

# ནུམ་འགྲེལ་ཐར་གསལ་ མེའུ་གཉིས་པ།



མཐུན་པ་པོ།

ཅུ་བ། མཐུན་པ་པོ་ན་ཚོས་ཀྱི་གསལ་པ། འགྲེལ་བ། རྒྱལ་ཚུབ་དར་མ་རིན་ཆེན།

སྤྱིའི་དོན། .....	1
དང་པོ་། སྤྱིའི་དོན་ཤེས་གསུམ། .....	1
དང་པོ་། སློབ་དཔོན་སྟོགས་སྒྲུང་གིས་བཤད་པ་དགོད་པ་ ཤེས། .....	1
གཉིས་པ་། རེའི་དོན་རྣམ་འགྲེལ་མཛད་པས་ཇི་ལྟར་བཀའ་བའི་ཚུལ་ ཤེས། .....	3
གསུམ་པ་། རེ་དག་གི་དགོངས་པ་ ཤེས། .....	4
ཡན་ལག་གི་དོན། .....	5
གཉིས་པ་། ཡན་ལག་གི་དོན་ ཤེས་གཉིས། .....	5
དང་པོ་། ལུས་པ་ཆད་མར་བསྐྱབ་པ་ ཤེས་གཉིས། .....	5
རང་ངེས་དང་གཞན་ངེས། .....	5
དང་པོ་། ལུགས་འབྱུང་གི་སློན་སློན་པ་ལམ་གང་ནས་བྱོན་པའི་ཚུལ་བསྟན་པ་ ཤེས་	
གསུམ། .....	5
དང་པོ་། ཆད་མ་གྱུར་པའི་དོན་བཤད་པའི་སློན་སློན་ཆད་མའི་སྤྱིས་བྱའི་མཆན་གཞི་ངོས་གཟུང་པ་ ཤེས་	
གཉིས། .....	6
དང་པོ་། ཆད་མ་སྤྱིའི་མཆན་ཉིད་ ཤེས་གཉིས། .....	6

དང་པོ་༽ མཚན་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་ ༽ལ་གསུམ།	6
དང་པོ་༽ མཚན་ཉིད་ ༽ལ་གསུམ།	6
དང་པོ་༽ མི་སྒྲིབ་པ་དང་གསུང་བ་ ༽ལ།	6
གཉིས་པ་༽ དེ་ལ་མ་བྱུང་བ་སྤང་བ་ ༽ནི།	7
གསུམ་པ་༽ བྱུང་ཆེས་བ་སྤང་བ་ ༽ནི།	9
གཉིས་པ་༽ མཚན་གཞི་ ༽ནི།	9
གསུམ་པ་༽ མཚན་གཞི་ལ་མཚན་ཉིད་དེས་བྱེད་ ༽ནི།	10
གཉིས་པ་༽ མཚན་ཉིད་ཀྱི་བྱུང་བ་ ༽ནི།	14
གཉིས་པ་༽ བྱུང་བ་ལ་མཚན་ཉིད་དེ་དང་ལྡན་པར་བསྟན་པ་ ༽ལ་གཉིས།	17
དང་པོ་༽ ཚད་མའི་དོན་བཤད་ཟིན་དང་སྒྱུར་བ་ ༽ནི།	17
གཉིས་པ་༽ སྒྱུར་བའི་དོན་བཤད་པ་ ༽ལ་གཉིས།	21
དང་པོ་༽ སྒྱུར་བ་སྒྲིམ་པའི་དགོས་པ་ ༽ནི།	21
དབང་ཕྱུག་རྟག་པ་དགག་པ།	22
གཉིས་པ་༽ དེ་ལ་ཚུད་པ་སྤང་བ་ ༽ལ་གཉིས།	22



དང་པོ་། རྟེན་གྱི་ཐམས་ཅད་བཟོ་ཞེས་པ་ཀུན་མཁྱེན་ཡིན་པ་དགག་པ་ ། རྟེན་གཉིས།	.....22
དང་པོ་། ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱེད་པ་པོའི་དབང་ལྷན་གྱི་རོ་བོ་དགག་པ་ ། རྟེན་གཉིས།	.22
དང་པོ་། རྟེན་གྱི་ཡིན་པ་དགག་པ་ ། རྟེན།	.....22
གཉིས་པ་། རྟེན་གྱི་ཡིན་པ་དགག་པ་ ། རྟེན།	.....24
གཉིས་པ་། རྟེན་གྱི་བྱེད་དགག་པ་ ། རྟེན་གཉིས།	.....25
དང་པོ་། རྟེན་གྱི་བྱེད་ལྷན་ལྷན་ལྷན་པ་ ། རྟེན་གཉིས།	.....25
དང་པོ་། རྟེན་གྱི་མདོར་བསྟན་པ་ ། རྟེན།	.....25
གཉིས་པ་། རྟེན་གྱི་མཁའ་ལྷན་ ། རྟེན་གཉིས།	.....26
དང་པོ་། རྟེན་གྱི་བྱེད་ཀྱི་རོ་བོ་རྟེན་གྱི་ཡིན་པ་ ། རྟེན་གཉིས།	.....26
དང་པོ་། རྟེན་གྱི་དབྱེད་ཀྱི་རོ་བོ་རྟེན་གྱི་ཡིན་པ་ ། རྟེན་གཉིས།	.....27
དང་པོ་། རྟེན་གྱི་དབྱེད་ཀྱི་ལྷན་ལྷན་ལྷན་པ་ ། རྟེན།	.....27
གཉིས་པ་། རྟེན་གྱི་དབྱེད་ཀྱི་ལྷན་ལྷན་ལྷན་པ་ ། རྟེན་གཉིས།	.....27
དང་པོ་། རྟེན་གྱི་ལྷན་ལྷན་ལྷན་པ་ ། རྟེན།	.....28
གཉིས་པ་། རྟེན་གྱི་ལྷན་ལྷན་ལྷན་པ་ ། རྟེན།	.....28

གསུམ་པ་རྒྱུ་ལྟུང་ས་ཀྱི་ལྷག་ཚད་དུ་ཐལ་བ་ རྟེན། .....	29
གཉིས་པ་རྒྱུ་དབྱིབས་ཀྱི་སྤྱོད་ལུགས་ཀྱི་སྤྱོད་ལུགས་སུ་མི་རུང་བ་ རྟེན་གཉིས། .....	31
དང་པོ་རྒྱུ་དབྱིབས་ཀྱི་སྤྱོད་ལུགས་ཀྱི་སྤྱོད་ལུགས་སུ་མི་རུང་བ་ རྟེན། .....	31
གཉིས་པ་རྒྱུ་ཉ་ཅང་ཐལ་བ་ རྟེན། .....	32
གཉིས་པ་རྒྱུ་དེས་རིགས་ཅན་གཞན་ཡང་ཁྱེད་ཀྱི་སྤྱོད་ལུགས་སུ་མི་རུང་བ་ རྟེན། .....	32
གསུམ་པ་རྒྱུ་དེས་བྱུང་བའི་དོན་ རྟེན། .....	33
གཉིས་པ་རྒྱུ་ཀྱན་གྱི་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་པ་ལ་ཚད་མའི་བསལ་བ་བསྟན་པ་ རྟེན་གཉིས། .....	37
དང་པོ་རྒྱུ་ཉ་ཅང་སྤྱོད་ལུགས་སུ་མི་རུང་བ་ རྟེན། ཐལ་བ་དགོད་པ་ནི། .....	37
གཉིས་པ་རྒྱུ་རང་ལ་མཚུངས་པ་སྤྱང་བ་ རྟེན། .....	39
གཉིས་པ་རྒྱུ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནས་ལུགས་ཤི་ལྟར་གནས་པ་མཛོན་སུ་ཤིས་པ་ཀྱན་མཆོད་དུ་བསྟན་པ་ རྟེན་གཉིས། .....	42
དང་པོ་ཚུད་པ་ནི། .....	42
དང་པོ་རྒྱུ་ཀྱན་མཆོད་ཚུལ་བའི་ལྟ་མཚན་ རྟེན། .....	44
གཉིས་པ་རྒྱུ་ཚུལ་བའི་ལྟ་མཚན་ རྟེན། .....	44

གསུམ་པ་རྒྱུ་མཐུན་ངོས་གཟུང་བ་ རེ་བྲི། .....	45
གཉིས་པ་རྒྱུ་མ་བཞི་བཤད་པའི་སྒོ་ནས་ཚད་མའི་སྒྲིས་བུའི་མཚན་ཉིད་ རེ་ལ་གཉིས། .....	47
དང་པོ་རྒྱུ་ཐུབ་པར་གྱི་ཚས་བཞི་བསྐྱབ་པ་ རེ་ལ་གསུམ། .....	47
སྒྲི་བ་སྐྱ་བྱ། .....	47
དང་པོ་རྒྱུ་བསམ་པ་སྤྱན་ཚུགས་ངོས་གཟུང་བ་ རེ་ལ་གཉིས། .....	47
དང་པོ་རྒྱུ་བསམ་པ་སྤྱན་ཚུགས་དང་པོའི་སྐྱབ་བྱེད་དུ་བསྐྱབ་པ་ རེ་བྲི། .....	48
གཉིས་པ་རྒྱུ་དེ་མ་གྲུབ་པ་སྤང་བ་ རེ་ལ་གཉིས། .....	48
དང་པོ་རྒྱུ་ཚད་པ་ རེ་བྲི། .....	48
གཉིས་པ་རྒྱུ་དེ་དགག་པ་ རེ་ལ་གཉིས། .....	49
དང་པོ་རྒྱུ་སྒྲི་བ་དུ་མ་གོམས་པ་མི་སྲིད་པ་དགག་པ་ རེ་ལ་གཉིས། .....	49
དང་པོ་རྒྱུ་མདོར་བསྐྱབ་ རེ་བྲི། .....	49
གཉིས་པ་རྒྱུ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ རེ་ལ་གཉིས། .....	50
དང་པོ་རྒྱུ་སྒྲི་བ་སྐྱ་བྱ་ཡོད་པའི་སྐྱབ་བྱེད་དགོད་པ་ རེ་ལ་གཉིས། .....	51
དང་པོ་རྒྱུ་རྟགས་དགོད་པ་ རེ་བྲི། .....	51

ཡིད་སྒྲོ་ཉྱེད་པ། .....	54
གཉིས་པ་ རྒྱུ་ལ་གཞོན་པ་སྤང་བ་ རྟེན་གཉིས། .....	56
དང་པོ་ལུང་འགལ་སྤང་བ་ནི། .....	56
གཉིས་པ་རིགས་པ་དང་འགལ་བ་སྤང་བ་ནི། .....	56
གཉིས་པ་ རྒྱུ་བ་ལྟ་བུ་མེད་པའི་སྤྱབ་བྱེད་དགག་པ་ རྟེན་གསུམ། .....	58
དང་པོ་ རྒྱུ་ལ་མཛོད་པ་ རྟེན་གཉིས། .....	58
དང་པོ་ རྒྱུ་ལ་མཛོད་པ་ རྟེན་གཉིས། .....	58
གཉིས་པ་ རྒྱུ་ལ་མཛོད་པ་ རྟེན་གཉིས། .....	59
དང་པོ་ རྒྱུ་ལ་མཛོད་པ་ རྟེན་གཉིས། .....	59
གཉིས་པ་ རྒྱུ་ལ་མཛོད་པ་ རྟེན་གཉིས། .....	61
དང་པོ་ རྒྱུ་ལ་མཛོད་པ་ རྟེན་གཉིས། .....	61
གཉིས་པ་ རྒྱུ་ལ་མཛོད་པ་ རྟེན་གཉིས། .....	62
དང་པོ་ རྒྱུ་ལ་མཛོད་པ་ རྟེན་གཉིས། .....	62
གཉིས་པ་ རྒྱུ་ལ་མཛོད་པ་ རྟེན་གཉིས། .....	64

གསུམ་པ་ རྒྱུ་ལྡན་པའི་རྒྱ་ཁྱོད་པར་ཅན་ངོས་གཟུང་བ་ རེ། .....	64
གཉིས་པ་ རྒྱུ་ལྡན་པའི་གཉིས། .....	66
དང་པོ་ རྒྱུ་ལྡན་པའི་རྒྱ་ཁྱོད་པར་ཅན་ཡིན་པ་དགག་བ་ རེ། ལ་གཉིས། .....	66
དང་པོ་ རྒྱུ་ལྡན་པའི་རྒྱ་ཁྱོད་པར་ཅན་ཡིན་པ་དགག་བ་ རེ། ལ་གཉིས། ..	66
དང་པོ་ རྒྱུ་ལྡན་པའི་རྒྱ་ཁྱོད་པར་ཅན་ཡིན་པ་དགག་བ་ རེ། ལ་གཉིས། .....	66
དང་པོ་ རྒྱུ་ལྡན་པའི་རྒྱ་ཁྱོད་པར་ཅན་ཡིན་པ་དགག་བ་ རེ། ལ་གསུམ། .....	67
དང་པོ་ རྒྱུ་ལྡན་པའི་རྒྱ་ཁྱོད་པར་ཅན་ཡིན་པ་དགག་བ་ རེ། .....	67
གཉིས་པ་ རྒྱུ་ལྡན་པའི་རྒྱ་ཁྱོད་པར་ཅན་ཡིན་པ་དགག་བ་ རེ། ལ་གཉིས། .....	67
དང་པོ་ རྒྱུ་ལྡན་པའི་རྒྱ་ཁྱོད་པར་ཅན་ཡིན་པ་དགག་བ་ རེ། .....	67
གཉིས་པ་ རྒྱུ་ལྡན་པའི་རྒྱ་ཁྱོད་པར་ཅན་ཡིན་པ་དགག་བ་ རེ། ལ་གཉིས། .....	69
དང་པོ་ རྒྱུ་ལྡན་པའི་རྒྱ་ཁྱོད་པར་ཅན་ཡིན་པ་དགག་བ་ རེ། .....	69
གཉིས་པ་ རྒྱུ་ལྡན་པའི་རྒྱ་ཁྱོད་པར་ཅན་ཡིན་པ་དགག་བ་ རེ། .....	70
གསུམ་པ་ རྒྱུ་ལྡན་པའི་རྒྱ་ཁྱོད་པར་ཅན་ཡིན་པ་དགག་བ་ རེ། ལ་གཉིས། .....	73
དང་པོ་ རྒྱུ་ལྡན་པའི་རྒྱ་ཁྱོད་པར་ཅན་ཡིན་པ་དགག་བ་ རེ། .....	73



གཉིས་པ་ རྒྱུ་མཉམ་ལ་མེད་པ་ རྟེན། .....	74
གཉིས་པ་ རྒྱུ་མཉམ་ལ་བརྟགས་ལ་དགག་པ་ རྟེན་གསུམ། .....	75
དང་པོ་ རྒྱུ་མཉམ་གྱི་རྟེན་དགག་པ་ རྟེན་གསུམ། .....	75
དང་པོ་ ཐལ་བ་དགོད་པ་ རྟེན། .....	75
གཉིས་པ་ རྒྱུ་མཉམ་ལ་དགག་པ་ རྟེན། .....	75
གསུམ་པ་ མཛོན་སུམ་དང་འགལ་བ་སྤང་བ་ རྟེན། .....	78
གཉིས་པ་ རྒྱུ་མཉམ་ལ་ཅན་གཞན་ཡང་ཁྱེད་པ་ རྟེན། .....	79
གསུམ་པ་ རྒྱུ་མཉམ་ལ་ རྟེན་གསུམ་ རྟེན་གསུམ། .....	80
གཉིས་པ་ གྲུབ་ཐོབ་གནས་པའི་རྟེན་ཡོད་ན་མི་འཇིག་པར་ཐལ་བ་ནི། .....	81
གསུམ་པ་ རང་གི་རང་གིས་བརྟགས་ན་དེ་མི་འཇིག་པར་ནི། .....	82
དང་པོ་ དགག་པ་དངོས་ རྟེན་གཉིས། .....	82
རྟགས་དགོད་པ་ནི། .....	82
གཉིས་པ་ ཆགས་སོགས་ཀྱི་བདག་རྟེན་ཡིན་པ་དགག་པ་ རྟེན་གཉིས། .....	84
དང་པོ་ ཆགས་སོགས་ལྷན་ལས་དངོས་སུ་མི་སྐྱེ་བ་དཔེ་དང་བཅས་པ་ རྟེན། .....	84

གཉིས་པ་ རྒྱ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ རྒྱ་ལྷ་	86
གཉིས་པ་ རྒྱ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ རྒྱ་ལྷ་	86
གཉིས་པ་ རྒྱ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ རྒྱ་ལྷ་	87
དང་པོ་ རྒྱ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ རྒྱ་ལྷ་	87
གཉིས་པ་ རྒྱ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ རྒྱ་ལྷ་	88
གཉིས་པ་ རྒྱ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ རྒྱ་ལྷ་	89
དང་པོ་ རྒྱ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ རྒྱ་ལྷ་	
ལ་གཉིས་པ་	90
དང་པོ་ རྒྱ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ རྒྱ་ལྷ་	90
དང་པོ་ རྒྱ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ རྒྱ་ལྷ་	90
དང་པོ་ རྒྱ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ རྒྱ་ལྷ་	90
གཉིས་པ་ རྒྱ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ རྒྱ་ལྷ་	91
གཉིས་པ་ རྒྱ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ རྒྱ་ལྷ་	91
གཉིས་པ་ རྒྱ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ རྒྱ་ལྷ་	92

གཉིས་པ་ རྒྱ་གཞི་ལ་གཞི་བཟུང་བ་ རྟེན་གཉིས་ལ། .....	93
དང་པོ་ རྒྱ་གཞི་ལ་གཞི་བཟུང་བ་ རྟེན་གཉིས་ལ། .....	93
གཉིས་པ་ རྒྱ་གཞི་ལ་གཞི་བཟུང་བ་ རྟེན་གཉིས་ལ། .....	95
གཉིས་པ་ རྒྱ་གཞི་ལ་གཞི་བཟུང་བ་ རྟེན་གཉིས་ལ། .....	96
དང་པོ་ རྒྱ་གཞི་ལ་གཞི་བཟུང་བ་ རྟེན་གཉིས་ལ། .....	96
གཉིས་པ་ རྒྱ་གཞི་ལ་གཞི་བཟུང་བ་ རྟེན་གཉིས་ལ། .....	99
དང་པོ་ རྒྱ་གཞི་ལ་གཞི་བཟུང་བ་ རྟེན་གཉིས་ལ། .....	99
གཉིས་པ་ རྒྱ་གཞི་ལ་གཞི་བཟུང་བ་ རྟེན་གཉིས་ལ། .....	100
དང་པོ་ རྒྱ་གཞི་ལ་གཞི་བཟུང་བ་ རྟེན་གཉིས་ལ། .....	100
གཉིས་པ་ རྒྱ་གཞི་ལ་གཞི་བཟུང་བ་ རྟེན་གཉིས་ལ། .....	102
དང་པོ་ རྒྱ་གཞི་ལ་གཞི་བཟུང་བ་ རྟེན་གཉིས་ལ། .....	102
གཉིས་པ་ རྒྱ་གཞི་ལ་གཞི་བཟུང་བ་ རྟེན་གཉིས་ལ། .....	104
དང་པོ་ རྒྱ་གཞི་ལ་གཞི་བཟུང་བ་ རྟེན་གཉིས་ལ། .....	104
གཉིས་པ་ རྒྱ་གཞི་ལ་གཞི་བཟུང་བ་ རྟེན་གཉིས་ལ། .....	106

གཉིས་པ་ རྩལ་ཐན་དེ་ཡིན་པ་དགག་པ་ གྲེལ་གཉིས། .....	108
གཉིས་པ་ རྩལ་ཐན་རྩལ་ཐན་ཐན་ཐན་ཐན་ཐན་ཐན་ གྲེལ་གཉིས། .....	109
དང་པོ་ ཐན་ཐན་ཐན་ཐན་ གྲེལ། .....	109
གཉིས་པ་ རྩལ་ཐན་ཐན་ཐན་ གྲེལ་གཉིས། .....	109
དང་པོ་ རྩལ་ཐན་ཐན་ཐན་ཐན་ཐན་ཐན་ཐན་ཐན་ཐན་ གྲེལ་གཉིས། ....	110
དང་པོ་ རྩལ་ཐན་ཐན་ཐན་ཐན་ཐན་ གྲེལ། .....	110
གཉིས་པ་ རྩལ་ཐན་ཐན་ཐན་ཐན་ཐན་ གྲེལ་གཉིས། .....	112
དང་པོ་ རྩལ་ཐན་ཐན་ཐན་ཐན་ཐན་ཐན་ཐན་ཐན་ཐན་ གྲེལ། .....	112
གཉིས་པ་ རྩལ་ཐན་ཐན་ཐན་ཐན་ཐན་ གྲེལ། .....	114
གཉིས་པ་ རྩལ་ཐན་ཐན་ཐན་ཐན་ གྲེལ། .....	115
གཉིས་པ་ རྩལ་ཐན་ཐན་ཐན་ཐན་ཐན་ཐན་ཐན་ཐན་ཐན་ གྲེལ། .....	116
གཉིས་པ་ རྩལ་ཐན་ཐན་ཐན་ཐན་ཐན་ཐན་ཐན་ཐན་ཐན་ གྲེལ། .....	119

དང་པོ་རྣམ་པར་བྱེ་སྟེ་ལན་གདབ་པ་ནི། .....	119
གཉིས་པ་རྒྱ་ཆེ་བྱི་མའི་ལུས་ཀྱི་ཉེར་ལེན་ངོས་བཟུང་བ་ ་ཤེས་གསུམ། .....	120
དང་པོ་རྒྱ་དངོས་ ་ཤིན། .....	120
གཉིས་པ་རྒྱ་གཞི་བྱེད་སྤང་བ་ ་ཤིན། .....	123
གསུམ་པ་རྒྱ་སྦྱབ་བྱེད་དགོད་པ་ ་ཤིན། .....	124
གསུམ་པ་རྒྱ་སྦྱེ་བ་སྦྱ་བྱི་མེད་པའི་སྦྱབ་བྱེད་དགག་པའི་ ་ཤོན་བསྐྱ་བ་ནི། .....	125
རྟེན་བརྟེན་པ། .....	126
གཉིས་པ་སྦྱེ་བ་དུ་མར་གོ་མས་པ་སྤིད་ཀྱང་མཐའ་མེད་དུ་ འཕེལ་བ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་ལ། .....	126
དང་པོ་ཚུད་པ་ནི། .....	126
གཉིས་པ་ལན་ལ་རྒྱ་སྦྱུམ་ ་མཆོངས་པ་དང་ཚུའི་བློད་ལ་བྱུང་པར་ཅན་གྱི་ རྟགས་མེད་པ་དང་། .....	127
དང་པོ་རྒྱ་མཆོངས་པ་དང་ཚུའི་བློད་ལ་བྱུང་པར་ཅན་གྱི་རྟགས་མེད་པ་ ་ཤེས་གཉིས། ..	127
དང་པོ་རྒྱ་རྟགས་ཀྱི་བྱུང་པར་ངོས་བཟུང་ནས་དེ་དཔེ་གཉིས་ལ་མེད་པ་ ་ཤིན། .....	127



གཉིས་པ་ རྒྱལ་པར་དེ་ཡོད་ན་མཐའ་མེད་དུ་འཕེལ་བར་ཐལ་བ་ གཞི། .....	128
གཉིས་པ་ རྒྱལ་པར་ བཅེ་སོགས་ལ་ཡོད་པ་ གཞི། ལ་གསུམ། .....	129
དང་པོ་ རྒྱལ་པར་ བཅེ་སོགས་པ་ གཞི། .....	129
རྒྱལ་པར་བཅེ་སོགས་པ་ གཞི། .....	130
གསུམ་པ་དོན་བསྐྱེད་པ་གཞི། .....	131
གསུམ་པ་ རྒྱལ་པར་ བཅེ་སོགས་པ་ གཞི། ལ་གསུམ། .....	131
དང་པོ་ རྒྱལ་པར་ བཅེ་སོགས་པ་ གཞི། ལ་གསུམ། .....	131
གཉིས་པ་ རྒྱལ་པར་ བཅེ་སོགས་པ་ གཞི། ལ་གསུམ། .....	133
སྐྱེད་པ་བསྐྱེད་པ་གསུམ་པ་གཞི། .....	136
གཉིས་པ་ རྒྱལ་པར་ བཅེ་སོགས་པ་ གཞི། ལ་གསུམ། .....	136
དང་པོ་ རྒྱལ་པར་ བཅེ་སོགས་པ་ གཞི། .....	136
གཉིས་པ་ རྒྱལ་པར་ བཅེ་སོགས་པ་ གཞི། ལ་གསུམ། .....	137
དང་པོ་ རྒྱལ་པར་ བཅེ་སོགས་པ་ གཞི། .....	137
གཉིས་པ་ རྒྱལ་པར་ བཅེ་སོགས་པ་ གཞི། .....	138

གསུམ་པ་ རྟེན་ལྟར་བཏགས་པའི་དགོས་པ་ རྟེན་གསུམ། .....	140
དང་པོ་ ཡུལ་གྱི་སྐྱོན་ཡོན་གསལ་བ་རབ་གྱི་མཐར་ཕྱིན་པར་འགྱུར་བ་ རྟེན། .....	140
གཉིས་པ་ ཡུལ་ཅན་ཉིས་པ་མཐའ་དག་དང་བྲལ་བར་འགྱུར་བ་ རྟེན། .....	141
གསུམ་པ་ རྟེན་གྲོལ་བ་གཞན་ལས་བྱད་ལྷགས་པ་ རྟེན། .....	141
གསུམ་པ་ རྟོན་བསྟུ་བ་ རྟེན། .....	142
འབྲས་བུ་སྤྱན་ཆོགས་བྱབ་ཚུལ། .....	143
གསུམ་པ་ རྟེན་གཉིས་ལས་འབྲས་བུ་སྤྱན་ཆོགས་བྱབ་ཚུལ་ རྟེན་གཉིས། .....	143
དང་པོ་ རང་དོན་སྤྱན་ཆོགས་ རྟེན་གཉིས། .....	143
དང་པོ་ བྱད་པར་གསུམ་ལྡན་བདེ་གཤེགས་སུ་བསྟན་བ་ རྟེན་གཉིས། .....	143
དང་པོ་ མདོར་བསྟན་ རྟེན། .....	143
གཉིས་པ་ རྒྱས་པར་བཤད་བ་ རྟེན། .....	144
གཉིས་པ་ རྟེན་ལ་ཚོད་པ་སྤང་བ་ རྟེན། .....	147
གཉིས་པ་ གཞན་དོན་སྤྱན་ཆོགས་ རྟེན། .....	149
གཉིས་པ་དེ་དག་ཀྱན་ལས་ཆད་མར་བྱབ་པ་ནི། .....	152

གཉིས་པ་ རྟུགས་ལྷོག་གི་སྒྲོན་དེ་ལྷར་བྱོན་པའི་ཤེས་བྱེད་བསྟན་པ་ རྟེན་གཉིས། ....	152
དང་པོ་ བྱད་ཆོས་དེ་དག་སྤྲུལ་སྤྱི་མ་འགྲུབ་པའི་ཚུལ་ རྟེན་བཞི། .....	152
དང་པོ་ སྒྲོབ་པའི་རང་བཞིན་བསྟན་པ་ རྟེན་གཉིས། .....	152
དང་པོ་ བདེན་གཞིའི་གནས་ལྟགས་རང་དབང་དུ་སྟོན་པས་སྒྲོབ་པར་བསྟན་པ་ རྟེན། ..	153
གཉིས་པ་ བསྟན་པ་གསུང་རབ་ཀྱི་དོན་བདེན་བཞི་གཏན་ལ་འབབ་པ་ རྟེན་གཉིས། .....	153
དང་པོ་ སྒྲིའི་དོན་ རྟེན་བཞི། .....	153
དང་པོ་ བདེན་བཞིའི་གྲངས་ངེས་པ་ རྟེན། .....	153
གཉིས་པ་ གོ་ངེས་ངེས་པ་ རྟེན། .....	154
གསུམ་པ་ མཚན་གཞི་ རྟེན། .....	156
བཞི་པ་ དེ་ཉིད་ངེས་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མ་ རྟེན་གཉིས། .....	156
དང་པོ་ ལོག་ཉོག་བཅུ་དྲུག་ངོས་གཟུང་པ་ རྟེན། .....	157
གཉིས་པ་ དེ་དང་འགལ་བ་བདེན་པའི་རྣམ་པ་བཅུ་དྲུག་ངོས་གཟུང་པ་ རྟེན། .....	157
གཉིས་པ་ ཡན་ལག་གི་དོན་ རྟེན་བཞི། .....	160
དང་པོ་ སྤྱུག་བསྟུལ་གྱི་བདེན་པ་ རྟེན་གཉིས། .....	161

དང་པོ་༼ སྐྱུག་བསྐྱེལ་བདེན་པའི་མཚན་གཞི་བསྐྱབ་པ་ ༽ལ་གཉིས། .....	161
དང་པོ་༼ འཁོར་བ་ལ་ཐོག་མ་མེད་པར་བསྐྱབ་པ་ ༽ལ་གཉིས། .....	161
དང་པོ་༼ སྐྱུག་བསྐྱེལ་ངོས་གཟུང་བ་ ༽ནི། .....	161
གཉིས་པ་༼ དེ་ལ་ཐོག་མ་མེད་པར་བསྐྱབ་པའི་རིགས་པ་ ༽ལ་གསུམ། .....	162
དང་པོ་༼ ཐོག་མ་མེད་པའི་རིགས་འབྲེལ་ས་སྐྱེ་བར་སྐྱབ་པ་ ༽ནི། .....	162
གཉིས་པ་༼ རྒྱ་མེད་དུ་སྐྱེ་བ་དགག་པ་ ༽ནི། .....	162
གསུམ་པ་༼ མི་མ་སྐྱུན་པའི་རྒྱ་ལས་སྐྱེ་བ་དགག་པ་ ༽ལ་གཉིས། .....	163
དང་པོ་༼ རྒྱ་མེད་སོགས་འབྲེལ་ཞིག་ལས་སྐྱེ་བ་དགག་པ་ ༽ལ་གཉིས། .....	163
དང་པོ་༼ རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་མ་གྲུབ་པ་མདོར་བསྐྱུན་པ་ ༽ལ་གཉིས། .....	163
དང་པོ་༼ ཐམས་པ་དགོད་པ་ ༽ནི། .....	163
གཉིས་པ་༼ དེའི་ལན་དགག་པ་ ༽ནི། .....	163
གཉིས་པ་༼ རྒྱ་ས་པར་བཤད་པ་ ༽ལ་གསུམ། .....	165
དང་པོ་༼ འཕེལ་འགྲིབ་མི་མཚུངས་པས་རྒྱ་འབྲས་མིན་པ་ ༽ལ་གཉིས། .....	165
དང་པོ་༼ རྒྱ་ས་དགོད་པ་ ༽ནི། .....	165

གཉིས་པ་ རྩེ་ལ་བསྐྱབ་པ་ རྟེན། .....	166
གཉིས་པ་ རྩེ་ལ་ཡིན་ན་ཏུ་ཅང་ཐལ་པ་ རྟེན། .....	170
གསུམ་པ་ རྩེ་ལ་རང་ལ་མཚུངས་པ་སྤང་པ་ རྟེན། .....	170
གཉིས་པ་ རྩེ་ལ་འབྱུང་བ་འབའ་ཞིག་ལས་སྐྱེ་བ་དགག་པ་ རྟེན་གཉིས། .....	171
དང་པོ་ རྩེ་ལ་བཤད་ཟིན་ཐོན་པ་ལ་སྦྱར་བ་ རྟེན། .....	171
གཉིས་པ་ རྩེ་ལ་ལུས་སེམས་ཀྱི་རྟེན་ཁྱད་པར་ཅན་ཡིན་པ་འགོག་པའི་རིགས་པ་གཞན་བསྟན་པ་ རྟེན་གཉིས། .....	172
དང་པོ་ རྩེ་ལ་དཔེ་དགག་པ་ རྟེན། .....	172
གཉིས་པ་ རྩེ་ལ་དོན་དགག་པ་ རྟེན། .....	174
གཉིས་པ་ རྩེ་ལ་ཐོག་མ་ཡོད་པ་དགག་པ་ རྟེན་གཉིས། .....	175
དང་པོ་ རྩེ་ལ་འཁོར་བ་ལ་ཐོག་མ་ཡོད་པ་ཁྱབ་བྱེད་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་དགག་པ་ རྟེན། .....	176
གཉིས་པ་ རྩེ་ལ་འགལ་ཁྱབ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་དགག་པ་ རྟེན་གཉིས། .....	177
དང་པོ་ རྩེ་ལ་རང་རྒྱུད་འཕེན་པའི་ཐལ་བརྗོད་པ་ རྟེན། .....	177
གཉིས་པ་ རྩེ་ལ་དེའི་ལན་དགག་པ་ རྟེན་གསུམ། .....	178



དང་པོ་། ཉེར་ལེན་འབྱུང་བ་མཚན་པ་དང་པོ་ཆགས་བྲལ་མི་སྲིད་པའི་རྒྱ་མཚན་དུ་མི་འཐད་པ་ །	
ཞི།.....	178
གཉིས་པ་། གྱིས་ཆགས་བྲལ་དུ་འབྱུང་མི་སྲིད་པའི་རྒྱ་མཚན་དུ་མི་འཐད་པ་ །ཞི།....	179
གསུམ་པ་། དེའི་དཔེ་དགག་པ་ །ལ་གཉིས། .....	181
དང་པོ་། དངས་ །ཞི། .....	181
གཉིས་པ་། ཆགས་ཅན་མི་སྲིད་པར་ཐལ་བ་ །ཞི། .....	183
གཉིས་པ་། མཚན་ཉིད་བཤད་པ་ །ལ། .....	184
གཉིས་པ་། གྱུན་འབྱུང་བདེན་པ་ །ལ་བཞི། .....	185
དང་པོ་། རྒྱའི་རྣམ་པ་ །ཞི། .....	185
གཉིས་པ་། གྱུན་འབྱུང་བའི་རྣམ་པ་ །ཞི། .....	188
གསུམ་པ་། རབ་སྐྱེའི་རྣམ་པ་ །ལ། .....	188
དང་པོ་། རབ་སྐྱེའི་ངོ་བོ་ །ཞི། .....	188
གཉིས་པ་། ལུང་ལགལ་སྤང་བ་ །ཞི། .....	189
བཞི་པ་། རྒྱུན་གྱི་རྣམ་པ་ །ལ་གསུམ། .....	190

དང་པོ་༽ མིང་པ་རྒྱུན་དུ་བསྟན་པ་ ༽ཞི། .....	190
གཉིས་པ་༽ དེ་ལ་ལེས་བྱེད་དགོང་པ་ ༽ཞི། .....	190
གསུམ་པ་༽ མཚུངས་པ་སྤང་པ་ ༽ཞི། .....	191
གསུམ་པ་༽ འགོག་པའི་བདེན་པ་ ༽ལ། .....	193
དང་པོ་༽ འགོག་པའི་རྣམ་པ་ ༽ལ་གཉིས། .....	194
དང་པོ་༽ འགོག་བདེན་སྐྱབ་པའི་རྟགས་དགོང་པ་ ༽ལ་གཉིས། .....	194
དང་པོ་༽ ཆོག་དོན་ ༽ཞི། .....	194
གཉིས་པ་༽ མཐའ་དབྱེད་པ་ ༽ལ་གཉིས། .....	194
དང་པོ་༽ ཐར་པ་སྐྱབ་པའི་ཚུལ་ ༽ཞི། .....	194
དང་པོ་༽ དེ་ལ་དགག་བྱ་ངོས་གཟུང་པ་ ༽ཞི། .....	197
གཉིས་པ་༽ དེ་འགོག་པའི་རིགས་པ་ ༽ཞི། .....	198
གསུམ་པ་༽ བདག་མེད་ཇི་ལྟར་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཚུལ་ ༽ཞི། .....	199
གཉིས་པ་༽ ཀུན་མཁྱེན་སྐྱབ་པའི་ཚུལ་ ༽ཞི། .....	199
གཉིས་པ་ཚུངས་སྤང་ལ། .....	200

དང་པོ་༽ ཐར་པ་མི་སྤྲོད་པར་ཐལ་བ་སྤང་བ་ ༽ནི། .....	200
གཉིས་པ་༽ ཐར་པ་དོན་གཉེར་མི་སྤྲོད་པར་ཐལ་བ་སྤང་བ་ ༽ནི། .....	201
གསུམ་པ་༽ ཐར་པ་ཐོབ་ཐེན་སྤྲོད་པར་སྤྲོད་ཅིག་ཀྱང་གནས་པ་མི་སྤྲོད་པར་ཐལ་བ་སྤང་བ་ ༽ནི། .....	202
གཉིས་པ་༽ ཞི་བའི་རྣམ་པ་ ༽ལ་གསུམ། .....	203
དང་པོ་༽ ཆགས་བྲལ་ཉེས་པ་མ་ཟད་པར་ཐལ་བ་སྤང་བ་ ༽ལ་གསུམ། .....	203
དང་པོ་བདག་ལྟ་མ་སྤངས་པ་ཐལ་བ་ནི། .....	204
གཉིས་པ་འདོད་ཆགས་ཅན་དུ་ཐལ་བ་སྤངས་པ་ནི། .....	205
གསུམ་པ་ཆགས་བྲལ་ཞེ་སྤང་ཅན་དུ་ཐལ་བ་སྤང་བ་ནི། .....	205
གཉིས་པ་༽ སྤྲོད་པ་ལས་མ་གྲོལ་བར་ཐལ་བ་སྤང་བ་ ༽ནི། .....	206
གསུམ་པ་༽ བདག་འཛིན་སྤྲོད་པའི་རྒྱ་ཡིན་པ་ལ་ཏ་ཅང་ཐལ་བ་སྤང་བ་ ༽ནི། .....	208
བཞི་པ་༽ ལམ་གྱི་བདེན་པ་ ༽ལ་གཉིས། .....	213
དང་པོ་༽ བདག་མེད་ཚོགས་པའི་ཤེས་རབ་སྤྲོད་པ་ལས་གྲོལ་བའི་ལམ་དུ་བསྐྱབ་པ་ ༽	
ལ་གཉིས། .....	213
དང་པོ་༽ གྲོལ་ལམ་ངོས་གཟུང་བ་ ༽ནི། .....	214

[illegible]

གསུམ་བརྒྱ་ བདག་མེད་ཚོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཉིད་འཛིན་སྐྱངས་ལགལ་བའི་སློན་པ་གཉིན་པོར་བསྟན་པ་ }  
 བོ། .....223  
 གཉིས་བརྒྱ་ དེ་མ་ཕྲག་ཏུ་མི་རུང་བའི་ཚོད་སྡང་ } བོ། .....224  
 གསུམ་བརྒྱ་ རུང་ཟད་ཕྲག་ཀྱང་གཏན་ཕྲག་མི་སྲིད་པའི་ཚོད་སྡང་ } བོ། .....225  
 གཉིས་བརྒྱ་ བདག་འཛིན་སྲིད་པའི་ཙ་བར་བསྟན་པ་ } ལ་གཉིས། .....225  
 དང་པོ་ བདག་འཛིན་ཉིས་པ་ཀུན་གྱི་ཙ་བར་བསྟན་པ་ } ལ་གཉིས། .....225  
 དང་པོ་ སྟག་བསྐལ་ཀུན་གྱི་ཙ་བར་བསྟན་པ་ } བོ། .....226  
 གཉིས་བརྒྱ་ ཉོན་མོངས་ཀུན་གྱི་ཙ་བར་བསྟན་པ་ } བོ། .....227  
 གཉིས་བརྒྱ་ བདག་འཛིན་མ་སྐྱངས་པར་ཐབས་གཞན་བསྐྱོམས་ཀྱང་སྲིད་པ་ལས་གྲོལ་བ་མི་སྲིད་པ་ }  
 ལ་གསུམ། .....228  
 དང་པོ་ བདག་ཁས་སྐྱངས་ནས་བདག་གི་བ་ལ་ཞེན་པ་སློང་བ་ཅེས་གྲོལ་ལམ་དུ་མི་རུང་བ་ }  
 ལ་གསུམ། .....228  
 དང་པོ་ བདག་འཛིན་མ་སྐྱངས་པར་བདག་གི་བ་ལ་ཆགས་བྲལ་མི་སྲིད་པ་ } ལ་གསུམ། .228  
 དང་པོ་ ཉམས་དགོད་པ་ } བོ། .....228





དང་པོ་། ཉག་པའི་སྐྱེས་བུས་སྐྱབ་བསྐྱེལ་སྒྲོམ་པ་མི་སྲིད་པ་ ། ལ་གཉིས།	.....239
དང་པོ་། བདག་མི་ཉག་པར་ཐལ་བ་ ། བོ།	.....239
གཉིས་པ་། བདག་ཡོད་ན་ཞེན་པའི་གཉེན་པོ་བསྟན་པ་འབྲས་བུ་མེད་པ་ ། བོ།	.....240
གཉིས་པ་། སྐྱབ་བསྐྱེལ་དུ་སྒྲོམ་པ་ཅམ་གྱིས་གྲོལ་ན་ཉ་ཅང་ཐལ་བ་ ། ལ་གཉིས།	.241
དང་པོ་། ཉ་ཅང་ཐལ་བ་དངོས་ ། བོ།	.....241
གཉིས་པ་། གཞན་ལ་ཆགས་བྲལ་མི་སྲིད་པ་ ། བོ།	.....243
གསུམ་པ་། དབང་སོགས་སྒྲིན་ཅན་དུ་མཐོང་བ་ཅམ་གྱིས་དེ་ལ་ཞེན་པ་ལྡོག་པ་ལ་ མངོན་སུམ་གྱི་བསལ་བ་བསྟན་པ་ ། ལ་གཉིས།	.....244
དང་པོ་། སྒྲིན་མཐོང་བ་ཅམ་ཞེན་པ་ལྡོག་པའི་རྒྱ་མ་ཡིན་པ་ ། བོ།	.....245
གཉིས་པ་། དབང་སོགས་ལ་ཇི་ལྟར་ཡོད་པའི་སྒྲིན་མཐོང་བ་ཡང་མི་སྲིད་པ་ ། བོ།	...246
གཉིས་པ་། གངས་ཅན་གྱི་ལུགས་དགག་པ་ ། ལ་གསུམ།	.....247
དང་པོ་། རང་བཞིན་དང་སྐྱེས་བུ་ཐ་དད་ཤེས་པ་ཅམ་གྲོལ་ལམ་དུ་མི་འཐད་པ་ ། བོ།	...247
གཉིས་པ་། སྐྱབ་བསྐྱེལ་གྱི་སྐྱབ་བསྐྱེལ་གྱིས་ཡིད་གདུངས་པ་ཆགས་བྲལ་གྱི་རྒྱ་མ་མི་འཐད་པ་ ། བོ།	.249
གསུམ་པ་། ཆགས་བྲལ་གྱི་རང་བཞིན་ངོས་གཟུང་བ་ ། བོ།	.....250

གསུམ་པ་ རྒྱལ་བཟུལ་སྒོམ་པར་གསུངས་པ་དང་འགལ་བ་སྤང་བ་ རེ་ནི། .....	251
གསུམ་པ་ རྒྱལ་བཟུལ་སྒོམ་པར་བདག་གི་བ་ལ་ཆགས་བྲལ་མི་སྲིད་པ་ རེ་ལ་	
དོན་བསྟུ་བ་ནི། .....	253
གསུམ་པ་ རྒྱལ་བཟུལ་སྒོམ་པར་དགོས་པར་བསྟན་པ་ རེ་ནི། .....	255
གཉིས་པ་ རྒྱལ་བཟུལ་གི་བཀའ་ལྟར་ཅམ་གྲོལ་ལམ་དུ་མི་རུང་བ་ རེ་ལ་གསུམ། .	255
དང་པོ་ རྒྱལ་བཟུལ་གིས་ཐར་ལམ་དབང་བསྐྱར་བའི་ཆོ་ག་གྲོལ་ལམ་ཡིན་པའི་སྐབས་བྱེད་	
དགག་པ་ རེ་ནི། .....	255
གཉིས་པ་ རྒྱལ་བཟུལ་གི་གཞི་བྱེད་བཞིན་པ་ རེ་ལ་གསུམ། .....	257
དང་པོ་ རྒྱལ་བཟུལ་གིས་ཅམ་གྲོལ་ལམ་ཡིན་པའི་སྐབས་བྱེད་པ་ རེ་ནི། .....	257
གཉིས་པ་ རྒྱལ་བཟུལ་གི་ཐུགས་རྒྱུ་ལ་མི་གཞིན་པ་ རེ་ནི། .....	258
གསུམ་པ་ རྒྱལ་བཟུལ་གིས་གཞིན་པ་སྤང་བ་ རེ་ལ་གསུམ། .....	260
དང་པོ་ རྒྱལ་བཟུལ་གིས་ཡིད་སྒྲོའི་བྱས་པ་བཅོམ་པ་མི་འཐད་པ་ རེ་ནི། .....	260
གཉིས་པ་ རྒྱལ་བཟུལ་གི་ཉེ་ཆར་ཐལ་བ་ རེ་ནི། .....	261
གསུམ་པ་ རྒྱལ་བཟུལ་གིས་བྱེད་པོར་མི་རུང་བ་ རེ་ནི། .....	262

གསུམ་པ་ རྒྱུ་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་གྲོལ་ལམ་དུ་བསྟན་པ་ རྟོན།	.....264
གསུམ་པ་ལས་དང་ལུས་མཛད་པའི་ཐབས་ཅམ་གྲོལ་ལམ་དུ་ མི་རུང་བ་ལ།	.....265
དང་པོ་ རྒྱུ་བདག་པ་དངོས་ རྟོན།	.....266
གཉིས་པ་ རྒྱུ་རྩེད་སྤྱོད་ རྟོན་གསུམ།	.....266
དང་པོ་ ལས་སྤྱོད་གཉིས་ཀ་འཛོམས་པའི་གཉེན་པོ་ཤེད་མཚུངས་སུ་བསྟན་པ་དགག་པ་ རྟོན།	.266
གཉིས་པ་ རྒྱུ་དཀའ་ཐུབ་ཀྱིས་ལས་ཀྱི་རུས་པ་འདྲེས་ཤིང་ཟད་པར་བྱེད་པ་དགག་པ་ རྟོན།	....268
གསུམ་པ་ རྒྱུ་ལས་སྤྱོད་སྤྱང་བྱུང་མཚུངས་པ་དགག་པ་ རྟོན།	.....271
གཉིས་པ་ རྒྱུ་དེ་ལས་བདེ་གཤེགས་འགྲུབ་པའི་ཚུལ་ རྟོན།	.....272
གསུམ་པ་ རྒྱུ་དེ་ལས་སྟོན་པ་འགྲུབ་པའི་ཚུལ་ རྟོན།	.....274
བཞི་པ་ རྒྱུ་དེ་ལས་བཅེ་བ་འགྲུབ་པའི་ཚུལ་ རྟོན།	.....274
གཉིས་པ་དེ་དག་ཀྱན་ལས་ཆད་མར་བསྐྱབ་པ་ནི།	.....275
གཉིས་པ་དེ་ལ་ཆད་མའི་སྟོན་པ་བསྟོན་པའི་དགོས་པ་ནི།	.....276

༢ གོང་ས་༢ སྐབས་མགོན་ཆུལ་བའི་དབང་པོ་མཆོག་གི་ཐུགས་  
རྩི་བཀྱིན་འོག ཐུན་གྱིས་གཞིན་སྐྱེས་སྒྲོ་གསར་དོན་གཉེར་ཅན་རྣམས་ལ།  
ཀུན་ཀྱང་ཉག་ཅན་གྱི་ལག་ཐོག་ཁ་བར་དང་ iPad སྒྲོག་སྒྲིལ་སྒྲོག་སྒྲིལ་བརྒྱུད་  
ནས་དཔེ་དེབ་འདི་བཞིན་བོད་ཡིག་ལམ་ནས་གཟིགས་བདེ་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་  
བཅོས་བ་ཡིན། སྒྲིལ་ནས་ཀྱང་རིམ་བས་དཔེ་དེབ་དོ་བཤུས་ལག་ཏུ་འབྱོར་  
ཆེ་དེབ་བྲངས་མང་དུ་གཏོང་བྱེད་ཀྱི་ལོ་སྐབས་འོང་སྲིད་ན་དེར་སྒྲིལ་བའི་ལམ་  
སྒྲིལ་བཀའ་སྒྲོ་བ་དགོངས་འཆར་ལྟར་སྒྲིལ་ཡོང་བར་རེ་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆུ་དང་།  
ཁྱེད་ཀྱི་བསྐྱེད་མ་སྒྲོག་སྒྲིལ་ལ་རང་བྱས་གང་ཡོད་གྱིས་འབད་ཚུལ་གྱིས་ཁྱེད་  
བྱས་ཀྱང་ཆུང་ཆུང་ཞན་སྐབས་ནོར་འཁྱུལ་གང་ཞོར་རྣམས་བཅོད་གསོལ་ཁྱེད་  
ཆུ་བཅས།

སེར་སྒྲིལ་དམར་འཇམ་དབྱངས་བསོད་ནམས་གྱིས།

དེབ་བཅོས་ཐོན་བ་རྣམས་སྐུ་ལ་དགོས་ན་བུ་ཆུང་ནས་རིན་མེད་དུ་ཐུལ་ཆོག།

བུ་ཆུང་ཁྱེད་།

marjamson618@gmail.com



༡༡། །ཆད་མ་རྣམ་འགྲེལ་གྱི་ཆིག་ལེ་ཁྱར་བྱས་པའི་  
རྣམ་བཤད་ཐར་ལམ་གསལ་བར་བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་  
ལས་ལེ་ཁྱར་གཉིས་པ་ཆད་མ་  
ཡང་དག་པར་བྱུང་བ།

ལྷེ་ལྷོ་རྒྱ།

༥ རྩེ་བཙུན་སྤྲ་མ་རྣམས་ལ་བྱུག་འཛེལ་ལོ། གཉིས་པ་རྟོགས་བྱ་བར་པ་  
དང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་དང་དེར་བསྐྱོད་པའི་ལམ་བཤད་པ་ལ། སྤྱིའི་དོན་  
དང་། ཡན་ལག་གི་དོན་རྟོ།།

དང་པོ་༼ རྒྱུ་འདོན ༽ ལ་གསུམ།  
སྒྲོབ་དཔོན་ཕྱོགས་སྒྲུང་གིས་བཤད་པ་དགོང་པ་དང་། དེའི་དོན་རྣམ་  
འགྲེལ་མཛད་པས་ཇི་ལྟར་བཀྲལ་བའི་ཚུལ་དང་། དེ་དག་གི་དགོངས་པ་ལོ།

དང་པོ་༼ སྒྲོབ་དཔོན་སྤྱུགས་སྒྲུང་གིས་བཤད་པ་དགོད་པ་ ༽ནི།  
 ཚད་མར་གྱུར་པ་འགྲོ་ལ་ཕན་བཞེད་པ། །  
 སྟོན་པ་བདེ་གཤེགས་སྒྲོབ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ཏེ། །  
 ཏྲིག་གོ་ངན་འབྱུང་འགྲོ་བ་ལ་བརྟེ་བས། །

ཆད་མ་གྲུབ་པ་ཚུལ་བཞིན་བཤད་པར་བྱ། །

ཞེས་སྟོས་ཏེ། འདིའི་བསྐྱུས་པའི་དོན་ནི། བྱེད་སྒྲ་མས་མཆོད་བརྗོད་  
དང་། བྱི་མས་བཤད་པར་དམ་བཅའ་བསྟན་ཏེ། མཆོད་བརྗོད་ཀྱིས་སྟོན་པ་  
ལ་རྒྱ་ཕུན་ཆོག་གས་དང་། འབྲས་བུ་ཕུན་ཆོག་གས་གཉིས་ཀྱིས་བསྟོད་དོ། །རྒྱ་  
ཕུན་ཆོག་གས་ལ་གཉིས་ཏེ། བསམ་པ་དང་སྒྲུབ་པ་ཕུན་ཆོག་གས།

བསམ་པ་ནི། འགྲོ་བ་ལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཕན་པར་བཞེད་པའི་ཐུགས་  
རྩི་ཆེན་པོ་ཡིན་ལ། སྒྲུབ་པ་ནི། བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་གཞན་  
ཀྱི་དོན་དུ་གོམས་པར་བྱེད་པའི་སྟོན་པའོ། །འབྲས་བུ་ལ་ཡང་། རང་དོན་  
དང་། གཞན་དོན་ཕུན་ཆོག་གས་གཉིས་ཏེ། དེ་ལ་རང་དོན་ནི། སྤངས་པ་དང་  
རྟོགས་པའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཁྲུང་པར་གྱི་ཆོས་གསུམ་  
དང་ལྡན་པ་དང་། གཞན་དོན་ནི་རང་ཉིད་ཀྱིས་གཟིགས་པའི་ལམ་གཞན་ལ་  
བསྟན་པའི་སྟོན་པ་འགྲོ་བ་སྒྲུབ་པའི་མཆོད་ཉིད་ཅན་ལོ། །དེ་ལྟར་རྒྱ་ཕུན་  
སུམ་ཆོག་གས་པ་ལས་འབྲས་བུ་དོན་གཉིས་ཕུན་སུམ་ཆོག་གས་པའི་བདག་ཉིད་  
ཅན་གྱི་ཆད་མར་འཁྲུངས་པར་གྱུར་པའི་སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྡན་འདས་དེ་  
ནི་ཆད་མ་ཡང་དག་ཅེས་བྱའོ། །ཆད་མ་གྲུབ་པ་ཞེས་པ་ནི། དགོས་པའི་དོན་  
ཡིན་ལ། དེ་ཡང་རྟོག་གོ་ངན་པའི་ཆད་མའི་མཆོད་ཉིད་སོགས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་  
ཏུ་སྒྱུར་བས། གནས་ལུགས་ལ་འཁྲུལ་པའི་འགྲོ་བ་དག་རྗེས་སུ་བརྒྱུང་བའི་  
ཆད་དུ་བཤད་ཅེས་སོ། །

གཉིས་པ་ ༼ དེའི་དོན་རྣམས་འགྲེལ་མཛད་པས་དེ་ལྟར་བཀྲལ་བའི་ཚུལ་ ༽ནི།  
ཆོག་མཁན་བཅད་བྱེད་སྤྱེ་མ་དོན་ལྟར་བསྐྱུས་ནས་བསྟན་ཏེ། ཆད་མར་  
གྱུར་པ་དང་། འགྲོ་ལ་ཕན་བཞེད་པ་དང་། སྟོན་པ་དང་། བདེ་གཤེགས་དང་།  
སྦྱོབ་པའོ། །དེ་ཡང་། དང་པོ་གཏན་ལ་དབབ་བྱ་བྱེད་པར་གྱི་གཞི་དང་། ལྷག་  
མ་རྣམས་དེ་གཏན་ལ་འབབས་པ་བྱེད་པར་གྱི་ཆོས་སོ། །དེ་ལ་ཆོག་མཁན་བཅད་  
གྱི་གོ་རིམས་དང་མཐུན་པར་བཤའ་བ་ལུགས་འབྱུང་དང་། དེ་ལས་སྒྲིག་སྟེ་  
བཤའ་བ་ལུགས་སྒྲིག་གི་འཆད་ཚུལ་གཉིས་སོ། །

དེ་ལྟར་གཉིས་མཛད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་། ཆད་མ་སྒྲིག་གྱུར་དོན་ཤེས་  
ཡིན། །དེ་སྦྱོབ་བྱེད་ཀྱང་མེད་པའི་བྱིར། །ཅེས་ཆད་མར་གྱུར་པའི་ཐམས་  
ཅད་མཐེན་པ་ཐོབ་པའི་ཐབས་གང་ཞིག་གོམས་པས། དེར་འབྱུར་བའི་ཀུན་  
མཐེན་སྦྱེད་བྱེད་གྱི་རྒྱ་མེད་པར་ཁྲོལ་བ་དང་ཡང་དེ་འབྲེལ་ཀུན་མཐེན་  
ཡོད་དེ། དེའི་འབྲས་བུའམ་རང་བཞིན་འདི་འབྲམ་མཐོང་བའི་བྱིར། ཅེས་པ་ལྟ་  
བུའི་ཀུན་མཐེན་ཤེས་བྱེད་གྱི་རྒྱ་ཡང་མེད་དོ། །ཞེས་ཁྲོལ་བ་དག་གི་ལོག་  
པར་རྟོག་པ་དང་པོ་དགག་པའི་ཆེད་དུ་ལུགས་འབྱུང་གི་བཤའ་བ་མཛད་ལ།  
གཉིས་པ་དགག་པའི་ཆེད་དུ་ལུགས་སྒྲིག་གི་བཤའ་བ་མཛད་དོ། །

བསམ་པ་ལུན་སུམ་ཆོག་མཁན་པ་ལུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ནི། དང་པོའི་སྦྱོབ་  
བྱེད་ཡིན་པས་དངོས་སུ་བསྟན་ལ། དེས་མཆོན་ནས་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་  
དང་། སྦྱོར་བ་ལུན་ཆོག་མཁན་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་གཞན་དོན་དུ་  
གོམས་པར་བྱེད་པ་ནི་སྦྱོང་བའི་གཙོ་བོ་ཡིན་ལ། དེས་མཆོན་ནས་སྦྱིན་པ་

དང་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་སོགས་པ་ལ་སློབ་པ་ཡང་སྟོན་པས། འཆད་ཚུལ་དང་  
 བོས་ནི། སྟོན་པ་ལམ་གང་ནས་བྱོན་པའི་ཚུལ་གོ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། འཆད་  
 ཚུལ་གཉིས་པས་ནི། ཐོག་མར་བདེན་བཞི་གཏན་ལ་ཐབ་ནས། དེ་ལས་  
 རྟོགས་པ་ཕྱུན་ཚོགས་དང་། དེ་ལས་རྒྱ་སྡེ་མ་སྡེ་མ་སྡེ་དུ་སོང་བར་རྟགས་  
 གྱིས་བསྐྱབས་ནས། ལམ་དེ་ནས་ཚུལ་རི་ལྟར་བྱོན་པའི་ཤེས་བྱེད་ཡང་དག་  
 སྟོན་པར་མཛད་དོ།

གསུམ་པ་ ༼ དེ་དག་གི་དགོངས་པ་ ༽ནི།

གྲོལ་བ་དོན་གཉེར་གྱིས་མངོན་པར་འདོད་པའི་དོན་སྐྱབ་པའི་ཕྱིར་དུ།  
 བསྟན་པ་སྟོན་མེད་པར་སྐྱབ་པའི་སྟོན་ནས། སྟོན་པ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཆད་  
 མར་སྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ནོ། ༼སྐྱེས་བུའི་འདོད་དོན་འབྱུང་པའི་ཆེད་དུ་བྱུང་  
 བ་ཆད་མར་བསྐྱབ་པ་དོན་མེད་པར་ཐལ། མངོན་རྗེས་ཀྱི་ཆད་མ་དག་ལས་  
 དེ་འབྱུང་པའི་ཕྱིར་ཅེ་ན། དོན་གང་ཡང་རུང་བ་སྐྱབ་པའི་དོན་དུ་བྱུང་བ་ཆད་  
 མར་བསྐྱབ་པ་མ་ཡིན་གྱི། མངོན་པར་མཐོ་བ་དང་ངེས་པར་ལེགས་པ་ཐབས་  
 དང་བཅས་པ་ལ་བྱུང་བ་ཉིད་ཆད་མར་བསྟན་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ནོ།

དེ་དག་གི་དོན་དུ་ཡང་། བྱུང་བ་ཆད་མར་བསྐྱབ་པ་དོན་མེད་པར་ཐལ།  
 རྐྱེ་བ་སྡེ་ཕྱི་དང་བདེན་བཞི་ལ་སོགས་པ་དངོས་སྟོབས་རྗེས་དཔག་གིས་  
 བྱུང་བར་བྱེད་གྱིས་ཁས་སྒྲངས་པའི་ཕྱིར་ཅེ་ན། སྟོན་མེད་དེ། ཐོག་མར་  
 བཅོམ་ལྡན་འདས་གྱིས་གསུང་རབ་ལ་མ་བརྟེན་པར། བདག་མེད་པ་དང་།  
 ལྷ་བའི་སྐྱད་ཅིག་མ་སོགས་ལ་རྟོག་པ་ཅམ་ཡང་མི་འཇུག་ན། དེ་དག་རྗེས་

དཔག་གིས་ཉོགས་པ་ལྟ་ཅི་སྟོས། ཐོག་མར་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་མངོན་  
མཐོངས་ལེགས་དང་། དེ་དག་སྐྱབ་པའི་རིགས་པ་འཇིག་རྟེན་པའི་མངོན་  
སྟུང་ཆད་མ་ལ་བྱུག་པ་བར་མ་ཆད་དུ་བསྟན་པ་དག་མཐོང་བ་ན། རྣམ་དབྱེད་  
དང་ལྡན་པ་དག་གིས་ངེ་ལྟར་བསྟན་པ་དེ་ཁོ་ན་ལྟར་གནས་སམ། འོན་ཏེ་མ་  
ཡིན་ཞེས་རྣམ་པར་དབྱེད་པ་ན། དེ་དག་གིས་ཀྱང་ཚུལ་དེ་དག་རྗེས་དཔག་  
གིས་ཉོགས་པར་འགྱུར་རོ།

ཡན་ལག་གི་དོན།

གཉིས་པ་ ༼ ཡན་ལག་གི་དོན་ ༽ ལ་གཉིས།  
སྐྱབ་པ་ཆད་མར་བསྐྱབ་པ་དང་། དེ་ལ་ཆད་མའི་སྟོན་ས་བསྟོད་པའི་  
དགོས་པའོ།

དང་པོ་ ༼ སྐྱབ་པ་ཆད་མར་བསྐྱབ་པ་ ༽ ལ་གཉིས།  
ལྷགས་འབྱུང་གི་སྟོན་ས་སྟོན་པ་ལམ་གང་ནས་བྱོན་པའི་ཚུལ་བསྟན་  
པ་དང་། ལྷགས་ལྡོག་གི་སྟོན་ས་དེ་ལྟར་བྱོན་པའི་ཤེས་བྱེད་བསྟན་པའོ།

རང་ངེས་དང་གཞན་ངེས།

དང་པོ་ ༼ ལྷགས་འབྱུང་གི་སྟོན་ས་སྟོན་པ་ལམ་གང་ནས་བྱོན་པའི་ཚུལ་བསྟན་པ་ ༽ ལ་གསུམ།  
ཆད་མར་གྱུར་བའི་དོན་བཤད་པའི་སྟོན་ས་ཆད་མའི་སྟེས་བྱའི་མཆན་  
གཞི་ངོས་གཟུང་བ་དང་། ལྷག་མ་བཞི་བཤད་པའི་སྟོན་ས་ཆད་མའི་སྟེས་  
བྱའི་མཆན་ཉིད་དང་། དེར་བསྟོད་པའི་ལམ་ངོས་གཟུང་བའོ།

དང་པོ་༽ ཚད་མ་གྱུར་བའི་དོན་བཤད་བའི་སྒོ་ནས་ཚད་མའི་སྒྲིམ་བྱའི་མཚན་གཞི་ངོས་གཟུང་བ་ ༽ལ་གཉིས།  
ཚད་མ་སྒྲིའི་མཚན་ཉིད་དང་། ཐུབ་པའང་མཚན་ཉིད་དེ་དང་ལྡན་པར་  
བསྟན་པའོ།།

དང་པོ་༽ ཚད་མ་སྒྲིའི་མཚན་ཉིད་ ༽ལ་གཉིས།  
མཚན་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་དང་། བྱད་པར་རོ།།

དང་པོ་༽ མཚན་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་ ༽ལ་གསུམ།  
མཚན་ཉིད་དང་། མཚན་གཞི་དང་། མཚན་གཞི་ལ་མཚན་ཉིད་ངེས་  
བྱེད་དོ།།

དང་པོ་༽ མཚན་ཉིད་ ༽ལ་གསུམ།  
མི་སྒྲིམ་བའི་ས་གཟུང་བ་དང་། དེ་ལ་མ་བྱུང་བ་སྤང་བ་དང་། བྱུང་ཆེས་  
བ་སྤང་བའོ།།

དང་པོ་༽ མི་སྒྲིམ་བའི་ས་གཟུང་བ་ ༽ལ།  
མངོན་པར་མཐོ་བ་དང་། ངེས་པར་ལེགས་པ་ཐབས་དང་བཅས་པའི་  
གཞལ་བྱེད་གསལ་བ་ནི་ཚད་མ་ལ་རག་ལས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་ཡུལ་མ་  
ལུས་པ་ལ་ཡང་ཐུབ་པ་ཉག་གཅིག་ཚད་མ་ཡིན་ན། མཚན་ཉིད་གང་དང་ལྡན་  
པས་ཚད་མར་འགྱུར་བའི་ཚད་མ་སྒྲིའི་མཚན་ཉིད་དེ་གང་ཞེ་ན།

རྩ་བ། ཚད་མ་བསྒྲིམ་མེད་ཅན་ཤེས་པ། །



སྒོ་འཛིན་མཛོན་སུམ་ཆད་མ་ཆོས་ཅན། ཆད་མ་ཡིན་ཏེ་གསར་དུ་སྒྲི་  
བ་མེད་པ་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཤེས་པ་ཆད་མ་ཡིན་ན། ཆད་མའི་མཆོན་ཉིད་བསྟན་བཅོས་སུ་སྒྲོས་  
པ་དོན་མེད་པར་ཐལ། རང་རིག་མཛོན་སུམ་གྱིས་ཤེས་པ་གྱུ་བ་པ་ན། དེ་དང་  
གྱུ་བ་སྡེ་རྩལ་གཅིག་པའི་མི་སྒྲི་བ་ཉིད་ཀྱང་གྱུ་བ་ཟེན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། དོན་བྱེད་རྒྱས་པར་གནས་པ་ནི། །

མི་སྒྲི་.....། །

ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། རང་གི་ངོ་བོ་སྤྱིང་བ་ཅམ་གྱིས་མི་སྒྲི་བ་རྫོགས་  
པར་རྫོགས་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བཅོ་བསྐྱེད་ལ་སོགས་པའི་དོན་བྱེད་རྒྱས་  
པར་རང་གིས་ངེ་ལྟར་གཞལ་བ་ལྟར་གནས་པ་ནི་ལས་ལ་མི་སྒྲི་བ་ཡིན་ལ།  
དེ་རང་གི་ངོ་བོ་སྤྱིང་ཅམ་གྱིས་རྫོགས་པའི་ངེས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་༼ དེ་ལ་མ་ཁྱབ་པ་སྤང་བ་ ༽ནི།

ལས་ལ་མི་སྒྲི་བ་ནི། དུལ་ཐོབ་པའི་དོན་ཡིན་ན། སྤྱི་ལ་སོགས་པ་སུས་  
ཀྱང་ཐོབ་མི་རྒྱས་པས། ཉན་ཤེས་ལ་ཆད་མའི་མཆོན་ཉིད་མ་ཞུགས་པར་  
འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། .....སྤྱི་ལས་བྱུང་བ་ཡང་། །

མཛོན་པར་འདོད་པ་སྟོན་ཕྱིར་རོ། །



སྐྱ་གཟུང་དོན་དུ་བྱས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཉན་ཤེས་ཚོས་ཅན། ཚད་མར་  
མི་རུང་བའི་སྒྲོན་མེད་དེ། རང་གི་གཞལ་བྱར་མངོན་པར་འདོད་པའི་དོན་  
གསར་དུ་སྒྲོན་པའི་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡང་གི་སྐྱས་སྒྲོག་མཐོང་བའི་  
མངོན་སུམ་སོགས་སྤུད་དོ། །བསྟན་བཅོས་ཤེས་བྱ་ཀུན་ལ་ཚད་མར་གྱུར་  
པས། དེ་ལས་འདོད་དོན་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། ཐུབ་པ་ཚད་མར་བསྐྱབས་པས་  
ཅི་བྱ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། སྐྱ་བ་པོ་ཡི་བྱེད་པའི་ཡུལ། །

དོན་གང་སྒོ་ལ་རབ་གསལ་བ། །

དེ་ལ་སྐྱ་ནི་ཚད་མ་ཉིད། །

དོན་གྱི་དེ་ཉིད་རྒྱ་ཅན་མིན། །

བསྟན་བཅོས་ལ་སོགས་པའི་རྫོད་བྱེད་གྱི་སྐྱ་རྣམས་རང་གི་བརྫོད་བྱའི་  
དོན་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མངོན་མཐོང་ཤེས་ལེགས་སོགས་གོ་བར་བྱེད་པའི་རྒྱ་  
ཅན་གྱི་འབྲས་ཏྲགས་ཡང་དག་མིན་པར་ཐལ། དེ་ལ་རྫོད་བྱེད་གྱི་སྐྱ་ནི་རང་  
སྒྲོགས་གྱི་ཚོས་སུ་གྲུབ་པའི་གཞིར། རང་སྐྱ་བ་པོའི་བྱེད་པ་བརྫོད་འདོད་  
འཇུག་པའི་ཡུལ་ཉན་པ་པོའི་སྒོ་ལ་རབ་ཏུ་གསལ་བའི་དོན་གང་ཡིན་པ་དེ་གོ་  
བར་བྱེད་པའི་ཚད་མ་སྟེ་ཏྲགས་ཡང་དག་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡང་ན། གཞུང་  
སྐྱ་མའི་དོན་ཡང་སྐྱ་བྱུང་བྱི་མ་དང་མཐུན་པར་སྐྱར་རོ།

གསུམ་པ་༼ བྱ་ཆེས་བ་སྤང་བ་ ༽ནི།  
བཅད་ཤེས་ཀྱང་ཆད་མར་ཐལ་ཏེ། མི་སྐྱ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཅེ་ན།  
ཙ་བ། གཟུང་བ་འཇིན་ཕྱིར་ཀྱན་རྫོབ་ནི། །  
མི་འདོད་.....། །

སྒོ་ཀྱན་རྫོབ་པ་བྲན་པ་བཅད་ཤེས་ནི་ཆོས་ཅན། ཆད་མ་ཉིད་དུ་མི་  
འདོད་དེ། རང་འཇོན་བྱེད་ཀྱི་ཆད་མ་སྐྱ་མས་གཟུང་ཞིང་རྟོགས་བྱེད་པ་  
མ་ཉམས་པའི་དོན་དེ་ཉིད་སྐྱར་ཡང་བྲན་པས་འཇིན་པའི་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར།

གཉིས་པ་༼ མཆན་གཞི་ ༽ནི།  
མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་གསལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་ཀྱང་དོན་ཐོབ་  
པའི་ཕྱིར་ཆད་མ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན།

ཙ་བ། .....སྒོ་ནི་ཆད་མ་ཉིད། །

རང་ཡུལ་གྱི་རྣམ་པ་ཤར་བའི་སྒོ་ནས་གསར་དུ་བསྐྱབ་མེད་པའི་སྒོ་ནི་  
ཆོས་ཅན། ཆད་མ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། ཆད་མས་ཆོད་པ་དང་མ་ཆོད་པའི་འབྲས་བུ་  
སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་གཙུག་པོར་གྱུར་པའི་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཆད་མས་ཆོད་པའི་  
འབྲས་བུ་སྐྱབ་བྱེད་ཡིན་ཏེ།

ཙ་བ། སྤང་དང་དོར་བྱའི་དངོས་པོ་ཡི། །

འཇུག་ལ་དེ་གཙོ་ཡིན་སྲིད་དང་། །

སྒྲིབ་བྱ་དང་དོར་བྱའི་དངོས་པོ་ཡི་ཡུལ་འདོར་ལེན་ལ་སྒྲེས་བྱ་འཇུག་  
པ་ལ་རྒྱའི་གཙོ་བོ་དེ་ཡིན་པའི་སྲིད། དེ་ཚད་མས་མ་ཚད་པའི་འབྲས་བྱ་སྐྱབ་  
བྱེད་ཡིན་ཏེ།

ཅ་བ། ཡུལ་རྣམ་ཅན་ནི་ཐ་དད་པས། །

སློ་ཡི་རྟོགས་པ་ཐ་དད་སྲིད། །

དེ་ཡོད་ན་འདི་ཡོད་སྲིད་རོ། །

དེ་ཡོད་ན་ཡུལ་རྟོགས་པའི་ཚད་མ་བར་མ་ཚད་དུ་འཛོག་རྒྱས་པ་འདི་  
ཡོད་པའི་སྲིད། དེར་ཐལ། སློ་འདོགས་གསར་དུ་གཙོད་རྒྱས་ཀྱི་སློ་ལ་ཤར་  
བའི་ཡུལ་གྱི་རྣམ་པ་ཐ་དད་པས། སློ་ཡིས་ཡུལ་རྟོགས་པ་ཐ་དད་དུ་འཛོག་  
རྒྱས་པའི་སྲིད།

གསུམ་པ་༼ མཚན་གཞི་ལ་མཚན་ཉིད་ངེས་བྱེད་ ༽ནི།

ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་གསར་དུ་མི་སྐྱབ་བར་ཉིད་ཀྱིས་ངེས་སམ། ཚད་  
མ་སྲི་མ་གཞན་ལ་བསྟོས། དང་པོ་ལྟར་ན། འགའ་ཡང་ཚད་མ་དང་ཚད་མིན་  
ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་ལ་མི་ཚོངས་པར་འགྱུར་རོ། །གཉིས་པ་ལྟར་ན། ངེས་བྱེད་ཀྱི་  
ཚད་མ་དེ་ཡང་། སྲི་མ་གཞན་ལས་མི་སྐྱབ་བར་ངེས་དགོས་ལ། དེ་ཡང་གཞན་  
ལ་བསྟོས་པས་ཐུག་པ་མེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། རང་ལས་རང་གི་ངོ་བོ་རྟོགས། །

ཐ་སྙད་ལས་ནི་ཚད་མ་ཉིད། །

ཚད་མ་ཀུན་རང་ལས་ངེས་པའམ་གཞན་ལས་ངེས་པས་བྱུང་པ་མ་  
ཡིན་ཏེ། རང་ལས་ངེས་པ་ཡང་ཡོད། གཞན་ལས་ངེས་པ་ཡང་ཡོད་པའི་སྤྱིར།  
དེར་ཐལ། རང་སྤྱོད་པའི་རང་རིག་མངོན་སུམ་ཚད་མ་ལས་རང་གི་ངོ་  
བོ་རྟོགས་པ་ན། དེ་དང་བྱུང་སྡེ་རྫས་གཅིག་པའི་མི་སྐྱ་བ་ཡིན་པའི་ཆ་ལ་རང་  
སྟོབས་གྱིས་ངེས་པ་འདྲན་པ་མཐོང་བའི་སྤྱིར་དང་། ཚད་མ་ཁ་ཅིག་རང་གི་  
གཞལ་བྱ་རྟོགས་དུས་ལས་སྤྱིས་འབྱུང་བའི་ཐ་སྙད་བྱེད་པའི་ཚད་མ་ལས།  
མི་སྐྱ་བའི་ཚད་མ་ཉིད་དུ་ངེས་དགོས་པ་མཐོང་བའི་སྤྱིར།

ཡང་ན། ཚད་མ་དང་ཚད་མིན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་མཐར་ཐུག་སྤྱོད་པའི་  
རིག་ཤེས་གྱི་ངོར་མེད་དེ། དེའི་ངོར་རང་ལས་རང་གི་ངོ་བོ་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་  
བ་གཉིས་མེད་གཟུང་འཛིན་རྫས་ཐ་དད་གྱིས་སྟོང་པ་ཅམ་ཞིག་ཡོད་པར་  
རྟོགས་པའི་སྤྱིར། དེའི་ངོར་མེད་ན་རྣམ་དབྱེ་དེ་མི་འཐད་པའི་སྤྱོད་མེད་པར་  
ཐལ། མ་བརྟགས་པར་འཇུག་པའི་ཐ་སྙད་པའི་ཚད་མ་ཉིད་ལས། ཚད་མ་དང་  
ཚད་མིན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་ཉིད་འབྱུང་པའི་སྤྱིར། རང་གི་ངོ་བོ་སྤྱོད་པའི་ཆ་རང་  
རིག་མངོན་སུམ་གྱིས་བྱུང་པ་གཞུང་སྤྲ་མས་བསྟན་ཞིང་། རང་ཉིད་རང་གི་  
གཞལ་བྱ་ལ་ཚད་མ་ཡིན་པ། དུས་སྤྱིས་བྱུང་གི་ངོན་བྱེད་སྒྲུང་བ་ཅན་གྱི་ཚད་  
མས་བྱུང་པ་གཞུང་སྤྲ་མས་བསྟན་པར་འདོད་པ་ནི། རང་ངེས་དང་གཞན་  
ངེས་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་མ་ཡིན་ནོ།

ཡང་ན། སྟོབ་དཔོན་སྟངས་སྟོའི་བཞེད་པ་སྟར་སྟར་ཏེ། སྟོ་འཛིན་

མངོན་སུམ་ལྟ་བུའི་ཤེས་པ་ཡོད་ཅེས་དུ་རང་སྤྱོད་བའི་རང་རིག་མངོན་སུམ་  
ལས་ཏྲོགས་ཀྱང་། དེ་དང་གྲུབ་སྡེ་རྫས་གཅིག་པའི་ཚད་མ་ཡིན་པའི་ཆ་དེ་  
ཏྲོགས་པའི་ངེས་པ་མེད་པར་ཐལ། ཚད་མ་ཡིན་པའི་ཆ་དེ་དུས་ཕྱིས་བྱུང་གི་  
དོན་བྱེད་སྒྲུང་ཅན་གྱི་ཐ་སྙད་པའི་ཚད་མ་ཉིད་ལས་ཏྲོགས་དགོས་པ་མཐོང་  
བའི་ཕྱིར། གལ་ཏེ། རང་ངེས་དང་གཞན་ངེས་ཞེས་པ་དེ་ཅི། དུལ་ཤེས་གཉིས་  
ལས། དུལ་ལ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་ངེས་པ་འདྲེན་མི་འདྲེན་གྱི་དབང་ལས་ཡིན་  
ནམ། འོན་ཏེ་དུལ་ཅན་ལས་ཡིན། དང་པོ་ལྟར་ན། ངེས་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མ་ཕྱི་  
མ་བཅད་ཤེས་སུ་ཐལ་བ་དང་། ཚད་མ་སྡེ་མས་ཀྱང་རང་གི་དུལ་གྱི་ཆ་གང་  
ལ་ཡང་རང་སྟོབས་ཀྱིས་ངེས་པ་མི་འདྲེན་ན་ཐེ་ཚོམ་རྒྱུ་པ་ཅན་དུ་འགྱུར་ལ།  
དེ་ལྟར་ན། དོགས་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་གཅོད་པ་ཚད་མར་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་རོ།

དུལ་ཅན་ལ་ཡང་མཆོན་མཆོན་གཞི་གསུམ་དུ་ངེས་པ་ལས། ཚད་མའི་  
མཆོན་གཞི་སྡོ་འཛིན་ལྟ་བུ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་ངེས་བྱས་མི་བྱས་གཉིས་ལས་  
འབྱེད་པ་ཡང་མི་རིགས་ཏེ། ཁ་ཕྱིར་བལྟའི་ཤེས་པ་སྡོ་འཛིན་ལྟ་བུ་རང་ཉིད་  
ཀྱིས་འཇལ་བ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་དང་། རང་ཡོད་ཅེས་དུ་རང་སྤྱོད་རང་རིག་  
མངོན་སུམ་གྱིས་རང་སྟོབས་ཀྱིས་མ་ཏྲོགས་པ་ཚད་མར་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་  
རོ། མཆོན་གཞིའི་སྟངས་དུ་མཆོན་བྱ་ཚད་མའི་ཐ་སྙད་རང་སྟོབས་ཀྱིས་ངེས་  
པ་དང་མ་ངེས་པ་ལས་དབྱེ་བ་ཡང་མི་འཐད་དེ། ཚད་མའི་ཐ་སྙད་མ་ཏྲོགས་  
པའི་བྱིས་པ་དང་། རྒྱུ་པ་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་རྗེས་དཔག་རང་ལས་ངེས་མ་ཡིན་  
པར་འགྱུར་རོ། །མཆོན་ཉིད་མི་སྟོབས་རང་སྟོབས་ཀྱིས་ངེས་མི་ངེས་ལས་རྣམ་

པར་འབྱེད་ན་ཡང་། རྒྱུ་པན་གྱི་རྒྱུད་གྱི་རྗེས་དཔག་རང་ངེས་མ་ཡིན་པར་  
འགྱུར་ཏེ། དེ་བསྐྱུ་བས་ཁྱབ་པར་འདོད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། སྐྱོན་མེད་དེ། འདི་  
ནི། ཆད་མའི་མཆོན་གཞི་ལ་མཆོན་ཉིད་ངེས་བྱེད་གྱི་ཆད་མ་དཔྱེད་པའི་  
སྐབས་ཡིན་པས། རང་གི་གཞུང་གྱི་ཆ་གང་ལ་ཡང་རང་སྟོབས་ཀྱིས་ངེས་  
པ་མི་འབྲེན་པའི་ཆད་མ་མི་སྲིད་ལ། དེས་ན། མི་སྐྱུ་བའི་ཆ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་  
ངེས་ན་རང་ངེས་དང་། གཞན་སྟོབས་ཀྱིས་ངེས་ན་གཞན་ངེས་སོ།

འོ་ན་རྗེས་དཔག་ལ་རང་ངེས་ཀྱིས་མ་ཁྱབ་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། སྐྱོན་  
མེད་དེ། རྒྱུ་པན་གྱི་རྒྱུད་གྱི་དུ་བའི་རྟགས་ལས་དུ་ལྡན་ལ་ལ་མེ་རྟགས་  
པའི་ཆད་མ་དེ། རི་ལྟར་རྟགས་པའི་དོན་ཐོབ་པ་ལ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་ངེས་པ་  
བྱངས་པའི་ཕྱིར་མི་སྐྱུ་བའི་དོན་ལེགས་པར་གྱུ་བ་སོ། ཆད་མ་རང་ཉིད་དང་  
ཕྱིས་བྱུང་ལས་ཆད་མ་དང་ཆད་མིན་སོ་སོར་ངེས་ན་བསྟན་བཅོས་བརྩམས་  
པ་དོན་མེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། བསྟན་བཅོས་ཚེངས་པ་སྒྲིག་བྱེད་ཡིན། །

བསྟན་བཅོས་དོན་མེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རིག་བྱེད་ཆད་མར་བྱེད་པ་  
སོགས་ཐར་པའི་ཐབས་ལ་ཚེངས་པ་སྒྲིག་པར་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན་པས།  
དེའི་ཆེད་དུ་རྩོམ་པའི་ཕྱིར། ཡང་ན། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་བཀའ་ཉིད་ལ་  
སྐྱུར་རོ།



གཉིས་པ་ ༼ མཚན་ཉིད་ཀྱི་བྱུང་བར་ ༽ནི།  
མི་སྐྱ་བ་ཅམ་གྱིས་ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་རྫོགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ།

ཅུ་བ། མ་ཤེས་དོན་གྱི་གསལ་བྱེད་ཀྱང་། །

སྒར་མ་ཤེས་པའི་དོན་གྱི་གསལ་བྱེད་དེ། དང་པོ་འཇམ་གསལ་དུ་ཤེས་  
ཀྱང་དེའི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་བྱུང་བ་སྒྲོས་དགོས་པའི་ཕྱིར། འདིས་ནི། ཚད་མའི་  
སྐད་དོད་ཀྱི་སྐྱ་བཤད་པ་དང་མ་ཐུན་པའི་དང་པོར་མི་སྐྱ་བཤམ། གསལ་དུ་མི་  
སྐྱ་བ་ཞེས་པའི་བྱེད་པར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ།

ཁ་ཅིག་སྒྲ་མ་དང་འདི་གཉིས། ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་རྣམ་གྲངས་པ་ཡིན་  
ནོ་ཞེས་ཟེར་བ་མི་འཐད་དེ། འདི་གཉིས་ལ་དོན་སྐྱེ་མི་འདྲ་བ་སོ་སོར་འཆད་  
པའི་ཕྱིར། མཚན་བྱའི་ལྟོག་པ་ཐ་དད་དུ་འགྱུར་དགོས་སོ།

ཡང་སྒྲ་མས་ཐ་སྙད་པའི་ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་དང་། འདིས་དོན་དམ་  
པའི་ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་བསྟན་ཏོ། །ཞེས་པ་ཡང་མི་འཐད་དེ། འོ་ན། དོན་  
དམ་པའི་ཚད་མ་དེ་ཐ་སྙད་པའི་ཚད་མར་ཐལ། མི་སྐྱ་བའི་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། ཐ་སྙད་པའི་ཚད་མ་ཡང་དོན་དམ་པའི་ཚད་མར་ཐལ། མི་ཤེས་དོན་གྱི་  
གསལ་བྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གལ་ཏེ་དོན་དམ་པའི་ཚད་མ་ཡིན་ཏེ། དོན་དམ་  
པ་མི་ཤེས་པ་གསལ་དུ་གསལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་པའི་  
དོན་ཏོ་ཞེ་ན། སྒྲ་མས་ཀྱང་དོན་དམ་པའི་མཚན་ཉིད་བསྟན་པར་འགྱུར་ཏེ།  
དོན་དམ་ལ་ཚད་མ་ཡིན་ཏེ། དོན་དམ་ལ་མི་སྐྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཅེས་སྒྲོས་  
པས་ཚིག་པའི་ཕྱིར། དེ་བཞིན་དུ་འདིས་ཀྱང་ཐ་སྙད་པའི་ཚད་མའི་མཚན་



ཉིད་བསྟན་པར་ཁས་ལེན་དགོས་པས་སོ་སོར་གཙུག་པ་མི་འཐད་དོ།

འོན་ཀྱང་མཁན་པོས་དེ་ལྟར་བཤད་པ་ཅི་ཞེ་ན། དེ་ནི་དོན་དམ་པའི་  
ཆད་མའི་མཆན་གཞི་ལ་མཆན་ཉིད་གི་སྒྲས་བསྟན་པ་ཡིན་གྱི། དོན་གྱི་ཕྱོག་  
པ་སོ་སོར་བསྟན་འདོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཆད་མ་སྤྱིའི་མཆན་ཉིད་བསྟན་པ་  
ཅམ་གྱིས་རྒྱས་པའི་ཕྱིར། དོན་གསར་དུ་གསལ་བྱེད་ཆད་མ་ཡིན་ན། སྟོན་  
པོ་ངེས་པའི་བཅད་ཤེས་ཀྱང་ཆད་མར་འགྱུར་ཏེ། སྤྱི་གསལ་དུ་གསལ་བར་  
བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། དེ་འདྲའི་བཅད་ཤེས་ཆད་མར་ཐལ་བའི་སྟོན་མེད་  
དེ།

ཅ་ག། རང་གི་ངོ་བོ་རྟོགས་འོག་ཏུ།

སྤྱི་ཡི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཐོབ།

སྟོ་འཇིན་མའོན་སུམ་གྱིས་སྟོན་པོའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རང་གི་ངོ་  
བོ་རྟོགས་པའི་འོག་ཏུ་དེའི་སྟོབས་གྱིས་སྤྱི་འཇིན་པ་ཡི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་  
ཐོབ་པ་ཡིན་གྱི། དེ་ལ་རང་དབང་དུ་ཡུལ་གཙུག་པའི་མཐུ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
ཡང་ན། སྟོན་པོའི་རང་གི་ངོ་བོ་རྟོགས་པའི་འོག་ཏུ་སྤྱི་འཇིན་བའི་རྣམ་པར་  
ཤེས་པ་སྤྱིས་པ་དེ་ཉིད་ཆད་མ་ཡིན་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། ཞེས་གཞུང་  
འོག་མ་དང་སྒྱུར་རོ། །རང་མཆན་ལ་མ་བརྟེན་ཅིང་དེ་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་  
སྤྱིའམ། རང་མཆན་གྱི་རྣམ་པ་ཤར་བའི་སྤྱི་འཇིན་ཆད་མ་ཡིན། དང་པོ་ལྟར་  
ན། སྤྱི་རང་རྒྱད་པ་འཇིན་པའི་ཆད་མ་མི་སྤྱིད་པར་ཐལ།

ཙ་བ། རང་གི་མཆན་ཉིད་མི་ཤེས་པ། །

ཚད་མ་ཡིན་ན། རང་གི་མཆན་ཉིད་སྒྲར་མི་ཤེས་པ་གསལ་དུ་ཤེས་པ་  
གང་ཡིན་པ་དེ་འཕ་དེ་ལ་བརྟེན་པས་ཁྲབ་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་ལྟར་ན། སྤྱི་  
འཛིན་ཚད་མ་ཡོད་ན་ཡང་། བཅད་ཤེས་ཚད་མར་ཐལ་བའི་སྒྲོན་མེད་པར་  
ཐལ།

ཙ་བ། ཤེས་པ་གང་ཡིན་ཞེས་དགོངས་བྱིར། །

འབྲས་བུ་དོན་གཉེར་མཐར་རང་གི་མཆན་ཉིད་སྒྲར་མི་ཤེས་པ་གསལ་  
དུ་ཤེས་པ་གང་ཡིན་པ་ཡུལ་དང་བཅས་པ་ལ་འཇུག་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་  
དགོངས་ནས་སྤྱི་འཛིན་ཚད་མ་དེའི་ཐབས་སུ་དང་། མ་ཤེས་དོན་གསལ་  
ཚད་མའི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་བྱར་དུ་སྒྲོས་པའི་བྱིར། འབྲས་བུ་དོན་གཉེར་མཐར་  
རང་མཆན་འཇུག་པའི་ཚད་མ་ཡུལ་དང་བཅས་པ་ལ་འཇུག་དགོས་ཏེ།

ཙ་བ། རང་གི་མཆན་ཉིད་དབྱད་བྱིར་རོ། །

དེས་གཙུག་པོའི་དོན་དུ་གཉེར་བྱའི་རང་གི་མཆན་ཉིད་ཡོད་མེད་ཀྱི་  
སྤྱོད་པ་གཉིས་སུ་བྱེ་ནས་དབྱད་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར། འདིར་སྒྲོབ་དཔོན་  
ལྟ་དབང་སྒྲོས། ཚད་མའི་གཞལ་བྱ་ཡིན་ན། རང་མཆན་ཡིན་པས་ཁྲབ་པ་ལ་  
གཞོད་པ་དངོས་སུ་བརྗོད་ནས་རང་མཆན་ལ་བརྟེན་པས་ཁྲད་པ་གཞུང་འདི་  
དག་གི་དོན་དུ་མཛད་དོ། ། ཡང་ན་འདི་ལྟར་བཤུན་དེ། དངོས་པོ་རྣམས་ལ་  
རང་དང་སྤྱིའི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་གནས་ལུགས་གཉིས་ཡོད་པས། བཅད་ཤེས་

འདིས་ཀྱང་སྤྱི་ལོ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གསལ་བར་བྱེད་པས་ཚད་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།  
 རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཤེས་པ་ལ། ཤེས་གང་རིག་མེད་ཕྱིར་བསམ་པས། རང་  
 གི་མཆོན་ཉིད་དབྱེད་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་འདོན་ཏེ། སྤྱི་རང་རྒྱུད་པ་འཇལ་བ་ཚད་  
 མར་ཐལ་བའི་སྤྱོན་མེད་པར་ཐལ། ཤེས་པ་གང་གི་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ལས་  
 བྱེད་པ་ན། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྤྱོད་ལུགས་གཉིས་སུ་མེད་པའི་དེ་ཁོ་ན་  
 ཉིད་མ་གཏོགས་པ་མི་འདྲ་བ་གཉིས་རིག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར།

འོ་ན་ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་རི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་  
 གསུངས་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་རིམ་གྱིས་བྱང་བའི་ཆེད་  
 དུ་གདུལ་བྱའི་བསམ་པའི་དབང་གིས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་  
 པའི་གནས་ལུགས་མི་འདྲ་བ་གཉིས་མེད་དེ། དངོས་པོ་རྣམས་གྱི་རང་གི་  
 མཆོན་ཉིད་ཀྱི་སྤྱོད་ལུགས་ལ་རྣམ་པ་དབྱེད་པ་ན། གཟུང་འཛིན་རྩིས་ཐ་དང་  
 གྱིས་སྟོང་པའི་གཉིས་མེད་ལས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གཞན་མེད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་༼ ཐུབ་པ་འང་མཆོན་ཉིད་དེ་དང་ལྡན་པར་བསྟན་པ་ ༽ལ་གཉིས།  
 ཚད་མའི་དོན་བཤད་ཟིན་དང་སྒྱུར་བ་དང་། གྱུར་པའི་དོན་བཤད་པའོ།

དང་པོ་༼ ཚད་མའི་དོན་བཤད་ཟིན་དང་སྒྱུར་བ་ ༽ནི།

ཙ་བ། དེ་ལྡན་བཅོམ་ལྡན་ཚད་མ་ཉིད། །

ཐུབ་པ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཆོས་ཅན། རི་ལྟ་བུ་དང་རི་སྟེང་པའི་དོན་  
 ཐམས་ཅད་ལ་ཚད་མ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། དེ་ཐམས་ཅད་ལ་གསལ་དུ་མི་སྤྱོད་པའི་

ཤེས་པ་དེ་དང་ལྟན་ཞིང་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ལྟ་དབང་སློའི་འགྲེལ་པའི་འགྱུར་  
ལྟར་ན། དེ་བཞིན་ཞེས་དཔེ་དང་སྐྱར་རོ།

དེ་ནི་འདི་དབྱུང་དེ། ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་གང་ཡིན་ཤེས་བྱ་ཀུན་ལ་  
ཚད་མ་ཡིན་ནམ་མིན། མིན་ན། བསྟན་པ་ཚད་མར་སྐྱབ་པའི་སློན་ས་སྟོན་  
པ་ཚད་མར་སྐྱབ་པའི་ངལ་བ་བྱས་པ་དེ་ཐམས་ཅད་དོན་མེད་པར་འགྱུར་  
ཞིང་། རང་གི་སྟོན་པ་དང་གཞན་གྱི་སྟོན་པའི་རྗེས་སུ་འཇུག་བྱ་ཡིན་པ་དང་  
མ་ཡིན་པའི་རྣམ་དབྱེ་མི་འཐད་པར་འགྱུར་རོ། །དང་པོ་ལྟར་ན། རྣམ་མཐུན་  
སྐད་ཅིག་དང་པོས་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་མཛོན་སུམ་དུ་གསར་དུ་གཟིགས་པ་  
ཡིན་པས་ཚད་མ་ཡིན་མོད། སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་པན་ཆད་ཆད་མ་མིན་པར་  
ཐལ། གསར་དུ་རྟོགས་པར་བྱར་མེད་པའི་ཕྱིར། གལ་ཏེ་ཡོད་ན་ཡང་། སྐར་  
མ་རྟོགས་པའི་གཞལ་བྱ་གསར་དུ་རྟོགས་པའི་ཐབས་ལ་འབད་དགོས་པས།  
ལམ་གསར་དུ་སྐྱབ་པའི་བྱ་བ་དང་བཅས་པའི་ཕྱིར།

ཤེས་སྐྱབ་མ་ཟད་པར་འགྱུར་ལ། གལ་ཏེ་ཡང་མི་སྐྱབ་ཅ་མ་ཡོད་པས་  
ཚད་མ་ཡིན་ནོ་སྟུང་ན། དང་པོ་ལམ་གསར་དུ་མི་སྐྱབ་ཞེས་པའི་བྱུང་པར་  
དོན་མེད་པར་འགྱུར་ཞིང་། བཅད་ཤེས་ཚད་མ་ཡིན་པ་ཡང་མི་ཁེགས་པར་  
འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ལ་འདི་དྲི་བར་བྱ་སྟེ། རྣམ་མཐུན་སྐད་ཅིག་དང་པོའི་རྗེས་  
དེ་མ་ཐག རྣམ་མཐུན་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་དེ་གསར་དུ་སྐྱེས་སམ་མ་སྐྱེས།  
ཕྱི་མ་ལྟར་ན། ཏྲག་པར་ཁས་ལེན་དགོས་པར་འགྱུར་ལ། དང་པོ་ལྟར་ན། དེ་  
ཉིད་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་པན་ཆད་ཀྱིས་གསར་དུ་རྟོགས་པས་ཚད་མར་ཁས་

ལེན་དགོས་སོ། །སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་པན་ཆད་རྣམ་མཁུན་སྐད་ཅིག་དང་པོ་  
 དེས་འབྱུང་འབྱུར་དུ་རྟོགས་པས། ཡང་རྟོགས་པར་བྱར་མེད་དོ་ཞེ་ན། དེ་  
 ལྟར་རྟོགས་པའི་དུས་ན། དེ་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་པན་ཆད་བྱུང་བེན་ནམ་མ་  
 ཟེན། བྱུང་བེན་ན། འབྱུང་འབྱུར་གྱི་ཞིབ་དོན་མེད་ལ། མ་ཟེན་ན། དེ་བྱུང་བེན་  
 གྱི་ཆ་ལ་གསར་རྟོགས་བྱར་ཡོད་པས་ཆད་མ་མེད་པ་ཉམས་སོ།

རྣམ་མཁུན་སྐད་ཅིག་དང་པོ་སྐྱེས་སྤྱིན་ཆད་ཤེས་བྱ་གསར་ཡོད་མི་  
 སྲིད་ན། དངོས་པོ་གང་ཡིན་ཏྲག་པར་འབྱུར་ལ། སྲིད་ན། གསར་ཡོད་དེ་  
 ཉིད་གསར་དུ་རྟོགས་དགོས་པས། གསར་རྟོགས་གྱི་ཆད་མ་མེད་པ་ཉམས་  
 སོ། །ཡང་ས་བརྒྱད་པ་བ་དེ་ཉིད་སངས་རྒྱས་སམ་མི་རྒྱས། དང་པོ་ལྟར་  
 ན། སྐོམ་སྤངས་ཚུང་དུ་འཁྲུང་མ་སྤངས་པའི་སངས་རྒྱས་ཡོད་པར་འབྱུར་  
 ལ། གཉིས་པ་ལྟར་ན། དེ་ཉིད་སངས་རྒྱས་པ་སྲིད་དམ་མི་སྲིད། མི་སྲིད་ན།  
 སེམས་ཅན་སངས་རྒྱས་པ་མི་སྲིད་པས་གསར་དུ་སངས་རྒྱས་པ་མི་སྲིད་  
 པའི་སྤྱིར། རྣམ་མཁུན་སྐད་ཅིག་དང་པོའི་བྱུང་པར་དོན་མེད་ལ། སྲིད་ན། དེ་  
 ལྟར་མེད་པས་སྤྱིས་དེ་གསར་དུ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོ། དེ་གསར་རྟོགས་རྣམ་  
 མཁུན་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་པན་ཆད་དུ་དེས་པར་ཁས་ལེན་དགོས་སོ།

ཁོ་བོ་ཅག་ད་ལྟར་བ་དངོས་སུ་རྟོགས་པ་ན། བྱུང་བེན་དང་འབྱུང་འབྱུར་  
 ཐམས་ཅད་དེའི་རྒྱ་འབྲས་སུ་ཤུགས་ལ་རྟོགས་མི་རུས་པའི་ཀུན་མཁུན་མི་  
 སྲིད་པས། སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་པན་ཆད་ལ་གཞལ་བྱ་གསར་རྟོགས་མི་སྲིད་  
 པར་ཁས་ལེན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མཐོང་ལམ་སྐད་ཅིག་དང་



པོ་དེ་ལ་ཆོས་ཉིད་གསར་དུ་རྟོགས་པར་བྱར་མེད་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱ་རྒྱོར་  
ལམ་གྱི་དུས་ནས་ཆོས་ཉིད་རྟོགས་ཟིན་བྱེད་པ་མ་ཉམས་པར་ཡོད་པའི་ཕྱིར་  
ཅེས་སྒྲས་ན། ལན་ཅི་ཡོད། ཆོས་ཉིད་ཅམ་གྱི་ཕྱོག་པ་ལ་གསར་དུ་རྟོགས་  
པར་བྱར་མེད་ཀྱང་། ཆོས་ཉིད་མངོན་དུ་གྱུར་པའི་ཆོ་གསར་དུ་རྟོགས་  
དགོས་པས་ཆད་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། འོ་ན། དངོས་པོ་འབྱུང་འབྱུར་རྣམ་མཁྱེན་  
སྐད་ཅིག་དང་པོས་རྟོགས་ཟིན་ཀྱང་། དེ་ཉིད་བྱུང་ཟིན་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་  
ཕན་ཆད་དུ་གསར་དུ་རྟོགས་པར་བྱར་ཡོད་དོ། །འདས་མ་འོངས་ལ་འབྱུང་  
འབྱུར་མི་སྲིད་པས་འབྱུང་འབྱུར་ཡིན་ན་བྱུང་ཟིན་ཡིན་པས་བྱུང་བོ་ཞེ་ན།  
འོ་ན་བྱུང་སེམས་སྒྱོར་ལམ་པ་ཤེས་སྒྲིབ་ཀྱི་ས་བོན་སྤངས་ཟིན་དུ་ཐལ། སྒྱོར་  
འབྱུར་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སངས་རྒྱས་ཟིན་དུ་ཐལ། སངས་རྒྱ་འབྱུར་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། སྒྱིར་འབྱུང་འབྱུར་ཡིན་ན་བྱུང་ཟིན་ཡིན་པས་བྱུང་ཅིང་། གང་ཟག་  
དེའི་རྒྱུད་ལ་དེ་འབྱུང་འབྱུར་ཡིན་ན་བྱུང་ཟིན་ཡིན་པས་བྱུང་བ་མེད་དོ་ཞེ་ན།  
འོ་ན་གང་ཟག་དེའི་རྒྱུད་ལ་སྤར་བྱུང་མ་ཟིན་པའི་བྱུང་ཟིན་ཕྱིས་ཡོད་དགོས་  
པས་དེ་ལ་གསར་དུ་རྟོགས་ཡོད་པར་འབྱུར་ལ། རྣམ་མཁྱེན་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་  
ཐོབ་ཕྱིན་ཆད་སེམས་ཅན་སྒྲིབ་པ་གསར་དུ་བྱེད་པ་སྲིད་ན། སྒྲིབ་པ་གསར་  
དུ་བྱེད་པ་དེ་ཉིད་གསར་དུ་རྟོགས་དགོས་པས། གསར་རྟོགས་ཀྱི་ཆད་མ་  
མེད་པ་ཉམས་སོ། །དེས་མཆོན་ནས་གཞན་ལ་ཡང་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཁོ་བོས་  
ནི། ཁ་ནང་དུ་ཕྱོགས་ནས་ངེ་ཅམ་བསམས་ཀྱང་། ཆད་མ་མ་ཡིན་པའི་ཀུན་  
མཁྱེན་དང་། ཆད་མ་ལ་གསར་དུ་རྟོགས་ཀྱིས་མ་བྱུང་པ་མ་ཆོར་དོ།

གཉིས་པ་ ༼ བྱུར་བའི་དོན་བཤད་པ་ ༽ ལ་གཉིས།  
བྱུར་བ་སྟོས་པའི་དགོས་པ་དང་། དེ་ལ་ཚུད་སྤང་ངོ་། །

དང་པོ་ ༼ བྱུར་བ་སྟོས་པའི་དགོས་པ་ ༽ བློ་  
མཆོད་བརྗོད་ཀྱི་ཆོག་ས་བཅད་དུ་བྱུར་བ་སྟོས་པ་ལ་རྣམ་བཅད་ཀྱི་  
དགོས་པ་ཡོད་དེ།

ཅ་བ། མ་སྟེས་པ་ནི་བསྟོན་པ་དོན་དུ། །

བྱུར་བ་ཉིད་གསུངས་དེ་ཡི་ཕྱིར། །

སྐྱབ་བྱེད་ལ་སྟོས་ཆད་ཡིན་རིག་ས། །

ཀུན་མཁྱེན་དེ་རང་གི་རྒྱ་ལས་མ་སྟེས་པ་སྟོན་པའི་དོན་དུ། དེར་བྱུར་  
བ་ཉིད་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཡོངས་གཙུག་ཀྱི་དགོས་པ་ཡོད་དེ། ཀུན་མཁྱེན་  
དེ་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་སྐྱབ་བྱེད་བྱེད་པར་ཅན་གོམས་པ་རབ་ཀྱི་མཐར་ཕྱིན་པ་ལ་  
བསྟོས་ནས། ཆད་མར་འཁྱུངས་པ་ཡིན་པར་གོ་བའི་ཆད་དུ་བྱུར་བ་སྟོས་པ་  
དེའི་ཕྱིར། ཡང་ཀུན་མཁྱེན་ཆོས་ཅན། ཆད་མའི་སྟེས་བྱུར་རིག་ས་ཏེ། ཀུན་  
མཁྱེན་དུ་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་གཏན་ཆོག་ས་ཡང་དག་ལ་བསྟོས་ནས་ཆད་མར་བྱུང་  
བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།



## དབང་ཕྱག་རྟག་པ་དགག་པ།

གཉིས་པ་ རྒྱུ་ལ་ཚོད་པ་སྤང་བ་ རྟེན་གཉིས།  
ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་བཟོ་ཤེས་པ་ཀུན་མཁྱེན་ཡིན་པ་དགག་པ་དང་།  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནས་ལུགས་རི་ལྟར་གནས་པ་མངོན་སུམ་དུ་ཤེས་པ་ཀུན་  
མཁྱེན་དུ་བསྐྱབ་པའོ།།

དང་པོ་ རྒྱུ་ལ་ཚོད་པ་སྤང་བ་ རྟེན་གཉིས།  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱེད་པ་པོའི་དབང་ཕྱག་གི་ངོ་བོ་དགག་པ་དང་། སྐྱབ་  
བྱེད་དགག་པའོ།།

དང་པོ་ རྒྱུ་ལ་ཚོད་པ་སྤང་བ་ རྟེན་གཉིས།  
རྟག་པ་ཡིན་པ་དགག་པ་དང་། མི་རྟག་པ་ཡིན་པ་དགག་པའོ།།

དང་པོ་ རྟག་པ་ཡིན་པ་དགག་པ་ རྟེན།  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱེད་པ་པོ་དབང་ཕྱག་དེ་ཉིད་རྟག་པ་རང་བྱུང་གི་ཚད་  
མའི་སྐྱེས་བུ་ཡིན་ཅོ་ཞེ་ན།

ཅུ་བ། ཚད་མ་རྟག་པ་ཉིད་ཡོད་མིན། །

དངོས་ཡོད་རྟགས་པ་ཚད་བྱིར་དང་། །

ཤེས་བྱ་མི་རྟག་པ་ཉིད་ཀྱིས། །

དེ་ནི་མི་བརྟན་ཉིད་ཕྱིར་རོ། །

དབང་ཕྱག་ཆེས་ཅན། བྱོད་ཆད་མ་རྟག་པ་ཉིད་དུ་ཡོད་པ་མིན་པར་  
ཐལ། བྱོད་ཡིན་ན་ཡུལ་དངོས་པོར་ཡོད་པ་རྟག་ས་པའི་ཆད་མ་ཡིན་པས་  
བྱུང་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་ཡོད་དེ། ཡུལ་ཤེས་བྱ་མི་རྟག་པ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་  
བྱུང་ན། དེ་འཇལ་གྱི་ཆད་མ་དེ་ནི་མི་བརྟན་པ་ཉིད་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར།

སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་རབ་ལ་མཐོ་འཆམ་པ་གང་དགའ་དེ་དག་གིས་  
ཐ་སྙད་པའི་ཆད་མ་རྟག་པ་བཀག་པ་ཡིན་གྱི། དོན་དམ་པའི་ཆད་མ་རྟག་པ་  
བཀག་པ་མིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་བ་ནི། རྟག་པ་འགོག་པའི་རིགས་པའི་རྣམ་གཞག་  
ཅུང་ཟད་ཀྱང་མ་ཆགས་པའི་གཏམ་སྟེ། ཐ་སྙད་པའི་ཆད་མ་ཡིན་པའི་རྟག་པ་  
ཡོད་ན། རྟག་དངོས་ཀྱི་ཆད་མར་འགྱུར་ལ། དེ་ཡིན་ན་སྐབས་འདིའི་དགག་  
བྱ་དང་། བྱོད་འདོད་པའི་དོན་དམ་པའི་ཆད་མ་གཉིས་ལ་དོན་དམ་པ་དང་། ཐ་  
སྙད་ཀྱི་བྱུང་པར་ཅི་འདུག་སོམས་ཤིག།

མིག་མི་གཡོ་བར་གནས་པ་ན་གཟུགས་རིམ་གྱིས་འཛིན་ཡང་། མིག་  
ལ་བྱེད་པ་མི་འདྲ་བའི་བྱུང་པར་མེད་པ་ལྟར། ཤེས་བྱ་མི་རྟག་པས་དབང་  
ཕྱག་གི་ཤེས་པ་མི་བརྟན་པ་ཡིན་ཡང་། ཤེས་པར་བྱེད་པ་པོ་དབང་ཕྱག་རྟག་  
པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། རིམ་བཞིན་སྐྱེ་བ་ཅན་དག་ནི། །

རྟག་ལས་སྐྱེ་བ་མི་འཐད་ཕྱིར། །

བསྐྱོས་པ་མི་རུང་བ་ཡི་ཕྱིར། །

དབང་ཕྱག་གི་ཤེས་པ་ཚོས་ཅན།      དབང་ཕྱག་རྟག་པ་ལས་སྐྱེ་བ་མི་  
འཐད་པར་ཐལ། སྒྲ་བྱི་རིམ་པ་བཞིན་དུ་སྐྱེ་བ་ཅན་དག་ཡིན་པའི་བྱིར། རྒྱུན་  
ལ་བསྟོས་ནས་ཀྱང་དེ་བསྐྱེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྟག་པ་རྒྱུན་ལ་བསྟོས་པ་མི་རུང་  
བ་ཡི་བྱིར། མིག་ལ་བྱེད་པ་མི་འདྲ་བ་མེད་ན་ཡང་། སྒྲ་མ་འཇིན་དུས་ན་བྱི་  
མ་འཇིན་པར་འགྱུར་རོ།

གཉིས་པ་ ༼ མི་རྟག་པ་ཡིན་པ་དགག་པ་ ༽ནི།  
ཅ་བ། རྣམ་འགས་པན་གདགས་བྱ་མིན་བྱིར། །  
མི་རྟག་ན་ཡང་ཚད་མེད་ཉིད། །

དབང་ཕྱག་དེ་ཉིད་མི་རྟག་པ་ཡིན་ན་ཡང་། སྒྲར་འཁོར་བའི་དུས་སུ་  
ཆགས་སོགས་ཉམས་སུ་སྐྱོང་ནས། དེའི་གཉེན་པོ་སྐྱེན་སོགས་གོམས་པའི་  
སྐྱབ་བྱེད་ལ་བསྟོས་པ་མ་ཡིན་གྱི། ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ཆགས་བྲལ་དང་ཀུན་  
མཁྱེན་དུ་རང་གི་རིགས་འདྲ་སྒྲ་མ་ལས་སྐྱེས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།

དབང་ཕྱག་ཚོས་ཅན། རིགས་འདྲ་སྒྲ་མ་ལས་སྐྱེས་པའི་ཀུན་མཁྱེན་  
ཡིན་པ་ལ་སྐྱབ་བྱེད་གྱི་ཚད་མ་མེད་པ་ཉིད་དུ་ཐལ། བྱོད་གྱི་སྐྱད་ཅིག་སྒྲ་  
མ་གང་ཡང་སྒྲར་འཁོར་བའི་གནས་སྐྱབས་སུ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་  
དང་། རྣམ་བྱང་གི་སྟོགས་གྱི་རྒྱུན་གྱི་རྣམ་པ་འགས་ཀྱང་གཞོད་བྱའམ་པན་  
གདགས་བྱ་མིན་པའི་བྱིར། ཡང་ན། ལྷ་དབང་སྟོ་གྲོས་གྱི་བཞེད་པ་ལྟར་རྟེན་  
པ་དེ་ཉིད་སྒྲ་མའི་སྐྱབ་བྱེད་དུ་སྐྱར་རོ།

གཉིས་པ་༽ སྐྱབ་བྱེད་དགག་པ་ ༽ལ་གཉིས།  
སྐྱབ་བྱེད་ལྟར་སྒྲུང་དུ་བསྟན་པ་དང་། ཀུན་གྱི་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་པ་ལ་ཚད་  
མའི་བསལ་བ་བསྟན་པའོ།།

དང་པོ་༽ སྐྱབ་བྱེད་ལྟར་སྒྲུང་དུ་བསྟན་པ་ ༽ལ་གཉིས།  
མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་བ་ལྟད་དོ།།

དང་པོ་༽ མདོར་བསྟན་པ་ ༽ནི།  
འཇིག་རྟེན་གྱི་གནས་ལུགས་ལོངས་སྤྱོད་རྣམས་ཚོས་ཅན། བྱེད་པ་  
པའི་སྒོ་སྒྲོན་དུ་སོང་སྟེ།

ཅ་བ། སྤྱོད་འཇུག་དབྱིབས་ཀྱི་ཁུད་པར་དང་། །

དོན་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་དག །

སྤྱོད་ཅིང་སྤྱོད་ཅིང་ལས་ལ་འཇུག་པའི་ཕྱིར། སྟེ་ཕྱ་བཞིན། དབྱིབས་ཀྱི་  
ཁུད་པར་དང་ལྟན་པའི་ཕྱིར། བྱམ་སོགས་བཞིན། དོན་བྱེད་རྒྱས་པའི་ཕྱིར།  
དག་སྟ་བཞིན། ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་དག་ལས། སྒོ་སྒྲོན་དུ་བཏང་ནས་བྱེད་  
པ་པོ་ཡོད་པར་གྱུ་བ་ལ། དེ་ཡང་དབང་ལྷུག་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། སྤྱིར་སྒོ་སྒྲོན་དུ་  
སོང་བ་ཅ་མ་སྐྱབ་ན།།

ཅ་བ། འདོད་པ་གྱུ་བ་པའམ་དཔེ་མ་གྱུ་བ། །

སངས་རྒྱས་པའི་འདོད་པ་སྤར་མ་གྱུ་བ་པ་སྐྱབ་བྱེད་ཡང་དག་མ་ཡིན་

པར་ཐལ། རང་རྒྱ་སེམས་པའི་ལས་ལས་སྐྱེས་པར་སངས་རྒྱས་པས་བྱུང་  
བེན་མ་བརྗེད་པའི་ཕྱིར། འམ་སྐྱས་བརྟགས་པ་ཕྱི་མ་སྤྱད་དོ། ལྷོ་རྟག་པ་ཞིག་  
གིས་བྱས་པར་སྐྱབ་ན། གཏན་ཚིགས་དེའི་དཔེ་མ་བྱུང་པར་ཐལ། དངོས་པོ་  
རྟག་པ་མི་སྤྱིད་པའི་ཕྱིར།

རྩ་བ། ཡང་ན་ཐེ་ཚོམ་བ་བ་ཡིན། །

ཡང་ན། བྱེད་པ་པོ་གཞན་སྟོན་དུ་སོང་བ་ཙམ་སྐྱབ་ན། བྱུང་པ་མ་ངེས་  
པར་ཐལ། དབང་ཕྱག་ཉིད་གྱིས་མ་ངེས་ནས་བྱུང་པ་ལ་ཐེ་ཚོམ་བ་བ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། དབང་ཕྱག་སྟོན་ཅིང་འཇུག་པ་མ་བྱུང་ཅེ་ན། འབྲས་བུ་རིམ་གྱིས་  
འཇུག་པ་མཐོང་བས། དེའི་དངོས་རྒྱ་ལ་རིམ་ཅན་ཡོད་པར་བྱུང་བོ། །བསྐྱབ་  
བྱའི་ཚོས་ལ་བརྟག་པ་བྱེད་པ་མ་གཏོགས་སྟོར་བ་གཅིག་ལ་དུས་གཅིག་ཏུ་  
ལྟར་སྒྲུང་གསུམ་གའི་གཞོན་པ་འཇུག་པ་མི་སྤྱིད་དོ།

གཉིས་པ་༼རྒྱས་བཤད་༽ལ་གསུམ།

སྐྱབ་བྱེད་གྱི་དོན་བརྟགས་ལ་དགག་དེས་རིགས་ཅན་གཞན་ཡང་  
ཞིགས་པ། དེས་བྱུང་པའི་དོན་ཏོ།

དང་པོ་༼སྐྱབ་བྱེད་གྱི་དོན་རྟགས་ལ་དགག་པ་༽ལ་གཉིས།

དབྱེབས་གྱི་དོན་རྟགས་སུ་མི་རུང་བ། དབྱེབས་གྱི་སྐྱ་འཇུག་པ་རྟགས་  
སུ་མི་རུང་བའོ།

དང་པོ་༽ དབྱིབས་ཀྱི་དོན་ཉགས་སུ་མི་རུང་བ་ ༽ལ་གཉིས།  
དབྱིབས་བྱུང་པར་ཅན་ཕྱོགས་ཆོས་མ་གྱུ་བ། དབྱིབས་ཅམ་མ་ངེས་  
པའོ།།

དང་པོ་༽ དབྱིབས་བྱུང་པར་ཅན་ཕྱོགས་ཆོས་མ་གྱུ་བ་ ༽ནི།  
ཅ་བ། གྱིན་རྫོབ་ཡོད་མེད་རྗེས་འཇུག་ཅན། །  
དབྱིབས་སོགས་ཅི་འདྲ་རབ་གྱུ་བ་པ། །  
དེ་ལས་རྗེས་སུ་དཔོག་གང་ཡིན། །  
དེ་ནི་རིགས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །

རང་གྱིན་གྱིས་རྫོབ་པའི་སྐྱེས་བུ་པན་གྱིད་དུ་ཡོད་མེད་ཀྱི་རྗེས་སུ་  
འཇུག་པ་ཅན་གྱི་དབྱིབས་ལྡན་སོགས་དེ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་འཇིག་རྟེན་གྱི་  
གནས་ལུས་ཡོངས་སྟོང་སྐྱེས་བུས་རྫོ་སྟོན་དུ་བཏང་ནས་བྱས་པར་སྐྱབ་  
པའི་ཉགས་ཡང་དག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བུམ་སོགས་ཅི་འདྲ་བ་དེ་ལྟར་རབ་  
ཏུ་གྱུ་བ་ན། ཁྱོད་ལས་དེ་ལྟར་རྗེས་སུ་དཔོག་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི། རིགས་པ་  
ཉིད་ཡིན་ན་ཡང་། ཁྱོད་གྱིས་དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཕྱོགས་ཆོས་མ་གྱུ་བའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་༽ དབྱིབས་ཅམ་མ་ངེས་པ་ ༽ལ་གསུམ།  
མ་ངེས་པའི་དཔེ། དེས་ན་ཏ་ཅང་ཐལ་བ། འབྲས་མཚུངས་ཀྱི་ལྟ་ཆོད་  
དུ་ཐལ་བ་སྤང་བའོ།།



དང་པོ་༼ མ་ངེས་པའི་དཔེ་ ༽ནི།

ཅ་བ། ཐ་དད་དངོས་ལ་རབ་བྱབ་བ། །

སྐྱ་མཚུངས་ཐ་དད་མེད་པའི་ཕྱིར། །

རྗེས་དཔོག་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །

སྐྱ་བོའི་རྗེས་ལས་མེ་བཞིན་ནོ། །

བྱམ་པའི་དབྱིབས་དང་དབྱིབས་ཅམ་དུ་ཐ་དད་མེད་པའི་ཕྱིར། ཅེས་  
པའི་རྟགས་ལས་དེ་དག་སྐྱེས་བྱས་བྱས་པར་རྗེས་སུ་དཔོག་རིགས་པ་མ་  
ཡིན་ཏེ། དེ་དག་གི་དབྱིབས་སྐྱེས་བྱས་བྱས་པའི་དབྱིབས་དང་རྐྱ་རིགས་ཐ་  
དད་ཀྱི་དངོས་པོ་ལ་སྐྱེ་བར་རབ་ཏུ་བྱབ་པའི་ཕྱིར། དབྱིབས་ཅམ་དུ་ཐ་དད་  
མེད་དེ། དབྱིབས་ཞེས་པའི་སྐྱ་འཇུག་པར་མཚུངས་པས་སོ། །དཔེར་ན། སྐྱ་  
བོའི་རྗེས་ལས་རང་ཡོད་པའི་གཞིར་མེ་དཔོག་པ་བཞིན་ནོ། །

གཉིས་པ་༼ དེས་ན་ཏ་ཅང་ཐལ་བ་ ༽ནི།

ཅ་བ། དེ་ལྟར་མིན་ན་རྗེ་མཁན་གྱིས། །

བྱམ་པ་ལ་སོགས་འཇིམ་པ་ཡི། །

རྣམ་འགྱུར་འགའ་ཞིག་བྱེད་པའི་ཕྱིར། །

གྲོག་མཁར་ཡང་དེས་བྱས་བྱབ་འགྱུར། །

དེ་ལྟ་མིན་ན། གྲོག་མཁར་ཡང་རྗེ་མཁན་དེས་བྱས་པར་བྱབ་པར་



འགྱུར་བར་ཐལ། དེ་དང་རྩ་མཁན་གྱིས་བྱེད་པའི་རྩི་བུམ་པ་ལ་སོགས་པ་  
འདིམ་པའི་རྣམ་འགྱུར་འགའ་ཞིག་མཚུངས་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་༼ འབྲས་མཚུངས་ཀྱི་ལྷག་ཆོད་དུ་ཐལ་བ་ ༽ནི།

རྟགས་སུ་བཀོད་པའི་སྤྱི་དང་བྱེད་པར་ལ་བརྟགས་ནས་སྦྱོན་བརྗོད་  
པ་འབྲས་མཚུངས་ཀྱི་ལྷག་ཆོད་ཡིན་ཏེ། བྱེད་རང་སྤྱབ་བྱེད་དུ་འདོད་པ་ལ་  
ཡང་བརྟག་པ་དེ་མཚུངས་སོ་ཞེ་ན། མི་མཚུངས་ཏེ། བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་བྱས་ཀྱི་  
སྤྱི་རྟགས་སུ་བཀོད་པ་ལ། བྱེད་པར་ལ་བརྟགས་ནས་སུན་འབྱེན་ན། སུན་  
འབྱེན་པ་པོ་རང་གིས་སྤྱབ་བྱེད་གང་བཀོད་པ་ལ་ཡང་ཉེས་པ་དེ་འཇུག་པས་  
འབྲས་མཚུངས་ཀྱི་ལྷག་ཆོད་ཡིན་གྱི། སྤྱབ་བྱེད་ལྷར་སྤང་བཀོད་པ་ལ་སུན་  
འབྱེན་བརྗོད་པ་ལྷག་ཆོད་དུ་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནོ། །དུང་སྤྱ་འབྲས་བྱར་བསྐྱབ་  
པ་ལ། ཚྱལ་བྱང་རྟགས་སུ་བཀོད་པའི་ཆོ། ཚྱལ་བ་ལས་སྤར་ཡོད་གསལ་བ་  
རྟགས་སུ་འགོད་ན་མ་དེས། སྤར་མེད་གསར་བྱང་འགོད་ན་མ་བྱའ་ཅེས་པའི་  
ཚོད་པ་འདི།

ཅ་བ། བསྐྱབ་བྱའི་རྩིས་འགོ་ཕྱིར་འབྲས་བྱ། །

སྤྱིས་ཀྱང་སྤྱབ་པར་བྱེད་པ་ལ། །

འབྲེལ་བ་ཅན་ཉིད་ཐ་དད་ཕྱིར། །

ཐ་དད་སྦྱོན་བརྗོད་འབྲས་མཚུངས་འདོད། །

འབྲས་མཚུངས་ཀྱི་ལྷག་ཆོད་དུ་འདོད་རིགས་ཏེ། ཚོད་པ་དེ་ཚྱལ་བྱང་

གི་སྒྲིལ་ཡུང་དུང་སྒྲ་འབྲས་བྱར་སྒྲུབ་པར་བྱེད་ཅུས་པ་རྟགས་སུ་བཀོད་པ་  
ལ། འབྲེལ་པ་ཅན་ཉིད་ཐ་དད་ལ་བརྟགས་ནས་ཐ་དད་པའི་སྒྲིན་བརྗོད་པའི་  
ལན་ལོག་ཡིན་པའི་བྱིར། རྟགས་དེས་སྒྲུབ་བྱ་དེ་སྒྲུབ་ཅུས་ཏེ། བསྒྲུབ་བྱའི་  
ཆོས་རྗེས་སུ་འགོ་བའི་བྱུང་པ་དང་། བྱོགས་ཆོས་བྱུང་པའི་བྱིར།

གཏན་ཚིགས་དེ་རྟེན་མིག་པས་བཀོད་པ་ལ། རིགས་པ་ཅན་པས་བྱེད་  
པར་ལ་བརྟགས་ནས་སྒྲིན་བརྗོད་པ་འབྲས་མཚུངས་ཀྱི་ལྷག་ཆོད་ཡིན་པ་  
རྟེན་མིག་པ་འདོད་ཅིང་། སྒྲིན་བརྗོད་ཡང་བཞེད་དོ།

འབྲས་མཚུངས་ཀྱི་མིང་དོན་ནི། འབྲས་བྱ་བསྒྲུབ་བྱའི་ཆོས་སུ་བྱས་  
ནས་ཚོལ་བྱུང་ཅམ་རྟགས་སུ་བཀོད་པའི་ཆེ། བྱེད་པར་ལ་བརྟགས་ནས་  
སུན་འབྲིན་བརྗོད་པ་ནི། སུན་འབྲིན་པ་པོ་རང་ཉིད་ཀྱིས་སྒྲུབ་བྱེད་གང་  
བརྗོད་པ་ལ་ཡང་། དུང་སྒྲ་ཚོལ་བའི་སྒྲར་མེད་གསལ་པའི་འབྲས་བྱ་ཡིན་  
ནམ། སྒྲར་ཡོད་ཚོལ་བས་གསལ་བའི་འབྲས་བྱ་ཡིན་ཞེས་བརྟག་པ་བྱེད་པ་  
དང་མཚུངས་པར་བརྟག་པ་འཇུག་གོ། ཞེས་པའི་དོན་ཏེ། མདོར་ན། འབྲས་  
བྱ་དང་མཚུངས་པའི་ལྷག་ཆོད་ཅེས་བྱའོ།

ཡང་ན། དེ་སུན་འབྲིན་ཡང་དག་ཡིན་ན། རང་གིས་བཀོད་པའི་སྒྲོར་བ་  
ལ་ཡང་འབྲས་བྱ་ཉེས་པ་དེ་མཚུངས་པས་འབྲས་བྱ་མཚུངས་པ་ཞེས་བྱའོ།  
ཁོ་བཞིན་དུ་སྒྲ་མི་རྟག་སྒྲུབ་ལ་བྱས་པ་རྟགས་སུ་བཀོད་པ་ལ་ཡང་། གཞན་  
དག་གིས་སྒྲིའི་བྱས་པ་རྟགས་སུ་བཀོད་ན་འགལ་བ་དང་། བྱམ་པའི་བྱས་  
པ་འགོད་ན་མ་བྱུང་པ་དང་། དེ་རྟག་པ་ལ་ཡང་མེད་དོ་ཞེས་ཟེར་ན། སུན་

མོང་མ་ཡིན་པའི་མ་ངེས་པ་ལྟར་སྒྲུང་དུ་འགྱུར་རོ། །ཞེས་ཚུད་པ་ཡང་འབྲས་  
མཚུངས་ཀྱི་ལྟ་ཆོད་དོ།

གཉིས་པ་ ཉ དབྱིབས་ཀྱི་སྐྱ་འཇུག་པ་རྟགས་སུ་མི་རུང་བ་ ་ལ་གཉིས།  
དབྱིབས་ཀྱི་སྐྱ་མཐོང་བ་ཅམ་རྟགས་སུ་མི་རིགས་པའི་དཔེ་དང་། ༩  
ཅང་ཐལ་བའོ།

དང་པོ་ ཉ དབྱིབས་ཀྱི་སྐྱ་མཐོང་བ་ཅམ་རྟགས་སུ་མི་རིགས་པའི་དཔེ་ ་ནི།  
ཅ་བ། རིགས་ཀྱི་བྱད་པར་ལ་གྱུ་བ། །  
སྐྱ་ཡི་སྐྱ་ནི་མཐོང་བ་ལས། །  
སྐྱ་བ་བྱེད་མི་རིགས་ངག་ལ་སོགས། །  
གོ་ཉིད་ཕྱིར་ན་རྩ་ཅན་བཞིན། །

དབྱིབས་དང་ལྟན་པའི་རིགས་ཀྱི་བྱད་པར་བྱམ་པ་སོགས་ལ།  
དབྱིབས་ལྟན་ཀྱི་སྐྱ་འཇུག་པར་གྱུ་བ་དང་མཚུངས་པར་དབྱིབས་ཀྱི་སྐྱ་འི་  
སྐྱ་སྐྱོར་བར་མཐོང་བ་ལས་གནས་ལུས་སོགས་སྐྱེས་བྱས་བྱས་པར་སྐྱ་བ་  
པར་བྱེད་པ་མི་རིགས་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་སྐྱ་བ་པའི་བྱུ་བ་མ་ངེས་པའི་ཕྱིར་།  
དཔེར་ན། ངག་ལ་སོགས་པ་ཆོས་ཅན། གོ་བྱ་ཞེས་པའི་སྐྱ་མཐོང་བ་ཉིད་ཀྱི་  
ཕྱིར་ན། རྩ་ཅན་ཡིན་ཏེ། ཞེས་དཔོག་པ་མི་རིགས་པ་བཞིན་ནོ།

གཉིས་པ་༼ ཉ་ཅང་ཐལ་བ་ ༽ནི།

ཅ་བ། རྫོང་པར་འདོད་པའི་གཞན་དབང་ཕྱིར། །

སྐྱ་རྣམས་གང་ལའང་མེད་མ་ཡིན། །

དེ་ཡོད་པས་ནི་དོན་གྲུབ་ན། །

ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ནི་ཐམས་ཅད་གྲུབ། །

སྐྱེས་བུ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་འདོད་དོན་ཐམས་ཅད་འབད་མེད་དུ་གྲུབ་  
པར་ཐལ། དེའི་སྐྱ་ཡོད་པས་དོན་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། བྱ་སྟེ། རྫོང་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་  
རྣམས་གང་ནའང་མེད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བརྫོང་པར་འདོད་པའི་  
གཞན་དབང་ཅ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་༼ དེས་རིགས་ཅན་གཞན་ཡང་ཞེགས་པ་ ༽ནི།

ཅ་བ། འདིར་ནི་སེར་སྐྱ་ལ་སོགས་ཀྱི། །

མི་རྟག་སོགས་ཕྱིར་ཡང་སེམས་མེད། །

སོགས་དང་ཤུན་པ་བཤུས་ན་ནི། །

འཆི་ཕྱིར་སེམས་ལྡན་དབྱེད་པ་ཡིན། །

དབང་ཕྱུག་སྐྱབ་པའི་རྟགས་སུན་འབྱེན་པའི་རིགས་པ་འདིས་ནི་ཆོས་  
ཅན། ཁྱོན་ལ་བརྟེན་ནས་སེར་སྐྱ་པ་དང་། གཅེར་བུ་པ་ལ་སོགས་ཀྱི་སྐྱབ་  
བྱེད་ལྟར་སྤང་གཞན་ཡང་དབྱེད་པ་བྱས་ནས་འགོག་རྒྱས་པ་ཡིན་ཏེ། སེར་

སྐྱུ་པས་སྒྲོ་བདེ་ཆོས་ཅན། སེམས་མེད་དང་སོགས་པས་བཅ་པོ་ཡིན་ཏེ། མི་  
རྟག་པ་དང་སོགས་པས་སྐྱུ་བ་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཅེས་པ་དང་། ཡང་གཅེར་  
བྱ་པས་སྒྲོན་ཤིང་ཆོས་ཅན། སེམས་ལྡན་ཡིན་ཏེ། རྒྱན་པ་བཟུས་ན་འཆི་  
བའི་སྤྱིར། ཅེས་པ་ནམས་བརྟགས་ནས་འགོག་རྒྱས་པའི་སྤྱིར།

གསུམ་པ་ ༼ དེས་བྱའ་བའི་དོན་ ༽ ལ།  
ངོ་བོ་དང་། བྱད་པར་གཉིས་ལས། ངོ་བོ་གཙོ་བོའི་དཔེ་ནི། གཏན་  
ཆིགས་ལ་ངོ་བོ་དང་བྱད་པར་གཉིས་ལ་ངོ་བོ་གཙོ་སྟེ།

ཅ་བ། དངོས་པོའི་ངོ་བོ་མ་བྱའ་ན། །

ཚུལ་འདི་བྱའ་ན་མ་བྱའ་ཀྱང་། །

བྱད་པར་གཞོད་བྱེད་མ་ཡིན་ཏེ། །

སྐྱ་ཡི་ནམ་མཁའ་ལ་བརྟེན་བཞིན། །

རྟགས་ཀྱི་དངོས་པོའི་ངོ་བོ་ཤེས་འདོད་ཆོས་ཅན་ཀྱི་སྟེང་དུ་འགོད་  
ཚུལ་དང་མཐུན་པར་མ་བྱའ་བ་ཡིན་ན། མ་བྱའ་པའི་ཚུལ་འདི་འཐད་ཀྱི། དེ་  
བྱའ་ན། བྱད་པར་ཆོས་ཅན་ལ་མ་བྱའ་ཀྱང་གཞོད་བྱེད་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར།  
དཔེར་ན། བྱས་པའི་ངོ་བོ་སྐྱའི་སྟེང་དུ་འགོད་ཚུལ་དང་མཐུན་པར་བྱའ་བ་  
ན། བྱད་པར་ནམ་མཁའ་ལོན་ཏན་དང་དོན་གཅིག་ལ་འདུ་བའི་བྱས་པ་སྐྱ་ཡི་  
སྟེང་དུ་མ་བྱའ་ཀྱང་གཞོད་བྱེད་མ་ཡིན་པ་བཞིན། ཡང་ན་སྐྱ་ཡི་སྟེང་དུ་བྱའ་  
ན་བྱད་པར་ནམ་མཁའ་ལ་བརྟེན་པའི་སྐྱ་ལ་མ་བྱའ་ཀྱང་གཞོད་བྱེད་མིན་པ་

བཞིན།

ཅ་བ། སྐྱ་མ་གྲུབ་ཀྱང་དངོས་པོ་ནི། །

གྲུབ་ན་གྲུབ་པར་འགྱུར་ཏེ་དཔེར། །

འུག་པ་པ་ལ་སངས་རྒྱས་པས། །

ལུས་སོགས་སྐྱབ་བྱེད་བཤད་པ་བཞིན། །

མིང་དང་དོན་གཉིས་ལས་དོན་གཙོ་བོའི་དཔེ་ནི། ལུས་པ་ཆོས་ཅན། སྐྱ་  
དེ་ཁྱོད་བརྗོད་པའི་སྐྱའི་བརྗོད་བྱར་མ་གྲུབ་ཀྱང་། ཁྱོད་ཀྱིས་སྐྱ་མི་ཏྱག་པར་  
སྐྱབ་པའི་སྟོགས་ཆོས་གྲུབ་པར་འགྱུར་ཏེ། དངོས་པོ་ཁྱོད་ཤེས་འདོད་ཆོས་  
ཅན་སྐྱ་ལ་འགོད་ཚུལ་དང་མཐུན་པར་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། དཔེར་  
ན། འུག་པ་པ་ལ་སངས་རྒྱས་པས་འབྱུང་བཞིའི་རྩལ་ཐུན་ཆོས་ཅན། མི་ཏྱག་  
སྟེ། ལུས་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཅེས་པ་སྐྱབ་བྱེད་དུ་བཤད་པ་བཞིན། སོགས་  
པས་སོགས་པ་དང་བཅས་པ་བརྒྱུད་དོ། །ལུས་ཅན་ཞེས་པའི་སྐྱ་སྦྱོར་ས་  
ཁོལ་ཕྱིར་ཁོལ་གཉིས་མཐུན་སྒྲུབ་དུ་མ་གྲུབ་སྟེ། བྱེ་བྲག་པ་ཤེས་བྱ་ཐམས་  
ཅད་ཆོག་གི་དོན་རྒྱག་ཏུ་འདུས་པར་འདོད་དེ། རྩས་དང་ཡོན་ཏན། སྦྱི་དང་  
བྱེ་བྲག ལས་དང་འདུ་བའོ། རྩས་ལ་ཡང་། ཐམས་ཅད་དུ་སོང་བ་མ་ཡིན་  
པའི་རྩས་ནི། འབྱུང་བ་བཞི་དང་ཡིད་དོ། །ཐམས་ཅད་དུ་སོང་བའི་རྩས་ནི།  
བདག་དུས་སྟོགས་ནས་མཁའ་བཞིའོ།

ཆད་ནི་ཆོག་དོན་རྒྱག་གི་ནང་ནས་ཡོན་ཏན་ཏེ་ཆད་ལ་དབྱེ་ན། ཆེན་



པོ་དང་། རྩུང་དུ་དང་། རིང་པོ་དང་ཐུང་དུ་འོ། །ཆེན་པོ་ལ་ཡང་རྟག་པ་དང་  
མི་རྟག་པ་འོ། །རྟག་པའི་ཆེན་པོ་ནི། རྩམ་ཕྱི་མ་བཞི་ལ་བརྟེན་པའི་ཡོན་ཏན་  
ནོ། །མི་རྟག་པའི་ཆེན་པོ་ནི། རྩལ་ཐུན་གསུམ་ཡན་ཆད་ཀྱིས་བརྩམས་པའི་  
ཡན་ལག་ཅན་གྱི་རྩམ་ལ་བརྟེན་པའི་ཡོན་ཏན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་རྩུང་དུ་ལ་  
ཡང་། རྟག་པའི་རྩུང་དུ་ནི། རྩལ་ཐུན་ཡིད་ལ་ལྷུམ་པོར་སྒྲུང་བའི་མཆན་ཉིད་  
ཅན་གྱི་ཡོན་ཏན་ནོ། །མི་རྟག་པའི་རྩུང་དུ་ནི། ཡན་ལག་ཅན་དང་པོ་ལ་བརྟེན་  
པའི་ཡོན་ཏན་ནོ། །རིང་ཐུང་ནི། མི་རྟག་པའི་ཆེན་པོ་དང་རྩུང་དུ་གཉིས་དང་  
འབྲེལ་།

དེ་ལ་རྟག་པའི་ཆེན་པོ་མ་གཏོགས་པའི་ཆད་གཞན་རྣམས་ལ། ལུས་  
ཅན་གྱི་སྒྲ་འབྲུག་པར་འདོད་ལ། ལུས་ཅན་གྱི་དོན་རེག་བྱ་ཅན་ནི། འབྲུང་  
བཞིའི་སྟེང་དུ་འགོད་ཚུལ་ལྟར་གྲོལ་བ་གཉིས་ཀས་གྱུ་བ་པར་འདོད་དོ། །དེ་  
བཞིན་དུ་བྱེ་བྲག་པ་རྩལ་ཐུན་ཐོགས་མེད་དུ་འདོད་ཀྱང་ཐོགས་བཅས་གྱི་  
དོན་གཟུགས་ཅན་གཞན་གྱི་གོས་འགོགས་པ་སངས་རྒྱས་པ་ལྟར་འདོད་དོ། །  
དེས་ན་རེག་བྱ་ཅན་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་གྱི་མིང་ལུས་ཅན་ཞེས་པ་དེ། བྱེ་བྲག་  
པའི་ངོར་འབྲུང་བཞིའི་རྩལ་ཐུན་ལ་མ་གྱུ་བ་ཀྱང་། དེའི་ངོར་ཁྱོད་ཀྱིས་འབྲུང་  
བཞིའི་རྩལ་ཐུན་མི་རྟག་པར་སྒྲུབ་པའི་ཕྱོགས་ཆོས་མ་གྱུ་བ་པའི་སྒྲོན་མེད་དེ།  
དེ་མ་གྱུ་བ་ཀྱང་། དོན་ཁྱོད་དེའི་ངོར་དེ་སྒྲུབ་གྱི་ཤེས་འདོད་ཆོས་ཅན་གྱི་སྟེང་  
དུ་འགོད་ཚུལ་དང་མཐུན་པར་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་ངེས་པའི་ཕྱིར།

གཞུང་སྒྲ་མ་གཉིས་ཀྱི་དོན་དེ་འཐད་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི།

ཅ་བ། དེ་ཉིད་འབྲུལ་ལ་སོགས་ཡིན་ན། །

སྒྲ་ནི་འབྲུལ་པ་མེད་ན་ཡང་། །

སྒྲ་བ་བྱེད་སྒྲིན་ལྡན་ཤེས་བྱ་སྟེ། །

དངོས་ལས་དངོས་པོ་བྱུང་བྱིར་རོ། །

དོན་དེ་ཉིད་འབྲུལ་པ་དང་། འགལ་བ་དང་། མ་བྱུང་པ་ལ་སོགས་པ་  
ཡིན་ན། སྒྲ་ནི་འབྲུལ་པ་མེད་ན་ཡང་སྒྲ་བ་བྱེད་སྒྲིན་ལྡན་དུ་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ།  
འབྲས་བྱ་དང་ཁྲབ་བྱའི་དངོས་པོ་ལས་རྒྱ་དང་ཁྲབ་བྱེད་ཀྱི་དངོས་པོ་བྱུང་  
ཀྱི། སྒྲ་ཙམ་ལས་དོན་མི་འབྱུང་པའི་བྱིར། དཔེར་ན།

ཅ་བ། འགྲོ་བའི་བྱིར་དང་ལག་ལྡན་བྱིར། །

རྩ་ཅན་སྒྲ་པོ་ཞེས་སྒྲ་བ་བྱེད། །

འདི་ཡི་སྒྲ་ཡི་བརྗོད་བྱ་ནི། །

གྲགས་པ་ཡིན་གྱི་བརྗོད་འདོད་མིན། །

བ་སྒྲ་ཁ་པོ་ཆོས་ཅན། རྩ་ཅན་ཡིན་ཏེ། འགྲོ་བའི་བྱིར་དང་། སྒྲ་པོ་  
ཆེའི་སྒྲ་གྲུ་ཆོས་ཅན། སྒྲ་པོ་ཆེ་ཡིན་ཏེ། ལག་ལྡན་ཡིན་པའི་བྱིར། ཞེས་  
སྒྲ་བ་བྱེད་བཀོད་པ་ན། རྩ་ཅན་དང་སྒྲ་པོ་འདི་ཡི་མིང་འགྲོ་བ་ཞེས་པ་དང་།  
ལག་ལྡན་ཞེས་པའི་སྒྲ་ཆོས་ཅན། བྱིར་གྱི་ཞེན་པའི་བརྗོད་བྱའི་དོན་རྩ་ཅན་

དང་སྒྲུང་པོ་ལ་མི་འབྲུལ་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས། ཁྱོད་དེ་དག་གི་མིང་དུ་སྦྱར་བ་  
མ་ཡིན་ཏེ། དོན་འབྲུལ་ཡང་གྲགས་པའི་དབང་ལས་ཁྱོད་སྦྱོར་བ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། ཁྱོད་ཀྱི་བརྗོད་བྱར་འདོད་པའི་འགྲོ་བ་དང་ལག་ལྡན་གཉིས་རྩ་ཅན་དང་  
སྒྲུང་པོ་ལ་མི་འབྲུལ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་གཉིས་མ་ཡིན་པའི་སློབ་ཆགས་ལ་  
ཡང་མཐོང་བའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་༽ ཀུན་གྱི་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་པ་ལ་ཆད་མའི་བསལ་བ་བསྟན་པ་ ༽ལ་གཉིས།  
རྟག་པ་རྒྱུར་མི་རུང་བ། རང་ལ་མཚུངས་པ་སྤང་བའོ།།

དང་པོ་༽ རྟག་པ་རྒྱུར་མི་རུང་བ་ ༽ལ། ཐལ་བ་དགོད་པ་ནི།  
ཅ་བ། རི་ལྟར་དངོས་དེ་རྒྱ་ཡིན་པ། །  
དེ་ལྟར་དེ་ཉིད་གང་གི་ཆེ། །  
རྒྱ་མིན་གང་གིས་དེ་ནི་རྒྱར། །  
འདོད་ལ་རྒྱ་མ་ཡིན་མི་འདོད། །

དབང་ཕྱུག་གི་དངོས་པོ་དེ་ཆོས་ཅན། རྒྱ་མཚན་གང་གིས་རྒྱར་འདོད་  
པའི་དུས་དེ་ཉིད་ལ་རྒྱ་མ་ཡིན་དུ་མི་འདོད་པ་མི་འཐད་དེ། རི་ལྟར་ན་རྒྱ་ཡིན་  
པའི་རང་བཞིན་དེ་ལྟ་བུ་ལས་མ་འཕོས་བཞིན་དུ། དེ་ཉིད་དུས་གང་གི་ཆེ་རྒྱ་  
མ་ཡིན་གྱི་རང་བཞིན་དུ་འདོད་པའི་ཕྱིར། གྲུབ་པ་མེད་ན།

ཅ་བ། མཚོན་དང་སྟན་སོགས་འབྲེལ་བ་ལས། །

ནག་པའི་ཆ་དང་འབྲུགས་ཡིན་ན། །

འབྲེལ་མེད་སྒྲིང་དུམ་ཅི་ཡི་བྱིར། །

རྒྱ་ཉིད་དུ་ནི་རྟོག་མི་བྱེད། །

འབྲེལ་མེད་གྱི་སྒྲིང་དུམ་ཡང་ཅིའི་བྱིར་ཆ་སོས་པ་དང་བསྐྱེད་པའི་རྒྱ་  
ཉིད་དུ་རྟོག་པར་མི་བྱེད་དེ་རྟོག་རིགས་པར་ཐལ། སྤྲ་མ་ལ་བྱུང་བ་མེད་པའི་  
བྱིར། འདོད་མི་རིགས་པར་ཐལ། མཚོན་དང་སྒྲན་སོགས་དང་འབྲེལ་བ་  
ལས། ནག་པའི་ལུས་ལ་ཆ་བསྐྱེད་པ་དང་། འབྲུགས་ཤིང་སོས་པ་འཐད་པ་  
ཡིན་གྱི། གཞན་དུ་མི་འཐད་པའི་བྱིར།

ཅ་བ། རང་བཞིན་བྱུང་པར་མེད་པར་ནི། །

བྱེད་པར་ཡང་ནི་མི་རུང་ངོ། །

རྟོག་ལ་ལྟོག་པ་མེད་པའི་བྱིར། །

རྒྱས་པ་ཉིད་ཀྱང་རྟོགས་པར་དགལ། །

དེ་ཚོས་ཅན། འབྲས་བུ་ཀུན་གྱི་བྱེད་པ་པོར་ཡང་མི་རུང་སྟེ། འབྲས་བུ་  
མི་སྐྱེད་པ་དང་རང་བཞིན་བྱུང་པར་མེད་པའི་བྱིར། བྱིང་གིས་འབྲས་བུ་ལ་  
ཕན་འདོགས་པའི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྒྱས་པ་ཉིད་ཀྱང་རྟོགས་པར་དགལ་སྟེ། བྱིང་  
ཕན་བྱེད་དུ་ལོག་པས་འབྲས་བུ་སྐྱེ་བ་ལྟོག་པའི་གཞི་མེད་པའི་བྱིར་ཏེ། རྟོག་  
དངོས་ཡིན་པའི་བྱིར། དེ་ཡིན་ན་དེས་མཚོན་པ་མི་སྲིད་པས། རྗེས་སུ་འགྲོ་

ལྷོག་ངེས་པ་བྱར་མེད་དོ།

དེ་ཉིད་གྱི་ཁྱབ་པ་ལ་གཞོན་པ་ཅན་གྱི་ཚད་མ་བསྟན་པ་ནི།

ཅ་བ། གང་དག་ཡོད་ན་གང་འགྱུར་ཉིད། །

དེ་དག་ལས་གཞན་དེ་ཡི་རྒྱུ། །

རྟོག་པ་ཡིན་ན་ཐམས་ཅད་ལ། །

རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཐམས་ཅད་པར་འགྱུར། །

འབྲས་བུ་ཐམས་ཅད་ལ་རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཐམས་ཅད་པར་འགྱུར་བར་ཐལ།  
རྒྱ་གང་དག་པན་བྱེད་དུ་ཡོད་ན་འབྲས་བུ་གང་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་ཉིད་གྱི་རྒྱས་  
པ་མ་མཐོང་བའི་དེ་དག་ལས་གཞན་པ་འབྲས་བུ་དེ་ཡི་རྒྱུ་རྟོག་པ་འཐད་པ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ ༼ རང་ལ་མཚུངས་པ་སྤང་བ་ ༽ནི།

འོ་ན་བྱེད་རང་ལ་ཡང་ས་སོགས་སྤུ་གྲུ་མི་སྐྱེད་པའི་སྐྱབས་དང་བྱེད་  
པར་མེད་པས་སྤུ་གྲུ་མི་སྐྱེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། སྤུ་གྲུ་སྐྱེད་ལ་ས་ལ་སོགས། །

རང་བཞིན་ཡོངས་སྤུ་གྲུར་ནས་ནི། །

རྒྱ་ཡིན་དེ་ལེགས་བྱས་པ་ན། །

དེ་ཡི་བྱེད་པར་མཐོང་ཕྱིར་རོ། །

ས་ལ་སོགས་པ་འགྱུར་བ་མེད་བཞིན་དུ་སྟུ་གུའི་རྒྱ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
སྟུ་གུ་མི་སྦྱེད་པའི་སྐབས་ལས་རང་བཞིན་ཡོངས་སུ་འགྱུར་ན། དེའི་ཆེ་སྟུ་  
གུ་བསྦྱེད་པ་ལ་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཞིང་དེ་ལྷག་པར་ཚོ་བ་སོགས་  
སོ་རྣམ་ལེགས་པར་བྱས་པ་ན། སྟོན་ཐོག་དེ་ཡི་བྱུང་པར་ཕྱལ་དུ་བྱུང་བ་  
མཐོང་བའི་ཕྱིར།

ཅ་བ། གལ་ཏེ་ངེ་ལྟར་ཡུལ་དབང་པོ།

ཆོགས་པ་བྱུང་མེད་སྟོ་རྒྱ་ཡིན།

དེ་ལྟར་འདི་ཡིན་ཞེ་ན་.....།

གལ་ཏེ་ངེ་ལྟར་ཡུལ་དང་དབང་པོ་རྣམས་ཆོགས་པ་དང་མ་ཆོགས་པ་  
ལ་རྣམ་པ་བྱུང་པར་མེད་ཀྱང་། དབང་སྟོའི་རྒྱ་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་དབང་ཕྱག་འདི་  
ཡང་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། .....མིན།

དེ་ལའང་བྱུང་པར་ཡོད་ཕྱིར་རོ།

སོ་སོ་སོ་སོར་རྒྱས་མེད་རྣམས།

རང་བཞིན་བྱུང་པར་མེད་པས་ན།

ཆོགས་ཀྱང་རྒྱས་པ་མེད་འགྱུར་བས།

དབང་པོ་སོགས་ལ་བྱུང་པར་མེད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དབང་ཤེས་དེ་



ལའང་གསལ་མི་གསལ་ལ་སོགས་པའི་བྱད་པར་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟ་མིན་  
ན་རྒྱུན་གསུམ་ཆོགས་ཀྱང་དབང་ཤེས་བསྐྱེད་པའི་རྣམ་པ་མེད་པར་འགྱུར་  
བར་ཐལ། མ་ཆོགས་པའི་སོ་སོར་རྣམ་པ་མེད་པ་གང་ཞིག་དེ་རྣམས་དང་  
ཆོགས་པ་ལ་རང་བཞིན་བྱད་པར་མེད་པའི་ཕྱིར།

ཅ་བ། དེ་ཕྱིར་བྱད་པར་གྲུབ་པ་ཡིན། །

དེ་ཕྱིར་སོ་སོར་གང་རྣམ་མེད། །

ཆོགས་ན་ཡོན་ཏན་སྤྲིད་འགྱུར་བ། །

དེ་དག་རྒྱ་ཡིན་དབང་ཕྱགས་སོགས། །

མ་ཡིན་བྱད་པར་མེད་ཕྱིར་རོ། །

དེས་ན་རྒྱུན་གསུམ་ཆོགས་མ་ཆོགས་ལ་བྱད་པར་གྲུབ་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་  
ཆོགས་མ་ཆོགས་ལ་དབང་ཤེས་སྐྱེ་མི་སྐྱེའི་བྱད་པར་མཐོང་བ་དེའི་ཕྱིར།  
དབང་ཕྱག་སོགས་ཆོས་ཅན། འབྲས་བུ་ཀུན་གྱི་རྒྱ་མ་ཡིན་ཏེ། འབྲས་བུ་མི་  
སྐྱེད་པ་དང་རང་བཞིན་བྱད་པར་མེད་པའི་ཕྱིར། བྱད་པར་ཐལ། གང་ལ་སོ་  
སོར་ཐུན་མོང་གི་འབྲས་བུ་དེ་བསྐྱེད་པའི་རྣམ་པ་མེད། ཆོགས་ན་འབྲས་  
བུའི་ཡོན་ཏན་སྤྲིད་པར་འགྱུར་བ་དེ་དང་ཐུན་མོང་གི་འབྲས་བུའི་རྒྱ་ཡིན་པ་  
དེའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་༼ ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནས་ལུགས་ནི་ལྟར་གནས་པ་མདོན་སུམ་དུ་ཤེས་པ་ཀུན་མཁྱེན་དུ་བརྒྱབ་པ་ ༽ ལ་གཉིས།  
ཚུད་པ་དང་། དེ་དགག་པའོ། །

དང་པོ་ཚུད་པ་ནི།

ཚུ་རོལ་མངེས་པ་པ་དང་། སྦྱོད་པ་པ་ལ་སོགས་པ་ཁ་ཅིག་ན་རེ། བྱེད་  
གྱིས་དབང་ཕྱག་བཀག་པ་དེ་ལྟར། བྱེད་རང་གི་ཀུན་མཁྱེན་ལ་ཡང་ཉེས་པ་  
མཚུངས་ཏེ།

ཅ་བ། ཚད་མ་སྒྲོག་གྱུར་དོན་ཤེས་ཡིན། །

དེ་སྦྱབ་བྱེད་ཀྱང་མེད་པའི་ཕྱིར། །

ནན་ཏན་བྱེད་པ་ཡོད་མ་ཡིན། །

ཞེས་ནི་ཁ་ཅིག་རབ་ཏུ་བརྗོད། །

ཚད་མའི་སྦྱེས་བྱ་ཡིན་ན་སྒྲོག་གྱུར་གྱི་དོན་མ་ལུས་པ་ཤེས་པ་ཡིན་  
དགོས་ལ། གང་བསྒྲོམས་པས་ཀུན་མཁྱེན་དུ་འགྱུར་བའི་སྦྱབ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་  
ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པའི་ཕྱིར། ཐབས་དེ་ལ་ནན་ཏན་བྱེད་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
སྦྱོད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་མེད་པར་མ་ཟད། ཤེས་བྱེད་ཀྱི་སྦྱབ་བྱེད་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་  
པའི་ཕྱིར། དེ་ཤེས་པའི་དོན་དུ་ནན་ཏན་བྱེད་པ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
རབ་ཏུ་བརྗོད་དོ།

འདི་ལྟར། མཐུ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པའི་སྒྲགས་དང་སྒྲན་ལ་སོགས་  
པས་ཀུན་མཁྱེན་དུ་མི་འགྱུར་པར་ཐལ། དེ་ཕྱི་ནང་ཀུན་ལ་ཡོད་པས་ཐམས་

ཅད་ལ་ཀུན་མཁྱེན་ཡོད་པར་ཐལ་བའི་བྱིར། གློག་གྱུར་ཐམས་ཅད་དབང་  
ཤེས་གྱིས་མི་ཤེས་པར་ཐལ། བར་དུ་ཆོད་པ་སོགས་ལ་འདུག་པའི་མཐུ་  
མེད་པའི་བྱིར། ཡིད་གྱི་ཤེས་པས་ཀྱང་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དབང་ཤེས་གྱི་རྗེས་སུ་  
འབྱང་བའི་བྱིར། ལུང་ལ་བརྟེན་པའི་ཡིད་སྒྲོས་ཀྱང་གློག་གྱུར་ཐམས་ཅད་མི་  
ཤེས་པར་ཐལ། ཆོག་དོན་ལ་འབྲེལ་བ་མེད་ཅིང་། ཡོད་ཀྱང་མངོན་སུམ་དུ་  
མི་ཤེས་པའི་བྱིར།

གཞན་ཡང་ཐམས་ཅད་རིམ་གྱིས་ཤེས་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ན།  
ཟད་མཐའ་ཁས་སྒྲངས་པའི་བྱིར། ཅིག་ཅར་ཤེས་ན། འཁོར་བ་ལ་ཐོག་མ་ཡོད་  
པར་ཐལ། ཤེས་པ་གང་དུ་རྫོགས་པ་དེ་ཉིད་མཐའ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེ་འབྲེལ་  
ཀུན་མཁྱེན་ཡོད་པ་རྟགས་ལས་མི་ཤེས་ཏེ། ཆོག་ལས་གཞན་པའི་རྟགས་  
མེད་ལ། ཆོག་ཕྱོགས་གཅིག་ལ་མི་སྦྱ་བ་སྦྱེས་བུ་ཀུན་ལ་ཡོད་ལ། ཐམས་  
ཅད་ལ་མི་སྦྱ་བར་བྱའ་ན། དེ་ཉིད་ཀུན་མཁྱེན་དུ་ཐལ་བའི་བྱིར་རོ། མངོན་  
སུམ་གྱིས་བྱའ་ན་ཡང་དེ་ཉིད་ཀུན་མཁྱེན་དུ་འགྱུར་རོ། རང་གིས་ཤེས་བྱ་  
ཐམས་ཅད་མི་ཤེས་པར། འདིས་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ཤེས་སོ་ཞེས་ངས་མི་  
རུས་པས་ཀུན་མཁྱེན་སྦྱིད་བྱེད་གྱི་རྒྱ་དང་། ཤེས་བྱེད་གྱི་རྒྱ་མཆོན་གཉིས་  
ཀ་མེད་དོ་ཞེས་ཟེར་ཏོ།

དེ་དགག་པ་ལ།

ཀུན་མཁྱེན་ཆོལ་བའི་རྒྱ་མཆོན། ཆོལ་བའི་ཚུལ། ཀུན་མཁྱེན་ངོས་  
གཟུང་བའོ།

དང་པོ་༼ གུན་མཁྱེན་ཚོལ་བའི་རྒྱ་མཚན་ ༽ནི།  
ཅ་བ། མི་ཤེས་སྟོན་པར་བྱེད་པ་ལ། །  
འབྲུལ་པར་དོགས་པ་ཅན་རྣམས་ཀྱིས། །  
དེས་བཤད་ནན་ཏན་བྱ་བའི་ཕྱིར། །  
ཤེས་ལྡན་འགའ་ཞིག་ཚོལ་བར་བྱེད། །

སྤྱག་བསྐུལ་ཞི་བའི་ཐབས་མི་ཤེས་བཞིན་དུ་སྟོན་པར་བྱེད་པའི་གང་  
ཟག་འགའ་ཞིག་ལ་སྟོན་པར་གཟུང་ནས། སྟོན་པ་ཡང་དག་དུ་འབྲུལ་པར་  
དོགས་པ་ཅན་གྱི་གྲོལ་བ་དོན་གཉེར་རྣམས་ཀྱིས་ཚོས་ཅན། སྤྱག་བསྐུལ་ཞི་  
བའི་ཐབས་ལེགས་པར་ཤེས་པ་དང་ལྡན་པ་འགའ་ཞིག་ཚོལ་བར་བྱེད་པའི་  
རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། དེ་འདྲའི་གང་ཟག་དེས་བཤད་པའི་དོན་ལ་ནན་ཏན་བྱ་  
བའི་ཕྱིར་དུ་ཚོལ་བའི་ཕྱིར། གྲོལ་བ་དོན་གཉེར་རང་གིས་མི་ཤེས་བཞིན་དུ་  
གཞན་ལ་སྟོན་པའི་ཆེ་མོར་བ་བྱུང་དོགས་ནས་བཤེས་གཉེན་ཚོལ། ཞེས་པ་  
ནི་གཞུང་གི་དོན་མིན་ནོ།

གཉིས་པ་༼ ཚོལ་བའི་རྒྱ་མཚན་ ༽ནི།  
ཅ་བ། དེ་ཕྱིར་དེ་ཡི་བསྐྱབ་བྱ་རུ། །  
གྱུར་པའི་ཡེ་ཤེས་རྣམ་དབྱེད་བྱའི། །  
འདི་ཡིས་སྤོང་བྱའི་གངས་མཁྱེན་པ། །  
ངེད་ལ་འགའ་ཡང་ཉེར་འཁོ་མེད། །

སྟོན་པ་འདི་ཡིས་གྲོལ་བ་དོན་གཉེར་དེ་ཡི་མངོན་པར་འདོད་པའི་  
བསྐྱབ་བྱ་རུ་གྱུར་པའི་འཁོར་བའི་འཇུག་ཕྲོག་མཁུན་ནམ་མི་མཁུན་སྟམ་  
དུ། དེ་མཁུན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡོད་མེད་རྣམ་པར་དབྱེད་པར་བྱ་ཡི། སློན་བྱའི་  
གངས་མ་ལུས་པ་མཁུན་པ་ཡིན་མིན་ཐོག་མར་དབྱེད་པར་མི་བྱ་སྟེ། གྲོལ་བ་  
དོན་གཉེར་ངེད་ལ་སློན་བྱའི་གངས་མ་ལུས་པ་མཁུན་པ། རེ་ཤིག་འགར་ཡང་  
ཉར་མཁོ་མེད། གྲོལ་བ་དོན་དུ་གཉེར་བ་དེའི་ཕྱིར།

འོ་ན། དེ་ལྟར་དབྱེད་པའི་ཆེ་སྟོན་པར་འཛིན་པའི་སྟོན་དུ་དེ་ལ་བྱང་  
གྲོལ་གྱི་ལམ་མཁུན་པའི་ཡོན་ཏན་ཡོད་པར་ཤེས་སམ་མི་ཤེས། ཤེས་ན་  
རང་ཉིད་ཀྱིས་སྐྱབ་བསྐྱལ་ཞི་བའི་ཐབས་ཤེས་ཟིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ཆོལ་བ་དོན་  
མེད་ལ། མི་ཤེས་ན་བསྟོན་པར་བྱ་བ་དང་། བསྟོན་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པའི་རྣམ་  
དབྱེ་མི་བྱེད་པར། ཐོག་མར་གང་སྤང་བ་དེ་བསྟོན་པར་རིགས་སོ་ཞེ་ན། སྟོན་  
མེད་དེ། འདི་ནི་རྟོག་ལྡན་གྱིས་བཤེས་གཉེན་ཆོལ་བའི་ཚུལ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་  
ནི། ཐོག་མ་ཉིད་ནས་དོན་རགས་པ་ཆད་མས་ཤེས་ཤིང་ཅུང་ཟད་སྤང་བའི་ཡོན་  
ཏན་ཡོད་པ་ཡིད་སྦྱོད་གྱིས་ཀྱང་ཤེས་པར་འགྱུར་ཞིང་། གཞན་ལ་ངེས་པ་  
དང་། གྲགས་པ་སོགས་ལས་ཀྱང་ཕྱོགས་ཅམ་རྟོགས་པར་འགྱུར་རོ།

གསུམ་པ་༼ ཀྱན་མཁུན་ངོས་གཟུང་བ་ ༽ནི།  
ཅ་བ། སྤང་དང་དོར་བྱའི་དེ་ཉིད་ནི། །  
ཐབས་དང་བཅས་པ་རིགས་མངོན་པ། །  
གང་དེ་ཆད་མ་ཉིད་འདོད་གྱི། །

ཐམས་ཅད་རིགས་མཛད་མ་ཡིན་ནོ། །

ཐུབ་པ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཆོས་ཅན། གྲོལ་བ་དོན་གཉེར་གྱི་ཆད་མ་  
ཉིད་དུ་འདོད་རིགས་ཏེ། སྤང་བྱ་དང་དོར་བྱའི་དེ་ཉིད་འཁོར་བ་འཇུག་ལྷོག་  
ཐབས་དང་བཅས་པ་མངོན་སུམ་དུ་རིག་པ་མཐར་ཐྱིན་པར་མཛད་པ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། སྤོང་བྱའི་གངས་ཐམས་ཅད་རིག་པར་མཛད་པ་ཅམ་གྱིས་གྲོལ་བ་  
དོན་གཉེར་གྱི་འདོད་པ་རྫོགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཅམ་ལ་ཉེར་མཁོ་མེད་པའི་  
ཕྱིར།

ཅུ་བ། རིང་པོ་མཐོང་བའམ་མིན་ཡང་རུང་། །

འདོད་པའི་དེ་ཉིད་མཐོང་བ་ཡིན། །

གལ་ཏེ་རིང་མཐོང་ཆད་ཡིན་ན། །

ཚུལ་ཞོག་བྱ་རྒྱུ་དེ་བསྟན་པར་གྱིས། །

དེ་བཞིན་དུ་དེ་ཆོས་ཅན། ཐག་རིང་པོ་མཐོང་ངམ། མིན་ཡང་རུང་གྲོལ་  
བ་དོན་གཉེར་གྱི་སྟོན་པར་རིགས་ཏེ། འདོད་པའི་དེ་ཉིད་བདེན་བཞིན་གནས་  
ལུགས་མཐོང་བ་མཐར་ཐྱིན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟ་མིན་པར་གལ་ཏེ་ཐག་  
རིང་མཐོང་བ་ཅམ་གྱིས་ཆད་མའི་སྐྱེས་བྱའི་མཆོན་ཉིད་རྫོགས་པ་ཡིན་ན།  
འོན་གྲོལ་བ་དོན་གཉེར་ཚུར་ཞོག་བྱ་རྒྱུ་སོགས་སྟོན་པར་བསྟན་པར་གྱིས་  
ཞིག་ཅེས་གདམས་རིགས་པར་ཐལ་ལོ།

དེས་ན། གཞན་དག་ཐམས་ཅད་བཟོ་ཤེས་པ་ཀུན་མཁྱེན་གྱི་དོན་དུ་



འདོད་པ། དཔེར་ན། གིས་དང་། མགར་བ་དང་། གོས་ལ་སོགས་པ་དུ་མ་བྱེད་  
ཞེས་པ་ལ། གུན་མཁྱེན་གྱི་ཐ་སྙད་འཇིག་རྟེན་ན་བརྗོད་པ་སྟར་རོ།། རིགས་  
པ་མཁྱེན་པས་ཐམས་ཅད་གྱི་བྱེད་པ་པོ་གུན་མཁྱེན་ཡིན་ན། ངན་འགྲོའི་  
སྒྲུག་བསྐྱལ་ལ་སོགས་པ་ཡང་དེས་བྱས་པས། ལས་དང་ཉོན་མོངས་པ་ལ་  
གུན་མཁྱེན་དུ་བཏགས་པ་ཙམ་དུ་བྱད་པར་བསྐྱབས་ནས་ཞེས་བྱའི་གནས་  
ལུགས་ཇི་སྟར་གནས་པ་སྟར་གཟིགས་པ་ལ་གུན་མཁྱེན་དུ་སྟོན་པར་མཛད་  
དོ།།

གཉིས་པ་ རྟག་མ་བཞི་བཤད་པའི་སྟོན་ས་ཆད་མའི་སྐྱེས་བུའི་མཚན་ཉིད་ རྟེན་གཉིས།  
བྱད་པར་གྱི་ཆོས་བཞི་བསྐྱབ་པ་དང་། དེ་ལས་ཆད་མར་བྱའ་བའོ།།

དང་པོ་ རྟག་པར་གྱི་ཆོས་བཞི་བསྐྱབ་པ་ རྟེན་གསུམ།  
བསམ་པ་ཕྱན་ཆོགས་ངོས་གཟུང་བ་དང་། དེ་ལས་སྦྱོར་བ་ཕྱན་  
ཆོགས་སྐྱེ་ཚུལ་དང་། དེ་གཉིས་ལས་འབྲས་བུ་ཕྱན་ཆོགས་བྱའ་བུ་ཚུལ་ལོ།།

## སྐྱེ་བ་སྒྲ་བྱེ།

དང་པོ་ བསམ་པ་ཕྱན་ཆོགས་ངོས་གཟུང་བ་ རྟེན་གཉིས།  
བསམ་པ་ཕྱན་ཆོགས་དང་པོའི་སྐྱབ་བྱེད་དུ་བསྟན་པ་དང་། དེ་མ་བྱའ་  
བ་སྤང་བའོ།།

དང་པོ་༼ བསམ་པ་སྤྱན་ཚོགས་དང་པོའི་སྐྱབ་བྱེད་དུ་བསྟན་པ་ ༽ནི།

ཅ་བ། སྐྱབ་བྱེད་སྤྱགས་རྗེས་གོམས་ལས་དེ། །

སྤྱགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དེ་ཆད་མའི་སྐྱེས་བྱ་དེ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ལ། དང་  
པོར་སྟོན་དུ་སོང་དགོས་ཏེ། དང་པོར་མཐའ་དག་སྤྱག་བསྐྱེད་ལས་གྲོལ་བར་  
འདོད་པའི་སྙིང་རྗེ་བསྐྱེད་ནས། དེའི་རྗེས་སུ་སྤྱག་བསྐྱེད་ཞི་བའི་ཐབས་ལ་  
གོམས་པར་བྱས་པ་ལས་སྟོན་པར་འགྱུར་དགོས་པའི་ཕྱིར།

སྤྱགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དེ་ཆོས་ཅན། རྒྱ་མེད་དང་མི་མ་སྤྱན་པའི་རྒྱ་ལས་  
མི་འབྱུང་སྟེ། རང་གི་རིགས་འདྲ་སྤྱ་མ་གོམས་པ་ལས་བྱབ་དེ་ཉིད་ཐོག་པ་  
ཆེན་པོའི་ལམ་སྟོམ་པའི་ཐོག་མའི་སྐྱབ་བྱེད་ཡིན་པ་དང་། སྐྱོབ་པ་རྟགས་གྱི་  
བསྐྱབ་བྱར་བྱས་ནས་དེ་བསྐྱབ་པ་ལ་ཡང་། ཐོག་མར་འདི་བྱབ་དགོས་པའི་  
ཚུལ་ནི་འོག་དུ་འཆད་པར་འགྱུར་རོ།

གཉིས་པ་༼ དེ་མ་བྱབ་པ་སྤང་བ་ ༽ལ་གཉིས།

ཚོད་པ་དང་། དེ་དགག་པའོ།

དང་པོ་༼ ཚོད་པ་ ༽ནི།

ཅ་བ། སྟོན་ཞི་ལུས་ལ་བརྟེན་པའི་ཕྱིར། །

གོམས་པས་བྱབ་པ་མེད་ཅེས་ན། །

རྒྱུད་པན་པ་ན་རེ། སྙིང་རྗེ་སྐྱེ་བ་དུ་མ་གོམས་པས་བྱབ་པ་མེད་དེ། སྐྱེ་  
བ་སྤྱ་ཕྱི་དུ་མ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཡིད་སྟོ་རྟོག་པ་ནི་ལུས་ལ་བརྟེན་

བས། ལུས་ཞིག་པ་ན་དེ་ཡང་འཇིག་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན། སྒྲོན་མེ་ལ་འོད་  
ལྟར། ལུས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ལས། ཆང་དང་ཕྱོས་པའི་རྒྱས་པ་ལྟར། ལུས་ཀྱི་ཡོན་  
ཏན་ནས། ཅིག་པ་དང་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་རི་མོ་ལྟར། རང་བཞིན་གྱི་ཚུལ་གྱིས་  
བརྟེན་ནོ་ཞེ་ན།

གཉིས་པ་ རྒྱུ་བ་དུ་མ་གོམས་པ་མི་སྲིད་པ་དགག་པ་དང་། གོམས་པ་སྲིད་ཀྱང་  
མཐའ་མེད་དུ་འཕེལ་བ་མི་འཐད་པ་དགག་པ་ལོ།

དང་པོ་ རྒྱུ་བ་དུ་མ་གོམས་པ་མི་སྲིད་པ་དགག་པ་ རྒྱུ་བ་གཉིས།  
མདོར་བསྟན་དང་། རྒྱས་བ་འད་དོ།

དང་པོ་ མདོར་བསྟན་ རྒྱུ་བ།  
ཅུ་བ། མ་ཡིན་ཏེན་ནི་བཀག་ཕྱིར་རོ།

ཡིད་སློང་གི་པ་ཆོས་ཅན། ལུས་དེ་ཁྱོད་ཀྱི་ཉིར་ལེན་དང་ལྟན་ཅིག་  
བྱེད་རྒྱུ་ཁྱེད་པར་ཅན་གྱི་ཏེན་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་འབྲེལ་ཏེན་ཡིན་པ་ཆད་མས་  
བཀག་ཅིང་འགོག་པར་ཡང་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། ཡང་ན་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཕྱི་མེད་པའི་  
རྒྱ་མཆན་གྱིས་སྒྲིང་ཟེ་སྒྲུབ་དུ་མར་གོམས་སུ་མི་རུང་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
དེ་མེད་པ་ཆད་མས་བཀག་ཅིང་འགོག་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།

དེ་ལ་འདིར་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཕྱི་ཆད་མས་ལེགས་པར་བསྐྱབས་ནས། འོག་  
ནས་འཆད་པའི་ལས་འབྲས་དང་བཅས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འཇིག་ཏེན་ཕྱི་མ་

ཕན་ཚད་ཀྱི་མངོན་མཐོའི་གོ་འཕང་ཙམ་ཞིག་གྲུབ་ལ། དེ་གཞིར་བཞག་ནས་  
 བདེན་བཞིའི་གནས་ལུགས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ལས་ངེས་པར་ལེགས་པ་རྒྱ་  
 དང་འབྲས་བྱར་བཅས་པ་རིགས་ཅན་གསུམ་གས་ཉམས་སུ་སྦང་བར་བྱ་  
 བའི་ཐུན་མོང་བ་ཙམ་ཞིག་གྲུབ་ལ། དེ་ཉིད་སྒྲིང་རྗེ་མཐའ་མེད་དུ་འཕེལ་བའི་  
 ཚུལ་གྱིས་བརྒྱན་ནས། བདེན་བཞིའི་གནས་ལུགས་རྟོགས་པ་མཐར་ཐུག་  
 པར་འགྱུར་བའི་ཚུལ་བསྐྱབ་པ་ལས་ཀྱན་མཁྱེན་འགྲུབ་པས་སྤྱི་མའི་མངོན་  
 མཐོ་ཙམ་དང་། ངེས་ལེགས་ལ་ཡང་ཐར་བ་ཙམ་དང་། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་  
 པ་དངོས་པོ་སྟོབས་ཞུགས་ཀྱི་རིགས་པས་གྲུབ་པའི་ཚུལ་ལེ་འུ་འདིར་རྒྱས་  
 པར་སྟོན་པ་ཡིན་ནོ།

མངོན་མཐོའི་བྱད་པར་འདོད་པའི་སྟུང་དང་། ཚངས་པ་ལ་སོགས་པ་  
 འགའ་ཞིག་ནི་ཤིན་ཏུ་སྒྲོག་ཏུ་གྱུར་པས་ལུང་ལ་བརྟེན་ནས་རྗེས་སུ་དཔོག་  
 པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། དེ་དག་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་གཏན་ཚིགས་ཡང་དག་ལེ་འུ་དང་  
 པོར་རྒྱས་པར་བསྟན་ནས་དེའི་རྒྱབ་རྟེན་གྱི་མངོན་སུམ་ཚད་མ་ནི་ལེ་འུ་  
 གསུམ་པར་སྟོན་རྟོ། །ཚད་མ་རྣམ་ངེས་ལྟར་ལེ་འུ་གསུམ་དུ་སྦྱད་ན། འདི་  
 མངོན་སུམ་གྱི་ལེ་འུར་འདུས་ཏེ། རྣལ་འབྱོར་མངོན་སུམ་རྒྱས་པར་སྟོན་པའི་  
 ཡན་ལག་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ།

གཉིས་པ་༼རྒྱས་པར་བཤད་པ་༽ལ་གཉིས།  
 སྤྱི་བ་སྤྱི་སྤྱི་ཡོད་པའི་སྐྱབ་བྱེད་དགོད་པ་དང་། མེད་པའི་སྐྱབ་བྱེད་  
 དགག་པའོ།

དང་པོ་༼ རྒྱེ་བ་སྤྱི་ཕྱི་ཡོད་པའི་སྤྱི་བ་བྱེད་དགོད་པ་ ༽ལ་གཉིས།  
རྟགས་དགོད་པ་དང་། དེ་ལ་གཞོད་པ་སྤང་བའོ།།

དང་པོ་༼ རྟགས་དགོད་པ་ ༽ནི།  
ཅ་བ། རྒྱེ་བ་ཡོངས་སུ་ལེན་པ་ན། །  
འབྱུང་རྒྱུ་དབང་པོ་སློང་དག་ནི། །  
རང་གི་རིགས་ལ་སྟོས་མེད་ཅན། །

ཐ་མལ་པ་སྤྱིས་མ་ཐག་གི་དབྱུགས་འབྱུང་རྒྱུ་དང་། དབང་པོ་དྲངས་  
པ་དང་། སློང་ཁྲུང་པར་གཡེར་བག་ལ་སོགས་པ་དག་ཆོས་ཅན། རྒྱེ་བ་  
ཡོངས་སུ་ལེན་པ་ན། རང་གི་རིགས་འདྲ་སྤྱི་མ་ལ་བསྟོས་པ་མེད་པ་ཅན་མ་  
ཡིན་ཏེ། དབྱུགས་འབྱུང་རྒྱུ་སོགས་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སློང་གཡེར་བག་  
སོགས་རང་རྒྱ་གོམས་པ་ལས་སྤྱིས་པར་རྗེས་སུ་འགོ་སྟོན་ངེས་པས་འབྱུག་  
ལ། དེ་ལྟ་མིན་ན་ཏ་ཅང་ཐལ་ནས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱན་མེད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ངེས་  
བྱེད་ཀྱི་ཚད་མ་མེད་པའི་ཕྱིར།

ཅ་བ། ལུས་ཉིད་འབའ་ཞིག་ལས་སྤྱི་མིན། །  
ཏ་ཅང་ཐལ་ཕྱིར་.....། །

ཡང་དེ་ཆོས་ཅན། འབྱུང་བའི་ལུས་ཉིད་འབའ་ཞིག་ལས་སྤྱི་བ་མིན་  
ཏེ། སློང་ལ་སོགས་པའི་རིགས་འདྲ་སྤྱི་མ་ལས་སྤྱིས་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟ་མིན་ན་  
ཏ་ཅང་ཐལ་ནས་འབྱུང་བ་ཀྱན་སྟོན་ཆགས་སུ་ཐལ། ཡིད་སློང་འབྱུང་བ་འབའ་

ཞིག་ལས་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར།

ཅ་བ། .....མཆམས་སྐྱོར་བར། །

རྒྱས་ལྡན་མཐོང་བ་གང་དེ་ལ། །

ཅི་ཞིག་ཡོད་འགྱུར་གང་མེད་པ། །

གང་གིས་ཕྱི་ནས་མཆམས་སྐྱོར་མེད། །

ཕྱི་ནས་ཐ་མལ་བ་འཆི་ཁའི་ཆེ་ཡང་རྒྱུའི་ཆེ་གང་མེད་པའི་རྒྱ་མཆན་གང་གིས་ཀྱང་དབང་སོགས་རིགས་འདྲ་ཕྱི་མ་མཆམས་སྐྱོར་བ་མེད་པ་མི་འཐད་དེ། དེའི་ཆེ་རང་གི་རིགས་འདྲའི་རྒྱ་ཆང་བ་གང་ཞིག་སྒར་རིགས་འདྲ་སྒར་མ་ལས་ཕྱི་མ་མཆམས་སྐྱོར་བར་རྒྱས་བ་དང་ལྡན་པར་མཐོང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ། རྒྱ་གཞན་ལྷག་པོ་ཅི་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་པར་གྱུར་པ་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར།

དོན་བསྐྱུས་ན། ཐ་མལ་བ་སྐྱེས་མ་ཐག་གི་རིག་པ་ཆོས་ཅན། རིག་པ་སྒར་མ་སྐྱོན་དུ་སོང་སྟེ། རིག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་འཆི་ཁའི་ཡིད་སློ་རྟོག་པ་ཆོས་ཅན། རིག་པ་ཕྱི་མ་མཆམས་སྐྱོར་ཏེ། ཆགས་ཅན་གྱི་རིག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

འགྱུར་བ་ཀྱན་སྟོག་ཆགས་སུ་མི་འགྱུར་ཏེ། རྟོ་ལ་སོགས་པ་དབང་པོ་དང་སྟོ་བསྐྱེད་པའི་རྒྱས་བ་མེད་པ་འགའ་ཞིག་སྟོག་ཆགས་སུ་མི་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།



ཅ་བ། གང་དུ་ཐོད་གཤེར་ལ་སོགས་པ། །

སྐྱེ་བོ་སྐྱེ་བར་མི་འགྱུར་བའི། །

ས་སོགས་ཆ་དེ་འགའ་ཡང་མེད། །

དེ་སྤྱིར་ཐམས་ཅད་ས་བོན་བདག །

འགྱུར་བ་ཐམས་ཅད་སློག་ཆགས་ཀྱི་ས་བོན་གྱི་བདག་ཉིད་ཅན་དུ་ཐལ།  
གང་དུ་ཐོད་གཤེར་ལས་སྐྱེས་པ་ལ་སོགས་པ་སྐྱེ་བོ་སྐྱེ་བར་མི་འགྱུར་བའི་  
ས་སོགས་འགྱུར་བའི་ཆ་དེ་འགའ་ཡང་མེད་པ་དེའི་སྤྱིར། སློག་ཆགས་ཀྱི་  
རྒྱ་བྱེད་པ་ཙམ་གྱིས་སློག་ཆགས་སུ་འགྱུར་ན་ཏེ་ཅང་ཐལ་བ་དེ་ཉིད་སོན་  
གནས་སོ།།

ཡང་ན། ཚུ་བྱི་མ་མེད་པ་བཙགས་ནས་བཞག་པའི་ནང་དུ་སློག་ཆགས་  
མགོ་དམར་ལ་ལྷས་སེར་བ་དང་། དེ་ལས་སློག་པའི་མི་འདྲ་བ་སྐྱེ་བ་མི་འཐད་  
པར་ཐལ། འགྱུར་བ་ཙམ་གྱི་རྒྱ་ལས་སྐྱེས་པའི་སྤྱིར། ཁོ་བོ་ཅག་གི་ལྷགས་  
ལ་མི་འཐད་པའི་སྐྱོན་མེད་དེ། སློག་ཆགས་ཐམས་ཅད་ལས་ཀྱི་ས་བོན་གྱི་  
བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར།

ཅ་བ། དེ་སྤྱིར་དབང་སོགས་རང་རིགས་ལ། །

སྟོས་པ་མེད་པར་འགྱུར་ཡིན་ན། །

རི་ལྷར་གཅིག་ནི་ཡོངས་འགྱུར་བཞིན། །

ཀུན་འགྱུར་ཁྱད་པར་མེད་པའི་སྤྱིར། །

དེས་ན་ངི་ལྟར་འབྱུང་བ་གཅིག་སྟོག་ཆགས་སུ་འབྱུར་བ་བཞིན་དུ་  
ཀུན་འབྱུར་བར་ཐལ། དབང་སོགས་རང་གི་རིགས་འདྲ་ལ་བསྟོས་པ་མེད་  
པར་འབྱུང་བ་ཅམ་ལས་འབྱུང་བ་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར། གྲུབ་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་  
འབྱུང་ན་སྟོག་ཆགས་སུ་སྐྱེ་མི་སྐྱེའི་རྒྱ་རྒྱུན་ཁྲད་པར་མེད་པའི་ཕྱིར།

## ཡིད་སློ་ཉླ་ག་པ།

འོ་ན་སྟོང་རང་ཡང་དབང་པོ་ལས་བརྒྱུད་ནས་ཡིད་སློ་ཉླ་ག་པ་སྐྱེ་བར་  
འདོད་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། སྐྱེར་པན་འདོགས་པ་ཅམ་ཡིན་ཡང་ལྟོག་བྱེད་  
ཀྱི་རྒྱ་ཁྲད་པར་ཅན་མ་ཡིན་ལ། ཡིད་སློ་ཉླ་ག་པ་དེ་ཉིད་ལོག་ན་དབང་པོ་ལྟོག་  
པའི་ཉེན་ཡིན་ཏེ།

ཅ་བ། དབང་རྣམས་རེ་རེ་ལ་གཞོད་ན། །

ཡིད་སློ་ལ་གཞོད་ཡོད་མ་ཡིན། །

འདི་འབྱུར་ན་ནི་དེ་དག་གྱང་། །

འབྱུར་བ་དག་ཏུ་མཐོང་བ་ཡིན། །

ཡིད་སློ་ཉླ་ག་པ་འདི་ཆོས་ཅན། བློ་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་རྣམས་  
སྟོང་གི་ཉེན་ཁྲད་པར་ཅན་མ་ཡིན་ཏེ་དེ་རྣམས་རེ་རེ་ལ་རབ་རིབ་སོགས་ཀྱི་  
གཞོད་པ་ཡོད་ན་ཡང་སྟོང་ལ་གཞོད་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྟོང་བློ་ག་

སོགས་དབང་པོའི་རྟེན་བྱ་དང་པར་ཅན་ཡིན་ཏེ། བྱོད་དེའི་དོན་གཞན་གྱི་རྟེན་  
གང་ཞིག་བྱོད་མུ་ངན་སོགས་ཀྱིས་འགྱུར་ན་དེ་དག་གྱང་འགྱུར་བ་དག་ཏུ་  
མཐོང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འོ་ན་ཡིད་སློའི་རྟེན་གང་ཡིན་ཞེ་ན། ད་ལྟར་རྣམ་  
སྟོན་གྱིས་བསྟུས་པའི་ཡིད་སློའི་རྟེན་གང་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་དག་པར་ཅན་པའི་སྟོན་མེད་  
དེ།

ཅ་བ། དེ་ཕྱིར་སློ་གནས་པ་ཡི་རྟེན། །

སློ་ཉིད་ལ་ནི་བརྟེན་པ་འགའ། །

དབང་པོ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པས། །

དེ་ཕྱིར་སློ་ལས་དབང་པོ་ཡིན། །

དེ་འདྲའི་འཕེན་བྱེད་ཡོད་ཀྱང་ན། །

ཕྱིས་གྱང་དེ་འདྲར་འགྱུར་བ་ཡིན། །

རིགས་མ་ཐུན་སློ་སྤྲ་མ་ཉིད་ལ་བརྟེན་པའི་སྟོན་གྱི་སེམས་པའི་ལས་  
འགའ་ཞིག་ད་ལྟར་རྣམ་སྟོན་གྱི་ཡིད་སློའི་གནས་པའི་རྟེན་ཡིན་པ་དེའི་  
ཕྱིར། ཡིད་སློའི་རྟེན་གང་ལས་དབང་པོ་འབྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། ལུས་ལ་སྤྱིད་པ་དང་  
བཅས་པའི་སེམས་པ་སྤྲ་མ་འགའ་ཞིག་མིག་སོགས་དབང་པོ་རྣམས་ཀྱི་  
འཕེན་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར། ཕྱིས་ཐ་མལ་པ་འཆི་ཁའི་དབང་སོགས་  
གྱང་སྤྲ་མ་དེ་དང་འདྲ་བར་རིགས་འདྲ་ཕྱི་མ་མཆོམས་སྟོར་བར་འགྱུར་བ་  
ཡིན་ཏེ། རིགས་འདྲ་དེ་འདྲའི་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཡོད་པར་གྱུར་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ ཉ་དེ་ལ་གཞོན་པ་སྤང་བ་ ་ལ་གཉིས།  
ལུང་འགལ་སྤང་བ་དང་། རིགས་པ་དང་འགལ་བ་སྤང་བའོ།

དང་པོ་ལུང་འགལ་སྤང་བ་ནི།  
འོ་ན་སྟོན་པས་ལུས་དང་སེམས་ཉིད་པན་ཚུན་རྗེས་སུ་བྱེད་པ་ཅན་ནོ་  
ཞེས་ཡིད་ལུས་ལ་བརྟེན་པར་བཤད་པ་དང་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། སྟོན་མེད་དེ།

ཅ་བ། དེ་ཡི་ཤེས་པས་པན་འདོགས་ཕྱིར། །

ཡིད་ནི་ལུས་ལ་བརྟེན་པར་བཤད། །

ལུང་ལས་ཡིད་ལུས་ལ་བརྟེན་པར་བཤད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། ལུས་  
དེ་ཡི་རྣམ་པར་ཤེས་པས་ཡིད་ལ་པན་འདོགས་པ་ལ་དགོངས་ནས་གསུངས་  
པ་ཡིན་གྱི། དངོས་ཀྱི་རྟེན་ཁུད་པར་ཅན་ལ་དགོངས་པ་མིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་རིགས་པ་དང་འགལ་བ་སྤང་བ་ནི།

ཅ་བ། གལ་ཏེ་དབང་པོ་མེད་པར་སྟོ། །

མ་ཡིན་.....། །

གལ་ཏེ་དབང་པོ་མེད་པར་ཡིད་སྟོ་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་པས་ལུས་ལ་  
བརྟེན་ནོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། .....དེ་ཡང་དེ་མེད་པར། །

དེ་ལྟ་འང་པན་ཚུན་རྒྱ་ཉིད་པས། །

དེ་སྒྲིབ་པན་ཚུན་རྒྱ་ཅན་ཡིན། །

དབང་པོ་དེ་ཡང་ཡིད་སློལ་བརྟེན་པར་ཐལ། དེ་མེད་པར་དབང་པོ་མི་  
འབྱུང་བའི་སྒྲིབ། འདོད་པ་དེ་ལྟ་ནའང་། རྒྱན་ལ་བསྟོས་ནས་པན་ཚུན་རྒྱ་ཉིད་  
དུ་འབྱུང་བར་ཐལ། པན་ཚུན་པན་འདོགས་པའི་སྒྲིབ། འདོད་ན། པན་ཚུན་  
རྒྱན་ལ་བསྟོས་ནས་རྒྱ་ཅན་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པ་དེའི་སྒྲིབ། གཞན་ཡང་  
ལུས་ལ་བརྟེན་ན། ལུས་རྟག་པའམ་མི་རྟག་པ་ལ་བརྟེན་དང་པོ་མི་འཐད་དེ།

ཅ་བ། རིམ་ཅན་མིན་ལས་རིམ་ཅན་མིན། །

བྱད་པར་ཅན་མིན་བསྟོས་པའང་མེད། །

ལུས་ཆོས་ཅན། བྱོད་ལས་ཡིད་སློལ་རིམ་ཅན་དུ་འབྱུང་བ་མིན་པར་ཐལ།  
བྱོད་རིམ་ཅན་མིན་པའི་རྟག་པ་ཡིན་པའི་སྒྲིབ། རྒྱན་ལ་བསྟོས་ནས་རིམ་ཅན་  
དུ་བསྐྱེད་པའང་མེད་དེ། རྒྱན་གྱིས་བྱད་པར་དུ་བྱས་པ་ཅན་མིན་པའི་སྒྲིབ།

ཅ་བ། ལུས་ལས་རིམ་གྱིས་སློལ་བྱུང་ན། །

ཡིད་སློལ་སྤྲ་མ་རིམ་ཅན་དང་ཆོགས་པའི་ལུས་ལས་རིམ་གྱིས་ཡིད་སློལ་  
སྤྲ་མ་འབྱུང་བར་འབྱུང་གི་ལུས་གཅིག་པོ་ལས་སྤྲེ་བ་མིན་ནོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། དེའི་ཡང་རིམ་པ་གསལ་བར་བྱེད། །

ལུས་དེའི་ཡང་སྤྲ་སྤྲེ་རིམ་པ་ཡོད་པ་གསལ་བར་གོ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་  
པར་ཐལ། ཡིད་སློལ་སྤྲ་མ་ལ་བསྟོས་ནས་ལུས་གྱིས་ཡིད་སློལ་སྤྲེ་མ་རིམ་གྱིས་  
བསྐྱེད་པ་གོ་བར་བྱས་པའི་སྒྲིབ། འདོད་ན།

ཅ་བ། སྐད་ཅིག་སྒྲ་མ་སྒྲ་མ་ནི། །

སྐད་ཅིག་རེ་རེ་སྒྲོན་མེད་དེ། །

རྒྱ་ཡིན་དེ་ཡི་སྤྱིར་ན་རྒྱ། །

ཐམས་ཅད་ཆེ་ན་མཐོང་བ་ཉིད། །

ཡིད་སློའི་སྟན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུ་ལུས་སྐད་ཅིག་སྒྲ་མ་སྒྲ་མ་ནི་སྒྲོན་མེད་  
པའི་ལུས་སེམས་སྐད་ཅིག་སྤྱི་མ་རེ་རེ་བ་དེའི་རྒྱ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པ་དེ་  
དང་ཅོད་པ་དེའི་སྤྱིར། འདོད་ན། འཆི་ཁ་དང་སྤྱིས་མ་ཐག་ཐམས་ཅད་གྱི་ཆེ་  
ན། ལུས་སེམས་པན་ཚུན་རྒྱར་མཐོང་བ་ཉིད་དུ་ཐལ། འདོད་པ་དེའི་སྤྱིར།

གཉིས་པ་ ༼ སྤྱི་བ་སྒྲ་སྤྱི་མེད་པའི་སྤྱི་བ་བྱེད་དགག་པ་ ༽ ལ་གསུམ།  
མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པ་དང་། རོན་བསྟུ་བའོ།

དང་པོ་ ༼ མདོར་བསྟན་པ་ ༽ ལ་གཉིས།  
རྟགས་མ་ངེས་པ་དང་། དཔེ་མ་གྲུབ་པའོ།

དང་པོ་ ༼ རྟགས་མ་ངེས་པ་ ༽ རྟོ།  
གང་འཆི་སེམས་ཡིན་པ་དེ་ནི་རིགས་འདྲ་སྤྱི་མ་མཆོམས་མི་སྦྱོར་  
བས་བྲལ་སྟེ། དཔེར་ན། ཆགས་བྲལ་འཆི་ཁའི་རིག་པ་བཞིན། ཐ་མལ་པའི་  
འཆི་ཁའི་སེམས་ཀྱང་འཆི་སེམས་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་རྟགས་ལས་སྤྱི་བ་སྒྲ་  
སྤྱི་མེད་པར་གྲུབ་ལ། འོན་ཏེ་ལོག་པས་གནོད་པའི་སྤྱིར་འདི་གཏན་ཆོགས་མ་  
ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། ལོག་པ་ལ་ཡང་འདིས་གནོད་པའི་སྤྱིར་གཏན་ཆོགས་མ་ཡིན་



པར་མཚུངས་སོ། །ཞེས་ཟེར་རྟོ། །དེ་འདྲའི་རྟགས་དེ་འགལ་བྱའ་དམིགས་  
པའི་རྟགས་ཡང་དག་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ཅུ་བ། ཐ་མའི་སེམས་ནི་སེམས་གཞན་དང་། །

མཚམས་སྒྲོར་བ་ལ་འགའ་ཅི་ཡོད། །

ཐ་མ་འཆི་ཁའི་སེམས་ནི། རིགས་འདྲའི་སེམས་གཞན་མཚམས་སྒྲོར་  
བ་དང་འགལ་བ་ཅི་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་བྱེད།

གཉིས་པ་ ༼ དཔེ་མ་གྲུབ་པ་ ༽ ལ་གཉིས།  
དཔེ་སྒྲུབ་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མ་མེད་པ་དང་། ཚད་མ་ཡོད་པར་རྟོག་པ་དགག་  
པའོ།

དང་པོ་ ༼ དཔེ་སྒྲུབ་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མ་མེད་པ་ ༽ བྱེད།

ཅུ་བ། དག་བཅོམ་སེམས་གང་ཡིན་དེ་ཡང་། །

གང་ལས་མཚམས་སྒྲོར་མེད་པར་འདོད། །

དག་བཅོམ་ཐ་མའི་སེམས་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་ཆོས་ཅན། ཐ་མལ་པའི་  
འཆི་སེམས་རིགས་འདྲ་བྱེད་མ་མཚམས་སྒྲོར་བ་མེད་པར་སྒྲུབ་པའི་རྟགས་  
ཆོས་གཉིས་ལྡན་ཀྱི་མ་ཐུན་དཔེ་ཡང་དག་ཏུ་འདོད་མི་རིགས་པར་ཐལ། དེ་  
ཚད་མ་གང་ལས་ཀྱང་མ་གྲུབ་པའི་བྱེད། རྟགས་མ་གྲུབ་ན། དེ་འགོག་པ་ལ་  
བརྩོན་པ་འགལ་ལོ།

འོ་ན་རང་ལུགས་ལ་དག་བཅོམ་པ་ཐ་མའི་སེམས་ཁས་ལེན་ནམ་མི་  
ལེན། དང་པོ་ལྟར་ན། ཐ་མལ་བ་འཆི་ཁའི་སེམས་ཚོས་ཅན། རིག་པ་སྤྱི་མ་  
མཚམས་སྒྲོར་ཏེ། རིག་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཅས་པའི་རྟགས་མ་ངེས་པར་  
འགྱུར་ལ། སྤྱི་མ་མི་རིགས་ཏེ། ཚད་མ་རྣམ་པར་ངེས་པར་གསལ་བར་  
གསུངས་པ་དང་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། སྒྲོན་མེད་དེ། རང་ལུགས་ལ་དག་བཅོམ་  
པ་ཐ་མའི་སེམས་ཁས་མི་ལེན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སློབ་དཔོན་ལྟ་དབང་སློ་དང་།  
ཉི་མ་སྤྲས་པས། སངས་རྒྱས་པའི་ལུང་ཚད་མ་ཡིན་ན། ཐ་མལ་བའི་འཆི་  
སེམས་རིགས་འདྲ་སྤྱི་མ་མཚམས་སྒྲོར་བར་ཁས་ལེན་དགོས་ལ། ལུང་དེ་  
ཚད་མ་མིན་ན། དག་བཅོམ་ཐ་མའི་སེམས་ཀྱང་མ་གྲུབ་པས་དེ་མ་ཐུན་དཔེར་  
མི་རུང་། དག་བཅོམ་ཐ་མའི་སེམས་རང་ལུགས་ལ་ཁས་མི་ལེན་པ་ཡང་མ་  
ཡིན་ཏེ། རྣམ་ངེས་ལས། དོན་བྱེད་རྒྱས་སྟོང་དངོས་མེད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དུ་  
བཞག་པ་ལ། དག་བཅོམ་ཐ་མའི་སེམས་ཀྱིས་མ་ངེས་པ་བརྗོད་པ་ན། སེམས་  
ཅན་དུ་བགྱང་བའི་སྐད་ཅིག་གཞན་གྱི་ཉིད་ལེན་མི་བྱེད་པས་ཐ་མ་ཞེས་བྱའི།  
འབྲས་བུ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཀྱན་མཁྱེན་ཡེ་ཤེས་སོགས་ལ་  
ཕན་འདོགས་པར་བཤད་པའི་སྤྱིར་རོ། །སེམས་ཅན་དུ་བགྱང་བའི་སེམས་ཀྱི་  
ཉིད་ལེན་མི་བྱེད་པས་རིགས་འདྲ་སྤྱི་མ་མཚམས་མི་སྒྲོར་བར་བཞེད་པར་  
གསལ་ལོ།

སློབ་དཔོན་རྒྱན་མཁན་པོས། རེད་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་ལས་ནི། དག་བཅོམ་  
ཐ་མའི་སེམས་འབའ་ཞིག་མཚམས་སྒྲོར་བ་དང་འགལ་བར་སྒྲོན་གྱི། འཆི་

སེམས་ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཤད་དོ། །ཉི་མ་སྤྲས་པས་མར་མེ་ཤི་  
བ་བཞིན་དུ་བེམ་རིག་རྒྱན་ཆད་པར་བཤད་པ་སྤྱི་རོལ་དོན་ཁས་ལེན་པའི་  
དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཁས་མི་ལེན་ན་ཉོན་མོངས་དག་པའི་སེམས་  
འབར་ཞིག་རིགས་འདྲ་མཆམས་སྒྲུར་རོ། །ཞེས་ཟེར་རྟོ། །འདི་ཐམས་ཅད་  
ཀྱང་མཐར་ཐུག་ཐེག་པ་གསུམ་དུ་བཞེད་པའི་ལུགས་ཡིན་གྱི། གཞུང་འདི་  
དག་གིས་མཐར་ཐུག་ཐེག་པ་གཅིག་ཏུ་ངེས་པར་བསྟན་པར་འདོད་ན། བྱའ་  
མཐའི་རྣམ་གཞག་མ་ཆགས་པའི་གཏམ་མོ།།

འོ་ན་སྤྱི་བ་སྤྱི་མ་སྤྱུབ་པའི་རྟགས་མ་ངེས་པ་རྩི་ལྟར་སྤོང་ཞེ་ན། དེ་ཁོ་  
ན་ཉིད་བསྐྱས་པའི་འགྲེལ་པར། སྤོབ་དཔོན་ཀླ་མ་ལ་ཤི་ལས། གང་འདོད་  
ཆགས་དང་བཅས་པའི་སེམས་ཡིན་པ་དེ་ནི། རང་གིས་ཉེ་བར་སྦྱང་བར་  
བྱ་བའི་སེམས་གཞན་བསྐྱེད་པར་བྱས་པ་ཡིན་ཏེ། ཆགས་པ་དང་བཅས་  
པའི་སྤྱར་གྱི་གནས་སྐབས་ཀྱི་སེམས་བཞིན། ཐ་མལ་པ་འཆི་ཁའི་སེམས་  
ཀྱང་འདོད་ཆགས་དང་བཅས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རང་བཞིན་གྱི་གཏན་  
ཆེགས་མོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།།

གཉིས་པ་ ༼ ཚད་མ་ཡོད་པར་རྟོག་པ་དགག་པ་ ༽ ལ་གཉིས།  
ལྷང་གི་སྤྱུབ་བྱེད་མི་འཐད། རིགས་པའི་སྤྱུབ་བྱེད་མི་འཐད་པའོ།།

དང་པོ་ ༼ ལྷང་གི་སྤྱུབ་བྱེད་མི་འཐད་པ་ ༽ ནི།  
ཉེས་བྲལ་འཆི་ཁའི་རིག་པ་བྱེད་ཀྱི་ལྷང་ལས་བཤད་པས་ངེས་བྱའ་བོ་  
ཞེ་ན།

ཅ་བ། ཚད་མས་མ་གྲུབ་དོན་ཅན་གྱི། །

གྲུབ་མཐའི་རྗེས་སྤྱོད་འབྲང་ངམ་ཅི། །

སངས་རྒྱས་པའི་གྲུབ་མཐའི་རྗེས་སྤྱོད་འབྲང་ངམ་ཅི་སྟེ་དེ་སྐབས་བྱེད་དུ་  
མི་རུང་བར་ཐལ། གྲུབ་མཐའ་དེ་ཚད་མས་མ་གྲུབ་པའི་དོན་ཅན་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར་ཏེ། སངས་རྒྱས་པའི་ལུང་དོན་འགོག་པར་འདོད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་༼ རིགས་པའི་སྐབས་བྱེད་མི་འཐད་པ་ ༽ལ་གསུམ།

རྟགས་ལ་དགག་པ་དང་། ཅོད་པ་སྤང་བ། འབྲས་བུ་ལྗོག་པའི་རྒྱ་ཁྱད་  
པར་ཅན་ངོས་གཟུང་བའོ།

དང་པོ་༼ རྟགས་ལ་དགག་པ་ ༽ནི།

ཅ་བ། གལ་ཏེ་དེ་རྒྱ་བྲལ་ཕྱིར་ན། །

དག་བཅོམ་འཆི་ཁའི་སེམས་ཆོས་ཅན། རིགས་འབྲེལ་མཆོམས་མི་སྒྲོར་  
ཏེ། དེའི་རྒྱ་དབྱགས་འབྲུང་རྒྱབ་དང་དབང་པོ་སོགས་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་ཅེ་  
ན།

ཅ་བ། དེ་ཉིད་འདིར་ནི་ཅིས་མ་བརྗོད། །

དེ་ཉིད་ཐ་མལ་པའི་འཆི་སེམས་མཆོམས་སྒྲོར་བ་མེད་པར་བསྐྱབ་པ་  
འདིར་ནི་སྐབས་བྱེད་དུ་ཅིས་མ་བརྗོད་དེ་བརྗོད་རིགས་པར་ཐལ། འདི་དང་  
སྤྱིར་གྱི་རྟགས་གང་རུང་གཅིག་བརྗོད་འདོད་ནས། སྤྱིར་གྱི་དེ་མ་ངེས་པའི་

ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་མ་གྱུ་བ་པར་སྟོན་པ་ནི། མིག་སོགས་དབང་པོ་ཡིད་སྟོ་  
རྟོག་པ་སྟོག་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཁྱད་པར་ཅན་ཡིན་ན། ཉེར་ལེན་དང་བདག་སྟེན་གང་  
རུང་ལས་མ་འདས་པས་སྒྲ་མ་འོག་ཏུ་འགོག་ཅིང་། བདག་སྟེན་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། དེ་སྟོ་བཞིན་དུ་འཇིན་འགྱུར་ཕྱིར། །

དབང་པོ་བཅས་ལས་ཡིད་ཤེས་མིན། །

ཤེས་སྦྱེད་རྒྱས་པ་ཐ་དད་ཕྱིར། །

ཀྱན་ལས་ཀྱང་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

དབང་པོ་དང་བཅས་པའི་ལུས་ཀྱི་བདག་སྟེན་ལས་ཡིད་ཤེས་རྟོག་པ་  
སྦྱེ་བ་མིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟ་ན། གཟུགས་དེ་འཇིན་པའི་མིག་སྟོ་བཞིན་དུ་  
གཟུགས་གསལ་བར་འཇིན་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། དབང་པོ་ཀྱན་ཆོགས་  
པའི་བདག་སྟེན་ལས་ཀྱང་ངེས་པར་སྦྱེ་དགོས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དབང་པོ་རྣམས་  
ཡུལ་སོ་སོ་འཇིན་པའི་ཤེས་པ་བསྦྱེད་པའི་བདག་སྟེན་གྱི་རྒྱས་པ་ཐ་དད་  
པའི་ཕྱིར། ཀྱང་གི་སྒྲས་ཆོས་སྒྲ་མ་ལ། ཉུགས་ནི། དབང་པོ་གཅིག་མ་ཆང་ན་  
ཡང་འདི་མི་སྦྱེ་བར་ཐལ་བའི་ཕྱིར། ཡིད་ཤེས་རྟོག་པས་ཡུལ་དུག་ཀ་གསལ་  
བར་འཇིན་ན། དེ་དབང་པོ་གཅིག་གིས་ཀྱང་བསྦྱེད་པས་དབང་པོ་གཞན་དོན་  
མེད་པར་འགྱུར་རོ།

ཅ་བ། སེམས་མེད་ཉིད་ཕྱིར་གཞན་ལས་མིན། །

ཤི་བའི་ལུས་གཞན་ལས་ཀྱང་ཡིད་སྟོ་བདག་སྟེན་གྱི་སྟོ་ནས་སྦྱེ་བ་

མིན་ཏེ།

དེ་ལ་ཉེར་ལེན་སེམས་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ།།

གཉིས་པ་༼ ཚད་པ་སྤང་བ་ ༽ནི།

འོན་ལྟར་ཅིག་གནས་པ་ཅི་ཡིན་ཞེ་ན།

ཅ་བ། རྒྱ་གཅིག་ཕྱིར་ན་ལྟར་ཅིག་གནས། །

དབང་གཞན་གཟུགས་དང་རོ་བཞིན་ནོ། །

ཚིགས་པ་གཅིག་པའི་དབང་ཡིད་རྣམ་སྤྲོད་ཀྱིས་བསྐྱུས་པ་རྣམས་ལྟར་  
ཅིག་གནས་སུ་བྱང་སྟེ། སྒོན་གྱི་ལས་ཀྱི་རྒྱ་གཅིག་ལས་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར།  
དཔེར་ན། དབང་པོ་ལྷ་བཞིན་དང་། ཉེན་དང་བཉེན་པ་མེད་ཀྱང་ལྟར་ཅིག་  
གནས་པའི་གཟུགས་དང་རོ་བཞིན་ནོ། །དུག་ལ་སོགས་པས་ཡིད་སྒྲོང་སྒྲོང་  
པོར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། ལུས་བདག་རྒྱུན་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། དོན་གྱི་སྒྲོན་ས་འགྱུར་བ་ཡིན། །

བདག་རྒྱུན་གྱི་སྒྲོན་ས་ཡིད་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ཏེ། དོན་དེ་དག་དམིགས་  
ཡུལ་དུ་བྱས་པ་ཙམ་གྱི་སྒྲོན་ས་ཡིད་སྒྲོང་འགྱུར་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་༼ འབྲས་བུ་ལྗོག་པའི་རྒྱ་བྱང་པར་ཅན་ངོས་གཟུང་བ་ ༽ནི།

ལྗོག་བྱེད་གྱི་རྒྱ་བྱང་པར་ཅན་གང་ཡིན་ཞེ་ན། མར་མེད་འོད་ཚལ་ཅན།  
མར་མེ་དེ་ཁྲོད་ཀྱི་ལྗོག་བྱེད་གྱི་རྒྱ་བྱང་པར་ཅན་ཡིན་ཏེ།



ཅ་བ། ཏྲ་ཏུ་དེ་ཡི་རྗེས་འཇུག་གིས། །  
གང་ཞིག་ཡོད་པས་པན་འདོགས་བྱེད། །  
དེ་རྒྱ་དེ་སྤྱིར་བདུན་པ་དང་། །  
སྦྱེས་སྤྱིར་ཞེས་ནི་བཤད་པ་ཡིན། །

མར་མེ་གང་ཞིག་སྤོད་ཀྱི་སྤྱ་ལོགས་སུ་ཡོད་པ་ཅ་མ་གྱིས་སྤོད་ལ་  
དངོས་སུ་པན་འདོགས་པར་བྱེད་པའི་སྤྱིར། དེར་ཐལ། ཏྲ་ཏུ་སྤོད་མར་མེ་  
དེ་ཡི་དངོས་ཀྱི་ཉིར་ལེན་གྱི་རྗེས་སུ་འཇུག་པའི་སྤྱིར། དེས་ན་མདོ་ལས།  
འདི་ཡོད་ན་འདི་འབྱུང་ཞེས་པའི་རྒྱ་མཆན་གྱི་བདུན་པ་དང་། འདི་སྦྱེས་  
པའི་སྤྱིར། འདི་སྦྱེ་ཞེས་སྤྱ་པ་འབྱུང་ཁུངས་ཀྱི་སྦྱ་བཤད་པའི་རྒྱ་མཆན་ཡོད་  
པ་ཡིན་ཏེ། སྤོག་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་བྱེད་པར་ཅན་ལ་དེ་འདྲ་ཅིག་དགོས་སོ་ཞེས་  
ཞེས་པའི་སྤྱིར་ཏུ་བཤད་པ་དེའི་སྤྱིར། དེས་ན་ཆགས་ཅན་གྱི་རིག་པ་ཡིན་  
ན། རིགས་འདྲ་སྤྱི་མ་འབྱུང་ངེས་ཡིན་པས་བྱུང་བས། དེ་ཐ་མལ་པའི་འཆི་  
སེམས་དང་སྦྱར་ནས་བསྒྲུབ་པ་ན། སྦྱེ་བ་སྤྱི་མ་ཡོད་ངེས་སུ་འབྱུང་བས་  
འབྱུང་རུང་ཅ་མ་དཔགས་པས་སྦྱེ་བ་སྤྱི་མ་ཡོད་ངེས་སུ་མི་འབྱུང་པའི་ཚུད་པ་  
དེ་མི་འཇུག་གོ།

ཅ་བ། འགའ་ཞིག་ཆེན་སེམས་རྒྱན་ལ། །  
པན་འདོགས་བྱེད་པའང་ཡིན་སྟེ། །  
བྱམ་སོགས་ལ་ནི་མེ་སོགས་བཞིན། །

## དེ་ཙམ་གྱིས་ནི་ལྟོག་པ་མིན། །

དུས་འགའ་ཞིག་གི་ཆེ་ན། ལུས་དེ་སེམས་རྒྱན་ལ་ཕན་འདོགས་པར་  
བྱེད་པའང་ཡིན་པ་སྣ་ཉྱེ། དེ་ཙམ་གྱིས་ལུས་ལོག་སྟོབས་གྱིས་སེམས་ལྟོག་  
པ་མིན་པར་ཐལ། རྩས་ཐ་དད་ལྟོག་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་བྱེད་པར་ཅན་མིན་པའི་ཕྱིར།  
དཔེར་ན། རྩའི་བྱམ་པ་སོགས་ལ་མེ་ལ་སོགས་པས་གནས་སྐབས་ཕན་  
འདོགས་པ་བཞིན་ནོ།

## གཉིས་པ་རྒྱས་བཤད་ལ་གཉིས།

ལུས་སྒྲོའི་རྟེན་བྱེད་པར་ཅན་ཡིན་པ་དགག་པ་དང་། བཀག་པ་ལ་  
གཞོད་པ་སྤང་བའོ།

དང་པོ་༽ ལུས་སྒྲོའི་རྟེན་བྱེད་པར་ཅན་ཡིན་པ་དགག་པ་ ༽ལ་གཉིས།  
ལུས་གྱིས་ཡིད་སྒྲོའི་ རྟེན་གྱི་བྱ་བ་བྱེད་ཚུལ་ལ་བརྟགས་ལ་དགག་པ་  
དང་། རྟེན་བྱེད་པའི་ལུས་གྱི་ངོ་བོའི་རྣམ་པ་ལ་བརྟགས་ལ་དགག་པའོ།

དང་པོ་༽ ལུས་གྱིས་ཡིད་སྒྲོའི་རྟེན་གྱི་བྱ་བ་བྱེད་ཚུལ་ལ་བརྟགས་ལ་དགག་པ་ ༽ལ་གཉིས།  
ཉེར་ལེན་བྱེད་པ་དགག་པ་དང་། ལྟན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུན་བྱེད་པར་ཅན་  
ཡིན་པ་དགག་པའོ།

དང་པོ་༽ ཉེར་ལེན་བྱེད་པ་དགག་པ་ ༽ལ་གཉིས།  
སྒྲ་ཕྱི་ལ་བརྟགས་ལ་དགག་པ་དང་། དུས་མཉམ་ལ་བརྟགས་ལ་དགག་  
པའོ།

དང་པོ་༽ ལྷ་ཕྱི་ལ་བརྟགས་ལ་དགག་པ་ ༽ལ་གསུམ།  
ཐལ་བ་དགོད་པ་དང་། དེའི་ལན་དགག་པ་དང་། ཉེར་ལེན་གྱི་མཆན་  
ཉིད་བཤད་པའོ།།

དང་པོ་༽ ཐལ་བ་དགོད་པ་ ༽ནི།  
ཅ་བ། ལུས་ནི་གནས་པ་ཉིད་ན་སེམས། །  
ལྷོག་པ་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར། །

ཞི་བའི་ལུས་ཆོས་ཅན། བྱོད་ལ་སེམས་ལྷོག་པ་མེད་པར་ཐལ། བྱོད་  
ལ་དེའི་ཉེར་ལེན་ལུས་ཆང་བར་གནས་པ་ཉིད་གྱི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་༽ དེའི་ལན་དགག་པ་ ༽ལ་གཉིས།  
མ་ཐུན་རྒྱུན་མ་ཆང་བའི་ལན་དགག་པ་དང་། འགལ་རྒྱུན་གྱིས་བཙུམ་  
པའི་ལན་དགག་པའོ།།

དང་པོ་༽ མ་ཐུན་རྒྱུན་མ་ཆང་བའི་ལན་དགག་པ་ ༽ནི།  
ཉེར་ལེན་ལུས་ཡོད་ཀྱང་རྒྱུན་དབུགས་མེད་པས་ལྷོག་པ་མེད་པར་མི་  
འགྱུར་ཏེ། རྒྱལ་བ་བཞིན་ལོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། དེ་ཡོད་ཡོད་དང་དབང་གྱུར་ཕྱིར། །  
དེ་ལས་འགྱུར་རྒྱུ་དེ་མ་ཡིན། །  
རྒྱང་འབྱེན་པ་དང་འཕྲེན་པ་ནི། །

འབད་ཚེ་ལ་མེད་པར་གང་ལས་ཡིན། །

ཡིད་སློ་རྟོག་པ་དེ་ལས་དབྱུགས་འབྱུང་རྒྱུ་ལྟར་ལྟར་གི་དེ་ཡིད་སློ་རྟོག་  
པའི་བདག་རྒྱུན་བྱུང་པར་ཅན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཡིད་སློ་རྟོག་པ་དེ་ཡོད་པའི་  
སྟོབས་ཀྱིས་དབྱུགས་དེ་ཡོད་པ་དང་། དེ་དག་ཞན་དུ་རྒྱ་བ་ཚེ་ལ་བའི་གཞན་  
དབང་དུ་འགྱུར་བའི་སྒྲིབ། དེར་ཐལ། སྐྱེས་བུའི་སྦྱང་སྒྲིབ་འབྱེན་པ་དང་།  
ནང་དུ་འཕྲེན་པ་ནི་འབད་ཚེ་ལ་སྟོན་དུ་སོང་བ་ལས་འབྱུང་གི། དེ་མེད་པར་རྒྱ་  
གང་ལས་ཀྱང་དེ་འབྱུང་བ་ཡིན་པ་མི་འཐད་པའི་སྒྲིབ།

འོ་ན་གཉིད་མཐུག་གི་དུས་ན་འབྱུང་རྒྱུ་མེད་པར་ཐལ། ཡིད་སློའི་  
ཚེ་ལ་བ་མེད་པའི་སྒྲིབ་ཞེ་ན། ཉེས་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་དེ། ད་ལྟའི་གཉིད་  
མཐུག་གི་དབྱུགས་འབྱུང་རྒྱུ་ལྟར་ཀྱང་ལས་ཀྱི་མིང་ཅན་གྱི་སྟོན་གྱི་སེམས་  
པའི་ཡིད་རྟོག་གིས་འཕངས་པས་བྱུང་པས། དུ་བ་ཡིན་ན་བྱུང་ཤིང་སྟོན་དུ་  
སོང་བས་བྱུང་ན། དུ་བ་ཡོད་པའི་དུས་དེ་ན་བྱུང་ཤིང་ཡོད་པས་བྱུང་ག་ལ་  
དགོས།

ཅ་བ། དེ་དག་ཕུལ་བྱུང་འགྲིབ་པ་ལས། །

ཕུལ་བྱུང་འགྲིབ་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར། །

དེ་དག་ལ་ཡང་ཐལ་བ་མཚུངས། །

དབྱུགས་དེ་དག་ཕུལ་དུ་བྱུང་བ་དང་འགྲིབ་པ་ལས་ཡིད་སློ་ཕུལ་དུ་  
བྱུང་བ་དང་འགྲིབ་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་བར་ཐལ། དེ་དག་དེའི་བདག་རྒྱུན་

བྱད་པར་ཅན་ཡིན་པའི་བྱིར། དབུགས་དེ་དག་གི་བའི་ལུས་ལ་ཡང་ལྡོག་པ་  
མེད་པར་ཐལ་བ་མཚུངས་ཏེ། དེའི་ཉར་ལེན་ལུས་ཆང་བར་གནས་པའི་བྱིར།  
དེས་ན་རྒྱུན་ཡང་ཆང་བས་ཡིད་སློ་མི་ལྡོག་པར་ཐལ་བ་སོ་ན་གནས་སོ།།

འོ་ན་བྱིད་རང་ལ་ཡང་གི་བའི་ལུས་ལ་སེམས་ལྡོག་པ་མེད་པར་ཐལ།  
ཉར་ལེན་སེམས་ཡོད་པ་དེའི་བྱིར་ཞེ་ན།

ཅ་བ། སེམས་རྒྱ་ཡིན་ན་མཚུངས་མ་ཡིན། །

གནས་པའི་འཕེན་བྱེད་གཞན་དག་ཀྱང་། །

གང་བྱིར་རྒྱ་ནི་ཡིན་པར་འདོད། །

སེམས་དེ་སེམས་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་ན་གི་བའི་ལུས་ལ་མི་ལྡོག་པའི་ཐལ་བ་  
མཚུངས་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གང་གི་བྱིར་ན། ལུས་སེམས་ལྟན་ཅིག་ཏུ་  
གནས་པའི་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་ལས་གཞན་དག་ཀྱང་དེ་གཉིས་ལྟན་ཅིག་གནས་  
པའི་རྒྱ་ཡིན་པར་འདོད་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་ ༼ ལག་ལ་རྒྱུན་གྱིས་བཙོམ་པའི་ལན་དགག་པ་ ༽ ལ་གཉིས།  
ཐལ་བ་དགོད་པ་དང་། དེའི་ལན་དགག་པའོ།།

དང་པོ་ ༼ ཐལ་བ་དགོད་པ་ ༽ བློ།

ཅ་བ། གལ་ཏེ་སྤྲོད་པོ་ལ་སོགས་བཞིན། །

ཉེས་པས་མི་མཐུན་ལུས་རྒྱ་མིན། །

གལ་ཏེ་སྒྲགས་ཀྱིས་བཏབ་པའི་སྡོང་བུ་ལ་སོགས་ལ་མེ་མི་འབར་བ་  
བཞིན་དུ་ཉེས་པ་རྒྱང་མཁྲིས་ལ་སོགས་པས་སེམས་གནས་པ་དང་། མི་  
མཐུན་པར་བྱས་པའི་ཞི་བའི་ལུས་སེམས་ཀྱི་རྒྱ་མིན་པས་ཐལ་བ་དེ་དག་མི་  
འཇུག་སྟེ། འགལ་རྒྱུན་གྱིས་བཅོམ་པས་འབྲས་བུ་མི་སྦྱེད་པ་བྲིད་རང་ཡང་  
འདོད་པས་སོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། ཞི་བས་ཉེས་པ་ཉམས་གྲུར་ཆོ།

སྤྲ་ཡང་འཆོ་བ་དག་ཏུ་འགྱུར།

ཞི་བའི་ཆེ་ལུས་ལ་སྤྲ་ཡང་སེམས་འཆོ་བ་དག་ཏུ་འགྱུར་བར་ཐལ།  
ཉེར་ལེན་ལུས་གནས་ཤིང་། འགལ་རྒྱུན་ཉེས་པ་ཆ་མཉམ་དུ་མེད་པར་འགྱུར་  
བའི་ཕྱིར། ཡང་ན་ཐལ་བ་སྤྲ་མ་ལ། ཏྲགས་ཉེས་པ་རྣམས་ཉམས་པར་འགྱུར་  
བའི་ཕྱིར་ཅེས་སོ།

གཉིས་པ་༼དེའི་ལན་དགག་པ་༽ནི།

ཅ་བ། གལ་ཏེ་མེ་ནི་ལྷོག་ན་ཡང་། །

ཤིང་གི་འགྱུར་བ་མི་ལྷོག་བཞིན། །

དེ་ནི་ལྷོག་པ་མེད་ཅེ་ན། །

གལ་ཏེ་མེ་ལྷོག་ན་ཡང་དེས་བསྦྱེད་པའི་ཤིང་གི་འགྱུར་བ་མི་ལྷོག་པ་  
བཞིན་དུ། འགལ་རྒྱུན་ཉེས་པ་ནད་ཀྱིས་འགྱུར་བའི་རྒྱ་ལོག་གྲང་། ནད་ཀྱི་  
འགྱུར་བ་ཆེན་པོ་ཞི་བ་དེ་ནི་ལྷོག་པ་མེད་དོ་ཞེ་ན།



ཅ་བ། མ་ཡིན་གསོ་སྦྱོར་ཡོད་ཕྱིར་རོ། །

སྤར་མི་འབྱུང་བར་འགའ་ཞིག་ནི། །

ལ་ལར་འབྱུར་བ་སྦྱེད་པར་བྱེད། །

འགའ་ཞིག་ལྗོག་པ་ཡིན་ཕྱིར་དཔེར། །

ཤིང་དང་གསེར་ལ་མེ་བཞིན་ནོ། །

ནད་ཀྱི་འབྱུར་བ་ལྗོག་ཏུ་མི་རུང་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ནད་གསོ་བའི་  
སྦྱོར་བ་དོན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། མེས་བྱས་པའི་ཤིང་གི་འབྱུར་བ་དང་། ནད་  
ཀྱི་འབྱུར་བ་དཔེ་དོན་མི་མཚུངས་པར་ཐལ། ཤིང་ལ་མེས་བྱས་པ་བཞིན།  
འབྱུར་བ་བྱེད་པ་པོ་འགའ་ཞིག་ལ་ལར་སྤར་མི་འབྱུང་བར་འབྱུར་བ་བསྦྱེད་  
པར་བྱེད་པའི་རིགས་ཡིན་ན། འབྱུར་བ་ཆུང་ཡང་ལྗོག་མི་སྲིད། གསེར་ལ་  
མེ་བཞིན་དུ་འགའ་ཞིག་ལྗོག་རུང་དུ་བྱེད་པའི་རིགས་ཡིན་ན་འབྱུར་བ་ཆེ་  
ཡང་ལྗོག་པའི་རིགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཤིང་དང་མཚུངས་ན། ནད་ཀྱི་འབྱུར་  
བ་རུང་བཅད་རིམས་ལ་སོགས་པས་བྱས་པ་ཡང་ལྗོག་མི་སྲིད་པར་འབྱུར་རོ།

ཅ་བ། དང་པོ་ཆུང་ཡང་ལྗོག་པ་མིན། །

སྤར་ལྗོག་རུང་བར་འབྱུར་བྱས་གང་། །

དེ་ནི་སྤར་ཡང་འབྱུང་འབྱུར་ཏེ། །

གསེར་གྱི་སྤ་བ་ཉིད་བཞིན་ནོ། །

འགྱུར་བ་དང་པོ་ཆུང་ཡང་ལྷོག་པ་མིན་པར་ཐལ།      ཤིང་སྒྲན་ག་ཙམ་  
ཡང་ཤིང་དུ་ལྷོག་པ་མིན་པའི་ཕྱིར།      སྒྲན་ལྷོག་ཏུ་རུང་བར་བྱས་པའི་འགྱུར་  
བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཆེ་ཡང་སྒྲན་ཡང་འབྱུང་འགྱུར་གྱི་རིགས་ཡིན་ཏེ།  
གསེར་གྱི་སྒྲ་བ་ཆུ་བཞིན་དུ་སོང་ཡང་སྒྲ་བ་ཉིད་དུ་ལྷོག་པའི་ཕྱིར།      འོ་ན་ནད་  
གྱི་འགྱུར་བ་ཆེན་པོ་ཡང་ལྷོག་པས་བྱབ་པར་ཐལ།      འགྱུར་བ་ཆུང་དུ་ལྷོག་  
པའི་ཕྱིར།      འདོད་ན།      གསེར་མི་རུང་བའི་ནད་བཤད་པ་དང་འགལ་ལོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ།      རུང་བཤད་གསོ་བྱ་མིན་བརྗོད་པ། །

འཆོས་བྱེད་རྟེན་པར་དཀའ་བྱིར་རམ། །

ཆེ་བཤད་བྱིར་རོ་.....། །

རུང་བཤད་གསོ་བྱ་མིན་པར་བརྗོད་པའི་ནད་ཆོས་ཅན།      བྱིར་གསོ་མི་  
རུང་གི་རིགས་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་བཤད་པ་མིན་ཏེ།      བྱིར་འཆོས་པར་བྱེད་  
པའི་སྒྲན་དང་སྒྲན་པ་རྟེན་པར་དཀའ་བའི་བྱིར་རམ།      བྱིར་གྱིས་བེན་པའི་ནད་  
པ་ཆེ་བཤད་པའི་དབང་གིས་དེ་ལྟར་བཤད་པའི་ཕྱིར།

ཅ་བ། .....ཉེས་འབའ་ཞིག །

ཡིན་ན་གསོ་མིན་མེད་པ་གཉིས། །

ཤིང་བའི་དུག་སོགས་ལྷོག་བྱིར་རམ། །

དེ་ཡི་སོས་བེན་བཅས་ལས་ཀྱང་། །

འགྱུར་བའི་རྒྱ་དང་བྲལ་བས་ན། །

དེ་ཅིས་སྐྱར་ཡང་འཚོ་མི་འགྱུར། །

མ་སྐྱོན་རྒྱུན་མ་ཚང་བ་དེ་ལྟ་མིན་པར་ཉེས་པ་རྒྱུང་མཁྲིས་ལ་སོགས་  
པའི་ནད་འབའ་ཞིག་འཆི་བའི་རྒྱ་ཡིན་ན། གསོ་རུང་མིན་པའི་ནད་མེད་པ་  
ཉིད་དུ་ཐལ། འགལ་རྒྱུན་གཞན་མེད་མ་སྐྱོན་རྒྱུན་ཚང་ན་ནད་ངེས་པར་གསོ་  
རུས་པའི་སྤྱིར། དུག་གིས་ཤི་བའི་ལུས་དེ་ཅིས་ན་སྐྱར་ཡང་འཚོ་བར་མི་  
འགྱུར་བ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཉེར་ལེན་ལུས་གནས། འགལ་རྒྱུན་ཤི་བའི་དུག་  
སོགས་སྒྲགས་ལ་སོགས་པས་ལྷོག་པའི་སྤྱིར་རམ། དུག་སྐྱུལ་དེ་ཡིས་སོས་  
ཟེན་པའི་དུག་ཆ་ཁར་འདུས་པ་བཅད་པ་ལས་ཀྱང་ནད་ཀྱི་འགྱུར་བའི་རྒྱ་དང་  
བྲལ་བའི་སྤྱིར།

གསུམ་པ་༽ ཉེར་ལེན་གྱི་མཚན་ཉིད་བཤད་པ་ གྲུ་ལ་གཉིས།  
ཉེར་ལེན་གྱི་མཚན་ཉིད། དེ་ལུས་སེམས་ལ་མེད་པའོ། །

དང་པོ་༽ ཉེར་ལེན་གྱི་མཚན་ཉིད་ གྲུ་ཞི།  
ཅ་བ། ཉེར་ལེན་འགྱུར་བ་མེད་པར་ནི། །  
ཉེར་ལེན་ཅན་དག་འགྱུར་བར་ནི། །  
བྱེད་པར་མི་རུས་དཔེར་འཇིམ་པ། །  
འགྱུར་བ་མེད་པ་བུམ་སོགས་བཞིན། །

སྒྲོན་མེ་ཚས་ཅན། བྱོད་སྒྲོན་མེའི་འོད་ཀྱི་ཉེར་ལེན་ཡིན་ཏེ། བྱོད་ཀྱི་ངོ་

བོ་འགྱུར་བ་མེད་པར་ཉེར་ལེན་ཅན་སྒྲོན་མའི་འོད་དག་གི་ངོ་བོ་འགྱུར་བར་  
བྱེད་པར་མི་རྒྱས་པར། དེའི་ངོ་བོ་ཙམ་གྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལག་རྗེས་  
དངོས་སུ་འཛོག་བྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན། འཇིམ་པ་འགྱུར་བ་མེད་པར་  
རྗེའི་བྱམ་པ་སོགས་མི་འགྱུར་བ་བཞིན་ནོ།།

གཉིས་པ་ ༼ དེ་ལྟས་སེམས་ལ་མེད་པ་ ༽ནི།  
ཅ་བ། དངོས་གང་འགྱུར་བ་མེད་པར་ནི། །  
དངོས་པོ་གང་ཞིག་རྣམ་འགྱུར་བ། །  
དེ་དེའི་ཉེར་ལེན་མི་རིགས་ཏེ། །  
བ་སྒྲང་བ་མིན་ལ་སོགས་བཞིན། །  
སེམས་དང་ལྟས་ཀྱང་དེ་བཞིན་ནོ། །

སེམས་དང་ལྟས་ཀྱང་ཉེར་ལེན་དང་ཉེར་ལེན་ཅན་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
བ་ལང་དང་བ་མེན་དེ་བཞིན་དུ་འགྱུར་རྗེས་སུ་འགྱུར་བར་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར།  
ཁུབ་སྟེ། རྒྱུའི་དངོས་པོ་གང་འགྱུར་བ་མེད་པར་འབྲས་བུའི་དངོས་པོ་གང་  
ཞིག་རྣམ་པར་འགྱུར་བའི་རྒྱུ་དེ་དེའི་ཉེར་ལེན་དུ་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར། དཔེར་  
ན། བ་ལང་དང་བ་མིན་ལ་སོགས་པ་བཞིན། འོ་ན་ཚིགས་པ་གཅིག་ཏུ་གནས་  
པ་འགལ་ལོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། དེ་རྒྱ་ལྟན་ཅིག་བྱེད་པ་ལས། །  
སྟེ་བའི་འབྲས་བུ་ལྟན་ཅིག་གནས། །

མེ་དང་ཟངས་མའི་ཁྱ་ཉིད་བཞིན། །

འབྲས་བུ་ལུས་སེམས་ལྟན་ཅིག་ཏུ་གནས་སུ་རུང་སྟེ། དེ་གཉིས་ཀྱི་  
ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་གཉིས་པན་ཚུན་ལྟན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུ་བྱེད་པ་ལས་སྐྱེ་བའི་  
ཕྱིར། དཔེར་ན། མེ་དང་ཟངས་མའི་ཁྱ་བ་ཉིད་ལྟན་ཅིག་གནས་པ་བཞིན་ནོ།།

གཉིས་པ་ ༼ དུས་མཉམ་ལ་བརྟགས་ལ་དགག་པ་ ༽ ལ་གསུམ།  
དུས་མཉམ་གྱི་རྟེན་དགག་ དེས་རིགས་ཅན་གཞན་ཡང་ཁེགས་པ།  
དོན་བསྐྱུ་བའོ།།

དང་པོ་ ༼ དུས་མཉམ་གྱི་རྟེན་དགག་པ་ ༽ ལ་གསུམ།  
ཐལ་བ་དགོང་། དེའི་ལན་དགག་ མངོན་སུམ་དང་འགལ་བ་སྤང་བའོ།།

དང་པོ་ ༼ ཐལ་བ་དགོང་པ་ ༽ རྟོ།  
རྩ་བ། ཡོད་མེད་དག་ལ་རྟེན་མེད་ཕྱིར། །  
མ་ཡིན་.....། །

ཡིད་སློ་ཆོས་ཅན། ལུས་དེ་བྲོད་ཀྱི་དུས་མཉམ་པའི་རྟེན་མ་ཡིན་ཏེ།  
བྲོད་རྗེས་སུ་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་དག་ལ་ཡང་དུས་མཉམ་པའི་རྟེན་རྗེས་  
གཞན་དོན་མེད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ ༼ དེའི་ལན་དགག་པ་ ༽ རྟོ།  
རྩ་བ། .....ཡོད་པའི་གནས་རྒྱ་ནི། །

རྟེ་ཡིན་ཞེན་.....། །

མ་ཡིན་ཏེ། བྱལ་བེན་དུ་ཡོད་པའི་གནས་བྱེད་གྱི་རྒྱ་རྟེན་གྱི་དོན་ཡིན་  
ནོ་ཞེན།

ཅུ་བ། .....འདི་རྟེན་མེད། །

གནས་པ་པོ་ལས་གཞན་མིན་སྟེར། །

དེ་ཚོས་ཅན། ལུས་འདི་སྟོང་གྱི་བྱལ་བེན་གནས་པའི་རྟེན་དུ་མེད་དེ།  
སྟོང་གྱི་གནས་པ་པོ་སྟོང་རང་ལས་གཞན་མིན་པར་རང་རྒྱ་ལས་དེའི་བདག་  
ཉིད་དུ་སྐྱེས་པའི་སྟེར། ཏྲགས་མ་བྱལ་སྟེ།

ཅུ་བ། གཞན་ཡིན་ན་ཡང་དེ་རྒྱ་ཉིད། །

དེས་ནི་དངོས་པོ་ཅི་ཞིག་བྱས། །

རྫས་གཞན་ཡིན་ནོ་ཞེན་ཡང་། ལུས་དེས་ནི་སྟོང་གྱི་དངོས་པོ་གནས་  
པའི་བྱ་བ་ཅི་ཞིག་ཀྱང་བྱས་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་སྟོང་ལས་དོན་གཞན་  
པའི་སྟོང་གྱི་གནས་པ་དེའི་རྒྱ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྟེར།

ཅུ་བ། འཇིག་པ་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར། །

དེ་ཚོས་ཅན། སྟོང་འཇིག་པ་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་ཏེ། སྟོང་བྱལ་  
བེན་དུས་གཉིས་པར་གནས་པའི་སྟེར།

ཅུ་བ། གལ་ཏེ་དེ་འཇིག་རྒྱ་ལས་འདོད། །



གལ་ཏེ་དེ་འཇིག་རྒྱུ་ལས་འཇིག་པར་འདོད་པས་རྟག་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་  
ན། ཁྱོད་གྱུ་བ་ཟིན་གནས་པ་ལས་སྤྱིས་འཇིག་རྒྱུས་འཇིག་པ་མི་འཐད་པར་  
ཐལ།

ཅ་བ། དེ་ལའང་ཐལ་བ་མཚུངས་པ་ཡིན། །

གནས་པའི་རྒྱས་ཀྱང་ཅི་ཞིག་བྱས། །

དེ་ལའང་ཡིད་སློའི་འཇིག་པ་ཡིད་སློ་དང་རྩ་གཅིག་དང་ཐ་དད་  
བརྟགས་ན། ཐལ་བ་སྤྲ་མ་དང་སློན་མཚུངས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། གནས་པས་  
རྒྱས་ཀྱང་ཅི་ཞིག་བྱ་དོན་མེད་པར་ཐལ། འཇིག་རྒྱུ་དང་མ་སྤྱད་ན་གྱུ་བ་ཟིན་  
གནས། སྤྱད་ན་གནས་རྒྱས་གནས་པར་བྱེད་མི་རུས་པའི་སྤྱིར།

ཅ་བ། གལ་ཏེ་འཇིག་རྒྱུ་སྤྱད་བར་དུ། །

དེས་གནས་.....། །

གལ་ཏེ་གནས་རྒྱུ་མེད་ན་སྤྲར་ནས་འཇིག་པ་ལ་འཇིག་རྒྱུ་དང་སྤྱད་  
པའི་བར་དུ་གནས་རྒྱུ་དེས་གནས་པར་བྱེད་པས་སློན་མེད་དོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། .....འཇིག་པ་དངོས་ཆོད་ཉིད། །

ཡོད་པ་འདི་གཞོད་མེད་སྤྱིར་དང་། །

གནས་པའི་རྒྱས་ནི་ཅི་ཞིག་བྱ། །

འཇིག་པ་དངོས་པོའི་ཆོས་ཉིད་དུ་ཡོད་པ་འདི་ལ་གཞོད་བྱེད་མེད་པར་

ཐལ། འཇིག་རྒྱ་དང་མ་སྤང་བར་ཡང་འཇིག་པ་སྤིང་བའི་ཕྱིར། འདོད་ན།  
གནས་པའི་རྒྱས་ནི་ཅི་ཞིག་བྱ་བྱལ་བེན་གནས་མི་རྒྱས་པར་ཐལ། འདོད་པ་  
དེའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་༼ མདོན་སུམ་དང་འགལ་བ་སྤང་བ་ ༽ནི།  
ཅ་བ། གལ་ཏེ་དཔེར་ན་ཚུ་སོགས་ཀྱི། །  
རྟེན་བཞིན་ཞེ་ན་.....། །

གལ་ཏེ་དཔེར་ན། ས་སྤོགས་ཚུ་སོགས་ཀྱི་བྱལ་བེན་གནས་པའི་རྟེན་  
དུ་མདོན་སུམ་གྱིས་བྱལ་བ་བཞིན་དུ་ལུས་སེམས་ཀྱང་ཡིན་ལོ་ཞེ་ན། སྤོང་  
གྱིས་ཚུ་བྱལ་བེན་གནས་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ཅ་བ། .....འདི་ལའང་མཚུངས། །  
དངོས་རྣམས་སྤང་ཅིག་རེ་རེར་ནི། །  
འཇིག་ན་དངོས་རྒྱན་དེ་ལྟར་བྱུང་། །  
སྤྱེ་རྒྱ་ཡིན་ཕྱིར་དེ་རྟེན་ཡིན། །

དེ་ལྟར་འདོད་པ་འདི་ལའང་དོན་ལ་བཀོད་པའི་ཉེས་པ་དེ་དག་མཚུངས་  
པའི་ཕྱིར། འོ་ན་འཇིག་རྟེན་ན་རྟེན་དུ་གྲགས་པ་ཇི་ལྟར་ཞེ་ན། ཚུ་སྤོང་ཆོས་  
ཅན། བྱོང་རང་ནང་གི་རྒྱུ་རྟེན་ཡིན་ཏེ། སྤང་ཅིག་རེ་རེར་འཇིག་པའི་ངང་  
ཅན་གྱི་རང་ནང་གི་རྒྱུ་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱན་ཕྱི་མ་སྤྱེ་མའི་དངོས་པོ་དེ་

ལྟ་བུར་ཡུལ་གོ་ས་མཚུངས་པར་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ཡིན་ཕྱིར།

ཅ་བ། དེ་ལྟར་མིན་ན་རིགས་མ་ཡིན། །

ཕན་འདོགས་པ་དེ་ལྟ་མིན་ན། དོན་གཞན་གྱི་རྟེན་དུ་རིགས་པ་མ་ཡིན་  
པར་ཐལ་ལོ། །མི་རྟག་པ་ལ་རྟེན་འབྲེད་ཀྱང་། རྟག་པ་ལ་མི་འབྲེད་དེ།

ཅ་བ། འཁོ་བ་ཡིན་ནི་གོགས་བྱས་ཕྱིར། །

ཆུ་སོགས་གྱི་ནི་རྟེན་འགྱུར་གྱི། །

དེ་ཆོས་ཅན། རང་ནང་གི་ཆུ་སོགས་གྱི་རྟེན་དུ་འགྱུར་ཏེ། དེ་ཐུར་དུ་  
འཁོ་བ་ཡི་གོགས་བྱེད་པའི་ཕྱིར།

ཅ་བ། འགྲོ་བ་མེད་ཅན་ཡོད་ཏན་སྟེ། །

ལས་རྣམས་ལ་ནི་རྟེན་ཅི་དགོས། །

ཡོན་ཏན་དང་། སྟེ་དང་། ལས་རྣམས་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་དོན་གཞན་གྱི་  
རྟེན་ཅི་དགོས་མི་དགོས་པར་ཐལ། སྐད་ཅིག་སྟེ་ཕྱི་གང་དུ་ཡང་འགྲོ་བ་མེད་  
པ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་༼ དེས་རིགས་ཅན་གཞན་ཡང་ཁེགས་པ་ ༽ནི།

ཅ་བ། འདིས་ནི་འཕྲོད་པ་འདུ་བ་དང་། །

འཕྲོད་པ་འདུ་བ་ཅན་རྒྱ་དང་། །

རིགས་ལ་སོགས་པ་རྣམ་གནས་ཉིད། །

## རྟེན་མེད་ཕྱིར་ན་བསལ་བ་ཡིན། །

གྲུབ་ཟིན་གནས་པའི་རྟེན་འགོག་པའི་རིགས་པ་འདིས་ནི་ཚེས་ཅན།  
ཡོན་ཏན་རྣམས་ལ་འཕྲོད་པ་འདུ་བ་དང་། རྣམ་དེ་ཡོན་ཏན་གྱི་འཕྲོད་པ་འདུ་  
བ་ཅན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པ་བསལ་བ་ཡིན་ཏེ། གྲུབ་ཟིན་གནས་པའི་རྟེན་མེད་པར་  
བསྟན་པའི་ཕྱིར། འཕྲོད་པ་འདུ་བ་ཅན་གྱི་རྒྱ་མེད་ན་དེ་ལ་འཕྲོད་པ་འདུས་  
པ་མེད་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ། རིགས་ལ་སོགས་པ་གསལ་བ་མེད་པར་ཡང་  
རྣམ་པར་གནས་པའི་ཕྱིར།

ཡང་ན་གསལ་བ་དེ་རིགས་གྲུབ་ཟིན་གནས་པའི་རྟེན་དུ་མེད་དེ། ཞེས་  
པ་ལ་རྟགས་སྒྲ་མཛོ། །དེ་བཞིན་དུ་ལུས་སེམས་འཕྲོད་པ་འདུ་བ་ཅན་གྱི་རྒྱ་  
ཡིན་པ་ཡང་བསལ་ཏེ། ཞེས་པ་ལ་རྣམ་དང་ཡོན་ཏན་ལ་བཀོད་པའི་རྟགས་  
སྒྲར་རོ།

གསུམ་པ་༼ རྟེན་བསྐྱུ་བ་ ༽ལ་གསུམ།

ཕྱིས་འབྱུང་གི་འཛིག་རྒྱ་ལ་བརྟགས་ན་གྲུབ་ཟིན་གནས་པའི་རྒྱ་མི་  
འཐད་པ་དང་། གྲུབ་ཟིན་གནས་པའི་རྟེན་ཡོད་ན་མི་འཛིག་པར་ཐལ་བ། རང་  
གི་རང་གི་བརྟགས་ན་དེ་མི་འཐད་པའོ།

དང་པོ་ཕྱིས་འབྱུང་གི་འཛིག་རྒྱ་ལ་བརྟགས་ན་གྲུབ་ཟིན་གནས་པའི་རྒྱ་  
མི་འཐད་པ་ནི།

ཅ་བ། གལ་ཏེ་གཞན་ལས་དངོས་འཛིག་ན། །

དེ་ཡི་གནས་རྒྱས་ཅི་ཞིག་གྲ། །

དེ་བཞིན་མེད་པར་འཇིག་ན་ཡང་། །

གནས་པའི་རྒྱ་རྣམས་རྒྱས་མེད་ཡིན། །

དངོས་པོ་དེའི་གནས་རྒྱས་ཅི་ཞིག་གྲ་དགོས་པ་མེད་པར་ཐལ། རྒྱ་  
གཞན་ལས་དངོས་པོ་འཇིག་དགོས་ཀྱི་འཇིག་པའི་ངོ་བོར་མ་སྐྱེས་པའི་སྤྱིར།  
དེ་འཇིག་རྒྱ་གཞན་མེད་པར་རང་གི་རང་གིས་འཇིག་ན་ཡང་གནས་པའི་རྒྱ་  
རྣམས་ལ་གྱུ་བའི་གནས་པའི་རྒྱས་པ་མེད་པ་ཡིན་པར་ཐལ།

གཉིས་པ། གྱུ་བའི་གནས་པའི་རྟེན་ཡོད་ན་མི་འཇིག་པར་ཐལ་བ་ནི།

ཅ་བ། རྟེན་བཅས་ཐམས་ཅད་གནས་ལྡན་དང་། །

སྐྱེ་བ་ཅན་ཀྱན་རྟེན་བཅས་ཡིན། །

དེ་སྤྱིར་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ནི། །

འགའ་ཞིག་ཆེ་ནའང་འཇིག་མི་འགྱུར། །

དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་དུས་འགའ་ཞིག་གི་ཆེ་ནའང་འཇིག་པར་མི་  
འགྱུར་བར་ཐལ། སྐྱེ་བ་ཅན་ཀྱན་མཐར་བདག་ལ་སོགས་པའི་རྟེན་དངོས་ཀྱི་  
རྟེན་དང་བཅས་པ་ཡིན་པ་དེའི་སྤྱིར། རྒྱུ་བར་ཐལ། རྟེན་དང་  
བཅས་པ་ཐམས་ཅད་མི་འཇིག་པར་གནས་པ་དང་ལྡན་པས་རྒྱུ་བའི་སྤྱིར།

གསུམ་པ། རང་གི་རང་གིས་བརྟགས་ན་དེ་མི་འཐད་པ་ནི།

ཅ་བ། གལ་ཏེ་རང་འཇིག་རང་ཚུལ་བདག །

ཡིན་ན་དེ་གནས་བྱེད་གཞན་གང་། །

གལ་ཏེ་རང་འཇིག་རང་ཚུལ་བདག །

མིན་ན་དེ་གནས་བྱེད་གཞན་གང་། །

གལ་ཏེ་དངོས་པོ་རང་ཉིད་འཇིག་པའི་རང་ཚུལ་ཅན་གྱི་བདག་ཉིད་  
ཡིན་ན། དེའི་གནས་བྱེད་གཞན་ཡང་གྲུབ་ཟིན་གནས་མི་རྒྱས་པར་ཐལ།  
གལ་ཏེ་དེ་མིན་ན། དེ་གནས་བྱེད་གཞན་གང་ཡང་དགོས་པ་མེད་པར་ཐལ།  
གཉིས་པ་༼ ལྷན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུ་ཡང་ཅན་ཡིན་པ་དགག་པ་ ༽ལ་གསུམ།  
དགག་པ་དངོས་དང་། ལུས་སེམས་རྣམས་གཅིག་དགག་པ་དང་། འཁོར་  
བའི་རྒྱ་དོས་གཟུང་བའོ།།

དང་པོ་༼ དགག་པ་དངོས་ ༽ལ་གཉིས།  
ལུས་ཤེས་རབ་སོགས་ཀྱི་བདག་རྒྱུན་ཡིན་པ་དགག་པ་དང་། ཆགས་  
སོགས་ཀྱི་བདག་རྒྱུན་ཡིན་པ་དགག་པའོ།།  
དང་པོ་༼ ལུས་ཤེས་རབ་སོགས་ཀྱི་བདག་རྒྱུན་ཡིན་པ་དགག་པ་ ༽ལ།

རྟགས་དགོད་པ་ནི།

ཅ་བ། ལུས་ཀྱི་ཕུལ་བྱུང་འགྲིབ་མེད་པར། །



སྒོ་ཡི་བྱེད་པའི་བྱེད་པར་གྱིས། །

ཤེས་རབ་ལ་སོགས་ཕྱལ་བྱུང་དང་། །

འགྲིབ་པ་དག་ཏུ་འགྱུར་བ་ཡིན། །

ཤེས་རབ་དང་བརྩེ་བ་ལ་སོགས་པ་ཆོས་ཅན། ལུས་དེ་བྱིད་ཀྱི་རྟེན་  
བྱེད་པར་ཅན་མ་ཡིན་ཏེ། ལུས་ཀྱི་ཕྱལ་བྱུང་དང་འགྲིབ་པའི་རྗེས་སུ་བྱེད་པ་  
མེད་པར་སྒོ་སྒྲ་མ་གོམས་པ་ཡི་འདུ་བྱེད་པའི་བྱེད་པར་གྱིས་ཕྱལ་དུ་བྱུང་བ་  
དང་འགྲིབ་པ་དག་ཏུ་འགྱུར་བ་ཡིན་པའི་བྱིར། བྱེད་སྟེ།

ཅ་བ། འདི་ནི་མར་མེའི་འོད་ལ་སོགས། །

རྟེན་པ་རྣམས་ལ་ཡོད་མ་ཡིན། །

བརྟགས་འདི་ནི་མར་མེའི་འོད་ལ་སོགས་པ་ཉེར་ལེན་ལུས་ལ་བརྟེན་  
པ་རྣམས་ལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། བརྟེན་ལེན་སོགས་ཀྱིས་ལུས་རྒྱས་  
པར་བྱས་པ་ལས། ཤེས་རབ་སོགས་བྱེད་པར་དུ་འགྱུར་བ་མཐོང་བའི་བྱིར།

ཅ་བ། དེ་ལས་ཀྱང་འདི་བྱེད་འགྱུར་ཏེ། །

སེམས་ལ་པན་འདོགས་མེད་པར་མིན། །

ལུས་བྱེད་པར་དུ་གྱུར་པ་དེ་ལས་ཀྱང་ཤེས་རབ་སོགས་འདི་ཅུང་ཟད་  
བྱེད་པར་དུ་འགྱུར་མོད། ལུས་དེ་རྟེན་བྱེད་པར་ཅན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
འདྲའི་ལུས་ཀྱིས་ལུས་ཤེས་ལ་དངོས་སུ་པན་བརྟགས་པའི་སྒོ་ནས། ཤེས་

རབ་ལ་པན་འདོགས་པ་ཡིན་གྱི།      སེམས་དེ་ལ་པན་འདོགས་པ་མེད་པར་  
མིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ ༼ ཆགས་སོགས་ཀྱི་བདག་རྒྱུན་ཡིན་པ་དགག་པ་ ༽ལ་གཉིས།  
ཆགས་སོགས་ལྷས་ལས་དངོས་སྤྱི་སྤྱེ་བ་དཔེ་དང་བཅས་པ།    དོན་  
བསྐྱབ་པའོ།།

དང་པོ་ ༼ ཆགས་སོགས་ལྷས་ལས་དངོས་སྤྱི་སྤྱེ་བ་དཔེ་དང་བཅས་པ་ ༽ནི།  
ཆགས་སོགས་ལྷས་འཕེལ་འབྱིབ་ཀྱི་རྗེས་སྤྱི་བྱེད་དེ།    ལྷས་རྒྱས་པ་  
ལས་འདོད་ཆགས་དང་། རྒྱད་པ་ལས་ཞེ་སྤང་འཕེལ་བར་མཐོང་ངོ་ཞེ་ན།  
ཅ་བ། འགའ་ཆེ་ཆགས་སོགས་རྒྱས་སོགས་ཀྱི། །  
འཕེལ་བ་བདེ་སྤྱད་ལས་སྤྱེས་ཡིན། །

སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་དང་བྲལ་བའི་དུས་འགའ་ཞིག་གི་ཆེ་ལྷས་  
རྒྱས་རྒྱད་སོགས་ཀྱིས་འཕེལ་བར་བྱས་པའི་ཆགས་སོགས་ཆོས་ཅན།  
ལྷས་དེ་ཁྱོད་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་བདག་རྒྱུན་མ་ཡིན་ཏེ།      ཆོར་བ་བདེ་སྤྱད་ལས་  
དངོས་སྤྱེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཅ་བ། དེ་ཡང་ཁམས་སྟོམས་ལ་སོགས་པ། །  
ནང་གི་དོན་ནི་ཉེ་བ་ལས། །

ཆོར་བ་བདེ་སྤྱད་དེ་ཡང་ཆོས་ཅན།      ལྷས་དེ་ཁྱོད་ཀྱི་བདག་རྒྱུན་མ་

ཡིན་ཏེ། ཁམས་སྟོམས་པ་དང་མ་སྟོམས་པ་ལ་སོགས་པའི་ནང་གི་རེག་བྱའི་  
དོན་གཟུང་ཡུལ་དུ་ཉེ་བ་ལས་སྐྱེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཅ་བ། འདིས་ནི་འདུས་པ་ལ་སོགས་པ། །

དྲན་པ་ཉམས་སོགས་བཤའ་བ་ཡིན། །

ནང་དོན་བྱད་པར་ལས་སྐྱེས་པའི། །

སྐྱོས་ནི་འགྱུར་བར་བྱེད་ཕྱིར་རོ། །

ཚུལ་འདིས་ནི། འདུས་པའི་རིམས་ལ་སོགས་པ་ལས་དྲན་པ་ཉམས་པ་  
སོགས་འབྱུང་བའི་ཚུལ་ཡང་བཤའ་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་གྲང་ནང་གི་རེག་བྱའི་  
དོན་གཟུང་ཡུལ་དུ་ཡོད་པའི་བྱད་པར་ལས་སྐྱེས་པའི་དབང་སྐྱོས་འགྱུར་  
བར་བྱེད་པ་ཅ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཅ་བ། དཔེར་རྒྱུད་བྱད་པར་འགའ་ཞིག་ལ། །

རྟག་ཉིད་དང་ནི་ཁྲག་ལ་སོགས། །

ཐོས་པ་དང་ནི་མཐོང་བ་ལས། །

སྒྲིངས་པ་ལ་སོགས་འབྱུང་འགྱུར་བཞིན། །

དཔེར་ན། རྒྱུད་སྒྲར་མའི་བྱད་པར་འགའ་ཞིག་ལ་རྟག་བྱང་ངོ་ཞེས་པའི་  
སྐྱོ་ཐོས་པ་དང་། གཞན་བསད་པའི་ཁྲག་ལ་སོགས་པ་མཐོང་བ་ལས་འབྱུང་  
བར་འགྱུར་བའི་སེམས་སྒྲིངས་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ཚེས་ཅན། ལུས་ལ་

དངོས་སུ་བརྟེན་པ་མ་ཡིན་ཏེ།      རང་གི་ཚོར་བས་འཕེལ་བར་བྱས་པ་ཙམ་  
ཡིན་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་༼ རྟོན་བསྐྱ་བ་ ༽ནི།  
ཅ་བ། དེ་བྱིར་ངེས་པར་གང་ཉིད་ཀྱི། །  
འདུ་བྱེད་ཀྱིས་ནི་རྗེས་འཇུག་པའི། །  
སེམས་ནི་དེ་མེད་མི་འབྱུང་བ། །  
དེ་བྱིར་སེམས་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན། །

སེམས་ནི་ཚོས་ཅན།    སེམས་སྒྲ་མ་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིར་ལེན་  
དུ་མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་དེའི་བྱིར། ཉིར་ལེན་ལྷས་ལ་བརྟེན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ངེས་  
པར་སེམས་སྒྲ་མ་གང་ཡང་རུང་བ་ཉིད་ཀྱི་གོམས་པའི་འདུ་བྱེད་ཀྱི་རྗེས་སུ་  
འཇུག་པ་དེའི་བྱིར།

གཉིས་པ་༼ ལྷས་སེམས་རྗེས་གཅིག་དགག་པ་ ༽ནི།  
གལ་ཏེ་བྱའི་ལྷས་ནི་པ་མའི་ལྷས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འགོ་བར་མཐོང་བའི་བྱིར་  
དེ་ལས་སྐྱེས་པ་ཡིན་ལ་སེམས་ཀྱང་ལྷས་ལས་ཐ་མི་དད་པའི་བྱིར། སེམས་  
སྒྲ་མའི་འདུ་བྱེད་ཀྱི་རྗེས་སུ་འགོ་བར་བསྐྱབས་པས་ལྷས་ལ་མི་བརྟེན་པར་  
མི་འགྲུབ་པོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། རི་ལྟར་སེམས་ལ་བརྟེན་བྱས་ནས། །

ཐོས་སོགས་འདུ་བྱེད་སེམས་ལ་ནི། །

དུས་གསལ་ཐ་དད་མེད་པའི་བྱིར། །

དེ་ལྟར་ལུས་ལ་ཡོན་ཏན་འགྱུར། །

ཇི་ལྟར་རང་གི་སེམས་སྒྲ་མ་ལ་བརྟེན་པར་བྱས་ནས་གོམས་པའི་ཐོས་  
པ་དང་བསམ་པ་དང་། བཟོ་ལ་སོགས་པའི་འདུ་བྱེད་ཆོས་ཅན། སེམས་ལ་  
སད་པའི་དུས་ལ་སོགས་པའི་ཆོ། གསལ་བར་མངོན་དུ་གྱུར་པ་དེ་ལྟར་ལུས་  
ལའང་གསལ་བར་སྒྲ་བར་འགྱུར་བར་ཐལ། བྱོད་ཡིད་གཏད་ན་ངེས་རུང་  
གི་སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གང་ཞིག ལུས་སེམས་རྩིས་ཐ་དད་མེད་པའི་བྱིར།

གསུམ་པ་༽ འཁོར་བའི་རྒྱ་ངོས་གཟུང་བ་ ༽ལ་གཉིས།  
མངལ་དུ་སྐྱེ་བ་ལེན་པའི་རྒྱ་ངོས་གཟུང་། དེ་ལ་ཚོད་པ་སྤང་བའོ།།

དང་པོ་༽ མངལ་དུ་སྐྱེ་བ་ལེན་པའི་རྒྱ་ངོས་གཟུང་བ་ ༽ནི།  
ཅ་བ། བདག་ལ་ཆགས་པ་དང་ལྡན་པས། །  
སེམས་ཅན་གཞན་གྱིས་བགྱི་མིན་པར། །  
བདེ་སྤྱག་དོར་ཐོབ་འདོད་པས་ན། །  
དམན་པའི་གནས་ནི་ཡོངས་སུ་ལེན། །

ཐ་མལ་པ་ཆོས་ཅན། བདེ་བ་ཐོབ་པར་འདོད་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱལ་  
འདོར་བར་འདོད་པའི་སྐྱེད་པས་མངལ་ལ་སོགས་པའི་དམན་པའི་གནས་

ཡོངས་སུ་ལེན་ཏེ།      དབང་ཕྱག་ལ་སོགས་པའི་སེམས་ཅན་གཞན་གྱིས་  
དབང་མེད་དུ་བགྱི་བ་མིན་པར་བདག་ལ་ཆགས་པ་དང་ལྡན་པས་དེ་དག་  
ལེན་པའི་ཕྱིར། བདེ་བ་ཐོབ་པར་འདོད་པས་ཡིན་ན། སྐྱག་བསྐྱེད་གྱི་གནས་  
རང་དགར་ལེན་པ་མི་འཐད་དོ་ཞེ་ན། དེ་མི་འགལ་བར་ཐལ།

ཅ་བ། སྐྱག་བསྐྱེད་ཕྱིན་ཅི་ལོག་སློང་དང་། །

སྲིད་པ་ཀུན་ནས་འཆིང་བ་ནི། །

སྐྱེ་རྒྱ་གང་ལ་དེ་མེད་པ། །

དེ་ནི་སྐྱེ་བར་མི་འགྱུར་རོ། །

སྐྱེས་བུ་ཀུན་ནས་འཆིང་བའི་རྒྱ་སྐྱག་བསྐྱེད་ལ་བདེ་བར་འཇིག་པའི་  
ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སློང་དང་། བདེ་བ་ཐོབ་པར་འདོད་ཀྱི་སྲིད་པ་འཁོར་བར་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གང་ལ་ལོག་སྲིད་དེ་མེད་པའི་དགྲ་བཅོམ་པ་དེ་ནི་  
དེ་ཟད་པར་སྤངས་པའི་དབང་གིས་འཁོར་བར་སྐྱེ་བར་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་༼དེ་ལ་ཚོད་པ་སྤང་བ་༽ནི།

ཅ་བ། གལ་ཏེ་འགྲོ་འོང་མ་མཐོང་ན། །

གལ་ཏེ། སྐྱེ་བ་གཞན་ནས་འགྲོ་འོང་བྱེད་པ་མེད་དེ། མ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་  
ཞེ་ན།

ཅ་བ། དབང་པོ་མི་གསལ་ཕྱིར་མ་མཐོང་། །

དཔེར་ན་མིག་མི་གསལ་བ་ཡིས། །



དུ་བ་ཚུང་དུ་མི་མཐོང་བཞིན། །

རྒྱང་པན་གྱིས་མ་མཐོང་བས་མེད་པར་མི་འགྱུ་བ་པར་ཐལ། རྒྱང་པན་  
དབང་པོ་མི་གསལ་བའི་ཕྱིར། དཔེར་ན། མིག་མི་གསལ་བ་ཡིས་དུ་བ་ཚུང་  
དུ་ཡོད་ཀྱང་མི་མཐོང་བ་བཞིན། མིག་གིས་མ་མཐོང་ཡང་ལུས་ལ་ཐོགས་པ་  
སྲིད་པ་ལ། དེ་མ་དམིགས་པས་མེད་དོ་ཞེ་ན།

ཅུ་བ། ལུས་ཅན་ཡིན་ཡང་སྤྲ་བའི་ཕྱིར། །

འགའ་ཞིག་ལ་ལར་ཐོགས་མེད་དེ། །

ཚུ་བཞིན་གསེར་ལ་དངུལ་ཚུ་བཞིན། །

མ་མཐོང་ཕྱིར་ན་མེད་པ་མིན། །

བར་སྲིད་ལ་སོགས་པ་ལུས་ཅན་འགའ་ཞིག་ཆོས་ཅན། ལུས་ཅན་ཡིན་  
ཡང་ལ་ལར་ཐོགས་མེད་དུ་འཇུག་སྟེ། སྤྲ་ཞིང་དང་བའི་ལུས་ཅན་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། རྩ་སོ་མ་ལ་ཚུ་བཞིན་དང་། གསེར་ལ་དངུལ་ཚུ་ཐོགས་མེད་དུ་འཇུག་  
པ་བཞིན་ནོ། ། དེས་ན་རྒྱང་པན་གྱིས་མ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་ན་མེད་པ་མིན་པར་  
ཐལ། ཡོད་ཀྱང་རྒྱང་པན་གྱིས་མ་མཐོང་བ་སྲིད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ ༼ རྟེན་བྱེད་པའི་ལུས་ཀྱི་ངོ་བོའི་རྣམ་པ་ལ་བརྟགས་ལ་དགག་པ་ ༽ ལ་གཉིས།

ལུས་རགས་པའི་ཆ་མེད་ཡིད་སློང་རྟེན་ཁྱད་པར་ཅན་ཡིན་པ་དགག་པ་  
དང་། རུལ་སྤོང་དེ་ཡིན་པ་དགག་པ་ལོ། །

དང་པོ་༼ ལྷས་རགས་པའི་ཆ་མེད་ཡིད་སློའི་རྟེན་ཁྱད་པར་ཅན་ཡིན་པ་དགག་པ་ ༽ལ་གཉིས།  
ཡན་ལག་ཅན་ཆ་མེད་ཡིན་པ་དགག་པ་དང་། བཀག་པ་ལ་གཞོད་པ་  
སྤང་བའོ། །

དང་པོ་༼ ཡན་ལག་ཅན་ཆ་མེད་ཡིན་པ་དགག་པ་ ༽ལ་གཉིས།  
རྟགས་བསྐྱབ་པ་དང་། དེ་དགོད་པའོ།

དང་པོ་༼ རྟགས་བསྐྱབ་པ་ ༽ལ་གསུམ།  
བྱ་བ་ལ་བརྟེན་པའི་འགལ་འདུ་དང་། མཐོང་བ་ལ་བརྟེན་པའི་འགལ་  
འདུ་དང་། ཡོན་ཏན་ལ་བརྟེན་པའི་འགལ་འདུའོ།

དང་པོ་བྱ་བ་ལ་བརྟེན་པའི་འགལ་འདུ་ནི།  
རྩ་བ། ལག་སོགས་གཡོ་ན་ཐམས་ཅད་དག །  
གཡོ་བར་འགྱུར་བྱེད་འགལ་བ་ཅན། །

སྐྱེས་བུའི་ལྷས་ཀྱི་ལག་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་འདུ་འབྲེལ་གྱུ་བ་པའི་ཡན་  
ལག་ཅན་གཡོ་ན་ལྷས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡན་ལག་ཅན་དག་གཡོ་བར་འགྱུར་  
བར་ཐལ། དེ་གཉིས་ཆ་མེད་གཅིག་ཡིན་པའི་བྱིར། རྒྱབ་པར་ཐལ།

རྩ་བ། ལས་ནི་གཅིག་ལ་མི་རུང་བྱིར། །

གཞན་དུ་ཐ་དད་གྱུ་བ་པར་འགྱུར། །

གཡོ་མི་གཡོ་འགལ་བ་ཅན་གྱི་ལས་ནི་ཆ་མེད་གཅིག་ལ་གཞི་མ་ཐུན་

མི་རུང་བའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྱུབ་ན། གཞན་དུ་ཆ་ཐ་དད་ཅན་དུ་གྱུབ་པར་  
འགྱུར་བར་ཐལ། གཡོ་མི་གཡོ་འགལ་བ་འདུས་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ། མཐོང་བ་ལ་བརྟེན་པའི་འགལ་འདུ་ནི།

ཙ་བ། གཅིག་བསྐྱབས་པ་ན་ཐམས་ཅད་དག

བསྐྱབས་པར་འགྱུར་བའམ་.....། །

སྐྱེས་བུའི་གདོང་གཅིག་ཕུ་གོས་ཀྱིས་བསྐྱབ་པ་ན། ལུས་ཐམས་ཅད་  
དག་གོས་ཀྱིས་བསྐྱབས་པར་སྒྲང་བར་འགྱུར་བར་ཐལ། དེའི་ཡན་ལག་  
ཅན་གཉིས་ཆ་མེད་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འམ་སྐྱས་ཡན་ལག་གོས་ཀྱིས་  
བསྐྱབས་པ་ཡིན་གྱི། ཡན་ལག་ཅན་མ་བསྐྱབས་པས་དེ་ལ་བསྐྱབས་མ་  
བསྐྱབས་ཆ་གཉིས་མེད་དོ་ཞེ་ན།

ཙ་བ། .....མ་སྐྱབས་ན། །

མཐོང་འགྱུར་.....། །

འོ་ན་དེའི་ཆེ་གདོང་གི་ཡན་ལག་ཅན་དེ་མ་བསྐྱབས་པར་མཐོང་བར་  
འགྱུར་བར་ཐལ། དེ་མ་བསྐྱབས་པར་མཐོང་རུང་དུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ། ཡོན་ཏན་ལ་བརྟེན་པའི་འགལ་འདུ་ནི།

ཙ་བ། .....གཅིག་ཆོན་གྱིས་བསྐྱར་ན། ། ༡༦། །

བསྐྱར་བའམ་.....། །

གདོང་གཅིག་བྱ་སྒྲོན་པོའི་ཚོན་གྱིས་ཁ་བསྐྱར་ན་ལུས་རིལ་ཁ་བསྐྱར་  
བར་སྒྲུང་བར་ཐལ། དེའི་ཡན་ལག་ཅན་གཉིས་ཆ་མེད་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
འམ་གྱི་སྐྱས་ཡན་ལག་ཚོན་གྱིས་ཁ་བསྐྱར་གྱི་ཡན་ལག་ཅན་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་  
ན། འོ་ན་དེའི་ཚོ།

ཙ་བ། .....མ་བསྐྱར་རྟོགས་པར་འགྱུར། །

དུས་གཅིག་ཏུ་ཚོན་གྱིས་བསྐྱར་བའི་གདོང་སྒྲོན་པོ་གཅིག་དང་ཚོན་  
གྱིས་མ་བསྐྱར་བའི་གདོང་གཉིས་སོ་སོར་རྟོགས་པར་འགྱུར་བར་ཐལ། ཚོན་  
གྱིས་བསྐྱར་བའི་གདོང་སྒྲོན་པོ་མཛོན་སུམ་དུ་མཐོང་། དུས་དེར་དེ་གང་  
ལ་འདྲ་འབྲེལ་གྲུབ་པའི་གཞི་ཚོན་གྱིས་ཁ་མ་བསྐྱར་བའི་ཡན་ལག་ཅན་གྱི་  
གདོང་མི་ཤ་ཁ་ཅིག་ཀྱང་མཐོང་རུང་དུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་༼ དེ་དགོང་པ་ ༽ནི།

ཙ་བ། དེ་ཕྱིར་ཚོགས་པ་གཅིག་ཡོད་མིན། །

སྐྱེས་བུའི་ལུས་ཀྱི་ཚོགས་པ་ཚོས་ཅན། རགས་པ་ཆ་མེད་གཅིག་ཏུ་  
ཡོད་པ་མིན་ཏེ། གཡོ་མི་གཡོ་སོགས་ཀྱི་འགལ་བ་དུ་མ་འདྲས་པ་དེའི་ཕྱིར།  
བྱེ་བྲག་པ་དག་ཕྱི་དོན་རགས་པ་ཆ་བཅས་ཡིན་ན། ཆ་དང་ཆར་སྤྱེ་ནས་  
དབྱེད་ན་རྩལ་སྒྲན་བསགས་པ་ཅ་མ་ལས་མ་འདས་ལ། དེ་ལྟ་ན་སྤྱི་བ་ཐོགས་  
སོགས་བྱེད་པའི་དངོས་པོ་མི་སྤྱིད་པར་འགྱུར་བས་ཡན་ལག་ལས་དོན་  
གཞན་པའི་ཡན་ལག་ཅན་ཆ་མེད་ཁས་ལེན་པ་ཡིན་ནོ།།

གང་དག་རགས་པ་ཡིན་ན་རྫས་སུ་མ་བྱའ་པས་བྱའ་པར་འདོད་པ་  
 དང་། ཆོགས་པ་དང་ཆོགས་པ་ཅན་རྫས་ཐ་དད་དུ་འདོད་པ་དག་ནི། ཆོགས་  
 རྒྱན་འཛོག་མ་ཤེས་པའི་ལོག་པར་རྟོག་པ་འབའ་ཞིག་གོ ཡན་ལག་ཅན་འདི་  
 གྲེ་བྲག་པའི་རྩ་བའི་འདོད་པ་ཡིན་ཀྱང་། རྒྱང་པན་ལུས་ཡིད་སློའི་རྟེན་བྱང་  
 པར་ཅན་དུ་འདོད་པ་ན། རྟེན་བྱེད་པའི་ལུས་ཀྱི་ངོ་བོ་ལ་དབྱུད་ནས་འགོག་  
 པའི་ཡན་ལག་ཡིན་པས། གཞུང་འདི་དག་གི་ཕྱིར་ཕྱོགས་ནི་རྒྱང་པན་ཡིན་ནོ།།

གཉིས་པ་༼ བཀག་པ་ལ་གཞོད་པ་སྤང་བ་ ༽ལ་གསུམ།  
 ཕྱི་དོན་དབང་ཤེས་ཀྱིས་མི་རྟོག་པར་ཐལ་བ་སྤང་བ་དང་། དེས་རིགས་  
 ཅན་གཞན་ཡང་ཞིགས་པ་དང་། ཡན་ལག་ཅན་དང་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་ཡོན་  
 ཏན་གྲེ་བྲག་ཏུ་དགག་པའོ།།

དང་པོ་༼ ཕྱི་དོན་དབང་ཤེས་ཀྱིས་མི་རྟོགས་པར་ཐལ་བ་སྤང་བ་ ༽ནི།  
 རགས་པའི་ཕྱི་དོན་རྩལ་སྤྲོད་ལས་རྫས་ཐ་དད་མེད་ན།  
 ཅ་བ། དུ་མ་ཉིད་ན་སྤྲ་མ་བཞིན། །  
 བྱང་མེད་ཕྱིར་དང་སྤྲ་རབ་ཕྱིར། །  
 རྟོགས་མིན་ཞེན་.....། །

རྩལ་སྤྲོད་དུ་མའི་གནས་སྐབས་ཉིད་ལས་མ་འདས་ལ། དེ་ལྟ་ནའང་། སྤྲ་  
 མ་རྩལ་སྤྲོད་བྱེད་པར་ཅན་དུ་མ་བྱུང་པའི་དུས་བཞིན་དུ། ཕྱི་དོན་དབང་ཤེས་  
 ཀྱིས་རྟོགས་པ་མིན་པར་ཐལ། སྤྲ་མ་དང་བྱང་པར་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། རྩལ་

ཕྱ་རབ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཅེ་ན། ཉགས་དང་པོ་མ་གྲུབ་པ་ནི།

ཙ་བ། .....ཁྱད་མེད་པར། །

མ་གྲུབ་ཁྱད་པར་ཅན་རྣམས་ནི། །

དབང་ཡུལ་དེ་ཕྱིར་.....། །

དབང་ཤེས་ཀྱི་དམིགས་རྒྱུན་བྱེད་པའི་གཟུགས་དེ། དམིགས་རྒྱུན་མི་  
བྱེད་པའི་གནས་སྐབས་དང་ཁྱད་པར་མེད་པར་མ་གྲུབ་སྟེ། སྒྲ་མ་ལས་ཁྱད་  
པར་ཅན་དུ་གྱུར་པའི་གཟུགས་རྣམས་དབང་ཤེས་ཀྱི་གཟུང་ཡུལ་དུ་འགྱུར་  
དགོས་པ་དེའི་ཕྱིར། ཉགས་གཉིས་པ་མ་གྲུབ་པ་ནི།

ཙ་བ། .....རྩལ་སྤྲོད་མིན། །

བྱམ་པ་ཆོས་ཅན། རྩལ་སྤྲོད་མིན་པར་ཐལ། དབང་པོའི་མངོན་སུམ་  
ཆོད་མས་རང་སྟོབས་ཀྱིས་ངེས་ཤེས་འདྲན་རྒྱས་ཀྱི་ཡུལ་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར།  
འདིའི་འགྲེལ་པར་སྟོབ་དཔོན་ལྟ་དབང་སྟོས། དེའི་ཆེ་རྩལ་སྤྲོད་དེ་དག་ཐ་  
སྙད་ཀྱི་ཡུལ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བཤད་པ་ནི། དབང་ཤེས་རང་སྟོབས་ཀྱིས་  
ཐ་སྙད་མི་རྟོགས་པའི་དོན་ཏེ། དབང་ཤེས་ངེས་ནི་གཟུགས་སོ་ཞེས་པ་ལ་  
སོགས་པའི་རགས་པའི་ཐ་སྙད་འདྲན་པའི་ཕྱིར་རོ།

གང་དག་རགས་པ་ཡིན་ན་རྣམས་སུ་མ་གྲུབ་པར་འདོད་བཞིན་དུ་གཞུང་  
འདིས་རྩལ་སྤྲོད་དབང་ཤེས་ཀྱིས་མཐོང་བ་མི་སྲིད་པར་བསྟན་ཏོ། ། ཞེས་  
ཟེར་བ་ཆེས་མི་རིགས་ཏེ། སྟོན་པོ་ཆོས་ཅན། རྩལ་སྤྲོད་ཡིན་པར་ཐལ། ཕྱི་



དོན་གང་ཞིག་རགས་པ་མིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྱུ་བ་ན། དམ་བཅའ་སྒྲ་  
མ་དང་འགལ། འདོད་ན། རྟུལ་ཕྱན་མིན་པར་ཐལ། དབང་ཤེས་ཀྱིས་མཐོང་  
བའི་ཕྱིར། མིག་ཤེས་ཀྱིས་སྒྲོན་པོ་མི་མཐོང་བར་ཁས་ལོང་ཞིག་དབང་པོའི་  
མདོན་སྐུམ་གྱི་ཡུལ་ཡིན་ན་དངོས་པོ་ཡིན་པར་འགལ་བར་ཐལ། རྟུལ་ཕྱན་  
དེའི་ཡུལ་དུ་འགྱུར་བ་མི་སྲིད། རགས་པ་ཡིན་ན་དངོས་པོར་འགལ་བའི་  
ཕྱིར།

ཡང་ན། དུ་མ་ཉིད་ན་ཞེས་པའི་རྩོད་པ་སོར་བཞག་ནས། སྒྲ་མ་བཞིན་  
ཞེས་པ་ལན་དུ་བྱས་ཏེ། གལ་ཏེ་ལུས་འདི་རྟུལ་ཕྱན་དུ་མ་ཡིན་ན། རགས་པ་  
མི་སྲིད་པས་སྒྲ་མ་རྟུལ་ཕྱན་སོ་སོར་གནས་པ་བཞིན་དུ་དབང་ཤེས་ཀྱིས་སོ་  
སོར་རིག་པར་ཐལ་ལོ་ཞེས་སྒྱུར་རོ། །དེ་ནི་ཡན་ལག་ཅན་ཆ་མེད་མི་སྲིད་ན་  
རྟུལ་ཕྱན་ཉིད་ལས་མ་འདས་པས། རྟུལ་ཕྱན་སོ་སོར་རིག་པར་ཐལ་ལོ་སྐྱུམ་  
པ་ལ། འོ་ན་ཡན་ལག་ཅན་ཆ་མེད་གོང་དུ་ཁྱེད་ཀྱིས་པའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་རིག་པར་  
ཐལ་ལོ་ཞེས་པའོ།

གཉིས་པ་ ༼ དེས་རིགས་ཅན་གཞན་ལ་ཁྱེད་ཀྱིས་པ་ ༽ ཞི།  
ཅ་བ། འདིས་ནི་སྐྱེ་བ་བྱེད་ལ་སོགས་པ། །  
མེད་པ་དག་གྲང་བསལ་བ་ཡིན། །

རྟུལ་ཕྱན་བྱེད་པར་ཅན་བསྐྱབ་པ་འདིས་ནི་ཆོས་ཅན། རགས་པའི་ཆ་  
མེད་མི་སྲིད་ན་ཕྱི་རོལ་དོན་ལ་སྐྱེ་བ་བྱེད་ལ་སོགས་པ་བྱེད་པའི་རྣམས་པ་མེད་

པ་དག་གྲང་བསལ་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་མེད་གྲང་རྩལ་ཕྱན་བསགས་པས་བྱ་བ་དེ་  
དག་བྱེད་པར་བསྟན་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་༼ ཡན་ལག་ཅན་དང་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཐག་ཏུ་དགག་པ་ ༽ལ་གཉིས།  
དབང་ཤེས་ཀྱིས་མཐོང་བ་ལ་ཡན་ལག་ཅན་དོན་གཞན་དགོས་ན་ཏ་  
ཅང་ཐལ་བ་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་པའི་གྲངས་སོགས་དོན་གཞན་དགག་པའོ།།

དང་པོ་༼ དབང་ཤེས་ཀྱི་མཐོང་བ་ལ་ཡན་ལག་ཅན་དོན་གཞན་དགོས་ན་ཏ་ཅང་ཐལ་བ་ ༽ནི།

ཅ་བ། དངུལ་ཚུ་གསེར་དང་འདྲེས་པའམ། །

རྫོ་ཚོན་ལ་སོགས་ཇི་ལྟར་སྤང་། །

དངུལ་ཚུ་གསེར་སོགས་དང་འདྲེས་པའམ། རྫོ་ཚོན་ལ་སོགས་པ་ཇི་  
ལྟར་ཡང་དབང་ཤེས་ལ་སྤང་བ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ལ་ཡན་ལག་ཅན་དོན་  
གཞན་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རྩལ་རིགས་མི་མཐུན་ཚོགས་པའི་ཕྱིར། གཞུང་  
འདི་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷགས་གོང་དམར་འབར་བར་གྱུར་པའི་ཆེ་མེ་ལྷགས་  
རྩལ་ཐ་དད་དུ་འདོད་པ་མི་རིགས་ཏེ། དེ་གཉིས་རྩལ་གཅིག་ཏུ་རྣམ་ངེས་སུ་  
བསྐྱབ་པ་དང་། འདི་དང་ཚུལ་མི་མཚུངས་པར་དེའི་ཐད་ཀྱི་འགྲེལ་པར་སློབ་  
དཔོན་ཚོས་མཚོག་གིས་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལྟར་ཡིན་ནོ།།

ཅ་བ། དབང་སོགས་སོ་སོར་རུས་མེད་རྣམས། །

རྟོགས་པ་དག་ནི་ཇི་ལྟར་ཡིན། །

གཞན་ཡང་དབང་སོགས་རྒྱུ་གསུམ་གྱིས་གཟུགས་རྟོགས་པའི་  
འབྲས་བུ་ཐུན་མོང་བ་དག་ཇི་ལྟར་ཡང་བསྐྱེད་བ་ཡིན་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ།  
དེ་རྣམས་མ་ཚོགས་པའི་སོ་སོར་རུས་བ་མེད་པ་གང་ཞིག་དེ་རྣམས་ཚོགས་  
ཀྱང་ཡན་ལག་ཅན་དོན་གཞན་མེད་པའི་ཕྱིར།

ཅ་བ། ལྡན་ལས་ཤེས་ན་.....། །

རྒྱུ་གསུམ་སྤང་པའི་ལྡན་བ་ལས་དབང་ཤེས་སྐྱེའོ་ཞེ་ན། རྒྱུ་གསུམ་  
གྱིས་ལྡན་བ་བསྐྱེད་བ་ཡང་མི་འཐད་པར་ཐལ།

ཅ་བ། .....འདྲིར་ཐལ་མཚུངས། །

ལྡན་བ་བསྐྱེད་པར་འདོད་བ་འདྲིར་ཡང་། ཚོགས་མ་ཚོགས་ཀྱི་ཐལ་བ་  
དེ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར།

ཅ་བ། གལ་ཏེ་གསེར་དང་དངུལ་ཚུ་ནི། །

ལྡན་བས་སྤང་བ་ཡིན་ཞེ་ན། །

གལ་ཏེ་གསེར་དང་དངུལ་ཚུ་འདྲེས་བ་འདྲིར་ནི་ཡན་ལག་ཅན་མེད་  
ཀྱང་རྩལ་རིགས་མི་མ་ཐུན་སྤང་པའི་ལྡན་བ་དབང་ཤེས་ལ་སྤང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་  
ན།

ཅ་བ། རྟོན་མཐོང་མེད་པར་གང་ལས་རྟོགས། །

བརྟོན་བ་རྩལ་ཐུན་སྤང་བ་གང་ལས་ཀྱང་དབང་ཤེས་གྱིས་དངོས་སུ་

རྟོགས་པ་མི་སྲིད་པར་ཐལ། ཉེན་རྩལ་སྤྲོད་མཐོང་བ་མེད་པའི་བྱིར། འདིས་  
ནི། དབང་ཤེས་ཀྱིས་རྩལ་སྤྲོད་མི་མཐོང་རྩལ་སྤྲོད་བསགས་པ་མཐོང་ཞེས་  
སྤྲོ་བ་དག་ལེགས་པར་བཀག་པ་ཡིན་ནོ།

ཅུ་བ། རོ་གཟུགས་ལ་སོགས་སྤྲོད་པར་འགལ། །

རྩ་ས་རིགས་མི་མཐུན་སྤྲོ་ཚོགས་སྐྱར་བའི་བརྟུང་བ་ཚོས་ཅན། རོ་ཞིམ་  
པ་དང་། གཟུགས་བཟང་བ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་སྤྲོད་པར་འགལ་  
བར་ཐལ། དེ་སྤྲོད་པའི་གཞི་ཡན་ལག་ཅན་དོན་གཞན་མེད་པའི་བྱིར།

ཅུ་བ། གལ་ཏེ་ཉེ་བར་བཏགས་པ་ལས། །

འདོད་ན་.....། །

གལ་ཏེ་ཡན་ལག་ཅན་དོན་གཞན་མེད་ཀྱང་། ཡན་ལག་གི་རོ་གཟུགས་  
ཉིད་ལ་ཉེ་བར་བཏགས་པ་ལས་བརྟུང་བ་རོ་ཞིམ་པ་ལ་སོགས་པའི་ཐ་སྙད་  
འདོད་དོ་ཞེ་ན།

ཅུ་བ། .....སྒོ་ཐ་དད་པར་འགྱུར། །

བརྟུང་བ་དེ་ལའང་རང་རང་གི་སྤྲོད་མོང་མ་ཡིན་པའི་རོ་གཟུགས་ལ་  
སོགས་མ་འདྲེས་པར་སྤྲོད་པའི་སྒོ་ཐ་དད་པ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་གྱི། སྤྲོད་མོང་དུ་  
སྐྱར་བ་ལས་བརྟུང་བའི་རོ་གཟུགས་སོགས་ཀྱི་སྒོ་སྐྱེ་མི་སྲིད་པར་ཐལ། ཡན་  
ལག་ཅན་སོགས་སུ་མ་འདྲེས་པའི་ཡན་ལག་གི་རོ་གཟུགས་ལ་རོ་ཞིམ་པ་

སོགས་སུ་བཏགས་པ་ཙམ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཡང་ན། འོ་མ་ལ་སོགས་པ་སོ་  
སོར་འཐུངས་པའི་རོ་ཁྱོང་བའི་སྒོ་ལས་ཐ་དད་པར་རྫས་སྒྲ་ཆོགས་སྒྱར་བའི་  
བཏུང་བ་ལ་རོ་གཞན་ཁྱོང་བ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཡན་ལག་གི་རོ་ལ་རོ་ཞིམ་  
པ་སོགས་སུ་བཏགས་པ་ཙམ་དུ་ཟད་གྱི། ཡན་ལག་ཅན་གྱི་རོ་མེད་པའི་བྱིར།

ཅ་བ། རི་ལྟར་འཕྲེང་རིང་ཞེས་བྱར་འགྱུར། །

རི་ལྟར་མེ་ཏོག་བརྒྱ་ཚར་དུ་དངར་བའི་ཕྲེང་བ་ལ་ཕྲེང་བ་རིང་པོ་ཞེས་  
བྱ་བར་འགྱུར་བ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ལ་ཡན་ལག་ཅན་དོན་གཞན་མེད།  
ལྟན་པ་ཡོད་ཀྱང་ཡོན་ཏན་ལ་ཡོན་ཏན་གཉིས་པ་མི་བརྟེན་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་༽ དེ་ལ་བརྟེན་པའི་གངས་སོགས་དོན་གཞན་དགག་པ་ ༽ལ་གཉིས།  
ཏགས་དགོད་པ་དང་། དེ་ལ་གཞོད་པ་སྤང་བའོ།

དང་པོ་༽ ཏགས་དགོད་པ་ ༽ནི།  
ཅ་བ། དེ་ལྟར་རང་གི་ངོ་བོ་དང་། །  
བརྗོད་པ་དག་ལས་ཐ་དད་པར། །  
གངས་ལྟན་ལས་ལ་སོགས་པ་ཡི། །  
ངོ་བོ་སྒོ་ལ་མི་སྤང་ངོ་། །

གངས་སོགས་དེ་དང་ལྟན་པའི་བྱམ་པ་རང་གི་ངོ་བོ་དང་། བྱམ་པ་ཞེས་  
བརྗོད་པའི་སྤྱད་ག་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ལས་རྫས་ཐ་དད་པར་བྱམ་པའི་གངས་

དང་ལྡན་པར་རང་ལས་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོ་མེད་དེ། དེ་ལྟར་ཡོད་ན་སྟོ་མ་  
འབྱུལ་བ་ལ་སྦྱང་དགོས་པ་ལས། སྟོ་མ་འབྱུལ་བ་ལ་མི་སྦྱང་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ ༼ དེ་ལ་གཞོན་པ་སྦྱང་བ་ ༽ ལ་གཉིས།  
སྦྱ་ཐ་དད་འཇུག་པས་དོན་རྗེས་ཐ་དད་བྱུབ་པ་དགག་དེ་མ་བྱུབ་ན་སྦྱ་  
ཐ་དད་དོན་མེད་དུ་ཐལ་བ་སྦྱང་བའོ།།

དང་པོ་ ༼ སྦྱ་ཐ་དད་དུ་འཇུག་པས་དོན་རྗེས་ཐ་དད་བྱུབ་པ་དགག་པ་ ༽ བློ།  
བྱམ་པ་ལས་དོན་གཞན་པའི་གྲངས་སོགས་ཡོད་དེ། བྱམ་པ་གཅིག་  
གཉིས་ལ་སོགས་པའི་སྦྱ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

ཅ་བ། སྦྱ་ཤེས་དངོས་པོ་ཐ་དད་པའི། །

རྗེས་འབྲང་རྣམ་ཏྲིག་བཏགས་དོན་ཅན། །

སྦྱ་དང་ཏྲིག་པའི་ཤེས་པ་ཐ་དད་མཐོང་བ་ཅ་མ་གྱིས་དོན་རྗེས་ཐ་དད་  
ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱམ་པ་ལས་དོན་གཞན་པའི་བྱམ་པའི་གཅིག་མེད་  
ཀྱང་། བྱམ་པ་གཅིག་མ་ཡིན་པའི་དངོས་པོ་ལས་ཐ་དད་པའི་གཞན་སེལ་གྱི་  
རྗེས་སུ་འབྲང་བའི་རྣམ་ཏྲིག་གིས་བཏགས་པའི་དོན་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཅ་བ། དཔེར་ན་ཡོན་ཏན་ལ་སོགས་པ། །

ཞིག་དང་མ་སྦྱེས་དག་ལ་བཞིན། །

དཔེར་ན། ཡོན་ཏན་སྟོན་པོ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡོན་ཏན་གཉིས་པ་མི་



བརྟེན་ཀྱང་སྒྲོན་པོ་གཅིག་ཅེས་པ་མཐོང་བའམ།      བུམ་པ་བཞིན་པ་དང་མ་  
སྐྱེས་པ་དག་ལ་ཡོན་ཏན་དོན་གཞན་མེད་ཀྱང་།      གཅིག་གཉིས་ལ་སོགས་  
པའི་ཐ་སྙད་མཐོང་བ་བཞིན་ནོ།།

ཅ་བ། གལ་ཏེ་འདིར་ནི་བཏགས་འདོད་ན། །

གལ་ཏེ་འདས་མ་འོངས་ལ་གྲངས་ཀྱི་ཐ་སྙད་སྒྲུབ་བ་འདིར་ནི་བཏགས་  
མིང་དུ་འདོད་དོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། རྒྱ་མཚན་གང་གིས་དེ་འདོད་པ། །

དེ་ནི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ལ། །

དེ་དག་གི་རྒྱས་ཅིས་མི་འདོད། །

དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ལ་དེ་དག་གི་ཐ་སྙད་བཏགས་པའི་རྒྱས་ཅིས་མི་  
འདོད་དེ་འདོད་རིགས་པར་ཐལ། བྱད་ཚེས་དོན་གཞན་མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་  
གང་གིས་འདས་མ་འོངས་ལ་གྲངས་སོགས་ཀྱི་མིང་དེ་བཏགས་མིང་དུ་  
འདོད་པ་གང་ཞིག །གྲངས་སོགས་དོན་གཞན་མེད་པ་དེ་ནི་དངོས་པོ་ཀུན་ལ་  
མཚུངས་པའི་ཕྱིར།

ཅ་བ། གལ་ཏེ་ཀུན་ལ་ཉེར་བཏགས་མིན། །

ཐ་དད་བྱད་པར་གཙོ་བོ་ཞེས། །

གལ་ཏེ་ཀུན་ལ་མིང་ཉེ་བར་བཏགས་པ་ལས་འཇུག་པ་མིན་ཏེ། དངོས་

མིང་མི་སྲིད་པར་ཐལ་བའི་ཕྱིར་དོ། དེས་ན་རྣམ་ཐ་དད་བྱུང་པར་གྱི་ཚོས་  
སྤྱོད་པ་ལ་གཙུག་པོ་ཞེས་པས་ཉེ་དངོས་མིང་དང་། དེ་མེད་པའི་མིང་འཇུག་  
པ་བཏགས་མིང་དོ་ཞེ་ན།

ཙ་བ། བྱ་ཉིད་གང་ལས་.....། །

བྱུང་ཚོས་དོན་གཞན་ལས་མིང་འཇུག་པ་དངོས་མིང་དང་། དེ་མེད་  
པའི་མིང་བཏགས་མིང་དོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཉིད་རྒྱ་མཚན་གང་ལས་ཀྱང་མི་  
འཐད་པར་ཐལ། རྒྱ་མཚན་མེད་བཞིན་དུ་བྱེ་བྲག་པས་བཏགས་པ་ཙ་མ་དུ་  
བྱེད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་༼ དེ་མ་གྲུབ་ན་སྐྱེ་ཐ་དད་དོན་མེད་དུ་ཐལ་བ་སྤང་བ་ ༽ལ་གཉིས།  
སྐྱེ་ཐ་དད་དོན་མེད་དུ་ཐལ་བ་སྤང་བ་དང་། དུག་སྐྱེ་མི་འཐད་པར་ཐལ་བ་  
སྤང་བའོ།

དང་པོ་༼ སྐྱེ་ཐ་དད་དོན་མེད་དུ་ཐལ་བ་སྤང་བ་ ༽ནི།

ཙ་བ། .....ཐ་དད་པ། །

མེད་ལ་ཐ་དད་དོན་མེད་ན། །

བརྗོད་བྱའི་དོན་རྣམ་ཐ་དད་པ་མེད་པ་ལ་སྐྱེ་ཐ་དད་སྐྱར་བ་དོན་མེད་དེ།  
སྐྱར་ཡང་རྣམ་གངས་པ་ཙ་མ་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ཅེ་ན། བརྗོད་བྱ་དོན་གཞན་  
མེད་པའི་སྐྱེ་ཐ་དད་ཡིན་ན། རྣམ་གངས་པར་འགྱུར་བས་མ་ཁྱབ་པར་ཐལ།

ཅ་བ། འོན་གཞན་རྒྱ་མཚན་ཅན་མིན་ཡང་། །

དཀར་ལ་སོགས་པ་གངས་སོགས་དང་། །

ལྡན་པའི་སྒྲིའི་རྣམ་གངས་མིན། །

དཀར་པོ་ལས་འོན་གཞན་པའི་གངས་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་ཅན་མིན་ཡང་།  
དཀར་པོ་གཅིག་གཉིས་ཞེས་བརྗོད་པའི་གངས་སོགས་ཀྱི་སྒྲི་དང་། གངས་དེ་  
དང་ལྡན་པའི་དཀར་པོ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲི་རྣམ་གངས་པ་མིན་པའི་བྱིར། ཅ་བ།  
གལ་ཏེ་དེ་ལས་འོན་གཞན་ན། །

གལ་ཏེ་དཀར་པོ་དེས་གཅིག་འོན་གཞན་དང་ལྡན་ལོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། ཡོན་ཏན་རྣམས་ཀྱི་བྱད་མེད་འགྱུར། །

ཡོན་ཏན་དང་རྣམས་ཀྱི་བྱད་པར་མེད་པར་འགྱུར་བར་ཐལ། ཡོན་ཏན་  
ལ་ཡོན་ཏན་རྣམས་གཞན་གཉིས་པ་བརྟེན་པའི་བྱིར། དེས་ན་སྒྲིའི་ག་ཐ་དང་  
འཇུག་པའི་རྒྱ་ཀྱི་རྣམས་ཐ་དང་དེས་པར་དགོས་པ་མིན་པར་ཐལ།

ཅ་བ། འོན་གཞན་མིན་ཡང་ལྟོག་པ་ཡི། །

དབྱེ་བས་ཐ་དད་པ་ཡིན་ཏེ། །

ལས་རྣམས་མིན་པའི་སྒྲི་བཞིན་ལོ། །

རྣམས་འོན་གཞན་ཡོད་པ་མིན་ཡང་ལྟོག་པའི་དབྱེ་བ་ཐ་དད་པ་ཅ་མ་  
གྱིས་སྒྲི་ཐ་དད་འཇུག་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། དཔེར་ན་ལས་ལ་རྣམས་མིན་པ་དང་།

རྣམ་ལ་ལས་མིན་པའི་བྱད་ཚོས་དོན་གཞན་མེད་ཀྱང་རྣམ་འདི་ལས་མིན།  
ལས་རྣམ་མིན་ཞེས་པའི་སྒྲ་བཞིན་ནོ།།

གཉིས་པ་༼ ལྷག་སྒྲ་མི་འཐད་པ་ཐལ་བ་སྒྲས་པ་ ༽ལ་གཉིས།  
ཚོས་དང་ཚོས་ཅན་བརྗོད་པའི་སྒྲའི་བྱད་པར་དང་། རིགས་བརྗོད་དང་  
ཚོགས་བརྗོད་ཀྱི་སྒྲའི་བྱད་པར་དོ།།

དང་པོ་༼ ཚོས་དང་ཚོས་ཅན་བརྗོད་པའི་སྒྲའི་བྱད་པར་ ༽ནི།  
འོན་བྱམ་པའི་གངས་ཞེས་བརྗོད་པ་མི་འཐད་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལས་  
དོན་གཞན་པའི་གངས་མེད་པའི་ཕྱིར་ཅེ་ན།  
ལྷག་སྒྲ་སྒྱུར་བའི་དགོས་པ་ནི།

ཅ་བ། དངོས་པོ་བརྗོད་པའི་སྒྲ་རྣམས་ཀྱིས། །

གངས་སོགས་དེ་དང་ལྡན་པ་ལས། །

ཐ་དད་བཞིན་དུ་བསྟན་གང་དེའང་། །

ཚོས་གཞན་བྱད་པར་བྱེད་པ་ཡིན། །

དངོས་པོ་སྟེ་ཚོས་བརྗོད་པའི་སྒྲ་རྣམས་ཀྱིས་གངས་སོགས་དེ་དང་ལྡན་  
པའི་བྱམ་པ་ལས་ཐ་དད་བཞིན་དུ་བསྟན་པ་གང་དེའང་ཚོས་ཅན། དགོས་པ་  
ཡོད་དེ། བྱམ་པའི་བྱད་ཚོས་གཞན་ལས་བྱམ་པའི་གངས་བྱད་པར་དུ་གོ་  
བར་བྱེད་པ་ལ་སྒྱུར་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཚོས་བརྗོད་ཀྱི་སྒྲས་བྱད་པར་གཞན་  
སྟོང་བར་བསྟན་པ་ནི།

ཅ་བ། དེ་ཙམ་ཤེས་པར་འདོད་པ་ལ། །

གཞན་ཀྱན་འཕངས་པ་མེད་པར་ནི། །

ལ་ལར་སོར་མོའི་ལྡན་པ་ཞེས། །

ཐ་དད་ཆོས་བཞིན་རྫོད་པར་བྱེད། །

སྐབས་ལ་ལར་སོར་མོ་ཡི་ལྡན་པ་ཞེས་བརྫོད་པའི་སྐྱ་ཆོས་ཅན། སོར་  
མོ་དེ་སོར་མོའི་ལྡན་པ་ལས་ཐ་དད་པའི་ཆོས་བཞིན་དུ་བརྫོད་པར་བྱེད་པ་ལ་  
དགོས་པ་ཡོད་དེ། སོར་མོའི་གཤེགས་པ་དེ་ཙམ་ཤེས་པར་འདོད་པ་ལ་དེ་  
ཤེས་པའི་ཆེད་དུ་ལྷོག་པ་གཞན་ཀྱན་སློ་ཡུལ་དུ་འཕངས་པ་མེད་པར་དེ་ཙམ་  
ཞེས་བརྫོད་པའི་བྱིར། ཆོས་ཅན་བརྫོད་པས་བྱུང་པར་གཞན་མི་སྤོང་བར་  
བསྟན་པ་ནི།

ཅ་བ། དོན་གཅིག་བརྫོད་ཀྱང་ཐམས་ཅད་ནི། །

འཕེན་བྱིར་སོར་མོ་ལྡན་འགྱུར་ཞེས། །

ཆོས་ཅན་བརྫོད་པར་གྲགས་ཡིན་ཏེ། །

སོར་མོ་ལྡན་པར་འགྱུར་ཞེས་བརྫོད་པའི་སྐྱ་ཆོས་ཅན། ཆོས་ཅན་བརྫོད་  
པར་གྲགས་པ་ཡིན་ཏེ། སོར་མོའི་བྱུང་ཆོས་དུ་མའི་ནང་ནས་གཤེགས་པའི་  
དོན་གཅིག་པོ་བརྫོད་ཀྱང་། སོར་མོའི་བྱུང་ཆོས་གཞན་ཐམས་ཅད་སློ་ཡུལ་  
དུ་འཕེན་པ་སྟེ་མ་སྤངས་པའི་སྐྱ་ཡིན་པའི་བྱིར།

ཅ་བ། དེ་ལྟར་བརྟེན་ནི་བྱས་པ་ཡིན། །

དེ་ལྟར་བྱད་ཆོས་དོན་གཞན་མེད་ཀྱང་། དོན་གཅིག་བརྟམ་ཐ་དད་པར་  
བྱས་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། དོན་གཅིག་བྱ་དེ་ཉིད་བྱད་པར་གཞན་  
སྤངས་མ་སྤངས་ཀྱི་སྒོ་ནས་ཤེས་པའི་ཆེད་དུ་བྱས་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ ༼ རིགས་བརྗོད་དང་ཆོགས་བརྗོད་ཀྱི་སྒྲིའི་བྱད་པར་ ༽ནི།  
ཡན་ལག་ཅན་དོན་གཞན་མེད་པར་ཡན་ལག་ཅེས་ཡིན་ན། བྱམ་པ་  
གཟུགས་སོ་ཞེས་པ་དང་། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་གཟུགས་སོ་  
ཞེས་པ་ཅེས་དུ་འགྱུར་གྱི། བྱམ་པའི་གཟུགས་ཞེས་པ་ནི་མི་རུང་བར་འགྱུར་  
རོ་ཞེ་ན། བྱམ་པ་ཞེས་བརྗོད་པའི་སྐྱ་ཡན་ལག་ཅན་དོན་གཞན་ལ་འཇུག་པ་  
མ་ཡིན་ཏེ།

ཅ་བ། གཟུགས་སོགས་རྒྱས་པའི་བྱད་པར་ནི། །

སྒྲིང་བས་དེ་མཚུངས་འབྲས་བུ་ཡི། །

རྒྱ་མིན་པ་ནི་རྣམ་གཅོད་ལ། །

བྱམ་པའི་སྐྱ་ནི་འཇུག་པར་འགྱུར། །

བྱམ་པའི་རྒྱལ་རྩལ་བརྒྱད་པོ་དེའི་མཚུངས་པའི་འབྲས་བུ་རྒྱ་སྒྲིང་བ་  
ཡི་རྒྱ་མིན་པ་རྣམ་པར་གཅོད་པའི་ཆོགས་པ་ལ། བྱམ་པ་ཞེས་བརྗོད་པའི་སྐྱ་  
དངོས་མིང་དུ་འཇུག་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།

ཅ་བ། དེས་ན་བྱམ་པ་གཟུགས་སོ་ཞེས། །

གཞི་གཅིག་པ་ཅན་སྐྱ་མ་ཡིན། །



བྱམ་པའི་གཟུགས་སོ་ཞེས་བརྗོད་པའི་སྐྱ་དེ་བྱམ་པ་དང་། བྱམ་པའི་  
གཟུགས་གཉིས་གཞི་གཅིག་པ་ཅན་ཏེ། གཞི་མ་ཐུན་བརྗོད་པའི་སྐྱ་མ་ཡིན་  
ཏེ། བྱམ་པ་ཞེས་བརྗོད་པའི་སྐྱ་དེས་བྱམ་པའི་གཟུགས་འི་ལ་སོགས་པ་  
རྣམས་ཀྱིས་རང་འཛིན་ཤེས་པ་བསྐྱེད་པའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱས་པའི་  
བྱུང་པར་བརྗོད་བྱར་སྤོང་བ་དེས་ནའི་ཕྱིར།

དེས་ན། བྱམ་པ་ཞེས་བརྗོད་པའི་སྐྱ་དེ་བྱམ་པའི་གཟུགས་ལ་སོགས་  
པ་ལ་བསྟོས་ནས་ཚོགས་བརྗོད་ཀྱི་སྐྱ་དང་། གསེར་བྱམ་ལ་སོགས་པ་ལ་  
བསྟོས་ནས་རིགས་བརྗོད་ཀྱི་སྐྱ་ཡིན་པས་སྒྲ་མ་བརྗོད་བྱར་སྤོང་ཞིང་། ཕྱི་མ་  
མི་སྤོང་བ་ཡིན་ནོ།

དེས་ན་ཚོགས་བརྗོད་ཀྱི་སྐྱ་དང་རིགས་བརྗོད་ཀྱི་སྐྱ་ལ་ཐུ་བཞི་ཡོད་  
དེ། དང་པོ་ཡིན་ལ་ཕྱི་མ་མ་ཡིན་པ་ནི། འབྲིགས་བྱེད་ཅེས་བརྗོད་པ་ལྟ་བུའོ།  
ཕྱི་མ་ཡིན་ལ་དང་པོ་མ་ཡིན་པ་ནི་གཟུགས་ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་ཀ་  
ཡིན་པ་ནི། བྱམ་པ་ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པ་ནི། དེ་དག་  
ལས་མ་གཏོགས་པ་རྣམས་སོ།

ཅུ་བ། དེས་ན་འདི་ནི་རིགས་དང་ནི། །

ཚོགས་པ་བརྗོད་པའི་བྱུང་པར་ཡིན། །

དེས་ན། རིགས་བརྗོད་ཀྱི་སྐྱས་རིགས་དོན་གཞན་དང་། ཚོགས་བརྗོད་  
ཀྱི་སྐྱས་ཡན་ལག་ཅན་རྣམས་གཞན་དེས་པར་བརྗོད་བྱར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པར་  
ཐལ། སྒྲ་མས་རིགས་ཅན་བརྗོད་བྱར་མི་སྤོང་། ཕྱི་མས་ཚོགས་པ་ཅན་བརྗོད་

བྱུང་སྤོང་བ་འདི་ནི། རིགས་བརྗོད་དང་ཚོགས་བ་བརྗོད་པའི་བྱུང་པར་ཡིན་  
པའི་བྱིར།

ཅ་བ། དེ་སྤྱི་ཡན་ལག་ཏུ་བྱས་ཏེ། །

བྱམ་བ་ཡི་ནི་གཟུགས་སོགས་ཞེས། །

དེ་རྒྱས་བྱུང་པར་སྟོན་པར་བྱེད། །

ཡན་ལག་ཅན་དོན་གཞན་མེད་ཀྱང་བྱམ་བ་ཡི་ནི་གཟུགས་ཞེས་  
སོགས་བརྗོད་པ་དག་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། དེ་ལྟར་བྱམ་བའི་གཟུགས་བྱུང་  
གཞི་དང་། ཚོགས་སྤྱི་བྱམ་བ་དེ་བྱུང་ཚེས་གྱི་ཡན་ལག་ཏུ་བྱས་ཏེ་བསྟན་  
པས་བྱམ་བའི་གཟུགས་དེས་རང་འཛིན་ཤེས་པ་བསྐྱེད་པའི་རྒྱས་བའི་བྱུང་  
པར་སྟོ་ཡུལ་དུ་སྟོན་པར་བྱེད་པའི་བྱིར།

ཅ་བ། བྱོགས་འདིས་གཞན་ལ་འང་བརྗོད་པར་བྱ། །

བཤད་མ་ཐག་པའི་བྱོགས་འདིས་ཅ་རྒྱན་གྱི་ངི་ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟ་བུ་  
གཞན་ལ་འང་དེ་ཁོ་ན་བཞིན་དུ་ཡན་ལག་ཅན་དོན་གཞན་མེད་ཀྱང་། ཅ་རྒྱན་  
གྱི་ངི་ཞེས་བརྗོད་པ་ལ་འགལ་བ་མེད་དོ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱའོ། དེ་ལྟར་  
བརྗོད་པའི་ཚོ། ཅ་རྒྱན་བྱུང་ཚེས་དང་། དེའི་ངི་བྱུང་གཞི་ཡིན་ནོ།

གཉིས་པ་༼ རྩལ་ཐུན་དེ་ཡིན་པ་དགག་པ་ ༽ལ་གཉིས།

རྩལ་ཐུན་ཀྱན་ཚོགས་བ་ཡིད་སྟོའི་རྒྱུར་དགོས་པ་དགག་ རེ་རེ་རྒྱང་  
པས་རྒྱས་བ་དགག་པའོ།

དང་པོ་༽ རྩལ་ཕྱན་ཀུན་ཚོགས་པ་ཡིད་སྒྲུབ་དགོད་པ་དགག་པ་ ༽ནི།

ཅ་བ། མ་ལུས་རྒྱ་ཉིད་ཡིན་ན་ནི། །

ཡན་ལག་གཅིག་དང་བྲལ་ནའང་མིན། །

ཡན་ལག་སྤྱ་མོ་གཅིག་དང་བྲལ་ནའང་། ཡིད་སྒྲེ་སྒྲེ་བ་མིན་པར་ཐལ།

ཡན་ལག་གི་ཆ་མ་ལུས་པ་དེའི་རྒྱ་ཉིད་དུ་ངེས་པར་དགོས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར།

གཉིས་པ་༽ རེ་རེ་རྒྱང་པས་རྩས་པ་དགག་པ་ ༽ལ་གཉིས།

ཐལ་བ་དགོད་པ་དང་། དེའི་ལན་དགག་པའོ།

དང་པོ་༽ ཐལ་བ་དགོད་པ་ ༽ནི།

ཅ་བ། རེ་རེ་རྩས་པ་ཉིད་ཡིན་ནའང་། །

ཅིག་ཅར་མང་པོ་འབྱུང་བར་འགྱུར། །

དུས་ཅིག་ཅར་དུ་སྒྲེས་བྲུ་གཅིག་གི་རྒྱུད་ལ་ཡིད་སྒྲོ་མང་པོ་འབྱུང་བར་  
འགྱུར་བར་ཐལ། རྩལ་ཕྱན་རེ་རེ་ནས་བསྟོས་མེད་དུ་ཡིད་སྒྲོ་བསྐྱེད་རྩས་པ་  
ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར།

གཉིས་པ་༽ དེའི་ལན་དགག་པ་ ༽ལ་གཉིས།

དབུགས་ཀྱི་རྒྱུན་གྱིས་ཅིག་ཅར་དུ་མ་མི་སྒྲེ་བ་དགག་དང་། དང་པོ་  
ལུས་ལས་ཅིག་ཅར་སྒྲེས་ཀྱང་སྤྱིས་རིགས་འདྲ་རེ་རེ་ཁོ་ན་སྒྲེ་བ་དགག་  
པའོ།

དང་པོ་། དབུགས་ཀྱི་རྒྱུན་གྱིས་ཅིག་ཅར་དུ་མ་མི་སྐྱེ་བ་དགག་བ་ ་ལ་གསུམ།  
དབུགས་རྟག་པ་ལས་སྐྱེ་བ་དགག་མི་རྟག་པ་ལས་སྐྱེ་བ་དགག་རང་ལ་  
ཉེས་པ་སྤང་བའོ།།

དང་པོ་། དབུགས་རྟག་པ་ལས་སྐྱེ་བ་དགག་བ་ ་ཞི།  
ཅ་བ། དུ་མ་ཉིད་དུ་མཚུངས་བའི་ཕྱིར། །  
འབྱུང་རྒྱུ་དག་ནི་ངེས་བྱེད་མིན། །

དབུགས་འབྱུང་རྒྱུ་དག་ཚེས་ཅན། ཆ་དུ་མ་མེད་པས་ཡིད་སློ་རེ་རེ་  
ཁོ་ན་སྐྱེ་བར་ངེས་བྱེད་མིན་པར་ཐལ། ལུས་དང་རྒྱལ་གྱི་ཆ་ཤས་དུ་མ་ཅན་  
ཉིད་དུ་མཚུངས་བའི་ཕྱིར། དེ་མ་གྲུབ་སྟེ།

ཅ་བ། གཅིག་ཉིད་ན་ཡང་.....། །

དབུགས་རྟག་པ་གཅིག་ཉིད་ཡིན་ལོ་ཞེ་ན་ཡང་།

ཅ་བ། .....མང་གསལ་འབྱུང་། །

དེ་རྒྱ་རྟག་ཏུ་ཉེ་ཕྱིར་རོ། །

ཡིད་སློ་མང་པོ་ཅིག་ཅར་དུ་གསལ་བར་འབྱུང་བར་ཐལ། དེའི་རྒྱ་རྟག་  
པ་རྟག་ཏུ་ཉེ་བའི་ཕྱིར།

ཅ་བ། གལ་ཏེ་དུ་མའི་རྒྱ་མིན་ན། །

གལ་ཏེ་དུས་གཅིག་ཏུ་ཡིད་སློ་གཅིག་ཁོ་ནའི་རྒྱ་ཡིན་གྱི་དུ་མའི་རྒྱ་

མིན་ནོ་ཞེ་ན། དབྱུགས་ཆོས་ཅན།

ཅ་བ། རིམ་གྱིས་ཀྱང་མིན་ཁྱད་མེད་ཕྱིར། །

དེམ་གྱིས་ཀྱང་ཡིད་སློང་ལ་མེད་ཀྱི་མིན་པར་ཐལ།      ཅིག་ཅར་མིན་པ་  
 གང་ཞིག་ ལུས་པའི་བྱུང་པར་མི་འདྲ་བ་མེད་པའི་སྤྱིར། དབྱུགས་རྟག་པ་ཞིག་  
 མེད་ཀྱང་། ཡིད་སློང་རེ་རེ་ཁོ་ནའི་རྒྱུར་མི་འཐད་པ་ནི།

ཅ་བ། དབྱུགས་གཅིག་ལ་ཡང་དོན་དུ་མ། །

འཛིན་སྤྱོད་དེ་ལས་ངས་མ་ཡིན། །

དབུགས་དེ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ལས་ཡིད་སློང་དེ་ཁོ་ན་སྐྱེ་བར་ངས་བ་མ་  
ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་འབྱུང་རྒྱུ་གང་རུང་གཅིག་གི་ཡུན་ལ་ཡང་དོན་སྲ་ཕྱི་  
དུ་མ་འཛིན་པའི་ཡིད་སློང་དུ་མ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར།

ཅ་བ། དུ་མ་སྒྲོ་གཅིག་གིས་ཤེས་ན། །

སྲ་སྲི་དུ་མ་ཡིད་སྒོ་གཅིག་གིས་ཤེས་པ་ཡིན་གྱི།      ཡིད་སྒོ་དུ་མ་མིན་  
 རོ་ཞེ་ན། འོན་ཡིད་སྒོས་དོན་སྲ་སྲི་དུ་མ་རྣམས་ལྟན་དུ་ཤེས་སམ། རྣམ་མེད་དུ་  
 ཤེས། དང་པོ་ལྟར་ན། ཡིད་སྒོ་དུ་མར་གྲུབ་ལ། སྲི་མ་ལྟར་ན།

ཅ་བ། དེ་ནི་ཅིག་ཅང་ཉིད་ལྟུང་ཏེ། །

འགལ་བ་མེད་ཕྱིར་.....། །

ཡིད་སློ་ཆོས་ཅན།      དོན་སྲ་བྱི་དུ་མ་དེ་ནི་ཅིག་ཅར་ཉིད་དུ་ཤེས་པར་

འགྱུར་བར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཤེས་པ་ལ་འགལ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར།

ཅ་བ། .....རིམ་གྱིས་ཀྱང་། །

མི་འགྱུར་བྱུང་བར་མེད་ཕྱིར་རོ། །

ཡང་ན་རིམ་གྱིས་ཀྱང་ཤེས་པར་མི་འགྱུར་བར་ཐལ།      རྣམ་པའི་བྱུང་  
བར་མེད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ ༼ དབྱུགས་མི་རྟག་པ་ལས་སྐྱེ་བ་དགག་པ་ ༽ ལ་གཉིས།

དབྱུགས་དུ་མ་རིམ་གྱིས་འབྱུང་བས་ཡིད་སློ་རེ་རེ་ཁོ་ན་བསྐྱེད་པ་  
དགག་ཅིག་ཅར་འབྱུང་བའི་དུ་མས་གཅིག་བསྐྱེད་པ་དགག་པ་ལོ། །

དང་པོ་ ༼ དབྱུགས་དུ་མ་རིམ་གྱིས་འབྱུང་བས་ཡིད་སློ་རེ་རེ་ཁོ་ན་བསྐྱེད་པ་དགག་པ་ ༽ བློ།

ཅ་བ། རང་རིགས་མིན་པའི་དུས་ཅན་གྱི། །

དབྱུགས་ཀྱི་སྐད་ཅིག་མང་པོ་དག །

གལ་ཏེ་དེ་འདྲའི་སེམས་ཉིད་གྱི། །

རྒྱ་ཡིན་པར་ནི་རྟོགས་བྱེད་ན། །

གལ་ཏེ་ལུས་ལས་འབྱུང་གི་རང་གི་རིགས་འདྲ་སྒྲ་མ་ལས་འབྱུང་བ་  
མིན་པའི་དུས་རིམ་གྱིས་འབྱུང་བ་ཅན་གྱི་དབྱུགས་ཀྱི་སྐད་ཅིག་མང་པོ་དག་  
སྒྲ་ཕྱིར་འབྱུང་བ་དེ་འདྲ་བའི་སེམས་རེ་རེ་ཉིད་གྱིས་དངོས་རྒྱ་ཡིན་པར་རྟོག་  
པར་བྱེད་པས་ཡིད་སློ་དུ་མ་ཅིག་ཅར་མི་འབྱུང་ངོ་ཞེ་ན།



ཅ་བ། གོ་རིམ་ལྡན་པའི་རྒྱ་མེད་པར། །

དེ་དག་རིམ་ལྡན་ངི་ལྟར་འགྱུར། །

དབུགས་དེ་དག་ཆོས་ཅན། སྤྱི་ཕྱི་རིམ་ལྡན་དུ་ངི་ལྟར་ཡང་འགྱུར་བར་  
འགྱུར་བ་མི་འཐད་པར་ཐལ། གོ་རིམ་དང་ལྡན་པར་བསྐྱེད་པའི་རྒྱ་མེད་པའི་  
ཕྱིར་ཏེ། ལུས་ཏྲག་པ་ལས་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར། མ་གྱུ་བ་སྟེ།

ཅ་བ། རང་རིགས་སྤྱི་མ་རྒྱ་ཉིད་ན། །

རང་གི་རིགས་འདྲ་སྤྱི་མའི་རྒྱ་ཉིད་ལས་སྐྱེས་སོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། དང་པོ་འགྱུར་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། །

དེ་རྒྱ་དེ་འདྲ་ཡོད་མ་ཡིན། །

དང་པོ་མངལ་དུ་སྐྱེས་མ་ཐག་དབུགས་འགྱུར་བར་མི་འགྱུར་བར་ཐལ།  
དེའི་ཆེ་དེའི་རྒྱ་རིགས་འདྲ་སྤྱི་མ་དེ་འདྲ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་གྱུ་བ་ན།  
སྐྱེ་བ་སྤྱི་མ་མེད་པར་འགལ་ལོ།

ཅ་བ། དབུགས་འགྱུར་ཐ་དད་ཡུལ་ཅན་ཕྱིར། །

ཡོད་ཀྱང་དུ་མ་ཉིད་དུ་ངེས། །

དེ་ཕྱིར་སྒོ་ནི་ཅིག་ཅར་སྐྱེ། །

སྐྱེས་མ་ཐག་གི་དབུགས་འགྱུར་རྒྱ་ཆོས་ཅན། རིགས་འདྲ་སྤྱི་མ་ཡོད་  
ཀྱང་ཆ་དུ་མ་ཅན་ཉིད་དུ་ངེས་པར་ཐལ། གོ་ས་ཐ་དད་དུ་མའི་ཡུལ་ན་ཁྱུ་བ་པ་

ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཡིད་སློང་ཏུ་མ་ཅིག་ཅར་སྐྱེ་བར་ཐལ། དེའི་ཉེར་  
ལེན་ལུས་ཏྱག་པ་དང་། རྒྱུན་དབྱུགས་ཏུ་མ་རྒྱས་པ་མ་ཉམས་པར་ཆང་བའི་  
ཕྱིར།

གཉིས་པ་ ༼ ཅིག་ཅར་འབྱུང་བའི་ཏུ་མས་གཅིག་བསྐྱེད་པ་དགག་པ་ ༽ནི།

ཅ་བ། གལ་ཏེ་ཏུ་མའང་གཅིག་ཏུས་ཅན། །

སེམས་གཅིག་གི་ནི་རྒྱ་ཡིན་ན། །

གལ་ཏེ་དབྱུགས་ཏུ་མའང་ཏུས་གཅིག་པ་ཅན་གྱི་སེམས་གཅིག་གི་རྒྱ་  
ཡིན་གྱི། ཏུ་མའི་རྒྱ་མིན་ནོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། དབྱུགས་རྒྱ་ཞན་པ་ལ་སོགས་སུ། །

གཅིག་མ་ཆང་ནའང་མི་འབྱུང་འགྱུར། །

འོ་ན་དབྱུགས་རྒྱ་བ་ཞན་པ་ལ་སོགས་པའི་སྐབས་སུ་དབྱུགས་རྒྱ་བ་  
དག་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་མ་ཆང་ནའང་ཡིད་སློང་མི་འབྱུང་བར་འགྱུར་བར་ཐལ། དེ་  
དག་ཀྱང་ཚོགས་པ་ཡིད་སློང་རྒྱར་དགོས་པའི་ཕྱིར།

ཅ་བ། ཅི་སྟེ་ངེ་ལྟར་ཡོད་རྒྱ་ཡིན། །

ཅི་སྟེ་མ་གྲུབ་སྟེ། དག་ཞན་ངེ་ལྟར་ཡོད་པ་ཡིད་སློང་དེའི་རྒྱ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། ཤེས་པ་ལ་ཡང་བྱུང་ཡོད་འགྱུར། །

གང་ཞིག་གང་གི་ཐ་དད་ལས། །

ཐ་དད་མིན་ཏེ་དེ་འབྲས་མིན། །

དབྱུགས་ཀྱི་དབང་གིས་ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པ་ལ་ཡང་གསལ་མི་གསལ་གྱི་  
ཁུད་པར་ཡོད་པར་འགྱུར་བར་ཐལ། དབྱུགས་དྲག་ཞན་ངི་ལྟར་ཡོད་པ་ཡིད་  
སློང་ཉེར་ལེན་ཡིན་པའི་སྤྱིར། འབྲས་སྤུ་གང་ཞིག་གང་གི་འཕེལ་  
འགྲིབ་ཐ་དད་ལས་ཐ་དད་དུ་འགྱུར་བ་མིན་པ་དེ་དེའི་དངོས་འབྲས་མིན་པའི་  
སྤྱིར།

གསུམ་པ་༼རང་ལ་ཉེས་པ་སྤང་བ་༽ནི།

ཡིད་སློང་རང་གི་རིགས་འདྲ་ལས་སྤྱི་བར་འདོད་པ་ཁྱོད་ཀྱི་ལུགས་ལ་  
ཡང་དུ་མ་ཅིག་ཅར་སྤྱི་བར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། རྣམ་ཤེས་རྒྱས་པ་ངེས་པའི་སྤྱིར། །

གཅིག་ནི་གཅིག་གི་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། །

རྣམ་ཤེས་སྤྲ་མ་གཅིག་ནི་རིགས་འདྲ་གཅིག་ཁོ་ནའི་དངོས་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་  
ཏེ། རིགས་འདྲ་རེ་རེ་ཁོ་ན་དངོས་སུ་བསྐྱེད་པའི་རྒྱས་པ་ངེས་པའི་སྤྱིར། དེར་  
ཐལ།

ཅ་བ། རྣམ་ཤེས་དོན་གཞན་ཆགས་པ་ཡིས། །

རྒྱས་མེད་དོན་གཞན་མི་འཇིན་སྤྱིར། །

ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་དོན་གཞན་གཟུགས་ལ་ལྷག་པར་ཆགས་པ་ཡིས་

དེའི་ཆེ་དེ་ལས་དོན་གཞན་པའི་སྐྱ་མི་འཛིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་ཆེ་དེ་  
འཛིན་པའི་དེ་མ་ཐག་སྐྱེན་གྱི་རྒྱས་པ་ཉམས་ནས་མེད་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་༼ དང་པོ་ལྷུས་ལས་ཅིག་ཅར་སྐྱེས་ཀྱང་བྱིས་རིགས་འདྲ་རེ་རེ་ཁོ་ན་སྐྱེ་བ་དགག་པ་ ༽ནི།

ཅ་བ། གལ་ཏེ་ལྷུས་ལས་ཅིག་ཅར་སྒོ། །

སྐྱེས་ཤིང་བྱིས་ནི་རང་རིག་ལས། །

ངེས་ན་.....། །

གལ་ཏེ་དང་པོ་མངལ་དུ་སྐྱེས་མ་ཐག་ལྷུས་ལས་ཅིག་ཅར་ཡིད་སྒོ་དུ་  
མ་སྐྱེས་ཤིང་། བྱིས་ནི་རང་གི་རིགས་འདྲ་ལས་ཡིད་སྒོ་རེ་རེ་ཁོ་ན་སྐྱེ་བར་  
ངེས་པས་བྱིས་དུ་མ་ཅིག་ཅར་སྐྱེ་བ་མིན་ནོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། .....ལྷུས་ཀྱི་རྒྱས་པ་ནི། །

ཅི་ཡི་བྱིར་ན་ལྷོག་པ་ཡིན། །

ལྷུས་ཀྱི་རྒྱས་པ་ཆོས་ཅན། ཡིད་སྒོ་དུ་མ་བྱིས་ཀྱང་ཅིག་ཅར་དུ་བསྐྱེད་  
པ་ལྷོག་པ་ཡིན་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཅིའི་བྱིར་ན་སྒར་དུ་མ་ཅིག་ཅར་བསྐྱེད་  
པ་གང་ཞིག་ཏྱག་པའི་བྱིར།

སྒར་བཤད་པ་དེ་དག་གི་དོན་བསྐྱས་ནས་བསྟན་པ་ནི། ཡིད་སྒོ་རྣམ་  
པར་ཏྱག་པ་འདི་བསྐྱེད་པའི་རྒྱ་ཡོད་དམ་མེད། བྱི་མ་མི་འཐད་པ་ནི། ལྷགས་  
ལྷོག་གི་སྐབས་སུ། རྒྱ་མེད་གཞན་ལ་མི་སྟོས་བྱིར། ཅེས་པ་དང་། འདོད་  
རྒྱལ་མིན་ཞེས་པ་དང་། སྒར་མེད་པ་འབྱུང་བ་ལ། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་སྟོན་ཏོ།

རྒྱ་ཡོད་ན་རྟག་པ་ལས། མི་རྟག་པ་ལས་སྐྱེ། དང་པོ་མི་འཐད་པ་ལ། བྱ་བ་པའི་  
 རྟག་པ་ལས་སྐྱེ་བ་མི་འཐད་པ་ནི། དབང་ཕྱུག་ལ་སོགས་པ་ཞེས་པས་སྟོགས་  
 དང་དུས་རྟག་པ་ལས་སྐྱེ་བ་སོགས་ཀྱང་མཚོན་ཏེ་མི་འཐད་པར་ཤེས་པར་  
 བྱའོ།། མ་ཁྱབ་པའི་རྟག་པ་ལས་སྐྱེ་བ་མི་འཐད་པ་ནི། གོང་དུ་རིམ་ཅན་མིན་  
 ལས་རིམ་ཅན་མིན། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་སྟོན་ཏོ།།

མི་རྟག་པ་ལས་སྐྱེས་ན། ཡིད་སློང་རང་གི་ངོ་བོ་རྟག་གམ་མི་རྟག་དང་པོ་  
 མི་འཐད་པ་ནི། འོག་ཏུ་བདག་རྟག་པ་འགོག་པའི་སྐབས་སུ་རྒྱས་པར་སྟོན་  
 ལ། རང་གི་ངོ་བོ་མི་རྟག་ཅིང་རྒྱ་མི་རྟག་པ་ལས་སྐྱེས་ན། ལུས་སེམས་རྩིས་  
 གཅིག་གམ་ཐ་དད། དང་པོ་མི་འཐད་པ་ནི། དེ་ལྟར་ལུས་ལའང་ཡོན་ཏན་  
 འགྱུར་ཞེས་སོགས་ཀྱིས་སྟོན་ཏོ།།

ཕྱི་མ་ལྟར་ན། རྒྱ་བཅའ་པོ་ལས་སྐྱེས་སམ། རིག་པ་ལས་སྐྱེས། དང་པོ་  
 ལྟར་ན། ལུས་ཀྱིས་ཡིད་སློང་ལྟན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུ་ཅམ་བྱེད་པ་ནི་གྲུབ་བྱེད་  
 པས་མི་འགོག་ལ། རྒྱ་བྱེད་པར་ཅན་བྱེད་ན་ཉེར་ལེན་བྱེད་དམ། བདག་རྒྱུན་  
 བྱེད་པར་ཅན་བྱེད། དང་པོ་མི་འཐད་པ་ནི། སྤྱི་བྱེད་དུས་མཉམ་ལ་བརྟགས་  
 ནས། ལུས་ནི་གནས་པ་ཉིད་ན་སེམས། ཞེས་པ་དང་། ཡོད་མེད་དག་ལ།  
 ཞེས་སོགས་ཀྱིས་སྟོན། ཕྱི་མ་མི་འཐད་པ་ནི། ལུས་ཀྱི་ཕུལ་བྱང་འགྲིབ་མེད་  
 པ། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་སྟོན་ལ། ཡང་ན། གཞུང་འདི་ཉེར་ལེན་འགོག་པ་ལ་  
 སྦྱར་བར་བྱ་སྟེ། རིགས་པ་ཐུན་མོང་བར་སྦྱང་བའི་ཕྱིར།

བདག་རྒྱུན་འགོག་ན་མིག་གི་དབང་པོས་མིག་ཤེས་ལ་ཕན་འདོགས་

པའི་ཚུལ་ལྟར་གནས་པ་འགོག་པ་དང་སྐྱར་རོ། །རྟེན་བྱུང་པར་ཅན་བྱེད་པའི་  
 ལུས་དེའང་དབང་པོ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ནམ། དབང་པོ་མེད་པ་ཡིན། རགས་  
 པ་ཆ་མེད་གཅིག་ཡིན་ནམ། སྤ་མོ་དུ་མ་ཡིན། དང་པོ་གཉིས་མི་འཐད་པ་ནི།  
 དེ་སྒོ་བཞིན་དུ་འཛིན་འགྱུར་བྱེད། ཅེས་སོགས་ཀྱིས་སྟོན་ལ། གསུམ་པ་མི་  
 འཐད་པ་ནི། ལག་སོགས་གཡོ་ན། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་སྟོན་ཏེ། དེ་ལ་སྐྱབས་  
 དེར་ཡན་ལག་ཅན་རྩ་ས་འགོག་གི་རིགས་པ་དུ་མ་བསྟན་པ་ནི་སྒོ་བ་དཔོན་  
 ལྟ་དབང་སྒོས་ཞར་བྱུང་དུ་གསུངས་པས་དགྲུས་མའི་སྐྱབས་སུ་བབ་པ་ནི།  
 ལེ་ལུ་དང་པོར་སྤྱོད་གི་འཇུག་ཚུལ་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་སྤྱི་དོན་གཞན་  
 སོགས་འགོག་པའི་སྐྱབས་དེར་འབྲེལ་པ་ཡིན་ནོ། །རྟེན་སྤྱོད་དུ་མའི་ལུས་ཀྱི་  
 ཡིད་སྒོའི་རྟེན་བྱུང་པར་ཅན་བྱེད་པ་མི་འཐད་པ་ནི། མ་ལུས་རྒྱ་ཉིད་ཡིན་ན་  
 ནི། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་སྟོན་ཏོ། །

ཡང་ལུས་ལ་རང་ལུས་དང་པ་མའི་ལུས་གཉིས་སུ་བྱེ་ནས་འགོག་པ་  
 དངོས་སུ་གསལ་བར་མ་གསུངས་ཀྱང་དོན་གྱིས་ཐོབ་སྟེ། དེ་ལྟར། པ་མའི་  
 ལུས་གྲུབ་ཅུ་མ་གྱིས་དེའི་སྤྱི་བ་སྤྱི་མ་ཡོད་པར་གྲུབ་པར་འགྱུར་རོ། ། ཡིད་  
 སྒོ་དེ་རིག་པ་སྤྱི་མ་ལས་སྤྱིས་ན། རང་གི་རིག་པ་སྤྱི་མ་དང་། པ་མ་ལྟ་བུའི་  
 གཞན་རྒྱུད་ཀྱི་རིག་པ་སྤྱི་མ་གཉིས་སུ་ངེས་ལ། བྱི་མ་ལྟར་ན། དེས་རང་གི་  
 ཡིད་སྒོའི་ཉིང་ལེན་ནམ། ལྟན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུན་བྱུང་པར་ཅན་བྱེད་ན། པ་མ་བཟོ་  
 མཁས་ཤིང་མང་དུ་ཐོས་པ་སོགས་ཡིན་ན་བྱ་ཡང་དེ་ལྟར་འགྱུར་བ་དང་། པ་  
 མ་སྒོ་མི་གསལ་བར་སོང་བའི་སྒོ་བས་ཀྱིས་བྱ་ཡང་དེ་ལྟར་འགྱུར་བར་ཐལ་



བ་ནི། དེ་ཕྱིར་ངེས་པར་གང་ཉིད་ཀྱི། ཞེས་པའི་དོན་གྱི་ཤྱགས་ཀྱིས་འཕངས་  
སོ། །རང་གི་རིག་པ་སྤྲུལ་མ་ལས་སྐྱེ་ན་འདོད་པ་ལེགས་པར་གྱུ་བ་ལོ།

དེ་དག་གི་དོན་བསྐྱུས་ན། སྐྱེས་མ་ཐག་གི་ཡིད་སློ་ཆོས་ཅན། རིག་པ་  
སྤྲུལ་སྐྱེན་དུ་སོང་སྟེ། རིག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན། ད་ལྟར་གྱི་ཆགས་  
པ་ལས་ཞེ་སྤང་འབྱུང་བར་མཐོང་བ་བཞིན་ཞེས་པ་དང་། ཐ་མལ་པ་འཆི་ཁའི་  
ཡིད་སློ་ཆོས་ཅན། རིག་པ་ཕྱི་མ་མཆམས་སྒྱུར་ཏེ། ཆགས་བཅས་ཀྱི་རིག་  
པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དཔེ་སྤྲུལ་བཞིན་ནོ། །ཏགས་དེ་གཉིས་ཀྱི་ཕྱོགས་ཁྲབ་  
ལེགས་པར་གྱུ་བ་པ་ཡིན་པས་སྐྱེ་བ་སྤྱི་ཡོད་པར་གྱུ་བ་ལོ། །གཉིས་པའི་  
ཏགས་ཀྱི་ཁྲད་པར་ནི། བདག་ལ་ཆགས་པ་དང་ལྡན་པས། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་  
སྟོན་ཏོ།

གཉིས་པ་༼ སྐྱེ་བ་སྤྱི་ཡོད་པའི་སྐྱུ་བ་ཕྱེད་ ༽ བཀག་པ་ལ་གཞོད་པ་སྤང་བ་ལ་གཉིས།  
དེ་ལ་རྣམ་པར་སྐྱེ་སྟེ་ལན་གདབ་པ་དང་། ཆེ་ཕྱི་མའི་ལུས་ཀྱི་ཉིར་ལེན་  
ངོས་བཟུང་བའོ།

དང་པོ་རྣམ་པར་སྐྱེ་སྟེ་ལན་གདབ་པ་ནི།

ཅ་བ། གལ་ཏེ་ལུས་ནི་སྟོག་པ་ན། །

རྟེན་མིན་ཕྱིར་ན་སེམས་འབའ་ཞིག །

གནས་འགྱུར་ཞེ་ན་.....། །

གལ་ཏེ་ཞི་བའི་ཆེ་ལུས་སྟོག་པ་ན་སེམས་འབའ་ཞིག་གནས་པར་

འགྱུར་བར་ཐལ། ལྷས་སེམས་ཀྱི་རྟེན་མིན་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

ཙ་བ། .....གལ་ཏེ་དེའི། །

རྒྱ་འཇུག་ཐོབ་ཕྱིར་སེམས་ཀྱི་རྒྱན། །

གནས་རྒྱ་ཡན་ལག་མི་འགྱུར་ན། །

གལ་ཏེ་ཆོ་འཕོས་མ་ཐག་གཟུགས་མེད་དུ་སྐྱེ་འགྱུར་གྱི་འདོད་པའི་  
སྐྱེས་བུ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཞི་བའི་ཆོ་ཁྱོད་ཀྱི་སེམས་དེ་འགྱུར་བའི་ལྷས་ལ་  
མི་བརྟེན་པར་ཡང་གནས་པར་འགྱུར་ཏེ། ཁྱོད་ཀྱི་སེམས་རྒྱན་ཕྱི་མ་གནས་  
པའི་རྒྱ་འཇུག་ཁྱོད་ཀྱི་སེམས་དེ་ཕྱི་མའི་ལྷས་དེའི་རྒྱ་འཇུག་ཁྱོད་ཀྱི་སེམས་དེའི་རྒྱས་པ་  
འཇུག་པ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་ཏུ་དེའི་ལྷན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུ་ཀྱི་ཡན་ལག་ཏུ་མི་འགྱུར་  
བའི་ཕྱིར།

ཞི་འཕོས་མ་ཐག་འདོད་པར་སྐྱེ་འགྱུར་གྱི་འདོད་པའི་སྐྱེས་བུ་ཆོས་  
ཅན། ཞི་མ་ཐག་ཁྱོད་ཀྱི་སེམས་དེ་ལྷས་ལ་བསྟོན་མེད་ཡན་གར་བར་གནས་  
པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཁྱོད་ཀྱི་འཇི་ཁའི་ལྷས་སེམས་གཉིས་པན་ཚུན་གྲོགས་བྱས་  
ནས་ཕྱི་མའི་ལྷས་སེམས་ལྷན་ཅིག་ཏུ་གནས་པར་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ ༼ ཆོ་ཕྱི་མའི་ལྷས་ཀྱི་ཉེར་ལེན་ངོས་བརྒྱུད་བ་ ༽ ལ་གསུམ།  
དངོས་དང་། གཞོད་བྱེད་སྤང་བ་དང་། སྐྱབ་བྱེད་དགོད་པའོ།

དང་པོ་ ༼ དངོས་ ༽ ཞི།

ཙ་བ། ཆོ་འདི་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་ལྷ། །

ལུས་གཞན་སྐྱེད་པའི་རྒྱ་ཉིད་ཡིན། །

སྐྱེས་བུ་སྤྱི་མ་དེའི་ཆེ་འདི་ཉིད་ཀྱི་མིག་སོགས་སྐྱེ་མཆེད་ཐ་མ་ལྔ་ཆོས་  
ཅན། སྤྱི་མའི་ལུས་གཞན་སྐྱེ་མཆེད་ལྔ་བསྐྱེད་པའི་ཉེར་ལེན་ཀྱི་རྒྱ་ཉིད་ཡིན་  
ཏེ། དེའི་ངོ་པོ་དང་བྱང་པར་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་ངོ་པོའི་ལག་རྩེས་དངོས་སུ་  
འཛོག་བྱེད་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར།

ད་ནི་འདི་དབྱེད་པར་བྱ་སྟེ། འདོད་པ་ནས་གཟུགས་མེད་དང་། དེ་ནས་  
འདོད་པར་སྐྱེས་མ་ཐག་གི་དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་པ་དེའི་དངོས་ཀྱི་ཉེར་  
ལེན་གང་ཡིན། གཟུགས་མེད་ནས་འཆི་ཁའི་སེམས་ཀྱིས་བྱེད་པ་མི་འཐད་  
དེ། བཅ་རིག་པན་ཚུན་ཉེར་ལེན་བྱེད་པ་འགོག་པར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར། དེའི་  
གཟུགས་ཀྱིས་བྱེད་པ་མི་འཐད་དེ། དེ་ན་གཟུགས་མེད་པའི་སྤྱིར། འོན་ཏེ་  
འདོད་པ་ནས་འཆི་ཁའི་དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་པ་དེ་དངོས་ཀྱི་ཉེར་ལེན་ཡིན་  
ལོ་ཞེ་ན།

འོ་ན་གང་ཟག་དེ་གི་འཕོས་མ་ཐག་གཟུགས་མེད་དུ་སྐྱེ་བ་མི་འཐད་  
པར་ཐལ། དེ་འཆི་ཁའི་དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་པ་དེས་སྤྱི་མའི་འདོད་པའི་  
དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་པའི་དངོས་ཀྱི་ཉེར་ལེན་བྱེད་པའི་སྤྱིར། གལ་ཏེ་  
འཐད་ན་ཡང་འདོད་པ་དང་གཟུགས་མེད་དུ་ཅིག་ཅར་སྐྱེ་བ་འཛིན་པར་ཐལ་  
ལོ། །སྐྱོན་མེད་དེ། སྤར་ཀྱི་དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་ཐ་མ་དེས་རང་གི་ཉེར་  
ལན་ཅན་དེའི་དངོས་ཀྱི་ལྟན་ཅིག་བྱེད་སྐྱེན་ཆང་ན་དེ་སྤར་ཡིན་ཡང་། དེའི་  
དངོས་ཀྱི་ལྟན་ཅིག་བྱེད་སྐྱེན་གཟུགས་མེད་ནས་འཆི་ཁའི་སེམས་དེ་སྤར་

མེད་པས་སོ་ཞེ་ན།

འོ་ན་སྒྲར་གྱི་འདོད་པའི་དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་ཐ་མ་དེས་གཟུགས་  
མེད་ནས་འཆི་ཁའི་སེམས་དེ་སྐྱེས་གྱི་བར་དུ་བསྐྱད་ནས་དེ་སྐྱེས་པ་དང་  
དུས་མཉམ་དུ་ཚོགས་ནས། སྤྱིས་གྱི་འདོད་པའི་དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་དང་  
པོ་དེ་དངོས་སུ་བསྐྱེད་དམ། གཟུགས་མེད་གྱི་སེམས་ཐ་མ་དེའི་སྒྲ་རོལ་དུ་  
འགགས། དང་པོ་ལྟར་ན། ཉག་དངོས་སུ་འགྱུར་ལ། སྤྱི་མ་ལྟར་ན། སྤྱིས་གྱི་  
འདོད་པའི་དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་དང་པོ་དེ་ཚོས་ཅན། སྒྲར་གྱི་འདོད་པའི་  
དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་ཐ་མ་དེ་ཁྱོད་གྱི་དངོས་གྱི་ཉེར་ལེན་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
ཁྱོད་སྐྱེ་བ་ལ་མངོན་དུ་སྤྱོད་པ་ཁྱོད་རང་གི་དངོས་གྱི་ལྷན་ཅིག་བྱེད་ཀྱིན་  
སྐྱེས་པ་དེའི་ཆེ་དེ་འགགས་པའི་སྤྱིར། ཐུབ་པ་མེད་ན། འོག་ནས། དེ་ཆེ་མེད་  
སྤྱིར་དོན་ལས་མིན། ཞེས་པའི་དོན་མ་ཉོགས་པའི་རྣམ་འགྱུར་དུ་གསལ་ལོ།  
སྒྲར་གྱི་དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་ཐ་མ་དེའི་ཆེ། སྤྱིས་གྱི་དབང་པོ་གཟུགས་  
ཅན་དང་པོ་དེ་སྐྱེ་བ་ལ་མངོན་དུ་སྤྱོད་པ་པའི་དུས་ཡིན་པས་ཉག་མ་གྲུབ་  
བོ་ཞེ་ན།

འོ་ན་འདོད་པ་ནས་གཟུགས་མེད་དུ་སྐྱེས་པའི་ཆེ་སེམས་ལྷས་ལ་  
བསྐྱོས་མེད་དུ་གནས་པའི་ཤེས་བྱེད་དུ་འཆི་ཁའི་ལྷས་གྱིས་སྤྱི་མའི་ལྷས་  
བསྐྱེད་པའི་དངོས་གྱི་རྒྱས་པ་འཇུག་པ་ད་དུང་མ་ཐོབ་པར་བཤད་པ་ཇི་ལྟར་  
ཡིན་བསམ་དགོས་སོ།

དེས་ན་སྤྱི་མའི་ལྷས་གྱི་ཉེར་ལེན་གང་ཡིན་ད་དུང་ཐེ་ཚོམ་དུ་གནས་སོ་

ཞེན། དེ་དག་གི་བར་དུ་རིགས་མི་མཐུན་དུ་མས་བར་དུ་ཆོད་ཀྱང་། རིགས་  
མཐུན་དུ་མས་བར་མ་ཆོད་པས་ལན་འདེབས་པ་དེ་དག་གིས་སྤར་གྱི་གཞོན་  
པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་སྤར་མི་རུས་པས་གཟུགས་མེད་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་སྤོང་ན་  
གཟུགས་བསྐྱེད་པའི་ས་བོན་ཡོད་པ་དེ་ཉིད་གཟུགས་ཀྱི་ཉེར་ལེན་ཡིན་ལ།  
དེ་ལྟ་ན་ཡང་གཟུགས་མེད་ན་གཟུགས་ཡོད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ་དེ་ལྟ་ན་མིན་  
འདུ་བྱེད་ཡིན་པས་གཟུགས་ཅན་དུ་མི་འགྱུར་རོ།།

དེ་བཞིན་དུ་གཉིད་མཐུག་ལས་སད་མ་ཐག་གི་ཡིད་ཤེས་ཀྱི་དེ་མ་  
ཐག་རྒྱུན་གཉིད་དུས་ན་ཡིད་ཤེས་མི་གསལ་བ་ཡོད་པས་དེ་ཉིད་ཡིན་པར་  
མཁས་པའི་དབང་པོ་ཀླ་མ་ལ་ཤི་ལ་བཞེད་པ་ལྟར་ཁས་སྤང་བར་བྱའོ།།

གཉིས་པ་༼ གཞོན་བྱེད་སྤར་བ་ ༽ནི།

ཅ་བ། དེ་ཡི་ཡན་ལག་དངོས་པོ་དང་། །

རྒྱ་ཉིད་འགོག་ལ་མི་དམིགས་པ། །

ངེས་འབྱེད་མིན་པར་རབ་ཏུ་བཤད། །

དབང་སོགས་ཀྱང་ནི་ལྟག་ལྟན་ཡིན། །

འཆི་ཁའི་ལུས་སེམས་གཉིས་ཕྱི་མའི་སེམས་དེ་ཡི་ལྟན་ཅིག་བྱེད་པའི་  
ཡན་ལག་གི་དངོས་པོ་དང་། ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་ཉིད་ཡིན་པ་འགོག་པ་ལ་རྒྱང་  
པན་གྱིས་དེ་ལྟར་མ་དམིགས་པ་ཅ་མ་གོ་བྱེད་ཡང་དག་མིན་ཏེ། ཕྱིར་གྲོལ་  
གྱིས་མ་དམིགས་པ་མེད་ངེས་གོ་བྱེད་མིན་པར་རབ་ཏུ་བཤད་ཟིན་པའི་ཕྱིར།



དབང་པོ་ཡིན་པ་སོགས་ཀྱང་དེ་འགོག་པའི་རྟགས་ཡང་དག་མ་ཡིན་ཏེ། རྗེས་  
འགྲོ་ལ་ཐེ་ཆོམ་གྱི་ལྷག་མ་དང་ལྷན་པ་ཡིན་པའི་བྱིར།

གསུམ་པ་༼ སྦྱབ་བྱེད་དགོད་པ་ ༽ནི།

ཅུ་བ། དབང་པོ་སྤྲ་མ་རང་རིགས་ལས། །

རྒྱས་པ་དག་ནི་མཐོང་བ་ཡིན། །

འགྱུར་བ་མཐོང་བྱིར་གཞན་དང་གཞན། །

སྦྱེ་བ་དག་ཀྱང་འགྱུར་བ་ཉིད། །

ཆེ་འདིའི་དབང་པོ་སྤྲ་མ་རང་གི་རིཾ་འདྲ་ལ་པན་འདོགས་པའི་རྒྱས་  
པ་དག་ནི་ཆོད་མས་མཐོང་བ་ཡིན་ཏེ། དབང་པོ་སྤྲ་མ་དྲང་བ་དང་རྟོག་པ་  
སོགས་ལས་བྱི་མ་དྲང་བ་དང་རྟོག་པ་སོགས་སུ་འགྱུར་བ་མཐོང་བའི་བྱིར།  
བྱི་མའི་དབང་པོ་གཞན་དང་གཞན་རིགས་འདྲ་ལས་སྦྱེ་བ་དག་ཀྱང་འགྱུར་བ་  
ཉིད་ཡིན་ཏེ། ད་ལྟར་གྱི་དབང་པོ་དང་སྦྱེ་ཚུལ་མཚུངས་པའི་བྱིར།  
གཞན་ལས་སྦྱེ་བ་དག་ག་པ་ནི།

ཅུ་བ། གལ་ཏེ་ལྷས་ལས་དེ་སྦྱེད་ན། །

གལ་ཏེ་ཆེ་འདིའི་དབང་པོ་དེ་ལྷས་ལས་སྦྱེ་ལ། དེས་བྱི་མའི་དབང་པོ་  
ལྷས་ལས་སྦྱེ་བར་མི་འགྱུར་བོ་ཞེ་ན། དེའང་བརྟགས་ན་མི་འཐད་པར་ཐལ།  
དབང་པོ་དང་བཅས་པའི་ལྷས་ལས་སྦྱེ་ན་རིགས་འདྲ་ལས་སྦྱེ་བར་གྲུབ་ལ།  
དེ་ལས་གཞན་པའི་ཉིར་ལེན་ལས་སྦྱེ་ན།



ཅ་བ། སྒྲ་མ་བཞིན་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར། །

ཉེས་པ་སྒྲ་མ་བཞིན་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། སྒྲ་མདོར་བསྟན་དུ་  
དབང་པོ་དང་བཅས་མ་བཅས་ཀྱི་བརྟག་པ་བྱས་པ་ལྟར་རོ།

ཅ་བ། སེམས་ལས་ཤེ་ན་.....། །

ཆེ་འདིའི་དབང་པོ་སེམས་ལས་སྐྱེའོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། .....ལུས་གཞན་ཡང་། །

འདི་ཉིད་ལས་ནི་སྐྱེ་བར་འགྱུར། །

ཕྱི་མའི་ལུས་གཞན་ཡང་སེམས་འདི་ཉིད་ལས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བར་  
ཐལ། ཆེ་འདིའི་དབང་པོ་སེམས་ལས་སྐྱེ་བ་གང་ཞེ་ག སྒྲ་ཕྱིའི་ལུས་རྒྱུའི་  
རིགས་མཚུངས་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སྐྱེ་བ་ཕྱི་མ་གྱུ་བ་བོ།

གསུམ་པ་༼ སྐྱེ་བ་སྒྲ་ཕྱི་མེད་པའི་སྐྱུ་བ་བྱེད་དགག་པའི་ ༽དོན་བསྟུ་བ་ནི།

ཅ་བ། དེས་ན་རྒྱ་དང་བལ་བའི་ཕྱིར། །

ཐ་མ་ཡི་ནི་སེམས་རྣམས་ཀྱན། །

མཆམས་སྐྱོར་མེད་པ་མིན་དེའི་ཕྱིར། །

དེ་འདྲའི་སྐྱུ་བ་བྱེད་ལྷག་ལྟར་འདོད། །

ལུས་ཡིད་སྒྲོའི་ཉེར་ལེན་དང་ལྟན་ཅིག་བྱེད་སྐྱེན་ཁྱད་པར་ཅན་མ་ཡིན་  
པ་དེས་ན། ཐ་མལ་པ་དང་། དག་བཅོམ་པ་ཐ་མ་ཡི་སེམས་རྣམས་ཀྱན་ཆོས་  
ཅན། རིགས་འདྲ་ཕྱི་མ་མཆམས་སྐྱོར་བ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་སྐྱོར་བའི་

རྒྱ་དབུགས་འབྱུང་རྒྱུ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་དང་། འཆི་སེམས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
ཅེས་བཀོད་པ་རྣམས་ཉྱལ་ས་ཡང་དག་མིན་ཏེ། དེ་ལྟར་གོང་དུ་བསྐྱབ་པ་དེའི་  
ཕྱིར། འཆི་སེམས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཅེས་བཀོད་པ་དེ་འདྲའི་སྐྱབ་བྱེད་ལྟག་  
ལྟར་དུ་འདོད་རིགས་ཏེ། ཕྱོགས་ཚོས་བྱུང་། མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་མ་མཐོང་  
ཅ་མ་གྱིས་ལྟོག་པ་ལ་ཐེ་ཚོམ་བ་བའི་ཕྱིར།

## རྟེན་བརྟེན་པ།

གཉིས་པ་སྐྱེ་བ་དུ་མར་གོམས་པ་སྤིད་ཀྱང་མཐའ་མེད་དུ་འཕེལ་བ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་ལ།  
ཚོད་པ་དང་། ལན་ནོ།།

དང་པོ་ཚོད་པ་ནི།

རྩ་བ། གོམས་ལས་ཁྱད་པར་འགྱུར་ན་ཡང་། །

མཆོངས་དང་ཚུ་ཡི་བྱོད་བཞིན་དུ། །

རང་བཞིན་ལས་འདས་མིན་ཞེ་ན། །

བརྩེ་བ་དང་ཤེས་རབ་ལ་སོགས་པ་རྩུང་བད་གོམས་པས་ཁྱད་པར་  
དུ་འགྱུར་ན་ཡང་། ཚད་ཅན་གྱི་རང་བཞིན་ལས་འདས་ནས་མཐའ་མེད་དུ་  
འཕེལ་བར་འགྱུར་བ་མིན་ཏེ། དཔེར་ན། མཆོངས་པ་གོམས་པས་རྩུང་བད་  
ཁྱད་པར་དུ་འགྱུར་ན་ཡང་མཐའ་མེད་དུ་མི་འཕེལ་བ་དང་། ཚུའི་བྱོད་མཐར་  
དམར་འབར་བར་མི་འགྱུར་བ་བཞིན་ནོ། །ཞེ་ན།

གཉིས་པ་ལན་ལ་ ༼ གསུམ ༽ མཆོངས་པ་དང་ཚུའི་བོད་ལ་བྱད་པར་ཅན་གྱི་རྟགས་མེད་པ་དང་།  
བརྩེ་སོགས་ལ་ཡོད་པ་དང་། དེ་ལ་ཚོད་པ་སྤང་བའོ།།

དང་པོ་ ༼ མཆོངས་པ་དང་ཚུའི་བོད་ལ་བྱད་པར་ཅན་གྱི་རྟགས་མེད་པ་ ༽ ལ་གཉིས།  
རྟགས་ཀྱི་བྱད་པར་ངོས་བཟུང་ནས་དེ་དཔེ་གཉིས་ལ་མེད་པ་དང་།  
བྱད་པར་དེ་ཡོད་ན་མཐའ་མེད་དུ་འཕེལ་བར་ཐལ་བའོ།།

དང་པོ་ ༼ རྟགས་ཀྱི་བྱད་པར་ངོས་བཟུང་ནས་དེ་དཔེ་གཉིས་ལ་མེད་པ་ ༽ བློ།

ཅ་བ། བྱས་ཏེ་གལ་ཏེ་སྤྲོད་ཡང་ནི། །

འབད་ཚོལ་ལ་ནི་སྟོས་འགྱུར་རམ། །

རྟེན་མི་བརྟན་པ་ཉིད་འགྱུར་ན། །

བྱད་པར་དག་ནི་མི་འཕེལ་ན། །

རང་བཞིན་དེ་འདྲའང་མ་ཡིན་ཏེ། །

བརྩེ་བ་དང་ཤེས་རབ་ལ་སོགས་པ་ཆོས་ཅན། མཐའ་མེད་དུ་མི་འཕེལ་  
བའི་རང་བཞིན་དེ་འདྲའང་མ་ཡིན་ཏེ། སྤྲོད་གོམས་པར་བྱས་པ་དེ་སྐད་ཅིག་  
ཕྱི་མ་བསྐྱེད་པ་སྤྲོད་ཡང་འབད་ཚོལ་ལ་བསྟོས་པར་འགྱུར་རམ། རྟེན་མི་  
བརྟན་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ན་བྱད་པར་དག་མཐའ་མེད་དུ་མི་འཕེལ་ཡང་རང་  
བཞིན་དེ་འདྲ་མིན་པའི་ཕྱིར། མཆོངས་པ་ཆོས་ཅན། གོམས་པས་བྱང་བཟང་  
བྱད་པར་དུ་འཕེལ་ཡང་མཐའ་མེད་དུ་འཕེལ་བའི་རང་བཞིན་ཉིད་མིན་ཏེ།

ཅ་བ། དེ་ལ་པན་འདོགས་ཀྱས་པ་རྣམས། །

བྱད་པར་བྱི་མ་དག་ལ་ནི། །

སྐྱབ་པའི་རྒྱས་པ་མེད་བྱིར་དང་། །

སྤྱོད་ཚེ་ལ་བས་བསྐྱེད་པར་གང་ཞིག་སྤྱོད་ཀྱི་སྐྱད་ཅིག་སྤྲ་མ་ལ་པན་  
འདོགས་རྒྱས་པའི་ཚེ་ལ་བ་རྣམས་སྤྱོད་ཀྱི་བྱད་པར་བྱི་མ་དག་ལ་པན་བ་སྐྱབ་  
པའི་རྒྱས་པ་མེད་པའི་བྱིར།

ཅ་བ། ཏྱ་ཏྱ་ཏྱ་གནས་མ་ཡིན་བྱིར། །

བྱད་པར་འཕེལ་ཡང་རང་བཞིན་ཉིད། །

མིན་བྱིར་.....། །

ཆུའི་རྫོང་ཆོས་ཅན། བྱད་པར་བྱུང་བའི་འཕེལ་ཡང་མཐའ་མེད་དུ་འཕེལ་  
བའི་རང་བཞིན་ཉིད་མིན་ཏེ། ཏྱ་ཏྱ་སྤྱོད་ཀྱི་ཏྱ་ཏྱ་གནས་པ་མ་ཡིན་པར་  
བསྐྱམས་ནས་རྒྱན་འཆད་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་༼ བྱད་པར་དེ་ཡོད་ན་མཐའ་མེད་དུ་འཕེལ་བར་ཐལ་བ་ ༽ནི།

མཆོངས་པ་དང་ཆུའི་རྫོང་ཆོས་ཅན། སྤྱོད་མཐའ་མེད་དུ་འཕེལ་བ་སྤྱིད་  
པར་ཐལ།

ཅ་བ། .....གང་ཆེ་བྱས་བྱུང་བ། །

ཡང་ཚེ་ལ་ལ་ལྟོས་མི་འགྱུར་ན། །

ཚེ་ལ་གཞན་བྱད་པར་བྱེད་པར་འགྱུར། །

གང་གི་ཆེ་གོམས་པར་བྱས་པར་འགྱུར་བ་ཡང་ཚེ་ལ་བ་བྱི་མ་ལ་

བསྟོས་པར་མི་འགྱུར་བར་རྩོལ་བ་སྒྲ་མས་རིགས་འདྲ་ཕྱི་མ་གཞན་གོང་ནས་  
གོང་དུ་བྱུང་བར་དུ་བྱེད་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། ཏྲགས་ཁས་སྦངས། ཡང་ན་  
བརྩེ་སོགས་ཆོས་ཅན་དུ་བཟུང་ནས་རང་རྒྱུད་དུ་བྱའོ།

གཉིས་པ་ ༼ བརྩེ་སོགས་ལ་ཡོད་པ་ ༽ ལ་གསུམ།  
མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པ་དང་། དོན་བསྟུ་བའོ།

དང་པོ་ ༼ མདོར་བསྟན་པ་ ༽ བློ།  
རྩ་བ། སེམས་ལ་བརྩེ་སོགས་གོམས་སྦྱེ་བ། །  
རང་གི་ངང་གིས་འཇུག་འགྱུར་ཏེ། །  
མེ་ལ་སོགས་པས་ཤིང་དག་དང་། །  
དདུལ་ཁྱུ་དང་ནི་གསེར་སོགས་བཞིན། །

བརྩེ་བ་དང་ཤེས་རབ་ལ་སོགས་པ་ཆོས་ཅན། ཏེན་བཏེན་པ་ཡིན་ཏེ།  
སེམས་གསལ་རིག་ཅུ་ལ་བཏེན་ནས་རང་གི་རིགས་འདྲ་སྒྲ་མ་གོམས་པ་  
ལས་སྦྱེ་བའི་ཕྱིར། བྲོད་ཀྱི་སྐད་ཅིག་སྒྲ་ཕྱི་རེ་རེ་ནས་རྩོལ་བ་མི་འདྲ་བ་རེ་  
རེ་ལ་བསྟོས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། བྲོད་གོམས་པར་བྱས་པས་སེམས་ལ་རང་གི་  
ངང་གིས་འཇུག་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་མེ་ལ་སོགས་པས་ཤིང་དག་  
ལ་ཐལ་བར་སོང་གི་བར་དུ་ངང་གིས་འཇུག་པ་དང་། དདུལ་ཁྱུ་འདུལ་སྦྱོང་  
ལེགས་པ་གསེར་ལ་སོགས་པ་ལ་རང་གི་ངང་གིས་འཇུག་པ་བཞིན་ནོ།

ཡང་ན་དདུལ་ཁྱུ་དང་གསེར་འདུལ་སྦྱོང་ལེགས་པར་བྱས་ཟིན་པ་རང་

གི་ངང་གིས་རིགས་འདྲ་བྱི་མ་གཡའ་ལ་སོགས་པ་དང་བྲལ་བར་སྐྱེ་བར་  
འགྱུར་གྱི། དེ་མ་དག་པར་བྱེད་པ་ཡང་རྗེའི་ཁ་སྐྱར་གཉིས་པ་ལ་བལྟས་མི་  
དགོས་པ་བཞིན་ནོ།

རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ།

རྟེན་བརྟེན་པ་ནི།

ཅ་བ། དེ་བྱིར་དེ་དག་ལས་སྐྱེས་ཏེ། །

ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེས་ཡོན་ཏན་ཡིན། །

གོམས་པ་དེ་དག་ལས་སྐྱེས་པའི་བརྩེ་བ་སོགས་ཚས་ཅན། རྟེན་བརྟེན་  
པ་ཡིན་ཏེ། སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་སྐྱེས་པའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པ་དེའི་བྱིར།  
གོམས་པ་འབད་ཚྱལ་སྐྱར་མ་ལ་མི་ལྟོས་པ་ནི། དེ་ཚས་ཅན། བྱིར་གོམས་  
པའི་སྐྱད་ཅིག་བྱི་མ་རྣམས་ངེས་པར་ཚྱལ་བ་མི་འདྲ་བ་ལ་བལྟས་པ་མ་ཡིན་  
ཏེ།

ཅ་བ། དེས་ན་ཚྱལ་བ་བྱི་མ་དང་། །

བྱི་མ་བྱིད་པར་བྱེད་པ་ཡིན། །

བྱིད་གོམས་པའི་ཚྱལ་བ་བྱི་མ་དང་བྱི་མ་གཞན་གྱི་ཚྱལ་བ་རེ་ངེས་  
ཀྱང་རིགས་འདྲ་དུ་མ་གོང་ནས་གོང་དུ་བྱིད་པར་དུ་འཕགས་པ་བྱེད་པར་  
འགྱུར་བ་ཡིན་པ་དེས་ན་འདྲི་བྱིར།



གསུམ་པ་དོན་བསྐྱུ་བ་ནི།

ཅ་བ། གང་ཕྱིར་རིགས་མ་ཐུན་སྒྲ་མ་ཡི། །

ས་བོན་ལས་ནི་འཕེལ་བ་ཅན། །

བརྟེ་བ་ལ་སོགས་སྒྲོ་དེ་དག།

གོམས་པ་གྱུར་ན་གང་ལ་གནས། །

བརྟེ་བ་དང་ཤེས་རབ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲོ་དེ་དག་ཆོས་ཅན། སྒྲོར་བ་

གཉིས་ལྡན་གྱིས་གོམས་པར་གྱུར་ན་ཆད་ཅན་དུ་གང་ཡང་གནས་པ་མི་

འབྲད་དེ། གང་གི་ཕྱིར་ན་རང་གི་རིགས་མ་ཐུན་སྒྲ་མ་ཡི་ས་བོན་ལས་གོང་

ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བ་ཅན་གྱི་སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་ ༼ དེ་ལ་རྩོད་པ་སྤང་བ་ ༽ ལ་གཉིས།

རྒྱུན་གོམས་པ་ལས་འཕེལ་བ་ལ་རྩོད་པ་སྤང་། ཉེར་ལེན་རིགས་འདྲ་

ལས་འཕེལ་བ་ལ་རྩོད་པ་སྤང་བའོ།།

དང་པོ་ ༼ རྒྱུན་གོམས་པ་ལས་འཕེལ་བ་ལ་རྩོད་པ་སྤང་བ་ ༽ རྒྱུ་

མཆོངས་པ་ཡང་མཐའ་མེད་དུ་འཕེལ་བར་ཐལ། གོམས་པ་ལས་འཕེལ་

བའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

ཅ་བ། དེ་ལྟར་མཆོངས་ཉིད་ལ་མཆོངས་མིན། །

དེ་རྒྱ་སྒྲོ་བས་དང་འབྲད་རྩོལ་དག།

བརྟེ་སོགས་དེ་ལྟར་མཆོངས་པ་རིགས་འདྲ་སྒྲ་མ་ཉིད་ལས་མཆོངས་

བ་ཕྱི་མ་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རང་གི་ལུས་ཀྱི་སྟོབས་དང་འབད་ཚོལ་  
ཇི་ཅམ་ཡོད་པ་དེ་ཅམ་ལས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར།

ཅ་བ། རུས་པ་ངེས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། །

མཆོངས་པ་ངེས་པའི་བདག་ཉིད་ཡིན། །

དེས་ན་མཆོངས་པ་ཚད་ངེས་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་ཏེ། དེའི་རྒྱ་  
ལུས་སྟོབས་དང་འབད་ཚོལ་དག་མཆོངས་པ་ཚད་ཅན་དུ་བསྐྱེད་པའི་རུས་  
པ་ངེས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། འོ་ན་ལུས་སྟོབས་ནར་སོན་པས་མཆོངས་པ་ཇི་ཅམ་  
སྐྱངས་ཀྱང་གོང་དུ་འཕེལ་བ་མི་སྲིད་པར་འགྱུར་ལ། འདོད་ན། མངོན་སུམ་  
དང་འགལ་ལོ་ཞི་ན།

ཅ་བ། དེ་ནི་དང་པོ་ཕྱིས་ཉིད་དུ། །

མཆོངས་མིན་ལུས་མི་མཐུན་པའི་ཕྱིར། །

དང་པོར་མཆོངས་པ་སྦྱོང་བའི་ཐ་མལ་བ་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། དང་པོ་ཉིད་  
ནས་ཕྱིས་མཆོངས་པའི་ཚད་བཞིན་དུ་མཆོངས་པ་མིན་ཏེ། མཐུན་སྐྱེན་ཆང་  
ཡང་བད་ཀན་སོགས་ཀྱིས་ལུས་ཡང་བ་དང་མི་མཐུན་པར་བྱས་པའི་ཕྱིར།

ཅ་བ། ཚོལ་བས་རིམ་གྱིས་མི་མཐུན་པ། །

བསལ་ན་རང་སྟོབས་ཉིད་དུ་གནས། །

ཚོལ་བས་རིམ་གྱིས་མི་མཐུན་པ་བད་ཀན་སོགས་བསལ་ནས་བྱང་ན་  
ཡང་མཐའ་མེད་དུ་མི་འཕེལ་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་ཡང་རང་གི་ལུས་སྟོབས་ཇི་ཅམ་

ཡོད་པ་དེ་ཉིད་དུ་ཆད་གནས་པའི་ཕྱིར། མཆོངས་པ་རིགས་འདྲ་ལས་སྐྱེས་  
ན་མཆོང་པའི་ཕྱིར་དུ་རྐང་པ་བཏེག་པ་ཙམ་གྱིས་རྒྱང་རིང་པོར་མཆོངས་  
པར་ཐལ་བ་དང་། གོམས་པ་ཙམ་མཐའ་མེད་དུ་འཕེལ་བའི་རྒྱ་ཡིན་ན་བྱ་  
ཁྱུང་དང་སྤྱེའུ་གོམས་པ་མཉམ་ན་མཆོངས་པ་མཉམ་པོར་ཐལ་བའོ།

གཉིས་པ་༼ ཉེར་ལེན་རིགས་འདྲ་ལས་འཕེལ་བ་ལ་རྩོད་པ་སྤང་བ་ ༽ལ།  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སྙིང་རྩེ་ཆེན་པོ་ཡོད་པར་ཐལ། བརྟེ་བ་ལ་  
ཐོག་མ་མེད་ཅིང་རང་གི་རིགས་འདྲ་ལས་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། སྐྱོན་མེད་དེ།

རྩ་བ། བརྟེ་རང་ས་བོན་ལས་བྱུང་བའི། །

གལ་ཏེ་རང་ས་བོན་རྒྱ་ཅན། །

མི་མཐུན་སྤྱོད་གས་ཀྱིས་གཞོད་མེད་ན། །

སེམས་ལ་དེ་བདག་ཉིད་དུ་འགྱུར། །

རང་གི་རིགས་འདྲའི་ས་བོན་ལས་བྱུང་བའི་བརྟེ་བ་སྙིང་རྩེ་ཆེན་པོ་  
ཆོས་ཅན། བྱུང་སེམས་མཐོང་ལམ་པའི་སེམས་ལ་རང་གི་རང་གིས་འཇུག་  
པ་དེའི་བདག་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཏེ། མཐོང་ལམ་པ་དེས་གོམས་པར་བྱས་པའི་  
སྙིང་རྩེ་གང་ཞིག་དེའི་རྒྱུད་ལ་རང་གི་རིགས་འདྲའི་ས་བོན་གྱི་རྒྱ་ཅན་མི་  
མཐུན་སྤྱོད་གས་ཞེ་སྤང་སོགས་ཀྱིས་གཞོད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། སེམས་ཅན་  
ཀུན་ལ་གནས་པར་ཐལ་བའི་སྐྱོན་མེད་དེ། བྱོད་སེམས་ཅན་འགའ་ཞིག་གི་  
རྒྱུད་ལ་སྐྱེས་ཀྱང་ཞེ་སྤང་སོགས་ཀྱིས་བཅོམ་པའི་ཕྱིར། སེམས་ཅན་པལ་པ་

ལ་སྐྱེས་པའི་རང་གི་གཉེན་ལ་དམིགས་ནས་སྐྱག་བསྐྱེད་དང་བྲལ་ན་སྦྱོར་བ་  
ནི་བརྟེན་བཅུ་ལྟ་བུ་གྱི་སྦྱང་རྩི་ཆེན་པོ་མ་ཡིན་ནོ།།

སེམས་ཅན་རེ་རེའི་རྒྱུད་ལ་ཡང་སེམས་ཅན་གཞན་ཀྱན་ལ་དེ་ཅུ་མ་  
སྐྱེ་མ་སྐྱོང་བ་མི་སྤིད་དེ། སེམས་ཅན་རེ་རེ་ལ་ཡང་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་པ་  
དང་མ་བྱེད་མ་སྐྱོང་བའི་སེམས་ཅན་མི་སྤིད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ཞེ་སྤང་གིས་  
མ་བཅོམ་ན་དུས་གཅིག་དུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་ནས་སྐྱག་  
བསྐྱེད་དང་བྲལ་འདོད་ཀྱི་སྦྱང་རྩི་ཆེན་པོ་མེད་པའི་སེམས་ཅན་མི་སྤིད་ལ།  
སེམས་ཅན་གཅིག་ལ་དམིགས་པའི་བརྟེན་བཅུ་ལྟ་བུ་སྐྱེས་ཀྱང་། ཡང་དེ་ཞེ་སྤང་  
གིས་བཅོམ་ནས་ཉམས་པར་བྱས་པ་ཡིན་ནོ།།

མ་ཐུན་རྒྱུན་གོམས་པ་དང་མ་བྲལ་ན་མ་ཐུན་མེད་དུ་འཕེལ་བ་ནི།

རྩ་བ། འདི་ལྟར་གོམས་པ་སྤྲུལ་དང་། །

སྤྲུལ་མའི་སེམས་ཆོས་བརྟེན་བཅུ་ལྟ་བུ་དང་། །

ཆགས་བྲལ་སྒོ་སོགས་གཞན་དག་གི།

གསལ་བ་ཡི་ནི་རྩ་བ་ཡིན། །

འདི་ལྟར་སེམས་ཀྱི་ཆོས་བརྟེན་བཅུ་ལྟ་བུ་ཆགས་བྲལ་གྱི་སྒོ་ལ་སོགས་པ་  
གཞན་དག་ཆོས་ཅན། བྱོང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཡོད་པར་ཐལ་བའི་  
རྒྱུན་མེད་དེ། བྱོང་གྱི་ངོ་བོ་ཅུ་མ་རིགས་འདྲ་ལས་སྐྱེ་ཡང་བྱོང་གྱི་གོམས་པ་  
སྤྲུལ་དང་དེའི་ཡང་སྤྲུལ་རྣམས་བྱོང་པར་ཆོས་གསལ་བ་བསྐྱེད་པ་ཡི་རྩ་བ་  
ཡིན་ལ། དེ་སེམས་ཅན་ཁ་ཅིག་ལ་མེད་པའི་སྤྱིར། དཔེ་ནི།

ཙ་བ། གོམས་ལས་བཅེ་བའི་བདག་ཉིད་དེ། །

ཆགས་བྲལ་ཆགས་དང་ཡིད་ལོག་བཞིན། །

སྒྲོར་བ་གཉིས་ལྡན་གྱིས་གོམས་པར་བྱས་པ་ལས་རང་གི་ངང་གིས་  
འབྲུག་པའི་བཅེ་བའི་བདག་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཏེ། དག་བཅོམ་པའི་རྒྱད་ལ་  
ཆགས་བྲལ་དང་། ཆགས་ཅན་ལ་ཆགས་པ་དང་། མི་སྦྱག་པ་བསྐྱོམ་པ་ལ་  
ཡིད་ལོག་གི་སྒྲོ་ངང་གིས་འབྱུང་བ་མཐོང་བའི་སྤྱིར།

དོན་བསྐྱུས་ན། དང་པོར་རྩེ་ལ་བས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་  
ནས་སྦྱག་བསྐྱུས་དང་བྲལ་འདོད་ཀྱི་སྒྲིང་རྩེ་ཤྱགས་ཅན་ཞིག་བསྐྱེད་ནས། དེ་  
ནས་ཡང་རྩེ་ལ་བ་ཆེན་པོས་བསྐྱེད་པ་ན་རྩེ་ལ་བ་རེ་རེས་སྒྲིང་རྩེ་རིགས་འབྲ་  
དུ་མ་བསྐྱེད་ཀྱས་ལ། དེ་ལྟར་གོམས་པར་བྱས་པས་རྩེ་ཞིག་ལྟར་རྩེ་ལ་བ་  
ལ་མི་ལྟོས་པར་སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོ་རང་གི་ངང་གིས་འབྲུག་པའི་བདག་ཉིད་དུ་  
འགྱུར་བ་ཡིན་གྱི། དང་པོ་ནས་རྩེ་ལ་བ་ལ་མི་ལྟོས་པ་མ་ཡིན་ནོ།

མཆོངས་པ་ནི། ལུས་གོ་ས་གཞན་དུ་བསྐྱོད་པའི་སྐད་ཅིག་རེ་རེ་ལ་  
ཕན་འདོགས་པའི་རྩེ་ལ་བ་རེ་རེ་དགོས་ཏེ། རྩེ་ལ་བ་གང་དུ་སྐྱོད་པ་དེ་ཉིད་དུ་  
ལུས་ས་ལ་ལྟུང་བར་འགྱུར་བས་སོ།

## སྟོར་བ་ཕྱན་ཆོགས་སྟེ་ཚུལ།

གཉིས་པ་༽ དེ་ལས་སྟོར་བ་ཕྱན་ཆོགས་སྟེ་ཚུལ་ ༽ལ་གསུམ།  
མདོར་བསྟན། རྒྱས་བཤད། དོན་བསྟུ་བའོ།།

དང་པོ་༽ མདོར་བསྟན་ ༽ནི།

ཅ་བ། བཅེ་ལྟན་སྟུག་བསྐལ་གཞོམ་པའི་བྱིར། །

ཐབས་རྣམས་ལ་ནི་མདོན་སྟོར་མཛད། །

ཐབས་བྱང་དེ་རྒྱ་སྒྲོག་གྱུར་པ། །

དེ་འཆད་པ་ནི་བཀའ་བ་ཡིན། །

བཅེ་ལྟན་བྱང་སེམས་སྟོར་ལམ་པ་ཆོས་ཅན། ཐོག་མར་རང་ཉིད་སྟུག་  
བསྐལ་ནི་བའི་ཐབས་རྣམས་ལ་མདོན་སྟུམ་དུ་མཐོང་བའི་ཆེད་དུ་སྟོར་བ་  
གཉིས་ལྟན་གྱིས་གོམས་པར་མཛད་རིགས་ཏེ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་  
སྟུག་བསྐལ་གཞོམ་པར་བཞེད་པའི་སོ་སྟེ་ཡིན་པའི་བྱིར། བྱུང་བར་ཐལ།  
ཐབས་ལས་བྱང་བའི་སྟུག་བསྐལ་དང་འགོག་པའི་བདེན་པ་དང་། དེའི་རྒྱ་  
ཀྱན་འབྱུང་དང་། ལམ་གྱི་བདེན་པ་སྒྲོག་ཏུ་གྱུར་པ་ཡིན་ན། བྱིན་ཅི་མ་ལོག་  
པར་འཆད་ཤེས་པ་དཀའ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར།

བྱང་སེམས་སྟོར་ལམ་པ་ཡང་དངོས་པོ་སྟོབས་ཞུགས་གྱི་རིགས་པས་  
བྱུང་སྟེ། མི་ཏྲག་སོགས་བཅུ་དྲུག་དོན་སྟེའི་ཚུལ་གྱིས་ཏྲགས་པ་ལ་གསལ་



སྒྲིང་ཐོན་མ་ཐོན་སོགས་གཉིས་སུ་འདུས་ལ། དོན་སྤྱི་ལ་གསལ་སྒྲིང་ཐོན་པ་  
ལ་ཡང་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱིས་ཟིན་མ་ཟིན་གཉིས་སུ་ངེས་པ་སོགས་  
དངོས་སྟོབས་ཀྱིས་བྱའ་ལ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱིས་ཟིན་པའི་སྒྲོན་ས་  
བདག་མེད་ཀྱི་དོན་སྤྱི་ལ་གསལ་སྒྲིང་དང་ལྡན་བཞིན་པས་བྱད་པར་དུ་བྱས་  
པའི་གང་ཟག་དེ་ལ་བྱང་སེམས་སྦྱོར་ལམ་བཞེས་བྱའོ།

གཉིས་པ་༼ རྒྱས་བཤད་ ༽ལ་གསུམ།  
སྒྲིང་བྱ་ལ་རྟོག་པའི་ཐབས། གཉིན་པོ་ལ་རྟོག་པའི་ཚུལ། དེ་ལྟར་  
བརྟགས་པའི་དགོས་པའོ།

དང་པོ་༼ སྒྲིང་བྱ་ལ་རྟོགས་པའི་ཐབས་ ༽ནི།  
བདེན་བཞིན་གནས་ལུགས་ལ་སྦྱོད་པའི་ཐབས་མེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
ཅ་བ། བྱང་དང་རིག་པས་རྣམ་དཔྱད་པ།  
ཐོག་མར་ལུང་ལ་བརྟེན་པ་ཐོས་པའི་ཤེས་རབ་དང་། དེ་ནས་བསམས་  
པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་རིག་པས་རྣམ་པར་དཔྱད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡང་ན་གཞལ་  
བྱའི་གནས་གསུམ་ཐབས་སོ་སོའི་སྒྲོན་ས་དབྱེད་པར་བྱ་སྟེ། ཤེན་ཏུ་སྒྲོག་  
གྱུར་དབྱེད་གསུམ་ཀྱིས་དག་པའི་ལུང་དང་། གནས་གཉིས་ལུང་གི་གཞོན་  
སྦྱུང་ལ་མི་བརྟེན་པའི་རིགས་པས་རྣམ་པར་དཔྱད་པའི་ཕྱིར།  
ཅ་བ། སྦྱག་བསྐྱེད་ཉིད་ཀྱི་བྱད་པར་བྱིས། །  
སྦྱག་བསྐྱེད་རྒྱ་དང་དེ་མི་རྟག།

ལ་སོགས་རང་བཞིན་རྟོག་པར་མཛད། །

གང་ཕྱིར་དེ་ལྟར་རྒྱ་གནས་ན། །

འབྲས་ལོག་གཟིགས་པ་མེད་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ཆོས་ཅན། སྤྱག་བསྐྱེད་རང་གི་ངོ་བོ་ཁོང་དུ་ཆུད་པ་ན་སྤྱག་བསྐྱེད་  
དེའི་རྒྱ་ཡོད་མེད་དང་། རྒྱ་དེ་རྟག་མི་རྟག་ལ་སོགས་པ་རྒྱའི་རང་བཞིན་ལ་  
རྟོག་པར་མཛད་རིགས་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་ན་སྤྱག་བསྐྱེད་དེ་གཞོམ་བཞེད་པ་  
གང་ཞིག་དེ་ལྟར་སྤྱག་བསྐྱེད་རྒྱ་མེད་དམ། རྒྱ་རྟག་པར་གནས་ནས་འབྲས་  
བུ་སྤྱག་བསྐྱེད་གཉིན་པོའི་སྟོབས་ཀྱིས་ལོག་པ་གཟིགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
དེ་ལྟར་བརྟགས་པ་ན་སྤྱག་བསྐྱེད་རྒྱ་བཅས་དང་། རྒྱ་དེ་མི་རྟག་པར་ཁོང་  
དུ་ཆུད་བྱས་ཏེ། སྤྱག་བསྐྱེད་ཉིད་རེས་འགའ་སྟེ་བ་དང་། འཕེལ་འགྲིབ་བྱེད་  
པར་མཐོང་བའི་ཁྱད་པར་གྱིས་དེ་ལྟར་ཁོང་དུ་ཆུད་བྱས་པའི་ཕྱིར། དེས་ནི་  
སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་བྲལ་འདོད་ཀྱི་སྟོང་དང་། ཀྱན་འབྱུང་སྟོང་འདོད་དང་། འགོག་པ་  
ཐོབ་འདོད་ཀྱི་སྟོང་རིམ་ཅན་དུ་སྟེ་བར་བསྟན་ཏོ། །

གཉིས་པ་༼ གཉིན་པོ་ལ་རྟོག་པའི་ཚུལ་ ༽ནི།

ཅ་བ། དེ་རྒྱ་གཞོམ་ཕྱིར་དེ་ཡི་ནི། །

མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་བརྟགས་པ་མཛད། །

ཀྱན་འབྱུང་དེའི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་གཉིན་པོ་ལ་བརྟག་པ་མཛད་པར་  
རིགས་ཏེ། སྤྱག་བསྐྱེད་དེའི་རྒྱ་ཀྱན་འབྱུང་གི་གཉིན་པོ་བསྟེན་ནས་གཞོམ་

བཞེད་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་བརྟགས་པ་ན།

ཅ་བ། རྒྱ་ཡི་ངོ་བོ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། །

དེ་མི་མ་ཐུན་སྟོགས་ཀྱང་ངེས་འགྱུར། །

ཀུན་འབྱུང་དེའི་མི་མ་ཐུན་སྟོགས་ཀྱང་ཆད་མས་ངེས་པར་འགྱུར་ཏེ།  
རྒྱ་བདག་འཇིན་དེའི་ངོ་བོ་ངེ་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་རྟོགས་པ་གང་ཞིག་དེའི་འཇིན་  
སྐངས་ཀྱི་ལོག་སྟོགས་འཇིན་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་དེའི་གཉེན་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
དེས་ལམ་བསྟེན་པར་བྱ་བ་བསྟེན་ཏོ།

ཅ་བ། བདག་དང་བདག་གིར་འཇིན་བྱས་པ། །

འདུས་བྱས་སྟོད་ཡུལ་ཅན་ཆགས་ནི། །

རྒྱ་ཡིན་.....། །

བདག་ཏུ་འཇིན་པ་དང་། བདག་གིར་འཇིན་པས་བྱས་པའི་འདུས་བྱས་  
ཕུང་པོ་ལྔ་སྟོད་ཡུལ་དུ་ཡོད་པ་ཅན་སྟུག་བསྐྱེད་ལ་ཆགས་པའི་སྟེད་པ་ཆོས་  
ཅན། རང་འབྲས་སྟུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ལྟན་ཅིག་བྱེད་སྟེན་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར།

ཅ་བ། .....དེ་ཡི་གཞོད་བྱེད་ནི། །

བདག་མེད་མཐོང་བ་འགལ་བ་ཡིན། །

བདག་མེད་མཐོན་སུམ་དུ་མཐོང་བའི་ཤེས་རབ་ཆོས་ཅན། བདག་  
འཇིན་དེ་ཡི་གཞོད་བྱེད་ཡིན་ཏེ། དེ་དང་འཇིན་སྐངས་འགལ་བའི་སྟོན་ས་དེ་

ཅ་བ་ནས་སྤྱན་འབྱེན་རྒྱས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡང་ན་སྤེད་པ་དེ་ཡི་གཞོན་  
བྱེད་བདག་མེད་མཐོང་བ་ཡིན་ཏེ། དེས་དེའི་རྒྱ་ལ་གཞོན་པའི་ཕྱིར་ཅེས་  
སྤྱར་རོ།

གསུམ་པ་ ༼ དེ་ལྟར་བརྟགས་པའི་དགོས་པ་ ༽ ལ་གསུམ།  
ཡུལ་གྱི་སྒྲིན་ཡོན་གསལ་བ་རབ་གྱི་མཐར་ཕྱིན་པར་འགྱུར་བ་དང་།  
ཡུལ་ཅན་ཉེས་པ་མཐའ་དག་དང་བྲལ་བར་འགྱུར་བ་དང་། དེས་གྲོལ་བ་  
གཞན་ལས་ཁྱད་ཞུགས་པའོ།

དང་པོ་ ༼ ཡུལ་གྱི་སྒྲིན་ཡོན་གསལ་བ་རབ་གྱི་མཐར་ཕྱིན་པར་འགྱུར་བ་ ༽ བློ།  
ལུང་དང་རིགས་པས་རྣམ་པར་དབྱེད་པའི་ཚུལ་དེ་ལྟར་ཡིན་ན།  
བསྐྱོམས་པས་མངོན་དུ་འགྱུར་བའི་ཚུལ་རི་ལྟ་བུ་ཞིན།

ཅ་བ། རྣམ་པ་དུ་མར་ཐབས་མང་པོ། །

ཡུན་རིང་དུས་སྤྱི་གོམས་པ་ལས། །

དེ་ལ་སྒྲིན་དང་ཡོན་ཏན་དག །

རབ་ཏུ་གསལ་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །

ཐུབ་པ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཚེས་ཅན། ཁྱོད་ལ་སྤང་བའི་སྒྲིན་དང་།  
གཉེན་པོའི་ཡོན་ཏན་དག་ལ་དམིགས་པའི་ཐུགས་རབ་ཏུ་གསལ་བ་མཐར་  
ཐུག་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། ཁྱོད་གྱིས་ལན་གངས་གྱི་རྣམ་  
པ་དུ་མར་སྤྱག་བསྐྱེད་ཞི་བའི་ཐབས་མང་པོ་མཐའ་ཡས་པ་བསྐྱེད་པ་གངས་

མེད་གསུམ་ལ་སོགས་པ་ཡུན་རིང་པོའི་དུས་སུ་གོམས་པ་ལས་དེ་ལྟར་  
འགྱུར་བའི་ཕྱིར།

ཡང་ན་བདག་འཇིན་སྤངས་པས་ཆགས་བྲལ་དུ་འགྱུར་མེད་ཀྱན་  
མཐེན་དུ་རི་ལྟར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལྟར་ཆགས་བྲལ་ཐམས་ཅད་ཀྱན་མཐེན་དུ་  
འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཆོས་སྤྱི་མའི་མཐར་གསལ་བ་མཐར་ཐུག་པའི་  
ཀྱན་མཐེན་དུ་འགྱུར་བའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ་ཞེས་སྤྱར་ནས། ཏྲགས་ནི། ཁྱོད་  
ཀྱིས་སྤྱར་སྤྱིང་རྗེའི་སྟོབས་ཀྱིས་འཁོར་བར་སྐྱེ་བའི་བྱད་པར་རྣམ་པ་དུ་མར་  
སྤངས་བའི་སྒོ་ནས་འཁོར་འདས་ཀྱིས་བསྐྱས་པའི་ཐབས་ཀྱི་དབྱེ་བ་མང་པོ་  
ཡུན་རིང་པོའི་དུས་སུ་གོམས་པ་ལས་དེ་ལྟར་གྱུར་བའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་༼ ཡུལ་ཅན་ཉིས་པ་མཐའ་དག་དང་བྲལ་བར་འགྱུར་བ་ ༽ནི།

ཙ་བ། དེས་ན་ཐུགས་གུང་གསལ་བའི་ཕྱིར། །

རྒྱ་ཡི་བག་ཆགས་སྤངས་པ་ཡིན། །

དེས་ན་ཐུག་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱའི་བག་ཆགས་གུང་ཟད་པར་སྤངས་པ་ཡིན་  
ཏེ། རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རབ་དབྱེ་ལ་ཐུགས་གུང་རབ་ཏུ་གསལ་བའི་མཐར་ཐིན་  
པའི་ཕྱིར། ཐ་ན་ངག་མ་བྱང་བ་ཙ་མ་ཡང་ལོག་པར་མཛད་པ་ཡིན་ནོ།

གསུམ་པ་༼ དེས་གྲོལ་བ་གཞན་ལས་བྱད་ཞུགས་བ་ ༽ནི།

ཙ་བ། ཐུབ་ཆེན་གཞན་དོན་འཇུག་ཅན་གྱི། །

བསེ་རུ་ལ་སོགས་བྱད་འདི་ཡིན། །

ཐུབ་པ་ཆེན་པོ་ཆོས་ཅན། བསེ་རུ་ལ་སོགས་པའི་གྲོ་ལ་བ་གཞན་ལས་  
ཁྱད་ལྷགས་པ་ཡིན་ཏེ། གཞན་དོན་ལ་འཇུག་པ་ཅན་གྱི་ཐབས་འདི་མཐར་  
ཕྱིན་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་༼ རོན་བསྐྱབ་ ༽ནི།

ཐབས་གོམས་པ་སྟོན་པར་འཆད་མི་རིགས་པར་ཐལ། སྟོབ་དཔོན་  
གྱིས་དེ་སྐད་དུ་ཡང་སྟོར་བ་ནི་འགོ་བ་ལ་སྟོན་པའི་ཕྱིར་སྟོན་པ་ཉིད་དོ་ཞེས་  
གསུངས་པས་སོ་ཞེ་ན། སྟོར་བ་ནི། ཞེས་པའི་གཞུང་དེ་ཡང་ཆོས་ཅན། སྟོན་  
པ་མཐར་ཐུག་ཁོ་ན་སྟོན་པར་བསྟན་པ་མ་ཡིན་ཏེ།

ཅ་བ། དེ་དོན་ཕྱིར་ན་ཐབས་གོམས་པ། །

དེ་ཉིད་སྟོན་པ་ཡིན་པར་འདོད། །

ཐབས་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་གོམས་པའི་ལམ་གྱི་གནས་  
སྐབས་དེ་ཉིད་སྟོན་པ་ཡིན་པར་བསྟན་འདོད་ནས་དེ་ལྟར་གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
གཞན་དོན་དུ་གོམས་པར་བྱས་པའི་སྟོབ་ལམ་གྱི་དུས་གྱི་བདག་མེད་མངོན་  
སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཆོས་ཅན། སྟོན་པར་འདོགས་པའི་རྒྱ་མཆན་  
ཡོད་དེ། སྟོན་པ་མཐར་ཐུག་དེའི་རྒྱའི་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཅ་བ། བྱུབ་ལས་དང་པོ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། །

གཉིས་པོ་འདི་ནི་རྒྱ་རུ་བཤད། །

སྒར་བཤད་པའི་བསམ་སྟོར་ཕྱན་སུམ་ཆོགས་པ་གཉིས་པོ་འདི་ནི་



ཆོས་ཅན། ལྷོན་པ་མཐར་ཐུག་དེའི་རྒྱ་རུ་བཤད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། རང་  
གཞན་གྱི་དོན་གྱུབ་པའི་བདེ་གཤེགས་དང་། རྒྱུ་བ་པ་ལས་དང་པོ་སྤྱོད་ལམ་  
དུས་སུ་འབྱུང་བའི་ཐབས་དེ་ཉིད་གོམས་པ་ལས་དེ་དག་འབྱུང་དགོས་པའི་  
སྤྱིར། ཡང་ན་གྱུབ་ལས་འབྱུང་བ་དང་། དང་པོ་འབྱུང་བ་ཞེས་བསམ་སྒྲུབ་  
གཉིས་དང་པོར་གྱུབ་པ་དང་། མཆོད་བརྗོད་ཀྱི་ཆོགས་བཅད་ཀྱི་དང་པོར་  
འབྱུང་བའི་སྤྱིར། རྒྱ་རུ་བཤད་ཅེས་སོ།།

འབྲས་བུ་ཕུན་ཆོག་ལས་གྲུབ་ཚུ་ལ།

གསུམ་པ་ རྟེན་གཉིས་ལས་འབྲས་བྱ་བྱེད་ཆོག་སྟེ་ལྟོ་ལ་ རྟེན་གཉིས།  
 རང་དོན་བྱེད་ཆོག་སྟེ་ གཞན་དོན་བྱེད་ཆོག་སྟེ།

དང་པོ་༼ རང་དོན་ཕྱན་ཆོག་ལ་ ༽ལ་གཉིས།  
 བྱུང་པར་གསུམ་ལྟན་བདེ་གཤེགས་སུ་བསྟན་པ་དང་། དེ་ལ་རྩོད་པ་  
 སྤང་བའོ།།

དང་པོ་༼ ཟུང་པར་གསུམ་ལྟན་བདེ་གཤེགས་སུ་བསྟན་པ་ ༽ལ་གཉིས།  
མདོར་བསྟན། རྒྱལ་བ་ཤད་དོ།

དང་པོ་༼ མདོར་བསྟན་ ༽ནི།  
ཅ་བ། རྒྱ་སྤངས་ཡོན་ཏན་གསུམ་བདེ་གཤེགས། །

སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱི་རྒྱ་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་སྤངས་པའི་སྤངས་པ་  
 ཚེས་ཅན། བདེ་གཤེགས་ཉིད་ཡིན་ཏེ། ཡོན་ཏན་གསུམ་ལྡན་གྱི་སྤངས་པ་  
 མཐར་ཐུག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ལེ་འུར་འདྲིར་ཉོན་སྤྱོད་དང་། མི་རྟག་སོགས་བཅུ་  
 སྟག་ལ་ཉོན་མོངས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་མི་ཤེས་པ་ཡོད་པ་དེ་ཉིད་ཤེས་སྤྱོད་  
 ཏུ་བྱས་པའི་སྤྱོད་གཉིས་སྤངས་པ་ཙམ་བདེ་གཤེགས་སུ་སྟོན་གྱི། གཟུང་  
 འཛིན་རྩལ་ཐ་དད་དུ་ཞེན་པའི་རྟོག་པ་ལ་ཤེས་སྤྱོད་ཏུ་བྱས་པའི་སྤངས་པ་  
 མ་བསྟན་ཏེ། དེའི་རྒྱ་མཚན་རིགས་ཅན་གསུམ་ག་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་ཐུན་  
 མོང་གི་སྟོན་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་བསྟན་བཞེད་པ་ཡིན་གྱི། ཐེག་པ་ཆེན་  
 པོ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྟོན་པའི་མཚན་ཉིད་སྟོན་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ།

དེ་ཉིད་ཀྱིས་ན་བདག་མེད་ཀྱང་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཙམ་ཞིག་  
 བསྟན་གྱི། ཚེས་ཀྱི་བདག་མེད་ནི་འོག་ཏུ་འཆད་པར་འགྱུར་རོ། འོ་ན་ཐུགས་  
 རྩེ་ཆེན་པོ་ཡང་སྟོན་མི་རིགས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། ཉན་ཐོས་ཀྱི་རིགས་ཅན་  
 ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་རྩ་བའི་སྟོན་པ་དེ་ཡང་སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོ་ལས་ངེས་པར་  
 བསྐྱབ་པ་ཞིག་བསྟན་དགོས་པ་ཡིན་ནོ།

གཉིས་པ་༼རྒྱས་པར་བཤད་པ་༽ནི།

ཡོན་ཏན་གསུམ་པོ་གང་ཞེ་ན།

རྩ་བ། ཉིད་ཡིན་སྤྱག་བསྐྱེལ་རྟོན་མིན་ཕྱིར།

ལེགས་ཡིན་.....།

སྤངས་པ་དེ་ཚེས་ཅན། ལེགས་པར་སྤངས་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྱག་བསྐྱེལ་

གྱི་རྟེན་མིན་པའི་སྤངས་པ་མཐར་ཐུག་ཡིན་པའི་བྱིར། གཞན་སྡེ་རྣམས་ལ་  
སྤངས་པ་ཅམ་ཡོད་ཀྱང་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་འབྲེལ་བས་ལེགས་པར་སྤངས་པ་  
མ་ཡིན་ནོ།།

ཅ་བ། .....དེ་ནི་བདག་མེད་པ། །

མཐོང་བའམ་སྦྱོར་བ་ལས་ཡིན་ནོ། །

དེ་ནི་ཆོས་ཅན། ཐབས་ལེགས་པ་སྡོན་དུ་སོང་སྟེ། གང་ཟག་གི་བདག་  
མེད་པ་མངོན་སུམ་གྱིས་གསར་དུ་མཐོང་བ་དང་། དེ་ཉིད་སྦྱོར་ཞིང་གོམས་  
པ་ལས་ཐོབ་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། འམ་གྱི་སྤྲས་རྟོགས་པ་གཉིས་གྱིས་མཐོང་  
སྤངས་དང་སྒྲོམ་སྤངས་སོ་སོར་སྦྱོང་བ་སྤྱད་དོ།།

སྟོབ་དཔོན་ལྷ་དབང་སྟོ་ལྷར་ན། བདག་མེད་མཐོང་བ་དང་རིགས་པ་  
ཉིད་གྱི་བྱིར་རོ་ཞེས་བྲངས་ནས། རིགས་པ་ནི། རིགས་པས་མཐོང་བའི་  
ཐབས་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དེ་གོམས་པ་ལས་གཤེགས་པའི་  
བྱིར་བསྐྱེད་སོ་ཞེས་འཆད་དོ། །སྤྲ་ལྡོག་པའི་སྤངས་པ་གང་ཡིན། གང་  
སྤངས་པས་སྤྲ་མི་ལྡོག་པར་འགྱུར་ཞེ་ན། རྒྱུན་ཁྱུགས་སྤིང་བ་ལན་བདུན་  
པ་ཆོས་ཅན།

ཅ་བ། སྦྱེ་དང་སྦྱོན་ནི་ཀུན་འབྱུང་དག །

སྤྲ་ཡང་ལྡོག་ཅེས་བཤད་པ་ཡིན། །

སྤྲ་ཡང་འཁོར་བར་ལྡོག་ཅེས་བཤད་པ་ཡིན་ཏེ། ཉིང་མཆམས་སྦྱོར་  
བའི་སྦྱེ་བ་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་། སྦྱོན་ཆགས་སོགས་ནི་སྤིང་བ་བདུན་གྱི་བར་དུ་

ཀུན་ཏུ་འབྱུང་བ་དག་ཏུ་བཤད་པའི་བྱིར།

ཅ་བ། བདག་ལྟའི་ས་བོན་སྤངས་པའི་བྱིར། །

སྤར་མི་གཤེགས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །

སྤར་གྱི་སྤངས་པ་དེ་ཆོས་ཅན།      སྤར་མི་ལྟོག་པར་གཤེགས་པ་ཉིད་  
ཡིན་ཏེ། བདག་ལྟའི་ས་བོན་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་བྱད་པར་སྤངས་པའི་  
བྱིར། བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་གྱིས་བདག་འཛིན་ལ་ངེ་ལྟར་གཞོད།  
འཛིན་སྤངས་འགལ་བ་ཅམ་གྱིས་ཡིན་ན།      བདག་འཛིན་གྱིས་ཀྱང་གཞོད་  
པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། དེ་བདེན་ཐ་དད་བདག་ཉིད་གྱིས། །

གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དེ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་གྱིས་  
གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་ལ་དངོས་སུ་གཞོད་དེ། ཁྱོད་དང་དེ་གཉིས་འཛིན་  
སྤངས་ཐ་དད་པའི་བདག་ཉིད་གྱིས་དངོས་སུ་འགལ་བ་གང་ཞེས། ཁྱོད་གྱི་  
འཛིན་སྤངས་བདེན་པ་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པའི་བྱིར། ཆགས་  
བྱལ་གཞན་ལ་སྤང་བྱ་གང་ལུས་པ་ཡིན།      གང་སྤངས་པས་མ་ལུས་པར་  
སྤངས་པར་འགྱུར་ཞེ་ན། ཉན་རང་དག་བཅོམ་པ་ཆོས་ཅན།

ཅ་བ། ལུས་ངག་སེམས་གྱི་གནས་ངན་ལེན། །

ཉོན་མོངས་མེད་དང་ནད་མེད་དང་། །

ལུས་ངག་སེམས་གྱི་གནས་ངན་ལེན་ལུས་པ་ཡིན་ཏེ།      ཉོན་མོངས་  
ཅན་མ་ཡིན་པའི་སྒོ་གསུམ་གྱི་གནས་ངན་ལེན་དང་ལྡན་པའི་བྱིར། དེ་ལྟར་

ཡང་སྤར་འཁོར་བར་ལྷོག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་ཉོན་མོངས་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་།  
འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱིས་ཡིད་གདུང་བའི་ནད་མེད་པའི་ཕྱིར།

ཅ་བ། ལམ་བཤད་མི་གསལ་ཉིད་ལུས་ཡིན། །

གཞན་ལ་ཐར་ལམ་བཤད་པ་ལ་སློ་མི་གསལ་བ་ཉིད་ཀྱང་ལུས་པ་ཡིན་  
ཏེ། ཉོན་མོངས་ཅ་མ་སྤངས་ཀྱི་གནས་ངན་ལེན་ཟད་པར་མ་སྤངས་པའི་ཕྱིར།

ཅ་བ། གོམས་ཕྱིར་མ་ལུས་སྤངས་པ་ཉིད། །

སྤར་གྱི་སྤངས་པ་དེ་ཆོས་ཅན། མ་ལུས་པའི་སྤངས་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ།  
གཉེན་པོ་གོམས་པ་མཐར་ཕྱིན་པས་ཐོབ་པའི་སྤངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ ༼ དེ་ལ་རྩོད་པ་སྤང་བ་ ༽ནི།

ཅ་བ། ཁ་ཅིག་སྤྲ་སོགས་ཕྱིར་ན་སྦྱོན། །

ཟད་མིན་ཞེས་ཟེར་.....། །

རྒྱལ་དཔོག་པ་ལ་སོགས་པ་ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཐུབ་པ་ཆོས་ཅན། སྦྱོན་ཟད་  
པ་མིན་ཏེ། དག་སྤྲ་བའི་ཕྱིར་དང་། དབང་པོ་དང་ལྡན་པ་ལ་སོགས་པའི་ཕྱིར།  
ལམ་པོ་ཆེའི་སྦྱེས་བྱ་བཞིན་ཟེར་ཏོ། །

རྟགས་དེ་མ་ངེས་པར་བསྟན་པ་ནི།

ཅ་བ། .....འདི་ལྷོག་ལ། །

ཐེ་ཆོམ་བཟང་དེ་ཕྱིར་འབྱུང་། །

རྟགས་འདི་ཆོས་ཅན། ལྷོག་བྱུང་འབྱུང་པ་ཡིན་ཏེ། ལྷོག་པ་ལ་ཐེ་ཆོམ་

བ་བ་དེའི་ཕྱིར། ཉེས་བྱེད་ཀྱི་སྐྱེས་བྱུང་གསལ་ཡོད་མེད་གང་ལ་ཡང་སྐྱབ་བྱེད་  
མ་མཐོང་བཞིན་དུ་དེ་འགོག་པར་བྱེད་པས་ཚོལ་བ་རང་ཉིད་ཀྱང་ཐེ་ཚོམ་བ་  
ལ། ཕྱིར་ཚོལ་གྱི་ངོར་ཡང་ཐེ་ཚོམ་ཅམ་འདྲེན་པར་བྱེད་ཀྱི་ཡང་དག་ཤེས་པ་  
མི་སྐྱེད་དོ། ཏྲགས་འདི་སངས་རྒྱས་པ་ལ་བཀོད་པ་ཡིན་ལ། དེས་ཉེས་བྱེད་  
སྐྱབ་བྱུབ་བཞིན་མ་བརྗེད་པའི་ཕྱིར། ཅི་ལྟར་ཐེ་ཚོམ་འདྲེན་པར་བྱེད་ཅེས་བེར་  
ན། ཐུབ་པ་ལ་སྒྲོན་འདས་པའི་དུས་ཀྱི་སྒྲོན་པས་ཆོས་གསུང་བ་ལྟར་དག་སྐྱབ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྐྱོན་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ནམ། ཆགས་བཅས་དག་སྐྱབ་པ་ལྟར་སྐྱོན་  
མ་བྱེད་པ་ཡིན་ཞེས་ཐེ་ཚོམ་གྱི་བཏྲག་པ་བྱས་ནས་ཚོལ་བ་ལ་ངེས་པ་ན། ད་  
དུང་དེ་ལས་མ་གཏོགས་པའི་ལྷོག་བྱུང་ངེས་པའི་སྐྱབ་བྱེད་མེད་པའི་དོན་ཏོ།  
གང་དག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གཟུགས་སྐྱེས་སངས་རྒྱས་མཆོན་ཉིད་པ་མ་ཡིན་  
པར་སྐྱབ་པ་དེ་དག་རྒྱལ་དཔོག་པ་ལེགས་པར་འོངས་པ་ཡིན་ནོ།

རིགས་པས་མཐའ་དབྱེད་ནས་དགག་པ་ནི།

ཅ་བ། ཏྲག་ཉིད་ཕྱིར་རམ་ཐབས་མེད་ཕྱིར། །

ཡང་ན་ཐབས་ནི་མི་ཤེས་ཕྱིར། །

སྐྱོན་རྣམས་མི་བྱེད་པ་ཉིད་ཅེས། །

བྱ་བར་ཡོངས་སུ་ཏྲོག་བྱང་ན། །

ཉེས་པ་བྱེད་པ་མི་སྤྱིད་པའི་རྒྱ་མཆོན་སྐྱོན་ཆགས་སོགས་རྣམས་ཏྲག་  
པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། སྤྱོད་མི་རྒྱས་སམ། རྒྱས་ཀྱང་སྤྱོད་པའི་ཐབས་མེད་པའི་ཕྱིར་  
རམ། ཡང་ན། ཐབས་དངོས་པོ་ལ་ཡོད་ཀྱང་སྐྱས་ཀྱང་མི་ཤེས་པའི་ཕྱིར་



རམ། ཤེས་ཀྱང་དེ་ལས་གཞན་དག་དོན་གཉེར་བྱེད་པ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་  
རམ། དོན་གཉེར་སྐྱེ་བ་ཡོད་ཀྱང་དེ་རི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་འདོམས་པའི་བཅེ་བ་  
ཅན་མེད་པའི་ཕྱིར་ཉེས་པ་མི་བྱད་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བར་ཡོངས་སུ་རྟོག་གྲང་ན།

ཅ་བ། རྒྱ་ཡོད་ཕྱིར་དང་རྒྱ་ཡི་ནི། །

གཉེན་པོ་གོམས་པས་བྱད་ཕྱིར་དང་། །

རྒྱ་ཡི་རང་བཞིན་ཤེས་པ་ཡིས། །

དེ་ཤེས་པ་ཡང་གྱུ་བ་པ་ཡིན། །

ཉེས་པ་ཆགས་སོགས་ཆོས་ཅན། རྟག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཁྱོད་བསྐྱེད་  
པའི་རྒྱ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁྱོད་སྤོང་བའི་ཐབས་མེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱ་  
བདག་དུ་འཛིན་པ་ཡི་གཉེན་པོ་གོམས་པས་བྱད་རུས་པའི་ཕྱིར། ཁྱོད་སྤོང་  
བའི་ཐབས་དེ་ཤེས་པ་ཡང་གྱུ་བ་པ་ཡིན་ཏེ། ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱ་ཡི་རང་བཞིན་རི་ལྟ་  
བ་བཞིན་དུ་ཤེས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། བརྟག་པ་ཕྱི་མ་གཉིས་ལན་དང་བཅས་  
པ་ནི། སྤར་བཅེ་ལྡན་ཞེས་པ་དང་། འོག་སྐྱོབ་པའི་སྐབས་ནས་གོ་བར་འགྱུར་  
བས་འདིར་མ་བཞོད་དོ།

གཉིས་པ་༼ གཞན་དོན་ལུན་ཆོགས་ ༽ནི།

ཅ་བ། སྐྱོབ་པ་ཉིད་གཟིགས་ལམ་གསུངས་པ། །

ཐུབ་པ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཆོས་ཅན། གྲོལ་བ་དོན་གཉེར་གྱི་སྐྱོབ་པ་  
ཉིད་ཡིན་ཏེ། རང་ཉིད་ཀྱིས་ཐར་ལམ་གཟིགས་པ་མཐར་ཕྱིན་ཞིང་གཟིགས་

པའི་ལམ་དེ་ཉིད་ལན་དང་གྲགས་པ་སོགས་ལ་མི་བསྟ་བར་གཞན་ལ་སྤྱོད་ཅི་  
མ་ལོག་པར་གསུང་བར་མཛད་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། གཟིགས་པ་མཐར་སྤྱོད་  
ཏེ། རྩི་མ་བཟད་པར་སྤངས་པའི་བྱིར། དེས་ནི་བདེ་གཤེགས་ལས་སྐྱོབ་པ་བྱུང་  
པའི་ཚུལ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ།།

རྟགས་སྤྱི་མ་མ་བྱུང་ཅེ་ན། འོ་ན་གཞན་ལ་ཐར་ལམ་ཅུང་བཟད་ཀྱང་མི་  
གསུང་ངམ། སྤྱོད་ཅི་ལོག་གསུང་། དང་པོ་མི་འཐད་པ་ནི། བདེ་གཤེགས་ཀྱི་  
སྐྱབ་བྱེད་དུ་སྤྱོད་པ་བཤད་པ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་ལ། སྤྱི་མ་སྟར་ན། ཁོང་རང་གིས་  
སྤྱོད་ཅི་མ་ལོག་པ་གསུང་བར་སྒྲིམ་ཡང་དངོས་པོ་ལ་སྤྱོད་ཅི་ལོག་དུ་སོང་བ་  
ཡིན་ནམ། རང་ཉིད་སྤྱོད་ཅི་ལོག་གསུང་བཞེད་པ་ཡིན། དང་པོ་མི་འཐད་པ་  
ནི། སྐྱོབ་པའི་སྐྱབ་བྱེད་བདེ་གཤེགས་བསྐྱབ་པ་ཉིད་ཀྱིས་འབྱུང་ལ། སྤྱི་མ་  
སྟར་ན། སྤྱོད་པ་ངན་པ་སྟར་བདག་ལ་ཆགས་ནས་རང་འདོད་མ་བྱུང་དོགས་  
པ་ཡིན་ནམ། གཞན་ལ་དམིགས་པའི་བཅེ་བ་ཆེན་པོ་མེད་པས་ཡིན། དང་  
པོ་མི་འཐད་པ་ནི། སྐྱབ་བྱེད་སྤྱི་མ་དང་འབྲེལ་སྤྱི་མ་མི་འཐད་པ་ནི། སྤྱོད་པའི་  
སྐྱབ་བྱེད་དུ་ཐུགས་རྗེ་བཀོད་པ་ཉིད་ཀྱིས་འབྱུང་བོ།།

ཅུ་བ། འབྲས་མེད་སྤྱིར་ན་བརྟུན་མི་གསུང་། །

དེས་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཐར་ལམ་རྟུན་པ་སྤྱོད་ཅི་ལོག་མི་གསུང་སྟེ། དེ་  
སྟར་གསུངས་པ་ལ་རང་དོན་དང་གཞན་དོན་གང་ལ་བསྟོས་ཀྱང་འདོད་བྱའི་  
འབྲས་བྱ་མེད་པར་མདོན་སུམ་དུ་གཟིགས་པའི་བྱིར། གཞུང་འདི་དག་གིས་  
སྐྱོབ་པའི་སྐྱབ་བྱེད་དང་། སྤྱོད་པ་དང་ཐུགས་རྗེ་གཉིས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་སྤྱོད་པ་

ཡིན་ནོ། །དེ་ཚེས་ཅན། ཉིད་ཀྱིས་གཟིགས་པའི་ཐར་ལམ་གཞན་ལ་སྤྱོད་ཅི་  
མ་ལོག་པར་གསལ་བར་མཛད་དེ།

ཅ་བ། ཐུགས་བརྟེ་ལྡན་ཕྱིར་ཚུམ་ཀྱན་ཡང་། །

གཞན་གྱི་དོན་དུ་སྦྱོར་ཕྱིར་རོ། །

སྒར་སློབ་ལམ་དུ་མི་རྟག་པ་དང་བདག་མེད་སོགས་སློབ་པའི་ཚུམ་པ་  
ཀྱན་ཡང་གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་དོན་དུ་སྦྱོར་ཞིང་གོམས་པར་  
མཛད་ལ་དེ་ཉིད་མཐར་སྤྱོད་པའི་ཕྱིར། འདིས་སློབ་པ་ལས་བདེ་གཤེགས་  
འབྱུང་བའི་ཚུལ་བསྟན་ཏོ།

དེ་འདྲའི་ཚུམ་པ་ཀྱན་གཞན་དོན་དུ་སྦྱོར་བའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། སྒར་  
སློབ་ལམ་དུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་པའི་ཐུགས་བརྟེ་བ་ཆེན་པོ་  
དང་ལྡན་པ་དེ་ཉིད་མཐར་སྤྱོད་པར་མཛད་པའི་ཕྱིར། འདིས་ཐུགས་རྟེན་ལས་  
སློབ་པ་འབྱུང་བའི་ཚུལ་བསྟན་ཏོ།

དེ་སྒར་ཐུགས་འབྱུང་གི་སྐབས་འདིར་སློབ་པ་རྟགས་གྱི་བསྐྱབ་བྱར་  
བྱས་ནས་གཞན་གསུམ་རིམ་གྱིས་སྐྱབ་བྱེད་དུ་བཀོད་པ་ན། མཐར་གཏུགས་  
པའི་སྐྱབ་བྱེད་ཐུགས་རྟེན་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་དང་། ཚད་མའི་སྤྱོད་བྱར་འབྱུང་  
བའི་ཕྱིར་ཏུ་ལམ་ལ་རིམ་གྱིས་འཇུག་པ་ན་ཡང་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཐུན་མོང་མ་  
ཡིན་པའི་ལམ་ལ་དང་པོར་འཇུག་པའི་འཇུག་སྒོ་དང་། ཐབས་དང་སྐྱབ་བྱེད་  
ནི་སྤྱོད་རྟེན་ཆེན་པོ་ཡིན་པས། སྐྱབ་བྱེད་ཐུགས་རྟེན། ཞེས་ཐུགས་རྟེན་ལ་སྐྱབ་  
བྱེད་གྱི་སྐྱས་སློབ་པར་མཛད་དོ།

གཉིས་པ་དེ་དག་ཀྱན་ལས་ཆད་མར་བྱལ་བ་ནི།

ཅ་བ། དེ་བྱིར་ཆད་ཡིན་ཀྱི་ལོ། །

དེ་ཆོས་ཅན། གྲོལ་བ་དོན་གཉིར་ལ་བསྟོས་ནས་ཆད་མའི་སྐྱེས་བུ་  
ཡིན་ཏེ། གྲོལ་བ་དོན་གཉིར་ལ་ཐར་ལམ་བསྟན་པའི་སྒྲོན་ས་དེའི་སྐྱབས་  
མཛད་ཅིང་དེ་སྐྱོབ་པའི་རྒྱས་པ་མཐར་བྱིན་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། སྐྱོབ་མི་རྒྱས་  
ན་སྐྱབས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་མ་ཆང་ལ། སྐྱབས་མི་བྱེད་ན་སྐྱབས་བཅོལ་བའི་  
དགོས་པ་མི་འབྱལ་བས་སྟོན་པ་འདི་ལ་དགོས་རྒྱས་གཉིས་ཀ་ངེས་པར་  
ཆོགས་པ་ཡིན་ནོ།

གཉིས་པ་ ༼ ལྷགས་སྒྲོག་གི་སྒྲོན་ས་དེ་ལྟར་བྱོན་པའི་ཤེས་བྱེད་བསྟན་པ་ ༽ལ་གཉིས།  
བྱེད་ཆོས་དེ་དག་སྔ་མ་ལས་བྱི་མ་འབྱལ་བའི་ཚུལ། དེ་དག་ཀྱན་ལས་  
ཆད་མར་འབྱལ་བའི་ཚུལ་ལོ།

དང་པོ་ ༼ བྱེད་ཆོས་དེ་དག་སྔ་མ་ལས་བྱི་མ་འབྱལ་བའི་ཚུལ་ ༽ལ་བཞི།  
སྐྱོབ་པའི་རང་བཞིན་བསྐྱབ་པ་དང་། དེ་ལས་བདེ་གཤེགས་དང་། དེ་  
ལས་སྟོན་པ་དང་། དེ་ལས་བཅེ་བ་འབྱལ་བའི་ཚུལ་ལོ།

དང་པོ་ ༼ སྐྱོབ་པའི་རང་བཞིན་བསྐྱབ་པ་ ༽ལ་གཉིས།  
བདེན་བཞིའི་གནས་ལྷགས་རང་དབང་དུ་སྟོན་པས་སྐྱོབ་པར་བསྟན་པ་  
དང་། བསྟན་པ་གསུང་རབ་ཀྱི་དོན་བདེན་བཞི་གཏན་ལ་དབབ་པའོ།

དང་པོ་༽ བདེན་གཞིའི་གནས་ལུགས་རང་དབང་དུ་སྟོན་པས་སྐྱོབ་པར་བསྟན་པ་ ༽ནི།

ཅ་ག། .....ཡང་ན་སྐྱོབ། །

བདེན་པ་བཞིའི་སྟོན་མཛད་པའོ། །

དེ་ལྟར་ལུགས་འབྱུང་གིས་སྟོན་པ་ལམ་གང་ནས་གཤེགས་པའི་ཚུལ་  
བསྟན་པ་ལས་ཡང་ན། དེ་ལྟར་གཤེགས་པའི་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་གཏན་ཆིགས་  
ཡང་དག་ལུགས་ལྟོག་གི་སྟོན་སྟོན་ཞེས་པའོ།། ཐུབ་པ་བཅོམ་ལྡན་འདས་  
ཆོས་ཅན། གྲོལ་བ་དོན་གཉེར་གྱི་སྐྱོབ་པ་ཡིན་ཏེ། གྲོལ་བ་དོན་གཉེར་ལ་  
བདེན་པ་བཞིའི་གནས་ལུགས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་སྟོན་པའི་མཛད་པ་མཐར་  
ཕྱིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་༽ བསྟན་པ་གསུང་རབ་ཀྱི་དོན་བདེན་བཞི་གཏན་ལ་འབབ་པ་ ༽ལ་གཉིས།

སྤྱིའི་དོན་དང་། ཡན་ལག་གི་དོན་ཏོ།།

དང་པོ་༽ སྤྱིའི་དོན་ ༽ལ་བཞི།

བདེན་བཞིའི་གངས་ངེས་པ་དང་། གོ་རིམ་ངེས་པ་དང་། མཆན་གཞི་  
དང་། དེ་ཉིད་ངེས་བྱེད་ཀྱིས་ཆད་མའོ།།

དང་པོ་༽ བདེན་བཞིའི་གངས་ངེས་པ་ ༽ནི།

ཐར་པ་དོན་གཉེར་རྣམས་ཀྱི་གཏན་ལ་དབབ་བྱའི་གཙོ་བོ་ནི། འཁོར་བ་  
དང་མྱ་ངན་ལས་འདས་པས་བསྐྱུས་པའི་སྤྱོད་གས་གཉིས་སུ་ངེས་ལ། འཁོར་  
བ་ལ་ཡང་རྒྱ་འཆིང་བྱེད་ཀྱན་འབྱུང་བདེན་པ་དང་། འབྲས་བུ་བཅིངས་པ་



སྐྱུག་བསྐྱལ་གྱི་བདེན་པ་གཉིས་སུ་ངེས་སོ། །རྣམ་བྱང་ལ་ཡང་འཁོར་བ་  
ལས་གྲོལ་བར་བྱེད་པའི་ཐབས་རྒྱ་ལམ་གྱི་བདེན་པ་དང་། གྲོལ་བ་འབྲས་  
བྱའི་ངོ་བོ་འགོག་པའི་བདེན་པ་གཉིས་སུ་ངེས་པས་འཁོར་བ་འཇུག་ལྡོག་གི་  
རྒྱ་འབྲས་བཞིར་ངེས་སོ།།

གཉིས་པ་༼གོ་རིམ་ངེས་པ་༽ནི།

དོན་གྱི་རིམ་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན། གྲུན་འབྱུང་དང་ལམ་གྱི་བདེན་པ་  
དང་པོར་བསྟན་པར་བྱ་བ་ཡིན་ལ། སྐྱུག་བསྐྱལ་དང་འགོག་པ་ཕྱིས་བསྟན་  
པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །འདིར་ནི་ཡུལ་ཅན་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རིམ་པ་དང་  
མཐུན་པར་གོ་རིམ་གཞན་དུ་བསྟན་པར་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟར། སྐྱུག་བསྐྱལ་གྱི་  
བདེན་པ་དང་། གྲུན་འབྱུང་དང་། འགོག་པ་དང་ལམ་སྟེ། ཐོག་མར་འཁོར་བ་  
སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་གི་ཉེས་དམིགས་ལེགས་པར་བསམས་པའི་སྒྲོན་ས། དེ་ལ་  
འབྲལ་འདོད་ཀྱི་སྒྲོ་བསྐྱེད་པར་བྱེད་དགོས་ཏེ། དེ་སྒྲོན་དུ་མ་སོང་ན་དེའི་རྒྱ་  
ལ་སྒྲོང་འདོད་སྐྱེ་བ་མི་སྤྱིད་པའི་ཕྱིར་རོ།།

སྐྱུག་བསྐྱལ་ལ་འབྲལ་འདོད་སྐྱེས་པ་ན་སྐྱུག་བསྐྱལ་འདི་དང་འབྲལ་  
བར་བྱེད་རྒྱས་སམ་མི་རྒྱས། འདི་ལ་རྒྱ་ཡོད་དམ་མེད། རྒྱ་དེ་ཡང་རྟག་  
གམ་མི་རྟག་སྟམ་དུ་གྲུན་འབྱུང་ལ་རྟོག་པར་བྱེད་དེ། སྐྱུག་བསྐྱལ་རང་གི་ངོ་  
བོ་ཆེར་མ་འདོན་པ་བཞིན་དུ་སྒྲོང་མི་རྒྱས་པར་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་  
བརྟགས་པ་ན་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པ་གཉིས་དེའི་རྒྱར་ཁོང་དུ་ཆུད་ནས་དེ་  
ལ་སྒྲོང་འདོད་ཀྱི་སྒྲོ་སྐྱེ་བས་གྲུན་འབྱུང་དུས་གཉིས་པར་བསྟན་ཏོ། །གྲུན་



འབྱུང་སྤྱོད་རྒྱས་སུ་མཐོང་བ་ན་སྤྱག་བསྐྱེལ་འགོག་རྒྱས་སུ་མཐོང་བར་  
འབྱུར་ལ། དེ་ནས་སྤྱག་བསྐྱེལ་འགགས་པའི་འགོག་པ་ཡང་མངོན་དུ་བྱ་  
རྒྱས་སུ་མཐོང་བས་འགོག་པ་དུས་གསུམ་པར་བསྟན་ཏོ། །དེ་མངོན་དུ་བྱེད་  
པ་ཡང་ལམ་བསྟེན་ཅིང་གོམས་པར་བྱས་པ་ལ་རག་ལས་པར་མཐོང་བས།  
ལམ་གྱི་བདེན་པ་དུས་བཞི་པར་བསྟན་ཏོ།

གལ་ཏེ་དུས་དང་པོར་སྤྱག་བསྐྱེལ་འགོག་རྒྱས་སུ་མཐོང་ན། སྤྱག་  
བསྐྱེལ་འགགས་པ་མངོན་དུ་བྱ་རྒྱས་སུ་མཐོང་བས་བྱུང་བས་འགོག་པ་དུས་  
གཉིས་པར་བསྟན་རིགས་ལ། ཡང་ཀུན་འབྱུང་སྤྱོད་རྒྱས་སུ་མཐོང་ནས།  
སྤྱག་བསྐྱེལ་འགོག་རྒྱས་སུ་མཐོང་དགོས་པས་ཀུན་འབྱུང་སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱི་  
སྤྱར་བསྟན་པར་རིགས་སོ།

ཀུན་འབྱུང་སྤྱོད་རྒྱས་སུ་མཐོང་བ་བདག་མེད་པར་རྟོགས་པ་ལ་རག་  
ལས་པས་ཐོག་མར་དེ་ཉིད་བསྟན་པར་བྱ་བ་ཡིན་པས་རི་སྐད་བཤད་པའི་  
བདེན་བཞིའི་གོ་རིམ་མ་ངེས་སོ་ཞེ་ན། བཤད་པར་བྱ་སྟེ། སྤྱིར་བྱ་བ་གང་  
ལ་ཡང་དེ་ལ་འཇུག་པ་ལ་ཕན་ཡོན་མཐོང་ཞིང་། དེ་ལས་སྒྲིག་པ་ལ་ཉེས་  
དམིགས་མཐོང་བ་ལ་རག་ལས་པས། འཁོར་བ་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་གི་ཉེས་  
དམིགས་བསམས་པས་འཁོར་བ་ལ་མེད་པོར་ཉར་དུ་མཐོང་ནས། དེ་དང་  
འབྲལ་འདོད་ཀྱི་སྒྲོ་ཙམ་ཞིག་དང་པོར་བསྐྱེད་པ་ཡིན་གྱི། འབྲལ་རྒྱས་སུ་གོ་  
བ་མིན་ནོ།

དེ་ནས་དུས་གཉིས་པར་ཀུན་འབྱུང་སྤྱོད་རྒྱས་སུ་ཆད་མས་མཐོང་བ་

ཡིན་ལ། དེ་མཐོང་བ་ན་འགོག་པ་མངོན་དུ་བྱ་བ་སྤྱི་མཐོང་བས། གྲུན་  
འབྱུང་དུས་གཉིས་པ་དང་འགོག་པ་དུས་གསུམ་པར་བསྟན་རིགས་སོ།།

ལམ་ཐ་མར་བསྟན་པར་བྱ་བ་ནི་སྤར་སྤར་རོ། །དེས་ན། རྣམ་འབྱོར་  
པའི་རྒྱུད་ལ་བདེན་པ་བཞི་ལ་དམིགས་པའི་མཐོང་ལི་སྐྱེ་བ་ན་ཡང་གོ་རིམ་  
དེ་དག་དང་མཐུན་པར་སྐྱེ་བ་ཡིན་རོ།།

གསུམ་པ་༼ མཚན་གཞི་ ༽ནི།

ད་སྟར་མཁལ་མའི་ཟུག་གཟེར་ལ་སོགས་པའི་ཆོར་བ་ནི། སྤྱག་  
བསྐྱལ་གྱི་སྤྱག་བསྐྱལ་དང་། ཟས་ཡིད་དུ་འོང་བ་ལ་སྤྱག་པར་སྐྱེད་ནས་རོ་  
སྤང་བའི་ཆོར་བ་སོགས་འབྱུར་བའི་སྤྱག་བསྐྱལ་དང་། ལས་ཉོན་གྱིས་ལག་  
རྗེས་བཞག་པའི་ཟག་བཅས་གྱི་སྤང་པོ་གང་ཡིན་ཐམས་ཅད་འདུ་བྱེད་གྱི་  
སྤྱག་བསྐྱལ་ཏེ། དེ་དག་ཐམས་ཅད་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱི་བདེན་པ་འོ། །ཟག་པ་དང་  
བཅས་པའི་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་གྲུན་འབྱུང་གི་བདེན་པ་ཡིན་  
ལ། སྤྱག་བསྐྱལ་འགགས་པའི་བྲལ་བ་ནི་འགོག་པའི་བདེན་པ་དང་། བདག་  
མེད་མངོན་སུམ་དུ་ཉོགས་པའི་ཤེས་རབ་ལམ་གྱི་བདེན་པ་འོ།།

བཞི་པ་༼ དེ་ཉིད་ངེས་བྱེད་གྱི་ཆད་མ་ ༽ལ་གཉིས།

ལོག་ཉོག་བཅུ་དྲུག་ངོས་གཟུང་བ་དང་། དེ་དང་འགལ་བ་བདེན་པའི་  
རྣམ་པ་བཅུ་དྲུག་ངོས་གཟུང་བའོ།།

དང་པོ་༼ ལོག་རྟོག་བཅུ་དྲུག་རྩིས་གཟུང་བ་ ༽ནི།

སྤྱག་བསྐྱེལ་ལ་ལོག་པར་ཞུགས་པ་གཙང་བ་དང་། བདེ་བ་དང་། རྟག་  
པ་དང་། བདག་ཏུ་འཛིན་པ་བཞི་དང་།

ཀུན་འབྱུང་ལ་ལོག་པར་ཞུགས་པ། སྤྱག་བསྐྱེལ་རྒྱ་མེད་དུ་འཛིན་པ་  
དང་། མི་མ་ཐུན་པ་རྒྱར་འཛིན་པ་གཉིས། སྤྱི་མ་ལའང་རྒྱ་གཅིག་ཁོ་ནས་  
བྱས་པར་འཛིན་པ་དང་། དབང་ཕྱག་ལ་སོགས་པ་གཞན་གྱིས་སྒོ་སྒོན་དུ་  
བཏང་ནས་བྱས་པར་འཛིན་པ་དང་། རང་བཞིན་རྟག་ལ་གནས་སྐབས་འགྱུར་  
བར་འཛིན་པ་ལོ།

འགོག་པ་ལ་ལོག་ཞུགས་ནི། ཐར་བ་ཡེ་མེད་དུ་འཛིན་པ་དང་། ཟག་  
བཅས་ཀྱི་བྱང་པར་འགའ་ཞིག་ཐར་བར་འཛིན་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱི་བྱང་  
པར་འགའ་ཞིག་བྱ་ལྗོངས་པའི་ཐར་བར་འཛིན་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེལ་ཟད་པ་  
ཡོད་ཀྱང་ཡང་སྒྲོག་པར་འཛིན་པ་ལོ།

ལམ་ལ་ལོག་ཞུགས་ནི། ཐར་ལམ་ཡེ་མེད་དུ་འཛིན་པ་དང་། བདག་  
མེད་གོམས་པ་ལམ་དུ་མི་རིགས་པར་འཛིན་པ་དང་། བསམ་གཏན་གྱི་བྱང་  
པར་འགའ་ཞིག་ཅམ་ཐར་ལམ་དུ་འཛིན་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེལ་མི་སྒྲོག་པའི་  
ཆོས་ཅན་དུ་བྱེད་པའི་ལམ་མེད་པར་འཛིན་པ་ལོ།

གཉིས་པ་༼ དེ་དང་འགའ་བ་བདེན་པའི་རྣམ་པ་བཅུ་དྲུག་རྩིས་གཟུང་བ་ ༽ནི།

སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཆོས་ཅན། མི་རྟག་པ་ཡིན་ཏེ། དེས་འགའ་  
སྤྱི་བའི་སྤྱིར་དང་། སྤྱག་བསྐྱེལ་བ་ཡིན་ཏེ། ལས་ཉོན་གྱི་གཞན་དབང་ཅན་

ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྟོང་པ་ཡིན་ཏེ། དབང་བསྐྱར་བ་པོའི་བདག་དོན་གཞན་མེད་  
པའི་ཕྱིར། བདག་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། རང་དབང་བའི་བདག་གི་ངོ་བོར་མ་གྲུབ་  
པའི་ཕྱིར།

ཀུན་འབྱུང་གི་རྣམ་པ་ནི། ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་ལས་དང་སྐྱེད་པ་  
ཆོས་ཅན། རྒྱུའི་རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ། རང་འབྲས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྩ་བ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། ཀུན་འབྱུང་ཡིན་ཏེ། དེ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་པ་ཡང་དང་ཡང་དུ་བསྐྱེད་  
པའི་ཕྱིར། རབ་སྐྱེ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཤྱགས་དྲག་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར། སྐྱིད་པའི་སྐྱིད་  
པ་ཆོས་ཅན། རྒྱུན་གྱི་རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ། རང་འབྲས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྟུན་ཅིག་  
བྱེད་རྒྱུན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

འགོག་པའི་རྣམ་པ་ནི། གཉེན་པོའི་སྟོབས་ཀྱིས་སྤྱུ་ག་བསྐྱེད་གཏན་ཟད་  
པའི་བྲལ་བ་ཆོས་ཅན། བྱོད་འགོག་པའི་རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྱག་བསྐྱེད་སྤངས་  
པའི་བྲལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞི་བའི་རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ། ཉོན་མོངས་སྤངས་པའི་  
བྲལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གྲུ་ལོ་མ་པའི་རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ། བན་པ་དང་བདེ་བའི་  
ཐར་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེས་པར་འབྱུང་བའི་རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྲར་མི་ལྡོག་  
པའི་ཆོས་ཅན་གྱི་ཐར་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ལམ་གྱི་རྣམ་པ་ནི། བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་  
ཆོས་ཅན། ལམ་གྱི་རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ། ཐར་པར་བགྱོད་བྱེད་ཀྱི་ལམ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། དེགས་པའི་རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ། ཉོན་མོངས་ཀྱི་དངོས་གཉེན་བྱེད་པའི་  
ཕྱིར།

སྐྱབ་པའི་རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ།      སེམས་ཀྱི་གནས་ལུགས་མཐར་ཐུག་པ་  
 མདོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་སྤྱིར།      དེས་པར་འབྱེན་པའི་  
 རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ།      སྐྱབ་བསྐྱེད་སྐྱར་མི་སྒྲིག་པའི་ཆོས་ཅན་དུ་བྱེད་པའི་གཉེན་  
 པོ་ཡིན་པའི་སྤྱིར།      སྐྱབ་ཀྱན་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་པ་བརྒྱད་གཞུང་དུ་མཆམས་  
 སོ་སོར་གཅོད་པ་གསུངས་ལ།      འགོག་ལམ་གྱི་རྣམ་པ་བརྒྱད་ཀྱང་གཞུང་  
 གི་མཆམས་སོ་སོར་བཅད་ན་སྒྲུར་ས་སྤང་མོད་ཀྱི།      སྒྲོབ་དཔོན་ལྟ་དབང་  
 སྒྲོས་འགོག་པའི་རྣམ་པ་དང་ལམ་གྱི་རྣམ་པ་གཉིས་དངོས་སུ་གསུངས་པས་  
 རྣམ་པ་ལྟག་མ་དུག་གོ་རུས་པར་དགོངས་ནས་དངོས་སུ་གསལ་བར་མ་  
 གསུངས་པར་བཤད་དོ།

མདོར་ན།      རྟོག་ལྡན་འདུག་པའི་ཡན་ལག་འཁོར་བ་འདུག་སྒྲིག་གི་  
 ཚུལ་བསམས་ནས་འཁོར་བ་མཐའ་དག་གིས་ཡིད་འབྱུང་སྟེ་ཐར་པ་དོན་  
 གཉེར་གྱི་སྒྲོབ་སྒྱུད་པའི་ཐབས་བཤད་པ་ནི།      གཞུང་འདི་ཉིད་མཆོག་ཏུ་གྱུར་  
 འོས་གཅིག་ཏུ་སྤང་བས་གཞུང་འདི་ལ་ཐོས་བསམ་བྱེད་པའི་བཤེས་གཉེན་  
 དག་ཁ་སྤྱིར་བཏྲ་འབའ་ཞིག་ཏུ་མ་སོང་བར་འཁོར་བ་སྒྲི་དང་བྱེ་བྲག་གི་  
 ཉིས་དམིགས་ལེགས་པར་བསམས་ནས་དེ་ལ་ཡིད་འབྱུང་ཅི་སྒྲི་དང་ཐར་  
 པ་ལ་དོན་གཉེར་གྱི་སྒྲོ་ཅི་སྒྲི་བྲ།      དེ་ལྟར་སྒྲིས་པ་ན་ལྟག་པ་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་  
 བསྐྱབ་པ་གཞིར་བཟུང་།      ལྟག་པ་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པའི་ཡང་རི་ཅམ་སྒྲོ་དང་  
 འཆམ་པ་རེ་ལ་ནན་ཏན་བྱས་ནས།      དེ་ནས་ལེའུ་འདིར་བཤད་པའི་གང་ཟག་  
 གི་བདག་མེད་དང་འོག་ནས་འཆད་པའི་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རིགས་པས་



ལེགས་པར་གཏན་ལ་ཕབ་ནས་བསྒྲོམ།

དེ་ལྟར་བྱས་ན། བསྟན་བཅས་ལ་ཐོས་བསམ་བྱས་པ་དོན་ཆེན་པོ་དང་  
ལྡན་ཞིང་རང་གི་དལ་འབྱོར་གྱི་ཏེན་ལ་སྦྱང་པོ་ལེགས་པར་ལོན་པ་ཡིན་པས་  
ཚུལ་དེ་ལ་འབད་པས་ནན་ཏན་དུ་བྱའི། དེ་ལས་གཞན་དུ་ཆེད་པ་དང་བཀྱར་  
སྟེ་དང་གྲགས་པ་ངེ་ཙམ་ཐོབ་ན་སྙམ་ན་སྟེ་ག་ལྟར་གིས་རྒྱད་ལེགས་པར་  
རྒྱད་ཐོས་ནས་གཟུང་ན་ཚིག་མི་བེན། བསམས་ན་དོན་མི་གོ་བསྒྲོམ་ན་རྒྱད་  
ལ་མི་སྟེ་བས་ཆེ་གངས་པོ་ཐོས་བསམ་ལ་འབད་པ་སྐད་བྱས་ཀྱང་སྟོ་རང་  
དགའ་བའི་འགྲོས་འདོད་པ་ཆེ་ཆུང་དང་སྟོ་ཤས་ཆེ་ཆུང་སོགས་ཞིང་པ་རང་  
དགའ་བ་རྣམས་དང་བྱད་པར་ཅུང་བད་ཀྱང་མེད་པར་འགྱུར་བས་ལམ་སྟོའི་  
དམིགས་པ་འབའ་ཞིག་ཏུ་མ་སོང་བར་སྟོའི་ངོ་བོར་བསྐྱེད་ལ་ནན་ཏན་དུ་  
འབད་པར་བྱའོ།

ཐར་ལམ་གྱི་མི་མ་སྟན་པའི་སྟོགས་གཞན་དག་གིས་ཐར་ལམ་དུ་  
བཏགས་པའི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་བཞི་ངོས་བཟུང་ནས་སྟོབ་དཔོན་གྱིས་འགོག་  
པའི་རྒྱ་མཆན་སོགས་དང་། ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་དངོས་པོ་  
སྟོབས་ཁྱུགས་གྱི་རིགས་པས་སྟུབ་པའི་ཚུལ་སོགས་ནི་འོག་ཏུ་འཆད་པར་  
འགྱུར་རོ།

གཉིས་པ་༼ ཡན་ལག་གི་དོན་ ༽ལ་བཞི།

སྟུག་བསྐལ་གྱི་བདེན་པ་དང་། ཀྱན་འབྱུང་གི་བདེན་པ་དང་། འགོག་  
པའི་བདེན་པ་དང་། ལམ་གྱི་བདེན་པ་འོ།



དང་པོ་༽ སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་བདེན་པ་ ༽ལ་གཉིས།  
སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་བདེན་པའི་མཆོན་གཞི་བསྐྱེལ་བ་དང་། མཆོན་ཉིད་  
བཤུགས་པའོ།།

དང་པོ་༽ སྐྱུག་བསྐྱེལ་བདེན་པའི་མཆོན་གཞི་བསྐྱེལ་བ་ ༽ལ་གཉིས།  
འཁོར་བ་ལ་ཐོག་མ་མེད་པར་བསྐྱེལ་བ་དང་། ཐོག་མ་ཡོད་པ་དགག་  
པའོ།།

དང་པོ་༽ འཁོར་བ་ལ་ཐོག་མ་མེད་པར་བསྐྱེལ་བ་ ༽ལ་གཉིས།  
སྐྱུག་བསྐྱེལ་ངོས་གཟུང་བ་དང་། དེ་ལ་ཐོག་མ་མེད་པར་སྐྱེལ་བའི་  
རིགས་པའོ།།

དང་པོ་༽ སྐྱུག་བསྐྱེལ་ངོས་གཟུང་བ་ ༽ནི།  
ཅ་ག། སྐྱུག་བསྐྱེལ་འཁོར་བ་ཅན་ཕྱང་པོ། །

ཉེར་ལེན་གྱི་ཕྱང་པོ་ལྷ་པོ་ཆོས་ཅན། སྐྱུག་བསྐྱེལ་བདེན་པ་ཡིན་ཏེ།  
ལས་ཉོན་གྱི་དབང་གིས་འཁོར་བར་འཁོར་བ་ཅན་གྱི་ཕྱང་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
ཆོག་ས་རྒྱན་འཛོག་མི་ཤེས་པ་དག་འཆི་ཁའི་གང་ཟག་སྐྱེ་བ་ཕྱི་མར་ཞུགས་  
ན་རྟག་པར་འགྱུར་ལ། སྤིད་པ་ཕྱི་མའི་རྣམ་ཤེས་དང་པོ་འཁོར་བར་མི་འཐད་  
དེ། དེས་སྤར་གང་དུ་ཡང་མ་ཕྱིན་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་འཁོར་བ་ཞེས་པ་འབྲུལ་  
སྤང་ཅ་མ་ཡིན་གྱི་ཕྱང་ཟད་ཀྱང་མེད་དོ་ཞེས་སྒྲ་བ་དང་། ཡང་གང་ཟག་རྟག་  
པ་འཁོར་བར་འདོན་པ་ནི་འོག་ནས་འཆད་པའི་རིགས་པ་འདི་དག་གི་དགག་

བྱའི་གཙུག་པོ་ཡིན་ནོ།།

གཉིས་པ་ ༼ དེ་ལ་ཐོག་མ་མེད་པར་བསྐྱབ་པའི་རིགས་པ་ ༽ ལ་གསུམ།  
ཐོག་མ་མེད་པའི་རིགས་འདྲ་ལས་སྐྱེ་བར་སྐྱབ། རྒྱ་མེད་དུ་སྐྱེ་བ་  
དགག་མི་མ་ཐུན་པའི་རྒྱ་ལས་སྐྱེ་བ་དགག་པའོ།།

དང་པོ་ ༼ ཐོག་མ་མེད་པའི་རིགས་འདྲ་ལས་སྐྱེ་བར་སྐྱབ་པ་ ༽ བློ།

ཅ་བ། གོམས་ལས་འདོད་ཆགས་སོགས་གསལ་བ། །

མཐོང་བྱེད་.....། །

འདོད་ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་ལ་སོགས་པ་ཆོས་ཅན། རིགས་འདྲ་སྤྲུལ་  
སྤྲོན་དུ་སོང་སྟེ། རང་ཉིད་གོམས་པ་ལས་གོང་ནས་གོང་དུ་རང་གི་ངང་གིས་  
ཆོས་གསལ་བར་སྐྱེ་བ་མཐོང་བའི་བྱེད།

གཉིས་པ་ ༼ རྒྱ་མེད་དུ་སྐྱེ་བ་དགག་པ་ ༽ བློ།

ཅ་བ། .....འདོད་རྒྱལ་ཉིད་མིན་ཏེ། །

རྒྱ་མེད་སྐྱེ་བ་འགལ་བྱེད་རོ། །

དེ་ཆོས་ཅན། སུ་ལ་ཡང་བསྟོས་མེད་ཀྱི་འདོད་རྒྱལ་དུ་འབྱུང་བ་ཉིད་  
མིན་ཏེ། དེས་འགལ་སྐྱེ་བའི་བྱེད། བྱེད་པར་ཐལ། རྒྱ་མེད་ན་སྐྱེ་བ་འགལ་  
བའི་བྱེད།

གསུམ་པ་ རྒྱུ་མཐུན་པའི་རྒྱ་ལས་སྐྱེ་བ་དགག་པ་ རྟེན་གཉིས།  
རྒྱ་མོགས་འབའ་ཞིག་ལས་སྐྱེ་བ་དགག་པ་ འབྱུང་བ་འབའ་ཞིག་ལས་  
སྐྱེ་བ་དགག་པའོ།།

དང་པོ་ རྒྱ་མོགས་འབའ་ཞིག་ལས་སྐྱེ་བ་དགག་པ་ རྟེན་གཉིས།  
རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་མ་གྲུབ་པ་མདོར་བསྟན། རྒྱས་པར་བཤད་  
པའོ།།

དང་པོ་ རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་མ་གྲུབ་པ་མདོར་བསྟན་པ་ རྟེན་གཉིས།  
ཐལ་བ་དགོང་། དེའི་ལན་དགག་པའོ།།

དང་པོ་ ཐལ་བ་དགོང་པ་ རྟེན།  
བད་ཀན་ལས་འདོད་ཆགས་དང་། མཁྲིས་པ་ལས་ཞེ་སྤང་དང་། རྒྱ་  
ལས་གཉི་ལྷག་སྐྱེའོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། འབྲུལ་ཕྱིར་རྒྱ་མོགས་ཆོས་མ་ཡིན། །  
ཆགས་མོགས་རྒྱ་ལ་མོགས་པའི་དངོས་འབྲས་ཀྱི་ཆོས་མ་ཡིན་  
པར་ཐལ། དེ་ལ་རྗེས་སུ་འགྲོ་ལྷོག་འབྲུལ་པའི་ཕྱིར་ཏེ། བད་ཀན་ཅན་འདོད་  
ཆགས་རྒྱ་ལ་ཞེ་སྤང་ཆེ་བ་མཐོང་བའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ རྟེན་ལན་དགག་པ་ རྟེན།  
ཅ་བ། གལ་ཏེ་རང་བཞིན་འདྲེས་པའི་ཕྱིར། །  
སྐྱོན་མེད་ཅེ་ན་.....། །

གལ་ཏེ་དེའི་ཆེ་བད་ཀན་ལ་ཞེ་སྒྲུ་གི་རྒྱ་མཁྲིས་པའི་རང་བཞིན་  
འདྲེས་པའི་ཕྱིར། ཞེ་སྒྲུ་འཕེལ་བ་ཡིན་པས་འབྲུལ་པའི་སྒྲིན་མེད་ཅེ་ན།

ཅ་བ། .....དེ་ཡི་ཆོས། །

དེ་ལས་གཞན་ཡང་ཅིས་མ་མཐོང་། །

འོ་ན་གང་ཟག་དེ་ལ་མཁྲིས་པ་དེ་ཡི་དངོས་འབྲས་གྱི་ཆོས་དུས་མིན་  
གྱི་སྐྱོད་ཀར་དང་ཤ་སེར་རྩལ་མང་སྒྲོ་གསལ་བ་སོགས་ཞེ་སྒྲུ་དེ་ལས་  
གཞན་ཡང་ཅིས་མ་མཐོང་སྟེ་མཐོང་རིགས་པར་ཐལ། དེ་དག་གི་དངོས་རྒྱ་  
མཁྲིས་པ་ཆང་བར་ཡོད་པའི་ཕྱིར། མཁྲིས་པས་དུག་གསུམ་ག་བསྐྱེད་པ་དེ་  
བཞིན་དུ་གཞན་གཉིས་གྱིས་ཀྱང་ཡིན་ལོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། ཐམས་ཅད་འདོད་ཆགས་མཚུངས་པར་ནི། །

ཐལ་ཕྱིར་ཀུན་གྱི་ཆོས་མ་ཡིན། །

ནད་གསུམ་ཆ་མཉམ་པའི་སྐྱེས་བུ་ཐམས་ཅད་འདོད་ཆགས་སོགས་  
ཆེ་ཆུང་མཚུངས་པར་ཐལ། དེ་དག་གི་དངོས་རྒྱ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་  
དུག་གསུམ་ག་ཉིས་པ་ཀུན་གྱི་དངོས་འབྲས་གྱི་ཆོས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
ལ་བཤད་མ་ཐག་པའི་ཉིས་པར་ཐལ་བའི་ཕྱིར།

ཅ་བ། གཟུགས་སོགས་བཞིན་སྒྲིན་མེད་ཅེ་ན། །

རྒྱ་འབྲུང་བ་ཅུ་ལས་སྐྱེས་པར་མཚུངས་ཀྱང་སྐྱེས་བུའི་གཟུགས་ཆེ་  
ཆུང་སོགས་མི་མཚུངས་པ་བཞིན་དུ་འདིར་ཡང་ཡིན་པས་སྒྲིན་མེད་ཅེ་ན།

ཅ་བ། གལ་ཏེ་དེ་ལ་བྱད་པར་ཅན། །

ལས་རྣམས་བདག་པོ་མ་ཡིན་ན། །

དེར་ཡང་ཚོད་པ་མཚུངས་པ་ཡིན། །

སྐྱེས་བུའི་གཟུགས་ཆེ་ཆུང་དེར་ཡང་ཆེ་ཆུང་མེད་པའི་ཚོད་པ་སྔ་མ་  
དང་མཚུངས་པར་འཇུག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། སྐྱེས་བུའི་གཟུགས་ཆེ་ཆུང་དེ་  
ལ་བྱད་པར་ཅན་གྱི་སྒོན་གྱི་ལས་རྣམས་བདག་པོའི་རྒྱུན་དུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
པར་དངོས་རྒྱ་འབྱུང་བ་མཚུངས་པ་ལས་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ ༼ རྒྱས་པར་བཤད་པ་ ༽ ལ་གསུམ།

འཕེལ་འགྲིབ་མི་མཚུངས་པས་རྒྱ་འབྱས་མིན། ཡིན་ན་ཏེ་ཅང་ཐལ་བ།  
རང་ལ་མཚུངས་པ་སྤང་བའོ།།

དང་པོ་ ༼ འཕེལ་འགྲིབ་མི་མཚུངས་པས་རྒྱ་འབྱས་མིན་པ་ ༽ ལ་གཉིས།

རྟགས་དགོད། ཚུལ་བསྐྱབ་པའོ།།

དང་པོ་ ༼ རྟགས་དགོད་པ་ ༽ བློ།

ཅ་བ། ཆགས་སོགས་རང་བཞིན་ཐམས་ཅད་གྱི། །

ཆོས་ཡིན་པར་ཡང་འདོད་ན་གོ། །

རྒྱས་མེད་རང་བཞིན་མེད་པས་ན། །

འབྲས་བུ་མི་མཚུངས་གང་ལས་ཡིན། །

སྐྱོན་རྣམས་བྱད་པར་ཡོད་ན་ཡང་། །

བྱད་པར་མེད་ཕྱིར་.....། །

ཉེས་པ་ཆགས་སོགས་ཚེས་ཅན། རླང་མཁྲིས་སོགས་ཀྱི་དངོས་འབྲས་  
མ་ཡིན་ཏེ། རླང་ལ་སོགས་པའི་སྐྱོན་རྣམས་བྱད་པར་དུ་འཕེལ་བ་ཡོད་ན་འང་  
བྱད་རྣམས་བྱད་པར་དུ་འཕེལ་བའི་ངེས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ།      བད་ཀན་  
འཕེལ་ནས་ལུས་རྒྱད་ན་ཆགས་པ་འགྲིབ་པར་མཐོང་བའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་༼ ཚུལ་བསྐྱབ་པ་ ༽ནི།

མ་གྲུབ་སྟེ། མཁྲིས་པ་འཕེལ་ནས་ལུས་གདུངས་པས་ཞེ་སྒྲུབ་སྟེ་བའི་  
ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། .....མ་གྲུབ་ཉིད། །

མ་ཡིན་ཐམས་ཅད་འགྱུར་བ་ཡིས། །

འགྱུར་ཕྱིར་ཀུན་ལས་སྟེ་བའང་མིན། །

དེ་ཅ་མ་གྱིས་ཉགས་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བད་ཐམས་ཅད་  
འགྱུར་བ་ཡིས་ཞེ་སྒྲུབ་སྟེ་བར་འགྱུར་བར་མཐོང་བས་དེ་ཀུན་གྱི་འབྲས་བྱར་  
ཐལ་བའི་ཕྱིར། ཞེ་སྒྲུབ་དེ་ནད་ཀུན་ལས་དངོས་སུ་སྟེས་བའང་མིན་པར་ཐལ།  
ནད་གསུམ་ཆ་མཉམ་པ་ཞེ་སྒྲུབ་མཚུངས་པའི་སྐྱོན་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

བྱད་པ་བསྐྱབ་པ་ནི།

ཅ་བ། རྒྱ་ནི་འཕེལ་བར་གྱུར་པ་ན། །



འབྲས་བུ་འགྲིབ་པར་མི་རུང་སྟེ། །

ཆ་བ་སོགས་བཞིན་.....། །

སྒར་གྱི་ཙ་བའི་རྟགས་ལ་བྱུང་བ་ཡོད་པར་ཐལ། རྒྱ་བད་ཀན་འཕེལ་  
བར་གྱུར་བ་ན་འབྲས་བུ་འདོད་ཆགས་མི་འཕེལ་ཡང་འགྲིབ་པར་མི་རུང་  
བའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་མཁྲིས་པ་འཕེལ་ན་ཆ་བ་ལ་སོགས་པའི་ནད་འཕེལ་བ་  
བཞིན་ནོ། །འོ་ན་དེ་དག་གི་རྒྱ་གང་ཡིན་ཞེ་ན།

ཙ་བ། .....ཆགས་སོགས་ཀྱི། །

འགྱུར་བ་བདེ་སྤྱད་ལས་སྐྱེས་ཡིན། །

ཆགས་སོགས་ཀྱི་འགྱུར་བ་ཆོས་ཅན། འགྱུར་བ་ཅམ་ལས་དངོས་སུ་  
སྐྱེས་དེ་མ་ཡིན་ཏེ། རང་རྒྱ་ཆོར་བ་བདེ་སྤྱད་ལས་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར།

ཙ་བ། ཆ་མི་མཉམ་སྐྱེས་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱིས། །

གལ་ཏེ་འདོད་ཆགས་མི་སྐྱེད་ན། །

གལ་ཏེ་ནད་གསུམ་ཆ་མི་མཉམ་པ་ལས་སྐྱེས་པའི་ཆོར་བ་སྤྱད་བསྐྱེད་  
ཀྱིས་འདོད་ཆགས་ཀྱི་གོགས་བྱས་ནས་མི་སྐྱེད་པ་ཡིན་པས་ལ་ལར་འགལ་  
རྒྱུན་གྱིས་ཟིན་པས་འབྲས་བུ་མི་སྐྱེད་པར་མཐོང་བ་ཅམ་གྱིས་རྒྱ་འབྲས་  
འཛིག་ན་ཏེ་ཅང་ཐལ་ལོ་ཞེ་ན།

ཙ་བ། ཅིས་སྐྱེད་སྐྱོས་ཤིག་ཆ་མཉམ་ལས། །

ཁུ་འཕེལ་དེ་ལས་འདོད་ཆགས་ཡིན། །

འོན་འདྲོད་ཆགས་ཅིས་བསྐྱེད་སྒྲིམ་ཞིག་ཅིས་ངེས་པས། རྟ་གསུམ་  
ཆ་མཉམ་པ་ལས་ཁུ་བ་འཕེལ་དེ་ལས་འདྲོད་ཆགས་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། འདྲོད་  
ཆགས་ཆོས་ཅན། རྟ་གསུམ་ཆ་མཉམ་པ་ལ་སྒྲིག་པ་འཁུལ་བར་ཐལ།

རྩ་བ། ཆ་མི་མཉམ་ལ་ཆགས་ཅན་མཐོང་། །

གཞན་ནི་མ་མཉམ་ན་ཡང་མིན། །

གཞན་ནི་ཟད་ནས་ཁག་འཇག་ཀྱང་། །

འགའ་ཞིག་དེ་གསུམ་ཆ་མི་མཉམ་པ་ལའང་བྱོད་སྐྱེ་བ་ཅན་དུ་མཐོང་  
བའི་ཕྱིར། བྱོད་དེ་ལ་རྗེས་འགོ་འཁུལ་བར་ཐལ། སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་  
དང་ལྡན་པ་གཞན་ནི་དེ་གསུམ་ཆ་མཉམ་ནའང་བྱོད་སྐྱེ་བ་མིན་པར་མཐོང་  
བའི་ཕྱིར། བྱོད་ཁུ་བ་འཕེལ་བ་ལ་སྒྲིག་པ་འཁུལ་བར་ཐལ། ཆགས་ཅན་  
གཞན་ནི་ཁུ་བ་ཟད་ནས་ཁག་འཇག་ཀྱང་བྱོད་སྐྱེ་བར་མཐོང་བའི་ཕྱིར།

རྩ་བ། བྱད་མེད་གཅིག་ལ་ཁུ་ངེས་མེད། །

དེ་གཅིག་ལ་ཆགས་དྲག་མི་འགྱུར། །

ཆགས་ཅན་དེ་ཆོས་ཅན། བྱད་མེད་གཟུགས་མཛེས་གཅིག་ལ་  
དམིགས་ནས་ཆོགས་པ་དྲག་པོ་ཅན་དུ་མི་འགྱུར་བར་ཐལ། བྱད་མེད་གཅིག་  
པོ་དེ་ལ་དམིགས་ནས་ཁུ་བ་འཕེལ་བའི་ངེས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར།

རྩ་བ། གལ་ཏེ་གཟུགས་སོགས་ཀྱང་ཡན་ལག །

གལ་ཏེ་གཟུགས་མཛེས་པ་དང་སྒྲོད་ཚུལ་མཛེས་པ་སོགས་ཀྱང་

ཆགས་པ་བསྐྱེད་པའི་ཡན་ལག་ཡིན་ཏེ། དེ་བྱུང་པར་ཅན་ལས་ཆགས་པ་  
བྱུང་པར་ཅན་དུ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། མ་ཡིན་ཀྱན་མ་ངེས་ཕྱིར་རོ། །

ངེས་པ་མེད་པར་འབྱུང་བའང་མིན། །

ཡོན་ཏན་མི་འཇིན་པ་ལའང་འབྱུང་། །

དེ་དག་གྱང་ཆགས་པའི་རྗེས་སུ་འགྲོ་ལྟོག་ངེས་པའི་རྒྱ་མ་ཡིན་པར་  
ཐལ། དེ་དག་ཀྱན་དེའི་རྒྱར་མ་ངེས་པའི་ཕྱིར། གཟུགས་མངོས་སོགས་ཀྱི་  
ངེས་པ་མེད་པར་ཆགས་པ་འབྱུང་བའང་མིན་པར་ཐལ། དེ་དག་ཆགས་པའི་  
རྒྱར་ངེས་པར་དགོས་པའི་ཕྱིར། གཟུགས་མངོས་སོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཅན་  
དུ་མི་འཇིན་པ་ལའང་ཆགས་པ་སྐྱེ་བར་འབྱུང་བར་ཐལ། གཟུགས་དང་སྐྱོད་  
ཚུལ་མངོས་པ་མཐོང་ཅ་མ་གྱིས་ཆགས་པ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར།

ཅ་བ། གལ་ཏེ་ཡོན་ཏན་འཇིན་དེ་ཡང་། །

ཡན་ལག་ཡིན་ན་.....། །

གལ་ཏེ་དེ་ལ་ཡོན་ཏན་དུ་འཇིན་པ་དེ་ཡང་ཆགས་པ་བསྐྱེད་པའི་ཡན་  
ལག་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ལ་རྒྱ་ཅི་དགོས། ཡུལ་ཡོན་ཏན་ཅན་དུ་གནས་པ་ཅ་མ་  
ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། .....ཐམས་ཅད་གྱིས། །

ཡོན་ཏན་འཇིན་པ་ཅན་འབྱུང་ཏེ། །

རྒྱ་ལ་བྱད་པར་མེད་ཕྱིར་རོ། །

བྱད་མེད་གཟུགས་དང་སྟོང་ཚུལ་མངེས་པ་མཐོང་བའི་སྐྱེས་བུ་ཐམས་  
ཅད་ཀྱིས་དེའི་ལུས་ལ་ཡོན་ཏན་དུ་འཛིན་པ་ཅན་དུ་འགྱུར་བར་ཐལ། དེ་ལྟར་  
འཛིན་པའི་རྒྱ་ལ་བྱད་པར་མེད་པར་ཚང་བའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་༼ ཡོན་ཏན་ཅད་ཐལ་བ་ ༽ནི།

ཅུ་བ། གནས་སྐབས་གང་ལ་ཆགས་ཅན་འདོད། །

དེ་འདྲ་ཞེ་སྒྲུང་ཅན་མི་འགྱུར། །

དེ་གཉིས་ངོ་བོ་མི་མཚུངས་ཕྱིར། །

འདི་ལ་ངེས་པར་མཐོང་བའང་མེད། །

གནས་སྐབས་གང་ལ་བད་ཀན་ལྟག་པར་འཕེལ་བཞིན་པའི་གང་ཟག་  
དེ་འདྲ་ཚོས་ཅན། དེའི་ཆེ་ཞེ་སྒྲུང་དག་པོ་ཅན་དུ་མི་འགྱུར་བར་ཐལ། ཆགས་  
པ་དག་པོ་ཅན་དུ་འདོད་རིགས་པའི་ཕྱིར། བྱུང་བར་ཐལ། ཆགས་སྒྲུང་དེ་  
གཉིས་འཛིན་སྒྲུངས་ཀྱི་ངོ་བོ་མི་མཚུངས་པར་འགལ་བའི་ཕྱིར་འདོད་མི་  
རིགས་པར་ཐལ། བྱོད་ཀྱི་གནས་སྐབས་འདི་ལ་ངེས་པར་ཞེ་སྒྲུང་མི་འགྱུར་  
བས་བྱུང་བར་མཐོང་བའང་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རེས་འགའ་ཞེ་སྒྲུང་ཅན་དུ་  
མཐོང་བའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་༼ རང་ལ་མཚུངས་པ་སྒྲུང་བ་ ༽ནི།

ཅུ་བ། གང་གི་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ། །

རིགས་མ་ཐུན་བག་ཆགས་བྱང་པར་ལ། །

རག་ལས་པས་ནི་འབྱུག་འགྱུར་བ། །

དེ་ལ་སྐྱོན་འདིར་ཐལ་བ་མེད། །

རིགས་པ་སྐྱབ་གང་གི་ལྷགས་དེ་ལ་ཆོས་ཅན། བད་ཀན་ཅན་ཞེ་སྒང་  
ཅན་དུ་མི་འགྱུར་བར་ལ་སོགས་པའི་སྐྱོན་འདིར་ཐལ་བ་མེད་དེ། འདོད་  
ཆགས་ལ་སོགས་པ་རང་གི་རིགས་མ་ཐུན་པའི་བག་ཆགས་ཀྱི་བྱང་པར་ལ་  
རག་ལས་པས་འབྱུག་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་གྱི། བྱེ་རོལ་གྱི་དམིགས་སྐྱེན་ལ་  
བསྟོས་པ་མེད་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་ ༼ འབྱུང་བ་འབའ་ཞིག་ལས་སྐྱེ་བ་དགག་པ་ ༽ ལ་གཉིས།

བཤད་ཟིན་བྱས་པ་ལ་སྦྱར་བ་དང་། ལུས་སེམས་ཀྱི་རྟེན་བྱང་པར་ཅན་  
ཡིན་པ་འགོག་པའི་རིགས་པ་གཞན་བསྟན་པའོ།

དང་པོ་ ༼ བཤད་ཟིན་བྱས་པ་ལ་སྦྱར་བ་ ༽ རི།

ཅ་བ། འདིས་ནི་འབྱུང་བའི་ཆོས་ཉིད་བཀག། །

རྟེན་ཡང་བཀག་པ་ཉིད་བྱིར་རོ། །

ཆགས་སོགས་ནད་གསུམ་གྱི་དངོས་འབྲས་ཡིན་པ་འགོག་པའི་  
རིགས་པ་འདིས་ནི་ཆོས་ཅན། ཆགས་སོགས་འབྱུང་བའི་དངོས་འབྲས་ཀྱི་  
ཆོས་ཉིད་ཡིན་པ་ཡང་བཀག་སྟེ། དེ་ལ་རྗེས་སུ་འགྲོ་ལྡོག་འབྲལ་པར་སྐྱབ་  
པའི་བྱིར། འབྱུང་བཞི་ཆགས་སོགས་གྱུ་བ་ཟིན་གནས་པའི་རྟེན་ཡང་མ་ཡིན་

ཏེ། དེ་ཡང་ཡོད་མེད་དག་ལ་ཞེས་པའི་སྐབས་སུ་བཀག་ཟིན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་༼ ལུས་སེམས་ཀྱི་རྟེན་ཁྱད་པར་ཅན་ཡིན་པ་འགོག་པའི་རིགས་པ་གཞན་བསྟན་པ་ ༽ལ་གཉིས།  
དཔེ་དགག་པ་དང་། རོན་དགག་པའོ།

དང་པོ་༼ དཔེ་དགག་པ་ ༽ནི།

ཁྱོད་ཀྱི་འབྱུང་འབྱུར་འབྱུང་བ་ལ་བརྟེན་པར་ཁས་སྦངས་པ་བཞིན་དུ་  
ཆགས་སོགས་ཀྱང་ཡིན་ཏེ། གཞན་དུ་ན་ཁྱོད་རང་ལ་ཁས་སྦངས་འགལ་  
བར་འབྱུར་རོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། དཀར་པོ་ལ་སོགས་ས་སོགས་ལ། །

བརྟེན་པ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

དཀར་པོ་ལ་སོགས་པའི་འབྱུང་འབྱུར་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ས་སོགས་  
འབྱུང་བ་ལ་བྱུབ་ཟིན་གནས་པའི་ཚུ་ལ་གྱིས་བརྟེན་པ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཁྱོད་  
དེ་ལས་རོན་གཞན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཅ་བ། དེ་རྟེན་སྐྱ་ཡང་རྒྱ་རོན་ནམ། །

ཡང་ན་རང་གི་རྟེན་དག་དང་། །

དབྱེར་མེད་པར་ནི་གནས་པའི་ཕྱིར། །

རྟེན་ཡིན་གཞན་དུ་འཐད་མ་ཡིན། །

དེ་ལ་བརྟེན་པར་བཤད་པའི་སྒྲིའི་རོན་ཡང་ཆོས་ཅན། དུས་མཉམ་  
ཆོགས་པ་གཅིག་པ་ལ་རྟེན་དུ་བཏགས་པ་དང་། སྒྲ་མས་བསྐྱེད་པའི་སྒོ་ནས་



རྟེན་དུ་བསྟན་པ་ཡིན་གྱི་དེ་ལས་གཞན་གྱུ་བ་ཟིན་གནས་པའི་རྟེན་དུ་འབྲང་བ་  
མ་ཡིན་པར་ཐལ། འབྲུང་བ་སྔ་མ་རྒྱུ་འདི་དོན་ནམ་ཡང་ན་དུས་མཉམ་ཆོག་གས་  
པ་དབྱེར་མེད་པར་གནས་པའི་སྤྱིར་རང་གི་རྟེན་དག་ཏུ་བཏགས་པ་ཅ་མ་ཡིན་  
པའི་སྤྱིར།

ཅ་བ། གལ་ཏེ་སྤྱོད་སྤོགས་རྒྱས་པ་བཞིན། །

དབྱེར་ཡོད་ཅེ་ན་.....། །

གལ་ཏེ་ཆང་དང་སྤྱོད་སྤོགས་པའི་རྒྱས་པ་ལ་སྤོགས་པ་དོན་གཞན་གྱི་རྟེན་  
དང་བརྟེན་པ་ཡིན་པ་བཞིན་དུ་ཆགས་སྤོགས་ཀྱང་འབྲུང་བ་ལ་དབྱེར་ཡོད་  
གྱི་ཚུལ་དུ་བརྟེན་ནོ་ཞེ་ན། ཡང་ན་ཆོག་གས་པ་དབྱེར་མེད་ཅ་མ་གྱི་རྟེན་དང་  
བརྟེན་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། ཆང་དང་དེའི་རྒྱས་པ་དབྱེར་ཡོད་གྱི་རྟེན་དང་བརྟེན་  
པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། .....དངོས་པོ་ལས། །

རྒྱས་པ་དོན་གཞན་ཉིད་མ་ཡིན། །

དངོས་པོ་འཇིག་འགྱུར་རྟེན་ཆང་བར། །

གནས་ན་བརྟེན་པ་འཇིག་པ་ཡིན། །

ཆང་གི་དངོས་པོ་ལས་དེའི་རྒྱས་པ་དོན་གཞན་ཉིད་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
དེ་གཉིས་གྱུ་བ་སྤེ་རྫས་གཅིག་པའི་སྤྱིར། དེ་སྟོ་མིན་ན་ཆང་ཆ་བར་གྱུར་པའི་  
ཆོ། ཆང་གི་དངོས་པོ་འཇིག་པར་འགྱུར་བར་ཐལ། དེའི་སྤྱོད་སྤོགས་པའི་རྒྱས་པ་

འཇིག་པའི་ཕྱིར། ཏེན་ཆང་ཆ་བར་གནས་ན་བཏེན་པ་སྟོས་པའི་རྒྱས་པ་  
འཇིག་པ་སྟེ་ལོག་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ།

ཅ་བ། གལ་ཏེ་དེ་མཚུངས་ཤེ་ན་། །

གལ་ཏེ་ཆང་དང་སྟོས་པའི་རྒྱས་པ་བཞིན་དུ་འབྱུང་སེམས་དེའང་རྫས་  
ཐ་དད་དུ་མཚུངས་སོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། .....མིན། །

སྒྲུང་བ་ཐ་དད་ཅན་རྟོགས་པས། །

འབྱུང་སེམས་ཐ་དད་ཉིད་ཕྱིར་རོ། །

མཚུངས་པ་མིན་པར་ཐལ། འབྱུང་སེམས་རྫས་ཐ་དད་ཉིད་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། གློ་མ་འབྱུང་བ་ལ་སྒྲུང་བ་ཐ་དད་པ་ཅན་དུ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་  
ཏེ། འབྱུང་བ་རེག་བྱའི་རྣམ་པ་ཅན་དང་། ཚོར་བ་སེམས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་ལ་  
སོགས་པར་སྒྲུང་བའི་ཕྱིར་རོ།

གཉིས་པ་༼ རྟོན་དགག་པ་ ༽ཞེ་

ཅ་བ། ཇི་སྲིད་ལུས་ནི་འགྱུར་བར་དུ། །

གཟུགས་སོགས་བཞིན་དུ་ཡིད་ངོ་བོ། །

མཚུངས་འགྱུར་.....། །

ཇི་སྲིད་ལུས་གཞན་དུ་འགྱུར་གྱི་བར་དུ་ཡིད་གློ་རྟོག་པའི་ངོ་བོ་རྣམ་པ་  
མཚུངས་པར་འགྱུར་བར་ཐལ། དེ་རྟོག་པ་གང་ཞིག་དེ་ལ་བདག་སྟེན་ཁྱད་

པར་ཅན་གྱི་སྒོ་ནས་བརྟེན་པའི་ཕྱིར། གཟུགས་སོགས་འབྱུང་འབྱུང་འབྱུང་  
བའི་རྗེས་སུ་འཕེལ་འགྲིབ་བྱེད་པ་བཞིན་ནོ།། དམིགས་རྒྱུན་གྱི་དབང་གིས་  
རྣམ་པ་གཞན་དུ་གྱུར་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།

ཅ་ག། .....རྣམ་པར་རྟོག་པ་ནི། །

དོན་གྱི་གཞན་དབང་ཅན་ཉིད་གང་། །

གང་ཆེ་ལུས་ལ་བསྟོས་མེད་པར། །

ཤེས་པ་འགའ་ཞིག་འགའ་ཞིག་གིས། །

བག་ཆགས་སད་པའི་རྒྱར་འབྱུར་བ། །

དེས་ན་འགའ་ཞིག་ལས་འགའ་ཡིན། །

རྣམ་པར་རྟོག་པ་ནི་ཆོས་ཅན། གཟུང་དོན་གྱི་གཞན་དབང་ཅན་ཉིད་  
གང་ལས་ཀྱང་མི་འཐད་པར་ཐལ། དོན་སྤྱི་སྤང་བ་ཙམ་གྱིས་ཁྲོད་སྤྱི་བའི་  
ཕྱིར། དེས་ན་ལུས་སེམས་རྟེན་དང་བརྟེན་པ་བྱེད་པར་ཅན་དུ་མི་རུང་བ་གང་  
གི་ཆེ་འབྱུང་བའི་ལུས་ལ་བསྟོས་པ་མེད་པར་ཤེས་པ་སྤྲུལ་མ་འགའ་ཞིག་ལས་  
སྤྱི་མ་འགའ་ཞིག་འབྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་བསྟོས་པ་མེད་པར་ཤེས་པ་སྤྲུལ་མ་  
འགའ་ཞིག་སྤྱི་མ་འགའ་ཞིག་གི་བག་ཆགས་སད་པའི་རྒྱར་འབྱུར་བ་དེས་  
ནི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་༼ ཐོག་མ་ཡོད་པ་དགག་པ་ ༽ལ་གཉིས།

འཁོར་བ་ལ་ཐོག་མ་ཡོད་པ་བྲབ་བྱེད་མ་དམིགས་པའི་རྟོགས་ཀྱིས་

དགག་པ། འགལ་བྱུང་དམིགས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་དགག་པའོ།

དང་པོ་༼ འཁོར་བ་ལ་ཐོག་མ་ཡོད་པ་བྱུང་བྱེད་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་དགག་པ་ ༽ནི།

ཅ་བ། རྣམ་ཤེས་མིན་པ་རྣམ་ཤེས་ཀྱི། །

ཉེར་ལེན་མིན་པའི་ཕྱིར་ཡང་འབྱུང། །

རྟགས་གཞན་གྱིས་ཡང་འཁོར་བའི་ཐོག་མ་མེད་པར་བྱུང་སྟེ། སེམས་  
ཅན་སྒར་མེད་གསར་དུ་སྐྱེ་བའི་རིགས་མེད་པའི་ཕྱིར། དེ་མེད་དེ། རྣམ་ཤེས་  
མིན་པ་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ཉེར་ལེན་དུ་རུང་བ་མིན་པའི་ཕྱིར།

ཅ་བ། གལ་ཏེ་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ནི། །

རྣམ་ཤེས་རྒྱས་ལྡན་ཕྱིར་འདོད་ན། །

གལ་ཏེ་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ནི་རྣམ་ཤེས་བསྐྱེད་པའི་ཉེར་ལེན་གྱི་  
རྒྱས་པ་རྣམ་ཤེས་མི་གསལ་བ་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར། རྣམ་ཤེས་མིན་པ་ཤེས་  
པའི་ཉེར་ལེན་མིན་པ་བྱུང་བེན་སྐྱབ་པར་འདོད་དོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། ཅ་སོགས་ཅེ་ན་སྤང་ཆེན་བརྒྱ། །

སྒྲོན་ཆེ་མ་མཐོང་ཡོད་དོ་ཞེས། །

དེ་སྐད་གངས་ཅན་ཕྱགས་ལས་གཞན། །

ངོ་མཆར་བཅས་པ་སུ་བརྗོད་ཚུལ། །

རྒྱ་ལ་འབྲས་བུ་ཐམས་ཅད་རྒྱས་པའི་ངོ་བོར་ཡོད་དོ། །ཞེས་གངས་  
ཅན་ལས་གཞན་སུ་ཡང་དེ་ལྟ་བུ་བརྗོད་པའི་ཚུལ་བ་བྱེད་པ་མི་འཐད་པར་

ཐལ། རྒྱུ་པན་བྱོད་དོ་ཆ་དང་བཅས་པར་རྫོམ་པའི་བྱིར། བྱའ་པར་ཐལ།  
སྒོན་ཆེ་རྒྱ་རྩ་སོགས་ཅེ་ན་འབྲས་བུ་སྤང་ཆེན་བརྒྱུ་མ་མཐོང་བཞིན་དུ་ཡོད་  
དོ།། ཞེས་དེ་སྐད་སྤྲུལ་པ་གངས་ཅན་སྤྲུགས་དང་འདྲ་བའི་འདོད་པ་ཡིན་པའི་  
བྱིར། སྤྲུགས་དང་འདྲ་བའི་རྒྱ་མཆན་ནི།

ཅ་བ། རྒྱ་ནི་ལན་བརྒྱར་རྣམ་བྱེ་ཡང་། །

དོ་བོ་གང་ཞིག་སྤང་བྱུར་པའི། །

དོ་བོ་དེ་ནི་སྤར་མི་སྤང་། །

ཇི་སྤར་དེ་ནི་ཡོད་པར་འགྱུར། །

ཇི་སྤར་ཡང་འབྲས་བུ་དེ་ནི་རྒྱའི་དོ་བོར་ཡོད་པར་འགྱུར་བ་མི་འཐད་  
པར་ཐལ། དེ་རྒྱའི་དོ་བོར་ཡོད་ན་རྒྱ་ལན་བརྒྱར་རྣམ་པར་བྱེ་ཞིང་བརྟགས་  
སུ་ཟིན་ཀྱང་འབྲས་བུའི་དོ་བོ་གང་ཞིག་སྤང་བྱུར་དུ་འགྱུར་བའི་དོ་བོ་དེ་ནི་  
སྤར་རྒྱའི་དུས་ན་མི་སྤང་བའི་བྱིར།

གཉིས་པ་ ༼ འགལ་བྱའ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་དགག་པ་ ༽ ལ་གཉིས།  
རང་རྒྱུད་འཕེན་པའི་ཐལ་བ་བརྗོད་པ་དང་། དེའི་ལན་དགག་པའོ།།

དང་པོ་ ༼ རང་རྒྱུད་འཕེན་པའི་ཐལ་བ་བརྗོད་པ་ ༽ ནི།

ཅ་བ། སྤ་ན་མེད་པ་འབྱུང་བ་ལས། །

ཆགས་སོགས་ངེས་མེད་ཐལ་བར་འགྱུར། །

ཐ་མལ་པའི་སེམས་ཅན་སྤྱི་ས་མ་ཐག་ཆགས་ཅན་སོགས་སུ་འབྱུང་

བའི་ངེས་པ་མེད་པར་འགའ་ཞིག་ཆགས་བྲལ་དུ་སྐྱེ་བ་སྲིད་པར་ཐལ།  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྲོན་མེད་པ་གསར་དུ་འབྱུང་བའི་རིགས་ཡིན་པས་  
ཁྱབ་པའི་ཕྱིར། དེས་འཕངས་པ་ནི་འགལ་ཁྱབ་དམིགས་པའི་རྟགས་སོ།།

གཉིས་པ་༼ དེའི་ལན་དགག་པ་ ༽ལ་གསུམ།

ཉེར་ལེན་འབྱུང་བ་མཚུངས་པ་དང་པོ་ཆགས་བྲལ་མི་སྲིད་པའི་རྒྱ་  
མཚན་དུ་མི་འཐད། ཕྱིས་ཆགས་བྲལ་དུ་འབྱུང་མི་སྲིད་པའི་རྒྱ་མཚན་དུ་མི་  
འཐད། དེའི་དཔེ་དགག་པའོ།།

དང་པོ་༼ ཉེར་ལེན་འབྱུང་བ་མཚུངས་པ་དང་པོ་ཆགས་བྲལ་མི་སྲིད་པའི་རྒྱ་མཚན་དུ་མི་འཐད་པ་ ༽ནི།

ཅ་བ། འབྱུང་བའི་བདག་ལས་མ་འདས་ཕྱིར། །

གལ་ཏེ་ཀུན་ཆགས་སོགས་ལྡན་ན། །

གལ་ཏེ་སྐྱེ་བོ་ཀུན་རྒྱ་འབྱུང་བའི་བདག་ཉིད་ལས་མ་འདས་པའི་ཕྱིར།  
ཆགས་སོགས་དང་ལྡན་པས་ཁྱབ་པའི་དང་པོ་ཆགས་བྲལ་དུ་འབྱུང་བ་དེ་  
འདྲ་མི་སྲིད་དོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། ཐམས་ཅད་འདོད་ཆགས་མཚུངས་པར་འགྱུར། །

ཐམས་ཅད་འདོད་ཆགས་ཆེ་ཆུང་མཚུངས་པར་འགྱུར་བར་ཐལ། དེའི་  
ཉེར་ལེན་འབྱུང་བ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར།

ཅ་བ། གལ་ཏེ་འབྱུང་བྱུང་ལས་ཡིན་ན། །

གལ་ཏེ་འབྱུང་བཤམ་ཆེ་ཆུང་གི་བྱུང་བར་ལས་ཆགས་སོགས་ཆེ་ཆུང་



དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། འབྱུང་རྣམས་སློག་ཆགས་བྱང་མེད་ཀྱང་། །

སློག་ཆགས་རྣམས་ལ་སློག་ཆགས་དང་ཆེས་སློག་ཆགས་ལ་སོགས་  
པའི་བྱང་པར་ཡོད་པར་ཐལ། དེའི་ཉེར་ལེན་འབྱུང་བ་རྣམས་ལ་ཤས་ཆེ་ཆུང་  
གི་བྱང་པར་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། མདོན་སུམ་གྱིས་བསལ་ལོ།

ཅ་བ། བྱང་པར་འདི་རྟེན་གང་ཡིན་ལ། །

དེ་ནི་སྤུལ་བྱུང་འགྲིབ་པ་བཞིན། །

དེ་ཡོད་པ་ལས་དེ་མེད་འགྱུར། །

དེས་ན་ཆགས་སོགས་ཆེ་ཆུང་གི་བྱང་པར་འདིའི་རྟེན་འབྱུང་བ་གང་  
ཡིན་པ་དེ་ནི་སྤུལ་དུ་བྱུང་བ་དང་འགྲིབ་པ་བཞིན་དུ་ཆགས་སོགས་ཀྱང་  
འཕེལ་འགྲིབ་ཏུ་འགྱུར་བར་ཐལ། ཉེར་ལེན་འབྱུང་བ་མཆུངས་བཞིན་དུ་སློག་  
ཆགས་རྣམས་ལ་སློག་ཆགས་དང་ཆེས་སོག་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་བྱང་  
པར་མེད་ཀྱང་ཆགས་ཅན་ལ་ཆེས་ཆགས་ཅན་ལ་སོགས་པའི་བྱང་པར་ཡོད་  
པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཆགས་སོགས་དེ་སྤར་ཡོད་པ་ལས་དེ་ཡེ་མེད་དུ་འགྱུར་  
བ་སྲིད་པར་ཐལ། འདོད་པ་དེའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་༼ ཕྱིས་ཆགས་བྲལ་དུ་འགྱུར་མི་སྲིད་པའི་རྒྱ་མཚན་དུ་མི་འཐད་པ་ ༽ཞེ་ན།

ཅ་བ། གལ་ཏེ་ཆགས་སོགས་ཐ་དད་ཀྱང་། །

རྒྱ་མཆུངས་བདག་ཉིད་མི་སློག་ཕྱིར། །

མིན་ན་.....། །

གཤམ་ཏེ་སེམས་ཅན་ལ་ཆགས་སོགས་ཆེ་ཆུང་ཐ་དད་ཀྱང་ཆགས་  
སོགས་ཡེ་མེད་དུ་འགྱུར་བ་སྟེ་ཡང་སྲིད་པ་མིན་ཏེ། རྒྱ་འབྱུང་བ་མཚུངས་  
པའི་བདག་ཉིད་མི་སྟོག་པས་བྱུང་བའི་སྤྱིར་ཞེ་ན།

ཅུ་བ། .....བདག་ཉིད་འདྲ་རྒྱུ་ལྟེ་སྤྱིར། །

ཀུན་ལ་འདོད་ཆགས་འདྲ་བར་འགྱུར། །

ཀུན་ལ་འདོད་ཆགས་ཆེ་ཆུང་ཡང་འདྲ་བར་འགྱུར་བར་ཐལ། འབྱུང་  
བའི་བདག་ཉིད་འདྲ་བ་ཆགས་པ་ཆེ་ཆུང་འདྲ་བའི་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པའི་  
སྤྱིར། དཔེར་ན་བ་སྤྱང་འཛིན་པའི་མིག་གི་ཤེས་པ་ཆོས་ཅན། བྱིད་ལ་བ་སྤྱང་  
དང་ཆེས་བ་ལང་དང་ཆེས་ཤིན་ཏུ་བ་སྤྱང་ལ་སོགས་པའི་བྱུང་བར་གྱི་རྣམ་པ་  
ཤར་བའི་རིམ་པ་ཅན་དུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ཅུ་བ། མཚུངས་བདག་ལས་བྱུང་བ་སྤྱང་གི།

ཤེས་པའམ་འདིར་ཡང་ས་སོགས་ལ། །

སྟོག་ཆགས་ཉིད་སོགས་བྱུང་བར་གྱི། །

རིམ་པ་ལ་ལར་ཡོད་མ་ཡིན། །

བ་སྤྱང་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པར་མཚུངས་པའི་བདག་ཉིད་གཟུང་དོན་  
དུ་བྱས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། འམ་གྱི་སྤྱིས་རྒྱུང་པན་གྱི་  
ལུགས་འདིར་ཡང་ཆོས་ཅན། ས་སོགས་འབྱུང་བ་རྣམས་ལ་སྟོག་ཆགས་

ཉིད་དང་ཆེས་སྟོག་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་བྱད་པར་གྱི་རིམ་པ་ལ་ལར་ཡོད་  
པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཉེར་ལེན་འབྱུང་བ་མཚུངས་པའི་བྱིར།

གསུམ་པ་ རྒྱུ་ལྡན་དཔེ་དགག་པ་ རྟེན་གཉིས།  
དངོས་དང་། ཆགས་ཅན་མི་སྲིད་པར་ཐལ་བའོ།

དང་པོ་ རྒྱུ་ལྡན་ རྟེན།

ཅུ་བ། རྫོང་རིམ་བྱད་པར་ཡོད་ན་ཡང་། །

རྫོང་མེད་མེ་འགའ་ཡོད་མིན་ལ། །

དེ་བཞིན་འདིར་ཡང་ཞེ་ན་.....། །

རྫོང་བ་ལ་ཆེ་ཆུང་གི་རིམ་པའི་བྱད་པར་ཡོད་ན་འང་རྫོང་བ་མེད་པའི་མེ་  
འགའ་ཡང་ཡོད་པ་མིན་པ་དེ་བཞིན་དུ། འདིར་ཡང་ཆགས་པ་ཆེ་ཆུང་ཡོད་  
ཀྱང་ཆགས་པ་ཡེ་མེད་མི་སྲིད་དོ་ཞེ་ན།

ཅུ་བ། .....མིན། །

རྫོང་ལས་མེ་གཞན་བཞག་བྱི་རོ། །

དཔེ་དོན་མཚུངས་པ་མིན་པར་ཐལ། རྫོང་བ་ལས་མེ་རྫས་གཞན་ཡིན་པ་  
ཚད་མས་བཞག་པའི་བྱིར།

ཅུ་བ། གང་ཞིག་གཞན་ཡོད་ཡོན་ཏན་ནི། །

བྱད་པར་རིམ་པ་དང་ལྡན་ལ། །

དེ་དག་དེ་ཡི་བྱང་པར་ནི། །

ལ་ལར་ཆད་འགྱུར་དཀར་སོགས་བཞིན། །

གང་ཞིག་ལུས་ལས་དོན་གཞན་དུ་ཡོད་པའི་ཡོན་ཏན་ཆགས་སོགས་  
དེ་དག་ཆོས་ཅན། འབྱུང་བའི་སྐབས་ལ་ལར་སྔོད་ཆད་པར་འགྱུར་བ་སྲིད་  
པར་ཐལ། འབྱུང་བ་འཕེལ་འགྲིབ་གྱི་བྱང་པར་གྱི་རིམ་པ་དང་ལྡན་པ་ལས་  
སྔོད་འཕེལ་འགྲིབ་གྱི་བྱང་པར་དུ་འགྱུར། སྔོད་དེ་དང་འབྲེལ་རུང་དོན་གཞན་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྒྲམ་བུའི་ཆོས་དཀར་པོ་ལ་སོགས་པ་བཞིན།

ཅ་བ། གཟུགས་སོགས་བཞིན་དུ་ངེས་མིན་ཏེ། །

དེ་དག་འབྱུང་དང་དབྱེར་མེད་ཕྱིར། །

ཆགས་སོགས་ཆོས་ཅན། གཟུགས་སོགས་འབྱུང་འགྱུར་བཞིན་དུ་  
འབྱུང་བ་ལ་གནས་པར་ངེས་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དག་འབྱུང་བ་དང་  
དབྱེར་མེད་འབྲེལ་མི་རུང་ཡིན། སྔོད་དེ་དང་འབྲེལ་རུང་དོན་གཞན་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར།

ཅ་བ། གལ་ཏེ་དེ་མཚུངས་ཤིན་ཀྱང་། །

གལ་ཏེ་དེ་གཉིས་འབྱུང་བ་ལ་འབྲེལ་དུ་མི་རུང་བར་མཚུངས་སོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། .....མིན། །

ཆགས་སོགས་ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་ཐལ་ཕྱིར། །

མཚུངས་པ་མིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟ་ན་ཆགས་སྤང་སོགས་ལྟན་ཅིག་ཏུ་སྐྱེ་

བར་ཐལ་བའི་ཕྱིར། ལྷན་ཅིག་སྐྱེ་བར་ཐལ། ཉེར་ལེན་འབྱུང་བ་གཅིག་ལས་  
སྐྱེ་བའི་ཕྱིར། ཅེས་བའོ།། དམིགས་སྐྱེན་གྱི་དབང་གིས་ཅིག་ཅར་དུ་མི་སྐྱེའོ་  
ཞེ་ན།

ཅ་བ། རྣམ་པར་བརྟགས་པ་ཡུལ་ཡིན་ཕྱིར། །

ཡུལ་ཡང་ངེས་བྱེད་མ་ཡིན་ནོ། །

ཆགས་སྒྲུང་ཆོས་ཅན། བྱོད་གྱི་གཟུང་ཡུལ་གྱི་ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་ཡང་  
བྱོད་ངེས་འགའ་སྐྱེ་བར་ངེས་བྱེད་མིན་པར་ཐལ། རྟོག་པས་རྣམ་པར་  
བརྟགས་པའི་གཟུང་ཡུལ་འཇིན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་༼ ཆགས་ཅན་མི་སྤྱིད་པར་ཐལ་བ་ ༽ནི།

ཅ་བ། སྐལ་མཉམ་རྒྱ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར། །

ཆགས་སོགས་ངེས་པ་མེད་པའམ། །

ཐ་མལ་པ་རྣམས་ལ་ཆགས་སོགས་འབྱུང་བའི་ངེས་པ་མེད་པར་དེ་ཡེ་  
མེད་དུ་ཐལ། སྐལ་མཉམ་གྱི་རྒྱ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར། འབྱུང་བ་ཉེར་ལེན་ཡིན་  
ནོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། རྒྱ་ནི་ཉེ་ཕྱིར་སློ་རྣམས་ཀུན། །

ཐམས་ཅད་ཀུན་ཆེ་སྐྱེ་བར་འབྱུང། །

འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་སློ་རྣམས་ཀུན་སྐྱེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ལ་  
དུས་ཀུན་གྱི་ཆེ་སྐྱེ་བར་འབྱུང་བར་ཐལ། དེའི་རྒྱ་འབྱུང་བ་རྟག་པ་ཉེ་བར་

ཡོད་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་ ༼ མཚན་ཉིད་བཤད་པ་ ༽ ལ།

ཙ་བ། དེ་ནི་རེས་འགའ་དམིགས་པའི་བྱིར། །

མི་རྟག་ཉེས་པའི་རྟེན་བྱིར་དང་། །

རྒྱ་དབང་བྱིར་ཡང་སྤྱག་བསྐལ་ཡིན། །

བྱུང་ཚེས་བཞིའི་དང་པོ་ནི་སྤྱག་བསྐལ་དེ་ནི་ཚེས་ཅན། མི་རྟག་སྟེ།  
རེས་འགའ་སྟེ་བར་དམིགས་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་ནི། སྤྱག་བསྐལ་ཡིན་ཏེ།  
ད་ལྟ་ཉེས་པའི་ཚོགས་གྱི་རྟེན་བྱེད་པའི་བྱིར་དང་། སྟོན་གྱི་རྒྱ་ལས་ཉོན་གྱི་  
གཞན་དབང་ཅན་ཡིན་པའི་བྱིར་ཡང་ངོ་།

ཙ་བ། བདག་མིན་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའང་མིན། །

རྒྱ་མིན་བྱིན་གྱིས་རྫོབ་པ་མིན། །

གསུམ་པ་ནི། རང་དབང་བའི་བདག་གི་ངོ་བོ་མིན་ཏེ། མི་རྟག་པ་དང་  
གཞན་དབང་ཅན་ཡིན་པའི་བྱིར། གཞི་པ་ནི། སྟོང་བ་ཡིན་ཏེ། རང་དབང་ཅན་  
གིས་བདག་གྱི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའང་མིན་པའི་བྱིར། བྱུང་པོ་ཚེས་ཅན།  
བདག་དེས་བྲོད་བྱིན་གྱིས་རྫོབ་པ་མིན་ཏེ། དེ་བྲོད་གྱི་རྒྱ་མིན་པའི་བྱིར།  
དེར་ཐལ། དེ་རྟག་པའི་བྱིར། བྱུང་པར་ཐལ།

ཙ་བ། རྟག་པ་ངེ་ལྟར་སྐྱེད་བྱེད་ཡིན། །

དེ་བྱིར་གཅིག་ལས་དུ་མ་ནི། །



དུས་ཐ་དད་པར་སྐྱེ་མི་འགྱུར། །

རྟག་པ་ཇི་ལྟར་ཡང་སྐྱེད་བྱེད་ཡིན་པ་མི་འཐད་པའི་བྱིར། བདག་རྟག་པ་  
གཅིག་ལས་ཕྱང་པོ་དུ་མ་དུས་སྔ་བྱི་ཐ་དད་པར་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་མི་འཐད་  
པར་ཐལ། རྟག་པ་རྒྱ་མིན་པ་དེའི་བྱིར།

ཅ་བ། རྒྱ་གཞན་དག་ནི་ཆོགས་ན་ཡང་། །

འབྲས་བུ་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་བྱིར། །

རྒྱ་གཞན་རྗེས་སུ་དཔོག་འགྱུར་ན། །

དེ་ནི་རྟག་རྣམས་ལ་ཡོད་མིན། །

གཟུགས་འཛིན་དབང་ཤེས་ཆོས་ཅན། དབང་ཡིད་ལས་ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱ་  
གཞན་ཡོད་པར་རྗེས་སུ་དཔོག་བྱས་པར་འགྱུར་ཏེ། སྐབས་འགར་རྒྱ་གཞན་  
དབང་ཡིད་དག་ཆོགས་ན་ཡང་འབྲས་བུ་ཁྱོད་སྐྱེ་བ་མེད། སྐབས་འགར་ཁྱོད་  
སྐྱེ་བ་མཐོང་བའི་བྱིར། རྟག་པ་རྒྱར་མི་རུང་བར་ཐལ། རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་ཕྱོག་པ་  
དེ་ནི་རྟག་པ་རྣམས་ལ་ཡོད་པ་མིན་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་༼ ཀུན་འབྱུང་བདེན་པ་ ༽ལ་བཞི།

རྒྱའི་རྣམ་པ། ཀུན་འབྱུང་གི་རྣམ་པ། རབ་སྐྱེའི་རྣམ་པ། རྐྱེན་གྱི་རྣམ་  
པའོ།

དང་པོ་༼ རྒྱའི་རྣམ་པ་ ༽ནི།

ཅ་བ། རེས་འགའ་བ་ཉིད་ཡིན་པས་ན། །

སྤྱག་བསྐལ་ཉིད་རྒྱ་བཅས་ཉིད་བྱུང། །

རྒྱ་མེད་གཞན་ལ་མི་ལྟོས་སྤྱིར། །

རྟག་ཏུ་ཡོད་པའམ་མེད་པར་འགྱུར། །

སྤྱག་བསྐལ་གྱི་ཕུང་པོ་འདི་ཆོས་ཅན། རྒྱ་དང་བཅས་པ་ཉིད་ཏུ་བྱུང་སྟེ།  
རེས་འགའ་སྟེ་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཐུབ་པ་བསྐྱབ་པ་ནི། རྒྱ་རྒྱེན་གཞན་ལ་  
མི་ལྟོས་པར་འབྱུང་བར་ཐལ། རྒྱ་མེད་ཡིན་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། རྟག་ཏུ་ཡོད་  
པའམ་ཡང་ན་ནམ་ཡང་མེད་པར་འགྱུར་བར་ཐལ། འདོད་པ་དེའི་སྤྱིར།

ཅ་བ། རི་ལྟར་ཆེར་མ་ལ་སོགས་ཀྱི། །

རྣོ་བ་ཉིད་སོགས་རྒྱ་མེད་པ། །

རི་ལྟར་འདི་དག་རྒྱ་མེད་འགྱུར། །

ཞེས་ནི་ཁ་ཅིག་རབ་ཏུ་བརྗོད། །

རི་ལྟར་ཆེར་མ་དང་སྒན་མ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་རྣོ་བ་ཉིད་དང་ལྷུ་མ་  
བ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་བྱེད་པ་པོའི་རྒྱ་སྤྱ་ཡང་མེད་པ་དེ་ལྟར། དངོས་པོ་འདི་  
དག་རྒྱ་མེད་ཏུ་འབྱུང་བར་འགྱུར་ངོ། ། ཞེས་རྒྱུང་པན་པ་དང་སྦྱོད་པ་བ་ལ་  
སོགས་པ་ཁ་ཅིག་རབ་ཏུ་བརྗོད་ངོ། ། ཆེར་མའི་རྣོ་བ་སོགས་ཀྱི་རྒྱ་ཡོད་པར་  
ཐལ།

ཅ་བ། གང་ཡོད་ཉིད་ནའང་གང་སྟེ་བའམ། །

གང་འགྱུར་ན་ཡང་རྣམ་འགྱུར་བ། །

དེ་ནི་དེ་རྒྱ་རབ་ཏུ་བརྗོད། །

དེ་ནི་དེ་རྣམས་ལ་ཡང་ཡོད། །

དོན་གཞན་སྤྲུལ་མ་གང་ཡོད་པ་ཉིད་ན་སྤྲུལ་མ་གང་སྤྲུལ་བའམ། སྤྲུལ་མ་གང་  
འགྱུར་ན་ཡང་རྣམས་པར་འགྱུར་བའི་སྤྲུལ་མ་དེ་ནི་སྤྲུལ་མ་དེའི་རྒྱ་རབ་ཏུ་བརྗོད་  
ལ་རྗེས་སུ་འགྲོ་ལྷོག་བྱས་པ་དེ་ནི་ཆེར་མའི་རྣམས་མཐོང་སོགས་དེ་རྣམས་ལ་ཡང་  
ཡོད་པའི་སྤྲུལ། འོ་ན་ཆོག་པ་པ་གཅིག་པའི་རེག་པ་གཟུགས་མཐོང་བའི་  
དབང་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་མེད་ན་མེད་པའི་སྤྲུལ་ཅེ་ན།

ཅ་བ། རེག་པ་གཟུགས་རྒྱ་ཉིད་ཡིན་སྤྲུལ། །

འབྱུང་བའི་རེག་པ་ཆོས་ཅན། གཟུགས་མཐོང་བའི་དབང་ཤེས་ལ་  
དངོས་སུ་མི་པན་ཡང་དེའི་རྒྱ་མཆན་ཅམ་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་དེའི་སྐལ་  
མཉམ་མམ་ལྟན་ཅིག་འབྱུང་བའི་རྒྱ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྲུལ། འདི་ནི་དུས་མཉམ་  
ཆོག་པ་པ་གཅིག་པ་ལྟན་ཅིག་འབྱུང་བ་ཅམ་རྒྱར་བཏགས་པའོ།

ཅ་བ། མཐོང་བ་ལ་ནི་རྒྱ་མཆན་ཡིན། །

དེས་ན་འབྱུང་བའི་རེག་པ་ཆོས་ཅན། རང་འབྲས་འབྱུང་འགྱུར་གྱི་  
གཟུགས་མཐོང་དབང་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། དེ་འབྲའི་གཟུགས་ཀྱི་སྐལ་མཉམ་  
ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པའི་སྤྲུལ།

ཅ་བ། ཏྲག་རྣམས་བཀག་ཅིང་དབང་ལྷུག་ལ། །

སོགས་པ་ལས་ཀྱང་སྤྲིད་མིན་ཏེ། །

## རུས་མེད་སྤྱིར་རོ་.....། །

གཉིས་པ་༽ ཀུན་འབྱུང་བའི་རྣམ་པ་ ༽ནི།

དབང་སྤྱུག་ལ་སོགས་པ་རྒྱ་གཅིག་ལས་ཀྱང་སྤྱུག་བསྐྱེད་འབྱུང་བ་  
སྤྱིད་པ་མིན་ཏེ། དེ་ལ་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པའི་རུས་པ་མེད་པའི་སྤྱིར། དེར་  
ཐལ། ཏྲག་པ་རྣམས་རྒྱ་ཡིན་པ་བཀག་ཟིན་པའི་སྤྱིར། འདིས་ནི་བསྟོས་མེད་  
གྱི་རེ་རེ་བ་སྤྱུག་བསྐྱེད་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པ་བཀག་ནས་རྒྱ་ཚོགས་པ་ལས་ཀུན་ཏུ་  
འབྱུང་དགོས་པར་བསྟན་ཏོ།།

གསུམ་པ་༽ རབ་སྐྱེའི་རྣམ་པ་ ༽ལ།

རབ་སྐྱེའི་ངོ་བོ་དང་། ལུང་འགལ་སྤང་བའོ།།

དང་པོ་༽ རབ་སྐྱེའི་ངོ་བོ་ ༽ནི།

རྩ་བ། .....དེ་ཡི་སྤྱིར། །

སྤྱིད་འདོད་རྒྱ་ཡིན་གང་གི་སྤྱིར། །

མི་རྣམས་ཡུལ་གྱི་ཁྱད་པར་ནི། །

ཡོངས་འཛིན་དེ་ཐོབ་བསམ་བས་བྱས། །

རྒྱ་མེད་དང་ཏྲག་པ་ལས་སྐྱེ་བ་མི་སྤྱིད་པ་དེ་ཡི་སྤྱིར། སྤྱིད་པ་མཛོན་  
པར་འདོད་པའི་སྤྱིད་སྤྱིད་རང་འབྲས་སྤྱུག་བསྐྱེད་གྱི་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་  
སྤྱིར་ན་མི་རྣམས་གནས་ལུས་ཡོངས་སྤྱོད་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་གྱི་ཁྱད་པར་  
ཡོངས་སུ་འཛིན་ཅིང་ལེན་པ་ནི་དེ་ཐོབ་འདོད་གྱི་སྤྱིད་པའི་བསམ་བས་བྱས་

པའི་ཕྱིར། ཡོངས་འཛིན་དང་ཀུན་འཛིན་ཅེས་པ་འདིར་ལེན་པ་ལ་བརྗོད་  
པས། སྲིད་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ལེན་པ་ཞེས་མངོན་པར་འབྱུང་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་འབྲས་  
བསྟན་པ་ཡིན་ནོ།།

གཉིས་པ་༼ ལྷན་འགལ་སྤང་བ་ ༽ནི།

འོན་མཛོ་ལས། སྤྱག་བསྐྱེལ་ཀུན་འབྱུང་འཕགས་པའི་བདེན་པ་གང་  
ཞེ་ན། གང་འདི་སྲིད་པ་ཞེས་སོགས་སྲིད་པ་གསུམ་རྒྱུར་གསུངས་པ་དང་  
འགལ་ལོ་ཞེ་ན། སྲིད་པ་གསུམ་རྒྱུར་གསུངས་པ་དང་གནས་ལུས་ལོངས་  
སྤྱོད་དོན་དུ་གཉེར་བ་རྒྱུར་བཤད་པ་མི་འགལ་བར་ཐལ།

ཅ་བ། དེ་ནི་སྲིད་འདོད་གང་ཕྱིར་ཡང་། །

སོག་ཆགས་བདེ་སྤྱག་ཐོབ་པ་དང་། །

འདོད་འདོད་འཇུག་པ་དེ་དག་ནི། །

འདོད་དང་འཇིག་སྲིད་ཡིན་པར་འདོད། །

གང་གི་ཕྱིར་ན་ཡུལ་གྱི་བྱང་པར་དོན་དུ་གཉེར་བའི་སྲིད་པ་དེ་ནི་སྲིད་  
པ་འདོད་པའི་སྲིད་སྲིད་ཡིན་ལ། ཡང་སོག་ཆགས་རྣམས་བདེ་བ་ཐོབ་པར་  
འདོད་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེལ་འདོར་བར་འདོད་པས་ཡུལ་ལ་འཇུག་པའི་སྲིད་  
པ་དེ་དག་ནི་རིམ་པ་བཞིན་དུ་འདོད་སྲིད་དང་འཇིག་སྲིད་ཡིན་པར་འདོད་  
པའི་ཕྱིར།

བཞི་པ་། རྩོམ་གྱི་རྣམ་པ་ ། ལ་གསུམ།  
སྲིད་པ་རྩོམ་དུ་བསྟན་པ་དང་། དེ་ལ་ཤེས་བྱེད་དགོད་པ་དང་། མཚུངས་  
པ་སྤང་བའོ།།

དང་པོ་། སྲིད་པ་རྩོམ་དུ་བསྟན་པ་ ། རྩོམ་པ་  
ཅ་བ། བདག་དུ་ཆགས་པའི་རྒྱ་ཉིད་ལས། །  
བདེ་མིན་བདེ་བར་འདུ་ཤེས་པས། །  
ཀུན་ལ་རབ་དུ་འཇུག་འགྱུར་བ། །  
དེ་ཕྱིར་སྲིད་པ་སྲིད་རྟེན་ཡིན། །  
སྲིད་པ་ཚོས་ཅན། རྩོམ་གྱི་རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ། རང་འབྲས་ཡང་སྲིད་ཕྱི་  
མའི་ལྟན་ཅིག་བྱེད་པའི་རྟེན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྲིད་པ་དེ་དེ་ལྟར་ཡིན་པར་ཐལ།  
བདེ་བ་མིན་པ་ལ་བདེ་བར་འདུ་ཤེས་པས་ཉམས་པ་དག་དམན་པའི་ཡུལ་  
ཀུན་ལ་རབ་དུ་འཇུག་པར་འགྱུར་བ་དེའི་ཕྱིར། འདུ་ཤེས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་དེ་རྒྱ་  
མེད་མིན་ཏེ། དེ་བདག་དུ་ཆགས་པའི་རྒྱ་ཉིད་ལས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་། དེ་ལ་ཤེས་བྱེད་དགོད་པ་ ། རྩོམ་པ་  
སྲིད་པ་ཡང་སྲིད་ཕྱི་མའི་རྒྱ་ཡིན་པར་ཐལ།  
ཅ་བ། ཆགས་བྲལ་སྤྱེ་བ་མ་མཐོང་ཕྱིར། །  
ཞེས་ནི་སྤོབ་དཔོན་རྣམས་ཀྱིས་གསུངས། །  
ཆགས་བྲལ་དག་བཅོམ་པ་སྲིད་པ་ཟད་པར་སྤངས་པའི་དབང་གིས་



ཡང་སྲིད་ཕྱི་མར་སྐྱེ་བ་མ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ།། ཞེས་སྒྲོན་གྱི་སྒྲོབ་དཔོན་  
རྣམས་ཀྱིས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་༼ མཚུངས་པ་སྤང་བ་ ༽ནི།

ཙ་བ། ལུས་མེད་ཆགས་པ་མ་མཐོང་ཕྱིར། །

ལུས་ལས་ཀྱང་ནི་འདོད་ཆགས་འབྱུང་། །

འོན་ལུས་ལས་ཀྱང་འདོད་ཆགས་འབྱུང་སྟེ། ལུས་མེད་ལ་ཆགས་པ་  
མ་མཐོང་བའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་ཆགས་བྲལ་སྐྱེ་བ་མ་མཐོང་བས་ཆགས་པ་  
སྲིད་པར་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ་ཞེ་ན། ལུས་ཆགས་པའི་རྒྱ་ཙ་མ་དུ་  
སྐྱབ་ན་བྱའ་བའི་སྐྱབ་སྟེ།

ཙ་བ། རྒྱ་མཚན་ཁས་སྤངས་ཕྱིར་ན་འདོད། །

རྒྱ་ཙ་མ་དུ་སངས་རྒྱས་པས་ཀྱང་འདོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ལྷན་ཅིག་  
བྱེད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཙ་མ་དུ་སྤང་ཁས་སྤངས་པའི་ཕྱིར། འོན་སྤང་རྒྱ་ཡིན་པ་  
བཀག་པ་དང་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། ལུས་ཆགས་པའི་རྒྱ་ཙ་མ་ཡིན་པ་འགོག་པ་མ་  
ཡིན་ཏེ།

ཙ་བ། ཉེར་ལེན་ཉིད་ནི་བསལ་བ་ཡིན། །

ཉེར་ལེན་ཉིད་དང་ལྷན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུ་ཁྱད་པར་ཅན་ཡིན་པ་བསལ་བ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཙ་བ། རིགས་འདི་རྗེས་སུ་འདོད་ན་ནི། །

རང་ཉིད་རང་འདོད་ལ་གཞི་བཟུང་། །

རྒྱུ་ལྡན་རང་ཉིད་ཀྱིས་རང་ཉིད་ཀྱི་འདོད་པ་སྦྱོར་བ་སྒྲུབ་མེད་པ་ལ་  
གཞི་བཟུང་བ་བྱས་པར་འགྱུར་བར་ཐལ། སངས་རྒྱས་པའི་རིགས་པ་ཆགས་པ་  
ལུས་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པ་འདིའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ཤིང་དཔེ་ཡང་དག་ཏུ་བཀོད་ནས་  
ལུས་ཆགས་པའི་རྒྱར་འདོད་པའི་བྱེད།

ཅ་བ། གལ་ཏེ་སྦྱོར་ལ་ཆགས་མཐོང་བྱེད། །

སྦྱོར་དང་ལྷན་ཅིག་འབྱུང་ཞེ་ན། །

གལ་ཏེ་ལུས་སྦྱོས་པ་ལ་ཆགས་པ་མཐོང་གི་གཞན་ལ་མ་མཐོང་བའི་  
བྱེད། ལུས་སྦྱོར་དང་ལྷན་ཅིག་འདོད་ཆགས་འབྱུང་གི་སྒྲུབ་མ་ཡིན་པས་  
ལུས་འདོད་ཆགས་ཀྱི་འབྲས་བུ་མིན་ནོ་ཞེ་ན། འོ་ན་འདོད་ཆགས་ཀྱང་ལུས་  
ཀྱི་འབྲས་བུ་མིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་ལྷན་ཅིག་འབྱུང་བའི་བྱེད།

ཅ་བ། སྐལ་མཉམ་སྦྱོར་བྱེད་སྒྲུབ་གྲུབ་ཡིན། །

འདོད་ན་སྦྱོས་མ་ཐག་གི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་སྒྲུབ་འདོད་ཆགས་སོང་བར་  
གྲུབ་པར་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྐལ་མཉམ་གྱི་རྒྱ་ལས་སྦྱོར་བའི་བྱེད། མེད་པ་  
གཅིག་བྱ་རྒྱ་ཡིན་ན། མ་རིག་པ་དང་མེད་པ་དང་ལས་གསུམ་ག་སྟུག་བསྐྱལ་  
གྱི་རྒྱར་བཤད་པ་དང་འགལ་ལོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། མི་ཤེས་སྤྱིད་པའི་རྒྱ་ཡིན་ཡང་། །

མ་བརྗོད་.....། །

མི་ཤེས་ཤིང་མ་རིག་པ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཡང་སྤྱིད་མི་མ་བསྦྱེད་པའི་རྒྱ་

ཡིན་ཡང་། སྐབས་འདིར་རྒྱ་རུ་དངོས་སུ་མ་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཆན་ཡོད་དེ།  
དེའི་དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱ་མིན་པས་མ་བརྗོད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཙ་བ། .....སྲིད་པ་ཉིད་བཤད་པ། །

རྒྱན་ནི་འཕེན་པ་བྱེད་ཕྱིར་དང་། །

དེ་མ་ཐག་ཕྱིར་ལས་ཀྱང་.....། །

སྲིད་པ་ཉིད་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཡང་སྲིད་ཕྱི་མའི་རྒྱར་བཤད་པའི་རྒྱ་  
མཆན་ཡོད་དེ། ཁྱོད་རང་འབྲས་ཡང་སྲིད་ཕྱི་མའི་རྒྱན་བསྐྱལ་ཞིང་འཕེན་  
པར་བྱེད་པའི་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། དེ་མ་ཐག་འབྲུབ་པར་  
བྱེད་པའི་འབྲུབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་བཤད་པའི་ཕྱིར།

ཙ་བ། .....མིན། །

དེ་ཡོད་ན་ཡོད་མེད་ཕྱིར་རོ། །

ལས་ཀྱང་ཡང་སྲིད་ཕྱི་མའི་རྒྱའི་གཙོ་བོ་མིན་ཏེ། སྲིད་པ་དེ་ཡོད་ན་  
ལས་ངང་གིས་ཡོད། སྲིད་པ་དེ་མེད་ན་ལས་ཡོད་ཀྱང་སྲིད་པར་སྐྱེ་བ་མེད་  
པའི་ཕྱིར་ཏེ། སྲིད་པ་མེད་ན་ལས་ཀྱིས་ཐོབ་པའི་རྒྱལ་སྲིད་ཀྱང་འདོར་བའི་  
ཕྱིར།

གསུམ་པ་༼ འགོག་པའི་བདེན་པ་ ༽ལ།

འགོག་པའི་རྣམ་པ་དང་། ཞི་བའི་རྣམ་པ་དང་། གྲུ་ཞོམ་པའི་རྣམ་པ་ལོ།  
ངེས་པར་འབྱུང་བའི་རྣམ་པ་ནི། ལམ་བདེན་གྱི་ངེས་པར་འབྱེན་པའི་རྣམ་པ་

དང་། འབྲུག་པ་གཅིག་གིས་འཆད་པས་སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་མ་གསུངས་  
པ་ཡིན་ནོ།།

དང་པོ་༽ འགོག་པའི་རྣམ་པ་ གྲེལ་གཉིས།  
འགོག་བདེན་སྐབ་པའི་རྟགས་དགོད་པ་དང་། ཚུད་པ་སྤང་བའོ།།

དང་པོ་༽ འགོག་བདེན་སྐབ་པའི་རྟགས་དགོད་པ་ གྲེལ་གཉིས།  
ཚིག་དོན་དང་། མཐའ་དབྱེད་པའོ།།

དང་པོ་༽ ཚིག་དོན་ གྲེལ།  
ཅ་བ། དེ་ནི་གཏན་དུ་བ་མིན་ཏེ། །  
རྒྱ་ལ་གོགས་སོགས་སྤིང་བྱེད་ལོ། །  
ཐ་མལ་པའི་བྱང་པོ་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། རྒྱན་འགག་ཏུ་མི་རུང་བའི་བརྟན་  
དུ་བ་མིན་ཏེ། རང་གི་རྒྱ་ལ་འགལ་རྒྱུན་གྱི་གོགས་སྟོབས་ལྡན་དང་མ་ཐུན་  
རྒྱུན་མ་ཆང་བ་སོགས་སྤིང་བའི་བྱེད།

གཉིས་པ་༽ མཐའ་དབྱེད་པ་ གྲེལ་གཉིས།  
ཐར་པ་སྐབ་པའི་ཚུལ་དང་། གྲུན་མཁྱེན་སྐབ་པའི་ཚུལ་ལོ།།

དང་པོ་༽ ཐར་པ་སྐབ་པའི་ཚུལ་ གྲེལ།  
གང་རང་གི་རྒྱུའི་རིགས་ལ་གཞི་བྱེད་སྟོབས་ལྡན་དང་བཅས་པ་ཡིན་  
ན་གཉིན་པོའི་སྟོབས་ཀྱིས་རང་གི་རྒྱན་ཟད་པའི་རིགས་ཡོད་པས་བྱུང་སྟེ།

དཔེར་ན་གང་རེ་ག་ལ་གཞོན་བྱེད་སྟོབས་ལྡན་མཐོང་བས་གང་འབྲས་སྤྱུ་ཡོང་  
བྱེད་ཀྱི་རྒྱན་ཟད་པ་མཐོང་བ་བཞིན། ཐ་མལ་བའི་ཕྱང་པོ་འདིའི་ཡང་རྒྱའི་  
རིགས་ལ་གཞོན་བྱེད་སྟོབས་ལྡན་མཐོང་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་དངོས་པོ་  
སྟོབས་ཁྱུགས་ཀྱི་གཏན་ཆིགས་ཡང་དག་སྟེ། འདིའི་བྱའུ་བ་མངོན་སུམ་ཆད་  
མས་བྱའུ་ལ།

ཕྱོགས་ཆོས་བསྐྱབ་པ་ནི། གང་དངོས་པོའི་གནས་ལྷགས་ལ་ལོག་  
པར་ཁྱུགས་པ་དེ་ལ་དེའི་རིགས་ལ་གཞོན་བྱེད་སྟོབས་ལྡན་ཡོད་པས་བྱའུ་  
སྟེ། དཔེར་ན་དུ་བ་དང་ལྡན་པའི་ལ་ལ་མེ་མེད་པར་འཇིན་པའི་སྒྲོ་འདོགས་  
བཞིན། གང་ཟག་གི་བདག་ཏུ་འཇིན་པ་འདི་ཡང་དངོས་པོའི་གནས་ལྷགས་  
ལས་ལོག་པར་ཁྱུགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལོ།

གང་ཟག་གི་བདག་ཏུ་འཇིན་ལ་གཞོན་བྱེད་མཐོང་བས་སྤྱུག་བསྐྱལ་ཀྱི་རྒྱ་  
ལ་གཞོན་པར་གང་གིས་བྱའུ་ཅེ་ན། དེ་གཉིས་རྒྱ་འབྲས་སྤྱུ་ངེས་པར་བྱེད་  
པའི་ཆད་མ་ལས་སོ། །དེ་གང་ཞེ་ན། གང་ཞིག་བདག་མཐོང་དེ་ལ་ནི། ཞེས་  
པས་བསྟན་པ་ལྟར་གང་ཟག་གི་བདག་ཏུ་འཇིན་པ་ལས་བདག་དང་མི་འབྲལ་  
བའི་སྟེད་པ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་འདྲེན་པ་མངོན་སུམ་ཀྱིས་བྱའུ་ལ། དེ་ལས་  
བདག་གི་བདེ་བ་ལ་སྟེད་པ་དང་། དེ་ལས་བདག་གི་བདེ་བའི་སྐྱབ་བྱེད་དབང་  
སོགས་དང་ཕྱི་རོལ་ཀྱི་ཟས་གོས་སོགས་ལ་སྟེད་པ་དང་། དེ་ལས་བདག་གི་  
བདེ་བ་སྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་སྒྲོ་གསུམ་ཀྱི་ལས་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་དང་། དེ་  
ལས་འདོད་པའི་དོན་མ་ཐོབ་པ་དང་མི་འདོད་པའི་དོན་ཐོབ་པའི་ཆོར་བ་སྤྱུག་

བསྐྱལ་སྦྱོར་བ་མངོན་སུམ་ཚད་མས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་དོ།

ཆེ་འདིའི་སྦྱུག་བསྐྱལ་དང་བདག་འཛིན་རྒྱ་འབྲས་སུ་མངོན་སུམ་ཚད་  
མས་བྱུང་ལ། འཆི་ཁའི་སྐྱེད་པ་ལས་རིགས་འདྲ་ཕྱི་མ་མཆམས་སྦྱོར་བ་  
དངོས་སྟོབས་རྗེས་དཔག་གིས་བྱུང་བ་ན། མཆམས་སྦྱར་བའི་རིགས་འདྲ་  
ཕྱི་མ་དེ་ཉིད་ཀྱང་སྦྱུག་བསྐྱལ་ཞེས་ཐ་སྙད་དུ་བྱ་བ་ཡིན་པས། ཕྱི་མའི་སྦྱུག་  
བསྐྱལ་དང་རྒྱ་འབྲས་སུ་དངོས་སྟོབས་རྗེས་དཔག་གིས་ངེས་སོ།།

རིགས་འདྲ་ཕྱི་མ་དེ་དོན་ལ་སྦྱུག་བསྐྱལ་ཡིན་ཡང་ཆེ་འདིའི་ལས་ཉོན་  
དང་དེ་གཉིས་རྒྱ་འབྲས་སུ་ངེས་པ་ཅམ་གྱིས་དེའི་སྟེང་དུ་སྦྱུག་བསྐྱལ་གྱི་  
སྟོག་པ་དངོས་སྟོབས་གྱིས་ངེས་ལྟར་ངེས་ཀྱས་ཤེ་ན།

ལས་ཉོན་གྱིས་འདུས་བྱས་པ་སྦྱུག་བསྐྱལ་གྱི་དོན་སྟོག་ཏུ་དངོས་པོ་  
སྟོབས་ཁྱུགས་གྱི་ཚད་མས་ངེས་ཀྱས་ལ། དེ་ངེས་ཟིན་མ་བརྗེད་པ་ན་འཆི་ཁ་  
ཚུན་ཆད་དུ་ལས་དང་སྐྱེད་པ་མངོན་སུམ་ཚད་མས་བྱུང་ལ། དེ་ལས་རིགས་  
འདྲ་ཕྱི་མ་མཆམས་སྦྱོར་བར་རྗེས་དཔག་གིས་བྱུང་བ་ན་རིགས་འདྲ་ཕྱི་མ་  
དེ་ཉིད་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པའི་གཞན་དབང་ཅན་དུ་བྱུང་བས་སྦྱུག་བསྐྱལ་  
གྱི་དོན་ལེགས་པར་བྱུང་བའི་ཕྱིར། ཐ་སྙད་ཀྱང་ཐོགས་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་  
ནོ། །འོན་གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་ལ་ལོག་པར་  
ཁྱུགས་པ་ཡིན་པར་གང་ལས་འགྱུར་ཅེ་ན། དེ་ནི་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་  
པར་ངེས་པ་ལས་འགྱུར་སོ།།

དེ་ལ་དགག་བྱ་ངོས་གཟུང་བ་དང་།

དེ་འགོག་པའི་རིགས་པ་དང་།



བདག་མེད་ཇི་ལྟར་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཚུལ་ལོ།།

དང་པོ་༼ དེ་ལ་དགག་བྱ་ངོས་གཟུང་བ་ ༽ནི།

འོག་ནས་མཆོག་གཞན་དོན་དུ་གཉེར་བྱེད་དང་། ཞེས་གསུངས་པ་  
ལྟར་སློ་ལྟན་སྐྱེས་འདི་ལ། སྤང་པོའི་ཆོགས་པ་དང་ཡ་གྲུལ་དང་རྒྱན་གང་  
ཡང་མིན་པའི་རང་དབང་བའི་གང་ཟག་དང་བྱེད་པ་པོར་ཞེན་པ་ཡོད་དེ། ཞེན་  
པ་དེས་སྤང་པོའི་ཆོགས་པ་འདི་ཙམ་ལ་གང་ཟག་ཏུ་བཏགས་པ་མ་ཡིན་  
ཏེ། ད་ལྟར་གྱི་སྤང་པོ་འདི་དང་ལྟའི་ལུས་ལྟ་བུའི་སྤང་པོ་བྱེད་པར་ཅན་བརྩེ་  
ས་བྱུང་ན་ངེས་པར་སྤྲ་མ་འདོར་ཞིང་བྱི་མ་ལེན་པ་པོར་མངོན་པར་ཞེན་པ་  
འདུག་པའི་བྱིར།

དེས་ཡིད་གྱི་ཤེས་པ་ཙམ་ལ་གང་ཟག་ཏུ་བྱེད་པར་བཏགས་པའང་མིན་  
ཏེ།

ད་ལྟར་གྱི་སློ་མི་གསལ་བ་དང་ཀུན་མཁྱེན་གྱི་སློ་ལྟ་བུ་བརྩེ་ས་བྱུང་  
ན་ཆོང་པ་ཆོང་བྱེད་པ་བཞིན་དུ། ཞེ་ཐག་པ་ནས་བརྩེ་པོད་བའི་བརྩེ་བ་པོར་  
མངོན་པར་ཞེན་པ་འདུག་པའི་བྱིར། ཆོང་པ་ལ་ཆོང་བོང་དེ་ཉིད་ལ་ཆོང་པར་  
བཏགས་པ་ཙམ་དུ་བྱེད་པར་ཤེས་ཤིང་། དེ་ལས་གཞན་མེད་པར་འཇིན་པ་  
ཡོད་ན་རང་ཉིད་གཞན་གྱི་ཆོང་བོང་གི་གཏར་ཤོར་དོགས་བྱེད་ཅིང་རང་གི་  
ཆོང་བོང་དེ་ལས་ལྷག་པའི་གཞན་གྱི་ཆོང་བོང་ཐོབ་ན་དེ་ཉིད་དེའི་དོད་དུ་མ་  
སོང་དོགས་བྱེད་པ་འདི་འགལ་བའི་བྱིར་རོ།།

དེས་ན་སྤང་པོའི་ཆོགས་པ་དང་ཡ་གྲུལ་གང་ལའང་བཏགས་པ་ཙམ་

དུ་ཟད་པ་མིན་པའི་གང་ཟག་རང་དབང་བར་ཞེན་པ་ཡོད་ལ། དེས་ཞེན་པའི་  
གང་ཟག་རང་དབང་བ་དེ་ཉིད་གང་ཟག་གི་བདག་ཅེས་ཐ་སྙད་དུ་བྱས་པའི་  
རྟགས་ཀྱི་དགག་བྱའོ།

གཉིས་པ་ ༼ དེ་འགོག་པའི་རིགས་པ་ ༽ནི།

གང་ཟག་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ལྷུང་པོ་ལ་བརྟགས་པ་ཅམ་མིན་པའི་རང་  
དབང་བའི་ཚུལ་དུ་མེད་དེ། དེ་ལྟར་ཡོད་ན་ཆོད་མས་དམིགས་སུ་རུང་བ་  
ལས་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར། ཅེས་པ་ཅམ་གྱིས་ཀྱང་ངེས་པར་འགྲུབ་ལ།  
ཡང་ན་ལྷུང་པོ་དང་རང་བཞིན་གཅིག་དང་ཐ་དད་དུ་མེད་པ་དེ་རང་བཞིན་  
མེད་པས་བྱབ་སྟེ། དཔེར་ན་རི་བོང་གི་རྩ་བཞིན། གང་ཟག་རང་དབང་བ་དེ་  
ཡང་ལྷུང་པོ་དང་རང་བཞིན་གཅིག་དང་ཐ་དད་གང་དུ་ཡང་མ་གྲུབ་པོ་ཞེས་བྱ་  
བའོ།

བྱབ་པ་ངེས་སྟེ་ལ། སྟོགས་ཆོས་ནི་གང་ཟག་རང་དབང་བ་དང་གྲུབ་  
སྟེ་གཅིག་གི་རང་བཞིན་དུ་མེད་དེ། ཁྱོད་རྒྱུའི་གཞན་དབང་ཅན་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། ཁྱོད་དེ་ལས་རང་བཞིན་གཞན་དུ་མེད་དེ། ཡོད་ན་དམིགས་སུ་རུང་  
བ་ལས་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་དེ་གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས་ཀྱན་བརྟགས་  
ཀྱི་བདག་འཛིན་གྱི་ཞེན་ཡུལ་རྣམ་པར་བཅད་པ་སྟུག་བསྐྱེད་བདེན་པའི་ཁྱད་  
ཆོས་སུ་གྱུར་པའི་སྟོང་པ་དང་བདག་མེད་འགྲུབ་ལ། ཅུ་བའི་རྟགས་ལ་བརྟེན་  
ནས་བདག་འཛིན་ལྟན་སྟེས་ཀྱི་ཞེན་ཡུལ་རྣམ་པར་བཅད་པའི་བདག་མེད་  
འགྲུབ་པོ།

གསུམ་པ་༼ བདག་མེད་ཇི་ལྟར་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཚུལ་ ༽ནི།

དེ་ལྟར་དགག་བྱ་ལེགས་པར་ངོས་ཟིན་ནས་ཇི་ལྟར་འཚམ་པའི་རིགས་  
པ་རེ་ལ་བཏེན་ཏེ་གང་ཟག་རང་དབང་བའི་ཚུལ་དུ་བྱའ་བ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་  
འདུག་སྟམ་དུ་ཅི་གཅིག་ཏུ་ཡང་དང་ཡང་དུ་མཉམ་པར་བཞག་པར་བྱའོ། །དེ་  
ལྟར་གོམས་པས་མཉམ་གཞག་ལས་ལངས་པ་ན་དེའི་སྟོབས་ཀྱིས་གང་ཟག་  
ཅེས་བྱ་བ་ཡུང་པོ་ལ་བཏགས་པ་ཅམ་དུ་ཟད་དོ་སྟམ་དུ་ངེས་པར་འགྱུར་བ་དེ་  
ལྟར་ཡང་དང་ཡང་དུ་ཡིད་ལ་བྱའོ།།

དེ་ལྟར་མདོར་བསྡུས་ན། གཉེན་པོའི་སྟོབས་ཀྱིས་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱན་  
གཏན་ཟད་པ་ཡོད་པར་དངོས་པོ་སྟོབས་ཞུགས་ཀྱི་རྟགས་ཀྱིས་བྱའ་ལ་ཟད་  
པ་དེ་ཉིད་ལ་འགོག་བདེན་ཞེས་ཀྱང་བྱ་ཐར་པ་ཞེས་ཀྱང་བྱའོ།།

གཉིས་པ་༼ ཀུན་མཁྱེན་སྐྱབ་པའི་ཚུལ་ ༽ནི།

གང་གཞོན་བྱེད་སྟོབས་ལྡན་ཡིན་པ་དེ་ལ་རང་གི་རིགས་ལ་གཞོན་  
བྱ་མཐའ་དག་ཟད་པ་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ་ཚོགས་པའི་རིགས་ཡོད་པས་བྱའ་  
སྟེ། དཔེར་ན་མེ་སྟོབས་ལྡན་ཉི་བའི་གཞིར་གཞོན་བྱ་བྱང་རེག་གི་རིགས་  
མཐའ་དག་ཟད་པ་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ་ཚོགས་པ་མཐོང་བ་བཞིན། བདག་མེད་  
པ་སོགས་བདེན་བཞིའི་གནས་ལུགས་རྟོགས་པའི་སློང་འདི་ཡང་གཞོན་བྱེད་  
སྟོབས་ལྡན་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བའི་རྟགས་ལས་བདེན་བཞིའི་གནས་ལུགས་  
རྟོགས་པའི་སློང་རང་གི་གཞོན་བྱ་བདེན་བཞིའི་གནས་ལུགས་ལས་གོལ་བའི་  
དྲི་མ་མཐའ་དག་ཟད་པ་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ་ཚོགས་པ་ཡོད་པར་བྱའ་ལ། ཅི་

མ་མཐའ་དག་གིས་དབེན་པ་དང་ཚོགས་པའི་བདེན་བཞིའི་གནས་ལུགས་  
རྟོགས་པའི་སློ་དེ་ལ་ཀུན་མཁྱེན་ཞེས་བྱའོ།།

ཡང་ཚོས་གྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་སློ་ཚོད་གཞིར་བཟུང་ནས་  
བསྐྱབས་པས་ཀྱང་ཚོས་གྱི་བདག་འཛིན་མཐའ་དག་ཟད་པ་དང་ཚོགས་པའི་  
ཚོས་གྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་སློ་ཡོད་པར་བྱུབ་ལ། སློ་དེ་ཉིད་ཀུན་མཁྱེན་  
ཏེ། འདི་ནི་སྐབས་འདིའི་ཞར་བྱུང་ངོ་། །ཚུལ་འདི་དག་ལ་དཔགས་ནས་ཐར་  
པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་དངོས་པོའི་སྟོབས་གྱིས་ཞུགས་པའི་རིགས་  
པས་འབྱུང་བའི་ཚུལ་རྒྱས་པར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། འདིར་ནི་ཚིག་དང་དོན་གྱི་  
སྟོས་པ་ཅུང་ཟད་རྒྱས་པ་མཐོང་བ་དང་ཐོས་ན་ཡང་ཡིད་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་  
འགྱུར་བ་དེ་དག་ཀྱང་རྗེས་སུ་གཟུང་བར་འདོད་པས་མ་སྟོས་སོ།།

གཉིས་པ་ཚོད་སྤང་ལ།

ཐར་པ་མི་སྲིད་པར་ཐལ་བ་སྤང་བ་དང་། ཐར་པ་དོན་གཉིར་མི་སྲིད་  
པར་ཐལ་བ་སྤང་བ། ཐར་པ་ཐོབ་ཐེན་སྲིད་པར་སྐྱད་ཅིག་ཀྱང་གནས་པ་མི་  
སྲིད་པར་ཐལ་བ་སྤང་བའོ།།

དང་པོ་༼ ཐར་པ་མི་སྲིད་པར་ཐལ་བ་སྤང་བ་ ༽ནི།

གལ་ཏེ་འཁོར་བ་དང་ཐུང་ན་ལས་འདས་པ་ལས་དོན་གཞན་པའི་གང་  
ཟག་རྟག་པ་མེད་ཅིང་གང་ཟག་དེ་ཉིད་འཁོར་བའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་ཚོས་  
ཅན་ཡིན་ན།

ཅ་བ། འཁོར་ཕྱིར་ཐར་པ་མེད་ཅེ་ན། །

སྒར་མ་ཐར་བ་ཕྱིས་ཐར་པ་མེད་པར་ཐལ། གང་ཟག་དེ་ཉིད་འཁོར་བའི་  
ཆོས་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཅེ་ན། ཞེས་གཞན་སྡེ་ཐར་པ་ཁས་ལེན་པ་དག་གིས་  
ཅོད་ལ། ཡང་ན། ཐར་པ་ལ་སྐྱར་པ་འདེབས་པའི་སྦྱོད་པ་བ་ལ་སོགས་པ་ན་  
རེ། འཁོར་བ་ལས་ཐར་པ་མེད་དེ་ངེ་མ་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡིན་པས་གང་  
ཟག་འཁོར་བའི་ཆོས་ཅན་ལས་མ་འདས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་ཟེར་རོ།

ཅ་བ། མེད་ན་འདོད་དང་མ་གྱུ་བ་ཕྱིར། །

འཁོར་བའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་པས་ཐར་པ་མེད་པར་སྐྱབ་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་  
པར་ཐལ། གང་ཟག་གི་བྱད་པར་ལ་བསྟོས་ནས་འདོད་པ་དང་། ཏྲགས་མ་  
གྱུ་བ་ཏུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། ཡང་ན་བཅིངས་གྲོལ་གྱི་གཞིར་གྱུར་པའི་གང་ཟག་  
ཏྲག་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གང་ཟག་དེ་ལ་བསྟོས་ནས་འདོད་ལན་དང་  
ཏྲགས་མ་གྱུ་བ་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་༼ ཐར་པ་དོན་གཉེར་མི་སྤྱིད་པར་ཐལ་བ་སྤང་བ་ ༽ནི།

གལ་ཏེ་སྒར་འཁོར་བར་བཅིངས་པ་དེ་ཉིད་གྲོལ་བར་གྱུར་པའི་བདག་  
མེད་ན་ཐར་ལམ་ལ་འབད་པ་དོན་མེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། ཇི་སྤྱིད་བདག་ཆགས་མ་བཅོམ་ཞིང་། །

དེ་ནི་ཡོངས་སུ་གདུང་འགྱུར་བ། །

དེ་སྤྱིད་སྐྱག་བསྐྱལ་སྒྲོ་བཏགས་ནས། །

རང་བཞིན་དུ་ནི་གནས་པ་མེད། །

གྲོལ་བ་པོ་ནི་མེད་ན་ཡང་། །

ལོག་པར་སྒྲོ་འདོགས་གཞོམ་ཕྱིར་བཙོན། །

སོ་སོ་སྒྲེ་བོ་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། ཇི་སྲིད་བདག་ལ་ཆགས་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་  
མ་བཙོམ་པ་དེ་སྲིད་དུ་སེམས་རྒྱུད་ཐར་པའི་རང་བཞིན་དུ་བདེ་བར་གནས་  
པ་མེད་དེ། དེ་སྲིད་དུ་སྤྱག་བསྐྱེད་བ་པོའི་བདག་ཏུ་སྒྲོ་བཏགས་ནས་སྤྱག་  
བསྐྱེད་གྱིས་ཡོངས་སུ་གདུང་བར་གྱུར་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གྲོལ་བ་པོའི་  
བདག་མེད་ན་ཡང་ཐར་ལམ་ལ་ངེས་པར་བཙོན་དགོས་ཏེ། དེ་མེད་ན་ཡང་  
བདག་ཏུ་ལོག་པར་སྒྲོ་བཏགས་པ་གཞོམ་དགོས་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་༼ ཐར་བ་ཐོབ་ཟིན་སྲིད་པར་སྐྱད་ཅིག་ཀྱང་གནས་པ་མི་སྲིད་པར་ཐལ་བ་སྤང་བ་ ༽ནི།

གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ན་དགྲ་བཙོམ་པ་འཁོར་བར་སྐྱད་ཅིག་ཀྱང་མི་  
གནས་པར་འགྱུར་ཏེ། བདག་མེད་པར་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པས་བདག་གི་  
བདེ་བ་ལ་རེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

རྩ་བ། འདོད་ཆགས་བྲལ་བའི་གནས་པ་ནི། །

བརྩེ་བའམ་ཡང་ན་ལས་ཀྱིས་ཡིན། །

འཕངས་ལས་ལྷོག་མེད་འདོད་ཕྱིར་རོ། །

ཁམས་གསུམ་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་དགྲ་བཙོམ་པ་ཆོས་ཅན།  
སྲིད་པར་ཅུང་ཟད་གནས་པའི་རྒྱ་ཡོད་དེ། སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་པའི་བརྩེ་



བའི་དབང་གིས་ཡིན་པའམ། ཡང་ན་སྟོན་གྱི་ལས་གྱིས་འཕངས་བའི་སྐྱ་ཆེའི་  
ལྷག་མ་མ་རྫོགས་པས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྟོན་གྱི་ལས་གྱིས་འཕངས་བའི་སྐྱ་  
ཆེའི་ལྷག་མ་ཅུང་ཟད་གནས་པ་ལ་འགལ་བ་མེད་དེ། དེ་དེ་མ་ཐག་སྟོག་པར་  
འདོད་པ་མེད་པར་དགོས་པ་འགའ་ཞིག་མཐོང་ནས་ཀྱང་གནས་པའི་ཕྱིར། འོ་  
ན་དགྲ་བཙེམ་པ་ལས་གྱི་གཞན་དབང་ཅན་ཡིན་པས་ཡང་ལས་དེ་ལས་ཡང་  
སྲིད་ཕྱི་མ་འཕེན་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། སྲིད་པའི་སྲིད་ལས་རྣམ་བཞུལ་བའི། །

ལས་གཞན་འཕེལ་རྒྱས་མ་ཡིན་ཏེ། །

ལྷན་ཅིག་བྱེད་པ་ཟད་ཕྱིར་རོ། །

སྲིད་པའི་སྲིད་པ་ལས་རྣམ་པར་བཞུལ་བའི་དགྲ་བཙེམ་པ་ཆོས་ཅན།  
ཁྱོད་གྱི་རྒྱུད་གྱི་ལས་དེས་སྲིད་པ་གཞན་འཕེན་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ལྷན་  
ཅིག་བྱེད་པའི་རྒྱུ་སྲིད་པ་ཟད་པར་བཙེམ་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ ༼ ཞེ་བའི་རྣམ་པ་ ༽ ལ་གསུམ།

ཆགས་བྲལ་ཉེས་པ་མ་ཟད་པར་ཐལ་བ་སྤང་བ། སྲིད་པ་ལས་མ་གྲོལ་  
བར་ཐལ་བ་སྤང་བ། བདག་འཛིན་སྲིད་པའི་རྒྱ་ཡིན་པ་ལ་ཏ་ཅང་ཐལ་བ་སྤང་  
བའོ།

དང་པོ་ ༼ ཆགས་བྲལ་ཉེས་པ་མ་ཟད་པར་ཐལ་བ་སྤང་བ་ ༽ ལ་གསུམ།

བདག་ལྟ་མ་སྤངས་པར་ཐལ་བ། འདོད་ཆགས་ཅན་དུ་ཐལ་བ་སྤང་བ།

ཆགས་བྲལ་ཞེ་སྒྲུང་ཅན་དུ་ཐལ་བ་སྒྲུང་བའོ།།

དང་པོ་བདག་ལྟ་མ་སྒྲུངས་པ་ཐལ་བ་ནི།

དགྲ་བཅོམ་པས་བདག་ལྟ་མ་སྒྲུངས་པར་ཐལ།      སེམས་ཅན་དུ་ལྟ་བ་  
ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེ་མེད་ན་བཅེ་བ་ཡོད་པར་འགལ་ལོ་ཞེ་ན།

ཅ་ག། སྒྲུག་བསྐྱལ་ཤེས་ལ་འགལ་མེད་པས། །

འདུ་བྱེད་སྒྲ་མ་འཇུག་པ་ཅན། །

དངོས་ཚོས་བཅེ་བ་སྐྱེ་བ་དེ། །

སེམས་ཅན་རྗེས་འབྲེལ་ཅན་མ་ཡིན། །

དགྲ་བཅོམ་པའི་བཅེ་བ་དེ་ཚོས་ཅན།      རང་དབང་བའི་སེམས་ཅན་  
དུ་བལྟ་བ་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་ཅན་མ་ཡིན་ཏེ།      སེམས་ཅན་རྣམས་སྒྲུག་  
བསྐྱལ་གྱིས་གདུངས་པར་མངོན་སུམ་གྱིས་ཤེས་ནས་དེ་ལ་འགལ་བ་མེད་  
པར་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་གོམས་པའི་འདུ་བྱེད་སྒྲ་མའི་རྗེས་སུ་འཇུག་པ་ཅན་  
ལས་སེམས་ཀྱི་དངོས་པོའི་ཚོས་སུ་སྐྱེ་བ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡང་ན་གཞི་  
ཚོས་སྒྲ་མ་ལ་ཉགས་ནི། ཁྱོད་སྒྲུག་བསྐྱལ་མི་ཉག་སོགས་སུ་མངོན་སུམ་དུ་  
ཤེས་ཤིང་། རང་གི་འགལ་ལྷ་ཞེ་སྒྲུང་མེད་པའི་རྒྱུད་ལ་གོམས་པའི་འདུ་བྱེད་  
སྒྲ་མའི་རྗེས་སུ་འཇུག་པ་ཅན་གྱི་སེམས་ཀྱི་དངོས་པོའི་ཚོས་སུ་སྐྱེ་བ་དེ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར།

མདོར་ན་གང་ཟག་གི་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་མཐའ་དག་སྒྲུངས་པས་ཚོས་

ཅ་མ་ལ་སེམས་ཅན་དུ་བདག་ས་པ་ལ་དམིགས་ནས་སྙིང་རྩེ་སྐྱེ་ཞེས་བའི་  
དོན་ནོ།།

གཉིས་པ་འདོད་ཆགས་ཅན་དུ་ཐལ་བ་སྤངས་པ་ནི།  
འདོད་ཆགས་ཅན་དུ་ཐལ་ཏེ། སེམས་ཅན་ལ་དོན་གཉིར་ཡོད་པའི་བྱིར་  
ཅེ་ན། སྙིང་རྩེ་དང་འདོད་ཆགས་གཉིས་རྒྱ་དང་རྣམ་པ་སོགས་ཀྱན་ཏུ་མི་  
མཚུངས་པར་ཐལ།

ཅ་བ། དེ་བདག་མིན་པའི་ཆོས་ལ་ནི། །

བདག་གཞན་སྟོ་འདོགས་པ་ལས་ཆགས། །

སྤྱག་བསྐྱལ་རྒྱན་རིག་ཅ་མ་ལས་ནི། །

བཅེ་བ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན། །

གཙང་བདེ་སོགས་དེའི་བདག་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་ཆོས་ལ་དེར་འཇིན་  
ཅིང་ད་ལྟར་གྱི་བདག་དེ་ཉིད་གཞན་དུ་གནས་པའི་སྟོ་འདོགས་པ་ལས་  
ཆགས་པ་སྐྱེ། བདག་གིས་དབེན་པའི་འདུ་བྱེད་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱི་ཕྱང་པོའི་  
རྒྱན་རིག་པ་ཅ་མ་ལས་བཅེ་བ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་པའི་བྱིར།

གསུམ་པ་ཆགས་བྲལ་ཞེ་སྤང་ཅན་དུ་ཐལ་བ་སྤང་བ་ནི།

ཞེ་སྤང་ཅན་དུ་འགྱུར་ཏེ། བཅེ་བའི་ཡུལ་ལ་གཞན་གྱིས་གཞོད་པ་བྱས་  
ན་ཞེ་སྤང་སྐྱེ་བའི་བྱིར་ཅེ་ན།

ཅ་བ། གཏི་ཐུག་ཉེས་པའི་ཅ་བ་སྟེ། །

དེ་ཡང་སེམས་ཅན་འཛིན་པ་ཡིན། །

དེ་མེད་ཉེས་རྒྱ་ལས་ཁྲོ་མིན། །

དེས་ན་བཅེ་བ་ཉེས་མེད་འདོད། །

དག་བཅོམ་པ་ཆོས་ཅན། ཉེས་པའི་རྒྱ་ལས་ཁྲོ་ཁྲོ་སྐྱེ་བ་མིན་ཏེ།  
བདག་འཛིན་དེ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པའི་ཕྱིར། སྒྲུབ་པར་ཐལ། གཏི་ཐུག་  
ཆགས་སོགས་ཉེས་པའི་རྩ་བ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་སེམས་ཅན་ཏེ་གང་ཟག་གི་  
བདག་ཏུ་འཛིན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྲོད་ཀྱི་རྒྱད་ཀྱི་བཅེ་བ་ཉེས་མེད་ཏུ་འདོད་  
རིགས་ཏེ། ཉོན་མོངས་མཐའ་དག་གིས་དབེན་པ་དེས་ནའི་ཕྱིར།

གཉེས་པ་ ༼ སྤྱིད་པ་ལས་མ་གྲོལ་བར་ཐལ་བ་སྤྱང་བ་ ༽ནི།

དག་བཅོམ་པ་ལ་ལས་ཀྱིས་འཕངས་པའི་ལུས་ཡོད་པ་དེ་ཉིད་སྐྱུག་  
བདེན་ཡིན་པས་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལས་མ་གྲོལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།

རྩ་བ། གྲོལ་མེད་མ་ཡིན་མཛོན་འདུ་བྱེད། །

ཟད་ནས་གཞན་མཆམས་མི་སྦྱོར་བྱེད། །

དེ་ཆོས་ཅན། སྤྱིད་པ་ལས་གྲོལ་བ་མེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཉོན་མོངས་ཟད་  
པར་བཅོམ་པའི་སྒྲོ་ནས་སྒྲོན་གྱི་ལས་ཀྱི་འདུ་བྱེད་ཀྱི་འབྲས་བུ་འདི་ཟད་ནས་  
སྤྱིད་པ་གཞན་ཉིང་མཆམས་མི་སྦྱོར་བའི་ཕྱིར།

རྩ་བ། འདུ་བྱེད་རུས་པ་མ་གང་ན། །

གང་དེ་གནས་པ་ཉེས་མེད་ཉིད། །

སྒྲིན་གྱི་ལས་གྱི་འདུ་བྱེད་གྱི་རུས་པ་ལྷག་བཅས་གྱི་ཡུང་པོ་འདི་མ་  
ཟད་ན་ཡང་གང་དེ་སྲིད་པ་ལས་མ་གྲོལ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ད་ལྟ་གནས་པ་ཉོན་  
མོངས་གྱི་ཉེས་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པར་སྤངས་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡང་  
ན། སངས་རྒྱས་ཆོས་ཅན། སྲིད་པ་ཇི་སྲིད་པར་གནས་པ་འདམ་གྱི་བརྒྱ་  
ལྟར་ཉེས་པས་གོས་པ་མེད་པ་ཉིད་དེ། ཆོག་པས་གཉིས་གྱི་འདུ་བྱེད་གྱི་རུས་པ་  
ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་མ་ཟད་ཅིང་ཟད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། སྤྱིང་རྗེས་སྲིད་པར་  
གནས་ན་དེའི་རིགས་འདྲ་མི་འཆད་པས་ཏྲག་ཏུ་གནས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། སྤྱིང་རྗེ་དམན་པ་ཉིད་ཕྱིར་ཡང་། །

གནས་པའི་འབད་རྩོལ་ཆེན་པོ་མེད། །

ཉན་རང་དག་བཅོམ་པ་ཆོས་ཅན། སྲིད་པར་ཅུང་ཟད་གནས་ཀྱང་མཐའ་  
མེད་ཏུ་གནས་པའི་འབད་རྩོལ་ཆེན་པོ་མེད་དེ། སྤྱིང་རྗེ་གོམས་པར་བྱས་ཀྱང་  
གོམས་པ་དམན་པ་ཉིད་གྱི་ཕྱིར།

ཅ་བ། གང་དག་བཅེ་བ་ཆེན་པོ་པ། །

གཞན་གྱི་ངོར་ནི་བཞུགས་པ་ཡིན། །

ས་ཆེན་པོ་ལ་བཞུགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་གང་དག་ཆོས་  
ཅན། སྲིད་པ་ཇི་སྲིད་པར་གཞན་གྱི་ངོན་གྱི་ངོར་བཞུགས་པ་ཡིན་ཏེ། བཅེ་  
བ་ཆེན་པོ་ཡང་དང་ཡང་དུ་གོམས་པར་བྱས་པ་གང་ཞིག་དེ་མཐའ་མེད་ཏུ་  
འཕེལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་༼ བདག་འཛིན་སྲིད་པའི་རྒྱ་ཡིན་པ་ལ་ཏ་ཅང་ཐལ་བ་སྤང་བ་ ༽ནི།

ཅ་བ། གལ་ཏེ་འཛིག་ཚོགས་ལྟ་བུའི་བྱེད་པ།

ལམ་དང་པོར་ནི་སྲིད་མེད་འགྱུར། །

གལ་ཏེ་འཛིག་ཚོགས་ལ་བལྟ་བ་འཁོར་བའི་ཅ་བ་ཡིན་ན། རྒྱན་

ཞུགས་ལ་སོགས་པ་མཐོང་ལམ་དང་པོར་སྐྱེས་མ་ཐག་ནས་ཡང་སྲིད་བྱེ་མ་

མཆམས་སྐྱོར་བ་མེད་པར་འགྱུར་བར་ཐལ། དེའི་རྒྱ་འཛིག་ཚོགས་ལ་བལྟ་

བ་མ་ལུས་པ་དང་བྱེད་པའི་བྱེད་པ། ཞེས་འཛིག་ལྟ་ལྟན་སྐྱེས་མི་འདོད་པ་དག་

གིས་ཚོད་དོ། །རྒྱན་ཞུགས་ཚོས་ཅན། འཛིག་ལྟ་བུ་ཐད་པར་སྤངས་པའི་རྒྱ་

མཆམ་གྱིས་ཡང་སྲིད་བྱེ་མ་མི་ལེན་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ཅ་བ། ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་པ་མ་སྤངས་བྱེད། །

སྤངས་ནའང་སྲིད་པ་གལ་ཡོད། །

འཛིག་ལྟ་ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་པ་བུད་པར་མ་སྤངས་པའི་བྱེད་པ། རྟགས་མ་

བྱུང་བུད་པར་སྤངས་སོ་ཞེ་ནའང་། ཡང་སྲིད་པར་སྐྱེ་བ་གལ་ཡོད་དེ་མེད་

པར་ཐལ་ལོ། །ཡང་ན། རྒྱན་ཞུགས་མཐོང་ཚོས་ཞེ་ཚོས་ཅན། ཡང་སྲིད་པར་

སྐྱེ་བ་གལ་ཡོད་དེ་མེད་པར་ཐལ། འཕགས་པ་གང་ཞིག་མཐོང་ལམ་ཐོབ་

པའི་ཆེ་དེ་ལ་འཛིག་ལྟ་བུ་ཐད་པར་སྤངས་ནས་མུང་འདས་མཛོན་དུ་བྱེད་པ་དེ་

ཡིན་པའི་བྱེད་པ།

ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་མ་རིག་པ་སྲིད་པའི་རྒྱ་ཡིན་གྱི་འཛིག་ལྟ་ནི་མ་ཡིན་

ཏེ། དེ་ནི་གཞན་གྱིས་ཉེ་བར་བསྟན་པ་ལས་སྐྱེས་པའི་ཀུན་བརྟགས་འབའ་



ཞིག་ཡིན་པས་གྱུ་བ་མཐས་སྒོ་མ་བསྐྱར་བར་སྲིད་པར་སྐྱེ་བ་མི་སྲིད་པར་  
འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། འཇིག་ལྷ་ལྷན་སྐྱེས་མེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ།

ཅ་བ། བདེ་བར་གྱུར་པའམ་སྐྱག་བསྐྱེལ་བར། །

མ་གྱུར་ཅིག་ཅེས་འདོད་པ་ན། །

ངའོ་སྙམ་པའི་སྒོ་གང་དེ། །

སེམས་ཅན་ལ་བལྟ་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས། །

བདག་བདེ་བར་གྱུར་ཅིག་སྙམ་པའམ་སྐྱག་བསྐྱེལ་བར་མ་གྱུར་ཅིག་  
ཅེས་ཡུལ་འདོད་པ་ན། གྱུ་བ་མཐའ་ལ་བསྐྱོས་པ་མེད་ཅིང་ཕྱང་པོ་ལ་བཏགས་  
པ་ཅ་མ་མིན་པར་རང་དབང་བའི་ངའོ་སྙམ་དུ་འཇིན་པའི་སྒོ་གང་ཡིན་པ་དེ་  
སེམས་ཅན་ལ་བདག་དུ་ལྟ་བ་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

དེ་ལ་ངའོ་སྙམ་པའི་སྒོ་ཅ་མ་འཇིག་ལྷ་དང་གང་ཟག་གི་བདག་འཇིན་  
དུ་འདོད་པ་ནི་ལས་འབྲས་ལ་སྐྱར་པ་འདེབས་པའི་ལོག་ཏྟག་འབའ་ཞིག་  
ཡིན་ཏེ། འཇིག་ལྷ་བད་པར་སྤངས་པའི་དགྲ་བཙུན་པ་རྣམས་ལ་ཡང་ངའི་  
ལྷུང་བཟེད་དང་ཆོས་གོས་ཞེས་པ་སོགས་ངའོ་སྙམ་པའི་སྒོ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
དེ་མེད་ན། དགྲ་བཙུན་པའི་ཆོས་གོས་དང་ལྷུང་བཟེད་བརྒྱས་པས་པམ་པ་  
འབྱུང་བ་མི་སྲིད་པར་འགྱུར་རོ།

དེར་མ་ཟད། སྟོན་པ་ཐུང་ན་ལས་འདའ་བའི་ཚུལ་བསྟན་པའི་རྗེས་སུ་  
སྟོན་པའི་དགོར་བརྒྱས་པ་སྒྲོམ་པོ་ཅ་མ་མ་གཏོགས་པམ་པར་འགྱུར་མི་སྲིད་  
པའི་དོགས་གཙོད་འདུལ་བའི་སྡེ་སྡོད་དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པར་མཛད་

བ་ཡང་། སྤྱི་པ་ལས་འདའ་བའི་ཚུལ་མ་བསྟན་པའི་གོང་དུ་དང་དང་དེ་ཞེས་  
སོགས་གསུངས་པས་དེ་ལྟར་དོགས་གཙུག་མཛད་དེ་རེ་ཞིག་བཞག་གོ།

དེས་ན་འཇིག་ཚོགས་ལ་བསྟན་བཞི། སྤང་པོའི་ཚོགས་རྒྱན་གང་ལ་ཡང་  
མ་བཟགས་པའི་རང་དབང་བའི་ཚུལ་གྱིས་ངར་འཇིན་པ་དང་། དེ་ནས་དེའི་  
སྟོབས་གྱིས་བྱངས་པའི་ང་རང་དབང་བ་དེའི་དབང་བསྐྱར་བྱར་འཇིན་པ་ང་  
ཡིར་འཇིན་པ་གཉིས་ཡོད་ལ། དེ་ལ་བྱབ་མཐས་བཟགས་པའི་ཀུན་བཟགས་  
དང་། དེ་ལ་བསྟོས་པ་མེད་པར་སྐྱེ་བའི་ལྷན་སྐྱེས་གཉིས་སུ་ཡོད་དོ།

དེ་ལྟ་མིན་པར་ངའོ་སྙམ་དུ་འཇིན་པ་ཅམ་འཇིག་ལྟ་ཡིན་ན། གང་ཟག་  
ཏུ་འཇིན་པ་ཅམ་གང་ཟག་གི་བདག་འཇིན་དུ་ཐལ་ལོ། འདོད་ན། གང་ཟག་  
ལྷས་སྐྱེན་ལོ་མཆོད་སྐྱེན་ལོ་སྙམ་པ་ཡང་གང་ཟག་གི་བདག་འཇིན་དུ་འགྱུར་  
བས། གང་ཟག་དེ་ཉིད་གང་ཟག་གི་བདག་ཏུ་འགྱུར་རོ། དེ་འདོད་ན། སྤང་  
པོ་མི་སྲིད་པར་ཐལ། གང་ཟག་མི་སྲིད་པའི་བྱིར། ངའོ་སྙམ་དུ་འཇིན་པ་སྐྱོན་  
ཅན་འབའ་ཞིག་ཡིན་ན། ང་སྐྱེན་པ་གཏོང་། ཚུལ་ཁྲིམས་བསྐྱུང་ངོ་སྙམ་པ་  
སོགས་ཀྱང་སྐྱོན་ཅན་འབའ་ཞིག་ཏུ་ཐལ་ལོ།

དེས་ན་གང་ཟག་གི་བདག་འཇིན་ཞེན་ཡུལ་ལ་འཁྲུལ་པའི་ལོག་ཤེས་  
སུ་སྐྱབ་ན་ངར་འཇིན་ཅམ་ཡང་དེར་འགྱུར་ལ། ང་ཅམ་ཁས་ལྷངས་ན་གང་  
ཟག་གི་བདག་ཁས་ལེན་དགོས་པར་འགྱུར་སྙམ་པ་ནི། བདག་རྟག་པ་ཁས་  
ལེན་པའི་ལུགས་དེ་ཉིད་ལ་ཐུགས་ལེགས་པར་གཞིལ་བ་ཞིག་གོ། གང་ཟག་  
པ་རོལ་ལ་དམིགས་ནས་སྤང་པོ་ལ་བཟགས་པ་ཅམ་མིན་པའི་རང་དབང་དུ་

གྱུ་བ་པར་ཞེན་པ་ནི། གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་ཡིན་ཡང་འཛིག་ལྟ་མིན་ནོ།།

ཅ་བ། ང་ཞེས་མཐོང་བ་མེད་པར་ནི། །

འགའ་ཡང་བདག་ལ་ཆགས་མ་ཡིན། །

བདག་ལ་སྲིད་པ་མེད་པར་ཡང་། །

བདེ་བ་འདོད་པས་མངོན་རྒྱུ་ག་མིན། །

རྒྱན་ཞུགས་སོགས་འགའ་ཡང་ཆོས་ཅན། བདག་ལ་ཆགས་པ་མ་ཡིན་  
པར་ཐལ། རང་དབང་བའི་ཚུལ་གྱིས་ང་ཞེས་མཐོང་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། འདོད་  
ན། གང་བདེ་བ་འདོད་པས་ཡང་སྲིད་ཕྱི་མར་མངོན་པར་རྒྱུ་ག་པ་མིན་པར་  
ཐལ། བདག་ལ་སྲིད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་གྲ་ཞོམ་པའི་རྣམ་པ་ནི། གལ་ཏེ་བདག་ཡོད་ན། སྒར་བཅིངས་  
པ་ལས་གྲོལ་ནས་བདག་ཉིད་ཡོངས་སུ་ཆོམ་པའི་བྱེད་པར་ཐོབ་པས་ཐར་པ་  
དེ་གྲ་ཞོམ་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ན། བདག་མེད་པ་ལ་དེ་མི་འཐད་པས་བཅིངས་  
གྲོལ་གྱི་གཞིར་གྱུར་པའི་གང་ཟག་རྟག་པ་ཡོད་དོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། སྒྲུག་བསྐྱལ་སྦྱེ་བའི་རྒྱ་ཉིད་ནི། །

འཆིང་ཡིན་རྟག་ལ་དེ་གང་ལས། །

ཉོན་མོངས་ཆོས་ཅན། སྲིད་པར་འཆིང་བྱེད་ཡིན་ཏེ། རང་འབྲས་ཡང་  
སྲིད་པའི་སྒྲུག་བསྐྱལ་སྦྱེ་བའི་རྒྱ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟག་པ་ལ་འཆིང་བྱེད་  
དང་བཅིངས་པ་དེ་དག་གང་ལས་ཀྱང་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་རྒྱུར་མི་རུང་

བའི་ཕྱིར།

ཅ་བ། སྤྱག་བསྐྱེད་མི་སྤྱི་ཆུ་ཉིད་ནི། །

ཐར་ཡིན་ཏྲག་ལ་དེ་གང་ལས། །

བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་ཏྲགས་པའི་ཤེས་རབ་ཚུལ་ཅན། སྤྱིད་པ་  
ལས་ཐར་བྱེད་ཡིན་ཏེ། ཡང་སྤྱིད་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་མི་སྤྱི་ཆུ་མཚན་  
ཉིད་ཀྱི་ཐབས་དམ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཏྲག་པ་ལ་ཐར་བྱེད་དང་ཐར་པ་དེ་གང་  
ལས་ཀྱང་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་འབྲས་བུར་མི་རུང་བའི་ཕྱིར། གནས་མ་བྱ་  
པ་ན་རེ། ཁོ་ལོ་ཅག་ལ་ཉེས་པ་མེད་དེ། གང་ཟག་དེ་ཏྲག་མི་ཏྲག་གང་དུ་ཡང་  
བརྗོད་དུ་མེད་པར་འདོད་པས་སོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། མི་ཏྲག་ཉིད་དུ་བརྗོད་མེད་གང་། །

དེ་ནི་འགའ་ཡིའང་ཆུ་མ་ཡིན། །

བརྗོད་བྱ་མིན་ལའང་བཅིངས་དང་ཐར། །

རི་ལྟ་བུར་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །

གང་གི་རང་བཞིན་འཇིག་མེད་པ། །

དེ་ལ་མཁས་རྣམས་ཏྲག་ཅེས་བརྗོད། །

གང་ཟག་གང་དེ་ནི་ཚུལ་ཅན། འབྲས་བུ་འགའི་འང་ཆུ་མ་ཡིན་པར་  
ཐལ། མི་ཏྲག་པ་ཉིད་དུ་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཁྱོད་ལ་བཅིངས་པ་དང་  
ཐར་པའང་རི་ལྟ་བུར་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཏྲག་མི་ཏྲག་གང་དུ་འང་

བརྗོད་བྱ་མིན་པའི་བྱིར། ཏྲག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། བཅིངས་གྲོལ་གྱི་གཞི་གང་  
ཞིག་འཇིག་མེད་ཡིན་པའི་བྱིར། བྱའ་པར་ཐལ། རང་གི་རང་བཞིན་འཇིག་པ་  
མེད་པའི་ཆོས་དེ་ལ་མཁས་པ་རྣམས་ཏྲག་པ་ཞེས་བརྗོད་པའི་བྱིར། འདིས་  
འཇིག་པ་ལོག་པའི་རང་བཞིན་གཅིག་ཏྲག་པར་འཐད་པ་བསྟན་ནས་ཏྲག་པ་  
ཡིན་ན་དངོས་པོས་བྱའ་པ་དང་། གཞི་མ་བྱའ་ཏྲག་པར་འདོད་པ་ལེགས་པར་  
བཀག་གོ།

ཅ་བ། དེས་ན་ངོ་ཆའི་ལྟ་བ་འདི། །

སྟོངས་ལ་དེ་ནི་ཏྲག་པར་སྟོས། །

གནས་མ་བྱ་བ་ཆོས་ཅན། དངོས་འགལ་ལ་ཕྱང་གསུམ་ཁས་ལེན་པའི་  
ངོ་ཆའི་ལྟ་བ་འདི་སྟོངས་ལ་གང་ཟག་དེ་ནི་ཏྲག་པར་སྟོས་ཏེ་སྟོ་རིགས་པར་  
ཐལ། དེ་ནི་འཇིག་པ་མེད་པའི་དངོས་པོ་ཡིན་པ་དེས་ན་འདི་བྱིར། ཡང་ན་དེ་  
ཡན་ཆད་རྣམ་པ་ལྟག་མ་གཉིས་སོ་སོར་མ་བཅད་པར་འགོག་པའི་རྣམ་པའི་  
འཕྲོས་འབའ་ཞིག་ཏུ་སྒྱུར་རོ།

བཞི་པ་ ༼ ལམ་གྱི་བདེན་པ་ ༽ ལ་གཉིས།

བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་སྲིད་པ་ལས་གྲོལ་བའི་ལམ་དུ་བསྐྱུབ་  
པ། བདག་འཇིན་སྲིད་པའི་ཅ་བར་བསྐྱུབ་པའོ།

དང་པོ་ ༼ བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་སྲིད་པ་ལས་གྲོལ་བའི་ལམ་དུ་བསྐྱུབ་པ་ ༽ ལ་གཉིས།  
གྲོལ་ལམ་ངོས་གཟུང་བ་དང་། དེ་ལ་ཚུད་པ་སྤང་བའོ།

དང་པོ་༼ གྲོལ་ལམ་ངོས་གཟུང་བ་ ༽ནི།

ཅུ་བ། བཤད་ཟིན་ལམ་དེ་གོམས་པ་ལས། །

གནས་གྱུར་.....། །

སྒར་བཤད་ཟིན་པའི་བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ལམ་དེ་  
ཆོས་ཅན། སྲིད་པ་ལས་གྲོལ་བའི་ལམ་ཡིན་ཏེ། བདག་འཛིན་གྱི་དངོས་  
གཉེན་དུ་བྱོད་གོམས་པ་ལས་ཉེས་པ་མཐའ་དག་ཟད་ནས་གནས་གྱུར་མཐར་  
ཕྱིན་པ་ཐོབ་པའི་བྱིད།

གཉིས་པ་༼ དེ་ལ་ཚོད་པ་སྒར་བ་ ༽ལ་གསུམ།

སྒངས་པ་སྒར་ལྗོག་པའི་ཚོད་སྒང་། ཇི་མ་ལྗོག་ཏུ་མི་རུང་བའི་ཚོད་སྒང་།  
རུང་ཟད་ལྗོག་གྱུར་གཏན་ལྗོག་མི་སྲིད་པའི་ཚོད་སྒང་ངོ།།

དང་པོ་༼ སྒངས་པ་སྒར་ལྗོག་པའི་ཚོད་སྒང་ ༽ལ་གསུམ།

སྒངས་པ་མཐར་ཕྱིན་ལྗོག་མི་སྲིད་པ། དེ་ལྗོག་པའི་ཐབས་མི་སྲིད་པ།  
བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་བདག་འཛིན་གྱི་གཉེན་པོར་མི་འཐད་པ་  
སྒང་བའོ།།

དང་པོ་༼ སྒངས་པ་མཐར་ཕྱིན་ལྗོག་མི་སྲིད་པ་ ༽ལ་གཉིས།

གནས་གྱུར་པའི་སེམས་ལ་ཉེས་པ་བསྐྱེད་པའི་རྒྱས་པ་མེད་པ། ཡོད་  
གྱུར་ཡུན་དུ་གནས་པའི་རྒྱས་པ་མེད་པའོ།།



དང་པོ་༽ གནས་གྱུར་བའི་སེམས་ལ་ཉེས་པ་བསྐྱེད་པའི་རྒྱས་པ་མེད་པ་ ༽ལ་གསུམ།  
མདོར་བསྟན། རྒྱས་པ་ཤད། དོན་བསྟུ་བའོ།།

དང་པོ་༽ མདོར་བསྟན་ ༽ནི།

ཅ་བ། .....གལ་ཏེ་གནས་གྱུར་གྱང་། །

ལམ་བཞིན་སྐྱོན་ནི་འབྱུང་ཞེ་ན། །

གལ་ཏེ་རེ་ཞིག་ཉེས་པ་ཡེ་མེད་དུ་གནས་གྱུར་གྱང་ལམ་སྤར་མེད་  
གསར་དུ་འབྱུང་བ་བཞིན་དུ་སྐྱོན་ཆགས་སོགས་སྤར་ཡང་འབྱུང་ངོ་ཞེ་ན།  
འདི་ནི་འགོག་ལམ་གཉིས་ངེས་འབྱུང་དང་། ངེས་འབྱེན་དུ་མི་འཐད་པའི་ཚུང་  
པའོ།།

ཅ་བ། མ་ཡིན་རྒྱས་པ་མེད་ཕྱིར་རོ། །

གནས་གྱུར་མཐར་ཕྱིན་པའི་སེམས་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་ཉེས་པ་སྤར་  
འབྱུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཁྱོད་ལ་ཉེས་པ་  
བསྐྱེད་པའི་རྒྱས་པ་ཡེ་མེད་དུ་བྱས་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་༽ རྒྱས་པ་ཤད་ ༽ལ་གཉིས།

༽ དང་པོ་ ༽ སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་རྣམ་དག་ཏུ་བསྟན་པ་ནི།

ཅ་བ། རྣམ་ཤེས་ཡུལ་འཛིན་པ་ཡི་ཆོས། །

རི་ལྟར་ཡོད་དེ་འཛིན་པ་དང་། །

གཟུགས་འཛིན་དབང་པོའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཆོས་ཅན། གཟུགས་དེའི་

གནས་ལུགས་ལ་ངེ་ལྟར་ཡོད་པའི་དོན་དེ་ལྟར་དུ་འཇིན་པའི་རང་བཞིན་ཅན་  
ཡིན་ཏེ། དུལ་དེའི་གནས་ལུགས་ངེ་ལྟར་ཡོད་པ་ལྟར་དུ་འཇིན་པ་དེ་བྱོད་གྱི་  
ཚུལ་སམ་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་བྱིར།

ཅ་བ། ཡོད་པ་ཡི་ནི་བདག་ཉིད་དེ། ॥

འདི་ཡི་སྐྱེད་པར་བྱེད་པའང་ཡིན། །

རང་བཞིན་འདི་ཡིན་འདི་ལས་དེ། །

དེ་བཞིན་དུ་དེ་རང་གི་གནས་ལུགས་ལ་ཡོད་པ་ཡི་བདག་ཉིད་གྱི་  
དོན་དེ་ངེ་ལྟར་ཡོད་པ་ལྟར་འཇིན་པའི་སྒོ་འདི་ཡི་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པའང་  
གཟུགས་འདིའི་རང་བཞིན་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་དེ་འདྲའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་  
པའི་བྱིར།

གཉིས་པ། རི་མ་སྒོ་བྱར་བར་བསྟན་པ་ནི་ཡུལ་གྱི་གནས་ལུགས་མི་  
ཏྲག་པ་དང་བདག་མེད་སོགས་ཡིན་ལ། དེ་སྤར་ནས་སྒོ་མ་འབྲུལ་བས་མཐོང་  
ན་འབད་པ་མེད་པར་གྲོལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། སེམས་ཅན་འབད་མེད་དུ་  
གྲོལ་བར་ཐལ་བའི་སྒྲིན་མེད་པར་ཐལ།

ཅ་བ། རྒྱུན་གཞན་གྱིས་ནི་གོལ་འགྱུར་ཞིང་། །

སེམས་དེ་བདག་ཏུ་འཇིན་པ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུན་གཞན་གྱིས་གནས་  
ལུགས་འདི་ལས་གོལ་བར་འགྱུར་བའི་བྱིར། འོན་འཕྲལ་གྱི་རྒྱུན་ལས་འགྱུར་  
བས་ཚུའི་ཆ་བ་བཞིན་དུ་རང་ལོག་ཏུ་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། ཉེས་པ་རང་ལོག་ཏུ་  
འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ཏེ།

ཅ་བ། ལྷོག་པ་ལ་ནི་རྒྱན་ལ་ལྷོས། །

མི་བརྟན་སྐྱུ་ལ་གྱི་སྒོ་བཞིན་ནོ། །

དེ་ལྷོག་པ་ལ་ནི་རྒྱན་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་གོམས་པ་ལ་  
བལྟས་དགོས་པའི་སྤྱིར། དེ་ལྟར་གོམས་ན་ལྷོག་ཏུ་མི་རུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ།  
བདག་འཛིན་གྱི་ཅ་བ་ཅན་ཡིན་པས་མི་བརྟན་པའི་སྤྱིར། ཐག་པ་ལ་སྐྱུ་ལ་གྱི་  
སྒོ་བཞིན་ནོ།།

གསུམ་པ་༼ འོན་བསྐྱུ་ ༽ནི།

ཅ་བ། སེམས་གྱི་རང་བཞིན་འོད་གསལ་ཏེ། །

སེམས་གྱི་རང་བཞིན་འོད་གསལ་བ་ཡིན་ཏེ། བདག་འཛིན་ལ་སོགས་  
པའི་ཐུན་པས་ངེ་ལྟར་བསྐྱེབས་པ་དེ་ལྟར་སེམས་གྱི་རང་བཞིན་ལ་མ་ཞུགས་  
ཤིང་། སེམས་དེ་འཛིག་པ་ལ་སོགས་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར།

དེ་ནི་སེམས་གྱི་རང་བཞིན་དེ་མས་མ་སྐྱེབས་པའི་དོན་མ་ཡིན་གྱི།  
སེམས་ལ་བདག་འཛིན་གྱི་ཐུན་པ་བབས་པ་དེའི་རང་བཞིན་ལ་མ་ཞུགས་  
པའི་དོན་ཏེ། ཞུགས་ན་བདག་འཛིན་གྱི་འཛིན་སྐྱེད་སེམས་གྱི་གནས་  
ལྷགས་ལ་ངེ་ལྟར་ཡོད་པ་དེ་དང་མཐུན་པར་འགྱུར་ལ། དེ་ལྟར་བདག་མེད་  
མེད་ཅིང་བདག་ཡོད་པར་འགྱུར་རོ།།

ཅ་བ། དེ་མ་རྣམས་ནི་སྒོ་བྱུང་བ། །

དེ་སྤྱིར་སྤྱིར་ཡང་རྒྱས་མེད་རྣམས། །

དེ་བདག་གྱུར་ལ་བྱིས་ཀྱས་མེད། །

ཆགས་སོགས་དེ་མ་རྣམས་ནི་ཆོས་ཅན། གློ་བུར་བ་ཡིན་ཏེ། སེམས་  
གྱི་གནས་ལྷགས་ལ་ལོག་པར་ཞུགས་པའི་གློ་ཡིན་པའི་བྱིས། ཏུས་བྱིས་  
ཉེས་པ་དེ་རྣམས་མེད་པའི་གཉེན་པོའི་བདག་ཉིད་ཏུ་གྱུར་པའི་སེམས་ལ་  
ཉེས་པ་བསྐྱེད་པའི་ཀྱས་པ་མེད་དེ། སྒར་ཕུང་པོ་ཐོས་བསམ་གྱིས་སྦྱོང་པའི་  
ཏུས་ན་ཡང་བདག་འཛིན་ལ་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་འཛོམས་པའི་  
ཀྱས་པ་མེད་པ་དེའི་བྱིས།

གཉིས་པ་༼ ཡོད་ཀྱང་ཡུན་དུ་གནས་པའི་ཀྱས་པ་མེད་པ་ ༽ནི།

ཅ་བ། ཀྱས་ཡོད་ན་ཡང་གཞོད་པ་ཅན། །

སྐྱེད་ཀྱས་སྐྱེད་པོ་ཅན་དངོས་ལ། །

ཡུན་དུ་གནས་ཀྱས་ཡོད་མིན་ཏེ། །

ས་སྒྲོན་ལ་ནི་མེ་བཞིན་ནོ། །

བྱིར་མི་འོང་ཆོས་ཅན། སེམས་ལ་ཉེས་པ་བསྐྱེད་པའི་ཀྱས་པ་ཡོད་ན་  
ཡང་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པའི་ཀྱས་པ་ཡོད་པ་མིན་ཏེ། བདག་འཛིན་ལ་གཞོད་  
པ་ཅན་གྱི་བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་བསྐྱེད་པའི་ཀྱས་  
པ་མཐུ་ཅན་དང་སྐྱེད་པོ་ཅན་གྱི་དངོས་པོར་གྱུར་པའི་བྱིས། དཔེར་ན་ས་སྒྲོན་  
པ་ལ་མེ་ཡུན་རིང་དུ་མི་གནས་པ་བཞིན་ནོ།

གཉིས་པ་ ༼ དེ་ལྷོག་པའི་ཐབས་མི་སྤྱད་པ་ ༽ནི།  
ཅ་བ། འཆེ་བ་མེད་དང་ཡང་དག་དོན། །  
རང་བཞིན་ལ་ནི་ཕྱིན་ལོག་གིས། །  
འབད་དུ་བེན་ཀྱང་མི་སྒྲོགས་ཏེ། །  
སྒྲོན་ཏེ་དེ་ཕྱོགས་འཛིན་ཕྱིར་རོ། །

དག་བཅོམ་པ་ཆོས་ཅན། ཉེས་པ་ཆགས་སོགས་ལོག་པའི་ཕྱིར་དུ་  
འབད་པ་མི་བྱེད་ཅིང་། འབད་ཀྱང་ལོག་མི་རུས་ཏེ། འགལ་རྒྱུན་འཁོར་བའི་  
ཉེར་འཆེ་ཐམས་ཅད་མེད་ཡང་དག་པའི་དོན་བདག་མེད་པའི་དོན་མཛོན་  
སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་རང་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲོས་རྣམ་པ་ཀྱན་དུ་དེའི་ཕྱོགས་འཛིན་པའི་  
ཕྱིར། དེའི་ཆོག་དོན་རྣམས་ནི་སྤར་ལེ་ལུ་དང་པོར་བཤད་པ་སྟར་རོ།

གསུམ་པ་ ༼ བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་བདག་འཛིན་གྱི་གཉེན་པོར་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་ ༽ལ་གསུམ།  
འཛིན་སྟངས་འགལ་བ་ཅམ་གྱིས་གཉེན་པོར་མི་རུང་། ཉོན་མོངས་  
ཅན་གྱི་མ་རིག་པ་འཛིག་ལྟ་ལས་རྩས་གཞན་མིན་པར་བསྐྱབ་པ། བདག་  
མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཉིད་འཛིན་སྟངས་འགལ་བའི་སྒྲོ་ནས་གཉེན་པོར་  
བསྟན་པའོ།

དང་པོ་ ༼ འཛིན་སྟངས་འགལ་བ་ཅམ་གྱིས་གཉེན་པོར་མི་རུང་བ་ ༽ནི།  
འཛིན་སྟངས་འགལ་བ་ཅམ་གྱིས་གཞོད་བྱེད་ཡིན་ན་བདག་འཛིན་  
གྱིས་ཀྱང་གཞོད་པར་འགྱུར་ལ། ཆགས་སྤང་ཡང་ཕན་ཚུན་དུ་གཞོད་པར་

འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། བདག་འཇིན་རྒྱ་གཅིག་ཅན་ཉིད་དང་། །

རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་པོའི་ཕྱིར། །

འདོད་ཆགས་ཁོང་ཁྱོ་པན་ཚུན་དུ། །

ཐ་དད་ན་ཡང་གཞོད་མ་ཡིན། །

འདོད་ཆགས་དང་ཁོང་ཁྱོ་པན་ཚུན་དུ་འཇིན་སྤངས་ཐ་དད་པ་ཅ་མ་  
ཡིན་ན་ཡང་གཞོད་བྱ་གཞོད་བྱེད་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བདག་ཏུ་འཇིན་པའི་རྒྱ་  
གཅིག་གི་སྟོབས་ལས་སྐྱེ་བ་ཅན་ཉིད་དུ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་དང་། དེ་གཉིས་  
དངོས་ཀྱི་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་པོར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། ཚད་མེད་བཞི་  
བསྐྱོམ་པ་སོགས་གཉེན་པོ་གཞན་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། བྱམས་སོགས་སྤངས་དང་འགལ་མེད་ཕྱིར། །

ཤེན་ཏུ་ཉེས་པ་ཆར་གཅོད་མིན། །

ཉེས་ཀྱན་དེ་ཡི་ཅ་བ་ཅན། །

དེ་ཡང་འཇིག་ཚོགས་ལྟ་བུ་ཡིན། །

བྱམས་སོགས་ཚེས་ཅན། ཤེན་ཏུ་ཉེས་པ་ཅ་བ་ནས་ཆར་གཅོད་པའི་  
དངོས་གཉེན་སྤུལ་དུ་ཕྱིན་པ་མིན་པར་ཐལ། ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་སྤངས་པ་  
དང་འཇིན་སྤངས་དངོས་སུ་འགལ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། བྱམ་པར་ཐལ། ཆགས་  
སོགས་ཉེས་པ་ཀྱན་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་མ་རིག་པ་དེའི་ཅ་བ་ཅན་ཡིན་ལ། དེ་



ཡང་འཇིག་ཚྲིག་ས་ལ་བལྟ་བའི་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་༼ ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་མ་རིག་པ་འཇིག་ལྟ་ལས་རྫས་གཞན་མིན་པར་བསྐྱབ་པ་ ༽ནི།  
མ་རིག་པ་ནི་སེམས་བྱུང་མི་གསལ་བའི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་ལ། འཇིག་  
ལྟ་ནི་ཡོངས་སུ་གཙོད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སེམས་བྱུང་ཡིན་པས་དེ་གཉིས་  
ངོ་མོ་གཅིག་ཏུ་མི་འབྲད་དོ་ཞེ་ན།

ཅུ་བ། རིག་པའི་མི་མ་ཐུན་སྟོགས་བྱིར་དང་། །

སེམས་བྱུང་ཉིད་གྱིས་དམིགས་པའི་བྱིར། །

ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་མ་རིག་པ་རིག་པ་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་  
རབ་གྱི་མི་མ་ཐུན་སྟོགས་ཡིན་ལ། དེ་ལ་གསུམ་ལས། རིག་པའི་མེད་པ་མི་  
མ་ཐུན་སྟོགས་དང་གཞན་པ་མི་མ་ཐུན་སྟོགས་གཉིས་མ་རིག་པ་མ་ཡིན་པར་  
ཐལ། མ་རིག་པ་སེམས་བྱུང་ཡིན་པ་ཉིད་གྱིས་དམིགས་རྣམ་འཛིན་པས་  
བྱུང་བའི་བྱིར། འགལ་བ་མི་མ་ཐུན་སྟོགས་ཡིན་ལོ་ཞེ་ན།

ཅུ་བ། ལོག་པར་དམིགས་ཉིད་མ་རིག་པར། །

གསུངས་བྱིར་གཞན་ནི་རིགས་མ་ཡིན། །

བདག་དང་བདག་གིར་བལྟ་བའི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་འཇིག་ཚྲིག་ས་  
ལ་བལྟ་བ་ནི་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་མ་རིག་པ་ལས་གཞན་ཏུ་རིགས་པ་མ་  
ཡིན་པར་ཐལ། མདོ་ལས་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ལས་འཛིན་  
སྟངས་དངོས་སུ་ལོག་པར་དམིགས་པ་ཉིད་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་མ་རིག་པར་

གསུངས་པའི་ཕྱིར་དང་། དེ་རིག་པ་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དེའི་  
འགལ་བ་མི་མ་ཐུན་སྟོགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

དེ་སྐད་དུ་ཟླ་བ་སྟོན་མེད་མདོ་ལས། དེ་ལ་མ་རིག་པ་དང་བྲལ་བ་གང་  
ཞེ་ན། ཡང་དག་པ་རི་ལྟ་བ་བཞིན་གྱི་ཆོས་རྣམས་ལ་ལྟག་པར་སྟོ་འདོགས་པ་  
དང་བྲལ་བ་གང་ཡིན་པའོ་ཞེས་དང་།

དེ་བཞིན་དུ་ས་བརྩ་པ་ལས་ཀྱང་། འཇིག་རྟེན་དུ་ཉེས་པར་སྟོད་པ་སྟེ་  
བ་གང་རི་སྟེད་པ་དེ་ཐམས་ཅད་ནི་བདག་ཏུ་མངོན་པར་ཞེན་པ་ལས་བྱུང་བ་  
ཡིན་ཏེ། བདག་ཏུ་མངོན་པར་ཞེན་པ་དང་བྲལ་ན་མི་འབྱུང་ངོ་ཞེས་གསུངས་  
སོ། །བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཡུལ་གྱི་དངོས་འགལ་འཇིན་པ་  
ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་མ་རིག་པར་བསྟན་པ་ན་བདག་འཇིན་མ་རིག་པར་བསྟན་  
པ་ཤིན་ཏུ་གསལ་ཏེ། བདག་ཏུ་མ་གཟུང་བར་དེའི་དངོས་འགལ་འཇིན་པ་མི་  
སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ།

ས་བརྩ་པའི་མདོ་འདི་ས་ཀྱང་བདག་འཇིན་མ་རིག་པར་བསྟན་པར་  
ཐལ། གཞན་དུ་ན། རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བརྩ་གཉིས་ཀྱི་མ་རིག་པའི་ཡན་  
ལག་སྟོན་པ་སྐབས་སུ་བབ་པའི་ཆོ། དེ་དོར་ནས་བདག་འཇིན་སྟོན་པ་འབྲེལ་  
མེད་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། དེས་ན་མདོ་དེས་མ་རིག་པ་ལས་གཞན་པའི་ལྟ་བ་  
བསྟན་པ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་འཇིག་རྟེན་མ་རིག་པ་དང་མཚུངས་  
ལྡན་ཡིན་པས། མཚུངས་ལྡན་གྱི་སྟོན་ས་མ་རིག་པ་འཕངས་ནས་བསྟན་  
པ་ཡིན་གྱི་གཞན་དུ་ན་དེ་གཉིས་ལྷུང་ལས་མཚུངས་ལྡན་དུ་བཤད་པ་དང་

འགལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།

འཇིག་ལྷ་མ་རིག་པར་ཁས་སྒྲངས་ན་དེ་གཉིས་མཚུངས་ལྡན་དུ་བཤད་  
 བ་དང་འགལ་བར་བརྩོད་པ་གང་ཡིན་པ་འདིར་འགལ་བའི་སྒྲིན་ཅི་ཡང་མེད་  
 བར་ཐལ། མཚུངས་ལྡན་དུ་སྒྲིན་པའི་ལུང་དེས་དེ་གཉིས་དོན་གཞན་དུ་སྒྲིན་  
 བ་མ་ཡིན་གྱི། བཤམ་ཤ་དང་ལྡན་པའི་ནགས་ཞེས་པ་བཞིན་དུ་འཇིག་ལྷ་མ་  
 རིག་པའི་ཕྱོགས་གཅིག་དུ་སྒྲིན་པར་བཤད་པར་བྱ་རིགས་པའི་ཕྱིར། འཇིག་  
 ལྷ་ལ་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་མ་རིག་པས་ཁྲབ་ཀྱང་ཅིག་ཤོས་ལ་མ་ཁྲབ་སྟེ། ཏྲག་  
 འཇིན་ལྡན་སྟེས་སོགས་ལ་མ་རིག་པ་དེ་མཚུངས་ལྡན་དུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ།  
 སྟོབ་དཔོན་ལྷ་བ་བྲགས་པས་ཀྱང་འཇིག་ལྷ་མ་རིག་པ་ཡིན་པ་མགོན་པོ་སྐུ་  
 སྐྱབ་གྱི་དགོངས་པར་འབྲེལ་བར་མཛད་དོ།

གསུམ་པ་༼ བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཉིད་འཇིན་སྒྲངས་འགལ་བའི་སྒྲིན་གཉིན་པོར་བསྟན་པ་ ༽ནི།  
 བྱམས་སོགས་སྟོངས་པ་དང་འགལ་བ་མེད་ན། འོན་འགལ་བ་དེ་གང་  
 ཡིན་ཞེ་ན།

ཅ་བ། འགལ་བ་གང་ཡིན་འདིར་བཤད་བྱ།

སྟོང་ཉིད་ལྷ་དང་དེ་འགལ་ཕྱིར།

ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་མ་རིག་པ་དང་འཇིན་སྒྲངས་དངོས་སུ་འགལ་བ་  
 གང་ཡིན་པ་དེ་འདིར་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལྷ་བ་དང་དེ་  
 འཇིན་སྒྲངས་དངོས་སུ་འགལ་བའི་ཕྱིར། ཀྱང་པ་སྐུ་མ་འདིའི་དོན་དེ་ལྷར་  
 ཡང་བཤད་དགོས་ཀྱི་འགལ་སྟོང་འབའ་ཞིག་སྒྲིན་ན། ཆིག་གི་འཇིན་ཚུལ་

འདི་ལྟར་མཛད་པ་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར་རོ།

ཅ་བ། དེ་ཡི་རང་བཞིན་ཉེས་ཀྱན་དང་། །

འགལ་བར་རབ་ཏུ་གྱུབ་པ་ཡིན། །

སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཚེས་ཅན། མ་རིག་པ་དེའི་རང་བཞིན་  
དང་དེའི་འབྲས་བུ་ཉེས་པ་ཆགས་སོགས་ཀྱན་དང་འགལ་ཞིང་གཞོད་པར་  
རབ་ཏུ་གྱུབ་པ་ཡིན་ཏེ། མ་རིག་དེ་དང་འཇིན་སྟངས་དངོས་སུ་འགལ་བའི་སྒོ་  
ནས་དེ་ལ་གཞོད་པའི་ཕྱིར།

གཉེས་པ་༼ ཇི་མ་ལྟོག་ཏུ་མི་རུང་བའི་ཚོད་སྤང་༽ནི།

ཅ་བ། ཟད་མིན་སྟོག་ཆགས་ཚེས་ཉིད་ཕྱིར། །

གཟུགས་སོགས་བཞིན་.....། །

ཉེས་པ་གཏན་ཟད་པ་མིན་ཏེ། སྟོག་ཆགས་ཀྱི་ཚེས་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
བྱམ་པའི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། .....མིན་མ་གྱུབ་ཕྱིར། །

གཉེན་པོའི་སྟོགས་དང་འབྲེལ་བ་ན། །

སྟོག་པ་དག་ཀྱང་མཐོང་ཕྱིར་རོ། །

ཉེས་པ་ཟད་དུ་མི་རུང་བ་མིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་མ་གྱུབ་པའི་ཕྱིར། དེར་  
ཐལ། གཉེན་པོ་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྟོགས་དང་འབྲེལ་བ་ན་  
ཡེ་ནས་སྟོག་པ་དག་ཀྱང་ཚད་མས་མཐོང་བའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་ ༼ ཅུང་ཟད་ལྡོག་ཀྱང་གཏན་ལྡོག་མི་སྲིད་པའི་ཚྭ་སྤང་ ༽ནི།  
ཉེས་པ་རེ་ཤིག་ཟད་ཀྱང་གསེར་གྱི་སྤ་བ་བཞིན་དུ་སྤར་ཡང་ལྡོག་གོ་ཞེ་

ན།

ཅ་བ། ཉེས་པ་རྣམ་པར་འགགས་པ་ནི། །

སྤ་ཞིང་སྤར་ཡང་སྤྱེ་མེད་དེ། །

དེ་བདག་ཉིད་གྱིས་འབྲེལ་མེད་དང་། །

ཉེས་པ་གཉིན་པོའི་སྟོབས་གྱིས་རྣམ་པར་འགགས་ཤིང་ཟད་པ་ནི།  
གསེར་གྱི་སྤ་བ་བཞིན་དུ་སྤར་ཡང་སྤྱེ་བ་མེད་པར་ཐལ། གནས་གྱུར་མཐར་  
ཕྱིན་པའི་སེམས་ལ་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་འབྲེལ་དུ་མེད་པའི་  
ཕྱིར། དེ་དེའི་བདག་ཉིད་གྱི་ངང་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པ་ཉིད་གྱིས་སོ། །གཞོན་བྱེད་  
ལོག་ན་གཞོན་བྱེད་ལྡོག་པའི་ངེས་པ་མེད་པར་ཐལ།

ཅ་བ། ཐལ་བ་བཞིན་དུ་མ་ངེས་ཕྱིར། །

མེ་ལོག་ཀྱང་ཐལ་བ་ཤིང་དུ་མི་ལྡོག་པ་བཞིན་དུ་མ་ངེས་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ ༼ བདག་འཛིན་སྲིད་པའི་ཅ་བར་བསྐྱབ་པ་ ༽ལ་གཉིས།

བདག་འཛིན་ཉེས་པ་ཀུན་གྱི་ཅ་བར་བསྐྱན་པ། བདག་འཛིན་མ་སྤངས་  
པར་ཐབས་གཞན་བསྒྲུབས་ཀྱང་སྲིད་པ་ལས་གྲོལ་བ་མི་སྲིད་པའོ།།

དང་པོ་ ༼ བདག་འཛིན་ཉེས་པ་ཀུན་གྱི་ཅ་བར་བསྐྱན་པ་ ༽ལ་གཉིས།

སྤྱག་བསྐྱེད་གྱི་ཅ་བར་བསྐྱན་པ། ཉོན་མོངས་ཀུན་གྱི་ཅ་བར་བསྐྱན་

པའོ།།

དང་པོ་༼ ལྷག་བསྐལ་ཀུན་གྱི་རྩ་བ་བསྟན་པ་ ༽ནི།  
རྩ་བ། གང་ཞིག་བདག་མཐོང་དེ་ལ་ནི། །  
ང་ཞེས་རྟག་ཏུ་ཞེན་པར་འགྱུར། །  
ཞེན་པས་བདེ་ལ་སྲིད་འགྱུར་ཏེ། །  
སྲིད་པས་སྦྱོན་རྣམས་སྦྱིབ་པར་བྱེད། །  
ཡོན་ཏན་མཐོང་བས་ཡོངས་སྲིད་པ། །

སོ་སོ་སྦྱེ་བོ་ཐ་མལ་པ་གང་ཞིག་དེ་ལ་ནི་ཆོས་ཅན། ང་ཞེས་རྟག་ཏུ་  
བདག་དང་མི་འབྲལ་བའི་སྲིད་ཞེན་སྦྱེ་བར་འགྱུར་ཏེ། གང་ཟག་གི་བདག་ཏུ་  
མཐོང་ཞིང་ཞེན་པའི་བྱིར། འདོད་ན། བདག་གི་བདེ་བ་ལ་སྲིད་པར་འགྱུར་  
ཏེ། བདག་དང་མི་འབྲལ་བར་ཞེན་པས་སོ། །དེ་ལྟ་ན་དབང་སོགས་བདག་གི་  
བ་ལ་ཡོད་པའི་སྦྱོན་རྣམས་བསྦྱིབ་པར་བྱེད། མེད་པའི་ཡོན་ཏན་མཐོང་བས་  
ཡོངས་སུ་སྲིད་པར་འགྱུར་བར་ཐལ། བདག་གི་བདེ་བ་ལ་སྲིད་པས་སོ།།

རྩ་བ། ང་ཡི་ཞེས་དེའི་སྦྱབ་བྱེད་ལེན། །  
དེས་ན་བདག་ལ་མཛོན་ཆགས་པ། །  
དེ་སྲིད་དེ་ནི་འཁོར་བར་འགྱུར། །

དེས་ན་ངའི་ཞེས་བདག་དེའི་སྦྱབ་བྱེད་ལེན་པ་ལ་འཇུག་པར་འགྱུར་ཏེ།  
ཐལ་ཆོས་སྤྲ་མ་དེའི་བྱིར། དེས་ན་འཁོར་བར་འཁོར་བར་འགྱུར་ཏེ། བདག་



ལ་ཆགས་པ་ཅན་གྱི་སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་ཡིན་པ་དེས་ནའི་ཕྱིར། བྱའ་བར་ཐལ།  
བདག་ལ་མཛོན་པར་ཆགས་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མ་སྤངས་པ་དེ་སྤིད་དུ་འཁོར་  
བར་འཁོར་བའི་ཕྱིར།

དེ་ལ་འདྲིར་གཞན་སྡེ་རྣམས་ལ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་དང་རྣམ་བྱང་ལ་  
བརྟེན་པའི་འགལ་འདུག་ཉིས་ཡོད་དེ། འགལ་འདུ་དང་པོ་ནི། འཁོར་བའི་སྐྱེ་  
འཆིས་བསྐྱས་པའི་སྐྱུག་བསྐྱལ་རྒྱུན་ཆད་པར་འདོད་པ་དང་དེ་དག་གི་རྩ་བ་  
བདག་དང་གཙོ་བོ་ལ་སོགས་པའི་རྟག་པར་འདོད་པ་འགལ་ཏེ། རྒྱུ་མ་ལོག་  
པར་འབྲས་བུ་ལྡོག་པ་མི་སྤིད་ཅིང་རྟག་པའི་དངོས་པོ་དུས་ནམ་ཡང་ལྡོག་པ་  
མི་སྤིད་པའི་ཕྱིར་རོ།

རྣམ་བྱང་ལ་བརྟེན་པའི་འགལ་འདུ་ནི་སྐྱུག་བསྐྱལ་གྱི་ཕྱང་པོ་འགགས་  
པའི་ཐར་པ་ཐོབ་པར་འདོད་པ་དང་། གང་ཟག་གི་བདག་རིགས་པས་བྱའ་  
པ་འགལ་ཏེ། གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་ཡོད་ན། འཁོར་བའི་སྐྱུག་བསྐྱལ་མི་  
འདོད་བཞིན་དུ་ནན་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ།

གཉིས་པ་༼ ཉོན་མོངས་ཀུན་གྱི་རྩ་བ་བསྐྱན་པ་ ༽ནི།  
རྩ་བ། བདག་ཡོད་ན་ནི་གཞན་དུ་ཤེས། །  
བདག་གཞན་ཆ་ལས་འཛིན་དང་སྤང་། །  
འདི་དག་དང་ནི་ཡོངས་འབྲེལ་ལས། །  
ཉེས་པ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བར་འགྱུར། །

དེ་ཚོས་ཅན།      ཆགས་སོགས་ཉེས་པ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བར་ཐལ།  
བདག་ཏུ་འཛིན་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མ་ཉམས་པར་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འབ་པར་ཐལ།  
དེ་ཡོད་ན་གཞན་ཏུ་འདུ་ཤེས་པ་འབྱུང་།      དེ་ལས་བདག་གཞན་ངོ་བོ་ཉིད་  
ཀྱིས་རིགས་དང་ཆ་སོ་སོར་བྱེ་བ་ལས་རང་སྟོགས་ལ་འཛིན་ཅིང་ཆགས་པ་  
དང་།      གཞན་སྟོགས་ལ་སྤང་བའི་ཆགས་སྤང་འདི་དག་དང་རྒྱུད་ཡོངས་སུ་  
འབྲེལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་༽ བདག་འཛིན་མ་སྤངས་པར་ཐབས་གཞན་བསྟོམས་ཀྱང་སྲིད་པ་ལས་གྲོལ་བ་མི་སྲིད་པ་༽ལ་གསུམ།  
བདག་ཁས་སྤངས་ནས་བདག་གི་བ་ལ་ཞེན་པ་སྤོང་བ་ཅམ་གྲོལ་ལམ་  
དུ་མི་རུང་། དབང་ཕྱག་གི་བཀའ་ལྟར་ཅམ་གྲོལ་ལམ་དུ་མི་རུང་། ལས་དང་  
ལུས་ཟད་བྱེད་ཅམ་གྲོལ་ལམ་དུ་མི་རུང་ངོ།།

དང་པོ་༽ བདག་ཁས་སྤངས་ནས་བདག་གི་བ་ལ་ཞེན་པ་སྤོང་བ་ཅམ་གྲོལ་ལམ་དུ་མི་རུང་བ་༽ལ་གསུམ།  
བདག་འཛིན་མ་སྤངས་པར་བདག་གི་བ་ལ་ཆགས་བྲལ་མི་སྲིད། སྲིད་  
ན་གྲོལ་བའི་བདག་ཁས་སྤངས་པ་དོན་མེད་དུ་འགྱུར་བ།      དེས་ན་འཇིག་ལྷ་  
སྤོང་དགོས་པར་བསྟན་པའོ།།

དང་པོ་༽ བདག་འཛིན་མ་སྤངས་པར་བདག་གི་བ་ལ་ཆགས་བྲལ་མི་སྲིད་པ་༽ལ་གསུམ།  
རྟགས་དགོད་པ་དང་། དེ་ལ་རྩོད་པ་སྤང་བ། དོན་བསྐྱུ་བའོ།།

དང་པོ་༽ རྟགས་དགོད་པ་༽འི།  
རྩ་བ། དེས་པར་བདག་ལ་ཆགས་པ་ནི། །

བདག་གི་ལ་ཆགས་མི་འབྲལ་ཞིང་། །

གང་ཟག་གི་བདག་ཡོད་པར་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱེས་བྱ་ཆོས་ཅན། གྲུབ་  
མཐའ་དེ་མ་དོར་བར་བདག་གི་བ་ལ་ཆགས་པ་དང་མི་འབྲལ་ཏེ། དེས་པར་  
བདག་ལ་གྲུབ་མཐའི་དབང་གིས་ཀྱང་ཆགས་ཤིང་ཞེན་པ་ཡིན་པའི་བྱིར།

ཅ་བ། ཉེས་མེད་བདག་ལ་ཆགས་པ་དང་། །

བྲལ་བའི་རྒྱ་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །

བདག་ལ་ཆགས་པ་དང་བྲལ་བའི་རྒྱ་ཡང་དེ་སྤིད་དུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
པར་ཐལ། བདག་དེ་འཁོར་བའི་རྣམ་འཛེ་སོགས་ཀྱི་ཉེས་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་  
མེད་པའི་སྐྱེས་བྱ་ཡིན་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་ རྩ་ལ་ཚོད་པ་སྤང་བ་ རྟེན་གཉིས།

བདག་སྐྱོན་མེད་ཡིན་ཡང་དེ་ལ་ཞེན་པ་སྤོང་བ་གྲོལ་ལམ་དུ་མི་འཐད།  
སྐྱུག་བསྐྱུལ་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱུལ་བསྐྱོམ་པ་གྲོལ་ལམ་དུ་མི་འཐད་དོ།

དང་པོ་ རྩ་བདག་སྐྱོན་མེད་ཡིན་ཡང་དེ་ལ་ཞེན་པ་སྤོང་བ་གྲོལ་ལམ་དུ་མི་འཐད་པ་ རྟེན་གཉིས།

འིས་ལན་གྱིས་དགག་པ་དང་། དེའི་ལན་དགག་པའོ། །

དང་པོ་ འིས་ལན་གྱིས་དགག་པ་ རྟེན།

ཅ་བ། གལ་ཏེ་ཆགས་པ་སྐྱོན་བཅས་ན། །

གལ་ཏེ་བདག་དང་བདག་གི་བ་སྐྱོན་མེད་ཡིན་ཡང་དེ་ལ་ཞེན་ན་འཁོར་  
བར་འཆིང་བས་བདག་ལ་ཆགས་པ་སྐྱོན་བཅས་སུ་བསམ་པར་བྱའོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། དེ་ལས་ཅིར་འགྱུར་དེ་སྤྱོད་འགྱུར། །

དེ་ལྟར་བསམས་པ་དེ་ལས་ཅིར་འགྱུར། ཞེན་ཅིང་ཆགས་པ་སྐྱོན་ཅན་  
དུ་མཐོང་བས་ཞེན་ཆགས་དེ་སྤྱོད་བར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། བདག་ལ་ཆགས་པ་  
འདི་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་སྐྱོན་ཅན་དུ་བསྐྱོམ་པ་ཙམ་གྱིས་སྤྱོད་བར་རུས་པ་ཡིན་  
པར་ཐལ།

ཅ་བ། འདི་ཡུལ་སུན་སྤྱང་མེད་པ་ནི། །

དེ་སྤྱོད་བར་ནི་རུས་པ་ཡིན། །

ཡོན་ཏན་སྐྱོན་དང་རྗེས་འགྲེལ་བའི། །

འདོད་དང་སྤང་སོགས་སྤྱོད་བ་ནི། །

དེ་དག་ཡུལ་ལ་མ་མཐོང་བས། །

ཡིན་གྱི་ཕྱི་ཚུལ་གང་གིས་མིན། །

ཁྱོད་གྱི་ཞེན་ཡུལ་བདག་དེ་རིགས་པས་སུན་སྤྱང་བ་མེད་པར་མ་ཟད།  
དེ་སྐྱོན་མེད་དུ་བསྐྱབ་པ་ལས་ཁྱོད་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། ཁྱབ་པར་ཐལ། ཡུལ་དེ་  
ལ་ཡོན་ཏན་དང་སྐྱོན་མཐོང་བ་ལས་རྗེས་སུ་འགྲེལ་བའི་འདོད་པ་དང་སྤང་  
བ་སོགས་སྤྱོད་བ་ནི། རི་ལྟར་གཟུང་བ་ལྟར་སྐྱོན་ཡོན་དེ་དག་ཡུལ་དེ་ལ་མ་  
མཐོང་བས་སྤྱོད་བ་ཡིན་གྱི། ཕྱི་རོལ་ཆེར་མ་འདོན་པའི་ཚུལ་དག་གིས་སྤྱོད་  
བ་མིན་པའི་ཕྱིར། བདག་ལ་ཆགས་པ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་སྐྱོན་ཅན་དུ་བསྐྱས་པ་  
ཙམ་གྱིས་ཁྱོད་སྤྱོད་བར་རུས་པ་མིན་པར་ཐལ།

ཅ་བ། ཆགས་སོགས་ཡོན་ཏན་ཆགས་མིན་གྱི། །

དོན་གྱི་ཡོན་ཏན་མཐོང་བས་ཡིན། །

ཆགས་པ་སྤྱོད་རང་ཡོན་ཏན་ཅན་དུ་གཟུང་བ་ཙམ་གྱིས་སྤྱོད་བྱུང་བ་  
མིན་གྱི། སྤྱོད་སྤྱོད་རང་གི་ཞེན་དོན་གྱི་བདག་ཡོན་ཏན་ཅན་དུ་མཐོང་བས་  
བྱུང་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དཔེར་ན། ཆང་ལ་ཆགས་པ་ཆོས་ཀྱི་བར་ཆད་ལ་  
སོགས་པའི་སྦྱོན་ཅན་དུ་མཐོང་ཡང་། ཆང་གི་རོ་ཡོན་ཏན་ཅན་དུ་གཟུང་བས་  
དེ་ལ་ཆགས་པ་མི་འདོར་བ་བཞིན་ནོ།

ཅ་བ། མ་ཆང་མེད་རྒྱ་དེ་ལ་ནི། །

འབྲས་བུ་གང་གིས་སྒྲོག་པར་བྱེད། །

བདག་ཁས་ལེན་པའི་སྦྱེས་བུ་ཆོས་ཅན། འབྲས་བུ་བདག་ལ་ཆགས་  
པ་ཐབས་གང་གིས་ཀྱང་བསྒྲོག་པར་བྱེད་མི་རུས་པར་ཐལ། དེའི་མ་ཆང་བ་  
མེད་པའི་དངོས་རྒྱ་བདག་ལྟ་དེ་ལ་སྦྱོན་མེད་དུ་འཇིན་རིགས་པའི་སྤྱིར།

གཉིས་པ་༼ ལན་དགག་པ་ ༽ནི།

ཅ་བ། ཆགས་ལ་སྦྱོན་ཡང་གང་ཞིག་མཐོང་། །

བདག་ལ་ཆགས་པ་ལ་སྦྱོན་ཡང་གང་ཞིག་མཐོང་སྟེ་མཐོང་མི་སྤྱིར་  
པར་ཐལ། གྲོལ་བའི་བདག་ལ་དོན་གཉིར་གྱི་འདུན་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར།

ཅ་བ། གལ་ཏེ་སྤྱུག་བསྐྱལ་ཏེན་ཞེ་ན། །

གལ་ཏེ་བདག་ལ་ཆགས་པ་སྦྱོན་ཅན་ཡིན་ཏེ། དེས་སྤྱིར་པའི་སྤྱུག་

བསྐྱལ་གྱི་ཉེན་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཅེ་ན།

ཅ་བ། དེ་ལྟའང་འདི་ལ་ཆགས་བྲལ་མིན། །

བདག་གི་ར་མཐོང་ཕྱིར་དཔེར་བདག་བཞིན། །

བདག་ལ་ཆགས་པ་འདི་ལ་ཆོས་ཅན། སྐྱག་བསྐྱལ་གྱི་ཉེན་བྱེད་པ་དེ་  
ལྟ་ནའང་ཆགས་པ་དང་བྲལ་བར་བྱ་བ་མིན་པར་ཐལ། ངའི་སློ་ཞེས་བདག་  
གི་བར་མཐོང་བའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་བདག་འཁོར་བའི་སྐྱག་བསྐྱལ་གྱི་ཉེན་  
ཡིན་ཀྱང་། དེ་ལ་བདག་ཏུ་གཟུང་བས་ཆགས་པ་དང་བྲལ་བར་མི་འགྱུར་བ་  
བཞིན། ཡང་ན། ཉགས་ལ་བདག་སློན་མེད་གྱི་ཡུལ་ཅན་དུ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་  
ཞེས་སོ།

ཅ་བ། གལ་ཏེ་དེ་མེད་བདག་སྐྱག་བསྐྱལ། །

རྒྱ་མིན་.....། །

གལ་ཏེ་ཞེན་ཆགས་དང་དགེ་མི་དགའི་ལས་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་མེད་  
པའི་བདག་ཡན་གར་བ་སྐྱག་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱ་མིན་པས་སློན་མེད་ཡིན་ཅོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། .....དེ་ཡང་དེ་དང་འདྲ། །

དེ་ལྟར་གཉིས་ཀའང་སློན་མེད་པ། །

དེ་ཕྱིར་གཉིས་ལ་ཆགས་བྲལ་མིན། །

བདག་ལ་ཞེན་ཆགས་སོགས་དེ་ཡང་ཆོས་ཅན། བདག་དེ་དང་འདྲ་བར་  
སློན་མེད་དུ་ཐལ། བཅིང་གྲོལ་གྱི་གཞིའི་བདག་མེད་པའི་ཁྱོད་ཡན་གར་བ་



སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་རྒྱ་མིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། བདག་དང་དེ་ལ་ཞེན་པ་གཉིས་  
ཀ་ཆགས་པ་དང་བྲལ་བར་བྱ་བ་མིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་གཉིས་ཀའང་སྐྱོན་  
མེད་པ་དེ་ཡི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ ༼ སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་སྒྲོམ་པ་གྲོལ་ལམ་དུ་མི་འཐད་པ་ ༽ལ་གསུམ།  
བྱེ་བྲག་པའི་ལྷགས་དགག་པ། གངས་ཅན་གྱི་ལྷགས་དགག་པ་དང་།  
སྐྱུག་བསྐྱེལ་སྒྲོམ་པར་གསུངས་པ་དང་འགལ་བ་སྤང་བའོ།

དང་པོ་ ༼ བྱེ་བྲག་པའི་ལྷགས་དགག་པ་ ༽ལ་གཉིས།  
དཔེ་དགག་པ་དང་། རོན་དགག་པའོ།

དང་པོ་ ༼ དཔེ་དགག་པ་ ༽ལ་གཉིས།  
རང་ལྷགས་ལ་བདག་གི་བ་ལ་ཞེན་པ་འདོར་བའི་རྒྱ་མཚན་འཐད།  
གཞན་ལྷགས་ལ་མི་འཐད་དོ།

དང་པོ་ ༼ རང་ལྷགས་ལ་བདག་གི་བ་ལ་ཞེན་པ་འདོར་བའི་རྒྱ་མཚན་འཐད་པ་ ༽ནི།  
བྱེ་བྲག་པ་ན་རེ། གལ་ཏེ་ཁོ་ལོ་ཅག་ལྟར་ན།

ཅ་བ། གལ་ཏེ་སྐྱེལ་བ་བྱུང་ཡན་ལག་བཞིན། །

སྐྱུག་བསྐྱེལ་བསྒྲོམས་པས་སྤོང་འགྱུར་ན། །

དུག་སྐྱེལ་གྱི་སོས་བྱུང་བའི་ཡན་ལག་སོར་མོ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་  
དུ། དབང་སོགས་བདག་གི་བ་དང་བདག་ལ་ཆགས་པ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་རྒྱར་

བསྐྱོམས་པས་སྤྱོད་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་པས་ཡུལ་མ་བཀག་ན། དེ་ལ་ཞེན་པ་  
སྤྱོད་མི་རུས་པས་ཉལ་ས་མ་བྱལ་ཅེ་ན། འདི་ནི་འདུ་བྱེད་སྤྱུག་བསྐྱེད་གྱིས་  
ཡིད་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་གྱི། ཚོར་བ་སྤྱུག་བསྐྱེད་གྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ལ་ཡིད་འབྱུང་  
བསྐྱོམས་པ་ཅམ་གྲོལ་ལམ་དུ་འདོད་པའི་ལུགས་སོ།།

ཙ་བ། བདག་གི་བ་སློབ་བཅོམ་པས་འདི། །

འདོར་བ་ཡིན་གྱི་བསྐྱོག་ལ་མིན། །

དུག་སྤྱུལ་གྱི་སོས་བཟུང་བའི་སོར་མོ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་བདག་གི་  
བར་ཞེན་མེད་ལས་སྤྲོག་པ་ཞེན་པ་མ་དོར་བཞིན་དུ་སྐྱོན་དུ་བསྐྱས་པ་ཅམ་  
གྱིས་ཁྱོད་ལ་ཆགས་བྱལ་དུ་འགྱུར་བ་མིན་པར་ཐལ། བདག་གི་བར་འཇིན་  
པའི་སློབ་བཅོམ་པས་ཁྱོད་ལ་ཞེན་པ་འདི་འདོར་དགོས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཙ་བ། དབང་པོ་ལ་སོགས་ལོངས་སྤྱོད་གྱི། །

རྟེན་ཉིད་དུ་ནི་བཟུང་བ་ལ། །

རང་སློབ་གང་གིས་བསྐྱོག་འགྱུར་ཏེ། །

མིག་གི་དབང་པོ་ལ་སོགས་པ་ཚོས་ཅན། བདག་ལ་ཉེར་མཁོ་མ་དོར་  
བ་དེ་སྤིད་དུ་རང་གི་བར་འཇིན་པའི་སློབ་ཐབས་གང་གིས་ཀྱང་བསྐྱོག་པར་  
འགྱུར་བ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཁྱོད་བདག་བདེ་བ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པའི་ལོངས་  
སྤྱོད་གྱི་རྟེན་ཉིད་དུ་གཟུང་བའི་ཕྱིར།

ཙ་བ། དེ་ལ་ཆགས་བྱལ་དེ་གང་ལས། །

དེས་ན་སྤོང་ལ་ཆགས་བྲལ་དེ་གང་ལས་ཀྱང་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེའི་  
རྒྱ་མཚན་མེད་པའི་ཕྱིར། བདག་གི་ཉེར་མཁོར་གཟུང་བ་བདག་གི་བར་ཞེན་  
པའི་རྒྱ་ཡིན་གྱི། དེ་ལྟར་མ་གཟུང་བ་དེར་ཞེན་པའི་རྒྱ་མིན་པར་ཐལ།

ཅ་བ། ལུས་ལས་བོག་པའི་སྐྱ་སོགས་ལ། །

ཡིད་བྱུང་སྒོ་ནི་སྐྱེ་འགྱུར་ཞིང་། །

གཞན་ལ་ཞེན་བཅས་སྐྱེ་འགྱུར་བ། །

ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནི་མངོན་སུམ་ཡིན། །

ལུས་ལས་བོག་པའི་སྐྱ་སོན་སོགས་བདག་གི་ཉེར་མཁོར་མ་གཟུང་བ་  
ལ་ཡིད་འགྱུར་གི་སྒོ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཞིང་ཉེར་མཁོར་གཟུང་བའི་ལུས་གཞན་  
ལ་ཞེན་བཅས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་སྐྱེ་བོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མངོན་སུམ་གྱིས་འགྱུར་  
བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ ༼ གཞན་ལུགས་ལ་བདག་གི་བ་ལ་ཞེན་པ་འདོར་བའི་རྒྱ་མཚན་མི་འཐད་པ་ ༽ལ་གཉིས།  
འདྲ་འབྲེལ་སོགས་ཞེན་པ་སྐྱེ་བའི་རྒྱར་མི་འཐད་པ། དེའི་ལན་དགག་  
པའོ།

དང་པོ་ ༼ འདྲ་འབྲེལ་སོགས་ཞེན་པ་སྐྱེ་བའི་རྒྱར་མི་འཐད་པ་ ༽ནི།

ཅ་བ། དེ་ལ་འདྲ་སོགས་འབྲེལ་བ་ལས། །

རང་གི་སྒོ་ནི་སྐྱེ་འགྱུར་བའི། །

འབྲེལ་ཏེ་དེ་བཞིན་ཉིད་གནས་ཕྱིར། །

མཐོང་དུ་ཟིན་ཀྱང་སྤྲོད་མི་འགྱུར། །

བདག་གི་བ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་དུ་མཐོང་དུ་ཟིན་ཀྱང་ཞེན་པ་སྤྲོད་བར་མི་  
འགྱུར་ཞིང་མི་རྒྱས་པར་ཐལ། བདག་དེ་ལ་འདུ་བ་དང་ལྡན་པ་ལ་སོགས་པའི་  
འབྲེལ་པ་གྲུབ་པ་ལས་དབང་སོགས་ལ་རང་གི་བའི་སྣོ་སྒྲེ་བར་འགྱུར་བ་གང་  
ཞིག་འབྲེལ་བ་དེ་སྤར་སྐྱུག་བསྐྱེལ་མ་སྣོ་མ་པའི་གནས་སྐབས་དེ་བཞིན་ཉིད་  
དུ་རྟག་པར་གནས་པའི་ཕྱིར། བདེ་སྐྱུག་སོགས་བདག་ལ་འདུ་འབྲེལ་དང་།  
ལུས་དང་རྣ་བའི་དབང་པོ་ལྡན་འབྲེལ་དང་། ལུས་ལ་བརྟེན་པའི་གཟུགས་  
ལ་སོགས་པ་ལྡན་པ་ལ་འདུ་བའི་འབྲེལ་བ་དང་གཟུགས་ཉིད་ལ་སོགས་པ་  
ལྡན་པ་ལ་འདུས་པར་འདུ་བ་དང་། རྣ་བའི་དབང་པོ་མ་གཏོགས་པའི་མིག་གི་  
དབང་པོ་སོགས་བདག་ལ་ལྡན་པ་ལ་ལྡན་པའི་འབྲེལ་བ་གྲུབ་པར་འདོད་དོ།

སྤྱི་རོལ་གྱི་བས་གོས་སོགས་ལ་བདག་གི་བའི་སྣོ་མི་སྒྲེ་བར་ཐལ། དེ་  
དག་བདག་ལ་འབྲེལ་བ་གཉིས་མེད་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་བདག་ལས་འབྲེལ་བ་  
གྲུབ་པ་འབའ་ཞིག་བདག་གི་བའི་ཞེན་པ་སྒྲེ་བའི་རྒྱ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ཅ་བ། འདུ་བ་ལ་སོགས་མེད་ན་ཡང་། །

ཕན་འདོགས་ཉིད་ནི་ཀུན་ལ་ཡོད། །

སྤྱི་རོལ་གྱི་བས་གོས་སོགས་ཀུན་ལ་བདག་ལ་འདུ་བ་ལ་སོགས་པའི་  
འབྲེལ་བ་མེད་ན་ཡང་བདག་ལ་ཕན་འདོགས་བྱེད་ཉིད་དུ་ཡོད་པ་མཐོང་བ་  
ལས་སྣོ་དེ་སྒྲེ་བའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ ༼དེའི་ལན་དགག་པ་ ༽ནི།  
ཙ་ག། སྤྱག་བསྐྱེད་བསྐྱེད་ཕྱིར་སོར་མོ་བཞིན། །  
རང་གི་སྒོ་ནི་མི་འགྱུར་ན། །  
དབང་པོ་ལ་སོགས་པས་བདག་ལ་པན་པ་མཐོང་ཡང་སྤྱག་བསྐྱེད་  
བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར། དུག་གིས་བཟུང་བའི་སོར་མོ་བཞིན་དུ་རང་གི་བའི་སྒོ་སྐྱེ་  
བར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།

ཙ་ག། གཅིག་ཏུ་དེ་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་མིན། །  
དབང་སོགས་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། གཅིག་ཏུ་སྤྱག་བསྐྱེད་ཁོ་ནའི་རྒྱ་མིན་  
པར་ཐལ། དེས་འགའ་བདེ་བའི་རྒྱ་བྱེད་པའི་ཕྱིར།

ཙ་ག། སལ་ཆེར་དུག་བཅས་ཟས་བཞིན་ནོ། །  
དུག་བཅས་ཀྱི་ཟས་བཞིན་དུ་སལ་ཆེར་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པས་  
ཞེན་པ་འདོར་རོ་ཞེ་ན། སལ་ཆེར་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་ཡང་ཞེན་པ་མི་སྐྱེ་  
བས་མ་བྱའ་པར་ཐལ།

ཙ་ག། བྱད་པར་ཅན་བདེ་ལ་ཆགས་པས། །  
དེ་འགའ་བ་ལ་ཆགས་བྱལ་འགྱུར། །  
བྱད་པར་ཅན་གྱི་བདེ་བ་ལ་ཆགས་པས་དེ་དང་འགའ་བ་སལ་པའི་བདེ་  
བ་ལ་ཆགས་པ་དང་བྱལ་བར་འགྱུར་ཡང་། དེ་མ་རྟོག་ན་སལ་པའི་བདེ་བ་ལ་  
ཆགས་པ་མཐོང་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།

ཅ་བ། བྱད་པར་ཅན་བདེ་ལ་སྲིད་པས། །

བདེ་བ་ཅུང་ཟད་ཡོངས་སུ་སྲོང་། །

བྱད་པར་ཅན་གྱི་བདེ་བ་བསྐྱེད་པའི་ཟས་སོགས་རྙིང་ན་དེ་ལ་སྲིད་  
པས་བདེ་བ་ཅུང་ཟད་ཅམ་བསྐྱེད་པ་ཡོངས་སུ་སྲོང་ལ། མ་རྙིང་ན་དུག་བཅས་  
གྱི་ཟས་ལ་ཡང་ཡོངས་སྲོད་པ་མཐོང་བའི་ཕྱིར།

ཅ་བ། བསམ་མེད་བདག་ལ་ཆགས་པ་ཡིས། །

ཇི་ལྟར་རྙིང་བཞིན་ལ་འཇུག་སྟེ། །

བྱད་མེད་དག་ནི་མ་རྙིང་པར། །

དུད་འགྲོ་ལ་འདོད་སྲོད་མཐོང་བཞིན། །

སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་ཐ་མལ་པ་ཆོས་ཅན། བྱད་པར་ཅན་མ་རྙིང་ན་ཇི་ལྟར་རྙིང་  
པ་བཞིན་གྱི་བདེ་བའི་རྒྱ་ལ་འཇུག་སྟེ། ཐར་པའི་བདེ་བ་ལ་རྣམ་དཔྱོད་གྱི་  
བསམ་པ་མེད་ཅིང་། བདག་ལ་ཆགས་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མ་སྦངས་པའི་སྐྱེས་  
བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་འདོད་ལྡན་དག་བྱད་མེད་དག་མ་རྙིང་པར་དུད་  
འགྲོ་ལ་འདོད་པ་སྲོད་པ་མཐོང་བ་བཞིན་ནོ།

གཉིས་པ་༼ རོན་དགག་པ་ ༽ལག་སུམ།

རྟག་པའི་སྐྱེས་བྱས་སྒྱུག་བསྐྱེད་བསྐྱོམ་པ་མི་སྲིད། སྒྱུག་བསྐྱེད་དུ་  
བསྐྱོམ་པ་ཅམ་གྱིས་གྲོལ་ན་ཏུ་ཅང་ཐལ་བ། དབང་སོགས་སྒྱུན་ཅན་དུ་མཐོང་  
བ་ཅམ་གྱིས་དེ་ལ་ཞེན་པ་སྒྲིག་པ་ལ་མངོན་སུམ་གྱི་བསལ་བ་བསྟན་པའོ།



དང་པོ་༼ ཏྲག་པའི་སྐྱེས་བྱས་སྐྱུག་བསྐྱེལ་སྒྲོམ་བ་མི་སྤྱིད་བ་ ༽ལ་གཉིས།  
བདག་མི་ཏྲག་པར་ཐལ་བ་དང་།      བདག་ཡོད་ན་ཞེན་པའི་གཉེན་པོ་  
བསྟེན་པ་འབྲས་བུ་མེད་པའོ།།

དང་པོ་༼ བདག་མི་ཏྲག་པར་ཐལ་བ་ ༽ནི།  
ཅ་བ། བདག་ནི་འདོད་པ་གང་ཡིན་ཏེ། །  
ཇི་ལྟར་དེ་ནི་འཇིག་པར་འདོད། །  
གང་ཟག་གི་བདག་ནི་འདོད་པ་གང་ཡིན་པའི་སྐྱེས་བུ་དེ་ཆོས་ཅན། ཇི་  
ལྟར་སྐྱུག་བསྐྱེལ་བསྒྲོམས་པས་བདག་ཆགས་བྲལ་དུ་འགྱུར་བ་མི་སྤྱིད་པར་  
ཐལ། བདག་དེ་ནི་འཇིག་པར་འདོད་མི་རིགས་པའི་བྱིར།

ཅ་བ། སྤྱིང་བ་དང་ནི་ཐ་སྙད་དང་། །

ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་ཏེན་ལོག་པ། །

ཇི་ལྟར་ཞེན་པ་ཡིན་འདོད་དེ། །

ཞེན་པའི་རང་བཞིན་དེ་འབྲ་མིན། །

གྲོལ་བའི་བདག་ཆོས་ཅན། ཇི་ལྟར་བདག་སྐྱས་ཞེན་པ་ལྟར་གྱི་བདག་  
ཡིན་པར་འདོད་དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བདེ་སྐྱུག་སོགས་སྤྱིང་བ་དང་། སྤང་  
དོར་གྱི་ཐ་སྙད་དང་། བཅེ་བ་དང་ཤེས་རབ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་  
ཏེན་ཡིན་པ་ལོག་པའི་བྱིར། བྱའ་པར་ཐལ། བདག་སྐྱས་ཞེན་པའི་རང་བཞིན་  
གྱི་བདག་དེ་འབྲ་མིན་པར་བཅིང་གྲོལ་ཀུན་གྱི་གཞིར་ཏྲག་པར་ཁས་ལེན་

པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་༼ བདག་ཡོད་ན་ཞེན་པའི་གཉེན་པོ་བསྟན་པ་འབྲས་བུ་མེད་པ་ ༽ནི།

ཅ་བ། རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་བདག་འཛིན་ནི། །

བདག་ལ་ཆགས་པ་བརྟེན་པར་བྱེད། །

དེ་ནི་བདག་གིར་ཞེན་པ་ཡི། །

ས་བོན་གནས་སྐབས་དེ་ཉིད་གནས། །

གྲོལ་བའི་བདག་དེ་ནི་ཚུལ་ཅན། བདག་གིར་ཞེན་པའི་གནས་སྐབས་  
དེ་ཉིད་དུ་གནས་པར་ཐལ། རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་ལས་མ་འཕོས་  
པའི་བྱིར། ཐུབ་པར་ཐལ། དེ་བདག་ལ་ཆགས་པ་བརྟེན་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་  
ཡིན་ལ། དེ་ཉིད་བདག་གིར་ཞེན་པའི་ས་བོན་མ་ཐུ་ཅན་ཡིན་པའི་བྱིར།

ཅ་བ། བཙོན་ཡང་ཡོན་ཏན་ཆ་རྟེན་ནས། །

འཇུག་ལྡན་བདག་གི་བ་ལ་ནི། །

ཆགས་བྲལ་གོགས་བྱེད་པ་ཉིད་དང་། །

དེ་ཡི་སྒྲོན་ཡང་བསྐྱབས་པ་ཡིན། །

ཐར་འདོད་ཀྱི་སྒྲེས་བུ་ཚུལ་ཅན། བདག་འཛིན་མ་སྤངས་ན། བདག་གི་  
བ་སྐྱུག་བསྐྱལ་དུ་བསྒྲོམ་པ་ལ་བཙོན་ཡང་ཆགས་པ་གཏན་ཟད་དུ་མི་འགྱུར་  
བར་ཐལ། རང་རྒྱུད་ཀྱི་བདག་ལྟ་དེའི་དབང་གིས་བདག་གི་བ་ལ་ཆགས་བྲལ་  
དུ་འགྱུར་བའི་གོགས་བྱེད་ཅིང་། དེའི་སྒྲོན་ཡང་སྐྱབས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་

ཐལ། དེའི་དབང་གིས་བདག་གི་བའི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆ་གཟུང་བ་ལ་བརྟེན་ནས།  
དེ་ལ་ཆགས་པ་མངོན་གྱུར་དུ་འཇུག་ཅིང་སྐྱེ་བ་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར།

ཅ་བ། གལ་ཏེ་བདག་ལའང་ཆགས་བྱལ་ན། །

གལ་ཏེ་ཐར་པའི་གནས་སྐབས་ན་བདག་གི་བ་བཞིན་དུ་བདག་ལའང་  
ཆགས་པ་དང་བྱལ་ལོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། ད་ནི་ཆགས་བྱལ་གང་ཡིན་ཅེད། །

དེ་ནི་ངེ་ལྟར་བདག་འདོར་བ། །

སྐྱག་བསྐལ་བསྐྱོམ་པ་དོན་ཅེད་འགྱུར། །

ད་ནི་ཐར་པའི་གནས་སྐབས་ན་ཆགས་བྱལ་གྱི་བདག་གང་ཡིན་པ་  
དེ་ཡང་ཅེད་པར་ཐལ། དེ་ལ་ཞེན་པ་དོར་ནས་སྐྱས་ཀྱང་མི་ཤེས་པའི་ཕྱིར།  
འདོད་ན། གྲོལ་བའི་བདག་ཐོབ་ཕྱིར་དུ་སྐྱག་བསྐལ་བསྐྱོམ་པ་དོན་ཅེད་དུ་  
འགྱུར་བར་ཐལ། ཐར་འདོད་དེ་ནི་ངེ་ལྟར་བདག་གི་བ་བཞིན་དུ་ཕྱིས་བདག་  
ཀྱང་འདོར་བའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་༼ སྐྱག་བསྐལ་དུ་སྐྱོམ་པ་ཙམ་གྱིས་གྲོལ་ན་ཏ་ཅང་ཐལ་བ་ ༽ལ་གཉིས།  
ཏ་ཅང་ཐལ་བ་དངོས་དང་། གཞན་ལ་ཆགས་བྱལ་མི་སྲིད་པའོ།

དང་པོ་༼ ཏ་ཅང་ཐལ་བ་དངོས་ ༽ནི།

ཅ་བ། དེ་དག་སྐྱག་བསྐལ་བསྐྱོམས་པས་ཀྱང་། །

སྐྱག་བསྐལ་ཉིད་ནི་རྣམ་ཤེས་བྱེད། །

དེ་ནི་སྒར་ཡང་མངོན་སུམ་ཉིད། །

དེ་ལྟར་ན་ཡང་ཆགས་བྲལ་མེད། །

རྣལ་འབྱོར་པ་དེ་དག་ཆོས་ཅན། བདག་གི་བ་སྐྱུག་བསྐྱེད་དུ་བསྐྱོམས་  
པས་ཤེས་ཀྱང་དེ་ལྟར་ཡང་གཏན་ཆགས་བྲལ་དུ་དེ་ཙམ་གྱིས་འགྱུར་བ་  
མེད་པར་ཐལ། སྐྱུག་བསྐྱེད་ཉིད་རྣམ་པར་ཤེས་པ་བྱེད་པ་དེ་ནི་མ་སྐྱོམ་པའི་  
སྒར་ཡང་ནད་ལ་སོགས་པས་ཟིན་པའི་ཆེ་མངོན་སུམ་ཉིད་དུ་མཐོང་བའི་  
ཕྱིར། གལ་ཏེ་སྒར་བདེ་བ་བསྐྱེད་པའི་རྒྱ་ལ་ཡང་ཉེས་པ་མཐོང་ན་ཆགས་  
བྲལ་དུ་འགྱུར་བ་མཐོང་བའི་ཕྱིར། སྐྱུག་བསྐྱེད་བསྐྱོམ་པ་ཆགས་བྲལ་གྱི་རྒྱ་  
ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། གལ་ཏེ་དེ་ལ་ཉེས་པ་ཡིས། །

སྐད་ཅིག་དེ་ཡི་སྒོ་ལོག་ཀྱང་། །

དེ་ལ་ཆགས་བྲལ་མི་འགྱུར་ཏེ། །

འདོད་ལྡན་བྱད་མེད་གཞན་ལ་བཞིན། །

བདག་ལ་ཆགས་པའི་སྐྱེས་བུ་ཆོས་ཅན། གལ་ཏེ་ཡུལ་དེ་ལ་ཉེས་པ་  
མཐོང་བ་ཡིས་གཏན་ཆགས་བྲལ་དུ་མི་འགྱུར་བར་ཐལ། ཉེས་པ་མཐོང་བའི་  
སྐད་ཅིག་དེ་ཙམ་ལ་ཆགས་པ་དེ་ཡི་སྒོ་ལོག་ཀྱང་ཡང་དེ་ལ་ཆགས་པ་སྐྱེ་  
བའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་འདོད་ལྡན་བྱད་མེད་གཅིག་ལ་ཉེས་པ་མཐོང་བའི་ཆེ་  
ཆགས་པ་དང་བྲལ་ཡང་བྱད་མེད་གཞན་ལ་ཆགས་པ་སྐྱེ་ཞིང་། ཡང་ཅིག་  
ཤོས་ལ་སྐྱེ་བ་བཞིན་ནོ། །དེ་ཆོས་ཅན།

ཅ་བ། སྤང་དང་དོར་བྱའི་བྱང་ཡོད་ན། །

གཅིག་ལས་བྱང་བའི་ཆགས་གང་ཡིན། །

དེ་ཉིད་ནམ་གངས་ཀྱིས་བསྐྱེད་ཆོ། །

ཆགས་པ་ཀུན་གྱི་ས་བོན་ཡིན། །

ཡུལ་གང་ལ་ཡང་ཆགས་པ་གཏན་ཟད་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཡུལ་གཅིག་ལ་སྤང་བྱ་དང་དོར་བྱར་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཞེན་པའི་བྱང་པར་ཡོད་པའི་སྤྱིར། བྱང་པར་ཐལ། ཡུལ་གཅིག་ལ་དམིགས་ནས་བྱང་བའི་ཆགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་སྐྱེན་གྱི་ནམ་གངས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་ཆེ་རང་འབྲས་ཆགས་པ་ཀུན་གྱི་ས་བོན་ཡིན་པའི་སྤྱིར།

གཉིས་པ་༼ གཞན་ལ་ཆགས་བྱལ་མི་སྤྱིར་བ་ ༽ནི།

བདག་ལ་ཆགས་པ་ཆོས་ཅན། མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཆགས་པ་དང་བྱལ་བར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ཅ་བ། སྐྱོན་མེད་ཡུལ་ཅན་ཆགས་པ་དང་། །

སྐྱབ་བྱེད་ཀྱང་ནི་སྐྱོན་མེད་ཡིན། །

བདག་སྐྱོན་མེད་དེ་དོན་གཉིར་གྱི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར། སངས་རྒྱལ་དོན་དུ་གཉིར་བ་ལྟར་རོ། ། དབང་སོགས་ཀྱང་ནི་ཆོས་ཅན། སྐྱོན་མེད་ཡིན་པར་ཐལ། བདག་སྐྱོན་མེད་དེའི་བདེ་བ་སྐྱབ་བྱེད་ཡིན་པའི་སྤྱིར། རྒྱལ་བ་དགེས་པའི་མཆོད་བ་ལྟར་རོ། །

ཅ་བ། འགྲོ་བའང་དེ་ཙམ་ཉིད་ཡིན་ན། །

ད་ནི་གང་ལ་ཆགས་བྲལ་འགྱུར། །

དེར་དེ་སྐྱོན་བཅས་ཀྱང་ཡིན་ན། །

ད་ནི་བྱེ་བྲག་པ་ཆོས་ཅན། གང་ལ་ཡང་ཆགས་པ་དང་བྲལ་བར་འགྱུར་  
བ་མི་འཐད་པར་ཐལ། བདག་དང་དེའི་ཡུལ་ཅན་དང་། བདག་གི་བ་གསུམ་ག་  
སྐྱོན་མེད་ཡིན་ལ། འགྲོ་བ་འཁོར་བར་འཆིང་བར་བྱེད་པའང་རྒྱ་དེ་ཙམ་ཉིད་  
དུ་ངེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འཁོར་བའི་གནས་དེར་བདག་གི་བ་དེ་སྐྱོན་བཅས་  
ཀྱང་ཡིན་ཏེ། དེས་སྤྱག་བསྐྱེད་བསྐྱེད་བའི་ཕྱིར་ཅེ་ན།

ཅ་བ། ད་ནི་བདག་ལའང་མཚུངས་པ་ཡིན། །

དེར་དེའི་སྐྱོན་ལ་ཆགས་བྲལ་མེད། །

བདག་ཀྱང་སྐྱོན་ཅན་དུ་ཐལ། སྤྱག་བསྐྱེད་བ་དེ་ནི་བདག་ལའང་  
མཚུངས་པའི་ཕྱིར། དེ་ནི་ཡུལ་གང་ལ་ཡང་སྐྱེས་བྱེད་ཆགས་པ་དང་བྲལ་  
བར་མི་འགྱུར་བར་ཐལ། འཁོར་བའི་གནས་དེར་བདག་དེའི་སྐྱོན་མཐོང་  
ཡང་། དེ་ལ་ཆགས་པ་དང་བྲལ་བར་བྱ་བ་ཉིད་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་༽ དབང་སོགས་སྐྱོན་ཅན་དུ་མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་དེ་ལ་ཞེན་པ་ལྡོག་པ་ལ་མངོན་སུམ་གྱི་བསལ་བ་

བསྟན་པ་ ༽ལ་གཉིས།

སྐྱོན་མཐོང་བ་ཙམ་ཞེན་པ་ལྡོག་བའི་རྒྱ་མ་ཡིན། དབང་སོགས་ལ་ངི་  
ལྟར་ཡོད་པའི་སྐྱོན་མཐོང་བ་ཡང་མི་སྲིད་པའོ།།



དང་པོ་༼ གློན་མཐོང་བ་ཅམ་ཞེན་པ་ལྷོག་པའི་རྒྱ་མ་ཡིན་པ་ ༽ནི།

ཅ་བ། ཡོན་ཏན་མཐོང་བ་ལས་བྱུང་བའི། །

ཞེན་པ་ཉེས་པ་མཐོང་བས་འཇིག།

ཆང་ལ་ཆགས་པ་ཆོས་ཅན། ཆང་ལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཉེས་པ་མཐོང་  
བས་བྲོད་འཇིག་ཅིང་འདོར་བར་འགྱུར་ཏེ། བྲོད་ཆང་གི་ཡོན་ཏན་མཐོང་བ་  
ལས་བྱུང་བའི་ཞེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཅ་བ། དེ་ལྟར་དབང་སོགས་ལ་དེ་མིན། །

བྱིས་སོགས་ལ་ཡང་མཐོང་བྱིར་དང་། །

གློན་ལྡན་ལ་ཡང་ཡོད་བྱིར་དང་། །

ཡོན་ཏན་ལྡན་ཡང་གཞན་དག་ལ། །

མེད་བྱིར་འདས་པ་ལ་སོགས་པ། །

བདག་གི་བ་ལ་མེད་བྱིར་རོ། །

དེ་ལྟར་དབང་སོགས་ལ་ཞེན་པ་དེ་དེའི་ཡོན་ཏན་མཐོང་བ་ཁོ་ནས་  
འབྱུང་བ་མིན་པར་ཐལ། གློན་ཡོན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་མི་ཤེས་པའི་བྱིས་པ་སོགས་  
ལའང་ཞེན་པ་དེ་མཐོང་བའི་བྱིར་དང་དབང་པོ་གློན་ཅན་ལ་ཡང་ཞེན་པ་ཡོད་  
པའི་བྱིར་དང་། ཡོན་ཏན་ལྡན་ཡང་གཞན་གྱི་མིག་སོགས་དག་ལ་རང་གི་  
མིག་སོགས་སྲུ་ཞེན་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཡོན་ཏན་ཅན་ཡིན་ཡང་། སྒར་རང་  
གིས་བདག་གི་བར་གཟུང་བའི་འདས་པའི་སྐྱ་ལ་སོགས་པ་དག་ལ་ད་ལྟ་

བདག་གི་བར་ཞེན་པ་མེད་པའི་ཕྱིར།

ཅ་བ། དེ་ཉིད་ཕྱིར་ན་བདག་གི་བའི། །

སྒྲི་རྒྱུ་ཡང་ཡོན་ཏན་མཐོང་བས་མིན། །

དེ་ཕྱིར་ཡོན་ཏན་མིན་མཐོང་བས། །

དེ་ཡང་སྒྲིང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་དབང་སོགས་བདག་གི་བར་ཞེན་པའི་སྒྲིའི་རྒྱུ་ཡང་ཡོན་ཏན་  
མཐོང་བ་ཁོ་ནས་བྱས་པ་མིན་པར་ཐལ། དེ་ལ་རྗེས་སུ་འགྲོ་ལྟོག་འབྱུང་བ་དེ་  
ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཡོན་ཏན་ཅན་མིན་པའི་སྒྲིའི་ཅན་དུ་མཐོང་བས་ཞེན་  
པ་དེ་ཡང་སྒྲིང་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པ་དེའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་༼ དབང་སོགས་ལ་རྗེ་ལྟར་ཡོད་པའི་སྒྲིའི་མཐོང་བ་ཡང་མི་སྲིད་པ་ ༽ནི།

དབང་སོགས་སྐྱུག་བསྐྱེད་དུ་བསྒྲིམས་པས་སྒྲིའི་ཅན་དུ་མཐོང་བའི་  
ངེས་པ་ཡང་མེད་པར་ཐལ།

ཅ་བ། གཞན་ཡང་ཡོད་མིན་ཡོན་ཏན་ནི། །

སྒྲི་འདོགས་ཆགས་པས་དེར་ཡང་མཐོང་། །

གཞན་ཡང་དེ་ལ་ཡོད་པ་མིན་པའི་ཡོན་ཏན་སྒྲི་འདོགས་པའི་ཆགས་  
པས་ཡོན་ཏན་ཅན་དེར་ཡང་མཐོང་བའི་ཕྱིར།

དོན་བསྐྱེད་ནི།

ཅ་བ། དེས་ན་དེ་རྒྱ་གཞི་མེད་ཅན། །

བསྐྱབས་པས་དེ་ལ་ངེ་ལྟར་གཞོན། །

བདག་གི་བ་སྐྱུག་བསྐྱུག་གི་སྐྱུག་བསྐྱུག་དུ་བསྐྱོམས་པས་བདག་གི་  
བར་ཞེན་པ་དེ་ལ་ངེ་ལྟར་ཡང་གཞོན་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་བསྐྱོམས་པས་  
ཞེན་པ་དེའི་རྒྱ་ལ་གཞོན་པ་མེད་པ་ཅན་བསྐྱབ་པ་ཙམ་དུ་ཟད་པའི་ཕྱིར་ཏེ།  
བདག་འཇོན་ལ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་གཞོན་པ་དེས་ནའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ ༼ གངས་ཅན་གྱི་ལྷགས་དགག་པ་ ༽ ལ་གསུམ།

རང་བཞིན་དང་སྐྱེས་བུ་ཐ་དད་དུ་ཤེས་པ་ཙམ་གྲོལ་ལམ་དུ་མི་འཐད།  
སྐྱུག་བསྐྱུག་གི་སྐྱུག་བསྐྱུག་གིས་ཡིད་གདུངས་པ་ཆགས་བྲལ་གྱི་རྒྱར་མི་  
འཐད། ཆགས་བྲལ་གྱི་རང་བཞིན་ངོས་གཟུང་བའོ།

དང་པོ་ ༼ རང་བཞིན་དང་སྐྱེས་བུ་ཐ་དད་ཤེས་པ་ཙམ་གྲོལ་ལམ་དུ་མི་འཐད་པ་ ༽ བློ།

གངས་ཅན་ན་རེ་ཁོ་བོ་ཅག་ལྟར་ན། དབང་སོགས་ཡོན་ཏན་ཅན་དུ་  
མཐོང་བ་འཁོར་བའི་རྒྱ་དང་། སྐྱོན་ཅན་དུ་མཐོང་བ་ཐར་པའི་ལམ་དུ་ཁས་  
མི་ལེན་གྱི། འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། བདེ་སོགས་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་། སྐྱེས་བུ་གཉིས་  
སྐྱོས་གཅིག་ཏུ་ཞེན་པའི་ཆགས་པ་འཁོར་བའི་རྒྱ་ཡིན་ལ་དེ་གཉིས་སོ་སོར་  
ཤེས་པས་སྐྱེས་བུ་རང་ཉིད་ཀྱི་སྒོ་འདོར་བའི་ཕྱིར། སྐྱེས་བུ་ཆགས་བྲལ་དུ་  
འགྱུར་བས་བདེ་སོགས་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་སྐྱེས་བུ་ཐ་དད་དུ་མངོན་སུམ་དུ་  
ཤེས་པ་ཉིད་ཐར་ལམ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། རང་བཞིན་དང་སྐྱེས་བུ་ཐ་དད་དུ་མངོན་  
སུམ་དུ་ཤེས་པ་ཙམ་གྱིས་སྤིད་པ་ལས་གྲོལ་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ཅ་བ། མཆོག་གཞན་དོན་དུ་གཉེར་སྒྱེར་དང་། །

སྒྱེ་འཇིག་སྒོ་ཅན་ཉིད་ཀྱི་སྒྱེར། །

སྒྱེ་བོ་འདི་ཡིས་དབང་སོགས་ལས། །

བདག་ནི་ཐ་དད་གྱུར་པར་ཤེས། །

ལམ་ལ་མ་སྦྱངས་པའི་བྱིས་པའི་སྒྱེ་བོ་འདི་ཡིས་རང་གི་དབང་པོ་དང་།  
བདེ་སོགས་ཀྱི་རང་བཞིན་ལས་སྒྱེས་བྱ་བདག་ཉིད་ཐ་དད་དུ་གྱུར་པར་ཤེས་  
པའི་སྒྱེར། དེར་ཐལ། སྒྱེས་བྱ་བདག་ཉིད་དོན་དུ་གཉེར་བ་པོར་ཞེན་ནས།  
ད་ལྟར་གྱི་དབང་པོ་དང་བདེ་བ་ལས་མཆོག་དུ་གྱུར་པ་གཞན་དོན་དུ་གཉེར་  
བའི་སྒྱེར་དང་། རང་ཉིད་སྒྲ་སྒྱི་གཅིག་དུ་གཟུང་ནས། རང་གི་བདེ་སོགས་སྒྱེ་  
འཇིག་བྱེད་པར་རྟོགས་པའི་སྒོ་ཅན་ཉིད་ཀྱི་སྒྱེར།

ཅ་བ། དེ་སྒྱེར་གཅིག་ཉིད་མཐོང་བས་ཀྱང་། །

ཆགས་མིན་བདག་ལ་ཆགས་པ་དེ། །

རང་བཞིན་དང་སྒྱེས་བྱ་གཅིག་ཉིད་དུ་སྒོས་མཐོང་ཞིང་ཞེན་པ་ཅ་མ་  
གྱིས་ཀྱང་སྲིད་པར་ཆགས་པ་མིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་ཐ་དད་དུ་ཤེས་པ་  
ཅ་མ་གྲོལ་བའི་རྒྱར་མི་འཐད་པ་དེའི་སྒྱེར། རང་བཞིན་ནི། སྒྲོག་དུ་གྱུར་པའི་  
གཙོ་བོ་ལ་ཟེར་མོད། སྒྱེས་བྱ་དང་བདེ་སོགས་ཐ་དད་དུ་ཤེས་ན་བདེ་སོགས་  
ཀྱི་རང་བཞིན་དང་ཡང་ཐ་དད་དུ་ཤེས་ཀྱས་སོ། །ཞེན་བྱེད་ཀྱི་སྒོ་དང་རང་  
བཞིན་གཉིས་བཅའ་པོ་དང་། སྒྱེས་བྱ་རིག་པར་འདོད་དོ། ། དེས་ན་བདག་ལ་  
ཆགས་པ་དེ་ཆོས་ཅན། རང་འབྲས་འཁོར་བའི་སྐྱག་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱ་ཡིན་ཏེ།

ཅ་བ། དམིགས་པའི་ནང་གི་ཡན་ལག་ལ། །

ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་རྗེས་ཆགས་འགྱུར། །

ཁྱོད་ཀྱི་རང་སྟོབས་ཀྱིས་གཟུགས་སོགས་ལ་དམིགས་པའི་ནང་གི་  
ཡན་ལག་མིག་སོགས་དབང་པོ་ལ་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་རྗེས་སུ་ཆགས་པ་འདྲེན་  
པར་འགྱུར་ཞིང་། ཁྱོད་བདག་འཛིན་ཀྱི་རང་སྟོབས་ལས་དངས་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་༼ སྤྱག་བསྐྱལ་གྱི་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱིས་ཡིད་གདུངས་པ་ཆགས་བྲལ་གྱི་རྒྱུར་མི་འཐད་པ་༽ནི།

སྤྱག་བསྐྱལ་བསྐྱོམས་པས་གྲོལ་བར་འགྱུར་ཏེ། སྤྱག་བསྐྱལ་གྱིས་  
གདུངས་པའི་ཆེ་ཡིད་འབྱུང་ཞིང་སྐྱོ་ནས་ཆགས་བྲལ་དུ་འགྱུར་བ་མཐོང་  
བའི་ཕྱིར་ཅེ་ན།

ཅ་བ། གང་ཞིག་ད་ལྟར་སྤྱག་བསྐྱལ་བས། །

ཡིད་འབྱུང་དེ་འདྲ་སྤང་ཡིན་གྱི། །

ཆགས་བྲལ་མ་ཡིན་དེ་ཆེ་ཡང་། །

ཆགས་ཡོད་སྐབས་གཞན་འཆོལ་ཕྱིར་རོ། །

སྐྱེས་བུ་གང་ཞིག་ད་ལྟར་ཆོར་བ་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱི་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱིས་  
གདུངས་པས་སྐྱེས་པའི་ཡིད་འབྱུང་དེ་འདྲ་ཆོས་ཅན། ཞེ་སྤང་དང་མཚུངས་  
ལྡན་ནམ་དེའི་རྒྱ་ཡིན་གྱི་ཆགས་བྲལ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་སྐྱེས་པ་དེའི་  
ཆེ་ཡང་ཁྱོད་རྒྱུད་ལྡན་གྱི་སྐྱེས་བུ་དེ་ལ་ཆགས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
བདེ་བའི་གནས་སྐབས་གཞན་ལ་སྤྱག་པར་ཆགས་ནས་འཆོལ་བའི་ཕྱིར།

ཞེ་སྒྲུང་རྒྱུན་དུ་སྐྱེས་ན་ཆགས་པ་སྐྱེ་བའི་སྐྱབས་བཅོམ་པས་ཆགས་བྲལ་དུ་  
འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། ཞེ་སྒྲུང་ཅན་གྱི་སྐྱེས་བྱ་ཆོས་ཅན། ཞེ་སྒྲུང་སྐྱེས་པ་ཅམ་གྱི་  
ཆགས་བྲལ་དུ་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ཅ་བ། ཞེ་སྒྲུང་སྐྱུག་བསྐྱལ་རྒྱ་ཅན་གྱིར། །

དེ་ནི་དེ་སྤྱིད་ཅམ་དུ་གནས། །

དེ་ལོག་ན་ནི་རང་ཉིད་གྱི། །

རང་བཞིན་ཉིད་ལ་སྦྲར་རྟེན་འགྱུར། །

ཞེ་སྒྲུང་དེ་ནི་ཆོར་བ་སྐྱུག་བསྐྱལ་དེ་སྤྱིད་ཅམ་དུ་གནས་གྱི་དེ་ལོག་ན་  
རང་ཉིད་གྱི་ཆགས་ཅན་གྱི་རང་བཞིན་ཉིད་ལ་སྦྲར་བཞེན་པར་འགྱུར་བའི་  
གྱིར། ཉགས་སྒྲུལ་ཐར་ཐལ། དེ་ཆོར་བ་སྐྱུག་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱ་ཅན་ཡིན་པའི་  
གྱིར།

གསུམ་པ་༼ ཆགས་བྲལ་གྱི་རང་བཞིན་ངོས་གཟུང་བ་ ༽ནི།

འོ་ན་བྲིད་རང་སྟར་ན་ཆགས་བྲལ་གང་ཡིན་ཞེ་ན།

ཅ་བ། སྒྲང་དང་དོར་བྱ་སྒྲངས་པའི་གྱིར། །

ཐམས་ཅད་ལ་ནི་མཉམ་སྟོབས་ཅན། །

ཅན་དན་སྟེ་བྱ་མཆུངས་པ་ལ། །

ཆགས་བྲལ་ཞེས་ནི་བརྗོད་པ་ཡིན། །

དགྲ་བཅོམ་པ་ཆོས་ཅན།

ཆགས་བྲལ་ཞེས་ནི་བརྗོད་པ་ཡིན་ཏེ།



གཡས་གཡོན་ནས་ཅ་རྒྱན་གྱི་ལྷོ་གྲུས་བྱུགས་པ་དང་སྟེ་འུས་གཙོང་པ་ཐམས་  
ཅད་ལ་རྗེས་ཆགས་དང་ཁོང་ཁྱོད་པར་སྤངས་པའི་སྒོ་ནས་མཉམ་སྦྲུམས་  
པ་ཅན་དུ་མཆུངས་པའི་སྦྱེས་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྤང་བྱ་དང་དོར་  
བྱའི་ཆགས་སྤང་བཤ་སྤངས་པའི་སྦྱེས་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་༼ སྤྱག་བསྐྱེད་སྒོམ་པར་གསུངས་པ་དང་འགལ་བ་སྤང་བ་ ༽ནི།  
འོ་ན་བཙུག་ལྷན་འདས་ཀྱིས་སྤྱག་བསྐྱེད་བསྒོམ་པར་གསུངས་པ་རི་  
ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཅམ་ལ་དགོངས་ནས་གསུངས་  
པ་མ་ཡིན་ཏེ།

ཅ་བ། འདུ་བྱེད་སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་དགོངས་ནས། །

སྤྱག་བསྐྱེད་བསྒོམས་པར་གསུངས་པ་ཡིན། །

རེད་ཀྱི་དེ་ཡང་རྒྱུན་ལས་སྦྱེས། །

སྤྱི་པ་མཐའ་དག་གིས་ཡིད་འབྱུང་བའི་ཆེད་དུ་བྱའ་བ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་  
སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་དགོངས་ནས་སྤྱག་བསྐྱེད་བསྒོམ་པར་གསུངས་པ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། རེད་ཀྱི་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་དེ་ཡང་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ལྟར་བདག་  
ཉག་པ་ལ་བརྟེན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རང་རྒྱུ་ལས་ཉོན་ཀྱི་རྒྱུན་ལས་སྦྱེས་པའི་  
ཕྱིར།

ཅ་བ། དེ་ནི་བདག་མེད་ལྟ་ཉོན་ཡིན། །

དེ་འདྲའི་སྤྱག་བསྐྱེད་སྒོམ་པའི་སྒོ་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། སྤྱི་པ་ལས་དངོས་

སྤྱ་གྲོལ་བའི་ལམ་དུ་འདོད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ལྟ་བ་  
བསྐྱེད་པའི་རྟོན་ནམ་ཐབས་དམ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྤིང་པ་ལས་དངོས་སྤྱ་  
གྲོལ་བའི་ལམ་མིན་ཡང་ངེས་པར་སྒྲོམ་དགོས་ཏེ།

ཅ་བ། སྟོང་ཉིད་ལྟ་བས་གྲོལ་བར་འགྱུར། །

སྒྲོམ་པ་ལྟག་མ་དེ་དོན་ཡིན། །

སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལྟ་བ་གོམས་པས་སྤིང་པ་ལས་དངོས་སྤྱ་གྲོལ་  
བར་འགྱུར་ལ། བསྒྲོམ་པ་ལྟག་མ་འདུས་བྱས་མི་རྟག་པར་རྟོགས་པ་དང་།  
ཟག་བཅས་སྤྱག་བསྐྱེད་དུ་རྟོགས་པ་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དེའི་  
ཐབས་ཀྱི་དོན་དུ་ངེས་པར་སྒྲོམ་དགོས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཅ་བ། དེ་ཕྱིར་མི་རྟག་ལས་སྤྱག་བསྐྱེད་ལ། །

སྤྱག་བསྐྱེད་ལས་ནི་བདག་མེད་གསུངས། །

དེས་ན་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་འདུས་བྱས་མི་རྟག་པར་རྟོགས་པ་  
ལས་ཟག་བཅས་སྤྱག་བསྐྱེད་དུ་རྟོགས་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེད་དུ་རྟོགས་པ་  
ལས་བདག་མེད་རྟོགས་པ་འབྱུང་བར་གསུངས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། སྤར་  
བཤའ་པའི་ཐབས་དང་ཐབས་བྱུང་དེ་ལྟར་གནས་པས་གསུངས་པ་དེའི་ཕྱིར།  
མདོ་ལས། དགེ་སྟོང་དག་གཟུགས་རྟག་པ་ཡིན་ནམ། མི་རྟག་པ་ཡིན། བཅུན་  
པ་མི་རྟག་པ་ལགས་སོ། གང་མི་རྟག་པ་དེ་སྤྱག་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ནམ་བདེ་བ་  
ཡིན། བཅུན་པ་སྤྱག་བསྐྱེད་པ་ལགས་ཏེ། གང་མི་རྟག་པ་དེ་སྤྱག་བསྐྱེད་པ་  
རྣམ་པར་འགྱུར་བའི་ཚོས་ཅན་ལགས་སོ། ། དེ་ལ་འདི་ནི་ངའི་འོ། འདི་ནི་ང་

ཡིན་ནོ། །འདི་ནི་ངའི་བདག་གོ་ཞེས་པ་སྟར་རུང་ངམ། བཙུན་པ་མ་ལགས་སོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

གོ་རིམ་དེ་སྟར་ངེས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། སྟུག་བསྐལ་མི་རྟག་པར་རྟོགས་པའི་ལག་རྒྱུ་ལ་རང་དོན་གྱི་མཐར་ཐུག་པའི་ཡིད་བརྟན་རུང་བའི་ཆ་ཡིན་པ་སྟོག་པར་བྱེད་ལ། ཟག་བཅས་སྟུག་བསྐལ་དུ་རྟོགས་པས་ཡིད་འབྱུང་འདྲན་པར་བྱེད་དོ། །

སྟར་བདག་གི་བདེ་བ་ཐོབ་བྱུང་འདྲིན་པ་དང་། དེ་རྟག་པར་འདྲིན་པ་གཉིས་ཆོགས་པ་ལས། བདེ་བ་དེ་འགྱུར་མེད་གྱི་ཡིད་བརྟན་དུ་རུང་བའི་གནས་སུ་འདྲིན་པ་ཡོད་ལ། བདེ་བ་དེ་ནམ་མི་རྟག་པར་རྟོགས་པ་ན། དེ་ཉིད་གྱིས་སྟུག་བསྐལ་གྱི་སྟོ་འདྲན་པར་བྱེད་ལ། ཡང་ཁམས་གོང་མའི་ཟག་བཅས་གྱི་ཉིང་ངེ་འདྲིན་ལ། རང་དུས་ནས་བྱིམ་འབར་བའི་ནང་དུ་ཆུད་པ་སྟུ་བྱའི་ཡིད་འབྱུང་གི་སྟོ་སྟེ་བ་ནི་སྤྱི་བའི་མི་རྟག་པར་རྟོགས་པ་སྟོན་དུ་སོང་བ་ལ་ངེས་པར་བསྟོས་སོ། །

ལས་དང་ཉོན་མོངས་པའི་གཞན་དབང་ཅན་དུ་ཁོང་དུ་ཆུད་པ་ན་རང་དབང་བའི་གང་ཟག་མེད་པར་ཡང་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་འགྱུར་རོ། །རགས་པའི་མི་རྟག་པ་དང་སྟུག་བསྐལ་བ་དང་བདག་མེད་པ་གསུམ་གྱི་གོ་རིམས་ནི་གོ་བར་ཟད་དོ། །

གསུམ་པ་༼ བདག་འདྲིན་མ་སྤངས་པར་བདག་གི་བ་ལ་ཆགས་བྲལ་མི་སྤིང་པ་༽ །ལ་དོན་བསྐྱུ་བ་ནི།

ཅུ་བ། ཆགས་བྲལ་མིན་དང་སྤིང་སྤྱན་དང་། །

ཚུམ་པ་ཀུན་ལ་བརྟེན་པ་དེ། །

ཉོན་མོངས་ལས་ལས་གྲོལ་མ་ཡིན། །

དེ་འདྲ་འཁོར་བ་པ་ཞེས་བྱ། །

གྲོལ་བའི་བདག་ཚེས་ཅན། སྲིད་པ་དང་ལྡན་པར་ཐལ། བདག་ལ་  
ཆགས་པ་དང་བྲལ་བ་མིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སྤང་དོར་གྱི་ལས་ཀྱི་ཚུམ་པ་  
ཀུན་ལ་བརྟེན་པར་ཐལ། འདོད་ན། ཉོན་མོངས་པ་དང་ལས་ལས་གྲོལ་བ་མ་  
ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པ་སྤྲ་མ་གཉིས་ཀྱི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེ་འདྲ་འཁོར་བ་པ་  
ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱུས་བྱ་གང་ཞིག་འདོད་པ་དེའི་ཕྱིར།  
གཉིས་པ་སྲིད་ན་གྲོལ་བའི་བདག་ཁས་སྤངས་པ་དགོས་པ་མེད་པ་ནི།

ཅ་བ། བདག་གི་ཉིད་ནི་མི་འདོད་ན། །

དེ་ཡི་བླ་བ་པོ་ཡང་མེད། །

བྱ་དང་ལོངས་སྤྱོད་མཆན་ཉིད་ཅན། །

དེ་ཆེ་དེ་ཡི་བདག་ཀྱང་མེད། །

དེ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་དུས་དེའི་ཆེ་བདག་གི་བ་དེ་ཡི་བླ་བ་པོ་ཡང་མེད་  
པར་ཐལ། བཟའ་བྱ་བདག་གི་བ་ཉིད་ནི་མི་འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དེའི་  
བདག་ཀྱང་མེད་པར་ཐལ། འདོད་པ་དེའི་ཕྱིར། ཐུབ་པར་ཐལ། བདག་རྟག་པ་  
གཅིག་པོ་དེ་ཉིད་རྒྱ་ལས་བྱེད་པའི་བྱ་བ་ཅན་དང་འབྲས་བྱ་ལོངས་སྤྱོད་པའི་  
མཆན་ཉིད་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་། རེས་ན་འཇིག་ལྟ་སྤྱོད་དགོས་པར་བསྟན་པ་ ་ཞེ་ནི།  
གྲོལ་བ་འདོད་པ་དག་ཅེས་བརྟེན་བས་བོས་ནས།  
ཙ་བ། དེ་ཕྱིར་གྲོལ་འདོད་ཐོག་མེད་པའི། །  
རྒྱ་ཅན་རིགས་མ་ཐུན་ས་བོན་ལས། །  
བྱུང་བའི་འཇིག་ཆོག་ས་ལྟ་བ་དག །  
ཙ་བ་ཉིད་ནས་འབྱུང་བར་གྱིས། །

ཐར་པ་ཐོབ་པར་འདོད་ན། འཇིག་ཆོག་ས་ལ་བསྟན་པ་དག་ཙ་བ་ཉིད་ནས་  
དབྱུང་བར་གྱིས་ཤིག་སྟེ་དབྱུང་རིགས་པར་ཐལ། འཇིག་ལྟ་འཁོར་བའི་ཙ་བ་  
ཡིན་ཞིང་། བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དེའི་དངོས་གཉེན་དུ་བསྐྱབ་པ་  
དེའི་ཕྱིར། འཇིག་ལྟ་ཆོས་ཅན། རྒྱ་མེད་དང་མི་མ་ཐུན་པའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་  
མིན་ཏེ། ཐོག་མ་མེད་པའི་རྒྱ་ཅན་གྱི་རང་གི་རིགས་མ་ཐུན་པའི་ས་བོན་ལས་  
བྱུང་བའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་། རབ་ད་ལྷག་གི་བཀའ་ལུང་ཙ་བ་གྲོལ་ལམ་དུ་མི་བྱུང་བ་ ་ཞེ་ནི་གསུམ།  
དབང་ལྷག་གིས་ཐར་ལམ་དབང་བསྐྱར་བའི་ཆོ་ག་གྲོལ་ལམ་ཡིན་པའི་  
སྐྱབ་བྱེད་དག་གཞན་བྱེད་བཟོད། བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་གྲོལ་  
ལམ་དུ་བསྐྱན་པའོ།

དང་པོ་། རབ་ད་ལྷག་གིས་ཐར་ལམ་དབང་བསྐྱར་བའི་ཆོ་ག་གྲོལ་ལམ་ཡིན་པའི་སྐྱབ་བྱེད་དག་ག་པ་ ་ཞེ་ནི།  
ཙ་བ། ལུང་ནི་དེ་ལྟའི་དངོས་ཡིན་པའི། །

རྒྱ་མ་མཐོང་བ་རྣམས་ལ་ནི། །

ལུང་ཙམ་གྱིས་ནི་གྲོལ་བར་ཡང་། །

སྤྱོད་ཡོངས་སུ་མགུ་བྱེད་མིན། །

ལུང་ལས་བཤད་པའི་ཚིག་ཙམ་གྱིས་གྲོལ་བར་སྤྱོད་པ་ཡང་རྟོག་ལྟར་  
ཡོངས་སུ་མགུ་བྱེད་མིན་པར་ཐལ། དབང་བསྐྱར་གྱི་ཚིག་ཙམ་གྱིས་གྲོལ་  
བར་སྟོན་པའི་ལུང་ནི་རང་གི་བརྗོད་བྱའི་དོན་ལ་མི་འབྲུལ་བ་དེ་ལྟ་བུའི་  
དངོས་པོ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་མ་མཐོང་བའི་ཕྱིར། རྣམས་ནི་གཞན་ཡང་  
མཚོན་པའོ། །ཏ་ཙང་ཐལ་བ་ནི། ལུང་དེ་ལས་བཤད་པའི་སྤྲུགས་ས་བོན་ལ་  
བཏབ་པས་སྤྱོད་པ་ལྟར། བརྗོད་བྱ་ལ་མི་འབྲུལ་ལོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། ས་བོན་སོགས་གྲུབ་ཚོ་ག་ནི། །

སྤྱིས་བྱ་མི་སྤྱིད་པར་རྒྱས་མིན། །

ཏིལ་མར་བསྐྱས་དང་མེས་བསྐྱེད་སོགས། །

བདག་ཀྱང་གྲོལ་བར་ཐལ་བྱེད་རོ། །

ས་བོན་སོགས་གྱིས་སྤྱོད་པར་གྲུབ་པའི་ཚིག་མཐོང་བས།  
དབང་སྤྲུག་གི་དབང་བསྐྱར་ཐོབ་མ་ཐག་སྤྱིས་བྱ་ཡང་སྤྱིད་དུ་མི་སྤྱིད་པར་  
བྱེད་རྒྱས་པ་མིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ལུས་ལ་ཏིལ་མར་བསྐྱས་པ་དང་མེས་  
བསྐྱེད་སོགས་ལས་ཀྱང་གྲོལ་བར་ཐལ་བའི་ཕྱིར།

ཅ་བ། སྤྱི་བདག་བྱིས་ཡང་བྱེད། །



སྒྲིག་པ་བཙུག་པར་བྱས་པ་མིན། །

འདི་ཡི་ལྷ་ཉིད་མེད་འགྱུར་གྱི། །

ལུས་ཅན་མིན་སྒྲིག་སྒྲིག་མིན། །

དེ་བཞིན་དུ་སྒྲིག་སྒྲིག་གི་མེས་སེམས་ཀྱི་སྒྲིག་པ་བཙུག་པར་བྱས་པ་  
མིན་པར་ཐལ། སྒྲིག་སྒྲིག་གི་མེས་ལུས་གདུངས་པས་སྒྲིག་སྒྲིག་ཁར་སྒྲིག་བ་  
དག་སྒྲིག་ཡང་བར་སོང་བ་ཙམ་ཡིན་པའི་སྒྲིག་སྒྲིག་གིས་སྒྲིག་བྱ་འདི་  
ཡི་ལུས་ཀྱི་ལྷ་བ་ཉིད་ཀྱི་ཆ་འགའ་མེད་པར་འགྱུར་བ་ཙམ་གྱིས་སྒྲིག་པ་སྒྲིག་  
ཁར་སྒྲིག་བ་མིན་པར་ཐལ། དེ་ལུས་ཅན་མིན་པའི་སྒྲིག་

གཉིས་པ་༼གཞོན་བྱེད་བཟོན་པ་༽ལ་གསུམ།

བཀའ་ལུང་ཙམ་གྱིས་ཡང་སྒྲིག་སྒྲིག་མེས་ཀྱི་ལ་མི་གཞོན་པ་དང་། དེའི་  
ལན་དགག་པ། བཀའ་པ་ལ་གཞོན་པ་སྒྲིག་བའོ།

དང་པོ་༼བཀའ་ལུང་ཙམ་གྱིས་ཡང་སྒྲིག་སྒྲིག་མེས་ཀྱི་ལ་མི་གཞོན་པ་༽འོ།

ཅ་བ། ལོག་ཤེས་དང་ནི་དེ་ལས་བྱུང་། །

སྒྲིག་པ་སེམས་པའི་དབང་དག་གིས། །

དམན་གནས་འགྲོ་བ་སྒྲིག་བ་ཡིན། །

དེ་སྒྲིག་དེ་བཙུག་འགྲོ་མི་འགྱུར། །

སྒྲིག་བསྒྲིག་ལ་བདེ་བར་འཛིན་པའི་ལོག་ཤེས་དང་། དེ་ལས་བྱུང་བའི་  
བདེ་བ་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་སྒྲིག་པ་དང་མཚུངས་པར་སྒྲིག་པའི་སེམས་པ་ཆོས་

ཅན། གང་གི་རྒྱུད་ལ་སྤོང་གཉིན་པོའི་སྟོབས་ཀྱིས་བཅད་པ་དེ་ཡང་སྤིང་བྱི་  
མར་འགོ་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། སྤོང་གྱི་དབང་དག་གིས་དམན་པའི་གནས་སུ་  
འགོ་བ་རྣམས་སྐྱེ་བ་འཛིན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པ་དེའི་བྱིར།

ཅ་བ། དེ་ཙམ་ལས་ནི་འབྱུང་བའི་བྱིར། །

སྐྱེ་བ་དེ་དག་ཉིད་རྒྱས་ཡིན། །

ཐ་མལ་བ་སྐྱེ་བ་ལ་ལོག་སྤོང་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་སེམས་པ་དེ་དག་  
ཉིད་ཀྱིས་པན་འདོགས་རྒྱས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཙམ་རྒྱུར་ཡོད་པ་ལས་འབྱུང་  
བའི་བྱིར། ལས་ཀྱང་རྒྱུར་དགོས་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། སྤིང་པར་སྐྱེ་བ་ལ་  
སེམས་པ་ལས་དོན་གཞན་པའི་ལས་དགོས་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ཅ་བ། སེམས་པ་དེ་དག་རང་ཉིད་ལས། །

ཡིན་བྱིར་སྐྱེ་རྒྱུ་ཉམས་པ་མེད། །

ལོག་ཤེས་དང་མཚུངས་ལྡན་དང་སྤོང་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་སེམས་  
པ་དེ་དག་རང་ཉིད་ཡང་སྤིང་བྱི་མ་བསྐྱེད་པའི་ལས་ཡིན་པའི་བྱིར། དེས་ན་  
དབང་གི་ཚིག་ཙམ་སྤིང་པ་ལས་གྲོལ་བའི་ལམ་མིན་ཏེ། དབང་དེ་ཐོབ་ཙམ་  
ཀྱིས་སྐྱེས་བྱས་སྤིང་པར་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་ཉམས་པ་མེད་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་༼ དེའི་ལན་དགག་པ་ ༽ནི།

ཅ་བ། འགོ་དང་རྟོགས་རྟེན་བྱེད་པ་ཡིན། །

དེ་ནི་མ་མཐོང་བ་ལས་འགྱུར། །

མ་མཐོང་ཞིག་ཕྱིར་འགྲོ་བ་མེད། །

དབང་བསྐྱར་ཐོབ་པའི་སྐྱེས་བུ་ཡང་སྲིད་ཕྱི་མར་འགྲོ་བ་མེད་པར་  
ཐལ། ཡུལ་གཞན་དུ་འགྲོ་བར་བྱེད་པ་པོ་སྐྱེས་བུ་དེ་ཡུལ་གཞན་དུ་འགྲོ་བ་  
དང་གཟུགས་སོགས་རྟོགས་པའི་རྟོན་ནི། བྱེད་པ་མིག་ལ་སོགས་པ་ཡིན་  
ལ། བྱེད་པ་དེ་ནི་མ་མཐོང་བ་ཚོས་དང་ཚོས་མ་ཡིན་པའི་ལས་ལས་སྐྱེ་བར་  
འགྱུར་ཞིང་མ་མཐོང་བའི་ལས་དབང་བསྐྱར་གྱིས་བཞིག་པར་བྱས་པའི་  
ཕྱིར།

ཅ་བ། དེས་ན་འདུ་བྱེད་སེམས་པ་མིན། །

དེས་ན་ལས་ཀྱང་བདག་གི་ཡོན་ཏན་འདུ་བྱེད་ཡིན་གྱི་བྱེད་འདོད་པའི་  
སེམས་པ་མིན་ནོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། ཡོད་དང་མེད་པའི་རྗེས་འཇུག་ཕྱིར། །

བྱེད་པ་སྐྱེད་ལ་སློ་ཡི་ནི། །

རྣམས་མཐོང་གཞན་གྱིས་མ་ཡིན་ན། །

དེ་ཡོད་དེ་དག་ཅིས་མི་འགྲོ། །

བྱེད་པ་དབང་སོགས་མངལ་དུ་བསྐྱེད་པ་ལ་ལོག་སྲིད་དང་མཚུངས་  
ལྡན་གྱི་སློ་སེམས་པ་དེ་ཡིས་པན་འདོགས་པའི་རྣམས་པ་མཐོང་གི་ཚེ་ག་  
སོགས་གཞན་གྱིས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཅ་མ་པན་འདོགས་བྱེད་དུ་ཡོད་པ་  
དང་མེད་པའི་རྗེས་སུ་འཇུག་ལྡོག་བྱེད་པའི་ཕྱིར། དབང་བསྐྱར་ཐོབ་པ་དེ་  
དག་ཡང་སྲིད་ཕྱི་མར་ཅིས་མི་འགྲོ་སྟེ་འགྲོ་བར་ཐལ། དེའི་རྒྱ་མ་ཉམས་པར་

ཡོད་པའི་བྱིར།

གསུམ་པ་ ༼ བཀག་པ་ལ་གནོད་པ་སྤང་བ་ ༽ ལ་གསུམ།  
དབང་བསྐྱར་གྱིས་ཡིད་སློའི་རྒྱས་པ་བཅོམ་པ་མི་འཐད། ཏ་ཅང་ཐལ་  
བ་དང་། བདག་ཏྲག་པ་བྱེད་པ་པོར་མི་རུང་བའོ།།

དང་པོ་ ༼ དབང་བསྐྱར་གྱིས་ཡིད་སློའི་རྒྱས་པ་བཅོམ་པ་མི་འཐད་པ་ ༽ བློ།  
ཅ་བ། གལ་ཏེ་དེ་དག་རྒྱས་མེད་ན། །  
གལ་ཏེ་ལོག་སླེད་དེ་དག་དབང་གིས་ཡང་སླིད་བྱི་མ་བསྐྱེད་པའི་རྒྱས་  
པ་མེད་པར་བྱས་པའི་བྱིར། དབང་བསྐྱར་ཐོབ་པ་ཡང་སླིད་མི་ལེན་ནོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། དབང་སོགས་བྱས་མ་ཐག་དེ་དག །

སེམས་པའི་དབང་གིས་འཇིན་དང་འཇུག །

གཡེང་དང་འགོག་པ་མེད་པར་འགྱུར། །

དབང་བསྐྱར་ཐོབ་པའི་སྐྱེས་བྱ་དེ་དག་ཚོས་ཅན། དབང་བསྐྱར་སོགས་  
བྱས་མ་ཐག་རང་རྒྱུད་ཀྱི་སེམས་པའི་དབང་གིས་མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་  
པོ་ཡུལ་རང་དགར་འཇིན་པ་དང་། འདོད་པའི་ཡུལ་ལ་བྱེ་བྲག་ཏུ་འཇུག་པ་  
དང་། ཡུལ་གཞན་དང་གཞན་དུ་གཡེང་བ་དང་རྗེས་སུ་མ་ཐུན་པའི་རྒྱུན་གྱིས་  
དེ་འགོག་པ་མེད་པར་འགྱུར་བར་ཐལ། དེ་ལྟར་བྱེད་པའི་སེམས་པའི་རྒྱས་པ་  
དབང་བསྐྱར་གྱིས་བཅོམ་པའི་བྱིར། ཡང་ན། གཡེང་བ་བརྒྱལ་ནས་དབང་པོ་  
ཡུལ་ལ་མི་འཇུག་པ་དང་། འགོག་པ་ཐབས་ཀྱིས་སྤང་ཡང་སོས་པའོ།།

གཉིས་པ་༼ ཉ་ཅང་ཐལ་བ་ ༽ནི།

ཙ་བ། ཅི་སྟེ་དེ་ཆེ་སྟོ་མེད་ཕྱིར། །

མི་འགྱུར་.....། །

ཅི་སྟེ་ཞི་བ་དེའི་ཆེ་སྟོ་མེད་པའི་ཆེ་འཁོར་བའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱང་འགྱུར་  
བར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།

ཙ་བ། .....དེ་མ་རྣམས་ཀྱི་སྟོ། །

མཆམས་སྟོར་.....། །

དབང་བསྐྱར་ཐོབ་པ་འཆི་ཁ་མའི་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་དེ་མ་  
རྣམས་ཆོས་ཅན། བྱོད་ཀྱིས་སྟོ་རིགས་འདྲ་ཕྱི་མ་མཆམས་སྟོར་ཏེ། དེའི་  
དངོས་རྒྱ་རྒྱས་པ་ཐོགས་མེད་ཆང་བའི་ཕྱིར།

ཙ་བ། .....དེ་རྣམས་རྒྱས་མེད་ན། །

དེ་རྣམས་རིགས་འདྲ་མཆམས་སྟོར་བའི་རྒྱས་པ་དབང་བསྐྱར་གྱིས་  
བཅོམ་པས་མེད་དོ་ཞེ་ན།

ཙ་བ། གསོན་པ་ཉིད་ནའང་རྒྱས་མེད་འགྱུར། །

གཉེན་པོ་དང་ནི་རང་གི་སྟོགས། །

འཕེལ་ན་འགྱིབ་དང་འཕེལ་བའི་ཕྱིར། །

ཉེས་རྒྱན་རང་གི་ས་བོན་ཅན། །

དབང་བསྐྱར་བ་ལས་སྟོགས་པ་མེད། །

དབང་བསྐྱར་ཐོབ་པ་གསོན་པ་ཉིད་ནའང་རིགས་འདྲ་མཚམས་སྒྲིར་  
བའི་རྒྱས་མེད་དུ་འགྱུར་བར་ཐལ། དེའི་རྒྱས་པ་དབང་བསྐྱར་གྱིས་བཅོམ་  
པའི་ཕྱིར། དེས་ན་རང་གི་རིགས་འདྲའི་ས་བོན་ཅན་ཉེས་པ་ཆགས་སོགས་  
ཀྱི་རྒྱན་ཚོས་ཅན། དབང་བསྐྱར་བ་ཅམ་ལས་ལྷོག་པ་མེད་དེ། བྱོད་གཉེན་པོ་  
བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་འཕེལ་ན་འགྲིབ། རང་གི་ཕྱོགས་ཚུལ་མིན་  
ཡིད་བྱེད་འཕེལ་ན་བྱོད་འཕེལ་བའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་༼ བདག་རྟག་པ་བྱེད་པོར་མི་རུང་བ་ ༽ནི།  
བྱོད་བདག་མེད་པར་སྒྲིབ་པ་ལ་ཐར་པ་མི་འཐད་དོ་ནི་ན། ཁོ་བོ་ཅག་ལ་  
འཐད་ཀྱི་བདག་རྟག་པ་སྒྲིབ་པ་ལ་མི་འཐད་དེ།

ཅ་བ། རྟག་ལ་ལྷོས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། །

རིམ་གྱིས་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་དང་། །

བྱེད་དང་མི་བྱེད་པ་དག་ནི། །

འདྲ་བའི་བདག་ཉིད་བྱེད་པ་འགལ། །

རྒྱ་དང་འབྲས་བུའང་གཅིག་པར་འགྱུར། །

བདག་རྟག་པ་ལ་གཅིངས་ཐར་གྱི་གནས་སྐབས་རིམ་གྱིས་བསྐྱེད་པར་  
བྱེད་པ་འགལ་བར་ཐལ། རྟག་པ་རྒྱེན་ལ་བལྟོས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། འབྲས་  
བུ་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ཅམ་ཡང་འགལ་བར་ཐལ། རྟག་པ་ལ་འབྲས་བུ་བྱེད་  
པ་དང་མི་བྱེད་པ་དག་རྒྱས་པ་འདྲ་བའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྒྱ་དང་



འབྲས་བུའང་གཅིག་པར་འགྱུར་བར་ཐལ། བདག་ཏྟག་པ་དེ་ཉིད་ལས་གསོག་  
པ་པོ་དང་འབྲས་བུ་སྟོང་བ་པོ་ཡིན་པའི་བྱིར།

ཅ་བ། དེ་དག་དེ་ལས་ཐ་དད་ན། །

རྒྱ་འབྲས་དེ་དག་བདག་ཏྟག་པ་དེ་ལས་རྗེས་ཐ་དད་དོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། བྱེད་པོ་བོ་ཉམས་པར་འགྱུར། །

རྒྱས་པ་ཡང་ནི་འགྱུབ་མ་ཡིན། །

བདག་ཏྟག་པ་དེ་ཉིད་ལས་བྱེད་པ་པོ་དང་འབྲས་བུ་བ་བ་པོ་ཡིན་པ་  
ཉམས་པར་འགྱུར་བར་ཐལ་ལོ། ། ཏྟག་པས་འབྲས་བུ་ལ་པན་འདོགས་པའི་  
རྒྱས་པ་ཡང་ནི་འགྱུབ་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཏྟག་པ་ལ་རྗེས་སུ་འགོ་ལྗོག་གི་  
རྒྱས་པ་མ་ཆང་བའི་བྱིར། བདག་མེད་ན་གཞན་གྱིས་སྟོང་བ་གཞན་གྱིས་  
བློན་པ་དང་། གཞན་གྱིས་བསགས་པ་གཞན་གྱིས་ལོངས་སྟོང་བ་སོགས་སུ་  
འགྱུར་དོ་ཞེ་ན། སྟོང་བློན་བྱེད་པ་པོའི་བདག་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་ཕྱང་  
པོ་སྐད་ཅིག་མར་སྒྲ་བ་ལ།

ཅ་བ། གཞན་གྱིས་བློན་དང་ལོངས་སྟོང་སོགས། །

ཐལ་བ་གཞོད་བྱེད་མ་ཡིན་ཏེ། །

འགའ་ཡང་བློན་པ་མེད་པའི་བྱིར། །

དེས་ན་སྟོང་ལས་བློན་པ་འབྱུང་། །

གཞན་གྱིས་སྟོང་བ་གཞན་གྱིས་བློན་པ་དང་། གཞན་གྱིས་བསགས་པ་

གཞན་གྱིས་ཡོངས་སྟོང་པ་ལ་སོགས་པའི་ཐལ་བ་གནོད་བྱེད་དུ་འཇུག་པ་  
མ་ཡིན་ཏེ། ཏྲག་པའི་སྐྱེས་བུ་འགའི་ཡང་སྤར་སྟོང་བ་ཕྱིས་དྲན་པ་མེད་པའི་  
ཕྱིར། ལས་བྱས་པ་ཚུད་ཐོས་པ་དང་མ་བྱས་པ་དང་ཕྱད་པ་ལ་སོགས་པའི་  
ཉེས་པ་མེད་པར་ཐལ། དུལ་མཚུངས་པའི་སྟོང་བ་ལས་དྲན་པ་རྒྱུན་རིམ་ལྟ་བ་  
བཞིན་དུ་འབྱུང་བ་དེས་ནའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་༼ བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་གྲོལ་ལམ་དུ་བསྐྱོད་པ་ ༽ནི།  
སྟེང་པ་འཁོར་བའི་རྩ་བ་ཡིན་ཏེ།

རྩ་བ། བདེན་པ་བཞི་ལ་བརྟེན་པ་དང་། །

བདེ་དང་ང་དང་ངའི་ཞེས་སོགས། །

ཡང་དག་མིན་པ་རྣམ་བཟུ་བྱུག །

སྟོ་བཏགས་ནས་ནི་ཡོངས་སུ་སྟེང་། །

བདེན་པ་བཞི་ལ་ལོག་པར་ཞུགས་པ་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཏྲག་ཅིང་བརྟེན་པ་  
དང་བདེ་བ་དང་། ང་དང་ངའི་ཞེས་སོགས་ཡང་དག་པ་མིན་པ་བཞི་དང་།  
སྐྱུག་མ་རྣམས་དང་བཅས་པས་རྣམ་པ་བཟུ་བྱུག་སྟོ་བཏགས་ནས་ནི་ཡོངས་  
སུ་སྟེང་ཅིང་སྟེང་པའི་དབང་གིས་ཉིང་མཆམས་སྟོར་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར།  
བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཉིད་སྟེང་པ་ལས་གྲོལ་བའི་ལམ་ཡིན་ཏེ།

རྩ་བ། དེ་ཉིད་ལ་ནི་མི་འགལ་དོན། །

དེ་ཉིད་རྣམ་པ་རྗེས་རྟོགས་ཅན། །

ལེགས་བསྐྱེམས་ཡང་དག་ལྟ་བུ་ཡིས། །

སྲིད་པ་རྗེས་འབྲང་བཅས་འཛོམས་བྱེད། །

བདེན་པ་བཞི་པོ་དེ་ཉིད་ལ་སྤྱིན་ཅི་ལོག་དེ་དང་འགལ་བའི་དོན་མི་རྟག་  
པ་ལ་སོགས་པའི་དོན་དེ་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པ་བརྟུ་བྱུག་ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་  
རྟོགས་པ་ཅན་ལེགས་པར་སྐྱོམ་པའི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཡང་དག་པའི་ལྟ་  
བུ་ཡིས་སྲིད་པ་རྗེས་འབྲང་དང་བཅས་པ་རྩ་བ་ནས་འཛོམས་པར་བྱེད་པའི་  
བྱིར། སྲིད་པ་མེད་ཀྱང་ལས་དང་ལུས་ཡོད་ན་འཁོར་བ་ལས་མི་གྲོལ་བར་  
འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།

རྩ་བ། ལས་དང་ལུས་དག་གནས་ན་ཡང་། །

གཅིག་མེད་བྱིར་ན་རྒྱ་གསུམ་ཅན། །

སྐྱེ་བ་སྲིད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །

ས་བོན་མེད་པར་སྐྱ་གྲུ་བཞིན། །

དབྱ་བཅོམ་པ་ཆོས་ཅན། ལས་དང་ལུས་དག་གནས་ན་ཡང་སྐྱར་  
འཁོར་བར་སྐྱེ་བ་སྲིད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གཙུ་བོའི་རྒྱ་གཅིག་སྲིད་པ་མེད་པའི་  
བྱིར། བྱ་སྐྱེ། སྲིད་པར་སྐྱེ་བ་རྒྱ་གསུམ་པ་ཅན་ཡིན་པའི་བྱིར། ས་བོན་མེད་  
པར་སྐྱ་གྲུ་མི་འབྲུང་བ་བཞིན་ནོ།

གསུམ་པ་ལས་དང་ལུས་མཛད་པའི་ཐབས་ཅམ་གྲོལ་ལམ་དུ་མི་རུང་བ་ལ།  
དགག་པ་དངོས་དང་། རྩོད་སྤང་རོ།

དང་པོ་༼ དགག་པ་དངོས་ ༽ནི།

ནམ་མཁའི་གོས་ཅན་པ་ཁ་ཅིག་ན་རེ། ལས་དང་ལུས་བྱང་པས་ཀྱང་  
སྲིད་པ་ལས་གྲོལ་བར་འགྱུར་ཏེ། སྐྱེ་བ་རྒྱ་གསུམ་པ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
དེས་ན་ལས་ལུས་འབའ་ཞིག་གི་གཉེན་པོ་བསྟེན་པར་རིགས་སོ་ཞེ་ན།

ཅུ་བ། ལས་དང་ལུས་དག་སྤོང་མིན་ཏེ། །

གཉེན་པོ་དག་ནི་མེད་ཕྱིར་དང་། །

རྒྱས་མེད་ཕྱིར་རོ་སྲིད་པ་ནི། །

ཡོད་ན་སྤྲར་ཡང་འབྱུང་ཕྱིར་རོ། །

སྲིད་པ་མ་སྤངས་པར་ལས་དང་ལུས་དག་སྤོང་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
ལས་ལུས་རྒྱང་པ་སྤོང་པའི་གཉེན་པོ་དག་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། སྲིད་པ་མ་  
སྤངས་པར་དེ་དག་བྱང་པར་སྤོང་བའི་རྒྱས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྲིད་  
པ་ཡོད་ན་སྤྲར་ཡང་ལས་དང་དེ་ལས་ལུས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་༼ རྩོད་སྤོང་ ༽ལ་གསུམ།

ལས་སྲིད་གཉིས་ཀ་འཛོམས་པའི་གཉེན་པོ་ཤེད་མཚུངས་སུ་བསྟེན་པ་  
དགག་པ་དང་། དཀའ་ཐུབ་ཀྱིས་ལས་ཀྱི་རྒྱས་པ་འདྲེས་ཤིང་བྱང་པར་བྱེད་  
པ་དགག་པ། ལས་སྲིད་སྤང་བྱུང་མཚུངས་པ་དགག་པའོ།

དང་པོ་༼ ལས་སྲིད་གཉིས་ཀ་འཛོམས་པའི་གཉེན་པོ་ཤེད་མཚུངས་སུ་བསྟེན་པ་དགག་པ་ ༽ནི།

ཅུ་བ། གཉིས་བྱང་དོན་དུ་འབད་ན་ཡང་། །

དེ་ལྟ་ན་ལས་སྐྱེད་གཉིས་ཀ་སོ་སོར་བཟང་བའི་དོན་དུ་འབད་པར་  
རིགས་ཏེ། གཉིས་ཀ་འཁོར་བའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

ཅ་བ། ལས་བཟང་དུ་བ་བ་དོན་མེད་ཡིན། །

འབྲས་བུ་སྒྲ་ཚོགས་མཐོང་བའི་ཕྱིར། །

ལས་རྣམས་རྒྱས་བ་བ་བ་དད་དུ། །

རྗེས་དཔོག་དེས་ན་དཀའ་བྱུང་གི། །

ལས་ལོགས་སུ་བཟང་བའི་གཉིན་པོ་ལ་དུ་བ་བ་དོན་མེད་ཡིན་པར་ཐལ།  
སྐྱེད་བ་མ་སྤངས་པར་སྤོང་མི་རྒྱས། ལོགས་སུ་སྤངས་བ་དགོས་བ་མེད་པའི་  
ཕྱིར། ཉོན་མོངས་གི་ཅ་བ་གཅིག་སྤངས་པས་གཞན་ཐམས་ཅད་སྤོང་རྒྱས་  
ལ། ལས་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་ཚུལ་མེད་དེ། སྐྱེས་བུའི་ལས་རྣམས་རྒྱས་བ་བ་བ་དད་བ་  
དུ་མ་ཅན་དུ་རྗེས་སུ་དཔོག་རྒྱས་ཏེ། ལས་གི་འབྲས་བུ་ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་མི་  
འོང་བ་སྒྲ་ཚོགས་བ་ཅན་དུ་མཐོང་བའི་ཕྱིར།

ཅ་བ། ཉོན་མོངས་དངོས་གཅིག་གིས་མི་མཛད། །

སྐྱེ་འབལ་བ་ལ་སོགས་པའི་དཀའ་བྱུང་གི་གདུང་བའི་ཉོན་མོངས་གི་  
དངོས་པོ་གཅིག་གིས་ལས་ཐམས་ཅད་མི་འཛད་པར་ཐལ། ལས་གཅིག་  
སྤངས་པས་ཀུན་སྤོང་བར་འགྱུར་བའི་ལས་ནི་མེད། ལས་མཐའ་ཡས་བ་དེས་  
ནའི་ཕྱིར། རྣམ་སྒྲིན་ཡིད་དུ་འོང་བ་ལས་ལས་བཟང་པོ་སྤོན་དུ་སོང་བ་དང་།  
ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་ལས་ལས་ངན་བ་དང་། ཡིད་དུ་འོང་མི་འོང་སྒྲ་ཚོགས་བ་

ལས་ལས་བཟང་ངན་སྣ་ཚོགས་སྟོན་དུ་སོང་བར་དངོས་པོ་སྟོབས་ཁྱེད་གས་  
གྱི་ཉྀགས་ལས་དཔོག་རྒྱས་གྱི། ལུས་འདིའི་སྟོན་གྱི་ལས་ལུལ་གང་དུ་བྱས་  
པ་དང་། དུས་ནམ་གྱི་ཆེ་དང་། ཚུལ་རི་ལྟར་བྱས་པ་སོགས་ནི་ཤིན་ཏུ་སྟོག་  
གྱུར་རོ།

ཅ་བ། རྣམ་འགས་དེ་བསྐྱེད་འབྲས་བུ་ནི། །

ཆུང་འགྱུར་རིགས་མི་མ་ཐུན་ཅན་མིན། །

འབྲས་བུ་ཉམས་སྲུ་སྟོང་བ་ནི། །

དཀའ་ཐུབ་གྱིས་ལུས་གདུངས་པའི་རྣམ་པ་འགས་ལས་རིགས་མ་ཐུན་  
དང་རིགས་མི་མ་ཐུན་པ་ཅན་གྱི་འབྲས་བུ་མཐའ་དག་ཟད་པར་བྱེད་པ་མིན་  
པར་ཐལ། དཀའ་ཐུབ་གྱི་ལས་དེས་གདུང་པ་དེ་ལྟ་བུ་བསྐྱེད་པའི་སྟོན་གྱི་  
ལས་གྱི་འབྲས་བུ་ཉམས་སྲུ་སྟོང་བས་ཆུང་ཟད་ཆུང་བར་འགྱུར་བ་ཅམ་དུ་  
ཟད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་༼ དཀའ་ཐུབ་གྱིས་ལས་གྱི་རྒྱས་པ་འདྲེས་ཤིང་ཟད་པར་བྱེད་པ་དགག་པ་ ༽ནི།

ཅ་བ། ཅི་སྟེ་དཀའ་ཐུབ་རྒྱས་པ་ཡིས། །

རྒྱས་པ་འདྲེས་པ་ཟད་པ་ན། །

ཅི་སྟེ་དཀའ་ཐུབ་གྱིས་བདེ་སྤྱད་གི་འབྲས་བུ་སྣ་ཚོགས་འབྱེན་པའི་  
རྒྱས་པ་གཅིག་ཏུ་འདྲེས་པར་བྱས་པ་ཡིས་རྒྱས་པ་འདྲེས་པའི་འབྲས་བུ་  
གཅིག་ཕུ་དེ་ཉིད་གདུང་བ་གཅིག་ཉམས་སྲུ་སྟོང་བས་ཟད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་



ན།

ཅ་བ། ཉོན་མོངས་ཆ་འགས་སྤྱོད་བའམ། །

ཉོན་མོངས་མེད་པར་ཀུན་སྤྱོད་འགྱུར། །

གལ་ཏེ་དགའ་ཐུབ་ཉོན་མོངས་ལས། །

གཞན་འདོད་ཉོན་མོངས་ཉིད་ཅེ་ན། །

གལ་ཏེ་དགའ་ཐུབ་དེས་ལུས་གདུང་ཞིང་སྤྱག་བསྐྱེད་བའི་ཉོན་མོངས་  
ལས་གཞན་སྤྱིན་པ་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་སོགས་བྱར་འདོད་དམ། གདུང་བའི་  
ཉོན་མོངས་ཉིད་ཡིན། དང་པོ་ལྟར་ན། ལས་འབྲས་ཟད་པའི་ཕྱིར་ཏུ་མེ་ལྷ་  
བསྐྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་གདུང་བ་དྲག་པོ་རྩེ་མ་པ་དོན་མེད་པར་ཐལ། སྤྱི་ཉག་  
མ་གཅིག་བཏོགས་པ་ལྟ་བུའི་ཉོན་མོངས་པའི་ཆ་ཤས་འགས་ལས་འབྲས་མ་  
ལུས་པ་སྤྱོད་བྱས་པའི་ཕྱིར། འམ་གྱི་སྤྱས་གདུང་བའི་ཉོན་མོངས་མེད་པར་  
དགའ་ཐུབ་གྱིས་ལས་འབྲས་ཀུན་སྤྱོད་བྱས་པར་འགྱུར་བར་ཐལ། དགའ་  
ཐུབ་དེ་ལ་ལས་ཐམས་ཅད་བྱས་པ་གཅིག་ཏུ་འདྲེས་པར་བྱེད་པའི་མཐུ་ཡོད་  
པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་ལྟར་ན།

ཅ་བ། དེ་ནི་ལས་འབྲས་ཡིན་ཕྱིར་འདིས། །

བྱས་པ་འདྲེས་སོགས་འགྱུར་མ་ཡིན། །

དགའ་ཐུབ་འདིས་ལས་གྱི་བྱས་པ་གཅིག་ཏུ་འདྲེས་པ་དང་། བྱས་པ་  
རགས་པ་ཟད་པར་བྱེད་པ་སོགས་སུ་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དགའ་

ཐུབ་དེ་ནི་ལས་ངན་གྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བ་སྒྲུང་གིས་ཞིང་རྩི་བ་ལ་  
སོགས་པའི་ལས་བཞིན། འོན་ཀྱང་རང་ཡང་བྱམས་སོགས་གོམས་བ་དང་།  
གཟུངས་སྒྲགས་བཞུས་བ་ལས་སྒྲིབ་བ་འདག་པར་འདོད་བ་དང་འགལ་ལ།  
ཡང་སྐྱེད་བ་བཙུག་ན་ལས་མཐའ་དག་ཀྱང་བཙུག་པར་འགྱུར་བས་ལས་གྱི་  
གཉེན་པོ་མེད་པ་འགལ་ལོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། སྐྱེ་འདོད་ཉེས་བ་བཙུག་པའི་ཕྱིར། །

གང་ཡང་སྐྱོན་རྣམས་འགོག་བྱས་པ། །

དེས་སྐྱེད་ལས་ལ་རྒྱས་འགྱུར་གྱི། །

གང་ཡང་སྐྱོན་ཆགས་སོགས་རྣམས་འགོག་པར་བྱེད་པའི་བདག་  
མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཚུལ་ཅན། མ་འོངས་བ་ན་སྐྱེ་བར་འདོད་པའི་  
ཉོན་མོངས་དེས་བསྐྱེད་པའི་ལས་གྱི་འབྲས་བུ་འབྱེན་བ་ལ་གཞོད་རྒྱས་པར་  
འགྱུར་ཏེ། མ་འོངས་བ་ན་སྐྱེ་བར་འདོད་པའི་ཉེས་བ་བཙུག་པའི་ཕྱིར།

ཅ་བ། རི་ལྟར་བྱས་བ་ཉམས་པར་འགྱུར། །

རི་ལྟར་ལས་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་ཞར་བ་དང་སྒྲུར་པོ་ལ་སོགས་བ་བྱུབ་  
ཟེན་ཉམས་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འབྲས་བུ་བྱུབ་ཟེན་བ་མི་སྐྱེ་བར་  
བྱེད་མི་རྒྱས་པའི་ཕྱིར། དེ་བཞིན་དུ་གཟུངས་སྒྲགས་བཞུས་བ་སོགས་གྱིས་  
ལས་སྒྲིབ་འགའ་ཞིག་འབྲས་བུ་རྣམས་སྐྱེན་སྐྱེ་མི་རུང་དུ་བྱེད་རྒྱས་ཀྱང་། སྐྱེད་  
བ་མ་སྒྲུངས་པར་ལས་མཐའ་དག་ཟད་པར་བྱེད་རྒྱས་པའི་གཉེན་པོ་ནི་སྐྱེ་

ཡང་མེད་དོ།

ཡང་ན་གཞུང་སྤྱ་མས་སྲིད་པ་ཟད་པར་སྤངས་ན། དེ་ཕྱིན་ཆད་ལས་  
 གྱི་རྣམ་སྒྲིན་འབྲིན་པའི་རྒྱས་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པར་བྱེད་རྒྱས་པར་བསྟན་  
 རས། ཀྱང་པ་ཐ་མས་སྲིད་པ་མ་སྤངས་པར་སྒྲོན་བྱས་པའི་ལས་མཐའ་དག་  
 གིས་འབྲས་བུ་འབྲིན་པའི་རྒྱས་མེད་དུ་བྱེད་མི་རྒྱས་པར་བསྟན་ཏོ།

གཞུང་སྤྱ་མས་སྤྱོད་བར་མ་ངེས་པའི་ལས་སྤྱོད་རྒྱས་པ་དང་། ཕྱི་མས་  
 སྤྱོད་ངེས་ཀྱི་ལས་སྤྱོད་མི་རྒྱས་པ་ལ་འཆད་པ་ནི། གཞུང་གི་དོན་མ་ཡིན་  
 ཞིང་། རིགས་པས་ཀྱང་མི་འཐད་དེ། ཤིང་ཏྲ་ཆེན་པོ་དུ་མས་སྟོབས་བཞི་  
 ཆང་བའི་བཤའ་པས་སྤྱོད་ངེས་ཀྱི་ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་འབྲིན་པ་ཡང་  
 འདག་པར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོ་ན་སྤྱོད་ངེས་སུ་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། གཉེན་  
 པོ་དང་མ་སྤྱད་ན་སྤྱོད་ངེས་པའི་དོན་དུ་གསུངས་སོ།

གསུམ་པ་༼ ལས་སྲིད་སྤང་བྱར་མཚུངས་པ་དགག་པ་ ༽ནི།

སྲིད་པ་ཡོད་ན་ལས་འབྱུང་བ་ལྟར་ལས་ཡོད་ན་ཡང་སྲིད་པ་འབྱུང་  
 བས་གཉིས་ཀ་མཚུངས་པར་སྤང་བའོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། ལས་ལས་ཉེས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །

སྒྲིན་ལྡན་བྱེད་འགྱུར་བསྐྱོག་ལས་མིན། །

སྲིད་པ་མེད་པའི་ལས་ལས་ཉེས་པ་ཆགས་སོགས་སྐྱེ་བ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 སྲིད་པའི་སྒྲིན་རྣམས་དང་ལྡན་པ་རྣམས་ལས་གསོག་པར་བྱེད་པར་འགྱུར་  
 གྱི། བསྐྱོག་པ་སྲིད་པ་མེད་པ་ལས་ལས་གསོག་པ་མིན་པའི་ཕྱིར། དགོ་བའི་

ལས་ལས་བདེ་བ་འབྱུང་བས་དེ་ལྟར་སྤྲོད་ཡང་དོན་གཉིས་ཀྱི་སྲིད་པ་འབྱུང་  
ངོ་ཞེ་ན།

ཅ་བ། ལོག་པའི་རྣམ་རྟོག་མེད་པར་ནི། །

བདེ་བ་ལས་ཀྱང་འདོད་མི་འབྱུང། །

དགྲ་བཅོམ་པ་ཆོས་ཅན། བདེ་བ་ལས་ཀྱང་འདོད་ཆགས་སྐྱེ་བར་མི་  
འབྱུང་བར་ཐལ། ཚུལ་མིན་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་ལོག་པའི་རྣམ་རྟོག་མེད་པའི་ཕྱིར།  
དེ་ལྟར་ན་གཞན་དག་གིས་གྲོལ་ལམ་དུ་བཏགས་པའི་ལམ་བདེན་གྱི་མི་  
མཐུན་ཕྱོགས་ཀྱི་གཙོ་བོ་བཞི་ངོས་གཟུང་ནས་དགག་པ་མཛད་དེ། དབང་  
སོགས་བདག་གི་བ་སྤྱད་བསྐྱེད་དུ་བསྐྱོམ་པ་དང་། རང་བཞིན་དང་སྐྱེས་བུ་  
ཐ་དད་དུ་ཤེས་པ་དང་། དབང་བསྐྱར་གྱི་ཚོ་ག་དང་ལས་ཟད་པར་བྱེད་ཅིང་  
ལུས་གདུང་བར་བྱེད་པ་རྣམས་སོ།།

དོན་བསྐྱེས་ན། དེ་དག་སྲིད་པ་ལས་གྲོལ་བའི་ལམ་དུ་མི་འཐད་དེ།  
བདག་ཏུག་པ་བཅིངས་གྲོལ་གྱི་གཞིར་གཟུང་ནས་རྣམ་གཞག་བྱེད་པ་ལ་  
སྤྱད་ཏུ་སྤང་བའི་ཕྱིར། དེས་ན་བསྟན་བཅོས་གང་དུ་བདག་མེད་གཏན་ལ་མ་  
ཐབ་པ་དེར་ནི་སྲིད་པ་ལས་གྲོལ་བའི་ལམ་གྱི་གཙོ་བོ་མ་བསྟན་པར་ཤེས་  
པར་བྱའོ།།

གཉིས་པ་༼ དེ་ལས་བདེ་ག་ཤེགས་འབྱུང་པའི་ཚུལ་ ༽ནི།

ཅ་བ། སྐྱོབ་ལས་དེ་ཉིད་དང་བསྟན་དང་། །

མ་ལུས་བྱང་པར་མཐུན་པར་བྱའ། །

གཤེགས་པ་རྟོགས་པའི་དོན་བྱེད་ཏེ། །

ཐུབ་པ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཆོས་ཅན། རེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐུན་པ་ཡིན་  
ཏེ། བདེན་བཞིའི་གནས་ཚུལ་མཐའ་དག་མངོན་སུམ་དུ་གཟིགས་པའི་བྱེད་  
མཐུན་པ་བརྟན་པ་ཡིན་ཏེ། བྱང་གིས་བདེན་བཞིའི་གནས་ལུགས་བསྟན་  
པ་གང་ཞིག་བྱང་གིས་དེ་ལྟར་བསྟན་པའི་གསུང་རབ་ཀུན་ལ་སྤྲི་བྱེད་དོས་  
ལུགས་འགལ་བ་སོགས་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པའི་བྱེད་ མ་ལུས་པའི་བྱང་  
པར་མཐུན་པར་བྱའ་སྟེ། མངོན་མཐོངས་ལེགས་ཀྱི་ཐབས་ཀྱི་ཆ་ཐམས་  
ཅད་མངོན་སུམ་དུ་གཟིགས་པའི་བྱེད་ དེ་ཆོས་ཅན། བདེ་བར་གཤེགས་པ་  
ཡིན་ཏེ། གོལ་བ་དོན་གཉེར་གྱི་སྒྲོབ་པ་ཡིན་པ་ལས་སོ།།

ལུགས་སྟོག་གི་སྐབས་འདིར་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་སྤྲི་རྟོགས་པའི་  
དོན་ཅན་དུ་འཆད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། སྒྲོབ་པ་ལས་མཐུན་པ་རྣམ་དག་  
དཔག་འདོད་ནས་དེ་ལྟར་གསུངས་པའི་བྱེད་ ལུགས་འབྱུང་གི་སྐབས་སུ་  
གོལ་བ་དོན་གཉེར་གྱི་སྒྲོབ་པ་བསྐྱབ་བྱར་བྱས་པའི་ཆེ། ཇི་མ་མཐའ་དག་  
ཟད་པ་སྐྱབ་བྱེད་དུ་དགོད་དགོས་ལ། སྐབས་འདིར་སྒྲོབ་པའི་རྟོགས་ལས་  
མཐུན་པ་རྣམ་དག་དཔོག་པ་ཡིན་པས། བདེ་བར་གཤེགས་པའི་སྤྲི་རྟོགས་  
པའི་དོན་ཅན་དུ་འཆད་རིགས་པ་ཡིན་ནོ།།

ཅ་བ། དེ་བྱེད་བྱེད་ལ་པ་དང་སྟོབ། །

མི་སྟོབ་ལས་ལྷག་ཤིང་། །

དེས་ན་ཕྱི་རོལ་པ་དང་སློབ་པ་དང་ཉན་རང་དགྲ་བཙམ་པ་ལ་སོགས་  
ལས་མི་སློབ་པ་རྟོགས་པ་ལྷག་པ་ཡིན་ཏེ།      རིམ་པ་བཞིན་དུ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
མཐུན་པ་སོགས་དེའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་༼ དེ་ལས་སྟོན་པ་འགྲུབ་པའི་ཚུལ་ ༽ནི།  
བདེ་བར་གཤེགས་པ་དེ་ཉིད་རྒྱ་གང་ལས་ཡིན་ནི་ན།

ཙ་བ། .....དེ་ཡི་ཕྱིར། །

གཞན་དོན་མཐུན་སྦྱར་དེ་སྟོན་པ། །

གཞན་གྱི་དོན་དུ་མ་ལུས་པ་མཐུན་པ་ལ་སྦྱར་ཞིང་གོམས་པར་བྱེད་  
པའི་སྟོན་པ་སྟོན་དུ་སོང་སྟེ། རྟོགས་པ་ལུན་ཆོགས་མངའ་བ་དེ་ཡི་ཕྱིར། འབ་  
པར་ཐལ། དེ་ལྟར་སྦྱར་བའི་རྒྱ་དུས་གྱི་ལམ་དེ་སྐབས་འདིར་སྟོན་པར་བསྟན་  
པའི་ཕྱིར། གཞན་གྱི་དོན་དུ་མིན་ན་མཐུན་པ་ཁྱད་པར་ཅན་འགྲུབ་པ་མི་སྲིད་  
དོ།

བཞི་པ་༼ དེ་ལས་བཅེ་བ་འགྲུབ་པའི་ཚུལ་ ༽ནི།

ཙ་བ། དེ་ལས་བཅེ་ཡིན་.....། །

བཅེ་བ་སྟོང་ཇེ་ཆེན་པོ་སྟོན་དུ་སོང་བ་ཡིན་ཏེ། མ་ལུས་པ་མཐུན་པའི་  
ཆེད་དུ་སྦྱར་བ་བཙོན་འགྲུས་གྱིས་ལམ་གོམས་པར་མཛད་པ་དེ་ལས་ཏེ་  
དེའི་ཕྱིར།      བདེན་བཞིའི་གནས་ལུགས་མ་ལུས་པར་མཐུན་པ་ཙམ་གྱིས་  
ཚད་མའི་སྐྱེས་བྱུང་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནམ།      སྟོང་ཇེ་ཆེན་པོ་བསྐྱབ་པ་ལ་



དགོས་པ་ཅི་ཡོད་ཅི་ན། ཆད་མའི་སྐྱེས་བུར་འབྱུང་བ་ལ་སྙིང་རྩེ་ཆེན་པོ་སྟོན་  
དུ་སོང་བ་ངེས་པར་བསྐྱབ་དགོས་ཏེ།

ཅ་བ། .....གཞན་དོན་དོར། །

དོན་གྱུབ་མཛད་པ་མི་འདོར་བྱིར། །

སྙིང་རྩེ་གོམས་པ་མཐར་བྱེན་པའི་དབང་གིས་རང་དོན་གྱུབ་ཀྱང་  
གཞན་གྱི་དོན་གྱི་དོར་ཆོས་སྟོན་པའི་མཛད་པ་མི་འདོར་བའི་བྱིར་ཏེ། སྙིང་  
རྩེ་མེད་པ་ནི་མཐུན་པ་ཡོད་ཀྱང་གཞན་ལ་དུས་སུ་མི་འདོམས་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་དེ་དག་ཀྱན་ལས་ཆད་མར་བསྐྱབ་པ་ནི།

ཅ་བ། བཅེ་བས་ཡེགས་དང་ཡེ་ཤེས་ལས། །

བདེན་པ་གསུང་མཛད་སྐྱབ་བྱེད་བཅས། །

ཐུབ་པ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཆོས་ཅན། གདུལ་བྱ་ལ་ཡེགས་པ་དང་པན་  
པ་འབའ་ཞིག་གསུང་གི་མི་པན་པ་མི་གསུང་སྟེ། བཅེ་བ་སྙིང་རྩེ་ཆེན་པོ་  
གོམས་པ་མཐར་བྱེན་པས་སོ། །འདིས་གྲོལ་བ་དོན་གཉིར་གྱི་སྐྱབས་སུ་འོས་  
ཤིང་སྐྱབས་མཛད་པ་ཉིད་བསྟན་ཏོ། །བདེན་པ་བྱེན་ཅི་མ་ལོག་པ་གསུང་  
པར་མཛད་དེ། མཐུན་པའི་ཡེ་ཤེས་མཐར་བྱེན་པ་མངའ་བ་ལས་ཏེ་མངའ་  
བའི་བྱིར། འདིས་ནི་སྐྱབས་བྱེད་རྒྱས་པ་ཉིད་དུ་བསྟན་ཏོ། །

མཐུན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན། རྒྱ་མེད་དང་མི་མཐུན་པའི་རྒྱ་ལས་  
བྱུང་བ་མིན་ཏེ། བཅེ་བ་དང་བཅས་པའི་སྐྱབ་བྱེད་གོམས་པ་ལས་བྱུང་བའི་

ཕྱིར།

ཅ་བ། དེ་གསུང་བར་ཡང་མངོན་སྟོར་ལྟ། །

གང་ཕྱིར་དེས་ན་ཆད་མ་ཉིད། །

ཐུབ་པ་ཆོས་ཅན། གྲོལ་བ་དོན་གཉེར་གྱི་སྟོབ་པ་ཡིན་ཏེ། མཁྱེན་པ་  
དེ་གཞན་ལ་གསུང་བར་ཡང་མངོན་པར་སྟོར་བའི་བཙོན་འགྲུས་མཐར་ཕྱིན་  
པར་མངོན་པ་དང་ལྟན་པའི་མཁྱེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གྲོལ་བ་དོན་གཉེར་ལ་  
མི་སྐྱ་བའི་ཆད་མ་ཉིད་དུ་ལེགས་པར་བྱལ་སྟེ། གང་གི་ཕྱིར་ན་དོན་གཉེས་  
མཐར་ཕྱིན་པའི་སྟོན་པ་ཡིན་པ་དེས་ནའི་ཕྱིར།

གཉེས་པ་དེ་ལ་ཆད་མའི་སྟོན་ས་བསྟོད་པའི་དགོས་པ་ནི།

ཅ་བ། དེ་ལྟར་དངོས་སྟོན་བསྟོད་པ་ནི། །

དེ་ཡི་བསྟན་པ་ཉིད་ལས་ནི། །

ཆད་མའི་དེ་ཉིད་བྱལ་དོན་དེ། །

ཐུབ་པ་བཙོམ་ལྟན་འདས་ལ་ཆད་མར་བྱུང་བ་དེ་ལྟ་བུའི་དངོས་པོར་  
སྟོན་པའི་སྟོན་ས་བསྟོད་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། སྟོན་པ་དེ་ཡི་བསྟན་པ་  
གསུང་རབ་ཉིད་ལས་ཆད་མའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་བསྟན་པར་  
བྱལ་བའི་དོན་དུ་དེའི་སྟོན་ས་བསྟོད་པའི་ཕྱིར། འདིས་ནི་ཐར་བ་དང་ཐམས་  
ཅད་མཁྱེན་པ་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་ཆད་མའི་མཆན་ཉིད་དང་དབྱེ་བ་དང་  
འདུག་ཚུལ་ལ་སོགས་པ་གསུང་རབ་ཉིད་ལས་རྒྱས་པར་གསུངས་པར་

བསྟན་ཏོ།

དེ་ནས་གཏན་ལ་དབབ་བྱ་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་སོགས་  
 གྲང་བསྟན་པ་ན། སྤྲ་མའི་སྤེ་མིག་གིས་གསུང་རབ་མཐའ་དག་གི་དོན་ལེགས་  
 པར་བྱེད་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །དང་པོར་གསུང་རབ་དགོངས་འགྲེལ་དང་  
 བཅས་པ་ལ་ཉན་བཤད་མ་བྱས་པར་དོན་དེ་དག་ཏྟགས་མི་རྒྱས་པར་མཐོང་  
 བས། ཐར་པ་དང་ཀུན་མཐུན་བསྐྱབ་པ་ལ་ཡང་ལུང་གི་སྐྱབ་བྱེད་དགོས་པར་  
 འདོད་པ་ནི། རིགས་པའི་ཚུལ་ལུགས་མི་ཤེས་ཤིང་། ཚིག་ཅམ་ལ་འཆེལ་  
 བའི་ལུ་ཅོར་སྐྱབ་པ་འབའ་ཞིག་ཡིན་ནོ།

ཆད་མའི་མཆན་ཉིད་སོགས་རི་ལྟར་བསྟན་ཞེ་ན། རི་སྐད་དུ་སྟོན་པོ་  
 ཤེས་པ་དང་ལྟན་པའི་སྐྱེས་བྱས་ནི། སྟོན་པོ་ཤེས་ཀྱི་སྟོན་པོ་ཉིད་དོ་ཞེས་ནི་  
 མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པས་མངོན་སུམ་གྱི་མཆན་ཉིད་བསྟན་ཏེ། དང་པོས་མ་  
 འཇུལ་བ་དང་། གཉིས་པས་ཏྟག་བྲལ་ལོ། །རྗེས་དཔག་གྲང་ཆད་མར་བསྟན་  
 ཏོ། །དེ་ཆད་མར་སྟོན་མི་བཞེད་ན་དེ་ཆད་མ་ཡིན་པ་འགོག་རིགས་པ་ལ།

ཅ་བ། རྗེས་སུ་དཔག་པ་མ་བསྐྱོག་ཕྱིར། །

ཅུང་ཟད་སྐྱེ་བའི་བདག་ཉིད་ཅན། །

གང་དེ་ཐམས་ཅད་འགག་ཆོས་ཅན། །

ཞེས་སོགས་རྣམ་པ་དུ་མར་ནི། །

འདི་ཡི་སྟོར་བའང་མཐོང་ཕྱིར་རོ། །

མེད་ན་མི་འབྱུང་མཚན་ཉིད་ཅན། །

རྟགས་ནི་རྗེས་དཔག་རྟེན་ཡིན་ནོ། །

རྗེས་སྐྱེད་པག་པ་ཚད་མ་ཡིན་པ་མ་ལྟོག་པའི་སྤྱིར་དང་། གང་ཅུང་  
ཟད་སྐྱེ་བའི་བདག་ཉིད་ཅན་དེ་ཐམས་ཅད་ནི། འགག་པའི་ཚོས་ཅན་ཡིན་ནོ། །  
ཞེས་སོགས་རྣམ་པ་དུ་མར་རྗེས་དཔག་འདི་ཡི་རྟེན་སྦྱོར་བའང་གསུངས་པ་  
མཐོང་བའི་སྤྱིར། དུ་བ་ལས་ནི་མེད་ཤེས་དང་། ཞེས་སོགས་གྱིས་འབྲས་  
བུའི་གཏན་ཚིགས་བསྟན་ནོ། །སྐྱབ་དག་ཡང་དག་བསྟན་པས་དོན་གྱི་ཤུགས་  
གྱིས་རྗེས་དཔག་བཞེད་པ་ཡང་གོ་བར་འགྱུར་རྟེ།

ཅ་བ། བསྐྱབ་བྱས་གཏན་ཚིགས་བྲབ་པ་ནི། །

བསྟན་སྤྱིར་དེ་ཡང་གསལ་བར་བཤད། །

བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་མེད་ན་མི་འབྱུང་བའི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་རྟགས་ནི་  
རྗེས་དཔག་གི་རྟེན་ཡིན་པའི་སྤྱིར། མེད་ན་མི་འབྱུང་བའི་འབྲེལ་བ་དེ་ཡང་  
གསལ་བར་བཤད་དེ། བསྐྱབ་བྱའི་ཚོས་འགག་པའི་ཚོས་ཅན་གྱིས་གཏན་  
ཚིགས་སྐྱེ་བའི་ཚོས་ཅན་ལ་བྲབ་པ་གསལ་བར་བསྟན་པའི་སྤྱིར། འདི་དག་  
ནི་གསུང་རབ་ལས་ཚད་མ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ལན་དུ་མར་མ་གསུངས་  
པར་ལན་རེ་ཅ་གསུངས་པ་དེ་ཉིད་འདིར་བཀོད་པ་མ་ཡིན་གྱི། ཚད་  
མའི་མཚན་ཉིད་དང་རྗེས་དཔག་གི་རྟེན་ལ་སོགས་པ་མ་བསྟན་པའི་གསུང་  
རབ་མི་སྤིད་པས། གསུང་རབ་མཐའ་དག་ལས་གསུངས་པར་ཤེས་པའི་  
མཚན་བྱེད་དུ་མཛད་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་དང་། དམ་

པའི་ཆོས་འགོག་ལམ་དང་། དེ་ཚུལ་བཞིན་དུ་སྐྱབ་པའི་འཕགས་པའི་དགེ་  
འདུན་ནམས་དངོས་པོ་སྟོབས་ཞུགས་ཀྱི་རིགས་པས་སྐྱབ་པའི་ཚུལ་ཁོང་དུ་  
ཚུད་ནས། དེས་བྲངས་པའི་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་དང་།  
སྐྱབས་སུ་སོང་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་རྫོགས་པའི་བྲང་ཚུབ་  
སྐྱབ་དགོས་པ་དང་།

སྐྱབ་ཀྱས་པ་གཉིས་ཆད་མས་ལེགས་པར་བྱའ་ནས། སེམས་བསྐྱེད་  
ལ་དམ་བཅའ་འཛོག་ཅིང་། རྫོགས་པའི་བྲང་ཚུབ་དེ་ཐོབ་པར་བྱེད་པ་ལ་  
ཡང་། བདེན་བཞིའི་གནས་ལུགས་རྟོགས་པའི་སློ་གོམས་པར་བྱས་པ་ལས་  
འབྱུང་བར་མཐོང་ནས། འཁོར་བ་འདྲུག་ལྡོག་གིས་བསྐྱས་པའི་བདེན་པ་  
བཞི་དངོས་སྟོབས་ཀྱི་རིགས་པས་སྤྱོད་ཅི་མ་ལོག་པར་བཅའ་ཏེ། དེའི་དོན་  
ལ་ཡང་དང་ཡང་དུ་འདོར་ལེན་སྤྱོད་ཅི་མ་ལོག་པར་བྱའོ།

གཞུང་འདིའི་མགོ་ཞབས་ཀྱན་གྱིས་སྐྱབས་འགོ་མ་འཕངས་པའང་ཅུང་  
ཟད་ཀྱང་མེད་དེ། སློ་འདོགས་གཅོད་པའི་ཐབས་མ་བསྟན་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་  
མེད་ལ། རང་རྒྱུད་ལ་སློ་འདོགས་རི་ཅམ་བྲལ་བ་དེ་ཅམ་གྱིས་ཆོས་དགོན་  
མཆོག་གི་གཞི་བཙུགས་པ་ཡིན་ལ། ནམ་སློ་འདོགས་ཀྱི་ས་བོན་དང་བྲལ་  
བ་ནས་བྲལ་བ་མཐར་ཐུག་པའི་བར་ཆོས་དགོན་མཆོག་ཡིན་ལ། ད་ལྟ་སློ་  
འདོགས་མངོན་གྱུར་དང་བྲལ་བ་ལ་དོན་གཉེར་ཞུགས་པ་ནས། སློ་འདོགས་  
མཐར་དག་དང་བྲལ་བ་ལ་དོན་གཉེར་ཞུགས་པའི་སློ་ཀྱན་སྐྱབས་འགོའི་ཡན་  
ལག་ཏུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ།

སྟོན་པའི་བསྟན་པ་རིགས་པས་ལེགས་པར་བྱུབ། །  
དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་ཅེ་གཅིག་ཡིད་ཆེས་རྟེན། །  
དེ་དོན་ཚུ་ལ་བཞིན་སྐྱབ་ལ་བཙོན་ལྡན་པ། །  
སྐྱེས་བུ་གང་དེ་ཉོག་ལྡན་ཡིན་ཞེས་བྱ། །

ཅ་བ། ཆད་མ་རྣམ་འགྲེལ་གྱི་ཚིག་ལེ་འུར་བྱས་པ་ལས་  
ཆད་མ་བྱུབ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལེ་འུ་གཉིས་པའོ།། །

ཆད་མ་རྣམ་འགྲེལ་གྱི་ཚིག་ལེ་འུར་བྱས་པའི་རྣམ་བཤད་ཐར་ལམ་  
གསལ་བར་བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལས། ཆད་མ་ཡང་དག་པར་བྱུབ་པ་ཞེས་བྱ་  
བ་ལེ་འུ་གཉིས་པའི་འགྲེལ་བའོ།།

འདིས་ཀྱང་བྱུབ་པའི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་སྒོ་ཐམས་ཅད་ནས་ཕྱོགས་  
ཐམས་ཅད་དུ་དར་ཞིང་རྒྱས་ལ་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པར་བྱེད་ཅུས་པར་བྱུར་  
ཅིག

ཡིག་འོར་དང་ཆད་ལྟག་ཡོད་ཆེ་འགྲེལ་བ་གནང་ན་དགའ་སྟོའི་ངང་ནས་བཞེ་བཅས་ཞུ་ཆོག

བ་རྒྱ་ཁ་བྱང་། marjamson618@gmail.com