



ཆོད་མའི་བརྗེད་བྱང་ཆེན་མོ་དང་

ཆོད་མའི་ལམ་འབྲིད།



མཐུན་པ་ལོ།

སྐུ་ལ་ཆོབ་དང་མ་དིན་ཆེན།

མཁས་གྲུབ་དགེ་ལེན་མ་དང་ལ་བཟང་།





ཚད་མའི་བསྟན་བཅོས་བཅུ་མས་པའི་དགོས་པ་གཉིས། .....	1
དང་པོ་དགོས་པ་ལ་ལོག་རྟོག་བསལ་བ་གསུམ། .....	1
དང་པོ་གོལ་བ་དོན་གཉེར་ལ་བསྟོས་ཏེ་ལོག་རྟོག་དགག་པ་ནི། .....	2
གཉིས་པ་ཡུལ་གྱི་བྱུང་བར་ལ་བསྟོས་ཏེ་དགག་པ་ནི། .....	3
གསུམ་པ་དགོས་པ་ཡོད་ཀྱང་དམན་པར་འདོད་པ་དགག་པ་ནི། .....	4
གཉིས་པ་ཡང་དག་པའི་དགོས་པ་དངོས་ནི། .....	5
གཉིས་པ་དགོས་པ་དེ་བསྟན་བཅོས་དེ་ལ་རག་ལས་པའི་ཚུལ་ནི། .....	7
གསུམ་པ་དགོས་པ་དེ་ལྟར་གྱི་བསྟན་བཅོས་ལ་གཅེས་པར་བཟུང་བ་ནི། .....	7
བཞི་བ་བསྟན་བཅོས་དེའི་བརྗོད་བྱའི་ལུས་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ་གཉིས། .....	8
དང་པོ་ལུས་ངོས་བཟུང་བ་ནི། .....	8
དེའི་དོན་གཏན་ལ་འབབས་པའི་ཚུལ་ལ་གཉིས། .....	10
དང་པོ་གཏན་ལ་དབབ་བྱའི་ཙོ་བོ་ངོས་བཟུང་བ་ནི། .....	10
གཉིས་པ་གང་གི་སྒོ་ནས་གཏན་ལ་འབབས་པའི་ཚུལ་ནི། .....	10
དང་པོ་ལུགས་འབྱུང་གི་བཤའ་ཚུལ་ནི། .....	11
གཉིས་པ་ལུགས་ལས་ལྡོག་པའི་ཚུལ་ནི། .....	12
བདེན་བཞིའི་གངས་ངེས་དང་གོ་ངེས་ངོ་བོ་སོགས་བཤའ་བ། .....	13
དང་པོ་གངས་ངེས་ལ་གསུམ། .....	13
དང་པོ་དངོས་ནི། .....	13

གཉིས་པ་གཞན་སྡེ་ཆུས་ཀྱི་འགལ་འདྲའི་གཙོ་བོ་ངོས་བཟུང་བ་ནི། .....	13
གསུམ་པ་འདུས་བྱས་མི་རྟག་པར་བསྐྱབ་པའི་རིགས་པ་རྒྱས་པར་གཏན་ལ་ཕབ་པའི་ དགོས་པ་ནི། .....	14
གཉིས་པ་གོ་རིམ་ངེས་པ་ནི། .....	14
གསུམ་པ་ངོ་བོ་ངེས་པ་ལ་གསུམ། .....	17
དང་པོ་སྤྱག་བསྐྱེད་བདེན་པའི་མཆན་ཉིད་ངེས་བྱེད་ཀྱི་ཆད་མ་ལ་གཉིས། .....	18
སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆུས་པ་བཞི་ག་མ་རྟོགས་པར་ཐར་པ་དོན་གཉེར་གྱི་སྒོ་མཆན་ཉིད་ རྟོགས་པར་མི་འགྱུར་བའི་ཚུལ་ནི། .....	18
གཉིས་པ་ངེས་བྱེད་ཀྱི་ཆད་མ་དངོས་ལ་གསུམ། .....	18
དང་པོ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་སྐྱབ་པའི་རྟགས་འགོད་པ་ནི། .....	19
གཉིས་པ་ཚུལ་སྐྱབ་པ་ནི། .....	19
སྒོ་བ་དཔོན་གྱིས་ཆད་མ་གྲུབ་པར་གྲོལ་ལམ་གྱི་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་རིེ་ལྟར་བསྟན་པ། ...	25
གཉིས་པ་ཆུས་པ་ལྟག་མ་ཆུས་པ་བདག་མེད་པའི་ཆུས་པ་སྦྱོང་བྱེད་ཀྱི་ཡན་ལག་ཏུ་ བསྟན་པ་གཉིས། .....	26
དང་པོ་དངོས་ནི། .....	26
གཉིས་པ་ཀུན་མཁྱེན་འབྱུང་རུང་དུ་དཔོག་པའི་གཏན་ཆིགས་བཤད་པ་ནི། .....	28
བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་ཆུས་གཞག་གཏན་ལ་དབབ་པ་གསུམ། .....	32
དང་པོ་རྟོགས་པའི་གནས་འགོད་པ་གཉིས། .....	32

དང་པོ་རྟོགས་ལྡན་ལ་སྐྱེ་བའི་དོགས་པའི་གནས་འགོད་པ་ནི། .....	33
གཉིས་པ་རྣམ་དཔྱད་ཀྱི་སྒོ་མི་ཞིབ་པ་དག་ལ་སྐྱེ་བའི་དོགས་པའི་གནས་འགོད་པ་ནི། .....	34
གཉིས་པ་དེའི་ལན་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་གཉིས། .....	36
དང་པོ་དབྱ་ཚད་གཉིས་ཀའི་སྐབས་ཀྱི་འབྲུལ་གཞི་ངོས་བཟུང་བ་ནི། .....	37
གཉིས་པ་ལན་དངོས་ལ་བཞི། .....	39
དང་པོ་རྟོག་པ་ལ་ཡུལ་རི་ལྟར་སྒྲུང་ཞིང་འབྲུག་པའི་ཚུལ་ནི། .....	39
གཉིས་པ་རྟོག་པའི་ཡུལ་དོན་དམ་པར་བྱུང་བ་དགག་པ་ལ་གཉིས། .....	44
དང་པོ་སྤྱི་དང་གཞི་མ་ཐུན་ངེས་པའི་ཡུལ་དོན་དམ་པར་བྱུང་བ་དགག་པ་ནི། .....	44
གཉིས་པ་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་བྱེད་ངེས་པའི་ཡུལ་དོན་དམ་པར་བྱུང་བ་དགག་པ་ནི། .....	47
གསུམ་པ་སྤྱི་དང་གཞི་མ་ཐུན་ལ་སོགས་པའི་ཐ་སྙད་འབྲུག་པའི་གཞི་ཡུལ་ངོས་བཟུང་བ་ལ་གཉིས། .....	51
དང་པོ་སྤྱི་དང་གཞི་མ་ཐུན་གྱི་ཐ་སྙད་འབྲུག་པའི་ཡུལ་ནི་.....	51
གཉིས་པ་བརྟུན་པའི་ཡུལ་གཏན་ལ་ཕབ་པ་ནི། .....	53
བཞི་པ་དེ་དག་ལ་བརྟུན་ནས་གཞན་སེལ་བའི་རྣམ་གཞག་རྟོགས་པར་བྱ་བ་ལ་གསུམ།	55
དང་པོ་སྤྱི་སེལ་བའི་ཡུལ་ཅན་དང་སྐྱབ་པའི་ཡུལ་ཅན་དུ་སྤྱི་བ་རྣམས་ཀྱི་ལྷགས་སོ་སོར་བརྟུན་པ་ནི། .....	56
གཉིས་པ་སྤྱི་རྟོག་སེལ་བའི་ཡུལ་ཅན་དུ་བསྐྱབ་པ་ལ་གཉིས། .....	58
དང་པོ་སེལ་བའི་གཞི་འདིར་བཞི། .....	58

གཉིས་པ་སེལ་བར་སྐྱབ་པ་དངོས་ནི། .....	63
གསུམ་པ་གཞན་སེལ་བའི་དབྱེ་བ་དང་མཆན་ཉིད་ནི། .....	64
གསུམ་པ་བདེན་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དངོས་ལ་བཞི། .....	68
དང་པོ་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ནི། .....	68
གཉིས་པ་ཕྱི་རོལ་དོན་གྱི་རྣམ་གཞག་མངོན་པའི་དགོས་པ་ནི། .....	71
གསུམ་པ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་གཏན་ལ་ཕབ་པའི་སློན་སྐུང་རབ་ཀྱི་དགོངས་པ་ འགྲེལ་བའི་ཚུལ་ནི། .....	72
བཞི་པ་ཆོད་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ལ་གཉིས། .....	74
དང་པོ་སྤྱི་ལོ་རྣམ་གཞག་ནི། .....	74
གཉིས་པ་སོ་སོའི་རྣམ་གཞག་ལ་བཞི། .....	77
དང་པོ་ཆོད་འབྲས་དང་པོའི་རྣམ་གཞག་ནི། .....	78
གཉིས་པ་ཆོད་འབྲས་གཉིས་པའི་རྣམ་གཞག་ནི། .....	79
གསུམ་པ་ཆོད་འབྲས་གསུམ་པའི་རྣམ་གཞག་ནི། .....	79
བཞི་པ་རྣམ་གཞག་དེ་ཉིད་ངེས་པར་སྐྱབ་པ་ནི། .....	85
གདུལ་བྱ་གཞན་རྗེས་སུ་འཛིན་པར་བྱེད་པ་གཞན་དོན་གྱི་སྐབས་ལ་གསུམ། .....	86
དང་པོ་ཞིན་ཏུ་སྒྲོག་གྱུར་ལ་དཔྱེད་པའི་ཚུལ་ནི། .....	86
གཉིས་པ་དཔྱེད་པའི་གཞི་ནི། .....	87
གསུམ་པ་གསལ་བ་དངོས་བརྒྱུད་བ་ལ་གཉིས། .....	87

དང་པོ་དངོས་ནི། .....	87
གཉིས་པ་དངོས་སྟོབས་ཀྱིས་བསལ་བ་དང་མི་མཚུངས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། .....	88
བཞི་པ་གཞོན་གོགས་ཇི་ལྟར་འགྱུར་བའི་ཚུལ་ལ་གཉིས། .....	89
དང་པོ་གཞོན་གོགས་སྤྱོད་མོང་བའི་ལུགས་ནི། .....	89
གཉིས་པ་སོ་སོའི་ལུགས་ལ་གཉིས། .....	90
དང་པོ་གང་ལ་གཞོན་སྐྱབ་ཏུ་འགྱུར་བ་དང་གཞོན་བྱེད་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གཉིས། ....	90
དང་པོ་གཞོན་སྐྱབ་ཏུ་འགྱུར་བ་དང་གཞོན་བྱེད་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། .....	90
གཉིས་པ་ལུང་ཆད་མ་མ་ཡིན་ན་གོགས་བྱེད་དུ་འང་མི་རིགས་པར་བསྟན་པ་ནི། .....	91
གསུམ་པ་ལུང་ཆད་མ་མ་ཡིན་ན་གོགས་བྱེད་དུ་འང་མི་རིགས་པར་བསྟན་པ་ནི། .....	91
གཉིས་པ་གོགས་བྱེད་དུ་འདོད་པའི་ལུགས་ལ་གསུམ། .....	92
དང་པོ་ལུང་ཆད་མར་འགྱུར་ཚུལ་བརྟགས་ནས་དགག་པ་ནི། .....	92
གཉིས་པ་པན་ཚུན་གོགས་བྱེད་དུ་འགྱུར་བའི་དོན་ནི། .....	92
རང་ལུགས་ཀྱི་ལུང་གཞོན་སྐྱབ་ཏུ་འཇུག་པའི་བྱེད་པར་ངེས་པར་བྱ་བ་ལ། .....	93
དང་པོ་གཞོན་བྱེད་ཀྱི་ལུང་ངོས་བཟུང་བ་ནི། .....	94
གཉིས་པ་དངོས་སྟོབས་དང་ཡིད་ཆེས་དང་གྲགས་པའི་གཏན་ཆོགས་གསུམ་གང་གི་ སྟོན་སྲོལ་དེ་ནི། .....	96
ཆད་མའི་ལམ་འབྲིད། .....	99

ཨ་གོང་ས་ཨ་བླ་བས་མགོན་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་མཆོག་གི་ཐུགས་རྗེ་  
བགྲིན་འོག་སྤྱན་གྱིས་གཞོན་སྦྱེས་སྟོན་གསར་དོན་གཉིས་ཅན་རྣམས་ལ། ཀུ་  
ཕུ་རྟགས་ཅན་གྱི་ལག་ཐོག་ཁ་བར་དང་ iPad སྟོན་ཁྲད་སོགས་བརྒྱད་  
ནས་དཔེ་དེབ་འདི་བཞིན་བོད་ཡིག་ལམ་ནས་གཟིགས་བདེ་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་  
བཙུགས་པ་ཡིན། སྤྱད་ནས་ཀྱང་རིམ་བས་དཔེ་དེབ་དོ་བཤུས་ལག་དུ་འགྱུར་  
ཆེ་དེབ་གངས་མང་དུ་གཏོང་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་འོང་སྲིད་ན་དེར་སྤྱན་བའི་ལམ་  
སྟོན་བཀའ་སྟོན་དགོངས་འཆར་ལྷག་སྟོལ་ཡོང་བར་རེ་བསྐྱལ་ཞུ་རྒྱུ་དང་།  
ཞུ་དག་བསྐྱར་མ་སོགས་ལ་རང་རྒྱས་གང་ཡོད་ཀྱིས་འབད་ཚོལ་གྱིས་ཁུལ་  
བྱས་ཀྱང་ཆུད་ཆོད་ཞན་སྟབས་ནོར་འཁྲལ་གང་ཞོར་རྣམས་བཟོད་གསོལ་  
ཞུ་རྒྱུ་བཅས།

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

དེ་བ་བཟོས་ཟིན་པ་རྣམས་སུ་ལ་དགོས་ན་ང་རྒྱ་རྒྱུད་ནས་རིན་མེད་དུ་སྤུལ་ཆོག

སྐད་འཕྲིན། Wechat ཁ་བྱང་། ( 916145626)

འཇུག་པ་བྱང་། marjamson618@gmail.com

༡༡། །ཀྱལ་ཚབ་ཆོས་རྗེས་རྗེའི་བྱང་དུ་གསན་པའི་  
ཚད་མའི་བརྗེད་བྱང་ཆེན་མོ་  
བཞུགས་སོ།།

༥ རྗེ་བཙུན་སྒྲ་མ་དམ་པ་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །གྲོལ་བ་དོན་  
གཉེར་གྱི་སྦྱེས་བྱ་རྣམས་ཡང་དག་པའི་ལམ་དང་ལམ་མ་ཡིན་པ་ལེགས་  
པར་བྱེ་ནས་ཐར་པར་འཇུག་པའི་མིག་གཅིག་ཕུ་འགྲན་སྒྲ་མེད་པའི་བདག་  
ཉིད་ཆེན་པོ་ཕྱོགས་སྒྲང་ཡབ་སྲས་ཀྱིས་མཛད་པའི་རིགས་པའི་བསྟན་  
བཅོས་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ་དོན་བཞི་སྟེ། ཚད་མའི་བསྟན་བཅོས་བརྩམས་  
པའི་དགོས་པ་དང་། དགོས་པ་དེ་བསྟན་བཅོས་དེ་ལ་རག་ལས་པའི་ཚུལ་  
དང་། དགོས་པ་དེ་ལྡན་གྱི་བསྟན་བཅོས་ལ་གཅིས་པར་བརྒྱུད་བ་དང་། བསྟན་  
བཅོས་དེའི་བརྗེད་བྱའི་ལུས་གཏན་ལ་དབབ་པའོ། །

ཚད་མའི་བསྟན་བཅོས་བརྩམས་པའི་དགོས་པ་གཉིས།

དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། དགོས་པ་ལ་ལོག་རྟོག་བསལ་བ་དང་། ཡང་དག་  
པའི་དགོས་པ་དངོས་སོ། །

དང་པོ་དགོས་པ་ལ་ལོག་རྟོག་བསལ་བ་གསུམ།

དང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། གྲོལ་བ་དོན་གཉེར་ལ་བསྟོས་ཏེ་ལོག་རྟོག་



དགག་པ་དང་། ཡུལ་གྱི་བྱང་པར་ལ་བསྟོས་ཏེ་དགག་པ་དང་། དགོས་པ་  
ཡོད་ཀྱང་དམན་པར་འདོད་པ་དགག་པ་ལོ།

དང་པོ་གྲོལ་བ་དོན་གཉིས་ལ་བསྟོས་ཏེ་ལོག་རྟོག་དགག་པ་ནི།

དང་པོ་ནི། ཆད་མའི་བསྟན་བཅས་འདི་དག་གྲོལ་བ་དོན་གཉིས་ལ་ཉེ་  
བར་མཁོ་བ་མ་ཡིན་ཏེ་རྟོག་གཏི་བསྟན་བཅས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། རང་རིག་  
པའི་བསྟན་བཅས་ལས་ཕྱི་རོལ་ཏུ་གྱུར་པའི་གཏན་ཆིགས་རིག་པ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར་རོ་ཞེས་ཟེར་རོ།

དེ་ལ་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། རྟོག་གཏི་ཆོས་ཞེས་པ་ཕྱི་རོལ་པ་རྣམས་ཀྱི་  
བསྟན་པ་ནི། རང་གི་རྩ་བའི་སྟོན་པ་བྱང་སྤང་སྤྱིང་སྤྱེས་ལ་སོགས་པས་དོན་  
མཐའ་དག་མངོན་དུ་མ་གྱུར་པར་རྟོག་པས་བཏགས་པ་ཅུ་མ་གྱིས་བཞག་པ་  
དང་། དེའི་རྗེས་སུ་འབྲང་བའི་བསྟན་བཅས་ལའང་རྟོག་གཏི་བསྟན་བཅས་  
ཞེས་པ་དང་། ཡང་རྟོག་གཏི་ཅིང་མ་ངེས་ལ། །མ་བྱུང་གྱུར་རྗེས་སྤྱོད་བ་ཅན།  
བྱིས་པ་ལ་ནི་བརྟན་པར་འདོད། །ཅེས་བཤད་པ་ལྟར་དངོས་པོའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
དོན་སྤྱི་ཅུ་མ་བཟུང་བའི་སྟོན་པ་རྟོག་པས་ངེས་ དགོས་ཀྱི། མངོན་དུ་མ་གྱུར་  
པ་ལ་རྟོག་གཏི་བྱས་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་གྲོལ་བ་དོན་གཉིས་ལ་མི་མཁོ་  
བ་བདེན་ཡང་། རིགས་པའི་བསྟན་བཅས་འདི་དག་ནི་དེར་རང་ཉིད་ཁས་མི་  
ལེན་ཅིང་རིགས་པས་ཀྱང་མི་འཐད་དེ། རང་གི་རྩ་བའི་སྟོན་པ་ཤེས་བྱ་  
ཐམས་ཅད་མངོན་སུ་མ་དུ་གཟིགས་པའི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
གཉིས་པ་ལྟར་ན་སྤྱོད་ལམ་ཆོས་མཆོག་མན་ཆད་གྲོལ་བ་དོན་གཉིས་ལ་ཉེར་

མཁོ་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ། ཆོས་ཉིད་རྟོག་པའི་ཡུལ་དུ་བྱེད་དགོས་པའི་ཕྱིར།  
ནང་རིག་གི་བསྟན་བཅོས་ལས་ལོགས་སུ་འདོད་པའང་མི་རིགས་ཏེ། རིགས་  
པའི་བསྟན་བཅོས་འདི་དག་གིས་གང་ཟག་དང་ཆོས་ལ་བདག་མེད་པའི་སྟོང་  
བ་ཉིད་རིགས་པས་སྤྱན་ཅི་མ་ལོག་པར་གཏན་ལ་ཕབ་སྟེ། ལྷག་པ་ཤེས་རབ་  
ཀྱི་བསྐྱབ་པ་བརྗེད་བྱའི་གཙུག་ལོན་སྟོན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཞུང་འདིར་འཁོར་བ་འཇུག་སྟོག་རྒྱས་པར་གཏན་ལ་ཕབ་པའི་སྟོ་  
ནས་ནང་གི་སེམས་རྒྱད་ལོག་པར་འགྲོ་བ་བཀག་ནས་ཡང་དག་པའི་ལམ་དུ་  
འཇུག་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་སྤྱན་ཅི་མ་ལོག་པར་སྟོན་པས། བྱེད་ནང་རིག་ཏུ་  
འདོད་པ་ལའང་དེ་ལས་ལྷག་པའི་རིག་ཚུལ་ཡོད་པ་འཆད་དགོས་སོ། །  
གཏན་ཆིགས་རིག་པ་ཡིན་པ་ཅམ་གྱིས་ཀྱང་གྲོལ་བ་དོན་གཉེར་ལ་ཉེར་  
མཁོ་མེད་པར་འདོད་པ་མི་རིགས་ཏེ། དེའི་དོན་ནི་རྒྱ་མཚན་རིག་པ་ལ་ཟེར་  
ལ་བསྟན་བཅོས་འདི་དག་ནི་སྤྱིར་གསུང་རབ་མཐའ་དག་གི་དགོངས་པ་རྒྱ་  
མཚན་ཡང་དག་གི་སྟོ་ནས་རིག་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་ཀྱི་གཙུག་ལོན་པས་  
གཏན་ཆིགས་རིག་པའང་ཡིན་ནོ། །གཏན་ཆིགས་རིག་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ལ་ནང་  
རིག་མ་ཡིན་པ་ནི་དཔེར་ན་གཏན་ཆིགས་དང་དཔེ་དང་གྲོལ་ཕྱིར་གྲོལ་ཅོད་  
པའི་ཚུལ་ལ་སོགས་པ་ཅམ་ཞིག་གཏན་ལ་འབེབས་པ་རྣམས་སོ། །

གཉིས་པཡུལ་གྱི་བྱེད་པར་ལ་བསྟོས་ཏེ་དགག་པ་ནི།

གཉིས་པ་ནི། བསྟན་གཙུག་འདི་དག་གཞན་སྟེ་ཕྱི་རོལ་པ་རྣམས་ཀྱི་  
ལོག་རྟོག་དགག་པ་ཅམ་གྱི་ཆེད་དུ་ཉེ་བར་མཁོ་བ་ཡིན་པས་དེ་དག་མེད་

པའི་སར་ཉན་པ་དང་སེམས་པ་སོགས་བྱེད་པ་ལ་དགོས་པ་མེད་དོ་ཞེས་  
 ཟེར་བའང་བསྟན་པའི་མང་འཇིག་པར་བྱེད་ཅིང་། དམ་པའི་ཆོས་སྤྱོད་བར་  
 བྱེད་པའི་ལོག་པར་རྟོག་པ་འབའ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། གཞུང་འདིར་སྐྱེ་བ་སྤྱི་མེད་  
 པ་དང་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་མེད་པ་དང་སྤང་པོ་གཙང་བདེ་རྟག་  
 བདག་ཏུ་འཛིན་པ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲོ་འདོགས་རྣམས་འགོག་པར་བྱེད་པའི་  
 ཐབས་ཀླུ་པར་གཏན་ལ་འབེབས་པ་ཡིན་པས། བྱི་རོལ་པ་མེད་སར་རང་  
 ཀླུ་གི་སྤང་པོ་གཙང་བདེ་རྟག་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་སོགས་གི་སྒྲོ་འདོགས་  
 བསལ་དགོས་མི་དགོས་དང་། མི་རྟག་སྤྱུག་བསྐྱལ་སྤྱོད་བདག་མེད་དང་སྐྱེ་  
 བ་སྤྱི་མེད་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་སོགས་ཡོད་པར་ངེས་པའི་  
 ངེས་ཤེས་འདྲན་དགོས་མི་དགོས་སོགས་ཁ་ནང་དུ་སྒྲིགས་ལ་ལེགས་པར་  
 སེམས་ཤིག། །དེ་ལྟར་དགོས་ནའང་རིགས་པའི་བསྟན་བཅོས་འདི་དག་ལས་  
 མཆོག་ཏུ་གྱུར་པའི་ཐབས་གཞན་ཡོད་པ་བསྟན་དགོས་སོ།།

གསུམ་པ་དགོས་པ་ཡོད་ཀྱང་དམན་པར་འདོད་པ་དགག་པ་ནི།

གསུམ་པ་ནི། བསྟན་བཅོས་འདི་དག་ལན་ཚུ་དང་འབྲ་བར་འདི་ཉིད་  
 གཙོ་བོར་ཉེར་མཁོ་མེད་ཀྱང་འདི་དག་ཁོང་དུ་ཆུད་ན་གཙོ་བོའི་དོན་གཞན་  
 ཁོང་དུ་ཆུད་པ་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བ་ཙམ་གི་སྒྲོ་ནས་དགོས་པ་དམན་པར་འདོད་  
 པའང་མི་རིགས་ཏེ། ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་གི་གཞི་འདི་ཉིད་གིས་གཏན་  
 ལ་ཐབ་པ་ལས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པའི་གཞི་གཞན་མི་རྟོག་པའི་བྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་ཡང་དག་པའི་དགོས་པ་དངོས་ནི།

གཉིས་པ་ཡང་དག་པའི་དགོས་པ་དངོས་ནི། དེ་ལ་སྒྱིར་གྲུབ་མཐས་  
སྒོ་བསྐྱར་མ་བསྐྱར་གཉིས་ལས། བྱི་མ་ནི་འཇིག་རྟེན་འདིའི་གན་པོ་རྣམས་  
ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་ཆེ་འདིའི་ཐབས་ཅམ་ཞིག་ལ་འབད་པར་བྱེད་ཀྱི་བྱི་  
མ་པན་ཆད་ཀྱི་དོན་གཙོ་བོར་མི་བསྐྱབ་པ་རྣམས་ཡིན་ལ། གྲུབ་མཐས་སྒོ་  
བསྐྱར་བ་ཡིན་ཡང་རྒྱང་པན་ནི་ཆེ་སྒྱི་མེད་པར་འདོད་ལ། དེ་ལས་གཞན་  
པའི་བྱི་རོལ་པ་རྣམས་ནི་འཇིག་རྟེན་བྱི་མ་པན་ཆད་ཀྱི་དོན་བསྐྱབ་དགོས་  
པར་འདོད་ཅིང་། སྒྱུད་པ་བ་ནི་བྱི་མ་པན་ཆད་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་མངོན་མཐོ་ཅམ་  
ཞིག་ཡོད་པར་ཁས་སྐྱངས་ནས་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ནི་མི་སྲིད་  
དེ། ཇི་མ་ སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡིན་པས་འབྲལ་དུ་མི་རྩང་བའི་བྱིར་ཞེས་  
ཟེར་རོ། ། དེ་གཉིས་མ་གཏོགས་པའི་གཞན་སྡེ་རྣམས་དང་རང་གི་སྡེ་པ་  
རྣམས་འདི་ལྟར་སེམས་ཏེ། སྒྱེ་བ་དང་འཆི་བ་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱུད་  
པའི་སྒྲུག་བསྐྱལ་འདི་འགོག་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་ཡོད་དམ་འོན་ཏེ་མེད།  
ཡོད་བཞིན་དུ་དེའི་ཐབས་ལ་འབད་པར་མ་བྱེད་ན་དོན་ཆེན་པོ་ལས་ཉམས་  
པར་འགྱུར་བས་དེ་ཆོལ་བའི་ཐབས་ལ་འབད་པར་བྱེད་དོ། །

དེ་ལ་སྒྱིར་རྟོག་པ་དང་ལྡན་པ་ཞེས་པ་ནི་རང་ཉིད་ཀྱིས་དེ་ལྟ་བུའི་དོན་  
ལ་རྟོག་དཔྱེད་ཞུགས་ནས་དེ་ལྟ་བུའི་རྟོག་པ་ཡོད་མེད་འཆོལ་བར་བྱེད་ཅིང་།  
གང་གི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་ཐར་འདོད་མི་སྒྱེ་བ་དང་སྒྱེ་བའི་བྱུང་པར་བྱིན་



ཅི་མ་ལོག་པར་སྟོན་པའི་སྟོན་པ་འཆོལ་བར་བྱེད་ཅིང་དེ་ལྟར་བཅའ་བ་ན་  
 དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་དང་ཕྱད་ནས་ཀྱང་གྲོལ་བ་དོན་གཉེར་གྱི་སྦྱིས་བྱ་  
 རྣམ་དཔྱོད་གཞན་ལས་ཁྱད་ཞུགས་པ་དང་གཟུ་བོར་གནས་པ་དང་དོན་  
 གཉེར་ཆེ་བ་རྣམས་ནི། བདག་ནི་སངས་རྒྱས་ཕྱོགས་མི་འཛིན། །མེར་སྦྱ་  
 སོགས་ལ་མི་སྤང་ཡང་། །གང་ཞིག་རིགས་པར་ལྡན་པའི་ཆོག་ །དེ་ཉིད་སྟོན་  
 པར་ཡོངས་སུ་འཛིན། །ཞེས་བཤད་པ་ལྟར། །དང་པོར་དགོ་བའི་བཤེས་  
 གཉེན་ལ་བརྟེན་ཡང་སྦྱིས་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་རང་སྟོབས་ཀྱིས་ངེས་པར་བྱེད་  
 དགོས་པས། ལུགས་གང་འཐད་པའི་ཕྱོགས་ཡིན་དཔྱད་པ་ན་ཐུབ་པ་སངས་  
 རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཉག་གཅིག་སྦྱོན་མེད་པར་གྲུབ་ནས་དེ་  
 ཉིད་ལ་སྟོན་པར་འཛིན་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་རིགས་པའི་བསྟན་བཅོས་འདི་དག་གིས་ཀྱང་། ལུང་དང་  
 རྟོགས་པའི་བསྟན་པས་བསྐྱུས་པའི་ཆོས་སྦྱོན་མེད་པ་དང་། དེ་ཉིད་སྟོན་པའི་  
 སྟོན་པ་ཆད་མའི་སྦྱིས་བྱ་དང་། བསྟན་པའི་དོན་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྐྱུབ་པའི་  
 དགོ་འདུན་ཏེ། དཀོན་མཆོག་གསུམ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་རིགས་པས་སྐྱབ་  
 པའི་ཚུལ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་ངེས་པར་བྱེད་པ་ནི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་དགོས་  
 པའོ། །

དེ་ལ་རྒྱད་ལ་སྦྱེ་བའི་རིམ་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན་དང་པོར་མངོན་  
 མཐོའི་གོ་འཕང་ཐོབ་ནས་སྦྱིས་ངེས་ལེགས་ཐོབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནའང་ཆད་

མས་ངེས་པའི་རིམ་པ་ནི། དང་པོར་ཐར་པ་ཚད་མས་ངེས་ནས་དེའི་རྗེས་སུ་  
ཤེན་ཏུ་སྒྲོག་ཏུ་གྱུར་པའི་མངོན་མཐོངས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། གཙུག་པོའི་  
དོན་ལ་མི་སྦྱུའི་ཕྱིར། །གཞན་ལའང་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ཡིན། །ཞེས་བཤད་པ་  
ལྟར། །དང་པོར་བདེན་བཞི་དངོས་སྟོབས་ཀྱི་རིགས་པས་ངེས་པར་བྱས་  
ནས་དེའི་རྗེས་སུ་སྟོན་པས་རིམ་གསུངས་པའི་ཤེན་ཏུ་སྒྲོག་གྱུར་ཀྱི་དོན་  
ལ་མི་སྦྱུ་བར་རྗེས་སུ་དཔོག་པ་ཡིན་ནོ། །འཕགས་པ་ལྟས་བཞི་བརྒྱ་པར།  
སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་སྒྲོག་གྱུར་ལ། །གང་ཞིག་ཐེ་ཆོམ་སྦྱེ་འགྱུར་བ། །  
དེ་ཡིས་སྟོང་པ་ཉིད་བརྟེན་ཏེ། །འདི་ཉིད་ཁོ་ནར་ཡིད་ཆེས་བྱ། །ཞེས་དང་པོར་  
སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་རིགས་པས་ངེས་པར་བྱས་ནས་དེའི་རྗེས་སུ་ཤེན་ཏུ་  
སྒྲོག་གྱུར་ཀྱི་དོན་ལ་མི་སྦྱུ་བར་དཔོག་པར་བཤད་པ་དང་ཚུལ་མཚུངས་པ་  
ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་དགོས་པ་དེ་བསྟན་བཅོས་དེ་ལ་རག་ལས་པའི་ཚུལ་ནི།

གཉིས་པ་ནི། རི་སྐད་བཤད་པའི་དགོས་པ་དེ་དག་སྡེ་བདུན་ཀྱི་  
བསྟན་བཅོས་ལ་རག་ལས་པ་ཡིན་ཏེ། བསྟན་བཅོས་འདི་ཉིད་ལ་བརྟེན་ནས་  
སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་དང་དེའི་བསྟན་པ་དངོས་སྟོབས་ཀྱི་རིགས་པས་ངེས་  
པར་བྱེད་ཀྱས་ཀྱིས་གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་ངེས་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་མཆོག་  
ཏུ་གྱུར་པ་རྟེན་པར་དགའ་ལོ། །

གསུམ་པ་དགོས་པ་དེ་ལྟན་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་ལ་གཅེས་པར་བཟུང་བ་ནི།

གསུམ་པ་ནི། དེས་ན་གྲོལ་བ་དོན་དུ་གཉིར་བར་འདོད་ན་བསྟན་

བཅོས་འདི་དག་ལ་གཅེས་པར་བཟུང་ནས་ཐོས་པ་དང་བསམ་པ་དང་སྒོམ་  
པ་ལ་འབད་པར་བྱ་ཞིང་། དེའང་འཁོར་བར་འཇུག་ཕྱོག་ཉིད་ལ་བསྐྱོར་ནས་  
ཉན་པ་སོགས་དེའི་ཐབས་སུ་རྩི་ལྟར་འགྱུར་བ་སོགས་ལ་འབད་པར་བྱ་ཡི་  
ཁ་གཤམ་འགས་འགྱུད་པ་ཙམ་གྱི་ཆེད་དུ་མི་བྱ་སྟེ་རང་ཡང་ཉམས་པར་འགྱུར་  
ཞིང་གཞན་ཡང་བསྟན་བཅོས་ལ་གྲུས་པ་སྟེ་བའི་གོགས་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ།

བཞི་བ་བསྟན་བཅོས་དེའི་བརྗོད་བྱའི་ལུས་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ་གཉིས།

བཞི་བ་བསྟན་བཅོས་དེའི་བརྗོད་བྱའི་ལུས་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ་  
ལུས་ངོས་བཟུང་བ་དང་། དེའི་དོན་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་ལུས་ངོས་བཟུང་བ་ནི།

དང་པོ་ནི། ཁ་ཅིག་གིས། རྟོག་གའི་ལུས་བརྒྱད་དུ་བྱེད་པ་ནི་མི་འཐད་  
དེ། དེ་དག་ཀྱང་བསྒྲམས་པས་ལུས་སུ་འགྱུར་གྱི་བརྒྱད་པོ་ནི་ལུས་ཀྱི་ཆ་  
ཤས་ཙམ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་སྟོབ་དཔོན་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤང་པོས་རིགས་པའི་  
སྟོར། མངོན་སུམ་དང་ནི་རྗེས་སུ་དཔག་ །ལྟར་སྤང་བཅས་པ་བདག་རིག་  
ཕྱིར། །སྦྱབ་པ་དང་ནི་སུན་འབྱེན་དག །ལྟ་སྤང་བཅས་པ་གཞན་རྟོགས་ཕྱིར། །  
ཞེས་གསུངས་པས། རང་ཉིད་ཀྱིས་བསྟན་པ་དང་སྟོན་པ་ཆད་མར་ངེས་པའི་  
ཐབས་དང་། ངེས་ནས་གཞན་རྗེས་སུ་འཛིན་པའི་ཐབས་གཉིས་སོ། །

དང་པོ་ནི། མངོན་སུམ་དང་རྗེས་སུ་དཔག་པ་སྟེ་རང་ཉིད་ཀྱིས་རྩི་ལྟར་  
གཏན་ལ་ཐབ་པ་ལྟར། དངོས་པོ་ལ་གནས་མི་གནས་ནི་གཏན་ལ་འབེབས་  
བྱེད་ཀྱི་སྟོ་ཡང་དག་ཏུ་སོང་མ་སོང་ལ་རག་ལས་པ་ཡིན་པས་སྒྲིག་གྱུར་ངེས་

པར་བྱེད་པའི་སྒོ་སྒྲོན་མེད་རྗེས་དཔག་དང་མངོན་གྱུར་ངེས་པར་བྱེད་པའི་  
 ཐབས་མངོན་སྲུང་ཆད་མ་ཡིན་པས་མངོན་རྗེས་ཀྱི་ཆད་མ་གཉིས་སུ་  
 གསུངས་ལ། སྒོ་གཞན་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ན་སྐྱབས་འགྱུར་བས་ལམ་ཀྱི་  
 གོལ་ས་གཙོད་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་ལྟར་སྒྲུང་གཉིས་དབྱེ་བ་དང་བཅས་པ་  
 གསུངས་སོ། །རྗེས་དཔག་སྒྲོན་མེད་དུ་འགྱུར་བ་དེའི་ཉེན་གཏན་ཆོག་མཁས་ཀྱི་  
 ཚུལ་རྣམས་བར་མ་ཆད་པར་མངོན་སྲུང་ལ་བྱུག་བྱུག་གི་བར་དུ་བསྐྱབས་  
 ཏུས་པ་ལ་རག་ལས་ལ། དེའང་དབང་པོའི་མངོན་སྲུང་དང་རང་རིག་མངོན་  
 སྲུང་གཉིས་ཡིན་ཀྱི་ཡིད་ཀྱི་མངོན་སྲུང་ནི་ཚུར་མཐོང་ལ་དངོས་སུ་འཇུག་  
 གྲོག་སྒྲོན་པའི་ཆད་མར་མི་རུང་ཞིང་རྣལ་འབྱོར་མངོན་སྲུང་ཡང་ཉག་ས་ཀྱི་  
 ཚུལ་བསྐྱབས་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་མི་མཁོའོ། །

རང་ཉིད་ངེས་བཞིན་གཞན་དག་ལ། །ངེས་པ་བསྐྱེད་པར་བྱ་བའི་  
 ཕྱིར། །ཉག་ཏུ་འཁྱུལ་བ་མེད་པར་ནི། །མཁས་རྣམས་རབ་ཏུ་འཇུག་པ་ཡིན། །  
 ཞེས་བཤད་པ་ལྟར་རང་ཉིད་ཀྱིས་ངེས་ནས་གཞན་རྗེས་སུ་འཛིན་པའི་ཡན་  
 ལག་ཏུ་ཡང་དག་དང་ལྟར་སྒྲུང་བྱི་མ་བཞི་གསུངས་སོ། །དེའང་དགག་སྐྱབས་  
 ཀྱི་ལམ་ནས་བྲངས་ནས་ངེས་པར་བྱེད་པས་སྐྱབས་ངག་དང་སུན་འབྱེན་  
 གཉིས་གསུངས་པའོ། །ཡང་ན་མཐའ་གཅིག་ཏུ་འཛིན་པའི་ལོག་ཉྱེས་གི་  
 དཔལ་གཞོན་པའི་ཕྱིར་དུ་སུན་འབྱེན་དང་། མཐའ་གཉིས་སུ་རྒྱུག་པའི་ཐེ་  
 ཆོམ་གཙོད་པའི་ཆད་དུ་སྐྱབས་ངག་གསུངས་སོ། །དེ་གཉིས་ཀྱི་གོལ་ས་གཙོད་



པའི་ཆེད་དུ་ལྟར་སྒྲུང་གཉིས་གསུངས་སོ། །བསྟན་བཅོས་ལུས་ཡོངས་སུ་  
རྫོགས་པའང་ལེ་ཕྱ་གསུམ་དུ་འདུས་པ་ཡིན་ཏེ་རང་གི་ཆེད་དུ་ལེ་ཕྱ་གཉིས་  
དང་གཞན་གྱི་ཆེད་དུ་ལེ་ཕྱ་གཅིག་གོ། །ཀྱན་ལས་བརྟམས་སུ་ལེ་ཕྱ་བྲག་བྱང་  
ཡང་དཔེ་བརྟག་པ་དང་སེལ་བ་བརྟག་པ་རང་དོན་དུ་འདུས་ཤིང་ལྟག་ཆེད་  
བརྟག་པ་གཞན་དོན་དུ་འདུས་པ་ཡིན་ནོ། །རྣམ་འབྲེལ་དུ་ལེ་ཕྱ་བཞི་གསུངས་  
པའི་ཆེད་མ་གྲུབ་པའི་ལེ་ཕྱ་ནི་མདོན་སུམ་ལེ་ཕྱ་འི་ནང་དུ་འདུས་ཀྱང་གཏན་  
ལ་དབབ་བྱའི་གཙོ་བོ་ཡིན་པས་ལེ་ཕྱ་བྱར་དུ་མཛད་པ་ཡིན་ནོ།།

དེའི་དོན་གཏན་ལ་འབབས་པའི་ཚུལ་ལ་གཉིས།

གཉིས་པ་ལ་གཏན་ལ་དབབ་བྱའི་ཙོ་བོ་ངོས་བཟུང་བ་དང་། གང་གི་  
སྒྲོ་ནས་གཏན་ལ་འབབས་པའི་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་གཏན་ལ་དབབ་བྱའི་ཙོ་བོ་ངོས་བཟུང་བ་ནི།

དང་པོ་ནི། གྲོལ་བ་ཙམ་དོན་གཉེར་ལ་ལྟོས་ཏེ་སྤྱག་བསྐལ་ཉེ་བར་ཞི་  
བའི་ཐར་པ་དང་ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་ཙན་ལ་ལྟོས་ཏེ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་  
ལམ་འབྲས་བྱ་དང་བཅས་པའོ། །

གཉིས་པ་གང་གི་སྒྲོ་ནས་གཏན་ལ་འབབས་པའི་ཚུལ་ནི།

གཉིས་པ་ནི། བསྟན་པ་སྒྲོན་མེད་པར་བསྐྱབས་པའི་སྒྲོ་ནས་ཡིན་ཏེ་དེ་  
ལ་ལུང་གི་བསྟན་པ་ནི། འབྲེལ་བ་དང་ནི་རྗེས་མ་ཐུན་ཐབས། །སྒྲེས་བྱའི་དོན་  
ནི་རྫོད་བྱེད་ངག་ ཡོངས་བརྟགས་དབང་དུ་བྱས་ཡིན་གྱི། །དེ་ལས་གཞན་  
པའི་དབང་བྱས་མིན། །ཞེས་བཤད་པས་སྒྲུང་བྱ་དང་དོར་བྱ་དང་བཏང་

སྟོམས་སུ་གཞག་བྱའི་སྟོགས་འབྲེལ་ཆགས་སུ་སྟོན་པ་དང་། སྟེས་བྱའི་  
མངོན་པར་འདོད་པ་མངོན་མཐོངས་ལེགས་ཀྱི་དོན་རྗེད་པར་བྱེད་པ་དང་།  
དོན་དེ་ཐོབ་པ་དང་རྗེས་སུ་མ་བྱུན་པའི་ཐབས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་སྟོན་པའི་  
ལུང་དབྱེད་པ་གསུམ་གྱིས་དག་པར་ངེས་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ།

རྟོགས་པའི་བསྟན་པ་ནི། ལམ་བསྐྱབ་པ་རིན་པོ་ཆེ་གསུམ་ཡིན་ལ་  
དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་འཁོར་བའི་འཇུག་ལྡོག་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་ངེས་པའི་  
ཤེས་རབ་སྟེ། དེ་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་ནི་བྱབ་པ་སངས་རྒྱས་བཙུགས་ལྡན་འདས་  
ཆོས་ཅན། གྲོལ་བ་དོན་གཉེར་ལ་ཚད་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་གསར་དུ་བསྐྱེད་  
མེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་རྟོགས་ཀྱི་སྟོགས་བྱེད་པ་ལས་ཡིན་  
ནོ།

དེ་ལ་དང་པོར་ཆོས་ཅན་གཏན་ལ་འབེབས་པ་ནི། ཀྱན་བརྟུས་ལས།  
ཚད་མར་གྱུར་པ་འགྲོ་ལ་ཕན་བཞེད་པ། །སྟོན་པ་བདེ་གཤེགས་སྐྱོབ་ལ་བྱག་  
འཆལ་ཏེ། །ཞེས་པའི་ཆོག་དོན་ལུགས་འབྱུང་དང་ལུགས་ལྡོག་གི་བཤའ་  
ཚུལ་གཉིས་བྱུང་བའི།

དང་པོ་ལུགས་འབྱུང་གི་བཤའ་ཚུལ་ནི།

དང་པོ་ནི། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ལམ་གང་ནས་ཇི་ལྟར་བྱོན་པའི་  
ཚུལ་སྟོན་པ་ཡིན་ལ། གཉིས་པ་ནི་དེ་ལྟར་ཡིན་པའི་ཤེས་བྱེད་སྟོན་པ་ཡིན་  
ནོ། །སྟོན་པར་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཐབས་ཤེས་གཉིས་སུ་འདུས་ལ།  
ཐབས་ནི། འགྲོ་ལ་ཕན་བཞེད་པས་སྟོན་ཏེ། མཐའ་དག་སྐྱབ་བསྐྱེད་ལས་

གྲོལ་བར་འདོད་པའི་སྙིང་རྩེ་ཆེན་པོ་དང་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་  
 པའོ། །སྐྱབ་བྱེད་ཐུགས་རྩེ་གོམས་ལས་དེ། ཞེས་པས་ནི། ཐེག་ཆེན་དུ་འཇུག་  
 པའི་སྒོ་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་པར་བསྟན་ཞིང་སྙིང་རྩེ་དང་སེམས་བསྐྱེད་  
 སོགས་སྐྱེ་བ་དུ་མར་གོམས་པར་བྱེད་ཀྱས་སུ་ངེས་པ་ལ། རིག་པ་ཅམ་གྱི་  
 ཡ་མཐའ་དང་མ་མཐའ་ཐུག་མེད་དུ་ངེས་པའི་སྒོ་ནས་སྐྱེ་བ་སྤྱི་བྱེད་པར་  
 ངེས་པ་ལ་རག་ལས་པས་སྐྱེ་བ་སྤྱི་བྱེད་སྐྱབ་བྱེད་ནམས་རྒྱས་པར་གཏན་ལ་  
 བབ་ལ། སྤྱིར་གོམས་སུ་རུང་ཡང་མཐའ་མེད་དུ་འཕེལ་དུ་མི་རུང་བའི་ལོག་  
 རྟོག་བཀག་པ་དང་། ཐར་པ་ཐོབ་ཀྱང་སྤྱིར་སྤྱོད་པའི་སྒོ་ནས་ཐར་པ་ལ་ཡིད་  
 བརྟན་མི་རུང་བར་འཇིན་པའི་ལོག་རྟོག་འགོག་ཚུལ་རྒྱས་པར་སྟོན་པ་ཡིན་  
 བོ། །སེམས་བསྐྱེད་གྱི་སྒོ་ནས་དམ་བཅས་པའི་དོན་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་སྐྱབ་  
 པ་ནི་པར་སྤྱོད་དུག་ཏུ་འདུས་ལ་དེ་ནམས་གྱི་གཙོ་བོ་ཡང་བདག་མེད་རྟོགས་  
 པའི་ཤེས་རབ་ཡིན་པས། དེ་ཉིད་སྟོན་པ་ཞེས་པའི་ཆིག་གིས་རྒྱུ་ལ་འབྲས་  
 བུའི་མིང་གིས་བཏགས་ནས་སྟོན་པ་ཡིན་པོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ཐབས་ཤེས་གོམས་  
 པར་བྱེད་པ་ལས་དོན་གཉིས་སུན་སུམ་ཆོགས་པའི་བདག་ཉིད་དུ་འཁྱུངས་  
 པ་ནི་བདེ་གཤེགས་སྐྱོབ་ཅེས་པས་སྟོན་པོ། །

གཉིས་པ་ཐུགས་ལས་སྤྱོད་པའི་ཚུལ་ནི།

གཉིས་པ་ཐུགས་ལས་སྤྱོད་པའི་ཚུལ་གྱིས་དེ་ལྟར་ཡིན་པའི་ཤེས་  
 བྱེད་སྟོན་པ་ནི། སྤྱིར་གྱི་རྟགས་དེའི་སྤྱོད་པ་ཆོས་སྐྱབ་པ་ལས་ཤེས་པར་  
 འགྱུར་ཏེ་དེའང་གྲོལ་བ་དོན་གཉིས་ལ་མི་སྤྱི་བར་སོང་བ་ནི་འཁོར་བའི་

འབྲུག་ལྗོན་གྱིས་བསྐྱུས་པའི་འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་ཡིན་ཏེ།

བདེན་བཞིའི་གྲངས་ངེས་དང་གོ་རིམ་ངོ་བོ་སོགས་བཤད་པ།

དེ་ལ་བདེན་བཞིའི་གྲངས་ངེས་པ། གོ་རིམ་ངེས་པ། ངོ་བོ་ངེས་པའོ། །

དང་པོ་གྲངས་ངེས་ལ་གསུམ།

དང་པོ་ལ་དངོས་དང་། གཞན་སྡེ་རྣམས་ཀྱི་འགལ་འདྲའི་གཙོ་བོ་ངོས་  
བཟུང་བ། འདུས་བྱས་མི་ཉག་པར་བསྐྱབ་པའི་རིགས་པ་རྒྱས་པར་གཏན་ལ་  
ཕབ་པའི་དགོས་པའོ།

དང་པོ་དངོས་ནི།

དང་པོ་ནི། འཁོར་བར་འབྲུག་པའི་ཕྱོགས་ལ་ཉེས་དམིགས་ཀྱི་སྒོ་  
ནས་ཤེས་པར་བྱ་བ་སྐྱབ་བསྐྱུལ་དང་། གང་ལོག་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ལྗོན་པར་  
འགྱུར་བ་ཀྱན་འབྱུང་དང་རྒྱ་འབྲས་གཉིས་སུ་ངེས་ཤིང་། རྣམ་བྱང་གི་ཕྱོགས་  
ལའང་གང་མངོན་དུ་བྱ་བ་སྐྱབ་བསྐྱུལ་འགགས་པའི་འགོག་པ་དང་། དེ་  
མངོན་དུ་བྱེད་པའི་ཐབས་ལམ་བདེན་གཉིས་སུ་ངེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་གཞན་སྡེ་རྣམས་ཀྱི་འགལ་འདྲའི་གཙོ་བོ་ངོས་བཟུང་བ་ནི།

གཉིས་པ་ནི། ཐར་པ་ཁས་ལེན་པའི་གཞན་སྡེ་རྣམས་ལ་ཀྱན་ཉོན་ལ་  
བརྟེན་པའི་འགལ་འདྲའི་གཙོ་བོ་ནི་སྐྱེ་འཆིས་བསྐྱུས་པའི་སྐྱབ་བསྐྱུལ་དེ་ལྗོན་  
རྒྱས་པར་ཡང་འདོད་ལ་འདིའི་རྒྱ་མཐར་གཏུགས་པ་བདག་དང་གཙོ་བོ་ལ་  
སོགས་པའི་ཉག་དངོས་སུ་འདོད་པ་སྟེ་དེ་ལྟར་ན་ཉག་དངོས་ལྗོན་པ་མི་སྲིད་  
པས་སྐྱབ་བསྐྱུལ་ལྗོན་པར་འདོད་པ་འགལ་བའི་ཕྱིར་དང་། ཉག་ལ་ལྗོན་པ་



མེད་པའི་ཕྱིར། །རྣམ་པ་ཉིད་ཀྱང་རྟོགས་པར་དགའ། །ཞེས་བཤད་པ་ལྟར་དང་  
པོར་རྒྱ་འབྲས་གཉིས་ཀ་མ་དམིགས། དེ་རྗེས་རྒྱ་དང་འབྲས་བྱ་གཉིས་ཀ་  
རིམ་ཅན་དུ་དམིགས། དེ་རྗེས་རིམ་ཅན་དུ་མ་དམིགས་པའི་རྒྱ་འབྲས་ངེས་  
བྱེད་ཀྱི་ཚད་མ་མི་སྤིད་དེ། ཏྲག་དངོས་ཡུལ་དུས་འགར་ཡང་ཕྲོག་པ་མི་སྤིད་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །རྣམ་བུ་ལ་བརྟེན་པའི་འགལ་འདུའི་གཙོ་བོ་ནི་སྤྱག་བསྐྱལ་  
འགགས་པའི་ཐར་པ་ཐོབ་པར་འདོད་པ་དང་བདག་འཛིན་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་སྤང་  
བྱ་མིན་པར་འདོད་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་ན། གང་ཞིག་བདག་ཐོང་དེ་ལ་ནི། ཞེས་པ་  
ནས། དེ་སྤིད་དེ་ནི་འཁོར་བར་འགྱུར། ཞེས་བཤད་པ་ལྟར་བདག་འཛིན་ཡོད་  
ན་སྤྱག་བསྐྱལ་མི་འདོད་ཀྱང་ནན་གྱིས་སྦྱེད་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ།

གསུམ་པ་འདུས་བྱས་མི་ཏྲག་པར་བསྐྱབ་པའི་རིགས་པ་རྒྱས་པར་གཏན་ལ་ཐབ་པའི་དགོས་པ་ནི།

གསུམ་པ་ནི། རིགས་པའི་བསྟན་བཅོས་འདིར་མི་ཏྲག་པ་བསྐྱབ་པའི་  
རིགས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་དེ་ཅུ་དུ་བདག་མེད་བསྐྱབ་པའི་རིགས་པ་མི་  
རྒྱས་པ་ནི་འདུས་བྱས་མི་ཏྲག་པར་ངེས་པ་ཉིད་བདག་མེད་ངེས་པའི་རྒྱད་  
ཡོངས་སུ་སྦྱོང་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་དམ་པ་ཡིན་པ་དང་། ཏྲག་དངོས་བཀག་པ་དེ་  
ཉིད་གྱིས་གཞན་སྡེ་འདོད་པའི་བདག་ཁས་ལེན་པའི་གནད་མེད་དེ། དེ་ཉིད་  
ལ་ཏྲག་དངོས་གྱིས་བྱབ་པར་ཁས་སྤངས་པའི་ཕྱིར་རོ།

གཉིས་པ་གོ་རིམ་ངེས་པ་ནི།

གཉིས་པ་ནི། བདེན་པ་བཞི་པོ་རྒྱ་འབྲས་དོན་གྱི་རིམ་པ་ལྟར་མི་སྟོན་  
པར་དེ་ལས་ཕྲོག་སྟེ་བསྟན་པའི་དགོས་པ་ཅི་ཞིག་ཡིན། བདེན་པ་བཞི་ག་

ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡིན་བཞིན་དུ་སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་འབའ་ཞིག་ལ་ཤེས་བྱ་ཞེས་སྟོན་  
 བ་དང་། ལམ་ཡང་ཐོབ་བྱ་ཡིན་པ་ལ་འགོག་པ་འབའ་ཞིག་ལ་མངོན་དུ་བྱ་བ་  
 ཞེས་སྟོན་པའང་ངེ་ལྟར་ཡིན། འགོག་པ་དུས་གསུམ་པར་སྟོན་པའང་མི་  
 རིགས་ཏེ་སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་འབའ་འདོད་སྤྱི་པའི་དུས་ཉིད་ནས་དེ་དང་བཅས་  
 བ་མངོན་དུ་བྱ་འདོད་སྤྱི་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། བཤད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་རྒྱ་འབྲས་  
 རོན་གྱི་རིམ་པ་དང་། དེས་བཀའ་སྤྲི་སྟོན་ནས་བསྟན་པ་བཤད་པའི་རིམ་པ་  
 སོགས་དུ་མ་ཡོད་ཀྱང་། འདིར་ནི་ཡུལ་ཅན་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རིམ་པས་  
 བསྟན་ཏེ། སྤྱག་བསྐྱེད་མངོན་པར་རྟོགས་པ་དང་ཕོར་སྤྱི་ཞིང་ལམ་མངོན་  
 པར་རྟོགས་པ་མཐར་སྤྱི་པའི་ཕྱིར། བདེན་པ་བཞི་ག་ཤེས་བྱ་ཡིན་མོད་ཀྱང་།  
 ཐོག་མར་སྤྱག་བསྐྱེད་ཉེས་དམིགས་གྱི་སྟོན་ཤེས་པར་མ་བྱས་ན་ཀུན་  
 འབྱུང་ལ་སྟོང་འདོད་སོགས་མི་སྤྱི་ཞིང་དེ་ཤེས་པ་ལས་ཀུན་འབྱུང་ལ་སྟོང་  
 འདོད་སོགས་སྤྱི་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྤྱག་བསྐྱེད་ཡང་སྤང་བྱ་ཡིན་མོད་  
 ཀྱང་རྒྱ་ཀུན་འབྱུང་མ་སྤངས་ན་སྟོང་འདོད་ཀྱང་མི་རུས་པས་ཐོག་མར་རྒྱ་  
 དགག་དགོས་པའི་ཕྱིར་ཀུན་འབྱུང་ལ་སྤང་བྱ་ཞེས་བསྟན་ནོ། །ལམ་ཡང་ཐོབ་  
 བྱ་ཡིན་མོད་ཀྱང་འགོག་པ་སྤང་ན་ལས་འདས་པའི་དབྱིངས་སུ་དེའང་འདོར་  
 བས་འགོག་པ་ལ་མངོན་དུ་བྱ་བ་ཞེས་བསྟན་ནོ། །འགོག་པ་མངོན་དུ་བྱ་  
 འདོད་དུས་གཉིས་ཀར་སྤྱི་འང་མངོན་དུ་བྱ་རུས་སུ་ཤེས་པ་དུས་གསུམ་པ་  
 ལས་མི་སྤྱི་པས་དེར་བསྟན་ཏེ། དེ་ཤེས་པ་ལ་ཀུན་འབྱུང་སྟོང་རུས་སུ་ཤེས་

པ་སྒོན་དུ་འགྲོ་དགོས་པའི་སྤྱིར་རོ། །འགོག་པ་མངོན་དུ་བྱེད་པ་དེའང་ལམ་  
གོམས་པར་བྱས་པ་ལ་རག་ལས་པར་མཐོང་དགོས་པས་ལམ་བསྟེན་བྱར་  
དུས་བཞི་པར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །

དེའང་། སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་མཆོ་འདི་ལ་མཐའ། །རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་ཡོད་མིན་  
ན། །བྱིས་སྤྱོད་འདིར་ནི་བྱིང་བ་ལ། །འཇིགས་པ་ཅི་ནས་སྦྱེ་མི་འགྱུར། །ཞེས་  
བཤད་པ་ལྟར་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཉེས་དམིགས་བཤད་པའི་དགོས་པ་ནི་འཁོར་  
བའི་མཚང་ལེགས་པར་རིག་ནས། །འདི་ལས་མི་འབྱུང་བའི་ཐབས་མི་འདུག་  
སྟམ་ནས་ཡིད་འབྱུང་དང་སྦྱོ་གས་བྲག་པོ་སྦྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། །འཁོར་  
བ་ལས་འབྲལ་འདོད་སྦྱེས་པ་ན་ཆེར་མ་འདོན་པའི་ཚུལ་གྱིས་བྲལ་བར་བྱེད་  
མི་རུས་ཤིང་ཀྱུ་བཀག་པའི་སྒྲོན་མ་འགོག་དགོས་པར་མཐོང་ནས་ཀྱུ་མེད་  
པ་ལ་ནི། དེས་འགའ་སྦྱེ་བར་དམིགས་པས་གཞོད་པར་མཐོང་བས་ཀྱུ་བཅས་  
སུ་གྲུབ་ལ་ཀྱུ་དེའང་རྟག་མི་རྟག་གཉིས་སུ་ཁ་ཆོན་བཅད་ནས་རྟག་པ་ཡིན་ན་  
ལྟོག་ཏུ་མི་རུང་སྟེ། གང་སྤྱིར་དེ་ལྟར་ཀྱུ་གནས་ན། །འབྲས་ལོག་གཟིགས་པ་  
མེད་སྤྱིར་རོ། །ཞེས་པ་ལྟར་རོ། །ཀྱུ་མི་རྟག་པ་དེའང་རྩ་བ་གང་ཟག་གི་བདག་  
ཏུ་འཛིན་པ་དང་། དེས་ཉོན་མོངས་གཞན་རྣམས་དང་། དེ་དག་གིས་ལས་  
བསགས་ནས་འཁོར་བ་གྲུབ་པའི་སྒྲོན་མ་ཀྱུ་འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་དེས་པར་  
འགྱུར་ཏེ། །འདི་ལྟར་གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་ལས་བདག་ལ་ཆགས་པའི་  
སྤྱེད་པ་དངོས་སུ་སྦྱེ་ལ། དེ་ལས་བདག་གི་བདེ་བ་ལ་སྤྱེད་པ་དང་། དེ་ལས་

བདག་གི་བདེ་བའི་སྐྱབ་བྱེད་དབང་སོགས་བདག་གི་བ་ལ་སྐྱེད་པ་སྐྱེ་སྟེ།  
གཞན་རྣམས་ལ་བསྟོས་པ་མེད་པར་བདག་རང་སྟོབས་ཀྱིས་བདེ་བར་བྱེད་  
མི་རྒྱས་པར་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལས་བདག་གི་བའི་སྐྱབ་བྱེད་དབང་  
སོགས་བདག་གི་བ་བྱན་ལྟ་བུ་དེས་བདེ་བ་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་དུ་སྒོ་གསུམ་གྱི་  
ལས་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་ལ། ལས་བཟང་ངན་ལས་བདེ་འགྲོ་དང་ངན་འགྲོའི་  
ཕྱང་པོ་འགྲུབ་པ་སྟེ། གང་ཞིག་བདག་མཐོང་དེ་ལ་ནི། ཞེས་སོགས་སྟར་རོ།

གང་ཟག་ཕྱང་པོ་ལ་བཏགས་པ་ཅམ་དུ་ཁོང་དུ་ཆུད་པ་ལ་ནི། ཉེས་པ་  
འདྲིར་ཐལ་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། ཐག་ཁ་ལ་སྐྱལ་དུ་བཟུང་བས་འཛིགས་པ་  
བསྐྱེད་ཀྱང་དེར་བཏགས་པ་ཅམ་དུ་ཁོང་དུ་ཆུད་པ་ལས་ནི་འཛིགས་པ་མི་སྐྱེ་  
བའི་ཕྱིར་རོ། །བདག་འཛིན་དེ་ཉིད་སྟོང་རྒྱས་པར་འོག་ནས་འཆད་པའི་རིགས་  
པས་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་འགྱུར་བས་ཀྱན་འབྱུང་ཡང་སྤང་བྱ་ཡིན་པར་དུས་  
གཉིས་པར་བསྟན་ལ། དེ་སྟོང་རྒྱས་སུ་ངེས་པ་ན་དེའི་འབྲས་བུ་སྤྱག་བསྐྱལ་  
འགོག་རྒྱས་སུ་ངེས་ལ། དེ་ངེས་པ་ན་སྤྱག་བསྐྱལ་འགགས་པའི་འགོག་པ་  
མངོན་དུ་བྱ་རྒྱས་སུ་ངེས་པས་འགོག་པ་དུས་གསུམ་པར་བསྟན་ལ། དེའང་  
ལམ་གོམས་པར་བྱས་པ་ལ་བསྟོས་པས་དེ་དུས་བཞི་པར་བསྟན་ནོ།

གསུམ་པ་ངོ་བོ་ངེས་པ་ལ་གསུམ།

གསུམ་པ་ལ་སྤྱག་བསྐྱལ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད་ངེས་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མ་  
དང་། རྣམ་པ་སྤྱག་མ་རྣམས་བདག་མེད་པའི་རྣམ་པ་སྟོང་བྱེད་ཀྱི་ཡན་ལག་  
ཏུ་བསྟན་པ་དང་། བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་གཏན་ལ་དབབ་པའོ། །



དང་པོ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་བདེན་པའི་མཆན་ཉིད་ངེས་བྱེད་ཀྱི་ཆད་མ་ལ་གཉིས།

དང་པོ་ལ་སྐྱབ་བསྐྱལ་གྱི་ནམ་པ་བཞི་ག་མ་ཉོགས་པར་ཐར་པ་དོན་  
གཉེར་གྱི་སྒོ་མཆན་ཉིད་རྫོགས་པར་མི་འགྱུར་བའི་ཚུལ་དང་། དེས་བྱེད་གྱི་  
ཆད་མ་དངོས་སོ། །

སྤྱག་བསྐྱེད་གྱི་ནཱ་པ་བཞི་ག་མ་རྟོགས་པར་ཐར་པ་དོན་གཉེར་གྱི་ཁྲོ་མཆན་ཉིད་རྟོགས་པར་མི་འགྱུར་བའི་ཚུལ་ནི།

དང་པོ་ནི། སྤྱག་བསྐྱེལ་དུ་རྟོགས་པའི་ལག་རྗེས་ལ་འཁོར་བ་ལ་འབྲལ་  
 འདོད་སྐྱེས་ཀྱང་མི་རྟག་པ་མ་རྟོགས་ན་ཡུང་པོ་དང་མི་འབྲལ་བའི་སྐྱེད་པ་  
 འགོག་མི་བྱས་ཤིང་། དེ་རྟོགས་པ་ལས་འབྲལ་ངེས་སུ་རྟོགས་ནས་མི་འབྲལ་  
 བའི་སྐྱེད་པ་འགོག་པའི་སྤྱིར་རོ། །བདག་མེད་མ་རྟོགས་ན་དབང་སོགས་  
 བདག་གི་བ་ལ་དོན་གཉེར་གྱི་སྐྱེད་པ་ངང་གིས་འདྲེན་པས་མི་རྟག་པ་དང་  
 སྤྱག་བསྐྱེལ་དུ་རྟོགས་པས་ཡུང་པོ་ཅ་མ་ལ་འབྲལ་འདོད་ཀྱི་སྒོ་སྐྱེས་པ་ལྟར་  
 ལྷང་ཡང་། བདག་འཇིན་ངེས་བདག་གི་བདེ་བ་སྐྱབ་བྱེད་ཟག་བཅས་ཀྱི་བྱང་  
 པར་འགའ་ཞིག་ལ་དོན་གཉེར་གྱི་སྒོ་ངེས་པར་འདྲེན་པ་ཡིན་ནོ། །ངེས་ན་  
 ཡུང་པོ་མི་རྟག་པར་རྟོགས་པའི་ལག་རྗེས་ལ་དེ་དང་འབྲལ་ངེས་དང་། སྤྱག་  
 བསྐྱེལ་དུ་རྟོགས་པས་འབྲལ་འདོད་སྐྱེས་ཀྱང་ཐར་པ་དོན་གཉེར་གྱི་སྒོ་  
 མཆན་ཉིད་ཆང་བ་ལ་བདག་མེད་རྟོགས་དགོས་སོ། །

གཉིས་པ་ངས་བྱེད་གྱི་ཚད་མ་དངོས་ལ་གསུམ།

གཉིས་པ་ལ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་སྐྱབ་པའི་རྟགས་འགོད་པ་དང་།  
ཚུ་ལ་སྐྱབ་པ་དང་། སྒོ་བ་དཔོན་གྱིས་ཆོད་མ་བྱུང་བར་གྲོལ་ལམ་གྱི་མི་མ་བྱུང་།

པའི་ཕྱོགས་ཇི་ལྟར་བསྟན་པའོ།

དང་པོ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་སྐྱབ་པའི་རྟགས་འགོད་པ་ནི།

དང་པོ་ནི། རང་གི་སྤང་པོ་དང་རང་བཞིན་གཅིག་དང་ཐ་དད་གང་དུའང་  
མེད་ན་རང་བཞིན་མེད་པས་བྱུང་སྟེ། དཔེར་ན་རི་བོང་གི་རྩ་བཞིན། ཆོགས་  
རྒྱན་གང་ལའང་བཏགས་པ་ཙམ་མ་ཡིན་པའི་གང་ཟག་རང་རྒྱ་བ་དེའང་སྤང་  
པོ་དང་རང་བཞིན་གཅིག་དང་ཐ་དད་གང་དུའང་མ་གྲུབ་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱུང་  
བྱེད་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་སམ་རང་བཞིན་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་  
སོ། །རང་བཞིན་གཅིག་དང་ཐ་དད་གིས་སྟོང་པ་དེ་རང་བཞིན་མེད་པའི་དོན་  
ལྟོག་ཡིན་པས་ཐ་སྙད་སྐྱབ་པ་འབའ་ཞིག་ཡིན་གྱིས་དོན་སྐྱབ་མ་ཡིན་ཏེ། རང་  
བཞིན་གཅིག་དང་ཐ་དད་གང་ཡང་མ་ཡིན་པའི་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་སྤང་  
པོ་གསུམ་པའི་དོན་གྱི་སྟོ་འདོགས་སྟེ་ས་མེད་པའི་བྱིར་རོ།

གཉིས་པ་ཚུལ་སྐྱབ་པ་ནི།

གཉིས་པ་ལ་བྱུང་བ་སྐྱབ་པ་དང་། ཕྱོགས་ཆོས་སྐྱབ་པའོ། །དང་པོ་ནི།  
རང་བཞིན་གཅིག་དང་ཐ་དད་པན་ཚུན་སྤང་འགལ་ལ་བརྟེན་པའི་དངོས་  
འགལ་དུ་ངེས་པའི་ཚད་མས་དགག་བྱའི་ཆོས་ལ་རྟགས་ལོག་གི་བྱུང་བ་  
ངེས་ཤིང་། ཕྱོགས་ཆོས་ངེས་པའི་ཚད་མ་དང་གཉིས་བསྟོམས་པའི་བྱེད་  
པས་རྟགས་མི་མ་ཐུན་ཕྱོགས་ལས་ལྟོག་པ་དང་མ་ཐུན་ཕྱོགས་ཁོ་ན་ལ་ཡོད་  
པར་ངེས་པའི་རྗེས་བྱུང་ངེས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ལ། སྤང་པོ་དང་གང་ཟག་རང་རྒྱ་བ་རང་བཞིན་ཐ་དད་དུ་

མེད་པ་དབང་རྣམས་ཀྱིས་མངོན་སུམ་གྱིས་འབྱུང་ཅིང་། དབང་བརྒྱལ་གྱིས་  
 རང་བཞིན་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ལ་བརྟེན་པའི་རྗེས་དཔག་གིས་ངེས་  
 སོ། །རང་བཞིན་གཅིག་ཏུ་མ་གྲུབ་པར་སྐྱབ་པ་ལ་རྟགས་འགོད་པ་ནི། རང་  
 རྒྱུད་ཀྱི་ཕུང་པོ་འདི་གང་ཟག་རང་རྒྱ་བ་དང་རང་བཞིན་གཅིག་ཏུ་མེད་དེ། མི་  
 རྟག་ཅིང་གཞན་དབང་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟོག་བྱུང་ཡོད་དེ། གང་ཟག་རང་  
 རྒྱ་བ་ཡིན་ན་རྟག་པ་དང་རང་དབང་ཅན་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྟགས་  
 སྐྱབ་པ་ནི། དེ་ཆོས་ཅན། གཞན་དབང་ཅན་ཡིན་ཏེ་ལས་ཉོན་གྱིས་འདུས་  
 བྱས་པའི་ཕྱིར། དེའི་རྟགས་ནི་སྤར་བཤའ་པའི་གང་ཞིག་བདག་མཐོང་དེ་ལ་  
 བོ། །ཞེས་པའི་རིགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ངེས་པ་ཡིན་ནོ། །བྱུང་སྟེ་རྟགས་སུ་  
 བཀོད་པའི་དོན་དེ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་དོན་ལྟོག་ཡིན་པས་སོ། །

རྟགས་སྤར་སྐྱབ་པ་ལ་རྟགས་འགོད་པ་ནི། རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཕུང་པོ་ཆོས་  
 ཅན། མི་རྟག་སྟེ། བྱས་པའི་ཕྱིར། དེའི་ཕྱོགས་ཆོས་ནི་དབང་པོ་བརྒྱལ་པོ་ལ་  
 ཐ་སྙད་འབའ་ཞིག་སྐྱབ་དང་དབང་རྣམས་ལ་རྒྱ་འབྲས་ངེས་བྱེད་ཀྱི་མངོན་སུམ་  
 ཆད་མས་གྲུབ་ཅིང་། དེའང་ཆེ་འདིའི་ཕུང་པོ་སྤར་བྱེད་འཕེལ་འབྱིབ་བྱེད་པར་  
 འཇལ་བའི་མངོན་སུམ་གྱིས་གྲུབ་པ་ཡིན་ཀྱི་སྟེ་བ་སྤར་མའི་ལས་ཉོན་སོགས་  
 ལས་སྟེ་བར་རྟགས་ཀྱིས་བསྐྱབ་དགོས་སོ། །

བྱུང་བ་སྐྱབ་པ་ནི་རྗེས་བྱུང་སྐྱབ་བྱེད་ལྟོས་མེད་ཀྱི་རྟགས་དང་། རྟོག་  
 བྱུང་སྐྱབ་བྱེད་གཞོན་པ་ཅན་ཀྱི་རྟགས་སོ། །དང་པོ་ལ་རྟགས་འགོད་པ་ནི་

གང་ཞིག་གང་གི་ངོ་བོར་འགྱུར་བ་ཕྱིས་འབྱུང་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་གཞན་ལ་  
 ལྟོས་པ་མེད་པར་དེའི་ངོ་བོར་གྲུབ་པ་ལ་དེའི་ངོ་བོར་ངེས་པས་བྲུབ་སྟེ།  
 དཔེར་ན་ནས་ཀྱི་ལྷ་གུའི་རྒྱ་ཆོགས་ཐ་མས་ནས་ཀྱི་ལྷ་གུ་བསྐྱེད་པ་བཞིན་  
 བྱས་པའང་འཇིག་པའི་ངོ་བོར་འགྱུར་བ་ཕྱིས་འབྱུང་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་  
 གཞན་ལ་བལྟོས་པ་མེད་པར་འཇིག་པའི་ངོ་བོར་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 བྱའོ། །དེའི་བྲུབ་པ་མངོན་སུམ་གྱིས་གྲུབ་ཅིང་སྟོགས་ཆོས་ནི་ཕྱིས་འབྱུང་  
 གི་རྒྱས་འཇིག་པ་བྱས་པའི་ངོ་བོར་གྱུར་བ་བསྐྱེད་ན་རང་རྒྱ་ལས་འཇིག་  
 པའི་ངོ་བོར་གྲུབ་ཟིན་ལ། དོན་གཞན་བྱེད་ན་བྱས་པ་འཇིག་པར་མ་སྐྱེས་པར་  
 འགྱུར་ཏེ། བྱས་པ་ལས་དོན་གཞན་པའི་འཇིག་པ་ཁོན་ལ་པན་བཏགས་པའི་  
 ཕྱིར་ཞེས་སོགས་ཀྱི་གཞོད་པ་བསྟན་པ་ལས་ངེས་སོ། །

གཞོད་པ་ཅན་གྱི་ཉགས་ནི་ཉག་པ་ཆོས་ཅན། བྱས་པས་སྟོང་སྟེ། དུམ་  
 དང་ཅིག་ཅར་གྱི་དོན་བྱེད་པས་སྟོང་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་  
 ནམ་མཁའ་བཞིན་ནོ་ཞེས་པའི་བྲུབ་པ་ནི་དོན་བྱེད་ཚུལ་ལྟར་གསུམ་བཞག་  
 པས་འགྱུར་ཅིང་། སྟོགས་ཆོས་ནི་ཉག་པས་འབྲས་བུ་ཐམས་ཅད་ཅིག་ཅར་  
 བྱེད་པ་ལ་འབྲས་བུ་རྣམས་དུམ་གྱིས་སྐྱེ་བར་མངོན་སུམ་ཚད་མས་མཐོང་  
 བས་གཞོད་ལ། དུམ་གྱིས་དོན་བྱེད་ན་འབྲས་བུ་དུམ་པས་བྱེད་པའི་རང་  
 བཞིན་སྔ་ཕྱི་དུ་མ་ཁས་ལེན་དགོས་པས་མི་ཉག་པར་འགྱུར་གྱི་ཉག་པ་  
 ཉམས་སོ། །འབྲེལ་བ་མེད་པར་ནི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་དང་སྟོག་པ་ངེས་པ་མེད་དེ་

ཞེས་ཇེས་སུ་འགྲོ་ཕྱོག་གི་བྱུང་བ་འབྱུང་བ་ལ་འབྲེལ་བ་བྱུང་དགོས་པར་  
བཤད་པའི་དོན་ནི་འདི་ལྟར་ཡིན་ཏེ། བྱས་པ་མི་རྟག་པ་ལས་ཐ་དད། མི་རྟག་  
པ་ལོག་ན་བྱས་པ་ལོག་པ་ནི་བྱས་པ་མི་རྟག་པ་ལ་འབྲེལ་བའི་དོན་ཡིན་ལ།  
དོན་ཕྱོག་གི་ཟུར་སྤྱི་མ་གཞི་དེ་པ་ཅན་གྱི་རྟགས་ཀྱིས་བསྐྱབ་པ་ཡིན་ཏེ། ལོག་  
ན་ཕྱོག་ཅེས་བརྗོད་ཀྱང་། མི་རྟག་པ་ཕྱོག་པའི་གཞི་ལ་བྱས་པ་ཕྱོག་པར་བྱུང་  
པའི་དོན་ཏེ། དེ་ངེས་པའི་ཆད་མ་དང་རྟགས་ངེས་པའི་ཆད་མ་གཉིས་ལ་  
བསྟོས་ནས་ཇེས་སུ་འགྲོ་ཕྱོག་གི་བྱུང་བ་ངེས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ།

འདི་ལྟར་བསམ་པར་བྱ་སྟེ། རྟག་པ་ལ་བྱས་སྟངས་ངེས་པའི་ཆད་མ་  
ངེས་རྟག་པའི་གསལ་བའི་དབྱེ་བ་མཐའ་དག་ལ་བྱས་པ་མི་སྤྱི་དེ་པར་ངེས་  
སམ་མ་ངེས། མ་ངེས་ན་སྤྱིར་གྲོལ་དེ་རྟག་པའི་གསལ་བའི་དབྱེ་བ་འགའ་  
ཞིག་ལ་བྱས་པ་འཇུག་པར་དྲོགས་སམ་མི་དྲོགས། དང་པོ་ལྟར་ན་མི་མཐུན་  
ཕྱོགས་ལ་མེད་ངེས་སུ་མི་འབྱུང་པར་འབྱུང་ལ། སྤྱི་མ་ལྟར་ན་དྲོགས་པ་  
གཙོ་བོ་བྱེད་ཀྱི་ཆད་མ་གཞན་བསྟན་དགོས་ན་རྙེད་པ་མ་ཡིན་ཞིང་རྙེད་ན་  
ཆད་མ་གཞན་ཐུག་མེད་དུ་བསྟན་དགོས་པར་འབྱུང་རོ། ལྟར་གྱི་དེ་ངེས་ན་  
བྱས་པ་ལ་མི་རྟག་པས་བྱུང་བ་ངེས་པའི་ཆད་མ་ངེས་བྱས་པའི་གསལ་བའི་  
དབྱེ་བ་མཐའ་དག་ལ་མི་རྟག་པས་བྱུང་བ་ངེས་པར་འབྱུང་ཞིང་། དེ་ལྟར་ན་  
སྤྱིར་བྱས་པ་ལ་འཇུག་མི་རྟག་པས་བྱུང་བ་ངེས་པས་བྱུང་བ་ངེས་པ་ན་བསྐྱབ་  
བྱ་འབྱུང་པར་འབྱུང་རོ། །ཞེ་ན། སྤྱིར་མེད་དེ། གཞི་དེ་པ་ཅན་གྱི་ཆད་མ་ངེས་



བྱས་པ་རྟག་པའི་གསལ་བའི་དབྱེ་བ་མཐའ་དག་ལ་འཇུག་མི་སྲིད་པར་མ་  
 དེས་ཀྱང་འཇུག་པར་འཇིན་པའི་སློ་འདོགས་གཙུག་ཅུས་ཤིང་། རྟག་པའི་  
 བྱད་པར་ལ་སློ་ཁ་སྤྱོད་པའི་ཆེ་བྱས་པས་སྟོང་པའི་དེས་པ་འདྲེན་པར་བྱེད་  
 པ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་རྗེས་སྤྱོད་དེས་པའི་ཚད་མ་དེས་བྱས་པའི་གསལ་བ་མཐའ་  
 དག་ལ་མི་རྟག་པས་མ་སྤྱོད་པར་འཇིན་པའི་སློ་འདོགས་གཙུག་ཅུས་པར་  
 འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། མཚུངས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྤྱི་དེས་ཀྱང་སྤྱིས་བྱད་པར་དུ་བྱས་  
 པའི་བྱེ་བྲག་མཐའ་དག་དེས་པས་མ་སྤྱོད་ལ་སྤྱི་ཁྱེད་པས་ན་དེས་བྱད་པར་དུ་  
 བྱས་པའི་བྱེ་བྲག་མཐའ་དག་ཁྱེད་པས་པའི་བྱེར་རོ། །

ཡང་གཞོན་པ་ཅན་གྱི་ཚད་མ་དེས་རྟག་པ་བྱས་པའི་གསལ་བའི་དབྱེ་  
 བ་མཐའ་དག་གིས་སྟོང་པར་དེས་སམ་མ་དེས། དང་པོ་ལྟར་ན། རྗེས་སྤྱོད་  
 དེས་པའི་ཚད་མ་དེས་ཀྱང་བྱས་པ་ལ་མི་རྟག་པའི་གསལ་བའི་དབྱེ་བ་མཐའ་  
 དག་གིས་སྤྱོད་པར་དེས་པར་འགྱུར་ཞིང་། དེ་ལྟར་ན་སྤྱོད་པར་དེས་ན་བསྐྱབ་བྱ་  
 བྱལ་པ་སོགས་ཀྱི་སློན་དུ་འགྱུར་ལ། སྤྱི་མ་ལྟར་ན། བྱས་པའི་གསལ་བའི་  
 དབྱེ་བ་འགའ་ཞིག་རྟག་པ་ལ་འཇུག་པར་དོགས་པ་སོགས་ཀྱི་སློན་དུ་འགྱུར་  
 ཞིང་། དེ་ལྟར་ན་རྟག་པ་མི་མཐུན་སྤྱོད་པས་ལ་མེད་དེས་སུ་མི་འགྱལ་པ་སོགས་  
 ཀྱི་སློན་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེའང་མཚུངས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྤྱི་བྱས་པ་ཅམ་  
 གྱིས་སྟོང་པའི་སྤྱོད་པར་དེས་ན་དེས་བྱད་པར་དུ་བྱས་པའི་གསལ་བའི་དབྱེ་བ་  
 མཐའ་དག་གིས་སྟོང་པའི་སྤྱོད་པར་དེས་ལ་མི་རྟག་པ་ཅམ་གྱི་སྤྱོད་པར་དེས་

ཀྲང་དེས་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་པའི་གསལ་བའི་དབྱེ་བ་མཐའ་དག་གིས་སྐབ་པ་  
དེས་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེས་ན། དེ་ཕྱིར་མི་རྟག་ལས་སྐྱབ་བསྐྱལ། །སྐྱབ་བསྐྱལ་ལས་ནི་བདག་  
མེད་གསུངས། །ཞེས་ཕུང་པོ་བདག་མེད་དུ་དེས་པ་ལ་དེའི་སྒྲ་རོལ་དུ་མི་རྟག་  
པ་དང་སྐྱབ་བསྐྱལ་གཉིས་དེས་དགོས་པར་གསུངས་པ་ནི་སྒྲར་བཤད་པ་ལྟར་  
བདག་མེད་དེས་པའི་སྟོགས་ཆོས་སྐྱབ་པའི་ཡན་ལག་དུ་འགྱུར་བ་ལ་  
དགོངས་པ་ཡིན་ཞིང་རྣམ་པ་ལྟག་མ་རྣམས་བདག་མེད་པའི་རྣམ་པ་སྟོང་བྱེད་  
དུ་བཤད་པའི་དོན་ཡང་དེ་ཉིད་ཡིན་ཏེ་འཆད་པར་འགྱུར་རོ། །

སྒྲར་བདག་མེད་སྐྱབ་པའི་རྟགས་སུ་བཀོད་པའི་ཕུང་པོ་དང་རང་  
བཞིན་གཅིག་དང་ཐ་དད་ཀྱིས་སྟོང་པ་ནི་སྐྱབ་བསྐྱལ་བདེན་པའི་ཁྱད་ཆོས་  
སུ་བརྟན་པའི་སྟོང་པ་བདག་མེད་དང་དོན་གཅིག་ལ། རོ་བོ་དང་དོན་གཞན་  
ཀྱི་བདག་དུ་སྟོ་འདོགས་པའི་ཀུན་བརྟགས་ཀྱི་བདག་འཛིན་ཀྱི་ཞེན་ཡུལ་  
བཀག་པ་ཡིན་ཞིང་། བསྐྱབ་བྱར་བཟུང་བ་ནི་བདག་འཛིན་ལྟན་སྐྱེས་ཀྱི་ཞེན་  
ཡུལ་བཀག་པའི་བདག་མེད་དོ། །གང་ཟག་རང་རྒྱ་བ་ཆོས་ཅན་དུ་འཛིན་པ་  
མི་རིགས་ཏེ། གཞི་ཆོས་ཅན་བཀག་ན་དེ་དང་རྟགས་ཆོས་ཆོགས་པའང་  
ཞེགས་པས་དམ་བཅའ་ལ་ཆད་མས་བསལ་བ་དང་རྟགས་སྟོགས་ཆོས་མི་  
འགྱུབ་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། སྟོན་མེད་དེ། རྟགས་ཆོས་གཉིས་དང་ཁྱད་གཞི་  
ཁྱད་ཆོས་ཀྱི་སྟོན་ས་རང་གི་རྟོན་དུ་གྱུར་པའི་ཆོས་ཅན་བཀག་ན་སྟོན་དེར་

གྱུར་པ་ཡིན་གྱིས། ཆོས་ཅན་འབའ་ཞིག་པ་བཀག་པས་མི་འགྱུར། ཆོས་ཅན་  
 འབའ་ཞིག་པ་བཀག་པ་ནི་དགག་བྱའི་ཆོས་དང་ཆོག་པ་པ་འགོག་པའི་  
 ཐབས་སུ་འགྱུར་བ་ཡིན་གྱིས་གཞོན་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་མི་འགྱུར་རོ། །དོན་དེ་  
 ལ་དགོངས་ནས་སློབ་དཔོན་གྱིས། མངོན་སུམ་དོན་དང་རྗེས་དཔག་དང་། །  
 ཡིད་ཆེས་གྲགས་པས་རང་རྟེན་ལའོ། །ཞེས་རང་གི་རྟེན་ཞེས་སློབ་ཀྱི་རྟེན་  
 ཅ་མ་ལའོ་ཞེས་མ་སློབ་སོ། །འོ་ན་རྟགས་ངེས་པའི་གཞི་ཆོས་ཅན་མི་སྤྱི་  
 པས་སྟོགས་ཆོས་མ་གྲུབ་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། སྟོན་མེད་དེ། ཕྱིར་གྲོལ་གྱིས་  
 གང་ཟག་རང་རྒྱ་བ་དང་དེར་སྒྲུབ་བ་གཉིས་གཅིག་ཏུ་འབྲུལ་ནས་ཤེས་འདོད་  
 ཟུགས་ཤིང་དེར་སྒྲུབ་པའི་སྒྲ་དོན་གྱི་སྟེང་དུ་རྟགས་ཆད་མས་གྲུབ་ལ། གང་  
 ཟག་རང་རྒྱ་བ་ཆོས་ཅན་དུ་མ་བཟུང་ན་གང་ཟག་གི་བདག་རང་སྟོགས་ནས་མི་  
 ཞིགས་ཤིང་ཕྱིར་གྲོལ་དེར་སྒྲུབ་གི་སྒྲ་དོན་དང་གཅིག་ཏུ་ཞེན་ནས་འཇུག་  
 པས་སྒྲ་དོན་ཆོས་ཅན་དུ་མི་རུང་པའི་སྟོན་ཡང་མེད་དོ། །དེས་ན་རྟགས་ཡང་  
 དག་ཡིན་ན་ཤེས་འདོད་ཆོས་ཅན་གཞི་གྲུབ་པས་ཁྱབ་ཀྱང་རྟགས་ཡང་དག་  
 གི་ཤེས་འདོད་ཆོས་ཅན་ཡིན་ན་གཞི་གྲུབ་པས་མ་ཁྱབ་བོ། །བྱས་པ་ལ་  
 སོགས་པའི་གཏན་ཆོག་ལ་ནི་མི་མཚུངས་ཏེ་སྒྲ་དོན་ཆོས་ཅན་དུ་བྱས་ན་  
 སྟོགས་ཆོས་མི་འགྱུར་པའི་ཕྱིར། འདི་དག་གི་དོན་རྒྱས་པར་ཤེས་འདོད་ན་  
 དབུ་མ་སྒྲུབ་བ་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །

སློབ་དཔོན་གྱིས་ཆད་མ་གྲུབ་པར་གྲོལ་ལམ་གྱི་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་ཇི་ལྟར་བསྟན་པ།

གསུམ་པ་ནི། སློབ་དཔོན་གྱིས་གཞན་སྤྱེས་ཁས་སྦངས་པའི་དབང་

སོགས་བདག་གི་བ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་རྒྱ་རུ་བསྐྱོམ་པ་དང་། རང་བཞིན་དང་།  
སྦྱེས་བྱ་དང་། ཆགས་བྱ་རྣམས་ཐ་དད་དུ་ཤེས་པར་བྱེད་པ་དང་། བཀའ་ལྷན་  
ཅམ་གྲོལ་བྱེད་དུ་འདོད་པ་དང་། དཀའ་ཐུབ་གྱིས་ལས་ཟད་པར་བྱེད་པ་གྲོལ་  
ལམ་དུ་འདོད་པའི་སྤྱོད་སྤྱོད་བཞི་བཀའ་ནས། བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་  
རབ་ཉིད་སྤྲིད་པ་ལས་གྲོལ་བའི་ལམ་གྱི་གཙོ་བོ་དང་རྣམ་པ་ལྷག་མ་རྣམས་  
དེའི་ཡན་ལག་ཏུ་གསུངས་པས། བསྟན་བཅོས་གང་དུ་སྤྲིད་པ་ལས་གྲོལ་བའི་  
ལམ་གྱི་གཙོ་བོ་བསྟན་མ་བསྟན་ནི་བདག་མེད་གཏན་ལ་ཐབ་མ་ཐབ་ཀྱི་སྒྲོ་  
ནས་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཆོད་མ་གྲུབ་པའི་ལེ་ཏུར་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཅམ་  
ལས་མ་བསྟན་པ་ནི། སྤྲིད་པ་ལས་གྲོལ་བ་ཅམ་དོན་དུ་གཉེར་བའི་ཉན་རང་  
དང་ཐུན་མོང་བའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ཞིང་། དེར་ཤེས་སྒྲིབ་ཀྱང་མི་རྟག་  
སོགས་བརྩུ་བྱུག་ལ་སྒྲོ་མི་གསལ་བའི་ཉན་མོངས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་མི་ཤེས་  
པ་ལ་བཤད་དོ། །ཐེག་པ་ཆེན་པོར་བཞུད་པའི་ལམ་གྱི་དམིགས་པའི་གཙོ་  
བོར་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་དང་། དེའི་དགག་བྱ་རྣམས་ནི་མདོན་སུམ་གྱི་  
ལེ་ཏུར་གཏན་ལ་ཐབ་པ་ཡིན་ནོ།།

གཉིས་པ་རྣམ་པ་ལྷག་མ་རྣམས་བདག་མེད་པའི་རྣམ་པ་སྦྱོང་བྱེད་ཀྱི་ཡན་ལག་ཏུ་བསྟན་པ་གཉིས།

གཉིས་པ་ལ་དངོས་དང་། ཀྱན་མཁྱེན་འབྱུང་རུང་དུ་དཔོག་པའི་གཏན་  
ཆིགས་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་དངོས་ནི།

དང་པོ་ནི། སྦྱོང་ཉིད་ལྟ་བུས་གྲོལ་འགྱུར་གྱི། །སྒྲོམ་པ་ལྷག་མ་དེ་དོན་

ཡིན། །ཞེས་བཤད་པས་རྣམ་པ་ལྷག་མ་རྣམས་ནི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་  
ཤེས་རབ་བསྐྱེད་པའི་ཐབས་ཀྱི་རྒྱུར་ཡོངས་སུ་སྦྱོང་བྱེད་ཀྱི་ཡན་ལག་ཡིན་  
ཏེ། གུན་འབྱུང་སོགས་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་སྦྱོ་འདོགས་པའི་སྦྱོ་འདོགས་  
བསལ་ནས་བདག་མེད་གོམས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །བདེན་བཞིའི་རྣམ་  
གཞག་རྒྱས་པར་བྱེ་ན་རེ་རེ་ལའང་བཞི་བཞི་བཅུ་དྲུག་ཏུ་ཡོད་དེ་དཔེར་  
མཆོན་ན་གུན་འབྱུང་གི་རྣམ་པ་བཞིའི་ལོག་སྟོགས་རྒྱ་མེད་དུ་འཛིན་པ་  
སོགས་དེའི་ཐ་སྙད་ཀྱི་གུན་འབྱུང་དང་། དེ་དག་གི་འབྲས་བུ་སྟུག་བསྐྱེད་དང་  
གུན་འབྱུང་གི་རྣམ་པ་བཞི་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ལམ་དང་། དེ་གོམས་པས་སྦྱོ་  
འདོགས་བཞིའི་ས་བོན་དང་བྲལ་བ་འགོག་པས་ཏེ། དེ་བཞིན་དུ་བདེན་པ་  
ལྷག་མ་རྣམས་ལའང་ཤེས་པར་བྱའོ། །སྦྱོ་འདོགས་བཅུ་དྲུག་ནི་སྟུག་བསྐྱེད་  
ལ་གཙང་བདེ་རྟོག་བདག་ཏུ་འཛིན་པའི་སྦྱོ་འདོགས་བཞི་དང་། གུན་འབྱུང་ལ་  
སྟུག་བསྐྱེད་རྒྱ་མེད་དུ་འཛིན་པ་དང་མི་མ་ཐུན་པ་རྒྱུར་འཛིན་པ་ལའང་རྒྱ་  
གཅིག་ཏུ་ཁོ་ནར་འཛིན་པ་དང་། སྤྱི་ཚངས་པ་འགྱུར་བས་བྱས་པར་འཛིན་  
པ་དང་། དབང་སྟུག་སོགས་ཀྱི་སྦྱོ་སྦྱོན་དུ་བཏང་ནས་བྱས་པར་འཛིན་པ་བཞི་  
དང་། འགོག་པ་ལ་ལོག་ཞུགས་ཐར་པ་གཏན་མེད་དུ་འཛིན་པ་དང་། ཉོན་  
མོངས་མ་ཞི་བའི་ཟག་བཅས་ཀྱི་བྱེད་པར་འགའ་ཞིག་ཐར་པར་འཛིན་པ་དང་།  
སྟུག་བསྐྱེད་འགགས་པ་ལས་ལྷག་པའི་ཐར་པ་ཡོད་པར་འཛིན་པ་དང་། རེ་  
ཞིག་ཐར་ཡང་གཏན་དུ་ཐར་པ་མི་སྲིད་པར་འཛིན་པ་བཞི་དང་། ལམ་ལའང་



ཐར་ལམ་གཏན་མེད་དུ་འཛིན་པ་དང་། བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་  
ཐར་ལམ་མ་ཡིན་པར་འཛིན་པ་དང་། དེ་ཡུལ་གྱི་གནས་ལུགས་ལ་ལོག་པར་  
ཞུགས་པར་འཛིན་པ་དང་། དེས་སྤྱག་བསྐྱེད་གཏན་ཟད་པར་བྱེད་མི་རུས་  
པར་འཛིན་པ་བཞིའོ། །སྒྲོ་འདོགས་བཅུ་དྲུག་པོ་དེ་དག་པལ་ཆེར་ཀྱན་  
བརྟགས་གྱིས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ནོ།

གཉིས་པ་ཀྱན་མཁུན་འབྱུང་བུ་དཔོག་པའི་གཏན་ཆོགས་བཤད་པ་ནི།

གཉིས་པ་ནི། བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཆོས་ཅན། གོམས་  
བྱེད་གྱི་ཡན་ལག་དང་མ་བུལ་བར་བྱས་ན་གོམས་བྱའི་དོན་ལ་གསལ་བ་  
མཐར་ཐུག་པར་འགྱུར་ཏེ། རྟོན་བརྟན་གོམས་པར་བྱས་ཟིན་འབད་ཚེ་ལ་  
བསྐྱར་མ་ལ་མི་བཟོས་པའི་སེམས་རྒྱུད་གྱི་ཆོས་ཡིན་པའི་བྱིར། དཔེར་ན་  
འདོད་ཆགས་བཞིན་ཞེས་པ་ནི་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་སོ། །དེའི་ཆོས་ཅན་ནི་  
སྤར་བསྐྱབས་ཟིན་ལ། རྟོན་བརྟན་པར་གང་གིས་འགྱུར་ན། རྟོན་ནི་སེམས་  
གསལ་རིག་ཅུ་མ་ཡིན་ལ། དེའི་ལ་མཐའ་དང་མ་མཐའ་ཐུག་མེད་དུ་བསྐྱབ་  
པའི་རིགས་པས་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་སྐྱེས་མ་ཐག་གི་རིག་པ་ལྟ་བུ་དེ་ལ་རྒྱ་  
མེད་ན་རེས་འགའ་སྐྱེ་བར་འགལ་བས་གཞོད་ལ། རྒྱ་ཡོད་ན་རྟག་པའམ་མི་  
རྟག་པ་ཡིན། དང་པོ་ལྟར་ན་རྟག་དངོས་ཡིན་ན་ཡུལ་དང་དུས་དང་རང་བཞིན་  
གང་ལའང་མ་བྲལ་བ་མི་སྤིད་པས་འབྲས་བུ་དང་རྗེས་སུ་འགྲོ་ལྟོག་ངེས་པ་  
མི་སྤིད་དོ། །སྤྱི་མ་ལྟར་ན་བེམ་རིག་གཉིས་སུ་ཁ་ཆོན་ཆོད་ལ། བེམ་པོས་  
ཉེར་ལེན་བྱེད་ན་དབང་པོ་དང་བཅས་པས་སམ་སྤྱི་རོལ་གྱི་བེམ་པོས་ཡིན།

དང་པོ་ལྟར་ན་དབང་པོ་ཀུན་ཆོག་ས་པ་རྒྱུར་དགོས་སམ་གང་རུང་རེ་རེས་  
 ཆོག། །དང་པོ་ལྟར་ན་མིག་དབང་མ་ཆང་ནའང་ཡིད་སློ་མི་སྦྱེ་བར་འགྱུར་ལ།  
 སྦྱེ་མ་ལྟར་ན་མིག་ཤེས་བཞིན་དུ་རྟོག་པས་ཀྱང་གཟུགས་གསལ་བར་འཛིན་  
 བར་འགྱུར་ལ། སྦྱེ་རོལ་གྱི་བེམ་པོས་ཉེར་ལེན་བྱེད་ན། ཡན་ལག་ཅན་གྱི་  
 རྣམ་གྱིས་སམ། རྩལ་སྤྲན་གྱིས་བྱེད། དང་པོ་མི་རིགས་ཉེ་ཡན་ལག་ཅན་གྱི་  
 རྣམ་དེ་སྦྱེ་རོལ་རགས་པའང་ཡིན་ལ་རང་གི་བདག་ཉིད་དུ་གྱུར་པའི་ཆ་ཤས་  
 རྣམ་ཐ་དད་དུ་མ་མེད་པ་དང་ཡན་ལག་རྣམས་ལས་རྣམ་ཐ་དད་དུ་ཁས་  
 སྐྱངས་པས། གདོང་གོས་གྱིས་བསྐྱེབས་ན། ལུས་ཐམས་ཅད་དང་ཡན་ལག་  
 གཞན་རྣམས་ཀྱང་གོས་གྱིས་བསྐྱེབས་པ་དང་། གཞན་མ་བསྐྱེབས་ན་སྐྱེབས་  
 མ་སྐྱེབས་ཆ་གཉིས་ཡོད་པར་འགྱུར་བ་དང་། སྐྱེབས་མ་སྐྱེབས་གྱི་ཆ་གཉིས་  
 ཡན་ལག་རྣམས་ལ་ཡོད་གྱི་ཡན་ལག་ཅན་ལ་མེད་པར་འདོད་ན། གདོང་  
 གོས་གྱིས་བསྐྱེབས་པའི་ཆེ་ཡན་ལག་ཅན་གྱི་གདོང་མ་བསྐྱེབས་པར་  
 གསལ་བར་མཐོང་བར་ཐལ་བ་སོགས་གྱིས་གཞོད་དོ། །རྩལ་སྤྲན་གྱིས་ཉེར་  
 ལེན་བྱེད་ན་རེ་རེ་བས་ཀྱང་། བསྟོས་མེད་དུ་བསྐྱེད་ན་ཡིད་རྟོག་དུ་མ་ཅིག་  
 ཅར་དུ་སྦྱེ་བར་འགྱུར་ལ། ཀུན་འཆོག་དགོས་ན་རྩལ་སྤྲན་གཅིག་མ་ཆང་  
 ནའང་མི་སྦྱེ་བར་འགྱུར་རོ། །མཐའ་གཞན་འགོག་པའི་རིགས་པ་དེ་དག་ལ་  
 བརྟེན་ནས་ཤེས་པས་ཉེར་ལེན་བྱེད་པར་གྲུབ་ལ། དེ་ལའང་རང་རྒྱུད་གྱིས་  
 བསྐྱུས་པ་དང་གཞན་རྒྱུད་གྱིས་བསྐྱུས་པ་གཉིས་ལས་གཞན་རྒྱུད་པ་མ་ལྟ་

བྱེད་ཤེས་པས་དངོས་ཀྱི་ཉིང་ལེན་བྱེད་ན། ས་བཟོ་མཁས་པ་དང་སྒྲུན་པ་  
 ལས་བྱུང་དེ་ལྟར་འགྱུར་བ་སོགས་ཀྱི་སྒྲིན་དུ་འགྱུར་བས་རང་རྒྱུད་ཀྱི་རིག་  
 པ་སྤྲུལ་ཁོ་ནས་ཉི་ལེན་བྱེད་པར་གྱུ་བ་ལ། དེ་ལྟར་ན་རིག་པའི་ཡ་མཐའ་དང་  
 མ་མཐའ་ཐུག་པ་མེད་པས་སྐྱེ་བ་སྤྲུལ་གྱི་ཡོད་པར་ལེགས་པར་གྱུ་བ་པ་ཡིན་  
 བོ། །ཆུའི་བྱོད་བཞིན་དུ་ཉིན་མི་བརྟན་པ་མ་ཡིན་ཡང་། མཆོངས་པ་བཞིན་དུ་  
 མཐའ་མེད་དུ་འཕེལ་དུ་མི་རུང་ངོ་སྤྲུལ་ན། སྒྲིན་མེད་དེ། མཆོངས་པ་རང་གི་  
 རིགས་འདྲ་སྤྲུལ་པ་ལས་སྐྱེ་བའི་རྒྱས་པ་མེད་པར་རྩོལ་བ་སོ་སོས་པན་  
 བཏགས་པ་ལ་བསྟོས་ལ། བརྟེ་བ་དང་ཤེས་རབ་ལ་སོགས་པ་རང་གི་རིགས་  
 འདྲ་སྤྲུལ་པ་ལས་སྐྱེ་ཞིང་གོམས་ཟེན་ཡང་རྩོལ་བ་བསྐྱར་མ་ལ་མི་བསྟོས་པའི་  
 ཉགས་རང་རིག་མངོན་སུམ་གྱིས་འགྱུ་བ་པ་ཡིན་པོ། །ཡང་ན་བདེན་བཞིན་  
 གནས་ལུགས་སྤྱི་ཅི་མ་ལོག་པར་སྟོན་པའི་ངག་ཆོས་ཅན། མཐུན་པ་རྣམ་  
 དག་སྟོན་དུ་སོང་སྟེ། བརྟེད་པ་རྣམ་དག་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཞེས་པའི་ཉགས་ལས་  
 གྱུ་བ་སྟེ་གང་ཟག་བརྟེད་པ་རྣམ་དག་ཡོད་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་མཐུན་པ་རྣམ་  
 དག་སྟོན་དུ་སོང་ཞེས་བསྐྱབ་པ་མ་ཡིན་གྱི་སྤྱིར་སྟོན་སོང་བསྐྱབ་པ་ཡིན་  
 བོ།

ཡང་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་རང་སྟོག་ནས་བསྐྱབ་པའི་  
 རྩོལ་སྟོགས་ཅམ་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། གང་རང་གི་རྒྱུད་ལ་གཞོན་བྱེད་སྟོབས་  
 ལྡན་ཡོད་པ་དེ་ལ་རང་ཉིད་གཉིན་པོའི་སྟོབས་ཀྱིས་རྒྱན་བྱེད་པ་ཡོད་པས་

ཁྱབ་སྟེ། དཔེར་ན་མེ་དང་ཉེ་བས་གང་འབྲས་སྤྱ་ཡོང་བྱེད་ཟད་པ་མཐོང་བ་  
བཞིན། སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཕྱང་པོ་འདིའི་རྒྱན་ལའང་གཞོད་བྱེད་སྟོབས་ལྡན་  
དམིགས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་རང་བཞིན་གྱི་ཏྲགས་སོ། །ཁྱབ་པ་མངོན་སུམ་གྱིས་  
གྲུབ་ཅིང་ཕྱོགས་ཆོས་སྒྲར་བ་ཤད་པ་ལྟར་བདག་འཛིན་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་རྒྱ་  
འབྲས་སྤྱ་འགྲུར་ཚུལ་དང་བདག་མེད་སྐྱབ་པའི་རིགས་པ་རྣམས་ལས་ཤེས་  
པར་བྱའོ། །ཏྲགས་དེས་གྲུབ་པའི་དོན་སྤྱག་བསྐྱེད་གཉེན་པོའི་སྟོབས་གྱིས་  
ཟད་པ་ནི་ཐར་པ་ཞེས་བྱའོ། །

ཡང་གང་ལ་གཞོད་བྱེད་སྟོབས་ལྡན་མཐོང་བ་དེ་ལ་དེ་གཉེན་པོའི་  
སྟོབས་གྱིས་ཟད་པ་ཡོད་པས་ཁྱབ་སྟེ། དཔེར་ན་མེ་དང་ཉེ་བས་གང་རེག་  
ལོག་པ་མཐོང་བ་བཞིན། གཟུང་འཛིན་རིག་གསུམ་རྣམས་ཐ་དད་དུ་འཛིན་  
པའི་རྟོག་པ་ལའང་གཞོད་བྱེད་སྟོབས་ལྡན་དམིགས་སོ་ཞེས་བྱ་ཡི། ཏྲགས་དེ་  
ལས་ཆོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་ཟད་པའི་སྤངས་པ་ཡོད་པར་གྲུབ་ལ། དེ་གྲུབ་ན་  
བདེན་བཞིའི་གནས་ལུགས་རྟོགས་པ་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ་འདུར་རུང་བར་  
དངོས་སྟོབས་ཀྱི་རིགས་པས་གྲུབ་ཅིང་ཆོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་ཟད་པ་དང་  
ཆོགས་པ་གཅིག་པའི་བདེན་བཞིའི་གནས་ལུགས་རྟོགས་པ་དེ་ལ་ཀྱན་  
མཁེན་ཞེས་བྱའོ། །ཚུལ་འདི་དག་ནི་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁེན་པ་དངོས་  
སྟོབས་གྱིས་བསྐྱབ་པའི་ཚུལ་ཕྱོགས་ཙམ་ཡིན་ཏེ། འདི་དག་ལ་དཔག་ནས་  
མཐའ་དག་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱ་ཡི་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁེན་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་

སྒྲོག་གྲུང་ཡིན་པས་དེའི་སྐྱབ་བྱེད་ལུང་ཙམ་དུ་ཟད་དོ་ཞེས་རྟོག་གཏམ་སྐྱབ་  
 བར་མི་བྱ་སྟེ། རང་གི་སྟོན་པ་དང་བསྟན་པ་ལ་གཞན་གྱིས་བགྱི་བར་མི་རུས་  
 པའི་གཏིང་ཚུགས་པའི་ངེས་པ་མི་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཞིང་། དགོངས་འགྲེལ་  
 མཁན་པོ་རྣམས་ཀྱི་རིགས་པ་དེ་མ་མེད་པ་རྣམས་ལ་སྐྱར་པ་བཏབ་པར་ཡང་  
 འགྱུར་ཏེ། དེ་དག་དངོས་སྟོབས་ཀྱིས་མ་གྲུབ་ན་ལུང་ལ་བརྟེན་པའི་རྗེས་  
 དཔག་གི་རྣམ་གཞག་རྣམས་ཀྱང་བྱར་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་བདག་  
 ཉིད་ཆེན་པོ་ཡབ་སྐུས་རྣམས་ཀྱིས་སྟོན་པ་དང་བསྟན་པ་དམ་པའི་ཆོས་དང་  
 དེ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་པའི་དགེ་འདུན་རྣམས་དངོས་སྟོབས་ཀྱིས་བསྐྱབ་  
 པའི་ཚུལ་རྒྱས་པར་གསུངས་པ་རྣམས་ལ་ངེས་པ་ལེགས་པར་བྲངས་ནས་ཅེ་  
 གཅིག་ཏུ་སྒྲོས་སྟོས་འགོལ་བའི་སྐྱབས་འགོ་ལེགས་པར་བྱས་ན་མ་འོངས་པ་  
 ན་སྟོན་པའི་བསྟན་པ་ལ་གཞན་གྱིས་མི་བགྱི་བ། ཐེ་ཆོམ་ལས་ཀྣལ་བ། སོམ་  
 ཉི་ལས་ཀྣལ་བ་སོགས་སུ་འགྱུར་བས་ཐར་པ་ཐོབ་པར་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
 ཐོག་མར་འདི་ལ་ཆེས་ཆེར་འབད་པར་བྱའོ།

བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་གཏན་ལ་བབ་པ་གསུམ།

གསུམ་པ་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་གཏན་ལ་བབ་པ་ལ་དྲོགས་  
 པའི་གནས་འགོད་པ་དང་། དེའི་ལན་རྒྱས་པར་བཤད་པ་དང་། བདེན་གཉིས་  
 ཀྱི་རྣམ་གཞག་དངོས་སོ། །

དང་པོ་དྲོགས་པའི་གནས་འགོད་པ་གཉིས།

དང་པོ་ལ། ཉོགས་ལྡན་ལ་སྐྱེ་བའི་དོགས་པའི་གནས་འགོད་པ་དང་།



ནམ་དཔྱིད་གྱི་སྒོ་མི་ཞིབ་པ་དག་ལ་སྐྱེ་བའི་དོགས་པའི་གནས་འགོད་པའོ། །

དང་པོ་རྟོགས་ལྡན་ལ་སྐྱེ་བའི་དོགས་པའི་གནས་འགོད་པ་ནི།

དང་པོ་ནི། སྐྱེ་དང་བྱེ་བྲག་དང་རྟགས་དང་བསྐྱབ་བྱ་དང་དཔེ་དང་།  
དགག་པ་དང་། སྐྱབ་པ་དང་གཅིག་དང་ཐ་དད་ལ་སོགས་པ་ནམས་རྟོག་པས་  
སྒོ་བཏགས་སུ་བཤད་པའང་མཐོང་ཞིང་། སྐྱེ་ཡིན་ན་སྒོ་བཏགས་ཡིན་པས་  
བྱབ་པ་དང་དེ་བཞིན་དུ་རྟགས་སོགས་ལའང་བྱབ་ན། འབྲས་བུ་དོན་གཉིས་  
ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་དོན་བྱེད་རྒྱས་པ་པལ་པ་ནམས་དང་མངོན་པར་འདོད་  
པའི་དོན་གྱི་གཙུག་པོ་ཀུན་མཁྱེན་ལ་སོགས་པའི་ནམ་གཞག་བྱ་ས་མེད་པར་  
འགྱུར་ལ། དེ་ལྟར་ན་མི་རུང་བ་ཆེན་པོར་འགྱུར་བས། ནམ་གཞག་དེ་དག་མ་  
འཆོལ་བར་ཁས་སྐྱངས་པས་ཆོག་པ་དང་སྐྱེ་གཞི་མ་ཐུན་སོགས་དངོས་པོའི་  
དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་བྱབ་པ་ཁེགས་པའི་གཉིས་ཆོགས་དེ་རི་ལྟར་ཡིན་སྟམ་པ་  
དང་། བྱད་པར་དུ་བུམ་འཛིན་རྟོག་པ་དང་ཀུན་མཁྱེན་ངེས་པའི་རྟོག་པ་ལ་  
སོགས་པའི་ངེས་ལྷུལ་རང་མཆོན་དུ་བྱབ་ན་རྟོག་པ་དེ་དག་མ་འཁྱུལ་བར་  
འགྱུར་བས་དགག་སྐྱབ་ཐམས་ཅད་ཅིག་ཅར་བྱ་དགོས་པ་དང་ངེས་ལྷུལ་རང་  
མཆོན་དུ་བྱབ་པ་བཀག་ན་རང་མཆོན་དེ་དག་ངེས་པའི་ལྷུལ་དུ་འཛོག་ཚུལ་  
དེ་དག་ཞིན་དུ་དཀའ་ཞིང་ངེས་པའི་ལྷུལ་དུ་མ་གྱུར་ན་ཡོད་ངེས་སུ་མི་རུང་  
བས་ནམ་གཞག་ཐམས་ཅད་བྱར་མི་རུང་བར་འགྱུར་ཏེ། དེ་མེད་པར་ནི་དངོས་  
པོ་དང་། །དངོས་མེད་ནམ་གཞག་གང་གིས་རྒྱས། །ཞེས་བཤད་པ་ལྟར་རོ། །

དེས་ན་རྟོག་པའི་ངེས་ལྷུལ་རང་མཆོན་དུ་མ་བྱབ་པ་དང་རང་མཆོན་

རྟོག་པའི་ངེས་ཡུལ་དུ་བཞག་པས་ཆོག་པའི་རྣམ་གཞག་དང་། སྣང་བཏགས་  
གཅིག་ཏུ་བསྐྱེས་ནས་རྟོག་པ་ཡུལ་ལ་འཇུག་པ་དང་རང་གི་སྣང་བ་དོན་མེད་  
པ་ལ་དོན་དུ་ཞེན་ནས་འཇུག་པར་ལན་ཅིག་མ་ཡིན་པར་གསུངས་པ་ལ།  
རྟོག་པ་མཐའ་དག་རང་གི་གཟུང་རྣམ་ལ་སྤྱི་རོལ་དོན་དུ་ཞེན་ནས་འཇུག་པ་  
དང་རང་གི་སྣང་བ་སྤྱི་རོལ་གྱི་དོན་ནོ་སྟུང་དུ་ཞེན་ན་རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་ཞེན་  
ཡུལ་ལ་འཇུག་པར་འགྱུར་བས་གང་ལའང་ཡིད་བརྟན་བྱར་མེད་པར་འགྱུར་  
བས་སྣང་བཏགས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེ་ཚུལ་སོགས་ཇི་ལྟར་ཡིན་སྟུང་པ་དང་།  
རྟོག་པའི་ངེས་ཡུལ་དངོས་པོ་ཡིན་ན་སྤྱོད་རྟོག་ཡུལ་ལ་དགག་བྱ་བཅད་པ་ལ་  
མི་བསྟོས་པར་འཇུག་པར་འགྱུར་ལ་དེ་ལྟར་ན་དགག་སྐྱབ་ཐམས་ཅད་ཅིག་  
ཅར་བྱེད་དགོས་པར་འགྱུར་བས་དེ་དག་གི་འཛོག་ཚུལ་སྤྱི་ན་ཅི་མ་ལོག་པ་  
ཇི་ལྟར་ཡིན་སྟུང་དུ་བསམ་མོ།།

གཉིས་པ་རྣམ་དཔྱད་གྱི་སྒོ་མི་ཞིབ་པ་དག་ལ་སྤྱི་བའི་དོགས་པའི་གནས་འགོད་པ་ནི།

གཉིས་པ་ནི། རྟགས་དང་བསྐྱབ་བྱ་དང་སྤྱི་གཞི་མ་ཐུན་སོགས་དངོས་  
མེད་དུ་བཤད་པའང་མཐོང་ཞིང་དེ་དག་གི་རྣམ་དབྱེ་ལེགས་པར་འབྱེད་པའི་  
སྒོའི་མ་ཐུ་དང་བྲལ་བས་རྣམ་གཞག་འདི་ལྟར་བྱེད་དེ། རྟོག་པའི་ཡུལ་དོན་  
དམ་པར་མ་གྲུབ་ན་དོན་དམ་རྟོག་པའི་ཡུལ་དུ་འགལ་སྟུང་ནས། མཁས་པ་  
ལ་ཐེ་ཆོམ་སྤྱི་བའི་གནས་དེར་ཐེ་ཆོམ་མེད་པར་ཁ་ཆོན་བཅད་ནས་རྟོག་པ་  
ཐམས་ཅད་རྫོམས་ནས་འཇུག་པ་མ་གཏོགས་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་  
ཡུལ་དུ་བྱེད་པ་མི་སྤྱི་དེ་ཡུལ་ལ་འཇུག་པའི་ཆེའང་རང་ལ་སྣང་བ་སྤྱི་

རོལ་གྱི་དོན་ཡིན་ནོ་སྒྲུལ་དུ་ཞེན་ནས་འཇུག་པས་ལོག་ཤེས་འབའ་ཞིག་  
 ཡིན་ལ། སྒྲིལ་མ་གཏོགས་པས་ཐ་སྙད་བྱ་མི་རུས་པས་རང་མཆོན་གྱི་རྣམ་  
 གཞག་བྱེད་པ་རྣམས་ཀྱང་ཐག་ཁ་ལ་སྒྱུལ་འཇོག་གྱི་སློང་ལ་བསྟོས་པ་མ་  
 གཏོགས་ཐག་ཁ་སྒྱུལ་དུ་འཇོག་མི་རུས་པ་བཞིན་དུ་རྟོག་དོ་དང་སེལ་དོར་  
 ཡོད་པ་ཡིན་ཞེས་དེ་དག་དངོས་སུ་མ་སྒྱུར་བར་རང་ལུགས་ལ་རྣམ་གཞག་  
 བྱ་ས་ཡེ་མེད་པ་དང་རང་མཆོན་གྱི་དོན་སྟོན་དང་ཡུལ་དུས་རང་བཞིན་མ་  
 འདྲེས་པར་གནས་པ་སོགས་ཀྱི་ཡུལ་དུས་རང་བཞིན་འདྲེས་མ་འདྲེས་ཀྱི་  
 ཆོག་མ་བྱེད་པ་དང་། ཏྲགས་ཡང་དག་སྟོབས་སུ་མཛད་པའི་དོན་མ་  
 ཏྲགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་དངོས་པོ་རང་མཆོན་གཅིག་སྟོང་ཡོད་ན་ཕྱི་དོང་ཡོད་  
 པར་འགལ་བ་དང་། ཁ་འཁྱེད་ལ་ཡོད་ན་སེར་སྒྱུ་ལ་ཡོད་པར་འགལ་བ་དང་།  
 འཁྱེད་ལ་ཡོད་ན་རུབ་ལ་ཡོད་པར་འགལ་བ་སོགས་སུ་བཟུང་ནས་རང་མཆོན་  
 ཀྱི་མཆོན་གཞི་འདི་ཡིན་ཞེས་སྒྲུབ་རྣམ་གཞག་དེ་དག་དང་འགལ་བར་  
 མཐོང་ནས་རྟོག་དོར་འཇོག་པ་མ་གཏོགས་བཞག་མི་རུས་པ་དང་། བྱས་པ་  
 གཏན་ཆོག་སྟེ་ཡང་དག་ཏུ་བཤད་པ་དོན་བྱེད་རུས་པ་མ་ཡིན་པར་འདོད་པ་  
 དང་། དངོས་པོའི་དོ་བོ་གཅིག་ཉིད་ཕྱིར། །དོ་བོ་ཐ་དད་སྟོབས་གང་ལས། །ཞེས་  
 སོགས་དང་། ཐ་དད་པ། མེད་ན་ཅིག་ཅར་སྟེ་འཇོག་འགྱུར། །ཞེས་སོགས་  
 དང་། རྗེས་འགྲོ་དེ་ལས་འབྲས་མི་འབྱུང་། །ཞེས་དང་། གསལ་བ་རྣམས་ནི་  
 རྗེས་མི་འགྲོ། །རྗེས་འགྲོ་གཞན་ནི་སྒྲུང་བ་མེད། །ཅེས་སོགས་ཀྱི་ཆོག་གཞུང་

གི་དོན་ཁོང་དུ་མ་ཆུད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་དངོས་པོ་བྱམ་སྒྲམ་དང་རྩལ་གཅིག་  
ན་བྱམ་སྒྲམ་གཉིས་ཀྱང་རྩལ་གཅིག་དུ་འགྱུར་བ་དང་། སྐྱེ་འགག་གཅིག་དུ་  
འགྱུར་བས་དངོས་པོ་སོགས་བྱམ་སྒྲམ་དང་རྩལ་གཅིག་དང་ཐ་དད་གང་ཡང་  
མ་ཡིན་ཞེས་སྒྲུ་ཞིང་། མེད་དུས་ན་དུ་བ་མ་སྐྱེས་དུ་བའི་དུས་ན་མེ་འགགས་  
བས་མེ་དུ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་འབྲས་རྩལ་གཅིག་དང་ཐ་དད་གང་ཡང་མ་  
ཡིན་ཞེས་སྒྲུ་བ་དང་། ཤེས་ལ་ཡོད་པའི་དོན་དེ་རྣམས། །འདི་ལྟར་སྒྲོག་པའི་  
ངོ་པོ་ཅན། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་གཞུང་གི་དོན་ཁོང་དུ་མ་ཆུད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་  
རང་མཆོན་ཡིན་ན་སྐྱེ་དང་གཞི་མ་བྱུན་སོགས་སྐྱེ་འགལ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
སོགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དུ་མ་སྒྲུ་བར་བྱེད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་བརྟེན་དུས་ཀྱི་བ་  
ལང་དང་ཐ་སྙད་ཀྱི་དུས་གཉིས་པན་ཚུན་རྩལ་སྐྱེ་མི་འགྲོ་ཞིང་གཉིས་ཀ་ལ་  
རྩལ་སྐྱེ་འགྲོ་བའི་བ་ལང་རང་མཆོན་མི་སྲིད་པས་དངོས་མེད་ཁོ་ན་ལ་བརྟེན་  
སྒྲོར་བ་ཡིན་གྱིས་རང་མཆོན་ལ་བརྟེན་སྒྲོར་བ་མི་སྲིད་དོ་ཞེས་བེར་དོ། །དེ་  
ཕྱིར་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །འབྲེལ་བ་ཡང་དག་ཉིད་དུ་མེད། །ཅེས་  
གསུངས་པས། མེ་དུ་ལ་འབྲེལ་བ་མཆོན་ཉིད་པ་མེད་ཅིང་བྱས་མི་ཏྲག་གི་ཐ་  
དད་ཀྱང་ཏྲོག་པས་བཏགས་པ་ཅེས་ཡིན་པས་ཐ་དད་མཆོན་ཉིད་པ་མ་ཡིན་  
ནོ། །ཞེས་སྒྲུ་འོ།

གཉིས་པ་དེའི་ལན་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་གཉིས།

གཉིས་པ་ལན་ལ་དབྱ་ཚད་གཉིས་ཀའི་སྐབས་ཀྱི་འབྲེལ་གཞི་  
ངོས་བཟུང་བ་དང་། ལན་དངོས་སོ། །

དང་པོ་དབྱུ་ཆད་གཉིས་ཀའི་སྐབས་ཀྱི་འབྲུལ་གཞི་ངོས་བཟུང་བ་ནི།

དང་པོ་ནི། དབྱུ་མའི་ལྷགས་དཔྱོད་པའི་སྐབས་སུ་སྤྱ་གྲུ་ས་བོན་ལས་  
སྐྱེ་བ་སོགས་རང་གི་ངོ་བོས་མ་བྱལ་ན་སྤྱ་གྲུ་སྐྱེ་བར་མ་སོང་སྟམ་དུ་  
བསམས་ནས་སྤྱ་གྲུ་སྐྱེ་བ་སོགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ཐམས་ཅད་གཞན་ངོར་  
ཡིན་ཞེས་སྤྱོད་པ་མ་གཏོགས་བཞག་མི་རུས་པ་དང་། སྤྱ་གྲུ་ས་བོན་ལས་སྐྱེ་  
བར་རང་ལྷགས་ལ་ཁས་སྦངས་ན་སྤྱ་གྲུ་རང་གི་ངོ་བོས་སྐྱེ་བར་མ་སོང་སྟམ་  
དུ་བསམས་ནས་སྤྱ་གྲུ་ས་བོན་ལས་སྐྱེ་བར་ཁས་སྦངས་ན་རང་བཞིན་མེད་  
པའི་དོན་དམ་འཇིག་པར་བྱེད་ཅིང་སྤྱ་གྲུ་རང་བཞིན་མེད་པར་ཁས་སྦངས་ན་  
འབྲས་བུ་སྐྱེད་པའི་ཀུན་རྫོབ་འཇིག་པར་བྱེད་པའི་བདེན་གཉིས་རེ་རེ་ཆད་  
མར་བཟུང་ནས་ཅིག་ཤོས་སུན་འབྱེན་པར་བྱེད་པའི་ལོག་རྟོག་བཙུ་བྱག་ལ་  
སོགས་པ་མཐའ་ཡས་པ་འབྱུང་བའི་འབྲུལ་གཞི་ནི། རྟོག་པས་བཏགས་པ་  
ཙམ་ཡིན་ན་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པའི་བྱ་བ་བྱེད་པར་འགལ་སྟམ་པ་འདི་ཉིད་  
ཡིན་པས་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་རྒྱལ་ཙམ་ཡང་མེད་པ་དང་རང་བཞིན་  
མེད་པར་ཁས་སྦངས་པ་ཉིད་ལ་བྱ་བྱེད་འཐད་ཅིང་དེ་ལས་གཞན་ལ་མི་འཐད་  
པའི་བདེན་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་དཔྱེ་བྱེན་ཅི་མ་ལོག་པར་ངེས་པའི་གོགས་ནི་སྤར་  
བཤད་པའི་རྟོག་པས་བཏགས་པ་ཙམ་དང་བྱ་བ་བྱེད་པ་གཉིས་འགལ་བར་  
འཇིན་པ་ཉིད་ཡིན་ཞིང་དེ་བཟུང་ན་སློབ་དཔོན་སྤྱ་སྤྱུབ་ཀྱི་དགོངས་པ་མཐར་  
བྱུག་པ་ལས་སྤྱི་རོལ་ཏུ་གྱུར་པ་ཡིན་པས་དེ་གཉིས་མི་འགལ་བའི་ཚུལ་ལ་



མཁས་པར་བྱེད་དགོས་ལ། དེ་བཞིན་དུ། རིགས་པའི་བསྟན་བཅོས་འདིར་  
 ཡང་རྟོག་པའི་ངེས་ཡུལ་བཏགས་པ་ཙམ་དུ་རིགས་པས་བསྐྱབ་མ་ཤེས་པར་  
 དངོས་པོའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་གྲུབ་པར་བཟུང་ན་ཀུན་རྫོབ་ལ་སྐྱར་བ་བཏབ་  
 པར་འགྱུར་ཞིང་དེ་ལྟར་ན་དོན་དམ་པའི་རྣམ་གཞག་གྲང་བྱར་མི་རུང་སྟེ་  
 དེའང་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་བྱེད་ལ་སོགས་པའི་ཀུན་རྫོབ་ལ་བརྟེན་ནས་རྟོགས་  
 དགོས་པའི་སྤྱིར་དང་། གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་ཡང་སློམ་འབྲུལ་བར་  
 འགྱུར་བས་ཐར་པ་ཐོབ་པའང་མི་སྲིད་པར་ཁས་སྦྱང་དགོས་སོ། །ཡང་རྟོག་  
 པའི་ངེས་ཡུལ་རང་མཆོན་དུ་གྲུབ་པ་འགོག་པ་སྐྱད་བྱས་པ་དང་རང་མཆོན་  
 རྟོག་པའི་ངེས་ཡུལ་དུ་བསྐྱབ་མ་བདེ་ནས་རྟོག་པས་སློམ་པ་ཙམ་མམ་སེལ་  
 རོར་ཡོད་ཅེས་ཁས་ལེན་པ་མ་གཏོགས་དོན་དམ་བཞག་ས་མེད་པས་དོན་  
 དམ་པའི་སྟོགས་ལ་སྐྱར་བ་བཏབ་པར་འགྱུར་བས་ཀུན་རྫོབ་མཐའ་དག་རྟོག་  
 བཏགས་ཙམ་དུ་རང་ལུགས་ལ་ཆད་མས་ལེགས་པར་གྲུབ་པ་དང་དངོས་པོ་  
 ཐམས་ཅད་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པར་འཛོག་ཤེས་པའི་བདེན་གཉིས་  
 གྱི་རྣམ་དབྱེ་འཛོག་ཤེས་པའི་གོགས་ནི་རྟོག་པའི་ཡུལ་རང་མཆོན་མ་ཡིན་པ་  
 དང་རང་མཆོན་རྟོག་པའི་ཡུལ་ཡིན་པ་གཉིས་འགལ་བར་འཛིན་པ་ཉིད་ཡིན་  
 བོ།།

དེས་ན་རྟོག་པས་བཏགས་པ་ཙམ་ཡིན་ན་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་མི་རུས་  
 པས་བྱུང་བར་བཟུང་ན་སློབ་དཔོན་ལྷ་བ་གྲགས་པའི་ལུགས་ཀྱི་དབུ་མའི་ལྟ་

བ་ངེས་པའི་གོགས་བྱེད་ལ། རིགས་པ་འདིའི་ལུགས་ལ་རྟོག་བཟགས་ཅམ་  
ལ་དོན་བྱེད་མི་རྒྱས་པས་བྱབ་ཀྱང་ཚད་མས་མ་བྱབ་པས་བྱབ་པར་བཟུང་  
ན་རིགས་པ་འདི་ངེས་པའི་གོགས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ཡིན་པས་བདེན་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་  
དབྱེ་ལ་མཁས་པར་བྱ་སྟེ་འཆད་པར་འགྱུར་རོ།

གཉིས་པ་ལན་དངོས་ལ་བཞི།

གཉིས་པ་ལ་རྟོག་པ་ལ་ཡུལ་ཇི་ལྟར་སྒྲུང་ཞིང་འཇུག་པའི་ཚུལ་དང་།  
རྟོག་པའི་ཡུལ་དོན་དམ་པར་བྱབ་པ་དགག་པ་དང་། སྤྱི་དང་གཞི་མ་ཐུན་ལ་  
སོགས་པའི་ཐ་སྙད་འཇུག་པའི་གཞི་ཡུལ་ངོས་བཟུང་བ་དང་། དེ་དག་ལ་  
བརྟེན་ནས་གཞན་སེལ་བའི་རྣམ་གཞག་རྟོགས་པར་བྱ་བའོ།

དང་པོ་རྟོག་པ་ལ་ཡུལ་ཇི་ལྟར་སྒྲུང་ཞིང་འཇུག་པའི་ཚུལ་ནི།

དང་པོ་ནི། གསེར་བུམ་བུམ་པར་འཇིན་པའི་རྟོག་པ་ལ་གསེར་བུམ་  
ཡང་བུམ་པར་སྒྲུང་ཞིང་རང་གི་དངོས་ཀྱི་གཟུང་བྱ་དེའང་བུམ་པར་སྒྲུང་ལ་  
སྒྲུང་བའི་དོན་དེ་གཉིས་གཅིག་ཏུ་འདྲེས་ནས་སྒྲུང་ཞིང་སྒྲུང་ངོར་སོ་སོར་  
དབྱེར་མེད་པས་སྒྲུང་བཟགས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེས་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ་སྒྲུང་བ་རང་  
མཆན་དང་བཟགས་པ་སྐྱ་དོན་ནོ།

སྐྱ་དོན་གང་ལ་བྱ་ཞེན། བུམ་མཆན་ནི་རྟོག་པའི་མདུན་ན་འདུག་པ་ལྟ་  
བུར་སྒྲུང་བའི་གསེར་བུམ་བུམ་པར་སྒྲུང་བ་དེ་དང་སྒྲུང་བ་དེ་ཉིད་བུམ་མ་  
ཡིན་ལས་ལོག་པར་སྒྲུང་བ་གཉིས་ཀའོ། ། གསེར་བུམ་བུམ་མ་ཡིན་ལས་  
ལོག་པར་སྒྲུང་བ་དང་སྒྲུང་བ་དེ་ཉིད་བུམ་མ་ཡིན་ལས་ལོག་པར་སྒྲུང་བ་

གཉིས་འདྲེས་ནས་སྒྲུང་ཞིང་སྒྲུང་ངོར་སོར་སོར་མི་སྤྲེད་ཀྱང་དེ་གཉིས་  
 གཅིག་གོ་སྒྲུལ་དུ་རྟོག་པས་འཇིན་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །སྤྱོད་རང་རིག་མཛོན་  
 སྒྲུལ་ཆེད་མའི་ཤྱགས་རྟོགས་ཡིན་ཡང་རྟོག་པ་དེ་ལ་རང་རིག་མཛོན་སྒྲུལ་དུ་  
 འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ཏེ་སྤྱོད་དངོས་པོར་ཐལ་བ་དང་། རྟོག་པ་མ་འཁྲུལ་བར་  
 འགྱུར་བས་སོ། །ཡང་རྟོག་པ་ལ་གཟུང་ནམ་སྤྱི་རོལ་ལྟ་བུར་སྒྲུང་བའང་མ་  
 ཡིན་ཏེ། རྟོག་པའི་གཟུང་ནམ་རྟོག་པ་ཡིན་པས་དེ་ལའང་གཟུང་ནམ་གཞན་  
 ཞིག་སྤྱི་རོལ་ལྟ་བུར་སྒྲུང་དགོས་པས་ཐུག་པ་མེད་པར་འགྱུར་བ་དང་། རྟོག་  
 པ་རང་ཉིད་ཀྱང་གཟུང་ནམ་ཡིན་ཞིང་རང་ཉིད་ལ་རང་ཉིད་སྤྱི་རོལ་ལྟ་བུར་  
 སྒྲུང་བའང་མི་སྤྲེད་དོ། །ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་རང་གི་ངོ་བོ་ལ་རང་རིག་མཛོན་  
 སྒྲུལ་དུ་འདོད་བཞིན་དུ་རྟོག་པ་ལ་གཟུང་ནམ་སྤྱི་རོལ་ལྟ་བུར་སྒྲུང་བར་འདོད་  
 པ་ཞིན་ཏུའང་འགལ་ཏེ། དོན་གྱི་རང་གི་ངོ་བོ་གཅིག་། བདག་ཉིད་མཛོན་སྒྲུལ་  
 ཡིན་པ་ལ། ཞེས་བཤད་པ་ལྟར་རྟོག་པ་རང་གི་ངོ་བོ་ལ་མཛོན་སྒྲུལ་ཡིན་ན་  
 རྟོག་པའི་རྣམས་ཆ་གཅིག་ལ་མཛོན་སྒྲུལ་དུ་སོང་ནས་ཆ་གཞན་དོན་སྤྱི་འཇུག་  
 གྱིས་སྒྲུང་བར་འགལ་ལ། གཟུང་ནམ་སྤྱི་རོལ་ལྟ་བུར་སྒྲུང་ན་དེ་ལ་བསྟོས་  
 ནས་འཁྲུལ་བར་འགྱུར་ཏེ། སྤྱི་རོལ་མ་ཡིན་པ་ལ་སྤྱི་རོལ་ཏུ་སྒྲུང་བའི་སྤྱིར་  
 གསེར་བུམ་བུམ་པར་སྒྲུང་བ་དེ་ཉིད་སྤྱི་རོལ་གྱི་དོན་དང་བུམ་མ་ཡིན་ལས་  
 ལོག་པ་མ་ཡིན་བཞིན་དུ་དེ་གཉིས་གཅིག་ལྟ་བུར་སྒྲུང་བས་སྒྲུང་ཡུལ་ལ་  
 འཁྲུལ་བ་ཡིན་ནོ། །

ཡུལ་ལ་འཇུག་པའི་ཆེ་གསེར་བྱམ་བྱམ་པར་སྒྲང་བ་སྤྱི་རོལ་གྱི་དོན་  
 ཏུ་མེད་པ་ལ་སྤྱི་རོལ་དོན་ཏུ་ཞེན་ནས་འཇུག་པ་ཡིན་ཡང་། སྒྲིའི་འཛིན་  
 སྒྲངས་ལ་གསེར་བྱམ་བྱམ་པའོ་སྒྲུལ་ཏུ་འཛིན་གྱི་སྤྱི་དོན་བྱམ་པའོ་སྒྲུལ་པ་  
 དང་གསེར་བྱམ་གྱི་སྒྲང་བ་འདི་ཉིད་བྱམ་པའོ་སྒྲུལ་ཏུ་ཞེན་པ་སོགས་མེད་  
 པས་ཞེན་ཡུལ་ལ་འཇུག་པའི་སྤྱོད་མེད་དོ། །སྒྲང་བ་དོན་མེད་པ་ལ་དོན་ཏུ་  
 ཞེན་ན་ཞེན་ཡུལ་ལ་མ་འཇུག་པ་འགལ་ལོ་སྒྲུལ་ན། མ་ཡིན་ཏེ་རྟོག་པའི་  
 དངོས་གྱི་ཞེན་པའམ་འབྲས་ས་དོན་ཏུ་མེད་པའི་སྒྲང་བ་དེ་ཉིད་ཡིན་པས་དོན་  
 མེད་པ་ལ་དོན་ཏུ་ཞེན་ཅེས་བྱ་ཡི། དོན་ཏུ་མེད་པའི་སྒྲང་བ་དེ་དང་བྱམ་པ་  
 བྱུང་གཞི་བྱུང་ཆོས་སུ་སྤྱར་ནས་ཞེན་པ་མ་ཡིན་པས་ཞེན་ཡུལ་ལ་འཇུག་  
 པར་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་སྤྱི་མི་རྟག་རྟོགས་གྱི་རྗེས་དཔག་ཚད་མ་  
 དེས་སྤྱི་མི་རྟག་སྤྱི་བ་གྱི་ཤེས་འདོད་ཆོས་ཅན་ལ་མི་རྟག་པར་ཞེན་ཞེས་  
 བརྗེད་ཏུ་མི་རུང་བར་འགྱུར་ཏེ། སྤྱི་མི་རྟག་པའོ་སྒྲུལ་ཏུ་ཞེན་པ་ཡོད་གྱི་ཤེས་  
 འདོད་ཆོས་ཅན་འདི་མི་རྟག་པའོ་སྒྲུལ་ཏུ་ཞེན་པ་མེད་པའི་སྤྱིར། བྱུང་གཞི་བྱུང་  
 རྣམ་དང་སྤྱི་དོན་སྤྱི་རོལ་ཏུ་ཞེན་པར་འདོད་པ་རྣམས་གྱི་ལྟར་ནའང་གསེར་  
 བྱམ་བྱམ་པའོ་སྒྲུལ་ཏུ་ཞེན་པ་མ་གཏོགས་སྤྱི་དོན་འདི་དང་གཞི་བྱུང་རྣམ་འདི་  
 བྱམ་པའོ་སྒྲུལ་ཏུ་ཞེན་པ་ཡོད་མེད་ཁ་ནང་ཏུ་སྤྱོགས་ལ་ལེགས་པར་སོམས་  
 ཞིག །

དེས་ན་རྟོག་པ་རང་གི་སྒྲང་བ་དོན་མེད་པ་ལ་དོན་ཏུ་ཞེན་ནས་འཇུག་

བར་ཁས་སྒྲངས་པ་ལ་ཞེན་ཡུལ་ལ་འབྱུང་བར་ཐལ་བའི་སྒྲོན་གྱི་གོ་སྐབས་  
 ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་ཅིང་གཞུང་དེ་དག་གི་དགོངས་པ་མ་རྟོགས་པས་རྟོག་པ་  
 ཐམས་ཅད་ཞེན་ཡུལ་ལ་འབྱུང་བར་འདོད་པ་ནི་རྒྱ་ནག་ཏུ་ཤང་གི་ལུགས་  
 གསལ་བར་འོངས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན། དེ་ཡི་ངོ་བོས་སྟོང་དེ་དག། དེ་ཡི་ངོ་བོར་ཞེན་པའི་བྱིར། ཞེས་  
 སོགས་གྱི་དགོངས་པ་འང་སྒར་བ་ཤད་པ་ཉིད་ཡིན་པར་གསལ་བར་ངེས་ཏེ།  
 སྐྱ་མི་རྟག་པ་རང་མཆན་ཡིན་པས་སྟོང་པའི་སྐྱ་དོན་ལ་འབྲས་ནས་སྐྱ་མི་རྟག་  
 པའོ་སྟུམ་དུ་ཞེན་པ་འདུག་གི་སྐྱ་དོན་འདི་ཉིད་སྐྱ་མི་རྟག་པའོ་སྟུམ་དུ་ཞེན་པ་  
 མི་འདུག་པའི་བྱིར་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་ཡབ་སྐུ་གྱི་རིགས་པའི་གསང་བའ་  
 ཅིང་གཏིང་དཔག་པར་དཀའ་བ་མ་རྟོགས་ནས་རྟོག་པས་ཐག་བཅད་པ་གང་  
 ཡིན་ཐམས་ཅད་དངོས་པོའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་སྒྲོ་ཁ་མ་སྒྲུགས་པར་འདོད་པ་ནི་  
 མངོན་པར་འདོད་པའི་དོན་གྱི་གཙོ་བོ་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ད་ལྟ་  
 རང་ལ་སྒྲོག་ཏུ་གྱུར་པས་རྟོག་པ་ཁོ་ནས་ངེས་པ་བྱ་དགོས་པའི་རྣམ་གཞག་  
 ཐམས་ཅད་ལ་སྐྱར་པ་འདེབས་པའི་ལོག་པར་ལྟ་བུ་ཡིན་པས། དོན་འདི་  
 བཞིན་དུ་ངེས་པར་བྱས་ཏེ། དཔེར་ན་རྟོག་པ་ལ་གསེར་བྱམ་བྱམ་པར་སྒྲང་  
 བ་སྐྱ་དོན་ཡིན་ཡང་སྒྲང་བ་དེའི་མཆན་གཞིར་གསེར་བྱམ་བྱམ་བྱུང་དུ་བྱུང་  
 ཞིང་། སྒྲང་བ་དེ་ཉིད་ལ་ཞེན་ནས་གསེར་བྱམ་བྱམ་པའོ་སྟུམ་དུ་རྟོག་པ་དེས་  
 རི་ལྟར་ཐག་བཅད་པ་ལྟར་དངོས་པོ་ལ་ལེགས་པར་གནས་པ་རྟོག་པས་དོན་



གྱི་གནས་ཚུན་ཡང་གཏན་ལ་འབབས་ཤིང་། དེ་ལྟར་ནའང་རང་ལ་སྒྲུབ་བ་  
རང་མཆན་དུ་གྱུབ་པར་མི་འགྱུར་བ་འདི་ཉིད་ཞེན་ཡུལ་ལ་མ་འཁྱུལ་བའི་  
རྟོག་པ་ཀུན་ལ་ཤེས་པར་བྱའོ།

དེ་ལ་དགོངས་ནས་སྟོབ་དཔོན་གྱིས། དེའི་བྱང་པར་གྱིས། རྟོགས་  
འགྱུར་བ་དག་རབ་ཏུ་བྱེད། །ཅེས་སོགས་ཀྱི་འགྲེལ་པར་རྟོག་པས་རང་  
མཆན་དབྱིས་བྱིན་པར་རྟོགས་པ་ཁོ་ནར་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། རྟོག་པ་ལ་བྱམ་  
པར་སྒྲུབ་བ་དེ་ཉིད་སྐྱོད་ན་ཡིན་ཡང་བྱམ་པའི་གསལ་བ་མཐའ་དག་གི་སྤྱི་  
ཡང་ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་བྱམ་གསལ་མཐའ་དག་ལ་རྗེས་སུ་འགོ་ཞིང་བྱམ་  
གསལ་རྣམས་དེའི་བྱེ་བྲག་ཡིན་ཡང་སྐྱོད་ན་བྱམ་གསལ་གྱི་སྤྱི་དང་བྱམ་  
གསལ་སྐྱོད་ན་གྱི་བྱེ་བྲག་ཏུ་མི་འགྱུར་ཞིང་ཁས་ཀྱང་མི་སྒྲུབ་སྟེ་རང་ལྟོག་  
གཞི་ལྟོག་ལ་སོགས་པའི་ལྟོག་པའི་རྣམ་དབྱེ་ལ་མཁས་པར་བྱ་དགོས་པའི་  
བྱིར་རོ། །བྱམ་མ་ཡིན་ལས་ལོག་པའི་རང་མཆན་བྱམ་གསལ་ཀུན་ལ་རྗེས་  
སུ་འགོ་བའི་སྤྱིར་འགྱུར་བའི་ཚུལ་ནི་འཆད་པར་འགྱུར་རོ། །

སྒྲུབ་བཤད་པ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱི་དང་གཞི་མ་ཐུན་དང་བསྐྱབ་བྱ་  
སྐྱབ་བྱེད་སོགས་ལ་རྟོག་པའི་རྟོག་པ་མཐའ་དག་གི་སྒྲུབ་ཚུལ་དང་འབྲུག་  
ཚུལ་རྣམས་ཁོང་དུ་ཚུད་པར་བྱའོ། རྟོག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་མཆན་ཐོབ་  
པའི་རྒྱ་མཆན་དོན་རང་མཆན་འཛིན་པའི་མངོན་སུམ་གྱིས་དོན་དུ་ཞེན་པའི་  
བག་ཆགས་འཛོག་པའི་རྒྱ་བྱས་ལ། བག་ཆགས་ལ་བརྟེན་ནས་དོན་དུ་ཞེན་

པའི་རྟོག་པ་སྤྱི་ཞིང་དེས་རང་མཚན་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་ཅིང་ཞུགས་པ་ལས་  
དོན་ཐོབ་བྱས་པ་ཡིན་ནོ།།

གཉིས་པ་རྟོག་པའི་ཡུལ་དོན་དམ་པར་གྲུབ་པ་དགག་པ་ལ་གཉིས།

གཉིས་པ་ལ་སྤྱི་དང་གཞི་མ་ཐུན་ངེས་པའི་ཡུལ་དོན་དམ་པར་གྲུབ་པ་  
དགག་པ་དང་། བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་བྱེད་ངེས་པའི་ཡུལ་དོན་དམ་པར་གྲུབ་པ་  
དགག་པ་ལོ། །

དང་པོ་སྤྱི་དང་གཞི་མ་ཐུན་ངེས་པའི་ཡུལ་དོན་དམ་པར་གྲུབ་པ་དགག་པ་ནི།

དང་པོ་ནི། མེ་རྟོག་གཅིག་ཁྱད་པར་གྱི་གཞིར་བྱང་ནས་འདི་ཡུལ་ལ་  
སྤོན་པོའོ་སྟམ་དུ་ངེས་པའི་ཡུལ་དོན་དམ་པར་གྲུབ་ན་རྟོག་པ་དེ་སྒྲིང་ཡུལ་ལ་  
མ་འཇུག་པར་འགྱུར་ལ། དེ་ལྟར་ན་མེ་རྟོག་དང་ཡུལ་དང་སྤོན་པོ་གསུམ་ངོ་  
པོ་ཐ་དད་དུ་སྒྲིང་ཞིང་སྒྲིང་བ་ལྟར་དུ་གྲུབ་དགོས་ལ་ཡུལ་དང་སྤོན་པོ་གཉིས་  
ངོ་པོ་རྩ་མ་ཐ་དད་པས་གཞི་མ་ཐུན་དུ་མི་འདུ་བར་འགྱུར་ངོ། །དེ་བཞིན་དུ་  
དཀར་ཟལ་ལ་འདི་བ་ལང་ངོ་སྟམ་པའི་རྟོག་པའི་ཡུལ་དོན་དམ་པར་གྲུབ་ན་  
སྒྲིང་ཡུལ་ལ་མ་འཇུག་པར་འགྱུར་ལ། དེ་ལྟར་དཀར་ཟལ་དང་བ་ལང་གཉིས་  
རྟོག་པ་ལ་ངོ་པོ་ཐ་དད་དུ་སྒྲིང་བ་མི་སྤིད་པར་ཐལ། །དེ་གཉིས་ངོ་པོ་ཐ་དད་མ་  
ཡིན་པ་གང་ཞིག རྟོག་པ་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་ལ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་  
ཞུགས་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན་དེ་གཉིས་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་ཞིང་བ་ལང་དང་ནག་  
སྐྱར་ཡང་གཅིག་ཏུ་ཁས་སྒྲིང་དགོས་པས་མཐར་དཀར་ཟལ་དང་ནག་སྐྱར་  
གཉིས་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་ཞིང་། སྤྱི་གསལ་རྩ་མ་ཐ་དད་ན་བུམ་སྟམ་བཞིན་དུ་

སོ་སོར་དམིགས་དགོས་པ་ལས་མ་དམིགས་པས་གནོད་དོ། །སྒྲིག་པ་ཐ་དད་  
 པ་ཡིན་ཡང་རྟོག་དོར་དོ་བོ་ཐ་དད་དུ་སྒྲུང་བས་བྱུང་བོ། །དེ་ནི། དེ་ཡིས་རི་  
 ལྟར་ཀྱུན་བཏགས་པ། །དེ་ནི་དམ་པའི་དོན་དུ་མེད། །གསལ་བ་རྣམས་ནི་རྗེས་  
 མི་འགོ། །རྗེས་འགོ་གཞན་ནི་སྒྲུང་བ་མེད། །ཅེས་སོགས་ཀྱི་གཞུང་གི་དོན་གྱི་  
 བསྐྱོག་སྒྲིགས་ལ་གནོད་པ་སྟོན་པའི་ཚུལ་ལོ། །རང་མཆོན་སྐྱོད་ཀྱི་ཡུལ་དུ་  
 འགྱུར་བ་དང་རང་མཆོན་དོན་དམ་པར་རྟོག་པའི་ཡུལ་དང་སྐྱོད་དང་བརྟ་རྣམས་  
 ཀྱི་ཡུལ་མ་ཡིན་པ་རྣམས་གཉིས་འགལ་བར་མི་བཟུང་སྟེ། རང་མཆོན་སྐྱོད་  
 བརྟ་དང་བྱ་མ་ཡིན་ཞེས་སྐྱོན་རང་ཆོག་འགལ་བ་དང་། དོན་དམ་པར་སྐྱོད་  
 བརྟ་དང་བྱ་མིན་པར་ཆད་མའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བསྐྱུས་པའི་སྐྱོད་དོན་བཏགས་པའི་  
 འགྲེལ་པར་མཁས་པའི་དབང་པོ་ཀ་མ་ལ་ཤྱི་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་ཏེ།  
 འདི་ལྟར་དོན་དམ་པར་ནི་དངོས་པོ་གང་ལའང་བརྟ་དེ་རྣམས་ཡང་དག་པར་  
 ཡོད་པ་མིན་ཏེ། དེའི་སྤྱིར་སྐྱོད་དང་སྐྱོད་དག་ནི་ཡུལ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །

སྒྲིག་བ་ནི་གང་དང་གང་དུ་དངོས་པོ་ལ་བརྟ་བ་མ་ཡིན་པས་དེ་དག་  
 ནི་དོན་དམ་པ་ཉིད་དུ་དེའི་རྗེད་བྱེད་མ་ཡིན་ཏེ་དཔེར་ན་ཞོག་སོགས་དང་  
 ལྟན་པའི་རིལ་པོ་ལ་རྟོན་བརྟ་བྱས་པ་མ་ཡིན་པ་ལྟ་བུའོ། །དངོས་པོ་ཐམས་  
 ཅད་སྐྱོད་ཀྱི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བརྟ་བྱས་པའང་དངོས་པོ་ལ་ཡོད་པ་མིན་  
 ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱུང་བར་བྱེད་པ་མ་དམིགས་པ་སྟེ་བརྟ་བྱས་པ་ཉིད་ལ་  
 བྱུང་བའི་སྤྱིར་ལ་དེའང་འདི་ལ་མེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་དང་། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཅེས་

བྱ་བ་འདིས་ནི་ཀུན་རྫོབ་པའི་སྤྱི་དོན་མ་བཀག་པ་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། དེས་  
ན་རང་གི་ཆིག་གིས་བསལ་བ་མིན་ནོ། །གཞན་དུ་ན་དམ་བཅས་པ་རང་གི་  
ཆིག་དང་འགལ་བར་འགྱུར་ཏེ། འདི་ལྟར་རང་གི་མཆན་ཉིད་ལ་སོགས་པ་དེ་  
ནམས་སྤྱི་རྫོད་པར་བྱེད་པ་ནི་དེ་ནམས་སྤྱི་དོན་མ་ཡིན་པར་བསྟན་པར་  
རུས་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་བརྫོད་པར་འདོད་པའི་སྤྱི་གང་ཡིན་པས་རང་གི་  
མཆན་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ནམས་ཉེ་བར་བརྫོད་པ་ཉིད་དེ་ནམས་སྤྱི་དོན་དུ་  
ཁས་སྐྱབས་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ལ་དམ་བཅས་པ་དེ་ཉིད་སྤྱི་ཡང་དགག་  
པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རང་གི་ཆིག་གིས་བསལ་བ་ཡིན་ནོ། ། དེས་ནི་གསལ་  
བྱེད་ཀྱི་སྤྱི་ནམས་ནི་བརྫོད་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཅེས་གང་སྤྱི་པའི་དམ་བཅས་  
དང་གཏན་ཆིགས་དག་གསལ་བའི་ཕྱིར། དེའི་ཡང་ལན་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ།  
ཁོ་བོ་ཅག་ནི་ཐམས་ཅད་དུ་སྤྱི་དོན་ལ་སྤྱི་པ་འདེབས་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་  
ཏེ། དེ་ནི་བ་ལང་རྗེའི་བར་ལ་རབ་ཏུ་གྲགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་  
གསུངས་སོ། །ལེ་ཏུ་དང་པོའི་འགྲེལ་བཤད་དུ་སློབ་དཔོན་ཤུ་གུ་སློབ་ཀྱང་དེ་  
དང་འདྲ་བར་ལན་གཅིག་མ་ཡིན་པར་བཤད་དོ། །གཞན་ཡང་བ་ལང་རང་གི་  
གསལ་བ་ནམས་ལ་རྗེས་སུ་འགོ་བ་དོན་དམ་པར་གྲུབ་ན་དེར་འཛིན་གྱི་སློ་  
མ་འབྲུལ་བར་འགྱུར་ལ། སློ་མ་འབྲུལ་བའི་དོར་ཆོས་གཉིས་ལ་ཐུན་མོང་བ་  
གཅིག་གིས་བྱུང་བ་ལྟ་བུར་སྤང་བ་མི་སྤྱི་དམ་སྤྱི་གསལ་རྗེས་ཐ་དད་  
པའམ་ཡང་ན་གསལ་བ་ནམས་རྗེས་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་བ་ཡིན་གྱི་བ་ལང་རང་

གི་གསལ་བ་ནམས་དང་རྩལ་གཅིག་ན་གསལ་བ་ནང་པན་ཚུན་ཡང་རྩལ་  
གཅིག་ཏུ་ཐལ་བ་འཕེན་པ་ནི་ལྷག་ཆོད་འབའ་ཞིག་ཏུ་བྱེད་དོ།

གཉིས་པ་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་བྱེད་དེས་པའི་ཡུལ་དོན་དམ་པར་བྱུང་བ་དགག་པ་ནི།

གཉིས་པ་ནི། དེ་ཕྱིར་དངོས་དེས་མེད་ཏེན་ཅན། ཞེས་སོགས་ཀྱི་  
གཞུང་གིས་དགག་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཏེན་རང་མཆན་མ་ཡིན་པར་བསྐྱབ་ཀྱི་  
རང་མཆན་དགག་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་ཏེན་མ་ཡིན་པར་བསྐྱབ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཆོད་  
མས་དངོས་སུ་བསྐྱབ་པ་དང་དགག་པ་དུ་མ་བྱེད་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །རང་  
མཆན་དགག་སྐྱབ་ཀྱི་གཞིར་མི་རུང་བར་སྐྱབ་པ་ནི་རང་ཆོག་འགལ་བ་ཡིན་ཏེ་  
ཆོག་དེ་ཉིད་ཀྱིས་རང་མཆན་དེ་ཉིད་དགག་སྐྱབ་ཀྱི་གཞིར་རུང་བ་འགོག་  
པའི་གཞིར་འཕངས་པའི་ཕྱིར་དང་། མེད་ཅེས་ལྷོག་པ་དེ་ཉིད་ནི། །རྗེ་ལྷར་  
མེད་ལས་ལྷོག་པར་འདོད། །ཅེས་པའི་དོན་དང་ཡང་འགལ་བར་འགྱུར་རོ། །

དེས་ན་དགག་སྐྱབ་བྱེད་པའི་རྟོག་པ་ལ་སྒྲུང་ཚུལ་འདི་ལྷར་ཡིན་ཏེ།  
ཆོས་ཅན་སྐྱ་དེས་པའི་རྟོག་པ་ལ་སྐྱའི་ངོ་བོ་སྒྲར་མེད་གསར་དུ་བྱུང་བ་ལྷར་  
སྒྲུང་གི་བྱས་མི་ཏྲག་མི་སྒྲུང་ལ། དེ་ནས་སྐྱ་བྱས་པར་དེས་པའི་རྟོག་པ་ལ།  
སྐྱའི་ངོ་བོ་བྱུང་བེན་པའི་རྗེས་སུ་བྱས་པའི་ངོ་བོ་སྒྲར་མེད་གསར་དུ་བྱུང་བ་  
ལྷར་སྒྲུང་ལ། དེ་ཉིད་སྐྱ་ལ་བཏེན་པར་སྒྲུང་བ་དང་། མི་ཏྲག་པར་དེས་པ་ནའང་  
བྱས་པ་བྱུང་བེན་ཀྱི་རྗེས་སུ་མི་ཏྲག་པའི་ངོ་བོ་སྒྲར་མེད་གསར་དུ་བྱུང་བ་  
ལྷར་སྒྲུང་བས། རྟོག་པ་དེ་དག་གི་དེས་ཡུལ་དོན་དམ་པར་བྱུང་ན་སྐྱ་དེས་  
པའི་དེས་ཞེས་དེ། དེས་ཡུལ་ལ་སྐྱབ་འདུག་ཏུ་འགྱུར་ལ། དེ་ལྷན་སྐྱ་དེས་



པའི་དུས་ཉིད་ནས་སྐྱའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ངེས་པར་ཐལ་བ་དང་། སྐྱ་མ་ཡིན་  
 དུ་འཛིན་པའི་སྒོ་འདོགས་བསལ་བའི་དུས་ཉིད་ནས་སྐྱ་ལ་དམིགས་པའི་སྒོ་  
 འདོགས་མཐའ་དག་བསལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་སྟོན་པ་ནི། དེ་ལྟ་མིན་ན་དོན་  
 རྣམས་ཀྱི། །ཞེས་སོགས་སོ། །ཡང་ངེས་ཡུལ་དོན་དམ་པར་གྲུབ་ན་སྒྲང་བ་  
 ལྟར་དུ་གྲུབ་དགོས་ལ། དེ་ལྟ་ན་སྐྱ་བྱས་མི་ཏྲག་པ་གསུམ་གྱི་ངོ་བོ་སྤྲི་བྱི་རིམ་  
 ཅན་དུ་གྲུབ་པར་འགྱུར་བས་སྐྱ་ཏྲག་པ་དང་མ་བྱས་པར་འགྱུར་ཞིང་། གཞན་  
 ཡང་སྐྱ་ངེས་པའི་སྒོ་དེ་སྐྱའི་ངོ་བོ་སྤྲི་བྱི་མེད་གསར་དུ་སྐྱབ་བྱེད་དུ་འགྱུར་ཏེ།  
 སྤྲི་བྱི་བཤད་པའི་སྒྲང་བ་དེ་ཉིད་མ་འབྱུང་བའི་བྱིར། དོན་དམ་པར་ངོ་བོ་སྤྲི་བྱི་  
 མེད་གསར་དུ་བསྐྱབ་ན་སྐྱའི་སྤྱི་མཆེད་དུ་འགྱུར་ལ་དེ་ལྟ་ན་རྩ་ལ་ཆ་ཤས་  
 གྱིས་བསྐྱེད་པ་མི་སྤྱིད་པས་སྐྱའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཅིག་ཅར་དུ་བསྐྱབ་པར་  
 འགྱུར་རོ། །

དེས་ན་དགག་སྐྱབ་གྱི་དངོས་ཏེན་དོན་དམ་པར་མ་གྲུབ་ཏེ། བྱི་ངོ་ལ་  
 ན་སྐྱའི་ཆོས་དེ་རྣམས་སྤྲི་བྱི་རིམ་གྱིས་གྲུབ་པ་དེ་འདྲ་མེད་ནའང་སྐྱ་གཞིར་  
 བཟུང་ནས་དགག་སྐྱབ་བྱེད་པའི་ཏྲག་པ་ལ་དེ་ལྟར་སྒྲང་བའི་བྱིར་ཞེས་སྟོན་  
 པ་ནི། དེ་འདྲ་མེད་ནའང་ཆོས་ཅན་དེ། །དེ་དག་དང་ནི་འབྲེལ་བར་སྒྲང་། ཞེས་  
 སོགས་སོ། །གཞན་ཡང་སྐྱ་བྱས་མི་ཏྲག་པ་གསུམ་རང་མཆོན་ཡིན་ཡང་སྐྱ་  
 ཤེས་འདོད་ཆོས་ཅན་ཡིན་པ་དང་བྱས་པ་གཏན་ཆོགས་ཡིན་པ་དང་། མི་  
 ཏྲག་པ་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ཡིན་པ་སོགས་ནི་སྒོ་བཏགས་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་དོན་

དམ་པར་བྱུང་ན་སྤྱོད་ཤེས་འདོད་ཆོས་ཅན་དུ་འཛིན་པའི་རྟོག་པ་ལ་བྱས་པ་སྤྱོད་  
ལ་འཁར་གཞིང་ལ་རྒྱ་ལྷག་བརྟན་པ་ལྟར་སྤང་བའི་སྤང་བ་དེ་ཉིད་མ་འབྲུལ་  
བར་འབྱུར་ལ་དེ་ལྟར་སྤྱོད་དང་བྱས་པ་དོན་གཞན་དུ་འབྱུར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་  
གཞན་ལ་འང་སྦྱར་ཏེ་དོན་འདི་དག་ལ་དགོངས་ནས་རྗེས་སུ་དཔག་པ་དང་  
རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱ་བའི་ཐ་སྙད་འདི་ཐམས་ཅད་ནི་སྒྲོ་ལ་ཡོད་པའི་ཆོས་  
དང་ཆོས་ཅན་གྱི་བྱེ་བྲག་ཁོ་ནས་ཡིན། ཞེས་པ་དང་། ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་  
ཉིད་དུ་ཐ་དད་པ་ནི་སྒྲོས་ཀྱི་བཏགས་པ་ཡིན་གྱི་དོན་དམ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ།  
སྒྲོའི་བྱེ་བྲག་རང་འགའ་བ་རྣམས་ནི་དོན་གྱི་རྟོན་མ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །ཞེས་  
བཤད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ། ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་རྣམས་གཞན་དང་། ཞེས་སོགས་  
དང་། དཔག་བྱ་དཔོག་པར་བྱེད་པ་ཡིན། །དོན་གྱི་ཐ་སྙད་གནས་པ་འདི། །  
ཞེས་སོགས་གྱི་དོན་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །བྱས་པ་རང་མཆོན་དུ་  
ཁས་སྤངས་པ་ལ། རང་གི་གསལ་བ་རྣམས་ལ་རྗེས་སུ་འགྲོ་ལྷོག་བྱེད་པས་  
གཞོད་པ་སྟོན་པ་ནི་ལྟག་ཆོད་འབའ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། རང་ཉིད་རང་མཆོན་གྱི་  
མཆོན་གཞིར་གང་འདོད་ཐམས་ཅད་ལ་སྦྱོན་དེ་མཚུངས་པའི་བྱིར་རོ། །  
མཐར་གཏུགས་པ་ན་རང་ལྷགས་ལ་རང་མཆོན་གྱི་མཆོན་གཞི་ཁས་སྤངས་  
པ་མེད་པར་རྟོག་ངོར་ཡིན་ཞེས་སྤྱོད་བ་དང་། མདོ་སྡེ་པའི་ནང་འགལ་ལོ་ཞེས་  
སྤྱོད་བ་ནི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་ཡབ་སྐུ་གྱི་འཇིག་མེད་པའི་རིགས་པ་རྣམས་དག་  
གི་སེང་གའི་ང་རོ་བསྐྱབས་པས་སུ་སྟེགས་བྱེད་གྱི་ཕྱི་ཆོགས་སྤྱོད་པར་

བྱེད་པའི་ཚུལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་རྟོགས་ནས་གཞན་དག་གིས་ཀླུ་ཞིང་  
 བརྟག་པ་བྱས་པའི་ཆེ། ལན་གདབ་པར་མ་རྩུས་པར་ཁྱུ་པའི་མ་སྐྱད་ཡིན་  
 ཏེ། རང་མཆོན་རང་ལུགས་ལ་ཁས་ལེན་མི་རྩུས་ནའང་། དེ་གང་གི་ངོར་  
 འཛིག་པའི་རྟོག་པ་ཁས་སྦངས་པས་དེ་ལའང་རང་ཉིད་ཀྱིས་བཀོད་པའི་སྐྱོན་  
 དེ་ཀྱན་ནས་མཚུངས་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་ཐམས་ཅད་ནི་ཡུལ་དུས་རང་བཞིན་  
 གསུམ་པོ་འདྲེས་པ་དང་མ་འདྲེས་པའི་ས་ཆོགས་མ་བྱེད་པས་ནོངས་པ་ཡིན་  
 ཏེ། འདི་ལྟར་ཡུལ་དུས་རང་བཞིན་མ་འདྲེས་པའི་དོན་རང་མཆོན་གཅིག་  
 འཁར་ན་ཡོད་ན་རྩུབ་ན་ཡོད་པར་འགལ་བ་དང་། སྤྲོ་ཡོད་ན་བྱི་ངོ་མེད་པ་  
 དང་ཁྱ་བོ་ལ་ཡོད་ན་སེར་སྐྱ་ལ་མེད་པ་དེ་ཡིན་ན་ཡུལ་དུས་རང་བཞིན་  
 འདྲེས་པར་འཛིན་པའི་རྟོག་པའི་འཛིན་སྦངས་ལ་སྤྲོ་ཡོད་ན་བྱི་ངོ་ཡོད་  
 པས་བྱི་བ་དང་། ཁྱ་བོ་ལ་ཡོད་ན་སེར་སྐྱ་ལ་ཡོད་པ་དང་། འཁར་ན་ཡོད་ན་  
 རྩུབ་ན་ཡོད་པར་འཛིན་དགོས་ན་དེ་ལྟ་བུ་ཡོད་མེད་ཁ་ནང་དུ་སྐྱོགས་ལ་  
 ལེགས་པར་སོམས་ཤིག དེས་ན་ཡུལ་དུས་རང་བཞིན་འདྲེས་པར་འཛིན་  
 པའི་སྒོ་ལ་སྤྲོ་ཡོད་ཀྱི་བ་དེ་ཉིད་བྱི་ངོ་ཡོད་པར་འཛིན་པ་དང་། ཀྱི་བ་དེ་ཉིད་  
 འཁར་རྩུབ་ཀྱི་རྗེས་གཞན་ལ་རེག་པའི་ཆེ། འཁར་ལ་རེག་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་རྩུབ་  
 ལའང་རེག་པར་འཛིན་པ་དང་། བ་ལང་རང་གི་གསལ་བ་ཀྱན་ལ་རྗེས་སུ་  
 འགོ་བའི་ཆེ། ཁྱ་བོ་ལ་རྗེས་སུ་འགོ་བ་དེ་ཉིད་སེར་སྐྱ་ལའང་རྗེས་སུ་འགོ་བ་  
 ཞེན་པ་ཡོད་པས། མ་འདྲེས་པའི་དོན་སྤྲོ་ཡོད་ཀྱི་བ་བྱི་ངོ་མེད་པ་དུས་མ་

འདྲེས་པའི་དོན་ཡིན་གྱི། ཀ་བ་སྤྱོད་ཡོད་ན་སྤྱོད་ཡོད་པར་འགལ་བ་དེའི་  
དོན་མིན་ཞིང་། རང་གི་ཤར་ལ་རེག་པ་དེས་རྒྱབ་ལ་མ་རེག་པ་ཡུལ་མ་  
འདྲེས་པའི་དོན་ཡིན་གྱི། ཤར་ལ་རེག་ན་རྒྱབ་ལ་རེག་པར་འགལ་བ་དེའི་  
དོན་མིན་ལ། ཁ་བོའི་ངོ་བོ་སེར་སྐྱ་ལ་མེད་པ་རང་བཞིན་མ་འདྲེས་པ་ཡིན་  
གྱི། ཁ་བོ་དང་རྩལ་གཅིག་ན་སེར་སྐྱ་དང་རྩལ་གཅིག་པར་འགལ་བ་དེའི་  
དོན་མིན་ནོ། །དེ་ལྟར་མིན་ན། ཁ་བོ་ཡི་ནི་ངོ་བོ་གང་། །དེ་ནི་སེར་སྐྱ་ལ་ཡོད་  
མིན། །དེ་འབྲས་ཅན་མིན་ལས་ལོག་པ། །གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་ཡོད་པ་  
ཡིན། །ཞེས་པའི་གཞུང་སྤྱི་སྤྱི་ནང་འགལ་བར་འགྱུར་ཏེ། བ་ལང་དེ་གཉིས་  
དང་རྩལ་གཅིག་ན་དེ་གཉིས་ཀྱང་རྩལ་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་བར་ཁས་སྐྱོངས་  
པའི་སྤྱིར་རོ། །

གསུམ་པ་སྤྱི་དང་གཞི་མ་ཐུན་ལ་སོགས་པའི་ཐ་སྙད་འཇུག་པའི་གཞི་ཡུལ་ངོས་བརྒྱུད་བ་ལ་གཉིས།

གསུམ་པ་ལ། སྤྱི་དང་གཞི་མ་ཐུན་གྱི་ཐ་སྙད་འཇུག་པའི་ཡུལ་དང་།  
བརྒྱ་སྤྱིར་བའི་ཡུལ་གཏན་ལ་པལ་བའོ། །

དང་པོ་སྤྱི་དང་གཞི་མ་ཐུན་གྱི་ཐ་སྙད་འཇུག་པའི་ཡུལ་ནི

དང་པོ་ནི། བ་ལང་ངོ་སྟམ་པ་དང་། འདི་བ་ལང་དཀར་པོ་འོ་སྟམ་པའི་  
སྟོ་དང་། དེ་ལྟར་བརྗེད་པའི་ཐ་སྙད་འཇུག་པའི་གཞི་ནི། རྟོག་པས་བཏགས་པ་  
ཅམ་ཁོ་ན་ཡིན་གྱི། རང་མཚན་མིན་ཏེ། སྤར་བ་ཤད་པའི་རིགས་པས་གཞོད་  
པའི་སྤྱིར་རོ། །དེས་ན། ཤེས་ལ་ཡོད་པའི་དོན་དེ་རྣམས། །འདི་ལྟར་སྤྲོག་པའི་  
ངོ་བོ་ཅན། །ཞེས་སོགས་དང་། དེ་སྤྱི་བྱུང་པར་ཞེས་བྱ་བའི། །བྱེ་བྲག་འདི་ནི་

སྒོ་དོན་ལ། ཞེས་སོགས་ཀྱི་དོན་ཡང་། སྦྱི་དང་། གཞི་མ་ཐུན་གྱི་ཐ་སྙད་འཇུག་  
 པའི་གཞི་སྒོ་རྟོག་པའི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་སྦྱི་དོན་དུ་སྟོན་པ་ཡིན་གྱི། དེ་དག་  
 ཡིན་ན་རང་མཆོན་མིན་པས་ཁྲབ་པར་སྟོན་པ་མིན་ཏེ། གསལ་བ་རང་མཆོན་  
 རྣམས་ལ་རྗེས་སུ་འགྲོ་བའི་སྦྱི་དངོས་པོར་གྱུར་པ་དང་དངོས་མེད་དུ་གྱུར་པ་  
 གཉིས་གཉིས་ཡོད་པའི་བྱིར་ཏེ། བྱམ་གསལ་རྣམས་ལ་རྗེས་སུ་འགྲོ་བའི་  
 བྱམ་མ་ཡིན་ལས་ལོག་པ། དོན་གྱི་གཞན་སེལ་དང་། སྒོ་འེལ་བ་རྟོག་པ་ལ་  
 བྱམ་མ་ཡིན་ལས་ལོག་པར་སྒྲུབ་བ་སྦྱི་དོན་གྱི་མཆོན་གཞིར་གྱུར་པ་གཉིས་  
 སོ། །རང་ཉིད་ཀྱིས་སྦྱི་དངོས་པོ་བ་ཁས་སྦྱངས་ཀྱང་སྦྱོན་མེད་ལ། གངས་  
 ཅན་སོགས་ལ་གཞོད་པ་འཇུག་པའི་རྒྱ་མཆོན་ནི། གངས་ཅན་གྱིས་སྟོན་  
 པའི་རང་བཞིན་དུ་གྱུར་པའི་གཙོ་བོ་དེ་ཉིད། སེར་པའི་ཡང་རང་བཞིན་དང་།  
 གནས་ལུགས་དང་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་དང་། སྦྱིར་ཁས་སྦྱངས་ཤིང་སེར་  
 པའི་རང་བཞིན་ཡང་སྟོན་པའི་རང་བཞིན་དུ་ཁས་སྦྱངས་པ་ཡིན་ཏེ། གཞོད་  
 པ་བརྗོད་པའི་ཆེའང་། དངོས་པོའི་ངོ་བོ་གཅིག་ཉིད་བྱིར། །ངོ་བོ་ཐ་དད་སྒོ་  
 གང་ལས། །ཞེས་སོགས་ལ་སྟོ་སེར་སྒོ་མ་འབྲུལ་བ་ལ་ཐ་དད་དུ་སྦྱང་བ་མི་  
 འཐད་པར་ཐལ། སྟོན་པའི་རང་བཞིན་དང་སེར་པའི་རང་བཞིན་གཅིག་ཡིན་  
 པའི་བྱིར། ཞེས་པ་དང་། སྦྱི་དེ་ལྟར་ཁས་སྦྱངས་ན་ཆ་མེད་དུ་འགྱུར་བས་སྦྱི་  
 འགག་ཅིག་ཅར་ཐལ་བ་འཕེན་པ་ཡིན་གྱི་སྦྱིར་སྦྱི་གསལ་རྗེས་གཅིག་དུ་  
 ཁས་སྦྱངས་པ་ལ་གཞོད་པ་དེ་དག་འཇུག་པ་མིན་ནོ། །རྗེས་འགྲོ་དེ་ལས་



འབྲས་མི་འབྱུང་། ཞེས་སོགས་གྱིས་གསལ་བ་ལ་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་སྟོན་བཏགས་  
ཡིན་པས་དེ་ལས་འབྲས་བྱ་མི་འབྱུང་བར་སྟོན་པ་ཡིན་གྱི་བྱུང་བ་འཛིན་པ་  
མིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྟེ་གསལ་རྗེས་གཞན་དུ་ཁས་ལེན་པའི་བྱེ་བྲག་པས་  
ཀྱང་ཁ་ཐོ་ལ་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་དེ་ཉིད་སེར་སྒྱུ་ལ་རྗེས་སུ་འགྲོ་བར་ཁས་སྦངས་  
པས་ཆ་སོ་སོར་དབྱེར་མེད་པར་འབྱུང་བེད་དེ་ལྟར་ཁས་ཀྱང་ལེན་ཏེ། སྟེ་ཆ་  
མེད་དུ་མི་ལེན་ན། སྟེས་ཡོད་ཆ་དང་ལྡན་པའང་མིན། །ཞེས་སོགས་གྱིས་  
གཞོད་པ་བརྗོད་པ་མི་འཐད་པར་འབྱུང་རོ།

གཉིས་པ་བརྗེས་སྒྱུར་བའི་ཡུལ་གཏན་ལ་ཐབ་པ་ནི།

གཉིས་པ་ནི། གཞི་དཀར་ཟལ་ལྟ་བུ་བ་ལང་གི་བརྗེས་སྒྱུར་བའི་གཞི་  
དང་། གཅིག་གཞིར་བཟུང་ནས་བརྗེས་སྒྱུར་བས་ཀྱན་ལ་གོ་བ་དང་བརྗེས་སྒྱུར་བ་  
ཐ་སྙད་གྱི་ཆེད་དུ་བྱས་པར་སྟེ་ནང་གཉིས་ཀ་མ་ཐུན་ཡང་དེ་ལྟར་གོ་བའི་རྒྱ་  
མཚན་ལ་མི་མ་ཐུན་ཏེ། སངས་རྒྱས་པ་བ་ལང་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པའི་  
གཞན་སེལ་བ་ལ་བརྗེས་སྒྱུར་བར་འདོད་ཅིང་། དེ་ཉིད་བ་ལང་གི་གསལ་བ་ཀྱན་  
ལ་བྱུང་མེད་པར་རྗེས་སུ་འགྲོ་བས་གསལ་བ་རེ་རེ་ནས་བརྗེས་སྒྱུར་མི་དགོས་  
པ་ཡིན་ལ། གཞན་སྟེ་ནི་བརྗེས་སྒྱུར་སའི་སྟེ་ཆ་མེད་གཅིག་ཀྱན་ལ་ཡོད་པས་  
གཅིག་ལ་བརྗེས་སྒྱུར་བའི་རྗེས་སུ་གསལ་བ་གཞན་ལ་འང་སྟེ་དེ་མཐོང་ནས་བ་  
ལང་དུ་གོ་བས་གསལ་བ་རེ་རེ་ནས་བརྗེས་སྒྱུར་མི་དགོས་ཟེར་རོ།

དེ་ལ་སྟེར། སྒྲ་རྣམས་གྱིས་ནི་བརྗེས་བཏགས་སྟོན། །དེ་ནི་ཐ་སྙད་ཆེད་  
དུ་བྱས། །དེ་ཆེ་རང་གི་མཚན་ཉིད་མེད། །དེས་ན་དེ་ལ་བརྗེས་པ་ཡིན། །ཞེས་

སོགས་ཀྱི་དོན་མ་ངེས་ན་དོགས་པ་འདི་ལྟར་སྒྲེ་ས་ཡོད་དེ། བརྟ་སྒྲུར་བའི་བ་  
ལང་ཐ་སྙད་ཀྱི་དུས་སྟུ་རྩེས་སྟུ་མི་འགོ་བས་ཐ་སྙད་ཀྱི་དུས་ཀྱི་བ་ལང་ལ་བརྟ་  
མ་སྒྲུར། དེ་མ་སྒྲུར་ན་ཐ་སྙད་ཀྱི་དུས་ཀྱི་བ་ལང་བ་ལང་དུ་གོ་བར་མི་འགྱུར་  
དེ་མ་གོ་ན་སྒྲུར་བརྟ་བུས་པའང་དོན་མེད་དེ། དེ་ནི་ཐ་སྙད་ཀྱི་ཆེད་དུ་བུས་པ་  
ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །

གཞུང་དེའི་དོན་དུ་བུས་ནས་བརྟ་དུས་ཀྱི་བ་ལང་རང་མཆོན་པ་ལ་  
བརྟ་སྒྲུར་མི་རིགས་པར་ཐལ། དེ་ཐ་སྙད་ཀྱི་དུས་སྟུ་རྩེས་འགོ་མི་བྱེད་པའི་  
སྤྱིར། ཞེས་སྒྲུར་བ་ནི་སྒྲ་དོན་དང་རང་མཆོན་གང་བརྟའི་ཡུལ་དུ་ཁས་སྒྲངས་  
ཀྱང་སྒྲོན་དེ་མཚུངས་པས་མི་རིགས་ལ། དེས་ན་དཀར་ཟལ་ལ་བ་ལང་གི་  
བརྟ་དོན་དམ་པར་སྒྲུར་བ་མིན་ཏེ། བརྟ་དུས་ཀྱི་དཀར་ཟལ་ཐ་སྙད་ཀྱི་དུས་  
སྟུ་རྩེས་འགོ་མི་བྱེད་པའི་སྤྱིར། ཁྱབ་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་དཀར་ཟལ་ལ་བ་ལང་ངོ་  
སྟུ་མ་པའི་སྒྲོའི་ཡུལ་དོན་དམ་པར་གྲུབ་པར་འགྱུར་ལ། དེ་གྲུབ་ན་བརྟ་སྒྲུར་  
བའི་གཞི་དཀར་ཟལ་དང་བརྟ་སྒྲུར་ས་བ་ལང་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་གཉིས་  
གཅིག་ཏུ་འགྱུར་བས་དེ་ལྟར་ན་བ་ལང་ཐ་སྙད་ཀྱི་དུས་སྟུ་རྩེས་འགོ་མི་བྱེད་  
པར་འགྱུར་རོ། །འོ་ན་ཐ་སྙད་དུས་ཀྱི་ནག་སྒྲུར་ལ་བ་ལང་གི་བརྟ་སྒྲུར་རམ་  
མ་སྒྲུར། སྤྱི་མ་ལྟར་ན་གོ་མི་བུས་པར་འགྱུར་ལ། སྒྲ་མ་ལྟར་ན་བརྟ་སྒྲུར་ཀྱི་  
ཏོག་པ་སྒྲུབ་འདུག་ཏུ་འགྱུར་རོ། །

ཞེན། སྒྲོན་མེད་དེ། ཐ་སྙད་ཀྱི་དུས་ཀྱི་ནག་སྒྲུར་ལ་རྩེས་སྟུ་འགོ་བའི་

བ་ལང་ལ་བརྗེད་སྐྱར་བས་ནག་སྐྱར་མཐོང་བ་ན་དེ་བ་ལང་དུ་གོ་བྱས་ཏེ།  
 དཀར་ཟལ་གཞིར་བཟུང་ནས་བརྗེད་སྐྱར་བའི་ཆེན་གཤོ་སོགས་དང་ལྷན་པ་  
 རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་བརྗེད་སྐྱར་བའི་ཕྱིར། སྐྱ་དང་མི་རྟག་པའི་ཆོགས་དོན་  
 ཚད་མའི་ཞེན་ཡུལ་ཡིན་པ་བཞིན་དུ་དཀར་ཟལ་དང་བ་ལང་མིན་པ་ལས་  
 ལོག་པའི་ཆོགས་པ་ལ་བརྗེད་སྐྱར་བ་མིན་ཏེ། ཐ་སྙད་ཀྱི་དུས་ཀྱི་ནག་སྐྱར་བ་  
 ལང་དུ་གོ་བའི་ཕྱིར་དུ་བརྗེད་སྐྱར་ཀྱི་དེ་དཀར་ཟལ་བ་ལང་མིན་པ་ལས་ལོག་  
 པའི་ཆོགས་པར་ཤེས་པའི་ཕྱིར་དུ་བརྗེད་སྐྱར་བྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོ་ན་དཀར་  
 ཟལ་ལ་བ་ལང་གི་བརྗེད་སྐྱར་མི་རིགས་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལ་བ་ལང་གི་བརྗེད་  
 སྐྱར་ས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྙམ་ན་མི་འཐད་དེ། དཀར་ཟལ་ལ་བ་ལང་གི་  
 སྐྱས་བརྗེད་པ་མི་རིགས་པར་འགྱུར་ཏེ། དཀར་ཟལ་དང་བ་ལང་གི་ཆོགས་  
 པ་བ་ལང་ཞེས་པའི་སྐྱའི་བརྗེད་བྱ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །བརྗེད་ཡུལ་གྱི་གཙོ་  
 བོ་སྤར་བ་ཤད་པ་ལྟར་ཡིན་ཡང་དཀར་ཟལ་བ་ལང་མིན་པ་ལས་ལོག་པར་  
 སྤང་བའི་སྐྱ་དོན་ཡང་བརྗེད་ཡུལ་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ།།

བཞི་པ་དེ་དག་ལ་བརྗེད་ནས་གཞན་སེལ་བའི་རྣམ་གཞག་རྟོགས་པར་བྱ་བ་ལ་གསུམ།

བཞི་པ་དེ་དག་ལ་བརྗེད་ནས་གཞན་སེལ་བའི་རྣམ་གཞག་རྟོགས་པར་  
 བྱ་བ་ལ། སྐྱ་སེལ་བའི་ཡུལ་ཅན་དང་སྐྱབ་པའི་ཡུལ་ཅན་དུ་སྐྱ་བ་རྣམས་ཀྱི་  
 ལུགས་སོ་སོར་བརྗེད་པ་དང་། སྐྱ་རྟོག་སེལ་བའི་ཡུལ་ཅན་དུ་བསྐྱབ་པ་དང་།  
 གཞན་སེལ་བའི་དབྱེ་བ་དང་མཚན་ཉིད་དོ། །

དང་པོ་སྐྱ་སེལ་བའི་ཡུལ་ཅན་དང་སྐྱབ་པའི་ཡུལ་ཅན་དུ་སྐྱ་བ་རྣམས་ཀྱི་ལུགས་སོ་སོར་བརྗོད་བ་ནི།

དང་པོ་ནི། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བསྐྱས་པའི་འབྲེལ་པར་སློབ་དཔོན་ཀ་མ་ལ་  
 ལྷོ་ལས་སྐྱ་རྣམས་ཀྱིས་དངོས་སུ་བསྐྱབ་པ་དང་དགག་པ་སྐྱས་དངོས་པོའི་  
 རང་བཞིན་དུ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་སྐྱབ་པ་ཉིད་སྐྱའི་དོན་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་  
 བ་ནི་སྐྱའི་དོན་བསྐྱབ་པར་སྐྱ་བ་རྣམས་ཀྱི་ལྟ་བུའོ། །སེལ་བར་སྐྱ་བ་རྣམས་ནི་  
 དམ་པའི་དོན་དུ་དངོས་པོའི་རང་གི་ངོ་བོ་ལ་སྐྱ་རྣམས་ཀྱིས་བརྗོད་པར་བྱ་བ་  
 ཅུང་ཟད་ཀྱང་ཡོད་པ་མིན་ཏེ། སྐྱའི་ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་ཉིད་ནི་འབྲེལ་བས་ཐ་  
 དད་པའི་དོན་རྣམས་ལ་ཐ་མི་དད་པའི་རྣམ་པས་འཇུག་པ་ཡིན་ཏེ། གང་ལ་  
 བརྒྱད་པས་དངོས་པོ་དང་འབྲེལ་བ་དེ་ནི་འབྲེལ་བ་ཉིད་ཡིན་ཡང་དོན་ལ་མི་  
 སྐྱ་བ་ཉིད་ཡིན་པར་ལྟ་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་སློབ་ཏུགས་པ་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་སློབ་  
 གང་ཡིན་པ་དེས་དོན་དང་ཐ་མི་དད་པའི་ངོ་བོ་ལས་གཞན་པ་ལས་སློབ་པའི་  
 དངོས་པོ་ཉམས་སུ་སྦྱོང་བའི་སློབས་ལས་འོངས་པའི་ཕྱིར་དང་། རང་ཉིད་  
 ཀྱང་གཞན་ལས་ལོག་པར་སྒྲུང་བའི་ཕྱིར་འབྲེལ་བ་ཡིན་ཡང་གཞན་ལས་  
 སློབ་པར་དོན་དང་སྒྲུན་ཅིག་པར་ངེས་པའི་ཕྱིར་དང་། གཞན་སེལ་བའི་  
 དངོས་པོ་རྟོགས་པ་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཞན་སེལ་བ་ཞེས་བརྗོད་དོ། །

དེས་ན་སྐྱའི་དོན་ནི་སེལ་བ་ཡིན་པར་གྲུབ་པོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
 གཞན་སྐྱ་རྣམས་ཀྱིས་བྱམ་པའོ་སྐྱམ་པའི་སློབ་ལ་དགག་བྱ་བཅད་སློབ་མི་སྒྲུང་  
 བར་བསྐྱབ་པ་རང་དབང་བའི་ཚུལ་གྱིས་སྒྲུང་བ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་དེ་

བཞིན་དུ་སྐྱོད་ཏེ་ག་ཐམས་ཅད་དངོས་པོའི་དབང་གིས་འཇུག་པ་ཡིན་པས་སྐྱབ་  
 བ་ཁོ་ན་ལ་འཇུག་པ་ཡིན་གྱི་སེལ་བ་ལ་འཇུག་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་སྒྲུའོ། །  
 སྐྱབ་པའི་སྐྱོད་ཏེ་ག་སྐྱབ་པའི་སྒྲོ་ནས་འཇུག་པ་ལ་དོགས་པ་ཤས་ཆེ་བས་སྒྲོབ་  
 དཔོན་གྱིས་དེ་འགོག་པའི་རིགས་པ་རྒྱས་པར་གསུངས་ལ། དགག་པའི་སྐྱོད་  
 ཏེ་ག་ལ་དོགས་པ་ཤས་ཚུང་བས། དངོས་མེད་དོ་བོར་མེད་པའི་ཕྱིར། རོ་བོ་  
 བཟོད་བྱ་བཅད་བྱ་ཉིད། ། མ་ཡིན་ཞེས་པ་ཅམ་ལས་མ་གསུངས་སོ། ། བྱམ་  
 མེད་དེ་ལ་དོ་བོ་ཚུང་བད་ཀྱང་མེད་པའི་ཕྱིར་དེ་བཟོད་པའི་སྐྱས་དོ་བོ་སྐྱབ་  
 པའི་སྒྲོ་ནས་ཡུལ་དུ་བྱས་སམ་དགག་བྱ་བཅད་པའི་སྒྲོ་ནས་ཡུལ་དུ་བྱས་  
 སྐྱམ་དུ་དབྱད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཞེས་འཆད་པ་ནི། གཞུང་འདིའི་དོན་དུ་ཡེ་  
 ནས་མི་རུང་བས་འདི་ལྟར་སྒྱུར་ཏེ། གཞན་སྡེ་ལ་བྱམ་མེད་བཟོད་པའི་སྐྱོད་  
 དེས་བྱམ་མེད་སྐྱབ་པའི་སྒྲོ་ནས་ཡུལ་དུ་བྱས་སམ་དགག་བྱ་བཅད་པའི་སྒྲོ་  
 ནས་ཡུལ་དུ་བྱས་སྐྱམ་དུ་དབྱད་ནས་སྐྱབ་པའི་སྒྲོ་ནས་འཇུག་ཅེས་དམ་  
 འཆའ་བ་མི་རིགས་ཏེ། སྐྱས་བཟོད་ཅམ་ཉིད་ན་དགག་བྱ་བྱམ་པའི་དོ་བོ་  
 བཅད་པའི་གཞན་སེལ་ཉིད་དངོས་སུ་བཟོད་པར་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་  
 པའི་དོན་ནོ། །

དེས་ན་བྱམ་འཛིན་ཏེ་ག་པ་སོགས་རིགས་མི་མཐུན་ལས་ལོག་པའི་  
 དོན་གྱི་གཞན་སེལ་གྱི་སྟོབས་ལས་འོངས་པའི་ཕྱིར་དང་། རང་དུས་ནའང་  
 རིགས་མི་མཐུན་ལས་ལོག་པར་སྤང་ལ་ཕྱིས་ཀྱང་རིགས་མཐུན་རིགས་མི་



མ་ཐུན་ཀྱན་ལས་ལོག་པའི་གཞན་སེལ་ཐོབ་པའི་མཐར་ཐུག་པ་ཅན་ཡིན་  
པའི་སྤྱིར་སེལ་བའི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་ནོ་ཞེས་སེལ་བ་སྐྱབ་ནམས་འདོད་པ་  
ཡིན་ནོ།།

གཉིས་པ་སྐྱོད་སེལ་བའི་ཡུལ་ཅན་དུ་བསྐྱབ་པ་ལ་གཉིས།

གཉིས་པ་ལ་སེལ་བའི་གཞི་འདིང་བ་དང་། སེལ་བར་སྐྱབ་པ་དངོས་  
སོ། །

དང་པོ་སེལ་བའི་གཞི་འདིང་བ་ནི།

དང་པོ་ནི། རང་བཞིན་ལ་ཡང་མེད་མི་འབྱུང་། །ཞེས་སོགས་ཏེ་བྱས་  
མི་རྟག་རང་བཞིན་འབྲེལ་བར་གོང་དུ་བསྐྱབ་ཟིན་ཀྱང་འདིར་ཡང་བཀོད་པ་  
ནི་སེལ་བའི་གཞི་འདིང་བའི་སྤྱིར་དུ་དོགས་པའི་གནས་ལ་བཀོད་པ་ཡིན་ཏེ།  
བྱས་པ་སྐྱེ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་དམ་བཅའི་ཕྱོགས་གཅིག་རྟགས་སུ་བཀོད་  
པའི་མ་གྲུབ་པར་འབྱུང་ཏེ། བྱས་མི་རྟག་དོ་བོ་དབྱེར་མེད་པའི་སྤྱིར། ཞེས་པ་  
ལ་བྱབ་པ་མ་གྲུབ་པའི་ལན་གྱི་སྒོ་ནས་རྒྱས་པར་སྟོན་པ་ཡིན་ནོ། །དངོས་པོ་  
ཀྱན་དོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་རང་རང་གི་དོ་བོ་གཞན་དང་མ་འདྲེས་པར་གནས་པ་  
ཡིན་པས་རིགས་མ་ཐུན་རིགས་མི་མ་ཐུན་ཀྱན་ལས་ལོག་པར་གནས་པ་  
ཡིན་ལ་དེས་ན་གཞི་སྐྱེ་ལྟ་བུ་ལ་རིགས་མ་ཐུན་ལས་ལོག་པ་དང་། རིགས་མི་  
མ་ཐུན་ལས་ལོག་པའི་ཕྱོགས་པ་དུ་མར་དབྱེར་བྱང་ལ། ཕྱོགས་པ་དེ་དག་གི་སྒོ་  
ནས་སྐྱེ་མི་རྟག་པ་ལྟ་བུའི་རང་གི་མཆན་ཉིད་དབྱིས་སྤྱིར་པ་ཁོ་ནར་རྟོགས་  
ཤིང་ཕྱོག་ཆོས་ཐ་དད་པ་དེ་དག་ཀྱང་དངོས་མིང་སོ་སོས་རྟོག་པ་སོ་སོའི་

ཡུལ་དུ་གོ་དགོས་པས་དམ་བཅའི་ཕྱོགས་གཅིག་རྟགས་སུ་བཀོད་པར་ཐལ་  
བའི་སྐྱོན་མེད་དོ་ཞེས་པའོ། །བྱས་མི་རྟག་གི་ཐ་དད་ལྟ་བུ་ནི་རྟོག་པས་  
བཏགས་པ་ཙམ་གྱི་ཐ་སྙད་ཡིན་ཏེ། སྦྱིར་ཚད་མས་བྱུང་། དངོས་པོ་རང་གི་  
ངོ་བོའི་སྐྱོན་ས་ཐ་དད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་བྱུང་ན་རྗེས་ཐ་དད་དུ་  
འགྱུར་བས་བྱས་པ་རྟག་པར་ཐལ་ལོ། །རྟོག་པས་བཏགས་ཙམ་ཡིན་པས་ཐ་  
དད་མཆན་ཉིད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྦྱ་བ་ནི་ལྟག་ཆོད་ཡིན་ཏེ། བྱས་མི་རྟག་ཐ་  
དད་མཆན་ཉིད་པ་ཡིན་པ་འགོག་པའི་རྟགས་སུ་གང་བཀོད་ཐམས་ཅད་སྐྱོན་  
ཅན་དུ་འགྱུར་ཏེ། དེའི་རྟགས་ཆོས་ལ་འབྲེལ་བ་མེད་པར་ཁས་ལེན་དགོས་  
པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཐ་དད་མཆན་ཉིད་པ་མེད་པར་མཚུངས་པར་ཁས་ལེན་དགོས་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེས་ན་རྟོག་བཏགས་ཡིན་ཡང་ཐ་དད་འཛིག་བྱས་ཏེ། ཐ་དད་ཀྱི་དོན་  
ནི་སོ་སོ་བ་ཡིན་ལ་བྱས་མི་རྟག་དེས་པའི་སྒྲོས་དེ་གཉིས་སོ་སོར་གོ་ཞིང་  
དེའི་འཛིན་སྟངས་ལ་གཞིན་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་དག་དུ་བའི་དུས་ན་  
མེ་འགགས་མའི་དུས་ན་དུ་བ་མ་སྐྱེས་པས་རྒྱ་འབྲས་རྗེས་གཅིག་དང་ཐ་  
དད་གང་ཡང་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྦྱ་བ་ནི། བཞི་བརྒྱ་པ་ལས། ཇི་ལྟར་རྒྱན་ལ་ལྟ་  
ཉིས་ན། རྟག་པ་ཡོད་ཅེས་བྱ་བར་འགྱུར། །ཞེས་བཤད་པ་ལྟར་ཆོག་ས་རྒྱན་  
འཛིག་མ་ཤེས་པའི་ལོག་རྟོག་འབའ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་རང་གི་མཆན་  
ཉིད་ཀྱིས་སྐྱེ་བར་མི་སྲིད་པར་ཐལ། བདག་དང་གཞན་དང་གཉིས་ཀ་དང་རྒྱ་

མེད་ལས་སྐྱེ་བ་མི་སྤྱིད་པའི་ཕྱིར།      གཞན་སྐྱེ་མེད་པ་མ་གྲུབ་ན་རྒྱ་འབྲས་  
 རྫས་གཞན་མི་སྤྱིད་པ་འགལ་ལོ།      །གཞན་ཡང་རིགས་པ་དེ་ཅེས་གྲིས་རྒྱ་  
 འབྲས་རྫས་གཞན་འགོག་ཀྱས་ན།      སྒོན་པོའི་ཤར་རྩལ་དང་རྩབ་རྩལ་ཡང་  
 རྫས་གཞན་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ཏེ།      ཤར་རྩལ་གྱི་གོ་ས་ན་རྩབ་རྩལ་མེད་  
 རྩབ་རྩལ་གྱི་གོ་ས་ན་ཤར་རྩལ་མེད་པའི་ཕྱིར།      གོ་ས་སོ་སོ་ན་འདྲེས་ནས་  
 མེད་ཀྱང་ཆོགས་པ་གཅིག་གི་སྟངས་ན་རྫས་ཐ་དད་དུ་ཡོད་དོ་སྙམ་ན།      མེ་དུ་  
 གཉིས་ཀྱང་དུས་འདྲེས་ནས་མེད་ཀྱང་རྒྱན་གཅིག་གི་སྟངས་ན་རྫས་ཐ་དད་དུ་  
 ཡོད་པས་བསྐླལ་པའི་བར་དུ་བསྐྱེ་བར་རུས་སོ། །

དེས་ན་མེ་དུ་གཉིས་སོ་སོའི་དུས་ན་རྒྱ་འབྲས་སུ་མེད་ཀྱང་གཉིས་ཀ་  
 ཆ་ཤས་སུ་ལྡན་པའི་རྒྱན་གཅིག་གི་སྟངས་ན་རྒྱ་འབྲས་སུ་གནས་ཤིང་རྒྱ་  
 འབྲས་ངེས་བྱེད་གྱི་མངོན་སུམ་གྲིས་ཀྱང་རྒྱན་གྱི་སྟངས་ངེས་དགོས་པའི་  
 ཕྱིར་ཏེ།      འདི་ལྟར་དང་པོར་མེ་དུ་གཉིས་ཀ་དམིགས་རུང་མ་དམིགས་དེའི་  
 རྫས་སུ་མེ་དམིགས།      དེ་ནས་དུ་བ་དམིགས།      དེའི་རྫས་སུ་མེ་མ་དམིགས།  
 དེའི་རྫས་སུ་དུ་བ་མ་དམིགས་པ་ལས་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར།      རྒྱན་ལྡན་དུ་ངེས་ཏེ།  
 དུ་བ་དམིགས་པའི་ཆེ་མེའི་རྒྱན་མ་དམིགས་ན།      དེའི་རྫས་སུ་མེ་མ་དམིགས་  
 ཞེས་བརྗོད་པ་མི་འཐད་ཅིང་།      མེ་དམིགས་རུང་མ་དམིགས་པའི་ཆེ་དུ་བའི་  
 རྒྱན་མི་གནས་ན་མེ་མ་དམིགས་པའི་རྫས་སུ་དུ་བ་མ་དམིགས་ཞེས་བརྗོད་  
 པ་མི་འཐད་པར་འགྱུར་རོ། །རྒྱན་ལ་བསྟོས་ནས་རྒྱ་འབྲས་སུ་མི་འགྲུབ་ན་

དབང་པོའི་མངོན་སུམ་ཚད་མས་རྒྱ་འབྲས་སུ་མི་འབྱུང་བ་འབྱུར་ཏེ། དེས་  
སྐད་ཅིག་ཆ་མེད་དང་རྩལ་སྤྲོད་ཆ་མེད་ལ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་ངེས་པ་འབྲེན་མི་  
རུས་པ་སྟོང་བས་བྱུང་བའི་སྤྱིར་རོ། །མངོན་ཏྲོགས་རྒྱན་གྱི་འབྲེལ་བ་དོན་  
གསལ་གྱི་དགོངས་པ་ལེགས་པར་འཆད་མི་རུས་པ་ཁ་ཅིག་དོན་སྤྲོད་གཉིས་  
ཀྱི་ལུགས་ལ་ཆོགས་རྒྱན་ཡིན་ན་ཀྱན་རྫོབ་ཙམ་དུ་བྱུང་བར་འདོད་ཀྱི།  
བདེན་པར་བྱུང་བར་མི་འདོད་དོ་ཞེས་སྒྲ་བ་ནི། མིང་ཞི་མཉམ་ཉིད་ཀྱི་འབྲེལ་  
པར་དོན་སྤྲོད་གཉིས་ཀྱི་ལུགས་བཀོད་པའི་དོན་དམ་དང་ཀྱན་རྫོབ་ཀྱི་ས་  
ཆོགས་མ་བྱེད་པས་ནོངས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟ་ན་དོན་སྤྲོད་བས་དབྱུ་མ་པ་ལ་ཚུད་  
པའི་ཆེ་འང་སྤྱིན་པ་བཏང་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྐྱངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བུ་  
བདེ་བ་འབྱིན་པའི་རྒྱ་འབྲས་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་དག་བདེན་པའི་རང་  
བཞིན་གྱིས་སྟོང་པའི་སྤྱིར་ཞེས་པའི་ཚུད་པ་དོན་སྤྲོད་བ་རང་ཉིད་ཀྱིས་རྩ་བའི་  
བྱུང་མཐའ་ལ་རང་ཉིད་ཀྱིས་དངོས་སུ་སྤྱིན་བརྗེད་པར་འབྱུར་ཏེ། བྱེད་  
ལྟར་ན་དོན་སྤྲོད་གཉིས་ཀྱི་རྩ་བའི་བྱུང་མཐའ་ལ་རྒྱ་འབྲས་དེ་དག་བདེན་པར་  
མ་བྱུང་བར་འདོད་པའི་སྤྱིར། དབྱུ་མ་པས་ཐལ་འབྱུར་དེ་སྒྲོག་ནས་འཕངས་  
ན་དོན་སྤྲོད་བས་འཁོར་གསུམ་ག་དངོས་སུ་ཁས་སྐྱངས་དགོས་པར་འབྱུར་  
རོ། །འདི་ལ་བརྗེད་པར་བྱ་བ་མང་དུ་ཡོད་ཀྱང་རེ་ཞིག་བཞག་གོ།

ད་ནི་དཀྱུས་ཀྱི་དོན་བཤད་པར་བྱ་སྟེ་སྤྱི་མི་ཏྲག་པར་རང་ལུགས་ལ་  
བསྐྱབ་མ་རུས་ནས་སྤྱི་མི་ཏྲག་པར་སྐྱབ་པ་ནི་སེལ་ངོར་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སྒྲ་བ་

ནི་འགལ་བའི་རྣམ་གཞག་ལ་སྒོ་ཁ་མ་ཕྱོགས་པ་ཡིན་ཏེ་པན་ཚུན་སྤངས་  
 འགལ་ལ་བརྟེན་པའི་དངོས་འགལ་སྲིད་དམ་མི་སྲིད། མི་སྲིད་ན་རང་གི་  
 འདོད་པ་བསྐྱབས་པས་དེའི་སྒོག་ཕྱོགས་དངོས་སུ་མི་ཁེགས་པ་དང་། གཞན་  
 འདོད་བཀག་པས་དེའི་སྒོག་ཕྱོགས་དངོས་སུ་བསྐྱབ་མི་རུས་པར་འགྱུར་ཏེ།  
 སྤང་གསུམ་ཁེགས་པའི་འགལ་བ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟ་ན་དགག་སྐྱབ་ཀྱི་  
 ཐ་སྙད་ཐམས་ཅད་མི་འཐད་པར་འགྱུར་རོ། །དང་པོ་ལྟར་ན་ཡ་གྲུལ་གང་རུང་  
 གཅིག་དམ་བཅས་པས་ཆོག་མོད། སེལ་ངོར་ཡིན་ཞེས་སྒྲ་ག་ལ་དགོས་སྐྱར་  
 བ་ལ་དགོས་པ་ཅི་ཡོད། ཉགས་སུ་བཀོད་པའི་བྱས་པ་སྒྲ་ཡིན་མིན་གང་རུང་  
 ཞིག་ཏུ་འདུས་ཀྱང་ཉགས་སུ་འགོད་པའི་ཆེ་སྒྲར་གྱུར་པའི་བྱས་པ་འཕམ་སྒྲ་མ་  
 ཡིན་དུ་གྱུར་པའི་བྱས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་འགོད་མི་དགོས་པ་བཞིན་ནོ། །

འདི་ཐམས་ཅད་ཉོག་པ་འབྲུལ་བའི་རྣམ་གཞག་ཅུ་མ་ཡིན་པས་ངེད་སྒྲ་  
 ཉག་མི་ཉག་གང་ཡང་ཁས་མི་ལེན་ནོ་ཞེས་ཟེར་ན། སྒྲ་ཉག་མི་ཉག་གཉིས་ཀ་  
 ཁས་ལེན་པ་ཇི་ལྟར་འགོག་ དངོས་འགལ་ལ་དེ་སྤང་གསུམ་མི་སྲིད་པས་སྒྲ་  
 མི་ཉག་པར་བསྐྱབ་པ་ཉིད་ཉག་པ་བཀག་པ་ཡིན་པས་གཉིས་ཀ་ཁས་ལེན་  
 པར་མི་རིགས་སོ་ཞེ་ན། འོ་ན་བྱེད་ལའང་པན་ཚུན་སྤངས་པའི་དངོས་འགལ་  
 ལ་སྤང་གསུམ་མི་སྲིད་པས་སྒྲ་ལ་ཉག་པ་བཀག་པ་ཉིད་སྒྲ་མི་ཉག་པར་  
 བསྐྱབ་པ་ཡིན་པས་གཉིས་ཀ་ཁས་མི་ལེན་པའང་མི་འཐད་དོ། །

གཞན་ཡང་སྒྲ་ཡོད་མེད་དྲིས་པའི་ཆེ་ཆད་མའི་ངོར་ཡོད་དོ་ཞེས་སྐྱར་



བ་མ་གཏོགས་སྒྱིར་ཡོད་དོ་ཞེས་དམ་འཆར་མི་རྒྱས་པར་འགྱུར་བས། དང་  
པོ་ཉིད་ནས་ངེད་ཅིའང་ཁས་མི་ལེན་ནོ་ཞེས་སྒྲོན་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པར་  
མི་འགྱུར་རོ།

གཉིས་པ་སེལ་བར་སྐྱབ་པ་དངོས་ནི།

གཉིས་པ་ནི། དོན་གྱི་རང་གི་ངོ་བོ་གཅིག་ཅེས་པའི་མཆམས་སྒྱུར་དུ་  
སྒྲོལ་གྱི་སྐྱབ་པ་ཁོ་ན་ལ་མི་འཇུག་པར་སེལ་བ་ལ་འཇུག་པའི་རྒྱ་མཆན་དུ་  
ཆད་མ་གཞན་འཇུག་པའི་ཕྱིར་རྟེ། ཞེས་བཀོད་པའི་རྟགས་ལ་བསྒྲོག་ནས་  
གཞོད་པ་ཅན་གྱི་ཆད་མ་བསྟན་པ་ནི། སྒྲ་འཛིན་མཛོན་སུམ་གྱིས་བྲངས་པའི་  
སྒྲ་ངེས་པའི་ངེས་ཤེས་དེས་སྒྲ་དེ་སྒྲ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པར་མ་གོ་ན་སྒྲ་མ་  
ཡིན་དུ་འཛིན་པའི་སྒྲོ་འདོགས་མི་གཅོད་པར་འགྱུར་ལ། སྒྲ་མ་ཡིན་ལས་  
ལོག་པར་གོ་ན་སྒྲ་རྟག་པ་ལས་ལོག་པར་ངེས་སམ་མི་ངེས། མི་ངེས་ན་སེལ་  
བའི་ཡུལ་ཅན་དུ་བྱུང་ལ། ངེས་ན་ཆོས་གཅིག་བསྐྱབས་པས་ཀྱན་བསྐྱབ་པ་  
དང་། གཅིག་བཀག་ན་ཀྱན་བཀག་པར་འགྱུར་བས་སྒྲ་ལ་བསྟོས་པའི་ཀྱན་  
མཁེན་དུ་འགྱུར་རྟེ། སྒྲིའི་སྟངས་ཤེས་བྱ་ལ་སྲིད་ཆད་ཀྱི་བྲངས་དང་མཉམ་  
པའི་བསྒྲོག་པ་ཡོད་ལ་དེ་དག་དུས་གཅིག་ཏུ་ངེས་ཏེ་གཅིག་པོ་དེས་སྟོང་  
སྟོབས་ཀྱིས་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། གཞུང་དེས་ནི་སྒྲོལ་གྱི་སྐྱབ་པ་ཁོ་ན་ལ་འཇུག་  
ན་ཆོས་ཅན་འཇུག་པའི་ཆད་མ་མ་གཏོགས་ཆད་མ་ཕྱི་མ་གཞན་འཇུག་པ་  
དོན་མེད་དུ་བསྟན་ནས། རྗེས་སུ་དཔག་པ་ལས་ཀྱང་དངོས། ཞེས་བསྟན།  
སྟོགས་ཆོས་འཇུག་པའི་རྗེས་དཔག་འཇུག་ན་རྗེས་དཔག་ཕྱི་མ་དོན་མེད་དུ་

ཐལ་བ་བསྐྱེད་ཞིང་། སེལ་བ་སྦྲེལ་བ་ལ་ཉེས་པ་མེད་དེ། དེས་པ་རེ་རེས་སྒྲོ་  
འདོགས་རེ་རེའི་ཞེན་ཡུལ་བཅད་པ་དེས་པའི་སྒྲོ་ནས་སྒྲོ་འདོགས་རེ་རེ་ཁོ་ན་  
གཙོད་ཀྱི་ཀྱན་མི་གཙོད་པའི་སྤྱིར་དང་། མངོན་སུམ་ལ་ནི་མི་མཚུངས་ཏེ་  
མངོན་སུམ་ལ་དངོས་པོ་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྦྱང་བ་བྱེན་པ་ཡིན་པས་རང་  
གི་གཟུང་བྱ་རང་མཚན་དང་བྱུང་བ་དེ་རྫས་གཅིག་པའི་དངོས་པོ་ཀྱན་མཐོང་  
བ་མི་འགལ་ལ། རྟོག་པའི་དེས་ཡུལ་སྒྲོ་བཏགས་ཡིན་པས་སེལ་བས་འཇུག་  
དགོས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པས་འཇུག་མི་བྱས་ཏེ། དངོས་པོའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྦྱང་  
བ་བྱེན་པ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དང་། དེ་རང་མཚན་ཡིན་ན་གཅིག་དེས་ན་ཀྱན་  
དེས་པར་འགྱུར་རོ།

གསུམ་པ་གཞན་སེལ་བའི་དབྱེ་བ་དང་མཚན་ཉིད་ནི།

གསུམ་པ་ནི། གལ་ཏེ་ལྟོག་པ་སྦྱངས་པ་ཡི། །དངོས་པོའི་རྗེས་འགྲོ་  
གཞན་མེད་ན། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་གཞན་སེལ་ལས་མ་གཏོགས་པའི་སྤྱི་མེད་  
ན་རྒྱ་དུ་མས་འབྲས་བུ་གཅིག་བྱེད་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ས་བོན་གྱི་རང་  
བཞིན་དུ་གྱུར་པའི་སྤྱི་གཙོ་བོ་སོགས་ལ་མེད་ཅིང་། དེ་རྣམས་ལ་ཡོད་པའི་  
རང་བཞིན་ས་བོན་ལ་མེད་པའི་སྤྱིར། དེས་ན་རྒྱ་དུ་མས་འབྲས་བུ་གཅིག་  
བྱེད་པ་ལ་དེ་རྣམས་རང་བཞིན་གཅིག་ཡིན་དགོས་སོ་ཞེས་པའི་གྲངས་ཅན་  
གྱི་ཚུད་པ་བཀོད་ནས། དེ་འགོག་པའི་རིགས་པ་རྒྱས་པར་གསུངས་པ་ལ་  
གྲངས་ཅན་གྱིས་གཞན་སེལ་ལ་མཚུངས་པར་ཚུད་པ་མི་མཚུངས་པའི་ལན།  
ལྟོག་པ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་སྤྱིར། ཞེས་སོགས་ཀྱི་འགྲེལ་བཤད་སྒྲོ་བ་དཔོན་ཤུག་

སྒྲོལ་གཞན་སེལ་གསུམ་བཤད་དོ། དེའང་ལས་བྱ་བྱེད་གསུམ་ལ་སྐྱར་ནས་  
འདི་ལ་བསལ་བར་བྱ་བའི་གཞི་རྩ་བྱམ་བྱམ་པ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པའི་  
དོན་གྱི་གཞན་སེལ་དང་། འདི་བསལ་བའི་རང་བཞིན་བྱམ་པ་མ་ཡིན་པ་རྣམ་  
པར་བཅད་ཅམ་གྱི་མེད་དགག་གི་གཞན་སེལ་དང་། འདིས་སེལ་བར་བྱེད་  
པ་རྟོག་པ་ལ་བྱམ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པར་སྒྲུང་བའོ། །དེ་དང་རྗེས་སུ་  
མཐུན་པར་ཚད་མའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བསྐྱུས་པར། འདིར་ནི་སེལ་བ་རྣམ་གཉིས་  
ཏེ། །མ་ཡིན་པ་དང་མེད་པའོ། །མ་ཡིན་པ་ཡང་རྣམ་གཉིས་ཏེ། །སྒྲོ་དང་དོན་  
གྱི་དབྱེ་བས་སོ། །ཞེས་པའི་འགྲེལ་པར་སྒྲོ་བ་དཔོན་ཀ་མ་ལ་ཞེ་ལས། མ་  
ཡིན་པ་དང་མེད་པའོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི། མ་ཡིན་པར་དགག་པ་ཡིན་པའི་མཆན་  
ཉིད་དང་མེད་པར་དགག་པའི་མཆན་ཉིད་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། །སྒྲོའི་  
བདག་ཉིད་དང་དོན་གྱི་བདག་ཉིད་གྱི་དབྱེ་བས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྒྲོའི་བདག་ཉིད་  
དང་དོན་གྱི་བདག་ཉིད་གྱི་དབྱེ་བ་ལས་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། །

དེ་ལ་སྒྲོའི་བདག་ཉིད་ནི་སྒྲོ་སོ་སོར་སྒྲུང་བ་ལ་རྗེས་སུ་འཇུག་པའི་ངོ་  
བོ་གཅིག་པར་ཞེན་པའོ། །དོན་གྱི་བདག་ཉིད་ནི་དོན་གྱི་རང་བཞིན་ཏེ་རིགས་  
མི་འདྲ་བ་ལས་ལོག་པའི་དོན་གྱི་མཆན་ཉིད་ཅེས་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། །དེ་དག་གི་  
དབྱེ་བས་ཏེ་རྣམ་པར་དབྱེ་བས་ཏེ་ཞེས་བྱ་བར་བསྐྱུ་བའོ། །ཞེས་པ་དང་།  
སེལ་བ་རྣམ་པ་གསུམ་བསྟན་པ་དེ་ཉིད་སྒྲོའི་དོན་རྣམ་མ་ཡིན་པར་སྐྱར་བའི་  
ཕྱིར་ཞེས་པ་དང་། དེ་ལྟར་རེ་ཞིག་གཟུགས་བརྟན་གྱི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་སེལ་བ་

ནི་དངོས་སུ་སྐྱེ་བ་སྐྱེད་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། གཙུག་པོའི་སྐྱེ་དོན་ཡིན་ནོ། །ཞེས་  
བསྟན་ནས་ལྷག་མ་པལ་བའི་སེལ་བའང་སྐྱེ་དོན་ཉིད་དུ་བརྗོད་པ་ལ་འགལ་  
བ་མེད་པ་ཉིད་བསྟན་པའི་སྤྱིར། དངོས་ཀྱི་ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་དང་དོན་  
མཚུངས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་རྩ་བུམ་ལ་བུམ་པ་ཞེས་བརྗོད་པའི་ཆེ་རྩ་བུམ་གྱི་  
སྤྱིང་གི་མེད་དགག་གི་གཞན་སེལ་སྐྱེ་དེའི་ཤྱགས་བསྟན་དང་། སྤྱིང་སེལ་བ་  
དངོས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་དང་། དོན་གྱི་གཞན་སེལ་སྤྱིར་སྐྱེ་བསྟན་བྱ་ཡིན་ཡང་  
སྐྱེ་དོན་དུ་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ཏེ། བརྗོད་བྱའི་གཞི་ལྡོག་ཅམ་དུ་བྱུང་བའི་སྤྱིར་  
རོ། །རང་མཚན་སྐྱས་དངོས་སུ་བརྗོད་ཀྱས་ན་སྐྱེ་དངོས་ཀྱི་བརྗོད་བྱར་  
འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། འཐད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རང་མཚན་རྟོག་པའི་སྤྱིང་ཡུལ་དུ་ཐལ།  
རྟོག་པ་ལ་སྤྱིང་བའི་སྤྱིར་ཏེ། རྟོག་པ་ལ་དེའི་རྣམ་པ་ཤར་བའི་སྤྱིར་རོ། །མ་  
གྲུབ་ན་དངོས་རྟོགས་མི་རུང་བར་འགྱུར་བ་དང་། རྩ་གཉིས་དབང་ཤེས་ཀྱི་  
སྤྱིང་ཡུལ་དུ་འགྱུར་ཏེ། དབང་ཤེས་ལ་སྤྱིང་བའི་སྤྱིར་རོ།

སེལ་བ་དང་དགག་པ་དོན་གཅིག་པས། དེ་ལ་དབྱེ་ན་མ་ཡིན་དགག་  
གི་གཞན་སེལ་དང་། མེད་དགག་གི་གཞན་སེལ་ལོ། །དང་པོ་ལ་དོན་ཆོས་  
དང་སྒྲོ་ཆོས་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི་བུམ་པ་མ་ཡིན་པ་ལ་ལོག་པ་དང་། སྐྱ་  
མི་རྟོག་པ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་ལ་སོགས་པ་སྟེ། སྐྱབ་བྱེད་སྐྱ་མ་དག་  
གིས་ནི། །མ་ཡིན་སྐྱབ་པར་བྱེད་སྤྱིར་རོ། །ཞེས་བཤད་པ་ལྟར་རོ། །དེའི་དོན་  
ནི་མེ་ཡོད་དང་སྐྱ་མི་རྟོག་པ་མ་ཡིན་དགག་ཏུ་སྟོན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་རྟོགས་

གཉིས་ལ་བརྟེན་པའི་དངོས་ཀྱི་གཞལ་བྱ་ཡིན་ལ། དེ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པ་  
 གཉིས་ནི་ཚད་མ་དེའི་ཤྱགས་ཀྱི་རྟོགས་བྱ་འབྲས་རང་གི་རྟགས་གཉིས་ཀྱིས་  
 མ་ཡིན་དགག་སྐྱབ་པར་བྱེད་ཅེས་བཤད་པ་དེ་ཡིན་ནོ། །འོན་དངོས་ཀྱི་  
 བསྐྱབ་བྱའི་སྒོ་ནས་མི་སྟོན་པར་ཤྱགས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་སྒོ་ནས་སྟོན་པ་ཅི་  
 ཡིན་སྟུམ་ན། རྟགས་ཡང་དག་ཐམས་ཅད་དགག་པ་བསྐྱབ་པས་བྱུང་ལ། རྒྱ་  
 བྱུང་བྱེད་མ་དམིགས་པས་མེད་དགག་སྐྱབ་པས་དེ་ལས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་  
 པའི་བྱིར། མ་ཡིན་དགག་བསྐྱབ་ཅེས་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་ནའང་དགག་  
 རྟགས་སུ་ཐལ་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། དེ་ནི་དངོས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་བསྟོས་ནས་  
 བཞག་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་རྗེས་དཔག་ཚད་མ་མཐའ་དག་དགག་རྟོག་  
 ཏུ་འགྱུར་རོ། །སྒྲིའི་གཞན་སེལ་ནི་བྱམ་འཇིན་རྟོག་པ་ལ་བྱམ་མ་ཡིན་ལས་  
 ལོག་པར་སྒྲུང་བ་ཉིད་ཡིན་གྱི། སྒྲ་དོན་མཐའ་དག་དེར་མི་རུང་སྟེ་བསལ་བྱ་  
 དངོས་སུ་བསལ་བའི་སྒོ་ནས་རྟོགས་དགོས་པའི་ངེས་པ་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །  
 འོན་བྱམ་འཇིན་རྟོག་པ་དགག་རྟོག་ཏུ་འགྱུར་ཏེ། བྱམ་མ་ཡིན་ལས་ལོག་  
 པར་སྒྲུང་བའི་བྱིར་དང་། དེ་ཉིད་དགག་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ་ཞེ་ན། འོན་དབང་  
 བའི་མངོན་སུམ་གྱིས་མེད་དགག་གཟུང་ཡུལ་དུ་བྱེད་པར་འགྱུར་ཏེ། རང་  
 མཆོན་རྣམས་འདྲེ་བ་མེད་པར་སྒྲུང་བའི་བྱིར་དང་། རང་མཆོན་འདྲེ་བ་མེད་  
 པ་མེད་དགག་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །དེས་ན་སྒྲིའི་སྒྲུང་ཚུལ་དང་། དོན་གྱི་གནས་  
 ཆོད་དང་། རང་སྟོག་དང་གཞི་སྟོག་སོགས་ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་ལ་མཁས་པར་བྱའོ། །



བཞི་པ་ནི། གཞན་སེལ་ཅམ་གྱི་མཆན་ཉིད་དགག་བྱ་དངོས་སུ  
བསལ་བའི་སྒོ་ནས་ཉོགས་པར་བྱ་བའོ། །མ་ཡིན་དགག་གི་གཞན་སེལ་དང་  
མེད་དགག་གི་གཞན་སེལ་གྱི་མཆན་ཉིད། སྤྲ་མ་དེ་གང་ཞིག་སྐྱབ་ཆོས་  
འཕེན་པ་དང་མི་འཕེན་པའོ། །སྒོ་དང་དོན་གྱི་གཞན་སེལ་གྱི་མཆན་ཉིད།  
རིམ་པ་བཞིན་དུ་མ་ཡིན་དགག་གི་སེལ་བ་གང་ཞིག་སྒོས་བཏགས་པ་ཅམ་  
དུ་གནས་པ་དང་། རང་གི་མཆན་ཉིད་ཀྱིས་བྱབ་པར་གནས་པའོ། །བྱམ་པ་  
རང་མཆན་ཡང་གཞན་སེལ་དུ་འདོད་དགོས་ཏེ། བསལ་བྱ་རིགས་མི་མཐུན་  
སེལ་བའི་སྤྱིར་རོ་སྒྲུལ་ན། དགག་པར་ཡང་འགྱུར་ཏེ་དགག་བྱ་རིགས་མི་  
མཐུན་འགོག་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཀྱན་ནས་མཚུངས་སོ།།

གསུམ་པ་བདེན་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དངོས་ལ་བཞི།

གསུམ་པ་བདེན་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དངོས་ལ། བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་  
མཆན་ཉིད་དང་། སྤྱི་རོལ་དོན་གྱི་རྣམ་གཞག་མཛད་པའི་དགོས་པ་དང་།  
ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་གཏན་ལ་པབ་པའི་སྒོ་ནས་གསུང་རབ་ཀྱི་དགོངས་པ་  
འགྲེལ་བའི་ཚུལ་དང་། ཚད་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་གོ།

དང་པོ་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ནི།

དང་པོ་ནི། དོན་དམ་དོན་བྱེད་རུས་པ་གང་། །དེ་འདིར་དོན་དམ་ཡོད་  
པ་ཡིན། །གཞན་ནི་ཀྱན་རྫོབ་ཡོད་པ་སྟེ། །དེ་དག་རང་སྤྱི་ཉི་མཆན་ཉིད་  
བཤད། །ཅེས་སོགས་ཏེ། སྐབས་འདིར་དོན་སེམས་གཉིས་བདེན་གཉིས་ཀྱི་  
མཆན་གཞི་ལ་མི་མཐུན་པ་ཡོད་ཀྱང་མཆན་ཉིད་ལ་མི་མཐུན་པ་བཞག་

དཀའ་བས་ཐུན་མོང་བའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། གང་གི་རང་གི་ངོ་བོ་ཡིས། །  
གཞན་གྱི་ངོ་བོ་སློབ་བྱེད་པ། །སློབ་བྱེད་དེ་དག་ཐ་དད་ཀྱང་། །ཞེས་པའི་  
འབྱུང་ཉིང་ལ། ཀུན་རྫོབ་དེ་དག་ཐ་དད་ཀྱང་། །ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར། དེ་ཁོ་ན་  
ཉིང་མཐོང་བ་ལ་སློབ་པ་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་སྒྲ་བཤད་པའི་དོན་དུ་བྱུང་མཐའ་སྒྲ་བ་  
པལ་ཆེར་མཐུན་ལ། རང་མཆོན་དངོས་སུ་གཟུང་ཡུལ་དུ་བྱེད་པ་ལ་སློབ་  
པའི་སློ་ཀུན་རྫོབ་པས་བཞག་པའི་དོན་དེ་ཉིང་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ།  
དེའི་ངོར་བདེན་པའི་བྱུང་རོ། །

དེས་ན་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པའི་མཆོན་ཉིང་ནི་སློ་ཀུན་རྫོབ་པས་བཏགས་  
པ་ཅེས་དུ་བྱུང་བའི་ཆོས་སོ། །དོན་དམ་བདེན་པའི་མཆོན་ཉིང་རྟོག་པས་  
བཏགས་པ་ཅེས་མ་ཡིན་པར་ཡུལ་རང་གི་ངོས་ནས་བྱུང་བ། མཛོད་ནས་  
བཤད་པའི་བདེན་གཉིས་དང་འཛོག་ཚུལ་མི་གཅིག་སྟེ། དེ་ནས་བྱམ་པ་ལ་  
སོགས་པ་བཅོམ་པས་དེའི་སློ་འདོར་དུ་རུང་བ་ལ་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་བཞག་ལ།  
འདིར་རང་གི་མཆོན་ཉིང་གིས་བྱུང་བ་ལ་དོན་དམ་པར་བྱུང་བར་བཞག་  
པས་དེར་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་མཆོན་གཞིར་བཤད་ཀྱང་། འདིར་དོན་དམ་པའི་མཆོན་  
གཞིར་བཞག་པ་ཡིན་ནོ། །གཞལ་བྱ་གཉིས་བྱུང་ཆད་མ་གཉིས། ཞེས་སོགས་  
གིས་རྗེས་དཔག་ཆད་མའི་གཞལ་བྱ་ཡིན་ན། སློ་མཆོན་དང་། དོན་བྱེད་མི་  
རྒྱས་པ་སོགས་གིས་བྱུང་བ་དང་། མཛོན་སུམ་ཆད་མའི་གཞལ་བྱ་ལ་དེ་  
ལས་ལྷོག་པས་བྱུང་བར་བཤད་ཅིང་། མཛོན་སུམ་སྒྲོག་ཏུ་བྱུང་བ་ལས། །

གཞུང་གི་གཞུང་གི་ཡོད་མ་ཡིན་ཞེས་པའི་སྐབས་སུ་འདྲེས་པ་གྲུང་ཡིན་ན་  
 རང་མཆན་མ་ཡིན་པས་བྱུང་བ་ལྟ་བུར་བཤད་པ་དང་། ཡང་། རང་གི་མཆན་  
 ཉིད་གཅིག་གཞུང་གི་ཞེས་རང་མཆན་ཁོ་ན་གཞུང་གི་བཤད་པར་དང་།  
 ཡང་གཞུང་གི་གཅིག་ཉིད་ཆད་མ་གཉིས་ཀས་རྟོགས་ཚུལ་ཐ་དད་པའི་སྒོ་  
 རས་འཇུག་པར་བཤད་པ་སོགས་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། གཞུང་གི་རང་མཆན་  
 གཅིག་གྲུང་བཤད་པ་ཆད་མའི་དངོས་ཀྱི་གཞུང་གི་ལ་བསམས་པ་མ་ཡིན་  
 ཏེ། རྟོགས་ལྡན་ཆད་མའི་སྒོ་རས་དབྱེད་པ་བྱེད་པ་ཐམས་ཅད་རང་མཆན་ཁ་  
 ཅིག་སྒྲར་མ་བཞག་པ་གསལ་དུ་དགག་པ་མ་བྱས་ན་གཞི་དུ་བསྐྱེད་པ་  
 དང་། སྒྲར་མ་རྟོགས་པ་གསལ་དུ་རྟོགས་པར་བྱས་པ་ལས་གནས་སྐབས་  
 དང་མཐར་ཐུག་གི་ཕན་པ་བསྐྱེད་པར་མཐོང་ནས་དགག་སྒྲུབ་བྱེད་པ་ཡིན་  
 ལ། ཕན་གཞི་དེ་འདྲར་རང་མཆན་ཁོ་ནས་བྱེད་པས། རང་གི་མཆན་ཉིད་  
 གཅིག་གཞུང་གི་ཞེས་སྒྲོས་ཏེ་དེ་ཕན་ཆད་དུ་འབྲས་བུ་མེད་ན་བདག་མེད་  
 དེས་པ་ལའང་དགོས་པ་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །གཞུང་གི་གཉིས་བྱིར། ཞེས་  
 སོགས་ཀྱིས་མངོན་ཇེས་གཉིས་ཀྱི་ཆད་མར་སོང་ས་རང་མཆན་དང་སྒྱི་  
 མཆན་གཉིས་སོ་སོ་ཁོ་ནར་ངེས་པར་སྟོན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྒྲོ་འདོགས་གསལ་  
 དུ་གཅོད་པ་ལ་རང་མཆན་གཟུང་ཡུལ་དུ་བྱས་ནས་གཅོད་པ་དང་སྒྱི་མཆན་  
 གཟུང་ཡུལ་དུ་བྱས་ནས་གཅོད་པ་གཉིས་མཐོང་གི་གཞུང་མ་མཐོང་བས་  
 འཇུག་ཚུལ་གཉིས་ཁོ་ནར་ངེས་པའི་དོན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་དོན་བྱེད་བྱས་མི་

བྱས་གཟུང་ཡུལ་དུ་བྱེད་པ་སོགས་ལའང་སྐྱར་གྱི་ཚད་མར་སོང་ས་སོ་སོར་  
ངེས་པར་སྟོན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

ཚད་མར་སོང་ས་སོ་སོར་ངེས་པ་ལ་བཤད་པར་གཟུང་དུ་དོགས་ནས།  
དེ་ནི་རང་གཞན་ངོ་བོ་ཡིས། རྟོགས་སྤྱིར་གཞལ་བྱ་གཉིས་སུ་བཞེད། ཁེས་  
བཀོད་པ་ཡིན་ཏེ། ཡུལ་རང་གི་སྐྱེ་མང་མ་ཡིན་པའི་ངོ་བོ་གཟུང་ཡུལ་དུ་  
བྱས་ནས་འཇལ་བ་དང་། དེ་ལས་གཞན་པའི་ངོ་བོ་གཟུང་ཡུལ་དུ་བྱས་ནས་  
འཇལ་བ་གཉིས་ཡོད་པས། གཞལ་བྱ་གཉིས་སྤྱིར་ཞེས་སྟོས་གྱི་ཚད་མར་  
སོང་ས་སོ་སོར་ངེས་པའི་དབང་གིས་མ་ཡིན་ཏེ། མངོན་སུམ་ཚད་མས་ཀྱང་  
སྤྱི་མཆན་དང་རྗེས་དཔག་ཚད་མས་ཀྱང་རང་མཆན་འཇལ་བའི་སྤྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་སྤྱི་རོལ་དོན་གྱི་རྣམ་གཞག་མཛད་པའི་དགོས་པ་ནི།

གཉིས་པ་ནི། བཅོམ་ལྷན་འདས་གྱིས་བཀའ་དང་པོར་སྤྱི་རོལ་དོན་གྱི་  
རྣམ་གཞག་མཛད་པ་ནི་གཟུང་འཛིན་རྣམས་ཐ་དད་བཀག་པའི་ཆོས་གྱི་བདག་  
མེད་རེ་ཞིག་བསྟན་པའི་སྟོད་དུ་མི་རུང་བའི་ཉན་ཐོས་གྱི་རིགས་ཅན་རྣམས་  
རྗེས་སུ་བཟུང་བའི་སྤྱིར་གསུངས་པ་ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་དུ་འདིར་ཡང་རང་  
ཉིད་ཐེག་པ་ཆེན་པོར་བསྟོད་པའི་ལམ་གྱི་དམིགས་པ་ཆོས་གྱི་བདག་མེད་  
གཏན་ལ་འབེབས་ཚུལ་དང་། ཉན་ཐོས་གྱི་རིགས་ཅན་རྣམས་རྗེས་སུ་བཟུང་  
བའི་སྤྱིར་སྤྱི་དོན་འཛོག་པའི་རྣམ་གཞག་གཉིས་བྱས་པ་ཡིན་གྱི། རྣམ་རིག་  
པ་རང་ཉིད་ཐ་སྟོད་དུ་ཁས་ལེན་པའི་སྤྱིར་བྱས་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཐ་སྟོད་པའི་  
ཚད་མས་བྱུང་བའི་དོན་ལ་དོན་དམ་འཇལ་བའི་ཚད་མས་གཞོད་པ་མཁས་

པའི་དབང་པོ་སྤྲུལ་མི་བཞེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོ་ན་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་བཟོད་པ་  
 ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་འགྱུར་ཏེ། ཕྱི་རོལ་མ་གྲུབ་བཞིན་དུ་ཕྱི་རོལ་མི་རྟག་པར་  
 གཏན་ལ་པབ་ནས་སྒྲོམ་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། སྒྲོན་མེད་དེ་ཕྱི་རོལ་དོན་གྱིས་ཁྱད་  
 པར་དུ་བྱས་པའི་གཟུགས་ཀྱི་སྤང་པོ་ལ་སོགས་པ་མི་རྟག་སོགས་སུ་གཏན་  
 ལ་པབ་ནས་གོམས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ།།

གསུམ་པ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་གཏན་ལ་པབ་པའི་སྒྲོན་ས་གསུང་རབ་ཀྱི་དགོངས་པ་འགྲེལ་བའི་ཚུལ་ནི།

གསུམ་པ་ནི། ལེ་ཏུ་གཉིས་པར་ལམ་ཐུན་མོང་བའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་  
 གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཅམ་ཞིག་བསྟན་ནས་ལེ་ཏུ་གསུམ་པར་ཆོས་ཀྱི་  
 བདག་མེད་གཏན་ལ་པབ་སྟེ། དེའང་ཤེར་ཕྱིན་གྱི་མདོ་སོགས་ལས་གཟུགས་  
 ནས་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་བར་གྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པར་བཤད་  
 པའི་དགོངས་པ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། དངོས་རྣམས་ཐ་དད་གནས་པ་འདི། །དེ་ཐ་  
 དད་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན། །དེ་ནི་བསྐྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་ན། །དེ་དག་ཐ་དད་ཀྱང་  
 བསྐྱེད་འགྱུར། །གཟུང་དང་འཇིག་པའི་རྣམ་པ་ལས། །མཆོན་ཉིད་གཞན་ནི་  
 ཡོད་མ་ཡིན། །དེས་ན་མཆོན་ཉིད་སྟོང་པའི་ཕྱིར། །རང་བཞིན་མེད་པར་རབ་  
 ཏུ་བཤད། །སྤང་པོ་ལ་སོགས་བྱེ་བྲག་གིས། །མཆོན་ཉིད་ཐམས་ཅད་བྱེད་པ་  
 ཡིན། །ཁྱད་པར་ཅན་དེའང་དེ་ཉིད་ཡིན། །དེས་ཀྱང་དེ་དག་མཆོན་ཉིད་བྲལ། །  
 ཞེས་སོགས་གྱིས་འགྲེལ་ཏེ། ཆོགས་བཅད་དང་པོ་གཉིས་གྱིས་ཆོས་ཐམས་  
 ཅད་རང་བཞིན་མེད་པ་དང་མཆོན་ཉིད་མེད་པ་སོགས་སུ་གསུངས་པའི་  
 དགོངས་པ། རྣམ་རིག་པའི་ལྷགས་ལའང་མི་འགལ་བའི་འགྲེལ་ཚུལ་གྱི་གཙོ་



བོ་དང་ཆེ་གས་བཅད་གསུམ་པས་རང་བཞིན་མེད་པའི་དགོངས་པ་འདི་  
བཞིན་དུའང་བཤད་དུ་བྱང་ངོ་ཞེས་པའི་འགྲེལ་ཚུལ་གཞན་འཆད་པ་ཡིན་  
གྱི། དེ་ཉིད་མདོ་སྡེ་པ་ལ་སྒྲུབ་བ་མི་འཐད་དེ། ཉན་ཐོས་སྡེ་པ་པལ་ཆར་ཐེག་  
པ་ཆེན་པོའི་མདོ་སྡེ་བཀར་མི་འདོད་པས་དེའི་དགོངས་པ་མི་འཆད་ཁ་མེད་  
མིན་པའི་སྤྱིར་དང་། དེས་ཀྱང་དེ་དག་མཆན་ཉིད་བྲལ། ཞེས་པའི་ཀྱང་གི་  
སྒྲས་སྒྲ་མ་སྒྲུད་པའི་སྤྱིར་རྣམ་རིག་པ་རང་གི་ལུགས་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་ཆེ་གས་བཅད་དང་པོའི་དོན་ནི་དངོས་རྣམས་ཐ་དད་བྱས་པ་སྟེ་  
འདི་ནི་རྒྱལ་འདི་ནི་འབྲས་བུའོ་ཞེས་སོགས་གཉིས་ཆོས་ཐ་དད་འབྱེད་པ་  
ཐམས་ཅད་ཁ་སྤྱིར་སྟེ་ཤེས་པས་འབྱེད་པ་ཡིན་གྱི་རང་རིག་མདོན་སུམ་  
གྱིས་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ངོ་མོར་གཉིས་སྒྲུབ་རྒྱལ་པའི་སྤྱིར་དོ། །སྤྱིར་སྟེ་ཤེས་  
པའི་ནང་ནས་ཀྱང་རྟོག་པས་འབྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་ཡུལ་དུ་སྒྲུབ་བ་རྒྱངས་  
ཆད་པའི་ཚུལ་གྱིས་ལོགས་སུ་འཆར་བར་སྒྲུབ་ལ། ཡུལ་ཅན་ཡང་དེ་ལས་ཐ་  
དད་དུ་གནས་པའི་གཟུང་འཛིན་རྣམས་ཐ་དད་ལྟ་བུར་སྒྲུབ་བས་བྲལ་པས།  
གཉིས་ཆོས་ཐམས་ཅད་གཟུང་འཛིན་རྣམས་ཐ་དད་དུ་སྒྲུབ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་  
གནས་པ་ཡིན་ལ། ཇི་སྟེ་ཇི་སྟེ་རྣམས་བསམས་པ། ཞེས་སོགས་གྱིས་  
རིགས་དང་གཟུང་འཛིན་རྣམས་ཐ་དད་དུ་སྒྲུབ་བ་སྟེ་མ་གྲུབ་བར་གྲུབ་པས་  
གཟུང་འཛིན་རྣམས་ཐ་དད་དུ་སྒྲུབ་བས་འཁྲུལ་བའི་སྤྱིར་གཉིས་ཆོས་ཐམས་  
ཅད་སོ་སོར་སྒྲུབ་བའང་འཁྲུལ་བ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་མཆན་མཆོན་དུ་བཞག་

པའི་མཆོན་བྱའང་ཡུལ་རྒྱུད་ས་ཆད་དུ་སྒྲུང་བ་ལས་མཆོན་དགོས་ལ། མཆོན་  
བྱེད་ཀྱང་ཡུལ་ཅན་དུ་སྒྲུང་བའི་གཟུང་འཛིན་རྩལ་ཐ་དད་ཀྱི་རྣམ་པས་ཉེ་སྒྲུང་  
བ་ལས་གཞན་པའི་མཆོན་མཆོན་སོ་སོར་འབྱེད་མི་རུས་ལ་གཟུང་འཛིན་  
རྩལ་གཞན་ཀྱིས་སྟོང་པའི་ཕྱིར་མཆོན་ཉིད་ཀྱང་བདེན་པས་སྟོང་བ་ཞེས་བྱ་  
ལ། དེ་ལ་དགོངས་ནས་རང་བཞིན་མེད་པ་དང་མཆོན་ཉིད་མེད་པར་མདོ་  
ལས་གསུངས་སོ། །ཆོག་ས་བཅད་གསུམ་པའི་དོན་ནི། གཟུགས་ཀྱི་མཆོན་  
ཉིད་གཟུགས་སུ་རུང་བ་ལ་སོགས་པ་མཆོན་བྱ་བྱེ་བྲག་སོ་སོ་ཐ་དད་པ་  
རྣམས་མཆོན་པའི་ཆོ། འདིས་མཆོན་པར་བྱེད་པས་ན་ཞེས་མཆོན་བྱེད་  
ཐམས་ཅད་བྱེད་པས་བྱེད་པར་དུ་བྱས་ལ། འདི་མཆོན་པར་བྱ་བས་ན་ཞེས་  
མཆོན་བྱ་ཐམས་ཅད་བྱ་བས་བྱེད་པར་དུ་བྱས་ལ་བྱ་བྱེད་དེའང་མཆོན་ཉིད་  
བདེན་པས་སྟོང་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་མཆོན་ཉིད་བྱེད་པ་ལས་རྩལ་ཐ་  
དད་དང་མཆོན་བྱ་བྱེ་བ་ལས་རྩལ་ཐ་དད་དུ་འགྱུར་བས་སོ། །བྱ་བྱེད་བདེན་  
པས་སྟོང་བ་ལ་དགོངས་ནས་ཀྱང་ཤེར་ཕྱིན་ལ་སོགས་པའི་མདོ་ལས་ཆོས་  
ཐམས་ཅད་མཆོད་ཉིད་མེད་པ་དང་རང་བཞིན་མེད་པར་གསུངས་སོ། །

བཞི་པ་ཆད་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ལ་གཉིས།

བཞི་པ་ཆད་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ལ་སྤྱི་ཉི་རྣམ་གཞག་དང་། སོ་སོའི་  
རྣམ་གཞག་གོ།

དང་པོ་སྤྱི་ཉི་རྣམ་གཞག་ནི།

དང་པོ་ནི། ཡོངས་སུ་བཅད་བྱ་ཐམས་ཅད་ཡུལ་ཡུལ་ཅན་གཉིས་སུ་

འདུ་ལ། གཙོད་བྱེད་ཐམས་ཅད་གཟུང་ནམ་དང་འཛིན་ནམ་གཉིས་སུ་འདུ་  
 ཞིང་། བཅད་པའི་འབྲས་བྱ་ལ་རང་རིག་དང་གཞན་རིག་གཉིས་སུ་འདུས་པ་  
 ལ། གཞན་སྡེ་ནམས་དང་རང་སྡེ་བྱེད་བྱ་ཏུ་སྦྲ་བ་སོགས་ཆད་འབྲས་རྫས་ཐ་  
 དད་དུ་འདོད་པ་ནི་མི་རིགས་ཏེ། འཛོག་བྱེད་གཞན་གྱིས་བར་དུ་ཆོད་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །འདི་སྟར་ཡུལ་གྱི་ནམ་པ་ཤར་བ་མེད་ན་ཡུལ་རྟོགས་པ་ཉིད་མི་  
 འགྲུབ་ལ་ནམ་པ་ཤར་བ་ཡོད་ན་དེ་ཉིད་གྱིས་ཡུལ་རྟོགས་པར་འཛོག་བྱས་  
 པས་འཛོག་བྱེད་གཞན་བརྒྱད་པ་དོན་མེད་དོ། །

སྐབས་འདིར་ཆད་མ་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད། ཆད་མའི་མཆན་ཉིད་ཡིན་  
 པས་བྱས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། མི་སྦྲ་བ་དང་མ་ཤེས་དོན་གསལ་དོན་གཅིག་ན།  
 ལོག་ཤེས་ཀྱི་གཟུང་ནམ་མཐའ་དག་ཀྱང་ཆད་མར་ཐལ་བ་དང་། ཡང་ན་མི་  
 སྦྲ་བ་ཆད་མའི་མཆན་ཉིད་དུ་དོན་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །མཆོན་བྱ་ཆད་མའི་ཐ་  
 སྙད་ཡིན་པས། ཆད་མར་བཞག་པའང་མ་ཡིན་ཏེ། གཟུང་ནམ་དང་འཛིན་  
 ནམ་གཉིས་ཀྱིས་མཆོན་བྱ་འཛོག་མི་བྱས་པར་འགྱུར་བ་དང་། སྦྲ་ཏྱག་འཛིན་  
 ཀྱི་སྦྲོ་འདོགས་ཀྱང་མི་སྦྲ་བར་འགྱུར་ཏེ་གཟུང་ནམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ། དེས་  
 ན་ཆད་མའི་མཆན་གཞི་ཡིན་པས་ཆད་མའི་ཐ་སྙད་བྱས་པ་ཡིན་ཏེ། ཆད་  
 མས་བསྐྱུས་པའི་གཟུང་ནམ་དང་འཛིན་ནམ་གྱི་བྱེད་པར་འགའ་ཞིག་འདིར་  
 རང་རིག་དང་གཞན་རིག་གཉིས་ཀྱི་འཛོག་བྱེད་དུ་སྦྲོས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལ་སྦྱིར་ཆད་མའི་འབྲས་བྱ་ལ་ཆོད་པའི་འབྲས་བྱ་དང་མ་ཆོད་པའི་

འབྲས་བུ་གཉིས་ཡོད་ལ། དང་པོ་ནི། སྒང་དང་དོར་བུའི་དངོས་པོ་ཡི། །འཇུག་  
ལ་དེ་གཙོ་ཡིན་ཕྱིར་དང་། །ཞེས་བཤད་པ་ལྟར་ཆད་མས་དོན་རྟོགས་པ་ལ་  
བརྟེན་ནས་རྟོགས་ལྡན་སྐྱེས་བུས་པན་པའི་དོན་ཐོབ་པ་དང་། མི་པན་པའི་  
དོན་སྤངས་པ་གཉིས་ཡིན་ལ། དེའང་ཡང་དག་ཤེས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་དུག་  
དང་ཆེར་མ་སོགས་སྤོང་བྱས་པ་ནི་པལ་པ་ཅམ་ཡིན་གྱི། གཙོ་བོ་ནི་སྤྱག་  
བསྐྱལ་མཐའ་དག་སྤངས་པ་དང་། ཐར་པའི་བདེ་བ་ཐོབ་པ་གཉིས་ཡིན་ཏེ།  
རྣམ་ངེས་ལས། པན་པ་དང་མི་པན་པ་ཐོབ་པ་དང་སྤོང་བ་ནི་ངེས་པར་ཡང་  
དག་པའི་ཤེས་པ་སྤོང་བུ་འགྲོ་བ་ཅན་ཡིན་པས་དེ་མི་མཁས་པ་རྣམས་ལ་  
བསྟན་པའི་དོན་དུ་འདི་ཅམ་མོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་  
ཤེས་པར་བྱའོ།

གཉིས་པ་མ་ཆད་པའི་འབྲས་བུ་ནི་ཡུལ་རྟོགས་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། ཆད་  
མ་རྒྱུད་ལ་སྐྱེས་པའི་དངོས་ཀྱི་དགོས་པ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྤྱིར་ཆད་མ་  
ཅམ་གྱི་མཆན་ཉིད་དང་ཆད་མའི་འབྲས་བུ་དོན་རྟོགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་གཉིས་  
སྤོང་བུ་གང་ངེས་པ་འགྲོ་དགོས་སྟམ་ན། ཕྱི་མ་སྤོང་བུ་འགྲོ་དགོས་ཏེ། སྤོང་  
སྤང་དབང་པོའི་མདོན་སྟམ་ཆད་མ་དེ་ལ་སྤོང་བོ་རྟོགས་པར་འཛོག་བྱས་ཀྱི་  
སྤོང་བོའི་རྣམ་པ་ཤར་བ་དང་པོར་ངེས་ནས། དེའི་རྗེས་སུ་ཆད་མར་འཛོག་  
པའི་འཛོག་བྱེད་མི་སྤྱི་བ་དེ་ཉིད་རང་སྟོབས་སམ་གཞན་སྟོབས་ཀྱིས་ངེས་  
པར་བྱེད་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །རང་ངེས་གཞན་ངེས་ལའང་། སྤོང་འཛིན་

མངོན་སུམ་ལ་དཔེར་བརྗེད་ན་ཡུལ་སྡོན་པོ་ལ་བསྟོས་ཏེ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་  
ངེས་ན་རང་ངེས་དང་། གཞན་སྟོབས་ཀྱིས་ངེས་ན་གཞན་ངེས་ཚད་མར་  
འཛོག་པ་ཡིན་ནམ། ཡུལ་ཅན་ལ་བསྟོས་ཏེ་མཆན་མཆོན་གཞི་གསུམ་ཡོད་  
པའི་མཆན་གཞི་སྡོན་འཛིན་མངོན་སུམ་ལ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་ངེས་མ་ངེས་  
དང་། མཆོན་བྱ་ཚད་མ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་ངེས་མ་ངེས་དང་། མཆན་ཉིད་མི་  
སྟེ་བ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་ངེས་མ་ངེས་གང་གི་སྟོན་ས་རང་ངེས་གཞན་ངེས་  
འབྱེད་པ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། མཆོན་བྱ་ཚད་མའི་ཐ་སྙད་རང་སྟོབས་ཀྱིས་ངེས་  
པ་རང་ངེས་དང་གཞན་སྟོབས་ཀྱིས་ངེས་པ་གཞན་ངེས་སུ་འབྱེད་པ་མ་ཡིན་  
ཏེ། བརྗེད་ལ་མ་བྱང་བའི་བྱིས་པའི་རྒྱུད་ལ་རང་ངེས་ཀྱི་ཚད་མ་མི་སྲིད་པར་  
འགྱུར་བ་དང་། རྒྱུད་པན་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་རྗེས་དཔག་རང་ངེས་མ་ཡིན་པར་  
འགྱུར་བའི་སྤྱིར་རོ། །ཡུལ་སྡོན་པོ་དང་ཡུལ་ཅན་སྡོན་འཛིན་མངོན་སུམ་  
གཉིས་ལ་བསྟོས་ཏེ། འབྱེད་པའང་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་གཉིས་རང་སྟོབས་ཀྱིས་  
ངེས་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེས་ན་རང་ལས་རང་གི་ངོ་པོ་ཉོག་མ། །ཐ་སྙད་ལས་ནི་  
ཚད་མ་ཉིད། །ཅེས་པ་ནི་མཆན་གཞི་ལ་མཆན་ཉིད་ངེས་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མ་སྟོན་  
པའི་གཞུང་ཡིན་པས་མཆན་གཞི་སྡོན་འཛིན་མངོན་སུམ་ལྟ་བུ་ནམ་ངེས་པ་  
ན་མི་སྟེ་བར་རང་སྟོབས་ཀྱིས་ངེས་ན་རང་ངེས་དང་། གཞན་སྟོབས་ཀྱིས་  
ངེས་དགོས་ན་གཞན་ངེས་སོ། །

གཉིས་པ་སོ་སོའི་རྣམ་གཞག་ལ་བཞི།

གཉིས་པ་ལ་ཚད་འབྲས་དང་པོའི་རྣམ་གཞག་གཉིས་པ་དང་། གསུམ་



པའི་རྣམ་གཞག་དང་། རྣམ་གཞག་དེ་ཉིད་ངེས་པར་སྐྱབ་པའོ། །

དང་པོ་ཆད་འབྲས་དང་པོའི་རྣམ་གཞག་ནི།

དང་པོ་ནི། སྟོན་པོ་གཞལ་བྱ་རང་ཡུལ་གྱི་རྣམ་པ་ཤར་བའི་སྟོན་ས་  
སྟོན་པོ་ལ་གསར་དུ་མི་སྐྱ་བའི་ཤེས་པ་ཆད་མ། སྟོན་པོ་རྟོགས་པའི་ཆད་མ་  
འབྲས་བྱ་ཞེས་རྣམ་པར་བཞག་གི། སྟོན་པོ་བྱི་རོལ་གྱི་དོན་ཡིན་པ་གཞལ་  
བྱར་བཞག་དུ་མི་རུང་སྟེ། རྣམ་རིག་པས་སྟོན་པོ་བྱི་རོལ་གྱི་དོན་དུ་མི་རུང་  
ངོ་ཞེས་བརྟན་པའི་ཆོ། འབྲས་བྱ་རྣམས་སྟོག་པའི་གཏན་ཆིགས་གྱི་སྟོན་ས་  
གཞོད་པ་བསྟན་གྱི། མདོ་སྡེ་པས་མདོན་སྐྱམ་དང་འགལ་བའི་གཞོད་པ་མ་  
བསྟན་པའི་བྱིར་ངོ། །མདོ་སྡེ་པ་རང་ཉིད་འདོད་པའི་རང་རིག་གི་ཆད་འབྲས་  
ནི་སྐྱབས་འདིར་དོན་གྱིས་འཕངས་ཏེ། བྱ་བྱེད་ཆོས་གསུམ་ཆང་བར་སྟོན་  
པའི་ཆོ། དེ་ཡི་བདག་ཉིད་འཛིན་དེ་ནི། ཞེས་པས་བྱེད་པ་པོ་གཞན་གྱི་དབང་  
དུ་གྱུར་པ་བསྟན་ཏེ། གཟུང་རྣམ་དུ་གྱུར་པའི་དབང་པོའི་མདོན་སྐྱམ་དེ་བྱེད་  
པ་པོ་འཛིན་རྣམ་གྱི་གཟུང་བའི་སྟོན་ས་ཡུལ་ལ་འཇུག་དགོས་གྱི། དེས་མ་  
བཟུང་བར་འཇུག་པའི་མ་བྱ་མེད་པའི་བྱིར། དེས་གཟུང་རྣམ་གཞལ་བྱར་  
བྱས་པའི་ཆད་འབྲས་འཕངས་པ་ཡིན་ནོ། །འཛིན་རྣམ་བྱེད་པ་པོར་འཛོག་  
པའི་རྒྱ་མཆན་སྟོབ་དཔོན་ཆོས་མཆོག་གིས་བཤའ་བ་ལྟར་དང་ས་གཟུགས་  
མཐོང་ངོ་སྐྱམ་དུ་གཟུགས་མཐོང་བ་པོར་ཞེན་པའི་གཞི་སྟོང་ཙམ་གྱི་ཆར་  
གྱུར་པའི་འཛིན་རྣམ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ཆད་འབྲས་གཉིས་པའི་རྣམ་གཞག་ནི།

གཉིས་པ་ནི། གཟུང་རྣམ་ཅམ་གཞལ་བྱར་བཞག་པའི་རང་རིག་གི་  
ཆད་འབྲས་ནི་མདོ་སྡེ་པས་ཀྱང་ཁས་ལེན་པས་རྣམ་རིག་པའི་སྤྱན་མོང་མ་  
ཡིན་པར་མི་རུང་བས་སྤྱི་རོལ་ན་སྡོན་པོར་མེད་བཞིན་དུ་དེར་སྦྱང་བའི་སྡོན་  
པོའི་རྣམ་པ་ལྟ་བུ་གཞལ་བྱར་བྱས་ནས་འཇིན་རྣམ་ཆད་མ་དང་རང་རིག་  
འབྲས་བྱར་བྱས་པའི་ཆད་འབྲས་ནི་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྣམ་གཞག་གོ། །  
ཤེས་པ་མཐའ་དག་རང་གི་ངོ་བོ་ལ་རང་རིག་མདོན་སྤྱུང་ཆད་མར་འདོད་པ་  
ནི་འཐད་པར་མི་སེམས་ཏེ། དེ་ལྟ་ན་རྟོག་པས་ཀྱང་རང་གི་ངོ་བོ་འཇིན་རྣམ་  
ལྟ་བུར་ཡོངས་སུ་གཙོད་དགོས་པས། རྟོག་པའི་འཇིན་རྣམ་གཞལ་བྱར་བྱས་  
པ་ལ་རྟོག་པའམ་རྟོག་པའི་གཟུང་རྣམ་ཆད་མ་དང་། དེའི་རང་རིག་འབྲས་  
བྱར་བཞག་པའི་ཆད་འབྲས་ཁས་ལེན་དགོས་པར་འགྱུར་ན། དེ་ནི་མི་རིགས་  
ཏེ། གཟུང་རྣམ་མཐའ་དག་ཁ་སྤྱི་ཁོ་ནར་སྤྱོད་པས་པའི་སྤྱིར་རོ།

གསུམ་པ་ཆད་འབྲས་གསུམ་པའི་རྣམ་གཞག་ནི།

གསུམ་པ་ནི། ཁ་ཅིག་འབྲས་རྟོགས་གསུམ་པའི་རྣམ་གཞག་བྱེད་པའི་  
ཆེ་སྤྱི་རོལ་གྱི་དོན་གཞལ་བྱར་བྱས་ནས། དེ་ཉིད་རྣམ་རིག་པའི་ལྷགས་དང་  
སྦྱོར་བ་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མི་རུང་སྟེ་སྤྱི་རོལ་གྱི་དོན་རང་ལྷགས་ལ་  
ཁས་ལེན་ན་གཟུང་འཇིན་རྣམས་ཐ་དད་ཀྱིས་སྦྱོང་བར་འདོད་དུ་མི་རུང་བས་  
རྣམ་རིག་པའི་ལྷགས་ཡིན་པ་ཉམས་སོ། །འོན་ཏེ་རྣམ་རིག་པས་སྤྱི་དོན་ཁས་  
ལེན་པ་ནི་ཐ་སྦྱད་ཅམ་དུ་ཡིན་ལ་དེ་འགོག་པ་ནི་དོན་དམ་དུ་ཡིན་པས་སྦྱོན་

མེད་དོ་སྙམ་ན་ཐ་སྙད་དུ་གྲུབ་པའི་དོན་ཐ་སྙད་པའི་ཆད་མས་གྲུབ་པ་ལ་བྱེད་  
 བ། ཐ་སྙད་པའི་ཆད་མའི་གཞལ་བྱ་ལ་དོན་དམ་དཔྱེད་པའི་ཆད་མས་གཞོད་  
 པར་འདོད་ཅིང་ཐ་སྙད་པའི་ཆད་མ་ལ་སྐྱར་བ་འདེབས་པའི་ལོག་ཏྟིག་འབའ་  
 ཞིག་ཡིན་ཏེ། ཐ་སྙད་པའི་ཆད་མས་སྤྱི་དོན་ཡོད་པར་གྲུབ་བཞིན་དུ། དོན་  
 དམ་འཇལ་བའི་ཆད་མས་སྤྱི་དོན་ལ་གཞོད་པ་མཐོང་ཞིང་དེ་མེད་པར་གྲུབ་  
 པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་དོན་དམ་འཇལ་བའི་ཆད་མའང་མི་སྤྱིད་པར་འགྱུར་  
 ཏེ། ཆད་མའི་མཆན་ཉིད་ཞུགས་པའི་བྱེ་བྲག་ཅིག་ཆད་མ་ཡིན་པ་ལ་གཞོད་  
 པ་མཐོང་བའི་སྤྱིར་རོ། མཆན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་གཅིག་ལ་གཞོད་པ་མཐོང་ན་  
 དེའི་རིགས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱན་སྦྱང་བས་ཐམས་ཅད་ལ་ཡིད་བརྟན་དུ་མེད་  
 དོ་ཞེས་བཤད་པ་ལྟར་རོ། །འོན་ཏེ་ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་པའི་དོན། སློ་འབྲུལ་བའི་  
 རོར་ཡོད་པ་ཅམ་ལ་བྱེད་ཀྱི་རང་ལུགས་ལ་སྤྱི་རོལ་གྱི་དོན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
 བོ་ཞེ་ན། འོ་ན་ཆད་འབྲས་དེ་ཉིད་སྦྱོན་མེད་དུ་མི་འགྱུར་ཏེ། གཞལ་བྱ་དེ་ལ་  
 ཆད་མའི་གཞོད་པ་འབབ་པའི་སྤྱིར་རོ། །འོན་ཏེ་མདོ་སྡེ་པ་རིམ་གྱིས་བྲང་  
 བའི་སྤྱིར་དུ་གཞན་རོར་བྱས་པའི་རྣམ་གཞག་ཅམ་ཡིན་ནོ་སྙམ་ན། འོ་ན་རྣམ་  
 རིག་པ་རང་ལུགས་ལ་འབྲས་ཏྟིགས་གསུམ་པའི་རྣམ་གཞག་གཞན་ཞིག་  
 བཅའ་དགོས་ན། དེའང་མི་ཉིད་དོ། །འབྲས་ཏྟིགས་གསུམ་པ་མི་འདོད་པའང་  
 མིན་ཏེ། སྡོ་སྒྲང་དབང་ཤེས་ལས་རྩས་ཐ་དད་པའི་སྡོན་པོ་གཞལ་བྱར་བྱས་  
 པའི་འབྲས་ཏྟིགས་ཁས་མི་ལེན་གྱང་། སྡོན་པོ་ཅམ་གཞལ་བྱར་བྱས་པའི་

འབྲས་རྟོགས་དང་པོའི་རྣམ་གཞག་ཅིག་རང་ལུགས་ལ་ཁས་ལེན་ཞིང་། དེ་  
ལ་བསྟོས་པའི་གསུམ་པ་ཁས་མི་ལེན་ན། སྐབས་འདི་དང་འབྲས་རྟོགས་དང་  
པོ་གཉིས་གཞལ་བྱ་དང་ཚད་མ་མཚུངས་བཞིན་དུ་འབྲས་བྱ་མི་མཚུངས་  
པར་འཛོག་པ་འགལ་ལོ་སྟམ་པའི་ཚུད་པ་སྟོང་བར་མི་རིགས་སོ། །

ཡང་ཁ་ཅིག་རྣམ་གཞག་འདི་མདོ་སྡེ་པ་ཁོ་ན་ལ་སྟུར་བ་ནི། གཞུང་གི་  
དོན་ཡེ་ནས་མ་རྟོགས་པའི་རྣམ་འགྱུར་དུ་གསལ་ཏེ། སྟོན་པོ་ལྟ་བུ་གཞལ་  
བྱར་བྱས་པའི་ཆེ། འཛིན་རྣམ་ཚད་མར་ཐལ་བ་དང་། ཚད་འབྲས་ཡུལ་རྩིས་  
ཐ་དད་དུ་ཐལ་བ་དང་། འབྲས་བྱ་འབྲས་རྟོགས་དང་པོ་ལྟར་ཁས་མི་ལེན་པ་  
འགལ་བར་ཐལ་བའི་ཚུད་པ་ཁོང་ན་གནས་པ་གསུམ་གྱི་དོགས་པ་སྟེ་བའི་  
རྒྱ་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ། རང་རིག་འབྲས་བྱ་ཞེས་པའམ། རང་གི་བདག་ཉིད་  
དུ་གྱུར་པའི་ཡུལ་རིག་པ་འབྲས་བྱ་ཞེས་པའི་བྱུང་པར་སྟུར་བ་མི་འཐད་  
དགོས་པའི་སྤྱིར་ཏེ། མདོ་སྡེ་པས་སྟོན་པོ་གཞལ་བྱར་བྱས་པའི་ཆེ། རང་  
རིག་འབྲས་བྱའམ། ཞེས་པ་རང་གི་བདག་ཉིད་དུ་གྱུར་པའི་སྟོན་པོ་རིག་པ་  
འབྲས་བྱར་མི་འདོད་པའི་སྤྱིར་རོ། །མ་དབྱེད་པའི་ཆེ་མི་འདོད་ཀྱང་། དབྱེད་  
ན་དེ་ལྟར་འདོད་དོ་སྟམ་ན་མ་དབྱེད་པའི་ཆེ་སྟུང་སྒྲུང་དབང་ཞེས་གྱིས་སྟོན་  
པོ་འཇལ་ཞིང་། དབྱེད་པའི་ཆེ་ཞེས་པ་རང་གི་བདག་ཉིད་འཇལ་བར་འདོད་  
པ་ནི། ཐ་སྟོད་པའི་ཚད་མ་ལ་དོན་དམ་པའི་ཚད་མས་གཞོད་པར་འདོད་པའི་  
གྲུབ་མཐའ་དེ་ཉིད་སྒྲུབ་ཡང་འོངས་པ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་མདོ་སྡེ་པས། དབྱུང་པའི་ཆེ་སྤྱི་རོལ་གྱི་དོན་མ་གྲུབ་པར་  
འདོད་པར་འགྱུར་ཏེ། ཞེས་པ་རང་གི་བདག་ཉིད་དུ་གྱུར་པའི་སྡོན་པོ་རིག་པ་  
འབྲས་བུར་བྱས་པ་འདི། དེ་དབྱུང་པའི་རྣམ་གཞག་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དང་། རྣམ་  
ངེས་སུ་སྐྱབས་འདིར་སྤྱི་རོལ་དོན་གྱིས་ཞེས་པ་ལ་རྣམ་པ་གཏོད་པ་བཀག་  
པའང་མི་འཐད་པར་འགྱུར་རོ། །ཁ་ཅིག་རྣམ་གཞག་འདི་གྲུབ་མཐའ་སྡོམ་བ་  
བཞི་པོ་གང་གི་འང་ལུགས་མ་ཡིན་པར་འདོད་པ་ནི་དབྱུང་པའི་རྡོག་པོ་ལ་རྒྱང་  
པའི་སྤྲེགས་འཆའ་བ་དང་ཆོས་མཚུངས་སོ། །

དེ་ན་འདི་ལྟར་བསམ་པར་བྱ་སྟེ། སྡོན་པོ་གཞལ་བྱ། རང་ཡུལ་གྱི་རྣམ་  
པ་ཤར་བའི་སྡོན་པ་སྡོན་པོ་ལ་གསར་དུ་མི་སྡོམ་བའི་ཞེས་པ་ཆད་མ། ཞེས་པ་  
རང་གི་བདག་ཉིད་དུ་གྱུར་པའི་སྡོན་པོ་རྡོག་པོ་འདི་ཆད་མ་འབྲས་བུའོ། །སྤྱི་  
རོལ་དོན་ནི་ཡོད་ན་ཡང་། ཞེས་སྤྱི་དོན་རང་སྡོམ་ནས་གཞལ་བྱར་བྱེད་པ་  
ལྟར་བཤད་པའི་དོན་ནི། གཟུང་རྣམ་གཞལ་བྱར་བྱས་པའི་ཆེ། རང་གི་བདག་  
ཉིད་དུ་གྱུར་པའི་ཡུལ་རིག་པ་འབྲས་བུ་ཡིན་པར་མདོ་སྡེ་པ་ལའང་གྲུབ་ཅིན་  
ལ། དཔེ་དེ་བཞིན་དུ་མདོ་སྡེ་པ་སྤྱོད་རང་སྤྱི་རོལ་དོན་དུ་འདོད་པའི་སྡོན་པོ་  
གཞལ་བྱར་བྱས་པའི་ཆེ་ནའང་རང་གི་བདག་ཉིད་དུ་གྱུར་པའི་ཡུལ་རིག་པ་  
འབྲས་བུར་འདོད་དགོས། ཞེས་སྡོན་པ་ཡིན་གྱི། གཞན་དུ་ན། རྣམ་གཞག་  
གསུམ་པ་ནི་མདོ་སེམས་གང་ལ་སྦྱར་ཡང་རིགས་པས་གཞོད་པ་འབབ་པར་  
འགྱུར་བའི་སྤྱིར་རོ། །ཆད་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་འདི་ལྟར་བྱས་པ་ལ། རང་



རིག་རང་ཕྱོག་ནས་འབྲས་བྱར་བཞག་འདུག་སྟུང་དུ་བསམས་ནས། རིག་ས་  
 བ་གསུམ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཏེ་འདི་ལྟར། སྒྲོར་སྒྲོར་དབང་ཤེས་རང་ཉིད་རིག་བ་  
 འབྲས་བྱ་ཡིན་ན། དེ་ཡོངས་སུ་གཙོད་བྱེད་འཛིན་ཆུང་ཡིན་པས། འཛིན་ཆུང་  
 ཚད་མར་བཞག་དགོས་སྟུང་བ་དང་། གཟུང་ཆུང་ཚད་མ་ཡིན་ན། སྟེ་རེའི་  
 བྱེད་བ་སེང་ཕྱེད་ལ་ཞུགས་ནས་འབྲས་བྱ་ལ་ཤྲུག་བ་དུམ་བྱར་སོང་བ་ལྟར་  
 ཚད་མས་སྒྲོན་པོ་ཡོངས་སུ་དབྱེད་ནས་དེའི་འབྲས་བྱ་ལ་སྒྲོར་སྒྲོར་ཤེས་བ་  
 རིག་བ་བྱུང་བས་ཚད་འབྲས་གཉིས་ཡུལ་སོ་སོ་ལ་འདུག་པར་འགྱུར་རོ་  
 སྟུང་བ་དང་། སྒྲོན་པོ་གཞལ་བྱར་བྱས་པའི་ཆེ། སྐབས་འདིར་སྒྲོར་སྒྲོར་  
 དབང་ཤེས་རིག་བ་འབྲས་བྱར་བཞག་བ་དང་། འབྲས་ཉོག་ས་དང་པོར་སྒྲོན་  
 པོ་རིག་བ་འབྲས་བྱར་བཞག་བ་འགལ་ལོ་སྟུང་བ་གསུམ་མོ། །རང་རིག་གི་  
 ཕྱོག་བ་སྐབས་འདིར་འབྲས་བྱར་བཞག་བ་ཡིན་ན། འཛིན་ཆུང་ཚད་མར་  
 འདོད་དགོས་བ་བདེན་ཏེ་རང་རིག་ནི་འཛིན་ཆུང་ཉིད་ཀྱིས་བཞག་དགོས་ཀྱི།  
 གཟུང་ཆུང་ཀྱིས་བཞག་མི་རུས་པའི་བྱིར་ཏེ། དོན་སེམས་གང་གི་ལྷགས་  
 ལའང་ཁ་བྱེ་ལྟའི་ཤེས་བ་ཡིན་ན། རང་རིག་ཏུ་འགལ་བའི་བྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་  
 ནའང་འདིར་ནི་ཤེས་བ་རང་གི་བདག་ཉིད་དུ་གྱུར་པའི་སྒྲོན་པོ་རིག་བ་འབྲས་  
 བྱ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་སྒྲོན་པོའི་ཆུང་བ་ཤར་བས་བསྐྱབ་རུས་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་  
 བཞིན་དུ་ཚད་འབྲས་ཡུལ་རྩས་ཐ་དད་པའི་སྒྲོན་ཡང་མེད་དེ། ཚད་མས་ཀྱང་  
 ཡུལ་སྒྲོན་པོ་ཡོངས་སུ་གཙོད་ལ། དེའང་རང་གི་བདག་ཉིད་དུ་གྱུར་པའི་སྒྲོན་

པོ་རིག་པ་ཡིན་པས། ཡུལ་སྡོན་པོ་རིག་པ་ཉིད་ཆད་མའི་འབྲས་བུར་གནས་  
 གྱི། སྡོར་སྒྲུང་ཤེས་པ་རིག་པ་ཆད་མ་དེའི་འབྲས་བུ་མིན་ནོ། །སྡོར་སྡོན་པོ་  
 རིག་པ་འབྲས་བུར་བཞག་པ་དང་ཡང་འགལ་བ་མེད་དེ། སྡོ་འཇིན་མངོན་  
 སུམ་རང་ཉིད་ཀྱི་ལག་རྗེས་ལ། སྡོན་པོ་རིག་གོ་སྒྲུལ་པའི་ངེས་ཤེས་འདྲན་  
 པས་དེའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་སྡོར་སྡོན་པོ་རིག་པའི་ཆད་མ་འབྲས་བུར་  
 བཞག་ལ། རིག་བྱ་དེའང་རང་གི་བདག་ཉིད་ཡིན་གྱི་དོན་གཞན་དུ་མེད་དོ་  
 སྒྲུལ་དུ་རང་བཞིན་སེམས་པར་བྱེད་པའི་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་སྡོ་  
 སྡོན་དུ་སོང་བ་ལ་བསྟོས་ནས་སྐབས་འདིར་འབྲས་བུར་བཤད་ཅེན་པ་སྒྲུར་  
 བཞག་གོ། ཡང་ཕྱི་རོལ་དོན་ནི་ཡོད་ན་ཡང་། ཞེས་པས་ཕྱི་རོལ་དོན་གྱི་རང་  
 སྡོག་བསྟན་པར་ངེས་པར་བྱ་དགོས་ཅེར་ནའང་འདི་སྒྲུར་སྒྲུར་ཏེ། རྣམ་རིག་  
 པས་མདོ་སྡེ་པ་ལ། བྱིད་སྡོ་འཇིན་མངོན་སུམ་གྱིས་ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་གྱིས་  
 བསྐྱུས་པའི་སྡོན་པོ་འཇུག་པར་འདོད་པའི་ཆེ་ན། དེའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་  
 ཅིས་པས་དེ་ལས་སྐྱེས་ཤིང་དེ་དང་འབྲུ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་ཅེར་བ་ལ། རྣམ་  
 རིག་པས་སྡོ་འཇིན་གྱི་དོན་གཞན་ནི་སྡོན་པོ་རིག་པའི་རྒྱ་མཚན་དེས་དེ་ལ་  
 གཞོད་པར་འགྱུར་གྱི། སྐབས་བྱེད་དུ་མི་འགྱུར་ཏེ། སྡོན་པོའི་རྣམ་པ་ཤར་བ་  
 རང་གི་བདག་ཉིད་དུ་གྱུར་པའི་སྡོན་པོ་རིག་པའི་རྒྱ་མཚན་དུ་འགྱུར་གྱི།  
 དོན་གཞན་ནི་སྡོན་པོ་རིག་པའི་རྒྱ་མཚན་དུ་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། སྐབས་བྱེད་  
 དུ་བཞོད་པའི་དོན་དང་འབྲུ་བ་ཞེས་སམ། རྣམ་པ་ཞེས་སྐྱེས་པ་དེ་ཤེས་པ་

རང་གི་བདག་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་བྱེད་ཀྱི་དོན་ལས་སྐྱེས་པ་ཁོ་ན་རྒྱ་  
མཚན་དུ་འདོད་དགོས་ཏེ། སྡོན་པོ་དང་འབྲ་བའམ། དེ་ལས་གཞན་པའི་དོན་  
དང་འབྲ་ཡང་རུང་། འབྲ་བ་རྒྱ་མཚན་གྱི་བྱར་དུ་བཀོད་ན། རིག་བྱ་རྩལ་  
གཞན་རིག་པ་ལ་གཞོད་བྱེད་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །སྐྱེས་པ་རྒྱང་བ་སྐྱབ་  
བྱེད་དུ་འདོད་ན་ནི། མིག་གི་དབང་པོའང་སྡོ་འཛིན་གྱིས་བབྱང་བར་ཐལ་  
ལོ། །

དེས་ན་མདོ་སྡེ་པས། ཕྱི་རོལ་དོན་གྱིས་བསྐྱེས་པའི་སྡོན་པོ་སྡོ་འཛིན་  
གྱིས་གཞལ་བྱར་བྱེད་ན་ནི། དེའི་རྒྱ་མཚན་ངེས་ཏེ། མདོ་སྡེ་པ་ལ་ཁས་  
སྐྱངས་ནང་འགལ་བསྟན་ནས་འགོག་པ་ཡིན་གྱི། སྐབས་འདིར་ཕྱི་རོལ་གྱི་  
དོན་གཞལ་བྱ་རང་རྒྱད་པར་ནམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མི་རུང་རོ། །འཆད་ཚུལ་  
དེ་ལྟར་བྱས་ན་སྡར་དོན་རིག་འབྲས་བྱར་བཞག་པ་ནི། རྗེས་གྱི་རྟོག་པས་  
དོན་མེད་པ་ལ་དོན་དུ་ཞེན་པའི་སྒོ་ལ་བསྟོས་ནས། དོན་རིག་འབྲས་བྱར་  
ཞེས་བཞག་དགོས་གྱི། དབྱུང་ན་དེ་འཛིག་སྟེ། དོན་རིག་རྒྱ་མཚན་ངེས་ནས་  
བཀོད་པ་དེ་ཉིད་དོན་རིག་འགོག་པའི་རྒྱ་མཚན་དུ་སོང་བས། དབྱུང་ན་རང་  
གི་བདག་ཉིད་རིག་པ་འབྲས་བྱར་སོང་ཞེས་པའོ།

བཞི་པ་ནམ་གཞག་དེ་ཉིད་ངེས་པར་སྐྱབ་པ་ནི།

བཞི་པ་ནམ་གཞག་དེ་ཉིད་ངེས་པར་སྐྱབ་པ་ནི། སྤྱི་དང་གཞི་མ་ཐུན་  
དང་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་བྱེད་དང་ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་དང་གཅིག་དང་ཐ་དད་དང་  
བྱ་བྱེད་ལ་སོགས་པ་རང་ལུགས་ཀྱི་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ཡིན་ཡང་། དེ་དག་

རྩམ་སྤྲུལ་གྲུབ་པ་རྟོགས་ཀྱང་དེ་ཙམ་གྱིས་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པར་  
མི་འགྱུར་ཏེ། དེ་ནི་དོན་སེམས་གཉིས་ཀའི་སྤྱན་མོང་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །

དེས་ན་དབང་ཤེས་ལ་ཡུལ་སྤངས་བའི་ཆེ། ལས་དང་བྱ་བ་དང་བྱེད་པ་  
གསུམ་རྩམ་ཐ་དད་པ་ལྟ་བུར་སྤངས་ལ།      སྤངས་བ་ལྟར་གྱི་གཟུང་འཛིན་རིག་  
གསུམ་ཐ་དད་པ་ཆོས་ཀྱི་བདག་ཡིན་ལ།      དེ་མེད་པར་རྟོགས་པ་ནི་ཆོས་ཀྱི་  
བདག་མེད་རྟོགས་པ་ལོ།      །གཟུང་འཛིན་རིག་གསུམ་ཐ་དད་པ་ཙམ་རང་  
ལུགས་ལ་ཆད་མས་གྲུབ་པས། དེ་ཆོས་ཅན། བདེན་པར་མེད་དེ། བདེན་པའི་  
གཅིག་དང་དུ་མ་དང་བྲལ་བའི་སྤྱིར། ཞེས་པའི་རྟགས་དང་། སྡོན་པོ་ཆོས་ཅན།  
སྡོར་སྤངས་ཤེས་པ་ལས་རྩམ་གཞན་དུ་མེད་དེ། དེ་དང་སྤྱན་ཅིག་དམིགས་ངེས་  
ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཞེས་སོགས་ཀྱིས་རྟགས་ལ་བརྟེན་ནས་བསྐྱབ་པ་ལོ། །

གདུལ་བྱ་གཞན་རྩམ་སྤྲུལ་འཛིན་པར་བྱེད་པ་གཞན་དོན་གྱི་སྐབས་  
ལས།      དཀའ་བའི་གནས་ཁ་ཅིག་ལ་དོགས་པ་དབྱེད་པ་ནི་ཡིད་ཆེས་དང་།  
གྲགས་པའི་རྣམ་གཞག་གོ། །

གདུལ་བྱ་གཞན་རྩམ་སྤྲུལ་འཛིན་པར་བྱེད་པ་གཞན་དོན་གྱི་སྐབས་ལ་གསུམ།

དང་པོ་ལ།      ཞིན་ཏུ་སྒྲོག་གྱུར་ལ་དབྱེད་པའི་ཚུལ་དང་། དབྱེད་པའི་  
གཞི་དང་། གསལ་བ་ངོས་བཟུང་བ་དང་། གཞོད་གོགས་ཇི་ལྟར་འགྱུར་བའི་  
ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་ཞིན་ཏུ་སྒྲོག་གྱུར་ལ་དབྱེད་པའི་ཚུལ་ནི།

དང་པོ་ནི།      ཞིན་ཏུ་སྒྲོག་གྱུར་གྱི་དོན་ལ་འཇུག་ལྡོག་བྱས་པས་ཕན་

ཡོན་དང་ཉེས་དམིགས་ཆེན་པོ་བཤད་པའང་ཐོས་ལ་དེ་ལ། འཇུག་ལྡོག་མ་  
བྱས་ན་དོན་ཆེན་པོ་ལས་ཉམས་པ་སྲིད་སྙམ་ཞིང་ཐབས་གང་ལ་བརྟེན་ནས་  
འཇུག་ལྡོག་བྱ་སྙམ་དུ་སེམས་པར་བྱེད་དོ། །དེ་ལྟར་བསམས་པ་ན་དངོས་  
སྟོབས་ཀྱི་གཞལ་བྱ་སྟོན་པའི་ལུང་རྣམས་ལུང་གཞོད་བྱེད་དུ་མ་ངེས་པའི་  
གོང་ནས་བསྟན་བྱ་ཚད་མས་བྱབ་ཅིང་ལུང་དེའང་བསྟན་བྱ་ལ་མི་སྟུ་བར་  
བསྐྱབ་པ་ཡོད་ལ་ཤིན་ཏུ་སྒྲོག་གྱུར་ལ་དེ་ལྟར་བཞག་པ་མེད་པར་མཐོང་ཞིང་  
འོན་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་སྒྲོག་གྱུར་སྟོན་པའི་ལུང་རྣམས་རང་གི་བསྟན་བྱ་མ་ངེས་  
པའི་སྟོན་ནས། སྔ་བྱི་འགལ་བ་དང་དངོས་ཤུགས་འགལ་བ་མེད་པར་ངེས་  
པ་ཡོད་པར་མཐོང་ནས་རྟོག་པ་དང་ལྡན་པ་དག་ནི་ལུང་དབྱེད་པ་གསུམ་  
གྱིས་དག་མ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ཤིན་ཏུ་སྒྲོག་གྱུར་གྱི་དོན་ལ་འཇུག་ལྡོག་  
བྱེད་དོ། །

གཉིས་པ་དབྱོད་པའི་གཞི་ནི།

གཉིས་པ་ནི། འབྲེལ་བ་དང་ནི་རྗེས་མ་ཐུན་ཐབས། ཞེས་སོགས་བཤད་  
པ་ལྟར། བྱད་ཆོས་གསུམ་གྱིས་བྱད་པར་དུ་བྱས་པའི་ལུང་ངོ་། །

གསུམ་པ་གསལ་བ་དངོས་བཟུང་བ་ལ་གཉིས།

གསུམ་པ་ལ། དངོས་དང་། དངོས་སྟོབས་གྱིས་བསལ་བ་དང་མི་  
མཚུངས་པའི་རྒྱ་མཆན་ནོ།

དང་པོ་དངོས་ནི།

དང་པོ་ནི། སྤྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ནི་བདེ་བ་སྟེར་བྱེད་མིན་ནོ་



ཞེས་བྱ་བ་བསལ་བའི་དཔེར་བཟོད་དང་ཚད་མ་དེ་གཞལ་བྱ་འཇལ་བྱེད་དུ་  
མེད་དོ། །ཞེས་པ་ནི་སྟོགས་མཆོན་གྱི་དཔེར་བཟོད་དོ། །

སྟོབ་དཔོན་ཆོས་མཆོག་ན་རེ། ཆོས་ཞེས་དངོས་སུ་ཁས་སྦྲངས་པའི་  
ཤྱགས་ལ་བདེ་བ་སྟེར་བའི་རྒྱས་པ་ཁས་སྦྲངས་པས་སེལ་བྱེད་སྟེར་ཁས་  
སྦྲངས་ནས་དེའི་རྗེས་སུ་བདེ་བ་སྟེར་བྱེད་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསལ་བྱ་ཁས་  
སྦྲངས་ཞེས་ཟེར་རོ། །

གཉིས་པ་དངོས་སྟོབས་ཀྱིས་བསལ་བ་དང་མི་མཚུངས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི།

གཉིས་པ་ནི། ཚད་མ་གཞན་གྱི་བསལ་བའི་དཔེ་ལ་བསལ་བྱ་སེལ་  
བྱེད་གཉིས་ཀ་ཁས་སྦྲངས་པ་མི་དགོས་ལ་འདིར་དགོས་པའི་དོན་ཅི་ཞིག་  
ཡིན་ཅེ་ན་གཞན་གྱི་ཁས་སྦྲངས་ཀྱིས་བསལ་བ་མ་ཡིན་པས་སྒྲ་མཉན་བྱ་མ་  
ཡིན་པ་མངོན་སུམ་བསལ་བར་འགྱུར་བ་ལ་སྟེར་སྒྲ་མཉན་བྱར་ཁས་སྦྲངས་  
མི་དགོས་ཤིང་འདིར་ནི་ཁས་སྦྲངས་ཀྱིས་བསལ་བ་ཡིན་པས་གཞོད་བྱའི་  
སྟེར་གཞོད་བྱེད་ངེས་པར་ཁས་སྦྲངས་པ་དགོས་པས་སོ། །

ངེས་ན་སྟོབ་དཔོན་སྟོགས་ཀྱི་སྦྲང་པོས། དེ་ཉིད་ཀྱི་སྟེར་ཁས་སྦྲངས་  
པ་དང་ཞེས་བཤད་དོ། །དམ་བཅའི་ཟུར་དུ་གྱུར་པའི་སྦྱིན་སོགས་ཆོས་ཡིན་  
པ་ནི་སེལ་བྱེད་དུ་གྱུར་པ་ཡིད་ཆེས་རྗེས་དཔག་གིས་བྱུབ་པའི་དོན་ཡིན་གྱི་  
ཤེས་འདོད་ཆོས་ཅན་དུ་བསམ་པར་མི་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟ་བུ་གཞིར་བཟུང་ནས་  
བདེ་བ་བསྐྱེད་པར་བསྐྱབ་པའི་ཉགས་མི་སྲིད་པའི་སྟེར་རོ། །འོ་ན་སྦྱིན་  
སོགས་ནི་བདེ་བ་སྟེར་བྱེད་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པ་ཡིད་ཆེས་བསལ་བའི་དཔེར་

སྒྲོལ་པས་ཆོག་མོད་ཆོས་ཞེས་སྒྲོལ་པ་ལ་དགོས་པ་ཅི་ཡོད་ཅེ་ན་སྒྲུ་མི་རྟག་  
པར་བསྐྱབ་པ་ལྟར་སྒྲིན་པ་ཚོད་གཞིར་ངག་ཏུ་སྒྲོལ་ནས་བདེ་བ་བསྐྱེད་པར་  
བསྐྱབ་པའི་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་རྟགས་མི་སྲིད་པའི་སྤྱིར་དང་དམ་བཅའ་ལྟར་སྒྲུང་  
དེ་ལ་ཁས་སྒྲངས་སྒྲུ་སྤྱི་དངོས་འགལ་དམ་བཅས་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །སྒྲིན་  
སོགས་ཆོས་ཡིན་པ་ཚོད་གཞིར་འཛིན་ན་སྐྱབ་བྱེད་དུ་གང་བཀོད་ཀྱང་  
སྤྱོགས་ཆོག་སྐྱབ་བྱེད་དུ་ཁས་ལེན་དགོས་པ་ལས་མ་འདས་སོ།

བཞི་པ་གཞོད་གོགས་ཇི་ལྟར་འགྱུར་བའི་ཚུལ་ལ་གཉིས།

བཞི་པ་ལ་གཞོད་གོགས་ཐུན་མོང་བའི་ཕྱགས་དང་། སོ་སོའི་ཕྱགས་  
སོ། །

དང་པོ་གཞོད་གོགས་ཐུན་མོང་བའི་ཕྱགས་ནི།

དང་པོ་ནི། ཇི་ལྟར་བདག་ནི་ཆད་མིན་དང་། །ཆོག་ནི་འཇུག་པར་མི་  
འགྱུར་ལ། །ཞེས་སོགས་བཤད་པ་ལྟར་སྒྲུ་མི་རྟག་ཅེས་པ་ལྟ་བུའི་ཆོག་བདེན་  
ཞེན་གྱིས་སྒྲས་པའི་ཆེ། ཆོག་འདིའི་དོན་ཁོ་བོས་ཇི་ལྟར་བཞེན་དུ་ཁོང་དུ་  
ཚུད་ནས་སྒྲས་པ་ཡིན་ནོ་སྒྲུ་མ་དུ་སྒྲས་ཅམ་ནས་ཆད་མར་ཁས་ལེན་པ་  
བཞེན་དུ། འེན་ཏུ་སྒྲོག་གྱུར་གྱི་དོན་ལ་འཇུག་ལྟོག་བྱེད་པའི་ཐབས་སུ་  
བསྟན་བཅོས་ཁས་ལེན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་དེ་ཆད་མར་ཁས་ལེན་པ་ཡིན་  
ལ་ཆད་མར་ཁས་ལེན་པའི་རྒྱ་མཆན་ཡང་སྐྱབ་བྱེད་ཡང་དག་ཅིག་ལ་  
བསྒྲོལ་དགོས་པར་གཉིས་ཀ་མ་ཐུན་ནོ། །

འོ་ན་འདིར་རང་ཆོག་ཆད་མར་ཁས་ལེན་པ་གྲོལ་བ་ཡང་དག་ལ་སྐྱར་

དགོས་པས་དེས་སྒྲུ་མི་ཏྲག་ཅེས་པའི་ཆིག་ཚད་མར་ཁས་སྒྲངས་ན་ཆད་མ་  
ཡིན་དགོས་ལ། དེ་ལྟ་ན་ཕྱོགས་ཆིག་སྒྲུབ་བྱེད་མ་ཡིན་པར་བཤད་པ་དང་ཇི་  
ལྟར་མི་འགལ་སྟམ་ན། སྒྲིན་མེད་དེ་འདིར་ཆད་མར་བཤད་པ་ནི། རང་གི་  
བསྟན་བྱ་ལ་མི་སྒྲུབ་པའི་དོན་ཡིན་གྱི་སྒྲུབ་བྱེད་དུ་བཤད་པ་མ་ཡིན་ལ། མི་སྒྲུབ་  
པའི་དོན་ཡང་འབྲེལ་བ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ནི་ཕྱོགས་ཆིག་ལའང་ཡོད་དེ། རྒྱལ་བ་  
ཡང་དག་གིས་སྒྲུས་པའི་ཕྱོགས་ཆིག་རྗེས་དཔག་ཆད་མ་ལས་སྒྲེ་ལ་དེ་རང་  
གི་གཞལ་བྱར་བྱུར་པའི་ཕྱོགས་ཆིག་གི་བསྟན་བྱ་དེ་ལ་འབྲེལ་བའི་སྤྱིར་རོ།  
ཕྱོགས་ཆིག་རང་གི་བསྟན་བྱའི་སྒྲུབ་བྱེད་དུ་མི་རུང་སྟེ། གཏུན་ཆིགས་ལྟ་  
བུར་དངོས་སུ་བསྒྲུབ་ཀྱང་མི་རུས་ལ། དངོས་ཀྱིས་སྒྲུབ་བྱེད་སྟོན་པའི་རུས་  
པའང་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ།

གཉིས་པ་སོ་སོའི་ལུགས་ལ་གཉིས།

གཉིས་པ་ལ་ལུང་གཞོད་བྱེད་དུ་འདོད་པའི་ལུགས་དང་། གེགས་བྱེད་  
དུ་འདོད་པའི་ལུགས་སོ། །

དང་པོ་གང་ལ་གཞོད་སྒྲུབ་ཏུ་འགྱུར་བ་དང་གཞོད་བྱེད་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆན་གཉིས།

དང་པོ་ལ་གང་ལ་གཞོད་སྒྲུབ་ཏུ་འགྱུར་བ་དང་། གཞོད་བྱེད་ཡིན་པའི་  
རྒྱ་མཆན་དང་། ལུང་ཆད་མ་མ་ཡིན་ན་གེགས་བྱེད་དུ་འང་མི་རིགས་པར་  
བསྟན་པའོ། །

དང་པོ་གཞོད་སྒྲུབ་ཏུ་འགྱུར་བ་དང་གཞོད་བྱེད་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆན་ནི།

དང་པོ་ནི། སྒྲིན་པས་ལོངས་སྟོང་བྱིས་པའི་ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་

ལུང་རང་གི་བརྗོད་བྱའི་སྐབ་བྱེད་དང་སྒྲིག་སྤྱོད་ས་ལ་གཞི་བྱེད་དུ་འདོད་པ་  
ཡིན་གྱི། ལུང་དེ་ཉིད་ཁྱད་གཞིར་བཟུང་ནས་རང་གི་བསྟན་བྱ་ལ་མི་སྐྱབ་  
དང་ཆོག་ས་པ་ལ་དབྱེད་པ་གསུམ་གྱིས་དག་པའི་ལུང་ཅམ་སྐབ་བྱེད་དང་།  
སྒྲིག་སྤྱོད་ས་ལ་གཞི་བྱེད་དུ་འདོད་པ་ལྟ་བུ་ནི་མིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ལུང་ཚད་མ་མ་ཡིན་ན་གོག་ས་བྱེད་དུ་འང་མི་རིག་ས་པར་བསྟན་པ་ནི།

གཉིས་པ་ནི། གཞལ་བྱའི་གནས་གཉིས་ལ་དབྱེད་པ་རྫོགས་ནས་  
གནས་གསུམ་པར་དབྱེད་པ་འཕོས་པ་ན། ཆོས་ནི་ཆེ་འཕོས་ནས་བདེ་བ་  
སྟེར་བ་དང་སྐྱབ་བསྐྱལ་སྟེར་བ་ལ་འཇུག་སྒྲིག་ངེས་པར་བྱ་དགོས་ལ། དེ་ལ་  
འཇུག་སྒྲིག་བྱ་བའི་གཞི་ངེས་པ་སྟོན་དུ་འགྲོ་དགོས་ལ། དེ་ངེས་པའི་ཐབས་  
ཀྱང་ལུང་ཚད་མ་མིན་པ་གཞན་མེད་པས་འཇུག་སྒྲིག་བྱ་བའི་གཞི་ཚད་མས་  
མ་ངེས་ན། དེའི་སྟེང་དུ་ཁྱད་པར་གྱི་ཆོས་ལ་དབྱེད་པ་མི་རུང་ལ། འཇུག་  
གཞི་སྦྱིན་སོགས་ཆོས་ཡིན་པ་ལྟ་བུ་ངེས་ན། དེ་སྐབ་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མ་ལུང་ལ་  
བརྟེན་པ་མ་གཏོགས་གཞན་མེད་པས་ལུང་རང་གི་བརྗོད་བྱའི་སྐབ་བྱེད་དང་  
སྒྲིག་སྤྱོད་ས་ལ་གཞི་བྱེད་དུ་བྱུང་བོ།

གསུམ་པ་ལུང་ཚད་མ་མ་ཡིན་ན་གོག་ས་བྱེད་དུ་འང་མི་རིག་ས་པར་བསྟན་པ་ནི།

གསུམ་པ་ནི། ལུང་གཞི་བྱེད་མ་ཡིན་ན་གཞི་སྦྱིན་སོགས་ཆོས་ཡིན་  
པ་ཚད་མས་མི་འབྲུབ་ལ། དེ་ལྟར་ཕན་ཚུན་གོག་ས་བྱེད་ཀྱང་མི་རིག་ས་ཏེ་  
གོག་ས་བྱ་བའི་གཞི་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བེད་རོ། །

གཉིས་པ་གོགས་བྱེད་དུ་འདོད་པའི་ལུགས་ལ་གསུམ།

གཉིས་པ་ལ། ལུང་ཆད་མར་འགྱུར་ཚུལ་བརྟགས་ནས་དགག་པ་དང་།  
ཕན་ཚུན་གོགས་བྱེད་དུ་འགྱུར་བའི་དོན་དང་། རང་ལུགས་ཀྱི་ལུང་གཞོད་  
སྐབ་ཏུ་འཇུག་པའི་བྱད་པར་ངེས་པར་བྱ་བའོ། །

དང་པོ་ལུང་ཆད་མར་འགྱུར་ཚུལ་བརྟགས་ནས་དགག་པ་ནི།

དང་པོ་ནི། སྦྱོན་པས་ལོངས་སྦྱོད་ཁྲིམས་ཀྱིས་བདེ། ཞེས་པའི་ལུང་  
དེ་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་རང་གི་བརྗོད་བྱ་བསྐྱབ་པའི་ཆད་མ་ནི་མིན་པས། སྐབ་  
བྱེད་ཆད་མར་འགྱུར་བའི་ཚུལ་གང་ཡིན་དེས་པས་ཆད་མར་ཁས་སྦངས་པ་  
ཅམ་གྱིས་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་ན་རང་ཆོག་དང་འགལ་བ་དང་། ཁས་སྦངས་  
དང་འགལ་བ་གཉིས་གཞོད་བྱེད་ཡིན་མིན་མཚུངས་པར་འགྱུར་ཏེ། གཞོད་  
བྱེད་དུ་འདོད་པའི་སྦྱོན་སོགས་ཆོས་ཡིན་པའང་ཁས་སྦངས་ཅམ་གྱིས་  
བཞག་པའི་བྱིར་རོ། །གཞི་གང་གི་སྟངས་དང་སྟབས་ཀྱི་དམ་བཅའ་  
འགལ་བ་ནི་རང་ཆོག་འགལ་བ་ཡིན་ལ། གཞི་ཤིན་ཏུ་སྒྲོག་གྱུར་གྱི་སྟངས་དུ་  
སྒྲ་སྦྱི་འགལ་བ་ནི་བསྟན་བཅས་དང་འགལ་བ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ཕན་ཚུན་གོགས་བྱེད་དུ་འགྱུར་བའི་དོན་ནི།

གཉིས་པ་ནི། སྦྱོན་པའི་སྟངས་དུ་བདེ་བ་འབྱེན་པ་དང་མི་འབྱེན་པར་  
དམ་བཅས་པ་གཉིས་ཕན་ཚུན་གོགས་བྱེད་དང་སྟོབས་མཚུངས་པར་སྟོན་པ་  
མ་ཡིན་ཏེ། སྟོབས་ནམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མི་མཚུངས་པའི་བྱིར་རོ། །ཡ་གྲུལ་  
གང་ཡང་ཆད་མས་མ་གྲུབ་བཞིན་དུ་དམ་འཆའ་བའི་གང་ཟག་གི་སྒྲོ་ལ་



བསྟོས་ནས་སྟོབས་མཚུངས་སུ་བཞག་པའང་མ་ཡིན་ཏེ། རོན་གྱི་སྟངས་  
ཀྱང་སྟོབས་མཚུངས་པར་ངེས་པར་ཁས་སྦྱང་དགོས་པའི་སྤྱིར་རོ། །

དེས་ན་སྤྱིར་གྱི་ལུང་དེ་རང་གི་བརྗོད་བྱའི་སྐབ་བྱེད་དུ་དམ་འཆའ་ན་  
དཀར་ཚེས་ལས་བདེ་བ་མི་སྟར་བར་སྟོན་པའི་ལུང་ཡང་རང་གི་བརྗོད་བྱའི་  
སྐབ་བྱེད་ཡིན་པར་མགོ་ལེགས་པར་མཚུངས་པས་ལུང་གཉིས་པོ་ཕན་ཚུན་  
སྟོབས་མཚུངས་དང་གོགས་བྱེད་དུ་སྟོན་པ་མ་ཡིན་གྱི་ལུང་གཉིས་པོ་དེ་རང་  
གི་བརྗོད་བྱའི་སྐབ་བྱེད་ཡིན་པར་དམ་འཆའ་བའི་དམ་བཅའ་གཉིས་སྟོབས་  
མཚུངས་སུ་སྟོན་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་སྤྱི་མི་ཏྲག་ཅེས་པའི་ཆིག་དང་སྤྱི་ཏྲག་  
ཅེས་པའི་ཆིག་གཉིས་དང་དེའི་བརྗོད་བྱ་གཉིས་ཀྱང་སྟོབས་མི་མཚུངས་  
མོད་གྱི་ཆིག་སྤྱི་མ་རང་གི་བརྗོད་བྱའི་སྐབ་བྱེད་དུ་ཁས་ལེན་ན་སྤྱི་མའང་རང་  
གི་བརྗོད་བྱའི་སྐབ་བྱེད་ཁས་ལེན་དགོས་པར་རིགས་པ་མཚུངས་སོ། །ཕན་  
ཚུན་གོགས་བྱེད་དུ་འང་འགྱུར་ཏེ། ཆིག་སྤྱི་མ་རང་གི་བརྗོད་བྱའི་སྐབ་བྱེད་  
ཡིན་པ་མ་བཀག་པར་སྤྱི་མ་མི་འགྲུབ་ཅིང་། དེ་མ་གྲུབ་ན་དམ་བཅའ་བའི་  
རོན་ངེས་པ་ལའང་གོགས་བྱེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །

རང་ལུགས་གྱི་ལུང་གཞོད་སྐབ་ཏུ་འཇུག་པའི་བྱང་པར་ངེས་པར་བྱ་བ་ལ།

གསུམ་པ་ལ། གཞོད་བྱེད་གྱི་ལུང་ངོས་བཟུང་བ་དང་། དངོས་  
སྟོབས་དང་ཡིད་ཆེས་དང་གྲགས་པའི་གཏན་ཆིགས་གསུམ་གང་གི་སྟོན་ས་  
དབྱེ་བཤོ། །

དང་པོ་གནོད་བྱེད་གྱི་ལུང་ངོས་བཟུང་བ་ནི།

དང་པོ་ནི། དབྱུང་བ་གསུམ་གྱིས་དག་པའི་ལུང་དེ། སྦྱིན་པས་ལོངས་  
སྟོང་ཁྲིམས་གྱིས་བདེ། ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་ལུང་དེ་རང་གི་བསྟན་བྱ་ལ་མི་སྦྱ་བའི་  
སྦྱབ་བྱེད་དང་རྫོག་ཕྱོགས་ལ་གནོད་བྱེད་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། བསྦྱབ་བྱ་དེ་  
བསྦྱབ་པ་ལ་ཚུལ་གསུམ་ལེགས་པར་ཆང་བས་སོ། །ཡིད་ཆེས་གྱི་གཏན་  
ཆིགས་ཡང་དག་མི་སྲིད་པར་འདོད་པ་དག་གིས་ལུང་རང་གི་བརྗོད་བྱའི་  
སྦྱབ་བྱེད་མིན་པར་མཐོང་བས་འབྲུལ་གཞི་བྱས་ནས་ལུང་ཡིན་ན་གནོད་  
སྦྱབ་ཏུ་མི་འཇུག་པས་བྱབ་པར་འཇིན་པ་ནི་མི་རིགས་ཏེ། བྱས་པ་ཡིན་ན་སྦྱ་  
ཏེག་པ་ཡིན་པ་ལ་གནོད་བྱེད་དུ་འཇུག་པས་མ་བྱབ་ཀྱང་བྱས་པ་དེ་ལ་  
གནོད་བྱེད་དུ་འཇུག་པ་མི་འགལ་བ་བཞིན་ནོ། །

དེ་ལྟ་བུའི་ཡིད་ཆེས་གྱི་ཏེགས་ནི་རང་དོན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་  
གྱི་གདུལ་བྱ་གཞན་རྗེས་སུ་འཇིན་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན། དེ་ལ་ཁས་སྐྱངས་  
འབྲས་ཏེགས་ཏེ། ཞེས་བཤད་པ་ལྟར་ལུང་དང་རང་ཆིག་རང་གི་བརྗོད་བྱའི་  
དོན་མེད་ན་མི་འབྱུང་བའི་འབྲས་བུར་གདུལ་བྱའི་སློང་ལ་བསྟོན་ནས་ཁས་  
སྐྱངས་པའི་གཏན་ཆིགས་ཡིན་གྱི། རང་ལུགས་ལ་འབྲས་ཏེགས་སུ་ཁས་  
སྐྱངས་པར་འོས་པ་མིན་ཏེ། དེ་ལྟ་ན་བསྦྱབ་བྱའི་ཆོས་མེད་དགག་ཏུ་འགྱུར་  
བའི་འབྲས་ཏེགས་ཀྱང་ཁས་སྐྱང་དགོས་པར་འགྱུར་བས་སོ། །

གསུང་རབ་གྱི་དོན་ལ་དབྱུང་བ་ཤས་ཆེར་མ་རྫོགས་པའི་གང་ཟག་གི་

དབང་དུ་བྱས་ནས་ཆོལ་བ་རྟོགས་ལྡན་གྱིས་ཀྱང་དབྱད་པ་གསུམ་གྱིས་དག་  
 པའི་ལུང་ཡིན་ན་རང་རང་གི་བརྗེད་བྱའི་སྒྲིབ་བྱེད་ཡིན་པས་བྱུང་བ་རེ་ཞིག་  
 གཞན་ངོར་ཁས་ལེན་པ་སློབ་དཔོན་ཕྱོགས་སྤང་གི་དགོངས་པ་ཡིན་པ་ལ།  
 ལུང་གཞོན་བྱེད་པའི་ཕྱོགས་དག་གིས་ནམ་པ་ཀྱན་ཏུ་རང་ལུགས་ལ་ཁས་  
 ལེན་པ་སློབ་དཔོན་གྱི་དགོངས་པར་བསམས་སོ། །དེས་ན་རང་ཁས་ལེན་  
 པའི་ལུང་དབྱད་པ་གསུམ་གྱིས་དག་པར་ཆད་མའི་སྟོབས་གྱིས་ངེས་མི་  
 རུས་པའི་སྒྲར་ནི་རང་ཡིད་ཆེས་པའི་སྒྲིས་བྱ་དེའི་གསུང་ཡིན་པས་སྙམ་པ་  
 ལ་བརྟེན་ནས་འཇུག་པ་མ་གཏོགས་ཐབས་གཞན་མེད་ཅིང་འཆད་པ་པོས་  
 ཀྱང་དེའི་སྒྲ་རོལ་ཏུ་ཤིན་ཏུ་སྒྲོག་གྱུར་ཆད་མའི་སྟོབས་གྱིས་ངེས་པར་བྱེད་  
 པའི་ཐབས་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ལ་ཁས་སྤངས་འབྲས་ཏྲགས་ཏེ།      ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྒྲིབས་ནས་  
 བསྟན་པ་ལས་མ་གཏོགས་པའི་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་གཏན་ཆོག་སྒྲིབས་གང་  
 དུའང་མ་གསུངས་སོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་མི་རིགས་ཏེ། འབྲེལ་བ་དང་ནི་རྗེས་མ་ཐུན་  
 ཐབས། ཞེས་སོགས་ཀྱི་གཞུང་གིས་ཁས་སྤང་བར་བྱ་བའི་ལུང་ངོས་བཟུང་  
 བ་དང་།      དེ་རང་གི་བསྟན་བྱ་ལ་མི་སྒྲིབ་བར་དཔོག་པའི་ཚུལ་རྒྱས་པར་  
 གསུངས་པ་ནམས་ཀྱི་དོན་ཤེས་པར་བྱ་དགོས་སོ། །

དེར་ནི་བཙུམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་གསུང་བདེན་བཞིའི་གནས་ལུགས་ལ་  
 མི་སྒྲིབ་བ་དཔེར་བྱས་ནས་ཤིན་ཏུ་སྒྲོག་གྱུར་གྱི་དོན་ལའང་མི་སྒྲིབ་བར་དཔོག་

པའི་གཏན་ཆིགས་ཡང་དག་གསལ་པོར་གསུངས་ཤིང་། དེ་ནི་ཡིད་ཆེས་  
པའི་གཏན་ཆིགས་ལས་མ་འདས་སོ།།

གཉིས་པ་དངོས་སྟོབས་དང་ཡིད་ཆེས་དང་གྲགས་པའི་གཏན་ཆིགས་གསུམ་གང་གི་སྟོན་སྟེ་བ་ནི།

གཉིས་པ་ནི། གཏན་ཆིགས་གསུམ་པོ་བསྐྱབ་བྱའི་ངོས་ནས་དབྱེ་བ་  
ཡིན་གྱི་ཚུལ་གསུམ་ངེས་བྱེད་གྱི་ཆད་མའི་སྟོན་སྟེ་མ་ཡིན་ཏེ། གྲུ་ཁྱང་  
མཐར་དངོས་སྟོབས་ཀྱི་ཆད་མས་ངེས་པ་ལ་བྱུག་དགོས་པའི་བྱིར་རོ། །དེས་  
ན་ཤིན་ཏུ་སྟོག་གྱུར་གྱི་དོན་བསྐྱབ་པའི་གཏན་ཆིགས་ལ་ཡིད་ཆེས་པ་དང་།  
བརྟ་དང་འདོད་པ་ཅམ་གྱིས་བཞག་པའི་དོན་བསྐྱབ་པའི་གཏན་ཆིགས་ལ་  
གྲགས་པ་དང་། དངོས་སྟོབས་ཀྱིས་ཞུགས་པའི་དོན་བསྐྱབ་པའི་གཏན་  
ཆིགས་ལ་དངོས་སྟོབས་ཀྱི་གཏན་ཆིགས་ཞེས་བྱའོ། །དབྱེད་པ་གསུམ་གྱིས་  
དག་པའི་ལུང་ངེས་པར་བྱེད་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་སྟོག་གྱུར་གྱི་སྐབས་སུ་སྤྲི་བྱེད་  
དངོས་ལྷགས་འགལ་བ་མེད་པར་དངོས་སྟོབས་ཀྱི་ཆད་མས་ངེས་ཀྱས་ཁྱང་།  
ཡ་གྲུལ་ཤིན་ཏུ་སྟོག་གྱུར་གྱི་དོན་དངོས་སྟོབས་ཀྱིས་ངེས་མི་ཀྱས་སོ།།

གཉིས་པ་གྲགས་པའི་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ནི། དེ་ལ་སྦྱིར་  
རྟོག་པས་བཏགས་པ་ལ་ཆད་མས་བྱུབ་མ་བྱུབ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལ་  
འདོད་པ་ཅམ་གྱི་རྗེས་སུ་བྱེད་མི་ཀྱས་པ་ནི་དངོས་པོའི་སྟོབས་ལ་གནས་པ་  
སྟེ་བྱས་མི་རྟག་གི་ཐ་དད་ལྟ་བུའོ། །

འདོད་པ་ཅམ་གྱི་རྗེས་སུ་བྱེད་པ་ནི་གྲགས་པས་བྱུབ་པའི་དོན་ཏེ། དེ་  
ལ་རྟགས་འགོད་པ་དང་། ཚུལ་སྐྱབ་པའོ། །དང་པོ་ནི། རྟོག་པའི་ཡུལ་ན་ཡོད་

ན་ཟླ་བའི་སྤྱོད་པ་ལྟར་སྤྱོད་ཀྱི་དཔེ་རྒྱུ་བཞིན། རི་བོང་ཅན་ཡང་རྟོག་  
པའི་ཡུལ་ན་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའོ། །

གཉིས་པ་སྤྱོད་པ་ཆོས་ནི། རང་རིག་མངོན་སུམ་གྱིས་ཤུགས་ལ་བྱུང་  
སྟེ་རི་བོང་ཅན་ལ་རྟོག་པ་དངོས་སུ་སྤྱོད་བའི་རི་བོང་ཅན་རྟོག་པའི་ཡུལ་ན་  
ཡོད་པ་ཤུགས་ལ་བྱུང་བའི་སྤྱིར་རོ། །

ཁྱབ་པ་སྤྱོད་པ་ནི། གང་འདོད་པ་ཅམ་གྱི་རྗེས་སུ་བྱེད་པ་དེ་ནི་དོན་  
ཐམས་ཅད་ལ་འཇུག་ཏུ་བྱང་བས་ཁྱབ་སྟེ། དཔེ་རྒྱུ་ནམ་རྟོག་རང་དགའ་བ་  
བཞིན། ཟླ་བ་ཞེས་པའི་སྤྱོད་པ་འདོད་པ་ཅམ་གྱི་རྗེས་སུ་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །  
ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། དེའི་སྤྱོད་པ་ཁྱབ་ནི་རང་རིག་མངོན་སུམ་གྱིས་ཤུགས་ལ་  
བྱུང་བོ། །སེལ་བྱེད་གྱི་དབྱེ་བ་འཆད་པའི་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པའི་ཡུལ་དང་། གྲགས་  
པའི་རྗེས་དཔག་རྗེས་དཔག་ལས་སྤྱི་རོལ་ཏུ་བྱུང་བ་མ་ཡིན་ཡང་། རྗེས་  
དཔག་ཅམ་ལས་ཐ་དད་ཏུ་བྱས་པ་ནི། ཡུལ་གྱི་ཁྱད་པར་བསྟན་པའི་སྤྱིར་  
ཡིན་ཏེ། རྗེས་དཔག་གི་གཞུང་བྱ་གཞིར་བྱས་ལ། ལྷང་ལ་ངེས་པར་བསྟོས་  
པ་ཡིད་ཆེས་རྗེས་དཔག་གི་ཡུལ་གྱི་ཁྱད་པར་དང་། འདོད་པ་ཅམ་གྱི་རྗེས་  
སུ་བྱེད་པ་གྲགས་པའི་རྗེས་དཔག་གི་ཡུལ་གྱི་ཁྱད་པར་ཞེས་པར་བྱ་བའི་  
སྤྱིར་དུ། མངོན་སུམ་དོན་དང་རྗེས་དཔག་དང་། །ཡིད་ཆེས་གྲགས་པ་རང་  
རྟོག་ལའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །འདི་དག་ལ་བརྗོད་པར་བྱ་བ་མང་ཏུ་ཡོད་  
ནའང་། དེ་ཅམ་ལས་མ་སྟོས་སོ། །



སྒར་བཤམ་པའི་རིགས་པའི་སྒོ་ཕྱོགས་ཙམ་བསྟན་པ་འདི་ནི་རྣམ་  
དཔྱོད་ཀྱི་སྒོའི་མཐུ་ཚུང་བ་གང་དག་ཤེས་བྱ་རིམ་བཤམ་དང་། རི་སྟོད་པའི་  
གནས་རྣམས་ལ་རིགས་པས་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཚུལ་ལ་སྒྲུངས་ཤིང་།  
ལུང་ཙམ་སྐྱབས་སུ་གྱུར་ནས་སྒོ་བ་དཔོན་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་ཡབ་སྐུ་ཀྱི་འོ་  
མ་མེད་པའི་རིགས་པའི་ཚུལ་ལུགས་ཆེས་ཆེར་ཉམས་པར་བྱེད་པ་རྣམས་  
ཀྱི་ངན་རྟོག་བསལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ་བདག་གི་སྒྲ་མ་མིའི་སེང་གོ་ཤེས་  
བྱའི་གནས་ལུགས་མཐའ་དག་འོ་མ་མེད་པའི་རིགས་པའི་སྒོ་ནས་གཟིགས་  
པའི་སྒྱུན་དང་ལྡན་ཞིང་། བྱད་པར་དུའང་ཕྱི་དང་ནང་གི་ཉེན་འབྲེལ་ཀྱི་ཆོས་  
རྣམས་སྤང་དུས་ཉིད་ནས་ཚུ་ནང་གི་སྒྲ་བའི་གཟུགས་བརྟན་ལྟ་བུར་བྱགས་  
སུ་ཆུད་པའི་སྒྲིམ་བུ་ཆེན་པོ་སྒོ་བཟང་གྲགས་པའི་དཔལ་ཀྱི་ཞལ་སྒྲ་ནས་ཀྱི་  
གསུང་གི་ཆ་རགས་པ་སྒོ་ལ་ངེས་པ་རྣམས་རིགས་པ་སྐྱབ་དར་མ་རིན་ཆེན་  
ཀྱིས་བརྗེད་བྱང་དུ་བྲིས་པའོ། །

༡༡། །མཁས་གྲུབ་དག་ལེགས་དཔལ་བཟང་གིས་  
མཛད་པའི་ཚད་མའི་ལམ་འབྲིད་  
བཞུགས་སོ།།

ཚད་མའི་ལམ་འབྲིད།

༥ ལྷ་མ་དང་མགོན་པོ་འཇམ་པའི་དབངས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །མཁྱེན་  
རབ་དབང་ཕྱག་དཔལ་ལྡན་ལྷ་མ་དང་། །སྟོན་སྒྲུབ་གྲགས་པའི་ཞབས་ལ་  
གུས་བརྟུང་ནས། །མདོ་དང་སྡེ་བདུན་བརྗོད་བྱའི་ལམ་གྱི་གནད། །ལྷ་མའི་  
འོན་ལས་ཇི་ལྟར་རྟོགས་བཞིན་བཤད།།

འདིར་སྡེ་བདུན་གྱི་བརྗོད་བྱའི་གཙོ་བོ་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་  
པ་ཐོབ་པར་བྱེད་པའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་མ་ལུས་པར་གཏན་ལ་འབེབས་པར་  
བྱེད་པ་ལ་དོན་གསུམ་སྟེ། རང་ཉིད་སྟོན་པ་ལམ་གང་ལས་བྱོན་པའི་ཚུལ་  
བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་བསྟན་པའི་སྟོན་སྒྲུབ་ཚད་མའི་སྟེས་བྱར་བསྐྱབ་པ་དང་།  
དེས་གདུལ་བྱ་ཇི་ལྟར་འབྲིད་པའི་ཚུལ་བཤད་པ་དང་། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་  
དང་ཐར་པ་དངོས་སྟོབས་གྱི་རིགས་པས་བསྐྱབས་པའི་སྟོན་སྒྲུབ་གང་ལ་ཆེད་  
དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་དེ་ཡང་བདག་མེད་གཉིས་གོམས་ནས་མཐར་མདོན་དུ་  
བྱེད་པའི་ཚུལ་བཤད་པ་དང་གསུམ།

དང་པོ་ནི། ཚད་མ་ཀུན་ལས་བརྟུས་སུ། ཚད་མར་གྱུར་པ་འགྲོ་ལ་ཕན་

བཞེད་པ། །སྟོན་པ་བདེར་གཤེགས་སྒྲིབས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ཏེ། །ཞེས་  
གསུངས་པས། དེ་ཉིད་ཀྱིས་སྟོན་པ་སྒྲིབ་མེད་དུ་བསྒྲུབས་པའི་སྟོན་ས། དེའི་  
བསྟན་པ་སྒྲིབ་མེད་དུ་བསྒྲུབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། དེའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་སྤེ་  
གོལ་གྱི་ངོར། གང་ཟག་དེ་རྣམ་དག་ཏུ་ཡིད་མ་ཆེས་པར། དེའི་ཆིག་རྣམ་དག་  
ཏུ་ཁས་མི་ལེན་པའི་སྤྱིར། དེས་ན་འདི་ལྟར་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། ཆད་མར་གྱུར་  
པ་ཞེས་པས་དོན་གྱི་གཙོ་བོ་མཐུན་པའི་རྣམ་མཐུན་ངོས་བཟུང་ཞིང་། ཕྱག་  
འཆལ་ལོ་ཞེས་བྱང་ངོ་། །གང་ལ་ན་ཆད་མར་གྱུར་པ་ལའོ། །དེ་རྒྱ་མེད་ལས་  
བྱུང་བ་ཡིན་ནས། རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ཞེ་ན། མ་སྤྱེས་པ་ནི་སྒྲིག་དོན་དུ།  
ཞེས་བཤད་པ་ལྟར་རྒྱ་མེད་རང་བྱུང་གི་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཡོད་པ་བཀག་  
ནས་རྒྱར་གྱུར་པ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་གཅིག་ལས་འབྲུངས་ཞེས་པའོ། །འོ་  
ན་རྒྱ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལས་འབྲས་བུ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་  
དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་གི་ངོ་བོར་འབྲུངས་ཤེ་ན། རྒྱ་བསམ་སྒྲོར་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་  
ལས་འབྲས་བུ་དོན་གཉིས་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་ངོར་འབྲུངས། འོ་ན་དེ་ལྟ་  
བུའི་བསམ་སྒྲོར་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་གང་འབྲས་བུ་དོན་གཉིས་ཕུན་སུམ་  
ཆོགས་པ་ནི་གང་ཞེ་ན། བཤད་པར་བྱ་སྟེ། འཁོར་བ་ན་ཡུན་རིང་དུ་འཁོར་  
བའི་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱིས་སྤྱག་པར་གདུངས་པའི་འགོ་བ་མཐའ་དག་ལ་སྤྱག་  
པར་སྦྱང་བཅེ་བ་ཆེན་པོ་དང་དེས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་པའི་འགོ་བ་མ་ལུས་པ་  
སྤྱག་བསྐྱལ་ལས་སྒྲོལ་བར་བཞེད་པའི་སྤྱག་པའི་བསམ་པ་དང་། དེས་ན་

འགྲོ་བ་རྣམས་སྤྱག་བསྐྱེད་ལས་སྦྲོལ་བ་ལ་རྣམ་མཁྱེན་མ་ཐོབ་པར་སྦྲོལ་མི་  
 རུས་པས་རྣམ་མཁྱེན་ཐོབ་པར་བྱའོ་ཞེས་དམ་འཆའ་ལ། དེ་རྣམས་ཀྱང་འགྲོ་  
 ལ་ཕན་བཞེད་པའི་སྟོན་པར་གྱུར་པ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལྟར་དུ་དམ་བཅས་པ་ཅམ་  
 གྱིས་མི་ཆོག་གི་དེ་ཐོབ་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་སྦྱོར་བ་ལུན་སུམ་ཆོགས་པ་པ་  
 རོལ་དུ་བྱིན་པ་དུག་ལ་བསྐྱབས་པར་བྱའོ། །ཞེས་དམ་བཅའ་བ་ལ། དམ་  
 བཅས་པས་མི་ཆོག་ དེ་རྣམས་ཀྱང་ལག་ལེན་ལ་འགོལ་བར་བྱེད་ཅིང་། དེས་  
 ར་འགྲོ་ལ་ཕན་བཞེད་པ་སྦྲོས་པས་སེམས་བསྐྱེད་དང་། སྟོན་པ་ཞེས་པས་  
 སྦྱོར་བ་ལུན་ཆོགས་འཇུག་པ་སེམས་བསྐྱེད་བསྟན་ལ། འདིར་སྟོན་པའི་མིང་  
 གིས་སྟོན་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་། སར་བྱིན་གཞན་ལྟ་པོ་པལ་བ་ལྟ་བུ་དང་།  
 བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་གཙུག་པོར་ཤེས་པའི་ཆེད་དུ་འོ།

འབྲས་བུ་དོན་གཉིས་སུན་སུམ་ཆོགས་པ་ལ་གཉིས་ལས། རང་དོན་  
 སྤང་རྟོགས་སུན་སུམ་ཆོགས་པ་ནི། བདེ་གཤེགས་ཞེས་པས་བསྟན་པ་སྟེ།  
 དེ་ཡང་། རྒྱ་སྤངས་ཡོན་ཏན་གསུམ་བདེ་གཤེགས། ཞེས་སོགས་གྱིས་  
 བཤད་པ་ལྟར། ལེགས་པར་སྤངས་པ། སྤང་མི་ལྟོག་པར་སྤངས་པ། མ་ལུས་  
 པར་སྤངས་པ་སྟེ། བྱེད་པར་གསུམ་ལྟན་གྱི་སྤངས་པ་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྦྱུ་དང་།  
 གཤེགས་པ་རྟོགས་པའི་དོན་ཅན་བྱིར། ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་བཤད་པ་  
 ལྟར། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཁྱེན་པ། མཁྱེན་པ་བརྟན་པ། མ་ལུས་པར་མཁྱེན་པ་སྟེ།  
 བྱེད་པར་གསུམ་ལྟན་གྱི་རྟོགས་པ་ཟག་པ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་གཉིས་ལ་བདེ་

བར་ག་ཤེགས་པ་ཞེས་བརྗོད་དོ།

འབྲས་བུ་གཞན་དོན་སྤྲོད་སྤྲོད་ཆོག་པ་ནི། སྐྱོབ་ཅེས་པས་བསྟན་  
ཏེ། རང་ཉིད་ཀྱིས་ལམ་གང་ལས་བྱོན་པའི་བྱོན་ཚུལ་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་  
གསལ་བར་བཤད་པའི་སྒྲིན་ནས་འགྲོ་བ་མཐའ་དག་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་དང་  
བཅས་པ་ལས་སྐྱོབ་པར་མཛད་དོ། །དེ་ལྟར་ན་ལུགས་འབྱུང་གིས་ཆད་མར་  
གྱུར་པ་ཞེས་པའི་དོན་རིམ་པ་བཞིན་དུ་བཤད་པའི་སྒྲིན་ནས་སྟོན་པ་ཡང་དག་  
པར་རྗོགས་པའི་སངས་རྒྱས་བཙུགས་ལྟར་འདས་ལམ་གང་ལས་བྱོན་པའི་  
བྱོན་ཚུལ་འཆད་པར་བྱེད། ལུགས་སྤྲོད་གིས་ཆད་མར་གྱུར་པ་ཞེས་པའི་  
མས་སྤྲོད་བྱས་ཏེ། བཤད་པའི་སྒྲིན་ནས་ལུགས་འབྱུང་གི་ཤེས་བྱེད་འཆད་  
པར་བྱེད་པའོ། །དེས་ན་ལུགས་འབྱུང་གིས་ཐམས་ཅད་མཐེན་པ་དངོས་པོ་  
སྟོབས་ཀྱིས་ཀྱི་རིགས་པའི་སྒྲིན་ནས་བསྐྱབས་པས། ཐེག་པ་ཐུན་མོང་མ་  
ཡིན་པའི་དགོན་མཆོག་གསུམ་ཡང་དངོས་སྟོབས་ཀྱིས་བསྐྱབས་པར་བྱེད་པ་  
ཡིན་ལ། ལུགས་སྤྲོད་གི་སྐབས་སུ་སྐྱེས་བུ་ཆུང་དུ་དང་འབྲིང་གཉིས་ཀྱི་  
ལམ་དངོས་པོ་སྟོབས་ཀྱིས་ཀྱི་རིགས་པས་བསྐྱབས་པའི་སྒྲིན་ནས་ཐེག་པ་  
ཐུན་མོང་གི་དགོན་མཆོག་གསུམ་ཡང་དངོས་པོ་སྟོབས་ཀྱིས་ཀྱི་རིགས་  
པས་བསྐྱབས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ།

དེས་ན་ལུགས་འབྱུང་གིས་ནི་སྐྱེ་བ་སྤྲུལ་ཡོད་པར་བསྐྱབས་ཤིང་།  
དེས་ཐམས་ཅད་མཐེན་པ་ཡོད་པར་བསྐྱབས་པ་ལ་ཐན་པ་ཡིན། ལུགས་སྤྲོད་



གིས་ནི་སྐྱེ་བ་སྐྱེ་མ་ཡོད་པར་བསྐྱབ་ཅིང་། དེས་ཐར་བ་ཡོད་པར་བསྐྱབ་པ་  
 ལ་པན་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ནོ། །ལུགས་འབྱུང་གིས་ཐམས་ཅད་  
 མཐུན་པ་ཡོད་པར་བསྐྱབ་ཅིང་། ལུགས་ལྗོག་གི་གཞུང་རྣམས་ཀྱིས་ཐར་བ་  
 ཡོད་པར་བསྐྱབ་པར་བྱེད་ལ། གང་སྤྱིར་དེས་ན་ཚད་མ་ཉིད། ཅེས་སོགས་  
 ཀྱིས། ཚད་མར་གྱུར་བ་ཞེས་སོགས་བསྟོན་པའི་དགོས་པ་སྟོན་པར་བྱེད་པ་  
 ལ། ལེ་ཏུ་གཞན་གསུམ་དེའི་ཡན་ལག་ཏུ་མ་ཚང་བ་མེད་པར་གཞུང་ཆོག་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཐར་བ་དང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་དངོས་པོ་སྟོབས་ལུགས་  
 ཀྱི་རིགས་པས་བསྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། བསྟན་བཅོས་འདི་བ་དག་གི་  
 ལུགས་ལ་ཐར་བ་དང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་བསྐྱབ་པ་བྱེད་པ་གཞན་ལས་  
 ཆེས་བྱེད་དུ་འཕགས་པ་ཡིན་ནོ། །མདོར་ན་གཞུང་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་ཐར་བ་  
 དང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཆོལ་བར་བྱེད་པ་དག་གིས་ནི། འདི་ལྟ་བུའི་ལམ་  
 ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་སྤྱོད་ཅི་མ་ལོག་པར་ཤེས་ན་ཐར་བ་དང་ཐམས་ཅད་  
 མཐུན་པ་མེད་པར་སྟོ་འདོགས་པའི་སྟོ་འདོགས་མདོན་གྱུར་པ་ལྷག་མ་མ་  
 ལུས་པར་བྱུངས་སུང་བའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཐར་བ་དང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་  
 རིགས་པའི་ལམ་ནས་བྱུངས་པའི་ངེས་ཤེས་གཏིང་ཚུགས་པར་རྟོན་པར་  
 འགྱུར་རོ། །

ཚད་མ་བསྐྱེ་མེད་ཅན་ཤེས་པ། ཞེས་པ་ནས་ཚུར་ཤོག་ཅེས་པའི་བར་  
 ནི། ལུགས་འབྱུང་དང་ལུགས་ལྗོག་སྤྱིའི་གཞུང་ཡིན་ལ། སྐྱབ་བྱེད་ཐུགས་རྗེ་

གོམས་ལས་དེ། ཞེས་པ་ནས། དེ་སྤྱིར་ཆད་ཡིན་ཞེས་པ་ཡན་གྱིས། ལྷགས་  
འབྱུང་སྟོན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། ཡང་ན་སྟོབ་ཅེས་པ་ནས། གང་སྤྱིར་དེས་ན་  
ཆད་མ་ཉིད། ཅེས་པའི་བར་གྱིས་ལྷགས་སྟོན་པ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལྟའི་  
ཞེས་སོགས་ནི་དགོས་པ་སྟོན་པའི་གཞུང་ཡིན་ནོ། །

བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་སྤྱིར་ཆད་མ་བསྐྱེལ་མེད་ཅན་ཤེས་པ་ཞེས་པའི་མི་  
བསྐྱེལ་པ་ཡིན་ཞིང་། བྱེད་པར་དུ་གྲོལ་བ་དོན་གཉེར་ལ་མི་བསྐྱེལ་བའི་ཆད་མའི་  
སྐྱེས་བུ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སྟོན་པ་ཆད་མ་བསྐྱེལ་མེད་ཅན་ཤེས་པ་ཞེས་པ་ནས།  
དེ་ལྡན་ཞེས་པའི་བར་ཡིན་ནོ། །རྒྱ་མེད་རང་བྱུང་གི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་  
བཀག་ནས། རྒྱུར་གྱུར་པ་ལུན་སུམ་ཆོགས་པ་ལས་འབྱུངས་པར་སྟོན་པ་ནི།  
མ་སྐྱེས་པ་ནི་སྟོན་དོན་དུ། ཞེས་པ་ནས། མ་ཡིན་བྱེད་པར་མེད་སྤྱིར་དོ། །  
ཞེས་པའི་བར་གྱིས་སྟོན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་ཁོ་ན་དེ། གྲོལ་བ་དོན་  
གཉེར་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་ཆད་མའི་སྐྱེས་བུ་མེད་དེ་དེ་ལྟ་བུ་ཡོད་ན། སྤྱིར་  
བྱུང་གྲངས་སོགས་ཐམས་ཅད་ཉིག་ཉིག་ཏུ་ཤེས་པར་བྱེད་པ་དང་། དཔག་  
ཆད་རྒྱུ་གྲགས་སོགས་ཀྱི་བར་ཐག་རིང་པོ་མཐོང་བའི་སྟོན་གྱུར་གྱི་དོན་དེ་  
ལྟ་བུ་ཤེས་པར་བྱེད་པ་ཡོད་དགོས་པ་ལ་དེ་ལྟ་བུ་མེད་པའི་སྤྱིར་དང་། ཐབས་  
སྟོན་མཁན་ཡང་མེད་ལ། ཡོད་ཀྱང་ནན་ཏན་བྱེད་པ་མེད་པའི་སྤྱིར། ཞེས་ནི་  
རྒྱུང་འཕན་པ་ཁ་ཅིག་རབ་ཏུ་བརྗོད་དོ། །

དེའི་ལན་སྟོན་པ་ནི་མི་ཤེས་སྟོན་པར་བྱེད་པ་ལ། ཞེས་པ་ནས། ལྟར་

ཞོག་བྱ་ཚོད་བསྟེན་པར་གྱིས། ཞེས་པའི་བར་གྱིས་སྟོན་པར་བྱེད་དོ། །མི་  
ཞེས་ཞེས་པ་ནས་ཞེས་ལྟན་འགའ་ཞིག་ཚེ་ལ་བར་བྱེད་ཅེས་པའི་བར་གྱིས་  
དག་བའི་བཞེས་གཉེན་གྱི་མཚན་ཉིད་སྟོན་པར་བྱེད་ལ། དེ་ཡང་འདི་ལྟར།  
གྲོལ་བ་དོན་གཉེར་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་བཞེས་གཉེན་ནི། སྒང་དང་དོར་བྱའི་  
དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་གསལ་བར་སྟོན་པ་གྲོལ་བ་དོན་གཉེར་ལ་  
ཉེ་བར་མཁོ་བའི་ཚད་མའི་སྐྱེས་བྱར་འདོད་ཀྱི་སྲིན་བྱའི་གངས་ཕྱིག་ཕྱིག་ཏུ་  
ཞེས་པ་དང་། རྒྱང་རིང་པོ་མཐོང་བ་ཅེས་གྲོལ་བ་དོན་གཉེར་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་  
བ་མིན་ནོ། །གལ་ཏེ་རྒྱང་རིང་པོ་མཐོང་བ་ཅེས་ཚད་མའི་སྐྱེས་བྱ་ཡིན་ན།  
ཚུར་ཞོག་བྱ་ཚོད་དག་བའི་བཞེས་གཉེན་ཏུ་བསྟེན་པར་གྱིས་ཞིག་བྱ་བའི་  
དོན་ནོ། །

འོ་ན་ཁྱོད་ཀྱི་བཅོམ་ལྟན་འདས་དེ་ཉིད་རྒྱ་གང་ལས་བྱང་ཞེ་ན། སྐྱེ་བ་  
ཏུ་མར་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་ཡུན་རིང་ཏུ་གོམས་པ་ལས་བྱང་ཞེས་སྟོན་པ་དེ། སྐྱེ་བ་  
བྱེད་ཐུགས་རྗེ་གོམས་ལས་དེ། ཞེས་པས་སྟོན་པར་བྱེད་དོ། །དེ་ལྟར་མི་  
འཐད་དེ། སྐྱེ་བ་སྤྲ་མ་དང་ཕྱི་མ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་ལན་འདེབས་པ་  
ལ། ཐུགས་འབྱུང་གིས་སྐྱེ་བ་སྤྲ་མ་ཡོད་པར་བསྐྱབ་ཅིང་ཐུགས་སྟོག་གིས་  
སྐྱེ་བ་ཕྱི་མ་ཡོད་པར་བསྐྱབ་པར་བྱེད་དོ། །དེ་ཡང་འདི་ལྟར་བྱའི་དྲྀགས་པའི་  
གནས་རྒྱང་ཕན་པ་ཁོ་ནའི་དབང་ཏུ་བྱས་པ་ནི་མ་ཡིན་གྱི་གང་ཟག་ཐ་མལ་  
བ་ཐམས་ཅད་ལ་སྐྱེ་བ་སྤྲ་ཕྱི་མེད་པར་སྟོ་འདོགས་པའི་སྟོ་འདོགས་ཀྱན་

བཏགས་ཀྱི་ས་བོན་ཡོད་པས་དེ་ཉིད་འགོག་པའི་ཕྱིར་ཡང་གསུངས་པར་  
སྤང་ལ། དེའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་སྐྱེ་བ་སྤྲ་མ་སོགས་སུ་རྒྱང་པན་པའི་གྲུབ་མཐའ་  
དང་གཞུང་ལ་ཐོས་བསམ་བྱས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་བག་ཆགས་བཞག་པའོ། །  
དེ་ལྟ་མིན་པར་སྐྱོ་འདོགས་དེ་ལྟ་བུའི་ས་བོན་མེད་པར་ཁས་ལེན་ན་སྐྱོ་  
འདོགས་གཞན་ཀྱི་ཡང་ས་བོན་མེད་པར་ཁས་ལེན་དགོས་པས་སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་  
ཡིན་ན་མཐོང་སྤང་སྤངས་ཟེན་པར་ཐལ་བའི་ཕྱིར་རོ།

གཞན་ཡང་སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་ཐ་མལ་པ་པལ་ཆེ་བའི་རྒྱད་ལ་སྐྱེ་བ་སྤྲ་ཕྱི་  
འཇལ་བའི་མངོན་སུམ་མི་སྤྲོད་ལ། སྐྱེ་བ་སྤྲ་ཕྱི་ཡོད་པར་བསྐྱབ་པའི་རྟགས་  
མ་མཐོང་བར་དེ་སྤྲོད་དུ་འཛོག་གྱང་སྐྱེ་བ་མི་སྤྲོད་པས་དེ་ཉིད་འཇལ་བའི་  
ཆད་མ་རྣམ་པ་གཉིས་གང་ཡང་རྒྱད་ལ་མ་སྐྱེས་པ་དེ་སྤྲོད་དུ་དེ་ཉིད་ངེས་  
པའི་ངེས་ཤེས་སྐྱེ་མི་སྤྲོད་པས་སྐྱེ་བ་སྤྲ་ཕྱི་མེད་པར་འཛིན་པའི་སྐྱོ་འདོགས་  
མངོན་གྱུར་པ་ཡོད་པ་ལ་འགལ་བ་མེད་དོ། །དེ་ལྟར་ན་སྐྱེ་བ་སྤྲ་ཕྱི་ཡོད་པའི་  
ངེས་ཤེས་རྒྱད་ལ་མ་སྐྱེས་པ་དེ་སྤྲོད་དུ་བདག་ཉིད་ཀྱིས་སྐྱེ་བ་དུ་མར་སྟོང་  
ཇེ་གོམས་པ་དང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་  
བྱའོ་སྟམ་པའི་སེམས་བསྐྱེད་དང་དེར་མ་བཟད་སྐྱེ་བ་ཕྱི་མ་ངན་སོང་དུ་སྤྱང་  
དོགས་དང་ཕྱི་མ་ལྟ་མིའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ་ཟང་དོར་བྱེད་  
པའི་ཚུལ་ལ་ཡང་ངེས་པ་རྣམས་མ་སྐྱེ་མི་སྤྲོད་པས་ཇི་སྤྲོད་སྐྱེ་བ་སྤྲ་ཕྱི་ཡོད་  
པར་ངེས་པའི་ངེས་ཤེས་མ་སྐྱེས་པ་དེ་སྤྲོད་དུ་མངོན་མཐོ་དང་ངེས་ལེགས་

ཀྱི་ལམ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒོ་འགགས་ནས་འདུག་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་འདི་ཉིད་  
ལ་ངེས་པ་རྟེན་པ་དང་སྐྱེ་བ་སྒྲ་བྱི་མེད་པའི་སྒོ་འདོགས་ཚོད་པ་ནི་ལམ་  
སྒོམས་པའི་ཐོག་མ་ཉིད་དུ་ཆེས་ཤིན་ཏུ་གཤམ་ཆེ་ཞིང་དེར་མ་བཟད་སྟོང་རྗེ་  
སོགས་སྒོམས་པར་བྱས་པ་ལས་ཅུང་བཟད་བྱུང་པར་དུ་འགྱུར་སྟེང་གྱང་  
མཐའ་མེད་དུ་འཕེལ་བར་མི་སྟེང་དེ་མཚོངས་པ་དང་ཆུའི་དྲོད་བཞིན་ནོ་སྟུམ་  
དུ་འཛིན་པའི་ལོག་རྟོག་ཡང་ལམ་ཡུན་རིང་དུ་གོམས་པར་བྱེད་པའི་གོགས་  
ཆེན་པོ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ན་སྒྲ་མ་ནི་ལམ་བསྒྲོམ་པ་ལ་ཅུང་བཟད་གྱང་མི་  
འདུག་པའི་རྒྱ་ཡིན་ཅིང་བྱི་མ་ནི་ལམ་ཡུན་རིང་དུ་བསྒྲོམ་པའི་གོགས་ཡིན་  
ནོ། །དེའི་བྱིར་གོགས་འདི་གཉིས་སེལ་བ་ལ་ལམ་གྱི་ཐོག་མར་གཅེས་པའི་  
གནད་དུ་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར་གཞུང་དུ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་  
ཐོག་མར་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་ལ་དྲོགས་གཅོད་ཀྱི་ཡན་ལག་ཏུ་སྦྱར་ནས་སྒོ་  
འདོགས་དེ་གཉིས་འགོག་པའི་རིགས་པ་དག་ཐོག་མར་རྒྱས་པར་གསུངས་  
སོ།།

དེ་ཡང་ལུགས་འབྱུང་དང་ལུགས་སྟོག་ཅེས་པའི་དོན་སྒྲར་བཤད་པ་  
སྟར་ཡིན་ལ། དེ་སྟར་མཚོད་བཟོད་ཀྱི་ཆོག་གི་གོ་རིམ་རི་སྟ་བ་བཞིན་བཤད་  
ན་བསམ་པ་ལུན་སུམ་ཆོགས་པ་ལ་སྦྱོར་བ་ལུན་ཆོགས་འབྱུང་ཞིང་དེ་སྟ་  
བུའི་བསམ་སྦྱོར་དེ་གཉིས་ལས་རང་དོན་སྤངས་པ་བྱུང་པར་གསུམ་སྟན་ཀྱི་  
བདེ་གཤེགས་འབྱུང་ལ། སྤངས་པ་མཐར་ཕྱིན་པ་དེའི་སྟོབས་ཀྱིས་གཞན་



སྐྱུག་བསྐྱལ་ལས་སྒྲོལ་བའི་སྒྲོལ་བ་འབྱུང་ངོ་། །ཞེས་རྒྱ་སྐྱ་མ་སྐྱ་མ་ལས་  
འབྲས་བུ་བྱི་མ་བྱི་མ་སྒྲེ་བའི་གོ་རིམ་སྟོན་པ་ཡིན་ནོ། །མཆོད་བརྗོད་ཀྱི་ཆོག་  
གི་གོ་རིམ་ལས་སྒྲོག་སྟེ་བཤའ་བས་ནི་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཆོས་ཅན། རྟོགས་  
པ་བྱུང་བར་གསུམ་ལྡན་ཀྱི་བདེ་གཤེགས་མངའ་སྟེ། གཞན་ལ་བདེན་བཞིའི་  
སྤང་དོར་ཐབས་དང་བཅས་པ་མཐའ་དག་སྒྲོལ་དཔོན་གཞན་ལ་རག་མ་ལས་  
བར་སྟོན་པས་སྒྲོལ་བར་མཛད་པའི་བྱིར། དེ་ཆོས་ཅན། གཞན་དོན་དུ་བདག་  
མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཡུན་རིང་དུ་གོམས་པར་མཛད་པའི་སྒྲོར་བ་ལྷན་  
ཆོགས་སྟོན་དུ་འགྲོ་སྟེ། རྟོགས་པ་བྱུང་བར་གསུམ་ལྡན་བརྟེན་པའི་བྱིར། དེ་  
ཆོས་ཅན། འགྲོ་བ་མཐའ་དག་ལ་པན་པར་བཞེད་པའི་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་སྟོན་  
དུ་སོང་སྟེ། གཞན་དོན་དུ་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཡུན་རིང་དུ་  
གོམས་པ་མཐར་ཐྱིན་པར་མཛད་པའི་བྱིར། ཞེས་འབྲས་བུ་བྱི་མ་བྱི་མ་  
རྟོགས་སུ་བཀོད་ནས། རྒྱ་སྐྱ་མ་སྐྱ་མ་སྐྱུ་བ་པའི་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་རིམ་པ་ཉིད་  
སྟོན་པ་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་འཁོར་བའི་སྐྱུག་བསྐྱལ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ནི་ཐར་བ་དང་ཐམས་  
ཅད་མཐུན་པ་གང་གི་ལམ་དུ་འཇུག་ཀྱང་ཐོག་མར་མེད་མི་རུང་ཡིན་པས་  
ལུགས་རྒྱུང་གི་སྐབས་སུ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་བསྐྱོམ་པ་ལ་ཐོག་མར། ཡིད་  
ལ་བྱེད་པ་སྟོན་དུ་འགྲོ་དགོས་པར་མ་བསྟན་པ་མིན་ཏེ། རི་སྐད་དུ། ལུང་དང་  
རིགས་པས་རྣམ་དཔྱེད་པ། ཞེས་པ་ནས་རྟོགས་པར་མཛད་ཅེས་འབྱུང་བའི་

ཕྱིར་དོ།

འགྲོ་བ་མཐའ་དག་སྤྱད་བསྐྱེད་ལས་སྒྲོལ་བར་མཛད་པའི་བཅོས་མ་  
 མ་ཡིན་པ་སྙིང་ཐག་པ་ནས་རྒྱད་ལ་སྒྲེས་པའི་སྒྲོ་དེ་ཉིད་ལ་སྙིང་རྩེ་ཆེན་པོ་  
 ཞེས་བྲལོ། །དེ་ཉིད་རྒྱད་ལ་སྒྲེས་པ་ན་གང་ཟག་དེ་ཐེག་ཆེན་པ་ཡིན་ཞིང་སྒྲོ་  
 འདི་ནི་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་རྒྱར་གྱུར་པའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལམ་གྱི་  
 ཐོག་མ་ཡིན་ལ་དོན་འདི་ནི། སྤྱབ་བྱེད་ཐུགས་རྩེ་གོམས་ལས་དེ། ཞེས་པས་  
 སྟོན། སྙིང་རྩེ་ཆེན་པོ་ལས་སེམས་བསྐྱེད་གཉིས་སྒྲེ་ཚུལ་ཡང་། བཅེ་ལྟན་  
 སྤྱད་བསྐྱེད་གཞོམ་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པ་ནས། དཀའ་བ་ཡིན། ཞེས་པ་འདི་ཉིད་  
 གྱིས་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཐོབ་པ་དང་། སྤྱད་བསྐྱེད་རྒྱ་  
 བཅས་ཞི་བར་བྱེད་པའི་ཐབས་ཉམས་སྤྱ་ལེན་པར་བསམ་པས་དགོས་པ་  
 དག་ནི་ཐབས་དེ་རི་ལྟར་ཉམས་སྤྱ་ལེན་པའི་ཚུལ་ལ་ཡོངས་སྤྱད་བྱེད་པར་  
 བྱེད་དེ། དེ་ལྟར་དུ་མ་དབྱེད་ན་ཉམས་སྤྱ་ལེན་པར་འདོད་ཀྱང་སྤང་བར་མི་  
 རུས་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་དུ་བདག་མེད་གཉིས་ཐོས་བསམ་གྱིས་གཏན་ལ་  
 བབ་པ་ལ་བརྟེན་ནས། བདག་འཛིན་འཁོར་བའི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་གྱི་  
 རྩ་བར་མཐོང་ཞིང་། བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཉིད་བདག་འཛིན་གྱི་  
 གཞོད་བྱེད་དུ་ངེས་ནས་འཁོར་བའི་རྒྱ་རྩ་བ་ནས་དྲངས་འབྲིན་པར་བྱེད་  
 རུས་པའི་གཉེན་པོ། བདག་མེད་མཛོན་སྤྱུལ་དུ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པར་འགྱུར་ལ། དེ་ཉིད་ནི། རྒྱ་ཡིན་དེའི་གཞོད་བྱེད་ནི།

ཞེས་པ་ནས་འགལ་བ་ཡིན་ཞེས་སོགས་གྱིས་སྟོན་ནོ། །ཤེས་རབ་དེ་སྟོང་རྗེ་  
ཆེན་པོ་དང་ཆོགས་རྒྱ་ཆེན་པོ་གསོག་པའི་ཐབས་གྱི་སྟོ་མཐའ་ཡས་པ་དང་  
འབྲེལ་བར་བྱ་སྟེ་བསྐྱལ་བ་གྲངས་མེད་དུ་གོམས་པར་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་  
ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་ཀྱང་ཐོབ་པར་འགྱུར་བར་རྟོགས་ཏེ། དེ་ལྟར་ཐབས་  
སྟོ་ཆོགས་པ་དང་། འབྲེལ་བར་བྱས་ནས་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་  
ཡུན་རིང་དུ་གོམས་པར་བྱེད་ཅིང་། དེ་ལྟར་དུ་གོམས་པར་བྱས་པ་ལས་  
གོམས་ཡུལ་བདག་མེད་དོན་ལ་དོན་སྦྱིའི་ཚུལ་གྱིས་གསལ་སྤང་སྦྱེས་པ་ན་  
སྦྱོར་ལམ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཉིད་གོམས་པ་བྱུང་བར་དུ་གྱུར་ཏེ། བདག་མེད་  
མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སྟོ་དང་པོར་སྦྱེས་པ་ནི་མཐོང་ལམ་ཡིན་ལ། དེ་  
ཉིད་ཡང་ཡང་གོམས་པར་བྱེད་པ་ནི་སྟོ་མ་ལམ་ཡིན་ཞིང་དེ་ལྟར་ཡུན་རིང་དུ་  
གོམས་པར་བྱས་པའི་མཐར་སྤང་དོར་གྱི་གནས་ཐམས་ཅད་ལ་ཐུགས་  
གསལ་བ་རབ་གྱི་མཐར་ཕྱིན་པའི་ཡེ་ཤེས་སྦྱེས་ནས་གནས་ངན་ལེན་གྱི་བྱི་  
མ་སྤྲ་ཞིང་སྤྲ་བ་མ་ལུས་པར་སྤངས་པ་ནི། ཆོས་ཐམས་ཅད་རྣམ་པ་ཐམས་  
ཅད་དུ་མངོན་པར་རྟོགས་པར་སངས་རྒྱས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ནོ། །དེ་ལྟ་  
བུའི་སྤངས་རྟོགས་གཉིས་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ལས་  
བྱུང་བར་དུ་གྱུར་པའི་སངས་རྒྱས་ཁོ་ནའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡོན་ཏན་  
ཡིན་ཏེ། འདིས་ནི་ཡེ་ཤེས་དང་རྟོགས་པ་དང་། དཔྱེད་པ་མ་འདྲེས་པ་སྟེ།  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་མ་འདྲེས་པ་བཙུང་བོ་དེ་དག་ཉི་བར་གཟུང་བ་

ཡིན་ཏེ། རོན་འདི་ནི། རྣམ་པ་དུ་མར་ཐབས་མང་པོ། ཞེས་པ་ནས། གཉིས་པོ་  
འདི་ནི་རྒྱ་རུ་བཤད། ཅེས་པའི་བར་གྱིས་སྟོན་པར་བྱེད་ལ། དེ་ནས། དེ་ཞེས་  
པ་ཡང་གྲུབ་པ་ཡིན། ཞེས་པའི་བར་གྱིས་བསམ་སྒྲོར་ཕུན་ཚོགས་དེ་གཉིས་  
ཀྱི་འབྲས་བུ་རང་དོན་བདེ་གཤེགས་ཉིད་འཆད་པར་བྱེད་ཅིང་། སྒྲོབ་པ་ཉིད་  
གཟིགས་ལམ་གསུངས་པ། ཞེས་སོགས་རྒྱུ་པ་བཞིས་གཞན་དོན་ཕུན་  
ཚོགས་སྒྲོབ་པ་ཉིད་བསྟན་པ་ཡིན་ལ། དེ་སྤྱིར་ཚད་ཡིན་ཞེས་པ་ནི་ཚུལ་དེའི་  
སྤྱིར་བཙུང་ལྟར་འདས་རྒྱ་ཕུན་ཚོགས་ལས་གྲོལ་བ་དོན་གཉིར་གྱི་མཛོན་  
པར་འདོད་པའི་དོན་ལ་མི་བསྒྲུབ་པའི་ཚད་མར་འབྲུངས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པའི་  
དོན་ནོ། །

དེས་གདུལ་བྱ་ཇི་ལྟར་འབྲིང་པའི་རིམ་པ་འཆད་པ་ནི། ཡང་ན་སྒྲོབ་  
ཅེས་སོགས་ཀྱིས་འཆད་པར་བྱེད་དེ། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་དེས་འགྲོ་བ་མ་  
ལུས་པ་སྤྱད་བསྐྱེད་རྒྱ་དང་བཅས་པ་ལས་སྒྲོབ་པར་བྱེད་ན། འཕྲིན་ལས་ཇི་  
འདྲ་ཞིག་མཛད་པའི་སྟོན་སྒྲོབ་པར་བྱེད་ཅེས་བེད་ན། བདེན་པ་བཞི་ནི་  
སྟོན་མཛད་པ། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་འཆད་པར་བྱེད་དེ་གདུལ་བྱ་ལ་བདེན་  
བཞིའི་གནས་ལུགས་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་གསལ་བར་བཤད་པའི་སྟོན་སྒྲོབ་  
པར་མཛད་དོ། །

འོ་ན་བདེན་བཞིའི་གནས་ལུགས་ཁོང་གིས་ཇི་ལྟར་བསྟན་པ་ལྟར་དུ་  
རིགས་པས་གྲུབ་ཅིང་དེ་ལྟར་ཉམས་སྲུངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཐར་པ་དང་

ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཐོབ་པར་བྱེད་ཀྱས་སམ་ཟེར་ན། ཤེན་ཏུ་ཡང་འདོད་པ་  
 ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟ་བུའི་ཚུལ་རྒྱས་པར་འཆད་པར་བྱེད་པ་ནི། སྦྱིར་ཐར་པ་དང་  
 ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཐོབ་པར་བྱེད་པ་ལ། སྦྱག་ཀྱན་གཉིས་ལ་སྤང་བྱ་དང་།  
 འགོག་ལམ་ཐོབ་བྱ་མངོན་དུ་བྱེད་པ་ཤེས་པ་ལ་རག་ལས་པ་ཡིན་ཞིང་།  
 སྦྱག་བསྐྱལ་མ་ལུས་པར་སྤྲོང་བ་ཡང་། འཁོར་བ་སྦྱི་ལ་དམིགས་པའི་ངེས་  
 འབྱུང་མཚན་ཉིད་ཆང་བ་རྒྱད་ལ་སྦྱེ་བ་ལ་རག་ལས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་ཐོག་  
 མར་འཁོར་བ་དང་། དེ་འཁོར་བར་ངེ་ལྟར་འཁོར་བའི་ཚུལ་ཤེས་པ་ལ་རག་  
 ལས་པ་ཡིན་ཞིང་། གང་འཁོར་བའི་གཞི་དེར་འཁོར་བའི་ཚུལ་ངེ་ལྟར་དུ་  
 འཁོར་ཚུལ་འཆད་པ་ནི། སྦྱག་བསྐྱལ་འཁོར་བ་ཅན་ཡུང་པོ། ཞེས་སོགས་  
 གྱིས་འཆད་པར་བྱེད་དོ། འཁོར་བ་སྦྱི་ལ་དམིགས་པའི་ངེས་འབྱུང་མཚན་  
 ཉིད་ཆང་བ་སྦྱེ་བ་དེ་ཡང་བྱུང་བ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྦྱག་བསྐྱལ་ལ་དམིགས་པའི་  
 སྒོ་ནས་སྦྱེ་དགོས་ཀྱི་ཆོར་བ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྦྱག་བསྐྱལ་ལ་དམིགས་པ་ནི་དེ་  
 ལྟར་དུ་སྦྱེ་མི་ཀྱས་ཏེ། འདོད་ཁམས་དང་གཟུགས་ཁམས་ཀྱི་ལྟ་ལ་ཆོར་བ་  
 འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྦྱག་བསྐྱལ་མངོན་གྱུར་པ་མེད་པས་དེ་ལྟ་བུའི་ལྟ་སྦྱོར་ཐོབ་  
 འདོད་ཆོར་བ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྦྱག་བསྐྱལ་ཅམ་ལ་དམིགས་པའི་སྒོ་ལས་བྱུང་  
 བའི་ཕྱིར་དོ། །

དེས་ན་སྤྲིད་པའི་རྩེ་མོ་ནས་མནར་མེད་པའི་དབྱུང་བའི་བར་གྱི་  
 འཁོར་བ་ན་འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་དབྱུང་བའི་སེམས་ཅན་



དཔུལ་མེ་ཤིན་ཏུ་བཟོད་པར་དཀའ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱིས་གདུངས་པ་ལྟར་  
 དུ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱིས་གདུངས་པའི་ཞེས་དེས་ངེས་པར་བྱས་  
 བ་ལ་རག་ལས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་དཔལ་ལྷན་ཚོས་ཀྱི་གྲགས་པས། འདུ་བྱེད་  
 སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་དགོངས་ནས། སྤྱག་བསྐྱེད་བསྐྱོམ་པར་གསུངས་པ་ཡིན།  
 ཞེས་གསུངས་སོ། །

དེས་ན་སྤྱག་ཀུན་སྤང་བྱ་དང་དོར་བྱ། འགོག་ལམ་ཐོབ་བྱ་དང་མངོན་  
 དུ་བྱ་བར་ངེས་པ་ཡང་། སྤྱག་བསྐྱེད་གྱི་མཚན་ཉིད་མི་རྟག་སྤྱག་བསྐྱེད་སྤྱང་  
 བདག་མེད་དུ་ངེས་པ་ལ་རག་ལས་པས། དང་པོར་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱི་མཚན་  
 ཉིད་ལ་རྟག་པར་བྱེད་ཅིང་། དེ་ནས་སྤྱག་ཀུན་སྤང་བྱར་ངེས་ནས་བདག་གི་  
 སྤྱག་བསྐྱེད་འདི་ངེས་པར་སྤང་དགོས་པར་འདུག་པས་འདི་ལ་རྒྱ་ཡོད་མེད་  
 མེད་ན་སྤང་མི་དགོས་ཤིང་། ཡང་ན་སྤང་མི་རུས་སྟུམ་དུ་རིགས་པས་  
 བརྟགས་པ་ན། རེས་འགའ་སྐྱེ་རེས་འགའ་མི་སྐྱེ་བའི་རྟགས་ཀྱིས་རྒྱ་ཡོད་  
 པར་བྱུང་ལ། དེ་ཉིད་འཆད་པ་ནི། རེས་འགའ་བ་ཉིད་ཡིན་པས་ན། སྤྱག་  
 བསྐྱེད་འདི་རྒྱ་བཅས་ཉིད་བྱུང་། ཅེས་པས་སྟོན་ནོ། །དེའི་རྒྱ་སྤངས་པའི་སྐྱོ་  
 ནས་སྤྱག་བསྐྱེད་རྒྱ་འབྲས་སྤྱང་བར་བྱེད་ལ་དེ་འཆད་པ་ནི། སྤྱག་བསྐྱེད་  
 འཁོར་བ་ཞེས་པ་ནས་དེ་ཡོད་ན་འདི་ཡོད་ཕྱིར་རོ་ཞེས་པའི་བར་གྱིས་སྟོན།  
 དེ་ལྟ་བུའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀུན་ཟད་པར་སྤངས་པའི་གྲོལ་བ་ཐོབ་རུས་ཀྱི་འགོག་  
 པ་སྟོན་པ་ནི། དེ་ནི་གཏན་དུ་བ་མིན་ཏེ། ཞེས་པ་ནས་རྟག་པར་སྐྱོས་ཞེས་པའི་

བར་གྱིས་སྟོན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུའི་འགོག་པ་མངོན་དུ་བྱེད་པ་ཡང་། རྒྱ་ལམ་ལ་  
མ་བསྐྱབ་པར་བྱེད་མི་རྒྱས་པས་ལམ་ལ་སློབ་པར་བྱེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་ལམ་  
བདེན་འཆད་པ་དེ་བཤད་ཅིན་ཞེས་སོགས་གྱིས་སྟོན་ནོ། །

ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་དངོས་པོ་སྟོབས་ཁྱུགས་གྱི་རིགས་  
པས་བསྐྱབ་པའི་སྟོན་ས་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་བདག་མེད་གཉིས་གོམས་  
ནས་མཐར་མངོན་དུ་བྱེད་ཚུལ་བཤད་པ་ནི། ཐར་པ་དངོས་པོ་སྟོབས་ཁྱུགས་  
གྱི་རིགས་པས་བསྐྱབ་པ་དང་། ཐར་པ་སྐྱབ་བྱེད་གྱི་གང་ཟག་དེས་གང་ཟག་  
གི་བདག་མེད་གོམས་ནས་མཐར་མངོན་དུ་འགྱུར་ཚུལ་བཤད་པ་དང་།  
ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་དངོས་པོ་སྟོབས་ཁྱུགས་གྱི་རིགས་པས་བསྐྱབ་པ་དང་།  
ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་སྐྱབ་བྱེད་གྱི་གང་

ཟག་དེས་ཆོས་གྱི་བདག་མེད་གོམས་ནས་མཐར་མངོན་དུ་འགྱུར་  
ཚུལ་བཤད་པའོ། །གང་རང་གི་རྒྱུའི་གཙོ་བོ་ལ་གཞོད་བྱེད་གྱི་གཉིན་པོ་  
སྟོབས་ལྡན་ཡོད་པ་ལ། གཞོད་བྱེད་གྱི་གཉིན་པོ་སྟོབས་ལྡན་དེ་གོམས་པར་  
བྱས་པའི་སྟོབས་གྱིས་རང་རྒྱ་རྩ་བ་ནས་མེད་པར་སོང་བ་ཡོད་པས་བྱུང་།  
དཔེར་ན་ཆ་རེག་སྟོབས་ཆེན་པོས་གང་རེག་རྩ་བ་ནས་སྐྱུང་བའི་སྟོབས་  
གྱིས་དེའི་གང་འབྲས་སྐྱ་ལོང་བྱེད་ཡང་མེད་པར་སོང་བ་ཡོད་པ་དེ་བཞིན་དུ།  
ཟག་བཅས་ཉེར་ལེན་གྱི་སྐྱུང་པོ་ལྔ་པོ་འདི་ལ་ཡང་། གཞོད་བྱེད་གྱི་གཉིན་པོ་  
སྟོབས་ལྡན་ཡོད་ཅེས་པའོ། །འདི་ལྟ་བུའི་རྟགས་ནི་རྒྱ་ལག་ལ་དམིགས་གྱི་

གཏན་ཚིགས་ཡིན་ནོ།།

འདིའི་བྱུང་བ་དཔེའི་སྟེང་དུ་སྟོང་སྟོབས་ཀྱིས་གྲུབ་ལ། རྟོགས་ཚེས་  
 གཏན་ཚིགས་འདི་ཉིད་ཀྱིས་སྐྱབ་པར་བྱེད་དེ། རྟགས་ནི་དངོས་པའི་གནས་  
 ལུགས་ལ་འཛིན་སྟངས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་ཞུགས་པའི་སྟོ་ཡིན་ན། དེ་དང་འཛིན་  
 སྟངས་དངོས་སུ་འགལ་བའི་གནོད་བྱེད་ཀྱི་གཉེན་པོ་སྟོབས་ལྡན་ཡོད་པས་  
 བྱུང་། དཔེར་ན། སློབ་རྒྱ་ལ་ཚུར་འཛིན་ཀྱི་སྟོ་འདོགས་བཞིན། སྤང་པོ་དང་  
 མཚན་ཉིད་མི་མཐུན་པའི་གང་ཟག་རང་རྒྱ་བ་འདི་ཡང་དངོས་པའི་གནས་  
 ལུགས་ལ་འཛིན་སྟངས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་ཞུགས་པའི་སྟོ་ཡིན་ནོ། །འདི་ནི་རང་  
 བཞིན་ཀྱི་རྟགས་སོ། །རྟགས་འདི་གོང་གི་རྟགས་དེའི་རྟོགས་ཚེས་འབྲུབ་  
 པའི་རྒྱ་གང་ཡིན་སྟུམ་ན། སྤང་པོ་དང་མཚན་ཉིད་མི་མཐུན་པའི་གང་ཟག་  
 རང་རྒྱ་བ་དེ་ཟག་བཅས་ཉེར་ལེན་ཀྱི་སྤང་པོ་ལྷའི་ངོ་བོར་ཞུགས་པའི་བྱིད་  
 དེས་ན་གང་ཟག་རང་རྒྱ་བ་ངོས་བཟུང་བའི་སྟོ་ནས་ཟག་བཅས་ཉེར་ལེན་ཀྱི་  
 སྤང་པོ་ལྷའི་ངོ་བོར་ཞུགས་པར་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ནི། སྲིད་པའི་ཅེ་མོ་ནས་  
 དཔྱལ་བ་པའི་སེམས་ཅན་ཀྱི་བར་ཐ་མལ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱད་ལ་ཡོད་  
 པར་གྱུར་པ་ཡིན་ཞིང་། གྲུབ་མཐས་སྟོ་ཁ་མ་བསྐྱར་བའི་གང་ཟག་ཐམས་ཅད་  
 ཀྱི་འདོད་ཚུལ་ནི་མཐུན་པར་སྤང་སྟེ། འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ཀྱི་ང་  
 དེ་ད་ལྟའི་དུས་ཀྱི་ང་ཡིན་ཞིང་། སྟེ་བ་སྤྲ་མ་སྤྲ་སྟེས་པ་སོགས་ཀྱི་ང་ད་ལྟའི་  
 དཔྱལ་བའི་དུས་ཀྱི་ང་འདིའོ་ཞེས་འདོད་ལ། སྤང་པོ་སྤྲ་སྟེས་དུས་ཀྱི་སྤང་

བོ་ད་ལྟར་དཔྱལ་བར་སྐྱེས་དུས་ཀྱི་ཕུང་པོ་ཡིན་ཞེས་པ་ནི། དེ་ལྟ་བུའི་གང་  
 ཟག་སྟེ་ཡང་མི་སྤྲུལ། དེ་ལྟ་བུའི་གང་ཟག་རང་རྒྱ་བ་དེ་ཡིད་ཤེས་ཡིན་ནམ་  
 སྟམ་ན་མིན་ཏེ། ཡིད་ཤེས་སོགས་ནི་ཁོའི་ཆོང་ཟོང་ལྟ་བུ། ང་ནི་ཆོང་པ་ལྟ་བུ་  
 དང་དབང་བསྐྱར་བྱ་དང་། སྐྱར་བྱེད་ལྟ་བུ་ཡིན་ལ། ལྟའི་སྐྱེན་དང་རང་གི་  
 མིག་བརྗེ་ས་བྱུང་ན་ད་ལྟ་རང་ལ་བརྗེ་བར་བྱེད་ཅིང་། དག་བཅོམ་པ་དང་  
 མཁས་པའི་ཡིད་ཤེས་སོགས་དང་ཡང་བརྗེ་ས་བྱུང་ན་བརྗེ་བར་བྱེད་པའོ། །  
 དེ་སྐད་དུ། མཆོག་གཞན་དོན་དུ་གཉེར་བྱེད་དང་། ཞེས་པ་ནས་འགྱུར་བར་  
 ཤེས་ཞེས་སོགས་ཀྱིས་སྟོན་ནོ། །ངའི་ཡུལ་དུ་བདེ་བ་ཐོབ་པར་འདོད་པ་ལ་  
 སྐྱེ་བ་བྱི་མ་ལྟ་མའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་འདོད་པ་དང་། སྐྱེ་བ་འདིར་བདེ་བ་  
 ཐོབ་པར་འདོད་པ་གཉིས་ལས། ལྟ་མའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་འདོད་པས་དགེ་  
 བ་བསྐྱབ་པར་འདོད་པ་དང་ཆེ་འདིའི་བདེ་བ་ཐོབ་པར་འདོད་པའི་ཐབས་ལ་  
 གཉིས་ཀ་ཡང་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པའི་རྩ་བ་ཅན་ཡིན་ནོ། །ཆེ་འདིའི་བདེ་  
 བ་ཐོབ་པའི་ཐབས་སྟེ་ངའི་དབང་ཤེས་ལྟའི་ཡུལ་དུ་བདེ་བ་སྐྱབ་པར་བྱེད་  
 ཅིང་། དེ་ལྟ་བུ་ལ་བར་དུ་གཅོད་པར་བྱེད་པ་དག་ལ་ཁོང་ཁྱོ་བ་དང་ཞེ་སྒང་  
 བར་བྱེད་ཅིང་། དེ་ཉིད་གསོད་པར་བྱེད་གཅོད་པར་བྱེད། དེའི་བྱེད་དུ་གཡུལ་  
 དུ་འཇུག་པར་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱི་སྟོན་སྟེ་བདག་ཆེ་འདིར་བདེ་བ་ཐོབ་པར་  
 འདོད་ཅིང་། བདེ་བ་ཐོབ་པར་འདོད་པ་འདོད་སྟེ་དང་། བདག་སྐྱུག་བསྐྱེལ་  
 དང་། བུལ་བར་འདོད་པ་འཇིག་སྟེ་དང་། བྱི་མ་ཐོབ་པར་འདོད་པ་སོགས་

ནི་སྲིད་སྲིད་ཡིན་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་གིས་ཡང་  
 སྲིད་པ་སྲི་མ་ཡང་ཟག་བཅས་ཉེར་ལེན་གྱི་ཕུང་པོ་ལྔའི་ངོ་བོར་བསྐྱབ་པ་  
 ཡིན་ནོ། །འདི་ནི་གང་ཞིག་བདག་མཐོང་དེ་ལ་ནི། ཞེས་པ་ནས། དེ་སྲིད་དེ་ནི་  
 འཁོར་བར་འགྱུར། ཞེས་སོགས་གྱིས་བསྟན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ལས་དང་ཉོན་  
 མོངས་པ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་ཉོན་མོངས་པ་གཙོ་ཆེ་ལ་ཉོན་མོངས་པ་ལ་མ་  
 རིག་པ་དང་སྲིད་པ་གཉིས་ཡོད་ལ་དེའི་ནང་ནས་མ་རིག་པ་གཙོ་ཆེ། འདིའི་  
 སྐབས་ཀྱི་མ་རིག་པ་ནི། འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་སྐྱེ་མཆེད་བཞེད་པ་ལྟར་གྱི་  
 ལས་འབྲས་དང་། དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་རྣམ་དབྱེ་འབྱེད་པ་ལ་སློ་མི་  
 གསལ་བའི་སེམས་འབྱུང་མ་རིག་པ་དེ་ལ་མི་འདོད་ལ་འཇིག་ཆོགས་ལ་ལྟ་  
 བ་ལ་འདོད་དོ། །དོན་འདི་ནི། ཉེས་ཀྱན་དེ་ཡི་རྩ་བ་ཅན། །དེ་ཡང་འཇིག་  
 ཆོགས་ལྟ་བུ་ཡིན། །དེ་མ་རིག་དེར་ཞེས་པས་བསྟན་ནོ། །

རྟགས་སྲི་མ་དེའི་ཕྱོགས་ཆོས་བསྐྱབ་པ་ནི། ཕུང་པོ་དང་མཚན་ཉིད་  
 མི་མ་ཐུན་པའི་རང་རྒྱ་བུ་བའི་རྣམས་ཡོད་དུ་འཇིན་པའི་གང་ཟག་གི་བདག་  
 ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དེ། །དེ་ལྟར་གྱི་ཕུང་པོ་དང་རང་བཞིན་  
 གཅིག་ཏུ་ཡང་མ་གྲུབ། ཐ་དད་དུ་ཡང་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་འདི་བྲབ་  
 བྱེད་མ་དམིགས་པའི་རྟགས་ཡིན་ཏེ། དོན་སྐྱབ་དང་ཐ་སྙད་སྐྱབ་གང་གི་  
 དབང་དུ་བྱས་ཟེར་ན་ཐ་སྙད་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་ཡིན་གྱི་དོན་སྐྱབ་ཀྱི་རྟགས་མིན་  
 ནོ། །རང་བཞིན་གྱིས་གཅིག་ཡིན་པ་ཡང་ཁེགས། རང་བཞིན་གྱིས་ཐ་དད་



ཡིན་པ་ཡང་ཁེགས་ན། རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པའི་དོན་དུ་སྒྲོ་འདོགས་པའི་  
སྒྲོ་འདོགས་མི་སྲིད་པའི་བྱིར། དེ་ལྟ་བུའི་རྟགས་དེ་རྟགས་ཡང་དག་མིན་ཏེ།  
ཞེས་འདོད་ཆོས་ཅན་གཞི་མ་གྲུབ་པའི་བྱིར། སྒྲོགས་ཆོས་མི་འགྲུབ་ཅིང་།  
དམ་བཅའ་ཆད་མས་བསལ་བའི་བྱིར་ཟེར་ན། སྒྲོན་དེ་ལྟ་བུ་མེད་དེ། ཆོས་  
ཅན་གཞི་མ་གྲུབ་པས་དགག་བྱ་ཁེགས་པ་ལ་ཞེན་ཏུ་པན་པའི་བྱིར། དཔེར་  
ན། རི་བོང་གི་རྩའི་སྟེང་དུ་བུམ་པ་ཁེགས་པ་ཞེན་ཏུ་སྦྲ་བ་བཞིན་ནོ། །

སྐབས་ཀྱི་རྟེན་གཞིར་གྱུར་པའི་ཆོས་ཅན་ལ་གཞན་དོན་སྐབས་ཀྱི་  
བསྐྱབ་བྱ་ལ་གཞོད་པ་ཡིན་ཞིང་། རྟོལ་བའི་འདོད་པས་དམིགས་པའི་ཆོས་  
ཅན་ལ་གཞོད་ན་སྐབས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་གཞོད་པ་མིན་ནོ། །དོན་འདི་ནི་  
དཔལ་ལྷན་སྒྲོགས་ཀྱི་སྒྲུང་པོས། རང་རྟེན་ལ་ཞེས་གསུངས་པས་བསྟན་ནོ། །  
རྟོལ་བའི་འདོད་པས་དམིགས་པས་ཆོས་ཅན་ལ་གཞོད་པས་སྐབས་ཀྱི་  
བསྐྱབ་བྱ་ལ་གཞོད་པ་མིན་ནོ། །འདི་ནི། འབའ་ཞིག་བཀག་པ་ལ་ཡང་ནི།  
སྒྲོན་དང་ལྷན་པར་ཁས་ལེན་ཏོ། །ཞེས་པས་སྟོན་ནོ། །

གང་ཟག་གི་བདག་ནི་རྟགས་འདིའི་རྟོལ་བའི་འདོད་པས་དམིགས་  
པའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་ལ། སྐབས་ཀྱི་རྟེན་གཞིར་གྱུར་པའི་ཆོས་ཅན་མིན་ནོ། །  
ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། །རྟགས་འདི་ཡི་སྐབས་ཀྱི་རྟེན་གྱི་ངར་གྱུར་པའི་ཆོས་  
ཅན་གང་ཡིན་ཞེ་ན། རང་རྒྱ་བུ་པའི་རྩ་ཡོད་དུ་སྒྲུང་བའི་སྒྲུང་ཆ་སྒྲོད་  
ཀྱི་མཆན་གཞིར་བཟུང་བྱར་བྱ་བ་དེ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དེ་ཉིད་ཆོས་ཅན་དུ་

འཇིན་རིགས་སོ་ཞེ་ན། ད་ལྟར་གྱི་ཕུང་པོ་དང་རང་བཞིན་གཅིག་དང་ཐ་དད་  
གང་དུ་ཡང་མ་གྲུབ་པའི་རྟགས་གྱིས་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པར་བསྐྱབ་  
པའི་རྟགས་ཡང་དག་གི་རྟེན་གཞིར་གྱུར་པའི་ཚོས་ཅན་ཡིན་ན་ཕྱིར་ཚོལ་  
གྱིས་སྤོང་དང་གང་ཟག་གི་བདག་གཉིས་སྣང་རྟགས་གཅིག་ཏུ་འབྱུང་བའི་སྒོ་  
ནས་ཤེས་འདོད་ཀྱི་སྒོ་ཞུགས། སྒྲ་ཚོལ་གྱིས་ཀྱང་སྤོང་དང་གང་ཟག་གི་  
བདག་གཉིས་སྣང་རྟགས་གཅིག་ཏུ་འབྱུང་བའི་སྒོ་ནས་དཔག་འདོད་ཀྱི་སྒོ་  
ཞུགས་པ་ནི་གང་ཞིག་སྤོང་རང་བཞིན་གྱིས་གཅིག་ཏུ་ཡང་མ་གྲུབ་ཐ་དད་དུ་  
ཡང་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། འོ་ན་སྒྲར་སྣང་བ་བྱས་པའི་རྟགས་གྱིས་སྒྲ་མི་རྟག་  
པར་སྐྱབ་པའི་རྟེན་གཞིར་གྱུར་པའི་ཚོས་ཅན་དུ་ཐལ་ཟེར་ན། རྟགས་ཕྱི་མ་  
བཞག་ན་ནི་རྒྱས་པ་ཆེ་ཤོས་བཞག་པས་མི་མཚུངས་ལ། ཕྱི་མ་རྟགས་སུ་  
བཀོད་ན་མི་རིགས་ཏེ། སྒྲར་སྣང་བ་བྱས་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། སྒྲ་དོན་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གང་ཟག་གི་བདག་ཏུ་སྣང་བའི་སྣང་ཆ་དེ་ཉིད་ཚོས་ཅན་དུ་འཇིན་  
རིགས་སོ་སྟུང་ན། དེ་ནི་མི་རིགས་ཏེ། དགག་བྱ་རང་ལྗོངས་ནས་ཞིགས་པར་  
མི་རྒྱས་པའི་ཕྱིར་དང་། ཚྱོད་པའི་སྐབས་དོན་སྟོར་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ཏེ།  
སྐབས་འདིར་ནི་གང་ཟག་གི་བདག་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་མ་གྲུབ་ཚྱོད་པའི་  
གཞི་ཡིན་གྱི་བདག་ཏུ་སྣང་བ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་མ་གྲུབ་ཚྱོད་པའི་སྐབས་  
མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཚུ་བའི་རྟགས་ཕྱི་མ་བསྐྱབ་པ་ནི། དེ་ཚོས་ཅན། ད་ལྟར་གྱི་

ཕུང་པོ་དང་རང་བཞིན་ཐ་དད་དུ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ།      དེར་གྲུབ་ན་དེར་ཆད་  
མས་དམིགས་སུ་རུང་བ་ལས་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར།      ཉགས་དེ་ནི་རང་  
བཞིན་མ་དམིགས་པའི་ཉགས་སོ།།

གཅིག་ཏུ་མ་གྲུབ་པར་སྐྱབ་པ་ནི། རང་རྒྱ་ཐུབ་པའི་རྗེས་ཡོད་དུ་འཛིན་  
པའི་བདག་ཆོས་ཅན། ད་ལྟར་གྱི་ཕུང་པོ་དང་རང་བཞིན་གཅིག་ཏུ་མ་གྲུབ་སྟེ།  
ཁྱོད་མི་ཉག་ཅིང་གཞན་དབང་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱམ་སྟེ་རང་རྒྱ་ཐུབ་པའི་  
རྗེས་ཡོད་ཡིན་ན་ཉག་གཅིག་རང་དབང་ཅན་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། གཞན་  
དབང་ཅན་དུ་བསྐྱབ་པ་ནི། རང་རྒྱ་ཐུབ་པའི་རྗེས་ཡོད་དུ་འཛིན་པའི་གང་  
ཟག་ལྟས་སྦྱིན་ལྟ་བུ་གཅིག་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་གཞན་དབང་ཅན་དུ་ཐལ། ཁྱོད་  
ལས་དང་ཉོན་མོངས་པས་ཇི་ལྟར་འཕངས་པ་ལྟར་གྲུབ་པ་དེའི་ཕྱིར། མི་ཉག་  
པར་བསྐྱབ་པ་ནི། བྱས་པའི་ཕྱིར་ཞེས་སོགས་ཀྱིས་གྲུབ་ལ། མ་བྱས་པར་མ་  
གྲུབ་པའི་ངོར་རྒྱ་རྒྱུན་ལས་སྦྱེས་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པས་བསྐྱབ། དེའི་སྟོགས་  
ཆོས་དབང་ནོན་གྱིས་སྟོང་སྟོབས་ཀྱིས་གྲུབ་ལ། རྟལ་པོའི་ངོར་ཉགས་ཀྱིས་  
བསྐྱབ་དགོས་པ་ཡོད་དོ། །བྱས་པའི་བྱམ་པ་སྐྱབ་པ་ལ་སྟོས་མེད་ཀྱི་ཉགས་  
དང་གཞོད་པ་ཅན་གྱི་ཉགས་གཉིས་འགོད་དགོས་སོ། །

སྟོས་མེད་ཀྱི་ཉགས་ནི། རྒྱ་མེད་ཕྱིར་ན་འཛིག་པ་ནི། ཞེས་སོགས་  
ཀྱིས་སྟོན། གཞོད་པ་ཅན་གྱི་ཉགས་ནི། ཉག་པ་ཆོས་ཅན། བྱས་པས་སྟོང་སྟེ།  
རིམ་དང་ཅིག་ཅར་གྱི་དོན་བྱེད་པས་སྟོང་པའི་ཕྱིར། དེའི་བྱམ་པ་རིམ་གྱིས་

དོན་བྱེད་པ་དང་ཅིག་ཅར་གྱིས་དོན་བྱེད་པ་ལས་གཞན་པའི་ཕུང་གསུམ་པ་  
 ཁེགས་པའི་ཆད་མས་ངེས་སོ། །རྒྱས་འབྲས་བྱ་བསྐྱེད་པ་ནི་རིམ་ཅན་དུ་  
 བསྐྱེད་པར་ངེས་པའི་ཆད་མས་རྟག་པས་འབྲས་བྱ་ཅིག་ཅར་དུ་བསྐྱེད་པ་  
 ཁེགས་ལ། རིམ་གྱིས་བསྐྱེད་ན་རྟག་པ་ལ་འབྲས་བྱ་སྒྲ་མ་སྒྲ་མ་བསྐྱེད་པ་  
 དང་ཕྱི་མ་གཉིས་བསྐྱེད་པའི་རྒྱས་པ་གཉིས་ཡོད་དགོས་ལ། དེ་ཡོད་ན་རྟག་  
 པར་འགལ་བའི་ཕྱིར། མེད་ན་འབྲས་བྱ་རྣམས་རིམ་གྱིས་བསྐྱེད་པར་འགལ་  
 ལོ། །དེ་ལྟར་དུ་བྱས་པ་ལ་འོ་ན། རིམ་དང་ཅིག་ཅར་དུ་དོན་བྱེད་པས་སྟོང་  
 པའི་རྟགས་གྱིས་རྟག་པའི་གསལ་བའི་དབྱེ་བ་མ་ལུས་པ་བྱས་སྟོང་དུ་ངེས་  
 རྒྱས་སམ་མི་རྒྱས། མི་རྒྱས་ན་རྟག་པའི་གསལ་བའི་དབྱེ་བ་མ་ལུས་པ་རེ་  
 རེའི་སྟོང་དུ་བྱས་སྟོང་དུ་བསྐྱབ་དགོས་པས་རྟག་པའི་དབྱེ་བ་མ་ལུས་པར་མ་  
 ངེས་པར་རྟག་པ་བྱས་སྟོང་དུ་ངེས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །རྒྱས་ན་བྲབ་པ་ངེས་  
 རྒྱས་ན་བསྐྱབ་བྱ་ངེས་པ་དང་བྱས་པའི་རྟགས་གྱིས་མི་རྟག་པའི་བྲབ་པ་ངེས་  
 ན་མི་རྟག་པའི་གསལ་བའི་དབྱེ་བ་མ་ལུས་པར་མི་རྟག་པར་ངེས་པར་འགྱུར་  
 རོ་ཞེས་ཟེར་ན། སྟོན་མེད་དེ། དེ་ལ་ཁ་ཅིག་ན་རེ། བྲབ་བྱེད་ལ་ཡོད་པ་  
 ཁེགས་ན་བྲབ་བྱ་ལ་ཡོད་པ་ཁེགས་དགོས་ཀྱི། བྲབ་བྱེད་ལ་ཡོད་པར་ངེས་  
 ན་བྲབ་བྱ་ལ་ཡོད་པར་མ་ངེས་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། ཁོ་བོ་འདི་ལྟར་དུ་སྤྲོ་བར་  
 བྱེད་དེ། རིམ་དང་ཅིག་ཅར་གྱིས་དོན་བྱེད་པས་སྟོང་པའི་ཚུལ་གསུམ་ངེས་  
 པ་ལ་ཟེར་ན་ནི་སྟོ་ཁ་ཕྱོགས་པ་ཅམ་གྱིས་རྟག་པའི་གསལ་བའི་དབྱེ་བ་མ་

ལུས་པ་བྱས་སྟོང་དུ་རྟོགས་རྒྱས་སོ་བྱས་པའི་བྲལ་པ་ངེས་པ་དེ་གཉིས་ལ་  
 རྟོགས་ཆོས་ངེས་ཟེན་མ་བཟུང་པ་དང་། རྟོགས་ཆོས་མ་ངེས་ཤིང་ངེས་ཀྱང་  
 བཟུང་པའོ། །དང་པོ་ལྟར་ཡིན་ན་འདོད་པ་ཡིན་ཏེ། ཚུལ་གསུམ་ངེས་ནས་  
 བསྐྱབ་བྱ་ངེས་རྒྱས་པ་འདོད་མི་རྒྱས་པའི་རྒྱ་ཅི་ཡོད། བྱི་མ་ལྟར་ཡིན་ན།  
 དེས་བྲལ་པ་ངེས་ཀྱང་རྟོགས་ཆོས་མ་ངེས་པའི་བྱིར། ངེས་མི་རྒྱས་སོ།  
 །དེས་ན་བྲལ་པ་ངེས་པ་འབྲེལ་པ་ལ་སྟོས་པ་ཡིན་གྱི་བྲལ་པ་དང་འབྲེལ་བ་  
 རོན་གཅིག་ཏུ་འདོད་པ་ནི་འབྲེལ་བའོ།།

བྱས་པ་མི་རྟག་པ་ལ་ཡོད་པར་ངེས་པ་དེ་ལ་རྟག་མི་རྟག་དངོས་འགལ་  
 དུ་ངེས་པ་དང་བྱས་པ་ངེས་པ་དང་། རྟག་པ་བྱས་སྟོང་དུ་ངེས་པའི་ཆ་དམ་  
 རྣམས་ཀྱི་བྱེད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱས་པ་མི་རྟག་པ་ཁོ་ན་ལ་ཡོད་པར་ངེས་  
 པའི་ཆ་དམ་སྐྱེ་བ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་སྤང་པོ་བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་མི་རྟག་  
 པར་གྲུབ་ཅིང་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པའི་གཞན་དབང་ཡིན་པའི་རྟགས་ཀྱིས་  
 གཞན་དབང་ཅན་དུ་གྲུབ་ལ། མི་རྟག་ཅིང་གཞན་དབང་ཅན་ཡིན་པའི་རྟགས་  
 ཀྱིས་རང་བཞིན་ཀྱིས་གཅིག་ཏུ་མ་གྲུབ་པར་གྲུབ་ལ། རང་བཞིན་ཀྱིས་ཐ་  
 དད་དུ་ཡོད་ལ། ཆ་དམ་དམིགས་སུ་རུང་བ་ལས་ཐ་དད་དུ་མ་དམིགས་  
 པའི་རྟགས་ཀྱིས་ཐ་དད་དུ་མེད་པར་གྲུབ་པོ། །མི་རྟག་ཅིང་ཞེས་པས་སྤྱག་  
 བསྐྱལ་བདེན་པའི་རྣམ་པ་མི་རྟག་སྤྱག་བསྐྱལ་སྟོང་པ་བཞིའི་ནང་ནས་མི་རྟག་  
 པའི་རྣམ་པ་བསྟན་ལ། གཞན་དབང་ཅན་ཀྱིས་ནི་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱི་རྣམ་པ་



བསྟན་ནོ། །ལམ་སྒོམ་པའི་རིམ་པ་དང་སྐྱེ་བའི་རིམ་པ་མཐུན་པ་ཡིན་ནོ། །  
 རང་བཞིན་གྱིས་གཅིག་དང་ཐ་དད་དུ་ཡོད་པར་སྒྲོ་འདོགས་པའི་སྒྲོ་འདོགས་  
 དེ་གཉིས་ཀ་སྒྲོ་འདོགས་ཀྱན་བཏགས་ཡིན་ལ། དེ་གཉིས་ཀྱི་དངོས་གཉེན་དུ་  
 གྱུར་པའི་རང་བཞིན་གྱིས་གཅིག་དང་ཐ་དད་དུ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་ངེས་པའི་  
 སྒྲོ་དེས་ལྟན་སྐྱེས་ཀྱི་འཛིན་སྒྲངས་སུ་གྱུར་པའི་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་  
 ཁེགས་པར་འགྱུར་རོ། །རང་བཞིན་གྱིས་གཅིག་དུ་གྲུབ་པས་སྟོང་པར་རྟོགས་  
 པའི་སྒྲོ་ནི། སྤྱག་བསྐལ་བདེན་པའི་རྣམ་པ་བཞིའི་ནང་ནས་བདག་མེད་པའི་  
 རྣམ་པ་ཡིན་ཞིང་། ཐ་དད་དུ་སྟོང་པར་རྟོགས་པའི་སྒྲོ་ནི་བཞིའི་ནང་ནས་སྟོང་  
 པའི་རྣམ་པ་ཡིན། དེས་ན་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པར་སྒྲོ་འདོགས་པ་བདག་  
 འཛིན་ལྟན་སྐྱེས་ཡིན་ཅིང་། གཅིག་དང་ཐ་དད་དུ་འཛིན་པ་བདག་འཛིན་ཀྱན་  
 བཏགས་ཡིན་ལ། ལྟན་སྐྱེས་ཀྱིས་འཛིན་པའི་འཛིན་སྒྲངས་དང་། ཀྱན་  
 བཏགས་ཀྱིས་འཛིན་པའི་འཛིན་སྒྲངས་མི་འདྲ་ཡང་། ལྟན་སྐྱེས་ཀྱིས་བཟུང་  
 བ་ལྟར་དུ་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །དཔེར་ན་སྤྱ་གྲུ་རྒྱ་མེད་ལས་སྐྱེ་བར་འཛིན་  
 པའི་སྒྲོ་ལ་སྤྱ་གྲུ་ཡང་ན་རྟག་ཏུ་སྐྱེ། ཡང་ན་རྟག་ཏུ་མི་སྐྱེ་བར་འཛིན་པའི་  
 འཛིན་སྒྲངས་མེད་ཀྱང་། སྤྱ་གྲུ་རྒྱ་མེད་ལས་སྐྱེ་ན། ཡང་ན་རྟག་ཏུ་སྐྱེ། ཡང་  
 ན་རྟག་ཏུ་མི་སྐྱེ་དགོས་པས། ཡང་ན་གཏན་དུ་སྐྱེ། ཡང་ན་གཏན་དུ་མི་སྐྱེ་  
 དགོས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྤྱ་གྲུ་རྒྱ་མེད་ལས་སྐྱེ་བ་ཁེགས་པ་བཞིན་ནོ། །

དེས་ན་བདག་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཁེགས། དེ་ཁེགས་པ་ན།

བདག་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པར་འཛིན་པའི་སྒོ་དེ་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་  
ལས་འཛིན་སྒྲངས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་ཞུགས་པའི་སྒོར་གྲུབ་སྟེ། དེ་ལྟར་གྲུབ་པ་  
ན། དེ་དང་འཛིན་སྒྲངས་དངོས་སུ་འགལ་བའི་གནོད་བྱེད་ཀྱི་གཉེན་པོ་སྟོབས་  
ལྡན་ཡོད་པར་གྲུབ་ཅིང་། དེ་ཉིད་ནི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ལས་  
འོས་གཞན་མེད་པར་གྲུབ་པས། བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་བསྐྱེམས་  
པས། བདག་འཛིན་སྒོར་བར་རྟོགས་ཀྱས་སོ། །

འོན་ཀྱང་བདག་མེད་བསྐྱེམས་པའི་གོམས་པ་ལ་གསལ་སྒྲུང་རབ་ཀྱི་  
མཐར་ཕྱིན་ནས་བདག་འཛིན་མ་ལུས་པ་སྒྲངས་པ་མི་སྲིད་སྦྱུང་ན། དེ་བཞུགས་  
པ་ནི། བདག་རང་བཞིན་གྱིས་སྒོར་བར་རྟོགས་པའི་སྒོ་ནི་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་  
གོམས་བྱེད་ཀྱི་ཡན་ལག་ནི་གནས་དང་ཆོགས་རྒྱ་ཆེན་པོ་གསོག་པ་དང་  
འབྲེལ་ཏེ་གོམས་པར་བྱས་ན་གོམས་པ་ལ་གསལ་སྒྲུང་རབ་ཀྱི་མཐར་ཐུག་  
པར་འགོ་བུང་སྟེ། ཁྱོད་རྟོན་ཅན་འབད་ཚོལ་སྐྱར་མ་ལ་མི་སྟོས་པར་གོམས་  
པ་ལས་སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དུ་འགྱུར་བའི་བྱིང་། དཔེར་ན་འདོད་འཛིག་ལྷ་  
ངན་གྱིས་བསྐྱད་པའི་འདོད་ཆགས་བཞིན། འདི་ཡི་བྱུང་པ་དཔེའི་སྟེང་དུ་  
གྲུབ་ལ། ཕྱོགས་ཆོས་བསྐྱབ་པ་ལ་རྟོན་བརྟན་པར་བསྐྱབ་པ་ནི། ཤེས་པའི་ཡ་  
མཐའ་ཐོགས་མེད་དང་མ་ཐ་ཐོགས་མེད་དུ་བསྐྱབ་པའི་སྟོན་སྐྱབ་པར་བྱེད་  
ལ། དེ་ནི་སྐྱེས་བུ་མངལ་དུ་སྐྱེས་མ་ཐག་པའི་རྣམ་ཤེས་སྐྱད་ཅིག་དང་པོ་ལ་  
རྒྱ་ཡོད་དམ་མེད། མེད་ན་ནི་རེས་འགའ་སྐྱེ་རེས་འགའ་མི་སྐྱེ་བའི་བྱེད་པར་

མི་འཐད་པར་ཐལ། རྒྱ་ཡོད་ན་རྟག་པའམ་མི་རྟག་པ་གང་ཡིན། དང་པོ་ལྟར་  
ན། རྟག་པ་ལོག་སྟོབས་ཀྱིས་སྤྱོད་ལྟག་པ་ཡོད་དགོས་ལ། དེ་ལྟ་བུ་རྟག་པ་ལ་  
མེད་པའི་ཕྱིར་ན་མི་རྟག་པ་ལས་འོས་གཞན་མེད་པར་གྲུབ་ལ། དེའི་ནང་ནས་  
ཀྱང་བཅ་ཤེས་གཉིས་སུ་ཁ་ཆོན་ཆོད་ལ། བཅ་པོ་ཡིན་ན་ནང་གི་བཅ་པོ་  
ཡིན་ནམ། ཕྱིའི་བཅ་པོ་ཡིན། དང་པོ་ལྟར་ན། དབང་པོ་དང་བཅས་པའི་ལུས་  
ཡིན་ནམ། དབང་པོ་ལས་གཞན་པའི་ལུས་ཡིན། དང་པོ་ལྟར་ན་དབང་པོ་རེ་  
རེ་བས་སྐྱེད་དམ། དབང་པོ་ལྔ་ཆོགས་པས་སྐྱེད་དགོས་པ་ཡིན། གཉིས་པ་  
ལྟར་ཡིན་ན་འོང་བ་དང་འོན་པའི་རྒྱད་ལ་ཤེས་པ་མེད་པར་ཐལ་ལོ།

དང་པོ་ལྟར་ན། སྐྱེས་བུ་རེ་རེའི་རྒྱད་ལ་ཡིད་རྟོག་དུ་མ་ཡོད་པར་ཐལ་  
ལོ། ཕྱིའི་བཅ་པོ་ཡིན་ན། རགས་པ་ཡན་ལག་ཅན་ཡིན་ནམ་རྒྱལ་ཐུན་རེ་རེ་  
བ་གཉིས་གང་ཡིན། རགས་པ་ཡན་ལག་ཅན་ཡིན་པ་འགོག་པ་དེ། ལག་  
སོགས་གཡོན་ཐམས་ཅད་དག། ཅེས་པ་ནས་དེའི་ཕྱིར་ཆོགས་པ་གཅིག་  
ཡོད་མིན། ཞེས་སོགས་འགལ་འདྲ་རྣམ་པ་གསུམ་གྱི་སྟོན་ས་འགོག་པའོ། །  
རྒྱལ་ཐུན་ཡིན་ན། རེ་རེ་བས་སྐྱེད་དམ་ཆོགས་པས་སྐྱེད་དང་པོ་ལྟར་ན་སྐྱེས་  
བུ་གཅིག་གི་རྒྱད་ལ་ཡང་ཡིད་རྟོག་དུ་མ་དུས་གཅིག་ཏུ་ལྔར་འགྱུར་ལ།  
ཆོགས་པས་སྐྱེད་དགོས་ན། སྐྱིེ་རྒྱལ་རེ་ཅམ་ཡང་མ་ཆང་ན་ཡང་ཡིད་ཤེས་  
རྒྱན་ཆད་པར་འགྱུར་རོ། དེའི་ཕྱིར་ཤེས་པ་ལས་འོས་གཞན་མེད་པར་གྲུབ་  
ལོ། །ཤེས་པ་ཡང་པ་མའི་ཤེས་པ་དང་། ཁོ་རང་གི་རྒྱད་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་

ཞེས་པ་གཉིས་སུ་ངས་ལ། བ་མའི་ཞེས་པ་ནི་ཁོ་འདིའི་ཉེར་ལེན་མིན་ཏེ། དེ་  
ལྟར་ན་པ་རིག་པའི་གནས་ལྔ་ལ་མཁས་པ་ཡིན་ན། ཁོ་ཡང་རིག་པའི་གནས་  
ལྔ་ལ་མའི་མངལ་དུ་སྐྱེས་མ་ཐག་ནས་མཁས་པ་སོགས་སུ་ཁས་ལེན་དགོས་  
ལ། དོན་འདི། ལུས་ལ་འང་ཡོན་ཏན་དེ་ལྟར་འགྱུར། ཞེས་པས་བསྟན་ནོ། །

དེས་ན་རང་གི་རྒྱད་ཀྱིས་བསྐྱས་པའི་ཞེས་པ་སྔ་མ་གཅིག་དེའི་ཉེར་  
ལེན་ཡིན་པར་གྲུབ་ལ། དེ་ལ་རང་གི་རྒྱད་ཀྱིས་བསྐྱས་པའི་ཞེས་པ་སྔ་མ་  
གཅིག་གིས་ཉེར་ལེན་བྱས་པ་ལས་སྐྱེ་བར་གྲུབ་ཅིང་། དེ་ལ་ཡང་ཞེས་པའི་  
ཉེར་ལེན་གྲུབ་པས་སྐྱེ་བ་སྔ་མ་གྲུབ་ཅིང་། གཏན་ཆོག་གས་ནི། སྐྱེས་བུ་སྐྱེས་  
མ་ཐག་པའི་རིག་པ་ཆོས་ཅན། རང་རྒྱ་རིག་པ་སྔ་མ་སྟོན་དུ་སོང་སྟེ། རིག་པ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་ད་ལྟར་གྱི་རིག་པ་འདི་བཞིན་ཞེས་པའོ། །དེའི་ཕྱིར་  
སྟོ་གནས་པ་ཡི་ཉིན། ཞེས་པ་ནས། དེའི་ཕྱིར་སྟོ་ལས་དབང་པོ་ཡིན། ཞེས་  
སོགས་ཀྱི་གཞུང་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་པའི་དོན་ནོ། །དེས་ན་སྐྱེ་བ་ཕྱི་མ་ཡོད་  
པར་གྲུབ་ཅིང་། སྐྱེས་བུ་འཆི་ཁའི་རྣམ་པར་ཞེས་པ་དེ་རང་འབྲས་རིག་པ་ཕྱི་  
མ་སྐྱེད་པ་ལ། རང་མངལ་དུ་སྐྱེས་པའི་ཞེས་པ་དང་པོ་སྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་དང་  
གཉིས་པ་རང་འབྲས་རིག་པ་ཕྱི་མ་སྐྱེད་པ་ལ། གཞོད་བྱེད་ཀྱི་གཉིན་པོ་  
སྟོབས་ལྡན་མེད་པ་གང་ཟག་གི་རྒྱ་ཆོག་གས་གངས་མཉམ་དུ་བྱས་པ་མཚུངས་  
པའི་ཕྱིར། དོན་འདི་ནི། དེ་ལྟའི་འཕེན་བྱེད་ཡོད་གྱུར་ན། །ཕྱིས་ཀྱང་དེ་འབྲས་  
འགྱུར་བ་ཡིན། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ནོ། །རྒྱན་མཁན་པོ་རྗེས་འབྲང་

དང་བཅས་པ་དག་ནི། སྡེ་བདུན་གྱི་དགོངས་པ་དབྱ་མར་འདོད་པ་ཡིན་གྱི།  
མཐར་ཐུག་ཐེག་པ་གསུམ་དུ་བཞད་པའི་ལུགས་བཞད་པ་མི་འཐད་དེ།  
མཐར་ཐུག་ཐེག་པ་གསུམ་ཡིན་ན་ཉན་རང་དབྱ་བཅོམ་པ་ལྷག་མེད་གྱི་ཐུང་  
འདས་ཐོབ་པའི་དུས་སུ་རིག་པ་རྒྱན་ཆད་པར་ཁས་ལེན་དགོས་པས་རྟེན་  
བརྟན་པ་མི་འབྱུང་བོ་ཞེས་གསུང་ངོ། །རྟེན་བརྟན་པ་མི་འཐད་དེ་ཚུའི་བློ་དྲོད་  
བཞིན་ཟེར་ན། དཔེ་དོན་མི་མཚུངས་ཏེ། ཚུ་ནི་དང་པོར་མི་བཏང་བ་ན་འཇམ་  
ཅམ་དང་། རྟོད་ཅམ་མཐར་ཁོལ་བ་ཅམ་དུ་འབྱུང་གྱི་མཐར་ཇི་ཅམ་མི་བཏང་  
བ་ལས་ཚུ་ལ་མི་འབར་བ་ཞེས་སོགས་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་སྐྱམས་ནས་མེད་  
པར་འགོ་བས་རྟེན་མི་བརྟན་པ་ཡིན་ནོ། །

བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ནི། སྤྲུལ་ཡང་དང་ཡང་དུ་རིགས་  
པས་བསྐྱབ་པའི་སྒྲོ་ནས་ངེས་མི་དགོས་པར་མཉམ་པར་འཛོག་ཐེངས་རེ་རེ་  
ལ་ཡང་ཡུན་དཔག་ཏུ་མེད་པར་འཛོག་ཐུབ་པ་སོགས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་མི་  
མཚུངས་སོ། །འབད་ཚེ་ལ་སྐྱར་མ་ལ་མེད་པ་དགོས་ཏེ་དཔེར་ན་མཆོངས་པ་  
བཞིན་ཟེར་ན་མི་མཚུངས་ཏེ། མཆོངས་པ་ནི། གོམས་ནས་མཐར་རྒྱང་  
གྲགས་ཅམ་དང་དཔག་ཆད་སོགས་མཆོངས་རུས་པ་མི་འབྱུང་ཞིང་སྤྲུལ་  
ཡང་ལུས་ཀྱི་འབད་ཚེ་ལ་སྐྱར་མ་ལ་མེད་པར་རྒྱང་དེ་རྒྱང་དེ་མཆོངས་པ་  
སོགས་མི་སྲིད་ཅིང་། ལུས་རང་གི་སྟོབས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ཆད་ཉིད་དུ་གནས་པའི་  
ཕྱིར། བདག་མེད་རྟོགས་པ་མཐར་གོམས་ནས་མཐའ་མེད་དུ་འཕེལ་རུས་



བས་མི་མཚུངས་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་ལྟ་བུ་དག་ཡོད་ལ། བདག་མེད་གོམས་ན་  
སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དུ་འགྱུར་ཚུལ་ནི། བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་  
ཡུན་རིང་དུ་གོམས་ནས་མཐར། སེམས་ཀྱི་ངང་གི་བདག་ཉིད་དུ་འགྱུར་བ་  
ཡིན་ནོ། །དེས་ན་དེས་ལེགས་རྒྱ་འབྲས་དང་བཅས་པ་ནི་དངོས་པོ་སྟོབས་  
ཞུགས་ཀྱི་རིགས་པས་བསྐྱབ་པ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

མདོན་མཐོ་རྒྱ་འབྲས་ནི། ཤེས་ཏུ་རྟོགས་དཀའ་ཞིང་ཡིད་ཆེས་པའི་  
རྟོགས་ཀྱིས་བསྐྱབ་དགོས་ལ། དངོས་པོ་སྟོབས་ཞུགས་ཀྱི་རིགས་པས་  
བསྐྱབ་མི་རུས་པས། ལེ་ཏུ་གཉིས་པ་འདིར་ནི་མ་བཤད་ཅིང་། ལེ་ཏུ་དང་པོར།  
འབྲེལ་བ་དང་ནི་རྗེས་མ་ཐུན་ཐབས། ཞེས་པ་ནས། གཞན་ལའང་རྗེས་སུ་  
དཔག་པ་ཡིན། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱབ་ཟིན་པས་སོ། །ཐམས་ཅད་མཐུན་  
པ་དངོས་པོ་སྟོབས་ཞུགས་ཀྱི་རིགས་པས་བསྐྱབ་པ་ནི་གཉིས་སྒྲུང་གི་བར་  
བྱེད་ཐམས་ཅད་ལ་སློང་བ་ཏུ་གསལ་བ་ལ་གོགས་སུ་གྱུར་པ་དེ་ཉིད་ཤེས་  
བྱའི་སྐྱེ་བ་པ་ཡིན་ཅིང་། གཟུང་འཛིན་གཉིས་སྒྲུང་གི་སློང་དེ་དངོས་པོའི་གནས་  
ལུགས་ལ་འཛིན་སྒྲུངས་སྤྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་ཞུགས་པར་བསྐྱབ་པའི་སློན་ནས། ཐར་  
པ་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་རྟོགས་འགོད་ལུགས་བཞིན་དུ་རིམ་པར་བཀོད་པས་ཆོག་ལ།  
ལེ་ཏུ་གཉིས་པ་འདིར་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་མ་བསྟན་པ་ནི། དེ་ཉིད་སྟོན་རུང་  
གི་སྟོན་དུ་མ་གྱུར་པས་འདིར་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཅམ་ཞིག་བསྟན་ནས།  
དེ་ནས་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་སྟོན་རུང་གི་སྟོན་དུ་གྱུར་པ་ལ། མདོན་སུམ་ལེ་ཏུ་

འདིར་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་བསྟན་ཅིང་། ཆོས་བདག་འགོག་པའི་རིགས་པ་  
སྟན་ཅིག་དམིགས་ངེས་ཀྱི་ཏྲགས་ཀྱང་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །མངོན་སུམ་ལེ་འུ་  
ཉིད་ལེ་འུ་གཉིས་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཆེད་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་དེ་  
སྟེ་བྱའི་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་གོམས་པས། བདག་འཛིན་ཅུང་ཟད་སྟོང་རུས་  
ཀྱི། གོམས་པ་ལས་གསལ་སྒྲུང་རབ་ཀྱི་མཐར་ཕྱིན་ནས་བདག་འཛིན་མ་  
ལུས་པར་སྒྲུངས་པའི་སྟོན་ས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་བ་དག་  
མེད་དམ་སྟུང་ན།

བཞི་པ་ནི། གཟུང་འཛིན་གཉིས་ཀྱིས་སྟོང་པར་རྟོགས་པའི་སྟོ་ཆོས་  
ཅན། ཁྱོད་གོམས་བྱེད་ཀྱི་ཡན་ལག་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་  
པ་དུག་དང་མ་བུལ་བར་བྱས་ནས་གོམས་པ་ལས་གསལ་སྒྲུང་རབ་ཀྱི་མཐར་  
ཕྱིན་པར་འགྱུར་ཏེ། ཁྱོད་རྟོན་བརྟན་པ་འབད་ཚེ་ལ་སྐྱུར་མ་ལ་མི་སྟོས།  
གོམས་པ་ལས་སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཕྱོགས་ཆོས་  
སྐྱབ་ཚུལ་ནི་གོང་དུ་བཅོམ་ཅིན་ཏོ། །དེ་ལྟར་ན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་བསྐྱབ་  
པ་རྒྱ་འགལ་དམིགས་ཀྱི་གཏན་ཆིགས། དེའི་ཕྱོགས་ཆོས་བསྐྱབ་པ་ལ་རང་  
བཞིན་ཀྱི་གཏན་ཆིགས། དེའི་ཕྱོགས་ཆོས་བསྐྱབ་པ་ལ་བྱབ་བྱེད་མ་  
དམིགས་པའི་གཏན་ཆིགས། དེའི་ཕྱོགས་ཆོས་བསྐྱབ་པ་ལ་རང་བཞིན་མ་  
དམིགས་པའི་གཏན་ཆིགས་དང་། རང་བཞིན་ཀྱི་གཏན་ཆིགས་དང་། ཁྱད་  
པར་དག་སྟོས་ཀྱི་ཏྲགས་དང་། མངོན་མཐོ་རྒྱ་འབྲས་སོགས་བསྐྱབས་པ་ལ་

འབྲས་བུ་འདི་རྟགས་སོགས། རྟགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དེ་སྟེང་བསྟན་པ་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱང་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་བསྐྱབ་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་མེད་མི་  
 རུང་བུ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་བྱུང་པར་དེ་ལྟ་བུ་དང་ལྟན་པའི་གཏན་ཆིགས་  
 ཀྱི་ངོ་བོ་ནི་གང་། དབྱེ་ན་དུར་ངེས་ཟེར་ན། དེ་བསྟན་པ་ནི་ཕྱོགས་ཆོས་ཞེས་  
 པ་ནས། མི་དམིགས་པས་ནི་མི་འབྲུབ་པོ། ཞེས་པའི་གཞུང་ཆིག་མ་ལུས་  
 པས་འཆད་ལ་གཏན་ལ་དབབ་བྱའི་གཙོ་བོ་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་  
 འཆད་པ་ནི། ཆད་མ་ཞེས་པ་ནས་གསལ་བར་བཤད་ཅེས་པའི་བར་གྱིས་  
 བསྟན་ནོ། །ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་དངོས་པོ་སྟོབས་ཞུགས་ཀྱི་  
 རིགས་པས་བསྐྱབ་པ་དེ་ལ་ཡང་ཕྱོགས་ཆོས་མཐར་མཛོན་སུམ་གཅིག་ལ་  
 གཏུགས་པའི་སྒྲོ་ནས་ངེས་དགོས་ཏེ། དེ་ལྟ་མིན་ན། རྗེས་དཔག་ཡོང་བ་རྒྱུད་  
 པ་ཐུག་མེད་དུ་འགྱུར་བས་མཐར་གང་ལ་རག་ལས་པའི་མཛོན་སུམ་ཆད་མ་  
 འཆད་པ་ནི་སྒྱིར་གཞལ་བྱ་ལ་རང་སྒྱི་གཉིས་སུ་ངེས་པའི་རྟགས་ཀྱི་ཆད་མ་  
 ལ་མཛོན་རྗེས་གཉིས་སུ་ངེས་ལ། དེའི་ནང་ནས་མཛོན་སུམ་ཁྲོད་རང་གི་ངོ་  
 བོ་འདི་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞིང་།

དེ་ལ་དབྱེ་ན། མཛོན་སུམ་འདི་དང་འདི་ལྟ་བུ་རྣམས་སུ་ཡོད་ལ། འདི་  
 རྣམས་ལས་གཞན་པའི་ཤེས་པ་དེ་ནི་མཛོན་སུམ་ཆད་མ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་  
 མཛོན་སུམ་ཁོ་རང་གི་ངོ་བོ་དབྱེ་བ། དེ་དག་གི་དགོས་པ་ཤེས་པའི་ཡན་  
 ལག་ཏུ་མཛོན་སུམ་སོགས་འཆད་པ་ནི། གཞལ་བྱ་གཉིས་སྒྱིར་ཞེས་པ་ནས།

།གསལ་ན་འགྲོ་འདི་གསལ་བར་འགྱུར། ཞེས་པའི་བར་གྱིས་འཆད་པ་ཡིན་  
 བོ། །གཞན་དོན་གྱི་ལེ་ལྷ་འདི་གང་ཟག་གཞན་རྗེས་སུ་འཛིན་པའི་ཐབས་སུ་  
 འཆད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་གཞན་གྱི་དམ་བཅའ་ལྟར་སྒྲུང་དང་དེའི་སྒྲུབ་བྱེད་  
 ལྟར་སྒྲུང་སོགས་བཀག་པའི་སྒྲོ་ནས་ཡང་དག་པའི་ལམ་ལ་འགོད་པར་བྱེད་  
 པ་ཡིན་ལོ། །

དེ་ལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་འཛིན་པའི་གོམས་པ་སུན་འབྱེན་ཡང་དག་  
 བསྟན་ཞིང་། དེ་ཡང་སུན་འབྱེན་ཡང་དག་གིས་སུན་འབྱེན་གྱི་ལྷག་ཆོད་  
 གྱིས་པར་བརྗོད་པ་ཐམས་ཅད་ཚུར་ལ་མཚུངས་པས། གཞན་འགོག་པར་མི་  
 རུས་སོ། །ཞེས་སུན་འབྱེན་ཡང་དག་དང་། དེའི་གོལ་ས་ཤེས་པའི་ཡན་ལག་  
 ཏུ་ལྷག་ཆོད་གྱི་རྣམ་བཞག་བཤད་ལ། མཐའ་གཉིས་སུ་དོགས་པ་ལ། རྟགས་  
 དགོད་པར་བྱེད་ཅིང་། དེ་ལ་ཡང་སྒྲོན་མེད་གཅིག་གི་སྒྲོ་ནས་དགོད་དགོས་  
 གྱི། སྒྲོན་ཅན་འགོད་པར་མི་ལེགས་ཏེ་ཞེས་སྒྲོན་པ་ལ་སྒྲུབ་ངག་རྣམ་དག་  
 བསྟན་ལ། དེས་ན་དམ་བཅའ་ལྟར་སྒྲུང་འགོག་པ་ལ་ཁས་སྒྲུངས་དང་། རང་  
 ཆོག་དངོས་པོ་སྟོབས་ཁྱུགས་ཀྱི་རྗེས་དཔག་ཡིད་ཆེས་རྗེས་དཔག་གྲགས་  
 པའི་རྗེས་དཔག་མདོན་སུམ་སོགས་དང་ཆོད་མས་བཀག་པ་སོགས་ཀྱི་སྒྲོ་  
 བས། གཞོད་བྱེད་བརྗོད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། ཀུན་སྒྲོང་རྣམ་པར་དག་པའི་སྒྲོ་  
 བས་འགོག་དགོས་ཀྱི། ཀུན་སྒྲོང་སྒྲོན་ཅན་གྱི་སྒྲོ་ནས་འགོག་མི་རིགས་ཤིང་།  
 དེའི་བྱིར་འགོག་བྱེད་ཀྱི་སུན་འབྱེན་དེའི་གོལ་ས་ལྷག་ཆོད་དང་། སྒྲུབ་ངག་

སྒྲ་ཤོལ་སྤྱི་ཤོལ་དང་རང་རྒྱད་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་དབང་པོ་སོགས་དང་བཅས་  
པའི་སྒྲོན་ས་སྤྱི་ཤོལ་ཀྱི་དམ་བཅའ་དང་དེའི་སྒྲུབ་བྱེད་སོགས་ལྟར་སྤང་ཡང་  
དག་ཏུ་བཟུང་བའི་སྒྲོན་ས་ལོག་པའི་ལམ་ལ་ཁྱུགས་པས། ངན་སོང་དུ་སྤྱང་  
བར་གྱུར་པ་ཐམས་ཅད་ཡང་དག་པའི་ལམ་ལ་འགོད་པར་བྱེད་པའོ།

ཞེས་པ་འདི་ནི་སྤྱོད་ས་ཐམས་ཅད་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་མཁས་  
གྲུབ་དགེ་ལེགས་བཟང་པོས་མཛད་པའི་སྡེ་བདུན་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་སྒྲོ་  
ནས་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་སྤྱོད་ཅི་མ་ལོག་པར་གསུངས་པ་འདིས་ཀྱང་བསྟན་  
པ་དང་སེམས་ཅན་ལ་པན་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་འབྱུང་བར་གྱུར་ཅིག། མཆོག་ལོ།

॥