

ཤེས་རབ་ལྷིང་པོའི་འགྲེལ་བ།



མཛད་པ་པོ། ཅོ་ཅེ་རྗེ་བཙུན་གྲགས་པ་བཤད་སྟུང་།

མཆོད་བརྗོད། .....	1
དང་པོ་། ཟབ་མཐོང་དོན་ལ་འཇུག་དགོས་པར་བསྟན་པ་ །ཞེས། .....	2
གཉིས་པ་ལ་། སྐབས་ཀྱི་གཞུང་དོན་བཤད་པ་ །གསུམ། .....	6
དང་པོ་ལ་། མཆོན་གྱི་དོན་ལ་ །གཉིས། .....	7
དང་པོ་། དངོས་ནི་ །ཞེས། .....	7
འགྲུར་ཕྱག་ནི། .....	8
གཉིས་པ་ལ་། གཞུང་གི་དོན་ །གཉིས། .....	8
དང་པོ་ཐུན་མོང་བ་ནི། .....	8
གཉིས་པ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ལ་གསུམ། .....	11
དང་པོ་། གང་གིས་བྱིན་གྱིས་རྒྱལ་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ །ཞེས། .....	11
གཉིས་པ་། གང་ལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱལ་པའི་གང་ཟག་ །ཞེས། .....	12
གསུམ་པ་ལ་། རི་ལྟར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱལ་པའི་ཚུལ། །གཉིས། .....	12
དང་པོ་ལ་འོག་གི་དྲིས་ལན་ནམས་འབྱུང་བའི་རྒྱ་ནི། .....	12
གཉིས་པ་ལ་། དྲི་བ་དང་ལན་གྱི་ཚུལ་ །གཉིས། .....	13



དང་པོ་། རྩི་བ་ ། རྩི། .....	14
གཉིས་པ་ལ་ ། དེའི་ལན་རིམ་ལྟར་མཛད་པའི་ཚུལ་ ། བཞི། .....	15
དང་པོ་ལ་ ། བསྐྱབ་ཚུལ་སོ་སོར་བྱེ་སྟེ་བསྐྱན་པ་ལ་ ། བཞི། .....	15
དང་པོ་ལ་ ། ཆོག་ལམ་དང་སྒྲོར་ལམ་གཉིས་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཤེར་བྱིན་ལ་སྒྲོབ་ཚུལ་ ། གཉིས།	16
དང་པོ་ ། མཚམས་སྦྱར་ ། རྩི། .....	16
གཉིས་པ་ལ་ ། སྒྲོབ་ཚུལ་དངོས་ ། གཉིས། .....	16
དང་པོ་ ། མདོར་བསྐྱན་པ་ ། རྩི། .....	17
གཉིས་པ་ལ་ ། བྱེ་སྟེ་བཤད་པ་ ། གཉིས། .....	17
དང་པོ་ ། གཟུགས་ཕྱད་གི་སྟེང་དུ་ཟབ་མོ་བཞི་སྒྲོར་བ་བསྐྱན་པ་ ། རྩི། .....	18
གཉིས་པ་ ། དེགས་པ་དེ་ཕྱད་པོ་གཞན་བཞི་ལ་བསྐྱེ་བར་བསྐྱན་པ་ ། རྩི། .....	22
གཉིས་པ་མཐོང་ལམ་ལ་སྒྲོབ་ཚུལ་ནི། .....	22
གསུམ་པ་སྒྲོམ་ལམ་ལ་སྒྲོབ་ཚུལ་ལ་གཉིས། .....	25
དང་པོ་ ། སྒྲོམ་ལམ་ལ་རིམ་ལྟར་སྒྲོབ་ཚུལ་ ། རྩི། .....	25

གཉིས་པ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཇི་ལྟར་འཁོར་རྒྱ་བའི་ཚུལ་ལ་གཉིས།	31
དང་པོ་རྒྱས་པ་ནི། .....	31
གཉིས་པ་མཐར་འཁོར་རྒྱ་ཚུལ་ནི། .....	32
བཞི་པ་༽ མི་སྒོ་བ་བའི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཤེར་ཕྱིན་ལ་བརྟེན་ནས་ཐོབ་ཚུལ་ ༽ནི། .	33
གཉིས་པ་སྒྲགས་ཆིག་གིས་བསྐྱས་ཏེ་བསྟན་པ་ལ་གཉིས། .....	36
དང་པོ་༽ ཆེ་བ་བསྟན་པ་ ༽ནི། .....	36
གཉིས་པ་༽ སྒྲགས་ཆིག་དངོས་བཤད་པ་ ༽ནི། .....	38
གསུམ་པ་མདོར་བསྐྱས་ཏེ་བསྟན་པར་གདམས་པ་ནི། .....	39
གསུམ་པ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་མཛད་པ་ནི། .....	39
གསུམ་པ་མཐུག་གི་དོན་ནི། .....	42
གསུམ་པ་ཐབ་དོན་རིགས་པས་གཏན་ལ་འབེབས་ཚུལ་ མདོར་བསྐྱས་ཞིང་བཤད་པ་ལ། .....	43

༢ གོང་ས་༢ སྐབས་མགོན་ཆུལ་བའི་དབང་པོ་མཆོག་གི་ཐུགས་རྗེ་  
བཀྲིན་འོག་ཕྱན་གྱིས་གཞོན་སྐྱེས་སློབ་གསར་དོན་གཉེར་ཅན་རྣམས་ལ། ཀྱི་  
ཤུ་ཉལ་ས་ཅན་གྱི་ལག་ཐོག་ཁ་པར་དང་ iPad སློབ་མྱོད་སོགས་བརྒྱུད་  
ནས་དཔེ་དེབ་འདི་བཞིན་བོད་ཡིག་ལམ་ནས་གཟིགས་བདེ་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་  
བཅོས་པ་ཡིན། སྤང་ནས་ཀྱང་རིམ་པས་དཔེ་དེབ་དོ་བཤུས་ལག་ཏུ་འགྱུར་  
ཆེ་དེབ་གྲངས་མང་དུ་གཏོང་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་འོང་གི་དེར་སྤྲོད་པའི་ལམ་  
སྟོན་བཀའ་སློབ་དགོངས་འཆར་ལྟག་སྟེ་ལ་ཡོང་བར་རེ་བསྐྱལ་ཞུ་རྒྱུ་དང་།  
ཞུ་དག་བསྐྱར་མ་སོགས་ལ་རང་ཁུས་གང་ཡོད་གྱིས་འབད་ཚོལ་གྱིས་ཁུལ་  
བྱས་ཀྱང་ཆུད་ཆད་ཞན་སྐབས་ནོར་འབྲལ་གང་ཤོར་རྣམས་བཅོད་གསོལ་  
ཞུ་རྒྱུ་བཅས།

སེར་སྤང་དམར་འཇམ་དབྱངས་བསོད་ནམས་གྱིས།

དེབ་བཅོས་ཟིན་པ་རྣམས་སྤུ་ལ་དགོས་ན་བརྒྱ་རྒྱུད་ནས་རིན་མེད་དུ་ཤུལ་ཆོག་  
བརྒྱུ་ཁ་བྱང་། [marjamson618@gmail.com](mailto:marjamson618@gmail.com)

༡༡། ཤེས་རབ་སྒྲིང་པོའི་རྣམ་བཤད་ཟབ་མའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
གསལ་བར་བྱེད་པའི་ཉི་མ་ཞེས་  
བྱ་བ་བཞུགས།

མཆོད་བརྗོད།

ན་མོ་གུ་རུ་མཆུ་གྲོ་ཡ། །  
ཏེན་འབྲེལ་ཟབ་མོ་ཇི་བཞེན་གཟིགས་ནས་ནི། །  
དེ་ཉིད་འགོ་ལ་བཅུ་བས་འདོམས་མཛད་པས། །  
མཐེན་དང་སྟོན་པ་སྒྲ་ན་མེད་གྱུར་བ། །  
ཐུབ་དབང་སྤྲོ་པའི་ཉི་མར་གྱུས་ཕྱག་འཇུག། །

རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་ཐུགས་རྗེ་གཅིག་བསྐྱེས་ནས། །  
རྒྱས་སྤྲོས་གཞོན་ཀུའི་གར་གྱིས་སྤིང་གསུམ་འདིར། །  
རྒྱལ་བའི་མཛད་པ་མཐའ་དག་སྤྲོ་བ་བཅོན་བ། །  
རྒྱལ་སྤྲོས་ཐུ་བོ་སྤྲོན་རས་གཟིགས་ལ་འདུད། །

ཤེས་རབ་ཆེན་པོའི་མཆོག་གྱུར་ལྷ་རིའི་བྲ། །

ཟབ་དོན་འབྲེལ་མཛད་སྒྲུ་སྒྲུབ་ཟླ་བ་གྲགས། །

རྒྱལ་བ་གཉིས་པ་ཡབ་སྐུ་ལ་བརྟུང་ནས། །

ཤེར་སྤྱོད་སྤྱིང་པོའི་རྣམ་བཤད་བྲི་བར་བྲ། །

འདི་ལ་གསུམ་སྤྱིར་ཟབ་མའི་དོན་ལ་འཇུག་དགོས་པར་བསྟན་པ།

སྐབས་ཀྱི་གཞུང་དོན་བཤད་པ། ཟབ་དོན་རིགས་པས་གཏན་ལ་འབེབ་ཚུལ་  
མདོར་བསྡུས་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་༼ ཟབ་མའི་དོན་ལ་འཇུག་དགོས་པར་བསྟན་པ་ ༽ནི།

ཐར་འདོད་ཀྱི་སྤྱེས་བྲུས་གང་ལ་འཇུག་པར་བྲ་བའི་གཞི་ནི་རྒྱལ་བའི་  
བསྟན་པ་ཡིན་ལ། དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་སྤྱོད་ཉིད་ཀྱི་ལྷ་བ་འཆོལ་བ་ལ་འཇུག་  
དགོས་པ་ཡིན་ཏེ། ལྷ་བ་དེ་ནི་རྟོགས་པའི་བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཙོ་བོ་  
འམ་སྤྱིང་པོ་དང་། དེ་སྤྱོད་པའི་གཞུང་ནི་ལུང་གི་བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཙོ་  
བོ་འམ་སྤྱིང་པོ་ཡིན་པས། ཆོས་སྤྱོད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་རྟོན་འབྲེལ་  
ཟབ་མའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སྤྱོད་པ་དེ་སྤྱོད་པའི་མཆོག་དང་། ཆོས་ཤེས་པ་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་རྟོན་འབྲེལ་ཟབ་མའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཤེས་པ་དེ་ཤེས་པའི་  
མཆོག་ཡིན་པའི་བྱིར་ཏེ། རྗེས། རྟོན་འབྲེལ་བསྟོད་པ་ལས། བསྟན་པའི་སྤྱིང་

པོ་སྟོང་པ་ཉིད། །ཞེས་པ་དང་། སྟོན་པའི་ནང་ནས་རྟེན་འབྲེལ་སྟོན་པ་དང་། །  
ཤེས་རབ་ནང་ནས་རྟེན་འབྲེལ་ཤེས་པ་ཉིད། །འཇིག་རྟེན་དག་ན་རྒྱལ་བའི་  
དབང་པོ་བཞིན། །ཕུལ་བྱུང་ལེགས་པར་བྲོད་མཁྱེན་གཞན་གྱིས་མིན། །ཞེས་  
གསུངས་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཐར་པ་ཐོབ་པ་ལ་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལྷ་བ་མེད་མི་  
རུང་གི་ཡན་ལག་ཡིན་ཏེ། ཉིང་ངེ་འཇིན་རྒྱལ་པོ་ལས། གལ་ཏེ་བདག་མེད་  
ཆོས་ལ་སོ་སོར་རྟོག། །སོ་སོར་དེར་བརྟགས་གང་ཞིག་སྒྲིམ་བྱེད་ན། །དེ་ནི་  
མྱ་ངན་འདས་འཐོབ་འབྲས་བུའི་རྒྱ། །རྒྱ་གཞན་གང་ཡིན་དེས་ནི་ཞིར་མི་  
འགྱུར། །ཞེས་དང་། མགོན་པོ་སྐུ་སྐྱབ་གྱིས་ཀྱང་། གང་དག་སྟོང་ཉིད་མི་ཤེས་  
པ། །དེ་དག་ཐར་པ་བསྟེན་མ་ཡིན། །འགོ་དྲུག་སྤྱིད་པའི་བཙོན་རར་ནི། །  
ཚོངས་པ་དེ་དག་འཁོར་བར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེའི་  
གནད་ཀྱང་། བདག་དང་བདག་གིར་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་བརྒྱུད་ན་  
འཁོར་བར་འཁོར་ཞིང་། དེ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་རྟོགས་ན་འཁོར་བ་  
ལས་གྲོལ་བར་འགྱུར་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཡིན་ཏེ། སྤྱད་པ་ལས། དེ་བཞིན་  
གྱིས་པ་བདག་དང་བདག་གིར་ཁས་ལེན་པ། །བདག་དེར་འདྲ་ཤེས་ཡང་དག་  
མིན་རྟོག་སྒྲེ་ཞིང་འཇིག། །རི་ལྷར་འཇིན་པ་དེ་ལྷར་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་  
བསྟན། །བདག་དང་བདག་གིར་མི་དམིགས་རྣམ་པར་བྱུང་བར་གསུངས། །  
ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེའི་སྤྱིར་རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་མཐའ་དག་



དངོས་དང་བརྒྱད་པ་ཅི་རིགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ཉེན་འབྲེལ་ཟབ་མོའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
སྒྲོ་ན་པ་ལ་གཞིལ་བ་ཡིན་ཏེ། སྒྲོད་འཇུག་ལས། ཡན་ལག་འདི་དག་ཐམས་  
ཅད་ནི། །ཐུབ་པས་ཤེས་རབ་དོན་དུ་གསུངས། ཞེས་དང་། རྩེ་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་།  
ཁྱོད་ཀྱིས་ངེ་སྒྲོད་བཀའ་སྒྲུལ་པ། ཉེན་འབྲེལ་ཉིད་ལས་བརྒྱམས་ཏེ་འཇུག །  
ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྒྲོད་ཉིད་ཟབ་མོ་ལ་མོས་ནས་ཉན་པ་དང་སྒྲོ་ན་  
པ་དང་རྫོགས་པའི་པན་ཡོན་ནི་མདོ་སྒྲགས་གཉིས་ཀ་ལས་མང་དུ་གསུངས་  
ཤིང་། ཁྱད་པར་དུ་རྫོང་གཙོ་དུ་གྲགས་པའི་ཤེར་ཕྱིན་སུམ་བརྒྱ་པ་ལས།  
རབ་འབྱོར་གང་གིས་འཇིག་ཉེན་གྱི་ཁམས་དེ་སྒྲོད་རིན་པོ་ཆེ་སྒྲ་བདུན་གྱིས་  
གང་བར་བྱས་ཏེ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཙུམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་  
པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་སྒྱིན་པ་བྱིན་པ་བས། གང་གིས་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་  
གྲངས་འདི་ལ་ཐ་ན་ཆོག་བཞི་པའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་ཙམ་དུ་བཟུང་ནས།  
གཞན་དག་ལ་ཡང་དག་པར་བཤད་དེ་ཡང་དག་པར་རབ་ཏུ་བསྟན་ན། དེ་  
ཉིད་གཞི་དེ་ལས་བསོད་ནམས་ཆེས་མང་དུ་གྲངས་མེད་དཔག་ཏུ་མེད་པ་  
བསྐྱེད་དོ། །ཞེས་དང་། བྱེད་རིན་ཆེན་བྱིན་པའི་མདོ་ལས་ཀྱང་། འཇམ་  
དཔལ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ཐབས་མཁས་པ་དང་བྲལ་བས་བསྐྱལ་པ་  
བརྒྱ་སྒྲོད་དུ་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་དུག་ལ་སྒྲུད་པ་བས། གང་གིས་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་  
གྲངས་འདི་ཐེ་ཆོམ་དང་བཅས་པས་ཉན་པ་འདི་བསོད་ནམས་ཆེས་མང་དུ་

བསྐྱེད་ན། གང་ཐེ་ཆོམ་མེད་པར་ཉན་པ་ལྟ་ཅི་སྒྲོས། གང་གིས་ཡི་གེར་བྲིས་  
ནས་ལུང་འབོག་པ་དང་འཆད་པ་དང་གཞན་དག་ལ་ཡང་རྒྱ་ཆེར་རབ་ཏུ་སྟོན་  
པ་ལྟ་ཅི་སྒྲོས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཏེ། ཉན་པ་ནས་གཞན་ལ་སྟོན་པའི་བར་  
སྒྲ་མ་སྒྲ་མ་ལས་བྱི་མ་བྱི་མ་པན་ཡོན་ལྷག་པར་ཆེ་བར་སྟོན་པ་ཡིན་ནོ། །  
སྟོང་ཉིད་མ་རྟོགས་ཀྱང་དེ་ལ་དོན་འགྱུར་གྱི་ཐེ་ཆོམ་སྐྱེས་པ་ཅམ་གྱིས་ཀྱང་  
སྲིད་པ་རྩལ་པོར་བྱེད་ཅིང་། ཐར་པའི་ས་བོན་འཛོག་རུས་པ་ཡིན་ཏེ། །  
འཕགས་པ་ལྟས་བསོད་ནམས་ཚུང་དུས་ཆོས་འདི་ལ། །ཐེ་ཆོམ་བ་བ་ཡང་  
མི་འགྱུར། །ཐེ་ཆོམ་བོས་པ་ཅམ་གྱིས་ཀྱང་། །སྲིད་པ་རྩལ་པོར་བྱེད་པར་  
འགྱུར། །ཞེས་དང་། མདོ་ལུང་སྒྲ་མས་ཀྱང་འགྱུབ་པའི་བྱིར་རོ། །རྫོང་གཙོང་  
གྱི་གཞུང་གི་པན་ཡོན་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་ནི། དེའི་བརྗོད་བྱ་དོན་གྱི་ཤེར་  
བྱིན་ལས་འབྱུང་བར་དགོངས་པ་ཡིན་གྱི། གཞུང་བཟླག་པ་ཅམ་ལས་ནི་མ་  
ཡིན་ནོ། །

ཁ་ཅིག །ཤེར་སྒྲིང་འདོན་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་གཞོད་པ་ཞི་བའི་ཆེད་  
ཅམ་དུ་དམིགས་ནས་བྱེད་པ་ནི། དགོས་པའི་གཙོ་བོ་བྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་སོང་བ་  
ཡིན་ཏེ། བཅོམ་ལྡན་འདས་གྱིས་ཤེར་བྱིན་གྱི་མདོ་ཐམས་ཅད་ཐར་པ་དང་  
ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཐོབ་པའི་ཐབས་གྱི་གཙོ་བོ་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ལྟ་  
བ་རྒྱུད་ལ་བསྐྱེད་པའི་ཆེད་དུ་གསུངས་གྱི། གཞོད་པ་པལ་བ་སྒྲོག་བྱེད་ཅམ་

དུ་གསུངས་པ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །

འོན་ཀྱང་ད་ལྟ་སྒྲིག་པའི་ཆེད་དུ་དམིགས་ནས་འདོན་པ་དར་བ་ནི།  
སྒྲིག་ལྟའི་དབང་པོས་ཤེར་སྤྱོད་གྱི་དོན་ཡིད་ལ་བྱེད་ཅིང་ཆིག་ཁ་ཏོན་བྱས་  
པས་བདུད་སྤྱིར་སྒྲིག་པར་གསུངས་པ་ལ་བརྟེན་པ་སྟེ། དགོས་པ་ཕལ་པའོ། །  
དགོས་པའི་གཙུག་པོ་ནི་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་  
བདག་མེད་ཏོགས་པའི་ཤེས་རབ་བསྐྱེད་པ་དང་འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་ལས་  
ཐར་པ་དང་། ལས་སྐྱབ་འདགས་པའི་ཆེད་དུ་དམིགས་ནས་འདོན་དགོས་ལ།  
ཞར་བྱང་ངམ་ཕལ་པ་ནི་རང་བཞིན་གྱི་གཞོན་པ་ཞི་བའི་ཆེད་དུ་དམིགས་  
ནས་འདོན་པ་ནི་སྐབས་དང་བསྟུན་དགོས་པར་མངོན་ནོ། །གང་ལྟར་ཡང་  
ཀུན་སྒྲོང་འཕེན་པ་རྒྱ་ཆེན་པན་ཡོན་ཆེ་ཞིང་ཆུང་ན་ནི་དེ་དང་འབྲ་བས་ཀུན་  
སྒྲོང་བཟང་བ་གཤམ་ཆའོ། །

མདོར་ན་དོར་གཙུག་སོགས་ལས་ཤེར་སྤྱོད་གྱི་གཞུང་དོན་ལ་ཐོས་  
བསམ་བྱས་ན་པན་ཡོན་མང་པོ་འབྱུང་བར་གསུངས་པ་ལྟར། པན་ཡོན་ཤིན་  
ཏུ་ཆེ་བའི་ཤེར་སྤྱོད་ཐབས་མོ་འདིའི་དོན་ཤེས་པ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ལ་ ༼ སྐབས་ཀྱི་གཞུང་དོན་བཤད་པ་ ༽ གསུམ།

མཆན་གྱི་དོན་དང་། གཞུང་གི་དོན་དང་། མཐུག་དོན་ནོ། །

# དང་པོ་ལ་ རྩམ་ཆོས་ཀྱི་དོན་ལ་ རྟོག་ཅི་སྟེ།

དངོས་དང་། འགྱུར་གྱི་ཕྱག་གོ། །

དང་པོ་ རྩམ་ཆོས་ནི་ རྟོག་ཅི།

ཀྱུ་གར་ན་སྐད་རིགས་བཞི་ཡོད་པའི་ནང་ནས་ལེགས་སྐྱུར་གྱི་སྐད་  
དུ་ཟླ་ག་ཕ་ཉི་ཞེས་སོགས་ཡིན་ལ། དེ་ཉིད་བོད་སྐད་དུ་བསྐྱུར་ན། བཅོམ་  
ལྡན་འདས་མ་ཞེས་སོགས་སུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། ཟླ་ག་ཕ་ཉི་མི་བཅོམ་ལྡན་  
འདས་མ། །སྤྲ་རྒྱ་ནི་ཤེས་རབ། སྤྲ་ར་མི་ཏུ་ནི་པ་རོལ་ཏུ་བྱེན་པ། སྤེ་ད་ཡ་ནི་  
སྒྲིང་པོ་ཅེས་བྲ་བར་འགྱུར་བའི་བྱིད། འདིར་པར་བྱེན་ཞེས་བརྗོད་པའི་ཀྱུ་  
མཚན་ཅི་ཞེ་ན་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱེན་ཞེས་པ་ནི་འཁོར་བའི་ཀྱུ་མཚོའི་  
པ་རོལ་ཏུ་བྱེན་པའི་དོན་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་བྱེད་ཆོག་ལ་སྐྱུར་བ་དང་། ལས་  
ཆོག་ལ་སྐྱུར་བ་གཉིས་ཡོད་པའི་སྤྲ་མ་ལྟར་ན། བྱེན་པར་བྱེད་པའི་དོན་ཡིན་  
པས་སློབ་ལམ་ནའང་ཤེས་བྱེན་དངོས་ཡོད་ལ། བྱེ་མ་ལྟར་ན་བྱེན་བྱེན་པའི་  
དོན་ཡིན་པས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་ཡོད་པ་དང་སྐྱུར་དགོས་སོ། །བརྗོད་བྲ་  
དོན་གྱི་ཤེས་བྱེན་དངོས་ནི་སྒྲིང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཞིག་ལ་བྱེད་པ་  
ཡིན་ཀྱང་། ཡུམ་དང་ཤེས་བྱེན་ལ་སྤྲས་བརྗོད་རིགས་གྱིས་དབྱེ་ན། རང་  
བཞིན་གྱི་ཤེས་བྱེན། གཞུང་ཤེས་བྱེན། ལམ་ཤེས་བྱེན། འབྲས་བུ་ཤེས་བྱེན་



རྣམས་སུ་ཡོད་ཅིང་། དེའི་དང་པོ་ནི་སྟོང་ཉིད་དང་དོན་གཅིག་། གཉིས་པ་ནི་  
སྟོང་ཉིད་སྟོན་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མདོ་ལྟ་བུ། གསུམ་པ་ནི་བྱང་སེམས་  
འཕགས་པའི་མཁྱེན་པ་ལྟ་བུ། བཞི་པ་ནི་རྣམ་མཁྱེན་ནོ། །

## འགྱུར་ཕྱག་ནི།

གཉིས་པ་འགྱུར་ཕྱག་ནི། བཅོམ་ལྡན་འདས་མ་ཞེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་  
ཏུ་བྱིན་པ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །ཞེས་པ་སྟེ་ལོ་རྩ་བས་བཀོད་པའོ། །འདིར་  
བཅོམ་ལྡན་འདས་མ་ནི་ཞེས་བྱིན་ཉིད་ལ་དགག་སྒྲ་སྒྲུར་བ་ཡིན་གྱི། གང་  
ཟག་ཞིག་ལ་མི་བཟུང་ངོ། །

## གཉིས་པ་ལ་ ༼ གཞུང་གི་དོན་ ༽ གཉིས།

སྟེང་གཞི་དང་། དངོས་གྱི་དོན། དང་པོ་ལ་ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མོང་མ་  
ཡིན་པའི་སྟེང་གཞི་གཉིས་ཡོད་པའི་དང་པོ་ལ་བཞི་སྟེ།

## དང་པོ་ཐུན་མོང་བ་ནི།

དུས་དང་སྟོན་པ་དང་གནས་དང་འཁོར་ཐུན་སུམ་ཆོགས་པ་བཞི་ལོ། །  
དུས་ཐུན་སུམ་ཆོགས་པ་ནི། འདི་སྐད་བདག་གིས་ཐོས་པ་དུས་གཅིག་ན་  
ཞེས་པས་སྟོན་ཏེ། འདི་སྐད་ཅེས་པ་ནི་འཆད་འགྱུར་གྱི་མདོ་འདི་སྐད་ཅེས་པ་

ཡིན་ལ། བདག་གིས་ཐོས་པ་ཞེས་པ་ནི་གཞན་ལས་བརྒྱད་ནས་མ་ཡིན་གྱི།  
བདག་གིས་དངོས་སུ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལས་ཐོས་ཞེས་པ་འོ། །དུས་གཅིག་  
ན་ཞེས་པ་ནི། སྤྱིར་ཆོས་གཞན་དུས་གཞན་དང་གཞན་དུ་ཐོས་ལ། དུས་  
གཅིག་གི་ཆེ་ན་འདི་ཐོས་ཞེས་པ་སྟེ། ཡང་ཡང་མ་ཐོས་པས་ཐོས་དཀའ་བའོ།  
ཡང་དུས་གཅིག་གི་ཆེ་ལན་གཅིག་ཐོས་པ་ཅམ་གྱིས་བརྒྱུད་བར་སྟོན་པས་  
ཤེས་རབ་ཆེ་བ་བསྟན་ཏོ། །

སྟོན་པ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་ནི་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཞེས་པ་སྟེ། ཟླ་ག་  
ཟན་ནི་བཅོམ་ལྡན་དང་སྐལ་ལྡན་གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག་པས། དང་པོའི་དབང་  
དུ་བྱས་ན། བཅོམ་ལྡན་ནི་ངེ་སྐད་དུ་ཉོན་མོངས་ལས་དང་དེ་བཞིན་སྟེ། ཉོན་  
མོངས་ཤེས་བྱའི་སྐབ་དེ་བཞིན། །གང་ཡང་མི་མ་ཐུན་ཕྱོགས་ཆོས་བཅོམ། །  
དེ་འདིར་བཅོམ་ལྡན་འདས་སུ་བཤད། །ཅེས་བཤད་པ་ལྟར་ཡིན་ལ། བྱི་མའི་  
དབང་དུ་བྱས་ན། སྐ་བྱ་ཁྲི་ལས། དབང་ཕྱག་དང་ནི་གཟུགས་བཟང་དང་། །  
དཔལ་དང་གྲགས་དང་ཡེ་ཤེས་དང་། །བཙོན་འགྲུས་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་སྟེ། །  
དུག་པ་དེ་ལ་སྐལ་ཞེས་བྲ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཏེ། ལུང་སྤྲ་མ་བཅོམ་པ་  
དང་། ལུང་བྱི་མ་ལྡན་པའི་དོན་དུ་སོ་སོར་སྦྱར་ཡང་རུང་ངོ་། ཟླ་ག་ཟན་ལ་  
འདས་ཞེས་པའི་དོན་དངོས་སུ་མེད་ཀྱང་། དོན་གྱིས་ཐོབ་པའི་དབང་དུ་བྱས་  
ནས་སྒྲ་ཐབས་སུ་བསྟན་པ་སྟེ། སྤིད་ཞི་གཉིས་ཀྱི་མཐའ་ལས་འདས་ཤིང་

འཇིག་རྟེན་པའི་ལྷ་ལས་བྱུང་པར་འཕགས་པའོ། །

གནས་ཕྱན་སུམ་ཆོགས་པ་ནི། རྒྱལ་པོའི་ཁབ་བྱ་ཆོད་ཕྱང་པོའི་རི་ལ་  
ཞེས་པས་བསྟན་ཏེ། རྒྱལ་པོ་བཞུགས་པའི་གནས་ཡིན་པས་ན་རྒྱལ་པོའི་  
ཁབ་དང་། དེའི་ཤར་ན་རི་བྱ་ཆོད་ཀྱི་གཟུགས་ཕྱང་ལྷར་ཡོད་པས་བྱ་ཆོད་  
ཕྱང་པོ་དང་། བྱ་ཆོད་སྤངས་པ་ལྷར་དང་། རིན་པོ་ཆེའི་བྲག་བྱ་ཆོད་ཀྱི་མགོ་  
བོ་ལྷ་བྱ་ཡོད་པས་བྱ་ཆོད་ཕྱང་པོའི་རི་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལ་བཞུགས་ནས་སོ། །  
དེ་ལྷ་བྱའི་རི་དེ་བསྐྱལ་བ་འཇིག་པའི་ཆེ་ཡང་མི་འཇིག་ཅེས་མཁས་པ་ཁ་  
ཅིག་གསུང།

འཁོར་ཕྱན་སུམ་ཆོགས་པ་ནི་དགེ་སྦྱང་གི་དགེ་འདུན་ཆེན་པོ་དང་  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་དགེ་འདུན་ཆེན་པོ་དང་ཐབས་གཅིག་ཏུ་བཞུགས་ཏེ་  
ཞེས་པས་སྟོན་ཏེ། དགེ་སྦྱང་གི་དགེ་འདུན་ཆེན་པོ་ནི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་དབང་དུ་  
བྱས་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་དགེ་འདུན་ཆེན་པོ་ནི་སྤྲུལ་སྤྲུལ་ལྷར་  
རོ། །དགེ་སྦྱང་ནི་བསྟན་པར་རྫོགས་པ་སྟེ་ཕྱང་ན་ལས་འདས་པ་དང་ཉེ་བར་  
བྱེད་པའི་དོན་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནི་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོ་ཐོབ་པའི་  
ཆེད་དུ་སེམས་པས་ན་དེ་སྐད་ཅེས་བྱ་ཞིང་། དགེ་འདུན་ནི་མི་མཐུན་སྒྲིགས་  
ཀྱིས་མི་བྱེད་པའི་དོན་དང་། ཆེན་པོ་སྤྲུལ་པ་ནི་སྤངས་རྫོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་  
མཐོན་པོ་ཐོབ་པའི་དོན་ཡིན་ལ། ཆེན་པོ་བྱེད་པ་ནི་དོན་བདུན་ལ་འཇུག་སྟེ།

མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས། དམིགས་པ་ཆེ་བ་དང་། སྐྱབ་པ་གཉིས་དང་། ཡེ་ཤེས་  
དང་། བཙོན་འབྲས་དང་། ཐབས་མཁས་དང་། སྐྱབ་པ་དང་། འཕྲིན་ལས་ཆེན་  
པོ་སྡེ་བདུན་ལ་འདུག་པར་བཤད་པ་ལྟར་རོ། །ཐབས་གཅིག་ཏུ་བཞུགས་པ་  
ནི་དེ་ཅུམས་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ་བཞུགས་པ་ལོ། །

གཉིས་པ་སྐྱན་མོང་མ་ཡིན་པ་ལ་གསུམ།

གང་གིས་བྱིན་གྱིས་རྫོབ་པའི་ཉིང་དེ་འཇིན། གང་ལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་  
པའི་གང་ཟག །དེ་ལྟར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་༼གང་གིས་བྱིན་གྱིས་རྫོབ་པའི་ཉིང་དེ་འཇིན།༽ནི།

དེའི་ཆེ་བཙོན་ལྡན་འདས་ཟབ་མོ་སྤང་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོས་ཀྱི་ནུམ་  
གངས་ཀྱི་ཉིང་དེ་འཇིན་ལ་སྟོམས་པར་ཞུགས་སོ་ཞེས་པས་བསྟན་ཏེ། དུས་  
དེའི་ཆེ་ཞེས་པ་དུས་ཀྱི་བྱད་པར་བཙོན་ལྡན་འདས་ནི་སྟོན་པའི་བྱད་པར།  
ཟབ་མོ་ནི་ཡུལ་གྱི་བྱད་པར་ཏེ་སྟོང་པ་ཉིད་ཡིན་ལ། སྤང་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ཉིང་  
དེ་འཇིན་ནི་ཡུལ་ཅན་གྱི་བྱད་པར་སྟེ། དེ་ལྟ་བུའི་ཟབ་མོ་རྟོགས་པའི་ཉིང་དེ་  
འཇིན་དེ་ལ་སྟོམས་པར་ཞུགས་པ་སྟེ་མཉམ་པར་བཞག་པ་ལོ། །སྦྱིར་སངས་  
རྒྱས་བཙོན་ལྡན་འདས་ནི་དུས་ཉག་ཏུ་དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་སྤང་མི་སྤང་བའི་  
ཚུལ་གྱིས་མཉམ་པར་བཞག་པ་ཡིན་པས། གསར་དུ་ཟབ་མོ་སྤང་བའི་ཉིང་



དེ་འཇིན་ལ་མཉམ་པར་བཞག་པ་མིན་ཡང་། སྟོམས་པར་འཇུག་པའི་རྣམ་པ་  
བསྟན་པ་ཅམ་ནི་མི་འགལ་ལོ། །

གཉིས་པ་ ཉ་གང་ལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པའི་གང་ཟག་ ། རྟེན།

སྟོན་པ་ཉིང་དེ་འཇིན་དེ་ལ་སྟོམས་པར་ཞུགས་ནས་ཡུལ་ཤུ་རི་བུ་ལ་  
ཟབ་མོའི་དོན་ཞུ་བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའོ། །

གསུམ་པ་ལ་ ཉ་རི་ལྟར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་ཚུལ། ། གཉིས།

དེ་བའི་རྒྱ་དང་། དེ་བ་དང་ལན་གྱི་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་ལ་འོག་གི་དེས་ལན་རྣམས་འབྱུང་བའི་རྒྱ་ནི།

ཡང་དེའི་ཆེ་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་འཕགས་  
པ་སྦྱན་རས་གཟིགས་དབང་ཕུག། ཞེས་པ་ནས། རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པར་  
རྣམ་པར་ལྟོ། ། ཞེས་པ་སྟེ། ཡང་ནི་སྟོན་པ་ཟབ་མོ་སྦྱང་བའི་ཉིང་དེ་འཇིན་ལ་  
སྟོམས་པར་ཞུགས་པར་མ་ཟད་ཅེས་པའོ། ། དུས་དེའི་ཆེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱང་  
ཚུབ་དེ་ནི་བྱང་སེམས་རང་དོན་ལ་དམིགས་ནས་ཐོབ་པར་འདོད་པས་ན་  
བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་དང་། གཞན་དོན་དུ་དམིགས་ནས་ཐོབ་པར་འདོད་

བས་ན་སེམས་དབང་ཆེན་པོ། སོ་སྒྲིའི་ས་ལས་འདས་ཤིང་མི་དག་བའི་  
ཆོས་ལས་རིང་དུ་སོང་བས་ན་འཕགས་པ། རྒྱུད་ལྡེའི་འགྲོ་བ་ལ་བྱགས་རྗེས་  
དུས་དྲུག་ཏུ་གཟིགས་པས་ན་སྒྲུན་རས་གཟིགས། ཆོས་ཀྱི་དབང་ཕྱག་ཡིན་  
བས་དབང་ཕྱག་ཅེས་བྱ་སྟེ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་སྟོན་པ་དང་མཐུན་པར་ཤེས་  
རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ཟབ་མའི་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་ཤེས་རབ་ཀྱིས་རྣམ་པར་  
ལྟ་ཞིང་། གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཕུང་པོ་ལྔ་པོ་དེ་དག་ལ་ཡང་རང་བཞིན་  
ཀྱིས་སྟོང་པར་ཤེས་རབ་ཀྱིས་རྣམ་པར་ལྟ་བར་མཛད་པོ། །བལྟའོ་ཞེས་  
བས་འཕུལ་ཡོད་པ་ལྟར་བས་ན་བལྟ་བར་བྱའོ་ཞེས་པའི་དོན་དུ་འགྱུར་བས་  
ཅུང་མི་བདེ་སྟམ་ཡང་། གལ་ཆེར་ལས་དེ་ལྟར་འབྱུང་བས་བཟླ་གྱི་རྒྱལ་  
སྤྲུལ་ཀྱི་སྟོང་པ་ལ་བྱིན་དྲུག་ཡོད་ཀྱང་། འདིར་ཟབ་མོ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་  
སྟོམ་པ་ལ་ཟབ་མའི་སྟོང་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟར་སྒྲིར་ལྟ་སྟོང་གཉིས་མི་  
འགལ་བར་སེམས་སོ། །

གཉིས་པ་ལ་༼དེ་བ་དང་ལན་གྱི་ཚུལ་༽གཉིས།

དེ་བ་དང་དེའི་ལན་རྗེས་མཛད་པའི་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་༼དེ་བུ་༽ནི།

དེ་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཐུས་ཆེ་དང་ལྷན་པ་ལྷ་རི་བྱས་ཞེས་པ་  
ནས། འདི་སྐད་ཅེས་སྒྲས་སོ་ཞེས་པ་སྟེ་འགོ་དེ་ནས་ཞེས་པ་ནི་མཆོམས་  
སྒྱུར་བ་སྟེ་དུས་ཀྱི་བྱད་པར་རོ། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཐུས་ཞེས་པ་ནི་འདིར་ལ་  
རིའི་བྱས་དེ་བ་མཛད་པ་འདི་རང་སྟོབས་ཅམ་མིན་གྱི།      སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
མཐུས་ཞེས་པ་སྟེ་རྒྱུ་འབྱུང་བར་རོ། །ཆེ་དང་ལྷན་པ་ནི་སྒྱུར་ཆེ་མ་དོར་བ་  
ཞེག་ལ་བྱེད་ཀྱང་། འདིར་བསྒྲགས་པའམ་ཞེས་སའི་བྱད་པར་རོ། །མ་ལྷ་རི་  
ཀའི་བྱ་ཡིན་པས་ན་ལྷ་རིའི་བྱ་སྟེ། དེ་བ་པོའི་གང་ཟག་གི་བྱད་པར་རོ། །འདི་  
དངོས་པོ་ལ་ཉན་ཐོས་མཆོན་ཉིད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྟོན་གསལ་ལས་སྒྲིབ་སེལ་  
གྱི་སྒྲུལ་པར་ཡིན་པར་བཤད་པས་སོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་  
དཔའ་ཆེན་པོ་ཞེས་སོགས་ནི་སྒྱུར་ལྷན་པ་ཡིན་ལ། འདི་སྐད་ཅེས་སྒྲས་སོ་ཞེས་  
པ་ནི་འཆད་པར་འགྱུར་བ་སྒྱུར་བཅོམ་པའི་དོན་ནོ། །དེ་ནས་དེ་བ་དངོས་ནི།  
རིགས་ཀྱི་བྱ། གང་ལ་ལ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ། ཞེས་པ་ནས། དེ་  
སྒྱུར་བསྒྲུབ་པར་བྱ། ཞེས་དེས་པ་སྟེ། དེ་ལ་རིགས་ཀྱི་བྱ་ཞེས་པ་ནི་ཆོས་  
སམ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རིགས་སུ་སྒྲིམ་པ་སྟེ། མཁས་པ་ཁ་ཅིག་སྐབས་འདིར་  
རིགས་ཀྱི་བྱ་མོ་ཞེས་འབྱུང་བ་ནི་མ་དག་ཅེས་བཞེད་པ་སྒྱུར་ན། རིགས་ཀྱི་  
བྱ་ནི་སྒྱུན་རས་གཟིགས་ལ་བསྟེགས་དགོས་ལ། ཁ་ཅིག་རྒྱ་དཔེ་ལ་འདིར་

རིགས་ཀྱི་བྱ་ཚོ་ཞེས་འདུག་ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ན་ཤེས་ཕྱིན་འདི་ལ་  
བསྐྱབ་པར་འདོད་པའི་སྐྱེས་པ་དང་བྱད་མེད་སྤྱི་ལ་སྦྱོར་དགོས་སོ། །ཅི་ལྟར་  
ཡང་། གང་ལ་ལ་ནི་སྐྱེས་པའམ་བྱད་མེད་གང་ལ་ལ་ཞེས་པར་མ་རིགས་ཀྱི་  
བྱའམ་བྱ་ཚོ་གང་ལ་ལ་ཞེས་སྒྱུར་ཀྱང་རུང་ངོ་། །ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་  
པ་ཟབ་མོའི་སྦྱོད་པ་ལ་བརྩོན་པས་སྤྱད་པ་སྟེ་བསྐྱབ་པར་འདོད་པའི་གང་  
ཟག་དེས་ཚོགས་སྦྱོར་དང་མཐོང་སྒྲོམ་གྱི་ལམ་ནམས་སུ་ཚུལ་རིམ་ལྔར་  
བསྐྱབ་པར་བྱ་ཞེས་དེས་སོ། །ཤུ་རིའི་བྱས་དེ་སྐད་ཅེས་སྐྱས་པ་དང་ཞེས་པ་  
ནི་ཁྱས་ཟིན་པའི་མཚམས་སྒྱུར་ངོ་། །

གཉིས་པ་ལ་། ཉ་དེའི་ལན་རིམ་ལྔར་མཛད་པའི་ཚུལ་༽བཞི།

བསྐྱབ་ཚུལ་སོ་སོར་བྱེ་སྟེ་བསྐྱན་པ། སྒྲགས་ཚིག་གིས་བསྐྱས་ནས་  
བསྐྱན་པ། མདོར་བསྐྱས་ཏེ་བསྐྱབ་པར་གདམས་པ། རེས་སུ་ཡི་རང་མཛད་  
པའོ། །

དང་པོ་ལ་། ཉ་བསྐྱབ་ཚུལ་སོ་སོར་བྱེ་སྟེ་བསྐྱན་པ་ལ་༽བཞི།

ཚོགས་ལམ་དང་སྦྱོར་ལམ་གཉིས་ཀྱི་སྐྱབས་སུ་ཤེས་ཕྱིན་ལ་སློབ་  
ཚུལ། མཐོང་ལམ་དུ་སློབ་ཚུལ། སྒྲོམ་ལམ་དུ་སློབ་ཚུལ། མི་སློབ་པའི་སངས་  
རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཤེས་ཕྱིན་ལ་བརྟེན་ནས་སློབ་ཚུལ་ལོ། །



དང་པོ་ལ་༼ ཆོགས་ལམ་དང་སྒྲོར་ལམ་གཉིས་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཤེར་ཕྱིན་ལ་སློབ་ཚུལ་ ༽གཉིས།

མཆམས་སྒྲུར་དང་། སློབ་ཚུལ་དངོས་སོ། །

དང་པོ་༼ མཆམས་སྒྲུར་ ༽ནི།

དེ་ལྟར་ཁྱེས་པའི་ལན་དུ། བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་  
པོ་འཕགས་པ་སྐྱུན་རས་གཟིགས། ཞེས་པ་ནས། སྤྲུམ་སོ་ཞེས་པའི་བར་ཏེ་  
དེ་ནས་ཤུ་རིའི་བྱ་ཞེས་བོས་ནས། རིགས་ཀྱི་བྱ་ལམ་རིགས་ཀྱི་བྱ་མོ་གང་ལ་  
ལ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ། ཞེས་པ་ནས། འདི་ལྟར་རྣམ་པར་བསྟན་  
པར་བྱ་སྟེ་ཞེས་པ་ནི་མཆམས་སྒྲུར་བའོ། །གཞན་སྤྲེལ་འདི་ལྟར་ནི་འཆད་  
པར་འགྱུར་བའི་སློབ་ཚུལ་འདི་ལྟར་བྱ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །ཁ་ཅིག་འདི་  
ཆོགས་སྒྲོར་གཉིས་ལ་སློབ་ཚུལ་ཙམ་དང་སྒྲུར་ཡང་འཆད་པར་འགྱུར་བའི་  
ཉམས་ལེན་ཐམས་ཅད་ལ་སློབ་ཚུལ་དང་སྒྲོར་རྒྱ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ལ་༼ སློབ་ཚུལ་དངོས་ ༽གཉིས།

མདོར་བསྟན་པ་དང་། བྱ་སྟེ་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་༼ མདོར་བསྟན་པ་ ༽ནི།

སྤང་པོ་ལྷ་པོ་དེ་དག་གྲང་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པར་རྣམ་པར་ཡང་  
དག་པར་རྗེས་སུ་བལྟའོ། །ཞེས་པ་སྟེ། སྤང་པོ་ལྷ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ཐམས་  
ཅད་དོན་དམ་དཔྱེད་བྱེད་གྱི་རིགས་པས་བཏགས་དོན་མ་བཅའ་བར་ཐ་སྟད་  
དུ་འཛོག་རུས་མོད། བཏགས་དོན་བཅའ་ན་རིག་ཤེས་གྱི་དབྱེད་བཟོད་དུ་མ་  
གྲུབ་པས། གཟུགས་སོགས་གྱི་སྤང་པོ་རེ་རེར་མ་བཟད། སྤང་པོ་ལྷ་པོ་དེ་དག་  
ཐམས་ཅད་གྲང་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པར་རྣམ་པར་ཡང་དག་པར་ཏེ་སྤྱན་ཅི་  
མ་ལོག་པར་གནས་ཚུལ་རི་ལྟ་བུ་བཞིན་རྗེས་སུ་བལྟ་བར་བྱའོ་ཞེས་སྟོང་  
ཉིད་ཟབ་མོ་ལ་བལྟ་ཚུལ་མདོར་བསྟུས་ཏེ་བསྟན་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་ཆོགས་  
སྒྲོར་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་དོན་སྤྱིའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པ་དང་། མཐོང་ལམ་  
ནས་མདོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་དང་། སྒྲོམ་ལམ་ནས་མདོན་སུམ་དུ་རྟོགས་ཟིན་  
གོམས་པ་ལྟར་ལེན་གྱི་ཚུལ་དུ་སྒྲོམ་པར་བྱེད་དགོས་པར་བསྟན་པའོ། །

གཉིས་པ་ལ་༼ བྱེ་སྟེ་བཤད་པ་ ༽གཉིས།

གཟུགས་སྤང་གི་སྟོང་དུ་ཟབ་མོ་བཞི་སྒྲོར་བ་བསྟན་པ་དང་། རིགས་  
པ་དེ་སྤང་པོ་གཞན་བཞི་ལ་བསྐྱེ་བར་བསྟན་པའོ། །

དང་པོ་༼ གཟུགས་སྤང་གི་སྟེང་དུ་ཟབ་མོ་བཞི་སྟོར་བ་བརྟན་པ་ ༽ནི།

གཟུགས་སྤང་ལྟ་བུ་རང་བཞིན་མེད་པར་བལྟ་ཚུལ་ངེ་ལྟར་བྱ་ཞེ་ན།  
གཟུགས་སྟོང་པའོ། །སྟོང་པ་ཉིད་གཟུགས་སོ། །གཟུགས་ལས་སྟོང་པ་ཉིད་  
གཞན་མ་ཡིན། སྟོང་པ་ཉིད་ལས་ཀྱང་གཟུགས་གཞན་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པ་སྟེ།  
གང་ཟག་གི་གཟུགས་སྤང་ནི་མ་བརྟགས་མ་དབྱེད་པའི་ཐ་སྙད་པའི་ཤེས་  
ངོར་སྤང་བ་ཅམ་མ་གཏོགས། དོན་དམ་དཔྱད་བྱེད་ཀྱི་རིགས་པས་རྣམ་པར་  
བརྟགས་ཤིང་དབྱེད་པ་ན་བརྟགས་དོན་མི་རྟོག་པས་རང་ངོས་ནས་སམ་རང་  
བཞིན་གྱིས་བྱུང་པས་སྟོང་པའོ། །དཔེར་ན། ཚུ་ནང་གི་ཟླ་བ་དང་མེ་ལོང་གི་  
གཟུགས་བརྟན་དང་སྟེག་རྒྱུའི་ཚུ་དང་མི་ལམ་གྱི་མི་དང་སྐྱ་མའི་རྟ་སྐང་  
སོགས་ཐ་སྙད་པའི་ཤེས་ངོར་སྤང་བ་ཅམ་མ་གཏོགས། སྤང་ཅམ་ཉིད་ནས་  
ཟླ་བ་སོགས་སྐྱ་མ་བྱུང་པ་བཞིན་ནོ། །བརྟགས་དོན་འཆོལ་ཚུལ་ནི་འོག་ཏུ་  
འཆད་པར་འགྱུར་ངོ། །གལ་ཏེ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་བྱུང་ན་མེད་པར་མི་  
འགྱུར་རམ་སྟམ་ན་དེར་མི་འགྱུར་བ་ནི་དེ་ལྟར་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ་ཉིད་  
ཡིན་བཞིན་དུ་ཐ་སྙད་ཅམ་དུ་གཟུགས་སྐྱ་སྤང་ངོ། །དཔེར་ན། ཟླ་བའི་  
གཟུགས་བརྟན་ནི་ཟླ་བ་ཡིན་པར་མ་བྱུང་ཀྱང་ཟླ་བར་སྤང་བ་ཅམ་མི་འགལ་  
བ་ལྟར་ངོ། །

འོ་ན། ཟླ་བའི་གཟུགས་བརྟན་ཟླ་བར་མ་བྱུང་པ་དེ་བཞིན་དུ། གཟུགས་

ཉིད་ཀྱང་གཟུགས་སུ་མ་གྱུབ་པ་ཡིན་ནས།      གཞན་དུ་དེའི་དཔེར་ངེ་ལྟར་  
རིགས་ཞེ་ན།      འདི་ལྟ་བུ་ནི་དོགས་པའི་གནས་ཆེན་པོ་ཡིན་པས་རྒྱས་པར་  
བཤད་དགོས་པ་ཡིན་ཡང་།      འདིར་མང་དུ་དོགས་པས་རྗེ་ཡབ་སྐུ་སྐྱེ་  
གཞུང་ཆེ་བ་དག་ལས་ཤེས་པར་བྱ་དགོས་ལ།      ཅུང་ཟད་བརྗོད་ན།      དཔེ་དོན་  
དེ་ལྟར་སྒྲོར་བ་ནི་གཟུགས་བརྟན་བྱུང་བཞིན་དུ་མ་གྱུབ་པ་དེ་བཞིན་དུ།  
གཟུགས་ནི་གཟུགས་སུ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྱུབ་ཅེས་གོ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་  
ཞིང་།      དེ་ཡང་མེ་ལོང་གི་གཟུགས་བརྟན་ལྟ་བུ་ནི་འཇིག་རྟེན་པའི་གན་པོ་བརྒྱ་  
བྱུང་རྣམས་ཀྱིས་བྱུང་བཞིན་དུ་མ་གྱུབ་པར་རྟོགས་ཀྱས་པས།      གཟུགས་  
བརྟན་དེ་འཇིག་རྟེན་ན་བརྟུན་པར་གྲགས་ལ།      གཟུགས་རང་བཞིན་གྱིས་མ་  
གྱུབ་པར་འཇིག་རྟེན་རང་ག་བས་རྟོགས་མི་ཀྱས་པས།      གཟུགས་དེ་ནི་འཇིག་  
རྟེན་རང་ག་བའི་ཤེས་པོར་བདེན་པར་སྤང་ཞིང་དེའི་པོར་བདེན་ཡང་།      དེ་བུ་  
མའི་རིགས་པས་སྤང་བ་ལྟར་མ་གྱུབ་པར་རྟོགས་ཀྱས་པས་དེ་མ་པ་ལ་  
གྲགས་པའི་བརྟུན་པ་ཡིན་ནོ།      །དེའི་སྤྱིར་འཇིག་རྟེན་ན་གྲགས་པའི་བརྟུན་པ་  
ཞིག་དཔེར་བཟུང་ནས།      དེ་ལ་བརྟུན་པར་མ་གྲགས་པའི་གཟུགས་སོགས་  
རང་གི་པོ་བོས་གྱུབ་པར་སྤང་ཡང་།      དེར་མ་གྱུབ་པར་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་  
ནོ།      །དེ་ནས་གཟུགས་བརྟན་བྱུང་བཞིན་དུ་མ་གྱུབ་ཀྱང་གཟུགས་བརྟན་དུ་  
གྱུབ་པ་ལྟར།      གཟུགས་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྱུབ་ཀྱང་གཟུགས་སུ་གྱུབ་པར་

ཐ་སྙད་པའི་ཚད་མས་འཛིག་ཀྱས་ཏེ། དེ་འདྲ་བ་གཞན་ལ་འང་སྒྱུར་རོ། །གལ་  
 ཏེ་གཟུགས་ནི་ཀྱན་རྩིབ་པའི་ངོ་བོ་འདུས་བྱས་ཡིན་ལ། གཟུངས་རང་བཞིན་  
 གྱིས་མེད་པ་ནི་དོན་དམ་འདུས་མ་བྱས་ཡིན་པས་དེ་གཉིས་ངོ་བོ་ཐ་དད་དུ་  
 འགྱུར་རོ་སྙམ་ན་དེར་མི་འགྱུར་བ་ནི། གཟུགས་སྤང་ལས་དེའི་རང་བཞིན་  
 སྟོང་པ་ཉིད་ངོ་བོ་གཞན་ཏེ་ངོ་བོ་ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ངོ་བོ་གཅིག་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་པའོ། །དཔེར་ན་གཟུགས་བརྟན་ཟླ་བར་སྤང་བ་དང་དེ་ཟླ་བར་མ་གྲུབ་པ་  
 གཉིས་ངོ་བོ་གཅིག་ཅིང་ཐ་དད་མ་ཡིན་པ་ལྟར་རོ། །དེ་ཡང་གཟུགས་བརྟན་  
 ཟླ་བར་སྤང་བ་དང་གཟུགས་བརྟན་ཟླ་བར་མ་གྲུབ་པ་གཉིས་གཞི་གཅིག་ལ་  
 དུས་གཅིག་ཏུ་ཆོག་གས་པ་འཛིག་ཏེན་པའི་ཐ་སྙད་པའི་ཚད་མས་ངེས་པ་  
 མངོན་སུམ་གྱིས་གྲུབ་པ་ཡིན་ལ། གཟུགས་དང་དེའི་རང་བཞིན་མེད་པ་  
 གཉིས་ངོ་བོ་གཅིག་པ་དེ་འཛིག་ཏེན་རང་ག་བས་མི་ངེས་ཀྱང་དབྱ་མའི་  
 རིགས་པ་ཤེས་པས་ངེས་ཀྱས་སོ། །

དེ་ལྟར་ན་གཟུགས་ལས་དེའི་རང་བཞིན་སྟོང་པ་ཉིད་ངོ་བོ་གཞན་མ་  
 ཡིན་པར་མ་ཟད། གཟུགས་ཀྱི་རང་བཞིན་སྟོང་པ་ཉིད་ལས་ཀྱང་གཟུགས་ངོ་  
 བོ་གཞན་ཏེ་ངོ་བོ་ཐ་དད་མ་ཡིན་ནོ། །དཔེར་ན་གཟུགས་བརྟན་བྱང་བཞིན་  
 གྱིས་སྟོང་པ་ལས་གཟུགས་བརྟན་ངོ་བོ་ཐ་དད་དུ་མེད་པ་བཞིན་ནོ། །མདོར་  
 ན་གཟུགས་སོགས་རྣམས་རང་གི་རང་བཞིན་སྟོང་པ་ཉིད་དང་ངོ་བོ་གཅིག་



ལ་ལྟོག་པ་ཐ་དད་ཅམ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། བྱས་པ་དང་དེའི་མི་རྟག་དང་ངོ་བོ་  
གཅིག་ལ་ལྟོག་པ་ཐ་དད་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ཡང་། མགོན་པོ་སྐུ་སྐྱབ་གྱིས་  
བྱང་ཆུབ་སེམས་འབྲེལ་ལས། གྲུན་རྫོབ་ལས་ནི་ཐ་དད་པར། །དེ་ཉིད་  
དམིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །གྲུན་རྫོབ་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་བཤད། ། སྟོང་ཉིད་ཁོ་ན་  
གྲུན་རྫོབ་ཡིན། །མེད་ན་མི་འབྱུང་ངེས་པའི་ཕྱིར། །བྱས་དང་མི་རྟག་ཇི་བཞིན་  
ནོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །གཟུགས་སོགས་དང་དེ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་མེད་  
པ་གཉིས་གཅིག་དང་ངོ་བོ་ཐ་དད་ལ། གཞོད་བྱེད་བཞི་དགོངས་འབྲེལ་ལས་  
གསུངས་ཀྱང་། བསྐྱུ་ན་གཟུགས་དང་དེའི་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ་གཉིས་ངོ་  
བོ་གཅིག་ཡིན་ཀྱང་གཏན་ནས་གཅིག་མ་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་གྲུན་རྫོབ་དང་  
དེའི་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ་ནི་དོན་དམ་བདེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་  
གཉིས་ངོ་བོ་ཐ་དད་མ་ཡིན་ཏེ། ཡིན་ན་མ་འབྲེལ་བས་གཟུགས་རང་བཞིན་  
གྱིས་སྟོང་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། དེའི་ཚུལ་ཡང་ཆོས་  
ཐམས་ཅད་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་པས་རྟེན་འབྲེལ་མ་ཡིན་པའི་ཆོས་མེད་ལ་དེ་  
མེད་པས་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ་མ་ཡིན་པའི་ཆོས་ཀྱང་མེད་དེ། རྟེན་འབྲེལ་  
བསྟོད་པ་ལས། དེ་ཕྱིར་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་ལ། །མ་གཏོགས་ཆོས་འགའ་  
ཡོད་མིན་པས། །རང་བཞིན་གྱིས་ནི་སྟོང་པ་ལས། །མ་གཏོགས་ཆོས་འགའ་  
མེད་པར་གསུངས། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ རྩེ་གསུམ་པ་དེ་ཕུང་པོ་གཞན་བཞི་ལ་བསྐྱེ་བར་བསྟན་པ་ ། རྟོ།

དེ་བཞིན་དུ་ཆོར་བ་དང་། འདུ་ཤེས་དང་། འདུ་བྱེད་དང་། རྣམ་བར་  
ཤེས་པ་རྣམས་སྟོང་པའོ། །ཞེས་པ་སྟེ། གཟུགས་ཕུང་ལ་བཤད་པའི་དཔེ་དོན་  
དེ་བཞིན་དུ། ཆོར་བ་སོགས་བཞི་པོ་རང་བཞིན་གྱི་གྲུབ་པ་སྟོང་པའོ། །ཆོར་  
བ་སོགས་བཞི་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་ཡང་ཐ་སྙད་དུ་ཆོར་བ་སོགས་བཞི་པོ་  
དེར་སྒྲུང་ངོ། །ཆོར་བ་སོགས་བཞི་ལས་དེ་བཞིའི་རང་བཞིན་གྱི་སྟོང་པ་ཉིད་  
ངོ་བོ་གཞན་མ་ཡིན། དེ་བཞིའི་རང་བཞིན་སྟོང་པ་ཉིད་ལས་ཆོར་བ་སོགས་  
བཞི་པོ་དེ་ངོ་བོ་གཞན་ནམ་ངོ་བོ་ཐ་དད་མ་ཡིན་ཏེ་ངོ་བོ་གཅིག་གོ་ཞེས་སྒྲུབ་  
རྒྱ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་མཐོང་ལམ་ལ་སློབ་ཚུལ་ནི།

ཤུ་རིའི་བྱ་དེ་ལྟ་བུས་ན་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་ཉིད་དེ། མཆན་ཉིད་  
མེད་པ། མ་སྐྱེས་པ། མ་ལགག་པ། སྤི་མ་མེད་པ། སྤི་མ་དང་བྲལ་བ་མེད་པ།  
བྲི་བ་མེད་པ། གང་བ་མེད་པའོ་ཞེས་པ་སྟེ། ཟབ་མོ་བྱུང་པར་བརྒྱད་དང་ལྡན་  
པར་བསྟན་ཏོ། །དེ་ཡང་ཤུ་རིའི་བྱ་ཞེས་བོས་ནས། སྒྲུང་ཕུང་པོ་ལྟ་རང་  
བཞིན་གྱིས་སྟོང་པར་བཤད་པ་དེ་ལྟར་སྐྱེ་མཆེད་བཅུ་གཉིས་དང་། ཁམས་

བཅོ་བརྒྱད་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་བ་ཉིད་དེ། དེ་ཡང་  
 རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་ཡང་ཆོས་དེ་རྣམས་སུ་སྤང་ངོ། །ཆོས་དེ་རྣམས་ལས་  
 དེའི་རང་བཞིན་སྟོང་བ་ཉིད་ངོ་བོ་གཞན་མ་ཡིན། དེ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་  
 སྟོང་བ་ཉིད་ལས་ཆོས་དེ་རྣམས་ངོ་བོ་གཞན་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྱུར་བར་བྱ་སྟེ།  
 དེས་ན་རྣམ་པར་ཐར་པའི་སྒོ་སྟོང་བ་ཉིད་བསྟན་ཏོ། །ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་གི་  
 མཆན་ཉིད་གཟུགས་སུ་རུང་བ་ལ་སོགས་པ་དང་། སྤྱིའི་མཆན་ཉིད་མི་ཉག་  
 པ་དང་བདག་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱང་རང་གི་མཆན་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་  
 པ་མེད་པ་དང་། གཟུགས་སོགས་འདུས་བྱས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་ཐ་སྙད་ཅུ་  
 སྟེ་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་མ་སྐྱེས་པ་དང་། དེ་རྣམས་སྐྱེས་མཐའ་འགག་པ་  
 ཡང་ཐ་སྙད་ཅུ་ཡིན་ཀྱི་རང་བཞིན་གྱིས་མ་འགགས་པ་དང་། ཐར་འདོད་  
 ཀྱི་སྐྱེས་བུ་རྣམས་ཀྱི་སྤང་བའི་ངི་མ་འཁོར་བ་རྒྱ་དང་བཅས་པ་རང་བཞིན་  
 ཀྱིས་མེད་པ་ཡིན་ལ། སྤང་བའི་མ་དང་བྲལ་བ་ཕྱ་དན་ལས་འདས་པའི་ཐར་  
 པ་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དོ་ཞེས་པས་རྣམ་པར་ཐར་པའི་སྒོ་མཆན་མ་  
 མེད་པ་བསྟན་ཏོ། །ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ཕྱོགས་གེ་བ་སྟེ་ཟད་བར་འགྱུར་  
 བ་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པ་དང་། རྣམ་པར་བྱང་བའི་ཕྱོགས་གང་བ་སྟེ་  
 རྫོགས་པར་འགྱུར་པའམ་གོང་འཕེལ་དུ་འགྲོ་བ་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་  
 པའོ་ཞེས་པས་རྣམ་པར་ཐར་པའི་སྒོ་སྒོན་མེད་བསྟན་པར་བཞེད་དོ། །དེ་ཡང་

ཡུམ་གྱི་མདོ་ལས། གཟུགས་ནི་གང་ནས་ཀྱང་མ་འོངས། གང་དུ་ཡང་མི་  
འགྲོ། གང་ཡང་གནས་པར་འབྱུང་བ་མེད་དོ། །ཞེས་སོགས་དང་། འགྲེས་  
མོས་ཞུས་པ་ལས། སྤང་མོ་སྐྱེ་བ་གང་ནས་ཀྱང་མ་འོངས། །ཞེས་སོགས་མང་  
དུ་གསུངས་པ་ལྟར་ཉ། འདི་ལ་སྤྱིར་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་  
ཚུལ་ཤེས་ན། གྲེ་བྲག་ཏུ་འདུས་བྲས་གྱིས་ཆོས་ཐམས་ཅད་དང་པོར་རང་  
བཞིན་གྱིས་མ་སྐྱེས་པའི་ཚུལ་ཤེས་ལ། རང་བཞིན་གྱིས་མ་སྐྱེས་པའི་ཚུལ་  
ཤེས་ན་བར་དུ་རང་བཞིན་གྱིས་མི་གནས་པ་དང་མཐར་རང་བཞིན་གྱིས་མི་  
འགགས་པ་སོགས་ཀྱང་ཤེས་ཀྱས་པས་སྤང་དོར་གྱི་རྣམ་གཞག་ཐམས་ཅད་  
ཐ་སྙད་ཅུ་མ་མ་གཏོགས། དོན་དམ་པར་མེད་པའི་ཚུལ་རྣམས་ཤེས་པར་ཀྱས་  
སོ། །

རང་བཞིན་གྱིས་མི་སྐྱེ་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱི་གཙོ་བོ་ཡང་རྒྱ་རྒྱུན་ལ་  
བརྟེན་ནས་སྐྱེ་བའི་དབང་གིས་ཡིན་ཉ། མ་དོས་པས་ཞུས་པའི་མདོ་ལས།  
གང་ཞིག་རྒྱུན་ལས་སྐྱེས་པ་དེ་མ་སྐྱེས། །ཞེས་དང་། ལྷ་སྐྱབ་གྱིས་ཀྱང་  
རིགས་པ་དྲུག་ཅུ་པ་ལས། བརྟེན་ནས་སྐྱེས་པར་མ་སྐྱེས་པར། །དེ་ཉིད་  
མཐུན་པ་མཆོག་གིས་གསུངས། །ཞེས་དང་། དཔལ་ལྷན་རྒྱ་བས་དབྱུ་མ་  
འབྱུག་པར་ཡང་། གང་སྤྱིར་དངོས་པོ་བརྟེན་ནས་རབ་འབྱུང་བ། །ཞེས་  
སོགས་དང་། རྩེ་ཉིད་གྱིས་ཀྱང་། གང་གང་རྒྱུན་ལ་རག་ལས་པ། །དེ་དེ་རང་

བཞིན་གྱིས་སྟོང་ཞེས། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །དེ་ཡང་རྒྱ་རྒྱུ་  
དང་ཆ་ཤས་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་ན་གཞན་དབང་གིས་སམ་གཞན་ལ་རག་  
ལས་པའི་དབང་གིས་བྱུང་བ་ཡིན་གྱི། རང་དབང་གིས་སམ་གཞན་ལ་བསྟོས་  
མེད་དུ་བྱུང་བ་ཡིན་པས་ན་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། བཞི་བརྒྱ་པ་  
ལས། འདི་ཀྱན་རང་དབང་མེད་པ་སྟེ། །དེས་ན་བདག་གི་ཡོད་མ་ཡིན། །ཞེས་  
གསུངས་པས་སོ། །འོན་ཀྱང་དོན་སྤྲ་བས་སྟོང་གིས་ཉོགས་དགའོ། །

### གསུམ་པ་སྟོམ་ལམ་ལ་སྟོབ་ཚུལ་ལ་གཉིས།

སྟོམ་ལམ་ལ་ངེ་ལྟར་སྟོབ་ཚུལ་དང་། དེ་ལྟར་བསྐྱབས་པས་ངེ་ལྟར་  
འཁོར་རྒྱ་བའི་ཚུལ་ལོ། །  
དང་པོ་༼ སྟོམ་ལམ་ལ་ངེ་ལྟར་སྟོབ་ཚུལ་ ༽ནི།

ལྷ་རིའི་བྲ། དེ་ལྟ་བུས་ན་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་གཟུགས་མེད། ཞེས་པ་ནས།  
ཆོས་མེད་དོ། །ཞེས་པའི་བར་གྱིས་སྟེ་མཆེད་བཅུ་གཉིས་རང་བཞིན་མེད་པ་  
དང་། མིག་གི་ཁམས་མེད་པ་ནས་ཡིད་ཀྱི་ཁམས་མེད་ཅེས་པས་རྟེན་དབང་  
པོའི་ཁམས་དུག་དང་། ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་ཀྱི་བར་དུ་ཡང་  
མེད་དོ་ཞེས་པ་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ཁམས་དུག་གི་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་ཚུལ་



དངོས་སུ་བསྟན་ནས། དེ་གཉིས་ཀ་བསྟོམས་པས་དམིགས་པ་ཡུལ་གྱི་  
 ཁམས་དྲུག་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་ཚུལ་འཕགས་པས། ཁམས་བཙུག་བརྒྱད་  
 རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པར་བསྟན་ཏེ། དེ་ཡང་ཤུ་རིའི་བྱ་ཞེས་བོས་ནས། གོང་  
 ཏུ་བཤད་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་ལྟ་བུས་ན་སྟོང་པ་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་  
 སྟོབ་པ་འཕགས་པའི་མཉམ་གཞག་ཡེ་ཤེས་གྱིས་གཟུགས་ངོ་ལ་སྟེ་  
 གཟིགས་ངོར་གཟུགས་མེད། དེ་བཞིན་དུ་སྦྱར་ཏེ་ཆོར་བ་མེད། འདྲ་ཤེས་  
 མེད། འདྲ་བྱེད་མེད། རྣམ་པར་ཤེས་པ་མེད་པ་སྟེ་སྤང་པོ་ལྔའི་གཉིས་སྦྱང་  
 མེད་པར་བསྟན་ལ། དེའི་ངོར་མིག་གི་སྦྱེ་མཆེད་མེད་ཅིང་། རྣ་བ་མེད། རྣ་  
 མེད། ལྷེ་མེད། ལྷས་མེད། ཡིད་ཀྱི་སྦྱེས་ཆེད་རྣམས་མེད་པ་སྟེ་ཡུལ་ཅན་གྱི་  
 སྦྱེ་མཆེད་དྲུག་གི་གཉིས་སྦྱང་མེད་དོ། །

དེ་བཞིན་དུ་གཟུགས་མེད། སྦྱ་མེད། ཇི་མེད། རོ་མེད། རེག་བྱ་མེད།  
 ཆོས་མེད་པ་སྟེ། ཡུལ་གྱི་སྦྱེ་མཆེད་དྲུག་གི་གཉིས་སྦྱང་མེད་དོ། །དེ་བཞིན་  
 ཏུ་མིག་གི་ཁམས་མེད་པ་ནས། ཡིད་ཀྱི་ཁམས་མེད་ཅེས་པའི་ནས་ཞེས་པ་  
 བྱི་སྤྱད་ཆོག་ཡིན་པས་རྣ་བ་སྣ་སྟེ་ལྷས་བཞིའི་ཁམས་དང་བཅས་པའི་དབང་  
 པོའི་ཁམས་དྲུག་དང་། ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་ཀྱི་བར་ཏུ་ཡང་  
 མེད་དོ་ཞེས་པའི་བར་གྱིས། གཟུགས་ཀྱི་ཁམས་དང་། སྦྱ་ཇི་རོ་རེག་བྱ་ཆོས་  
 ཀྱི་ཁམས་ཏེ་ཡུལ་གྱི་ཁམས་དྲུག་དང་། མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་། རྣ་བ་

སྒྲིལ་ལུས་ཡིད་ཀྱི་ཁམས་ཏེ་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ཁམས་དུག་གི་གཉིས་སྒྲིང་ཕྱོག་  
གོ། །འདིར་ཕུང་པོ་ལྔ་དང་སྦྱེ་མཆེད་བཙུ་གཉིས་དང་ཁམས་བཙེ་བརྒྱད་  
རྣམས་སྒྲིང་ཉིད་ལ་ཚུ་ལ་ཚུ་བཞག་པ་བཞིན་དུ་གྲུར་པའི་མཉམ་བཞག་གི་  
གཟིགས་ངོར་མེད་པ་དང་། དེ་རྣམས་སྦྱར་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པ་དང་།  
དོན་དམ་དཔྱོད་བྱེད་ཀྱི་རིགས་པའི་དབྱུད་བཟོད་དུ་མེད་པ་དང་། དེ་རྣམས་  
ཀྱི་ཐ་སྙད་བཏགས་དོན་བཙེ་ལ་ན་མི་རྟོད་པ་གང་ལ་སྦྱར་ཡང་གནད་གཅིག་  
ཏུ་འགྲོའོ། སྐབས་འདི་དག་ཏུ་དགག་བྱའི་བྱུང་པར་དངོས་སུ་མ་སྦྱར་ཡང་།  
གོང་དུ་ཕུང་པོ་ལྔ་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་སྒྲིང་པར་གསུངས་པའི་ཆེ་དགག་བྱ་  
ལ་རང་བཞིན་གྱིས་ཞེས་དངོས་སུ་སྦྱར་བཞིན་པ་ལ་དགོངས་ཤིང་། འདིར་  
སྒྲིང་པ་ཉིད་ལ་ཞེས་གསུངས་པས་ཀྱང་གོ་རུས་སོ། །

ཡང་མ་རིག་པ་མེད་པ་ནས་ཀྱི་ཤེས་ཀྱི་ཐུག་པའི་བར་དུ་ཡང་  
མེད་དོ་ཞེས་པས་གཟིགས་ངོ་དེར་རྟོན་འབྲེལ་ལུགས་འབྱུང་དང་ལུགས་  
ཕྱོག་གི་གཉིས་སྒྲིང་མེད་པར་སྟོན་ཏེ། དེ་ཡང་མ་རིག་པ་མེད་པ་ནས་ཞེས་  
པའི་ནས་ནི་སྦྱད་པའི་ཆེ་ག་ཡིན་པས། དེ་དང་ཀྱི་ཤེས་པའི་བར་གྱིས་འདུ་  
བྱེད་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་མིང་དང་གཟུགས་དང་སྦྱེ་མཆེད་དང་རིག་པ་  
དང་ཆོར་བ་དང་སྐྱེད་པ་དང་ལེན་པ་དང་སྦྱིད་པ་དང་སྦྱེ་བ་དང་བཅས་པའི་  
ཉོན་མོངས་ཕྱོགས་ཀྱི་ཡན་ལག་བཙུ་གཉིས་དང་། ཀྱི་ཤེས་པའི་བར་དུ་

ཡང་མེད་དོ་ཞེས་པས་ཐ་མ་བསྟན་པ་དང་བར་དུ་ཞེས་པས་དེར་མ་བཟད་མ་  
རིག་པ་བཟད་པ་དང་། འདུ་བྱེད་བཟད་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ། སྐྱེ་བ་བཟད་པ་དང་།  
གྲ་ཞི་བཟད་པའི་བར་གྱིས་རྣམ་བུར་སྟོགས་ཀྱི་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་  
མངོན་ཞེན་གཟིགས་ངོར་དེར་ལྟོག་པར་བསྟན་ཏོ། །ཡང་དེ་བཞིན་དུ་སྟུག་  
བསྐྱེལ་བ་དང་ཀུན་འབྱུང་བ་དང་། འགོག་པ་དང་། ལམ་མེད་ཅེས་པས་སྟུག་  
བསྐྱེལ་བ་དེན་པ་དང་། ཀུན་འབྱུང་བ་དེན་པ་དང་། འགོག་པའི་བ་དེན་པ་དང་།  
ལམ་གྱི་བ་དེན་པ་སྟེ་འཕགས་པའི་བ་དེན་པ་བཞིའི་མངོན་ཞེན་གཟིགས་ངོ་དེ་  
མེད་དོ། ཡང་ལམ་མེད། ཡེ་ཤེས་མེད། ཐོབ་པ་མེད། མ་ཐོབ་པ་ཡང་མེད་དོ་  
ཞེས་པས་མཉམ་གཞག་དེའི་གཟིགས་ངོར་ཡུལ་ཅན་ལམ་དང་ཡེ་ཤེས་རང་  
ཉིད་ཀྱི་གཉིས་སྒྲུང་མེད་ལ། ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ཡང་མེད་ཅིང་། ཐོབ་  
འབྱུང་དང་ཐོབ་བྱ་མ་ཡིན་པའི་མ་ཐོབ་པ་ཡང་མེད་དོ་ཞེས་གཟིགས་ངོ་དེར་  
སྒྲུང་དོར་ལ་བ་དེན་ཞེན་ལྟོག་པའི་ཚུལ་བསྟན་པའོ། །སྤྱི་མ་འདི་དག་ལ་དོན་  
འཆད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་འགའ་རེ་མཐོང་སྟེ་དོན་དུ་མི་འགའ་ཡང་། འདི་ཉིད་  
འཐད་པར་སེམས་སོ། །འོན་ཀྱང་རོང་ཤིག་པས་མ་ཐོབ་པ་ཡང་མེད་དོ་ཞེས་  
པ་ནི། ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཐོབ་པ་ཡོད་པ་ལ་འཆད་པ་ནི་སྐྱབས་སུ་བབ་བར་མ་  
མཐོང་ངོ། མདོར་ན་དེ་དག་ །སྟོབ་པ་འཕགས་པའི་མཉམ་གཞག་ཡེ་ཤེས་  
གྱིས་དོན་དམ་གཟིགས་པའི་གཟིགས་ངོར་གཟུགས་སོགས་ཀུན་རྫོབ་པའི་

གཉིས་སྒྲིང་གི་སྒྲིས་པ་ཐམས་ཅད་ཉི་བར་ཞི་བའི་དོན་ཏེ། དེ་ཡང་། སྒྲིང་པ་  
ལས། གཟུགས་རྣམས་མི་མཐོང་ཆོར་བ་དག་གྲང་མི་མཐོང་ཞིང་། །འདྲུ་ཤེས་  
མཐོང་བ་མེད་ལ་སེམས་པ་མི་མཐོང་ཞིང་། །གང་ལ་རྣམ་པར་ཤེས་དང་  
སེམས་ཡིད་མཐོང་མེད་པ། །འདི་ནི་ཆོས་མཐོང་ཡིན་ཞེས་དེ་བཞིན་གཤེགས་  
པས་བསྟན། །ཞེས་དང་། གང་དག་དེ་ནི་འདྲུས་མ་བྱས་ཡིན་སྒྲིས་མེད་དེ། །  
འདི་ནི་ཤེས་རབ་པ་རོལ་བྱིན་མཆོག་སྒྲིང་པ་ཡིན། །ཞེས་དང་། མངོན་རྟོགས་  
རྒྱུ་ལས། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་མི་ཤེས་བྱིར། །དེ་ནི་བསམ་མི་བྱུང་བར་  
འདོད། །ཞེས་དང་། ལྷ་སྒྲུབ་ཀྱིས་རྩ་ཤེས་ལས། གང་གིས་རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་  
བར་འབྱུང་། །འགག་པ་མེད་པ་སྒྲེ་མེད་པ། །ཞེས་སོགས་དང་། ཞི་བ་ལྷས་  
སྒྲིང་འཇུག་ལས། གང་ཆེ་དངོས་དང་དངོས་མེད་དག །སྒྲོ་ཡི་མདུན་ན་མི་  
གནས་པ། །དེ་ཆེ་རྣམ་པ་གཞན་མེད་པས། །དམིགས་པ་མེད་པར་རབ་ཏུ་ཞི། །  
ཞེས་གསུངས་པ་རྣམས་དང་དོན་འདྲའོ། །དེ་ལ་འཕགས་པའི་མཉམ་གཞག་  
མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་སྒྲིང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་གཟིགས་རོན་  
གཟུགས་སོགས་ཀྱི་རྫོབ་ཀྱི་རྣམ་པ་མི་འཆར་བའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། དེས་  
སྒྲིང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཆེ་གཉིས་སྒྲིང་རུབ་པའི་སྒྲོ་ནས་  
གཟིགས་པ་ཡིན་ལ། ཀྱི་རྫོབ་པའི་ཆོས་གང་སྒྲོ་ལ་འཆར་བ་ན་གཉིས་སྒྲིང་  
དང་བཅས་པའི་ཚུལ་གྱིས་འཆར་བ་ཡིན་པའི་བྱིར་ཏེ། དོན་དམ་པའི་ཆོས་

རྣམས་ནི་དགག་བྱ་བདེན་གྱུ་མོགས་གཉིས་སྒྲིང་གི་སྒྲོས་པ་རྣམ་པར་  
བཅད་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྒྲིང་ཚུལ་མ་ཐུན་པར་གནས་ཤིང་། གནས་པ་ལྟར་  
གཟིགས་པ་ཡིན་ལ། ཀུན་རྫོབ་པའི་ཆོས་རྣམས་ནི་གཉིས་སྒྲིང་གི་སྒྲོས་པ་དུ་  
མ་དང་བཅས་ཏེ་སྒྲིང་ཚུལ་དང་གནས་ཚུལ་མི་མ་ཐུན་པར་གཟིགས་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །

སྒྱིར་གཉིས་སྒྲིང་གི་སྒྲོས་པ་ལ་སྒྲིའོག་དང་། དུལ་དུལ་ཅན་ཐ་དད་  
པའི་སྒྲིང་བ་དང་། བདེན་གྱུ་བ་དང་དེར་སྒྲིང་བ་དང་། ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་གཉིས་སྒྲིང་  
སོགས་མང་ཡང་འདྲིར་ཤེས་ན་དེ་རྣམས་གང་དང་སྒྱུར་གྱང་མི་འགལ་ལོ། །  
དགག་བྱ་ལ་རྟགས་ཀྱི་དགག་བྱ་དང་། རིགས་པའི་དགག་བྱ་དང་། ལམ་གྱི་  
དགག་བྱ་སོགས་མང་ཡང་། རྟགས་ཡང་དག་གི་དགག་བྱ་མཐར་ཐུག་ནི།  
རང་བཞིན་གྱིས་གྱུ་བ་ལ། རང་གི་མཆོན་ཉིད་གྱིས་གྱུ་བ་ལ། རང་ངོས་ནས་  
གྱུ་བ་ལ། བདེན་པར་གྱུ་བ་ལ། རྟོན་དམ་པར་གྱུ་བ་ལ། ཡང་དག་པར་གྱུ་བ་ལ།  
རང་དབང་དུ་གྱུ་བ་པ་རྣམས་ཏེ། རང་བཞིན་གྱིས་སྒྲོང་པ་འཕ། རང་བཞིན་  
གྱིས་མེད་ཅེས་སྒྱུར་རུང་བ་ཐམས་ཅད་ལ་ནི་དེ་ཐམས་ཅད་གྱིས་སྒྲོང་པ་དང་  
མེད་ཅེས་སྒྱུར་རུང་སྟེ། དེ་རྣམས་དོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཅམ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །



གཉིས་པ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ངེ་ལྟར་འཆང་བྱ་བའི་ཚུལ་ལ་གཉིས།

དང་པོ་རྒྱས་པ་ནི།

ཤུ་རིའི་བྱ་དེ་ལྟ་བུས་ན་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཐོབ་པ་མེད་  
པའི་ཕྱིར། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ལྟ་ཕྱིན་པ་ཟབ་མོ་འདི་ལ་བརྟེན་ཅིང་གནས་  
ཏེ་ཞེས་པས་སྟོན་ཏེ། ཤུ་རིའི་བྱ་ཞེས་བོས་ནས། ཆོགས་སྒྱུར་གཉིས་དང་  
མཐོང་སྟོམ་གྱི་ལོ་གཉིས་ཏེ་བཞི་ལ་སྟོབ་ཚུལ་གོང་དུ་བསྟན་པའི་ཚུལ་དེ་ལྟ་  
བུས་ན། གང་ཟག་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་  
མཉམ་གཞག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་གཟིགས་ངོ་ན་གཟུགས་མེད་པ་ནས། ཐ་མའི་ཐོབ་  
པ་དང་མ་ཐོབ་པའི་བར་གང་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་དེ་  
ལྟར་མེད་པར་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཚུལ་དེ་ཉིད་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་  
ཕྱིན་པ་ཟབ་མོའི་སྒྱུད་པ་སྒྱུད་པར་འཛོག་ལ།      ཟབ་མོའི་སྒྱུད་ཚུལ་དེ་ལ་  
བརྟེན་ཅིང་གནས་པར་བྱས་པས་ཏེ། དེའི་མཐུས་འབྲས་བྱ་འཆད་པར་འགྱུར་  
བ་ལྟར་འཐོབ་པར་རྒྱས་སོ། །འདི་ནི་འཆད་ཚུལ་གཅིག་གི་དབང་དུ་བྱས་པ་  
ཡིན་ལ། འོན་ཀྱང་སེམས་ལ་སྟོབ་པ་མེད་ཅིང་ནས་ཤེས་ཏུ་འདས་ཞེས་པ་  
ཡན་ཆད་རྒྱན་མཐའ་དང་སྒྱུར་ནའང་མི་འགལ་ཞིང་། སྐབས་འདི་གཞུང་སྟོན་  
མའི་དོན་བསྟུས་སྒྱུར་བྱང་བར་སེམས་སོ། །

གཉིས་པ་མཐར་འཁོར་གྱི་ཚུལ་ནི།

སེམས་ལ་སྒྲིབ་པ་མེད་པས་སྒྲག་པ་མེད་དེ། ཕྱིན་ཅི་ལོག་ལས་ཤིན་  
ཏུ་འདས་ནས་ཐུང་ན་འདས་པར་ཕྱིན་ཏེ་ཞེས་བསྟན་ཏེ། འདི་ལ་ཆོས་རྗེ་རོང་  
ཀླུ་པ་དང་། གྲུང་རུ་རྒྱལ་མཆོན་བཟང་པོ་གཉིས་ཀྱིས། སྟོང་ཉིད་ཀྱི་དོན་  
རྟོགས་ཤིང་གོམས་ན་སེམས་ལ་བདེན་འཛིན་སྒྲིབ་པ་མེད་པས། སྟོང་པ་ཉིད་  
ཀྱི་དོན་ལ་སྒྲག་པ་མེད་དེ། ཕྱིན་ཅི་ལོག་བདེན་འཛིན་ལས་ཤིན་ཏུ་འདས་  
ནས་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཐུང་ན་ལས་འདས་པའི་མཐར་ཐོབ་པར་བྱ་བ་སངས་རྒྱས་  
ཀྱི་སར་ཕྱིན་ཏེ་ཞེས་འཆད་ལ། འཇམ་དབྱངས་དགའ་སྟོས་དེ་ནི། གང་བླ་  
བླ་གྱི་འབྲུ་བསྟོན་ཡིན་པར་བཤད་ནས། ས་བཙུན་པོ་སྐལ་གྱི་སྤང་བའི་སྒྲིབ་  
པ་གཉིས་གཉིས་ཡོད་པ་རྣམས་རིམ་གྱིས་སྤངས་ཏེ། ཕྱིན་ཅི་ལོག་བཞིས་  
འཛིགས་ཤིང་སྒྲགས་པ་མེད་པས། དེ་ལས་འདས་པའི་མི་གནས་པའི་ཐུང་  
འདས་ཐོབ་པར་འཆད་དོ། །ཕྱིན་ཅི་ལོག་བཞི་ནི་གཙང་བདེ་རྟག་བདག་ཏུ་  
འཛིན་པ་བཞི་ལ་གཞན་ནས་བཤད་པ་ལྟར་དོ། །ཁོ་བོ་ལྟར་ན་ནི་དེ་གཉིས་  
གང་བྱས་ཀྱང་མི་འགལ་ཞིང་། བྱད་པར་དུ་བཤད་པ་དང་པོ་ཉིད་བདེ་བར་  
སེམས་སོ། །བདག་མེད་པ་ལ་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་ནི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་བཤད་  
པའི་ཕྱིར་བདག་འཛིན་ནམ་བདེན་འཛིན་ཡང་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་འཛིག་དགོས་  
པས། ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཞེས་པ་ཙམ་གྱིས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་བཞི་ཀ་ལ་ངས་པར་

བཤད་དགོས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཁ་ཅིག་ཏུ་འདས་པར་སྤྱོད་ཏེ་ཞེས་འབྲུང་ལ།  
ལ་ལར་འདས་པར་མཐར་སྤྱོད་ཏེ་ཞེས་འབྲུང་བའི་སྔ་མ་ལྟར་བྱས་ན་བདེ་  
བར་སེམས་པས། དེ་ལྟར་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའི་སྤྱ་ངན་ལས་འདས་པར་  
སྤྱོད་པའམ། དེ་ཐོབ་པར་འབྱུང་བའི་དོན་ནོ། །

སྤྱིར་འཆི་བའི་དུས་བྱས་པ་འགའ་ཞིག་ལ་སྤྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ཞེས་  
བེར་ཡང་། འདིར་ཐར་བ་ལ་སྤྱ་ངན་འདས་སམ་སྤྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་ཐ་  
སྟོན་མཛད་པ་ལྟར་ཡིན་གྱི། སྔ་མ་མིན་ལ། སྤྱ་ངན་ཡང་སྤྱལ་ཀྱན་གཉིས་ལ་  
བྱས་ནས། དེ་ལས་འདས་པ་ནི་དེ་སྤངས་པའི་དོན་ནོ། །དེ་ལྟར་འདས་སྤངས་  
འདས་ཐོབ་ན་ནི། ཉོན་མོངས་སྤངས་པས་བྱབ་ཀྱང་། སྤྱལ་ཀྱན་གཉིས་སྤངས་  
པས་བྱབ་པར་མི་འདོད་དོ། །

བཞི་པ་ རྒྱ་མི་སློབ་པའི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཤེས་སྤྱོད་ལ་བརྟེན་ནས་ཐོབ་ཚུལ་ ་ེན།

དུས་གསུམ་དུ་རྣམ་པར་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་  
ནས། སངས་རྒྱས་སོ་ཞེས་པ་ནི། འདས་མ་འོངས་ད་ལྟའི་དུས་གསུམ་དུ་རང་  
དུས་དེར་སངས་རྒྱས་ནས་རྣམ་པར་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་  
ཀྱང་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་སྤྱོད་པ་འདི་ཉིད་བསྒྲུབས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲ་ན་  
མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་སོ་

ཞེས་པ་སྟེ། གྲང་གི་སྒྲིལ་མངས་རྒྱས་རེ་རེ་གཉིས་གཉིས་སུ་མ་ཟད་ཅེས་  
 པའོ། །འོ་ན་འདས་པ་དང་མ་གྱོན་པ་གཉིས་ལ་བཞུགས་ཅེས་གསུང་པ་ཇི་  
 ལྟར་ཡིན་སྟུང་ན། སྒྲིལ་མེད་དེ། རང་དུས་ལ་དགོངས་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཞེས་  
 སྤྱིན་ནི་འདིར་གཞུང་ཞེས་སྤྱིན་ལ་བྱེད་པ་མ་ཡིན་གྱི། ལམ་ཞེས་སྤྱིན་ཏུ་གྱུར་  
 པའི་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །ཚུལ་དེ་ནི་རྒྱལ་པའི་  
 ཡུམ་རྒྱས་འབྱེད་བསྐྱུས་པ་གསུམ་ནས་འབྱུང་བའི་དོན་མདོ་སྤྱད་པ་ལས།  
 རྒྱལ་པ་འདས་དང་མ་གྱོན་སྤྱོད་པ་བཅུར་གང་བཞུགས་པ། །ཀྱན་ལམ་པ་  
 རོལ་སྤྱིན་པ་འདི་ཡིན་གཞན་མ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་ནོ། །  
 སངས་རྒྱས་ཐོབ་པ་ལ་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་དགོས་པར་མ་ཟད། ཐེག་པ་གསུམ་  
 བོ་གང་གི་འང་ཐར་པ་ཐོབ་པ་ལ་ནི་སྟོང་ཉིད་ངེས་པར་རྟོགས་དགོས་ཏེ། སྟོང་  
 ཉིད་རྟོགས་པའི་ལྟ་བུ་ནི་ཞི་སྟོ་གཉིས་སུ་མེད་པར་བཞད་པའི་དགོས་པ་དེ་  
 ཡིན་ཞིང་། ཉིང་ངེ་འཇིན་རྒྱལ་པའི་ལུང་སྤར་བྱངས་པ་ལྟར་དང་འཕགས་པ་  
 ལྷ་སྒྲུབ་ཀྱིས་གྲང་། ཉན་ཐོས་རྣམས་དང་རང་སངས་རྒྱས། །སངས་རྒྱས་  
 རྣམས་ཀྱིས་ངེས་བསྟན་པའི། །ཐར་ལམ་ཁྱོད་ནི་གཅིག་བྱ་སྟེ། །གཞན་ཞེས་  
 བྱི་པ་མ་མཆིས་ངེས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་ལ། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་  
 རོལ་ཏུ་སྤྱིན་པ་དངོས་ནི་ཐེག་ཆེན་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་  
 དང་དོན་གཅིག་ཏུ་འདོད་པ་དང་དེའི་རྒྱུད་ཉིད་སྟོང་ཉིད་མདོན་སུམ་དུ་རྟོགས་

པའི་ཡེ་ཤེས་དང་དོན་གཅིག་ཏུ་འདོད་པའི་ཚུལ་སོགས་མང་དུ་ཡོད་ཀྱང་།  
སྒྲིང་ཉིད་རྟོགས་དགོས་པ་ལ་ནི་འདྲའོ། །

རྫོང་གཙོད་ལས། དུས་གསུམ་གྱི་རྒྱུད་ཏུ་ཞུགས་པ་ནས་སངས་རྒྱལ་  
གྱི་བར་ཐམས་ཅད་ཤེས་ཕྱིན་ལ་བརྟེན་ནས་ཐོབ་པར་གསུངས་པ་ནི་སྒྲིང་ཉིད་  
རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་དགོངས་པ་ཡིན་ནོ། །སྒྲིང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་  
དེ་ཐེག་དམན་པའི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་ཀྱང་། །ཤེས་ཕྱིན་ཏུ་མི་འགྱུར་བ་ནི་ཐེག་ཆེན་  
སེམས་བསྐྱེད་དང་རྫོགས་བྱང་དུ་བསྐྱོ་བའི་བསྐྱོ་བས་མ་བེན་པའི་དབང་  
གིས་ཡིན་ལ། ཡེ་ཤེས་དེ་ཉིད་སེམས་བསྐྱེད་དང་བསྐྱོ་བ་དེ་གཉིས་ཀྱིས་བེན་  
ན་ཤེས་ཕྱིན་དུ་འགྱུར་བར་བཞེད་པ་ལྟར་བྱའོ། །

ཕྱིན་སོགས་པར་ཕྱིན་དང་པོ་ལྟ་སྒྲིང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་ཕྱིན་གྱིས་  
མ་བེན་ན་ལོང་བ་དང་འདྲ་ཞིང་། དེས་བེན་ན་ལོང་འབྲིང་དམ་ཅིག་ལྟར་དང་  
འདྲ་བར་གསུངས་ཏེ། སྤྱད་པ་ལས། དཔུས་ལོང་དམིགས་བྱ་མེད་པ་བྱེ་བ་  
ཁྲག་ཁྲིག་ནམས། །ལམ་ཡང་མི་ཤེས་གྲོང་ཁྲེག་འཇུག་པར་ག་ལ་འགྱུར། །  
ཤེས་རབ་མེད་ན་མིག་མེད་པ་རོལ་ཕྱིན་ལྟ་འདི། །དམིགས་བྱ་མེད་པ་བྱང་  
ཚུབ་རེག་པར་རྒྱས་མ་ཡིན། །གང་ཆེ་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ནི་རབ་ཏུ་བེན་གྱུར་ན།  
དེ་ཆེ་མིག་རྟོད་གྱུར་ཅིང་འདི་ཡི་མིག་འཐོབ་པོ། །ཞེས་དང་། རྫོང་གཙོད་  
ལས། འདི་ལྟ་སྒྲིང་དཔེར་ན་མིག་དང་ལྟར་པའི་མི་ཞིག་ལྟར་པར་ཞུགས་ནས་



ཅེ་ཡང་མི་མཐོང་བར་དེ་བཞིན་དུ་གང་དངོས་པོར་ལྷུང་བའི་སྒྲིན་པ་ཡོངས་  
སུ་གཏོང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔར་བལྟ་བར་བྱའོ། །རབ་འབྱོར་འདི་ལྟ་སྟེ།  
དཔེར་ན། རྣམ་ལངས་ཏེ་ཉི་མ་ཤར་ནས་མིག་དང་ལྡན་པའི་མིས་གཟུགས་  
རྣམ་པ་སྣ་ཆོགས་པ་དག་མཐོང་བ་དེ་བཞིན་དུ། གང་དངོས་པོར་མ་ལྷུང་བའི་  
སྒྲིན་པ་ཡོངས་སུ་གཏོང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔར་བལྟ་བར་བྱའོ། །ཞེས་  
དང་། ཟླ་བས་ཀྱང་། རི་ལྷར་ལོང་བའི་ཆོགས་ཀྱན་བདེ་སྒྲག་ཏུ། །མིག་ལྡན་  
སྒྲེས་བྱ་གཅིག་གིས་འདོད་པ་ཡི། །ཡུལ་དུ་འབྲིད་པ་དེ་བཞིན་འདིར་ཡང་  
ཟློས། །མིག་ཉམས་ཡོན་ཏན་སྒྲངས་ཏེ་རྒྱལ་ཉིད་འགོ། །ཞེས་གསུངས་པ་  
ལྟར་རོ། །དངོས་པོར་ལྷུང་བ་ནི་བདེན་འདྲིན་གྱིས་བཅིངས་ནས་སྟོང་ཉིད་མ་  
རྟོགས་པ་ཡིན་ལ། དངོས་པོར་མ་ལྷུང་བ་ནི་བདེན་མེད་རྟོགས་པ་སྟེ། སྒྲིན་  
བས་ཆུ་ལ་བྲིམས་སོགས་ལྟག་མ་བཞི་ཡང་མཆོན་ནོ། །

གཉིས་པ་སྒྲགས་ཆོག་གིས་བསྐྱས་ཏེ་བསྟན་པ་ལ་གཉིས།

ཆེ་བ་བསྟན་པ་དང་། སྒྲགས་ཆོག་དངོས་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་༼ ཆེ་བ་བསྟན་པ་ ༽ནི།

དེ་ལྟ་བུས་ན་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་སྒྲིན་པའི་སྒྲགས། ཞེས་པ་ནས།

མི་རྒྱུན་བས་ན་བདེན་པར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ་ཞེས་པ་སྟེ། ཤེར་བྱིན་ནི་དུས་  
གསུམ་གྱི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཀྱང་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་གཞི་ཡིན་པའོ་  
དེ་ལྟ་བུས་ན། ལམ་དེ་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་སྒྲགས་ཡིན་ཏེ།  
འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོའི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པར་བྱེད་པའི་བྱིར་རོ། །རིག་པ་ཆེན་  
པོའི་སྒྲགས་ཡིན་ཏེ། མ་རིག་པ་སོགས་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་འཇོམས་  
པར་བྱེད་པའི་བྱིར། སྒྲ་ན་མེད་པའི་སྒྲགས་ཡིན་ཏེ། འདི་ལས་སྒྲག་པའི་ཐར་  
པར་བཀོད་པའི་ལམ་མེད་པའི་བྱིར། མི་མཉམ་པ་དང་མཉམ་པའི་སྒྲགས་  
ཡིན་ཏེ། མཉམ་པ་མེད་པའི་སངས་རྒྱས་དང་མཉམ་པའི་བྱིར། སྒྲག་བསྐྱེལ་  
ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་ཞི་བར་བྱེད་པའི་སྒྲགས་ཡིན་ཏེ། སྒྲག་བསྐྱེལ་རྒྱ་དང་  
བཅས་པ་ཐམས་ཅད་ཞི་བར་བྱེད་ཀྱས་པའི་བྱིར། བདེན་པར་ཤེས་པར་བྱ་  
བའི་སྒྲགས་ཡིན་ཏེ། ཤེར་བྱིན་དེས་ཆོས་ཉིད་གཞིགས་པ་ལྟར་བདེན་ཅིང་  
མི་སྒྲིབ་པའི་མི་རྒྱུན་བས་ན་ཏེ་དེའི་བྱིར་རོ། །དེ་ཡང་སྤྱད་པ་ལས། རྒྱལ་བའི་  
ཤེས་རབ་པ་རོལ་བྱིན་འདི་རིགས་སྒྲགས་ཆེ། །ཞེས་པ་ནས། རིག་སྒྲགས་  
འདི་ལ་བསྐྱབས་ནས་མཁས་པ་བྱང་ཆུབ་རེག །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཏེ། དེ་  
ནི་ཡུམ་རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱས་པ་གསུམ་ལས་འབྲུང་བའི་དོན་བསྐྱས་པའོ། །  
དེས་དོན་གྱི་གསང་སྒྲགས་དང་རིག་སྒྲགས་ནི་ཐབས་ཤེས་བྱེད་པར་ཅན་  
ཞིག་ལ་བྱེད་པས། ཤེར་བྱིན་དངོས་ཡང་དོན་དུ་སྒྲགས་སུ་མི་འགལ་མོད།

མདོ་སྒྲགས་གཉིས་སུ་བྱེ་བའི་སྒྲགས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །འདིའི་སྒྲགས་ཆིག་  
ཀྱང་མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་སྒྲགས་ཆིག་ཡིན་གྱི། རྒྱུད་བཞིར་གཏོགས་པའི་སྒྲགས་  
མ་ཡིན་པས་བྱེད་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་༽ སྒྲགས་ཆིག་དངོས་བཤད་པ་ ༽ནི།

ཞེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་སྒྲགས། སྒྲས་པ་ཏུ་ཐུ་ཨོ་ག་ཏེ་ག་  
ཏེ་ནས་སྒྲ་རྒྱའི་བར་ཏེ། འདི་ལ་མཁས་པ་པལ་ཆེར་ལྟར་ན། ཏུ་ཐུ་ནི། འདི་  
ལྟ་སྟེ་འམ། །དེ་གང་། ཨོ་ནི་བཟུ་ཞེས་པ་དང་བདེ་བ་སྟེར་བ་སོགས་དོན་  
བདུན་ལ་འདུག་ཅེས་བྱ་ལ། ག་ཏེ་ག་ཏེ་ནི་སོང་ཞིག་སོང་ཞིག་ཅེས་པ་སྟེ།  
གང་དུ་སོང་ཞེ་ན། སྒྲ་མ་ཆོགས་ལམ་དང་། བྱི་མ་སྒྲོར་ལམ་དུ་སོང་ཞིག་སྒྲ་  
ར་ག་ཏེ་འི་སྒྲ་ར་ནི་པ་རོལ་ཏེ། དེའི་པ་རོལ་མཐོང་ལམ་དུ་སོང་ཞིག་སྒྲ་ར་  
སྒྲ་ཏེ་ནི། དེའི་པ་རོལ་སྒྲོམ་ལམ་དུ་ཡང་དག་པར་སོང་ཞིག་ཅེས་པ་སྟེ། སི་  
ནི་འདིར་ཡང་དག་པའི་དོན་དུ་བསྒྱུར་བའོ། རྟོ་རྟོ་སྒྲ་རྒྱའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་གཞི་  
ཚུགས་ཞེས་པ་ཡིན་ལ། དོན་ནི་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་སར་སོང་  
ཞིང་ཅེས་པའོ། །ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ལ།

བོད་སྒྲ་མ་ཁ་ཅིག་ །ག་ཏེ་གཉིས་ནི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སོང་། སྒྲ་  
ར་ག་ཏེ་ནི་རང་རྒྱལ་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སོང་། བ་ར་ར་སི་ག་ཏེ་ནི་སངས་རྒྱུས་

ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སོང་ཞེས་འདོད། པོ་ཏྲོ་བ་དང་དྲགས་པོ་བས་ནི། ག་ཏེ་གཉིས་  
ཀྱིས་རྣམ་པར་ཐར་པའི་སྒོ་སྒྲོང་བ་ཉིད་བསྟན། སྤར་ག་ཏེས་ནི་མཆོན་མ་མེད་  
པ་དང་། སྤར་སྤྱི་ག་ཏེས་ནི་སྒོན་མེད་བསྟན་པར་བཞེད། བཤེས་གཉིན་སྒོན་  
བས་ནི། སྤར་བཤད་པ་སྤར་བཞེད་པས་སྤྱི་མའི་བཤད་པ་བདེ་ཞེས་མཁས་  
པ་ཁ་ཅིག་གསུངས་ཤིང་། རང་ལུགས་ཀྱང་དེ་སྤར་རོ། །

གསུམ་པ་མདོར་བསྡུས་ཏེ་བསྐྱབ་པར་གདམས་པ་ནི།

ཤུ་རིའི་བྱ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་དེ་སྤར་ཤེས་  
རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ཟབ་མོ་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ་ཞེས་པ་སྟེ། ཤུ་རིའི་བྱ་  
ཞེས་བོས་ནས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོས་གོང་དུ་  
བཤད་པ་དེ་སྤར་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །ཞེས་  
གལ་ཆེ་བར་གདམས་པ་འོ། །

གསུམ་པ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་མཛད་པ་ནི།

དེ་ནས་བཙལ་ལྡན་འདས་ཏིང་ངེ་འཛིན་དེ་ལས་བཞེངས་ཏེ་ཞེས་པ་  
མན་ཆད་ཀྱིས་སྒོན་ཅིང་། དེ་ཡང་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱིས་དེ་སྤར་བསྟན་བྱིན་  
པ་དེ་ནས་བཙལ་ལྡན་འདས་ཟབ་མོ་སྤང་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་དེ་

ལས་བཞེངས་པའི་ཚུལ་བསྟན་ཏེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་  
 ཆེན་པོ་འཕགས་པ་སྦྱན་རས་གཟིགས་དབང་ཕྱག་ལ་བཀའ་སྩལ་བ། ཁྱོད་  
 གྱིས་དེ་ལྟར་བསྟན་པ་དེ་ལེགས་པར་བསྟན་པས་ལེགས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་བྱིན་  
 ཏེ། ལེགས་སོ་ལེགས་སོ་གཉིས་གསུངས་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་ལེགས་པར་བསྟན་  
 བ་ལ་ཐུགས་དགུས་ཤིང་། གཞན་ཡིད་ཆེས་སུ་གཞུག་པའི་དོན་དུ་ལྷག་པར་  
 བསྟན་པའོ། །རིགས་ཀྱི་བྱ་དེ་དེ་བཞིན་ནོ། དེ་དེ་བཞིན་ཏེ་ཞེས་གཉིས་  
 གསུངས་པ་ནི། དོན་རིམ་ལྟར་བཞིན་དུ་ཆོས་དང་མཐུན་པར་བསྟན་པ་ལ་  
 བདེན་ཁ་སྟར་བ་སྟེ། དེ་ཡང་འཁོར་ཆམས་ཡིད་ཆེས་པའི་དོན་དུ་འོ། །རིམ་  
 ཁྱོད་གྱིས་བསྟན་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ཟབ་མོ་ལ་  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་སྦྱད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟར་བསྟན་པ་  
 འདི་ལ་ངས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བ་མཛད་པ་ཅམ་དུ་མ་ཟད། ཕྱོགས་བཅུའི་དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱང་ཐུགས་དགུས་པས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ངོ་།  
 །བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་དེ་སྐད་ཅེས་བཀའ་སྩལ་ནས་ཆེ་དང་ལྡན་པ་ཤུ་རིའི་  
 བྱ་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་འཕགས་པ་སྦྱན་རས་གཟིགས་དབང་ཕྱག་  
 དང་། གཞན་དེར་འདུས་པའི་ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་པའི་འཁོར་བྱང་སེམས་ཉན་  
 རོས་དེ་དག་དང་། ལྟ་དང་མི་དང་ལྟ་མ་ཡིན་དང་ངི་ཟར་བཅས་པའི་འཇིག་  
 ཉན་པ་རྣམས་ཡི་རང་ཞིང་དགའ་སྟེ། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་རིམ་སྐད་



གསུངས་པ་ལ་མངོན་པར་བསྟོད་དོ་ཞེས་པ་སྟེ། ཡིད་ཆེས་པའི་མཆོག་སྤྱད་  
དང་བསྐྱགས་པའོ། །

ཁ་ཅིག་ཏུ་ཤུ་ར་དྲ་ཉིདེ་བྱ་ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་ན། སྟོན་ལྟན་མའི་བྱ་སྟེ་  
ཤུ་ར་ད་ནི་སྟོན་པ་དང་། བ་ཉི་ལྟན་པའི་དོན་དུ་བཤད་པ་ལྟར་རོ། །འོ་ན་འདིའི་  
གཞུང་དངོས་ནི་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱིས་བཤད་པས་དེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
བཀའ་ངེ་ལྟར་འགྱུར་ཞེ་ན། སྤྱིར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ལ་ཞལ་ནས་  
གསུངས་པ་དང་། སྤྱིན་ཀྱིས་རྒྱབས་པ་དང་། རྗེས་སུ་གནང་པའི་བཀའ་  
གསུམ་ཡོད་པ་ལྟར། གཞུང་འདི་ལའང་དེ་གསུམ་ག་ཚང་སྟེ། ཐོག་མའི་སྤྱིང་  
གཞི་དང་མཆོག་གི་བཙུན་ལྟན་འདས་ཀྱིས་དེ་སྤྱད་ཅེས་བཀའ་སྤྱུལ་ནས་  
སོགས་རྗེས་སུ་གནང་པའི་བཀའ། ཤུ་རའི་བྱས་ཤིས་པ་དང་སྤྱན་རས་  
གཟིགས་ཀྱིས་ལན་མང་ད་པ་རྣམས་སྤྱིན་ཀྱིས་རྒྱབས་པའི་བཀའ། སངས་  
རྒྱས་ཉིད་ཀྱིས་ལེགས་སོ་དང་ཡི་རང་མང་ད་པ་ནི་ཞལ་ནས་གསུངས་པའི་  
བཀའ་ཡིན་ནོ། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ཡིན་ན་ཞལ་ནས་གསུངས་དགོས་  
པའི་ངེས་པ་མེད་དེ། གདུགས་དཀར་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གཙུག་ཉིར་ནས་  
བྱུང་ཞིང་། དེར་མ་བད། སངས་རྒྱས་ཀྱི་མངོན་སྟེ་མགིན་པ་སྤྱན་སྟོན་ཤང་ལ་  
སོགས་པའི་སྤྱི་ཆ་ཤས་ཐམས་ཅད་དང་སྟོན་པ་དག་ལས་ཀྱང་ཆོས་སྟོན་  
ལུས་པའི་སྤྱིར་ཉེ། རྗེས། བསྟོད་སྤྱིན་རྒྱ་མཚོ་ལས། སྤྱི་གཙུག་མངོན་སྟེ་

མགིན་པ་ལ་སོགས་ཁྱོད་སྐྱེའི་ཆ་ཤས་ཀྱན་ནས་འབྱུང་བར་རབ་སྟོན་ཀྱང་། །  
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་པའི་བྱི་རོ། །

### གསུམ་པ་མཇུག་གི་དོན་ནི།

བཅོམ་ལྡན་འདས་མ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་སྟོང་པོ་རྫོགས་སོ། །  
ཞེས་པ་སྟེ། སྐྱེར་བཅོམ་ལྡན་འདས་ནི་སངས་རྒྱས་ལ་བྱེད་པ་ཡིན་ཡང་།  
འདིར་ཤེར་བྱིན་ལ་དེའི་སྒྲས་བརྗོད་པ་ཡིན་ལ། མ་ཞེས་པས་ནི་སྟོང་  
ཕྱོགས་སྐྱེ་མེད་མཆོན་ཞིང་། དུམ་ཞེས་པའི་དོན་ཀྱང་ཡིན་སྟེ། དེ་ཡང་རྒྱལ་  
པའི་དུམ་ཞེས་འབྱུང་བ་རྣམས་ནི། རྒྱལ་བ་རྣམས་ཤེས་བྱིན་ཉམས་སུ་  
སྤངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུངས་པ་ལྟར་དུ་བརྗོད་ཀྱི། བྱེད་མེད་ལ་དུམ་དུ་  
བྱས་པ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་ནོ། །ཤེར་བྱིན་གྱི་དོན་གོང་དུ་ཅུང་ཟད་བཤད་ཅིན་  
ཅིང་། སྟོང་པོ་ཞེས་པ་ནི་ཤེར་བྱིན་གྱི་མདོ་རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱས་གསུམ་ལ་  
སོགས་པ་མང་དུ་བཞུགས་པ་རྣམས་ཀྱི་དོན་གྱི་སྟོང་པོ་བསྐྱས་ཏེ་སྟོན་པ་ལ་  
བྱེད་གོས་པར་མཛོན་ནོ། །

འདིར་བཀའ་གདམས་པ་འགའ་ཞིག་གིས་དུམ་ཆེན་མོའི་སྐུ་བསྐྱོམ་  
པ་དང་། སྒྲགས་བསྐྱེད་བར་བཤད་པ་ནི་དབྱུང་གཞིར་སྤང་ལ། ཁ་ཅིག་དབང་  
བསྐྱར་བྱེད་པ་ནི་རང་བཟོར་བཤད་དོ། །སྒྲིག་པའི་ཆེད་ཡིན་ན། མཐར་བཏོན་

སྟོབས་བརྗོད་ནས་བྱེད་པ་དར་ཞིང་། ཐལ་མོ་བརྒྱབས་པ་ནི་དེའི་ཡན་ལག་  
ཅམ་ཡིན་ནོ། །འདི་དག་ལ་དབྱེད་པ་ནི་གོང་དུ་བརྗོད་ཅིན་ཏོ། །

གསུམ་པ་ཟབ་དོན་རིགས་པས་གཏན་ལ་འབེབས་ཚུལ་མདོར་བསྡུས་  
ཞིང་བཤད་པ་ལ།

འདིར་ཐལ་འགྱུར་བའི་ལུགས་གཞིར་བཞག་ནས་འཆད་པ་ཡིན་ཞིང་།  
འདི་ལ་རིགས་པའི་རྣམ་གངས་མང་ཡང་ཆོས་ཐམས་ཅད་རྟོག་པས་བཏགས་  
ཅམ་དུ་འཛོག་ལུགས་ཤེས་ན་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པའི་ཚུལ་ཤེས་སྟོབས་  
བས། རྟོག་པས་འཛོག་ཚུལ་ཡང་དཔེར་ན། ཐག་པ་ཁ་དོག་ཁ་བོ་དང་འབྲེལ་  
ལུགས་དབྱིབས་སྟུལ་དང་འབྲེལ་ཞིང་ཡུལ་མི་གསལ་བ་ན་གནས་པའི་ཆེ་འདི་  
སྟུལ་ལོ་སྟམ་པའི་རྣམ་རྟོག་སྐྱེའོ། །དེའི་ཆེ་ཐག་པའི་ཁ་དོག་དང་དབྱིབས་དང་  
ཆ་ཤས་དང་ཆོགས་པ་དང་རྒྱན་གང་ཡང་དོན་ལ་སྟུལ་གྱི་མཚན་གཞིར་  
བཟུང་རྒྱ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པས་ཐག་པ་དེ་ཉིད་སྟུལ་དུ་སྒྲིང་བ་ནི་རྟོག་པས་  
བཏགས་པ་ཁོ་ནར་གསལ་ལོ། །དཔེ་དེ་བཞིན་དུ་སྤང་པོ་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་  
ངའོ་སྟམ་པའི་སྟོ་སྐྱེས་པའི་ཆོ། རང་གི་སྤང་པོའི་ཁ་དོག་དང་དབྱིབས་དང་  
སྐད་ཅིག་རེ་རེ་དང་ཡན་ལག་དང་དེ་དག་གི་ཆ་ཤས་དང་སྟུལ་གྱི་འཛོགས་པ་  
དང་རྒྱན་སོགས་གང་ཡང་མཚན་གཞིར་འཛོག་ཏུ་མི་རུང་སྟེ། དེ་ལ་རིགས་

པས་གཞོན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེར་མ་ཟད་གཟུགས་སོགས་ཀྱི་སྤང་པོ་ལས་ངོ་  
 བོ་ཐ་དད་པའི་ཆོས་གཞན་ཡང་ང་དེའི་མཆན་གཞིར་མི་རུང་ལ། འོན་ཀྱང་མ་  
 བརྟགས་མ་དཔྱད་པར་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་བྱེད་མོད། འདི་ལའང་ཞེས་པའི་ཐ་  
 སྙད་འབྲུག་པའི་གཞི་དེ་གང་ཞིག་ཡིན་སྟེ་མ་དུ་རིགས་པས་ནམ་པར་དཔྱད་  
 པ་ན་རུང་ཟད་ཀྱང་མི་རྟོག་པས། དེའི་ཆེ་ང་དེ་ནི་རྟོག་པས་བཞག་པ་ཅམ་དུ་  
 ཟད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཟུགས་སྤང་ཡང་མགོ་ལ་སོགས་པའི་ཡན་ལག་ལྔ་  
 ཆོགས་པའི་སྟངས་ནས་བཞག་པ་ཡིན་གྱི། ཡན་ལག་ལྔ་རེ་རེ་ནས་གཟུགས་  
 སྤང་དེ་མ་ཡིན་ཞིང་ཡན་ལག་ལྔ་ལས་ངོ་བོ་ཐ་དད་པའི་གཟུགས་སྤང་སྒྲི་  
 ཅམ་པ་མེད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཆོར་སྤང་སོགས་བཞི་ལའང་སྒྲུར་ཞིང་ང་སྤང་  
 ལ་བཤད་པ་དེ་བཞིན་དུ་བྱམ་པ་ཀ་བ་རེ་རེ་བ་ཁང་བྲིམ་ཡོ་བྱད་སོགས་  
 ཐམས་ཅད་ལ་སྦྱར་བར་བྱ་སྟེ། ཀ་བྱམ་ལྟ་བུའི་ཆ་ཤས་ཆོགས་པ་སོགས་  
 གང་ཡང་ཀ་བྱམ་སོགས་ཀྱི་མཆན་གཞིར་མི་རུང་ཞིང་། དེ་ལས་དོན་གཞན་  
 པ་ཞིག་ཀྱང་དེ་དག་གི་མཆན་གཞིར་མི་རུང་བར་ཀྱན་ནས་མཚུངས་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །འོན་ཀྱང་ཐག་པ་ལ་སྦྱལ་དུ་འདོགས་པའི་རྟོག་པ་ནི་ལོག་ཤེས་ཡིན་  
 ལ། གང་ཟག་དང་སྤང་པོ་དང་ཀ་བྱམ་སོགས་སུ་འདོགས་པའི་རྟོག་པ་ནི་མ་  
 བརྟགས་མ་དཔྱད་པའི་ཐ་སྙད་པའི་རྟོག་པ་དོན་མཐུན་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཁྱད་པར་  
 རུང་ཟད་ཅིག་འོག་དུ་འཆད་པར་འགྱུར་རོ། །རིགས་པ་དེས་ཆོས་ཐམས་ཅད་

རྟོག་པས་བཏགས་ཙམ་དུ་གྲུབ་པ་ལས། རྟོག་པས་བཏགས་ཙམ་མིན་པར་  
རང་དབང་གིས་གྲུབ་པར་འཇིན་པ་ནི་བདེན་འཇིན་དང་། དེས་བཟུང་བ་ལྟར་  
གྲུབ་ན་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དང་བདེན་པར་གྲུབ་པ་སོགས་སུ་འགྱུར་རོ།

དགག་བྱ་དེ་འགོག་པའི་རིགས་པ་ནི་མགོན་པོ་སྐུ་སྐྱབ་ཀྱི་ཙམ་བཤེས་  
རབ་ལས་རྒྱས་པར་གསུངས་ཤིང་། རིན་ཆེན་འཕྲེང་བ་ལས། སྐྱེ་བུ་ས་མིན་  
རྩ་མ་ཡིན། །མེ་མིན་རྩ་མིན་ནམ་མཁའ་མིན། །རྣམ་ཤེས་མ་ཡིན་ཀྱན་མིན་  
ན། །དེ་ལས་གཞན་པའི་སྐྱེས་བུ་གང་། །སྐྱེས་བུ་ཁམས་དུག་འདུས་པའི་  
ཕྱིར། །ཡང་དག་མ་ཡིན་ཇི་ལྟར་བར། །དེ་བཞིན་ཁམས་ནི་རེ་རེ་ཡང་། །  
འདུས་ཕྱིར་ཡང་དག་ཉིད་དུ་མིན། །ཞེས་སྤང་པོའི་སྟེང་དུ་རྟོག་པས་བཏགས་  
པ་ཙམ་མ་གཏོགས། ང་རང་ངོས་ནས་མ་གྲུབ་པར་བསྟན་ཏོ། །དེ་ཡང་སྐྱེས་  
བུ་ནི་ང་འཇགས་གང་ཟག་གོ །ས་མིན་ནས་རྣམ་ཤེས་མིན་ཞེས་པའི་བར་གྱིས་  
གང་ཟག་གི་ས་ལ་སོགས་པའི་ཁམས་དུག་གི་ཆ་སོ་སོ་ནས་གང་དུ་འཇོག་  
པ་བཀག་ཅིང་། ཀྱན་མིན་ཞེས་པས་ཁམས་དུག་གི་ཚོགས་པ་གང་ཟག་དུ་  
འཇོག་པ་བཀག་ལ། དེ་ལས་གཞན་ནས་སྐྱེས་བུ་གང་། །ཞེས་པས་སྤང་  
ཁམས་ལས་ངོ་བོ་ཐ་དད་པའི་གང་ཟག་འཇོག་པ་བཀག་གོ། སྐྱེས་བུ་ཁམས་  
དུག་འདུས་པའི་ཕྱིར། །ཞེས་པས། ང་དེ་ཁམས་དུག་འདུས་པའི་སྟེང་ནས་  
བཞག་པར་བསྟན་ཅིང་། རྩ་མཚན་དེ་ཉིད་ཀྱིས་སྐྱེས་བུ་འཇགས་ང་རང་བཞིན་



གྲིས་མ་གྲུབ་པ་ནི། ཡང་དག་མིན་ཞེས་པས་བསྟན་ཏོ། །དཔེ་དེ་བཞིན་དུ་  
 ཁམས་རེ་རེ་ཡང་རང་རང་གི་ཆ་ཤས་ཆོག་པ་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བཞག་པས་  
 ཡང་དག་པར་རམ་བདེན་པར་གྲུབ་པ་མེད་ཅེས་སྟོན་པ་ནི། ཇི་ལྟ་བུ། དེ་  
 བཞིན་ཁམས་ནི་རེ་རེ་ཡང་། །འདུས་སྒྲིབ་ཡང་དག་ཉིད་དུ་མིན། །ཞེས་  
 གསུངས་སོ། ཅུ་ཤེས་ལས། གལ་ཏེ་སྤང་པོ་བདག་ཡིན་ན། སྐྱེ་དང་འཇིག་པ་  
 ཅན་དུ་འགྱུར། །གལ་ཏེ་སྤང་པོ་རྣམས་ལས་གཞན། །སྤང་པོའི་མཆོན་ཉིད་  
 མེད་པར་འགྱུར། །ཞེས་ང་སྤང་གཅིག་དང་ངོ་བོ་ཐ་དད་པའི་སྒྲོགས་གཉིས་ཀ་  
 ཡིན་པ་བཀག་ཅིང་། སྐྱོད་འཇུག་ལས་ཀྱང་དེ་ལྟར་གསུངས་སོ། །ཀ་བུམ་  
 སོགས་ཆོས་གཞན་ལའང་དེ་བཞིན་དུ་སྐྱོར་དགོས་པ་ཡིན་ཏེ། ཉིང་ངེ་འཇིན་  
 རྒྱལ་པོ་ལས། ཇི་ལྟར་བྱོད་གྲིས་བདག་གི་འདུ་ཤེས་ན། །ཤེས་པ་དེ་བཞིན་  
 ཀུན་ལ་སྒྲོས་སྤྱད་བྲ། །ཞེས་པ་དང་། སྤྱད་པ་ལས། བདག་ཅི་འདྲ་བ་དེ་འདྲར་  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཤེས། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཅི་འདྲ་དེ་འདྲར་ཆོས་  
 ཀུན་ཤེས། །སྐྱེ་བ་མེད་དང་སྐྱེ་བ་གཉིས་ཀར་མི་རྟོག་པ། །འདི་ནི་ཤེས་རབ་  
 པ་རོལ་བྱིན་མཆོག་སྐྱོད་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

དེ་ཡང་བུམ་པ་ལྟ་བུ་ལ་སྐྱོར་ཚུལ་གསལ་བར་བཤད་ན། བུམ་པ་  
 ཞེས་འཇིག་པ་ནི་ཐ་སྙད་དམ་རྟོག་པའི་དབང་གིས་བཞག་པ་ཡིན་ཏེ། བུམ་པ་  
 ཡོད་པར་ནི་འདོད་དགོས་ལ། དེ་ཡང་བུམ་པ་འོ་ཞེས་བརྗོད་པ་ན་མིང་དེ་ཅམ་

གྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་ནས་ལྟོ་ཕྱིར་བ་ལ་བྱམ་པའོ་སྟམ་དུ་འཛིན་པའི་སྟོ་འབྲང་བ་  
 ལྟར་བྱམ་པ་མཐོང་དང་སྒྲང་དོར་གྱི་བྱ་བ་ལ་ཞུགས་པས་ཀྱན་རྫོབ་མི་བསྐྱེ་  
 བ་དང་བྱ་བྱེད་གྱི་རྣམ་གཞག་འཐད་པ་ཡིན་གྱི། དེས་མ་ཆོག་པར་བྱམ་པ་དེ་  
 རང་གི་མཆུ་དང་ལྟོ་བ་དང་ཞབས་མགྱིན་པ་སོགས་གང་ཡིན་སྟམ་དུ་  
 བཏགས་པ་ན་བྱམ་པ་རྟེན་རྒྱ་མེད་པས། སྒྲང་དོར་གྱི་རྣམ་གཞག་བྱེད་མི་  
 རུས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྐྱེས་བྱ་གང་དང་འཕྲད་ཅིང་མཐོང་བར་འདོད་པའི་ཆེ་  
 སྐྱེས་བྱ་དེ་འདིའོ་ཞེས་བསྟན་པ་ནི་མིང་དེ་ཙམ་གྱིས་རྗེས་སུ་འབྲང་ནས་  
 བལྟས་པས་སྐྱེས་བྱ་དེའི་གཟུགས་ཀྱི་ཆ་མཐོང་བའི་ཆེ་སྐྱེས་བྱ་དེ་མཐོང་  
 བར་འཛིན་ཀྱས་གྱི། དེ་ཙམ་གྱིས་མ་ཆོམ་པར་ད་དུང་སྐྱེས་བྱ་དེ་ཁོ་རང་གི་  
 མགོ་ལ་སོགས་པའི་ཡན་ལག་དང་དེའི་ཆ་ཤས་དང་དེ་ལས་ངོ་བོ་ཐ་དད་  
 པའི་དོན་གང་ཡིན་ཞེས་དབྱེད་པ་ན་སྐྱེས་བྱ་ཞེས་བྱ་བ་ཅི་ཡང་མི་རྟེན་པས།  
 དེའི་ཕྱིར་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་མིང་བཟུངས་བཞག་ཙམ་དང་རྟོག་པས་  
 བཏགས་ཙམ་དུ་བྱུང་བོ། །

དེ་ལྟར་ཡང་ཡུམ་གྱི་མདོ་ལས། འདི་ལྟ་སྟེ་གཟུགས་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་  
 མིང་ཙམ་མོ། །ཞེས་སོགས་དང་། སྤྱད་པ་ལས། ཆོས་དེ་རྣམས་ནི་མིང་ཙམ་  
 དུ་ནི་ཡོངས་སུ་བསྐྱགས། །ཞེས་དང་། རིན་ཆེན་འཕྲེང་བ་ལས་ཀྱང་།  
 གཟུགས་ཀྱི་དངོས་པོ་མིང་ཙམ་ཕྱིར། །ནམ་མཁའ་ཡང་ནི་མིང་ཙམ་མོ། །

ཞེས་སོགས་གསུངས་སོ། །མིང་ཙམ་ཞེས་པས་ཐ་སྙད་ཀྱི་དོན་ཡོད་པ་མི་  
འགོག་གོ། །དོན་དམ་པར་ཡོད་པ་འགོག་པ་ཡིན་ནོ། །ཐ་སྙད་ཀྱི་དོན་ལ་ཐ་  
སྙད་ཀྱི་དབྱུང་པ་མི་འཇུག་པ་མིན་ཀྱང་། དོན་དམ་ཀྱི་དབྱུང་པ་མི་འཇུག་སྟེ།  
དོན་དམ་དཔྱོད་བྱེད་ཀྱི་རིགས་པས་རྣམ་པར་དབྱུང་ན་བཤད་པ་ལྟར་ཆོས་  
གང་ཡང་དབྱུང་མཐར་མི་རྟོག་པའི་ཕྱིར་རྟེ། དེ་ལ་དགོངས་ནས་དཔལ་ལྷན་  
ཟླ་བས། ཐ་སྙད་བདེན་ལ་རྣམ་པར་དབྱུང་མི་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །  
དོན་དམ་དཔྱོད་བྱེད་ཀྱི་རིགས་པས་བྱམ་སོགས་བཙལ་བའི་ཆེ་མ་རྟོག་པ་དེ་  
བྱམ་སོགས་དོན་དམ་པར་རམ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པའི་དོན་དུ་སོང་བ་  
ཡིན་གྱི། སྦྱིར་བྱམ་སོགས་མེད་པའི་དོན་དུ་སོང་བ་མིན་རྟེ། དེའི་ཆེ་བྱམ་  
སོགས་རང་བཞིན་མེད་པར་རྟོག་པ་ཡིན་གྱི། བྱམ་སོགས་མེད་པར་རྟོག་པ་  
མིན་ནོ། །འོ་ན་བྱམ་སོགས་ཀྱི་ཆོས་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་ན། མེད་པའི་གོ་  
མི་ཆོད་དམ་ཞེ་ན། ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་པས་ཡོད་གོ་ཆོད་ཀྱང་། རང་བཞིན་གྱིས་  
མེད་པས་མེད་གོ་མི་ཆོད་པ་ཡིན་རྟེ། ཡོད་མེད་ནི་ཐ་སྙད་ཀྱི་དབང་གིས་  
འཇོག་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གསུང་རབ་ལས་ཆོས་རྣམས་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་དང་གཉིས་ཀ་དང་  
གཉིས་ཀ་མིན་པ་བཞི་པོ་གང་ཡང་མིན་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་གསུངས་པའི་སྐྱུ་ཟེན་  
ཀྱི་རྩེ་སྒྲུ་འབྲང་ནས། སྡོན་གྱི་མཁས་པ་འགའ་ཞིག་ཆོས་རྣམས་ཡོད་པ་

ཡང་མིན། མེད་པའང་མིན་ཞེས་ཟེར་དགོས་པ་བྱུང་ངོ་། རྗེས་རྟེན་འབྲེལ་  
བསྟོད་པ་ལས། དེ་ཡང་ཀུན་ཏུ་མེད་པ་དང་། །རང་བཞིན་གྱིས་ནི་ཡོད་པས་  
མིན། །བསྟོས་མེད་ནམ་མཁའི་མེ་ཏྲག་བཞིན། །དེས་ན་མ་བརྟེན་ཡོད་མ་  
ཡིན། །ཞེས་པའི་རྒྱུ་པ་དང་པོས་ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི། རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་སྟེ་  
གཏན་ནས་མེད་པ་མིན་པ་དང་། །རང་བཞིན་གྱིས་ནི་ཡོད་པས་མིན། །ཞེས་  
པས་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མིན་པར་བསྟན་ཏེ། གཏན་ནས་མེད་པ་མིན་  
ཞེས་པས་ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་པ་དང་། །རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མིན་ཞེས་པས་  
བདེན་པར་གྲུབ་པ་མིན་ཞེས་སྟོན་པས་སྤྲ་མ་ཆད་མཐའ་སེལ་ཞིང་། ཕྱི་མས་  
རྟག་མཐའ་སེལ་པའི་ཕྱིར་རྟག་ཆད་ཀྱི་མཐའ་གཉིས་བཀག་གོ །རྟག་ཆད་ཀྱི་  
མཐའ་གཉིས་དང་བྲལ་པའི་རྒྱ་མཆན་གྱི་གཙོ་བོ་ནི་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་པའི་རྒྱ་  
མཆན་གྱིས་ཡིན་ཏེ། རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་པའི་དོན་ཡང་རང་གི་ཆ་ཤས་སོགས་  
ལ་བསྟོས་པའི་དོན་ཡིན་པས། ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རང་རང་གི་ཆ་ཤས་  
སོགས་ལ་བསྟོས་པ་ཡིན་ལ་ཆ་ཤས་ལ་མ་བསྟོས་པ་ནི་མེད་དེ། རྣམ་མཁའི་  
མེ་ཏྲག་བཞིན་ནི་ཞེས་བྱ་བར་དགོངས་སོ། །མཐའ་གཉིས་འགོག་བྱེད་ཀྱི་  
རིགས་པའི་རྣམ་གྲངས་མང་ཡང་གཙོ་བོ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རིགས་ཉིད་ཡིན་ཏེ།  
དཔལ་ལྷན་ཟླ་བས། དེ་ཕྱིར་རྟེན་འབྲེལ་རིགས་པ་འདི་ཡིས་ནི། །ལྟ་བུ་བ་  
མཐའ་དག་གཙོད་པར་བྱེད། །ཅེས་དང་། རྗེ་ཉིད་ཀྱིས། བརྟེན་ནས་འབྱུང་བའི་

རྒྱ་མཚན་གྱིས། །མཐར་ལྷ་བ་ལ་མི་བརྟེན་ཞེས། །ལེགས་གསུངས་འདི་ནི་  
 མགོན་ཁྱོད་གྱི། །སྤྱོད་བ་སྤྱོད་མེད་པའི་རྒྱ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྟེན་  
 འབྲེལ་གྱི་རྟགས་གྱིས་མཐར་གཉིས་ཅིག་ཅར་དུ་སེལ་རྒྱས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་  
 ཡང་རྟེན་འབྲེལ་ནི་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའམ་བརྟེན་ནས་བཞག་པ་དང་བསྟོས་  
 པའི་དོན་ཡིན་པས། བརྟེན་ནས་བྱུང་ཞེས་པས་དངོས་སུ་ཆད་པའི་མཐར་  
 འགོག་པ་ཡིན་ལ། བརྟེན་ནས་བྱུང་བའམ་བཞག་པའི་ཡོད་པར་གོ་བའི་ཆོ།  
 གཏན་ནས་མེད་པའི་ཆད་མཐར་དངོས་སུ་འགོག་རྒྱས་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྟག་  
 མཐར་ཡང་འགོག་པ་ཡིན་ཏེ། བརྟེན་ནས་བྱུང་བའམ་བཞག་གོ། །རང་བཞིན་  
 གྱིས་བྱུང་བ་མིན་ཞེས་གོ་བ་ན་རྟག་མཐར་ལེགས་པར་འགོག་རྒྱས་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །ཆོས་གཅིག་གི་སྟངས་དུ་མཐར་གཉིས་བཀག་པའི་ལྷ་བ་བསྐྱེད་རྒྱས་  
 བ། ཆོས་གཞན་གྱི་སྟངས་དུ་དེ་ལྷ་བྱའི་ལྷ་བ་བསྐྱེད་རྒྱས་པ་ཡིན་ཏེ། འཕགས་  
 པ་ལྷས། གཅིག་གི་ལྷ་པོ་གང་ཡིན་པ། །དེ་ནི་ཀུན་གྱི་ལྷ་པོར་བརྟེན། །གཅིག་  
 གི་སྟངས་ཉིད་གང་ཡིན་པ། །དེ་ནི་ཀུན་གྱི་སྟངས་ཉིད། །ཞེས་དང་། གང་གིས་  
 དངོས་གཅིག་དེ་བཞིན་ཉིད་མཐོང་བ། །དེ་ཡིས་དངོས་ཀུན་དེ་བཞིན་ཉིད་དུ་  
 མཐོང་། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཆོས་ཐམས་ཅད་རྟོག་པས་བཏགས་ཅམ་  
 དུ་གོ་བས་ཀྱང་མཐར་གཉིས་སེལ་རྒྱས་པ་ཡིན་ཏེ། རྟོག་པས་བཏགས་ཅམ་  
 དུ་ཡོད་ན། ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་པར་གོ་བས་ཆད་མཐར་སེལ། ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་ན་



རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་ཤེས་པས་རྟག་མཐའ་སེལ་ལོ། །དེ་ནི་ཡུལ་གྱི་  
མཐའ་གཉིས་འགོག་པའི་དབང་དུ་བྱས་ལ། ཡུལ་ཅན་རྟག་ཆད་གྱི་ལྟ་བ་  
གཉིས་ཀྱང་སེལ་བ་ཡིན་ནོ། །

སྒྲིང་རྟག་ཆད་གཉིས་ཀྱི་མཐའ་མེད་ཀྱང་། མཐར་ལྷུང་བར་འཛོག་  
ཚུལ་ནི། དཔེར་ན་འཛིག་རྟེན་ན་བྲག་གཡང་གི་མཐའ་ལ་ལྷུང་ན་སྤང་བར་  
འགྱུར་བ་ལྟར། མཐའ་དེ་གཉིས་སུ་བཟུང་ན་འཛིན་པ་སོ་སྤང་བར་འགྱུར་  
བས་མཐར་ལྷུང་བར་འཛོག་ལ། དེ་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་བཟུང་  
བའི་སློ་ཡོད་པ་ཅམ་གྱིས་རྟག་མཐར་ལྷུང་བར་མི་འཛོག་སྟེ། རང་བཞིན་གྱིས་  
གྲུབ་པར་འཛིན་པའི་སློ་ནི་ཐེག་ཆེན་འཕགས་པ་ལ་ཡང་ཡོད་པའི་སྒྲིང་རོ། །  
འོ་ན་ངེ་ལྟར་འཛོག་ཅེ་ན། བདེན་འཛིན་གྱིས་བཅིངས་ན་རྟག་མཐར་ལྷུང་བ་  
ཡིན་ལ། བཅིངས་པའི་དོན་ནི་བདེན་འཛིན་ཡོད་པ་ཅམ་མིན་གྱི། ཆོས་གང་  
ལ་ཡང་བདེན་པར་གྲུབ་བམ་མ་གྲུབ་སྟམ་དུ་སེམས་པ་ན། དེ་ཉིད་བདེན་པར་  
གྲུབ་པར་འཛིན་པའི་བདེན་ཞེན་ལས་མི་འདའ་ཞིང་འདའ་མི་རུས་ན་ནི། དེས་  
བཅིངས་པར་འཛོག་གོ། །

དེས་ན་བདེན་མེད་རྟགས་སྤྱང་ན་བདེན་འཛིན་གྱིས་བཅིངས་པ་མིན་  
ནོ། །ཆད་མཐར་ལྷུང་བ་ཡང་ཡོད་པ་ཞིག་མེད་པར་བཟུང་བ་ཅམ་གྱིས་མི་  
འཛོག་སྟེ། སངས་རྒྱས་མ་གཏོགས་སོ་སྒྲེ་ལྟ་ཅི་སློབ་པ་ལ་འཕགས་པ་ཐམས་

ཅད་ཀྱང་ཇི་སྟེད་པའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་རབ་དབྱེ་སྤྱོད་པ་མཐའ་  
 དག་ལ་ཐེ་ཆོམ་ཆོད་པ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེས་ན་སྤྱིར་ལས་འབྲས་དང་  
 དཀོན་མཆོག་གསུམ་མེད་པར་སྟོབ་སོགས་ཆད་མཐར་སྦྱང་བ་ཡིན་ཞིང་། །  
 ཇི་སྟེད་པའི་ཆོས་རྣམས་པ་དང་བདེན་བཞི་རྣམས་པ་སོགས་མེད་པར་  
 སྟོབ་པའང་དེ་དང་མཚུངས་པར་སེམས་ལ། ལས་འབྲས་དང་ཇི་སྟེད་པའི་  
 ཆོས་སྤྱོད་མོ་འགའ་ཞིག་ཡོད་པར་མ་ཞེས་པས་དེ་དག་མེད་པར་བཟུང་བ་ནི་  
 སྤྱོད་ཡིན་ཡང་། དེ་རྒྱུད་ལྡན་གྱི་གང་ཟག་ཐམས་ཅད་ཆད་མཐར་སྦྱང་བ་ཡིན་  
 ཞེས་བྱས་ན་མི་བདེ་བས་དབྱུད་པར་བྱའོ། །

ཁ་ཅིག་སྤྱིར་ཡོད་པར་བཟུང་ན་རྟག་མཐར་སྤྱང་བ་དང་། མེད་པར་  
བཟུང་ན་ཆད་མཐར་སྤྱང་བར་འདོད་པ་ནི་མ་གོ་བ་ཆེན་པོ་ཡིན་ཏེ། སངས་  
རྒྱལ་ལ་ཡོན་ཏན་ཡོད་པར་བཟུང་བ་དང་། སྤྱོན་མེད་པར་བཟུང་བས་རྟག་  
ཆད་དུ་ག་ལ་སྤྱང་། རང་འཇིན་རྟོག་པ་འགའ་ཞིག་གི་ངོ་བོར་ཡོད་ན་སྤྱིར་  
ཡོད་མི་དགོས་ཏེ། ལུས་པ་བདེན་གྲུབ་དེ་དེ་འཇིན་པའི་རྟོག་པའི་ངོ་བོར་ཡོད་  
ཀྱང་སྤྱིར་མེད་ལ། དེ་བཞིན་དུ་ཐག་ཁ་སྤྱལ་ཡིན་པ་དེ་དེ་སྤྱལ་འཇིན་གྱི་རྟོག་  
པའི་ངོ་བོར་ཡོད་ཀྱང་སྤྱིར་མེད་དོ། །

འོ་ན་ཐག་ཁའི་སྟེང་དུ་སྒྲུལ་མེད་པ་སྟར། ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་དེ་སྟར་  
དུ་འགྱུར་ཏེ། གོང་དུ་དཔེ་དོན་སྒྲོར་ཚུལ་དེ་འབད་པའི་ཕྱིར་རོ་སྟམ་ན། འདི་

ནི་དཀའ་བའི་གནས་ཡིན་ཞིང་། ཤེས་དགོས་པ་ཡིན་ཡང་། འདིར་མང་དུ་  
དོགས་པས་རྒྱས་པར་མི་འཆད་ལ། ཅུང་ཟད་བརྗོད་ན་སྒྲིམ་མེད་དེ། ཐག་  
ཁའི་སྟེང་དུ་སྒྲུལ་མེད་ཀྱང་དེ་ཡོད་པར་སྒྲུང་བ་ལྟར། ང་སོགས་རང་གི་  
གདགས་གཞིའི་སྟེང་དུ་རང་ངོས་ནས་མེད་ཀྱང་ཡོད་པར་སྒྲུང་བ་གཉིས་དཔེ་  
དོན་མཚུངས་པའི་སྒྲིམ་པ་ཡིན་གྱི། ཐག་ཁའི་སྟེང་དུ་སྒྲུལ་དང་གདགས་གཞི་  
ཕྱང་སོགས་ཀྱི་སྟེང་དུ་ང་སོགས་ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་མེད་མཚུངས་ཞེས་སྒྲུར་བ་  
མིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་གཉིས་ལ་ཐ་སྙད་པའི་ཆད་མས་གཞོད་མི་གཞོད་ཀྱི་  
ཁུད་པར་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཐག་ཁའི་སྟེང་དུ་སྒྲུལ་ཡོད་པ་ལ་ཐ་སྙད་པའི་ཆད་  
མས་གཞོད། གདགས་གཞི་ཕྱང་སོགས་ཀྱི་སྟེང་དུ་ང་སོགས་ཀྱི་ཆོས་ཡོད་  
པ་ལ་ཐ་སྙད་པའི་ཆད་མས་མི་གཞོད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དང་པོ་དེ་ལྟར་ཡོད་པ་ནི་  
འཛིག་ཏེན་པའི་ཐ་སྙད་དམ་གྲགས་པ་དོན་མཐུན་ལ་མེད། ཕྱི་མ་དེ་ལྟར་ཡོད་  
པ་ནི་འཛིག་ཏེན་པའི་ཐ་སྙད་དོན་མཐུན་ལ་གྲགས་པའི་ཕྱིར། འཛིག་ཏེན་  
པས་ཡོད་པར་ཁས་ལེན་ན་ཡོད་པ་དང་། མེད་པར་ཁས་ལེན་ན་མེད་པས་མ་  
ཁུབ་ཀྱང་། ཡོད་མེད་ནི་འཛིག་ཏེན་ཀྱི་ཐ་སྙད་དམ་གྲགས་པ་དོན་མཐུན་ལ་  
བསྟོས་ནས་འཛིག་པ་ཡིན་ཏེ། མགོན་པོ་སྐུ་སྐྱབ་གྱིས། སངས་རྒྱས་འཛིག་  
ཏེན་བསྟན་དབང་གིས། །གསུངས་ཀྱི་ཡང་དག་དབང་གིས་མིན། །ཞེས་དང་།  
ཟླ་བས་ཀྱང་། འཛིག་ཏེན་རབ་ཏུ་གྲགས་པར་ཡོད་ཇི་བཞིན། །ཞེས་གསུངས་

པའི་ཕྱིར་རོ། །སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཐ་སྙད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་འཇིག་རྟེན་པ་དང་  
མ་ཐུན་པར་མཛད་ཀྱང་འཇིག་རྟེན་པས་དེ་དག་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པར་  
འདོད་པས། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ནི་དེ་དག་རང་བཞིན་མེད་པར་བསྟན་པ་ལ་  
ཚུད་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྱད་པ་ལས། སེམས་ཅན་རྣམས་ནི་གནས་ལ་དགའ་ཞིང་  
ཡུལ་རྣམས་འདོད། །འཇིན་ལ་གནས་ཤིང་མི་མཁས་སྤྱོད་མོངས་ཐུན་པ་  
བཞིན། །ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ནི་གནས་མེད་འཇིན་མེད་དེ། །དེས་ན་འཇིག་  
རྟེན་དག་དང་ཚུད་པ་འབྱུང་བ་ཡིན། །ཞེས་དང་། དགོན་མཆོག་བཅེགས་པ་  
ལས་ཀྱང་། འོད་སྤང་འཇིག་རྟེན་ང་དང་ཚུད་ཀྱི། །ང་ནི་འཇིག་རྟེན་དང་མི་ཚུད་  
དོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འཇིག་རྟེན་པའི་ཐ་སྙད་དོན་མ་ཐུན་ནི།  
འཇིག་རྟེན་རང་ག་བའི་ཐ་སྙད་ཅམ་ལ་མི་བྱེད་ཀྱི། རྒྱུ་འབགས་རྣམས་ལ་  
ཡོད་པའི་ཐ་སྙད་པའི་ཆད་མ་ལ་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །

མདོར་ན། མདོ་ལས། ཇི་ལྟར་ཡན་ལག་ཆོགས་རྣམས་ལ། །བརྟེན་  
ནས་ཤིང་རྟེན་བཟོད་པ་ལྟར། །དེ་བཞིན་ཕྱང་པོ་རྣམས་བརྟེན་ནས། །ཀྱན་  
རྫོབ་སེམས་ཅན་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་ཤིང་རྟེན་ཡན་ལག་རེ་རེ་བ་དང་ཆོགས་  
པ་ཤིང་རྟེན་པ་ཡིན་ཀྱང་། དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ཤིང་རྟེན་ཐ་སྙད་ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་  
འཐད་པ་ལྟར། ཕྱང་པོ་རེ་རེ་བ་དང་ཆོགས་པ་སོགས་ང་མིན་ཀྱང་། དེ་དག་  
ལ་བརྟེན་ནས་ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་འཐད་པའང་རིགས་པས་འབྱུང་བ་ཅིང་། ཚུལ་དེ་

ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་སྦྱར་ནས། རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་བ་ལ་བྱ་བྱེད་གྱི་རྣམ་  
གཞག་ཐམས་ཅད་ཤིན་ཏུ་འཐད་པའི་ཚུལ་ལ་ངེས་པ་བརྟན་པོ་བཅུལ་བར་བྱ་  
སྟེ། ཚུལ་དེ་ནི་ངོ་མཚར་མད་དུ་བྱུང་བའི་གནས་ཡིན་པར་མདོ་ལས་  
གསུངས་ཤིང་། རྒྱགས་ནས་ཀྱང་གསུངས་ཏེ། །འདུས་པའི་ཙྰ་རྒྱད་ལེ་བཅུ་  
ལྔ་པ་ལས། བཅོམ་ལྡན་འདས་འདི་ཅི་ཞིག་ལགས། ཆོས་རྣམས་ངོ་བོ་མེད་པ་  
ལ་ཆོས་གྱི་དེ་ཉིད་ཀྱན་བཤའ་བ། །ཞེ་མའོ་ངོ་མཚར་ལས་བྱུང་བ། །ནམ་  
མཁའ་ལ་ནི་ནམ་མཁའ་བསྒྲོམ། །ཞེས་དང་།

ལེ་བཅུ་གཉིས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་འབྲེལ་ལས་མགོན་པོ་ལྷ་སྦྱབ་  
གྱིས།

ཆོས་རྣམས་སྟོང་བ་འདི་ཤེས་ནས། །

ལས་དང་འབྲས་བུ་བསྟེན་པ་གང་། །

ངོ་མཚར་བས་ཀྱང་འདི་ངོ་མཚར། །

མད་བྱུང་བས་ཀྱང་འདི་མད་བྱུང་། །ཞེས་དང་།

རྟེན་འབྲེལ་བསྟོད་པར་ཡང་།

འདི་ཀྱན་ངོ་བོས་སྟོང་བ་དང་། །

འདི་ལས་འདི་འབྲས་འབྱུང་བ་ཡི། །

ངེས་པ་གཉིས་པོ་ཕན་ཚུན་དུ། །



གོགས་མེད་པར་ནི་གོགས་བྱེད་པ། །

འདི་ལས་ངོ་མཆར་གྱུར་པ་གང་། །

འདི་ལས་མེད་དུ་བྱུང་བ་གང་། ། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར་རོ།

།

སྒྲས་པ།

རྒྱལ་ཡུམ་པ་རོལ་བྱིན་རྣམས་ཀྱི། །

བརྗོད་བྱའི་གནད་དོན་ཀྱན་བསྐྱས་པ། །

ཤེར་བྱིན་སྒྲིང་པོར་རབ་གྲགས་པའི། །

དགོངས་དོན་གསལ་བྱེད་ཉི་མ་ཤར། །

འདི་ནི་རྣམ་དཔྱོད་དད་ལྡན་པའི། །

མཐར་འཛིན་ལྟ་བའི་ཐུན་སེལ་དང་། །

ཟབ་མའི་དེ་ཉིད་སྟོན་བྱེད་པའི། །

ལེགས་བཤད་ཉི་མ་གཉིས་པའང་ཡིན། །

དེ་ཡང་འཕགས་པ་སྒྲུབ་ཀྱི། །

ལུགས་བཟང་ཇི་བཞིན་འཛིན་མཛད་པ། །

སྒྲོ་བཟང་རྒྱལ་བ་གཉིས་པ་ཡི། །  
དགོངས་པའི་དོན་གྱི་གནད་བསྐྱུས་བཤད། །

ཚུལ་འདིར་འབད་ལས་བདག་གིས་ནི། །  
རྣམ་དཀར་དགེ་བ་གང་བསགས་དེས། །  
ཀུན་གྱི་ཐབ་མའི་དོན་རྟོགས་ནས། །  
རྒྱལ་བའི་གོ་འཕང་ཐོབ་གྱུར་ཅིག། །

ཅེས་པ་འདི་ནི། དད་དང་རྣམ་དཔྱད་ལྡན་པའི་གནས་བརྟན་གྲགས་པ་  
དཔལ་འབྱོར་གྱིས་ནན་ཆེར་བསྐྱུལ་བ་ལ་བརྟན་ནས། ཅོ་མའི་མདོ་སྒྲགས་  
བྱང་འབྲེལ་གྱི་སྒྲ་མའི་གོ་སར་གནས་པའི་ཤུགས་དགེ་སྤྱོད་རིགས་པ་སྤྱི་བ་  
དོན་གྱི་དབྱུ་མ་པར་རྫོམ་པ་གྲགས་པ་བཤད་སྐྱབ་གྱིས་བསྐྱུལ་བ་པའི་དོ་དང་  
ཕན་ཡོན་ལ་བསམས་ཏེ་ལྷགས་པག་གི་ལོར་གཟིམས་ཁང་ཉིད་ནས་སྐྱར་  
བཤོ།

ཡི་གེ་པ་ནི་དད་སྟོབས་ལྡན་པའི་གནས་བརྟན་ཀུན་དགའ་རིན་ཆེན་  
ནོ། །