

[illegible]

༡། རྩོགས་ཐམས་ཅད་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་ཆེན་པོ་འཇམ་མགོན་ས་སྐུ་པའི་ཏ་ཀུན་དགའ་  
རྒྱལ་མཆོན་དཔལ་བཟང་པོའི་ཞབས་ཀྱི་གསུང་རབ་སྒྲེགས་བམ་གཉིས་པ་ལས་ཆད་མ་རིགས་  
པའི་གཏིར་ཞེས་བྱ་བའི་བསྟན་བཅས་བཞུགས་སོ།

གྱུ་གར་སྐད་དུ། སྤ་མུ་ཅ་ཡུག་ཏ་ནི་རྩི། བོད་སྐད་དུ། ཚད་མ་རིགས་པའི་གཏེར། འཕགས་པ་  
 འཇམ་དཔལ་གཞོན་རྒྱུར་གྱུར་པ་ལ་གྱུས་པས་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་གཟིགས་པའི་  
 སྤྱན་ཡངས་པ། །འགྲོ་ཀུན་དགེ་ལེགས་སྦྱབ་པའི་བྱུགས་རྩེ་ཅན། །བསམ་ཡས་སྤོན་ལས་མཛད་  
 པའི་སྟོབས་མངའ་བ། །འཇམ་མགོན་བླ་མའི་ཞབས་ལ་མགོས་ཕྱག་འཆལ། །སྟོ་གྲོས་སྤྱི་གཙུག་

ཡོན་ཏན་ནོར་བུའི་རྒྱན་གྱིས་སྤྲས།      །བདེན་གཉིས་རོ་འཛིན་སྟོང་ཉིད་ཡུང་སྒྲིའི་སྒྲ་སྒྲོགས་  
 ཤིང་།    །མཁུན་བརྩེའི་ལྷ་ཟེར་པས་སྒོལ་སྒྲེ་བོས་མི་བཟོད་པ།    །སྒྲོ་གསལ་རྒྱ་མཚོའི་རྒྱན་གྱུར་  
 དཔལ་ལྷན་སྤྲུ་དབང་རྒྱལ།    །གངས་རིའི་བྱོད་འདིར་མཁས་པའི་རྒྱ་སྐར་བྱེ་བ་བརྒྱས།    །དཔལ་  
 ལྷན་གྲགས་པའི་གསུང་རབ་པརྒྱུ་ཁ་བྱེ་མོད།      །གང་སྒྲོའི་ཉི་འོད་སྒྲུང་བས་མ་བྱུང་དེ་སྤིང་  
 ཏུ།    །གཞུང་ལུགས་དགོངས་དོན་གེ་སར་སྤྲིང་པོ་གསལ་མ་རུས།    །ཚོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་བཞེད་  
 གཞུང་ཇི་ལྟ་བར།    །སྒྲོ་གྲོས་གསལ་བའི་མིག་གིས་ལེགས་མཐོང་ནས།    །ཤེས་ལྷན་གཟུ་བོར་གནས་  
 པ་དོན་གཉིར་བ།    །གཞན་ལ་བརྩེ་བའི་བསམ་པས་འདི་བཤད་དོ།    །ཡུལ་གྱི་མཚན་ཉིད་སྒྲོས་རིག་  
 བྱ།    །དོན་སྤྱི་དང་ནི་མེད་སྒྲུང་གཉིས།    །ཡུལ་ཡིན་ཞེ་ན་དེ་འཛིན་གྱི།    །ཤེས་པ་གཉིས་པོ་འབྲུལ་པར་  
 འགལ།    །ཡུལ་ཡོད་ན་ཡང་ཐག་པ་ལ།    །སྤྲུལ་འཛིན་བཞིན་དུ་འབྲུལ་ཞེ་ན།    །བྲར་འཛིན་ཡུལ་ཡོད་

ཕྱིར་མ་ལུལ་། ཡུལ་མེད་པས་ན་སྤྱུལ་འཛིན་ལུལ་། །སྤྱང་ཡུལ་གཉིས་པོ་ཤེས་པ་ལས། །ཐ་དད་  
 ཡིན་ན་ཡུལ་རུང་བར། །གནས་པའི་གང་ཟག་གཞན་གྱིས་ཀྱང་། །མཐོང་འགྱུར་བུམ་པ་ལ་སོགས་  
 བཞིན། །དོན་ཉིད་ཡིན་ཡང་ལུས་ཀྱི་ནང་། །མི་མཐོང་བཞིན་དུ་ལུལ་སྤྱང་གཉིས། །བདག་ལ་རྟག་  
 ཏུ་འབྲེལ་པའི་ཕྱིར། །གཞན་གྱི་རྟོགས་པ་མེད་ཅེ་ན། །ནང་གི་ལུས་ནི་ཡུལ་རུང་མིན། །དེས་ན་རང་  
 གིས་ཀྱང་མི་མཐོང་། །རང་དང་རྟག་ཏུ་འབྲེལ་པས་ན། །གཉིས་པོ་རང་ཡུལ་རུང་མིན་ཞེ་ན། །རང་  
 སློ་ཁོ་ན་དང་འབྲེལ་ཕྱིར། །བརྗོད་ཀྱང་གཞན་གྱིས་རྟོགས་མི་འགྱུར། །རང་རང་སློ་དང་འབྲེལ་  
 པའི་ཕྱིར། །བརྗོད་པས་དེ་ཉིད་རྟོགས་ཤེ་ན། །གང་ཟག་གཉིས་ཀྱི་བརྗོད་བྱའི་དོན། །སོ་སོ་ཡིན་  
 ཕྱིར་སྤྱོད་མི་རུས། །གང་ཟག་སོ་སོ་ལ་ཡོད་པའི། །སེམས་ཀྱི་རྣམ་པ་གཉིས་འདྲ་བས། །འདྲ་བ་  
 གཅིག་ཏུ་ཞེན་པ་ལ། །ཐ་སྤྱང་སྤྱོད་ཕྱིར་མི་འགལ་ན། །རང་ལ་ཤར་ན་རང་ཡུལ་ཡིན། །མ་ཤར་ན་

ནི་དེ་ཡུལ་མིན། །དེས་ན་ཐ་དད་གཟུང་བ་ལ། །གཅིག་ཏུ་འཛིན་པ་ག་ལ་སྲིད། །ཐ་དད་ཡིན་ཡང་  
ཡུལ་གཅིག་ཏུ། །འབྲུལ་པའི་སྒོ་ནས་འཛིན་ཞེ་ན། །གཅིག་ཏུ་འཛིན་པ་འབྲུལ་པའི་ཕྱིར། །གཟུང་  
ཡུལ་མེད་པར་གྲུབ་པ་ཡིན། །རིགས་པས་བརྟགས་ན་མེད་བཞིན་དུ། །ད་དུང་ཕལ་ཆེར་ཡུལ་དུ་  
ཞེན། །སོར་མོའི་རྩེ་མོས་བསྟན་པ་ན། །ནམ་མཁའ་མཐོང་ཞེས་བྱུན་པོ་འབྲུལ། །བར་སྐབས་ཀྱི་  
ཆིགས་སུ་བཅད་པའོ། །གཞལ་བྱ་རང་མཆོན་གཅིག་ཁོ་ན། །ཡུལ་གཉིས་བཞེད་པས་གཞོད་ཅེ་  
ན། །འཇུག་ཚུལ་སྒོ་ནས་རང་སྤྱི་གཉིས། །མེད་པ་རང་གཞལ་བྱར་མཚུངས་ཤེ་ན། །དེ་ལ་ཡུལ་གྱི་  
དགོས་རྒྱས་མེད། །སྐྱ་སོགས་སྤང་བ་སྤྱོད་ཡིན། །སྐྱར་སྤང་དོན་ལ་གྲུབ་པ་མེད། །དེ་ནི་དངོས་  
པོར་ཡོད་མེད་ཅེས། །རྟོག་པས་དཔྱོད་ན་སྤྱི་མཆོན་ཡིན། །དངོས་མེད་

།

གཉིས་པོ་རང་རིག་གི། །ཤུགས་ལ་གྲུབ་པས་བསལ་ཞེ་ན། །འབྲུལ་ཤེས་གཉིས་ལ་ཡུལ་མེད་  
 ཅིང་། །རང་རིག་གིས་ནི་སྤྲོད་བའི་སྤྱིར། །ཤེས་པ་ཉིད་ཡིན་དེ་ཡང་ནི། །མེད་པ་འཛིན་སྤྱིར་འབྲུལ་  
 ཤེས་ཡིན། །རང་མཚན་མིན་པའི་ཡུལ་མེད་ན། །དངོས་མེད་གཞལ་བྱར་འགལ་ཞེ་ན། །དགག་བྱ་  
 དངོས་པོར་ཡོད་མེད་ཅེས། །གྲུབ་པའི་སྤྱིར་ན་འགལ་བ་མེད། །སྤྱི་ཡི་གཟུང་ཡུལ་མཁས་པས་  
 བཀག། །ཤེས་པའི་གཟུང་ཡུལ་འདིར་མི་སྤྱིད། །དེས་ན་གཞལ་བྱ་གཅིག་ཉིད་ཀྱང་། །མི་འབྲུང་  
 ཅེས་ནི་འགལ་ཞེས་སྤྱོད། །དོ་བོ་ཉིད་དང་དབང་ཕྱུག་དང་། །གཙོ་བོ་རྒྱལ་དང་རྣམ་རིག་དང་། །རྟེན་  
 འབྲེལ་ཡིན་ཞེས་གྲུབ་པའི་མཐའ། །ཐ་དད་རང་གཞན་སྤྱི་པ་འདོད། །ཆོད་པ་མིན་སྤྱིར་རྣམ་ཤེས་  
 མིན། །དབང་པོ་རྟེན་བཅས་ལྟ་བུ་ལོ། །བཅའ་པོ་ཡིན་སྤྱིར་ལྟ་བུ་མིན། །དུས་མཉམ་པ་ལ་འབྲེལ་

པ་མེད། །ཡུལ་དང་རྣམ་ཤེས་དུས་མཉམ་ནི། །གཟུང་འཛིན་ཡིན་ཞེས་གངས་ཅན་པ། །དུས་མཉམ་  
 ཕྱིར་ན་འབྲེལ་པ་མེད། །རྒྱ་མེད་པ་ལ་རྣམ་ཤེས་འགལ། །སྐད་ཅིག་སྒྲ་མའི་ཡུལ་རྒྱ་ཡིན། །དུས་  
 མཉམ་གཟུང་ཡུལ་ཡིན་ཞེ་ན། །ཡུལ་ལས་སྐྱེས་ཕྱིར་རྣམ་ཤེས་གྲུབ། །དེ་ལ་དུས་མཉམ་དགོས་པ་  
 མེད། །ཡུལ་དང་དབང་པོ་ཡིད་ལ་བྱེད། །དེ་ལས་སྐྱེས་པ་རྣམ་ཤེས་ཡིན། །ཟས་སོགས་བྱ་ཡི་རྒྱ་  
 ཡིན་ཡང་། །པ་མའི་གཟུགས་བཞིན་ཡུལ་འདྲར་སྐྱེ། །དེས་ན་ཡུལ་ལ་འབྲས་བྱ་གཉིས། །སྒྲོ་ཡང་  
 ཚུལ་གཉིས་ཡིན་པར་འདོད། །གཅིག་དང་དུ་མ་བྲལ་བའི་ཕྱིར། །དོན་མེད་དེས་ན་རྣམ་པ་འང་  
 མེད། །ཀུན་རྫོབ་འཛིན་རྟེན་གྲགས་པ་ལ། །བརྟེན་ན་ཚད་མའི་རྣམ་གཞག་འགལ། །གསལ་དང་  
 ལྷན་ཅིག་དམིགས་





བས་འགྲུབ། །སྟོན་ཅིག་དམིགས་ལ་གཞན་མི་སྲིད། །རྩ་ས་གཞན་ཡིན་ན་རྟགས་མི་སྲིད། །ཟླ་  
 གཉིས་སྒྲུང་བཞིན་སྟོ་འཛིན་ཡང་། །གཞན་ལ་མཐའ་གཞན་བཀག་པས་ཁྲིགས། །སེམས་རྒྱན་ཡན་  
 ལག་ཅན་དང་མཚུངས། །སྒྲུང་ཅིག་རྩལ་གྱི་ཆ་ཤས་བཞིན། །དེས་ན་སྒྲུང་ཅིག་གསུམ་བདག་  
 ཕྱིར། །གཅིག་དང་དུ་མ་བྲལ་ཞེས་ཟེར། །སྒྲུང་ཅིག་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཕྱིར། །སྒྲུང་ཅིག་གཅིག་  
 པ་མི་སྲིད་འགྲུབ། །སྒྲུང་ཅིག་གཅིག་པ་མི་སྲིད་ན། །གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཡིན་པ་ཉམས། །རགས་  
 པ་ཅིག་ཆར་བསྐྱོར་བས་ན། །དབུས་གྱི་རྩལ་ཕྱན་ཆ་བཅས་འགྲུབ། །དུས་གསུམ་ཅིག་ཆར་མི་སྲིད་  
 བས། །ད་ལྟོ་སྒྲུང་ཅིག་ཆ་མེད་ཡིན། །དོན་དུ་སྒྲུང་བ་སྟོ་ཉིད་ཡིན། །སྒྲུང་བ་དེ་ཉིད་ཕྱིར་  
 མེད། །བག་ཆགས་བརྟན་དང་མི་བརྟན་ལས། །བདེན་དང་བརྟན་པའི་རྣམ་གཞག་བྱེད། །ཁྲི་སྲིད་

བྱི་རོལ་ཁས་ལེན་པ། །དེ་སྤྱིད་རྒྱུ་ལ་གཟུང་ཡུལ་ཟེར། །ཤེས་བྱ་ནང་གིར་ཞུགས་པ་ན། །ཡུལ་དང་  
 ཡུལ་ཅན་གྲུབ་པ་མེད། །བསྐྱུ་བའི་ཆེགས་སྤྱུ་བཅད་པ་ལོ། །ཚད་མ་རིགས་པའི་གཏེར་ལས་ཡུལ་  
 བརྟག་པའི་རབ་རྒྱ་བྱེད་པ་སྟེ་དང་པོ་ལོ། ༥ །སྟོ་ཡི་མཆན་ཉིད་རིག་པ་ཡིན། །ཡུལ་སོགས་སྟོ་  
 ནས་དུ་མར་འགྱུར། །ཤེས་པའི་སྟོ་ནས་རང་རིག་གཅིག །ཡིད་དཔྱེད་སྒྲུང་ལ་མ་ངེས་  
 དང་། །བཅད་ཤེས་ལོག་ཤེས་ཐེ་ཆོམ་ལྟ། །ཡིད་དཔྱེད་རྟགས་ལ་གཏན་མི་སྟོས། །དམ་བཅའ་ཅམ་  
 ཡིན་ཐེ་ཆོམ་འགྱུར། །རྟགས་ལ་སྟོས་ན་ཡང་དག་གམ། །སྟར་སྒྲུང་གསུམ་ལས་འདའ་བ་མེད། །རྒྱ་  
 མཆན་ཅན་གྱི་ཡིད་དཔྱེད་གཉིས། །སྟར་སྒྲུང་གསུམ་དུ་མི་འདུ་ན། །གཏན་ཆེགས་སྟར་སྒྲུང་



༩

བཞི་པར་འགྱུར། ཡིད་དཔྱོད་ལྟར་སྒྲུབ་མ་ཡིན་ན། ཆོད་མ་གསུམ་པ་སྤིང་པར་འགྱུར། བདེན་  
 པ་ངེས་ཀྱང་ཆོད་མིན་ན། རྗེས་སུ་དཔག་པ་འང་མིན་པར་འགྱུར། རིས་ཀྱང་སྒྲོ་འདོགས་མི་  
 གཙོད་ན། གཙོད་བྱ་གཙོད་བྱེད་མིན་པར་འགྱུར། རིས་པ་མེད་ཀྱང་བདེན་བརྟན་དང་། སོམ་  
 ཉིའི་སྒྲོ་གསུམ་མི་འགལ་ན། རིས་པ་མེད་ན་ཡིད་དཔྱོད་ཉམས། གཉིས་སུ་འགྱུར་ན་ཐེ་ཆོམ་  
 དཀའ། ཡང་ན་བདེན་པའི་ཡིད་དཔྱོད་ལྟར། སོག་པའི་ཡིད་དཔྱོད་ཅིས་མི་འཐད། འདོད་ན་  
 ཡིད་དཔྱོད་བདེན་པ་ཉམས། མིན་ན་སྒྲུབ་མ་འང་མིན་པར་མཚུངས། གཉིས་ཀར་དོགས་ན་ཐེ་ཆོམ་  
 འགྱུར། གལ་ཏེ་སྤིང་ན་གྲངས་ངེས་འཇིག སོག་ཤེས་ཡིན་ན་ཡིད་དཔྱོད་ཀྱང་། ཆོད་མ་ཉིད་  
 འགྱུར་མཚུངས་ཕྱིར་རོ། གལ་ཏེ་རྒྱ་མཚན་མེད་པ་ཡི། ཡིད་དཔྱོད་བདེན་ན་ཀུན་བདེན་

འགྱུར། །གལ་ཏེ་ལོག་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅན། །ཡིད་དཔྱོད་ཡིན་ན་གཞུང་དང་འགལ། །རང་གཞན་སྡེ་  
 པའི་ལུང་ལས་རྟོགས། །སློ་རིགས་བཞིར་འདུས་ཡིད་དཔྱོད་མིན། །གལ་ཏེ་སྤང་ལ་མ་ངེས་  
 པ། །ཚད་མ་མིན་ན་མངོན་སྲུང་ཀུན། །ཚད་མར་མིན་འགྱུར་མངོན་སྲུང་ལ། །ངེས་པ་ཉིད་ནི་  
 བཀག་སྦྱིར་རོ། བཅད་ཤེས་རིགས་པས་མཐའ་བཅད་ན། །མ་རྟོགས་པ་དང་ལོག་རྟོག་དང་། །ཡང་  
 ན་ཚད་མ་ཉིད་འགྱུར་གྱི། །དེ་ལས་གཞན་པའི་སློ་མི་སྤྲོད། །མངོན་སྲུང་རྟོག་བྲལ་ད་ལྟར་  
 བ། །བཅད་ཤེས་འདས་པ་དྲན་པ་ཡིན། །ཡུལ་དུས་འཛིན་སྟངས་འགལ་བ་ལ། །གཞི་མཐུན་པ་ནི་  
 ག་ལ་སྤྲོད། །རིགས་རྒྱན་འཛིན་པ་མངོན་སྲུང་སྟེ། །རྗེས་ཤེས་བཅད་ཤེས་ཡིན་ཞེ་ན། །རིགས་



ཅི་མངོན་སྤྲུལ་ཡུལ་མ་ཡིན། །མཐོང་བའི་དོན་ལ་རྗེས་ཤེས་མེད། །འགལ་བའི་ཕྱིར་ན་གཞི་མཐུན་  
 མེད། །མངོན་སྤྲུལ་ཡིན་ཕྱིར་དྲན་པ་མིན། །རིགས་ནི་དབང་པོའི་ཡུལ་དུ་འགལ། །མཐོང་བ་སྤྱི་  
 བྱུང་པར་མེད། །དེས་པ་ཡོད་ན་མངོན་སྤྲུལ་མིན། །འདྲ་བར་འཛིན་པ་རྟོག་པ་ཡིན། །དེས་ན་མངོན་  
 སྤྲུལ་བཅད་ཤེས་དང་། །གཞི་མཐུན་རིགས་པ་ཤེས་པས་བཀག། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་བསྐྱུ་བའི་ཆོགས་སྤྱི་  
 བཅད་པའོ། །ཡུལ་དང་དབང་པོའི་རྒྱལ་ཤར་བ། །ཆོགས་པའི་སྐད་ཅིག་ཇི་སྟོང་གིས། །ཕྱོད་བའི་  
 རྣམ་ཤེས་གང་བསྐྱེད་པ། །སོ་སོ་སྟེ་བའི་མངོན་སྤྲུལ་ཡིན། །གངས་གྱི་དབྱེ་བསྐྱེད་ཇི་སྟོང་པ། །རིགས་  
 གྱི་དབྱེ་བས་བྱས་པ་ཡིན། །ནང་གི་དབྱེ་བསྐྱེད་ཇི་སྟོང་པ། །དེ་ཡི་ཁོངས་སྤྱི་གཏོགས་པར་  
 བཞེད། །བར་སྐབས་གྱི་ཆོགས་སྤྱི་བཅད་པའོ། །མི་བསྐྱེད་མ་གྱུ་བ་ཆད་མ་མིན། །མ་རྟོགས་ལོག་རྟོག་

ཐེ་ཚོམ་སྟེ། །ཚད་མའི་འགལ་ལྷན་ལ་པ་གསུམ། །འཇུག་ཚུལ་སྟོན་ས་ཕྱེ་བ་ཡིན། །དོ་བོའི་སྟོན་ས་  
བསྟུན་གཅིག་། །དེ་དང་དེ་མིན་འཛིན་པས་སྟོང་། །མ་རྟོགས་པ་ཡིན་དབྱེ་ན་གསུམ། །མ་ཞུགས་པ་  
དང་མ་རྟོགས་དང་། །རྟོགས་པར་གྱུར་ཀྱང་མ་རྟོང་པའོ། །དེ་འཛིན་པ་ལ་དེ་མིན་གྱིས། །གཞོད་པ་  
ལོག་ཤེས་དབྱེ་ན་གཉིས། །རྟོག་པ་དང་ནི་རྟོག་མེད་དེ། །སོ་སོར་ཕྱེ་ན་རྣམ་པ་ལྔ། །དེ་འཛིན་ན་  
ཡང་དེ་མིན་སྟེ། །ཐེ་ཚོམ་ཉིད་ཡིན་དབྱེ་ན་གཉིས། །མདོན་དུ་གྱུར་དང་བག་ལ་ཉལ། །ཆ་མཉམ་  
པ་དང་ཤས་ཆར་འཛིན། །ཚད་མའི་ཤེས་པ་གཉིས་པོ་ཡང་། །རང་རིག་

[illegible]

གཉིས་ཡོད། །ཐད་ཀའི་བྱེ་བྲག་རྩ་ས་ཐ་དད། །གོང་མའི་བྱེ་བྲག་གཅིག་པ་བཀག །ཁ་ཅིག་ཐ་དད་  
 ཡིན་ཞེས་ཟེར། །ཐ་དད་སྒྲོང་རྒྱུ་མེད་པས་ཁེགས། །ཁ་ཅིག་རྩ་ས་གཅིག་ཡིན་ཞེས་ཟེར། །རྩ་ས་  
 གཅིག་ན་ཡང་སྒྲོང་རྒྱུ་མིན། །ཡུལ་དུས་རྣམ་པ་འགལ་བ་ཡི། །བྱེ་བྲག་སྤྱི་གཅིག་དང་འབྲེལ་  
 བ། །སྤྱི་འཛིག་ངོ་བོ་གཅིག་ཏུ་འགྱུར། །མིན་ན་གཅིག་ལ་ཆ་གཉིས་འགལ། །སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་རྩ་ས་  
 གཅིག་ན། །ཡན་ལག་ཅན་ཡང་རི་ལྟར་དགག། །དབང་པོ་འང་རྟོག་བཅས་ཉིད་དུ་ཐལ། །འགལ་བ་  
 གུན་གྱང་རྩ་ས་གཅིག་འགྱུར། །བྱེ་བྲག་རེ་རེ་དང་འབྲེལ་པའི། །སྤྱི་ཡང་དུ་མ་ཡོད་ཅེ་ན། །མཆན་  
 ཉིད་མི་འགྱུར་དགག་སྒྱུ་བ་ཀྱི། །རྣམ་པར་གཞག་པ་འང་འཛིག་པར་འགྱུར། །





མཆོད་ཉིད་མཆོད་ས་པའི་སྒྲིག་ཅིག་དང་། བྱེ་བྲག་རྩ་ས་གཅིག་ཡིན་ཅོ་ལོ། མཆོད་ས་པ་རྟོག་པས་  
 སྒྱུར་བ་ཡིན། རྟོག་པའི་སྒྲིག་ཅིག་དོན་ལ་མེད། དོན་ལ་འདྲ་བ་ཡོད་ན་ནི། སྒྲིག་མེད་མཐོང་ན་འདྲ་  
 འདྲ་བར་འགྱུར། མཆོད་ས་ལ་དངོས་པོ་གཅིག་མི་སྤྱིད། གཅིག་མ་ཡིན་ལ་སྒྲིག་སྒྲིག་མེད། སྒྲིག་ལ་སྒྲིག་  
 གཅིག་མ་ཤར་ན། མཆོད་ས་པར་རྟོག་ས་ཀྱང་སྒྲིག་མི་རུང་། སྒྲིག་ས་རེ་འདྲ་བ་ཀྱན་ལ་  
 ཡོད། ཐམས་ཅད་འདྲ་བ་གང་ན་འདྲ་མེད། རིག་ས་པའི་རྒྱལ་པོས་གསུངས་པ་ཡི། རྣམ་གཞག་  
 དང་ཡང་འགལ་བར་སྒྱུར། དེ་མིན་རང་བཞིན་ལས་སྒྲིག་པ། དངོས་པོ་ཀྱན་ལ་གྲུབ་པ་དེ། སེལ་  
 བའི་སྒྲིག་ཡིན་རང་མཆོད་དུ། འབྲུལ་པ་དེ་ལ་དགག་སྒྲུབ་བྱེད། གལ་ཏེ་དོན་ལ་སྒྲིག་མེད་  
 ན། གཞན་སེལ་སྒྲིག་བྱེད་ས་དངོས་མེད་ལ། གྲུབ་ཀྱང་དོན་དང་མ་འབྲེལ་བྱེད། ཐ་སྙད་ཐམས་

ཅད་འཇིག་ཅེ་ན། །དོན་དང་སེལ་བ་གཅིག་ཉིད་དུ། །འབྲུལ་ནས་ཡུལ་ལ་འཇུག་པ་ན། །རང་གི་  
 མཚན་ཉིད་ཐོབ་པ་ཅམ། །ཚད་མ་ཡིན་སྲིད་འཐད་པ་ཡིན། །ཐ་དད་སྡི་འདོད་ལྷག་ལྷག་པ། །རྗེས་  
 གཅིག་ཡིན་ཞེས་གངས་ཅན་པ། །གངས་ཅན་པ་རྣམས་དེ་རྗེས་འབྱང་། །སེལ་བར་འདོད་པ་  
 མཁས་པའི་ལྷགས། །བསྐྱ་བའི་ཆོགས་སྐྱ་བཅད་པའོ། །ཚད་མ་རིགས་པའི་གཏེར་ལས་སྡི་དང་བྱེ་  
 བྲག་བརྟག་པའི་རབ་རྩ་བྱེད་པ་སྟེ་གསུམ་པའོ། །༥ །།རྟོག་མེད་སྣང་བའི་སྟོ་ནས་འཇུག །སྟོ་རྟོག་  
 ཐམས་ཅད་གཞན་སེལ་ཡིན། །དེ་དག་འབྲུལ་དང་མ་འབྲུལ་པའི། །དབྱེ་བས་གཉིས་གཉིས་རྣམ་  
 པ་བཞི། །དོན་ལ་གནས་པའི་དངོས་པོ་རྣམས། །གཅིག་ལ་དུ་མ་མི་སྟིད་ཅིང་། །དུ་མ་གཅིག་རྩ་  
 གནས་མི་སྟིད། །གཅིག་ལ་གསལ་དང་



མི་གསལ་མེད། །མདོན་སྐྱུ་ཐམས་ཅད་དོན་བཞིན་སྒྲུང་། །གཅིག་ལ་ཐ་དད་སྒྲུང་བ་མེད། །ཐ་  
 དད་གཅིག་ཏུ་སྒྲུང་མི་སྤིང་། །སྒྲུང་བས་འཇུག་ལ་རེས་འཛིག་མེད། །ཡུལ་ལ་རི་ལྟར་གནས་པ་  
 ཡི། །སྟོབས་ཀྱིས་དབང་ཤེས་སྟེས་པས་ན། །མེད་ན་མི་འབྱུང་རེས་པའི་ཕྱིར། །སྟོ་དོན་པན་ཚུན་  
 འཆོལ་བ་མེད། །དེས་ན་མདོན་སྐྱུ་ཆད་མ་ཡང་། །རྟོག་མེད་ཡིན་ཕྱིར་རེས་མི་དགོས། །མདོན་  
 སྐྱུ་རྟོག་བྲལ་མ་འབྱུལ་བ། །ཉིད་ཀྱིས་ཆད་མ་གྲུབ་པ་ཡིན། །དེ་འམ་གཞན་གྱི་སྟོབས་ཉིད་  
 ལས། །དེས་པའི་དབང་གིས་དགག་སྒྲུབ་བྱེད། །སྟོན་པའི་སྟོག་པ་དེས་པ་ནི། །རྟོག་པ་ཡིན་ཕྱིར་  
 གཞན་སེལ་ཡིན། །འབྱུལ་ནས་འཇུག་ཡུལ་རང་མཆོན་ཐོབ། །ནང་དུ་རང་རིག་ཆད་མར་  
 འདོད། །གང་ལ་དེས་པ་ཡོད་པ་དེས། །སྟོ་འདོགས་གཙོད་པར་ཤེས་པར་བྱ། །དེས་པ་དང་ནི་སྟོ་

འདོགས་ཡིད། །གཉིས་ཀ་སེལ་བས་འཇུག་པའི་ཕྱིར། །དེ་དག་མངོན་སུམ་མ་ཡིན་ཞེས། །རིགས་  
 པ་མཁྱེན་པས་གསུངས་པ་ཡིན། །སྤྱོད་སྒྲུབ་བས་འཇུག་ན་ནི། །དགག་སྒྲུབ་ཅིག་ཆར་རྟོགས་  
 པར་འགྱུར། །གཅིག་ལ་དུ་མར་བཏགས་ན་ཡང་། །རྣམ་གྲངས་ཡིན་གྱི་ཐ་དད་མིན། །སྒྲིག་པས་  
 འབྱེད་ན་སེལ་བ་ལ། །དངོས་པོའི་མིང་གིས་བཏགས་པར་ཟད། །དེ་ལ་སྒྲུབ་བར་སྒྲོམ་པ་  
 འབྱུལ། །དངོས་འགལ་བཅད་ནས་འཇུག་པ་ནི། །གཞན་སེལ་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པར་  
 བཞེད། །བརྟགས་ཕྱིར་སེལ་བ་དངོས་ཡུལ་མེད། །འབྱུལ་པའི་འཇུག་ཡུལ་རང་མཚན་ཡིན། །རང་  
 མཚན་གཅིག་དང་ཐ་དད་ལ། །སེལ་བའི་འཛིན་སྟངས་མུ་བཞི་སྟེན། །བྱ་དང་མཚན་ཉིད་གཅིག་  
 པ་ལ། །བག་ཆགས་སྒྲོབས་ཀྱིས་གཅིག་རུ་འབྱུལ། །ཐ་དད་མཚུངས་ལ་འབྲས་བུའི་

༡༩

སྒྲོ། །གཅིག་དང་ཐ་དད་འགལ་ཞེ་ན། །རྣམ་ཤེས་དང་ནི་སྒྲུབ་བཞིན་དུ། །ཐ་དད་ཡིན་ཡང་ཁྱད་  
 པར་ཡོད། །ཐ་དད་རྣམས་ལ་དགག་སྒྲུབ་ཀྱི། །བྱ་བ་ཕྱོགས་གཅིག་རྟོགས་པར་འགྱུར། །གཞན་  
 སེལ་སྒྲུབ་ཡུལ་ཐ་དད་པས། །གཅིག་ལ་འད་སྒྲུབ་པ་ཐ་དད་རུང་། །སྒྲུབ་དང་རྟོག་པའི་འཇུག་ཚུལ་  
 ཉམས། །དོན་ལ་ཐ་དད་ཉིད་དུ་ཞེ་ན། །གཅིག་ལ་གཅིག་རུ་མ་གཏོགས་རྟོགས་པ། །རྟོགས་པར་  
 བྱ་བྱིར་རྣམ་པར་དབྱེ། །ཡོད་དང་མེད་པར་འཇིན་པ་ཡི། །སྒྲོ་ནས་གཞན་སེལ་རྣམ་པ་གཉིས། །སྒྲུབ་  
 དང་སྒྲོ་ཡི་དབྱེ་བ་ཡིས། །ཡོད་མེད་དེ་ཡང་གཉིས་གཉིས་ཡིན། །གཞན་སེལ་སྒྲོ་ཡི་འཇུག་ཚུལ་  
 ཡིན། །བེམ་པོའི་དོན་ལ་གཞན་སེལ་མེད། །དོན་གྱི་གཞན་སེལ་རང་མཆོད་བྱིར། །སྒྲུབ་ཡུལ་  
 འགྱུར་གྱི་སེལ་བ་ཉམས། །སྒྲུབ་བའང་དོན་ལ་ཡོད་པར་མཚུངས། །འདོད་ན་མོང་བ་རྒྱན་ཆད་

རྒྱུར། །དངོས་པོའི་གཞན་སེལ་དངོས་མེད་གཙོད། །སྤང་བ་དང་ནི་མི་སྤང་བ། །ཡུལ་གྱི་སྒྲོ་ནས་  
 དབྱེ་ན་གཉིས། །རང་གི་མཚན་ཉིད་སྤང་བ་ལ། །རྗེས་གྱི་ངེས་ཤེས་རི་སྒྲིབ་པ། །སྤྱོད་དང་རྟོག་པས་  
 བྱེ་བས་ན། །སེལ་བ་ཆ་ཡི་ཡུལ་དུ་རྒྱུར། །རང་གི་མཚན་ཉིད་མི་སྤང་བ། །རྟོགས་ལ་སྒྲོས་པ་འཕ་  
 མ་སྒྲོས་ཀྱང་། །སྤྱོད་དང་རྟོག་པའི་ཡུལ་ཡིན་པས། །ངེས་པ་དེ་ཡང་གཞན་སེལ་ཡིན། །བདེན་དང་མི་  
 བདེན་མཐའ་གཉིས་པ། །རྟོག་པའི་འཇུག་ཚུལ་རྣམ་པ་གསུམ། །མེད་པ་གཞན་སེལ་ཡོད་པ་  
 གཙོད། །དགག་བྱ་ཡོད་དང་མེད་པ་ཡི། །སྒྲོ་ནས་སེལ་བ་རྣམ་པ་གཉིས། །དངོས་མེད་དོ་བོ་ཡོད་  
 མིན་པས། །དོ་བོ་མེད་པས་ཤེས་བྱ་མིན། །ངེས་ན་དངོས་པོ་བསལ་བ་ལ། །དངོས་མེད་ཅེས་ནི་  
 བརྟགས་པར་ཟད། །དངོས་པོ་རྒྱ་ལས་གྲུབ་པ་ནི། །དངོས་པོ་མེད་ལ་སྒྲོས་མི་དགོས། །དངོས་མེད་  
 རྒྱ་ཡིས་མ་བསྐྱེད་པས། །དངོས་པོ་



༧༩

བཀག་ནས་སྒྲོ་དོར་སྒྲུབ། །རི་བོང་རྩ་སོགས་མེད་མོད་ཀྱི། །འདུས་མ་བྱས་དང་འབྲུལ་ཡུལ་  
གཉིས། །དེར་སྒྲུང་བ་ཡི་སྒྲོབས་ཉིད་ལས། །དེ་ཡུལ་ཡོད་པར་གྲུབ་ཅེ་ན། །དེར་སྒྲུང་བ་དེ་ཞེས་པ་  
ཡིན། །ཕྱིར་འདོད་ཚད་མས་གཞལ་མི་རུས། །དེས་ན་འདུས་མ་བྱས་གསུམ་དང་། །འབྲུལ་ཡུལ་  
གཉིས་ལ་ཚད་མ་མེད། །ནམ་མཁའ་མེད་ན་འཇིག་རྟེན་དང་། །བསྐྱེད་བཙུགས་གཉིས་དང་འགལ་  
ཞེ་ན། །རང་མཚན་མེད་ཕྱིར་མདོན་སུམ་མིན། །འབྲེལ་པ་མེད་ཕྱིར་རྗེས་དཔག་མེད། །དེས་ན་  
ནམ་མཁའ་ཡོད་དོ་ཞེས། །སྒྲུབ་པར་བྱེད་ལ་ཚད་མ་མེད། །སྒྲོན་པོར་སྒྲུང་བ་ཁ་དོག་ཡིན། །བྱ་ག་  
གཟུགས་མ་མཐོང་བ་ཡིན། །དེས་ན་རྒྱན་དང་བྱ་ག་ཡི། །ནམ་མཁའ་ནམ་མཁའི་སྒྲུབ་བྱེད་  
མིན། །འདུས་མ་བྱས་ནམས་མ་གྲུབ་ན། །རྟག་པར་བཤད་པ་འགལ་ཞེ་ན། །མུ་སྟེགས་བྱེད་དང་

ཉན་ཐོས་ཀྱི། ཏྲག་སྒྲ་གཉིས་པོ་ཏྲག་པར་འདོད། ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པས་མི་ཏྲག་པ། ལོག་ལ་ཏྲག་  
 པའི་ཐ་སྙད་འདོགས། དབང་ཤེས་སྒྲགས་པ་མིག་ཅན་འདྲ། ཏྲིག་པ་ལོང་བ་སྒྲ་མཁས་  
 འདྲ། རང་རིག་དབང་པོ་ཆང་བ་ཡིས། གཉིས་པོ་དེ་ཡི་བརྟུང་སྤྱོད་བྱེད། ཅེས་བྱ་བ་བར་སྐབས་ཀྱི་  
 ཆོགས་སྒྲ་བཅད་པའོ། ། སྤྱི་མེད་ཕྱིར་ན་དེ་ཡི་སྒྲ། རྒྱ་མེད་ཅན་དུ་འགྱུར་ཞེ་ན། བརྗོད་འདོད་  
 དབང་གིས་འཇུག་པའི་ཕྱིར། སྒྲ་ནམས་ཡུལ་ལ་སྟོས་པ་མེད། དེ་ཏྲ་ཡིན་ན་ཆོས་ཆོས་  
 ཅན། བརྗོད་པ་དོན་མེད་འགྱུར་ཞེ་ན། དོན་གྱི་ངོ་བོ་གཅིག་ཉིད་ལ། བརྗོད་འདོད་སྟོབས་ཀྱིས་  
 སྒྲ་གཉིས་སྤྱར། དངོས་འགལ་གཅོད་པ་གཞན་སེལ་སྒྲ། དེ་ནི་ཕན་ཚུན་བརྟེན་པའི་ཕྱིར། །



གཅིག་མ་གྲུབ་པས་གཉིས་ཀ་མེད། །དེས་ན་གཞན་སེལ་མི་སྲིད་ལོ། །བྱིད་ཀྱང་དངོས་འགལ་མི་  
གཙོད་ན། །དེ་ཡི་ངོ་བོ་རྟོགས་མི་སྲིད། །གཙོད་ན་འགལ་ལྷེ་མ་རྟོགས་པས། །ཐ་སྙད་ཐམས་ཅད་  
མེད་པར་འགྱུར། །དངོས་འགལ་བསལ་ནས་དངོས་པོ་དེ། །མི་སྐྱབ་འོན་ཀྱང་གཅིག་མཐོང་  
བས། །དེ་ལ་བརྟེན་བྱེད་ཐ་སྙད་ཀྱི། །དུས་ནའང་དེ་ཉིད་རྟོགས་ཤེ་ན། །བརྟེན་པའི་དུས་ན་ཤིང་མ་  
ཡིན། །མ་བཀག་ན་ནི་ཤིང་མི་འགྲུབ། །གལ་ཏེ་བཀག་ན་ཤིང་འགྲུབ་མོད། །འོན་ཀྱང་དེ་ནི་གཞན་  
སེལ་ཡིན། །ཡལ་ག་ལོ་མ་ལྡན་མཐོང་ནས། །དེ་ལ་ཤིང་གི་བརྟེན་པས། །བརྟེན་དེ་རིགས་ལ་སྦྱར་  
བར་བྱེད། །རིགས་ནི་གཞན་སེལ་ལས་གཞན་མིན། །གཞན་ལས་བསྐྱོག་ནས་དེར་འཇུག་  
ཕྱིར། །ཆོག་ཀྱན་དེས་གཟུང་སྟོང་པོ་ཅན། །ཤེས་བྱ་སོགས་སྐྱ་གཙང་བྱ་མེད། །དེ་ལ་རྣམ་གཙང་

འགལ་ཞེ་ན། །དེ་ལས་གཞན་དངོས་མེད་ན་ཡང་། །བཏགས་པའི་སྒོ་ནས་རྣམ་གཅད་ཡོད། །གལ་  
 ཏེ་བྱེད་གྱི་སྒྲིག་པ་དེ། །དངོས་པོ་ཡིན་ན་སྤྱི་དང་མཚུངས། །དངོས་མེད་ཡིན་ན་དགོས་རྒྱས་  
 མེད། །དེས་ན་སྒྲིག་པ་མི་དགོས་ལོ། །འདི་ལ་བོད་རྣམས་པལ་ཆེར་ནི། །དངོས་པོའི་སྒྲིག་པ་དངོས་  
 པོར་འདོད། །དེ་ཏྲ་ཡིན་ན་སྤྱི་ཡི་སྒྲིག་པ། །བརྗོད་པ་འདི་ནི་གདོན་པ་དཀའ། །ཤིང་མིན་ལས་སྒྲིག་  
 དངོས་པོ་དེ། །ཤ་པ་ཡིན་ན་གཞན་ཤིང་མིན། །གཞན་ཤིང་ཡིན་ན་ཤ་པ་མིན། །དེ་ཡི་རང་བཞིན་  
 གཞན་མིན་སྤྱིར། །ཆོས་གྱི་གྲགས་པའི་གཞུང་བཟུང་ནས། །བདག་ཉིད་ཆེན་པོའི་རིགས་པ་  
 འགོག། །ནགས་ལ་གནས་པའི་སྤྱོད་ལྟ་དག། །སྤྱོད་པའི་ཤིང་ལ་མི་གཙང་འཕྱོར། །ཞེས་བྱ་བ་བར་  
 སྐབས་གྱི་ཆོགས་སྤྱི་བཅད་པའོ། །



རྟོག་པ་དངོས་པོར་མ་གྲུབ་ཅིང་། རྟོ་ཡི་འཇུག་ཚུལ་དཔུང་པ་ན། དངོས་པོ་ཀུན་ལ་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར། གཞན་སེལ་ལ་ནི་སྦྱོན་འདི་མེད། དེས་ན་སྐྱ་གཅིག་བརྗོད་ན་ཡང་། དགག་སྐྱབ་རྣམས་པ་  
 རྣམ་གཉིས་ཡོད། ཆོས་གཉིས་གཅིག་པ་མི་སྤྱིད་ཅིང་། རྟོག་པ་དོ་བོ་མ་གྲུབ་པས། རྟོག་པ་བརྗོད་  
 པ་ཉིད་ཀྱིས་ན། རྟོག་པའི་དངོས་པོ་གྲུབ་པར་གསུངས། ཐ་དང་རྣམས་ལ་སྦྱི་མེད་ན། ཨྱུངས་  
 སྟོན་པོ་ལ་སོགས་པ། ཆོས་རྣམས་གཅིག་ལ་མི་འདུ་བས། གཞི་མཐུན་མེད་པར་འགྱུར་ཞེ་ན། རྟོ་  
 ལས་ཨྱུངས་གཞན་མིན་ཡང་། སེལ་བའི་དབྱེ་བསྐྱས་རྟོག་པའི་དོར། གཞི་མཐུན་ཉིད་འགྱུར་  
 རང་མཚན་ལ། འཇུག་ཕྱིར་དབང་པོའི་སྦྱོད་ཡུལ་མིན། སྐྱབ་དང་གཞན་སེལ་རྣམ་དག་གི་མིག་  
 དང་སྟོ་གྲོས་གསལ་ལྟན་པ། རྟོག་གི་པ་དེ་ཤེས་བྱ་ཡི། དེ་ཉིད་རྟོ་བ་ཀུན་མཐུན་འདྲ། ཞེས་བྱ་བ་

བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སྤྱ་བཅད་པ་ལོ། །ཚད་མ་རིགས་པ་འི་གཏེར་ལས་སྐྱབ་པ་དང་གཞན་སེལ་  
 བརྟག་པ་འི་རབ་རྟ་བྱེད་པ་སྟེ་བཞི་པ་ལོ། ། ༥ །།བུམ་པ་ལ་སོགས་དོན་རང་མཚན། །བརྗོད་བྱ་  
 ཡིན་ཞེས་འགའ་ཞིག་སྟེ། །རང་མཚན་སོ་སོར་ངེས་པ་ནི། །མཐའ་ཡས་ཕྱིར་ན་བརྟ་མི་རྒྱས། །ཐ་  
 སྟད་བྱེད་པ་འི་ཆེ་ན་ཡང་། །དང་པོའི་རང་མཚན་རྟེན་པར་དཀའ། །འདས་དང་མ་འོངས་བརྗོད་  
 བྱ་མིན། །དེ་ལ་རང་མཚན་མེད་ཕྱིར་རོ། །སྐྱ་ཡི་རང་མཚན་ཉིད་བརྗོད་ན། །མིག་དབང་ལ་སོགས་  
 དགོས་མེད་འགྱུར། །དོན་ལ་འབྲེལ་པ་མེད་པ་འི་ཕྱིར། །དབང་པོས་འབྲེལ་པ་འཛིན་མི་སྲིད། །དེ་  
 ཡིས་འདི་ཞེས་སྟེལ་བ་ནི། །དཔྱོད་པ་ཡིན་ཕྱིར་གཞན་སེལ་



༩༣

ཡིན། །དང་པོ་འབྲེལ་པ་བྱེད་པའི་ཆོ། །རང་གི་མཆན་ཉིད་བསྟན་ན་ཡང་། །བར་ནི་སྤྱི་ལ་སྤྱོད་བྱེད་  
 དེ། །ཐ་སྙད་དོན་དུ་འདོགས་སྤྱིར་རོ། །དབང་པོས་སྒྲ་དང་འདྲེས་པའི་དོན། །འཛིན་ན་བར་མེད་  
 གྱང་རྟོགས་འགྱུར། །དབང་པོའི་སྒྲོ་ལ་རྗེས་འབྲངས་ཡིད། །མཐོང་སྤྱོད་འདྲེས་པ་རྟོག་མེད་  
 འདྲ། །གཞན་དུ་མཐོང་རྟོག་ཡུལ་ཐ་དད། །ཡིན་སྤྱིར་དོན་རྟོགས་མི་སྤྱིད་ལོ། །རྟོག་བཅས་རྟོག་པ་  
 མེད་པའི་ཡིད། །འཇུག་ཡུལ་གཅིག་ལ་ཅིག་ཆར་འཇུག། །རིམ་གྱིས་འཇུག་གྱང་སྤྱོད་བ་ལ། །སྤྱོད་པོ་  
 རྣམས་གྱིས་གཅིག་རྒྱ་ཞེན། །ཤེས་པ་རང་གི་མཆན་ཉིད་ཡིན། །དེས་ན་དེ་ལ་བརྟུན་མི་རུང་། །སྤྱོད་  
 ཡིས་གསལ་བར་མི་བརྗོད་ཀྱི། །རིགས་སྤྱི་བརྗོད་སྤྱིར་སྤྱོད་མེད་ན། །དོན་ལ་སྤྱི་མེད་ཡོད་ན་  
 ཡང་། །དེ་ལ་སྤྱོད་བ་དགོས་ལྷན་མེད། །སྤྱི་དང་འབྲེལ་པའི་རང་མཆན་ལ། །སྤྱོད་བས་རང་མཆན་

གོ་ཞེ་ན། །དགོས་རྒྱས་མེད་པའི་སྤྱི་བོར་ལ། །རང་གི་མཚན་ཉིད་དངོས་ལ་སྦྱོར། །གལ་ཏེ་རང་  
 མཚན་མཐའ་ཡས་ཤིར། །མི་རྒྱས་ཤེ་ན་འདི་ལ་འང་མཚུངས། །གངས་ཅན་པ་དང་ཉན་ཐོས་  
 གཉིས། །སྒྲ་དོན་དངོས་ཀྱི་བརྗོད་བྱར་འདོད། །མི་ལྟན་འདུ་བྱེད་ལ་སྦྱར་བས། །འབྲེལ་མེད་  
 གཟུགས་ལ་རི་ལྟར་རྟོགས། །བུམ་པ་ཞེས་ནི་བརྗོད་པ་ལས། །འབྲེལ་མེད་བ་ལང་མི་རྟོགས་  
 བཞིན། །འབྲེལ་པ་མེད་ཀྱང་འདྲ་བ་ལ། །འབྲུལ་ནས་དོན་ལ་འཇུག་ཅེ་ན། །འདྲ་བས་འབྲུལ་ན་  
 དུལ་དང་དུས། །རེས་འགའ་འབྲུལ་གྱིས་ཀྱན་རྒྱ་མིན། །འདི་ནི་རྟག་རྒྱ་འབྲུལ་འགྱུར་བས། །འདྲ་  
 བའི་སྒོ་ནས་འབྲུལ་པ་མིན། །བརྟ་ལས་གོ་བྱ་གོ་བྱེད་ཡིན། །འཆད་དང་འཇུག་པའི་གང་ཟག་  
 གི་དབྱེ་བས་གཉིས་གཉིས་རྣམ་པ་བཞི། །

༧༥

འཆད་ཆེ་རྣམ་པར་ཕྱེ་བས་མཁས། །འཇུག་ཆེ་གཅིག་རྒྱ་ལྷུལ་པས་ཐོབ། །དོན་དང་ཤེས་པ་རང་  
 མཆན་ཡིན། །སྤྱི་འདོད་གཉིས་པོ་མེད་པ་ཡིན། །དེ་བཞི་བརྗོད་བྱ་མ་ཡིན་པས། །དམ་པའི་དོན་དུ་  
 བརྗོད་བྱ་མེད། །རྟོག་པ་དོ་བོས་ལྷུལ་པ་ལ། །སྤྱི་ཡི་དོན་གྱི་གཟུགས་བརྟན་ཤར། །དེ་ལ་སྤྱི་རིམ་  
 དོན་དུ་ཞེན། །དེ་ནི་སྤྱི་ཡི་བརྗོད་བྱར་བཏགས། །ལྷུལ་པའི་བག་ཆགས་གོམས་པ་ཡིས། །བརྗོད་པ་  
 དུས་ན་བསྐྱེད་ནས་སྤྱར། །ཐ་སྙད་དུས་ན་རང་དེ་སྤྱར་གོ །དེ་སྤྱིར་ལྷུལ་ཡང་བདེན་པར་  
 འཐད། །སྤྱི་དོན་གཞན་ལས་སྤྱི་ག་ན་ནི། །དངོས་པོ་བརྗོད་བྱར་འགྱུར་ཞེ་ན། །དམ་པའི་དོན་ལ་མི་  
 སྤྱི་ག་ཀྱང་། །སྤྱི་པར་སྤྱང་བ་ལྷུལ་པ་ཡིན། །སྤྱི་ནི་ལྷུལ་པར་མི་འདོད་པས། །དེས་ན་དེ་དག་  
 ག་ལ་མཚུངས། །རྟོག་པའི་གཟུགས་བརྟན་བརྗོད་ན་ནི། །ཤེས་པ་བརྗོད་བྱར་འགྱུར་ཞེ་ན། །རང་

མཚན་ལྷོག་པ་བརྗོད་བྱ་མིན། །འབྲུལ་པས་བཏགས་པ་དངོས་མེད་ཡིན། །དེས་ན་རྟོག་པའི་  
 གཟུགས་བརྟན་ལ། །འཇིག་རྟེན་གཞུག་ཕྱིར་སྐྱར་བར་ཟད། །སེལ་བའི་སྤྱི་ལ་བརྟེན་སྤྱོད་ན། །ལྷན་  
 པ་མིན་དང་མཚུངས་ཤེ་ན། །དོན་སྤྱི་གལ་ཏེ་རྣམས་གྲུབ་ན། །བྱོད་བདེན་འོན་ཀྱང་དངོས་མེད་  
 ཡིན། །དེ་ཕྱིར་སེལ་བ་ཡུལ་མེད་ཅེས། །ཤེས་ན་བརྗོད་བྱ་རྗོད་བྱེད་མེད། །བརྗོད་བྱ་མེད་ན་འབྲུལ་  
 པ་གསོག། །ཡིན་ཕྱིར་ཐ་སྙད་འཇིག་ཅེ་ན། །འབྲུལ་པའི་སྒྲོ་ནས་རང་མཚན་ལ། །འཇུག་ཕྱིར་ཐ་  
 སྙད་འཐད་པ་ཡིན། །ཆད་བྱས་འབྲེལ་པ་གོ་བ་ལ། །འབྲུལ་པའི་འབྲེལ་པ་མི་དགོས་སོ། །རང་  
 མཚན་དང་ནི་དོན་སྤྱི་དང་། །གཉིས་པོ་གཅིག་རྒྱ་འབྲུལ་པ་སྟེ། །གསུམ་པོ་གང་ལ་ཆད་བྱས་  
 ཀྱང་། །འབྲུལ་པ་མེད་ན་བརྟེན་མི་འབྱོར། །འདིར་ནི་

༡༩

རང་མཚན་གཟུགས་བརྟན་གཉིས། །གཅིག་རྒྱ་ལྷུ་ལ་དུ་གཞུག་པའི་ཕྱིར། །ཆན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་  
བརྟེན་ཆད་བྱེད། །ལྷུ་ལ་ནས་དོན་ལ་འཇུག་པར་འགྱུར། །སྒྲ་ཡི་དངོས་ཀྱི་བརྟེན་བྱ་མེད། །ཞེན་  
པའི་བརྟེན་བྱ་རང་མཚན་ཡིན། །འབྲེལ་པ་ལྷུ་ལ་པས་བྱས་ན་ཡང་། །འཇུག་པའི་སྒྲེས་བྱ་བསྒྲུ་བ་  
མེད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་བསྒྲུ་བའི་ཆོགས་སྒྲ་བཅད་པའོ། །ཆད་མ་རིགས་པའི་གཏེར་ལས་བརྟེན་བྱ་  
དང་རྟེན་བྱེད་བརྟེན་པའི་རབ་རྒྱ་བྱེད་པ་སྟེ་ལྷ་པོའོ། ་། །དགག་དང་སྒྲུབ་པ་རི་སྟོང་  
པ། །འགལ་འབྲེལ་ཉིད་ལ་སྟོས་པས་ན། །ཆད་མའི་མཚན་ཉིད་དཔྱད་པ་ཡི། །སྟོན་དུ་འགལ་  
འབྲེལ་དཔྱད་པར་བྱ། །ཆོས་གཉིས་གཅིག་པ་མི་སྟོང་ཅིང་། །གཅིག་ལ་འབྲེལ་པ་མི་སྟོང་  
པས། །རང་རང་དོ་བོ་ལ་གནས་པའི། །དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་འབྲེལ་མེད་ཡིན། །དངོས་མེད་ལ་ཡང་

དངོས་འབྲེལ་ནི། །ཡོད་ཅེས་སྒྲུན་པོ་འགའ་ཞིག་སྟེ། །དངོས་མེད་ངོ་བོ་མེད་པ་ལ། །འབྲེལ་པ་ཡོད་  
 ན་དངོས་པོར་འགྱུར། །ཆོས་གང་ཆོས་གཞན་མི་འདོར་བ། །འབྲེལ་པ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲིམ་ཆ་ན་  
 ཏེ། །དངོས་པོ་འདྲེ་བ་མེད་ཕྱིར་དང་། །དངོས་མེད་ངོ་བོ་མེད་ཕྱིར་མེད། །བདག་གཅིག་པ་ལ་ཆོས་  
 གཉིས་མེད། །ཆོས་གཉིས་མེད་ལ་འབྲེལ་མི་སྲིད། །དེས་ན་བྱས་དང་མི་རྟག་པ། །དོན་གྱི་སྟོང་ན་  
 འབྲེལ་པ་མེད། །གལ་ཏེ་བྱས་དང་མི་རྟག་པ་ལེ། །ལྡོག་པ་སྒྲུབ་ལ་མ་གྲུབ་ན། །ཚུལ་གསུམ་གྲུབ་པ་མི་  
 སྲིད་པས། །དོན་ལ་བདག་གཅིག་འབྲེལ་ཞེ་ན། །རྣམས་གཅིག་དོན་མཐུན་ལྡོག་པ་རྣམས། །དོན་ལ་  
 ཡོད་ན་ལྡོག་པ་ན། །མ་འབྲེལ་རྟགས་མིན་འབྲེལ་ན་ཡང་། །རྣམ་གྲངས་པ་འམ་འབྲས་བུར་  
 འགྱུར། །



༡༥

སྤྱི་མིན་ལ་དེ་བྱུང་མེད། །སྤྱི་ཡོད་ན་གང་རུང་མེད། །དེས་ན་དངོས་དང་དངོས་མེད་ལ། །དེ་  
 ལས་བྱུང་བའི་འབྲེལ་པ་མེད། །འགགས་པ་དང་ནི་སྦྱེས་པ་ལ། །སྦྱོར་བའི་འབྲེལ་པ་ཡོད་ཅེ་  
 བ། །སྦྱོར་འབྲེལ་རྟག་ན་དངོས་པོ་མིན། །མི་རྟག་ན་ནི་བྱག་མེད་འགྱུར། །གལ་ཏེ་ཕན་ཚུན་མ་སྦྱོས་  
 པའི། །མེ་དུད་འབྲེལ་པ་ཡིན་ཞེ་ན། །རྒྱུ་པ་རེ་རེ་མཐོང་བས་ཀྱང་། །གཉིས་ཀའི་འབྲེལ་པ་ངེས་  
 པར་འགྱུར། །རྒྱ་འབྲས་ཕན་ཚུན་སྦྱོས་ནས་ཕན། །འདོགས་སྤྱིར་འབྲེལ་པ་མི་འགལ་ན། །རྒྱ་འབྲས་  
 དངོས་པོ་དངོས་མེད་ལ། །ཕན་བྱ་ཕན་བྱེད་འབྲུང་པ་དགལ། །མེད་ན་མི་འབྱུང་འབྲེལ་ཡིན་  
 བ། །གཡས་གཡོན་སོགས་ཀྱང་འབྲེལ་པར་འགྱུར། །དོན་ལ་མེད་ན་མི་འབྱུང་བའི། །འབྲེལ་པ་  
 རྣམས་སྤྱོད་བྱུགས་པས་ཁེགས། །རང་གི་མཚན་ཉིད་འབྲེལ་མེད་ཀྱང་། །རྒྱ་འབྲས་རིགས་ལ་

འབྲེལ་ཞེ་ན། །རིགས་དེ་རྒྱ་འབྲས་ཉིད་ཡིན་ན། །སྤར་གྱི་སྦྱོན་ལས་འདའ་བ་མེད། །དེ་ལས་གཞན་  
 པའི་རིགས་ཡོད་ན། །སྦྱི་ཡི་སྐབས་སུ་བཀག་བྱེད་ཏོ། །འདིས་ནི་ལྷན་དང་འདྲུ་བ་དང་། །བྱང་པར་  
 དང་ནི་བྱང་པར་ཅན། །བྱེད་དང་ཕྱད་པ་ལ་སོགས་པ། །འབྲེལ་པར་འདོད་པ་བཀག་པ་  
 ཡིན། །འཁར་གཞོང་ལ་ནི་རྒྱ་ལྷག་བརྟེན། །དེ་ནི་ལྷན་པའི་འབྲེལ་ཞེས་བྲེད། །རྟག་པའི་རྟེན་ལ་མི་  
 རྟག་པ། །འབྲེལ་པ་འཕྲོད་པ་འདྲུ་ཞེས་གྲགས། །བྱས་དང་མི་རྟག་ལ་སོགས་པ། །དོན་གཅིག་ལ་ནི་  
 འདྲུ་ཞེས་སྒྲ། །ཐ་དད་གཞན་གྱིས་གཞན་གོ་བ། །བྱང་པར་བྱེད་ཆོས་འབྲེལ་ཞེས་  
 འདོད། །འགགས་པའི་རྒྱ་དང་ད་རྟར་གྱི། །འབྲས་བུ་འབྲེལ་པ་སྦྱོར་འབྲེལ་ལོ། །བདག་དང་བྱ་བ་  
 རྣམ་གཉིས་ལ། །བྱེད་པའི་འབྲེལ་པ་ཡོད་དོ་ལོ། །

༧༩

མིག་གིས་གཟུགས་ལ་ལྟ་བུ་ལ། །ཕྱད་པའི་འབྲེལ་པ་ཡིན་ཞེས་ཟེར། །རྩི་ཁོལ་བྱོ་ལྷག་ལ་སོགས་  
 གྱང་། །འབྲེལ་པ་ཡིན་ཞེས་སྒྲིངས་པ་སྟེ། །དོན་ལ་འབྲེལ་པ་འདོད་པ་ནི། །གཅིག་དང་ཐ་དད་  
 བརྟགས་པས་ཁེགས། །ལྡན་པ་སོགས་ལ་འདྲ་གཞན་སེལ་གྱིས། །སྒྲེལ་ན་གོ་བྱེད་ཡིན་ཞེ་ན། །ལྡན་  
 པ་ཅན་སོགས་གཞོད་བྱེད་ཡོད། །གཞོད་བྱེད་མེད་ན་གཉིས་པོར་འདུས། །རྩི་ལྷར་གཞོད་པ་ཡོད་  
 ཅེ་ན། །གཞན་ཡང་གྲངས་ཅན་འདོད་པ་ཡི། །སྒྲུགས་གོང་དང་ནི་མེ་བཞིན་དུ། །འདྲེས་པ་རྣམས་  
 དབྱེར་མེད་ཅེ་ན། །ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པས་བོར་བ་ཡི། །དན་རྟོག་པས་ཆེར་སྒྲུན་པོ་ལེན། །སྒྲུགས་  
 སྒྲན་བཏང་ནས་སྒྲུགས་པ་ལ། །བྱི་ལས་གཞན་པ་སྒྲུ་ཞིག་ཟ། །བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སྒྲུ་བཅད་  
 པའོ། །རྣམ་རྟོག་ཡུལ་ལ་འཇིག་རྟེན་གྱི། །ཐ་སྙད་བཞིན་དུ་དབྱེ་བསྒྲུ་དང་། །སྒྲུ་ལྟོག་པས་སྒྲེལ་བ་

ཡིས། །འཇུག་ཡུལ་བསྐྱབ་ཕྱིར་འབྲེལ་པར་འཐད། །བྱས་དང་མི་རྟག་སྒོས་སྒྲེལ་བ། །དོན་ལ་གྲུབ་  
 ན་དོན་འབྲེལ་ཡིན། །དོན་ལ་དེ་དག་མ་གྲུབ་ན། །དོན་གྱི་སྐྱབ་བྱེད་མིན་ཞེ་ན། །བརྟགས་པ་དོན་ལ་  
 འཇུག་པ་དང་། །མི་འཇུག་པ་སྟེ་རྣམ་པ་གཉིས། །འཇུག་པས་འཇུག་ཡུལ་ཐོབ་པ་ན། །འབྲེལ་པ་  
 ཉིད་དེ་ཅིག་ཤོས་མིན། །མེད་ན་མི་འབྱུང་དུ་བ་ལ། །མེད་ན་དེ་ནི་རྒྱ་མེད་འགྱུར། །ཡོད་ན་དེ་ཉིད་  
 དངོས་པོ་ཡི། །འབྲེལ་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཞེ་ན། །དོན་གྱི་དུ་བ་མེ་མེད་ན། །མི་འབྱུང་བ་ཙམ་ཡོད་  
 མོད་ཀྱང་། །སྤྲི་བ་བཟུང་ནས་སྒྲེལ་བ་ནི། །རྟོག་པ་མིན་པས་སྒྲེལ་མི་རུས། །མཚན་ཉིད་དང་ནི་  
 མཚོན་བྱ་དང་། །སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་འབྲེལ་པ་ཡང་། །འབྲུལ་པས་དངོས་པོ་གཅིག་

༩༩

ཉིད་དུ། །བརྟགས་པས་འགྲུབ་གྱི་གཞན་དུ་མིན། །གང་ཡོད་དེ་འཇིག་བྱམ་པ་བཞིན། །སྒྲ་ཡང་  
 ཡོད་ཅེས་རང་བཞིན་རྟགས། །སྒྲེས་པ་ཁོ་ན་འཇིག་པ་ཡིན། །དེ་ལ་འཇིག་བྱེད་གཞན་མི་  
 དགོས། །འཇིག་པ་རྒྱ་གཞན་ལ་སྒྲེས་བྱེད། །སྒྲེས་མེད་འདི་ནི་མ་གྲུབ་ལོ། །འཇིག་པར་བྱ་རྒྱུ་འི་  
 དངོས་པོ་དང་། །ཞིག་པ་དངོས་མེད་གཉིས་ཀ་ལ། །འཇིག་པའི་སྒྲ་དོན་འཇུག་མོད་གྱི། །གཉིས་ཀ་  
 ལ་ཡང་རྒྱ་མི་དགོས། །བྱམ་འཇིག་དངོས་མེད་རྒྱ་མི་སྒྲེས། །དངོས་ནའང་རང་གྲུབ་རྒྱ་ཅི་  
 དགོས། །གཞན་རྒྱས་བྱས་པས་དེ་མི་འཇིག། །དེས་ན་འཇིག་པ་རྒྱ་མེད་གྲུབ། །འཇིག་པ་དངོས་མེད་  
 རྒྱས་བྱེད་ཅེས། །སྒྲ་ན་སྒྲེས་མེད་ཤུགས་ལས་གྲུབ། །དངོས་མེད་རྒྱ་ཡིས་བྱེད་པ་དང་། །རྒྱ་ཡིས་ཅི་  
 ཡང་མི་བྱེད་པ། །དོན་མཚུངས་དཔེར་ན་མེད་པ་ལ། །སྒྲ་དང་བསྒྲ་རྒྱ་མེད་པ་བཞིན། །ཚོགས་པ་

ཚང་ཡང་ཐུག་བཞིན། །སྟོས་མེད་འདི་ཡང་མ་ངེས་ལོ། །ཚོགས་པ་དེ་དག་འགྱུར་བ་ལ། །སྟོས་  
 པའི་ཕྱིར་ན་མ་ངེས་མིན། །བྱས་པ་འང་དུས་ལ་སྟོས་ཤིང་། །དུས་ལ་སྟོས་ན་བྱས་པ་དེ། །འགྱུར་ན་  
 འཇིག་པ་སྟོས་མེད་གྲུབ། །མི་འགྱུར་སྤར་བཞིན་འཇིག་མེད་གནས། །ཚོགས་པ་འགྱུར་མེད་གཅིག་  
 ཡིན་པས། །གཏན་ཚིགས་འདི་ནི་མ་གྲུབ་ལོ། །ཚོགས་པས་སྤྱི་ནས་བསྐྱེད་པ་ལྟར། །གཅིག་སྤྱིར་  
 དང་པོ་བསྐྱེད་པར་འགྱུར། །གཅིག་ཉིད་ན་ཡང་གོགས་ཡོད་ཕྱིར། །ཐུག་བསྐྱེད་པར་མི་ངེས་  
 ན། །གོགས་ཅན་གོགས་མེད་ཐ་དད་ཕྱིར། །གཅིག་རྒྱ་འདོད་ཀྱང་གཉིས་སུ་འགྱུར། །ནས་ཀྱི་རྒྱ་  
 ཚོགས་སུ་ལྷུ་ཡི། །ཐུག་བསྐྱེད་ལ་སྟོས་མེད་ཀྱང་། །སུ་ལྷུས་ཐུག་མི་བསྐྱེད་པས། །གཏན་ཚིགས་  
 འདི་ནི་མ་ངེས་ལོ། །སུ་ལྷུའི་ས་བོན་ལ་སྟོས་ཕྱིར། །སྟོས་



༩༩

མེད་ཡིན་པའི་རྟགས་མ་གྲུབ། །བྱས་ཡོད་སྐད་ཅིག་འཇིག་པ་མིན། །འཇིག་པའི་རྒྱ་ལ་སྟོས་ཤེ་  
ན། །ཐུ་གུ་རང་རང་རྒྱ་ལ་སྟོས། །དངོས་འཇིག་རྒྱ་གཞན་ལ་མི་སྟོས། །འཇིག་པ་དངོས་མེད་རྒྱ་མི་  
དགོས། །དེས་ན་འཇིག་བྱེད་གཞན་མི་དགོས། །དངོས་འགལ་རྣམས་གཅིག་འགྱུར་བ་དང་། །དེ་ཉིད་  
གཞན་དུ་མི་འབྱུང་དང་། །ཐོགས་བཅས་ཐོགས་མེད་མཚུངས་པ་ཡི། །ཐལ་བ་གསུམ་གྱིས་འདིར་  
མི་འགོག། །བྱ་རོག་དཀར་པོ་སྤྱིད་པ་ལྟར། །དངོས་པོ་རྟག་པ་མི་འགལ་བེད། །རྟགས་དེས་དོན་  
བྱེད་མི་རྣམས་ན། །དངོས་མེད་ཡིན་ཕྱིར་དོན་ལ་མཐུན། །རྣམས་དེ་འགྱུར་ན་རྟག་པ་ཉམས། །འགྱུར་  
བ་མེད་ན་བྱེད་པ་འགལ། །གང་གང་བྱེད་མིན་དེ་དངོས་མེད། །མཁའ་བཞིན་རྟག་པ་འད་བྱེད་པས་  
སྟོང་། །ཆོས་ཅན་རྟག་པའི་གཞན་སེལ་ཡིན། །དངོས་པོ་བཀག་ཉིད་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས། །ཕྱོགས་

ཚེས་མངོན་སྲུང་གྱིས་གྲུབ་ཟེར། །དགག་བྱ་འཛིན་པ་སྟེ་མི་དགོས། །ལ་ལ་རྟོག་སྟོང་གཅིག་ཡིན་  
 ལོ། །ལོག་རྟོག་ཉིད་ཀྱང་མི་སྲིད་འགྱུར། །དེས་ན་སྐད་ཅིག་གིས་སྟོང་ལ། །དོན་བྱེད་འགོག་པའི་  
 རྟགས་གྱིས་གྲུབ། །རང་བཞིན་རྟག་ཀྱང་གནས་སྐབས་རྣམས། །འགྱུར་བྱིར་དོན་བྱེད་འཐད་ཅེ་  
 བ། །གཉིས་པོ་གཅིག་ན་ཚེས་གཉིས་འགལ། །ཐ་དད་ཡིན་ན་བྱེད་པ་འགལ། །སྐད་ཅིག་འཛིག་པ་  
 མེད་ན་ཡང་། །རགས་པའི་འགྱུར་བ་ཡོད་ཅེ་ན། །དང་པོ་སྐད་ཅིག་མི་འཛིག་ན། །རགས་པའི་  
 འགྱུར་བ་ག་ལ་སྲིད། །དོན་བྱེད་རྣམས་པ་བཀག་པ་ལ། །དངོས་པོ་མེད་པས་བྱབ་པ་འགྱུབ། །གཙོད་  
 པ་ཅན་གྱི་ལམ་སྟོང་དུ། །སྟོས་མེད་འཆད་པ་དགོངས་པ་མིན། །དེས་ན་ལོག་རྟོག་རྣམས་གཉིས་  
 གྱི། །གཉེན་པོར་གཏན་ཆེགས་རྣམས་གཉིས་གསུངས། །

༩༩

ཆུ་འབྲས་ཕུགས་ལྷན་རེས་ཞེས་ཟེར། ཏ་ཅང་ཐལ་ཕྱིར་འདི་མི་འཐད། ཆུ་འབྲས་ཕན་འདོགས་  
 བྱ་བྱེད་ཡིན། ཆུ་ཡང་ཉེར་ལེན་ལྷན་ཅིག་བྱེད། དེ་ཡང་རྗེས་སུ་འགོ་སྟོན་གི། སྒོ་ནས་ཕུགས་  
 གསུམ་རྣམ་པ་གཉིས། མཆན་ཉིད་མི་འགྲུབ་ཏ་ཅང་ཐལ། གཞན་དུ་འབྲུལ་པས་འདིར་མི་  
 གཞོད། གང་དག་ཆུ་མིན་ལས་སྐྱེས་པ། དེ་ནི་དེ་ཡི་འབྲས་བྱ་མིན། རྣམ་པ་འདྲ་བས་འབྲུལ་པ་  
 ལ། དེ་ཡི་མིང་གིས་བཏགས་པར་ཟད། རྫོང་དང་ཤིང་སོགས་མེ་ཆུ་མིན། མེ་ཆུ་མེ་ཡི་རྩལ་ཕྱན་  
 ཡིན། རྩལ་ཕྱན་གཅིག་ཏུ་སྤྱད་པའི་ཆུ། རྫོང་ཤིང་སོགས་ཡིན་དབང་པོ་བཞིན། ཡང་ན་སྟོན་དང་  
 ཕྱི་མ་ཡི། ཆུ་དང་འབྲས་བྱ་ཐ་དད་ཡོད། མེ་དང་དུ་བས་བསྐྱེད་པ་ཡི། འབྲས་བྱ་དུ་བའི་བྱ་  
 པར་བཞིན། རང་མཆན་དང་ནི་སྒྲ་དོན་གཉིས། འབྲེལ་པའི་མཆན་གཞིར་མི་འཐད་པས། སྒྲ་ཡི་

རོན་ལ་རང་མཚན་དུ། །འབྲུལ་པའི་གཞན་སེལ་ཁོ་ན་ཡིན། །བདེ་བྱེད་དགའ་བ་དཔྱེད་པ་  
 ཡིས། །འབྲེལ་པ་ངེས་པར་བྱེད་ཅེས་གྲག །ཉི་འོག་པ་རྣམས་ཚད་མ་ཡིས། །འབྲེལ་པ་ངེས་པར་  
 བྱེད་པར་འདོད། །ཚད་མའི་སྟོབས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པ་ཡི། །གཞན་སེལ་ངེས་པའི་བདག་ཉིད་  
 ཅན། །འབྲུལ་པས་དངོས་པོ་གཅིག་ཉིད་དུ། །རྟོག་དཔྱེད་དེ་ཡིས་འབྲེལ་པ་ངེས། །དངོས་པོའི་  
 རོན་ལ་འབྲེལ་པ་མེད། །འབྲེལ་པ་གཉིས་ཀྱང་སྟོ་བརྟགས་ཡིན། །སྟོ་ཡི་རོན་ལ་རང་མཚན་  
 དུ། །འབྲུལ་པས་འབྲེལ་པའི་རྟོག་པ་སྟེ། །ཞེས་བྱ་བ་བསྐྱུ་བའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ། །ཚད་མ་  
 རིགས་པའི་གཏེར་ལས་འབྲེལ་པ་བརྟག་པའི་རབ་རྒྱ་བྱེད་པ་སྟེ་དུག་པའོ། ། ༥ །ཆོས་གང་གང་  
 ལ་གཞོད་བྱེད་པ། །དེ་ནི་དེ་ཡི་འགལ་སྟེ་ཡིན། །

༡༩༩

འགལ་ལྷ་དངོས་པོ་དངོས་མེད་ཀྱི། །ཡུལ་གྱི་དབྱེ་བ་ལ་སྟོས་ནས། །ལྷ་ན་ཅིག་མི་གནས་པ་དག་  
 དང་། །ཕན་ཚུན་སྤངས་འགལ་གཉིས་སུ་བཞེད། །ལྷ་ན་ཅིག་མི་གནས་གཞོད་བྱེད་དུ། །འདོད་པ་  
 དཔུང་ན་འཐད་མ་ཡིན། །དེས་ན་གཞོད་བྱ་གཞོད་བྱེད་གཉིས། །རྒྱ་འབྲས་བཞིན་དུ་ཐ་དང་  
 ཡིན། །གང་གིས་གཞོད་བྱ་ལྷ་མོ་མེད་དུ། །བསྐྱེད་པའི་རྒྱ་ལ་གཞོད་བྱེད་ཟེར། །ལྷ་ན་ཅིག་མི་གནས་  
 རི་སྐྱེད་པ། །དངོས་པོ་གཞོད་བྱེད་གཉིས་ལ་འཇུག། །དེ་ཡང་རྒྱ་ན་མིན་སྐྱེད་ཅིག་མིན། །བསྐྱེད་བྱ་  
 སྐྱེད་བྱེད་ཡིན་ཕྱིར་རོ། །སྐྱེད་ཅིག་མི་འགལ་རྒྱ་ན་མ་གྲུབ། །དེས་ན་འགལ་འདི་མི་འཐད་ལོ། །སྐྱེད་  
 ཅིག་སྐྱ་མ་སྐྱ་མ་ལས། །སྐྱ་མེད་ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་སྐྱེ། །དེ་ལ་རྒྱ་ན་དུ་སྐྱོ་བཏགས་པ། །སྐྱོག་པར་བྱེད་ལ་  
 ཉེས་པ་མེད། །རྒྱ་ལ་ཕྱན་འགལ་བ་ལྷ་ན་ཅིག་ཏུ། །གནས་ན་ལྷ་ན་ཅིག་མི་གནས་འགལ། །མི་གནས་

ན་ནི་གཅིག་བཅོམ་པས། །རྒྱ་འབྲས་དུས་མཉམ་འགྱུར་ཞེ་ན། །ལ་ལ་ཉེ་བར་ཞ་བར་འདོད། །ཁ་  
 ཅིག་ཕྱད་ནས་བསྐྱར་བར་འདོད། །འགའ་ཞིག་ཕྱད་པ་མེད་པར་འདོད། །རྟག་སྒྲ་དེ་དག་འབྲུལ་  
 པ་ཡིན། །ལྷན་ཅིག་གནས་ན་འགལ་བ་ཉམས། །བསྐྱར་ན་རྟག་པར་འདོད་པ་འགལ། །དེས་ན་  
 རྟལ་ཕྱན་ལས་རྟལ་ཕྱན། །རྟལ་མེད་སྐྱེ་བྱིར་འགལ་བ་མེད། །ལ་ལ་བྱ་རྒྱ་གས་སྐད་ཅིག་  
 གསུམ། །འགའ་ཞིག་ཡུན་རིང་འགྲོགས་ཞེས་ཟེར། །ཡུན་རིང་འགྲོགས་པའི་ལྷན་ཅིག་ཏུ། །མི་  
 གནས་པ་དེ་དོ་མཚར་ཆེ། །ཕྱད་དང་རྟལ་མེད་སྐྱེས་པ་དེ། །སྐད་ཅིག་གསུམ་ལ་དོན་འགལ་  
 ལྟོག །དེས་པ་སྐྱེས་པས་སྒྲོ་འདོགས་བྱིས། །མི་སྐྱེ་བ་ནི་སྒྲོ་ཡི་ཡིན། །སྐད་ཅིག་གཅིག་ལ་ཆ་མེད་  
 ན། །རགས་པའི་རྒྱན་རྣམས་མེད་པར་འགྱུར། །ཆ་ཤས་ཡོད་ན་ཐུག་





བཞག །སྒྲུང་དང་མི་སྒྲུང་མ་གཏོགས་པ། །འགལ་བ་ངེས་བྱེད་གཞན་ཡོད་མིན། །བྲང་རེག་འགོག་  
 ལ་མེ་ཅམ་ནི། །མ་ངེས་སྟོབས་ལྡན་མི་འགྲུབ་ལོ། །ཁ་ཅིག་སྟོབས་ལྡན་འགོག་ཅེས་ཟེར། །རང་གི་ངོ་  
 བོ་མེ་ཅམ་ཡིན། །ཆོས་གང་ཆོས་གཞན་གྱིས་དབེན་པ། །ཕན་ཚུན་སྤངས་འགལ་ཡིན་ཞེས་  
 ཟེར། །དབྱེན་དངོས་འགལ་བརྒྱད་འགལ་གཉིས། །བརྒྱད་འགལ་ལ་ཡང་རྣམ་གཉིས་  
 འདོད། །རྣམ་དང་སྟོག་པ་འགལ་བ་ཡི། །སྟོན་ས་གཉིས་གཉིས་རྣམ་པ་དུག །ཆོས་གཞན་དབེན་པ་  
 འགལ་ཡིན་ན། །འབྲེལ་པ་རྣམས་ཀྱང་འགལ་བར་འགྱུར། །འདོད་ན་འགལ་བ་འགོག་པ་  
 དང་། །འབྲེལ་ན་སྐྱབ་པའི་རྣམ་གཞག་འཇིག །ཐ་དད་འབྲེལ་ལམ་མ་འབྲེལ་ཡང་། །ངོ་བོ་ཡིན་པ་  
 འགོག་ཅེ་ན། །འགལ་བ་དམིགས་པས་འགོག་པའི་ཕྱིར། །

༩༥

སྒྲུང་རྒྱུ་མེད་པ་རྒྱས་མེད་འགྲུལ། །ཐ་དད་འགལ་བར་གསུངས་པ་ནི། །བཏགས་པ་བ་ཡིན་  
 འབྲེལ་པ་བཞིན། །རྒྱ་དང་ཤེས་པ་འི་དབྱེ་བ་ཡིས། །ཐ་དད་ཐ་དད་མིན་གཞག་བྱེད། །ཐ་དད་ཕན་  
 གཞོད་འབྲེལ་དང་འགལ། །གཉིས་ཀ་མིན་ན་ཐ་དད་ཅམ། །རང་མིན་འགོག་པ་དངོས་འགལ་  
 ཡིན། །བརྒྱུད་འགལ་རང་མིན་བྱུང་བྱེད་འགོག། །སྒྲོ་སྒྲོགས་འགལ་གཉིས་མིན་མི་ཁེགས། །ཤེ་ན་  
 སྤངས་ཡིན་འགལ་བ་མིན། །ཕན་ཚུན་སྤངས་འགལ་གཅིག་པ་བཀག། །དེ་ཡིན་དེ་མ་ཡིན་གྱིས་  
 འགོག། །ཕན་ཚུན་སྤངས་པ་འི་དངོས་པོ་གཉིས། །ཡིན་པ་སྒྲུང་རྒྱུ་མེད་པས་ཁེགས། །བསྐྱུ་བ་འི་  
 ཆེགས་སུ་བཅད་པ་འོ། །ཆོད་མ་རིགས་པ་འི་གཏེར་ལས་འགལ་བ་བཏགས་པ་འི་རབ་རྒྱ་བྱེད་པ་སྟེ་  
 བདུན་པ་འོ། །།ཤེས་བྱ་ཀུན་ལ་ཆོས་གསུམ་གྱིས། །བྱུང་བྱེད་དེ་ཡི་རྣམ་གཞག་

བཤད། །མཚན་ཉིད་གོ་བྱེད་དོན་གྱི་ཚེས། །མཚན་བྱ་གོ་བྱ་སྒྲི་ཡི་ཚེས། །མཚན་གཞི་གོ་བྱ་རྟེན་གྱི་  
 ཚེས། །དེ་དག་རྣམ་པར་གཞག་འཛིན་ཡིན། །ཚེས་གསུམ་ལ་ཡང་རྒྱ་མཚན་དགོས། །མེད་ན་  
 ཐམས་ཅད་འཚེས་བར་འགྱུར། །མཚན་ཉིད་རྫས་ཡོད་ལ་མཚན་ཉིད། །མི་དགོས་དགོས་ན་ཐུག་  
 མེད་ཟེར། །ཁ་ཅིག་དོན་ལ་མི་དགོས་ཀྱང་། །ཐ་སྙད་ལ་དགོས་གཞན་དག་ནི། །དོན་ལ་འང་དགོས་  
 ཟེར་མཚོན་བྱ་ཡང་། །དེ་འདྲ་རྟགས་བཞིན་ཐུག་མེད་ཟེར། །རྣམ་འཛིན་རྒྱ་ནི་མ་ངེས་པར། །རྣམ་  
 གཞག་འབྲས་བྱ་ངེས་ན་ནི། །མཚན་ཉིད་དགོས་པ་མེད་པར་འགྱུར། །མ་ངེས་ན་ནི་ཐུག་མེད་  
 འཛིན། །རྟགས་གྱི་མཚན་གཞིས་བསྐྱབ་བྱའི་དོན། །སྐྱབ་ཕྱིར་ཐུག་མེད་སྒྲིན་མེད་ན། །ཚུལ་གསུམ་  
 རྟོག་ཤལ་མ་ངེས་ཀྱང་། །བྱས་

༢༥

དང་དཀར་ཟེལ་ངེས་ཅམ་གྱིས། །མི་རྟག་བ་ལང་རྟོགས་པར་ལྷུར། །ཐ་སྙད་ལ་ཡང་ཞེན་རུང་  
 ཞེག །མེད་ན་དེ་ནི་ཤེས་བྱ་མིན། །ཡོད་ན་དེ་ཉིད་ཕྱི་མ་ཡི། །མཚན་ཉིད་ཡིན་ཞེས་ལ་ལ་  
 འདོད། །དེ་ལྟ་ཡིན་ན་ཡལ་ག་ལ་འང་། །ཡལ་ག་མེད་ན་ཤིང་མ་ཡིན། །ཡལ་ག་ཡོད་ན་ཤིང་ལ་  
 ཡང་། །མཚན་ཉིད་ཐུག་པ་མེད་པར་ལྷུར། །ཡལ་ག་ལ་ནི་ཡལ་ག་གཞན། །མེད་ཀྱང་ཡལ་ག་དེ་  
 ཉིད་ཀྱིས། །ཅན་ན་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་དུ། །བསྐྱབ་ཕྱིར་ཐུག་མེད་མི་དགོས་ན། །ཐ་སྙད་གཉིས་པ་  
 མེད་ན་ཡང་། །ཐ་སྙད་དེ་ཉིད་མཚན་ཉིད་ཀྱིས། །ཤེས་བྱའི་ངོ་བོར་སྐྱབ་པའི་ཕྱིར། །ཐ་སྙད་ཐུག་  
 མེད་ག་ལ་དགོས། །བརྟོག་པར་འབྲེལ་པར་ནམ་རྟོགས་པ། །དེ་ཡི་ཆེ་ན་ཐ་སྙད་གྲུབ། །རྟོགས་དང་  
 མཚན་ཉིད་གཉིས་ཀ་ལ། །སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་གཉིས་གཉིས་ཡིན། །གཉིས་ཀ་འང་སྤྱིར་བ་གསུམ་པར་

ཐུག་། །བཞི་པ་ཡན་ཆད་དགོས་ཅུས་མེད། །ཚུལ་གསུམ་ཚུལ་གསུམ་མེད་ན་རྟགས། །མི་འགྱུར་ཡོད་  
 ན་ཐུག་མེད་ལོ། །ཚུལ་གསུམ་དུ་བ་ཁོ་ནའི་ཆོས། །དབྱེར་མེད་ཡིན་གྱིས་ཆོས་གཞན་མེད། །འདི་ཡི་  
 མཆན་ཉིད་ཐུག་མེད་དུ། །ཐལ་བའི་སྒྱུན་ཡང་བསལ་བ་ཡིན། །ལ་ལ་མཆོན་བྱ་རྣམས་འཛོག་  
 ཟེད། །གཏན་ཆོགས་ལ་ཡང་མཚུངས་སྤྱིར་མིན། །འགའ་ཞིག་ཆོས་གསུམ་ཆད་བར་  
 འདོད། །མཆོན་བྱ་སྟོས་སྤྱིར་འདི་མི་འཐད། །དངོས་འགལ་གཙོད་པའི་དོན་སྟོག་ཡིན། །མཆན་  
 ཉིད་དེ་ཡི་སྒྱུན་བསྐྱུ་ན། །གསུམ་ཞེས་བྱང་ཕྱོགས་པ་རྣམས་འདོད། །སྒྱུར་བ་བཀོད་ནས་སྒྱུན་བཅི་  
 ན། །དོན་སྟོག་གཞན་འགྱུར་མེད་པར་འགྱུར། །མ་བཀོད་པ་ལ་སྒྱུན་སྒྱུར་ན། །མཆན་གཞི་མི་  
 གནས་དོན་མེད་འགྱུར། །འདི་དག་སྒྱུན་དུ་འཐད་ན་ནི། །





མཁའ་པོ་འཕྲི་གཙུག་རྒྱུ་ཅིས་མི་བཞེད། །མ་བྲུབ་བྲུབ་ཆེས་མི་སྲིད་གསུམ། །མཚན་ཉིད་གྱི་ནི་སྲི་  
སྲི་ཡིན། །སྒྲ་དང་དོན་གྱི་རྣམ་གཅིད་ཀྱི་མ། །གསུམ་པོ་འདི་ལས་གཞན་ཡོད་མིན། །མཚན་གཞིར་  
བཀོད་དང་མ་བཀོད་དང་། །མཚན་ཉིད་མི་སྲིད་པ་ཡི་གཞིར། །མཚན་བྱ་ཁེགས་དང་མི་ཁེགས་  
ཞེས། །ཚུ་ད་པ་གཉིས་ཀྱིས་འདིར་མི་གཞོད། །ཁ་ཅིག་མཚན་མཚན་རྣམས་གཅིག་ཟེར། །ཐ་སྙད་  
མཚན་བྱ་འི་མཚན་གཞིར་འདོད། །མཚན་བྱ་མིང་གིས་བྲུད་པར་དུ། །བྱས་ཕྱིར་མཚན་ཉིད་  
མཐོང་བ་ཡི། །དབང་ཤེས་རྟོག་བཅས་ཉིད་འགྱུར་ཞིང་། །དོན་གྲུབ་རྣམས་ཡོད་དག་ཏུ་འད་  
འགྱུར། །བརྟུ་ལ་འཇུག་པ་ཐ་སྙད་དུ། །གསུངས་ཕྱིར་མཚན་བྱ་འི་མཚན་གཞི་མིན། །རྒྱ་མཚན་  
ཅན་གྱི་སྒྲ་ཤེས་ནི། །མཚན་བྱ་ཉིད་ཡིན་དེ་ཡི་གཞི། །རྒྱ་མཚན་ཉིད་ལ་བརྟུ་སྤྱར་བ་ལོ། །དེ་རྟུར་

རྟོགས་ནས་སྟོ་གསུམ་ནི།      །འཇུག་པ་དེ་ཡི་ཐ་སྙད་ཡིན།      །དོན་ལ་སྟོས་པའི་མིང་ཡིན་  
 པས། །བཏགས་ཡོད་ཉིད་ཡིན་དངོས་པོ་ལ། །མ་གྲུབ་ཕྱིར་ན་སྟོ་བཏགས་ཡིན། །མཚན་མཚན་  
 རྫས་གཅིག་མ་ཡིན་ན།      །རང་བཞིན་རྟགས་སུ་མི་འཐད་ལོ།      །སྟོ་ཡི་དོན་ལ་གཅིག་ཉིད་  
 དུ། །འབྲུལ་པས་ཐ་སྙད་སྟོར་བ་ནི། །འཇིག་རྟེན་དོན་ལ་མི་སྟུང་ཕྱིར། །གྲགས་པའི་རྫས་དཔག་ག་  
 ལ་འགལ།      །མཚན་ཉིད་བརྟེན་པ་མཚན་གཞི་ཡིན།      །མཚན་ཉིད་པ་དང་བཏགས་པ་  
 གཉིས། །འགའ་ཞིག་ཆོས་གསུམ་རང་སྟོག་ནི། །རང་གི་རྣམ་པ་འཆར་རུང་ཟེར། །དེ་སྟོ་ཡིན་ན་  
 ཆོས་གསུམ་པོ། །རྟོག་མེད་ཡུལ་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར། །དེས་ན་སྙད་བའི་སྟོག་པ་ནི། །ཆོས་གསུམ་  
 ཉིད་མིན་སེལ་བ་ཡི། །ཆོས་གསུམ་གྱི་ནི་རང་སྟོག་ལ། །སྟོབ་དང་དགག་



འགལ་གཞི་མཚན་ཚུད་པ་མེད། །དེས་ན་ལ་ལར་འགལ་བ་དང་། །མཚུངས་པར་མངོན་པའི་སྒྱུར་  
 བ་སྲིད། །མཚན་མཚན་གྲངས་མཉམ་དོ་བོ་གཅིག་ །རྫས་ཡོད་བཏགས་ཡོད་ཉིད་དུ་ངེས། །མཚན་  
 མཚན་དོན་ལ་གཅིག་པ་དང་། །ཐ་དད་གྲངས་མི་མཉམ་པ་ལྟུལ། །དེ་དག་ཕན་ཚུན་བསྐྱོག་པ་  
 ཡི། །རྣམ་པར་གཞག་པས་འདིར་མི་གཞོད། །མི་སྒྱུ་མ་ཤེས་དོན་གསལ་གཉིས། །རྣམ་གྲངས་པ་  
 འམ་ཕྱེ་སྒྲེ་སྒྲ། །མཚན་ཉིད་གཉིས་ཀྱིས་འཛོག་ན་ནི། །མཚན་བྱ་དེ་ཡང་གཉིས་སུ་འགྱུར། །མཚན་  
 མཚན་གཉིས་སུ་འདོད་ན་ཡང་། །སྒྱེ་མཚན་གཅིག་པ་མི་སྲིད་འགྱུར། །མ་ཁྱབ་གཅོད་ཚུལ་འདིར་  
 མི་འབྲད། །གཉིས་སུ་འབྱེད་པ་དགོངས་པ་མིན། །མི་དགོས་མ་ཁྱབ་མི་སྲིད་གསུམ། །བདེན་པའི་  
 དོན་རྟོགས་འདོད་ན་ཡོད། །མི་སྒྱུ་མ་ཤེས་

དོན་གསལ་གཉིས། །རང་མཆན་རྟོགས་པར་དོན་ལ་མཐུན། །ཐ་སྙད་པ་དང་དོན་དམ་པ། །གཉིས་  
 ཀ་ལ་ཡང་གཉིས་པོ་འདྲག །མི་སྒྲུ་ལས་དང་བྱེད་པོ་དང་། །བྱ་བ་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་  
 ཅན། །དངོས་མེད་འཇལ་ལ་མ་བྱལ་ཅིང་། །ཉེ་བར་བསྐྱད་ལ་བྱལ་ཆེས་ལོ། །རང་མཆན་ཡོད་མེད་  
 དཔྱད་ཕྱིར་འཐད། །ཉེ་བར་བསྐྱད་པ་བསྐྱུ་བར་བཤད། །ཆད་མའི་སྟོབས་ཀྱིས་ངེས་པ་  
 འདྲེན། །ངེས་པའི་འགལ་ལྷན་སྟོ་འདྲོགས་ཡིན། །དེ་ཡི་མཆན་ཉིད་གནས་ལྷགས་ལས། །མཐའ་  
 གཞན་དུ་རྟོག་དབྱེ་ན་གཉིས། །རྟོག་པ་ལོག་ཤེས་ཐེ་ཆོམ་ལོ། །མ་རྟོགས་པ་ལས་སྟོ་བྱར་  
 དུ། །རྟོགས་པས་སྟོ་འདྲོགས་མ་བཅད་ལོ། །རྗེས་དཔག་སྒྲུང་བས་མི་འདྲག་པས། །སེལ་བ་ཉིད་  
 ཡིན་དེ་ཡི་ཡུལ། །མེ་མེད་གཞན་དང་མཚུངས་པ་རུ། །འཛིན་ཕྱིར་ལོག་ཤེས་ཡིན་པར་

བཞེད། །དེས་པ་དང་ནི་སྒྲོ་འདྲེགས་གཉིས། །ཡུལ་དང་ངོ་བོ་དུས་གསུམ་ལ། །གཅིག་དང་ཐ་དད་  
 བརྟགས་པ་ཡི། །ཚུད་པ་གསུམ་གྱིས་འདིར་མི་གཞོད། །དེས་དང་སྒྲོ་འདྲེགས་ཞེན་ཡུལ་  
 གཅིག །ཞེན་སྒྲུངས་ཐ་དད་ཕྱིར་ན་སེལ། །ཚད་མ་མིན་ལ་ཡང་དག་བཀག །ཡང་དག་ཕྱེ་ནས་  
 འཆད་པ་ལ་བྱུལ། །དེས་ན་ཡང་དག་ཤེས་པ་ཉིད། །ཚད་མ་ཡིན་ཕྱིར་དབྱེ་གཞིར་འཐད། །དབྱེ་ན་  
 མདོན་སྒྲུམ་རྗེས་དཔག་གཉིས། །དེ་དག་གཅིག་དང་ཐ་དད་བརྟག །ཚད་མ་གཉིས་ཀ་དངོས་པོ་  
 ཉིད། །ཡིན་ཕྱིར་གཅིག་པ་བཀག་པ་མིན། །ཡུལ་གཅིག་པ་དང་ཐ་དད་ལ། །སྒྲོས་ནས་གཅིག་དང་  
 ཐ་དད་མིན། །དེས་ན་སྒྲོ་ཡི་ངོ་བོར་གཅིག །ཡུལ་ལ་སྒྲོས་ནས་ཐ་དད་ཡིན། །རྗེས་དཔག་ཡུལ་མིན་  
 རང་རིག་དང་། །གཅིག་ཕྱིར་བརྟན་པའི་སྒྲོན་ལས་གྲོལ། །གཞལ་



༢༩

བྱ་གཉིས་ཕྱིར་ཚད་མ་གཉིས། །དེ་ལས་གྲངས་གཞན་བཀག་ཕྱིར་རོ། །མིང་ལ་བཤད་འཇུག་ནམ་  
 པ་གཉིས། །དེ་ལ་བཤད་འཇུག་འགལ་བ་དང་། །མི་འགལ་འགལ་ཞིང་མི་འགལ་བའི། །ནམ་པར་  
 དབྱེ་བ་ནམ་པ་བཞི། །དེ་དག་མིང་དང་རིགས་གྱི་སྒྲ། །མཁས་པ་ནམས་གྱིས་གཉིས་སུ་སྒྲེ། །ཡུལ་  
 ཏུ་ནམ་པ་འབྲུལ་པའི་ཆ། །མདོན་སུམ་ཚད་མར་འདོད་པ་ཡོད། །རང་མཚན་མེད་ཕྱིར་མདོན་  
 སུམ་མིན། །རྟགས་ལས་ངས་ན་རྗེས་དཔག་སྤིད། །ཁ་དོག་འཛིན་པ་རེག་བྱ་ལ། །མདོན་སུམ་ཡིན་  
 ཞེས་ལ་ལ་སྒྲ། །སྒྲེ་མཆེད་ནམ་དབྱེ་མ་ཤེས་པས། །རྒྱ་ཆོས་མདོན་སུམ་ཡིན་པར་འབྲུལ། །རྟོག་པ་  
 ཡུལ་ཏུ་ནམ་པ་ལ། །འབྲུལ་པས་མདོན་སུམ་འགོག་ཅེས་བེད། །རྟོག་པ་འབྲུལ་ཡང་དབང་ཤེས་  
 ལ། །མི་སྒྲིབ་སྒྲོ་འཛིན་ཚད་མ་བཞིན། །འགའ་ཞིག་ཡིན་མིན་མཚུངས་ཞེས་བེད། །མཚུངས་མིན་

དུལ་ཐ་དད་ཕྱིར་རོ། །འོར་བུའི་འོད་ལས་འོར་བུ་ཉིད། །རྟོགས་པ་རྗེས་དཔག་མིན་ཞེ་ན། །སྣ་ལུའི་  
 རྒྱ་གུས་སྣ་ལུ་སོགས། །འབྲས་རྟགས་པལ་ཆེར་འབྲུལ་པར་འགྱུར། །རྟགས་དང་བསྐྱབ་བྱ་འབྲུལ་  
 ན་ཡང་། །དོན་དང་ཆ་ལ་ཆད་མ་ཟེར། །དེ་ལྟའི་རྟགས་ལ་ཚུལ་གསུམ་མེད། །གྲུབ་ལ་རྟགས་ཀྱི་  
 བྱད་པར་མེད། །ཆད་མ་དེ་དག་ངེས་པ་ནི། །རང་གཞན་གང་ལས་རྟོགས་ཤེ་ན། །ལ་ལ་རང་ལས་  
 ངེས་པར་འདོད། །འགའ་ཞིག་གཞན་ལས་ངེས་ཞེས་ཟེར། །དེ་དག་གཉིས་ཀས་རིགས་པ་  
 དང་། །རིགས་པ་སྣ་བའི་བཞེད་པ་དོར། །དོན་རིག་གཉིས་དང་རང་རིག་དང་། །རྗེས་སྣ་དཔག་པ་  
 རང་ལས་ངེས། །དང་པོ་པ་དང་ཡིད་མ་གཏད། །འབྲུལ་རྒྱ་ཅན་རྣམས་གཞན་ལས་ངེས། །དོན་  
 བྱེད་པ་དང་གོམས་པ་ཅན། །རྗེས་སྣ་

༩༩

དཔག་པས་ངེས་པར་བྱེད། །ཁ་ཅིག་ཡུལ་དང་ངོ་བོ་ལ། །བརྟགས་ནས་གཞན་ངེས་མི་སྲིད་  
 ཟེར། །དེ་དག་གིས་ནི་མངོན་སྲུང་དང་། །རྟོག་པའི་བྱེད་པ་འདྲེས་པར་ཟད། །སྒྲིབ་བ་དངོས་པོའི་  
 ཡུལ་ཅན་ཡིན། །སེལ་བ་ལ་ནི་དགག་སྐྱབ་གཉིས། །དགག་པ་སྐྱབ་པ་སྤྲོད་བ་དང་། །མི་སྤྲོད་བ་ཡི་  
 སྒོ་ནས་གཉིས། །ཁ་ཅིག་དངོས་ལྷགས་སྒོ་ནས་བྱང་། །སྐྱབ་པ་དང་ནི་འགོག་ཅེས་ཟེར། །རྗེས་  
 དཔག་ལྷགས་རྟོགས་ཉིད་དུ་འགྱུར། །མིན་ན་ཆོད་མ་གསུམ་པར་འགྱུར། །དོན་དང་ཤེས་པ་ཡིན་  
 པ་དང་། །ཡོད་པའི་དབྱེ་བས་གཉིས་གཉིས་བཞི། །དགག་པ་དེ་ཉིད་བསྐྱོག་པ་བཞི། །དགག་སྐྱབ་  
 དེ་ཡང་ཆོད་མས་འགྱུར། །ལྷགས་ལས་རྟོགས་ཞེས་གསུངས་པ་ཡང་། །བྱེད་པའམ་རྗེས་དཔག་  
 ཉིད་ལ་དགོངས། །ཆོད་མ་རིགས་པའི་གཏེར་ལས་མཆོན་ཉིད་བརྟག་པའི་རབ་རྒྱ་བྱེད་པ་སྟེ་

བརྒྱད་པ་ལོ།    ཎ    །།མྱོང་བས་སྒྲོ་འདོགས་གཙོད་པ་ལུའལ།    |མདོན་སྤྱུམ་རྟོག་བྲལ་མ་ལུའལ་  
 བ།    |རྟོག་པ་སྒྲོ་དོན་འཛིན་པ་ཡིན།    |མ་ལུའལ་པ་དེ་རྣམ་པ་བཞི།    |ཡུལ་དང་རྟེན་དང་གང་ཟག་  
 གི།    |སྒྲོ་ནས་མདོན་སྤྱུམ་རྣམ་པར་དབྱེ།    |མདོན་སྤྱུམ་བཞི་པོ་མདོ་སྒྲེའི་ལུགས།    |བྱེ་བྲག་སྒྲོ་གསུམ་  
 རྣམ་རིག་གཉིས།    |བྱེ་ནས་མཚན་ཉིད་འཛིན་པ་ལུའལ།    |དེས་ན་དབང་ཤེས་མ་ལུའལ་  
 པ་ལོ།    |དབང་པོ་ཡུལ་ལ་འཛིན་ཅུས་རྟེ།    |རྟེན་སྤྱུ་འགྲོ་སྒྲོག་དེས་པས་འགྲུབ།    |གསལ་བར་སྒྲུང་  
 བས་རྟོག་མེད་འགྲུབ།    |རང་མཚན་འཛིན་ཕྱིར་ལུའལ་པ་མེད།    |དབང་པོ་ཐུན་མོང་མིན་རྒྱུ་ལི་  
 ཕྱིར།    |དབང་ཤེས་ཡིན་རྟེ་རྟེ་སྒྲོ་བཞིན།    |ཡུལ་དང་དབང་ཤེས་རྣམ་གཉིས་ཀྱི།    |དེ་མ་ཐག་ལས་  
 སྒྲེས་པ་ཡིད།    |དེ་ལ་བརྟེན་ནས་མ་ལུའལ་པ་ལི།    |ཤེས་པ་

ཡིད་གྱི་མངོན་སྲུང་ཡིན།    ཡིད་གྱི་མངོན་སྲུང་དུ་མ་ཡང་།    དབང་ཤེས་བཞིན་དུ་རང་རིག་  
 གཅིག ། རྒྱུལ་པ་མེད་ཕྱིར་ཚད་མ་ཡིན། རྒྱུན་མེད་ཕྱིར་ན་ངེས་མི་རྣམ། དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་  
 ལས་དབང་སྟེ། དེས་ན་དབང་ཤེས་རྒྱུན་བཅས་ཡིན། ཡིད་དབང་ལས་ནི་ཡིད་དབང་མིན། དེ་  
 ཡི་ཕྱིར་ན་དེ་རྒྱུན་མེད། སྤེལ་མ་དང་ནི་རྒྱུན་གྱི་མཐའ། གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་གཞོད་བྱེད་ཡོད། དེས་  
 ན་དབང་པོ་དབང་ཤེས་གྱི། རྒྱ་ཡིན་ཡིད་གྱི་རྒྱུན་དུ་འགྱུར། རང་རིག་ཡིན་ཕྱིར་རྒྱུད་གཞན་  
 མེད། དེས་ན་མངོན་སྲུང་འགྲོས་གསུམ་པ། དུལ་གཞན་འཛིན་དང་དབང་པོ་ལ། རྟོས་ཕྱིར་འདི་  
 ལ་སྟོན་གཉིས་མེད། རང་གི་ངོ་བོ་རིག་པ་ནི། མངོན་སྲུང་ཡིན་པར་མཁས་རྣམས་བཞེད། རང་  
 སྟོན་མེད་སྟེ་བ་ཡིན།    རང་རིག་བཅའ་པོ་བསྟོན་ཅམ་ཡིན།    དེས་ན་རང་རིག་རང་སྟེ་

གཉིས། །མཚུངས་པའི་གོ་སྐབས་ཡོད་མ་ཡིན། །ཕྱི་ནས་མཚན་ཉིད་འཛིག་པར་འབྱུལ། །བསྐྱོམ་  
 བྱུང་འབྱུལ་མེད་མངོན་སྲུང་སྟེ། །འབྱུལ་པ་ཅན་རྣམས་སྟར་སྤང་ཡིན། །འཕགས་པ་གསུམ་གྱི་  
 མངོན་སྲུང་གསུམ། །སྟོབ་དང་མི་སྟོབ་སྟོན་ལྟ། །དེ་དག་སྤང་བཅས་སྤང་མེད་གྱི། །དབྱེ་བས་  
 གཉིས་གཉིས་རྣམ་པ་བརྟ། །ཐབས་དང་ཤེས་རབ་ལེགས་སྦྱངས་པ། །ཡན་ཚུན་རྒྱ་དང་རྒྱེན་གྱུར་  
 པས། །རི་ལྟ་བ་དང་རི་སྟེང་པའི། །ཡེ་ཤེས་གཟིགས་པ་འགྲུབ་པར་འགྱུར། །ཆེ་གསུམ་བསྐྱལ་པ་  
 བརྒྱ་དང་ནི། །གངས་མེད་གསུམ་གྱིས་དེ་མཐར་ཕྱིན། །ཐབས་ཞན་པས་ན་རྣམ་གྲོལ་གཉིས། །བག་  
 ཆགས་བཅས་ཕྱིར་སྟོན་པ་མིན། །ཐབས་ལ་གོམས་པས་དངོས་ཀྱིན་གསལ། །བག་ཆགས་སྤངས་  
 ཕྱིར་ཀྱན་མཁྱེན་ཡིན། །བཅད་ཤེས་དང་ནི་ངེས་པ་



༩༩

གཉིས། རྟོག་པ་ཡིན་ཕྱིར་མངོན་སྲུང་མིན། རེས་ན་རྣལ་འབྱོར་མངོན་སྲུང་གྱུར། མངོན་སྲུང་  
 ཡིན་ཕྱིར་ཚད་མར་གྲུབ། སོ་སོ་སྐྱེ་བོའི་ཚད་མ་ནི། རེས་པ་ཉིད་ལས་འཇུག་ཕྱིར་གྱེད། འཕགས་  
 པ་རྟོག་པ་བྲལ་བ་རྣམས། ཁྱིད་དེ་འཛིན་ལས་བྱེད་པར་གསུངས། བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་ཡེ་ཤེས་  
 ཅན། རྟོག་པ་མཐུན་པ་དཔག་མི་རྒྱས། ཆོག་གི་བྱུང་པར་རེས་གྱུར་ན། སྟོན་བྱུང་བ་ཡང་དཔག་  
 པར་རྒྱས། གོམས་པ་རྫོགས་ནས་དེ་གསལ་བ། མཐའ་གཞན་བཀག་པའི་རེས་པས་འགྲུབ། འདི་  
 ལ་ཁ་ཅིག་རྟོན་བརྟོན་པ། རིག་པའི་ཐོག་མཐའ་རྣམ་པ་གཉིས། མེ་དང་སྟོན་མ་དཔེར་བྱས་  
 ནས། མངོན་སྲུང་ཉིད་ཀྱིས་འགྲུབ་ཅེས་ཟེར། ཐུག་མེད་རང་རིག་གིས་མི་འགྲུབ། མེ་དང་སྟོན་  
 མ་དཔེར་མི་རུང་། སེམས་ལས་གཞན་ལ་སྟོས་མེད་ཀྱི། རྟོགས་ཀྱིས་སྟོན་མཐའ་ཐུག་མེད་

འགྲུབ། །རྒྱ་ཚླགས་ཚང་ཞིང་གོགས་མེད་པའི། །རྟགས་གྱིས་སྤྱི་མཐའ་བྱག་མེད་འགྲུབ། །ལས་དང་  
 ལྷས་སེམས་ལའོར་བའི་རྒྱ། །གཉིས་པོ་སྤང་སྤྱིར་དགའ་སྤྱོད་ཟེར། །མི་རྣམས་མི་པན་མི་དགོས་  
 པས། །ལས་དང་ལྷས་འཇོད་ལམ་མ་ཡིན། །སྤྱི་རྒྱ་མ་རིག་དེ་ལས་ཀྱང་། །ཉོན་མོངས་ལས་དང་  
 ལའོར་བ་འབྱུང་། །སྤྱི་མཆེད་འདི་ལས་སྤྱི་མཆེད་གཞན། །དེ་ཡི་བཟང་ངན་ལས་གྱིས་  
 བྱེད། །བྱམས་སོགས་བདག་དང་མི་འགལ་སྤྱིར། །ལའོར་བའི་རྩ་བ་གཙོད་རྣམས་མིན། །བདག་མེད་  
 བདག་དང་འགལ་བས་ན། །བདག་མེད་མཐོང་བས་དེ་སྤྱན་འབྱེན། །ས་བོན་ཐོག་མ་ཡོད་མིན་  
 ཡང་། །མེས་བསྐྱེགས་པ་ན་སྤྱི་མཐའ་མཐོང་། །དེ་བཞིན་ལའོར་བ་ཐོག་མེད་ཀྱང་། །བདག་མེད་  
 མཐོང་ན་སྤྱི་མཐའ་འགྲུབ། །གསལ་བ་བསྐྱེད་ལ་རྒྱ་ཚང་ཞིང་། །གོགས་མེད་སྤྱིར་ན་བསྐྱེད་པར་  
 དེས། །འཇིག་སོགས་

༩༩

གོམས་ལས་གསལ་སྒྲུང་དང་། །གཟུང་འཛིན་མེད་ཕྱིར་འབྲུལ་མེད་འབྲུག། །མི་རྣམས་མི་ཤེས་མི་  
བརྟན་ཕྱིར། །སྤངས་པའི་གོམ་བ་མེད་ཅེ་ན། །རང་བཞིན་མིན་ཕྱིར་ཐབས་ཡོད་ཕྱིར། །རྒྱ་སྤོང་  
ཕྱིར་ན་རྣམ་གོམ་འབྲུག། །མཆོངས་དང་རྒྱ་དང་གསེར་གྱི་དཔེས། །གོམས་པ་སྤོང་པ་མིན་ཞེ་  
ན། །འབད་ལ་སྤོང་ཕྱིར་མི་བརྟན་ཕྱིར། །སྤྲུང་འབྲུང་བསྐྱེད་ཕྱིར་དཔེར་མི་རུང་། །སྤོང་ཉིད་སྤོང་  
རྒྱ་གོམས་པ་ལས། །དེ་ཡི་ངང་དུ་འབྲུར་སྤོང་མོད། །ཤེས་བྱ་ཀུན་ལ་མཐའ་མེད་ཕྱིར། །ཀུན་མཁྱེན་  
བསྐྱེད་པ་དཀའ་ཞེས་བྲེད། །གཙོ་བོའི་དོན་ལ་མི་སྤྲུབ། །ཀུན་མཁྱེན་ཡིན་ཏེ་ཀུན་ཆོགས་  
བཞིན། །དགོས་པའི་དོན་ཀུན་ཤེས་པ་ལ། །མཁས་རྣམས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ཞེས་བྲེད། །ཐམས་  
ཅད་འདུས་ནས་ཉན་པ་ལ། །བ་ལང་མེད་ཀྱང་སྤྱོད་མ་ཡིན། །བར་སྐབས་གྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་

རོ། །ཡང་ན་རྗེས་སྤྱད་པ་ག་པ་ཡིས། །ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་གྲུབ་པ་ཡིན། །བསྐྱེད་པ་འཇིག་རྟེན་གྱི་  
 བརྒྱུ་ཡང་། །མེ་ལོང་ནང་དུ་ཅིག་ཆར་འཆར། །དེ་བཞིན་ཤེས་བྱ་མཐའ་མེད་པ། །མཁྱེན་པ་འཇིག་རྟེན་གྱི་  
 སྐད་ཅིག་ག་ཅིག་གིས་མཁྱེན། །བར་སྐབས་སྤྱི་ཆོག་སྤྱི་བཅད་པ་ལོ། །འབྲུལ་པ་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐམས་ཅད་མེད་ཅི།  
 །མདོན་སྤྱི་ལྟར་སྤྱི་ལྟར་ཉིད་དུ་འདོད། །དེ་ལ་རྟོག་པ་རྟོག་མེད་ག་ཉིས། །རྟོག་མེད་ལ་ཡང་  
 ཡིད་དབང་ག་ཉིས། །རྟོག་པ་གསུམ་ཡིན་དུག་ལ་འད་པ། །ལོག་རྟོག་བསྐྱེད་པ་ཕྱིར་ཕྱེ་སྤྱི་  
 གསུངས། །སྤྱི་དང་དེས་པ་ཆད་འབྲས་དང་། །ཕྱད་དང་དོན་རྟོགས་ཆད་འབྲས་འདོད། །ཕྱད་པར་  
 ཕྱད་པར་ཅན་དེར་སྤྱི། །ལ་ལ་དབང་ཤེས་ཆད་འབྲས་འདོད། །དེས་ན་རྣམ་པར་གཞག་འཇོག་  
 གི་རྒྱ་འབྲས་

༩༩

ཉིད་ལ་ཚད་འབྲས་བཞེད། །དེ་ལ་རང་རིག་ཚད་འབྲས་ནི། །རྣམ་གཞག་གྲུབ་མཐའ་པལ་ཆེར་  
 མཐུན། །དོན་རིག་སྒྲིབ་རང་རང་གི། །གྲུབ་མཐའི་སྒྲིབ་ས་ཀྱིས་ཚད་འབྲས་འཛིག། །མེ་ཡི་རང་  
 མཚན་གཞལ་བྱ་ལ། །དུ་བ་ལས་བྱུང་གཞན་སེལ་སྟོ། །ཚད་མ་ཉིད་ཡིན་དེ་རྟོགས་པ། །འབྲས་བུ་  
 ཡིན་ཞེས་མཁས་རྣམས་བཞེད། །མེ་སྒྲུང་བག་ཆགས་སྒྲིང་པོ་ལས། །དུ་བར་སྒྲུང་བའི་བག་ཆགས་  
 སྟེ། །དེས་ན་སྟེས་བུ་མི་སྒྲིབ། །རྗེས་དཔག་ཡིན་ཞེས་མཁས་རྣམས་བཞེད། །ཚད་མ་རིགས་པའི་  
 གཏེར་ལས་མངོན་སུམ་བརྟག་པའི་རབ་རྩ་བྱེད་པ་སྟེ་དགྲ་པའོ། ། ༥ །རྗེས་དཔག་རྣམ་གཉིས་  
 རང་དོན་ནི། །ཚུལ་གསུམ་རྟགས་ལས་དོན་མཐོང་ཡིན། །ཕྱོགས་ནི་ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་  
 གྱི། །ཆོགས་པ་བརྗོད་ལ་དངོས་མིང་ཡིན། །དེ་ཡི་ཕྱོགས་རེས་བེན་པའི་ཕྱིར། །ཡ་གྲུལ་གཉིས་ལ་

བཏགས་ནས་འཇུག། བརྗོད་པར་འདོད་པས་སྒྲིན་སྦྱར་བ། ཏེ་ཉིད་གོ་བ་དངོས་མིང་ཡིན། ཏེ་  
 བཏེན་རྒྱ་མཚན་འགའ་ལས་གཞན། ཏྲིག་པས་བཏགས་པ་མིང་དུ་འདོད། རྩོགས་དོན་ལ་ནི་  
 ཕྱོགས་ཀྱི་སྒྲ། མཁས་པ་རྣམས་ལ་གདོད་ནས་གྲུབ། བཏགས་པ་ལ་ནི་འདྲ་བ་དང་། འབྲེལ་པའི་  
 རྒྱ་མཚན་གཞན་ལ་སྟོས། རྩོགས་ལ་བསྒྲུབ་བྱར་མིང་བཏགས་པ། འགལ་བའི་གཏན་ཆོགས་ཡང་  
 དག་ཏུ། འོག་པར་ཏྲིག་པ་སྤང་ཕྱིར་རམ། སྒྲིབ་སྦྱོར་དོར་བྱས་བཏགས་པ་ཡིན། རྩོགས་ཅན་  
 བརྗོད་ན་འབྲུལ་གཞི་ཡོད། མཐའ་རྣམས་བཀག་ན་ཡུན་རིང་འགོར། དངོས་མིང་བརྗོད་ན་སྒྲིབ་  
 སྦྱོར་ཉམས། བདེ་སྤྲུག་ཏྲིགས་ཕྱིར་ཕྱོགས་ཞེས་གསུངས། ཕྱོགས་དང་རྩོགས་ཅན་མཚུངས་ཤི-  
 ལ། གྲགས་པའི་སྒྲོ་ནས་བྱུང་པར་ཡོད། རྩོགས་



དང་འབྲེལ་པའི་སྟོགས་ཀྱི་སྒྲ། །ཚོད་གཞི་ཉིད་ཡིན་ལག་ལྟན་བཞིན། །ཆོས་དང་འབྲེལ་ཡང་ཆོས་  
 ཅན་སྒྲས། །ངེས་པར་མི་རྣམས་མགོ་ལྟན་བཞིན། །བསྐྱབ་པའི་ཆོགས་སྒྲ་བཅད་པའོ། །ཆོས་དང་ཆོས་  
 ཅན་བསྐྱབ་བྱ་ཉིད། །མ་ཡིན་མཚན་ཉིད་མེད་ཕྱིར་རོ། །དཔག་གཞིར་བཟུང་བ་ཤེས་འདོད་  
 ཡིན། །ངེ་ལ་གྲུབ་པ་སྟོགས་ཆོས་སོ། །བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ལྟན་མི་ལྟན་ལ། །མཐུན་སྟོགས་མི་མཐུན་  
 སྟོགས་ཞེས་ཟེར། །སྟོགས་གཉིས་དངོས་འགལ་དུ་བསམས་ནས། །ཡུང་གསུམ་ཡུང་བར་དོགས་པ་  
 ལ། །ཆོད་མའི་ཡུལ་མི་ཤེས་པ་འགལ། །རྩ་སྟོན་རྣམས་པར་སྤྱེ་སྟེ་སྒྲ། །རྩ་སྟོན་ཆོས་གཅིག་དང་ཐ་  
 དང་ལྟན། །སྟོན་ཆོས་རང་སྟོན་ཉིད་ཞེས་ཟེར། །རྩ་སྟོན་རི་རྩུར་སྤྱེ་ན་ཡང་། །སྟོགས་གཉིས་ཉིད་  
 དུ་ངེས་མི་རྣམས། །གཉིས་ལ་འཇུག་པའི་རྩ་སྟོན་གྲུང་། །མཁས་པ་རྣམས་ལ་གྲུབ་པར་

མཐོང་། །དོན་ལ་དགག་སྐྱབ་བྱེད་ན་ནི། །ཚད་མའི་ཡུལ་མི་ཤེས་པར་འགྱུར། །སྒོ་ངོར་དགག་སྐྱབ་  
 བྱེད་ན་ནི། །ཡོད་མེད་མ་ངེས་གསུམ་དུ་འགྱུར། །ཤེས་འདོད་ཕྱོགས་སུ་མི་འདོད་ཕྱིར། །སྟོས་གཞི་  
 དང་པོ་མེད་པར་འགྱུར། །སྟོས་གཞི་དང་པོ་མི་འདོད་ན། །འདི་ལ་ཕྱོགས་ཆོས་མཚན་ཉིད་  
 དཀའ། །སྟོས་གཞི་དང་པོ་ཕྱོགས་གཉིས་སུ། །ངེས་ན་སྟོས་གཞི་གཞན་གཉིས་ཀྱི། །ཡོད་མེད་ངེས་  
 པའི་འགོ་ལྟོག་གྱུར། །བརྗོད་པ་རབ་རྒྱ་དཀའ་བ་ཡིན། །ཕྱོགས་ཆོས་དང་ནི་ཕྱོགས་གཉིས་  
 པོ། །གཅིག་ལ་ལྟོག་པས་འབྱེད་ན་ནི། །རྟགས་ཀྱན་ཕྱོགས་སུ་སྒྱུང་འགྱུར་བས། །གཏན་ཆོགས་མ་  
 ངེས་ག་ལ་སྤིང། །ཀློགས་དོན་མཐུན་ཕྱོགས་ཉིད་ཡིན་ན། །དེ་ཡི་ཡན་ལག་དེ་ལྟན་ཉིད། །ཤེས་  
 བྱ་ཕྱོགས་གཉིས་ངེས་པ་དང་། །

༩༩

སྟོན་གཞི་གསུམ་དུ་འདོད་པ་འགལ། །སྟོན་གཞི་གཉིས་སུ་འདོད་ན་ནི། །དེ་སྟོན་རྟགས་ཀྱང་ཚུལ་  
 གཉིས་འགྱུར། །མཐུན་ཕྱོགས་མི་མཐུན་ཕྱོགས་གཉིས་སུ། །ངེས་པ་སྟོབ་དཔོན་མི་བཞེད་དོ། །རྩ་ས་  
 རྟོག་སོ་སོར་བྱེ་བ་ཡིས། །རྩེས་སུ་འཇུག་ན་ཐ་སྟོད་འཇིག། །རང་རྟོག་བརྟེན་ནས་སྐྱབ་པ་ཡི། །ཚུལ་  
 འདི་བརྟགས་ན་སྟོང་པོ་མེད། །ཕྱོགས་གཉིས་དངོས་འགལ་མ་ཡིན་ཕྱིར། །དགག་སྐྱབ་རྣམ་གཞག་  
 འཇིག་ཅེ་ན། །དགག་སྐྱབ་ཕྱོགས་ཀྱིས་བྱེད་པ་མིན། །ཚད་མའི་འགལ་འབྲེལ་ངེས་པས་  
 འགྱུར། །རྟགས་དང་བསྐྱབ་བྱ་འབྲེལ་སྟོབས་ཀྱིས། །ཡོད་མེད་ངེས་པ་རྩེས་འགྲོ་རྟོག། །ཕྱོགས་དང་  
 བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིམ། །མཚུངས་དང་མི་མཚུངས་ཕྱོགས་གཉིས་ཡིན། །མཐུན་ཡུལ་ཕྱོགས་ཀྱང་  
 བརྟགས་པ་བས། །གཞན་སེལ་ཉིད་ཡིན་གཉིས་པོ་མིན། །འདི་ལ་གཞན་གྱི་སྒྲུན་ཀ་མེད། །གཞུང་

གི་དགོངས་པ་འང་འདི་ཉིད་ཡིན། །རྩ་ས་ནི་དངོས་པོ་ལས་གཞན་མིན། །གཞན་སེལ་ལས་གཞན་  
 རྟོག་པ་མེད། །དེས་ན་རྩ་ས་རྟོག་གཅིག་ཉིད་དུ། །འབྲུལ་པ་ཉིད་ལ་དགག་སྐྱབ་བྱེད། །ཡོད་མེད་  
 གཉིས་ཀ་ལ་བརྟེན་ནས། །སྒྲ་དོན་གསུམ་གྱིས་ཆོས་གཉིས་སྐྱབ། །དུ་བའི་རྟགས་ལས་སྐྱ་བོའི་  
 རྩ་ས། །ཚུལ་གསུམ་རྟགས་ལ་ཤེས་བྱ་ཅམ། །མཐུན་ཕྱོགས་མི་མཐུན་ཕྱོགས་གཉིས་སུ། །དཔྱད་ན་  
 ཚད་མ་འཇིག་ཅེ་ན། །དུ་བ་དང་ནི་ཚུལ་གསུམ་གྱི། །གཞན་སེལ་གཉིས་པོ་སྐྱ་བོ་དང་། །ཤེས་བྱ་  
 གཉིས་ཀྱི་ལོག་པ་དང་། །རྟོག་པ་གཉིས་ལ་འབྲེལ་ཕྱིར་འཐད། །རྟོག་འགོག་ཆོས་རྟགས་ཕྱོགས་  
 གཉིས་ཀྱི། །ཚུད་པ་བཞི་ཡི་གཞན་ལན་འབྲུལ། །མེད་དགག་ཐ་སྙད་མེད་དགག་དང་། །སྤྱི་རྟོག་  
 ཡུང་གསུམ་ཡིན་ཕྱིར་འཐད། །རི་སྒྲིབ་རྟགས་སུ་བཀོད་གྱུར་པ། །



ཡིས། །ཡིན་ན་ཡུ་བུ་ཚྱོད་པ་མེད། །གཞན་ལྟན་གཙོད་ན་རྗེས་འགོ་མེད། །བསྐྱབ་བྱའི་ཚས་ཀྱང་དེ་  
 དང་འདྲ། །རྟགས་ཀྱི་མཚན་གཞི་གཞན་སེལ་ཡིན། །འདི་ལ་གཞན་གྱི་སྒྲན་ཀ་མེད། །མཚན་ཉིད་  
 དེ་དང་ལྟན་པ་ཡི། །གཏན་ཆོགས་དབྱེ་སྒྲོས་དུ་མར་འགྱུར། །ཚས་ཀྱི་གྲགས་པས་སྦྱོར་བ་ཡི། །སྒྲོ་  
 ནས་གསུམ་དུ་ངེས་པར་མཛད། །དགག་བྱ་འགོག་ལ་ཚུལ་གསུམ་ཚད། །དོ་བོ་མི་དམིགས་པ་ལ་  
 བཞི། །འགལ་བ་དམིགས་པ་རྣམ་པ་གཉིས། །ཆ་རེག་སྒྲོར་བཞིས་གྲང་རེག་བཞི། །བཀག་པས་  
 སྦྱོར་བ་བཅུ་དྲུག་ཟེར། །རྣམ་པ་ཐོགས་མེད་མེ་མིན་ཞིང་། །རྒྱན་མེད་ཕྱིར་ན་འགོག་མི་  
 རྣམ། །གཞུང་ལས་རྣམ་གཞག་མང་བཤད་ཀྱང་། །འགོག་རྣམ་སྒྲ་མ་བཅུ་གཉིས་ཡིན། །ཕན་ཚུན་  
 སྤངས་པ་དངོས་ལ་ནི། །རྟགས་དང་རྟགས་ཅན་ཡོད་



༩༩

མ་ཡིན། །དེ་ཡི་བྱུང་པར་བྱས་པ་ནི། །བྱུང་བྱེད་འགལ་བ་དམིགས་པ་ཡིན། །ཚད་མས་གཞོད་པའི་  
 འགལ་བ་ཡང་། །བྱུང་བྱེད་འགལ་བ་དམིགས་པར་འདུས། །དངོས་འབྲེལ་བཀག་ཟེན་ལྟན་ཅིག་  
 ན། །མི་གནས་ཚོགས་པས་བསྐྱེད་པ་འབྲུལ། །འབྲེལ་ཡུལ་ལོག་པས་འབྲེལ་ཚོས་ཉིད། །སྒྲིག་པས་  
 བསྐྱོག་འབྲེལ་སྒྲོ་དོར་གྲུབ། །ཡིན་པ་སྐྱབ་ལ་ཚུལ་གསུམ་ཆང་། །དོ་བོ་དབྱེར་མེད་རང་བཞིན་  
 ཏྲགས། །དེ་ཡི་ཆ་མཐུན་ཁོངས་སུ་བསྐྱུ། །གཅིག་ཕྱིར་ཐ་དད་སྐྱོན་མི་འགོ། །ཡོད་པ་སྐྱབ་ལ་ཚུལ་  
 གསུམ་ཆང་། །དེ་བྱུང་བ་ལ་འབྲས་བུའི་ཏྲགས། །དེ་དང་ཆ་མཐུན་ཁོངས་སུ་བསྐྱུ། །ཐ་དད་སྐྱབ་  
 ཕྱིར་སྐྱོན་ལས་གྲོལ། །ཁ་ཅིག་འབྲེལ་བ་མུ་དགྲུ་ལ། །གོ་བྱེད་འབྲེལ་བ་བཞི་ཡོད་ལོ། །འདི་ནི་རྣམ་  
 གཞག་འགལ་བ་དང་། །གཞུང་གི་དགོངས་པར་འཐད་མ་ཡིན། །བྱུང་པར་བྱ་བྱེད་འབྲེལ་བ་

ཡི། །སྟོབས་གྱིས་བསྐྱབ་བྱ་གོ་བ་མིན། །དེ་ཡི་ངོ་བོ་ལམ་དོན་གཞན་གྱི། །འབྲེལ་བའི་སྟོབས་གྱིས་  
 རྟོགས་པར་བྱང། །བར་སྐབས་གྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་ལོ། །རྟོགས་གང་ཚུལ་གསུམ་མ་གྲུབ་  
 པ། །སྟོགས་ལ་རྟོགས་མེད་མ་གྲུབ་པ། །སྟོགས་ཆོས་དོན་ནམ་སྟོང་ལ། །མི་གནས་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་  
 ཡིན། །སྟོགས་རེལ་མོལ་བ་རྣམ་གཉིས་ལ། །མ་གྲུབ་རྣམ་པར་སྟེ་སྟེ་བཤད། །བསྐྱབ་བའི་ཆོགས་སུ་  
 བཅད་པ་ལོ། །མ་ངེས་ཐེ་ཆོམ་བསྐྱེད་པའི་རྟོགས། །སྟོགས་མིན་གཞན་ལ་མ་གྲུབ་པ། །བྱུན་མོང་མ་  
 ཡིན་དབྱེ་ན་བཞི། །སྟོགས་ལས་གཞན་འཇུག་བྱུན་མོང་བ། །དབྱེ་ན་དངོས་དང་སྟག་སྟན་  
 གཉིས། །གཉིས་ཀ་ལ་མཐོང་བསྐྱེད་མི་ཆོད། །ཡང་དག་སྟག་སྟན་མཐུན་སྟོགས་མཐོང་། །མི་མཐུན་  
 སྟོགས་ལ་མ་མཐོང་

༩༩

བའོ། །མི་མཐུན་ཕྱོགས་མཐོང་མཐུན་ཕྱོགས་ལ། །མ་མཐོང་འགལ་བའི་ལྷག་ལྟན་ཡིན། །རྟགས་  
 གྲུབ་བསྐྱོག་པས་བྱུང་ན་འགལ། །མི་དམིགས་རང་བཞིན་གཏན་ཆོགས་སུ། །བསྐྱུས་པས་འགལ་  
 བ་གཉིས་ཉིད་ཡིན། །བཙལ་མ་ཐག་བྱུང་མི་རྟག་འབྲས། །རྟག་ལ་འགྱུར་བ་མེད་ཕྱིར་འགལ། །མི་  
 རྟག་འགྱུར་ཕྱིར་འདི་མི་མཚུངས། །དེ་འདྲ་འགྱུར་མེད་ལ་མི་འཐད། །མི་དམིགས་གསུམ་པར་  
 འབྱེད་ན་ནི། །དེ་བསྐྱོག་འགལ་བའང་གསུམ་དུ་འགྱུར། །འགལ་ཞིག་ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་གྱི། །དབྱེ་  
 བས་འགལ་བ་བཞི་ཞེས་ཟེར། །དངོས་ལྷགས་ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་གྱི། །འགལ་བ་བརྗོད་འདོད་  
 ལྟོབས་ཀྱིས་ཡིན། །ཡང་དག་ལ་ཡང་མཚུངས་ཤིང་། །བྱེད་པ་ཆུང་ཕྱིར་བཏང་སྟོམས་མཛད། །ཞེ་  
 འདོད་དང་ནི་སྐྱེས་པ་གཉིས། །བསྐྱུབ་བྱ་ཉིད་དུ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར། །གཞན་དོན་སྐྱུབ་པའི་འགལ་

བ་སོགས། །འགལ་བ་གསུམ་པ་འདིར་མི་བཞེད། །མཐའ་གཞན་འགོག་པའི་ངེས་པ་ཡིས། །རྟགས་  
 སུ་བཀོད་པ་བཞི་རུ་ངེས། །རྟགས་སུ་བཀོད་པ་བཞི་པོ་ལ། །རྣམ་པ་དེ་ཡང་རྣམ་བཞི་ཡོད། །མདོ་  
 ལས་མཚན་ཉིད་ལྔ་ལྔ་གསུངས། །བསྐྱབ་བྱར་འདོད་པ་རིགས་པའི་སྒོར། །འདི་ལ་མ་བྱབ་བྱབ་  
 ཆེས་དང་། །རྟགས་ལ་མཚུངས་པའི་ཚྱོད་པ་མེད། །བསྐྱབ་བྱ་མཚན་གཞི་དངོས་པོ་འཇམ། །བརྟགས་  
 པར་ཕྱེ་སྟེ་སྐྱབ་པ་འབྱུལ། །སྐྱ་ཡི་དོན་ལ་རང་མཚན་དུ། །འབྱུལ་པ་བསྐྱབ་བྱའི་མཚན་གཞི་  
 ཡིན། །འདི་ལ་དངོས་པོ་དངོས་མེད་དུ། །སྐྱབ་ལ་ཚྱོད་པའི་གོ་སྐབས་མེད། །བསལ་བ་ཕྱོགས་དང་  
 འགལ་བ་གྲུབ། །ལྔ་པོ་བཞི་རུ་བསྐྱས་ཏེ་བཤད། །ཡུལ་གྱི་སྒོ་ནས་རྗེས་དཔག་ལ། །ཕྱེ་སྟེ་བསལ་བ་  
 བཞི་རུ་གསུངས། །མདོན་སུམ་རྗེས་

༩༩

དཔག་དངོས་སྟོབས་ཀྱི། །ཚད་ཡིན་ཁས་སྤངས་གྲགས་པ་གཉིས། །སྟོབས་ཀྱི་ཡིན་ཕྱིར་ཁོངས་  
 ལུ་ལྟོད། །རྗེས་དཔག་བཞིན་དུ་མངོན་སྲུང་ལའང། །བསལ་བ་གཉིས་པོ་འཇུག་ཅེ་ན། །ཁས་  
 སྤངས་འབྲས་རྟགས་ལས་གཞན་མིན། །རྟུང་བ་མངོན་སྲུང་གྱིས་མི་འགྲུབ། །དམ་བཅས་ཉིད་ནས་  
 ཟློང་བ་དང། །འགལ་བ་མངོན་སྲུང་བསལ་བ་ཡིན། །ཚུལ་གསུང་དངོས་པོ་སྟོབས་ལྷགས་  
 དང། །དམ་བཅས་འགལ་ན་རྟགས་བསལ་ཡིན། །ཡིད་ཆེས་ཆོག་དང་དམ་བཅས་པ། །འགལ་བ་  
 ཁས་སྤངས་བསལ་བ་ཡིན། །དེ་ལ་ཁས་སྤངས་རང་ཆོག་གཉིས། །གཞན་དག་ལྟར་དང་རང་ཆོག་  
 ཟེར། །སྟོབས་དཔོན་དག་གི་དབྱེ་བར་བཞེད། །ཀུན་ལས་བརྟུས་སུ་གཉིས་ཀ་ཡང། །དཔེ་གཅིག་  
 གིས་བསྟན་རིགས་པའི་སྟོར། །ལྟར་ལ་དཔེར་བརྗོད་གཞན་དུ་གསུངས། །གཞལ་བྱ་གཉིས་ལ་

ཚད་མ་གཉིས། །བསྐལ་པའི་དོན་ལ་རང་ཆེག་གིས། །མི་གཞོད་གསུང་རབ་དེད་གྱི་ལུང་། །རྗེས་སྟུ་  
དཔག་པར་བསྐྱས་ཏེ་གསུངས། །དེས་ན་རིགས་པས་གྲུབ་པའི་ལུང་། །ཚད་མ་ཉིད་ཡིན་མ་གྲུབ་  
ན། །རང་གི་ཆེག་དང་མཚུངས་པའི་ཕྱིར། །གོགས་བྱེད་ཉིད་དུ་བཞེད་པ་ཡིན། །ལུང་དུ་གྲགས་  
ཚད་ཚད་མ་མིན། །ཚད་མས་གྲུབ་པ་དེ་ལུང་ཡིན། །ཁས་སྒྲངས་ནས་ནི་དཔྱེད་པ་སྒྲུན། །དཔྱད་  
ནས་ཁས་ལེན་མཛདས་པའི་ལྷགས། །བར་སྐབས་གྱི་ཆེགས་སྟུ་བཅད་དོ། །ལུང་གཞན་འགལ་  
བའང་དེར་འགྱུར་ལོ། །ཆགས་སོགས་ཆོས་མིན་ཆགས་བྲལ་སོགས། །ཆོས་སྟུ་ཆད་ལྟ་མིན་ནམས་  
འཆད། །བྱུས་དང་ཆགས་སོགས་རྒྱ་མི་འགལ། །དེ་ཏྟའི་གཞུང་ནམས་ལུང་མ་ཡིན། །གལ་ཏེ་རང་  
ཆེག་བསྟན་བཅོས་གྱི། །གོགས་ལས་ཐེ་ཆོམ་ཙམ་ཡིན་ལ། །དེ་ནི་



བསྐྱབ་བྱ་སྦྱོན་མེད་ཉིད། །ཡིན་ཕྱིར་ཕྱོགས་སྦྱོན་མིན་ཞེ་ན། །གོགས་གྱི་ཐེ་ཚོམ་བསྐྱེད་པ་ཡི། །སྒོ་  
ནས་སྦྱོན་དུ་སོང་བ་མིན། །ཆོག་དེས་བསྐྱབ་བྱ་མི་འགྲུབ་པ་ལ། །སྒོ་ནས་སྦྱོན་དུ་འཛོག་པ་  
ཡིན། །དམ་བཅས་རང་གི་བསམ་པ་སྦྱོན། །འགལ་བ་འདུས་ན་དམ་བཅའ་འཛིག །དེས་ན་བརྗོད་  
པ་སྦྱོན་ཅན་གྱིས། །ཚོད་པ་ལི་སྐབས་སུ་ཕམ་པ་བསྐྱེད། །དམ་བཅས་ཉིད་ན་འཛིག་རྟེན་  
དང་། །འགལ་བ་གྲགས་པས་བསམ་པ་ཡིན། །བརྗོད་པ་དག་སྒྲ་དོན་ལ། །དངོས་འབྲེལ་འདོད་  
པ་སྐྱར་བཀག་ཅིང་། །བརྗོད་འདོད་དབང་གིས་འཇུག་པ་ཡང་། །བསྐྱབས་ཟིན་དེས་ན་གྲགས་  
པ་འང་འགྲུབ། །ཡོད་པ་ལི་རྟགས་གྱིས་རི་བོང་ཅན། །ཟླ་བ་ཡིན་པ་འགོག་པ་ལ། །འདི་ལ་དཔེ་མེད་  
ཡོད་ནམས་ལ། །སྒྲ་ཀུན་བརྗོད་དུ་རུང་ཕྱིར་རོ། །སྒྲ་ཡི་དོན་གྱི་ཡོད་པ་ལ། །ཟླ་བར་རུང་ཕྱིར་

འགལ་བ་ཡིན། །འཇིག་རྟེན་སྤྱོད་པའི་སྒྲ་ལས་བྱུང་། །དེ་ཉིད་གྲགས་པ་ཡིན་པར་བཞེད། །དེ་ཡང་  
 ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ལ། །རུང་ཕྱིར་གྲགས་པས་ཀུན་ལ་བྱལ། །མ་གྲགས་པ་ལ་གྲགས་པའི་  
 སྒྲ། །འཇིག་རྟེན་པ་དང་འགལ་ཞེ་ན། །ཤེས་བྱ་ཀུན་ལ་རུང་བ་ལ། །གྲགས་པའི་སྒྲ་མཛོད་འཛོད་པ་  
 བཞིན། །གྲགས་རུང་དོན་ལ་གྲུབ་ན་ཡང་། །བརྟ་དང་བརྟོད་འདོད་ལ་བརྟེན་པའི། །སྒྲ་གྲུབ་ན་ནི་  
 གྲུབ་བོ་ཞེས། །བརྟན་ཕྱིར་སྒྲ་བྱུང་གྲགས་པ་གསུངས། །གྲགས་པའི་རྗེས་དཔག་གིས་འགྲུབ་  
 པས། །འགལ་བ་མི་འབྱུལ་མི་སྤིད་ལོ། །གྲགས་པ་དངོས་པོས་བསྐྱེད་ན་ནི། །རྗེས་དཔག་བཞིན་དུ་  
 ཡུལ་ངེས་འབྱུང། །བརྟོད་འདོད་དབང་གིས་སྒྱུར་བ་ལ། །སྒྲ་ནམས་གང་ལ་འང་མི་འཇུག་  
 མེད། །དེས་ན་ཀུན་ལ་འཇུག་པ་ཡི། །གྲགས་པ་ཡུལ་འདིར་མི་



འཇམ་ཅེས། །བརྗོད་པའི་དཔེ་གཞན་རྟེན་དཀར་བས། །ཐུན་མོང་ཉིད་མིན་མཉན་བྱ་བཞིན། །སྤྱི་  
 མཆན་འཆད་པའི་སྐབས་ཡིན་པས། །རི་བོང་ཅན་ལ་དཔེར་མཛད་ནས། །ཤེས་བྱ་ཀུན་ལ་བྱབ་  
 པར་བསྟན། །ད་ཀྱི་གཤེད་མིན་སོགས་ལ་འང་མཚུངས། །ག་པུར་དང་ནི་དངུལ་སོགས་ལ། །ཟླ་བའི་  
 རྩ་ནི་གཞན་དུ་གྲགས། །དེ་ཉིད་དཔེར་བྱས་བསམ་ཟེར་ཅན། །ཟླ་བར་གྱུབ་པར་ཐུན་མོང་  
 ཏྲགས། །བརྗོད་ལ་འཇམ་རྣམས་ཐུན་མོང་བ། །གཅིག་ལ་གྱུབ་ན་ཀུན་ལ་འགྱུབ། །འདི་ནི་དངོས་པོ་  
 རྟོགས་ཞུགས་ཡིན། །གྲགས་པ་འགོག་ན་བྱེད་གྱི་འང་འཇིག །དེས་ན་འདོད་པས་སྦྱར་བའི་  
 བརྗོད། །ཀུན་ལ་འཇམ་ཏུ་རུང་བཞིན་དུ། །འགོག་ན་འཇིག་རྟེན་གྱིས་གཞོད་པས། །གྲགས་པ་དག་  
 དང་འགལ་བར་དགོངས། །ལ་ལ་བརྗོད་དང་ཐ་སྙད་གྱི། །གྲགས་པ་གཉིས་སུ་འབྱེད་པ་ཡོད། །ཐ་

ལྷ་འདི་ཡི་སྐབས་དོན་མིན། །མཚན་ཉིད་དེ་འདྲ་སྤར་བཀག་བྱེད། །དངོས་དང་ཞེན་པའི་བརྗོད་  
 རུང་གིས། །བརྒྱ་ཡི་གྲགས་པ་གཉིས་ཞེས་བྱེད། །འཆད་ན་གཉིས་སུ་ཡོད་མོད་ཀྱི། །འཇུག་པའི་ཆོ་  
 ར་རྣམ་དབྱེ་མེད། །དེས་ན་བཤད་ཚུལ་རྣམ་པ་གཉིས། །དངོས་དང་ཞེན་པར་འཆད་པ་  
 འབྱུལ། །སྤྲ་མས་སྤྲ་བྱུང་གྲགས་པ་ལ། །རྗེས་དཔག་མེད་ཕྱིར་མི་ཁེགས་པའམ། །ཡང་ན་དེ་ལ་  
 འགལ་བྱེད། །དེས་ན་དེས་ཕྱིར་གཞོད་བྱེད་ཡིན། །ཕྱི་མ་གྲགས་པའི་རྗེས་དཔག་ལས། །ཡུལ་གྱི་  
 དབྱེ་བ་བསྟན་པ་ཡིན། །དེ་ལྟར་ཤེས་ན་གྲགས་པ་ཡི། །བསལ་བ་མཁས་པའི་དགོངས་པ་  
 འབྱུལ། །ཚད་མ་རིགས་པའི་གཏེར་ལས་རང་དོན་རྗེས་དཔག་བརྟག་པའི་རབ་རྒྱ་བྱེད་པ་སྟེ་བརྟ་  
 པའོ། ། །

༩༩

གཞན་དོན་རྒྱུ་དཔག་རང་ཉིད་ཀྱིས། །མཐོང་བ་གཞན་ལ་སྟོན་པའི་ངག། །ཚོལ་དང་ཕྱིར་ཚོལ་  
 དཔང་པོ་གསུམ། །སྒྲུབ་དང་སྒྲུབ་འབྱེན་བརྒྱུད་པའོ། །ཚོལ་བ་གཉིས་ལ་སྟོན་པོན་གྱིས། །ཆར་  
 གཅད་པ་དང་རྒྱུ་འཛིན་འཇུག། །དེ་ལྟར་སྟོན་ན་རྒྱལ་པམ་པོད། །མིན་ན་གཉིས་ཀ་མེད་པར་  
 གསུངས། །བརྒྱུན་དང་གཡོ་སྒྲུས་ཆར་གཅད་ཀྱང་། །དེ་ལ་རྒྱལ་པམ་མི་བཞེད་དོ། །འཕྲོག་དང་  
 སྟོན་པས་འཇིག་རྟེན་པ། །ཆར་གཅད་པ་དང་རྒྱུ་འཛིན་འདོད། །ཀྱུ་མཐའ་སྒྲུབ་དོར་བྱེད་པ་  
 ལ། །དམ་པའི་ཆར་གཅད་རྒྱུ་འཛིན་འདོད། །ཆར་གཅད་གཉིས་ལས་སྤྱེ་བའི་བཞི། །རིགས་པ་  
 མཐེན་པའི་དགོངས་པ་ཡིན། །ཚོལ་བ་ལ་ནི་གསུམ་གཉིས་དུག། །ཕྱིར་ཚོལ་ལ་ཡང་གསུམ་གཉིས་  
 དུག། །དཔང་པོ་ལ་གསུམ་ཀྱན་ལ་གཅིག། །གངས་ཅན་པ་རྣམས་བརྒྱ་དུག་འདོད། །ཆར་གཅད་ཡིན་

ན་སྒྲ་མར་འདུས། །མིན་ན་ཚར་གཅད་ཉིད་མ་ཡིན། །དཔང་པོ་ལ་ནི་ཚར་གཅད་མེད། །ཅི་ནས་  
 བྱེད་ན་ཉ་ཅང་ཐལ། །དམ་བཅའ་ལ་གཞོད་དམ་བཅའ་གཞན། །དམ་བཅའ་འགལ་དང་དམ་  
 བཅའ་སེལ། །གཏན་ཆིགས་གཞན་དང་དོན་གཞན་དང་། །དོན་མེད་པ་དང་དོན་མི་ཤེས། །དོན་  
 བྲལ་དུས་ལ་མ་བབ་དང་། །མ་ཚང་སྟག་དང་ཡང་བརྗོད་དང་། །རྗེས་སྐྱ་མི་སྐྱ་མི་ཤེས་  
 དང་། །སྟོབས་པ་མེད་དང་རྣམ་གཡེང་དང་། །འདོད་པ་ཁས་ལེན་བཞུལ་བརྟག་འདོད། །རྗེས་སྐྱ་  
 སྟོར་མེད་ལ་སྟོར་དང་། །བྱབ་མཐའ་ཉམས་དང་རྟགས་སྟར་སྟངས། །བྱབ་པ་རྟེན་མིག་གིས་བཤད་  
 པའི། །ཚར་གཅད་ཉི་ཤུ་ཅུ་གཉིས་ཡིན། །དེ་ལ་དཔལ་ལྷན་གྲགས་པ་ཡིས། །འགའ་ཞིག་ཚར་  
 གཅད་མིན་པར་





བཤད། །ཆར་གཅད་ཡིན་ན་གཉིས་པོར་སྤྱད། །དམ་བཅའ་ལ་གཞི་ཆར་གཅད་ནི། །སྤྱོད་པའི་  
 ཡན་ལག་མིན་བརྗོད་ཡིན། །དམ་བཅའ་གཞན་པའི་ཆར་གཅད་ནི། །སྤྱོད་པའི་མེས་མ་དེས་  
 འདུས། །དམ་བཅའ་རྟགས་སྟགས་འགལ་བ་ནི། །དམ་བཅའ་བརྗོད་ན་ལྟག་པའི་སྤྱོད། །མ་བརྗོད་  
 རྟགས་ཀྱི་སྤྱོད་གསུམ་འབྱུང། །རྟགས་ལ་སྤྱོད་མེད་ཆར་གཅད་མིན། །དམ་བཅའ་སེལ་བ་མ་དེས་  
 འདུས། །ཆར་གཅད་གཉིས་པ་དོན་མེད་ཡིན། །གཏན་ཆོག་གཞན་པ་དག་ལྟོགས་ན། །མ་དེས་  
 མ་ལྟོགས་ཆར་གཅད་མིན། །དོན་གཞན་གྱི་ལ་བ་མ་དེས་པས། །ཆར་གཅད་ཕྱིར་གྱི་སྤྱོད་མིན་  
 པ། །བརྗོད་པའི་སྤྱོད་ནས་ཆར་གཅད་ཀྱི། །དེ་ལས་གཞན་པའི་ཆར་གཅད་མིན། །དོན་མེད་པ་ནི་  
 སྤྱོད་པ་ཡི། །ཡན་ལག་མིན་བརྗོད་ལས་གཞན་མིན། །དོན་མི་ཤེས་པ་དོན་མེད་འདྲ། །སྤྱོད་པའི་

ཡན་ལག་མིན་པར་འདུས། །དོན་ལྡན་གསུམ་བརྗོད་ཕྱིར་གྲོལ་གྱིས། །མ་རྟོགས་གྲོལ་བ་ཚར་  
 གཅད་མིན། །དོན་བྲལ་བསྟོན་ཆོག་མ་འབྲེལ་བ། །སྐྱབ་པའི་ཡན་ལག་མིན་པར་འདུས། །དུས་ལ་  
 མ་བབ་གོ་རིམ་བསྐྱོག། །དེ་ལས་གོ་ན་ཚར་གཅད་མིན། །དོན་མི་གོ་ན་སྐྱབ་པ་ཡི། །ཡན་ལག་མིན་  
 པར་བརྗོད་པར་འདུས། །མ་ཚར་ཡན་ལག་གཉིས་པའི་སྟོན། །དམ་བཅའ་མེད་སོགས་ཚར་གཅད་  
 མིན། །ལྷག་བརྗོད་སྐྱབ་བྱེད་མིན་པར་འདུས། །བྱེད་ཀྱི་ལྷགས་ལ་ཚར་གཅད་མིན། །ཡང་བརྗོད་  
 སྐྱོས་སྟོན་མ་ཡིན། །དོན་སྐྱོས་སྐྱབ་བྱེད་མིན་པར་འདུས། །དེ་ཡང་སྐྱབ་པའི་ངག་ལ་  
 ཡིན། །གང་མ་རྒྱད་རྒྱས་ལ་འདི་སྟོན་མིན། །རྗེས་སུ་མི་སྐྱ་ཕྱིར་གྲོལ་གྱིས། །གྲོལ་བའི་ངག་ཀུན་མ་  
 བརྗོད་པ། །སྟོན་མིན་དགོས་པ་མ་བརྗོད་ན། །



མཐུན་མི་མཐུན་དང་། རྣམ་རྟོག་བྱུང་མེད་དམིགས་པ་དང་། ཁྱེ་ཚོམ་དོན་གོ་བཤམ་འགྱུར་  
 རྣམས། གྲུན་ལས་བརྟམ་ཡིན་རིགས་བརྟག་ལས། འཕེལ་འགྲིབ་བརྗོད་དང་མ་བརྗོད་  
 དང་། རིགས་པ་དང་ནི་སོ་སོའི་དཔེ། བསྐྱབ་བྱ་མི་རྟག་རབ་བྱེད་དང་། རུས་འདས་མཚུངས་  
 པའི་རྟག་ཚད་ནི། ཉི་ཤུ་ཅུ་བཞི་ཕྱོགས་སྤང་གིས། བཀག་སྒྱིར་གྲགས་པས་བཏང་སྟོམས་  
 མཛད། རྟག་ཚད་འདི་དག་མ་ཤེས་ན། གཞུང་ལུགས་ཆེན་པོ་འཆད་པ་ཡི། ཕྱོགས་སྤྲ་པལ་ཆེར་  
 མི་རྟོགས་པས། ཕྱོགས་ཅམ་སྤེ་སྤེ་བཤད་པ་ཡིན། བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་དོ། གང་ཟག་  
 གསུམ་ལ་བརྗོད་ཚུལ་དུག ཚུལ་གསུམ་རྟོན་པ་སྐྱབ་པའི་དག ཡན་ལག་སྤྲ་ལ་དམ་བཅའ་  
 དང་། ཉིར་སྒྱུར་མཐུག་སྤྱད་གསུམ་པོ་

༩༩

ལྷག་གི་སྤྱི་བྱུང་མ་ཚད་ཕྱིར་མི་འབྲང་། ཡན་ལག་གཉིས་ལ་འདྲ་གསུམ་པ་དང་། རྩ་པ་སྦྱར་ན་དམ་  
བཅའ་འདྲེན་། གལ་ཏེ་དམ་བཅའ་མ་བརྗོད་ན། ངག་མ་རྫོགས་ཕྱིར་བྱི་དགོས་འགྱུར། བྱུང་པོ་ལ་  
ནི་ཉུང་ཆུས་སྦྱར། གཉིས་པོ་སྤྱི་བྱུང་པར་མེད། མཐའ་ཏེན་རྫོགས་པའི་ཆིག་ཏུ་སྦྱར། མཁས་  
པ་ལ་ནི་གཏན་ཆིགས་ཉིད། ཀྱན་ལས་བརྟུས་ཀྱི་ཆིག་བསྟུ་བ། རྩམ་དབྱེར་བཤད་ན་འགལ་  
ཞེས་བེད། གསུམ་པ་དེ་ཡི་སྦྱོས་བྱ་ཡི། བསྟུ་བ་ཡིན་ཕྱིར་འགལ་བ་མེད། འབྲས་བྱའི་རྩམ་དཔག་  
བསྟེད་པ་ཡིན། སྦྱབ་བྱེད་ཡན་ལག་མ་ཡིན་པ། བཀོད་པ་སྦྱབ་པ་ལྟར་སྦྱང་ཡིན། འོན་ཏེ་སྦྱོ་སྦྱོ་  
དབྱེ་བ་ཡིས། ལྟར་སྦྱང་དེ་ཡང་རྣམ་པ་གསུམ། སྦྱོན་བརྗོད་སྦྱོ་རྣམ་ལོག་ཏོག་སེལ། ཡུལ་དང་ངོ་  
བོ་བརྗོད་ཚུལ་གྱིས། དབྱེ་བས་སྦྱན་འབྱེན་རྣམ་པ་གསུམ། ལྟར་སྦྱང་སྦྱོན་ལ་སྦྱོན་མི་བརྗོད། ལྟ་

རྟེགས་བྱེད་དང་བོད་འགའ་ཞིག། གངས་ངེས་བྱེད་མོད་དེ་མི་འབྲད། རྒྱུན་མི་བརྗོད་དང་རྒྱུན་  
 མིན་བརྗོད། གཉིས་ཡིན་དབྱེ་བས་བསམ་མི་བྱུང། བརྗོད་པའི་ཚུལ་ལ་རང་རྒྱུད་དང་། ཐལ་  
 འགྱུར་གཉིས་ཡིན་རང་རྒྱུད་བཤད། ཐལ་འགྱུར་བཞི་ལས་བཅུ་བཞི་ཞེས། གངས་ཅན་པ་དག་  
 དེ་རྟེན་འདོད། བརྗོད་པར་རྒྱས་དང་མི་རྒྱས་ལས། ཡང་དག་རྟེན་སྣང་བདུན་བདུན་ཡིན། རྟེན་  
 དང་བྱེད་གྱིས་མི་འཕེན་ལ། བདུན་པའི་བྱེད་གྱིས་འཕེན་ཞེས་ཟེར། རང་རྒྱུད་ལ་ཡང་མཚུངས་  
 ཕྱིར་དང་། རྟེགས་མེད་བྱུང་པ་འགའ་ཕྱིར་དང་། རྟེན་ཚོད་ངེས་པ་མི་རུང་ཕྱིར། ཐལ་འགྱུར་  
 བཞིར་དབྱེ་མི་འབྲད་དོ། མ་གྱུབ་གཉིས་སུ་བྱེད་བ་རྟེན། འགའ་བའི་ཐལ་འགྱུར་





ལྟར་སྒྲུང་ཆད། འཇགས་མེད་བྱུང་པ་གྲུབ་པ་འབྱུང་། འཇགས་ན་ཐལ་འབྱུར་བཅུ་བཞི་མིན། འདོད་  
 པ་བརྗོད་ནས་མི་འདོད་སྐྱབ། སྐྱབ་པའི་ཐལ་འབྱུར་ཆོས་གསུམ་ལྟན། འདོད་སྐྱབ་པའི་དག་  
 མིན་ཡང་། བརྗོད་ན་སྐྱབ་པའི་མཚན་ཉིད་ཡོད། ཁ་ཅིག་ཐལ་བའི་ཆོས་བརྗོད་པས། སྐྱབ་པའི་  
 དག་ཉིད་འཕེན་ཞེས་ཟེར། ཐལ་བའི་དག་གིས་རང་རྒྱུད་ཀྱི། འཇགས་ཆོས་འཕེན་ན་སྐྱུར་བ་  
 འཇིག། ཐལ་བའི་དག་ལས་རང་རྒྱུད་ཀྱི། འོན་འཕེན་རི་ལྟར་བརྗོད་བཞིན་མིན། ཡང་དག་ཐལ་  
 བ་བརྗོད་མི་འཕེན། རང་བཞིན་འབྲས་བུ་མཚན་ཉིད་དེ། མི་དམིགས་གསུམ་གྱིས་སྐྱབ་མི་  
 འཕེན། ལྟག་མ་ཡང་དག་གཏན་ཆོགས་ཀྱི། སྐྱབ་བྱེད་འཕེན་པར་ཤེས་པར་བྱ། བརྗོད་པས་  
 རང་རིགས་འཕེན་པ་བཞི། གཞན་རིགས་འཕེན་པ་བཅུ་བཞི་ཡོད། འདོད་བརྗོད་མི་འདོད་སྐྱབ་

པ་མེད། །ཁས་སྤངས་གཏན་ཚིགས་ཡིན་ན་ནི། །གཏན་ཚིགས་བཞི་པ་སྟོང་པར་འགྱུར། །ཁས་  
 སྤངས་རྟགས་སྟེ་མི་རུང་ན། །ཐལ་བས་སྐྱབ་པ་མི་འཐད་ལོ། །གཞན་གྱིས་ཀྱང་ཏུ་བཏགས་པ་  
 ལ། །ཐལ་བས་སྐྱབ་པ་སྟོན་ཡོད་མིན། །ཐལ་འགྱུར་ལན་ནི་སྟོ་གསུམ་ཞེས། །ཁ་བ་ཅན་པ་དེ་སྟོང་  
 སྟེ། །འགལ་དང་མ་དེས་གཅིག་ཏུ་འགྱུར། །འདོད་ན་ལྟར་སྤང་གཉིས་སྟེ་འགྱུར། །དེ་མཐར་གཏན་  
 ཚིགས་ལྟར་སྤང་ཀྱང་། །མ་གྱུབ་གཅིག་ཏུ་འདུ་བར་འགྱུར། །མ་གྱུབ་གཉིས་སྟེ་འབྲེད་ན་  
 མཚུངས། །ཡང་ན་འགལ་ལ་དེ་འབྲུལ་འགྱུར། །དེས་ན་མཁས་པས་ཐལ་འགྱུར་ལན། །རྣམ་པར་  
 ཐར་པའི་སྟོ་བཞིས་གདབ། །ལན་གྱིས་བསྐྱོག་པར་མི་རུས་ན། །དེ་ཡི་རྗེས་འབྲང་དམ་པའི་  
 ལྷགས། །དེ་ལྟར་



སྐྱབ་དང་སྐྱུན་འབྲེན་གྱི། རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་གང་གིས་ཤེས། མཁས་པ་དེ་ནི་རྫོགས་པ་  
 ཡི། སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་བསྟན་པ་འཛིན། ཚད་མ་རིགས་པའི་གཏེར་ལས་གཞན་དོན་རྗེས་སུ་  
 དཔག་པ་བརྟག་པའི་རབ་རྒྱ་བྱེད་པ་སྟེ་བཅུ་གཅིག་པའོ། ། །སྐྱེ་བ་སྐྱེ་བ་རྣམས་སུ་ཡང་དང་  
 ཡང་། མཁས་པ་མཁས་པ་རྣམས་ལ་སྟོན་སྤྱདས་པས། ཆེ་འདིར་ལན་རེ་བྱུང་རེ་ཐོས་ཅམ་  
 གྱིས། གཞུང་ལུས་ཀྱི་ཤེས་ཀྱི་དགའ་རྒྱལ་མཆོན་དཔལ། ཕྱོགས་ལས་རྣམ་རྒྱལ་ཕྱོགས་གྲང་  
 གྲགས་པའི་གཞུང་། མདོ་དང་རྣམ་འབྲེལ་དེ་འབྲེལ་དང་བཅས་རྣམས། ལེགས་པར་རྟོགས་ཤིང་  
 རྟོག་གཏི་ཚུལ་ཤེས་ནས། ཡང་དག་རིགས་མཆོག་རིགས་པའི་གཏེར་འདི་བསྐྱབས། སྐྱབ་པ་  
 སེར་སྐྱ་རྒྱང་མིག་པ་དང་འུག་པའི་བྱ། མཁའ་གོས་ཅན་དང་ཚུ་རོལ་མཛེས་པའི་གཞུང་འཛིན་

པ། །ཐོས་སྒྲིགས་པ་དང་གངས་རིའི་བྱོད་གནས་སྒྲ་རྣམས་ཀྱི། །རྟོག་གེ་ངན་འཛམས་བསྟན་བཙུག་བཙུག་  
 ཆེན་པོ་འདི་བྱས་སོ། །སྒྲོ་ཡི་རྣམས་པ་ཅུང་ཟད་ཡོད་ཀྱང་ལེགས་བཤད་སྟོང་པོ་མ་རྟོན་ཅིང་། །ཉིན་  
 དང་མཚན་དུ་འབད་པ་བྱས་ཀྱང་གཞུང་ལུགས་སྒྲིགས་རེ་དཔྱིས་མ་བྱིན། །རྟོག་རྟུ་བཙུག་པས་  
 ཏིང་འཛིན་བསྐྱབས་ཀྱང་སངས་རྒྱས་དབྱེས་པའི་ལམ་ལས་གོལ། །སྒྲིགས་དུས་སྟེ་བོ་ཆོག་ཤེས་  
 རྣམས་ཀྱང་ལེགས་པར་སོམས་ལ་མཁས་པ་བསྟེན། །སྟེ་བདུན་རིགས་པའི་དེ་ཉིད་འདི་ཡིན་  
 ཞེས། །རྒན་པོའི་ལུགས་ངན་དོར་ནས་ངས་འདི་བཤད། །རིགས་པ་མཁྱེན་པ་དེ་དག་འདི་བཞེད་  
 མོད། །ལན་མང་ཐོས་ཀྱང་སྒྲིན་པོའི་སྟོང་ཡུལ་མིན། །ལེགས་པར་བཤད་པས་སྒྲོ་གྲོས་མིག་སྟེ་  
 རས། །ཤེས་བྱའི་དེ་ཉིད་རི་བཞེན་

།

ལེགས་བསྟན་པའི། །དགེ་བ་འདི་ཡིས་ཐམས་ཅད་གཟིགས་པ་ཉིད། །ཐོབ་ནས་འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་  
 རྒྱལ་པོ་ལྟར་ཅིག །ཆད་མ་རིགས་པའི་གཏེར་ཞེས་བྱ་བའི་བསྟན་བཅས་འདི་ནི། ཡུལ་བྱང་སྤྱོད་པ་  
 གྱི་ཆུད་དུ་བྱང་བ། སྤྱོད་དང་། ཆད་མ་དང་། སྤྱོད་སྤྱོད་དང་། སྤྱོད་དག་དང་། ཆོག་གི་ཆུན་དང་།  
 མིང་གི་མངོན་བརྗོད་དང་ཐ་སྤྱད་གྱི་གཙུག་ལག་རྣམས་ལེགས་པར་ཤེས་པས། །འཆད་པ་དང་།  
 རྩོམ་པ་དང་། རྩོད་པའི་ཡུལ་ལ་སྤྱོད་པ་དགེ་བ་ཅན། ཀུན་ལས་བརྟུས་དང་སྤྱོད་བརྟུན་ཕྱིན་ཅི་མ་  
 ལོག་པར་ཁོང་དུ་ཆུད་ཅིང་། ལྷ་དང་། རིགས་པ་དང་། མན་དག་གི་ཆུལ་མཐའ་དག་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་

བ་ཐོབ་པ། ལྷ་གྲུའི་དགོ་སྒོང་གུན་དགའ་རྒྱལ་མཚན་དཔལ་བཟང་པོ་ཞེས་བྱ་བས། རྩེབ་སྦྱར་  
སྤངས་ནས་གོ་བདེ་བར་བཀོལ་ཏེ། དཔལ་ས་སྦྱུའི་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་སྦྱར་བའོ། །