གཉིས་པའང་གང་ཡོད་པ་རྒྱ་གཞན་ལ་མི་སྟོས་པ་དེ་དེའི་ངོ་བོར་ངེས་པ་ཡིན་ཏེ། །རྒྱ་ཚོགས་  
པ་ཐ་མ་འབྲས་བྱ་སྟེད་པར་ངེས་པ་བཞིན་བུམ་པ་འཇིག་པའང་དེ་ལ་ཡོད་ཅིང་གཞན་ལ་མི་སྟོས་

སོ་ཞེས་མ་ངེས་པ་དང་། འགལ་བ་ངེས་པའི་བྱུང་བྱ་སྟོས་མེད་བཞོད་པ་སྟེ་བྱ་སྟེ། འགལ་བྱུང་  
 དམིགས་པར་འདུའོ། །ཁ་ཅིག་ཐ་དད་ཅམ་ལ་ཕན་ཚུན་སྤངས་འགལ་དུ་འདོད་པ་དེ་དག་ནི་སྤར་  
 བཀག་ཟེན་ལ་ཅི་ནས་འདོད་ན་སྟོན་པོ་སྟོར་བཞི་སེར་པོ་སྟོར་བཞི་འགོག་པ་ལའང་། སྟན་ཅིག་  
 མི་གནས་པའི་སྟོར་བ་བཞིན་ཁས་ལེན་དགོས་པས། ཕན་ཚུན་སྤངས་འགལ་གསུམ་དུ་འདུས་པ་  
 ལ་སོགས་པ་ནི་རང་གི་འཇུག་པ་ལ་ཙོ་འདྲི་བ་ཡིན་ཅོ། །དེས་ན་ཡ་གྲུལ་སྤང་དུ་མི་རུང་ཞིང་ཡིན་  
 པར་དོགས་པ་ལ་འགལ་བའི་སྟོ་ནས་འགོག་པས་ཕན་ཚུན་སྤངས་འགལ་གྱི་སྟོར་བ་འཇུག་ལ།  
 གཉི་ག་སྤང་རུང་ཕན་ཚུན་ཡིན་པ་འགོག་པ་ནི་མདོན་སུམ་གྱིས་འབྱུང་པས་འགལ་བའི་རྟགས་ལ་  
 མི་སྟོས་སོ། །གསུམ་པ་དགག་རྟགས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་ངེས་པའི་ཚུལ་ལ་གཉིས་ལས་གཞན་ལྷགས་  
 དགག་ན།

༡༥༥

དངོས་འབྲེལ་བཀག་ཟེན་ལྟན་ཅིག་ནི། མི་གནས་ཆོགས་པས་སྐྱེད་པ་འབྱུལ། །དགག་སྐྱབ་གཉི་  
ག་ལ་དངོས་པོའི་འབྲེལ་པ་འདོད་པ་ནི་བཀག་ཟེན་ལ་ཁ་ཅིག་ལྟན་ཅིག་མི་གནས་པའི་འགལ་  
དམིགས་བསྐྱོག་པ་དེ་ལས་བྱུང་བ་ལ་བརྟེན་པར་འདོད་དེ། དགག་བྱ་བྱང་རེག་སྒོར་བཞི་པོ་  
རྟགས་མེ་སྟོབས་ལྟན་ལ་སོགས་པ་བཞི་པོ་མེད་པའི་ཆོགས་པ་ལས་སྐྱེ་བོ་ཞེས་ཟེར་བ་མི་འབྱུང་  
དེ། རེག་བྱ་བྱང་སྟོམས་པ་སྤིད་པའི་ཕྱིར་དང་། ཉ་ཅང་ཐལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་རང་གི་  
ལྷགས་ནི། འབྲེལ་ཡུལ་ལོག་པས་འབྲེལ་ཆོས་ཉིད། །སྒྲིག་པས་བསྐྱོག་འབྲེལ་སྒྲོ་ངོར་འགྲུབ། །ངོ་བོ་  
མི་དམིགས་པ་ནི། བསྐྱབ་པའི་རྟགས་ཀྱི་འབྲེལ་ཡུལ་བཀག་པས་འབྲེལ་ཆོས་ཁེགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་  
བསྐྱོག་འབྲེལ་ངེས་ཏེ། རྒྱ་མི་དམིགས་པ་དང་འབྲས་བུ་མི་དམིགས་པ་ནི་དེ་བྱུང་གི་འབྲེལ་པ་



བསྐྱོད་པ་ཡིན་ལ་རང་བཞིན་མི་དམིགས་པ་དང་། བྱུང་བྱེད་མི་དམིགས་པ་ཕན་ཚུན་སྤངས་  
 འགལ་རྒྱུ་མཁས་ཅི་བདག་གཅིག་པ་བསྐྱོད་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་འབྲེལ་པ་བསྐྱབ་པ་ལ། མཐུན་དཔེའི་  
 རྟེན་དུ་རྟགས་ལ་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ཀྱིས་བྱུང་པ་ཆོད་མས་བསྐྱབས་ནས་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་དཔེ་  
 གྲུབ་བཅ། མ་གྲུབ་ཀྱང་རུང་སྟེ། གཞོད་པ་ཅན་གྱིས་རྒྱ་དང་བྱུང་བྱེད་བཀག་པ་ན་འབྲས་བྱ་དང་  
 བྱུང་བྱེད་ཁེགས་པས་འབྲེལ་པ་སྟོང་ར་འགྲུབ་སྟེ། དེ་ཕྱིར་ཆོས་མི་མཐུན་དཔེ་ལ། དེས་པར་འདི་  
 ལག་ཞི་མི་འདོད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ནོ། །འགལ་བ་དམིགས་པ་ནི། འགལ་ལྷོ་གྲུབ་ན་ཅིག་  
 འོས་ལ། །གཞོད་པས་ཁེགས་ཀྱི་འབྲེལ་ལྷོ་འགོག་པ་ལ་མི་སྟོས་པས་བསྐྱོད་འབྲེལ་དཔྱད་མི་  
 དགོས་སོ། །གཉིས་པ་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ལ། གསུམ་ལས་དང་པོ་མཆོན་ཉིད་ནི། ཡིན་པ་བསྐྱབ་  
 ལ་ཚུལ་གསུམ་ཆོད་། །

ལྟུང་ལྟུང་།

ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ཅོ། །གཉིས་པ་དབྱེ་བ་ལ་གཉིས་ལས། རྟགས་དངོས་ནི། རོ་བོ་དབྱེར་མེད་རང་  
བཞིན་རྟགས། །དེ་ལ་འང་རྟགས་གྱིས་དབྱེ་བ་དང་། བསྐྱབ་བྱས་དབྱེ་བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་  
ལ་འང་། བྱད་པར་ལ་མ་ལྟོས་པ་དང་ལྟོས་པ་གཉིས་སོ། །དང་པོ་ནི་མི་རྟག་པ་བསྐྱབ་པ་ལ། ཡོད་  
པ་རྟགས་སུ་བཀོད་པ་ལྟ་བུ་དག་པ་བ་དང་། གཉིས་པ་ལ་འང་རང་གི་ཆོས་གྱི་བྱེ་བྲག་ལ་ལྟོས་པ་  
དང་། འབྲེལ་པ་གཞན་གྱི་ཆོས་ལ་ལྟོས་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ་འང་གཉིས་ཏེ། ལྟོས་པ་ཁོ་ན་  
ཡོད་པས་བྱས་པ་བཀོད་པ་ལྟ་བུ་དང་། ལྟོས་པ་དངོས་སུ་བརྗོད་པ་རྟེན་གྱི་བྱེ་བྲག་གིས་བ་དང་པ་  
བཀོད་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །གཉིས་པ་འབྲེལ་པ་གཞན་ལ་ལྟོས་པ་སྐྱེ་བ་དང་། ལྟོས་པ་བཀོད་པ་ལྟ་བུ་སྐྱེ་  
བས་བྱད་པར་དུ་བྱས་པ་ནི་རོ་བོ་དབྱེར་མེད་བཀོད་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །འདིས་མཚོན་ནས་བསྐྱབ་བྱ་དང་།

རོ་བོ་གཅིག་པའི་ཆོས་གང་བཤོད་དོ་ཅོག་ལ་ཚུལ་གསུམ་ཚང་བ་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་  
 ཡིན་ནོ། །བསྐྱབ་བྱའི་དབང་གིས་དབྱེ་ན། དོན་བསྐྱབ་དང་ཐ་སྙད་བསྐྱབ་གཉིས་སོ། །གཉིས་པ་  
 ཁོངས་སུ་འདུ་བ་ནི། དེ་ཡི་ཆ་མཐུན་ཁོངས་སུ་བསྐྱུ། །མུ་སྟེགས་བྱེད་རྟགས་ལོག་པར་འདོད་པ་  
 རྒྱ་ཆོགས་པ་ཚང་བ་ལས་འབྲས་བུ་སྟེ་རུང་དཔོག་པ་དང་། དུ་རྒྱ་རྣམ་པ་ཐོགས་མེད་གྱིས་འདུ་  
 བྱས་གྱི་དུ་བ་བསྐྱབ་པ་ལ་སོགས་པ་དོན་གཞན་བསྐྱབ་པར་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་དོན་གཞན་ལ་  
 མི་སྟོས་པའི་ཕྱིར་རང་བཞིན་གྱིས་ཁོངས་སུ་འདུ་ལོ། །གསུམ་པ་ཅོད་པ་སྤང་བ་ནི། གཅིག་ཕྱིར་ཐ་  
 དད་སྟོན་མི་འགོ། །གལ་ཏེ་དེའི་བདག་ཉིད་གྱི་འབྲེལ་པ་དགོས་ན་དུ་རྒྱ་རྣམ་པ་ཐོགས་མེད་གྱིས་  
 མི་རྟག་པའི་དུ་བ་བསྐྱབ་པ་ཏྲ་བུ་ལ་མ་བྱུང་སྟེ་རྩ་ས་ཐ་དད་པའི་

ལྟོ

ཕྱིར་རོ། །ཞེ་ན། དུ་རྒྱ་རྣམ་པ་ཐོགས་མེད་དང་མི་རྟག་པའི་དུ་བ་གཉིས་རྩ་ས་མི་གཅིག་ཀྱང་དུ་རྒྱ་  
རྣམ་པ་ཐོགས་མེད་དུ་འཛོག་པ་དུ་བ་སྟེ་བཞིན་པ་མཐོང་བ་ལ་སྟོས་པས་དོན་དུ་ན་དུ་བ་སྟེ་བཞིན་  
པ་དང་མི་རྟག་པའི་དུ་བ་བདག་གཅིག་པ་ཡིན་ཅོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་པར་རྒྱ་ཉིད་ལ་སེམས་ན་རང་  
བཞིན་གྱི་རྟགས་མ་ཡིན་ཅོ། །གསུམ་པ་འབྲས་བུའི་རྟགས་ལ་གསུམ་ལས་དང་པོ་མཆན་ཉིད་ནི།  
ཡོད་པ་བསྐྱབ་ལ་ཚུལ་གསུམ་ཆང་། །ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ཅོ། །གཉིས་པ་དབྱེ་བ་ལ་གཉིས་ལས་འབྲས་  
བུའི་རྟགས་དངོས་ནི། དེས་བྱང་བ་ལ་འབྲས་བུའི་རྟགས་དེའང་སྒྱིར་འབྲས་བུ་ཐམས་ཅད་རྒྱ་  
སྟོན་དུ་སོང་བ་ཡིན་མོད་གྱི། འོན་ཀྱང་དུ་བས་མེ་ཙམ་བསྐྱབ་ན་རྒྱའི་སྟོག་པ་བསྐྱབ་པའི་འབྲས་  
རྟགས་དང་། ཆོག་ཙམ་ལས་སྟེས་བུས་བུས་པ་དང་། རམ་མཁའི་དུ་བས་མེ་སྟོན་དུ་སོང་བ་ལ་

སོགས་པ་སྟོན་དུ་སོང་བ་བསྐྱབ་པ་དང་། སྐྱ་བའི་རྟགས་ལས་བརྗོད་པར་འདོད་པའི་དོན་དཔོག་  
 པ་དང་། དུ་བས་བྱད་ཤིང་གི་འབྱུང་བ་དང་། དུ་བ་བྱད་པར་བས་མེད་ལྟར་བ་སྐྱབ་པ་དང་།  
 མཆོན་མོ་ནགས་མེར་འབར་བ་ལས་དུ་བ་དཔོག་པ་དང་། རོ་ལས་གཟུགས་དཔོག་པ་ལ་སོགས་པ་  
 རྒྱུའི་ཆོས་དཔོག་པའི་འབྲས་རྟགས་སོ། །གཉིས་པ་ཁོངས་སུ་འདུ་བ་ནི། དེ་དང་ཆ་མཐུན་ཁོངས་  
 སུ་བསྐྱུ། སུ་སྟོགས་བྱེད་རྟགས་སོག་པར་འདོད་པ་རྒྱ་སྐྱར་ལས་རྒྱ་དང་། རྒྱ་མི་གཡོ་བ་དང་། རྒྱ་  
 རྒྱག་གནས་པ་ལས་རྟེན་བརྟེན་པ་དཔོག་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་དོན་གཞན་གྱིས་པན་འདོགས་རྒྱས་  
 པའི་ཕྱིར་འབྲས་བྱའི་ཁོངས་སུ་འདུ་ལོ། །གསུམ་པ་ཚུད་པ་སྤང་བ་ནི། ཐ་དད་བསྐྱབ་ཕྱིར་སྟོན་  
 ལས་གྲོ་ལ། །འབྲས་རྟགས་ཀྱང་དེ་ལས་བྱུང་བ་དགོས་ན་ནམ་མཁའི་དུ་བ་ལོང་ལོང་པོ་ཆོས་ཅན་  
 མེ་སྟོན་དུ་སོང་བ་

༡༥༩

ཅན་ཡིན་ཏེ་དུ་བ་ཅམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་བཀོད་པ་འབྲས་བུ་ཆོས་ཅན་དུ་བཞག་པའི་འབྲས་  
རྟགས་ལ་མ་བྱལ་སྟེ། མེ་སྟོན་དུ་སོང་བ་ཅན་དང་དུ་ཅམ་གཉིས་རྩ་ས་གཅིག་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན།  
རྩ་ས་གཅིག་པའི་ཆ་བསྐྱབ་ན་འབྲས་རྟགས་མ་ཡིན་པ་བདེན་ཡང་། ལྟར་གྱི་མེ་དེ་ལས་ད་ལྟར་གྱི་  
དུ་བ་སྟེས་པའི་སྟོན་ས། རྟེན་སྟོན་དུ་སོང་བ་བསྐྱབ་པས་མི་འགལ་ཏེ་ད་ལྟར་གྱི་ལུས་ལས་སྟེ་མའི་  
ལས་དཔོག་པ་བཞིན་ནོ། །ཡང་བུམ་པའི་ངག་ལས་བུམ་པའི་སྟེ་རྟོག་པ་ལ་ཤར་བ་དཔོག་པ་ལ་མ་  
བྱལ་སྟེ། སྟེ་དངོས་མེད་ལས་ངག་དངོས་པོ་མི་སྟེ་བའི་ཕྱིར་རོ། ཞེ་ན། སྟེ་ཤར་བའི་བརྗོད་འདོད་  
ཀྱིས་ཉེར་ལེན་བྱས། ཀན་དང་བྱེད་པ་ཕྱད་པས་སྟེ་ཅིག་བྱེད་པའི་སྟེ་བྱས་པ་ལས་ངག་འབྱུང་  
བས་སྟེ་འི་ཆོས་དཔོག་པ་མི་འགལ་ལོ། །དེ་ལྟར་སྐྱབ་རྟགས་གཉིས་པོ་འདིའི་སྟེ་འི་མཆན་ཉིད་ནི།



བསྐྱབ་བྱ་བསྐྱབ་པ་ལ་ཚུལ་གསུམ་ཚང་བ་ཡིན་ལ་གཉིས་སུ་འབྱེད་པའི་རྒྱ་ནི། ཡོད་པ་གང་མི་  
 འབྱེད་བའམ། །རང་བདག་རྣམས་དབྱེར་མེད་ཅན་གང་། །དེ་ནི་དེ་ལས་འབྱུལ་མི་འགྱུར། །ཞེས་  
 བྱ་བའི་དོན་དུ་དེ་རབ་ཕྱེ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེ་ལྟར་རྟགས་གསུམ་པོ་དེའང་གཉིས་ནི་  
 དངོས་པོ་བསྐྱབ་པ་ཡིན་ལ་གཅིག་ནི་དགག་པའི་གཏན་ཆོག་སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལ་བརྟེན་  
 ནས་ཕྱེ་བ་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ་དེ་དག་གི་འབྲེལ་པ་ལ་ལོག་རྟོག་དགག་པ་ལ་གཉིས་ལས་ཕྱོགས་སུ་  
 མ་བརྗོད་ན། །ཁ་ཅིག་འབྲེལ་པ་སྤྱད་གྲུ་ལ། །གོ་བྱེད་འབྲེལ་པ་བཞི་ཡོད་ལོ། །རྟགས་ཐམས་ཅད་  
 འབྲེལ་པ་ལ་བརྟེན་ན་དངོས་འབྲེལ་ལམ་བསྐྱོག་འབྲེལ་གང་ཡིན་ཡང་རུང་སྟེ། འབྲེལ་ཆོས་དངོས་  
 དང་འབྲེལ་ཡུལ་དངོས་འབྲེལ་དགོས་ན་དག་ལ་སྤྱི་ཤར་བ་དང་དུ་རྒྱ་རྣམས་པ་ཐོགས་མེད་གྱིས་མི་  
 རྟག་པའི་དུ་བ་བསྐྱབ་པ་ལ་སོགས་པའི་

༩༠༩

རྟགས་ལ་མ་བྱུང་ལ་རྟུ་འབྲས་ཀྱི་བྱང་པར་བྱས་ཆོས་དང་བྱེད་ཆོས་འབྲེལ་པ་ཙམ་གྱིས་འབྲུབ་  
ན། དུ་བས་ཙན་གྱི་མི་བསྐྱབ་པ་དང་། གཟུགས་ཙན་གྱི་བྱས་པས་གཟུགས་མེད་ཀྱི་མི་རྟག་པ་  
བསྐྱབ་པའང་རྟགས་སུ་འགྱུར་རྟེ། དུ་བ་དང་བྱས་པ་མེ་དང་མི་རྟག་པ་ལ་འབྲེལ་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེ་  
ན། སྤྱིར་འབྲེལ་པའི་ཚུལ་དགྱར་འགྱུར་རྟེ། འབྲེལ་ཆོས་ལ་འབྲེལ་ཆོས་དངོས་དང་དེས་བྱང་པར་  
དུ་བྱེད་ཆོས་དང་། དེས་བྱང་པར་དུ་བྱས་ཆོས་གསུམ་དང་། འབྲེལ་ཡུལ་ལ་འང་དེ་རྟུར་གསུམ་  
ཡོད་པ་ལས། འབྲེལ་ཆོས་དངོས་འབྲེལ་ཡུལ་གསུམ་ལ་འབྲེལ་པ་དང་། འབྲེལ་ཆོས་ཀྱི་བྱང་པར་  
དུ་བྱེད་ཆོས་དང་། འབྲེལ་ཆོས་ཀྱི་བྱང་པར་བྱས་ཆོས་གཉིས་པོའང་འབྲེལ་ཡུལ་གསུམ་ལ་སོ་  
སོར་འབྲེལ་པ་སྟེ་དགྱ་ཡོད་པ་ལས། འབྲེལ་ཆོས་ནི་འབྲེལ་ཆོས་དངོས་དང་། དེ་བྱང་པར་དུ་བྱེད་

ཆོས་གཉིས་འབྲེལ་པས་ཕན་གྱི། བྱད་པར་དུ་བྱས་ཆོས་འབྲེལ་པས་མི་ཕན་ཏེ་བྱས་ཆོས་ལ་བྱབ་  
 པས་བྱེད་ཆོས་ལ་བྱབ་པ་མི་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །འབྲེལ་ཡུལ་ནི་དངོས་དང་། བྱད་པར་དུ་བྱས་  
 ཆོས་གཉིས་ལ་འབྲེལ་པས་ཕན་གྱི་བྱད་པར་དུ་བྱེད་ཆོས་ལ་འབྲེལ་པས་མི་ཕན་ཏེ། བྱད་པར་དུ་  
 བྱེད་ཆོས་ཡོད་པ་ན་བྱས་ཆོས་ཡོད་པར་མ་དེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་འབྲེལ་ཡུལ་གྱི་ངོ་བོ་འཕམ་  
 བྱད་པར་དུ་བྱས་ཆོས་གཉིས་ལ་འབྲེལ་ཆོས་གྱི་ངོ་བོ་འཕམ་བྱད་པར་དུ་བྱེད་ཆོས་གཉིས་འབྲེལ་པ་  
 གྱི། བཞེས་ཕན་ལ་ལྷག་མ་ལྷས་མི་ཕན་ཅོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །གཉིས་པ་དེ་དག་ག་ན། འདི་ནི་རྣམ་  
 གཞག་འགལ་བ་དང་། །གཞུང་གི་དགོངས་པར་འབྲེལ་མ་ཡིན། །སྤྱི་དུ་སོང་བའི་བྱད་པར་བྱེད་  
 ཆོས་མེ་དང་དུ་བ་དེ་བྱེད་གི་འབྲེལ་པ་གོ་ཆོད་པར་འདོད་པ་དང་། འདིར་འབྲེལ་ཡུལ་གྱི་བྱད་  
 པར་བྱེད་ཆོས་ལ་འབྲེལ་པས་གོ་མི་ཆོད་པར་

༩༠༩

འདོད་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམ་གཞག་འགལ་བ་དང་། རྒྱུ་ལྡིང་ཆོས་ལ་བྱུང་པར་བྱ་བྱེད་ཀྱི་འབྲེལ་པར་  
འདོགས་ན། རྒྱུ་ཆོས་དཔོག་པར་འདུས་པའི་ཕྱིར་མུ་དགུ་ལ་སོགས་པ་ལ་དགོངས་པ་མ་ཡིན་ཞིང་  
བྱུང་པར་བྱ་བྱེད་ཀྱི་འབྲེལ་པས་གོ་ཆོད་ན་ཉ་ཅང་ཐལ་ལོ། །བྱུང་པར་བྱ་བྱེད་དུ་གྲགས་པས་  
འགའ་ཞིག་གོ་བྱེད་དུ་འགོ་ན་དེ་ལས་བྱུང་བར་འདུའོ། །ཞེས་བཤད་ཟིན་པའི་ཕྱིར་དང་། སྟོབ་  
དཔོན་གྱིས་ཀྱང་འབྲེལ་པ་གཉིས་ལས། གཞན་ཐམས་ཅད་བཀག་པའི་ཕྱིར་རོ། །བྱུང་པར་བྱ་  
བྱེད་འབྲེལ་པ་ཡི། །སྟོབས་གྱིས་བསྐྱབ་བྱ་གོ་བ་མིན། །དེ་ཡི་ངོ་བོ་འཇ་དོན་གཞན་གྱི། །འབྲེལ་པའི་  
སྟོབས་གྱིས་རྟོགས་པར་ཟད། །བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་བཅད་དོ། །གཉིས་པ་རྟུར་སྟུང་ལ་གཉིས་  
ལས། དང་པོ་མཚན་ཉིད་ནི། རྟགས་གང་ཚུལ་གསུམ་མ་གྲུབ་པ། །ཞེས་བྱ་བའོ། །གཉིས་པ་དབྱེ་བ་

ལ་གསུམ་སྟེ། མ་གྲུབ་པ་དང་། མ་ངེས་པ་དང་། འགལ་བའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་ལས་མཚན་ཉིད་  
 རི། །ཕྱོགས་དང་རྟགས་མེད་མ་གྲུབ་པ། །མ་གྲུབ་པ་ནི་རྟགས་ཕྱོགས་ཆོས་བཞོད་པ་ལྟར་མི་གནས་  
 པའོ། །གཉིས་པ་དབྱེ་བ་ལ་གསུམ་སྟེ། རྟོན་ལ་མ་གྲུབ་པ་དང་། སྟོང་ར་མ་གྲུབ་པ་དང་། རྟོན་ལ་བ་ལ་  
 སྟོན་ཏེ་མ་གྲུབ་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། ཆོས་ཅན་གྱི་ངོ་བོ་མ་གྲུབ་པ། རྟགས་གྱི་ངོ་བོ་མ་གྲུབ་  
 པ། དེ་དག་ཕྱོགས་རེ་ལས་མ་གྲུབ་པའོ། །དང་པོ་ལ་འདྲ་གཉིས་ལས། ཐོག་མར་ཆོས་ཅན་གྱི་ངོ་བོ་  
 མི་སྤྱིད་ནས་མ་གྲུབ་པ་དཔེར་ན་བདག་ཐམས་ཅད་ན་བྱུང་པ་ཡིན་ཏེ་ཞེས་མ། རྟོན་དམ་པའི་སྐྱ་མི་  
 རྟག་སྟེ་ཞེས་བཞོད་པ་ལྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་སྤྱིད་ཀྱང་ཚུང་གཞིར་མ་གྲུབ་པ་སྐྱ་མཉན་བྱུང་མ་མཉན་  
 བྱ་མ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་རྟགས་གྱི་ངོ་

༩༠༩

བོ་མ་གྲུབ་པ་ལ་གཉིས་ལས་དང་པོ་མི་སྲིད་ནས་མ་གྲུབ་པ་སྐྱེས་བུ་འདི་བདག་དང་བཅས་པ་ཡིན་  
ཏེ་བདག་གི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་མ། རི་བོང་གི་རྣམ་ཐུག་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བུ་བ་ཏྟ་  
བུའོ། །གཉིས་པ་སྲིད་ཀྱང་ཤེས་འདོད་དང་འབྲེལ་པར་མ་གྲུབ་པ་ལ་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་དོ་བོ་མ་  
ཡིན་ནས་མ་གྲུབ་པ་སྐྱ་མིག་གི་གཟུང་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བུ་བ་ཏྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་སྐྱ་ག་པ་ཐ་  
དད་མེད་ནས་མ་གྲུབ་པ་ལ་གཉིས་ལས་གཞི་རྟགས་ཐ་དད་མེད་པ་སྐྱ་སྐྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་  
བཀོད་པ་ཏྟ་བུ་དང་། ཆོས་རྟགས་ཐ་དད་མེད་པ་མི་རྟག་པས་མི་རྟག་པ་བསྐྱབ་པ་ཏྟ་བུའོ། །འདི་  
གཉིས་ནི་དམ་བཅའ་བའི་དོན་གྱི་ཕྱིར་སྐྱ་གས་གཅིག་མ་གྲུབ་པ་ཞེས་གསུངས་སོ། །འདི་ལ་ཁ་ཅིག་  
རྟགས་ཀྱི་དོ་བོ་མ་གྲུབ་པ་ནི་མ་གྲུབ་པར་མཆོན་མི་རྣམས་ཏེ་མཆོན་གཞི་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་



གསུངས་པ་ནི་མེད་པ་གཞན་སེལ་གྱི་རྣམ་གཞག་མ་མཐུན་པར་ཟད་དོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་སྒྲ་  
 མཉན་བྱ་མ་ཡིན་པར་དམ་བཅས་པ་ལ་མཉན་བྱས་བསལ་བའང་བསལ་བའི་བྱེ་བྲག་རྒྱ་མཚོན་མི་  
 རུས་པར་འགྱུར་རོ། །གསུམ་པ་དེ་དག་གི་ཕྱོགས་རེ་ལ་མ་གྲུབ་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། རྟགས་ཚོས་ཅན་  
 གྱི་ཕྱོགས་གཅིག་ལ་མ་གྲུབ་པ་དང་། རྟགས་གྱི་ཕྱོགས་གཅིག་ཚོས་ཅན་ལ་མ་གྲུབ་པ་ལོ། །དང་པོ་  
 ལའང་རིགས་གྱི་སྤྱི་དང་ཚོགས་པའི་སྤྱི་ཚོས་ཅན་དུ་གཞག་པ་གཉིས་ལས་དང་པོ་ནི། ཟད་བྱེད་  
 པས་ཤིང་རྣམས་སེམས་པ་དང་བཅས་ཏེ་ཉལ་བའི་ཕྱིར་ཞེས་ལུམས་པ་ལ་ཉལ་བར་བརྗོད་ལ་  
 དེ་ཤིང་གི་ཕྱོགས་གཅིག་ལ་མ་གྲུབ་པ་འཇམ། ཉལ་བ་གཉིད་ལོག་པ་ལ་ཟེར་ན་རྟགས་གྱི་དོ་བོ་མ་  
 གྲུབ་པ་འཇམ། གྲུབ་མཐའ་ལ་སྟོས་ནས་ཕྱིར་གྲོལ་ལ་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་དོ། །ཚུལ་བྱུང་གིས་སྒྲ་མི་རྟག་  
 པར་བསྐྱབ་པ་ན་སྒྲའི་ཕྱོགས་གཅིག་ཆུ་སྒྲ་

༧༣༠ན།

ལ་མེད་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །འདི་ནི་ཆོས་ཅན་གྱི་ཕྱོགས་གཅིག་ལ་མ་གྲུབ་ཀྱང་སྒྲིན་མེད་ཡིན་ནོ། །ཆོགས་  
པའི་སྒྲི་ཆོས་ཅན་དུ་བྱས་པ་དཔེར་ན་ཆུ་ལ་གསུམ་རྟགས་སུ་མཆོན་པ་ལ་འདིས་མཆོན་ནུས་  
བཀོད་པ་ན་ཡ་གྲུལ་ལ་མ་གྲུབ་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། འདི་ཕྱོགས་ཆོས་གྱི་སྒྲིན་མ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་རྟགས་  
གྱི་ཕྱོགས་གཅིག་ཆོས་ཅན་མ་གྲུབ་པ་ལ། རིགས་གྱི་སྒྲི་གཞི་རྟགས་སུ་བྱས་པ་དང་། ཆོགས་པའི་  
སྒྲི་གཞི་རྟགས་སུ་བྱས་པའི་ཆེ་མཆུངས་པ་གཉིས་ལས་དང་པོ་ལ་འད་གྲུབ་མ་གྲུབ་མཆུངས་པ་ནི།  
སྒྲ་ཙམ་གྱི་སྒྲི་ལ་རྟག་པ་རྟགས་སུ་བཀོད་ན་མ་གྲུབ་པ་བཞིན་རྟག་པ་ལ་བྱས་པ་བཀོད་ན་འད་མ་  
གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །གྲུབ་པར་མཆུངས་པ་འད་སྒྲ་ལ་བྱས་པ་རྟགས་སུ་བཀོད་ན། སྒྲི་བྱས་པ་གྲུབ་སྒྲ་  
མ་ཡིན་གྱི་མ་གྲུབ་ཀྱང་བྱས་ཙམ་གྲུབ་པ་མི་སྒྲིན་པ་བཞིན། སྒྲ་ཙམ་གྱི་ཕྱོགས་གཅིག་ལ་ཚོ་ལ་བྱང་

གྲུབ་ལ། རྒྱུགས་གཅིག་ལ་མ་གྲུབ་པ་མཆུངས་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ནི་ལྷ་བ་གཉིས་སྒྲུང་གི་ཤེས་  
 པ་ལ་རྟོག་བྲལ་མ་ལྟུལ་བ་རྟགས་སྒྲུབ་གོང་པ་ན། ཡ་གྲུལ་རྟོག་བྲལ་གྲུབ་ཀྱང་མ་ལྟུལ་བ་མ་  
 གྲུབ་པས་རྟོག་བྲལ་མ་ལྟུལ་བའི་ཆོགས་པ་མ་གྲུབ་པ་བཞིན་ཆོགས་པའི་སྤྱི་ཚུལ་གསུམ་ཆོགས་  
 པ་ཆོས་ཅན་དུ་བཞག་ན། འདི་ཙམ་གྱི་རྟགས་སྒྲུབ་མཆོན་རྒྱས་བོད་པ་ན་རྟགས་དེ་ཆོགས་པའི་  
 རྒྱུགས་གཅིག་རྒྱུགས་ཆོས་རྒྱུང་པ་ལ་མ་གྲུབ་པས་ཆོགས་པའི་དོ་བོ་མ་གྲུབ་པར་མཆུངས་  
 སོ། །གཞན་སྤྱོད་པ་རྣམས་རང་གིས་ཤེས་པར་ཟད་པས་མ་བྱིས་སོ། །གཉིས་པ་སྤྱོད་པ་མ་གྲུབ་པ་  
 ལ་གསུམ་སྟེ། ཆོས་ཅན་དང་། རྟགས་དང་། དེ་གཉིས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་ལ་ཐེ་ཆོམ་ཟ་བའི་མ་གྲུབ་  
 པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས། དེས་རྒྱུང་མེད་

༩༠༥

ནས། ཐེ་ཚོམ་ཟ་བ་ཤ་ཟའི་བུམ་པ་ལྟ་བུ་ཚོས་ཅན་བསྐལ་བ་དང་། གཉིས་པ་ངེས་རུང་ཡོད་ཀྱང་  
ཐེ་ཚོམ་ཟ་བ་ནོར་བུའམ་སྒྲོན་མར་མ་ངེས་པ་ན་ནོར་བུ་ཚོས་ཅན་དུ་བཞག་པ་ལྟ་བུ་ལྟོ། །གཉིས་པ་  
རྟགས་ལའང་གཉིས་ལས། ངེས་རུང་མེད་ནས་ཐེ་ཚོམ་ཟ་བ་འདོད་ཆགས་དང་བལ་བས་བྱས་  
པའི་ཕྱིར་ལྟ་བུ། གཉིས་པ་ངེས་རུང་ཡོད་ཀྱང་ཐེ་ཚོམ་ཟ་བ་དུ་བའམ་རྒྱངས་པར་ཐེ་ཚོམ་ཟ་བ་ན་  
དུ་བ་རྟགས་སུ་བཀོད་པ་ལྟ་བུ་ལྟོ། །གསུམ་པ་འབྲེལ་པ་ལའང་གཉིས་ལས། ངེས་རུང་མེད་ནས་ཐེ་  
ཚོམ་ཟ་བ་ད་ལྟའི་དགོ་བས་སྒྲ་མའི་དགོ་བ་བསྐྱབ་པ་ལྟ་བུ་དང་། གཉིས་པ་ངེས་རུང་ཡོད་ཀྱང་ཐེ་  
ཚོམ་ཟ་བ་མ་བྱའི་སྒྲ་གྲགས་པས་རི་སྒྲུལ་དབུ་མར་མ་བྱ་བསྐྱབ་པ་ལྟ་བུ་ལྟོ། །གསུམ་པ་ཚོལ་བ་ལ་  
རྟོས་པའི་མ་གྲུབ་པ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ཚོལ་བ་རང་ཉིད་ལ་མ་གྲུབ་པ་གྲངས་ཅན་པས་སྒྲོ་

དང་བདེ་བ་སེམས་པ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། སྐྱེ་བ་ཅན་ནམ་མེད་ཏེ། སྐྱེ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བཤེད་པ་  
ན་རང་ཉིད་མངོན་པར་གསལ་བ་ན་ཉེ་བར་ཞི་བ་ལ་འདོད་ཀྱི་སྐྱེ་འཇིག་རྟུ་མི་འདོད་པ་  
སྟོལ། །འདི་འང་གྲུབ་མཐའ་ལ་གྲགས་པའི་སྟོང་དང་བདེ་བ་ཆོས་ཅན་དུ་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་མོད་ཀྱི་སྟོང་  
དང་བདེ་བ་གྲུབ་ཆོད་ལ་བསམས་ནས་རྟགས་ཚོལ་བ་ལ་མ་གྲུབ་པ་ཞེས་བཤེད་པ་ལ། ཡང་དག་  
པར་ན་ཆོས་ཅན་ལ་གྲུབ་ན་བྱུང་པའི་སྟོན་ཡོན་གྱི་ཕྱོགས་ཆོས་སྟོན་མེད་ཡིན་མོད་ཀྱི། གྲུབ་  
མཐའ་ཁས་བླངས་པ་ལ་སྟོས་ནས་དེ་རྟོག་བཤེད་སོ། །གཉིས་པ་ཕྱིར་ཚོལ་བ་ལ་མ་གྲུབ་པ་ནི་  
འཇོམ་མེད་པས་ཤུན་པ་བཤུས་ན་འཆི་བས། ཞིང་སེམས་པ་ཅན་དུ་བསྐྱབ་པ་ནི་ཞིང་སྐྱེས་པ་  
ཡིན་གྱི་འཆི་བའི་ངོ་བོ་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ཀྱང་སངས་རྒྱས་པའི་གྲུབ་མཐའ་ལ་སྟོས་ནས་ཕྱིར་ཚོལ་ལ་  
མ་གྲུབ་པ་ཞེས་བསྟན་པར་

༩༠༥

ཟད་དོ། །དེས་ན་དངོས་པོ་ལ་གྲུབ་ན་ཆོལ་བ་གཉིས་ལ་སྒྲ་མ་གྲུབ་ཀྱང་རྟགས་ཡིན་ལ། དངོས་པོ་  
ལ་མ་གྲུབ་ན་ཆོལ་བ་གཉིས་ཀ་སྒྲ་འདོད་ཀྱང་རྟགས་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་དོན་ལ་མ་གྲུབ་པ་ལ་  
ཆོས་ཅན་དང་། རྟགས་ཀྱི་ངོ་བོ་མ་གྲུབ་པ་གཉིས་ལས་སྤྱེ་བའི་དྲུག་སྟོང་ར་མ་གྲུབ་པ་ལས་གསུམ་  
ལས་སྤྱེ་བའི་དྲུག་སྟེ། སྤྱེ་ན་བཅུ་གཉིས་ཡིན་ལ། ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་གྱི་སྤྱོད་པ་རེ་ལ་མ་གྲུབ་པ་  
ལས་སྤྱེ་བའི་སྟོན་དུ་འགོ་བའི་ཆ་རྣམས་ནི་རྟགས་ཀྱི་ངོ་བོ་མ་གྲུབ་པར་འདུ་ལ། གཞན་ནི་སྤྱོད་པ་  
ཆོས་སྟོན་མེད་ཡིན་ཞིང་གྲུབ་མཐའ་ལ་སྟོས་པའི་སྟོན་ནི་གྲུབ་མཐའ་ཁས་སྤངས་པ་ལ་དགོངས་  
ཀྱི། ཡང་དག་པར་ན་ཆོས་ཅན་ནམ་རྟགས་ཀྱི་ངོ་བོ་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །སྤྱོད་པ་ཆོས་དོན་ནི་  
སྟོང་ལ། །མི་གནས་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་ཡིན། །སྤྱོད་པ་རེའམ་ཆོལ་བ་རྣམས་གཉིས་ལ། །མ་གྲུབ་རྣམ་



ཕར་ཕྱེ་སྟེ་བཤད། །བསྐྱུ་བའི་ཆིགས་སྐྱ་བཅད་པ་ལོ། །གཉིས་པ་མ་ངེས་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་  
 མཆན་ཉིད་ནི། མ་ངེས་ཐེ་ཆོམ་བསྐྱེད་པ་ལོ་རྟགས། །མ་ངེས་པ་ལོ་མཆན་ཉིད་ཕྱོགས་ཆོས་གྲུབ་  
 ཅིང་བསྐྱོག་པ་མི་ཆོད་པ་ལོ། །གཉིས་པ་མཆན་བྱའི་དབྱེ་བ་ལ་གསུམ་སྟེ། གཉིས་སྐྱ་འབྱེད་པ་ལོ་  
 ཚུལ་དང་། དེའི་རྒྱ་མཆན་ལ་ཚྱོད་པ་སྤང་བ་དང་། དེ་ལ་དཔེ་དང་ཚྱོད་གཞིར་འགྱུར་བའི་ཚུལ་  
 ལོ། །དང་པོ་ནི་ཆོས་ཅན་ལས་གཞན་དུ་མི་འཇུག་ན་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཡིན་ལ། འཇུག་ན་ཐུན་  
 མོང་བ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་ནི་གལ་ཏེ་ཆོས་ཅན་ལས་གཞན་ཞེས་བྱ་བ་ལྟོག་པ་གཞན་ཡིན་ན་  
 མཉན་བྱས་མི་རྟག་པ་བསྐྱུ་བ་པའང་ཐུན་མོང་དུ་འགྱུར་ཏེ། སྤྱ་ལས་ལྟོག་པ་གཞན་རྩ་སྤྱ་ལ་སོགས་  
 པ་ལ་འཇུག་པས་སོ། །རྩ་ས་གཞན་ཡིན་ན་སྤྱད་ཅིག་གིས་སྟོང་

༧༠༥

པ་ཚེས་ཅན་དོན་བྱེད་པས་སྟོང་སྟེ་བྱས་ཡོད་ཀྱིས་སྟོང་པའི་ཕྱིར་ཅེས་བཀོད་པའང་བྱུན་མོང་མ་  
ཡིན་པར་འགྱུར་ཏེ། རྩ་ས་གཞན་ལ་མི་འཇུག་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། གཉི་ག་ལ་སྟར་མ་ཡིན་གྱི། ཞེས་  
འདོད་ལས་གཞན་མཐུན་སྟོགས་མི་མཐུན་སྟོགས་ལ་ངེས་པར་རྒྱས་མི་རྒྱས་ལ་བྱུན་མོང་དང་བྱུན་  
མོང་མ་ཡིན་པར་འཛིག་གོ། །གསུམ་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། རོ་བོ་ཐ་དད་ཀྱིས་དཔེ་དང་ཚུད་གཞིར་  
འགྱུར་བ་དང་། རོ་བོ་གཅིག་ལ་འང་གཞན་སེལ་འཇུག་ཚུལ་གྱིས་འགྱུར་བའོ། །དང་པོ་ནི་མེ་དང་  
མི་རྟག་པ་བསྐྱབ་པ་ན་ལ་དང་སྒྲ་ཞེས་འདོད་དང་། ཚང་མང་དང་བུམ་པ་དཔེར་འགྱུར་བ་སྟོ་  
བུའོ། །གཉིས་པ་ལ་འང་གཉིས་ལས། ཐ་སྙད་གྲུབ་མ་གྲུབ་ཀྱི་འགྱུར་བ་བུམ་སྟོག་ཚེས་ཅན་གཞན་  
སེལ་གྱི་ཐ་སྙད་དུ་བྱར་རུ་སྟེ། དངོས་འགལ་བཅད་ནས་འཇུག་པའི་ཕྱིར་མི་རྟག་པའི་སྟོག་པ་

བཞིན་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་ལྟོ། །ཁ་ཅིག་ངོ་བོ་གཅིག་ལ་མངོན་གྱུར་སྒྲོག་གྱུར་གྱིས་དཔེ་དང་ཚྱོད་  
 གཞིར་འགྱུར་བ་ཞེས་བེར་བ་ནི་ངོ་བོ་གཅིག་ལ་མངོན་སྒྲོག་གཉིས་མི་སྤྲོད་མོད། འོན་ཀྱང་ངེས་པ་  
 དཀའ་སྒྲུ་ལ་མངོན་གྱུར་སྒྲོག་གྱུར་དུ་འདོགས་པར་བཟད་དོ། །གཉིས་པ་སྤྲོད་དང་བྱེ་བྲག་གིས་འགྱུར་  
 བ་ལ་འང་གཉིས་ལས། བྱལ་ཆེ་ཆུང་ནི་ཤེས་བྱ་ཙམ་གཅིག་དང་དུ་བྲལ་གྱིས་རང་བཞིན་མེད་པར་  
 བསྐྱབ་པ་ན་དངོས་མེད་ཀྱི་ཤེས་བྱ་དཔེ་དང་ཤེས་བྱ་ཙམ་ཤེས་འདོད་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །གལ་  
 ཏི་སྤྲོད་དང་བྱེ་བྲག་ཚྱོད་གཞི་དང་དཔེར་རུ་ན་མཉན་བྱས་མི་རྟག་པ་བསྐྱབ་པ་ན་འང་སྒྲུ་ཙམ་  
 དང་རྒྱ་དེ་ལྟར་འགྱུར་ཞེ་ན། དེའི་རྒྱ་མཆན་ཅི་ཡིན། འདི་ཡང་འདྲི་ན་དཔེ་དངོས་མེད་ཀྱི་ཤེས་  
 བྱ་ལ་རྟགས་གཅིག་དང་དུ་བྲལ་ལ་སྤྲོད་ཉིད་ཀྱིས་བྱལ་པ་གྲུབ་ཀྱང་ཤེས་བྱ་ཙམ་ལ་མི་འགྱུར་སྟེ།  
 གཅིག་དང་

༩༠༥

དུ་བྱལ་གྱིས་མ་བྱལ་པའི་ཤེས་བྱ་འགའ་ཞིག་འདྲོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདིར་ཡང་རྩ་སྒྲིལ་སྟེ་དུ་  
མཉན་བྱ་ལ་མི་རྟག་པས་བྱལ་པ་གྲུབ་ཀྱང་སྒྲ་ཙམ་ལ་མི་འགྲུབ་སྟེ། གཏན་ཆོགས་མཉན་བྱས་མ་  
བྱལ་པའི་སྒྲ་ཙམ་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། དེ་རྟོན་སྒྲ་ཙམ་འཛིན་པའི་ཚད་མས་མཉན་བྱ་མི་  
འགྲུབ་པར་འགྱུར་ལ། འདིར་ཤེས་བྱ་ཙམ་འཛིན་པའི་ཚད་མའང་གཅིག་དང་དུ་བྱལ་དུ་མི་  
འགྲུབ་པར་འགྱུར་བ་འདྲོད་པས་ག་ལ་མཚུངས། དེ་བཞིན་དུ་སྒྲ་མི་རྟག་སྟེ་སྒྲིལ་བྱས་པ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར་རྩ་སྒྲིལ་བཞིན་ཞེས་བསྒྲུབ་པ་ན་བྱེ་བྲག་དཔེར་འགྱུར་བ་ལ་སོགས་པ་རྒྱས་པར་ཤེས་པར་  
བྱོ། །གཉིས་པ་བྱལ་མཉམ་ནི་མདོན་སྒྱུ་ཙམ་ཆོས་ཅན་ཤེས་པ་ཡིན་ཏེ། བེམས་པོ་ལས་ལོག་  
པའི་ཕྱིར་རང་རིག་མདོན་སྒྱུ་བཞིན་ཞེས་བཀོད་པ་ན་མདོན་སྒྱུ་དང་རང་རིག་བྱལ་མཉམ་

ཡང་དཔེ་དང་ཤེས་འདོད་དུ་འགྱུར་བ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་གཞན་སེལ་གྱི་སྒོ་ནས་སློ་དོར་གྲུབ་མ་  
 གྲུབ་གྱི་བྱུང་པར་ཡོད་ན་རྣམས་དང་སྒྲིག་པ་ལས་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་གམ་མཚན་ཉིད་དམ་མཚན་བྱ་  
 གང་ཡིན་ཡང་རུང་སྟེ་གང་སློ་དོར་བསྐྱབ་སྐྱ་བ་དཔེར་བྱས་ཏེ། དཀའ་བ་ཚུངས་གཞིར་འགྱུར་བ་  
 ཐམས་ཅད་ལ་དེ་ཉིད་ཤེས་པར་བྱའོ། །གསུམ་པ་མཚན་གཞི་སོ་སོའི་དོན་ལ་གཉིས་ཏེ། ཐུན་མོང་  
 མ་ཡིན་པ་དང་། ཐུན་མོང་གི་མ་དེས་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས་མཚན་ཉིད་ནི། ཕྱོགས་མིན་  
 གཞན་ལ་མ་གྲུབ་པ། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་དེའི་མཚན་ཉིད་ཕྱོགས་ཚོས་གྲུབ་ཕྱོགས་གཉིས་ཀ་ལ་མ་  
 མཐོང་ནས་བསྒྲིག་པ་མི་ཚོད་པའོ། །གཉིས་པ་དབྱེན་བཞི། དེ་ལ་རྟགས་གཉིས་ཀ་ལ་མེད་ནས་མ་  
 མཐོང་བ། དཔེར་ན་སྒྲ་མི་རྟག་སྟེ་མཉན་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པ་རྟ་བུའོ། །ཡོད་ཀྱང་མ་

༩༠༥

མཐོང་བ་སྐྱེས་བུ་འདི་ལྟ་ལས་ཆེ་འཕོས་ཏེ་མིག་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་རོ་ལྟ་བུའོ། །མཐུན་ཕྱོགས་ལ་  
ཡོད་ཀྱང་མ་མཐོང་བ་སྐྱ་མི་རྟག་སྟེ། བྱས་པའི་ཕྱིར་རིག་བྱེད་གྱི་སྐྱ་བཞིན་ལྟ་བུའོ། །མི་མཐུན་  
ཕྱོགས་ལ་ཡོད་ཀྱང་མ་མཐོང་བ་གང་བྱས་པ་མི་རྟག་སྟེ་རིག་བྱེད་བཞིན་ནམ་མཁའ་ནི་མ་བྱས་སོ་  
ཞེས་བཀོད་པ་ལྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་བྱུན་མོང་བ་ལའང་གཉིས་ལས་མཆན་ཉིད་ནི། ཕྱོགས་ལས་  
གཞན་ལ་འཇུག་བྱུན་མོང་། །དེའི་མཆན་ཉིད་ཕྱོགས་ཆོས་གྲུབ་མཐུན་ཕྱོགས་མི་མཐུན་ཕྱོགས་  
གཉི་ག་ལ་འཇུག་པའོ། །གཉིས་པ་དབྱེ་ན་དངོས་དང་ལྷག་ལྡན་གཉིས། དངོས་གྱི་མ་ངེས་པ་དང་  
ལྷག་ལྡན་གཉིས་སོ། །དང་པོ་ལའང་གཉིས་ལས་མཆན་ཉིད་ནི། གཉིས་ཀ་ལ་མཐོང་བ་བློ་ག་མི་  
ཆོད། ཕྱོགས་ཆོས་གྲུབ་ཕྱོགས་གཉི་ག་ལ་མཐོང་ཡང་བློ་ག་པ་མི་ཆོད་པའོ། །གཉིས་པ་དབྱེ་ན་



བཞི་ཉེ། གཉི་ག་ལ་བྱབ་པར་མཐོང་བ་སྐྱ་མི་རྟག་པ་ལ་གཞལ་བྱ་བཀོད་པ་ལྟ་བུ། མཐུན་སྟེགས་  
 ལ་བྱབ་པར་མཐོང་བ་སྐྱ་ཚྭ་ལ་བ་ལས་བྱུང་བ་ལ་མི་རྟག་པ་བཀོད་པ་ལྟ་བུའོ། །མི་མཐུན་སྟེགས་ལ་  
 བྱབ་པ་སྐྱ་ཚྭ་ལ་མ་བྱུང་ལ་མི་རྟག་པ་བཀོད་པ་ལྟ་བུའོ། །གཉི་གའི་སྟེགས་རེ་ལ་མཐོང་བ་སྐྱ་རྟག་པ་  
 ལ་ལྷས་ཅན་མ་ཡིན་པ་བཀོད་པ་ལྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་ལྷག་ལྷན་ལ་གཉིས་ཏེ། ཡང་དག་དང་འགལ་  
 བའི་ལྷག་ལྷན་མོ། །དང་པོ་ལའང་གཉིས་ལས་མཚན་ཉིད་མི། ཡང་དག་ལྷག་ལྷན་མཐུན་སྟེགས་  
 མཐོང་། །མི་མཐུན་སྟེགས་ལ་མ་མཐོང་བའོ། །སྟེགས་ཆོས་གྲུབ་མཐུན་སྟེགས་ལ་མཐོང་། །མི་མཐུན་  
 སྟེགས་ལ་མ་མཐོང་ཡང་བསྐྱོག་པ་མི་ཆོད་པའོ། །གཉིས་པ་དབྱེ་ན་གསུམ་སྟེ་དེའང་རྟགས་མི་  
 མཐུན་སྟེགས་ལ་ཡོད་ཀྱང་མ་མཐོང་བ་དཔེར་ན་ཐམས་ཅད་

༩༠༩

མཁུན་པ་མ་ཡིན་ཏེ་སྒྲ་བའི་ཕྱིར་ལྟ་བུ། མེད་ཀྱང་མི་འགལ་བ་སྒྲོ་བསངས་མ་ཡིན་ཏེ་ལྟས་བྱིན་གྱི་  
བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལྟ་བུ། འགལ་ཡང་མ་ངེས་པ་བྱས་པ་རྟག་པ་དང་འགལ་བར་མ་ཤེས་པ་ལ་མི་  
རྟག་སྟེ་བྱས་པའི་ཕྱིར་ལྟ་བུའོ། །འདི་འགལ་བར་ངེས་ན་ཡང་དག་ཉིད་དོ། །མི་མཐུན་སྟོགས་  
མཐོང་མཐུན་སྟོགས་ལ། །མ་མཐོང་འགལ་བའི་རྟག་ལྟ་ཡིན། །དེ་ལ་གཉིས་ལས་དང་པོ་མཚན་  
ཉིད་ནི། སྟོགས་ཆོས་གྲུབ་མི་མཐུན་སྟོགས་ལ་མཐོང་། མཐུན་སྟོགས་ལ་མ་མཐོང་ཡང་བསྟོག་པ་མི་  
ཆོད་པའོ། །གཉིས་པ་དབྱེན་གསུམ་སྟེ། རྟགས་མཐུན་སྟོགས་ལ་ཡོད་ཀྱང་མ་མཐོང་བ་དཔེར་ན་  
ཐམས་ཅད་མཁུན་པ་ཡིན་ཏེ་སྒྲ་བའི་ཕྱིར་ལྟ་བུ། མེད་ཀྱང་མི་འགལ་བ་སྒྲོ་བསངས་ཡིན་ཏེ་ལྟས་  
བྱིན་གྱི་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལྟ་བུ། འགལ་ཡང་མ་ངེས་པ་བྱས་པ་རྟག་པ་དང་འགལ་བར་མ་ཤེས་པ་

ལ་རྟག་སྟེ་བྱས་པའི་ཕྱིར་རྟ་བུའོ། །འགལ་བར་ཤེས་ན་འགལ་བའི་རྟགས་ཉིད་དོ། །འདི་གཉིས་  
 བྱེ་བྲག་པའི་འདོད་པའི་རྟག་ལྟན་རྟ་བུ་མ་ཡིན་གྱི་རིམ་པ་བཞིན་མི་མཐུན་ཕྱོགས་དང་མཐུན་  
 ཕྱོགས་གཉིས་ལས་སྟོག་པ་ངེས་ན་ཡང་དག་དང་འགལ་བར་འགྲོ་བ་ལས་ཐེ་ཚོམ་གྱི་རྟག་མ་ཡོད་  
 པས་རྟག་ལྟན་ཞེས་བྱའོ། གསུམ་པ་འགལ་བ་ལ་གསུམ་ལས་མཆན་ཉིད་ནི། རྟགས་གྲུབ་བསྐྱོག་  
 པས་བྱུང་ན་འགལ། །དེའི་མཆན་ཉིད་ནི་ཕྱོགས་ཚོས་གྲུབ་ཅིང་བསྐྱོག་པས་བྱུང་པའོ། །གཉིས་པ་  
 རབ་རྟུ་དབྱེ་བ་ལ་གསུམ་སྟེ། དངོས་པོའི་སྟོ་ནས་དབྱེ་བ་དང་། བརྗོད་འདོད་ཀྱི་སྟོ་ནས་དབྱེ་བ་  
 དང་། དབྱེ་བ་གཞན་དུ་འདོད་པ་དགག་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་རྟེ། འབྲེལ་པའི་དབང་གིས་  
 གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་དང་། སྟོར་བ་ལ་

༩༡༩

སྟོས་ནས་གསུམ་དུ་དབྱེ་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས་གཉིས་སུ་འགོ་བའི་ཚུལ་ནི། མི་དམིགས་  
རང་བཞིན་གཏན་ཆིགས་སུ། །བསྐྱས་པས་འགལ་བ་གཉིས་ཉིད་ཡིན། །མི་དམིགས་པ་ཐམས་ཅད་  
དཔེ་ལ་སྒྲུང་རུང་མི་དམིགས་པར་འདུ་ལ་དེ་བདག་གཅིག་པའི་འབྲེལ་པ་ལ་བརྟེན་པས་རང་  
བཞིན་གྱིས་རྟགས་ཡིན་ཅིང་དེ་དག་བསྐྱོག་པས་མི་དམིགས་པའི་འགལ་བའང་རང་བཞིན་འགལ་  
བའི་ལྟར་སྒྲུང་དུ་འདུ་བས་འགལ་བའང་གཉིས་ཉིད་དེ། རང་བཞིན་འགལ་བ་སྐྱར་རྟག་སྟེ་བྱས་  
པའི་ཕྱིར་ལྟ་བུ་དང་། འབྲས་བུ་འགལ་བ་སྐྱར་རྟག་སྟེ། བཙལ་མ་ཐག་རྟུ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་ལྟ་  
བུའོ། །དེ་སྐད་དུ། རང་བཞིན་འབྲས་བུ་བསྐྱབ་དོན་དུ། །གཏན་ཆིགས་གཉིས་དང་བསྐྱོག་པ་  
གཉིས། །ཚོད་ཕྱིར་བྱུང་པར་སྦྱི་དག་སྟེ། །རྟག་མ་ལྟོག་པའི་སྐྱབ་བྱེད་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་

རོ། །གཉིས་པ་འབྲས་བུ་འགལ་བ་ཚུང་པ་སྤང་བ་ལ་གཉིས་ཏེ། ཚུང་པ་དགོང་པ་དང་། ལན་  
 གདབ་པ་ལོ། །དང་པོ་ནི་རྟགས་དེ་འགལ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ཚུལ་བྱུང་རྟག་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་རོ་ཞེས། །གཉིས་པ་ལན་ལ་བཞི་ལས། དང་པོ་ཉན་ཤེས་སྒྲ་མི་རྟག་པའི་འབྲས་བུར་བསྐྱབ་  
 བ། བཙལ་མ་ཐག་བྱུང་མི་རྟག་འབྲས། །ཉན་པའི་ཤེས་པ་ཆོས་ཅན་སྒྲ་མི་རྟག་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན་  
 ཏེ་བཙལ་མ་ཐག་རྟུ་བྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །གསུམ་པ་དེ་རྟག་པའི་འབྲས་བུར་མི་འཐད་པ་ནི། རྟགས་  
 ལ་འགྱུར་བ་མེད་ཕྱིར་འགལ། །གལ་ཏེ་རྟག་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན་ན་བཙལ་བའི་སྒྲ་རོལ་དུ་འང་གོས་  
 པར་འགྱུར་ཏེ་རྟག་པའི་ཕྱིར་རོ། །བསྐྱབས་པས་མི་གོས་སོ་ཞེ་ན། སྐྱབ་བྱེད་དེས་ཡུལ་ལ་ཕན་  
 གཞོད་བྱས་སམ་དབང་པོ་ལ་བྱས། དང་པོ་རྟར་ན་ཡུལ་ལ་བྱད་པར་

༩༡༩

བསྐྱེད་ན་མི་རྟག་པར་འགྱུར་ལ། མ་བསྐྱེད་ན་བསྐྱེད་པར་འགལ་ལོ། །གཉིས་པ་དབང་པོ་ལ་  
བསྐྱེད་པས་སྒྲིལ་ལྟ་བུ་ཅིག་བྱེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་ན་འང་ལྟ་བུ་ཅིག་བྱེད་པ་དེས་སྒྲིལ་  
པ་འགྱུར་རམ་མི་འགྱུར་ཞེས་བརྟག་པ་སྒྲུབ་དང་མཚུངས་སོ། །གསུམ་པ་རང་ལ་མཚུངས་པ་སྒྲུབ་  
བ་ནི། མི་རྟག་འགྱུར་ཕྱིར་འདི་མི་མཚུངས། འོ་ན་བྱེད་རང་ལྟར་ཡང་བུམ་འཛིན་གྱི་རྣམ་ཤེས་ལ་  
ཅིག་པ་ལ་སོགས་པས་བསྐྱེད་པར་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། བུམ་པ་རྟག་པ་བསྐྱེད་པར་འདོད་ན་བདེན་  
ཡང་མི་རྟག་ལ་དེའི་སྐད་ཅིག་ཐམས་ཅད་རྣམ་ཤེས་གྱི་རྒྱུར་མི་འདོད་གྱི། རྒྱུན་གསུམ་ཆོགས་པའི་  
སྐད་ཅིག་བྱེད་པར་ཅན་གཞན་རྒྱུར་འདོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །བཞི་པ་འགྱུར་མེད་ལ་དེ་མི་མཚུངས་པ་  
ནི། དེད་ཀྱང་དེ་ལྟར་འདོད་དོ་ཞེ་ན། དེ་འདྲ་འགྱུར་མེད་ལ་མི་འཐད། །བྱེད་གྱི་རྟག་པ་ལ་རྒྱུན་



གྲིས་བྱུང་པར་དུ་བྱུང་མེད་པའི་ཕྱིར་རང་གི་ངོ་བོ་ལས་མ་གྱུར་པས་རྟག་རྟ་དམིགས་པའམ་མི་  
 དམིགས་པར་འགྱུར་རོ། །དེའི་ཕྱིར། བཙལ་མ་ཐག་རྟ་བྱུང་བའི་ཕྱིར། ཤེས་པ་སྒྲིམ་མི་རྟག་པའི་  
 འབྲས་བུར་འགྱུར་སྟེ། སྤར་ཡོད་པའི་ཤེས་པ་ནི། བཙལ་མ་ཐག་འབྱུང་ངེས་མིན་ཏེ། །སྒྲིབ་བྱེད་  
 དབང་པོ་སྒྲིབ་དག་ལ། །རྣམ་ཀུན་ཉེར་སྒྲུབ་མེད་ཕྱིར་རོ། །སྒྲིམ་པ་མེད་པར་རེས་འགའི་ཆོ། །འབྲས་  
 བུ་མི་བྱེད་འགལ་བའི་ཕྱིར། །ཤེས་པ་དེ་འདྲ་རེས་འགའ་བའི། །འབྲས་བུར་གྱུབ་པ་དེ་རྟགས་  
 ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་རྟར་རོ། །གཉིས་པ་སྒྲུབ་བ་ལ་སྒྲིམ་ནས་གསུམ་དུ་དབྱེ་ན། མི་དམིགས་  
 གསུམ་པར་འབྱེད་ན་ནི། །དེ་བསྒྲིག་འགལ་བའང་གསུམ་དུ་འགྱུར། །སྒྲུབ་བའི་དབྱེ་བས་ཡང་དག་  
 གི་རྟགས་གསུམ་དུ་འབྱེད་ན།

༩༡༩

དེ་དག་བསྐྱོག་པ་ཉིད་འགལ་བ་ཡིན་པས་འགལ་བ་འང་གསུམ་ཉིད་དེ། སྒྲ་རྒྱ་གི་བུམ་པ་ཡོད་  
དེ་མི་སྒྲ་བའི་ཕྱིར་ལྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་བརྗོད་འདོད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་ན་གསུམ་ལས། གཞན་གྱི་  
ལྷགས་དགག་པ་ནི། འགའ་ཞིག་ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་གྱི། དབྱེ་བས་འགལ་བ་བཞི་ཞེས་  
ཟེར། །རྟོག་གི་བ་འགའ་ཞིག་སྒྲོ་བ་དཔོན་གྱིས་དེ་ནི་རེས་འགའ་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་སམ། ཆོས་ཅན་གྱི་  
སྒྲོ་ནས་སམ། དེའི་བྱད་པར་གྱི་སྒྲོ་ནས་བྱད་པའི་ཕྱིར་དེས་ཐ་སྙད་དུ་བྱེད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་  
ལ་བརྟེན་ནས་ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་གྱི་ངོ་བོ་དང་བྱད་པར་གཉིས་འགོག་པའི་འགལ་བ་བཞི་ཡིན་  
ན་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་ལ་ཆོས་ཅན་གྱི་ངོ་བོ་འགོག་པའི་མཆན་ཉིད་ལ། ཁ་ཅིག་ན་རེ་ཆོས་ཅན་གྱི་  
བྱད་པར་ལ་ཕྱོགས་ཆོས་གྲུབ་ཅིང་ངོ་བོ་དང་འགལ་བས་ཆོགས་དོན་གྱི་སྤྱི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་བྱེད་

ཕལོ། །མཚན་གཞི་དཔེར་བརྗོད་ན་དངོས་པོར་གྱུར་པའི་ནམ་མཁའ་ཆོས་ཅན། ཏྲག་སྟེ་མ་བྱས་  
 པའི་ཕྱིར་ཅེས་བཀོད་པ་ན། ཆོས་ཅན་གྱི་བྱང་པར་ནམ་མཁའ་སྣང་ཅམ་ལ་སྟོགས་ཆོས་གྲུབ་  
 ཅིང་། ཆོས་ཅན་གྱི་ངོ་བོ་དངོས་པོར་གྱུར་པའི་ནམ་མཁའ་དང་མ་བྱས་པ་འགལ་བས་ཆོས་ཅན་གྱི་  
 ངོ་བོ་འགོག་པའི་འགལ་བ་ཡིན་ནི་ཞེས་ཟེར་བ་ནི་སྟོགས་ཆོས་མི་འགྲུབ་སྟེ། དོན་དམ་པའི་སྣ་ཆོས་  
 ཅན་དུ་བཞག་པ་དང་མཚུངས་པས་སོ། །འདི་ལ་ཆོས་མཚན་ན་རེ། ནམ་མཁའ་མ་བྱས་ཤིང་ཡོད་  
 པར་འདོད་པ་འགའ་ཞིག་ལ་ནམ་མཁའ་ཆོས་ཅན་ཏྲག་སྟེ་མ་བྱས་པའི་ཕྱིར། རི་བོང་གི་རྒྱ་བཞིན་  
 ཞེས་བཀོད་པ་ན། རི་བོང་གི་རྒྱ་དང་མཚུངས་ན་ནམ་མཁའ་ཡོད་པར་འདོད་ཀྱང་མེད་པར་  
 བསྐྱབས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་མོད་ཀྱི་འདི་ཆོས་ཅན་གྱི་ངོ་བོ་འགོག་ན་སྟོགས་ཆོས་མི་

༩༡༣

འགྲུབ་ལ། ཕྱོགས་ཚེས་གྲུབ་ན་ཚེས་ཅན་མི་ཁེགས་ཤིང་། བསྐྱབ་བྱ་ནམ་མཁའ་དངོས་པོ་ཡོད་པ་  
ལ་བྱེད་ན་ཚེས་གྱི་ངོ་བོ་འགོག་པར་འགྱུར་བས་རིགས་པས་མི་འཐད་ཅིང་སྒྲོབ་དཔོན་གྱི་དགོངས་  
པ་མ་མཐུན་པར་ཟད་དོ། །ཡང་ཚེས་གྱི་ངོ་བོ་འགོག་པ་ནི་སྒྲ་རྟག་སྟེ་བྱས་པའི་ཕྱིར་ནམ་མཁའ་  
བཞིན་ནོ། །ཚེས་ཅན་གྱི་བྱེད་པར་འགོག་པའི་འགལ་བ་འདུས་པ་མ་ཡིན་པའི་དོན་གཞན་གྱི་དོན་  
དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །ཚེས་གྱི་བྱེད་པར་འགོག་པ་འདུས་པ་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ཅན་གཞན་གྱི་དོན་  
བྱེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་དོན་ཉིད་ལ་དབྱེ་བ་བྱེད་པ་ནི་རིགས་པ་དང་གཞུང་མི་འཕྲོད་པས་ལེགས་པ་  
མ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་རང་གི་ལྷགས་ནི། དངོས་ལྷགས་ཚེས་དང་ཚེས་ཅན་གྱི། །འགལ་བ་བརྗོད་  
འདོད་བས་གྱིས་ཡིས། །ལ་ལ་དངོས་སྤྱུ་འགལ་བ་བརྗོད་པ་དང་། ལ་ལ་བརྗོད་པའི་ལྷགས་གྱིས་

འགལ་བར་གྱུར་པ་དང་། ལ་ལ་ཆོས་བརྗོད་པ་དང་ཆོས་ཅན་བརྗོད་པའི་སྒོ་ནས་བྱེ་བར་ཟད་ཀྱི།  
 དོན་གྱི་སྒྱུར་བ་ཐ་དད་པས་བྱེ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །དངོས་སུ་འགལ་བ་བརྗོད་པ་མི་རྟག་པའི་སྒྱུ་རྟག་  
 ཅས་བརྗོད་པ་རྟ་བུའོ། །བརྗོད་པའི་ལྷ་མོས་གྱིས་འགལ་བ་རྟག་པ་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་པ་  
 རྟ་བུའོ། །ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་གྱི་འགལ་བ་ལ་ཡེ་ཤེས་དཔལ་ལ་སོགས་པ་ཟེར་བ་རྟ་བུ། ཆོས་གྱི་  
 བྱེད་པར་གྱི་སྒོ་ནས་བརྗོད་པ་དཔེར་ན་མིག་ལ་སོགས་པ་གཞན་གྱི་དོན་བྱེད་ཅས་བརྗོད་པ་རྟ་  
 བུའོ། །དེ་ལས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་གྱུར་ན། ཆོས་གྱི་བྱེད་པར་འགོག་པ་ཞེས་བུའོ། །གཞན་གྱི་དོན་མིག་  
 ལ་སོགས་པ་ཞེས་བརྗོད་ན་ཆོས་ཅན་གྱི་སྒོ་ནས་བརྗོད་པ་ཡིན་ལ། དེའི་འགལ་བ་འདྲ་ཆོས་ཅན་གྱི་  
 བྱེད་པར་འགོག་པ་ཞེས་ཟེར་ལ་འདོད་པ་

༩༡༥

ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་རྒྱ་ནི་གཉི་ག་མཚུངས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཏན་ཆིགས་ལ་འང་། །སྒྲ་མི་རྟག་ཅེས་བྱ་  
བ་དང་། མི་རྟག་པའི་སྒྲ་ཞེས་བརྗོད་པ་འང་ཐ་སྙད་ཁྱད་པར་ཡོད་ཀྱི་མི་རྟག་པ་ཉིད་དུ་གཅིག་  
གོ། །དེ་བཞིན་དུ་མི་རྟག་པའི་སྒྲ་ཞེས་བྱ་བ་འང་ཆོས་ཀྱིས་ཆོས་ཅན་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་པའི་སྒྲ་  
ནས་བརྗོད་པ་སྟེ། རྟག་པའི་སྒྲ་ལས་སྒྲ་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་པ་ལོ། །སྒྲ་མི་རྟག་པ་ཉིད་དང་ལྡན་པ་  
ཞེས་བྱ་བ་ཆོས་ཅན་སྒྲ་མི་རྟག་པ་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་པ་བརྗོད་པ་སྟེ། སྒྲ་མ་ཡིན་གྱི་མི་རྟག་པ་  
ལས་སྒྲ་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་པ་ལོ། །དེ་གཉིས་ཀ་འང་སྒྲ་མི་རྟག་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་པར་འདོད་པས་དོན་  
ལ་ཁྱད་པར་མེད་དོ། །དེ་དག་བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་རྟོགས་པར་བྱས་པས་ཡང་དག་ཡིན་ལ་  
འདུས་ཤིང་བསགས་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་རྟོགས་པར་མི་བྱས་པའི་ཕྱིར་འགལ་བ་



[illegible]

༨༡༥

ནི་མིག་ལ་སོགས་པ་ཚོས་ཅན་གཞན་གྱི་དོན་ཡིན་ཏེ། འདུས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མལ་ཆ་དང་སྟན་  
ལ་སོགས་པའི་ཡན་ལག་བཞིན་ཞེས་ཟེར་བའི་རྟགས་དེ་ཞེ་འདོད་འདུས་པ་མ་ཡིན་པ་གཞན་གྱི་  
དོན་བྱེད་པ་མིག་ལ་སོགས་པའི་སྟེང་དུ་བསྒྲེག་པ་བསྒྲུབས་པས་འགལ་བ་གསུམ་པའང་ཡོད་དོ་ཞེ་  
ན། དག་ཏུ་བརྗོད་པ་དང་ཞེ་བས་འདོད་པ་གཉིས་བསྒྲུབ་བྱར་བྱུང་མེད་པས་སྒྲ་མའི་ཁོངས་སུ་  
འདུས་པ་ཉིད་དོ། །གསུམ་པ་རྟགས་དེ་དག་གི་ངེས་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། མཐའ་འགོག་གི་ངེས་པ་དང་།  
དེ་དག་གི་རྣམ་པ་ངེས་པའོ། །དང་པོ་ནི། མཐའ་གཞན་འགོག་པའི་ངེས་པ་ཡིས། །རྟགས་སུ་བཀོད་  
པ་བཞི་རུ་ངེས། །རྟགས་ཕྱོགས་གྱི་ཚོས་སུ་གྲུབ་མ་གྲུབ་གཉིས་ལས། མ་གྲུབ་ན་མ་གྲུབ་པའི་  
རྟགས་རྟེན་སྣང་དོ། །གྲུབ་པ་ལ་བསྒྲུབ་བྱ་བསྒྲུབ་ངེས། འགོག་ངེས། གཉིས་ཀར་མི་ངེས་པ་གསུམ་

ལས། དང་པོ་ཡང་དག་གཉིས་པ་འགལ། གསུམ་པ་མ་ངེས་པ་ལོ། །གཉིས་པ་ལ་འང་གཉིས་ལས་ཇི་  
 ལྟར་རྒྱས་པ་འི་ཚུལ་ནི། ཏྲགས་སུ་བཀོད་པ་བཞི་པོ་ལ། །རྒྱས་པ་དེ་ཡང་རྣམ་བཞི་ཡོད། མ་གྲུབ་  
 པས་ཆོས་ཅན་གྱི་སྟངས་དུ་ཐེ་ཆོམ་ཡང་བསྐྱེད་མི་རྒྱས་སོ། །མ་ངེས་པས་ཐེ་ཆོམ་ཅམ་བསྐྱེད་ཅིང་  
 འགལ་བས་མི་འདོད་པ་འི་ངེས་པ་དང་། ཡང་དག་གིས་འདོད་པ་འི་ངེས་པ་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ཏེ།  
 མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་གཙུག་གི་ནོར་བུས། ཕྱོགས་ལ་མཐུ་མེད་སོམ་ཉི་དང་། །མི་འདོད་འདོད་པ་འི་  
 ངེས་འགྲུབ་བྱེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །གཉིས་པ་དེ་ལ་རྩོད་པ་སྤང་པ་ལ་གཉིས་ལས་དང་  
 པོ་མ་གྲུབ་པ་ལ་སྤང་བ་ནི། གལ་ཏེ་ཕྱོགས་ལ་ཆོས་མ་གྲུབ་པར་ཤེས་ན་མི་འགོད་ཅིང་། མ་ཤེས་  
 པར་བཀོད་

༨༥༥

ན་རྟོག་པ་འགའ་ཞིག་མི་བསྐྱེད་པ་འགའ་ལོ་སྟུང་ན། མ་གྲུབ་པར་ཤེས་ཀྱང་རྟགས་དེ་ལྟར་བཀོད་  
ན་ཞེས་བརྟགས་པ་མཐའ་གཟུང་བའམ་རྟོག་པ་འགའ་ཞིག་སྐྱེས་ཀྱང་རྟགས་ལ་མ་སྟོས་པས་སྟོན་  
མེད་དོ། །གཉིས་པ་འགའ་བ་ལ་སྤང་བ་ནི། ཕྱོགས་ཚས་དང་བསྐྱོག་པས་བྱུང་བ་མ་དེས་ན།  
འགའ་བ་ལ་རྟུས་པ་མེད་ལ། དེས་ན་འགའ་བ་ལ་དཔོག་འདོད་མི་སྤྱིད་དོ་ཞེ་ན། དེས་ཀྱང་དེ་ལྟར་  
འདོད་ན་ཞེ་འམ་བབ་ཅེས་དུ་བཀོད་པ་ལ་ཕྱིས་དེས་པའི་ཆེ་དེ་ལྟར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་སྟོན་པས་མི་  
འགའ་ལོ། །གཉིས་པ་རྟགས་དེས་རྟོགས་པའི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་གསུམ་སྟེ། མཆན་ཉིད་དགོད་པ་དང་།  
མཆན་གཞི་དོས་གཟུང་བ་དང་། ཕྱོགས་ལ་གཞོད་པའི་བསལ་བ་བརྗོད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་  
སྟེ། མཆན་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་གཅད་ལ་སྟོས་ཏེ་ལྟར་བསྟན་པ་དང་། ཡོངས་གཅོད་ལ་སྟོས་ཏེ་གཅིག་ཏུ་

བསྐྱབ་པ། དེ་དག་ལ་ཚུང་པ་སྤང་བའོ། །དང་པོ་ནི་མདོ་ལས། མཆོན་ཉིད་ལྡན་ལྡན་གསུངས། རི་  
 སྐད་དུ། རོ་བོ་ཁོ་ན་བསྐྱབ་བྱ་བ། །བདག་ཉིད་འདོད་དང་མ་བསལ་བ། །ཞེས་ཆོས་ལྡན་ལྡན་དུ་  
 གསུངས་ལ། དེ་དག་ལས་རོ་བོ་ནི། བསྐྱབ་བྱར་བཟུང་བ་ན་ཆད་མས་གྲུབ་པ་དམ་རྒྱུ་མེད་  
 པའོ། །དེའི་རྣམ་གཅོད་ནི། དམ་བཅས་ཅམ་ཉིད་ཆད་མས་གྲུབ་ཟིན་གཅོད་པའོ། །འདོད་པ་ནི་  
 དག་ཏུ་མ་བརྗོད་ཀྱང་ཞེ་བས་བསྐྱབ་བྱར་འདོད་པའོ། །དེའི་རྣམ་གཅོད་ནི། ལྷ་སྟོགས་བྱེད་དག་  
 རྟོག་པས་མ་བརྗོད་ཅིང་ཕྱིར་རྟོག་གིས་དངོས་སུ་མ་ཐོས་ན་བསྐྱབ་བྱ་མ་ཡིན་པར་བསམས་ནས་  
 མིག་ལ་སོགས་པ་ཆོས་ཅན་འདུས་པ་མ་ཡིན་པ་གཞན་གྱི་དོན་བྱེད་དེ་འདུས་ཤིང་བསགས་པའི་  
 ཕྱིར། མལ་ཆ་དང་སྟོན་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ཞེས་བཀོད་པ་ན་

༩༡༥

གཞན་དོན་དུ་བརྟགས་ནས་རང་དོན་བསྐྱབ་པ་སྐྱབ་ཐབས་གྱིས་སྦྱར་བ་ལ་ཞེ་འདོད་མ་ཡིན་པ་  
བསྐྱབ་བྱར་འདོད་པ་གཙོ་དོ། །གལ་ཏེ་སྐྱས་པ་ལ་རྗེས་འགོ་མེད་ན་སྦྱོན་ཡིན་གྱི་ཞེ་འདོད་ལ་  
མེད་ཀྱང་སྦྱོན་མ་ཡིན་ཅི་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ་སྐྱས་མ་སྐྱས་གཉིས་ཀ་ལ་རྟགས་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་བྱང་པར་  
མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་བདག་ཉིད་ལ་གཞན་གྱི་སྐྱས་བརྗོད་ན་དཔེ་ལ་རྗེས་འགོ་མེད་དེ་སྦྱོབ་  
དཔོན་དབྱིག་གཉིས་གྱིས། བདག་གཞན་ཞེ་ན་དེ་མ་གྲུབ། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་  
གཉིས་བཅས་གྱི་སྦྱར་བ་ལ་རང་རྗེས་འགོ་མེད་དེ། བུམ་པ་ཆོས་ཅན་མངོན་པར་གསལ་བའི་  
སེམས་པ་ཅན་ལུས་གྱི་མཆོན་ཉིད་གྱི་སྦྱེས་བྱ་དང་བུམ་པ་གང་ཡང་རུང་བས་གཉིས་པ་དང་  
བཅས་པ་ཡིན་ཏེ། ལྷན་ལ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྩིག་པ་བཞིན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་མངོན་པར་གསལ་བའི་



སྒྲུ་བ་དཔེ་ཅིག་པ་ལ་རྒྱུ་ལྷོ་མེད་དོ། །དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཕྱོགས་དང་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་གང་ཡང་  
 རུང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་བསལ་ཏེ། ཆོགས་པའི་སྤྱི་བོད་ན་ཕྱོགས་ཆོས་དང་རྒྱུ་ལྷོ་  
 གཉིས་ཀ་མེད་ཅིང་རྟག་པའི་སྤྱི་འགོད་ན་གང་རུང་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །བདག་ཉིད་ནི་བསྟན་  
 བཅོས་ལས་བཤད་པ་མ་ཡིན་གྱི་ཚོལ་བ་རང་འདོད་པའོ། །དེའི་རྣམ་གཅོད་ནི་ཁ་ཅིག་བསྟན་  
 བཅོས་ལས་མཐོང་བ་ཐམས་ཅད་བསྟུན་བྱ་ཡིན་པས་དེ་ལ་གཞོད་ནའང་གཏན་ཆོགས་དང་དམ་  
 བཅའི་སྒྲིན་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་སྤྱི་མི་རྟག་པར་བསྟུན་པ་ལ་བསྟན་བཅོས་ནས། རྣམ་མཁའི་ཡོན་  
 ཏན་དུ་བཤད་པ་དང་འགལ་ལོ། །ཞེས་ཟེར་བ་གཅོད་དོ། །དེ་ལ་འང་དངོས་པོ་སྟོབས་ཞུགས་གྱི་  
 རིགས་པ་ལྷུང་ལ་མི་སྟོས་ལ། གནས་གསུམ་པར་འཕོ་བ་ན་

༩༡༥

རིགས་པ་དང་མི་འགལ་བའི་ལུང་ལེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཁོ་ནའི་ངེས་བཟུང་ནི། བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་བྱེད་  
གཉི་ག་མ་ཡིན་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་ཁོ་ནར་འདོད་པའོ། །དེའི་རྣམ་གཟོད་ནི། རྣམ་འབྲེལ་ལས། རང་ཉིད་  
འདོད་པ་བརྗོད་པ་ཡིས། །ངེས་བཟུང་དོན་ནི་རྟོགས་ན་ཡང་། །བྱེད་པའི་མཐའ་དང་འབྲེལ་པའི་  
ཕྱིར། །དུས་གཞན་གཙང་ཕྱིར་གསུངས་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བསྟན་བྱའི་སྒྲ་དུས་  
གསུམ་ཀ་ལ་འཇུག་ལ་འདིར་བསྟན་བྱའི་སྒྲ་གཙོ་བོ་ཡིན་ཞིང་རང་ཉིད་དང་འདོད་པ་གཉིས་དེའི་  
བྱེད་པར་ཡིན་པས་གཙོ་བོའི་ཞར་ལས་གཉིས་པོ་འབྱུང་བར་འགྱུར་བ་ལ་འཇུག་ལ། དེ་རྟོན་དེ་  
མ་གྲུབ་པའི་གཏན་ཆེགས་དང་མ་གྲུབ་པའི་དཔེ་བརྗོད་པ་གཉིས་ལ་བྱབ་ཆེས་བས་དེ་གཉིས་ཀྱང་  
དམ་བཅའ་བར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་རྟའི་རྟེན་ད་ལྟར་བ་ལ་འཇུག་པས་འདོད་པའི་སྒྲ་འང་ད་ལྟར་

བར་འགྱུར་ལ། དེ་ལྟ་ན་གཏན་ཆེགས་དང་དཔེ་མ་གྲུབ་པ་གཉིས་པོ་དེ་ལྟར་བསྐྱབ་བྱར་མི་འདོད་  
 ལ་སྐྱབ་བྱེད་དུ་འདོད་པས་བྱབ་ཆེས་པ་མེད་དོ་ཞེ་ན། ཕྱགས་གྱི་མཆན་ཉིད་གྱི་སྐབས་འདིར་  
 འདོད་པའི་བྱེད་ས་ཨེ་ཁ་བྱ་བ་ཡིན་ལ་དེ་ལ་ནེལ་ཡན་ལག་མ་ཡིན་པས་མ་འོངས་པ་ན་བསྐྱར་བྱ་  
 གཙོད་མི་རུས་སོ། །ཁོ་ནའི་སྐྱ་ཡོད་ན་གཏན་ཆེགས་དང་དཔེ་གཉིས་བསྐྱབ་བྱ་ཁོ་ནར་བསྐྱར་པར་  
 བྱ་བར་འདོད་པ་མེད་དེ། སྐྱབ་བྱེད་དུ་འདོད་པའི་བྱར་རོ། །ཁོ་ན་རིག་པའི་སྒྲོར་ཡང་ཁོ་ནའི་སྐྱ་  
 དགོས་ཏེ་བསྐྱབ་བྱར་འདོད་པ་ནི་ཕྱགས་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་འང་བྱེད་ལྟན་གྱི་མཐའ་ཅན་  
 བསྐྱབ་བྱའི་སྐྱ་ཡོད་པའི་བྱར་རོ་སྟུང་ན། འདོད་པའི་ཆེག་ལ་ནེལ་ཡན་ལག་ཡིན་ལ་འབྱུང་བར་  
 འགྱུར་བ། མ་འོངས་པ་གཙོད་རུས་པས་གཏན་ཆེགས་དང་དཔེ་

༩༧༩

ལ་མ་གྲུབ་པ་འགོག་སྟེ། དཔེར་ན་སྒྲ་མི་རྟག་སྟེ་བྱས་པའི་ཕྱིར་བུམ་པ་བཞིན་ཞེས་བྱ་ལ་བྱས་པ་  
དཔྱོད་པ་ལ་མ་གྲུབ་ཀྱང་རྟོལ་བ་བསྐྱབ་བྱར་མི་འདོད་ལ། གངས་ཅན་ལ་དཔེ་མ་གྲུབ་ཀྱང་བསྐྱབ་  
བྱར་མི་འདོད་པའི་ཕྱིར་དེ་དག་བརྗོད་པ་ཕྱོགས་མ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །རྣམ་འགྲེལ་ལས། འདོད་  
རྒྱུན་འདིར་ནི་ཡན་ལག་མིན། །འདོད་པར་འགྱུར་བའི་ཆོག་དག་ལ། །ཡན་ལག་ཉིད་ཡིན་དེ་ཡིས་  
ནི། །གཏན་ཆོག་མ་གྲུབ་ལ་སོགས་འགོག། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །གལ་ཏེ་ཕྱོགས་གྱི་ཆོག་སྐྱབ་  
བྱེད་མ་ཡིན་པས་བརྟན་པར་བྱ་བ་མི་འབྲད་དོ་ཞེ་ན། མི་འགལ་ཏེ་བྱེད་བསྐྱབ་བྱ་ཁ་དོག་རྟུ་  
འབྱེན་པར་འདོད་པ་ལྟར་ན་འང་བསལ་བ་བཞི་མ་ཞུགས་པ་ཅིག་བརྟན་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་  
དགོངས་ཏེ་རྣམ་ངེས་ལས། གལ་ཏེ་བརྟན་པར་བྱ་བ་ཡིན་དུ་ཆུག་ན་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་

མོ། །ཡང་ན་རྟགས་ཀྱི་བསྟན་བྱ་བ་ཞེས་ཆོགས་སྟུང་པས་མི་འགལ་ལོ། །མ་བསལ་བ་ནི་བསལ་བ་  
 བཞི་མ་ཞུགས་པ་ལོ། །དེའི་རྣམ་གཅད་ནི་བསལ་བ་བཞི་ཞུགས་པ་བསྟན་བྱར་ཁས་བླངས་དུ་མི་རུང་  
 བས་དེ་གཅོད་པ་ལོ། །གཉིས་པ་ཡོངས་གཅོད་ལ་སྟོས་ཏེ་གཅིག་ཏུ་བསྟན་ན། བསྟན་བྱར་འདོད་  
 པ་རིགས་པའི་སྟོར། །རིགས་པའི་སྟོར་བསྟན་བྱར་འདོད་པ་སྟོགས་ཡིན་ཙམ་ཞེས་གསུངས་པའི་  
 རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་སྟོགས་ཀྱི་མཆོད་ཉིད་བསྟན་བྱར་ཁས་བླངས་པ་ཉིད་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་  
 དངོས་སམ་ཤུགས་ཀྱིས་ཁས་བླངས་པ་ལོ། །གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྤང་བ་ནི། འདི་ལ་མ་བྱུང་བྱུང་ཆེས་  
 དང་། །རྟགས་ལ་མཆོངས་པའི་བརྟན་པ་མེད། །འདི་ལ་གསུམ་ལས་དང་པོ་མ་བྱུང་པ་སྤང་བ་ནི།  
 ལྟོ་

༩༩༩

བྱར་བའི་རྗེས་དཔག་ལ་མ་བྱལ་སྟེ་ཁས་སྤངས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། འདི་ལ་ཁ་ཅིག་གྲོ་བྱར་  
བའི་བསྐྱབ་བྱ་དེ་མཆན་ཉིད་པ་མ་ཡིན་པར་འདོད་ལ། འོན་ཀྱང་བསྐྱབ་བྱའི་མཆན་གཞིར་རུང་  
བའི་ཆོགས་དོན་རྟོགས་པས་བསྐྱབ་བྱ་རྟོགས་པར་བརྗོད་དོ། །ཡང་དེའི་ཆེ་དངོས་སྟེ་ཁས་སྤངས་  
པ་མེད་ཀྱང་། སྐྱབ་བྱེད་གྲོ་བྱར་པ་ཡིན་པས་བསྐྱབ་བྱའང་གྲོ་བྱར་རུ་འདོད་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ་དུ་བ་  
གྲོ་བྱར་པ་མཐོང་བས་བསྐྱབ་བྱ་མེ་ཁས་ལེན་པ་བཞིན་ནོ། །གཉིས་པ་བྱལ་ཆེས་པ་སྤང་བ་ནི།  
སྐབས་སྟེ་མ་བབ་པ་དམ་བཅས་པ་ལ་བྱལ་ཆེས་ཏེ། དཔེར་ན་སྐྱ་རྟག་མི་རྟག་ངེས་པ་ན་ཐ་དད་པ་  
དབང་པོས་གཟུང་བར་བྱ་བའི་སྐྱ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱི་དང་དོན་གཅིག་ལ་འདུ་བ་ཅན་གྱི་མི་རྟག་པ་ཉིད་  
དང་སྐྱ་ལྟན་ནོ་ཞེ་འཇ། ལ་མེ་དང་ལྟན་ནོ་ཞེས་དམ་འཆའ་བ་ལ་སོགས་པའང་བསྐྱབ་བྱར་ཐལ་ལ།



འདོད་ན་དེ་ཆར་གཅད་པ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེ་ན། བསྐྱབ་བྱར་ཁས་སྤངས་ན་བསྐྱབ་བྱ་  
 ཡིན་མོད་ཀྱི་ཆ་གཞན་གྱི་སྒོ་ནས་ཆར་གཅད་དུ་འགྱུར་བ་མི་འགལ་ལོ། །གསུམ་པ་རྟགས་ལ་  
 མཚུངས་པ་སྤང་བ་ནི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་ཁས་སྤངས་པ་དགོས་པ་རྟེན། རྟགས་ལ་འང་ཁས་སྤངས་པ་ཅི་  
 རྟེ་མི་དགོས་ཤེ་ན། མི་མཚུངས་ཏེ། ཚུལ་གསུམ་གྱུ་བ་ན་ཁས་མ་སྤངས་ཀྱང་རྟགས་སུ་འགྱུར་ལ།  
 མ་གྱུ་བ་ན་ཁས་སྤངས་ཀྱང་མི་འགྱུར་ཞིང་བསྐྱབ་བྱ་ལ་དངོས་སམ། སྐབས་ཀྱིས་ཁས་སྤངས་ནས་  
 རྟགས་ཀྱིས་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོ་ན་བསྐྱབ་བྱ་འདི་ཚོ་ལ་ཕྱིར་ཚོ་ལ་གང་ལ་སྒོས་ནས་འཛིག་ཅེ་  
 ན་གཉིས་ཀ་ལ་སྒོས་ཏེ། སྐབས་སུ་བབ་པའི་བསྐྱབ་བྱར་འོས་པ་ཞིག་ལ་ཕྱིར་ཚོ་ལ་གྱིས་ན་གཏད་  
 པར་འོས་ལ། དེ་ལས་གཞན་དུ་ཆར་གཅད་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་

༩༩༩

པ་མཚན་གཞི་དོས་གཟུང་བ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་གཞན་ལྷགས་དགག་ན། བསྐྱབ་བྱའི་མཚན་  
ཉིད་དངོས་པོ་ལ། །བརྟགས་པར་སྤྲེ་སྤྲེ་བསྐྱབ་པ་ལ་བྱུལ། །བསྐྱབ་བྱའི་མཚན་གཞི་དངོས་པོ་འི་  
ཚོགས་དོན་ནམ། བརྟག་པའི་ཚོགས་དོན་ཡིན་ཞེ་ན། འདི་ལ་ཁ་ཅིག་བརྟགས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ་  
གྲུབ་བསལ་མེད་པ་ཞིག་བསྐྱབ་བྱར་ཁས་བླངས་ན་སྐྱ་རྟག་པར་དམ་བཅས་པ་འང་སྒྲིན་མེད་དུ་  
འགྱུར་བའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་ཟེར་བ་མི་འཐད་དེ། སྐྱ་དོན་བསྐྱབ་པས་རང་མཚན་མི་འགྱུབ་བོ་ཞེས་  
བཤད་ཟིན་ཏོ། །ཡང་ཁ་ཅིག་ཚོགས་དོན་དངོས་པོ་ལ་གནས་པ་ཡིན་གྱི། སྐྱ་རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་  
བསྐྱབ་བྱ་མ་ཡིན་ཏེ་ཚད་མས་བསལ་བ་འཇུག་སྤྱིད་པའི་སྤྱིར་དང་། རྟགས་གྱི་རྣམ་ཡུལ་མ་ཡིན་  
པའི་སྤྱིར་ཞེ་ལོ། །འདི་འང་མི་འཐད་དེ། བསལ་བའི་དོན་དམ་བཅས་ཙམ་ཉིད་ན་བསལ་བ་དྲན་

རུང་ལ་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་དང་། ཏྲགས་ཀྱི་རྒྱས་ཡུལ་མ་ཡིན་པས་བསྐྱབ་བྱ་མ་ཡིན་ན། གཙོ་བོ་  
 བདག་གི་དོན་བྱེད་པ་དང་། བུམ་པ་སྐྱེས་བུས་གཉིས་བཅས་ལ་སོགས་པ་བསྐྱབ་བྱར་མི་འགྱུར་  
 བའི་ཕྱིར་དང་། སློབ་དཔོན་གྱི་དགོངས་པ་འདྲ་སྦྱ་དོན་ལ་དགག་སྐྱབ་བྱེད་པར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །ཡང་ཁ་ཅིག་ཏྲགས་ཀྱི་རྒྱས་ཡུལ་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་ནི་དངོས་པོ་བ་ཡིན་ལ། སྦྱོན་ཡོན་བརྩི་བ་ནི་  
 བཏྲགས་པ་བ་ཡིན་ཏེ་དེ་དག་གི་མཆོན་ཉིད་རིམ་པ་ལྟར་ཏྲགས་ཀྱིས་གོར་རུང་དང་། ཐེ་ཆོམ་དང་  
 ལྡན་པའི་དོན་ལ་འདོད་པས་ཡུལ་དུ་བྱས་པ་ལོ། །ཞེས་ཟེར་བ་འདྲ་མི་འཐད་དེ། སྤར་གྱི་སྦྱོན་  
 གཉིས་ལས་མི་འདྲ་བའི་ཕྱིར་དང་། དགོངས་པར་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་རང་འདོད་པ་  
 ནི། སྐྱ་ཡི་དོན་ལ་རང་

༩༩༩

མཚན་དུ། །ལབུལ་པ་བསྐྱབ་བྱའི་མཚན་གཞི་ཡིན། །སྤྱོད་དང་རང་མཚན་སོ་སོར་མ་སྤྱེ་བར་  
ཚོགས་དོན་བསྐྱབ་བྱའོ། །ཞེས་བརྗོད་པས་དགག་སྐྱབ་སྤྱོད་ལ་བྱས་ཀྱང་རང་མཚན་གོ་བ་ཡིན་  
ཏེ། དེ་ཕྱིར་དངོས་དངོས་མེད་རྟེན་ཅན། །ཕྱི་རོལ་རྟེན་མིན་ཞེས་བྱ་བ་དང་། ཡོད་མེད་གཉིས་ཀ་  
ལ་བརྟེན་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་འབྲད་པ་དང་བཅས་པ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །དེ་འང་སྤྱི་མི་རྟག་  
པ་དང་། ལ་མེ་ལྡན་པ་ལ་སོགས་པ་ཚོགས་པ་དངོས་པོ་དང་། སྤྱི་རྟག་པ་དང་གཙོ་བོ་དངོས་པོ་ལ་  
སོགས་པ་ཚོགས་པ་དངོས་པོར་མེད་པ་དང་། རྣམ་མཁའི་མེ་རྟག་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་དགག་པ་  
རྒྱུ་པ་རྣམས་ལ་གཞལ་བྱ་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཡོད་པ་དང་། མེད་པ་གཞལ་བ་ན་གཞན་སེལ་གྱི་  
སྒོ་ནས་དངོས་པོའི་ཆ་ཁས་ལེན་མི་ལེན་གྱིས་མ་ཡིན་དགག་དང་མེད་དགག་གི་འཇུག་ཚུལ་དུ་

འགྲུར་རོ། །གསུམ་པ་ཚུང་པ་སྤང་བ་ནི། འདི་ལ་དངོས་པོ་དངོས་མེད་དུ། །བསྐྱབ་ལ་ཚུང་པ་འེག་  
སྐབས་མེད། །ཁ་ཅིག་སྐྱ་མི་རྟག་པ་འེག་ཆོགས་པ་བསྐྱབ་བྱར་མཚོན་པ་འེག་ཚུལ་མི་འབྱུང་དོ། །ཆོགས་  
པ་མི་འགྲུབ་པ་འེག་ཆོ་མཚོན་རྒྱ་མེད་ཅིང་། གྲུབ་པ་འེག་ཆོ་མཚོན་ཉིད་མེད་པ་འེག་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། རྟོལ་བ་  
གཉིས་ལ་རྟོལ་ནས་དུས་ཅིག་ཅར་རང་ལ་གྲུབ་བསལ་བྱུང་ཡང་ཕྱིར་རྟོལ་མ་བྱུང་བ་ལ་བསྐྱབ་པ་  
མི་འགལ་ལོ། །ཡང་སྐྱ་རྟག་པར་དམ་བཅས་པ་སྐྱ་བྱ་བསྐྱབ་བྱར་རི་སྐྱར་མཚོན་ཏེ་སྐྱ་དང་རྟག་པ་  
སོ་སོ་བསྐྱབ་བྱ་མ་ཡིན་ཞིང་ཆོགས་པ་མི་སྤྱིད་པ་འེག་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། མི་འགལ་ཏེ་སྐྱ་མི་རྟག་པ་འེག་  
རྟག་པ་འེག་གཞན་སེལ་སྐྱོས་བཟུང་བ་དེ་དངོས་པོ་འེག་དངོས་མེད་ཀྱི་ཉིར་ལེན་ཅན་བསྐྱབ་པ་འེག་  
ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་

༩༩༩

བསལ་བ་ཕྱོགས་མ་ཡིན་པར་བསྐྱབ་པའི་ཆོས་ཅན་ལ་སོགས་པ་མི་སྤྱིད་པར་སྤང་བ་ཐམས་ཅད་  
གཞན་སེལ་གྱི་རྣམ་གཞག་ཤེས་ན་རྩོད་པ་ལས་གྲོལ་ལོ། །གསུམ་པ་ཕྱོགས་ལ་གནོད་པའི་བསལ་  
བ་ལ་གཉིས་ཏེ། སྤྱིའི་རྣམ་བཞག་དང་སོ་སོའི་རང་བཞིན་ནོ། །དང་པོ་ལ་འང་གསུམ་ལས་མཆན་  
ཉིད་ནི། བསལ་བ་ཕྱོགས་དང་འགལ་བ་གྲུབ། །དེའི་མཆན་ཉིད་དམ་བཅས་ཙམ་ཉིད་ན་དེ་སེལ་  
རྒྱས་གྱི་འགལ་བ་གྲུབ་པའོ། །གཉིས་པ་དབྱེ་བསྐྱུ་ནི། ལྔ་པོ་བཞི་རུ་བསྐྱས་ཏེ་བཤད། །བསལ་བའི་  
རབ་རྒྱ་དབྱེ་བ་རིགས་པའི་སྒོར་ལྔར་གསུངས་ལ། གུན་ལས་བརྒྱས་སུ་བཞིར་གསུངས་པ་དེ་སྒོལ་  
དཔོན་གྱིས་སྤྱི་མའི་དགོངས་པ་རྣམ་འགྲེལ་ལས། ཡང་དག་ངེས་ལྡན་བརྗོད་འདོད་པ། །བདག་  
གཞན་ཡིད་ཆེས་མཚུངས་པ་ཡི། །སྤྱིར་ན་རང་གི་ཆོག་དང་ནི། །བསྟན་བཅོས་གཅིག་རྒྱ་བཤད་པ་



ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་རྟུར་འདིར་ཡང་དེ་བཤད་དེ། ཡུལ་གྱི་སྒོ་ནས་རྗེས་དཔག་ལ། །ཕྱི་རྟེ་  
གསལ་བ་བཞི་རུ་གསུངས། །རྗེས་དཔག་ལ་རྟགས་གྱི་བྱབ་པ་ཁས་བྲལ་དང་དངོས་པོ་སྟོབས་  
ཞུགས་གཉིས་སོ། །དང་པོ་ལའང་རང་གི་ཁས་བྲལ་དང་། ཐམས་ཅད་གྱིས་ཁས་བྲལ་པ་  
གཉིས་སུ་སྟེ་བས་སོ། །དེ་སྐད་རུ། རྗེས་སུ་དཔག་པའི་དབྱེ་བ་ཡིས། །གཙོད་པ་དེ་ནི་རྣམ་བཞིར་  
བཤད། །ཅེས་བྱ་བ་དང་། དེ་ལ་ཁས་བྲལ་འབྲས་རྟགས་ཏེ། །འགྲོ་ལ་བྲགས་པ་རང་བཞིན་  
རྟགས། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །མདོན་སྲུང་རྗེས་དཔག་དངོས་སྟོབས་གྱི། །ཚད་ཡིན་ཁས་བྲལ་  
བྲགས་པ་གཉིས། །སྟོབས་རྟགས་ཡིན་ཕྱིར་ཁོངས་སུ་

༩༩༥

བསྐྱུ། །མདོན་སྐྱུམ་དང་རྗེས་དཔག་གཉིས་དངོས་པོ་སྟོབས་ཞུགས་གྱིས་བསལ་བ་ཡིན་ལ། །ཁས་  
སྐྱངས་དང་གྲགས་པ་གཉིས་ནི་རང་གི་ཁས་སྐྱངས་པ་ཙམ་དང་། ཐམས་ཅད་གྱིས་ཁས་སྐྱངས་པ་  
ཙམ་གྱིས་དེ་ལས་བྱུང་བ་དང་དེའི་བདག་ཉིད་དུ་སྟོབས་ཞུགས་ནས་བསལ་བ་གཉིས་སྐྱུ་གསུངས་  
ལ། བྱེ་བྲག་རྩ་ཁས་སྐྱངས་ནི། གཞི་དེ་ལ་ཡོད་པར་མི་འགལ་བའི་ཕྱིར་གོགས་བྱེད་དང་སྐྱོན་  
ཡིན་ལ་སྐྱུ་མ་གསུམ་ནི། གཞོད་བྱེད་དང་དོན་སྐྱོན་ཡིན་ནོ། །ཁ་ཅིག་ཕྱི་མ་གཉིས་ཀྱང་དངོས་པོ་  
སྟོབས་ཞུགས་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་སྟོན་སྐྱོན་བརྗོད་འདོད་གྱིས་ཕར་མ་སྐྱར་བར་དོན་གྱིས་ཚུར་  
བཞག་པར་འགྱུར་ལ་རྗེས་དཔག་ཉིད་ཡིན་པས། །ཁོངས་སྐྱུ་བསྐྱུ་བར་གསུངས་པའང་མི་འཐད་  
པར་འགྱུར་རོ། །གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྤང་བ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་མཚན་ཉིད་ལ་ཚོད་པ་སྤང་བ་

མི། དམ་བཅའ་དང་བསལ་བ་དུས་མི་གཅིག་ན་ཉིན་མཆན་གྱི་སྒྲིང་མུན་ལྟར་བསལ་བྱ་སེལ་བྱེད་  
 དུ་མི་འབྲད་ལ། གཅིག་ན་བདེན་ཞེན་གྱིས་ཁས་ལེན་པ་མི་འབྲད་དོ་ཞེ་ན། དམ་བཅས་དུས་ཉིད་  
 ན་བསལ་རུང་ཡོད་ཀྱང་། གཞི་དེ་ཉིད་ལ་མ་དྲན་པས་ཁས་ལེན་པ་འབྲད་ལ། ཁས་སྒྲངས་པའི་  
 རྒྱན་ལ་བསལ་བ་འཇུག་པའང་འབྲད་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་དབྱེ་བསྐྱུ་ལ་ཚུང་པ་སྤང་བ་ལ་གཉིས་  
 ཏེ། རྗེས་དཔག་རྒྱ་མི་འདུ་བ་དང་། མདོན་སྒྲུལ་ལ་མཚུངས་པ་སྤང་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས།  
 ཁས་སྒྲངས་རྗེས་དཔག་རྒྱ་མི་འདུ་བ་སྤང་བ་ནི། བྱད་མེད་འདི་མ་ཡིན་ཏེ་མ་ཞེས་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་  
 ཞེས་བྱ་བ་ལ་ཤེས་འདོད་ཀྱི་གཞི་ལ་ཕྱོགས་ཚས་མེད་དོ་ཞེ་ན། འདི་ལ་ཁ་ཅིག་སྒྲིལ་ས་བྱུང་བའི་  
 ཚད་མ་ཡིན་ཡང་དེའི་མིང་མི་འདོད་པས་ཞེས་བེད་

༩༩༥

པ་ནི་མ་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། སྒྲ་ལས་བྱུང་བ་ནི་བརྗོད་བྱ་རྗོད་བྱེད་གྱི་འབྲེལ་པ་དོན་རང་མཚན་ལ་  
འདོད་པས་འབྲུལ་ལ། འདིར་ནི་མདོན་པར་འདོད་པའི་དོན་སྣང་བ་དང་། དེ་ལས་བྱུང་བའི་སྒྲ་རྒྱ་  
འབྲས་སྒྲ་འབྲེལ་པས་འབྲས་རྟགས་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་གྲགས་པ་རྗེས་དཔག་རྒྱ་མི་འདུ་བ་སྤང་བ་  
ནི། འཛིག་རྟེན་ལ་གྲགས་པ་ཅམ་ལ་བྱེད་ན། བདག་དང་རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་གྲགས་སོ་ཞེ་ན། དེ་  
དག་གྲགས་ཀྱང་གཞོད་བྱེད་ཡོད་ལ་བརྗོད་རུང་གི་གྲགས་པ་ལ་གཞོད་བྱེད་མེད་པས་རུང་བ་དང་  
དོན་གཅིག་རྒྱ་འཛིན་པས་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་མདོན་སྒྲུལ་ལ་མཚུངས་པ་  
སྤང་བ་ནི། རྗེས་དཔག་བཞིན་དུ་མདོན་སྒྲུལ་ལ་འང་། །བསལ་བ་གཉིས་པོ་འཇུག་ཅེ་ན། །རྗེས་  
དཔག་རྟེན་མདོན་སྒྲུལ་ལ་འང་སྒྲ་བ་གཉིས་མེད་དོ་ཞེས་ཟེར་བ་ལ་འང་གཉིས་སྣང་མདོན་སྒྲུལ་དུ་

ཁས་སྤངས་པས་བསལ་བ་དང་། རྒྱས་བརྗོད་རུང་དུ་འཛིན་པ་ཏྟ་བུ་གྲགས་པའི་མངོན་སྲུང་གི་  
བསལ་བ་ཡང་ཡོད་པས་དུག་ཏུ་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། ཁས་སྤངས་འབྲས་རྟགས་ལས་གཞན་  
མིན། །རུང་བ་མངོན་སྲུང་གིས་མི་འགྲུབ། །ཟླ་བ་གཉིས་སྤང་མངོན་སྲུང་མ་ཡིན་པ་ལ་མངོན་སྲུང་  
དུ་ཁས་སྤངས་པས་སེལ་བ་ནི། ཟླ་བ་གཉིས་སྤང་མངོན་སྲུང་དུ་བརྗོད་པའི་སྤྱིར་མངོན་སྲུང་ཡིན་  
ཞེས་ཆོག་ལས་དོན་དཔག་པའི་རྗེས་དཔག་ལས་མ་འདས་ཏེ། མ་ཡིན་པར་བརྗོད་པའི་ཆོག་ལས་  
དོན་དཔག་ཀྱང་རྗེས་དཔག་ལས་མ་འདས་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ཉིད་ཀྱིས་སྟོགས་ཆོས་ཁས་སྤངས་ཀྱི་  
རྗེས་དཔག་ཀྱང་ལོགས་སུ་མི་འབྱུང་དེ། སྟོགས་ཆོས་ཆོག་ལ་དོན་གྱིས་བྱུང་པ་ཁས་སྤངས་ཀྱང་  
རྟགས་ལས་གྲུབ་པས་

༩༩༥

མཐར་ཆེག་ལ་དོན་གྱིས་བྱུང་པ་ཁས་སྒྲུངས་ཀྱི་མཐར་ཐུག་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་གྲགས་པའི་མངོན་  
སྤྱུང་གི་བསལ་བ་ཡང་མི་འཐད་དེ། སྒྲས་བརྗོད་རུང་མངོན་སྤྱུང་གིས་མི་འགྲུབ་ཅིང་རང་རིག་  
གིས་གྲུབ་པ་ནི་མངོན་སྤྱུང་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་བསྒྲུབ་བྱར་དམ་བཅས་པ་ཉིད་ན་དོན་  
དང་སྒྲའི་སྒྱུན་གྱིས་སོལ་བ་ཚར་གཅོད་པའི་ཕྱིར་བསལ་བ་སྤྱོད་སྤྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་  
པ་སོ་སོའི་རང་བཞིན་ལ་བཞི་ལས་སྒྲིག་མར་མངོན་སྤྱུང་གི་བསལ་བ་བཤད་དོ། །དེ་ལ་གཉིས་  
ལས་མཆོན་ཉིད་ནི། དམ་བཅས་ཉིད་ན་སྤྱིར་བ་དང་། །འགལ་བ་མངོན་སྤྱུང་བསལ་བ་ཡིན། །དེའི་  
མཆོན་ཉིད་ནི། དམ་བཅས་ཙམ་ཉིད་ན་སྤྱིར་སྟོབས་ཀྱིས་འགལ་བ་གྲུབ་པ་སྟེ། དཔེར་ན་སྒྲ་མཉམ་  
བྱ་མ་ཡིན་ཞེས་དམ་བཅས་པ་སྟེ་བུ་རོ། །གཉིས་པ་ཚོད་པ་སྤང་བ་ནི། གལ་ཏེ་སྒྲ་གྲུབ་ན་མཉམ་བྱ་



མ་ཡིན་པ་ལ་བདེན་ཞེན་མེད་ལ། མྱོངས་པས་ཐ་སྙད་ལ་ལོག་པར་ཞེན་ན་ཐ་སྙད་བསྐྱབ་ཏུ་  
 འགྱུར་བས་མདོན་སྐྱུམ་གྱི་བསལ་བ་མི་འཐད་ཅིང་སྐྱ་མ་གྲུབ་ན་མཉན་བྱར་ཡང་མ་གྲུབ་པས་  
 སེལ་བ་མི་འཐད་དོ་ཞེ་ན། སྤར་གྲུབ་པ་མ་དྲན་པས་དམ་བཅས་པ་ན་དྲན་པ་ལ་སྦྱོར་བས་མི་  
 འགལ་ལོ། །གཉིས་པ་རྗེས་དཔག་གི་བསལ་བ་ལ་འང་གཉིས་ལས་དང་པོ་མཆན་ཉིད་ནི། ཚུལ་  
 གསུམ་དངོས་པོ་སྟོབས་ཞུགས་དང་། །དམ་བཅས་འགལ་ན་རྟགས་བསལ་ཡིན། །དེའི་མཆན་ཉིད་  
 ནི། དམ་བཅས་ཅམ་ཉིད་ན་ཚུལ་གསུམ་དངོས་པོ་སྟོབས་ཞུགས་གྱི་འགལ་བ་འགྱུབ་པ་ནི། དཔེར་  
 ན་སྐྱ་རྟག་གོ་ཞེས་དམ་བཅས་པ་སྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་དེ་ལ་ཚུད་པ་སྤང་བ་ནི། གངས་ཅན་ན་རེ། གླ་  
 རྟག་གུང་སྦྱེ་འཛིག་

༩༩༥

ཏུ་སྒྲུང་བ་ནི་མངོན་པར་བསལ་བ་དང་། ཉེ་བར་ཞ་བ་ཙམ་ཡིན་གྱི་སངས་རྒྱས་པ་ལྟར་མེད་པ་  
གསར་དུ་སྐྱེ་བ་དང་། ཡོད་པ་གཏན་ནས་འཇིག་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། ཉེ་བར་ཞ་བའི་གནས་སྐབས་  
ན་མངོན་པར་བསལ་བ་ཞིག་ན་མི་རྟག་པ་ཡིན་ལ། མ་ཞིག་ན་ཉེ་བར་ཞ་བ་ཉིད་འགལ་ལོ། །དེས་  
ན་མི་སྒྲུང་ཡང་ཡོད་པར་འདོད་པ་དང་། གནས་སྐབས་འགྱུར་ཡང་རྟག་པར་འདོད་པ་དང་། གཙོ་  
བོ་དང་སྐྱེས་བུ་ཐ་དང་དུ་འདོད་པ་དང་། རང་བཞིན་དང་རྣམ་འགྱུར་གཉིས་གཅིག་ཏུ་འདོད་པ་  
ལ་གཞོད་དོ། །གསུམ་པ་ཡིད་ཆེས་པའི་བསལ་བ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་མཆན་ཉིད་ནི། ཡིད་  
ཆེས་ཆེག་དང་དམ་བཅའ་བ། །འགལ་བ་ཁས་བླངས་བསལ་བ་ཡིན། །དེའི་མཆན་ཉིད་ནི། དམ་  
བཅས་ཙམ་ཉིད་ན་ཡིད་ཆེས་པའི་ཆེག་དང་འགལ་བར་གྲུབ་པ་ལོ། །གཉིས་པ་དབྱེ་ན། དེ་ལ་ཁས་

བླ་མ་རང་ཆེ་ག་གཉིས། རིགས་པའི་སྒོར་གསུངས་པ་ལྟར་ཁས་བླ་མ་གྱི་བསལ་བ་དང་། རང་  
 ཆེ་ག་གི་བསལ་བ་གཉིས་སོ། །གསུམ་པ་དེ་དག་གི་དོན་དཔྱད་པ་ལ་གསུམ་སྟེ། ལྷ་དང་རང་ཆེ་ག་  
 གི་བྱད་པར། དེ་འགལ་ན་དམ་བཅས་འཛིག་ལ་དེས་ན་གཞན་དོན་ལ་སྒྲིལ་དུ་འགྱུར་  
 བའོ། །དང་པོ་ལ་འང་གསུམ་ལས། ལྷ་རབས་པ་ཡི་ལྷགས་དཔྱད་ན། །གཞན་དག་ལྷ་དང་རང་  
 ཆེ་ག་ཟེར། །དེ་གཉིས་གྱི་བྱད་པར་ལྷ་རབས་པ་དག་ཡིད་ཆེས་པའི་ལྷ་དང་འགལ་བ་དང་། མོལ་  
 བ་རང་གི་དག་དང་འགལ་བ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །གཉིས་པ་སྒྲིབ་དཔོན་གྱི་དགོངས་པ་བརྗོད་པ་  
 ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་དག་གི་དབྱེ་བར་འགྱུར་བའི་ཚུལ་ནི། སྒྲིབ་དཔོན་དག་གི་དབྱེ་བར་  
 བཞེད། །དག་གི་དབྱེ་བ་སྟེ་ཞེས་པས་

༩༩༩

ཁས་སྒྲངས་པ་ནི་སྒྲར་དམ་བཅས་པ་དང་ཕྱིས་བརྗོད་པ་གཉིས་འགལ་བ་སྟེ། དཔེར་ན་སྒྲར་མར་  
དམ་བཅས་ནས་ཕྱིས་མོ་གཤམ་དུ་བརྗོད་པ་བཞིན་ནོ། །རང་ཆོག་ནི་དམ་བཅས་པའི་དོན་དེ་ཉིད་  
ལ་དཔགས་ན་འགལ་བ་སྟེ། དཔེར་ན་རྗེས་དཔག་ཚད་མ་མ་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་པ་སྟེ། དེ་ནི་སྟེ་  
གཞལ་བྱ་བདེན་པ་བཀག་ནས་བྱེ་བྲག་རང་གི་ཆོག་གིས་གཞལ་བྱ་ཁས་ལེན་པས་རང་ཆོག་གི་  
བསལ་བའོ། །ཀུན་ལས་བརྟུས་སུ་གཉིས་ཀའང་དཔེ་གཅིག་གིས་བསྟན། གཞལ་བྱའི་དོན་ཅན་གྱི་  
ཚད་མ་དག་མེད་དོ་ཞེས་ཁས་སྒྲངས་དང་རང་ཆོག་གཉིས་ཀ་དཔེ་གཅིག་གིས་གསུངས་ལ།  
རིགས་པའི་སྒྲོར་ལུང་ལ་དཔེར་བརྗོད་གཞན་དུ་གསུངས། དེའི་དགོངས་པ་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པས་  
ཆོས་ནི་འཕྲོས་ནས་བདེ་བ་སྟེར་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསལ་བར་གསུངས་སོ། །གཉིས་པ་

ལུང་དང་འགལ་བ་བྱེ་བྲག་རྩ་དཔུང་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། ལུང་བྱང་པར་བ་རྗེས་དཔག་རྩ་འདུ་བ་དང་།  
 ལུང་ཕལ་པ་རང་གི་ཆོག་དང་མཚུངས་པའོ། །དང་པོ་ནི། གཞལ་བྱ་གཉིས་ལ་ཆད་མ་  
 གཉིས། །བསྐལ་བའི་དོན་ལ་རང་ཆོག་གིས། །མི་གཞོད་གསུང་རབ་དེད་གྱི་ལུང་། །རྗེས་སུ་དཔག་  
 པར་བསྐལ་ཏེ་གསུངས། །མདོན་གྱུར་ལ་མདོན་སྐྱམ་དང་། །ལྷོག་གྱུར་ལ་རྗེས་དཔག་དང་། །འཕྱི་  
 རྩ་ལྷོག་གྱུར་ལ་ལུང་གི་ཆོག་ཕན་ཚུན་ནང་མི་འགལ་བའི་གསུང་རབ་དེད་གྱི་ལུང་ཡིན་ལ་དེ་སྟ་  
 བུའི་ལུང་དེ་སྟོགས་གྱི་གྲང་པོས་རྗེས་སུ་དཔག་པར་བསྐལ་པས་ཆད་མ་གསུམ་པར་མི་བཞེད་  
 ཅིང་། གཞོད་བྱེད་ཉིད་ཡིན་ཏེ་རྣམ་འགྲེལ་ལས། ཡིད་ཆེས་ཆོག་ནི་མི་བསྐྱུ་བའི། །སྤྱི་ལས་འདི་  
 ཡུལ་ལྷོག་གྱུར་ནའང་། །གོ་སྐབས་མེད་པའི་

༩༩༩

ཕྱིར་སྒོ་ནི། །རྗེས་སྐྱེད་པ་ག་པའི་ཚད་མར་བཞེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །གཉིས་པ་ནི། དེས་  
ན་རིགས་པས་གྲུབ་པའི་ལུང་། །ཚད་མ་ཉིད་ཡིན་མ་གྲུབ་ན། །རང་གི་ཆོག་དང་མཚུངས་པའི་  
ཕྱིར། །དགག་བྱེད་ཉིད་དུ་བཞེད་པ་ཡིན། །དངོས་པོ་སྟོབས་ལྷགས་གྱིས་གྲུབ་པའི་ལུང་རྣམས་ནི།  
རྗེས་དཔག་ཚད་མ་ཉིད་ཡིན་ལ། དེ་དང་མི་ལྡན་པའི་ལུང་རྣམས་ནི། རང་ཆོག་དང་བྱུང་པར་མེད་  
པས་དེ་ཁས་སྤངས་ནས་འགལ་ཡང་རང་ཆོག་དང་འགལ་བ་དང་། ཕན་ཚུན་སྟོབས་མཚུངས་  
པས་གཞོད་བྱེད་མ་ཡིན་གྱི་གཞག་བྱེད་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ལུང་དུ་གྲགས་ཚད་ཚད་མ་མིན། །ཚད་མས་  
གྲུབ་པ་དེ་ལུང་ཡིན། །ཁས་སྤངས་ནས་ནི་དཔྱོད་པ་སྒྲུན། །དཔྱོད་ནས་ཁས་སྤངས་མཛུངས་པའི་  
ལྷགས། །བར་སྐབས་གྱི་ཆོགས་བཅད་དོ། །རྣམ་འགྲེལ་ལས་ཀྱང་། མཐོང་དང་མ་མཐོང་དོན་དག་



ལ། །རིགས་པས་གྲུབ་དང་རང་ཆོག་གིས། །གཞོན་མེད་བསྟན་བཅས་གང་ཡིན་དེ། །གཟུང་བར་བྱ་  
 བྱིར་དཔྱོད་འཇུག་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །གསུམ་པ་ཚུད་པ་སྤང་བ་ལ་གཉིས་ལས།  
 དང་པོ་གཞན་གྱི་ལུང་དང་མཚུངས་པ་སྤང་བ་ནི། ལུང་གཞན་འགལ་བའང་དེར་འགྱུར་ལ། འོ་ན་  
 རིག་བྱེད་ལས་བྱས་ཀྱི་སྒྲིག་པ་འདག་པར་བཤད་པ་དང་འགལ་བའང་ལུང་དང་འགལ་བར་  
 འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། ཆགས་སོགས་ཆོས་མིན་ཆགས་བྲལ་སོགས། །ཆོས་སྟུང་ཆད་ལྟ་མིན་རྣམས་  
 འཆད། །ཆགས་སྤང་སྤངས་པ་ཆོས་མ་ཡིན་པ་དང་། དེ་རྣམས་མེད་པ་ཆོས་ཡིན་པར་རྒྱུང་འཕེན་  
 པ་ལས་གཞན་པའི་གྲུབ་མཐའ་ཐམས་ཅད་འདོད་དོ། །བྱས་དང་

༩༣༥

ཆགས་སོགས་རྒྱ་མི་འགལ། །དེ་ལྟའི་གཞུང་རྣམས་ལུང་མ་ཡིན། །ཆོས་ཡིན་མི་མཐུན་བཞིན་དུ་  
ཆོས་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་ལ་མི་གཞོད་པའི་བྱས་གྱིས་སྡིག་པ་འཛོམས་པར་འདོད་པ་དེ་རང་ཆོག་དང་  
ཡང་འགལ་ཏེ། རྒྱ་ལ་མི་གཞོད་པའི་སྤྲོད་གྱིས་ནད་སེལ་བར་ཁས་བླངས་ན་བཞད་གད་དུ་འགྱུར་  
བ་བཞིན་ནོ། །དེ་འདྲའི་རིགས་པ་དང་འགལ་བའི་གཞུང་མཐའ་དག་ལུང་དུ་མི་འདོད་དོ། །གཉིས་  
པ་གགས་བྱེད་བསྐྱབ་བྱའི་སྦྱོན་དུ་མི་འགྱུར་བའི་ཚོད་པ་སྤང་བ་ནི། གལ་ཏེ་རང་ཆོག་བསྟན་  
བཅོས་ཀྱི། །གགས་ལས་ཐེ་ཆོམ་ཙམ་ཡིན་ལ། །དེ་ནི་བསྐྱབ་བྱ་སྦྱོན་མེད་ཉིད། །ཡིན་ཕྱིར་སྦྱོགས་  
སྦྱོན་མིན་ཞེ་ན། །རང་གི་ཆོག་དང་བསྟན་བཅོས་དང་འགལ་བས་གགས་བྱས་ནས་ཐེ་ཆོམ་སྦྱེ་མོད།  
དེ་ནི་བསྐྱབ་བྱ་སྦྱོན་མེད་ཡིན་པས་བསྐྱབ་བྱ་ལ་གཞོད་པར་གལ་འགྱུར་ཞེ་ན། གགས་ཀྱི་ཐེ་ཆོམ་

བསྐྱེད་པ་ཡི། །སྒོ་ནས་སྒྱུ་རྒྱུ་སྒོ་བ་མིན། །ཆེ་ག་དེས་བསྐྱེད་བྱ་མི་འགྲུབ་པ་ལི། །སྒོ་ནས་སྒྱུ་རྒྱུ་  
 འཛིག་པ་ཡིན། །ཆེ་ག་པན་ཚུན་གྱི་གཞུང་ལས་ཐེ་ཆོམ་སྐྱེས་པ་ལི་སྒོ་ནས་སྒྱུ་རྒྱུ་མི་བསྐྱེད་གི  
 གཞུང་གི་སྒོ་ནས་བསྐྱེད་བྱ་དེ་མི་བསྐྱེད་པས་སྒྱུ་རྒྱུ་འཛིག་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་དེ་འགལ་ན་  
 དམ་བཅའ་འཛིག་པ་ནི། དམ་བཅས་རང་གི་བསམ་པ་སྒྱུ་རྒྱུ་། །འགལ་བ་འདྲུས་ན་དམ་བཅའ་  
 འཛིག་། དམ་བཅས་རང་གི་བསམ་པ་ཡོད་པར་སྒྱུ་རྒྱུ་ལ། རང་ཆེ་ག་དང་བསྐྱེད་བྱ་མི་བསྐྱེད་གི་འགལ་བ་  
 གཞི་གཅིག་ལ་བསྐྱེད་ན་ཅི་ངན་པ་ལི་ཞོ་ལྷ་ར་ངང་གིས་འདོད་པ་འཛིག་པ་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ་དེས་  
 ན་གཞན་དོན་ལ་སྐྱེད་བྱ་རྒྱུ་རྒྱུ་བ་ལི། དེས་ན་བསྐྱེད་པ་སྒྱུ་རྒྱུ་ཅན་གྱིས། །ཅོད་པ་ལི་སྐབས་

༩༣༩

སྐྱུ་ཕམ་པ་བསྐྱེད། །ཚིག་སྐྱོན་ཅན་བརྗོད་པ་ཉིད་ཀྱིས་གཞན་དོན་རྗེས་དཔག་ལ་གླུན་ཀར་འགྱུར་  
བར་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །བཞི་པ་གྲགས་པས་བསལ་བའང་གཉིས་ལས་དང་པོ་མཆན་ཉིད་ནི།  
དམ་བཅས་ཉིད་ན་འཇིག་རྟེན་དང་། །འགལ་བ་གྲགས་པས་བསལ་བ་ཡིན། །དེའི་མཆན་ཉིད་ནི།  
དམ་བཅས་ཅམ་ཉིད་ན་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཚུལ་དང་འགལ་བ་གྲུབ་པའོ། །གཉིས་པ་དེའི་རང་བཞིན་  
ངེས་པར་བྱ་བ་ལ་གཉིས་ལས་དང་པོ་བསྐྱུས་ཏེ་བཤད་ན། བརྗོད་པ་དག་སྐྱོད་དོན་ལ། །དངོས་  
འབྲེལ་འདོད་པ་སྤར་བཀག་ཅིང་། །མུ་སྟེགས་བརྗོད་པ་བ་དག་སྐྱོད་དོན་ལ་དངོས་པོའི་འབྲེལ་པ་  
ཡོད་པར་བསམས་ནས་གང་ལ་བརྗོད་བྱ་རྗོད་བྱེད་གྱི་འབྲེལ་པ་ཡོད་པ་དེས་བརྗོད་དུ་རྒྱུ་གི་དེ་  
མེད་པས་བརྗོད་ན་སྐྱོན་ཅན་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དངོས་འབྲེལ་འདོད་པ་བརྗོད་བྱ་བརྟག་

པའི་བར་དུ་བྱེད་བར་བཀག་ཟེན་རྟོ། །བརྗོད་འདོད་དབང་གིས་འཇུག་པ་ཡང་། །བསྐྱབས་ཟེན་  
 དེས་ན་གྲགས་པ་འང་འགྲུབ། །གཞན་སེལ་གྱི་སྐབས་སུ་སྐྱེ་བམས་ཅད་བརྗོད་འདོད་གྱིས་སྦྱར་བ་  
 གྲུབ་ལ། དེ་གྲུབ་ན་གྲགས་པ་འང་གྲུབ་ཟེན་རྟོ། །གཉིས་པ་སྤྲེ་སྤྲེ་བཤད་པ་ལ་གཉིས་རྟེ། ཐོག་མར་  
 མདོའི་ཆོག་དགོད་ན། གང་ལ་བྱུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱིར་རྗེས་སུ་དཔག་པ་མེད་ལ་སྐྱེ་ལས་བྱུང་  
 བའི་གྲགས་པ་དང་འགལ་བའི་དོན་གྱིས་ན་བསལ་བ་དེའང་ཕྱོགས་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་  
 མོ། །གཉིས་པ་དེའི་དོན་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ་གསུམ་སྤྲེ། བཤད་ཚུལ་དང་པོ་དང་། གཉིས་པ་  
 དང་། དེ་དག་གི་དགོངས་པ་འོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་རྟེ།

༩༣༣

གཞན་གྱིས་བརྟགས་པ་དགག་པ་དང་། རང་གིས་འཐད་པ་བརྗོད་པ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས།  
ཕྱགས་སྒྲ་མ་བརྗོད་ན། ཡོད་པའི་རྟགས་གྱིས་རི་བོང་ཅན། ལྷ་བ་ཡིན་པ་འགོག་པ་ལ། །བརྗོད་  
པ་བ་དག་རི་བོང་ཅན་ཆོས་ཅན་ལྷ་བའི་སྒྲས་བརྗོད་མི་རུང་སྟེ། ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་ཟེར་  
རོ། །གཉིས་པ་དེ་དགག་པ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་བ་ནི། འདི་ལ་  
དཔེ་མེད་ཡོད་ན་མས་ལ། ལྷ་ཀུན་བརྗོད་དུ་རུང་ཕྱིར་རོ། །ཡོད་པའི་རྟགས་ལ་དཔེ་མེད་པས་སྤྱན་  
མོང་མ་ཡིན་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་གང་བཞག་པའི་ཆོས་དེ་ལ་འང་ལྷ་བའི་སྒྲས་བརྗོད་དུ་རུང་བའི་  
ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་རྟགས་གྱི་གཙོ་བོ་ཡོད་པ་ལ་འང་རྗེས་འགྲོ་མེད་ན་རྟགས་པལ་པ་དེ་ལས་གཞན་  
བཀོད་ཀྱང་རྗེས་འགྲོ་མེད་པས་སྤྱན་མོང་མིན་པ་འགྱུར་བ་སྒྲིམ་ཅི་དགོས། ཡོད་པ་དཔེར་བརྗོད་



ཕའི་འབྲས་བུ་འདི་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པ་འགལ་བར་འགྱུར་བ་ནི། སྒྲ་ཡི་དོན་གྱི་ཡོད་པ་ལ། །སྒྲ་བར་  
 རུང་ཕྱིར་འགལ་བ་ཡིན། །རྣམ་པར་རྟོག་པ་ལ་སྒྲ་བའི་ཡོད་པ་ནི་འགལ་བ་ཡིན་ཏེ། ཡོད་པ་  
 ཐམས་ཅད་སྒྲ་བར་རུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་འཐད་པ་བརྗོད་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། བརྗོད་དུ་རུང་  
 བའི་གྲགས་པ་དང་། སྒྲ་ལས་བྱུང་བའི་གྲགས་པ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་ལས་བརྗོད་རུང་གི་གྲགས་  
 པ་དོས་བཟུང་ན། འཇིག་རྟེན་དཔྱོད་པའི་སྒྲ་ལས་བྱུང་། །དེ་ཉིད་གྲགས་པ་ཡིན་པར་  
 བཞེད། །འཇིག་རྟེན་ཡུལ་ལྷགས་གྱི་སྒྲིད་པ་ལས་བྱུང་བའི་སྒྲ་ཉིད་ལ་སྒྲོབ་དཔོན་གྱིས་གྲགས་པའི་  
 བརྗོད་མཛད་དེ། ཐ་སྙད་ལས་ནི་སྒྲིས་པ་ཡི། །ཚོས་དང་གྲགས་པའི་སྒྲ་ཡིས་བརྗོད། །ཅེས་

༩༣༣

གསུངས་པས་སོ། །གཉིས་པ་དེ་ཐམས་ཅད་ལ་བྱབ་པར་བསྐྱབ་པ་ནི། དེ་ཡང་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་  
ལ། །རུང་ཕྱིར་གྲགས་པས་ཀུན་ལ་བྱབ། །ཡུལ་དུས་རྣམ་པ་གང་ཡིན་ཡང་རུང་། སྤར་བརྟུང་བྱས་  
སམ་མ་བྱས་ཀྱང་རུང་། ཐུན་མོང་དུ་གྲགས་སམ་མ་གྲགས་ཀྱང་རུང་སྟེ། སྒྲས་བརྗོད་རུང་ཐམས་  
ཅད་ལ་བྱབ་པས་གྲགས་པ་འང་ཐམས་ཅད་ལ་བྱབ་པའི་ཕྱིར་ཐུན་མོང་བར་དགོངས་སྟེ། དེ་ལ་  
བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་ཅན། །འདོད་པས་འཇུག་ཕྱིར་དགག་མེད་པ། །བྱས་དང་མ་བྱས་ཐམས་ཅད་  
དུ། །སྒྲ་ཚོགས་རང་བཞིན་ཉིད་ཀྱིས་རུང་། །ཞེས་གསུངས་པ་སྟར་རོ། །གསུམ་པ་དེ་ལ་ཚུད་པ་  
སྤང་བ་ནི། མ་གྲགས་པ་ལ་གྲགས་པའི་སྒྲ། །འཇིག་རྟེན་པ་དང་འགལ་ཞེ་ན། །རུང་བ་ཙམ་ཡོད་  
མོད་སྤར་མ་གྲགས་པ་ལ་གྲགས་པར་མིང་འདོགས་པ་འཇིག་རྟེན་དང་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། ཤེས་བྱ་

གུན་དང་རྒྱུ་བ་ལ། །གྲགས་པའི་སྐྱ་མཛད་འཆོད་པ་བཞིན། །དངོས་སུ་མེད་ཀྱང་རྒྱས་པ་ཡོད་  
 པས་དེར་བརྟ་མཛད་དེ་འཆོད་པའི་རྒྱས་པ་ཡོད་པ་ལ་འཆོད་པ་དང་། བརྟ་རྟ་རྒྱུ་བ་ལ་བརྟ་  
 བ་ཞེས་བརྟོད་པ་བཞིན་ནོ། །རྣམ་འགྲེལ་ལས། གྲགས་པ་མེད་ཀྱང་དངོས་པོ་ལ། །རྒྱུ་ཉིད་དེ་ཡི་  
 རྟོབས་ཉིད་ལས། །དེ་ལ་སྐྱ་གུན་འབྲེལ་དེས་ན། །དེ་ལ་དེ་ནི་གྲུབ་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པས་  
 སོ། །གཉིས་པ་སྐྱ་ལས་བྱུང་བའི་གྲགས་པ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་སྐྱ་བྱུང་གི་གྲགས་པ་ངོས་བཟུང་  
 ན། སྐྱ་ལས་བྱུང་བའི་གྲགས་པ་དང་། །ཞེས་གསུངས་པའི་དགོངས་པ་ཡང་། གྲགས་རྒྱུ་དོན་ལ་  
 གྲུབ་ན་ཡང་། །བརྟ་དང་བརྟོད་འདོད་ལ་

༧༣༥

བརྟེན་པ་ལེ། །སྒྲ་གྲུབ་ན་ནི་གྲུབ་བོ་ཞེས། །བསྟན་ཕྱིར་སྒྲ་བྱུང་གྲགས་པ་གསུངས། །སྒྲ་ཐམས་ཅད་  
ཀྱི་རྟུང་བ་དོན་ཐམས་ཅད་ལ་གྲུབ་མོད་ཀྱི། །སྒྲ་བརྟེན་དང་བརྟེན་བརྟེན་འདོད་ལ་བརྟེན་ནས་གྲུབ་  
ནའང་གྲགས་པ་གྲུབ་བོ་ཞེས་བསྟན་པ་ལེ་ཕྱིར་སྒྲ་ལས་བྱུང་བ་ལེ་ཞེས་གསུངས་ཏེ། །སྒྲ་ནི་བརྟེན་ལ་  
བརྟེན་པ་ཡིན། །དེ་ཡང་འདོད་ཅམ་བརྟེན་པ་ཡིན། །སྒྲ་ཡིས་གྲུབ་པ་མི་འགྲུབ་མིན། །དེ་ལྟར་སྒྲ་  
བྱུང་གྲགས་པ་གསུངས། །ཞེས་བཤད་པ་ལྟར་རོ། །གཉིས་པ་དེ་རྗེས་དཔག་ཏུ་འདུ་བ་ནི། །གྲགས་  
པ་ལེ་རྗེས་དཔག་གིས་འགྲུབ་པས། །འགལ་བ་མི་འབྲུལ་མི་སྲིད་དོ། །གྲགས་པས་འགྲུབ་པས་རྗེས་  
དཔག་ཡིན་པས་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ལེ་ཡུལ་ལ་འགལ་བ་ལ་མི་འབྲུལ་པ་མི་སྲིད་ཅིང་། །བརྟེན་པར་  
འདོད་པ་ལེ་གྲངས་གཅིག་པ་ཅན་ཡང་མི་དགོས་པར་བཤད་ཟིན་པས་འདིར་ཡང་མི་དགོས་

སོ། །གཉིས་པ་བཤད་ཚུལ་གཉིས་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་རྗེས་དཔག་ལས་གྲགས་པ་ཡུལ་ཐ་  
 དད་པར་བསྐྱབ་པ་ནི། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྗེས་སུ་དཔག་པ་མེད་ལ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན། རི་  
 བོང་ཅན་སྒྲ་བ་མ་ཡིན་ཞེས་ཟེར་བའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་བརྗོད་པ་ལ་རྗེས་སུ་དཔག་པ་མེད་པར་སྟོན་  
 ཏེ། དངོས་པོ་སྟོབས་ཞུགས་ཀྱི་རྗེས་དཔག་ལས་གྲགས་པ་ཡུལ་ཐ་དད་པར་གསུངས་སོ། །རི་ལྟར་  
 ཡུལ་མི་གཅིག་ཅེ་ན། །གྲགས་པ་དངོས་པོས་བསྐྱེད་ན་ནི། །རྗེས་དཔག་བཞིན་དུ་ཡུལ་ངེས་  
 འགྱུར། །བརྗོད་འདོད་དབང་གིས་སྒྱུར་བ་ལ། སྒྲ་རྣམས་གང་ལ་འང་མི་འཇུག་མེད། །གྲགས་པ་  
 དངོས་པོས་བསྐྱེད་ན་བྱས་པ་དང་མི་རྟག་པ་འཇུག་མེད། མེ་དང་དུ་བ་ལྟར་རང་རང་གི་ཡུལ་ལ་ངེས་པ་  
 ཞིག་ན། བརྗོད་འདོད་ཀྱིས་ཕར་སྒྱུར་བས་

༩༣༥

ཡུལ་ཐམས་ཅད་ལ་སྒྲ་ཐམས་ཅད་འཇུག་པ་སྒྲས་ཁེགས། རྣམ་འགྲེལ་ལས། དེས་ནི་དངོས་རྣམས་  
ཡོད་མེད་པའི། །རྗེས་སྒྲ་འཇུག་ཅན་རྗེས་དཔག་ལས། །ཐ་དད་དེ་དབང་མི་འཇུག་པ། །དེ་འདོད་  
ལས་སྐྱེས་ཡིན་ཞེས་བརྟན། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །གཉིས་པ་དེ་ལ་གཞན་གྱིས་བརྟགས་པ་  
དགག་པ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་བརྟོག་པའི་རྟགས་བྱུན་མོང་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་བ་ནི། དེས་ན་  
ཀུན་ལ་འཇུག་པའི་ཕྱིར། །གྲགས་པ་ཡུལ་ལ་མི་འཇུག་ཅས། །བརྗོད་པའི་དཔེ་གཞན་རྟོག་དཀའ་  
བས། །བྱུན་མོང་ཉིད་མིན་མཉམ་བུ་བཞིན། །རི་བོང་ཅན་ལྷ་བའི་སྒྲས་བརྗོད་དུ་མི་རུང་སྟེ་ཡོད་  
པའི་ཕྱིར་ཞེས་བརྗོད་པ་དེ་ལ། ཡོད་པ་ལ་སོགས་པའི་རྟགས་གང་ལའང་ལྷ་བའི་སྒྲས་བརྗོད་དུ་མི་  
རུང་བའི་དཔེ་མེད་པས་མཉམ་བུའི་རྟགས་བཞིན་དུ་བྱུན་མོང་མ་ཡིན་པར་གསུངས་པ་ཡིན་



མོ། །གཉིས་པ་རང་གི་སྒྲེ་པའི་འཆད་ཚུལ་མི་འབད་པ་ནི། སྤྱི་མཚན་འཆད་པའི་སྐབས་ཡིན་པས།  
 རི་བོང་ཅན་ལ་དཔེར་མཛད་ནས། །ཞེས་བྱ་ཀུན་ལ་བྱབ་པས་བསྟན། །ད་ཀྱི་ག་ཤིང་མེན་སོགས་  
 ལ་འང་མཚུངས། །རྒྱུ་ཀ་བྱེད་པ་དག་རི་བོང་ཅན་སྒྲེ་བའི་སྐབས་བརྗོད་རུང་དཔོག་པའི་གྲགས་པ་  
 ཉིད་ལ་དཔེ་མེད་པས་གང་ལ་བྱུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཞེས་གསུངས་སོ། །ཞེས་ཟེར་བ་ནི་མ་  
 ཡིན་ཏེ་དེ་ལ་དཔེ་མེད་དུ་ཆུག་ཀྱང་ད་ཀྱི་ག་ཤིང་མ་ཡིན་མོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་འང་གཞོད་པས་  
 སོ། །གསུམ་པ་སྒྲོབ་དཔོན་གྱི་དགོངས་པས་བཤད་པ་ལ་གསུམ་ལས་དང་པོ་སྒྲེ་བའི་སྐབས་བྱུན་མོང་  
 བར་སྒྲེ་བ་པ་ནི། ག་ཤུར་དང་ནི་དངུལ་སོགས་ལ། །སྒྲེ་བའི་སྐབས་ནི་གཞན་དུ་གྲགས། །དེ་ཉིད་དཔེར་

༩༣༥

བྱས་བསེལ་ཟེར་ཅན། །ཟླ་བར་བསྐྱབ་པ་བྱམ་མོང་རྟགས། །སྟོས་སྟོར་ལས་ག་པུར་དང་། བཅུད་  
ལེན་ལས་དངུལ་ཆུ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཟླ་བའི་སྒྲ་མཐོང་ལ་དེ་དཔེར་བྱས་ནས་བསེལ་ཟེར་ཅན་  
ལའང་ཟླ་བར་བརྗོད་པས་བྱམ་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྟགས་སུ་ག་ལ་འགྱུར། གཉིས་པ་དེ་དངོས་པོ་  
སྟོབས་ཞུགས་སུ་འགྱུར་བ་ནི། བར་ལ་འཇུག་རྣམས་བྱམ་མོང་པ། །གཅིག་ལ་གྲུབ་ན་ཀུན་ལ་  
གྲུབ། །འདི་ནི་དངོས་པོ་སྟོབས་ཞུགས་ཡིན། །གྲགས་པ་འགོག་ན་བྱིད་ཀྱིའང་འཇིག །བརྗོད་  
འདོད་ཀྱི་བར་ཐམས་ཅད་ལ་འཇུག་པས་དེ་ལ་བྱམ་མོང་མ་ཡིན་པ་མི་སྲིད་དོ། །གང་ཡང་རུང་བ་  
ཅིག་ཏུ་བར་འགྲུབ་ན། དེ་དཔེར་བྱས་ནས་ཐམས་ཅད་ལ་གྲུབ་པར་དངོས་པོ་སྟོབས་ཞུགས་ཀྱིས་  
འཇུག་པ་ཡིན་ནོ། །བརྗོད་འདོད་ཀྱི་གྲགས་པ་ཁས་མི་ལེན་ན་བྱིད་རང་ཁས་ལེན་པའི་རི་བོང་ཅན་

ལ་སོགས་པར་འདོད་པའང་འཛིག་པས་ཐ་སྙད་ཐམས་ཅད་འཛིག་པར་འགྱུར་རོ། །གསུམ་པ་  
 བརྗོད་རུང་འགོག་ན་གྲགས་པ་དང་འགལ་བ་ནི། དེས་ན་འདོད་པས་སྦྱོར་བའི་བརྟ། །ཀུན་ལ་  
 འཇུག་ཏུ་རུང་བཞིན་དུ། །འགོག་ན་འཛིག་རྟེན་གྱིས་གཞོད་པས། །གྲགས་པ་དག་དང་འགལ་བར་  
 དགོངས། །སྦྱིར་རྒྱ་མཚན་ཅན་དང་བརྗོད་འདོད་ཀྱི་བརྟ་གཉིས་ལས། དང་པོ་བསེལ་ཟེར་ཅན་  
 ནམ་འཆོད་པ་ལ་སོགས་པ་དཔྱད་ན་ཐམས་ཅད་ལ་མི་འཇུག་པ་སྤིང་གྱང་གཉིས་པ་འདོད་པ་  
 ཅམ་གྱིས་གྲུབ་བཞིན་དུ་རི་བོང་ཅན་ལ་ལྷ་བ་ལ་སོགས་པ་འགོག་པ་ནི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ལྷགས་གྱིས་  
 གཞོད་པའི་སྦྱིར་གྲགས་པ་དང་འགལ་བ་ཞེས་དགོངས་སོ། །གསུམ་པ་དེ་དག་གི་དགོངས་པ་  
 དཔྱད་པ་ལ་གཉིས་རྟེ། གཞན་གྱི་ལྷགས་

༩༣༥

དགག་པ་དང་། རང་གི་འདོད་པ་བརྗོད་པ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་ལས། ཐོག་མར་བརྟེན་དང་ཐ་སྙད་  
དུ་འབྱེད་པ་དགག་ན། །ལ་ལ་བརྟེན་དང་ཐ་སྙད་ཀྱི། །གྲགས་པ་གཉིས་སུ་འབྱེད་པ་ཡོད། །བྱང་  
ཕྱོགས་པ་བོད་དག་མིང་གི་རྣམ་པ་ཙམ་གྱིས་ཞེན་རུང་བརྟེན་གྲགས་པ་ཡིན་ལ་དོན་སྟོན་དེས་པ་  
ལ་སྐྱོས་ཞེན་རུང་ཐ་སྙད་ཀྱི་གྲགས་པ་ཞེས་ཟེར་རོ། །འདི་མི་འཐད་དེ། ཐ་སྙད་འདི་ཡི་སྐབས་  
དོན་མིན། །མཆོན་ཉིད་དེ་འདྲ་སྟེར་བཀག་ཟེན། །ཐ་སྙད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་དོན་སྟོན་ལ་སྐྱོས་  
འབྲུལ་པ་ལ་འདོད་པ་སྟེར་བཀག་ཟེན་ལ། མཆོན་བྱ་ལ་ཐ་སྙད་དུ་འབྱེད་ན་འདི་ལྟ་སྐབས་དོན་མ་  
ཡིན་ཞིང་། འཇིག་རྟེན་སྟོད་པ་ལི་ལྷགས་ལ་བྱེད་ན་ལྷས་དག་ཡིད་གསུམ་གྱི་བྱ་བ་ལ་འཇུག་པ་  
འགའ་ཞིག་ཡིན་ལ་འགའ་ཞིག་མ་ཡིན་ལོ། །གཉིས་པ་བརྟེན་ལ་དངོས་དང་ཞེན་པར་འབྱེད་པ་

དགག་ན། དངོས་དང་ཞེན་པའི་བརྗོད་རྒྱུ་གི། བརྗོད་གྲགས་པ་འང་གཉིས་ཞེས་བེད། བོད་  
 རྣམས་བརྗོད་གྲགས་པ་ལ་དངོས་སྤྱི་བརྗོད་རྒྱུ་དང་ཞེན་པའི་བརྗོད་རྒྱུ་གཉིས་སྤྱི་བེད་ནས་  
 དངོས་ཀྱི་བརྗོད་རྒྱུ་དོན་སྤྱི་ཡིན་ལ། ཞེན་པའི་བརྗོད་རྒྱུ་དོན་དངོས་པོར་བྱས་ནས་རི་བོང་  
 ཅན་གྱི་རྣམ་པ་འཕམ་རང་མཚན་ཆོས་ཅན་ལྷ་བའི་སྒྲས་དངོས་སམ་ཞེན་ནས་རྗེས་སྤྱི་བེད་ཏྲོག་  
 པའི་སྤྱང་དོར་ཡོད་པ་འཕམ་རང་མཚན་དུ་ཡོད་པའི་བྱུང་བུམ་པའི་སྤྱི་འཕམ། རང་མཚན་བཞིན་ཞེས་  
 བྱ་བའི་སྤྱི་བེད་གཉིས་འགོད་པར་བྱེད་དོ། །འཆད་ན་གཉིས་སྤྱི་ཡོད་མོད་ཀྱི། །འཇུག་པའི་ཆོ་ན་  
 རྣམ་དབྱེ་མེད། །འཆད་ན་སྤྱི་དང་རང་མཚན་དུ་འབྱེད་མོད་ཀྱི། །འཇུག་ན་དངོས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་དང་  
 ཞེན་བྱར་མི་འབྱེད་དོ། །ཞེས་བརྗོད་བྱ་བརྗོད་པར་བཤད་བེན་ཏྲོ། །གསུམ་

༩༣༣

པ་དེས་ན་བཤད་ཚུལ་གཉིས་ལ་སྒྱུར་བ་འབྲུལ་པ་ནི། དེས་ན་བཤད་ཚུལ་རྣམ་པ་གཉིས། །དངོས་  
དང་ཞེན་པར་འཆད་པ་འབྲུལ། །མདོའི་བཤད་ཚུལ་དང་པོས་ཞེན་པའི་བརྗོད་རླུང་གི་གྲགས་པ་  
དང་། བྱི་མ་དངོས་ཀྱི་བརྗོད་རླུང་གི་གྲགས་པར་འཆད་པ་དགོངས་པ་མ་ཡིན་ཅོ། །གཉིས་པ་རང་  
གི་འདོད་པ་བརྗོད་ན། རྒྱ་མས་སྒྲུབ་གྲགས་པ་ལ། །རྗེས་དཔག་མེད་ཕྱིར་མི་ཁེགས་  
པའམ། །ཡང་ན་དེ་ལ་འགལ་སྒྲུབ་མེད། །དེས་ན་དེས་ཕྱིར་གཞོད་བྱེད་ཡིན། །སྒྲུབ་ལས་བྱུང་བའི་  
གྲགས་པ་དང་འགལ་བ་ལ་དབྱུང་ཚུལ་གཉིས་ལས་དང་པོ་ནི་སྒྲུབ་ལས་བྱུང་བའི་གྲགས་པའི་ཆོས་  
ནི་རྗེས་དཔག་མེད་པར་དགག་པར་མི་རྒྱས་སོ། །ཞེས་སྟོན་པའི་ཕྱིར་རམ། ཡང་ན་རྗེས་དཔག་ལ་  
འགལ་བ་ལ་མི་འབྲུལ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་དེས་པ་ཡིན་པས་སྒྲུབ་ལས་བྱུང་བའི་རྗེས་དཔག་གཞོད་



བྱེད་ཡིན་པར་བསྟན་ཏེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། གྲགས་པར་རྗེས་དཔག་བྱེད་དེ་རྟུལ། རྗེས་སྤྱད་པག་  
 པས་གྲུབ་པ་ལ། །འགལ་བ་འབྲུལ་པ་མེད་པ་ཅན། མེད་པར་སྟོན་པར་བྱེད་པ་ཡིན། །ཞེས་  
 གསུངས་པ་རྟུལ་རོ། །སྤྱི་མ་གྲགས་པའི་རྗེས་དཔག་ལ། །ཡུལ་གྱི་དབྱེ་བ་བསྟན་པ་ཡིན། །གང་ལ་  
 ཐུན་མོང་མ་ཡིན་བྱེད། །ཞེས་བྱ་བ་དེས་འཛིན་རྟེན་གྱི་བརྗོད་པའི་སྒྲས་བརྗོད་པ་ན་རྗེས་དཔག་  
 མེད་པར་དགོངས་ཏེ། རྗེས་དཔག་གི་ཡུལ་དངོས་པོ་ཡིན་ལ་འདིའི་ཡུལ་སྒྲོ་བ་ཏགས་ཡིན་པའི་  
 བྱེད་རོ་སྒྲམ་དུ་དགོངས་སོ། །དེ་རྟུལ་ཤེས་ན་གྲགས་པ་ཡི། །བསལ་བ་མཁས་པའི་དགོངས་པས་  
 འགྲུབ། །གཞན་སེལ་གྱི་སྒྲོ་ནས་བརྗོད་བྱ་རྗོད་བྱེད་ཤེས་ན་གྲགས་བསལ་གྱི་དགོངས་པ་ལེགས་  
 པར་ཤེས་སོ། །ཆོད་མ་

༩༣༩

རིགས་པའི་གཏེར་ལས་རང་དོན་རྗེས་དཔག་བསྟན་པའི་རབ་རྒྱ་བྱེད་པ་སྟེ་བཅུ་པའོ། །།གཉིས་  
པ་གཞན་དོན་རྗེས་དཔག་ལ་གསུམ་ལས་དང་པོ་མཆན་ཉིད་ནི། གཞན་དོན་རྗེས་དཔག་རང་ཉིད་  
ཀྱིས། །མཐོང་བ་གཞན་ལ་སྟོན་པའི་ངག། གཞན་དོན་གྱི་མཆན་ཉིད་ནི་རང་གིས་མཐོང་བའི་  
རྟགས་གཞན་ལ་སྟོན་པའི་ངག་གོ། །འདིར་རྗེས་དཔག་ཤེས་པ་ཡིན་ལ་འདི་ངག་ཡིན་པས་རྗེས་  
དཔག་དངོས་མ་ཡིན་ཡང་རང་གིས་རྟགས་པའི་འབྲས་བུ་གཞན་གྱིས་རྟགས་པའི་རྒྱ་ལ་བཏགས་  
ནས་རྗེས་དཔག་རྒྱ་གསུངས་སོ། །གཉིས་པ་སྟེ་བ་པོ་གང་ཟག་ལ་གསུམ་སྟེ། སོ་སོའི་མཆན་ཉིད་  
དང་། དེ་དག་ཡམ་རྒྱལ་གྱི་རྣམ་གཞག་དང་། དེ་ལ་དཔང་པོས་རི་རྩུབ་བསྐྱབ་པའི་ཚུལ་སོ། །དང་  
པོ་ནི། རྟོན་དང་ཕྱིར་རྟོན་དཔང་པོ་གསུམ། །བསྐྱབ་དང་སྟུན་འབྲིན་བརྟེན་སྟོན་པའོ། །སྐྱབ་བྱེད་

བཟོད་པར་ཁས་ལེན་པ་གྲོལ་བ། ལྷན་ལྷན་བཟོད་པར་ཁས་ལེན་པ་ཕྱིར་གྲོལ། དེ་གཉིས་པམ་  
 རྒྱལ་བཟོད་པར་ཁས་ལེན་པ་དཔང་པོ་ལོ། །དེའང་ཚུད་པའི་རིགས་པ་ལས། ལྷན་བྱེད་ཡང་དག་  
 པར་བཟོད་པའམ། ལྷན་ཡང་དག་པར་བཟོད་པའི་སྒྲོ་ནས་རིགས་པའི་རྗེས་སུ་འཇུག་པར་འགྱུར་  
 ཏེ། དཔང་པོས་དངོས་སུ་གོ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་དམ་པའི་རིགས་པའི་རྗེས་སུ་འབྱུང་  
 བའི་ཚུད་པའི་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེའང་ཚུད་པ་ཆེན་པོ་ལ་དཔང་པོས་གཉི་གའི་དག་རྗེས་  
 སུ་བཟོད་ན་མི་འཇུག་ཅིང་གྲུབ་མཐའི་གནད་ཡི་གེར་བྲིས་ན་བསྟོན་མི་རུས་སོ། །ཞེས་མཁས་པ་  
 དག་ཟེར་རོ། །གཉིས་པ་དེ་དག་པམ་རྒྱལ་གྱི་རྣམ་གཞག་ནི། གྲོལ་བ་གཉིས་ལ་སྒྲོན་པོ་ན་  
 གྲིས། །ཆར་གཅད་པ་

༧༥༩

དང་རྗེས་འཛིན་འཇུག ། རྒྱུ་ཕྱིར་རྒྱུ་གཉིས་པོ་གང་སྟོན་ཅན་བརྗོད་པ་ཆར་གཅད་པའི་གནས་  
དང་། སྟོན་མེད་བརྗོད་པ་དེ་རྗེས་སུ་གཟུང་བའི་གནས་སོ། ། དེ་ལྟར་སྟོན་ན་རྒྱལ་པམ་ཡོད། ། མིན་  
ན་གཉིས་ཀ་མེད་པར་གསུངས། ། རྒྱུ་བས་སྐྱབ་བྱེད་ཡང་དག་པ་བཀོད་པ་ལ་ཕྱིར་རྒྱུ་གྱིས་སྟོན་  
མ་བརྗོད་ན་ཕྱིར་རྒྱུ་པམ་ལ། རྒྱུ་བས་སྐྱབ་བྱེད་ལྟར་སྐྱབ་བཀོད་པ་ལ་ཕྱིར་རྒྱུ་གྱིས་སྟོན་ཡང་  
དག་པར་བརྗོད་ན་རྒྱུ་བ་པམ་ཞིང་། དེས་སྐྱབ་བྱེད་ལྟར་སྐྱབ་བཀོད་ཀྱང་ཕྱིར་རྒྱུ་སྟོན་མི་  
བརྗོད་པའམ། སྟོན་ལྟར་སྐྱབ་བ་ཅིག་བརྗོད་ཀྱང་རྒྱུ་བས་ཆར་མ་འབྱེན་མ་ཤེས་ན་དེ་གཉིས་ཀ་  
ལ་པམ་རྒྱལ་མེད་དེ། སྟོན་ཅན་ཡིན་ཡང་བསྐྱབ་པ་དང་སྟོན་འབྱེན་མ་ཤེས་པའི་ཕྱིར་དང་རྒྱལ་  
པམ་གྱི་རྣམ་གཞག་རྒྱུ་བ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོབས་པ་འཛོམས་རྣམས་མ་རྣམས་ལ་རག་ལས་པའི་ཕྱིར་

རོ། །དེའང་ཚུད་རིགས་ལས། བྱིར་སྐྱོལ་བས་དེའི་དངོས་པོ་གོ་བར་བྱས་ན་འགྱུར་གྱི་གཞན་དུ་ན་  
 གཉིས་པོ་གཅིག་ཀྱང་རྒྱལ་བ་དང་ཕམ་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། སྐྱོལ་བས་སྐྱུ་བ་པར་  
 བྱེད་པ་སྐྱོན་ཅན་བརྗོད་ནའང་བྱིར་སྐྱོལ་བས་སྐྱོན་མ་བསྟན་ན་ཕམ་པའི་རྣམ་པར་གཞག་པའང་  
 རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ཉིད་ཀྱི་ཕན་ཚུན་རྣམ་པ་ཉི་བར་འཛམས་པ་ལ་སྟོས་ནས་རྒྱལ་བ་  
 དང་ཕམ་པར་རྣམ་པར་འཛོག་པའི་བྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་སྟར་རོ། །རྫུན་དང་གཡོ་སྐྱུས་ཆར་  
 གཅད་ཀྱང་། །དེ་ལ་རྒྱལ་ཕམ་མི་བཞེད་དོ། །བརྫུན་དང་གཡོ་དང་ཆིག་དོར་གྱིས་བསྐྱུས་ཀྱང་གྲུབ་  
 མཐའ་བསྐྱུང་མི་རྣམ་པས་ཕམ་རྒྱལ་མེད་དེ། ཚུད་རིགས་ལས། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བསྐྱུང་བའི་དོན་དུ་  
 དམ་པ་རྣམས་ཀྱང་རྒྱལ་བར་འདོད་པས་གཡོ་སྐྱུ་ལ་སོགས་པ་དག་གིས་ཆར་

༩༥༩

གཅད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཅོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། ཁུ་ཚུར་དང་། ཐལ་ལྷག་དང་། མཚོན་བསྟུན་པ་དང་།  
མེ་ལ་སོགས་པས་ཀྱང་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱ་ན། འདི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བསྟུང་བའི་ཐབས་དམ་པ་མ་ཡིན་  
ཏེ། ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །གསུམ་པ་དེ་ལ་དཔང་པོས་རི་ལྟར་བསྐྱབ་པའི་ཚུལ་ལ་གཉིས་ལས།  
སྒྱིར་ཚར་གཅད་པ་དང་རྗེས་སུ་གཟུང་བའི་ཚུལ་ནི། ཕྱོག་དང་སྒྱིན་པས་འཇིག་རྟེན་པ། །ཚར་  
གཅད་པ་དང་རྗེས་འཇིན་འདོད། །འཇིག་རྟེན་ན་སྟོག་དང་ནོར་ལ་སོགས་པ་ཕྱོག་པ་དང་། གདོད་  
ཐལ་བས་བྱུགས་པ་ལ་སོགས་པས་ཚར་གཅོད་ལ། གོ་འཕང་སྒྱིན་པ་ལ་སོགས་པས་རྗེས་སུ་འཇིན་  
ཏོ། །གྲུབ་མཐའ་བླང་དོར་བྱེད་པ་ལ། །དམ་པའི་ཚར་གཅད་རྗེས་འཇིན་འདོད། །མཁས་པའི་གྲར་  
ནོར་པ་འདོར་བ་དང་། བདེན་པ་ལེན་པ་དང་། དེ་ལྟར་སྟོགས་པ་ཉིད་དོ། །ཐམས་ཅད་སྒྱུར་བའི་



རྒྱལ་པོ་དག་ཚུལ་གཉིས་ཀ་བྱེད་དོ་ཞེས་གྲག་གོ། །གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་རྩ་ཚར་གཅད་པའི་གནས་  
 གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། རྒྱུལ་པ་བརྗོད་པ་དང་ལྷུལ་པ་དགག་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཚར་  
 གཅད་གཉིས་ལས་བྱེ་བའི་བཞི། །རིགས་པ་མཁྱེན་པའི་དགོངས་པ་ཡིན། །ཚོལ་བས་བསྐྱབ་པའི་  
 ཡན་ལག་མི་བརྗོད་པ་དང་། ཡན་ལག་མ་ཡིན་པ་བརྗོད་པ་གཉིས་དང་། ཕྱིར་ཚོལ་སྦྱོན་མི་བརྗོད་  
 པ་དང་། སྦྱོན་མིན་བརྗོད་པ་གཉིས་སོ། །དེ་རྟེན་ཡང་། བསྐྱབ་པའི་ཡན་ལག་མི་བརྗོད་ཅིང་། སྦྱོན་  
 མིན་བརྗོད་པ་གཉིས་པོ་དག །ཚར་གཅད་པ་ཡི་གནས་ཡིན་ཏེ། །གཞན་ནི་མི་རིགས་ཕྱིར་མི་  
 རདོད། །ཅེས་གསུངས་པ་རྟེན་པོ། །གཉིས་པ་ལྷུལ་པ་དགག་པ་ལ་གཉིས་ལས། གངས་ཅན་པའི་  
 ལྷགས་ནི། ཚོལ་བ་ལ་ནི་

༡༣༥

གསུམ་གཉིས་དུག ། བྱིར་ཤོལ་ལ་ཡང་གསུམ་གཉིས་དུག ། དཔང་པོ་ལ་གསུམ་གྱུན་ལ་  
གཅིག ། གངས་ཅན་པ་རྣམ་བཅུ་དུག་འདོད། ། ཤོལ་བ་དྲིས་པའི་ལན་མི་བརྗོད་པ་སྦྱོན་ཅན་བརྗོད་  
པ་མ་དྲིས་པ་བརྗོད་པ་སྟེ་གསུམ་དང་། སྦྱོན་སྤྱང་བའི་ཆོ། སྦྱོན་མི་སྤྱང་བ། ལན་སྟར་སྤྱང་བ།  
སྐབས་སུ་མ་བབ་པའི་ལན་བརྗོད་པ་སྟེ་དུག་གོ ། བྱིར་ཤོལ་འདྲི་བའི་ཆོ་མི་འདྲི་བ། མི་འོས་པ་འདྲི་  
བ། མ་འབྲེལ་པ་འདྲི་བ་དང་གསུམ། སྦྱོན་བརྗོད་པའི་ཆོ། སྦྱོན་མི་བརྗོད་པ། སྦྱོན་སྟར་སྤྱང་བརྗོད་  
པ། སྐབས་སུ་མ་བབ་པའི་སྦྱོན་བརྗོད་པ་སྟེ་དུག་གོ ། དཔང་པོ་ལ་ཤན་མི་འབྲེལ་པ། བྱིན་ཅི་ལོག་  
ཏུ་འབྲེལ་པ། སྐབས་མ་ཡིན་པར་འབྲེལ་པ་སྟེ་གསུམ་མོ། ། ཐུན་མོང་དུ་རྣམ་མི་གཏོད་པ་དང་བཅུ་  
དུག་གོ་ཞེས་བེད་རོ། ། འདི་མི་འཐད་དེ། ཆར་གཅད་ཡིན་ན་སྤར་མ་འདུས། ། མིན་ན་ཆར་གཅད་

ཉིད་མ་ཡིན། །དཔང་པོ་ལ་ནི་ཚར་གཅད་མེད། །ཅི་ནས་འབྱེད་ན་ཉ་ཅང་ཐལ། །ལན་མི་བརྗོད་པ་  
དང་། རྒྱུན་ཅན་བརྗོད་པ་དང་། རྒྱུན་མི་སྤྱོད་བ་དང་། ལན་ལྟར་སྤྱོད་བ་བརྗོད་པ་ནི། རྟོག་པ་  
སྤྱོད་མི་བརྗོད་པ་འཕྲུལ། མ་ཡིན་པ་བརྗོད་པར་འདྲུལ། མ་དྲིས་པ་བརྗོད་པ་ནི་སྐབས་སུ་མཁོ་  
ན་རྒྱུན་མེད་ཡིན་ཞིང་། མི་མཁོ་ན་ཡན་ལག་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཕྱིར་རྟོག་ཁས་བླངས་ནས་  
མི་འདྲི་བ་དང་། མི་འོས་པ་འདྲི་བ་ནི་སྐབས་པ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ལ། མ་འབྲེལ་པ་འདྲི་བ་ཡང་  
བསམ་པ་འགའ་ཞིག་གིས་འདྲི་ན་མ་འབྲེལ་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ཞིང་། རྒྱུན་ནས་མ་འབྲེལ་ན་སྐབས་པ་  
མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །སྐབས་པ་མེད་པ་ནི་སྐྱོབ་དཔོན་གྱིས་བསྐྱབ་པ་འདྲི་ཡན་ལག་མི་བརྗོད་པ་འཕྲུལ་  
རྒྱུན་མི་བརྗོད་པར་བསྐྱེད། རྩོད་རིགས་ལས། གང་

༧༥༣

གི་ཆེ་ཚོད་པ་ཁས་སྒྲངས་ནས་ཞུམ་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཅུང་ཟད་མི་སྒྲ་བའམ། གཞན་ཅུང་ཞིག་སྒྲ་བར་  
བྱེད་པ་དེའི་ཆེ་ཆེ་ལྟར་གཏན་ཆིགས་ལྟར་སྒྲ་བའི་ནང་དུ་འདུས་པར་འགྱུར་ཞེས་ངེས་པའི་  
མཐར་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པ་ནི་མ་རྟོགས་པ་རྟོགས་པར་བྱེད་པའི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་ཡུལ་ཅན་ཉིད་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པའི་ཡན་ལག་མ་བརྗོད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆར་གཅད་པའི་གནས་ཉིད་ཡིན་  
ནི་ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །དེ་དག་ལས་གཞན་ནི་ཆར་གཅད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཇི་སྐད་དུ། གཞན་  
ཡང་ཕྱོགས་སྒྲ་མ་དང་ཕྱི་མའི་ཚོལ་བ་དག་གཏན་ཆིགས་ལྟར་སྒྲ་བ་དང་སྒྲོབས་པ་མེད་པ་དག་  
ལས་གཞན་ཆར་གཅད་པའི་གནས་ཡིན་པ་ལ་རིགས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་ཀའི་ཆིག་  
ཉིད་ཀྱིས་ཐམས་ཅད་བསྟན་པའི་ཕྱིར་དེ་གཉིས་ཀ་འདུས་པའི་རབ་རྒྱ་དབྱེ་བ་ཡོད་ན་ཡོན་ཏན་

གྱི་ཁྱད་པར་མེད་པའི་ཆེ་ག་ལས་ཤིན་ཏུ་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རབ་ཏུ་སྤྲོས་པ་དོན་མེད་པ་  
 ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །དཔང་པོ་ལ་ཆར་གཙོད་གྱི་གནས་དགོངས་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 གཉིས་པོ་དག་ཆར་གཙོད་པའི་གནས་ཡིན་ཏེ་ཞེས་གསུངས་ལ། གཞུང་གི་ཆ་འགར་ཡང་དེ་མ་  
 གསུངས་པས་སོ། །གཉིས་པ་རྒྱུ་མེད་ཀྱི་ལྷ་གས་དགག་ན། དམ་བཅས་ལ་གཙོད་དམ་བཅའ་  
 གཞན། །དམ་བཅའ་འགལ་དང་དམ་བཅའ་སེལ། །གཏན་ཆེ་གས་གཞན་དང་དོན་གཞན་  
 དང་། །དོན་མེད་པ་དང་དོན་མི་ཤེས། །དོན་གྲེལ་དུས་ལ་མ་བབ་པ། །མ་ཆར་ལྷག་དང་ཡང་བརྗོད་  
 དང་། །རྗེས་སུ་མི་སྤྲོ་མི་ཤེས་དང་། །སྤྲོ་བས་པ་མེད་དང་རྣམ་གཡེང་དང་། །འདོད་པ་ཁས་ལེན་  
 བཞལ་བརྟག་འདོད། །རྗེས་སུ་སྤྲོ་མེད་ལ་སྤྲོ་དང་། །གྲུབ་མཐའ་ཉམས་དང་

༧༥༥

རྟགས་རྟུང་སྒྲིང་། །ཐུབ་པ་རྒྱུ་མེད་གིས་བཤད་པ་ལེ། །ཚད་གཅད་ཉི་ཤུ་ཅུ་གཉིས་ཡིན། །དེ་ལ་  
དཔལ་ལྷན་གྲགས་པ་ཡི། །འགའ་ཞིག་ཚར་གཅད་མིན་པར་བཤད། །ཚར་གཅད་ཡིན་ན་གཉིས་  
པོར་སྒྱུད། །དེ་དག་སྤྱེ་སྤྱེ་བཤད་ན། དམ་བཅའ་ལ་གཞོད་ཚར་གཅད་ནི། །བསྐྱབ་པའི་ཡན་ལག་  
མིན་བརྗོད་ཡིན། །མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་རང་གི་དཔེ་ལ་ཁས་ལེན་ན་དམ་བཅའ་ལ་གཞོད་  
པའོ། །དཔེར་ན་སྤྱི་མི་རྟག་སྤྱི་དབང་པོས་གཟུང་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར། ཅས་བརྗོད་པ་ལ་ཕྱིར་ཚོལ་  
གྱིས་སྤྱིའི་སྒོ་ནས་བསྐྱོག་སྤྱི། དབང་པོས་གཟུང་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྤྱི་རྟག་ཅས་བརྗོད་ན་སྤྱིར་གྱི་  
དམ་བཅའ་པ་ལ་གཞོད་པས་སོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །ཕྱིར་ཚོལ་གྱིས་བསྐྱོག་པས་ཚོལ་བའི་དམ་བཅའ་  
གཞོད་བའི་ངེས་པ་སྤྱིས་བྱས། །ཁོ་ཡི་ལྷགས་གྱིས་སྤྱི་རྟག་པ་དབང་པོས་གཟུང་བྱུང་འདོད་པ་ལ་སྤྱི་



དབང་པོས་གཟུང་བྱས་མི་རྟག་པར་བརྗོད་པས་ཐེ་ཚོམ་དུ་འགྱུར་གྱི། དམ་བཅའ་ལ་གཞི་དཔ་མ་  
 བྱས་སོ། །ཚོངས་པ་ལ་དེ་ལྟར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། ཚོངས་པ་ལ་སྤྱི་ལོ་རྟགས་ཅི་དགོས་ཏེ། རྟག་པར་  
 ཟུང་ཤིག་ཅེས་བརྗོད་པས་ཚོགས་ཏེ་དེ་ལ་དཔྱེད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་མི་མཐུན་ཁས་  
 ལྷངས་པས་ཚར་གཅད་མ་ཡིན་གྱི་སྐབ་པར་བྱེད་པའི་ཡན་ལག་མ་ཡིན་པར་བརྗོད་པས་ཚར་  
 གཅད་ཡིན་ནོ། །དམ་བཅའ་གཞན་པའི་ཚར་གཅད་ནི། །སྤྱན་འབྱེན་ཤེས་ན་མ་ངེས་འདུས། །དམ་  
 བཅས་པ་བཀག་པ་ལ་ཚོས་རྣམ་པར་བརྟགས་ནས་དེའི་དོན་སྟོན་པ་ནི་དམ་བཅའ་གཞན་  
 ནོ། །དཔེར་ན་སྤྱི་ལོ་རྟག་པར་དམ་བཅས་པ་ལ་དབང་པོས་གཟུང་བྱ་ཉིད་ཀྱི་རྟགས་བཀོད་པའི་ཚེ་  
 རྟགས་དེ་མ་ངེས་པར་བསྟན་ཏེ་བཀག་པ་ལ།

༨༣༥

ཆོས་གྱི་བྱེ་བྲག་སྤྱི་དང་བུམ་པ་གཉིས་ཐམས་ཅད་དུ་འགྲོ་བ་མ་ཡིན་པར་བརྟགས་ནས་བུམ་པ་  
ཐམས་ཅད་དུ་འགྲོ་བ་མ་ཡིན་པ་སྟར་སྒྲ་ཡང་ཐམས་ཅད་དུ་འགྲོ་བ་མ་ཡིན་ཞེས་དམ་བཅའ་  
གཉིས་པ་སྟོན་པ་ནི་དམ་བཅའ་གཞན་ཞེས་བྱ་བ་ཚར་གཅད་པའི་གནས་སོ། དེའང་དམ་བཅའ་  
དང་དམ་བཅའ་གཞན་གྱིས་བསྒྲུབ་མི་རུས་པས་སྟོན་ཡིན་ཅོ་ཞེས་ཟེར་བ་ལ། དེ་ནི་དམ་བཅའ་  
གཞན་དམ་བཅའ་གཞན་གྱིས་བསྒྲུབ་པ་མ་ཡིན་གྱི། དབང་པོས་གཟུང་བྱ་སྤྱི་ལ་འཇུག་པས་མ་  
ངེས་པའོ། །ཞེས་བརྗོད་པ་ལ་ཐམས་ཅད་དུ་འགྲོ་བ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ནི་དབང་པོས་གཟུང་བྱ་ཡིན་  
པའི་སྤྱིར་ཞེས་གཏན་ཆོགས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ཅོ། །དེས་ན་སྟར་གྱི་དམ་བཅའ་ལས་དམ་  
བཅའ་གཞན་བསྟན་ན་བདེན་ཡང་འདི་ནི་སྒྲུབ་བྱེད་བསྟན་གྱི་བསྒྲུབ་བྱ་བསྟན་པ་མ་ཡིན་

ནོ། །དེས་ན་འདིས་སྒོལ་བ་ཚར་གཙང་ཤེས་ནམ་ངེས་པ་བརྗོད་པས་ཚར་གཙང་ཡིན་ནོ། །དམ་  
 བཅའ་རྟགས་སོགས་འགལ་བ་ནི། །དམ་བཅས་བརྗོད་ན་ལྷག་པའི་སྒྲིམ། །མ་བརྗོད་རྟགས་ཀྱི་  
 སྒྲིམ་གསུམ་འབྱུང། །རྟགས་ལ་སྒྲིམ་མེད་ཚར་གཙང་མིན། །དམ་བཅའ་དང་རྟགས་འགལ་ན།  
 དམ་བཅའ་དང་འགལ་བའོ། །དཔེར་ན་ཡོན་ཏན་ལས་མ་གཏོགས་པའི་རྣམས་ཞེས་དམ་བཅས་  
 ནས་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལས་དོན་གཞན་མི་དམིགས་པའི་ཕྱིར་ཞེས་རྟགས་སུ་བཀོད་པ་ལྟ་  
 བུའོ། །དམ་བཅའ་དང་དཔེ་འགལ་བ་དཔེར་ན་སྒྲ་རྟག་སྟེ་བུམ་པ་བཞིན་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་དང་།  
 དམ་བཅའ་དང་རང་ཆོག་འགལ་བ་དཔེར་ན་དགོ་སྒྲོང་མ་སྒྲུམ་མའམ་བདག་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་  
 བུའོ། །ཡང་རང་ལ་གྲུབ་པའི་བ་ལང་ཉིད་ལ་སོགས་

༨༣༥༥

པའང་གཞན་ལ་མ་ངེས་པར་སྟོན་ན་འགལ་བ་དང་། རང་གི་ཕྱོགས་ལ་འང་མ་སྟོས་པའི་དབང་  
པོས་གཟུང་བར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལ་སོགས་པ་གཞན་ལ་གྲུབ་པའི་བ་ལང་ཉིད་ལ་སོགས་པ་མི་  
རྟག་པ་དང་འགལ་བས་འགལ་བ་ཡིན་ཞིང་། གཉིས་ཀས་ཁས་སྤངས་ན་མ་ངེས་པ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་  
ཟེར་རོ། །དེ་དག་མི་འབད་དེ། རྟགས་ཀྱི་སྒྱུར་བ་ལ་དམ་བཅའ་བརྗོད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཚར་གཅད་དུ་  
འགྱུར་བས་དམ་བཅའ་ལ་བརྟེན་པ་ཐམས་ཅད་གཞི་མ་གྲུབ་པའི་བྱད་པར་དཔྱེད་པར་ཟད་  
དོ། །གལ་ཏེ་དམ་བཅའ་ཁར་མ་ཕྱུང་ཡང་ཞེ་འདོད་དང་རྟགས་འགལ་ན་འགལ་བར་འགྱུར་མིན་  
ནམ་ཞེ་ན། ཡིན་མོད་ཀྱི་འོན་ཀྱང་དམ་བཅའི་སྒྲོ་ནས་མ་ཡིན་གྱི་རྟགས་འགལ་བ་ཚར་གཅད་པ་  
ཡིན་ཅོ། །དམ་བཅའ་ཁར་ཕྱུང་ན་མི་དགོས་པ་བརྗོད་པས་ཚར་ཆོད་ཀྱི། འགལ་བ་བརྗོད་པ་དོན་

མེད་དེ་ཕམ་པ་ལ་འཕམ་པ་བསྐྱེད་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར་མགོ་བཙད་པ་ལ་ཡན་ལག་ཐུབ་པ་བཞིན་  
 རོ། །བསྐྱེད་བྱ་གཅིག་ལ་རྟགས་མང་པོ་འདྲ་མི་འདྲུག་སྟེ། ཕྱི་མ་རྣམས་དོན་མེད་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །བདག་མེད་པ་འདྲ་དམ་བཅའ་དང་འགལ་བ་མེད་དེ་དངོས་པོའི་ཉེར་ལེན་ཅན་འགོག་གི་སྒྲ་  
 དོན་མི་འགོག་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་གཏན་ཆོགས་དང་དམ་བཅའ་འགལ་བ་དཔེར་ན་ཐམས་ཅད་  
 ཐ་དད་པ་ཡིན་ཏེ་ཆོགས་པ་ལ་དངོས་པོའི་སྒྲ་སྒྲུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་འདྲ་འདི་ལ་དམ་  
 བཅའ་དང་རྟགས་ཀྱི་སྒྲུར་བ་གཉིས་ཀ་མེད་ཀྱི་བསྐྱེད་པའི་དོན་ཉེ་བར་བཤད་པའི་སྒྲོ་ནས་ཉེ་  
 བར་སྐྱད་པའི་ཆོག་གམ། ཡང་ན་དཔེ་སྒྲོན་པ་ཡིན་ཏེ་སྒྲ་མི་རྟག་སྟེ་བྱས་པ་ཉིད་མི་རྟག་པའི་ཕྱིར་  
 རོ་ཞེས་བྱ་བ་རྟུ་བྱ་སྟེ། མདོ་ལས། དེ་ལ་ལྟ་བུ་དཔེ་ཡིན་ཏེ། གཏན་ཆོགས་

༨༣༥

ཉེ་བར་སྒྱུར་བ་ལས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ན། །དེས་ན་གཅིག་མི་འདོད་པ་ལ་དེ་བསྐྱས་པའི་  
ཚོགས་པ་གཅིག་མི་འདོད་པས་འགལ་བར་འགྱུར་བའི་སྐབས་མེད་དོ། །དྲུག་གི་ཅིག་ཅར་སྒྱུར་  
བའང་ཚོགས་པ་གཅིག་བསྐྱབ་པ་མ་ཡིན་ཏེ་དངོས་པོའི་རང་བཞིན་མེད་པ་ལ་གཅིག་དང་དྲུ་མ་  
འགོག་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་འདི་ལྟ་བུ་དག་གྲང་མ་གྱུ་བ་པའམ་འགལ་བའི་སྒྲོ་ནས་སྒྲོན་དུ་འགྱུར་  
གྱི་ལོགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཡང་རྟགས་དང་དཔེ་འགལ་བ་དུ་བས་མེ་བསྐྱབ་པ་ལ་ཆུ་རྒྱུ་དཔེར་  
བཀོད་པ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་ཟེར་བའང་མཐུན་སྟོགས་ལ་རྗེས་འགོ་མེད་པས་མ་དེས་པའི་སྒྲོན་ཡིན་  
གྱི་རྟགས་དང་དཔེ་འགལ་བའི་སྒྲོ་ནས་སྒྲོན་མ་ཡིན་ནོ། །སྒྲོན་གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་ཅི་འགལ་ཞེ་ན། མ་  
ཡིན་ཏེ་བསྐྱབ་པའི་ངག་ལ་སྒྲར་གཏན་ཚིགས་གྱི་སྒྲོན་བརྗོད་པས་ཕམ་པ་ལ། བྱིས་དཔེ་དང་



འགལ་བའི་དཔྱོད་པ་མི་འཇུག་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྟགས་དང་ཚད་མ་འགལ་བ་དཔེར་ན་མེ་སླེག་བྱེད་  
 མ་ཡིན་ཏེ་གང་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བའང་མ་གྲུབ་པའི་རྟགས་རྟུང་སྒྲུབ་པ་ཡིན་པས་ལོགས་སུ་མི་  
 འབྱེད་དོ། །ཡང་ལན་འགལ་བ་གཞན་གྱི་ཕྱོགས་ལ་བ་ལང་ཉིད་ལ་ལོགས་པ་རུང་ལ་གྲུབ་པའི་སྒྲོ་  
 རས་གཞན་ལ་མ་ངེས་པར་སྟོན་པའོ། །ཞེས་ཟེར་བ་མི་འབྱེད་དེ། བ་ལང་ཉིད་ཡོད་པའམ་མེད་  
 པའང་རུང་སྟེ་དེ་དག་གི་སྒྲུབ་བྱེད་མ་བརྗོད་ན་ཐེ་ཚོམ་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པས་མ་ངེས་པ་ཡིན་ལ། སྒྲུབ་  
 བྱེད་བརྗོད་ན་བ་ལང་ཉིད་ལ་རྟགས་མི་འཇུག་པར་ངེས་པས་ཐེ་ཚོམ་མེད་དོ། །གཉིས་ཀའི་ཕྱོགས་  
 ལ་ཁས་ལེན་པའི་སྒྲོ་རས་དངོས་སུ་མ་ངེས་པ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་ཟེར་བའང་ལོགས་པའི་མི་འབྱེད་དེ་  
 རྟགས་ལ་ཐེ་ཚོམ་

༧༣༥

ཟ་བའི་མ་ངེས་པར་འདྲ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་དཔེ་སྟོན་ཅན་གྱི་སྟོན་ས་ཚར་གཅད་ཀྱང་ལོགས་སུ་  
མེད་དེ། དཔེ་རྟགས་གྱི་ནང་དུ་འདྲས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ངེས་ན་རྟོག་པའི་ཕྱོགས་སུ་མ་རྟགས་རྟུར་  
སྒྲུང་དང་མ་འབྲེལ་ན་ཚར་གཅད་མ་ཡིན་ལ། དེ་དང་འབྲེལ་ན་རྟུར་སྒྲུང་བརྗོད་པའི་ཚར་གཅད་  
ཉིད་ཡིན་ནོ། །དེའི་རིགས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཚར་གཅད་གཞན་མ་ཡིན་ནོ། །དམ་བཅའ་སེལ་བ་མ་  
ངེས་འདྲས། །ཚར་གཅད་གཉིས་པ་དོན་མེད་ཡིན། །ཕྱོགས་ལ་དམ་བཅའ་བའི་དོན་སེལ་བ་ནི།  
དམ་བཅའ་སེལ་བ་སྟེ། དཔེར་ན་སྒྲ་མི་རྟག་པར་དམ་བཅས་པ་ལ་དབང་པོས་གཟུང་བར་བྱ་བའི་  
ཕྱིར་ཞེས་བཀོད་པ་ན། རྟགས་སྟེ་ལའང་འཇུག་པས་མ་ངེས་སོ། །ཞེས་བཀག་པའི་ཆོ་སྒྲ་མི་རྟག་  
པར་སྟེ་ཞེས་སྟུར་གྱི་དམ་བཅའ་འདོར་ན་དམ་བཅའ་སེལ་བའི་ཚར་གཅད་ཡིན་ནོ།

ཞེས། །འདི་འདྲ་མི་འཐད་དེ། ལྷ་མ་ངེས་པ་བརྗོད་པས་ཚར་གཅད་པའི་ཕྱིར་ཕྱིས་གྱི་དམ་བཅའ་  
 བ་སེལ་བའི་ཕྱིར་ཚར་གཅད་དོན་མེད་དོ། །དེ་ལྟར་ཡང་ཚར་གཅོད་དོ་ཞེ་ན། ཏ་ཅང་ཐལ་ཏེ།  
 ཕྱོགས་བཀག་པ་ལ་མི་སྒྲི་ན་མི་སྒྲི་བ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། འབྲོས་ན་འབྲོས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཚར་  
 གཅད་གཞན་ཡང་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཏན་ཆེགས་གཞན་པ་དག་ལྗོགས་ན། །མ་ངེས་མ་ལྗོགས་  
 ཚར་གཅད་མིན། །རྟགས་བྱུང་པར་མེད་པ་བཀག་ནས་བྱུང་པར་འདོད་པ་གཏན་ཆེགས་གཞན་  
 པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་གསལ་བ་འདི་དག་རང་བཞིན་གཅིག་ཡིན་ཏེ། ཚད་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་  
 བཀོད་པ་ན། འཇིམ་པའི་རང་བཞིན་གྱིས་ཁམ་ཕོར་ལ་སོགས་པའི་ཚད་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །བདེ་  
 ལྷག་མ་རིག་པ་དང་འབྲེལ་པའི་གསལ་བ་འདི་དག་

༧༣༩

ཚད་དང་ལྟན་པར་འཛིན་པར་འགྱུར་རོ། །དེའི་རང་བཞིན་གཅིག་དང་དུ་མ་ལ་ཚད་མ་མཐོང་  
བས་གཅིག་དང་འབྲེལ་པ་མ་ངེས་པའི་རྟགས་སོ། །ཞེས་སྟན་ཕྱང་ནས་དེའི་ངོ་བོ་དང་མ་འབྲེལ་  
པའི་རང་བཞིན་གཅིག་ཡིན་ཅོ་ཞེས་སྒྲས་ན་རྟགས་ཁྱད་པར་མེད་པར་བཀག་ནས་བསྟན་ཏེ།  
ཁྱད་པར་འདོད་པས་རྟགས་གཞན་ཡིན་ཅོ། །དེ་ལ་རྟགས་གཞན་ཡོད་ན་རྟགས་སྒྲ་མ་སྒྲུབ་བྱེད་མ་  
ཡིན་པས་ཚར་གཅད་ཡིན་ཅོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །འདི་འང་མི་འཐད་དེ། སྒྲ་མའི་ངག་རྒྱུ་གས་ན་མ་ངེས་  
པའི་སྟོན་ཡིན་པས་གཉིས་པ་དཔྱད་ཅི་དགོས། ངག་མ་རྒྱུ་གས་ཤིང་ལན་གྱི་གོ་སྐབས་མི་སྟེར་ན་  
ངག་མ་རྒྱུ་གས་པས་ཚར་གཅད་ཉིད་མ་ཡིན་ཅོ། །དོན་གཞན་ཚོལ་བ་མ་ངེས་པས། །ཚར་གཅད་  
ཕྱིར་ཚོལ་སྟོན་མིན་པ། །བརྗོད་པའི་སྟོན་ནས་ཚར་གཅད་ཀྱི། །དེ་ལས་གཞན་པའི་ཚར་གཅད་

མིན། །རྣལ་མའི་དོན་དང་མ་འབྲེལ་པ་ནི་དོན་ཅན་གཞན་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་སྤྱུ་རྒྱུ་སྤྱུ་  
 རེག་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བཀོད་པ་ལ་རྒྱུ་སྤྱུ་དོན་ཅི། གཏན་ཆེགས་ཀྱི་  
 སྐད་ཀྱི་བྱིངས་ནི་ཉི་མོ་ཏའི་སྤྱུ་རྒྱུ་སྤྱུ་བྱས་པའི་མཐའ་ཅན་གྱི་ཆེགས་གོ། །དེ་ལ་མིང་དང་ཨུ་རྒྱ་ར་  
 དང་ཉེར་བསྐྱར་ལ་སོགས་པ་སྐབས་མ་ཡིན་པ་འཆད་པ་ནི་དོན་གཞན་ཞེས་བྱ་བའི་ཆར་གཅད་  
 ཡིན་ནོ། །ཞེས་ཟེར་བའང་སོགས་པ་ཡིན་ཏེ་སྤྱུ་རྒྱུ་སྤྱུ་གཉིས་ཀ་བསྐྱབ་པའི་ཡན་ལག་དང་  
 སྤྱུ་རྒྱུ་མི་བརྗོད་པར་འདུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དོན་མེད་པ་ནི་བསྐྱབ་པ་ཡི། །ཡན་ལག་མིན་བརྗོད་ལས་  
 གཞན་མིན། །ཡི་གེའི་གོ་རིམ་སྤྱུ་རྒྱུ་པ་དང་འདྲ་བ་ནི་དོན་མེད་པའོ། །དཔེར་ན་སྤྱུ་རྒྱུ་སྤྱུ་རྒྱུ་  
 ར་ད་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་

༩༥༩

ཏྲ་བུ་སྐྱབ་བྱེད་མ་བསྟེན་པ་ཚར་གཅད་ཡིན་མོ། །ཞེས་ཟེར་རོ། །འདི་འང་མི་འཐད་དེ། ཡི་གའི་གོ་  
རིམ་བསྟེན་པ་དང་། བསྐྱབ་པའི་ཡན་ལག་མ་ཡིན་པ་གཞན་བརྗོད་པ་ལ་དོན་མེད་པ་བརྗོད་པར་  
བྱུང་པར་མེད་དེ། བསྐྱབ་བྱ་མི་བསྐྱབ་པའི་བརྗོད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་བྱུང་པར་མེད་  
བཞིན་དུ་དབྱེ་བ་བྱེད་པ་མ་འབྲེལ་ལོ། །འདྲ་ཞེས་བརྗོད་པས་སྟོན་མེད་དོ་ཞེ་ན། དེ་ཏྲ་ན་དོན་  
གཞན་པ་མི་དགོས་ཏེ་དོན་མེད་པ་དང་འདྲ་བའི་ཕྱིར་རོ། །མི་འདྲ་སྟེ་དོན་མེད་པ་ནི་དོན་ཅི་འང་  
མེད་པ་ཡིན་ལ། གཞན་ནི་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་མོ་ཞེ་ན། སྟོན་བ་མ་ཡིན་པ་འགའ་ཞིག་དོན་  
མེད་བརྗོད་པ་འང་ཚར་གཅད་དུ་འགྱུར་ཏེ། གྲུ་མཚན་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །མ་ཡིན་ཏེ་སྐབས་  
མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། འོ་ན་སྐབས་འདིར་དོན་མེད་པ་སྐྱབ་པ་ཞེས་བརྗོད་དགོས་ལོ། །དེ་ཏྲ་



ན་དེ་བསྐྱབ་པའི་ཡན་ལག་མི་བརྗོད་པས་ཚར་གཅད་དུ་འགྱུར་རོ། །ཡི་གེའི་གོ་རིམ་ཀྱང་དོན་ཡེ་  
མེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ་སྐབས་འགར་དོན་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་ནའང་ཚར་གཅད་གཞན་དུ་བྱེད་ན་  
ཏ་ཅང་ཐལ་ཏེ། མཁུར་ཚོས་ལ་རྟེན་པ་དང་མཆན་ཁུང་འཆིར་བ་ལ་སོགས་པའང་གཞན་དུ་  
འགྱུར་རོ། །དོན་མི་ཤེས་པ་དོན་མིན་སྒྲ། །བྱབ་པའི་ཡན་ལག་མིན་པར་འདུས། །དོན་ལྡན་གསུམ་  
བརྗོད་ཕྱིར་ཚོལ་གྱིས། །མི་རྟོགས་ཚོལ་བ་ཚར་གཅད་མིན། །ཚོགས་པ་དང་ཕྱིར་ཚོལ་བ་ལ་ལན་  
གསུམ་བརྗོད་ཀྱང་མི་གོ་ན་དོན་མི་ཤེས་པའོ། །འདི་ལྟར་ཚོགས་པ་དང་ཕྱིར་ཚོལ་ལ་ལན་གསུམ་  
བརྗོད་ཀྱང་མི་ཤེས་པ་དང་། གི་མ་ཅན་གྱི་སྒྲ་དང་། མ་གྲགས་པ་དང་། ལྟར་ཆེས་པས་བརྗོད་པ་ལ་  
སོགས་པའི་རྒྱས་དོན་མི་ཤེས་པས་བསྐྱབ་པར་

༩༥༩

འདོད་ན་ཚར་གཅད་པ་ཞེས་ཟེར་རོ། །འདི་ལ་འང་ངེ་མ་ཅན་ལ་སོགས་པ་ནི་དོན་མེད་པ་ཉིད་  
དང་བྱུང་པར་མེད་ལ། ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་ལན་གསུམ་བརྗོད་ཀྱང་མ་གོ་ན་པ་རོལ་པོ་སྤྱན་པས་ཚུ་  
རོལ་ཚར་གཅད་པ་ག་ལ་རིགས། དེའི་ཆེ་ཕྱིར་གྲོལ་ཉིད་ཚར་ཅིའི་ཕྱིར་མི་གཅོད། སྤྱན་པོས་མ་གོ་  
ན་མཁས་པ་མ་རྒྱལ་མོད། ཚར་གཅད་པ་ག་ལ་འོས། འབྲེལ་མེད་གྱི་དོན་བརྗོད་པ་འང་དོན་མེད་  
པ་ཉིད་ཡིན་པས་དོན་མི་ཤེས་པ་ལས་འོགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དོན་བྲལ་བསྟོན་ཆོགས་མ་འབྲེལ་  
བ། །བསྐྱབ་པའི་ཡན་ལག་མིན་པར་འདུས། །སྤྱི་མ་འབྲེལ་པ་ནི་དོན་དང་བྲལ་བའོ། །དཔེར་ན་  
ས་བརྩ་ལ་སོགས་པ་སྤྱི་ཕྱི་ཆོག་མ་འབྲེལ་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེས་ན་ཡི་གེ་མ་འབྲེལ་པ་འང་དོན་མེད་པ་  
ལས་འོགས་སུ་སྤྱོད། །དེ་ལྟ་ན་འབྲེལ་མེད་གྱི་ངག་ཀྱང་དོན་དང་བྲལ་བ་ལས་འོགས་སུ་བརྗོད་

དགོས་ལ་དེ་ལྟར་བྱེད་ཏེ་ཅང་ཐལ་ལོ། །དེས་ན་བྱེད་པ་ལས་ཡོན་ཏན་ནམ་བུ་སྤྱད་པ་ལ་སྤྱོད་མ་  
 མཐོང་བས་དེ་ལྟ་བུ་ཅི་ཡང་མ་ཡིན་མོ། །དེའི་ཕྱིར་འདི་འདྲ་བསྐྱབ་པའི་ཡན་ལག་མ་ཡིན་པ་བརྗོད་  
 པའི་ནང་དུ་འདུས་སོ། །དུས་ལ་མ་བབ་གོ་རིམ་བསྐྱོག་དེ་ལས་གོ་ན་ཆར་གཅད་མིན། །དོན་མི་གོ་  
 ན་བསྐྱབ་པ་ཡི། །ཡན་ལག་མིན་པ་བརྗོད་པར་འདུས། །ཡན་ལག་གོ་བསྐྱོག་ནས་བརྗོད་ན་དུས་ལ་  
 མ་བབ་པའོ། །འདི་ལྟར་དམ་བཅའ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཡན་ལག་གོ་ན་ཆར་གཅད་དོ། །གོ་བསྐྱོག་  
 གྱུར་དོན་གོ་ལོ་ཞེ་ན། གོ་འདྲ་སྐྱ་སྤྱོད་ཅན་ཡིན་ཏེ། སྐྱ་སྤྱོད་བ་དང་བྲལ་བར་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་  
 དཔེར་ན་སྐྱ་བྱར་ཆག་པ་ལས་ལེགས་པར་སྐྱར་བ་གོ་ལ། དེ་ལས་དོན་རྟོགས་པ་བཞིན་དུ་དམ་  
 བཅའ་ལ་སོགས་པའི་ཡན་ལག་

༩༥༩

ལས་གོ་རིམ་དང་དེ་ལས་དོན་རྟོགས་པར་འགྱུར་རོ། །འཇིག་རྟེན་ནའང་ལས་དང་བྱེད་པ་ལ་  
སོགས་པ་དེ་རྟུར་འཇུག་གོ། །ཞེས་བེད་རོ། །འདི་མི་འབད་དེ། སྐྱ་བྱར་ཆག་གིས་སྐྱ་ཉིད་རྟོགས་ན་  
དེ་ཉིད་གྱིས་དོན་རྟོགས་པར་བྱ་མོད། བརྒྱད་པ་ཅི་དགོས། རྩར་ཆག་གིས་སྐྱ་གོ་བའི་བརྟ་སྐྱར་  
བས་དེ་ཉིད་གོ་འོ་ཞེ་ན། བརྟ་ལས་གོ་ན་རྩར་ཆག་ཉིད་གྱིས་དོན་ལ་བརྟ་སྐྱར་བས་གོ་མོད། བརྟ་མི་  
ཤེས་ཀྱང་འཕྲལ་སྐྱར་ལས་དོན་གོ་བ་མཐོང་བས་སྐྱའི་རྗེས་སྐྱ་འཆད་པ་དོན་མེད་དོ། །མ་ཡིན་ཏེ་  
ལེགས་པར་སྐྱར་བས་བརྟོད་ན། མཐོ་རིས་སྐྱ་འགྲོ་འོ་ཞེ་ན། འོ་ན་ལེགས་པར་སྐྱར་བ་འཆད་  
མཁན་གྱི་མགོ་ཚད་ཅེས་ལེགས་པར་སྐྱར་བས་བརྟོད་ནའང་མཐོ་རིས་སྐྱ་འགྲོ་བར་འགྱུར་རམ།  
རིག་བྱེད་སྐྱར་བ་ལ་སྐྱ་དགོས་སོ་ཞེ་ན། དེད་ལ་རིག་བྱེད་སྐྱར་བ་མི་དགོས་སོ། །དེས་ན་དོན་ཆུང་

ལ་དགའ་བའི་སྒྲ་སྒྲ་མི་དགོས་ཏེ། ཡུལ་ཐ་དད་ཀྱི་སྒྲ་དྲི་སྒྲ་ཀྱང་དོན་གོ་ལ་རང་རང་གི་གོམས་  
 པས། སྒྲ་དང་སྒྲ་ཉམས་ཤེས་པ་ཉྱར་ལེགས་པར་སྒྲ་བའང་དེ་ཉྱར་ཤེས་སོ། །དེས་ན་སྒྲ་འི་མཆན་  
 ཉིད་ཀྱི་སྒྲ་ནས་འཇུག་པ་ནི་མོངས་པའི་འཇུག་པའོ། །དོན་གོ་ན་གོ་རིམ་བསྐྱོག་མ་བསྐྱོག་མཆུངས་  
 ཏེ། ཨྱུ་ལ་སྒྲ་པོ་འམ་སྒྲ་པོ་ཨྱུ་ལ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་སྒྲ་འི་གོ་རིམ་ཡང་མི་དགོས་ལ་དོན་  
 ལའང་དམ་བཅའ་ལ་སོགས་པ་མེད་ཀྱང་དོན་གོ་བས་གོ་རིམ་བསྐྱོག་ཅི་དགོས། དོན་གོའང་བརྗོད་  
 དགོས་ན་ཏ་ཅང་ཐལ་བས་དེའང་འདྲ་བ་ཉིད་ཆར་གཅད་ཡིན་ནོ། །གོ་བ་མེད་པའི་ངག་སྒྲེལ་བ་ནི་  
 དོན་མེད་པའི་ནང་དུ་འདུས་པའི་བྱིར་ཆར་གཅད་ལོགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །མ་ཆང་ཡན་ལག་གཉིས་  
 པའི་སྒྲོན། །དམ་བཅའ་མེད་སོགས་ཆར་གཅད་

༩༥༣

མིན། །ཡན་ལག་གང་ཡང་རུང་བ་མེད་ན་མ་ཚང་བ་ལོ། །ཡན་ལག་ལྔ་ལས་གང་ཡང་རུང་བ་གཅིག་  
མ་བཟོད་ན་མ་ཚང་བ་བཟོད་པས་ཚར་གཅད་དོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །མ་ཡིན་ཏེ་དམ་བཅའ་མེད་ཀྱང་  
གོ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དོན་གོའང་ངག་མ་ཚང་དོ་ཞེ་ན། གོ་བ་ཞིན་དུ་དོན་མེད་སྒྱུར་བ་ཚར་གཅད་པར་  
འོས་པ་ཡིན་ལོ། །ངེད་གྱི་ཡན་ལག་གཉིས་པའི་ངག་མ་ཚང་ན་བསྐྱབ་པའི་ཡན་ལག་མ་བཟོད་པར་  
འདུས་སོ། །ལྷག་བཟོད་སྐྱབ་བྱེད་མིན་པར་འདུས། །བྱེད་གྱི་ལྷགས་ལ་ཚར་གཅད་མིན། །ཏྲགས་  
དང་དཔེ་ལྷག་པ་བཟོད་ན་སྒྲ་མས་གྲུབ་པ་ལ་བྱིས་བསྐྱན་པས་ལྷག་པ་བཟོད་པས་ཚར་གཅད་དོ་  
ཞེས་ཟེར་རོ། །འདིའང་བསྐྱབ་པའི་ངག་ངེས་པ་ཅན་དུ་ཁས་ལེན་པ་ཁོ་བོ་ཅག་གི་ཕྱོགས་ལ་སྒྱུན་  
ཡིན་གྱི། བྱེད་གཏམ་རྒྱུད་སྣ་ཚོགས་པ་ཅན་ལ་སྒྱུན་མེད་དེ། མི་དགོས་པ་བཟོད་པ་སྒྱུན་དུ་མི་བཙུང་



བའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་བརྗོད་སྐྱོས་སྐྱོན་མ་ཡིན། །དོན་སྐྱོས་སྐྱབ་བྱེད་མིན་པར་འདུས། །དེ་ཡང་  
བསྐྱབ་པའི་དག་ལ་མིན། །གཏམ་རྒྱུད་རྒྱས་ལ་འདི་སྐྱོན་མིན། །རྗེས་སྐྱ་སྐྱ་བ་ལས་གཞན་སྐྱ་དང་  
དོན་དག་སྐྱོས་པ་ནི་ཡང་བརྗོད་པ་རྟེ། དཔེར་ན་སྐྱ་སྐྱོས་པ་སྐྱ་མི་རྟག་མི་རྟག་ཅས་བརྗོད་པ་རྟེ།  
བྱུ་ལོ། །དོན་སྐྱོས་པ་སྐྱ་མི་རྟག་སྐྱ་འགོག་པའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་པ་རྟེ། །བྱུ་ལོ། །ཞེས་ཟེར་  
རོ། །འདིར་སྐྱ་སྐྱོས་པ་ལོགས་སྐྱ་བརྗོད་མི་དགོས་ཏེ་དོན་སྐྱོས་པར་འདུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དོན་མི་  
སྐྱོས་ན་སྐྱ་སྐྱོས་ཀྱང་སྐྱོན་མེད་དེ། བྱེད་དགའ་ན་དང་དགའ། རྟ་ན་རྟ། ཟ་ན་ཟ་ཞེས་བརྗོད་པ་འཕ།  
གང་གང་ཡོད་ན་ཡོད་པར་འགྱུར་ཞིང་མེད་ན་མེད་པར་འགྱུར་བ་དེ་ནི་དེའི་རྒྱ་ཡིན་ལ། གཞན་ནི་  
འབྲས་བྱ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་པ་

༩༥༥

ཏྲ་བུ་ལོ། །དོན་སྒྲིལ་ན་ནི་དམ་བཅའ་བརྗོད་པ་ལྟར་སྒྲིལ་ཡིན་ནོ། །འདི་འང་བསྐྱབ་པ་འང་ངག་  
དགོད་པ་ན་སྒྲིལ་ཡིན་གྱི། གཏམ་རྒྱུད་རྒྱས་པ་འི་ཆོ། སྒྲིལ་མ་ཡིན་ཏེ་ཕ་རོལ་པོས་མ་གོ་བར་དོགས་  
པ་འི་ཆོ་དཔང་པོ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡང་ནས་ཡང་བརྗོད་ཀྱང་སྒྲིལ་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་སྒྲོབ་མ་ཡིན་  
ན་བདེན་མོད། བྱིར་སྐོལ་དང་དཔང་པོ་སྒྲོབ་མ་མ་ཡིན་པ་ལ་ཡང་ནས་ཡང་བརྗོད་པ་ཉིད་ཆར་  
གཅད་པ་ལོ། །ཞེ་ན། དཔང་པོས་གོར་གཞུག་པ་དང་། མ་གོ་ན་སྒྲིལ་ཡིན་མི་བྱེད་ལ་བསྐྱན་བྱ་ཡིན་  
པས་སྒྲོབ་མ་དང་བྱུང་མེད་ཅིང་རྒྱལ་བར་འདོད་པ་འི་ཚུངས་པ་དགག་བྱ་ཡིན་ལ་བྱུང་རང་ལྟར་  
ནའང་ལན་གསུམ་དུ་བརྗོད་དུ་ཡོད་ཅིང་། གཏམ་རྒྱུད་རྒྱས་པ་ལ་ལྟག་ཆད་གྱི་བརྟེན་པ་མེད་  
པ་འི་བྱིར། ཡང་ཡང་བསྐྱས་པ་སྒྲིལ་མ་ཡིན་པ་ཚུངས་པ་འི་རིགས་པར་གསུངས་པ་ལྟར་ནོ། །བསྐྱབ་

པའི་ངག་ལ་ནི་སྟག་པ་བརྗོད་པའི་ནང་དུ་འདུས་པས་སྟོན་ལོགས་པར་མི་བབྱང་ངོ་། །དེས་ན་སྟག་  
 པར་བརྗོད་པ་དང་། །ཡང་བརྗོད་པ་ཐ་དད་དུ་ཏུ་ཅང་ཐལ་བས་སྟོན་པོའི་དབྱེ་བ་ཡིན་ནོ། །དོན་  
 གཅིག་ཡང་བརྗོད་ན་སྟོན་ཡིན་གྱི། ཉན་པ་པོ་བསྐྱབ་བྱ་དུ་མ་ལ་སྐྱབ་བྱེད་དུ་མ་འདོད་པའི་ཆེ་  
 ཏགས་ཡང་བརྗོད་ཀྱང་སྟོན་མེད་དེ་མི་འདྲ་བ་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྗེས་སྟུ་མི་སྟུ་ཕྱིར་ཆོལ་  
 གྱིས། །ཆོལ་བའི་ངག་ཀྱན་མ་བརྗོད་པ། །སྟོན་མིན་དགོས་པ་མ་བརྗོད་ན། །སྟོབས་པ་མེད་པའི་ནང་  
 དུ་འདུས། །ཆོགས་པ་ལ་ཆོལ་བས་ལན་གསུམ་བརྗོད་པས་ངག་གོ་འད་ཕྱིར་ཆོལ་གྱིས་རྗེས་སྟུ་མི་  
 བརྗོད་ན་རྗེས་སྟུ་སྟུ་བ་མེད་པའི་ཆར་གཅོད་པའི་ཞེས་བེར་རོ། །འདི་འད་མི་འཐད་དེ། དང་པོར་  
 ཐམས་ཅད་རྗེས་སྟུ་བརྗོད་ལ་ཕྱི་ནས་ལན་གདབ་བོ་ཞེས་སྟུས་དམ་བཅས། རྗེས་སྟུ་བརྗོད་རུང་མ་  
 བརྗོད་རུང་

༧༥༥

ལན་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་བརྗོད་པས་ཆོག་མོད། ལན་མི་བརྗོད་ན་སྟོབས་པ་མེད་པས་ཆར་གཅད་  
ཡིན་ནོ། །ཆོལ་བས་བསྐྱབ་བྱའི་ཞར་ལ་སྐྱུ་བབས་ཀྱིས་སྐབས་སུ་མ་བབ་པ་ཅི་རུང་རུང་ཁས་  
བླངས་པའི་དག་རྒྱས་པས་རྗེས་སུ་བརྗོད་པ་ལ་དགོས་ཅུས་མེད་དོ། །དེས་ན་བསྐྱབ་པ་ལ་ཚུལ་  
གསུམ་མི་བརྗོད་པ་དང་། སུན་འབྱེན་པ་ལ་སྟོན་ཡང་དག་པ་མ་བརྗོད་ན་སྟོན་ཡིན་གྱི་རྗེས་སུ་མ་  
བརྗོད་པ་སྟོན་མ་ཡིན་ནོ། །ཡང་སྤར་རྗེས་སུ་བརྗོད་ནས་ཕྱིས་སུན་འབྱེན་ནའང་ལན་གཉིས་  
བརྗོད་པས་མི་དགོས་པ་བརྗོད་པས་ཆར་གཅད་དུ་འགྱུར་དོ། །ཕྱོགས་སྤར་མང་པོ་ཞིག་སུན་འབྱེན་  
ནའང་སྐབས་སུ་བབ་པ་དེ་རྗེས་སུ་བརྗོད་པ་སུན་དབྱུང་གི་གཞན་རྗེས་སུ་བརྗོད་པ་ནི་སྐབས་དེར་  
མི་དགོས་པའི་ཕྱིར་དོ། །མི་དགོས་པ་བརྗོད་པ་དེའང་བསྐྱབ་པའི་ཡན་ལག་མི་བརྗོད་པའམ་སྟོན་

མི་བཟོད་པར་འདུ་བས་ཚར་གཅད་ལོགས་སུ་མི་བཟོད་དོ། །ཡང་ལན་གསུམ་བཟོད་དགོས་པའི་  
 དེས་པའང་གསོག་ཡིན་ཏེ་ཕ་རོལ་གྱི་གོ་བའི་དོན་དུ་བཟོད་ན་ནམ་གོ་བའི་བར་དུ་བཟོད་དགོས་ལ།  
 གོ་བར་མི་འདོད་ན་ལན་གཅིག་ཀྱང་བཟོད་ཅི་དགོས། ཕ་རོལ་གདུང་བ་བསྐྱེད་པའི་སྤྱིར་བཟོད་  
 ལ་མ་གོ་བས་སྐབས་དོན་འགྲུབ་བོ་སྟམ་ན། དེ་ལ་འང་ལན་གསུམ་ཅི་དགོས། དབང་པོའི་རྩ་བར་  
 བུལ་བ་པ་དང་། དག་སྒྱུར་བ་དང་། ཚིག་བསྒྱུས་པ་དང་། མ་གྲགས་པ་བཟོད་པ་དང་། དམ་པ་དང་།  
 སྒྲིབ་པ་དང་། གྲུས་འདེབས་ཤིང་བཟོད་ནའང་དེར་འགྱུར་ཏེ་མ་གོ་བ་ལ་ལན་སྒྲུས་ཤེས་མི་སྒྲིབ་  
 ལས་འོས་ཅི། ཞེས་བསྐྱེད་ཏེ་མི་སྒྲིབ་པར་འདུག་ན་སྐབས་དོན་གྲུབ་བོ་སྟམ་ན། ལྷ་ལྷོའི་སྐད་དང་།  
 མ་འབྲེལ་པའི་སྒྱུར་བ་དང་། སྒྱུར་བ་སྒྱུར་བར་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་

༧༥༥

པོ་ལན་གསུམ་བརྗོད་ན་བྱེད་ཀྱང་ཚར་གཙོད་དེར་འགྱུར་མོད། ཚུད་རིགས་ལས། དེ་ཕྱིར་ཇི་  
སྤྱིད་མ་བཟུང་བ་དེ་སྤྱིད་དུ་བརྗོད་པར་བྱ་བ་ཡིན་གྱི་ལན་གསུམ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་དང་།  
གཞན་གསུང་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དམ་པ་འཇུག་པའམ། བསྟན་བཅས་བྱེད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་  
གསུངས་ལ། དབྱིག་གཉེན་གྱིས་ཀྱང་། གང་ཞིག་རྒྱལ་འདོད་འབའ་ཞིག་གིས། ཚུད་པ་སྒྲ་བ་དམ་  
པ་མིན། ཞེས་གསུངས་སོ། །དོན་མི་ཤེས་པ་ཕྱིར་ཚོལ་ནི། སྤྱོད་པ་མེད་ལས་གཞན་དུ་  
མིན། །དཔང་པོས་གོ་ཡང་ཕྱིར་ཚོལ་གྱིས་མ་གོ་ན་དོན་མི་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཚར་གཙོད་  
པའོ། ཞེས་ཟེར་རོ། །འདིའང་རྗེས་སུ་མི་སྒྲ་བ་དང་འདྲ་བར་སྒྲོབས་པ་མེད་པ་ཉིད་དུ་  
འདུའོ། །འདི་ཉིད་རྗེས་སུ་སྒྲ་བ་མེད་པ་ནི་ཡུལ་མི་ཤེས་པ་ཡིན་ལ། ཡུལ་མི་ཤེས་ན་ལན་ཤེས་པ་



ག་ལ་སྤྱིད། ལན་མི་ཤེས་ན་རྗེས་སྤྱི་ཤེས་ཀྱང་དོན་མེད་དོ། །མི་ཤེས་པ་འང་ལན་མི་ཤེས་པ་ཡིན་  
 མོ། །དེ་གཉིས་ཀ་སྤྱོད་པ་མེད་པ་ལན་མི་ཤེས་པས་ཆར་གཅད་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་དག་ལ་ཡུལ་  
 གྱི་བྱང་པར་ཅུང་ཟད་ཡོད་པས་ཡུལ་མི་ཤེས་པ་དང་། ལན་མི་ཤེས་པ་ཐ་དད་དུ་འཛིག་ན། རོ་ན་  
 མི་ཤེས་པ་ལ་འང་ཐམས་ཅད་མི་ཤེས་པ་དང་བྱེད་མི་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཆར་གཅད་གཞན་  
 ཡང་དགོས་པས་ཉ་ཅང་ཐལ་ལོ། །མི་སྤྱོད་པ་ལན་ལག་མི་བརྗོད་པ་འཇམ། །སྤྱོད་མི་བརྗོད་པའི་  
 ཁོངས་སྤྱི་འདུ། །ལན་རྟོགས་པ་མེད་པ་ནི་སྤྱོད་པ་མེད་པ་སྟེ། བ་རོལ་འགོག་པ་ལ་ལན་མི་ཤེས་  
 ན་ཆར་གཅད་པ་ལོ། །དཔེར་ན་བ་རོལ་པོས་དག་བརྗོད་པའི་རྗེས་ལ་དེའི་ལན་མི་འདེབས་པར་  
 དོན་མེད་པ་དང་། དེ་ཉིད་གོ་རིམ་གཞན་དུ་སྤྱི་བ་དང་།

༩༥༥

ཆིགས་སུ་བཅད་པ་ལ་སོགས་པ་འཆད་པས་དུས་འདའ་བར་བྱེད་ཅིང་སྐབས་དོན་མི་བརྗོད་པའི་  
ཞེས་ཟེར་བ་ནི་ཆོལ་བ་ལ་བསྐྱབ་པའི་ཡན་ལག་མི་བརྗོད་པ་འཇ་ཕྱིར་ཆོལ་ལ་སྒྲིན་མི་བརྗོད་པར་  
འདུས་སོ། །རྣམ་གཡེང་དང་པོ་ཆར་གཅད་མིན། །གཡོ་ཅན་སྒྲིབས་པ་མེད་པར་འདུས། །བྱ་བ་ལ་  
ཆགས་ནས་ཚྱོད་པ་འདོར་བ་ནི་རྣམ་པར་གཡེང་བའོ། །དཔེར་ན་ཕ་རོལ་གྱིས་ངག་བཀོད་པ་ན་  
སྒྲིན་ལ་བྱ་བ་འདི་བྱས་ལ་ཕྱིས་བརྗོད་གྱིས་ཤེའམ། ད་ལྟ་བདག་ནའོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་  
ཚྱོད་པའི་སྐབས་གཅིད་ན་རྣམ་པར་གཡེང་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆར་གཅད་པའོ། །ཞེས་ཟེར་  
ངོ། །འདི་འང་སྒྲིག་དང་སྒྲིམ་པ་ལ་སོགས་པའི་ཕྱིར་མི་བྱར་རུང་བའི་བྱ་བ་ལ་འཇུག་གམ། སྒྲི་མི་  
རུས་པའི་ནད་ལ་སོགས་པ་བདེན་ན་ཆར་གཅད་པ་འང་ག་ལ་ཡིན། ལན་མི་ཤེས་པའི་སྐྱུ་ཐབས་སུ་

[illegible]

༩༥༥

གང་དུ་འདུ་ཞེ་ན། བསྐྱབ་པའི་ཡན་ལག་མི་བཟོད་པ་ཉིད་གྱིས་ཚར་གཅད་པའི་གནས་ཡིན་  
ན། །འདོད་པ་ཁས་ལེན་ཤེས་མི་ཤེས། །རིམ་བཞིན་མ་ངེས་སྟོན་མི་བཟོད། །རང་གི་ཕྱོགས་གྱི་སྟོན་  
ཁས་སྤངས་ནས་གཞན་གྱི་ཕྱོགས་གྱི་སྟོན་ཞར་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་པ་འདོད་པ་ཁས་ལེན་པ་སྟེ།  
དཔེར་ན་བྱེད་རྒྱུ་མ་ཡིན་ཏེ་སྟེས་བུ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བཟོད་པ་ལ་ངེས་བྱེད་ཀྱང་ངོ་  
ཞེས་ཕྱིར་སྒྲ་བ་རྟ་བུ་རོ། །ཞེས་ཟེར་རོ། །འདི་འང་བརྟགས་སྟེ་སྟེས་བུ་ཡིན་ཡང་རྒྱུ་མར་འགྱུར་  
རོ་ཞེ་ན་བྱེད་ཀྱང་འགྱུར་ལ། བྱེད་རང་ངེར་མི་འདོད་པའི་ཕྱིར་སྟེས་བུ་རྒྱུ་མ་ལ་རྟགས་མ་ཡིན་  
ན། །ཞེས་བཟོད་ན་སྟོན་མེད་དེ་རང་རྒྱུ་མར་མི་འདོད་པས་རྟགས་མ་ངེས་པར་སྟོན་པའི་ཕྱིར་  
རོ། །སྟེས་བུའི་རྟགས་རྟར་སྤང་དུ་མ་ཤེས་པས་ཡང་དག་ཏུ་བཟུང་ནས་རང་ངེར་ཁས་སྤངས་ཏེ་

གཞན་ལ་དགོང་ན། འདྲོད་པ་ཁས་ལེན་པའི་ཆར་གཙོད་ཅི་སྟེ་མིན་ཞེ་ན། དེའི་ཆེ་རང་གི་སྒྱུན་  
 གཞན་ལ་སྒྱུར་བས་ཆར་གཙོད་མ་ཡིན་གྱི་འོན་ཀྱང་རྟགས་སྒྱུན་ཅན་ལ་སྒྱུན་དུ་མ་ཤེས་པས་སྒྱུན་  
 མི་བརྗོད་པ་ཆར་གཙོད་ཉིད་ཡིན་ནོ། །བཟུལ་བརྟགས་འདྲོད་བ་ཆོལ་བ་གཉིས། །སྒྲོབས་པ་མེད་  
 པའི་ནང་དུ་འདུས། །ཆར་གཙོད་ཐོབ་པ་ལ་མི་གཙོད་པས་ནི་བཟུལ་བརྟགས་འདྲོད་བ་སྟེ། ཆོལ་  
 བའི་སྒྲུབ་བྱེད་སྒྱུན་ཅན་ནི་བཟུལ་ཞིང་བརྟག་པ་ཡིན་ལ་དེ་ཆར་མི་གཙོད་པ་ནི་འདྲོད་བ་སྟེ་ཆར་  
 གཙོད་པ་འོ། །ཞེས་ཟེར་རོ། །འདི་ཡང་ཆོལ་བའི་ངག་སྒྱུན་ཅན་སྒྱུན་འབྱེན་མ་ཤེས་པས་སྒྲོབས་པ་  
 མེད་པ་ཡིན་གྱི་ཆར་གཙོད་གཞན་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་སྟེ་ཡིན་ཡང་གཉི་ག་ལ་རྒྱལ་བ་དང་འཕམ་པའི་  
 ཐ་སྙད་མི་འདྲུག་གོ། །ཚུང་རིགས་ལས། རིགས་པས་དཔྱད་ན་གཉིས་

༨༥༥

ལས་གཅིག་ལ་འང་རྒྱལ་བ་དང་འཕམ་པ་དག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱབ་བྱེད་ལྟར་སྒྲུང་བརྗོད་པའི་  
ཕྱིར་དང་། ཡང་དག་པའི་སྦྱོན་བརྗོད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །རྗེས་སུ་སྦྱོར་མེད་  
ལ་སྦྱོར་བའང་། །སྦྱོབས་པ་མེད་པ་ལས་གཞན་མིན། །གཞན་ཆར་གཅད་པའི་གནས་མ་ཡིན་པ་ལ་  
དེར་སྦྱོར་བ་ནི་རྗེས་སུ་སྦྱོར་བ་མེད་པ་ལ་རྗེས་སུ་སྦྱོར་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆར་གཅོད་དོ་ཞེས་བེར་  
རོ། །འདི་འང་བརྟག་ཏེ། སྐོལ་བས་ཡང་དག་བརྗོད་པ་ལ་ཕྱིར་སྐོལ་གྱིས་ལྟར་སྒྲུང་གི་སྦྱོན་བརྗོད་  
པ་སྦྱོབས་པ་མེད་པ་ཉིད་དུ་འདུ་བས་ལོགས་པ་མེད་པ་ལ་ཡང་ན་ཕྱིར་སྐོལ་གྱིས་སྦྱོན་ཡང་དག་  
བརྗོད་པ་ལ་སྐོལ་བ་སྦྱོན་ལྟར་སྒྲུང་དུ་སྦྱོ་བརྟགས་ནས་ཆར་གཅོད་ན་རྟགས་ལྟར་སྒྲུང་བརྗོད་པར་  
འདུ་བས་ཆར་གཅད་ལོགས་པ་མེད་དོ། །གྲུབ་མཐའ་ཉམས་པ་བསྐྱབ་པ་ཡི། །ཡན་ལག་མི་བརྗོད་



ཕ་ཉིད་ཡིན། །གྲུབ་མཐའ་ཁས་སྒྲུབ་ནས་དེས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ན་ཆོག་ཞེས་ལ་འོངས་པ་ནི་  
 གྲུབ་མཐའ་ཉམས་པའོ། །དཔེར་ན་གྲུབ་ཅན་གྱིས་ཡོད་པ་མི་འཇིག་མེད་པ་མི་སྐྱེ་ཞེས་བྱ་བའི་  
 གྲུབ་མཐའ་ཁས་སྒྲུབ་ནས་དེ་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར། རང་བཞིན་གཅིག་གིས་གསལ་བ་འདི། །འགྱུར་  
 བའི་རྗེས་འགོ་མཐོང་བའི་ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་ལ། གཙོ་བོའི་རང་བཞིན་གཅིག་ལ་རྣམ་འགྱུར་དུ་མ་  
 མཐོང་བར་བརྗོད་པ་ན། མེད་པ་མི་སྐྱེ་ཡོད་པ་མི་འཇིག་པའི་དམ་བཅས་མ་དེས་པ་སྟེ། ཡོད་པ་  
 དང་མེད་པ་མདོན་པ་དང་མི་མདོན་པར་འདོད་པ་ན། ཡོད་པ་འཇིག་པ་དང་། མེད་པ་སྐྱེ་བ་པར་  
 ཁས་སྒྲུབ་པས་གྲུབ་མཐའ་ཉམས་པའོ། །དེ་ཁས་མི་ལེན་སྟེ་གསལ་མི་འགྱུར་བོ་ཞེས་ཟེར་  
 རོ། །འདི་རང་བསྐྱབ་པའི་ཡན་ལག་མི་བརྗོད་པས་ཆར་གཅད་

༩༥༩

པ་ཡིན་གྱི་ངེས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཆོག་ཞུར་ལ་འོངས་པས་ཆར་གཅད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གཏན་  
ཆོགས་ལྟར་སྒྲུང་ཆར་གཅད་གནས། །དཔེར་ན་ལྟག་ཆོད་བརྗོད་པ་བཞིན། །དེ་ཡང་མཁས་པ་  
ནམས་ཀྱི་གཙུག་གི་ནོར་བུ་ཕྱོགས་ཀྱི་སྒྲུང་པོས་མུ་སྟེགས་བྱེད་ཀྱི་ལྟག་ཆོད་སྒྲུན་སྒྲུང་བ་དེའི་ཚུལ་  
མདོ་ཙམ་ཞིག་བཤད་དོ། །ཕྱད་དང་མ་ཕྱད་གཏན་ཆོགས་དང་། །རྟག་དང་མ་སྦྱས་མ་སྦྱེས་  
དང་། །འབྲས་བུ་ཆོས་མཐུན་མི་མཐུན་དང་། །ནམ་རྟོག་བྱུང་མེད་དམིགས་པ་དང་། །ཐེ་ཆོམ་དོན་  
གོ་བལ་འགྱུར་ནམས། །ཀུན་ལས་བཏུས་ཡིན་རིགས་བརྟགས་ལས། །འཕེལ་འགྲིབ་བརྗོད་དང་མ་  
བརྗོད་དང་། །རིགས་པ་དང་ནི་སོ་སོའི་དཔེ། །བསྐྱབ་བྱ་མི་རྟག་རབ་བྱེད་དང་། །འདུས་འདས་  
མཚུངས་པའི་ལྟག་ཆོད་ནི། །ཉི་ཤུ་ཙུ་བཞི་ཕྱོགས་སྒྲུང་གིས། །བཀག་ཕྱིར་གྲངས་པས་བཏང་

སྟོམས་མཛད། །ཕྱད་པ་དང་མ་ཕྱད་པ་སོ་སོར་བྱེན་ཉི་ཤུ་ཙུ་ཡོད་མོད་ཀྱི་གཅིག་རྒྱ་འདྲ་བས་  
 སོ། །མཚུངས་པའི་རྟག་ཆོད་ཅེས་ཆོག་རེ་རེ་ལ་སྒྱར་བར་བྱ་སྟེ། ཕྱད་པ་མཚུངས་པའི་རྟག་ཆོད་  
 ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པར་རོ། །སྟོགས་ཀྱི་གྲང་པོས་ཀྱན་ལས་བརྒྱས་སུ་བསྐྱས་ཏེ་གསུངས་ལ།  
 རིགས་པ་བརྟག་པར་རྒྱས་པར་གསུངས་སོ། །ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པས་ནི་སྟོགས་ཀྱི་གྲང་པོས་བཀག་  
 ཟེན་པ་དང་། རྟག་ཆོད་དེ་དག་སྟོས་ན་ཉུང་ལ། བསྐྱས་ན་མང་པར་དགོངས་ནས་བཏང་སྟོམས་སུ་  
 མཛད་དེ་རྩོད་རིགས་ལས། ཅི་དེ་དག་ཇི་སྐད་དུ་མཆོན་པའི་རབ་རྒྱ་དབྱེ་བ་དེ་རྟ་བུ་ཉིད་དམ་  
 འོན་ཏེ་རྣམ་པ་གཞན་ཡང་ཡིན་ཞེས་དེ་དབྱེད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནའང་འདིར་ཤིན་རྒྱ་ཐལ་བར་  
 འགྱུར་བའི་ཕྱིར་མ་སྟོས་ཏེ། ཇི་རྟུར་རིགས་པས་གཏན་ཆོགས་

༧༩༩

ལྟར་སྒྲུང་བ་ཚར་གཅད་པའི་གནས་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཙམ་འདིར་འདོད་པར་བྱ་བ་ཡིན་  
ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །འདིར་ཕྱོགས་ཀྱི་སྒྲུང་པོའི་གཞུང་གཉིས་ལ་བརྟེན་ཏེ་བཤད་ན།  
ཕྱད་པ་མཚུངས་པ་དཔེར་ན། སྒྲ་མི་རྟག་ཏེ་ཙམ་བ་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་བུམ་པ་བཞིན་ཞེས་བཀོད་  
པ་ན། ཕྱིར་མོལ་ན་རེ་རྟགས་དང་བསྐྱབ་བྱ་ཕྱད་ན་རྒྱ་མཚོ་དང་ཕྱད་པའི་ཆུ་ལྟར་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་  
ལ་མ་ཕྱད་ན་སྒྲ་ལ་མིག་གིས་གཟུང་བྱ་ལྟར་བསྐྱབ་མི་རྣམས་སོ་ཞེས་བེར་རོ། །གཏན་ཆིགས་  
མཚུངས་པ་དཔེ་སྒྲ་མ་ལྟ་བུ་ལ་རྟགས་སྒྲ་ན་བསྐྱབ་བྱ་མེད་པས་མི་རྣམས་ལ་འཕྲིན་གྲུབ་བེན་པས་  
མི་དགོས་ཤིང་རྣམས་མཉམ་ན་སྒྲུང་གི་རྣ་ལྟར་རྟགས་དང་རྟགས་ཅན་མེད་དོ་ཞེས་བེར་རོ། །འདི་  
གཉིས་ཀ་རྟགས་སྒྲི་ལ་སྒྲུར་བ་འདེབས་པ་ཡིན་མོད་ཀྱང་ཆུ་ལ་གསུམ་མ་ཤེས་པའི་རྣམས་འགྱུར་

ཡིན་པས་སྒྲིན་མ་ཡིན་པ་སྒྲིན་དུ་བརྒྱུད་པ་ཚུལ་གསུམ་མ་ཚང་བ་སྟར་སྟངས་ཡིན་ནོ། །མདོ་ལས།  
 བྱད་དང་མ་བྱད་དུས་གསུམ་ལའང་། །གཏན་ཆེགས་མི་འདོད་རྒྱུད་བྱེད་པ། །དེ་དག་བྱད་མ་བྱད་  
 གཏན་ཆེགས། །བརྒྱུད་པ་གཏན་ཆེགས་མ་ཚང་མཚུངས། །ཞེས་གསུངས་པ་སྟར་རོ། །རྟག་པ་  
 མཚུངས་པ་ནི། དཔེར་ན་སྒྲིན་མི་རྟག་ཅེས་བརྒྱུད་པ་ན། རོ་ན་མི་རྟག་པ་དང་སྟན་པ་འཁྲིལ་རྟག་  
 པར་འགྱུར་ཏེ་ཆོས་རྣམས་མི་འཕོ་བའི་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་སྒྲིན་རོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །འདིའང་དམ་  
 བཅའི་སྒྲིན་སྟར་སྟངས་བ་ཡིན་ཏེ་དངོས་པོ་མ་བྱུང་བ་ལས་བྱུང་ཞིང་བྱུང་ནས་མེད་པར་འགྱུར་བ་  
 ཉིད་མི་རྟག་པར་འདོད་ཀྱི་མི་རྟག་པ་དང་སྟན་པར་མི་འདོད་པའི་སྒྲིན་རོ། །མདོ་ལས། མི་རྟག་  
 འབྲེལ་སྒྲིན་རྟག་པར་འདོད། །རྟགས་ཉིད་ཐལ་ཏེ་འདི་ལ་ཡང་། །སྒྲིགས་ཀྱི་

༡༣༥

སྒྲིལ་ལྟར་སྒྲུང་བ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །མ་སྒྲུས་པ་མཚུངས་པ་ནི། དཔེ་སྒྲུ་མ་ཉིད་ལ།  
གལ་ཏེ་མི་རྟག་པར་བརྗོད་པ་ལ་སྒྲུར་རྟགས་འདི་མེད་པས་རྟག་པར་ཐལ་ཞེས་ཟེར་རོ། །འདི་འདྲ་  
མ་གྲུབ་པ་ལྟར་སྒྲུང་ཡིན་ཏེ། མདོ་ལས། བརྗོད་པ་ལས་སྒྲུར་རྟགས་མེད་པས། །བསྐྱབ་བྱ་མེད་པར་  
ཐལ་འགྱུར་བ། །མ་སྒྲུས་མཚུངས་འགྱུར་སྒྲོ་བ་རྟགས་ནས། །སྒྲོ་བོའི་དག་གིས་སྐྱབ་བྱེད་པ། །མ་  
གྲུབ་ལྟར་སྒྲུང་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཡང་ན་འདི་མ་ཚང་བ་ལྟར་སྒྲུང་ཡིན་ཏེ། རྟུང་བ་ལྟར་  
སྒྲུང་བརྗོད་པ་ལས་སྒྲུར་སྐྱབ་བྱེད་པ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །མ་སྒྲུས་པ་མཚུངས་པ་ནི། དཔེ་  
སྒྲུ་མ་ལ། གལ་ཏེ་སྐྱེ་བ་ལས་སྒྲུར་སྒྲོ་ཚུལ་བ་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་མི་རྟག་པར་འགྱུར་ལ། ཚུལ་བ་  
ལས་མ་བྱུང་བའི་ཕྱིར་རྟག་པར་ཡང་འགྱུར་རོ། །ཞེས་ཟེར་རོ། །འདི་ལ་དཔྱད་ན་རྟགས་གཉིས་སུ་



འགྱུར་ཏེ་སྐྱེ་བ་ལས་སྤར་སྤྱོད་བྱེད་དུ་སྒྲོ་བ་ཏགས་ན། མ་གྲུབ་པ་ལྟར་སྤར་དུ་འགྱུར་ཞིང་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 ན་ཚོ་ལ་བྱུང་གིས་མི་རྟག་པར་བསྐྱབ་པ་ཡིན་ལ། ཚོ་ལ་བ་ལས་མ་བྱུང་བའི་ཕྱིར་ཤུགས་ཀྱིས་རྟག་  
 པར་སྒྲོ་འདོགས་ན་དེའི་ཆོ། མ་དེས་པ་ལྟར་སྤར་ཡིན་ནོ། །མདོ་ལས། སྐྱེ་བ་ལས་སྤར་རྟགས་མིན་  
 ཕྱིར། །མ་གྲུབ་བསྐྱོག་པའི་དག་དག་ནི། །མ་སྐྱེས་མཚུངས་ཕྱིར་གཉིས་དག་ཏུ། །སྒྲོ་བ་ཏགས་པ་  
 ལས་གཉིས་སུ་འདོད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །འབྲས་བུ་མཚུངས་པ་ནི་དཔེར་ན། སྤྱོད་མི་རྟག་  
 ཏེ་བུམ་པ་བཞིན་ཞེས་བརྗོད་པ་ན་སྤྱི་བུས་པས་སྤྱོད་མི་རྟག་པར་མི་འགྲུབ། བུམ་པའི་བུས་པ་སྤྱོད་  
 ལ་མེད། །ཅེས་བརྗོད་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །འདི་སྤྱོད་བ་པོའི་བརྗོད་འདོད་ཀྱིས་གསུམ་དུ་འགྱུར་ཏེ། བུམ་  
 པའི་འབྲས་བུ་ཉིད་སྤྱོད་ལ་མེད་དོ། །ཞེས་ཟེར་ན་

༧༩༣

མ་གྲུབ་པ་ལྟར་སྒྲུབ་དོ། །སྒྲིལ་འབྲས་བུ་ཉིད་བུམ་པ་ལ་སོགས་པའི་མི་རྟག་པ་རྣམས་ལ་མེད་དོ།  
ཞེས་ཟེར་ན་འགལ་བ་ལྟར་སྒྲུབ་དོ། །དེ་ཉིད་རྟག་པ་འཕམ་མི་རྟག་པ་ལ་མེད་དོ། །ཞེས་ཟེར་ན་བྱུན་  
མོང་མ་ཡིན་པའི་དཔེའི་སྒྲུབ་ལྟར་སྒྲུབ་བ་ཡིན་ཏེ། ཆོས་མཐུན་པས་དཔེར་བྱས་པའི་ཕྱིར་  
རོ། །དེའི་རྒྱ་མཚན་ནི་རྗེས་དཔག་སྤྱི་ལ་འཇུག་གི་བྱུང་པར་ལ་མི་འཇུག་ལ་འདིར་དོན་སོ་སོར་  
ངེས་པས་རྗེས་དཔག་མི་འཇུག་པའི་ཕྱིར་རོ། །མདོ་ལས། འབྲས་ཉིད་གཞན་གྱི་ཆ་ལས་  
ནི། །བསྐྱབ་བྱ་མ་གྲུབ་པར་མཐོང་གང་། །དེ་ནི་འབྲས་མཚུངས་འདི་ཡང་ནི། །སྤྱོད་པའི་བསམ་པས་  
རྣམ་གསུམ་མོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཆོས་མཐུན་པ་དང་མཚུངས་པ་ནི། ཆོས་མཐུན་པ་དང་  
མི་མཐུན་པའི་དཔེས་ཆོས་མཐུན་པས་བསྐྱོག་པ་གྲུབ་པ་སྟེ། དཔེར་ན་སྤྱི་མི་རྟག་སྟེ་རྩིས་བ་ལས་

བྱུང་བའི་ཕྱིར་ཞེས་བཀོད་པའི་ཆོ་ནམ་མཁའ་ཆོས་མི་མཐུན་དཔེར་བྱས་པ་ནི་ཕྱིར་ཚོལ་གྱིས་  
 ནམ་མཁའ་ཆོས་མཐུན་པའི་དཔེར་བྱས་ནས་ལྷས་ཅན་མ་ཡིན་པ་ལ་སོགས་པས། ཏྲག་པར་སྐྱབ་  
 པར་བྱེད་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་གཏན་ཆིགས་དེ་ཉིད་ལ་བྱམ་པ་ཆོས་མཐུན་པར་བྱས་ནས་དེའི་མི་  
 མཐུན་སྟོགས་ནམ་མཁའ་དང་ཆོས་མཐུན་པར་བརྗོད་པ་ཏྲ་བུའོ། །ཆོས་མི་མཐུན་པ་དང་མཚུངས་  
 པ་ནི། དཔེ་སྒྲ་མ་ལས་བསྐྱོད་ཏེ། དཔེ་གཉིས་པོ་ལ་བྱམ་པ་ཆོས་མི་མཐུན་དཔེར་སྐྱར་བར་  
 བྱའོ། །འདི་གཉི་ག་མ་ངས་པ་ཏྲ་བ་སྒྲ་ཡིན་ལ། རྗེས་སུ་འགྲོ་སྟོག་དཔེ་ལ་མ་བརྟན་པས་དཔེ་ཏྲ་  
 བ་ཡིན་མོ། །མདོ་ལས། དཔེ་དང་མི་མཐུན་སྟོགས་དག་ནི། ཆོས་མཐུན་པ་ཡི་གཞན་བསྐྱབ་  
 པ། ཆོས་མཐུན་མཚུངས་ཡིན་གཞན་ཡང་ནི། ཆོས་མི་

༧༥༥

མཐུན་པས་མཚུངས་པའི་ཕྱིར། །ཞེས་བཀོད་ནས། གཞན་ལ་མ་གྲུབ་བསྟན་པའི་ཕྱིར། །གཉིས་ནི་  
ཐུན་མོང་བར་སྒྲུབ་བ། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། འདི་ལ་རྗེས་འགོ་མེད་ཕྱིར་དཔའི། །སྟོན་ལྟར་སྒྲུབ་བ་  
བརྗོད་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །རྣམ་རྟོག་མཚུངས་པ་ནི་དཔེ་སྒྲུ་མ་ལ་བུམ་པ་དང་ཚོས་  
མཐུན་པས་མི་རྟག་པར་བསྐྱབ་པ་ལ་བུམ་པ་ནི་ཚོས་པ་ཉིད་དང་མིག་གིས་གཟུང་བྱ་ལ་སོགས་  
པའི་སྟོན་མི་རྟག་པར་འགྱུར་གྱི། མ་ཚོས་པ་དང་མཉན་བྱ་ལ་སོགས་པའི་སྟོན་སྐྱེ་རྟག་གོ་  
ཞེས་བསྐྱབ་བྱ་ལས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་རྟུ་རྟོགས་ཏེ། དེ་བཞིན་དུ་དཔེ་གཞན་ལ་འདྲ་སྟེ། ཞེས་ཟེར་  
རོ། །འདི་འདྲ་བརྟག་ཏེ། བྱེད་གྱི་རྟགས་འདི་སྐྱབ་བྱེད་དུ་འགོད་ན་འགལ་བའདྲ་མ་དེས་པ་ལྟར་  
སྒྲུབ་དུ་འགྱུར་རོ། །སྟན་འབྱེན་དུ་འགོད་ན། ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མ་དེས་པ་ལྟར་

སྒྲུང་དུ་འགྱུར་རྟོ། །མདོ་ལས། ཆོས་མཐུན་པ་ཡང་བྱུང་པར་བརྗོད། །རྣམ་རྟོག་མཚུངས་ཡིན་  
གཞན་ལ་ཡང་། །བྱུང་པར་གྱིས་ནི་འབྲུལ་པ་དང་། །རྟོག་པར་ཐལ་ཕྱིར་དེར་སྒྲུང་ཉིད། །སྤྱི་ཡིས་  
ཀྱང་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་སྟར་རྟོ། །བྱུང་པར་མེད་པར་མཚུངས་པ་ནི། །སྦྱོར་བའི་དབྱེ་བས་  
གསུམ་སྟེ། །འདི་སྟར་སྒྲུ་མི་རྟོག་པར་བསྐྱབ་ན་བུམ་པ་དཔེར་བུས་པའི་ཆོ་བུམ་པའི་ཆོས་ཆོས་པ་  
ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྒྲུ་ལ་ཐོབ་ལ། །སྒྲུ་འི་ཆོས་མཉན་བྱ་ལ་སོགས་པ་འང་བུམ་པ་ལ་ཐོབ་  
པས་ད་སྟར་ཕན་ཚུན་ཐམས་ཅད་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་རྟོ། །ཞེས་ཟེར་རྟོ། །འདི་རྣམ་རྟོག་མཚུངས་པ་  
དང་འདྲ་བར་མ་དེས་པ་སྟར་སྒྲུང་ཡིན་པས་སོགས་སུ་མ་མཛད་དེ། མདོ་ལས། གཅིག་ཉིད་  
དུ། །ཐལ་ཕྱིར་བྱུང་པར་དུ་མ་བུས། །ཞེས་གསུངས་པ་སྟར་རྟོ། །བསྐྱབ་བྱ་དང་

༧༥༥

རྟགས་བྱང་པར་མེད་པས་དཔེར་ན་སྒྲ་མི་རྟག་སྟེ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བསྐྱབ་པ་ལ་  
བསྐྱབ་བྱ་དང་རྟགས་བྱང་པར་མེད་དེ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་བཀོད་པ་ལྟ་བུའོ། །འདི་ནི་  
མ་གྲུབ་པའི་རྟགས་སོ། །མདོ་ལས། བསྐྱབ་བྱ་གཏན་ཆིགས་བྱང་མེད་པའམ། །དེ་ནི་མ་གྲུབ་ལྟར་  
སྒྲ་འདོད། །ཅེས་གསུངས་བ་ལྟར་རོ། །ཡང་བསྐྱོག་པ་དང་བྱང་པར་མེད་པ་ནི། རྩལ་བྱང་གིས་  
སྒྲ་མི་རྟག་པ་བསྐྱབ་པ་ལྟར་ཆོས་གཞན་ཡང་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་བྱང་པར་མེད་དེ་ཞེས་བེར་བ་ལྟ་བུ་  
སྟེ། འདི་འགལ་བ་ལྟར་སྒྲ་འདོད། །མདོ་ལས། བསྐྱབ་བྱ་གཞོན་བྱེད་ཆོས་དག་ཀྱང་། །མཚུངས་པ་  
ཉིད་ཀྱིས་བྱང་མེད་བྱས། །གཏན་ཆིགས་སྒྲིན་ནི་འགལ་བར་སྒྲ་། །སྒྲིན་མེད་ན་ནི་དེ་ལན་  
ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དམིགས་པ་མཚུངས་པ་ནི། སྒྲ་མི་རྟག་པར་བསྐྱབ་པ་ལ་རྩལ་



བྱུང་བཤོད་པའི་ཆོ། བྱིར་སྐྱོལ་ན་རེ་འདི་མི་རྟག་པའི་རྟགས་མ་ཡིན་ཏེ། མེད་ཀྱང་གྲུབ་པའི་བྱིར་  
དཔེར་ན་སྒྲོག་ལ་སོགས་པ་མངོན་སྲུང་མམ། རྟགས་གཞན་གྱིས་མི་རྟག་པར་འགྲུབ་པའི་བྱིར་  
རོ། །གང་མེད་ཀྱང་གང་ཡོད་པའི་དེ་དེའི་རྒྱ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ་ཞེས་ཟེར་བ་དང་། ཡང་ཁ་ཅིག་  
ན་རེ། ཚུལ་བྱུང་མི་རྟག་པའི་རྟགས་མ་ཡིན་ཏེ་མ་བྱུང་པའི་བྱིར། ཤིང་སེམས་པ་ཅན་དུ་བསྐྱབ་པ་  
ལ། ཉལ་བ་རྟགས་སུ་བཤོད་པ་བཞིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །འདི་ལ་དཔྱད་དེ། མ་བྱུང་  
པའི་བྱིར་སྐྱབ་བྱེད་མ་ཡིན་པར་བརྗོད་པ་དེ་མི་རྟག་པ་ལ་རྟགས་མེད་པས་སྐྱེ་ལ་འང་མེད་པར་  
བརྟགས་ན་མ་གྲུབ་པ་ལྟར་སྒྲུང་ཡིན་ནོ། །རྟགས་གཞན་གྱིས་ཀྱང་བསྐྱབ་པའི་བྱིར་འདི་རྟགས་མ་  
ཡིན་པ་ནི་མ་དེས་པའི་ལྟར་སྒྲུང་ཡིན་ཏེ། བྱེད་རྒྱ་ལ་འབྲས་བུ་གཞན་ལས་

༧༩༩

འབྱུང་ན་དེ་རྒྱ་མ་ཡིན་པར་འབྱུང་བ་བདེན་ཡང་། ཏྲགས་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པས་དུ་མས་  
གཅིག་བསྐྱབ་པ་ཅིག་འགལ། མདོ་ལས། བསྐྱབ་བྱ་ལ་ནི་གཏན་ཆོགས་གཞན། །བསྐྱབ་པ་  
དམིགས་པ་མཚུངས་པ་ཡིན། །མ་གྲུབ་མ་ངེས་སྟོ་བཏགས་ནས། །ཏྲགས་ལ་དེ་ཡི་གཟུགས་བརྟན་  
ཉིད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཐེ་ཆོམ་མཚུངས་པ་ནི་དཔེ་སྒྲ་མ་ཉིད་ལ་རྩོལ་བྱུང་གསལ་བ་  
དང་སྟེ་བ་གཉིས་ལ་མཐོང་བ་ལས་འདིར་གསལ་བ་ཡིན་ནམ། སྟེ་བ་ཡིན་ནམ་ཞེས་ཐེ་ཆོམ་བ་  
བས་ཏྲགས་འདིས་མི་ཏྲག་པ་བསྐྱབ་མི་རྣམས་སོ་ཞེས་བེད་རོ། །ཁོ་བོ་ཅག་ནི་མདོན་པར་གསལ་བ་  
སྟེ་བ་ཉིད་ཡིན་པས་ཏྲག་ཆོད་འདི་ཡང་མ་ངེས་པ་ལྟར་སྒྲ་ཡིན་ནོ། །ཡང་རྩོལ་བྱུང་སྟེ་བར་སྟོ་  
བཏགས་ནས་སྐྱུན་འབྲིན་ན་མ་གྲུབ་པ་ལྟར་སྒྲ་ཡིན་ཏེ། རྩོལ་བྱུང་དམིགས་པ་ཏྲགས་ཡིན་གྱི་

ཕྱི་ལ་བ་ལས་བྱུང་བའི་སྐྱེ་བ་རྟགས་སྤྲུལ་ལྟར་། མདོ་ལས། དོན་ཐ་དད་པས་གཏན་  
ཆིགས་ལ། བེ་ཆོམ་ཕྱི་དཔ་བེ་ཆོམ་བཤད། བསྐྱབ་བྱུང་སྒྲོ་བཏགས་མ་ངེས་པར། སྒྲུང་ཡིན་  
གཏན་ཆིགས་མ་གྲུབ་སྒྲུང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། དོན་གྱིས་གོ་བར་མཚུངས་པའི་ལྟག་ཆོད་  
ནི། དཔེར་ན་ཕྱི་ལ་བ་ལས་བྱུང་བས་མི་རྟག་ན་ཕྱི་ལ་བ་ལས་མ་བྱུང་བའི་སྒྲོག་ལ་སོགས་པ་རྟག་  
པར་དོན་གྱིས་གོ་བ་ཐོབ་པ་ཞེས་ཟེར་རོ། འདིའང་མ་ངེས་པ་ལྟར་སྒྲུང་ཉིད་ཡིན་ཏེ། ཕྱི་ལ་བྱུང་  
གིས་མི་རྟག་པ་བསྐྱབ་པ་ལ་ཕྱི་ལ་བ་ལས་མ་བྱུང་བ་སྒྲོ་བཏགས་ནས་དེ་ལ་མ་ངེས་པ་ཉིད་ཡིན་  
པར་སྒྲོ་བ་དཔོན་བཞེད་དོ། རྒྱ་མ་ལ་སྒྲོ་འདོགས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་མ་ངེས་པ་ལྟར་སྒྲུང་ཡིན་  
ནི། གང་ལ་བསྐྱབ་བྱུང་ལ་མ་ངེས་པར་འགྱུར་བ་གཏན་ཆིགས་རྟག་པའང་ཡོད་

༨༣༥

པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ཚུ་ལ་བ་ལ་བྱུང་བའི་ཕྱིར་མི་རྟག་པ་ཁོ་ན་ལོ། །ཞེས་  
བསྐྱབ་པ་ལ་ཚུ་ལ་བྱུང་ཁོ་ནའི་ཕྱིར་ཞེས་སྒྲོ་བ་ཏགས་ནས་སྒྲོག་ལ་སོགས་པ་ལ་ཚུ་ལ་བྱུང་མེད་ཀྱང་  
མི་རྟག་པ་གྲུབ་ཐོ་ཞེས་ཚུད་ན། དེ་རྟག་པ་ལ་འད་མེད་པའི་ཕྱིར་མ་དེས་པ་ལྟར་སྒྲུང་ཡིན་ནོ། །མདོ་  
ལས། མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་དོན་གྱིས་ནི། མི་འདོད་བརྗོད་པ་དོན་རྟོགས་འགྱུར། །འདིར་ནི་གཞན་  
བསྐྱབ་བྱ་ལ་འབྱུལ། །དེས་ན་བསྐྱབ་བྱ་ལ་དེར་སྒྲུང་། །ཞེས་གསུང་པ་ལྟར་རོ། །ཐལ་འགྱུར་  
མཚུངས་པའི་རྟག་ཆོད་ནི། དཔེ་སྤྲུལ་ལ་བུམ་པ་ཁོ་ན་མི་རྟག་པ་ལ་རྟགས་ཅི་ཞིག་ཡོད་ཅེས་མ་  
གྲུབ་པར་ཚུད་པ་རྟ་བུ་ལོ། །འདི་འད་རྗེས་འགོ་མེད་པའི་ཕྱིར་དཔེ་སྤྲུལ་སྒྲུང་བར་ཚུད་པ་དེས་ན་  
དཔེ་སྤྲུལ་སྒྲུང་བའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེས་ན་འབྲས་མཚུངས་སྤྲུལ་མ་ནི་རྟགས་རྗེས་འགོ་མེད་པ་

ཡིན་ལ། འདི་ནི་བསྐྱབ་བྱ་རྗེས་འགྲོ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །མདོ་ལས། འདོད་པ་ལ་ཡང་གཉིས་དག་  
ལ། །གཏན་ཆོགས་ལེན་པ་ཐལ་འགྱུར་མཚུངས། །དཔེ་ལྟར་སྒྲུང་བ་བཞིན་འདི་ཡིན། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །འདིར་མ་ཆང་བ་དང་མ་གྲུབ་པ་ལྟར་སྒྲུང་ལ་སོགས་པ་བཤད་པ་དེའང་  
དངོས་སུ་བརྗོད་ན་མ་དེས་པར་འགྱུར་བས་རྗོད་བྱེད་ལ་བརྗོད་བྱར་ཉེ་བར་བཏགས་པ་ཡིན་ཏེ།  
རང་འབྲེལ་དུ། དེ་ནི་རྗོད་བྱེད་ལ་བརྗོད་བྱར་ཉེ་བར་བཏགས་ནས་ཡིན་ཏེ། གཞན་དུ་ན་མ་ཆང་  
བ་བརྗོད་པ་ལྟར་སྒྲུང་བ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་བརྗོད་པར་བྱ་བར་འགྱུར་ལ། དེ་ལྟ་  
ན་འང་ཤིན་ཏུ་ཆོགས་ཆེན་པོར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །གཞུང་གང་དུ་མོ་རྟགས་  
ཀྱིས་བསྟན་པ་དེ་དག་ལྟག་ཆོད་དང་འབྲེལ་ལ། མ་ནིང་གིས་

༧༩༥

བསྟན་པ་དེ་ནི་ལན་དང་འབྲེལ་པ་ཡིན་ནོ། །སྟོབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱིས་ཚྱོད་པ་གྲུབ་པར་ལྷག་  
ཆོད་རྣམས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་དང་མི་བདེན་པ་དང་། འགལ་བ་ཞེས་གསུམ་དུ་བསྟུས་པ་ནི་ཕན་ཚུན་  
འཆོལ་བའི་ཕྱིར་སྟོབ་དཔོན་མི་བཞེད་པས་འདིར་མི་བཤད་དེ། མདོ་ལས། ཕྱིན་ཅི་ལོག་དང་མི་  
བདེན་དང་། །འགལ་ཉིད་ལྷག་ཆོད་རྣམས་ལ་ནི། །ཚྱོད་པ་གྲུབ་པར་སྟོན་གསུམ་བཤད། །འདི་ལ་  
བྱད་པར་མཆོན་པ་མེད། །ཅེས་གསུངས་པ་རྟེན་ནོ། །འོན་ཀྱང་ཀུན་ལས་བརྟུས་ལས། ལྷག་ཆོད་  
རྣམས་ལས་སྟོགས་ཅན་ཡིན། །ཞེས་གསལ་བར་མ་གསུངས་ལ། རིགས་པ་བརྟག་པར་གསུངས་པ་  
དེ་ཅུང་ཟད་བཤད་ན་འཕེལ་བ་དང་མཚུངས་པའི་ལྷག་ཆོད་དཔེར་ན་སྒྲ་མི་རྟག་སྟེ་ཚྱོལ་བ་ལས་  
བྱུང་བའི་ཕྱིར་ཞེས་བརྗོད་པ་ལ་སྒྲ་བུམ་པ་དང་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་གཟུགས་ཅན་དུ་བཤམ་ཞེས་བེར་



བ་ལྷ་བུ་ལོ། །འགྲོ་བ་དང་མཚུངས་པ་ནི། དཔེ་སྒྲུ་མ་ཉིད་ལ་བུ་མ་པ་སྒྲུ་དང་མཚུངས་པ་འི་ཕྱིར།  
 གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པར་བཤམ་ཞེས་བེད་བ་ལྷ་བུ་ལོ། །བརྗོད་པ་མཚུངས་པ་ནི། སྒྲུ་བསྒྲུབ་བྱུང་  
 འགྱུར་ན་རྒྱ་མཚན་མཚུངས་པ་འི་ཕྱིར་བུ་མ་པ་འང་བསྒྲུབ་བྱུང་བཤམ་ཞེས་བེད་བ་ལྷ་བུ་ལོ། །མ་  
 བརྗོད་པ་མཚུངས་པ་ནི་བུ་མ་པ་བསྒྲུབ་བྱུང་མི་འགྱུར་ན་རྒྱ་མཚན་མཚུངས་པས་སྒྲུ་འང་བསྒྲུབ་བྱུང་  
 མ་ཡིན་པར་བཤམ། ཞེས་བེད་བ་ལྷ་བུ་ལོ། །རིགས་པ་མཚུངས་པ་ནི། རྩོལ་བྱུང་གི་སྒྲུ་མི་རྟག་པར་  
 བསྒྲུབ་པ་ན་སྒྲུ་རྟག་སྟེ་ལྷ་ས་ཅན་མ་ཡིན་པ་འི་ཕྱིར། རྩོལ་མཁའ་བཞེན་ཞེས་བེད་བ་ལྷ་བུ་ལོ། །སོ་  
 སོའི་དཔེ་དང་མཚུངས་པ་ནི་སྒྲུ་མི་རྟག་སྟེ་ཤེས་བྱ་ཡིན་པ་འི་ཕྱིར། དཔེ་བུ་མ་པ་བཀོད་པ་ན། དཔེ་  
 རྩོལ་མཁའ་བཀོད་ན། རྟག་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བེད་བ་ལྷ་བུ་ལོ། །

༧༩༩

བསྐྱབ་བྱ་དང་མཚུངས་པ་ནི། སྐྱ་མི་རྟག་སྟེ། ཞེས་ཡན་ལག་ལྔ་ལྔ་ན་བཀོད་པ་ན་དཔེ་བུམ་པ་  
ལ་འང་ཡན་ལག་ལྔ་ལྔ་ན་བཀོད་དགོས་ཞེས་ཟེར་བ་སྟ་བུ་ལོ། །འགའ་ཞིག་ཆོས་ཅན་ལ་བསྐྱབ་བྱ་  
སྟར་མ་གྲུབ་པ་འི་ཕྱིར་རྟགས་གཞན་སྟོར་བ་སྟེ། དཔེར་ན་སྐྱ་མི་རྟག་སྟེ་མིག་གིས་གཟུང་བྱ་ཡིན་  
པ་འི་ཕྱིར་ཞེས་བཀོད་པ་སྟ་བུ་ལོ། །ཞེས་ཟེར་རོ། །མི་རྟག་པ་དང་མཚུངས་པ་ནི། སྐྱ་མི་རྟག་སྟེ་བུམ་  
པ་བཞིན། ཞེས་བཀོད་པ་ན་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཆོས་ཅན་དུ་ཅི་སྟེ་མི་འཛོག་ཅེས་ཟེར་བ་སྟ་  
བུ་ལོ། །དེ་དག་ཅི་རིགས་པར་གྲུན་ཆོག་སྟར་སྟངས་བ་དག་གི་ནང་དུ་འདུ་བ་ཤེས་པར་ཟད་  
པས་སོ་སོའི་དགག་པ་ཡི་གེ་མངས་ཀྱིས་དོགས་པས་མ་བཀོད་དོ། །རབ་བྱེད་དང་མཚུངས་པ་ལ་  
སྟར་བས་པ་ནི། སྐྱ་མི་རྟག་པ་སྟེ་ཚོ་ལ་བ་ལས་བྱུང་བ་འི་ཕྱིར་བུམ་པ་བཞིན་ཞེས་བཀོད་པ་ན། དེ་

ཏྲ་ན་སྒྲ་རྒྱ་སྒྲ་མཉན་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྒྲ་ཉིད་བཞིན་ཞེས་ཟེར་བ་མ་དེས་པར་འདྲག་ལ། གཞན་  
 དག་ན་རེ། དྲ་དེ་ཤ་ཨེ་ཀ་ཀ་ར་ཆ་ཕྲ་ཀ་ར་ཆེ་ཞེས་བར་གྱི་ཆོག་ས་མི་མངོན་པར་བསྐྱས་ན་སྒྲ་གས་  
 གཅིག་ལ་བྱེད་པས་རབ་རྒྱ་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་འབྱུང་བ་ལྷ་པོ་མི་རྒྱ་སྒྲ་སྒྲ་བྱེད་དང་ལྷན་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བརྗོད་ན་སྒྲ་གས་གཅིག་རྒྱུད་དང་ནམ་མཁའ་ལ་མ་གྲུབ་པས་སྒྲ་གས་གཅིག་ལ་འདྲ་  
 བསྐྱབ་མི་རྒྱས་ལ་སྒྲ་གས་གཅིག་ལ་མ་གྲུབ་པ་རྒྱར་གཅིག་ལ་འདྲ་བསྐྱབ་པར་མི་རྒྱས་པ་མཆུངས་  
 པས་རབ་བྱེད་དང་མཆུངས་པ་ཞེས་ཟེར་བ་མ་གྲུབ་པར་འདྲའོ། །དུས་ལས་འདས་པ་ཡང་རིགས་  
 པ་ཅན་ཆུན་པོའི་ལྷ་གས་སྒྲ་གས་ཀྱི་སྒྲ་པོས་བཀག་པ་ལ་ཕྱིས་ཀྱི་བ་ཆའི་བྱ་ལ་སོགས་པ་ན་རེ་  
 དུས་ལས་བཀལ་ཏེ་ཡུལ་གཞན་དུ་སྒྲོར་བ་སྟེ། དཔེར་ན་སྒྲ་རྒྱ་སྒྲ་སྒྲོར་བ་ལས་གསལ་བའི་ཕྱིར་

༩༥

གཟུགས་བཞིན་ཞེས་བྱ་བ་ལ། གཟུགས་ཀྱི་སྒྲ་རྣམས་ཡོད་ཀྱང་བུམ་པ་དང་སྒྲ་བ་སྒྲ་བ་  
ལས་གསལ་བར་བྱ་བ་བཞིན་ནོ། །སྒྲ་ལ་འད་སྒྲ་ཡོད་པ་ལས་རྒྱ་དང་དབྱུག་ལ་སོགས་པ་སྒྲ་བ་  
ལས་གསལ་བའི་ཕྱིར། སྒྲ་རྒྱ་གསལ་གོ་ཞེས་དཔྱད་པ་བ་ཟེར་བ་ལ་རིགས་པ་ཅན་ན་རེ་དེ་ནི་དུས་  
ལས་འདས་པའི་ཚར་གཅད་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རྟེ། འདི་སྒྲ་གཟུགས་དང་སྒྲོན་མ་ཇི་སྟེད་སྒྲ་  
བའི་བར་དུ་མཐོང་བས་གསལ་བྱ་གསལ་བྱེད་ཅུས་མཉམ་པ་འབྲེད་ཀྱི། རྒྱ་དང་དབྱུག་ལ་སོགས་  
པ་ཕྱད་པ་ན་སྒྲ་མེད་ཀྱི་བྲལ་བ་ན་རྒྱ་དང་རིང་པོར་གྲག་པས་དུས་མི་མཚུངས་པས་དུས་ལས་འདས་  
པ་རྒྱ་མེད་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རྟེ། ལྷགས་དེ་སངས་རྒྱས་པ་ལ་ནི་དུས་ལས་འདས་པ་  
མ་ཡིན་གྱི་མ་གྲུབ་པར་འདུས་སོ། །རབ་བྱེད་དང་མཚུངས་པ་དང་དུས་ལས་འདས་པ་མཚུངས་

པའི་དབྱེ་བ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་མོད་ཀྱི། ཡི་གེ་མངས་ཀྱིས་དོགས་པས་མ་བྲིས་མོད། །ཁོ་བོས་གཞན་  
 ཏུ་བཤད་པར་བརྟ་བར་བྱའོ། །དེ་དག་གིས་མཆོན་ནས་རྟག་ཆོད་ཐམས་ཅད་དཔྱིས་ཕྱིན་པར་  
 ཁེགས་སོ། །རྟག་ཆོད་འདི་དག་མ་ཤེས་ན། །གཞུང་ལུགས་ཆེན་པོར་འཆད་པ་ཡི། །སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 ཆེར་མི་རྟོགས་པས། །སྤྱོད་སྤྱོད་ཅམ་སྤྱོད་སྤྱོད་བཤད་པ་ཡིན། །བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སྤྱོད་བཅད་  
 པའོ། །གསུམ་པ་ཚུ་དཔའི་སྐབས་ཀྱི་དག་གི་དབྱེ་བ་ལ་གསུམ་ལས། གང་ཟག་དང་། དགོས་པ་  
 དང་། བརྗོད་ཚུལ་གྱི་སྒོ་ནས་དབྱེ་བའོ། །དང་པོ་ནི། གང་ཟག་གསུམ་ལ་བརྗོད་ཚུལ་དུག །དེ་འདྲ་  
 ཆོལ་བས་དོན་གྱི་དངོས་པོ་འཛིག་པ་དང་། སྤྱོད་སྤྱོད་གི་དག་གཉིས་དང་། ཕྱིར་ཆོལ་གྱི་འདོད་པ་  
 གི་བ་དང་། སྤྱོད་བརྗོད་པའི་དག་གཉིས་དང་། དཔང་པོས་རྗེས་སྤྱོད་བརྗོད་པ་དང་།

༨༣༥༩

ནམ་པར་དབྱེ་བའི་དག་གཉིས་ཏེ་དྲུག་གོ། །གཉིས་པ་དགོས་པའི་སྒོ་ནས་དབྱེ་བ་ལ་གཉིས་ཏེ།  
བསྐྱབ་པ་དང་སྤྱན་འབྱེན་པའི་དག་གོ། །དང་པོ་ལའང་གཉིས་ཏེ། བརྗོད་ཚུལ་གྱི་བསྐྱབ་པ་ལ་ཡང་  
དག་དང་སྟར་སྤང་རྡོ། །ཡང་དག་པ་ལའང་གསུམ་ལས་དང་པོ་མཆན་ཉིད་ནི། ཚུལ་གསུམ་སྟོན་  
པ་བསྐྱབ་པའི་དག་། ཅེས་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། ཕྱོགས་གྱི་གྲང་པོས་ཚུལ་གསུམ་པ་སྟོན་པར་བྱེད་པ་  
གཞན་གྱི་དོན་གྱི་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པ་སྟར་རྡོ། །གལ་ཏེ་ཚུལ་གསུམ་  
པའི་དག་བསྐྱབ་ནས་ཕྱིར་གློལ་ལ་རྗེས་དཔག་མ་སྐྱེས་ན། ལྷ་སྟེགས་འགའ་ཞིག་གློལ་བ་ཆར་  
གཅད་ཡིན་ནོ། །ཞེས་ཟེར་བ་མི་འཐད་དེ། ཏ་ཅང་ཐལ་བའི་ཕྱིར་རྡོ། །དེ་སྟེ་བྱུང་སྐབས་སུ་གཉིས་  
ཀ་ལ་འཕམ་ཚུལ་གྱི་ནམ་གཞག་མེད་པར་ཚུད་པའི་རིགས་པར་གསུངས་སོ། །བསྐྱབ་པའི་དག་



དེའང་ཕ་རོལ་གྱིས་མ་རྟོགས་པ་རྟོགས་པར་བྱེད་པའམ། བྱོགས་ཚོས་བྱུང་པ་རེས་འཛོག་རྟུ་  
 རྟོགས་ཀྱང་གཞི་མཐུན་དུ་མ་དྲན་པ་དྲན་པར་བྱེད་པའི་དག་གོ། གཉིས་པ་དག་དགོད་པའི་ཚུལ་  
 ལ་གསུམ་སྟེ། མི་འཐད་པའི་ལྷགས་དགག་པ་དང་། འཐད་པའི་ལྷགས་བརྗོད་པ་དང་། དེ་ལ་ཚུད་  
 པ་སྤང་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས། སྤྲ་རབས་པའི་ལྷགས་དགག་པ་ནི། ཡན་ལག་སྤྲ་ལ་དམ་  
 བཅའ་དང་། ཉེར་སྦྱར་མཇུག་སྤྱད་གསུམ་པོ་སྟག་སྟེ། བྱི་བྱུང་མ་ཚང་ཕྱིར་མི་འཐད། ཁྱངས་ཅན་  
 ལ་སོགས་པའི་སྤྲ་རབས་པ་དག་ལ་ལ་མེ་ཡོད་དེ་དུ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཚང་མང་བཞིན། ལ་ལ་ཡང་  
 དུ་བ་ཡོད་པས་མེ་ཡོད་ཅེས་སྤྲ་སྤན་དུ་བརྗོད་པ་མི་འཐད་དེ། བྱི་བྱུང་བརྗོད་པ་མ་ཚང་ལ། བསྐྱབ་  
 བྱ་ཉེར་སྦྱར་མཇུག་སྤྱད་གསུམ་སྟག་པའི་ཕྱིར་

འཕྲུལ་སྒྲིལ་

མོ། །དེ་ལ་དགོངས་ནས། དོན་གྱི་རྟོགས་ཕྱིར་བསྐྱབ་བྱ་མི། །གདོན་མི་ཟ་བར་བརྫོད་བྱ་མི། །ཞེས་  
བྱ་བ་དང་། བསྐྱབ་བྱ་བརྫོད་ཕྱིར་ཕྱོགས་གྱི་ཆོག་། །བརྒྱད་པ་ཡིས་ཀྱང་རྣམ་པ་མེད། །ཅེས་  
གསུངས་སོ། །རྗེས་སུ་འགོ་ཕྱོག་གི་དག་གཉིས་བརྫོད་པའང་ལྷག་པ་སྟེ། རྗེས་སུ་འགོ་བ་དང་ཕྱོག་  
པ་དག་ལས་བྱུང་བ་དེས་པ་དང་ལྷན་པའི་ཚུལ་གཅིག་སྐྱར་བས་ཀྱང་དོན་གྱིས་གོ་བས་གཉི་ག་  
རབ་རྒྱ་བསྟན་ཏོ། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །གཉིས་པ་གངས་ཅན་པའི་ལྷགས་དགག་པ་ལ། ཡན་  
ལག་གཉིས་པའང་གསུམ་པ་དང་། །ལྡེ་པ་སྐྱར་ན་དམ་བཅའ་འདྲེན། །བོད་འགའ་ཞིག་ཡན་ལག་  
གཉིས་པ་ལའང་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་སྦྱོར་ཏེ། དཔེར་ན་ལ་ལས་དུ་བ་ཡོད་པ་ཞེས་ལ། བྱས་པས་  
ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་ལོ། །འགའ་ཞིག་ལྡེ་པར་སྦྱོར་ཏེ་ལ་ལ་དུ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལས་སྐྱེས་པ་

བྱས་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་སྒྱུར་རོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ངག་འཕྲོ་ཅན་དེས་དམ་བཅའ་འདྲེན་པ་ཡིན་  
 ཏེ། དུ་བ་ཡོད་པས་མེ་ཡོད་ཅེས་བྱ་བ་དང་། བྱས་པའི་ཕྱིར་མི་རྟག་ཅེས་བརྗོད་དགོས་པར་འགྱུར་  
 རོ། །གལ་ཏེ་དམ་བཅའ་མ་བརྗོད་ན། །ངག་མ་རྗོགས་ཕྱིར་ངེ་དགོས་འགྱུར། །གསུམ་པ་དང་ལྔ་  
 པའི་རྣམ་དབྱེ་སྒྱུར་ཡང་དམ་བཅའ་བརྗོད་མི་དགོས་ཏེ་དོན་གྱིས་གོ་བའི་ཕྱིར་རོ་སྟུམ་ན། དོན་  
 གྱིས་གོ་ཡང་ཆོག་དེའི་རྣམ་པ་མི་རྗོགས་པས་ཆོག་གཞན་འདྲེན་པ་ཡིན་ཏེ། ཟན་ཟ་བར་དོན་གྱིས་  
 གོ་ཡང་ཟན་ཟ་བས་ཤེའམ་ཟ་བའི་ཕྱིར་ཞེས་བརྗོད་པའི་ཤུགས་གྱིས་ཟ་བས་ཅི་ཡིན། ཟ་བའི་  
 ཕྱིར་ཅི་ཡིན་ཞེས་སྒྲུར་ངེས་ལ་བསམ་པ་བྲུང་དགོས་པ་བཞིན་ནོ། །ཞོལ་བའི་ངག་མ་རྗོགས་པ་ལ་  
 ཕྱིར་ཞོལ་གྱི་ངག་ཞུགས་ན་སྒྲ་བ་པོའི་སྒྱུན་དུ་རྩོད་རིགས་ལས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་

འཕྲུལ་ལྟུན་

དག་ལྟག་ཆད་མེད་པ་སྐྱར་བར་བྱའོ། །དེའང་། གསུམ་ལས་གང་ཡང་རུང་བ་གཅིག །མ་སྒྲིས་མ་  
ཆད་སོགས་བརྗོད་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་སྟར་རོ། །གཉིས་པ་རང་གི་ལྷགས་ལ་གཉིས་ལས། དང་  
པོ་མི་མཁས་པ་ལ་སྐྱར་བའི་ཚུལ་ནི། སྒྲུན་པོ་ལ་ནི་ཉུང་རྒྱས་སྐྱར། །ཆོག་ཡན་ལག་གཉིས་པའི་  
དག་ཏུ་སྐྱར་ཏེ། རྗེས་འགོ་དང་ཕྱོགས་ཆོས་བརྗོད་པ་ཆོས་མཐུན་པ་ཉིད་ཅན་གྱི་དག་དཔེར་ན་  
གང་བྱས་པ་དེ་མི་རྟག་སྟེ་བུམ་པ་བཞིན་སྒྲ་ཡང་བྱས་སོ། །ཞེས་བྱ་བ་སྟུང་བྱའོ། །ཕྱོགས་ཆོས་དང་  
བསྐྱོག་བྱུང་བརྗོད་པ་ཆོས་མི་མཐུན་པ་ཉིད་ཅན་གྱི་དག་དཔེར་ན་གང་མི་རྟག་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་  
བྱས་པ་མ་ཡིན་ཏེ་ནམ་མཁའ་བཞིན་སྒྲ་ནི་བྱས་སོ་ཞེས་བརྗོད་པ་སྟུང་བྱའོ། །གཉིས་པོ་སྒྲ་ཕྱི་བྱང་  
པར་མེད། །མཐའ་རྟེན་རྗོགས་པའི་ཆོག་ཏུ་སྐྱར། །ཆོས་མཐུན་པ་དང་མི་མཐུན་པའི་དག་རི་སྟར་

སྐྱུར་ཡང་རུང་ཕྱོགས་ཆོས་དང་བྱུང་པ་སྒྲིན་ལ་གང་བཟོད་ཀྱང་རུང་འགལ་བ་མེད་ཀྱི། དཔེར་ན་  
 ལ་ལ་དུ་བ་ཡོད་དོ་ཞེས་མ། ཚང་མང་བཞིན་ནོ་ཞེས་མ། སྐྱུ་བྱས་སོ་ཞེས་མ་བྱུ་པ་བཞིན་  
 དུ་ལོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུར་ཕྱོགས་ཆོས་དང་བྱུང་པ་གང་སྒྲིན་ལ་བཟོད་ཀྱང་རུང་སྟེ་མཐུག་ཇོགས་  
 པར་སྐྱུར་རོ། །གཉིས་པ་མཁས་པ་ལ་སྐྱུར་བའི་ཚུལ་ནི། མཁས་པ་ལ་ནི་གཏན་ཆོགས་  
 ཉིད། །གཏན་ཆོགས་བཟོད་པས་བྱུང་པ་དྲན་རྒྱས་པར་ཤེས་པ་དེ་ལ་གཏན་ཆོགས་ཙམ་གྱིས་གྲུབ་  
 སྟེ། དཔེར་ན་བྱས་པ་ལ་མི་རྟག་པར་བྱུང་པར་སྐྱུ་བའི་ཆོལ་བ་མཁས་པ་ལ་དེ་ལ་འོ་ན་སྐྱུ་ཡང་  
 བྱས་སོ་ཞེས་བཟོད་པས་འགྲུབ་བོ། །ཆོགས་སུ་བྱུང་པ་དག་ཏུ་མི་བཟོད་ན་མཁས་སུ་བེན་ཡང་  
 སྐབས་དེར་སྐྱུ་བ་པའི་དག་ཇོགས་པར་སྐྱུར་ཏེ། མ་ཇོགས་ན་གྲུན་ཀར་འགྱུར་

༨༣༥

བའི་ཕྱིར་རོ། །རྣམ་འགྲེལ་ལས། དཔེ་ལ་དེ་ཡི་ངོ་བོ་དང་། །རྒྱ་དངོས་དེ་དག་མི་ཤེས་ལ། །སྟོན་ཏེ་  
མཁས་པ་རྣམས་ལ་ནི། །གཏན་ཆོག་ལ་འབའ་ཞིག་བརྗོད་པར་བྱང་། །ཅིས་གསུངས་པས་སོ། །དེས་  
མཆོན་ནས་ཕྱོགས་ཆོས་ཁར་འབྱིན་པ་ལ་བྱབ་པ་ཙམ་བརྗོད་པའང་སྟོན་མེད་པར་ཤེས་པར་  
བྱའོ། །དེས་ན་ཕྱིར་ཆོལ་གྱི་སྒྲོའི་བྱེ་བྲག་གིས་གསུམ་དུ་འགྱུར་ཏེ། ཕྱིར་ཆོལ་ཕྱོགས་ཆོས་བྱབ་པ་  
གཉིས་ཀ་དྲན་རུང་མེད་པ་གཉིས་ཀ་དྲན་པ། དྲན་རུང་ཡོད་ཀྱང་མ་དྲན་པའོ། །དེ་ལ་སྡུ་མ་གཉིས་  
ནི། བསྐྱབ་པ་འགོད་པའི་ཡུལ་མ་ཡིན་ཏེ། དང་པོ་ལ་མི་རྣམས། གཉིས་པ་ལ་མི་འདོགས་པའི་ཕྱིར་  
རོ། །གསུམ་པ་ཕྱོགས་ཆོས་བྱབ་པ་གཉིས་ཀ་མ་དྲན་པ་ལ་ཆོས་མཐུན་མི་མཐུན་གྱི་དག་དང་།  
ཕྱོགས་ཆོས་མི་ཤེས་པ་ལ་ཕྱོགས་ཆོས་དང་། བྱབ་པ་མི་ཤེས་པ་ལ་བྱབ་པ་བརྗོད་པའང་དོན་གྱིས་



ཞེས་པར་བྱའོ། །གསུམ་པ་ཚོད་པ་སྤང་བ་ནི། གུན་ལས་བརྟམ་གྱི་ཆིག་བརྟམ་བ། ལྷས་དབྱེར་  
 བཤད་ནས་འགལ་ཞེས་ཟེར། །ཕྱོགས་གྱི་སྤང་པོས། རང་ལས་ངེས་བཞིན་གཞན་དག་  
 ལ་འང་། །ངེས་པ་སྤྱེད་པར་འདོད་པ་ཡིས། །ཕྱོགས་ཆོས་དང་ནི་འབྲེལ་པ་དང་། །བརྟམ་བྱ་བརྟམ་  
 བྱ་གཞན་རྣམས་སྤང་། །ཞེས་གསུངས་པའི་དོན། བརྟམ་བྱ་དང་འབྲེལ་པ་ཞེས་ལྷས་དབྱེར་བར་  
 བཤད་ནས་བརྟམ་བྱ་བརྟེན་དགོས་པར་བཤད་པ་དང་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། གསུམ་པ་དེ་ཡི་སྤྱེས་བྱ་  
 ཡི། །བརྟམ་བ་ཡིན་ཕྱིར་འགལ་བ་མེད། །ཁོ་བོ་ཅག་འབྲེལ་པའི་བརྟམ་བྱ་ཞེས་རྣམ་དབྱེར་གསུམ་པའི་  
 དེའི་སྤྱེས་བྱའི་བརྟམ་བར་འཆད་པའི་ཕྱིར་འགལ་བ་མེད་དོ། །གསུམ་པ་བརྟམ་པའི་དག་གི་བྱེ་པ་ནི་  
 འབྲས་བྱ་རྗེས་དཔག་སྤྱེད་པ་ཡིན།

ཀྱེལ་པུ་

བསྐྱབ་པའི་དག་དེས་པ་རོལ་ལ་འབྲས་བུ་རྗེས་དཔག་སྐྱེད་པ་ཉིད་དོ། གཉིས་པ་བསྐྱབ་པ་ལྟར་  
སྒྲུང་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་མཚན་ཉིད་ནི། སྐྱབ་བྱེད་ཡང་དག་མ་ཡིན་པ། །བཀོད་པ་བསྐྱབ་པ་  
ལྟར་སྒྲུང་ཡིན། །བསྐྱབ་པའི་དག་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པ་སྐྱབ་བྱེད་དུ་བཀོད་པ་ཐམས་ཅད་བསྐྱབ་  
པ་ལྟར་སྒྲུང་ཡིན་ཏེ། ཞེས་བྱ་ཡན་ལག་མ་གྲུབ་ལ། །ཞེས་བྱེད་ནུས་པ་ཡོད་མིན་པས། །ཚུལ་  
གསུམ་མ་གྲུབ་ཐེ་ཚོམ་ཟ། །རྟོགས་པ་པོ་ཡི་སྐྱབ་བྱེད་མིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །གཉིས་པ་  
དབྱེ་ན། དོན་སྟོབས་ཡི་དབྱེ་བ་ཡིས། །ལྟར་སྒྲུང་དེ་ཡང་ནུས་པ་གསུམ། །རྟོགས་ཚུལ་གསུམ་མ་ཆང་  
བ་བཀོད་པ་དོན་སྟོབས་ཅན་དང་། །རྟོགས་ཚུལ་གསུམ་ཆང་ཡང་ཆད་མས་མ་དེས་པ་བཀོད་པ་སྟོ་  
སྟོན་ཅན་དང་། །ཚུལ་གསུམ་ཆད་མས་དེས་ཀྱང་བརྗོད་པ་མ་ཞེས་ན་སྟོབས་སྟོན་ཅན་དག་བཀོད་པ་

རྟེ་གཟུངས་མོ། །དེའང་རང་དོན་དུ་དོན་གྱི་སྟོན་འབའ་ཞིག་དཔྱད་ལ་གཞན་དོན་དུ་སྟོན་དང་སྟོན་  
 སྟོན་ཡང་དཔྱད་དོ། །གཉིས་པ་སྟུན་འབྲེན་པ་ལ་འང་གཉིས་ཏེ། ཡང་དག་དང་སྟར་སྟར་དོ། །དང་  
 བོ་ལ་འང་གཉིས་ལས། མཚན་ཉིད་ནི། སྟོན་བརྗོད་སྟོན་ནས་ལོག་རྟོག་སེལ། །སྟུན་འབྲེན་ཡང་དག་  
 གི་མཚན་ཉིད་སྟོན་ལ་སྟོན་དུ་བརྗོད་པས་སྟོན་ཅན་གོ་བའོ། །གཉིས་པ་དབྱེ་ན། དུམ་དང་དོ་བོ་  
 བརྗོད་ཚུལ་གྱིས། །དབྱེ་བས་སྟུན་འབྲེན་རྣམ་པ་གཟུངས། །དུམ་གྱི་སྟོན་ནས་དབྱེ་ན་མཚན་ཉིད་དང་།  
 གཏན་ཆེགས་དང་། བསྐྱབ་བྱའི་སྟོན་གཟུངས་མོ། །དོ་བོའི་སྟོན་ནས་དབྱེ་ན། དོན་དང་། སྟོན་དང་། སྟོན་  
 སྟོན་ཅན་གཟུངས་མོ། །བརྗོད་ཚུལ་གྱི་སྟོན་ནས་དབྱེ་ན། རྣམ་མ་དང་ཐལ་བར་བརྗོད་པ་གཉིས་  
 མོ། །གཉིས་པ་སྟུན་འབྲེན་སྟར་སྟར་ལ་འང་

༨༣༧༥

མཚན་ཉིད་དང་དབྱེ་བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། ལྟར་སྒྲུབ་སྟོན་ལ་སྟོན་མི་བརྗོད། །དེའི་མཚན་  
ཉིད་ནི། སྟོན་ལ་སྟོན་དུ་མ་བརྗོད་པས་སྟོན་ཅན་མ་གོ་བའོ། །གཉིས་པ་དབྱེ་བ་ལ་གཉིས་ལས།  
གཞན་གྱི་ལྷགས་དགག་ན། མུ་སྟེགས་བྱེད་དང་བོད་འགའ་ཞིག་། གངས་ངེས་བྱེད་མོད་དེ་མི་  
འཐད། །མུ་སྟེགས་བྱེད་ཚར་གཅད་ཉི་ཤུ་ཅུ་གཉིས་དང་། ལྟག་ཚད་ཉི་ཤུ་ཅུ་བཞིར་འདོད་པ་ནི་  
བཀག་ཟེན་ལ། བོད་འགའ་ཞིག་མཚན་ཉིད་དང་། གཏན་ཚིགས་དང་། བསྐྱབ་བྱའི་སྟོན་མ་ཡིན་  
པ་སྟོན་དུ་བརྗོད་པ་དང་། དོན་དང་སྟོ་དང་སྟོའི་སྟོན་མ་ཡིན་པ་སྟོན་དུ་བརྗོད་པ་འོ། །ཞེས་ཟེར་བ་  
མི་འཐད་དེ། སྟོལ་བས་སྐྱབ་བྱེད་ཡང་དག་བཀོད་པ་ལ་དེ་ལ་སྟོགས་སྟོ་ཚིགས་ནས་སྒྲུབ་དམ།  
རང་ལ་བསྟོད་དམ། འབྲེལ་མེད་གཞན་འཆད་ནའང་དེ་དག་ཏུ་མི་འདུ་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་

རང་གི་ལུགས་ནི། སྐྱོན་མི་བརྗོད་དང་སྐྱོན་མིན་བརྗོད། །གཉིས་ཡིན་དབྱེ་བ་བསམ་མི་བྱ། །ཅོད་  
 རིགས་ལས་བཤད་པ་བཞིན་མ་ཆོད་བ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱོན་མི་བརྗོད་པ་དང་། མ་ཆོད་བ་ལ་  
 སོགས་པ་མ་ཡིན་པ་ལ་དེར་བརྗོད་པའམ། བདག་ལ་བསྟོད་ཅིང་གཞན་ལ་སྟོད་པ་ལ་སོགས་པ་  
 སྐྱོན་མ་ཡིན་པ་བརྗོད་པའོ། །དེ་དག་གི་དབྱེ་བ་མཐའ་ཡས་པས་མ་སྟེ་སྟེ། ལོག་པའི་ལན་ལ་མཐའ་  
 མེད་ཕྱིར། །དེ་དག་འདིར་ནི་སྟོ་བྱ་མིན། །ཞེས་གསུངས་པ་རྟུང་རོ། །བརྗོད་ཚུལ་གྱི་སྟོ་ནས་དབྱེ་  
 བ། བརྗོད་པའི་ཚུལ་ལ་རང་རྒྱུད་དང་། ཐལ་འགྱུར་གཉིས་ཡིན་རང་རྒྱུད་བཤད། །རང་རྒྱུད་ནི་  
 བསྐྱབ་པ་ཡང་དག་ཡིན་པས་བཤད་ཟིན་ལ། ཐལ་འགྱུར་ལ་ཐལ་བའི་རྣམ་གཞག་དང་། ལན་  
 འདེབས་པའི་ཚུལ་གཉིས་ལས།

༨༣༥

དང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། གཞན་ལྷགས་དགག་པ། རང་ལྷགས་གཞག་པ། དེ་ལ་ཚུད་པ་སྤང་  
བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས། བྱོགས་སྤྲ་མ་བརྗོད་ན། ཐལ་འགྱུར་བཞི་ལས་བཅུ་བཞི་  
ཞེས། །གངས་ཅན་པ་དག་དེ་ཉྱར་འདོད། །འོད་རྣམས་ཀྱི་སྤྱིར་ཐལ་བ་བཀོད་ཆད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལ་  
བཞིར་འདོད་དེ། ཐལ་བའི་རྟགས་དང་། བྱབ་པ་གཉི་ག་མ་གྱུབ་པ་དང་། གཏན་ཆེགས་འབའ་  
ཞིག་མ་གྱུབ་པ་དང་། བྱབ་པ་འབའ་ཞིག་མ་གྱུབ་པ་དང་། གཉིས་ཀ་མ་གྱུབ་པ་སྟེ་བཞིའོ། །དང་པོ་  
དཔེར་ན་སངས་རྒྱས་པ་ལ་སྤྱོད་རྟག་པའི་སྤྱིར་གཞལ་བྱ་མ་ཡིན་པར་ཐལ་ཞེས་བརྗོད་ན་གཉི་ག་  
ཆད་མས་ཀྱང་མ་གྱུབ་ཁས་ཀྱང་མི་ལེན་པའོ། །གཉིས་པ་སྤྱོད་རྟག་པའི་སྤྱིར་མ་བྱས་པར་ཐལ་ཞེས་  
བརྗོད་ན། རྟགས་ཆད་མས་ཀྱང་མ་གྱུབ། ཁས་ཀྱང་མི་ལེན་པའོ། །གསུམ་པ་སྤྱོད་གཞལ་བྱ་ཡིན་



པའི་ཕྱིར་རྟག་པར་ཐལ་ཞེས་བརྗོད་པ་ན། བྱལ་པ་ཚད་མས་ཀྱང་མ་གྲུབ་ཁས་ཀྱང་མི་ལེན་  
 པའོ། །བཞི་པ་ལའང་བཞི་སྟེ། གཉི་ག་ཚད་མ། གཉི་ག་ཁས་བྲལ་སྟེ། རྟགས་ཚད་མས་བྱལ་པ་ཁས་  
 བྲལ་སྟེ། རྟགས་ཁས་བྲལ་སྟེ། བྱལ་པ་ཚད་མས་གྲུབ་པའོ། །དང་པོ་ནི་སངས་རྒྱས་པ་ལ་སྦྱ་བྱས་པའི་  
 ཕྱིར་མི་རྟག་པར་ཐལ་ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟ་བུ་འདོད་པས་ལན་གྲུབ་པ་ལྟར་སྦྱང་དང་། འགའ་ཞིག་  
 རྟག་པར་ཁས་ལེན་པ་ལ་ཐལ་བ་དེ་རྟགས་དང་བྱལ་པ་གཉི་ག་ཚད་མ་དམ་བཅའ་ལ་ཁས་བྲལ་སྟེ།  
 གྱི་གསལ་བའི་ཐལ་བ་ཡང་དག་དེ་གནས་སྐབས་གཉིས་དང་། གཉིས་པ་སྦྱ་མིག་གི་གཟུང་བྱ་དང་  
 དེ་ལ་རྟག་པས་བྱལ་པར་སྦྱ་བ་ལ་མིག་གི་གཟུང་བྱའི་ཕྱིར་རྟག་པར་ཐལ་བ་བརྗོད་པ་ལྟ་བུ་སྟེ།

འཕྲུལ་པ་

ཞིག་མ་གྲུབ་པ་ནི། བྱུང་པ་མ་གྲུབ་པས་ལན་གྲེབས་སོ། །གཉི་ག་ཚད་མ་དམ་བཅས་ལ་བསལ་བ་  
 ཡེ་མེད་དང་། གཉི་ག་ཁས་བྲུངས་དམ་བཅས་ལ་བསལ་བ་ཡེ་མེད་དང་། རྟགས་ཚད་མ་བྱུབ་པ་  
 ཁས་བྲུངས་དམ་བཅས་ལ་བསལ་བ་ཡེ་མེད་དང་། རྟགས་ཁས་བྲུངས་བྱུབ་པ་ཚད་མ་དམ་བཅས་  
 ལ་བསལ་བ་ཡེ་མེད་བཞི་པོ་འདོད་པས་ལན་གྲེབས་པས་བདུན་པོ་ལྟར་སྒྲུང་ངོ་། །གཉི་ག་ཚད་མ་  
 འདོད་པ་ལ་ཁས་བྲུངས་གྱི་བསལ་བ་དང་། གཉི་ག་ཁས་བྲུངས་འདོད་པ་ལ་ཚད་མ་དང་ཁས་  
 བྲུངས་གྱི་བསལ་བ་གཉིས་དང་། རྟགས་ཚད་མ་བྱུབ་པ་ཁས་བྲུངས་འདོད་པ་ལ་ཚད་མ་དང་  
 ཁས་བྲུངས་གྱི་བསལ་བ་གཉིས་དང་། རྟགས་ཁས་བྲུངས་

༩༩

བྱུང་པ་ཚད་མ་འདོད་པ་ལ་ཚད་མ་དང་། ཁས་བྲལ་གྱིས་བསལ་བ་གཉིས་ཏེ་བདུན་མི་ལན་  
གྱིས་བསྐྱོག་པར་མི་རྣམས་ཡང་དག་གོ །ཡང་དག་ལ་སྐྱབ་ཕྱེད་འཕེན་པ་དང་མི་འཕེན་པ་དཔྱེ་  
ན། དུག་དང་ཕྱེད་གྱིས་མི་འཕེན་ལ། །བདུན་པའི་ཕྱེད་གྱིས་འཕེན་ཞེས་ཟེར། །ཐལ་བ་སྔ་མ་དུག་  
ཀྱང་བདུན་པའི་ཕྱེད་རྟག་པའི་སྐྱབ་བྱས་པར་ཁས་ལེན་པ་ལ་བྱས་པའི་ཕྱིར། མི་རྟག་པར་ཐལ་  
ཞེས་རྟགས་ཁས་བྲལ་བྱུང་བ་བྱུང་པ་ཚད་མ་དམ་བཅའ་ལ་ཚད་མས་བསལ་ཡང་གཞི་ཆོས་ཅན་མ་  
གྲུབ་ན་སྐྱབ་ཕྱེད་མི་འཕེན་ཏེ་བསྐྱོག་ན་ཚུལ་གསུམ་མ་ཚད་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་རྟག་པའི་  
ཤ་ཟའི་བྱུམ་པ་ཡོད་ཅེས་ཟེར་བ་ལ་རྟག་པའི་བྱུམ་པའི་རང་མཆན་ཆོས་ཅན་ཡོད་པའི་ཕྱིར་མི་  
རྟག་པར་ཐལ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཆོས་ཅན་མ་གྲུབ་པ་ཐམས་ཅད་ལ་སྐྱར་རོ། །འདི་ལ་ཚད་

མས་བསལ་བ་མེད་དེ་གཞི་ཉིད་མ་གྲུབ་པས་དམ་བཅའ་ལ་ངེ་ལྟར་སེལ་ཞེས་ཟེར་བ་ལ་ཁ་ཅིག་  
ན་རེ། གཞི་དེ་ཉིད་ལ་འཇུག་པ་དངོས་བསལ་མེད་ཀྱང་གཞན་ལ་འཇུག་པའི་ཤུགས་བསལ་ཡོད་  
དེ། གཞན་དུ་རྟག་མི་རྟག་འགལ་བའི་ཆད་མས་དེ་གཉིས་ཆོགས་པ་ཁེགས་པ་ན། བྱེ་བྲག་ཤ་ཟའི་  
བུམ་པ་རྟག་པ་དང་མི་རྟག་པའི་ཆོགས་པ་འང་ཤུགས་ལ་ཁེགས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྤྱི་གཅིག་  
གསལ་བ་དུ་མ་དང་འབྲེལ་བར་ཡོད་ཅེས་ཟེར་བ་དང་། ནམ་མཁའི་ཡོན་ཏན་གྱི་སྒྲ་རྟག་པར་ཡོད་  
ཅེས་ཟེར་བའི་ཐལ་བ་དང་། བསལ་བ་འང་ཤེས་པར་བྱའོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །གཉིས་པ་དེ་དགག་ན།  
རང་རྒྱུད་ལ་ཡང་མཚུངས་ཕྱིར་དང་། །རྟགས་མེད་བྱབ་པ་འགལ་ཕྱིར་དང་། །རྟག་ཆད་ངེས་པ་མི་  
རུང་ཕྱིར། །ཐལ་འགྱུར་བཞིར་དབྱེ་མི་འཐད་དོ། །ཐལ་

༧༣༩

འགྱུར་བཀོད་ཆད་ལ་བཞིར་ངེས་ན་རང་རྒྱུད་ལ་འང་བཞིར་ཅི་སྟེ་མི་འབྱེད། རང་རྒྱུད་ལ་ཡང་  
དག་ཏྟར་སྒྲུང་གཉིས་སུ་ངེས་པས་གཞན་གྱིས་ཅི་བྱ་ཞེ་ན་ཐལ་འགྱུར་ལ་འང་ཅི་སྟེ་མི་མཚུངས།  
ཡང་རྟགས་དང་བྱབ་པ་གཉིས་ཀ་མ་གྲུབ་པ་དང་། རྟགས་འབའ་ཞིག་མ་གྲུབ་པ་འང་མི་འཐད་དེ།  
རྟགས་མ་གྲུབ་ན་ཕྱོགས་ལ་མཐུ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། བྱབ་པ་གྲུབ་པ་མ་གྲུབ་དཔྱོད་པ་སྒྲུན་པའི་  
རྣམ་ཐར་ཏེ་སློག་ཆད་པ་ལ་དབང་པོ་ཡོད་མེད་དཔྱོད་པ་བཞིན་ནོ། །ཡང་གཉི་ག་མ་གྲུབ་པ་དང་།  
རྟགས་མ་གྲུབ་ལ་བྱབ་པ་གྲུབ་པ་ལ་སོགས་པར་འབྱེད་ན་རྟག་ཆད་ཀྱི་དབྱེ་བ་རྟར་ཏ་ཅང་ཐལ་  
ཏེ། ཚུད་པའི་རིགས་པར་གསུངས་པ་རྟར། རྟགས་ཕྱེད་མ་གྲུབ་པ་དང་། བྱབ་པ་ཕྱེད་མ་གྲུབ་པ་  
ལ་སོགས་པ་འང་སྤིད་པར་ཐལ་བ་དེ་སྟོད་ཀྱི་དབྱེ་བར་འགྱུར་རོ། །མ་གྲུབ་གཉིས་སུ་ཕྱེ་བ་



ལྷག ། འགལ་བའི་ཐལ་འགྱུར་རྟར་སྒྲུང་ཆད། ། རྟགས་མེད་བྱབ་པ་གྲུབ་པ་འབྲུལ། ། དེས་ན་ཐལ་  
འགྱུར་བཅུ་བཞི་མིན། ། གཉི་ག་མ་གྲུབ་པ་དང་རྟགས་ཀྱང་མ་གྲུབ་པ་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་མོད། ། བྱབ་པ་  
གྲུབ་མ་གྲུབ་དགོས་ནུས་མེད་པས་གཉི་ག་མ་གྲུབ་པ་ཞེས་ཕྱེ་བ་ལྷག་ཅིང་སྒྲ་བྱས་པའི་ཕྱིར་རྟག་  
པར་ཐལ་ཞེས་བརྗོད་པ་རྟེན། འགལ་བས་ལན་འདེབས་པ་མ་སྒྲོས་པས་ཆད་ལ་རྟགས་མ་གྲུབ་  
ཀྱང་བྱབ་པ་གྲུབ་པ་སྤིང་དོ། ། ཞེས་ཟེར་བ་སྒྲོག་མེད་ཀྱང་དབང་པོ་གཞན་ཚང་བ་རྟར་འབྲུལ་པ་  
ཡིན་ནོ། ། གཉིས་པ་རང་འདོད་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། ཐལ་འགྱུར་ཡང་དག་དང་རྟར་སྒྲུང་དོ། ། དང་པོ་  
ལ་རང་གཉིས་ལས་མཆན་ཉིད་ནི། འདོད་པ་བརྗོད་ནས་མི་འདོད་བསྐྱབ། ། ཐལ་བ་ཡང་དག་གི་  
མཆན་ཉིད་ནི། ཁས་སྤངས་ཀྱི་རྟགས་ལས་

༩༥༧

མི་འདོད་པའི་བསྐྱབ་བྱ་འཕེན་པའོ། །གཉིས་པ་དབྱེ་བ་ལ་གསུམ་སྟེ། སྐྱབ་བྱེད་འཕེན་པ་དང་། མི་  
འཕེན་པ་དང་། དེ་དག་གི་དབྱེ་བ་དཔེར་བརྗོད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་ལས་ཐོག་མར་མཚན་  
ཉིད་ནི། བསྐྱབ་པའི་ཐལ་འགྱུར་ཆོས་གསུམ་ལྟན། དངོས་སུ་ཐལ་བ་འཕངས་པས་བསྐྱོག་ན་ཚུལ་  
གསུམ་ཚད་བའོ། །དེ་ལྟར་འཕེན་པ་ལ་ཐལ་བ་ཆོས་གསུམ་ལྟན་ཞིག་དགོས་ཏེ། ཏྲགས་ཕྱིར་གྲོལ་  
གྱིས་བདེན་ཞེན་གྱིས་ཁས་ལེན་པ་བསྐྱོག་བྱུང་ཚད་མས་གྲུབ་པ། གཞི་གྲུབ་ཅིང་དམ་བཅའ་ལ་  
ཚད་མས་བསལ་རུང་ངོ་། །ཏྲགས་ཁས་སྒྲངས་པས་མ་གྲུབ་པ་སེལ་ལ་བྱུང་པ་གྲུབ་པས་མཐུན་  
ཕྱོགས་ལ་འཇུག་པས་འགལ་བ་སེལ་ཞིང་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་སྟོས་པ་མ་དེས་པ་སེལ་ལ་དམ་  
བཅས་ལ་ཚད་མས་བསལ་བས་འདོད་པ་ལན་ཐེབས་པ་གཅོད་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་དོན་བསྐྱོག་ན་

རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཆོས་གསུམ་དུ་འགྱུར་རོ། །གཉིས་པ་བརློག་ན་བསྐྱབ་པའི་དག་ཏུ་འགྱུར་བའི་འབད་  
 པ་ནི། དངོས་སུ་བསྐྱབ་པའི་དག་ཡིན་ཡང་། །བརློག་ན་བསྐྱབ་པའི་མཚན་ཉིད་ཡོད། །དངོས་སུ་  
 ཏྲགས་ཚད་མས་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་བསྐྱབ་པའི་དག་མ་ཡིན་མོད། །བརློག་ན་ཚུལ་གསུམ་ཚད་བས་  
 བསྐྱབ་པ་ཡང་དག་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ་བཟུང་བའི་དག་ལས་རང་རྒྱུད་འཕེན་པའི་ཚུལ་ལ་གཉིས་  
 ལས་དང་པོ་གཞན་ལྷགས་དགག་ན། །ཁ་ཅིག་བཟུང་བའི་ཆོས་བརློག་པས། །བསྐྱབ་པའི་དག་ཉིད་  
 འཕེན་ཞེས་བྲེད། །བཟུང་བའི་དག་གིས་རང་རྒྱུད་ཀྱི། །སྤྱོད་ཆོས་འཕེན་ན་སྦྱོར་བ་འཛིག་ །བཟུང་  
 བའི་བྱུང་པས་རང་རྒྱུད་ཀྱི་བྱུང་པ་འཕེན་མོད། །རང་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྱོད་ཆོས་བཟུང་བའི་དག་གིས་  
 འཕེན་ཞེ་ན། འདི་

འཕྲུལ་

ལ་ཁ་ཅིག་དུ་བ་མེད་པར་ཐལ་ཞེས་ཐལ་བའི་དམ་བཅའ་བརྗོད་པས་འཕེན་ཞེས་ཟེར་བ་མི་  
འཐད་དེ། བསྐྱབ་པའི་དག་རྟར་འདིར་ཡང་དམ་བཅའ་བརྗོད་ན་སྟག་པས་ཆར་གཅད་པའི་ཕྱིར་  
རྟོ། །ཁ་ཅིག་ཐལ་བའི་རྟགས་ཀྱིས་སྟོན་ཏེ་མེ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བརྗོད་པས་བསྐྱབ་བྱ་དུ་མེད་ལ་  
དམིགས་པའི་སྟོ་འཕེན་ལ། དེ་ལ་ཡིད་གཏད་པས་བསྐྱོག་པ་དུ་ཡོད་གོ་བར་བྱེད་དོ། །ཞེས་ཟེར་བ་  
ལ་མི་རིགས་ཏེ། དུ་མེད་ཀྱི་སྟོ་འཕངས་པས་དུ་ཡོད་གོ་བར་མི་རྣམས་ཏེ། དངོས་ཤུགས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་  
མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྟོ། །གལ་ཏེ་རྣམས་ན་གངས་ཅན་སྐྱ་མ་བྱས་པར་སྐྱ་བ་ལ་གང་མ་བྱས་པ་དེ་རྟག་  
སྟེ་ནམ་མཁའ་བཞིན་སྐྱའང་མ་བྱས་སོ་ཞེས་བརྗོད་པས་ཀྱང་མི་རྟག་པ་གོ་བར་འགྱུར་རྟོ། །ཁ་  
ཅིག་ཐལ་བའི་ཕྱོགས་ཆོས་དང་བསལ་བ་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱོག་པའི་ཕྱོགས་ཆོས་སྟོན་ཏེ་ལ་ལ་མེ་

མེད་ཀྱི་ཕྱོགས་ཆོས་ཁས་སྤངས་བརྗོད་པས་ཤེས་འདོད་ཡོད་པར་བསྟན་ལ། དུ་བ་མཐོང་བས་  
བསལ་ཞེས་བསལ་བ་བརྗོད་པས། དུ་ཡོད་ཀྱི་ངོ་བོ་སྟོན་ཅིང་དེ་གཉིས་འཛོགས་ནས་མེ་ཤེས་  
འདོད་ཀྱི་གཞི་ལ་དུ་བ་ཡོད་པར་བསྟན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་གསུངས་པའང་མི་འཐད་དེ། དུ་བ་  
མཐོང་བས་བསལ་ཞེས་ཐལ་འགྱུར་གྱི་ངག་ལ་བསལ་བ་བརྗོད་པ་གཞུང་གང་དུའང་མ་མཐོང་ལ་  
དུ་བ་མེད་པར་ཐལ་ཞེས་བརྗོད་ན། ཐལ་འགྱུར་གྱི་དམ་བཅའ་བརྗོད་པས་ངག་སྟག་པ་སྟར་  
བསལ་བའང་ངག་སྟག་པ་ཡིན་ནོ། །ཡང་དུ་བ་ཡོད་པས་བསལ་ཞེས་པ་བསྟོག་ན། རང་རྒྱུད་ལ་དུ་  
བ་མེད་པས་མ་བསལ་ཞེས་བརྗོད་དགོས་ལ་དེ་སྟེ་མ་ཡིན་ན་ངག་བསྟོག་པར་མི་འགྱུར་  
རོ། །གཉིས་པ་རང་འདོད་པ་ནི། ཐལ་བའི་ངག་ལ་རང་རྒྱུད་ཀྱི། །དོན་འཕེན་ཇི་སྟར་བསྟོག་བཞིན་  
མིན། །ཐལ་བའི་ངག་ལ་རང་

༩༩༩

ཆུད་ཀྱི་དོན་འཕེན་མོད། དག་བསྐྱོག་པ་ལྟར་མི་འཕེན་ཏེ། འདི་ལྟར་མེ་མེད་པར་ཁས་བླངས་པའི་  
རྟགས་མ་བརྗོད་ན་ཐལ་འགྱུར་གྱི་ཕྱོགས་ཆོས་མི་འགྱུབ་ལ་བརྗོད་ན་རང་ཆུད་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱར་  
བརྗོད་པས་དག་ལྟག་པར་འགྱུར་ཏེ། མེ་མེད་པར་ཁས་ལེན་ཞེས་བསྐྱོག་དགོས་པའི་ཕྱིར་  
དོ། །དེས་ན་ཐལ་བའི་དག་སྟོན་མེད་འདི་ལྟར་དགོད་དེ། སྤྱི་གཅིག་དུ་མ་དང་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར་དུ་  
མར་ཐལ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། མེ་མེད་པའི་ཕྱིར་དུ་བ་མེད་པར་ཐལ་ཞེས་ཐལ་འགྱུར་གྱི་དམ་བཅའ་  
བཀོད་ལ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེས་འདྲི་ན་ཐལ་བའི་དག་འདི་ལྟར་དགོད་དེ་གང་དུ་མ་དང་འབྲེལ་པ་དེ་དུ་  
མ་ཡིན་ཏེ། སྟོད་ཐ་དད་ཀྱི་ཆུ་ལྷག་བཞིན་སྤྱི་གཅིག་པོ་འང་གསལ་བ་དུ་མ་དང་འབྲེལ་ལོ་ཞེས་བྱ་  
བར་ཆོས་མཐུན་པ་ཉིད་ཅན་ནོ། །གང་གཅིག་མི་སྤྲིད་པ་དེ་དུ་མ་དང་མི་འབྲེལ་ཏེ་རི་བོང་གི་རྩ་



བཞིན་དུ་མ་དང་འབྲེལ་པའི་སྤྱི་འདུག་ཅིག་ཏུ་མི་སྤྱོད་དོ། །ཞེས་བྱ་བ་ཆོས་མི་མཐུན་པ་ཉིད་ཅན་  
 རོ། །ཡང་གང་མེ་མེད་པ་ན་དུ་བ་མེད་དེ། ཟུ་ལྷུང་བཞིན། དུ་བ་དང་བཅས་པའི་ལ་འདུག་མེ་མེད་དུ་  
 ཁས་སྤྲངས་སོ། །ཞེས་བརྗོད་པ་ཆོས་མཐུན་པ་ཉིད་ཅན་རོ། །གང་དུ་བ་ཡོད་པ་ན་མེ་ཡོད་དེ་ཆང་  
 མང་བཞིན་དུ་བ་དང་བཅས་པའི་ལ་ལ་ཡང་མེ་མེད་དུ་བ་ཁས་སྤྲངས་སོ། །ཞེས་བརྗོད་པ་ཆོས་མི་  
 མཐུན་པ་ཉིད་ཅན་གྱི་དག་གོ། །དག་དེ་དག་ལ་དུ་མར་ཐལ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། དུ་བ་མེད་པར་ཐལ་བ་  
 རྒྱགས་ལ་གོ་བས་དངོས་སུ་མི་བརྗོད་དོ། །གཉིས་པ་སྐྱབ་བྱེད་མི་འཕེན་པའི་ཐལ་འགྱུར་གྱི་  
 མཆན་ཉིད་ནི། ཡང་དག་ཐལ་བ་བསྐྱོག་མི་འཕེན། །སུན་འབྱེན་པའི་ཐལ་འགྱུར་བསྐྱོག་པ་མི་  
 འཕེན་པའོ། །གསུམ་པ་དེ་དག་གི་དབྱེ་བ་དཔེར་བརྗོད་ན། གཉིས་ལས་དང་པོ་སྐྱབ་བྱེད་འཕེན་པ་  
 དང་། མི་འཕེན་པར་དབྱེ་བ་ནི།

༨༣༥

རང་བཞིན་འབྲས་བུའི་མཚན་ཉིད་དེ། །མི་དམིགས་གསུམ་གྱིས་བསྐྱབ་མི་འཕེན། །ས་ཕྱོགས་ན་  
བུམ་པ་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་མེད་པར་ཐལ་ཞེས་པའི་རང་བཞིན་མི་དམིགས་པ་དང་། དུ་བ་མེད་  
པའི་ཕྱིར་དུ་རྒྱ་རྒྱས་པ་ཐོགས་མེད་མེད་པར་ཐལ་ཞེས་པའི་འབྲས་བུ་མི་དམིགས་པ་དང་། མོག་  
མོག་ཤལ་དང་མི་ལྡན་པས་བ་ལང་མ་ཡིན་པར་ཐལ་ཞེས་པ་བྱབ་བྱེད་མི་དམིགས་པའི་བྱེ་བྲག་  
གསུམ་ལས་སྐྱབ་བྱེད་འཕེན་པ་མི་རུང་སྟེ། བུམ་པ་ལ་སོགས་པ་ཚད་མས་འབྲུབ་ན་དམིགས་པར་  
ཡང་གྲུབ་པས་ཕྱོགས་ཆོས་མེད་ལ་མ་གྲུབ་ན་ཐལ་བའི་དམ་བཅའ་ལ་བསལ་བ་མེད་ཅིང་རང་  
རྒྱུད་ཀྱི་ཕྱོགས་ཆོས་མི་འབྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྟག་མ་ཡང་དག་གཏན་ཆོགས་ཀྱིས། །སྐྱབ་བྱེད་  
འཕེན་པར་ཤེས་པར་བྱ། །རྒྱར་བ་ཤད་པའི་ཡང་དག་གི་རྟགས་ཉི་ཤུ་པོས་སྐྱབ་བྱེད་འཕེན་པར་

ཤེས་པར་བྱའོ། །གཉིས་པ་ལ་སྐྱབ་བྱེད་འཕེན་པ་ལ་རང་རིག་གཞན་རིག་གཉིས་སྐྱད་བྱེ་ན།  
 བསྐྱོག་པ་རང་རིག་འཕེན་པ་སྒྲ། དཔེར་ན་གྲང་རིག་ཡོད་པའི་ཕྱིར་མེ་མེད་པར་ཐལ་བའི་རང་  
 བཞིན་འགལ་བ་དམིགས་པས་ཐལ་བ་ལས་མེ་ཡོད་པས་གྲང་རིག་མེད་ཅེས་རང་བཞིན་འགལ་  
 དམིགས་པ་ཉིད་འཕེན་པ་དང་། བ་མོའི་རིག་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཅན་གྱི་མེ་མེད་པར་ཐལ་ཞེས་  
 བྱབ་བྱེད་འགལ་བའི་བྱབ་བྱ་དམིགས་པས། ཅན་གྱི་མེ་ཡོད་པས་བ་མོའི་རིག་པ་མེད་ཅེས་  
 འགལ་དམིགས་དེ་ཉིད་འཕེན་པ་དང་། སྐྱ་ལོང་བྱེད་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཏུ་བ་མེད་པར་ཐལ་ཞེས་  
 པའི་རྒྱ་དང་འགལ་བའི་འབྲས་བྱ་དམིགས་པས་ཏུ་བ་ཡོད་པས་སྐྱ་ལོང་བྱེད་པ་མེད་ཅེས་པའི་  
 འགལ་དམིགས་དེ་ཉིད་འཕེན་པ་དང་། ལྟོས་བཅས་ཡིན་པས་མ་དེས་པར་ཐལ་ཞེས་པའི་ཕན་  
 ཚུན་སྤངས་པའི་བྱབ་བྱེད་འགལ་བ་དམིགས་པས་དེས་པས་

༨༣༥

སྟོས་བཅས་མ་ཡིན་ཞེས་དེ་ཉིད་ཅེས་འཕེན་པ་ལོ། །གཞན་རིགས་འཕེན་པ་བཅུ་དྲུག་  
ཡོད། །དཔེར་ན་དུ་བ་ཡོད་པས་མེ་ཡོད་པའི་འབྲས་རྟགས་དང་། མེ་མེད་པས་དུ་བ་མེད་པའི་རྒྱ་མི་  
དམིགས་པས་གཉིས་ལ་མཚོན་ན་ཐལ་བསྒྲོག་གཉིས་པན་ཚུན་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་ལོག་པ་རྟགས་ཡིན་  
ཞིང་། གཅིག་གི་རྣལ་བྱ་བ་ཅིག་ཤོས་གྱི་བསྒྲོག་བྱ་བ་ཡིན་པས་བྱ་བ་འབྲེལ་ཞིང་ཕྱོགས་ཆོས་  
འགལ་བ་དག་གཞི་གཅིག་གི་སྟེང་དུ་བསྐྱབ་བྱ་མེད་བཞིན་དུ་རྟགས་ཁས་ལེན་པ་ལ། གཅིག་གི་  
ཐལ་བ་བརྗོད་པས་གཅིག་གི་རང་རྒྱུད་འཕེན་ཏེ་མེ་མེད་པའི་ཕྱིར་དུ་བ་མེད་པར་ཐལ་ཞེས་རྒྱ་མི་  
དམིགས་པའི་ཐལ་བས་དུ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་མེ་ཡོད་ཅེས་འབྲས་རྟགས་གྱི་རང་རྒྱུད་འཕེན་ལ། དུ་  
བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་མེ་ཡོད་པར་ཐལ་ཞེས་འབྲས་རྟགས་གྱི་ཐལ་བས་མེ་མེད་པའི་ཕྱིར་དུ་བ་མེད་

ཅེས་རྒྱ་མི་དམིགས་པ་རང་རྒྱ་དུ་འཕེན་མོ། །འགལ་དམིགས་བཅུ་གཉིས་པོའི་སྒོར་ནས་མེ་དང་  
བ་མོའི་རེག་པ་ཕན་ཚུན་འགོག་པ་བྱས་བྱེད་འགལ་བ་དམིགས་པ་དང་འགལ་བས་བྱས་བྱེད་  
དམིགས་པ་གཉིས་དང་། དུ་བ་དང་བ་མོའི་རེག་པ་ཕན་ཚུན་འགོག་པ་བྱས་བྱེད་འགལ་བའི་  
འབྲས་བུ་དམིགས་པ་དང་། རྒྱ་དང་འགལ་བའི་བྱས་བྱེད་དམིགས་པ་གཉིས་དང་། མེ་དང་སྤྱ་ལོང་  
བྱེད་པ་ཕན་ཚུན་འགོག་པ་རྒྱ་དང་འགལ་བ་དམིགས་པ་དང་རང་བཞིན་འགལ་བའི་འབྲས་བུ་  
དམིགས་པ་གཉིས་དང་། དུ་བ་དང་གྲང་རེག་ཕན་ཚུན་འགོག་པ་རང་བཞིན་འགལ་བའི་འབྲས་བུ་  
དམིགས་པ་རྒྱ་དང་འགལ་བ་དམིགས་པ་གཉིས་དང་། ཅན་ཅན་གྱི་མེ་དང་གྲང་རེག་ཕན་ཚུན་  
འགོག་པ་འགལ་བའི་བྱས་བྱེད་དམིགས་པ་དང་། བྱས་བྱེད་འགལ་བ་དམིགས་པ་གཉིས་དང་།  
ཅན་ཅན་གྱི་མེ་དང་སྤྱ་ལོང་བྱེད། ཕན་ཚུན་

༨༣༥

འགོག་པ་རྒྱ་དང་འགལ་བའི་བྱ་བ་དམིགས་པ་དང་། བྱ་བ་བྱེད་དང་འགལ་བའི་འབྲས་བྱ་  
དམིགས་པ་གཉིས་དང་། ཤ་པས་ཤིང་བསྐྱབ་པའི་ཐལ་བས་ཤིང་བཀག་པས་ཤ་པ་འགོག་པའི་  
རང་རྒྱ་དང་། ཤིང་མེད་པའི་ཕྱིར་ཤ་པ་མེད་པར་ཐལ་བས་ཤ་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཤིང་ཡོད་ཅེས་  
འཕེན་ཏེ་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་བྱ་བ་བྱེད་མི་དམིགས་པས་ཕན་ཚུན་འཕེན་པ་ན། གཅིག་གི་རྗེས་  
འགོའི་བྱ་བ་པ་གཅིག་གི་བསྐྱོག་བྱ་བ་ཏུ་འགྱུར་རོ། །།གཉིས་པ་ཐལ་འགྱུར་ལྟར་སྒྲུང་བ་ལ་མཆོན་  
ཉིད་དང་། དབྱེ་བ་གཉིས་ལས་དང་པོ་ནི། འདོད་བརྗོད་མི་འདོད་བསྐྱབ་པ་མེད། །ཐལ་བ་ལྟར་  
སྒྲུང་གི་མཆོན་ཉིད་ནི། ཁས་སྒྲུངས་གྱི་རྟགས་ལ་མི་འདོད་པའི་བསྐྱབ་བྱ་འཕེན་པ་མེད་  
པའོ། །གཉིས་པ་དབྱེ་བ་ལ་བཞི་རྟགས་མ་གྱུ་བ་པ་དང་། འགལ་ན་བྱ་བ་པ་མེད་པ་དང་། མ་ངེས་



ནས་བྱུང་པ་མེད་པ་དང་། འདོད་པས་ལན་ཐེབས་པ་བཞིའོ། །གསུམ་པ་ཚུངས་པ་སྤངས་བ་ནི། ཁས་  
 བླངས་གཏན་ཆེགས་ཡིན་ན་ནི། །གཏན་ཆེགས་བཞི་པ་སྤྲོད་པར་འགྱུར། །ཁས་བླངས་རྟགས་སུ་  
 མི་རུང་ན། །ཐལ་བས་བསྐྱབ་པ་མི་འཐད་ལོ། །མུ་སྟེགས་བྱེད། །ཁ་ཅིག་གཞན་གྱིས་ཁས་བླངས་པ་  
 རྟགས་ཡིན་ན། རྟགས་གསུམ་དུ་མི་འདུ་བར་འགྱུར་ལ། མིན་ན་ཐལ་འགྱུར་གྱི་ཕྱོགས་ཆོས་མི་  
 འགྱུར་བོ་ཞེ་ན། གཞན་གྱིས་ཀུན་རྒྱུ་བརྟགས་པ་ལ། །ཐལ་བས་བསྐྱབ་པ་སྟོན་ཡོད་མིན། །ཕྱིར་  
 སྐོལ་ཆོས་འགའ་ཞིག་གིས་བྱུང་བྱ་ཁས་ལེན་བཞིན་དུ་བྱུང་བྱེད་མི་འདོད་པ་ལ་ཐལ་འགྱུར་གྱི་  
 དག་འཇུག་སྟེ། དཔེར་ན་རིགས་པ་ཅན་སྟེ་གཅིག་དུ་མ་དང་འབྲེལ་པ་དང་། ཡན་ལག་ཅན་གྱི་  
 རྣམས་གཅིག་ཡན་ལག་དུ་མ་དང་འབྲེལ་པ་དང་། གྲངས་ཅན་ནམ་མཁའི་ཡོན་ཏན་ཅན་གྱི་སྤྱོད་རྟག་

པ་དང་། འགའ་ཞིག་དུ་བ་མཐོང་བཞིན་དུ་མེ་མེད་དུ་འདོད་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཐལ་བ་བརྗོད་པ་  
སྒྲིན་མེད་དོ། །གཉིས་པ་ལན་འདེབས་

༩༩༥

པའི་ཚུལ་ལ་གཉིས་ལས། ཐོག་མར་གཞན་ལུགས་དགག་ན། ཐལ་འགྱུར་ལན་ནི་སྒོ་གསུམ་  
 ཞེས། །ཁ་བ་ཅན་པ་དེ་སྐད་སྒྲ། །འོད་རྣམས་ཐལ་འགྱུར་གྱི་ལན་ལ་གཏན་ཆིགས་མ་གྲུབ། བྱལ་པ་  
 མ་གྲུབ། འདོད་ཐོག་ཅེས་གསུམ་ལས་མི་སྤྱོད་དོ། །ཞེས་ཟེར་རོ། །འདི་མི་འཐད་དེ། འགལ་དང་མ་  
 དེས་གཅིག་རྒྱ་འགྱུར། །འདོད་ན་རྟུར་སྒྲུང་གཉིས་སྒྱུ་འགྱུར། །དེ་མཐར་གཏན་ཆིགས་རྟུར་སྒྲུང་  
 གྱུན། །མ་གྲུབ་གཅིག་རྒྱ་འདུ་བར་འགྱུར། །མཐུན་སྤྱོད་མི་མཐུན་སྤྱོད་གཉི་ག་ལ་འཇུག་པའི་  
 མ་དེས་པ་དང་། མི་མཐུན་སྤྱོད་མི་ཁོ་ན་ལ་འཇུག་པའི་འགལ་བ་གཉི་ག་ལ་བྱལ་པ་མ་གྲུབ་པའི་  
 རྟུར་སྒྲུང་གཅིག་རྒྱ་འགྱུར་ལ་འདོད་ན་རྟུར་སྒྲུང་ཐམས་ཅད་གཏན་ཆིགས་མ་གྲུབ་པ་དང་བྱལ་པ་  
 མ་གྲུབ་པ་གཉིས་སྒྱུ་འགྱུར་རོ། །དེ་རྟུར་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་མ་གྲུབ་པ་གཅིག་རྒྱ་འདུ་བར་འགྱུར་

བས། མཐར་ཐལ་འགྱུར་སྒྱུ་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་མ་གྲུབ་ཅེས་བརྗོད་པས་ལན་ཐེབས་པར་  
 འགྱུར་རོ། ། །མ་གྲུབ་གཉིས་སུ་འབྱེད་ན་མཚུངས། །ཡང་ན་འགལ་ལ་དེ་འབྲུལ་འགྱུར། །གལ་ཏེ་  
 གཉིས་ཀ་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་མོད་ཀྱི་རྟགས་དང་བྱུང་པ་གཉིས་སུ་མ་ཕྱེ་ན། རྩིས་མི་ཟིན་པས་ཚུད་པ་  
 མི་བདེའོ་ཞེ་ན། རོ་ན་གཉིས་ཀ་བྱུང་པ་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་མོད་ཀྱི། འགལ་བ་དང་མ་དེས་པ་གཉིས་སུ་  
 མ་ཕྱེ་ན་རྩིས་མི་ཟིན་པས་ཚུད་པ་མི་བདེ་བ་མཚུངས་སོ། །ཡང་ན་འགལ་བའི་སྐབས་སུ་བྱུང་པ་མ་  
 གྲུབ་ཅེས་བརྗོད་ན་འབྲུལ་པར་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན་སྒྲ་བྱས་པར་འདོད་པ་ལ་བྱས་པའི་ཕྱིར་རྟག་  
 པར་ཐལ་ཞེས་འགལ་བ་བརྗོད་པའི་ཐལ་འགྱུར་ལ། བྱས་ཀྱང་མི་རྟག་ན་ཅི་སྟོ་བྱུང་པ་མ་གྲུབ་  
 ཅེས་བརྗོད་ན་བྱས་པ་ལ་རྟག་པ་སྟིན་པར་

༩༩༩

ལྷགས་ལ་ཁས་ལེན་དགོས་ཏེ། ཤེས་བྱ་རྟགས་སུ་བཀོད་པ་བཞིན་ནོ། །གཉིས་པ་རང་གི་ལྷགས་  
 ནི། དེས་ན་མཁས་པས་ཐལ་འགྱུར་ལན། །རྣམ་པར་ཐལ་པའི་སྒྲོ་བཞིས་གདབ། །ཐལ་བའི་ལན་  
 ནི། འགལ། མ་དུས། མ་གྲུབ། འདོད་པ་གྲུབ་པ་སྒྲོ་བཞིན་ཏེ། །ལན་གྱིས་བསྐྱོག་པར་མི་རུས་ན། །དེ་  
 ཡི་རྗེས་འབྲང་དམ་པའི་ལྷགས། །ཐལ་འགྱུར་ཡང་དག་ལན་གྱིས་བསྐྱོག་མ་རུས་ན་ཁྱོ་བ་དང་ཁོན་  
 ཏུ་འཛིན་པ་དང་། བདག་ལ་བསྟོད་ཅིང་གཞན་ལ་སྟོད་པ་དང་། ལྷ་གར་དང་བཞད་གད་དག་  
 གིས་རིགས་པ་སྐབས་པ་ནི་ཐབས་རྟགས་པ་ཡིན་པས་བདེན་པའི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་དམ་པའི་རྣམ་  
 ཐར་ཡིན་ནོ། །དེ་ཏྲ་བསྐྱབ་དང་སྐྱུ་འབྱེན་གྱི། །རིགས་པའི་གཞུང་ལྷགས་གད་གིས་  
 ཤེས། །མཁས་པ་དེ་ནི་རྫོགས་པ་ཡི། །སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་བསྟན་པ་འཛིན། །ཚད་མ་རིགས་པའི་

གཏེར་ལས། གཞན་དོན་རྗེས་སུ་དཔག་པ་བརྟག་པའི་རབ་རྒྱ་བྱེད་པ་སྟེ་བཅུ་གཅིག་པའོ། །སྟེ་  
 བ་སྟེ་བ་རྣམས་སུ་ཡང་དང་ཡང་། །མཁས་པ་མཁས་པ་རྣམས་ལ་སྟོན་སྤྲངས་པས། །ཆོ་འདིར་  
 ལན་རེ་བྱུང་རེ་ཐོས་ཅམ་གྱིས། །གཞུང་ལུགས་ཀྱན་ཤེས་ཀྱན་དག་འཁྱུལ་མཆོན་དཔལ། །སྟོགས་  
 ལས་རྣམ་ཁྱུལ་སྟོགས་སྤང་གྲགས་པའི་གཞུང་། །མདོ་དང་རྣམ་འགྲེལ་དེ་འགྲེལ་དང་བཅས་  
 རྣམས། །ལེགས་པར་རྟོགས་ཤིང་རྟོག་གའི་ཚུལ་ཤེས་ནས། །ཡང་དག་རིགས་མཆོག་རིགས་པའི་  
 གཏེར་འདི་བསྐྱབས། །ཐུབ་པ་སེར་སྐྱ་རྒྱང་མིག་པ་དང་ལྷག་པའི་བྱ། །མཁའ་གོས་ཅན་དང་ཚུ་  
 རོལ་མཛེས་པའི་གཞུང་འཛིན་པ། །ཐོས་སྟོགས་པ་དང་གངས་རིའི་བྲོད་གནས་སྐྱ་རྣམས་ཀྱི། །རྟོག་  
 གི་ངན་འཛོམས་བསྟན་



༩༣༧

ཆོས་ཆེན་པོ་འདི་བྱས་སོ། །སྒྲོ་ཡི་རྣམས་པ་ཅུང་ཟད་ཡོད་ཀྱང་ལེགས་བཤད་སྒྲིང་པོ་མ་རྟེན་  
 ཅིང་། །ཉིན་དང་མཚན་དུ་འབད་པ་བྱས་ཀྱང་གཞུང་ལུགས་སྟོགས་རེ་དབྱིས་མ་བྱིན། །རྟག་རྟ་  
 བརྩོན་པས་ཏིང་འཛིན་བསྐྱབས་ཀྱང་སངས་རྒྱས་དགྲེས་པའི་ལམ་ལས་གོལ། །སྟོགས་དུས་སྐྱེ་བོ་  
 ཆོག་ཤེས་རྣམས་ཀྱང་ལེགས་པར་སོམས་ལ་མཁས་པ་བསྟེན། །སྟེ་བདུན་རིགས་པའི་དེ་ཉིད་འདི་  
 ཡིན་ཞེས། །ཀུན་པོའི་ལུགས་ངན་དོར་ནས་ངས་འདི་བཤད། །རིགས་པ་མཐུན་པ་དེ་དག་འདི་  
 བཞེད་མོད། །ལན་མང་ཐོས་ཀྱང་སྒྲིན་པོའི་སྟོད་ཡུལ་མིན། །ལེགས་པར་བཤད་པས་སྒྲོ་གྲོས་མིག་  
 བྱེ་ནས། །ཤེས་བྱའི་དེ་ཉིད་རི་བཞིན་ལེགས་བསྟན་པའི། །དགོ་བ་འདི་ཡིས་ཐམས་ཅད་གཟིགས་  
 པ་ཉིད། །ཐོབ་ནས་འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་སྐྱབས་ཀྱང་ཅིག །ཆོད་མ་རིགས་པའི་གཏེར་ཞེས་བྱ་བའི་

བསྟན་བཅས་འདི་ནི་ཡུལ་བྱང་ཕྱོགས་ཀྱི་རྒྱུད་དུ་བྱང་བ་སྤྲོད་དང་། ཚད་མ་དང་། རྟེན་སྦྱར་དང་།  
 སྟན་ངག་དང་། ཚིག་གི་རྒྱན་དང་། མིང་གི་མདོན་བརྗོད་དང་། ཐ་སྟོང་གི་གཙུག་ལག་རྣམས་  
 ལེགས་པར་ཤེས་པས། འཆད་པ་དང་། རྩོམ་པ་དང་། རྩོད་པའི་ཚུལ་ལ་སྟོབས་པ་དགོ་བ་ཅན།  
 གུན་ལས་བརྟུས་དང་། རྟེན་བརྟན་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་ཁོང་དུ་རྒྱུད་ཅིང་། ལུང་དང་། རིགས་པ་  
 དང་། མན་ངག་གི་ཚུལ་མཐའ་དག་ལ་སྟོའི་སྒྲུང་བ་ཐོབ་པ། ཞུ་བའི་དགོ་སྟོང་གུན་དགའ་རྒྱལ་  
 མཚན་དཔལ་བཟང་པོ་ཞེས་བྱ་བས་རྟེན་སྦྱར་སྤངས་ནས་གོ་བདེ་བར་བཀྲོལ་ཏེ། དཔལ་ས་སྦྱའི་  
 གཙུག་ལག་ཁང་དུ་སྦྱར་བའོ། ། །བཀྲ་ཤེས་པར་གྱུར་ཅིག། །