

གཞུང་ཆེན་ཁག

དབུ་ས་བྱན་གྱི་ཆ་འབྲེལ།

༼དབུ་ས༽



མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཛོ།

ཨིང་བྱེས་དུག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཆོས་ལྷན་ཁག་།

གཞུང་ཆེན་ཁག

༡༡། །དབྱེ་མ་སྐྱུན་གྱི་ཆིག་ཡེད་ཀྱི་སྐུ་ལ་འཁོར་
ཆུ་འགྲེལ་བ་ཞུགས་སོ། །

།དབྱེ་མ།།



ལྷོ་ཁྱེད་ཀྱི་མཛེས་པ།

༡༩༩༩

ལྷོ་ཁྱེད་ཀྱི་མཛེས་པ།

༡༩

མཁའ་ཆེན་ཞེ་བ་འཛོམས་

དེབ་ཅན།

ZKHU333319

ཕྱེད་གེ་མི་ཞིང་པ་ར་ལ་གཞི་བཙུང་བ་ཡིན།

སེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོས་ཁྱེད་ཀྱི་བྱས།

སེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོས་ཁྱེད་ཀྱི་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་བཅོས།

སེར་བྱེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོས་འབྲེལ་སྤྲོད་བྱས།

༡༠༡༤ མེད་ལྷ་བ་བྱས་པ་ར་ཆེན་མོས་ཁྱེད་ཀྱི་བྱས།

དེབ་ཆད། 15x21

ཡིག་ཆད། 14

ཡིག་གཏང་། 98,034

ར་ཆེན་མོས་ཁྱེད་ཀྱི་ལྟ་བུ་བཅོས།

www.serajeyrigzodchenmo.org

ར་ཆེན་མོས་ཁྱེད་ཀྱི་ལྟ་བུ་བཅོས།

serajeyrigzodchenmo@gmail.com

པ་ར་ཆེན་མོས་ཁྱེད་ཀྱི་ལྟ་བུ་བཅོས།

རོ་སྤྱོད་མདོར་བསྟུན།

མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོ་ནི། ཤར་བྱོགས་ཟ་ཤོར་རྒྱལ་པོའི་སྤྲུལ་སྤྱུ་འབྱུངས། མཆོན་གྱི་ནམ་གངས་
ལ། མཁན་པོ་ཡང་དག་ནམ་སྤང་མཛད། བོ་རྟེ་ས་ཀྱ། ཤུ་རྟེ་ཀྱ། ཞི་བ་འཆོ་ཞེས་གྲང་བྱ་ལ། བོད་
དུ་ཡོངས་གྲགས་སུ་མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོ་ཞེས་འབོད། རྣལ་འབྱོར་སྤྱོད་པའི་དབུ་མ་རང་རྒྱད་པའི་
ཤིང་རྩེ་སྤོལ་འབྱེད་དུ་བགྱངས།

གཞོན་ཀུན་ས་རྒྱལ་སྤེད་གྱི་དཔལ་འབྱོར་ལ་མ་ཆགས་པར་ཅ་བའི་སྤྲེ་བ་བཞི་ལས་གཞི་
ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྤྱོད་པའི་སྤྲེ་པའི་སྤོབ་དཔོན་མཁན་པོ་ཡེ་ཤེས་སྤྱིང་པོའི་བྱང་དུ་རབ་ཏུ་བྱུང་ཞིང་
བསྟེན་པར་རྫོགས་པའི་སྤོབ་པ་བཞེས།

མཁན་པོ་དེ་ཉིད་ལ་བརྟེན་ནས་གཞི་ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྤྱོད་པའི་ལྷགས་གྱི་འདུལ་བ་ལུང་
སྤྲེ་བཞི་ནས་གསུངས་པའི་དགག་སྤྱོད་གནང་གསུམ་གྱི་བཅས་པ་ཆེ་སྤྲེ་མཐའ་དག་ལྷགས་སུ་རྒྱུད་
པར་མཛད་ནས་བཅས་པ་དང་རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བའི་ཉེས་ལྷུང་སྤྲེ་མོས་གྲང་མ་གོས་པའི་
རྒྱལ་ཁྲིམས་རྣམ་པར་དག་པ་ལ་གནས་ནས་སྤྲེ་སྤོབ་གསུམ་ལ་སྤྱུངས་ཏེ་མཁས་པའི་ཕྱལ་དུ་ཕྱིན་
པར་མཛད།

སྤོབ་དཔོན་དུལ་པའི་སྤྲེ་ལས་ཤེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་མན་ངག་མདོན་པར་རྟོགས་
པའི་རྒྱན་གསལ་ཏེ། ཤེར་ཕྱིན་གྱི་མདོ་དང་བཅས་པའི་ཆོག་དོན་མཐའ་དག་ལྷགས་སུ་རྒྱུད་པར་
མཛད། བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་སྤྱོད་ཀྱིས་རྒྱལ་པོའི་དགོངས་པ་བཟུལ་བའི་མན་ངག་
མཐར་ཐུག་པ་དབུ་མའི་གཞུང་རྣམས་ལ་ལེགས་པར་སྤྱུངས་ཏེ། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་
ཐབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བ་གཉིས་ཀ་སྟོན་པའི་བསྟན་བཅོས་དབུ་མ་རྒྱན་འབྲེལ་པ་དང་བཅས་པ་མཛད་དེ་

གདུལ་བྱ་མཐའ་ཡས་པ་ལ་རྒྱ་ཆེར་སྤེལ་ཏེ་འཕགས་ཡུལ་དུ་ཤེར་བྱིན་གྱི་མན་ངག་ཉིན་མོ་ལྟར་གསལ་བར་མཛད། མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོས་རྒྱ་བོད་ཐམས་ཅད་དུ་བསྟན་པ་ལ་བྱ་བ་རྒྱ་ཆེན་པོ་མཛད་པ་ཡིན་ཞིང་། ལྷག་པར་བྱང་ཕྱོགས་བོད་ཡུལ་དུ་བྱོན་ནས་ལོ་མང་པོར་རྒྱལ་བསྟན་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་མཛད།

མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོད་དང་། སློབ་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ་གཉིས་ཀྱིས་ས་ཆོག་མཛད་དེ་ཨོ་ཏྲཱ་ལུ་རིའི་གཙུག་ལག་ཁང་དཔེ་རྒྱུད་སྐུ་རབ་སྤྱིར་བཏུ་གཉིས། ཉི་ཆེ་བྱང་གཅིག་མཐའ་ལྷགས་རིས་བསྐྱོར་བ་མཛད་དེ་རྣམ་པ་གཉིས་ཀྱིས་རབ་གནས་ཀྱང་མཛད། ཐམས་ཅད་ཡོད་སྤྱིའི་སྤེ་པའི་དགེ་སློང་བཏུ་གཉིས་སྟུན་བྱངས་ཏེ་བོད་ལ་རབ་བྱུང་བརྟུབ་མི་བརྟུབ་སད་པའི་བྱིར་ཡེ་ཤེས་དབང་པོ་ལ་སོགས་པ་མི་བདུན་རབ་ཏུ་བྱུང་། བདུན་པོ་དེ་ལ་སད་མི་མི་བདུན་ཞེས་གྲགས་སོ། །

གོང་མ་ཁྱི་སློང་ལྗེ་བཙན་གྱིས་གངས་རིའི་ཁྲོད་འདིར་མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོའི་མཁན་རྒྱུད་ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་སྤྱི་བའི་ལུགས་འདི་དར་ཞིང་རྒྱས་ལ་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་དུ། མཁན་རྒྱུད་འཕགས་པ་ལྷ་རིའི་བྲ། སྤྱ་གཙན་ཟེན། སྤྱ་སྤྱ་བ། ལེགས་ལྗན། དཔལ་སྤྲུལ། ཡེ་ཤེས་སྤྱིར་བོ། མཁན་པོ་བོ་རྟེ་ས་ཏུ་རྣམས་ཀྱི་སྤང་བརྟན་བསམ་ཡས་ཀྱི་བྱང་རིས་ལ་འགོད་པར་མཛད་དོ། །

དེ་ནས་རྒྱལ་པོའི་བཀས་བསྐྱལ་ཏེ་སློབ་དཔོན་པེ་མ་ལ་མི་ཏུ་དང་སློབ་དཔོན་སངས་རྒྱས་གསང་བ་སོགས་མཁས་ཤིང་བྱུབ་པའི་བཞི་ཏུ་མང་པོ་སྟུན་བྱངས་པ་རྣམས་དང་ལྟན་དུ་རྒྱལ་པོའི་བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་མཐའ་ཡས་པ་བོད་ཡིག་ཏུ་བསྐྱར། དེ་ནས་མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོས་རྒྱལ་བསྟན་ཉིན་མོ་ལྟར་གསལ་བར་མཛད་དེ་སྤྱིའི་བཀོད་པ་བསྐྱུ་བ་ལ་ཕྱོགས་པ་ན་གོང་མ་ཁྱི་སློང་ལྗེ་བཙན་ལ། བོད་དུ་ཐུ་སྟེགས་ནི་མི་འབྱུང་གི། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཉིད་ཁ་གཉིས་སུ་བྱས་ཏེ་རྩྱུང་པར་འགྱུར་བས། དེའི་ཆེ་ངའི་སློབ་མ་ཀ་མ་ལ་ཤི་ལ་སྟུན་ཐོངས་ལ་རྩྱུང་པ་བྱེད་དུ་རྩྱག་ཅིག། རྩྱུང་པ་བྱས་པས་རྩྱུང་པ་ཆོས་ཕྱོགས་སུ་ཞི་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་ལུང་བསྟན་ཏེ་ཞི་བར་གཤེགས་སོ། །

རྗེས་སུ་མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོས་རྗེ་ལྟར་ལུང་བསྟན་པ་བཞེན་རྒྱ་ནག་གི་ཏུ་ཤང་ལྷ་བ་ལོག་པར་འཛིན་པ་ཞིག་བྱུང་ནས་དེའི་ལུགས་དར་ཏེ་བོད་པ་ལ་ཆེར་དེ་ལ་དགའ་སྟེ་དེའི་ལུགས་བྱེད་པས་

ལྟ་སྟོད་མ་མཐུན་པ་བྱུང་བ་ལ། བཅན་པོས་མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོའི་ལུང་བསྟན་ལྟར་སྟོབ་དཔོན་ཀ་
མ་ལ་ཤི་ལ་སྦྱན་བྱངས་ཏེ་ཚོད་པ་ཞི་བར་བྱས་སོ། །མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོའི་སྐྱ་གདུང་ནི་ཁོང་གི་
ཞལ་ཆེམས་ལྟར་ཏུ་ས་པོ་འདི་རྒྱ་བ་ཏུ་མཆོད་རྟེན་བཞེངས་པའི་ཞལ་བོད་ཡུལ་དུ་སྟོགས་ནས་
བཞུགས་སུ་གསོལ་ལོ། །

བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་འདི་ནི་དགྲུང་ལོ་བརྒྱ་ཕྲག་ལྷག་བཞུགས་པར་གྲགས་པས། སྐྱ་ཆེའི་
སྟོད་སྟངས་བར་གསུམ་གྱི་སྟོབ་མ་མང་དུ་ཡོད་ཅིང་། སྤས་ཀྱི་བྱ་བོ་འབྲན་རྒྱ་དང་བལ་བ་ནི་སྟོབ་
དཔོན་སེང་གེ་བཟང་པོ་དང་། མཁས་མཆོག་ཀ་མ་ལ་ཤི་ལ་གཉིས་སོ། །གསུང་རྩོམ་ལ་དབྱ་མ་རྒྱན་
ཅ་འབྲེལ་སོགས་ཡོད།

ལྷ་སྤྲིག་པའི་གསལ་བཤད།

གངས་རིའི་ཤེལ་གྱི་མཚོད་རྟེན་གྱི་སྤང་བས་སྤྱུ་བྱས་པའི་རང་རེའི་སྤྱ་ལའི་སྤྲོན་ལྗོངས་སྤྱུ་
ཚོས་རྒྱལ་ལོ་པཎ་རྣམས་དང་ཀུན་རིག་མཁས་པའི་དབང་པོ་དག་གི་བཀའ་བློན་ལས། གསུང་རབ་
གྱི་སྤྲེགས་བམ་རི་རབ་གྱི་གཏོས་དང་མཉམ་བ་ཡོད་ན་ཡང་། དུས་གྱི་འཕེལ་འགྲིབ་སོགས་གྱིས་
མང་པོ་ཞིག་འབྱུང་བཞིའི་ཟས་སྤྱི་ཕྱིན་པ་དང་། གང་མང་ཞིག་ས་རྒྱལ་གྱི་ཁོད་དུ་ཆེས་མཐའ་མཐུག་
གི་གཞིམས་མལ་བསྟེན་ལ་ཉེ་བ་སོགས་གྱིས་དེ་དག་སྤྱར་སྦྱོབ་དང་། གཅེས་ཉར་བྱེད་རྒྱ་ནི་འཕྲིས་
མེད་ན་སྤྱ་མེད་པའི་དུས་ཡིན་ཞིང་། དེས་རང་རིགས་བསམ་ཡོད་གང་མང་ཞིག་གིས་དེ་དག་བསྐྱར་
དཔར་དང་། དེ་བ་གཟུགས་པར་སྤྲོན་སོགས་གྱིས་འགྲེམས་སྤེལ་དང་། སྤྱང་སྦྱོབ་ལ་རེས་བཞིན་བ་
ནི་དགའ་འོས་པ་དང་། ཡི་རང་གི་ལེགས་སོ་འབྱུལ་བའི་གནས་ཡིན་ནོ།།

ཕྱོགས་གཞན་ཞིག་ནས་བཤད་ན། མི་རིགས་དེའི་ཤེས་རིག་གི་ཉིང་བརྩད་ནི་མི་རིགས་
དེའི་སྤྱ་སོག་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཉིད་དར་སྤེལ་དང་སྤྱང་སྦྱོབ་བྱེད་རྒྱ་ཡང་། མི་རིགས་དེ་ཉིད་ཀྱི་འོས་
འགན་ཡིན་ན། བསམ་སློབ་རྒྱགས་བྱེ་དུ་བྱུར་པའི་གསུང་རབ་གྱི་སྤྲེགས་བམ་དེ་དག་ནི། ཤེས་རིག་
གི་ཉིང་བརྩད་ཡིན་ལ། མི་རིགས་འདིའི་སྤྱ་སོག་ཀྱང་ཡིན་ནོ།། སྟོན་བ་བཅོམ་ལྡན་འདས་གྱི་བཀའ་
ལས་ཀྱང་། ཤེས་རིག་གྱི་སྤྲེགས་བམ་རིན་པོ་ཆེ་ཉིད། ཡི་གེར་འདྲི་བ་དང་། འདྲིར་བརྩག་བ་སོགས་
གྱི་པན་ཡོན་ནི་སྟོང་གསུམ་ལོར་གྱིས་བཀའ་སྟེ་སངས་རྒྱས་འབྱུང་ཐག་བརྒྱུ་ལ་མཚོན་བ་ལུལ་བ་
བས་ཀྱང་། བསོད་ནམས་ཆེ་བར་གསུངས་བ་སོགས་གྱིས་ཀྱང་གསུང་རབ་གྱི་སྤྲེགས་བམ་དག་ཡི་
གེར་འདྲི་བ་དང་། འདྲིར་བརྩག་བ་དག་གི་པན་ཡོན་དང་དགེ་མཚན་ཀྱང་མཚོན་ལ། རོན་གནད་ཀྱང་
གོ་སྤུབ་གོ།།

ཡ་གོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་ཀྱང་། ང་རང་སྐྱེ་ཆེན་པོ་དང་འདྲུལ་ཁང་རྒྱུ་གི་
པོ་རྒྱལ་རྒྱུ་ལ་དེ་ཙམ་དག་འཕེམ་མེད། སྐྱེ་ཆེན་པོ་བཞེངས་རྒྱུ་དེས་གསུང་ནི་མི་འབྲེན། དེ་ལས་དཔེ་
ཆ་མང་པོ་དཔར་བསྐྱུན་གྱིས་འབྲེམས་སྤེལ་བྱས་ན་བཟང་། ཞེས་ཆོག་སུ་བཀའ་གནང་བ་སོགས་
ཀྱིས། བྲལ་ཆང་རིན་པོ་ཆེ་ནས་ཀྱང་ང་ཚོའི་མི་རིགས་འདིའི་ཡབ་མེས་གོང་མ་དག་གི་ཤུལ་བཞག་དེ་
དག་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་དང་། གནས་པ་བརྒྱད་འཛིན་སོགས་དང་། རང་རིགས་ལ་ཞབས་
འདེགས་ཐུན་ཙམ་ཞུ་བྱུབ་ན་དགོངས་ཏེ། སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་བླ་ཆོག་སྒྲོ་འབྲེད་དང་།
སེར་བྲེས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཆོས་སྤྲིན་ཁང་གསར་འཛུགས་བྱས་པ་ལགས་ན། འདི་ག་ཚུ་
སྤྲིན་ཁང་གིས་ཀྱང་གཙོ་བོ་བཀའ་བསྐྱུན་གཉིས་ཀྱིས་མཆོན། གཡུང་བྱུང་བོན་དང་བཅས་པའི་ཆོས་
བརྒྱད་རིས་སུ་མ་ཆད་པའི་བོད་ཀྱི་མཁས་དབང་དག་གི་བཀའ་ཚུ་མ་གྱི་སྤྲེགས་བམ་དག །པར་
བསྐྱུན་འབྲེམས་སྤེལ་དང་། ཞོར་དུ་གཞན་གྱི་ཤེས་རིག་ནང་འཕྲེན། དེང་རབས་ཀྱི་ཚུ་མ་པ་པོ་ཆུ་
གཞོན་དཔེར་མེད་ཀྱི་བརྩམས་ཆོས་ཀྱང་པར་བསྐྱུན་འབྲེམས་སྤེལ་གྱི་ཞབས་ཞུའི་ལས་གཞི་འདི་
གཉེར་བ་ཡིན།

སྤྲིར་སྒྲོ་བ་གཉེར་བ་མང་པོས་ཤིག་དེབ་གཟུགས་ལ་མོས་པ་ཆེ་བ་དང་། དེབ་གཟུགས་
ཀྱང་གང་མང་ཞིག་པར་བསྐྱུན་བྱས་ཏེ་ཐོན་གྱིན་ཡོད་ལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་དཔེ་རིང་ལྟ་སྒྲོག་བྱེད་
མཁུ་རེ་ཉུང་དང་། པར་ཤིང་གི་སྒྲིང་སྒྲོ་ཡང་རེ་རྒྱུད་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་བས། པར་ཤིང་མང་པོ་
ཞིག་མཛོད་ཟུགས་སུ་ས་རྩལ་གྱི་ཁོད་དུ་གཟིམས་འགོ་ཚུ་མ་བཞིན་ཡོད།

ལྷག་པར་དུ་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་པ་བརྒྱུད་ཀྱི་དུས་རབས་འདིར་འོད་ཟླ་བས་ཀྱི་
འགྲོས་དང་འགྲོགས་ཏེ། ཆོན་ཆལ་གྱི་ཤེས་རིག་རབ་ཏུ་དར་བས། མི་རྣམས་ཀྱི་སྒྲོ་རིང་མི་ཤོང་པའི་
དངོས་གཟུགས་གང་མང་ཞིག་འབྱུང་བཞིན་ཡོད་ལ། དེ་དང་བསྐྱུན་ནས་སྤྲོགས་གཞན་ཞིག་ལ་ཐོབ་
ཤོར་དང་། བམ་ཉེས་འབྱུང་གིན་ཡོད་པའང་ཆོས་ཉིད་ཡིན། དཔེར་ན། eBook གསལ་སྒྲོག་རྩལ་
འབྱུལ་དེབ་ཀྱི་བརྒྱུ་འདི་དར་བས། གཟིགས་པ་པོ་དག་ལ་སྒྲོག་བདེ་བ་དང་། སྒྲིང་བདེ་བ།
གཞུང་ཆོན་འཛོལ་སྤྲོ་བ། འབྲེར་བདེ་བ་སོགས་ཀྱིས་མི་རྣམས་ཀྱི་ཡིད་དབང་བཀྲུག་སྟེ། འབྱུལ་དེབ་

ལ་དགའ་མོས་རྩེ་ཆེར་འགྲོ་བཞིན་པ་དེས། འོག་སྤྱོད་གི་དཔེ་ཆ་ཉར་བའི་དཔེ་མཛོད་ཁང་གྲགས་
ཆེན་གང་མང་ཞིག་གི་གཏན་པ་མེད་པའི་སློ་སྤྲིག་ས་ཁྱང་། དེ་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ལས་ལྷོག་བཅུག་
བའང་གང་འཆམ་བྱུང་ཡོད་ན། ང་ཚོ་ཡང་དུས་རབས་ཀྱི་རྩེ་སྤྲིན་པར་བྱས་ཏེ་རང་རེའི་ཤེས་རིག་
གི་འོད་སྤང་། ལྷུ་གུ་བྱུགས་ཀྱི་གོ་ལ་འདིར་ཡུན་རིང་གནས་པ་དང་། འཕྲིན་ལས་ཀྱི་འཇུག་པ་
རྒྱབས་རྒྱལ་ཀྱི་འགྲོས་དང་མཉམ་པ་ཡོང་སྤྲད་དང་། གཟིགས་པ་པོ་དག་གི་དགའ་མོས་དང་དུས་
བབ་དང་བསྟན་ཏེ། ང་ཚོས་ཀྱང་བཀའ་བསྟན་གཉིས་ཀྱིས་གཙོ་བྱས་ཏེ་བོད་གངས་ཅན་གྱི་གནའ་
དེང་གི་མཁས་པའི་བརྩམས་ཆོས་དག་eBook དང་ PDF སོགས་སུ་ཚཱ་སྤྲིག་བྱས་ཏེ་འབྲེམས་
སྤེལ་བྱེད་རྒྱུའི་ལས་གཞི་འདི་འདེམ་པ་ཡིན།

སྤྱིའི་ཆ་ནས་བཀའ་བསྟན་གཉིས་ཀྱིས་མཚོན་མཁས་དབང་ལྷ་མ་དག་གི་གསུང་རབ་
གསར་བསྟན་ཀྱིས་དེབ་གཟུགས་དཔེ་ཆ་དང་། ལྷོག་རྒྱལ་འབྲུལ་དེབ་ཀྱང་གང་མང་ཞིག་འཛོན་
བཞིན་ཡོད་ན་ཡང་། གསར་དུ་བར་བསྟན་བྱས་པའི་དེབ་གཟུགས་དང་ལྷོག་རྒྱལ་འབྲུལ་དེབ་དག་
ལའང་ཆད་ལྷག་དང་ནོར་འབྱུལ། ལྷས་ཆེན་པ་དག་གིས་རང་འདོད་དང་འོལ་ཆོད་སོགས་ཀྱིས་གང་
བྱུང་བཙོ་བཙོས་བརྒྱབ་པ་སོགས། ལྷོ་གཏད་ཆོག་པ་དང་ཁྲུངས་དག་ལ། ལྷས་དག་ཆད་ལྷན་སོང་
བའི་གསུང་རབ་ཀྱི་དེབ་གཟུགས་དང་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་ཅང་དཀོན་པའི་ཆོད་དུ་སྤྲང་བ་སོགས་དང་། ང་
ཚོའི་ལས་གཞི་གཙོ་བོ་དེ་ཡང་བཀའ་བསྟན་གཉིས་དང་མཁས་དབང་ལྷ་མ་དག་གི་གསུང་རབ་དག་
ཚཱ་སྤྲིག་བྱ་རྒྱུ་དེ་ཡིན་པ་དང་། བོད་དུ་བཤད་པ་ལྟར་དམ་པ་སྤྲ་མ་དག་གི་བྲག་རྩེས་གསལ་བའི་
བར་ཤིང་དག་གི་འཕྲིན་ལས་མཇུག་སྤྱད་ཀྱིན་ཡོད་པ་སོགས་ཀྱིས། ང་ཚོས་བར་ཤིང་གི་རྒྱན་ཡུན་
གནས་ལ་འབད་བཅོན་དང་། ཤིང་བར་ཀྱི་ནང་དུ་བར་ཤིང་ཆག་པ་དང་། ཡིག་འབྲུ་མི་གསལ་བ།
བར་ཡིག་པས་བྲི་ནོར་དང་བཞོས་ནོར་ཤོར་བ་སོགས་ཀྱིས་ཡིག་ནོར་རེ་བྱང་ཡོད་ན་ཡང་། བར་
ཤིང་མང་ཤོས་ཤིག་ཚཱ་སྤྲིག་པ་པོ་རང་ཉིད་དམ། རིག་གནས་ལ་ནང་བྲན་རྒྱབ་པའི་མཁས་དབང་དང་
དམ་པའི་སྤྲེས་བྲུ་གང་མང་ཞིག་གིས་ལྷས་དག་བཏང་བ་ཡིན་པས་གང་བྱུང་བཙོ་བཙོས་སོགས་བྱ་
རྒྱུ་མེད་པ་དང་། གསུང་རབ་ལས་ཡིག་འབྲུ་གཅིག་ནོར་ན་ཡང་དོན་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་འཇུག་ན།

གསུང་རབ་ལ་བསྐྱེད་དང་བཅོ་བཙུག་གི་ཐོན་པའི་གསུང་རབ་ལས་ཡིག་འབྲུག་ཅིག་ལའང་
 བཙུག་ལྷན་མེད་པར་སོར་བཞག་བྱ་རྒྱུ་ཅི་དོན་རྒྱུ་འབྲེངས་ཀྱི་རྒྱ་གཡ་ཆེ་བ་དང་དགེ་མཚན་
 ཆེ་བར་མཛོང་སྟེ། ང་ཚོས་དཔེ་རིང་ཆོད་ལྡན་ཞིག་མ་དཔེར་བཟུང་སྟེ་དེ་དང་བྱ་ཡིག་གཉིས་གཤིབ་
 བསྐྱར་བྱས་ཏེ། མ་ཕྱི་ཇི་མ་ཇི་བཞེན་འབྲུལ་དེབ་ཏུ་བཅོ་རྒྱུ་དང་། ཡིག་ཞོར་མཛོན་མཚན་ཅན་
 རྣམས་ཞོར་བཙུག་བྱས་ཡོད་ན་ཡང་། འབྲུལ་དེབ་བཅུ་ eBook གི་ནང་དུ་ཟུར་མཆན་བཞག་ཆེ་
 ཅུང་སྟབས་མི་བདེ་བས། eBook གི་ནང་དུ་ང་ཚོས་ཞོར་བཙུག་བྱས་པ་དེ་ཡིག་མདོག་དམར་པོར་
 བསྐྱར་ཡོད་ལ། PDF ཡི་ནང་དུ་ང་ཚོས་གང་ཞོར་བཙུག་བྱས་པའི་མ་ཕྱིའི་ཡི་གེ་འཕྲུལ་ཏུ་
 ཐག་བཅད་པའི་གཞུང་ཡིག་གསལ་མ་ཕྱིའི་ཡི་གེ་དེ་མཐུག་དུ་ཟུར་མཆན་གྱི་དོ་ཐོར་བཏོད་ཅིང་། ཞུ་
 སྤྲིག་པའི་ཞོར་བཙུག་གི་ཡི་གེ་དེ་གཞུང་ཡིག་དངོས་སམ་གཞུང་དམྱུས་གི་ཡི་གེ་དང་མི་ཞོར་བའི་
 ཆེད་དུ། གོང་དུ་མཆན་པས་ཉགས་དང་། འོག་ཏུ་མཆན་གངས་སྐྱར་ཡོད་པས། གཞུང་དམྱུས་སུ་ཤོར་
 དོགས་དང་ཞོར་ས་མེད། མདོར་ན་ PDF ཡི་ནང་དུ་ཞུ་སྤྲིག་པས་ཞོར་བཙུག་བྱས་ཡོད་པ་ཆང་མར་
 ཟུར་མཆན་ཡོད་ལ། གཡ་ཏེ་ང་ཚོས་ཞོར་བཙུག་བྱས་པ་དེ་ཉིད་ལ་དོགས་གནས་ཡོད་ཆེ། ཟུར་
 མཆན་དུ་གསལ་བ་ལྟར་གྱི་མ་ཡིག་དེ་ཚུར་བྲངས་ཏེ་འགྲེལ་བཟུབ་ཆོག་ཅིང་། བར་གཞིའི་ནང་གི་
 ཞུ་སྤྲིག་པའི་ཞོར་བཙུག་གི་ཡིག་འབྲུག་དག་གྲངས་ཤིང་། ཟུར་མཆན་ལས་ཆད་ཉགས་ཅན་རྣམས་
 ལྟན། ཟུར་མཆན་གཞན་དག་ཚུར་བྲངས་ཏེ་གཞུང་དམྱུས་དང་སྐྱར་ན། གཞུང་དེ་དང་དེའི་མ་ཕྱིའམ་
 མ་དཔེའི་དཔེ་རིང་དངོས་ཇི་ལྟ་བུ་བཞེན་འབྲུང་དོ། །འདི་ནི་གསུང་རབ་ལ་བསྐྱེད་དང་བཅོ་བཙུག་
 ཐོན་པའི་གསུང་རབ་ལས་ཡིག་འབྲུག་ཅིག་ལའང་བཙུག་ལྷན་མེད་པར་སོར་བཞག་བྱ་དགོས་
 པའི་ཅི་དོན་རྒྱུ་འབྲེངས་བྱས་པའང་ཡིན་ནོ།

ཞེས་སེར་བྱས་རིག་མཛོད་ཆེན་མོའི་ཚོམ་སྤྲིག་ཁང་གིས་ ༢༠༡༥ ལོའི་ཟླ་ ༠༢ པའི་ཆེས་

དཀར་ཆག

རོ་སྒྲོད་མདོར་བསྟུན།	i
ཞུ་སྤྲིན་པའི་གསལ་བཤད།	iv
དབུ་མ་རྒྱན་གྱི་ཆོག་ལེ་ཏུར་བྱས་པ་བཞུགས་སོ།	1
དབུ་མའི་རྒྱན་གྱི་འབྲེལ་པ་བཞུགས་སོ།	12
པར་བྱང་སྟོན་ཆོག	109

༡༡། །དབུ་མ་རྒྱན་གྱི་ཆིག་ལེའུར་བྱས་པ་བཞུགས་སོ། །

༡༡། །རྒྱ་གར་སྐད་དུ། མ་རྒྱ་མི་ཀ་ཨ་ལི་ཀླ་ར་ཀླ་རི་ཀླ། བོད་སྐད་དུ། དབུ་མ་རྒྱན་གྱི་ཆིག་ལེའུར་བྱས་པ། འཇམ་དབལ་གཞོན་ནུར་གྱུར་བ་ལ་བྱག་འཆལ་ལོ། །

བདག་དང་གཞན་སྤྱི་དངོས་འདི་དག །ཡང་དག་ཏུ་ན་གཅིག་པ་དང་། །དུ་མའི་རང་བཞིན་བྲལ་བའི་བྱིར། །རང་བཞིན་མེད་དེ་གཟུགས་བརྟན་བཞིན། །

འབྲས་བུ་རིམ་ཅན་ཉིར་སྦྱོར་བས། །རྟག་རྣམས་གཅིག་སྤྱི་བདག་ཉིད་མིན། །འབྲས་བུ་རེ་རེ་ཐ་དད་ན། །དེ་དག་རྟག་ལས་ཉམས་པར་འགྱུར། །

བསྐྱོམས་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་པ་ཡིས། །ཤེས་བྱ་འདུས་མ་བྱས་སྤྱི་བའི། །ལྷགས་ལ་འང་གཅིག་མིན་དེ་དག་ནི། །རིམ་ཅན་ཤེས་དང་འབྲེལ་བྱིར་རོ། །རྣམ་ཤེས་སྤྱི་མས་ཤེས་བྱ་བའི། །རང་བཞིན་རྗེས་སྤྱི་འབྲང་ན་ནི། །ཤེས་པ་སྤྱི་མའང་བྱི་མར་འགྱུར། །བྱི་མའང་དེ་བཞིན་སྤྱི་མར་འགྱུར། །

སྡོན་དང་བྱི་མའི་གནས་རྣམས་སྤྱི། །དེ་ཡི་ངོ་བོ་མི་འབྱུང་ན། །འདུས་མ་བྱས་

དེ་ཤེས་པ་བཞིན། རྒྱུ་ཅིག་འབྱུང་བར་ཤེས་པར་བྱ། རྩ་མ་རྩ་མའི་རྒྱུ་ཅིག་གི། མ་རྩ་ཡིས་འབྱུང་བར་འབྱུང་བ་ན། འདུས་མ་བྱས་སུ་འདི་མི་འབྱུང། སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་བཞིན། །

རྒྱུ་ཅིག་པ་རྣམས་འདི་དག་ཏུ། རང་དབང་འབྱུང་བར་འདོད་ན་ནི། གཞན་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟག་ཏུ་ཡོད་པ་འཇམ་མེད་པར་འབྱུང། འོན་ཅེད་རྩ་མ་མ་ཡིན་ལ། རྟེ་འདོད་བརྟགས་པས་ཅི་ཞིག་བྱ། མ་ནིང་ག་ཟུགས་བཟང་མི་བཟང་ཞེས། འདོད་ལྡན་རྣམས་ཀྱིས་བརྟགས་ཅི་པར། །

རྒྱུ་ཅིག་རྒྱུ་ཅིག་མ་ཡིན་པར། གང་ཟག་བསྟན་དུ་མི་རུང་བས། གཅིག་དང་དུ་མའི་རང་བཞིན་དང་། བྲལ་བར་གསལ་བར་རབ་ཏུ་ཤེས། ཐ་དད་ཕྱོགས་ཅན་དང་འབྲེལ་ཕྱིར། བྲལ་རྣམས་གཅིག་སྤར་ག་ལ་འབྱུང། བསྐྱིབས་དང་མ་བསྐྱིབས་དངོས་སོགས་ཕྱིར། རགས་པ་རྣམས་ཀྱང་གཅིག་སྤུ་མིན། །

འབྱུང་བ་དང་ནི་བསྐྱོར་བ་འཇམ། བར་མེད་རྣམ་པར་གནས་ཀྱང་རུང་། དབྱས་གནས་རྩལ་སྤན་རྩལ་གཅིག་ལ། བལྟས་པའི་རང་བཞིན་གང་ཡིན་པ། རྩལ་སྤན་གཞན་ལ་ལྟ་བུ་ཡང་། རྟེ་ཉིད་གལ་ཏེ་ཡིན་བརྗོད་ན། རྟེ་ལྟ་ཡིན་ན་དེ་ལྟ་བུ། ས་རྒྱ་ལ་སོགས་རྒྱས་འབྱུང་རམ། །

རྩལ་སྤན་གཞན་ལ་ལྟ་བུའི་ངོས། གལ་ཏེ་གཞན་དུ་འདོད་ན་ནི། རབ་ཏུ་སྤར་རྩལ་རི་ལྟ་བུར། གཅིག་སྤུ་ཆ་ཤས་མེད་པར་འབྱུང། རྩལ་སྤན་རང་བཞིན་མེད་གྲུབ་པ། རྟེ་ཕྱིར་མིག་དང་རྩས་ལ་སོགས། བདག་དང་གཞན་སྤྱིས་མང་པོ་དག རང་བཞིན་མེད་པར་མཛོན་པ་ཡིན། །

དེ་ཡི་རང་བཞིན་དེས་བརྩམས་དང་། །དེ་ཡི་ཡོན་ཏན་དེ་ལས་བདག་ །དེ་ཡི་
སྤྱི་དང་བྱད་པར་ཡང་། །དེ་དག་དེ་དང་འདྲ་བ་ཅན། །རྣམ་ཤེས་བེམ་པོའི་རང་བཞིན་
ལས། །བརྫོག་པ་རབ་ཏུ་སྤྱེ་བ་སྟེ། །བེམ་མིན་རང་བཞིན་གང་ཡིན་པ། །དེ་འདིའི་
བདག་ཉིད་ཤེས་པ་ཡིན། །

གཅིག་པ་ཆ་མེད་རང་བཞིན་ལ། །གསུམ་གྱི་རང་བཞིན་མི་འཐད་ཕྱིར། །དེ་ཡི་
རང་གི་རིག་པ་ནི། །བྱ་དང་བྱེད་པའི་དངོས་པོར་མིན། །དེའི་ཕྱིར་འདི་ནི་ཤེས་པ་
ཡི། །རང་བཞིན་ཡིན་པས་བདག་ཤེས་རུང་། །དོན་གྱི་རང་བཞིན་གཞན་དག་ལ། །དེ་
ཡིས་ཇི་ལྟར་ཤེས་པར་འགྱུར། །

དེ་ཡི་རང་བཞིན་གཞན་ལ་མེད། །གང་གིས་དེ་ཤེས་གཞན་ཡང་ཤེས། །ཤེས་
དང་ཤེས་པར་བྱ་བའི་དོན། །ཐ་དད་པར་ནི་འདོད་ཕྱིར་རོ། །ཤེས་པ་རྣམ་བཅས་
ཐོགས་ལ་ནི། །དངོས་སུ་དེ་གཉིས་ཐ་དད་ཀྱང་། །དེ་དང་གཟུགས་བརྟན་འབྲ་བས་
ན། །བརྟགས་པ་ཅམ་གྱིས་ཆོར་བར་རུང་། །

དོན་གྱི་རྣམ་པས་བསྐྱར་ལྡན་པའི། །རྣམ་ཤེས་སུ་ཞིག་མི་འདོད་པ། །དེ་ལ་ཕྱི་
རོལ་རིག་པ་ཡི། །རྣམ་པ་འདི་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །ཤེས་གཅིག་ཐ་དད་མ་ཡིན་
པས། །རྣམ་པ་མང་པོར་མི་འགྱུར་ཏེ། །དེ་ཕྱིར་དེ་ཡི་མ་སྤྱི་ཡིས་ནི། །དོན་ཤེས་འགྱུར་
བར་གཞག་པ་མེད། །

རྣམ་པ་རྣམས་དང་མ་བྲལ་བས། །རྣམ་ཤེས་གཅིག་ཕྱར་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟ་
མིན་ན་འདི་གཉིས་ལ། །གཅིག་ཅེས་ཇི་སྐད་བརྗོད་པར་བྱ། །དཀར་པོ་དག་ལ་སོགས་
པ་ལ། །ཤེས་པ་དེ་ནི་རིམ་འབྱུང་སྟེ། །མཐོགས་པར་འབྱུང་ཕྱིར་སྤྲོད་པོ་དག་ །ཅིག་

ཅར་སྟམ་དུ་ཤེས་པ་ཡིན། །

ལྷག་མའི་སྤྲ་ལ་སོགས་པའི་སྒོ། །རབ་ཏུ་མགྲོགས་པར་འབྱུང་ཡིན་ན། །དེ་
ཕྱིར་ཅིག་ཅར་འབྱུང་བ་ཡི། །འདིར་ཡང་གཅིག་ཕྱིར་འབྱུང་མི་འགྲུར། །ཡིད་ཀྱི་རྟོག་
པ་འབའ་ཞིག་ལའང། །རིམ་དུ་ཤེས་པར་མི་འགྲུར་རོ། །རིང་དུ་གནས་པ་མ་ཡིན་
པས། །སྒོ་རྣམས་ཀྱང་ཀྱང་མགྲོགས་འབྱུང་འདྲ། །

དེ་ཕྱིར་ཡུལ་རྣམས་ཐམས་ཅད་ལ། །རིམ་གྱིས་འཛིན་པར་མི་འགྲུར་གྱི། །རྣམ་
པ་དག་ནི་ཐ་དད་ལྟར། །ཅིག་ཅར་འཛིན་པར་སྤང་བར་འགྲུར། །མགལ་མེ་ལ་ཡང་ཅིག་
ཅར་དུ། །འཁོར་ལོ་སྤང་བའི་འཁྲལ་པ་འབྱུང་། །གསལ་བར་རབ་ཏུ་སྤང་བའི་
ཕྱིར། །མཐོང་བས་མཆོམས་སྒྲོར་མ་ཡིན་ནོ། །

འདི་ལྟར་མཆོམས་རྣམས་སྒྲོར་བ་ནི། །འཛ་པས་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་གྱི། །མཐོང་
བས་མ་ཡིན་འདས་པ་ཡི། །ཡུལ་ལ་འཛིན་པ་མིན་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཡི་ཡུལ་དུ་གང་གྱུར་
པ། །དེ་ནི་ཞིག་པས་གསལ་མ་ཡིན། །དེའི་ཕྱིར་འཁོར་ལོར་སྤང་བ་འདི། །གསལ་བ་མ་
ཡིན་འགྲུར་བའི་རིགས། །

རི་མོ་རྒྱུད་པ་མཐོང་བའི་ཆེ། །དེ་ལ་དེ་བཞིན་སེམས་མང་སོ། །རི་སྟེང་གཅིག་
ཆའི་ཚུལ་གྱིས་སྟ། །འབྱུང་བར་འགྲུར་བ་འདོད་ན་ཀོ། །དེ་ལྟ་ཡིན་ན་དཀར་ལ་
སོགས། །རྣམ་པ་སྤྲ་གཅིག་ཤེས་པ་ཡང་། །ཐོག་མ་དབྱས་མཐའ་ཐ་དད་
པས། །དམིགས་པ་སྤྲ་ཆོགས་ཉིད་དུ་འགྲུར། །

རྟུལ་ཐུན་བདག་ཉིད་དཀར་ལ་སོགས། །གཅིག་སྤུའི་བདག་ཉིད་ཆ་མེད་
པ། །ཤེས་པ་གང་ལའང་སྤང་གྱུར་པར། །བདག་གིས་རབ་ཏུ་ཆོར་བ་མེད། །རྣམ་ཤེས་

ལྷ་ཡི་ཁམས་རྣམས་ནི། །བསགས་ལ་དམིགས་པའི་རྣམ་པ་ཡིན། །སེམས་དང་
སེམས་བྱུང་དམིགས་པ་ནི། །དུག་པར་གཞག་པ་བྱས་པ་ཡིན། །

ཕྱི་གཞུང་རྣམས་ལ་འང་རྣམ་ཤེས་ནི། །གཅིག་ཏུ་སྤང་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། །ཡོན་
ཏན་ལ་སོགས་ལྡན་པ་ཡི། །རྩམ་ལ་སོགས་པ་དམིགས་ཕྱིར་རོ། །ནོར་བུ་གཟེ་ཡི་
བདག་ཉིད་ལྟར། །དངོས་སོ་ཀུན་ཞེས་ལྟ་བ་ལ། །དེ་ལ་འཛིན་པའི་སེམས་ཀྱང་
ནི། །གཅིག་ཤུའི་ངོ་བོར་སྤང་མི་རིགས། །

ས་ལ་སོགས་པ་འདུས་པ་ལ། །ཡུལ་དང་དབང་སོར་ཀུན་འཛོག་པར། །སྲ་
འདོད་དེ་ཡི་ལུགས་ལ་ཡང་། །དངོས་སོ་གཅིག་དང་མཐུན་འབྲུག་མེད། །སྤྱིང་སྟོབས་
ལ་སོགས་བདག་སྒྲ་སོགས། །སྟོགས་ལ་འང་དོན་གཅིག་སྤང་བ་ཅན། །ཤེས་པ་རིགས་
པ་མ་ཡིན་ཏེ། །གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཡུལ་སྤང་བྱིར། །

དངོས་སའི་ངོ་བོ་རྣམ་གསུམ་ལ། །དེ་ནི་གལ་ཏེ་རྣམ་གཅིག་སྟེ། །དེ་དང་མི་
མཐུན་སྤང་ན་གོ། །དེ་ནི་དེར་འཛིན་ངེ་ལྟར་འདོད། །ཕྱི་རོལ་ཡུལ་རྣམས་མེད་པར་
ཡང་། །སྤྲོ་ཆོགས་སྤང་ལ་ཏྲག་པ་སྟེ། །གཅིག་ཆའམ་ངེ་སྟེ་རིམ་འབྱུང་བའི། །རྣམ་ཤེས་
རུང་བར་ཤིན་ཏུ་དགལ། །

རྣམ་མཁའ་ལ་སོགས་ཤེས་པ་དག །མིང་ཅམ་དུ་ནི་སྤང་བ་རྣམས། །ཡི་གེ་དུ་
མ་སྤང་བའི་བྱིར། །སྤྲོ་ཆོགས་སྤང་བར་གསལ་བ་ཡིན། །རྣམ་ཤེས་སྤྲོ་ཆོགས་མིན་
སྤང་བ། །འགའ་ཞིག་ཡོད་པར་གཞུག་ན་ཡང་། །འོན་ཀྱང་ཡང་དག་གཞག་མི་
རུང་། །མཆོན་ཉིད་བཅས་ལ་གཞོད་མཐོང་བྱིར། །

དེ་ཕྱིར་སྤྲོ་ཆོགས་སྤང་བ་ཡི། །རྣམ་ཤེས་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་གནས། །དེ་ནི་རྣམ་པ་

ཐ་དད་ལྟར། །གཅིག་ཕྱི་རང་བཞིན་མི་རིགས་སོ། །རི་སྟེ་ཐོག་མ་མེད་རྒྱད་
ཉིད། །བག་ཆགས་སྒྲིན་པས་སྦྱུལ་བ་ཡི། །རྣམ་པ་དག་ནི་སྤང་བ་ཡང་། །ཁོར་བས་སྦྱ་
མའི་རང་བཞིན་འདྲ། །

དེ་དག་འོན་ཀྱང་དེ་དག་གི། །དངོས་དེ་ཡང་དག་ཉིད་དམ་ཅི། །འོན་ཏེ་མ་
བརྟགས་གཅིག་ཕྱ་ན། །དགའ་བར་ཁས་ལེན་འདི་བསམ་མོ། །

གལ་ཏེ་ཡང་དག་རྣམ་པར་ཤེས། །དུ་མར་འགྱུར་རོ་ཡང་ན་ནི། །དེ་དག་གཅིག་
འགྱུར་འགལ་ལྡན་པས། །གདོན་མི་ཟ་བར་སོ་སོར་འགྱུར། །རྣམ་པ་ཐ་དད་མ་ཡིན་
ན། །གཡོ་དང་མི་གཡོ་ལ་སོགས་པ། །གཅིག་གིས་ཐམས་ཅད་གཡོ་ལ་སོགས། །ཐལ་
བར་འགྱུར་ཏེ་ལན་གདབ་དཀའ། །

ཕྱི་རོལ་དོན་གྱི་ཚུལ་ལ་ཡང་། །དེ་ལྟར་རྣམ་པ་མ་བྲལ་ན། །གཅིག་གི་ཆོས་སྦྱ་
ཐམས་ཅད་ཀྱང་། །འདུག་པར་འགྱུར་ཏེ་སྒྲོག་པ་མེད། །རི་སྟེ་རྣམ་པའི་གྲངས་བཞིན་
དུ། །རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཁས་ལེན་ན། །དེ་ཆེ་རུལ་སྤོང་འདྲར་འགྱུར་པ། །དབྱེད་པ་འདི་
ལས་བསྒྲོག་པར་དཀའ། །

གལ་ཏེ་སྦྱ་ཆོག་པ་དེ་གཅིག་ན། །ནམ་མཁའི་གོས་ཅན་ལུགས་སམ་ཅི། །སྦྱ་
ཆོག་པ་གཅིག་པའི་རང་བཞིན་མིན། །རིན་ཆེན་སྦྱ་ཆོག་པ་ལ་སོགས་འདྲ། །སྦྱ་ཆོག་པ་
གཅིག་པའི་རང་བཞིན་ན། །སྦྱ་ཆོག་པ་རོ་བོར་སྤང་བ་དང་། །བསྐྱེད་པར་མ་བསྐྱེད་པས་
ལ་སོགས་པ། །ཐ་དད་འདི་ནི་རི་སྟེ་ལྟར། །

རི་སྟེ་རོ་བོ་ཉིད་དེའི། །རྣམ་པ་འདི་དག་མེད་པ་སྟེ། །ཡང་དག་ཏུ་རྣམ་མེད་པ་
ཡི། །རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཁོར་བས་སྦྱང་། །གལ་ཏེ་མེད་ན་རི་སྟེ་ལྟར། །དེ་དག་འདི་ལྟར་

གསལ་བར་ཆོད། །དེ་ཡི་དངོས་ལས་ཐ་དད་བཞི། །ཤེས་པ་དེ་འདྲ་མ་ཡིན་ནོ། །

འདི་ལྟར་གང་ལ་དངོས་གང་མེད། །དེ་ལ་དེར་ཤེས་ཡོད་མ་ཡིན། །བདེ་བ་མིན་ལ་བདེ་སོགས་དང་། །དཀར་བ་རྒྱམས་ལ་འདྲ་མི་དཀར་བཞིན། །རྒྱམ་པ་འདི་ལ་ཤེས་བཞི་དོན། །དངོས་སུ་འཐད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །ཤེས་པའི་བདག་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར། །ནམ་མཁའ་མེ་ཏོག་ལ་སོགས་བཞིན། །

མེད་པ་རྒྱུ་པ་མེད་པས་ན། །གདགས་པ་འདྲ་མི་རུང་རྟ་རུ་བཞིན། །མེད་པ་བདག་སྣང་ཤེས་སྦྱེད་པར། །རྒྱུ་པ་རུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །གང་ཕྱིར་དེ་ཡོད་དེས་ཆོར་བ། །ཤེས་དང་འབྲེལ་བ་ཅི་ཞིག་ཡོད། །བདག་མེད་དེ་ཡི་བདག་ཉིད་དང་། །དེ་ལས་བྱུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །

རྒྱ་མེད་ན་ནི་གང་ཞིག་གིས། །རེས་འགའ་འབྱུང་བ་འདི་རུང་འགྱུར། །རྒྱ་དང་ལྷན་ན་གང་ཞིག་གིས། །གཞན་གྱི་དབང་ལས་སྒྲོག་པར་འགྱུར། །དེ་མེད་ན་ནི་ཤེས་དེ་ཡང་། །རྒྱམ་པ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་འགྱུར། །ཤེས་སྒྲོང་དག་པ་འདྲ་བ་ཡིན། །ཤེས་པ་རབ་ཏུ་ཆོར་བ་མེད། །

འདི་ནི་འཇུག་པས་ཤེས་ཤེས། །དེ་ཅི་འཇུག་ལ་རག་ལས་སམ། །དེ་ཡི་མ་གྲུ་ཡིས་བྱུང་ན་ནི། །དེ་ཡང་གཞན་གྱི་དབང་ཉིད་དོ། །དངོས་སོ་གང་གང་རྒྱམ་དབྱུང་བ། །དེ་དང་དེ་ལ་གཅིག་ཉིད་མེད། །གང་ལ་གཅིག་ཉིད་ཡོད་མིན་པ། །དེ་ལ་དུ་མ་ཉིད་ཀྱང་མེད། །

གཅིག་དང་དུ་མ་མ་གཏོགས་པར། །རྒྱམ་པ་གཞན་དང་ལྷན་པ་ཡི། །དངོས་སོ་མི་རུང་འདི་གཉིས་ནི། །པན་ཚུན་སྤངས་ཏེ་གནས་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཕྱིར་དངོས་སོ་འདི་

དག་ནི། །ཀུན་རྫོབ་པ་ཉིད་མཆན་ཉིད་འདྲིན། །གལ་ཏེ་འདི་དག་དོན་འདོད་ན། །དེ་ལ་
བདག་གིས་ཅི་ཞིག་བྲ། །

མ་བརྟགས་གཅིག་བྱ་ཉམས་དགའ་ཞིང་། །སྤྱི་དང་འདྲིག་པའི་ཆོས་ཅན་
པ། །དོན་བྱེད་པ་དག་ལྷུས་རྣམས་ཀྱིས། །རང་བཞིན་ཀུན་རྫོབ་པ་ཡིན་ཏོགས། །བརྟག་
པ་མ་བྱས་ཉམས་དགའ་བའང་། །བདག་རྒྱ་སྤྲ་མ་སྤྲ་མ་ལ། །བརྟེན་ནས་བྱི་མ་བྱི་མ་
ཡི། །འབྲས་བྱ་དེ་འབྲ་འབྲུང་བ་ཡིན། །

དེ་བྱིར་ཀུན་རྫོབ་རྒྱ་མེད་ན། །རྒྱང་མིན་ཞེས་བའང་ལེགས་པ་ཡིན། །གལ་ཏེ་
འདི་ཡི་ཉེར་ལེན་པ། །ཡང་དག་ཡིན་ན་དེ་སྒྲོས་ཤིག། །དངོས་པོ་ཀུན་གྱི་རང་བཞིན་
ནི། །རིགས་པའི་ལམ་གྱི་རྗེས་འབྲང་བ། །གཞན་དག་འདོད་པ་སེལ་བར་བྱེད། །དེ་
བྱིར་རྒྱལ་བའི་གནས་མེད་དོ། །

ཡོད་དང་མེད་དང་ཡོད་མེད་ཅེས། །ཁས་མི་ལེན་པ་གང་ཡིན་པ། །དེ་ལ་ནན་
ཏན་ལྷན་པས་ཀྱང་། །ཅིར་ཡང་ལྷན་ཀ་བྲ་མི་རུས། །དེ་བྱིར་ཡང་དག་ཉིད་དུ་
ན། །དངོས་པོ་གང་ཡང་བྲུབ་པ་མེད། །དེ་བྱིར་དེ་བཞིན་གཤེགས་རྣམས་ཀྱིས། །ཆོས་
རྣམས་ཐམས་ཅད་མ་སྤྱེས་གསུངས། །

དམ་པའི་དོན་དང་མ་སྤུན་པའི་བྱིར། །འདི་ནི་དམ་པའི་དོན་ཞེས་བྲ། །ཡང་དག་
ཏུ་རྒྱས་པ་ཡི། །ཆོགས་རྣམས་ཀུན་ལས་དེ་གྲོལ་ཡིན། །སྤྱི་ལ་སོགས་པ་མེད་པའི་
བྱིར། །སྤྱི་བ་མེད་ལ་སོགས་མི་སྲིད། །དེ་ཡི་ངོ་བོ་བཀག་པའི་བྱིར། །དེ་ཡི་ཆོག་གི་སྤྲ་
མི་སྲིད། །

ཡུལ་མེད་པ་ལ་དགག་པ་ཡི། །སྤྱིར་བ་ལེགས་པ་ཡོད་མ་ཡིན། །རྣམ་པར་རྟོག་

ལ་རྟེན་ན་ཡང་། །ཀུན་རྫོབ་པར་འགྱུར་ཡང་དག་མིན། །འོ་ན་དེ་ནི་རྟོགས་གྱུར་
པས། །དེ་ཡི་རང་བཞིན་མངོན་སུམ་ཕྱིར། །མི་མཁས་རྣམས་ཀྱང་དངོས་རྣམས་
ཀྱི། །དངོས་པོ་འདི་འདྲ་ཅིས་མི་རྟོགས། །

མ་ཡིན་ཐོག་མེད་རྒྱུད་ལྷུ་བར། །དངོས་པོར་སྒྲོ་བཏགས་དབང་བྱས་པས། །དེ་
ཕྱིར་སྟོག་ཆགས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། །མངོན་སུམ་རྟོགས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་ལ་སྒྲོ་
བཏགས་གཙོད་བྱེད་པ། །ཤེས་པར་བྱེད་པའི་གཏན་ཆོགས་ཀྱིས། །རྗེས་སུ་དཔོག་
རྣམས་ཤེས་པར་བྱེད། །རྣལ་འབྱོར་དབང་རྣམས་མངོན་སུམ་གསལ། །

གཞུང་གིས་སྐྱེད་པའི་བྱེ་བྲག་གིས། །ཆོས་ཅན་སྤངས་ནས་མཁས་པ་
དང་། །བྱུང་མེད་བྱིས་པའི་བར་དག་ལ། །ཤུགས་པར་གྱུར་པའི་དངོས་རྣམས་
ལ། །བསྐྱབ་དང་བསྐྱབ་པའི་དངོས་པོ་འདི། །མ་ལུས་ཡང་དག་འཇུག་པར་འགྱུར། །དེ་
ལྟ་མིན་ན་གཞི་མ་བྱལ། །ལ་སོགས་ལེན་ནི་རི་སྐད་གདལ། །

བདག་ནི་སྤང་བའི་རང་ཅན་ཀྱིས། །དངོས་པོ་དགག་པར་མི་བྱེད་དེ། །དེ་ལྟ་
བས་ན་བསྐྱབ་པ་དང་། །བསྐྱབ་བྱ་གཞག་པ་འཇུགས་པ་མེད། །

དེ་ཕྱིར་ཐོག་མེད་སྤྲིད་རྒྱུད་ནས། །དངོས་དང་དངོས་མེད་རྟོགས་སོགས་
ཀྱི། །རིགས་དང་མ་སྐྱར་པའི་ས་བོན་ཉིད། །རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱ་བ་ཡིན། །འདི་ནི་
དངོས་པོའི་མ་སྐྱ་སྟོབས་ཀྱིས། །འབྱུང་བ་མ་ཡིན་དེ་མེད་ཕྱིར། །དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་
བདག་ཉིད་དེ། །རྒྱ་ཆེར་རབ་ཏུ་བཀག་པ་ཡིན། །

རིམ་གྱིས་འབྱུང་ཕྱིར་སྒྲོ་བྱར་མིན། །རྟག་འབྱུང་མ་ཡིན་རྟག་མ་ཡིན། །དེ་བས་
གོ་མས་འདྲ་དེ་ཉིད་ཕྱིར། །དང་པོ་རང་གི་རིགས་ལས་སྐྱེས། །དེ་ཕྱིར་རྟག་ཆད་ལྟ་བ་

ནམས། གཞུང་འདི་ལ་ནི་རིང་དུ་གནས། རྒྱུ་དང་རྗེས་སུ་འབྲུག་པ་ཡང་། །ས་བོན་
ལྷ་གུ་ལྷག་སོགས་བཞིན། །

ཆོས་ལ་བདག་མེད་མཁས་པ་ནི། །རང་བཞིན་མེད་པ་གོམས་བྱས་པས། །ཕྱིན་
ཅི་ལོག་ལས་བྱུང་བ་ཡི། །ཉོན་མོངས་སྤྱིབ་པ་མེད་པར་སྤོང་། །རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་
དངོས་པོ་ནི། །ཀུན་རྗེ་བ་དུ་ནི་མ་བཞོག་པས། །ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་རྣམ་བུང་
སོགས། །རྣམ་པར་གཞག་པ་འབྲུགས་པ་མེད། །

འདི་ལྟར་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་ཡི། །ཆོས་འདི་རྣམ་པར་གཞག་པས་ན། །ཆོག་ས་
རྣམས་ངེ་མ་མེད་པ་ཡང་། །གཞུང་འདི་ཉིད་ལ་བྱུང་བ་ཡིན། །རྣམ་པར་དག་པའི་རྒྱ་
ལས་ནི། །འབྲས་བུ་རྣམ་པར་དག་པ་འབྱུང་། །ཡང་དག་ལྟས་བྱུང་ཚུལ་གྲིམས་
ཀྱི། །ཡན་ལག་ལ་སོགས་རྣམ་དག་བཞིན། །

དེ་བཞིན་རྣམ་དག་མ་ཡིན་ལ། །འབྲས་བུ་རྣམ་དག་མ་ཡིན་འབྱུང་། །ལོག་ལྟའི་
སྟོབས་ལས་བྱུང་བ་ཡི། །ལོག་པར་གཡེམ་ལ་སོགས་པ་བཞིན། །ཆོད་མའི་གཞོད་པ་
ཡོད་པས་ན། །དངོས་པོར་དམིགས་པ་ཡོད་པ་ནི། །སྤྱིག་རྒྱ་ལ་སོགས་ཤེས་པ་
བཞིན། །ཕྱིན་ཅི་ལོག་པར་ཡོངས་སུ་རྟོག། །

དེ་ཕྱིར་དེ་མཐུས་བྱུང་བ་ཡི། །པ་རོལ་ཕྱིན་པ་བསྐྱབ་པ་ཀུན། །བདག་དང་
བདག་གིར་ལོག་པ་ལས། །བྱུང་བ་བཞིན་དུ་སྟོབས་རྒྱུང་ངོ་། །དངོས་པོར་དམིགས་པ་
མེད་པ་ལས། །བྱུང་བ་འབྲས་བུ་ཆེན་པོ་སྟེ། །རྒྱས་པའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར། །ས་
བོན་བྱུང་བའི་ལྷག་སོགས་བཞིན།

།རྒྱ་དང་འབྲས་བུར་གྱུར་པ་ཡང་། །ཤེས་པ་འབའ་ཞིག་ཁོ་ན་སྟེ། །རང་གི་བྱ་བ་

བ་གང་ཡིན་པ། །དེ་ནི་ཤེས་པར་གནས་པ་ཡིན། །སེམས་ཅམ་ལ་ནི་བརྟེན་ནས་
སྟུ། །ཕྱི་རོལ་དངོས་མེད་ཤེས་པར་བྱ། །ཚུལ་འདིར་བརྟེན་ནས་དེ་ལ་ཡང་། །ཤིན་ཏུ་
བདག་མེད་ཤེས་པར་བྱ། །

ཚུལ་གཉིས་ཤིང་རྟོག་ནས་སྟུ། །རིགས་པའི་སྤངས་སྦྱོགས་འཇུག་ཕྱིར་པ། །དེ་
དག་དེ་ཕྱིར་རི་བཞིན་དོན། །ཐེག་པ་ཆེན་པོ་བཞིན་འཛོལ། །

ཁྱབ་དང་དབང་ལ་སོགས་མ་སྟོང་། །དཔག་ཏུ་མེད་པར་གནས་པའི་
རྒྱ། །འཛིག་རྟེན་སྤྱི་བོར་གྱུར་པས་ཀྱང་། །ཤིན་ཏུ་སྟོང་བ་མ་ཡིན་པ། །ཡང་དག་བདུད་
ཅི་དག་པ་འདི། །ཐུགས་རྗེ་དག་པའི་རྒྱ་ཅན་གྱི། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་མ་གཏོགས་
པར། །གཞན་གྱི་ལོངས་སྟོང་མ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ཕྱིར་ལོག་པར་བསྟན་པ་ཡི། །གྲུབ་མཐར་འཇེལ་བའི་སྟོ་ཅན་ལ། །དེ་ལྷགས་
རིས་འཇུག་སྟོ་ཅན་ནམས། །སྙིང་རྗེ་ཉིད་ནི་རབ་ཏུ་སྟེ། །སྟོ་ལོར་ལྷན་པས་ལྷགས་
གཞན་ལ། །རི་ལྷར་སྙིང་པོ་མེད་མཐོང་བ། །དེ་ལྷར་དེ་དག་སྟོབ་པ་ལ། །གྲུས་པ་ཤིན་
ཏུ་སྟེ་བར་འབྱུང་། །

དབུ་མའི་རྒྱ་གྱི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ། །སྟོབ་དཔོན་ཞི་བ་འཆོ་བདག་དང་
གཞན་གྱི་གྲུབ་པའི་མཐའ་རྒྱ་མཆོའི་པ་རོལ་ཏུ་སོན་པ་འཕགས་པ་དག་གི་དབང་ལྷག་
གི་ཞབས་གྱི་བརྒྱ་རྟོག་པ་མེད་པའི་ཟེའུ་འབྱུ་སྤྱི་བོས་ལེན་པས་མཛད་པ་རྩོགས་སོ། །

རྒྱ་གང་གྱི་མཁན་པོ་སུ་རེན་ང་བོ་རྟེ་དང་། །ལྷ་ཆེན་གྱི་ལོ་རྒྱ་བ་བརྟེ་ཡེ་ཤེས་
སྤེས་བསྐྱར་ཅིང་ལྷས་ཏེ་གཏན་ལ་པབ་པའོ། །

༢༡། །དབུ་མའི་རྒྱན་གྱི་འགྲེལ་བ་བཞུགས་སོ། །

༢༡། །རྒྱ་གར་སྐད་དུ། མ་རྒྱུ་མ་ཀ་ཨ་ལི་ཀ་ར་གྲིཉ། བོད་སྐད་དུ། དབུ་མའི་རྒྱན་གྱི་
འགྲེལ་བ། འཇམ་དཔལ་གཞིན་རྒྱུར་གྱུར་བ་ལ་བྱུག་འཆའ་ལོ། །

གང་དག་སུ་རྣམས་དག་བརྟེན་སྒོ་མངའ་ས་ལ་བཞུགས། །

ཆོས་རྒྱལ་ཐབ་མོ་རྒྱ་མཆོ་ལྷ་བུའི་པ་རོལ་གཟིགས། །

ལྷག་པར་མོས་བ་ཡོངས་བསྐོམས་བྱུགས་མངའ་ཆེ་རྣམས་གྱི། །

ཟླ་བཞུགས་དེ་དག་རྣམས་ལ་རྟག་ཏུ་བྱུག་འཆའ་ལོ། །

བདག་དང་གཞན་གྱི་དོན་ཕྱན་སུམ་ཆོགས་བ་བསྐྱབ་པར་ཅི་ལ་ཡང་མ་རག་
པར་ཆས་བ། དངོས་པོའི་རྣམ་པ་མ་བརྟགས་གཅིག་བྱ་ན་དགའ་བ་མ་ལྷས་པ་
གཟུགས་བརྟན་ལ་སོགས་པ་ལྷ་བུར། ཡང་དག་པར་ན་རང་བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་ན་

ཉོན་མོངས་པ་དང་། ཤེས་བྱའི་སྤྲིབ་པ་མཐའ་དག་སྟོང་བར་འགྱུར་ཏེ། དེ་བས་ན་
རིགས་པ་དང་ལུང་གི་ ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པར་ཁོང་དུ་ཚུད་པར་བྱ་བའི་
སྤྱིར་རབ་ཏུ་འབད་དོ། །

དེ་ལ་ལུང་དངོས་པོའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཞུགས་པའི་རྗེས་སུ་དཔག་པ་དང་བྲལ་བ་
ནི་དད་པས་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་རྣམས་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་ཡོངས་སུ་ཆོམ་པར་མི་འགྱུར་བས་
རིགས་པ་དེ་བརྗོད་པར་བྱའོ། །

བདག་དང་གཞན་སྤྲས་དངོས་འདི་དག །

ཡང་དག་ཏུ་ན་གཅིག་པ་དང་། །

དུ་མའི་རང་བཞིན་བྲལ་བའི་སྤྱིར། །

རང་བཞིན་མེད་དེ་གཟུགས་བརྒྱན་བཞིན། །

རང་བཞིན་ཡོད་པར་གྱུར་ན་ནི་གཅིག་པའམ་ཅིག་ཤོས་ལས་མི་འདའོ། །དེ་
དག་ནི་པན་ཚུན་སྤངས་ཏེ་གནས་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པས་ལུང་པོ་གཞན་སེལ་བར་
བྱེད་དོ། །

རང་གི་སྤྲེ་པ་དང་། སྤྱི་རོལ་པ་དག་གི་སྤྲས་པའི་ལུང་པོ་དང་། གཙོ་བོ་ལ་
སོགས་པ་དེ་དག་ཡང་དག་པར་ན་མེད་དེ། རང་བཞིན་མེད་པར་གསལ་བར་ཤེས་
སོ། །

གཏན་ཆོགས་འདི་མ་གྲུབ་པོ་སྤྲམ་དུ་མ་སེམས་ཤིག

འབྲས་བུ་རིམ་ཅན་ཉེར་སྟོར་བས། །

རྟག་རྣམས་གཅིག་བྱའི་བདག་ཉིད་མིན། །

འབྲས་བྱ་རེ་རེའི་ཐ་དད་ན། །

དེ་དག་རྟག་ལས་ཉམས་པར་འགྱུར། །

རང་གི་སྡེ་བ་དང་། གཞན་གྱིས་ཁས་སྦྲངས་པའི་དངོས་པོ་དེ་དག་ནི་རྟག་
པའམ་ཅིག་ཤོས་དང་། བྱང་པོ་གཉིས་སུ་རྣམ་པར་གནས་གང་ན། དེ་ལ་དང་པོ་ནི་
འབྲས་བྱ་རིམ་ཅན་དགའ་བ་དང་། གདུང་བ་ལ་སོགས་པ་སྐྱེད་པས་རིམ་ཅན་མ་ཡིན་
པ་དང་། གཅིག་བྱའི་བདག་ཉིད་དུ་མི་རིགས་ཏེ། དེ་དག་གི་འབྲས་བྱ་རྣམས་ཀྱང་ཅིག་
ཅར་དུ་འབྱུང་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །

འབྲས་བྱ་རྣམས་ནི་རྒྱ་མ་ཚང་ན་ཤོལ་གྱི། གང་གི་ཆེ་རྒྱའི་བྱས་པ་སྟོགས་པ་
མེད་པར་གྱུར་བ་དེའི་ཆེ། དེ་དག་ལ་ཤོལ་བ་སྲིད་པར་ག་ལ་འགྱུར། ཤོལ་ན་ནི་དེ་ལ་
ཡོད་པའི་རྗེས་སུ་འགོ་བ་དང་། ལྷོག་པའི་རྗེས་སུ་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར། འདི་དག་དེའི་
འབྲས་བྱར་ག་ལ་འགྱུར། བྱེད་པ་ཉུ་བསྐྱར་དུ་མི་བྱེད་པ་རྣམས་ནི་ལྷན་ཅིག་བྱེད་པའི་
རྒྱ་ལ་ལྟོས་པར་མི་འཐད་པར་ཤིན་ཏུ་གསལ་ལོ། །

གཞན་ཡང་འབྲས་བྱ་བྱེད་པའི་དུས་ན་ལྷན་ཅིག་བྱེད་པའི་རྒྱ་དང་བྲལ་བའི་དུས་ན་ཡང་འདོད་
དངོས་པོ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ལྷན་ཅིག་བྱེད་པའི་རྒྱ་དང་བྲལ་བའི་དུས་ན་ཡང་འདོད་
ན་ནི་དེའི་རྗེས་སུ་འཇུག་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དེའི་ཆེ་ལྷན་ཅིག་བྱེད་པའི་རྒྱ་རྣམས་ཀྱང་
མགུལ་ནས་བཏགས་པ་བཞིན་དུ་སྟོབས་གྱིས་བྲངས་ནས་གནས་ཏེ། འབྲས་བྱ་རྒྱ་
མི་འཆད་པ་བརྒྱུག་པ་མེད་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ། །

འདིས་ནི་གང་དག་ལྷན་ཅིག་བྱེད་པའི་རྒྱ་དེ་ཉིད་བྱས་པའི་སྐར་བརྗོད་དེ། དེའི་

རིམ་གྱིས་འབྲས་བུའི་རིམ་བྱས་སོ་ཞེས་སྤྱོད་དག་ལ་ལན་བཏབ་པར་གྱུར་རྟོ། །

ཅི་སྟེ་ཉེས་པ་འདིར་འགྱུར་དུ་འོང་ཞེས་ཏེ། འབྲས་བུ་རིམ་ཅན་རྣམས་ལ་དེ་
དག་གི་རང་བཞིན་གཞན་དང་གཞན་དུ་རིམ་ཅན་ཉིད་དོ་ཞེ་ན་ནི་དེ་དག་ལ་རྟག་པར་
འདོད་པ་དོར་བར་བྱ་སྟེ། འབྲས་བུ་སོ་སོ་བས་སྡུ་མ་དང་བྱི་མའི་རང་བཞིན་འཇིག་པ་
དང་འབྱུང་བར་འགྱུར་བའི་བྱིར་རོ། །

རང་གི་སྟེ་བ་གང་དག་བསྟོམས་པའི་སྟོབས་ཅན་གྱིས་འབྱུང་བའི་ཤེས་པའི་
དམིགས་པ་འདུས་བྱས་ཀྱི་འཇུག་པ་ཐམས་ཅད་དང་མི་མ་བྱན་པ་རང་ལ་དམིགས་
པའི་ཡིད་ཅན་ལ་ཡང་དགོས་པ་མེད་པའི་འདུས་མ་བྱས་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཤེས་པའི་ཡུལ་
ཡིན་པའི་བྱིར་དོན་དམ་པར་ཡོད་དོ་ཞེས་སྤྱོད་དག་གི་ལུགས་ལྟར་ན་རང་བཞིན་
གཅིག་བྱ་ཉིད་དུ་འགལ་བ་མེད་དོ་ཞེ་ན།

འགལ་ཏེ་འདི་ལྟར།

བསྟོམས་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་པ་ཡིས། །

ཤེས་བྱ་འདུས་མ་བྱས་སྤྱོད་བའི། །

ལུགས་ལའང་གཅིག་མིན་དེ་དག་ནི། །

རིམ་ཅན་ཤེས་དང་འབྲེལ་བྱིར་རོ། །

ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པའི་བྱིར་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རིམ་ཅན་དང་འབྲེལ་བ་
ཅན་དག་གྱང་ཅི་གཅིག་བྱའི་རང་བཞིན་དུ་མི་འགྱུར་རམ་ཞེ་ན་མི་འགྱུར་ཏེ།

འདི་ལྟར།

རྣམ་ཤེས་སྤྱི་མཐུན་ཤེས་བྱ་བའི།

རང་བཞིན་རྗེས་སྤྱི་འབྲུང་ན་ནི།

ཤེས་བྱ་སྤྱི་མཐུན་སྤྱི་མཐུན་འབྲུང།

སྤྱི་མཐུན་དེ་བཞིན་སྤྱི་མཐུན་འབྲུང།

དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་རྣམ་པར་ཤེས་བྱ་སྤྱི་མཐུན་ཤེས་བྱ་བ་འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་
རང་བཞིན་ནི་སྤྱི་མཐུན་ཤེས་བྱ་ལོང་ལ། རྣམ་པར་ཤེས་བྱ་སྤྱི་མཐུན་མཐོང་བ་དང་། དེ་
བཞིན་དུ་ཤེས་བྱ་སྤྱི་མཐུན་ཤེས་བྱ་བ་སྤྱི་མཐུན་ལོང་ལ། ཤེས་བྱ་སྤྱི་མཐུན་མཐོང་བ་
ཞེས་བྱ་བ་ཉམས་པར་འབྲུང་རོ།

ཅི་སྟེ་ཤེས་བྱ་སྤྱི་མཐུན་སྤྱི་མཐུན་ཤེས་བྱ་བ་དེའི་རྩོམ་སྤྱི་མཐུན་མཐོང་བ་
གནས་དག་ན་མཐོང་ན།

གཤམ་ཏེ་དེ་ལྟ་ན་ནི།

སྤྱི་མཐུན་སྤྱི་མཐུན་གནས་རྣམས་སྤྱི།

དེ་ཡི་རྩོམ་མི་འབྲུང་ན།

འདུས་མ་བྱས་ཏེ་ཤེས་བྱ་བཞིན།

སྤྱི་མཐུན་འབྲུང་བར་ཤེས་བྱ་བ།

བསམ་གཏན་གྱི་སྤྱི་མཐུན་སྤྱི་མཐུན་གྱི་མིག་སྤྱི་མཐུན་རྣམས་ཤེས་
བྱ་བྱུང་མ་ཐག་དུ་འཇིག་པ་རྒྱན་དུ་འབབ་པ། ཡུལ་དེ་ལ་འབྲུག་པ་གཞན་གྱི་དུས་ན་
མཐོང་བའི་རང་བཞིན་ལྟར་དེ་ཡང་སྤྱི་མཐུན་ཏེ་དེ་ལ་འཇིག་པ་ལས་མི་འདེམ་བར་

འགྱུར་རོ། །

དེ་ལྟར་ན། དེའི་མིང་དོན་དང་མཐུན་པ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་བསྟན་
པ།

སྲ་མ་སྲ་མའི་སྐད་ཅིག་གི།

མཐུ་ཡིས་འབྱུང་བར་འགྱུར་བས་ན། །

འདུས་མ་བྱས་སུ་འདི་མི་འགྱུར། །

སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་བཞིན། །

ཅི་སྟེ་སྐད་ཅིག་གྱི་མ་གྱི་མ་རྣམས་རང་དབང་དུ་འབྱུང་ངོ་ཞེ་ན།

དེ་ལྟར་འགྱུར་བར་ནི་མི་རུས་ཏེ།

སྐད་ཅིག་པ་རྣམས་འདི་དག་ཏུ།

རང་དབང་འབྱུང་བར་འདོད་ན་ནི། །

གཞན་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པའི་བྱིར། །

རྟག་ཏུ་ཡོད་པའམ་མེད་པར་འགྱུར། །

རེས་འགའ་འབྱུང་བའི་བྱིར་དེ་དག་ཀྱང་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་དེ་
བཞིན་དུ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཉིད་དུ་གསལ་བར་ཞེས་པར་བྱའོ། །

འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི་བདག་གི་རྣོ་མས་ཏེ་སྤྲས་སུ་ཟད་ཀྱི། དོན་བྱ་བ་ཐམས་
ཅད་ཀྱི་རུས་པ་དང་བྲལ་བ་ལ་ནི་རྟོག་པ་དང་ལྡན་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྣམ་པར་དབྱད་པའི་
དོན་ཅི་ཡང་མེད་དེ། དོན་བྱ་བར་རུས་པ་རྣམ་པར་རྟག་པའི་ཡུལ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །

གཞན་དུ་ན།

དོན་བྱེད་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ལ།

དེ་འདོད་བརྟགས་པས་ཅི་ཞིག་བྱ།

མ་ནིང་ག་ཟུགས་བཟང་མི་བཟང་ཞེས།

འདོད་ལྡན་རྣམས་ཀྱིས་བརྟགས་ཅི་པ།

དེ་བས་ན་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་དོན་བྱེད་རྒྱས་པ་ལ་དངོས་པོའི་མཚན་
ཉིད་ཅེས་སྒྲུབ།

དངོས་པོ་རྣམས་པ་དེ་ལྟ་བུ་ལ། གང་ཟག་དང་ཚོས་ལ་བདག་མེད་པ་ལ་སོགས་
པ་ཉོན་ཅིང་དེ་ལས་བརྒྱུག་པ་སྒྲོ་བརྟགས་པའི་ངོ་བོ་ནི་དགག་པར་བྱེད་དེ། སྒྲེས་བུའི་
དོན་ཞེས་བརྗོད་པ་འབྲས་བུ་འབྲུང་བ་ནི་འདི་ཉིད་ལ་རག་ལས་པའི་ཕྱིར་རོ།

གཞན་ནི་སྒྲུབ་པ་ཡང་མེད་འགག་པ་ཡང་མེད་དེ། དེ་ནི་བཏང་སྟོམས་སུ་བྱ་བ་
ཉིད་དུ་གནས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་དངོས་པོ་ལུས་ཐམས་ཅད་བདག་མེད་པ་ལ་
སོགས་པར་མ་བརྟན་ཏི་སྟམ་དུ་མ་སེམས་ཤིག། ཐམས་ཅད་ཅེས་བྱ་བའི་སྒྲུ་ནི་བརྗོད་
པར་འདོད་པའི་དོན་མ་ལུས་པ་ལ་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། བརྗོད་པར་འདོད་པ་ནི་དོན་
བྱེད་རྒྱས་པའི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་དོ།

དེ་ལྟ་བུས་ན་དོན་བྱེད་རྒྱས་པ་ནི་སྐད་ཅིག་པ་ཉིད་དུ་ངས་སོ། །གཞན་ནི་རིམ་
དང་ཅིག་ཤོས་ཀྱི་དོན་བྱེད་པར་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་ཟག་སྐད་ཅིག་པ་འཕམ།
སྐད་ཅིག་མ་ཡིན་པར་བརྗོད་དུ་མེད་པ་ནི་རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་དེ། རྣམ་མཁའའི་མེ་
ཏོག་ལ་སོགས་པ་ལྟར་བསྐྱེམ་མི་དགོས་པར་བྱུབ་པོ།

གཞན་ཡང་།

སྐད་ཅིག་སྐད་ཅིག་མ་ཡིན་པར། །

གང་ཟག་བསྟན་དུ་མི་རུང་བས། །

གཅིག་དང་དུ་མའི་རང་བཞིན་དང་། །

བྲལ་བར་གསལ་བར་རབ་ཏུ་ཤེས། །

པ་རོལ་གྱིས་ཁས་སྒྲངས་པའི་གང་ཟག་ཆོས་ཅན་ལ། གཏན་ཆིགས་གྱི་ཅ་བ་
གཅིག་དང་དུ་མའི་རང་བཞིན་དང་བྲལ་བ་ཉིད་ཆེགས་མེད་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་གོ། །

སྐད་ཅིག་པར་གྱུར་ན་ནི་དུ་མའི་རང་བཞིན་དུ་འགྱུར་ཏེ། སྐད་ཅིག་རེ་རེ་ལ་
ཡང་རང་བཞིན་གཞན་དང་གཞན་འབྲུང་བའི་སྤྱིར་རོ། །སྐད་ཅིག་མ་ཡིན་ན་ནི་རྟག་ཏུ་
བསྟན་པ་གཅིག་སྤྱིའི་རོ་མོ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་གཅིག་སྤྱིའི་རང་བཞིན་དུ་འགྱུར་རོ། །གཉི་
ག་ལྟར་ཡང་བརྗོད་དུ་མེད་ན་ནི་ཆེགས་མེད་པར་གཅིག་དང་དུ་མའི་རང་བཞིན་གྱིས་
སྒྲིང་བ་ཉིད་དུ་གྱུར་གོ། །

གཞན་ཡང་གཞན་དག་གིས་གཞན་དུ་དངོས་པོ་རྣམས་ལ་བྱུང་བ་དང་མ་བྱུང་
པའི་ཕྱང་པོ་གཉིས་སུ་ཁས་སྒྲངས་ཏེ། དེ་ལ་བྱུང་བ་ནི་ནམ་མཁའ་ལ་སོགས་པའོ། །མ་
བྱུང་བ་ནི་རགས་པ་དང་རྒྱལ་པ་རབ་རྣམས་སོ། །

དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་གཅིག་སྤྱིའི་རང་བཞིན་དང་འགལ་བར་བསྟན་པ།

ཐ་དད་ཕྱོགས་དང་འགྲེལ་བས་ན། །

བྱུང་རྣམས་གཅིག་སྤྱིར་གལ་འགྱུར། །

བསྐྱབས་དང་མ་བསྐྱབས་དངོས་སོགས་ཕྱིར། །

རགས་པ་རྣམས་ཀྱང་གཅིག་ཕྱེ་ན། །

ནམ་མཁའ་ལ་སོགས་པ་ཕྱོགས་ཐ་དད་པའི་ཤིང་ལ་སོགས་པ་དང་འབྲེལ་བ་
དེ་དག་ཤིང་གཅིག་དང་འབྲེལ་བའི་རང་བཞིན་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་གཞན་དང་འབྲེལ་
བ་ཅན་ཡང་ཡིན་ན་ནི་དེས་ན་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར་དེ་གཅིག་ཕྱེ་བ་དག་ཉིད་ཡིན་
པ་བཞིན་དུ་གཞན་ཡང་དེ་དང་ཐ་དད་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་རྟོ། །

འོན་ཏེ་དེ་ཕྱོགས་ཐ་དད་ན་ནི་རང་བཞིན་དེ་ཉིད་གཞན་དང་འབྲེལ་བ་ཅན་མ་
ཡིན་པར་འགྱུར་རྟོ། །རགས་པར་འདོད་པ་ལུས་ལ་སོགས་པ་ཡང་བསྐྱབས་པ་དང་།
མ་བསྐྱབས་པ་དང་། གཡོ་བ་དང་། མི་གཡོ་བ་དང་། ཆོན་གྱིས་བསྐྱར་བ་དང་། མ་
བསྐྱར་བ་དང་། ཆོག་པ་དང་མ་ཆོག་པ་ལ་སོགས་པ་མི་མ་སྤུན་པའི་ཕྱོགས་གནས་
པའི་རང་བཞིན་འཛིན་ན་གཅིག་ཕྱེ་བའི་རང་བཞིན་དུ་རིགས་པར་འགྱུར།

གལ་ཏེ་བསྐྱབས་པ་ལ་སོགས་པ་དག་ཡན་ལག་རྣམས་ཀྱི་ཡིན་གྱི་ཡན་ལག་
ཅན་གྱི་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། ཅི་ཡན་ལག་ཅན་འདི་དག་དེ་དག་དང་འདྲ་བ་མ་ཡིན་ནམ།
འདི་དག་མ་ཡིན་ནོ། །

གལ་ཏེ་དེ་བདེན་དུ་གཞུག་ན་འོན་བསྐྱབས་པ་དང་། མ་བསྐྱབས་པ་ཞེས་བྱ་
བ་ལ་སོགས་པ་པན་ཚུན་མི་མ་སྤུན་པ་རྟེན་པ་དང་ལུས་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོའི་
གཉིས་སུ་ཅིའི་ཕྱིར་མིག་གི་སྒྲིད་ལུས་དུ་མི་འགྱུར། གལ་ཏེ་དེ་དག་ཀྱང་དེའི་ཡིན་ནོ་
ཞེ་ན། ཅི་ཡན་ལག་གཞན་དང་ལྡན་པ་ཉིད་དམ་དེ་ཉིད་དོ། །

གཞན་དུ་ན་རགས་པ་གཅིག་ཕྱེ་བའི་འགྱུར་རྟོ། །འདི་ནི་དེ་བས་ཀྱང་ཆེས་

རགས་ཏེ། ཡན་ལག་ལྷག་མ་རྣམས་དང་ལྷན་ན་ནི། དེ་རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་ཆོས་ཁོ་ནར་
དམིགས་པར་འགྱུར་རོ། །འོན་ཀྱང་གང་ཐོག་མར་དེ་རྩོམ་པའམ། རགས་པ་གདགས་
པའི་རྒྱ་རྩལ་སྤྱོད་པ་དོན་དམ་པ་གཅིག་བུའི་རང་བཞིན་དུ་འགྱུར་རོ། །

དེ་ཡང་དེ་ལྟར་འགྱུར་བར་མི་རིགས་ཏེ། དེ་ཡང་འབྱར་བར་འགྱུར་ན་ནི་རི་
ལྷར་གཟེགས་ཐན་དག་ན་རེ། སྤང་དེ་ཆོགས་ནས་དགོས་པ་རྩོམ་སོ་ཞེས་ཟེར་བ་ལྟ་
བུའམ། ཡང་ན་པན་ཚུན་མཐུས་འདྲིན་གྱིས་མ་འབྱར་བའི་རང་བཞིན་པར་ཡོད་ཅིང་
བསྐྱོར་བ་སྟེ།

ཅི་ལྟར་ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཐ་དད་ཕྱོགས་ནས་མང་པོ་དག །འགའ་ལ་ཀྱན་ནས་
བསྐྱོར་ཙམ་དུ། །བརྗོད་པར་ཟད་ཀྱི་རྩལ་དེ་ནི། །ཆ་ཤས་བཅས་པའི་བདག་ཉིད་
མིན། །ཞེས་ཟེར་བ་ལྟ་བུའམ།

ཡང་ན་མང་པོ་དག་པར་མེད་དེ། རི་ལྷར་རྩལ་སྤྱོད་པ་རྣམས་མི་རེག་ཀྱང་བར་
མེད་པས་རེག་པར་འདུ་ཤེས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་ཡང་མི་རུང་སྟེ། རྣམ་པར་གཞག་པ་
འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི་བརྟགས་པ་ཙམ་ཁོ་ནའི་སྤྱིང་པོར་ཟད་དོ། །

བདག་ཉིད་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་འབྱར་ན་ནི་རྣམ་རྣམས་འདྲེས་པར་འགྱུར་ཏེ།
རྩལ་གྱི་རང་བཞིན་གཅིག་བུ་གང་གིས་འབྱར་བ་དེ་ཉིད་གཞན་དང་ཡང་འབྱར་བའི་
ཕྱིར་རོ། །

ཕྱོགས་གཅིག་གིས་འབྱར་ན་ནི་ཆ་ཤས་ཡོད་པར་འགྱུར་ཏེ། རང་བཞིན་
གཞན་དང་གཞན་དག་གིས་རྩལ་གཞན་དང་འབྱར་བའི་ཕྱིར་རོ། །བར་ཡོད་པ་ཡང་
བར་དག་ཏུ་སྤང་བ་དང་སྤྲོན་པའི་རྩལ་སྤྱོད་པ་རྣམས་ཀྱི་གོ་སྐབས་ཡོད་པར་འགྱུར་ཏེ།

སྤྲུལ་ཅི་ཐུན་པ་དང་སྤྲུལ་བའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དེ་དག་དང་འབྲུར་བར་འགྱུར་
རྟོ། །

བར་མེད་པའི་ཕྱོགས་ཀྱང་འབྲུར་བའི་ཕྱོགས་དང་ཐ་དད་པ་མེད་པ་ཉིད་དེ།
བར་མེད་པ་ནི་སྤྲུལ་མེད་པའོ། །སྤྲུལ་པ་དང་འབྲུར་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དོན་ཐ་དད་པ་མ་
ཡིན་ཏེ། ཤིང་རྩ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ལམ་པོ་ཆེ་བཏོད་ཟིན་ཏོ། །

དེ་ལྟར་ཡིན་ཡང་མདོར་བསྟུན་ཏེ་རྣམ་པར་བརྟག་པར་བྱའོ། །

འབྲུར་བ་དང་ནི་བསྐྱོར་བའམ། །

བར་མེད་རྣམ་པར་གནས་ཀྱང་རུང་། །

དབྱུས་གནས་རྩལ་སྤྲུལ་རྩལ་གཅིག་ལ། །

བསྟུན་པའི་རང་བཞིན་གང་ཡིན་པ། །

རྩལ་སྤྲུལ་གཞན་ལ་ལྟ་བ་ཡང་། །

དེ་ཉིད་གལ་ཏེ་ཡིན་བཟོད་ན། །

དེ་ལྟ་ཡིན་ན་ས་རྩ་སོགས། །

དེ་ལྟར་རྒྱས་འགྱུར་མ་ཡིན་ནམ། །

ཕྱོགས་གསུམ་ཆར་ཡང་ཕྱོགས་བརྒྱ་ན་རྣམ་པར་གནས་པའི་རྩལ་སྤྲུལ་མོ་
རྣམས་ཀྱི་དབྱུས་ན་གནས་པའི་རྩལ་སྤྲུལ་རབ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཤར་ཕྱོགས་ན་གནས་པའི་
རྩལ་སྤྲུལ་རབ་ལ་བསྟུན་པའི་རང་བཞིན་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་གལ་ཏེ་ཕྱོགས་སྤྲུལ་མ་ན་
རྣམ་པར་གནས་པའི་རྩལ་སྤྲུལ་རབ་རྣམས་ལ་བསྟུན་པ་ཡང་ཡིན་ན་ནི་དེའི་ཆེ་དེའི་རང་
བཞིན་ལ་བསྟུན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ཤར་ཕྱོགས་ན་གནས་པར་འདོད་པའི་རྩལ་སྤྲུལ་མོ་ལྟ་

བྱུངས། ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་ཁང་བ་ལ་ཁང་བ་གཅིག་བཞུས་བ་ལྟ་བུར་ཕྱོགས་ལྷག་མ་
གཞན་ན་གནས་བ་རྣམས་དོན་རྩེ་ལྟ་བ་བཞིན་མི་འགྱུར་རོ། །

དེ་ལྟ་བུས་ན་ཤར་དང་བྱབ་ལ་སོགས་པའི་ཆ་ཅན་མི་གནས་པས་སའི་དཀྱིལ་
འཁོར་ལ་སོགས་པ་གནས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །

ཅི་སྟེ་ཉེས་པ་འདིར་འགྱུར་བྱ་འོང་ཞེས་ཏེ།

རྩལ་ཐོན་གཞན་ལ་ལྟ་བུའི་ངོས། །

གལ་ཏེ་གཞན་བྱ་འདོད་ན་ནི། །

གལ་ཏེ་དེ་ལྟ་ཡིན་ན།

རབ་ཏུ་སྤྱོད་རྩལ་རི་ལྟ་བུ། །

གཅིག་བྱ་ཆ་ཤས་མེད་པར་འགྱུར། །

ཕྱོགས་བཅུ་ན་རྣམ་པར་གནས་པའི་རྩལ་སྤྱོད་རབ་ཏུ་གྱུར་པའི་གངས་ཀྱི་རང་
བཞིན་དང་ལྷན་པའི་བྱིར། འདི་ལྟར་གཅིག་བྱ་རྣམ་པར་གཞག་པ་སྟོོས་ཤིག །

རང་བཞིན་ཐ་དད་པའི་མཆན་ཉིད་ཡིན་པས་དངོས་པོ་ཐ་དད་དེ། རྩལ་སྤྱོད་རབ་
དེ་དག་ཡང་དེ་སྟེད་བྱ་འགྱུར་རོ། །

གང་གི་བྱིར་དེ་དག་ཡང་དེ་ལྟར།

རྩལ་ཐོན་རང་བཞིན་མེད་བྱུང་བ། །

དེ་བྱིར་དམིགས་དང་རྣམས་ལ་སོགས། །

བདག་དང་གཞན་སྤྱོས་མང་པོ་དག །

རང་བཞིན་མེད་པར་མངོན་པ་ཡིན། །

རྒྱལ་མ་རབ་རྣམས་མེད་པ་ཉིད་དུ་ངེས་ན་རང་གི་སྡེ་བ་དག་མིག་དང་
གཟུགས་དང་དེའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་འདོད་པ་དང་།
གཟེགས་ཐན་པ་ལ་སོགས་པས་སྦྱས་པའི་རྣམ་དང་ཡོན་ཏན་ལ་སོགས་པ་བསྐྱེམ་མི་
དགོས་པར་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པར་ངེས་སོ། །

ཅི་འདི་རྒྱལ་པོའི་བཀའ་འཇགས་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ།

དེ་ཡང་རང་བཞིན་དེས་བརྩམས་དང་། །

དེ་ཡི་ཡོན་ཏན་དེ་ལས་བདག །

དེ་ཡི་སྤྱི་དང་བྱད་པར་ཡང་། །

དེ་དག་དེ་དང་ལྡན་པ་ཅན། །

རང་གི་སྡེ་བ་དག་ནི་གཟུགས་ཅན་གྱི་ཁམས་བརྩམ་པོ་དེ་དག་རྒྱལ་མ་རབ་ལ་
སོགས་པ་ཡིན་པར་བརྗོད་དེ། དེ་དག་དེ་མེད་ན་མི་རུང་ངོ་། །

འདི་ལྟར་མིག་དང་གཟུགས་རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་
འབྱུང་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དེ་ལ་བརྟེན་པ་དང་དམིགས་པ་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་
ཁམས་ལྟ་ཡང་དེ་མེད་ན་ཅི་ལ་བརྟེན་ཏེ་སྤྱི་བར་འབྱུང་། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཁམས་ལྟ་
མེད་ན་དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུན་དེས་མངོན་པར་བསྒྲུབས་པའི་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་
ཡང་མི་འཐད་པའི་རང་བཞིན་ཉིད་དོ། །

དེ་ལྟར་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དུག་གི་ཚོགས་མ་གྲུབ་ན། རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་
འདས་མ་ཐག་པའི་ཡིད་ཀྱང་ཡང་དག་པར་རྣམ་པར་གཞག་པར་མི་རིགས་སོ། །དེ་

ལྷར་སེམས་རང་བཞིན་མེད་པར་གྱུར་ན་དེ་དང་གྲུབ་པ་དང་བདེ་བ་གཅིག་པ་དང་
ཆོར་བ་དང་འདྲ་ཤེས་དང་སེམས་པ་ལ་སོགས་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱང་རང་
བཞིན་མེད་པར་བདེ་སྒྲག་ཏུ་ཤེས་སོ། །ལྷན་པ་མ་ཡིན་པའི་འདྲ་བྱེད་རྣམས་ཀྱང་རྣམ་
པར་རྟོག་པ་ལ་དཔའ་བ་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ལན་བརྒྱུར་དུ་མ་བྱུང་བ་ལྟོག་
ཟེན་པས་ཤི་ཟེན་པ་དེ་དག་ལ་བསྐྱེད་མི་དགོས་སོ། །

ཡང་ན་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་དང་དངོས་སུ་འཕམ་བརྒྱུད་པས་འབྲེལ་བ་
ཅན་དེ་དག་ཀྱང་དེ་མེད་པས་གཞོད་མ་ནས་མ་སྦྱེས་པ་ཉིད་དོ། །རྣམ་པར་རིག་བྱེད་མ་
ཡིན་པ་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་རྣམས་རྒྱུར་བྱས་པས་གྲུབ་པར་བརྗོད་པ་དེ་ཡང་དེ་དག་མེད་
ན་མེད་པ་ཉིད་དོ། །རྣམ་མཁའ་ལ་སོགས་པ་འདུས་མ་བྱས་མཐའ་དག་ཀྱང་ལྷར་
བསྐྱེད་ཟེན་ཏེ། ཁམས་བཙེན་བརྒྱུད་པོ་དེ་དག་ནི་རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་དུ་གསལ་ལོ། །

རྟུལ་གཉིས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡན་ལག་ཅན། རྟུལ་སྤྲ་རབ་དེ་དག་གིས་དངོས་
དང་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱུད་དེ་བརྩམས་པར་འདོད་པ་དེ་དག་ཀྱང་དེ་མེད་ན་མེད་
དོ། །གཟུགས་དང་རོ་དང་རི་ལ་སོགས་པ་ཡོན་ཏན་རྣམས་ཀྱང་སལ་ཆེར་འབྲས་བུ་
དང་བཅས་པ་དེ་དག་ཉིད་ཀྱི་ཡིན་ནོ། །

འདེགས་པ་ལ་སོགས་པ་ལས་ཀྱི་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱང་དེའི་ལས་ཀྱི་རོ་བོ་ཉིད་
ཁོ་ནའོ། །སྤྱི་དང་སྤྱིའི་བྱེད་པར་དང་བྱེད་པར་ཡང་ཡོད་པ་དང་། ས་ལ་སོགས་པ་སལ་
ཆེར་བརྟེན་པ་དང་ཉེ་བར་བརྟེན་པ་དང་བཅས་པ་དེ་དག་ཉིད་ཀྱི་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ཀྱང་
དེ་དག་འདྲུབ་ཅན་དུ་འདོད་དོ། །

དེ་བས་ན་འབྲེལ་བ་ཅན་མེད་པའི་ཕྱིར་འདྲུབ་པ་ཡང་རང་བཞིན་མེད་པ་ཁོ་

ནམོ། །རྟག་པའི་དངོས་པོ་ནམ་མཁའ་དང་། ཏུས་དང་། རྩོགས་དང་། བདག་དང་། སྒ་
རབ་དག་གྲང་བསལ་ཏེ། རང་བཞིན་མེད་པར་སྤར་བསྟན་ཟིན་ཏོ། །གཟུགས་ཀྱི་ཕུང་
པོ་དབྱུང་པའི་ཞར་ལ་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཕུང་པོ་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་དང་བཅས་པ་
ཡང་རང་བཞིན་མེད་པར་བསྟན་ཏོ། །

ད་ནི་རང་གི་སྤེལ་དང་གཞན་གྱིས་གཉིས་དང་གཉིས་མ་ཡིན་པའི་ཚུལ་དུ་
བརྗོད་པ་དངོས་སུ་བསྟན་པར་བྱཏོ། །དེ་ལ་གཉིས་ཀྱི་ཚུལ་ནི་གང་དག་གཟུང་བ་དང་
འཛིན་པ་གཉིས་ཡང་དག་པར་ཡོད་པར་འདོད་ལ། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་ཤེས་སྟོང་དག་
པ་ལྟ་བུ་ཡུལ་གྱི་རྣམ་པ་མི་འཛིན་པར་བརྗོད་པ་སྟེ།

དེ་དག་གི་དབྱུང་པར་བྱ་བ།

རྣམ་ཤེས་བེམས་པོའི་རང་བཞིན་ལས། །

བརྗོད་པ་རབ་ཏུ་སྦྱེ་བ་སྟེ། །

བེམ་མིན་རང་བཞིན་གང་ཡིན་ལ། །

དེ་འདིའི་བདག་ཉིད་ཤེས་པ་ཡིན། །

དེ་ལ་རེ་ཞིག་གཉིས་ཀྱི་ཚུལ་རྣམ་པ་མེད་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྩོགས་ནི།
རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡུལ་གྱི་སྤར་བ་དང་མ་སྤང་བ། བདག་ཅམ་རིག་པ་ཅམ་ལ་གཞོལ་
བ་ཁོ་ནར་ཟད་པས། བདག་དང་ཐ་དད་པའི་དོན་སྟོང་པའི་བདག་ཉིད་དུ་མི་རུང་ངོ་། །

འདི་རང་རིག་པའི་རང་བཞིན་དུ་རྣམ་པར་གཞག་པ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་
གསལ་པའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་ཏེ། ཤིང་རྩ་ལ་སོགས་པ་ལ་རིག་པ་མེད་པའི་
རང་བཞིན་ལས་བརྗོད་པའི་བྱིར་ངོ་། །

དེ་ནི་རང་གི་ངོ་བོ་རིག་པར་བྱ་བའི་བྱིར་སྤྲོད་པོ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་རིག་
པར་བྱེད་པ་གཞན་ལ་མི་སྟོན་པས་ཏེ། རིག་པ་མེད་པ་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་འདི་
ནི་རང་རིག་པ་ཞེས་བྱ་བར་བརྟུན་དོ། །

གཅིག་པ་ཆ་མེད་རང་བཞིན་ལ། །

གསུམ་གྱི་རང་བཞིན་མི་འཐད་བྱིར། །

དེ་ཡི་རང་གི་རིག་པ་ནི། །

བྱ་དང་བྱེད་པའི་དངོས་པོར་མིན། །

དེ་སྐད་དུ་ཡུལ་རང་གི་རྣམ་པ་འཛོག་རྒྱས་པ་ནི་རྒྱ་ཉིད་དེ་རིག་པར་བྱ་བ་ཉིད་
ཡིན་པ་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡུལ་གྱི་ངོ་བོར་བཞག་པ་ནི་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་ཉིད་དེ་
རིག་པ་པོ་ཉིད་དོ་ཞེས་རྣམ་པ་དང་བཅས་པའི་ཤེས་པའི་ཚུལ་ལས་བརྟུན་པ་ལྟ་བུར་
རང་རིག་པ་ལ་ནི་དེ་ལྟར་རྣམ་པར་གཞག་པར་མི་འཐད་དེ། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཆ་མེད་
པའི་བདག་ཉིད་ལས་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་དང་། སྐྱེད་པ་པོ་དང་། བསྐྱེད་པའི་བྱ་བའི་ཚུལ་
དུ་འཇུག་པ་རིག་པར་བྱ་བ་དང་རིག་པ་པོ་དང་། རིག་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་གསུམ་གྱི་ཚུལ་དུ་
མི་དམིགས་པའི་བྱིར་ཏེ། འདི་ལྟར་སྐྱེ་བའི་སྤྲ་ལོགས་ན་ནི་མེད་པས་རྒྱས་པ་མེད་ལ།
རྒྱས་པའི་དུས་ན་ནི་སྐྱེད་པ་པོར་འདོད་པའི་ངོ་བོ་བཞིན་དུ་དེ་དང་ཐ་མི་དད་པ་བསྐྱེད་
པར་བྱ་བར་འདོད་པའི་ངོ་བོ་ཡང་ཡོངས་སུ་བྱུབ་སྟེ། བདག་ཉིད་ལ་བྱེད་པ་ནི་འགལ་
ལོ། །

དེ་ལྟ་བུས་ན་གསལ་བར་བྱེད་པ་གཞན་ལ་མི་སྟོན་པར་རང་གསལ་བའི་
བདག་ཉིད་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རང་རིག་པ་ཞེས་བྱའོ། །

དེའི་ཕྱིར་འདི་ནི་ཤེས་པ་ཡི། །

རང་བཞིན་ཡིན་པས་བདག་ཤེས་རུང་། །

དོན་གྱི་རང་བཞིན་གཞན་དག་ལ། །

དེ་ཡིས་ངེ་ལྟར་ཤེས་པར་འགྱུར། །

དཔེར་ན་བདག་ཉིད་གསལ་བའི་ངོ་བོ་ཡིན་པས་རང་གི་ངོ་བོ་གསལ་བར་བྱེད་
པ་ལ་གསལ་བར་འདོད་པ་དེ་བཞིན་དུ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡང་སྤྱོད་བའི་བདག་ཉིད་
ཡིན་པའི་ཕྱིར་རང་རིག་པར་འདོད་དོ། །

ཅི་སྟེ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་ཡུལ་སོ་སོར་རྣམ་པར་རིག་པའི་མཆན་ཉིད་ཡིན་
པས་དེ་ནི་དོན་ཡོངས་སུ་དཔྱད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱང་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་རང་གི་ངོ་བོ་
བཞིན་དུ་དོན་ཀྱང་སྤྱོད་བར་འདོད་དོ་ཞེ་ན།

དེ་ནི་མི་རུང་སྟེ།

དེ་ཡི་རང་བཞིན་གཞན་ལ་མེད། །

གང་གིས་དེ་ཤེས་གཞན་ཡང་ཤེས། །

ཤེས་དང་ཤེས་པར་བྱ་བའི་དོན། །

ཐ་དད་པར་ནི་འདོད་ཕྱིར་རོ། །

ཡོངས་སུ་གཙོ་བོ་ཅེས་བྱ་བའི་ངོ་བོ་དེ་ནི་ཤེས་པའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་སྟེ།
བདེ་བ་ལ་སོགས་པའི་བདེ་བ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ན། དེ་འབྲས་བུ་དེ་གཞན་ལ་
ངེ་ལྟར་ཡོད། འབྲེལ་བ་གང་གིས་ན། འདིའི་འདི་ཞེས་བསྟན་པ་སྤྱོད་བར་འགྱུར། དེ་

ལས་བྱང་བ་དེ་ཙམ་གྱིས་ནི་དོན་སྤྱང་བར་མི་འགྲུབ་སྟེ། མིག་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡང་
ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །

གལ་ཏེ་དོན་ཡང་ཡོངས་སུ་གཙོད་པའི་བདག་ཉིད་དུ་འགྱུར་ལ། རྣམ་པར་
ཤེས་པ་ཡང་དེའི་བདག་ཉིད་ཡིན་ན་ནི། དེ་ལྟ་བུས་ན་དེའི་ཆེ་ཤེས་པའི་དོན་ཡོངས་སུ་
གཙོད་པའི་ངོ་བོ་ཡིན་པས་སྤྱང་བའི་ངོ་བོར་ཐ་མི་དད་པའི་ཕྱིར། ཤེས་པ་རིག་པས་
དོན་རིག་པར་ཡང་འགྱུར་བ་ཞིག་ན། ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པའི་དུག་
གིས་མ་རུངས་པར་བྱས་པའི་བསམ་པ་ཙན་གྱི་ལུགས་ལ་ནི་དེ་མི་སྤིད་དོ། །

དོན་དང་ཤེས་པ་གཉིས་ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་རྣམ་པ་བཞིན་དུ་ཤེས་པ་
ཡང་རིག་པ་མེད་པར་འདོད་པ་དེའི་ལྟར་ན་གཉི་ག་ལ་རིག་པ་མེད་དེ་དོན་དང་ཤེས་པ་
ཞེས་བྱ་བར་འགྲུབ་པར་བསྟན་དུ་མེད་དོ། །ཤེས་པ་ནི་གསལ་བ་ཡིན་ན་གསལ་བ་ནི་
གསལ་བར་མ་གྱུར་ཏེ། གསལ་བ་གསལ་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མི་གཞན་གྱི་དངོས་
སུམ་དུ་འདོད་པའི་དོན་བཞིན་དུ་འདོད་པའི་དོན་ཡང་མངོན་སུམ་དུ་མི་འགྱུར་ལ་རབ་
ཏུ་འབྲེལ་བའི་རྒྱ་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཞན་ཡང་ཤེས་པ་རྣམ་པ་མེད་པའི་སྟོགས་འདི་ནི་ཤེས་པ་རྣམ་པ་དང་
བཅས་པའི་སྟོགས་ཤིན་ཏུ་འབྲེལ་བ་མེད་པས་ཀྱང་ཆེས་དམན་པར་བསྟན་པ།

ཤེས་པ་རྣམ་བཅས་སྟོགས་ལ་ནི། །

དངོས་སུ་དེ་གཉིས་ཐ་དད་ཀྱང་། །

དེ་དང་གཟུགས་བརྟན་འབྲ་བས་ན། །

གདགས་པ་ཙམ་གྱི་ཆོར་བར་རུང་། །

དེས་གཞག་པ་ཤེས་པའི་བདག་ཉིད་ཏུ་གྱུར་པའི་གཟུགས་བརྒྱན་རིགས་པ་
གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་དོན་ཤེས་པ་ལོ། །

དེའི་ཕྱིར་ན་དོན་གྱི་འབྲས་བུ་གཟུགས་བརྒྱན་ཐྱོང་བ་ལ་དོན་གྱི་ཐྱོང་ངོ་ཞེས་
གདགས་སོ། །

དོན་གྱི་རྣམ་པས་བསྐྱར་ལྷན་པའི། །

རྣམ་ཤེས་སུ་ཞིག་མི་འདོད་པ། །

དེ་ལ་ཕྱི་རོལ་རིག་པ་ཡི། །

རྣམ་པ་འདི་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །

རིག་པ་མེད་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་པས་རིག་པའི་དོན་གྱི་དངོས་པོ་ནི་དོན་ལས་
རིང་ཏུ་གྱུར་པ་ཉིད་དོ། །

འབྲེལ་པའི་རྒྱ་གཟུགས་བརྒྱན་ཡང་ཁས་མི་ལེན་པས་གདགས་པ་ཡང་མི་
སྲིད་དོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལྟ་ན་ཤེས་པ་རྣམ་པ་དང་བཅས་པ་ཉིད་ཏུ་ནི་རྩང་ངོ། །དེ་ཡང་དེ་
ལྟ་མ་ཡིན་ཏེ། །

འདི་ལ་ཡང་།

ཤེས་གཅིག་ཐ་དད་མ་ཡིན་པས། །

རྣམ་པ་མང་པོར་མི་འགྱུར་ཏེ། །

དེ་ཕྱིར་དེ་ཡི་མཐུ་ཡིས་ནི། །

དོན་ཤེས་འགྱུར་པར་གཞག་པ་མེད། །

འི་མོ་རྒྱུང་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་དམིགས་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་ནི་སྟོན་པོ་
དང་། སེར་མོ་ལ་སོགས་པ་སྟོད་ཡུལ་གྱི་བྱེ་བྲག་རི་སྟེང་པ་དེ་སྟེང་གྱི་གངས་གྱི་བྱེ་
བྲག་གི་རྣམ་པ་གདོན་མི་ཟ་བར་འབྱུང་ངོ་། །

དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་ཤེས་པ་དེ་དང་མཐུན་པར་མི་འགྱུར་རོ། །རྣམ་པ་དེ་དག་གི་སྣ་
ཚོགས་པ་འདི་ནི་རིག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཅིག་དང་ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་
པའི་ཕྱིར་ཤེས་པ་དེའི་རང་གི་ངོ་བོ་བཞིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་རྣམ་པ་སྣ་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱས་དེ་
ལ་འདི་ནི་སྟོན་པོ་འོ། །འདི་ནི་སེར་པོའོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དོན་སྣ་ཚོགས་རིག་
པའི་རྒྱ་རྣམ་པ་སྣ་ཚོགས་སུ་རྣམ་པར་གཞག་པ་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །

ཅི་སྟེ་ཡང་གསལ་བར་མངོན་སུམ་དུ་བྱས་པ་རྣམ་པ་སྣ་ཚོགས་ཡོད་པར་ངེས་
པར་ཁས་ཁྲུང་དུ་ངེས་སོ་ཞེ་ན།

དེ་ལྟ་ན་ཡང་།

རྣམ་པ་རྣམས་དང་མ་བྲལ་བས། །

རྣམ་ཤེས་གཅིག་དུ་མི་འགྱུར་རོ། །

དེ་ལྟ་ཡིན་ན་འདི་གཉིས་ལ། །

གཅིག་ཅེས་རི་སྐྱད་བརྗོད་པར་བྱ། །

རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་རྣམ་པ་དུ་མ་དང་ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་པའི་ལུས་ཡིན་ན་ནི།
རྣམ་པ་དེ་དག་གི་བྱེ་བྲག་བཞིན་དུ་དུ་མར་འགྱུར་རོ། །

གལ་ཏེ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་གཅིག་སུ་ཁོ་ནའི་རང་བཞིན་ཡིན་ལ། རྣམ་པ་ནི་
དུ་མ་ཡིན་ན་དེའི་ཆེ་འགལ་བའི་ཆོས་སུ་གནས་པས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཉིས་ཐ་དད་

བ་མ་ཡིན་པར་ནི་འགལ་ལོ། །

འདི་ལྟར་འདོད་དེ།

དཀར་པོ་དག་ལ་སོགས་པ་ལ། །

ཤེས་པ་དེ་ནི་རིམ་འབྱུང་སྟེ། །

མགྲོགས་པར་འབྱུང་བྱིར་སྒྲན་པོ་དག །

ཅིག་ཅར་སྦྲུལ་དུ་ཤེས་པ་ནི། །

མེ་ཏོག་ལྷན་ལའི་འདབ་མ་བརྒྱ་འཕེགས་པ་བཞིན་དུ། ཤིན་ཏུ་སྦྲུང་བའི་བྱིར་
རིམ་གྱིས་དངོས་པོ་ལ་ཡང་ཅིག་ཅའོ་སྦྲུལ་དུ་ཤེས་སོ་ཞེས་འཛེར་ཏེ། དཔེར་ན་
མགལ་མའི་འཁོར་ལོ་མཐོང་བ་བཞིན་ཏེ། མཐོང་བ་དེ་ནི་སྦྲུང་དུ་བསྐྱོར་བའི་བྱིར་རོ་
ཞེས་ཟེར་རོ། །

གལ་ཏེ་དེ་ལྟར།

ལྷག་མའི་སྒྲ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲོ། །

རབ་ཏུ་མགྲོགས་པར་འབྱུང་ཡིན་ན། །

དེ་བྱིར་ཅིག་ཅར་འབྱུང་བ་ཡི། །

འདིར་ཡང་ཅི་བྱིར་འབྱུང་མི་འགྲུབ། །

ལྷག་མ་དང་། ཏ་ལ་དང་། མཚོ་དང་། རོ་བོ་བ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡི་
གའི་འབྱུང་ཡུལ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲོ་དག་ཀྱང་རབ་ཏུ་མགྲོགས་པར་འབྱུང་དུ་འབྲས་སྟེ། དེ་
བས་ན་མགྲོགས་པར་འབྱུང་བའི་བྱིར་རིམ་པར་བརྒྱུད་པ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ཅིག་ཅར་

དུ་ཅིའི་ཕྱིར་མི་ཤེས། རྒྱ་འབྲ་བའི་འབྲས་བུ་ནི་ཐ་དད་པར་མི་རིགས་ཏེ། རྒྱ་མ་ཡིན་
པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །

ཡིད་གྱི་ཏྲོག་པ་འབའ་ཞིག་ལའང། །

རིམ་དུ་ཤེས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །

རིང་དུ་གནས་པ་མ་ཡིན་པས། །

མྱོ་ནམས་ཀྱན་ཀྱང་མཐོགས་འབྱུང་འདྲ། །

སེམས་པ་དང་དཔྱོད་པ་ལ་སོགས་པའི་དུས་ན་འབྱུང་བ་ཅན་རིགས་མི་འདྲ་བ་
མིག་ལ་སོགས་པའི་ཤེས་པ་དང་མ་འདྲེས་པ་བར་ཆད་མེད་པ་འབྱུང་བ་ཡང་གསལ་
བར་མཐོགས་པར་འབྱུང་ན་ཅིའི་ཕྱིར་ཅིག་ཅར་དུ་མི་ཤེས། གཅིག་དུ་ན་འདིའི་ཕྱིར་
སྐྱར་དུ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་ལེན་དུ་མི་རུང་སྟེ། པ་རོལ་གྱི་ཕྱགས་
ལས་ཀྱང་རབ་དུ་སྐྱར་དུ་འཛིག་པ་དང་ལྷན་པའི་མྱོ་ནམས་ནི་གང་ཡང་ཡུན་རིང་དུ་
གནས་པ་མེད་དོ་ཞེས་འབྱུང་སྟེ།

དེ་ཕྱིར་ཡུལ་ནམས་ཐམས་ཅད་ལ། །

རིམ་གྱིས་འཛིན་པར་མི་འགྱུར་གྱི། །

ནམ་པ་དག་ནི་ཐ་དད་ལྟར། །

ཅིག་ཅར་འཛིན་པར་སྒྲུང་བར་འགྱུར། །

དེའི་ཕྱིར་མཐོགས་པར་བྱེ་བྲག་མེད་པའི་ཕྱིར། དོན་ཐམས་ཅད་འཛིན་པ་ལ་
ནམ་པའི་བྱེ་བྲག་བཞིན་དུ་རིམ་པ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་བ་བཞྌོག་པར་དགའོ། །

རྒྱ་རྒྱུ་བ་ཐམས་ཅད་དུ་འབྲ་བའི་འབྲས་བུ་མི་འབྲ་བ་ནི་མི་རིགས་ཏེ། རྒྱ་མ་
ཡིན་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བར་སྒྲར་བ་ཤད་ཟིན་ཏོ། །མགལ་མེའི་འཁོར་ལོ་མཐོང་བའི་དཔེ་
ཡང་རུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ།

འདི་ལྟར།

མགལ་མེ་ལ་ཡང་ཅིག་ཅར་དུ།
འཁོར་ལོར་སྒྲར་བའི་འབྲས་བུ་འབྱུང་། །
གསལ་བར་རབ་དུ་སྒྲར་བའི་བྲིད།
མཐོང་བས་མཆམས་སྒྲོར་མ་ཡིན་ལོ། །

ཅི་གསལ་བར་སྒྲར་བ་དང་མཆམས་སྒྲོར་བ་འགལ་ལམ། འགལ་ཏེ།

འདི་ལྟར་མཆམས་རྒྱམས་སྒྲོར་བ་ནི། །
བྲན་བས་བྲེད་བ་ཉིད་ཡིན་གྱི། །
མཐོང་བས་མ་ཡིན་འདས་བ་ཡི། །
ཡུལ་ལ་འཛིན་བ་མིན་བྲིར་རོ། །

བྲན་བ་ནི་ཡུལ་དུ་བྲས་བ་ཉིད་མཆམས་སྒྲོར་ཏེ། མ་ཟིན་པ་ལ་ནི་མཆམས་
སྒྲོར་བར་མི་རུས་པའི་བྲིར་རོ། །

དེས་ཅིར་འགྱུར་སྒྲུས་པ།

དེ་ཡི་ཡུལ་དུ་གང་འགྱུར་བ། །
དེ་ནི་ཞིག་པས་གསལ་མ་ཡིན། །

དེ་ཕྱིར་འཁོར་ལོར་སྒྲུང་བ་འདི། །

གསལ་བ་མ་ཡིན་འགྲུར་བའི་རིགས། །

འཇམ་བཞི་མ་ཐུན་ན་འདུག་པའི་དངོས་པོ་ལ་ཡང་ཤིན་ཏུ་གསལ་བར་རྟོགས་པ་
མ་ཡིན་ནོ། །

དེའི་བདག་ཉིད་དུ་གྱུར་བ་མགལ་མེད་འཁོར་ལོ་མཐོང་བ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་
འགྲུར་བའི་རིགས་ན། མགལ་མེ་ལ་ནི་འཁོར་ལོར་གསལ་བར་སྒྲུང་བ་འདི་ཡང་སྒྲུང་
ངོ། །ཟུགས་ལའི་འདབ་མ་བརྒྱ་ཅིག་ཅར་ཐིགས་བར་ཤེས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་
གསལ་བར་སྒྲུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། ཅིག་ཅར་དུ་ཐིགས་སོ་སྟུང་བ་ལ་ནི་ཆད་མའི་གཞོད་
བ་ཡང་ཡོད་པའི་ཕྱིར་དེ་ལ་ཅིག་ཅར་ཡང་མ་ཡིན་པར་གནས་པར་རིགས་ཏེ། ཞིབ་བ་
ཅེ་གཅིག་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་མིག་དང་ལྡན་པ་དག་ནི་དེ་ལ་རིམ་དུ་ངེས་པར་བྱེད་
དོ། །མང་སོ་དག་བྱེད་པ་གཅིག་པ་གཅིག་གིས་འཐིགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་རིམ་
གྱིས་འགྲུར་ཏེ། དཔེར་ན་ཟངས་ཀྱི་སྒྲེགས་མ་ལ་སོགས་ལྟ་བུ་སྟེ། ཟུགས་ལའི་འདབ་མ་
མང་སོའི་འཐིགས་པ་འདི་ཡང་མེད་བྱེད་པ་གཅིག་གིས་བྱས་པས་རྗེས་སུ་དཔོག་གོ། །

གང་དག་རིགས་མ་ཐུན་པའི་ཤེས་པ་རྣམས་ཀྱང་རྣམ་པའི་གངས་བཞིན་དུ་རི་
མོའི་གཞི་ལ་སོགས་པ་ལ་ལྡན་ཅིག་ཏུ་མང་དུ་འབྱུང་སྟེ། གཟུགས་དང་སྒྲུ་ལ་སོགས་
པའི་ཤེས་པ་རིགས་མི་མ་ཐུན་པ་བཞིན་ནོ་སྟུང་དུ་སེམས་པ་དེ་དག་གི་འཕགས་བསྟན་
པར་བྱའོ། །

རི་མོའི་གཞི་རྣམས་མཐོང་བའི་ཆོ། །

དེ་ལ་དེ་བཞིན་སེམས་མང་སོ། །

ཅི་སྟེ་ཅིག་ཅའི་ཚུལ་གྱིས་སྟུ། །

འབྱུང་བར་འབྱུང་བར་འདོད་ན་གོ། །

གལ་ཏེ་དེ་ལྟ་ན།

དེ་ལྟ་ཡིན་ན་དཀར་ལ་སོགས། །

ནམ་པ་སྣ་གཅིག་ཤེས་པ་ཡང་། །

ཐོག་མ་དབྱུས་མཐའ་བ་དད་པས། །

དམིགས་པ་སྣ་ཆོགས་ཉིད་དུ་འབྱུང། །

ཇི་ལྟར་སྟོན་པོ་དང་དཀར་པོ་ལ་སོགས་པ་ནམ་པ་མང་པོ་དེ་བཞིན་དུ་གཅིག་
ཕྱར་འདོད་པ་དཀར་པོ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡང་ཚུ་རོལ་དང་། བ་རོལ་དང་དབྱུང་གི་ཆའི་
ངོ་བོའི་ནམ་པ་མང་པོ་ཉིད་དེ། དེ་ལ་ཡང་དེའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་ཤེས་པ་དུ་མ་ཉིད་དུ་
འབྱུང་རོ། །

དུ་མར་འདོད་དོ་ཞེ་ན། འོ་ན་གཅིག་ཕྱར་གྱུར་པ་གང་ཡིན། གང་ཡན་ལག་
མེད་པའི་རྩལ་གྱི་ཡུལ་འཛིན་པ་སྟེ། ཡུལ་དེའི་ཡན་ལག་ནམ་པར་དབྱེ་བར་ངེས་པར་
བྱེད་པ་ནི། ཤིན་ཏུ་ཞིབ་པའི་ཤེས་རབ་ཅན་ནམས་ཀྱིས་ཀྱང་མི་རུས་སོ། །

ལྟ་བུ་དེ་ཡང་སྟོང་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པར་བརྗོད་པ།

རྩལ་ཐན་བདག་ཉིད་དཀར་ལ་སོགས། །

གཅིག་ཕྱའི་བདག་ཉིད་ཆ་མེད་པ། །

ཤེས་པ་གང་ལ་འང་སྣང་གྱུར་པར། །

བདག་གིས་རབ་རྩ་ཆོར་བ་མེད། །

བདག་གིས་རབ་རྩ་སེམས་བརྟུང་གྱང་། ཆ་ཤས་ཐམས་ཅད་གྱིས་སྟོང་བའི་
རྩལ་མ་མཐོང་སྟེ། མ་མཐོང་བཞིན་དུ་དེ་ཁས་སྦངས་ཤིང་བདག་ལ་ངེ་ལྟར་བསྟུ། ཉིག་
བ་དང་ལྷན་བ་རྣམས་གྱིས་ཡོད་པར་ཁས་ལེན་བའི་རྒྱ་ནི་དཔེགས་བ་ཡིན་ན། དེ་ནི་དེ་
མེད་པས་རྩང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་བཙུག་མ་དང་བཙུག་མ་མ་ཡིན་བའི་བྱི་མ་ལེབ་ཁྲ་བོ་ལ་སོགས་
ངེ་ལྟར་གཅིག་ཤིང་བདག་ཉིད་མ་ཡིན་བ་དེ་བཞིན་དུ་རྣམ་བ་སྣ་ཆོགས་བའི་རྣམ་བར་
ཤེས་བ་དེ་ཡང་གཅིག་ཤིང་རང་བཞིན་དུ་གདགས་བ་མ་ཡིན་པར་འཐད་བ་མེད་དོ། །

འོན་སྣ་ཆོགས་མ་ཡིན་བའི་རྣམ་བར་ཤེས་བ་གང་ཡིན་བ་དེ་གཅིག་ཤིང་རང་
བཞིན་དུ་འགྱུར་དོ། །

དེ་ཡང་དེ་ལྟར་མི་རྩང་སྟེ། ཐམས་ཅད་གྱི་ལྟ་བ་རྣམས་ལ་ཡང་། དེ་ལ་སྣ་
ཆོགས་སྦང་བས་ཡུལ་དུ་མ་ཡོད་དེ་འདི་ལྟར་རེ་ཞིག་རང་གི་སྟེ་བའི་འཇགས་ལས།

རྣམ་ཤེས་ལྟ་ཡི་ཁམས་རྣམས་ནི། །

བསགས་ལ་དཔེགས་བའི་རྣམ་བ་ཡིན། །

སེམས་དང་སེམས་བྱུང་དཔེགས་བ་ནི། །

རྒྱག་པར་གཞག་པར་བྱས་བ་ཡིན། །

དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་ལ་བརྟེན་བ་རྣམ་བར་ཤེས་བའི་ཁམས་ལྟའི་ཡུལ་ནི་
རྩལ་སྤྲ་རབ་དུ་མ་འདུས་བ་ཡིན་པས། རྣམ་བ་དེ་སྟོན་གྱི་རྗེས་སུ་འགྲེལ་བའི་བྱིར་སྣ་
ཆོགས་ཉིད་ལས་མི་འདའོ། །

ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡང་དེ་དང་དོན་མཐུན་ཏེ། དེ་དང་བྱུང་བ་དང་བདེ་
བ་གཅིག་པའོ། །ཆོས་ཀྱི་ཁམས་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་མ་ཡིན་པ་དང་། འདུས་མ་བྱས་
ཀྱང་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར་ཆོར་བ་ལ་སོགས་པ་ཕྱང་སོ་གསུམ་ཙམ་གྱི་བདག་ཉིད་དེ།
དེ་ལ་དམིགས་པའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་འབའ་ཞིག་ལ་
མི་འཛིན་གྱི། སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་ཆོགས་ལ་དམིགས་ཏེ། དེའི་གངས་
སྟེང་གྱི་རྣམ་པ་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་སྣ་ཆོགས་ཉིད་ལས་མི་འདའོ། །

གང་དག་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་གསུང་རབ་ལེགས་པར་གསུངས་པ་འདི་
ལས་ཕྱི་རོལ་དུ་གནས་པ་གཟེགས་ཟན་དང་སེར་སྐྱ་ལ་སོགས་པའི་ལྷགས་ལ་འཆེལ་
ལ། འབྲས་བུའི་རྩ་ལ་སོགས་པ་དོན་གཅིག་གི་ཡུམ་ཤེས་པར་སྦྱ་བ་དེ་དག་གི་
ལྷགས་ལྟར་ན། དོན་གཅིག་ཕྱི་དེའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཅིག་ཕྱི་བདག་ཉིད་དུ་འགལ་
བ་མེད་དོ་ཞེ་ན།

མི་རུང་སྟེ་འདི་ལྟར།

ཕྱི་གཞུང་རྣམས་ལ་འང་རྣམ་ཤེས་ནི། །

གཅིག་དུ་སྦྲང་བར་མི་རིགས་ཏེ། །

ཡོན་ཏན་ལ་སོགས་ལྡན་པ་ཡིས། །

རྩ་ལ་སོགས་པ་དམིགས་ཕྱིར་རོ། །

དེ་དག་ནི་གཞུགས་ལ་སོགས་པ་ཡོན་ཏན་རྣམས་དང་། བསྐྱོད་པ་ལ་སོགས་
པ་ལས་རྣམས་དང་། ལག་པ་ལ་སོགས་པ་རང་གི་ཡན་ལག་རྣམས་དང་། སྤྱི་ལ་
སོགས་པ་དང་ལྡན་པའི་ལྷས་ལ་སོགས་པའི་རྩ་ལ་དམིགས་སོ་ཞེས་སྦྱ་སྟེ། ཡོན་

ཏན་ལ་སོགས་བ་ཡང་རྩལ་ལ་སོགས་བ་དང་ལྡན་ལོ་ཞེས། །དེ་དག་གི་ལྷགས་སྟར་ན་
ཡང་རྣམ་པར་ཤེས་བ་ལ་དོན་དུ་མ་སྤང་བ་ཉིད་དོ། །

རྒྱལ་བ་བ་དང་། རྒྱལ་དཔོག་བ་རྣམས་ཀྱི་སྟར་ན་ཡང་།

མོར་བྱ་གཞི་ཡི་བདག་ཉིད་སྟར། །

དངོས་སོ་ཀུན་ཤེས་སྟར་བ་ལ། །

དེ་ལ་འཇིན་པའི་སེམས་ཀྱང་ནི། །

གཅིག་ཤུའི་ངོ་བོར་སྤང་མི་རིགས། །

དེ་དག་སྤྲོ་བ་ནི། དུ་མའི་ངོ་བོའི་དངོས་སོ་ལ། །བརྗོད་པར་འདོད་པ་ངོ་བོར་
འདོད། །ཅིག་ཅའམ་རིམ་གྱིས་ཚུལ་གཉིས་ལས། །ཆོག་གི་བྱ་བ་གཞན་མེད་
དོ། །དཔེར་ན་ཁ་བོའི་ཁ་དོག་ལས། །རི་སྟར་འདོད་བཞིན་ཁ་དོག་འཇིན། །དེ་བཞིན་
དངོས་ལ་སྤྲོ་ཆོགས་ཤིང་། །ཐ་དད་ཐ་དད་མིན་པར་རྟོག་ །ཅེས་ཟེར་དོ། །

ཡུལ་སྤྲོ་ཆོགས་ལ་རྣམ་པར་ཤེས་བ་སྤྲོ་ཆོགས་མ་ཡིན་བ་སྤང་བ་ནི་མི་རིགས་
ཉི། དེ་དག་དང་མཐུན་པར་མི་འཇུག་པས་མི་འཇིན་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་དོ། །

སྟེ་ཁྱེ་མའི་སྟར་བའི་རྩལ་སྤྲོ་འབྱང་བ་ལ་སྤྲོས་པ།

ས་ལ་སོགས་བ་འདུས་བ་ལ། །

ཡུལ་དང་དབང་སོར་ཀུན་འཇོག་པར། །

སྤྲོ་འདོད་དེ་ཡི་ལྷགས་ལ་ཡང་། །

དངོས་སོ་གཅིག་དང་མཐུན་འཇུག་མེད། །

དེ་ནི་དེ་འཛིན་ཅི་ལྟར་འདོད། །

ཡུལ་ཅི་ལྟར་གནས་པའི་རང་བཞིན་དང་མཐུན་པར་འབྲུག་ན་རྣམ་པར་ཤེས་
པ་དམིགས་པ་འཛིན་པར་འགྱུར་གྱི་གཞན་དུ་ན་དོན་གཞན་བཞིན་དུ་ཡུལ་དུ་འདོད་པ་
ཡང་ཡུལ་དུ་མི་འགྱུར་ཏེ། སྤྱི་ལ་སོགས་པ་ནི་གསུམ་གྱི་རང་བཞིན་ཡིན་ལ་རྣམ་པར་
ཤེས་པ་ནི་གཅིག་གི་ངོ་བོ་དང་མཐུན་པར་འབྲུག་སྟེ་དེ་དང་མཐུན་པར་མི་འབྲུག་པའི་
ཕྱིར་རོ། །

གསང་བ་པ་གང་དག

ཕྱི་རོལ་ཡུལ་རྣམས་མེད་པར་ཡང་། །

སྤྱི་ཆོགས་སྤང་ལ་ཉག་པ་སྟེ། །

ཅིག་ཅའམ་ཅི་སྟེ་རིམ་འབྱུང་བའི། །

རྣམ་ཤེས་རུང་བ་ཤིན་ཏུ་དགལ། །

ཅི་སྐད་བརྗོད་པ་དེ་དག་གི་ཕྱོགས་ལ་ཡང་སྤྱི་ཆོགས་སུ་སྤྱི་བ་ཉིད་དེ། འདི་
ལྟར་སྟོན་པོ་དང་སེར་པོའི་རྣམ་པ་དུ་མ་ཅིག་ཅར་སྤང་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་རྣམ་པ་
དུ་མ་དག་དང་ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྣམ་པ་དེའི་རང་གི་ངོ་བོ་བཞིན་དུ་དུ་མར་
འགྱུར་རོ། །

རིམ་པ་ཡང་གཟུགས་དང་སྤྱི་ལ་སོགས་པར་སྤང་བ་ནི་གཏན་ཆོགས་དང་དཔེ་
གཉིས་པོ་འདི་དག་ཉིད་ཀྱིས་དུ་མར་འགྱུར་བ་ལས་མི་འདའ་བ་ཉིད་དོ། །གཞན་དུ་ན་
འདི་གཉིས་གཅིག་ཏུ་ཅི་ལྟར་བརྗོད་དེ་ཉེས་པ་སྤྱི་མ་བཞིན་ནོ། །

རིམ་གྱི་ཕྱོགས་ལ་ཉེས་པ་གཞན་འདི་ཡང་ཡོད་དེ། རྣམ་པ་གཅིག་རིག་པར་

འདོད་པ་ན་དེ་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཐ་མི་དད་པའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེའི་རང་གི་
ངོ་བོ་ལྟ་བུའམ། འདོད་པའི་རྣམ་པ་ལྟ་བུར་སྡུ་མ་དང་ཕྱི་མའི་རྣམ་པ་ཡང་རིག་པར་
འགྱུར་ཏེ། དེ་གཉིས་ཀྱང་འདུག་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ནམ་མཁའ་དང་སོ་སོར་བརྟགས་པས་འགོག་པ་ལ་སོགས་པ་གང་དག་ཀྱང་
རྫོབ་ཏུ་ཡོད་པར་བརྟེན་པ་དེ་དག་འཇིག་པའི་ཤེས་པ་ནི་སྣ་ཆོགས་སུ་སྤང་བ་མ་ཡིན་
པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།

དེ་ལྟར་ཡང་མ་ཡིན་པར་བརྟེན་པ།

ནམ་མཁའ་ལ་སོགས་ཤེས་པ་དག །

མིང་ཅམ་དུ་ནི་སྤང་བ་རྣམས། །

ཡི་གེ་དུ་མ་སྤང་བའི་ཕྱིར། །

སྣ་ཆོགས་སྤང་བར་གསལ་བ་ཡིན། །

མིང་དང་འབྲེལ་བའི་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་གཟུགས་བརྟན་མ་གཏོགས་པར་དེ་ལ་
ཆ་མེད་པའི་ངོ་བོ་སྤང་བ་ཅམ་གང་ཡང་མི་དམིགས་སོ། །

ཁས་སྒྲངས་དེ་ཡང་བརྟེན་པར་བྱའོ། །

རྣམ་ཤེས་སྣ་ཆོགས་མིན་སྤང་བ། །

འགའ་ཞིག་ཡོད་པར་བཞུགས་ན་ཡང་། །

འོན་ཀྱང་ཡང་དག་གཞག་མི་རུང་། །

མཚན་ཉིད་བཅས་ལ་གཞོད་མཐོང་ཕྱིར། །

མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ལ་ནི་གཞོད་པ་དམིགས་ཏེ། དེའི་མཚན་ཉིད་སྤྱད་པུང་
བའི་ཕྱིར་ཐམས་ཅད་དུ་དབྱུགས་མི་ཕྱིན་རྟོ། །

དེ་ལྟར་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཕྱོགས་རྣམས་ལ་ཡང་།

དེའི་ཕྱིར་སྣ་ཆོགས་སྣང་བ་ཡི། །

རྣམ་ཤེས་རྣམ་པ་ཀྱན་ཏུ་གནས། །

དེ་ནི་རྣམ་པ་ཐ་དད་ལྟར། །

གཅིག་ཤུའི་རང་བཞིན་མི་རིགས་སོ། །

སྐབས་ཀྱི་མཐུག་སྤྱད་དོ། །

ཡང་འདིར་གསུངས་པ། སོར་མོ་ཆོགས་རྣམས་ལས་གཞན་མིན། །གཞན་མ་
ཡིན་པ་ཡོད་མ་ཡིན། །དེ་ལྟར་མ་གྲུབ་ཆོགས་སོགས་མེད། །དེ་ཕྱིར་ཆོགས་པ་ཅམ་
ཡང་མེད། །ཆོགས་པ་དང་ནི་བཅས་པ་ཡི། །སོར་མོ་ལ་སོགས་རྣམས་ཀྱིས་
ནི། །དངོས་སོ་ཐམས་ཅད་མེད་པར་བསྟན། །ཆོགས་མ་གཏོགས་པའི་དངོས་སྤྱ་
མེད། །དེ་ལྟར་དོན་གཅིག་ཤེས་ཀྱི་ཤེད་པ། །སློབ་ཀྱི་གང་དུ་བཟླས་པར་བྱ། །སེམས་བྱུང་
ཆོགས་དང་བཅས་སེམས་ཀྱི། །དམིགས་པ་གཅིག་འདིར་རི་ལྟར་འབྱུང། །

རང་གི་སྤྱེ་བ་སེམས་ཅམ་གྱི་ཚུལ་ལ་བརྟེན་པ་སློབ་ཀྱིས་དཀར་བ་གང་དག་རྣམ་
པར་ཤེས་པ་ནི་མ་ཐུན་པའི་བག་ཆགས་ཡོངས་སུ་སློབ་པ་ལ་རག་ལས་ནས་འབྱུང་སྟེ།
བྱུང་མ་ཐག་ཏུ་འཇིག་པ་དང་དོན་དུ་ཆོར་བར་བྱ་བ་དང་ཆོར་བ་པོའི་རྣམ་པ་མེད་དོ་
ཞེས་སྒྲུབ་དེ་དག་གི་ཕྱོགས་ལ་དོགས་པ་བསྟུ་སྟེ།

ཅི་སྟེ་ཐོག་མ་མེད་རྒྱུད་ཀྱི།

བག་ཆགས་སྒྲིན་པས་སྦྱལ་བ་ཡི།

ནམ་པ་དག་ནི་སྤང་བ་ཡང་།

ཁོར་བས་སྦྱ་མའི་རང་བཞིན་འདྲ།

གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་སྦྱེ་མཆེད་ཀྱི་རྒྱལ་ཕྱ་རབ་ནམས་དང་རྩལ་དང་ཡོན་
ཏན་ལ་སོགས་པ་མཆོག་དང་མཆོག་མ་ཡིན་པའི་ལྟ་བའི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་ནམས་
ཀྱིས་བརྗོད་པ་དག་མི་རིགས་པ་དང་ཆོར་བར་བྱ་བ་དང་ཆོར་བ་པོའི་མཆན་ཉིད་དང་
ཡང་བྲལ་བའི་བྱིར་བྱི་ཟེའི་བྱོར་བྱེར་དང་། མགལ་མེད་འཁོར་ལོ་དང་། སྦྱལ་བ་དང་།
མི་ལམ་དང་། སྦྱ་མ་དང་། རྩ་རྩུ་ལྟ་བུ་ཁོན་སྟེ། དམིགས་པ་བདེན་པར་འདོད་པའི་
ཤེས་པ་ལ་སྤང་བའི་ནམ་པ་འདི་དག་ཀྱང་ཐོག་མ་མེད་པའི་སྲིད་པར་འབྱུང་བ་ཅན་
དངོས་སོ་ལ་མཛོན་པར་ཞེན་པའི་བག་ཆགས་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པའི་མཐུས་སྤང་ངོ་།

དེ་དག་འོན་ཀྱང་དེ་དག་གི།

དངོས་དེ་ཡང་དག་ཉིད་དམ་ཅི།

འོན་ཏེ་མ་བརྟགས་གཅིག་བྱ་ན།

དགའ་བར་ཁས་ལེན་འདི་བསམ་མོ།

ཐུགས་འདི་ནི་ཆད་མ་དང་ཕྱང་ཤིན་ཏུ་གསལ་བས་ཤེས་པར་བྱ་བ་དང་།
དམིགས་པ་ཅན་མཐའ་ཡས་པ་དག་གི་མཛོན་པར་ཞེན་པ་བར་པའི་གཉེན་སོ་ཡང་ཡིན་
པས་ཤིན་ཏུ་དཀར་བ་སྟེ་འདི་ལྟར་རྒྱལ་ཕྱ་རབ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པ་དག་དགག་པར་
བྱེད་པ་དང་ཆོར་བར་བྱ་བ་དང་ཆོར་བ་པོའི་མཆན་ཉིད་དང་འགལ་བ་ཡང་སྟོན་པ་

སྤར་བཤད་པའི་ཚད་མ་ནི་ཚུལ་འདི་རབ་རྩ་གསལ་བར་བྱེད་པའོ། །

ཚུལ་འདི་ནི་ལུང་དང་ལྡན་པ་ཡང་ཡིན་ཏེ། ལང་ཀར་གཤེགས་པའི་མདོ་ལས།
ཐོག་མ་མེད་པའི་སྒོས་བསྒོས་པས། །སེམས་ནི་གཟུགས་བརྟན་ལྟ་བུ་སྟེ། །དོན་གྱི་
རྣམ་པར་སྤང་ཡང་ནི། །ཡང་དག་ཇི་བཞིན་དོན་མཐོང་མེད། །གང་ཟག་རྒྱ་དང་ཕུང་པོ་
དང་། །རྒྱུན་དང་དེ་བཞིན་རྩལ་རྣམས་དང་། །གཙོ་བོ་དབང་ལྷག་བྱེད་པ་དང་། །སེམས་
ཅམ་པོ་ལས་རྣམ་པར་བརྟགས། །དོན་ཡོད་མ་ཡིན་སེམས་ཉིད་དེ། །ཕྱི་རོལ་དོན་མཐོང་
ལོག་པ་ཡིན། །རིགས་པས་རྣམ་པར་བལྟས་ན་ནི། །གཟུང་དང་འཛིན་པ་འགག་པར་
འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

མཁས་པ་དག་ཚུལ་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་བདག་དང་བདག་གི་དང་གཟུང་བ་དང་
འཛིན་པ་རབ་རྩ་དབྱེ་བ་དང་བཅས་པ་རྣམས་ལ་བྱིན་ཅི་ལོག་རྩ་གྲུབ་པ་རྣམས་སེལ་
ཏོ། །

འོན་ཀྱང་འདི་ལ་དབྱེད་པར་བྱ་བ་ཅུང་ཟད་ཅམ་འདི་ཡོད་དེ། ཅི་རྣམ་པ་དེ་དག་
དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཡིན་ནམ་འོན་ཏེ་ཅི་གཟུགས་བརྟན་ལ་སོགས་པ་ལྟར་མ་བརྟགས་པ་
གཅིག་སྟེ་དགའ་བ་ཞིག་ཡིན།

འདིས་ཅིར་འགྱུར།

གལ་ཏེ་ཡང་དག་རྣམ་པར་ཤེས། །

དུ་མར་འགྱུར་རོ་ཡང་ན་ནི། །

དེ་དག་གཅིག་འགྱུར་འགལ་ལྡན་པས། །

གདོན་མི་ཟ་བར་སོ་སོར་འགྱུར། །

ཡང་དག་པའི་རྣམ་པ་དང་ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་པས་རྣམ་པའི་རང་གི་ངོ་མོ་བཞིན་
དུ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དུ་མར་འགྱུར་བའམ་ཡང་ན་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཅིག་ཟུ་དང་ཐ་མི་
དད་པས་རྣམ་པ་རྣམས་ཀྱང་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རང་གི་ངོ་མོ་བཞིན་དུ་གཅིག་ཟུ་ཉིད་
དུ་འགྱུར་བ་བསྒྲིག་པར་དགའོ། །

འགལ་བའི་ཆོས་གནས་པ་ཉིད་པས་དོན་དམ་པར་ན་རྣམ་པ་དང་རྣམ་པར་
ཤེས་པ་ཉིད་ཐ་དད་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ། །

ཉེས་པ་གཞན་ཡང་བརྗོད་པ།

རྣམ་པ་ཐ་དད་མ་ཡིན་ན། །

གཡོ་དང་མི་གཡོ་ལ་སོགས་པ། །

གཅིག་གིས་ཐམས་ཅད་གཡོ་ལ་སོགས། །

ཐལ་བར་འགྱུར་ཏེ་ལེན་གདབ་དགལ། །

ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་
བས་ན་གལ་ཏེ་རྣམ་པ་གཅིག་གཡོ་བ་ལ་སོགས་པའི་བྱེད་པ་ཟེན་ཏམ། སེར་ཕོ་ལ་
སོགས་པའི་བདག་ཉིད་དུ་གྱུར་ན་སྟག་མ་རྣམས་ཀྱང་རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུར་འགྱུར་རོ། །དེ་
སྟེ་མ་ཡིན་ན་གདོན་མི་ཐ་བར་སྣ་ཆོགས་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ། །

ཐལ་བ་འདི་ནི་ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་གྱི་ཕྱོགས་ལ་ཡང་རྣམ་པ་དང་བཅས་པའི་ཤེས་
པ་ཁས་ལེན་ན་མཚུངས་པ་རབ་དུ་སྟོན་ཏེ།

ཕྱི་རོལ་དོན་གྱི་ཚུལ་ལ་ཡང་། །

དེ་ལྟར་རྣམ་པར་མ་བྲལ་ན། །

གཅིག་གི་ཆོས་སུ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། །

འབྲུག་པར་འགྱུར་ཏེ་བརྒྱུག་པ་མེད། །

མི་མ་ཐུན་པའི་ཆོས་སུ་གནས་ན་ནི་དེ་ཉིད་ངེས་པར་ཐ་དད་པར་འགྱུར་
རོ། །གང་དག་བདེ་བ་ལ་སོགས་པ་ལྟར་སྟོན་པོ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པ་རྣམས་ཀྱང་
སྟུང་བའི་བདག་ཉིད་ཁོ་ན་སྟེ་ཤེས་པ་དེ་དག་ནི་མངལ་དེ་དག་ཀྱང་རིགས་མ་ཐུན་པ་
ཤ་སྟག་སྟེ། རིགས་མི་མ་ཐུན་པའི་ཤེས་པ་བཞིན་དུ་འབྱུང་ངོ་ཞེས་སྟེ་བདེ་དག་གི་ནི་
གང་སྟེ་སྤྱི་མེད་པར་སེམས་གཉིས་འབྱུང་བ་འདི་ནི་གནས་མ་ཡིན་ཏེ་གོ་སྐབས་མེད་
ངོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྒྱད་
གཅིག་པའོ་ཞེས་བྱ་བའི་ལུང་དང་འགལ་བ་བརྒྱུག་པ་དགའོ། །

རྣམ་པར་སྟོན་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་དབང་དུ་མཛད་དེ། དེ་སྐད་གསུངས་
པར་འདོད་ངོ་ཞེ་ན།

གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་ན་འདི་ནི་སྟོན་གྱི་སྟོབ་དཔོན་གྱི་ཚུལ། དེ་དག་རྣམས་ལ་
རིགས་མ་ཐུན་པའི། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ངེས་པར་འགྱུར། །འདི་ལྟར་རྣམ་པར་རྟོག་པ་
རྣམས། །ངེས་གྱིས་འབྱུང་བར་ཡང་དག་རྟོགས། །ཞེས་བྱ་བ་དང་འགལ་ལོ། །

དེའི་ཆོ་མི་མ་ཐུན་པའི་ཕྱོགས་དང་གཉེན་པོའི་སེམས་ཀྱི་དབང་དུ་མཛད་ནས་
སེམས་གཉིས་ལྟན་ཅིག་ཏུ་འབྱུང་བ་བཀག་པ་སྟེ། རིགས་པས་ཤིན་ཏུ་གསལ་བར་ཁོ་
པོ་དེ་སྐད་དུ་སྟེ་ལོ། །

ཅིག་ཅེས་བྱ་བའི་སྤྱི་ནི་འབའ་ཞིག་ཅེས་བྱ་བའི་རྣམ་གྲངས་སུ་གཏོགས་པ་

ཡིན་གྱི་བྱེ་བྲག་གི་ཆོག་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ལ་བདག་དང་བདག་གི་དང་གཟུང་བ་
དང་འཛིན་བ་ལ་སོགས་པ་དང་བྲལ་བའི་སེམས་ཉིད་ཡོད་ཀྱི་གཞན་ནི་ཅི་ཡང་མེད་དོ་
ཞེས་བསྟན་པར་འགྱུར་རོ། །

དེ་བས་ན་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལུས་དང་མོངས་སྤྱོད་དང་
གནས་སུ་སྤང་བའི་རྣམ་པ་ཐ་དད་པས་ཐ་དད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་གྱི་གཞོད་པ་ནི་ཅི་
ཡང་མི་སྤྱོད་དོ། །ཅི་ལུགས་འདི་མ་མེད་པ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན།

མ་ཡིན་པར་བརྗོད་པ།

ཅི་སྟེ་རྣམ་པའི་གངས་བཞེན་དུ། །

རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཁས་ལེན་ན། །

དེ་ཆེ་རྩལ་ཐུན་འབྲུང་འགྱུར་བ། །

དབྱེད་པ་འདི་ལ་བསྒྲོག་པར་དགལ། །

གལ་ཏེ་བར་མེད་པར་གནས་པའི་རྩལ་ཕྱ་རབ་ཀྱི་ངོ་པོ་རྣམས་ལྟར་རིགས་
མ་ཐུན་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མང་པོ་འདི་དག་ཀྱང་འབྱུང་ན། དེའི་ཆེ་རྩལ་ཕྱ་རབ་ལ་
དབྱེད་པ་ཅི་འབྲུང་བ་སྤྱར་བྱས་པ་དེ་འབྲུང་བ་ཉིད་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་ལ་ཡང་བསྒྲོག་
པར་དགའ་བར་འགྱུར་ཏེ། འདི་ལྟར་དབྱུས་སུ་འདོད་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྩལ་གྱིས་
བསྒྲོར་བ་ལྟ་བུར་འདོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེའི་རང་བཞིན་གང་གིས་གཅིག་ལ་མཛོན་དུ་
ཕྱོགས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཅི་གཞན་ལ་ཡང་ཕྱོགས་སམ་འོན་ཏེ་གཞན་གྱི་ཕྱོགས་ཞེས་རྣམ་
པར་རྟོག་པའི་ཉེས་པ་དེ་ཉིད་དོ། །

བར་མེད་པར་རིགས་གཅིག་པའི་རྩལ་དུ་མ་འཛིན་པ་ན་རགས་པ་གོང་བུ་

གཅིག་ཏུ་འབྲུལ་བ་དང་བར་མེད་པར་དུ་མ་སྒྲོང་བའི་བདག་ཉིད་སྔོན་པོ་ལ་སོགས་པ་
རིག་པ་ལ་གཅིག་ཏུ་འབྲུལ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལ་བྱེ་བྲག་ཅི་ཡོད་དེ། སྔོན་པོ་ལ་སོགས་པ་
བར་མེད་པར་སྒྲུང་བ་དེ་ཉིད་ཁ་ཅིག་ནི་རྩལ་སྤྲ་རབ་ཀྱི་བདག་ཉིད་དུ་ཁས་ལེན།
གཞན་ནི་རིག་པའི་ངོ་བོ་ཞེས་ཟེར་བ་སྒྲོན་མཚུངས་པ་ཉིད་ལས་མི་འདའོ། །

གང་དུ་ཁོར་བུ་གཟི་བཞིན་དུ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཅིག་ཁོ་ནས་སྣ་ཚོགས་ཀྱི་ངོ་
བོ་སྒྲངས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་དག་གི་ལུགས་ལ་དོགས་པ་བརྗོད་པ།

གལ་ཏེ་སྣ་ཚོགས་དེ་གཅིག་ན། །

ནམ་མཁའི་གོས་ཅན་ལུས་སམ་ཅི། །

འདི་ནི་ནམ་མཁའི་གོས་འཆང་བའི་ལྟ་བུ། དུ་མའི་ངོ་བོ་དངོས་པོ་ལ། །བརྗོད་
པར་འདོད་པས་ངོ་བོར་འདོད། །ཅིག་ཅའམ་རིམ་གྱིས་རྩལ་གཉིས་ལས། །ཚིག་གི་བྱ་
བ་གཞན་མེད་དོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་དེ་ལ་བརྟེན་ཏམ་དེ་ལྟའོ་ཞེ་ན།

དེ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ།

སྣ་ཚོགས་གཅིག་པའི་རང་བཞིན་མིན། །

རིན་ཆེན་སྣ་ཚོགས་ལ་སོགས་འདྲ། །

སྣ་ཚོགས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྣམ་པ་ཐ་དད་པ་ལ་བྱ་སྟེ། དེ་ནི་ཡང་དག་པར་ན་
གཅིག་གི་རང་བཞིན་དང་འགལ་ལོ། །རྣམ་པ་དེ་དག་རི་སྟེང་པར་རང་བཞིན་ཡང་དེ་
སྟེང་དེ། རང་བཞིན་ཐ་དད་པའི་མཚན་ཉིད་ནི་དངོས་པོ་ཐ་དད་པའོ། །

གཞན་ཡང་།

སྣ་ཚོགས་གཅིག་ཤུའི་རང་བཞིན་ན། །

སྣ་ཚོགས་ངོ་བོར་སྣང་བ་དང་། །

བསྐྱེབས་དང་མ་བསྐྱེབས་ལ་སོགས་པ། །

ཐ་དད་འདི་ནི་རི་ལྟར་འགྱུར། །

རིན་པོ་ཆེ་གཟེ་ལ་སོགས་པ་ལ་སྣ་ཚོགས་ཀྱི་ངོ་བོ་གཅིག་ཤུའི་བདག་ཉིད་ཏུ་
གྱུར་ན་རྣམ་པ་ཐ་དད་པའི་རྣམ་པ་སྣང་བ་དང་འགལ་ལོ། །

དེ་ནི། རྣམ་པ་ཐ་དད་པའི་བདག་ཉིད་ཏུ་འབྱུང་བ་མེད་དེ། རིན་པོ་ཆེའི་རྣམ་པ་
ཐ་དད་པ་དང་མཚུངས་སོ། །ཐ་དད་པ་མེད་པའི་བྱིར་གཅིག་བསྐྱེབས་པས་ཐམས་ཅད་
བསྐྱེབས་པར་ཡང་འགྱུར་རོ། །

དེ་བཞིན་ཏུ་གཅིག་རྟོགས་པས་ཐམས་ཅད་རྟོགས་པ་ལ་སོགས་པར་འགྱུར་
རོ། །

ཅི་སྟེ་ངོ་བོ་ཉིད་ཏུ་དེ་ལོ། །

རྣམ་པ་འདི་དག་མེད་པ་སྟེ། །

ཡང་དག་ཏུ་ན་རྣམ་མེད་པའི། །

རྣམ་པར་ཤེས་པས་ཁོར་བས་སྣང་། །

རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་ནི་དོན་དམ་པར་ན་ཤེས་སྟོང་དག་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། སྟོན་པོ་ལ་
སོགས་པའི་རྣམ་པའི་བྱེ་བྲག་ཏུ་གྱུར་པ་མ་ཡིན་ན། དེ་ལྟ་བུ་དེ་ལ་ཡང་ཐོག་མ་མེད་
པའི་ཏུས་ཀྱི་བྱིན་ཅི་ལོག་གི་བག་ཆགས་སྟོན་པའི་མ་སྤྱད་རྣམ་པ་རྣམས་སྣང་སྟེ་

སྤྲུགས་ལ་སོགས་པས་དབྱུགས་པའི་མིག་ཅན་རྣམས་ལ་འདིམ་པའི་དུམ་བུ་ལ་
སོགས་པ་རྟ་དང་སྦང་པོ་ཆེ་ལ་སོགས་པར་སྦང་བ་བཞིན་ནོ་ཞེས། །

གལ་ཏེ་མེད་ན་རི་ལྟ་བུར། །

དེ་དག་འདི་ལྟར་གསལ་བར་ཆོར། །

དེ་ཡི་དངོས་ལས་ཐ་དད་པའི། །

ཤེས་པ་དེ་འདྲ་མ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་དེ་དག་མེད་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་གསལ་བར་ཤེས་པར་མི་འཐད་པ་ཅི་
ཡོད་ཅེ་ན།

སྤྲུས་པ།

འདི་ལྟར་གང་ལ་དངོས་གང་མེད། །

དེ་ལ་དེ་ཤེས་ཡོད་མ་ཡིན། །

བདེ་བ་མིན་ལ་བདེ་སོགས་དང། །

དཀར་བ་རྣམས་ལ་འང་མི་དཀར་བཞིན། །

འདི་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ལས་བསྐྱོག་པ་དང་སྐྱབ་པའི་ཆོས་འགལ་བ་
ཅི་ཞིག་ཡོད་ན། འདི་ལྟར་མི་མ་ཐུན་པའི་ཕྱོགས་ལས་ལྟོག་པ་ལ་སོམ་ཉིད་སྐྱབས་མེད་
པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན་སྤྲུས་པ།

རྣམ་པ་འདི་ལ་ཤེས་པའི་དོན། །

དངོས་སྤྱ་འཐད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །

ཤེས་པའི་བདག་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར། །

ནམ་མཁའའི་མེ་ཉླ་ལ་སོགས་བཞིན། །

གང་ནམ་པར་ཤེས་པ་བཅས་པའི་ངོ་བོ་མ་ཡིན་པའི་རང་བཞིན་དུ་གནས་པ་
གང་ཡིན་པ་ནི་བཏགས་པ་མ་ཡིན་པར་རིག་པའི་ཆོག་གི་དོན་ཡིན་ན།

ནམ་མཁའའི་མེ་ཉླ་ལ་བྱ་སྟོན་སོ་ལ་སོགས་པའི་ནམ་པ་དེ་ལྟ་བུ་ནི་ནམ་པར་
ཤེས་པའི་ངོ་བོ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་མི་སྲིད་དོ། །

མེད་པ་རུས་པ་མེད་པས་ན། །

གདགས་པའང་མི་རུང་ཏ་རུ་བཞིན། །

བདག་སྣང་ཤེས་པ་མི་སྐྱེད་ལ། །

རུས་པ་རུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །

རང་སྣང་བའི་ནམ་པར་ཤེས་པ་བསྐྱེད་པའི་མཐུ་མེད་པའི་ནམ་པ་ལ་ནི་
གདགས་པ་ཙམ་དུ་ཡང་རིག་པའི་དོན་མི་སྲིད་པ་ཉིད་དོ། །ཏ་རུ་མེད་པ་ནི་རང་སྣང་
བའི་ཤེས་པ་བསྐྱེད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ་རིག་པ་གདགས་པའི་རྒྱར་མི་འགྱུར་རོ། །

འདི་གཞན་དུ་ཡང་འདིར་དབྱེད་པར་བྱ་སྟེ་ནམ་པ་དེ།

གང་ཕྱིར་དེ་ཡོད་ངེས་ཆོར་བ། །

ཤེས་དང་འབྲེལ་བ་ཅི་ཞིག་ཡོད། །

བདག་མེད་དེ་ཡི་བདག་ཉིད་དང་། །

དེ་ལས་བྱུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ནི་ཤེས་པའི་བདག་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། ཤེས་པ་བཞིན་དུ་ཡོད་པའི་སྐྱོན་དུ་
འགྱུར་བའམ་རྣམ་པ་བཞིན་དུ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡང་མེད་པའི་སྐྱོན་དུ་འགྱུར་བའི་
ཕྱིར་རོ། །

མེད་པའི་ངོ་བོ་དེ་ཤེས་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། བསྐྱེད་པར་བྱ་བའི་ངོ་
བོ་ཉིད་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལས་བྱུང་ན་ཡང་སྤྲ་བྱི་ཡོད་པས་ཅིག་ཅར་དུ་རིག་པ་
མེད་པའི་སྐྱོན་དུ་འགྱུར་ཏེ་འདི་ནི་རེ་ཞིག་འདིར་བཏང་སྟོམས་སུ་བོར་རོ། །

ཤེས་པ་དང་དུས་མཉམ་དུ་དམིགས་པའི་རྣམ་པ།

རྒྱ་མེད་ན་ནི་གང་ཞིག་གིས། །

རེས་འགའ་འབྱུང་བ་འདི་དུང་འགྱུར། །

རྒྱ་དང་ལྗན་ན་གང་ཞིག་གིས། །

གཞན་གྱི་དབང་ལས་བསྐྱོག་པར་འགྱུར། །

རྣམ་པ་ནི་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རྒྱ་མེད་པ་ཉིད་དོ། །རྒྱ་མེད་ན་རེས་འགའ་
འབྱུང་བར་མི་སྲིད་དེ། ལྟོས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཅི་སྟེ་ཉེས་པ་འདི་འབྱུང་དུ་འོང་ཞེས་རྒྱ་དང་ལྗན་པར་ཁས་ལེན་ན་གལ་ཏེ་དེ་
ལྟ་ན་ཡོད་པར་ཁས་སྤངས་མ་ཐག་པ་མེད་ན་མི་འབྱུང་བའི་གཞན་གྱི་དབང་ཉིད་དུ་དེ་
འགྱུར་བ་ལ་ངེ་ལྟར་ལན་གདབ་པར་བྱས། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ལས་གཞན་
གྱི་དབང་དུ་ནི་གྲུད་ན་མེད་དོ། །རྒྱུན་ལས་བྱུང་བའི་རང་བཞིན་ལས་ཀྱང་ཡོད་པ་
གཞན་མ་ཡིན་ནོ། །

རྣམ་པ་མེད་པར་ཁས་ལེན་ན་ཉེས་པ་གཞན་ཡང་སྤྲས་པ།

དེ་མེད་ན་ནི་ཤེས་དེ་ཡང་། །

རྣམ་པ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་འགྱུར། །

ཤེས་སྒོང་དག་པ་འབྲ་བ་ཡི། །

ཤེས་པ་རབ་རྟུལ་བ་མེད། །

མིག་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རང་བཞིན་སྟོན་པོ་ལ་སོགས་པའི་
རྣམ་པ་དང་བྲལ་བ་ཉིད་བར་བཞག་པས་ཁ་སྐྱར་བ་མེད་པའི་ཤེས་སྒོང་ལྟ་བུ་ནི་མི་
དམིགས་སོ། །

ནང་དང་ཕྱི་རོལ་དུ་གྱུར་པའི་རྣམ་པ་མེད་ན་སྟོབས་ཀྱིས་འདི་འབའ་ཞིག་
དམིགས་པར་འགྱུར་རོ། །སྤྲིག་རྒྱ་ལ་སོགས་པས་ངེས་པ་མ་ཡིན་པར་ཡང་མི་འགྱུར་
ཏེ། བཀལ་ཞིང་བཟླ་བ་མ་ཐུན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

འདི་ནི་འཁྲུལ་པས་ཤེས་ཤེ་ན། །

དེ་ཅི་འཁྲུལ་ལ་རག་ལས་སམ། །

དེ་ཡི་མ་ཐུ་ཡིས་བྱང་ན་ནི། །

དེ་ཡང་གཞན་གྱི་དབང་ཉིད་དོ། །

དཔེར་ན་མིག་སེར་གྱི་ནད་ཀྱིས་བཏབ་པའི་མིག་ཅན་གྱིས་མེད་བཞིན་དུ་དུང་
ལ་གསེར་གྱི་རྣམ་པ་ལྟ་བུར་རིག་པ་དེ་བཞིན་དུ་འཁྲུལ་པའི་བག་ཆགས་ཀྱི་དབང་
གིས་མེད་ཀྱང་སེར་པོ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པ་བདེན་པར་མངོན་པར་འདོད་ཅེས། །

འདིར་ཡང་འདི་འཁྲུལ་པའི་བག་ཆགས་ལ་རག་ལས་པ་ཡིན་ནོ། །ཅི་ཞེས་

བསམ་བར་བྱོ། །དེ་ལས་བྱུང་བའི་མཚན་ཉིད་གྱིས་འབྲེལ་བ་ཡིན་ན་ནི་དེ་ཉིད་རྟེན་
ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་གཞན་གྱི་དབང་དུ་འགྱུར་རོ། །

བག་ཆགས་གྱི་འབྲས་བུའི་བདག་ཉིད་འཁྲུལ་བ་ལ་དེའི་བདག་ཉིད་གྱི་མཚན་
ཉིད་གྱིས་འབྲེལ་བ་ཡིན་ན་ནི་འཁྲུལ་བ་བཞིན་དུ་གཞན་གྱི་དབང་ཉིད་དུ་འགྱུར་བ་
བརྒྱུག་པར་དཀའ་བར་འགྱུར་རོ། །

འདིས་ནི། དཔེར་ན་ཐག་རིང་མུ་ངམ་ན། །ཆུང་དུ་ཆེན་པོར་སྒྲུབ་བ་
བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པས་དབང་
མེད་པར་གྱུར་པའི་སློ་ཅན་ལ་རྣམ་པ་མེད་ཀྱང་སྒྲུབ་ངོ་ཞེས་སྒྲུབ་པའི་ལན་ཀྱང་བཏབ་
ཟིན་ཏོ། །

དེ་བས་ན་དངོས་དང་ཅིག་ཤོས་གྱིས་རིག་པའི་དོན་མ་གྲུབ་པ་དང་འཁྲུལ་པའི་
བག་ཆགས་ལ་སློན་པོ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པ་མེད་པའི་འབྲེལ་བ་མ་གྲུབ་པས་ཁ་ཅིག་
ན་རེ།

རྣམ་ཤེས་རིག་པ་ཙམ་ཉིད་དེ། །བག་ཆགས་ཉེས་པས་དཀྲུགས་པས་ན། །སློན་
པོ་ལ་སོགས་ཆོར་བ་ཡི། །རྣམ་པ་འབའ་ཞིག་འབྱུང་བར་འགྱུར། །དེ་ནི་སློ་སོགས་
རྟོགས་པ་སྟེ། །སློ་ལ་སོགས་པའི་མཚན་ཉིད་མིན། །དེ་ཡི་འཇུག་པ་སྒྲོངས་པའི་
བདག་ །ཕྱི་རོལ་སློ་ལ་སོགས་པའི་སེམས། །ཞེས་སྒྲུབ་དེ་དག་གི་ལེན་ཡང་བཏབ་
ཟིན་ཏོ། །

དེ་བས་ན་སློན་པོ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པ་ནི་འཁྲུལ་བ་དང་དེའི་བག་ཆགས་
དང་ཡང་འབྲེལ་བར་མ་གྲུབ་པས། དེ་ལོག་སྟེ་ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་དག་པའི་དུས་ན་ཡང་

རྒྱལ་པ་ཐམས་ཅད་ལྷོག་པར་མི་རིགས་ཏེ། འབྲེལ་བ་མེད་ན་གཅིག་ལོག་པས་གཞན་
ཡང་ལྷོག་པར་ངེས་པ་མེད་དེ། བ་ལང་དང་རྟ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །

དཔེར་ན།

དངོས་པོ་གང་དང་གང་དབྱུང་བ། །

དེ་དང་དེ་ལ་གཅིག་ཉིད་མེད། །

གང་ལ་གཅིག་ཉིད་ཡོད་མིན་བ། །

དེ་ལ་དུ་མ་ཉིད་ཀྱང་མེད། །

ཕ་རོལ་དང་བདག་གི་ལྟ་བུའི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་དག་གིས་ཁས་སྦྱངས་པ་རྟག་
པ་དང་། མི་རྟག་པ་དང་། ཁྱབ་པ་དང་། ཅིག་ཤོས་དང་། རྒྱལ་དང་། རགས་པ་དང་།
ཤེས་བྱ་དང་། ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་སོ་སོར་ཐ་དད་པའི་དངོས་པོ་གང་ལ་གཅིག་ཕྱར་
བརྟགས་ན་དེ་ལ་དེ་ལྟར་བརྟགས་པ་དེའི་ཆེ། བརྟག་པའི་ཁུར་ལྷུ་བ་བཟོད་པ་སྤྱི་རབ་
ཅམ་ཡང་མེད་དོ། །

གང་གཅིག་པའི་རང་བཞིན་དུ་མི་འཐད་པ་དེ་དུ་མའི་བདག་ཉིད་དུ་ཁས་སྦྱངས་
པ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དེ། འདི་ལྟར་དུ་མ་ནི་གཅིག་བསགས་པའི་མཆན་ཉིད་
དོ། །གཅིག་མེད་ན་དེ་ཡང་མེད་དེ། ཤིང་ལ་སོགས་པ་མེད་ན་ནགས་ཆལ་ལ་སོགས་
པ་མེད་པ་བཞིན་ནོ། །

དེའི་ཕྱིར། དངོས་པོ་གང་དང་གང་བརྟགས་པ། །དེ་དང་དེ་ལ་གཅིག་པ་
མེད། །གང་ལ་གཅིག་པ་ཡོད་མིན་བ། །དེ་ལ་དུ་མའང་མེད་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་
སོ། །

མདོ་དེ་ཉིད་ལས་ཀྱང་། གློ་ཡིས་རྣམ་པར་གཞིགས་ན་ནི། རོ་བོ་ཉིད་ནི་གཟུང་
དུ་མེད། རྟེ་ཕྱིར་དེ་དག་བརྗོད་མེད་དང་། རོ་བོ་ཉིད་ཀྱང་མེད་པར་བཤད། གློ་ཡིས་
རྣམ་པར་གཞིགས་ན་ནི། གཤམ་དབང་མེད་ཅིང་བརྟགས་པ་མེད། གྲུབ་པའི་དངོས་
པོ་ཡོད་མེད་ན། གློ་ཡིས་རི་ལྟར་རྣམ་པར་བརྟགས། རང་བཞིན་མེད་ཅིང་རྣམ་རིག་
མེད། རང་པོ་མེད་ཅིང་ཀུན་གཞི་མེད། རོ་མཚུངས་བྱིས་པའི་རྟོག་གེ་བ། རན་པ་
རྣམས་ཀྱིས་འདི་དག་བརྟགས། མཚན་མ་དངོས་པོ་རྣམ་རིག་དང་། ཡིད་ཀྱི་གཡོ་བ་
གང་ཡིན་ལས། ར་ཡི་སྤྲས་རྣམས་རབ་འདས་ནས། རྟེ་དག་རྣམ་པར་མི་རྟོག་
སྟོང་། རེས་གསུངས་སོ། །

དེ་བས་ན་གློ་གྲོས་དཀར་པོ་རྣམས་ཀྱིས་དོན་འདི་དེ་དང་དེར་གློས་ཏེ། གང་
གིས་དངོས་རྣམས་ངེས་བརྟགས་ནས། ཡང་དག་ཏུ་ན་དངོས་དེ་མེད། འདི་ལྟར་དེ་
དག་གཅིག་ལུ་དང་། རུ་མའི་རང་བཞིན་ཡོད་མ་ཡིན། ལྷ་ཚོགས་དངོས་པོ་དོན་
རྣམས་ལ། གཤམ་ཏེ་གཅིག་ཉིད་མི་རིགས་ན། རྟེ་གློ་སྤྲ་ཚོགས་སྤང་བ་ཡང་། རི་ལྟ་
བྱར་ན་གཅིག་ལུར་འགྱུར། རི་ལྟ་རི་ལྟར་དོན་བསམས་པ། རྟེ་ལྟ་དེ་ལྟར་རྣམ་པར་
འབྲལ། རྟེ་བས་མཚན་ཉིད་སྟོང་པའི་བྱིར། རང་བཞིན་མེད་པར་རབ་བཤད་
ཅེས། མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་གང་གསུངས་པ། རྟེ་ནི་གསལ་བར་འོས་པ་
ཡིན། ཞེས། །

དེ་ལྟར་རིགས་པ་དང་ལུང་དང་ལྡན་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བརྟགས་ན། དངོས་
པོ་མ་ལུས་པ་བརྒྱ་ཚལ་དུ་གཞིགས་ཏེ་གཅིག་པ་དང་དུ་མའི་རང་བཞིན་དང་བྲལ་བའི་
གཏན་ཚིགས་བྱུང་སོ། །

གཏན་ཆོག་གས་སྒྲུབ་ཏུ་བྱེད་ཀྱང་ཆོས་གཉིས་ཀ་དང་ལྷན་པའི་དཔེ་མ་གྲུབ་པ་མ་
ཡིན་ནམ། ཇི་ལྟ་ཞེ་ན། མེ་ལོང་གི་ངོས་ལ་མིག་གི་འོད་ཟེར་ལོག་ནས་སྤྲར་ལོག་པས་
རང་གི་བཞིན་ལ་སོགས་པ་དེ་ལྟར་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ན་མེ་ལོང་ལ་སོགས་
པའི་ནང་དུ་ཤིན་ཏུ་དང་བའི་གཟུགས་གཞན་ཞིག་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །

ཡང་ན་དངོས་པོའི་རྒྱས་པ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བའི་མ་སྤྲུམ་དེ་ལྟར་སྤྲུང་བའི་
རྣམས་པར་ཤེས་པ་ཙམ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལྟ་ན་ཡང་དེ་མ་སྤྲུམ་པར་
དབྱེད་བྱེད་པས་ཡང་དབྱུང་བ་མི་རིགས་སོ། །

གཞན་ཡང་གལ་ཏེ་མེ་ལོང་གི་ངོས་ལ་སོགས་པ་ལ་མིག་གི་འོད་ཟེར་ལོག་
ནས་སྤྲར་ལོག་པ་རང་གི་བཞིན་ལ་སོགས་པ་དང་འབྲེལ་བ་དེ་འཛིན་པའི་རྒྱར་འབྱུར་
ན། དེ་ལྟ་ན་མེ་ལོང་གི་ངོས་བྱང་ཕྱོགས་སུ་བལྟས་ན་གཟུགས་བརྟན་ལྟོ་ཕྱོགས་སུ་
བལྟས་པ་མཐོང་བ་དང་། མེ་ལོང་གི་ངོས་རྒྱང་དུ་ལ་རང་གི་བཞིན་ཆེན་པོའི་གཟུགས་
བརྟན་རྒྱང་དུར་སྤྲང་བ་ཡང་མི་རིགས་པ་དང་། མེ་ལོང་གི་ངོས་ཀྱི་ནང་དུ་སོང་བར་
སྤྲང་བ་ཡང་མི་རིགས་པ་དང་། རྒྱ་དྲངས་པའི་མཆོ་དེའི་འགྲམ་ན་འདུག་པའི་རི་དང་
ཤིང་གི་ཅེ་མོ་དང་ཡལ་ག་གྲེན་དུ་བལྟས་པ་མང་པོའི་གཟུགས་བརྟན་ཡལ་ག་དང་ཅེ་
མོ་སྤར་དུ་བལྟས་པར་དམིགས་པར་ཡང་མི་འབྱུར་ཏེ། དེ་བས་ན་གཟུགས་བརྟན་
ཤེས་པ་དེ་དང་མི་འབྲུབ་སྤྲང་བའི་ཕྱིར་རང་གི་བཞིན་ལ་སོགས་པ་འཛིན་པ་མ་ཡིན་
ཏེ། གྲུ་ལ་སོགས་པའི་ཤེས་པ་བཞིན་དུ་རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱས་སོ། །

གཟུགས་གཞན་འབྱུང་བ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དེ། གཟུགས་རྣམས་
ལྷན་ཅིག་མི་གནས་པའི་ཕྱིར་ཏེ་གཟུགས་བརྟན་རྣམས་ནི་མེ་ལོང་གི་ངོས་ཀྱི་ཕྱོགས་

དེ་ཉིད་ན་དམིགས་ལ། ལུས་ཅན་གྱི་དངོས་སོ་རྣམས་ནི་ཕྱོགས་མཚུངས་པར་ནམ་
ཡང་མི་འགྱུར་ཏེ། དེ་དག་གཅིག་ཕྱི་བདག་ཉིད་ཏུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །

དེར་སྣང་བའི་ཤེས་པ་ཅམ་འབྱུང་བར་ཟད་དེ། གྲེ་བྲག་མེད་ན་དེ་ལྷག་མ་
རྣམས་ཀྱང་ཅིའི་ཕྱིར་མི་འདོད། འདི་ལྟར་རྒྱལ་པོ་རབ་རྣམས་དང་ཡན་ལག་ཅན་
རྣམས་མི་རིགས་པ་དང་། གཟུང་བའི་མཚན་ཉིད་དང་འགལ་བར་ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་
སྦྱར་བས་བྱུང་བ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །

འདིས་སྦྱུ་མ་དང་། མི་ལམ་དང་། སྤྲིག་རྒྱ་དང་། ཁྱི་ཟེ་གོང་ཁྱེར་དང་། མགལ་
མའི་འཁོར་ལོ་ལ་སོགས་པའི་དཔེ་ཡང་བཤད་དོ། །དེ་ལ་ཡང་འདྲིམ་པའི་དུས་བྱུ་ལ་
སོགས་པ་ཡོད་དུ་བྱིན་གྱང་། དེ་སྦྱུ་མ་ལ་སོགས་པར་མི་བརྗོད་དེ། གང་སྤང་པོ་ཆེ་ལ་
སོགས་པ་དེ་ལྟར་དམིགས་པ་དེ་ཉིད་དེ་ལྟར་དཔེ་བྱེད་ཀྱི། འདྲིམ་པའི་དུས་བྱུ་ལ་
སོགས་པ་ནི་དེ་ལྟར་དམིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཤེས་པ་རྣམས་པ་དང་བཅས་པ་དང་། རྣམ་
པ་མེད་པའི་ཕྱོགས་གཉི་གལ་ཡང་གང་གི་ངོ་བོར་སྣང་བ་དང་། རིག་པ་དེ་ཉིད་
དམིགས་པ་ཡིན་གྱི་རྒྱ་ཅམ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། མིག་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡང་ཐལ་བར་འགྱུར་
བའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་བས་ན། སྦྱེ་བ་དེ་དང་གཞན་དང་ནི། །དུས་དེ་དང་ནི་དུས་གཞན་ན། །ཐམས་
ཅད་དུ་ནི་ཕྱི་རོལ་དམིགས། །ཡུལ་དང་དུས་གཞན་བདག་ཉིད་དོ། །མི་ལམ་ཤེས་པའི་
སྦྱོད་ཡུལ་ནི། །ཡུལ་དེ་དང་ནི་ཡུལ་གཞན་ནོ། །མགལ་མའི་འཁོར་ལོ་འགལ་བ་
ནི། །སྦྱར་དུ་བསྐྱོར་བར་བྱས་པ་ཡིན། །ཁྱི་ཟེ་གོང་ཁྱེར་སྤྲིན་རྣམས་དང་། །སྤྲིན་ཤེས་
བྱིས་ལ་སོགས་པ་ཡིན། །སྤྲིག་རྒྱ་རྒྱ་ཡི་རྣམ་ཤེས་ལ། །དགོན་དུང་འོད་ཟེར་གདུངས་

དེ་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་དེ་གནས་མེད་དོ། །

དེ་དག་རྒྱ་ཉིད་དུ་ཡོད་ཀྱང་དམིགས་པ་ཉིད་དུ་མི་རིགས་ཏེ། རྒྱའི་དོན་ཡང་གཞན་དམིགས་པའི་དོན་ཡང་གཞན་ཏེ། བཤད་མ་ཐག་པས་རྒྱ་ཆེར་ནི་མི་དགོས་སོ། །འདི་ཕྱོགས་དང་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ལ་ཡོད་པར་གྱུར་དུ་ཟིན་ཀྱང་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ལས་ལྡོག་པར་རི་ལྟར་རེས་ཏེ། གང་གིས་ན་ལྡོག་པ་ལ་ཐེ་ཆོམ་གྱི་སྒྲིན་དུ་མི་འགྱུར་སྐྱུ་པའི་རེ་བ་འདི་ནི་བརྒྱན་པའོ། །

དེ་བས་ན་འདི་བརྗོད་དེ།

གཅིག་དང་དུ་མ་མ་གཏོགས་པར། །

ནམ་པ་གཞན་དང་ལྡན་པ་ཡི། །

དངོས་པོ་མི་རུང་འདི་གཉིས་ནི། །

པན་ཚུན་སྤངས་ཏེ་གནས་ཕྱིར་རོ། །

གཅིག་ཕྱི་བདག་ཉིད་དང་། དུ་མའི་བདག་ཉིད་ནི་པན་ཚུན་སྤངས་ཏེ་གནས་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པས་ཕྱང་པོ་གཞན་སེལ་རྒྱུ། །

དེ་བས་ན་ནམ་པ་གཞན་དུ་གཞག་པའི་དངོས་པོ་མེད་པའི་ཕྱིར་འདི་ལ་ལྡོག་པ་མི་ལྡོག་པ་མེད་དོ། །གཏན་ཆོགས་འདི་ལ་ནི་དམ་བཅས་པའི་དོན་གྱི་ཕྱོགས་གཅིག་པ་ཡང་མེད་དེ། གྲུབ་པའི་ཡུལ་གྱིས་ཡུལ་ཅན་ཤེས་པ་དང་། སྒྲ་དང་ཐ་སྙད་ནམས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དཔེར་ན་འདི་ནི་བ་སྤང་སྟེ་སྒྲོག་ཤལ་ལ་སོགས་པ་འདུས་པའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་འདྲ་བར་རི་སྒྲ་སྒྲུས་པའི་འཐད་པ་ནམས་ཀྱིས། གཅིག་དང་དུ་མའི་རང་བཞིན་དང་བྲལ་བར་བསྐྱེད་དུ་ཟིན་ཀྱང་། གང་དག་ཐོག་མ་

མེད་པའི་འཁོར་བ་རྣམས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱུད་དེ། དངོས་པོ་ལ་
མངོན་པར་ཞེན་པས་ཡོངས་སུ་འཕེལ་བ་སྤང་བར་དཀའ་བ་དང་། ཚུལ་བཞིན་ཡིད་ལ་
བྱེད་པས་གོམས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་སྤང་དཀའ་བས་ཡང་དག་པར་ན་དངོས་པོ་མཐའ་
དག་ལ་བྱུང་བའི་རང་བཞིན་མེད་པ་ངེས་པར་མི་སེམས་མི་བརྗོད་ཅིང་། གཞན་དག་
ལ་ཡང་ངེས་པར་བསྐྱེད་པར་འདོད་པས་ཐ་སྙད་འདོགས་པར་མི་བྱེད་པ་འདི་དེ་ལྟར་
ཤེས་པ་དང་སྤྲད་དང་ཐ་སྙད་ཀྱི་ཡུལ་ཉིད་དུ་བསྐྱབ་སྟེ། དམིགས་སུ་ཡོད་པའི་མཚན་
ཉིད་དུ་གྱུར་པ་ལས་མི་དམིགས་པས་མེད་ཅེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །

འདི་ཐམས་ཅད་ནི་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་གསུངས་ཏེ། ཡབ་དང་
སྲས་མཇུག་པའི་མདོ་ལས་ཀྱང་།

འདི་སྐད་དུ། མེ་ལོང་གིན་ཏུ་ཡོངས་དག་ལ། །རི་ལྟར་རང་བཞིན་མེད་པ་
ཡི། །གཟུགས་བརྟན་སྤང་བ་དེ་བཞིན་དུ། །ཕྱོན་པ་ཆོས་འདི་ཤེས་པར་གྱིས། །ང་
ཡིས་རང་བཞིན་སྤོང་བ་ཞེས། །གང་བཤད་སྤོང་པར་ལྟ་བར་གྱིས། །བྱིས་པ་ལོག་པའི་
ཆོ་ཅན་རྣམས། །རང་བཞིན་སྤོང་པར་མི་ཤེས་པ། །དེ་དག་རྣམས་ལ་བསྟན་པའི་
ཕྱིར། །རང་བཞིན་སྤོང་ཞེས་བདེ་གཤེགས་སྟོན། །ཀུན་ཏུ་རྟོག་པའི་རྟོག་པས་
བསྐྱེད། །ཡང་དག་མ་ཡིན་རྟོག་པས་བཅིངས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

ལང་ཀར་གཤེགས་པའི་མདོ་ལས་ཀྱང་། གཅིག་དང་གཞན་ཉིད་སྤངས་པ་
ཡི། །གཟུགས་ནི་རི་ལྟར་མེ་ལོང་ལ། །སྤང་ཡང་དེ་ན་ཡོད་མ་ཡིན། །དེ་བཞིན་དངོས་
པའི་ངོ་བོ་ཉིད། །ཅེས་བསྟན་ཏོ། །

གང་གི་ཕྱིར་དེ་དེ་ལྟར་གྱུར་པ།

དེ་ཕྱིར་དངོས་པོ་འདི་དག་ནི། །
ཀུན་རྫོབ་ཁོ་ན་ལེ་མཆན་ཉིད་འཛིན། །
གལ་ཏེ་འདི་དག་དོན་འདོད་ན། །
དེ་ལ་ཁོ་བོས་ཅི་ཞིག་བྲ། །

ཇི་སྐད་བཤད་པའི་རིགས་པ་དག་གིས། དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ནི་བརྟག་མི་
བཟོད་པའི་ཕྱིར་མ་བརྟགས་ན་ཉམས་དགའ་བ་ཁོ་ན་ལེ་བདག་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་འཛིན་ཏེ།
སྤྱོད་མའི་སྤང་པོ་ཆེ་དང་ཏྲ་དང་མི་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །

གལ་ཏེ་རྣམ་པ་དེ་ལྟར་གཞན་གྱིས་མ་བཅོས་པའི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ངོ་བོ་
ངེས་པར་འཛིན་པར་འདོད་ན་དེ་ལ་ཁོ་བོས་དགག་ཏུ་ཅི་ཡོད། དེ་དག་གིས་དངོས་
པོའི་ངོ་བོ་འདི་བདག་ཉིད་ཀྱིས་རང་གིར་བྲས་ཀྱི། འདི་ནི་སྤྱད་གཉིས་ཀྱང་ལྷགས་ཀྱང་
མེད་པའི་འདོད་པས་འདི་དག་ལ་གཞག་པ་མེད་དོ། །

ཇི་ལྟར་གནས་པའི་དངོས་པོའི་དེ་ཁོ་ན་ལ་མཁས་པའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་
རྣམས་ཀྱིས་དེ་དང་དེ་དག་ཏུ་རབ་ཏུ་བཤད་དེ། ཆོས་ཐམས་ཅད་ཡང་དག་པར་སྤྱད་པ་
ལས་ཇི་སྐད་དུ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་
དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུ་རྣམས་ཀྱིས་ཐ་སྤྱད་དུ་སྟོན་པ་རྣམས་པ་བཅུར་ཁོང་དུ་
ཆུད་པར་བྲས་ཏེ། བཅུ་གང་ཞེ་ན། འདི་ལྟ་སྟེ་བྱང་པོ་སྟོན་པ་དང་། ཁམས་སྟོན་པ་དང་།
སྤྱོད་མཆེད་སྟོན་པ་དང་། སེམས་ཅན་སྟོན་པ་དང་། ལས་སྟོན་པ་དང་། སྤྱོད་པ་སྟོན་པ་
དང་། གྲ་བ་སྟོན་པ་དང་། འཆི་བ་སྟོན་པ་དང་། འཆི་བའི་ཉིང་མཆམས་སྤྱོར་བ་སྟོན་པ་
དང་། དེ་རབ་ཏུ་ཞི་བར་འགྱུར་བའི་སྤྱང་ན་ལས་འདས་པ་སྟོན་པ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་

བུལོ། །

དེ་བས་ན་དགོན་མཆོག་སྤྱིན་ལས་ཀྱང་། རིགས་ཀྱི་བྱ་ཚོས་བཅུ་དང་ལྔ་ན།
བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔལ་ཀྱང་རྫོང་མཁས་པ་རྣམས་ཡིན་ནོ། །བཅུ་གང་ཞེ་ན། འདི་ལྟ་
སྟེ། གཟུགས་སུ་ཡང་འདོགས་ལ། དོན་དམ་པར་གཟུགས་སུ་ཡང་མི་དཔྱིགས་ཤིང་
མངོན་པར་ཞེན་པ་མེད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཆོར་བ་དང་། འདུ་ཤེས་དང་། འདུ་བྱེད་
རྣམས་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཞེས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་སོ། །

དེ་བས་ན་འཕགས་པ་སློ་གྲོས་མི་ཟད་པས་བསྟན་པ་ལས་ཀྱང་། ཚུལ་བཞིན་
ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་བདག་མེད་པ་སྟེ། དེ་བཞིན་དུ་ཆོས་ཐམས་ཅད་རིགས་
པས་མཐོང་བའོ། །ཅི་ལྟར་སེམས་ཅན་བདག་མེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཆོས་ཐམས་ཅད་
རིགས་པས་མཐོང་བའོ་ཞེས་བྱ་བ་གསུངས་སོ། །

རྒྱལ་བ་བསྐྱེད་པ་ལས་ཀྱང་རྒྱལ་བས་ངེ་སྐད་དུ། བཅོམ་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་
ཕྱིར་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་བར་དུ་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྟོང་ངོ་ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །གལ་ཏེ་འདི་ནི་བརྟགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྟོང་པ་ཉིད་ངོ་ཞེས་
གསུངས་སོ་ཞེ་ན། དེ་བདེན་ཏེ་ཡང་དག་པར་རང་བཞིན་དང་བཅས་པ་ཡང་ཡོད་དོ་
ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཡང་བརྟགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཁོ་ནའོ། །

གཞན་གྱི་དབང་གི་ངོ་བོ་ཡང་དག་པར་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་བྱུབ་ན་ནི་གཉིས་ལ་
སོགས་པ་བརྟགས་པའོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་བྱུབ་ན་སྤར་སྤོས་པའི་ཆད་མའི་གཞོད་པ་ཡོད་
པས་དེ་ནི་མ་བྱུབ་པོ། །

སྒྲུང་པོ་ཆེའི་རྩལ་གྱི་མདོ་ལས་ཀྱང་། སྤྱི་རིའི་བྱ་འདི་ངེ་སྟེས་དུ་སེམས། གང་

ཆོས་རྒྱལ་གྱི་རོ་བོ་ཉིད་ཤེས་པ་དེ་ཡོད་པ་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་མེད་པ་ཡིན། གསོལ་
བཞུགས་པ་ལྟར་ལྟོས་པ་ལྟར་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རོ་བོ་ཉིད་འཆའ་བ་དེ་ནི་སྤྱི་མཐོང་རོ་བོ་
ཉིད་འཆའ་བ་སྟེ། བཅོམ་ལྷན་འདས་དེ་ནི་མ་མཆིས་ཤིང་། མཆིས་པ་མ་ལགས་
སོ། །དེ་ཅིའི་སྤྱད་དུ་ཞེ་ན། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་སྤྱི་མཐོང་རོ་བོ་
ཉིད་དོ་ཞེས་བསྟན་པའི་སྤྱད་དུ་སྟེ། སྤྱི་མ་ལྟར་གང་ལགས་པ་དེ་ནི་མ་མཆིས་
བཤོ། །འདི་ལྟ་སྟེ། ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རོ་བོ་ཉིད་འཆའ་བ་དེ་ནི་འཆའ་བ་མ་མཆིས་
བཤོ། །དེ་ཅིའི་སྤྱད་དུ་ཞེ་ན། འདི་ལ་གང་ཡང་ཡང་དག་པར་ཆོས་གང་ཡང་མི་དམིགས་
པའི་སྤྱད་དུ་འོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་སོ། །

འོན་ཅི་སྟེ་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་རོ་བོ་འདི་གལ་ཏེ་ཅི་དངོས་པོ་མེད་པ་ཡིན་ནམ། འདི་
དངོས་པོ་མེད་པ་ཡིན་ན་ནི་མཐོང་བ་དང་འདོད་པའི་དོན་བྱེད་པ་དང་འགལ་ལོ་ཞེ་ན།
དེ་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་པར་བསྟན་པ།

མ་བརྟགས་གཅིག་བྱའི་ཉམས་དགའ་ཞིང་། །

སྤྱི་དང་འཇིག་པའི་ཆོས་ཅན་པ། །

དོན་བྱེད་པ་དག་ལྟས་རྒྱལ་གྱིས། །

རང་བཞིན་ཀུན་རྫོབ་པ་ཡིན་ཏོགས། །

ཀུན་རྫོབ་ནི་སྤྱིའི་ཐ་སྙད་ཅུ་གྱིས་བདག་ཉིད་མ་ཡིན་གྱིས། མཐོང་བ་དང་
འདོད་པའི་དངོས་པོ་ཆེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་རྒྱལ་གྱི་བརྟགས་མི་བཟོད་པས་ཡང་
དག་པའི་ཀུན་རྫོབ་སྟེ། གདགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཐ་སྙད་དེ་ལྟར་བྱས་
པའི་བརྟགས་ཀྱིས་ཐ་སྙད་འདོགས་པར་བྱེད་པ་ན་དེའི་ཕྱིར་དོན་བྱེད་པ་དང་ཅིའི་ཕྱིར་

འགལ་ཏེ།

འདི་སྐད་དུ། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་གང་འབྱུང་བ། །དེ་ནི་སྟོང་བ་ཉིད་དུ་
བཤད། །དེ་ནི་རྒྱུར་བྱས་གངགས་བ་སྟེ། །དེ་ཉིད་དབྱ་མའི་ལམ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་
གསུངས་བ་ལྟ་བུའོ། །

འཕགས་བ་སྒྲོ་གོས་མི་ཟད་པས་བསྟན་བ་ལས། དེ་ལ་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་བ་
གང་ཞེན། འཛིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྟངས་ལྡིག་པ་དང་། ཡི་གེ་དང་སྐད་དང་བཟླ་བ་
དག་གོ། །

དོན་དམ་པའི་བདེན་བ་ནི་གང་ལ་སེམས་ཀྱི་རྒྱ་བ་ཡང་མེད་ན་ཡི་གེ་རྣམས་ལྟ་
ཅི་སྟོས་ཞེས་གང་གསུངས་བ་དེ་ལ་དོན་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། །སེམས་ཅན་དང་སྟོང་གྱི་
བདག་ཉིད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་སྟོང་བར་བྱ་བ་དང་། སྟོང་བའི་ངོ་བོའི་རྒྱལ་འདིར་འཛིག་
རྟེན་གྱི་ཐ་སྟངས་དུ་དགོངས་བ་སྟེ། བྱེད་པའི་སྒྲུབ་བ་སོ་ཡོངས་སུ་བབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །

བརྗོད་པའི་ངོ་བོ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་ཡི་གེ་ལ་སོགས་པས་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་
རོ། །དེ་སྟེང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མ་ལུས་པའི་དོན་ཡིན་པར་བསྟན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་
མི་རྟོག་པའི་ཤེས་པས་རྟོགས་པའི་བདག་ཉིད་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དང་། བདེ་བ་ལ་
སོགས་པ་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་བ་ཉིད་ལས་མི་འདའོ། །དེའི་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར་
ཡི་གེ་ལ་སོགས་པ་ཡང་སྒྱུར་རོ། །

དེའི་ཕྱིར་ལུང་ལས་བྱུང་བ་དང་། འཛིག་རྟེན་བ་ཡང་བསྟན་སྟེ། དེ་ནི་ཡིད་ཀྱི་
དང་དག་གིའོ། །དཔེར་ན་ཡིད་ཀྱིས་བརྒྱ་བྱེད་ལ་ཆོས་མཛོན་པར་བཤད་པ་དང་།
ཡིད་ཀྱིས་ཆོགས་སུ་བཅད་པའི་ལན་བཅུ་པར་དེ་དང་དེ་དག་ནས་འབྱུང་བ་ལྟ་

བུའོ། །དེ་བས་ན་སྒྲོས་པའི་ཆོག་མཐོང་ཅད་དང་བྲལ་བའི་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་
ལ་ནི་སེམས་རྒྱ་བ་ཡང་མེད་པར་བསྟན་ཏོ། །

ཀུན་རྫོབ་འདི་ནི་རྒྱ་མེད་པར་མི་རུང་སྟེ། །ཤིང་རྩ་དང་སེམས་ཅན་ལ་སོགས་
པ་བཏགས་པ་བཞིན་མ་ཡིན་ནམ།

སྒྲོབ་པས་ཀྱང་། དཔེར་ན་ཡན་ལག་ཆོག་མཐོང་རྣམས་ལ། །ཤིང་རྩ་ཞེས་ནི་བྱ་
བར་འདོད། །དེ་བཞིན་སྤང་ལོ་རྒྱར་བྱས་ནམ། །ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ནི་སེམས་ཅན་
བརྗོད། །ཅེས་གསུངས་སོ། །

གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་འདི་ལ་ཡང་།

བརྟག་པ་མ་བྱས་ཉམས་དགའ་བའང་། །

བདག་རྒྱ་སྒྲ་མ་སྒྲ་མ་ལ། །

བརྟེན་ནས་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་ཡི། །

འབྲས་བྱ་དེ་འབྲ་འབྲུང་བ་ཡིན། །

དེ་སྤྱིར་ཀུན་རྫོབ་རྒྱ་མེད་ན། །

རུང་མིན་ཞེས་བའང་ལེགས་མ་ཡིན། །

གལ་ཏེ་འདི་ཡི་ཉེར་ལེན་པ། །

ཡང་དག་ཡིན་ན་དེ་སྒྲོས་ཤིག །

དེ་ནི་བཤད་ཟིན་ཏེ། བརྟག་མི་བཟོད་ལ་དོན་བྱེད་རྣམས་པའི་དངོས་པོ་ཉིད་ནི་
ཡང་དག་པའི་ཀུན་རྫོབ་ཅེས་བྱ་སྟེ། གང་ཟག་ལ་སོགས་པ་ལྟར་སྒྲ་ཅན་ནི་མ་ཡིན་ནོ་
ཞེས་བྱ་བའོ། །

དེ་ལྟ་བུ་དེ་ལ་ཡང་བརྗོད་པའི་ཚུལ་གྱིས་བརྟགས་པས་དབྱུང་མི་བཟོད་པའི་
རང་གི་རྒྱལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་ན་རྒྱུ་མེད་པར་ངེ་ལྟར་འབྱུང་། ཤེས་རབ་དང་ཡེ་ཤེས་
གྱིས་དབྱུང་ན་གང་གི་རྒྱུའི་རང་བཞིན་ཡོད་པ་དེ་སྒྲོ་བློས་དང་ལྡན་པས་སྒྲོས་
ཤིག །ཤིང་རྩ་ལ་སོགས་པ་ཡང་ཆོས་ཉིད་འདི་ལས་མི་འདའ་བ་ཉིད་དོ་ཞེས་ཐམས་
ཅད་དང་ཉེ་བར་སྦྱར་བར་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

འདིར་ཡང་གསུངས་པ། ཡི་གེ་གཅིག་སྟགས་གང་ཡང་མེད། །ཡི་གེ་མང་པོ་
གཞན་ཡང་མེད། །ཡི་གེ་འགགས་པ་རྣམས་མིན་ལ། །བརྟེན་ནས་དེ་ནི་མེད་པ་
ཡིན། །དེ་བཞིན་རང་གི་ཡན་ལག་ལས། །སྤྲོན་ནི་གྲུང་ན་མི་སྤང་ངོ་། །སྦྱ་མའི་སྤང་པོ་
སྤང་བ་དེ། །དེ་དག་ལས་མིན་གཞན་ཡང་མིན། །རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་
དེ། །ཡོད་དམ་མེད་པར་སྟེ་ཞིག་འདོད། །དེ་ལ་དམིགས་པར་བྱེད་པ་ཡི། །མིག་གི་རྣམ་
ཤེས་བྱུང་བ་ལྟར། །ལས་དང་ཉོན་མོངས་དབང་འཕགས་པ། །ལེན་བཅས་སྲིད་ལས་
འབྱུང་བ་དང་། །དེ་བཞིན་དུ་ནི་གཟུགས་འབྱུང་བ། །ཡོད་དམ་མེད་པར་སྟེ་ཞིག་
འདོད། །དེ་ལྟར་སྲིད་པའི་ཡན་ལག་ཀུན། །ཐ་སྙད་གྱིས་ནི་གདགས་པ་སྟེ། །འདི་ལྟར་
འགོག་ལ་སོགས་པ་ཡི། །ཆོས་ཀུན་དགོངས་ཏེ་གསུངས་པ་ཡིན། །ངེ་ལྟར་སྟགས་དེ་
སྟགས་མིན་དང་། །ངེ་ལྟར་སྤྲོན་ཡང་སྤྲོན་མིན་ལ། །དེ་ལྟར་བརྟེན་ནས་གསུངས་པ་
སྟེ། །གཉིས་ཀ་འབྲུབ་པར་འབྱུང་མ་ཡིན། །

ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པ་ཡིན་དུ་ཟིན་ན། འདིག་རྟེན་མཐའ་དག་
ནས་མཁའ་མེ་ཏོག་བཞིན་དུ་འབྱུང་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་མཐོང་བ་དང་། ཐོས་པ་དང་། བྱེ་བྲག་
བྱེད་པ་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་མེད་པས་འཕགས་པ་དང་འཕགས་པ་མ་

ཡིན་པའི་ཐ་སྙད་ལ་སོགས་པ་ནམས་པར་གཞག་པ་བྱུང་བའི་མཐའ་དང་མི་འགལ་བ་རི་
ལྷར་སྦྲར་ཞེ་ན། ལྷན་ཀ་འདི་ནི་སྦྱང་པོ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ།

དངོས་པོ་ཀུན་གྱི་རང་བཞིན་ནི། །
རིག་པའི་ལམ་གྱི་རྗེས་འབྲང་བལ། །
གཞན་དག་འདོད་པ་སེལ་བར་བྱེད། །
དེ་བྱིར་ཁོ་ལ་བའི་གནས་མེད་དོ། །
ཡོད་དང་མེད་དང་ཡོད་མེད་ཅེས། །
ཁས་མི་ལེན་པ་གང་ཡིན་པ། །
དེ་ལ་ནན་ཏན་ལྷན་པས་ཀྱང་། །
ཅིར་ཡང་ལྷན་ཀ་བྱ་མི་བྱས། །

བྱིས་པའི་གནས་སྐབས་ནས་བཟུང་སྟེ། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་
བར་དུ་སྦྱང་བ་གང་མ་བརྟགས་གཅིག་བྱ་ན་ཡིད་དུ་འོང་བའི་རང་བཞིན་ལ་ནི་ཁོ་བོས་
བཀག་པ་མེད་དེ། ཡང་དག་པར་ན་འབྲས་བུ་སྦྲ་ན་ཡོད་པ་དང་། མེད་པ་དང་། གཉིས་
ཀ་དང་། གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པར་སྦྱ་བ་སེར་སྦྱ་བ་ལ་སོགས་པར་བརྟགས་པ་གང་ཡིན་
པ་དེ་མེད་དོ། །དེའི་བྱིར་ཁོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པར་སྦྱ་བ་འདི་ནི་སྦྱང་བ་
ཉིད་ཀྱི་དོན་ལོག་པར་མཐོང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །

གང་གི་སྦྱོགས་ལ་ཡོད་པ་དང་། །
མེད་དང་ཡོད་མེད་ཡོད་མིན་པ། །

དེ་ལ་སྦྲན་ཀ་བྱ་བར་ནི། །

ཡུན་རིང་དུ་ཡང་བརྗོད་མི་ལུས། ¹

དེ་ཕྱིར་ཡང་དག་ཉིད་དུ་ན། །

དངོས་པོ་གང་ཡང་གྲུབ་པ་མེད། །

དེ་ཕྱིར་དེ་བཞིན་གཤེགས་རྣམས་ཀྱིས། །

ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་མ་སྦྱེས་གསུངས། །

ཡང་དག་པར་ན་དངོས་པོ་སྤར་བ་ཀྱང་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པར་མི་འབྲད་དེ། ཇི་
ལྟར་བསྟན་པའི་ཚུལ་གྱིས་གཅིག་དང་དུ་མའི་རང་བཞིན་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་རོ། དེའི་
ཕྱིར་ཡང་དག་པར་ན་གང་གི་སྦྱེ་བ་དང་། སྟོན་དུ་འགྲོ་བའི་གནས་པ་དང་། མི་རྟག་པ་
དང་། དེ་ལ་བརྟེན་པའི་དངོས་པོའི་ཆོས་གཞན་ཡང་ཡོད་པར་འགྱུར་རམ། དེ་ལྟ་བུས་
ན་སྟོ་གྲོས་རྒྱ་མཚོས་བསྟན་པ་ལས་འདི་སྐད་གསུངས་ཏེ།

གང་དག་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་བ། དེ་དག་དངོས་ཉིད་ཅི་ཡང་མིན། །གང་
དག་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པས། དེ་དག་གང་དུ་འབྱུང་བ་མེད། །ཅེའོ།

སྤང་པོའི་རྩལ་གྱི་མདོ་ལས་ཀྱང་། གང་ཞིག་སྦྱེ་བར་འགྱུར་བ་ཡི། །ཆོས་དེ་
གང་ཡང་མི་དམིགས་ན། །འབྱུང་བ་མེད་པའི་ཆོས་རྣམས་ལ། །བྲིས་པ་དག་ནི་འབྱུང་
བར་འདོད། །ཅེས་གསུངས་སོ། །

དགོན་མཆོག་འབྱུང་གནས་ཀྱི་མདོ་ལས་ཀྱང་། གང་ལ་རང་བཞིན་ཡོད་པ་མ་
ཡིན་ཏེ། །རང་བཞིན་མེད་པས་གཞན་རྟེན་ཇི་ལྟར་འགྱུར། །རང་བཞིན་མེད་པས་

1 འབྲེལ་དུ་ཡོད་པའི་ཆོགས་བཅད་འདི་རྩ་ཆོག་ནང་དུ་མི་སྟངས།

གཞན་གྱིས་རི་ལྟར་བསྐྱེད། །རྒྱ་འདི་བདེ་བར་གཤེགས་པས་བསྟན་བ་ཡིན། །ཞེས་
གསུངས་སོ། །

དེའི་ཕྱིར་ཡབ་དང་སྲས་མངལ་བའི་མདོ་ལས་ཀྱང་། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་
འབྱུང་བ་ལ་འདྲུག་པས་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་འདྲུག་པ་སྟོན་པ་བསྟན་ཏེ། བཅོམ་ལྷན་
འདས་དེ་ལ་མ་རིག་པ་ནི་མ་རིག་པ་ཉིད་ཀྱིས་མ་མཆིས་སོ། །

དེ་ཅིའི་སྒྲུབ་དུ་ཞེ་ན། འདི་ལྟར་མ་རིག་པ་ནི་རང་བཞིན་དང་བྲལ་བ་སྟེ། ཆོས་
གང་ལ་ཡང་རང་བཞིན་མ་མཆིས་པ་དེ་ནི་དངོས་པོ་མ་མཆིས་པའོ། །གང་ལ་དངོས་
པོ་མ་མཆིས་པ་དེ་ནི་ཡོངས་སུ་མ་བྱུབ་པའོ། །གང་ཡོངས་སུ་མ་བྱུབ་པ་དེ་ནི་མི་
སྟེའོ། །གང་མི་སྟེ་བ་དེ་ནི་མི་འགག་པའོ། །གང་མ་སྟེས་མ་འགགས་པ་དེ་ནི་འདས་པ་
ཞེས་གདགས་པར་བགྱི་བ་མ་ལགས། མ་འོངས་པ་དང་། ད་ལྟར་བྱུང་བ་ཞེས་
གདགས་པར་བགྱི་བ་མ་ལགས་སོ། །

གང་དུས་གསུམ་དུ་མི་དམིགས་པ་དེ་ནི་མིང་མ་མཆིས་པ། མཚན་ཉིད་མ་
མཆིས་པ། མཚན་མ་མ་མཆིས་པ། གདགས་སུ་མ་མཆིས་པ་སྟེ། གཞན་དུ་མ་ལགས་
ཀྱི་མིང་ཙམ་དང་། བརྟེན་ཙམ་དང་། ཐ་སྟོན་ཙམ་དང་། ཀྱན་རྫོབ་ཙམ་དང་། བརྟེན་པ་
ཙམ་དང་། གདགས་པ་ཙམ་དུ་སེམས་ཅན་རྣམས་གཟུང་པའི་དོན་དུ་བགྱི་བ་མ་
གཏོགས་པར་མ་རིག་པ་དེ་ནི་དོན་དམ་པར་དམིགས་སུ་མ་མཆིས་སོ། །

ཆོས་གང་དོན་དམ་པར་དམིགས་སུ་མ་མཆིས་པ་དེ་ནི་གདགས་སུ་མ་མཆིས་
པ་ཐ་སྟོན་དུ་བགྱིར་མ་མཆིས་པ་བརྟེན་དུ་མ་མཆིས་པ་སྟེ། བཅོམ་ལྷན་འདས་གང་མིང་
ཙམ་ཞེས་བགྱི་བ་ནས་གདགས་པ་ཙམ་གྱི་བར་དེ་དག་ཀྱང་ཡང་དག་པར་མ་ལགས་

བ་ཞེས་རྒྱ་ཆེར་འབྱུང་ངོ། །

དེ་ལྟར་བྱས་ན། ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བ་ན། །གཞོད་ནས་ཞི་ཞིང་མ་སྐྱེས་
དང་། །རང་བཞིན་སྤངས་པ་འདས་པ་ཞེས། །ཆོས་རྣམས་མགོན་པོ་ཁྱེད་ཀྱིས་
བསྟན། །ཅེས་བྱ་བའི་ཆོག་གས་སྤྱད་པ་ཅད་པ་འདི་ལེགས་པར་བཤད་པར་འགྱུར་ཏེ།
འདིས་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་དུས་གསུམ་དུ་མཉམ་བ་ཉིད་དུ་ཡོངས་སྤྱད་པ་སྟེ། །

གཞོད་མ་ནི་མ་འོངས་པའི་དུས་ཏེ་རང་བཞིན་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་དེར་ཞི་
བའོ། །ད་ལྟར་བྱུང་བའི་དུས་ན་ཡང་མ་སྐྱེས་ཏེ། །རང་བཞིན་དང་བྲལ་བ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་
རོ། །འདས་པའི་དུས་ན་ཡང་རང་བཞིན་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྤངས་པ་ལས་འདས་པ་སྟེ།
རང་བཞིན་དང་བྲལ་བ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། །

ཡབ་དང་སྲས་མཇུག་པའི་མདོ་ལས། རི་སྐད་དུ། ཆོས་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི་
དུས་གསུམ་དུ་མཉམ་བ་ཉིད་ཀྱིས་མཉམ་བ་སྟེ། འདས་པའི་དུས་ན་ཡང་ཆོས་ཐམས་
ཅད་རང་བཞིན་དང་བྲལ་བའོ། །མ་འོངས་པ་དང་། ད་ལྟར་བྱུང་བའི་དུས་ན་ཡང་ཆོས་
ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་དང་བྲལ་བའོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

ཡང་དེ་ཉིད་ལས་གསལ་བར་མཛད་དེ། ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་
སྐྱོང་བའོ། །ཆོས་གང་ལ་རང་བཞིན་མ་མཆིས་པ་དེ་ནི་འདས་པ་མ་ལགས། མ་འོངས་
པ་མ་ལགས། ད་ལྟར་བྱུང་བ་མ་ལགས་སོ། །

དེ་ཅིའི་སྐད་དུ་ཞེ་ན། །རང་བཞིན་མ་མཆིས་པ་ནི་འདས་པ་ཞེས་གདགས་པར་
བགྱི་བར་མ་ལགས། མ་འོངས་པ་དང་ད་ལྟར་བྱུང་བ་ཞེས་གདགས་པར་བགྱི་བ་མ་
ལགས་སོ་ཞེས་འབྱུང་ངོ། །

སྐྱེ་བ་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་ཡང་། ཡང་དག་པའི་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་གཏོགས་པ་ཡིན་
ཏུ་ཟེན་གྲང་།

དམ་པའི་དོན་དང་མཐུན་པའི་བྱིར། །

འདི་ནི་དམ་པའི་དོན་ཞེས་བྲ། །

ཡང་དག་ཏུ་ན་སྒྲོས་པ་ཡི། །

ཆོགས་ནམས་ཀུན་ལས་དེ་གོལ་ཡིན། །

དོན་དམ་པ་ནི་དངོས་པོ་དང་དངོས་པོ་མེད་པ་དང་། སྐྱེ་བ་དང་མི་སྐྱེ་བ་དང་།
སྟོང་བ་དང་མི་སྟོང་བ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོས་པའི་བྲ་བ་མཐའ་དག་སྤངས་པའོ། །སྐྱེ་བ་མེད་
པ་ལ་སོགས་པ་ནི་དེ་ལ་འཇུག་པ་དང་མཐུན་པའི་བྱིར་དོན་དམ་པ་ཞེས་ཉེ་བར་
འདོགས་སོ། །

ཡང་དག་ཀུན་རྫོབ་ནམས་ཀྱི་སྐྱས། །མེད་པར་ཡང་དག་ཁོང་པ་ཡི། །སྟོང་ཏུ་
འགོ་བར་བྲ་བ་ནི། །མཁས་ལ་བྱང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །

ཅིའི་བྱིར་དངོས་སུ་དོན་དམ་པ་མ་ཡིན་པ་བསྟན་བ།

སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་མེད་པའི་བྱིར། །

སྐྱེ་བ་མེད་ལ་སོགས་མི་སྟོང་། །

དེ་ཡི་ར་བོ་བཀག་པའི་བྱིར། །

དེ་ཡི་ཆོག་གི་སྒྲ་མི་སྟོང་། །

ཡུལ་མེད་པ་ལ་དགག་པ་ཡི། །

སྐྱོར་བ་ལོགས་པ་ཡོད་མ་ཡིན།

རྣམ་པར་རྟོག་པ་བརྟེན་ན་ཡང་།

ཀུན་རྫོབ་པར་འགྱུར་ཡང་དག་མིན།

སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་མེད་ན་དེ་བརྗོད་པའི་སྐྱེའི་སྐྱོར་བ་མི་འཐད་དོ། །དེ་བས་ན་
ཡུལ་མེད་པ་ལ་དགག་པའི་ཕྱིར་སྐྱེ་བ་ཡང་མེད་པས་སྐྱེ་བ་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་མི་
སྤིང་དོ། །

ཅི་སྟེ་རང་གི་མཚན་ཉིད་ནི་སྤྲི་འདི་དག་གི་ཡུལ་མ་ཡིན་མོད་གྱི། འོན་ཀྱང་
ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ཀྱི་བག་ཆགས་ལས་བྱུང་བའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ལ་སྤང་བའི་རང་
ཅན་གྱི་དོན་ཡུལ་ཉིད་དུ་བདག་གིར་བྱས་ཏེ། ཆོས་ཅན་འདི་ཉིད་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེ་བ་
ལ་སོགས་པ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ལ་སྤང་བའི་དོན་འདི་ཅི་གཞན་དག་འདོད་པའི་དོན་ལ་
བརྟེན་ནས། འོན་ཏེ་མ་ཡིན་ཞེས་ཡོད་དམ་མེད་པ་སེམས་པར་བྱེད་གྱི། སྐྱེ་བ་ལ་
སོགས་པ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ལ་སྤང་བའི་དོན་ནི་སྤྲིང་བར་མི་བྱེད་དེ། དེ་ཉིད་སྤོལ་
བསྐྱེད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྐྱེ་སྐྱོར་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཡང་རྣམ་པར་
ཤེས་པའི་རོ་སོ་ཉིད་ཡིན་པས་དེ་དབྱེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་བསལ་ཟིན་པ་མ་ཡིན་ནམ།
གཞན་ཡང་དེ་ལྟ་ན་ཀུན་རྫོབ་ཅེས་བྱ་བའི་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་སྤོལ་བརྟེན་པའི་ཕྱིར་མ་
སྐྱེས་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་ཀུན་རྫོབ་པར་འགྱུར་གྱི། དོན་དམ་པར་མ་ཡིན་ཏེ། ཤིང་ལ་
སོགས་པ་སྐྱེའི་དོན་བཞིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་དངོས་སོ་མ་གྲུབ་ན་དེ་ལ་ལྟོས་ནས་རབ་ཏུ་བརྟགས་པ་བདག་གི་
དངོས་སོ་དེ་ཁོ་ན་ལ་དངོས་སོ་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་ཡང་མེད་པ་ཉིད་དོ། །འདི་སྐད་

གསུངས་ཏེ།

གལ་ཏེ་དངོས་པོ་མ་གྲུབ་ན། །དངོས་པོ་མེད་པར་འགྲུབ་མི་འགྲུབ། །དངོས་པོ་
གཞན་དུ་གྱུར་ན་ནི། །དངོས་པོ་མེད་ཅེས་སྐྱེ་བོ་སྒྲ། །ཞེས། །

དེ་སྐད་དུ། འོ་མར་ཞོ་ལ་སོགས་མེད་པ། །དེ་ན་སྤྲ་ན་མེད་ཅེས་བྲ། །ཞོ་ལ་འོ་མ་
མེད་པ་ནི། །ཞིག་ནས་མེད་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན། །མགོ་ཡི་ཡན་ལག་སྤྱང་བ་དང་། །སྐྱེ་
དང་སྤྲ་བ་རྣམས་སྤངས་པ། །རི་བོང་དུ་ལ་སོགས་དངོས་སྤྱ། །དེ་ནི་གཏན་མེད་བརྗོད་པ་
ཡིན། །བ་ལང་ལ་ནི་རྟ་སོགས་མེད། །དེ་ནི་གཅིག་ལ་གཅིག་མེད་བརྗོད། །ཅེས། །

གསོག་ཏུ་གྱུར་བ་དངོས་པོ་མེད་པར་གྱུར་པ་ཡང་། །དངོས་པོ་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་
ངེས་པའི་རྣམས་བྱངས་ནས་རྣམས་པར་གཞག་སྟེ། །མོ་གཤམ་ལ་སོགས་པ་དང་། །བྱ་ལ་
སོགས་པ་ཡོད་པར་མ་ངེས་ན་མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་ལ་སོགས་པར་རྣམས་པར་རྟོག་པར་མི་
འགྲུར་རོ། །

དེ་བས་ན་སྐྱོ་གྲོས་རྒྱ་མཚོའི་མདོ་ལས་བསྟན་པ་ཆངས་པ་ཆོས་གང་ཡོངས་
སྤྲ་མ་གྲུབ་པ་དེ་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་ཞེས། །མེད་པ་ཉིད་དོ་ཞེས་ཁས་མི་ལེན་ཏོ་ཞེས་འགྲུང་
བ་འདི་ལེགས་པར་བཤད་པ་ཡིན་པར་འགྲུར་རོ། །

ལང་ཀར་གཤེགས་པ་ལས་ཀྱང་། །ཡོད་པའི་རྣམས་བྱངས་མེད་པ་སྟེ། །མེད་
པའང་ཡོད་པའི་རྣམས་བྱངས་སོ། །དེ་བས་མེད་པར་བསམ་མི་བྲ། །ཡོད་པ་ཉིད་དུ་འང་
མི་བརྟག་གོ། །གང་ལ་ཅི་ཡང་མི་སྐྱེ་བ། །ཅི་ཡང་འགག་པར་མི་འགྲུར་ཏེ། །འཛིག་རྟེན་
རྣམས་པར་དབེན་མཐོང་བ། །དེ་ལ་ཡོད་དང་མེད་པ་མེད། །ཅེས་གསུངས་སོ། །

དེ་ལ་དོན་ནི་དེ་ཡིན་ཏེ། །ཡོད་པའི་རྣམས་བྱངས་མེད་པ་རྣམས་པར་གཞག་སྟེ།

དཔེར་ན་ཞིག་ནས་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་མེད་པ་རྣམས་པ་གསུམ་ལྟ་བུའོ། །མེད་པའི་
རྒྱས་བྱངས་ནས་ཡོད་པ་སྟེ། དཔེར་ན་སྟེ་བ་སྟེ་ན་མེད་པ་ལྟ་བུའོ། །

སྟེ་ན་ཡོད་པ་སྟེ་འབྱུང་ན། །སྟེ་ས་པ་ཡང་ནི་སྟེ་བར་འབྱུང་། །ཞེས། །

དེ་ལྟ་བུས་ན། གློ་བྲོས་བཟང་པོས་གང་གསུངས་པ། གང་དག་བདག་དངོས་
གཞན་དངོས་དང་། །དངོས་དང་དངོས་པོ་མེད་མཐོང་བ། །དེ་དག་སངས་རྒྱས་བསྟན་
པ་ལ། །ཡང་དག་མཐོང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །ཡང་དག་དངོས་རྣམས་རྟེན་བྱས་ནས། །རྩ་ཡི་
རྒྱ་བ་ལྟ་བུར་ནི། །ཡང་དག་མ་ཡིན་ལོག་མིན་པར། །འདོད་པ་དེ་དག་ལྟས་མི་
འཕྲོགས། །ཐམས་ཅད་རྟག་མིན་མི་རྟག་པའམ། །ཅི་ཡང་མེད་དེ་རྟག་དེ་བཞིན། །དངོས་
ཡོད་རྟག་དང་མི་རྟག་པར། །འབྱུང་ན་དེ་ནི་ག་ལ་ཡོད། །གང་ཅི་བརྗོད་པ་ཐམས་ཅད་
ནི། །དོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྟོང་རིག་བྱ། །སྟོང་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཡང་སྟོང་། །འདི་ལྟར་མི་སྟོང་
ཡོད་མ་ཡིན། །སྟེ་ལ་སྟོང་ཉིད་འདི་འབྱུང་བ། །དེ་ལ་དོན་རྣམས་ཐམས་ཅད་འབྱུང་། །སྟེ་
ལ་སྟོང་ཉིད་མི་འབྱུང་བ། །དེ་ལ་ཅི་ཡང་འབྱུང་བ་མེད། །ཅེས་བྱ་བ་འདི་ནི་ལེགས་པར་
གསུངས་པའོ། །

དེ་བས་ན་སྤྱིའི་རྒྱལ་པོ་རྒྱ་མཆོས་ཞུས་པ་ཆེན་པོ་ལས། སྟོན་མཐའ་སྟོང་ཞིང་
བྱི་མའི་མཐའ་ཡང་སྟོང་། །སྟེ་དང་འཇིག་དང་གནས་པའི་དངོས་པོ་སྟོང་། །འདི་ནི་
དངོས་པོ་ཡོད་མིན་དངོས་མེད་མིན། །ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་དོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་
སྟོང་། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

འོ་ན་དེ་ནི་རྟོགས་གྱུར་པས། །

དེ་ཡི་རང་བཞིན་མངོན་སུམ་ཕྱིར། །

མི་མཁས་རྣམས་ཀྱང་དངོས་རྣམས་ཀྱིས། །

དངོས་པོ་འདི་འདྲ་ཅིས་མི་རྟོགས། །

དེ་རྟོགས་ན་དེའི་རང་གི་ངོ་མོ་མི་རྟོགས་པ་ནི་མི་རིགས་ཏེ། བྱམ་པས་དཔེན་
པའི་ས་གཞི་དཔེགས་ན། དེའི་བདག་ཉིད་དུ་སྒྱུར་བ་བྱམ་པས་དཔེན་པ་རྟོགས་པ་
བཞིན་ནོ། །

དངོས་པོ་རྣམས་ནི་སོ་སོའི་སྤྱི་པོའི་ལྟ་བ་དཀར་པོ་མ་ཡིན་པ་ཐ་གཤམ་རྣམས་
ཀྱིས་ཀྱང་དངོས་པོ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པ་མེད་པ་ལས་སྒྲོ་བཏགས་པས། སྒྲོ་བཏགས་
པ་ཡང་དག་པ་རི་སྐད་དུ་སྒྲོས་པ་མཐའ་དག་དང་བྲལ་བ་ཁོ་ན་ཡིན་པར་རྟོགས་ན།
ཅིའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་ཡིན་པར་མི་རྟོགས་ཤེ་ན།

མ་ཡིན་ཐོག་མེད་རྒྱུད་ལྟེ་བར། །

དངོས་པོར་སྒྲོ་བཏགས་དབང་བྱས་པས། །

དེ་ཕྱིར་སྒོག་ཆགས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། །

མངོན་སུམ་རྟོགས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །

ཐོག་མ་མེད་པའི་སྤྱི་དབང་སྤྱི་བ་དངོས་པོ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པའི་དུག་གིས་
དཀྲུགས་པའི་སྒྲོ་ཅན་དག་གིས་མངོན་སུམ་ཅམ་དུ་རྟོགས་པས་རྣམ་པ་ཁོང་དུ་རྒྱུད་
པར་མི་བྱས་ཏེ། འདྲ་བ་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱུད་པ་དཔེགས་པས་སྒྲོ་སྒྲིབ་པ་དག་
གིས་སྐད་ཅིག་པ་ཉིད་མི་རྟོགས་པ་བཞིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་འདི་ནི་ངོ་མཚར་མི་ཆེ་སྟེ། འདི་ལྟར་བྱམ་པ་དང་བ་ལང་ཉིད་ལ་
སོགས་པས་དཔེན་པའི་བ་ལང་ལ་སོགས་པའི་དབྱིབས་གསལ་བར་མ་མཐོང་ཡང་།

སེར་སྒྲུ་དང་གཟེགས་མ་ལ་སྒྲོད་པའི་ལུགས་ཀྱིས་སྒོ་བྲོས་ཤིན་ཏུ་བྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་
རྒྱར་བ་དག་དེ་ལྟར་རྟོགས་པར་མི་བྱེད་དོ། །

འོན་ཀྱང་དག་གིས་དེ་རྟོགས་ཤེས་ན། བཤད་པ།

དེ་ལ་སྒོ་འདོགས་གཙུག་བྱེད་པ། །

ཤེས་པར་བྱེད་པའི་གཏུན་ཆོགས་ཀྱིས། །

རྗེས་སྒྲུ་དཔོག་པ་རྣམ་ཤེས་བྱེད། །

རྣལ་འབྱོར་དབང་རྣམས་མངོན་སུམ་གསལ། །

དངོས་པོ་ལ་སོགས་པར་སྒོ་འདོགས་པ་བསལ་བ་བསྒྲུབ་པ་སྒྲོགས་ཅན་ཞིག་
འི་སྐད་བརྟན་པ་དག་གི་ཐོས་པ་བས་མཐོ་བ། བསམས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཆོས་རབ་ཏུ་
རྣམ་པར་འབྱེད་པ་བསགས་པ་དག་སྒྲོས་པ་དང་བལ་བ་ངེས་པར་བརྟག་པར་བྱེད་
དོ། །

རྣལ་འབྱོར་པའི་དབང་རྒྱུ་རྣམས་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་བཞིན་མཉམ་པ་
ཉིད་ཏུ་རྣམ་པར་བྱེ་བའི་ཉིང་ངེ་འཇིན་ལ་སོགས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཡེ་ཤེས་རྣམ་པར་
རྟོག་པའི་བྱི་མ་དང་བལ་བ་ཉིད་ཀྱིས་ནང་དང་བྱེའི་དངོས་པོ་མ་བརྟགས་ན་དགའ་བ་
སྒྲིང་པོ་མེད་པ། རྒྱ་ཤིང་གི་སྒྲོང་པོ་ལྟ་བུ་ཐམས་ཅད་འི་ལྟར་སྒོ་འདོགས་པའི་ས་པོར་
ཡང་བྱིས་མི་སྒྲེ་བ་དེ་ལྟར་བྱགས་སུ་རྒྱུད་དེ། སྒྲིང་རྗེ་ཆེན་པོ་ལ་འཇུག་པའི་མདོ་ལས།
འི་ལྟར་རྒྱ་ཤིང་རྒྱོན་པའི་སྒྲོང་པོ་ལ། །ཞེས་བྲ་བ་ལ་སོགས་པ་འི་སྐད་གསུངས་པ་ལྟ་
བུའོ། །

ཆེད་ཏུ་བརྗོད་པ་ལས་ཀྱང་། གང་ཞིག་ལྷ་ཏུ་མ་སྒྲ་ར་དག་ལ་མེ་ཉིག་

ལྷ་མ་། སྲིད་པ་དག་ལ་སྦྱིང་པོ་མེད་པར་སེམས་བྱེད་པ། །དགེ་སྦྱོང་འདི་ནི་པ་རོལ་མེན་
པའི་པ་རོལ་སོན། །སྤྱལ་ཚུལ་པ་ཡི་བགས་པ་སྦྱིང་པ་བརྗེ་བ་བཞིན། །ཞེས་གསུངས་
སོ། །

ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པར་ཁས་སྐྱངས་ནས། རྟོགས་ཀྱི་ཆོས་ལ་
སོགས་པ་རང་ལས་མ་བྱུང་པའི་བྱིར་རྗེས་སུ་དབག་པ་དང་། རྗེས་སུ་དབག་པར་བྱ་
བའི་ཐ་སྙད་མི་འབྱུང་པ་མ་ཡིན་ནས། དེའི་བྱིར་རྗེས་སུ་དཔོག་པ་པོས་རི་ལྷོར་གཏན་
ལ་དབབ། གལ་ཏེ་ཡང་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པར་སྤྱོད་པའི་གཏན་ཆིགས་
མ་བཟོད་ན། དེའི་ཆེ་གཏན་ཆིགས་མེད་པར་མི་འབྱུང་པའི་བྱིར་འདོད་པའི་དོན་མི་
འབྱུང་བོ། །

ཅི་སྟེ་བཟོད་ན་ནི་གཏན་ཆིགས་ཡོད་དེ། དེ་ལྟ་ན་ཡང་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་
བཞིན་མེད་པར་མི་འབྱུང་པས་འདོད་པའི་དོན་མི་འབྱུང་བོ། །

འདི་ནི་ཅི་ན་སྟེ། འདི་ལྟར།

གཞུང་གིས་བསྐྱེད་པའི་བྱེ་བྲག་གིས། །

ཆོས་ཅན་སྐྱངས་ནས་མཁས་པ་དང་། །

བྱད་མེད་བྱིས་པའི་བར་དག་ལ། །

གྲགས་པར་གྱུར་པའི་དངོས་རྣམས་ལ། །

བསྐྱུང་དང་སྐྱུང་པའི་དངོས་པོ་འདི། །

མ་ལུས་ཡང་དག་འཇུག་པར་འབྱུང་། །

དེ་ལྟ་མེན་ན་གཞི་མ་བྱུང་། །

ལ་སོགས་ལན་ནི་རི་སྐད་གདབ། །

བདག་ནི་སྤང་བའི་ངང་ཅན་གྱི། །

དངོས་སོ་དགག་པར་མི་བྱེད་དེ། །

དེ་ལྟ་བུས་ན་སྐྱབ་པ་དང། །

བསྐྱབ་བྱ་གཞག་པ་འཁྲགས་པ་མེད། །

རྗེས་སུ་དབག་པ་དང་རྗེས་སུ་དབག་པར་བྱ་བའི་ཐ་སྙད་ཐམས་ཅད་ནི་པན་
ཚུན་མི་མ་བྱུན་པས་བྱུབ་པའི་མཐས་བསྐྱེད་པ་ཆོས་ཅན་ཐ་དད་པ་ཡོངས་སུ་བཏང་སྟེ།
མཁས་པ་དང་བྱུད་མེད་དང་བྱིས་པའི་བར་གྱི་མིག་དང་རྣ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཤེས་པ་
ལ་སྤང་བའི་ངང་ཅན་གྱི་ཕྱོགས་སྐྱ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ཅན་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲུག་གོ།

དེ་ལྟར་མིན་ན་ཏུ་བ་དང། ཡོད་པ་ལ་སོགས་པའི་མེ་དང་མི་རྟག་པ་ཉིད་ལ་
སོགས་པ་བསྐྱབ་པར་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཏན་ཆོགས་ཀྱི་གཞི་འབྲུབ་པར་མི་
འབྲུར་ཏེ། སྐྱབ་པའི་ཆོས་ཅན་ཡན་ལག་ཅན་དང། བཅ་མཁའི་ཡོན་ཏན་ལ་སོགས་
པའི་ངོ་བོ་རྣམས་མ་བྱུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་ན་ཆོས་གཉི་ག་དང་ལྡན་པའི་དཔེའི་ཆོས་
ཅན་ཡང་མི་འབྲུབ་པ་ཉིད་དོ། །

གལ་ཏེ་བསྐྱབ་པ་དང་སྐྱབ་པའི་ཐ་སྙད་འདི་ལྟ་བུ་འདི་གཞན་དག་གྲང་ཁས་
ལེན་ན་ནི་ད་ལྟ་ན་མཁས་པ་བརྟེན་པའི་གྲགས་པ་འདི་ཅི་དགོས་ཏེ། འདི་ལྟར་རང་གི་
ཕྱོགས་ལ་མི་ལྟ་བར་གཞན་གྱི་ཕྱོགས་ཀྱི་ཉེས་པ་འདི་ཉིད་བརྗོད་ཏུ་ཟད་དོ། །

ཁོ་བོ་ཡང་མིག་ལ་སོགས་པའི་ཤེས་པ་ལ་སྤང་བའི་ངང་ཅན་གྱི་དངོས་སོ་ནི་
མི་སེལ་མོད་ཀྱི། ཤེས་རབ་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་དབྱུང་ན་ཆུ་ཤིང་གི་སྤོང་བོ་བཞིན་ཏུ་

སྤྱིང་པོ་བཀ་ཅམ་ཡང་མི་སྤྱང་བས་དོན་དམ་བར་མི་འདོད་དོ།

དེ་ལྟ་བུས་ན་སྤྱང་བའི་དོན་མ་བཀག་པ་ཉིད་ཀྱིས་མངོན་པར་ཞེན་པ་མེད་པའི་
བསྐྱེད་པ་དང་། སྤྱིང་བའི་ཐ་སྤྱད་འཇུག་པས་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པར་སྤྱི་
བ་ལ་གཞོད་པ་ཅི་ཡང་མེད་དོ།

ཇི་སྤྱད་དུ། འཛིན་པ་སྤྱལ་ལ་མི་བརྟེན་ན། ཐ་སྤྱད་རབ་ཏུ་འབྱུང་འབྱུར་ལ། ཐ་
སྤྱད་རྣམས་ལ་མཁས་གྱུར་ན། བསྐྱེད་བཅོས་དོན་ལ་མྱོངས་པ་མེད། ཁྱེད་ཀྱིས་སྤྱངས་
པ་ལྟ་བུའོ།

དོན་དམ་པའི་ཚུལ་ལ་སྤྱང་བས་དབང་སྤྱིར་བ་གང་དག་འདི་ལྟ་སྟེ། ཆོས་
ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པར་ལྟ་བུ་ཉིད་ནི་མེད་པ་ཉིད་དུ་ལྟ་བར་སྤྱི་བོ་ནས་དབང་
བསྐྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྤྱི་བ་དང་།

དེ་ལྟ་སྟེ་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་སྤྱིར་འདེབས་པ། འཇོག་ལྟས་དཀར་ཕྱོགས་བྱངས་
འབྲིན་དམ་ཆོས་ཀྱི། འཇོག་མེད་བ་ནམ་མཁའི་མེ་ཉོག་འདི། འཇོགས་འདོད་རྣམས་
ཀྱིས་རྒྱང་རིང་སྤང་བར་བྱ། ཞེས་སྤྱི་བ་དེ་དག་གི་ཕྱིར་འདི་བརྗོད་དེ།

དེ་ཕྱིར་ཐོག་མེད་སྤིང་རྒྱད་ནས།

དངོས་དང་དངོས་མེད་རྟོགས་སོགས་ཀྱི།

རིགས་མཐུན་ས་བོན་ཡོད་པར་ནི།

རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱ་བ་ཡིན།

འདི་ནི་དངོས་པོའི་མཐུ་སྟོབས་ཀྱིས།

འབྱུང་བ་མ་ཡིན་དེ་མེད་ཕྱིར།

དངོས་སོ་རྣམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་དེ། །

རྒྱ་ཆེར་རབ་ཏུ་བཀག་པ་ཡིན། །

རིམ་གྱིས་འབྱུང་བྱིར་སློ་བྱར་མིན། །

རྟག་འབྱུང་མ་ཡིན་རྟག་པ་མིན། །

དེ་བས་གོམས་འདྲ་དེ་ཉིད་བྱིར། །

དང་པོ་རང་གི་རིགས་ལས་སྦྱེས། །

འདི་ལྟར་དོན་དམ་པར་ན་དངོས་སོ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི་སློས་པ་ཐམས་ཅད་
དང་བྲལ་བ་ཡིན་ན། དེ་ལྟ་བུ་དེ་དག་ལ་སློ་དཀར་པོ་མ་ཡིན་པ་རྣམས་ཀྱིས་དངོས་སོ་
དང་དངོས་སོ་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་པར་རྟོག་པ་དག་འབྱུང་སྟེ། དེ་དག་ཀྱང་ཐོག་
མ་མེད་པའི་ལས་དང་སྲིད་པ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུ་ནས་རིགས་མ་ཐུན་པའི་ས་བོན་
བོར་ན་རྒྱ་གཞན་མེད་དོ། །

དེ་དག་ནི་དམིགས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་འབྱུང་བ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། དངོས་སོ་དང་
དངོས་སོ་མེད་པ་ལ་སོགས་པའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་དངོས་སོ་རྣམས་རྒྱ་ཆེར་བཀག་པའི་
བྱིར་རོ། །དེ་ལ་གལ་ཏེ་རང་གི་རིགས་མ་ཐུན་པའི་ས་བོན་གྱི་རྒྱ་མེད་ཏུ་ཟིན་ན། དེ་
ལས་ལྷག་མ་གཞན་ཅི་ཞིག་ཡོད། འོན་སྟེ་པའི་རྒྱ་མེད་པའམ། རྒྱ་རྟག་པ་སྦྱེས་པའམ།
བདག་ཉིད་རྟག་པ་དེ་ཡོད་དེ། རི་ལྟར་སློ་བྱར་འབྱུང་བར་སློ་བ་དང་། དབང་ལྷག་ལ་
སོགས་པའི་རྒྱ་ལ་འཆེལ་བ་དང་། ཤེས་པ་ཡོད་པ་རྟག་ཅེས་ཁས་ལེན་པ་ལྟ་བུ་འོ་ཞེ་ན།
དེ་ལྟ་ན་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་རིམ་གྱིས་འབྱུང་བའི་བྱིར་རོ། །

རྒྱ་ལ་མི་སྟོས་པ་དང་རྟག་ཏུ་ཉེ་བར་གནས་པའི་རྒྱ་དང་། རང་བཞིན་རྣམས་ནི་

འཛིན་གྱིས་འབྱུང་བ་དང་འགལ་ལོ། །དེ་བས་ན་དངོས་སོ་ལ་སོགས་པར་རྣམ་པར་རྟོག་
པའི་ཕྱིར་ཆེ་འདི་ལ་དང་སོ་བྱུང་བ་དག་ཀྱང་འབྲ་བ་ལ་གོམས་པའི་བག་ཆགས་ལས་
སྐྱེ་བར་རྗེས་སུ་དབག་སྟེ། སྐྱེས་པ་རྣམས་གོང་ནས་གོང་དུ་ཆུང་དུ་དང་འབྲིང་དང་
ཆེན་སོ་ལ་སོགས་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་ཐ་དད་པ་གོམས་པའི་སྟོབས་ལས་འབྱུང་བ་
དངོས་སོ་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་བཞིན་ནོ། །

དེའི་ཕྱིར་ཐོག་མ་མེད་པའི་སྲིད་པ་གཞན་གྲུབ་ལོ། །འདིས་ནི་མ་འོངས་པའི་
སྲིད་པ་རྗེས་སུ་དབག་པ་ཡང་བཤད་ཟིན་ཏེ། འདི་ལྟར་འདོད་ཆགས་དང་མ་གྲུབ་པའི་
འཆི་བའི་སེམས་ལ་ནི་བདག་དང་བདག་གི་ལ་ཆགས་པའི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་བག་
ཆགས་དང་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར་སེམས་གཞན་གྱིས་མཚམས་སྦྱོར་རུས་ཏེ། དེ་སྡོན་གྱི་
སེམས་སྐྱེས་པ་དང་འབྲ་བས་སྐྱབ་པ་གསལ་ལོ། །

དེ་ཕྱིར་རྟག་ཆད་ལྟ་བ་རྣམས། །
གཞུང་འདི་ལ་ནི་རིང་དུ་གནས། །
སྟོག་དང་རྗེས་སུ་འཇུག་པ་ཡང་། །
ས་སོན་སྐྱ་གྲུ་ལྷག་སོགས་བཞིན། །

དོན་དམ་པར་རྟག་པ་དང་ཆད་པ་དག་གི་སྐྱབས་མེད་པ་ཉིད་དེ། དེ་གཉིས་ནི་
དངོས་སོ་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་པས་དངོས་སོ་ཡོད་ན་དེ་དག་ལྟ་ག་ལ་ཡོད། ཀུན་རྫོབ་གྱི་
བདེན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ནི་སྤྲ་མ་སྤྲ་མའི་སྐྱད་ཅིག་ལོག་ན་སྐྱད་ཅིག་གཞན་དང་གཞན་
འབྱུང་བས་དངོས་སོ་རྣམས་ལ་ཐོག་མ་དང་ཐ་མ་མེད་དེ། ཕྱི་རོལ་བ་དག་འདོད་པ་དང་
འབྲ་བས་དེ་གཉིས་ཤིན་ཏུ་ཡོད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །

འདིར་གསུངས་པ། ཡོད་ན་དངོས་པོ་ཉག་འགྱུར་ལ། །མེད་ན་ངེས་པར་ཆད་
འགྱུར་ཏེ། །དངོས་ཡོད་གཉིས་གར་འགྱུར་བས་ན། །དེ་ཕྱིར་དངོས་པོ་ཁས་མི་
སྒྲང་། །གང་ཕྱིར་དངོས་པོར་རང་འབྱུང་བ། །དེ་ཕྱིར་ཆད་པར་འགྱུར་མ་ཡིན། །གང་
ཕྱིར་དངོས་པོ་ལྟོག་འགྱུར་བ། །དེ་ཕྱིར་ཉག་པར་འགྱུར་མ་ཡིན། །གང་དག་བྱང་ཚུབ་
བརྟེན་པའི་ཕྱིར། །དོན་དུ་མེད་པར་ཁས་མི་འཆེ། །མི་སེམས་སྤྱོད་པར་མི་བྱེད་པ། །དེ་
དག་རི་ལྟར་མེད་པར་འདོད། །ཅེས། །

དགོན་མཆོག་སྤྱིན་ལས་ཀྱང་། རི་ལྟར་ན་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ཐེག་པ་ཆེན་
པོ་ལ་མཁས་པ་ཡིན་ཞེ་ན། འདི་ལ་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་བསྐྱབ་པ་ཐམས་ཅད་ལ་
ཡང་སྟོབ་ལ། །སྟོབ་པ་ཡང་མི་དམིགས། །བསྐྱབ་པའི་ལས་ལ་ཡང་མི་དམིགས་གང་
སྟོབ་པ་དེ་ཡང་མི་དམིགས་ཏེ། །རྒྱ་དེ་དང་རྒྱེན་དེ་དང་གཞི་དེས་ཆད་པར་ལྟ་བུ་མ་
འགྱུར་ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཡང་དེ་ཉིད་ལས། རིགས་ཀྱི་བྱ་འདི་ལ་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ཡང་དག་པའི་
ཤེས་རབ་ཀྱི་གཟུགས་ལ་རྟོག་ ཆོར་བ་དང་། འདུ་ཤེས་དང་། འདུ་བྱེད་རྣམས་དང་།
རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་རྣམ་པར་རྟོག་སྟེ། དེ་གཟུགས་ལ་རྟོག་པ་ན་གཟུགས་ཀྱི་སྟེ་བ་མི་
དམིགས། གུན་འབྱུང་བ་མི་དམིགས། འགག་པ་མི་དམིགས་སོ། །

ཆོར་བ་དང་། འདུ་ཤེས་དང་། འདུ་བྱེད་རྣམས་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་སྟེ་བ་
མི་དམིགས། གུན་འབྱུང་བ་མི་དམིགས། འགག་པ་མི་དམིགས་སོ། །དེ་ཡང་དོན་དམ་
པར་སྟེ་བ་མེད་པར་དཔྱོད་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཡིན་གྱི། ཐ་སྙད་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་ནི་མ་
ཡིན་ནོ་ཞེས་ཡོངས་སུ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །

ནམ་པར་གྲོལ་བ་ཡང་གཞུང་འདི་ལ་སྦྲ་བ་ཉིད་དེ། འདི་ལྟར།

ཆོས་ལ་བདག་མེད་མཁས་པ་ནི། །

རང་བཞིན་མེད་པ་གོམས་བྱས་པས། །

སྤྱིན་ཅི་ལོག་ལས་བྱང་བ་ཡིས། །

ཉོན་མོངས་སྦྱིམ་པ་མེད་པར་སྤོང་། །

ཟླ་བའི་སྒོན་མའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ལས་འདི་སྐད་དུ། དེས་གང་ཆགས་པ་དང་།
གང་ལ་ཆགས་པ་དང་། གང་གིས་ཆགས་པའི་ཆོས་དེ་ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་མི་
མཐོང་ངོ་ཞེས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་སོ། །

འདིར་ཡང་གསུངས་པ། དངོས་སོར་ཁས་ལེན་ཡོད་ན་ནི། །འདོད་ཆགས་ཞེ་
སྤང་མི་བཟད་འབྱུང་། །ལྟ་བུ་མ་བྱངས་ཡོངས་སུ་འཛིན། །དེ་ལས་བྱང་བའི་ཚད་པར་
འབྱུང་། །དེ་ནི་ལྟ་བ་ཀྱན་གྱི་རྒྱ། །དེ་མེད་ཉོན་མོངས་མི་འབྱུང་སྟེ། །དེ་བས་དེ་ནི་
ཡོངས་ཤེས་ན། །ལྟ་དང་ཉོན་མོངས་ཡོངས་སུ་འབྱུང་། །གང་གིས་དེ་ཤེས་འབྱུར་ཞེ་
ན། །རྟེན་ཅིང་འབྱུང་བ་མཐོང་བས་ཉེ། །བརྟེན་ནས་སྦྱིས་པ་མ་སྦྱིས་ཞེས། །ཡང་དག་
མཁུན་པ་མཆོག་གིས་གསུངས། །ཤེསོ། །

གཞན་ཡང་རང་བཞིན་མེད་པའི་ཚུལ་ལ་གང་མི་འཐད་དོ་ཞེས་ཀློང་བའི་ཉོན་
མོངས་པ་དང་། ལས་དང་། སྦྱེ་བའི་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ནི་གང་ཡིན། ནམ་པར་
བྱང་བ་ནི་གང་ཡིན། ལས་དང་འབྲས་བྱར་འབྲེལ་བ་དང་། རྗེས་སུ་དཔག་པ་དང་།
རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱ་བའི་ཐ་སྙད་ལ་སོགས་པ་ནི་གང་ཡིན། མ་རིག་དང་འདྲ་བྱེད་ལ་
སོགས་པ་སྤིང་བའི་ཡན་ལག་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་དང་འབྲས་བྱའི་དངོས་སོ་དང་། གཉེན་སོ་

གོམས་པར་བྱས་པ་ཤིན་ཏུ་ཉམས་སུ་ལེན་པས་ཉོན་མོངས་པ་དང་མི་མཐུན་པའི་
གནས་འབྱུང་བ་དང་། དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བའི་ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྦྱིན་པ་སྤྱག་པ་དང་
མི་སྤྱག་པ་འབྱུང་བ་དང་།

དངོས་གང་ཡང་དག་ཇི་བཞིན་པ། །དེ་ནི་དེ་འབྲའི་རྟགས་སེམས་ཀྱི། །རྒྱ་ཡིན་
དེ་ལས་དེ་ལྟའི་དངོས། །དེ་བས་དེས་བསྐྱེད་རྟགས་ཅན་གྱོ། །

ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུ་ནི་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་དང་སྐྱེད་པའི་དངོས་པོ་མ་ཡིན་ནས་
གཤམ་ཏེ་དེ་ལྟ་བུ་ཡང་སོམ་བྱ་ཅིག་ཅར་གྲམ་ཀ་ངན་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལན་གདབ་པ་འདི་
ངེས་པར་བྱངས་ཤིག།

རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་པོ་ནི། །

ཀྱན་རྩོམ་ཏུ་ནི་མ་བཞོག་པས། །

ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་རྣམ་བུང་སོགས། །

རྣམ་པར་གཞག་པ་འཇུགས་པ་མེད། །

གཤམ་ཏེ་རྣམ་པར་གཞག་པ་འདི་དོན་དམ་པར་ཁས་ལེན་ཅིང་རབ་ཏུ་འབད་ན་
དེའི་ཆེ་རྒྱལ་ལྷ་མོ་ལ་སོགས་པ་ནས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་སྤྱག་པའི་བར་དག་གཅིག་
བཅས་ཏུ་མའི་རང་བཞིན་ཏུ་སྤྱུགས་ཤིག། སྤྱོར་བ་སྤྱར་བ་རྫོང་བ་རྣམས་ཀྱི་ལན་ཡང་
ཐོབ་ཅིག་འདི་ལྟར་འདི་མ་ལུས་པར་བདེན་ཞིང་བརྒྱན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། མི་སྤྱུ་བའི་ཆོས་
ཅན་ནོ་ཞེས་ངེས་པར་ཁས་ལེན་ཏོ། །

འདི་སྐྱེད་ཅེས་ཀྱང་གསུངས་ཏེ། རྣམ་པར་དབེན་དོན་མི་ཤེས་ལ། །ཐོས་པ་
ཅམ་ལ་འཇུག་བྱེད་ཅིང་། །གང་དག་བསོད་ནམས་མི་བྱེད་པ། །སྤྱེས་བུ་ཐ་གཤམ་དེ་

དག་བརྒྱུག་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཡོད་པ་དང་། འཕྲོ་བ་དག་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་བརྗོད་། དེ་ཡི་
རང་བཞིན་ཡོངས་ཤེས་དང་། སྦྱེ་བ་མེད་པ་དག་ཀྱང་བསྟན། འཛིག་ཏེན་དབང་བུ་
རྒྱལ་བ་རྣམས། སྤང་དང་ཡི་ཞེས་གསུངས་ལྟར། སྤང་པོ་ཁམས་དང་སྦྱེ་མཆེད་
རྣམས། དེ་བཞིན་དགོངས་པའི་དབང་གིས་གསུངས། ཤེའོ། །

ཡང་དམིགས་པ་ཅན་གང་དག་ན་རེ་ལྟ་བུ་འདི་ལ་ནི་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་
ཤེས་ཀྱི་ཚོགས་ཡོངས་སུ་བཀའ་བ་འཐད་པར་རི་ལྟར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནམ། གཤམ་ཏེ་
འཁོར་གསུམ་ཡོངས་སུ་དག་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་
ལྟར་མཆོད་པ་དང་པན་གདགས་པར་འདོད་པས་གང་བྱིན་པ་དེས་ནི་དད་པ་ཤིན་ཏུ་
བསྐྱེད་ཀྱི། གང་གིས་སྦྱིན་པར་བྱ་བ་དང་། སྦྱིན་པ་པོ་དང་། ལེན་པ་པོ་མི་དམིགས་པ་
ལ་གནས་པས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

འདི་ལྟར་ཅི་ཡང་མེད་པའི་བྱིར་སྦྱིན་པར་བྱ་བ་ལ་སོགས་མི་དམིགས་སམ།
འོན་ཏེ་ཡུལ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར་མི་དམིགས། རྟོགས་དང་པོ་ལ་ནི་གང་ལ་གང་གིས་ཅི་
ལ་ཡང་བྱིན་པ་མེད་པས་བསོད་ནམས་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དབང་རྣམས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་གྱི་བྱིར་ངལ་བ་གང་
ཡིན་པ་དེ་ཡང་སེམས་ཅན་རྣམས་མེད་པའི་བྱིར་དོན་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །སྦྱིན་པར་
བྱ་བ་དང་སྦྱིན་པ་པོ་དང་། ལེན་པ་པོ་རྣམས་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་
གཟིགས་ཏེ། དེ་བས་ན་ཡུལ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར་མི་དམིགས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་མི་
འགྱུར་པོ། །

གཞན་སྦྱིན་པར་བྱ་བ་བྱ་ལ་སོགས་པ་དང་། ལེན་པ་པོ་དང་སྦྱིན་པ་པོ་རང་གི་

སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་དེ་དག་རང་གི་རིག་བར་བྱེད་ན་དེ་ཇི་ལྟར་ཡུལ་མ་
ཡིན་ཡང་སྤྲུལ་བ།

སྤྱིན་བ་གང་ཞིག་པན་གདགས་དང་། །མཚོན་པའི་ཕྱིར་ཡང་སྤྱིན་བྱེད་བ། །དེ་
ནི་ཤིན་ཏུ་དད་བར་བྱེད། །མཐོང་མེད་གནས་པས་མ་ཡིན་ནོ། །མེད་པའི་ཕྱིར་ནི་མི་
དམིགས་སམ། །འོན་ཏེ་ཡུལ་མིན་ཕྱིར་རམ་ཅི། །མེད་ན་བསོད་ནམས་འཇིག་བར་
འགྱུར། །ངལ་བའི་དོན་ཡང་མེད་བར་འགྱུར། །གསུམ་ཆར་རྒྱལ་བས་གཟིགས་པས་
ན། །དེ་བས་ཡུལ་མིན་མ་ཡིན་ནོ། །རང་གི་སེམས་དང་སེམས་བྱུང་གང་། །དེ་དག་
རང་གིས་རིག་བར་བྱེད། །

ཅེས་ཀློལ་བ་དེ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། །དེ་ཁོ་ན་མཐོང་བ་ལྟར་མངོན་
བར་ཤེས་པ་མ་ཡིན་བས། སྐལ་བར་བསྟན་བ།

འདི་ལྟར་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་ཡི། །
ཆོས་འདི་རྣམ་པར་གཞག་པས་ན། །
ཆོགས་རྣམས་ཁྱི་མ་མེད་པ་ཡང་། །
གཞུང་འདི་ཉིད་ལ་རུང་བ་ཡིན། །
རྣམ་པར་དག་པའི་རྒྱ་ལས་ནི། །
འབྲས་བུ་རྣམ་པར་དག་པ་འབྱུང་། །
ཡང་དག་ལྟས་བྱུང་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱིས། །
ཡན་ལག་ལ་སོགས་རྣམ་དག་བཞིན། །
དེ་བཞིན་རྣམ་དག་མ་ཡིན་ལས། །

འབྲས་བྱ་རྣམ་དག་མ་ཡིན་འབྱུང་། །

ལོག་ལྟ་ལྟོ་བས་ལས་བྱུང་བ་ཡིས། །

ལོག་པར་གཤམ་པ་སོགས་པ་བཞིན། །

འབྲས་བྱ་ཐམས་ཅད་ནི་རྒྱུ་འབྲས་ལྟར་བྱུང་། ལྟོག་པ་དང་མཐུན་པར་
བྱེད་པས་དེ་རྣམ་པར་དག་པ་དང་། རྣམ་པར་མ་དག་པ་གཉིས་ཀྱིས་རྣམ་པར་དག་པ་
དང་རྣམ་པར་མ་དག་པར་འབྱུང་རྟེ། དཔེར་ན། ལེགས་པར་སྤྱད་པ་དང་ཉེས་པར་སྤྱད་
པའི་ལས་རྣམས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་རྣམ་པར་སྤྱོད་པ་ཡོད་པ་དང་མེད་ཅེས་ཟེར་བ་ལྟ་བུ་སྟེ།
ཡང་དག་པ་དང་ལོག་པར་ལྟ་བས་སྤྱོད་དུ་བྱངས་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་ཡན་ལག་དང་།
བག་ཡོད་པའི་ཡན་ལག་ལ་སོགས་པ་དང་། འདོད་པ་ལ་ལོག་པར་གཤམ་པ་ལ་
སོགས་པ་དེ་བཞིན་ནོ། །

འདིས་ཅི་ཞིག་འབྲུབ་ཅེ་ན། བསྟན་པ།

ཆད་མའི་གཞོན་པ་ཡོད་པས་ན། །

དངོས་པོར་དམིགས་པ་ཡོད་པ་ནི། །

སྟོག་རྒྱ་ལ་སོགས་ཤེས་པ་བཞིན། །

བྱིན་ཅི་ལོག་པར་ཡོངས་སུ་རྟོགས། །

ཡང་དག་པར་ན་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ནི་གཅིག་དང་དུ་མའི་རང་བཞིན་དུ་མི་
འཐད་པས་ཡོད་པ་ལ་གཞོན་པའི་ཆད་མ་ནི་སྤར་བཤད་ཟེར་རྟོ། །

རིག་པར་བྱ་བ་དང་རིག་པར་བྱེད་པའི་མཆོན་ཉིད་དང་། ཡུལ་ཉིད་ལ་གཞོན་
པའི་ཆད་མ་ཡང་སྤར་བཤད་ཟེར་རྟོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་འདི་ཡང་དག་པར་ཡོད་དོ་ཞེས་

མངོན་པར་ཞེན་ཏེ། སྤྱིན་པར་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་པ་
ནི་ཆད་མའི་གཞོན་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཡིན་ཏེ། སྤྱིག་རྒྱུའི་ཆོགས་ལ་རྒྱར་
ཤེས་པ་བཞེན་ནོ། །

གང་གི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་གྱུར་པ།

དེ་ཕྱིར་དེ་མཐུས་བྱུང་བ་ཡི། །

པ་རོལ་ཕྱིན་པ་སྦྱབ་པ་ཀུན། །

བདག་དང་བདག་གིར་ལོག་པ་ལས། །

བྱུང་བ་བཞེན་དུ་སྟོབས་རྒྱུར་རོ། །

དེ་ལྟར་ཕྱི་དང་ནང་གི་སྤྱི་སྟེགས་ཅན་ནམས་ཀྱིས་སྤྱིན་པ་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་
ལ་སོགས་པ་ལ་ནན་ཏན་བྱེད་པ། འཇིག་ཆོགས་ལ་ལྟ་བ་ལས་བྱུང་བ་ནི་དེ་མ་ཐག་ཏུ་
ཐྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་རྒྱུ་གྱི་ཡན་ལག་ཏུ་མི་འགྱུར་ཏེ། སྟོབས་
རྒྱུར་བ་དེ་བཞེན་དུ་དམིགས་པ་ཅན་ནམས་ཀྱི་ཡང་སྟོབས་རྒྱུར་སྟེ། ཕྱིན་ཅི་ལོག་ལས་
བྱུང་བར་བྱེ་བྲག་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དངོས་པོར་དམིགས་པ་མེད་པ་ལས། །

བྱུང་བ་འབྲས་བུ་ཆེན་པོ་སྟེ། །

རྒྱས་པའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར། །

ས་བོན་བྱུང་པའི་སྤྱིག་སོགས་བཞེན། །

ཡོད་པ་དང་རིག་པར་བྱ་བ་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར། ཡང་དག་པར་ན་རིག་པར་བྱ་

བ་ལ་སོགས་པ་མི་དམིགས་སོ། །

རྒྱས་པའི་རྒྱ་ནི་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་ཕྱིར་ཏེ། གང་ཟག་ལ་བདག་མེད་པར་ལྟ་
བ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལས་བྱུང་བ་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་སྦྱོབས་དང་ལྡན་པའི་རྒྱས་སྡོན་
དུ་བྱངས་པའི་ཕྱིར། འབྲས་བུ་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་བ་མངོན་པར་སྦྱབ་ཅུས་པར་འགྱུར་ཏེ།
ས་སོན་བྱུང་པོ་ལས་བྱུང་བའི་ལྷ་གྲུ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །

འདི་ནི་ཆོས་ཡང་དག་པར་སྦྱད་པ་ལས་གསུངས་ཏེ། ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་
དམིགས་པ་མེད་པ་སྟེ། དེ་ལ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མི་འཇུག་གོ་ཞེས། །

ཡང་དེ་ཉིད་ལས། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཆོས་ཐམས་ཅད་མི་མཐོང་བ་ནི་ཡང་དག་
པར་མཐོང་བའོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །

རྒྱལ་བ་སྦྱེད་མ་ལས་ཀྱང་། རབ་འབྱོར་འདི་རི་ལྷ་མ་དུ་སེམས། ཤར་ཕྱོགས་
ཀྱི་ནམ་མཁའི་ཆོད་གཟུང་བར་སྦྲེལ། རབ་འབྱོར་གྱིས་གསོལ་བ། བཅོམ་ལྡན་
འདས་དེ་ནི་མ་ལགས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། རབ་འབྱོར་དེ་བཞིན་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་
དཔའ་གང་མི་གནས་པར་སྦྱིན་པ་ཡོངས་སུ་གཏོང་བ་དེའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་
ཡང་ཆོད་གཟུང་བར་སྦྲབ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་བར་དུ་གསུངས་སོ། །

ཡང་དེ་ཉིད་ལས། རབ་འབྱོར་འདི་ལྟ་སྟེ། དཔེར་ན་མིག་དང་ལྡན་པའི་མི་ཞིག་
སྦྱན་པར་ཁྱགས་ནས། ཅི་ཡང་མི་མཐོང་བ་དེ་བཞིན་དུ་གང་དངོས་པོར་ལྟང་བ་ལས་
སྦྱིན་པ་ཡོངས་སུ་གཏོང་བ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བལྟོ། །རབ་འབྱོར་འདི་ལྟ་སྟེ།
དཔེར་ན། རྣམ་ལངས་ཏེ་ཉི་མ་ཤར་ནས་མིག་དང་ལྡན་པའི་མིས་གཟུགས་རྣམ་པ་སྣ་
ཆོགས་དག་མཐོང་བ་དེ་བཞིན་དུ་གང་དངོས་པོར་མ་ལྟང་བས་སྦྱིན་པ་ཡོངས་སུ་

གཏོང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔར་བལྟོའི་ཞེས་གསུངས་སོ། །

མཆོད་པ་དང་པན་འདོགས་པར་འདོད་པས་གང་སྤྱན་པ་དེ་འཁོར་གསུམ་
ཡོངས་སུ་དག་པར་བྱིན་ན་དེ་ཉིད་སྒོ་སྒོས་དང་ལྷན་པ་རྣམས་ལ་ཤིན་ཏུ་དད་པའི་
གནས་སུ་འགྱུར་རྟེ། འདི་ལྟར་དམིགས་པ་མེད་པ་འདི་ནི་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་སྟེ། དེ་
ཡང་གཉི་ཟུག་མེད་པའི་དགེ་བའི་རྩ་བའོ། །བསོད་ནམས་དང་འཇིག་པ་དང་ངལ་བ་
དོན་མེད་པར་ཐལ་བར་ཡང་མི་འགྱུར་བ་ནི་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་པོ་ནི། གུན་རྫོབ་
ཏུན་མ་བརྒྱུག་པས་ཞེས་པས་བསྟན་ཟིན་ཏོ། །གསུམ་ཆར་ཡང་གཟིགས་ཞེས་བྱ་བ་
ཡང་གུན་རྫོབ་པ་ཉིད་དོ། །རང་གི་རིག་པ་ཡང་གུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པར་གཏོགས་པ་
ཉིད་དེ་གཅིག་དང་དུ་མའི་རང་བཞིན་དུ་བརྟག་མི་བཟོད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བས་
གཏན་ལ་པབ་ཟིན་ཏོ། །

དེའི་ཕྱིར་འཆོས་ཟིན་པ་ཡང་མི་འཆའོ། །གང་དག་གིས་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་
དངོས་པོར་དམ་བཅས་པས་ལྷོལ་བ་ངན་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལན་བཏབ་པར་འདོད་པའི་
གུན་རྫོབ་ཀྱི་དངོས་པོ་དེ་དག་གང་ཡིན་པ་དེ་དབྱེད་པར་བྱའོ། །ཅི་སེམས་དང་སེམས་
ལས་བྱུང་བ་ཙམ་གྱི་བདག་ཉིད་ཁོ་ན་འང་། ཅིའི་ཕྱིར་བདག་ཉིད་ཀྱང་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ལ་
ཁ་ཅིག་ནི་ཕྱོགས་ཕྱི་མ་ལ་བརྟེན་ཏེ་བསྟན་བཅོས་ལས་སེམས་ཙམ་མོ་ཞེས་གསུངས་
པ་ནི་བྱེད་པ་སོ་དང་ཟ་བ་སོ་དག་གའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་ངེ་སྐད་དུ་སྤྲི་བ་ལྟ་བུའོ། །

གཞན་དག་སེམས་པ་ནི།

རྒྱ་དང་འབྲས་བུར་གྱུར་པ་ཡང་། །

ཤེས་པ་འབའ་ཞིག་ཁོ་ན་སྟེ། །

རང་གིས་བྱུང་བ་གང་ཡིན་པ།

དེ་ནི་ཤེས་པར་གནས་པ་ཡིན།

རང་གིས་བྱུང་བའི་ངོ་བོར་ན་ཤེས་པའི་ངོ་བོ་གཞན་ཉོག་པ་མེད་དོ། །རང་གིས་བྱུང་བའི་རང་བཞིན་ཡང་མི་ལམ་དང་སྦྱ་མ་ལ་སོགས་པའི་གཟུགས་བཞིན་ནོ། །

གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཕྱི་རོལ་དུ་འདོད་པ་རྣམས་ཤེས་པ་ལས་གུད་ན་ཡོད་པར་བཞུགས་ན་ཡང་མིག་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་དུས་མཉམ་པ་དང་མི་མཉམ་པའི་ཆེ་ན་རབ་ཏུ་ཉེ་བའི་རྒྱ་མེད་པས་རིག་པར་མི་འགྲུབ་སོ། །

དེ་ལྟ་བུས་ན་དེ་དག་སྔོང་བ་ནི་ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་པའི་སྔོན་པོ་ལ་སྔོན་པོ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པ་སྔོང་བ་སྟེ། སྔོང་བའི་ངོ་བོ་ཡིན་པས་མི་ལམ་དང་སྦྱ་མ་ལ་སོགས་པའི་གཟུགས་སྔོང་བ་བཞིན་ནོ། །

གལ་ཏེ་ཤེས་པའི་རྣམ་པ་བསྐྱེད་པའི་དོན་གཞན་ཞིག་འབྲས་བུ་ལས་གུད་ན་ཡོད་པར་རྗེས་སུ་དཔོག་ན། དེ་ལྟ་ན་ཡང་མངོན་སུམ་དུ་བྱུང་བ་མ་གྱུར་གྱི་རྗེས་སུ་དཔག་པར་ཟད་དོ། །དེ་ལྟ་ན་ཡང་འདི་མེད་པར་བྱུང་སྟེ། དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུ་རྗེས་པར་ཡོད་པ་དང་། རྒྱལ་སྤྱོད་ལ་སོགས་པ་བཀག་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་བྱས་ན་སྤྱག་པོ་བཀོད་པ་དང་། དགོངས་པ་ངེས་པར་འགྲེལ་བ་ལ་སོགས་པ་ལས་འབྱུང་བ་ཐམས་ཅད་དང་མཐུན་པ་ཡིན་ནོ། །

ལང་ཀར་གཤེགས་པ་ལས། ཕྱི་རོལ་གཟུགས་ནི་ཡོད་མ་ཡིན། །རང་གི་སེམས་ནི་ཕྱི་རོལ་སྣང་། །ཞེས་བསྟན་པ་འདི་ཡང་ལེགས་པར་བཤད་པ་ཡིན་ནོ་སྟུང་དུ་སེམས་སོ། །སློང་མཐུ་མི་རྩུང་བ་དང་ལྷག་པར་མངོན་དུ་བརྩོན་པ་དག་གིས་ཀྱང་

སེམས་དེ་ལ་གཅིག་དང་དུ་མའི་རང་བཞིན་དུ་བརྟགས་ན། རོན་དམ་པར་སྦྱང་པོ་མི་
མཐོང་བས། ཡང་དག་པར་འདོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

དེའི་ཕྱིར།

སེམས་ཅམ་ལ་ནི་བརྟེན་ནས་སུ། །

ཕྱི་རོལ་དངོས་མེད་ཤེས་པར་བྱ། །

ཚུལ་འདིར་བརྟེན་ནས་དེ་ལ་ཡང་། །

ཤིན་ཏུ་བདག་མེད་ཤེས་པར་བྱ། །

སེམས་ཅམ་གྱི་ཚུལ་ལ་བརྟེན་ནས། མཚུངས་པར་ལྡན་བ་དང་བཅས་པའི་
སེམས་ལས་ཕྱི་རོལ་དུ་འདོད་པ་བདག་དང་བདག་གི་དཔེ། གཟུང་བ་དང་འཛིན་བ་ལ་
སོགས་པ་རང་བཞིན་མེད་པར་ཆོགས་མེད་པ་ཁོ་ནར་རྟོགས་སོ། །

ཚུལ་འདི་ནི་རང་འབྱུང་བ་མེད་པས་སེམས་དེ་རང་བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་སུ་
ཟེན་གྱིང་། མཐའ་ཐམས་ཅད་སྤངས་པ་དབྱ་མའི་ལམ་འདི་རྟོགས་ན། གཅིག་དང་དུ་
མའི་རང་བཞིན་དང་བུལ་བས་རང་བཞིན་མེད་པར་ཤིན་ཏུ་རྟོགས་སོ། །

དེའི་ཕྱིར་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལེ་ཏུ་ལས། གྱི་རྒྱལ་བའི་སྲས་དག
གཞན་ཡང་ཁམས་གསུམ་པ་ནི་སེམས་ཅམ་དུ་རྟོགས་ཏེ། དུས་གསུམ་ཡང་སེམས་
དང་མཚུངས་པར་རྟོགས་སོ། །སེམས་དེ་ཡང་མཐའ་དང་དབྱས་མེད་པར་ཁོང་དུ་རྒྱུད་
དོ་ཞེས་བསྟན་པ་འདི་ལེགས་པར་བཤད་པར་འགྱུར་ཏེ། སྐྱེ་བ་དང་འཛིག་པའི་མཐའ་
དང་གནས་པའི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་དབྱས་མེད་པའི་ཕྱིར་མཐའ་དང་དབྱས་མེད་པའོ། །

ཆོས་ཡང་དག་པར་སྤྲད་པ་ལས་གྱིང་། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་

ཀུན་བརྟགས་པའི་སྤྲོད་པོ་སྟེ། སེམས་ཅམ་དུ་བས་བ་རྩས་མ་མཆིས་བ་སྦྱ་མ་ལྟར་ཅ་
བ་མ་མཆིས་བའོ་ཞེས་འབྱུང་ངོ་། །

ཡང་ཀར་གཤེགས་བ་ལས་ཀྱང་། སེམས་ཅམ་ལ་ནི་བརྟེན་ནས་སྟ། །ཕྱི་རོལ་
དོན་ལ་མི་རྟོག་གོ། །ཡང་དག་དམིགས་བར་གནས་ནས་སྟ། །སེམས་ཅམ་ལས་ཀྱང་
ཤིན་ཏུ་བཟླ། །སེམས་ཅམ་ལས་ནི་བཟླས་ནས་ཀྱང་། །སྤང་བ་མེད་ལས་ཤིན་ཏུ་
བཟླ། །སྤང་མེད་གནས་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ། །དེ་ཡིས་ཐེག་བ་ཆེན་པོར་མཐོང་། །འཇུག་
བ་ལྟན་གྱིས་བྱུང་བ་ཅིང་ཞི། །སྟོན་ལམ་དག་གིས་རྣམ་པར་སྦྱངས། །ཡེ་ཤེས་དམ་བ་
བདག་མེད་པ། །སྤང་བ་མེད་ལ་མི་མཐོང་ངོ་། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཡང་། རྒྱ་དང་རྒྱེན་ནི་རྣམ་ལོག་དང་། །རྒྱ་ཡང་ངེས་པར་བཀག་བ་
དང་། །སེམས་ཅམ་རྣམ་པར་གཞག་བ་ནི། །སྦྱེ་བ་མེད་པར་ངས་བསྟན་ཏོ། །དངོས་པོ་
རྣམས་ཀྱི་ཕྱི་དངོས་མེད། །སེམས་ཀྱང་ཡོངས་སུ་གཟུང་མ་ཡིན། །ལྟ་བ་ཐམས་ཅད་
སྤང་བའི་ཕྱིར། །སྦྱེ་བ་མེད་པའི་མཆོན་ཉིད་དོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

འདིར་ཡང་གསུངས་པ། འདི་ལ་སྦྱེ་བ་ཅི་ཡང་མེད། །འགག་པར་འགྱུར་བ་ཅི་
ཡང་མེད། །སྦྱེ་བ་དང་ནི་འགག་བ་དག །ཤེས་བ་འབའ་ཞིག་ཁོ་ན་ལོ། །འབྱུང་བ་ཆེ་ལ་
སོགས་བཤད་པ། །རྣམ་པར་ཤེས་སུ་ཡང་དག་འདྲ། །དེ་ཤེས་པས་ནི་འབྲལ་འགྱུར་
ན། །ལོག་པར་རྣམ་བརྟགས་མ་ཡིན་ནམ། །ཞེའོ། །

ཚུལ་གཉིས་ཤིང་རྟོག་ནས་སྟ། །

རིག་པའི་སྤང་སྦྱོགས་འཇུ་བྱེད་པ། །

དེ་དག་དེ་ཕྱིར་རི་བཞིན་ནོ། །

ཐེག་པ་ཆེན་པོ་པ་ཉིད་ཐོབ།

དངོས་པོའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཞུགས་པའི་རྗེས་སུ་དབག་པ་ལ་འཇུག་པ་རྣམས།
ཚུལ་གཉིས་བརྗོད་པས་བསྟུས་པ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་གཤེགས་ཤིང་རྗེས་
སུ་གཤེགས་པའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོས་དངོས་པོ་མཐའ་དག་རང་བཞིན་མེད་པར་ཁོང་དུ་
རྒྱད་པར་བྱེད་དེ། ཤིང་རྩ་ཆེན་པོ་ལ་ཞོན་པ་དག་ཁ་བསྐྱམས་པའི་སྐབ་སྟོགས་ལེགས་
པར་བཟུང་བ་བཞིན་དུ་དོན་དང་ལྡན་པའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་དག་པར་
འཛོལ་པར་བྱེད་དོ།

ལང་ཀར་གཤེགས་པ་ལས། ཚུལ་གཉིས་ཀྱིས་བསྟུས་པའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་དེ་
མདོར་བསྟན་པ་ནི་འདི་སྟེད་དེ། ཆོས་ལུ་དག་དང་རང་བཞིན་གསུམ། རྣམ་པར་ཤེས་
པ་བརྒྱད་ཉིད་དང་། ཁབདག་མེད་གཉིས་ཀྱི་དངོས་པོར་ནི། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་རྣམས་
ཅད་འདུས། ཞེས་འབྲུང་ངོ་།

ཚུལ་རྣམ་པ་འདི་གཉིས་ནི་རྣམ་འདོར་དང་། ཐུབ་འཇུག་དང་མིག་མི་བཟང་ལ་
སོགས་པས་རྣམ་པ་མང་དུ་བཤད་ལ། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་འདི་ལ་བྱེ་བྲག་ཏུ་གྱུར་པ་ཅི་
ཡོད་དམ།

འདི་ལྟ་སྟེ། བདུད་རྩིའི་ཐེགས་པ་གསང་བ་ལས་བསྟན་པ། རྣམ་རིག་ཙམ་ནི་
རྟག་ཏུ་རྣམ་པར་དག། འདི་ལྟར་སངས་རྒྱས་རྟག་ཏུ་གྲོལ་བ་ཡིན། ཁྲང་དང་དོར་བ་
མེད་ཅེས་རབ་བརྟགས་པ། ཁོངས་པ་སྤྱང་ན་མེད་པར་བརྟག་གནས་གྲོས། ཤེའོ།

ཞག་ལུ་བ་ནས་འབྲུང་བ། མིང་ཙམ་ལས་ནི་རབ་འདས་ཤིང་། དངོས་དང་
དངོས་མེད་རྣམ་སྤངས་པ། དབྱུང་དང་བསྟུ་ལས་ངེས་གྲོལ་བ། དེ་ནི་ནོར་ལྷའི་བྱ་

ཞེས་བྲ། །དངོས་ལ་དངོས་ཉིད་ཡོད་མ་ཡིན། །དངོས་མེད་ལ་ཡང་དངོས་ཉིད་
མིན། །དངོས་དང་དངོས་མེད་རྣམས་གྲོལ་བར། །གང་དེ་ཤེས་དེ་རིག་བྱེད་རིག་ཅེས། །

ཞི་བའི་མཛེས་སྐྱར་ལས་བྱུང་བ། །བྱ་གཅིག་ཆངས་པ་མཆོག་ཏུ་བདེན། །རིག་
བའི་དབང་སྤྲུག་སྤྲུ་མཐའ་ཡས། །འབང་ཞིག་ཡོད་པ་ཉིད་སྤྲུ་བ། །དེ་ཡང་ཞིག་བར་རབ་
ཏུ་བརྟེན། །ཅེས། །

པ་དང་བྱའི་སྦྱོར་བ་ལས་བརྟེན་དོ། །བྲང་སྟོང་ཆེན་པོ་སེར་སྐྱས་སྐྱས་བ། །ཡོན་
ཏན་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་མཆོག་ །མཐོང་བའི་ལས་དུ་འགྲོ་བ་ཡིན། །མཐོང་བའི་ལས་
དུ་གང་འགྱུར་དེ། །སྦྱ་མ་ལྟ་བུར་ཤིན་ཏུ་གསོག་ཅེས། །

དེ་བས་ན་འདི་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྦྱེས་བྲུ་བྱེད་པ་སྤྲུལ་མོང་ཡིན་པ་ཅི་
ཡོད། དེ་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ཏེ། ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་སྟོང་བར་བསྐྱན་པ་ནི། དེ་
བཞིན་གཤེགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་སང་གའི་སྦྱ་སྤྲུགས་བྱེད་ཀྱི་སྒྲུང་པོ་ཆེ་དང་། རི་
དྲགས་ཀྱི་ཆོགས་སྤྲུག་བར་བྱེད་པའོ། །

འདི་ལྟར་པ་རོལ་སྤྲུལ་སྤྲུགས་བྱེད་པ་བདག་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་ལ་མངོན་བར་
ཞེན་པ་ཐམས་ཅད་ནི་ཉི་ཆེ་བ་ཁོ་ནའི་སྟོང་པ་ཉིད་བརྟེན་དེ། འདི་ལྟ་སྤྲུལ་གསང་བ་བའི་
རྗེས་སུ་འབྲང་བ་དག་ནི་བདག་དམ་པ་ནི་གཅིག་སྤྲུལ་ཁོ་ན་རྣམས་པར་ཤེས་པ་ཙམ་གྱི་
རང་བཞིན་ཡིན་ཏེ། རམ་མཁའ་ཆེན་པོ་དང་འབྲུ་ཞེས་བརྟེན་དེ། དེ་ལ་ནལ་འབྱོར་པ་
གོམས་པས་གཉུག་མ་དང་གཉུག་མ་མ་ཡིན་པའི་མ་རིག་པ་དང་བྲལ་ནས་བྱམ་པ་ལ་
སོགས་པ་ཆག་ན་དེའི་ནམ་མཁའ་ནམ་མཁའ་ཆེན་པོར་འབྱུང་བ་བཞིན་དུ་སློག་ཀྱང་
དེར་འབྱུང་ན་རབ་ཏུ་སྤྲུལ་བ་དག་གིས་དེ་སློག་དང་ཡོན་ཏན་དང་འབྱུང་བ་ཉིད་ལ་སོགས་

བ་དངོས་པོ་མཐའ་ཡས་པར་རྣམ་པར་བརྟགས་སོ། །

འཇིག་རྟེན་འདི་ནི་སྤྱི་མའི་རང་བཞིན་ཏེ་གཉིས་སུ་མེད་ཀྱང་མི་ལམ་མིས་བ་
བཞིན་དུ་སྤྲ་ཆོགས་ཀྱི་ངོ་བོར་སྤང་ངོ། །

འདིར་སྤྲས་པ། བྱམ་བ་ལ་སོགས་ཞིག་པ་ན། །བྱམ་པའི་ནམ་མཁའ་ལ་སོགས་
པ། །རི་ལྟར་ནམ་མཁའ་འདུ་འགྱུར་བ། །དེ་བཞིན་སློག་ཀྱང་བདག་འདིར་
འདུ། །གཟུགས་དང་འབྲས་བྱ་རབ་ཏུ་བརྗོད། །དེ་དང་དེར་ནི་ཐ་དད་ཀྱང་། །ནམ་མཁའ་
ལ་ནི་ཐ་དད་མེད། །དེ་བཞིན་སློག་ཀྱང་ངེས་པ་ཡིན། །རི་ལྟར་གྱིས་བ་རྣམས་ལ་
ནི། །ནམ་མཁའ་འདི་མས་འདི་ཅན་འགྱུར། །དེ་བཞིན་མི་མཁས་རྣམས་ལ་ཡང་། །བདག་
ནི་འདི་མས་འདི་ཅན་འགྱུར། །རི་ལྟར་སུན་ཁུང་མ་རྟོགས་ཏེ། །ཐག་པ་སྤྱལ་གྱི་རྒྱུན་ལ་
སོགས། །དངོས་པོར་རྣམ་པར་བརྟགས་པ་ལྟར། །དེ་བཞིན་བདག་ཀྱང་རྣམ་པར་
བརྟགས། །རི་ལྟར་ཐག་པ་ངེས་རྟོགས་ན། །རྣམ་པར་རྟོག་པ་ལྟོག་འགྱུར་ཏེ། །ཐག་པ་
གཅིག་ཉིད་གཉིས་མིན་པ། །དེ་ལྟར་བདག་ཀྱང་ངེས་པ་ཡིན། །སློག་ལ་སོགས་པ་
མཐའ་ཡས་པའི། །དངོས་པོ་དེ་དག་རྣམ་པར་བརྟགས། །གང་གིས་དེ་དག་ཉིད་མོངས་
པ། །དེ་ནི་ལྟ་དེ་སྤྱི་མ་ཡིན། །སློག་ཏུ་རིགས་པས་སློག་ཅེས་བརྗོད། །འབྱུང་བ་ཡིན་
ཞེས་དེ་རིགས་རྣམས། །ཡོན་ཏན་རིགས་རྣམས་ཡོན་ཏན་སྤྲུལ། །ཡང་དག་ཡིན་ཞེས་
དེ་རིགས་རྣམས། །གཉིས་མིན་ཡིད་ནི་མི་ལམ་ན། །གཉིས་སུ་སྤང་སྟེ་ཐེ་ཆོམ་
མེད། །དེ་བཞིན་གཉིད་གྱིས་མ་ལོག་ཆེ། །གཉིས་མིན་གཉིས་སྤང་ཐེ་ཆོམ་མེད། །རྒྱ་
དང་མི་རྒྱ་གང་ཅིའང་རུང་། །གཉིས་སུ་སྤང་བ་འདི་ཡིད་ཡིན། །ཡིད་ནི་མེད་པར་གྱུར་
པ་ན། །གཉིས་སུ་དམིགས་པར་མི་འགྱུར་ངོ། །བདག་ནི་བདེན་པ་རྟོགས་གྱུར་

བས། གང་ཆེ་ཀུན་ཏུ་མི་རྟོག་པ། རྟེ་ཆེ་ཡིད་ནི་མི་འགྱུར་ཏེ། གཟུང་བ་མེད་པས་དེ་
འཛིན་མེད། ཅེས། །

བདག་ཏུ་བ་ལྟ་བ་གཉིས་སུ་མེད་པར་བརྗོད་པའི་རྩལ་འདི་ཐམས་ཅད་ཀྱང་
སྤར་སྤངས་ཟིན་ཏོ། གཞན་ཡང་གཅིག་གྲོལ་ན་ཐམས་ཅད་གྲོལ་བར་འགྱུར་རོ། འོན་
ཏེ་མ་གྲོལ་ན་གྲོལ་བར་འདོད་པ་ཡང་མ་གྲོལ་བར་འགྱུར་ཏེ། ཐ་དད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་
རོ། གཞན་དུ་ན་མི་མ་སྤུན་པའི་ཕྱོགས་གནས་པས་ཐ་དད་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ། །

རྣལ་འབྱོར་གོམས་པའི་རྣལ་འབྱོར་བས། ཅི་ཞིག་བརློག་ཅིང་ཅི་ཞིག་
སྤྲུབ། རྟེ་ཡི་བདག་ཉིད་ཕྱིར་ཅི་ལོག་སྤང་བར་རུས་པ་མ་ཡིན་ནོ། ཞེས་པ་ཡང་དག་
བསྐྱེད་བྱ་མིན། རྟེ་ཉིད་ཏུ་གནས་ཕྱིར་རོ། རྟེ་ཕྱིར་རྣལ་འབྱོར་བསྐྱོམས་པ་
འདི། འབྲས་བྱ་མེད་པར་འགྱུར་བ་ཡིན། བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་དག་
གོ། །

ཡེ་སྲིད་པའི་དངོས་པོ་ཏུ་བ་དང་གཅིག་སུ་དགག་པར་སྤར་བརྗོད་པ་ཉིད་
ཀྱིས་བྱམ་པ་དང་ནམ་མཁའ་དཔེ་ཡང་མ་གྲུབ་པོ། གཅིག་འདུ་ན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་འདུ་
བར་འགྱུར་བ་དང་། འོན་ཏེ་མ་ཡིན་ན་འདོད་པར་ཡང་མི་འགྱུར་ཏེ། ཐ་དད་པ་མེད་པའི་
ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་དེར་ཡང་བརྟལ་ཞིང་བཏག་པ་དང་མ་སྤུན་པ་ཉིད་དོ། རྟེ་ཁོ་ན་
མཐོང་བ་གོམས་པས་སྒོ་བྱུང་གི་ཉོན་མོངས་པ་དང་བྲལ་བ་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་འོད་
གསལ་བའི་སེམས་སྒྲིད་ཅིག་གིས་འཛིག་པའི་ཆོས་ཅན་ལ་འཐད་དོ། །

གཞན་དུ་ན་སྤྱི་ཕྱི་གནས་སྐབས་སུ་དག་པ་དང་མ་དག་པར་འགྱུར་ཏེ། ཐ་
དད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། རེས་པ་དང་མ་རེས་པ་དང་འབྲལ་པ་དང་མ་འབྲལ་པ་རྣམ་

བར་གཞག་པ་ཐ་དད་བར་བརྗོད་པ་ཡང་སྤྲད་ཅིག་པ་ལ་རྟེན་བཞིན་ལ་རིགས་ཏེ་སྦྱེས་
བྱ་རྟག་པ་གཅིག་ཕྱི་རོ་ཐོ་ལ་འཆོལ་བར་གྱུར་པའི་གནས་སྐབས་འདི་དག་གི་ལན་
གདབ་བར་མི་རྩལ་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཤེས་པའི་སྦྱེས་བྱ་རྟག་པ་དང་གཅིག་ཕྱི་རོ་རང་
བཞིན་ལ་གཉིད་ཀྱིས་ལོག་པ་དང་། གཉིད་ཀྱིས་མ་ལོག་པའི་གནས་སྐབས་འདོག་པ་
ལ་ཡང་གནས་མེད་བཞིན་དེ། གནས་སྐབས་ཐ་དད་བར་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་བས་ན། རིག་བྱེད་མཐའ་ལ་ངེས་ལྷན་ས་ཀྱིས། །ཁྲི་ལམ་སྦྱུ་མ་ཅི་འབྲ་
དང་། །ཁྲི་ཟའི་གྲོང་ཁྱེད་ཅི་འབྲར་མཐོང་། །དེ་ལྟར་འདིག་རྟེན་འདི་དག་མཐོང་། །འགོག་
བ་མེད་ཅིང་སྦྱེ་བ་མེད། །བཅིངས་པ་མེད་ཅིང་སྦྱབ་པ་མེད། །ཐར་འདོད་མེད་ཅིང་ཐར་
བ་མེད། །འདི་ནི་དོན་དམ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཆགས་དང་འདིགས་དང་ཁྲོ་བཤལ་བ། །རིག་
བྱེད་མཐར་ཕྱིན་ཐུབ་ལྷན་ས་ཀྱིས། །སྦྱོས་པ་ཉིད་ཞི་གཉིས་མེད་པའི། །རྣམ་པར་མི་
རྟོག་འདི་མཐོང་ངོ། །

ཞེས་དེ་དག་གིས་གང་བརྗོད་པ་དེ་ནི་བདེ་བར་གཤེགས་པས་གསུངས་པ་
སྦྱོས་པའི་ཆོགས་ཐམས་ཅད་ལས་གྲོལ་བ། དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ལ་བརྟེན་ན་མཛེས་
སོ། །རྟག་པ་དང་གཅིག་ཕྱི་རོ་བདག་བཀག་པ་འདིས་ཉེ་དབང་གི་ལྷགས་ཀྱང་བསལ་
ཟིན་ཏོ། །ཡེ་སྤྲིད་པའི་ལྟ་བ་ཡང་བྱབ་པ་དང་། རྟག་པའི་བདག་དང་ནམ་མཁའ་ལ་
སོགས་པ་བསལ་བས་བསལ་ཟིན་ཏོ། །ཡེ་སྤྲིད་པའི་དེར་ཡང་རྟག་པ་ཉིད་དང་། བྱབ་
པ་ཉིད་དང་། བྱེད་པ་ཐོ་ལ་སོགས་པ་ཡང་དག་པ་ཉིད་དུ་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

སེར་སྦྱས་བརྗོད་པ་སྦྱིང་སྦྱོབས་དང་། རྩལ་དང་ཐུན་པ་མཉམ་པའི་གནས་
སྐབས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་གཙོ་བོ་དང་དམ་པའི་རང་བཞིན་དུ་བརྗོད་པ་ཡང་སྤར་སྦྱོས་

པའི་བྱུང་བ་དང་ཉག་པའི་དངོས་པོ་བསལ་བ་ཉིད་ཀྱིས་བསལ་ཟེན་རྟོ། །རང་གི་སྡེ་བ་
གང་དག་ཆོས་ཐམས་ཅད་དངོས་པོ་མེད་པ་ལ་སོགས་མདོའི་ཆོག་འཆད་པ་ན་སྤང་བ་
དང་། ཉུང་བའི་དོན་ལ་སོགས་པ་འཆད་དེ། དངོས་པོ་རྣམས་ངན་པ་ཡིན་པས་དངོས་
པོ་མེད་པ་སྟེ། དབྱས་དང་ད་ལྟར་གྱི་གནས་སྐབས་ན་མི་བརྟེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཡང་ན་དངོས་པོ་དག་ནི་དངོས་པོ་མེད་པ་མང་བས་དངོས་པོ་མེད་པ་སྟེ། སྡོན་
དང་ཕྱི་མའི་མཐར་མ་སྐྱེས་པ་དང་། འདས་པར་རང་བཞིན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །བཤད་
པ་འདི་ཡང་གཤམ་ཏེ་སྤང་དབྱང་པར་བྱས་པའི་སྤངས་པས་གཞན་གྱི་དབང་ཡང་དག་
པར་ཡོད་པར་གྱུ་བ་ན་ནི་ཁོ་བོའི་སེམས་རངས་པར་འགྱུར་རོ། །

གཞན་དུ་ནི་བྱེ་བྲག་ཏུ་སྤྲོ་བ་དང་། གནས་མ་བྱའི་ཚུལ་གྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་
ནས། འདི་ནི་ལྷར་གྲངས་ཅན་ལ་སོགས་པའི་ལྷགས་ཀྱི་དངོས་པོ་དག་གཤམ་པ་ཡིན་ནོ་
ཞེས་འདི་བཤད་མི་རྒྱས་པ་ཅི་ཡོད། ཡང་ན་བཤད་པ་འདི་ནི་འདུལ་བའི་སྐྱེ་བོ་སྟོ་མི་
ཞིབ་པའི་སྒྲག་པ་བསལ་བའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་དག་ཏུ་ཟད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མི་སེམས་སོ། །

དེ་ལྟར་བས་ན་སྤང་བའི་རྒྱལ་པོས་ཉི་ཆེ་བ་མ་ཡིན་པའི་སྟོང་བ་ཉིད་བསྟན་པ་ཁོ་
ན་སྤྲོ་གས་བྱེད་ཀྱི་ཆོགས་ཐམས་ཅད་དང་སྤང་མོང་མ་ཡིན་པ་འདི་ནི་མཛེས་པ་ཁོ་
ན་ཡིན་ཏེ།

ཟླ་བ་སྟོན་མའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལས་འདི་སྤྲད་བུ། ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཉག་ཏུ་
རང་བཞིན་སྟོང་། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་ལྟ་བུལོ། །

འདིར་ཡང་བརྗོད་པ། ཤིན་ཏུ་སྤང་བའི་དངོས་ལ་ཡང་། །གང་གིས་སྐྱེ་བར་རྣམ་
བརྟགས་པ། །མཁས་པ་མ་ཡིན་དེ་ཡིས་ནི། །རྒྱུན་ལས་བྱུང་བའི་དོན་མ་མཐོང་། །གཤམ་

ཉེ་དོན་གཅིག་ཡོད་ཀྱང་ན། ཅི་ཡི་བྱིར་ན་རང་བཞིན་མེད། མདོ་སྡེ་མང་དང་འགལ་
བར་འགྱུར། འཇིག་རྟེན་མི་མ་ཐུན་ཉིད་དུ་འགྱུར། ཞེས། །

དེའི་བྱིར།

ཁྱབ་དང་དབང་ལ་སོགས་མ་སྤྱོད། །

དཔག་ཏུ་མེད་པར་གནས་པའི་རྒྱ། །

འཇིག་རྟེན་སྤྱི་པོར་གྱུར་པས་ཀྱང་། །

ཤིན་ཏུ་སྤྱོད་བ་མ་ཡིན་པ། །

ཡང་དག་བདུད་ཅི་དག་པ་འདི། །

ཐུགས་རྗེ་དག་པའི་རྒྱ་རྒྱེན་གྱི། །

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་མ་གཏོགས་པར། །

གཞན་གྱི་ཁོངས་སྤྱོད་མ་ཡིན་ནོ། །

ཟླ་བའི་འོད་ཟེར་དག་པ་གང་ཟག་དང་ཆོས་ལ་བདག་མེད་པའི་རང་བཞིན་ཉི་
ཆེ་བ་མ་ཡིན་པའི་བདུད་ཅི་འདི་ནི་སྤྱོད་པ་ཤིན་ཏུ་གསོལ་ཉེ། དེས་ན་ནམ་པ་ཐམས་
ཅད་ཀྱི་མཆོག་དང་ལྷན་པའི་ཤེས་རབ་དང་། ཐུགས་རྗེའི་རྒྱལ་ཁྲ་རབ་འབྲས་པའི་སྒྲ།
ཉོན་མོངས་པ་དང་། ཤེས་བྱའི་སྤྱི་བ་པའི་བྱང་པོ་མ་ལུས་པ་དང་བྲལ་བ། ཐམས་ཅད་
ཀྱི་མཆོག་འཁོར་བ་རྗེ་སྤྱིད་པར་བཞུགས་སོ། །

འདི་ལྟར་དེ་ནི་བདག་མེད་པ་དང་པོ་རྟོགས་པས་སྒྲོ་ནམ་པར་དག་པ་ཉན་ཐོས་
དང་། རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ས་ཡང་མ་ཡིན་ན། འོག་པ་བདག་ཏུ་སྟོབ་པ་ལ་ཞེན་པ་
སྟོ་ཆེན་པོ་ཁྱབ་འབྱུག་དང་། ཆངས་པ་ལ་སོགས་པའི་ས་མ་ཡིན་པར་ལྟ་ཅི་སྟོས།

དེ་ཕྱིར་ལོག་པར་བསྟན་པ་ཡི། །
གྲུབ་མཐར་འཛེལ་བའི་སྒོ་ཅན་ལ། །
དེ་ལྷགས་མེས་འདུག་སྒོ་ཅན་རྣམས། །
སྟོང་མེ་ཉིད་ནི་རབ་ཏུ་སྟེ། །

བདག་དང་གཞན་གྱི་ལུས་ལ་སྟུག་བསྟུག་གི་རྒྱན་བསྐྱེད་པ་མི་ཉུང་བར་མེས་
སྟུ་འབྲེལ་བའི་རྒྱར་འགྱུར་བ། ལོག་པར་བསྟན་པའི་ཆོས་འདུལ་བ་བྱེད་པ་རྣམས་དང་
དེའི་མེས་སྟུ་འགྲོ་བ་རྣམས་ལ་དེ་ཁོ་ན་ཤེས་པ་འདི་ལྟ་བུ་ཆོལ་བ་དེ་ཁོ་ན་མཆོག་
གཏན་ལ་ཤེས་ནས་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་བསྟན་པ་སྟོང་མེའི་རིགས་ཀྱི་ཁྲིམ་ཁས་
ལེན་པ། སྟེས་བྱ་སྟེད་ཁྲེར་བ། རྟོགས་པ་དང་ལྡན་པ་རྣམས་ཀྱི་སྟོང་མེ་ཆེན་པོ། མི་
མ་སྟན་པའི་ཕྱོགས་རྒྱུད་དང་ཡང་མ་འདྲེས་པ་སྟེ་སྟེ། གཞན་སྟུག་བསྟུག་དང་བལ་
བར་འདོད་པ་ནི་སྟོང་མེ་ཆེན་པོ་ཡིན་ནོ། །

དེ་དག་གི་སྟུག་བསྟུག་དང་། དེའི་རྒྱ་རབ་ཏུ་འཕེལ་ན་སྟེ་བར་འགྱུར་ཏེ། བྱང་
ཤིང་བསྟན་ན་མེ་ལྷེ་འབར་བ་བཞིན་ནོ། །དོན་དམ་པ་ལ་རྣམ་པར་སྤང་བ་དག་ནི་སྟུག་
བསྟུག་གི་རྒྱའི་མཆོག་ལ་གནས་པ་ཡིན་ཏེ། འདི་དག་ནི་ལྟ་བར་བྱ་བ་དག་ནི་དེ་ལྟར་
བདག་དང་གཞན་གྱི་དག་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ནི་རྒྱུད་གིས་བསྐྱོད་ནས་རྒྱའི་རྒྱ་བྱར་
བྱུང་བ་ལྟ་བུར་ཤིན་ཏུ་མི་རྟག་པ། བདག་ལ་ཕན་པ་རྒྱུད་ཟད་ཀྱང་མི་རུས་པའི་ལུས་
རྟག་ཅན་གྲངས་ཡོད་པ་གཅིག་གསོད་པར་ཟད་ཀྱི། འདི་དག་ནི་འཁོར་བ་ནི་སྟེད་བར་
བཞུགས་པ། བདག་དང་གཞན་གྱི་དོན་སྟན་སུམ་ཆོགས་པས་མཛེས་པ། གྲངས་ལས་
འདས་པའི་རྒྱལ་བ་དང་འབྲེལ་བའི་ཆོས་ཀྱི་སྐུ་ལ་གཞོད་པ་སྟེ། དེའི་ས་བོན་ཆོས་ཀྱི་

དེ་ཁོ་ན་ལ་མོས་པ་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པར་ཞུགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དམ་
པའི་ཚོས་སྟོང་བའི་རྣམ་པར་སྤྲོན་པ་ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་པ་རྣམས་པ་མང་པོ་མདོ་སྡེ་ལས་
བརྗོད་དོ། །

ཡང་གསུངས་པ། ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེར་རབ་ཟབ་ལ། །སྤྱིད་ལུག་ཤིན་ཏུ་མ་སྤྱངས་
པ། །བདག་གཞན་དབྱ་དག་གཉི་ལྷག་གིས། །ད་ལྟར་ཐེག་པ་ཆེ་ལ་སྟོང། །ཚུལ་ཁྲིམས་
ལས་ནི་ཉམས་སྒྲ་ཡི། །ལྟ་བུ་ཅིས་ཀྱང་མ་ཡིན་ཏེ། །ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱིས་ནི་མཐོ་རིས་
འགོ། །ལྟ་བུ་གོ་འཕང་མཆོག་ཏུ་འགྱུར། །གཉི་ལྷག་དབང་གིས་བསྐྱབས་གྱུར་
ཏེ། །གང་ཞིག་ཡང་དག་བག་གས་བྱེད་པ། །དེ་ལ་དག་བའི་འགོ་བ་མེད། །ཐར་པ་མེད་
པ་སྟོས་ཅི་དགོས། །གཞོད་པའི་ས་བོན་གྱུར་པ་ཡི། །ལུ་སྟེགས་བྱེད་མང་མཐོང་ནས་
ནི། །ཚོས་འདོད་སྤྲེས་བ་པོ་རྣམས་ལ། །སྤྱིང་རྗེར་མི་འགྱུར་སུ་ཞིག་ཡོད། །ཅེས། །

སྒྲ་བ་སྟོན་མའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལས། །དང་པོ་བཟོད་པའི་ཁྱད་པར་ལས་རི་སྐད་དུ་
གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །འདི་ལྟར་གཞན་གྱི་ལུགས་འདི་ལ་བཞགས་ན་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་
ཤིན་ཏུ་འཛེབས་པ། །གངས་རི་ཁ་བའི་དུམ་གྲུགས་ལ་བབ་ན་འཇུ་བར་འགྱུར་བ་ལྟ་
བུར་གཉིང་མི་ཚུགས་པས་བདག་ལེགས་སུ་འདོད་པ་རྣམས་འདི་ལ་མ་ཞེན་པར་བྱ་བ་
ཆེད་དུ་ཆེར་ཆེར་འཛིན་ཏོ། །

གཞན་ཡང་ཁོ་བོ་བདག་ཅག་དང་། །གཞན་གྱི་གཞུང་ལུགས་རྒྱ་ཆེར་དབྱེད་
པས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འགྱུར་བ་སྟོས་པའི་ཚོགས་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་འདི་དེ་ཁོ་
ན་བསྐྱས་པ་དང་། །དོན་དམ་པ་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ་སོགས་པར་དབྱེད་ཟིན་གྱིས།
ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པར་འདོད་པ་དག་གིས་དེ་དག་ལས་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པར་གྱིས་ཤིག །

དེའི་སྒྲིབ་

ཆོ་མོར་ལྡན་པ་ས་ལུགས་གཞན་ལ། །

དེ་ལྟར་སྒྲིབ་པོ་མེད་མཐོང་བ། །

དེ་ལྟར་དེ་དག་སྒྲིབ་པ་ལ། །

གུས་པ་ཤིན་ཏུ་སྒྲིབ་པར་འགྱུར། །

བདག་ཤེས་པ་སྤྱི་ཞིག་གཞན་གྱི་ལུགས་ནི་རིགས་ངན་སྒྲུབ་པོའི་སྒྲིབ་པ་ལ་
ཡང་གྲགས་པའི་ལུལ་རགས་པ་ལ་ཡང་འཁྲུལ་བར་མཐོང་ལ། དེ་བཞིན་གཤེགས་
པའི་གསུང་རབ་ཐོག་མ་དང་། བར་དང་། ཐ་མར་དགེ་བ། གསེར་བཟང་པོ་ལྟ་བུར་
བསྒྲིག་པ་དང་། གཅད་པ་དང་། བརྟར་བ་དང་འབྲུག་པའི་མངོན་སུམ་དང་། རྗེས་སྤྱི་
དཔག་པ་དང་། རང་གི་ཆོགས་ལྡན་ས་ཀྱིས་གཞོད་པར་མ་གྱུར་པ་ནི་འཁོར་བ་ལྡན་ས་
དང་མ་འདྲེས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཤིན་ཏུ་འཐེབས་པོ་ལ་འཁྲུགས་པ་མེད་པར་
མཐོང་ནས་མི་དང་ལྟ་ལུལ་པའི་འདྲེན་པ་མཐའ་དག་གི་ཅོད་པན་གྱི་སྒྲེང་བས་ཞབས་
བད་མ་གཉིས་མཛེས་པར་བྱས་པ་དང་ལྡན་པའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་སྒྲ་མ་བདག་ཤེས་པ་
སྤྱི་ཞིག་མངོན་པར་མ་ཞེན་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྒྲུབ་པ་སྒྲིབ་པོར་བྱེད་པའི་དད་པ་མི་སྒྲིབ།

དེའི་སྒྲིབ་དེ་ལྟར།

ཡང་དག་ཤེས་ཆོལ་སྒྲོན་བཏང་སྟེ། །

དོན་དེ་ལྡན་པར་ངེས་བྱས་ནས། །

ལྟ་ངན་འཐེབས་གནས་འཛིག་རྟེན་ལ། །

སྙིང་རྩེ་ཀྱན་ཏུ་བསྐྱེད་ནས་སྟ། །
འགྲོ་དོན་བྱེད་པ་ཐོར་གྱུར་བ། །
བྱང་ཆུབ་སྒོ་རྒྱས་མཁས་པ་ནི། །
སྒོ་དང་སྙིང་རྩེས་བརྒྱན་པ་ཡི། །
སྤྱབ་པའི་བརྒྱལ་ཞུགས་ཡང་དག་སྟོང། །

ཡང་དག་དད་པས་རྩེས་འབྲངས་བ། །
རྩོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་ནས། །
སྤྱབ་པའི་བརྒྱལ་ཞུགས་སྒྲང་བྱས་ཏེ། །
དེ་ནི་ཡང་དག་ཤེས་ཆོལ་བཙོན། །

སྒོ་མིག་ཞིབ་པའི་སྒོ་ལྡན་དག། །
ལམ་གང་ནས་ནི་འཇུག་འགྱུར་བ། །
ལྷུང་དང་རིགས་པ་གསལ་ལྡན་བ། །
དེ་ལྟར་སྟོགས་ཅམ་བསྟན་པ་ཡིན། །

འདིར་ནི་སྒྲ་བ་དག་འབྲའི་བསོད་ནམས་བདག་གིས་གང་ཐོབ་བ། །
དེས་ནི་སྤྱབ་མཆོག་ལུགས་ཀྱི་ཡང་དག་དགའ་ལྡན་འཛིག་ཏེན་ཀྱན། །
ལྟ་ངན་སྟན་པའི་བྲ་བ་རབ་ཏུ་མང་པོ་རྣམ་བསལ་ནས། །
སྤིང་པའི་འདོད་ཆགས་རབ་ཏུ་བསལ་ཏེ་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་ཤོག། །

བདག་ཀྱང་ཡུལ་གྱི་འོངས་སྟོང་སྤྱང་བས་བརྒྱལ་བའི་སྟན་བསལ་ཅིང་། །

ཡང་དག་དམ་པར་རིག་ཅིང་ཡང་དག་རིག་དང་འགྲོགས་པ་དང་། །
གཞན་གྱི་དོན་ལ་གཅིག་ཏུ་གཞོལ་ཞིང་འཇམ་པའི་དབྱངས་གྱི་ཞབས། །
གཙང་མ་བརྒྱར་བརྟེན་ཅིང་ཤིན་ཏུ་བརྟེན་པས་གྲུས་པར་ཤོག། །
གསལ་པའི་ལུང་དང་རིགས་པ་དག་གིས་གང་ཞིག་འདིར་བརྗོད་པ། །
རྒྱལ་བ་ཁྱེ་མཆོག་དམ་པའི་གསུང་རབ་སྟོན་ཆེན་ཡང་དག་པར། །
གསལ་བྱེད་འདི་ནི་ས་ལ་དངོས་རྣམས་དངོས་པོའི་ངོ་བོ་ཡང་དག་པ། །
དེ་སྤྱིད་མི་འདོར་དེ་སྤྱིད་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་གནས་གྱུར་ཅིག། །

རྒྱལ་བ་གང་དག་རྟེན་འབྲེལ་འབྱུང་། །
རྟོག་པ་མི་བཟད་བ་བ་ཀུན། །
རྣམ་གྲོལ་གསུངས་པ་དེ་དག་ལ། །
རྟག་པར་རྒྱན་དུ་བྱས་འཆའ་ལོ། །
དེ་ལྟའི་ཚུལ་དུ་དབྱ་མ་ཡི། །
རྒྱན་འདི་བདག་གིས་བྱས་པ་ནི། །
རིགས་དང་མདོ་སྡེ་སྣ་ཆོགས་ཀྱིས། །
རིན་ཆེན་བཀོད་པས་མཛེས་པར་བྱས། །
ཞིབ་པའི་སྟོ་ཡིས་འདི་རྟོགས་ནས། །
སྟོ་སྟོན་ལ་སོགས་སྟོ་ཟབ་རྣམས། །
སྟེ་བོ་སྟོ་ཡི་ནོར་ལྷན་ཞིང་། །

བརྟན་ནམས་འཛིགས་མེད་བསྐྱེལ་པར་ཤོག །

བརྟན་ནམས་འདི་འཛིན་བྱེད་པ་དང་། །

མཁས་ལ་སྟོན་པར་བྱེད་པ་ནི། །

བདག་དང་གཞན་ལ་བྱུང་མཆོག་གི། །

ཡོངས་སུ་མཁྱེན་པར་རབ་ཏུ་བྱེད། །

དམིགས་པ་ཅན་ཀུན་སྤྱི་བརྟོལ་གྱིས། །

ཆོམ་པ་ནམ་པར་བསལ་བྱས་ནས། །

སྟོབས་པ་སོ་སོར་རིག་པ་ཡིས། །

ཤིན་ཏུ་མཐོ་བར་འབྱིང་བར་བྱེད། །

ཟབ་མའི་ཆོས་ཀྱི་ཡང་དག་ཉིད། །

སྟོན་པ་མཛད་པའི་ཐུབ་ཆེན་གྱི། །

གྲགས་པ་དག་ནི་ཕྱོགས་ནམས་ཀྱི། །

རབ་འབྱུངས་ཀུན་ཏུ་རྒྱས་པར་བྱེད། །

ཆོས་ལ་བདག་མེད་སྐྱུ་བ་པའི་ཕྱིར། །

སྟོབ་དཔོན་སྤྲུལ་སྟོང་སྟེད་གྱིས། །

སྐྱུ་བ་ནམས་ནི་སྐྱར་མཛད་པ། །

མ་བྱུང་འབྱུང་བ་གང་ཡིན་ནམས། །

མཁས་རྣམས་ཡང་དག་དག་པ་འདི། །

ཤེས་ནས་དེ་དེ་དག་ལ། །

འདོད་པས་ཟི་མེད་རབ་འབྱེལ་བ། །

རྣམ་པར་ངེས་པར་བྱེད་པར་ཤོག། །

གང་དག་དེ་ལ་འབྲས་བྱེད་པ། །

འབྲས་བའི་བདག་ཉིད་དེ་དག་གྱང་། །

དོགས་མེད་རྗེས་འགོ་ལྷོག་ལྷན་གྱིས། །

ཆོགས་མེད་ཆར་གཙོད་བྱེད་གྱུར་ཅིག། །

དབུ་མའི་རྒྱན་འདི་ནི་སློབ་དཔོན་ཞི་བ་འཚོ་བདག་དང་གཞན་གྱི་གྲུབ་པའི་
མཐའི་རྒྱ་མཚོའི་པ་རོལ་ཏུ་སོན་པ། འཕགས་པ་ངག་གི་དབང་ལྷན་གྱི་ཞབས་གྱི་བརྒྱ་
ཆོག་པ་མེད་པའི་ཟེུ་འབྲུ་སྤྱི་པོས་ལེན་པས་མཛད་པ་རྫོགས་སོ། །

རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་ཤེ་ལེ་རྒྱ་པོ་རྟེ་དང་། ལུ་ཆེན་གྱི་ལོ་རྒྱ་བ་བརྟེ་ཡེ་ཤེས་
སྤེས་བརྒྱུར་ཅིང་ལུས་ཏེ་གཏན་ལ་པབ་པ། །

པར་བྱང་སྟོན་ཆོག

ནམ་གྲོལ་ཞི་བའི་རྒྱ་མཚོར་རོ་གཅིག་ཏུ།
གཞོལ་བའི་མཐའ་ཡས་ཆོས་ཚུལ་དལ་འབབ་གྲུང་།
ཆོག་གི་གཟེགས་མ་རེས་ཀྱང་དྲུག་གསུམ་གྱི།
དྲི་མ་ཡོངས་འཁྱུད་ལེགས་བཤད་བདུད་ཅི་འདི།

དཔར་དུ་བསྐྱེད་པའི་ནམ་དཀར་ཕྱང་པོའི་མཐུས།
ཡང་དག་ཆོས་ཀྱི་སྟོ་མོ་སྟོང་ཐྱག་བརྒྱ།
གདངས་ཏེ་རྒྱུད་ལྡེའི་འགོ་བ་མ་ལུས་བ།
རེས་ལེགས་ནོར་བུའི་མཛོད་ལ་དབང་འབྱོར་ཤོག།

ཅེས་འཛམ་གླིང་ཡངས་པའི་ཁྱོན་ལ་འཆེ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སྟོན་ནམ་འཛེན་
ལྷ་ཀྱ་མེད་ཀྱི་རིང་ལུགས་སྟོ་ཀྱན་ནས་རྒྱས་པ་སོགས་འཕམ་ལུན་ལེགས་ཆོགས་དུ་
མའི་ཆེད་དུ་དམིགས། ཉན་བསྟན་གྲུབ་མཐའ་རེས་མེད་ཀྱི་གསུང་རབ་དག་དཔར་དུ་
བསྐྱེད་དང་བསྐྱེད་འགྱུར་གང་ལའང་སྦྱར་ཆོག་པའི་དགེ་བསྟོའི་སྟོན་ཆོག་ཏུ་ལྷ་ཀྱའི་
དགེ་སྟོང་ཆོས་སྤྲོ་བ་དག་དབང་སྟོ་བཟང་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོས་སྦྱར་བཤོ།