

# ཕྱི་དང་འཁྱག་ཟུ་འགྲེལ་ཆེན་མོ།



ཟུ་བ་མཁའ་དབང་པོ།

འགྲེལ་བ་མཁའ་དབང་པོ།

ཟུ་ལ་ཕྱུ་ལོ་བ་ལྷ།

ཟུ་ལ་ཆུ་བ་དང་མ་དེན་ཆེན།

ལེ་བྱ་དང་པོ། བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་པན་ཡོན་བཤད་པ། .....	1
དེས་མཛད་པའི་བསྟན་བཅོས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོན་པ་ལ་ འཇུག་པ་ལ་བཞི། .....	3
དང་པོ་(མཚན་གྱི་དོན་)ནི། .....	3
གཉིས་པ་(འགྱུར་གྱི་ཕྱག་)ནི། .....	4
གསུམ་པ་(གཞུང་གི་དོན་)ལ་གཉིས། .....	4
དང་པོ་(ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་བཤད་པ་ལ་འཇུག་པའི་བྱ་བ་)ལ་གསུམ། ..	4
དང་པོ་(མཚན་བརྗོད་)ལ་གསུམ། .....	4
དང་པོ་(དགོས་དོན་དང་)ནི། .....	4
གཉིས་པ་(བསྟུན་དོན་)ནི། .....	5
གསུམ་པ་(ཆོག་དོན་)ནི། .....	5
གཉིས་པ་(བཤད་པར་དམ་བཅའ་)ལ་བཞི། .....	6
དང་པོ་(བརྗོད་བྱ་དོས་བརྒྱུད་བ་)ནི། .....	7
གཉིས་པ་(རང་བཟོའི་ཉེས་པ་སྤང་བ་)ནི། .....	7
གསུམ་པ་(སྦྱོས་པ་སྤང་བ་)ནི། .....	7

བཞི་པ་(དགོས་སོགས་བཞི་དོས་བཟུང་པ་)ནི། .....	8
གསུམ་པ་(ཁིངས་སྦྱངས་ཞིང་ཚུལ་པར་སྟོབའི་རྒྱ་མཆན་)ལ་གསུམ། .....	8
དང་པོ་(ཁིངས་སྦྱངས་ཏེ་གཞན་དོན་དུ་གཙོ་བོར་མ་མཛད་པ་)ནི། .....	8
གཉིས་པ་(བསྟན་བཅོས་ཚུལ་པར་སྟོབའི་རྒྱ་མཆན་)ནི། .....	9
གསུམ་པ་(སྐལ་པ་མཉམ་པ་གཞན་གྱི་ཡང་དོན་དུ་འགྱུར་བར་བསྟན་པ་)ནི། .....	10
གཉིས་པ་(ལམ་གྱི་རིམ་པ་བཤད་པ་དངོས་)ལ་གཉིས། .....	10
དང་པོ་(དལ་འབྱོར་གྱི་རྟེན་ལ་སྦྱང་པོ་བླང་བའི་ཕྱིར་བསྐྱལ་བ་)ནི། .....	11
གཉིས་པ་(སྦྱང་པོ་ཇི་ལྟར་ལོན་པའི་རྒྱལ་བཤད་པ་)ལ་གཉིས། .....	13
དང་པོ་(སྦྱིའི་རྣམ་གཞག་)ནི། .....	13
གཉིས་པ་(སོ་སོའི་དོན་བཤད་པ་)ལ་གཉིས། .....	14
དང་པོ་(བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་སྒྲོམ་པའི་པན་ཡོན་བསམ་པ་)ལ་གཉིས། .....	14
དང་པོ་(ལེའུའི་གཞུང་བཤད་པ་)ལ་གཉིས། .....	14
དང་པོ་(སྤྲིག་པ་སྟོང་ཞིང་དགེ་བ་སྦྱུབ་རིགས་པར་གདམས་པ་)ནི། .....	14
གཉིས་པ་(བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་ཀྱི་པན་ཡོན་རྒྱས་པར་བསམ་པ་)ལ་བཞི། .....	15
དང་པོ་(བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་ཀྱི་པན་ཡོན་བཤད་པ་)ལ་གསུམ། .....	16

དང་པོ་(སྤྲིག་པ་མཐའ་དག་འཛོམས་ཤིག་དགེ་བ་མཐའ་དག་བསྐྱབ་ཁུས་པ་)	ལ་གསུམ། ..	16
དང་པོ་(སྤྲིག་པ་ཆེན་པོ་འཛོམས་པ་)	ནི། .....	16
གཉིས་པ་(བདེ་བ་ཆོག་བསྐྱབ་ཁུས་པ་)	ནི། .....	17
གསུམ་པ་(རྗེ་ལྷ་ར་འདོད་པའི་དོན་བསྐྱབ་ཁུས་པ་)	ནི། .....	17
གཉིས་པ་(མིང་དང་དོན་ཁྱད་པར་ཅན་ཐོབ་པ་)	ནི། .....	18
གསུམ་པ་(སན་ཡོན་དཔེས་བཤད་པ་)	ལ་བྲུག ། .....	19
དང་པོ་(དམན་པ་མཆོག་ཏུ་བསྐྱུར་བའི་དཔེ་)	ནི། .....	19
གཉིས་པ་(རྟོག་དཀའ་ཞིང་རིན་ཐང་ཆེ་བའི་དཔེ་)	ནི། .....	20
གསུམ་པ་(འབྲས་བུ་མི་ཟད་ཅིང་འཕེལ་བའི་དཔེ་)	ནི། .....	21
བཞི་པ་(སྤྲིག་པ་ཆེགས་མེད་པ་རའཛོམས་པའི་དཔེ་)	ནི། .....	21
ལྔ་པ་(སྤྲིག་པ་ཆེགས་མེད་པ་རའཛོམས་པའི་དཔེ་)	ནི། .....	22
དྲུག་པ་(སན་ཡོན་མདོ་ལས་བསྐྱུན་པའི་ཚུལ་)	ནི། .....	23
གཉིས་པ་(བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་དོ་བོ་ངོས་བཟུང་བ་)	ལ་གསུམ། .....	23
དང་པོ་(རོ་བོ་འདྲེ་བ་)	ནི། .....	23
གཉིས་པ་(དཔྲེ་བ་དཔེས་བཤད་པ་)	ནི། .....	26

གསུམ་པ་(སྟོན་འདུག་གཉིས་ཀྱི་པན་ཡོན་གྱི་བྱང་པར་བཤད་པ་)ལ་གཉིས།	.....27
དང་པོ་(སྟོན་སེམས་ཀྱི་པན་ཡོན་)ནི།	.....27
གཉིས་པ་(འདུག་སེམས་ཀྱི་པན་ཡོན་)ནི།	.....28
གསུམ་པ་(དེ་ལ་པན་ཡོད་དེ་དག་འབྱུང་བའི་རྒྱ་མཚན་)ལ་གཉིས།	.....29
དང་པོ་(ལྷང་དགོད་པ་)ནི།	.....29
གཉིས་པ་(རིགས་པས་བསྐྱབ་པ་)ལ་གཉིས།	.....30
དང་པོ་(སྟོན་སེམས་ལས་པན་ཡོན་ཐོབ་པའི་འཐད་པ་)ལ་བཞི།	.....30
དང་པོ་(དགེ་བ་སྐྱབ་པའི་བྱེད་ལས་མཐའ་ཡས་པས་པན་ཡོན་ཆེ་བ་)ནི།	.....30
གཉིས་(དེ་བས་སྐྱབ་པའི་པན་སེམས་གཞན་མེད་པ་)པ་ནི།	.....31
གསུམ་པ་(སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་དེ་འདྲ་བའི་པན་སེམས་རང་དོན་དུ་ཡང་མ་སྐྱེས་པ་)ནི།	32
བཞི་པ་(མཐུག་བསྐྱུས་ཏེ་བསྐྱབས་པ་)ནི།	.....32
གཉིས་པ་(འདུག་སེམས་ལས་ཐོབ་པའི་འཐད་པ་)ལ་གསུམ།	.....33
དང་པོ་(དངོས་)ནི།	.....33
གཉིས་པ་(དེའི་འཐད་པ་)ནི།	.....34
གསུམ་པ་(དོགས་པ་བསལ་བ་)ནི།	.....34



བཞི་པ་(བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྒོམ་པའི་གང་ཟག་ལ་བསྟོད་པ་)ལ་གསུམ། .....	36
དང་པོ་(མ་བཙུལ་ཡང་སྤྱང་ཇི་ཆེན་པོས་བྱངས་ནས་བློགས་མཛད་པས་བསྐྱེད་པར་འོས་པ་)ནི། .....	36
གཉིས་པ་(ཕན་པ་ཅུང་ཟད་བསྐྱེད་པ་ལ་བསྟོད་པར་འོས་ན་ཕན་བདེ་མཐའ་དག་བསྐྱེད་པ་ལ་ཆེས་བསྐྱེད་པར་འོས་པ་)ནི། .....	37
གསུམ་པ་(ཞིང་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པས་བསྐྱེད་པར་འོས་པ་)ལ་གསུམ། .....	38
དང་པོ་(བྱང་ཆུབ་སེམས་དབང་ལ་ཅུང་ཟད་ཅུང་ཡང་སྤྱད་པར་མི་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚན་)ནི། ..	38
གཉིས་པ་(དད་པ་བསྒོམ་པར་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚན་)ནི། .....	40
གསུམ་པ་(དེས་ན་ཕྱག་འཆའ་ཞིང་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བར་འོས་པ་)ནི། .....	40
གཉིས་པ་(ལེ་ལུ་འཆོལ་ན་)ནི། .....	43

## ལེ་ལུ་གཉིས་པ། སྤྲིག་པ་བཤམས་པ།

གཉིས་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཉིས་བསྐྱེད་ནས་སྤྱོད་པ་ལ་སྒོམ་པའི་ ཆུལ་ལ་གཉིས། .....	44
དང་པོ་(བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཟུང་བ་)ལ་གཉིས། .....	44
དང་པོ་(སྤྱོད་པའི་ཡན་ལག་ཕྱག་དང་མཆོད་པ་དང་སྐྱབས་འགྲོ་སྤྱོད་ཏུ་བཏང་སྟེ་སྐྱབས་བཞི་ཆང་བའི་ སྤྱོད་པའི་ཕྱིན་སྤྲིག་པ་བཤམས་པ་)ལ་གཉིས། .....	44
དང་པོ་(ལེ་ལུ་གཟུང་བཤམས་པ་)ལ་བཞི། .....	44

དང་པོ་(མཚན་པ་)ལ་གཉིས། .....	44
དང་པོ་(མཚན་པ་ཕྱལ་བའི་དགོས་པ་)ནི། .....	45
གཉིས་པ་(མཚན་པ་དངོས་)ལ་གསུམ། .....	45
དང་པོ་(བདག་པས་མ་བཟུང་བའི་རྣམ་གྱི་མཚན་པ་)ལ་གསུམ། .....	46
དང་པོ་(མཚན་པ་འཛིན་པ་)ནི། .....	46
གཉིས་པ་(རི་ལྟར་དབྱེ་བའི་ཚུལ་)ནི། .....	48
གསུམ་པ་(བདག་པོས་མ་བཟུང་བའི་རྣམ་འབྱེད་པའི་རྒྱ་མཚན་)ནི། .....	48
གཉིས་པ་(རང་གི་ལུས་དབྱེ་བ་)ནི། .....	49
གསུམ་པ་(སྒྲིམ་སྒྲུབ་པའི་མཚན་པ་)ལ་གཉིས། .....	50
དང་པོ་(སྒྲིམ་ཡོད་པའི་མཚན་པ་)ལ་བརྩ་གཉིས། .....	50
དང་པོ་(སྒྲིམ་)ལ་གསུམ། .....	51
དང་པོ་(སྒྲིམ་ཁང་)ནི། .....	51
གཉིས་པ་(སྒྲིམ་གསོལ་བའི་ཚུལ་)ནི། .....	51
གསུམ་པ་(སྒྲིམ་ཕྱི་བ་)ནི། .....	52
གཉིས་པ་(ན་བཟུང་)ནི། .....	52

གསུམ་པ་(རྒྱན་)ནི། .....	53
བཞི་པ་(བྱུག་པ་)ནི། .....	53
ལྔ་པ་(མེ་ཉྱལ་)ནི། .....	54
དྲུག་པ་(སྒྲིལ་)ནི། .....	54
བདུན་པ་(ཞལ་ཟས་)ནི། .....	54
བརྒྱད་པ་(སྒྲུང་གསལ་)ནི། .....	55
དབུ་པ་(གཞལ་མེད་ཁང་དབུལ་བ་)ནི། .....	55
བརྩ་པ་(གདུགས་)ནི། .....	56
བརྩ་གཅིག་པ་(རྩལ་མོ་)ནི། .....	56
བརྩ་གཉིས་པ་(མཚོད་པའི་རྣམ་པ་རྒྱན་མི་འཆད་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པ་)ནི། .....	57
གཉིས་པ་(སྒྲན་མེད་པའི་ཚོད་པ་)ནི། .....	57
གཉིས་པ་(ཕྱག་འཆལ་བ་)ལ་གཉིས། .....	58
དང་པོ་(དག་གིས་བསྟོད་པ་བརྗོད་པ་)ནི། .....	58
གཉིས་པ་(ལུས་གྱིས་འདུད་པ་)ལ་གསུམ། .....	59
དང་པོ་(དཀོན་མཆོག་གསུམ་)ནི། .....	59



གཉིས་པ་(བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་སྐྱེ་བའི་གཞི་སོགས་)ནི། .....	60
གསུམ་པ་(མཁན་སྒོར་སོགས་ལ་བྱག་འཇལ་བ་)ནི། .....	60
གསུམ་པ་(སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་)ནི། .....	60
དང་པོ་(རྒྱུ་སྐྱབས་འགོ་)ནི། .....	61
གཉིས་པ་(འབྲས་བུ་སྐྱབས་འགོ་)ནི། .....	61
བཞི་པ་(སྟོབས་བཞི་ཆང་བའི་སྟོན་སྟེན་གསལ་བཤགས་པ་)ལ། .....	62
སྤྱི་ལོ་རྣམ་གཞག་ནི། .....	62
སོ་སོའི་དོན་ལ་བཞི་སྟེ། .....	63
དང་པོ་ལ་(རྣམ་པར་སྐྱམ་འབྱེན་པ་ཀུན་ཏུ་སྐྱེད་པའི་སྟོབས་)བཞི་སྟེ། .....	64
དང་པོ་(སྟེན་པ་ཇི་ལྟར་བྱས་པའི་ཚུལ་བཏགས་ཏེ་འགྲོད་པ་བྱ་བ་)ལ་བཞི། .....	64
དང་པོ་(གང་ལ་སྟེན་པ་བཤགས་པའི་ཡུལ་ལ་མཁྱེན་པར་གསོལ་བ་)ནི། .....	64
གཉིས་པ་(དུས་དང་རྒྱ་དང་རྣམ་པ་སོགས་ཀྱི་སྟོན་སྟེན་གསལ་བཤགས་པ་སྤྱིར་བཤགས་པ་)ནི།	65
གསུམ་པ་(ཡུལ་ཁྱད་པར་ཅན་ལ་སྟེན་པ་སྟོབས་ལྡན་བྱས་པ་བཤགས་པ་)ནི། .....	66
བཞི་པ་(མི་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་ལ་བསམས་ཏེ་འགྲོད་པས་བཤགས་པ་)ནི། .....	66
གཉིས་པ་(སྟེན་པ་དང་བཅས་བཞིན་དུ་འཆི་བས་འཇིགས་ནས་འགྲོད་པ་བསྟོམ་ཞིང་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་)ནི།	67

གསུམ་པ་(དོན་མེད་པའི་སྤྲིག་པ་བྱས་པའི་ཚུལ་རྒྱས་པར་བསམས་ནས་འགྲོད་པ་བསྐྱོམ་པ་)ལ་བཞི།	68
དང་པོ་(གཉེན་དང་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་སོགས་ཡིད་བརྟན་མི་རུང་བར་མ་ཤེས་པས་དེ་དག་གི་དོན་དུ་སྤྲིག་པ་ བྱས་པ་འགྲོད་པ་)ནི།	..... 68
གཉིས་པ་(འཆི་བའི་ཆེ་བླན་པའི་ཡུལ་ཙམ་དུ་འགྱུར་བའི་དཔེ་)ནི།	..... 69
གསུམ་པ་(ཡིད་བརྟན་མི་རུང་བ་དེ་ལྟར་ཡང་མཛོན་སུམ་དུ་གྲུབ་པས་དེ་དག་གི་དོན་དུ་ སྤྲིག་པ་བྱས་པ་འགྲོད་པ་)ནི།	..... 70
བཞི་པ་(རང་ཉིད་ནམ་འཆི་ངེས་པ་མེད་པར་མ་རྟོགས་པས་སྤྲིག་པ་བྱས་པ་འགྲོད་པ་)ནི།	. 71
བཞི་པ་(སྤྲིག་པས་འཇིགས་པའི་ཚུལ་བསམ་པ་)ལ་བཞི།	..... 71
དང་པོ་(ཆེ་ལ་སྟོན་པ་མེད་ཅིང་འབྲིང་བྱེད་པར་མ་ཆད་དུ་ཡོད་པས་ངེས་པར་འཆི་ཞིང་སྤྲིག་པ་དང་ བཅས་བཞིན་དུ་འཆི་བས་འཇིགས་པ་)ནི།	..... 72
གཉིས་པ་(སྤྲིག་པ་མ་དག་ན་ཆེ་འདི་ཉིད་དུ་ཡང་སྤྲུག་བསྐྱེད་སྤྱོད་དགོས་པ་)ལ་གསུམ།	..... 72
དང་པོ་(སྤྲིག་པ་མ་བྱང་ན་སྟོག་འཆད་པའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་གཉེན་བཤེས་སོགས་ཀྱིས་སྦྱོབ་མི་རུས་པ་)ནི།	.... 72
གཉིས་པ་(བསོད་ནམས་མ་བྱས་པས་འཇིགས་པ་)ནི།	..... 73
གསུམ་པ་(འགྲོད་པས་གདུང་བ་)ནི།	..... 73
གསུམ་པ་(འཇིགས་པ་ཆེན་པོ་འབྱུང་བའི་རྒྱ་མཆན་)ནི།	..... 74

བཞི་པ་(ཕྱི་མར་སྤྲུག་བསྐྱེད་གྱིས་གདུང་བར་འགྱུར་བའི་ཚུལ་)ནི།	75
གཉིས་པ་(རྟོན་གྱི་སྟོབས་)ལ་གསུམ།	76
དང་པོ་(ད་ལྟ་ཉིད་ནས་དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་སྤྱབས་ལ་བརྟེན་པ་)ནི།	76
གཉིས་པ་(སྟོན་ལམ་གྱི་སྟོབས་ཅན་གྱི་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་ལ་བརྟེན་པ་)ནི།	77
གསུམ་པ་(སྤྱབས་སུ་སོང་ནས་དེ་དག་གི་བཀའ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་པ་)ནི།	79
གསུམ་པ་(གཉེན་པོ་ཀུན་དུ་སྦྱོང་བའི་སྟོབས་)ལ་གཉིས།	80
དང་པོ་(སྤྲུག་པ་སྦྱོང་བ་ལ་འབད་པར་རིགས་པའི་རྒྱ་མཆོན་)ལ་གཉིས།	80
དང་པོ་(ནད་ཀྱི་དཔེས་སྤྲུག་པ་སྦྱར་དུ་སྦྱང་དགོས་པ་)ལ་གསུམ།	80
དང་པོ་(དཔེ་དོན་དགོད་པ་)ནི།	80
གཉིས་པ་(དུག་གསུམ་གྱི་ནད་ཉེས་དམིགས་ཆེ་ཞིང་དེ་འཛོམས་པའི་སྟོན་དགོན་པ་)ནི།	81
གསུམ་པ་(དེས་ན་སྟོན་པ་མཆོག་སྟོན་པའི་གསུང་ལྟར་སྤྱབ་རིགས་པ་)ནི།	81
གཉིས་པ་(གཡང་སའི་དཔེས་སྦྱར་དགོས་པར་བསྟན་པ་)ནི།	82
གཉིས་པ་(སྦྱར་དུ་འབད་པར་རིགས་པ་)ལ་གཉིས།	83
དང་པོ་(དེ་རིང་ཉིད་ནས་སྤྲུག་པའི་གཉེན་པོ་བསྟན་པ་ལ་འབད་པར་བྱ་བ་)ནི།	83
གཉིས་པ་(སྤྲུག་བསྐྱེད་གྱིས་མི་འཛིགས་པ་ལ་རྒྱ་མཆོན་ཅི་ཡང་མེད་པས་ལམ་བསྟོམ་པ་ལ་	

ལེ་ལོ་བྱ་བར་མི་རིགས་པ་)ནི། .....	84
བཞི་པ་(ཉེས་པ་ལས་སྦྲར་ལྗོངས་པའི་སྟོབས་)ལ་གསུམ། .....	84
དང་པོ་(སྤྲིག་པ་ལ་འགྱུར་པས་སྤྲིན་ཆད་སྟོམ་པ་)ལ་གཉིས། .....	85
དང་པོ་(དོན་མེད་པའི་སྤྲིག་པ་སྦྱང་བ་)ལ་གཉིས། .....	85
དང་པོ་(ལོངས་སྟོར་ལ་ཡིད་བརྟན་མི་རུང་བས་ཆགས་པར་མི་རིགས་པ་)ནི། .....	85
གཉིས་པ་(གཉེན་སོགས་ལ་ཆགས་པར་མི་རིགས་པ་)ནི། .....	85
གཉིས་པ་(ཉིན་མཆན་ཀྱན་ཏུ་སྤྲིག་པ་ལས་ཐར་པའི་ཐབས་ལ་འབད་པ་)ནི། .....	86
གཉིས་པ་(སྤར་བྱས་བཤགས་པ་)ལ་གཉིས། .....	87
དང་པོ་(བཤགས་བྱའི་དངོས་པོ་)ནི། .....	87
གཉིས་པ་(བཤགས་པའི་ཚུལ་)ནི། .....	87
གསུམ་པ་(མཐུན་པ་གསོལ་ནས་ཉེས་པ་ལས་སྟོམ་པར་དམ་བཅའ་བ་)ནི། .....	88
གཉིས་པ་(ལེ་ལུ་འཇུག་)ནི། .....	89
ལེ་ལུ་གསུམ་པ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཡོངས་སུ་གཟུང་བ།	
དང་པོ་(ལེ་ལུ་འཇུག་བཤགས་པ་)ལ་གསུམ། .....	90
དང་པོ་(སྦྱར་བ་)ལ་ལྟ། .....	90

དང་པོ་(དགོ་བ་ལ་རྩེས་ཡི་རང་བ་)ལ་གསུམ། .....	90
དང་པོ་(མངོན་མཐོ་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་དགོ་བ་ལ་རྩེས་སུ་ཡི་རང་བ་)ནི། .....	90
གཉིས་པ་(ཐར་བ་ཙམ་གྱི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་དགོ་བ་ལ་ཡི་རང་བ་)ནི། .....	91
གསུམ་པ་(སྒྲ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱ་འབྲས་ལ་ཡི་རང་བ་)ནི། .....	92
གཉིས་པ་(ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བར་བསྐྱལ་བ་)ནི། .....	92
གསུམ་པ་(སྤྱ་ངན་ལས་མི་འདའ་བར་གསོལ་བ་གདབ་པ་)ནི། .....	93
བཞི་པ་(དགོ་བ་བསྔོ་བ་)ལ་བཞི། .....	93
དང་པོ་(སྦྱིར་བསྔོ་བ་)ནི། .....	94
གཉིས་པ་(ནད་བའི་དོན་དུ་བསྔོ་བ་)ནི། .....	94
གསུམ་པ་(བཀའ་སྒྲོམ་སེལ་བའི་དོན་དུ་བསྔོ་བ་)ནི། .....	95
བཞི་པ་(འདོད་དགུ་འབྱུང་བའི་རྒྱར་བསྔོ་བ་)ནི། .....	95
ལྔ་པ་(སྦྱིན་པའི་ཕར་བྱིན་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཡན་ལག་སྔོན་དུ་ལུས་ལོངས་སྔོན་དགོ་ཅ་གཏོང་བའི་ སེམས་བ་སྦྱང་བ་)ལ་གསུམ། .....	96
དང་པོ་(ལུས་ལོངས་སྔོན་དགོ་ཅ་གཏོང་བའི་བསམ་བ་སྦྱང་བ་)ལ་གསུམ། .....	96
དང་པོ་(གཏོང་བའི་ཚུལ་)ནི། .....	96

གཉིས་པ་(ངམ་པར་བཏང་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚན་)ལ་གཉིས།	97
དང་པོ་(ཐམས་ཅད་ལ་ཆགས་པ་སྤངས་ཤིང་བཏང་བས་སྤང་འདས་ཐོབ་པ་)ནི།	97
གཉིས་པ་(ཐམས་ཅད་སྦྱིན་པའི་ཞིང་མཆོག་ཡིན་པས་དེ་ལ་གཏོང་རིགས་པ་)ནི།	97
གསུམ་པ་(བཏང་ནས་རི་ལྟར་སྦྱབ་པའི་ཚུལ་)ལ་གསུམ།	97
དང་པོ་(དེང་སྦྱིན་ཆད་རང་གི་ལུས་ལ་རང་དབང་ཡོད་པའི་སློན་པོ་པ་)ནི།	98
གཉིས་པ་(དེའི་དོན་རྒྱས་པར་བཤད་པ་)ནི།	98
གསུམ་པ་(རིགས་པའི་ལས་ལ་སྦྱར་བ་)ནི།	99
གཉིས་པ་(དགེ་བ་ཚུད་མི་བའི་རྒྱར་སློན་པ་)ལ་གསུམ།	99
དང་པོ་(གཞན་ལ་པན་པ་འབའ་ཞིག་གི་རྒྱར་སློན་པ་)ནི།	99
གཉིས་པ་(བསམ་པ་ཚུད་མི་བའི་རྒྱར་སློན་པ་)ནི།	100
གསུམ་པ་(སྦྱོར་བ་ཚུད་མི་བའི་རྒྱར་སློན་པ་)ནི།	100
གསུམ་པ་(ཁོངས་སྦྱོད་པའི་རྒྱ་རྒྱ་སློན་པ་)ལ་གསུམ།	101
དང་པོ་(རང་ཉིད་གཞན་གྱི་ཉེར་མཁོ་མཐའ་དག་གི་རྒྱར་སློན་པ་)ནི།	101
གཉིས་པ་(དུས་དང་བྱེད་ལས་རྒྱ་ཆེ་བར་སློན་པ་)ནི།	102
གསུམ་པ་(ཡུལ་དུས་ཆད་པ་མེད་པར་སློན་པ་)ནི།	103



གཉིས་པ་(དངོས་གཞི་)ནི། .....	103
གསུམ་པ་(མུག་)ལ་གཉིས། .....	105
དང་པོ་(རང་དགའ་བ་བསྐྱེམ་པ་)ལ་གཉིས། .....	105
དང་པོ་(རང་གི་དོན་གྱུ་བ་)ལ་གསུམ། .....	106
དང་པོ་(སེམས་གཟེངས་སྟོང་དེ་དགའ་བ་བསྐྱེམ་པ་)ནི། .....	106
གཉིས་པ་(སེམས་དེ་རྟོག་ནས་བག་ཡོད་བསྐྱེམ་པ་)ནི། .....	107
གསུམ་པ་(རྟོག་དཀའ་བའི་སེམས་རྟོག་པས་དགའ་བ་བསྐྱེམ་པ་)ནི། .....	108
གཉིས་པ་(གཞན་གྱི་དོན་གྱུ་བ་)ལ་གསུམ། .....	108
དང་པོ་(སེམས་ཅན་གྱི་སྤྲུག་བསྐྱེལ་སེལ་རྒྱས་པ་)ལ་ལྷ། .....	108
དང་པོ་(འགྲོ་བའི་འཆི་བདག་འཛོམས་པ་)ནི། .....	108
གཉིས་པ་(དབྱུང་བ་འཛོམས་པ་)ནི། .....	109
གསུམ་པ་(ནད་འཛོམས་པ་)ནི། .....	109
བཞི་པ་(སྤྱིར་སྤྱོད་པའི་སྤྲུག་བསྐྱེལ་འཛོམས་པ་)ནི། .....	109
ལྷ་པ་(བྱད་པར་ངན་འགྲོའི་སྤྲུག་བསྐྱེལ་འཛོམས་པ་)ནི། .....	110
གཉིས་པ་(དེའི་རྒྱ་སྤྱོད་པ་སེམས་རྒྱས་པ་)ལ་གཉིས། .....	110

དང་པོ་(ཉན་སྐྱབ་སེལ་བ་)ནི། .....	110
གཉིས་པ་(ཤེས་སྐྱབ་སེལ་བ་)ནི། .....	110
གསུམ་པ་(ཕན་བདེ་མཐའ་དག་སྐྱབ་བྱས་པ་)ལ་གཉིས། .....	111
དང་པོ་(ཕན་པ་མཐའ་དག་བསྐྱབ་པ་)ནི། .....	111
གཉིས་པ་(བདེ་བ་མཐའ་དག་བསྐྱབ་པ་)ནི། .....	111
གཉིས་པ་(གཞན་དགའ་བ་བསྐྱེད་དུ་གཞུག་པ་)ནི། .....	112
གཉིས་པ་(ལེ་ལུ་ལེ་མཆོན་)ནི། .....	113

## ལེ་ལུ་བཞི་པ། བག་ཡོད་བསྟན་པ།

གཉིས་པ་སྟོང་པ་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ལ་སྟོབ་པའི་ཚུལ་ལ་བཞི། .	114
དང་པོ་(བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྟོང་བ་དང་བཅས་པ་མི་ཉམས་པར་བྱེད་པའི་ཡན་ལག་ བག་ཡོད་སྟོམ་ཚུལ་)ལ་གཉིས། .....	114
དང་པོ་(ལེ་ལུ་ལེ་གཞུང་བཤད་པ་)ལ་གསུམ། .....	114
དང་པོ་(བག་ཡོད་བསྟོམ་ཚུལ་མདོར་བསྟན་པ་)ནི། .....	114
གཉིས་པ་(རྒྱས་པར་བཤད་པ་)ལ་གཉིས། .....	115
དང་པོ་(བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་བག་ཡོད་བསྟོམ་པ་)ལ་གཉིས། .....	115

དང་པོ་(བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དོར་དུ་མི་རུང་བའི་རྒྱ་མཚན་)ནི། .....	115
གཉིས་པ་(དོར་བའི་ཉེས་དམིགས་)ལ་གསུམ། .....	116
དང་པོ་(ངན་འགོར་འགོ་བའི་ཉེས་དམིགས་)ལ་གསུམ། .....	117
དང་པོ་(ངན་འགོར་འགོ་བའི་རྒྱ་མཚན་)ནི། .....	117
གཉིས་པ་(དེ་ལ་ཤེས་བྱེད་དགོད་པ་)ནི། .....	117
གསུམ་པ་(འགལ་བ་སྤང་བ་)ནི། .....	119
གཉིས་པ་(གཞན་དོན་ལས་ཉམས་པར་འགྱུར་བ་)ལ་གསུམ། .....	119
དང་པོ་(བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཉམས་ནས་ལྷུང་བ་ལྷིང་བ་དང་བཅས་པས་གཞན་དོན་ཉམས་པ་)ནི། .....	120
གཉིས་པ་(བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་གཞན་གྱི་དགེ་བ་ལ་བར་ཆད་བྱས་ན་ཡང་དེ་དང་ མཚུངས་ཤིང་ངན་འགོར་འགོ་བ་)ནི། .....	121
གསུམ་པ་(དེ་དག་གི་རྒྱ་མཚན་)ནི། .....	122
གསུམ་པ་(ས་ཐོབ་པ་ལ་ཐག་བསྐྱངས་པར་འགྱུར་བ་)ནི། .....	122
གཉིས་པ་(བསྐྱབ་པ་ལ་བག་ཡོད་བྱ་བ་)ལ་གསུམ། .....	123
དང་པོ་(ཉེས་པ་སྤང་བ་ལ་བག་བྱ་བ་)ལ་ལྔ། .....	123
དང་པོ་(སྤྲིག་ལྷུང་མ་སྤངས་ན་ངན་འགོར་བརྒྱད་དགོས་པ་)ནི། .....	123

གཉིས་པ་(སངས་རྒྱལ་ལྷ་ས་བཅས་ཀྱིས་བཏང་སྟོམས་སུ་མཛད་པ་)ནི། .....	124
གསུམ་པ་(དལ་འབྱོར་རྟེན་དཀའ་བ་)ལ་གཉིས། .....	125
དང་པོ་(བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཉམས་ན་རྒྱན་འཁོར་ལོ་བཞི་དང་ལྷན་པའི་དལ་འབྱོར་ཐོབ་དཀའ་བ་)ནི། ....	125
གཉིས་པ་(ཐོབ་པ་ཡང་སྤྱད་དུ་འཛིག་པས་འབད་པར་བྱ་བ་)ནི། .....	126
བཞི་པ་(ངན་འགྲོར་སྤྱེས་ན་དགེ་བ་སྤྱབ་པའི་སྐབས་མེད་པ་)ལ་གསུམ། .....	127
དང་པོ་(ངན་འགྲོར་སྤྱེས་ན་དགེ་བ་སྤྱབ་པའི་སྐབས་མེད་པ་)ནི། .....	127
གཉིས་པ་(བདེ་འགྲོ་ཐོབ་པའི་ཆེ་མ་འབད་ན་ངན་འགྲོར་སྤྱང་དོར་ལ་སྤོངས་པར་འགྱུར་བ་)ནི། .....	127
གསུམ་པ་(ངན་འགྲོ་ལས་ཤིན་ཏུ་ཐར་པར་དཀའ་བ་)ནི། .....	128
ལྔ་པ་(དལ་འབྱོར་རྟེན་དཀའ་བའི་རྒྱ་མཚན་)ནི། .....	129
གཉིས་པ་( དགེ་བ་བསྐྱོམ་པ་ལ་བག་བྱ་བ་)ལ་གསུམ། .....	130
དང་པོ་(སྤར་བསགས་པའི་སྤྲིག་པ་མཐའ་ཡས་པས་དེ་སྤོང་བ་ལ་འབད་པར་རིགས་པ་)ནི།	130
གཉིས་པ་(ངན་འགྲོར་སྤྱུག་བསྐྱལ་ལན་ཅིག་སྤོང་བ་ཙམ་གྱིས་དེ་ཟད་ནས་ངན་འགྲོ་ལས་མི་ཟད་པའི་རྒྱ་མཚན་)ནི།	131
གསུམ་པ་(དེས་ན་སྤྲིག་པའི་གཉེན་པོ་ལ་འབད་པར་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚན་)ལ་བཞི།	131
དང་པོ་(དལ་འབྱོར་ཐོབ་ནས་དགེ་བ་ལ་མ་འབད་ན་རང་གིས་རང་བསྐྱུས་པར་འགྱུར་བ་)ནི། ...	132
གཉིས་པ་(ཆེ་འདྲིར་སྤྱུག་བསྐྱལ་སྤོང་དགོས་པ་)ནི། .....	132

གསུམ་པ་(ཕྱི་མར་ངན་འགྲོའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱིས་གདུང་བར་འགྱུར་བ་)ནི།	.....133
བཞི་པ་(དེས་ན་སྤྲིག་པ་སྟོང་ཞིང་དགོ་བ་ལ་འབད་པར་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚན་)ལ་གཉིས།	.133
དང་པོ་(དལ་འབྱོར་རྒྱུད་གཟན་ནས་སྤྲོད་ཡང་དཔུལ་བར་ཁྱིད་ན་སེམས་མེད་པ་དང་མཚུངས་པ་)ནི།	.....133
གཉིས་པ་(སྟོངས་པའི་རྒྱ་བསམ་རིགས་པ་)ནི།	.....134
གསུམ་པ་(ཉོན་མོངས་སྟོང་བ་ལ་བག་བྱ་བ་)ལ་གསུམ།	.....134
དང་པོ་(ཉོན་མོངས་པའི་ཉེས་དམིགས་བསམ་པ་)ལ་གསུམ།	.....135
དང་པོ་(ཉོན་མོངས་གྱིས་རང་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པའི་རྒྱལ་བསམ་པ་)ལ་བཞི།	.....135
དང་པོ་(རང་དབང་མེད་པར་བྱེད་པ་)ནི།	.....135
གཉིས་པ་(སྤྱག་བསྐྱེལ་དཔག་མེད་ལ་སྦྱར་བ་)ནི།	.....136
གསུམ་པ་(གཞོད་པ་བྱེད་པའི་དུས་མཐའ་ཡས་པ་)ནི།	.....137
བཞི་པ་(ཉོན་མོངས་ཀྱི་གོགས་བྱར་མི་རུང་བའི་རྒྱ་མཚན་)ནི།	.....138
གཉིས་པ་(ཉོན་མོངས་ལ་བཟོད་པ་བསྐྱོམ་མི་རིགས་པ་)ལ་གཉིས།	.....138
དང་པོ་(སེམས་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་)ནི།	.....139
གཉིས་པ་(ལུས་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པར་བསམ་པ་)ནི།	.....139
གསུམ་པ་(དེ་གཞོམ་པའི་ཆད་དུ་སྒྲོའི་སྟོབས་བསྐྱེད་པ་)ནི།	.....140

གཉིས་པ་(ཉན་མོངས་སྒོང་བའི་དཀར་སྒྱུད་ལ་སྒྲོ་བར་མི་རིགས་པ་)ལ་གསུམ། ....	140
དང་པོ་(ཉན་མོངས་གཞོམ་རྒྱས་པའི་གོ་བ་བགོ་ཞིང་དེའི་དཀར་སྒྱུད་ལ་སྒྲོ་བར་མི་བྱ་བ་)ནི། ...	141
གཉིས་པ་(ཉན་མོངས་གཞོམ་པའི་ཆེད་དུ་བཙོན་པའི་པན་ཡོན་)ལ་གསུམ། .....	142
དང་པོ་(རང་དོན་སྤྱན་ཆོགས་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པས་དཀར་སྒྱུད་བཟོད་རིགས་པ་)ནི། .....	142
གཉིས་པ་(གཞན་དོན་སྤྱན་ཆོགས་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པས་དཀར་སྒྱུད་བཟོད་རིགས་པ་)ནི། ....	143
གསུམ་པ་(སྒར་དམ་བཅས་པ་མཐར་ཕྱིན་པར་བྱེད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆན་)ནི། .....	143
གསུམ་པ་(དེས་ན་ཉན་མོངས་གཞོམ་པའི་སྒྲོ་བ་ལ་བཙོན་པར་རིགས་པ་)ལ་གཉིས། .	144
དང་པོ་(ཉན་མོངས་པའི་གཉེན་པོ་ལ་འབད་པར་བྱ་བ་)ནི། .....	144
གཉིས་པ་(དུས་ནམ་ཡང་ཉན་མོངས་པའི་དབང་དུ་མི་འགྱུར་བ་ལ་འབད་པར་བྱ་བ་)ནི། ...	145
གསུམ་པ་(འབད་པས་སྤངས་ན་སྒོང་རྒྱས་པ་ཉིད་དུ་སྒྲོ་བ་བསྐྱེམ་པ་)ལ་གསུམ། ...	146
དང་པོ་(རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཉན་མོངས་རྩ་བ་ནས་སྤྱང་ན་དེ་གནས་པའི་རྟེན་མེད་པ་)ནི། .....	146
གཉིས་པ་(རྒྱ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ལས་བྱུང་བས་བཙོན་པ་བསྐྱེན་ན་སྒོང་རྒྱས་པ་)ནི། .....	147
གསུམ་པ་(རྩ་བ་ནས་སྤྱང་ན་དེ་གནས་པའི་རྟེན་གང་ན་ཡང་མེད་ཅིང་སྒོང་རིགས་པ་)ནི།	148
གཉིས་པ་(ལེ་འུ་འུ་མཆན་)ནི། .....	150

ལེ་འུ་ལྔ་པ། ཤེས་བཞིན་བསྐྱུང་པ།



# T

དང་པོ་(ཉེས་པ་སེམས་ལ་རག་ལས་པ་)ལ་གསུམ། .....	158
དང་པོ་(ལུང་)ནི། .....	159
གཉིས་པ་(རིགས་པ་)ནི། .....	159
གསུམ་པ་(དོན་བསྟུ་བ་)ནི། .....	161
གཉིས་པ་(ཡོན་ཏན་སེམས་ལ་རག་ལས་པ་)ལ་དྲུག .....	161
དང་པོ་(སྦྱིན་པ་སེམས་ལ་རག་ལས་པ་)ལ་གཉིས། .....	162
དང་པོ་(སྦྱིན་པའི་པར་བྱིན་ཇོགས་པ་འགོ་བ་མཐའ་དག་གི་དབུལ་བ་པོར་བ་ལ་སྦྱོས་པ་མ་ཡིན་པ་)ནི། .....	162
གཉིས་པ་(གཏོད་པའི་སེམས་པ་གོམས་པས་མཐར་བྱིན་པར་འགྱུར་བ་)ནི། .....	162
གཉིས་པ་(ཚུལ་ཁྲིམས་སེམས་ལ་རག་ལས་པ་)ལ་གཉིས། .....	163
དང་པོ་(ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་པར་བྱིན་ཇོགས་པ་སྟོན་གཅད་བྱའི་སེམས་ཅན་ཟད་པ་ལ་སྦྱོས་པ་མི་འཐད་པ་)ནི། ..	163
གཉིས་པ་(སྟོང་སེམས་གོམས་པ་ལས་ཇོགས་པར་འགྱུར་བ་)ནི། .....	164
གསུམ་པ་(བཟོད་པ་སེམས་ལ་རག་ལས་པ་)ལ་གསུམ། .....	164
དང་པོ་(དོན་)ནི། .....	164
གཉིས་པ་(དཔེ་)ནི། .....	165
གསུམ་པ་(དཔེ་དོན་སྦྱར་བ་)ནི། .....	165

བཞི་བ་(བཙུན་འབྲས་སེམས་ལ་རག་ལུས་པ་)ནི། .....	166
ལྷ་བ་(བསམ་གཏན་སེམས་ལ་རག་ལུས་པ་)ནི། .....	167
དྲུག་པ་(ཤེས་རབ་སེམས་ལ་རག་ལུས་པ་)ནི། .....	167
གསུམ་པ་(སེམས་བསྐྱང་པ་ལ་འབད་པ་)ལ་གཉིས། .....	168
དང་(བསྟན་པ་)པོ་ནི། .....	168
གཉིས་པ་(བཤད་པ་)ལ་བཞི། .....	169
དང་པོ་(སེམས་བསྐྱང་བའི་ཚུལ་)ནི། .....	169
གཉིས་པ་(བསྐྱང་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་)ནི། .....	169
གསུམ་པ་(བསྐྱངས་པའི་ཕན་ཡོན་)ནི། .....	170
བཞི་བ་(སེམས་བསྐྱང་པ་ལ་དྲན་པ་ལྟར་བླང་བ་)ནི། .....	171
གཉིས་པ་(སེམས་བསྐྱང་བའི་ཐབས་དྲན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་བསྐྱང་བ་)ལ་གཉིས། ...	171
དང་པོ་(བསྟན་པ་)ནི། .....	171
གཉིས་པ་(བཤད་པ་)ལ་གཉིས། .....	172
དང་པོ་(ཤེས་བཞིན་མེད་པའི་ཉེས་དཔྱད་པ་)ལ་ལྷ། .....	172
དང་པོ་(དྲན་ཤེས་དང་བཤམ་ན་བྱ་བ་གང་ལ་ཡང་མཐུ་ཆུང་བ་)ནི། .....	172

གཉིས་པ་(ཤེས་རབ་རྣམ་དག་ཏུ་མི་འགྱུར་བ་)ནི། .....	173
གསུམ་པ་(ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམ་དག་ཏུ་མི་འགྱུར་བ་)ནི། .....	173
བཞི་པ་(སྡོན་བསགས་པའི་དགོ་བ་འཛིགས་པ་)ནི། .....	174
ལྔ་པ་(སྤར་མ་བྱས་པའི་དགོ་བ་འགྲུབ་པའི་གོགས་བྱེད་པ་)ནི། .....	174
གཉིས་པ་(ཤེས་བཞིན་བསྐྱེད་པའི་ཐབས་སུ་བློན་པ་བསྐྱེད་པ་)ལ་གཉིས། .....	175
དང་པོ་(བསྟན་པ་)ནི། .....	175
གཉིས་པ་(བཤད་པ་)ལ་གསུམ། .....	176
དང་པོ་(སྤྱི་འཇུག་དགོ་བའི་བཤེས་གཉིན་ལ་བརྟེན་པ་)ནི། .....	176
གཉིས་པ་(ནང་གི་འཇུག་ཚུལ་བཞིན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་)ནི། .....	177
གསུམ་པ་(བློན་པས་ཤེས་བཞིན་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་)ལ་གཉིས། .....	177
དང་པོ་(བློན་པ་སྤྱི་ཚུལ་)ནི། .....	177
གཉིས་པ་(དེ་ལས་ཤེས་བཞིན་སྤྱི་ཚུལ་)ནི། .....	178
གསུམ་པ་(བློན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་གྱིས་སེམས་བསྐྱེད་པའི་སྤྱོད་པ་ལ་ བསྐྱབས་པའི་ཚུལ་)ལ་གསུམ། .....	178
དང་པོ་(སྤྱོད་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་སྤོབ་ཚུལ་)ལ་གཉིས། .....	179

དང་པོ་(སློབ་གསུམ་གྱི་ཀུན་སྨྱོད་དག་པ་ལ་འབད་པ་)ལ་གསུམ། .....	179
དང་པོ་(ལུས་ངག་གི་ཀུན་སྨྱོད་ལ་བརྟག་པ་)ལ་བཞི། .....	179
དང་པོ་(ལུས་གྱི་བྱ་བའི་སྡོན་དུ་ཀུན་སྨྱོད་ལ་བརྟག་པ་)ནི། .....	179
གཉིས་པ་(ལྟ་བ་སོགས་དང་འབྲེལ་བའི་བསྐྱབ་བྱ་)ལ་བཞི། .....	180
དང་པོ་(མིག་གིས་བལྟ་བའི་ཀུན་སྨྱོད་སྤྱིར་བཏགས་པ་)ནི། .....	180
གཉིས་པ་(དུབ་བའི་ཆེ་ཆེ་ལྟར་བྱ་བ་)ནི། .....	180
གསུམ་པ་(གང་ཟག་གཞན་དུང་དུ་འོངས་པ་ལ་ཆེ་ལྟར་བྱ་བ་)ནི། .....	181
བཞི་པ་(ངལ་བསོས་པའི་ཆེ་ཆེ་ལྟར་བྱ་བ་)ནི། .....	181
གསུམ་པ་(སྨྱོད་ལམ་གཞན་ལ་སྤྱར་བ་)ནི། .....	182
བཞི་པ་(གནས་པའི་ཀུན་སྨྱོད་ལ་བརྟག་པ་)ནི། .....	182
གཉིས་པ་(སེམས་ཀྱི་ཀུན་སྨྱོད་ལ་བརྟག་པ་)ལ་གཉིས། .....	183
དང་པོ་(སེམས་དགེ་བའི་དམིགས་པ་ལ་གདགས་པ་)ནི། .....	183
གཉིས་པ་(དགེ་བ་ལ་ཅེ་གཅིག་པར་འགྱུར་མི་འགྱུར་བརྟག་པ་)ནི། .....	183
གསུམ་པ་(གནང་བཀལ་གི་བྱ་བའི་སྐབས་བཤད་པ་)ནི། .....	184
གཉིས་པ་(ཉམས་པ་བསྐྱང་བ་)ལ་གཉིས། .....	186

དང་པོ་(ལུས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ཉམས་པ་བསྐྱང་བ་)ལ་གསུམ།	186
དང་པོ་(རྣམ་གཤེད་གི་དབང་དུ་མི་བཏང་བ་)ནི།	186
གཉིས་པ་(དོན་མེད་པའི་སྒྲིབ་པ་སྤང་བ་)ནི།	186
གསུམ་པ་(བྱ་བ་བྱེད་པའི་ཆེ་ཀྱན་སྒྲོང་གི་བསམ་པ་བརྟག་པ་)ལ་གསུམ།	187
དང་པོ་(བསྟན་པ་)ནི།	187
གཉིས་པ་(བཤད་པ་)ལ་ལྷ།	187
དང་པོ་(ཉོན་མོངས་སྐྱེ་འདོད་པའི་ཆེ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་)ནི།	188
གཉིས་པ་(སྒྲིབ་པ་སོགས་ཀྱི་ཆེ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་)ནི།	188
གསུམ་པ་(རྟོག་བཀྱར་སོགས་ཀྱི་ཆེ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་)ནི།	189
བཞི་པ་(གཞན་དོན་ལ་སེམས་པའི་ཆེ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་)ནི།	190
ལྷ་པ་(ཁྱོ་བ་དང་ཞུམ་པ་སོགས་སྐྱེ་འདོད་པའི་ཆེ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་)ནི།	190
གསུམ་པ་(དོན་བསྐྱུ་བ་)ནི།	191
གཉིས་པ་(སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ཉམས་པ་བསྐྱང་བ་)ལ་གསུམ།	191
དང་པོ་(སོ་སོའི་གཉེན་པོས་བསྐྱང་བ་)ནི།	191
གཉིས་པ་(སྐྱན་མོང་པའི་གཉེན་པོ་)ནི།	193



གསུམ་པ་(གཉེན་པོ་བསྐྱེད་པ་ལ་སྦྱར་བའི་ཚུལ་)ནི། .....	193
གཉིས་པ་(དགེ་བའི་ཚོས་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ་)ལ་གཉིས། .....	194
དང་པོ་(ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་མི་སྒྲོབ་པའི་རྒྱ་ལུས་ལ་ཆགས་པ་སྤང་བ་)ལ་ལྟ། .....	194
དང་པོ་(ལུས་ལ་ཆགས་པར་མི་རིགས་པའི་དཔེ་)ནི། .....	194
གཉིས་པ་(ལུས་མི་གཙང་བར་བསྐྱེད་པ་)ནི། .....	195
གསུམ་པ་(ལུས་ལ་སྤྱང་པོ་མེད་པ་བསམ་པ་)ལ་གཉིས། .....	196
དང་པོ་(ལུས་ལ་ཆ་དང་ཆར་བྱེ་ནས་བརྟགས་ན་ཡིད་བརྟན་རུང་བའི་སྤྱང་པོ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པ་)ནི།	196
གཉིས་པ་(སྤྱང་པོ་མེད་པ་ལ་ཆགས་པར་མི་རིགས་པ་)ནི། .....	197
བཞི་པ་(ལུས་ལ་ཆགས་པར་མི་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚན་)ནི། .....	198
ལྔ་པ་(སྦྱར་དུ་འཛིགས་པས་དགེ་བ་ལ་བཀོལ་བར་རིགས་པ་)ལ་བཞི། .....	198
དང་པོ་(སྦྱར་དུ་འཆི་བས་འཛོམས་པའི་ལུས་འདི་དགེ་བ་ལ་བཀོལ་རིགས་པ་)ནི། .....	199
གཉིས་པ་(བྱ་བ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་བྱེད་པར་ཞེན་པས་བསྐྱེད་པར་མི་རིགས་པའི་དཔེ་)ནི།	199
གསུམ་པ་(སྐྱེད་ན་བྱེན་ནས་འདོད་དོན་སྦྱབ་ཏུ་གཞུགས་པ་)ནི། .....	200
བཞི་པ་(བྱའི་སྒོ་བཞག་སྟེ་སེམས་ཅན་མཐའ་དག་གི་དོན་སྦྱབ་རིགས་པ་)ནི། .....	201
གཉིས་པ་(དགེ་བ་བསྐྱབ་པ་ལ་མཁས་པར་བྱ་བ་)ལ་གསུམ། .....	201

དང་པོ་(ཐ་མལ་པའི་ཀུན་སྐྱོད་ཀུན་མཛེས་པར་བྱ་བ་)ལ་གསུམ།	.....201
དང་པོ་(གཞན་དང་ཕྱད་པའི་ཆེ་འི་ལྟར་བྱ་བ་)ནི།	.....202
གཉིས་པ་(ཡོ་བྱད་ལ་འདོར་ལེན་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱི་ཆེ་འི་ལྟར་བྱ་བ་)ནི།	.....202
གསུམ་པ་(སྐྱོད་པ་མཛངས་པས་ཀུན་ཏུ་བྱ་བ་བསྐྱབ་པ་)ནི།	.....202
གཉིས་པ་(གཞན་དང་འགོགས་པའི་ཀུན་སྐྱོད་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་མེད་པ་ལ་མཁས་པར་བྱ་བ་)ལ་ལྟ།	.....203
དང་པོ་(ཕན་པར་སྦྲ་བ་ལ་འི་ལྟར་བྱ་བ་)ནི།	.....203
གཉིས་པ་(བདེན་པར་སྦྲ་བ་ལ་འི་ལྟར་བྱ་བ་)ནི།	.....204
གསུམ་པ་(བསོད་ནམས་བྱེད་པ་ལ་འི་ལྟར་བྱ་བ་)ནི།	.....204
བཞི་པ་(གཞན་གྱི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པའི་ཆེ་འི་ལྟར་བྱ་བ་)ནི།	.....204
ལྔ་པ་(གཞན་དགའ་བར་བྱས་པའི་ཕན་ཡོན་)ནི།	.....205
གསུམ་པ་(སྒོ་གསུམ་གྱི་ལས་བྱེད་པའི་བྱ་བ་ལ་མཁས་པར་བྱ་བ་)ལ་གསུམ།	....206
དང་པོ་(སྦྲ་བའི་ཆེ་འི་ལྟར་བྱ་བ་)ནི།	.....206
གཉིས་པ་(བལྟ་བའི་ཆེ་འི་ལྟར་བྱ་བ་)ནི།	.....207
གསུམ་པ་(དགེ་བའི་ལས་འབའ་ཞིག་དང་འབྲེལ་བར་བྱ་བ་)ལ་གསུམ།	.....207
དང་པོ་(སྦྱིན་པའི་ཞིང་ཁྱད་པར་ཅན་ལ་སྦྱིན་པ་བྱ་བ་)ནི།	.....208

གཉིས་པ་(དགེ་བའི་ལས་རྣམས་རང་སྟོབས་ཀྱིས་བྱ་བ་)ནི། .....	208
གསུམ་པ་(དགེ་བ་གོང་ནས་གོང་དུ་བྱ་བ་ཞིང་དགོས་པ་བརྟགས་ནས་བྱ་བ་)ནི། .....	209
གསུམ་པ་(སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་བསྐྱབ་པ་)ལ་གསུམ། .....	209
དང་པོ་(གཞན་དོན་སྦྱར་བྱང་བ་)ནི། .....	210
གཉིས་པ་(རང་ཉིས་བསམ་མ་གོས་པར་གཞན་བསྐྱབ་བའི་སྟོང་པ་)ལ་གཉིས། .....	211
དང་པོ་(ཟང་ཟིང་གིས་བསྐྱབ་པ་)ལ་གསུམ། .....	211
དང་པོ་(ཟས་གོས་སྦྱིན་པ་དང་མི་སྦྱིན་པའི་བྱ་བ་)ནི། .....	211
གཉིས་པ་(བྱ་བ་ཐོན་ཆོག་གི་ཆེད་དུ་ལུས་ལ་གཞོན་པར་མི་བྱ་བ་)ནི། .....	212
གསུམ་པ་(ལུས་སྦྱིན་པར་གཞོན་པའི་དུས་དང་དགོས་པ་བཤད་པ་)ནི། .....	213
གཉིས་པ་(ཆོས་ཀྱིས་བསྐྱབ་པ་)ལ་གསུམ། .....	213
དང་པོ་(ཆོས་བཤད་དུ་མི་རུང་བའི་ཉན་པ་པོའི་ལུས་ཀྱི་ཀྱན་སྟོང་)ནི། .....	214
གཉིས་པ་(སྟོང་གི་བསམ་པའི་བྱ་བ་པར་བརྟགས་པ་)ནི། .....	214
གསུམ་པ་(སེམས་ཅན་གྱི་སེམས་རྗེས་སུ་བསྐྱབ་ཞིང་ཉིས་བསམ་མི་གོས་པའི་སྟོང་པ་ལ་ བསྐྱབ་པ་)ལ་གཉིས། .....	215
དང་པོ་(རྒྱས་པར་བཤད་པ་)ལ་གསུམ། .....	216

དང་པོ་(ལུས་ཀྱི་སྤྱོད་ལམ་ཉེས་པ་དང་བཅས་ཤིང་གཞན་མ་དད་པ་སྤང་བ་)ནི།	.....216
གཉིས་པ་(ལམ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་པའི་ཆེ་ཁྲི་ལྟར་བྱ་བ་)ནི།	.....218
གསུམ་པ་(ཉལ་བའི་ཀུན་སྤྱོད་ཆེ་ལྟར་བྱ་བ་)ནི།	.....219
གཉིས་པ་(དོན་བསྟུ་བ་)ནི།	.....219
བཞི་པ་(བསྐྱབ་པ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་)ལ་གཉིས།	.....220
དང་པོ་(རྒྱས་པར་བཤད་པ་)ལ་བཞི།	.....220
དང་པོ་(བསྐྱབ་པ་དག་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་)ནི།	.....220
གཉིས་པ་(བསྐྱབ་པའི་གཞི་)ནི།	.....221
གསུམ་པ་(ཆེད་དུ་བྱ་བ་)ལ་གཉིས།	.....222
དང་པོ་(དགོ་བ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་བསྐྱོ་བ་)ནི།	.....222
གཉིས་པ་(ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་བཤེས་གཉེན་དང་བསྐྱབ་པ་ནམ་ཡང་མི་འདོར་བ་)ནི།	.....223
བཞི་པ་(གང་ལ་ཐོས་བསམ་བྱེད་པའི་གཞི་)ལ་གཉིས།	.....223
དང་པོ་(མདོ་སྡེ་ལ་བརྟེན་པ་)ནི།	.....223
གཉིས་པ་(བསྟན་བཅས་ལ་བརྟེན་ནས་བསྐྱབ་པ་)ནི།	.....224
གཉིས་པ་(མུག་བསྟུ་བ་)ནི།	.....225

གཉིས་པ་(ཆོག་ཅམ་མ་ཡིན་པར་དོན་ཉམས་སུ་བྲང་དགོས་པའི་ཚུལ་གྱིས་མཛུགས་སྐྱེ་བ་)ལ་གཉིས། ..	226
དང་པོ་(བསྐྱབ་པའི་གནས་མཐའ་དག་ལ་དྲན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་བསྐྱང་དོགས་པ་)ནི། ....	226
གཉིས་པ་(དངོས་ཀྱི་དོན་)ནི། .....	226
གཉིས་པ་(ལེ་ལུ་འཇུག་)ནི། .....	228

### ལེ་ལུ་དྲུག་པ། བཅོད་པ་བསྟན་པ།

གསུམ་པ་པར་བྱིན་ལྷག་མ་བཞི་ལ་སྟོབ་པའི་ཚུལ་ལ་བཞི། ...	229
དང་པོ་(བཅོད་པ་ལ་སྟོབ་ཚུལ་)ལ་གཉིས། .....	229
དང་པོ་(ལེ་ལུ་གཞུང་བཤད་པ་)ལ་གཉིས། .....	229
དང་པོ་(གཉིན་པོ་གྲུབ་པ་དང་གནས་པའི་གོགས་སྤང་བ་བཅོད་པ་བསྟོན་པ་སྦྱར་བ་)ལ་གཉིས། ...	229
དང་པོ་(ཁོང་ཁྱིམ་ཉེས་དམིགས་)ལ་གསུམ། .....	229
དང་པོ་(མ་མཐོང་བའི་ཉེས་དམིགས་)ལ་གཉིས། .....	229
དང་པོ་(ཁོང་ཁྱོས་དག་རྩ་འཛུམས་པ་)ནི། .....	230
གཉིས་པ་(ཁོ་བ་དང་བཅོད་པའི་སྟོན་ཡོན་ཤེས་ནས་བཅོད་པ་བསྟོན་པ་ལ་འབད་པར་བྱ་བ་)ནི། .....	231
གཉིས་པ་(མཐོང་བའི་ཉེས་དམིགས་)ལ་གཉིས། .....	231
དང་པོ་(ཁོང་ཁྱོས་ལུས་སེམས་བདེ་བའི་སྐྱབས་མེད་པར་བྱེད་པ་)ནི། .....	232

གཉིས་པ་(མཛེས་བཤེས་སོགས་འཛོམས་པར་བྱེད་པ་)ནི། .....	232
གསུམ་པ་(ཉིས་དམིགས་བསྐྱེད་ཉེ་བསྟན་པ་)ནི། .....	233
གཉིས་པ་(བཟོད་པའི་ཕན་ཡོན་བསམ་པ་)ནི། .....	233
གཉིས་པ་(བཟོད་པ་སྦྱབ་པའི་ཐབས་ཡིད་ལ་བྱ་བ་)ལ་གཉིས། .....	234
དང་པོ་(ཁོང་ཁྱིམ་རྒྱ་དགག་པར་བྱ་བ་)ལ་བཞི། .....	234
དང་པོ་(རྒྱའི་ངོ་བོ་ཉིས་དམིགས་དང་བཅས་པ་)ནི། .....	234
གཉིས་པ་(ཁོང་ཁྱོད་པའི་ཐབས་ལ་འབད་པར་གདམས་པ་)ནི། .....	235
གསུམ་པ་(དེ་ལྟར་པའི་ཐབས་དངོས་)ལ་གཉིས། .....	235
དང་པོ་(ཡིད་མི་བདེ་བསྐྱེད་མི་རིགས་པ་)ནི། .....	235
གཉིས་པ་(དེའི་རྒྱ་མཚན་)ནི། .....	236
བཞི་པ་(ཁོང་ཁྱོད་པའི་རྒྱ་ཞིབ་ཏུ་བཏགས་ནས་སྤོང་བ་ལ་འབད་པ་)ལ་གསུམ། ....	237
དང་པོ་(ཁོང་ཁྱོད་པའི་ཡུལ་གྱི་དབྱེ་བ་སྤྱིར་བསྟན་པ་)ནི། .....	237
གཉིས་པ་(མི་འདོད་པ་བྱེད་པ་ལ་ཁོ་བ་དགག་པ་)ལ་གསུམ། .....	237
དང་པོ་(བདག་ལ་ཉིས་པ་བྱེད་པ་ལ་ཁོ་བ་དགག་པ་)ལ་གཉིས། .....	238
དང་པོ་(སྤྱག་བསྐྱེད་པ་ལ་བཟོད་པར་བྱ་བ་)ལ་གསུམ། .....	238



དང་པོ་(སྤྱག་བསྐུལ་དང་དུ་ལེན་པའི་བཅོད་པ་བསྐྱོམ་པ་)ལ་ལྟ། .....	238
དང་པོ་(ཟག་བཅས་སྤྱག་བསྐུལ་གྱི་རང་ཞིན་ལས་མ་འདས་པ་བསམ་པ་)ནི། .....	238
གཉིས་པ་(སྤྱག་བསྐུལ་སྐྱོམ་པའི་པན་ཡོན་བསམ་པ་)ནི། .....	239
གསུམ་པ་(གོམས་ན་བསྟེན་མི་དཀའ་བར་བསམ་པ་)ལ་གཉིས། .....	240
དང་པོ་(རྒྱས་པར་བཤད་པ་)ལ་བཞི། .....	240
དང་པོ་(གོམས་ན་བསྟེན་སྒྲ་བར་འབྲུབ་པ་)ནི། .....	240
གཉིས་པ་(དེ་ཉིད་དཔེས་བསྟུན་པ་)ནི། .....	241
གསུམ་པ་(གང་ལ་བཅོད་པའི་ཡུལ་)ནི། .....	241
བཞི་པ་(གོམས་ན་བཅོད་པའི་སྟོབས་སྐྱེ་བའི་དཔེ་)ནི། .....	242
གཉིས་པ་(ནོན་བསྐྱུ་བ་)ནི། .....	243
བཞི་པ་(ཉོན་མོངས་སྟོང་བ་ལ་འབད་པའི་པན་ཡོན་)ནི། .....	243
ལྔ་པ་(སྤྱག་བསྐུལ་སྐྱོམ་པའི་པན་ཡོན་རྒྱས་པར་བཤད་པ་)ནི། .....	244
གཉིས་པ་(ཆོས་ལ་ངེས་པར་སེམས་པའི་བཅོད་པ་བསྐྱོམ་པ་)ལ་གཉིས། .....	245
དང་པོ་(རྒྱས་པར་བཤད་པ་)ལ་གསུམ། .....	245
དང་པོ་(ཁྱོ་བ་དང་ཁྱོ་བ་ཅན་སོགས་རྒྱ་ལ་རག་ལས་པས་རང་དབང་ཅན་མ་ཡིན་པ་)ལ་གཉིས། .....	245

དང་པོ་(ཁོ་བ་དང་ཁོ་བ་ཅན་གྱི་གང་ཟག་རང་དབང་ཅན་མ་ཡིན་པ་)ལ་གསུམ།	.....245
དང་པོ་(ཉན་མོངས་ཅན་གྱི་སྐྱེ་བོ་ལ་ཁོ་བར་མི་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚན་)ནི།	.....246
གཉིས་པ་(ཁོ་བ་འདྲད་བཞིན་དུ་བསྐྱེད་པ་མ་ཡིན་པ་)ནི།	.....247
གཉིས་པ་(དེ་དག་གི་རྒྱ་རྒྱུན་རང་དབང་ཅན་མ་ཡིན་པ་)ནི།	.....248
གཉིས་པ་(རང་དབང་ཅན་གྱི་རྒྱ་ཡོད་པ་དགག་པ་)གསུམ།	.....249
དང་པོ་(གཙོ་བོས་རྣམ་འགྱུར་རང་དབང་དུ་བསྐྱེད་པ་དགག་པ་)ནི།	.....249
གཉིས་པ་(ཤེས་རིག་གི་སྐྱེས་བུ་ཡུལ་ལ་རང་དབང་དུ་ལོངས་སྤྱོད་པ་དགག་པ་)ནི།	.....250
གཉིས་པ་(རིགས་པ་ཅན་པའི་བདག་རང་དབང་ཅན་དགག་པ་)ལ་གསུམ།	.....250
དང་པོ་(རྟག་པས་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པ་མི་འཐད་པ་)ནི།	.....250
གཉིས་པ་(རྒྱན་ལ་སྟོས་པ་མི་འཐད་པ་)ནི།	.....251
གསུམ་པ་(རྒྱན་དང་འབྲེལ་པ་མེད་པ་)ནི།	.....252
གསུམ་པ་(འགྲོ་བ་ཀུན་སྤྱལ་པ་ལྟ་བུར་ཤེས་པར་བྱས་ནས་ཁོ་བར་མི་རིགས་པ་)ནི།	....252
གསུམ་པ་(ཁོ་བ་ལྟོག་པའི་དགོས་པ་)ནི།	.....253
གཉིས་པ་(དོན་བསྟུ་བ་)ནི།	.....253
གསུམ་པ་(གཞོད་པ་བྱེད་པ་ལ་ངེ་མི་སྦྱས་པའི་བཟོད་པ་བསྐྱོམ་པ་)ལ་གསུམ།	....255

དང་པོ་(སྒྲིང་རྩེའི་ཐབས་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་)ལ་གསུམ།	.....255
དང་པོ་(སེམས་ཅན་ཁ་ཅིག་མི་ཤེས་པའི་དབང་གིས་རང་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་)ནི།	.....255
གཉིས་པ་(མི་ཤེས་པས་རང་ཡང་གཞོད་ན་གཞན་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་པོ་མཆར་མི་ཆེ་བ་)ནི།	.....256
གསུམ་པ་(དེས་ན་དེ་ལ་སྒྲིང་རྩེ་བྱ་བར་རིགས་པ་)ནི།	.....257
གཉིས་པ་(ཁྱོ་བའི་རྒྱ་དགག་པ་)ལ་གསུམ།	.....257
དང་པོ་(བྱིས་པ་རང་གི་རང་བཞིན་ཡིན་ན་ཁྱོ་བར་མི་རིགས་པ་)ནི།	.....257
གཉིས་པ་(གཞོད་པ་བྱེད་པའི་སྦྱོར་དེ་སྦྱོར་བ་ཡིན་ན་ཡང་ཁྱོ་བར་མི་རིགས་པ་)ནི།	...258
གསུམ་པ་(དངོས་སམ་བརྒྱུད་པའི་རྒྱ་ལ་བརྟགས་ནས་ཁྱོ་བར་མི་རིགས་པ་)ནི།	.....258
གསུམ་པ་(མི་འདོད་པ་བྱུང་ན་རང་གི་ཉེས་བསམ་པ་)ལ་གཉིས།	.....259
དང་པོ་(དངོས་ཀྱི་དོན་)ལ་ལྷ།	.....259
དང་པོ་(གཞན་གྱིས་རང་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་རང་གི་ཉེས་བསམ་པ་)ནི།	.....259
གཉིས་པ་(སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ལས་བཟུང་བའི་ཉེས་དམིགས་ཡིན་པ་)ནི།	.....260
གསུམ་པ་(སྦྱོ་བ་ལྷ་མར་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ལ་སྦྱང་བ་བྱས་པའི་ཉེས་དམིགས་ཡིན་པ་)ནི།	.....261
བཞི་པ་(རང་གི་ལས་ཀྱིས་གཞན་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ལ་སྦྱར་བ་ཡིན་པས་དེ་ལ་ཁྱོ་བར་མི་རིགས་པ་)ནི།	...262
ལྷ་པ་(ཁྱོ་བའི་ཉིད་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཅིང་མི་རིགས་པ་)ནི།	.....263

གཉིས་པ་(ཚད་པ་སྤང་བ་)ལ་གསུམ། .....	264
དང་པོ་(གཞན་རང་ལ་པན་བྱེད་དུ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་)ནི། .....	264
གཉིས་པ་(རང་གཞན་ལ་གཞོད་བྱེད་དུ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་)ནི། .....	264
གསུམ་པ་(པན་འདོགས་བྱེད་ལ་ལོག་པར་བསྐྱབ་པ་དགག་པ་)ནི། .....	265
གཉིས་པ་(བརྟམ་པ་སོགས་བསྐྱབ་པ་ལ་བཟོད་པ་བྱ་རིགས་པ་)ལ་བཞི། .....	265
དང་པོ་(བརྟམ་སྒོད་སོགས་ཀྱིས་རང་གི་ལུས་ལ་མི་གཞོད་པ་)ནི། .....	266
གཉིས་པ་(ཁྲོ་བ་དང་འབྲེལ་པའི་གང་ཟག་ལ་རང་གིས་ཁྲོ་བར་མི་རིགས་པ་)ནི། .....	267
གསུམ་པ་(རྟོད་པའི་བར་ཆད་བྱེད་པས་ཁྲོ་བར་མི་རིགས་པ་)ལ་ལྔ། .....	267
དང་པོ་(རྟོད་པ་སྐྱར་དུ་འཛིགས་པས་དེའི་བར་ཆད་ལ་ཁྲོ་བར་མི་རིགས་པ་)ནི། .....	267
གཉིས་པ་(ལོག་པའི་རྟོད་པ་བསྐྱབ་པ་དགག་པ་)ནི། .....	268
གསུམ་པ་(རྟོད་པ་ལ་སྟེད་པ་མི་རིགས་པ་དཔེས་བསྐྱབ་པ་)ནི། .....	268
བཞི་པ་(རྟོད་པ་ལ་སྟེད་པར་མི་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚན་)ནི། .....	269
ལྔ་པ་(རྟོད་པ་སྐྱབ་རིགས་པ་དགག་པ་)ནི། .....	270
བཞི་པ་(གཞན་རང་ལ་མ་དད་པར་བྱེད་པས་ཁྲོ་བར་མི་རིགས་པ་)ལ་གཉིས། .....	271
དང་པོ་(རང་ལ་མི་སྟན་པ་སྐྱབ་དད་པ་ཉམས་བྱེད་ཡིན་པས་ཁྲོན་གཞན་ལ་མི་སྟན་པ་སྐྱབ་པ་ལ་ཡང་	

ཁྱོ་བར་རིགས་པ་)ནི། .....271

གཉིས་པ་(གཞན་ལ་མ་དད་པ་ལ་བཟོད་ན་ཉོན་མོངས་ཀྱི་རྒྱུ་ཀྱིས་རང་ལ་མ་དད་པ་ལ་  
ཡང་བཟོད་རིགས་པ་)ནི། .....272

གཉིས་པ་(བདག་གི་བཤེས་ལ་ཉེས་པ་བྱེད་པ་ལ་ཁྱོ་བ་དགག་པ་)ལ་གཉིས། .....272

དང་པོ་(ཚོས་ལ་ངེས་པར་སེམས་པའི་བཟོད་པས་དགག་པ་)ལ་གཉིས། .....272

དང་པོ་(སྐྱ་གཟུགས་སོགས་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་ལ་ཁྱོ་མི་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚན་)ནི། .....273

གཉིས་པ་(དེ་བཞིན་དུ་བཤེས་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་ལ་བཟོད་རིགས་པ་)ནི། .....273

གཉིས་པ་(གཞོད་པ་བྱེད་པ་ལ་ཇི་མི་སྙམ་པའི་བཟོད་པས་དགག་པ་)ལ་བཞི། .....274

དང་པོ་(སེམས་ཡོད་འབའ་ཞིག་ལ་ཁྱོ་བར་མི་རིགས་པ་)ནི། .....274

གཉིས་པ་(ཁྱོ་བར་མི་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚན་)ནི། .....275

གསུམ་པ་(རང་གི་ཉེས་པར་བསམ་པ་)ནི། .....275

བཞི་པ་(བཟོད་པའི་ཕན་ཡོན་བསམ་པ་)ལ་གསུམ། .....276

དང་པོ་(བདག་གི་དགོ་བ་མི་ཉམས་པའི་དོན་དུ་འབད་པ་)ནི། .....277

གཉིས་པ་(སྤྱག་བསྐྱུལ་རྒྱུ་དུ་དང་དུ་བླངས་ནས་དཔྱུལ་བའི་སྤྱག་བསྐྱུལ་གྱི་

རྒྱ་ལྗོན་པར་བྱ་བ་)ལ་གཉིས། .....	278
དང་པོ་(དཔེ)ནི། .....	278
གཉིས་པ་(དོན)ནི། .....	278
གསུམ་པ་(དོན་ཆེན་པོ་སྦྱབ་པའི་དཀའ་སྤྱད་ལ་དགའ་བར་རིགས་པ་ )ལ་གཉིས། ..	279
དང་པོ་(སྤར་ལུས་ཟི་ཙམ་ཚུད་ཆོས་ཀྱང་རང་དོན་དང་གཞན་དོན་གང་ཡང་ མ་གྲུབ་པས་འགྲོད་པ་)ནི། .....	279
གཉིས་པ་(ད་ལྟའི་དཀའ་སྤྱད་བཟོད་པར་བྱས་ནས་འགྲོ་བ་མཐའ་དག་གི་དོན་བསྐྱབ་པ་ལ་ དགའ་བར་རིགས་པ་)ནི། .....	280
གསུམ་པ་(བདག་གི་དབང་ལ་ལེགས་པ་བྱེད་པ་ལ་ཁོ་བ་དགག་པ་)ལ་གསུམ། .....	280
དང་པོ་(དབང་ལ་བསྟོད་པ་དང་གཞན་པ་བསྐྱབ་པ་ལ་མི་བཟོད་པ་སྤང་བ་)ལ་གཉིས། ..	280
དང་པོ་(རང་བདེ་བའི་རྒྱ་ཡིན་པས་འདོད་རིགས་པ་)ནི། .....	280
གཉིས་པ་(གཞན་བདེ་བའི་རྒྱ་ཡིན་པས་མི་འདོད་པ་མི་རིགས་པ་)ལ་གཉིས། .....	281
དང་པོ་(གཞན་བདེ་བ་མི་འདོད་ན་རང་གི་བདེ་བ་ཉམས་པར་འགྱུར་བ་)ནི། .....	282
གཉིས་པ་(དེས་ན་གཞན་བདེ་བ་འདོད་རིགས་པ་)ནི། .....	282
གཉིས་པ་(བདེ་བ་བསྐྱབ་པ་ལ་མི་བཟོད་པ་སྤང་བ་)ནི། .....	283

གསུམ་པ་(རྟེན་པ་བསྐྱབ་པ་ལ་མི་བཟོད་པ་སྤང་བ་)ལ་གཉིས། .....	283
དང་པོ་(རང་གི་འདོད་པ་གྲུབ་པར་བསམ་པ་)ལ་གསུམ། .....	283
དང་པོ་(སེམས་ཅན་རང་གིས་རྟེན་པ་གྲུབ་པ་དགའ་བར་རིགས་པ་)ནི། .....	284
གཉིས་པ་(དཔེ་)ནི། .....	284
གསུམ་པ་(དེ་མི་འདོད་ན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཉམས་པར་འགྱུར་བ་)ནི། .....	285
གཉིས་པ་(མི་འདོད་པ་མེད་པར་བསམ་པ་)ལ་གསུམ། .....	285
དང་པོ་(གཞན་གྱི་རྟེན་པ་ལ་སྤྲུག་དོག་མི་རིགས་པ་)ནི། .....	286
གཉིས་པ་(རང་གི་ཡོན་ཏན་དོར་བར་མི་རིགས་པ་)ནི། .....	286
གསུམ་པ་(རང་གི་སྤྲིག་པ་ལ་སྤྱད་ན་བྱ་བར་རིགས་ཀྱི་གཞན་གྱི་དགེ་བ་ལ་ སྤྲུག་དོག་མི་རིགས་པ་)ནི། .....	287
གསུམ་པ་(འདོད་པའི་གོགས་བྱེད་པ་ལ་ཁྱོ་བ་དགག་པ་)ལ་གཉིས། .....	287
དང་པོ་(དགྲ་ལ་གཞོད་པ་འབྱུང་བའི་གོགས་བྱེད་པ་ལ་མི་བཟོད་པ་མི་རིགས་པ་)ལ་གསུམ། .....	288
དང་པོ་(དགྲ་མི་དགའ་བས་རང་ལ་མི་ཕན་པ་)ནི། .....	288
གཉིས་པ་(གྲ་ལ་གཞོད་སེམས་བསྐྱེད་པས་དེ་ལ་མི་གཞོད་པ་)ནི། .....	288
གསུམ་པ་(རང་ལ་གཞོད་པ་)ལ་གཉིས། .....	288



དང་པོ་(དབང་ལ་གཞི་དང་པོ་བྱུང་བ་ལ་དགའ་བར་མི་རིགས་པ་)ནི། .....	289
གཉིས་པ་(དེ་ལ་དགའ་བར་བཟུང་ན་རང་ཉིད་ལ་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཆེན་པོའི་རྒྱུ་ལྟར་པ་)ནི།	289
གཉིས་པ་(རང་དང་རང་གི་སྤྱུགས་ལ་པན་པའི་གོགས་བྱེད་པ་ལ་མི་བཟོད་པ་ མི་རིགས་པ་)ལ་གཉིས། .....	290
དང་པོ་(འཛིག་ཉེན་པའི་ཆོས་ཀྱི་གོགས་བྱས་པ་ལ་ཁྱོ་བར་མི་རིགས་པ་)ལ་གཉིས། ..	290
དང་པོ་(རང་ལ་བསྟོད་པ་དང་གྲགས་པའི་གོགས་བྱས་པ་ལ་ཁྱོ་བར་མི་རིགས་པ་)ལ་བཞི། .....	290
དང་པོ་(བསྟོད་གྲགས་ཅམ་ལ་དགོས་པ་མེད་པ་)ནི། .....	290
གཉིས་པ་(ཡིད་དགའ་བ་ཅམ་འདོད་དོན་དུ་མི་རིགས་པ་)ནི། .....	291
གསུམ་པ་( དེ་ཅམ་འདོད་དོན་དུ་འཛིན་པ་བྱིན་ཅི་ལོག་ཡིན་པ་)ལ་གཉིས། .....	291
དང་པོ་(བསྟོད་གྲགས་ཅམ་ལ་དགོས་པ་མེད་པ་)ནི། .....	292
གཉིས་པ་(དེ་ཉམས་པ་ལ་མི་དགའ་བ་བྱིས་པ་དང་མཚུངས་པ་)ནི། .....	292
བཞི་པ་(བྱིན་ཅི་ལོག་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་)ལ་གཉིས། .....	293
དང་པོ་(བདག་ལ་བསྟོད་བྱེད་དགའ་བ་ལ་ཆགས་པར་མི་རིགས་པ་)ནི། .....	293
གཉིས་པ་(དེ་བཞིན་དགའ་བ་ཡིན་པས་དོན་དུ་གཉེར་བྱ་ཡིན་ན་སྤྱི་པོ་ཀུན་དགའ་བ་ བྱ་རིགས་པ་)ལ་གཉིས། .....	294

དང་པོ་(དངོས་)ནི། .....	294
གཉིས་པ་(རང་བསྟོད་པ་ལ་དགའ་བ་བྱིས་པའི་སྟོད་པར་ཟད་པ་)ནི། .....	295
གཉིས་པ་(པན་འདོགས་པར་བསམ་པ་)ལ་གཉིས། .....	295
དང་པོ་(བསྟོད་གྲགས་ཀྱི་གོགས་བྱེད་པ་རན་འགྲོ་འགོག་བྱེད་ཡིན་པས་ དེ་ལ་ཁྱོ་མི་རིགས་པ་)ལ་གཉིས། .....	295
དང་པོ་(བསྟོད་གྲགས་ལ་ཞེན་པས་ཉེས་པ་ཀུན་བསྐྱེད་པ་)ནི། .....	295
གཉིས་པ་(དེ་འགོག་བྱེད་རན་འགྲོ་འགོག་བྱེད་ཡིན་པ་)ནི། .....	296
གཉིས་པ་(སྲིད་པ་ལས་ཐོལ་བྱེད་ཡིན་པས་ཁྱོ་མི་རིགས་པ་)ལ་གཉིས། .....	296
དང་པོ་(བསྟོད་སོགས་ལ་གོགས་བྱེད་པ་སྲིད་པ་ལས་ཐོལ་བྱེད་ཡིན་པས་ཁྱོ་བར་ མི་རིགས་པ་)ནི། .....	297
གཉིས་པ་(སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྟོ་གཙོད་བྱེད་ཡིན་པས་ཁྱོ་བར་མི་རིགས་པ་)ནི། .....	297
གཉིས་པ་(བསོད་ནམས་ཀྱི་གོགས་བྱས་པ་ལ་ཁྱོ་བར་མི་རིགས་པ་)ལ་གསུམ། ...	298
དང་པོ་(བསོད་ནམས་ཀྱི་གོགས་བྱས་པས་ཁྱོ་བར་མི་རིགས་པ་)ལ་གཉིས། .....	298
དང་པོ་(དཀར་ཐུབ་ཀྱི་མཆོག་ལ་གནས་པར་བྱ་བ་)ནི། .....	298
གཉིས་པ་(དེ་ལ་གོགས་བྱེད་ན་རང་ཉིད་བསོད་ནམས་ཀྱི་བར་ཆད་དུ་འགྱུར་བ་)ནི། ....	299

གཉིས་པ་(བསོད་ནམས་ཀྱི་གོགས་མ་ཡིན་པ་)ལ་གཉིས། .....	299
དང་པོ་(སྒྲིབ་བསྟན་པ་)ནི། .....	299
གཉིས་པ་(དེ་དཔེས་བསྟུན་པ་)ནི། .....	300
གཉིས་པ་(གྲུས་པར་བྱ་བའི་ཡུལ་དུ་བསམ་པ་)ལ་གཉིས། .....	300
དང་པོ་(ཡོན་ཏན་སྐྱེད་བྱེད་ཡིན་པས་གྲུས་པར་བྱ་བ་)ལ་གསུམ། .....	301
དང་པོ་(རང་ལ་ཕན་འདོགས་ཆེ་བ་)ལ་གསུམ། .....	301
དང་པོ་(ཞིང་བྱུང་པར་ཅན་དཀོན་པ་)ནི། .....	301
གཉིས་པ་(དེ་ལ་དགའ་བར་རིགས་པ་)ནི། .....	301
གསུམ་པ་(དེ་ལ་ཕན་པའི་བསམ་པ་བྱ་བར་རིགས་པ་)ནི། .....	302
གཉིས་པ་(བསམ་པའི་ཕན་འདོགས་ཆེ་བ་)ལ་གསུམ། .....	302
དང་པོ་(ཕན་པའི་བསམ་པ་མེད་པས་མཆོད་ཡུལ་མིན་པ་མི་འཐད་པ་)ནི། .....	303
གཉིས་པ་(གཞོད་པའི་བསམ་པ་ཡོད་པས་མཆོད་ཡུལ་མིན་པ་མི་འཐད་པ་)ནི། .....	303
གསུམ་པ་(དེས་ན་བཟོད་པའི་དམིགས་སྐྱེད་བྱེད་པས་མཆོད་པར་འོས་པ་)ནི། .....	304
གསུམ་པ་( སྟོན་པ་དང་འབྲ་བར་བཞུ་བ་)ལ་གཉིས། .....	304
དང་པོ་(རྒྱས་པར་བཞུགས་པ་)ལ་གསུམ། .....	304

དང་པོ་(སེམས་ཅན་དང་སངས་རྒྱས་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཞིང་དུ་མཆུངས་པར་

ལུང་ལས་གསུངས་པ་)ནི། ..... 304

གཉིས་པ་(དེ་རིགས་པས་བསྐྱབ་པ་)ལ་གཉིས། ..... 305

དང་པོ་(སངས་རྒྱས་དང་སེམས་ཅན་ལ་དད་པས་འདོད་བྱ་མཐར་ཐུག་ཐོབ་པ་)ནི། ..... 305

གཉིས་པ་(གཉིས་ཀ་ལ་དད་པས་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་མཆུངས་པ་ལ་

འདོར་ལེན་མི་རིགས་པ་)ནི། ..... 306

གསུམ་པ་(ཚད་པ་སྤང་བ་)ལ་གསུམ། ..... 306

དང་པོ་(ཡོན་ཏན་མི་མཉམ་པས་དད་པ་མཆུངས་པར་བསྐྱོམ་པ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་)ནི། ... 306

གཉིས་པ་(གཉིས་ཀ་ལ་དད་པའི་ཆེ་བ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱར་མཆུངས་པས་དད་པ་མཆུངས་པར་

སྐྱོམ་རིགས་པ་)ནི། ..... 307

གསུམ་པ་(སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཆ་ཤས་ཙམ་ལྡན་པའི་སེམས་ཅན་ལ་མཆོད་པའི་བསོད་ནམས་

མཐའ་ཡས་པས་དད་པར་རིགས་པ་)ནི། ..... 308

གཉིས་པ་(དོན་བསྐྱབ་པ་)ནི། ..... 309

གཉིས་པ་(སྟོན་པ་ལ་དད་པས་གྲུས་པར་བྱ་བ་)ལ་གཉིས། ..... 309

དང་པོ་(སེམས་ཅན་མཐའ་དག་ལུ་གཅིག་པ་ལྟར་བདག་གིར་མཛད་པས་

གུས་པར་བྱ་བ་)ལ་གསུམ། .....	309
དང་པོ་(སངས་རྒྱས་དགོས་པའི་ཐབས་ཀྱི་གཙོ་བོ་སྦྱབ་པ་)ལ་གཉིས། .....	309
དང་པོ་(སངས་རྒྱས་ལ་བྱས་ཤེས་རིན་དུ་བཟོ་བའི་ཐབས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ངོས་བཟུང་བ་)ནི། ..	310
གཉིས་པ་(དེ་ཉིད་བསྦྱབ་པ་)ལ་གསུམ། .....	310
དང་པོ་(སེམས་ཅན་གྱིས་གནོད་པ་བྱས་པ་བཟོད་པར་བྱ་བ་)ནི། .....	310
གཉིས་པ་(སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་པའི་ཁེངས་པ་སྤང་བ་)ནི། .....	311
གསུམ་པ་(གནོད་པ་སྤང་བ་)ལ་གཉིས། .....	312
དང་པོ་(གནོད་པ་བྱ་མི་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚན་)ནི། .....	312
གཉིས་པ་(དེ་ལ་གནོད་པ་བྱས་ན་རྒྱལ་བ་དགོས་པའི་ཐབས་མེད་པ་)ནི། .....	312
གཉིས་པ་(མི་མཉེས་པ་སྤང་བྱས་བཤགས་པ་)ནི། .....	313
གསུམ་པ་(ཕྱིས་འབྱུང་སྒོམ་པ་)ནི། .....	313
གཉིས་པ་(དེས་ན་སེམས་ཅན་ལ་ཡང་གུས་པར་བྱ་བ་བསྐྱས་ཏེ་བསྟན་པ་)ནི། .....	314
གཉིས་པ་(བཟོད་པ་སྒོམ་པའི་པན་ཡོན་)ལ་གསུམ། .....	315
དང་པོ་(མདོར་བསྟན་པ་)ནི། .....	315
གཉིས་པ་(པན་ཡོན་དཔེས་བཤད་པ་)ལ་གཉིས། .....	315

དང་པོ་(ཕན་ཡོན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་དཔེ་དོན་)ལ་གཉིས། .....	316
དང་པོ་(དཔེ་)ནི། .....	316
གཉིས་པ་(དོན་)ནི། .....	316
གསུམ་པ་(ཕན་ཡོན་གྱི་རྣམ་གངས་བསྐྱེད་ཏེ་བསྐྱེད་པ་)ལ་གསུམ། .....	318
དང་པོ་(འབྲས་བུའི་གཙོ་བོ་)ནི། .....	318
གཉིས་པ་(མཐོང་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་)ནི། .....	319
གསུམ་པ་(རྣམ་སྤྲིན་གྱི་འབྲས་བུ་བཤད་པ་)ནི། .....	319
གཉིས་པ་(ལེ་ལུ་འཇུག་)ནི། .....	320

## ལེ་ལུ་བདུན་པ། བཙུན་འབྲས་བསྐྱེད་པ།

གཉིས་པ་བཙུན་འབྲས་ལ་བསྐྱེད་ཚུལ་ལ་གཉིས། .....	321
དང་པོ་(ལེ་ལུ་འཇུག་བཤད་པ་)ལ་གཉིས། .....	321
དང་པོ་(བཙུན་འབྲས་བཙུན་དགོས་པར་བསྐྱེད་པ་)ལ་གཉིས། .....	321
དང་པོ་(དངོས་)ནི། .....	321
གཉིས་པ་(བཙུན་འབྲས་ངོས་བཟུང་པ་)ནི། .....	322
གཉིས་པ་(བཙུན་འབྲས་ཇི་ལྟར་ཚུལ་པའི་ཚུལ་)ལ་གཉིས། .....	322

དང་པོ་(བཙོན་འགྲུས་ཀྱི་མ་ཐུན་ཕྱོགས་སྤང་བ་)ལ་གཉིས།	322
དང་པོ་(མི་མ་ཐུན་ཕྱོགས་ངོས་བརྒྱང་བ་)ནི།	322
གཉིས་པ་(དེ་ནི་ལྟར་སྤང་བའི་ཚུལ་)ལ་གསུམ།	323
དང་པོ་(སྟོམ་ལས་ལ་རོ་སྤང་བའི་ལེ་ལོ་སྤང་བ་)ལ་གཉིས།	323
དང་པོ་(ལེ་ལོ་འེ་རྒྱ་བཏགས་ནས་སྤང་བ་)ནི།	323
གཉིས་པ་(དེ་ལྟར་སྤང་བའི་ཚུལ་)ལ་གཉིས།	324
དང་པོ་(ཆེ་འདྲིའི་ཉེས་དམིགས་བསམས་ནས་ལེ་ལོ་སྤང་བ་)ལ་གསུམ།	324
དང་པོ་(སྤྱར་དུ་འཆི་བས་འཛོམས་པ་དཔེས་བཤད་པ་)ལ་གཉིས།	324
དང་པོ་(འཆི་བས་འཛོམས་པ་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བ་)ནི།	324
གཉིས་པ་(དེ་དཔེས་བཤད་པ་)ནི།	325
གཉིས་པ་(རང་ཉིད་ཀྱང་འཆི་བའི་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་པས་ལོང་ཡོད་བྱར་ མི་རྒྱང་བ་)ལ་བཞི།	325
དང་པོ་(རང་ཉིད་འཆི་བདག་གི་དབང་དུ་གྱུར་པས་ལེ་ལོ་མི་བྱ་བ་)ནི།	326
གཉིས་པ་(སྤྱར་བར་འཆི་བས་དགེ་བ་ལ་འབད་པ་)ནི།	326
གསུམ་པ་(འཆི་བའི་ཆེ་ལེ་ལོ་སྤང་བ་དུས་མ་ཡིན་པ་)ནི།	327



བཞི་པ་(འདོད་པའི་ལས་མི་བྱས་པར་སློབ་དུ་འཆི་བས་ལེ་ལོ་མི་བྱ་བ་)ནི།	.....327
གསུམ་པ་(དགེ་བ་ལ་མ་འབད་ན་སྤྱག་བསྐུལ་གྱིས་གདུངས་པར་འབྱུང་བ་)ལ་གཉིས།	.....327
དང་པོ་(འཆི་བའི་ཆེ་སྤྱད་ན་གྱིས་གདུངས་པ་)ནི།	.....328
གཉིས་པ་(ད་ལྟ་ཉིད་ནས་དགེ་བ་ལ་བརྩོན་པར་མ་བྱས་ན་དགོས་པ་མི་འབྱུང་བ་)ནི།	...328
གཉིས་པ་(ཆེ་བྱི་མའི་སྤྱག་བསྐུལ་བསམས་ནས་ལེ་ལོ་སྤང་བ་)ལ་བཞི།	.....329
དང་པོ་(སྤྱག་བསྐུལ་འབྱུང་ངེས་པ་)ནི།	.....329
གཉིས་པ་(དེ་བཞེད་དཀའ་བ་)ནི།	.....329
གསུམ་པ་(བདེ་བ་འདོད་པ་དང་དགེ་བ་ལ་མི་བརྩོན་པ་འགལ་བ་)ནི།	.....330
བཞི་པ་(སྤྱག་བསྐུལ་ལས་ཐར་པའི་ཐབས་ལ་བརྩོན་པར་བསྐྱུལ་བ་)ནི།	.....331
གཉིས་པ་(བྱ་བ་ངན་པ་ལ་ཞེན་པའི་ལེ་ལོ་སྤང་བའི་)ནི།	.....331
གསུམ་པ་(དགེ་བ་སྦྱིད་ལུག་པའི་ལེ་ལོ་སྤང་བ་)ལ་གསུམ།	.....332
དང་པོ་(སྦྱིད་ལུག་པའི་གཉེན་པོ་ལ་འབད་པར་གདམས་པ་)ནི།	.....332
གཉིས་པ་(གཉེན་པོ་ཇི་ལྟར་ཉམས་སྤྱུ་ལེན་པའི་ཚུལ་)ནི།	.....333
གསུམ་པ་(ལུང་ལས་གསུངས་པ་)ལ་བཞི།	.....334
དང་པོ་(བརྩོན་པའི་སྟོབས་བསྐྱེད་ན་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་ཀྱས་པར་བསམ་པ་)ནི།	.....334

གཉིས་པ་(བྱང་ཆུབ་སྒྲུབ་པའི་དཀའ་སྤྱད་ལ་ངན་འགྲོའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆ་ཙམ་ཡང་ མེད་པས་བཟོད་རིགས་པ་)ལ་གསུམ། .....	335
གཉིས་པ་(ངན་འགྲོའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཆ་ཙམ་ཡང་སྤྱོད་མི་དགོས་པ་)ནི། .....	337
གསུམ་པ་(ནད་ཆེན་པོ་གཞོན་པའི་ཆེད་དུ་སྤྱག་བསྐྱེད་ཆུང་དུ་བཟོད་རིགས་པའི་དཔེ་)ནི། ..	337
གསུམ་པ་(སྤྲན་པའི་རྒྱལ་པོས་ཆོ་ག་འཇམ་པོས་ནད་ཆེན་པོ་གསོ་བར་མཛད་པས་ བཟོད་རིགས་པ་)ལ་གསུམ། .....	338
དང་པོ་(སྤྲན་པས་གསོ་དབྱེད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཙམ་ཡང་སྤྱོད་མི་དགོས་པར་ནད་ཆེན་པོ་ གསོ་བའི་ཐབས་སྤྲན་པར་མཛད་པ་)ནི། .....	338
གཉིས་པ་(ལུས་གཏོང་བ་ལ་དཀའ་བའི་སྣོ་ཡོད་པའི་ཆོ་གཏོང་བ་བཀག་པ་)ནི། .....	339
གསུམ་པ་(ཆོད་མ་གཏོང་བ་དང་འབྲ་བར་གོམས་པའི་ཆོ་ལུས་གཏོང་བར་གསུངས་པས་ དཀའ་བ་མེད་པ་)ནི། .....	339
བཞི་པ་(དེ་ལ་སྤྱག་བསྐྱེད་མེད་ཅིང་བདེ་བ་རྒྱས་པས་དཀའ་བར་རིགས་པ་)ལ་བཞི། ..	340
དང་པོ་(ལམ་སྒྲུབ་པའི་རིམ་པ་ལ་མི་མཁས་པའི་གང་ཟག་ལ་ལུས་སེམས་མི་བདེ་བ་ཡོད་ཀྱང་ མཁས་པ་ལ་དཀའ་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་མེད་པ་)ནི། .....	340
གསུམ་པ་(རྒྱ་མཚན་དེས་ན་ལམ་བཟོད་པ་ལ་ཐེག་པ་དམན་པ་ལས་མཁས་པར་བཤད་པ་)ནི། .....	341

བཞི་པ་(དེས་ན་སེམས་དཔའི་སྒྲོང་པ་ལ་སྒྲིང་ལུག་པར་མི་རིགས་པ་)ནི།	.....342
གཉིས་པ་(བཙུན་འགྲུས་ཀྱི་སྟོབས་སྤེལ་བ་)ལ་གསུམ།	.....342
དང་པོ་(བཙུན་འགྲུས་ཀྱི་མཐུན་ཀྱིན་སྟོབས་སྤེལ་བ་)ལ་གཉིས།	.....342
དང་པོ་(སྟོབས་བཞི་ངོས་བཟུང་བའི་སྒྲོ་ནས་མདོར་བསྟན་པ་)ནི།	.....343
གཉིས་པ་(རྒྱས་པར་བཤད་པ་)ལ་བཞི།	.....344
དང་པོ་(མོས་བའི་སྟོབས་)ལ་བཞི།	.....344
དང་པོ་(མོས་བའི་ཡུལ་)ལ་གསུམ།	.....344
དང་པོ་(ཉེས་པ་དོར་བ་)ནི།	.....345
གཉིས་པ་(ཡོན་ཏན་ལེན་པ་)ནི།	.....346
གསུམ་པ་(བྱས་པ་དང་མ་བྱས་པའི་རྣམ་གངས་ལ་བརྟག་པ་)ནི།	.....347
གཉིས་པ་མོས་བའི་(འབྲས་བུ་)ལ་གཉིས།	.....348
དང་པོ་(ཆོས་ལ་མོས་པ་གཏོང་མི་རིགས་པ་)ནི།	.....348
གཉིས་པ་(དེའི་རྒྱ་མཚན་)ནི།	.....348
གསུམ་པ་(མོས་བའི་རྒྱ་)ལ་གཉིས།	.....349
དང་པོ་(བསྟན་པ་)ནི།	.....349

གཉིས་པ་(བཤད་པ་)ལ་གསུམ། .....	349
དང་པོ་(འདྲེས་མའི་ལས་འབྲས་བསམ་པ་)ནི། .....	349
གཉིས་པ་(གཅིག་ཏུ་དཀར་བའི་ལས་འབྲས་བསམ་པ་)ནི། .....	351
གསུམ་པ་(གནག་པའི་ལས་འབྲས་བསམ་པ་)ནི། .....	352
བཞི་པ་(མཐུག་བསྐྱབ་)ནི། .....	353
གཉིས་པ་(བསྟན་པའི་སྟོབས་)ལ་གཉིས། .....	353
དང་པོ་(བརྩོན་པ་བརྟན་པ་)ལ་གཉིས། .....	353
དང་པོ་(ལོགས་པར་བརྟགས་ནས་རྩོམ་པ་)ནི། .....	353
གཉིས་པ་(བརྩམས་ནས་དོར་བའི་ཉེས་དམིགས་)ནི། .....	354
གཉིས་པ་(བརྩམས་ནས་ཞུགས་པ་བརྟན་པར་བྱེད་པ་)ལ་གཉིས། .....	355
དང་པོ་(བསྐྱུས་ཏེ་བསྟན་པ་)ནི། .....	355
གཉིས་པ་(སོ་སོར་བཤད་པ་)ལ་གསུམ། .....	355
དང་པོ་(ལས་ཀྱི་ང་རྒྱལ་)ལ་གསུམ། .....	356
དང་པོ་(ལས་ཀྱི་ང་རྒྱལ་དོས་བཟུང་བ་)ནི། .....	356
གཉིས་པ་(དེ་ལྟར་བྱེད་པའི་རྒྱ་མཚན་)ནི། .....	356

གསུམ་པ་(གཞན་གྱི་དམན་པའི་ལས་ལ་ཡང་ཁྱེད་པའི་ད་རྒྱལ་བྱ་བ་)ནི།	.....357
གཉིས་པ་(རྒྱས་པ་ལ་ད་རྒྱལ་བྱ་བ་)ལ་ལྟ།	.....357
དང་པོ་(རྒྱས་པ་ལ་ད་རྒྱལ་མེད་པའི་ཉེས་པ་)ནི།	.....357
གཉིས་པ་(ད་རྒྱལ་བྱས་པའི་ཕན་ཡོན་)ནི།	.....358
གསུམ་པ་(གཉིན་པོའི་ད་རྒྱལ་ལ་གནས་པར་བྱ་བ་)ནི།	.....359
བཞི་པ་(ཉོན་མོངས་པའི་ད་རྒྱལ་བྱ་བར་མི་རིགས་པ་)ལ་གསུམ།	.....360
དང་པོ་(ཉོན་མོངས་པའི་ད་རྒྱལ་ལ་སྤང་བ་)ནི།	.....360
གཉིས་པ་(དེའི་ཉེས་དམིགས་)ནི།	.....360
གསུམ་པ་(དེ་སྤང་བར་རིགས་པ་)ནི།	.....361
ལྔ་པ་(གཉིན་པོའི་ད་རྒྱལ་གྱི་ཕན་ཡོན་)ནི།	.....362
གསུམ་པ་( ཉོན་མོངས་པ་ལ་ད་རྒྱལ་བྱ་བ་)ལ་གསུམ།	.....362
དང་པོ་(ཉོན་མོངས་ཀྱི་གཉིན་པོའི་སྟོབས་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་)ནི།	.....363
གཉིས་པ་(དེའི་དབང་དུ་ཅུང་ཟད་ཅམ་ཡང་མི་འགྱུར་བར་བྱ་བ་)ནི།	.....363
གསུམ་པ་(གཉིན་པོ་བཟོན་པའི་བསམ་པ་ཁྱད་པར་ཅན་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་)ནི།	.....364
གསུམ་པ་(དགའ་བའི་སྟོབས་)ལ་གསུམ།	.....364

དང་པོ་(རྣམ་སྤྲིན་ལ་མི་ལྟོས་པར་དགེ་བ་ལ་འབད་པར་བྱ་བ་)ནི།	.....365
གཉིས་པ་(འབྲས་བུ་ཡིད་ལ་བྱས་ཏེ་དགེ་བ་བསྐྱབ་པ་)ནི།	.....365
གསུམ་པ་(དགའ་བའི་སྟོབས་ལ་སྦྱར་བའི་ཚུལ་)ནི།	.....366
བཞི་པ་(དོར་བའི་སྟོབས་)ལ་གཉིས།	.....367
དང་པོ་(རིམ་གྱི་དོར་བ་)ནི།	.....367
གཉིས་པ་(གཏན་དོར་བ་)ནི།	.....367
གཉིས་པ་(བྱ་བ་དང་ཤེས་བཞིན་གྱིས་སྦྱོང་བ་ཉམས་སུ་སྒྲུབ་བ་ལྟར་བྱ་བ་)ལ་ལྷ།	...368
དང་པོ་(བག་ཡོད་ལྟར་སྒྲུབ་བ་)ནི།	.....368
གཉིས་པ་(བྱ་བ་དང་ཤེས་བཞིན་ལྟར་སྒྲུབ་བ་)ནི།	.....368
གསུམ་པ་(བྱ་བ་ཤེས་གྱིས་ཉམས་པའི་སྐབས་མི་དབྱེ་བ་)ནི།	.....369
བཞི་པ་(ཉམས་པ་བྱུང་བ་དེ་མ་ཐག་ལྟོག་པར་བྱ་བ་)ནི།	.....370
ལྷ་པ་(རིགས་པའི་ལས་ལ་འབད་པར་བྱ་བ་)ནི།	.....371
གསུམ་པ་(སྦྱོང་བ་བསྐྱབ་པ་ལ་བདག་ཉིད་དབང་དུ་བྱ་བ་)ལ་གཉིས།	.....372
གཉིས་པ་(དཔེ་དོན་སྦྱར་བ་)ནི།	.....372
གཉིས་པ་(ལུ་ལུ་མཆན་)ནི།	.....375

ལེའུ་བརྒྱད་པ། བསམ་གཏན་བསྟན་པ།

གསུམ་པ་ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཞི་གནས་ཀྱིས་

བསྟུས་པའི་བསམ་གཏན་ལ་སློབ་ཚུལ་ལ་གཉིས། .....376

དང་པོ་(ལེའུ་འུ་གཞུང་བཤད་པ་)ལ་གསུམ། .....376

དང་པོ་(བསམ་གཏན་བསྟུས་པར་གདམས་པ་)ལ་གཉིས། .....376

དང་པོ་(ཞི་གནས་བསྟུས་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་)ནི། .....376

གཉིས་པ་(ཞི་གནས་ཀྱི་མི་མ་ཐུན་ཕྱོགས་སྤང་བར་གདམས་པ་)ནི། .....377

གཉིས་པ་(ཞི་གནས་ཀྱི་མི་མ་ཐུན་ཕྱོགས་སྤང་བ་)ལ་གཉིས། .....378

དང་པོ་(འཛིག་ཏེན་གྱི་འདུ་འཛི་སོགས་སྤང་བ་)ལ་གཉིས། .....378

དང་པོ་(འཛིག་ཏེན་ལ་ཆགས་པའི་རྒྱ་འོས་བཟུང་བ་)ནི། .....378

གཉིས་པ་(དེ་ནི་ལྟར་སྤང་བའི་ཚུལ་)ལ་བཞི། .....378

དང་པོ་(གཉེན་སོ་འོས་བཟུང་བ་)ལ་གཉིས། .....378

དང་པོ་(ཆགས་པ་སྤང་བར་གདམས་པ་)ནི། .....379

གཉིས་པ་(ཆགས་པ་སྤོང་བྱེད་ཀྱི་གཉེན་སོ་འོས་བཟུང་བ་)ནི། .....379

གཉིས་པ་(གཉེན་སོ་བསྐྱེད་པའི་ཐབས་)ལ་གཉིས། .....380



དང་པོ་(ནང་སེམས་ཅན་ལ་ཆགས་པ་སྤང་བ་)ལ་གཉིས།	380
དང་པོ་(ཆགས་པའི་ཉིས་དམིགས་)ལ་ལྟ།	380
དང་པོ་(འདོད་པའི་དོན་དང་མི་སྤང་བ་)ནི།	380
གཉིས་པ་(འདོད་ཡོན་གྱིས་གཡན་སྦྱོར་བ་)ནི།	381
གསུམ་པ་(ཐོབ་ཀྱང་ཆག་མི་ཤེས་པ་)ནི།	381
བཞི་པ་(ཐར་པ་ལ་གོགས་བྱེད་པ་)ནི།	381
ལྔ་པ་(དལ་འབྱོར་ཚུད་གསོན་པ་)ནི།	382
གཉིས་པ་(ཉིས་དམིགས་ཤེས་ནས་སྤང་བ་)ལ་གཉིས།	382
དང་པོ་(ཉིས་དམིགས་བསམ་པ་)ལ་གཉིས།	382
དང་པོ་(རྒྱས་པར་བཤད་པ་)ལ་གསུམ།	382
དང་པོ་(དོན་ཆེན་སོ་འཛིག་ཅིང་ངན་འབྱོར་འཁྲིད་པ་)ནི།	383
གཉིས་པ་(བྱིས་པའི་གྲོགས་མི་བསྟེན་ཞིང་བསྟེན་པར་དཀའ་བ་)ནི།	383
གསུམ་པ་(དེ་ལས་ཕན་པ་མི་ཐོབ་ཅིང་གཞོད་པ་ལ་སྦྱོར་བ་)ནི།	384
གཉིས་པ་(དོན་བསྐྱུ་བ་)ནི།	385
གཉིས་པ་(དེ་སྤང་བའི་ཚུལ་)ནི།	386

གཉིས་པ་(ཕྱི་རྟེན་བཀུར་སོགས་ལ་ཆགས་པ་སྤང་བ་)ལ་གཉིས། .....	387
དང་པོ་(ཡུལ་ཅན་གྱི་ཉེས་པ་)ལ་གཉིས། .....	387
དང་པོ་(ར་རྒྱལ་གྱི་ཉེས་དམིགས་)ནི། .....	387
གཉིས་པ་(ཆགས་པའི་ཉེས་དམིགས་)ནི། .....	388
གཉིས་པ་(ཡུལ་གྱི་ཉེས་པ་)ལ་གཉིས། .....	388
དང་པོ་(འདོད་པའི་ཡུལ་ལ་ཡིད་བརྟོན་དུ་མི་རུང་བ་)ནི། .....	389
གཉིས་པ་(བསྟོད་སྤྲད་ལ་པན་གཞོད་མེད་པ་)ནི། .....	389
གསུམ་པ་(འདུ་འཇི་འི་ཉེས་དམིགས་)ལ་གཉིས། .....	390
དང་པོ་(བྱིས་པ་དང་འགྲོགས་པར་དཀའ་བས་དེའི་འདུ་འཇི་ལ་ཆགས་པར་མི་བྱ་བ་)ནི། ..	390
གཉིས་པ་(དེ་ལ་ཤེས་བྱེད་དགོད་པ་)ནི། .....	391
བཞི་པ་(དབེན་པ་བསྟེན་པའི་པན་ཡོན་)ལ་ལྟ། .....	392
དང་པོ་(གྲོགས་)ནི། .....	392
གཉིས་པ་(གནས་)ནི། .....	393
གསུམ་པ་(འཆོ་བའི་བྱད་པར་)ནི། .....	394
བཞི་པ་(སོ་སོར་རྟོག་པའི་བྱད་པར་)ལ་གཉིས། .....	394

དང་པོ་(ལུས་ལ་ཆགས་པའི་གཉེན་པོ་ལ་སོ་སོར་རྟོག་པ་)ནི།	.....	394
གཉིས་པ་(མཛའ་བཤེས་ལ་ཆགས་པའི་གཉེན་པོ་ལ་སོ་སོར་རྟོག་པ་)ལ་གསུམ།		395
དང་པོ་(མཛའ་བཤེས་ལ་ཆགས་པར་མི་རིགས་པ་)ནི།	.....	396
གཉིས་པ་(དེའི་རྒྱ་མཚན་)ནི།	.....	396
གསུམ་པ་(གནས་གཅིག་ཏུ་ཞག་གཅིག་གི་འཕྲོན་པོ་དང་མཚུངས་པར་བསམ་པ་)ནི།	..	397
ལྔ་པ་(མི་གཡང་བའི་བྱང་པར་)ལ་གཉིས།	.....	397
དང་པོ་(མཁས་པས་དབེན་པ་བསྟན་པར་རིགས་པ་)ནི།	.....	397
གཉིས་པ་(དབེན་པ་བསྟན་པའི་པན་ཡོན་)ལ་གསུམ།	.....	398
དང་པོ་(མྱ་ངན་གྱིས་གདུངས་པ་སོགས་མེད་པ་)ནི།	.....	398
གཉིས་པ་(དགེ་བའི་ཚྭ་གས་མི་ཉམས་ཤིང་འཕེལ་བ་)ནི།	.....	399
གསུམ་པ་(དེས་ན་བདག་ཉིད་དབེན་པ་བསྟན་པར་རིགས་པ་)ནི།	.....	399
གཉིས་པ་(ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་རྣམ་རྟོག་སྤང་བ་)ལ་གཉིས།	.....	400
དང་པོ་(འདོད་པ་ལ་སྦྱོར་བ་བསྟོམ་པ་)ལ་གསུམ།	.....	400
དང་པོ་(འདོད་པ་ལ་སྦྱང་བའི་འབྲས་བུ་འཛིགས་པ་དང་བཅས་པར་བསམ་པ་)ལ་གཉིས།	.....	400
དང་པོ་(དགེ་བ་ལ་བརྟོན་པར་གདམས་པ་)ནི།	.....	400

གཉིས་པ་(འདོད་པའི་ཉིས་དམིགས་བསམ་པ་)ནི། .....	401
གཉིས་པ་(ལུས་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོ་གཙང་བར་བསམ་པ་)ལ་གཉིས། .....	402
དང་པོ་(དུར་ཁྱོད་གྱི་གནས་ཚུལ་ལ་བལྟས་ཏེ་ཉིས་དམིགས་བསམ་པ་)ལ་དྲུག །.....	402
དང་པོ་(རོ་མུང་བར་བྱ་བའི་འབྲས་བུ་མེད་པ་)ནི། .....	402
གཉིས་པ་(མཐར་དུར་ཁྱོད་དུ་བོར་བ་ལས་མ་འདས་པ་)ནི། .....	404
གསུམ་པ་(རང་གཞན་གྱི་ལུས་སེར་སྤྲོས་བསྐྱང་བ་མི་རིགས་པ་)ནི། .....	405
བཞི་པ་(རྒྱན་གདགས་པར་མི་རིགས་པ་)ནི། .....	405
ལྔ་པ་(ཤིན་ཏུ་འཇིགས་པར་རིགས་པ་)ནི། .....	406
དྲུག་པ་(གོས་གྱིས་གཡོགས་པ་ལ་ཆགས་པར་མི་རིགས་པ་)ནི། .....	406
གཉིས་པ་(གསོན་བའི་ཚོས་ལ་སྦྱར་ཏེ་བསམ་པ་)ལ་གསུམ། .....	407
དང་པོ་(མི་གཙང་བར་མངོན་སུམ་དུ་གྱུར་པས་ཆགས་པར་མི་རིགས་པ་)ལ་ལྔ། .....	407
དང་པོ་(རིག་བྱ་ལ་ཆགས་པར་མི་རིགས་པ་)ནི། .....	407
གཉིས་པ་(གཙང་བར་རྟོག་པ་དགག་པ་)ནི། .....	409
གསུམ་པ་(ལུས་སེམས་སོ་སོར་ཆགས་པའི་གནས་མ་ཡིན་པ་)ནི། .....	410
བཞི་པ་(ཉིས་པ་དེ་དག་རང་ལ་སྦྱར་ནས་བསམ་པ་)ནི། .....	411

ལྷ་པ་(དབྱིབས་ཆགས་པའི་གནས་མ་ཡིན་པ་)ནི། .....	411
གཉིས་པ་(རྟགས་ལས་ངེས་པས་ཆགས་པར་མི་རིགས་པ་)ལ་བཞི། .....	412
དང་པོ་(མི་གཙང་བའི་འབྱུང་ཁུངས་ཡིན་པས་མི་གཙང་བར་བསམ་པ་)ནི། .....	412
གཉིས་པ་(དེའི་འབྲས་བུ་ཡིན་པས་མི་གཙང་བར་བསམ་པ་)ནི། .....	412
གསུམ་པ་(ལུས་མི་གཙང་བ་དཔེས་བསྟན་)ནི། .....	413
བཞི་པ་(རང་གི་ལུས་མི་གཙང་བར་བསམ་པ་)ལ་གཉིས། .....	414
དང་པོ་(ལུས་མི་གཙང་བར་བསམ་པ་)ནི། .....	414
གཉིས་པ་(དེ་ལ་ཆགས་ན་དུར་ཁྲོད་ཀྱི་ལུས་ལའང་ཆགས་པར་རིགས་པ་)ནི། .....	415
གསུམ་པ་(དེས་ན་གཙང་བར་ཞེན་པ་དགག་པ་)ལ་གསུམ། .....	416
དང་པོ་(བཙུམས་མའི་རྒྱུ་གྱིས་ལུས་གཙང་བར་མི་རྒྱས་པ་)ལ་གཉིས། .....	416
དང་པོ་(ལུས་མི་གཙང་བ་ཙན་དན་སོགས་ཀྱི་ངེས་གཙང་བར་བྱེད་མི་རྒྱས་པ་)ནི། .....	416
གཉིས་པ་(འབྲེལ་མེད་ཀྱི་ངེས་གཞན་ལ་ཆགས་པའི་རྒྱ་མཚན་དུ་མི་རུང་པ་)ནི། .....	417
གཉིས་པ་(ལུས་འཇིག་པའི་རང་བཞིན་ལས་མ་འདས་པ་)ནི། .....	417
གསུམ་པ་(ཡིད་འབྱུང་བའི་གནས་སུ་བསམ་པ་)ནི། .....	418
གསུམ་པ་(མི་འདོད་པ་དུ་མ་བསྐྱེད་པ་བསམ་པ་)ལ་གཉིས། .....	419

དང་པོ་(བསྟན་པ་)ནི། .....	419
གཉིས་པ་(བཤད་པ་)ལ་གཉིས། .....	420
དང་པོ་(འདོད་པའི་དོན་མི་ཐོབ་པ་)ལ་བཞི། .....	420
དང་པོ་(འདོད་པ་བསྟན་པའི་སྐབས་མེད་པ་)ནི། .....	420
གཉིས་པ་(ངལ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱིས་འདོད་པ་བསྟན་མི་རུས་པ་)ནི། .....	420
གསུམ་པ་(ཡུལ་གྱིས་བསྐྱེད་པས་འདོད་པའི་དོན་དང་ཐུང་དཀའ་བ་)ནི། .....	421
བཞི་པ་(གཞན་གྱི་དབང་དུ་གྱུར་པས་མི་འདོད་པ་དུ་མ་ཐོབ་པ་)ནི། .....	421
གཉིས་པ་(མི་འདོད་པ་དུ་མའི་སྦྱོན་དང་འབྲེལ་པ་)ལ་ལྔ། .....	422
དང་པོ་(རང་དབང་མེད་ཅིང་སྤྱར་དུ་སྤྱོད་འདོར་བ་)ནི། .....	422
གཉིས་པ་(གཞན་གྱི་དབང་དུ་གྱུར་ཅིང་སྤྱག་བསྐྱེད་སྣ་ཚོགས་དང་རྒྱན་དུ་འབྲེལ་པ་)ནི།	423
གསུམ་པ་(ཐར་པ་ལ་གོགས་བྱེད་ཅིང་དལ་འབྱོར་ཆུད་གསོན་པ་)ནི། .....	424
བཞི་པ་(ཉེས་དམིགས་བསམས་ནས་ཐར་པ་དོན་གཉེར་གྱི་སྒོ་བསྐྱེད་པ་)ནི། .....	426
ལྔ་པ་(འདོད་པ་ལ་ཆགས་པ་ཉེས་དམིགས་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་སུ་བསམ་པ་)ལ་གཉིས། ..	427
དང་པོ་(འདོད་པའི་ཉེས་དམིགས་བསམ་པ་)ནི། .....	427
གཉིས་པ་(དཔེན་པ་ལ་དགའ་བ་བསྟོམ་པ་)ལ་གཉིས། .....	427

དང་པོ་(བསྟན་པ་)ནི། .....	427
གཉིས་པ་(བཤད་པ་)ལ་གསུམ། .....	428
དང་པོ་(གནས་ལ་སོགས་པའི་བྱ་ཆོགས་ཀྱི་བྱ་བ་)ནི། .....	428
གཉིས་པ་(རང་དབང་ཐོབ་པའི་ཡོན་ཏན་)ནི། .....	429
གསུམ་པ་(ཆོག་ཤེས་པའི་ཡོན་ཏན་)ནི། .....	429
གསུམ་པ་(ཞི་གནས་ཇི་ལྟར་སྒོམ་པའི་ཚུལ་)ལ་གཉིས། .....	430
དང་པོ་(བདག་གཞན་མཉམ་པར་སྒོམ་པའི་ཚུལ་)ལ་གཉིས། .....	430
དང་པོ་(མདོར་བསྟན་པ་)ནི། .....	430
གཉིས་པ་(རྒྱས་པར་བཤད་པ་)ལ་བཞི། .....	431
དང་པོ་(བདག་གཞན་མཉམ་པར་སྒོམ་པའི་དོན་བཤད་པ་)ནི། .....	432
གཉིས་པ་(བདག་གཞན་མཉམ་པར་སྒོམ་ཚུལ་)ལ་གཉིས། .....	432
དང་པོ་(བདེ་སྤྱད་གི་འདོར་ལེན་མཚུངས་པ་མི་རིགས་པ་སྤང་བ་)ནི། .....	433
དང་པོ་(རྒྱས་པར་བཤད་པ་)ལ་གསུམ། .....	434
དང་པོ་(རྟག་དགོད་པ་)ནི། .....	434
གཉིས་པ་(བྱ་བ་པ་བསྐྱབ་པ་)ལ་གཉིས། .....	435



དང་པོ་(ཐུབ་སྐྱབ་དངོས་)ནི། .....	435
གཉིས་པ་(དེའི་གོགས་བསལ་བ་)ནི། .....	436
གསུམ་པ་(བདག་གཞན་མཉམ་པར་བསྐྱོམ་དུ་མི་བྱང་སྦྲུམ་པའི་གོགས་བསལ་བ་)ནི། ..	439
གཉིས་པ་(དོན་བསྐྱུ་བ་)ནི། .....	440
གསུམ་པ་(ཚད་པ་སྤང་བ་)ལ་གཉིས། .....	441
དང་པོ་(སེམས་ཅན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེལ་བསམས་པས་བྱང་སེམས་རང་ཉིད་སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱི་ གཞན་དབང་དུ་འགྱུར་བ་མི་འཐད་པ་)ནི། .....	441
གཉིས་པ་(སྤྱག་བསྐྱེལ་བསམས་པའི་དགོས་པ་)ནི། .....	442
གསུམ་པ་(དེ་ལྟར་སྐྱོམ་པའི་པན་ཡོན་)ལ་ལྟ།   .....	443
དང་པོ་(གཞན་དོན་ལ་གཅིག་ཏུ་གཞོལ་བ་ལ་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཆེན་པོ་མེད་པ་)ནི། .....	443
གཉིས་པ་(དེའི་བདེ་བ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པས་གཞན་དོན་ལ་འཇུག་པ་)ནི། .....	444
གསུམ་པ་(རང་གི་བློ་གསལ་ཞི་བར་འགྱུར་བ་)ནི། .....	444
བཞི་པ་(ལན་དང་རྣམ་སྤྲིན་ལ་སྦྱོས་པ་མེད་པ་)ནི། .....	445
ལྔ་པ་(རྒྱ་མཚན་དེས་ན་བདག་གཞན་མཉམ་པར་བསྐྱོམ་རིགས་པ་)ནི། .....	445
བཞི་པ་(བདག་གཞན་མཉམ་པར་གོམས་ན་དེ་ལྟར་བསྐྱེད་བྱས་པ་)ནི། .....	445

གཉིས་པ་(བདག་གཞན་བཞེ་པའི་ཚུལ་)ལ་གཉིས། .....	447
དང་པོ་(མདོར་སྟན་པ་)ལ་གཉིས། .....	447
དང་པོ་(བདག་གཞན་བཞེ་པའི་ཚུལ་)ནི། .....	447
གཉིས་པ་(དེ་ལྟར་གོམས་སྲ་རུང་པའི་རྒྱ་མཚན་)ནི། .....	448
གཉིས་པ་(རྒྱས་པར་བཤད་པ་)ལ་གསུམ། .....	448
དང་པོ་(བདག་གཞན་བཞེ་པའི་ཚུལ་བཤད་པ་)ལ་གཉིས། .....	448
དང་པོ་(རྒྱས་པར་བཤད་པ་)ལ་གསུམ། .....	448
དང་པོ་(གཞན་གཅེས་འཛིན་གོམས་པར་བྱ་བ་)ལ་ལྔ། .....	449
དང་པོ་(བདག་གཞན་བཞེ་བྱས་ཤིང་སྒྲོམ་པ་ནི་བར་འགྱུར་བ་)ནི། .....	449
གཉིས་པ་(ནམ་སྟོན་ལ་མི་ལྟོས་པར་དེ་བསྟོམ་པ་ལ་འབད་པར་གདམས་པ་)ནི། .....	450
གསུམ་པ་(དེས་ན་གཞན་དོན་ཆེད་ཆེར་བྱ་བ་)ནི། .....	450
བཞི་པ་(གོམས་ན་བསྐྱེད་བྱས་པ་)ནི། .....	451
ལྔ་པ་(བདག་གཞན་སྤྱག་བསྐྱེད་ལས་སྒྲོམ་འདོད་པས་བདག་གཞན་བཞེ་པ་བསྟོམ་པར་བྱ་བ་)ནི། .....	452
གཉིས་པ་(བདག་གཅེས་འཛིན་འབད་པས་སྤང་བར་བྱ་བ་)ལ་གཉིས། .....	452
དང་པོ་(བདག་གཅེས་འཛིན་འཛིགས་པ་མཐའ་དག་གི་རྒྱ་ཡིན་པ་)ནི། .....	452

གཉིས་པ་(ཉིས་སྟོད་མཐའ་དག་ལ་སྟོར་བྱེད་ཡིན་པ་བསམ་པ་)ནི། .....	453
གསུམ་པ་(བདག་དང་གཞན་གཙོ་བོར་བྱེད་པའི་སྟོན་དང་ཡོན་ཏན་བསམ་པ་)ལ་གཉིས། .....	454
དང་པོ་(བདག་གཞན་གཅེས་པར་གཟུང་བའི་ཉིས་དམིགས་དང་མན་ཡོན་གྱི་རྣམ་གངས་)ལ་གཉིས། .	454
དང་པོ་(རྒྱས་པར་བཤད་པ་)ལ་ལྟ། .....	454
དང་པོ་(སྦྱིན་པའི་དབང་དུ་བྱས་པ་)ནི། .....	455
གཉིས་པ་(གཞོན་པའི་དབང་དུ་བྱས་པ་)ནི། .....	455
གསུམ་པ་(བསྟོད་གྲགས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་)ནི། .....	456
བཞི་པ་(ལས་ལ་སྟོར་བའི་དབང་དུ་བྱས་པ་)ནི། .....	456
ལྔ་པ་(ཕན་བདེའི་དབང་དུ་བྱས་པ་)ནི། .....	457
གཉིས་པ་(རྟོན་བསྐྱུ་བ་)ནི། .....	457
གཉིས་པ་(དེས་ན་བདག་གཅེས་འཛིན་དོར་རིགས་པ་)ལ་བཞི། .....	458
དང་པོ་(མ་མཐོང་བའི་ཉིས་དམིགས་)ནི། .....	458
གཉིས་པ་(མཐོང་བའི་ཉིས་དམིགས་)ནི། .....	459
གསུམ་པ་(ཉིས་དམིགས་བསྐྱུས་ཏེ་བསྟན་པ་)ནི། .....	459
བཞི་པ་(དེས་ན་བདག་གཅེས་འཛིན་འདོར་བར་རིགས་པ་)ནི། .....	460

གཉིས་པ་(དོན་བསྐྱེ་བ་)ལ་གསུམ། .....	461
དང་པོ་(བདག་གཞན་བརྗེ་བའི་ཚུལ་)ནི། .....	461
གཉིས་པ་(བརྗེས་ནས་ལོག་པར་སྒྱུར་བ་དགག་པ་)ནི། .....	462
གསུམ་པ་(ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་བསྐྱེ་བ་)ནི། .....	463
གཉིས་པ་(བདག་གཞན་བརྗེས་ནས་བསམ་པས་རྗེས་སུ་སྐྱབ་པའི་ཚུལ་)ལ་གཉིས། ..	463
དང་པོ་(བསྐྱེ་བ་)ནི། .....	464
གཉིས་པ་(བཞད་པ་)ལ་བཞི། .....	464
དང་པོ་(མཐོ་བ་ལ་ཐག་དོག་བསྐྱེ་བ་ཚུལ་)ལ་གཉིས། .....	464
དང་པོ་(སྐྱེ་བའི་ཚུལ་)ནི། .....	465
གཉིས་པ་(བསྐྱེས་ནས་རི་ལྟར་སྐྱབ་པའི་ཚུལ་)ནི། .....	467
གཉིས་པ་(མཉམ་པ་ལ་འབྲུན་སེམས་བསྐྱེ་བ་ཚུལ་)ལ་བཞི། .....	468
དང་པོ་(རྟོག་བཀྱར་ལ་འབྲུན་པ་)ནི། .....	468
གཉིས་པ་(ལོན་ཏན་བསྐྱགས་པ་ལ་འབྲུན་པ་)ནི། .....	469
གསུམ་པ་(ལེགས་པའི་རྣམས་གངས་ལ་འབྲུན་པ་)ནི། .....	469
བཞི་པ་(གཞོད་པ་ལ་སྒྱུར་བ་ལ་དགའ་བ་བསྐྱེད་པ་)ནི། .....	470

གསུམ་པ་(གནོད་པ་ལ་སྒྱུར་བ་ལ་དགའ་བ་བསྐྱེད་པ་)ལ་བཞི། .....	471
དང་པོ་(ང་རྒྱལ་སྒྲོམ་པའི་རྣམ་པ་)ནི། .....	471
གཉིས་པ་(སྒྲོམ་པའི་ཡོན་ཏན་)ནི། .....	471
གསུམ་པ་(བསྒྲོམས་ནས་སྒྱུར་བས་ཉམས་སུ་བྱང་བའི་ཚུལ་དག་)ནི། .....	472
བཞི་པ་(དེ་ལྟ་བུའི་ང་རྒྱལ་དང་བྲལ་བའི་ཉེས་དམིགས་བསམ་པ་)ནི། .....	472
བཞི་པ་(བསྒྲོམ་པའི་འབྲས་བུ་)ལ་བཞི། .....	473
དང་པོ་(བདག་གཅེས་པར་གཟུང་བའི་ཉེས་དམིགས་བསམ་པ་)ནི། .....	473
གཉིས་པ་(གཞན་གཅེས་པར་གཟུང་བ་ལ་པན་ཡོན་མཐའ་ཡས་པའི་ཤེས་བྱེད་)ནི། ....	474
གསུམ་པ་(པན་ཡོན་ཉིད་བཤད་པ་)ནི། .....	474
བཞི་པ་(དེས་ན་གཞན་གཅེས་འཛིན་ལ་འབད་པར་གདམས་པ་)ནི། .....	475
གསུམ་པ་(སྒྱུར་བས་རྗེས་སུ་སྒྲུབ་པའི་ཚུལ་)ལ་གཉིས། .....	476
དང་པོ་(དངོས་)ལ་གསུམ། .....	476
དང་པོ་(རང་གི་ལེགས་ཆོགས་ཐམས་ཅད་གཞན་ལ་སྒྱུར་བ་)ལ་གཉིས། .....	476
དང་པོ་(དངོས་)ནི། .....	476
གཉིས་པ་(རང་ལ་ཐག་དོག་བྱ་རིགས་པ་)ནི། .....	477

གཉིས་པ་(རང་ཉིད་གཞན་དོན་དུ་དམན་པའི་གནས་ལྗུང་སྒྲང་བ་)ལ་གསུམ།	.....477
དང་པོ་(རང་གི་སྒྲིན་བརྟག་པ་)ནི།	.....478
གཉིས་པ་(སེམས་ཅན་ལ་ཉིས་པ་བྱས་པ་བཤགས་པ་)ནི།	.....478
གསུམ་པ་(དམན་པའི་གནས་ལྗུང་སྒྲང་བ་)ནི།	.....479
གསུམ་པ་(སྒྲོར་བས་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཚུལ་བསྐྱུས་ཏེ་བསྟན་པ་)ནི།	.....480
གཉིས་པ་(བདག་གཞན་གྲེས་ནས་སྒྲོར་བས་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཆེ་སེམས་དབང་དུ་བྱ་བ་)ལ་བཞི།	.481
དང་པོ་(ཁྱོད་བག་ཏུ་གནས་པ་ཆར་བཅད་པའི་ཚུལ་)ནི།	.....481
གཉིས་པ་(རང་དོན་འབའ་ཞིག་ལ་སྒྲོར་བའི་ཉིས་དམིགས་)ལ་གསུམ།	.....482
དང་པོ་(ཉིས་དམིགས་བསམས་ནས་རང་དོན་འབའ་ཞིག་བསྐྱབ་པ་དོར་བ་)ནི།	.....482
གཉིས་པ་(གཞན་དོན་ལ་སྒྲོར་བ་)ནི།	.....483
གསུམ་པ་(བསྐྱུས་ཏེ་བསྟན་པ་)ནི།	.....484
གསུམ་པ་(ལུས་ཀྱི་ཉིས་པ་ལ་བརྟག་པ་)ལ་གསུམ།	.....485
དང་པོ་(ཆོག་མི་ཤེས་པའི་ཉིས་པ་)ལ་གཉིས།	.....485
དང་པོ་(ལུས་ལ་སྐྱེད་པའི་ཉིས་དམིགས་)ནི།	.....485
གཉིས་པ་(དེས་ན་ལུས་ལ་ཆགས་བྲལ་བསྐྱོམ་རིགས་པ་)ནི།	.....487

གཉིས་པ་(གཡོ་བ་མེད་པའི་ཉེས་པ་)ནི། .....	487
གསུམ་པ་(ཚོངས་པའི་ཉེས་པ་)ལ་བཞི། .....	488
དང་པོ་(ལེགས་ཉེས་ལ་ཚོངས་པ་)ནི། .....	489
གཉིས་པ་(བསྟོད་སྦྲད་ལ་ཚོངས་པ་)ནི། .....	490
གསུམ་པ་(དེ་ལ་ཚོད་པ་སྟོང་བ་)ནི། .....	490
བཞི་པ་(ལུས་ལ་སྟེང་པ་ཉེས་པ་དུ་མའི་འབྱུང་གནས་ཡིན་ཡང་དལ་འབྱོར་ལ་སྟོང་པོ་ སྟངས་པའི་ཆེད་དུ་བསྐྱུང་བར་བྱ་བ་)ནི། .....	491
བཞི་པ་(སེམས་དབང་དུ་བྱ་བ་)ལ་གསུམ། .....	492
དང་པོ་(དགེ་བའི་བར་ཆད་ལོག་པར་བྱ་བ་)ནི། .....	492
གཉིས་པ་(གཉེན་པོ་ལ་བཙོན་པའི་སྟོབས་བསྐྱེད་པ་)ནི། .....	493
གསུམ་པ་(དགེ་བའི་དམིགས་པ་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་མཉམ་པར་བཞག་པར་བྱ་བ་)ནི། .....	493
གཉིས་པ་(ལེའུའི་མཚན་)ནི། .....	494

## ལེའུ་དགུ་པ། ཤེས་རབ་བསྟན་པ།

བཞི་པ་ལྷག་མཐོང་གི་ངོ་བོ་ཤེས་རབ་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ་ལ་གཉིས། .....	495
དང་པོ་(ལེའུའི་གཞུང་བཤད་པ་)ལ་གསུམ། .....	495

དང་པོ་(ཐར་པ་ཐོབ་པར་འདོད་པས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཉོགས་པའི་ཤེས་རབ་བསྐྱེད་དགོས་པར་ བསྟན་པ་)ལ་གཉིས། .....	495
དང་པོ་(སྤྱི་ལོ་༥)འི།	495
གཉིས་པ་(ཡན་ལག་གི་དོན་)འི། .....	498
གཉིས་པ་(དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཉོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཇི་ལྟར་བསྐྱེད་པའི་ཐབས་)ལ་གསུམ།	.498
དང་པོ་(བདེན་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་)ལ་གཉིས། .....	499
དང་པོ་(དངོས་)ལ་གསུམ། .....	499
དང་པོ་(བདེན་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་)འི། .....	499
གཉིས་པ་(མཚན་ཉིད་)འི། .....	500
གསུམ་པ་(དེ་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་གང་ཟག་དོས་བརྒྱུད་བ་)ལ་གཉིས། .....	503
དང་པོ་(བདེན་གཉིས་གཏན་ལ་འབེབས་འདོད་པའི་གང་ཟག་གི་དབང་དུ་བྱས་པའི་དབྱེ་བ་)འི། .....	504
གཉིས་པ་(སློ་མཐོ་དམན་ཀྱི་ཁྱད་པར་བཤད་པ་)འི། .....	504
གཉིས་པ་(སྟོང་ཉིད་ལ་དགོས་ལུས་མེད་པའི་རྩོད་པ་སྤང་བ་)ལ་གཉིས། .....	506
དང་པོ་(དངོས་)འི། .....	506
གཉིས་པ་(དེ་ལ་གཞི་བཤད་པ་སྤང་བ་)ལ་གསུམ། .....	508



དང་པོ་(མདོ་སྡེ་པ་ལ་སོགས་པའི་དངོས་སྤྱོད་དགག་པ་)ལ་གཉིས།	..... 508
དང་པོ་(མདོན་སྤྱོད་གྱིས་གཞོད་པ་དགག་པ་)ནི།	..... 508
གཉིས་པ་(ལྷང་གིས་གཞོད་པ་དགག་པ་)ལ་གསུམ།	..... 509
དང་པོ་(འདུས་བྱས་མི་རྟག་པ་སོགས་སུ་སྟོན་པའི་ལྷང་བྲང་དོན་དུ་བསྟན་པ་)ནི།	..... 509
གཉིས་པ་(ངེས་དོན་ཡིན་པ་དགག་པ་)ནི།	..... 510
གསུམ་པ་(དེ་ལ་འགལ་བ་སྤང་བ་)ལ་ལྔ།	..... 510
དང་པོ་(ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡང་མ་བྱུང་བ་སྤང་བ་)ནི།	..... 510
གཉིས་པ་(ཆོགས་གསོག་པ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་)ནི།	..... 511
གསུམ་པ་(ཡིད་མཆོམས་སྦྱོར་བ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་)ནི།	..... 512
བཞི་པ་(དགེ་སྤྲེག་གི་རྣམ་དབྱེ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་)ནི།	..... 513
ལྔ་པ་(འཁོར་འདས་ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་སོ་སོར་ངེས་པ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་)ནི།	..... 514
གཉིས་པ་(སེམས་ཅམ་པའི་འདོད་པ་བྱེ་བྲག་ཏུ་དགག་པ་)ལ་གཉིས།	..... 516
དང་པོ་(འདོད་པ་བརྗོད་པ་)ནི།	..... 516
གཉིས་པ་(དེ་དགག་པ་)ལ་གཉིས།	..... 517
དང་པོ་(རྩོད་པ་མཚུངས་པ་)ནི།	..... 517

གཉིས་པ་(དེའི་ལན་དགག་པ་)ལ་གཉིས། .....	517
དང་པོ་(འདོད་པ་བརྗོད་པ་)ནི། .....	517
གཉིས་པ་(དེ་དགག་པ་)ལ་གཉིས། .....	518
དང་པོ་(གཉིས་མེད་ཀྱི་ཤེས་པ་གང་གིས་ཀྱང་མ་མཐོང་བ་)ནི། .....	518
གཉིས་པ་(རང་རིག་དགག་པ་)ལ། .....	518
དང་པོ་(ལྷང་གིས་དགག་པ་)ནི། .....	519
གཉིས་པ་(རིགས་པས་དགག་པ་)ལ་གཉིས། .....	520
དང་པོ་(དཔེ་དགག་པ་)ལ། མར་མེའི་དཔེ་དགག་པ་ནི། .....	520
གཉིས་པ་(དོན་དགག་པ་)ནི། .....	521
གསུམ་པ་(རང་རིག་ཡོད་པའི་སྒྲུབ་བྱེད་དགག་པ་)ལ་གཉིས། .....	522
དང་པོ་(རང་རིག་མེད་ཀྱང་བླན་པ་སྐྱེ་བའི་དཔེ་)ནི། .....	523
གཉིས་པ་(རང་རིག་མེད་ན་གཞན་རིག་མི་འཐད་པ་དགག་པ་)ལ་གཉིས། .....	526
དང་པོ་(དངོས་)ནི།	526
གཉིས་པ་(སེམས་ལས་སྦྱུ་མ་དེ་ཉིད་དང་གཞན་ཏུ་བརྗོད་ཏུ་མེད་པ་དགག་པ་)ནི། .....	527
བཞི་པ་(བཏགས་ཡོད་ནས་ས་དངོས་པོ་བདེན་གྲུབ་ཀྱི་ཉེན་ཅན་ཏུ་འདོད་པ་དགག་པ་)ནི།	528

གསུམ་པ་(སྒྲིང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལམ་དབུ་མ་ལའང་དགོས་ལུས་མེད་པར་ཐལ་བས་སྤང་བ་)ལ་གཉིས།	.. 530
དང་པོ་(རྩྭ་པ་)ནི།	..... 530
གཉིས་པ་(ལན་)ལ་གསུམ།	..... 531
དང་པོ་(སྒྲུ་མ་མཁན་ལ་ཆགས་པ་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་མཚན་)ནི།	..... 531
གཉིས་པ་(སྒྲིང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་གོམས་པས་ཉོན་མོངས་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་ སྤོང་བ་འཐད་པར་བསྟན་པ་)ལ་གཉིས།	..... 533
དང་པོ་(སྒྲིར་བསྟན་པ་)ནི།	..... 533
གཉིས་པ་(བྱེ་བྲག་ཏུ་བཞད་པ་)ནི།	..... 534
གསུམ་པ་(སྤངས་པའི་འབྲས་བུ་ཕུན་སུམ་ཚལ་པ་འབྱུང་བར་བསྟན་པ་)ལ་གཉིས།	..... 536
དང་པོ་(རྣམ་རྟོག་མེད་ཀྱང་གདུལ་བྱའི་རེ་བསྐྱོང་བ་འཐད་པ་དཔེ་དང་བཅས་པ་)ནི།	..... 536
གཉིས་པ་(དེ་ལ་རྩྭ་པ་སྤང་བ་)ནི།	..... 538
གཉིས་པ་(ཐར་བ་ཙམ་ཐེག་པར་འདོད་པས་ཀྱང་སྒྲིང་ཉིད་རྟོགས་དགོས་པར་བསྟན་པ་)ལ་གཉིས།	.. 539
དང་པོ་(རྩྭ་པ་)ནི།	..... 540
གཉིས་པ་(ལན་)ལ་གསུམ།	..... 540
དང་པོ་(སྒྲིང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དེ་ཉིད་སྲིད་པ་ལས་གྲོལ་བའི་ལམ་དུ་བསྟན་པ་)ནི།	541

གཉིས་པ་(མི་གནས་པའི་མྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་ལམ་དུ་བསྐྱབ་པ་)ལ་གཉིས།	.... 542
དང་པོ་(མགོ་མཚུངས་གིས་བསྐྱབ་པ་)ནི།	..... 542
གཉིས་པ་(རྣལ་མའི་རིགས་པས་བསྐྱབ་པ་)ལ་བཞི།	..... 544
དང་པོ་(སྟོང་ཉིད་ཉོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་བལ་ན་དག་བཅོམ་པ་དང་མྱ་ངན་འདས་ཐོབ་པ་ མི་སྲིད་པར་བསྟན་པ་)ནི།	..... 545
གཉིས་པ་(མི་རྟག་སོགས་བཅུ་དྲུག་གི་ལམ་ཅམ་གྱིས་དག་བཅོམ་ཐོབ་ན་ཉོན་མོངས་གྱུར་སྤངས་པ་ ཅམ་གྱིས་གྱང་ཐོབ་པར་ཐལ་བ་)ནི།	..... 546
གསུམ་པ་(དེའི་ལན་དགག་པ་)ནི།	..... 548
བཞི་པ་(དེས་ན་ཐར་པ་ཅམ་འདོད་པས་གྱང་སྟོང་ཉིད་བསྟོམ་དགོས་པར་བསྟན་པ་)ནི།	... 550
གཉིས་པ་(མི་གནས་པའི་མྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་ལམ་དུ་བསྐྱབ་པ་)ནི།	..... 553
གསུམ་པ་(དེས་ན་ཁོལ་བ་དོན་གཉེར་གྱིས་སྟོང་ཉིད་བསྟོམ་རིགས་པར་གདམས་པ་)ནི།	554
གསུམ་པ་(སྟོང་ཉིད་སྐྱབ་པའི་རིགས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་)ལ་གཉིས།	..... 556
དང་པོ་(གང་ཟག་གི་བདག་མེད་སྐྱབ་པའི་རིགས་པ་)ལ་གསུམ།	..... 557
དང་པོ་(སྟན་སྐྱེས་ཀྱི་བདག་འཛིན་གྱི་ཞེན་ཡུལ་དགག་པ་)ནི།	..... 557
གཉིས་པ་(ཀུན་བརྟགས་ཀྱི་བདག་དགག་པ་)ལ་གཉིས།	..... 560

དང་པོ་(གངས་ཅན་བདག་ཤེས་པར་འདོད་པ་བདག་པ་)ལ་གཉིས།	561
དང་པོ་(བཀག་པ་དངོས་)ནི།	561
གཉིས་པ་(བྱེ་བྲག་པ་བདག་ཤེས་པོར་འདོད་པ་བདག་པ་)ནི།	567
གསུམ་པ་(བཀག་པ་ལ་ཚོད་པ་སྤང་བ་)ལ་གཉིས།	568
དང་པོ་(ལས་འབྲས་མི་འཐད་པར་ཐལ་བ་སྤང་བ་)ལ་གཉིས།	568
དང་པོ་(ཚོད་པ་)ནི།	568
གཉིས་པ་(ལན་)ལ་ནི།	569
གཉིས་པ་(སྤྱང་ཇེ་བསྐྱོམ་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ་བ་སྤང་བ་)ནི།	571
གཉིས་པ་(ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྒྱས་པར་བཤད་པ་)ལ་གསུམ།	574
དང་པོ་(ཐུན་པ་ཉེར་གཞག་བཞིའི་སྒྲོན་མ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་བཤད་པ་)ལ་བཞི།	574
དང་པོ་(ལུས་ཐུན་པ་ཉེར་གཞག་པ་བསྐྱོམ་པ་)ལ་བཞི།	575
དང་པོ་(ཆ་ཅན་ལུས་རང་བཞིན་མེད་པར་གཏན་ལ་དབབ་པ་)ནི།	575
གཉིས་པ་(ཆའགས་ཡན་ལག་རྣམས་རང་བཞིན་མེད་པར་གཏན་ལ་དབབ་པ་)ནི།	579
གསུམ་པ་(དེས་ན་རང་བཞིན་མེད་པའི་ལུས་མི་ལས་ལྟ་བུ་ལ་ཆགས་པར་མི་རིགས་པ་)ནི།	581
བཞི་པ་(དེས་གང་ཟག་ཀྱང་རང་བཞིན་མེད་པར་གྲུབ་པ་)ནི།	581

གཉིས་པ་(ཚེར་བ་བླ་པ་ཉེར་གཞག་བསྐྱེད་པ་)ལ་བཞི། .....	582
དང་པོ་(ཚེར་བ་རང་གི་ངོ་བོ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དགག་པ་)ལ་གསུམ། .....	582
དང་པོ་(ཚེར་བ་སྤྲུག་བསྐྱེད་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པ་)ནི། .....	582
གཉིས་པ་(ཚེར་བ་བདེ་བ་དང་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པ་)ནི། .....	583
གསུམ་པ་(དེས་ན་ཚེར་བ་རང་བཞིན་མེད་པར་སྐྱོམ་པའི་རྣམ་འགྱུར་ལ་གནས་པར་གདམས་པ་)ནི། ....	585
གཉིས་པ་(རྒྱ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དགག་པ་)ལ་གསུམ། .....	586
དང་པོ་(དབང་དོན་ཤད་པ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དགག་པ་)ནི། .....	586
གཉིས་པ་(རྣམ་ཤེས་ལ་ཤད་པ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དགག་པ་)ནི། .....	588
གསུམ་པ་(དེས་ན་དེ་གསུམ་ཤད་པ་ལས་བྱུང་བའི་རེག་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པ་)ནི། .....	588
གསུམ་པ་(དམིགས་ལྷུལ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དགག་པ་)ནི། .....	590
བཞི་པ་(ཚེར་བའི་ལྷུལ་ཅན་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དགག་པ་)ནི། .....	590
གསུམ་པ་(སེམས་བླ་པ་ཉེར་གཞག་བསྐྱེད་པ་)ལ་གཉིས། .....	592
དང་པོ་(ཡིད་གྱི་ཤེས་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་བསྐྱེད་པ་)ནི། .....	592
གཉིས་པ་(རྣམ་ཤེས་ལྷ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་བསྐྱེད་པ་)ནི། .....	593
བཞི་པ་(ཚེས་བླ་པ་ཉེར་གཞག་བསྐྱེད་པ་)ནི། .....	594

གཉིས་པ་(བདེན་གཉིས་མི་འབྲང་པའི་ཚྭ་པ་སྤང་བ་)ལ་གསུམ། .....	595
དང་པོ་(ཉ་ཅང་ཐལ་བ་སྤང་བ་)ལ་ཚྭ་པ་ནི། .....	595
གཉིས་པ་(ཐུག་མེད་དུ་ཐལ་བ་སྤང་བ་)ནི། .....	597
གསུམ་པ་(དོན་ཤེས་བདེན་པར་གྲུབ་པ་ལ་སྦྱབ་བྱེད་མེད་པར་བསྟན་པ་)ནི། .....	599
གསུམ་པ་(བདག་མེད་སྦྱབ་བྱེད་གྱི་གཏན་ཆོག་ས་དགོད་པ་ལ་)གསུམ། .....	602
དང་པོ་(རྫོལ་གཞེགས་མའི་གཏན་ཆོག་ས་)ལ་ལྟ། .....	602
དང་པོ་(རྒྱ་མེད་དུ་སྦྱེ་བ་དགག་པ་)ནི། .....	602
གཉིས་པ་(རྟག་པའི་རྒྱ་གཞན་ལས་སྦྱེ་བ་དགག་པ་)ལ་གསུམ། .....	603
དང་པོ་(དབང་ལྷན་གྱི་དོན་ཤིས་ལ་དགག་པ་)ནི། .....	604
གཉིས་པ་(རྟག་པ་ཡིན་ན་རྒྱུན་ལྷན་གྱི་རྒྱུ་མི་རུང་བ་)ནི། .....	606
གསུམ་པ་(རྟལ་ཐན་རྟག་པ་རྒྱ་མེད་ཡིན་པ་དགག་པ་བཤད་ཟེན་བློན་པ་དང་སྦྱར་བ་)ནི། ....	609
གསུམ་པ་(གཙོ་བོ་རྟག་པ་ལས་སྦྱེ་བ་དགག་པ་)ལ་གཉིས། .....	609
དང་པོ་(འདོད་པ་དགོད་པ་)ནི། .....	609
གཉིས་པ་(དེ་སྟན་དབྱང་བ་)ལ་གཉིས། .....	610
དང་པོ་(དངོས་)ལ་གསུམ། .....	610

དང་པོ་(གཙོ་བོ་ཆ་མེད་གྱི་རྟག་པ་རྣམས་ལྟར་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡིན་པ་དགག་པ་)ནི།	610
གཉིས་པ་(རྟག་པ་ཡིན་པ་དགག་པ་)ནི།	612
གསུམ་པ་(འབྲས་བུ་ཡུར་མེད་གསར་སྐྱེ་མི་སྲིད་པ་དགག་པ་)ནི།	614
གཉིས་པ་(དབུ་མ་པ་ལ་སྐྱོན་མི་མཚུངས་པ་)ནི།	617
བཞི་པ་(རྒྱ་མེད་དགག་པ་འཛིན་བསྟུ་བ་)ནི།	619
ལྔ་པ་(བདག་གཞན་གཉིས་ཀ་ལས་སྐྱེ་བ་དགག་པ་)ནི།	619
གཉིས་པ་(རྟོན་ལེའ་གྱི་གཏན་ཆིགས་)ནི།	621
གསུམ་པ་(ཡོད་མེད་སྐྱེ་ལགོག་གི་གཏན་ཆིགས་)ལ་གསུམ།	622
དང་པོ་(གཏན་ཆིགས་བསྐྱབས་ནས་སྐྱེ་བ་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བ་དགག་པ་)ནི།	622
གཉིས་པ་(དེས་འགག་པ་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བ་ཞིགས་པ་)ནི།	625
གསུམ་པ་(དེས་ན་སྲིད་ཞི་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་བྱུང་བ་)ནི།	626
གསུམ་པ་(དེས་ན་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པ་ལ་འབད་རིགས་པར་གཞོན་པ་)ལ་གསུམ།	627
དང་པོ་(གདམས་པ་དངོས་)ལ་གཉིས།	627
དང་པོ་(གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་བསྟན་པ་)ནི།	627
གཉིས་པ་(དེ་རྟོགས་པ་ལ་འབད་པར་རིགས་པ་)ནི།	629



གཉིས་པ་(འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་བསྟན་པའི་སྒྲོན་སྒྲིང་རྗེ་ཆེན་པོའི་གཉིས་པ་བསྟན་པ་)ལ་ལྟ། ...	630
དང་པོ་(ཆེ་འདིའི་ཉེས་དམིགས་)ནི། .....	630
གཉིས་པ་(འཛིག་རྟེན་གྱི་མའི་ཉེས་དམིགས་)ནི། .....	631
གསུམ་པ་(བདེ་འགྱོར་སྦྱེས་ཀྱང་དམ་པའི་ཆོས་སྦྱབ་པའི་ལང་མེད་བསམ་པ་)ནི། .....	632
བཞི་པ་(དལ་འགྱོར་ཤིན་ཏུ་རྟེན་དཀའ་བ་བསམ་པ་)ནི། .....	634
ལྔ་པ་(དེས་ན་རང་གཞན་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱིས་མནར་བ་ལ་བྱ་བ་བྱ་བར་འོས་པ་)ནི། .....	636
གསུམ་པ་(སྦྱིང་རྗེ་ཆེན་པོའི་རྣམ་པའི་འཛིན་སྦྱངས་བསྟན་པ་)ནི། .....	637
གཉིས་པ་(ལེ་ལུ་འཇུག་)ནི། .....	641

## ལེ་ལུ་བཅུ་པ། བསྡོམ་བ་བསྟན་པ།

དང་པོ་(ལེ་ལུ་འཇུག་བཤད་པ་)ལ་གསུམ། .....	642
དང་པོ་(འགྲོ་བ་ཀྱན་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་སྦྱོར་པ་ལ་འཇུག་པར་བསྡོམ་པ་མདོར་བསྟན་པ་)ནི། .....	642
གཉིས་པ་(བསྡོམ་བ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་)ལ་གསུམ། .....	644
དང་པོ་(གཞན་དོན་དུ་བསྡོམ་བ་)ལ་གཉིས། .....	644
དང་པོ་(འཛིག་རྟེན་པའི་དོན་དུ་བསྡོམ་བ་)ལ་བཞི། .....	644
དང་པོ་(ནད་པ་སོགས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱལ་ཞི་བའི་དོན་དུ་བསྡོམ་བ་)ལ་གཉིས། .....	644

དང་པོ་(གནས་སྐབས་ཀྱི་བདེ་བའི་དོན་དུ་བསྡུ་བ་)ནི། .....	644
གཉིས་པ་ (མཐར་ཐུག་གི་བདེ་བའི་དོན་དུ་བསྡུ་བ་) ནི། .....	645
གཉིས་པ་( ངན་འགྲོའི་སྐྱབས་བསྐྱེད་ཞི་བའི་དོན་དུ་བསྡུ་བ་)ལ་གསུམ། .....	645
དང་པོ་(དཔུལ་བའི་སྐྱབས་བསྐྱེད་ཞི་བ་)ལ་གཉིས། .....	645
དང་པོ་(སྐྱབས་བསྐྱེད་སྦྱར་དུ་ཞི་བར་བསྡུ་བ་)ལ་གསུམ། .....	646
དང་པོ་(སྐྱབས་བསྐྱེད་སྦྱིར་ཞི་བར་བསྡུ་བ་)ནི། .....	646
གཉིས་པ་(གང་དཔུལ་གྱི་སྐྱབས་བསྐྱེད་ཞི་བ་)ནི། .....	646
གསུམ་པ་(ཆ་དཔུལ་གྱི་སྐྱབས་བསྐྱེད་ཞི་བར་བསྡུ་བ་)ལ་བཞི། .....	647
དང་པོ་(བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཆོགས་གཉིས་ཀྱི་སྦྱིན་ལས་བྱང་བའི་ཆུས་སྐྱབས་བསྐྱེད་ཞི་བར་བསྡུ་བ་)ནི། ..	647
གཉིས་པ་(ཉི་འཁོར་བའི་སྐྱབས་བསྐྱེད་ཞི་བ་)ནི། .....	647
གསུམ་པ་(དཔུལ་གནས་དངོས་གཞི་)ནི། .....	648
བཞི་པ་(ཉི་འཁོར་བའི་སྐྱབས་བསྐྱེད་གཞན་ཞི་བར་བསྡུ་བ་)ནི། .....	649
གཉིས་པ་(གཞན་གྱི་མཐུས་ཞི་བར་བསྡུ་བ་)ལ་བཞི། .....	650
དང་པོ་(ཕྱག་ན་དོ་ཨྱོ་སྐྱབས་ཀྱིས་སྐྱབས་བསྐྱེད་ཞི་བ་)ནི། .....	650
གཉིས་པ་(སྦྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་ཕྱགས་མེ་)ནི། .....	651

གསུམ་པ་(འཇམ་པའི་དབངས་ཀྱི་ཚེ་འབྲུལ་)ནི། .....	652
བཞི་པ་(ཉི་བའི་སྤྲུལ་གཞན་ཀྱི་རྒྱས་པས་ཞི་བར་སྒོན་པ་)ནི། .....	653
གཉིས་པ་(དུད་འགྲོའི་སྤྲུལ་བསྐལ་ཞི་བར་བསྟོན་པ་)ནི། .....	654
གསུམ་པ་(ཡི་དྲགས་ཀྱི་དོན་དུ་བསྟོན་པ་)ནི། .....	654
གསུམ་པ་(དེ་བདེ་འགྲོའི་དོན་དུ་བསྟོན་པ་)ལ་གཉིས། .....	655
དང་པོ་(སྤྲུལ་བསྐལ་དང་བྲལ་བར་བསྟོན་པ་)ལ་བཞི། .....	655
དང་པོ་(དབང་པོ་མ་ཆང་བ་མེད་ཅིང་མངལ་གྱི་ཟུག་རྩ་མེད་པར་བསྟོན་པ་)ནི། .....	655
གཉིས་པ་(དབྱུང་བའི་སྤྲུལ་བསྐལ་དང་ཡིད་མི་བདེ་མེད་པར་བསྟོན་པ་)ནི། .....	656
གསུམ་པ་(ན་བའི་སྤྲུལ་བསྐལ་དང་སྤང་བ་དང་སྤད་པའི་སྤྲུལ་བསྐལ་མེད་པར་བསྟོན་པ་)ནི། .....	657
བཞི་པ་(སྤྲུགས་སུ་འགྲོ་བའི་སྤྲུལ་བསྐལ་དང་མི་མ་ཡིན་གྱི་གཞོན་པ་ཞི་བར་བསྟོན་པ་)ནི། .....	658
གཉིས་པ་(འདོད་པའི་དོན་གྲུབ་པར་བསྟོན་པ་)ལ་གཉིས། .....	660
དང་པོ་(སྦྱིར་མའི་དོན་དུ་བསྟོན་པ་)ལ་གསུམ། .....	660
དང་པོ་(སྤུན་ཚོགས་ཐོབ་པར་བསྟོན་པ་)ལ་བཞི། .....	660
དང་པོ་(ཉིན་དལ་འབྱོར་ཐོབ་ཅིང་ལོངས་སྤྱོད་སྤུན་སུམ་ཚོགས་པར་བསྟོན་པ་)ནི། .....	660
གཉིས་པ་(འཆོ་བ་མེད་ཅིང་གཟི་བརྗིད་སྤུན་སུམ་ཚོགས་པར་བསྟོན་པ་)ནི། .....	661

གསུམ་པ་(གཟུགས་ཕུན་ཚོགས་དང་དམན་པ་མཆོག་ཏུ་འགྱུར་བ་བསྟོ་བ་)ནི།	..... 661
བཞི་པ་(དགེ་བ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པར་བསྟོ་བ་)ནི།	..... 662
གཉིས་པ་(ཡང་དག་པའི་ལམ་ལ་འདུག་པར་བསྟོ་བ་)ལ་གཉིས།	..... 663
དང་པོ་(ཐར་ལམ་སྐྱབ་པའི་བསམ་སྒྲུར་ཕུན་ཚོགས་དང་ལྡན་པར་སྟོན་པ་)ནི།	..... 663
གསུམ་པ་(གནས་སྐབས་འགྱུར་པ་དང་བདེ་བར་བསྟོ་བ་)ལ་གསུམ།	..... 663
དང་པོ་(ཆེ་རིང་ཞིང་སྟོད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་དག་པར་བསྟོ་བ་)ནི།	..... 664
གཉིས་པ་(ཕན་འདོགས་པའི་སྐྱེ་བོས་གང་ཞིང་བདེ་བ་ལ་སྟོད་པར་བསྟོ་བ་)ནི།	..... 665
གསུམ་པ་(དགོས་པའི་ཡོ་བྱད་ཆང་ཞིང་གཞོད་པ་ཞི་བར་བསྟོ་བ་)ནི།	..... 666
གཉིས་པ་(བྱེ་བྲག་ཏུ་རབ་བྱུང་བའི་དོན་དུ་བསྟོ་བ་)ལ་ལྔ།	..... 668
དང་པོ་(དགེ་འདུན་གྱི་དོན་དུ་སྦྱིར་བསྟོ་བ་)ནི།	..... 668
གཉིས་པ་(དགེ་སྦྱང་གི་དོན་དུ་བསྟོ་བ་)ནི།	..... 668
གསུམ་པ་(དགེ་སྦྱང་མའི་དོན་དུ་བསྟོ་བ་)ནི།	..... 669
བཞི་པ་(ཚུལ་ཁྲིམས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པར་བསྟོ་བ་)ནི།	..... 669
ལྔ་པ་(འབྲས་བུ་བདེ་བ་ལ་ཁོངས་སྟོད་པར་བསྟོ་བ་)ནི།	..... 670
བཞི་པ་(སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་བསྟོ་བ་)ནི།	..... 671

གཉིས་པ་(འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་དོན་དུ་བསྡུ་བ་)ལ་གསུམ།	671
དང་པོ་(བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་བཞེད་དོན་འགྲུབ་པར་བསྡུ་བ་)ནི།	672
གཉིས་པ་(སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཛད་པ་མཐར་ཕྱིན་པར་བསྡུ་བ་)ནི།	672
གསུམ་པ་(ཉན་རང་གི་བཞེད་དོན་འགྲུབ་པར་བསྡུ་བ་)ནི།	672
གཉིས་པ་(རང་དོན་དུ་བསྡུ་བ་)ལ་བཞི།	673
དང་པོ་(གནས་སྐབས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པར་སློན་པ་)ནི།	673
གཉིས་པ་(འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱིས་དངོས་སུ་རྗེས་སུ་འཛིན་པར་སློན་པ་)ནི།	674
གསུམ་པ་(བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱད་པ་ལ་གནས་པར་སློན་པ་)ནི།	674
བཞི་པ་(གཞན་དོན་མཐར་ཕྱིན་པར་སློན་པ་)ནི།	675
གསུམ་པ་(བདེ་བའི་འབྱུང་གནས་བསྟན་པ་རྒྱས་པའི་དོན་དུ་བསྡུ་བ་)ནི།	676
གསུམ་པ་(བཀའ་ངིན་རྗེས་སུ་བྱུང་བས་ཕྱག་འཆའ་བ་)ནི།	676
གཉིས་པ་(ལེ་ལུའི་མཆན་)ནི།	677
བཞི་པ་(མཐུག་གི་དོན་)ལ་གཉིས།	678
དང་པོ་(བསྟན་བཅོས་གང་གིས་མཛད་པ་)ནི།	678
གཉིས་པ་(གང་གིས་བསྐྱར་བའི་ཚུལ་)ནི།	678

༢ གོང་ས་༢ སྐབས་མགོན་ཆུལ་བའི་དབང་པོ་མཆོག་གི་བྱུགས་  
རྩི་བཀོན་འོག་ སྐུ་གྱིས་གཞོན་སྐྱེས་སློབ་གསར་དོན་གཉེར་ཅན་རྣམས་ལ།  
ཀུ་ཤུ་རྟགས་ཅན་གྱི་ལག་ཐོག་ཁ་བར་དང་ iPad སློབ་ཁྲིད་སོགས་བརྒྱུད་  
ནས་དཔེ་དེབ་འདི་བཞིན་བོད་ཡིག་ལམ་ནས་གཟིགས་བདེ་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་  
བཅོས་བ་ཡིན། སྤྲད་ནས་ཀྱང་རིམ་བས་དཔེ་དེབ་དོ་བཤུས་ལག་ཏུ་འབྱོར་  
ཆེ་དེབ་བྲངས་མང་དུ་གཏོང་རྒྱུ་འོ་སྐབས་འོང་སྤྲོད་ན་དེར་སྤྲོད་པའི་ལམ་  
སྟོན་བཀའ་སློབ་དགོངས་འཆར་ལྷན་སྟེན་ཡོང་བར་རེ་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་དང་།  
ཁྱེད་ཀྱི་བསྐྱར་མ་སོགས་ལ་རང་བྱུས་གང་ཡོད་ཀྱིས་འབད་ཅོལ་གྱིས་ཁྱེད་  
བྱས་ཀྱང་ཆུད་ཆད་ཞན་སྐབས་ནོར་འཁྱུལ་གང་ཤོར་རྣམས་བཅོད་གསོལ་ཁྱེད་  
ཆུ་བཅས།

སེར་སྤྲད་དམར་འཇམ་དབྱངས་བསོད་ནམས་ཀྱིས།

དེབ་བཅོས་ཟིན་བ་རྣམས་སྤུ་ལ་དགོས་ན་བྱ་རྒྱུ་རྒྱུད་ནས་རིན་མེད་དུ་ཕུལ་ཆོག་  
བ་རྒྱུ་ཁ་བྱང་། [marjamson618@gmail.com](mailto:marjamson618@gmail.com)

༡༡། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོན་ལ་འཇུག་པའི་  
ནམ་བཤད་རྒྱས་སྤྲུལ་འཇུག་དོགས་  
བཞུགས་སོ། །

༡༡། །རྗེ་བཙུན་དམ་པ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་ལྷན་པ་ནམས་ཀྱི་  
ཞབས་ལ་གུས་པར་ཐུག་འཆའ་ལོ། །གང་གི་མཁུན་པ་ཉེས་པ་ཀྱན་ཟད་  
མཆན་དཔའི་དཔལ་འབར་སྐྱབ་བཞིའི་དགྱིལ་འཁོར་ཆོས་དབྱིངས་མཁར་  
འཕགས་ཏེ། །ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོས་ཡན་ལག་དྲུག་ཅུའི་གསུང་གི་འོད་ཟེར་  
མཐའ་ཡས་འགྲོ་ལ་ངེ་མེད་རབ་འཕྱོ་ཞིང་། །ལྷན་གྱིས་བྱབ་ཅིང་རྒྱན་མི་  
འཆད་པའི་མཛད་པ་བཟང་པོས་མཐའ་ཡས་འགྲོ་བའི་ཐུན་པ་སེལ་མཛད་  
པ། །ཐུབ་དབང་ནམས་དང་སྦྲ་མ་སྦྲེས་ཆེན་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱི་ཞབས་ལ་  
བདག་ནི་གུས་པར་ཐུག་འཆའ་ལོ། །

རང་ཉིད་ཆེ་རབས་ཀྱན་ཏུ་འདྲིས་ཕྱིར་དང་། །

སྐལ་མཉམ་གཞན་ལའང་པན་པར་འགྱུར་སྟམ་དུ། །

རྒྱལ་སྤྲུལ་དམ་པའི་སྟོན་ལ་འཇུག་པ་ཡི། །

ཆོག་དོན་མཁས་པའི་བཞེད་པ་བཞེན་དུ་བྱི། །

རང་ལྟ་མཆོག་འཛིན་ཞགས་པས་བཅིངས་པ་ཡིས། །

དམན་པའི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་བྱེད་པ་ལ། །



ཟབ་མོའི་དེ་ཉིད་རྟོགས་པ་མི་དགོས་ཞེས། །

བཞེད་པ་ལོག་པར་འཆད་རྣམས་བསལ་གྱིས་ཉོན། །

དེ་ལ་འདིར་རྒྱས་བ་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་དེ་ཉིད་གྱིས་དང་པོར་བྱང་  
ཆུབ་གྱི་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད། བར་དུ་བསྐླལ་བ་གངས་མེད་དུ་མར་  
སྦྱིན་སོགས་པར་བྱིན་གྱི་སྒྲིབ་པས་ཚོགས་གཉིས་རྫོགས་པར་བྱས་ཤིང་།  
མཐར་མཛོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་ནས་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རིམ་པ་  
གསུམ་དུ་བསྐློར་བར་མཛད་དེ། དང་པོར་འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་ལ་  
ལན་གསུམ་དུ་བསྒྲུབ་ཤིང་རྣམ་པ་བཅུ་གཉིས་སུ་བསྐློར་བར་མཛད་དོ། །ཉན་  
ཐོས་ཀྱི་རིགས་ཅན་རྒྱུད་སྦྱིན་པ་ཁ་ཅིག་ལ་ནི་བདེན་པ་བཞི་བསྟན་པ་ཅུ་  
གྱིས་ཀྱང་། ཉན་འབྲུང་སྒྲིབ་པའི་མཐའ་དང་བྲལ་བ་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་འབྱུར་  
ལ། མགོན་པོ་ལྷ་སྐྱབ་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་དང་། རིགས་པ་དྲུག་ཅུ་པའི་འགྲེལ་  
པ་སྒྲོབ་དཔོན་ལྷ་བ་གྲགས་པས་བཀྲལ་བ་ལྟར། ཐེག་པ་དམན་པའི་སྡེ་སྒྲོད་  
རྣམས་ལས་དངོས་སུ་ཡང་བདག་མེད་སྤོ་མོ་ལན་དུ་མར་གསུངས་སོ། །

དེ་ནས་མདོ་རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱུས་གསུམ་སོགས་གང་ཟག་དང་ཆོས་  
བདག་མེད་རྒྱས་པར་སྟོན་པའི་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་གཉིས་པ་བསྐློར་བར་  
མཛད་དོ། །དེ་ནས་ཐབས་ཀྱི་ཆ་རྒྱ་ཆེན་པོ་དང་བཅས་པའི་བྱིར་མི་སྡོག་པའི་  
འཁོར་ལོའི་གཏམ་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་གསུམ་པ་བསྐློར་བར་མཛད་དོ། །

དེ་ལ་སྦྱིར་གསུང་རབ་མཐའ་དག་གི་དགོངས་པ་འགྲེལ་ཞིང་། བྱང་  
པར་དུ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྡེ་སྒྲོད་ཀྱི་དགོངས་པ་རྫོགས་པར་བཀྲལ་ནས་



གསུང་རབ་མཐའ་དག་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རིགས་དང་ལྡན་པའི་གང་ཟག་  
གཅིག་སངས་རྒྱ་བའི་ལམ་གྱི་ཡན་ལག །ཇི་ལྟར་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཚུལ་  
རྒྱས་པར་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་དམ་པའི་ཆོས་སྤྱོད་པ་ལ་འཇུག་པ་ནི་གང་  
བཤད་པར་བྱ་བའོ། །

བསྟན་བཅོས་འདིའི་མཛད་པ་པོ་ནི་སློབ་དཔོན་འཕགས་པ་ཞི་པའི་ལྟ་  
གསུང་རབ་མཐའ་དག་གི་དགོངས་བ་རྫོགས་པར་རྫོགས་ཤིང་། བདག་པས་  
གཞན་གཅིས་པའི་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་ལྡན་པ། རང་ཉིད་འབའ་ཞིག་གི་  
བདེ་བ་ལ་སྟོས་པ་མེད་པ་གཞན་གྱི་ཕན་བདེ་ལ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་གཞོལ་བ།  
ཁུད་པར་དུ་རྣལ་འབྱོར་སྒྲ་མེད་ཀྱི་ཤིན་ཏུ་སྦྱོས་མེད་ཀྱི་སྤྱོད་པ་སྤྱད་པའི་སྒོ་  
ནས། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་རྫོགས་པར་མཛད་པ་དེ་ཉིད་དོ། །

དེས་མཛད་པའི་བསྟན་བཅོས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་པ་ལ་

འཇུག་པ་ལ་བཞི།

མཆན་གྱི་དོན། འགྱུར་གྱི་ཕྱག་གཞུང་གི་དོན། མཇུག་གི་དོན་རྟོ། །

དང་པོ་(མཆན་གྱི་དོན་)ནི།

རྒྱ་གར་རྒྱུད་དུ་ བོ་ནི་སཏྭམ་བ་ཏུ་ར།

བོད་རྒྱུད་དུ།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་པ་འཇུག་པ།

རྒྱ་གར་ན་རྒྱུད་རིགས་བཞི་ཡོད་པ་ལས་སི་གྱི་ཏའི་རྒྱུད་དུ། བསྟན་

བཅས་འདིའི་མིང་བོ་རྟེན་ཅི་བོད་སྐད་དུ་བྲང་ཆུབ་དང་། ས་རྩ་ནི་སེམས་དཔའ་  
དང་། རྩ་རྩ་ནི་སྟོན་པ་དང་། ཨ་བ་རྩ་ར་ནི་འཇུག་པ་ཞེས་བྲལོ། །བཅ་པོ་དང་  
པ།

གཉིས་པ་(འགྱུར་གྱི་ཕྱག་)ནི།

སངས་རྒྱས་དང་བྲང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ།།

སངས་རྒྱས་དང་ཞེས་སོགས་ཏེ་སྟོགས་གང་དུ་གཏོགས་པ་ངོས་  
བཟུང་བལོ། །དེ་ཡང་འགྱུར་གྱི་བར་ཆད་ཞི་བ་དང་། སྡེ་སྟོན་མཐའ་དག་གི་  
དགོངས་འགྲེལ་ཡིན་ཡང་། གཙུ་བོར་མདོ་སྡེའི་སྡེ་སྟོན་གྱི་དགོངས་འགྲེལ་དུ་  
ཞེས་པར་བྲལོ། །བཅ་བོའི་གྲངས་གྱི་བཤའ་ད་བ་གོ་བར་སྦྲ་བས་མ་བཞོད་དོ།།

གསུམ་པ་(གཞུང་གི་དོན་)ལ་གཉིས།

ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་བཤའ་ད་པ་ལ་འཇུག་པའི་བྱ་བ། ལམ་  
གྱི་རིམ་པ་བཤའ་ད་བ་དངོས་སོ། །

དང་པོ་(ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་བཤའ་ད་པ་ལ་འཇུག་པའི་བྱ་བ་)ལ་གསུམ།

མཆོད་བརྗོད་དང་། བཤའ་པར་དམ་བཅའ་དང་། ཁེངས་སྦྱང་ཞིང་  
ཚུམ་པར་སྟོབ་པའི་རྒྱ་མཆན་ནོ། །

དང་པོ་(མཆོད་བརྗོད་)ལ་གསུམ།

དགོས་དོན་དང་། བསྐྱས་དོན་དང་ཆིག་དོན་རྟོ། །

དང་པོ་(དགོས་དོན་དང་)ནི།

ཡུལ་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་ཅིང་སྐྱབས་སུ་

སོང་བས་རང་ཉིད་སྐྱེས་བྱ་དམ་པར་རྟོགས་པ་དང་།      བསྟན་བཅོས་རྩོམ་  
པ་སོགས་ཀྱི་བར་ཆད་ནི་བ་དང་།      མཐར་ངེས་ལེགས་ཐོབ་ཅིང་གདུལ་བྱ་  
གཞན་གྱིས་ཀྱང་དེའི་རྗེས་སུ་ཞུགས་པས་ལེགས་ཚོགས་སུ་ཐམས་ཅད་  
འབྱུང་བའོ། །

གཉིས་པ་(བསྟན་པ་)ནི།

བདེ་གཤེགས་ཚེས་ཀྱི་སྐྱེ་མངའ་སྤྱས་བཅས་དང་། །

ཕྱག་འོས་ཀྱན་ལའང་གུས་པར་ཕྱག་འཆའ་ཏེ། །

དཀོན་མཆོག་གསུམ་དང་ཕྱག་བྱ་བའི་འོས་སུ་གྱུར་པ་གཞན་དག་ལ་  
ཡང་ཕྱག་འཆའ་བ་བསྟན་ཏོ། །

གསུམ་པ་(ཆོག་པོ་)ནི།

སུ་ག་ཏའི་སྐྱ་སྤངས་པ་དང་རྟོགས་པ་གཉིས་ལ་བཞུགས་ཏུ་ཡོང་བས་  
སྤངས་པ་ཕྱན་ཚོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ནི།      སྐྱེས་བྱ་གཟུགས་ལེགས་པ་བཞིན་  
དུ་ཉོན་མོངས་པའི་སྐྱེ་བ་པ་ཟད་པར་སྤངས་པས་ལེགས་པའམ་མངའ་པར་  
གཤེགས་བ་དང་།      རིམས་ནད་ལེགས་པར་བྱང་བ་བཞིན་དུ་ཉོན་མོངས་པའི་  
དབང་གིས་སྤར་འཁོར་བར་མི་ལྡོག་པར་གཤེགས་པ་དང་།      བུམ་བ་ལེགས་  
པར་གང་བ་བཞིན་དུ་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་མ་ཡིན་པའི་མ་རིག་པ་ཟད་པར་  
སྤངས་པས་མ་ལྷས་པར་གཤེགས་པས་བདེ་བར་གཤེགས་པའོ།      །བདེ་བ་  
ནི་ལེགས་པ་སོགས་དང་།      གཤེགས་པ་ནི་དེའི་བདག་ཉིད་དུ་སོན་བའོ།      །དེ་  
གསུམ་གྱིས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་སྤྱི་རྩིས་བའི་ཆགས་བྱལ་དང་།      རྒྱན་ཞུགས་

ཕྱིར་འོང་སོགས་དང་། དམན་པའི་དག་བཅོམ་ལས་བྱད་པར་དུ་བྱས་པའོ།།  
རྟོགས་བ་ཕུན་ཆོགས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་བདག་མེད་པ་གཉིས་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་  
ཉིད་མཛོན་སུམ་དུ་མཐུན་པ་དང་། མཐུན་པ་བརྟན་པ་དང་། མ་ལུས་པར་  
མཐུན་པས་བདེ་བར་བཞུགས་པའོ། །དེ་དག་གིས་ཀྱང་རིམ་པ་བཞིན་དུ་  
གང་ཟག་གསུམ་ལས་བྱད་པར་དུ་འཕགས་པའོ། །དེས་སངས་རྒྱས་དགོན་  
མཆོག་ལ་བསྟོད་པ་བསྟན་ཏོ། །

དབྱིངས་རང་བཞིན་གྱིས་རྣམ་པར་དག་པ་ལ་ངི་མ་མཐའ་དག་དང་  
བྲལ་བའི་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་མེད་དགོན་མཆོག་སྟེ། དེ་གང་ལ་མངའ་བ་ནི་བདེ་  
བར་གཞུགས་པའོ། །སྤྱི་གཉིས་ཀྱིས་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེ་གཉིས་ཀྱང་བསྐྱུས་  
ཤིང་། ཆོག་ཕྱིམས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་འགོག་ལམ་ཡང་མཆོན་པས།  
སངས་རྒྱས་དགོན་མཆོག་དང་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་དགོན་མཆོག་མཐའ་  
དག་ཕྱག་གི་ཡུལ་ལོ། །སྤྱི་མེད་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་འཕགས་པ་སྟེ། དེ་  
དང་བཅས་པའི་དགོན་མཆོག་གསུམ་མོ། །དེ་དག་དང་གཞན་ཡང་ཕྱག་བྱ་  
བའི་འོས་གྱུར་པ་མཁན་པོ་དང་སྟོབ་དཔོན་ལ་སོགས་ཀྱི་ལའང་སྟོགས་སུམ་  
གྱས་པས་ཕྱག་འཆལ་བའོ། །ཏེ་ནི་ཁྱེས་བྱས་ཏེ་བས་བཞེས་པ་ལྟར་འོག་མ་  
འདྲན་པའོ། །

གཉིས་པ་(བཞད་པར་དམ་བཅའ་)ལ་བཞི།

བརྗོད་བྱ་ངོས་བཟུང་བ་དང་། རང་བཅོམ་ཉིས་པ་སྤང་བ་དང་། སྟོས་པ་  
སྤང་བ་དང་། དགོས་སོགས་བཞི་ངོས་བཟུང་བའོ། །

དང་པོ་(བརྗོད་བྱ་ངོས་བརྒྱུད་པ་)ནི།

བདེ་གཤེགས་སྤྲུལ་གྱི་སྡོམ་ལ།.....། །

བརྗོད་བར་བྱ་ཞེས་བྱང་ངོ་། །གང་ན་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་སྤྲུལ་  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་དང་པོར་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད། སྦྱོར་  
སོགས་པར་གྱི་སྦྱོད་པ་ཉམས་སྤྲོས་སྤྲུང་སྟེ་སངས་རྒྱལ་ཐོབ་པར་བྱེད་པའི་  
ལམ་གྱི་རིམ་པ་མཐའ་དག་འདུས་པའི་སྡོམ་མོ། །ཁྲིཀ་ཁ་ཅིག་གིས་སྡོམ་པ་  
འབའ་ཞིག་ལ་བཤད་པ་ནི་ཆོག་གི་དོན་མ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་(རང་བཟོའི་ཉེས་པ་སྤང་པ་)ནི།

ཁྱོད་ཀྱིས་རབ་བཟོར་བྱས་པ་མ་ཡིན་ནམ། འདི་སྤྱི་ཞིག་འཛིན་པར་  
འགྱུར་ཞེ་ན། དེའི་སྦྱོར་མེད་དེ།

.....འཇུག་པ་ནི། །

ལྷུང་བཞིན་.....། །

ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་མཐའ་དག་བཤད་པ་ལ་འཇུག་པ་ནི་  
སྦྱོར་པའི་ལྷུང་གསུང་རབ་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་འཆད་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །

གསུམ་པ་(སྦྱོས་པ་སྤང་པ་)ནི།

འོ་ན་ལྷུང་ལ་བརྟེན་ནས་རྟོགས་པར་བྱས་པས་ཆོག་གིས། འདི་  
བརྩམས་པས་ཅི་བྱ་ཞེ་ན།

མདོར་བསྟུས་ནས་ནི་བརྗོད་པར་བྱ། །

སྒྲིབ་པའི་སྒྲིབ་མེད་དེ་ལུང་གི་དོན་བདེ་སྒྲག་ཏུ་རྟོགས་པའི་ཆེད་དུ་  
མདོར་བསྐྱུས་ནས་ནི་འཆད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

བཞི་པ་(དགོས་སོགས་བཞི་ལྔ་སྐད་པ་)ནི།

ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་འབྲས་བྱ་དང་བཅས་པ་བརྗོད་བྱ་དང་། བསྟན་  
བཅོས་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་ཁོང་དུ་ཆུད་པ་དགོས་པ་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་  
མཐར་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པ་ཉིད་དགོས་དང་། ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་སྡུ་མ་སྡུ་མ་མེད་ན་  
མི་འབྱུང་བ་འབྲེལ་བའོ། །ཚུམ་པར་དམ་བཅའ་བའི་དགོས་པ་ནི། དམ་བཅས་  
པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་ཆེད་ཡིན་རོ། །

གསུམ་པ་(ཁེངས་སྐྱུངས་ཞིང་ཚུམ་པར་སྒྲོ་བའི་རྒྱ་མཚན་)ལ་གསུམ།

ཁེངས་སྐྱུངས་ཏེ་གཞན་དོན་དུ་གཙོ་བོར་མ་མཛད་པ་དང་། བསྟན་  
བཅོས་ཚུམ་པར་སྒྲོ་བའི་རྒྱ་མཚན་དང་། སྐལ་པ་མཉམ་པ་གཞན་གྱི་ཡང་  
དོན་དུ་འབྱུང་བར་བསྟན་པའོ། །

དང་པོ་(ཁེངས་སྐྱུངས་ཏེ་གཞན་དོན་དུ་གཙོ་བོར་མ་མཛད་པ་)ནི།

སྒྲིབ་ཆད་མ་བྱུང་བ་ཡང་འདིར་བརྗོད་མེད། །

སྒྲེབ་སྒྲོར་མཁས་པ་འང་བདག་ལ་ཡོད་མིན་ཏེ། །

གསུང་རབ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་བརྗོད་པ་ཡིན་ན། གསུང་རབ་ལ་བརྟེན་  
ནས་རྟོགས་པར་བྱ་བ་ཡིན་གྱི་འདི་བརྒྱམས་པས་ཅི་བྱ་ཞེ་ན། གསུང་རབ་ལ་  
བརྟེན་ནས་དེའི་དོན་བདེ་སྒྲག་ཏུ་རྟོགས་ཀྱིས་པའི་གང་ཟག་གཞན་གྱི་དོན་དུ་  
བདག་གིས་བསྟན་བཅོས་འདི་མ་བྱས་ཏེ། བརྗོད་བྱའི་དོན་སྒྲིབ་ཆད་གསུང་



རབ་ལས་མ་བྱུང་བ་ཅུང་ཟད་ཅམ་ཡང་བསྟན་བཅས་འདིར་བརྗོད་དུ་མེད་  
ལ། དོན་ལ་བྱུང་མེད་ཀྱང་ཆོག་ལ་ཡི་གེ་ལྷི་ཡང་སྟེལ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྟེབ་  
སྟོར་མཁས་པའང་བདག་ལ་ཡོད་པ་མིན་ཏེ། རྒྱ་མཚན་གཉིས་པ་དེའི་ཕྱིར་  
རོ།

གཉིས་པ་(བསྟན་བཅས་ཚུལ་པར་སྟོབ་པའི་རྒྱ་མཚན་)ནི།

དེ་ཕྱིར་གཞན་དོན་བསམ་པའང་བདག་ལ་མེད། །

རང་གི་ཡིད་ལ་བསྟོམ་ཕྱིར་ངས་འདི་བརྟམས། །

དགེ་བ་བསྟོམ་ཕྱིར་བདག་གི་དད་པའི་བྱུགས། །

འདི་དག་གིས་ཀྱང་རེ་ཞིག་འཕེལ་འགྱུར་ལ། །

ཞི་བ་ལྷ་ངས་བསྟན་བཅས་འདི་བརྟམས་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། སྤར་  
ཤེས་ཟེན་པ་རྣམས་མི་ཉམས་ཤིང་འཕེལ་བའི་དོན་དུ་རང་གི་ཡིད་ལ་སྟོམ་  
པའི་ཆེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདི་ཞེས་པའི་ཉེ་ཆོག་སྟོས་པ་ནི། སྟོབ་དཔོན་  
ཀྱི་བྱུགས་ལ་རྫོགས་པ་ལ་དགོངས་པའམ་ཡང་ན་འདི་བརྟམས་པ་ཡིན་གྱི་  
རྫོགས་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་ཐ་ཆོག་གོ་རང་གི་དོན་དུ་ཚུལ་ན་རང་  
གིས་ཁོང་དུ་མ་ཆུད་ན་བསྟན་བཅས་ཚུལ་པར་མི་རིགས་ལ་ཁོང་དུ་ཆུད་ན་  
དེ་ཉིད་གོམས་པར་རིགས་མོད། བསྟན་བཅས་བརྟམས་ཅི་དགོས་ཞེ་ན་སྟོན་  
མེད་དེ། དགེ་བ་རྒྱ་ཆེན་པོ་ལ་སྤར་ནས་བྱུགས་པ་རྒྱན་མ་ཆད་པར་སྟོམ་པའི་  
ཕྱིར་ཡིན་ལ་བསྟན་བཅས་སུ་བཀོད་པས་ཀྱང་ཡིད་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་

བར་འགྱུར་བས། བདག་གི་དད་པ་དང་ཤེས་རབ་དང་སྦྱང་རྩེ་ལ་སོགས་པའི་  
ཤུགས་བསྟན་བཅོས་སུ་བཀོད་པ་འདི་དག་གིས་ཀྱང་རེ་ཤིག་དང་པོར་རང་  
གི་རྒྱད་ལ་འཕེལ་བར་འགྱུར་ལ་དེ་ནས་བསྟན་བཅོས་འདི་མཐོང་བའི་སྐལ་  
མཉམ་གཞན་གྱིས་ཀྱང་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་འགྱུར་རོ། །རེ་ཤིག་དང་ལ་ཞེས་  
པའི་ཆོག་གི་རུས་པས་གཞན་པན་པ་འཕེན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ།

གསུམ་པ་(སྐལ་པ་མཉམ་པ་གཞན་གྱི་ཡང་དོན་དུ་འགྱུར་བར་བསྟན་པ་)ནི།

བདག་དང་སྐལ་བ་མཉམ་པ་གཞན་གྱིས་ཀྱང་། །

ཅི་སྟེ་འདི་དག་མཐོང་ན་དོན་ཡོད་འགྱུར། །

གཞན་གྱི་དོན་དུ་ཡང་ངེས་པར་འགྱུར་ཏེ། བདག་དང་སྐལ་བ་མཉམ་  
ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་གང་ཟག་གཞན་གྱིས་ཀྱང་ཅི་སྟེ་གཞུང་དུ་བཀོད་པ་འདི་  
དག་མཐོང་ན་རང་ཉིད་བཞིན་དུ་དོན་ཡོད་པར་འགྱུར་བས་སོ། །

འགྲེལ་ཆེན་དུ་ཅི་སྟེ་ཞེས་བཤད་ནས་རང་དོན་དུ་བྱེད་བ་སྤྱིང་བས་  
གྲུབ་ལ་གཤེད་ཏེ་གཞན་གྱིས་མཐོང་ཡང་དོན་ཡོད་ཅེས་བཤད་པ་ནི། དོན་འདྲ་  
སྟེ་དོན་ནི་གཞན་དོན་དུ་བསྟན་བཅོས་རྩིས་པའི་དགོས་པ་བཤད་པ་ཡིན་ནོ།  
སྤྱིར་དགོས་འབྲེལ་གྱི་དོན་བསྟན་པ་ཡང་བསྟན་བཅོས་འདི་ལ་གཞན་དག་  
འདུག་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་བསྟན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(ལམ་གྱི་རིམ་པ་བཤད་པ་དངོས་)ལ་གཉིས།

དལ་འབྱོར་གྱི་ཉེན་ལ་སྦྱང་པོ་སྤང་བའི་སྤྱིར་བསྐྱལ་བ་དང་། སྦྱང་པོ་  
ཇི་སྟེ་ལེན་པའི་ཚུལ་བཤད་པའོ། །



དང་པོ་(དལ་འབྱོར་གྱི་རྟེན་ལ་སྟོང་པོ་སྤང་བའི་ཕྱིར་བསྟེན་པ་)ནི།

དལ་འབྱོར་འདི་ནི་རྟེན་པར་ཤིན་ཏུ་དཀའ། །

དལ་འབྱོར་ཐོབ་པའི་རྟེན་འདི་ལ་ངེས་པར་དམ་པའི་ཆོས་སྐྱབ་དགོས་  
ཏེ། ཆོས་བཅོ་བརྒྱད་དང་ལྡན་པའི་དལ་འབྱོར་འདི་ནི་རྟེན་པ་ཤིན་ཏུ་དཀའ་  
སྟེ་དེའི་རྒྱ་བསྐྱབ་པ་ཤིན་ཏུ་དཀོན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། མི་ལུས་ཙམ་ཞིག་ཐོབ་པ་ལ་  
ཡང་ཚུ་ལ་བྲིམས་སྒྲ་གཅིག་བསྐྱང་དགོས་ལ། དལ་འབྱོར་བྱད་བར་ཅན་ཐོབ་  
པ་ལ་ཚུ་ལ་བྲིམས་ནམ་པར་དག་པས་གཞི་གཟུང་། སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པར་  
གོགས་བྱས་སྟོན་ལམ་ངེ་མ་མེད་པས་མཆོམས་སྦྱར་བ་དགོས་ན་དེ་བསྐྱབ་  
པ་ཤིན་ཏུ་རྟེན་དཀའ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དལ་འབྱོར་དོན་ཆེ་བ་བསམ་པ་ནི།

སྦྱིས་བྱའི་དོན་སྐྱབ་ཐོབ་པར་གྱུར་པ་ལ། །

གལ་ཏེ་འདི་ལ་པན་པ་མ་བསྐྱབས་ན། །

ཕྱིས་འདི་ཡང་དག་འབྱོར་པར་གལ་འབྱུང་། །

དལ་འབྱོར་ཐོབ་པའི་རྟེན་འདི་ལ་སྦྱིས་བྱའི་འདོད་དོན་སྐྱབ་དགོས་  
ཏེ་སྦྱིས་བྱའི་དོན་མངོན་མཐོ་དང་ངེས་ལེགས་སྐྱབ་རུས་པའི་རྟེན་ཐོབ་པར་  
གྱུར་པ་ལ། བཙོན་བ་ཆེན་པོས་བསྐྱབ་པར་བྱ་སྟེ་གལ་ཏེ་མི་འཆི་བའི་འདུ་  
ཤེས་སོགས་ཀྱིས་རྟེན་འདི་ལ་ཕྱི་མ་པན་ཆད་ཀྱི་པན་པ་མ་བསྐྱབས་ན་ཕྱིས་  
རྟེན་འདི་ཡང་དག་པར་འབྱོར་པར་གལ་འབྱུང་ཏེ། རང་ཅག་མི་ཁོམ་པའི་  
གནས་སུ་གནས་པ་ཤིས་ཆེ་ལ་དེ་ནས་བདེ་འགོད་རྒྱ་བསྐྱབ་པ་ཤིན་ཏུ་

དགོན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དལ་འབྱོར་རྟེན་དཀར་བའི། བཤེས་སྤྱིང་ལས། རྒྱ་མཚོ་ཆེར་  
གཡངས་གཉེན་ཤིང་བྱག་པ་དང་། །རུས་སྤལ་ཕྱང་པ་ལས་ཀྱང་དུད་འགྲོ་  
ལས། །མི་ཉིད་ཆེས་ཐོབ་དཀར་བས་མི་དབང་གིས། །དམ་ཚོས་སྤྱད་པས་  
དེ་འབྲས་མཆིས་པར་མངོད། །ཅེས་སོ། །མི་ཁོམ་པ་བརྒྱད་སྤངས་པ་ནི་དལ་  
བ་སྟེ་མི་ཁོམ་པ་བརྒྱད་ནི་བཤེས་སྤྱིང་ལས། །ལོག་པར་སྟ་བ་འཛིན་དང་དུད་  
འགྲོ་ཉིད། །ཡི་དྲགས་ཉིད་དང་དཔྱལ་བར་སྦྱེ་བ་དང་། །རྒྱལ་བའི་བཀའ་མེད་  
པ་དང་མཐའ་འཁོབ་ཏུ། །ལྷ་ལྷོར་སྦྱེ་བ་སྟེན་ཞིང་སྤྲུགས་པ་ཉིད། །ཆེ་རིང་སྟ་  
ཉིད་གང་ཡང་རུང་བར་ནི། །སྦྱེ་བ་ཞེས་བགྲེ་མི་ཁོམ་སྟེན་བརྒྱད་པོ། །དེ་དག་  
དང་བྲལ་ཁོམ་པ་རྟེན་ནས་ནི། །སྦྱེ་བ་ལྷོག་པའི་སྤྱད་དུ་འབད་པར་མངོད། །  
ཅེས་སོ། །གནས་བརྒྱད་པོ་དེ་དག་ཏུ་དགོ་བ་བྱ་བའི་དལ་བ་མེད་པས་མི་  
ཁོམ་པ་ཞེས་བྱའོ། །

འབྱོར་བ་བཅུ་ནི་ཉན་ཐོས་གྱིས་ལས། རང་འབྱོར་ལྟ་ནི། མི་ཉིད་  
དབྱས་སྦྱིས་དབང་པོ་ཆང་། །ལས་མཐའ་མ་ལོག་གནས་ལ་དད། ཅེས་ཏེ་  
ལས་མཐའ་མ་ལོག་པ་ནི་མཆམས་མེད་བྱས་སམ་བྱེད་དུ་བཅུག་པ་མ་ཡིན་  
པ་དང་། གནས་ལ་དད་པ་ནི་སྟེ་སྟོན་གསུམ་ལ་དད་པའོ། །གཞན་འབྱོར་ལྟ་  
ནི་ཉིད་ལས། །སངས་རྒྱས་འབྱོར་དང་དམ་ཚོས་སྟོན། །བསྟན་པ་གནས་དང་  
དེ་རྗེས་འདུག །གཞན་ཕྱིར་སྦྱིང་ནི་བཅེ་བའོ། །ཞེས་བཤད་དོ། །

གཉིས་པ་(སྒྲིང་པོ་རྩི་ལྷར་ལེན་པའི་ཚུལ་བཤད་པ་)ལ་གཉིས།

སྒྲིའི་རྣམ་གཞག་དང་། སོ་སོའི་དོན་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་(སྒྲིའི་རྣམ་གཞག་)ནི།

བསྟན་བཅོས་འདིས་སྒྲིས་བྱ་ཆེན་པོའི་བསམ་པ་སྒྲོང་བའི་ཡན་ལག་  
ཏུ་སྒྲིས་བྱ་ཆུང་འབྲིང་གི་བསམ་པ་སྒྲོང་བ་སྟོན་དུ་བཏང་ནས། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་དེ་སྒྲོང་བ་སྒྲིན་པ་ལ་སོགས་པའི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་  
པ་དུག་ལ་བསྐྱབས་ནས། སངས་རྒྱ་བའི་ལམ་ཀྱི་རིམ་པ་རྫོགས་པར་སྟོན་  
པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་ཐོག་མར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་དེའི་  
པན་ཡོན་ལེགས་པར་བསམས་ནས་སྟོ་ཤུགས་ལྷག་པར་འཕེལ་བ་ཞིག་  
དགོས་པ་ལེའུ་དང་པོས་སྟོན་ལ་སྒྲིས་བྱ་ཆུང་འབྲིང་གི་བསམ་པ་སྒྲོང་བ་  
དེའི་ཡན་ལག་ཏུ་འཆད་དོ། །

དེ་ནས་བྱམས་པ་དང་སྒྲིང་རྩིའི་ཅ་བ་ཅན་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་མཆོག་  
ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་འཁོར་ལོ་སྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོ་སྐྱར་འབྲེན་པའི་གནས་  
ཁང་སོགས་བྱི་དོར་བྱེད་པ་བཞིན་དུ་འགལ་རྒྱུན་སྒྲིབ་པ་བཤགས་པ་དང་།  
མཐུན་རྒྱུན་ཆོགས་བསགས་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཟུང་དགོས་པའི་སྒྲ་  
མ་ལེའུ་གཉིས་པ་དང་། བྱི་མ་ལེའུ་གསུམ་པས་བསྟན་དོ། །

སེམས་བསྐྱེད་ནས་སྒྲོང་ལ་སྟོབ་པའི་དགེ་བ་རྣམས་མི་ཉམས་པའི་  
ཡན་ལག་བག་ཡོད་བསྟེན་དགོས་པ་ལེའུ་བཞི་པས་བསྟན་ལ། བར་བྱིན་  
དུག་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཚུལ་ནི་འོག་མ་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ་དེ་ལ་བྲན་པ་

དང་ཤེས་བཞིན་བསྐྱང་བའི་སྟོན་ས་ཚུལ་བྲིམས་ལ་སྟོབ་བའི་ཚུལ་རྒྱས་པར་  
ལེ་ཏུ་ལྟ་བས་བསྟན་ལ། བཟོད་པ་དང་བཙོན་འགྲུས་དང་བསམ་གཏན་དང་  
ཤེས་རབ་ལ་སྟོབ་ཚུལ་དེ་ནས་ལེ་ཏུ་བཞིས་རིམ་བཞིན་བསྟན་རྟོ། །

ལེ་ཏུ་བཅུ་པས་ལུས་ལོངས་སྟོན་དག་ཙ་རྣམས་གཞན་ལ་གཏོང་བའི་  
སེམས་པ་སྟོང་ཚུལ་རྒྱས་པར་བསྟོབས་བྱུང་བར་དུ་བྱས་ནས་སྟོན་པས་  
སྟོན་པ་ལ་སྟོབ་ཚུལ་རྒྱས་པར་ལེ་ཏུ་བཅུ་པས་སྟོན་ལ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
གཟུང་བ་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཡང་སྟོན་རྟོ། ། །འབྲས་བུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
གནས་ཚུལ་ལེ་ཏུ་དགྲ་པས་བསྟན་རྟོ། །

གཉིས་པ་(སོ་སའི་དོན་བཤད་པ་)ལ་གཉིས།

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྟོམ་པའི་པན་ཡོན་བསམ་པ་དང་། སེམས་  
གཉིས་བསྐྱེད་ནས་སྟོན་པ་ལ་སྟོབ་པའི་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་(བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྟོམ་པའི་པན་ཡོན་བསམ་པ་)ལ་གཉིས།

ལེ་ཏུ་འི་གཞུང་བཤད་པ་དང་། ལེ་ཏུ་འི་མཆན་ནོ། །

དང་པོ་(ལེ་ཏུ་འི་གཞུང་བཤད་པ་)ལ་གཉིས།

སྡིག་པ་སྟོང་ཞིང་དག་བ་སྐྱབ་རིགས་པར་གདམས་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་  
ཀྱི་སེམས་ཀྱི་པན་ཡོན་རྒྱས་པར་བསམ་པ་ལོ། །

དང་པོ་(སྡིག་པ་སྟོང་ཞིང་དག་བ་སྐྱབ་རིགས་པར་གདམས་པ་)ནི།

རི་ལྟར་མཆན་མོ་ཐུན་ནག་སྟོན་རུམ་ནས། །

སྟོག་འགྲུ་སྐད་ཅིག་བར་སྒྲང་སྟོན་པ་ལྟར། །

དེ་བཞིན་སངས་རྒྱས་མཐུ་ཡིས་བརྒྱ་ལམ་ན། །

འཇིག་རྟེན་བསོད་ནམས་སྟོ་གྲོས་ཐང་འགའ་འབྱུང་།།

དེ་ལྟས་དགོ་བ་ཉམས་ཆུང་ཉིད་ལ་རྟག །

རང་ཅག་དགོ་བ་ཉམས་ཆུང་ཞིང་སྡིག་པ་སྟོབས་ཆེ་བའི་དུས་འདིར་  
སྡིག་པའི་གཉེན་པོར་བསྟོམ་པ་ལ་འབད་པར་རིགས་ཏེ་རི་ལྟར་ཏེ་དཔེར་ན་  
མཚན་མོ་ཐུན་ནག་སྟེན་རུམ་ནས་སྟོག་འགྱུར་བའི་རྒྱུ་གྱིས་དུས་སྐད་ཅིག་  
ཙམ་གཟུགས་རབ་ཏུ་སྒྲང་བ་སྟོན་པ་ལྟར། དེ་བཞིན་དུས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
མཐུ་ཡིས་བརྒྱ་ལམ་ན་འཇིག་རྟེན་པ་ནམས་ལ་བསོད་ནམས་བྱ་སྟམ་པའི་  
དགོ་བ་སྟུབ་པའི་སྟོ་གྲོས་ཐང་འགའ་ཙམ་འབྱུང་གོ། དུས་རྒྱུན་དུ་མི་འབྱུང་  
ལ་རྒྱ་མཚན་དེ་ལྟ་བུས་ན་དགོ་བ་ཉམས་ཆུང་བ་ཉིད་ལ་དུས་རྟག་ཏུ་གནས་  
པ་དང་། སྟེན་རུམ་གྱི་ཐུན་པ་དང་འབྲེལ་བར་ངན་འགྲོ་བ་སྦྱེད་པའི་སྡིག་ཆེན་པ་  
སྟོབས་ཆེན་པོ་ཐུབ་པར་དགའ་ཞིང་། འཇིགས་པ་ཆེན་པོ་བསྦྱེད་པས་ཤིན་  
ཏུ་མི་བཟད་པ་ཡོད་པའི་དུས་སུ་ཤེས་པར་བྱས་ལ། དགོ་བ་སྟུབ་ཅིང་སྡིག་པ་  
སྟོང་བ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །དགོ་བ་ཉམས་ཆུང་ཉིད་ལ་རྟག་ཅས་བ་དུས་ལ་  
འགྲེལ་པས་བཤད་ལ་དགོ་བ་མཐུ་ཆུང་བ་དང་སྡིག་པ་སྟོབས་ཆེ་བའི་སྟུབས་  
སུ་ཤེས་པར་བྱ་བའི་དོན་དུ་ཡང་བཤད་དོ། །

གཉིས་པ་(བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་པན་ཡོན་རྒྱས་པར་བསམ་པ་)ལ་བཞི།

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་པན་ཡོན་བཤད་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
ངོས་བཟུང་བ་དང་། དེ་ལ་པན་ཡོན་དེ་དག་འབྱུང་བའི་རྒྱ་མཚན་དང་། བྱང་



ཚུབ་གྱི་སེམས་སྒྲོམ་པའི་གང་ཟག་ལ་བསྟོད་པའོ། །

དང་པོ་(བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་གྱི་ཕན་ཡོན་བཤད་པ་)ལ་གསུམ།

སྡིག་པ་མཐའ་དག་འཛོམས་ཤིག་དགོ་བ་མཐའ་དག་བསྐྱབ་རུས་པ་  
དང་། མིང་དང་དོན་བྱུང་པར་ཅན་ཐོབ་པ་དང་། ཕན་ཡོན་དཔེས་བཤད་པའོ།

དང་པོ་(སྡིག་པ་མཐའ་དག་འཛོམས་ཤིག་དགོ་བ་མཐའ་དག་བསྐྱབ་རུས་པ་)ལ་གསུམ།

སྡིག་པ་ཆེན་པོ་འཛོམས་པ་དང་། བདེ་བ་ཆོག་བསྐྱབ་རུས་པ་དང་། ཇི་  
ལྟར་འདོད་པའི་དོན་བསྐྱབ་རུས་པའོ། །

དང་པོ་(སྡིག་པ་ཆེན་པོ་འཛོམས་པ་)ནི།

སྡིག་པ་སྟོབས་ཆེན་ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་པ། །

དེ་ནི་རྫོགས་པའི་བྱང་ཚུབ་སེམས་མིན་པ། །

དགོ་བ་གཞན་གང་གིས་བྱེད་ཀྱིས་གཞོན་པར་འགྱུར། །

བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་གཉིས་བསྒྲོམ་པ་ལ་འབད་པར་རིགས་ཏེ། དཔྱལ་  
བའི་རྒྱ་ལ་སོགས་པའི་སྡིག་པ་མི་བཟད་པ་དེ་ནི་རྫོགས་པའི་བྱང་ཚུབ་གྱི་  
སེམས་མིན་པ་དགོ་བ་གཞན་གང་གིས་བྱེད་ཀྱིས་གཞོན་མི་རུས་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །དོན་དམ་སེམས་བསྐྱེད་གྱིས་སྐྱེབ་པའི་ས་བོན་སྟོང་བའི་རུས་པ་  
ཡོད་པ་འདིར་བཤད་བྱའི་གཙོ་བོ་མ་ཡིན་གྱི། འདིར་ནི་ཀུན་རྫོབ་སེམས་  
བསྐྱེད་གྱིས་ངན་འགྲོའི་རྒྱ་སྒྲར་བསགས་འདག་ཅིང་སྤྱི་མ་རྒྱན་གཙོད་པར་  
བྱེད་པའི་ཕན་ཡོན་བསྟན་ཏོ། །

གཉིས་པ་(བདེ་བ་ཆོག་བསྟུན་རྒྱས་པ་)ནི།

བསྐྱལ་པ་དུ་མར་རབ་དགོངས་མཛད་པ་ཡི། །

ཐུབ་དབང་རྣམས་ཀྱིས་འདི་ཉིད་པན་པར་གཟིགས།།

འདིས་ནི་ཆད་མེད་སྐྱེ་བོའི་ཆོག་ས་རྣམས་ཀྱིས། །

བདེ་མཆོག་བདེ་སྟག་ཉིད་དུ་ཐོབ་པར་བྱེད། །

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱོམ་པ་ལ་འབད་པར་རིགས་ཏེ། བསྐྱལ་པ་  
གྲངས་མེད་དུ་མར་སེམས་ཅན་ལ་པན་པའམ་ཐབས་ལ་རབ་ཏུ་དགོངས་ཤིང་  
སེམས་པར་མཛད་པའི་ཐུབ་དབང་རྣམས་ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་  
པ་འདི་ཉིད་སེམས་ཅན་ལ་པན་པར་གཟིགས་ཤིང་། སེམས་བསྐྱེད་པ་འདི་  
ནི་སེམས་ཅན་ཆད་མེད་པའི་སྐྱེ་བོའི་ཆོག་ས་རྣམས་ཀྱིས་བདེ་བ་མཆོག་སྐྱ་  
འབལ་བ་ལ་སོགས་པའི་དཀའ་སྤྱད་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པར་ལམ་བདེ་བས་བདེ་  
སྟག་ཉིད་དུ་ཐོབ་པར་བྱེད་རྒྱས་པའི་ས་བོན་ལྟ་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །བདེ་  
ནས་བདེ་བར་འགོ་བ་ལ། །སེམས་ཤེས་སུ་ཞིག་སྐྱིད་ལྷག་འབྱུང་། །ཞེས་  
འཆད་པ་ལྟར་རོ། །

གསུམ་པ་(རི་ལྟར་འདོད་པའི་དོན་བསྟུན་རྒྱས་པ་)ནི།

སྤྱིད་པའི་སྟུག་བསྐྱལ་བརྒྱ་ཕྱག་གཞོམ་འདོད་ཅིང་། །

སེམས་ཅན་མི་བདེ་བསལ་བར་འདོད་པ་དང་། །

བདེ་མང་བརྒྱ་ཕྱག་སྤྱིད་པར་འདོད་པས་བྱང་། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་ཉིད་ཏྲག་ཏུ་བཏང་མི་བྲ།

རང་བཞན་ཀྱན་ལ་པན་པའི་ཐབས་མཆོག་ཡིན་པས་སེམས་དེ་ཉིད་  
བསྐྱོམ་པར་རིགས་ཏེ། སྐྱེས་བྱ་འབྲིང་གི་བསམ་པ་སྦྱངས་པས་རང་རྒྱུད་ཀྱི་  
སྤྱིད་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་བརྒྱ་ཕྱག་གཞིམ་འདོད་ཅིང་སྐྱེས་བྱ་ཆེན་པོའི་བསམ་  
པ་སྦྱངས་པས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མི་བདེ་བ་བསལ་བར་འདོད་པ་  
དང་། མདོན་མཐོ་དང་ངེས་ལེགས་ཀྱི་བདེ་མང་བརྒྱ་ཕྱག་སྒྲིབ་པར་འདོད་  
པས་ཀྱང་ཐབས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་གཞན་མེད་པས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཉིད་  
བསྐྱེད་པར་བྱ་ཞིང་དུས་ཏྲག་ཏུ་བཏང་བ་སྟེ་ཉམས་པར་མི་བྲའོ། །

གཉིས་པ་(མིང་དང་དོན་ཁྱད་པར་ཅན་ཐོབ་པ་)ནི།

བྱང་ཆུབ་སེམས་སྐྱེས་གྱུར་ན་སྐད་ཅིག་གིས།

འཁོར་བའི་བཙོན་རར་བསྐྱམས་པའི་ཉམ་ཐག་ནམས།

བདེ་གཤེགས་ནམས་ཀྱི་སྤྲས་ཞེས་བརྗོད་བྱ་ཞིང་།

འཇིག་རྟེན་སྣ་མིར་བཅས་པའི་ཕྱག་བྱར་འགྱུར།

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་འབད་པར་རིགས་ཏེ། སྒྲོན་པ་དང་  
འདུག་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྐྱེས་པར་གྱུར་ན་དེ་མ་ཐག་པའི་སྐད་ཅིག་  
གིས་མིང་ཁྱད་པར་ཅན་བདེ་བར་གཤེགས་པ་ནམས་ཀྱི་སྤྲས་ཞེས་བརྗོད་  
པར་བྱ་ཞིང་མིང་གི་དོན་ཁྱད་པར་ཅན་འཇིག་རྟེན་པ་སྣ་མིར་བཅས་པ་ཐལ་  
མོ་སྒྲོར་བ་དང་། ཕྱག་བྱ་བར་འོས་པའི་གནས་སུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །ས་



ཆེན་པོ་ལ་བཞུགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་འབའ་ཞིག་ཡོན་ཏན་  
དེ་དག་དང་ལྡན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ལས་ཉོན་གྱི་དབང་གིས་འཁོར་བའི་བཙོན་  
རང་བསྐྱམས་པའི་ཉམས་ཐག་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་སེམས་བསྐྱེད་ན་དེ་མ་  
ཐག་ཕན་ཡོན་དེ་དག་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གསུམ་པ་(ཕན་ཡོན་དཔེས་བཞད་པ་)ལ་དྲུག །

དམན་པ་མཆོག་ཏུ་བསྐྱུར་བའི་དཔེ། རྟེན་དཀའ་ཞིང་རིན་ཐང་ཆེ་བའི་  
དཔེ། འབྲས་བུ་མི་ཟད་ཅིང་འཕེལ་བའི་དཔེ། འཛིགས་པ་ཆེན་པོ་ལས་སྐྱོབ་  
རུས་པའི་དཔེ། སྒྲིག་པ་ཆོགས་མེད་པར་འཛོམས་པའི་དཔེ། ཕན་ཡོན་མདོ་  
ལས་བསྟན་པའི་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་(དམན་པ་མཆོག་ཏུ་བསྐྱུར་བའི་དཔེ་)ནི།

གསེར་འགྲུར་ཅི་ཡི་རྣམ་པ་མཆོག་ལྟ་བུ། །

མི་གཙང་ལུས་འདི་སྤངས་ནས་རྒྱལ་བའི་སྒྲ། །

རིན་ཆེན་རིང་ཐང་མེད་པར་བསྐྱུར་བས་ན། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་ཞེས་བྱ་བ་རབ་བརྟན་བྱང་། །

ཕན་ཡོན་འདི་དག་བསམས་ནས་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཞེས་བྱ་བ་  
སྤངས་ནས་མི་ཉམས་པར་རབ་ཏུ་བརྟན་པར་བབྱང་ཞིག་སྟེ་བབྱང་བར་སྟེ།  
གསེར་འགྲུར་ཅི་ཡི་རྣམ་པའི་མཆོག་གསེར་འགྲུར་གྱི་ཅི་སྤང་གཅིག་གིས་  
ལྷགས་སྤང་སྟོང་གསེར་དུ་བསྐྱུར་བར་རུས་པ་ལྟ་བུར་རྒྱ་དང་ངོ་བོའི་སྟོ་

ནས་ཀྱང་མི་གཙང་བའི་ལུས་འདི་སྤངས་ནས་དེ་ཉིད་རྒྱལ་བའི་སྐུ་རིན་ཆེན་  
རིན་ཐང་མེད་པར་སེམས་དེ་ཉིད་ཀྱིས་བསྐྱར་བས་ནའོ། །སྤྱིང་པོ་བཀོད་  
པ་ལས། དདུལ་ཆའི་རིགས་གསེར་དུ་སྤྱང་བ་ཞེས་བྱ་བ་སྤང་གཅིག་གིས་  
ལྷགས་སྤང་གསེར་དུ་བསྐྱར་རུས་པ་དཔེར་མཛད་ནས་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་  
པན་ཡོན་གསུངས་པ་བསྐྱས་པའོ། །

གཉིས་པ་(རྟེན་དཀའ་ཞིང་རིན་ཐང་ཆེ་བའི་དཔེ་)ནི།

འགྲོ་བའི་དེད་དཔོན་གཅིག་ཕུ་ཆད་མེད་སྟོས། །

ལེགས་པར་ཡོངས་སུ་བརྟགས་ན་རིན་ཆེ་བས། །

འགྲོ་བའི་གནས་དང་བྲལ་བར་འདོད་པ་ནམས། །

རིན་ཆེན་བྱང་ཆུབ་སེམས་ལེགས་བརྟན་པར་བྱངས། །

འགྲོ་བའི་གནས་འཁོར་བའི་རྒྱད་པ་མཐའ་དག་དང་བྲལ་བར་འདོད་  
པ་ནམས་ཀྱིས་རིན་པོ་ཆེ་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་ལྟ་བུའི་རིན་ཆེན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
སེམས་ལེགས་པར་བསྐྱེད་ནས་མི་ཉམས་པར་བརྟན་པར་ག་བྱང་བར་བྱ་  
སྟེ། དེད་དཔོན་མཁས་པས་ཆོང་པ་ནམས་རིན་པོ་ཆེའི་སྤིང་དུ་འབྲིང་པ་ལྟར་  
འགྲོ་བའི་དེད་དཔོན་སྟོ་མེད་པས་གཅིག་ཕུ་སངས་རྒྱས་དང་། ཆད་མེད་  
སྟོས་ཏེ་ཆད་མེད་པའི་སྟོ་གྲོས་གང་ལ་མངའ་བ་དེས་འགྲོ་བའི་དདུལ་བ་སེལ་  
བའི་ཐབས་མཆོག་གང་ཡིན་ལེགས་པར་ཡོངས་སུ་བརྟགས་ན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
སེམས་དེ་ཉིད་རིན་ཆེ་བས་ཏེ་དཀོན་པ་དང་པན་འདོགས་ཆེ་བའི་ཐབས་སུ་

གཟིགས་པའི་ཕྱིར་རོ།

གསུམ་པ་(འབྲས་བུ་མི་ཟད་ཅིང་འཕེལ་བའི་དཔེ་)ནི།

དགོ་བ་གཞན་ཀྱན་ཚུ་ཤིང་བཞིན་དུ་ནི།

འབྲས་བུ་བསྐྱེད་ནས་ཟད་པར་འགྱུར་བ་ཉིད།

བྱང་ཚུབ་སེམས་ཀྱི་ལྗོན་ཤིང་རྟག་པར་ཡང་།

འབྲས་བུ་འབྱེན་པས་མི་ཟད་འཕེལ་བར་འགྱུར།

དགོ་བ་མི་ཟད་ཅིང་འཕེལ་བར་འདོད་པས་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་  
བསྐྱེད་པར་རིགས་ཏེ། བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱིས་མ་ཟེན་པའི་དགོ་བ་གཞན་  
ཀྱན་ཚུ་ཤིང་བཞིན་དུ་ནི་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་ནས་སྤར་ཡང་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་  
པའི་རྒྱས་པ་ཟད་པར་འགྱུར་བ་ཉིད་ཡིན་ལ། དཔག་བསམ་ཀྱི་ཤིང་བཞིན་  
དུ་བྱང་ཚུབ་སེམས་ཀྱི་ལྗོན་ཤིང་རྟག་པར་ཡང་འབྲས་བུ་འབྱེན་པས་མི་ཟད་  
ཅིང་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །སློ་གྲོས་མི་ཟད་པས་  
བསྟན་པའི་མདོ་ལས། རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོར་སྤང་བའི་ཚུའི་ཐིགས་པ་བསྐྱེད་པའི་  
མཐའི་བར་དུ་མི་ཟད་པ་བཞིན་དུ་བྱང་ཚུབ་དུ་བསྐྱེས་པའི་དགོ་བ་ཡང་བྱང་  
ཚུབ་ཀྱི་སྤྲིང་པོ་ལ་ཐུག་གི་བར་དུ་མི་ཟད་བར་གསུངས་སོ། །

བཞི་པ་(སྤྲིག་པ་ཆོགས་མེད་པ་རའཇོ་མས་པའི་དཔེ་)ནི།

སྤྲིག་པ་ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་བྱས་ན་ཡང་།

དཔའ་ལ་བརྟེན་ནས་འཇིགས་པ་ཆེན་པོ་སྟར།

གང་ལ་བརྟེན་ནས་ཡུད་ཀྱིས་སྒྲོལ་འགྱུར་བ། །

དེ་ལ་བག་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་ཅིས་མི་བསྟེན། །

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་པ་དེ་ལ་སྒྲང་དོར་ལ་བཟོད་པ་ལྟར་ལེན་  
པའི་བག་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱ་མཚན་ཅིས་མི་བརྟེན་བརྟེན་པར་རིགས་ཏེ།  
དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་གཞོན་པ་དང་མཚམས་མེད་སོགས་སྒྲིག་པ་ཞིན་  
ཏུ་མི་བཟད་པ་བྱས་ན་ཡང་དབང་པོ་སྟོབས་ལྡན་ལ་བརྟེན་ནས་ལམ་ཀྱི་  
འཛིགས་པ་ཆེན་པོ་སྟོབ་པ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གང་ལ་བརྟེན་ནས་ངན་  
འགྲོའི་འཛིགས་པ་དེ་དག་ཡུད་ཅམ་ཀྱིས་སྒྲོལ་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །

ལྷ་པ་(སྒྲིག་པ་ཆེགས་མེད་པ་རའཛོམས་པའི་དཔེ་)ནི།

དེས་ནི་དུས་མཐའི་མེ་བཞིན་སྒྲིག་ཆེན་རྣམས། །

སྐད་ཅིག་གཅིག་གིས་ངེས་པར་སྒྲིག་པར་བྱེད། །

སེམས་བསྐྱེད་དེ་སྒྲིག་པ་འཛོམས་རུས་པ་ཆེན་པོ་དང་ལྡན་ཏེ།  
སེམས་བསྐྱེད་དེས་ནི་བསྐྱེད་པ་འཛིག་པའི་དུས་མཐའི་མེས་བསམ་གཏན་  
དང་པོ་མན་ཆད་ཀྱི་སྟོན་སྒྲིག་པ་བཞིན་དུ་དཔྱུལ་བ་སྐྱེད་པའི་སྒྲིག་པ་ཆེན་  
པོ་རྣམས་དུས་སྐད་གཅིག་གིས་ངེས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ནི་སྟོང་  
ངེས་ཀྱི་ལས་ཀྱི་རུས་པ་འཛོམས་པར་བྱེད་རུས་ན་མ་ངེས་པ་ལྟ་ཅི་སྟོས་  
སོ། །ཞིང་ཏྲ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་སྟོབས་བཞི་ཆང་བའི་བཤགས་པས་སྟོང་  
ངེས་ཀྱི་ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་ཡང་དག་ཅིང་སྟོང་ངེས་སུ་བཤད་པ་ནི།  
གཉིན་པོའི་སྟོགས་བསྐྱེད་པ་མེད་ན་སྟོང་ངེས་སུ་ལུང་དང་རིགས་པ་དུ་མས་

སྐྱབས་སོ། །

བྱག་པ་(ཕན་ཡོན་མདོ་ལས་བསྟན་པའི་ཚུལ་)ནི།

དེ་ཡི་ཕན་ཡོན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་དག །

བྱམས་མགོན་སློ་དང་ལྡན་པས་ནོར་བཟང་བ་ཤད། །

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་ཕན་ཡོན་དེ་དག་ངེས་པར་འབྱུང་སྟེ། སེམས་  
དེའི་ཕན་ཡོན་དང་བསྐྱགས་པ་དཔག་མེད་དག་བྱམས་མགོན་སློ་དང་ལྡན་པ་  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་སྤྲོད་པོ་བཀོད་པའི་མདོར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
གཞོན་ཏུ་ནོར་བཟང་ལ་སྐྱ་ཇི་བཞིན་པར་བཤད་བའི་ཕྱིར་རོ། །སྤྲོད་པོ་  
བཀོད་པ་ལས། དེགས་ཀྱི་བྱ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་ས་བོན་ལྟ་བུའོ། །འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དཀར་པོའི་ཆོས་རྣམ་  
པར་འཕེལ་བར་བྱེད་པ་ས་ཞིང་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་པ་ནས་བསམ་པ་ཐམས་ཅད་  
ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་པས་བྱམ་པ་བཟང་པོ་ལྟ་བུའོ། །ཉོན་མོངས་པའི་  
དགྲ་པམ་བྱེད་པ་ལ་མདུང་བྱང་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་སོགས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་(བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་རོ་བོ་ངོས་བཟུང་བ་)ལ་གསུམ།

རོ་བོའི་དབྱེ་བ་དང་། དབྱེ་བ་དཔེས་བཤད་པ་དང་། སློན་འཇུག་གཉིས་  
ཀྱི་ཕན་ཡོན་ཀྱི་བྱད་པར་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་(རོ་བོའི་དབྱེ་བ་)ནི།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དེ་མདོར་བསྐྱས་ན། །



ནམ་པ་གཉིས་སུ་ཤེས་བྱ་སྟེ། །

བྱང་ཆུབ་སྒྲོན་པའི་སེམས་དང་ནི། །

བྱང་ཆུབ་འཇུག་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་དེ་ཆོས་ཅན། རོ་བོའི་སྒྲོན་ས་  
མདོར་བསྟུས་ན་ནམ་པ་གཉིས་སུ་ཤེས་བྱ་སྟེ། བྱང་ཆུབ་ལ་དམིགས་  
པའི་སྒྲོན་པའི་སེམས་བསྐྱེད་དང་ནི་བྱང་ཆུབ་ལ་དམིགས་པའི་འཇུག་པ་  
སེམས་བསྐྱེད་ཉིད་ཡིན་ཏེ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་  
ཀྱི་མཆོན་ཉིད། གཞན་གྱི་དོན་དུ་ཡང་དག་པར་རྒྱུགས་པའི་བྱང་ཆུབ་དོན་  
གཉིར་གྱི་འདུན་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་སེམས་སོ། །

དེ་ལ་རོ་བོའི་སྒྲོན་ས་དབྱེ་ན་སྒྲོན་འཇུག་གཉིས་དང་གྲོགས་ཀྱི་སྒྲོན་ས་  
ཉིར་གཉིས་དང་། ས་མཆོམས་ཀྱི་སྒྲོན་ས་ཕྱེ་ན་མོས་དང་ལྷག་བསམ་དག་པ་  
སོགས་བཞིའོ། །སྒྲོན་འཇུག་སེམས་བསྐྱེད་ཙམ་ཞིག་ནི་ཆོགས་ལམ་བྱུང་  
པར་ཅན་མ་ཐོབ་པ་ནས་ཀྱང་ཡོད་ལ། ཆོགས་ལམ་བྱུང་པར་ཅན་ནི་བསྐྱེད་  
པ་གངས་མེད་གསུམ་ནས་སངས་རྒྱའི་ལམ་གྱི་མགོ་ཙམ་པ་མདོན་རྟོགས་  
རྒྱན་ལས་གསུངས་པའི་ཡོན་ཏན་བརྒྱ་ཞེ་བཞིའི་མདོན་པར་རྟོགས་པའི་  
རིགས་མཐའ་དག་ཐོས་བསམ་གྱིས་སྒྲོ་འདོགས་ཆོད་ཅིང་ཐོག་མར་ཉམས་  
སུ་ལེན་རྒྱས་པ་ནས་སོ། །ཁ་ཅིག་སངས་རྒྱས་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་  
མེད་བར་འདོད་པ་ནི་ཁ་ན་མ་ཐོབ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་སྟེ། འཇུག་པ་སེམས་བསྐྱེད་  
མེད་ན་འཇུག་པའི་སྒྲོམ་བ་ཡང་མེད་པར་འགྱུར་ལ་དེ་ལྟ་ན་སངས་རྒྱས་ལ་

སོ་སོ་ཐར་བའི་སྒྲིམ་པ་དང་རིག་པ་འཛིན་པའི་སྒྲིམ་པ་སོགས་ཀྱང་མེད་པར་  
ཁས་ལེན་དགོས་པ་སྒྲིམ་པས་སྒྲིམ་པ་རྒྱན་ཆད་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ། །གཞན་  
ཡང་དོན་དམ་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སེམས་བསྐྱེད་དུ་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཁས་  
སྐྱངས་པ་དང་ཡང་འགལ་ལོ། །འཇུག་སྒྲིམ་དང་འཇུག་པ་སེམས་བསྐྱེད་  
འགལ་ཡང་འཇུག་པ་སེམས་བསྐྱེད་ལེན་པའི་ཆོས་ལས་ལོགས་སུ་འཇུག་  
སྒྲིམ་ལེན་དགོས་པར་འདོད་པ་ནི་མ་གོ་བ་ཆེན་པོ་ཡིན་ནོ། །

ཀུན་རྫོབ་བའི་སེམས་བསྐྱེད་ནི་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱ་སོགས་སངས་རྒྱས་  
ཀྱི་ཀུན་རྫོབ་པའི་སྐྱ་ལ་ཡང་དམིགས་པས་བཞག་ལ། དོན་དམ་པའི་བྱང་  
ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་དོན་དམ་པའི་གནས་ལུགས་མངོན་སུམ་  
དུ་ཉོགས་པའི་སེམས་དེ་ཉིད་ཡིན་ལ། འདི་ལ་དོན་དམ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
སུ་གཞུང་དུ་མར་བཤད་ཀྱི་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་དུ་བཤད་པ་མེད་དོ། །

སྒྲོན་པ་སེམས་བསྐྱེད་ཅམ་ཞིག་ནི་ཆོ་ག་ལ་མི་སྟོས་པར་སྐྱེ་ལ་  
སེམས་དེ་ཉིད་སངས་རྒྱས་མ་ཐོབ་བར་དུ་ནམ་ཡང་མི་གཏང་སྟམ་དུ་དམ་  
བཅའི་ལུགས་རྒྱ་གཉིས་པས་ཟེན་པ་ནི་ཆོ་གས་ལེན་པར་རྫོ་བོ་ཨ་ཉི་ཤའི་  
གདམ་ངག་ལས་གསུངས་ཏེ། དེ་ཡང་ཆེ་འདིར་སེམས་བསྐྱེད་མི་ཉམས་པའི་  
རྒྱ་ལ་བསྐྱབ་པ་དང་ནག་བོའི་ཆོས་བཞི་སྤྱོད་བ་དང་། དཀར་བོའི་ཆོས་བཞི་  
བསྟེན་པ་སོགས་ཆེ་རབས་གཞན་དུ་སེམས་བསྐྱེད་དང་མི་འབྲལ་བའི་རྒྱ་ལ་  
སྒྲོབ་པ་སོགས་སྒྲོན་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་སྒྲོབ་རྒྱས་པ་གཅིག་གིས་ལེན་  
པ་ཡིན་ནོ། །དེ་མ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པར་བྱེད་པའི་ཚུལ་སོགས་རྒྱས་པར་རྗེ་བཙུན་

སྒྲོ་བཟང་གྲགས་པའི་དཔལ་བཟང་པོའི་ཞལ་སྒྲ་ནས་མཛད་པའི་པ་རོལ་དུ་  
ཕྱིན་པའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཆེ་བ་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །

འདུག་པ་སེམས་བསྐྱེད་མ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པར་བྱེད་པའི་ཚུལ་དང་  
བསྐྱབ་བྱ་སོགས་རྒྱས་པར་རྗེ་བཙུན་དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་བྱང་སའི་ཚུལ་  
ཁྲིམས་ལེ་འུའི་རྣམ་བཤད་ལས་ཤེས་པར་བྱ་ཞིང་ཆོག་མངས་སུ་དོགས་  
པས་འདིར་མ་སྒྲོས་སོ། །

གཉིས་པ་(དབྱེ་བ་དཔེས་བཤད་པ་)ནི།

འགྲོ་བར་འདོད་དང་འགྲོ་བ་ཡི། །

བྱེ་བྲག་རི་ལྟར་ཤེས་པ་ལྟར། །

དེ་བཞིན་མཁས་པས་འདི་གཉིས་ཀྱི། །

བྱེ་བྲག་རིམ་བཞིན་ཤེས་པར་བྱ། །

མལ་ན་འདུག་ཀྱང་རུང་ལུས་ཀྱི་འགྲོ་བའི་བྱ་བས་མ་ཟིན་པའི་ཡུལ་  
དེར་འགྲོ་བར་བྱའོ་སྙམ་པའི་ཡུལ་དེར་འགྲོ་བར་འདོད་པའི་སྒྲོ་དང་། ཀྱང་བ་  
འདེགས་འཛོག་སོགས་འགྲོ་བའི་བྱ་བས་ཟིན་པའི་དུས་ཀྱི་ཡུལ་དེར་འགྲོའོ་  
སྙམ་པའི་སྒྲོའི་བྱེ་བྲག་ཡུལ་དེར་འགྲོའི་སྙམ་པའི་སྒྲོར་མཚུངས་ཀྱང་། འགྲོ་  
བའི་བྱ་བས་ཟིན་པ་དང་མ་ཟིན་པའི་བྱེད་པར་ཡོད་པ་རི་ལྟར་ཤེས་པ་ལྟར་  
དཔེ་དེ་བཞིན་དུ་མཁས་པས་སྒྲོན་འདུག་སེམས་བསྐྱེད་འདི་གཉིས་ཀྱི་བྱེ་  
བྲག་རིམ་པ་བཞིན་དུ་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། གཞན་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་



བྱའོ་སྟམ་པའི་སེམས་སུ་མཚུངས་པ་ལ་སྒྱུན་སོགས་པར་བྱེན་གྱི་སྒྲིང་པ་  
ཉམས་སུ་ལེན་པའི་བྱ་བས་བྱེན་པ་ལ་ལྟོས་མི་དགོས་པའི་རིགས་སུ་གནས་  
པ་དང་དེ་ལ་ལྟོས་དགོས་པའི་རིགས་སུ་གནས་པའོ། །

སྒྲིབ་དཔོན་ཀ་མ་ལ་ཤྲི་ལ་སོགས་མཁས་པ་རྣམས་བཞེད་པ་འདྲ་སྟེ་  
མ་སྒྲིས་སོ། །

གསུམ་པ་(སྒྲིན་འཇུག་གཉིས་ཀྱི་པན་ཡོན་གྱི་བྱང་པར་བཤད་པ་)ལ་གཉིས།  
སྒྲིན་སེམས་ཀྱི་པན་ཡོན་དང་། འཇུག་སེམས་ཀྱི་པན་ཡོན་ནོ། །

དང་པོ་(སྒྲིན་སེམས་ཀྱི་པན་ཡོན་)ནི།

འཕགས་པ་བྱམས་པའི་རྣམ་པར་ཐར་བ་ལས། རིགས་ཀྱི་བྱ་འདི་ལྟ་སྟེ་  
དཔེར་ན། རྩོམ་རིན་པོ་ཆེ་ནི་ཆག་ཀྱང་གསེར་གྱི་རྒྱན་བྱང་པར་དུ་འཕགས་  
པ་ཐམས་ཅད་བྱིས་གཞོན་ཞིག རྩོམ་རིན་པོ་ཆེ་འཇུག་ཡང་མི་འདོར་  
ལ་དབུལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རྣམ་པར་བསྒྲིག་གོ། །རིགས་ཀྱི་བྱ་དེ་བཞིན་དུ་  
ཐམས་ཅད་མཐུན་པར་སེམས་བསྐྱེད་པའི་རྩོམ་རིན་པོ་ཆེ་ནན་ཏན་དང་བྲལ་  
ཡང་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གྱི་རྒྱན་ཐམས་ཅད་བྱིས་  
གཞོན་ཞིང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་མིང་ཡང་མི་འདོར་ལ་འཁོར་བའི་  
དབུལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རྣམ་པར་བསྒྲིག་གོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།

བྱང་ཆུབ་སྒྲིན་པའི་སེམས་ལས་ནི། །

འཁོར་ཆེ་འབྲས་བྱ་ཆེ་འབྲུང་ཡང་། །

རི་ལྟར་འཇུག་པའི་སེམས་བཞིན་དུ། །

བསོད་ནམས་རྒྱན་ཆགས་འབྱུང་བ་མིན། །

བྱང་ཆུབ་ཏུ་སྒྲོན་པའི་སེམས་ལས་ནི་འཁོར་བ་ན་གནས་པའི་ཆེ་  
འབྲས་བྱ་ཆེན་པོ་འབྱུང་ཡང་ཇི་ལྟར་འཇུག་པའི་སེམས་ལས་བསོད་ནམས་  
བར་མ་ཆད་དུ་འབྱུང་བ་བཞིན་དུ་བསོད་ནམས་རྒྱན་ཆགས་བར་མ་ཆད་དུ་  
འབྱུང་བ་མིན་ནོ། །

གཉིས་པ་(འཇུག་སེམས་ཀྱི་པན་ཡོན་)ནི།

གང་ནས་བཟུང་སྟེ་སེམས་ཅན་ཁམས། །

མཐའ་ཡས་རབ་ཏུ་སྒྲོལ་བའི་ཕྱིར། །

མི་ལྟོག་པ་ཡི་སེམས་ཀྱིས་སྟ། །

སེམས་དེ་ཡང་དགོ་སྒྲུངས་གྱུར་པ། །

དེང་ནས་བཟུང་སྟེ་གཉིད་ལོག་གམ། །

བག་མེད་གྱུར་ཀྱང་བསོད་ནམས་ལྷགས། །

རྒྱན་མི་འཆད་པར་དུ་མ་ཞིག། །

ནམ་མཁའ་མཉམ་པར་རབ་ཏུ་འབྱུང་། །

གང་ནས་བཟུང་སྟེ་སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་མཐའ་ཡས་པ་འཁོར་བ་  
ལས་རབ་ཏུ་སྒྲོལ་ཞིང་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ལ་དགོད་པའི་ཕྱིར་ཏུ་འཁོར་བ་ཇི་  
སྟེ་པར་གཞན་དོན་ལས་མི་ལྟོག་པའི་སེམས་ཀྱིས་སྟ་འཇུག་སེམས་དེ་

ཡང་དག་པར་སྒྲངས་པར་གྱུར་པ་དུས་དེ་ནས་གཟུང་སྟེ་གཉིད་ལོག་གམ་  
ར་རོ་བ་སོགས་ཀྱི་བག་མེད་པར་གྱུར་ཀྱང་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཤུགས་དུས་  
རྒྱན་མི་འཆད་པར་དུ་མ་ཞིག་ཆད་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པར་རབ་ཏུ་འབྱུང་  
སྟེ། སྟོན་སེམས་ནི་འབྲས་བུ་ལ་དོན་གཉིར་ཅམ་དུ་བད་ལ་འཇུག་སེམས་ནི་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱ་རྩོགས་པ་བསྐྱབ་པས་བེན་པའོ། །

གསུམ་པ་(དེ་ལ་ཕན་ཡོད་དེ་དག་འབྱུང་བའི་རྒྱ་མཚན་)ལ་གཉིས།

ལྷང་དགོད་པ་དང་། རིགས་པས་བསྐྱབ་པའོ། །

དང་པོ་(ལྷང་དགོད་པ་)ནི།

འདི་ནི་འཐད་པ་དང་བཅས་པར། །

ལག་བཟང་གིས་ནི་ཞུས་པ་ལས། །

དམན་མོས་སེམས་ཅན་དོན་གྱི་ཕྱིར། །

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་གསུངས། །

འཇུག་སེམས་འདི་ནི་ཕན་ཡོན་དེ་དག་དང་ལྡན་པར་འཐད་པ་རིགས་  
པ་དང་བཅས་པར་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ལག་བཟང་གིས་ནི་ཞུས་པའི་  
མདོ་ལས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་གསུངས་སོ། །གང་གི་ཆེད་དུ་ན་  
ཉན་ཐོས་རིགས་མ་ངས་པ་ཁ་ཅིག་ཆོགས་རྒྱ་ཆེན་པོ་གསོག་པ་ལ་འཇིགས་  
ཤིང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་སེམས་ལོག་ནས་ཉན་ཐོས་ཀྱི་བྱང་རྒྱལ་དོན་དུ་  
གཉིར་བ་དམན་པ་ལ་མོས་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་གྱི་ཕྱིར་ཏེ། དམན་པ་ལ་

མོས་པ་བསྐྱོག་ནས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་དགོད་པའི་བྱིར་རྟུག་སྤངས་སོ། །

གཉིས་པ་(རིགས་པས་བསྐྱབ་པ་)ལ་གཉིས།

སྟོན་སེམས་ལས་པན་ཡོན་ཐོབ་པའི་འཐད་པ་དང་། འདུག་སེམས་  
ལས་ཐོབ་པའི་འཐད་པ་འོ། །

དང་པོ་(སྟོན་སེམས་ལས་པན་ཡོན་ཐོབ་པའི་འཐད་པ་)ལ་བཞི།

དགེ་བ་སྐྱབ་པའི་བྱེད་ལས་མཐའ་ཡས་པས་པན་ཡོན་ཆེ་བ་དང་། དེ་  
བས་ལྟག་པའི་པན་སེམས་གཞན་མེད་པ་དང་། སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་དེ་  
འདྲ་བའི་པན་སེམས་རང་དོན་དུ་ཡང་མ་སྐྱེས་པ་དང་། མཐུག་བསྐྱས་ཏེ་  
བསྐྱགས་པ་འོ། །

དང་པོ་(དགེ་བ་སྐྱབ་པའི་བྱེད་ལས་མཐའ་ཡས་པས་པན་ཡོན་ཆེ་བ་)ནི།

སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཁྱད་ནད་ཅ་མ། །

བསལ་ལོ་སྦྱུང་དུ་བསམས་ན་ཡང་། །

པན་འདོགས་བསམ་པ་དང་ལྡན་དེ། །

བསོད་ནམས་དཔག་མེད་ལྡན་གྱུར་ན། །

སེམས་ཅན་རེ་རེའི་མི་བདེ་བ། །

དཔག་ཏུ་མེད་པ་བསལ་འདོད་ཅིང་། །

རེ་རེའང་ཡོན་ཏན་དཔག་མེད་དུ། །

བསྐྱབ་པར་འདོད་པ་སྟོས་ཅི་དགོས། །

དེད་དཔོན་མཛའ་བོའི་བྱ་མོ་ལྟར་དམིགས་ནམ་རྒྱ་ཆུང་བ་སེམས་  
ཅན་ནམས་ཀྱི་ལྷད་ནད་ཅམ་བསལ་ལོ་སྟམ་དུ་བསམས་ན་ཡང་གཞན་ལ་  
ཕན་འདོགས་པའི་བསམ་པ་དང་ལྡན་ཏེ། བསོད་ནམས་དཔག་མེད་དང་ལྡན་  
པར་འགྱུར་ན་སེམས་ཅན་རེ་རེའི་མི་བདེ་བ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བསལ་བར་  
འདོད་ཅིང་སེམས་ཅན་རེ་རེའང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དཔག་མེད་ཅན་དུ་  
བསྐྱབ་པར་འདོད་པ་ལ་བསོད་ནམས་མཐའ་ཡས་པ་ཡོད་པ་སྟོས་ཅི་དགོས་  
སོ། །

གཉིས་(དེ་བས་ལྷག་པའི་ཕན་སེམས་གཞན་མེད་པ་)པ་ནི།

པ་འམ་ཡང་ན་མ་ཡང་རུང་། །

སྤྱ་ལ་འདི་འདྲའི་ཕན་སེམས་ཡོད། །

ལྟ་དང་བྱང་སྟོང་ནམས་ཀྱང་རུང་། །

ཆངས་པ་ལ་ཡང་འདི་ཡོད་དམ། །

ཕན་སེམས་འདི་ལྟར་བྱ་འཇིག་རྟེན་ན་བྱ་ལ་ཕན་པར་འདོད་པ་པའམ་  
ཡང་ན་མ་ཡང་རུང་གང་ཟག་གཞན་དུ་ལ་བདེ་བ་མཆོག་བསྐྱབ་པ་འདི་འདྲའི་  
ཕན་སེམས་ག་ལ་ཡོད་ལྟ་དང་བདེན་པར་སྤྱ་བའི་བྱང་སྟོང་ནམས་ཀྱང་རུང་  
ཆད་མེད་པ་བཞིས་གནས་པའི་ཆངས་པ་ལ་ཡང་ཕན་སེམས་འདི་འདྲ་ཡོད་  
བ་མེད་དོ། །

གསུམ་པ་(སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་དེ་འདྲ་བའི་ཕན་སེམས་རང་དོན་དུ་ཡང་མ་སྐྱེས་པ་)ནི།

སེམས་ཅན་དེ་དག་ཉིད་ལ་སྟོན། །

རང་གི་དོན་དུ་འདི་འདྲའི་སེམས། །

མི་ལམ་དུ་ཡང་མ་མིས་ན། །

གཞན་གྱི་དོན་དུ་ག་ལ་སྐྱེ། །

སེམས་ཅན་དེ་དག་ཉིད་ལ་སྟོན་རང་གི་དོན་དུ་འང་འདི་འདྲའི་ཕན་  
སེམས་མི་ལམ་དུ་ཡང་མ་མིས་ན་གཞན་གྱི་དོན་དུ་དངོས་སུ་ག་ལ་སྐྱེ་སྟེ་མ་  
སྟོང་ངོ། །

བཞི་པ་(མཐུག་བསྐྱུས་ཏེ་བསྐྱགས་པ་)ནི།

གཞན་དག་རང་གི་དོན་དུ་ཡང་། །

མི་འབྱུང་སེམས་ཅན་དོན་སེམས་གང་། །

སེམས་ཀྱི་རིན་ཆེན་བྱད་པར་འདི། །

སྒྲ་ན་མེད་པའི་མད་ཅིག་འབྱུང་ས། །

སེམས་ཅན་གཞན་དག་ལ་རང་གི་དོན་དུ་ཡང་སྐྱད་ཅིག་ཅ་མ་ཡང་  
མི་འབྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་སེམས་ཅན་མཐའ་དག་གི་  
བདེ་བ་བསྐྱབ་པ་དང་སྐྱག་བསྐྱེལ་སྟོང་བའི་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་འདོད་  
ཀྱི་སེམས་གང་སེམས་ཀྱི་རིན་ཆེན་བྱད་པར་འཕགས་པ་འདི་སྟོན་མེད་པའི་



མཛད་དུ་བྱང་བ་དོ་མཆར་བ་ཞིག་འབྱུངས་འདི་ལ་གཞན་དག་གིས་ཀྱང་དོ་  
མཆར་བར་བཟུང་ནས་འབད་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(འདུག་སེམས་ལས་ཐོབ་པའི་འཐད་པ་)ལ་གསུམ།  
དངོས་དང་། དེའི་འཐད་པ་དང་། དོགས་པ་བསལ་བའོ། །

དང་པོ་(དངོས་)ནི།

འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་དགའ་བའི་རྒྱ། །

སེམས་ཅན་སྤྱག་བསྐལ་ཅིར་གྱུར་པ། །

རིན་ཆེན་སེམས་ཀྱི་བསོད་ནམས་གང་། །

དེ་ལ་ངི་ལྟར་གཞལ་གྱིས་ལང་། །

སྟོན་པའི་ཕན་ཡོན་གིན་ཏུ་ཆེ་ན་སྟོད་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་བྱ་བས་ཟེན་  
པ་དེ་བས་ཀྱང་ཁྱད་པར་འཕགས་ཏེ། འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་མངོན་མཐོ་དང་ཐར་  
བའི་བདེ་བ་ཐོབ་པར་བྱེད་པས་དགའ་བའི་རྒྱ་དང་སེམས་ཅན་མཐའ་དག་  
གི་སྤྱག་བསྐལ་གྱི་ནད་འཛོམས་པའི་སྟོན་གྱི་ཅིར་གྱུར་པ་ཡིད་བཞིན་གྱི་  
ཁོར་བུ་རིན་ཆེན་ལྟ་བུའི་སེམས་ཀྱི་བསོད་ནམས་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་ཆད་ངི་  
ལྟར་གཞལ་གྱིས་ལང་སྟེ་མཐའ་ཡས་པའི་སྤྱིར་རོ། །དཔའ་བྱིན་གྱིས་ཁྱས་  
པ་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་བསོད་ནམས་གང་། །གལ་ཏེ་དེ་ལ་གཟུགས་  
མཆིས་ན། །ནམ་མཁའི་ཁམས་ནི་ཀུན་བཀའ་སྟེ། །དེ་ནི་དེ་བས་སྤྱག་པར་  
འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་སོ། །རྒྱས་པར་བསྟན་བཅུས་སུ་སྟོང་པོ་བཞུགས་པའི་

མདོ་བྲངས་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(དེའི་འབྲང་པ་)ནི།

ཕན་པར་བསམས་པ་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་། །

སངས་རྒྱས་མཆོད་ལས་བྱུང་འཕགས་ན། །

སེམས་ཙན་མ་ལུས་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །

བདེ་དོན་བཙུན་པ་སྟོས་ཅི་དགོས། །

འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་བསྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་བདག་སངས་རྒྱས་སུ་གྱུར་  
ཅིག་སྟམ་པའི་ཕན་པར་བསམས་པ་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་བྱེ་བ་ཁྲག་ཁྲིག་གི་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་ན་མཆོད་པ་ཇི་སྟེད་ཡོད་པས་སངས་རྒྱས་མཆོད་  
པ་ལས་བསོད་ནམས་བྱུང་པར་འཕགས་པར་ཉིང་ངེ་འཇིན་རྒྱལ་བོ་ལས་  
གསུངས་ན་སེམས་ཙན་མ་ལུས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲ་ན་མེད་པའི་བདེ་བ་སྐྱབ་  
པའི་དོན་དུ་བསྐྱབ་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་བཙུན་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་འབད་པ་ལ་བསོད་  
ནམས་མཐའ་ཡས་བསྟོས་ཅི་དགོས་སོ། །

གསུམ་པ་(དོགས་པ་བསལ་བ་)ནི།

སྟུག་བསྐྱལ་འདོར་འདོད་སེམས་ཡོད་ཀྱང་། །

སྟུག་བསྐྱལ་ཉིད་ལ་མདོན་པར་རྒྱག་

བདེ་བ་འདོད་ཀྱང་གཉི་ལྷག་པས། །



རང་གི་བདེ་བ་དག་ལྟར་འཛོམས། །

སེམས་ཅན་ཉིད་བདེ་བ་འདོད་ཅིང་སྤྱག་བསྐྱེལ་མི་འདོད་ལ་དེ་ལྟར་  
འབད་བས་བདེ་བ་ཐོབ་ཅིང་སྤྱག་ལ་སྤོང་རུས་བས་བདེ་སྤྱག་གི་འདོར་ལེན་  
རང་ཉིད་མཁས་པ་མ་ཡིན་ནམ། གཞན་གྱིས་དེའི་དོན་དུ་བཙོན་ཅི་ཞིག་  
དགོས་ཞེ་ན། དེས་པར་བཙོན་པར་བྱ་དགོས་ཏེ། སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་  
སྤྱག་བསྐྱེལ་འདོར་འདོད་བའི་སེམས་ཡོད་ཀྱང་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་གིས་  
སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱི་རྒྱ་འབའ་ཞིག་བསྐྱབས་པས་འཁོར་བ་མཐའ་མེད་དང་། ངན་  
སོང་གི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཉིད་ལ་མངོན་པར་རྒྱག་ལ་བདེ་བ་འདོད་ཀྱང་དེ་དག་  
གི་ཐབས་ལ་སྤོངས་ཤིང་གཏི་མུག་པས་སྤྱོད་བས་རང་གི་བདེ་བ་དག་ལྟར་  
འཛོམས་པའི་ཚུལ་གྱིས་བདེ་སྤྱག་གི་ཐབས་ལ་ལོག་པར་ཞུགས་པའི་ཕྱིར་  
རོ། །

གང་ཞིག་བདེ་བས་ཐོངས་པ་དང་། །

སྤྱག་བསྐྱེལ་མང་ལྡན་དེ་དག་ལ། །

བདེ་བ་ཀྱན་གྱིས་ཆིམ་པ་དང་། །

སྤྱག་བསྐྱེལ་ཐམས་ཅད་གཙོད་བྱེད་ཅིང་། །

གཏི་མུག་ཀྱང་ནི་སེལ་བྱེད་པ། །

དེ་དང་དགོ་མཚུངས་ག་ལ་ཡོད། །

རྒྱ་མཚན་དེས་ན་བདེ་སྤྱག་གི་ཐབས་ལ་སྤོངས་པའི་སེམས་ཅན་

གང་ཞིག་བདེ་བས་ཐོངས་པ་དང་སྐྱག་བསྐྱེལ་མང་པོ་དང་ལྡན་པ་དེ་དག་  
ལ་མངོན་མཐོ་དང་ངེས་ལེགས་ཀྱི་བདེ་བ་ཀྱན་གྱིས་ཆིམ་པར་བྱེད་པ་དང་།  
སྐྱག་བསྐྱེལ་ཐམས་ཅད་རྒྱན་གཙོད་པར་བྱེད་ཅིང་སྤང་དོར་ལ་སྦྱོངས་པའི་  
གཏི་མུག་ཀྱང་ནི་སེལ་བར་བྱེད་པའི་བྱེད་ལས་ཅན་གྱི་སེམས་དེ་དང་དགོ་  
བ་མཚུངས་པ་གཞན་ག་ལ་ཡོད།

དེ་འདྲའི་བཤེས་ཀྱང་ག་ལ་ཡོད། །

བསོད་ནམས་དེ་འདྲའང་ག་ལ་ཡོད། །

ཕན་པ་ཐམས་ཅད་སྐྱབ་ཅིང་གཞོད་པ་ཐམས་ཅད་ལས་སྐྱོབ་པའི་དེ་  
འདྲའི་བཤེས་ཀྱང་གཞན་ག་ལ་ཡོད། སྤང་དོར་གྱི་གནས་མཐའ་དག་ཕྱིན་ཅི་  
མ་ལོག་པར་སྟོན་པའི་བསོད་ནམས་དེ་འདྲའང་གཞན་ག་ལ་ཡོད་མེད་པས་  
བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །

བཞི་པ་(བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྒྲོམ་པའི་གང་ཟག་ལ་བསྟོད་པ་)ལ་གསུམ།

མ་བཙུལ་ཡང་སྟོང་ཇེ་ཆེན་པོས་དྲངས་ནས་གྲོགས་མཛད་པས་  
བསྐྱགས་པར་འོས་པ་དང་། ཕན་པ་ཅུང་ཟད་བསྐྱབ་པ་ལ་བསྟོད་པར་འོས་  
ན་ཕན་བདེ་མཐའ་དག་བསྐྱབ་པ་ལ་ཆེས་བསྐྱགས་པར་འོས་པ་དང་། ཞིང་  
མཆོག་ཏུ་གྱུར་པས་བསྐྱགས་པར་འོས་པའོ། །

དང་པོ་(མ་བཙུལ་ཡང་སྟོང་ཇེ་ཆེན་པོས་དྲངས་ནས་གྲོགས་མཛད་པས་བསྐྱགས་པར་འོས་པ་)ནི།

ཕན་བྱ་གས་ལན་ལོན་གང་ཡིན་པ། །

དེ་ཡང་རེ་ཞིག་བསྟགས་འོས་ན། །

མ་བཅོལ་ལེགས་པར་བྱེད་པ་ཡི། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྟོས་ཅི་དགོས། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་བསྟོད་ཅིང་བསྟགས་པར་བྱ་བ་ཡིན་  
ཏེ། འཇིག་རྟེན་ན་སྤར་ཕན་བཏགས་པ་ལ་ལན་སྟོན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལའང་  
བྱས་པ་གཞོ་བའི་ཡིན་ནོ་ཞེས་རེ་ཞིག་བསྟགས་པར་འོས་ན་མ་བཅོལ་ཡང་  
སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོས་བྱངས་ནས་ལེགས་པར་བྱེད་པ་ཕན་བདེ་མཐའ་དག་སྐྱབ་  
པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལྟ་མིར་བཅས་པས་བསྟགས་པར་འོས་པ་སྟོས་  
ཅི་དགོས་ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་(ཕན་པ་ཅུང་ཟད་བསྐྱབ་པ་ལ་བསྟོད་པར་འོས་ན་ཕན་བདེ་མཐའ་དག་བསྐྱབ་པ་ལ་ཆེས་བསྟགས་པར་འོས་པ་)ནི།

འགྲོ་བ་ཉུང་ཟད་ནར་མའི་བས་སྟོར་བ། །

སྐད་ཅིག་བས་ཅམ་སྦྱིན་པར་བྱེད་པ་དང་། །

བརྟན་བཅས་ཉིན་བྱེད་འགྲངས་པར་བྱེད་པ་ཡང་། །

དགེ་བ་བྱེད་པ་ཡིན་ཞེས་སྟེ་བོས་བཀྱར། །

སེམས་ཅན་གྲངས་མཐའ་ཡས་ལ་དུས་རིང་དུ། །

བདེ་བར་གཤེགས་ཀྱི་བདེ་བ་སྦྲ་ན་མེད། །

ཡིད་ལ་བསམ་པ་མཐའ་དག་རྫོགས་བྱེད་པ། །

## ཏྲག་ཏུ་སྒྲིབ་པ་ལྟ་ཞིག་སྒྲོས་ཅི་དགོས། །

འཇིག་རྟེན་འགྲོ་བ་ཏུ་བ་ཅད་བརྒྱ་ལ་སོགས་པ་ལ་དངོས་པོ་དམན་པ་  
ནང་མའི་བས་སྒྲོར་བ་དང་། ཏུས་སྒྲིབ་ཅིག་སྟེ་ཡུན་ཐུང་ཏུར་ཁ་བས་ཅམ་  
སྒྲིབ་པར་བྱེད་པ་དང་། སྒྲོར་བ་དམན་པ་བཀྱར་སྟེ་མི་བྱེད་པར་བརྟམས་པ་  
དང་བཅས་པ་དང་པན་པ་ཆུང་བ་ཉིན་བྱེད་འགྲངས་པར་བྱེད་པ་ཡང་དགེ་  
བ་བྱེད་པའི་སྒྲིབ་བདག་ཆེན་པོ་ཡིན་ཞེས་སྒྲུ་བོས་བཀྱར་ན་ཞིང་རྒྱ་ཆེ་བ་  
སེམས་ཅན་གྲངས་མཐའ་ཡས་པ་ལ་འཁོར་བ་དེ་སྤིང་གི་ཏུས་རིང་ཏུ་སྒྲིབ་  
བྱའི་དངོས་པོ་བྱེད་པར་འཕགས་པ་བདེ་བར་གཤེགས་གི་བྱ་བ་མེད་པའི་  
བདེ་བ་སྒྲན་མེད་པ་སྟེར་ཞིང་། པན་འདོགས་གི་བྱེད་པར་ཡིད་ལ་བསམ་པ་  
མཐའ་དག་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་སྒྲོར་བ་གྲུས་པ་དང་བཅས་པས་ཏུས་ཏྲག་  
ཏུ་སྒྲིབ་པར་བྱེད་པ་བཀྱར་བར་འོས་པ་ལྟ་ཞིག་སྒྲོས་ཅི་དགོས་དེས་ནས་  
སེམས་དག་ལྡན་པས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གྲུས་པར་  
བྱའོ།།

གསུམ་པ་(ཞིང་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པས་བསྐྱགས་པར་འོས་པ་)ལ་གསུམ།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་བྱང་བད་ཅམ་ཡང་སྒྲིབ་པར་མི་རིགས་པའི་  
རྒྱ་མཚན་དང་། དད་པ་བསྐྱོམ་པར་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་། དེས་ན་བྱག་  
འཆ་ལ་ཞིང་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བར་འོས་པའོ། །

དང་པོ་(བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་བྱང་བད་ཅམ་ཡང་སྒྲིབ་པར་མི་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚན་)ནི།

གང་ཞིག་དེ་འདྲི་རྒྱལ་སྐས་སྒྲིབ་བདག་ལ། །

གལ་ཏེ་ངན་སེམས་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་དེ། །

ངན་སེམས་བསྐྱེད་པའི་གྲངས་བཞིན་བསྐྱེད་པར་ནི། །

དཔྱལ་བར་གནས་པར་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བ་པས་གསུངས། །

སེམས་ཅན་གང་ཞིག་ཕན་བདེ་མཐའ་དག་སྐྱིན་པར་བྱེད་པ་དེ་འབྲེལ་  
ཀྱིས་སྐྱིན་བདག་མཐར་བྱ་བ་པ་ལ། སྐྱར་པ་འདེབས་ཤིང་གཞོན་པར་  
བྱ་བར་འདོད་པའི་གལ་ཏེ་ངན་སེམས་བསྐྱེད་པར་དེ་སྒྲིག་པའི་ཕྱི་དྲུང་  
བ་ཡིན་ཏེ། ངན་སེམས་བསྐྱེད་པར་བྱེད་ན་རབ་ཏུ་ཞི་བ་རྣམས་པར་ངེས་པ་ཆོ་  
འབྱུང་གི་མདོ་ལས། འཇམ་དཔལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔལ་ལ་ཁོང་ཁྱོད་པའི་སེམས་བསྐྱེད་ཅིང་བརྟན་པའི་སེམས་བསྐྱེད་པ་དེ་  
སྒྲིང་དུ། དེས་བདག་བསྐྱེད་པར་དཔྱལ་བར་གནས་པར་བྱའོ་ཞེས་གོ་ཆ་  
བགོ་བར་བྱའོ། ཞེས་གསུངས་པས་ངན་སེམས་བསྐྱེད་པའི་སེམས་ཀྱི་སྐྱད་  
ཅིག་གི་གྲངས་བཞིན་དུ་གྲངས་དེ་སྐྱེད་ཀྱི་བསྐྱེད་པར་ནི་དཔྱལ་བར་གནས་  
པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་པས་གསུངས་པས་གནས་འདི་ལ་གཟབ་པར་བྱ་སྟེ།  
དད་པའི་སྟོབས་བསྐྱེད་པ་ལ་འཇུག་པའི་ཕྱག་རྒྱའི་མདོ་ལས། གཞུང་གི་  
བྱེ་མ་སྐྱེད་ཀྱི་མཆོད་རྟེན་བཞེག་པའམ་བསྐྱེད་པ་ལས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་  
མོས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ལ་གཞོན་སེམས་སོགས་བསྐྱེད་ན་སྒྲིག་པ་  
ཆེས་གྲངས་མེད་པ་སྐྱེ་བར་གསུངས་ཤིང་། དེའི་ཤེས་བྱེད་དུ་སངས་རྒྱུ་  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ལས་འབྱུངས་པར་གསུངས་པས་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་  
རྒྱ་ལ་གཞོན་པ་བྱས་པས་སྒྲིག་པའི་ཕྱི་དྲུང་བར་གསུང་རབ་དགོངས་

འགྲེལ་དང་བཅས་པ་དུ་མ་ལས་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་(དད་པ་བསྐྱེལ་པར་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚན་)ནི།

འོན་ཏེ་གང་ཞིག་ཡིད་རབ་དང་བྱེད་ན། །

དེ་ཡི་འབྲས་བུ་དེ་བས་ལྷག་པར་འཕེལ། །

འོན་ཏེ་གང་ཟག་གང་ཞིག་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་ཡིད་རབ་ཏུ་དང་  
བར་བྱེད་ན། དད་པ་དེའི་འབྲས་བུ་སྤར་སྤྲིག་པའི་འབྲས་བུ་བཤད་པ་དེ་བས་  
ལྷག་པར་འཕེལ་བ་སྟེ། དང་བའི་སེམས་ཀྱི་སྐད་ཅིག་ཇི་སྟེད་ཡོད་པ་དེ་བས་  
ཀྱང་ཆེས་གངས་མང་བའི་བསྐྱེལ་པར་འབྲས་བུ་བྱུང་པར་ཅན་ཉམས་སུ་  
སྒྲིབ་བར་འགྱུར་ཏེ། དེས་པ་དང་མ་དེས་པ་ལ་འཇུག་པ་ཕྱག་རྒྱའི་མདོ་ལས་  
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

གསུམ་པ་(དེས་ན་ཕྱག་འཆའ་ཞིང་སྐྱབས་སུ་འགོ་བར་འོས་པ་)ནི།

རྒྱལ་སྤྱི་རྣམས་ལ་དོ་གཤམ་ཆེན་པོས་ཀྱང་། །

སྤྲིག་པ་མི་འབྱུང་དགོ་བ་ངང་གིས་འཕེལ། །

རྒྱལ་སྤྱི་ཆེན་པོ་རྣམས་ལ་གཞོན་པ་དང་སྤྱག་བསྐྱེལ་བསྐྱེད་པའི་  
བསམ་པ་སོགས་དོ་གཤམ་ཆེན་པོས་ཏེ་སྤྲིག་པ་བབ་ཀྱང་ཁོང་ཁྱོད་སོགས་  
སྤྲིག་པའི་སེམས་མི་འབྱུང་ཞིང་དགོ་བ་ངང་གིས་འཕེལ་བར་འགྱུར་རོ། །  
འགྲེལ་པ་ལྟར་ན་ཁོང་ཁྱོད་སོགས་ཁོ་བོ་དེར་གནས་པའི་དོན་མེད་དོ་སྙམ་པ་  
ལྟ་བུར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྒྱད་ལ་མི་འབྱུང་བ་ལ་དོ་གཤམ་ཆེན་པོས་མི་



འབྱུང་བར་བཤད་དོ། །དོན་ནི་སེམས་དཔའི་རྣམས་སྟོག་ལ་བབ་ཀྱང་སྒྲིག་  
པ་མི་མཛད་ཅིང་། དགོ་བ་ངང་གིས་འཕེལ་བའི་དོན་ཏོ། །

གང་ལ་སེམས་ཀྱི་དམ་པ་རིན་ཆེན་དེ། །

སྐྱེས་པ་དེ་ཡི་སྐྱེ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ཞིང་། །

གང་ལ་གཞོད་པ་བྱས་ཀྱང་བདེ་འབྲེལ་བ། །

བདེ་བའི་འབྱུང་གནས་དེ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི། །

རྒྱ་མཚན་དེ་བས་ན་གང་ཟག་གང་ལ་སེམས་ཀྱི་དམ་པ་རིན་ཆེན་དེ་  
སྐྱེས་པ་དེའི་སྐྱེ་ལ་སྟོག་སུམ་གྲས་པས་ཕྱག་འཆའ་ཞིང་བཟོད་པའི་ལེ་འུ་  
ནས་འཆད་པར་འབྱུར་བ་དང་། རྒྱལ་པོ་བྱམས་པའི་སྟོབས་ཀྱི་སྐྱེས་རབས་  
ལས་འབྱུང་བའི་གཞོད་སྦྱིན་ལྡན་སྐྱེ་ལུས་ཀྱི་ཁྲག་འབྱུངས་ཀྱང་མཐར་  
འཕགས་པའི་གོ་འཕང་ལ་བཀོད་པ་བཞིན་དུ་སེམས་དཔའ་གང་ལ་གཞོད་པ་  
བྱས་ཀྱང་གཞོད་ལན་མི་བྱེད་པར་མ་ཟད་བདེ་བ་འབའ་ཞིག་བསྐྱེད་པ་དང་  
འབྲེལ་བའི་བདེ་བའི་འབྱུང་གནས་དེ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །

མདོར་བསྡུས་ན་སྒྲགས་དང་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་ལམ་གང་དུ་འཇུག་  
ཀྱང་ཐེག་པ་ཆེན་པོར་འཇུག་པའི་སྟོ་སེམས་བསྐྱེད་ཉིད་ཡིན་པས་སེམས་དེ་  
ཐབས་དུ་མས་འབད་ནས་བསྐྱེད་དགོས་ལ། དེ་བསྐྱེད་པ་ལ་ནི་སྒྲར་བཤད་  
པ་ལྟར་སྟོན་དུ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཕན་ཡོན་བསྟོན་པས་སྙིང་ཐག་པ་ནས་  
ཕན་ཡོན་ལ་སྟོ་ཤུགས་འཕེལ་བ་ཞིག་དང་། ཡན་ལག་བདུན་པ་སྐྱབས་འགོ་

དང་བཅས་པ་དགོས་པར་བྱང་སེམས་ཀྱི་ལམ་ཀྱི་རིམ་པ་སྟོན་པའི་གཞུང་  
མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་བསྟན་བཅོས་འདི་དང་བསྐྱབ་བཏུས་ལས་གསུངས་སོ།།  
དེ་ལྟར་གསུངས་པའི་པན་ཡོན་གྱང་བསྐྱུ་ན་གཉིས་ཏེ་གནས་སྐབས་དང་  
མཐར་ཐུག་གི་པན་ཡོན་ནོ། །

དང་པོ་ལ་ཡང་ངན་འགྲོར་མི་ལྷུང་བ་དང་བདེ་འགྲོར་སྐྱེ་བ་གཉིས་  
ཏེ། སེམས་བསྐྱེད་དེ་སྐྱེས་ན་ངན་འགྲོའི་རྒྱ་སྤར་བསགས་དུ་མ་འདག་པ་  
དང་སྤྲིས་གསོག་པ་རྣམས་རྒྱན་འཆད་པ་དང་བདེ་འགྲོའི་རྒྱ་སྤར་བསགས་  
རྣམས་དེས་ཟིན་པས་རྒྱ་ཆེར་འཕེལ་བ་དང་། གསར་དུ་གསོག་པ་རྣམས་  
གྱང་དེས་ཀྱན་ནས་སྦྲོང་བས་ཟད་པའི་མཐའ་མེད་པའོ། །མཐར་ཐུག་ཐར་  
པ་དང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་རྣམས་གྱང་སེམས་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བདེ་སྐྱབ་  
ཏུ་འགྱུབ་པ་ལ་དེའི་སྟོན་དུ་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་པན་ཡོན་ལ་  
ཐོབ་འདོད་ཀྱི་འདུན་པ་བཅོས་མ་མ་ཡིན་པ་གཅིག་མེད་ན་པན་ཡོན་དེ་དག་  
སེམས་བསྐྱེད་ལས་འབྱུང་བས་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་འབད་པར་བྱའོ་ཞེས་  
སྤྲིས་གྱང་ཆོག་ཅེས་དུ་འགྱུར་བས་རང་གི་རྒྱད་ལ་བརྟགས་ན་ཤིན་ཏུ་གསལ་  
ལོ། །

མདོན་མཐོ་དང་ངེས་ལེགས་ཀྱི་པན་ཡོན་གཉིས་པོ་ལ་ཐོབ་འདོད་  
བསྐྱེད་པ་ལ་སྐྱེས་བུ་རྒྱུང་འབྱེང་གི་བསམ་པ་སྦྲོང་དགོས་ཤིང་། དེ་ནས་  
བྱམས་པ་དང་སྦྱང་རྗེའི་རྩ་བ་ཅན་ཀྱི་བྱང་རྒྱུ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱོམ་པ་ལ་  
འདུག་པ་ཡིན་ནོ། །



དལ་འབྱོར་མི་ལུས་ཐོབ་པའི་སེམས་ལྡན་དག།  
བྱང་ཆུབ་སེམས་གཉིས་འབད་པས་བསྒྲོམ་པ་ནི། །  
དལ་འབྱོར་རྟེན་ལ་སྦྱང་པོ་ལེན་པའི་མཆོག།  
སྟོན་དུ་སེམས་དེའི་པན་ཡོན་འབད་པས་བསྒྲོམ། །  
བསྐྱུ་བའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ། །

གཉིས་པ་(ལེའུའི་མཆོན་)ནི།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོན་པ་ལ་འཇུག་པ་ལས་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་ཀྱི་པན་ཡོན་བཤད་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་ལེའུ་དང་པོའོ།  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོན་པ་ལ་འཇུག་པའི་རྣམ་བཤད་རྒྱལ་སྐས་  
འཇུག་ངོགས་ཞེས་བྱ་བ་ལས། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་པན་ཡོན་བཤད་པ་  
ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་ལེའུ་དང་པོའི་འབྲེལ་བའོ། །

## ལེ་ཏུ་གཉིས་པ། སྒྲིག་པ་བཤམས་པ།

གཉིས་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཉིས་བསྐྱེད་ནས་སྒྲིབ་པ་ལ་སྒྲོབ་པའི་  
ཚུལ་ལ་གཉིས།

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཟུང་བ་དང་། སྒྲིབ་པ་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ལ་སྒྲོབ་  
པའི་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་(བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཟུང་བ་)ལ་གཉིས།

སྒྲིབ་པའི་ཡན་ལག་ཕྱག་དང་མཆོད་པ་དང་སྐྱབས་འགོ་སྒྲིལ་དུ་བཏང་  
སྟེ་སྒྲོབས་བཞི་ཆང་བའི་སྒྲོ་ནས་འགལ་བྱིན་སྒྲིག་པ་བཤམས་པ་དང་། དགོ་  
བ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བ་སོགས་མ་ཐུན་བྱིན་ཆོགས་གསོག་པ་སྒྲིལ་དུ་བཏང་  
སྟེ་སེམས་གཟུང་བ་དངོས་སོ། །

དང་པོ་(སྒྲིབ་པའི་ཡན་ལག་ཕྱག་དང་མཆོད་པ་དང་སྐྱབས་འགོ་སྒྲིལ་དུ་བཏང་སྟེ་སྒྲོབས་བཞི་ཆང་བའི་སྒྲོ་ནས་འགལ་བྱིན་སྒྲིག་པ་བཤམས་པ་)ལ་གཉིས།

ལེ་ཏུ་འེག་ཞུང་བཤམ་པ་དང་། ལེ་ཏུ་འེམ་ཆོན་ནོ། །

དང་པོ་(ལེ་ཏུ་འེག་ཞུང་བཤམ་པ་)ལ་བཞི།

མཆོད་པ་དང་། ཕྱག་དང་། སྐྱབས་འགོ་དང་། སྒྲིག་པ་བཤམས་པ་ལོ། །

དང་པོ་(མཆོད་པ་)ལ་གཉིས།

མཆོད་པ་སྐུལ་པའི་དགོས་པ་དང་། མཆོད་པ་དངོས་སོ། །

དང་པོ་(མཆོད་པ་ཕྱུལ་པའི་དགོས་པ་)ནི།

རིན་ཆེན་སེམས་དེ་གཟུང་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར། །

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་དང་དམ་པའི་ཆོས། །

དགོན་མཆོག་དྲི་མ་མེད་དང་སངས་རྒྱས་སྤྲུལ། །

ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་རྣམས་ལ་ལེགས་པར་མཆོད། །

དངོས་པོ་གྱི་ཚོམ་པ་དང་བསམ་པ་དང་སྦྱོར་བ་གྲུས་པས་ལེགས་  
པར་མཆོད་པར་བྱའོ། །གང་གི་ཆེད་དུ་ན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་ལེགས་  
ཆོག་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བའི་རིན་ཆེན་སེམས་དེ་གཟུང་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་  
དུའོ། །ཡུལ་གང་ལ་མཆོད་ན་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་དང་འཕགས་པ་  
དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་ཡོན་པས་དམ་པའི་ཆོས་དགོན་མཆོག་རང་བཞིན་གྱིས་  
དག་པ་ལ་སློབ་བྱུང་གྱི་དྲི་མ་མེད་པའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་འགོག་པ་དང་ལམ་གྱི་  
བདེན་པ་དང་། འཕགས་པ་སྦྱན་རས་གཟིགས་དབང་ཕྱུག་དང་། འཇམ་པའི་  
དབྱངས་ལ་སོགས་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྲུལ་ཡོན་ཏན་གྱི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་  
རྣམས་ལའོ། །

གཉིས་པ་(མཆོད་པ་དངོས་)ལ་གསུམ།

བདག་པས་མ་བཟུང་བའི་རྫས་ཀྱི་མཆོད་པ་དང་། རང་གི་ལུས་དབུལ་  
བ་དང་། སློས་སྦྱུལ་པའི་མཆོད་པའོ། །

དང་པོ་(བདག་པས་མ་བཟུང་བའི་རྗེས་ཀྱི་མཆོད་པ་)ལ་གསུམ།  
མཆོད་པའི་རྗེས་དང་། རི་ལྟར་དབྱུལ་བའི་ཚུལ་དང་། བདག་པོས་མ་  
བཟུང་བའི་རྗེས་འབྱུལ་བའི་རྒྱ་མཚན་ནོ། །

དང་པོ་(མཆོད་པའི་རྗེས་)ནི།

མེ་ཏྲིག་འབྲས་བུ་རི་སྙེད་ཡོད་པ་དང་། །  
སྒྲན་གྱི་རྣམ་པ་གང་ཞིག་ཡོད་པ་དང་། །  
འཛིག་ཏེན་རིན་ཆེན་རི་སྙེད་ཡོད་པ་དང་། །  
ཁྱ་གཙང་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཅི་ཡོད་དང་། །  
རིན་ཆེན་རི་བོ་དང་ནི་དེ་བཞིན་དུ། །  
ནགས་ཚལ་ས་སྒྲོགས་དབེན་ཞིང་ཉམས་དགའ་དང་།  
ལྗོན་ཤིང་མེ་ཏྲིག་རྒྱན་སྒྲས་སྒྲུད་པ་དང་། །  
ཤིང་གང་འབྲས་བཟང་ཡལ་ག་དུད་པ་དང་། །  
ལྟ་སོགས་འཛིག་ཏེན་ན་ཡང་བྲི་དང་ནི། །  
སྒྲོས་དང་དཔག་བསམ་ཤིང་དང་རིན་ཆེན་ཤིང་། །  
མ་ཆོས་འབྲུངས་པའི་ལོ་ཏྲིག་རྣམ་པ་དང་། །  
གཞན་ཡང་མཆོད་པར་འོས་པའི་རྒྱན་རྣམས་ནི། །

མཆོ་དང་རྫིང་བྱ་བརྒྱས་བརྒྱན་པ་དག།

ངང་པ་ཤེན་ཏུ་སྐད་སྙན་ཡིད་འོང་ལྟོ།

འཇིག་རྟེན་ན་བདག་པོས་མ་བཟུང་བའི་མེ་ཏོག་པར་སོགས་མེ་ཏོག་  
དང་། ཨ་རུ་ར་སོགས་འབྲས་བྱ་རི་སྙེད་ཡོད་པ་དང་། ག་བྱར་སོགས་སྙན་  
གྱི་རིགས་གྱི་རྣམ་པ་གང་དག་ཡོད་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ན་གསེར་  
དངུལ་སོགས་རིན་ཆེན་རི་སྙེད་ཡོད་པ་དང་མཆོ་དང་རྫིང་བྱ་སོགས་ཆུ་  
གཙང་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཅི་ཡོད་པ་དང་། གསེར་ལ་སོགས་པའི་རིན་ཆེན་རི་  
བོ་བརྒྱད་ལ་སོགས་པ་དང་ནི་དེ་བཞིན་དུ་ནགས་ཆལ་དང་ས་སྤྲོགས་དབེན་  
ཞིང་ཉམས་དགའ་བ་དང་སྡོན་ཤིང་རང་གི་མེ་ཏོག་སྒྲ་ཆོགས་པའི་རྒྱན་གྱིས་  
སྤྲས་ཤིང་མཛེས་པའི་སྤྲད་པ་དང་། ཤིང་གང་འབྲས་བྱ་བཟང་པོ་སྤྲོན་པ་སྤྱི་  
བས་ཡལ་ག་བྱར་ལ་དུད་པ་དང་སྙེད་པ་སྤྲུལ་སོགས་པའི་འཇིག་རྟེན་ན་ཡང་  
སྙན་ཅིག་སྤྲས་པ་དང་སྤྲར་བ་ལས་བྱུང་བ་དང་། བྱར་པ་ལས་བྱུང་བའི་དྲི་  
བཟང་པོ་དང་ནི་བདུག་པའི་སྤྲོས་དང་དགོས་འདོད་འབྱུང་བའི་དཔག་བསམ་  
སྡོན་ཤིང་དང་རིན་ཆེན་སྒྲ་ཆོགས་ལས་བྱུབ་པའི་ཤིང་དང་། ཡིད་བཞིན་གྱི་  
མཆོ་དང་ཁྲུས་གྱི་རྫིང་བྱ་བད་མས་བརྒྱན་པ་དང་དེ་ན་ངང་པ་ཤེན་ཏུ་སྐྱ་སྙན་  
པ་སྤྲོག་པ་ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་། རྩོང་བཞོལ་གྱིས་མ་ཆོས་པ་རང་འཁྲུངས་  
པའི་ལོ་ཏོག་གི་རྣམ་པ་དང་དེ་ལ་སོགས་པའི་གཞན་ཡང་དགོན་མཆོག་ལ་  
མཆོད་པར་འོས་པའི་རྒྱན་མཛེས་པ་རྣམས་ནི་དངུལ་བར་བགྱིའོ། །འགྲེལ་  
པའི་དོན་མ་གོ་བ་ཁ་ཅིག་གིས་གཞུང་གི་གོ་རིམས་གཞན་དུ་བཞག་དོ། །

གཉིས་པ་(རི་ལྷོ་ར་དབྱུང་བའི་ཚུལ་)ནི།

ནམ་མཁའ་རབ་འབྱུངས་ཁམས་ཀྱི་མཐས་གཏུར་པ། །

ཡོངས་སུ་གཟུང་བ་མེད་པ་དེ་དག་ཀྱན། །

སྒྲོ་ཡིས་སྦངས་ནས་བྱབ་པ་སྦྱེས་ཀྱི་མཆོག །

སྤྲས་དང་བཅས་པ་རྣམས་ལ་ལེགས་འབྲུལ་ན། །

ཡོན་གནས་དམ་པ་བྱགས་རྩེ་ཆེ་རྣམས་ཀྱིས། །

བདག་ལ་བརྩེར་དགོངས་བདག་གི་འདི་དག་བཞེས། །

ནམ་མཁའ་རབ་འབྱུངས་ཁམས་ཀྱི་མཐས་བཏུགས་པ་མཐའ་ཡས་པ་  
ན་བདག་པོས་ཡོངས་སུ་བཟུང་བ་མེད་པ་དེ་དག་ཀྱན་བདག་གིས་སྒྲོ་ཡིས་  
སྦངས་ནས་མཆོད་པའི་ཡུལ་བྱབ་པ་སྦྱེས་བྱ་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་སྤྲས་དང་  
བཅས་པ་རྣམས་ལ་གྲུས་པས་ལེགས་པར་འབྲུལ་ན་ཡོན་གནས་དམ་པ་ཀྱན་  
ལ་བྱགས་རྩེ་ཆེན་པོ་མངའ་བ་རྣམས་ཀྱིས་བདག་ལ་བརྩེར་བར་དགོངས་ནས།  
བདག་གི་མཆོད་པ་འདི་དག་བཞེས་ཤིག་ཅེས་པའོ། །

གསུམ་པ་(བདག་པོས་མ་བཟུང་བའི་རྩིས་འབྲུལ་བའི་རྒྱ་མཆོན་)ནི།

བདག་ནི་བསོད་ནམས་མི་ལྡན་བཀྱིན་ཆེན་ཏེ། །

མཆོད་པའི་ནོར་གཞན་བདག་ལ་ཅང་མ་མཆིས། །

དེས་ན་གཞན་དོན་དགོངས་པའི་མགོན་ཀྱིས་འདི། །

བདག་གི་དོན་སྦྲད་ཉིད་ཀྱི་མཐུས་བཞེས་ཤིག །

ཡིད་ལས་བྱུང་བའི་མཆོད་པ་ཙམ་ཅིའི་སྤྱིར་བྱེད།      དངོས་པོ་ཡིད་  
དུ་ཡོང་བ་དེ་དང་དེ་དངོས་སུ་འབྱུང་བར་རིགས་སོ་ཞེ་ན།      བདག་ནི་སྡོན་  
བསོད་ནམས་རྒྱ་ཆེན་པོ་བསགས་པ་དང་མི་ལྡན་པས་རི་ལྟར་འདོད་པའི་  
ཡོངས་སྤྱོད་མེད་པའི་བཀའ་ཆེན་དུ་གྱུར་ཏེ།      མཆོད་པའི་ནོར་གཞན་རང་  
དབང་ཅན་བདག་ལ་ཅང་མ་མཆིས་པས་དེས་ན་མཐའ་གཅིག་ཏུ་གཞན་དོན་  
ལ་དགོངས་པའི་མགོན་གྱིས་བདག་པོས་མ་བཟུང་བའི་མཆོད་པ་འདི་དག་  
བདག་གི་དོན་ཀྱི་སྦྲད་དུ་ཉིད་ཀྱི་མཐུས་བཞེས་ཤིག་ཅེས་པའོ། །

གཉིས་པ་(རང་གི་ལུས་དབྱུང་བ་)ནི།

རྒྱལ་དང་དེ་སྤྲས་རྣམས་ལ་བདག་གིས་ནི། །

བདག་གི་ལུས་ཀྱན་གཏན་དུ་དབྱུང་བར་བགྱི། །

སེམས་དཔའ་མཆོག་རྣམས་བདག་ནི་ཡོངས་བཞེས་ཤིག །

གུས་པས་བྲིད་ཀྱི་འབངས་སུ་མཆི་བར་བགྱི། །

བདག་ནི་བྲིད་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བཟུང་བས་ན། །

སྤྱིད་ན་མི་འཇིགས་སེམས་ཅན་པན་པ་བགྱིད། །

སྡོན་གྱི་སྡིག་ལས་ཡང་དག་འདའ་བགྱིད་ཅིང་། །

སྡིག་པ་གཞན་ཡང་སྦྲན་ཆད་མི་བགྱིད་དོ། །



བདག་ལ་དབུལ་བར་བྱ་བའི་ལུས་ཡོད་པས་དེ་དབུལ་བར་བྱའོ་ཞེས་  
 བ་ནི། རྒྱལ་བ་དང་དེའི་སྤྲུལ་རྣམས་ལ་བདག་གིས་ནི་རང་དབང་བའི་བདག་  
 གི་ལུས་རྣམས་པ་ཀུན་ཏུ་བདག་གིར་བྱ་བའི་སྒྲོ་དོར་ནས་དུས་གཏན་དུ་དབུལ་  
 བར་བགྱི་བས་སེམས་དཔའ་མཆོག་རྣམས་བདག་གི་ལུས་ཡོངས་སུ་བཞེས་  
 ཞིང་། སྤུལ་པའི་དགོས་པ་དང་ཅིང་གུས་པས་བྲིད་ཀྱི་འབངས་སུ་མཆི་ཞིང་  
 བཀའ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་པར་བགྱིའོ། །སྤུལ་ནས་བྱ་བ་ཅི་ཞིག་བྲིད་ན་བདག་  
 ནི་བྲིད་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བཟུང་བས་ན་འཇིགས་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་  
 སྐྱབས་ལ་བརྟེན་པས་སྲིད་པ་ན་མི་འཇིགས་ཞིང་འཇིགས་པ་དང་བྲལ་ནས་  
 སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་པན་པར་བགྱིད་ཅིང་། རང་ཉིད་ཀྱིས་དོན་མེད་པའི་  
 སྒྲོན་ཀྱི་སྒྲིག་པ་བསགས་པ་ལས་ཡང་དག་པར་འདའ་བར་བགྱིད་ཅིང་སྒྲིག་  
 པ་གཞན་ཡང་སྦྲན་ཆད་སྒྲོག་ལ་བབ་ཀྱང་མི་བགྱིད་དོ། །

གསུམ་པ་(སྒྲོས་སྤུལ་པའི་མཆོད་པ་)ལ་གཉིས།

སྒྲ་ན་ཡོད་པའི་མཆོད་པ་དང་། སྒྲ་ན་མེད་པའི་མཆོད་པ་འོ། །

དང་པོ་(སྒྲ་ན་ཡོད་པའི་མཆོད་པ་)ལ་བཅུ་གཉིས།

ཁུས་དང་། ར་བཟའ་དང་། རྒྱན་དང་། རྩལ་པ་དང་། མེ་ཉོག་དང་།  
 སྒྲོས་དང་། ཞལ་ཟས་དང་། སྒྲུང་གསལ་དང་། གཞལ་མེད་ཁང་དབུལ་བ་  
 དང་། གདུགས་དང་། རོལ་མོ་དང་། མཆོད་པའི་རྣམ་པ་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་  
 བྱིན་ཀྱིས་བསྐྱབ་པ་འོ། །

དང་པོ་(ལྷས་)ལ་གསུམ།

ལྷས་ཁང་དང་། ལྷས་གསོལ་བའི་ཚུལ་དང་། ལྷ་བྱི་བའོ། །

དང་པོ་(ལྷས་ཁང་)ནི།

ལྷས་གྱི་ཁང་པ་ཤིན་ཏུ་དྲི་ཞིམ་པ། །

ཤེལ་གྱི་ས་གཞི་གསལ་ཞིང་འཆར་བ་ལྟར། །

རིན་ཆེན་འབར་བའི་ཀ་བ་ཡིད་འོང་ལྟར། །

ལྷ་ཏིག་འོད་ཆགས་སྒྲ་རེ་བྲེས་པ་དེར། །

ལྷས་གང་དུ་གསོལ་ན་ལྷས་གྱི་ཁང་པ་ཅན་དན་ལ་སོགས་པས་ཆག་  
ཆག་བཏབ་པས་ཤིན་ཏུ་དྲི་ཞིམ་པ་དང་། ཤེལ་གྱི་ས་གཞི་ཁ་དོག་གསལ་  
ཞིང་འོད་འཆར་བ་བྱི་དོར་གྱིས་བསྟར་བ་ལ་རིན་ཆེན་འོད་འབར་བའི་ཀ་བ་  
དང་གདུང་ལ་སོགས་པ་ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་ལྟན་པ་དང་སྟེང་དུ་ལྷ་ཏིག་གིས་  
སྒྲས་པས་འོད་ཆགས་པའི་སྒྲ་རེ་བྲེས་པ་དེར་རོ། །

གཉིས་པ་(ལྷས་གསོལ་བའི་ཚུལ་)ནི།

དེ་བཞིན་གཤེགས་དང་དེ་ཡི་སྒྲས་རྣམས་ལ། །

རིན་ཆེན་བུམ་པ་མང་པོ་སྟོས་གྱི་ཚུ། །

ཡིད་འོང་ལེགས་པར་བཀང་བ་སྤྱད་དང་ནི། །

རོལ་མོར་བཅས་པ་དུ་མས་སྤྱོད་ལྷས་གསོལ། །

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དང་དེའི་སྤྲུལ་རྣམས་ལ་རིན་ཆེན་གསེར་ལ་  
སོགས་པའི་བྱམ་པ་མང་པོ་དྲི་ཞིམ་པོ་དང་སྦྱར་བའི་སྟོས་ཀྱི་ཚུ་ཡིད་དུ་འོང་  
བ་མེ་ཉོག་དང་བཅས་པས་ལེགས་པར་བཀའ་བ་སྟན་པའི་སྤྱུ་དང་ནི་རོལ་  
མོར་བཅས་པ་དུ་མས་སྦྱ་ཁུས་གསོལ་བར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(སྦྱ་ཕྱི་བ་)ནི།

དེ་དག་སྦྱ་ལ་མཚུངས་པ་མེད་པའི་གོས། །

གཙང་ལ་དྲི་རབ་བསྟོས་པས་སྦྱ་ཕྱིའོ། །

དེ་ནས་མཚོད་ཡུལ་དེ་དག་གི་སྦྱ་ལ་མཚུངས་པ་མེད་པའི་གོས་འཇམ་  
ཞིང་གང་ལ་དྲི་ཞིམ་པོས་རབ་དུ་བསྟོས་པས་སྦྱ་ཕྱིའོ། །

གཉིས་པ་(ན་བཟའ་)ནི།

དེ་ནས་དེ་ལ་ཁ་དོག་ལེགས་བསྐྱར་བའི། །

ན་བཟའ་ཞིན་དུ་དྲི་ཞིམ་དམ་པ་འབྱུལ། །

གོས་བཟང་སྤབ་ལ་འཇམ་པ་སྣ་ཚོགས་དང་། །

ཕྱི་དོར་བྱས་པའི་རྗེས་དེ་ནས་མཚོད་ཡུལ་དེ་ལ་ཁ་དོག་ལེགས་པར་  
བསྐྱར་བའི་ན་བཟའ་ཞིན་དུ་དྲི་ཞིམ་པ་དམ་པ་འབྱུལ་ལོ། །ཁྱིམ་པའི་ཆ་བྱད་  
ཅན་ཡིན་ན་གོས་བཟང་པོ་སྤབ་ལ་འཇམ་པ་དེ་བྱིབས་དང་ཁ་དོག་སྣ་ཚོགས་  
དང་བཅས་པ་དབྱུལ་བར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(རྒྱན་པ་)ནི།

རྒྱན་མཆོག་བརྒྱ་ཕྱག་དེ་དང་དེ་དག་གིས། །

འཕགས་པ་ཀུན་ཏུ་བཟང་དང་འཇམ་དབྱངས་དང་། །

འཛིག་རྟོན་དབང་ཕྱག་སོགས་ལའང་བརྒྱན་པར་བགྱི།།

ན་རྒྱན་ལ་སོགས་པའི་རྒྱན་མཆོག་བརྒྱ་ཕྱག་དེ་དང་དེ་དག་གིས་  
ཞེས་པ་ནི་གདུབ་བྱ་སོགས་སོ། །དེས་འཕགས་པ་ཀུན་ཏུ་བཟང་དང་མི་ཕམ་  
པ་དང་འཇམ་དབྱངས་དང་འཛིག་རྟོན་དབང་ཕྱག་སོགས་ལའང་བརྒྱན་པར་  
བགྱིའོ། །

བཞི་པ་(བྱག་པ་)ནི།

སྟོང་གསུམ་ཀུན་ཏུ་དེ་དང་ལྡང་བ་ཡི། །

དེ་མཆོག་རྣམས་ཀྱིས་བྱབ་དབང་ཀུན་གྱི་སྐྱེ། །

གསེར་སྐྱངས་བཙོ་མ་གྱི་དོར་བྱས་པ་ལྟར། །

འོད་ཆགས་འབར་དེ་དག་བྱག་པར་བགྱི། །

སྟོང་གསུམ་ཀུན་ཏུ་དེ་ཞེས་པོའི་དང་ལྡང་བའི་དེ་མཆོག་རྣམས་ཀྱིས་  
བྱབ་དབང་ཀུན་གྱི་སྐྱེ་གསེར་དེ་མ་སྐྱངས་པའི་གཙོ་མ་གྱི་དོར་ལེགས་པར་  
བྱས་པ་བཞིན་དུ་འོད་ཆགས་ཤིང་འབར་བའི་སྐྱེ་དེ་དག་བྱག་པར་བགྱིའོ། །

ལྷ་པ་(མེ་ཏྲག་)ནི།

ཐུབ་དབང་མཆོད་གནས་མཆོག་ལ་ཡིད་འོང་བའི། །

མེ་ཏྲག་མཚན་ར་དང་པར་དང་། །

ཟུངས་ལ་སོགས་དྲི་ཞིམ་ཐམས་ཅད་དང་། །

ཐེང་བ་སྤེལ་ལེགས་ཡིད་འོང་རྣམས་ཀྱིས་མཆོད། །

ཐུབ་དབང་མཆོད་གནས་མཆོག་ལ་དབུལ་བར་བགྱིའོ། །གང་གིས་ན་  
ཡིད་དུ་འོང་བའི་མེ་ཏྲག་མན་ད་ར་བ་དང་པད་མ་དང་ཟུངས་ལ་སོགས་པ་དྲི་  
ཞིམ་པོ་ཐམས་ཅད་གསེས་མར་བྱས་པ་དང་། མེ་ཏྲག་གི་ཐེང་བ་སྤེལ་ལེགས་  
ཞིང་ཡིད་དུ་འོང་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་མཆོད་པར་བགྱིའོ། །

བྲུག་པ་(སྤྲུ་)ནི།

སྤྲུ་མཆོག་ཡིད་འཕྲོག་དྲི་ངད་ཁུབ་པ་ཡི། །

བྲུག་པའི་སྤྲུ་ཆོག་རྣམས་ཀྱང་དེ་ལ་དབུལ། །

བྲུག་པའི་སྤྲུ་མཆོག་ཡིད་འཕྲོག་པ་ཨ་ཀ་རུ་ལ་སོགས་པ་དྲི་དང་  
སྤྲུ་གས་བརྩུར་ཁུབ་པ་ཡི་བྲུག་པའི་སྤྲུ་ཆོག་རྣམས་ཀྱང་དེ་ལ་དབུལ་  
བར་བགྱིའོ། །

བྲུན་པ་(ཞལ་ཟས་)ནི།

ཞལ་ཟས་བཟའ་བཏུང་སྤྲུ་ཆོག་རྣམས་བཅས་པ་ཡི། །

ལྷ་བཤོས་རྣམས་ཀྱང་དེ་ལ་དབུལ་བར་བགྱི། །

ཞལ་བས་གྱི་ཁྱད་པར་ལི་ཁ་ར་དང་བཏུང་བའི་ཁྱད་བར་སོགས་བཟའ་  
བཏུང་ཁ་དོག་དྲི་རོ་སྒྲ་ཆོགས་དང་བཅས་པ་ཡི་ལྷ་བཤོས་རྣམས་ཀྱང་རྒྱལ་  
བ་སྤྲས་བཅས་དེ་ལ་དབུལ་བར་བགྱིའོ། །

བརྒྱད་པ་(སྤྲང་གསལ་)ནི།

གསེར་གྱི་པར་ཆར་དུ་དངར་བ་ཡི། །

རིན་ཆེན་སྒྲོན་མ་རྣམས་ཀྱང་དབུལ་བར་བགྱི། །

སྒོད་གསེར་གྱི་པད་མ་ཆར་དུ་དངར་བ་སྟེ་དུ་མ་བསྒྲིགས་པའི་ནང་དུ་  
བཞག་པ་འོད་འབར་བའི་རིན་ཆེན་སྒྲོན་མ་རྣམས་ཀྱང་དབུལ་བར་བགྱིའོ། །

དགུ་པ་(གཞལ་མེད་ཁང་དབུལ་བ་)ནི།

ས་གཞི་བསྟར་བ་སྟོས་གྱིས་བྱུགས་པ་དེར། །

མེ་ཏོག་ཡིད་འོང་སིལ་མ་དབྱམ་པར་བགྱི། །

གཞལ་མེད་པོ་བྲང་བསྟོད་དབྱངས་ཡིད་འོང་ལྷན། །

ཕུ་ཏིག་རིན་ཆེན་རྒྱན་འཕྱང་མཛེས་འབར་བ། །

དཔག་ཡས་ནམ་མཁའི་རྒྱན་གྱུར་དེ་དག་ཀྱང་། །

བྱུགས་རྗེའི་རང་བཞིན་ཅན་ལ་དབུལ་བར་བགྱི། །

ས་གཞི་ལེགས་པར་བསྟར་བ་སྟོས་གྱིས་བྱུགས་པ་དེར་མེ་ཏོག་ཡིད་

དུ་འོང་བ་སིལ་མ་བཀའ་པར་བྱས་པ། གཞུལ་མེད་ཀྱི་ཕོ་བྲང་ནང་ན་ལྟ་མོ་  
རྣམས་ཀྱིས་བསྟོད་དབྱངས་སྟོན་པ་ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་ལྟོན་པ་དང་། ཟུ་ཉིག་  
དང་རིན་ཆེན་དུ་མའི་རྒྱན་གྱི་ཚུན་བྱ་འཕྲང་བས་མཛེས་པ་དང་འོད་འབར་བ་  
དཔག་ཡས་ཀྱིས་སྟེང་གི་རྣམ་མཁའ་མཛེས་པར་བྱས་པ་རྣམ་མཁའི་རྒྱན་དུ་  
གྱུར་པ་དེ་དག་ཀྱང་ཐུགས་རྗེའི་རང་བཞིན་ཅན་ལ་དབྱུལ་བར་བགྱིའོ། །

བརྩ་བ་(གདུགས་)ནི།

རིན་ཆེན་གདུགས་མཛེས་གསེར་གྱི་ཡུ་བ་ཅན། །

ཁོར་ཡུག་རྒྱན་གྱི་རྣམ་པ་ཡིད་འོང་བརྒྱན། །

དབྱེབས་ལེགས་བཟླ་ན་སྟུག་པ་བསྐྱེང་བ་ཡང་། །

ཏྲག་ཏུ་བྱབ་དབང་རྣམས་ལ་དབྱུལ་བར་བགྱི། །

རིན་ཆེན་སྒྲ་ཆོགས་ལས་བྱས་པའི་གདུགས་མཛེས་པ་གསེར་གྱི་ཡུ་  
བ་ཅན་མཐའི་ཁོར་ཡུག་རིན་པོ་ཆེ་དུ་མས་སྟོན་པའི་རྒྱན་གྱི་རྣམ་པ་ཡིད་དུ་  
འོང་བས་བརྒྱན་ཅིང་དབྱེབས་ལེགས་པ་མིག་གིས་བཟླ་ན་སྟུག་པ་ཡུབ་སྟེ་  
བསྐྱེང་བ་ཡང་དུས་ཏྲག་ཏུ་བྱབ་དབང་རྣམས་ལ་དབྱུལ་བར་བགྱིའོ། །

བརྩ་གཅིག་པ་(རྩལ་མོ་)ནི།

དེ་ལས་གཞན་ཡང་མཆོད་པའི་ཆོགས། །

རོལ་མོ་དབྱངས་སྟོན་ཡིད་འོང་ལྟན། །

སེམས་ཅན་སྟུག་བསྐྱེལ་སིམ་བྱེད་པའི། །



## སྡིན་རྣམས་སོ་སོར་གནས་གྱུར་ཅིག

སྒར་སྤུལ་བ་དེ་ལས་གཞན་ཡང་མཆོད་པའི་ཆོགས་རྩ་རྩ་ལ་སོགས་  
པའི་རོལ་མོ་དང་དབྱངས་སྟུན་པ་ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་ལྡན་པ་ཐོས་པ་ཙམ་  
གྱིས་སེམས་ཙན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་བསལ་ནས་ཆོམ་བའམ་ཡིད་སེམ་བར་  
བྱེད་པའི་སྡིན་རྣམས་སོ་སོར་གནས་ཤིང་འབྱུང་བར་གྱུར་ཅིག་པའོ།

བའུ་གཉིས་པ་(མཆོད་པའི་རྣམ་པ་རྒྱན་མི་འཆད་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པ་)ནི།

དམ་ཆོས་དགོན་མཆོག་ཐམས་ཅད་དང་།

མཆོད་རྟེན་རྣམས་དང་སྐྱེ་གཟུགས་ལ།

རིན་ཆེན་མེ་རྟོག་ལ་སོགས་ཆར།

རྒྱན་མི་འཆད་པར་འབབ་པར་ཤོག །

གསུང་རབ་ཡན་ལག་བའུ་གཉིས་དང་འགོག་ལམ་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་  
དམ་ཆོས་དགོན་མཆོག་ཐམས་ཅད་དང་སྐྱེ་གཟུགས་ཀྱི་རྟེན་རིང་བསྐྱེད་ཀྱི་  
སྤྲིང་པོ་ཙན་གྱི་མཆོད་རྟེན་རྣམས་དང་རི་མོར་བྲིས་པ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱེ་  
གཟུགས་ལ་རིན་ཆེན་མེ་རྟོག་ལ་སོགས་པ་མཆོད་པའི་ཆར་འཁོར་བ་རི་  
སྤྲིད་གྱི་བར་རྒྱན་མི་འཆད་པར་འབབ་པར་ཤོག་ཅིག་པའོ།

གཉིས་པ་(སྐྱེ་ན་མེད་པའི་ཆོད་པ་)ནི།

རི་སྒར་འཇམ་དབྱངས་ལ་སོགས་པས།

རྒྱལ་བ་རྣམས་ལ་མཆོད་མཛད་པ།

དེ་བཞིན་བདག་གིས་དེ་བཞིན་གཤེགས། །

མགོན་པོ་སྤྲུལ་དང་བཅས་རྣམས་མཆོད། །

ཇི་ལྟར་འཇམ་དབྱངས་དང་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་ལ་སོགས་པ་དབང་ཐོབ་  
པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་ཇི་ལྟར་བཞེད་པའི་མཆོད་རྩིས་ནམ་  
མཁའ་གང་བ་སྤྲུལ་ནས་རྒྱལ་བ་རྣམས་ལ་མཆོད་པ་མཛད་པ་དེ་བཞིན་དུ་  
བདག་གིས་ཀྱང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལྷ་མི་རྣམས་ཀྱི་མགོན་པོ་སྤྲུལ་དང་  
བཅས་པ་རྣམས་མཆོད་པར་བགྱིའོ། །

དགོན་མཆོག་ཏ་ལ་ལར། མེ་ཏོག་པལ་ཆར་མེ་ཏོག་སྒྲ་རེ་དང་། །མེ་  
ཏོག་བཀོད་པའི་འོད་ཟེར་རབ་བགྱི་སྟེ། །མེ་ཏོག་སྒྲ་ཆོགས་ཀུན་ཏུ་བཟམ་  
བྱས་ནས། །བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་དེ་དག་རྒྱལ་བ་མཆོད། །ཅེས་གསུངས་པ་  
ལྟར་རོ། །

གཉིས་པ་(ཕྱག་འཆའ་བ་)ལ་གཉིས།

དག་གིས་བསྟོད་པ་བརྗོད་པ་དང་། ལུས་ཀྱིས་འདུད་པའོ། །

དང་པོ་(དག་གིས་བསྟོད་པ་བརྗོད་པ་)ནི།

ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་རྣམས་ལ་བདག །

བསྟོད་དབྱངས་ཡན་ལག་རྒྱ་མཚོས་བསྟོད། །

བསྟོད་དབྱངས་སྟོན་སྟོན་དེ་དག་ལ། །

ངེས་པར་ཀུན་ཏུ་འབྱུང་བྱུང་ཅིག །

མཁུན་པ་དང་བཅེ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་རྒྱ་མཚོ་རྣམས་ལ་  
བདག་གིས་ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་པ་བརྗོད་པའི་བསྟོད་དབངས་ཀྱི་ཡན་ལག་  
རྒྱ་མཚོས་བསྟོད་པར་བགྱིའོ། །དབངས་ནི་དག་ཡིན་ལ་ཡན་ལག་ནི་དེའི་རྒྱ་  
དང་རྒྱ་མཚོ་ནི་མང་པོའི་སྐྱ་སྟེ། ལུས་རེ་རེ་ལ་ཡང་མགོ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་དང་  
མགོ་རེ་རེ་ལ་ཡང་ལྗེ་དཔག་ཏུ་མེད་པར་མོས་ནས་བསྟོད་པའོ། །གཞན་ཡང་  
འཕགས་པའི་ཚོགས་དེ་དག་ལ་བསྟོད་དབངས་བདག་གིས་མ་བྱས་ཀྱང་  
སྟོན་པའི་སྒྲིན་མཐའ་ཡས་པ་ངེས་པར་ཡུལ་དུས་ཀྱན་ཏུ་འབྱུང་བར་གྱུར་  
ཅིག །

གཉིས་པ་(ལུས་ཀྱིས་འདུད་པ་)ལ་གསུམ།

དགོན་མཚོག་གསུམ་དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྐྱེ་བའི་གཞི་སོགས་  
དང་། མཁན་སྟོབ་སོགས་ལ་ཕྱག་འཆའ་བའོ། །

དང་པོ་(དགོན་མཚོག་གསུམ་)ནི།

དུས་གསུམ་གཤེགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱན། །

ཚོས་དང་ཚོགས་ཀྱི་མཚོག་བཅས་ལ། །

ཞིང་རྩལ་ཀྱན་གྱི་བྱངས་སྟེད་གྱི། །

ལུས་བརྟུང་བ་ཡིས་བདག་ཕྱག་འཆའ། །

དུས་གསུམ་དུ་བྱོན་གཤེགས་མཛད་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱན་དང་  
ལྷང་དང་རྟོགས་པའི་ཚོས་དང་ཚོགས་ཀྱི་མཚོག་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་

འཕགས་པ་དང་བཅས་པ་རྣམས་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་གི་རྩལ་ཀྱན་གྱི་  
གངས་དེ་སྟེད་ཀྱི་ལུས་སྤྱལ་ཏེ། བརྟུང་བས་ནི་བདག་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །

གཉིས་པ་(བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྐྱེ་བའི་གཞི་སོགས་)ནི།

བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་གཞི་རྣམས་དང་། །

མཆོད་རྟེན་རྣམས་ལ་བདག་ཕྱག་འཆའ་ལ། །

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་གཞི་ནི་སེམས་དེ་འབྱུང་བའི་རྒྱ་སྟེ་ཐེག་པ་  
ཆེན་པོའི་སྡེ་སྟོན་དང་། སེམས་སྐྱེ་བའི་རྒྱུ་བྱེད་པའི་གང་ཟག་དང་གང་  
དུ་བསྐྱེད་པའི་ས་ཕྱོགས་རྣམས་དང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐྱ་གཟུགས་སོགས་  
མཆོད་རྟེན་རྣམས་ལ་བདག་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །

གསུམ་པ་(མཁན་སྟོབ་སོགས་ལ་ཕྱག་འཆའ་བ་)ནི།

མཁན་པོ་དེ་བཞིན་སྟོབ་དཔོན་དང་། །

བརྟུལ་ཞུགས་མཆོག་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །

སོ་ཐར་གྱི་ཆོགས་སྤྲ་བྱི་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་མཁན་  
པོ་དང་དེ་བཞིན་དུ་གང་ལ་སྟོམ་པ་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་སྟོབ་དཔོན་དང་།  
ཐར་པའི་ལམ་ལ་འབད་པའི་བརྟུལ་ཞུགས་མཆོག་གི་ཁུར་འཛིན་པ་རྣམས་  
ལ་ཡང་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །

གསུམ་པ་(སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་)ནི།

སྐྱབས་འགོའི་དོན་ནི་འཛིགས་པ་དང་སྤྱག་བསྐྱལ་ལས་སྟོལ་བའི་རྟེན་

དུ་ཡིད་ཀྱིས་འཛིན་ཅིང་ངག་གིས་བརྗོད་པ་སྟེ། དེ་ལ་རྒྱུའི་སྐྱབས་འགོ་དང་  
འབྲས་བུའི་སྐྱབས་འགོ་འོ། །

དང་པོ་(རྒྱུའི་སྐྱབས་འགོ་)ནི།

གྲུབ་ཟིན་པའི་དགོན་མཆོག་གསུམ་འཛིགས་པ་ལས་སྒྲོལ་བའི་རྟེན་དུ་  
འཛིན་པ་ཡིན་ལ།

གཉིས་པ་(འབྲས་བུའི་སྐྱབས་འགོ་)ནི།

རང་རྒྱུད་ལ་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་སངས་རྒྱས་དང་ཆོས་དགོན་མཆོག་  
འཛིགས་པ་ལས་སྒྲོལ་བའི་རྟེན་དུ་འཛིན་པ་འོ། །གང་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱབས་  
སུ་འགོ་བའི་རྒྱ་དང་སྐྱབས་འགོའི་ཡུལ་དང་ཡོན་ཏན་ཤེས་པ་དང་བྱད་པར་  
ཤེས་པ་དང་ཁས་སྦངས་པ་དང་གཞན་དུ་མི་སྦྲེལ་བ་དང་བཞིས་སྐྱབས་སུ་སོང་  
བའི་ཚུལ་དང་། སྐྱབས་འགོའི་བསྐྱབ་བྱ་དང་བཅས་པ་རྣམས་སྦྲེལ་བ་དག་  
ཉིད་ཆེན་པོས་མཛད་པའི་པར་སྤྱིན་ལམ་རིམ་ཆེ་བ་ལས་ཤེས་པར་བྱ་བས་  
འདིར་མ་སྒྲོས་སོ། །

ལམ་བདེན་ལ་དོན་དམ་པའི་སྐྱབས་མ་ཡིན་པའི་བྱུང་བ་ཁས་ལེན་  
པའི་ལོག་པར་འཆད་པ་དགག་པ་དང་། སྐྱབས་སྤྱིའི་རྣམ་གཞག་དང་ཀུན་  
རྗོབ་པ་དང་དོན་དམ་པའི་སྐྱབས་ཀྱི་བྱད་པར་སོགས་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་རྒྱུད་  
སྦྲེལ་མའི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་རྣམ་བཤམས་དུ་བཤམས་ཟིན་པ་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །

བྱད་ཚུབ་སྟོང་པོར་མཆིས་ཀྱི་བར། །

སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི། །

ཆོས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡི། །

ཆོག་ས་ལའང་དེ་བཞིན་སྐྱབས་སུ་མཆི། །

སྐྱབས་འདིར་ནི་གཞན་རྒྱུད་ལ་གྲུབ་ཟིན་པའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དགོན་  
མཆོག་གསུམ་དང་། རང་རྒྱུད་ལ་འབྱུང་འབྱུར་གྱི་དགོན་མཆོག་གསུམ་  
དམིགས་པའི་ཡུལ་དུ་བྱས་ཏེ་དུས་འདི་ནས་བཟུང་སྟེ་སྤྱི་ན་མེད་པའི་བྱང་  
ཆུབ་ཀྱི་སྙིང་པོར་ཏེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཤིང་དུང་དུ་ཆོས་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་བར་ཏེ།  
དེར་མཆིས་ཀྱི་བར་དུ་སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི་ཞིང་ཐེག་ཆེན་  
ཀྱི་ཆོས་དགོན་མཆོག་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡི་ཆོག་ས་བྱང་སེམས་  
འཕགས་པ་རྣམས་ལའང་དེ་བཞིན་དུ་སྐྱབས་སུ་མཆི་བ་སྟེ། གྲུབ་ཟིན་གྱི་  
སངས་རྒྱས་ལ་ལམ་སྟོན་པའི་སྟོན་པ་དང་རང་རྒྱུད་ལ་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་  
དགོན་མཆོག་ལ་སྐྱབས་དངོས་དང་གྲུབ་ཟིན་གྱི་ཐེག་ཆེན་འཕགས་པ་ལ་  
སྐྱབས་སྐྱབ་པའི་གྲོགས་སུ་འཛིན་ཅིང་ཁས་ལེན་པའོ། །

བཞི་པ་(སྐྱབས་བཞི་ཚང་བའི་སྟོན་སྟེག་པ་བཤགས་པ་)ལ།

སྟེ་འི་རྣམ་གཞག་ནི།

དང་པོ་ཉིད་ནས་ཉེས་སྟོན་གྱི་མ་གོས་པ་ལ་འབད་པར་བྱ་ལ། འབད་  
ཀྱང་བག་མེད་པ་དང་ཉོན་མོངས་མང་བ་ལ་སོགས་པའི་དབང་གིས་ཉེས་པ་  
བྱུང་ན་ངི་མི་སྙམ་པར་བཞག་ཏུ་མི་རུང་བས། སྟོན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་གྱིས་  
ཕྱིར་བཅོས་པའི་ཐབས་གསུངས་པ་རྣམས་ལ་འབད་དགོས་སོ། །དེ་ཡང་ལྷུང་  
བ་ཕྱིར་བཅོས་ནི་སྟོམ་པ་གོང་འོག་སོ་སོ་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་བྱ་ལ་སྟེག་པ་



ཕྱིར་བཅས་པ་ནི། སྟོབས་བཞིའི་སྟོན་པ་བྱ་སྟེ། ཆོས་བཞི་བསྟན་པའི་མདོ་  
ལས། བྱམས་པ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་ཆོས་བཞི་  
དང་ལྡན་ན་སྡིག་པ་བྱས་ཤིང་བསགས་པ་ཡང་བེལ་གྱིས་གཞོན་པར་འགྱུར་  
རོ། །བཞི་གང་ཞེ་ན། འདི་ལྟ་སྟེ། རྣམ་པར་སྦྱུང་འབྱེན་པ་ཀུན་ཏུ་སྦྱོང་པ་དང་།  
གཉེན་པོ་ཀུན་ཏུ་སྦྱོང་པ་དང་ཉེས་པ་ལས་བསྐྱེད་པའི་སྟོབས་དང་། ཉེན་གྱི་  
སྟོབས་སོ་ཞེས་གསུངས་ཏེ་བྱས་ཤིང་བསགས་པའི་ལས་ནི་སྟོང་ངེས་ཡིན་  
པས་དེ་བེལ་གྱིས་གཞོན་ལྟུང་རྣམ་པར་སྦྱོང་པ་ལྟ་ཅི་སྟོས། དེ་ལ་སྟོབས་དང་པོ་  
ནི་མི་དགོ་བའི་ལས་བྱས་པ་ལ་འགྱོད་པ་མང་བ་ཡིན་ཏེ་འདི་སྟེ་བ་ལ་མི་དགོ་  
བའི་ལས་གྱིས་འབྲས་བྱ་གསུམ་བསྐྱེད་ཆུ་ལ་ལེགས་པར་བསྒྲོམ་དགོས་སོ། །  
སྟོབས་གཉིས་པ་ལ་བསྐྱེད་བརྟུས་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་མདོ་སྟེ་ཟབ་མོ་ལ་  
བཏེན་པ་དང་། སྟོང་པ་ཉིད་བསྒྲོམ་པ་དང་། བསྐྱེད་པ་ལ་བཏེན་པ་དང་། སྦྱ་  
གཟུགས་ལ་བཏེན་པ་དང་། མཆོད་པ་ལ་བཏེན་པ་དང་། མཆོན་ལ་བཏེན་པ་  
སོགས་སོ། །སྟོབས་གསུམ་པ་ནི་ཕྱིན་ཆད་མི་དགོ་བ་ཡང་དག་པར་སྒྲོམ་  
པའོ། །བཞི་པ་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྒྲོམ་པ་སོགས་སོ། །འདིར་ནི་སྟོབས་  
དང་པོ་རྒྱས་པར་གསུངས་སོ། །

དེ་ལ་ཡང་སྡིག་པ་བྱས་པའི་དུས་དང་། རྒྱ་དང་སྒོ་དང་། སྦྱོར་བ་དང་།  
ཡུལ་དང་ངི་ཅ་མ་བྱས་པ་རྣམས་བྱན་པར་བྱའོ། །

སོ་སོའི་དོན་ལ་བཞི་སྟེ།

རྣམ་པར་སྦྱུང་འབྱེན་པ་ཀུན་ཏུ་སྦྱོང་པའི་སྟོབས་དང་། ཉེན་གྱི་སྟོབས་



དང་། གཉེན་པོ་ཀུན་ཏུ་སྒྲིབ་པའི་སྟོབས་དང་། ཉེས་པ་ལས་སྦྲར་ཕྱིན་པའི་  
སྟོབས་སོ། །

དང་པོ་ལ་(རྣམ་པར་སྦྲུམ་འབྲིན་པ་ཀུན་ཏུ་སྒྲིབ་པའི་སྟོབས་)བཞི་སྟེ།

སྡིག་པ་ཇི་ལྟར་བྱས་པའི་ཚུལ་བརྟགས་ཏེ་འགྲོད་པ་བྱ་བ་དང་། སྡིག་  
པ་དང་བཅས་བཞིན་དུ་འཆི་བས་འཇིགས་ནས་འགྲོད་པ་བསྒྲུལ་ཞིང་སྦྱབས་  
སུ་འགོ་བ་དང་། དོན་མེད་པའི་སྡིག་པ་བྱས་པའི་ཚུལ་རྒྱས་པར་བསམས་  
ནས་འགྲོད་པ་བསྒྲུལ་བ་དང་། སྡིག་པས་འཇིགས་པའི་ཚུལ་བསམ་པའོ། །

དང་པོ་(སྡིག་པ་ཇི་ལྟར་བྱས་པའི་ཚུལ་བརྟགས་ཏེ་འགྲོད་པ་བྱ་བ་)ལ་བཞི།

གང་ལ་སྡིག་པ་བཤགས་པའི་ཡུལ་ལ་མཁྱེན་པར་གསོལ་བ་དང་།  
དུས་དང་རྒྱ་དང་རྣམ་པ་སོགས་ཀྱི་སྟོན་སྡིག་པ་བྱས་པ་སྦྱིར་བཤགས་པ་  
དང་། ཡུལ་བྱང་པར་ཅན་ལ་སྡིག་པ་སྟོབས་ལྡན་བྱས་པ་བཤགས་པ་དང་།  
མི་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་ལ་བསམས་ཏེ་འགྲོད་པས་བཤགས་པའོ། །

དང་པོ་(གང་ལ་སྡིག་པ་བཤགས་པའི་ཡུལ་ལ་མཁྱེན་པར་གསོལ་བ་)ནི།

ཕྱོགས་རྣམས་ཀུན་ན་བཞུགས་པ་ཡི། །

རྫོགས་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས། །

བྱུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་མངའ་རྣམས་ལ། །

ཐལ་མོ་སྦྱར་ཏེ་གསོལ་བ་ནི། །

ཕྱོགས་རྣམས་ཀུན་ན་བཞུགས་པའི་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བྱགས་ཇི་ཆེན་པོ་མངའ་བ་རྣམས་ལ་ཐལ་མོ་སྦྱར་ཏེ་  
སྡིག་པ་བྱས་པ་འགྱོད་པས་བཤགས་པར་གསོལ་བ་འདེབས་པ་ནི་འོ། །

གཉིས་པ་(དུས་དང་རྒྱ་དང་རྣམ་པ་སོགས་ཀྱི་སྒྲོན་ས་སྡིག་པ་བྱས་པ་སྦྱར་བཤགས་པ་)ནི།

ཐོག་མ་མེད་ལྡན་འཁོར་བ་ནས། །

ཆེ་རབས་འདི་འཕ་གཞན་དག་ཏུ། །

བདག་གིས་མ་འཆའ་སྡིག་བགྱིས་པའམ། །

བགྱིད་དུ་སྦྱལ་བ་ཉིད་དང་ནི། །

གཏི་ཐུག་འཁྲལ་པས་བདག་འོན་ཏེ། །

རྗེས་སུ་ཡིད་རང་གང་བགྱིས་པ། །

ནོངས་པ་དེ་ནི་མཐོང་བགྱིས་ནས། །

བསམ་པ་ཐག་པས་མགོན་ལ་བཤགས། །

དུས་ཐོག་མ་མེད་པ་དང་ལྡན་པའི་འཁོར་བར་འཁོར་བ་ནས་བཟུང་སྟེ་  
ཆེ་རབས་འདི་འཕ་གཞན་དག་ལ་བདག་ནི་ལས་ཀྱི་རྣམ་སྟེན་ལ་མྱོངས་པར་  
གྱུར་པའི་དབང་གིས་རང་གིས་སྡིག་པ་བགྱིས་པ་དང་། གཞན་དག་བགྱིད་  
དུ་བསྦྱལ་བ་ཉིད་དང་ནི་ལས་འབྲས་ལ་མྱོངས་པའི་གཏི་ཐུག་འཁྲལ་པས་  
བདག་འོན་ཏེ་གཞན་གྱིས་སྡིག་པ་བྱས་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བ་གང་བགྱིས་  
པའི་ནོངས་པ་དེ་ནི་རང་གིས་ནོངས་པར་མཐོང་བར་བགྱིས་ནས་འགྱོད་

བཞིན་དུ་བསམ་པ་ཐག་བས་མགོན་པོ་རྣམས་ལ་བཤགས་ཏེ་མི་འཆབ་ཅིང་  
མི་སྐྱེད་པའོ། །

གསུམ་པ་(ཡུལ་ཁྱད་པར་ཅན་ལ་སྡིག་པ་སྟོབས་ལྡན་བྱས་པ་བཤགས་པ་)ནི།

བདག་གིས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་དང་ནི། །

པ་མའམ་སྒྲ་མ་གཞན་དག་ལ། །

ཉོན་མོངས་སྟོན་ས་ལུས་ངག་དང་། །

ཡིད་གྱིས་གནོད་བགྱིས་གང་ལགས་པ། །

འཁྱུལ་པ་ཅན་བདག་གིས་ཡུལ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་དང་ནི་པ་མའམ་  
བསོད་ནམས་གྱི་ཞིང་སྒྲ་མ་གཞན་དག་ལ་རྒྱ་ཉོན་མོངས་པ་དུག་གསུམ་གྱི་  
སྟོན་ས་སྡིག་པ་འབྱུང་བའི་སྟོན་ལུས་ངག་དང་ཡིད་གྱིས་གནོད་པ་བགྱིས་པ་  
གང་ལགས་པ་བཤགས་པར་བགྱིའོ། །

བཞི་པ་(མི་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་ལ་བསམས་ཏེ་འགྲོད་པས་བཤགས་པ་)ནི།

ཉེས་པ་དུ་མས་སྟོན་ཆགས་པའི། །

སྡིག་ཅན་བདག་གིས་སྡིག་པ་གང་། །

ཤེན་ཏུ་མི་བཟད་བགྱིས་པ་དེ། །

ཐམས་ཅད་འདྲེན་པ་རྣམས་ལ་བཤགས། །

དཔྱུལ་བ་ལ་སོགས་པའི་འབྲས་བུ་འབྱིན་པའི་རྒྱ་ཆགས་སོགས་ཉེས་

པ་དུ་མའི་སྒྲོན་ཆགས་པའི་སྡིག་ཅན་བདག་གིས་སྡོག་གཙོད་སོགས་སྡིག་  
པ་གང་སྐྱབ་བསྐྱུལ་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་པས་ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་པ་བགྱིས་པ་དེ་  
ཐམས་ཅད་འདྲེན་པ་རྣམས་ལ་བཤགས་སོ། །

གཉིས་པ་(སྡིག་པ་དང་བཅས་བཞིན་དུ་འཆི་བས་འཇིགས་ནས་འགྲོད་པ་བསྐྱོམ་ཞིང་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་)ནི།

བདག་ནི་སྡིག་པ་མ་བྱང་བར། །

སྒྲོན་དུ་འགྲུམ་པར་འགྱུར་དུ་མཆི། །

ཇི་ལྟར་འདི་ལས་ངེས་ཐར་བར། །

སྐྱར་བའི་ཚུལ་གྱིས་བསྐྱབ་དུ་གསོལ། །

སྡིག་པ་དེ་མ་ཐག་མ་བཤགས་ན་བདག་ནི་སྡིག་པ་མ་བྱང་བར་སྡིག་  
པ་དང་བཅས་ཏེ་འཆི་བདག་གིས་སྒྲོན་དུ་འགྲུམ་པར་འགྱུར་དུ་མཆི་ཞིང་ངན་  
འགྲོར་སྐྱེ་བས་ཐབས་ཇི་ལྟར་བྱས་ན་སྡིག་པ་འདི་ལས་ངེས་པར་ཐར་པར་  
འགྱུར་བར་སྐྱར་བའི་ཚུལ་གྱིས་བདག་ལ་བསྐྱབ་དུ་གསོལ་ལོ། །སྡིག་པ་མ་  
བྱང་བར་དུ་མི་འཆི་བས་སྐྱར་དུ་བསྐྱབ་ཅི་དགོས་ཞེ་ན།

ཡིད་བརྟན་མི་རུང་འཆི་བདག་འདི། །

བྱས་དང་མ་བྱས་མི་སྡོད་པས། །

ན་དང་མི་ན་ཀྱན་གྱིས་ཀྱང་། །

སྒྲོ་བྱར་ཆེ་ལ་ཡིད་མི་བརྟན། །

དུས་སྐད་ཅིག་ཀྱང་ཡིད་བརྟན་མི་རུང་བའི་འཆི་བདག་འདི་སྡིག་སྒྲིབ་  
བྱས་པ་དང་མ་བྱས་པ་ལ་སོགས་པའི་དུས་ལ་མི་སྒྲིབ་ཅིང་བྱ་བ་ཆར་མ་  
ཆར་ལ་མི་སྒྲིབ་པས་གང་ཟག་ན་བ་དང་མི་ན་པ་ཀྱན་གྱིས་ཀྱང་ཆེ་ཆད་མ་  
རྫོགས་ཀྱང་སྒྲིབ་བྱར་དུ་འཆི་བས་ཆེ་ལ་དེ་རིང་མི་འཆི་བ་ཅམ་ལ་ཡང་ཡིད་  
མི་བརྟན་ཅིང་ཡིད་བརྟན་མི་རུང་བས་སྡིག་པ་སྒྱུར་དུ་སྒྱུར་བར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(དོན་མེད་པའི་སྡིག་པ་བྱས་པའི་ཚུལ་རྒྱས་པར་བསམས་ནས་འགྲོད་པ་བསྐྱེམ་པ་)ལ་བཞི།

གཉེན་དང་ལུས་ལོངས་སྒྲིབ་སོགས་ཡིད་བརྟན་མི་རུང་བར་མ་ཤེས་  
པས་དེ་དག་གི་དོན་དུ་སྡིག་པ་བྱས་པ་འགྲོད་པ་དང་། འཆི་བའི་ཆེ་བར་པའི་  
ཡུལ་ཅམ་དུ་འགྱུར་བའི་དཔེ་དང་། ཡིད་བརྟན་མི་རུང་བ་དེ་ལྟར་ཡང་མཛོན་  
སུམ་དུ་གྲུབ་པས་དེ་དག་གི་དོན་དུ་སྡིག་པ་བྱས་པ་འགྲོད་པ་དང་། རང་ཉིད་  
ནམ་འཆི་ངེས་པ་མེད་པར་མ་རྫོགས་པས་སྡིག་པ་བྱས་པ་འགྲོད་པའོ། །

དང་པོ་(གཉེན་དང་ལུས་ལོངས་སྒྲིབ་སོགས་ཡིད་བརྟན་མི་རུང་བར་མ་ཤེས་པས་དེ་དག་གི་དོན་དུ་སྡིག་པ་བྱས་པ་འགྲོད་པ་)ནི།

ཐམས་ཅད་པོར་ཉེ་ཆ་དགོས་པར། །

བདག་གིས་དེ་ལྟར་མ་ཤེས་པས། །

མཛའ་དང་མི་མཛའི་དོན་གྱི་བྱིར། །

སྡིག་པ་རྣམ་པ་སྣ་ཆོགས་བྱས། །

གཉེན་དང་ལོངས་སྒྲིབ་སོགས་དང་ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་ཤ་རུས་  
སོགས་ཐམས་ཅད་པོར་ཉེ་རང་ཉིད་གཅིག་ཕུ་པ་རོལ་དུ་ཆ་དགོས་པར་

བདག་གིས་དེ་ལྟར་མ་ཤེས་པས་མཛའ་བ་བསྐྱང་བ་དང་མི་མཛའ་བ་གཞིམ་  
པའི་དོན་གྱི་ཕྱིར་སྡིག་པ་རྣམས་སྣ་ཆོགས་བྱས་པས་འགྲོད་པའོ། །

དེ་དག་གི་དོན་དུ་སྡིག་པ་བྱ་བར་མི་རིགས་ཏེ།

མི་མཛའ་རྣམས་ཀྱང་མེད་འགྱུར་ཞིང་། །

མཛའ་བ་རྣམས་ཀྱང་མེད་པར་འགྱུར། །

བདག་ཀྱང་མེད་པར་འགྱུར་བ་སྟེ། །

དེ་བཞིན་ཐམས་ཅད་མེད་པར་འགྱུར། །

མི་མཛའ་བ་རྣམས་ཀྱང་དེ་མ་ཐག་མེད་པར་འགྱུར་ཞིང་མཛའ་བ་  
རྣམས་ཀྱང་མེད་པར་འགྱུར་ལ་བདག་ཀྱང་མེད་པར་འགྱུར་བ་སྟེ། དེ་བཞིན་  
དུ་གཉིན་དང་ལོངས་སྟོང་སོགས་ཐམས་ཅད་མེད་པར་འགྱུར་བས། ཡིད་  
བརྟན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་རུང་བས་དེ་དག་གི་ཆེད་དུ་ཆགས་སྤང་གིས་སྡིག་པ་  
བྱས་པ་འགྲོད་པའོ། །

གཉིས་པ་(འཆི་བའི་ཆེ་བའི་ཡུལ་ཙམ་དུ་འགྱུར་བའི་དཔེ་)ནི།

མི་ལམ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བབཞིན། །

དངོས་པོ་གང་དང་གང་སྤྱད་པ། །

དེ་དེ་བཞིན་པའི་ཡུལ་དུ་འགྱུར། །

འདས་པ་ཐམས་ཅད་མཐོང་མི་འགྱུར། །



དཔེར་ན་མི་ལམ་དུ་བདེ་བ་ཅུང་ཟད་ཅིག་ཉམས་སུ་སྒྲིབ་བ་སང་པའི་  
ཆེ་བླན་པའི་ཡུལ་ཙམ་དུ་འགྱུར་བ་བཞིན་དུ་སྒར་བདེ་བར་རྫོམ་པའི་དངོས་  
པོ་གང་དང་གང་ལོངས་སྤྱད་པ་དེ་དང་དེ་འཆི་བའི་ཆེ་བླན་པའི་ཡུལ་ཙམ་དུ་  
འགྱུར་བས་ད་ལྟ་ཉིད་ནས་ཆོས་འབའ་ཞིག་བྱ་བར་ཐག་གཅོད་པ་ལན་མང་  
དུ་བྱའོ། །གང་དང་གང་འདས་པ་ཐམས་ཅད་མཐོང་བར་མི་འགྱུར་བར་བླན་  
པའི་ཡུལ་ཙམ་དུ་ཟད་པའོ། །

གསུམ་པ་(ཡིད་བརྟན་མི་ཅུང་བདེ་ལྟར་ཡང་མངོན་སུམ་དུ་གྲུབ་པས་དེ་དག་གི་དོན་དུ་སྒྲིག་པ་བྱས་པ་འགྱོད་པ་)ནི།

རེ་ཞིག་གསོན་ཆེ་འདི་ཉིད་ལ་ཡང་། །

མཛའ་དང་མི་མཛའ་དུ་མ་འདས། །

དེ་དག་དོན་དུ་བྱས་པའི་སྒྲིག་།

མི་བཟད་གང་ཡིན་མདུན་ན་གནས། །

གཞན་ཡང་རེ་ཞིག་གསོན་པའི་ཆེ་འདི་ཉིད་ལ་ཡང་སྒར་མཛའ་བ་  
དང་མི་མཛའ་བ་དུ་མ་འདས་པ་སྒྲིབ་བས་གྲུབ་ལ་དེ་དག་གི་དོན་དུ་བྱས་  
པའི་སྒྲིག་པའི་རྣམ་སྤྲིན་མི་བཟད་པ་གང་ཡིན་པ་མདུན་ན་གནས་པས། སྤྱག་  
བསྐྱེད་སྐྱེད་གཞན་མི་ལེན་ན། །གོགས་བྱེད་མཛའ་བས་ཅི་ཞིག་བྱ། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་དེ་དག་གི་དོན་དུ་སྒྲིག་པ་བྱས་པ་ལ་འགྱོད་པ་ཡང་དང་ཡང་  
དུ་བསམ་བར་བྱའོ། །



བཞི་པ་(རང་ཉིད་ནམ་འཆི་ངེས་པ་མེད་པར་མ་རྟོགས་པས་སྡིག་པ་བྱས་པ་འགྲོད་པ་)ནི།

དེ་ལྟར་བདག་ནི་སྟོ་བྱར་ཞེས། །

བདག་གིས་རྟོགས་པར་མ་གྱུར་པས། །

གཏི་མུག་ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་གིས། །

སྡིག་པ་རྣམ་པ་དུ་མ་བྱས། །

དེ་ལྟར་བདག་ནི་ནམ་འཆི་ངེས་པ་མེད་པ་ཆེ་ཡུད་ཅམ་གྱིས་སྟོ་བྱར་  
བ་ཞེས་བདག་གིས་རྟོགས་པར་མ་གྱུར་པས་གཏི་མུག་དང་འདོད་ཆགས་  
དང་ཞེ་སྤང་གིས་སྡིག་པ་རྣམ་པ་དུ་མ་བྱས་ཤིང་སྡིག་པས་ངན་འགྲོ་ལྷུང་བས་  
འཆི་ངེས་པ་དང་། རྣམ་འཆི་ངེས་མེད་དང་། འཆི་བའི་ཆེ་ཆོས་མ་གཏོགས་  
གཞན་གང་གིས་ཀྱང་མི་པན་པ་བསམ་ཞིང་། ངན་འགྲོའི་ཉེས་དམིགས་  
བསམས་ལ་སྡིག་པ་བྱས་པ་ལ་འགྲོད་པ་ལན་དུ་མར་བསྐྱོམ་པར་བྱའོ། །

བཞི་པ་(སྡིག་པས་འཛིགས་པའི་ཚུལ་བསམ་པ་)ལ་བཞི།

ཆེ་ལ་སྟོན་པ་མེད་ཅིང་འབྲིད་བྱེད་པར་མ་ཆད་དུ་ཡོད་པས་ངེས་པར་  
འཆི་ཞིང་སྡིག་པ་དང་བཅས་བཞིན་དུ་འཆི་བས་འཛིགས་པ་དང་། སྡིག་པ་མ་  
དག་ན་ཆེ་འདི་ཉིད་དུ་ཡང་སྐྱབས་བསྐྱེད་ཆུང་དགོས་པ་དང་། འཛིགས་པ་ཆེན་  
པོ་འབྱུང་བའི་རྒྱ་མཚན་དང་། བྱི་མར་སྐྱབས་བསྐྱེད་གྱིས་གདུང་བར་འགྱུར་  
བའི་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་(ཆེ་ལ་སྒྲིན་པ་མེད་ཅིང་འབྲིད་བྱེད་པར་མ་ཆད་དུ་ཡོད་པས་ངེས་པར་འཆི་ཞིང་སྒྲིག་པ་དང་བཅས་བཞིན་དུ་འཆི་བས་འཛིགས་པ་)ནི།

ཉིན་མཆན་སྒྲིབ་པ་ཡོང་མེད་པར། །

ཆེ་འདི་རྟག་ཏུ་གོད་འབྱུར་ཞིང་། །

སྒྲིན་པ་གུད་ནས་འོང་མེད་ན། །

བདག་ལྟ་འཆི་བར་ཅིས་མི་འབྱུར། །

འགོ་འཆག་ཉལ་གསུམ་གང་བྱེད་ཀྱང་ཉིན་མཆན་སྐད་ཅིག་ཀྱང་སྒྲིབ་  
པ་ཡོང་མེད་པར་ཆེ་འདི་རྟག་ཏུ་གོད་པས་ཉེ་བྱི་བར་འབྱུར་ཞིང་སྒྲིན་པ་གུད་  
ནས་ཅུང་ཟད་ཅ་མ་ཡང་འོང་བ་མེད་ན་བདག་ལྟ་བུ་ངེས་པར་འཆི་བར་རྒྱ་  
མཆན་ཅིས་མི་འབྱུར་ངེས་པར་འཆི་ཞིང་། རྣམ་འཆི་ངེས་པ་མེད་པས་སྒྲིག་  
པ་སྒྲིབ་པ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །འགོད་ཅིས་པ་ལྟར་ན་ཉིན་མཆན་གྱིས་ཆེ་སོ་  
སོར་འགོད་པའི་དོན་ཏོ། །

གཉིས་པ་(སྒྲིག་པ་མ་དག་ན་ཆེ་འདི་ཉིད་དུ་ཡང་སྤྲུག་བསྐྱལ་སྒྲིབ་དགོས་པ་)ལ་གསུམ།

སྒྲིག་པ་མ་བྱང་ན་སྒྲིག་འཆད་པའི་སྤྲུག་བསྐྱལ་གཉེན་བཤེས་སོགས་  
གྱིས་སྒྲིབ་མི་རུས་པ་དང་། བསོད་ནམས་མ་བྱས་པས་འཛིགས་པ་དང་།  
འགྲོད་པས་གདུང་བའོ། །

དང་པོ་(སྒྲིག་པ་མ་བྱང་ན་སྒྲིག་འཆད་པའི་སྤྲུག་བསྐྱལ་གཉེན་བཤེས་སོགས་གྱིས་སྒྲིབ་མི་རུས་པ་)ནི།

བདག་ནི་མལ་ན་འདུག་བཞིན་དུ། །

གཉེན་བཤེས་ཀྱན་གྱིས་མཐའ་བསྐྱོར་ཀྱང་། །

སྒྲིག་འཆད་པ་ཡི་ཆོར་བ་དག།

བདག་ཉིད་གཅིག་ཕུས་སྤྱོད་བར་འགྱུར།།

གཤེན་རྗེའི་པོ་ཉས་བེན་པ་ལ།།

གཉེན་གྱིས་ཅི་པན་བཤེས་ཅི་པན།།

བསོད་ནམས་མ་བྱས་ན་འཆི་བའི་ཆེ་བདག་ནི་མལ་ན་འདུག་བཞིན་  
དུ་གཉེན་བཤེས་རི་ལྟར་བཅེ་གདུང་ཆེ་བ་ནམས་གྱིས་མཐའ་སྐྱོར་ཡང་སྒྲིག་  
གཙོད་པའི་ཆོར་བའི་སྒྲིག་བསྐྱེད་དག་བདག་ཉིད་གཅིག་ཕུས་སྤྱོད་བར་  
འགྱུར་ཞིང་འཛིགས་པ་སེལ་བྱེད་མེད་པར་མ་བཟད། འཛིགས་པའི་ཤ་ཚུགས་  
ཅན་གྱི་གཤེན་རྗེའི་པོ་ཉས་བེན་པ་ལ་གཉེན་ཡོད་པས་ཅི་པན་བཤེས་གྱིས་  
ཅི་པན་ཆོས་འབའ་ཞིག་སྐྱབས་སུ་གྱུར་པའོ།།

དེ་ཆེ་བསོད་ནམས་གཅིག་སྐྱབས་ན།།

དེ་ཡང་བདག་གིས་མ་བསྟེན་ཏོ།།

གཉིས་པ་(བསོད་ནམས་མ་བྱས་པས་འཛིགས་པ་)ནི།

དེའི་ཆེ་སྐྱབས་འགོ་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྐྱེད་བ་སོགས་བསོད་ནམས་  
གཅིག་ཕུ་སྐྱབས་གྱི་མཆོག་ཡིན་ན་དེ་ཡང་བདག་གིས་མ་བསྟེན་ཏོ།། །ཞེས་  
པ་དགོ་བ་མ་བྱས་པས་འགྱོད་པའོ།།

གསུམ་པ་(འགྱོད་པས་གདུང་བ་)ནི།

མགོན་པོ་བག་མེད་བདག་གིས་ནི།།

འཇིགས་པ་འདི་འདྲ་མ་འཆའ་ནས། །

མི་རྟག་ཆེ་འདིའི་ཆེད་དག་ཏུ། །

སྡིག་པ་མང་པོ་ཉི་བར་བསྐྱབས། །

སྐྱབས་གནས་ལ་མགོན་པོ་ཞེས་བོས་ནས་བག་མེད་བདག་གིས་ནི་  
ངན་འགྲོའི་འཇིགས་པ་འདི་འདྲ་ཡོད་པ་མ་འཆའ་ཞིང་མ་ཤེས་ནས་ཆེ་མི་  
རྟག་པ་གཉེན་སོགས་ཆེ་འདིའི་ཆེད་དག་ཏུ་སྡིག་པ་མང་པོ་ཉི་བར་བསྐྱབས་  
པས་འགྲོད་པའོ། །

གསུམ་པ་(འཇིགས་པ་ཆེན་པོ་འབྲུང་བའི་རྒྱ་མཚན་)ནི།

སྐྱེ་བོ་ཡན་ལག་བཅོད་པའི་སར། །

དེང་བཟོད་པའང་བྲེད་འགྱུར་ཏེ། །

ཁ་སྐྱམས་མིག་ཅ་ངན་ལ་སོགས། །

སྒྲུ་ལས་གཞན་དུ་འགྱུར་སྒྲུང་ན། །

གཤེན་རྗེའི་པོ་ཉི་འཇིགས་འཇིགས་སྟེ། །

ཤ་ཚུགས་ཅན་གྱིས་བཟུང་གྱུར་ཅིང་། །

འཇིགས་ཆེན་ནད་གྱིས་ཐེབས་གྱུར་པ། །

རབ་ཏུ་ཉམ་ཐག་སྒྲིམ་ཅི་དགོས། །

སྐྱེ་བོ་འགའ་ཞིག་ཆད་པ་བཅད་པའི་དོན་དུ་ཡན་ལག་གཅོད་པའི་

སར་དེ་རིང་མིས་བྲིད་པའང་བྲེད་པར་འགྱུར་ཏེ། ཁ་སྐྱམས་པ་དང་བཞིན་གྱི་  
མདངས་ཉམས་པ་དང་། མིག་རྩ་ངན་པ་ལ་སོགས་པ་སྒྲ་མ་ལས་རྣམས་འགྱུར་  
གཞན་དུ་འགྱུར་བར་སྒྲ་ན་རང་དང་སྐལ་པ་མི་མཉམ་པའི་གཤེན་རྗེའི་  
ཕོ་ཉ་འཛིགས་འཛིགས་ལྟ་བུའི་ཤ་ཚུགས་ཅན་གྱིས་བཟུང་བར་གྱུར་ཅིང་  
འཛིགས་པ་ཆེན་པོ་འཆི་བའི་ནད་གྱིས་ཐེབས་པར་གྱུར་པས་རབ་ཏུ་ཉམས་  
ཐག་པ་ལ་འཛིགས་པ་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་སྟོས་ཅི་དགོས། དེས་ན་སྡིག་པ་ལ་  
འགྲོད་པར་བྱའོ།

བཞི་པ་(ཕྱི་མར་སྐྱག་བསྐྱེལ་གྱིས་གདུང་བར་འགྱུར་བའི་ཚུལ་)ནི།

སུ་ཞིག་འཛིགས་ཆེན་འདི་ལས་བདག།

ལེགས་པར་སྐྱོབ་པར་བྲེད་འགྱུར་ཞེས།

བྲེད་ཤ་ཐོན་པའི་མིག་བབྱང་ནས།

སྒྲ་གས་བཞིར་སྐྱབས་དག་ཆོལ་བར་བྲེད།

སྒྲ་གས་བཞིར་སྐྱབས་མེད་མཐོང་ནས་ནི།

དེ་ནས་ཀུན་དུ་ཡི་ཐུག་འགྱུར།

གནས་དེར་སྐྱབས་ཡོད་མ་ཡིན་ན།

དེ་ཆེ་བདག་གིས་ངེ་ལྟར་བྲ།

དཔྱལ་བར་སྐྱེས་ནས་དཔྱལ་སྐྱངས་རྣམས་མཐོང་བའི་ཆེ་གྱི་བྱད་

སྒྲིབ་བྱ་སྒྲིབ་ཞིག་གིས་འཇིགས་པ་ཆེན་པོ་འདི་ལས་བདག་ལེགས་པར་སྒྲིབ་  
པར་བྱེད་པར་འབྲུག་ཞེས་ཤིན་ཏུ་སྒྲིག་ཅིང་བྱེད་ཤིང་འཇོན་པའི་མིག་བབྱང་  
ནས་སྒྲིགས་བཞིར་སྒྲིབས་དག་ཆོལ་བར་བྱེད་ལ་དེ་ལྟར་བཅུ་ཡང་སྒྲིགས་  
བཞིར་སྒྲིབས་མེད་པར་མཐོང་ནས་ནི་དེ་ནས་ཀྱན་ཏུ་ཡི་ཐུག་འབྲུག་བས་དེ་  
ལྟ་ཉིད་ནས་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྒྲིབས་སུ་འགྲོ་བར་བྱའོ། །

དེས་ན་དཔྱལ་བའི་གནས་དེར་འཇིགས་པ་ལས་སྒྲིབ་པའི་སྒྲིབས་  
ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན་དུས་དེའི་ཆེ་བདག་གིས་དི་ལྟར་བྱ་བས་ཅི་ཡང་མེད་  
པས་དེ་ལྟ་ཉིད་ནས་འཇིགས་པ་དང་བྲལ་བའི་རྒྱལ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(རྟོན་གྱི་སྒྲིབས་)ལ་གསུམ།

ད་ལྟ་ཉིད་ནས་དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་སྒྲིབས་ལ་བརྟེན་པ་དང་། སྒྲིབ་  
ལས་གྱི་སྒྲིབས་ཅན་གྱི་རྒྱལ་བའི་སྒྲིབས་ལ་བརྟེན་པ་དང་། སྒྲིབས་སུ་སོང་  
ནས་དེ་དག་གི་བཀའ་བཞིན་དུ་བསྒྲིབ་པའོ། །

དང་པོ་(ད་ལྟ་ཉིད་ནས་དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་སྒྲིབས་ལ་བརྟེན་པ་)ནི།

དེ་བས་རྒྱལ་བ་འགྲོ་བའི་མགོན། །

འགྲོ་བ་སྒྲིབ་པའི་དོན་བཅོན་པ། །

སྒྲིབས་ཆེན་འཇིགས་པ་ཀྱན་སེལ་ལ། །

དེ་རིང་ཉིད་ནས་སྒྲིབས་སུ་མཆི། །

དེ་ཡི་ཐུགས་སུ་ཆུད་པའི་ཆོས། །



འཁོར་བའི་འཇིགས་པ་སེལ་བ་དང་། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཚོགས་ལ་ཡང་། །

དེ་བཞིན་ཡང་དག་སྐྱབས་སུ་མཆི། །

ངན་འགྲོར་སྐྱེས་པའི་ཆེ་སྐྱབས་བཙུལ་ཡང་མི་ཉིད་པ་དེ་བས་ན་རྒྱལ་  
བ་འགྲོ་བའི་མགོན་པོ་སྐྱེར་བས་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་སྐྱོབ་པའི་དོན་དུ་བཙོན་  
པ་འཇིགས་པ་ལས་སྐྱོབ་པའི་མ་ཐུ་ཐུལ་དུ་བྱང་བ་མངའ་བས་སྐྱོབས་ཆེན་  
པོ་འཇིགས་པ་ཀུན་སེལ་རུས་པ་ལ་སྐྱུར་དུ་དེ་རིང་ཉིད་ནས་སྐྱབས་སུ་མཆི་  
བར་བཤོ། །གཞན་ཡང་རྒྱལ་བ་དེ་ཡིས་ཐུགས་སུ་ཆུད་པའི་ཆོས་བསྟན་ན་  
འཁོར་བའི་འཇིགས་པ་སེལ་བ་ཆོས་དགོན་མཆོག་དང་། འཕགས་པའི་གོ་  
འཕང་བརྟེན་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཚོགས་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་ཡང་  
དག་པར་སྐྱབས་སུ་མཆི་བ་སྟེ་ལམ་སྐྱབས་པའི་གྲོགས་སུ་ཁས་སྦྱང་བར་བཤོ། །

གཉིས་པ་(སྟོན་ལམ་གྱི་སྟོབས་ཅན་གྱི་རྒྱལ་བའི་སྤྲས་ལ་བརྟེན་པ་)ནི།

བདག་ནི་འཇིགས་པས་ནམ་སྐྱག་ནས། །

ཀུན་དུ་བཟང་ལ་བདག་ཉིད་འབྱུལ། །

འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་བདག་ཉིད་གྱིས། །

བདག་གི་ལུས་ནི་དབྱུལ་བར་བགྱ། །

ཐུགས་རྗེས་སྐྱོད་པ་མ་འཁྱུལ་བ། །



སྟུན་རས་གཟིགས་མགོན་དེ་ལ་ཡང་། །

ཉམས་ཐག་ང་རོས་འོ་དོད་འབོད། །

བདག་ནི་ངན་འགྲོའི་འཇིགས་པས་ནམས་སྐྱབ་ནས་སྟོན་ལམ་  
གྱི་སྟོབས་ཅན་གྱི་རྒྱལ་སྐས་ཀྱན་ཏུ་བཟང་པོ་ལ་བདག་ཉིད་འབྱུང་བས་  
འཇིགས་པ་ལས་བདག་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ་ཞེས་པའོ། །འཇམ་པའི་དབྱངས་  
ལ་བདག་ཉིད་གྱིས་ཏེ་གཞན་གྱིས་བསྐྱུལ་བ་མ་ཡིན་པར་སེམས་དང་བས་  
བདག་གི་ལུས་འདི་དབྱུང་བར་བགྱིའོ། །སྟུན་གྱིས་བྱུབ་པ་དང་རྒྱན་མི་  
འཆད་པ་གཉིས་གྱིས་གཞན་དོན་མཇུག་པའི་ཐུགས་རྗེའི་སྟོན་པ་མ་འབྲུལ་  
བ་ཅན་སྟུན་རས་གཟིགས་མགོན་དེ་ལ་ཡང་འཇིགས་པས་ཉམས་ཐག་པའི་  
ང་རོས་འོ་དོད་འབོད་དོ། །

ཇི་ལྟར་ཞེ་ན།

སྡིག་ལྟན་བདག་ལ་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ། །

འཕགས་པ་ནམ་མཁའི་སྟོང་པོ་དང་། །

ས་ཡི་སྟོང་པོ་དག་དང་ནི། །

ཐུགས་རྗེ་ཆེ་མགོན་ཐམས་ཅད་ལ། །

སྐྱབས་ཆོལ་སྟོང་ནས་འོ་དོད་འབོད། །

གང་ཞིག་མཐོང་ནས་གཤེན་རྗེ་ཡི། །

པོ་ཉ་ལ་སོགས་སྒྲང་བ་རྣམས། །

སྒྲག་ནས་ཕྱོགས་བཞིར་འབྱེར་བྱེད་པ། །

དོ་རྩེ་ཅན་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི། །

སྒྲིག་ལྷན་བདག་ལ་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ་ཞེས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དབང་འཕགས་པ་རྣམ་མཁའ་སྣང་སྣང་པོ་དང་སའི་སྣང་པོ་དག་དང་ནི་  
བྱམས་པ་དང་སྐྱབ་པ་རྣམ་སེལ་སོགས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་མགོན་ཐམས་ཅད་ལ་  
སྐྱབས་མཆོལ་ཞིང་། སྣང་ནས་འོ་དོད་འབོད་པས་སྐྱབས་ཤིག་ཅེས་པའོ། །  
ཐུག་ན་དོ་རྩེ་གང་ཞིག་མཐོང་ན་གཤེན་རྗེའི་པོ་ཉ་དཔྱལ་སྒྲངས་ལ་སོགས་  
སེམས་ཅན་ལ་སྒྲང་བ་རྣམས་སྒྲག་ནས་ཕྱོགས་བཞིར་འབྱེར་བར་བྱེད་པ་དོ་  
རྩེ་ཅན་ལ་ཡང་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །

གསུམ་པ་(སྐྱབས་སུ་སོང་ནས་དེ་དག་གི་བཀའ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་པ་)ནི།

སྡོན་ཆད་བྱེད་ཀྱི་བཀའ་ལས་འདས། །

ད་ནི་འཇིགས་པ་ཆེ་མཐོང་ནས། །

བྱེད་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི་ལགས་ཀྱིས། །

འཇིགས་པ་སྐྱར་དུ་བསལ་དུ་གསོལ། །

བདག་གིས་སྡོན་ཆད་བྱེད་ཀྱི་བཀའ་ལས་འདས་ནས་སྒྲིག་པ་བྱས་  
ཤིང་དགོ་བ་མ་བྱས་ལ་ད་ནི་འཁོར་བ་མཐའ་མེད་དང་ངན་འགྲོའི་འཇིགས་པ་  
ཆེན་པོ་མཐོང་ནས་བྱེད་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི་ལགས་ཀྱི་སྒྲང་དོར་ཀྱི་གནས་ལ་

ཁྱེད་ཀྱི་བཀའ་བཞིན་དུ་བསྐྱབས་པས་འཛིགས་པ་སྐྱར་དུ་བསལ་དུ་གསོལ་  
ཞིག་པའོ། །

གསུམ་པ་(གཉེན་པོ་ཀུན་ཏུ་སྒྲིང་པའི་སྒྲོབས་)ལ་གཉིས།  
སྒྲིག་པ་སྒྲིང་བ་ལ་འབད་པར་རིགས་པའི་རྒྱ་མཆན་དང་། སྐྱར་དུ་  
འབད་པར་རིགས་པའོ། །

དང་པོ་(སྒྲིག་པ་སྒྲིང་བ་ལ་འབད་པར་རིགས་པའི་རྒྱ་མཆན་)ལ་གཉིས།  
ནད་ཀྱི་དཔེས་སྒྲིག་པ་སྐྱར་དུ་སྐྱར་དགོས་པ་དང་། གཡང་སའི་  
དཔེས་སྐྱར་དགོས་པར་བསྟན་པའོ། །

དང་པོ་(ནད་ཀྱི་དཔེས་སྒྲིག་པ་སྐྱར་དུ་སྐྱར་དགོས་པ་)ལ་གསུམ།  
དཔེ་དོན་དགོད་པ་དང་། དུག་གསུམ་གྱི་ནད་ཉེས་དམིགས་ཆེ་ཞིང་  
དེ་འཛོམས་པའི་སྒྲན་དགོན་པ་དང་། དེས་ན་སྒྲན་པ་མཆོག་སྟོན་པའི་གསུང་  
སྐྱར་སྐྱབ་རིགས་པའོ། །

དང་པོ་(དཔེ་དོན་དགོད་པ་)ནི།  
ཐ་མལ་ནད་ཀྱིས་འཛིགས་ན་ཡང་། །  
སྒྲན་པའི་ངག་བཞིན་བྱ་དགོས་ན། །  
འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་ཉེས་བརྒྱ་ཡི། །  
ནད་ཀྱིས་རྟག་བཏབ་སྟོས་ཅི་དགོས། །  
རྒྱང་མཁྲིས་སོགས་འབྲུགས་པའི་ཐ་མལ་པའི་ནད་ཀྱིས་འཛིགས་

ན་ཡང་ཤིར་དོགས་ནས་དེ་བཙོས་པའི་ཐབས་སྒྲན་པའི་ངག་བཞིན་དུ་བྱེད་  
དགོས་ན་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་དུག་གསུམ་གྱི་  
གཙོད་ནད་ཆེན་པོ་ཉིས་པ་བརྒྱ་སྟོང་ཕྱག་དུ་མའི་འབྱུང་ཁུངས་སུ་གྱུར་པའི་  
ནད་ཀྱིས་ཏྲག་ཏུ་བཏབ་པས་རང་ཅག་དེ་སེལ་བའི་སྒྲན་པ་མཆོག་རྒྱལ་བའི་  
བཀའ་བཞིན་དུ་གཉེན་པོ་བསྟེན་པར་རིགས་པ་སྟོས་ཅི་དགོས་སྒྲིག་པའི་  
གཉེན་པོ་ལ་འབད་པར་རིགས་སོ། །

གཉིས་པ་(དུག་གསུམ་གྱི་ནད་ཉིས་དམིགས་ཆེ་ཞིང་དེ་འཛོམས་པའི་སྒྲན་དགོན་པ་)ནི།

དེ་གཅིག་གིས་ཀྱང་འཇམ་སྒྲིང་ན། །

གནས་པའི་མི་ཀྱན་བཞུག་བྱེད་ན། །

དེ་དག་གསོ་བའི་སྒྲན་གཞན་ནི། །

ཕྱོགས་རྣམས་ཀྱན་ནས་མི་རྟེན་ན། །

བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ལ་ཁོང་ཁྱོད་བ་ལྟ་བུ་ནི་དེ་དག་གཅིག་གིས་ཀྱང་  
འཇམ་བུའི་སྒྲིང་ན་གནས་པའི་མི་ཀྱན་དཔྱལ་བར་ཞུག་པར་བྱེད་པས་གཞོད་  
པ་ཆེ་ན་ནད་དེ་དག་གསོ་བའི་སྒྲན་གཉེན་པོ་ལམ་སྟོམ་པའི་ཚུལ་སོགས་  
སྟོན་པའི་གསུང་ལས་གཞན་ནི་ཆངས་པའི་འཛིག་ཉེན་སོགས་ཕྱོགས་གཞན་  
ཀྱན་ནས་མི་རྟེན་ན་སྟེ་མ་རྟེན་པས་ཤིན་ཏུ་དགོན་པའོ། །

གསུམ་པ་(དེས་ན་སྒྲན་པ་མཆོག་སྟོན་པའི་གསུང་ལྟར་སྐབ་རིགས་པ་)ནི།

དེ་ལ་སྒྲན་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན། །

བྱག་རྩ་ཐམས་ཅད་འབྲིན་པ་ཡི། །

བཀའ་ལྟར་མི་བྱེད་སེམས་པ་ནི། །

ཤིན་ཏུ་གཏི་མུག་སྦྲད་པའི་གནས། །

ཉོན་མོངས་པའི་ནད་དེ་ལ་དེ་སེལ་བའི་སྦྲན་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་  
ཉོན་མོངས་པའི་བྱག་རྩ་ཐམས་ཅད་འབྲིན་པར་མཛད་པའི་བཀའ་ལྟར་མི་  
བྱེད་པར་འཁོར་བ་མཐའ་མེད་དང་ངན་འགྲོའི་རྒྱ་ལ་སེམས་པ་ནི། ཤིན་ཏུ་  
གཏི་མུག་གོ་ཞེས་སྦྲད་པའི་གནས་ཡིན་པས་སྙིང་ཐག་པ་ནས་སྟོན་པ་ལ་  
སྐབས་སུ་སོང་སྟེ། སྟོན་པའི་བསྟན་པ་ཚུལ་བཞིན་དུ་ཉམས་སུ་བྲང་བར་  
བྱའོ། །

གཉིས་པ་(གཡང་སའི་དཔེས་སྦྱར་དགོས་པར་བསྟན་པ་)ནི།

གཡང་ས་ཐ་མལ་ཆུང་དུ་ལའང་། །

བག་ཡོད་གནས་པར་བྱ་དགོས་ན། །

དཔག་ཆད་སྟོང་དུ་ལྗང་བ་ཡི། །

ཡུན་རིང་གཡང་སར་སྦྱོས་ཅི་དགོས། །

གང་ལ་ལྗང་ན་ཡན་ལག་ཅེས་གནད་པར་འགྱུར་བའི་རི་ལ་སོགས་པ་  
གཡང་ས་ཐ་མལ་བ་ཆུང་དུ་ལའང་ལྗང་དོགས་ནས་བག་ཡོད་པས་གནས་  
པར་བྱ་དགོས་ན་དཔག་ཆད་སྟོང་ཐག་དུ་མས་མཆོན་པའི་དཔག་ཆད་སུམ་  
ཁྲི་ཉིས་སྟོང་སོགས་ཀྱི་གཡང་སར་ལྗང་བའི་གཡང་སར་ཡུན་རིང་པོར་

གནས་དགོས་པ་ལ་བག་ཡོད་བྱ་དགོས་པ་སྒྲིམ་ཅི་དགོས་པས་ཉོན་མོངས་  
ཀྱི་གཉེན་པོ་བསྟེན་པ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(སྤྱར་དུ་འབད་པར་རིགས་པ་)ལ་གཉིས།

དེ་རིང་ཉིད་ནས་སྡིག་པའི་གཉེན་པོ་བསྟེན་པ་ལ་འབད་པར་བྱ་བ་དང་།  
སྤྱག་བསྐུལ་གྱིས་མི་འཛིགས་པ་ལ་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡང་མེད་པས་ལམ་བསྐོམ་  
པ་ལ་ལེ་ལོ་བྱ་བར་མི་རིགས་པའོ། །

དང་པོ་(དེ་རིང་ཉིད་ནས་སྡིག་པའི་གཉེན་པོ་བསྟེན་པ་ལ་འབད་པར་བྱ་བ་)ནི།

དེ་རིང་ཁོ་ན་མི་འཆི་ཞེས། །

བདེ་བར་འདུག་པ་རིགས་མ་ཡིན། །

བདག་ནི་མེད་པར་འགྱུར་བའི་དུས། །

དེ་ནི་གདོན་མི་བ་བར་འབྱུང་། །

གཉེན་པོ་ལ་འབད་དགོས་ཀྱང་ཟླ་བ་སྤྱི་མ་དང་ལོ་སྤྱི་མ་ལ་འབད་པར་  
བྱའོ་སྟམ་ན། དེ་རིང་ཉིད་ནས་འབད་པར་རིགས་ཏེ་དེ་རིང་ཁོ་ན་མི་འཆི་ཞེས་  
གཉེན་པོ་ལ་མི་འབད་པར་བདེ་བར་འདུག་པའི་ལེ་ལོས་གནས་པ་རིགས་པ་  
མ་ཡིན་ཏེ་དེ་རིང་མི་འཆི་བའི་ཡིད་བརྟན་མེད་པས་བདག་ནི་ཤི་ནས་མེད་  
པར་འགྱུར་བའི་དུས་དེ་ནི་སང་པལ་ཆེར་གདོན་མི་བ་བར་འབྱུང་བས་ལེ་ལོ་  
མི་བྱ་བར་དེ་རིང་ཉིད་ནས་འབད་པར་བྱའོ། །ཀ་ནི་ཀའི་སྤྱིང་ཡིག་ལས། འདི་  
སངས་དེང་ནི་འདི་བྱ་ཞེས། །བྱ་བ་མི་ལ་བཟང་པོ་མིན། །ནམ་ཞིག་ཁྱོད་ནི་



མེད་འགྱུར་བའི། །སང་དེ་གཞོན་མི་བ་བར་འོང་། །ཞེས་པ་ལྟར་རོ། །

གཉིས་པ་(སྒྲུག་བསྐྱེལ་གྱིས་མི་འཛིགས་པ་ལ་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡང་མེད་པས་ལམ་བསྐོས་པ་ལ་ལེ་ལོ་བྱ་བར་མི་རིགས་པ་)ནི།

བདག་ལ་མི་འཛིགས་སུ་ཡིས་བྱེན། །

འདི་ལས་ཇི་ལྟར་ངེས་ཐར་འགྱུར། །

གཞོན་མི་བ་བར་མེད་འགྱུར་ན། །

ཇི་ལྟར་བདག་ཡིད་བདེ་བར་འདུག། །

འཆི་ཡང་འཛིགས་པ་བྱས་པས་མི་པན་པས་འཛིགས་མི་དགོས་སོ་  
ཞེ་ན། གཞན་ཐམས་ཅད་འཆི་བ་མཐོང་ཞིང་ཐོས་ལ་ཉེ་ནས་ངན་འགྱོར་ལྟར་  
བའི་འཛིགས་པ་ཡོད་བཞིན་དུ་བདག་ལ་འཆི་བ་དང་སྡིག་པས་འཛིགས་  
མི་དོགས་ཞེས་མི་འཛིགས་པ་སྐྱེས་བྱ་དམ་པ་སུ་ཡིས་བྱེན། ལྟར་པ་པོ་སུ་  
ཡང་མེད་པས་གཉིན་པོ་ལམ་འབད་ན་སྡིག་པ་དང་འཆི་བ་འདི་ལས་ཇི་ལྟར་  
ངེས་པར་ཐར་པར་འགྱུར་ཏེ་མི་ཐར་པས་ཉེ་ནས་གཞོན་མི་བ་བར་མེད་པར་  
འགྱུར་ན་སྡིག་པའི་གཉིན་པོ་ལ་མི་འབད་པར་ཅི་འདི་བྱེད་ལེ་ལོ་འདི་དབང་གིས་  
བདག་ཡིད་བདེ་བར་འདུག་པ་མི་རིགས་པས་ལམ་བསྐོས་པ་ལ་འབད་པར་  
བྱའོ། །

བཞི་པ་(ཉིས་པ་ལས་སྐྱར་སྡོག་པའི་སྟོབས་)ལ་གསུམ།

སྡིག་པ་ལ་འགྱོད་པས་བྱིན་ཆད་སྡོམ་པ་དང་། སྐར་བྱས་བཤགས་པ་  
དང་། མཐུན་པ་གསོལ་ནས་ཉིས་པ་ལས་སྡོམ་པར་དམ་བཅའ་བའོ། །



དང་པོ་(སྒྲིག་པ་ལ་འགྲོད་པས་སྤྱན་ཆད་སྒྲིམ་པ་)ལ་གཉིས།

དོན་མེད་པའི་སྒྲིག་པ་སྦྱང་བ་དང་། ཉིན་མཆོན་ཀྱན་ཏུ་སྒྲིག་པ་ལས་  
ཐར་པའི་ཐབས་ལ་འབད་པའོ། །

དང་པོ་(དོན་མེད་པའི་སྒྲིག་པ་སྦྱང་བ་)ལ་གཉིས།

ལོངས་སྤྱོད་ལ་ཡིད་བརྟན་མི་རུང་བས་ཆགས་པར་མི་རིགས་པ་  
དང་། གཉིན་སོགས་ལ་ཆགས་པར་མི་རིགས་པའོ། །

དང་པོ་(ལོངས་སྤྱོད་ལ་ཡིད་བརྟན་མི་རུང་བས་ཆགས་པར་མི་རིགས་པ་)ནི།

སྤྱན་ཆད་སྦྱང་སྟེ་ཞིག་པ་ལས། །

བདག་ལ་ལྷག་པ་ཅི་ཡོད་ན། །

བདག་ནི་དེ་ལ་མངོན་ཞེན་ནས། །

སྤྲ་མའི་བཀའ་དང་འགལ་བར་བྱས། །

སྤྱན་ཆད་འཁོར་བར་ལོངས་སྤྱོད་སྦྱང་སྟེ་ཡིད་བརྟན་མི་རུང་བར་  
ཞིག་པ་ལས་ད་དུང་བདག་ལ་སྦྱང་པོ་དང་བཅས་པའི་ལོངས་སྤྱོད་ལྷག་པ་  
ཅི་ཡོད་ན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པས་བདག་ནི་སྦྱང་པོ་མེད་པ་དེ་ལ་མངོན་པར་  
ཞེན་ཅིང་ཆགས་ནས་སྤྲ་མའི་བཀའ་དང་འགལ་བར་བྱས་ཤིང་སྒྲིག་པ་བྱས་  
པས་འགྲོད་པའོ། །

གཉིས་པ་(གཉིན་སོགས་ལ་ཆགས་པར་མི་རིགས་པ་)ནི།

གསོན་ཆེ་འདི་དང་དེ་བཞིན་དུ། །

གཉིན་དང་བཤེས་པ་རྣམས་སྤངས་ནས། །

གཅིག་བྱ་གཤེད་འགྲོ་དགོས་ན། །

མཛའ་དང་མི་མཛའ་ཀུན་ཅི་རུང་། །

བདག་གི་ལུས་སྤྱིང་པོ་མེད་པ་གསོན་པའི་ཆེ་འདི་དང་དེ་བཞིན་དུ་  
གཉིན་དང་བཤེས་པ་རྣམས་ཀྱང་སྤངས་ནས་རང་ཉིད་གཅིག་བྱ་ངེས་པ་  
མེད་པའི་སྒྲིགས་གཤེད་རང་དབང་མེད་པར་འགྲོ་དགོས་ན་མཛའ་བ་དང་  
མི་མཛའ་བ་ཀུན་གྱིས་ཅི་ཞིག་རུང་སྟེ། བན་པ་རུང་བཅད་ཀྱང་མེད་པས་དེ་ལ་  
ཆགས་པར་མི་རིགས་སོ། །

གཉིས་པ་(ཉིན་མཆོན་ཏུ་སྒྲིག་པ་ལས་ཐར་པའི་ཐབས་ལ་འབད་པ་)ནི།

མི་དགེ་བ་ལས་སྐྱུག་བསྐྱེད་འབྱུང་། །

དེ་ལས་ཇི་ལྟར་ངེས་ཐར་ཞེས། །

ཉིན་མཆོན་ཏུ་བདག་གིས་ནི། །

འདི་ཉིད་འབར་ཞིག་བསམ་པའི་རིགས། །

སྒྲིག་གཅོད་སོགས་མི་དགེ་བ་ལས་དཔྱུལ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱུག་  
བསྐྱེད་འབྱུང་བས་སྐྱུག་བསྐྱེད་དེ་ལས་ཇི་ལྟར་ངེས་ཐར་ཐར་ཐར་འབྱུར་  
ཞེས་ཉིན་མཆོན་ཏུ་བདག་གིས་ནི་དགེ་མི་དགེའི་ལས་འབྲས་འདི་ཉིད་  
འབར་ཞིག་བསམ་པའི་རིགས་སོ། །ལས་འབྲས་ལ་བསམ་པ་ཐག་པ་ནས་  
ངེས་པ་མ་རྟོག་ན་ཆོས་གང་ལ་ཡང་རྒྱལ་བ་དགེས་པའི་ངེས་པ་མི་རྟོག་པས་

ཀུན་གྱི་འདི་ལ་འབད་བར་བྱ་སྟེ། ཁ་ཅིག་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་ངེས་པ་རྟེན་པ་སྐད་  
ཟེར་ནས་ལས་འབྲས་ལ་མི་ཅི་པ་ནི། གོ་བ་བྱིན་ཅི་ལོག་དུ་སོང་བར་གསལ་  
ཞིང་། སྟོང་པ་རྟེན་འབྱུང་གི་དོན་དུ་གནས་པ་ལ་ངེས་པ་མ་རྟེན་པ་འོ། །

གཉིས་པ་(སྟར་བྱས་བཤགས་པ་)ལ་གཉིས།  
བཤགས་བྱའི་དངོས་པོ་དང་། བཤགས་པའི་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་(བཤགས་བྱའི་དངོས་པོ་)ནི།

བདག་ནི་མི་ཤེས་གཏི་ཟུག་པས། །

རང་བཞིན་ཁ་ན་མ་ཐོ་འཇ། །

བཅས་པའི་སྡིག་པ་གང་ཡིན་ལས། །

གང་ཡང་རུང་བ་བགྱིས་པ་རྣམས། །

བདག་ནི་ལས་འབྲས་ལ་ཚོངས་ཤིང་མི་ཤེས་པ་གཏི་ཟུག་པས་བཅས་  
པའི་རྟེན་ཅན་ཡིན་མིན་གྱི་གང་ཟག་སུ་གང་གིས་བྱས་ཀྱང་སྡིག་པའི་རིགས་  
སུ་གནས་པ་རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བའཇ་བཅས་པའི་རྟེན་ཅན་ཁོ་ན་ལ་དེ་  
ལྟར་གནས་པ་བཅས་པའི་སྡིག་པ་གང་ཡིན་པ་ལས། བྱ་བ་ངན་པ་གང་ཡང་  
རུང་བ་བགྱིས་པ་རྣམས་སོ། །

གཉིས་པ་(བཤགས་པའི་ཚུལ་)ནི།

མགོན་པོའི་སྦྱན་སྒར་མངོན་སུམ་དུ། །

ཐལ་སྦྱར་སྦྱག་བསྐྱལ་འཛིགས་སེམས་ཀྱིས། །

ཡང་དང་ཡང་དུ་བྱག་འཆལ་ཏེ། །

དེ་དག་ཐམས་ཅད་བཤགས་པར་བགྱེ། །

སངས་རྒྱལ་སྤྱོད་དང་བཅས་པའི་མགོན་པོའི་སྤྱན་སྦྲར་མངོན་སྤྱོད་  
དུ་སྒྲིབ་ལམ་ཐལ་མོ་སྤྱད། བསམ་བློ་སྤྱོད་བསྤལ་ལ་འཛིགས་པའི་སེམས་  
ཀྱིས་ཡང་དང་ཡང་དུ་བྱག་འཆལ་ཏེ་སྤྱིག་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་བཤགས་  
པར་བགྱེ། །

གསུམ་པ་(མཁྱེན་པ་གསོལ་ནས་ཉེས་པ་ལས་སྦྱོམ་པར་དམ་བཅའ་བ་)ནི།

འཛེན་པ་རྣམས་ཀྱིས་བདག་གི་སྤྱིག་ །

ནོངས་པ་ལགས་པར་གཟུང་དུ་གསོལ། །

འདི་ནི་བཟང་པོ་མ་ལགས་པས། །

སྤྱན་ཆད་བདག་ནི་ཡོང་མི་བགྱེད། །

རྒྱ་མཚན་དེ་བས་ན་འཛེན་པ་རྣམས་ཀྱིས་བདག་གིས་སྤྱིག་པ་བྱས་པ་  
ནོངས་པ་ལགས་པས་ནོངས་པ་ལགས་པར་གཟུང་དུ་གསོལ་སྤྱིག་པ་བྱས་  
པ་འདི་ནི་བྱ་བ་བཟང་པོ་མ་ལགས་པས་སྤྱན་ཆད་བདག་ནི་སྤྱིག་ལ་བབ་  
ཀྱང་ཡོང་ཡེ་མི་བགྱེད་དོ། །ཞེས་པ་ནི་དེང་སྤྱན་ཆད་རྒྱན་གཙོང་ཅིང་སྤྱོམ་  
པར་བགྱེད་པའོ། །གསུམ་རབ་དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པ་རྣམས་ནས་  
སྤྱིག་པ་སྦྱོང་བའི་སྒོ་མང་དུ་གསུངས་ཀྱང་གཉེན་པོ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ནི་  
སྟོས་བཞི་ཆར་བའི་བཤགས་པ་འདིས་བཤགས་པ་ཡིན་ལ་དེས་སྦྱོང་ངེས་

ཀྱི་སྡིག་པ་ཡང་འདག་པར་རྟོག་གོ་འབར་བ་དང་། བརྒྱད་སྟོང་འགྲེལ་ཆེན་  
སོགས་ལས་གསུངས་སོ། །

རང་ཅག་ལས་འབྲས་ཀྱིར་རྣམ་དབྱེ་ལ་མི་མཁས་ཤིང་། ཅུང་ཟད་ཤེས་  
ཀྱང་མདོར་ལེན་ཚུལ་བཞིན་དུ་མི་བྱེད་པ་ལ་ཉི་མ་རེ་རེ་ཞིང་སྡིག་པའི་སྒོ་དུ་  
མ་འབྱུང་བས་རྒྱན་དུ་སྟོབས་བཞིའི་བཤམས་པའི་ལམ་དུ་འཇུག་པར་བྱ་  
ཞིང་། བྱད་པར་དུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྐྱེ་བའི་གོགས་སྦྱོང་བ་ལ་དམིགས་  
ནས་འབད་པར་བྱའོ། །

ཆགས་དང་ཕྲག་དོག་རྫོམ་བས་ཁེངས་པ་ཡི། །

རོངས་པས་གཟེར་ལ་སེམས་མཆོག་མི་སྐྱེ་བས། །

ལུས་ངག་ཡིད་ཀྱིས་འབྲུལ་པ་གང་བགྱིས་པ། །

དེ་ཀྱན་བསམ་པ་ཐག་པས་མགོན་ལ་བཤམས། །

བསྐྱུ་བའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ། །

གཉིས་པ་(ལེའུའི་མཆོན་)ནི།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྦྱོང་པ་ལ་འཇུག་པ་ལས།

སྡིག་པ་བཤམས་པའི་ལེའུ་སྟེ་གཉིས་པའོ།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྦྱོང་པ་ལ་འཇུག་པའི་རྣམ་བཤམ་རྒྱལ་སྐས་  
འཇུག་དོགས་ཞེས་བྱ་བ་ལས་སྡིག་པ་བཤམས་པའི་ལེའུ་སྟེ་ལེའུ་གཉིས་  
པའི་འགྲེལ་པའོ། །

ལེ་ཏུ་གསུམ་པ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཡོངས་སུ་གཟུང་བ།

གཉིས་པ་དགེ་བ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བ་སོགས་མ་བྱུན་རྒྱུན་ཆོག་གས་  
གསོག་པ་སྟོན་དུ་བཏང་སྟེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཟུང་བ་དངོས་ལ་གཉིས།  
ལེ་ཏུ་འེ་གཞུང་བཤད་པ་དང་། ལེ་ཏུ་འེ་མཆོན་ནོ། །

དང་པོ་(ལེ་ཏུ་འེ་གཞུང་བཤད་པ་)ལ་གསུམ།  
སྟོར་བ་དང་། དངོས་གཞི་དང་། མཇུག་གི་བྱ་བའོ། །

དང་པོ་(སྟོར་བ་)ལ་ལྔ།  
དགེ་བ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བ་དང་། ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བར་བསྐྱུལ་  
བ་དང་། ལྷ་པོ་ལས་མི་འདེམ་བར་གསོལ་བ་གདབ་པ་དང་། དགེ་བ་བསྟོ་བ་  
དང་། སྦྱིན་པའི་པར་བྱིན་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཡན་ལག་སྟོན་དུ་ལུས་ཡོངས་  
སྟོན་དགེ་ཙ་འགྲོང་བའི་སེམས་པ་སྦྱང་བའོ། །

དང་པོ་(དགེ་བ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བ་)ལ་གསུམ།  
མངོན་མཐོ་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་དགེ་བ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བ་དང་། ཐར་པ་  
ཙ་མ་ཀྱི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་དགེ་བ་ལ་ཡི་རང་བ་དང་། ལྷ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
རྒྱ་འབྲས་ལ་ཡི་རང་བའོ། །

དང་པོ་(མངོན་མཐོ་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་དགེ་བ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བ་)ནི།  
སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་ངན་སོང་གི།

སྤྱག་བསྐྱེལ་ངལ་སོའི་དགོ་བ་དང་། །

སྤྱག་བསྐྱེལ་ཅན་དག་བདེར་གནས་ལ། །

དགའ་བས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ངོ། །

འཁོར་བར་གནས་པའི་སེམས་ཅན་ཀྱན་གྱི་ངན་སོང་གི་སྤྱག་བསྐྱེལ་  
ངལ་བསོ་ཞིང་མངོན་མཐོ་བྱུང་པར་ཅན་ཐོབ་པར་བྱེད་པའི་རྒྱའི་དགོ་བ་དང་།  
དེའི་འབྲས་བུ་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཅན་དག་མངོན་མཐོའི་བདེ་བར་གནས་པ་ལ་  
བསམ་པ་དགའ་བས་དེ་ལྟར་བྱ་ཡོད་པ་ཨ་རེ་ལེགས་སྐྱེས་དུ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་  
ངོ། །

གཉིས་པ་(ཐར་པ་ཅན་གྱི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་དགོ་བ་ལ་ཡི་རང་བ་)ནི།

བྱང་ཆུབ་རྒྱུར་གྱུར་དགོ་བསགས་པ། །

དེ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ངོ། །

ལུས་ཅན་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལས། །

ངེས་པར་ཐར་ལ་ཡི་རང་ངོ། །

ཉན་རང་གི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱུར་འགྱུར་བའི་ཐར་པ་ཆ་མ་ཐུན་གྱི་དགོ་བ་  
སོགས་བསགས་པ་དེ་ལ་ཡང་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ངོ། །དེའི་འབྲས་བུ་ལུས་ཅན་  
རྣམས་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལས་ངེས་པར་ཐར་ནས་མྱང་འདས་ཐོབ་པ་དེ་  
ལ་ཡང་ཡི་རང་ངོ། །



གསུམ་པ་(ཐུན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱ་འབྲས་ལ་ཡི་རང་བ་)ནི།

སྟོབ་པ་ནམས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་དང་། །

རྒྱལ་སྤྲས་ས་ལའང་ཡི་རང་དོ། །

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་མཛད་པའི། །

ཐུགས་བསྐྱེད་དགོ་བ་རྒྱ་མཆོ་དང་། །

སེམས་ཅན་ཕན་པ་མཛད་པ་ལ། །

དགའ་བས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་དོ། །

འགྲོ་བ་གཞན་སྟོབ་པ་ནམས་ཀྱི་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་དང་རྒྱལ་སྤྲས་  
ནམས་ཀྱི་ས་བརྒྱལ་ལའང་ཡི་རང་དོ། །དེ་དག་གི་རྒྱ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
བདེ་བར་མཛད་པའི་ཆེད་དུ་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་ཐུགས་བསྐྱེད་པའི་དགོ་བ་  
རྒྱ་མཆོ་ལྟ་བུ་དང་སྟོར་བས་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་པར་མཛད་པའི་སྟོན་པ་ལ་  
ཡང་ཡིད་བདེ་བ་དང་མཚུངས་ལྡན་ཀྱི་དང་བའི་དད་པ་བསྐྱོམས་ཤིང་དགའ་  
བས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་དོ། །

གཉིས་པ་(ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བར་བསྐྱལ་བ་)ནི།

ཐྱོགས་ནམས་ཀྱན་གྱི་སངས་རྒྱས་ལ། །

ཐལ་མོ་སྦྱར་ཏེ་གསོལ་བ་ནི། །

སེམས་ཅན་སྦྱག་བསྐྱལ་ཐུན་འཕྲོམས་ལ། །

## ཆོས་ཀྱི་སྒྲོན་མེ་སྤར་དུ་གསོལ། །

སངས་རྒྱས་ནས་རིང་པོར་མ་ལོན་པ་ཆོས་མི་གསུངས་པར་  
བཞུགས་པའི་སྤྱོད་སྤྱོད་ཆུང་སྤྱོད་ཀྱི་སངས་རྒྱས་ལ་སྤྱོད་ལམ་ཐལ་མོ་སྤྱར་  
ཏེ་གྲུས་པས་གསོལ་བ་འདེབས་པ་ནི། དགོས་པ་སེམས་ཅན་སྤྱུག་བསྐྱལ་  
ཞིང་མ་རིག་པའི་ཐུན་པར་འཕྲོམས་པ་རྣམས་ལ་ཐར་པའི་ལམ་གསལ་བར་  
བྱེད་པའི་ལུང་རྟོགས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོན་མེ་སྤར་དུ་གསོལ་ཅིག་པའོ། །

གསུམ་པ་(སྤྱང་ན་ལས་མི་འདའ་བར་གསོལ་བ་གདབ་པ་)ནི།

རྒྱལ་བ་སྤྱང་ན་འདའ་བཞེད་ལ། །

ཐལ་མོ་སྤྱར་ཏེ་གསོལ་བ་ནི། །

འགྲོ་འདི་སྤྱོད་སྤྱོད་པར་མི་དགོད་ཅིང་། །

བསྐྱལ་བ་གྲངས་མེད་བཞུགས་པར་གསོལ། །

རྒྱལ་བ་སྤྱང་ན་ལས་འདའ་བར་བཞེད་པ་ལ་ཐལ་མོ་སྤྱར་ཏེ་གསོལ་  
བ་ནི་འགྲོ་བ་འདི་རྣམས་མ་རིག་པས་སྒྲོ་བྱོས་ཀྱི་མིག་སྤྱོད་སྤྱོད་པར་མི་དགོད་  
ཅིང་སྤྱོད་མ་རིག་པའི་ཐུན་པ་གསལ་བའི་ཆེད་དུ་བསྐྱལ་བ་གྲངས་མེད་པར་  
བཞུགས་པར་གསོལ་ལོ། །

བཞེ་བ་(དགེ་བ་བསྐྱོ་བ་)ལ་བཞེ།

སྤྱིར་བསྐྱོ་བ་དང་། རྟན་བའི་དོན་དུ་བསྐྱོ་བ་དང་། བཀའ་སྐྱོམ་སེལ་  
བའི་དོན་དུ་བསྐྱོ་བ་དང་། འདོད་དགུ་འབྱུང་བའི་རྒྱུར་བསྐྱོ་བའོ། །

དང་པོ་(སྒྲིབ་བསྐྱོ་བ་)ནི།

དེ་ལྟར་འདི་དག་ཀུན་བྱས་ཏེ། །

དགོ་བ་བདག་གིས་བསགས་པ་གང་། །

དེས་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །

སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཐམས་ཅད་བསལ་བར་ཞོག། །

དེ་ལྟར་མཆོད་པ་ནས་བཟུང་སྟེ་གསོལ་བ་འདེབས་པའི་བར་འདི་དག་  
ཀུན་བྱས་ཏེ་དགོ་བ་བདག་གིས་ཅི་བསགས་པ་དེས་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཐམས་ཅད་བསལ་བར་ཞོག་ཅིག་པའོ། །

གཉིས་པ་(ནད་བའི་དོན་དུ་བསྐྱོ་བ་)ནི།

འགྲོ་བ་ནད་པ་ཇི་སྲིད་དུ། །

ནད་སོས་གྱུར་གྱི་བར་དུ་ནི། །

སྒྲོན་དང་སྒྲོན་པ་ཉིད་དག་དང་། །

དེ་ཡི་ནད་གཡོག་བྱེད་པར་ཞོག། །

དགོ་བ་དེ་དག་གི་མཐུས་འགྲོ་བ་ནད་པ་རྣམས་ཇི་སྲིད་དུ་ནད་བསོས་  
གྱུར་གྱི་བར་དུ་ནི་བདག་ཉིད་སྒྲོན་དང་སྒྲོན་པ་ཉིད་དག་དང་ནད་པ་དེའི་ནད་  
གཡོག་བྱེད་པར་ཞོག། ཅེས་པའོ། །

གསུམ་པ་(བཀྲེས་སྒྲོམ་སེལ་བའི་དོན་དུ་བསྡོ་བ་)ནི།

ཟས་དང་སྒྲོམ་གྱི་ཆར་བབ་སྟེ།

བཀྲེས་དང་སྒྲོམ་པའི་གཞོན་པ་བསལ།

ཟུ་གའི་བསྐལ་པ་བར་མའི་ཆེ།

བདག་ནི་ཟས་དང་སྒྲོམ་དུ་གྱུར།

བཀྲེས་སྒྲོམ་ཅན་རྣམས་ལ་ཟས་དང་སྒྲོམ་གྱི་ཆར་བབ་སྟེ་བཟའ་བཏུང་  
སྣ་ཆོགས་པས་བཀྲེས་པ་དང་སྒྲོམ་པའི་གཞོན་པ་མཐའ་དག་བསལ་བྱས་  
པ་བསྐལ་པ་བར་མ་གསུམ་ལས་ཟུ་གའི་བསྐལ་པ་བར་མའི་ཆེ་བདག་ནི་  
སེམས་ཅན་དེ་དག་གི་ཟས་དང་སྒྲོམ་དུ་གྱུར་ནས་བཀྲེས་སྒྲོམ་ནི་བར་བྱེད་  
བྱས་པར་གྱུར་ཅིག།

བཞི་པ་(འདོད་དགུ་འབྱུང་བའི་རྒྱར་བསྡོ་བ་)ནི།

སེམས་ཅན་ཕོངས་ཤིང་དབྱལ་བ་ལ།

བདག་ནི་མི་ཟད་གཏེར་གྱུར་ཏེ།

ཡོ་བྱད་མཁོ་དགུ་སྣ་ཆོགས་སུ།

མདུན་དུ་ཉེ་བར་གནས་གྱུར་ཅིག།

སེམས་ཅན་ཡོ་བྱེད་གྱིས་ཕོངས་ཤིང་དབྱལ་བ་ལ་བདག་ནི་ཕོངས་  
སྟོད་པས་མི་ཟད་པའི་གཏེར་དུ་གྱུར་ཏེ་ཅི་འདོད་པའི་ཡོ་བྱད་མཁོ་དགུ་སྣ་

ཆོག་ས་སུ་འབྱུར་ཞིང་བསྐྱབ་པ་ལ་འབད་ཚུལ་མེད་པར་མདུན་ན་ཉེ་བར་  
གནས་པར་གྱུར་ཅིག །

ལྷ་པ་(སྟོན་པའི་པར་བྱིན་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཡན་ལག་སྟོན་དུ་ལུས་ཡོངས་སྟོན་དགེ་ཅ་གཏོང་བའི་སེམས་པ་སྦྱང་བ་)ལ་གསུམ།

ལུས་ཡོངས་སྟོན་དགེ་ཅ་གཏོང་བའི་བསམ་པ་སྦྱང་བ་དང་། དགེ་བ་  
ཚུད་མི་བྱ་བའི་རྒྱ་རྩེ་ལ་དང་། ཡོངས་སྟོན་པའི་རྒྱ་རྩེ་སྟོན་པའོ། །

དང་པོ་(ལུས་ཡོངས་སྟོན་དགེ་ཅ་གཏོང་བའི་བསམ་པ་སྦྱང་བ་)ལ་གསུམ།

གཏོང་བའི་ཚུལ་དང་། དེས་པར་བཏང་རིགས་པའི་རྒྱ་མཆན་དང་།  
བཏང་ནས་ཇི་ལྟར་སྐྱབ་པའི་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་(གཏོང་བའི་ཚུལ་)ནི།

ལུས་དང་དེ་བཞིན་ཡོངས་སྟོན་དང་། །

དུས་གསུམ་དགེ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། །

སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་དོན་སྐྱབ་བྱིས། །

ཕངས་བ་མེད་པར་གཏང་བར་བྱ། །

བདག་ནི་ལུས་དང་བས་གོས་པ་སོགས་པའི་ཡོངས་སྟོན་དང་དུས་  
གསུམ་དང་འབྲེལ་བའི་གཞི་གསུམ་གྱིས་བསྐྱས་པའི་དགེ་བ་ཐམས་ཅད་  
ཀྱང་དགོས་པ་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱིས་གནས་སྐྱབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་དོན་  
སྐྱབ་པའི་བྱིར་དུ་བསམ་པས་ཕངས་བ་དང་སྟོས་པ་མེད་པར་བཏང་བར་  
བྱའོ། །

གཉིས་པ་(ངེས་པར་བཏང་རིགས་པའི་རྒྱ་མཆན་)ལ་གཉིས།

ཐམས་ཅད་ལ་ཆགས་པ་སྤངས་ཤིང་བཏང་བས་སྤང་འདས་ཐོབ་པ་  
དང་། སེམས་ཅན་སྦྱིན་པའི་ཞིང་མཆོག་ཡིན་པས་དེ་ལ་གཏོང་རིགས་པའོ།  
དང་པོ་(ཐམས་ཅད་ལ་ཆགས་པ་སྤངས་ཤིང་བཏང་བས་སྤང་འདས་ཐོབ་པ་)ནི།

ཐམས་ཅད་བཏང་བས་སྤང་འདས། །

བདག་སློབ་སྤང་འདས་པ་སྦྱབ། །

ཡོངས་སྦྱོང་དག་ཅི་ཐམས་ཅད་གཞན་དོན་དུ་གཏོང་བར་རིགས་ཏེ།  
དེ་ལྟར་ཐམས་ཅད་བཏང་བས་སྤང་འདས་ལས་འདའ་བ་ཐོབ་ཀྱས་ལ་བདག་གི་  
སློབ་ཡང་མི་གནས་པའི་སྤང་འདས་པ་སྦྱབ་འདོད་པ་ཡིན་པས་སོ། །

གཉིས་པ་(སེམས་ཅན་སྦྱིན་པའི་ཞིང་མཆོག་ཡིན་པས་དེ་ལ་གཏོང་རིགས་པ་)ནི།

ཐམས་ཅད་གཏོང་བར་ཆབས་གཅིག་ལ། །

སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བཏང་བ་མཆོག། །

ཐམས་ཅད་གཏོང་བར་ཆབས་ཅིག་པ་སྟེ་གཏོང་བར་འདྲ་བ་ལ་སེམས་  
ཅན་རྣམས་ལ་བཏང་བ་མཆོག་ཡིན་ཏེ་དེ་ལས་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་  
རོ།

གསུམ་པ་(བཏང་ནས་རི་ལྟར་སྦྱབ་པའི་ཚུལ་)ལ་གསུམ།

དང་ཕྱིན་ཆད་རང་གི་ལུས་ལ་རང་དབང་ཡོད་པའི་སློབ་དོན་བ་དང་།  
དེའི་དོན་རྒྱས་པར་བཤད་པ་དང་། རིགས་པའི་ལས་ལ་སྦྱར་བའོ། །

དང་པོ་(དེང་སྤྱན་ཆད་རང་གི་ལྷ་ས་ལ་རང་དབང་ཡོད་པའི་སྒྲོ་དོར་བ་)ནི།

བདག་གིས་ལྷ་ས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ། །

ལྷ་ས་འདི་ཅི་བདེར་བྱེན་བེན་གྱིས། །

རྟག་ཏུ་གསོད་དང་སྒྲོད་པའམ། །

བརྟེན་སོགས་ཅི་དགར་བྱེད་ལ་རག་

ལྷ་ས་སོགས་བཏང་ནས་ངེ་ལྟར་བྱ་ཞེ་ན།      བདག་གིས་ལྷ་ས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་ལ་བདག་གི་ལྷ་ས་འདི་ཅི་བདེར་བྱེན་བེན་གྱིས་ལྷ་ས་འདི་ལ་  
སེམས་ཅན་རྣམས་གྱིས་རྟག་ཏུ་གསོད་པ་དང་ཆོག་གིས་སྒྲོད་པའམ། ལྷ་ས་  
གྱིས་བརྟེན་པ་སོགས་ཅི་དགར་བྱེད་ལ་རག་ལས་ལ་ཆགས་པ་དང་གཞན་  
ལ་ཁྱོ་བ་རྣམས་པ་ཐམས་ཅད་དུ་དགག་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(དེའི་དོན་རྒྱས་པར་བཤད་པ་)ནི།

བདག་གི་ལྷ་ས་ལ་ཅེ་བྱེད་དམ། །

ཅོ་འདྲི་ག་ཞའི་རྒྱ་བྱེད་ཀྱང་། །

བདག་གི་ལྷ་ས་འདི་བྱེན་བེན་གྱིས། །

འདི་ཡི་ཁ་ཏས་ཅི་ཞིག་བྱ། །

དེང་སྤྱན་ཆད་བདག་གི་ལྷ་ས་ལ་ཅེད་མོས་ཅེ་བར་བྱེད་དམ་མཐོ་  
འཆམ་པའི་ཅོ་འདྲི་བ་དང་ག་ཞའི་བཞད་གད་ཀྱི་རྒྱ་བྱེད་ཀྱང་རུང་སྟེ་བདག་



གི་ལུས་འདི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བྱིན་ཟིན་གྱིས། ལུས་འདིའི་བསྐྱེད་  
བ་ལ་སོགས་པའི་ཁ་ཏས་ཅི་ཞིག་བྱ་སྟོས་མེད་དུ་བཏང་བྱིན་པས་ཅི་དགར་  
གྱིས་ཞིག་པའོ། །

གསུམ་པ་(རིགས་པའི་ལས་ལ་སྦྱར་བ་)ནི།

དེ་ལ་གཞོད་པར་མི་འགྱུར་བའི། །

ལས་གང་ཡིན་པའང་བྱེད་དུ་ཆུག།

ལུས་དེ་ལ་འདི་སྤྱི་ཀུན་ཏུ་རང་གཞན་ཀུན་ལ་ཕན་པར་འགྱུར་ཞིང་  
གཞོད་པར་མི་འགྱུར་བའི་དགོ་བའི་ལས་གང་ཡིན་པའང་བྱེད་དུ་ཆུག་ཅིག་  
པའོ། །

གཉིས་པ་(དགོ་བ་ཆུད་མི་བྱ་བའི་རྒྱུར་སྟོན་པ་)ལ་གསུམ།

གཞན་ལ་ཕན་པ་འབའ་ཞིག་གི་རྒྱུར་སྟོན་པ་དང་། བསམ་བ་ཆུད་མི་  
བྱ་བའི་རྒྱུར་སྟོན་པ་དང་། སྦྱོར་བ་ཆུད་མི་བྱ་བའི་རྒྱུར་སྟོན་པའོ། །

དང་པོ་(གཞན་ལ་ཕན་པ་འབའ་ཞིག་གི་རྒྱུར་སྟོན་པ་)ནི།

བདག་ལ་དམིགས་ནས་ནམ་དུ་ཡང་། །

འགའ་ཡང་དོན་མེད་མ་གྱུར་ཅིག།

བདག་ལ་དམིགས་ནས་དུས་ནམ་དུ་ཡང་སེམས་ཅན་འགའ་ཡང་དོན་  
མེད་པ་མི་འདོད་པ་འབྱུང་བའི་རྒྱུར་མ་གྱུར་ཅིག།

གཉིས་པ་(བསམ་པ་ཚུད་མི་བའི་རྒྱུར་སྒྲོན་པ་)ནི།

བདག་ལ་དམིགས་ནས་གང་དག་གི །

ཁྱོའམ་དད་པའི་སེམས་བྱུང་བ། །

དེ་ཉིད་ཏྲག་ཏུ་དེ་དག་གི །

དོན་ཀྱན་འབྱུང་པའི་རྒྱུར་གྱུར་ཅིག །

བདག་ལ་དམིགས་ནས་སྐྱེ་བོ་གང་དག་གིས་ཁྱོ་བའམ་དད་པའི་  
སེམས་བྱུང་ན་སེམས་དེ་ཉིད་ལ་བརྟེན་ནས་ཏྲག་ཏུ་སྐྱེ་བོ་དེ་དག་གི་གནས་  
སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་དོན་ཀྱན་འབྱུང་པའི་རྒྱུར་གྱུར་ཅིག་པའོ། །

གསུམ་པ་(སྒྲོར་བ་ཚུད་མི་བའི་རྒྱུར་སྒྲོན་པ་)ནི།

གང་དག་བདག་ལ་ཁ་བེར་རམ། །

གཞན་དག་གཞོད་པ་བྱེད་པའམ། །

དེ་བཞིན་ཕྱར་ཀ་གཏོང་ཡང་རུང་། །

ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་སྐལ་ལྷན་གྱུར། །

སྐྱེ་བོ་གང་དག་བདག་ལ་ངག་གིས་ཁ་བེར་རམ་གཞན་དག་ལུས་ཀྱིས་  
གཞོད་པར་བྱེད་པའམ་དེ་བཞིན་དུ་སྒྲོག་ཏུ་ཕྱར་ཁ་གཏོང་བའང་རུང་བ་  
གང་གྱུས་པ་དེ་ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོ་ཐོབ་པའི་སྐལ་པ་དང་ལྷན་པར་  
གྱུར་ཅིག་པའོ། །

གསུམ་པ་(མོངས་སྟོད་པའི་རྒྱ་རུ་སྟོན་པ་)ལ་གསུམ།

རང་ཉིད་གཞན་གྱི་ཉེར་མཁོ་མཐའ་དག་གི་རྒྱར་སྟོན་པ་དང་། ཏུས་  
དང་བྱེད་ལས་རྒྱ་ཆེ་བར་སྟོན་པ་དང་། དུས་ཏུས་ཆད་པ་མེད་པར་སྟོན་པ་ལོ།

དང་པོ་(རང་ཉིད་གཞན་གྱི་ཉེར་མཁོ་མཐའ་དག་གི་རྒྱར་སྟོན་པ་)ནི།

བདག་ནི་མགོན་མེད་རྣམས་ཀྱི་མགོན། །

ལམ་ཁྱལ་ས་རྣམས་ཀྱི་དེད་དཔོན་དང་། །

བཀྲལ་འདོད་རྣམས་ཀྱི་བྱ་དང་ནི། །

གཟིངས་དང་བམ་པ་ཉིད་དུ་གྱུར། །

བདག་ནི་མགོན་མེད་རྣམས་ཀྱི་མགོན་དང་། བདག་སྐྱེ་བ་ཐམས་ཅད་  
དུ་ལམ་དུ་ཁྱལ་ས་པ་རྣམས་ཀྱི་དེད་དཔོན་དང་ཆུ་བོ་ལས་བཀྲལ་འདོད་པ་  
རྣམས་ཀྱི་བྱ་དང་ནི་གཟིངས་དང་བམ་པ་ཉིད་དུ་གྱུར་ཅིག་པལོ། །

སྤང་དོན་གཉེར་ལ་སྤང་དང་ནི། །

མར་མེ་འདོད་ལ་མར་མེ་དང་།།

གནས་མལ་འདོད་ལ་གནས་མལ་དང་། །

བདག་ནི་ལུས་ཅན་བླན་འདོད་པ། །

ཀྱན་གྱི་བླན་དུ་གྱུར་པར་ཤོག། །

སྐམ་སའི་སྤང་དོན་དུ་གཉེར་བ་ལ་སྤང་དང་ནི་མར་མེ་འདོད་པ་ལ་

མར་མེ་དང་གནས་མལ་འདོད་པ་ལ་གནས་མལ་དང་། བདག་ནི་ལུས་ཅན་  
གང་དང་བློ་འདོད་པ་ལ་དེ་དག་ཀྱན་གྱི་བློ་དུ་འགྱུར་པར་ཞོག་ཅིག་པའོ། །

ཡིད་བཞིན་ནོར་དང་བྱམ་པ་བཟང་། །

རིག་སྒྲགས་གྲུབ་དང་སྦྲན་ཆེན་དང་། །

དཔག་བསམ་གྱི་ནི་ཤིང་དག་དང་། །

ལུས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་འདོད་འཇོར་གྱུར། །

ཟས་གོས་སོགས་ཇི་ལྟར་འདོད་པ་འབྱུང་བའི་ཡིད་བཞིན་ནོར་བྱ་དང་  
བྱམ་པ་བཟང་པོ་དང་། ཞི་རྒྱས་ལ་སོགས་པའི་ལས་འབྲུབ་པའི་རིག་སྒྲགས་  
གྲུབ་པ་དང་ནད་ཐམས་ཅད་སེལ་བའི་བརྩུད་ལེན་གྱི་སྦྲན་ཆེན་པོ་དང་ཟས་  
གོས་སོགས་དགོས་འདོད་འབྱུང་བའི་དཔག་བསམ་གྱི་ནི་ཤིང་དག་དང་། །  
ཇི་ཅུ་མ་འདོད་པ་འཇོར་ཡོད་པའི་ལུས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་འདོད་འཇོའི་བར་གྱུར་  
ཅིག་སྦྲུལ་དུ་ཡང་དང་ཡང་དུ་སྦྲོན་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(དུས་དང་བྱེད་ལས་རྒྱ་ཆེ་བར་སྦྲོན་པ་)ནི།

ས་སོགས་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་དང་། །

ནམ་མཁའ་བཞིན་དུ་རྟག་པར་ཡང་། །

སེམས་ཅན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡི། །

རྣམ་མང་ཉེར་འཆོའི་གཞིར་ཡང་ཞོག

ས་སོགས་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་བཞི་ས་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་བྱ་བ་བྱེད་  
པ་དང་། རྣམ་མཁའ་བཞིན་དུ་དུས་རྟག་པར་ཡང་སེམས་ཅན་དཔག་དུ་མེད་  
པའི་རྣམ་པ་མང་པོའི་སྒོ་ནས་ཉེར་འཆོའི་རྒྱར་ཡང་གྱུར་བར་ཤོག་ཅིག་  
པའོ། །དེ་ནི་དགོན་བཅེགས་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་འབྱུང་བ་ལྷ་ལྷར་  
སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པར་གསུངས་པ་ལྷར་རོ། །

གསུམ་པ་(ཡུལ་དུས་ཆད་པ་མེད་པར་སྒོན་པ་)ནི།

དེ་བཞིན་རྣམ་མཁའི་མཐས་གཏུགས་པའི། །

སེམས་ཅན་ཁམས་ལ་རྣམ་ཀུན་དུ། །

ཐམས་ཅད་སྤྱང་ན་འདས་བར་དུ། །

བདག་ནི་ཉེར་འཆོའི་རྒྱར་ཡང་ཤོག། །

དེ་བཞིན་དུ་རྣམ་མཁའི་མཐས་གཏུགས་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་  
རྣམས་ལ་སྒོ་མཐའ་ཡས་པའི་རྣམ་པ་ཀུན་དུ་ཐམས་ཅད་སྤྱང་ན་ལས་འདས་  
པ་ཐོབ་པའི་བར་དུ་བདག་ནི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་པན་པ་འབའ་ཞིག་གི་སྒོ་  
ནས་ཉེར་འཆོའི་རྒྱར་ཡང་ཤོག་ཅིག་སྙམ་དུ་ཡང་དང་ཡང་དུ་བསམས་པའི་  
སྒོ་ནས་སྒོ་སྤང་བར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(དངོས་གཞི་)ནི།

ཇི་ལྟར་སྒྲོན་གྱི་བདེ་གཤེགས་ཀྱིས། །

བྱང་ཆུབ་ཐུགས་ནི་བསྐྱེད་པ་དང་། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་པ་ལ། །

དེ་དག་རིམ་བཞིན་གནས་པ་ལྟར། །

དེ་བཞིན་འགྲོ་ལ་ཕན་དོན་དུ། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་བསྐྱེད་བགྱི་ཞིང་། །

དེ་བཞིན་དུ་ནི་བསྐྱབ་པ་ལའང་། །

རིམ་པ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་པར་བགྱི། །

ཇི་ལྟར་སྟོན་གྱི་བདེ་བར་གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཐུགས་བསྐྱེད་  
པའི་ཆེ་ཆུལ་སྤྲས་དང་བཅས་པ་རྣམས་ཀྱི་མདུན་དུ་སྟོན་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
མཆོག་ཏུ་ཐུགས་ནི་བསྐྱེད་པར་མཛད་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོམ་  
པ་བཟུང་བའི་ཆེད་དུ་འཇུག་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་ནས་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་པ་ལ་སེམས་དཔའ་དེ་དག་ཇི་ལྟར་སྟོབ་པའི་རིམ་པ་  
བཞིན་སྟོབ་ཅིང་གནས་པ་ལྟར། དེ་བཞིན་བདག་གིས་ཀྱང་འགྲོ་བ་ཀྱན་ལ་  
གནས་སྐྱབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་ཕན་པའི་དོན་དུ་སྟོབ་དཔོན་འཇུག་པའི་  
སྟོམ་པ་རྣམ་པར་དག་པ་ལྟར་པ་དངོས་སུ་ཡོད་པའམ། མེད་ན་ཡང་ཆུལ་བ་  
སྤྲས་བཅས་མདུན་དུ་སྐྱེན་བྲངས་ཏེ། དབང་པོར་གསོལ་ནས་སྟོན་པའི་བྱང་  
ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ནི་བསྐྱེད་པར་བགྱི་ཞིང་དེ་བཞིན་དུ་ནི་འཇུག་སེམས་སྒྲངས་  
ཏེ་སྒྲངས་པའི་བསྐྱབ་པ་ལའང་རིམ་པ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་པར་བགྱི་ལོ། །ཞེས་  
ལན་གསུམ་གྱི་བར་དུ་བརྗོད་པར་བྱལོ། །



སྟོབ་དཔོན་གྱི་རྗེས་སུ་སྟོས་པ་དང་དངོས་སུ་མེད་ན་ཡང་རྒྱལ་བ་  
སྐུ་བཅས་ཀྱི་རྗེས་སུ་སྟོས་པའི་མོས་པ་བྱའོ། །རིམ་པ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་པའི་  
དོན་ནི། ལུས་སྦྱིན་པར་གཏོང་བ་སོགས་བསམ་པ་མ་དག་པར་མི་བྱེད་ཅིང་  
བྱས་ན་ཉེས་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཉེས་པ་མེད་ཅིང་ཆོགས་ཆེན་པོ་ཐོབ་པའི་  
དུས་སུ་བྱེད་པར་གསུངས་པ་ལྟར་རིམ་པ་བཞིན་དུ་སྟོབ་པའི་དོན་ཡིན་གྱི།  
ཁ་ཅིག་གི་སྟོམ་པའི་ཚུལ་བྲིམས་སོགས་ཚུལ་བྲིམས་གསུམ་ས་མཆམས་  
མི་འདྲ་བར་རིམས་ཅན་དུ་སྟོབ་པར་འཆད་པ་ནི་དོན་མིན་ནོ། །ཡང་འཇུག་  
སེམས་དང་འཇུག་སྟོམ་ལེན་པའི་ཆོག་སོ་སོར་བྱེད་པ་ཡང་ཤིང་རྟ་ཆེན་པོ་  
སུ་གང་གི་ཡང་བཞེད་པ་མ་ཡིན་ཞིང་མི་འཐད་དོ། །སྟོན་པ་སེམས་བསྐྱེད་  
སྒར་སྒངས་ནས་སྐྱོད་པ་ལ་སྐྱབ་འདོད་སྒྱུངས་ཏེ་འཇུག་སེམས་བྲིས་ལེན་  
པ་ནི་གང་ཟག་གི་བྱེད་པར་ལ་ཐབས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ཡིན་ལ། དགྲས་ཐོག་  
གཅིག་ལ་རིམ་པ་བཞིན་དུ་ལེན་ན་ཡང་རུང་བ་ཡིན་ནོ། །རི་ལྟར་ལེན་པའི་  
ཚུལ་སོགས་ནི་སྒར་བཤད་པ་ལྟར་སྐྱ་མ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོས་མཛད་པའི་  
བསྟན་བཅོས་རྣམས་ལས་ཤེས་པར་བྱ་བས་འདིར་མ་སྟོས་སོ། །

གསུམ་པ་(མཇུག་)ལ་གཉིས།

རང་དགའ་བ་བསྟོམ་པ་དང་། གཞན་དགའ་བ་བསྐྱེད་དུ་གཞུག་པའོ། །

དང་པོ་(རང་དགའ་བ་བསྟོམ་པ་)ལ་གཉིས།

རང་གི་དོན་གྱུབ་པ་དང་། གཞན་གྱི་དོན་གྱུབ་པའོ། །



དང་པོ་(རང་གི་དོན་གྲུབ་པ་)ལ་གསུམ།

སེམས་གཟེངས་སྟོན་དེ་དགའ་བ་བསྒྲོམ་པ་དང་། སེམས་དེ་ཉིད་ནས་  
བག་ཡོད་བསྒྲོམ་པ་དང་། ཉིད་དགའ་བའི་སེམས་ཉིད་པས་དགའ་བ་བསྒྲོམ་  
པའོ། །

དང་པོ་(སེམས་གཟེངས་སྟོན་དེ་དགའ་བ་བསྒྲོམ་པ་)ནི།

དེ་ལྟར་སྟོ་དང་ལྟན་པ་ཡིས། །

རབ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་བཟུང་ནས། །

མཐུག་ཀྱང་རྒྱས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། །

སེམས་ནི་འདི་ལྟར་གཟེངས་བསྟོན་དོ། །

དེ་ལྟར་སྟོ་དང་ལྟན་པ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡིས་སེམས་རབ་ཏུ་  
དང་བ་དགའ་བ་དང་དད་པས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཉིས་བརྟན་པར་གཟུང་  
ནས་མི་ཉམས་ཤིང་འཕེལ་བའི་ཐབས་མཐུག་ཀྱང་རྒྱས་པར་ཉམས་སུ་  
སྒྲངས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སེམས་ནི་འདི་ལྟར་སྟོ་བ་བསྟེན་ཅིང་གཟེངས་སྟོན་  
དོ། །ཇི་ལྟར་ཞེ་ན།

དེང་དུ་བདག་ཆེ་འབྲས་བུ་ཡོད། །

མི་ཡི་སྲིད་པ་སེམས་པར་ཐོབ། །

དེ་རིང་སངས་རྒྱས་རིགས་སུ་སྟེས། །

## སངས་རྒྱས་སྤྲུལ་སྤྱད་གྲུང་ཏོ། །

སེམས་བསྐྱེད་ཅིང་སྒྲུབ་པ་བཟུང་བའི་དུས་དེང་དུས་བདག་གི་ཆེ་  
འབྲས་སུ་ཡོད་པར་བྱས་ཤིང་མིའི་སྲིད་པ་ལེགས་པར་ཐོབ་པ་དལ་འབྱོར་  
དོན་ཡོད་པར་བྱས་པའོ། །དེ་རིང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་སུ་སྐྱེས་པ་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔར་གྲུང་པའོ། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྲུལ་སྤྱད་ནམ་ཞིག་འགྱུར་ན་  
སྤྲུལ་དུ་སྒྲོན་པ་དེ་སངས་རྒྱས་སྤྲུལ་སྤྱད་ཏོ་སྤྲུལ་དུ་དགའ་བ་བསྐྱོམ་  
པའོ། །

གཉིས་པ་(སེམས་དེ་རྟེན་ནས་བག་ཡོད་བསྐྱོམ་པ་)ནི།

ད་ནི་བདག་གིས་ཅི་ནས་ཀྱང་། །

རིགས་དང་མཐུན་པའི་ལས་བརྩམས་ཏེ། །

སྐྱོན་མེད་བཅུན་པའི་རིགས་འདི་ལ། །

རྟོག་པར་མི་འགྱུར་དེ་ལྟར་བྱ། །

དེ་ཙམ་གྱིས་ཆོག་གམ་སྤྲུལ་ན་ད་ནི་བདག་གིས་ཅི་ནས་ཀྱང་ཡབ་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་དང་མཐུན་པའི་སྐྱོ་གསུམ་གྱིས་ལས་བརྩམས་ཏེ་  
ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་སྐྱོན་མེད་ཅིང་ཡོན་ཏན་འབའ་ཞིག་གིས་བརྒྱན་  
པས་བཅུན་པའི་རིགས་འདི་ལ་སྐྱོན་པ་དང་འཇུག་པའི་བསྐྱབ་བྱ་དང་འགལ་  
བའི་ཉེས་ལྟར་གིས་རྒྱད་རྟོག་པར་མི་འགྱུར་བའི་ཐབས་དེ་ལྟར་འབད་པར་  
བྱའོ། །

གསུམ་པ་(རྟེན་དགའ་བའི་སེམས་རྟེན་པས་དགའ་བ་བསྐྱེམ་པ་)ནི།

ལོང་བས་ཕྱག་དར་ཕྱང་པོ་ལས། །

ཇི་ལྟར་རིན་ཆེན་རྟེན་པ་ལྟར། །

དེ་བཞིན་ཅི་ཞིག་ལྟར་སྟེས་ནས། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་འདི་བདག་ལ་སྐྱེས། །

དབུལ་ཞིང་པོངས་པའི་ལོང་བས་ཕྱག་དར་གྱི་ཕྱང་པོ་ལས་ཇི་ཞིག་  
ལྟར་རིན་ཆེན་རྟེན་པ་ལྟར་དེ་བཞིན་དུ་ཇི་ཞིག་ལྟར་སྟེས་ནས་ཉེ་སྟེས་དབང་  
གིས་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་བདག་ལས་སྐྱེས་པ་ནི་ངེས་པར་  
སངས་རྒྱས་གྱི་མཐུན། །

གཉིས་པ་(གཞན་གྱི་དོན་གྲུབ་པ་)ལ་གསུམ།

སེམས་ཅན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེལ་སེལ་རྒྱས་པ་དང་།

དེའི་རྒྱ་སྐྱེབ་པ་

སེམས་རྒྱས་པ་དང་། བན་བདེ་མཐའ་དག་སྐྱབ་རྒྱས་པའོ། །

དང་པོ་(སེམས་ཅན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེལ་སེལ་རྒྱས་པ་)ལ་ལྷ།

འགྲོ་བའི་འཆི་བདག་འཛོམས་པ་དང་།

དབུལ་བ་འཛོམས་པ་དང་།

ནད་འཛོམས་པ་དང་། སྦྱིར་སྦིད་པའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་འཛོམས་པ་དང་།

ཁྱད་

པར་ངན་འགྲོའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་འཛོམས་པའོ། །

དང་པོ་(འགྲོ་བའི་འཆི་བདག་འཛོམས་པ་)ནི།

འགྲོ་བའི་འཆི་བདག་འཛོམས་བྱེད་པའི། །

བདུད་ཅི་མཆོག་ཀྱང་འདི་ཡིན་ནོ། །

རང་དབང་མེད་པར་འཆི་བའི་འགྲོ་བའི་འཆི་བདག་འཛོམས་པར་བྱེད་  
པའི་བདུད་ཅི་མཆོག་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་པ་འདི་ཡིན་ཏེ་ཆ་ཞི་  
མེད་པའི་ས་ལ་འགོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་(དབྱུལ་བ་འཛོམས་པ་)ནི།

འགྲོ་བའི་དབྱུལ་བ་སེལ་བ་ཡི། །

མི་བཟད་གཏེར་ཡང་འདི་ཡིན་ནོ། །

བཟད་བཟད་དང་ཆོས་ཀྱི་ཡོངས་སྤྱོད་མི་བཟད་པ་སྟེར་བས་འགྲོ་བའི་  
དབྱུལ་བ་སེལ་བ་ཡི་མི་བཟད་པའི་གཏེར་ཡང་སེམས་བསྐྱེད་པ་འདི་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་(ནད་འཛོམས་པ་)ནི།

འགྲོ་བའི་ནད་རབ་ཞི་བྱེད་པའི། །

སྦྲན་གྱི་མཆོག་ཀྱང་འདི་ཡིན་ནོ། །

འགྲོ་བའི་ནད་མཐའ་དག་རབ་ཏུ་ཞི་བར་བྱེད་པའི་སྦྲན་གྱི་ཆོག་ཀྱང་  
འདི་ཡིན་ནོ། །

བཞི་པ་(སྤྱིར་སྤྱོད་པའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་འཛོམས་པ་)ནི།

སྤྱོད་ལམ་འབྲམ་ཞིང་དུ་བ་པ་ཡི། །

འགྲོ་བའི་ངལ་སོ་སྤྱོད་ཞིང་ཡིན། །

སྤྱོད་པའི་ལམ་དུ་འབྲམ་ཞིང་དུ་བ་པ་ཡི་འགྲོ་བའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་ངལ་

བསོད་གནས་བསེལ་བ་སྟར་བའི་སྟོན་ཤིང་ཡང་ཡིན་ནོ། །

ལྷ་པ་(ཁྱད་པར་ངན་འགྲོའི་སྟག་བསྐལ་འཛོམས་པ་)ནི།

འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ངན་འགྲོ་ལས། །

སྟོལ་བར་བྱེད་པའི་སྟི་སྟེགས་ཡིན། །

འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ངན་འགྲོ་ལས་སྟོལ་བར་བྱེད་པའི་སྟི་སྟེགས་ཀྱི་  
གྲི་བམ་པ་ཡང་སེམས་བསྐྱེད་པ་འདི་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་(དེའི་རྒྱ་སྐྱབ་པ་སེམས་རྒྱས་པ་)ལ་གཉིས།

ཉོན་སྐྱབ་སེལ་བ་དང་། ཤེས་སྐྱབ་སེལ་བའོ། །

དང་པོ་(ཉོན་སྐྱབ་སེལ་བ་)ནི།

འགྲོ་བའི་ཉོན་མོངས་གདུང་སེལ་བའི། །

སེམས་ཀྱི་རྩ་བ་ཤར་བ་ཡིན། །

སེམས་བསྐྱེད་པ་འདི་འགྲོ་བའི་ཉོན་མོངས་ཀྱི་ཆ་གདུང་སེལ་བའི་  
སེམས་ཀྱི་རྩ་བ་ཤར་བ་ཡིན་ཏེ། ཉོན་སྐྱབ་མཐའ་དག་འཛོམས་རྒྱས་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་(ཤེས་སྐྱབ་སེལ་བ་)ནི།

འགྲོ་བའི་མེ་ཤེས་རབ་རིབ་དག། །

དབྱེས་འབྱེན་ཉི་མ་ཆེན་པོ་ཡིན། །

འགྲོ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་མ་ཡིན་པའི་མ་ཤེས་པ་ཤེས་སྐྱབ་ཀྱི་རབ་

རིབ་དག་དབྱིས་ཏེ་རྩ་བ་ནས་འབྱེན་པའི་ཉི་མ་ཆེན་པོ་ཤར་བ་ཡང་ཡིན་ཏེ།  
ཆོག་ས་རྒྱ་ཆེན་པོས་བརྒྱན་པའི་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཤེས་  
སྒྲིབ་ཀྱི་ས་བོན་ཟད་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གསུམ་པ་(པན་བདེ་མཐའ་དག་བསྐྱབ་ཅུས་པ་)ལ་གཉིས།

པན་པ་མཐའ་དག་བསྐྱབ་པ་དང་། བདེ་བ་མཐའ་དག་བསྐྱབ་པ་རོ། །

དང་པོ་(པན་པ་མཐའ་དག་བསྐྱབ་པ་)ནི།

དམ་ཆོས་འོ་མ་བསྐྱབས་པ་ལས། །

མར་གྱི་ཉིད་ཁུ་ཕྱང་བ་ཡིན། །

སེམས་བསྐྱེད་པ་འདི་ནི་གསུང་རབ་དམ་པའི་ཆོས་འོ་མའི་རྒྱ་མཆོ་  
ཆེན་པོ་ཐོས་བསམ་གྱི་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྐྱབ་ཤིང་གིས་ལེགས་པར་བསྐྱབས་པ་  
ལས་སྟོང་པོ་ཕྱང་བ་ཡིན་པས། པན་པ་མཐའ་དག་བསྐྱེད་པའི་རོ་ཅུས་དང་  
ལྡན་པའི་མར་གྱི་ཉིད་ཁུ་ཕྱང་བ་ཡིན་པས་ཀྱན་གྱིས་འདི་ལ་འབད་པར་བྱའོ།

གཉིས་པ་(བདེ་བ་མཐའ་དག་བསྐྱབ་པ་)ནི།

འགྲོ་བའི་འགྲོན་པོ་སྤྲོད་པའི་ལམ་རྒྱ་ཁིང་། །

བདེ་བའི་ལོངས་སྤྱོད་སྤྱད་པར་འདོད་པ་ལ། །

འདི་ནི་བདེ་བའི་མཆོག་ཏུ་ཉར་གནས་ཏེ། །

སེམས་ཅན་འགྲོན་ཆེན་ཆེམ་པར་བྱེད་པ་ཡིན། །

འཁོར་བར་འབྱུངས་པའི་འགྲོ་བའི་མགྲོན་པོ་སྤྲོད་པ་གསུམ་པོའི་ལམ་



དུ་རྒྱ་ཞིང་ལྷ་མིའི་བདེ་བའི་ལོངས་སྒྲིབ་ལ་སྒྲུབ་པར་འདོད་པ་ལ་སེམས་  
བསྐྱེད་པ་འདི་ནི་བདེ་བ་སྒྲུབ་པའི་ཐབས་མཆོག་ཏུ་ཉི་བར་གནས་ཏེ་སེམས་  
ཅན་གྱི་མགོན་ཆེན་ཆོས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ།      སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་  
མདོན་མཐོ་དང་ངེས་ལེགས་བསྒྲུབ་པར་བྱེད་པས་སོ། །

གཉིས་པ་(གཞན་དགའ་བ་བསྐྱེད་དུ་གཞུག་པ་)ནི།

བདག་གིས་དེ་རིང་སྒྲོབ་པ་ཐམས་ཅད་གྱི། །

སྒྱུན་སྒྲར་འགྲོ་བ་བདེ་གཤེགས་ཉིད་དང་ནི། །

བར་དུ་བདེ་ལ་འགྲོན་དུ་བོས་བེན་གྱིས། །

ལྷ་དང་ལྷ་མིན་ལ་སོགས་དགའ་བར་གྱིས། །

བདག་གིས་དེ་རིང་རྒྱལ་བ་སྐྱས་དང་བཅས་པའི་སྒྲོབ་པ་ཐམས་ཅད་  
གྱི་སྒྱུན་སྒྲར་འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མཐར་ཐུག་པན་བདེ་ཐམས་  
ཅད་རྫོགས་པའི་བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཉིད་དང་ནི་དེ་མ་ཐོབ་གྱི་བར་དུ་འང་  
ལྷ་མིའི་བདེ་བ་ལ་ཆོས་པར་ལོངས་སྒྲུབ་པས་ཆོག་པའི་མགོན་དུ་བོས་བེན་  
གྱིས་དང་ཕྱིན་ཆད་ལྷ་དང་ལྷ་མིན་དང་ལྷོ་འབྲེལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱང་  
དགའ་བར་གྱིས་ཤིག་ཅེས་གཞན་ལ་དགའ་བ་བསྐྱེད་དུ་གཞུག་པ་ལོ། །

སེམས་གཉིས་བསྐྱེད་པའི་སྡོན་དུ་བསྒྱུན་བཅོས་འདི་ནས་བཤད་པ་  
ལྟར། འགལ་རྒྱུན་སྒྲོབ་པ་སྒྲོང་བ་དང་། མཐུན་རྒྱུན་ཆོགས་གསོག་པ་སྡོན་  
དུ་བཏང་ནས་སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི།      དལ་འབྱོར་གྱི་ཉིན་ལ་སྒྲིང་པོ་ལེན་པའི་



མཆོག་ཏུ་ཤེས་པའི་བྱས་ནས་འབད་པར་བྱའོ། །

དལ་འབྱོར་མི་ལྷས་ཐོབ་པའི་ཤེས་ལྡན་དག།

རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་ཀྱན་གྱི་སྦྱང་པོའི་དོན། །

རྒྱལ་སྤྲས་བྱེ་བས་བཟོད་པའི་ལམ་གཅིག་བྱ། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་གཉིས་བསྐྱེད་ལ་འབད་པར་བྱ། །

བསྐྱེད་པའི་ཆོག་ས་སུ་བཅད་པའོ། །

གཉིས་པ་(ལེའུ་འཆོན་)ནི།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྦྱོད་པ་ལ་འཇུག་པ་ལས།

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཡོངས་སུ་གཟུང་བ་ཞེས་བྱ་བ་

སྟེ་ལེའུ་གསུམ་པའོ།།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྦྱོད་པ་ལ་འཇུག་པའི་རྣམ་བཤད་རྒྱལ་སྤྲས་  
འཇུག་དོགས་ཞེས་བྱ་བ་ལས། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཡོངས་སུ་གཟུང་བའི་  
ལེའུ་སྟེ་ལེའུ་གསུམ་པའི་འགྲེལ་པའོ།། །།

## ལེ་ཏུ་བཞི་པ། བག་ཡོད་བསྟན་པ།

གཉིས་པ་སྒྱུ་འཕྲུག་པ་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ལ་སྟོབ་པའི་ཚུལ་ལ་བཞི།  
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྒྱུ་འཕྲུག་པ་དང་བཅས་པ་མི་ཉམས་པར་བྱེད་པའི་  
ཡན་ལག་བག་ཡོད་སྟོམ་ཚུལ་དང་། ཚུལ་བྲིམས་ལ་སྟོབ་པའི་ཚུལ་དག་པའི་  
ཆོས་ཀྱན་དག་པར་སྤྱང་བའི་ཐབས་དྲན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་སྒྱུ་འཕྲུག་གིས་  
ཁྱད་པར་དུ་བྱས་ནས་བཤའ་པ་དང་། བར་བྱིན་ལྷག་མ་བཞི་ལ་སྟོབ་ཚུལ་  
བཤའ་པ་དང་། ལུས་ལོངས་སྒྱུ་འཕྲུག་དག་ཅ་གཞན་དོན་དུ་གཏོང་བའི་བྱིན་པ་  
ལ་སྟོབ་ཚུལ་བསྟོ་བའི་ཡན་ལག་གི་སྟོན་ས་བཤའ་པའོ། །

དང་པོ་(བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྒྱུ་འཕྲུག་པ་དང་བཅས་པ་མི་ཉམས་པར་བྱེད་པའི་ཡན་ལག་བག་ཡོད་སྟོམ་ཚུལ་)ལ་གཉིས།

ལེ་ཏུ་འེ་གཞུང་བཤའ་པ་དང་། ལེ་ཏུ་འེ་མཆན་ནོ། །

དང་པོ་(ལེ་ཏུ་འེ་གཞུང་བཤའ་པ་)ལ་གསུམ།

བག་ཡོད་བསྟོམ་ཚུལ་མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤའ་པ་དང་།  
དོན་བསྟུ་བའོ། །

དང་པོ་(བག་ཡོད་བསྟོམ་ཚུལ་མདོར་བསྟན་པ་)ནི།

རྒྱལ་བའི་སྤྲས་ཀྱིས་དེ་ལྟ་བུར། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་རབ་བརྟན་བརྒྱུང་ནས། །

གཡེལ་བ་མེད་པར་རྟག་ཏུ་ཡང་། །

བསྐྱབ་ལས་མི་འདའ་འབད་པར་བྱ། །

རྒྱལ་བའི་སྤྲས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲར་བཤད་པ་  
དེ་ལྟ་བུར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཉིས་རབ་ཏུ་བརྟན་པར་གཟུང་ནས་སེམས་  
སྐད་ཅིག་ཀྱང་གཡེལ་བ་མེད་པར་དུས་རྟག་ཏུ་ཡང་པར་སྤྱོད་བྱས་དང་། བསྐྱ་  
བཞིའི་བསྐྱབ་པ་ལས་མི་འདའ་བར་བག་ཡོད་ཀྱིས་མི་ཉམས་པར་བསྐྱང་བ་  
ལ་འབད་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(རྒྱས་པར་བཤད་པ་)ལ་གཉིས།

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་བག་ཡོད་བསྐྱོམ་པ་དང་། བསྐྱབ་པ་ལ་བག་  
ཡོད་བྱ་བའོ། །

དང་པོ་(བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་བག་ཡོད་བསྐྱོམ་པ་)ལ་གཉིས།

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དོར་དུ་མི་རུང་བའི་རྒྱ་མཚན་དང་། དོར་བའི་  
ཉིས་དམིགས་སོ། །

དང་པོ་(བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དོར་དུ་མི་རུང་བའི་རྒྱ་མཚན་)ནི།

བབ་ཅོལ་བརྩམས་པ་གང་ཡིན་པའམ། །

གང་ཞིག་ལེགས་པར་མ་བརྟགས་པ། །

དེ་ནི་དམ་བཅས་བྱས་བྱུར་ཀྱང་། །

བྱའམ་བཏང་ཞེས་བརྟག་པའི་རིགས། །

བྱ་བ་གང་ཞིག་སྐྱོན་ཡོན་མ་བརྟགས་པར་བབ་ཅོལ་དུ་བརྩམས་པ་

གང་ཡིན་པའམ། བྱ་བ་གང་ཞིག་ཅུང་ཟད་དཔུང་ཀྱང་ལེགས་པར་མ་བརྟགས་  
པར་བྱས་པའི་བྱ་བ་དེ་ནི་དང་པོ་དམ་བཅའ་བྱས་པར་གྱུར་ཀྱང་དུས་ཕྱིས་བྱ་  
བའམ། འོན་ཏེ་བཏང་ཞེས་བརྟག་པའི་རིགས་ཏེ་བརྟགས་ནས་འཇུག་ལྗོག་བྱ་  
བར་རིགས་ན།

སངས་རྒྱལ་རྣམས་དང་དེ་ཡི་སྤྲས། །

ཤེས་རབ་ཆེན་པོས་གང་བརྟགས་ཤིང་། །

བདག་ཉིད་གྱིས་ཀྱང་བརྟག་བརྟགས་པ། །

དེ་ལ་བཞུགས་དུ་ཅི་ཞིག་ཡོད། །

དཔུང་བཟང་གི་ཞུས་པའི་མདོ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་སངས་རྒྱལ་  
རྣམས་དང་དེའི་སྤྲས་བྱམས་པ་ལ་སོགས་པ་ཤེས་རབ་ཆེན་པོས་སྤྲོད་པོ་  
བཀོད་པའི་མདོ་ལ་སོགས་པར་སེམས་གང་བརྟགས་ཤིང་ཕན་ཡོན་གྱི་སྒོ་  
ནས་བསྐྱགས་ཤིང་དོར་དུ་མི་རུང་བར་གསུངས་པ་དང་། བདག་ཉིད་གྱིས་  
ཀྱང་སྤྲོད་ཕན་ཡོན་སེམས་པ་ལ་སོགས་པའི་སྒོ་ནས་ངེས་པར་ལེན་དགོས་  
པར་རྒྱ་མཚན་དུ་མས་བརྟགས་ཤིང་ལེགས་པར་བརྟགས་ནས་སྤངས་པ་  
དེ་ལ་བཞུགས་དུ་ཅི་ཞིག་ཡོད་སངས་རྒྱལ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་མི་ཉམས་པར་  
བསྐྱང་བར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(དོར་བའི་ཉིས་དམིགས་)ལ་གསུམ།

ངན་འགྲོར་འགྲོ་བའི་ཉིས་དམིགས་དང་། གཞན་དོན་ལས་ཉམས་པར་

འགྱུར་བ་དང་། ས་ཐོབ་པ་ལ་ཐག་བསྐྱེད་ས་པར་འགྱུར་བའོ། །

དང་པོ་(ངན་འགྲོར་འགྲོ་བའི་ཉེས་དམིགས་)ལ་གསུམ།

ངན་འགྲོར་འགྲོ་བའི་རྒྱ་མཚན་དང་། དེ་ལ་ཞེས་བྱེད་དགོད་པ་དང་།  
འགལ་བ་སྤང་བའོ། །

དང་པོ་(ངན་འགྲོར་འགྲོ་བའི་རྒྱ་མཚན་)ནི།

གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་དམ་བཅས་ནས། །

ལས་གྱིས་བསྐྱབ་པ་མ་བྱས་ན། །

སེམས་ཅན་དེ་དག་ཀྱན་བསྐྱས་པས། །

བདག་གི་འགྲོ་བ་ཅི་འདྲར་འགྱུར། །

གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་གྱི་ས་ལ་འགོད་  
པར་དམ་བཅས་ནས་སྒྲོར་བ་ཉམས་ལེན་གྱི་ལས་གྱིས་བསྐྱབ་པར་མ་བྱས་  
ན་སེམས་ཅན་དེ་དག་ཀྱན་བསྐྱས་པར་གྱུར་ནས་བདག་གི་འགྲོ་བ་ཅི་འདྲར་  
འགྱུར་ཏེ། ངན་འགྲོར་འགྲོ་བ་ལས་མ་འདས་པའོ། །

གཉིས་པ་(དེ་ལ་ཞེས་བྱེད་དགོད་པ་)ནི།

དངོས་པོ་ཕལ་བ་རྩང་བཤམ་པར་། །

ཡིད་གྱིས་སྦྱིན་པར་བསམ་བྱས་ནས། །

མི་གང་སྦྱིན་པར་མི་བྱེད་པ། །

དེ་ཡང་ཡི་དྲགས་འགྱུར་གསུངས་ན། །

སྒྲིན་བྱའི་དངོས་པོ་པལ་བ་བླ་ཁམ་གཅིག་སོགས་ཅུང་བད་ལའང་  
ཡིད་ཀྱིས་སྒྲིན་པར་བསམས་བྱས་ནས་མི་གང་སྒྲིན་པར་མི་བྱེད་པ་དེ་ཡང་  
བླ་བ་ཉེར་གཞག་ལས། ཅུང་བད་ཙམ་ཞིག་བསམས་པ་ལས་མ་བྱིན་ན། ཡི་  
དྲགས་ཀྱི་འགྲོ་བར་སྐྱེ་ལ་དམ་བཅས་པ་ལ་མ་བྱིན་ན། སེམས་ཅན་དཔྱལ་  
བའི་འགྲོ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་པ་དང་། འགྲོ་བ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་མདོ་ལས།  
མི་གང་འབྲས་ཚན་ཚོད་མའམ། །དེ་བཞིན་ཙ་བ་འབྲས་བྱ་དག །ཡིད་ཀྱིས་  
སྒྲིན་ཞེས་དམ་བཅས་ནས། །འདུངས་པས་སྒྲིན་པར་མི་བྱེད་ན། །དེ་ནི་ཡི་  
དྲགས་འཛིག་ཉེན་དང་། །སྤྱག་བསྐྱལ་མི་བབྱེད་མྱོང་བར་འགྱུར། །ཞེས་ཡི་  
དྲགས་ཀྱི་རྒྱུར་གསུངས་ན།

སྒྲ་ན་མེད་པའི་བདེ་བ་ལ། །

བསམ་པ་ཐག་པས་མགོན་གཉེར་ནས། །

འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་བསྐྱུས་བྱས་ན། །

བདེ་འགྲོར་ངེ་ག་འགྲོ་འགྱུར་རམ། །

སྒྲ་ན་མེད་པའི་བདེ་བ་དང་གནས་སྐབས་ལྟ་མིའི་བདེ་བ་ལ་བསམ་པ་  
ཐག་པས་ཆོག་ཙམ་མ་ཡིན་པར་གྱས་པ་དང་བཅས་ཤིང་སྐད་གསང་མཐོན་  
པོས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འགོན་དུ་གཉེར་ནས་དེས་བཞོལ་ཏེ། འགྲོ་བ་  
ཐམས་ཅད་བསྐྱུས་པར་བྱས་ན་བདེ་འགྲོར་**ཅི་ག་**འགྲོ་བར་འགྱུར་རམ་སྟེ་མི་

འགྲོ་བས་སོ། །

གསུམ་པ་(འགལ་བ་སྤང་བ་)ནི།

འོ་ན་འཕགས་པ་ཤུ་རིའི་བྱས་སྡོན་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་དེ།  
སྐྱེད་པ་སྐྱོད་པ་ན་བདུད་གྱིས་ལག་པ་གཡས་པ་སྤངས་པ་ལ་གཡས་པ་  
བཅད་དེ་གཡོན་གྱིས་བྱིན་པས། བདུད་གྱིས་མ་རངས་པའི་ཆིག་བརྗོད་པས་  
སྐྱོ་སྟེ། སེམས་བསྐྱེད་བཏང་ཡང་བྱིས་དག་བཅོམ་ཐོབ་པར་གསུངས་པ་  
སོགས་དང་འགལ་ལོ་ཞེ་ན།

མི་གང་བྱང་ཆུབ་སེམས་བཏང་ཡང་། །

དེ་དག་ཐར་བར་མཛད་པ་ནི། །

ལས་ཚུལ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་སྟེ། །

ཐམས་ཅད་མཐེན་པ་ཁོ་ནས་མཐེན། །

འཕགས་པ་ཤུ་རིའི་བྱ་སོགས་མི་གང་གིས་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་  
བཏང་ཡང་དེ་དག་ཐར་པ་ཐོབ་པར་མཛད་པ་ནི་ལས་ཚུལ་དེ་སོ་སོ་སྐྱེ་བོས་  
བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་སྟེ་དེ་ནི་ཐམས་ཅད་མཐེན་པ་ཁོ་ནས་མཐེན་གྱི་གཞན་  
གྱིས་བསམ་པར་མི་རུས་སོ། །

གཉིས་པ་(གཞན་དོན་ལས་ཉམས་པར་འགྱུར་བ་)ལ་གསུམ།

བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་ཉམས་ནས་ལྷུང་བ་ལྷུང་བ་དང་བཅས་པས་  
གཞན་དོན་ཉམས་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་གཞན་གྱི་དགོ་བ་ལ་བར་



ཆད་བྱས་ན་ཡང་དེ་དང་མཚུངས་ཤིང་ངན་འགྱོར་འགྱོ་བ་དང་། དེ་དག་གི་རྒྱ་  
མཚན་ནོ། །

དང་པོ་(བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་ཉམས་ནས་ལྷུང་བ་སྤྱིང་བ་དང་བཅས་པས་གཞན་དོན་ཉམས་པ་)ནི།

དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ། །

ལྷུང་བའི་ནང་ན་སྤྱི་བ་སྟེ། །

འདི་ལྟར་དེ་ནི་བྱང་གྱུར་ན། །

སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་དོན་ལ་དམན། །

སེམས་བསྐྱེད་ཉམས་པ་དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་རྩ་བའི་ལྷུང་  
བའི་ནང་ན་ཤིན་ཏུ་སྤྱི་བ་སྟེ་འདི་ལྟར་ལྷུང་བ་དེ་ནི་བྱང་བར་གྱུར་ན་གཞན་  
དོན་གྱི་བསམ་པ་ཉམས་པས་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་དོན་ལ་དམན་ཏེ་སྟོན་པའི་  
ཏེན་ཉམས་པའི་སྤྱིར་རོ། །འཕགས་པ་སྤྱད་པ་ལས། གལ་ཏེ་བསྐྱེད་པ་བྱེ་བར་  
དགོ་བའི་ལས་ལམ་བཟུ། །སྟོན་ཀྱང་རང་རྒྱལ་དག་བཅོམ་ཉིད་ལ་འདོད་པ་  
སྐྱེད་ན། །དེ་ཆེ་ཚུལ་བྲིམས་སྟོན་བྱང་ཚུལ་བྲིམས་ཉམས་པ་ཡིན། །སེམས་  
བསྐྱེད་དེ་ནི་པས་པམ་བས་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་སྤྱི། །ཞེ་གསུངས་པ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའི་སྟོམ་ལྟན་གྱིས་སྟོན་སེམས་གཏང་ན་རྩ་ལྷུང་འབྱུང་ལ་སྟོམ་པ་  
མ་སྤངས་པས་སེམས་དེ་ཉམ་པར་བྱས་ན། སོ་ཐར་གྱི་པམ་པ་ལས་སྟོན་པ་  
ཆེས་སྤྱི་བར་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་(བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་གཞན་གྱི་དགོ་བ་ལ་བར་ཆད་བྱས་ན་ཡང་དེ་དང་མཚུངས་ཤིང་ངན་འགྲོར་འགྲོ་བ་)ནི།

གང་གཞན་སྐད་ཅིག་ཅམ་ཡང་འདིའི།

བསོད་ནམས་བར་ཆད་གོགས་བྱེད་པ།

སེམས་ཅན་དོན་ལ་དམན་གྱུར་པས།

དེ་ཡི་ངན་འགྲོ་ལྷ་མཐའ་མེད།

གང་ཡང་གཞན་གྱིས་སྐད་ཅིག་ཅམ་ཡང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
འདིའི་བསོད་ནམས་ཏེ་དགོ་བ་ལ་བར་ཆད་དང་གོགས་བྱེད་པ་དེས་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེའི་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་འབྱུང་བ་ལ་རྒྱས་པ་དམན་པར་  
གྱུར་པ་བྱས་པས་གོགས་བྱེད་པ་དེའི་ངན་འགྲོར་སྐྱེ་བ་ལེན་པའི་གངས་ལྷ་  
མཐའ་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །རབ་ཏུ་ཞི་བ་རྣམ་པར་ངེས་པ་ཆོ་འབྲུལ་གྱི་མདོ་  
ལས། ལ་ལ་ཞིག་གིས་འཇམ་བྱའི་སྤིང་གི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བདོག་  
པ་སྟོགས་ཤིང་སྟོག་བཅད་པ་པས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་དགོ་བ་དུད་འགྲོ་  
ལ་ཟན་ཆངས་གཅིག་སྦྱིན་པའི་བར་ཆད་བྱས་ན་སྤིག་པ་ཆེས་གངས་མེད་  
པར་གསུངས་པས་གནས་འདི་ལ་གཟབ་པར་བྱ་སྟེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
གང་ན་ཡོད་མི་ཤེས་ཤིང་ཉེས་པ་འདི་ཡང་ཤིན་ཏུ་འབྱུང་ཉེ་བའི་ཕྱིར་རོ། །  
འདི་ལེགས་པར་བསྐྱང་རྒྱས་ན་གང་ཟག་ལ་བརྟེན་པའི་ཉེས་པའི་སྟོ་པལ་  
ཆེར་སྟོང་རྒྱས་པའི་ཕྱིར་རོ།

གསུམ་པ་(དེ་དག་གི་རྒྱ་མཚན་)ནི།

ལྷར་བཤད་པའི་བྱ་བ་དེ་དག་ལ་སྒྲིག་པ་མཐའ་ཡས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི།

སེམས་ཅན་གཅིག་གི་བདེ་བ་ཡང་། །

བཞིག་ན་བདག་ཉིད་ཉམས་འགྱུར་ན། །

ནམ་མཁའ་མ་ལུས་མཐའ་གླས་པའི། །

ལུས་ཅན་བདེ་བཞིག་སྟོས་ཅི་དགོས། །

སེམས་ཅན་གཅིག་གི་སྟོག་གནས་པའི་བདེ་བ་ཡང་བཞིག་ན་བདག་  
ཉིད་མཐོ་རིས་ལས་ཉམས་པར་འགྱུར་ན། རྣམ་མཁའ་མ་ལུས་པའི་མཐའ་  
གླས་པའི་ལུས་ཅན་ཀྱན་གྱི་སྒྲ་ན་མེད་པའི་བདེ་བའི་རྒྱ་བཞིག་ཅིང་བཅོམ་  
བས་ངན་སོང་དུ་སྒྲིབ་སྟོས་ཅི་དགོས་སོ། །

གསུམ་པ་(ས་ཐོབ་པ་ལ་ཐག་བསྐངས་པར་འགྱུར་བ་)ནི།

དེ་ལྷར་ལྷང་བ་སྟོབས་ལྡན་དང་། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་སྟོབས་ལྡན་པ་དག། །

འཁོར་བར་རེས་ཀྱིས་འདྲེ་བྱེད་ན། །

ས་ཐོབ་པ་ལ་ཡུན་རིང་ཐོགས། །

ལྷར་བཤད་པ་དེ་ལྷར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཏོང་བའི་ལྷང་བ་སྟོབས་  
ལྡན་དང་སྦྲར་ཡང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྟོབས་དང་ལྡན་པ་དག་འཁོར་བར་

རེ་མོས་གྱི་འགྲེ་བྱེད་ན་ལས་ཉོན་གྱིས་ངན་སོང་དང་། མཐོ་རིས་སུ་རེ་མོས་  
གྱིས་སྐྱེ་དགོས་པས་རབ་དགའ་ལ་སོགས་པས་ས་ཐོབ་པ་ལ་ཡུན་རིང་པོ་  
ཐོགས་པས་སློག་ལ་བབ་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་མི་ཉམས་པ་ལ་འབད་  
པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(བསྐྱབ་པ་ལ་བག་ཡོད་བྱ་བ་)ལ་གསུམ།

ཉིས་པ་སྤང་བ་ལ་བག་བྱ་བ་དང་། དགོ་བ་བསྒྲོམ་པ་ལ་བག་བྱ་བ་དང་།  
ཉོན་མོངས་སྤོང་བ་ལ་བག་བྱ་བ་འོ། །

དང་པོ་(ཉིས་པ་སྤང་བ་ལ་བག་བྱ་བ་)ལ་ལྔ།

སྒྲིག་ལྟར་མ་སྤངས་ན་ངན་འགྲོར་བརྒྱད་དགོས་པ་དང་། སངས་རྒྱས་  
སྐུ་བཅས་གྱིས་བཏང་སྟོམས་སུ་མཛད་པ་དང་། དལ་འགྲོར་ཉིད་དགའ་བ་  
དང་། ངན་འགྲོར་སྐྱེས་ན་དགོ་བ་སྐྱབ་པའི་སྐབས་མེད་པ་དང་། དལ་འགྲོར་  
ཉིད་དགའ་བའི་རྒྱ་མཚན་ནོ། །

དང་པོ་(སྒྲིག་ལྟར་མ་སྤངས་ན་ངན་འགྲོར་བརྒྱད་དགོས་པ་)ནི།

དེ་ལྟས་རི་ལྟར་དམ་བཅས་བཞིན། །

བདག་གིས་གུས་པར་བསྐྱབ་པར་བྱ། །

དེང་ནས་བཙོན་པར་མ་བྱས་ན། །

འོག་ནས་འོག་ཏུ་འགྲོ་བར་འགྱུར། །

དེ་ལྟ་བས་ན་རི་ལྟར་དམ་བཅས་པ་བཞིན་ཏུ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་

དུ་སངས་རྒྱལ་སྐྱབ་པའི་བསྐྱབ་པ་ལ་བདག་གིས་གྲུས་པས་སྐྱབ་པར་བྲ།  
སེམས་བསྐྱེད་དང་སྟོམ་པ་སྤངས་པའི་རྗེས་དེང་ནས་བསྐྱབ་པ་ལ་བཙོན་  
པར་མ་གྲུས་ན་ལྟར་བ་སྟོབས་ལྡན་གྱིས་འོག་ནས་འོག་ཏུ་ངན་སོང་དུ་སྐྱེ་བ་  
བརྒྱད་མར་འགོ་བར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་(སངས་རྒྱལ་སྐྱབ་པའི་གྱིས་བཏང་སྟོམས་སུ་མཛད་པ་)ནི།

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་པན་མཛད་པའི། །

སངས་རྒྱལ་གྲངས་མེད་འདས་གྱུར་གྱང་། །

བདག་ནི་རང་གི་ཉིས་པས་དེའི། །

གསོ་བའི་སྟོན་ཡུལ་མ་གྱུར་ཏོ། །

སངས་རྒྱལ་སྐྱབ་པའི་གྱིས་སྟོབ་པས་སྟོན་མེད་དོ་སྟུམ་ན། སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་པན་པ་མཛད་པའི་སངས་རྒྱལ་གྲངས་མེད་པ་འདས་པར་  
གྱུར་གྱང་བདག་ནི་སེམས་བསྐྱེད་དང་བསྐྱབ་པ་ཉམས་པའི་རང་གི་ཉིས་  
པས་མགོན་པོ་དེ་ཡི་གསོ་བའི་སྟོན་ཡུལ་དུ་མ་གྱུར་ཏོ། །མངོན་ཏྲིགས་རྒྱན་  
ལས། ལྷ་ཡི་རྒྱལ་བོས་ཆར་པབ་གྱང་། ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །  
ཕྱིས་སྟོབ་པས་སྟོན་མེད་སྟུམ་ན།

ད་དུང་དེ་བཞིན་བདག་བྱེད་ན། །

ཡང་དང་ཡང་དུ་འང་དེ་བཞིན་ཏེ། །

ངན་འགྱོར་ནད་དང་འཆིང་བ་དང་། །

བཅད་དང་གཤག་སོགས་སྤྱོད་བར་འགྱུར། །

ད་དུང་སྤར་གྱི་དེ་བཞིན་དུ་བག་མེད་པར་བདག་བྱེད་ན་ཡང་དང་ཡང་  
དུའང་གསོ་བའི་སྤྱོད་ཡུལ་དུ་མི་འགྱུར་ཞིང་། སྤྱུག་བསྐྱལ་བརྒྱུད་མར་སྤྱོད་  
དགོས་པ་དེ་བཞིན་ཏེ་ངན་འགྲོར་གནས་དགོས་པ་དང་། བདེ་འགྲོར་སྐྱེས་  
ཀྱང་ནད་དང་འཆིང་བ་དང་ཡང་ན་ངན་འགྲོར་ནད་སོགས་དང་རྐང་ལག་  
བཅད་པ་དང་། ལུས་བཞེག་པ་སོགས་སྤྱུག་བསྐྱལ་མཐའ་ཡས་པ་སྤྱོད་བར་  
འགྱུར་རོ། །

གསུམ་པ་(དལ་འབྱོར་རྟེན་དཀའ་བ་)ལ་གཉིས།

བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་ཉམས་ན་རྒྱེན་འཁོར་ལོ་བཞི་དང་ལྡན་པའི་དལ་  
འབྱོར་ཐོབ་དཀའ་བ་དང་། ཐོབ་པ་ཡང་སྤྱུར་དུ་འཇིག་པས་འབད་པར་བྱ་  
བའོ། །

དང་པོ་(བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་ཉམས་ན་རྒྱེན་འཁོར་ལོ་བཞི་དང་ལྡན་པའི་དལ་འབྱོར་ཐོབ་དཀའ་བ་)ནི།

དུས་ཕྱིས་དལ་འབྱོར་ཐོབ་པ་ན་འབད་སྟམ་ན།

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་འབྱུང་བ་དང་། །

དད་དང་མི་ལུས་ཐོབ་པ་དང་། །

དགོ་གོམས་རུང་བ་དེ་ལྟ་བུ། །

དཀོན་ན་ནམ་ཞིག་ཐོབ་པར་འགྱུར། །

ཟུ་དུམ་མ་རའི་མེ་ཏོག་ལྟར་འཇིག་རྟེན་དུ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་



འབྱུང་བ་དང་སྡེ་སྒྲིབ་གསུམ་ལ་སོགས་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་དང་  
བ་དང་མི་ལུས་ཐོབ་པ་དང་། ཐོབ་ཀྱང་ཡུལ་དབུས་སུ་སྐྱེས་པ་དང་། དབང་  
པོ་ཆང་བ་དང་། ལས་ཀྱི་མཐའ་མ་ལོག་པ་ལ་སོགས་པའི་དགོ་བ་གོམས་  
པའི་ཉེན་དུ་རུང་བ་བདག་འབྱོར་དང་། གཞན་འབྱོར་དང་ལྡན་པ་དེ་ལྟ་བུར་  
འབྱུར་བ་དགོན་ན་སེམས་གཉིས་ལ་སྒྲོབ་པའི་དལ་འབྱོར་ནམ་ཞིག་ཐོབ་  
པར་འབྱུར་ཉེ་ཉིད་དཀའ་བས་སོ། །

གཉིས་པ་(ཐོབ་པ་ཡང་སྐྱར་དུ་འཛིག་པས་འབད་པར་བྱ་བ་)ནི།

ཐོབ་པའི་ལུས་འདི་འགལ་རྒྱན་མེད་ཅིང་མ་ཐུན་རྒྱན་དང་ལྡན་པས་  
བྱིས་འབད་དོ་སྟམ་ན།

ནད་མེད་ཉི་མ་འདི་ལྟ་བུ། །

ཟས་བཅས་འཆེ་བ་མེད་ཀྱང་ནི། །

ཆེ་ནི་སྐད་ཅིག་བསྐྱབ་བ་སྟེ། །

ལུས་ནི་ཐང་ཅིག་བརྟན་པོ་བཞིན། །

ལོང་ཡོད་བྱར་མི་རུང་སྟེ། འགལ་རྒྱན་ནད་མེད་པའི་མིའི་ལུས་ནི་ཉི་  
མ་དང་འདྲ་བས་ཉི་མ་འདི་ལྟ་བུར་ཞེས་པའམ། ཡང་ན་ནད་མེད་པའི་ཉི་མ་སྟེ་  
དུས་འདི་ལྟ་བུར་མ་ཐུན་རྒྱན་ཟས་དང་བཅས་ཤིང་འགལ་རྒྱན་འཆེ་བ་མེད་  
ཀྱང་ནི་ཆེ་ནི་སྐད་ཅིག་ཀྱང་མི་སྒྲིབ་པར་སྐྱར་དུ་འཛིག་པས་བསྐྱབ་བ་སྟེ་ལུས་  
འདི་ཐང་གཅིག་ཅུ་ཀྱི་བརྟན་པོ་བཞིན་དུ་རང་དབང་མེད་པས་ལོང་ཡོད་མི་



བྱ་བར་ད་ལྟ་ཉིད་ནས་འབད་པར་བྱའོ། །

བཞི་པ་(ངན་འགྲོར་སྐྱེས་ན་དགོ་བ་སྐྱབ་པའི་སྐབས་མེད་པ་)ལ་གསུམ།

ངན་འགྲོར་སྐྱེས་ན་དགོ་བ་སྐྱབ་པའི་སྐབས་མེད་པ་དང་། བདེ་འགྲོ་  
ཐོབ་པའི་ཆེ་མ་འབད་ན་ངན་འགྲོར་སྐྱང་དོར་ལ་ཚོངས་པར་འགྱུར་བ་དང་།  
ངན་འགྲོ་ལས་ཤིན་ཏུ་ཐར་པར་དཀའ་བའོ། །

དང་པོ་(ངན་འགྲོར་སྐྱེས་ན་དགོ་བ་སྐྱབ་པའི་སྐབས་མེད་པ་)ནི།

དལ་འགྲོར་གྱི་ཉིན་བརྒྱུད་མར་ཐོབ་པས་དེའི་དུས་སུ་བསྐྱབ་པས་  
ཆོག་སྟམ་པའི་ལོང་ཡོད་བྱར་མི་རུང་སྟེ།

བདག་གི་སྦྱོད་པ་འདི་འདྲས་ནི། །

མི་ཡི་ལུས་ཀྱང་འཐོབ་མི་འགྱུར། །

མི་ལུས་ཐོབ་པར་མ་གྱུར་ན། །

སྒྲིག་པ་འབའ་ཞིག་དགོ་བ་མེད། །

སྒྲིག་པ་བྱེད་ཅིང་དགོ་བ་མི་བྱེད་པའི་བདག་གི་སྦྱོད་པ་འདི་འདྲས་ནི་  
དུས་ཕྱིས་མི་ཡི་ལུས་ཀྱང་འཐོབ་པར་མི་འགྱུར་ཞིང་མི་ལུས་ཐོབ་པར་མ་  
གྱུར་ཉེ་ངན་སོང་དུ་སྐྱེས་ན་སྒྲིག་པ་འབའ་ཞིག་བྱེད་ཅིང་དགོ་བ་བྱེད་པ་ཅུང་  
ཟད་ཀྱང་མེད་པས་བདེ་འགྲོ་ཉིད་དཀའ་བའོ། །

གཉིས་པ་(བདེ་འགྲོ་ཐོབ་པའི་ཆེ་མ་འབད་ན་ངན་འགྲོར་སྐྱང་དོར་ལ་ཚོངས་པར་འགྱུར་བ་)ནི།

གང་ཆེ་དགོ་སྦྱད་སྐལ་ལྷན་ཡང་། །

དགེ་བ་བདག་གིས་མ་བྱས་ན། །

ངན་སོང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱན་ཚོངས་པ། །

དེ་ཆེ་བདག་གིས་ཅི་བྱར་ཡོད། །

གང་གི་ཆེ་དགེ་བ་སྤྱད་པའི་སྐྱེལ་བ་དང་ལྡན་ཡང་དུས་དེའི་ཆེ་དགེ་  
བ་བདག་གིས་འབད་པས་སྐྱབ་པར་མ་བྱས་ན། ངན་སོང་དུ་སྐྱེས་ནས་དུས་  
རྒྱུན་དུ་ཆོར་བ་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱིས་གདུངས་ཤིང་སྤང་དོར་གྱི་གནས་ལ་ཀྱན་  
ཏུ་ཚོངས་པ་དེའི་ཆེ་བདག་གིས་དགེ་བ་ཅི་བྱར་ཡོད་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་རྒྱས་  
པས་དལ་འབྱོར་ཐོབ་དུས་འདིར་འབད་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(ངན་འགྲོ་ལས་ཤིན་ཏུ་ཐར་པར་དཀའ་བ་)ནི།

དགེ་བ་དག་ཀྱང་མ་བྱས་ལ། །

སྤྲིག་པ་དག་ཀྱང་ཉེ་བར་བསགས་ན། །

བསྐྱེད་པ་བྱེ་བ་བརྒྱར་ཡང་ནི། །

བདེ་འགྲོའི་སྐྱ་ཡང་ཐོས་མི་འགྱུར། །

དུས་ཕྱིས་དལ་འབྱོར་ཐོབ་པ་ཤིན་ཏུ་དཀའ་སྟེ་ཆེ་འདིར་དགེ་བ་དག་  
ཀྱང་མ་བྱས་ལ་སྤྲིག་པ་དག་ཀྱང་ཉེ་བར་བསགས་ན་བསྐྱེད་པ་བྱེ་བ་བརྒྱར་  
ཡང་ནི་བདེ་འགྲོའི་སྐྱ་ཡང་ཐོས་པར་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །

ལྷ་པ་(དལ་འགྱོར་རྟེན་དཀའ་བའི་རྒྱ་མཚན་)ནི།

དེ་ཉིད་ཕྱིར་ན་བཅོམ་ལྡན་གྱིས། །

རྒྱ་མཚོ་ཆེར་གཡེངས་གཉའ་ཤིང་གི། །

བྱ་གར་རུས་སྤལ་མགིན་ཅུད་ལྟར། །

མི་ཉིད་ཤིན་ཏུ་ཐོབ་དཀའ་གསུངས། །

ངན་སོང་ནས་བདེ་འགྲོ་རྟེན་དཀའ་བ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ན། བཅོམ་ལྡན་  
འདས་གྱིས་ཡང་དག་པར་ལྡན་པའི་ལུང་ལས། དགོ་སློང་དག་ས་ཆེན་པོ་  
འདི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོར་གྱུར་ཅིང་དེ་ན་གཉའ་ཤིང་བྱ་ག་གཅིག་པ་ཞིག་ཡོད་  
པ་རྒྱུ་གིས་གཡེང་ཞིང་འདི་ནས་བསྐྱོད་པ་དང་། རུས་སྤལ་ལོང་བ་ཞིག་  
ཡོད་ལ་རུས་སྤལ་ཡང་ལོ་བརྒྱ་བརྒྱ་ཞིང་མགིན་པ་འདེགས་པར་འགྱུར་ན།  
དགོ་སློང་དག་འདི་ཅི་སྟུམ་དུ་སེམས་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོའི་གཉའ་ཤིང་ཞིག་གི་  
བྱ་གར་རུས་སྤལ་གྱི་མགིན་པ་ཅུད་པ་དེ་རྟེན་པར་སྤྲོ་བ་ཡིན་ནམ། བཅོམ་  
ལྡན་འདས་དེ་ལྟར་མ་ལགས་སོ། །བཅོམ་ལྡན་འདས་གྱིས་བཀའ་སྤྲུལ་པ།  
དགོ་སློང་དག་དེ་བཞིན་དུ་མི་ཉིད་ཤིན་ཏུ་ཐོབ་དཀའ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་དགོ་བ་མ་བྱས་ཤིང་སྤྲིག་པ་བསགས་ན་བདེ་འགྲོའི་སྤྱི་ཡང་  
མི་ཐོས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ན་བཅོམ་ལྡན་འདས་གྱིས་རྒྱ་མཚོ་ཆེར་གཡེངས་  
ཏེ། རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་པར་གཡེངས་ཅུར་གཡེངས་བྱེད་པའི་གཉའ་ཤིང་བྱ་ག་  
གཅིག་པ་ཞིག་ཡོད་པའི་གཉའ་ཤིང་གི་བྱ་གར་ལོ་བརྒྱ་བརྒྱ་འདས་པ་ན་སྟེང་

དུ་ལན་རེ་འབྱུང་བའི་རུས་སྤལ་གྱི་མགོན་པ་ཆུད་དཀའ་བ་ལྟར་དེ་བས་ཀྱང་  
མི་ཉིད་ཤིན་ཏུ་ཐོབ་དཀའ་བར་གསུངས་པས་དལ་འབྱོར་ཐོབ་པའི་དུས་སུ་  
དགེ་བ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་( དགེ་བ་བསྐྱེད་པ་ལ་བག་བྱ་བ་ )ལ་གསུམ།

སྤར་བསགས་པའི་སྡིག་པ་མཐའ་ཡས་པས་དེ་སྤྱོད་བ་ལ་འབད་པར་  
རིགས་པ་དང་། ངན་འགྲོར་སྤྱག་བསྤལ་ལན་ཅིག་སྤྱོད་བ་ཙམ་གྱིས་དེ་བྱད་  
ནས་ངན་འགྲོ་ལས་མི་བྱད་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་། དེས་ན་སྡིག་པའི་གཉིན་པོ་  
ལ་འབད་པར་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནོ། །

དང་པོ་(སྤར་བསགས་པའི་སྡིག་པ་མཐའ་ཡས་པས་དེ་སྤྱོད་བ་ལ་འབད་པར་རིགས་པ་)ནི།

སྐད་ཅིག་གཅིག་བྱས་སྡིག་པས་ཀྱང་། །

བསྐྱལ་པར་མནར་མེད་གནས་འགྱུར་ན། །

ཐོག་མེད་འཁོར་བར་བསགས་སྡིག་གིས། །

བདེ་འགྲོར་མི་འགྲོ་སྤྱོད་ཅི་དགོས། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་ཁོང་ཁྱོད་ལྟ་བུ་སྐད་ཅིག་གཅིག་བྱས་པའི་  
སྡིག་པས་ཀྱང་བསྐྱལ་པར་མནར་མེད་པར་གནས་པར་འགྱུར་ན། ཐོག་  
མ་མེད་པའི་འཁོར་བར་བསགས་པའི་སྡིག་པ་གཉིན་པོས་མ་བཙམ་པར་  
རང་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་སྡིག་པས་བདེ་འགྲོར་མི་འགྲོ་བ་སྤྱོད་ཅི་དགོས་པས་  
སྟོབས་བཞིའི་སྟོན་སྡིག་པ་སྤྱོད་བ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(ངན་འགྱོར་སྤྱག་བསྐལ་ལན་ཅིག་སྤོང་བ་ཙམ་གྱིས་དེ་ཟད་ནས་ངན་འགྱོ་ལས་མི་ཟད་པའི་རྒྱ་མཚན་)ནི།  
སྤྱིག་པའི་ལས་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་ཟད་ནས་བདེ་འགྱོར་སྤྱེ་བས་ངན་  
འགྱོ་ལས་ཐར་པར་མི་དགའོ་ཞེ་ན།

དེ་ཙམ་ཁོ་ན་སྤོང་བྱར་ནས། །

དེ་ནི་རྣམ་ཐར་མི་འགྱུར་ཏེ། །

འདི་ལྟར་དེ་ནི་སྤོང་བཞིན་དུ། །

སྤྱིག་པ་གཞན་དག་རབ་ཏུ་སྤྱེ། །

སྤོན་བྱས་པའི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་དེ་ཙམ་ཁོ་ན་སྤོང་བར་བྱར་ནས་  
དེ་ཙམ་གཅིག་ཟད་པའི་གང་ཟག་དེ་ནི་ངན་འགྱོ་ལས་རྣམ་པར་ཐར་པར་མི་  
འགྱུར་ཏེ། འདི་ལྟར་སྤོན་གྱི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་སྤྱག་བསྐལ་དེ་ནི་སྤོང་བཞིན་  
དུ་སྤྱག་བསྐལ་སྟོབས་ཅན་བསྐྱེད་པའི་སྤྱིག་པ་གཞན་དག་འབྲལ་འབྲལ་ལ་  
རབ་ཏུ་སྤྱེ་ཞིང་གསོག་པའི་བྱིར་ཏེ། ངན་འགྱོའི་རྟེན་ལ་དགོ་བ་མཐུ་ཚུང་ཞིང་  
སྤྱིག་པ་རྒྱན་དུ་གསོག་པས་ངན་འགྱོའི་རྒྱ་འགོག་པ་ལ་བཙོན་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(དེས་ན་སྤྱིག་པའི་གཉིན་པོ་ལ་འབད་པར་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚན་)ལ་བཞི།

དལ་འགྱོར་ཐོབ་ནས་དགོ་བ་ལ་མ་འབད་ན་རང་གིས་རང་བསྐྱུས་  
པར་འགྱུར་བ་དང་། ཆེ་འདིར་སྤྱག་བསྐལ་སྤོང་དགོས་པ་དང་། བྱི་མར་ངན་  
འགྱོའི་སྤྱག་བསྐལ་གྱིས་གདུང་བར་འགྱུར་བ་དང་། དེས་ན་སྤྱིག་པ་སྤོང་ཞིང་  
དགོ་བ་ལ་འབད་པར་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནོ། །

དང་པོ་(དལ་འབྱོར་ཐོབ་ནས་དགོ་བ་ལ་མ་འབད་ན་རང་གིས་རང་བསྐྱུས་པར་འགྱུར་བ་)ནི།

འདི་འདྲའི་དལ་བ་རྙེད་གྱུར་ནས། །

བདག་གིས་དགོ་གོམས་མ་བྱས་ན། །

འདི་ལས་བསྐྱུས་པ་གཞན་མེད་དེ། །

འདི་ལས་སྔོངས་པའང་གཞན་མེད་དོ། །

རྙེད་དཀའ་ཞིང་རྙེད་ན་དོན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་འདི་འདྲ་བའི་དལ་བ་རྙེད་  
པར་གྱུར་ནས་བདག་གིས་མངོན་མཐོ་དང་ཐར་པའི་རྒྱུའི་དགོ་བ་ལ་འབད་  
ཅིང་གོམས་པར་མ་བྱས་ན་འདི་ལས་རང་ཉིད་བསྐྱུས་པའི་ཐབས་གཞན་མེད་  
དེ་སྤང་དོར་ལ་འདི་ལས་སྔོངས་པའང་གཞན་མེད་དོ། །

གཉིས་པ་(ཆེ་འདྲིར་སྐྱག་བསྐྱེལ་སྔོང་དགོས་པ་)ནི།

གལ་ཏེ་བདག་གིས་དེ་རྟོགས་ནས། །

སྔོངས་པས་བྱིས་ཀྱང་སྦྱིད་ལྷག་ན། །

འཆི་བར་འགྱུར་བའི་དུས་ཀྱི་ཆེ། །

ལྷ་ངན་ཆེན་པོ་ལྷང་བར་འགྱུར། །

གལ་ཏེ་བདག་གིས་དགོ་བ་ལ་འབད་བ་དང་སྒྲིག་པ་སྤང་དགོས་པ་དེ་  
རྟོགས་ནས་སྔོང་པས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་། སྟོན་པ་ལ་སྟོབ་པ་སོགས་  
ལ་བྱིས་ཀྱང་སྦྱིད་ལྷག་ན་ངན་འགྲོར་འགྲོ་བར་ཤེས་ནས་འཆི་བར་འགྱུར་



བའི་དུས་ཀྱི་ཆེ་མུ་ངན་ཆེན་པོ་ལྷང་བར་འགྱུར་བས་བརྩོན་པ་ཆེན་པོས་  
འབད་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(ཕྱི་མར་ངན་འགྲོའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱིས་གདུང་བར་འགྱུར་བ་)ནི།

དཔྱལ་མེ་བཟོད་དཀའ་ཡུན་རིང་དུ། །

བདག་གི་ལུས་ལ་བསྐྱེད་ཀྱིས་འགྱུར་ན། །

འགྲོད་པ་མི་བཟད་མེ་འབར་བས། །

སེམས་གདུང་འགྱུར་བ་གདོན་མི་བ། །

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཉམས་པ་སོགས་ཀྱི་ཉེས་པས་དཔྱལ་བར་སྐྱེ་ལ་  
དཔྱལ་བའི་མེ་བཟོད་དཀའ་བས་ཡུན་རིང་དུ་བདག་གི་ལུས་ལ་བསྐྱེད་ཀྱིས་  
པར་གྱུར་ན་འགྲོད་པ་མི་བཟད་པའི་མེ་འབར་བས་རང་གི་སེམས་གསུང་  
བར་འགྱུར་བར་གདོན་མི་བ་བས་ཉེས་ལྷུང་གིས་མ་གོས་པ་ལ་འབད་པར་  
བྱའོ། །

བཞི་པ་(དེས་ན་སྤྲུག་པ་སྤོང་ཞིང་དགོ་བ་ལ་འབད་པར་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚན་)ལ་གཉིས།

དལ་འབྱོར་ཆུད་གཟན་ནས་སྦྲར་ཡང་དཔྱལ་བར་བྲིད་ན་སེམས་མེད་  
པ་དང་མཚུངས་པ་དང་། མྱོངས་བའི་རྒྱ་བསམ་རིགས་པའོ། །

དང་པོ་(དལ་འབྱོར་ཆུད་གཟན་ནས་སྦྲར་ཡང་དཔྱལ་བར་བྲིད་ན་སེམས་མེད་པ་དང་མཚུངས་པ་)ནི།

ཞིན་ཏུ་རྟོད་དཀའ་པན་པའི་ས། །

རི་ཞིག་ལྟར་སྤྲེས་རྟོད་གྱུར་ནས། །



བདག་ཉིད་ཤེས་དང་ལྡན་བཞིན་དུ།

སྤྱིར་ཡང་དཔྱུལ་བ་དེར་བྲིད་ན།

སྤྲུག་གིས་སྒྲིངས་པར་བྱས་པ་བཞིན།

བདག་ལ་འདིར་སེམས་མེད་དུ་བྱད།

དལ་འབྱོར་ཤིན་ཏུ་རྩེད་དཀའ་ཞིང་རྩེད་ན་དོན་ཆེ་བས་པན་པའི་ས་  
འདི་ཅི་ཞིག་ལྟར་སྤྲེས་དབང་གིས་རྩེད་པར་གྱུར་ནས་བདག་ཉིད་པན་གཞོད་  
ཤེས་པའི་ཤེས་རབ་དང་ལྡན་བཞིན་དུ་སྤྱིར་ཡང་དཔྱུལ་བའི་གནས་དེར་བྲིད་  
ན་རིག་སྤྲུག་གིས་སྒྲིངས་པར་བྱས་པ་བཞིན་དུ་བདག་ལ་འདིར་པན་པ་  
སྤྱབ་པའི་སེམས་མེད་དུ་བྱད་པའོ་སྤྲུལ་དུ་བསམ་པར་བྱའོ།

གཉིས་པ་(སྒྲིངས་པའི་རྒྱ་བསམ་རིགས་པ་)ནི།

ཅིས་སྒྲིངས་པར་བྱས་ཞེ་ན།

ཅིས་སྒྲིངས་བདག་གྲང་མ་ཤེས་ཏེ།

བདག་གི་ཁོང་ན་ཅི་ཞིག་ཡོད།

རྒྱ་ཅིས་སྒྲིངས་ནས་བསྐྱུས་པ་བདག་གིས་གྲང་མ་ཤེས་ཏེ་བདག་གི་  
ཁོང་ན་སྒྲིངས་པའི་རྒྱ་ཅི་ཞིག་ཡོད་དེ་ཡོད་ངེས་སོང་སྤྲུལ་དུ་ལེ་ལོའི་དབང་  
དུ་གྱུར་ན་ཡང་དེ་ལྟར་བསམ་པར་བྱའོ།

གསུམ་པ་(ཉོན་མོངས་སྒྲིང་བ་ལ་བག་བྱ་བ་)ལ་གསུམ།

ཉོན་མོངས་པའི་ཉེས་དམིགས་བསམ་པ་དང་། ཉོན་མོངས་སྒྲིང་བའི་

དཀའ་སྐྱད་ལ་སྒྲིབ་པ་མི་རིགས་པ་དང་། འབད་པས་སྤངས་ན་སྤོང་བྱས་པ་  
ཉིད་དུ་སྒྲིབ་བ་བསྒྲུལ་བའོ། །

དང་པོ་(ཉོན་མོངས་པའི་ཉེས་དམིགས་བསམ་པ་)ལ་གསུམ།

ཉོན་མོངས་ཀྱིས་རང་ལ་གནོད་པ་བྱེད་པའི་ཚུལ་བསམ་པ་དང་། ཉོན་  
མོངས་ལ་བཟོད་པ་བསྒྲུལ་མི་རིགས་པ་དང་། དེ་གཞོམ་པའི་ཆེད་དུ་སྒྲིབ་  
སྟོབས་བསྐྱེད་པའོ། །

དང་པོ་(ཉོན་མོངས་ཀྱིས་རང་ལ་གནོད་པ་བྱེད་པའི་ཚུལ་བསམ་པ་)ལ་བཞི།

རང་དབང་མེད་པར་བྱེད་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེད་དཔག་མེད་ལ་སྒྲིབ་  
བ་དང་། གནོད་པ་བྱེད་པའི་དུས་མཐའ་ཡས་པ་དང་། ཉོན་མོངས་ཀྱི་གྲོགས་  
བྱུང་མི་རུང་བའི་རྒྱ་མཚན་ནོ། །

དང་པོ་(རང་དབང་མེད་པར་བྱེད་པ་)ནི།

ཞེ་སྤང་སྤེད་སོགས་དབྱ་རྣམས་ནི། །

རྐང་ལག་ལ་སོགས་ཡོད་མིན་ལ། །

དཔའ་འཇོངས་མིན་ཡང་ངེ་ཞིག་ལྟར། །

དེ་དག་གིས་བདག་བློན་བཞིན་བྱས། །

རྩ་བ་དང་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་ཞེ་སྤང་དང་སྤེད་པ་  
སོགས་པ་བདག་གི་དབྱ་རྣམས་ནི་རྐང་ལག་དང་ལག་ཏུ་མཚན་ཐོགས་པ་ལ་  
སོགས་པ་ཡོད་པ་མིན་ལ། བརྩོན་པ་ཆེ་བའི་དཔའ་བ་དང་ཐབས་མཁས་པའི་

མཛེངས་པ་མིན་ཡང་ཅི་ཞིག་ལྟར་ཉོན་མོངས་དེ་དག་གིས་བདག་བློན་བཞིན་  
དུ་རང་དབང་མེད་པར་བྱས་པའོ། །

གཉིས་པ་(སྟུག་བསྐལ་དཔག་མེད་ལ་སྟོར་བ་)ནི།

བདག་གི་སེམས་ལ་གནས་བཞིན་དུ། །

དགའ་མགུར་བདག་ལ་གནོད་བྱེད་པ། །

དེ་ལ་འང་མི་ཁྱོ་བཟོད་པ་ནི། །

གནས་མིན་བཟོད་པ་སྦྱད་པའི་གནས། །

བདག་གི་སེམས་ལ་གནས་བཞིན་དུ་དགའ་མགུར་བདག་ལ་དཔྱལ་  
བའི་སྟུག་བསྐལ་ལ་སོགས་པའི་གནོད་པ་བྱེད་པ་དེ་ལ་འང་མི་ཁྱོ་བར་བཟོད་  
པ་ནི་གནས་མིན་པ་ལ་བཟོད་པ་བྱེད་པ་ཤིན་ཏུ་སྦྱད་པའི་གནས་ཡིན་པས་  
ཉོན་མོངས་ལ་དགའ་བལྟས་ནས་དེ་འགོག་པ་ལ་བཙོན་པར་བྱའོ། །

དེ་ཡང་ཉོན་མོངས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་དང་། དབྱེ་བ་དང་། རྒྱ་དང་བྱེད་  
ལས་སོགས་མངོན་པའི་བསྟན་བཅོས་ལས་འབྱུང་བ་ལྟར་ཤེས་པར་བྱ་ཞིང་  
གཙོ་བོར་ཉེས་དམིགས་བསྐྱེམ་པ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །

གལ་ཏེ་ལྟ་དང་ལྟ་མིན་ནམས། །

ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགའ་ལངས་ཀྱང་། །

དེ་དག་གིས་ཀྱང་མནར་མེད་པའི། །

མེ་ནང་བྲིད་ཅིང་འཇུག་མི་རུས། །

ཉོན་མོངས་སྟོབས་ཅན་དག་འདིས་ནི། །

གང་དང་ཕྱད་ན་རི་རབ་ཀྱང་། །

ཐལ་བ་ཡང་ནི་མི་ལུས་པ། །

དེར་བདག་སྐད་ཅིག་གཅིག་ལ་འདོར། །

གལ་ཏེ་ལྷ་དང་ལྷ་མིན་ནམས་ཐམས་ཅད་སྟོགས་གཅིག་ཏུ་བདག་ལ་དགར་ལངས་ཀྱང་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་དུ་མ་གྱུར་ན་དེ་དག་གིས་ཀྱང་མནར་མེད་པའི་མེ་ནང་བྲིད་ཅིང་འཇུག་མི་རུས་ལ་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་སྟོབས་ཅན་དག་འདི་ཡིས་མནར་མེད་ཀྱི་མེ་གང་དང་ཕྱད་ན་རི་རབ་ཀྱང་ཐལ་བ་ཡང་ནི་མི་ལུས་པར་བྱེད་པ་དེར་བདག་སྐད་ཅིག་གཅིག་ལ་འདོར་བར་བྱེད་པས་ཉོན་མོངས་པའི་དག་གཞོམ་པ་ལ་བཙོན་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(གཞོད་པ་བྱེད་པའི་དུས་མཐའ་ཡས་པ་)ནི།

བདག་གི་ཉོན་མོངས་དག་པོ་གང་། །

དུས་རིང་ཐོག་མཐའ་མེད་པ་ལྟར། །

དག་གཞན་ཀྱང་ཀྱང་དེ་ལྟ་བུར། །

ཡུན་རིང་ཐུབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

ཉེས་དམིགས་གཞན་ཡང་བསམ་པ་བདག་གི་ཉོན་མོངས་དག་པོ་གང་།

དུས་རིང་པོ་ཐོག་མཐའ་མེད་པར་གནས་པ་ལྟར་འཇིག་པའི་དགྲ་གཞན་ཀྱན་  
ཀྱང་ཉོན་མོངས་དེ་ལྟ་བུར། ཆེ་ཡུན་རིང་པོ་སྤྱབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཉོན་མོངས་  
པའི་གཉེན་པོ་སྤུན་རེ་ཅ་མ་བསྒྲོམས་པས་ཅིར་ཡང་མི་འགྱུར་བས་ཉོན་  
མོངས་གཞོམ་པ་ལ་བཙོན་པ་ཆུ་བོའི་རྒྱན་ལྟར་བཙོན་པ་ལ་འབད་པར་བྱའོ།

བཞི་པ་(ཉོན་མོངས་ཀྱི་གྲོགས་བྱར་མི་རུང་བའི་རྒྱ་མཚན་)ནི།

མ་སྤུན་པར་རིམ་གྱོ་བསྟེན་བྱས་ན། །

ཐམས་ཅད་པན་དང་བདེ་བྱེད་ལ། །

ཉོན་མོངས་རྣམས་ནི་བསྟེན་བྱས་ན། །

སྤྱིར་ཞིང་སྤྲུག་བསྐྲུལ་གཞོན་པ་བྱེད། །

འཇིག་ཉེན་པའི་དགྲ་གཞན་ལ་ཁ་ཟས་སོགས་དེ་དང་མ་སྤུན་པར་རིམ་  
གྱོ་བྱས་ཏེ་བསྟེན་པར་བྱས་ན་དེ་ཐམས་ཅད་རང་ལ་པན་པ་དང་བདེ་བའི་  
གྲོགས་བྱེད་ན། ཉོན་མོངས་པའི་དགྲ་རྣམས་ནི་བསྟེན་ཅིང་དེ་དང་མ་སྤུན་པར་  
བྱས་ན་སྟོབས་འཕེལ་ནས་སྤྱིར་ཞིང་སྤྲུག་བསྐྲུལ་གྱིས་གཞོན་པ་བྱེད་པས་དེ་  
གཞོམ་པ་ལ་བཙོན་པ་ཉིད་རང་ཉིད་བདེ་བའི་ཐབས་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་(ཉོན་མོངས་ལ་བཟོན་པ་བསྒྲོམ་མི་རིགས་པ་)ལ་གཉིས།

སེམས་ལ་གཞོན་པ་བྱེད་པ་དང་། ལུས་ལ་གཞོན་པ་བྱེད་པར་བསམ་  
བའོ། །

དང་པོ་(སེམས་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་)ནི།

དེ་ལྟར་ཡུན་རིང་རྒྱན་ཆགས་དགྲར་གྱུར་པ། །

གཞོད་པའི་ཚོགས་རབ་འཕེལ་བའི་རྒྱ་གཅིག་ལ། །

བདག་གི་སྙིང་ལ་ངེས་པར་གནས་འཆའ་ན། །

འཁོར་བར་འཇིགས་མེད་དགའ་བར་ག་ལ་འགྱུར། །

དེ་ལྟར་ཡུན་རིང་པོ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་རྒྱན་ཆགས་སུ་དགྲར་གྱུར་  
པ་སྐྱབས་བསྐྱེད་ལ་སོགས་པའི་གཞོད་པའི་ཚོགས་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་འཕེལ་  
བའི་རྒྱ་གཅིག་པ་སྒྲ་མེད་པ་བདག་གི་སྙིང་ལ་ངེས་པར་གནས་འཆའ་ཞིང་  
ཉེན་ན་འཁོར་བར་འཇིགས་པ་མེད་པ་དང་ཡིད་དགའ་བར་ག་ལ་འགྱུར་བདེ་  
བའི་སྐབས་མེད་པས་ཉོན་མོངས་གཞོམ་པ་ལ་བཙོན་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(ལུས་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པར་བསམ་པ་)ནི།

འཁོར་བའི་བཙོན་རྩའི་སྤང་མ་དཔྱལ་སོགས་སུ། །

གསོད་བྱེད་གཤེད་མར་གྱུར་པ་འདི་དག་ནི། །

གལ་ཏེ་སྒོ་གནས་ཆགས་པའི་བ་བ་ན། །

གནས་ན་བདག་ལ་བདེ་བ་ག་ལ་ཡོད། །

ཉོན་མོངས་དེས་འཁོར་བ་ལས་འདར་མི་སྟེར་བས་འཁོར་བའི་བཙོན་  
རྩའི་སྤང་མ་དང་བཙོན་དོང་དཔྱལ་བ་སོགས་སུ་བསྐྱུར་བ་དང་། ངན་སོང་



དང་མཐོ་རིས་སྤྱའང་གསོད་པར་བྱེད་པའི་གཤེད་མར་གྱུར་པ་ཉོན་མོངས་  
འདི་དག་ནི་གལ་ཏེ་བདག་གི་སྒྲོ་ལ་གནས་པའི་ཆགས་པའི་བྲ་བ་སྟེ་ཚུལ་  
བཞིན་མ་ཡིན་པའི་རྟོགས་པའི་ནང་ན་གནས་ན་བདག་ལ་བདེ་བའི་གོ་སྐབས་  
ག་ལ་ཡོད་ལུས་སེམས་བདེ་བའི་སྐབས་མེད་པའོ། །

གསུམ་པ་(དེ་གཞོམ་པའི་ཆེད་དུ་སྒྲོའི་སྟོབས་བསྐྱེད་པ་)ནི།

དེ་ལྟར་ངེ་སྤྱིད་བདག་གིས་དགྲ་འདི་མངོན་སུམ་དུ། །

ངེས་པར་མ་བཅོམ་དེ་སྤྱིད་བདག་འདིར་བཅོན་མི་འདོར། །

རེ་ཞིག་གཞོད་བྱེད་ཚུང་དུ་ལ་ཡང་ཁྲོས་གྱུར་པ། །

ང་རྒྱལ་བདོ་རྣམས་དེ་མ་བཅོམ་པར་གཉིད་མི་འོང་། །

མི་འདོད་པ་མཐའ་དག་ཉོན་མོངས་པས་བསྐྱེད་པ་དེ་ལྟར་ན་ངེ་སྤྱིད་  
བདག་གི་མི་བཟད་པའི་དགྲ་འདི་མངོན་སུམ་དུ་ངེས་པར་མ་བཅོམ་པ་དེ་  
སྤྱིད་དུ་བདག་འགྲོ་བ་འདིར་ཉོན་མོངས་ཀྱི་གཉིན་པོ་ལ་བཅོན་པ་སྐད་ཅིག་  
ཀྱང་མི་འདོར་བར་འབད་པར་རིགས་ཏེ། རེ་ཞིག་འཇིག་རྟེན་དུ་གཞོད་བྱེད་  
ཚུང་དུ་ཆིག་རྩ་བ་ཅམ་སྒྲིབ་པ་ལ་ཡང་ཁྲོས་པར་གྱུར་པ་ཁོན་འཇིན་ཆེ་བའི་ང་  
རྒྱལ་བདོ་བ་རྣམས་དགྲ་དེ་མ་བཅོམ་པར་གཉིད་མི་འོང་བར་བཅོན་པར་བྱེད་  
ན་ཉོན་མོངས་གཞོམ་པ་ལ་བཅོན་པ་བྱ་བར་རིགས་སོ། །

གཉིས་པ་(ཉོན་མོངས་སྒྲོང་བའི་དཀའ་སྤྱད་ལ་སྒྲོ་བར་མི་རིགས་པ་)ལ་གསུམ།

ཉོན་མོངས་གཞོམ་རུས་པའི་གོ་བ་བགོ་ཞིང་དེའི་དཀའ་སྤྱད་ལ་སྒྲོ་



བར་མི་བྱ་བ་དང་། ཉོན་མོངས་གཞོམ་པའི་ཆེད་དུ་བཙོན་པའི་ཕན་ཡོན་དང་།  
དེས་ན་ཉོན་མོངས་གཞོམ་པའི་སྒྲོར་བ་ལ་བཙོན་པར་རིགས་པའོ། །

དང་པོ་(ཉོན་མོངས་གཞོམ་ལུས་པའི་གོ་བ་བགོ་ཞིང་དེའི་དཀའ་སྒྲུང་ལ་སྒྲོ་བར་མི་བྱ་བ་)ནི།

རང་བཞིན་འཆི་བས་སྐྱག་བསྐྱལ་གྱུར་པའི་ཉོན་མོངས་དག །

གཡུལ་ངོར་དངར་ཆེ་ནན་གྲིས་གཞོམ་པར་འདོད་པ་ཡང་། །

མདའ་མདུང་མཆོན་གྲིས་ཐོག་པའི་སྐྱག་བསྐྱལ་བྱུང་བསད་ནས། །

དོན་མ་གྲུབ་པར་བྱིར་བྱོགས་འབྱེར་བར་མི་བྱེད་ན། །

ཉག་ཏུ་སྐྱག་བསྐྱལ་ཀྱན་གྱི་རྒྱར་གྱུར་པ། །

རང་བཞིན་དབྱ་ངེས་གཞོམ་བཙོན་བདག་ལ་དེང་། །

སྐྱག་བསྐྱལ་བརྒྱ་ཕྱག་རྒྱར་གྱུར་གང་གིས་ཀྱང་། །

ཡི་ཆད་སྒྲིད་ལུག་མི་འགྱུར་སྒྲོས་ཅི་དགོས། །

རང་བཞིན་ཏེ་མ་བསད་ཀྱང་རང་གི་ངང་གིས་འཆི་བའི་སྐྱག་བསྐྱལ་  
བར་གྱུར་པའི་ཉོན་མོངས་དག་སྟེ་སྟོང་རྗེའི་གནས་དེ་ཡང་གཡུལ་ངོར་མདའ་  
ཞིང་གཡུལ་སྒྲིད་པའི་ཆེ་ནན་གྲིས་པ་རོལ་གཞོམ་པར་འདོད་པ་ཡང་མདའ་  
དང་མདུང་ལ་ཐོགས་པའི་མཆོན་གྲིས་འཕོག་པའི་སྐྱག་བསྐྱལ་བྱུང་དུ་  
བསད་ནས་པ་རོལ་ཆོམས་པའི་དོན་མ་གྲུབ་པར་བྱིར་བྱོགས་ཤིང་འབྱེར་  
བར་མི་བྱེད་ན། དུས་ཉག་ཏུ་སྐྱག་བསྐྱལ་ཀྱན་གྱི་རྒྱར་གྱུར་པ། སྒྲིས་ཅམ་

ནས་དག་བྱེད་པའི་རང་བཞིན་གྱི་དག་འབའ་ཞིག་ངེས་པ་ཅན་གཞམ་འདོད་  
པའི་དཀའ་སྤྱད་བདག་ལའང་དེ་ཆ་གང་དང་བཀའ་སྒྲིལ་སོགས་སྤྱད་བསྐྱེད་  
བརྒྱ་ཕྱག་གི་རྒྱར་གྱུར་པ་གང་གིས་ཀྱང་དཔའ་འཁུམས་ནས་ཡིད་ཆད་  
པ་དང་སྤྱིད་ལྷག་པར་མི་འགྱུར་བར་ཉོན་མོངས་པའི་དག་མ་བྱུང་བར་དུ་  
བཙོན་པ་མི་འདོར་བར་རིགས་པ་སྒྲིལ་ཅི་དགོས་སོ། །

གཉིས་པ་(ཉོན་མོངས་གཞོམ་པའི་ཆེད་དུ་བཙོན་པའི་ཕན་ཡོན་)ལ་གསུམ།  
རང་དོན་སྤྱན་ཆོགས་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པས་དཀའ་སྤྱད་བཅོད་རིགས་པ་  
དང་། གཞན་དོན་སྤྱན་ཆོགས་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པས་དཀའ་སྤྱད་བཅོད་རིགས་པ་  
དང་། སྤར་དམ་བཅས་པ་མཐར་ཕྱིན་པར་བྱེད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནོ། །

དང་པོ་(རང་དོན་སྤྱན་ཆོགས་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པས་དཀའ་སྤྱད་བཅོད་རིགས་པ་)ནི།

དོན་མེད་དག་ཡིས་མ་སྒྲིལ་བཏོད་པ་ཡང་། །

ལུས་ལ་རྒྱན་དང་འབྲ་བར་སྒེལ་བྱེད་ན། །

དོན་ཆེན་སྐྱབ་ཕྱིར་ཡང་དག་བཙོན་གྱུར་པ། །

བདག་ལ་སྤྱད་བསྐྱེད་ཅི་ཕྱིར་གཞོད་བྱེད་ཡིན། །

འདི་ག་ཉེན་ན་དོན་མེད་པ་དགོས་པ་རྒྱུ་དུའི་ཆེད་དུ་ལུས་ལ་དག་  
ཡིས་མ་སྒྲིལ་བཏོད་པ་ཡང་། འདི་དེའི་ཆེ་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ལུས་ལ་རྒྱན་  
དང་འབྲ་བར་སྒེལ་ཞིང་། རོམ་པར་བྱེད་ན་དོན་ཆེན་པོ་རྫོགས་པའི་སངས་  
རྒྱས་སྐྱབ་པའི་ཕྱིར། ཡང་དག་པར་བཙོན་པར་གྱུར་པའི་ཆེ་བདག་ལ་དཀའ་

སྤྱད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཅིའི་ཕྱིར་གཞོད་བྱེད་ཡིན། བན་པ་འབའ་ཞིག་ཡིན་པས་  
བསྟེན་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(གཞན་དོན་སྤྱོད་ཆོག་གས་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པས་དཀའ་སྤྱད་བཅོད་རིགས་པ་)ནི།

ཉ་བ་གདོལ་བ་ཞིང་པ་ལ་སོགས་པ། །

རང་གི་འཆོ་བ་ཅམ་ཞིག་སེམས་པ་ཡང་། །

གང་དང་ཆ་ལ་སོགས་པའི་གཞོད་བཅོད་ན། །

འགྲོ་བ་བདེ་ཕྱིར་བདག་ལྟས་ཅིས་མི་བཅོད། །

ཉ་བ་ཉ་བསད་པས་འཆོ་བ་དང་། གདོལ་བ་རིགས་ངན་ཤན་པ་དང་།  
ཞིང་ལས་ཀྱིས་འཆོ་བའི་ཞིང་པ་ལ་སོགས་པ། རང་གི་འཆོ་བ་ཅམ་ཞིག་  
སེམས་པ་ཡང་གང་བ་དང་། ཆ་བ་ལ་སོགས་པའི་གཞོད་པ་བཅོད་པར་བྱེད་  
ན་འགྲོ་བ་མ་ལྟས་པའི་བདེ་བ་མཐའ་དག་སྤྱོད་པའི་ཕྱིར་ཏུ་དཀའ་སྤྱད་བདག་  
ལྟ་བུས་ཅི་སྟེ་མི་བཅོད་དེ་བཅོད་པར་རིགས་སོ། །

གསུམ་པ་(སྤངས་དམ་བཅས་པ་མཐར་ཕྱིན་པར་བྱེད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆན་)ནི།

གཞན་རྒྱད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་གཞོམ་བར་ཁས་སྦངས་པ་ཡིན་མོད། རང་  
རྒྱད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་གཞོམ་པའི་ཆེད་དུ་བཙོན་པར་མི་རིགས་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་  
ཞི་བའི་མཐར་ཕྱུང་བར་འགྱུར་བས་སོ་ཞེ་ན།

ཕྱོགས་བརྩ་ནམ་མཁའི་མཐས་གཏུགས་པའི། །

འགྲོ་བ་ཉོན་མོངས་ལས་བསྐྱེད་བར། །

དམ་བཅས་གང་ཆེ་བདག་ཉིད་ཀྱང་། །

ཉོན་མོངས་རྣམས་ལས་མ་གྲོལ་བ། །

བདག་གི་ཆོད་ཀྱང་མི་ཤེས་པར། །

སྤྲ་བ་ཇི་ལྟར་སྟོན་པ་མིན། །

ཕྱོགས་བཅུ་ནམ་མཁའི་མཐས་གཏུགས་པའི་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ཉོན་  
མོངས་ལས་སྟོལ་བར་སེམས་བསྐྱེད་ཅིང་དམ་བཅས་ནས་གང་གི་ཆེ་བདག་  
ཉིད་ཀྱང་ཉོན་མོངས་རྣམས་ལས་མ་གྲོལ་བ་ཡིན་ན་གཞན་དོན་ལྟ་ཞོག་རང་  
དོན་ཡང་རྫོགས་པར་མི་རུས་པས་ཉོན་མོངས་པའི་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་པའི་  
བདག་གི་ཆོད་ཀྱང་མི་ཤེས་པར་གཞན་མཐའ་དག་ཉོན་མོངས་ལས་སྟོལ་  
བར་སྤྲ་བ་ཇི་ལྟར་སྟོན་པ་མིན་ཏེ། རང་འཁོར་བར་བཅིངས་པས་གཞན་དོན་  
རྫོགས་པར་མི་རུས་པས་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་གཞོམ་པ་ལ་བརྩོན་པར་  
བྱའོ། །

གསུམ་པ་(དེས་ན་ཉོན་མོངས་གཞོམ་པའི་སྟོར་བ་ལ་བརྩོན་པར་རིགས་པ་)ལ་གཉིས།

ཉོན་མོངས་པའི་གཉེན་པོ་ལ་འབད་པར་བྱ་བ་དང་། རུས་ནམ་ཡང་

ཉོན་མོངས་པའི་དབང་དུ་མི་འགྱུར་བ་ལ་འབད་པར་བྱའོ།།

དང་པོ་(ཉོན་མོངས་པའི་གཉེན་པོ་ལ་འབད་པར་བྱ་བ་)ནི།

དེ་ལྟས་ཉོན་མོངས་གཞོམ་པ་ལ། །

ཏྲ་ཏུ་བྱེད་མི་ལྟོག་པར་བྱ། །

འདི་ལ་བདག་གིས་ཞེན་བྱ་ཞིང་། །

ཁོན་དུ་བབྱང་ནས་གཡུལ་སྤང་དེ། །

སྤང་བར་འོས་པ་དེ་ལྟ་བུས་ན་ཉོན་མོངས་གཞོམ་པ་ལ་དུས་རྟག་དུ་  
བསམ་སྒྱུར་གང་ཡང་བྱེད་མི་སྟོག་པར་བྱའོ། །ཉོན་མོངས་ཀྱི་གཉེན་པོ་འདི་  
ལ་བདག་གིས་ཞེན་པ་སྟེ་ཆེད་དུ་བསྟེན་པར་བྱ་ཞིང་ཉོན་མོངས་ལ་ཁོན་དུ་  
གཡུང་ནས་གཡུལ་སྤང་ལ་གཞོམ་པར་བྱའོ། །སྤང་གཉེན་ལ་ཆགས་སྤང་དང་  
སྤང་བྱ་ལ་ཁོན་དུ་འཛིན་པ་ཉིད་ཉོན་མོངས་ཡིན་པས་སྤང་བྱར་འགྱུར་རོ་ཞེ་  
ན།

ནམ་པ་དེ་འབྲའི་ཉོན་མོངས་པ། །

ཉོན་མོངས་འཛོམས་བྱེད་མ་གཏོགས་སོ། །

གཉེན་པོ་ལ་ཞེན་པ་དང་སྤང་བྱ་ལ་ཁོན་དུ་འཛིན་པ་ནམ་པ་དེ་འབྲའི་  
ཉོན་མོངས་པ་ལྟར་སྤང་བ་ནི་ཉོན་མོངས་འཛོམས་པར་བྱེད་པའི་གཉེན་པོའི་  
སྟོགས་ཡིན་པས་སྤང་བྱར་མ་གཏོགས་སོ། །འགྲེལ་པར་བྱས་དེ་ཡང་གཞོམ་  
བྱར་བཤད་པ་ནི་སྤང་བྱ་བྱེད་པ་ན་སྤང་གཉེན་གཡུལ་སྤོང་མི་དགོས་པའི་  
དོན་ཏོ། །

གཉིས་པ་(དུས་ནམ་ཡང་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་དུ་མི་འགྱུར་བ་ལ་འབད་པར་བྱ་)ནི།

ཉོན་མོངས་སྤོང་བ་ལ་སྒྲུག་བསྒྲུལ་བརྒྱ་སྒྲག་མཐའ་ཡས་པས་ཉོན་  
མོངས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྱང་བ་ཉིད་ལེགས་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན།

བདག་ནི་བསྐྱེད་པ་ཏེ་བསད་གྱུར་ཏམ། །

བདག་གི་མགོ་བོ་བཅད་ཀྱང་སྒྲིའི། །

ནམ་པ་ཀུན་དུ་ཉོན་མོངས་པའི། །

དག་ལ་འདུད་པར་མི་བྱའོ། །

བདག་ནི་མེར་བསྐྱེད་པ་ཏེ་བསད་པར་གྱུར་ཏམ་བདག་གི་མགོ་བོ་  
བཅད་ཀྱང་སྒྲིའི་དེས་ནི་ཆེ་འདིའི་ལུས་དོར་བ་ཅམ་དུ་བད་ལ་དཔྱུལ་བ་ལ་  
སོགས་པའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་ཅིང་འདོད་དོན་ཐོབ་པའི་གོགས་  
བྱེད་པས་ནམ་པ་ཀུན་དུ་ཉོན་མོངས་པའི་དག་ལ་འདུད་པར་ཏེ་དེའི་དབང་དུ་  
འགོ་བར་མི་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(འབད་པས་སྤངས་ན་སྤོང་བ་ཉིད་དུ་སྤོང་བ་བསྐྱེད་པ་)ལ་གསུམ།

རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་ཅ་བ་ནས་སྤང་ན་དེ་གནས་པའི་རྟེན་མེད་པ་  
དང་། རྒྱུ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ལས་བྱུང་བས་བཙོན་པ་བསྐྱེད་ན་སྤོང་བ་དང་།  
ཅ་བ་ནས་སྤང་ན་དེ་གནས་པའི་རྟེན་གང་ན་ཡང་མེད་ཅིང་སྤོང་རིགས་པའོ། །

དང་པོ་(རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་ཅ་བ་ནས་སྤང་ན་དེ་གནས་པའི་རྟེན་མེད་པ་)ནི།

གལ་ཏེ་ཉོན་མོངས་ལན་ཅིག་གནས་ནས་སྤང་ཡང་འཇིག་རྟེན་པའི་  
དག་ལྟར་བྱས་པ་རྟེན་པ་དང་། སྤང་ཡང་གཞོད་པ་བྱེད་པས་དེ་དང་མཐུན་  
པར་བྱ་རིགས་སོ་ཞེ་ན།

ཐ་མལ་དག་པོ་ཡུལ་ནས་སྤང་ཡང་ནི། །



ཡུལ་གཞན་དག་ཏུ་གནས་ཤིང་ཡོངས་བབྱང་ནས། །

རྒྱས་པ་བརྟས་ནས་དེ་ནས་ཕྱིར་ལྡོག་གི། །

ཉོན་མོངས་དག་ཚུལ་དེ་དང་འདྲ་བ་ཡིན། །

མི་མཚུངས་ཏེ་ཐ་མལ་པ་འཇིག་རྟེན་པའི་དག་པོ་ལན་ཅིག་ཡུལ་ནས་  
སྤང་ཡང་ནི་ཡུལ་དག་ཏུ་གནས་ཤིང་དེར་ཡུལ་ཡོངས་སུ་བབྱང་ནས་རྒྱས་པ་  
བརྟས་ཤིང་སྟོབས་རྟེན་ནས་དེ་ནས་གནོད་ལན་འཇལ་བའི་ཆེད་དུ་ཕྱིར་ལྡོག་  
གི་ཉོན་མོངས་པའི་དག་ཚུལ་དེ་དང་འདྲ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ཅུ་བ་ནས་སྤང་ན་  
གཞན་དུ་གནས་པ་ཡང་མེད་རྒྱས་པ་རྟེན་ནས་ཕྱིར་ལྡོག་པའང་མི་སྲིད་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་(རྒྱ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ལས་བྱང་བས་སྟོང་པ་བསྟན་ན་སྟོང་རྒྱས་པ་)ནི།

ཉོན་མོངས་ཉོན་མོངས་ཤེས་རབ་མིག་གིས་སྤང་། །

བདག་ཡིད་ལས་བསལ་གང་དུ་འགྲོ་བར་འགྱུར། །

གང་དུ་གནས་ནས་བདག་གནོད་བྱ་ཕྱིར་འོང་། །

སྟོ་ཞན་བདག་ལ་བཙོན་པ་མེད་པར་བད། །

ཉོན་མོངས་ལན་ཅིག་ཅུ་བ་ནས་སྤང་ན་གནས་པའི་རྟེན་མེད་པའི་ཕྱིར།  
ཉོན་མོང་པ་ཅུ་བ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ལས་བྱང་བས་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་  
ཀྱི་མིག་གིས་ས་བོན་སྤང་བ་ལ་འབད་དེ་སྤངས་ནས་བདག་གི་ཡིད་ལས་  
བསལ་ནས་གང་དུ་འགྲོ་བར་འགྱུར་རྟེན་གང་དུ་གནས་ནས་རྒྱས་པ་རྟེན་པ་



དང་བདག་ལ་གཞོན་པ་བྱ་བའི་ཕྱིར་འོང་སྟེ། མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་  
ཡིན་ཡང་སློ་ཞན་པ་བདག་ལ་ལན་ཅིག་ཙ་བ་ནས་འདོན་པའི་བཙོན་པ་མེད་  
པར་བཅད་པས་གཞོན་པ་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་(ཙ་བ་ནས་སྤྱང་ན་དེ་གནས་པའི་རྟེན་གང་ན་ཡང་མེད་ཅིང་སྤོང་རིགས་པ་)ནི།

གལ་ཏེ་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཀྱང་རང་གི་རྒྱུད་ལས་སྐྱེས་ཤིང་རང་  
བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པས་ན་གཅིག་ཀྱང་སྤོང་མི་རུས་སོ་ཞེ་ན།

ཉོན་མོངས་རྣམས་ནི་ཡུལ་ན་མི་གནས་དབང་ཆོག་ལ་མིན་བར་ནའང་མིན། །

དེ་ལས་གཞན་ནའང་མིན་ན་འདི་དག་གར་གནས་འགྲོ་བ་ཀྱན་གཞོན་བྱེད། །

ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་ན་རང་བཞིན་  
གྱིས་མི་གནས་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་དབྱ་བཅོམ་པ་རྣམས་གྱིས་ཀྱང་གཟུགས་  
མཐོང་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆེ་ན་ཉོན་མོངས་སྐྱེ་བར་ཐལ་པའི་ཕྱིར་རོ། །མིག་  
ལ་སོགས་པའི་དབང་པོའི་ཆོག་ལ་ཡང་དེ་ལྟར་གནས་པ་མིན་ཏེ། གནས་  
ལུགས་ཀྱི་དོན་སེམས་པའི་ཆེ་མིག་ཡོད་ཀྱང་ཉོན་མོངས་མ་དམིགས་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །དེ་དག་གི་བར་ནའང་གནས་པ་མིན་ལས་དེ་ལས་གཞན་ནའང་  
གནས་པ་མིན་ན་ལན་ཅིག་ཙ་བ་ནས་སྤྱང་བ་དང་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་  
འདི་དག་གར་གནས་ནས་འགྲོ་བ་ཀྱན་ལ་གཞོན་པ་བྱེད་དེ་གང་དུ་ཡང་མི་  
གནས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

འདི་ནི་སྐྱུ་འབྲ་དེ་ཕྱིར་སྐྱེང་ལ་འཛིགས་སྤོངས་ཤེས་ཕྱིར་བཙོན་པ་བསྟེན། །

དོན་མེད་ཉིད་དུ་བདག་ལ་དཔྱལ་སོགས་རྣམས་སུ་ཅི་སྟེ་གཞོད་པ་བྱེད། །

ཉོན་མོངས་འདི་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པས་སྟོང་བཞིན་དུ་རང་  
བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་སྒྲུབ་པ་སྒྱུ་མ་དང་འདྲ་བ་དེའི་དུས་རང་བཞིན་གྱིས་  
གྲུབ་པས་རྩ་བ་ནས་སྟོང་མི་རུས་སྟུང་དུ་སྟོང་ལ་འཛིགས་པ་སྟོང་ལ་སྟོང་  
ཉིད་ཉོགས་པའི་ཤེས་རབ་བསྐྱེད་ནས་ཉོན་མོངས་སྤང་བའི་ཕྱིར་བཙོན་པ་  
བསྟེན་པར་རིགས་ཀྱི་དེ་ལྟར་རུས་བཞིན་དུ་དོན་མེད་པ་ཉིད་དུ་བདག་ལ་  
དཔྱལ་བ་ལ་སོགས་པའི་ངན་སོང་རྣམས་སུ་ཅི་སྟེ་གཞོད་པ་བྱེད་དུ་འཇུག་  
སྟེ་འཇུག་པར་མི་རིགས་སོ། །སྤྲ་མ་རྣམས་ས་བོན་ཕྱང་ན་གནས་དེ་དག་ཏུ་  
མི་གནས་པ་ལ་ཡང་བཤད་དོ། །

གསུམ་པ་དོན་བསྟུ་བ་ནི།

དེ་ལྟར་རྣམ་བསམས་ཇི་སྐད་བཤད་པ་ཡི། །

བསྐྱབ་པ་བསྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་འབད་པར་བྱ། །

སྒྲན་པའི་ངག་མ་མཉན་ན་སྒྲན་དག་གིས། །

བཙོས་དགོས་ནད་པ་སོས་པ་ག་ལ་ཡོད། །

གོང་དུ་བཤད་པ་དེ་ལྟར་རྣམ་པ་དུ་མར་བསམས་ལ་སྤར་ཇི་སྐད་  
བཤད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་། བསྐྱབ་པ་བསྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་སྟོན་པས་  
ཇི་ལྟར་གསུངས་པ་ལྟར་བག་ཡོད་བསྟོམ་པ་ལ་འབད་པར་བྱ་སྟེ། མ་འབད་  
ན་སྒྲན་པའི་ངག་མ་ཉན་པར་སྒྲན་དག་གིས་ངེས་པར་བཙོས་དགོས་པའི་ནད་

པ་བསོས་པ་ག་ལ་ཡོད་དེ་མི་སོས་པ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་སྒྲན་པ་ཆེན་པོ་སྟོན་  
པའི་གསུང་བཞིན་དུ་ཉོན་མོངས་སྟོང་བ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །

རང་རྒྱུད་ཉེས་པའི་རྟོག་པ་དང་བྲལ་ཞིང་། །  
དགོ་བ་མི་ཉམས་གོང་དུ་འཕེལ་བ་ནི། །  
དེས་པར་བག་ཡོད་བསྐྱོམ་ལ་རག་ལས་པས། །  
མཁས་པས་རྟག་ཏུ་བག་དང་ལྡན་པར་བྱ། །  
བསྐྱུ་བའི་ཆིགས་སུ་བཅད་པའོ། །

གཉིས་པ་(ལེ་ཏུ་འེ་མཆན་)ནི།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོན་པ་ལ་འདུག་པ་ལས།  
བག་ཡོད་བསྐྱན་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་ལེ་ཏུ་བཞི་པའོ།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོན་པ་ལ་འདུག་པའི་རྣམ་བཤད་རྒྱལ་སྐས་  
འདུག་དོགས་ཞེས་བྱ་བ་ལས། བག་ཡོད་བསྐྱན་པ་ཞེས་བྱའི་ལེ་ཏུ་སྟེ་ལེ་ཏུ་  
བཞི་པའི་འགྲེལ་པའོ། །

## ལེ་ཏུ་ལུ་པ། ཤེས་བཞིན་བསྐྱུང་པ།

གཉིས་པ་ཚུལ་བྲིམས་ལ་སློབ་པའི་ཚུལ་དག་བའི་ཆོས་ཀྱན་དག་པར་  
བསྐྱུང་བའི་ཐབས་བྲན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་སྐྱོང་ཚུལ་གྱིས་བྱད་པར་དུ་བྱས་  
ནས་བཤད་པ་ལ་གཉིས།

སྤྱི་འོ་རྣམ་གཞག་དང་། ཡན་ལག་གི་དོན་ཏོ། །

དང་པོ་(སྤྱི་འོ་རྣམ་གཞག་)ལ་གསུམ།

སེམས་བསྐྱེད་ནས་བསྐྱེད་པ་ལ་སློབ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་།  
ཐབས་ཤེས་རེ་རེ་བ་ལ་བསྐྱེད་པས་སངས་རྒྱས་མི་འབྱུང་པར་བསྐྱེད་པ་  
དང་། བསྐྱེད་པ་ལ་སློབ་པའི་རིམ་པ་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་(སེམས་བསྐྱེད་ནས་བསྐྱེད་པ་ལ་སློབ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་)ནི།

སློན་སེམས་ཅམ་བསྐྱེད་པ་ཡང་པན་ཡོན་ཆེ་མེད་ཀྱང་། བསྐྱེད་པ་ལ་  
བསྐྱེད་པ་སྤྱིང་པོར་མ་བྱས་ན་སངས་རྒྱས་མི་སྤྱིང་པས། སྤྱིང་པ་ལ་བསྐྱེད་  
པར་བྱ་སྟེ་ཉིང་རེ་འཛིན་རྒྱལ་པོ་ལས། དེ་བས་ན་སྐྱེད་པ་སྤྱིང་པོར་བྱའོ། །དེ་  
ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། གཞོན་ཏུ་བསྐྱེད་པ་སྤྱིང་པོར་བྱེད་པ་ལ་སྐྱེད་པ་མེད་པ་ཡང་  
དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སྤྱིད་དཀའ་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་དང་།  
སློན་རིམ་དང་པོ་ལས་ཀྱང་། དེ་ལྟར་སེམས་བསྐྱེད་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་བདག་འདུལ་བར་གཞན་མི་འདུལ་བར་ཤེས་ནས་བདག་ཉིད་སྤྱིན་  
པ་ལ་སོགས་པའི་བསྐྱེད་པ་ལ་རབ་ཏུ་སྤྱོད་རོ། །བསྐྱེད་པ་མེད་པར་བྱང་

ཚུབ་མི་འཐོབ་པོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །བསྐྱབ་པ་ཡང་སྒྲོམ་པ་བཟུང་ནས་དེའི་  
བསྐྱབ་པ་ལ་སྒྲོབ་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་(ཐབས་ཤེས་རེ་རེ་བ་ལ་བསྐྱབས་པས་སངས་རྒྱས་མི་འབྱུང་བར་བསྐྱན་པ་)ནི།

སངས་རྒྱས་སྐྱབ་པའི་ཐབས་ལ་འདུག་པ་དེ་ཡང་ཐབས་མ་ནོར་བ་  
ཞིག་དགོས་ཏེ། ནོར་བའི་ལམ་ལ་ཇི་ཅམ་འབད་ཀྱང་འདོད་པའི་འབྲས་བྱ་  
མི་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །མ་ནོར་དུ་བྱིན་ཀྱང་ཆ་མཆང་ན་འབྲས་བྱ་མི་འབྱུང་  
བས་ཆང་ལ་མ་ནོར་བ་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །དེ་གང་ཞེ་ན། རྣམ་སྒྲུང་མངོན་  
བྱང་ལས། གསང་བ་བའི་བདག་པོ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་ནི་  
སྙིང་རྗེའི་རྩ་བ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ཐབས་ཀྱིས་མཐར་ཕྱིན་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་སྙིང་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པའི་བྱང་ཚུབ་  
ཀྱི་སེམས་གཉིས་དང་ཐབས་སྐྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་པར་ཕྱིན་ནོ། །

གསུམ་པ་(བསྐྱབ་པ་ལ་སྒྲོབ་པའི་རིམ་པ་བཤད་པ་)ནི།

སྒྲོན་སེམས་བཟུང་ནས་བསྐྱབ་པ་ལ་སྒྲོབ་འདོད་སྦྱངས་ཏེ། དེའི་རྗེས་  
སུ་རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་བཟུང་བར་བྱ་ལ། དེ་ནས་བསྐྱབ་པ་ལ་ཚུལ་བཞིན་  
དུ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །བསྐྱབ་བྱའི་རིགས་བསྐྱུན་མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས་བཤད་  
པ་ལྟར་པར་ཕྱིན་བྱུག་ཏུ་འདུས་ཏེ། མངོན་མཐོ་ལ་སྒྲོས་པ་དང་། དོན་གཉིས་  
བསྐྱབ་པས་ལ་སྒྲོས་པ་དང་། གཞན་དོན་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་པ་རྫོགས་པར་  
བསྐྱབ་པ་དང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཐམས་ཅད་སྦྱད་པ་དང་། ལམ་མམ་ཐབས་  
ཀྱི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་པའི་དབང་དུ་མཛད་པ་དང་། བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་སྒྲོས་

ནས་པར་སྤྱོན་དུག་ཏུ་གངས་ངེས་པའོ། །

དེ་ལ་པར་སྤྱོན་དུག་གི་རྒྱ་དང་། རོ་བོ་དང་། དབྱེ་བ་དང་མིང་དོན་དང་།  
འབྲས་བུའོ། །དང་པོ་ནི། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རིགས་ཁྲད་པར་ཅན་དང་། བདག་  
རྒྱུན་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ལ་བརྟེན་ནས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྡེ་སྡོད་རྒྱ་ཆེན་  
པོ་ལ་དམིགས་ཤིང་ཤེས་རབ་དང་སྦྱང་རྗེས་ཟིན་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
སོ། །

གཉིས་པ་ནི། སྤྱོན་པའི་རོ་བོ་ནི་གཏོང་བའི་སེམས་པ་དགོ་བ་དང་དེས་  
ཀྱན་ནས་བསྐྱང་བའི་ལུས་དག་གི་ལས་སོ། །ཚུལ་བླིམས་ནི་གཞན་གཞོད་  
གཞི་བཅས་དང་རང་ཉིད་འབའ་ཞིག་གི་ཆེད་དུ་ཐར་པ་དོན་གཉེར་སྦྱང་བའི་  
སེམས་པས་བསྐྱུས་པའོ། །བཟོད་པ་ནི་གཞོད་པ་བྱེད་པ་དང་སྤྱག་བསྐྱུལ་  
བྱང་བས་མི་བརྗེ་པར་སེམས་རྣལ་དུ་གནས་པ་དང་། ཆོས་ལ་མོས་པ་ཤིན་  
ཏུ་གནས་པའོ། །བཙོན་འབྲས་ནི་དགོ་བ་བསྐྱུ་བ་དང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱ་  
བའི་སྤྱིར་དུ་སེམས་མངོན་པར་སྦྱོ་བས་དང་དེས་བསྐྱངས་པའི་སྒོ་གསུམ་གྱི་  
ལས་གཡོ་བའོ། །བསམ་གཏན་ནི་སེམས་དགོ་བའི་དམིགས་པ་གང་རུང་  
གཅིག་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་གནས་པའོ། །ཤེས་རབ་ནི་དོན་དམ་པའམ་ཀྱན་རྫོབ་  
པ་ལ་དམིགས་ཤིང་བཏགས་པའི་དངོས་པོ་ལ་ཆོས་རབ་ཏུ་རྣམ་པར་འབྱེད་  
པའོ། །

གསུམ་པ་ནི། སྤྱོན་པ་ལ་ཆོས་ཀྱི་སྤྱོན་པ་དང་ཟང་ཞིང་གི་སྤྱོན་པ་དང་  
མི་འཇིགས་པའི་སྤྱོན་པའོ། །ཚུལ་བླིམས་ལ་སྡོམ་པའི་ཚུལ་བླིམས་དང་དགོ་



བའི་ཆོས་སྤྱད་པ་དང་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་བྲིམས་སོ། །བཟོད་པ་ལ་  
གཞན་གྱིས་གཞོད་པ་བྱས་པ་ལ་ངེ་མི་སྦྱུང་པ་དང་རང་རྒྱུད་ལ་སྤྱུག་བསྐྱེལ་  
བྱུང་བ་དང་དུ་ལེན་པ་དང་ཆོས་ལ་ངེས་སེམས་ཀྱི་བཟོད་པ་ལོ། །བཙོན་  
འགྲུས་ལ་གོ་ཆའི་བཙོན་འགྲུས་དང་དགེ་བའི་ཆོས་སྤྱད་པ་དང་སེམས་ཅན་  
ཀྱི་དོན་བྱེད་པའི་བཙོན་འགྲུས་སོ། །བསམ་གཏན་ལ་ཆོ་འདི་ལ་ལྷས་སེམས་  
བདེ་བར་གནས་པར་བྱེད་པ་དང་ཡོན་ཏན་མངོན་པར་བསྐྱབ་པ་དང་སེམས་  
ཅན་ཀྱི་དོན་བྱེད་པའི་བསམ་གཏན་ནོ། །ཤེས་རབ་ལ་དོན་དམ་རྟོགས་པ་  
དང་ཀུན་རྫོབ་རྟོགས་པ་དང་སེམས་ཅན་ཀྱི་དོན་བྱ་བར་རྟོགས་པའི་ཤེས་  
རབ་ལོ། །

བཞི་པ་ནི། རྟ་ན་ཞེས་བྱ་བ་དབུལ་བ་འདོར་བྱར་བྱེད་པས་སྦྱིན་པ་  
དང་། ལྷེ་ལ་ཞེས་པའི་སྤྱུ་ལས་ཉོན་མོངས་པའི་ཆ་གདུང་བསིལ་བར་བྱེད་  
པས་ཚུལ་བྲིམས་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ངེས་ཆག་གི་སྒྲོ་ནས་ཁོ་བ་བཟོད་པ་  
བཟོད་པ་དང་། མཆོག་ལ་སྦྱོར་བས་བཙོན་འགྲུས་དང་། ཡིད་འཇིན་པས་  
བསམ་གཏན་དང་། དོན་དམ་པ་ཤེས་པས་ན་ཤེས་རབ་ཅེས་བྱའོ། །ལྷ་པ་  
ནི། དེན་ཆེན་ཕྱིང་བ་ལས། སྦྱིན་པས་ལོངས་སྦྱོད་བྲིམས་ཀྱིས་བདེ། ཞེས་  
སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དོ་བོ་དང་དབྱེ་བ་སོགས་རྒྱས་པར་སྤར་བ་ཤད་  
པ་ལྟར་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་ལམ་རིམ་ཆེ་ཆུང་གཉིས་ལས་ཤེས་པར་བྱ་ལ་  
ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཚུལ་ནི་འཆད་པར་འགྱུར་རོ། །



གཉིས་པ་(ཡན་ལག་གི་དོན་)ལ་གཉིས།

ལེའུ་ལྷ་གཞུང་བཤད་པ་དང་། ལེའུ་ལྷ་མཆན་ནོ། །

དང་པོ་(ལེའུ་ལྷ་གཞུང་བཤད་པ་)ལ་གཉིས།

ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་དང་། ཆོག་ཙམ་མ་ཡིན་པར་  
དོན་ཉམས་སུ་སྒྲང་དགོས་པས་འབྲུག་བསྐྱུ་བའོ། །

དང་པོ་(ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་)ལ་བཞི།

བསྐྱབ་པ་བསྐྱང་བའི་ཐབས་སེམས་བསྐྱང་བ་དང་། སེམས་བསྐྱང་  
བའི་ཐབས་བྲན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་བསྐྱང་བ་དང་། བྲན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་  
གྲིས་སེམས་བསྐྱང་བའི་སྒྲོད་པ་ལ་བསྐྱབ་པའི་ཚུལ་དང་། བསྐྱབ་ཕྱན་སུམ་  
ཆོགས་པའི་ཡན་ལག་གོ།

དང་པོ་(བསྐྱབ་པ་བསྐྱང་བའི་ཐབས་སེམས་བསྐྱང་བ་)ལ་གསུམ།

སེམས་བསྐྱངས་པས་ཐམས་ཅད་བསྐྱངས་པར་འགྱུར་བ་དང་། དེའི་  
རྒྱ་མཆན་དང་། སེམས་བསྐྱང་བ་ལ་འབད་པའོ། །

དང་པོ་(སེམས་བསྐྱངས་པས་ཐམས་ཅད་བསྐྱངས་པར་འགྱུར་བ་)ལ་གསུམ།

སེམས་བསྐྱང་དགོས་པ་མདོར་བསྟན་པ་དང་། སེམས་ཉམས་པའི་  
ཉེས་པ་དང་། སེམས་བསྐྱང་བའི་ཕན་ཡོན་ནོ། །

དང་པོ་(སེམས་བསྐྱང་དགོས་པ་མདོར་བསྟན་པ་)ནི།

བསྐྱབ་པ་བསྐྱང་བར་འདོད་པ་ཡིས། །

རབ་ཏུ་བསྐྱེམས་ནས་སེམས་བསྐྱང་སྟེ། །

སེམས་འདི་བསྐྱང་བར་མ་བྱས་ན། །

བསྐྱབ་པ་བསྐྱང་བར་ཡོང་མི་རུས། །

སྒྲིབ་སོགས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་མ་ཉམས་པར་བསྐྱང་བར་འདོད་པ་ཡིས་  
རབ་ཏུ་བསྐྱེམས་ནས་སེམས་སྒྲིབ་ཅི་ལོག་གི་ཡུལ་ལ་གཡོ་བ་བསྐྱང་བར་བྱ་  
སྟེ་སེམས་འདི་གཡོང་བ་བསྐྱང་བར་མ་བྱས་ན་བསྐྱབ་པ་བསྐྱང་བ་ཡོང་ཡེ་  
མི་རུས་པའི་བྱུང་རོ། །

གཉིས་པ་(སེམས་ཉམས་པའི་ཉིས་པ་)ནི།

སེམས་ཀྱི་སྒྲང་པོ་ཡན་བཏང་བས། །

མནར་མེད་གཞོད་པ་བྱེད་པ་ལྟར། །

སྒྲང་ཆེན་མ་བྱུལ་སྟོས་པ་ཡིས། །

འདི་ན་དེ་འབྲེལ་གཞོད་མི་བྱེད། །

སེམས་ཀྱི་སྒྲང་པོ་ཡུལ་སྒྲིབ་ཅི་ལོག་ལ་ཡན་པར་བཏང་བས་མནར་  
མེད་ཀྱི་གཞོད་པ་བྱས་པ་བྱེད་པ་ལྟར་ཐ་མལ་པའི་སྒྲང་ཆེན་མ་བྱུལ་པ་དང་  
སྟོས་པ་ཡིས་འཇིག་རྟེན་འདི་ན་དེ་འབྲེལ་གཞོད་པ་མི་བྱེད་པས་སེམས་  
བསྐྱང་བ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(སེམས་བསྐྱང་བའི་པན་ཡོན་)ལ་གཉིས།

མདོར་བསྟན་དང་། རྒྱས་བཤད་དོ། །

དང་པོ་(མདོར་བསྟན་)ནི།

ཀུན་ནས་བློ་པའི་ཐག་པ་ཡིས། །

སེམས་ཀྱི་སྒྲུང་པོ་དམ་བཅགས་ན། །

འཇིགས་པ་ཐམས་ཅད་མེད་འགྱུར་ཞིང་། །

དགོ་བ་ཐམས་ཅད་ལག་ཏུ་འོང་། །

སྒོ་གསུམ་ཀུན་ནས་བློ་པའི་ཐག་པ་ཡིས་སེམས་ཀྱི་སྒྲུང་ཆེན་དགོ་  
བའི་དམིགས་པ་ལ་དམ་དུ་བཅགས་ན་ཆེ་འདི་ཕྱི་འཇིགས་པ་ཐམས་ཅད་  
མེད་པར་འགྱུར་ཞིང་སྒྲེས་བྲུ་གསུམ་ཀྱི་ལམ་ཀྱི་རིམ་པའི་དགོ་བ་ཐམས་  
ཅད་ལག་ཏུ་འོང་བར་འགྱུར་བས་དགོ་བའི་དམིགས་པ་ལ་དུས་ནམ་ཡང་བློ་  
པ་མ་ཉམས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(རྒྱས་བཤད་)ནི།

སྟག་དང་སེང་གེ་སྒྲུང་ཆེན་ཟེད། །

སྦྱལ་དང་དབྱ་རྒྱུ་ཐམས་ཐམས་ཅད་དང་། །

སེམས་ཅན་དཔྱལ་བའི་སྒྲུང་མ་དང་། །

བྱད་མ་དེ་བཞིན་སྒྲིན་པོ་རྒྱུས། །

སེམས་འདི་གཅིག་ཏུ་བཅགས་པ་ཡིས། །

དེ་དག་ཐམས་ཅད་བཅགས་པར་འགྱུར། །

སེམས་འདི་གཅིག་བྱ་བ་ཏུ་ལ་བས་ན། །

དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཐུལ་བར་འགྱུར། །

སེམས་དག་བའི་དམིགས་པ་ལ་འདོགས་པར་རིགས་ཏེ། སྟག་དང་  
སེང་གོ་དང་སྦང་ཆེན་དང་། རྟེན་དང་སྦྱལ་གདུག་པ་དང་། མིའི་དབྱ་རྣམས་  
ཐམས་ཅད་དང་བྱི་མར་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བའི་བསྐྱེད་མ་དང་རིག་སྒྲགས་  
ཀྱིས་གཞོད་པ་བྱེད་པའི་བྱེད་མ་མཁའ་འགྲོ་མ་སོགས་དང་། དེ་བཞིན་དུ་  
སྤྱིན་པོ་རྣམས་ཀྱི་གཞོད་པ་ཡང་རང་གི་སེམས་འདི་གཅིག་བྱ་དག་བའི་  
དམིགས་པ་ལ་བྱན་པའི་ཐག་པས་བརྟགས་པ་ཡིས་འཛིགས་པའི་རྒྱ་བསྐྱོག་  
པའི་སྒྲོ་ནས་འཛིགས་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་བརྟགས་པ་དང་འབྲ་བར་འགྱུར་  
བས་ཅུང་ཟད་ཀྱང་གཞོད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །རང་གི་སེམས་དེ་གཅིག་བྱ་  
བྱན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ཉེས་སྒྲོད་ལ་འདུག་པ་བཏུལ་བ་ཡིས་དེ་  
དག་ཐམས་ཅད་ཐུལ་བ་དང་འབྲ་བར་འགྱུར་བས་སེམས་འདུལ་བ་ལ་འབད་  
པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(དེའི་རྒྱ་མཚན་)ལ་གཉིས།

ཉེས་པ་སེམས་ལ་རག་ལས་པ་དང་། ཡོན་ཏན་སེམས་ལ་རག་ལས་  
པའོ། །

དང་པོ་(ཉེས་པ་སེམས་ལ་རག་ལས་པ་)ལ་གསུམ།

ལུང་དང་། རིགས་པ་དང་། རོན་བསྐྱ་བའོ། །

དང་པོ་(ལྷ་)ནི།

འདི་ལྷ་ར་འཇིགས་པ་ཐམས་ཅད་དང་། །

སྐྱུག་བསྐྱེད་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡང་། །

སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ལོ་ཞེས། །

ཡང་དག་གསུང་པ་ཉིད་ཀྱིས་བསྟན། །

རང་ལ་འཇིགས་པ་དང་སྐྱུག་བསྐྱེད་འབྱུང་བ་རང་གི་སེམས་ཀྱིས་  
བྱས་པ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་མཚན་འདི་ལྷ་ར་ཆེ་འདི་དང་སྤྱི་མའི་འཇིགས་པ་ཐམས་  
ཅད་དང་སྐྱུག་བསྐྱེད་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡང་རང་གི་སྤྱི་ག་བའི་སེམས་ཉིད་  
ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ལོ་ཞེས་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ཡང་དག་པ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་  
བར་གསུང་བ་ཐུབ་པ་ཉིད་ཀྱིས་དཀོན་མཆོག་སྤྱིན་ལས་སེམས་ཉིད་དབང་  
དུ་གྱུར་ན་ཆོས་ཐམས་ཅད་དབང་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེས་དང་། དགོ་བའམ་འོན་ཏེ་  
མི་དགོ་བའི་ལས་ནི་སེམས་ཀྱིས་བསགས་པ་ཡིན་ལོ་ཞེས་དང་། སེམས་ནི་  
ཆོས་ཐམས་ཅད་སྤྱོད་དུ་འགྲོ་བ་སྟེ་སེམས་ཡོངས་སུ་ཤེས་ན་ཆོས་ཐམས་  
ཅད་ཡོངས་སུ་ཤེས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་སོ། །ཆོས་ཡང་དག་པར་སྐྱེད་པ་  
ལས་ཀྱང་། ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སེམས་ལ་རག་ལུས་པ་ཡིན་ལོ་ཞེས་བསྟན་  
བས་སོ། །

གཉིས་པ་(རིགས་པ་)ནི།

སེམས་ཅན་དཔྱུལ་བའི་མཆོན་ཆ་རྣམས། །

སུ་ཞིག་གིས་ནི་ཆེད་དུ་བྱས། །

ལྷགས་བསྐྱེགས་ས་གཞི་སུ་ཡིས་བྱས། །

མེ་ཆོགས་དེ་དག་ཅི་ལས་བྱུང་། །

དེ་འདྲ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། །

སྒྲིག་སེམས་འབྱུང་བར་བྱབ་པས་གསུངས། །

སེམས་ཅན་དཔྱལ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་སོགས་སྤྱིང་བ་པོ་རང་གི་སྤྱོན་  
གྱི་སྒྲིག་པའི་སེམས་ལས་བྱུང་བ་མ་ཡིན་ན། སེམས་ཅན་དཔྱལ་བའི་མཆོན་  
ཆ་མདུང་རལ་གྱི་ལ་སོགས་པ་རྣམས་བྱེད་པ་པོ་གཞན་སུ་ཞིག་གྲུས་ནི་ཆེད་  
དུ་བྱས་དབང་སྤྱག་སོགས་དང་ཆེད་དུ་གཏད་ནས་བྱེད་པ་པོ་གཞན་སུ་ཡང་  
མེད་པའི་སྤྱིར་དོ། །ལྷགས་བསྐྱེགས་པའི་ས་གཞི་འབར་བ་དེ་དག་ཀྱང་སུ་  
ཡིས་བྱས་ཤལ་མ་དེ་ལ་འབབ་འཛེག་བྱེད་པའི་མོ་ཆོགས་བྱུང་མེད་དེ་དག་  
རྒྱ་གཞན་ཅི་ལས་བྱུང་བྱེད་པ་པོ་གཞན་མེད་པའི་སྤྱིར་དོ། །རྒྱ་མེད་ལས་  
བྱུང་བས་ཡང་མི་འཐད་པས་དེ་འདྲ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རང་གིས་སྒྲིག་པ་  
བྱས་པའི་སེམས་ལས་བྱུང་བར་བྱབ་པས་དམ་པའི་ཆོས་བློན་པ་ཉེར་གཞག་  
སོགས་ལས་གསུངས་སོ། །མེ་ཆོགས་ཞེས་དཔེ་ཁ་ཅིག་ལས་འབྱུང་བ་ནི་  
དཔེ་མ་དག་པའོ། །བློན་པ་ཉེར་གཞག་ལས། སེམས་ནི་དགྲ་ནང་དགྲ་ཆེན་  
ཏེ། །དེ་ལས་གཞན་པའི་དགྲ་མེད་དོ། །ཞེས་སོགས་གསུངས་སོ། །རིགས་  
པའི་གནས་ལ་ཞིབ་ཏུ་མ་སྦྱངས་ཤིང་ལས་འབྲས་ལ་སྦྱར་བ་འདེབས་འདོད་



པ་ཁ་ཅིག་ན་རེ། མི་ལ་ཚུ་སྤྱང་བྱི་མ་མེད་པ་སྤྱང་བའི་ཡུལ་དེར་ཡི་དྲགས་ལ་  
རྟག་ཁག་ཏུ་སྤྱང་བ་ནི་སྡོན་གྱི་ལས་ངན་པའི་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་དབང་གིས་སྤྱང་བ་  
ཡིན་གྱི་དེར་ཡི་དྲགས་རྣམས་ཀྱིས་ལོངས་སྟོང་པའི་རྟག་ཁག་ཅུང་ཟད་ཀྱང་  
མེད་དེ། ཡོད་ན་མི་ལ་ཡང་སྤྱང་དགོས་པ་ལས་མི་སྤྱང་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་  
ཟེར་བ་ནི་ཆོས་མི་རིགས་ཏེ། དེར་མེད་པ་སྤྱང་བ་ཡང་སྤྱིད་མོད་ཀྱི་མེད་པས་  
ཁྱབ་པ་ཁས་ལེན་ན་དཔྱལ་བའི་མེའང་སྡོན་ལས་ངན་པའི་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་དབང་  
གིས་སྤྱང་བ་ཅ་མ་ཡིན་གྱི། དེ་ན་མེ་མེད་དོ་ཞེས་ཁས་ལེན་དགོས་པ་བསྐྱེད་  
པའི་བར་དུ་མཚུངས་པས་མཐར་དཔྱལ་བ་ཡང་མེད་ཅེས་ལས་འབྲས་ལ་  
སྤྱར་བ་འདེབས་དགོས་པར་འགྱུར་རོ། །མི་ལ་སྤྱང་རུང་ཡིན་པ་ཡང་མ་གྲུབ་  
ནོ། །རྒྱང་འཕེན་དང་ཁྱོད་འདོད་པ་ལྟར་དཔྱལ་བ་ན་སྤྱག་བསྐྱེད་བསྐྱེད་པའི་  
ཆེ་རེག་དང་གང་རེག་མེད་པར་གྱུར་ཅིག །

གསུམ་པ་(དོན་བསྐྱེད་པ་)ནི།

དེ་ལྟར་འཛིག་ཏེན་གསུམ་པོ་ན། །

སེམས་ལས་འཛིགས་པ་གཞན་འགའ་མེད། །

ཉེས་པ་ཐམས་ཅད་སེམས་ལ་རག་ལུས་པ་དེ་ལྟར་ན་འཛིག་ཏེན་  
གསུམ་པོ་ཐམས་ཅད་ན་རང་གི་སེམས་ཀྱིས་བྱས་པ་ལས་འཛིགས་པ་  
གཞན་འགའ་ཡང་མེད་དོ། །

གཉིས་པ་(ཡོན་ཏན་སེམས་ལ་རག་ལས་པ་)ལ་དྲུག

སྒྱིན་པ་སེམས་ལ་རག་ལུས་པ་དང་། ཚུལ་བྱིས་སེམས་ལ་རག་



ལུས་པ་དང་། བཟོད་པ་སེམས་ལ་རག་ལུས་པ་དང་། བཙོན་འགྲུས་སེམས་  
ལ་རག་ལུས་པ་དང་། བསམ་གཏན་སེམས་ལ་རག་ལུས་པ་དང་། ཤེས་རབ་  
སེམས་ལ་རག་ལུས་པ་ལོ། །

དང་པོ་(སྒྲིབ་པ་སེམས་ལ་རག་ལུས་པ་)ལ་གཉིས།

སྒྲིབ་པ་འི་པར་སྒྲིབ་ཇོགས་པ་འགྲོ་བ་མཐའ་དག་གི་དབྱལ་བ་པོར་བ་  
ལ་སྒྲོས་པ་མ་ཡིན་པ་དང་། གཏོད་པ་འི་སེམས་པ་གོམས་པས་མཐར་སྒྲིབ་  
པར་འགྱུར་བ་ལོ། །

དང་པོ་(སྒྲིབ་པ་འི་པར་སྒྲིབ་ཇོགས་པ་འགྲོ་བ་མཐའ་དག་གི་དབྱལ་བ་པོར་བ་ལ་སྒྲོས་པ་མ་ཡིན་པ་)ནི།

གལ་ཏེ་འགྲོ་བ་དབྱལ་བོར་ནས། །

སྒྲིབ་པ་འི་པ་རོལ་སྒྲིབ་ཡིན་ན། །

ད་དུང་འགྲོ་བ་གཉེན་ཡོད་ན་སྒྲིབ། །

སྒྲོབ་པ་ཇི་ལྟར་པ་རོལ་སྒྲིབ། །

གལ་ཏེ་སྒྲིབ་པ་འི་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ཇོགས་པ་འགྲོ་བ་མཐའ་དག་གི་དབྱལ་  
བ་པོར་ནས་སྒྲིབ་པ་འི་པ་རོལ་ཏུ་སྒྲིབ་པ་དགོས་པ་ཡིན་ན། ད་དུང་འགྲོ་བ་  
བཅེན་པ་ཡོད་ན་སྒྲིབ་པ་འི་སྒྲིབ་སྒྲོབ་པ་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཇི་ལྟར་  
སྒྲིབ་པ་འི་པ་རོལ་ཏུ་སྒྲིབ་པ་ཇོགས་ཏེ་ཇོགས་པ་མི་འཐད་པར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་(གཏོད་པ་འི་སེམས་པ་གོམས་པས་མཐར་སྒྲིབ་པར་འགྱུར་བ་)ནི།

བདོག་པ་ཐམས་ཅད་འབྲས་བཙས་ཏེ། །

སྐྱེ་བོ་ཀུན་ལ་བཏང་སེམས་ཀྱིས། །

སྐྱིན་པའི་པ་རོལ་སྐྱིན་གསུངས་ཏེ། །

དེ་ལྟས་དེ་ནི་སེམས་ཉིད་དོ། །

དེས་ན་ལུས་ལོངས་སྦྱོང་དག་ཅ་བདོག་པ་ཐམས་ཅད་བཏང་བའི་  
འབྲས་བུ་བསོད་ནམས་དང་བཅས་ཏེ་སྐྱེ་བོ་ཀུན་ལ་བཏང་བར་འདོད་  
པའི་སེམས་གོམས་པ་ཉིད་ཀྱིས་སྐྱིན་པའི་པ་རོལ་ཏུ་སྐྱིན་པ་རྫོགས་པར་  
གསུངས་ཏེ་རྒྱ་མཚན་དེ་ལྟ་བུས་ན་སྐྱིན་པ་དེ་ནི་སེམས་ལ་རག་ལུས་པ་ཉིད་  
དོ། །ཞེས་དོན་བསྐྱེད་བའོ། །

གཉིས་པ་(ཚུལ་ཁྲིམས་སེམས་ལ་རག་ལུས་པ་)ལ་གཉིས།

ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་པར་སྐྱིན་རྫོགས་པ་སློག་གཅད་བྱའི་སེམས་ཅན་ཟད་  
པ་ལ་ལྟོས་པ་མི་འཐད་པ་དང་། སྦྱོང་སེམས་གོམས་པ་ལས་རྫོགས་པར་  
འགྱུར་བའོ། །

དང་པོ་(ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་པར་སྐྱིན་རྫོགས་པ་སློག་གཅད་བྱའི་སེམས་ཅན་ཟད་པ་ལ་ལྟོས་པ་མི་འཐད་པ་)ནི།

ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་པར་སྐྱིན་རྫོགས་པ་སློག་གཅད་བྱའི་སེམས་ཅན་མེད་  
པར་བྱས་པ་ལ་ལྟོས་དགོས་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

ཉ་ལ་སོགས་པ་གང་ཞིག་ཏུ། །

དེ་དག་གསོད་མི་འགྱུར་བར་བསྐྱེད། །

རི་དྲགས་དང་ཉ་ལ་སོགས་པ་ཡུལ་གང་ཞིག་ཏུ་དེ་དག་མཐའ་དག་

སྐྱུ་ཀྱང་གསོད་རྒྱས་པར་མི་འགྱུར་བར་བསྐྱད་དེ་སྒྲིང་མི་རྒྱས་པའི་བྱིར་  
རོ། །

གཉིས་པ་(སྒྲིང་སེམས་གོམས་པ་ལས་རྫོགས་པར་འགྱུར་བ་)ནི།

སྒྲིང་བའི་སེམས་ནི་ཐོབ་པ་ལས། །

ཚུལ་བླིམས་པ་རོལ་བྱིན་པར་བཤད། །

རྒྱ་མཚན་དེས་ན་འཆེ་བའི་བསམ་པ་དང་མ་བྱིན་པར་ལེན་པའི་  
བསམ་པ་སོགས་སྒྲིང་བའི་སེམས་པ་གོམས་པ་རྫོགས་པར་ཐོབ་པ་ལས་  
ཚུལ་བླིམས་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་རྫོགས་པར་མདོ་ལས་ཚུལ་བླིམས་ཀྱི་པ་  
རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་གང་ཞེ་ན། གཞན་ལ་གཞོན་པ་སྒྲིང་བའི་སེམས་པའོ། །ཞེས་  
བཤད་པས་སོ། །

གསུམ་པ་(བཞོན་པ་སེམས་ལ་རག་ལུས་པ་)ལ་གསུམ།

དོན་དང་། དཔེ་དང་། དཔེ་དོན་སྦྱར་བའོ། །

དང་པོ་(དོན་)ནི།

སེམས་ཅན་མི་སྐྱོན་ནམ་མཁའ་བཞིན། །

དེ་དག་གཞོམ་གྱིས་ཡོང་མི་ལང་། །

ཁྱོ་བའི་སེམས་འདི་གཅིག་བཙུམ་ན། །

དགྲ་དེ་ཐམས་ཅད་ཆོམ་དང་འདྲ། །

ཁྱོ་བའི་སེམས་ནི་གཅིག་སུ་བཙུམ་ན་བྱི་རོལ་གྱི་དགྲ་དེ་ཐམས་ཅད་

ཆོམས་པ་དང་འདྲ་བར་བཟོད་པ་རྫོགས་པ་ཡིན་གྱི། ཁོང་ཁྱོད་དམིགས་  
ཡུལ་ཟད་པ་ལ་སྟོས་དགོས་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སེམས་ཅན་མི་སྤྱན་པ་ནམ་  
མཁའ་བཞིན་དུ་མཐའ་ཡས་པས་དེ་དག་ཀུན་གཞོམ་གྱིས་ཡོད་དེ་ཡེ་ནས་  
སམ་གཏན་ནས་མི་ལང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་བཟོད་པ་ཡང་སེམས་ལ་རག་  
ལུས་སོ། །

གཉིས་པ་(དཔེ་)ནི།

ས་སྟེངས་འདི་དག་གོས་གཡོག་ཏུ།

དེ་སྟེད་གོ་བས་ག་ལ་ལང་། །

ལྷམ་མཐེལ་ཅམ་གྱི་གོ་བས་ནི། །

ས་སྟེངས་ཐམས་ཅད་གཡོག་དང་འདྲ། །

ཀླང་པ་ལ་ཆེར་མ་ལ་སོགས་པའི་གཞོད་པ་སྤང་བའི་དོན་དུ་ས་སྟེང་  
འདི་དག་ཐམས་ཅད་གོ་བས་གཡོག་ཏུ་དེ་སྟེད་གྱི་གོ་བས་ག་ལ་ལང་དེ་ལྟ་ན་  
ཡང་ཆེར་མ་ལ་སོགས་པས་མི་གཞོད་པ་ལ་ལྷམ་མཐེལ་ཅམ་གྱི་གོ་བས་ནི་  
རང་གིས་ཀླང་པ་གཡོགས་ན་ས་སྟེང་ཐམས་ཅད་གཡོགས་པ་དང་འདྲ་བའི་  
ཕྱིར་རོ། །

གསུམ་པ་(དཔེ་དོན་སྦྱར་བ་)ནི།

དེ་བཞིན་ཕྱི་རོལ་དངོས་པོ་ཡང་། །

བདག་གིས་ཕྱིར་བཞྱོག་མི་ལང་གི། །

བདག་གི་སེམས་འདི་ཕྱིར་བསྐྱོག་བྱའི། །

གཞན་རྣམས་བསྐྱོག་གོ་ཅི་ཞིག་དགོས། །

དཔེ་དེ་བཞིན་དུ་ཕྱི་རོལ་གྱི་གཞོན་བྱེད་གྱི་དངོས་པོ་ཡང་མཐའ་དག་  
བདག་གིས་ཕྱིར་བསྐྱོག་པར་བྱེད་པས་མི་ལང་གིས། བདག་གི་སེམས་  
འདི་ཡུལ་དེ་དག་ལ་དམིགས་ནས་ཁོང་ཁྱོད་བསྐྱེད་པ་ལས་ཕྱིར་བསྐྱོག་པར་  
བྱའི་དེ་གོམས་པ་ལས་བཟོད་པ་རྫོགས་པར་འགྱུར་གྱི། ཁྱོད་པའི་ཡུལ་གཞན་  
རྣམས་བདག་གིས་ཅི་ཞིག་བསྐྱོག་སྟེ་བསྐྱོག་མི་རུས་ཤིང་དགོས་པ་མེད་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །

བཞི་བ་(བཙུན་འགྲུས་སེམས་ལ་རག་ལུས་པ་)ནི།

སེམས་གསལ་གཅིག་བསྐྱེད་འབྲས་བྱ་གང་། །

ཆངས་ལ་སོགས་པ་ཡིན་པ་ལྟར། །

ལུས་ངག་བཅས་པའི་འབྲས་བྱ་ཡང་། །

སྟོན་པ་ཞན་པས་དེ་ལྟ་མིན། །

བཙུན་འགྲུས་ཀྱང་གོམས་པ་མཐར་ཕྱིན་པ་སེམས་ལ་རག་ལས་  
ཏེ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་སྟོམས་འདུག་ལ་སོགས་པ་བསྐྱོམ་པ་ལ་སྟོབ་པའི་  
སེམས་གསལ་པོ་སྟོམས་འདུག་གིས་བསྐྱུས་པ་ཅུང་ཟད་ཅིག་བསྐྱེད་པའི་  
འབྲས་བྱ་ཡང་ཆངས་པ་ལ་སོགས་པའི་གནས་སྟེ་བ་ཡིན་པ་ལྟར་སེམས་  
སྟོབས་ལྡན་དང་མ་འགྲེལ་ན་ལུས་ངག་དང་བཅས་པའི་སེམས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་

ཡང་སྟོ་བ་ཚུང་བའི་སྟོད་པ་ཞེན་པས་དེ་ལྟར་བསམ་གཏན་དང་པོ་སེམས་སུ་  
སྟེ་རྒྱས་པ་མིན་པས་སེམས་སྟོབས་ལྡན་ལ་རག་ལས་པའོ། །

ལྷ་པ་(བསམ་གཏན་སེམས་ལ་རག་ལྷས་པ་)ནི།

བཞུས་བཟོད་དང་ནི་དཀའ་ཐུབ་ཀྱིས། །

ཡུན་རིང་དུས་སུ་སྤྱད་བྱས་ཀྱང་། །

སེམས་གཞན་གཡེངས་པས་བྱས་པ་ནི། །

དེ་ཉིད་རིག་པས་དོན་མེད་གསུངས། །

བསམ་གཏན་གྱི་པར་ཕྱིན་ཚོགས་པ་ཡང་བྱིང་གོད་དང་བྲལ་ཞིང་དང་  
བར་འགྱུར་བ་དང་། སྟོ་བར་འགྱུར་བའི་ཡིད་བྱེད་ཀྱིས་བེན་པའི་སེམས་ལ་  
རག་ལས་ཏེ་གཟུངས་སྤགས་ཀྱི་བཞུས་བཟོད་དང་ནི་སྤྱང་གནས་ལ་སོགས་  
པའི་དཀའ་ཐུབ་ཀྱི་ཡུན་རིང་པོའི་དུས་སུ་སྤྱད་པར་བྱས་ཀྱང་སེམས་  
གཞན་དུ་གཡེངས་པས་བྱས་པ་ནི་དེ་ཉིད་མི་རིག་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་མདོ་  
ལས། དག་སྟོང་དག་འདོད་པ་ལ་སེམས་གཡེངས་པའི་དཀའ་ཐུབ་དང་ཁ་  
ཏོན་ལ་སོགས་པ་ནི་འབྲས་བུ་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་སོགས་འདོད་པའི་  
འབྲས་བུ་མི་འབྱེན་པས་དོན་མེད་པར་གསུངས་པའི་བྱིར་རོ། །

དུག་པ་(ཞེས་རབ་སེམས་ལ་རག་ལྷས་པ་)ནི།

གང་གིས་ཆོས་ཀྱི་དོན་པོ་མཆོག། །

སེམས་ཀྱི་གསང་འདི་མ་ཞེས་ན། །

བདེ་ཐོབ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་གཞིམ་འདོད་ཀྱང་། །

དེ་དག་དོན་མེད་གྱི་ནར་འབྲུམ་ས། །

ཤེས་རབ་ཡང་སེམས་ལ་རག་ལས་ཏེ། གང་ཟག་གང་གིས་ཆོས་གྱི་  
གཙོ་བོའམ་དོན་པོ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་བ་སྒྲིབ་མིན་ལ་མི་བསྟན་པས་ན་སེམས་  
གྱི་གསང་བ་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་འདི་མ་ཤེས་ན་སྒྲིབ་མེད་པའི་བདེ་བ་  
ཐོབ་པ་དང་། འཁོར་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་གཞིམ་པར་འདོད་ཀྱང་དེ་དག་འདོད་  
པའི་དོན་མེད་པ་གྱི་ནར་རང་དགར་འབྲུམ་པས་ཤེས་རབ་སེམས་ལ་རག་  
ལས་པའོ། །

གསུམ་པ་(སེམས་བསྐྱུང་བ་ལ་འབད་བ་)ལ་གཉིས།

བསྟན་པ་དང་། བཤད་པའོ། །

དང་(བསྟན་པ་)པོ་ནི།

དེ་ལྟས་བདག་གི་སེམས་འདི་ནི། །

ལེགས་བབྱང་ལེགས་པར་བསྐྱུང་བར་བྱ། །

སེམས་བསྐྱུང་བརྟུལ་ཞུགས་མ་གཏོགས་པ། །

བརྟུལ་ཞུགས་མང་པོས་ཅི་ཞིག་བྱ། །

ཉེས་པ་སྒྲིབ་བ་དང་ཡོན་ཏན་བསྐྱབ་པ་སེམས་ལ་རག་ལས་པ་  
དེ་ལྟ་བུས་ན་བདག་གིས་རང་གི་སེམས་འདི་ནི་བླན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་  
གྱིས་ལེགས་པར་གཟུང་ནས་མི་ཉམས་པར་ལེགས་པར་བསྐྱུང་བར་བྱ།



སྟེ། སེམས་བསྐྱེད་བའི་བརྟུལ་ཁྱུགས་མ་གཏོགས་པ་སེམས་མི་བསྐྱེད་བའི་  
བརྟུལ་ཁྱུགས་གཞན་ཁ་ཏོན་ལ་སོགས་མང་པོས་ཅི་ཞིག་བྱ་དགོས་པ་མེད་  
པས་སོ། །

གཉིས་པ་(བཞད་པ་)ལ་བཞི།

སེམས་བསྐྱེད་བའི་ཚུལ་དང་། བསྐྱེད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་།  
བསྐྱེད་ས་པའི་ཕན་ཡོན་དང་། སེམས་བསྐྱེད་བ་ལ་བློ་བྱ་བ་སྤྱད་བའོ། །

དང་པོ་(སེམས་བསྐྱེད་བའི་ཚུལ་)ནི།

མ་བྱངས་གྲོལ་བའི་ཁྱོད་གནས་ན། །

སྒྲིམས་ཏེ་ཆ་ཡི་བག་བྱེད་བཞིན། །

སྐྱེ་བོ་ངན་ཁྱོད་གནས་པས་ཀྱང་། །

སེམས་ཀྱི་ཆ་འདི་ཏྲག་ཏུ་བསྐྱེད་། །

མ་བྱངས་གྲོལ་བ་སྟེ་སྐྱེ་བོ་ཁྱོད་བག་ཅན་མ་བསྐྱེད་ས་པའི་ཁྱོད་ན་ལུས་  
ལ་ཆ་ཡོད་པའི་སྐྱེ་བོ་དག་གནས་ན་བསྒྲིམས་ཏེ་ཆ་འདི་བག་ཅོན་བྱེད་པ་བཞིན་  
དུ་སྐྱེ་བོ་ངན་པ་ཉོན་མོངས་སྐྱེ་བའི་རྒྱུ་བྱེད་པའི་ཁྱོད་ན་གནས་པས་ཀྱང་  
སེམས་ཀྱི་ཆ་ནི་ཏྲག་ཏུ་བསྐྱེད་དགོས་ཏེ། མ་བསྐྱེད་ས་ན་དེའི་རྒྱུ་བྱེད་ཀྱིས་མཐོ་  
རིས་དང་ཐར་པའི་སློག་འཆད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་(བསྐྱེད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་)ནི།

ཆ་ཡི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཚུང་དུ་ཡིས། །

སྐྱག་པའང་མ་ཡི་བག་བྱེད་ན། །

བསྐྱས་འཛོམས་རིས་འཛོམས་སྐྱག་པ་ཡིས། །

སེམས་ཀྱི་མ་ལྟ་ཅིས་མི་སྤང་། །

ལུས་ཀྱི་མ་ལྟ་སྐྱག་བསྐྱེད་ཆུང་དུ་ཡིས་སྐྱག་པའང་མ་ལྟ་བག་བྱེད་  
རིགས་ན་སེམས་ཉམས་ན་དཔྱལ་བ་བསྐྱས་འཛོམས་ལ་སོགས་པའི་རིས་  
འཛོམས་པའི་སྐྱག་བསྐྱེད་ཀྱིས་སྐྱག་པ་ཡིས་སྒྲིག་ལྟངས་ལ་སོགས་པའི་  
སེམས་ཀྱི་མ་ལྟ་ཅིས་མི་བསྤང་ཉེས་དམིགས་ཆེན་པོ་བསམས་ནས་བསྤང་  
བར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(བསྐྱངས་པའི་པན་ཡོན་)ནི།

སྟོད་པ་འདི་འབྲས་གནས་བྱེད་ན། །

སྐྱེ་བོ་ངན་པའི་ཁྲོད་གནས་སམ། །

བྱད་མེད་ཁྲོད་ན་གནས་ཀྱང་རུང་། །

སྒྲོམ་བཙོན་བརྟན་པ་ཉམས་མི་འགྱུར། །

ཉོན་མོངས་འགོག་པའི་སྟོད་པ་འདི་འབྲས་རྒྱན་དུ་གནས་པར་བྱེད་ན་  
ཁོང་ཁོ་ཅན་གྱི་སྐྱེ་བོ་ངན་པའི་ཁྲོད་ན་གནས་སམ། ཆགས་པ་ཅན་གྱི་བྱད་  
མེད་ཀྱི་ཁྲོད་ན་གནས་ཀྱང་རུང་སྒྲོམ་བཙོན་སེམས་བརྟན་པ་ཉམས་པར་མི་  
འགྱུར་རོ། །

བཞི་པ་(སེམས་བསྐྱེད་བ་ལ་དྲན་པ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་)ནི།

བདག་གི་རྟེན་དང་བཀྱར་སྟེ་དང་། །

ལྷས་དང་འཆོ་བ་མེད་སྤྲ་ཞིང་། །

དགོ་བ་གཞན་ཡང་ཉམས་སྤྲ་ཡི། །

སེམས་ནི་ནམ་ཡང་ཉམས་མི་བྱ། །

བདག་གི་ཟས་གོས་ལ་སོགས་པའི་བདག་གི་རྟེན་པ་དང་ཕྱག་ལ་  
སོགས་པའི་བཀྱར་སྟེ་དང་རང་གི་ལྷས་དང་སྟོག་གནས་པའི་རྒྱུན་འཆོ་བ་  
མེད་ཀྱང་སྤྲ་ཞིང་སེམས་བསྐྱེད་བ་དང་བྲལ་བའི་དགོ་བ་གཞན་ཡང་ཉམས་  
པ་སྤྲའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སེམས་ནི་ནམ་ཡང་ཉམས་པར་མི་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(སེམས་བསྐྱེད་པའི་ཐབས་དྲན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་བསྐྱེད་པ་)ལ་གཉིས།

བསྟན་པ་དང་། བཤད་པའོ། །

དང་པོ་(བསྟན་པ་)ནི།

སེམས་བསྐྱེད་འདོད་པ་ནམས་ལ་ནི། །

དྲན་པ་དང་ནི་ཤེས་བཞིན་དག། །

སྟོག་ལ་བབ་ཀྱང་སྐྱེས་ཤིག་ཅེས། །

བདག་ནི་དེ་ལྟར་ཐལ་མོ་སྟོར། །

དྲན་ཤེས་དང་བྲལ་ན་སེམས་བསྐྱེད་མི་རུས་པས་སེམས་བསྐྱེད་

འདོད་པ་རྣམས་ལ་ནི་དགོ་བའི་དམིགས་རྣམས་བརྗེད་པའི་བླ་པ་དང་ནི་  
སྒྲོ་གསུམ་གྱི་གནས་སྐབས་རི་ལྟར་གྱུར་རྟོག་པའི་ཤེས་བཞིན་དག་སྟོག་ལ་  
བབ་ཀྱང་མི་ཉམས་པར་བསྐྱངས་ཤིག་ཅེས་ཞི་བའི་ལྟ་བདག་ནི་དེ་ལྟར་ཐལ་  
མོ་སྒྱུར་ཞིང་གསོལ་བ་འདེབས་སོ། །དཔེ་ཁ་ཅིག་ལས། འདོམས་པར་བྱད་  
ཅེས་འབྱུང་བས་དེ་ལྟར་ཡང་བཤད་དོ། །

གཉིས་པ་(བཤད་པ་)ལ་གཉིས།

ཤེས་བཞིན་མེད་པའི་ཉིས་དམིགས་དང་། ཤེས་བཞིན་བསྐྱང་བའི་  
ཐབས་སུ་བླ་པ་བསྐྱང་བའོ། །

དང་པོ་(ཤེས་བཞིན་མེད་པའི་ཉིས་དམིགས་)ལ་ལྟ།

བླ་ཤེས་དང་བྲལ་ན་བྱ་བ་གང་ལ་ཡང་མ་སྐྱ་ཆུང་བ་དང་། ཤེས་རབ་  
རྣམ་དག་ཏུ་མི་འགྱུར་བ་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམ་དག་ཏུ་མི་འགྱུར་བ་དང་། །  
སྟོན་བསགས་པའི་དགོ་བ་འདིགས་པ་དང་། སྒར་མ་བྱས་པའི་དགོ་བ་འགྱུབ་  
པའི་གོགས་བྱེད་པའོ། །

དང་པོ་(བླ་ཤེས་དང་བྲལ་ན་བྱ་བ་གང་ལ་ཡང་མ་སྐྱ་ཆུང་བ་)ནི།

ནད་གྱིས་དགྲུགས་པའི་མི་དག་ནི། །

ལས་རྣམས་ཀུན་ལ་མ་སྐྱ་མེད་པ། །

དེ་བཞིན་ཚོངས་པས་སེམས་དགྲུགས་པ། །

ལས་རྣམས་ཀུན་ལ་མ་སྐྱ་མེད་དོ། །

ནད་ཀྱིས་དགྲགས་པའི་མི་དག་ནི་ཞིང་ལ་སོགས་པའི་ལས་རྣམས་  
ཀུན་ལ་མཐུ་མེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཤེས་བཞིན་མེད་པའི་སྤང་དོར་ལ་སྤོངས་  
པས་སེམས་དགྲགས་པ་དགོ་བའི་ལས་རྣམས་ཀུན་ལ་མཐུ་མེད་དོ། །

གཉིས་པ་(ཤེས་རབ་རྣམ་དག་ཏུ་མི་འགྱུར་བ་)ནི།

ཤེས་བཞིན་མེད་པའི་སེམས་ལྡན་པའི། །

ཐོས་དང་བསམས་དང་བསྒྲོམས་པ་ཡང་། །

སྟོ་དྲོལ་བྱམ་པའི་ཚུ་བཞིན་དུ། །

བླན་པ་ལ་ནི་དེ་མི་གནས། །

ཤེས་བཞིན་དང་བྲལ་ན་ཤེས་རབ་ལྷན་སྐྱུལ་ཆོགས་པར་མི་འགྱུར་ཏེ།  
ཤེས་བཞིན་མེད་པའི་སེམས་དང་ལྡན་པའི་གང་ཟག་གི་ཐོས་པ་དང་བསམ་  
པ་དང་སྒྲོམ་པའི་ཤེས་རབ་སྤར་ཡོད་པ་ཡང་དཔེར་ན་སྟོ་དྲོལ་བའི་བྱམ་པའི་  
ཚུ་ནང་དུ་མི་གནས་པར་ཟག་འགོ་བ་བཞིན་དུ་ཤེས་བཞིན་ཉམས་པས་ཕྱིས་  
བླན་པ་ལ་ནི་དེ་མི་གནས་ཏེ་ཤེས་རབ་ཉམས་པར་འགྱུར་བས་སོ། །

གསུམ་པ་(ཚུ་ལ་ཁྱིམས་རྣམ་དག་ཏུ་མི་འགྱུར་བ་)ནི།

ཐོས་ལྡན་དད་པ་ཅན་དང་ནི། །

བཙོན་པ་སྤྱར་ལེན་དུ་མ་ཡང་། །

ཤེས་བཞིན་མེད་པའི་སྟོན་ཆགས་པས། །

ལྷུང་བའི་རྩོག་དང་བཅས་པར་འགྱུར། །

མང་དུ་ཐོས་པ་དང་ལྷན་ཞིང་ཆོས་ལ་དད་པ་ཅན་དང་ནི་དགོ་བ་ལ་  
སྒྲིབ་བའི་བཙུན་པ་ལྷུང་ལེན་དུ་མ་ཡང་སྤང་དོར་གྱི་གནས་ལ་ཤེས་བཞིན་  
མེད་པའི་སྒྲིན་ཆགས་པས་རྒྱད་ལྷུང་བའི་རྩོད་པ་དང་བཅས་པར་འགྱུར་པས་  
ཤེས་བཞིན་བསྐྱེད་བ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །

བཞི་པ་(སྒྲིན་བསགས་པའི་དགོ་བ་འཛིགས་པ་)ནི།

ཤེས་བཞིན་མེད་པའི་ཆོམ་རྒྱན་དག།

བླན་པ་ཉམས་པའི་རྗེས་འབྲང་བས། །

བསོད་ནམས་དག་ནི་ཉེར་བསགས་ཀྱང་། །

རྒྱན་པོས་སྒྲོགས་བཞིན་ངན་འགྲོར་འགྲོ། །

ཤེས་བཞིན་མེད་པའི་མི་དག་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་ཆོམ་རྒྱན་དག་  
དགོ་བའི་དམིགས་པ་བརྗེད་པའི་བླན་པ་ཉམས་པའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་  
སྒྲིན་བསགས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཉོར་དག་ནི་ཉེ་བར་བསགས་ཀྱང་རྒྱན་  
པོས་ཉོར་བཏོགས་པས་ཉེ་སྒྲོགས་ནས་དབྱལ་བར་འགྲོ་བ་བཞིན་དགོ་བས་  
དབྱལ་ནས་ངན་འགྲོ་འགྲོ་བར་འགྱུར་རོ། །

ལྷ་པ་(སྤར་མ་བྱས་པའི་དགོ་བ་འགྱུབ་པའི་གོགས་བྱེད་པ་)ནི།

ཉོན་མོངས་ཆོམ་རྒྱན་ཆོགས་འདི་ནི། །

སྒྲགས་སྐབས་ཆོལ་བར་བྱེད་པ་སྟེ། །

སྐྱགས་རྟེན་གྱུར་ནས་དག་འཕྲོག་ཅིང་། །

བདེ་འགྲོའི་སློག་གྱུར་འཛོམས་པར་བྱེད། །

ཤེས་བཞིན་གྱིས་མ་བསྐྱངས་ན་ཉོན་མོངས་པའི་ཆོས་རྒྱན་གྱི་  
ཆོགས་འདི་ནི་དག་བའི་ཚོར་འཕྲོག་པའི་སྐྱགས་སྐབས་ཆོལ་བར་བྱེད་པ་  
སྟེ་སྐྱགས་རྟེན་པར་གྱུར་ནས་དག་བ་འཕྲོག་ཅིང་དེའི་འབྲས་བུ་བདེ་འགྲོ་  
དང་ཐར་པའི་སློག་གྱུར་འཛོམས་པར་བྱེད་པས་ཤེས་བཞིན་མེད་པའི་ཉེས་  
དམིགས་བསམས་ནས་སློག་སྐྱུམ་གྱི་གནས་སྐབས་ཇི་ལྟར་གྱུར་སྐྱུམ་དུ་  
རྟོགས་པའི་ཤེས་བཞིན་བསྐྱང་བ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(ཤེས་བཞིན་བསྐྱང་བའི་ཐབས་སུ་བློ་བ་བསྐྱང་བ་)ལ་གཉིས།

བསྐྱན་པ་དང་། བཤད་པའི། །

དང་པོ་(བསྐྱན་པ་)ནི།

དེ་བས་བློ་བ་ཡིད་སློན་ནས། །

གྲུད་དུ་ནམ་ཡང་མི་གཏོང་ངོ། །

སོང་ནའང་ངན་འགྲོ་གཞོན་པ་དག།

བློ་བར་བྱས་ཏེ་ཉེ་བར་བཞག།

ཤེས་བཞིན་མེད་པ་ལ་ཉེས་པ་མང་བ་དེ་བས་ན་ཤེས་བཞིན་བསྐྱང་  
བའི་དོན་དུ་དག་བའི་དམིགས་པ་མི་བརྗེད་པའི་བློ་བ་ཡིད་གྱི་བྲིམ་དུ་  
བརྟུག་སྟེ་དེའི་སློན་སྐྱུད་དུ་ནམ་ཡང་མི་གཏོང་ངོ། །གལ་ཏེ་བློ་བ་ཉམས་



ཉེ་སོང་ནའང་ངན་སོང་གི་གཞོན་པ་དག་བྱས་པར་བྱས་ཉེ་དེ་མ་ཐག་ཡིད་གྱི་  
བྲིམ་དུ་ཉེ་བར་བཞག་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(བཤད་པ་)ལ་གསུམ།

ཕྱི་ཉེ་རྒྱུན་དགེ་བའི་བཤེས་གཉིན་ལ་བརྟེན་པ་དང་། རང་གི་རྒྱུན་ཚུལ་  
བཞིན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་། བྱས་པས་ཤེས་བཞིན་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་(ཕྱི་ཉེ་རྒྱུན་དགེ་བའི་བཤེས་གཉིན་ལ་བརྟེན་པ་)ནི།

སྤྲུལ་དང་ནི་འགྲོགས་པ་ལས། །

མཁན་པོས་རྗེས་སུ་བརྟེན་པ་དང་། །

འཇིགས་པས་སྐལ་ལྡན་གྲུས་བྱེད་ལ། །

བྱས་པ་བདེ་སྤྲུག་ཉིད་དུ་སྐྱེ། །

བྱས་པ་བསྐྱེད་པའི་ཐབས་ནི་རང་གི་མཁན་པོ་དང་སྤྲོ་བ་དཔོན་དང་  
ཆོས་པ་མཚུངས་པར་སྒྲིབ་པ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱེ་བོ་སྤྲུལ་དང་ནི་འགྲོགས་  
པ་ལས་མཁན་པོས་གསུངས་པའི་གདམས་པ་དང་རྗེས་སུ་བརྟེན་པ་དང་ངོ་  
ཆ་ཤེས་པ་དང་། གཞན་གྱིས་སྤྲད་དགོས་པའི་འཇིགས་པས་སྐལ་བ་དང་  
ལྡན་པའི་གང་ཟག་བསྐྱེད་པ་ལ་གྲུས་པར་བྱེད་པ་ལ་དགེ་བའི་དམིགས་རྣམ་  
མ་བཤེད་པའི་བྱས་པ་བདེ་སྤྲུག་ཉིད་དུ་སྐྱེ་བས་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་གང་  
བྱེད་ཀྱང་བྱས་པ་སྐྱོང་བ་ལ་མཁས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(ནང་གི་རྒྱུ་ཚུལ་བཞིན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་)ནི།

སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དག །

ཀུན་ཏུ་ཐོགས་མེད་གཟིགས་པར་ལྡན། །

དེ་དག་ཐམས་ཅད་སྦྱན་སྡེ་ན། །

རྟག་པར་བདག་ནི་གནས་སོ་ཞེས། །

དེ་ལྟར་བསམས་ནས་ངོ་ཆ་དང་། །

གྲུས་དང་འཇིགས་ལྡན་དེ་བཞིན་མཐོས། །

གཞན་ཡང་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དག་ཡུལ་དུ་ས་  
ཀུན་ཏུ་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ལ་ཐོགས་པ་མེད་པས་གཟིགས་པར་མཛད་པ་  
དང་ལྡན་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྦྱན་སྡེ་ན་སྦྱིབ་པ་མེད་པར་བདག་ནི་རྟག་  
དང་གནས་སོ་ཞེས་དེ་ལྟར་བསམས་ནས་རང་རྒྱ་མཚན་དུ་བྲས་པའི་ངོ་ཆ་  
དང་། ལྟོན་པ་དང་ཆོས་ལ་གྲུས་པ་དང་ནམ་སྦྱིན་ལ་འཇིགས་པ་དང་ལྡན་པས་  
དེ་བཞིན་མཐོས་ཏེ་བློ་བཟང་དང་ལྡན་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(བློ་བཟང་ཤེས་བཞིན་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་)ལ་གཉིས།

བློ་བཟང་སྦྱེ་ཚུལ་དང་། དེ་ལས་ཤེས་བཞིན་སྦྱེ་ཚུལ་ལ། །

དང་པོ་(བློ་བཟང་སྦྱེ་ཚུལ་)ནི།

དེས་ན་སངས་རྒྱས་རྗེས་བློ་བཟང་། །

དེ་ལ་ཡང་དང་ཡང་དུ་འབྱུང་། །

དེ་ལྟར་བསམས་པ་དེས་ནི་ཆོས་དང་དགེ་འདུན་དང་བཅས་པའི་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རྗེས་སུ་བློ་བཟང་གང་ཟག་དེ་ལ་ཡང་དང་ཡང་དུ་  
འབྱུང་བས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་བུ་པ་བདེ་སྒྲག་ཏུ་སྒྲེའོ། །

གཉིས་པ་(དེ་ལས་ཤེས་བཞིན་སྒྲེ་ཚུལ་)ནི།

གང་ཆེ་བློ་བཟང་ཡིད་སྒྲོ་ནས། །

བསྐྱེད་པའི་དོན་དུ་གནས་གྱུར་པ། །

དེ་ཆེ་ཤེས་བཞིན་འོང་འགྱུར་ཞིང་། །

སོང་བ་དག་ཀྱང་འོང་བར་འགྱུར། །

བློ་བཟང་དེ་ལས་གང་གི་ཆེ་བློ་བཟང་ཡིད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ཉོན་མོངས་བསྐྱེད་  
པའི་དོན་དུ་གནས་པར་གྱུར་པ་དེའི་ཆེ་བྱ་བ་དང་བྱ་བ་མ་ཡིན་པའི་གནས་  
སྐབས་ལ་རྟོག་ཅིང་རི་ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་ཤེས་པའི་ཤེས་བཞིན་ཡོད་པར་འགྱུར་  
ཞིང་། ལན་ཅིག་ཉམས་ནས་སོང་བ་དག་ཀྱང་ཕྱིར་འོང་བར་འགྱུར་བས་  
བསྐྱེད་པ་ཉམས་ལེན་ལ་མཁས་མི་མཁས་ནི། བློ་བཟང་དང་ཤེས་བཞིན་གྱི་  
སྒྲིབ་ཚུལ་ལ་རག་ལས་པས་དེས་དེ་ལ་མཁས་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(བློ་བཟང་ཤེས་བཞིན་གྱིས་སེམས་བསྐྱེད་པའི་སྒྲིབ་པ་ལ་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་)ལ་གསུམ།

སྒྲོ་བའི་ཚུལ་བྲིམས་ལ་སྒྲོ་བ་ཚུལ་དང་། དགེ་བའི་ཆོས་སྤྱད་པ་དང་།  
སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་བྲིམས་ལ་སྒྲོ་བ་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་(སྒྲིམ་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྒྲིམ་པ་ལ་སྒྲོབ་ཚུལ་)ལ་གཉིས།  
སྒྲོ་གསུམ་གྱི་ཀུན་སྒྱུད་དག་པ་ལ་འབད་པ་དང་། ཉམས་པ་བསྐྱང་  
བའོ། །

དང་པོ་(སྒྲོ་གསུམ་གྱི་ཀུན་སྒྱུད་དག་པ་ལ་འབད་པ་)ལ་གསུམ།  
ལུས་ངག་གི་ཀུན་སྒྱུད་ལ་བརྟག་པ་དང་། སེམས་གྱི་ཀུན་སྒྱུད་ལ་  
བརྟག་པ་དང་། གནང་བཀག་གི་བྱ་བའི་སྐབས་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་(ལུས་ངག་གི་ཀུན་སྒྱུད་ལ་བརྟག་པ་)ལ་བཞི།  
ལུས་གྱི་བྱ་བའི་སྒྲོན་དུ་ཀུན་སྒྲོང་ལ་བརྟག་པ་དང་། ལྟ་བ་སོགས་དང་  
འབྲེལ་བའི་བསྐྱབ་བྱ་དང་། སྒྱུད་ལམ་གཞན་ལ་སྦྱར་བ་དང་། གནས་པའི་  
ཀུན་སྒྱུད་ལ་བརྟག་པའོ། །

དང་པོ་(ལུས་གྱི་བྱ་བའི་སྒྲོན་དུ་ཀུན་སྒྲོང་ལ་བརྟག་པ་)ནི།

རེ་ཞིག་དང་པོ་འདི་འདྲའི་སེམས། །

འདི་ནི་སྒྲོན་བཅས་ཤེས་བྱས་ནས། །

དེ་ཆེ་བདག་གིས་ཤིང་བཞིན་དུ། །

བྱངས་བྱབ་པར་ནི་གནས་པར་བྱ། །

འགྲོ་བ་སོགས་ཀྱི་ཆེ་རེ་ཤིག་དང་པོ་ཀུན་སྒྲོང་འདི་འདྲའི་སེམས་འདི་  
ནི་སྒྲོན་བཅས་དང་། འདི་ནི་སྒྲོན་མེད་པའོ་ཞེས་ཤེས་པར་བྱས་ནས་དེའི་  
ཆེ་ཀུན་སྒྲོང་སྒྲོན་ཅན་བྱང་ན་གཉིན་པོ་དྲན་བཞིན་དུ་ཉེས་པས་མི་གཡོ་བར་

གཟུངས་བྱ་བ་པར་ནི་གནས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(ལྟ་བ་སོགས་དང་འགྲེལ་བའི་བསྟན་བྱ་)ལ་བཞི།

མིག་གིས་བལྟ་བའི་ཀུན་སྟོན་སྦྱིར་བསྟན་པ་དང་། དུབ་བའི་ཆེ་ཇི་  
ལྟར་བྱ་བ་དང་། གང་ཟག་གཞན་དུང་དུ་འོངས་པ་ལ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་དང་། ངལ་  
བསོས་པའི་ཆེ་ཇི་ལྟར་བྱ་བའོ། །

དང་པོ་(མིག་གིས་བལྟ་བའི་ཀུན་སྟོན་སྦྱིར་བསྟན་པ་)ནི།

དོན་མེད་གཡེང་བར་ལྟ་བ་ནི། །

ནམ་ཡང་བདག་གིས་མི་བྱ་སྟེ། །

ངེས་པར་སེམས་པས་རྟག་ཏུ་ནི། །

མིག་ནི་ཕབ་སྟེ་བལྟ་བར་བྱ། །

དོན་མེད་པར་སྟོགས་སུ་གཡེང་བར་བལྟ་བ་ནི་དུས་ནམ་ཡང་བདག་  
གིས་མི་བྱ་སྟེ་སེམས་ཉམས་པར་འགྱུར་བའི་བྱིར་རོ། །དགོ་བའི་དམིགས་པ་  
ལ་ངེས་པར་སེམས་པས་དུས་རྟག་ཏུ་ནི་བལྟ་བའི་ཆེ་གཉའ་ཤིང་གང་ཙམ་དུ་  
མིག་ནི་ཕབ་སྟེ་བལྟ་བར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(དུབ་བའི་ཆེ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་)ནི།

ལྟ་བ་ངལ་བསོའི་ཆེད་དུ་ནི། །

ངེས་འགའ་སྟོགས་སུ་བལྟ་བར་བྱ། །

ཁམས་གསོ་བ་དང་དུབ་ན་བལྟ་བ་ངལ་བསོ་བའི་ཆེད་དུ་ནི་ངེས་

འགའ་མིག་བཏེག་སྟེ་སྟོགས་སུ་བལྟ་བར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(གང་ཟག་གཞན་དུང་དུ་འོངས་པ་ལ་རྟེ་ལྟར་བྱ་བ་)ནི།

འགའ་ཞིག་མིག་ལམ་སྒྲུང་གྱུར་ན། །

བལྟས་ནས་འོངས་པ་ལེགས་ཞེས་བརྗོད། །

ལམ་སོགས་འཛིགས་པ་བརྟག་པའི་བྱིར། །

ཡང་དང་ཡང་དུ་སྟོགས་བཞིར་བལྟ། །

དེ་ལྟར་བལྟས་པས་འགའ་ཞིག་མིག་གི་ལམ་དུ་སྒྲུང་བར་གྱུར་ཅིང་  
མདུན་དུ་འོངས་ནས་འཇུ་མ་པས་བལྟས་ནས་འོངས་པ་ལེགས་སོ་ཞེས་  
བརྗོད་པར་བྱའོ། །གཞན་ཡང་ལམ་དུ་ཞུགས་པའི་ཆེ་ལམ་སོགས་སུ་  
འཛིགས་པ་ཡོད་མེད་བརྟག་པའི་བྱིར་ཡང་དང་ཡང་དུ་སྟོགས་བཞིར་བལྟ་  
བར་བྱའོ། །

བཞི་པ་(ངལ་བསོས་པའི་ཆེ་རྟེ་ལྟར་བྱ་བ་)ནི།

ངལ་བསོས་ཁ་ནི་བྱིར་བལྟས་ནས། །

རྒྱབ་ཀྱི་སྟོགས་སུ་བལྟ་བར་བྱ། །

མདུན་དང་རྒྱབ་ཏུ་བརྟག་བྱས་ནས། །

འགྲོའམ་ཡང་ན་འོང་བྱ་སྟེ། །

ཡང་ངལ་བསོས་ནས་འགྲོ་བའི་ཆེ་ཁ་ནི་བྱིར་ལ་བལྟས་ནས་རྒྱབ་ཀྱི་

སྟོགས་སྲུང་ས་ལ་སོགས་པ་བཟླ་བར་བྱའོ། །མདུན་དང་རྒྱབ་ཏུ་གཡང་ས་  
ཡོད་མེད་སོགས་བརྟག་པ་བྱས་ནས་ངེ་ལྟར་རིགས་པས་འགྲོ་བའམ་ཡང་ན་  
འོང་བར་བྱ་སྟེ། །

གསུམ་པ་(སྟོན་ལམ་གཞན་ལ་སྦྱར་བ་)ནི།

དེ་ལྟར་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ། །

དགོས་པ་ཞེས་ནས་སྦྱད་པར་བྱ། །

དེ་ལྟར་ལུས་ངག་བྱ་བ་ལ་འཇུག་པའི་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ་  
རང་གཞན་ལ་ཕན་པའི་དགོས་པ་ཡོད་པར་ཞེས་ནས་སྦྱད་པར་བྱའོ། །

བཞི་པ་(གནས་པའི་ཀུན་སྟོན་ལ་བརྟག་པ་)ནི།

ལུས་ཀྱིས་འདི་ལྟར་གནས་བྱ་ཞེས། །

བྱ་བ་བསྟོགས་ནས་དེ་ནས་ནི། །

སྐབས་སྲུ་ལུས་འདི་ངེ་ལྟ་བུར། །

གནས་པ་ཡིན་ཞེས་བཟླ་བར་བྱ། །

གནས་གང་དུ་སྟོན་པའི་ཆེ་ལུས་ཀྱིས་འདི་ལྟར་གནས་པར་བྱའོ་ཞེས་  
བསམས་ཏེ་ལུས་ཀྱི་བྱ་བ་བསྟོགས་ནས་དེ་ནས་ནི་བར་སྐབས་སྲུ་ལུས་འདི་  
སྟོན་ལམ་ངེ་ལྟ་བུར་གནས་པ་ཡིན་ཞེས་བཟླ་བར་བྱ་ཞིང་ཉེས་པ་མེད་པའི་  
ཀུན་སྟོན་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །



གཉིས་པ་(སེམས་ཀྱི་ཀུན་སྟོང་ལ་བརྟག་པ་)ལ་གཉིས།  
སེམས་དགོ་བའི་དམིགས་པ་ལ་གདགས་པ་དང་། དགོ་བ་ལ་ཅེ་  
གཅིག་པར་འགྱུར་མི་འགྱུར་བརྟག་པ་འོ། །

དང་པོ་(སེམས་དགོ་བའི་དམིགས་པ་ལ་གདགས་པ་)ནི།

སེམས་ཀྱི་སྤང་ཆེན་ཕྱོས་པ་ནི། །

ཆོས་ལ་སེམས་པའི་ཀ་ཆེན་ལ། །

ཇི་ལྟར་བརྟགས་པ་མི་འཆོར་བར། །

དེ་ལྟར་འབད་པ་ཀུན་གྱིས་བརྟག

སེམས་ཀྱི་སྤང་ཆེན་མ་དུ་ལ་ཞིང་ཕྱོས་པ་ནི་གཅིག་ཏུ་བྱ་བར་ཁས་  
སྤངས་པའི་ཆོས་ལ་སེམས་པའི་དམིགས་པའི་ཀ་ཆེན་ལ་ཇི་ལྟར་བརྟགས་པ་  
མི་འཆོར་བར་དེ་ལྟར་འབད་པ་ཀུན་གྱིས་བརྟག་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(དགོ་བ་ལ་ཅེ་གཅིག་པར་འགྱུར་མི་འགྱུར་བརྟག་པ་)ནི།

ཅི་ནས་ཉིང་འཇིན་བཅོན་པ་ནི། །

སྐད་ཅིག་གཅིག་ཀྱང་མི་འཆོར་བར། །

བདག་གི་ཡིད་འདི་གར་སྟོང་ཅེས། །

དེ་ལྟར་ཡིད་ལ་སོ་སོར་བརྟག།

བདག་གིས་ཅི་ནས་ཀྱང་དགོ་བའི་ཆོས་ལ་མ་ཡེངས་པའི་ཉིང་དེ་

འཇིན་ལ་བཙོན་པ་ནི་སྐད་ཅིག་གཅིག་ཀྱང་དེ་ལས་གཞན་དུ་མི་འཆོར་བར་  
བྱས་ཏེ། བདག་གི་ཡིད་འདི་བྱ་བ་དང་བྱ་བ་མ་ཡིན་པའི་ཆ་གར་སྟོན་ཅེས་དེ་  
ལྟར་ཡིད་ལ་ཡང་དང་ཡང་དུ་སོ་སོར་བརྟག་པ་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(གནང་བཀག་གི་བྱ་བའི་སྐབས་བཤད་པ་)ནི།

འཇིགས་དང་དགའ་སྟོན་སོགས་འབྲེལ་བས། །

གལ་ཏེ་མི་རྒྱས་ཅི་བདེར་བྱ། །

འདི་ལྟར་སྦྱིན་པའི་དུས་དག་ཏུ། །

ཚུལ་ཁྲིམས་བཏང་སྟོམས་བཞག་པར་གསུངས། །

རང་གི་སྟོག་ལ་གཞོད་པའི་འཇིགས་པ་དང་དགོན་མཆོག་མཆོད་པ་  
ལ་སོགས་པའི་དགའ་སྟོན་དང་། དེ་བས་ཆོས་ལྷག་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་  
སོགས་དང་འབྲེལ་བས་ལུས་སེམས་གྱི་སྟོན་པ་ཤིན་ཏུ་སྤྲོ་བ་རང་གིས་གལ་  
ཏེ་མི་རྒྱས་པ་བྱུང་ན་ཅི་བདེར་བྱ་བར་གནང་སྟེ། སྟོ་གྲོས་མི་བྱད་པས་ཁྲིས་  
པའི་མདོ་ལས། འདི་ལྟར་སྦྱིན་པའི་དུས་སུ་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྐྱུས་ཏེ་བཏང་  
སྟོམས་སུ་བྱའོ། །ཞེས་གཉིས་ཀ་དུས་གཅིག་ཏུ་མི་རྒྱས་ཤིང་སྦྱིན་པ་ལ་སྟོབ་  
པ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་སྦྱིན་པའི་དུས་དག་ཏུ་ཚུལ་ཁྲིམས་སྤྲོ་བ་སྦྱུབ་མི་རྒྱས་  
པ་བཏང་སྟོམས་སུ་བཞག་པར་གསུངས་སོ། །ལམ་གྱི་གོ་རིམས་ལ་མཁས་  
པར་བྱས་ནས་རིམས་ཅན་དུ་རྫོགས་པར་བྱ་དགོས་པར་བྱ་དགོས་པའི་དོན་  
ཏོ། །སྦྱིན་པ་ལས་ཚུལ་ཁྲིམས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པས་ཇི་ལྟར་བཏང་སྟོམས་སུ་

བྱ་ཞེ་ན།

གང་ཞིག་བསམས་ཏེ་བྱར་བརྩམས་པ། །

དེ་ལས་གཞན་དུ་མི་བསམ་སྟེ། །

དེར་གཏད་པ་ཡི་བསམ་པ་ཡིས། །

དེ་ཉིད་རེ་ཞིག་བསྐྱབ་པར་བྱ། །

དེ་ལྟ་ན་ནི་ཀུན་ལེགས་བྱས། །

གཞན་དུ་གཉིས་ཀར་མི་འགྱུར་རོ། །

ཤེས་བཞིན་མ་ཡིན་ཉེ་ཉོན་མོངས། །

དེ་ལྟ་ན་ནི་འཕེལ་མི་འགྱུར། །

གོ་རིམས་ངེས་ཅན་དུ་སློབ་དགོས་པའི་བྱ་བ་གང་ཞིག་གི་ཐོག་མར་  
སློབ་བསམས་ཏེ་བྱ་བར་བརྩམས་པ་དེ་ལས་གཞན་དུ་མི་བསམ་སྟེ་ཐོག་  
མར་བརྩམས་པའི་སྦྱིན་པ་དང་ཡིད་གཏད་པའི་བསམ་པ་ཡིས་སྦྱིན་པ་དེ་  
ཉིད་རེ་ཞིག་སྐྱབ་པར་བྱ་སྟེ་ལམ་ལ་གོ་རིམས་ངེས་ཅན་དུ་བསྐྱབས་པ་དེ་ལྟ་  
ན་ནི་ཀུན་ལེགས་པར་བྱས་པར་འགྱུར་གྱི་གཞན་དུ་གོ་རིམས་སྒྲིག་ན་སྔ་སྟེ་  
གཉིས་ཀ་མཐར་སྦྱིན་པར་མི་འགྱུར་རོ། །རིམ་པ་མི་ཤེས་པའི་ཤེས་བཞིན་མ་  
ཡིན་པའི་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་རྣམས་ལམ་རིམ་པ་བཞིན་དུ་ཤེས་པ་དེ་ལྟ་ན་ནི་  
འཕེལ་བར་མི་འགྱུར་བས་ལམ་གྱི་གོ་རིམས་ལ་མཁས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(ཉམས་པ་བསྐྱང་བ་)ལ་གཉིས།

ལུས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ཉམས་པ་བསྐྱང་བ་དང་།

སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་

ཉམས་པ་བསྐྱང་བ་ལོ། །

དང་པོ་(ལུས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ཉམས་པ་བསྐྱང་བ་)ལ་གསུམ།

རྣམ་གཡེང་གི་དབང་དུ་མི་བཏང་བ་དང་། རོན་མེད་པའི་སྟོན་པ་སྤང་  
བ་དང་། བྱ་བ་བྱེད་པའི་ཆེ་ཀྱན་སྤོང་གི་བསམ་པ་བརྟག་པའོ། །

དང་པོ་(རྣམ་གཡེང་གི་དབང་དུ་མི་བཏང་བ་)ནི།

བྲེ་མོའི་གཏམ་ནི་སྣ་ཆོག་གས་དང་། །

ངོ་མཆར་ལྟ་མོ་རྣམ་མང་པོ། །

ཀྱན་ལ་འཇུག་པར་གྱུར་པ་ན། །

དེ་ལ་ཆགས་པ་སྤང་བར་བྱ། །

ཀྱུ་ལ་པོ་དང་ཆོམ་ཀྱན་གྱི་གཏམ་སོགས་བྲེ་མོའི་གཏམ་ནི་སྣ་ཆོག་གས་  
པ་དང་སྤྱུ་གར་ལ་སོགས་པའི་ངོ་མཆར་བའི་ལྟ་མོ་རྣམ་པ་མང་པོ་ཀྱན་ལ་  
འཇུག་པར་མི་བྱ་ཞིང་། དགོས་པ་ཡོད་པའམ་གཞན་གྱི་ངོར་འཇུག་པར་  
གྱུར་པ་ན་བྱ་བ་དེ་ལ་ཆགས་པ་སྤང་བར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(རོན་མེད་པའི་སྟོན་པ་སྤང་བ་)ནི།

རོན་མེད་ས་ཤིང་ལ་གཅོད་དང་། །

ས་རིས་འདྲི་སོགས་བྱེད་གྱུར་ན། །

བདེ་གཤེགས་བསྐྱེད་པ་བྱས་ནས། །

སྐྱེག་པས་དེ་ཡི་མེད་ལ་དོར། །

དགེ་སྦྱོང་མིན་ཡང་དོན་མེད་པར་ས་ཤིང་ཆུ་གཙོད་པ་དང་། ས་  
རིས་འདྲི་བ་སོགས་བྱེད་པར་གྱུར་ན། བདེ་གཤེགས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་བྱས་པར་  
བྱས་ནས་ཉེས་དམིགས་ལ་སྐྱེག་པས་དེའི་མེད་ལ་དོར་བར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(བྱ་བ་བྱེད་པའི་ཆེ་ཀུན་སྦྱོང་གི་བསམ་པ་བརྟག་པ་)ལ་གསུམ།

བརྟན་པ་དང་། བཤད་པ་དང་། དོན་བསྐྱེད་བའོ།

དང་པོ་(བརྟན་པ་)ནི།

གང་ཆེ་བསྐྱོད་པར་འདོད་གྱུར་ཏམ། །

སྐྱ་བར་འདོད་པར་གྱུར་ན་ཡང་། །

དང་པོར་རང་གི་སེམས་བརྟགས་ནས། །

བརྟན་པས་རིག་པ་ལྟན་པར་བྱ། །

གང་གི་ཆེ་ལུས་བསྐྱོད་པར་འདོད་པར་གྱུར་ཏམ་ངག་སྐྱ་བར་འདོད་  
པར་གྱུར་ན་ཡང་དང་པོར་རང་གི་སེམས་ལ་བརྟགས་ནས་ཉེས་པའི་དབང་དུ་  
མི་བཏང་བར་བརྟན་པས་འཇུག་ལྟོག་ཇི་ལྟར་རིགས་པ་དང་ལྟན་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(བཤད་པ་)ལ་ལྔ།

ཉོན་མོངས་སྐྱེ་འདོད་པའི་ཆེ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་དང་། ཤོད་པ་སོགས་ཀྱི་ཆེ་  
ཇི་ལྟར་བྱ་བ་དང་། ཉེད་བཀྱར་སོགས་ཀྱི་ཆེ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་དང་། གཞན་དོན་

ལ་སེམས་པའི་ཆེ་འི་ལྟར་བྱ་བ་དང་། ཁྱོད་པ་དང་ཞུམ་པ་སོགས་སྒྲེ་འདོད་  
པའི་ཆེ་འི་ལྟར་བྱ་བ་ལོ། །

དང་པོ་(ཉོན་མོངས་སྒྲེ་འདོད་པའི་ཆེ་འི་ལྟར་བྱ་བ་)ནི།

གང་ཆེ་རང་ཡིད་ཆགས་པ་དང་། །

ཁྱོད་པ་འདོད་པ་དེ་ཡི་ཆེ། །

ལས་སྤྲུམ་མི་བྱ་སྤྲུམ་མི་བྱ། །

ཞིང་བཞིན་དུ་ནི་གནས་པར་བྱ། །

གང་གི་ཆེ་རང་གི་ཡིད་ཆགས་པ་དང་ཁྱོད་པ་འདོད་པ་དེའི་ཆེ་ལུས་  
ཀྱིས་ལས་སྤྲུམ་མི་བྱ། ངག་གིས་སྤྲུམ་པར་མི་བྱ་བར་གཉེན་པོ་བཟུངས་ཐུབ་པ་  
ཞིང་བཞིན་དུ་ནི་གནས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(ཚློད་པ་སོགས་ཀྱི་ཆེ་འི་ལྟར་བྱ་བ་)ནི།

ཚློད་དང་ག་ཞར་བཅས་པའམ། །

གལ་ཏེ་ང་རྒྱལ་རྒྱགས་ལྟན་པའམ། །

མཆང་འབྲུ་བ་ཡི་བསམ་པ་དང་། །

གལ་ཏེ་སྒྲོར་འབྲེན་སྤྲུ་སེམས་སམ། །

གང་ཆེ་བདག་བསྟོད་ལྟར་ལེན་པའམ། །

གཞན་ལ་སྟོད་པ་ཉིད་དང་ནི།

གཤེ་བཅས་འགྱུད་དང་བཅས་གྱུར་པ། །

དེ་ཆེ་ཤིང་བཞིན་གནས་པར་བྱ། །

ཡུལ་འཕྱར་བའི་རྒྱུད་པ་དང་བཞད་གད་ཀྱིས་ཅ་འདྲི་བའི་ག་ཞར་  
བཅས་པའམ། གཤེ་ཏེ་ཡོན་ཏན་གྱིས་ཁེངས་པའི་ང་རྒྱལ་དང་། ལང་ཆོ་  
སོགས་ཀྱིས་རྒྱགས་པ་དང་ལྡན་པའམ། གཞན་གྱི་མཆང་འབྱུ་བའི་བསམ་  
པ་དང་། གཤེ་ཏེ་སྒྲོར་འབྱེན་ཏེ་ཆོག་མི་ཤེས་པས་ཁེ་ཆོལ་བ་དང་གཡོ་རྒྱས་  
གཞན་བསྐྱེད་བར་སེམས་སམ། གང་གི་ཆེ་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པའི་སྒྲོ་ནས་བདག་  
བསྒྲོད་ལྟར་ལེན་པའམ། སྒྲོན་བརྗོད་པས་གཞན་ལ་སྒྲོད་པ་ཉིད་དང་ནི་སྒྲུར་  
བ་འདེབས་པའི་གཤེ་བ་དང་བཅས་པ་དང་། རྩོད་ཅིང་འགྱུད་པ་དང་བཅས་  
པར་གྱུར་པ་དེའི་ཆེ་གཉེན་པོ་རང་རྒྱ་ཐུབ་པ་མི་གཡོ་བར་ཤིང་བཞིན་དུ་  
གནས་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(རྩོད་བཀུར་སོགས་ཀྱི་ཆེ་འི་ལྟར་བྱ་བ་)ནི།

རྩོད་དང་བཀུར་སྟེ་གྲགས་འདོད་པའམ། །

གཡོག་འཁོར་དོན་དུ་གཉེར་འདོད་པའམ། །

བདག་སེམས་རིམ་གྲོ་འདོད་གྱུར་ན། །

དེ་ཆེ་ཤིང་བཞིན་གནས་པར་བྱ། །

ནོར་ལ་སོགས་པའི་རྩོད་པ་དང་བཀུར་སྟེ་གདན་འདིངས་པ་སོགས་  
དང་སྒྲན་པའི་གྲགས་པའམ། །གཡོག་འཁོར་དོན་དུ་གཉེར་འདོད་པའམ།



བདག་གི་སེམས་སྐྱ་མཉེ་སོགས་རིམ་གྱི་འདོད་པར་གྱུར་ན་ཡང་དེའི་ཆེ་ཞིང་  
བཞིན་དུ་གཉེན་པོ་བཟུངས་ཐུབ་པར་གནས་པར་བྱའོ། །

བཞི་པ་(གཞན་དོན་ལ་སེམས་པའི་ཆེ་འཛིན་གྱ་བ་)ནི།

གཞན་དོན་ཡལ་བར་འདོར་བ་དང་། །

རང་དོན་གཉེར་བར་འདོད་པ་དང་། །

སྐྱ་བར་འདོད་པའི་སེམས་བྱུང་ན། །

དེ་ཆེ་ཞིང་བཞིན་གནས་པར་བྱ། །

རང་གཞན་གྱི་དོན་ལ་སེམས་པའི་ཆེ་གཞན་དོན་ཡལ་བར་འདོར་  
བཤམ། རང་དོན་འབའ་ཞིག་དོན་དུ་གཉེར་བར་འདོད་པ་དག་དང་། དག་སྐྱ་  
བར་འདོད་པའི་སེམས་བྱུང་ན་གང་ཟག་དེས་ནི་ཞིང་བཞིན་དུ་གནས་པར་  
བྱའོ། །

ལྔ་པ་(ཁོ་བ་དང་ལྷན་པ་སོགས་སྐྱེ་འདོད་པའི་ཆེ་འཛིན་གྱ་བ་)ནི།

མི་བཟོད་ལེ་ལོ་འཇིགས་པ་དང་། །

དེ་བཞིན་སྐྱེ་བཟོལ་ཐུ་ཅོར་དང་། །

རང་གི་ཕྱོགས་ཞེན་སེམས་བྱུང་ན། །

དེ་ཆེ་ཞིང་བཞིན་གནས་པར་བྱ། །

ཁོ་བ་དང་སྐྱག་བསྐྱེད་སོགས་མི་བཟོད་པ་དང་། དག་བ་ལ་མི་སྐྱེ་བའི་

ལེ་ལོ་འི་དབང་གིས་དགོ་བ་བསྐྱབ་པ་སོགས་ལ་འཛིགས་པ་དང་། དེ་བཞིན་  
དུ་ཀུན་ཏུ་མ་བསྐྱམས་པས་པོད་ཆེ་བའི་སྤྱི་བརྟོན་དང་འབྲེལ་མེད་གྱི་ལྷ་ཙོར་  
སྤྱི་བ་དང་། རང་གི་སྤྱོད་པ་གཉེན་སོགས་ལ་ཞེན་པའི་སེམས་བྱུང་ན་དེས་ནི་  
སྤྱོར་བས་གཉེན་པོ་བཟུངས་སྟབས་ཤིང་བཞིན་དུ་གནས་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(དོན་བསྐྱབ་)ནི།

དེ་ལྟར་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་དང་། །

དོན་མེད་བརྩོན་པའི་ཡིད་བརྟགས་ནས། །

དེ་ཆེ་དཔའ་བོས་གཉེན་པོ་ཡིས། །

དེ་ནི་བརྟན་པོར་གཟུང་བར་བྱ། །

དེ་ལྟར་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ཡིད་དང་དོན་མེད་པ་ལ་བརྩོན་པའི་  
ཡིད་ལ་བརྟགས་ནས་དེའི་ཆེ་དཔའ་བོ་སྟོབས་ལྡན་དང་འདྲ་བའི་གཉེན་པོ་  
ཡིས་ཡིད་དེ་ནི་བྱ་བ་ངན་པ་ལ་མི་འཇུག་པར་བརྟན་པོར་གཟུང་བར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ཉམས་པ་བསྐྱང་བ་)ལ་གསུམ།

སོ་སོའི་གཉེན་པོས་བསྐྱང་བ་དང་།

སྟན་མོང་བའི་གཉེན་པོ་དང་།

གཉེན་པོ་བསྐྱོམ་པ་ལ་སྤྱོར་བའི་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་(སོ་སོའི་གཉེན་པོས་བསྐྱང་བ་)ནི།

ཤིན་ཏུ་ངེས་དང་རབ་དད་དང་། །

བརྟན་དང་གྲུས་དང་ཞེ་སར་བཅས། །

ངོ་ཆ་ཤེས་དང་འཛིགས་བཅས་དང་། །

ཞི་ཞིང་གཞན་དགའ་བྱེད་ལ་བཅོན། །

སེམས་ཇི་ལྟར་བསྐྱང་ན་བསྐྱབ་བྱའི་གནས་རྣམས་ལ་ཐེ་ཆོམ་དང་  
ལོག་ཤེས་སྤངས་པས་ཤིན་ཏུ་ངེས་པ་དང་། དཀོན་མཆོག་གསུམ་དང་  
བསྐྱབ་བྱའི་གནས་ལ་ཡིད་ཆེས་པ་དང་། དད་པ་དང་འདོད་པས་རབ་ཏུ་དད་  
པ་དང་། བསམ་སྒྲུབ་བརྟན་པ་དང་གྲུས་པ་དང་ཀུན་ལ་འདུད་པ་དང་བཅས་  
པའི་ཞེ་སར་བཅས་པ་དང་། རང་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་ཉེས་པ་ལ་འཇོམས་  
པས་ངོ་ཆ་ཤེས་པ་དང་། ཉེས་དམིགས་བསམས་ནས་རྣམ་སྤྲིན་ལ་འཛིགས་  
པ་དང་བཅས་པ་དང་དབང་པོ་ཞི་ཞིང་ཆེད་དུ་བྱ་བ་གཞན་དགའ་བར་བྱེད་པ་  
ལ་བཅོན་པར་བྱའོ། །

ཕན་ཚུན་མི་མཐུན་གྱིས་པ་ཡི། །

འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་མི་སྟོལ་ཞིང་། །

ཉོན་མོངས་སྐྱེས་པ་འདི་དག་གི། །

སེམས་འདི་བྱང་སྒྲུལ་བཅེར་ལྡན་དང་། །

གཅིག་ལ་ཕན་བཏགས་ན་ཅིག་ཤོས་ཁོང་ཁྱོ་སྟེ་བའི་ཕན་ཚུན་མི་  
མཐུན་པའི་གྱིས་པའི་སྟོན་པ་ཡིས་འདོད་པ་འགལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་མི་སྟོལ་  
ཞིང་། འདི་དག་ནི་ཉོན་མོངས་སྐྱེས་པས་རང་ལ་རང་དབང་མེད་པར་འདི་  
དག་གི་སེམས་འདི་བྱང་བས་ཉོན་མོངས་དང་བྲལ་བར་བྱའོ་སྒྲུལ་པས་སྒྲིང་

བཅེར་ལྷན་པ་དང་། རང་ཉོན་མོངས་ཀྱི་དབང་དུ་མི་འགྱུར་བར་བྱའོ། །མདོ་  
སྡེ་རྒྱན་ལས། ཏྲག་ཏུ་ཉེས་པས་རང་དབང་མེད་པར་བྱང་སེམས་ཀྱིས། །སྐྱེ་  
བོ་ལ་ནི་སྐྱོ་ལྷན་ཉེས་པར་མི་འཇིན་ཏེ། ཞེས་སོགས་དང་། བཞི་བརྒྱ་པར།  
ཁོ་ཡང་འབྱུང་པོས་བཟུང་བ་ལ། །སྤྲོ་བ་འབྲུག་པ་མིན་པ་ལྟར། །བྱུང་བ་  
ཉོན་མོངས་དག་གཟིགས་ཀྱི། །ཉོན་མོངས་དང་འབྲེལ་གང་ཟག་མིན། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

གཉིས་པ་(རྒྱན་མོང་བའི་གཉེན་པོ་)ནི།

ཁ་ན་མ་ཐོ་མེད་དངོས་ལ། །

བདག་དང་སེམས་ཅན་དབང་བྱས་ཤིང་། །

སྤྱལ་བ་བཞིན་དུ་ང་མེད་པར། །

ཡིད་འདི་ཏྲག་ཏུ་གཟུང་བར་བྱ།

བཅས་རང་གི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་མེད་པའི་དགོ་བའི་དངོས་པོ་ལ་འཇུག་པ་  
ནི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་བདག་མི་ཉམས་པ་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་པན་པའི་  
དབང་དུ་བྱས་ཤིང་། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཞེས་རབ་ཀྱིས་བེན་པའི་སྐོན་ས་  
སྐྱུ་མ་དང་སྤྱལ་བ་བྱ་བ་བྱེད་པ་བཞིན་དུ་ང་རྒྱལ་དང་། རྫོམ་སེམས་མེད་པར་  
རང་གི་ཡིད་འདི་ཏྲག་ཏུ་གཟུང་བར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(གཉེན་པོ་བསྐྱོམ་པ་ལ་སྦྱོར་བའི་ཚུལ་)ནི།

རིང་ཞིག་ལོན་ནས་དལ་བའི་མཆོག་།

ཐོབ་པ་ཡང་དང་ཡང་བསམས་ནས། །

སེམས་དེ་ལྟ་བུར་རི་རབ་ལྟར། །

རབ་ཏུ་མི་གཡོ་གཟུང་བར་བྲ། །

ཆོག་ས་ཆེན་པོས་དུས་རིང་ཞིག་ལོན་ནས་དལ་བའི་མཆོག་ཐོབ་པ་  
ཡིན་སྟེ་དལ་འབྱོར་དོན་ཆེ་ཞིང་ཆེད་དཀའ་བ་ཡང་དང་ཡང་བསམས་  
ནས་ཅི་ནས་ཀྱང་དོན་ཆེན་པོ་སྐྱབ་སྟེ་པའི་སེམས་སྒར་བཤད་པ་དེ་ལྟར་  
རབ་ཏུ་མི་གཡོ་བ་བརྟན་པར་གཟུང་བར་བྲོ། །

གཉིས་པ་(དགེ་བའི་ཆོས་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ་)ལ་གཉིས།

ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་མི་སློབ་པའི་རྒྱ་ལྷས་ལ་ཆགས་པ་སྤང་བ་དང་། དགེ་  
བ་བསྐྱབ་པ་ལ་མཁས་པར་བྲ་བའོ། །

དང་པོ་(ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་མི་སློབ་པའི་རྒྱ་ལྷས་ལ་ཆགས་པ་སྤང་བ་)ལ་ལྟ།

ལྷས་ལ་ཆགས་པར་མི་རིགས་པའི་དཔེ་དང་། ལྷས་མི་གཙང་བར་  
བསྐྱོམ་པ་དང་། ལྷས་ལ་སྤྲོད་པོ་མེད་པ་བསམ་པ་དང་། ལྷས་ལ་ཆགས་པར་  
མི་རིགས་པའི་རྒྱ་མཆོན་དང་། ལྷར་དུ་འཛིགས་པས་དགེ་བ་ལ་བཀོལ་བར་  
རིགས་པའོ། །

དང་པོ་(ལྷས་ལ་ཆགས་པར་མི་རིགས་པའི་དཔེ་)ནི།

བྲ་ཁྲིད་ཤ་ལ་ཆགས་པ་ཡིས། །

ཕན་ཚུན་ཀྱན་དུ་བཤམ་བྲིད་ཀྱང་། །

ཡིད་ཁྱོད་མི་དགར་མི་བྱེད་ན། །

ད་ལྟ་ཅི་ཕྱིར་ཁ་ཏ་བྱེད། །

ཤི་བའི་ཆེ་བྱ་རྒྱོད་ཤི་ལ་ཆགས་པ་ཡིས་ལུས་དེ་པན་ཚུན་ཀུན་ཏུ་  
བཤལ་ཅིང་གནས་གཞན་དུ་བྱིད་ཀྱང་། སེམས་ཁྱོད་མི་དགར་མི་བྱེད་ན་ད་  
ལྟ་རྒྱ་ཅིའི་ཕྱིར་ལུས་ལུས་ལ་ཆགས་ནས་ཁ་ཏ་བྱེད་དེ། ཆགས་པ་དེ་མི་  
རིགས་སོ། །རྒྱ་མཚན་དེས་ན།

ལུས་འདི་བདག་གིར་གཟུང་བྱས་ནས། །

ཡིད་ཁྱོད་ཅི་ཕྱིར་སྤང་བར་བྱེད། །

ལུས་འདི་བདག་གིར་གཟུང་བར་བྱས་ནས་གཅེས་པའི་ཚུ་ལ་གྱིས་  
ཡིད་ཁྱོད་ཅིའི་ཕྱིར་བསྤང་བར་བྱེད། འདི་ལ་ཆགས་པས་མི་འདོད་པ་དུ་མ་  
བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རང་ཉིད་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བས་སོ་ཞེ་ན།

ཁྱོད་དང་འདི་གཉིས་སོ་སོ་ན། །

དེས་ཀོ་ཁྱོད་ལ་ཅི་ཞིག་བྱ། །

ཁྱོད་དང་ལུས་འདི་གཉིས་སོ་སོ་བ་ཡིན་པས་ཁྱོད་གྱིས་ཀྱང་ལུས་  
འདི་སྤྱར་དུ་འདོར། དེས་ཀྱང་ཁྱོད་འདོར་བས་ན་ལུས་དེ་ཀོ་སྟེ་དེས་ནི་ཁྱོད་  
ལ་ཅི་ཞིག་བྱ་བདག་ཏུ་གཟུང་བར་མི་རིགས་སོ། །

གཉིས་པ་(ལུས་མི་གཙང་བར་བསྐྱོམ་པ་)ནི།

སྤར་ནས་ཡུན་རིང་པོར་བདག་ཏུ་གཟུང་པས་དོར་བར་མི་རིགས་སོ་

ཞེ་ན།

ཚྛོངས་པའི་ཡིད་ཁྱོད་ཅི་ཡི་ཕྱིར། །

ཤིང་ག་ཟུགས་གཙང་མ་ག་ཟུང་མི་བྱེད། །

མི་གཙང་ཚོགས་ཀྱི་འཁྲུལ་འཁོར་འདི། །

རུལ་བ་བསྐྱངས་ཏེ་ཅི་ཞིག་རུང་། །

བདག་མེད་པ་ལ་བདག་ཏུ་ཚྛོངས་པའི་ཡིད་ཁྱོད་མི་གཙང་བ་ལ་  
བདག་ཏུ་འཇིན་ན། ཅིའི་ཕྱིར་ཤིང་གི་ག་ཟུགས་གཙང་མ་ཞིག་ལ་ངའོ་སྦྱུ་  
དུ་འཇིན་པར་མི་བྱེད་པར། མི་གཙང་བའི་ཚོགས་ཀྱི་འཁྲུལ་འཁོར་འདི་དྲི་ང་  
ཞིང་རུལ་བ་འདི་བསྐྱངས་ཏེ་ཅི་ཞིག་རུང་། ཆགས་པར་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར་  
རོ། །

གསུམ་པ་(ལུས་ལ་སྦྱིང་པོ་མེད་པ་བསམ་པ་)ལ་གཉིས།

ལུས་ལ་ཆ་དང་ཆར་བྱེ་ནས་བརྟགས་ན་ཡིད་བརྟན་རུང་བའི་སྦྱིང་པོ་  
ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པ་དང་། སྦྱིང་པོ་མེད་པ་ལ་ཆགས་པར་མི་རིགས་པའོ། །

དང་པོ་(ལུས་ལ་ཆ་དང་ཆར་བྱེ་ནས་བརྟགས་ན་ཡིད་བརྟན་རུང་བའི་སྦྱིང་པོ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པ་)ནི།

ཐོག་མར་པགས་པའི་རིམ་པ་འདི། །

རང་གི་སྒྲོ་ཡིས་ཐ་དད་བྱེ། །

ཤ་ཡང་རུས་པའི་བྱ་བ་ལས། །



ཤེས་རབ་མཆོན་གྱིས་གྲུད་དུ་ཕྱེ། །

ཐོག་མར་བགས་པའི་རིམ་པ་འདི་རང་གི་སྒོ་ཡིས་ལུས་ཀྱི་ཆ་གཞན་  
ལས་ཐ་དད་དུ་ཕྱེ་ན། སྙིང་པོ་མེད་ལ་ཤ་ཡང་རུས་པའི་བྱ་བ་ལས་ཤེས་རབ་  
ཀྱི་མཆོན་གྱིས་གྲུད་དུ་ཕྱེ་ནས་སྙིང་པོ་ཡོད་མེད་བརྟག་པར་བྱ་ལ།

རུས་པ་རྣམས་ཀྱང་དབྱེ་བྱས་ནས། །

ཀྱང་གི་བར་དུ་བལྟ་བུ་ཞིང་། །

འདི་ལ་སྙིང་པོ་ཅི་ཡོད་ཅེས། །

བདག་ཉིད་ཀྱིས་ནི་བརྟག་པར་གྱིས། །

རུས་པ་རྣམས་ཀྱང་ཆ་དང་ཆར་དབྱེ་བ་བྱས་ནས་ཀྱང་གི་བར་དུ་བལྟ་  
བར་བུ་ཞིང་ལུས་འདི་ལ་དབྱད་བཅོད་པའི་སྙིང་པོ་ཅི་ཡོད་ཅེས་བདག་ཉིད་  
ཀྱིས་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བརྟག་པར་གྱིས་དང་། ཡིད་བརྟན་རུང་བའི་སྙིང་པོ་  
རུང་བཅད་ཀྱང་མེད་དོ། །

གཉིས་པ་(སྙིང་པོ་མེད་པ་ལ་ཆགས་པར་མི་རིགས་པ་)ནི།

དེ་ལྟར་འབད་དེ་བཅའ་ཀྱང་དེ། །

ཁྱོད་ཀྱིས་སྙིང་པོ་མ་མཐོང་ན། །

ད་དུང་ཅི་ཕྱིར་ཆགས་ཚུལ་གྱིས། །

ཁྱོད་ནི་ལུས་འདི་སྤང་བར་བྱེད། །

དེ་ལྟར་འབད་དེ་སྒྲིབ་པོ་བཅའ་ཀྱང་ལུས་དེར་ཡིད་བྱིད་ཀྱིས་སྒྲིབ་པོ་  
ལ་མ་མཐོང་ན། ད་དུང་རྒྱ་ཅིའི་ཕྱིར་ཆགས་ཤིང་ཞེན་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཡིད་  
བྱིད་ནི་ལུས་འདི་བསྐྱང་བར་བྱེད་དེ་ལྷག་པར་ཞེན་པ་མི་རིགས་སོ། །

བཞི་པ་(ལུས་ལ་ཆགས་པར་མི་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚན་)ནི།

འོན་ཀྱང་ལུས་འདི་ལ་རུང་བད་ཞེན་པར་རིགས་སོ་ཞེ་ན།

བྱིད་ཀྱིས་མི་གཙང་བབར་མི་རུང་། །

ཐག་ཀྱང་བརྟུང་དུ་མི་རུང་ལ། །

རྒྱ་སྟོང་གཞིབ་དུ་མི་རུང་ན། །

ལུས་ཀྱིས་བྱིད་ལ་ཅི་ཞིག་བྲ། །

ཉིས་ན་ཕ་དང་བྲ་ཚྛོད་ཀྱིས། །

བས་ཀྱི་དོན་དུ་འདི་བསྐྱང་རིགས། །

ལུས་ལ་ཆགས་པར་མི་རིགས་ཏེ་ལུས་མི་གཙང་བའི་ཕྱང་པོ་ཡིན་ལ་  
ཡོད་པའི་མི་གཙང་བ་བབར་མི་རུང་ཞིང་། ཐག་ཀྱང་བརྟུང་དུ་མི་རུང་ལ་དེ་  
བཞིན་དུ་རྒྱ་སྟོང་ཞིབ་དུ་མི་རུང་ན་ལུས་ཀྱིས་བྱིད་ལ་འོངས་སྒྲིབ་དུ་རུང་  
བའི་བྲ་བ་ཅི་ཞིག་བྲ་གལ་ཏེ་བསྐྱང་ན་ཉིས་ན་སྟེ། རྒྱ་མཚན་གཅིག་དུ་ན་ཕ་  
དང་བྲ་ཚྛོད་ཀྱི་བས་ཀྱི་དོན་དུ་ལུས་འདི་བསྐྱང་བར་རིགས་སོ། །

ལྔ་པ་(སྐྱར་དུ་འདིགས་པས་དགོ་བ་ལ་བཀོལ་བར་རིགས་པ་)ལ་བཞི།

སྐྱར་དུ་འཆི་བས་འཛོམས་པའི་ལུས་འདི་དགོ་བ་ལ་བཀོལ་རིགས་པ་

དང་། བྱ་བ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་བྱེད་པར་ཞེན་པས་བསྐྱེད་བར་མི་རིགས་པའི་  
དཔེ་དང་། སྤྱི་ཐོག་གི་ནས་འདོད་དོན་སྦྱབ་ཏུ་གཞུག་པ་དང་། བྱའི་སྒོ་བཞག་  
སྟེ་སེམས་ཅན་མཐའ་དག་གི་དོན་སྦྱབ་རིགས་པའོ། །

དང་པོ་(སྦྱར་དུ་འཆི་བས་འཛོམས་པའི་ལུས་འདི་དག་གི་ལ་བཞོལ་རིགས་པ་)ནི།

མི་འོ་ཅོག་གི་ལུས་འདི་ནི། །

བཞོལ་བར་བྱ་བ་ཉིད་དུ་ཟད། །

འདི་ལྟར་སྤྱོད་ཀྱིས་བསྐྱེད་ས་ཀྱང་ནི། །

འཆི་བདག་བརྟེ་བ་མེད་པ་ཡིས། །

སྒོགས་ཏེ་བྱ་དང་སྤྱིར་བྱེན་ན། །

དེ་ཆེ་སྤྱོད་ཀྱིས་ཅི་བྱར་ཡོད། །

ལུས་འདི་ལ་རང་གི་ངོ་བོའི་སྒོ་ནས་དགོས་པ་ཅི་ཡང་མེད་ཀྱི། དལ་  
འགྱུར་ཆང་བ་ཐོབ་པའི་མི་འོ་ཅོག་གི་ལུས་འདི་ནི་དག་གི་ལས་ལ་བཞོལ་  
བར་བྱ་བ་རིགས་པ་ཉིད་དུ་ཟད་དེ། འདི་ལྟར་འདོད་དོན་མི་སྦྱབ་པར་སྤྱོད་  
ཀྱིས་བསྐྱེད་ས་ཀྱང་ནི། འཆི་བདག་བརྟེ་བ་མེད་པ་ཡིས་སྤྱོད་ལ་སྒོགས་ནས་  
སྒོག་དང་བྱལ་བར་བྱས་ཏེ། བྱ་དང་སྤྱི་ལ་བྱེན་པ་ན་དེའི་ཆེ་ཡོད་སྤྱོད་ཀྱིས་  
ཅི་བྱར་ཡོད་དེ་དང་མ་བྱལ་བར་བྱེད་པའི་རྒྱས་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་དོ། །

གཉིས་པ་(བྱ་བ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་བྱེད་པར་ཞེན་པས་བསྐྱེད་བར་མི་རིགས་པའི་དཔེ་)ནི།

བྱན་གཡོག་བཞོལ་དུ་མི་བཏུབ་ལའང་། །

གོས་ལ་སོགས་པ་མི་སྦྱིན་ན། །

ལུས་འདི་བསྟོད་ཀྱང་གཞན་འགྲོ་ན། །

སྒྲིང་གོ་ཅི་སྟེ་ལ་ཐང་གསོ། །

དཔེར་ན་འཇིག་རྟེན་ན་བླན་གཡོག་འཁོར་གྱི་བྱ་བ་བྱེད་དུ་མི་བརྟུབ་  
པའང་རྗེ་བོས་བས་གོས་ལ་སོགས་པ་མི་སྦྱིན་པས་ཆད་པ་གཙོད་པར་བྱེད་  
ན། ལུས་འདི་འབད་དེ་གསོས་ཤིང་བསྟོད་ཀྱང་སྒྲིང་མི་དབང་བར་གཞན་དུ་  
འགྲོ་ན་སྒྲིང་གོ་སྟེ་སྒྲིང་ནི་ཅི་སྟེ་ལ་ཐང་ཐང་དུ་གསོ་བར་བྱེད་དེ་མི་རིགས་  
སོ།།

གསུམ་པ་(སྤྲ་རྟེན་གྱི་ནས་འདོད་དོན་སྦྱབ་ཏུ་གཞུག་པ་)ནི།

འདི་ལ་སྤྲ་རྟེན་གྱི་ནས་ནི། །

ད་ནི་རང་གི་དོན་བྱེད་ཚུག། །

ཕན་པ་མེད་པར་འདི་ལ་ནི། །

ཐམས་ཅད་སྦྱིན་པར་མི་བྱའོ། །

ལུས་འདི་ལ་འཆོ་བའི་རྒྱན་བས་གོས་སོགས་སྤྲ་རྟེན་གྱི་ནས་ནི་ད་  
ནི་རང་གི་དོན་དག་བའི་ལས་བྱེད་དུ་ཚུག་ཅིག །ཕན་པ་ཅུང་བད་ཀྱང་མེད་  
པར་ལུས་འདི་ལ་ནི་བས་གོས་སོགས་ཐམས་ཅད་སྦྱིན་པར་མི་བྱའོ། །

བཞི་པ་(གྲུའི་སྒོ་བཞག་སྟེ་སེམས་ཅན་མཐའ་དག་གི་དོན་སྒྲུབ་རིགས་པ་)ནི།

འགྲོ་དང་འོང་བའི་རྟེན་ཅམ་དུ།

ལུས་ལ་གྲུ་ཡི་སྒོ་བཞག་སྟེ།

སེམས་ཅན་རྣམས་དོན་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར།

ཡིད་བཞིན་གྱི་ནི་ལུས་སུ་བསྐྱེད།

ལུས་འདི་དག་བ་ལ་འབད་པའི་ཆེད་དུ་འགྲོ་བ་དང་འོང་བའི་རྟེན་  
ཅམ་དུ་ལུས་ལ་འཁོ་བའི་རྒྱ་མཆོའི་པ་རོལ་ཏུ་བགྲོད་པའི་གྲུའི་སྒོ་བཞག་སྟེ།  
སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་དོན་སྐྱེད་པའི་ཕྱིར་ཏུ་འབྲས་བུ་རྫོགས་པའི་སངས་  
རྒྱལ་གྱི་སྐྱེ་ཡིད་བཞིན་གྱི་རོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་ལྟ་བུའི་ལུས་སུ་བསྐྱེད་བར་  
བྱའོ།

གཉིས་པ་(དག་བ་བསྐྱེད་པ་ལ་མཁས་པར་བྱ་བ་)ལ་གསུམ།

ཐ་མལ་པའི་ཀུན་སྐྱོད་ཀུན་མཛེས་པར་བྱ་བ་དང་།      གཞན་དང་  
འགོགས་པའི་ཀུན་སྐྱོད་ཁ་ན་མ་སྒོ་བ་མེད་པ་ལ་མཁས་པར་བྱ་བ་དང་།      སྒོ་  
གསུམ་གྱི་ལས་བྱེད་པའི་བྱ་བ་ལ་མཁས་པར་བྱའོ།

དང་པོ་(ཐ་མལ་པའི་ཀུན་སྐྱོད་ཀུན་མཛེས་པར་བྱ་བ་)ལ་གསུམ།

གཞན་དང་ཐུད་པའི་ཆེ་འི་ལྟར་བྱ་བ་དང་།      ཡོ་བྱད་ལ་འདོར་ལེན་  
བྱེད་པ་སོགས་ཀྱི་ཆེ་འི་ལྟར་བྱ་བ་དང་།      སྐྱོད་པ་མཛེངས་པས་ཀུན་ཏུ་བྱ་བ་  
བསྐྱེད་པའོ།

དང་པོ་(གཞན་དང་སྤང་པའི་ཆེ་འི་ལྟར་བྱ་བ་)ནི།

དེ་ལྟར་རང་དབང་ཡོད་གྱིས་དེ། །

རྟག་ཏུ་འཇུག་པའི་བཞིན་དུ་གྱིས། །

ཁོ་གཉེར་ངོ་བུམ་ཡོངས་ཐོང་སྟེ། །

འགྲོ་བའི་བཤེས་དང་གསོང་པོར་གྱིས། །

དེ་ལྟར་རང་གི་ལྷས་སེམས་ལ་རང་དབང་ཡོད་པར་གྱིས་ཏེ་རྟག་ཏུ་  
གཞན་ལ་འཇུག་པ་དང་བཅས་པའི་བཞིན་དུ་གྱིས་ལ། ཁོ་གཉེར་དང་ངོ་བུམ་  
པ་བཞིན་བསྐྱེད་པ་ཡོངས་སུ་མཐོང་སྟེ་འགྲོ་བ་ལ་ཤུལ་ཆ་བའི་བཤེས་དང་། སྤྲོ་  
བའི་ཆེ་ཕེབས་པར་སྤྲོ་བའི་གསོང་པོར་གྱིས་ཤིག་པའོ། །

གཉིས་པ་(ཡོ་བྱད་ལ་འདོར་ལེན་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱི་ཆེ་འི་ལྟར་བྱ་བ་)ནི།

ཁྱིལ་སོགས་པ་བབ་ཅེས་དུ། །

སྤྲོ་དང་བཅས་པར་མི་དོར་རོ། །

ཁྱིལ་སོགས་པའི་ཡོ་བྱད་མ་བརྟགས་པར་བབ་ཅེས་དུ་སྤྲོ་ཆེན་པོ་དང་  
བཅས་པར་མི་དོར་རོ་སྟེ་གཞན་ལ་གཞོན་པའི་སྤྲོར་རོ། །

གསུམ་པ་(སྟོན་པ་མཛོངས་པས་ཀྱན་ཏུ་བྱ་བ་བསྐྱབ་པ་)ནི།

སྟོ་ཡང་དྲག་ཏུ་མི་དབྱེ་སྟེ། །

རྟག་ཏུ་གཙམ་བསྐྱེདས་དགའ་བར་བྱ། །

ཅུ་སྐྱུར་གྱི་ལ་ཚམ་རྒྱན་དག།

སྐྱ་མེད་འཇབ་ཅིང་འགོ་བ་ཡིས།།

མངོན་པར་འདོད་པའི་དོན་སྐྱབ་པ།།

ཐུབ་པས་ཏྲ་ཏུ་དེ་བཞིན་སྐྱད།།

ནང་ན་གནས་པ་ལ་གཞོད་པས་སྒོ་ཡང་དག་ཏུ་མི་དབྱེ་སྟེ་ཏྲ་ཏུ་  
གཙམ་སྐྱེད་ཞིང་དགའ་བར་འགྱུར་པའི་སྒྲོད་ལམ་བུའོ། །སྒྲོད་ལམ་འཇམ་  
པོས་དོན་གྲུབ་པའི་དཔེ་ནི་ཅུ་སྐྱུར་དང་གྱི་ལ་དང་། ཚམ་རྒྱན་པ་དག་སྐྱ་མེད་  
པར་འཇབ་ཅིང་འགོ་བ་ཡིས་རང་རང་གི་མངོན་པར་འདོད་པའི་དོན་བསྐྱབ་  
པ་བཞིན་དུ། ཐུབ་པས་ཏེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བརྟུལ་ཞུགས་ཅན་གྱིས་  
ཏྲ་ཏུ་སྒྲོད་ལམ་དེ་བཞིན་དུ་སྐྱད་པར་བུའོ། །

གཉིས་པ་(གཞན་དང་འགོགས་པའི་ཀུན་སྒྲོད་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་མེད་པ་ལ་མཁས་པར་བྱ་བ་)ལ་ལྟ།

པན་པར་སྐྱ་བ་ལ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ། བདེན་པར་སྐྱ་བ་ལ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ།  
བསོད་ནམས་བྱེད་པ་ལ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ། གཞན་གྱི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པའི་ཆེ་ཇི་  
ལྟར་བྱ་བ། གཞན་དགའ་བར་བྱས་པའི་པན་ཡོན་ནོ། །

དང་པོ་(པན་པར་སྐྱ་བ་ལ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་)ནི།

གཞན་ལ་བཞིན་བསྐྱེད་འདེབས་མཁས་ཞིང་།།

མ་བཙོལ་པན་པ་བྱེད་པའི་ངག།

གྲུས་པས་སྤྱི་བོས་སྦང་གིས་ཏེ།།



རྟག་ཏུ་ཀྱན་གྱི་སྒྲོབ་མར་གྱུར། །

གཞན་ལ་ཞེན་བསྐྱེད་འདེབས་པ་དག་གི་ལ་སྒྲོབ་པ་ལ་མཁས་པར་  
བྱས་ཤིང་རང་གིས་མ་བཅོལ་ཡང་། རང་ལ་ཕན་པ་བྱེད་པའི་དག་སྒྲོབ་བྱུང་  
ན་དགའ་བཞིན་དུ་གྱུས་པས་སྒྲིབ་པ་སྒྲོབ་སྒྲོབ་བྱེད་པར་གྱིས་ཏེ། ང་རྒྱལ་མེད་པར་  
རྟག་ཏུ་རང་ལ་ལེགས་པར་འདོམས་པ་ཀྱན་གྱི་སྒྲོབ་མར་འགྱུར་བར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(བདེན་པར་སྒྲོབ་པ་ལ་ངེ་ལྟར་བྱ་བ་)ནི།

ལེགས་པར་སྒྲོབ་པ་ཐམས་ཅད་ལ། །

དག་བར་གསུངས་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱ། །

བདེན་པའི་ཆོག་སྒྲོབ་པའི་ལེགས་པར་སྒྲོབ་པ་ཐམས་ཅད་ལ་དག་བར་  
གསུངས་སོ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(བསོད་ནམས་བྱེད་པ་ལ་ངེ་ལྟར་བྱ་བ་)ནི།

བསོད་ནམས་བྱེད་པ་མཐོང་གྱུར་ན། །

བསྒྲོད་པས་ལེགས་པར་དགའ་བ་བསྐྱེད། །

གཞན་དག་དཀོན་མཆོག་མཆོད་པ་ལ་སོགས་པའི་བསོད་ནམས་  
བྱེད་པ་མཐོང་བར་གྱུར་ན་དངོས་སུ་བསྒྲོད་པས་ལེགས་པར་དགའ་བ་དང་  
སྒྲོབ་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །

བཞི་པ་(གཞན་གྱི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པའི་ཆོ་ངེ་ལྟར་བྱ་བ་)ནི།

སྐྱོག་ན་ཡོན་ཏན་བརྗོད་བྱ་ཞིང་། །

ཡོན་ཏན་བརྗོད་ན་རྗེས་སུ་བརྗོད། །

རང་གི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་ན་དེ། །

ཡོན་ཏན་ཤེས་པར་རིག་པར་བྱ། །

དངོས་སུ་སྤྲུས་ན་ཁ་གསལ་ཏུ་དོགས་པས་སྒྲོག་ན་གཞན་གྱི་ཡོན་  
ཏན་བརྗོད་པར་བྱ་ཞིང་། གཞན་གྱིས་རང་ལས་གཞན་པའི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་  
ན། དེ་བཞིན་ནི་ཞེས་རྗེས་སུ་བརྗོད་པར་བྱའོ། །གཞན་གྱིས་རང་གི་ཡོན་ཏན་  
བརྗོད་ན་ཁེངས་པ་མེད་པར་སེམས་པ་དེས་རང་ལ་སྤྲུས་པའི་ཡོན་ཏན་ཡོད་  
མེད་བརྟགས་ལ་ཡོད་ན་ཡོན་ཏན་ཡོད་པར་ཤེས་པར་རིག་པར་བྱའི་རྩོམ་པ་  
དང་བཅས་པར་མི་བྱའོ། །

ལྷ་པ་(གཞན་དགའ་བར་བྱས་པའི་མན་ཡོན་)ནི།

རྩོམ་པ་ཐམས་ཅད་དགའ་བྱེད་ཏེ། །

དེ་ནི་རིན་གྱིས་ཉོ་ནའང་དགོན། །

དེ་ལྟས་གཞན་བྱས་ཡོན་ཏན་གྱིས། །

དགའ་བའི་བདེ་བ་སྤྱད་པར་བྱ། །

བདག་ལ་འདིར་གོང་ཡོང་མེད་ལ། །

པ་རོལ་ཏུ་ཡང་བདེ་བ་ཆེ། །

ཉེས་པས་མི་དགའ་སྤྱག་བསྐྱེད་ཞིང་། །

ཕ་རོལ་ཏུ་ཡང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཆེ། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒྲོ་གསུམ་གྱི་བཙུན་པ་ཐམས་ཅད་གཞན་  
དགའ་བའི་བྱིར་ཏེ། གཞན་དགའ་བ་དེ་ནི་རིན་གྱིས་ཉོ་ནའང་དགོན་པའི་བྱ་བ་  
ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་གཞན་དགའ་བར་བྱས་པའི་ཡོན་ཏན་གྱིས་ཆེ་འདིར་གཞན་  
གྱིས་སྐྱག་དོག་མེད་པར། དགའ་བའི་བདེ་བ་ལ་སྐྱུད་པར་བྱ་བ་དང་གཞན་  
དགའ་བར་བྱས་པས་བདག་ལ་ཆེ་འདིར་ལོངས་སྒྱུ་དུ་སོགས་གོ་ཡང་ཡོང་སྟེ་  
གཏན་མེད་ལ། ཆེ་ཕ་རོལ་ཏུ་ཡང་བདེ་བ་ཆེན་པོ་ཐོབ་པར་འགྱུར་བའི་བྱིར་  
རོ། །དེ་ལས་གཞན་ཏུ་གཞན་གྱི་ཡོན་ཏན་ལ་ཁྲོ་བའི་ཉེས་པས་ཆེ་འདིར་ཡིད་  
མི་དགའ་ལ་ལུས་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཞིང་། ཆེ་ཕ་རོལ་ཏུ་ཡང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཆེན་པོ་  
འབྱུང་ངོ། །

གསུམ་པ་(སྒྲོ་གསུམ་གྱི་ལས་བྱེད་པའི་བྱ་བ་ལ་མཁས་པར་བྱ་བ་)ལ་གསུམ།

སྐྱ་བའི་ཆེ་ངེ་ལྟར་བྱ་བ་དང་། བལྟ་བའི་ཆེ་ངེ་ལྟར་བྱ་བ་དང་། དགོ་  
བའི་ལས་འབའ་ཞིག་དང་འབྲེལ་བར་བྱ་བའོ། །

དང་པོ་(སྐྱ་བའི་ཆེ་ངེ་ལྟར་བྱ་བ་)ནི།

སྐྱ་ན་ཡིད་ཐེབས་འབྲེལ་བ་དང་། །

དོན་གསལ་ཡིད་ཏུ་འོང་བ་དང་། །

ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་སྤངས་བ་དང་། །

འཇམ་ཞིང་རན་པར་སྐྱ་བར་བྱ། །

གཞན་དང་སྦྲ་ན་ཡང་སྦྱིང་ཐག་པ་ནས་ཡིད་ཤེས་པ་དང་། སྦྱི་  
སོགས་འབྲེལ་བ་དང་གོ་སྦྱ་བ་དོན་གསལ་པོས་ཡིད་ལ་འབབ་པས་ཡིད་དུ་  
འོང་བ་དང་། གཏུག་སྦྱོང་ཆགས་པ་དང་ཞེ་སྤང་སྤངས་པ་དང་ཆོག་འཇམ་ཞིང་  
དུས་དང་མང་ཉུང་རན་པར་སྦྱ་བར་བྱ་སྟེ་ས་བཅུ་པའི་མདོ་ལས་གསུངས་པ་  
བཞིན་ནོ། །

གཉིས་པ་(བལྟ་བའི་ཆེ་རྒྱར་བྱ་བ་)ནི།

མིག་གིས་སེམས་ཅན་ལྟ་ན་ཡང་། །

འདི་དག་ཉིད་ལ་བརྟེན་ནས་བདག་།

སངས་རྒྱས་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེས། །

དང་ཞིང་བྱམས་པའི་ཚུལ་གྱིས་བལྟ། །

མིག་གིས་སེམས་ཅན་ལ་བལྟ་ན་ཡང་སྐྱོམ་པས་གདུངས་པ་ཚུ་བྱང་  
མོ་འབྱུངས་པས་སེམ་པར་བྱེད་པ་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་འདི་དག་ལ་བརྟེན་  
ནས་བདག་སངས་རྒྱས་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེས་བསམས་ནས། བསམ་པ་དང་  
ཞིང་སེམས་ཅན་ལ་བྱམས་པའི་ཚུལ་གྱིས་བལྟ་བར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(དགོ་བའི་ལས་འབའ་ཞིག་དང་འབྲེལ་བར་བྱ་བ་)ལ་གསུམ།

སྦྱིན་པའི་ཞིང་བྱང་པར་ཅན་ལ་སྦྱིན་པ་བྱ་བ་དང་། དགོ་བའི་ལས་  
རྣམས་རང་སྟོབས་གྱིས་བྱ་བ་དང་། དགོ་བ་གོང་ནས་གོང་དུ་བྱང་ཞུགས་  
ཞིང་དགོས་པ་བརྟགས་ནས་བྱ་བའོ། །

དང་པོ་(སྒྲིན་པའི་ཞིང་ཁྱད་པར་ཅན་ལ་སྒྲིན་པ་བྱ་བ་)ནི།

རྟག་པར་མངོན་ཞེན་གྱིས་བསྐྱང་བའམ། །

གཉེན་པོ་ཡིས་ནི་བསྐྱང་བ་ཉིད། །

ཡོན་ཏན་དང་ནི་ཕན་འདོགས་ཞིང་། །

སྐྱུག་བསྐྱེལ་བ་ལ་དགོ་ཆེན་འགྱུར། །

དགོ་བ་རྟག་པར་རྒྱན་དུ་བྱ་བ་དང་། མངོན་ཞེན་གྱིས་བསྐྱང་བ་སྟེ་  
འདུན་པ་དྲག་པོས་བྱ་བ་དང་། མ་ཆགས་པ་ལ་སོགས་པ་མི་མཐུན་སྟོགས་  
གྱི་གཉེན་པོ་ཡིས་ནི་ཀུན་ནས་བསྐྱང་བ་ཉིད་གྱིས་ཞིང་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་  
ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པའི་ཞིང་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སོགས་པ་དང་ཕ་མ་  
སོགས་ཕན་འདོགས་པའི་ཞིང་དང་། དབུལ་པོངས་སོགས་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཅན་  
གྱི་ཞིང་ལ་བྱིན་པས་དགོ་བ་ཆེན་པོར་འགྱུར་བས་འབད་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(དགོ་བའི་ལས་རྣམས་རང་སྟོབས་གྱིས་བྱ་བ་)ནི།

མཁས་ཞིང་ལྡང་དང་ལྡན་བྱས་ནས། །

ལས་རྣམས་བདག་གིས་རྟག་ཏུ་བྱ། །

ལས་རྣམས་ཀུན་ལ་སུ་ལ་ཡང་། །

སྟོས་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །

སྤང་དོར་དང་འཇུག་སྟོག་ལ་མཁས་ཞིང་དགོ་བ་ལ་དང་བ་དང་ལྡན་

པར་བྱས་ནས་དགེ་བའི་ལས་རྣམས་བདག་གིས་རྟག་ཏུ་བྱའོ། །གཞན་འབའ་  
ཞིག་བྱེད་ཏུ་འཇུག་པ་ལྟ་བུ་དགེ་བའི་ལས་རྣམས་ཀྱན་ལ་གྲོགས་སུ་ལ་ཡང་  
སྟོས་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་(དགེ་བ་གོང་ནས་གོང་ཏུ་བྱད་ཞུགས་ཤིང་དགོས་པ་བརྟགས་ནས་བྱ་བ་)ནི།

སྦྱིན་པའི་པ་རོལ་སྦྱིན་ལ་སོགས། །

གོང་ནས་གོང་ཏུ་བྱད་ཞུགས་སྦྱད། །

ཆུང་དུ་འི་བྱིར་ནི་ཆེ་མི་བཏང་། །

གཙོ་ཆེར་གཞན་གྱི་དོན་བསམ་སོ། །

སྦྱིན་པའི་པ་རོལ་ཏུ་སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་བར་ཏུ་གོང་  
ནས་གོང་ཏུ་བྱད་ཞུགས་ཤིང་འཕེལ་བ་སྦྱད་པར་བྱའོ། །སྦྱིན་པ་དང་ཚུལ་  
ཁྲིམས་སོགས་དགོས་པ་དང་དགེ་བ་ཆུང་དུ་འི་བྱིར་ནི་ཆེ་བ་མི་བཏང་ཞིང་  
ཆེན་པོ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །ཤུགས་ཀྱིས་གཉིས་ཀ་ཅིག་ཅར་མི་རུས་ཤིང་  
ནང་འདོམས་ན་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་བའི་དོན་ཏུ་ཆུང་དུ་བཏང་བར་བསྟན་ཏོ། །ཆེ་  
ཆུང་གང་གིས་འཛོག་ཅེ་ན་ཆེ་འདི་འི་རང་དོན་དང་གཞན་དོན་ལྟ་བུ་གཅིག་  
བྱས་པས་ཅིག་ཤོས་ཉམས་པར་འགྱུར་ན། གཙོ་ཆེར་གཞན་གྱི་དོན་བསམ་  
སོ། །

གསུམ་པ་(སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་བསྐྱབ་པ་)ལ་གསུམ།

གཞན་དོན་ལྟར་སྒྲུང་བ་དང་། རང་ཉེས་བསམ་མ་གོས་པར་གཞན་བསྐྱེད་

བའི་སྟོན་པ་དང་། སེམས་ཅན་གྱི་སེམས་རྗེས་སུ་བསྐྱང་ཞིང་ཉེས་པས་མི་  
གོས་པའི་སྟོན་པ་ལ་བསྐྱབ་པའོ། །

དང་པོ་(གཞན་དོན་སྦྱར་ཆེད་པ་)ནི།

དེ་ལྟར་རིག་བྱས་གཞན་དོན་ལ། །

རྟག་ཏུ་བཙོན་པར་གནས་པར་བྱ། །

སྒར་བཞག་པ་ད་ལྟར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་སྤང་དོར་གྱི་གནས་  
རིག་པར་བྱས་ཏེ་གཞན་དོན་ལ་རྟག་ཏུ་བཙོན་པར་གནས་པར་བྱ་ལ། གཞན་  
དོན་ལ་བྱ་སྒྲ་ཆོགས་སྐྱབ་དགོས་པས་རང་ཉིད་ཉེས་པས་གོས་པར་འགྱུར་རོ་  
ཞེ་ན།

ཐུགས་རྗེ་མངའ་བ་རིང་གཟིགས་པས། །

བཀག་པ་རྣམས་ཀྱང་དེ་ལ་གནང་། །

ཐུགས་རྗེ་མངའ་བ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་རིང་བའི་སྒྲོག་གྱུར་གྱི་དོན་  
རྣམས་ཀྱང་མངོན་སུམ་དུ་གཟིགས་པས་ལུས་ངག་གི་མི་དགོ་བ་བདུན་  
ལ་སོགས་པ་ཉན་ཐོས་རང་དོན་གཙོ་བོར་བྱེད་པ་ལ་བཀག་པ་རྣམས་ཀྱང་  
སྐབས་སུ་བབ་པའི་ཆེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་ལ་གནང་བས་ཉེས་པར་མི་  
འགྱུར་བར་མ་ཟད་ཆོགས་ཆེན་པོར་འགྱུར་ཏེ། གསང་ཆེན་ཐབས་ལ་མཁས་  
པའི་མདོ་ལས། དེད་དཔོན་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོས་མི་ནག་པོ་བསད་པས་བསྐྱལ་  
པ་དུ་མའི་འཁོར་བ་བརྟེན་པར་གསུངས་པས་དང་། བླ་མ་ཟེའི་ཁྱིའུ་སྐར་མའི་



བྱུང་བ་ལ་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཡང་ན་ཐུགས་རྗེ་མངའ་བ་རིང་གཟིགས་པ་  
ལུས་ངག་གི་བདུན་གནང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཉིད་ལ་བཤད་པར་  
བྱའོ། །

གཉིས་པ་(རང་ཉེས་བས་མ་གོས་པར་གཞན་བསྐྱེད་བའི་སྒྲིབ་པ་)ལ་གཉིས།

ཟང་ཟིང་གིས་བསྐྱེད་བ་དང་། ཆོས་ཀྱིས་བསྐྱེད་བའོ། །

དང་པོ་(ཟང་ཟིང་གིས་བསྐྱེད་བ་)ལ་གསུམ།

ཟས་གོས་སྦྱིན་པ་དང་མི་སྦྱིན་པའི་བྱང་པར་དང་། བྱ་བ་སྤྲོད་ཆོགས་  
ཀྱི་ཆེད་དུ་ལུས་ལ་གཞོན་པར་མི་བྱ་བ་དང་། ལུས་སྦྱིན་པར་གཏོང་བའི་དུས་  
དང་དགོས་པ་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་(ཟས་གོས་སྦྱིན་པ་དང་མི་སྦྱིན་པའི་བྱང་པར་)ནི།

ལོག་པར་ལྷུང་དང་མགོན་མེད་དང་། །

བརྟུལ་ཁྱུགས་གནས་ལ་བགོ་བྱ་ཞིང་། །

རན་པ་ཅུམ་དུ་བཟའ་བྱ་སྟེ། །

ཆོས་གོས་གསུམ་མ་གཏོགས་པ་སྦྱིན། །

ཟས་ལ་ལོངས་སྒྲིབ་པའི་ཆེ་ལོག་པར་ལྷུང་བ་དུད་འགོ་དང་། ཡི་

དྲགས་དང་། མགོན་མེད་པའི་ནད་པ་སོགས་དང་། བརྟུལ་ཁྱུགས་ལ་གནས་  
པ་ཆངས་པ་མཆུངས་པར་སྒྲིབ་པ་ཡོད་ན་དེ་ལ་ཡང་ཆ་རེ་བགོ་བར་བྱ་ཞིང་།  
རང་ཉིད་ཀྱང་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་ཆོད་རིག་བྱ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཟས་ལ་

བརྟེན་པའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་མེད་པར་རིན་པ་ཅམ་དུ་བཟའ་བར་བྱ་སྟེ། ཀྱན་སྟོང་  
སོགས་བཞེས་སྟོང་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་བྱའོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
དགེ་སྟོང་གིས་སྒྲམ་སྒྱར་དང་། སྒྲ་གོས་དང་། ཐང་གོས་ཏེ་ཆོས་གོས་གསུམ་  
མ་གཏོགས་པར་ཡོ་བྱད་གཞན་ཡོད་ན་སྦྱིན་པར་བྱའོ། །ཆོས་གོས་གསུམ་  
ཡང་ལྟག་པའི་ཡོ་བྱད་ཡོད་ན་སྦྱིན་པར་བྱའོ། །ཆོས་པ་གཅིག་ལས་མེད་ན་  
སྦྱིན་པར་མི་བྱ་སྟེ། ཆངས་པར་སྟོན་པའི་བར་ཆད་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་(བྱ་བ་སྒྲན་ཆེགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ལུས་ལ་གནོད་པར་མི་བྱ་བ་)ནི།

དམ་པའི་ཆོས་ནི་སྟོན་པའི་ལུས། །

སྒྲན་ཆེགས་ཆེད་དུ་གནོད་མི་བྱ། །

དེ་ལྟར་བྱས་ན་སེམས་ཅན་གྱི། །

བསམ་པ་སྒྱུར་དུ་རྫོགས་པར་འགྱུར། །

གང་ཞིག་བསྒྱུངས་ན་རང་གཞན་གྱི་དོན་རྒྱ་ཆེན་པོ་འགྱུར་པའི་དམ་  
པའི་ཆོས་ནི་སྟོན་པའི་རྟེན་དུ་གྱུར་པའི་རང་གི་ལུས་གཞན་ལ་སྒྲན་པ་སྒྲན་  
ཆེགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་གནོད་པར་མི་བྱ་སྟེ་མ་བཞིན་དུ་བསྒྱུང་བར་བྱའོ། །དེ་  
ལྟར་བྱས་ན་དལ་འབྱོར་ལ་བརྟེན་ནས་བསྐྱབ་པ་གསུམ་རྫོགས་པའི་སྟོན་ནས་  
སེམས་ཅན་གྱི་བསམ་པ་སྒྱུར་དུ་རྫོགས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །བཞི་  
བརྒྱ་པ་ལས། ལུས་ནི་དབྱ་ལྟར་མཐོང་མོད་ཀྱི། དེ་ལྟར་ཡང་ད་བསྒྱུང་བྱ།  
ཁྱེད་ལས་ལྟན་ཡུན་རིང་འཆེ་བ་ནི། དེ་ལས་བསོད་ནམས་ཆེན་པོ་བྱེད། །ཅེས་

གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

གསུམ་པ་(ལུས་སྦྱིན་པར་གཏོང་བའི་དུས་དང་དགོས་པ་བཞད་པ)ནི།

སྦྱིང་རྗེའི་བསམ་པ་མ་དག་པར། །

ལུས་འདི་གཏང་བར་མི་བྱ་སྟེ། །

ཅི་ནས་འདི་དང་གཞན་དུ་ཡང་། །

དོན་ཆེན་སྐྱབ་པའི་རྒྱར་གཏང་རོ། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་དང་པོ་ནས་ལུས་ལ་སོགས་པ་སེམས་ཅན་  
ལ་བསམ་པ་ཐག་པ་ནས་བཏང་མོད་ཀྱང་། ལུས་ཀྱི་ཤ་ལ་སོགས་པ་སྦྱོང་  
བའི་དཀའ་སྤྱད་ཀྱིས་ཡིད་འབྱུང་བར་འགྱུར་བ་དང་། རྗེས་སུ་འགྱོད་པ་  
སོགས་བདག་པས་གཞན་གཅེས་པའི་སྦྱིང་རྗེའི་བསམ་པ་མ་དག་པར་སྦྱོར་  
བས་ལུས་འདི་བཏང་བར་མི་བྱ་སྟེ། རྒྱས་པར་བསྐྱབ་བཏུས་སུ་མདོ་བྱངས་  
པ་ལྟར་དུས་མ་ཡིན་པར་གཏོང་བ་བདུད་ཀྱི་ལས་སུ་གསུངས་པའི་བྱིར་རོ།  
རང་ངོས་ནས་སེར་སྒྲ་སོགས་སྦྱིན་པའི་གོགས་དང་བྲལ་ཞིང་ཉེས་མེད་དུ་  
ཆོགས་ཆེན་པོ་རྫོགས་པར་འགྱུར་བའི་ཆེ། ཅི་ནས་ཀྱང་ཆེ་རབས་འདི་དང་  
གཞན་དུ་ཡང་དོན་ཆེན་པོ་སྐྱབ་པའི་རྒྱར་འགྱུར་བའི་ཆེ་གཏང་རོ། །

གཉིས་པ་(ཆོས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པ)ལ་གསུམ།

ཆོས་བཞད་དུ་མི་རུང་བའི་ཉན་པ་པོའི་ལུས་ཀྱི་ཀུན་སྦྱོང་དང་། སྦྱོང་  
ཀྱི་བསམ་པའི་བྱུང་བར་བརྟག་པ་དང་། རྒྱ་ཆེན་པོ་ལ་མོས་པ་དམན་པ་ལ་

སྐྱར་བར་མི་བྱ་བའོ། །

དང་པོ་(ཆོས་བཤད་དུ་མི་རུང་བའི་ཉན་བ་པོའི་ལུས་ཀྱི་ཀུན་སྟོན་)ནི།

མ་གྲུས་པ་ལ་ཆོས་མི་བཤད། །

མི་ན་བཞིན་དུ་མགོ་དགྲིས་དང་། །

གདུགས་དང་འཁར་བ་མཆོན་ཐོགས་དང་། །

མགོ་བོ་གཡོགས་པ་དག་ལ་མིན། །

ཆོས་དང་ཆོས་སྐྱབ་ལ་མ་གྲུས་པ་ལ་ཆོས་མི་བཤད་ཅིང་སྟོན་ལམ་  
ཀྱི་བྱང་པར་མིན་བཞིན་དུ་མགོ་དགྲིས་པ་དང་། ལག་ན་གདུགས་དང་།  
འཁོར་བ་དང་། མཆོན་ཆ་ཐོགས་པ་དང་། རས་ལ་སོགས་པས་མགོ་བོ་  
གཡོགས་པ་དག་ལ་འང་ཆོས་བཤད་པར་བྱ་བ་མིན་ནོ། །

གཉིས་པ་(སྟོན་གྱི་བསམ་བཞི་བྱང་པར་བརྟག་པ་)ནི།

དམན་ལ་ཟབ་དང་རྒྱ་ཆེ་དང་། །

སྐྱེས་པ་མེད་པར་བྱད་མེད་མིན། །

དམན་དང་མཆོག་གི་ཆོས་རྣམས་ལ། །

མཚུངས་པར་གྲུས་པས་ཀུན་དུ་སྟུང། །

སྟོན་མ་ཡིན་པའི་བསམ་པ་དམན་པ་ལ་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཆོས་  
མི་བཤད་པ་དང་། སྐྱེས་པ་མེད་པར་བྱད་མེད་གཅིག་ལུ་ལ་ཡང་མིན་ནོ། །

ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གི་ཆོས་ལྟ་བུ་དམན་པ་དང་མཆོག་གི་ཆོས་རྣམས་བཟང་  
ངན་དང་། རིགས་མི་རིགས་དང་། སངས་རྒྱས་ཐབས་སུ་འགྱུར་མི་འགྱུར་  
སོགས་སོ་སོར་བྱེན་ཆོས་སྤོང་དུ་གསུངས་པས། ཀུན་ལ་མཚུངས་པར་  
གྱས་པས་ཀུན་ཏུ་སྤྱད་ཅིང་ཉམས་སུ་སྒྲང་བར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(རྒྱ་ཆེན་པོ་ལ་མོས་པ་དམན་པ་ལ་སྤྱར་བར་མི་བྱ་བ་)ནི།

རྒྱ་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་སྣོད་གྱུར་པ། །

དམན་པའི་ཆོས་ལ་སྤྱར་བར་མི་བྱ། །

སྣོད་པ་ཡོངས་སུ་དོར་མི་བྱ། །

མདོ་དང་སྒྲགས་ཀྱིས་འབྲིད་མི་བྱ། །

རྒྱ་ཆེན་པོའི་ཆོས་ཀྱི་སྣོད་དུ་གྱུར་པ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རིགས་ཅན་  
ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་ནས་འབྲིད་པ་ལྟ་བུ་དམན་པའི་ཆོས་ལ་སྤྱར་བར་མི་བྱ་སྟེ།  
ལྷུང་བ་འབྱུང་བར་གསུངས་པའི་བྱིར་རོ། །སྒྲིམ་པའི་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་སྣོད་  
པའང་ཡོངས་སུ་དོར་བར་མི་བྱ་བ་སྟེ། དེའི་སྣོད་དུ་རུང་བཞིན་དུ་མདོ་སྟེ་དང་  
སྒྲགས་བསྐྱགས་པ་ཅམ་ཀྱིས་དག་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་མདོ་དང་སྒྲགས་ཀྱིས་  
གཞན་འབྲིད་པར་མི་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(སེམས་ཅན་གྱི་སེམས་རྗེས་སུ་བསྐྱེད་ཞིང་ཉེས་པས་མི་གོས་པའི་སྣོད་པ་ལ་བསྐྱབ་པ་)ལ་གཉིས།

རྒྱས་པར་བཤད་པ་དང་། དོན་བསྐྱུ་བའོ། །

དང་པོ་(རྒྱལ་པར་བཤད་པ་)ལ་གསུམ།

ལུས་ཀྱི་སྒྲིབ་ལམ་ཉེས་པ་དང་བཅས་ཤིང་གཞན་མ་དད་པ་སྤང་བ་  
དང་། ལམ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་པའི་ཆེ་ཁྱེར་བྱ་བ་དང་། ཉལ་བའི་ཀྱན་སྒྲིབ་  
ཇི་ལྟར་བྱ་བའོ། །

དང་པོ་(ལུས་ཀྱི་སྒྲིབ་ལམ་ཉེས་པ་དང་བཅས་ཤིང་གཞན་མ་དད་པ་སྤང་བ་)ནི།

ཐུན་མོངས་པའི་འདུལ་བའི་སྡེ་སྒྲིབ་ལས་གསུངས་པའི་ཀྱན་སྒྲིབ་  
ནམས་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་རབ་ཏུ་བྱང་བས་ཀྱང་གནང་བའི་སྐབས་  
མ་གཏོགས་བསྐྱང་དགོས་ལ་གཞན་མ་དད་པ་བསྐྱེད་པ་བྱིས་པའི་སེམས་  
དཔས་ཀྱང་བསྐྱང་དགོས་པས།

སོ་ཤིང་དང་ནི་མཆིལ་མ་དག །

དོར་བ་ན་ནི་དག་པ་པར་བྱ། །

གཅི་ལ་སོགས་པའང་ལོངས་སྒྲིབ་པའི། །

ཆུ་དང་ཐང་ལ་དོར་བ་སྤང། །

ཁ་བཀང་བ་དང་སྒྲ་བཅས་དང་། །

ཁ་གདངས་ནས་ནི་བཟའ་མི་བྱ། །

ཁ་འཁྱུ་བའི་སོ་ཤིང་དང་ནི་མཆིལ་མ་དག་དོར་བ་ན་ནི་ས་ལ་སོགས་  
པས་དག་པ་པར་བྱ་ཞིང་། བཤད་གཅི་དང་སྐབས་ལ་སོགས་པ་ཐུན་མོང་དུ་  
ལོངས་སྒྲིབ་པའི་ཆུ་དང་ཐང་ལ་དོར་བ་སྤང་ལ་སོགས་པས་སྤང་བར་འགྱུར་



བས་དོར་བར་མི་བྱའོ། །ཟས་གྱིས་ལེགས་པར་ཁ་བཀང་བ་དང་ཅག་ཅག་ལ་  
སོགས་པའི་སྒྲ་ཆེན་པོ་དང་བཅས་པ་དང་། ལེགས་པར་ཁ་གདངས་ནས་ནི་  
བཟའ་བར་མི་བྱའོ། །

རྐང་པ་བརྐང་སྟེ་མི་འདུག་ཅིང་། །

ལག་པ་མཉམ་པར་མི་མཉེའོ། །

བཞོན་པ་མལ་སྟན་གནས་དག་ཏུ། །

བྱད་མེད་གཞན་དང་གཅིག་མི་བྲ། །

འཛིག་ཏེན་མ་དད་གྱུར་པ་ཀུན། །

མཐོང་དང་ངེས་ཏེ་སྤང་བར་བྲ། །

ཁྱིལ་སོགས་པ་ལ་འདུག་པ་ན་རྐང་པ་གཉིས་ས་ལ་བརྐང་སྟེ་མི་  
འདུག་ཅིང་། ལག་པ་གཉིས་དུས་གཅིག་ཏུ་མཉམ་པར་མི་མཉེའོ། །རིམ་གྱིས་  
མྱེད་པ་ལ་ཉེས་པ་མེད་དོ། །རྟེན་སོགས་པའི་བཞོན་པ་དང་། མལ་སྟན་དང་།  
གནས་དག་ཏུ་གཞན་གྱི་བྱད་མེད་དང་། ཁྱིམ་པའི་སེམས་དཔས་ཀྱང་ཉེ་  
དུ་མ་ཡིན་པའི་བྱད་མེད་གཞན་དང་སྟན་ཅིག་གནས་པར་མི་བྱའོ། །མདོར་  
བསྡུས་ན་སྟོན་ལམ་གང་ལ་འཛིག་ཏེན་མ་དད་པར་འགྱུར་བ་ཀུན་མདོན་  
སུམ་གྱིས་མཐོང་བ་དང་། རང་གིས་མ་ཤེས་པ་ཡུལ་དུས་དེར་ངེས་ནས་སྤང་  
བར་བྱའོ། །



གཉིས་པ་(ལམ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་པའི་ཆེ་ཁྲི་ལྟར་བྱ་བ་)ནི།

སོར་མོས་བརྟན་ནི་མི་བྱ་སྟེ། །

གྲུས་དང་བཅས་པས་གཡས་པ་ཡི། །

ལག་པ་དག་ནི་ཀྱན་གྱིས་ཀྱང་། །

ལམ་ཡང་དེ་ལྟར་བསྟན་པར་བྱ། །

ལག་པ་ཤས་ཆེར་བསྒྲིབ་མིན་ཏེ། །

ཅུང་ཟད་བསྒྲིབ་ལ་སྒྲ་བསྒྲགས་པ། །

སེ་གོལ་ལ་སོགས་བརྟན་བྱས་ཏེ། །

གཞན་ཏུ་མ་བསྐྱམས་པར་འགྱུར་རོ། །

གཞན་ལ་བརྟན་བྱེད་པའི་ཆེ་ལག་པ་གཡོན་པའི་སོར་མོ་རེ་རེས་བརྟན་  
ནི་མི་བྱ་སྟེ། བརྟན་ཐབས་སུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །གྲུས་པ་དང་བཅས་  
པར་གཡས་པའི་ལག་པ་དག་ནི་གྱེན་ཏུ་བསྟན་ནས་སོར་མོ་ཀྱན་གྱིས་ཀྱང་  
བརྟན་བྱ་ཞིང་ལམ་ཡང་དེ་ལྟར་བསྟན་པར་བྱའོ། །དགོས་པ་མེད་པར་ལག་པ་  
ཤས་ཆེར་དག་པོས་བསྒྲིབ་པར་བྱ་བ་མིན་ཏེ་ཁོད་བག་ཏུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་  
རོ། །ལག་པ་ཅུང་ཟད་བསྒྲིབ་པ་ལ་སྒྲ་བསྒྲགས་པ་དང་སེ་གོལ་ལ་སོགས་པ་  
ནམས་བྱ་སྟེ། གཞན་ཏུ་ཏ་ཅང་སྒྲ་ཆེ་བ་སོགས་སྒྲིབ་ལམ་མ་བསྐྱམས་པར་  
འགྱུར་རོ། །

གསུམ་པ་(ཉལ་བའི་ཀུན་སྒྲིང་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་)ནི།

མགོན་པོ་ཐུང་ན་འདས་གཟིམས་ལྟར། །

འདོད་པའི་སྤྱོད་གས་སུ་ཉལ་བར་བྱ། །

ཞེས་བཞིན་སྐྱར་དུ་ལྡང་སེམས་ལ། །

ཐོག་མ་ཉིད་དུ་ངེས་པར་སྐྱར། །

ཉལ་བའི་ཆ་མགོན་པོ་ཐུང་ན་ལས་འདས་ཚུལ་སྟོན་པའི་ཆེ་གཟིམས་  
ལུགས་ལྟར་འདོད་པའི་སྤྱོད་གས་སུ་མགོ་བསྟན་སྟོ་གཡས་པ་ཕབ་སྟེ་རྒྱང་  
པ་གཡས་པའི་སྟེང་དུ་གཡོན་པ་བཞག། །ལག་པ་གཡས་པའི་སྟེང་དུ་མགོ་  
བཞག་ཆོས་གོས་ཀྱིས་ལེགས་པར་གཡོགས་ལ་ཉལ་བར་བྱ་ནིང་། ཉལ་བའི་  
ཆེ་དགོ་བའི་དམིགས་པ་ལ་དྲན་པ་དང་ཞེས་བཞིན་བསྟེན་ནས་སྐྱང་བའི་འདུ་  
ཞེས་དང་། སྐྱར་དུ་ལྡང་བར་བྱའོ་སྟམ་པའི་སེམས་ལ་ཐོག་མ་ཉིད་དུ་ངེས་  
པར་སྐྱར་ཏེ། གཉིད་ཀྱིས་ལུས་རྒྱས་ནས་དགོ་བ་ལ་འབད་པར་བྱ་སྟམ་པས་  
ཉལ་བར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(དོན་བསྐྱེད་པ་)ནི།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒྲིང་པ་དག། །

ཚད་མེད་པར་ནི་གསུངས་པ་ལས། །

སེམས་སྐྱང་བ་ཡི་སྒྲིང་པ་ནི། །

ངེས་པར་དེ་སྤྲོད་སྤྲོད་པར་བྲ། །

མདོ་དང་དགོངས་འགྲེལ་ལས། སྒྲིན་སོགས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་  
སྒྲིབ་པ་དག་གི་དབྱེ་བ་ཆད་མེད་པར་ནི་གསུངས་པ་ལས་མཐའ་དག་བསྐྱབ་  
མ་རུས་ན། དང་པོ་ཁོ་ནར་རང་གི་སེམས་སྤྱང་བའི་སྤྲོད་པ་སྤྲར་བ་འད་པ་ནི་  
ངེས་པར་སྒྲིབ་པ་མཐའ་དག་ཉམས་སུ་ལེན་རུས་པ་དེ་སྤྲོད་པར་བྲོ། །

བཞི་པ་(བསྐྱབ་པ་སྤྲོད་སྤྲོད་ཆོགས་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་)ལ་གཉིས།

རྒྱས་པར་བའད་པ་དང་། མཐུག་བསྐྱབ་བའོ། །

དང་པོ་(རྒྱས་པར་བའད་པ་)ལ་བཞི།

བསྐྱབ་པ་དག་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་དང་། བསྐྱབ་པའི་གཞི་དང་། ཆེད་དུ་བྱ་བ་  
དང་། གང་ལ་ཐོས་བསམ་བྱེད་པའི་གཞིའོ། །

དང་པོ་(བསྐྱབ་པ་དག་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་)ནི།

བསྐྱབ་པ་ལ་འབད་ཀྱང་ཉེས་བས་གོས་ན་ངེ་ལྟར་བྱ་ཞེ་ན། ཅུ་བའི་ལྷང་  
བས་གསོན་བསྐྱབ་བརྟམ་ལས། མི་ལམ་འཕགས་པ་ནམ་སྤྱང་པོའི། །མདུན་  
དུ་འདུག་ལ་བའགས་པར་བྲ། ཞེས་པ་ལྟར་སྤྲོད་པ་བའགས་ནས་སྤྲོམ་པ་  
སྤྲར་སོར་ཆུད་པར་བྲོ། །ཟག་པ་རྒྱང་འབྱེད་དང་། ཉེས་བྱས་ཞེ་དུག་དང་།  
གཞན་ཡང་བསྐྱབ་བརྟམ་ལས་གསུངས་པའི་ཉེས་པ་དེ་དག་བྱང་ན།

ཉིན་དང་མཆན་མོ་ལན་གསུམ་དུ། །

སྤྱང་པོ་གསུམ་པ་གདོན་བྱ་ཞིང་། །

རྒྱལ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་བརྟེན་ནས། །

ལྷུང་བའི་ལྷག་མ་དེས་ཞི་བྱ། །

ཉིན་ལན་གསུམ་དང་མཚན་མོ་ལན་གསུམ་དུ་སྒྲིག་པ་བཤའ་གས་པ་  
དང་། བསོད་ནམས་གསོག་པ་དང་། དག་བ་མི་ཟད་ཅིང་སྤྲེལ་བའི་ཐབས་  
ལུང་པོ་གསུམ་པ་འདོན་པར་བྱ་ཞིང་། རྒྱལ་བ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་  
སྐྱབས་འགོ་དང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བརྟེན་ནས་སྤར་བཤའ་པ་ལྷུང་སྟོབས་  
བཞི་ཚང་བའི་སྟོན་སྒྲུང་བའི་ལྷག་མ་དེ་ཞི་བར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(བསྐྱབ་པའི་གཞི་)ནི།

རང་ངམ་གཞན་གྱི་དབང་ཡང་རུང་། །

གནས་སྐྱབས་གང་དུ་ཅི་སྟོད་ཀྱང་། །

བསྐྱབ་པར་གསུངས་པ་གང་ཡིན་པའི། །

གནས་སྐྱབས་དེ་ལ་འབད་དེ་བསྐྱབ། །

རང་ངམ་གཞན་གྱི་དོན་གྱི་དབང་ཡང་རུང་གནས་སྐྱབས་གང་དུ་སྟོ་  
གསུམ་གྱི་བྱ་བ་ཅི་སྟོད་ཀྱང་རྒྱལ་བས་བསྐྱབ་པར་གསུངས་པ་གང་ཡིན་  
པའི་བྱ་བའི་གནས་སྐྱབས་དེ་ལ་ཉིས་པས་མ་གོས་པར་འབད་དེ་བསྐྱབ་པར་  
བྱའོ། །

རྒྱལ་སྤྲས་ནམས་ཀྱིས་མི་བསྐྱབ་པ། །

དེ་ནི་གང་ཡང་ཡོད་མིན་ཏེ། །

དེ་ལྟར་གནས་པའི་མཁས་པ་ལ། །

བསོད་ནམས་མི་འགྱུར་གང་ཡང་མེད། །

རྒྱལ་སྤངས་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་མི་བསྐྱབ་པའི་ཤེས་བྱ་དེ་ནི་  
གང་ཡང་ཡོད་པ་མིན་ཏེ་གནས་མཐའ་དག་ལ་སློབ་པ་དེ་ལྟར་གནས་པའི་  
མཁས་པ་ལ་བསོད་ནམས་སྤྲུལ་མི་འགྱུར་བའི་བྱ་བ་གང་ཡང་མེད་པས་མ་  
དད་པ་བསྐྱེད་པར་མི་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(ཆེད་དུ་བྱ་བ་)ལ་གཉིས།

དགོ་བ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་བསྡོམ་བ་དང་། ཐེག་པ་ཆེན་  
པོའི་བཤེས་གཉིན་དང་བསྐྱབ་པ་ནམ་ཡང་མི་འདོར་བའོ། །

དང་པོ་(དགོ་བ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་བསྡོམ་བ་)ནི།

དངོས་སམ་ཡང་ན་བརྒྱད་ཀྱང་རུང་། །

སེམས་ཅན་དོན་ལས་གཞན་མི་སྤྱད། །

སེམས་ཅན་ཁོ་ནའི་དོན་གྱི་ཕྱིར། །

ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་ཕྱིར་བསྡོམ་འོ། །

དངོས་སམ་ཡང་ན་བརྒྱད་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་གྱུར་ཀྱང་རུང་  
སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ལས་བྱ་བ་གཞན་མི་སྤྱད་ཅིང་། སེམས་ཅན་ཁོ་ནའི་དོན་  
གྱི་ཕྱིར་ཏུ་དགོ་བ་ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཕྱིར་ཏུ་བསྡོམ་འོ། །

གཉིས་པ་(ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་བཤེས་གཉིན་དང་བསྐྱེད་པ་ནམ་ཡང་མི་འདོར་བ་)ནི།

རྟག་པར་དགོ་བའི་བཤེས་གཉིན་ནི། །

ཐེག་ཆེན་དོན་ལ་མཁས་པ་དང་། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བརྟུལ་ཞུགས་མཆོག་ །

སྟོག་གི་ཕྱིར་ཡང་མི་བཏང་ངོ། །

རྟག་པར་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉིན་ནི་ཐེག་ཆེན་གྱི་  
དོན་མཐའ་དག་ལ་མཁས་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བརྟུལ་ཞུགས་  
མཆོག་སྟོམ་པ་ལ་གནས་པ་ནི་སྟོག་གི་ཕྱིར་ཡང་མི་བཏང་ངོ། །

བཞི་པ་(གང་ལ་ཐོས་བསམ་བྱེད་པའི་གཞི་)ལ་གཉིས།

མདོ་སྡེ་ལ་བརྟེན་པ་དང་། བརྟེན་བཅོས་ལ་བརྟེན་ནས་བསྐྱེད་པ་ལོ། །

དང་པོ་(མདོ་སྡེ་ལ་བརྟེན་པ་)ནི།

དཔལ་འབྱུང་བ་ཡི་རྣམ་ཐར་ལས། །

སྒྲ་མ་བསྟེན་པའི་ཚུལ་ལྟར་བསྐྱེད། །

སྡོང་པོ་བཀོད་པར་བྲི་བྱ་དཔལ་འབྱུང་བའི་རྣམ་ཐར་ལས། སྒྲ་མ་  
བསྟེན་པའི་ཚུལ་རིགས་ཀྱི་བྱ་དགོ་བའི་བཤེས་གཉིན་གྱིས་ཡང་དག་པར་  
བྱེད་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ནི། ངན་འགོ་རྣམས་སུ་མི་ལྟུང་ངོ་  
ཞེས་སོགས་རྒྱས་པར་གསུངས་པ་ལྟར་བསྐྱེད་པོ། །

འདི་དང་སངས་རྒྱས་བཀའ་སྩལ་གཞན། །

མདོ་སྡེ་བཟླགས་ནས་ཤེས་པར་བྱ། །

མདོ་སྡེ་རྣམས་ལས་བསྐྱབ་པ་སྒྲུང་། །

དེ་བས་མདོ་སྡེ་བཟླག་པར་བྱ། །

ནམ་མཁའི་སྤྲིང་པོའི་མདོ་སྡེ་ནི། །

ཐོག་མར་ཉིད་དུ་བཟླ་བར་བྱ། །

གཞན་ཡང་བསྐྱབ་བྱའི་གནས་བསྟན་བཅོས་འདི་དང་སངས་རྒྱས་  
ཀྱིས་བཀའ་སྩལ་བའི་བསྐྱབ་པ་གཞན་ཐེག་ཆེན་གྱི་མདོ་སྡེ་བཟླགས་ནས་  
ཤེས་པར་བྱས་ཏེ། མདོ་སྡེ་རྣམས་ལས་བསྐྱབ་པ་རྒྱས་པར་སྟོན་པར་སྒྲུང་  
བ་དེ་བས་ན་མདོ་སྡེ་བཟླག་པར་བྱའོ། །ཁྱད་པར་དུ་འཇུག་སྡེ་མ་སྒྲངས་པས་  
འཕགས་པ་ནམ་མཁའི་སྤྲིང་པོའི་མདོ་སྡེ་ནི་ཐོག་མ་ཉིད་དུ་བཟླ་བར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(བསྟན་བཅོས་ལ་བརྟེན་ནས་བསྐྱབ་པ་)ནི།

གང་ཕྱིར་ཏྲག་ཏུ་སྐྱད་པ་ནི། །

དེ་ལས་རྒྱ་ཆེར་རབ་སྟོན་པས། །

བསྐྱབ་པ་ཀྱན་ལས་བརྟུས་པ་ཡང་། །

ངེས་པར་ཡང་དང་ཡང་དུ་བཟླ། །

གང་གི་ཕྱིར་ཏྲག་ཏུ་བསྐྱབ་ཅིང་སྐྱད་པ་ནི་བསྐྱབ་བརྟུས་དེ་ལས་ལྷས་  
ལོངས་སྒྲིབ་དགོ་ཅེ་རྣམས་བཏང་བསྐྱང་དག་སྡེ་ལ་གཞི་སྩམ་ཅུ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོ་



ནས། རྒྱ་ཆེར་རབ་ཏུ་སྟོན་པས་བསྐྱེད་པ་ཀུན་ལས་བརྟུས་པ་ཡང་ངེས་པར་  
ཡང་དང་ཡང་དུ་བལྟ་བར་བྱའོ། །

ཡང་ན་རེ་ཞིག་མདོར་བསྐྱེད་པའི། །

མདོ་རྣམས་ཀུན་ལས་བརྟུས་པ་བལྟ། །

འཕགས་པ་སྐྱ་སྐྱབ་ཀྱིས་མཛད་པའི། །

གཉིས་པོ་འང་འབད་པས་བལྟ་བར་བྱ། །

ཡང་ན་དེ་ཙམ་མི་རྒྱས་ན་རེ་ཞིག་ཅུང་ཟད་མདོར་བསྐྱེད་པའི་སྟོབ་  
དཔོན་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་མདོ་རྣམས་ཀུན་ལས་བརྟུས་པ་བལྟའོ། །  
འཕགས་པ་སྐྱ་སྐྱབ་ཀྱིས་མཛད་པའི་མདོ་ཀུན་ལས་བརྟུས་པ་གཉིས་པའང་  
འབད་པས་བལྟ་བར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(མཐུག་བསྐྱེད་པ་)ནི།

གང་ལས་གང་ནི་མ་བཀག་པ། །

དེ་ཉིད་སྐྱད་པར་བྱ་བ་སྟེ། །

འཛིག་ཏེན་སེམས་ནི་བསྐྱེད་བའི་ཕྱིར། །

བསྐྱེད་པ་མཐོང་ནས་ཡང་དག་སྐྱད། །

མདོ་དང་བསྟན་བཅོས་གང་ལས་བཀག་པ་ནི་སྐྱེད་བར་བྱ་ལ་གང་ནི་  
མ་བཀག་པ་དེ་ཉིད་སྐྱད་པར་བྱ་བ་སྟེ། དགོས་པ་འཛིག་ཏེན་པའི་སེམས་ནི་

བསྐྱེད་ཞིང་མ་དད་པ་སྤང་བར་བྱ་བའི་བྱིར་རྟུ་སེམས་དཔའི་བསྐྱེད་པ་མཐོང་  
ནས་ཡང་དག་པར་སྤྱད་ཅིང་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(ཆོག་ཙམ་མ་ཡིན་པར་དོན་ཉམས་སྤྱང་དགོས་པའི་ཚུལ་གྱིས་མཐུག་བསྐྱེད་པ་)ལ་གཉིས།  
བསྐྱེད་པའི་གནས་མཐའ་དག་ལ་བྱན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་བསྐྱེད་  
དོགས་པ་དང་། དངོས་ཀྱི་དོན་ཏོ། །

དང་པོ་(བསྐྱེད་པའི་གནས་མཐའ་དག་ལ་བྱན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་བསྐྱེད་དོགས་པ་)ནི།

ལུས་དང་སེམས་ཀྱི་གནས་སྐྱབས་ལ། །

ཡང་དང་ཡང་དུ་བརྟག་བྱ་བ། །

དེ་ཉིད་ཁོ་ན་མདོར་ན་ནི། །

ཤེས་བཞིན་བསྐྱེད་པའི་མཆན་ཉིད་དོ། །

ལུས་དག་དང་སེམས་ཀྱི་གནས་སྐྱབས་ལ་བསྐྱེད་པ་དང་འགལ་མི་  
འགལ་ལུང་མ་བསྟན་དང་། ཉོན་མོངས་ཀྱི་དབང་དུ་གྱུར་མ་གྱུར་ངེ་ལྟ་བ་  
བཞིན་དུ་ཤེས་པའི་ཤེས་རབ་གྱིས་ཡང་དང་ཡང་དུ་བརྟག་པར་བྱ་བ་དེ་ཉིད་  
ཁོ་ན་མདོར་བསྐྱེད་པ་ནི་ཤེས་བཞིན་མི་ཉམས་པར་བསྐྱེད་པའི་མཆན་ཉིད་  
དོ། །

གཉིས་པ་(དངོས་ཀྱི་དོན་)ནི།

ལུས་ཀྱིས་འདི་དག་སྤྱད་པར་བྱ། །

ཆོག་ཙམ་བརྗོད་པས་ཅི་ཞིག་འབྱུང། །

སྒྲིབ་དབྱུང་བསྐྱེད་པ་ཅམ་གྱིས་ནི། །

ནད་པ་དག་ལ་པན་འགྱུར་རམ། །

དེ་ལྟར་ཞེས་པར་བྱས་ནས་ལྷས་གྱིས་ཏེ་སྒྲིབ་བ་ཉམས་ལེན་གྱིས་  
འདི་དག་སྐྱེད་པར་བྱ་བ་ཡིན་གྱི། ཉམས་ལེན་མེད་པར་རྣམ་གྲངས་མང་པོ་  
གསོག་པའི་ཆིག་ཅམ་བརྗོད་པས་དགོས་པ་ཅི་ཞིག་འགྱུར་ཅུང་ཟད་ཀྱང་  
མི་འགྱུར་གོ། །དཔེར་ན་སྒྲིབ་སྐྱེད་བསྐྱེད་པ་ཅམ་གྱིས་ན་ནད་པ་དག་ལ་  
པན་འགྱུར་རམ་སྟེ་པན་པར་མི་འགྱུར་བ་བཞིན་ནོ། །མདོར་བསྡུས་ན་ཚུ་ལ་  
བྲིམས་གསུམ་ཡོད་ཀྱང་སྒྲོམ་པའི་ཚུ་ལ་བྲིམས་སོ་ཐར་གྱི་བཅས་པར་དངོས་  
སམ་དེ་དང་ཐུན་མོང་ལ་སྒྲོབ་པ་ཐོག་མར་གལ་ཆེ་སྟེ། དེ་བསྐྱེད་ས་ན་གཞན་  
དག་ཀྱང་བསྐྱེད་ས་པར་འགྱུར་ལ་དེ་མ་བསྐྱེད་ན་གཞན་དག་ཀྱང་མ་བསྐྱེད་ས་  
པར་འགྱུར་བས། སྒྲོམ་པའི་ཚུ་ལ་བྲིམས་ཉམས་ན་སྒྲོམ་པ་མཐའ་དག་ཉམས་  
པར་བསྐྱེད་པ་ལས་གསུངས་སོ། །

སོ་ཐར་གྱི་སྒྲོམ་པ་ཉན་ཐོས་གྱི་ཡིན་པས་སྙམ་དུ་བཟུང་ནས་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའི་བསྐྱེད་བྱ་གཞན་ནས་འཆོལ་བ་སྐྱེད་བྱེད་པ་ནི། དོན་མ་གོ་བའི་  
ནོར་བ་ཆེན་པོ་ཡིན་པས་དགོ་བ་ཆོས་སྐྱེད་དང་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་གཉིས་  
གྱི་གཞིར་རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་སྒྲོང་བ་སོགས་སྒྲོམ་པའི་ཚུ་ལ་བྲིམས་  
ལ་སྒྲོབ་ཅིང་། ཚུ་ལ་བྲིམས་རྣམས་ཀྱི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་སྒྲོམ་སེམས་ཡང་  
དང་ཡང་དུ་བརྟེན་ཅིང་། དེ་ཡང་པར་བྱིན་དུག་ལྡན་ཉམས་སུ་སྒྲུང་བར་བྱའོ།

སྟེས་བྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་བ་ལ། །  
བསྐྱབ་བ་སྟོང་པོར་བྱེད་པའི་སྟེ་བོ་དག། །  
བློ་དང་ཤེས་བཞིན་བསྐྱང་ལ་རག་ལས་པས། །  
དེ་ཡི་ཚུ་ལ་ལ་རྟག་ཏུ་མཁས་པར་བྱ། །  
བསྐྱ་བའི་ཆོག་ས་སུ་བཅད་པའོ། །

གཉིས་པ་(ལེ་ཏུ་འེ་མཆན་)ནི།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོན་པ་ལ་འདུག་པ་ལས།  
ཤེས་བཞིན་བསྐྱང་བར་བྱ་བ་སྟེ་ལེ་ཏུ་ལྷ་པའོ།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོན་པ་ལ་འདུག་པའི་རྣམ་བཤད་རྒྱལ་སྐས་  
འདུག་དོགས་ཞེས་བྱ་བ་ལས། ཤེས་བཞིན་བསྐྱང་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ལེ་ཏུ་སྟེ་  
ལེ་ཏུ་ལྷ་པའི་འགྲེལ་པའོ། །

## ལེ་ཏུ་བྱུག་པ། བཅོམ་པ་བསྟན་པ།

གསུམ་པ་པར་བྱིན་ལྷག་མ་བཞི་ལ་སྟོབ་པའི་ཚུལ་ལ་བཞི།  
བཅོམ་པ་ལ་སྟོབ་ཚུལ་དང་། བཅོམ་པ་ལ་སྟོབ་ཚུལ་དང་། ཐུན་  
མོང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཞི་གནས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་བསམ་གཏན་ལ་  
སྟོབ་ཚུལ་དང་། ལྷག་མཐོང་གི་ངོ་བོ་ཤེས་རབ་ལ་སྟོབ་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་(བཅོམ་པ་ལ་སྟོབ་ཚུལ་)ལ་གཉིས།

ལེ་ཏུ་འེ་གཞུང་བཤད་པ་དང་། ལེ་ཏུ་འེ་མཚན་ནོ། །

དང་པོ་(ལེ་ཏུ་འེ་གཞུང་བཤད་པ་)ལ་གཉིས།

གཉིན་པོ་བྱུབ་པ་དང་གནས་པའི་གོགས་སྤང་བ་བཅོམ་པ་བསྟོམ་པ་  
ལྟར་བྱ་བ་དང་། བཅོམ་པ་སྐྱབ་པའི་ཐབས་ཡིད་ལ་བྱ་བའོ། །

དང་པོ་(གཉིན་པོ་བྱུབ་པ་དང་གནས་པའི་གོགས་སྤང་བ་བཅོམ་པ་བསྟོམ་པ་ལྟར་བྱ་བ་)ལ་གཉིས།

ཁོང་ཁྱོད་ཉེས་དམིགས་དང་། བཅོམ་པའི་པན་ཡོན་བསམ་པའོ། །

དང་པོ་(ཁོང་ཁྱོད་ཉེས་དམིགས་)ལ་གསུམ།

མ་མཐོང་བའི་ཉེས་དམིགས་དང་། མཐོང་བའི་ཉེས་དམིགས་དང་།  
ཉེས་དམིགས་བསྐྱུས་ཏེ་བསྟན་པའོ། །

དང་པོ་(མ་མཐོང་བའི་ཉེས་དམིགས་)ལ་གཉིས།

ཁོང་ཁྱོས་དག་ཅུ་འཛོམས་པ་དང་། ཁྱོ་བ་དང་བཅོམ་པའི་སྦྱོན་ཡོན་  
ཤེས་ནས་བཅོམ་པ་བསྟོམ་པ་ལ་འབད་པར་བྱ་བའོ། །

དང་པོ་(ཁོང་ཁྱོས་དགོ་ཙ་འཛོམས་པ་)ནི།

བསྐྱལ་པ་སྟོང་དུ་བསགས་པ་ཡི། །

སྒྲིན་དང་བདེ་གཤེགས་མཆོད་ལ་སོགས། །

ལེགས་སྐྱུང་གང་ཡིན་དེ་ཀུན་ཀྱང་། །

ཁོང་ཁྱོ་གཅིག་གིས་འཛོམས་པར་བྱེད།

དགོ་བའི་ཆོས་རྣམས་སྒྲེ་བ་དང་གནས་པའི་གོགས་བྱེད་མཐར་ཐུག་  
པ་ཁོང་ཁྱོ་ཡིན་པས་དེའི་ཉེས་དམིགས་བསམས་ནས་དེ་འགོག་པ་ལ་བཙོན་  
པར་བྱ་སྟེ། བསྐྱལ་པ་བརྒྱ་དང་སྟོང་དུ་བསགས་པ་ཡི་སྒྲིན་པ་ལས་བྱུང་བའི་  
དགོ་བ་དང་བདེ་གཤེགས་མཆོད་པ་ལ་སོགས་དགོན་མཆོག་གསུམ་མཆོད་  
པ་དང་། བསྐྱོམ་པ་དང་ཚུ་ལ་བྲིམས་ལས་བྱུང་བའི་ལེགས་སྐྱུང་གང་ཡིན་པ་  
དེ་ཀུན་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་དམིགས་པའི་ཁོང་ཁྱོ་གཅིག་གིས་  
ཙ་བ་ནས་འཛོམས་པར་བྱེད་དོ། །དེར་མ་ཟད་ཐམས་ཅད་ཡོད་སྟེ་སྒྲེ་བས་  
འདོན་པའི་ལུང་བསྐྱབ་བཏུས་སུ་བྲངས་པ་ལས། དགོ་སྟོང་གིས་དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པའི་དབུ་སྐྱ་དང་སེན་མོའི་མཆོད་རྟེན་ལ་སེམས་དད་པས་ཐུག་  
བྱས་པའི་ལུས་ཀྱིས་རི་ཙམ་ནོན་པའི་གསེར་གྱི་འཁོར་ལོ་ལ་ཐུག་པའི་བར་  
གྱི་རྩལ་གྱི་གངས་རི་སྟེད་ཡོད་པ་སྟོང་འགྱུར་གྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱར་བ་ཐོབ་  
པའི་དགོ་བ་དེ་ཆངས་པ་མཚུངས་པར་སྒྲིབ་པ་ལ་མ་བྱུང་བས་འཛོམས་པར་  
གསུངས་སོ། །ཁོང་ཁྱོས་བསྐྱལ་པ་བརྒྱ་དང་སྟོང་དུ་བསགས་པའི་དགོ་ཙ་



གཙུག་པའི་ཁོང་ཁྱོད་ལྟལ་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དགོས་པར་གསུངས་  
སོ། །དེ་བཞིན་དུ་དབུ་མ་ལ་འཇུག་པ་ལས་ཀྱང་བཤད་དོ། །གནས་མལ་  
གཞིའི་མགོའི་འདུལ་བ་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་ལས། ཁོང་ཁྱོས་སྒྲིམ་པ་གཙུག་པར་  
བཤད་པ་ནི། ཁོང་ཁྱོ་སྟོབས་ཅན་གྱིས་དགོ་ཅ་བཅད་པ་ལ་བཞེད་པར་གསལ་  
སོ། །གཞན་ཡང་ཉོག་གོ་འབར་བར་ལོག་ལྟ་དང་གཞོན་སེམས་གྱིས་དགོ་ཅ་  
འཛོམས་པར་བཤད་པས་ཁོང་ཁྱོ་སོགས་བསྐྱང་བ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(ཁོ་བ་དང་བཅོམ་པའི་སྟོན་ཡོན་ཤེས་ནས་བཅོམ་པ་བསྟོམ་པ་ལ་འབད་པར་བྱ་བ་)ནི།

ཞེ་སྤང་ལྟ་བུའི་སྡིག་པ་མེད། །

བཅོམ་པ་ལྟ་བུའི་དཀའ་བྱབ་མེད། །

དེ་བས་བཅོམ་ལ་ནན་ཏན་དུ། །

སྣ་ཆོགས་ཚུལ་གྱིས་བསྟོམ་པར་བྱ། །

ལམ་སྐྱེ་བའི་གོགས་བྱེད་པ་དང་དགོ་བ་འཛོམས་པ་ལ་ཞེ་སྤང་ལྟ་བུའི་  
སྡིག་པ་མེད་ལ། ཉོན་མོངས་ཀྱི་ཆ་གདུང་འཛོམས་པ་ལ་བཅོམ་པ་ལྟ་བུའི་  
དཀའ་བྱབ་མེད་པ་དེ་བས་ན་བཅོམ་པ་བསྟོམ་པ་ལ་ནན་ཏན་དུ་སྟོ་དང་ཐབས་  
སྣ་ཆོགས་ཀྱི་ཚུལ་གྱི་བསྟོམ་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(མཐོང་བའི་ཉེས་དམིགས་)ལ་གཉིས།

ཁོང་ཁྱོས་ལུས་སེམས་བདེ་བའི་སྐབས་མེད་པར་བྱེད་པ་དང་། མཛེལ་  
བཤེས་སོགས་འཛོམས་པར་བྱེད་པའོ། །



དང་པོ་(ཁོང་ཁྱོས་ལུས་སེམས་བདེ་བའི་སྐབས་མེད་པར་བྱེད་པ་)ནི།

ཞེ་སྒྲུང་བྱག་རྩའི་སེམས་འཆང་ན། །

ཡིད་ནི་ཞེ་བ་ཉམས་མི་སྨོང་། །

དགའ་དང་བདེ་བའང་མི་འཐོབ་ལ། །

གཉིད་མི་འོང་ཞིང་བརྟན་མེད་འགྱུར། །

སྐྱག་བསྐུལ་དག་པོ་བསྐྱེད་པས་ཞེ་སྒྲུང་བྱག་རྩ་ལྟ་བུའི་སེམས་འཆང་  
ན་ཡིད་ནི་སྐྱག་བསྐུལ་ཞེ་བའི་དགའ་བ་ཉམས་སུ་མི་སྨོང་ཞིང་ཡིད་དགའ་བ་  
དང་། ལུས་བདེ་བའང་མི་འཐོབ་ལ་གཉིད་མི་འོང་ཞིང་སེམས་རྒྱལ་དུ་ཕབས་  
པའི་བརྟན་པའང་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་(མཛའ་བ་ཞེས་སོགས་འཛོམས་པར་བྱེད་པ་)ནི།

གང་དག་ཞོར་དང་བཀྱར་སྟེ་ཡིས། །

འིན་བྱེན་དེ་ལ་བརྟེན་གྱུར་པ། །

དེ་དག་གྱང་ནི་སྒྲུང་ལྡན་པའི། །

རྗེ་དཔོན་དེ་ལ་གསོད་པར་གྲོལ། །

དེ་ཡིས་མཛའ་བ་ཞེས་སྟོབས་པར་འགྱུར། །

སྟེན་པས་བསྐྱུས་གྱང་བརྟེན་མི་བྱེད། །

ཁོང་ཁྱོ་ཅན་གང་དག་ནོར་དང་བཀྱར་སྟེ་ཡིས་ཟིན་བྱིན་ཏེ་བསྐྱེད་ས་  
བ་པན་བྱེད་དེ་ལ་བརྟེན་པར་གྱུར་བ་དེ་དག་གྱུར་ནི་ཞེ་སྒྲུང་དང་ལྡན་པའི་རྗེ་  
དཔོན་དེ་ལ་གསོད་པར་ཆོལ་བ་ཡོད་དོ། །ཁོང་ཁྱོ་དེ་ཡིས་མཛའ་བ་ཤེས་གྱུར་  
ཡིད་སྟུན་ནས་སྟོ་བར་འགྱུར་ལ་སྦྱིན་པས་བསྐྱེད་ས་གྱུར་དགའ་བས་བསྟེན་  
པར་མི་བྱེད་པས་དེ་སྟོང་བ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(ཉེས་དམིགས་བསྐྱེད་ཏེ་བསྟན་པ་)ནི།

མདོར་ན་ཁྱོ་བ་འདིར་གནས་པ། །

དེ་ནི་འགའ་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །

ཁྱོ་བའི་དབྱ་ཡིས་དེ་ལ་སོགས། །

སྟུག་བསྐྱེད་དག་ནི་བྱེད་པར་འགྱུར། །

མདོར་ན་ཁྱོ་བས་བདེ་བར་གནས་པ་དེ་ནི་འགའ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
པས་དེས་བས་ན་ཁྱོ་བའི་དབྱ་ཡིས་སྒྲར་བ་ཤད་པའི་ཉེས་དམིགས་དེ་ལ་  
སོགས་པ་འདི་བྱེད་སྟུག་བསྐྱེད་དག་ནི་བྱེད་པར་འགྱུར་བའི་རྒྱ་ཕུལ་དུ་བྱིན་  
པའོ། །

གཉིས་པ་(བཅོལ་བའི་པན་ཡོན་བསམ་པ་)ནི།

གང་ཞིག་བསྐྱེད་ས་ཏེ་ཁྱོ་འཛོམས་པ། །

དེ་ནི་འདི་དང་གཞན་དུ་བདེ། །

ཁོང་ཁྱོ་ཉེས་དམིགས་ལེགས་པར་བསམས་ནས་གང་ཟག་གང་

ཞིག་བསྐྱེམས་ཏེ་ཁྲོ་བ་འཇོམས་པ་དེ་ནི་ཆེ་འདི་དང་ཆེ་གཞན་དུ་བདེ་བ་  
འབང་ཞིག་གི་རྒྱ་ཡིན་པས་དེ་སྟོང་བ་ལ་འབད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་མ་སྤངས་ན་  
འཇམ་དཔའ་རྣམ་པར་རོལ་བའི་མདོ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་ཉེས་དམིགས་  
ཞིན་ཏུ་ཆེ་བས་སོ། །

གཉིས་པ་(བཟོད་བ་སྐྱབ་པའི་ཐབས་ཡིད་ལ་བྱ་བ་)ལ་གཉིས།

ཁོང་ཁྲིའི་རྒྱ་དགག་པར་བྱ་བ་དང་། བཟོད་པའི་མན་ཡོན་བསྐྱོམ་པའོ།

དང་པོ་(ཁོང་ཁྲིའི་རྒྱ་དགག་པར་བྱ་བ་)ལ་བཞི།

རྒྱའི་ངོ་བོ་ཉེས་དམིགས་དང་བཅས་པ་དང་། ཁོང་ཁྲོ་ལྟོག་པའི་ཐབས་  
ལ་འབད་པར་གདམས་པ་དང་། དེ་ལྟོག་པའི་ཐབས་དངོས་དང་། ཁོང་ཁྲོ་སྐྱེ་  
བའི་རྒྱ་ཞིབ་ཏུ་བརྟགས་ནས་སྟོང་བ་ལ་འབད་པའོ། །

དང་པོ་(རྒྱའི་ངོ་བོ་ཉེས་དམིགས་དང་བཅས་པ་)ནི།

མི་འདོད་བྱས་དང་འདོད་པ་ཡི། །

གོགས་བྱས་པ་ལ་བྱུང་བྱུར་བ། །

ཡིད་མི་བདེ་བའི་བས་ཆེད་ནས། །

ཞེ་སྤང་བརྟམ་ཏེ་བདག་འཇོམས་སོ། །

ཁོང་ཁྲོས་སྐྱག་བསྐྱེལ་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། རང་དང་རང་  
གི་བ་ལ་མི་འདོད་པ་བྱས་པ་དང་འདོད་པ་འབྱུང་བའི་གོགས་བྱས་པ་ལས་  
བྱུང་བར་བྱུར་པའི་ཡིད་མི་བདེ་ནི་ཞེ་སྤང་འཕེལ་བའི་བས་ཡིན་པས་ཡིད་མི་

བདེ་བའི་ཟས་ཉིད་ནས། ཞེ་སྤང་གི་ལུས་བཏུས་ཏེ་སྟོབས་རྒྱས་ནས་འདི་དང་  
གཞན་དུ་བདག་འཛོམས་སོ། །

གཉིས་པ་(ཁོང་ཁྱོད་གཉིས་པའི་ཐབས་ལ་འབད་པར་གདམས་པ་)ནི།

དེ་ལྟས་བདག་གིས་དགྲ་བོ་དེའི།

ཟས་ནི་རྣམ་པར་གཞོམ་པར་བྱ།

འདི་ལྟར་བདག་ལ་གཞོད་པ་ལས།

དགྲ་འདི་ལ་ནི་ལས་གཞན་མེད།

དེ་ལྟ་བུས་ན་བདག་གི་དགྲ་བོ་ཞེ་སྤང་དེའི་ཟས་ཡིད་མི་བདེ་བ་ནི་རྣམ་  
པར་གཞོམ་པར་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟར་བདག་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་ལས་བདག་གི་  
དགྲ་ཞེ་སྤང་འདི་ལ་ནི་ལས་གཞན་མེད་པས་དགྲའི་གཙོ་བོ་འདི་གཞོམ་པ་ལ་  
འབད་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(དེ་ལྟ་གཉིས་པའི་ཐབས་དངོས་)ལ་གཉིས།

ཡིད་མི་བདེ་བསྐྱེད་མི་རིགས་པ་དང་། དེའི་རྒྱ་མཚན་ནོ། །

དང་པོ་(ཡིད་མི་བདེ་བསྐྱེད་མི་རིགས་པ་)ནི།

འོ་ན་ཡིད་མི་བདེ་བའི་ལྟར་སྤང་ཞེ་ན།

ཅི་ལ་བབ་ཀྱང་བདག་གིས་ནི།

དགའ་བའི་ཡིད་ནི་དགྲ་གསུམ་མི་བྱ།

མི་དགའ་བྱས་ཀྱང་འདོད་མི་འགྱུབ། །

དགོ་བ་དག་ནི་ཉམས་པར་འགྱུར། །

སྒྲིབ་བསྐྱེལ་དང་དུ་སྦྲངས་པའི་པན་ཡོན་བསམས་ནས་ཅི་ལ་བབ་  
ཀྱང་བདག་གིས་ནི་རང་གི་དགའ་བའི་ཡིད་ནི་དགྲག་པར་མི་བྱ་སྙམ་དུ་  
ལེགས་པར་བསམས་ཏེ། ཡིད་དགའ་བ་ནི་ཡིད་མི་བདེ་བའི་གཉེན་པོ་ཡིན་  
པས་མི་འདོད་པ་ཅི་བྱང་ཡང་དེ་ལ་མི་དགོ་བ་བ་བྱས་ཀྱང་འདོད་པའི་དོན་མི་  
འགྱུབ་ཅིང་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་འབྱེན་པའི་དགོ་བ་དག་ནི་ཉམས་པར་འགྱུར་  
བས་སྒྲིབ་བསྐྱེལ་མཐའ་དག་བསྐྱེད་པར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་(དེའི་རྒྱ་མཚན་)ནི།

གལ་ཏེ་བཙུགས་སུ་ཡོད་ན་ནི། །

དེ་ལ་མི་དགའ་བར་བྱ་བའི་རྒྱ་ཅི་ཞིག་ཡོད། །

གལ་ཏེ་བཙུགས་སུ་མེད་ན་ནི། །

དེ་ལ་མི་དགའ་བྱས་ཅི་པར། །

གང་ལ་ཡིད་མི་བདེ་སྐྱེ་བའི་ཡུལ་དེ་ལ་གལ་ཏེ་བཙུགས་སུ་ཡོད་ན་ནི་  
དེ་ལ་མི་དགའ་བར་བྱ་བའི་རྒྱ་ཅི་ཞིག་ཡོད། དེ་མ་ཐག་བཙུགས་པས་ཡིད་མི་  
བདེ་བ་མེད་པར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་བཙུགས་སུ་མེད་ན་ཡང་དེ་ལ་  
མི་དགའ་བ་བྱས་པས་ཅི་པར་ཏེ་ནམ་མཁའ་ཐོག་ས་བཅས་ཀྱིས་སྒྲོང་བ་ལ་མི་  
དགའ་བ་བྱས་ཀྱང་མི་པན་པ་བཞིན་རོ། །

བཞི་པ་(ཁོང་ཁོ་སྤྱི་བའི་རྒྱ་ཞིབ་ཏུ་བརྟགས་ནས་སྤོང་བ་ལ་འབད་པ་)ལ་གསུམ།

ཁོང་ཁོ་སྤྱི་བའི་ཡུལ་གྱི་དབྱེ་བ་སྤྱིར་བསྟན་པ་དང་། མི་འདོད་པ་བྱེད་  
པ་ལ་ཁོ་བ་དགག་པ་དང་། འདོད་པའི་གོགས་བྱེད་པ་ལ་ཁོ་བ་དགག་པ་ལོ། །

དང་པོ་(ཁོང་ཁོ་སྤྱི་བའི་ཡུལ་གྱི་དབྱེ་བ་སྤྱིར་བསྟན་པ་)ནི།

བདག་གམ་བདག་གི་བཤེས་རྒྱམས་ལ། །

སྤྱག་བསྐལ་བརྟན་དང་ཆིག་རྩལ་དང་། །

མི་སྟན་ཞེས་བྱ་མི་འདོད་དེ། །

དབྱ་ལ་དེ་ལས་བསྐྱོག་པས་སོ། །

བདག་གམ་བདག་གི་ཤེས་རྒྱམས་ལ་ཆོར་བ་སྤྱག་བསྐལ་དང་བརྟན་  
པ་སྟེ་ཉིད་པ་མ་ཐོབ་པ་དང་། རོར་ཞེ་གཙོད་པའི་ཆིག་རྩལ་དང་སྐྱོག་ཏུ་  
གྲགས་པ་མིན་པ་བརྗོད་པའི་མི་སྟན་པ་ཞེས་བྱ་བ་བཞི་མི་འདོད་ཅིང་དེ་ལས་  
ལྷོག་པ་འདོད་པ་དང་། དེ་འདོད་མི་འདོད་དབྱ་ལ་དེ་ལས་ལྷོག་པས་སོ། །  
མདོར་ན་འཛིག་ཉིན་གྱི་ཆོས་བརྒྱད་དོ། །

གཉིས་པ་(མི་འདོད་པ་བྱེད་པ་ལ་ཁོ་བ་དགག་པ་)ལ་གསུམ།

བདག་ལ་ཉེས་པ་བྱེད་པ་ལ་ཁོ་བ་དགག་པ་དང་། བདག་གི་བཤེས་ལ་  
ཉེས་པ་བྱེད་པ་ལ་ཁོ་བ་དགག་པ་དང་། བདག་གི་དབྱ་ལ་ལེགས་པ་བྱེད་པ་  
ལ་ཁོ་བ་དགག་པ་ལོ། །

དང་པོ་(བདག་ལ་ཉེས་པ་བྱེད་པ་ལ་ཁོ་བ་དགག་པ་)ལ་གཉིས།

སྐྱག་བསྐྱེལ་བསྐྱེད་པ་ལ་བཟོད་པར་བྱ་བ་དང་།      བརྟམ་པ་སོགས་  
བསྐྱབ་པ་ལ་བཟོད་པར་བྱ་བ་འོ། །

དང་པོ་(སྐྱག་བསྐྱེལ་བསྐྱེད་པ་ལ་བཟོད་པར་བྱ་བ་)ལ་གསུམ།

སྐྱག་བསྐྱེལ་དང་དུ་ལེན་པའི་བཟོད་པ་བསྐྱོམ་པ་དང་།      ཆོས་ལ་ངེས་  
པར་སེམས་པའི་བཟོད་པ་བསྐྱོམ་པ་དང་།      གཞོད་པ་བྱེད་པ་ལ་ཇི་མི་སྟམ་  
པའི་བཟོད་པ་བསྐྱོམ་པ་འོ། །

དང་པོ་(སྐྱག་བསྐྱེལ་དང་དུ་ལེན་པའི་བཟོད་པ་བསྐྱོམ་པ་)ལ་ལྔ།

ཟག་བཅས་སྐྱག་བསྐྱེལ་གྱི་རང་ཞིན་ལས་མ་འདས་པ་བསམ་པ་དང་།  
སྐྱག་བསྐྱེལ་སྐྱོམ་པའི་པན་ཡོན་བསམ་པ་དང་།      གོམས་ན་བསྟེན་མི་དཀའ་  
བར་བསམ་པ་དང་།      ཉོན་མོངས་སྟོང་བ་ལ་འབད་པའི་པན་ཡོན་དང་།      སྐྱག་  
བསྐྱེལ་སྐྱོམ་པའི་པན་ཡོན་རྒྱས་པར་བཤད་པ་འོ། །

དང་པོ་(ཟག་བཅས་སྐྱག་བསྐྱེལ་གྱི་རང་ཞིན་ལས་མ་འདས་པ་བསམ་པ་)ནི།

བདེ་བའི་རྒྱ་ནི་རེས་འགའ་འབྱུང་། །

སྐྱག་བསྐྱེལ་རྒྱ་ནི་ཞེན་ཏུ་མང་། །

འཁོར་བ་ན་བདེ་བའི་རྒྱ་ནི་རེས་འགའ་ཅམ་འབྱུང་ལ་སྐྱག་བསྐྱེལ་གྱི་  
རྒྱ་ནི་ཞེན་ཏུ་མེད་པས་འཁོར་བའི་རང་བཞིན་དེ་ལས་མ་འདས་པས་སྐྱག་  
བསྐྱེལ་བྱུང་ཡང་བཟོད་པ་བྱ་བར་རིགས་སོ། །



གཉིས་པ་(སྐྱལ་བསྐྱེད་སྒྲིམ་པའི་མན་ཡོན་བསམ་པ་)ནི།

སྐྱལ་བསྐྱེད་མེད་པར་ངེས་འབྱུང་མེད། །

དེ་བས་སེམས་བྱོད་བརྟན་པར་མཐོ་ས། །

དཀའ་ལྷོག་དང་དང་ཀུན་པ། །

བསྐྱེད་དང་བཅད་སོགས་ཆོར་བ་ནི། །

དོན་མེད་བཅོད་བྱེད་ཐར་པ་ཡི། །

དོན་དུ་བདག་གོ་ཅི་ཕྱིར་སྒྲུབ། །

འཁོར་བ་སྐྱལ་བསྐྱེད་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་བསམ་པར་རིགས་ཏེ། འཁོར་བའི་སྐྱལ་བསྐྱེད་བསམ་པ་མེད་པར་འཁོར་བ་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་སྒྲོ་མེད་པ་དེ་བས་ན་སེམས་བྱོད་བརྟན་པར་མཐོ་ས་ལ་སྐྱལ་བསྐྱེད་ལ་བཅོད་པར་རིགས་ཏེ། དབང་སྐྱལ་གི་དཀའ་ཐུབ་སྒྲོག་ཅིང་ཉམས་པར་བྱེད་པ་ནི་སྒྲོ་མོ་ཟུ་མ་ཡིན་ལ་དེ་ལ་དང་དང་སྒྲེ་དང་པ་རྣམས་དེ་མཉེས་པའི་དོན་དུ་སྒྲོན་ཆེ་འབྱེད་བའི་ཆེས་དགའའི་དུས་ལ་སོགས་པར་ཞག་གཅིག་གམ་གསུམ་དུ་བས་བཅད་ནས་ལུས་བསྐྱེད་པ་དང་བཅད་པ་སོགས་བྱེད་པ་དང་། སྒྲོ་སྒྲོགས་ཀྱི་རྒྱད་དུ་ཡུལ་ཀ་ན་ཏེ་པ་སོགས་མན་ཚུན་འགྲན་པའི་ཆེད་དུ་ལུས་བཅོད་པ་སོགས་ཆོར་བ་སྐྱལ་བསྐྱེད་ནི། དོན་མེད་པར་ཡང་བཅོད་པར་བྱེད་ན་དོན་ཆེན་པོ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྐྱལ་བསྐྱེད་ལས་ཐར་པའི་དོན་དུ་སྐྱལ་བསྐྱེད་ལ་སྒྲོང་བ་བདག་གོ་ཅི་ཞིག་སྒྲུབ་ཏེ་བཅོད་པར་རིགས་སོ། །

གསུམ་པ་(གོམས་ན་བསྟེན་མི་དགའ་བར་བསམ་པ་)ལ་གཉིས།

རྒྱས་པར་བཤད་པ་དང་། དོན་བསྐྱབ་པའོ། །

དང་པོ་(རྒྱས་པར་བཤད་པ་)ལ་བཞི།

གོམས་ན་བསྟེན་སྒྲིབ་པར་འགྲུབ་པ་དང་། དེ་ཉིད་དཔེས་བསྐྱབ་པ་དང་།  
གང་ལ་བཟོད་པའི་ཡུལ་དང་། གོམས་ན་བཟོད་པའི་སྟོབས་སྐྱེ་བའི་དཔེའོ། །

དང་པོ་(གོམས་ན་བསྟེན་སྒྲིབ་པར་འགྲུབ་པ་)ནི།

གོམས་ནི་སྒྲིབ་པར་མི་འགྱུར་བའི། །

དངོས་དེ་གང་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །

དེ་བས་གཞོད་པ་ཚུང་གོམས་པས། །

གཞོད་པ་ཆེན་པོ་བཟོད་པར་གྱོས། །

བཟོད་པ་གོམས་ན་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཡང་བཟོད་པར་འགྱུར་ཏེ་སེམས་ཀྱི་  
འཛིན་སྒྲངས་ཐམས་ཅད་གོམས་པའི་རྩ་བ་ཅན་ཡིན་པས་གོམས་ན་སྒྲིབ་པར་  
མི་འགྱུར་བའི་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་དངོས་པོ་དེ་གང་ན་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
ནོ། །རྒྱ་མཚན་དེ་བས་ན་ཆ་གང་དང་གཞན་གྱིས་ཆོག་རྩུབ་སྒྲིབ་པ་ལ་སོགས་  
པའི་གཞོད་པ་ཚུང་དུ་དང་དུ་སྒྲངས་ནས་བཟོད་པ་བསྒྲོམས་པས་དཔྱུལ་  
བའི་མེ་ལ་སོགས་པའི་གཞོད་པ་ཆེན་པོ་འང་བཟོད་པར་འགྱུར་བར་སེམས་  
པར་གྱོས་ཤིག །ཡབ་སྐུས་འཇུག་པའི་མདོ་ལས། བཙུམ་ལྷན་འདས་ཆོས་  
ཐམས་ཅད་ལ་བདེ་བར་འགྲོ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ཉིང་རེ་འཛིན་མཆིས་ཏེ། ཉིང་རེ་

འཇིན་དེ་གང་གིས་ཐོབ་པས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དམིགས་པའི་དངོས་པོ་  
ཐམས་ཅད་ལ་བདེ་བའི་ཆོར་བ་ཤ་སྟག་སྤྱོད་བར་འགྱུར་ཞིང་སྟག་བསྐྱེད་གྱི་  
ཆོར་བ་མི་སྤྱོད་ལ། ཞེས་པ་ནས། དེ་ལ་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བའི་གཞི་དཔེས་  
གཞི་དཔེས་བསྐྱེད་ཀྱང་བདེ་བའི་འདུ་ཤེས་ཉི་བར་གནས་པར་འགྱུར་བ་དང་།  
ཞེས་སོགས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་(དེ་ཉིད་དཔེས་བསྟན་པ་)ནི།

གཞི་དཔེས་ཆུང་དུ་གོམས་པས་བཟོད་པར་རུས་པ་མེད་དོ་ཞེ་ན།

སྟལ་དང་ཤ་སྟག་དག་དང་ནི། །

བགྲེས་སྒྲོམ་ལ་སོགས་ཆོར་བ་དང་། །

གཡན་པ་ལ་སོགས་བཅས་པ་ཡི། །

དོན་མེད་སྟག་བསྐྱེད་ཅིས་མ་མཐོང་། །

སྟལ་གྱི་གཞི་དཔེས་དང་ཤ་སྟག་དག་དང་ནི། བགྲེས་སྒྲོམ་ལ་སོགས་པའི་  
ཆོར་བ་དང་། རྟ་མེད་དཔལ་དང་གཡན་པ་ལ་སོགས་པ་དང་བཅས་པའི་  
དགོས་པའི་དོན་ཆུང་བཅད་ཀྱང་མེད་པའི་སྟག་བསྐྱེད་གོམས་ན་བཟོད་སྟེ་བ་  
དང་། མ་གོམས་ན་དཀའ་བ་ཅིས་མ་མཐོང་མཛོན་སྟུང་དུ་མཐོང་བས་བཟོད་  
པ་གོམས་པར་རིགས་སོ། །

གསུམ་པ་(གང་ལ་བཟོད་པའི་ཡུལ་)ནི།

ཆ་གང་ཆར་དང་རྒྱ་སོགས་དང་། །

ནད་དང་འཆིང་དང་རྟོག་སོགས་ལ། །

བདག་གིས་བཟེ་རེ་མི་བྱ་སྟེ། །

དེ་ལྟར་བྱས་ན་གཞོན་པ་འཕེལ། །

དེས་ན་ཆ་གང་དང་ཆར་དང་རྒྱང་སོགས་དང་ནད་དང་ཐག་པས་  
འཆིང་བ་དང་དབྱུག་པས་རྟོག་པ་སོགས་ལ་བདག་གིས་བཟེ་རེ་སྟེ་བཟོད་  
སྟན་རྒྱང་བར་མི་བྱ་སྟེ། གཞོན་པ་རྒྱང་དུ་ལ་དེ་ལྟར་བྱས་ན་གཞོན་པ་ལྷག་  
པར་ཡང་འཕེལ་བར་འགྱུར་རྟེ། བཟོད་པ་རི་རྒྱང་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །

བཞི་པ་(གོམས་ན་བཟོད་པའི་སྟོབས་སྟེ་བའི་དཔེ་)ནི།

ལ་ལ་བདག་གིས་ཁྲག་མཐོང་ན། །

དཔའ་བརྟན་ལྷག་པར་སྟེ་འགྱུར་ཡོད། །

ལ་ལ་གཞན་གྱི་ཁྲག་མཐོང་ན། །

བོག་ཅིང་བརྒྱལ་བར་འགྱུར་བ་ཡོད། །

དེ་ནི་སེམས་ཀྱི་ངང་བརྟན་དང་། །

སྒར་མའི་ཚུལ་ལས་གྱུར་པ་ཡིན། །

སྟེས་བྱ་དཔའ་བོ་ལ་ལ་རང་ལ་གཞན་གྱིས་མཆོན་བསྐྱེད་པའི་དག་  
གི་ཁྲག་མཐོང་ན་དཔའ་བརྟན་ལྷག་པར་སྟེ་བར་འགྱུར་བ་ཡོད་ལ། སྒར་མ་  
ལ་ལ་གཞན་གྱི་ཁྲག་མཐོང་ན་ཡང་བོག་ཅིང་བརྒྱལ་བར་འགྱུར་བ་ཡང་ཡོད་

བས་དེ་ནི་ཕྱི་རོལ་གྱི་དངོས་པོ་མཐུ་ཆེ་ཆུང་དུ་གྱུར་པ་དང་། ལུས་ལ་སྤྱི་  
སོགས་ཀྱི་བྱུང་པར་མ་ཡིན་གྱི་སེམས་ཀྱི་ངང་བརྟན་པ་དང་སྤར་མའི་ཚུལ་  
ལས་གྱུར་བ་ཡིན་པས་སྤྱུག་བསྐྱེད་དང་ལེན་གྱི་བཟོད་པ་བསྐྱེད་པ་ལ་འབད་  
པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(རྟོན་བསྐྱེད་)ནི།

དེ་བས་གཞོན་པ་བྱུང་བསད་ཅིང་། །

སྤྱུག་བསྐྱེད་རྣམས་ཀྱིས་མི་ཚུགས་བྱོས། །

མཁས་པས་སྤྱུག་བསྐྱེད་བྱུང་ཡང་ནི། །

སེམས་ཀྱི་རབ་དང་རྟོག་མི་བྱ། །

དེ་བས་ན་སེམས་བརྟན་པར་གྱིས་ལ་རང་ལ་གཞོན་པ་བྱུང་བ་བྱུང་  
དུ་བསད་ནས། སྤྱུག་བསྐྱེད་རྣམས་ཀྱིས་མི་ཚུགས་པར་བྱོས་ཤིག ཐེག་  
པ་ཆེན་པོའི་ལམ་བསྐྱོམ་པ་ལ་མཁས་པས་ཆོར་བ་སྤྱུག་བསྐྱེད་བྱུང་ཡང་མི་  
བཟོད་པར་བྱས་ནས་སེམས་ཀྱི་རབ་ཏུ་དང་བ་ཁྱོ་བས་རྟོག་པར་མི་བྱའོ། །

བཞི་པ་(རྟོན་མོངས་སྤོང་བ་ལ་འབད་པའི་ཐན་ཡོན་)ནི།

རྟོན་མོངས་རྣམས་དང་གཡུལ་འབྱེད་ལ། །

གཡུལ་འབྱེད་ཆེ་ན་གཞོན་པ་མང་། །

སྤྱུག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་བྱུང་བསད་ནས། །

ཞེ་སྒྲུང་ལ་སོགས་དག་འཛོམས་པ། །

དེ་དག་རྒྱལ་བྱེད་དཔའ་བོ་སྟེ། །

ལྷག་མ་རོ་ལ་གསད་པའོ། །

ཁྱོ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲུང་བྱ་ཉོན་མོངས་རྣམས་དང་གཉེན་པོ་གཡུལ་  
འབྱེད་པ་ལ་གཡུལ་འབྱེད་པའི་ཆེ་ན་སྟུག་བསྐལ་གྱི་གནོད་པ་མང་ཡང་།  
འཛིག་ཉོན་པ་མཆོན་པོ་ག་པའི་སྟུག་བསྐལ་བྱེད་དུ་བསད་ནས་དག་གསོད་  
པ་དཔའ་བོར་བྱེད་ན་ལུས་སེམས་གྱི་སྟུག་བསྐལ་ཐམས་ཅད་བྱེད་དུ་བསད་  
ནས་ཞེ་སྒྲུང་ལ་སོགས་པ་ཉོན་མོངས་པའི་དག་འཛོམས་པ་ཉོན་མོངས་དེ་  
དག་ལས་རྒྱལ་བར་བྱེད་པ་ལ་དཔའ་བོ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ལྷག་མ་མ་བསད་ཀྱང་  
ངང་གིས་འཆི་བའི་སྟེ་བོ་གསོད་པ་ནི་རོ་ལ་གསོད་པ་དང་འབྲ་བས་དཔའ་བོ་  
ཞེས་མི་བྱའོ། །

ལྷ་པ་(སྟུག་བསྐལ་སྒྲོམ་པའི་པན་ཡོན་རྒྱས་པར་བཤད་པ་)ནི།

གཞན་ཡང་སྟུག་བསྐལ་ཡོན་ཏན་ནི། །

སྟོ་བས་དེགས་པ་སེལ་བར་བྱེད། །

འཁོར་བ་པ་ལ་སྤྱང་རྩེ་སྟེ། །

སྟེག་ལ་འཛོམ་དང་དགེ་ལ་དགལ། །

གཞན་ཡང་སྟུག་བསྐལ་བསྒྲོམ་པ་ནི་ཉམས་ལེན་གྱི་འགག་སྒྲོམས་  
ཞིན་ཏུ་ཆེ་སྟེ། སྟུག་བསྐལ་གྱི་ཉེས་དམིགས་སེམས་པའི་ཡོན་ཏན་ནི་རང་



ཉིད་སྤྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་དབང་དུ་གྱུར་ཅིང་དེས་སྐྱོ་བས་ང་རྒྱལ་དང་། རྒྱགས་  
པའི་དྲེགས་པ་སེལ་བར་བྱེད་པ་དང་གཞན་སྤྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་དབང་དུ་གྱུར་པ་  
མཐོང་ན་དེ་དང་བྲལ་ན་སྙམ་པས་འཁོར་བ་པ་ལ་སྙིང་རྩེ་སྐྱེ་ལ་སྤྱུག་བསྐྱེལ་  
དེ་མི་དགོ་བའི་འབྲས་བུར་མཐོང་ནས་སྤྱུག་བསྐྱེལ་མི་འདོད་པས་སྒྲིག་པ་ལ་  
འཛེམ་ཞིང་། སྤྱུག་བསྐྱེལ་མི་འདོད་པ་བདེ་བ་འདོད་ལ་དེ་དགོ་བའི་འབྲས་  
བུར་མཐོང་ན་དགོ་བ་ལ་དགའ་བ་འབྱུང་བས་སོ། །

གཉིས་པ་(ཚས་ལ་ངས་པར་སེམས་པའི་བཅོལ་བ་བསྟན་པ་)ལ་གཉིས།

རྒྱས་པར་བཤའ་བ་དང་། དོན་བསྡུ་བའོ། །

དང་པོ་(རྒྱས་པར་བཤའ་བ་)ལ་གསུམ།

ཁྱོ་བ་དང་ཁྱོ་བ་ཅན་སོགས་རྒྱ་ལ་རག་ལས་པས་རང་དབང་ཅན་མ་  
ཡིན་པ་དང་། རང་དབང་ཅན་གྱི་རྒྱ་ཡོད་པ་དགག་པ་དང་། ཁྱོ་བ་ལྡོག་པའི་  
དགོས་པའོ། །

དང་པོ་(ཁྱོ་བ་དང་ཁྱོ་བ་ཅན་སོགས་རྒྱ་ལ་རག་ལས་པས་རང་དབང་ཅན་མ་ཡིན་པ་)ལ་གཉིས།

ཁྱོ་བ་དང་ཁྱོ་བ་ཅན་གྱི་གང་ཟག་རང་དབང་ཅན་མ་ཡིན་པ་དང་། དེ་  
དག་གི་རྒྱ་རྒྱུ་རང་དབང་ཅན་མ་ཡིན་པའོ། །

དང་པོ་(ཁྱོ་བ་དང་ཁྱོ་བ་ཅན་གྱི་གང་ཟག་རང་དབང་ཅན་མ་ཡིན་པ་)ལ་གསུམ།

ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་སྐྱེ་བོ་ལ་ཁྱོ་བར་མི་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་། ཁྱོ་  
བ་འདོད་བཞིན་དུ་བསྐྱེད་པ་མ་ཡིན་པ་དང་། ཉེས་པ་མཐའ་དག་རྒྱུ་ལས་  
བྱུང་བས་རང་དབང་མེད་པའོ། །



དང་པོ་(ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་སྐྱེ་བོ་ལ་ཁོ་བར་མི་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚན་)ནི།

པ་རོལ་པོས་བདག་ལ་གཞོན་པ་བྱས་པས་ཁོ་བར་རིགས་སོ་ཞེ་ན།

མཁྲིས་པ་ལ་སོགས་སྐྱུག་བསྐྱལ་གྱི། །

འབྲུང་གནས་ཆེ་ལ་མི་ཁོ་བར། །

སེམས་ཡོད་རྣམས་ལ་ཅི་སྟེ་ཁོ། །

མི་རིགས་ཏེ་རང་གི་མཁྲིས་པ་ལ་སོགས་པ་ཆ་མ་སྟོམས་པར་  
འབྲུགས་པའི་སྐྱུག་བསྐྱལ་གྱི་འབྲུང་གནས་ཆེན་པོ་ལ་མི་ཁོ་བར་སེམས་  
ཡོད་གྱི་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ལ་ཅི་སྟེ་ཁོ། མཁྲིས་པ་སོགས་རྒྱུན་གྱིས་རང་དབང་  
མེད་པར་བྱུང་བས་མི་ཁོ་ཞེ་ན། གང་ཟག་ལ་ཡང་ཁོ་བར་མི་རིགས་པར་  
ཐལ།

དེ་དག་ཀྱན་ཀྱང་རྒྱུན་གྱིས་བསྐྱུལ། །

དཔེར་ན་མི་འདོད་བཞིན་དུ་ཡང་། །

ནད་འདི་འབྲུང་བར་འགྱུར་བ་ལྟར། །

དེ་བཞིན་མི་འདོད་བཞིན་དུ་ཡང་། །

ནན་གྱིས་ཉོན་མོངས་འབྲུང་བར་འགྱུར། །

ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་གང་ཟག་དེ་དག་ཀྱན་ཀྱང་ཉོན་མོངས་པའི་རྒྱུན་  
གྱིས་བསྐྱུལ་བས་ཁོ་ལ་རང་དབང་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དཔེར་ན་མི་འདོད་

བཞིན་དུ་ཡང་རྒྱུ་ཚང་པས་ནད་འདི་འབྱུང་བར་འགྱུར་བ་ལྟར་དེ་བཞིན་དུ་  
ཞེ་སྒྲིང་ཡང་གང་ཟག་དེ་མི་འདོད་བཞིན་དུ་ཡང་ཡིད་མི་བདེ་ལ་སོགས་པའི་  
རྒྱས་ནན་གྱིས་ཉོན་མོངས་འབྱུང་བར་འགྱུར་བས། ཁྱོ་ན་ཉོན་མོངས་ལ་ཁྱོ་  
བར་རིགས་གྱི་གང་ཟག་ལ་ཁྱོ་བར་མི་རིགས་སོ། །

གཉིས་པ་(ཁྱོ་བ་འདོད་བཞིན་དུ་བསྐྱེད་པ་མ་ཡིན་པ་)ནི།

པ་རོལ་པོས་གཞོད་པ་བྱ་བར་བསམས་པས་ཉོན་མོངས་དང་མི་  
མཚུངས་སོ་ཞེ་ན།

ཁྱོ་བར་བྱ་ཞེས་མ་བསམས་ཀྱང་། །

སྐྱེ་བོ་རྣམས་ནི་གྱི་ནར་ཁོ། །

བསྐྱེད་པར་བྱ་ཞེས་མ་བསམས་ཀྱང་། །

ཁྱོ་བ་དེ་བཞིན་སྐྱེ་བར་འགྱུར། །

ཁྱོ་བ་རྒྱ་རྣམས་གྱིས་བསྐྱེད་པར་བྱ་ཞེས་མ་བསམས་ཀྱང་རྒྱ་ཚང་  
བས་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ནི་གྱི་ན་རང་དགར་ཁྱོ་བ་བསྐྱེད་ལ། ཉོན་མོངས་བསྐྱེད་  
པར་བྱ་ཞེས་མ་བསམས་ཀྱང་ཁྱོ་བ་དེ་བཞིན་དུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་གྱི་རང་ལ་  
རང་དབང་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ན་སྐྱེད་སྒྲ་མ་གང་ཟག་དང་སྐྱེད་སྐྱེ་མ་ཉོན་  
མོངས་གྱི་རྒྱུ་ལ་བཤད་དོ། །

གསུམ་པ་(ཉིས་པ་མཐའ་དག་རྒྱུ་ལས་བྱུང་བས་རང་དབང་མེད་པ་)ནི།

ཉིས་པ་ཇི་སྐྱེད་ཐམས་ཅད་དང་། །

སྡིག་པ་ནམ་པ་སྣ་ཆོགས་པ། །

དེ་ཀྱན་རྒྱུན་གྱི་སྟོབས་ལས་བྱུང་། །

རང་དབང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

ཉོན་མོངས་པའི་ཉེས་པ་རི་སྟེང་པ་ཐམས་ཅད་དང་། དེས་ཀྱན་ནས་  
བསྐྱང་བའི་སྡིག་པ་ནམ་པ་སྣ་ཆོགས་པ་དེ་ཀྱན་གྱང་རྒྱུན་གྱི་སྟོབས་ལས་  
བྱུང་བས་རང་ལ་རང་དབང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་ཆུ་ཐུར་དུ་འགྲོ་བ་ལ་  
ཁྱོ་བར་མི་རིགས་པ་ལྟར་རྒྱ་མཚན་དེ་དག་བསམས་ནས་ཁྱོ་བ་དགག་པར་  
བྱའོ། །

གཉིས་པ་(དེ་དག་གི་རྒྱ་རྒྱུན་རང་དབང་ཅན་མ་ཡིན་པ་)ནི།

རྒྱུན་ནམས་ཆོགས་པ་དེ་དག་གྱང་། །

བསྐྱེད་པར་བྱ་ཞེས་སེམས་པ་མེད། །

དེས་བསྐྱེད་དེ་ཡང་བདག་བསྐྱེད་ཅེས། །

སེམས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་ཉོན་མོངས་སོགས་སྐྱུག་བསྐྱེད་པའི་རྒྱུན་ནམས་  
ཆོགས་པ་དེ་དག་གྱང་བདག་གིས་སྐྱུག་བསྐྱེད་འདི་བསྐྱེད་པར་བྱའོ་ཞེས་  
སེམས་པ་མེད་ལ། དེས་བསྐྱེད་པའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་དེ་ཡང་འདིས་བདག་བསྐྱེད་  
ཅེས་སེམས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་པ་རོལ་པོས་གཞོད་པ་བྱ་བར་  
བསམས་པ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་ཁྱོ་བ་བསྐྱེད་པར་མི་རིགས་སོ། །

གཉིས་པ་(རང་དབང་ཅན་གྱི་རྒྱ་ཡོད་པ་དགག་པ་)གསུམ།

གངས་ཅན་པའི་བདག་དང་གཙོ་བོ་རང་དབང་ཅན་དགག་པ་དང་།  
རིགས་པ་ཅན་པའི་བདག་རང་དབང་ཅན་དགག་པ་དང་། འགྲོ་བ་ཀུན་སྐྱེལ་  
པ་ལྟ་བུར་ཤེས་པར་བྱས་ནས་ཁོ་བར་མ་རིགས་པའོ། །

དང་པོ་(གངས་ཅན་པའི་བདག་དང་གཙོ་བོ་རང་དབང་ཅན་དགག་པ་)ལ་གཉིས།

གཙོ་བོས་རྣམ་འགྱུར་རང་དབང་དུ་བསྐྱེད་པ་དགག་པ་དང་། ཤེས་  
རིག་གི་སྐྱེས་བུ་ཡུལ་ལ་རང་དབང་དུ་ལོངས་སྤྱོད་པ་དགག་པའོ། །

དང་པོ་(གཙོ་བོས་རྣམ་འགྱུར་རང་དབང་དུ་བསྐྱེད་པ་དགག་པ་)ནི།

གཙོ་བོ་ཞེས་བྱར་གང་འདོད་དང་། །

བདག་ཅེས་བརྟགས་པ་གང་ཡིན་པ། །

དེ་ཉིད་བདག་ནི་འབྱུང་བུ་ཞེས། །

ཆེད་དུ་བསམས་ཤིང་འབྱུང་བ་མེད། །

མ་སྐྱེས་པར་ནི་དེ་མེད་ན། །

དེ་ཆེ་སྐྱེ་བར་འདོད་པ་གང་། །

རྒྱལ་ཕུན་སྙིང་སྟོབས་གསུམ་ཆ་མཉམ་པ་ལ་མཆན་ཉིད་ལྡན་གྱི་  
གཙོ་བོ་དང་། དེས་རྣམ་འགྱུར་གྱིས་བསྐྱེས་པའི་གཞི་དཔེ་སོགས་རང་དབང་  
དུ་བསྐྱེད་དོ་ཞེས་བྱ་བར་གང་འདོད་པ་དང་ཤེས་རིག་གི་སྐྱེས་བུ་ལ་བདག་  
ཅེས་བརྟགས་ནས་ཡུལ་ལ་རང་དབང་དུ་ལོངས་སྤྱོད་པར་བརྟགས་པ་གང་

ཡིན་པ་དེ་མི་རིགས་པར་ཐལ། བདག་དང་གཙོ་བོ་འདི་ཉིད་བདག་ཉིད་རང་  
དབང་དུ་ཡུལ་སྟོང་བ་དང་རྣམ་འགྱུར་བསྐྱེད་པའི་ཆེད་དུ་འབྱུང་བར་བྱ་ཞེས་  
ཆེད་དུ་བསམས་ཤིང་འབྱུང་བ་མེད་ལ་བྱ་བ་བྱེད་མི་རྣམས་པ་རི་བོང་གི་རྩ་  
དང་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པ་དེའི་ཆེ་གཙོ་བོ་དེ་ལས་  
འབྲས་བུ་སྐྱེ་བར་འདོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་མི་རིགས་པར་ཐལ། གཙོ་བོ་དེ་  
ཉིད་མ་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་པར་ཐལ། རང་ཉིད་མ་སྐྱེས་པར་ནི་འབྲས་བུ་  
བསྐྱེད་པ་དེ་མེད་ན་སྟེ་མེད་པས་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་(ཤེས་རིག་གི་སྐྱེས་བུ་ཡུལ་ལ་རང་དབང་དུ་ལོངས་སྟོན་པ་དགག་པ་)ནི།

ཡུལ་ལ་རྟག་ཏུ་གཡེང་འགྱུར་བ། །

འགག་པར་འགྱུར་བའང་མ་ཡིན་ནོ། །

ཤེས་རིག་གི་སྐྱེས་བུ་དེ་ཡུལ་ལ་ལོངས་མི་སྟོན་པའི་དུས་ཅན་གྱི་  
འགག་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནོ་སྟེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཡུལ་ལོངས་སྟོན་པའི་  
རྟག་དངོས་སུ་ཁས་སྦངས་པ་གང་ཞིག་དེ་ཡིན་ན་ཡུལ་ལ་རྟག་ཏུ་གཡེངས་  
པར་འགྱུར་བས་ཏེ། ཡུལ་མི་འཇིན་པའི་དུས་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་(རིགས་པ་ཅན་པའི་བདག་རང་དབང་ཅན་དགག་པ་)ལ་གསུམ།

རྟག་པས་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པ་མི་འཐད་པ་དང་། རྟེན་ལ་ལྟོས་པ་མི་  
འཐད་པ་དང་། རྟེན་དང་འབྲེལ་པ་མེད་པའོ། །

དང་པོ་(རྟག་པས་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པ་མི་འཐད་པ་)ནི།

རིགས་པ་ཅན་པ་བདག་གཟུགས་ཅན་དང་རྟག་དངོས་སུ་འདོད་ཅིང་།

དེས་གཞོན་པ་སོགས་བསྐྱེད་པར་འདོད་དོ། །

ཅི་སྟེ་བདག་དེ་རྟག་ན་ནི། །

མཁའ་བཞིན་བྱེད་པ་མེད་པར་མངོན། །

ཅི་སྟེ་བདག་དེ་རྟག་དངོས་ཡིན་ན་ནི་འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་ནམ་མཁའ་  
བཞིན་དུ་འབྲས་བྱ་བསྐྱེད་པའི་བྱེད་པ་མེད་པར་མངོན་ཞིང་གསལ་བར་ཐལ་  
ལོ། །

གཉིས་པ་(རྒྱན་ལ་རྟོས་པ་མི་འཐད་པ་)ནི།

རང་གི་ངོ་བོ་རྟག་ཀྱང་རྒྱན་དང་སྤང་ནས་འབྲས་བྱ་བསྐྱེད་ཅི་ན།

རྒྱན་ནམས་གཞན་དང་སྤང་ན་ཡང་། །

འགྱུར་བ་མེད་ལ་ཅི་བྱར་ཡོད། །

བྱེད་པའི་ཆེ་ཡང་སྟོན་བཞིན་ན། །

བྱེད་པས་དེ་ལ་ཅི་ཞིག་བྱས། །

རྟག་པ་རྒྱན་དང་སྤང་པ་མི་སྤྲོད་ཅིང་རྩོལ་བ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱན་  
ནམས་གཞན་དང་སྤང་ན་ཡང་རྒྱན་གྱིས་དེ་ལ་ཅི་བྱར་ཡོད་ཅུང་ཟད་ཀྱང་  
བྱར་མེད་པར་ཐལ། བདག་དེ་འགྱུར་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྒྱབ་པར་ཐལ། རྒྱན་  
གྱིས་ཕན་པ་བྱེད་པའི་ཆེ་ཡང་བདག་དེ་འབྲས་བྱ་མི་སྐྱེད་པའི་དུས་ཀྱི་སྟོན་  
གྱི་རང་བཞིན་ལས་མ་འདས་པ་གང་ཞིག་དེ་ལས་མ་འདས་ན་ཕན་པ་བྱེད་  
པས་བདག་དེ་ལ་ཅི་ཞིག་བྱས་ཏེ། རྒྱན་པར་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར་



རྟོ།

གསུམ་པ་(རྒྱན་དང་འབྲེལ་པ་མེད་པ་)ནི།

ངོ་བོར་གྱུར་པའི་ཕན་པ་མི་བྱེད་ཀྱང་ཕན་པ་དོན་གཞན་བྱེད་དོ་ཞེ་ན།  
དེ་ཡང་མི་འཐད་པར་ཐལ།

དེ་ཡི་བྱེད་པ་འདི་ཡིན་ཞེས། །

འབྲེལ་པར་འགྱུར་བ་གང་ཞིག་ཡོད། །

བདག་དེའི་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པའི་བྱེད་པ་ཕན་པ་དོན་གཞན་འདི་ཡིན་  
ཞེས་བདག་དང་འབྲེལ་པར་འགྱུར་བ་གང་ཞིག་ཡོད། བདག་གཅིག་དང་དེ་  
བྱུང་གི་འབྲེལ་པ་གང་ཡང་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །

གསུམ་པ་(འགྲོ་བ་ཀྱན་སྐྱེལ་པ་ལྟ་བུར་ཤེས་པར་བྱས་ནས་ཁོ་བར་མ་རིགས་པ་)ནི།

དེ་ལྟར་ཐམས་ཅད་གཞན་གྱི་དབང་། །

དེ་ཡི་དབང་གིས་དེ་དབང་མེད། །

དེ་ལྟར་ཤེས་ན་སྐྱེལ་ལྟ་བུའི། །

དངོས་པོ་ཀྱན་ལ་ཁོ་མི་འགྱུར། །

དེ་ལྟར་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པའི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་གཞན་གྱི་དབང་ཅན་  
ཡིན་ལ་རྒྱན་དེ་ནམས་ཀྱང་རྒྱ་རྒྱུན་སྣ་མ་སྣ་མ་དེའི་དབང་གིས་འབྱུང་བས་  
འབྲས་བུ་དེ་འབྱུང་མི་འབྱུང་གི་དབང་མེད་པ་སྐྱེལ་དང་སྐྱེལ་པ་ལྟ་བུའི། །  
དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པས་སྟོང་བཞིན་དུ་བྱ་བ་བྱེད་པ་



དེ་ལྟར་ཤེས་ནས་སྤྲུལ་བ་ལྟ་བུའི་དངོས་པོ་ཀྱན་ལ་ཁྱོ་བར་མི་འགྱུ་བས། ཉོན་  
མོངས་གྱི་ས་བོན་འཛོམས་པའི་རྟེན་འབྱུང་རང་བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་པ་ལ་  
བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(ཁྱོ་བ་ལྟོག་པའི་དགོས་པ་)ནི།

གང་གིས་གང་ཞིག་བསྐྱོག་བྱ་སྟེ། །

བསྐྱོག་པའང་རིགས་པ་མིན་ཞེ་ན། །

དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྲུག་བསྐྲུལ་རྣམས། །

རྒྱན་ཆད་འགྱུར་འདོད་མི་རིགས་མེད། །

རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་རྒྱལ་ཅམ་ཡང་མེད་ན་གཉེན་པོ་གང་གིས་  
སྤང་བྱ་གང་ཞིག་ལྟོག་པར་བྱ་སྟེ་བྱ་བྱེད་མི་འཐད་པས་ལྟོག་པའང་རིགས་པ་  
མིན་ཞེ་ན། ཞེས་པ་རང་བཞིན་གྱིས་སྤྲོང་པའི་དོན་ལ་བྱ་བྱེད་འཛོག་མི་ཤེས་  
པའི་བདེན་གཉིས་འགལ་བར་འཛིན་པའི་ལོག་རྟོག་སྤང་གཉེན་རང་བཞིན་  
གྱིས་གྲུབ་པས་སྤྲོང་བ་དེ་ལ་མི་རིགས་པ་མེད་པར་ཐལ། སྤང་གཉེན་རང་  
བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པས་སྤྲོང་བ་རྟོགས་པ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཁྱོ་བ་ལ་སོགས་  
པའི་ཉོན་མོངས་ཐམས་ཅད་བད་པར་འགྱུར་ལ་དེ་བད་པས་སྤྲུག་བསྐྲུལ་  
རྣམས་རྒྱན་ཆད་པར་འགྱུར་བར་འདོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་(དོན་བསྟུ་བ་)ནི།

དེ་བས་དབྱའམ་མཛེའ་ཡང་རུང་། །

མི་རིགས་བྱེད་པ་མཐོང་གྱུར་ན། །

འདི་འདྲའི་རྒྱན་ལས་གྱུར་ཏེ་ཞེས། །

དེ་ལྟར་སོམས་ཏེ་བདེ་བར་མཐོང་ས། །

རྒྱ་མཚན་དེ་བས་ན་དག་འཇམ་མཛེལ་ཡང་རུང་མི་རིགས་པའི་གཞི་དུ་  
པ་བྱེད་པ་མཐོང་བར་གྱུར་ན། གང་ཟག་དེ་ལ་རང་དབང་མེད་གྱི་ཉོན་མོངས་  
འདི་འདྲའི་རྒྱན་ལས་གྱུར་ཏེ་ཞེས་དེ་ལྟར་སོམས་ཏེ། ཁྱོ་བ་དགག་ཅིང་ཡིད་  
བདེ་བ་མ་ཉམས་པར་བདེ་བར་མཐོང་ས་ཏེ་བཟོད་པར་བྱའོ། །

གལ་ཏེ་རང་དགས་འབྱུང་འབྱུར་ན། །

འགའ་ཡང་སྐྱག་བསྐྱེལ་མི་འདོད་པས། །

ལུས་ཅན་དག་ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱང་། །

སྐྱེལ་འང་སྐྱག་བསྐྱེལ་འབྱུང་མི་འབྱུར། །

གལ་ཏེ་རྒྱན་གྱི་གཞན་དབང་མིན་པར་རང་དགོས་ཏེ་རང་དབང་དུ་  
འདོད་པ་ཅམ་གྱིས་འབྲས་བུ་འབྱུང་པར་འབྱུར་ན་སེམས་ཅན་འགའ་ཡང་  
སྐྱག་བསྐྱེལ་མི་འདོད་པས། ལུས་ཅན་དག་ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྐྱེལ་འང་སྐྱག་  
བསྐྱེལ་འབྱུང་བར་མི་འབྱུར་ན། སྐྱག་བསྐྱེལ་འབྱུང་བ་མཐོང་བས་གང་ཟག་  
ལ་རང་དབང་མེད་པས་དེ་ལ་ཁྱོ་བར་མི་རིགས་གྱི་ཉོན་མོངས་ལ་རྒྱབ་གྱིས་  
སྟོགས་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(གཞོད་པ་བྱེད་པ་ལ་ཟླ་མི་སྟུང་པའི་བཅོད་པ་བསྟོན་པ་)ལ་གསུམ།  
སྟོང་རྗེའི་ཐབས་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་། ཁྱོ་བའི་རྒྱ་དགག་པ་དང་། མི་  
འདོད་པ་བྱུང་ན་རང་གི་ཉེས་པར་བསམ་པའོ། །

དང་པོ་(སྟོང་རྗེའི་ཐབས་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་)ལ་གསུམ།  
སེམས་ཅན་ཁ་ཅིག་མི་ཤེས་པའི་དབང་གིས་རང་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་  
དང་། མི་ཤེས་པས་རང་ཡང་གསོད་ན་གཞན་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་པོ་མཆར་  
མི་ཆེ་བ་དང་། དེས་ན་དེ་ལ་སྟོང་རྗེ་བྱ་བར་རིགས་པའོ། །

དང་པོ་(སེམས་ཅན་ཁ་ཅིག་མི་ཤེས་པའི་དབང་གིས་རང་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་)ནི།

བག་མེད་པས་ནི་བདག་ལའང་བདག །

ཆེར་མ་ལ་སོགས་གཞོད་པ་བྱེད། །

བྱད་མེད་ལ་སོགས་ཐོབ་བྱའི་བྱིར། །

རྩམ་ཞིང་བས་གཅོད་ལ་སོགས་བྱེད། །

གཞན་ལ་གཞོད་བྱེད་ཀྱི་གང་ཟག་དེ་དག་ནི་བག་མེད་པ་ཉོན་མོངས་  
པའི་དབང་གིས་ནི་བདག་ལའང་བདག་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཁ་ཅིག་ཐར་པའི་དོན་  
དུ་ཆེར་མ་ལ་འགྲོ་བ་དང་གཡང་དུ་མཆོང་བ་ལ་སོགས་གཞོད་པ་བྱེད་པ་  
དང་། ཁ་ཅིག་བྱད་མེད་དང་ཉོར་ལ་སོགས་པ་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་བྱིར་རྩམ་  
ཞིང་ཁྱོས་པས་བས་གཅོད་པ་ལ་སོགས་པ་བྱེད་པ་དང་།

ཁ་ཅིག་འགག་ཅིང་གཡང་སར་མཆོང་། །

དུག་དང་མི་འཕྲོད་ཟ་བ་དང་། །

བསོད་ནམས་མ་ཡིན་སྟོན་པ་ཡིས། །

རང་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་ཡོད། །

ཁ་ཅིག་ཉོན་མོངས་ནས་འགག་ཅིག་གཡང་སར་མཆོང་བ་དང་། དུག་  
དང་མི་འཕྲོད་པ་ཟ་བ་དང་བསོད་ནམས་མི་ཡིན་པ་ངན་འགྲོའི་རྒྱ་སྡིག་པ་  
སྟོན་པ་ཡིས་རང་ལ་ཆེ་འདི་དང་བྱི་མར་གཞོད་པ་བྱེད་པ་ཡོད་པས་རང་ལ་  
གཞན་གྱིས་གཞོད་པ་བྱས་པ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་ཁྲོ་བར་ག་ལ་རིགས།  
གཉིས་པ་(མི་ཤེས་པས་རང་ཡང་གསོད་ན་གཞན་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་པོ་མཆོང་མི་ཆེ་བ་)ནི།

གང་ཆེ་ཉོན་མོངས་དབང་གྱུར་པས། །

བདག་སྐྱུག་ཉིད་ཀྱང་གསོད་བྱེད་པ། །

དེ་ཆེ་དེ་དག་གཞན་ལུས་ལ། །

གཞོད་མི་བྱེད་པར་ཇི་ལྟར་འགྱུར། །

གང་གི་ཆེ་རང་ཉིད་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་དུ་གྱུར་པས་བདག་རང་  
གི་སྦྱིང་དུ་སྐྱུག་ཅིང་ཕངས་པ་ཉིད་ཀྱང་གསོད་པར་བྱེད་པ་དེའི་ཆེ་དེ་དག་  
གཞན་གྱིས་ལུས་ལ་གཞོད་པ་མི་བྱེད་པར་ཇི་ལྟར་འགྱུར་གཞོད་པ་བྱེད་པ་  
མི་འཆོམ་པར་གཟུང་ནས་ཁྲོ་བར་མི་རིགས་སོ། །

གསུམ་པ་(དེས་ན་དེ་ལ་སྙིང་རྩེ་བྱ་བར་རིགས་པ་)ནི།

ཉོན་མོངས་སྐྱེས་པས་དེ་ལྟ་བུར། །

བདག་གསོད་ལ་སོགས་ཞུགས་པ་ལ། །

སྙིང་རྩེ་རྒྱ་ལ་མ་སྐྱེས་ན། །

ཁྱོ་བར་འགྱུར་བ་ཅི་ཐ་ཆིག །

དེས་ན་ཉོན་མོངས་སྐྱེས་པས་སྒར་བཤད་པ་དེ་ལྟ་བུར་གཞན་ལ་  
གཞོད་པ་བྱེད་པ་དང་། བདག་གསོད་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཞུགས་པ་ལ་སྙིང་  
རྩེ་བྱ་བར་འོས་ཤིང་སྙིང་རྩེ་རྒྱ་ལ་མ་སྐྱེས་ནའང་དེ་དག་ལ་ཁྱོ་བར་འགྱུར་བ་  
ཅིའི་ཐ་ཆིག་ཡིན་ཏེ། ཁྱོ་བ་ཤིན་ཏུ་མི་རིགས་སོ། །

གཉིས་པ་(ཁྱོ་བའི་རྒྱ་དགག་པ་)ལ་གསུམ།

བྱིས་པ་རང་གི་རང་བཞིན་ཡིན་ན་ཁྱོ་བར་མི་རིགས་པ་དང་། གཞོད་  
པ་བྱེད་པའི་སྐྱོན་དེ་སྒོ་བུར་བ་ཡིན་ན་ཡང་ཁྱོ་བར་མི་རིགས་པ་དང་། དངོས་  
སམ་བརྒྱད་པའི་རྒྱ་ལ་བརྟགས་ནས་ཁྱོ་བར་མི་རིགས་པ་འོ། །

དང་པོ་(བྱིས་པ་རང་གི་རང་བཞིན་ཡིན་ན་ཁྱོ་བར་མི་རིགས་པ་)ནི།

གལ་ཏེ་གཞན་ལ་འཆེ་བྱེད་པ། །

བྱིས་པ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ནི། །

དེ་ལ་ཁྱོ་བ་མི་རིགས་ཏེ། །

སྒྲིག་པའི་རང་བཞིན་མེ་བཀོན་འདྲ། །

གལ་ཏེ་གཞན་ལ་འཆེ་བར་བྱེད་པ་སྤང་དོར་མི་ཤེས་ཤིང་ཤེས་ཀྱང་  
ཉོན་མོངས་ཤས་ཆེ་བའི་བྱིས་པ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡིན་ན་དེ་ལ་ཁྱོ་བར་  
མི་རིགས་ཏེ་བསྒྲིག་པའི་རང་བཞིན་གྱི་མེ་ལ་ཞེ་བཀོན་ཞིང་ཁྱོ་བར་བྱེད་པ་  
མི་རིགས་པ་དང་འདྲའོ། །

གཉིས་པ་(གནོད་པ་བྱེད་པའི་སྒྲིན་དེ་སྒྲོ་བྱར་བ་ཡིན་ན་ཡང་ཁྱོ་བར་མི་རིགས་པ་)ནི།

འོན་ཏེ་སྒྲིན་དེ་སྒྲོ་བྱར་ལ། །

སེམས་ཅན་རང་བཞིན་དེས་པ་ནའང་། །

འོ་ནའང་ཁྱོ་བ་མི་རིགས་ཏེ། །

མཁའ་ལ་དུད་འབྱུལ་དཀོན་པ་བཞིན། །

འོན་ཏེ་གཞན་ལ་འཆེ་བའི་སྒྲིན་འདི་སྒྲོ་བྱར་དུ་བྱུང་ལ་སེམས་ཅན་  
གྱི་རང་བཞིན་མཛངས་ཤིང་ངས་པ་ཡིན་ནའང་། འོ་ནའང་གནོད་བྱེད་ལ་ཁྱོ་  
བར་མི་རིགས་ཏེ་ནམ་མཁའ་ལ་སྒྲོ་བྱར་དུ་དུད་པ་འབྱུལ་ན་ནམ་མཁའ་ལ་ཞེ་  
བཀོན་ཞིང་སྐྱམ་པ་མི་རིགས་པ་བཞིན་ནོ། །

གསུམ་པ་(དངོས་སམ་བརྒྱད་པའི་རྒྱ་ལ་བརྟགས་ནས་ཁྱོ་བར་མི་རིགས་པ་)ནི།

པ་རོལ་པོས་གནོད་པ་བྱས་པས་ཁྱོ་བར་རིགས་སོ་ཞེ་ན།

དབྱུག་པ་ལ་སོགས་དངོས་བཀོལ་ཏེ། །

གལ་ཏེ་འཕྲུན་པ་ལ་ཁྱོ་ན། །

དེ་ཡང་ཞེ་སྒྲུང་གིས་སྒྲུང་བས། །

ཉེས་ན་ཞེ་སྒྲུང་ལ་ཁོ་རིགས། །

དངོས་སུ་གཞོན་བྱེད་ལ་ཁོ་ན་དབྱུག་པ་དང་མཆོན་ལ་སོགས་པ་  
དངོས་སུ་བཀོལ་ཏེ་དེ་དག་གིས་གཞོན་པ་བྱས་པས། དེ་ལ་ཁོ་བར་རིགས་  
ལ་དེས་རང་དབང་དུ་གཞོན་པ་བྱས་པ་མ་ཡིན་གྱི་སྐྱེས་བྱས་འཕངས་པས་  
གལ་ཏེ་འཕེན་པར་བྱེད་པ་ལ་ཁོ་ན། སྐྱེས་བྱ་དེ་ཡང་ཞེ་སྒྲུང་གིས་རང་དབང་  
མེད་པར་བྱས་པས་ཉེས་ན་སྟེ་གཉེས་སུ་འཕྲ། ཅེས་ཀྱང་ཁོ་ན་ཞེ་སྒྲུང་ལ་ཁོ་  
བར་རིགས་སོ། །

གསུམ་པ་(མི་འདོད་པ་བྱང་ན་རང་གི་ཉེས་བསམ་པ་)ལ་གཉིས།

དངོས་ཀྱི་དོན་དང་། ཅོད་པ་སྒྲུང་བའོ། །

དང་པོ་(དངོས་ཀྱི་དོན་)ལ་ལྟ།

གཞན་གྱིས་རང་ལ་གཞོན་པ་བྱེད་པ་རང་གི་ཉེས་བསམ་པ་དང་།  
སྐྱུག་བསྐྱུལ་གྱི་རྒྱ་ལུས་བབྱང་བའི་ཉེས་དམིགས་ཡིན་པ་དང་། སྐྱེ་བ་སྐྱ་  
མར་སྐྱུག་བསྐྱུལ་གྱི་རྒྱ་ལ་སྟེད་པ་བྱས་པའི་ཉེས་དམིགས་ཡིན་པ་དང་། རང་  
གི་ལས་ཀྱིས་གཞན་སྐྱུག་བསྐྱུལ་གྱི་རྒྱ་ལ་སྐྱར་བ་ཡིན་པས་དེ་ལ་ཁོ་བར་མི་  
རིགས་པ་དང་། ཁོ་བ་ཉིད་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཅིང་མི་རིགས་པའོ། །

དང་པོ་(གཞན་གྱིས་རང་ལ་གཞོན་པ་བྱེད་པ་རང་གི་ཉེས་བསམ་པ་)ནི།

བདག་གིས་སྟོན་ཆད་སེམས་ཅན་ལ། །



འདི་འདྲ་བ་ཡི་གཞི་དཔ་བྱས། །

དེ་བས་སེམས་ཅན་འཆེ་བྱེད་པ། །

བདག་ལ་གཞི་དཔ་འདི་འབྱུང་རིགས། །

བདག་གིས་སྒྲིན་ཆད་ཆེ་སྒྲུ་མ་ལ་སེམས་ཅན་ལ་རང་ལ་འབྱུང་བ་འདི་  
འདྲ་བའི་གཞི་དཔ་བྱས་པ་དེ་བས་ན་སེམས་ཅན་འཆེ་བར་བྱེད་པ་བདག་ལ་  
དེ་ལྟ་བུར་བའི་གཞི་དཔ་འདི་ལྟ་བུ་འབྱུང་རིགས་སྒྲུ་མ་དུ་བསམས་ལ་བཟོད་  
པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(སྤྱག་བསྐྱེད་གྱི་རྒྱ་ལུས་བཟུང་བའི་ཉེས་དམིགས་ཡིན་པ་)ནི།

དེ་ཡི་མཆོན་དང་བདག་གི་ལུས། །

གཉིས་ག་སྤྱག་བསྐྱེད་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། །

དེས་མཆོན་བདག་གི་ལུས་སྤྱང་ན། །

གང་ཞིག་ལ་ནི་ཁྱོ་བར་བྱ། །

རྒྱ་མཆོན་འདིས་ཀྱང་ཁྱོ་བར་མི་རིགས་ཏེ་པ་རོལ་པོ་དེའི་མཆོན་དང་  
བདག་གི་ལུས་གཉིས་ཀ་རང་གི་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱི་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་གང་  
ཟག་དེས་མཆོན་སྤྱང་བདག་གིས་ལུས་སྤྱང་ནས་གཉིས་ཀས་རང་གི་སྤྱག་  
བསྐྱེད་བྱས་པ་ཡིན་ན་གང་ཞིག་ལ་ནི་ཁྱོ་བར་བྱ་པ་རོལ་འབའ་ཞིག་ལ་ཁྱོ་  
བར་མི་རིགས་སོ། །

ཤུ་བ་མི་ཡི་གཟུགས་འདྲ་བ། །

རེག་ཏུ་མི་བཅོལ་སྐྱག་བསྐྱེལ་ཅན། །

སྲིད་མདོངས་བདག་གིས་བཟུང་གྱུར་ན། །

དེ་ལ་གཞོན་པ་སྐྱེལ་ཁོ། །

ཤུ་བ་མིའི་གཟུགས་འདྲ་བ་ཅུང་ཟད་ཅམ་ཡང་རེག་ཏུ་མི་བཅོལ་བའི་  
སྐྱག་བསྐྱེལ་ཅན་ལུས་སོགས་ལ་སྲིད་པ་དང་། མ་རིགས་པས་སྒོ་གྲོས་ཀྱི་  
མིག་སྒྲོངས་པ་བདག་གིས་གཟུང་བར་གྱུར་ན་ཆེར་མས་ཀྱང་འཛོམས་རྒྱས་  
པས་དེ་ལ་གཞོན་པ་སྐྱེལ་ཁོ་རང་གི་ཉེས་པའོ་སྟམ་དུ་བསམ་བར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(སྐྱེ་བ་སྐྱེམ་སྐྱག་བསྐྱེལ་གྱི་རྒྱ་ལ་སྲིད་པ་བྱས་པའི་ཉེས་དམིགས་ཡིན་པ་)ནི།

བྱིས་པ་སྐྱག་བསྐྱེལ་མི་འདོད་ཅིང་། །

སྐྱག་བསྐྱེལ་རྒྱ་ལ་བཀམ་པས་ན། །

རང་གི་ཉེས་པས་གཞོན་གྱུར་པ། །

གཞན་ལ་བཀོན་དུ་ཅི་ཞིག་ཡོད། །

བྱིས་པ་རྣམས་སྐྱག་བསྐྱེལ་མི་འདོད་ཅིང་སྒོག་གཅོད་སོགས་སྐྱག་  
བསྐྱེལ་གྱི་རྒྱ་ལ་བཀམ་ཞིང་སྲིད་པས་ན་སྐྱར་གྱི་རང་གི་ཉེས་པས་འཕངས་  
ནས་འབྲས་བུ་རང་ལ་གཞོན་པ་བྱང་བར་གྱུར་པ་ལ། གཞན་ལ་བཀོན་ཅུ་ཅི་  
ཞིག་ཡོད་རང་གི་ཉེས་པ་འབའ་ཞིག་གིས་བྱས་པའོ། །

དཔེར་ན་དམྱལ་བའི་སྐྱང་མ་དང་། །

རལ་གྱི་ལོ་མའི་ནགས་ཚལ་ལྟར། །

རང་གི་ལས་ཀྱིས་འདི་བསྐྱེད་བ། །

གང་ཞིག་ལ་ནི་ཁོ་བར་བྱ། །

དཔེར་ན་དཔྱལ་བའི་བསྐྱེད་མ་དང་རལ་གྱི་ལོ་མའི་ནགས་ཚལ་  
སོགས་ཀྱིས་རང་ལ་སྐྱུག་བསྐྱེད་བསྐྱེད་པ་གཞན་གྱིས་ཆེད་དུ་མ་བྱས་  
ཀྱང་། རང་གི་ལས་ཀྱིས་བྱུང་བས་དེ་ལ་ཁོར་མེད་པ་ལྟར་རང་གི་ལས་ཀྱིས་  
ཆེ་འདིའི་གཞོན་པ་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ན་གང་ཞིག་ལ་ནི་ཁོ་བར་བྱ། རང་གི་ཉེས་  
པ་འབའ་ཞིག་ཡིན་པས་སྤྱིན་ཆད་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་སྤང་བ་ལ་འབད་བར་  
བྱའོ།

བཞི་པ་(རང་གི་ལས་ཀྱིས་གཞན་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ལ་སྐྱུར་བ་ཡིན་པས་དེ་ལ་ཁོ་བར་མི་རིགས་པ་)ནི།

བདག་གི་ལས་ཀྱིས་བསྐྱེད་བྱས་ནས། །

བདག་ལ་གཞོན་བྱེད་རྣམས་འབྱུང་སྟེ། །

དེས་ནི་སེམས་ཅན་དཔྱལ་དོང་ན། །

བདག་གིས་དེ་དག་མ་བརྟག་གམ། །

གཞན་ཡང་བདག་གི་སྒྲོན་གྱི་མི་དག་བའི་ལས་ཀྱིས་བསྐྱེད་བར་  
བྱས་ནས་ཆེ་འདིར་བདག་ལ་གཞོན་བྱེད་གང་ཟག་པ་རོལ་པོ་རྣམས་འབྱུང་  
སྟེ། བདག་ལ་གཞོན་པ་བྱས་པ་དེ་ཡིས་གང་ཟག་དེ་དག་སེམས་ཅན་དཔྱལ་  
བར་འདོད་པར་འབྱུར་ན་བདག་གིས་གང་ཟག་དེ་དག་མ་བརྟག་གམ་ཞེས་

རང་གི་སེམས་ལ་འདོད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ་བརྒྱག་པར་བྱས་ཞེས་པའོ། །

ལྷ་པ་(ཁྱོ་བ་ཉིད་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཅིང་མི་རིགས་པ་)ནི།

འདི་དག་ལ་ནི་རྟེན་བཅས་ནས། །

བཅོལ་པས་བདག་སྒྲིག་མང་དུ་འབྱུང་། །

བདག་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་དག་ནི། །

ཡུན་རིང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་དཔྱུལ་བར་འདོང་། །

བདག་ནི་དེ་ལ་གཞོད་བྱེད་ལ། །

དེ་དག་བདག་ལ་ཕན་འདོགས་ན། །

ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་ཅི་ཡི་བྱིར། །

མ་རུངས་སེམས་ཁྱོད་ཁྱོ་བར་བྱེད། །

གཞན་ཡང་གང་ཟག་འདི་དག་ལ་ནི་བཅོལ་པའི་དམིགས་རྟེན་བཅས་  
ནས་བཅོལ་པ་བསྐྱོམས་པས་བདག་གི་སྒྲིག་པ་མང་དུ་འབྱུང་ལ། །བདག་ལ་  
བརྟེན་ནས་གང་ཟག་དེ་དག་ནི་ཡུན་རིང་པོར་སྐྱུག་བསྐྱེལ་འབྱུང་བའི་དཔྱུལ་  
བར་དོང་བར་འགྱུར་བས། །བདག་ནི་དགྲ་དེ་ལ་གཞོད་བྱེད་ཡིན་ལ་དེ་དང་།  
བདག་ལ་ཕན་འདོགས་བྱེད་ཡིན་ཕན་འདོགས་བྱེད་ལ་ཁྱོ་བ་བསྐྱོམས་པ་ཕྱིན་  
ཅི་ལོག་ཏུ་ཅིའི་བྱིར་མ་རུངས་པའི་སེམས་ཁྱོད་ཁྱོ་བར་བྱེད་དགའ་བར་  
རིགས་སོ། །

གཉིས་པ་(རྩོད་པ་སྤང་བ་)ལ་གསུམ།

གཞན་རང་ལ་ཕན་བྱེད་དུ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་དང་།      རང་གཞན་ལ་  
གཞོད་བྱེད་དུ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་དང་།      ཕན་འདོགས་བྱེད་ལ་ལོག་པར་  
བསྐྱབ་པ་དགག་པའོ། །

དང་པོ་(གཞན་རང་ལ་ཕན་བྱེད་དུ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་)ནི།

འོན་གཞན་གྱི་སྒྲིག་རྒྱུ་བས་པས་བདག་ཀྱང་དཔྱལ་བར་འགོ་བར་  
འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།

གལ་ཏེ་བདག་ལ་བསམ་པ་ཡི། །

ཡོན་ཏན་ཡོད་ན་དཔྱལ་མི་འགོ། །

གལ་ཏེ་བདག་ལ་འདིས་ཕན་བདག་ས་སྣམ་པའི་བསམ་པ་ཡི་ཡོན་  
ཏན་བཟོད་པ་ཡོད་ན་བདག་དཔྱལ་བར་མི་འགོ་ཞིང་སྒྲིག་པ་དག་པར་འགྱུར་  
རོ། །

གཉིས་(རང་གཞན་ལ་གཞོད་བྱེད་དུ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་)ནི།

ཕ་རོལ་པོ་བདག་གི་སྒྲིག་པའི་འབྲས་བུ་ཟད་བྱེད་ཡིན་ཅིང་བདག་ལ་  
ཕན་འདོགས་བྱེད་ཡིན་པས་དེ་ཡང་དཔྱལ་བར་མི་འགོ་འོ་ཞེ་ན།

གལ་ཏེ་བདག་གིས་བདག་བསྐྱངས་ན། །

དེ་དག་ལ་འདིར་ཅི་ཞིག་བྱུང་། །

གལ་ཏེ་བདག་གིས་གཞོད་བྱེད་ལ་བཟོད་པ་བསྐྱོམས་པས་བདག་

སྒྲིག་པ་ལས་བསྐྱེད་ས་ནས་གང་ཟག་དེ་དག་ལ་འདིར་བསོད་ནམས་ཅི་ཞིག་  
བྱུང་། དགོ་བའི་ལས་མ་བྱས་པར་གཞོད་པ་འབའ་ཞིག་བྱས་པས་སོ།།

གསུམ་པ་(ཕན་འདོགས་བྱེད་ལ་ལོག་པར་བསྐྱེད་པ་དགག་པ་)ནི།

གཞོད་པ་བྱེད་པ་ཕན་འདོགས་བྱེད་ཡིན་ན་རང་གིས་ཀྱང་གཞོད་ལན་  
བྱེད་པར་རིགས་སོ་ཞེ་ན།

འོན་ཏེ་ལན་དུ་གཞོད་བྱས་ན། །

དེ་དག་བསྐྱེད་ས་པར་མ་གྱུར་ལ། །

བདག་གི་སྦྱོད་པའང་ཉམས་པར་འགྱུར། །

དེས་ན་དཀའ་ཐུབ་ཞིག་པར་འགྱུར། །

འོན་ཏེ་གཞོད་ལན་དུ་གཞོད་པ་བྱས་ན་གཞོད་བྱེད་དེ་དག་བསྐྱེད་ས་  
པར་མ་གྱུར་ལ་དགོ་སྦྱོང་གི་ཆོས་བཞི་དང་བྱམས་སྣང་ཇེ་སྒྲོམ་པར་ཁས་  
སྦྱངས་པའི་བདག་གི་སྦྱོད་པའང་ཉམས་པར་འགྱུར་ཞིང་། དེས་ན་དཀའ་ཐུབ་  
ཀྱི་མཆོག་བཟོད་པའང་ཞིག་པར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་(བརྟན་པ་སོགས་བསྐྱེད་པ་ལ་བཟོད་པ་བྱ་རིགས་པ་)ལ་བཞི།

བརྟན་སྦྱོད་སོགས་ཀྱིས་རང་གི་ལུས་ལ་མི་གཞོད་པ་དང་། ཁྱོ་བ་དང་  
འབྲེལ་པའི་གང་ཟག་ལ་རང་གིས་ཁྱོ་བར་མི་རིགས་པ་དང་། རྟེན་པའི་བར་  
ཆད་བྱེད་པས་ཁྱོ་བར་མི་རིགས་པ་དང་། གཞན་རང་ལ་མ་དད་པར་བྱེད་  
པས་ཁྱོ་བར་མི་རིགས་པ་འོ། །

དང་པོ་(བརྟན་སྟོན་སོགས་གྲིས་རང་གི་ལུས་ལ་མི་གཞོན་པ་)ནི།

ཡིད་ནི་ལུས་ཅན་མ་ཡིན་པས། །

སྤྲུལ་གྲང་གང་དུ་འང་གཞོམ་མི་རུས། །

ལུས་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པས་ན། །

ལུས་ནི་སྤྱག་བསྐྱེལ་དག་གིས་གཞོན། །

རང་གི་སེམས་བསྐྱེད་ན་ཡིད་ནི་ལུས་ཅན་མ་ཡིན་པས་ཆིག་རྩ་བ་དང་  
མཆོན་ལ་སོགས་པ་སྤྲུལ་གྲང་གང་དུ་འང་གཞོམ་མི་རུས་པས་སོ། །དེས་  
ན་ཉོག་པས་ལུས་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པས་ན་ལུས་ནི་སྤྱག་བསྐྱེལ་དག་གིས་  
གཞོན་པས་ཁྱོ་བར་བྱེད་དོ་ཞེ་ན།

བརྟན་དང་ཆིག་རྩ་བ་སྤྲུལ་བ་དང་། །

མི་སྣན་པ་ཡི་ཆིག་དེ་ཡིས། །

ལུས་ལ་གཞོན་པར་མི་འགྱུར་ན། །

སེམས་ཁྱོད་ཅི་བྱེད་རབ་དུ་ཁོ། །

གཞན་གྲིས་རང་ལ་བརྟན་པ་དང་ཆིག་རྩ་བ་སྤྲུལ་བ་དང་། མི་སྣན་པ་ཡི་  
ཆིག་དེ་ཡིས་རང་གི་ལུས་ལ་རུང་ཟད་གྲང་གཞོན་པར་མི་འགྱུར་ན་སེམས་  
ཁྱོད་ཅི་བྱེད་རབ་དུ་ཁོ་ཁོ་བར་མི་རིགས་སོ། །



གཉིས་པ་(ཁོ་བ་དང་འབྲེལ་པའི་གང་ཟག་ལ་རང་གིས་ཁོ་བར་མི་རིགས་པ་)ནི།

གཞན་དག་བདག་ལ་མི་དགའ་བ། །

དེས་ནི་ཆེ་འདི་འཇ་ཆེ་གཞན་ལ། །

བདག་ལ་བ་བར་མི་བྱེད་ན། །

བདག་ནི་ཅི་ཕྱིར་དེ་མི་འདོད། །

གཞན་དག་བདག་ལ་མི་དགའ་བ་དེས་ནི་ཆེ་འདི་འཇ་ཆེ་རབས་གཞན་ལ་བདག་ལ་གཞོད་ཅིང་བ་བར་མི་བྱེད་ན་བདག་ནི་ཅིའི་ཕྱིར་དེ་མི་འདོད་ཅིང་། དོན་མེད་པའི་སྤྱག་བསྟེན་གྱི་རྒྱ་སྤྱོད་པར་བྱེད་མི་འདོད་པར་མི་རིགས་སོ། །

གསུམ་པ་(རྟེན་པའི་བར་ཆད་བྱེད་པས་ཁོ་བར་མི་རིགས་པ་)ལ་ལྟ།

རྟེན་པ་སྤྱར་དུ་འཛིགས་པས་དེའི་བར་ཆད་ལ་ཁོ་བར་མི་རིགས་པ་དང་། ལོག་པའི་རྟེན་པ་བསྟེན་པ་དགག་པ་དང་། རྟེན་པ་ལ་སྲེད་པ་མི་རིགས་པ་དཔེས་བསྟེན་པ་དང་། རྟེན་པ་ལ་སྲེད་པར་མི་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་། རྟེན་པ་སྤྱོད་རིགས་པ་དགག་པའོ། །

དང་པོ་(རྟེན་པ་སྤྱར་དུ་འཛིགས་པས་དེའི་བར་ཆད་ལ་ཁོ་བར་མི་རིགས་པ་)ནི།

རྟེན་པའི་བར་ཆད་བྱེད་པའི་ཕྱིར། །

གལ་ཏེ་འདི་བདག་མི་འདོད་ན། །

བརྟན་སྟོད་སོགས་ཀྱིས་རང་གི་རྟེན་པའི་བར་ཆད་བྱེད་པའི་ཕྱིར་

གལ་ཏེ་བརྟམ་པ་སོགས་གསུམ་པོ་འདི་བདག་མི་འདོད་ཅེ་ན།

བདག་གི་ཉིད་པ་འདིར་འདོར་གྱི། །

སྡིག་པ་དག་ནི་བརྟན་པར་གནས། །

གང་གི་དོན་དུ་ཁོ་བ་སྒྲོམ་པའི་བདག་གི་ཉིད་པ་ཆེ་འདིར་ཡང་སྦྱར་དུ་  
འདོར་གྱིས་ཁོ་བའི་སྡིག་པ་དག་ནི་རྒྱད་ལ་བརྟན་པར་གནས་པས་ཉིད་པ་མ་  
གྲུབ་ཀྱང་སྦྲེལ་ཁོ་བར་མི་རིགས་སོ། །

གཉིས་པ་(མོག་པའི་ཉིད་པ་བསྐྱབ་པ་དགག་པ་)ནི།

བདག་ནི་དང་ཉིད་ཤི་ཡང་སྦྲེལ། །

ལོག་འཆོས་ཡུན་རིང་གསོན་མི་རུང་། །

བདག་ལྟ་ཡུན་རིང་གནས་གྱུར་གྱང་། །

འཆི་བའི་སྐྱག་བསྐྱེལ་དེ་ཉིད་ཡིན། །

བདག་ནི་ཉིད་པ་མེད་པར་དང་སང་ཉིད་ཤི་ཡང་སྦྲེལ་གཞན་ལ་ཁྲོས་  
པའི་ཉིད་པ་ཐོབ་པའི་ལོག་འཆོས་བརྟན་ནས་ཡུན་རིང་པོ་གསོན་དུ་མི་རུང་  
ངོ། །བདག་ལྟ་བུ་ཡུན་རིང་པོ་གནས་པར་གྱུར་གྱང་མཐར་ཐམས་ཅད་དོར་  
ནས་འཆི་བའི་སྐྱག་བསྐྱེལ་དེ་ཉིད་ལས་མ་འདས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་ངོ། །

གསུམ་པ་(ཉིད་པ་ལ་སྟེན་པ་མི་རིགས་པ་དཔེས་བསྐྱབ་པ་)ནི།

མི་ལམ་ལོ་བརྒྱར་བདེ་སྤྱོད་ནས། །

སད་པར་གྱུར་པ་གང་ཡིན་དང་། །

གཞན་ཞིག་ཡུད་ཅམ་བདེ་སྤྱོད་ནས། །

སད་པར་གྱུར་པ་གང་ཡིན་པ། །

སད་པ་དེ་དག་གཉིས་ཀ་ལའང་། །

བདེ་བ་དེ་ནི་སྤྱིར་འོང་མེད། །

ཆེ་རིང་ཆེ་ཐུང་གཉི་ག་ཡང་། །

འཆི་བའི་དུས་སུ་དེ་འདྲར་ཟད། །

མི་ལམ་དུ་ལོ་བརྒྱར་བདེ་བ་སྤྱོད་བ་མིས་ནས་སད་པར་གྱུར་པ་གང་  
ཡིན་པ་དང་། གཞན་ཞིག་ཡུད་ཅམ་བདེ་བ་སྤྱོད་བ་མིས་ནས་སད་པར་གྱུར་  
པ་གང་ཡིན་པ་སད་པར་གྱུར་པའི་ཆེ་དེ་དག་གཉིས་ཀ་ལའང་བདེ་བ་དེ་ནི་  
སྤྱིར་འོང་བ་མེད་པ་དེ་བཞིན་དུ། ཆེ་རིང་བ་དང་ཆེ་ཐུང་དུར་བདེ་བ་སྤྱད་པ་  
གཉིས་ཀ་ཡང་འཆི་བའི་དུས་ན་དེ་པའི་ཡུལ་ཅམ་དུ་འགྱུར་བ་དེ་འདྲར་ཟད་  
བས་རྟེན་པ་ལ་སྤེད་པར་མི་རིགས་སོ། །

བཞི་པ་(རྟེན་པ་ལ་སྤེད་པར་མི་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚན་)ནི།

རྟེན་པ་མང་པོ་ཐོབ་གྱུར་ཏེ། །

ཡུན་རིང་དུས་སུ་བདེ་སྤྱད་གྲང་། །

ཆོམ་པོས་སྤོགས་པ་ཇི་བཞིན་དུ། །

སྒྲིབ་མོ་ལག་པ་སྒྲིབ་པར་འགྲོ། །

ཉིད་པ་མང་པོ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཏེ། དེ་ལ་ཡུན་རིང་པོའི་དུས་སྟུ་བདེ་བ་  
སྐྱེད་ཀྱང་འཆི་བའི་དུས་སྟུ་ཆོམ་པོས་སྒྲིགས་པ་ཇི་བཞིན་དུ་གོས་མེད་པའི་  
སྒྲིབ་མོ་དང་། རྟོར་མེད་པའི་ལག་པ་སྒྲིབ་པར་འགྲོ་དགོས་སོ། །

ལྷ་པ་(ཉིད་པ་སྐྱབ་རིགས་པ་དགག་པ་)ནི།

གལ་ཏེ་ཉིད་པས་གསོན་གྱུར་ན། །

སྒྲིག་ཟད་བསོད་ནམས་བྱ་ཞེ་ན། །

གལ་ཏེ་ཉིད་པས་ཡུན་རིང་པོར་གསོན་པར་གྱུར་ན་སྟོབས་བཞིས་  
སྒྲིག་པ་ཟད་པ་དང་། བསོད་ནམས་འཕེལ་བའི་ཆེད་དུ་ཉིད་པ་སྐྱབ་པར་བྱ་ཞེ་  
ན།

ཉིད་པའི་དོན་དུ་ཁྱོས་གྱུར་ན། །

བསོད་ནམས་ཟད་སྒྲིག་མི་འགྱུར་རམ། །

གང་གི་དོན་དུ་བདག་གསོན་པ། །

དེ་ཉིད་གལ་ཏེ་ཉམས་གྱུར་ན། །

སྒྲིག་པ་འབའ་ཞིག་བྱེད་པ་ཡི། །

གསོན་པ་དེས་གོ་ཅི་ཞིག་བྱ། །

ཉིད་པའི་དོན་དུ་ཁྱོས་པར་གྱུར་ན་བསྐྱེད་པ་སྒྲིབ་དུ་བསགས་པའི་

བསོད་ནམས་ཟད་ནས་སྒྲིག་པ་ཐོབ་པར་མི་འགྱུར་རམ་སྟེ་འགྱུར་ན་དགོས་  
པ་གང་གི་དོན་དུ་བདག་གསོན་པ་དེ་ཉིད་གལ་ཏེ་བདག་ཉིད་ཉམས་པའི་རྒྱན་  
དུ་གྱུར་ན་སྒྲིག་པ་འབའ་ཞིག་བྱེད་པའི་གསོན་པ་དེས་གོ་དེས་ནི་ཅི་ཞིག་བྱ་  
དགོས་པ་མེད་དོ། །

བཞི་པ་(གཞན་རང་ལ་མ་དད་པར་བྱེད་པས་ཁོ་བར་མི་རིགས་པ་)ལ་གཉིས།

རང་ལ་མི་སྟན་པ་སྤྲོ་བ་དད་པ་ཉམས་བྱེད་ཡིན་པས་ཁོ་ན་གཞན་ལ་  
མི་སྟན་པ་སྤྲོ་བ་ལ་ཡང་ཁོ་བར་རིགས་པ་དང་། གཞན་ལ་མ་དད་པ་ལ་བཅོལ་  
ན་ཉོན་མོངས་ཀྱི་རྒྱན་གྱིས་རང་ལ་མ་དད་པ་ལ་ཡང་བཅོལ་རིགས་པ་འོ། །

དང་པོ་(རང་ལ་མི་སྟན་པ་སྤྲོ་བ་དད་པ་ཉམས་བྱེད་ཡིན་པས་ཁོ་ན་གཞན་ལ་མི་སྟན་པ་སྤྲོ་བ་ལ་ཡང་ཁོ་བར་རིགས་པ་)ནི།

གལ་ཏེ་སེམས་ཅན་ཉམས་བྱེད་པས། །

མི་སྟན་སྤྲོ་ལ་ཁོ་ཞེ་ན། །

གལ་ཏེ་རྗེད་པའི་བར་ཆད་བྱེད་པ་ལ་ཁོ་བར་མི་རིགས་ཀྱང་མི་སྟན་པ་  
བཅོལ་ན་རང་ལ་དད་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་དད་པ་ཉམས་པར་བྱེད་པས་རང་  
ལ་མི་སྟན་པ་སྤྲོ་བ་ལ་ཁོ་ཞེ་ན།

གཞན་ལ་མི་སྟན་བཅོལ་ལའང་ཁྱོད། །

དེ་བཞིན་ཅི་སྟེ་ཁོ་མི་བྱེད། །

གཞན་གྱི་དགོ་བ་ཉམས་བྱེད་ལ་ཁོ་ན་གང་ཟག་གཞན་ལ་མི་སྟན་པ་  
བཅོལ་པ་ལའང་ཁྱོད་དེ་བཞིན་དུ་ཅི་སྟེ་ཁོ་མི་བྱེད། དེས་ཀྱང་གཞན་ལ་དད་

པའི་དགེ་བ་ཉམས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་(གཞན་ལ་མ་དད་པ་ལ་བཟོད་ན་ཉོན་མོངས་ཀྱི་རྒྱུ་གྱིས་རང་ལ་མ་དད་པ་ལ་ཡང་བཟོད་རིགས་པ་)ནི།

མ་དད་གཞན་ལ་རག་ལས་པས། །

དད་པ་མེད་ལ་བྱོད་བཟོད་ན། །

ཉོན་མོངས་སྐྱེ་ལ་རག་ལས་པས། །

མི་སྙན་སྤྲུལ་ཅིས་མི་བཟོད། །

གལ་ཏེ་སེམས་ཅན་གཞན་ལ་མ་དད་པ་ནི་དམིགས་ཡུལ་གང་ཟག་གཞན་ལ་རག་ལས་པས་གང་ཟག་གཞན་ལ་མི་སྙན་པ་བཟོད་པ་དང་། གཞན་ལ་དད་པ་མེད་པ་ལ་བྱོད་མི་ཁྲོ་བར་བཟོད་ན་འོ་ན་རང་ཉིད་ལ་མི་སྙན་པ་སྤྲུལ་བ་ལ་ཡང་སེམས་བྱོད་ཅིས་མི་བཟོད་དེ་བཟོད་རིགས་པར་ཐལ། དེ་ཡང་པ་རོལ་པོའི་ཉོན་མོངས་སྐྱེས་པ་ལ་རག་ལས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་(བདག་གི་བཤེས་ལ་ཉེས་པ་བྱེད་པ་ལ་ཁྲོ་བ་དགག་པ་)ལ་གཉིས།

ཆོས་ལ་ངེས་པར་སེམས་པའི་བཟོད་པས་དགག་པ་དང་། གཞོད་པ་བྱེད་པ་ལ་ངེ་མི་སྙམ་པའི་བཟོད་པས་དགག་པ་འོ། །

དང་པོ་(ཆོས་ལ་ངེས་པར་སེམས་པའི་བཟོད་པས་དགག་པ་)ལ་གཉིས།

སྐྱེ་གཟུགས་སོགས་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་ལ་ཁྲོ་མི་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་། དེ་བཞིན་དུ་བཤེས་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་ལ་བཟོད་རིགས་པ་འོ། །

དང་པོ་(སྐྱ་གཟུགས་སོགས་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་ལ་ཁོ་མི་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚན་)ནི།  
རང་ཉིད་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་ལ་ཁོ་བར་མི་རིགས་ཀྱང་དགོན་མཚོག་  
ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་ལ་ཁོས་ཀྱང་ཉེས་པ་མེད་དོ་ཞེ་ན།

སྐྱ་གཟུགས་མཚོད་ཉེན་དམ་ཚོས་ལ། །

ལུའ་ཞིང་འཇིག་པར་བྱེད་པ་ལའང་། །

བདག་གིས་ཞེ་སྒྲུང་མི་རིགས་ཏེ། །

སངས་རྒྱས་སོགས་ལ་གཞོད་མི་མངལ། །

སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐྱ་གཟུགས་དང་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོའི་མཚོད་ཉེན་  
སོགས་དང་དམ་པའི་ཚོས་ལ་དག་གིས་ལུའ་ཞིང་སྐྱོན་བཟོད་པ་དང་།  
ལུས་ཀྱིས་འཇིག་པར་བྱེད་པ་ལའང་བདག་གིས་ཞེ་སྒྲུང་བྱ་བར་མི་རིགས་ཏེ་  
སངས་རྒྱས་སོགས་དགོན་མཚོག་གསུམ་ལ་གཞོད་པ་མི་མངལ་ཞིང་གཞོད་  
བྱེད་ནི་སྒྲིང་རྗེའི་གནས་ཡིན་པས་བཙུང་བ་བྱ་བར་རིགས་སོ། །དགོན་མཚོག་  
གསུམ་ལ་ཡིད་མི་བདེས་སེམས་གཟིར་བའི་རྒྱུ་ལས་མི་འབྱུང་བའི་དོན་  
ཏོ།

གཉིས་པ་(དེ་བཞིན་དུ་བཞེས་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པ་ལ་བཟོད་རིགས་པ་)ནི།

སྤྲ་མ་གཉིན་ལ་སོགས་པ་དང་། །

བཞེས་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་ཆམས་ལའང་། །

སྤྲ་མའི་ཚུལ་གྱིས་རྒྱུན་དག་ལས། །



འགྲུར་བར་མཐོང་ནས་ཁྲོ་བ་བསྒྲེག

རང་ལ་ཆོས་སྟོན་པའི་སྒྲ་མ་དང་དུས་གཅིག་པའི་གཉེན་ལ་སོགས་པ་  
དང་མཛའ་བཤེས་ལ་གཞིན་པ་བྱེད་པ་རྣམས་ལ་འང་གཞན་གྱིས་གཞིན་པ་  
བྱེད་པ་མཐོང་ན་ཁྲོ་བར་མི་རིགས་ཏེ་གཉེན་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་གིས་སྟོན་  
མི་རིགས་པ་བྱས་པའི་ལས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་སྒྲ་མ་སྒྲར་བཤེད་པའི་ཚུལ་  
གྱིས་ལས་ཀྱི་རྒྱུན་དག་ལས་འབྱུང་བར་འགྲུར་བ་མཐོང་ནས་རང་ཉིད་ཁྲོ་བ་  
སྒྲེག་པར་བྱའོ། །

གཉེས་པ་(གཞིན་པ་བྱེད་པ་ལ་ངེ་མི་སྦྱུང་པའི་བཟོད་པས་དགག་པ་)ལ་བཞི།

སེམས་ཡོད་འབའ་ཞིག་ལ་ཁྲོ་བར་མི་རིགས་པ་དང་།      ཁྲོ་བར་མི་  
རིགས་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་།      རང་གི་ཉེས་པར་བསམ་པ་དང་།      བཟོད་པའི་  
ཕན་ཡོན་བསམ་པའོ། །

དང་པོ་(སེམས་ཡོད་འབའ་ཞིག་ལ་ཁྲོ་བར་མི་རིགས་པ་)ནི།

ལུས་ཅན་རྣམས་ལ་སེམས་ཡོད་དང་། །

སེམས་མེད་གཉེས་ཀས་གཞིན་བྱས་ན། །

སེམས་ཡོད་ཅི་སྟེ་བཀར་ཏེ་བཀོན། །

དེ་བས་གཞིན་པ་བཟོད་པར་གྱིས། །

རང་གི་གཉེན་ལ་སོགས་པའི་ལུས་ཅན་རྣམས་ལ་དབྱེ་ལ་སོགས་པའི་  
སེམས་ཡོད་དང་། མཆོན་ཆ་ལ་སོགས་པའི་སེམས་མེད་གཉེས་ཀས་གཞིན་

པ་བྱས་པར་འབྲན་སེམས་ཡོད་ཁོན་ལ་ཅི་སྟེ་དམིགས་གྱིས་བཀར་ཏེ་ཞེ་  
བཀོན་ཞིང་ཞེ་འཁང་བར་བྱེད་པ་མི་རིགས་པ་དེ་བས་ན་གཉེན་ལ་གཞོད་པ་  
བཟོད་པར་གྱིས་ཞིག་པའོ། །

གཉིས་པ་(ཁོ་བར་མི་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚན་)ནི།

ལ་ལ་ཚྛངས་པས་ཉེས་པ་བྱེད། །

ལ་ལ་ཚྛངས་ཏེ་ཁྱོས་བྱུར་ན། །

དེ་ལ་སྟོན་མེད་གང་གིས་བྱ། །

སྟོན་དང་བཅས་ཏེ་གང་ཞིག་ཡིན། །

གང་བྱུག་ལ་ལ་ལས་འབྲས་ལ་ཚྛངས་པས་གསོད་པ་ལ་སོགས་པའི་  
གཞོད་པ་བྱེད་ལ། གང་བྱུག་ལ་ལ་ཁོ་བའི་ཉེས་དམིགས་ལ་ཚྛངས་ཏེ་ཁྱོས་  
པར་བྱུར་ན་གཉིས་པོ་དེ་ལ་སྟོན་མེད་པ་གང་གིས་བྱ། སྟོན་དང་བཅས་ཏེ་  
གང་ཞིག་ཡིན་གཉིས་ཀ་སྟོན་ཅན་དུ་མཚུངས་པས་གཞོད་བྱེད་ལ་ལན་དུ་ཁོ་  
བ་བྱ་བར་མི་རིགས་སོ། །

གསུམ་པ་(རང་གི་ཉེས་པར་བསམ་པ་)ནི།

གང་གིས་གཞན་དག་གཞོད་བྱེད་པའི། །

ལས་དེ་སྟོན་ཆད་ཅི་ཕྱིར་བྱས། །

ཐམས་ཅད་ལས་ལ་རག་ལས་ན། །

བདག་གིས་འདི་ལ་ཅི་སྟེ་བཀོན། །

ལས་གང་གིས་གཞན་དག་རང་ལ་གཞོན་པ་བྱེད་པའི་ལས་དེ་སྟོན་  
ཆད་ཅིའི་བྱིར་བྱས་བྱེད་དོན་མེད་པ་ལ་རང་ལ་གཞོན་པ་བྱུང་བ་ཐམས་ཅད་  
རང་གི་ལས་ངན་ལ་རག་ལས་ནས་འབྱུང་བ་ཡིན་ན་བདག་གིས་པ་རོལ་པོ་  
འདི་ལ་ཅི་སྟེ་ཞེ་བཀོན་པར་བྱེད།

དེ་ལྟར་མཐོང་ནས་ཅི་ནས་ཀྱང་། །

ཐམས་ཅད་པན་ཚུན་བྱམས་སེམས་སུ། །

འགྱུར་བ་དེ་ལྟར་བདག་གིས་ནི། །

བསོད་ནམས་དག་ལ་བསྐྱེམས་ཏེ་བྲ། །

གཞོན་པ་དང་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཐམས་ཅད་ལས་ལས་བྱུང་བ་དེ་ལྟར་མཐོང་  
ནས་ཅི་ནས་ཀྱང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་པན་ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་བྱམས་  
པའི་སེམས་སུ་འགྱུར་བ་ནམ་ཞིག་ན་འོང་ན་དེ་ལྟར་བྱའོ་སྙམ་དུ་བདག་གིས་  
ནི་སྟོང་རྗེ་ལ་སོགས་པའི་བསོད་ནམས་དག་ལ་བསྐྱེམས་ཏེ་བྱའོ། །

བཞི་པ་(བཟོན་པའི་པན་ཡོན་བསམ་པ་)ལ་གསུམ།

བདག་གི་དགོ་བ་མི་ཉམས་པའི་དོན་དུ་འབད་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེལ་  
ཆུང་དུ་དང་དུ་སྦངས་ནས་དཔྱལ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱི་རྒྱ་སྟོག་པར་བྱ་བ་  
དང་། དོན་ཆེན་པོ་སྐྱབ་པའི་དཀའ་སྤྱད་ལ་དགའ་བར་རིགས་པའོ། །

དང་པོ་(བདག་གི་དགོ་བ་མི་ཉམས་པའི་དོན་དུ་འབད་པ་)ནི།

དཔེར་ན་བྲིམ་ཆིག་གྱུར་པའི་མེ། །

བྲིམ་གཞན་ཞིག་དུ་སོང་ནས་ནི། །

རྩ་སོགས་གང་ལ་མཆེད་བྱེད་པ། །

དེ་ནི་ཕུང་སྟེ་དོར་བ་རིགས། །

དེ་བཞིན་གང་ལ་སེམས་ཆགས་ན། །

ཞེ་སྤང་མེ་ནི་མཆེད་གྱུར་པ། །

བསོད་ནམས་ཆིག་པར་དོགས་པ་ཡིས། །

དེ་ནི་དེ་ཡི་མོད་ལ་དོར། །

དཔེར་ན་བྲིམ་ཆིག་པར་གྱུར་པའི་མེ་བྲིམ་གཞན་ཞིག་དུ་སོང་ནས་ནི་  
རྩ་དང་ཞིང་ལ་སོགས་གང་ལ་མཆེད་ནས་བྲིམ་ཞོར་དང་བཅས་པ་ཆིག་པར་  
བྱེད་པར་གྱུར་ན། བྲིམ་ཞོར་དང་བཅས་པ་བསྐྱུང་བའི་དོན་དུ་རྩ་ལ་སོགས་  
པ་དེ་ནི་ཕུང་སྟེ་དོར་བར་རིགས་ཀྱི་ཆགས་པར་མི་རིགས་པ་དེ་བཞིན་  
དུ། གཉེན་ལ་སོགས་པ་གང་ལ་སེམས་ཆགས་ནས་དེ་དག་ལ་གཞོད་པ་  
བྱུང་བའི་རྒྱུ་ཀྱིས་ཞེ་སྤང་གི་མེ་ནི་མཆེད་པར་གྱུར་པས་དགོ་བའི་བསོད་  
ནམས་ཀྱི་ཞོར་ཆིག་པར་དོགས་པ་ཡིས་ཆགས་པའི་གཞི་དེ་ནི་དེའི་མོད་ལ་  
དོར་བར་རིགས་ཀྱི་ཆགས་པར་མི་རིགས་སོ། །

གཉིས་པ་(སྟུག་བསྐྱལ་ཚུང་དུ་དང་དུ་སྒྲངས་ནས་དཔྱལ་བའི་སྟུག་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱ་ཕྱོག་པར་བྱ་བ་)ལ་གཉིས།  
དཔེ་དང་། རོན་ཏོ། །

དང་པོ་(དཔེ)ནི།

གཉེན་བཤེས་དང་བྲལ་ན་སྟུག་བསྐྱལ་སྟོང་བར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།

གསལ་བྱའི་མི་ཞིག་ལག་བཅད་དེ། །

གལ་ཏེ་ཐར་ན་ཅིས་མ་ལེགས། །

གལ་ཏེ་མི་ཡི་སྟུག་བསྐྱལ་གྱིས། །

དཔྱལ་བ་བྲལ་ན་ཅིས་མ་ལེགས། །

གསོད་པར་འོས་པའི་མི་ཞིག་ལག་པ་བཅད་དེ་གལ་ཏེ་བསལ་བ་ལས་  
ཐར་ན་ཅིས་མ་ལེགས་ཏེ་ལེགས་པ་དེ་བཞིན་དུ། གལ་ཏེ་མིའི་སྟུག་བསྐྱལ་  
བཤེས་སྒྲོམ་ཅམ་གྱིས་དཔྱལ་བའི་སྟུག་བསྐྱལ་དང་བྲལ་ན་ཅིས་མ་ལེགས་  
སྟུག་བསྐྱལ་ཚུང་དུ་དང་དུ་སྒྲངས་ནས་ཆེན་པོ་ཕྱོག་པར་རིགས་སོ། །

གཉིས་པ་(རོན)ནི།

སྟུག་བསྐྱལ་འདི་ཅམ་མི་བཟོད་དོ་ཞེ་ན།

ད་ལྟའི་སྟུག་བསྐྱལ་འདི་ཅམ་ལའང་། །

བདག་གིས་བཟོད་པར་མི་རུས་ན། །

དེས་ན་དཔྱལ་བའི་སྟུག་བསྐྱལ་རྒྱ། །

## ཁྱོད་ཅེས་མེད་པའི་བླ་མ་གྱི་བྱེད་པ།

བླ་མ་སྐྱོད་པ་མཆོད་པ་ཅུང་ཟད་བསྟན་པ་སོགས་དེ་ལྟེང་གི་བླ་མ་  
འདི་ཅེས་པ་ལྟར་བཤད་པའི་བླ་མ་སྐྱོད་པ་མཆོད་པ་ཅུང་ཟད་བསྟན་པ་  
བཤད་པའི་བླ་མ་སྐྱོད་པ་མཆོད་པ་ཅུང་ཟད་བསྟན་པ་སོགས་དེ་ལྟེང་གི་བླ་མ་  
བྱེད་པ།

གསུམ་པ་(དོན་ཆེན་པོ་སྐྱོད་པའི་དགའ་སྐྱོད་ལ་དགའ་བར་རིགས་པ་)ལ་གཉིས།

སྐྱོད་པའི་ཅེས་པ་ཅུང་ཟད་བསྟན་པ་ཅུང་ཟད་བསྟན་པ་ཅུང་ཟད་བསྟན་པ་  
མ་གྱུར་པས་འགྲོད་པ་དང་། དེ་ལྟེང་གི་དགའ་སྐྱོད་ལ་དགའ་བར་རིགས་པ་  
མཐའ་དག་གི་དོན་བསྟན་པ་ལ་དགའ་བར་རིགས་པ་འོ།

དང་པོ་(སྐྱོད་པའི་ཅེས་པ་ཅུང་ཟད་བསྟན་པ་ཅུང་ཟད་བསྟན་པ་ཅུང་ཟད་བསྟན་པ་  
མ་གྱུར་པས་འགྲོད་པ་)ནི།

འདོད་པའི་དོན་དུ་སྐྱོད་པ་སོགས།

དཔུང་བར་སྐྱོད་པའི་སྐྱོད་པ་ཅུང་ཟད་བསྟན་པ་ཅུང་ཟད་བསྟན་པ་

བཤད་པའི་སྐྱོད་པ་ཅུང་ཟད་བསྟན་པ་ཅུང་ཟད་བསྟན་པ་

གསུམ་པ་ཅུང་ཟད་བསྟན་པ་ཅུང་ཟད་བསྟན་པ་

སྐྱོད་པའི་ཅེས་པ་ཅུང་ཟད་བསྟན་པ་ཅུང་ཟད་བསྟན་པ་ཅུང་ཟད་བསྟན་པ་  
ལས་ངན་པ་ལ་ཞུགས་པས་བསྐྱོད་པ་ལ་སོགས་པ་དཔུང་བར་སྐྱོད་པ་ཅུང་ཟད་བསྟན་པ་  
བསྐྱོད་པ་ཅུང་ཟད་བསྟན་པ་ཅུང་ཟད་བསྟན་པ་ཅུང་ཟད་བསྟན་པ་  
གསུམ་པ་ཅུང་ཟད་བསྟན་པ་ཅུང་ཟད་བསྟན་པ་ཅུང་ཟད་བསྟན་པ་

གཉིས་པ་(ད་ལྟའི་དཀའ་སྤྱད་བཟོད་པར་བྱས་ནས་འགྲོ་བ་མཐའ་དག་གི་དོན་བསྐྱབ་པ་ལ་དགའ་བར་རིགས་པ་)ནི།

འདི་ནི་དེ་ཙམ་གཞོད་མིན་ལ། །

དོན་ཆེན་དག་ཀྱང་འབྱུང་འབྱུར་བས། །

འགྲོ་བའི་གཞོད་སེལ་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལ། །

དགའ་བ་འབའ་ཞིག་འདིར་བྱ་རིགས། །

གཞན་དོན་སྐྱབ་པའི་དུས་ཀྱི་དཀའ་སྤྱད་འདི་ནི་དེ་ཙམ་དུ་གཞོད་པ་  
མིན་པ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་དོན་ཆེན་དག་ཀྱང་འབྱུང་པར་འབྱུར་བས་འགྲོ་བའི་  
གཞོད་པ་མཐའ་དག་སེལ་བའི་དཀའ་སྤྱད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེལ་དང་དུ་སྦྲངས་ནས་  
དགའ་བ་འབའ་ཞིག་འདིར་བྱ་བར་རིགས་སོ། །

གསུམ་པ་(བདག་གི་དག་ལ་ལེགས་པ་བྱེད་པ་ལ་ཁོ་བ་དགག་པ་)ལ་གསུམ།

དག་ལ་བསྟོད་པ་དང་གྲགས་པ་བསྐྱབ་པ་ལ་མི་བཟོད་པ་སྤང་བ་དང་།  
བདེ་བ་བསྐྱབ་པ་ལ་མི་བཟོད་པ་སྤང་བ་དང་། རྟེན་པ་བསྐྱབ་པ་ལ་མི་བཟོད་  
པ་སྤང་བའོ། །

དང་པོ་(དག་ལ་བསྟོད་པ་དང་གྲགས་པ་བསྐྱབ་པ་ལ་མི་བཟོད་པ་སྤང་བ་)ལ་གཉིས།

རང་བདེ་བའི་རྒྱ་ཡིན་པས་འདོད་རིགས་པ་དང་། གཞན་བདེ་བའི་རྒྱ་  
ཡིན་པས་མི་འདོད་པ་མི་རིགས་པའོ། །

དང་པོ་(རང་བདེ་བའི་རྒྱ་ཡིན་པས་འདོད་རིགས་པ་)ནི།

གཞན་གྱིས་ཡོན་ཏན་ལྡན་བསྟོད་ནས། །



གལ་ཏེ་དགའ་བའི་བདེ་ཐོབ་ན། །

ཡིད་ཁྱོད་ཀྱང་ནི་དེ་བསྟོད་ནས། །

ཅི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་དགའ་མི་བྱེད། །

ཁྱོད་ཀྱི་དགའ་བའི་བདེ་བ་འདི། །

བདེ་འབྱུང་ཁ་ན་མ་ཐོ་མེད། །

ཡོན་ཏན་ལྡན་པ་རྣམས་ཀྱིས་གནང་། །

གཞན་སྤྱད་པ་ཡི་མཆོག་ཀྱང་ཡིན། །

གང་ཟག་གཞན་གྱིས་བདག་གི་དགྲ་པོ་ལ་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པ་ཡིན་  
ནོ་ཞེས་བསྟོད་ནས་གལ་ཏེ་བསྟོད་པ་པོ་དེ་ཉིད་ཀྱང་ཡིད་དགའ་བའི་བདེ་  
བ་ཐོབ་ན་བདག་གི་ཡིད་ཁྱོད་ཀྱང་ནི་དགྲ་དེ་བསྟོད་ནས་ཅིའི་ཕྱིར་གང་ཟག་  
གཞན་དེ་ལྟར་དགའ་བར་མི་བྱེད་དེ་དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཁྱོད་ཉིད་གཞན་གྱི་ཡོན་  
ཏན་ལ་དགའ་བའི་བདེ་བ་འདི། མ་འོངས་པ་ན་བདེ་བའི་འབྱུང་གནས་ཁ་  
ན་མ་ཐོ་བ་མེད་པར་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
གནང་ཞིང་བསྐྲགས་པ་དང་། གདུལ་བྱ་གཞན་སྤྱད་པའི་མཆོག་ཀྱང་ཡིན་  
ནོ།

གཉིས་པ་(གཞན་བདེ་བའི་རྒྱ་ཡིན་པས་མི་འདོད་པ་མི་རིགས་པ་)ལ་གཉིས།

གཞན་བདེ་བ་མི་འདོད་ན་རང་གི་བདེ་བ་ཉམས་པར་འགྱུར་བ་དང་།  
དེས་ན་གཞན་བདེ་བ་འདོད་རིགས་པ་འོ། །

དང་པོ་(གཞན་བདེ་བ་མི་འདོད་ན་རང་གི་བདེ་བ་ཉམས་པར་འགྱུར་བ་)ནི།

གཞན་ཡང་དེ་ལྟར་བདེ་འགྱུར་ཞེས། །

གལ་ཏེ་སྟོན་བདེ་འདི་མི་འདོད། །

སླ་རྩན་སྦྱིན་སོགས་སྤངས་པའི་བྱིར། །

མཐོང་དང་མ་མཐོང་ཉམས་པར་འགྱུར། །

གལ་ཏེ་གཞན་ལ་བསྟོད་པས་བསྟོད་ཡུལ་གཞན་ཡང་དེ་ལྟར་བདེ་བར་  
འགྱུར་རོ་ཞེས་གལ་ཏེ་སྟོན་གཞན་བསྟོད་པས་བདེ་བ་འདི་མི་འདོད་ན་རང་  
གི་བྱན་སོགས་ལ་སླ་རྩན་བྱིན་པས་དེ་བདེ་བར་འགྱུར་བས་སླ་རྩན་བྱིན་པ་  
སོགས་ཀྱང་སྤང་དགོས་པས་དེ་ལ་སོགས་པ་སྤངས་པའི་བྱིར། ཆེ་འདིར་  
བྱན་གྱིས་ལས་མི་བྱེད་ཅིང་བྱི་མར་བདེ་བ་མི་སྟོང་བ་མཐོང་བས་ཆེ་འདི་  
དང་། མ་མཐོང་བ་བྱི་མའི་བདེ་བ་ཉམས་པར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་(དེས་ན་གཞན་བདེ་བ་འདོད་རིགས་པ་)ནི།

རང་གི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པའི་ཆེ། །

གཞན་ལ་བདེ་བའང་འདོད་པར་བྱེད། །

གཞན་གྱི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པའི་ཆེ། །

རང་ལའང་བདེ་བ་མི་འདོད་བྱེད། །

གཞན་གྱིས་རང་གི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པའི་ཆེ་གཞན་བརྗོད་མཁན་

ལའང་ཡིད་བདེ་བ་འདོད་པར་བྱེད་ལ་རང་གིས་གཞན་གྱི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་  
པའི་ཆེ་བརྗོད་མཁན་རང་ལའང་བདེ་བ་མི་འདོད་པར་བྱེད་པ་མི་རིགས་ཤིང་  
འགལ་བས། རང་བསྟོད་པས་གཞན་དགའ་བར་འདོད་པ་བཞིན་དུ་གཞན་  
བསྟོད་དེ་རང་དགའ་བར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(བདེ་བ་བསྐྱབ་པ་ལ་མི་བཅོལ་བ་སྤང་བ་)ནི།

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་འདོད་པས། །

བྱང་ཆུབ་ཏུ་ནི་སེམས་བསྐྱེད་ནས། །

སེམས་ཅན་རང་གིས་བདེ་རྟོག་ན། །

དེས་ཀོ་ཅི་སྟེ་ཁོ་བར་བྱེད། །

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྲོ་ན་མེད་པའི་བདེ་བ་ལ་འགོད་པར་འདོད་  
པས་བྱང་ཆུབ་ཏུ་ནི་སེམས་བསྐྱེད་ནས་སྟོད་པ་ལ་སྟོབ་པར་ཁས་སྤངས་པ་  
ལ། སེམས་ཅན་རང་གིས་བདེ་བ་བྱང་ཟད་ཅམ་རྟོག་ནས་འདོད་པ་གྲུབ་པ་ལ་  
དེས་ཀོ་དེ་ནི་ཁོད་ཅི་ཁོ་བར་བྱེད་དགའ་བར་རིགས་སོ། །

གསུམ་པ་(རྟོག་པ་བསྐྱབ་པ་ལ་མི་བཅོལ་བ་སྤང་བ་)ལ་གཉིས།

རང་གི་འདོད་པ་གྲུབ་པར་བསམ་པ་དང་། མི་འདོད་པ་མེད་པར་  
བསམ་པའོ། །

དང་པོ་(རང་གི་འདོད་པ་གྲུབ་པར་བསམ་པ་)ལ་གསུམ།

སེམས་ཅན་རང་གིས་རྟོག་པ་གྲུབ་པ་དགའ་བར་རིགས་པ་དང་། དེའི་

དང་། དེ་མི་འདོད་ན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཉམས་པར་འགྱུར་བའོ། །

དང་པོ་(སེམས་ཅན་རང་གིས་རྟེན་པ་གྲུབ་པ་དགའ་བར་རིགས་པ་)ནི།

འཇིག་རྟེན་གསུམ་མཆོད་འཛང་རྒྱ་བར། །

སེམས་ཅན་རྣམས་ནི་འདོད་ཅེ་ན། །

བསྟེན་བཀྱར་ངན་ངོན་ཅ་མ་མཐོང་ནས། །

ཅི་བྱུང་དེ་ལ་གདུང་བར་བྱེད། །

འཇིག་རྟེན་གསུམ་གྱིས་མཆོད་པའི་གནས་འཛང་རྒྱ་བར་སེམས་  
ཅན་རྣམས་ནི་འདོད་ཅེས་ཁས་སྒྲངས་ཤིང་དམ་བཅས་ན། སེམས་ཅན་དེ་  
དག་ལ་བསྟེན་བཀྱར་ངན་ངོན་ཅ་མ་བྱུང་བ་མཐོང་ནས་ཅིའི་བྱུང་དེ་ལ་ཡིད་  
གདུང་བར་བྱེད། རང་གི་འདོད་པའི་ཕྱོགས་ཅ་མ་གྲུབ་པའོ། །

གཉིས་པ་(དེ་)ནི།

གསོ་བྱ་གང་ཞིག་ཁྱོད་གསོ་བ། །

ཁྱོད་ཉིད་གྱིས་ནི་སྦྱིན་བྱ་དེ། །

གཉེན་གྱིས་འཆོ་བ་རྟེན་གྱུར་ན། །

དགར་མི་འགྱུར་བར་སྤར་ཁྱོའམ། །

གསོ་བྱ་གང་ཞིག་ཁྱོད་གསོ་བའི་བྱ་ལ་སོགས་པ་ཁྱོད་ཉིད་གྱིས་  
ནི་སྦྱིན་པར་བྱ་དགོས་པ་དེ་ལ་ཁྱོད་གྱིས་སྦྱིན་མ་དགོས་པར་གཉེན་རང་

ཉིད་ཀྱིས་འཁོ་བ་རྟེན་པར་གྱུར་ན་དགའ་བར་མི་འགྱུར་བར་སྤར་ཁྱོའམ་ཅི།  
དགའ་བར་རིགས་སོ། །

གསུམ་པ་(དེ་མི་འདོད་ན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཉམས་པར་འགྱུར་བ་)ནི།

དེ་ཅི་འགྲོ་ལ་མི་འདོད་ན། །

དེ་ལ་བྱང་ཆུབ་འདོད་གང་ཡིན། །

གང་ཞིག་གཞན་འབྱོར་ཁྱོད་ལ། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་ག་ལ་ཡོད། །

ཟས་གོས་ལ་སོགས་པའི་རྟེན་པ་བྱང་ཟད་ཅ་མ་དེ་ཅི་འགྲོ་བ་ལ་མི་  
འདོད་ན་སེམས་ཅན་དེ་ལ་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་འདོད་པའི་གང་ཟག་དེ་གང་  
ཞིག་ཡིན། གང་ཟག་གང་ཞིག་གཞན་གྱི་འབྱོར་བ་སྤར་ཆེགས་ལ་ཁྱོ་བ་དེ་  
ལ་འགྲོ་བ་མཐའ་དག་བྱང་ཆུབ་ལ་འགོད་འདོད་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་སེམས་སེམས་  
ནི་ག་ལ་ཡོད། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཉམས་པར་འགྱུར་བས་གཞན་གྱི་རྟེན་  
བཟུང་ལ་སྤག་དོག་འབད་པས་སྤང་བར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(མི་འདོད་པ་མེད་པར་བསམ་པ་)ལ་གསུམ།

གཞན་གྱི་རྟེན་པ་ལ་སྤག་དོག་མི་རིགས་པ་དང་། རང་གི་ཡོན་ཏན་  
དོར་བར་མི་རིགས་པ་དང་། རང་གི་སྒྲིག་པ་ལ་མྱ་ངན་བྱ་བར་རིགས་ཀྱི་  
གཞན་གྱི་དགོ་བ་ལ་སྤག་དོག་མི་རིགས་པ་འོ། །

དང་པོ་(གཞན་གྱི་རྟེན་པ་ལ་སྤྲུག་དོག་མི་རིགས་པ་)ནི།

གལ་ཏེ་དེས་དེ་ལས་རྟེན་དམ། །

སྒྲིབ་བདག་བྲིམ་ན་གནས་གྱུར་པ། །

ཀྱན་དུ་དེ་བྲོད་ལ་མེད་ན། །

བྲིན་མ་བྲིན་དུ་བ་དེས་ཅི་བྲ། །

གལ་ཏེ་དག་དེས་སྒྲིབ་བདག་དེ་ལས་བས་གོས་སོགས་རྟེན་དམ།  
འོན་ཏེ་སྒྲིབ་བདག་རང་གི་བྲིམ་ན་གནས་པར་གྱུར་པའི་བས་ལོར་ཡིན་ཡང་  
རུང་། གནས་སྐབས་ཀྱན་ཏུ་འདྲེན་པའི་མེད་པར་འདྲ་ན་དག་ལ་བྲིན་ནས་  
མ་བྲིན་ཡང་རུང་། སྤྲུག་དོག་དེས་ཅི་བྲ་མི་རིགས་སོ། །

གཉིས་པ་(རང་གི་ཡོན་ཏན་དོར་བར་མི་རིགས་པ་)ནི།

བསོད་ནམས་དང་ནི་དད་པ་འཇམ། །

རང་གི་ཡོན་ཏན་ཅི་བྲིར་འདོར། །

རྟེན་པ་གྱུར་པ་མི་འཇིན་པ། །

གང་གིས་ཁྲོ་བ་མི་བྲེད་སྒྲིམ། །

གཞན་གྱི་རྟེན་པ་ལ་ཁོང་ཁྲོ་ཞིང་རང་ཉིད་རྟེན་པ་འདོད་ན་རྟེན་པ་  
འབྱུང་བའི་རྒྱ་བསོད་ནམས་དང་ནི་བྲིམ་བདག་དད་པའི་སྒྲིབ་པ་ཉམ། ཚུལ་  
བྲིམས་དང་ཐོས་པ་སོགས་རང་གི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པས་ཁོང་ཁྲོས་དེ་དག་ཅིའི་

བྱིར་འདོད། རྟེན་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་བའི་རྒྱ་མི་འཛིན་པར་འཛོམས་པ་རང་  
ཉིད་ལ་རྒྱ་མཚན་གང་གིས་ཁྱོ་བ་མི་བྱེད་པ་སྟོས་ཤིག །ཁྱོ་ན་རང་ཉིད་ལ་ཁྱོ་  
བར་རིགས་སོ། །

གསུམ་པ་(རང་གི་སྒྲིག་པ་ལ་ཟུང་ན་བྱ་བར་རིགས་ཀྱི་གཞན་གྱི་དགོ་བ་ལ་སྟག་དོག་མི་རིགས་པ་)ནི།

ཁྱོད་ནི་རང་གིས་སྒྲིག་བྱས་ལ། །

ཟུང་ན་མེད་པར་མ་བཟད་ཀྱི། །

བསོད་ནམས་བྱས་པ་གཞན་དག་དང་། །

ལྟན་ཅིག་འགྲན་པར་བྱེད་འདོད་དམ། །

ཁྱོད་ནི་རྟེན་པ་མི་ཐོབ་པའི་རྒྱ་སྟོན་རང་གི་སྒྲིག་པ་བྱས་པ་ལ་ཟུང་ན་  
མེད་པར་མ་བཟད་ཀྱི། སྟོན་བསོད་ནམས་བྱས་པ་གཞན་དག་དང་ལྟན་ཅིག་  
འགྲན་ཅིང་མི་བཟོད་པར་སྟག་དོག་བྱེད་འདོད་དམ་བྱེད་པ་མི་རིགས་སོ།།

## བམ་པོ་གཉིས་པ།

གསུམ་པ་(འདོད་པའི་གོགས་བྱེད་པ་ལ་ཁྱོ་བ་དགག་པ་)ལ་གཉིས།

དགྲ་ལ་གཞོད་པ་འབྱུང་བའི་གོགས་བྱེད་པ་ལ་མི་བཟོད་པ་མི་རིགས་  
པ་དང་། རང་དང་རང་གི་སྟོགས་ལ་ཕན་པའི་གོགས་བྱེད་པ་ལ་མི་བཟོད་པ་  
མི་རིགས་པ་འོ། །



དང་པོ་(དག་ལ་གཞོད་པ་འབྱུང་བའི་གོགས་བྱེད་པ་ལ་མི་བཟོད་པ་མི་རིགས་པ་)ལ་གསུམ།  
དག་མི་དགའ་བས་རང་ལ་མི་ཕན་པ་དང་། དག་ལ་གཞོད་སེམས་  
བསྐྱེད་པས་དེ་ལ་མི་གཞོད་པ་དང་། རང་ལ་གཞོད་པའོ། །

དང་པོ་(དག་མི་དགའ་བས་རང་ལ་མི་ཕན་པ་)ནི།  
གལ་ཏེ་དག་ལ་གཞོད་པ་བྱུང་ན་དགའ་ཞིང་དེའི་གོགས་བྱེད་པ་ལ་ཁྱོ་  
ཞེན།

གལ་ཏེ་དག་ཞིག་མི་དགའ་ནའང་། །  
དེ་ལ་སྒྲིབ་དགར་ཅི་ཞིག་ཡོད། །  
གལ་ཏེ་དག་ཞིག་མི་དགའ་ཞིང་མི་བདེ་ནའང་དེ་ལ་སྒྲིབ་དགའ་བར་  
བྱར་ཅི་ཞིག་ཡོད། སྒྲིབ་ལ་ཕན་པ་མེད་ཅིང་གཞོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་(ག་ལ་གཞོད་སེམས་བསྐྱེད་པས་དེ་ལ་མི་གཞོད་པ་)ནི།  
སྒྲིབ་ཀྱི་ཡིད་སྟོན་ཙམ་གྱིས་ནི། །  
དེ་ལ་གཞོད་པའི་རྒྱར་མི་འགྱུར། །  
དག་ལ་གཞོད་པ་བྱུང་ན་སྙམ་པའི་སྒྲིབ་ཀྱི་ཡིད་སྟོན་ཙམ་གྱིས་ནི་དག་  
དེ་ལ་གཞོད་པའི་རྒྱར་མི་འགྱུར་བས་སྒྲིབ་ཀྱི་འདོད་དོན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་  
འགྱུབ་པས་སྒོ་བར་མི་རིགས་སོ། །

གསུམ་པ་(རང་ལ་གཞོད་པ་)ལ་གཉིས།  
དག་ལ་གཞོད་པ་བྱུང་བ་ལ་དགའ་བར་མི་རིགས་པ་དང་། དེ་ལ་དགའ་

བར་བཟུང་ན་རང་ཉིད་ལ་སྟུག་བསྐྱེལ་ཆེན་པོའི་རྒྱར་འགྱུར་པའོ། །

དང་པོ་(དག་ལ་གཞོད་པ་བྱང་བ་ལ་དགའ་བར་མི་རིགས་པ་)ནི།

སྲོད་ཀྱི་འདོད་པས་སྟུག་བསྐྱེལ་དེ། །

གྲུབ་ན་འང་སྲོད་དགར་ཅི་ཞིག་ཡོད། །

དག་མ་རུངས་པར་གྱུར་ཅིག་སྟུམ་པའི་སྲོད་ཀྱི་འདོད་པས་པ་རོལ་པོ་  
ལ་སྟུག་བསྐྱེལ་དེ་གྲུབ་ན་འང་སྲོད་དགར་ཅི་ཞིག་ཡོད་པན་པ་རུང་བཅད་གྱུར་  
མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་(དེ་ལ་དགའ་བར་བཟུང་ན་རང་ཉིད་ལ་སྟུག་བསྐྱེལ་ཆེན་པོའི་རྒྱར་འགྱུར་པ་)ནི།

གལ་ཏེ་འཆོངས་པར་འགྱུར་ཞེ་ན། །

དེ་ལས་སྤང་བའང་གཞན་ཅི་ཡོད། །

ཉོན་མོངས་ཉ་པས་བཏབ་པ་ཡི། །

མཆིལ་པ་འདི་ནི་མི་བཅད་གཟེ། །

དེས་བཟུང་སེམས་དཔྱུལ་བྱམ་པར་ཡང་། །

དཔྱུལ་བའི་སྤང་མས་བདག་འཆོད་ངེས། །

གལ་ཏེ་དག་ལ་གཞོད་པ་བྱང་ན་འདོད་པ་གྲུབ་པས་འཆོངས་པར་  
འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། གཞོད་སེམས་དྲག་པོ་སྦྱེས་པ་དེ་ལས་སྤང་བའི་ཐབས་  
གཞན་ཅི་ཡོད་ངན་འགྲོ་བའི་སྤྱིར་རོ། །དཔེར་ན་ཉ་པ་ནམས་ཀྱི་ལྷགས་ཀྱས་

ཉ་བཟུང་སྟེ་འཆེད་པ་ལྟར་ཉོན་མོངས་པ་ཞེ་སྒྲིབ་གི་ཉ་བས་བཏབ་པ་ཡི་  
གཞོན་སེམས་དྲག་པོའི་སྒྲིག་པའི་ལས་ཀྱི་འཆིལ་པ་ལྷགས་རྒྱ་འདི་ནི་མི་  
བཟད་ཅིང་བཟེ་པས་ངེས་པར་བྱེན་པ་ངེས་བཟུང་ནས་སེམས་ཅན་དཔྱལ་  
བའི་བྱམ་པར་ཡང་སྟེ་བཟངས་སུ། དཔྱལ་བའི་བསྐྱང་མས་བརྒྱག་ནས་བདག་  
འཆེད་པར་ངེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་(རང་དང་རང་གི་ཚྭགས་ལ་ཕན་པའི་གོགས་བྱེད་པ་ལ་མི་བཟོད་པ་མི་རིགས་པ་)ལ་གཉིས།  
འཛིག་རྟེན་པའི་ཆོས་ཀྱི་གོགས་བྱས་པ་ལ་ཁྲོ་བར་མི་རིགས་པ་དང་།  
བསོད་ནམས་ཀྱི་གོགས་བྱས་པ་ལ་ཁྲོ་བར་མི་རིགས་པ་རོ། །

དང་པོ་(འཛིག་རྟེན་པའི་ཆོས་ཀྱི་གོགས་བྱས་པ་ལ་ཁྲོ་བར་མི་རིགས་པ་)ལ་གཉིས།  
རང་ལ་བསྟོད་པ་དང་བྱགས་པའི་གོགས་བྱས་པ་ལ་ཁྲོ་བར་མི་རིགས་  
པ་དང་། ཕན་འདོགས་པར་བསམ་པ་རོ། །

དང་པོ་(རང་ལ་བསྟོད་པ་དང་བྱགས་པའི་གོགས་བྱས་པ་ལ་ཁྲོ་བར་མི་རིགས་པ་)ལ་བཞི།  
བསྟོད་བྱགས་ཅ་མ་ལ་དགོས་པ་མེད་པ་དང་། ཡིད་དགའ་བ་ཅ་མ་  
འདོད་དོན་དུ་མི་རིགས་པ་དང་། དེ་ཅ་མ་འདོད་དོན་དུ་འཛིན་པ་བྱིན་ཅི་ལོག་  
ཡིན་པ་དང་། བྱིན་ཅི་ལོག་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆན་རོ། །

དང་པོ་(བསྟོད་བྱགས་ཅ་མ་ལ་དགོས་པ་མེད་པ་)ནི།  
རང་གི་བསྟོད་པ་དང་བྱགས་པའི་གོགས་བྱས་ན་མི་དགའོ་ཞེ་ན།

བསྟོད་དང་བྱགས་པའི་རིམ་གྲོས་ནི། །

བསོད་ནམས་མི་འགྱུར་ཆེར་མི་འགྱུར། །

བདག་སྟོབས་མི་འགྱུར་ནད་མེད་མིན། །

ལུས་བདེ་བར་ཡང་མི་འགྱུར་རོ། །

བདག་ནི་རང་དོན་ཤེས་གྱུར་ན། །

དེ་ལ་རང་དོན་ཅི་ཞིག་ཡོད། །

དངོས་སུ་བསྟོན་པ་དང་སྟོག་ཏུ་གྲགས་པའི་རིམ་གྱི་ནི་སྐྱེས་བུའི་  
འདོད་དོན་དུ་བཅོམ་པ་ལྷ་ལས་བསོད་ནམས་སུ་མི་འགྱུར་ཞིང་། ཆེར་ཡང་  
མི་འགྱུར་ལ་བདག་སྟོབས་རྒྱས་པའི་རྒྱུར་ཡང་འགྱུར་བ་མིན་ལ། ལུས་བདེ་  
བར་ཡང་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་བས་ན་བདག་ནི་རང་གི་དོན་དུ་འགྱུར་མི་འགྱུར་  
དཔྱེད་ཤེས་པར་གྱུར་ན། བསྟོན་གྲགས་དེ་ལ་རང་གི་དོན་ཅི་ཞིག་ཡོད་ཅུང་  
ཟད་ཀྱང་མེད་དོ། །

གཉིས་པ་(ཡིད་དགའ་བ་ཙམ་འདོད་དོན་དུ་མི་རིགས་པ་)ནི།

ཡིད་བདེ་འབའ་ཞིག་འདོད་ན་ནི། །

རྒྱན་སོགས་ཆད་ཡང་བསྟེན་དགོས་སོ། །

ཡིད་བདེ་བ་ཙམ་འབའ་ཞིག་འདོད་དོན་ཡིན་ན་ནི་རྒྱན་པོ་འབྱེད་པ་  
དང་སྐྱ་གར་དང་གཞན་གྱི་བྱད་མེད་བསྟེན་པ་སོགས་དང་ཆད་ཡང་བསྟེན་  
དགོས་སོ། །

གསུམ་པ་( དེ་ཙམ་འདོད་དོན་དུ་འཛིན་པ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཡིན་པ་)ལ་གཉིས།

བསྟོན་གྲགས་ཙམ་ལ་དགོས་པ་མེད་པ་དང་། དེ་ཉམས་པ་ལ་མི་

དགའ་བ་བྱིས་པ་དང་མཚུངས་པའོ། །

དང་པོ་(བསྟོན་གྲགས་ཅམ་ལ་དགོས་པ་མེད་པ་)ནི།

གྲགས་པའི་དོན་དུ་ནོར་གཏོང་ཞིང་། །

བདག་ཉིད་ཀྱང་ནི་གསོད་བྱེད་ན། །

ཆིག་འབྲུ་རྣམས་ཀྱིས་ཅི་ཞིག་བྲ། །

ཞི་ན་དེས་ཀོ་སྤྱ་ལ་བདེ། །

དོན་མེད་པ་ཅམ་དུ་མ་བཟད་གཏོང་སོད་པར་གྲགས་པའི་དོན་དུ་བཟད་  
པར་ནོར་གཏོང་ཞིང་དཔའ་བོར་གྲགས་པ་འདོད་ནས་གཡུལ་དུ་ཞྭགས་  
ཏེ། བདག་ཉིད་ཀྱང་ནི་གསོད་པར་བྱེད་ན་བསྟོན་གྲགས་ཀྱི་ཆིག་འབྲུ་རྣམས་  
ཀྱིས་ཅི་ཞིག་བྲ། རང་ཞི་ན་བསྟོན་གྲགས་དེས་ཀོ་སྤྱ་ལ་བདེ་བ་བསྐྱེད་  
ལེགས་པར་བསམ་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(དེ་ཉམས་པ་ལ་མི་དགའ་བ་བྱིས་པ་དང་མཚུངས་པ་)ནི།

བྱེ་མའི་ཁང་བུ་རྟེན་གྱར་ན། །

བྱིས་པ་རྣམས་ནི་ག་ཆད་དུ། །

དེ་བཞིན་བསྟོན་དང་གྲགས་ཉམས་ན། །

རང་གི་སེམས་ནི་བྱིས་པ་བཞིན། །

དཔེར་ན་བྱེ་མའི་ཁང་བུ་རྟེན་པར་གྱར་ན་བྱིས་པ་རྣམས་ནི་ག་ཆད་

དུ་བ་བདེ་བཞིན་དུ་བསྟོད་པ་དང་གྲགས་པ་ཉམས་ན་མི་དགའ་བས། རང་གི་  
སེམས་ནི་བྱིས་པ་བཞིན་དུ་འགྱུར་རོ། །

བཞི་པ་(ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་)ལ་གཉིས།

བདག་ལ་བསྟོད་བྱེད་དགའ་བ་ལ་ཆགས་པར་མི་རིགས་པ་དང་། དེ་  
བཞིན་དགའ་བ་ཡིན་པས་དོན་དུ་གཉེར་བྱ་ཡིན་ན་སྐྱེ་བོ་ཀུན་དགའ་བ་བྱ་  
རིགས་པ་ལོ། །

དང་པོ་(བདག་ལ་བསྟོད་བྱེད་དགའ་བ་ལ་ཆགས་པར་མི་རིགས་པ་)ནི།

རེ་ཞིག་སྐྱ་ལ་སེམས་མེད་བྱིར། །

བདག་ལ་བསྟོད་སེམས་ཡོད་མི་སྤིད། །

བདག་ལ་གཞན་དགའ་ཞེས་གྲགས་པ། །

དེ་ནི་དགའ་བའི་རྒྱ་ཡིན་གྲང་། །

གཞན་ནམ་ཡང་ན་བདག་ལ་འང་རུང་། །

གཞན་དགའ་བདག་ལ་ཅི་ཞིག་པན། །

དགའ་བདེ་དེ་ནི་དེ་ཉིད་ཀྱི། །

བདག་གིས་དེ་ལས་ཤས་མི་འཐོབ། །

རང་ལ་བསྟོད་པས་དགའ་བ་ཡིན་ན་རང་གི་བསྟོད་པའི་སྐྱ་ལ་དགའ་  
བར་མི་རིགས་ཏེ། དེ་ལ་སེམས་མེད་ཅིང་བདག་ལ་བསྟོད་པར་བྱའོ་སྟམ་

པའི་སེམས་ཡོད་ཡེ་མི་སྤྲིད་པས་དེ་ལ་དགའ་བར་མི་རིགས་སོ། །འོན་ཏེ་  
བདག་ལ་བསྟོད་པའི་ཆེ་གཞན་བསྟོད་བྱེད་དེ་དགའ་བ་ཡིན་ཞེས་གྲགས་  
པ་བསྟོད་བྱེད་དགའ་བ་དེ་ནི་བདག་དགའ་བའི་རྒྱ་ཡིན་གང་ན་སྐྱེ་བོ་གཞན་  
ནམ་ཡང་ན་བདག་བསྟོད་པ་ལའང་རུང་བསྟོད་བྱེད་གཞན་དགའ་བ་དེས་  
བདག་ལ་ཅི་ཞིག་པན་ཏེ་གཞན་རྒྱུད་ཀྱི་དགའ་བ་དེ་དེ་ནི་དེ་ཉིད་ཀྱི་སེམས་  
ཡིན་པས། བདག་གིས་དེ་ལ་ཤེས་ཅམ་ཡང་མི་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་(དེ་བཞིན་དགའ་བ་ཡིན་པས་དོན་དུ་གཉེར་བྱ་ཡིན་ན་སྐྱེ་བོ་ཀུན་དགའ་བ་བྱ་རིགས་པ་)ལ་གཉིས།  
དངོས་དང་། རང་བསྟོད་པ་ལ་དགའ་བ་བྱིས་པའི་སྟོད་པར་ཟད་པའོ། །

དང་པོ་(དངོས་)ནི།

དེ་བདེ་བ་ཡི་བདག་བདེ་ན། །

ཀུན་ལའང་དེ་བཞིན་བྱ་དགོས་ན། །

ཅིའི་ཕྱིར་གཞན་ལ་དགའ་བ་ཡིས། །

བདེ་བར་གྱུར་ན་བདག་མི་བདེ། །

བསྟོད་བྱེད་དེ་བདེ་བ་ཡིས་གཞན་བདེ་བ་ཡིན་པས་བདག་བདེ་བ་  
ཡིན་ན་སྐྱེ་བོ་ཀུན་ལའང་དེ་བཞིན་དུ། དེ་དག་བདེ་བས་བདག་བདེ་བར་བྱ་  
དགོས་ན་ཅིའི་ཕྱིར་གཞན་ལ་སྟེ་དགྲ་ལ་བསྟོད་པས་བསྟོད་བྱེད་དེ་དགའ་བ་  
ཡིས་གཞན་བདེ་བར་གྱུར་ན། དེ་ལ་ཡང་བདག་ཇི་ལྟར་མི་བདེ་ཡིད་བདེ་  
བར་བྱ་དགོས་སོ། །



གཉིས་པ་(རང་བསྟོད་པ་ལ་དགའ་བ་བྱིས་པའི་སྟོད་པར་ཟད་པ་)ནི།

དེ་བས་བདག་ནི་བསྟོད་དོ་ཞེས། །

རང་གི་དགའ་བ་སྐྱེ་འགྱུར་བ། །

དེ་ཡང་དེ་ལྟར་མི་འཐད་པས། །

བྱིས་པའི་སྟོད་པ་ཁོ་ནར་ཟད། །

དེ་བས་ན་གཞན་གྱིས་བདག་ནི་བསྟོད་དོ་ཞེས་བདག་གི་རྒྱུད་ལ་  
དགའ་བ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་དེ་ཡང་དབྱེད་ན་སྟོང་པོ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པས་དེ་  
ལྟར་བསྟོད་པ་ཙམ་དགའ་བའི་རྒྱུར་མི་འཐད་པས། དེ་ལ་དགའ་བ་བྱིས་པའི་  
སྟོད་པ་ཁོ་ནར་ཟད་པའོ། །

གཉིས་པ་(ཕན་འདོགས་པར་བསམ་པ་)ལ་གཉིས།

བསྟོད་གྲགས་ཀྱི་གོགས་བྱེད་པ་ངན་འགྲོ་འགོག་བྱེད་ཡིན་པས་དེ་ལ་  
ཁྲོ་མི་རིགས་པ་དང་། མིད་པ་ལས་གྲོལ་བྱེད་ཡིན་པས་ཁྲོ་མི་རིགས་པའོ། །

དང་པོ་(བསྟོད་གྲགས་ཀྱི་གོགས་བྱེད་པ་ངན་འགྲོ་འགོག་བྱེད་ཡིན་པས་དེ་ལ་ཁྲོ་མི་རིགས་པ་)ལ་གཉིས།

བསྟོད་གྲགས་ལ་ཞེན་པས་ཉེས་པ་ཀུན་བསྐྱེད་པ་དང་། དེ་འགོག་བྱེད་  
ངན་འགྲོ་འགོག་བྱེད་ཡིན་པའོ། །

དང་པོ་(བསྟོད་གྲགས་ལ་ཞེན་པས་ཉེས་པ་ཀུན་བསྐྱེད་པ་)ནི།

བསྟོད་གྲགས་འདིག་བྱེད་ལ་ཁྲོ་བར་མི་རིགས་ཏེ།

བསྟོད་སོགས་བདག་ནི་གཡེང་བར་བྱེད། །

དེས་ནི་སྟོ་བའང་འཇིག་པར་བྱེད། །

ཡོན་ཏན་ལྡན་ལ་སྤྲུག་དོག་དང་། །

སྤྲུག་སྤྲུམ་ཆོག་ས་པའང་འཇིག་པར་བྱེད། །

བསྟོན་པ་དང་གྲགས་པ་དང་རྟེན་པ་སོགས་བདག་ནི་དགོ་བའི་  
དམིགས་པ་ལ་གཡེང་བར་བྱེད་པ་ཡིན་པས་དེས་ནི་འཁོར་བ་ལ་སྟོ་བའང་  
འཇིག་པར་བྱེད་པ་དང་། གཞན་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པ་ལ་སྤྲུག་དོག་དང་རང་  
གོ་དགོ་བ་དང་གཞན་གྱི་སྤྲུག་སྤྲུམ་ཆོག་ས་པའང་འཇིག་པར་བྱེད་པས་ཉེས་  
པ་ཀུན་གྱི་འབྱུང་ཁུངས་སུ་གྱུར་པའོ། །

གཉིས་པ་(དེ་འགོག་བྱེད་ངན་འགོ་འགོག་བྱེད་ཡིན་པ་)ནི།

དེ་ཕྱིར་བདག་གི་བསྟོན་སོགས་ནི། །

གཞིག་ཕྱིར་གང་དག་ཉེར་གནས་པ། །

དེ་དག་བདག་ནི་ངན་སོང་དུ། །

ལྷུང་བ་བསྐྱུང་ཕྱིར་ཞུགས་མིན་ནམ། །

དེའི་ཕྱིར་བདག་གི་བསྟོན་པ་དང་གྲགས་པ་སོགས་ནི་གཞིག་པའི་  
ཕྱིར་གང་ཟག་གྱུང་བག་ཉེ་བར་གནས་པ་དེ་དག་བདག་ནི་ངན་སོང་དུ་ལྷུང་  
བ་བསྐྱུང་བའི་ཕྱིར་ཞུགས་པ་མིན་ནམ། ཇི་ལྟར་དེ་ལ་ཁོ་བར་བྱེད།

གཉིས་པ་(སྟོན་པ་ལས་གྲོལ་བྱེད་ཡིན་པས་ཁོ་མི་རིགས་པ་)ལ་གཉིས།

བསྟོན་སོགས་ལ་གོགས་བྱེད་པ་སྟོན་པ་ལས་གྲོལ་བྱེད་ཡིན་པས་ཁོ་

བར་མི་རིགས་པ་དང་། སྤྱག་བསྐལ་གྱི་སྒོ་གཙོད་བྱེད་ཡིན་པས་ཁོ་བར་མི་  
རིགས་པ་འོ། །

དང་པོ་(བསྒྲོད་སོགས་ལ་གོགས་བྱེད་པ་སྤྱིད་པ་ལས་གྲོལ་བྱེད་ཡིན་པས་ཁོ་བར་མི་རིགས་པ་)ནི།

བདག་ནི་གྲོལ་བ་དོན་གཉེར་ལ། །

ཉིད་དང་བཀྱར་སྟེ་འཆིང་མི་དགོས། །

གང་དག་བདག་བཅིངས་གྲོལ་བྱེད་པ། །

དེ་ལ་བདག་ནི་ངེ་ལྟར་ཁོ། །

གཞན་ཡང་བདག་ནི་སྤྱིད་པ་ལས་གྲོལ་བ་དོན་དུ་གཉེར་བ་ཡིན་ལ་  
ཉིད་པ་དང་བཀྱར་སྟེས་སྤྱིད་པར་འཆིང་ལ་འཆིང་བྱེད་དེ་མི་དགོས་སོ། །  
གང་དག་དེའི་གོགས་བྱས་ནས་བདག་བཅིངས་པ་གྲོལ་བར་བྱེད་པ་དེ་ལ་  
བདག་ནི་ངེ་ལྟར་ཁོ་དཀའ་བར་རིགས་སོ། །

གཉིས་པ་(སྤྱག་བསྐལ་གྱི་སྒོ་གཙོད་བྱེད་ཡིན་པས་ཁོ་བར་མི་རིགས་པ་)ནི།

བདག་ནི་སྤྱག་བསྐལ་འཇུག་འདོད་ལ། །

སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ནི་བྱིན་བརྒྱབས་བཞིན། །

མི་གཏོང་སྒོ་འཕར་ཉིད་གྱུར་པ། །

དེ་ལ་བདག་ནི་ངེ་ལྟར་ཁོ། །

བདག་ནི་སྤྱག་བསྐལ་གྱི་ཁང་པར་འཇུག་འདོད་པ་ལ་སངས་རྒྱས་

གྲིས་ནི་བྱིན་གྲིས་བརྒྱབས་པ་བཞིན་དུ་སྐྱབ་བསྐྱལ་གྱི་ཁང་པར་མི་གཏོང་  
པའི་སྒོ་འཕར་ཉིད་དུ་གྱུར་པ་དེ་ལ་བདག་ནི་དེ་ལྟར་ཁོ། བཤེས་ཆེན་པོ་ཡིན་  
པས་དགའ་བར་རིགས་སོ། །

གཉིས་པ་(བསོད་ནམས་ཀྱི་གོགས་བྱས་པ་ལ་ཁོ་བར་མི་རིགས་པ་)ལ་གསུམ།  
བསོད་ནམས་ཀྱི་གོགས་བྱས་པས་ཁོ་བར་མི་རིགས་པ་དང་། བསོད་  
ནམས་ཀྱི་གོགས་མ་ཡིན་པ་དང་། གྲུས་པར་བྱ་བའི་ཡུལ་དུ་བསམ་བཤོ། །

དང་པོ་(བསོད་ནམས་ཀྱི་གོགས་བྱས་པས་ཁོ་བར་མི་རིགས་པ་)ལ་གཉིས།  
དགའ་ཐུབ་ཀྱི་མཆོག་ལ་གནས་པར་བྱ་བ་དང་། དེ་ལ་གོགས་བྱེད་ན་  
རང་ཉིད་བསོད་ནམས་ཀྱི་བར་ཆད་དུ་འགྱུར་བཤོ། །

དང་པོ་(དགའ་ཐུབ་ཀྱི་མཆོག་ལ་གནས་པར་བྱ་བ་)ནི།  
འདི་གཉིས་པའི་ཆོས་ཀྱི་གོགས་བྱེད་པ་ལ་ཁོ་བར་མི་རིགས་ནའང་།

འདི་ནི་བསོད་ནམས་གོགས་བྱེད་ཅེས། །

དེ་ལ་འང་ཁོ་བར་རིགས་མིན་ཏེ། །

བཅོད་མཚུངས་དགའ་ཐུབ་ཡོད་མིན་ན། །

དེ་ལ་བདག་ནི་མི་གནས་སམ། །

དགྲ་འདི་ནི་སྒྲིན་པ་དང་ཚུལ་བྲིམས་ལ་སོགས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་  
གོགས་བྱེད་ཅེས་ཁོ་བར་བྱེད་ན། དེ་ལ་ཁོ་བ་མི་རིགས་ཏེ་བསོད་ནམས་དོན་  
དུ་གཉེར་ན་ཁོ་བ་བཅོད་པ་དང་མཚུངས་ཤིང་མཉམ་པའི་དགའ་ཐུབ་གཞན་

ཡོད་པ་མིན་ན་བདག་ནི་བསྐྱོད་པ་དེ་ལ་མི་གནས་སམ། འིན་ཏུ་ཡང་གནས་  
པར་རིགས་སོ། །

གཉིས་པ་(དེ་ལ་གོགས་བྱེད་ན་རང་ཉིད་བསྐྱོད་ནམས་ཀྱི་བར་ཆད་དུ་འགྱུར་བ་)ནི།

གལ་ཏེ་བདག་ནི་རང་སྦྱོན་གྱིས། །

འདི་ལ་བསྐྱོད་པ་མི་བྱེད་ན། །

བསྐྱོད་ནམས་རྒྱ་ནི་ཉེར་གནས་པ། །

འདི་ལ་བདག་གོགས་བྱེད་པར་བྱད། །

གལ་ཏེ་བདག་ནི་ཁྱོ་བ་ཤེས་ཆེ་བའི་རང་སྦྱོན་གྱིས་དག་འདི་ལ་བསྐྱོད་  
པ་མི་བྱེད་ན་དག་དེ་བསྐྱོད་པའི་བསྐྱོད་ནམས་ཀྱི་རྒྱར་ནི་ཉེ་བར་གནས་པ་  
འདི་ལ་ཁྱོ་བར་བྱད་ན། བདག་ཉིད་བསྐྱོད་ནམས་ཀྱི་གོགས་བྱེད་པར་བྱད་ཀྱི་  
པ་རོལ་པོ་གོགས་མ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་(བསྐྱོད་ནམས་ཀྱི་གོགས་མ་ཡིན་པ་)ལ་གཉིས།

སྦྱིར་བསྐྱུན་པ་དང་། དེ་དཔེས་བསྐྱུབ་པའོ། །

དང་པོ་(སྦྱིར་བསྐྱུན་པ་)ནི།

གང་ཞིག་གང་མེད་མི་འབྱུང་ལ། །

གང་ཞིག་ཡོད་ན་ཡོད་གྱུར་པ། །

དེ་ཉིད་དེ་ཡི་རྒྱ་ཡིན་ན། །

## ཇི་ལྟར་དེ་ལ་གོགས་ཞེས་བྲ། །

བཅོད་པའི་བསོད་ནམས་གང་དང་། གང་ཞིག་གཞོད་བྱེད་གང་ཡང་  
མེད་ན་མི་འབྱུང་ལ་གཞོད་བྱེད་ཀྱི་དགྲ་གང་ཞིག་ཡོད་ན་བཅོད་པའི་བསོད་  
ནམས་ཡོད་པར་འགྱུར་བ་དགྲ་དེ་ཉིད་བསོད་ནམས་དེའི་རྗེས་སུ་འགོ་ལྗོག་  
ངས་པའི་རྒྱ་ཡིན་ན། ཇི་ལྟར་དེ་ལ་གོགས་ཞེས་བྲ་པན་འདོགས་བྱེད་གོགས་  
སུ་མི་རིགས་སོ། །

གཉིས་པ་(དེ་དགོས་བསྐྱབ་པ་)ནི།

དུས་སུ་ཕྱིན་པའི་སྒྲོང་མོ་བས། །

སྒྱིན་པའི་གོགས་བྲས་ཡོད་མ་ཡིན། །

རབ་ཏུ་འབྱེན་པར་བྱེད་གྱུར་པ། །

རབ་བྱུང་གོགས་ཞེས་བྲར་མི་རུང་། །

རྗེས་ཡོད་ཅིང་གཏོང་བར་སྒྲོ་བའི་དུས་སུ་ཕྱིན་པའི་སྒྲོང་མོ་བས་སྒྱིན་  
པའི་གོགས་བྲས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དང་། རབ་ཏུ་བྱུང་བ་བྱེད་པར་འདོད་  
པ་ལ་རབ་ཏུ་འབྱེན་པར་བྱེད་པར་གྱུར་པའི་མཁན་སྒྲོ་བ་ལ་རབ་བྱུང་གི་  
གོགས་ཞེས་བྲ་བར་མི་རུང་བ་ཞིན་ནོ། །

གཉིས་པ་(གྲས་པར་བྲ་བའི་ཡུལ་དུ་བསམ་པ་)ལ་གཉིས།

ཡོན་ཏན་སྐྱེད་བྱེད་ཡིན་པས་གྲས་པར་བྲ་བ་དང་། སྒྲོན་པ་ལ་དང་  
བས་གྲས་པར་བྲ་བའོ། །

དང་པོ་(ཡོན་ཏན་སྐྱེད་བྱེད་ཡིན་པས་གྲས་པར་བྱ་བ་)ལ་གསུམ།

རང་ལ་པན་འདོགས་ཆེ་བ་དང་། བསམ་པའི་པན་འདོགས་ཆེ་བ་དང་།  
བསམ་པའི་པན་ཡོན་ལ་མི་སྟོས་པ་དང་། སྟོན་པ་དང་འབྲ་བར་བསྟར་བའོ། །

དང་པོ་(རང་ལ་པན་འདོགས་ཆེ་བ་)ལ་གསུམ།

ཞིང་བྱད་པར་ཅན་དགོན་པ་དང་། དེ་ལ་དགའ་བར་རིགས་པ་དང་། དེ་  
ལ་པན་པའི་བསམ་པ་བྱ་བར་རིགས་པའོ། །

དང་པོ་(ཞིང་བྱད་པར་ཅན་དགོན་པ་)ནི།

འཇིག་རྟེན་ན་ནི་སྟོང་བ་མོད། །

གཞོད་པ་བྱེད་པ་དགོན་པ་སྟེ། །

འདི་ལྟར་པར་གཞོད་མ་བྱས་ན། །

འགའ་ཡང་གཞོད་པ་མི་བྱེད་དོ། །

སྦྱིན་པའི་ཞིང་ལས་བཟོད་པའི་ཞིང་དགོན་པས་དེ་ལ་དགའ་བར་  
རིགས་ཏེ། འཇིག་རྟེན་ན་ནི་སྦྱིན་པའི་ཞིང་སྟོང་བ་མོད་ལ་བཟོད་པའི་ཞིང་  
གཞོད་པར་བྱད་པ་དགོན་པ་སྟེ། ཅི་བྱིར་ཅི་ན། འདི་ལྟར་རང་གིས་པར་གཞོད་  
མ་བྱས་ན་འགའ་ཡང་ཚུར་གཞོད་པ་མི་བྱེད་དོ། །

གཉིས་པ་(དེ་ལ་དགའ་བར་རིགས་པ་)ནི།

དེ་བས་ངལ་བས་མ་བསྐྱབས་པའི། །

བྱིམ་དུ་གཏེར་ནི་བྱུང་བ་ལྟར། །



བྱང་ཆུབ་སྟོན་པའི་གྲོགས་གྱུར་པས། །

བདག་གིས་དག་ལ་དགའ་བར་བྲ། །

བཅོད་པའི་ཞིང་དགོན་པ་དེ་བས་ན་ངེ་ལྟར་ངལ་བསམ་སྐྱབ་པའི་བྲིམ་  
དུ་གཉེར་ན་བྱང་བ་ལྟར། བདག་གི་བཅོད་པ་སྒྲིམ་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྟོན་པའི་  
གྲོགས་སུ་གྱུར་པས་བདག་གིས་དག་ལ་ངེན་དུ་གཞོ་བའི་བསམ་པས་དགའ་  
བར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(དེ་ལ་ཕན་པའི་བསམ་པ་བྱ་བར་རིགས་པ་)ནི།

འདི་དང་བདག་གིས་བསྐྱབས་པས་ན། །

དེ་ཕྱིར་བཅོད་པའི་འབྲས་བུ་ནི། །

འདི་ལ་ཐོག་མར་བདར་འོས་ཏེ། །

འདི་ལྟར་དེ་ནི་བཅོད་པའི་རྒྱ། །

དག་འདི་དང་བདག་གིས་བཅོད་པ་འདི་བསྐྱབས་པས་ན་གཉིས་ཀ་  
བཅོད་པའི་རྒྱ་ལ་གཉོགས་པ་དེའི་ཕྱིར། བཅོད་པའི་འབྲས་བུ་བྱང་ཆུབ་ནི་  
གཞོན་ཤིང་འདི་ལ་ཐོག་མར་བདར་ཞིང་བསྐྱོ་བར་འོས་ཏེ། འདི་ལྟར་དག་དེ་  
ནི་བདག་གི་བྱང་ཆུབ་སྐྱབ་པའི་བཅོད་པའི་རྒྱ་སྟོབས་ལྡན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ།

གཉིས་པ་(བསམ་པའི་ཕན་འདོགས་ཆེ་བ་)ལ་གསུམ།

ཕན་པའི་བསམ་པ་མེད་པས་མཆོད་ཡུལ་མིན་པ་མི་འཐད་པ་དང་།  
གཞོན་པའི་བསམ་པ་ཡོད་པས་མཆོད་ཡུལ་མིན་པ་མི་འཐད་པ་དང་། དེས་

ན་བཅོམ་པའི་དམིགས་སྐྱེན་བྱེད་པས་མཆོད་པར་འོས་པའོ། །

དང་པོ་(ཕན་པའི་བསམ་པ་མེད་པས་མཆོད་ཡུལ་མིན་པ་མི་འཐད་པ་)ནི།

གལ་ཏེ་བཅོམ་བསྐྱབ་བསམ་མེད་པས། །

དག་འདི་མཆོད་བྱ་མིན་ཞེ་ན། །

གྲུབ་པ་ཡི་ནི་རྒྱར་རུང་བ། །

དམ་པའི་ཆོས་ཀྱང་ཅི་སྟེ་མཆོད། །

གལ་ཏེ་བདག་གི་རྒྱད་ལ་བཅོམ་པ་སྐྱབ་པར་བྱའོ་སྟམ་པའི་བསམ་པ་  
མེད་པས་མཆོད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། འོ་ན་དགེ་བ་འགྲུབ་པ་ཡི་ནི་རྒྱར་  
རུང་བ་དམ་པའི་ཆོས་དགོན་མཆོག་ཀྱང་ཅི་སྟེ་མཆོད་མཆོད་བྱ་མ་ཡིན་པར་  
ཐལ། དགེ་བ་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །སྟམ་པའི་བསམ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་(གཞོན་པའི་བསམ་པ་ཡོད་པས་མཆོད་ཡུལ་མིན་པ་མི་འཐད་པ་)ནི།

གལ་ཏེ་དག་འདི་གཞོན་བྱ་བའི། །

བསམ་ཡོད་མཆོད་བྱ་མིན་ཞེ་ན། །

སྟན་པ་བཞིན་དུ་ཕན་བཅོམ་ན། །

བདག་གི་བཅོམ་པ་ཇི་སྟར་འགྲུབ། །

དེ་མི་མཚུངས་ཏེ་གལ་ཏེ་དག་འདི་བདག་ལ་གཞོན་པ་བྱ་བའི་བསམ་  
པ་ཡོད་པས་མཆོད་བྱ་མིན་ནོ་ཞེ་ན། སྟན་པ་བཞིན་དུ་ཕན་བདེ་བསྐྱབ་པ་ལ་

བཙོན་ན་བཙོད་པའི་ཡུལ་མ་ཡིན་ཏེ། བདག་གིས་གཞོད་པ་ལ་ཇི་མི་སྟུམ་  
པའི་བཙོད་པ་ཇི་སྟར་གྲུབ། དེས་ན་གཞོད་བྱེད་ལ་དགའ་བར་རིགས་སོ། །

གསུམ་པ་(དེས་ན་བཙོད་པའི་དམིགས་ཀྱིན་བྱེད་པས་མཆོད་པར་འོས་པ་)ནི།

དེ་བས་རབ་ཏུ་སྤང་སེམས་ལ། །

བཏེན་ནས་བཙོད་པ་སྐྱེ་བས་ན། །

དེ་ཉིད་བཙོད་པའི་རྒྱ་ཡིན་པས། །

དམ་པའི་ཆོས་བཞིན་མཆོད་པར་འོས། །

པན་སེམས་ལ་བཏེན་ནས་བཙོད་པ་མི་རྫོགས་པ་དེ་བས་རབ་ཏུ་སྤང་  
སེམས་ཀྱི་གཞོད་པ་བྱེད་པ་ལ་བཏེན་ནས་བཙོད་པ་སྐྱེ་བས་ན་གཞོད་བྱེད་དེ་  
ཉིད་བཙོད་པའི་རྒྱ་ཡིན་པས། པན་སེམས་མེད་ཀྱང་ནམ་པའི་ཆོས་བཞིན་དུ་  
མཆོད་པར་འོས་སོ། །

གསུམ་པ་(སྟན་པ་དང་འབྲེལ་བར་བལྟ་བ་)ལ་གཉིས།

རྒྱས་པར་བཤད་པ་དང་། རོན་བསྐྱབ་པའོ། །

དང་པོ་(རྒྱས་པར་བཤད་པ་)ལ་གསུམ།

སེམས་ཅན་དང་སངས་རྒྱས་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཞིང་དུ་མཚུངས་པར་  
ལྷུང་ལས་གསུངས་པ་དང་། དེ་རིགས་པས་བསྐྱབ་པ་དང་། ཚོད་པ་སྤང་བའོ། །

དང་པོ་(སེམས་ཅན་དང་སངས་རྒྱས་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཞིང་དུ་མཚུངས་པར་ལྷུང་ལས་གསུངས་པ་)ནི།

དེ་ཕྱིར་སེམས་ཅན་ཞིང་དང་ནི། །

རྒྱལ་བའི་ཞིང་ཞེས་བྱའ་པས་གསུངས། །

སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་གྲུས་པར་བྱ་དགོས་པ་དེའི་ཕྱིར། ཆོས་ཡང་  
དག་པར་སྦྱད་པའི་མདོ་ལས། སེམས་ཅན་གྱི་ཞིང་ནི་སངས་རྒྱུས་གྱི་ཞིང་  
སྟེ། སངས་རྒྱུས་གྱི་ཞིང་དེ་ལས་སངས་རྒྱུས་གྱི་ཆོས་རྣམས་ཐོབ་པར་  
འགྱུར་གྱི། དེར་ནི་ལོག་པར་སྦྱབ་པར་མི་རིགས་སོ། །ཞེས་སོགས་བསོད་  
ནམས་གྱི་ས་བོན་རྒྱ་ཆེན་པོ་འདྲེན་པས་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་ཞིང་དང་ནི་རྒྱལ་  
བའི་ཞིང་ཞེས་བསོད་ནམས་གསོག་པའི་ཞིང་སྟོན་པ་དང་འདྲ་བར་བྱའ་པས་  
གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་(དེ་རིགས་པས་བསྐྱབ་པ་)ལ་གཉིས།

སངས་རྒྱུས་དང་སེམས་ཅན་ལ་དད་པས་འདོད་བྱ་མཐར་བྱུག་ཐོབ་  
པ་དང་། གཉིས་ཀ་ལ་དད་པས་སངས་རྒྱུས་ཐོབ་པར་མཆུངས་པ་ལ་འདོར་  
ལེན་མི་རིགས་པའོ། །

དང་པོ་(སངས་རྒྱུས་དང་སེམས་ཅན་ལ་དད་པས་འདོད་བྱ་མཐར་བྱུག་ཐོབ་པ་)ནི།

སེམས་ཅན་མཐའ་དག་ལ་གྲུས་པར་རིགས་ཏེ།

འདི་དག་མགྱ་བྱས་མང་པོ་ཞིག །

འདི་ལྟར་སྟན་སྟུམ་པ་རོལ་བྱེན། །

སངས་རྒྱུས་དང་སེམས་ཅན་འདི་དག་ལ་དད་ཅིང་མགྱ་བར་བྱས་  
པའི་གང་ཟག་མང་པོ་ཞིག་འདི་ལྟར་དོན་གཉིས་སྟན་སྟུམ་ཆོགས་པའི་པ་  
རོལ་ཏུ་བྱེན་པའི་ཕྱིར། །

གཉིས་པ་(གཉིས་ཀ་ལ་དད་པས་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་མཚུངས་པ་ལ་འདོར་ལེན་མི་རིགས་པ་)ནི།

སེམས་ཅན་རྣམས་དང་རྒྱལ་བ་ལས། །

སངས་རྒྱས་ཆོས་འབྲུག་འདྲ་བ་ལ། །

རྒྱལ་ལ་གྲུས་བྱ་དེ་བཞིན་དུ། །

སེམས་ཅན་ལ་མིན་ཅི་ཡི་ཚུལ། །

རྒྱ་མཚན་དེས་ན་སེམས་ཅན་རྣམས་དང་རྒྱལ་བ་གཉིས་ཀྱི་ཞིང་ལས་  
འབྲས་བུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་སྟོབས་སོགས་འབྲུག་པར་འདྲ་བ་ལ། རྒྱལ་བ་  
ལ་གྲུས་པར་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་ལ་གྲུས་པར་བྱེད་པ་མིན་ཞེས་  
པ་འདི་ཅི་འདྲེ་ཚུལ་ལུགས་ཡིན་ཏེ་མི་འཐད་པའི་བྱིར་རོ། །

གསུམ་པ་(རྟོན་པ་སྤང་བ་)ལ་གསུམ།

ཡོན་ཏན་མི་མཉམ་པས་དད་པ་མཚུངས་པར་བསྟོམ་པ་མི་འཐད་པ་  
སྤང་བ་དང་། གཉིས་ཀ་ལ་དད་པའི་ཆེ་བ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱུར་མཚུངས་པས་  
དད་པ་མཚུངས་པར་སྟོམ་རིགས་པ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཆ་ཤས་  
ཅ་མ་ལྡན་པའི་སེམས་ཅན་ལ་མཚོད་པའི་བསོད་ནམས་མཐའ་ཡས་པས་དད་  
པར་རིགས་པའོ། །

དང་པོ་(ཡོན་ཏན་མི་མཉམ་པས་དད་པ་མཚུངས་པར་བསྟོམ་པ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་)ནི།

བསམ་པའི་ཡོན་ཏན་རང་གིས་མིན། །

འབྲས་བུ་ལས་ཡིན་དེས་མཚུངས་པར། །

སེམས་ཅན་རྣམས་ལའང་ཡོན་ཏན་ཡོད། །

དེ་ཕྱིར་དེ་དག་མཉམ་པ་ཡིན། །

སེམས་ཅན་བསྐྱོད་ནམས་ཀྱི་ཞིང་ཡིན་ཡང་། ཡོན་ཏན་མི་མཉམ་པས་  
སངས་རྒྱས་བཞིན་དུ་མཆོད་པར་མི་འོས་སོ་ཞེན་སྦྱོན་མེད་དེ། དེ་གཉིས་ཀྱི་  
བསམ་པའི་ཡོན་ཏན་རང་རིག་མཉམ་པར་འཇོག་པ་མིན་ཀྱི་འབྲས་བུ་སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་རྒྱ་བྱེད་པར་འབྲ་བ་ལས་མཚུངས་པ་ཡིན་པ་དེས་ན་མཚུངས་པར་  
སེམས་ཅན་རྣམས་ལའང་གྲས་པར་བྱས་ན། སངས་རྒྱས་ཐོབ་པའི་ཡོན་ཏན་  
ཡོད་པ་དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་ཞིང་དུ་མཉམ་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་(གཉིས་ཀ་ལ་དད་པའི་ཆེ་བ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱ་བྱེད་པས་དད་པ་མཚུངས་པར་སྒྲོམ་རིགས་པ་)ནི།

བྱམས་སེམས་ལྡན་ལ་མཆོད་པ་གང་། །

དེ་ནི་སེམས་ཅན་ཆེ་བ་ཉིད། །

སངས་རྒྱས་དད་པའི་བསྐྱོད་ནམས་གང་། །

དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་ཆེ་བ་ཉིད། །

སངས་རྒྱས་ཆོས་འབྲུག་ཆ་ཡོད་པ། །

དེས་ན་དེ་དག་མཉམ་པར་འདོད། །

སེམས་ཅན་མཐའ་དག་ལ་བྱམས་པའི་སེམས་དང་ལྡན་པ་ལ་མཆོད་  
པ་ལ་བསྐྱོད་ནམས་མཐའ་ཡས་པ་བཤད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་བྱམས་པའི་  
ཡུལ་སེམས་ཅན་གྱི་ཆེ་བ་ཉིད་ཡིན་ལ། སངས་རྒྱས་ལ་དད་པའི་བསྐྱོད་



ནམས་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་དད་ཡུལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆེ་བས་ཉིད་ཡིན་པས་  
གཉིས་ཀ་ལ་དད་པ་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་འགྲུབ་པའི་རྒྱུ་ཆ་མཚུངས་  
པར་ཡོད་པར་དེས་ན་དེ་དག་དང་རིགས་པའི་ཡུལ་དུ་མཉམ་པར་འདོད་པ་  
ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་(སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཆ་ཤས་ཙམ་ལྡན་པའི་སེམས་ཙན་ལ་མཆོད་པའི་བསོད་ནམས་མཐའ་ཡས་པས་དད་པར་རིགས་པ་)ནི།

ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་མཐའ་ཡས་པའི། །

སངས་རྒྱས་ནམས་དང་འགའ་མི་མཉམ། །

ཡོན་ཏན་མཆོག་ཆོགས་གཅིག་སུ་ཡི། །

ཡོན་ཏན་ཤེས་ཙམ་འགའ་ཞིག་ལ། །

སྣང་ནའང་དེ་ལ་མཆོད་དོན་དུ། །

ཁམས་གསུམ་སུལ་ཡང་ཚུང་བར་འགྱུར། །

བསམ་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་ངོས་ནས་མཉམ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་ཆེ་ཞིང་  
གཏིང་དཔག་དཀའ་བའི་ཡོན་ཏན་གྱི་རྒྱ་མཚོ་མཐའ་ཡས་པའི་སངས་རྒྱས་  
ནམས་དང་འགའ་ཡང་ཡོན་ཏན་མི་མཉམ་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཡོན་ཏན་མི་མཉམ་  
ཡང་ཡོན་ཏན་གྱི་མཆོག་ཆོགས་ཡོན་ཏན་གྱི་སྣང་པོ་ཆེན་པོ་སྣ་མེད་པའི་  
སངས་རྒྱས་གཅིག་སུ་ཡི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆ་ཤས་ཙམ་གང་ཟག་འབའ་ཞིག་ལ་  
སྣང་ནའང་དེ་ལ་མཆོད་པའི་དོན་དུ་ཁམས་གསུམ་གྱི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་  
སུལ་ཡང་ཚུངས་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ན་གཞན་ལྟ་ཅི་སྒྲིམ་སོ། །



གཉིས་པ་(རོན་བསྟན་བ་)ནི།

སངས་རྒྱས་ཆོས་མཆོག་སྐྱེ་བའི་ཤེས། །

སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཡོད་པས་ན། །

འདི་ཙམ་དག་གིས་ཆ་བསྟན་ནས། །

སེམས་ཅན་མཆོད་བྱར་རིགས་པར་འགྱུར། །

སངས་རྒྱས་དང་ཡིན་ཏན་མི་མཚུངས་ཀྱང་དེའི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆོས་  
མཆོག་སྐྱེ་བའི་རྒྱུའི་ཆ་ཤས་གཅིག་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་འད་ཡོད་པས་ན།  
འདི་ཙམ་དག་གི་ཆ་བསྟན་ནས་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱང་སངས་རྒྱས་ལྟར་  
གྱས་པས་མཆོད་པར་བྱ་རིགས་པར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་(སྟོན་བ་ལ་དད་པས་གྱས་པར་བྱ་བ་)ལ་གཉིས།

སེམས་ཅན་མཐའ་དག་བྱ་གཅིག་པ་ལྟར་བདག་གིར་མཛད་པས་  
གྱས་པར་བྱ་བ་དང་། དེས་ན་སེམས་ཅན་ལ་ཡང་གྱས་པར་བྱ་བ་བསྟན་ཏེ་  
བསྟན་པའོ། །

དང་པོ་(སེམས་ཅན་མཐའ་དག་བྱ་གཅིག་པ་ལྟར་བདག་གིར་མཛད་པས་གྱས་པར་བྱ་བ་)ལ་གསུམ།

སངས་རྒྱས་དགོས་པའི་ཐབས་ཀྱི་གཙོ་བོ་སྐྱབ་པ་དང་། མི་མཉེས་པ་  
སྐྱར་བྱས་བཤགས་པ་དང་། བྱིས་འབྱུང་སྒྲོམ་པའོ། །

དང་པོ་(སངས་རྒྱས་དགོས་པའི་ཐབས་ཀྱི་གཙོ་བོ་སྐྱབ་པ་)ལ་གཉིས།

སངས་རྒྱས་ལ་བྱས་ཤེས་བྱིན་དུ་བཟོ་བའི་ཐབས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ངོས་

བརྩུང་བ་དང་། དེ་ཉིད་བསྐྱབ་པ་ལོ། །

དང་པོ་(སངས་རྒྱས་ལ་བྱས་ཤེས་དྲིན་དུ་བཟོ་བའི་ཐབས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ངོས་བརྩུང་བ་)ནི།

གཞན་ཡང་གཡོ་མེད་གཉིན་གྱུར་ཅིང་། །

ཕན་པ་དཔག་མེད་མཛད་རྣམས་ལ། །

སེམས་ཅན་མགྲ་བྱ་མ་གཏོགས་པར། །

གཞན་གང་ཞིག་གིས་ལན་ལོན་འགྱུར། །

སེམས་ཅན་ལ་གྲས་པར་བྱ་བའི་རྒྱ་མཚན་གཞན་ཡང་གཡོ་མེད་པར་  
མ་བཅོལ་ཡང་། ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོས་དངས་ནས་འགྲོ་བ་མཐའ་དག་གི་གཉིན་  
དུ་གྱུར་ཅིང་སྦྱོར་བས་ཕན་པ་དཔག་མེད་མཛད་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་  
སེམས་ཅན་མགྲ་བྱ་བར་བྱ་བས་ལན་ལོན་པ་མ་གཏོགས་པ། ཐབས་གཞན་  
གང་ཞིག་གིས་དྲིན་ལན་ལོན་པར་འགྱུར། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པ་ལས་  
མཆོག་ཏུ་གྱུར་པའི་སངས་རྒྱས་དགྲེས་པའི་མཆོད་པ་གཞན་མེད་དོ། །

གཉིས་པ་(དེ་ཉིད་བསྐྱབ་པ་)ལ་གསུམ།

སེམས་ཅན་གྱིས་གཞོད་པ་བྱས་པ་བཟོད་པར་བྱ་བ་དང་། སེམས་  
ཅན་ལ་དམིགས་པའི་ཁེངས་པ་སྤང་བ་དང་། གཞོད་པ་སྤང་བ་ལོ། །

དང་པོ་(སེམས་ཅན་གྱིས་གཞོད་པ་བྱས་པ་བཟོད་པར་བྱ་བ་)ནི།

གང་ཕྱིར་སྐྱ་གཏོང་མནར་མེད་འདུག་པ་ལ། །

དེ་ལ་ཕན་བཏགས་ལན་ལོན་འགྱུར་བས་ན། །

དེ་བས་འདི་དག་གཞོད་ཆེན་བྱེད་ན་ཡང་། །

ཐམས་ཅད་བཟང་དགུ་ཞིག་ཏུ་སྦྱད་པར་བྱ། །

སེམས་ཅན་གྱི་དོན་གང་གི་ཕྱིར་ཏུ་སྦྱ་གཏོང་བ་དང་། མནར་མེད་ཏུ་  
ཡང་འཇུག་པའི་སྤྱབ་པ་ལ། སེམས་ཅན་ལ་ཕན་བཏགས་པས་ལན་ལོན་པར་  
འགྱུར་བས་ན་དེ་བས་སེམས་ཅན་འདི་དག་གཞོད་པ་ཆེན་པོ་བྱེད་ན་ཡང་ཁྱོ་  
བ་མི་ཕྱི་པར་མ་ཟད། སྒོ་ཐམས་ཅད་ནས་ཕན་པ་དང་བདེ་བ་མཐའ་དག་སྦྱབ་  
པའི་བཟང་དགུ་ཞིག་ཏུ་སྦྱད་ཅིང་ཉམས་སུ་སྦྱང་བས་འབད་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་པའི་ཁེངས་པ་སྦྱང་བ་)ནི།

རེ་ཞིག་བདག་གི་རྗེར་གྱུར་ཉིད་ཀྱང་ནི། །

གང་ཕྱིར་རང་གི་སྦྱ་ལའང་མི་གཟིགས་པ། །

དེ་ལ་ཚླངས་པ་བདག་གིས་རི་ལྟར་ན། །

ང་རྒྱལ་བྱ་ཞིང་བྱན་གྱི་དངོས་མི་བྱ། །

གཞན་ཡང་རེ་ཞིག་བདག་གི་རྗེར་གྱུར་པ་སངས་རྒྱས་ཉིད་ཀྱང་ནི་  
སེམས་ཅན་གང་གི་ཕྱིར་ཏུ་རང་གི་སྦྱ་ལའང་མི་གཟིགས་པར། སེམས་  
ཅན་གྱི་དོན་མཛད་པའི་སེམས་ཅན་དེ་ལ་ཚླངས་པ་བདག་གིས་རི་ལྟར་ན་  
སེམས་ཁེངས་པའི་ང་རྒྱལ་བྱ་ཞིང་། བྱ་བ་གང་ཡོད་སྦྱབ་པའི་བྱན་གྱི་དངོས་  
པོ་མི་བྱ་ང་རྒྱལ་སྦངས་ནས་གྲུས་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(གནོད་པ་སྤང་བ་)ལ་གཉིས།

གནོད་པ་བྱ་མི་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་། དེ་ལ་གནོད་པ་བྱས་ན་  
རྒྱལ་བ་དགོས་པའི་ཐབས་མེད་པའོ། །

དང་པོ་(གནོད་པ་བྱ་མི་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚན་)ནི།

གང་དག་བདེ་བས་སྐྱབ་རྣམས་དགྲེས་འགྱུར་ཞིང་། །

གང་ལ་གནོད་ན་མི་དགྲེས་འགྱུར་འགྱུར་བ། །

དེ་དག་དགའ་བས་སྐྱབ་པ་ཀུན་དགྲེས་ཞིང་། །

དེ་ལ་གནོད་བྱས་སྐྱབ་ལ་གནོད་པ་བྱས། །

སེམས་ཅན་གང་དག་བདེ་བས་སྐྱབ་པ་རྣམས་དགྲེས་པར་འགྱུར་ཞིང་  
གང་ལ་གནོད་ན་སྐྱགས་མི་དགྲེས་པ་འགྱུར་བར་འགྱུར་བ་དེ་དག་ལ་ཕན་  
བཏགས་པས་དགའ་བས་སྐྱབ་དབང་ཀུན་མཆོད་པའི་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པས་  
དགྲེས་ཞིང་སེམས་ཅན་དེ་ལ་གནོད་པ་བྱས་ན་སྐྱབ་པ་ལ་གནོད་པ་བྱས་  
པར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་(དེ་ལ་གནོད་པ་བྱས་ན་རྒྱལ་བ་དགོས་པའི་ཐབས་མེད་པ་)ནི།

རི་ལྟར་ལྷས་ལ་ཀུན་ནས་མེ་འབར་བ། །

འདོད་པ་ཀུན་གྱིས་ཡིད་བདེར་མི་འགྱུར་བ། །

དེ་བཞིན་སེམས་ཅན་གནོད་པ་བྱས་ན་ཡང་། །

ཐུགས་རྗེ་ཆེ་རྣམས་དགྲེས་པའི་ཐབས་མེད་དོ། །

རྒྱ་མཚན་དེས་ན་རྗེ་ལྟར་ལྷན་ལ་ཀུན་ནས་མི་འབར་བ་ལ་ཁ་བས་  
ལ་སོགས་པའི་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱིས་ཡིད་བདེ་བར་མི་འགྱུར་བ་  
དེ་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་ལ་གཞོད་པ་བྱས་ན་ཡང་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ན་པོ་རྣམས་  
དགྲེས་པའི་ཐབས་མེད་དོ། །

གཉིས་པ་(མི་མཉེས་པ་སྤར་བྱས་བཤགས་པ་)ནི།

དེ་བས་བདག་གིས་འགྲོ་ལ་གཞོད་བྱས་པས། །

ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཀུན་མི་དགྲེས་གྱུར་པ་གང་། །

སྤྲིག་དེ་དེ་རིང་སོ་སོར་བཤགས་བགྱི་ཡིས། །

མི་དགྲེས་གང་ལགས་དེ་ཐུབ་བཟོད་པར་གསོལ། །

སེམས་ཅན་ལ་གཞོད་པ་བྱས་པས་སངས་རྒྱས་མི་དགོས་པ་དེ་བས་  
ན་བདག་གིས་འགྲོ་བ་ལ་སྤར་གཞོད་པ་བྱས་པས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཀུན་མི་  
དགྲེས་པར་གྱུར་པའི་སྤྲིག་པ་གང་བྱས་པའི་སྤྲིག་པ་དེ་དེ་རིང་ཉིད་ནས་མི་  
འཆབ་པར་སོ་སོར་བཤགས་པར་བགྱི་ཡིས། སེམས་ཅན་ལ་གཞོད་པ་བྱས་  
པའི་མི་དགོས་པ་གང་ལགས་པ་དེ་ཀུན་བཟོད་པར་གསོལ་ལོ། །

གསུམ་པ་(ཕྱིས་འབྱུང་སྒྲོམ་པ་)ནི།

དེ་བཞིན་གཤེགས་རྣམས་དགྲེས་པར་བགྱི་སྦྲད་དུ། །

དེང་ནས་ངས་བརྟུལ་འཛིག་ཉེན་བྲན་དུ་མཆི། །

འགྲོ་མང་རྟོག་པས་བདག་གི་སྤྱིར་འཆོག་གམ། །

འགྲུམས་ཀྱང་མི་བསྟོ་འཛིག་རྟོན་མགོན་དགུས་མཛོད། །

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་དགུས་པར་བགྱི་བའི་སྦྲད་དུ་དེང་ནས་  
ངེས་པར་གཞོད་པ་བརྟུལ་རྟེ། འཛིག་རྟོན་གྱི་བྱན་དུ་མཆིས་ཤིང་ཁས་སྦྲང་  
བར་བྱའོ། །བརྟུལ་ཞེས་པ་སྟར་ན་བཙོན་པ་བརྟན་པོས་འཛིག་རྟོན་གྱི་བྱན་དུ་  
ཁས་སྦྲང་ཞེས་པའོ། །འགྲོ་བ་མང་པོས་རྟོག་པས་བདག་གི་སྤྱི་བོར་འཆོག་  
གམ། བདག་འགྲུམས་ཀྱང་ལན་དུ་མི་བསྟོ་ཞིང་དང་དུ་སྦྲང་བར་བགྱི་བས་  
འཛིག་རྟོན་གྱི་མགོན་པོ་རྣམས་ཐུགས་དགུས་པར་མཛོད་ཅིག་པའོ། །

གཉིས་པ་(དེས་ན་སེམས་ཅན་ལ་ཡང་གུས་པར་བྱ་བ་བསྐྱས་ཏེ་བསྟན་པ་)ནི།

འགྲོ་བ་འདི་ཀྱན་ཐུགས་རྗེའི་བདག་ཅན་དེས། །

བདག་ཏུ་མཛོད་པ་འདི་ལ་ཐེ་ཆོམ་མེད། །

སེམས་ཅན་ངོ་བོར་མཐོང་བ་འདི་དག་ཉིད། །

མགོན་དེ་བདག་ཉིད་ཅི་སྤྱིར་གུས་མི་བྱེད། །

འགྲོ་བ་འདི་ཀྱན་ཐུགས་རྗེའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་སངས་རྒྱས་དེས་  
བདག་གཞན་མཉམ་པ་དང་བརྗེ་བ་གོམས་པའི་སྒྲོ་ནས་བདག་ཏུ་མཛོད་  
པས་འདི་ལ་ཐེ་ཆོམ་མེད་པས་སེམས་ཅན་གྱི་ངོ་བོར་མཐོང་བ་འདི་དག་ཉིད་  
བདག་གི་མགོན་དེ་དག་ཉིད་ཡིན་རྟེ། གུས་པར་བྱས་པར་བྱས་ན་སངས་  
རྒྱས་སྟོར་བས་ཅིའི་སྤྱིར་གུས་པར་མི་བྱེད་དད་ཅིང་གུས་པར་རིགས་སོ། །



གཉིས་པ་(བཅོལ་པ་སྒྲོམ་པའི་མན་ཡོན་)ལ་གསུམ།

མདོར་བསྟན་པ་དང་། མན་ཡོན་དཔེས་བཤད་པ་དང་། མན་ཡོན་གྱི་  
རྣམ་གྲངས་བསྟུས་ཏེ་བསྟན་པའོ། །

དང་པོ་(མདོར་བསྟན་པ་)ནི།

འདི་ཉིད་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་མཉེས་བྱེད་ཡིན། །

རང་དོན་ཡང་དག་སྒྱུབ་པའང་འདི་ཉིད་དོ། །

འཇིག་རྟེན་སྒྲུག་བསྐྱེད་པའི་ལ་བའང་འདི་ཉིད་དེ། །

དེ་ལྟས་བདག་གིས་རྟག་ཏུ་དེ་ཉིད་བྲ། །

སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་གཞོད་པ་བྱས་པ་བཅོལ་པར་བྱས་ཤིང་གྲུས་  
པར་བྱེད་པ་འདི་ཉིད་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་མཉེས་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་  
མཆོག་ཡིན་ལ། རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཆོགས་རྫོགས་པར་བྱེད་པས་རང་དོན་ཡང་  
དག་བསྒྱུབ་པའང་ཐབས་མཆོག་གཞན་དོན་བྱེད་པ་འདི་ཉིད་དོ། །འཇིག་རྟེན་  
པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲུག་བསྐྱེད་པའི་ལ་བའང་འདི་ཉིད་དོ། །དོན་གཉིས་མཐར་  
ཕྱིན་པར་བྱེད་པ་དེ་ལྟ་བུས་ན་བདག་གིས་རྟག་ཏུ་བཅོལ་པ་གསུམ་བསྒྲོམ་པ་  
འདི་ཉིད་བྲའོ། །

གཉིས་པ་(མན་ཡོན་དཔེས་བཤད་པ་)ལ་གཉིས།

མན་ཡོན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་དཔེ་དོན་དང་། དཔེ་ལས་བྱུང་པར་དུ་  
འཕགས་པ་བཤད་པའོ། །



དང་པོ་(མན་ཡོན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་དཔེ་དོན་)ལ་གཉིས།  
དཔེ་དང་། དོན་ཉེ།

དང་པོ་(དཔེ་)ནི།

དཔེར་ན་རྒྱལ་པོའི་མི་འགའ་ཞིག །

སྐྱེ་བོ་མང་ལ་གཞོན་བྱེད་ཀྱང་། །

སྐྱེ་བོ་མིག་རྒྱང་རིང་པོ་དག །

རྒྱས་ཀྱང་བྱེད་གཞོན་མི་བྱེད་དེ། །

འདི་ལྟར་དེ་གཅིག་མ་ཡིན་གྱི། །

རྒྱལ་པོའི་མཐུ་སྟོབས་དེ་ཡི་མཐུ། །

དཔེར་ན་རྒྱལ་བའི་འཁོར་གྱི་མི་འགའ་ཞིག་སྐྱེ་བོ་མང་པོ་ལ་གཞོན་པ་  
བྱེད་ཀྱང་བྱེས་གྱི་སྟོན་ཡོན་བལྟ་བའི་སྐྱེ་བོ་མིག་རྒྱང་རིང་པོ་དག་འཁོར་དེ་  
དག་ལ། གཞོན་པ་བྱ་རྒྱས་ཀྱང་བྱེད་གཞོན་པ་མི་བྱེད་དོ་འདི་ལྟར་གཞོན་པ་  
བྱེད་མི་རྒྱས་པ་འཁོར་གྱི་མི་དེ་གཅིག་པོའི་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་གྱི། རྒྱལ་པོའི་  
མཐུ་སྟོབས་དེའི་མཐུ་ཡིན་པས་སོ། །

གཉིས་པ་(དོན་)ནི།

དེ་བཞིན་གཞོན་བྱེད་ཉམ་ཆུང་བ། །

འགའ་ཡང་བྱེད་དུ་གསད་མི་བྱ། །

འདི་ལྟར་དཔྱལ་བའི་སྤང་མ་དང་། །

སྤྱགས་རྗེ་ལྷན་རྒྱལ་ས་དེ་ཡི་དབྱང་། །

དཔེ་དེ་བཞིན་དུ་གཞོན་བྱེད་ཉམས་ཆུང་བ་འགའ་ཡང་བྱེད་དུ་བསད་  
པར་མི་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟར་རྒྱལ་སྤོན་ལ་དཔྱལ་བའི་བསྤང་མ་དང་སྤྱགས་རྗེ་ལྷན་  
པའི་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་རྒྱལ་ས་མི་དབྱེས་པས་དེའི་དབྱང་ཡིན་པས་སོ། །

གཉིས་པ་(དཔེ་ལས་བྱེད་པར་དུ་འཕགས་པ་བཤད་པ་)ནི།

དེ་ལྟར་དམངས་ཀྱིས་རྒྱལ་གཏུམ་བཞིན། །

སེམས་ཅན་རྒྱལ་ས་ནི་མགྲ་བར་བྱ། །

རྒྱལ་པོ་ལྷ་ཞིག་ཁྱོས་ན་ཡང་། །

སེམས་ཅན་མི་མགྲ་བྱས་པ་ཡིས། །

སྤྱང་བར་འགྱུར་བ་གང་ཡིན་པ། །

དཔྱལ་བའི་གཞོན་པ་དེས་བྱེད་དམ། །

དེ་ལྟར་བས་ན་དམངས་ཀྱིས་རྒྱལ་པོ་གཏུམ་པོ་ལ་འཛེམ་པར་བྱ་བ་  
བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་རྒྱལ་ས་ནི་མགྲ་བར་བྱ་སྟེ། རྒྱལ་པོ་ལྷ་ཞིག་ཁྱོས་ན་  
ཡང་སེམས་ཅན་མི་མགྲ་བར་བྱས་པ་ཡིས་སྤྱང་བར་འགྱུར་བ་གང་ཡིན་པ་  
དཔྱལ་བའི་གཞོན་པ་རྒྱལ་པོ་དེས་བྱེད་དམ། བྱེད་མི་རུས་སོ། །

རྒྱལ་པོ་ལྷ་ཞིག་མགྲ་ན་ཡང་། །

སེམས་ཅན་མགྲ་བར་བྱས་པ་ཡིས། །

འཛོལ་པར་འགྱུར་བ་གང་ཡིན་པ། །

སངས་རྒྱལ་ཉིད་སྦྱིན་མི་སྤྲོད་དོ། །

རྒྱལ་པོ་ལྟ་ཞིག་མགྲ་ན་ཡང་སེམས་ཅན་མགྲ་བར་བྱས་པ་ཡིས་ཐོབ་  
པར་འགྱུར་བ་གང་ཡིན་པའི་འབྲས་བུ་སངས་རྒྱལ་ཉིད་རྒྱལ་པོ་དེས་སྦྱིན་  
མི་སྤྲོད་དོ། །

གསུམ་པ་(ཕན་ཡོན་གྱི་ནམ་གངས་བསྐྱུས་ཏེ་བསྟན་པ་)ལ་གསུམ།

འབྲས་བུའི་གཙོ་བོ་དང་། མཐོང་ཆོས་ཀྱི་འབྲས་བུ་དང་། རྣམ་སྤྲིན་གྱི་  
འབྲས་བུ་བཞུགས་པའོ། །

དང་པོ་(འབྲས་བུའི་གཙོ་བོ་)ནི།

སེམས་ཅན་མགྲ་ལས་བྱུང་བ་ཡི། །

མ་འོངས་སངས་རྒྱལ་འགྱུར་ལྟ་ཞིག་

སེམས་ཅན་མགྲ་བར་བྱས་པ་ལས་བྱུང་བའི་འབྲས་བུ་མ་འོངས་པ་  
ན་སངས་རྒྱལ་འགྱུར་པའི་ཕན་ཡོན་ལ་བསམས་ནས་སེམས་ཅན་མགྲ་ཞིང་  
བཟོད་པ་སྒྲིམ་རིགས་པ་ལྟ་ཞིག་ཆེ་འདི་བྱེད་གནས་སྐབས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ལ་  
སྟོས་ན་ཡང་བཟོད་པ་སྒྲིམ་རིགས་ཞེས་པའོ། །དོན་དེ་ལྟར་གསལ་གྱི་སྡུ་མ་  
ཁ་ཅིག་གིས་སངས་རྒྱལ་ཉིད་ཀྱིས་པར་དཀའ་བས་རེ་ཞིག་ཞོག་ཅིག་ཅས་  
པའི་དོན་ཏུ་འཆད་པ་ནི་མི་རིགས་ཏེ། ཆེ་འདིའི་མཐོང་ཆོས་ཀྱི་འབྲས་བུ་

རྟོགས་པར་སྦྲེན་ཡང་ཕྱི་མའི་འབྲས་བུ་ཤིན་ཏུ་སྒྲོག་གྱུར་ནམས་སངས་རྒྱས་  
ལས་རྟོགས་པར་དཀའ་སྟེ།     སངས་རྒྱས་ལྷུང་གི་སྦྱབ་བྱེད་ལ་མི་རྟོན་པར་  
རིགས་པས་རྟོགས་ཀྱས་ཤིང་ཤིན་ཏུ་སྒྲོག་གྱུར་གྱི་དོན་དེའི་རྗེས་སུ་རྟོགས་  
དགོས་པར་ཤིང་རྟ་ཆེན་པོ་ཀུན་བཞེད་པ་མཐུན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་(མཐོང་ཆོས་ཀྱི་འབྲས་བུ)ནི།

ཆེ་འདི་ཉིད་ལ་དཔལ་ཆེན་དང་། །

གྲགས་དང་སྦྱིད་འགྱུར་ཅིས་མ་མཐོང་། །

བཟོད་པ་ལས་མཐོང་བའི་ཆོས་ཆེ་འདི་ཉིད་ལའང་ཕུན་ཆོགས་རྒྱས་  
པའི་དཔལ་ཆེ་བ་དང་། སྟན་པའི་གྲགས་པ་དང་། བདེ་ཞིང་སྦྱིད་པར་འགྱུར་  
བ་ཅིས་མ་མཐོང་དེས་ན་སེམས་ཅན་མགྲུ་བ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(རྣམ་སྤྲིན་གྱི་འབྲས་བུ་བཞད་པ་)ནི།

འཁོར་ཆེ་བཟོད་པས་མངེས་སོགས་དང་། །

ནད་མེད་པ་དང་གྲགས་པ་ཡིས། །

ཤིན་ཏུ་ཡུན་རིང་འཆོ་བ་དང་། །

འཁོར་ལོས་སྦྱར་བའི་བདེ་རྒྱས་ཐོབ། །

འཁོར་བར་འཁོར་བའི་ཆེ་བཟོད་པས་གཟུགས་མངེས་ཤིང་འཁོར་  
ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་སོགས་དང་ནད་མེད་པ་དང་གྲགས་པ་ཆེ་བ་དང་བཅས་  
པ་ཡིས་ཤིན་ཏུ་ཡུན་རིང་པོར་འཆོ་བ་དང་། །འཁོར་ལོ་སྦྱར་བའི་རྒྱལ་པོ་ལ་

སོགས་པའི་བདེ་བ་རྒྱས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བ་འཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །མདོར་ན་ཁོ་  
བ་ཤས་ཆེ་བ་དང་དགོ་བའི་ཆོས་ལ་སྟོ་ཤི་བ་དང་མ་མོས་ཤིང་མི་འདོད་པ་ལ་  
སོགས་པའི་མི་མ་ཐུན་སྟོགས་རྣམས་ཤེས་པར་བྱས་ནས། དེའི་གཉེན་པོར་  
གཞོད་པ་བྱེད་པ་ལ་ངེ་མི་སྟུམ་པ་དང་། སྐྱུག་བསྐྱུལ་བྱུང་བས་མི་བརྩི་བར་  
སེམས་རྣལ་དུ་གནས་པ་དང་། ཆོས་ལ་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་  
དབྱུད་ནས་མོས་པ་ཤིན་ཏུ་གནས་པའི་བཟོད་པ་བསྐྱོམས་པས་དལ་འབྱོར་  
ཀྱི་རྟེན་དོན་ཡོད་པ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །

སྦྱིན་སོགས་དགོ་བ་བསྐྱུལ་པར་གོམས་ན་ཡང་། །

ཁོང་ཁོའི་མེ་ལྷེས་འཇོམས་པར་བྱེད་པས་ན། །

ཡང་དང་ཡང་དུ་བཟོད་པའི་སྟོབས་བསྐྱེད་དེ། །

ཁོ་བའི་གོ་སྐབས་ཅུང་ཟད་དབྱེ་མི་བྱ། །

བསྐྱུ་བའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ། །

གཉིས་པ་(ལེ་ཏུ་འེ་མཆན་)ནི།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོན་པ་ལ་འདུག་པ་ལས།

བཟོད་པ་བསྐྱུན་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་ལེ་ཏུ་དུག་པའོ། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོན་པ་ལ་འདུག་པའི་རྣམ་བཤད་རྒྱལ་སྐས་  
འདུག་དོགས་ཞེས་བྱ་བ་ལས་བཟོད་པ་བསྐྱུན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ལེ་ཏུ་སྟེ་ལེ་ཏུ་  
དུག་པའི་འགྲེལ་པའོ། །

## ལེ་ཏུ་བདུན་པ། བཙུན་ལྷུང་ས་བསྐྱུན་པ།

གཉིས་པ་བཙུན་ལྷུང་ས་ལ་བསྐྱུན་ཚུལ་ལ་གཉིས།

ལེ་ཏུ་འི་གཞུང་བཤད་པ་དང་། ལེ་ཏུ་འི་མཚན་ནོ། །

དང་པོ་(ལེ་ཏུ་འི་གཞུང་བཤད་པ་)ལ་གཉིས།

བཙུན་ལྷུང་ས་བཙུན་དགོས་པར་བསྐྱུན་པ་དང་། བཙུན་ལྷུང་ཇི་  
ལྟར་ཙུམ་པའི་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་(བཙུན་ལྷུང་ས་བཙུན་དགོས་པར་བསྐྱུན་པ་)ལ་གཉིས།

དངོས་དང་། བཙུན་ལྷུང་ས་དངོས་བཟུང་བའོ། །

དང་པོ་(དངོས་)ནི།

དེ་ལྟར་བཟོད་པས་བཙུན་ལྷུང་ས་བཙུན། །

འདི་ལྟར་བཙུན་ལ་བྱང་ཆུབ་གནས། །

རྒྱང་མེད་གཡོ་བ་མེད་པ་བཞིན། །

བསོད་ནམས་བཙུན་ལྷུང་ས་མེད་མི་འབྱུང་། །

སྒར་བཤད་པ་དེ་ལྟར་བཀའ་སློང་དང་གཞན་གྱི་གཞོན་པ་ལ་བཟོད་  
པས་བྱང་ཆུབ་སྒྱུར་དུ་ཐོབ་པར་འདོད་ན་བཙུན་ལྷུང་ས་བཙུན་པར་བྱ་དགོས་  
ཏེ། འདི་ལྟར་སློང་པ་པར་བྱིན་ལ་བཙུན་པ་ལ་བྱང་ཆུབ་གནས་ཏེ་མར་མེ་ལ་  
སོགས་པ་རྒྱང་མེད་ན་གཡོ་བ་མེད་པ་བཞིན་དུ་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་

ཀྱི་ཚོགས་ཀྱང་བཙོན་འགྲུས་མེད་ན་འགྲུང་བར་མི་འགྲུར་བས་སྒྲན་མེད་  
པའི་བྱང་ཆུབ་ནི་བཙོན་འགྲུས་ལ་རག་ལས་པས་འབད་པར་བྱའོ། །དབུ་མ་  
ལ་འདུག་པ་ལས། ཡོན་ཏན་མ་ལུས་བཙོན་འགྲུས་རྗེས་འགོ་ཞིང་། །བསོད་  
ནམས་སྒོ་གོས་ཚོགས་ནི་གཉིས་ཀྱི་རྒྱ། །ཞེས་བཤད་པ་ལྟར་རོ། །

གཉིས་པ་(བཙོན་འགྲུས་ངོས་བརྒྱང་བ་)ནི།

བཙོན་གང་དགེ་ལ་སྤྱོད་བའོ། །

ཉོན་མོངས་ལ་སྤྱོད་བ་ལ་ལོ་ཡིན་པས་བཙོན་འགྲུས་གང་ཞེ་ན་དགེ་བའི་  
དམིགས་པ་ལ་སྤྱོད་བའོ། །དེ་ལ་དབྱེ་ན་གོ་ཆའི་བཙོན་འགྲུས་དང་། སྤྱོད་བའི་  
བཙོན་འགྲུས་དང་། མ་ཞུས་ཞིང་མི་འབྲུགས་པའི་བཙོན་འགྲུས་དང་། ཚོག་  
མི་ཤེས་པའི་བཙོན་འགྲུས་ཏེ་བཞི་འོ། །

གཉིས་པ་(བཙོན་འགྲུས་རྗེ་ལྟར་རྩོམ་པའི་ཆུ་ལ་)ལ་གཉིས།

བཙོན་འགྲུས་ཀྱི་མ་ཐུན་ཕྱོགས་སྤང་བ་དང་། གཉེན་པོ་བཙོན་འགྲུས་  
ཀྱི་སྟོབས་སྤེལ་བའོ། །

དང་པོ་(བཙོན་འགྲུས་ཀྱི་མ་ཐུན་ཕྱོགས་སྤང་བ་)ལ་གཉིས།

མི་མ་ཐུན་ཕྱོགས་ངོས་བརྒྱང་བ་དང་། དེ་རི་ལྟར་སྤྱོད་བའི་ཆུ་ལ་ལོ། །

དང་པོ་(མི་མ་ཐུན་ཕྱོགས་ངོས་བརྒྱང་བ་)ནི།

དེ་ཡི་མི་མ་ཐུན་ཕྱོགས་བཤད་བྲ། །

ལེ་ལོ་ངན་ལ་ཞེན་པ་དང་། །



སྦྱིད་ལུག་བདག་ཉིད་བརྟན་པའོ། །

བཙུན་འགྲུས་དེའི་མི་མ་ཐུན་སྦྱོགས་བཤའ་པར་བྱའོ། །གང་ཞེ་ན།  
ལུས་དང་ཡིད་ལས་སྦྱ་མི་རུང་བ་སྟོམ་ལས་ཀྱི་བདེ་བ་ལ་ཞེན་པའི་ལེ་ལོ་  
དང་། བྱ་བ་ངན་པ་ལ་ཞེན་པ་དང་། དགོ་བ་བསྐྱབ་པ་ལ་སྦྱིད་ལུག་ནས་ངས་  
མི་རུས་སྟམ་དུ་བདག་ཉིད་ལ་བརྟན་པའོ། །

གཉིས་པ་(དེ་ནི་ལྟར་སྤྲོད་བའི་ཚུལ་)ལ་གསུམ།

སྟོམ་ལས་ལ་རོ་མུང་བའི་ལེ་ལོ་སྤང་བ་དང་། བྱ་བ་ངན་པ་ལ་ཞེན་པའི་  
ལེ་ལོ་སྤང་བ་དང་། དགོ་བ་ལ་སྦྱིད་ལུག་པའི་ལེ་ལོ་སྤང་བའོ། །

དང་པོ་(སྟོམ་ལས་ལ་རོ་མུང་བའི་ལེ་ལོ་སྤང་བ་)ལ་གཉིས།

ལེ་ལོའི་རྒྱ་བརྟགས་ནས་སྤང་བ་དང་། ཇི་ལྟར་སྤྲོད་བའི་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་(ལེ་ལོའི་རྒྱ་བརྟགས་ནས་སྤང་བ་)ནི།

ལེ་ལོ་སྦྱེ་བའི་རྒྱ་གང་ཞེ་ན།

སྟོམ་ལས་བདེ་བའི་རོ་མུང་དང་། །

གཉིད་ལ་བརྟེན་པའི་སྤེད་པ་ཡིས། །

འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱལ་མི་སྦྱོ་ལས། །

ལེ་ལོ་ཉི་བར་སྦྱེ་བར་འགྱུར། །

དགོ་བ་ལ་མི་འཇུག་པའི་སྟོམ་ལས་ལ་བདེ་བར་བཟུང་ནས་དེ་ལ་  
ཞེན་པའི་བདེ་བའི་རོ་མུང་བ་དང་། གཉིད་ལ་བརྟེན་པའི་སྤེད་པ་ཡིས་ཀྱང་

ལེ་ལོ་སྐྱེད་པར་བྱེད་ལ་འཁོར་བ་ལ་རྩང་ཟད་ཀྱང་མི་སྐྱག་པར་འཁོ་བའི་སྐྱག་  
བསྐྱེད་ལ་མི་སྐྱོ་བ་ལས། ལེ་ལོ་ཉི་བར་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བས་རྒྱ་འོས་བཟུང་  
ནས་ལེ་ལོ་འགོག་པ་ལ་བཅོམ་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(རི་ལྟར་སྒྲོང་བའི་ཚུལ་)ལ་གཉིས།

ཆེ་འདིའི་ཉིས་དམིགས་བསམས་ནས་ལེ་ལོ་སྤང་བ་དང་། ཆེ་བྱི་མའི་  
སྐྱག་བསྐྱེད་བསམས་ནས་ལེ་ལོ་སྤང་བའོ། །

དང་པོ་(ཆེ་འདིའི་ཉིས་དམིགས་བསམས་ནས་ལེ་ལོ་སྤང་བ་)ལ་གསུམ།

སྐྱར་དུ་འཆི་བས་འཇོམས་པ་དཔེས་བ་ཤད་པ་དང་། རང་ཉིད་ཀྱང་  
འཆི་བའི་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་པས་ལོང་ཡོད་བྱར་མི་རུང་བ་དང་། དགོ་བ་  
ལ་མ་འབད་ན་སྐྱག་བསྐྱེད་གྲིས་གདུངས་པར་འགྱུར་བའོ། །

དང་པོ་(སྐྱར་དུ་འཆི་བས་འཇོམས་པ་དཔེས་བ་ཤད་པ་)ལ་གཉིས།

འཆི་བས་འཇོམས་པ་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བ་དང་། དེ་དཔེས་བ་ཤད་  
བའོ། །

དང་པོ་(འཆི་བས་འཇོམས་པ་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བ་)ནི།

ཉོན་མོངས་རྒྱ་བས་བཞོར་ནས་ནི། །

སྐྱེ་བའི་རྒྱར་ནི་ཚུད་གྱུར་ནས། །

འཆི་བདག་ཁར་ནི་སོང་གྱུར་པ། །

ཅི་སྟེ་ད་དུང་མི་ཤེས་སམ། །

རི་དྲགས་རྒྱར་ཚུད་ན་འཆི་བ་ལས་མི་ཐར་བ་ལྟར་རྡོན་པ་ལྟ་བུ་ལེ་ལོ་  
ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་རྒྱ་བས་བཞོར་ཏེ་དབང་དུ་བྱས་ནས་ནི། ཡང་  
སྲིད་སྲི་མར་ཉིད་མཆ་མས་སྦྱོར་བའི་སྦྱེ་བའི་རྒྱར་ནི་ཚུད་པར་གྱུར་ནས་  
འཆི་བདག་ཁར་ནི་སྦྱེ་བོ་དུ་མ་སོང་བར་གྱུར་པ་དང་། འགྲོ་བར་འགྱུར་བ་ཅི་  
སྟེ་ད་དུང་སྲོད་ཀྱིས་མི་ཤེས་སམ། དག་བ་ལ་བཙུན་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(དེ་དཔེས་བཤད་པ་)ནི།

རང་སྡེ་རིམ་གྱིས་གསོད་པ་ཡང་། །

སྲོད་ཀྱིས་མཐོང་བར་མ་གྱུར་ཏམ། །

འོན་ཀྱང་གཉིད་ལ་བརྟེན་པ་གང་། །

གདོལ་པ་དང་ནི་མ་ཉེ་བཞིན། །

ཀན་གཞོན་བར་མ་ལ་སོགས་པའི་རང་སྡེ་འཆི་བདག་གིས་རིམས་  
ཀྱིས་གསོད་པ་ཡང་། སྲོད་ཀྱིས་མཐོན་སྲུལ་དུ་མཐོང་བར་མ་གྱུར་ཏམ་དེ་  
ལྟར་མཐོང་ཡང་འོན་ཀྱང་གཉིད་ལ་བརྟེན་པའི་སྲིད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་  
མི་རིགས་ཏེ། དཔེར་ན་གདོལ་བས་རིམས་ཀྱིས་གསོད་པའི་མ་ཉེ་གཞན་  
གསོད་པ་མཐོང་ཡང་། སྒྲག་པ་མེད་ཅིང་དལ་བར་གནས་པ་གདོལ་པ་ནི་མ་  
ཉེ་བཞིན་འོ། །

གཉིས་པ་(རང་ཉིད་ཀྱང་འཆི་བའི་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་པས་མོང་ཡོད་བྱར་མི་རུང་བ་)ལ་བཞི།

རང་ཉིད་འཆི་བདག་གི་དབང་དུ་གྱུར་པས་ལེ་ལོ་མི་བྱ་བ་དང་། ལྟར་

བར་འཆི་བས་དགེ་བ་ལ་འབད་པ་དང་། འཆི་བའི་ཆེ་ལེ་ལོ་སྤྲོད་བ་དུས་མ་  
ཡིན་པ་དང་། འདོད་པའི་ལས་མི་བྱས་པར་སྒོ་བྱར་དུ་འཆི་བས་ལེ་ལོ་མི་བྱ་  
བའོ། །

དང་པོ་(རང་ཉིད་འཆི་བདག་གི་དབང་དུ་སྐྱར་པས་ལེ་ལོ་མི་བྱ་བ་)ནི།

ལམ་ནི་ཀུན་ནས་བཀག་ནས་སྟ། །

འཆི་བདག་གིས་ནི་བལྟས་བཞིན་དུ། །

ཇི་ལྟར་སྤྱོད་ནི་བ་དགའ་ཞིང་། །

འདི་ལྟར་གཉིད་ལོག་ཇི་ལྟར་དགའ། །

འཆི་བ་མེད་པའི་གྲོང་སྤྱོད་དུ་འགྲོ་བའི་ལམ་ནི་ཀུན་ནས་བཀག་ནས་  
སྟ་གཞོལ་བ་ལྟ་བུའི་འཆི་བདག་གིས་ནི་བསད་བྱར་བལྟ་བཞིན་དུ། ཇི་ལྟར་  
སྤྱོད་ནི་མ་ཉེ་བག་མེད་པ་ལྟར་བས་བ་བ་ལ་དགའ་ཞིང་འདི་ལྟར་གཉིད་ལོག་  
པའི་སྤྱོད་པ་ལ་ཇི་ལྟར་དགའ་བག་མེད་པར་མི་རིགས་སོ། །

གཉིས་པ་(སྐྱར་བར་འཆི་བས་དགེ་བ་ལ་འབད་པ་)ནི།

ད་དུང་ཅུང་ཟད་ལོང་ཡོད་ཅེ་ན།

སྐྱར་བ་ཉིད་དུ་འཆི་འགྱུར་བས། །

ཇི་སྤྱོད་དུ་ནི་ཆོགས་བསག་བྱ། །

སྐྱར་བ་ཉིད་དུ་འཆི་བར་འགྱུར་བས་ཇི་སྤྱོད་དུ་འཆི་བདག་གིས་མ་  
བློན་པ་དེ་སྤྱོད་དུ་ནི་ཆོགས་བསག་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(འཆི་བའི་ཆེ་ལེ་ལོ་སྤངས་བ་དུས་མ་ཡིན་པ་)ནི།

དེ་ཆེ་ལེ་ལོ་སྤངས་ཀྱང་ནི། །

དུས་མ་ཡིན་པར་ཅི་ཞིག་བྱ། །

འཆི་བས་ཟིན་པ་དེའི་ཆེ་ལེ་ལོ་སྤངས་ཀྱང་ནི་དུས་མ་ཡིན་པར་འབད་  
པས་ཅི་ཞིག་བྱ། དགོས་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །

བཞི་པ་(འདོད་པའི་ལས་མི་བྱས་པར་སློབ་དུ་འཆི་བས་ལེ་ལོ་མི་བྱ་བ་)ནི།

འདི་ནི་མ་བྱས་བཅུམས་པ་དང་། །

འདི་ཕྱེད་བྱས་པར་གནས་པ་ལ། །

སློབ་དུ་འཆི་བདག་འོངས་ནས་ནི། །

ཀྱི་རྟུང་བཙུན་ཞེས་སེམས་པར་འགྱུར། །

སྟུར་དུ་འཆི་བས་ལས་འདི་ནི་མ་བྱས་པ་དང་ཅུང་ཟད་བཅུམས་པ་  
དང་། བྱ་བ་འདི་ཕྱེད་ཅུམ་བྱས་པར་གནས་པ་ལ་སློབ་དུ་འཆི་བདག་  
འོངས་ནས་ནི་འགྱོད་བཞིན་དུ་ཀྱི་རྟུང་བདག་བཙུན་ཞེས་སེམས་ཞིང་  
བསྟན་པས་འགྱོད་པར་འགྱུར་ན། དེའི་ཆེ་ཅི་ཞིག་བྱ་ད་ལྟ་ཉིད་ནས་དགོ་  
བ་ལ་བཙུན་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(དགོ་བ་ལ་མ་འབད་ན་སྟུག་བསྟུལ་གྱིས་གདུངས་པར་འགྱུར་བ་)ལ་གཉིས།

འཆི་བའི་ཆེ་སྤངས་གྱིས་གདུངས་པ་དང་། ད་ལྟ་ཉིད་ནས་དགོ་བ་ལ་  
བཙུན་པར་མ་བྱས་ན་དགོས་པ་མི་འགྲུབ་པའོ། །

དང་པོ་(འཆི་བའི་ཆེ་མུ་ངན་གྱིས་གདུངས་པ་)ནི།

མུ་ངན་ཤྱགས་གྱིས་སྐྱངས་པ་ཡི། །

མིག་དམར་གདོང་ལ་མཆི་མ་འཛྲག།

ཉེ་དུ་རེ་ཐག་ཆད་པ་དང་། །

གཤེན་རྗེའི་ཕོ་ཉའི་བཞིན་ལ་བལྟ། །

དུས་མ་ཡིན་པར་འཆི་བའི་ཆེ་མུ་ངན་གྱི་ཤྱགས་གྱིས་གདུངས་པའི་  
མིག་དམར་བ་དང་། གདོང་ལས་མཆི་མ་འཛྲག་པ་དང་། འཆི་བར་ཤེས་  
ནས་ཉེ་དུ་རེ་ཐག་ཆད་པ་དང་རང་ཡང་འཛྲགས་བཞིན་དུ་གཤེན་རྗེའི་ཕོ་ཉའི་  
གདོང་ལ་བལྟ་དགོས་པས་འགྲོད་པར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་(ད་ལྟ་ཉིད་ནས་དགོ་བ་ལ་བཙོན་པར་མ་བྱས་ན་དགོས་པ་མི་འགྲུབ་པ་)ནི།

རང་སྒྲིག་བྱན་པས་གདུང་པ་དང་། །

དཔྱལ་བའི་སྐྱ་ནི་ཐོས་པ་ཡིས། །

སྐྱག་པས་མི་གཙང་ལུས་གོས་ཤིང་། །

སྒྲོས་པར་འགྱུར་ཆེ་ཅི་ཞིག་བྱ། །

སྒྲར་རང་གིས་སྒྲིག་པ་བྱས་པ་བྱན་པས་སེམས་གདུངས་པ་དང་།  
དཔྱལ་བར་སྐྱག་བསྐྱལ་ཆེན་པོ་སྒྲོང་དགོས་པ་བསྐྱེག་པ་ལ་སོགས་པའི་  
དཔྱལ་བའི་སྐྱ་ནི་ཐོས་པ་ཡིས་བདག་ཀྱང་དེར་འགྲོའོ་སྙམ་དུ་སྐྱག་པས་

བྱེད་ནས། མི་གཙང་བས་ལུས་གོས་ཤིང་སེམས་སྤྱོད་པར་གྱུར་པ་དེའི་ཆེ་  
སྐབས་མ་ཡིན་པ་ལ་བཙུན་པས་ཅི་ཞིག་བྱ་དུ་ལྟ་ཉིད་ནས་དགོ་བ་ལ་བཙུན་  
པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(ཆེ་ཕྱི་མའི་སྤྱག་བསྐྱེད་བསམས་ནས་ལེ་ལོ་སྤང་བ་)ལ་བཞི།

སྤྱག་བསྐྱེད་འབྱུང་ངེས་པ་དང་། དེ་བཟོད་དཀའ་བ་དང་། བདེ་བ་  
འདོད་པ་དང་དགོ་བ་ལ་མི་བཙུན་པ་འགལ་བ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེད་ལས་ཐར་  
པའི་ཐབས་ལ་བཙུན་པར་བསྐྱེད་བའོ། །

དང་པོ་(སྤྱག་བསྐྱེད་འབྱུང་ངེས་པ་)ནི།

སྤྱོད་ནི་ཉ་གསེན་འགྲེ་བ་ལྟའི། །

ཆེ་འདིར་འཇིགས་དང་ལྟན་གྱུར་ན། །

སྤྱིག་བྱས་དཔྱལ་བ་མི་བཟད་པའི། །

སྤྱག་བསྐྱེད་རྣམས་ནི་སྤྱོད་ཅི་དགོས། །

སྤྱོད་ནི་འཆི་བ་ན་ཉ་གསེན་པོ་བྱེ་ཆོན་ལ་འགྲེ་བ་ལྟ་བུའི་ཆེ་འདིར་  
ཡང་དེ་ལྟ་བུའི་འཇིགས་པ་དང་ལྟན་པར་གྱུར་ན་སྤྱིག་པ་བྱས་པའི་འབྲས་  
བྱས་དཔྱལ་བ་མི་བཟད་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་རྣམས་ནི་དངོས་སུ་སྤྱོད་ནས་སྤྱོད་  
ཅི་དགོས་སོ། །

གཉིས་པ་(དེ་བཟོད་དཀའ་བ་)ནི།

སྤྱོད་སྤྱིག་པ་དུ་མ་བྱས་ཤིང་དུ་ལང་ཉི་མ་རེ་རེ་ཞིང་དཔྱལ་བའི་རྒྱ་



དུ་མ་བྱེད་པ་ལ་བརྟགས་ནས་ལེ་ལོ་བྱ་བར་མི་རིགས་ཏེ།

ཆུ་ཚན་གྱིས་ནི་རེག་པ་ན། །

གཞོན་པ་ཅན་ལ་རབ་ཆ་བའི། །

དཔྱལ་བ་ཡི་ནི་ལས་བྱས་ནས། །

ཅི་ཕྱིར་འདི་ལྟར་བདེ་བར་གནས། །

དཔྱལ་བར་ཁྱོ་ཆུ་ཁོ་ལ་བའི་ཆུ་ཚན་གྱིས་ནི་རེག་པ་ན་ལུས་ཀྱང་  
གཞོན་པ་ཅན་ལ་རབ་ཏུ་ཆ་བའི་སྐྱག་བསྐྱལ་སྤྱོད་དགོས་པ་དཔྱལ་བར་  
སྐྱེ་བ་ཡི་ནི་ལས་བྱས་ན། ཅི་ཕྱིར་འདི་ལྟར་ལེ་ལོ་འདི་དབང་གིས་བདེ་བར་  
གནས་མགོ་ལ་མེ་ལོར་བ་ལྟར་དགོ་བ་ལ་བཙོན་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(བདེ་བ་འདོད་པ་དང་དགོ་བ་ལ་མི་བཙོན་པ་འགལ་བ་)ནི།

བཙོན་མེད་འབྲས་བུ་འདོད་པ་དང་། །

བཟེ་རེ་ཅན་ལ་གཞོད་མང་ཞིང་། །

འཆི་བས་བསྐྱུང་བཞིན་ལྟ་འདྲ་བ། །

ཀྱི་ཏུད་སྐྱག་བསྐྱལ་དག་གིས་བཙོམ། །

བདེ་བའི་ཆུ་དགོ་བ་ལ་བཙོན་པ་མེད་པར་འབྲས་བུ་བདེ་བ་འདོད་པ་  
དང་། སྐྱག་བསྐྱལ་ཏུང་བད་ཅ་མ་ལའང་སྐྱ་ཆུང་བའི་བཟེ་རེ་ཅན་ལ་སྐྱག་  
བསྐྱལ་གྱི་གཞོད་པ་མང་ཞིང་། འཆི་བས་གཟུང་བཞིན་དུ་ལྟ་འདྲ་བར་ཡུན་

རིང་དུ་གསོན་དུ་རེ་བ་རྣམས་ལ་འདོད་པ་མི་ཐོབ་ཅིང་མི་འདོད་པ་ཐོབ་པས་  
ཀྱི་རྟུང་སྤྱག་བསྐྱེད་དག་གིས་བཙུན་པར་འགྱུར་རོ། །

བཞི་པ་(སྤྱག་བསྐྱེད་ལས་ཐར་པའི་ཐབས་ལ་བཙུན་པར་བསྐྱེད་པ་)ནི།

འོན་ཇི་ལྟར་བྱ་ཞེ་ན།

མི་ཡི་བྱ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱ། །

སྤྱག་བསྐྱེད་ཆུ་བོ་ཆེ་ལས་སྦྲོལ། །

བྱ་འདི་ཕྱི་ནས་རྟེན་དཀར་བས། །

ཚོངས་པ་དུས་སྤྱ་གཉིད་མ་ལོག། །

དལ་འགྱུར་ཐོབ་པའི་རྟེན་ལ་འབད་ན་སྤྱག་བསྐྱེད་མཐའ་དག་ལས་  
སྦྲོལ་རུས་པས་མིའི་ལུས་ཀྱི་བྱ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་ནི་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་  
ཀྱི་ཆུ་བོ་ཆེ་ལས་སྦྲོལ་ཅིག་ཅེས་པ་དལ་འགྱུར་དོན་ཆེ་བའོ། །དལ་འགྱུར་ཀྱི་  
བསྐྱེད་པ་ཤིན་ཏུ་དཀོན་པས་ན་བྱ་བ་འདི་ཕྱི་ནས་རྟེན་དཀར་བས་ཚོངས་པ་  
ཞེས་བོས་ནས། བྱ་རྟེན་པའི་དུས་སྤྱ་གཉིད་མ་ལོག་པར་སྦྱིས་བྱ་ཆུང་འབྲིང་  
ཆེན་པོ་གསུམ་ཀྱི་ལམ་ཉམས་སྤྱ་སྦྲངས་པའི་སྒོ་ནས་འཁྲོ་བའི་ཆུ་བོ་ལས་  
སྦྲོལ་བར་བྱའོ། །དལ་འགྱུར་རྟེན་དཀར་བ་རྟེན་པའི་དུས་སྤྱ་འདོད་དགོས་  
པར་བསྟན་ཏོ། །

གཉིས་པ་(བྱ་བ་ངན་པ་ལ་ཞེན་པའི་ལེ་ལོ་སྦྲང་བའི་)ནི།

དགའ་བའི་རྒྱ་ནི་མཐའ་ཡས་པའོ། །

དམ་ཆོས་དགའ་བའི་མཆོག་སྤངས་ནས། །

སྤྱག་བསྐྱེལ་རྒྱ་ཡིས་གཡེང་བ་དང་། །

ཆོད་སོགས་ལ་སྒྲོད་ཅི་ཕྱིར་དགའ། །

འདི་ཕྱི་ཐམས་ཅད་དགའ་བའི་རྒྱ་ནི་མཐའ་ཡས་པའི་ཐབས་དམ་པའི་  
ཆོས་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ལ་དགའ་བའི་མཆོག་སྤངས་ནས། འབྲས་བུ་སྤྱག་  
བསྐྱེལ་གྱི་རྒྱ་སྒྲིག་པ་དང་འདྲུ་འཇི་མང་པོའི་གཡེང་བ་དང་ཆོད་པ་སོགས་བྱ་  
བ་མ་ཡིན་པ་མང་པོ་ལ་སྒྲོད་ཅིའི་ཕྱིར་དགའ། དགའ་བར་མི་རིགས་ཏེ་སྤྱག་  
བསྐྱེལ་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གསུམ་པ་(དགེ་བ་སྒྱིད་ལུག་པའི་ལེ་ལོ་སྤང་བ་)ལ་གསུམ།

སྒྱིད་ལུག་པའི་གཉེན་པོ་ལ་འབད་པར་གདམས་པ་དང་། གཉེན་པོ་ཇི་  
ལྟར་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཚུལ་། ལུང་ལས་གསུངས་པ་དང་། འབད་ན་ལེ་ལོ་  
བཀག་ནས་བྱང་ཆུབ་སྦྱབ་རུས་པའོ། །

དང་པོ་(སྒྱིད་ལུག་པའི་གཉེན་པོ་ལ་འབད་པར་གདམས་པ་)ནི།

སྒྱིད་ལུག་མེད་དང་དབྱང་ཆོགས་དང་། །

ལྟར་སྒྲུང་བདག་ཉིད་དབང་བྱ་དང་། །

བདག་དང་གཞན་དུ་མཉམ་པ་དང་། །

བདག་དང་གཞན་དུ་བརྗེ་བར་གྱིས། །

རྒྱལ་པོ་ཆོས་བཞིའི་སྒྲོ་ནས་དག་ལས་རྒྱལ་བར་བྱེད་པ་ལྟར་བྱང་།

ཆུབ་སེམས་དཔས་ཡང་ཐོག་མར་སེམས་གཟེངས་སྟོང་དེ། ལམ་ལ་སློབ་  
པ་ལ་བསམ་པ་སྐྱིད་ལུག་པ་མེད་པ་གོ་ཆའི་བཙུན་འགྲུས་དང་། སྐྱོར་བས་  
ཆོག་པ་གཉིས་ཀྱི་དབྱང་ཆོག་པ་གསོག་པ་སྐྱོར་བའི་བཙུན་འགྲུས་དང་།  
དངོས་གཞི་དྲན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་གྱིས་ཉམས་སྲུ་ལེན་པ་ལྟར་སྒྲང་བ་དང་།  
ལུས་སེམས་ལས་རུང་དུ་གྱུར་པའི་སྒྲོན་ས་བདག་ཉིད་དབང་དུ་བྱ་བ་དང་སྟེ་  
བྱས་ནས་འོག་ནས་འཆད་པ་ལྟར་བདག་དང་གཞན་དུ་མཉམ་པ་དང་། གཞན་  
དང་བདག་ཏུ་བརྟེན་བར་གྱིས་ཤིག་པའོ། །

གཉིས་པ་(གཉེན་པོ་ཇི་ལྟར་ཉམས་སྲུ་ལེན་པའི་ཚུལ་)ནི།

སངས་རྒྱས་ཉིད་ནི་དབང་པོ་རྣམས་པོ་བཙུན་འགྲུས་བརྩམས་པ་བསོད་  
ནམས་ཀྱི་ཆོག་པ་མཐའ་ཡས་པ་བསགས་པ་ཤིན་ཏུ་བྱ་དཀའ་བའི་སྐྱོད་པ་  
བསྐྱེད་པ་གངས་མེད་དུ་མར་ཉམས་སྲུ་ལེན་པས་སྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་ན།

བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་ག་ལ་ཞེས། །

སྐྱིད་ལུག་པར་ནི་མི་བྱ་སྟེ། །

འདི་ལྟར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི། །

བདེན་པ་གསུང་བས་བདེན་འདི་གསུངས། །

བདག་ནི་དེ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པས་བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་ག་ལ་ཐོབ་ཅེས་  
ཞུས་ནས་སྐྱིད་ལུག་པར་ནི་མི་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་  
བདེན་པ་འབའ་ཞིག་གསུང་བས་བདེན་པ་འདི་གསུང་ཏེ། ཕྱིན་ཅི་ལོག་

གསུང་པའི་རྒྱ་མེད་པས་ཡིད་བརྟོན་དུ་བྱང་བའི་ཕྱིར་རོ། །རི་ལྷར་གསུངས་  
ཞེན་ལག་བཟང་གིས་ཞུས་པ་ལས། གཞན་ཡང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
འདི་ལྷར་ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་སློབ་སྟེ་གང་དག་སེང་གོ་དང་། ལྷག་དང་། བྱི་  
དང་། ཅེ་སྦྱང་དང་། བྱ་ཚོད་དང་ཁྱང་ཁྱང་དང་བྱ་རོག་དང་འུག་པ་དང་སྤོན་  
བྱ་དང་། སྦྱང་མ་དང་སྦྱང་བྱ་དང་ཤ་སྦྱང་དུ་གྱུར་པ་དེ་དག་ཀྱང་སྒྲ་ན་མེད་པར་  
བྱང་ཆུབ་ཏུ་འཛང་རྒྱ་བར་འགྱུར་ན་བདག་མིར་གྱུར་བཞིན་དུ་སློག་གི་ཕྱིར་  
ཡང་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པའི་བརྩོན་འགྲུས་རྩོམ་པར་བྱེད་སྟམ་མོ། །ཞེས་པ་དང་།  
དགོན་མཆོག་སྤྱིན་ལས་ཀྱང་གསུངས་མོ། །

གསུམ་པ་(བྱང་ལས་གསུངས་པ་)ལ་བཞི།

བརྩོན་པའི་སྟོབས་བསྐྱེད་ན་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་ཀྱས་པར་བསམ་པ་དང་།  
བྱང་ཆུབ་སྦྱབ་པའི་དཀའ་སྤྱད་ལ་ངན་འགྲོའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱི་ཆ་ཅ་མ་ཡང་  
མེད་པས་བཟོད་རིགས་པ་དང་། སྤོན་པའི་རྒྱལ་པོས་ཆོ་ག་འཇམ་པོས་ནད་  
ཆེན་པོ་གསོ་བར་མཛད་པས་བཟོད་རིགས་པ་དང་། དེ་ལ་སྤྱག་བསྐྱེལ་མེད་  
ཅིང་བདེ་བ་རྒྱས་པས་དགའ་བར་རིགས་པ་འོ། །

དང་པོ་(བརྩོན་པའི་སྟོབས་བསྐྱེད་ན་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་ཀྱས་པར་བསམ་པ་)ནི།

སྦྱང་བྱ་ཤ་སྦྱང་བྱང་བ་དང་། །

དེ་བཞིན་སྤོན་བྱར་གང་གྱུར་པ། །

དེས་ཀྱང་བརྩོན་པའི་སྟོབས་བསྐྱེད་ན། །

བྱང་ཆུབ་ཐོབ་དཀའ་སྤྲོ་མེད་འཕྲོག།

བདག་ལྟ་རིགས་ཀྱིས་མིར་སྐྱེས་ལ།

ཕན་དང་གཞོན་པའི་ངོ་ཤེས་བས།

བྱང་ཆུབ་སྐྱོད་པ་མ་བཏང་ན།

བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་ཅིས་མི་འཕྲོག།

སྤར་བཤད་པ་ལྟར་སྤང་བྱ་ཤ་སྤང་བྱང་བ་དང་། དེ་བཞིན་སྤོང་བྱར་  
ཡང་གྱུར་པ་ངེས་ཀྱང་བཙུན་པའི་སྟོབས་བསྐྱེད་དེ། ཆོགས་བསགས་ན་  
བྱང་ཆུབ་ཐོབ་དཀའ་བ་སྤྲོ་མེད་ཐོབ་པར་གསུངས་ན། བདག་ལྟ་བྱ་རིགས་  
ཀྱིས་བྱང་པར་དུ་འཕགས་པ་མིར་སྐྱེས་ཏེ་བསམ་པ་བྱང་པར་ཅན་བྱང་ཆུབ་  
བསྐྱབ་པ་ལ་ཕན་པ་དང་གཞོན་པའི་སྤང་དོར་ངོ་ཤེས་བས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྐྱོད་  
པ་སྤངས་ཏེ། མ་གཏང་ན་བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་ཅིས་མི་འཕྲོག་ངེས་པར་ཐོབ་  
རྒྱས་སྟུམ་དུ་བསམ་པར་བྱའོ།

གཉིས་པ་(བྱང་ཆུབ་སྐྱབ་པའི་དཀའ་སྤྲོད་ལ་ངན་འགྲོའི་སྟག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆ་ཅམ་ཡང་མེད་པས་བཟོད་རིགས་པ་)ལ་གསུམ།

རྒྱང་ལག་སོགས་གཏོང་བའི་དཀའ་སྤྲོད་ཀྱིས་འཇིགས་མི་རིགས་པ་  
དང་། ངན་འགྲོའི་སྟག་བསྐྱེད་ཆ་ཅམ་ཡང་སྤོང་མི་དགོས་པ་དང་། རད་ཆེན་  
པོ་གཞོན་པའི་ཆེད་དུ་སྟག་བསྐྱེད་ཆུང་དུ་བཟོད་རིགས་པའི་དཔེའོ།

དང་པོ་(རྒྱང་ལག་སོགས་གཏོང་བའི་དཀའ་སྤྲོད་ཀྱིས་འཇིགས་མི་རིགས་པ་)ནི།

འོན་ཏེ་རྒྱང་ལག་ལ་སོགས་པ།



བཏང་དགོས་བདག་ནི་འཇིགས་ཤི་ན། །

སྒྲིབ་དང་ཡང་བ་མ་དབྱུང་བར། །

མྱོངས་པས་བདག་ནི་འཇིགས་པར་བྱད། །

བསྐྱལ་བ་བྱེ་བ་གངས་མེད་དུ། །

ལན་གངས་དུ་མར་བཅད་པ་དང་། །

དབྱུག་དང་བསྐྱེག་དང་གཤེགས་འགྱུར་གྱི། །

བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་མི་འགྱུར་རོ། །

འོན་ཏེ་བཙུན་པས་སྐྱབ་རུས་ཀྱང་རྒྱང་ལག་དང་མགོ་ལ་སོགས་པ་  
སྒྲིབ་པར་བཏང་དགོས་པས་བྱ་དཀའ་བའི་སྒྲིབ་པ་དེ་དག་བདག་གིས་མི་  
རུས་པས་བདག་ནི་འཇིགས་ཞེ་ན། དེ་དག་སྒྲིབ་པར་གཏང་དགོས་ཀྱང་  
སྐྱུག་བསྐྱེག་སྒྲིབ་དང་ཡང་བའི་བྱང་པར་ལེགས་པར་མ་དབྱུང་བར་འདོར་  
ལེན་ལ་མྱོངས་པས་བདག་ནི་འཇིགས་པ་བྱད་གྱི་འཇིགས་མི་དགོས་ཏེ།  
ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་འཁོར་བར་འཁོར་བའི་ཆེ་དཔྱལ་བར་བསྐྱལ་བ་བྱེ་བ་  
གངས་མེད་དུ་ལན་ཅིག་མ་ཡིན་པར་ལན་གངས་དུ་མ་དེ་ལུས་བཅད་པ་  
དང་། དབྱུག་པ་དང་། མེས་བསྐྱེག་པ་དང་། མཆོན་གྱིས་གཤེགས་པའི་སྐྱུག་  
བསྐྱེག་སྒྲིབ་བར་འགྱུར་གྱི་དེ་ཙམ་སྒྲིབ་ཡང་ལུས་དོན་མེད་ལ་ཆུད་ཐོས་པ་  
མ་གཏོགས། སྒྲིབ་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་མི་འགྱུར་རོ། །



གཉིས་པ་(ངན་འགྲོའི་སྐྱག་བསྐྱེལ་ཆ་ཙམ་ཡང་སྤོང་མི་དགོས་པ་)ནི།

བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་སྐྱབ་པ་ཡི། །

སྐྱག་བསྐྱེལ་འདི་ནི་ཆོད་ཡོད་དེ། །

ཟུག་རྩ་ཁོང་བཞུག་གཞོད་བསལ་བྱིར། །

ལུས་མ་བཏོད་པའི་སྐྱག་བསྐྱེལ་བཞིན། །

ངན་འགྲོའི་སྐྱག་བསྐྱེལ་ལ་བསམས་ན་བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་སྐྱབ་  
པའི་དཀའ་སྤྱད་ཀྱི་སྐྱག་བསྐྱེལ་འདི་ནི། སྤྲ་མ་ལ་སྟོས་ན་དུས་བྱང་ཞིང་ཤིན་  
ཏུ་ཆུང་བའི་ཆོད་ཡོད་ཅིང་བཟོད་སྤྲ་བ་ཞིག་སྟེ། བད་ཀྱི་ཟུག་རྩ་ཁོང་པར་  
ཞུག་པའི་གཞོད་པ་བསམ་པའི་བྱིར་ཏུ་ལུས་ལ་མ་རུང་བཟོད་གཏོད་པའི་སྐྱག་  
བསྐྱེལ་བཟོད་རྒྱས་པ་བཞིན་ནོ། །

གསུམ་པ་(ནད་ཆེན་པོ་གཞོམ་པའི་ཆེད་དུ་སྐྱག་བསྐྱེལ་ཆུང་དུ་བཟོད་རིགས་པའི་དཔེ་)ནི།

སྤྲ་པ་ཀྱན་གྱང་གསོ་དབྱད་ཀྱི། །

མི་བདེ་བ་ཡིས་ནད་མེད་བྱེད། །

དེ་བས་སྐྱག་བསྐྱེལ་མང་པོ་དག། །

གཞོམ་བྱིར་མི་བདེ་ཆུང་བཟོད་བྲ། །

དེ་ལྟར་སྤྲ་པ་ཀྱན་གྱང་མི་བདེ་བ་ཆུང་བཟོད་ཙམ་པ་ཡིས་ནད་མེད་  
པར་བྱེད་པ་བཞིན་དུ། བྱང་ཆུབ་སྐྱབ་པའི་དཀའ་སྤྱད་ཀྱི་སྐྱག་བསྐྱེལ་ཤིན་

ཏུ་ཆུང་བ་དེ་བས་ན་འཁོར་བའི་སྐྱག་བསྐྱལ་མང་པོ་དག་གཞུམ་པའི་བྱིར་  
ཏུ་དཀའ་སྒྲིབ་གྱི་མི་བདེ་བ་ཆུང་བུ་དེ་ཡང་བཟོད་པར་བྱ་སྟེ། རང་གཞན་གྱི་  
དུས་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་སྐྱག་བསྐྱལ་ནི་བར་བྱེད་པའི་བྱིར་རོ། །

གསུམ་པ་(སྟོན་པའི་རྒྱལ་པོས་ཆོ་ག་འཇུག་པོས་ནད་ཆེན་པོ་གསོ་བར་མཛད་པས་བཟོད་རིགས་པ་)ལ་གསུམ།

སྟོན་པས་གསོ་དབྱད་གྱི་སྐྱག་བསྐྱལ་ཙམ་ཡང་སྤྱོད་མི་དགོས་པར་  
ནད་ཆེན་པོ་གསོ་བའི་ཐབས་སྟོན་པར་མཛད་པ་དང་། ལུས་གཏོང་བ་ལ་  
དཀའ་བའི་སྒྲོ་ཡོད་པའི་ཆེ་གཏོང་བ་བཀག་པ་དང་། ཆོད་མ་གཏོང་བ་དང་  
འབྲ་བར་གོམས་པའི་ཆེ་ལུས་གཏོང་བར་གསུངས་པས་དཀའ་བ་མེད་པའོ། །

དང་པོ་(སྟོན་པས་གསོ་དབྱད་གྱི་སྐྱག་བསྐྱལ་ཙམ་ཡང་སྤྱོད་མི་དགོས་པར་ནད་ཆེན་པོ་གསོ་བའི་ཐབས་སྟོན་པར་མཛད་པ་)ནི།

གསོ་དབྱད་པལ་པ་འདི་འབྲ་བ། །

སྟོན་པ་མཆོག་གིས་མ་མཛད་དེ། །

ཆོ་ག་ཞིན་ཏུ་འཇུག་པོ་ཡིས། །

ནད་ཆེན་དཔག་མེད་གསོ་བར་མཛད། །

བྱང་ཆུབ་སྐྱབ་པའི་ཆེ་དཀའ་སྐྱད་ནད་གསོ་བའི་གསོ་དབྱད་པལ་བ་  
འདི་འབྲ་བའང་བྱབ་པའི་དབང་པོ་སྟོན་པའི་མཆོག་གིས་མ་མཛད་དེ། ལམ་  
བདེ་བས་འབྲས་བུ་བདེ་བ་ཐོབ་པའི་ཐབས་ཆོ་ག་ཞིན་ཏུ་འཇུག་པོ་ངལ་ཞིང་  
དུབ་པ་དང་། འདོད་པ་བསོད་ཉམས་གྱི་མཐའ་གཉིས་སྤངས་པ་ཡིས་འཁོར་  
བར་འབྲུམ་དགོས་པའི་ཉོན་མོངས་པའི་ནད་ཆེན་པོ་དཔག་མེད་གསོ་བར་

མཛད་པས་དཀའ་སྤྱད་ལ་འཛིགས་པར་ག་ལ་རིགས། །

གཉིས་པ་(ལུས་གཏོང་བ་ལ་དཀའ་བའི་སྒོ་ཡོད་པའི་ཆེ་གཏོང་བ་བཀག་པ་)ནི།

ཆོད་མ་ལ་སོགས་སྦྱིན་པ་ལའང་། །

འདྲན་པས་ཐོག་མར་སྦྱོར་བར་མཛད། །

དེ་ལ་གོམས་ནས་བྱིན་ནས་ནི། །

རིམ་གྱིས་རང་གི་ཤ་ཡང་གཏོང་། །

ཐོག་མར་སྦྱིན་པ་ལ་མ་གོམས་པའི་ཆེ་ཟན་ཆང་དང་ཆོད་མ་ལ་  
སོགས་པ་སྦྱིན་པ་ལའང་འདྲན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཐོག་མར་སྦྱོར་བར་  
མཛད་ལ་དེ་ལ་དཀའ་བའི་སྒོ་མེད་པ་གོམས་ནས་བྱིས་ནས་ནི་རིམས་གྱིས་  
རང་གི་ཤ་ཡང་གཏོང་བ་ཡིན་པས་སོ། །

གསུམ་པ་(ཆོད་མ་གཏོང་བ་དང་འབྲེལ་བར་གོམས་པའི་ཆེ་ལུས་གཏོང་བར་གསུངས་པས་དཀའ་བ་མེད་པ་)ནི།

གང་ཆེ་རང་གི་ལུས་ལ་ནི། །

ཆོད་སོགས་ལྟ་བུའི་སྒོ་སྦྱེས་ནས། །

དེ་ཆེ་ཤ་ལ་སོགས་གཏོང་བ། །

དེ་ལ་དཀའ་བ་ཅི་ཞིག་ཡོད། །

དེ་ལྟར་གོམས་པས་གང་གི་ཆེ་རང་གི་ལུས་ལ་ནི་ཆོད་མ་གཏོང་བ་  
སོགས་ལྟ་བུའི་སྒོ་སྦྱེས་ནས་ནས་དེའི་ཆེ་ཤ་ལ་སོགས་པ་གཏོང་བས། དེ་ལ་

དགའ་བ་ཅི་ཞིག་ཡོད་ཅུང་བད་ཀྱང་མེད་པས་དགའ་སྒྲིབ་ལ་འཇིགས་པར་མི་  
རིགས་སོ། །

བཞི་པ་(དེ་ལ་སྒྲིབ་བསྐྱེད་མེད་ཅིང་བདེ་བ་རྒྱས་པས་དགའ་བར་རིགས་པ་)ལ་བཞི།

ལམ་སྒྲིབ་པའི་རིམ་པ་ལ་མི་མཁས་པའི་གང་ཟག་ལ་ལྷུས་སེམས་མི་  
བདེ་བ་ཡོད་ཀྱང་མཁས་པ་ལ་དགའ་སྒྲིབ་ཀྱི་སྒྲིབ་བསྐྱེད་མེད་པ་དང་། དེས་  
ན་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་འཁོར་བར་གནས་པ་ལ་སྒྲིབ་པའི་རྒྱ་མེད་པ་དང་། རྒྱ་  
མཚན་དེས་ན་ལམ་བཟོད་པ་ལ་ཐེག་པ་དམན་པ་ལས་མཁས་པར་བཤད་པ་  
དང་། དེས་ན་སེམས་དཔའི་སྒྲིབ་པ་ལ་སྒྲིབ་ལྷུག་པར་མི་རིགས་པའོ། །

དང་པོ་(ལམ་སྒྲིབ་པའི་རིམ་པ་ལ་མི་མཁས་པའི་གང་ཟག་ལ་ལྷུས་སེམས་མི་བདེ་བ་ཡོད་ཀྱང་མཁས་པ་ལ་དགའ་སྒྲིབ་ཀྱི་སྒྲིབ་བསྐྱེད་མེད་པ་)ཀྱི།

སྒྲིག་པ་སྤང་བྱེད་སྒྲིབ་བསྐྱེད་མེད། །

མཁས་པའི་བྱེད་ན་མི་དགའ་མེད། །

འདི་ལྟར་ལོག་པར་རྟོག་པ་དང་། །

སྒྲིག་པས་སེམས་དང་ལྷུས་ལ་གཞོན། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྤྱིང་རྗེའི་བསམ་པ་དག་པ་དེས་ལྷུས་གཞོང་  
བ་ལ་ལྷུས་ཀྱི་སྒྲིབ་བསྐྱེད་མེད་དེ། སྒྲོག་སུམ་གྱི་སྒྲིག་པ་མཐའ་དག་སྤངས་  
པའི་བྱེད་ལྷུས་གཞོང་བའི་དུས་ལ་མཁས་པའི་བྱེད་ན་ཡིད་ལ་མི་དགའ་བ་  
ཡང་མེད་ལ། རྒྱ་མཚན་འདི་ལྟར་གང་ཟག་གི་བདག་དང་བདག་གིར་ཞེན་  
པའི་ལོག་པར་རྟོག་པ་དང་། སྒྲོག་གཙོད་སོགས་སྒྲིག་པའི་སེམས་དང་ལྷུས་

ལ་གཞོད་པ་ཡིན་གྱི་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་རྣམས་ལ་གཞོད་པའི་རྒྱ་ལོག་  
བས་སོ། །

གཉིས་པ་(དེས་ན་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་འཁོར་བར་གནས་པ་ལ་སྐྱོ་བའི་རྒྱ་མེད་པ་)ནི།

བསོད་ནམས་ཀྱིས་ནི་ལྷས་བདེ་ལ། །

མཁས་པ་ཡིས་ནི་སེམས་བདེ་ན། །

གཞན་དོན་འཁོར་བར་གནས་ཀྱང་ནི། །

སྤང་རྩེ་ཅན་དག་ཅི་སྟེ་སྟོ། །

སེམས་དཔའ་རྣམས་སྤྱིན་སོགས་བསོད་ནམས་ཀྱིས་ནི་འབྲས་བུ་  
ལྷས་བདེ་ལ་སྤང་དོར་དང་། སྤང་བ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལ་མཁས་པ་ཡིས་ནི་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཏྲག་ཏུ་དུ་ལྟར་སེམས་བདེ་བ་གཞན་དོན་དུ་འཁོར་བར་  
གནས་ཀྱང་ནི་སྤང་རྩེ་ཅན་དག་ཅི་སྟེ་སྟོ། སྐྱོ་བའི་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གསུམ་པ་(རྒྱ་མཚན་དེས་ན་ལམ་བཟོད་པ་ལ་ཐེག་པ་དམན་པ་ལས་མཁས་པར་བཤད་པ་)ནི།

འདི་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་སྟོབས་ཀྱིས། །

སྟོན་གྱི་སྒྲིག་པ་ཟད་བྱེད་ཅིང་། །

བསོད་ནམས་རྒྱ་མཚོ་སྤྱད་བྱེད་ཕྱིར། །

ཉན་ཐོས་རྣམས་པས་མཚོག་ཏུ་བཤད། །

སྤང་རྩེ་ཅན་འདི་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་སྟོན་གྱི་སྒྲིག་

པ་ཟད་པར་བྱེད་ཅིང་། བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཚོགས་རྒྱ་མཚོ་སྟེང་  
པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ལམ་བཟོད་པ་ལ་ཉན་ཐོས་རྣམ་པས་མཚོག་ཏུ་བཤུད་དོ།

བཞི་པ་(དེས་ན་སེམས་དཔའི་སྟོན་པ་ལ་སྟོན་ལུག་པར་མི་རིགས་པ་)ནི།

དེ་བས་སྟོང་ལ་ཀུན་སེལ་བའི། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་རྟོག་ནས། །

བདེ་ནས་བདེ་བར་འགོ་བལ། །

སེམས་ཤེས་སུ་ཞིག་སྟོན་ལུག་འགྱུར། །

དེ་བས་ན་སེམས་སྟོང་བ་དང་ལུས་ངལ་བ་ཀུན་སེལ་བའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
སེམས་ཀྱི་རྟོག་སྟོབས་ལྡན་ཞོན་ནས་ལུས་སེམས་བདེ་བའི་ལམ་ནས་འབྲས་  
བྱ་བདེ་བར་འགོ་བལ། སེམས་ཤེས་པ་མཁས་པ་སུ་ཞིག་སྟོན་ལུག་པར་  
འགྱུར། སྟོན་པ་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ལ་སྟོན་ལུག་པར་མི་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(བཙོན་འགྲུས་ཀྱི་སྟོབས་སྤེལ་བ་)ལ་གསུམ།

བཙོན་འགྲུས་ཀྱི་མཐུན་རྐྱེན་སྟོབས་སྤེལ་བ་དང་། དན་པ་དང་ཤེས་  
བཞིན་གྱིས་སྟོན་པ་ཉམས་སུ་སྒྲང་བ་ལྟར་བྱ་བ་དང་། སྟོན་པ་བསྐྱབ་པ་ལ་  
བདག་ཉིད་དབང་དུ་བྱ་བའོ། །

དང་པོ་(བཙོན་འགྲུས་ཀྱི་མཐུན་རྐྱེན་སྟོབས་སྤེལ་བ་)ལ་གཉིས།

སྟོབས་བཞི་ངོས་བཟུང་བའི་སྟོན་པ་མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་  
བཤུད་པའོ། །



དང་པོ་(སྟོབས་བཞི་དོས་བཟུང་བའི་སྟོན་ས་མདོར་བསྟན་པ་)ནི།

སེམས་ཅན་དོན་གྲུབ་བྱ་བྱིར་དབྱང་། །

མོས་བརྟན་དགའ་དང་དོར་བ་ཡིན། །

མོས་པ་སྤྱག་བསྐྱེལ་འཇིགས་པ་དང་། །

དེ་ཡི་པན་ཡོན་བསམ་པས་བསྐྱེད། །

སེམས་ཅན་གྱི་དོན་འགྲུབ་པར་བྱ་བའི་བྱིར་དུ་བཙུན་འགྲུས་གྱི་མི་  
མཐུན་ཕྱོགས་འཇོམས་པའི་དབྱང་ཆོགས་བསྐྱེད་པ་ནི། རྒྱལ་པོ་དབྱང་  
ཆོགས་བཞིས་གཞན་སྡེ་འཇོམས་པ་ལྟར་ལས་འབྲས་བསམས་ནས་འདོར་  
ལེན་བྱེད་པ་ལ་འདུན་པ་བསྐྱེད་པ་མོས་པའི་སྟོབས་དང་། མ་བརྟགས་པར་ཅི་  
རུང་རུང་དུ་མི་འཇུག་ལ་བརྟགས་ནས་ཞུགས་པ་མཐར་འབྱིན་པ་བརྟན་པའི་  
སྟོབས་དང་། གྲིས་པ་ཅེད་མོ་ལ་འཇུག་པ་ལྟར་འཕྲོ་མི་གཙུག་ཅིང་དོམས་  
པ་མེད་པར་བཙུན་འགྲུས་ཚུམ་པ་དགའ་བའི་སྟོབས་དང་། བཙུན་འགྲུས་  
བརྩམས་པས་ལུས་སེམས་དུ་བ་ན་ངལ་གསོས་ཏེ་གསོས་མ་ཐག་ཚུམ་བ་  
དོར་བའི་སྟོབས་དང་བཞི་ནི་བཙུན་འགྲུས་གྱི་མཐུན་རྒྱུན་ཡིན་ནོ། །མོས་པའི་  
སྟོབས་ལ་མཆོན་ཏེ་བཞད་ན་མོས་པའི་སྟོབས་ནི་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་  
གྲིས་འཇིགས་པ་དང་། མོས་པ་དེའི་པན་ཡོན་བསམ་པས་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །

དེ་ལྟར་མི་མཐུན་ཕྱོགས་སྤངས་ཏེ། །

མོས་དང་ང་རྒྱལ་དགའ་དང་དོར། །



ལྷུར་ལེན་དབང་བསྐྱར་སྟོབས་ཀྱིས་ནི། །

བཙུན་འགྲུས་སྤེལ་བྱེད་འབད་པར་བྲ། །

དེ་ལྷུར་དག་བའི་ཆོས་སྐྱབ་རྒྱས་སུ་མཐོང་ཡང་མི་འཇུག་པ་དང་།  
བདག་གིས་ག་ལ་རྒྱས་སྐྱམ་དུ་ཞུམ་བའི་མི་མཐུན་སྟོགས་སྤངས་ཏེ་མཐུན་  
ཏེན་མེད་པ་དང་། ང་རྒྱལ་ཏེ་བཏྟན་པ་དང་། དགའ་བ་དང་། རྟོར་བའི་སྟོབས་  
བཞི་བསྐྱེད་ལ་དངོས་གཞི་དན་ཤེས་ཀྱིས་བཙུན་འགྲུས་ལྷུར་ལེན་པ་དང་།  
རྗེས་ལུས་སེམས་ལ་དབང་སྐྱར་བའི་སྟོབས་ཀྱིས་ནི་བཙུན་འགྲུས་གོང་ནས་  
གོང་དུ་སྤེལ་བའི་བྱེད་འབད་པར་བྲའོ། །

གཉིས་པ་(རྒྱས་པར་བཞད་པ་)ལ་བཞི།

མོས་པའི་སྟོབས་དང་། བཏྟན་པའི་སྟོབས་དང་། དགའ་བའི་སྟོབས་  
དང་། རྟོར་བའི་སྟོབས་སོ། །

དང་པོ་(མོས་པའི་སྟོབས་)ལ་བཞི།

མོས་པའི་ཡུལ་དང་། འབྲས་བུ་དང་། མོས་པའི་རྒྱ་དང་། མཇུག་བསྐྱེད་  
བའོ། །

དང་པོ་(མོས་པའི་ཡུལ་)ལ་གསུམ།

ཉེས་པ་རྟོར་བ་དང་། ཡོན་ཏན་ལེན་པ་དང་། བྱས་པ་དང་མ་བྱས་པའི་  
རྣམ་གྲངས་ལ་བཏྟག་པའོ། །

དང་པོ་(ཉེས་པ་དོར་བ་)ནི།

བདག་དང་གཞན་གྱི་ཉེས་པ་ནི། །

དཔག་མེད་བདག་གིས་གཞོམ་བྱ་སྟེ། །

གང་དུ་ཉེས་པ་རེ་རེ་ལ་འང་། །

བསྐྱལ་པ་རྒྱ་མཚོ་བད་འགྱུར་བ། །

ཉེས་བད་ཚུམ་པ་དེ་ཡི་ནི། །

ཆ་ཡང་བདག་ལ་མ་མཐོང་ན། །

སྟུག་བསྐྱལ་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་གནས། །

བདག་ཀོ་ཅིའི་སྤྱིར་སྤྱིང་མ་གས། །

བདག་དང་གཞན་གྱི་ཉེས་པ་ནི་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བདག་གིས་གཞོམ་  
པར་བྱ་སྟེ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་དུས་ན་དེ་ལྟར་དམ་བཅས་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཉེས་  
པ་འཇོམས་པའི་དུས་གང་དུ་ཉེས་པ་རེ་རེ་ལ་ཡང་བསྐྱལ་པ་རྒྱ་མཚོར་གཉེན་  
པོ་བསྐྱོམས་པས་བད་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་པ་ལས་ཉེས་པ་བད་པར་བྱེད་པའི་  
ཚུམ་པ་དེའི་ནི་ཆ་ཤས་ཅམ་ཡང་བདག་ལ་མ་མཐོང་ན་གཉེན་པོ་དེ་ཅམ་  
བསྐྱོམ་པ་ལ་མི་བཟོད་ན་ངན་འགྲོའི་སྟུག་བསྐྱལ་དགོས་པས་སྟུག་བསྐྱལ་  
དཔག་ཏུ་མེད་པའི་གནས་སུ་གྱུར་པའི་བདག་ཀོ་ཅིའི་སྤྱིར་སྤྱིང་མ་གས་པར་  
གྱུར། བདག་གི་སྤྱིང་རེ་སྤྱི་ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་(ཡོན་ཏན་ལེན་པ་)ནི།

བདག་དང་གཞན་གྱི་ཡོན་ཏན་ནི། །

མང་པོ་བདག་གིས་བསྐྱབ་བྱ་སྟེ། །

དེ་ལ་ཡོན་ཏན་རེ་རེ་ཡང་། །

བསྐྱལ་པ་རྒྱ་མཆོས་གོམས་འགྱུར་ན། །

བདག་ནི་ཡོན་ཏན་ཆ་ལ་ཡང་། །

གོམས་པ་ནམ་ཡང་མ་སྐྱེས་ཏེ། །

ཇི་ཞིག་ལྟར་སྟེ་སྐྱེ་བ་ནི། །

བདག་གིས་དོན་མེད་བྱས་པ་མཆར། །

བདག་དང་གཞན་གྱི་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡོན་ཏན་ནི་  
མང་པོ་བདག་གིས་བསྐྱབ་པར་བྱ་སྟེ་དེ་ལྟར་དམ་བཅས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་  
ཡོན་ཏན་མ་ལུས་པ་ལྟ་ཞིག་མཆན་དཔེ་ལྟ་བུ་རེ་རེ་ཡང་བསྐྱལ་པ་རྒྱ་མཆོས་  
གོམས་པར་བྱ་དགོས་པར་འགྱུར་ན། བདག་ནི་ཡོན་ཏན་དེ་དག་གི་ཆ་ལ་  
ཡང་གོམས་པ་ནམ་ཡང་མ་སྐྱེས་ཏེ། དུས་ལུན་རིང་མོ་ཞེས་ཇི་ཞིག་ལྟར་  
སྟེ་པའི་དལ་འགྱོར་གྱི་སྐྱེ་བ་ནི་བདག་གིས་ཆེ་འདི་ཕྱིའི་དོན་མེད་པར་ཆུད་  
བཟན་པར་བྱས་པ་མཆར་ཞེས་ཡི་ཆད་པའི་བསྟོང་ཆོག་གོ།

གསུམ་པ་(བྱས་པ་དང་མ་བྱས་པའི་རྣམ་གྲངས་ལ་བརྟག་པ་)ནི།

བདག་གིས་བཙུན་ལྡན་མ་མཆོད་ཅིང་། །

དགའ་སྟོན་ཆེན་པོའི་བདེ་མ་བྱིན། །

བསྟན་ལ་བྱ་བ་མ་བྱས་དང་། །

དབུལ་པོའི་བསམ་པ་རྫོགས་མ་བྱས། །

འཇིགས་ལ་མི་འཇིགས་མ་བྱིན་དང་། །

ཉམས་ཐག་བདེ་མ་བྱིན་ན་བདག །

མ་ཡི་མངལ་གྱི་བྱག་རྩ་དང་། །

སྤྱག་བསྐལ་འབའ་ཞིག་བསྐྱེད་པར་བྟོ། །

སྟོན་ཆེན་བདག་གིས་བཙུན་ལྡན་འདས་ཀྱིས་མཆོན་པའི་དགོན་  
མཆོག་གསུམ་མ་མཆོད་ཅིང་། སེམས་ཅན་རྣམས་དང་དེ་བཞིན་གཤེགས་  
པ་ལ་བསྟོན་བཀུར་བའི་དགའ་སྟོན་ཆེན་པོའི་བདེ་བ་ཡང་མ་བྱིན་ལ། སྤང་  
གཉེན་གྱི་འདོར་ལེན་ཚུལ་བཞིན་དུ་མ་བསྐྱབས་པས་བསྟན་པ་ལ་བྱ་བ་མ་  
བྱས་པ་དང་། སེམས་ཅན་དབུལ་པོའི་བསམ་པ་རྫོགས་པར་མ་བྱས་པ་དང་།  
དགྲ་དང་ནད་སོགས་ཀྱིས་འཇིགས་པ་ལ་མི་འཇིགས་པ་མ་བྱིན་པ་དང་།  
སྤྱག་བསྐལ་གྱིས་ཉམས་ཐག་པ་ལ་ཁང་པ་ཡང་མ་བྱིན་ན་སྟོན་ཆེན་བདག་  
གིས་དམ་པའི་སྦྱོང་པ་གང་ཡང་མ་བྱས་ཤིང་བདག་མའི་མངལ་གྱི་བྱག་རྩ་

དང་སྒྲུག་བསྐྱེད་འབའ་ཞིག་བསྐྱེད་པར་བད་ཀྱི། གཞན་དོན་ཅི་ཡང་མ་བྱས་  
པས་འགྲོད་པའོ། །

གཉིས་པ་མོས་པའི་(འབྲས་བུ་)ལ་གཉིས།  
ཆོས་ལ་མོས་པ་གཏོང་མི་རིགས་པ་དང་། དེའི་རྒྱ་མཚན་ནོ། །

དང་པོ་(ཆོས་ལ་མོས་པ་གཏོང་མི་རིགས་པ་)ནི།

བདག་ནི་སྡོན་དང་ད་ལྟར་ཡང་། །

ཆོས་ལ་མོས་དང་བྲལ་བ་ཡིས། །

ཐོངས་པ་འདི་འདྲ་བྱུང་བྱུར་ན། །

སྤྱ་ཞིག་ཆོས་ལ་མོས་པ་གཏོང་། །

བདག་ནི་སྡོན་དང་ད་ལྟར་ཡང་ངེས་ཤིང་ཡིད་ཆེས་པའི་སྡོན་ས་དག་  
བའི་ཆོས་ལ་མོས་པ་དང་བྲལ་བ་ཡིས་ད་དུང་འཁོར་བའི་རྒྱད་པས་བེན་པའི་  
ཐོངས་པ་འདི་འདྲ་བྱུང་བར་བྱུར་ན། མཁས་པ་སྤྱ་ཞིག་ཆོས་ལ་མོས་པ་  
གཏོང་རྒྱད་པ་ལས་ཐར་པར་འདོད་པས་ཆོས་ལ་མོས་པ་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(དེའི་རྒྱ་མཚན་)ནི།

དག་བའི་སྤྱོད་ས་ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །

རྩ་བ་མོས་པར་བྱལ་པས་གསུངས། །

དག་བའི་སྤྱོད་ས་ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་དག་བའི་ཆོས་ཇི་ལྟར་ངེས་  
པ་ལྟར་ཡིད་ཆེས་པའི་མོས་པར་བྱལ་པས་གསུངས་པས་སོ། །དེ་ལྟར་སྒྲ་བ་

སྟོན་མེད་མདོ་ལས་གསུངས་སོ། །

གསུམ་པ་(ཚས་པའི་རྒྱ་)ལ་གཉིས།

བསྟན་པ་དང་། བཤད་པ་འོ། །

དང་པོ་(བསྟན་པ་)ནི།

དེ་ཡི་རྩ་བ་རྟག་ཏུ་ནི། །

ནམ་སྟོན་འབྲས་བུ་བསྟོམས་པས་སོ། །

ཚས་ལ་ཚས་པ་དེའི་ཡང་རྩ་བ་རྟག་ཏུ་མི་དགེ་མི་དགེའི་ལས་དང་  
ནམ་སྟོན་གྱི་འབྲས་བུ་ལ་ཡིད་ཆེས་པ་བསྟོམས་པས་སོ། ། ལས་འབྲས་ལ་  
ངས་པ་ལེགས་པར་མ་རྟོན་ན་ཚས་གང་ལ་ཡང་རྒྱལ་བ་དགྲེས་པའི་ངས་པ་  
མི་རྟོན་པས་འདི་ལ་འབད་པར་བྱའོ། ། ཁ་ཅིག་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་ངས་པ་རྟོན་པ་  
སྐད་ཅེར་ནས་ལས་འབྲས་ལ་མི་བཙུན་པ་ཉི་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་གོ་བ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་  
ཏུ་སྟོང་བ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་(བཤད་པ་)ལ་གསུམ།

འདྲེས་མའི་ལས་འབྲས་བསམ་པ་དང་། གཅིག་ཏུ་དཀར་བའི་ལས་  
འབྲས་བསམ་པ་དང་། གནག་པའི་ལས་འབྲས་བསམ་པ་འོ། །

དང་པོ་(འདྲེས་མའི་ལས་འབྲས་བསམ་པ་)ནི།

སྟུག་བསྐྱེད་ཡིད་མི་བདེ་བ་དང་། །

འཇིགས་པ་ནམ་པ་སྒྲ་ཚོགས་དང་། །

འདོད་པ་རྣམས་དང་བྲལ་བ་ནི། །

སྡིག་པ་སྟོན་ལས་འབྱུང་བར་འགྱུར། །

འགྲོ་བ་རྣམས་སུ་ལྷན་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་དང་། སེམས་ཀྱི་ཚོར་བ་ཡིད་  
མི་བདེ་བ་དང་མི་དང་མི་མ་ཡིན་པ་ལ་སོགས་པའི་འཇིགས་པ་རྣམས་སྤྱི་  
ཚོགས་དང་། མཛའ་བཤེས་དང་ལོངས་སྟོན་སོགས་འདོད་པ་རྣམས་དང་  
བྲལ་བ་ནི་རྒྱ་སྡིག་པ་སྤྱད་པ་ལས་འབྱུང་བར་འགྱུར་བས་སྡིག་པ་སྟོང་བ་ལ་  
འབད་པ་དང་།

ཡིད་ལ་བསམས་པའི་དགོ་བྱས་པས། །

གང་དང་གང་དུ་འགྲོ་འགྱུར་བ། །

དེ་དང་དེར་ནི་བསོད་ནམས་དེས། །

འབྲས་བུའི་ཡོན་གྱིས་མངོན་མཆོད་འགྱུར། །

སྡིག་པ་བྱེད་པ་བདེ་འདོད་ཀྱང་། །

གང་དང་གང་དུ་འགྲོ་འགྱུར་བ། །

དེ་དང་དེར་ནི་སྡིག་པ་དེས། །

སྤྱད་བསྐྱེད་མཆོན་གྱིས་རྣམས་པར་འཛོམས། །

སྤང་སེམས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་ཡིད་ལ་བསམས་པའི་དགོ་  
བ་བྱས་པ་སྦྱི་གནས་གང་དང་གང་དུ་འགྲོ་བར་འགྱུར་བ་དེ་དང་དེར་ནི་དགོ་



བའི་བསོད་ནམས་དེས། རྣམ་སྒྲིན་གྱི་འབྲས་བུའི་ཡོན་ཏན་གྱིས་མངོན་པར་  
མཆོད་པར་འགྱུར་རོ། །བདེ་སྤྱད་འདོད་པ་ཅམ་གྱི་རྗེས་སུ་བྱེད་པ་མ་ཡིན་  
ཏེ། སྒྲིག་པ་བྱེད་པའི་གང་ཟག་བདེ་བ་འདོད་ཀྱང་ཆོས་ཉིད་གྱིས་གང་དང་  
གང་དུ་འགྲོ་བར་འགྱུར་བ་དེ་དང་དེར་ནི་སྒྲིག་པ་དེས་སྤྱད་བསྐྱེད་གྱི་མཆོན་  
གྱིས་རྣམ་པར་འཛོམས་པར་འགྱུར་བས་སྒྲིག་པ་སྤང་བ་ལ་འབད་པར་བྱའོ།  
འབྲས་བུའི་ཡོན་ཏན་ནི་འབྲས་བུའི་རང་བཞིན་གྱི་ཚུལ་ལོ། །

གཉིས་པ་(གཅིག་ཏུ་དཀར་བའི་ལས་འབྲས་བསམ་པ་)ནི།

དགོ་བའི་ཆོས་ལ་གོམས་པར་བྱས་པས་རྒྱལ་བའི་སྤྲས་པོ་རྣམས་  
བདེ་བ་ཅན་ཞིང་སོགས་སུ་སྐྱེ་བ་ན།

རྒྱ་ཆེ་བྱི་བཟང་བསེལ་བའི་བརྒྱའི་སྤྱིང་པོར་གནས། །

རྒྱལ་བའི་གསུང་སྟན་ཟས་གྱིས་གཟི་བརྗིད་བསྐྱེད་བྱས་པ། །

བྱབ་འོད་གྱིས་རྒྱས་བརྒྱ་ལས་བྱང་ལུས་མཆོག་ཅན། །

རྒྱལ་བའི་མདུན་གནས་བདེ་གཤེཌ་སྤྲས་སུ་དགོ་བས་འགྱུར།

སྐྱེ་གནས་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་ཡངས་པ་བྱི་བཟང་ཞིང་ཡིད་དུ་འོང་བ་བདེ་བ་  
བསྐྱེད་པའི་རེག་བྱ་གསལ་པའི་སྐྱེ་གནས་ཀྱི་བྱང་པར་བད་མའི་སྤྱིང་པོར་  
གནས་པའོ། །འཛིག་རྟེན་པའི་ཁ་ཟས་གྱིས་འཆོ་བ་ལས་བྱང་པར་དུ་གྱུར་པ་  
ཡན་ལག་རྒྱག་ཅུ་དང་ལྗན་པའི་རྒྱལ་བའི་གསུང་སྟན་པ་ཐོས་པ་དང་། དེའི་  
བརྗོད་བྱ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཟས་ཀྱི་གཟི་བརྗིད་དང་མདངས་བསྐྱེད་

པར་བྱས་ནས། སྐྱེ་བའི་བྱད་པར་བྱབ་པ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་འོད་གྱིས་  
ཁ་ཕྱེ་ཞིང་རྒྱས་པར་བྱས་པའི་པད་མ་ལས་བྱང་བའོ། །ལུས་ཀྱི་བྱད་པར་  
མཆན་དཔེས་སྤྲས་པའི་ལུས་མཆན་ཅན་ནོ། །ཡོངས་སུ་འཛིན་པའི་བྱད་  
པར་འོད་དཔག་མེད་སོགས་རྒྱལ་བའི་མདུན་ན་གནས་ནས་དེའི་ཆོས་གྱིས་  
སྐྱོང་བ་སྟེ། བྱད་པར་དེ་དག་དང་ལྡན་པའི་སྒྲོ་ནས་བདེ་གཤེགས་སྤྲས་སུ་  
གཅིག་ཏུ་དཀར་བའི་ལས་དག་བས་འགྱུར་རོ། །

གསུམ་པ་(གནག་པའི་ལས་འབྲས་བསམ་པ་)ནི།

གཤེན་རྗེའི་སྐྱེས་བྱས་པགས་པ་མ་ལུས་བ་བྱས་པས་ཤིན་ཏུ་ཉམས་ཐག་ཅིང་། །

རབ་ཏུ་ཆ་བའི་མེ་ཡིས་བཞུས་བའི་ཟངས་ཞུན་ལུས་ལ་སྤྲགས་གྱུར་ལ། །

འབར་བའི་རལ་གྱི་མདུང་བྱང་གིས་བསྐྱུན་ཤིང་ཡི་དུམ་བུ་བརྒྱུར་སྤྲགས་ཤིང་། །

ཤིན་ཏུ་འབར་བའི་སྤྲགས་ཀྱི་ས་གཞིར་སྤྱང་བ་མི་དག་མང་པོས་འགྱུར། །

སྒྲོག་གཅོད་པ་ལ་སོགས་པའི་ལས་ཀྱིས་དཔྱལ་བར་གཤེན་རྗེའི་  
སྐྱེས་བྱས་པགས་པ་མ་ལུས་བ་བྱས་པས་སྤྲག་བསྐྱུལ་གྱིས་ཤིན་ཏུ་  
ཉམས་ཐག་ཅིང་ཡོངས་སྒྲིབ་ཀྱི་བྱད་པར་རབ་ཏུ་ཆ་བའི་མེ་ཡིས་བཞུས་པའི་  
ཟངས་ཞུན་གྱི་ཁུ་བ་ལུས་ལ་སྤྲགས་པར་གྱུར་པས་བཟོད་དཀའ་ལ། དེར་  
མ་བཟོད་མེ་འབར་བའི་རལ་གྱི་དང་མདུང་བྱང་གིས་བསྐྱུན་པས་ཤིང་ཡི་དུམ་བུ་  
བ་རྒྱ་སྤྲག་དུ་མར་སྤྲགས་ཤིང་འཐོར་བར་གྱུར་པའོ། །གནས་ཀྱི་བྱད་པར་  
ཤིན་ཏུ་འབར་བའི་སྤྲགས་ཀྱི་ས་གཞིར་སྤྱང་བས་ཉམས་ཐག་པར་གྱུར་པ་ནི།

མཚམས་མེད་དང་། ཚས་སྤྱོད་ལ་སོགས་པའི་ལས་མི་དག་གི་བ་མང་པོས་དེ་  
དག་སྤྱོད་བར་འགྱུར་རོ། །

བཞི་པ་(མཐུག་བསྟུ་བ་)ནི།

དེ་བས་དག་ལ་མོས་བྱ་ཞིང་། །

གྲུས་པ་ཉིད་དུ་བསྒྲོམ་པར་བྱ། །

དེ་བས་ན་ལས་འབྲས་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསམས་ནས་དག་གི་བ་ལ་མོས་  
པར་བྱ་ཞིང་ཡིད་ཆེས་པའི་སྒྲོ་ནས་གྲུས་པ་ཉིད་དུ་བསྒྲོམ་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(བསྟན་པའི་སྟོབས་)ལ་གཉིས།

བཙུན་པ་བརྟན་པ་དང་། བརྟམས་ནས་ཞུགས་པ་བརྟན་པར་བྱེད་  
པའོ།

དང་པོ་(བཙུན་པ་བརྟན་པ་)ལ་གཉིས།

ལོགས་པར་བརྟགས་ནས་རྩལ་པ་དང་། བརྟམས་ནས་དོར་བའི་ཉེས་  
དམིགས་སོ། །

དང་པོ་(ལོགས་པར་བརྟགས་ནས་རྩལ་པ་)ནི།

རྡོ་རྗེ་རྒྱལ་མཚན་ཆོ་ག་ཡིས། །

བརྟམས་ནས་ང་རྒྱལ་བསྒྲོམ་པར་བྱ། །

པལ་པོ་ཆའི་འཕགས་པ་རྡོ་རྗེ་རྒྱལ་མཚན་གྱི་མདོའི་བསྟོ་བ་རྟུག་པ་  
ལས། དཔེར་ན་ལྷའི་བྱ་ཉི་མ་འཆར་བ་ནི་དཔྱུས་ལོང་དང་རི་མི་མཉམ་པ་

ལ་སོགས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཉེས་པས་མི་ལྟོག་པར་འོས་སུ་གྱུར་པའི་ཡུལ་  
རྣམས་སྒྲུང་བར་བྱེད་པ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་གཞན་གྱི་དོན་དུ་འཆར་  
བ་ཡང་སེམས་ཅན་གྱི་ཉེས་པ་སྒྲུ་ཆོགས་ཀྱིས་མི་ལྟོག་ཅིང་། འོས་སུ་གྱུར་  
པའི་གདུལ་བྱ་རྣམས་སྤྲོན་པ་དང་གོལ་བར་བྱེད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་  
ཆོ་ག་ཡིས་དག་བའི་ལས་བརྩམས་ནས་མཐར་ཕྱིན་པར་བྱེད་པའི་ང་རྒྱལ་  
བསྐྱོམ་པར་བྱའོ། །

དང་པོར་འབྱོར་པ་བརྟགས་ནས་ནི། །

བརྩམ་མཁ་ཡང་ན་མི་བརྩམ་བྱ། །

མ་བརྩམས་པ་ནི་མཆོག་ཡིན་གྱི། །

བརྩམས་ནས་ལྟོག་པར་མི་བྱའོ། །

བྱ་བ་ལ་འཇུག་པའི་དང་པོར་རང་གི་སྒྲིབ་འཇུག་བ་རྣམས་པ་ཡོད་མེད་  
ལེགས་པར་བརྟགས་ནས་ནི། རྣམས་ན་བརྩམས་པར་བྱ་བའམ་ཡང་ན་མི་  
རྣམས་ན་མི་བརྩམ་པར་བྱའོ། །མ་བརྩམས་པ་ཉིད་མཆོག་ཡིན་གྱི་བརྩམས་  
ནས་མཐར་མ་ཕྱིན་པར་དུ་དེ་ལས་ལྟོག་པར་མི་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(བརྩམས་ནས་དོར་བའི་ཉེས་དཔྱེགས་)ནི།

བརྩམས་ནས་དོར་བ་ལ་ཉེས་པ་ཅེ་ན།

སྐྱེ་བ་གཞན་དུ་འང་དེ་གོམས་ཤིང་། །

སྒྲིག་དང་སྒྱུག་བསྐྱེལ་འཕེལ་བར་འགྱུར། །

གཞན་དང་འབྲས་བུའི་དུས་ཀྱང་ནི། །

དམན་འགྱུར་དེ་ཡང་སྐྱབ་མི་འགྱུར། །

སྐྱ་མ་དེའི་བྱེད་པ་རྒྱ་མ་བུན་གྱིས་སྐྱེ་བ་གཞན་དུ་འང་འདོར་བ་དེ་  
གོམས་ཤིང་དམ་བཅའ་ཉམས་པའི་སྐྱེས་བུ་བྱེད་འབྲས་སྒྲིག་པ་དང་། དེའི་  
རྣམ་སྒྲིན་སྐྱུག་བསྐྱེད་འཕེལ་བར་འགྱུར་ཞིང་ཕྱིས་བརྩམས་པའི་བྱ་བ་གཞན་  
དང་ལས་དེ་ཉིད་ཀྱི་འབྲས་བུའི་དུས་ཀྱང་ནི་དམན་པར་འགྱུར་བ་དུས་རིང་  
པོར་འགོ་བ་དང་། ལས་གཞན་དེ་ཡང་འགྱུར་པར་མི་འགྱུར་བས་སོ། །

གཉིས་པ་(བརྩམས་ནས་ཞུགས་པ་བརྟན་པར་བྱེད་པ་)ལ་གཉིས།

བསྐྱས་ཏེ་བསྟན་པ་དང་། སོ་སོར་བཤམ་པའོ། །

དང་པོ་(བསྐྱས་ཏེ་བསྟན་པ་)ནི།

ལས་དང་ཉོན་མོངས་རྒྱས་པ་སྟེ། །

གསུམ་པོ་དག་ལ་ང་རྒྱལ་བྱ། །

བྱ་བ་དེ་ལ་ཞུགས་ནས་བྱ་བའི་ལས་དང་སྤང་བའི་ཉོན་མོངས་དང་།  
འཇུག་ལྡོག་བྱེད་པའི་རྒྱས་པ་སྟེ་གསུམ་པོ་དག་ལ་མ་ཞུམ་ཞིང་སྟོབས་  
བསྐྱེད་པའི་ང་རྒྱལ་བའོ། །

གཉིས་པ་(སོ་སོར་བཤམ་པ་)ལ་གསུམ།

ལས་ཀྱི་ང་རྒྱལ་དང་། རྒྱས་པ་ལ་ང་རྒྱལ་བྱ་བ་དང་། ཉོན་མོངས་པ་ལ་  
ང་རྒྱལ་བའོ། །

དང་པོ་(ལས་ཀྱི་ང་རྒྱལ་)ལ་གསུམ།

ལས་ཀྱི་ང་རྒྱལ་ངོས་བཟུང་བ་དང་། དེ་ལྟར་བྱེད་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་།  
གཞན་གྱི་དམན་པའི་ལས་ལ་ཡང་ཁུར་འཛིན་པའི་ང་རྒྱལ་བྱ་བའོ། །

དང་པོ་(ལས་ཀྱི་ང་རྒྱལ་ངོས་བཟུང་བ་)ནི།

བདག་ཉིད་གཅིག་བྱས་བྱའོ་ཞེས། །

འདི་ནི་ལས་ཀྱི་ང་རྒྱལ་ཉིད། །

གཞན་གྱིས་བྱ་བར་འོས་པའི་ལས་མཐོང་ན་བདག་ཉིད་གཅིག་བྱས་  
བྱའོ་ཞེས་སྒྲུབ་སྟབས་བསྐྱེད་པ་འདི་ནི་ལས་ཀྱི་ང་རྒྱལ་ཉིད་དོ། །

གཉིས་པ་(དེ་ལྟར་བྱེད་པའི་རྒྱ་མཚན་)ནི།

སེམས་ཅན་གྱི་བྱ་བ་གཞན་ལ་མི་ལྟོས་པར་རང་གིས་བསྐྱབ་པར་བྱ་

སྟེ།

ཉོན་མོངས་དབང་མེད་འཛིག་ཉེན་འདིས། །

རང་དོན་སྐྱབ་པར་མི་རུས་པས། །

འགྲོ་བས་བདག་ལྟར་མི་རུས་ཏེ། །

དེ་བས་བདག་གིས་འདི་བྱའོ། །

ཉོན་མོངས་པས་དབང་མེད་པར་གྱུར་པའི་འཛིག་ཉེན་པ་འདིས་རང་  
དོན་ཡང་སྐྱབ་པར་མི་རུས་པས། འགྲོ་བས་བདག་ལྟར་གཞན་དོན་དུ་དགོ་བ་  
ལ་བཅོམ་པར་མི་རུས་ཏེ། དེ་དག་ལ་ལྟོས་ཀྱང་ཕན་པ་མེད་པ་དེ་བས་བདག་



གིས་གཞན་དོན་གྱི་བྱ་བ་འདི་ཐམས་ཅད་བྱའོ་སྟུམ་པའོ། །

གསུམ་པ་(གཞན་གྱི་དམན་པའི་ལས་ལ་ཡང་ཁུར་འཛིན་པའི་ང་རྒྱལ་བྱ་བ་)ནི།

གཞན་དག་དམན་པའི་ལས་བྱེད་ན། །

བདག་ཉིད་ཀྱང་ནི་ངེ་ལྟར་འདུག །

ང་རྒྱལ་གྱིས་ནི་མི་བྱས་ཏེ། །

བདག་ལ་ང་རྒྱལ་མེད་པ་མཆོག །

གཞན་ཡང་ཞིང་ལས་སོགས་དམན་པའི་ལས་བྱེད་ན་མགོ་ལ་སེམས་  
ཅན་ཁུར་ཆེན་སྲེར་བ་བདག་ཉིད་ཀྱང་ནི་དལ་བར་ངེ་ལྟར་འདུག་སྟེ་ལས་  
བྱའོ། །གཞན་ནི་དམན་པའི་ལས་བྱེད་ན་བདག་བཟང་པོའི་ལས་བྱེད་དོ་སྟུམ་  
པའི་ང་རྒྱལ་གྱིས་བྱེད་དོ་སྟུམ་ན་དེ་ལྟ་བུའི་ང་རྒྱལ་གྱིས་འདི་མི་བྱེད་དེ་  
བདག་ལ་ཉོན་མོངས་པའི་ང་རྒྱལ་མེད་པ་མཆོག་ཡིན་པས་དེ་སྤང་བར་བྱ་སྟེ་  
དེས་ངན་འགྲོར་འགྲོ་བས་སོ། །

གཉིས་པ་(རྒྱས་པ་ལ་ང་རྒྱལ་བྱ་བ་)ལ་ལྟ།

རྒྱས་པ་ལ་ང་རྒྱལ་མེད་པའི་ཉིས་པ་དང་། ང་རྒྱལ་བྱས་པའི་པན་ཡོན་  
དང་། གཉོན་པོའི་ང་རྒྱལ་ལ་གནས་པར་བྱ་བ་དང་། ཉོན་མོངས་པའི་ང་རྒྱལ་  
བྱ་བར་མི་རིགས་པ་དང་། གཉོན་པོའི་ང་རྒྱལ་གྱི་པན་ཡོན་ནོ། །

དང་པོ་(རྒྱས་པ་ལ་ང་རྒྱལ་མེད་པའི་ཉིས་པ་)ནི།

ཞི་བའི་སྤྱལ་དང་ཕྱད་གྱུར་ན། །



ཁྲ་ཡང་མཁའ་ལྗེ་ལྟ་བུར་སྒྱིད། །

གཤམ་ཏེ་བདག་ཉིད་ཉམས་ཆུང་ན། །

ལྟང་བ་ཆུང་དུ་འང་གཞོད་པར་བྱེད། །

ཞུམ་བཅས་ཚེ་ལ་བ་དོར་བ་ལ། །

ཕོངས་ལས་ཐར་བ་ཡོད་དམ་ཅི། །

ཉོན་མོངས་འཛོམས་པ་ལ་གཉེན་པོ་འཛོམས་བསྐྱེད་པར་བྱ་སྟེ། འཇི་  
བའི་སྒྲུལ་དང་ཐུད་པར་གྱུར་ན་བྱ་ཁྲ་ཏ་ཡང་མཁའ་ལྗེ་ལྟ་བུར་སྒྱིད་པ་དེ་  
བཞིན་དུ་གཤམ་ཏེ་བདག་ཉིད་གཉེན་པོ་ཉམས་སྟོབས་ཆུང་ན། ལྟང་བ་ཆུང་  
དུ་འང་ལམ་ལ་བར་ཆད་ཀྱིས་གཞོད་པར་བྱེད་པས་བསམ་པ་ཞུམ་པར་བྱས་  
ནས་དོན་གཉིས་སྒྲུབ་པའི་ཚེ་ལ་བ་དོར་བ་ལ་ཕོངས་པའི་གནས་སྐབས་ལས།  
ནམ་ཡང་ཐར་བ་ཡོད་དམ་ཅི་ལེ་ལོས་བཅོམ་ནས་ལུས་སེམས་ཀྱི་འཇུག་པ་  
ཉམས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་(ང་རྒྱལ་བྱས་པའི་པན་ཡོན་)ནི།

ང་རྒྱལ་ཚེ་ལ་བ་བསྐྱེད་པས་ནི། །

ཆེན་པོ་ཡིས་ཀྱང་ཐུབ་པར་དགཤ། །

དེ་བས་སེམས་ནི་བརྟན་པ་ཡིས། །

ལྟང་བ་ནམས་ནི་གཞོམ་བྱ་སྟེ། །

བདག་ནི་ལྷ་བས་པམ་བྱས་ན། །

ཁམས་གསུམ་རྒྱལ་འདོད་བཞད་གད་འགྱུར། །

གཉེན་པོའི་སྟོབས་བསྐྱེད་པའི་ང་རྒྱལ་དང་སྦྱོར་བས་ཚུལ་བ་བསྐྱེད་  
པས་ནི་སྤང་བྱ་ཆེན་པོ་ཡིས་ཀྱང་བྱ་བ་པར་དཀའ་བ་དེ་བས་ན། སེམས་ནི་  
བརྟན་པོ་ཡིས་ལྷ་བ་རྣམས་ནི་གཞོམ་པར་བྱ་སྟེ་བདག་ནི་ལྷ་བས་པམ་  
པར་བྱས་ན་ཁམས་གསུམ་ཐམས་ཅད་ལས་རྒྱལ་བར་འདོད་པ་ནི་བཞད་  
གད་ཀྱི་གནས་སུ་འགྱུར་བས་སོ། །

གསུམ་པ་(གཉེན་པོའི་ང་རྒྱལ་ལ་གནས་པར་བྱ་བ་)ནི།

བདག་གིས་ཀུན་ལས་རྒྱལ་བྱ་སྟེ། །

བདག་ལས་སུ་ཡང་རྒྱལ་མི་བྱ། །

རྒྱལ་བ་སེང་གའི་སྤྲས་བདག་གིས། །

ང་རྒྱལ་འདི་ལ་གནས་པར་བྱ། །

དེས་ན་བདག་གིས་ཉེས་པ་ཀུན་ལས་རྒྱལ་བར་བྱ་སྟེ་བདག་ལས་  
ཁམས་གསུམ་པའི་སྤང་བྱ་སུ་ཡང་རྒྱལ་བར་མི་བྱའོ། །སྤྲས་པའི་ང་རྒྱལ་  
ཀྱི་མཆོག་འདི་ལ་གནས་པར་བྱའོ། །གང་གིས་ཞེ་ན་བདུད་དང་ཐུ་སྟེགས་  
སོགས་ཀྱི་རི་དྲགས་སྐྱག་པར་མཛད་པ་རྒྱལ་བ་སེང་གའི་སྤྲས་བདག་པས་  
ཉེ་བདག་གིས་སོ། །

བཞི་པ་(ཉོན་མོངས་པའི་ང་རྒྱལ་ལ་སྤྲད་པ་)ལ་གསུམ།

ཉོན་མོངས་པའི་ང་རྒྱལ་ལ་སྤྲད་པ་དང་། དེའི་ཉེས་དམིགས་དང་། དེ་  
སྤང་བར་རིགས་པའོ། །

དང་པོ་(ཉོན་མོངས་པའི་ང་རྒྱལ་ལ་སྤྲད་པ་)ནི།

འགྲོ་གང་ང་རྒྱལ་གྱིས་བཅོམ་དེ། །

ཉོན་མོངས་ང་རྒྱལ་ཅན་མ་ཡིན། །

ང་རྒྱལ་ཅན་དགའི་དབང་མི་འགྲོ། །

དེ་དག་ང་རྒྱལ་དགའ་དབང་འགྱུར། །

འགྲོ་བ་གང་སེམས་ཁེངས་པའི་ང་རྒྱལ་གྱིས་བཅོམ་ཞིང་སྤང་བ་དེ་  
ཉོན་མོངས་པའི་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་པས་ང་རྒྱལ་ཆེན་པོ་ཅན་མ་ཡིན་ཏེ། ང་  
རྒྱལ་ཅན་ནི་དགའི་དབང་དུ་མི་འགྲོ་བ་རིགས་པ་ལ་སེམས་ཁེངས་པའི་འགྲོ་  
བ་དེ་དག་ཉོན་མོངས་པའི་ང་རྒྱལ་གྱི་དགའི་དབང་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་(དེའི་ཉེས་དམིགས་)ནི།

ཉོན་མོངས་ང་རྒྱལ་གྱིས་ཁེངས་ནི། །

ངན་འགྲོར་ང་རྒྱལ་གྱིས་བྲིད་ཅིང་། །

མི་ཡི་དགའ་སྟོན་བཅོམ་པ་དང་། །

གཞན་གྱི་ཟས་ཟའི་བྲན་དང་ནི། །

སྒྲིན་པ་མི་སྤྱལ་ཉམ་ཆུང་དང་། །

ཐམས་ཅད་དུ་ནི་བརྟེན་པར་འགྱུར། །

ཉོན་མོངས་པའི་ང་རྒྱལ་གྱིས་ཁེངས་པ་ནི་ཉེས་དམིགས་འདི་དག་  
ཡོད་དེ། ངན་འགྱོར་རང་རྒྱལ་གྱིས་བྲིད་ཅིང་མིར་སྐྱེས་ན་ཡང་ཡིད་བདེ་བ་  
སོགས་མིའི་དགའ་སྟོན་བཙུན་པ་དང་ཟས་མེད་པར་སྒྲོང་མོས་འཆོ་བ་དང་།  
གཞན་གྱི་དབང་དུ་གྱུར་པས་གཞན་གྱི་ཟས་ཟ་བའི་བྲན་དང་ནི་ཤེས་པ་སྒྲིན་  
པ་དང་། གཟུགས་མི་སྤྱལ་ཅིང་ཉམ་ཆུང་བ་དང་རང་གིས་དངོས་སུ་གཞོད་  
པ་མ་བྱས་ཀྱང་ཞན་གྱིས་ལུས་ངག་གིས་ཐམས་ཅད་དུ་ནི་བརྟེན་པར་འགྱུར་  
བས་སེམས་ཁེངས་པའི་ང་རྒྱལ་སྤང་བར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(དེ་སྤང་བར་རིགས་པ་)ནི།

ང་རྒྱལ་གྱིས་ཁེངས་དགའ་ཐུབ་ཅན། །

དེ་ཡང་ང་རྒྱལ་ཅན་གཏོགས་ན། །

དམན་པ་ཅི་འདྲ་ཡིན་པ་སྟོས། །

ཉོན་མོངས་པའི་ང་རྒྱལ་གྱིས་སེམས་ཁེངས་ཤིང་གཞན་དབང་དུ་  
གྱུར་པའི་ཡིད་གྱིས་དགའ་ཐུབ་ཅན་དེ་ཡང་ང་རྒྱལ་ཆེན་པོ་ཅན་དུ་གཏོགས་  
པ་ཡིན་ན། སྟོང་རྗེའི་གནས་སུ་གྱུར་པའི་དམན་པ་གཞན་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་པ་  
སྟོས་དགའི་དབང་དུ་སོང་བ་ང་རྒྱལ་ཅན་དུ་མི་རིགས་སོ། །

ལྷ་པ་(གཉེན་པོའི་ང་རྒྱལ་གྱི་པན་ཡོན་)ནི།

གང་ཞིག་ང་རྒྱལ་དགྲ་ལས་རྒྱལ་ཕྱིར་ང་རྒྱལ་འཆང་། །

དེ་ནི་ང་རྒྱལ་ཅན་དང་རྣམ་རྒྱལ་དཔའ་དེ་ཉིད། །

གང་ཞིག་ང་རྒྱལ་དགྲ་བདོ་བ་ཡང་ངེས་བཅོམ་སྟེ། །

འགྲོ་ལ་འདོད་བཞིན་རྒྱལ་བའི་འབྲས་བུ་རྫོགས་པར་བྱེད། །

གང་ཞིག་ང་རྒྱལ་ཅན་ཡིན་ཞེ་ན། ཉོན་མོངས་པའི་དགྲ་ལས་རྒྱལ་བར་  
བྱ་བའི་ཕྱིར་གཉེན་པོའི་ང་རྒྱལ་འཆང་བ་དེ་ནི་གཉེན་པོའི་སྟོབས་ཆེ་བས་ང་  
རྒྱལ་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་དང་། དགྲ་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བས་དཔའ་བོ་ཡང་དེ་  
ཉིད་ཡིན་ཏེ་གང་གི་ཕྱིར་ན། གང་ཞིག་སེམས་ཁེངས་པའི་ང་རྒྱལ་གྱི་དགྲ་  
བདོ་བ་ཡང་ངེས་པར་རྩ་བ་ནས་བཅོམ་ནས། དེ་ལྟ་དང་བཅས་པའི་འགྲོ་བ་ལ་  
རི་ལྟར་འདོད་པ་བཞིན་དུ་གནས་སྐྱབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་རྒྱལ་བའི་འབྲས་  
བུ་འཕྲིན་ལས་དང་བཅས་པ་རྫོགས་པར་བྱེད་པས་དགྲ་ལས་རྣམ་རྒྱལ་ཞེས་  
བྱའོ། །

གསུམ་པ་( ཉོན་མོངས་པ་ལ་ང་རྒྱལ་བྱ་བ་)ལ་གསུམ།

ཉོན་མོངས་ཀྱི་གཉེན་པོའི་སྟོབས་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་དང་། དེའི་དབང་  
དུ་རྩལ་ཐད་ཅུ་ཡང་མི་འགྱུར་བར་བྱ་བ་དང་། གཉེན་པོ་བརྟན་པའི་བསམ་  
པ་ཁྱད་པར་ཅན་བསྐྱེད་པར་བྱ་བའོ། །

དང་པོ་(ཉོན་མོངས་ཀྱི་གཉེན་པོའི་སྟོབས་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་)ནི།

ཉོན་མོངས་སྟོབས་ཀྱི་ཁྲིད་གནས་ན། །

རྣམ་པ་སྟོང་དུ་སྤོང་གཟུགས་ཏེ། །

ཨ་ལ་སོགས་པས་སེང་གོ་བཞིན། །

ཉོན་མོངས་ཆོགས་ཀྱིས་མི་ཚུགས་བྱ། །

ཁོ་བ་སོགས་ཉོན་མོངས་པའི་སྟོབས་ཀྱི་ཁྲིད་ན་གནས་ན་ཐབས་མི་  
འདྲ་བ་རྣམ་པ་སྟོང་དུ་གཉེན་པོའི་སྟོབས་ཀྱིས་སྤོང་གཟུགས་བར་བྱ་སྟེ།  
དཔེར་ན་ཨ་ལ་སོགས་པས་སེང་གོ་ལ་མི་ཚུགས་པ་བཞིན་དུ་ཉོན་མོངས་  
པའི་ཆོགས་ཀྱིས་མི་ཚུགས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(དེའི་དབང་དུ་ཅུང་ཟད་ཅུང་ཡང་མི་འགྱུར་བར་བྱ་བ་)ནི།

ཉམ་ང་ཆེ་ཐང་བྱང་གྱུར་གྱུར་ཀྱང་། །

མི་ཡིས་མིག་ནི་བསྐྱུང་བ་ལྟར། །

དེ་བཞིན་ཉམ་ང་བྱང་གྱུར་གྱུར་ཀྱང་། །

ཉོན་མོངས་དབང་དུ་མི་འགྱུར་བྱ། །

ཉམ་ང་ཆེ་ཐང་སྟེ་ཉོན་མོངས་ཀྱི་འཛིགས་པ་ཆེན་པོ་བྱང་བར་གྱུར་  
ཀྱང་། མི་ཡིས་མིག་ནི་གཅེས་སྐྱས་ཆེན་པོས་བསྐྱུང་བ་ལྟར་དེ་བཞིན་དུ་  
ཉོན་མོངས་པའི་དབང་དུ་འགྲོ་ལ་ཁང་པའི་ཉམ་ང་བ་བྱང་བར་གྱུར་ཀྱང་ཉོན་

མོངས་པའི་དབང་དུ་མི་འགྱུར་བར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(གཉེན་པོ་བརྟན་པའི་བསམ་པ་ཁྱད་པར་ཅན་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་)ནི།

བདག་ནི་བསྐྱེད་པ་ཏེ་བསམ་ད་གྱུར་ཏམ། །

བདག་གི་མགོ་བོ་བཅད་ཀྱང་སྒྲ། །

རྣམ་པ་ཀྱན་དུ་ཉོན་མོངས་པའི། །

དག་ལ་འདུད་པར་མི་བྱའོ། །

དེ་བཞིན་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ། །

རིགས་པ་ལས་ནི་གཞན་མི་སྤྱད། །

གཉེན་པོ་བརྟན་པའི་ཆོད་ནི་བདག་ནི་སེམས་བསྐྱེད་པ་ཏེ་གསོད་པར་  
གྱུར་ཏམ། བདག་གི་མགོ་བོ་གཅོད་ཀྱང་སྒྲའི་རྣམ་པ་ཀྱན་དུ་ཉོན་མོངས་པའི་  
དག་ལ་འདུད་པར་མི་བྱའོ། །དེ་བཞིན་དུ་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ་སྤང་  
བྱ་འཇོམས་ཤིང་གཉེན་པོ་བསྐྱེད་པའི་བྱ་བ་བྱེད་པ་རིགས་པ་ལས་མི་བྱ་བ་  
གཞན་མི་སྤྱད་དོ། །

གསུམ་པ་(དགའ་བའི་སྟོབས་)ལ་གསུམ།

རྣམ་སྒྲིན་ལ་མི་སྟོས་པར་དགོ་བ་ལ་འབད་པར་བྱ་བ་དང་། འབྲས་བུ་  
ཡིད་ལ་བྱས་ཏེ་དགོ་བ་བསྐྱབ་པ་དང་། དགའ་བའི་སྟོབས་ལ་སྦྱར་བའི་ཚུལ་  
མོ། །



དང་པོ་(རྣམ་སྤྲིན་ལ་མི་ལྟོས་པར་དགེ་བ་ལ་འབད་པར་བྱ་བ་)ནི།

ཅེད་མོའི་བདེ་འབྲས་འདོད་པ་ལྟར། །

འདི་ཡིས་བྱ་བའི་ལས་གང་ཡིན། །

ལས་དེ་ལ་ནི་ཞེན་བྱ་སྟེ། །

ལས་དེས་མི་ངོམས་དགའ་བར་བྱ། །

གྲིས་པ་ཁ་ཅིག་ཅེད་མོའི་བདེ་བའི་འབྲས་བྱ་འདོད་པ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་འདི་ཡིས་གཞན་དོན་བྱ་བའི་ལས་གང་ཡིན་པའི་ལས་ཐོས་  
བསམ་དང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱོམ་པ་ལ་སོགས་པའི་ལས་དེ་ལ་ནི་ཞེན་  
པ་སྟེ་སྟོབ་ཞེན་དུ་བྱ་སྟེ། ལས་དེས་མི་ངོམས་ཞིང་རྒྱུན་མ་ཆད་པར་བྱ་བར་  
འདོད་པས་དགའ་བར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(འབྲས་བྱ་ཡིད་ལ་བྱས་ཏེ་དགེ་བ་བསྐྱབ་པ་)ནི།

བདེ་བའི་དོན་དུ་ལས་བྱས་ཀྱང་། །

བདེ་འགྱུར་མི་འགྱུར་གཏོལ་མེད་ཀྱི། །

གང་གི་ལས་ཉིད་བདེ་འགྱུར་བ། །

དེ་ལས་མི་བྱེད་ངི་ལྟར་བདེ། །

འཇིག་རྟེན་པ་རྣམས་ལུས་སེམས་བདེ་བའི་དོན་དུ་ཞིང་ལ་སོགས་  
པའི་ལས་བྱས་ཀྱང་དེའི་འབྲས་བྱ་བདེ་བར་འགྱུར་མི་འགྱུར་གཏོལ་མེད་

ཅིང་། བདེ་བ་ཐོབ་པའི་ངེས་པ་མེད་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་གང་གི་ལས་  
ཉིད་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་ཏུ་ངེས་པར་བདེ་བར་འགྱུར་བ་དེ་ལྟ་བུའི་  
ལས་མི་བྱེད་པ་ཇི་ལྟར་བདེ་འདི་ལྟ་བུའི་བདེ་བ་མི་འབྱུང་ངོ། །

སྟུ་གྱིའི་སོར་ཆགས་སྤང་ཅི་ལྟའི། །

འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་མི་ངོམས་ན། །

རྣམ་སྒྲིན་བདེ་ལ་ཞི་བ་ཡི། །

བསོད་ནམས་ཀྱིས་ལྟ་ཅི་སྟེ་ངོམས། །

སྟུ་གྱིའི་སོར་ཆགས་པའི་སྤང་ཅི་ལྟེས་སྤངས་པས་རོ་ཅུང་ཟད་སྤྱོད་  
ཡང་ལྟེ་ཆད་པའི་སྟུག་བསྐྱེད་སྤྱོད་བ་ལྟ་བུའི་གཟུགས་སྤྱོད་ལ་སོགས་པའི་  
འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་འཁོར་བར་ཇི་ཅུམ་སྤྱད་ཀྱང་མི་ངོམས་ན། གནས་  
སྐབས་ཀྱི་འབྲས་བུ་རྣམ་སྒྲིན་ལྟ་དང་མའི་མངོན་མཐོ་བྱེད་པར་ཅན་ཐོབ་པས་  
བདེ་ལ། མཐར་ཐུག་སྟུག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་ཞི་བའི་བདེ་བ་ཐོབ་པར་བྱེད་  
པའི་རྒྱ་སྒྲིན་སོགས་བསོད་ནམས་ཀྱིས་ལྟ་ཅི་སྟེ་ངོམས་ངོམས་པ་མེད་པ་  
གོམས་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(དགའ་བའི་སྟོབས་ལ་སྤྱར་བའི་ཚུལ་)ནི།

དེ་ལྟས་ལས་ཆར་ཕྱིན་བུའི་ཕྱིར། །

ཉི་མ་ཕྱེད་དུས་གདུངས་པ་ཡི། །

སྤང་ཆེན་མཆོ་སྤད་མཆོར་འདུག་ལྟར། །

ལས་དེ་ལ་ཡང་འཇུག་པར་བྱ། །

ལས་དེ་ལྟ་བུ་ལ་འཇུག་པར་རིགས་པ་དེ་ལྟ་བུ་བས་ན་སེམས་པའི་  
ལས་བརྩམས་པ་དེས་ཆར་སྤྱོད་པར་བྱ་བའི་སྤྱོད། ཉི་མ་སྤྱོད་དུས་སྤྱོད་ཆ་བ་  
དང་སྤྱོད་པས་གདུངས་པའི་སྤྱང་ཆེན་མཆོ་དང་སྤྱད་ན་སྤྱོད་བཞིན་དུ་མཆོར་  
འཇུག་པ་ལྟར་སེམས་པའི་ལས་དེ་ལ་ཡང་འཇུག་པར་བྱའོ། །

བཞི་པ་(དོར་བའི་སྟོབས་)ལ་གཉིས།

རེ་ཞིག་དོར་བ་དང་། གཏན་དོར་བའོ། །

དང་པོ་(རེ་ཞིག་དོར་བ་)ནི།

སྟོབས་ཉམས་པ་དང་རྗེས་འབྲེལ་ན། །

སྤྱར་བྱའི་དོན་དུ་དོར་བར་བྱ། །

དགེ་བ་ལ་འབད་བས་ལུས་སེམས་དུ་བ་ནས་སྟོབས་ཉམས་པ་དང་  
རྗེས་སྤྱོད་འབྲེལ་ན་ངལ་བསོས་ཏེ་སྤྱར་བྱ་བའི་དོན་དུ་རེ་ཞིག་དོར་བར་བྱ་ཞིང་  
ངལ་བསོས་ནས་བརྩམ་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(གཏན་དོར་བ་)ནི།

ལེགས་པར་བེན་ན་སྤྱི་མ་དང་། །

སྤྱི་མ་འདོད་པས་དེ་སྤྱང་བྱ། །

ལེགས་པར་ཞིན་ན་ལས་སྤྱི་མ་དང་སྤྱི་མ་སྟེ་ལས་གཞན་དང་གཞན་བྱ་  
བར་འདོད་པས་བེན་པ་དེ་སྤྱང་བར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(ཐན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་གྱིས་སྒྲིབ་པ་ཉམས་སུ་སྒྲུང་བ་ལྟར་བྱ་བ་)ལ་ལྟ།  
བག་ཡོད་ལྟར་སྒྲུང་བ་དང་། ཐན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་ལྟར་སྒྲུང་བ་དང་།  
ཐན་ཤེས་གྱིས་ཉམས་པའི་སྐབས་མི་དབྱེ་བ་དང་། ཉམས་པ་བྱུང་བ་དེ་མ་ཐག་  
ལྟོག་པར་བྱ་བ་དང་། རིགས་པའི་ལས་ལ་འབད་པར་བྱ་བའོ། །

དང་པོ་(བག་ཡོད་ལྟར་སྒྲུང་བ་)ནི།

འཐབ་རྩིང་དག་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ། །

གཡུལ་ངོར་རལ་ཁ་ལྟགས་པ་བཞིན། །

ཉོན་མོངས་མཆོན་ལས་གཟུར་བྱ་ཞིང་། །

ཉོན་མོངས་དག་རྣམས་འདྲེབས་པར་བཏགས།།

འཐབ་མོ་བ་རྩིང་པ་མཆོན་ཆའི་ལས་དང་དག་ཐབས་ལ་མཁས་པའི་  
སྒྲེ་བོ་དག་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ་གཡུལ་ངོར་རལ་ཁ་ལྟགས་པའི་ཆེ་ན་རང་མཆོན་  
ལས་གཟུར་ཞིང་། དག་ལ་མཆོན་འདྲེབས་པ་བཞིན་དུ་རང་ཉོན་མོངས་པའི་  
མཆོན་ལས་གཟུར་ནས་ལྟོག་པར་བྱ་ཞིང་སྟེ་ཉོན་མོངས་པས་མ་བཅོམ་པ་  
དང་། ཉོན་མོངས་པའི་དག་རྣམས་གཉིན་པོའི་མཆོན་གྱིས་འདྲེབས་པར་  
བཏབ་ཅིང་ཅ་བ་ནས་སྤང་ངོ། །

གཉིས་པ་(ཐན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་ལྟར་སྒྲུང་བ་)ནི།

གཡུལ་དུ་རལ་གི་སྤང་བྱུར་ན། །

འདྲིགས་པས་སྤང་དུ་ལེན་པ་ལྟར། །

དེ་བཞིན་བྲན་པའི་མཆོན་ཤོར་ན། །

དཔྱལ་བའི་འཛིགས་བྲན་ཕྱར་དུ་སྒྲང་། །

གཡུལ་སྟོང་པའི་ཆེ་གཡུལ་དུ་ལག་ནས་རལ་གྱི་ཕྱར་བར་གྱུར་ན་  
གཞན་གྱིས་བསོད་དོགས་པའི་འཛིགས་པས་ཕྱར་དུ་ལེན་པ་ལྟར་དེ་བཞིན་  
དུ་དགོ་བའི་དམིགས་རྣམ་མ་བཟུང་པའི་བྲན་པའི་མཆོན་ཤོར་ན་ཉོན་མོངས་  
གྱིས་བཙུང་ནས་དཔྱལ་བར་སྐྱེ་བས་དཔྱལ་བའི་འཛིགས་པ་བྲན་པའི་བྲན་  
ཤེས་གྱི་གཉེན་པོ་ཕྱར་དུ་སྒྲང་བར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(བྲན་ཤེས་གྱིས་ཉེས་པའི་སྐབས་མི་དགེ་བ་)ནི།

ཇི་ལྟར་ཁྲག་ལ་བཏེན་བཅས་ནས། །

དུག་ནི་ལུས་ལ་བྲབ་འགྱུར་པ། །

དེ་བཞིན་སྐྲགས་ནི་རྟེན་གྱར་ན། །

ཉེས་པས་སེམས་ལ་བྲབ་པར་འགྱུར། །

ཇི་ལྟར་དུག་ཅན་གྱི་མདའ་ལུས་ལ་བྲབ་ན་ཙམ་སྐབས་གྱི་ཁྲག་ལ་བཏེན་  
བཅས་ནས་དུག་གིས་ལུས་ལ་བྲབ་པར་གྱུར་པ་དེ་བཞིན་དུ། བྲན་པ་ཉམས་  
པ་སོགས་གྱི་ཉོན་མོངས་པས་སྐྲགས་ནི་རྟེན་པར་གྱུར་ན་ཁྲོ་བ་སོགས་གྱི་  
ཉེས་པས་སེམས་ལ་བྲབ་པར་འགྱུར་བས་ཉོན་མོངས་ཅུང་ཟད་ཙམ་ཡང་  
ལྟོག་པར་བྱའོ། །ཇི་ལྟར་སྐྱེམ་ཞེ་ན།

ཡུངས་མར་བཀང་བའི་སྟོང་བཀྱར་ལ། །

རལ་གྱི་ཐོག་ས་པས་བྱང་བསྐྱད་དེ། །

བོ་ན་གསོད་བསྐྱེགས་འཛིགས་པ་ལྟར། །

བརྟུལ་ཞུགས་ཅན་གྱིས་དེ་བཞིན་སྒྲིམ། །

ཡུངས་མར་གྱིས་བཀང་བའི་སྒྲོད་བསྐྱར་ལ་ལམ་འབྲེད་པ་ལ་འགྲོར་  
བརྟུག་སྟེ་རལ་གྱི་ཐོག་ས་པས་བྱང་དུ་བསྐྱད་དེ་ཐིགས་པ་གཅིག་ཅུ་བོ་ན་  
གསོད་པས་བསྐྱེགས་ན་གསོད་པའི་འཛིགས་པས་འབད་པས་སྒྲིམ་པ་ལྟར་  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བརྟུལ་ཞུགས་ཅན་གྱིས་དེ་བཞིན་དུ་གཉིན་པོ་བྱང་  
ཆུབ་གྱི་སེམས་ལ་སོགས་པ་དྲན་ཤེས་གྱིས་བབྱང་ནས་བསྒྲིམ་པར་བྱའོ། །

བཞི་པ་(ཉིས་པ་བྱང་བ་དེ་མ་ཐག་སྒྲོག་པར་བྱ་བ་)ནི།

དེ་བས་པང་དུ་སྐྱུལ་འོངས་ན། །

ཇི་ལྟར་རིངས་པར་ལྡང་བ་ལྟར། །

དེ་བཞིན་གཉིད་དང་སྟོམ་འོངས་ན། །

སྐྱར་དུ་དེ་དག་བསྒྲོག་པར་བྱ། །

ཉོན་མོངས་གྱིས་དགོ་བ་བཅོམ་ན་དཔྱལ་བར་འགྲོ་བ་དེ་བས་ན་སྟོ་  
བྱར་དུ་པང་དུ་དུག་སྐྱུལ་འོངས་ན་ཇི་ལྟར་རིངས་པས་ལྡང་བ་ལྟར། དེ་བཞིན་  
དུ་འཇུག་པ་རང་དབང་མེད་པར་སྐྱུད་བའི་གཉིད་དང་སྟོམ་ལས་འོངས་ན་  
དཔྱལ་བའི་འཛིགས་པས་སྐྱར་དུ་དེ་དག་སྒྲོག་པར་བྱའོ། །འོ་ན་ཇི་ལྟར་སྒྲོག་  
ཅེ་ན།



ཉེས་པ་བྱང་བ་རེ་རེ་ཞིང་། །

བདག་ལ་སྦྱང་ནས་ཅི་ནས་ཀྱང་། །

བདག་ལ་བྱིས་འདི་མི་འབྱུང་བ། །

དེ་ལྟར་བྱ་ཞེས་ཡུན་རིང་བསམ། །

ཉེས་པ་བྱང་བ་རེ་རེ་ཞིང་སྒྲར་ཡང་དེ་ལྟར་བྱས་པས་མི་འདོད་པ་སྒྲ་  
ཆོག་ས་ཐོབ་ཅིང་འདོད་པ་མ་ཐོབ་ལ་ད་དུང་དེ་ལྟར་བྱེད་དམ་ཞེས་བདག་  
ལ་སྦྱང་ནས་ཅི་ནས་ཀྱང་བདག་ལ་དུས་བྱིས་ཉེས་པ་འདི་མི་འབྱུང་བ་དེ་  
ལྟར་འབད་པར་བྱའོ། །ཞེས་ཡུན་རིང་པོ་བསམ་ཞིང་སྟོབས་བཞི་ཆང་བའི་  
བཤམས་པ་བྱའོ། །

ལྷ་པ་(རིགས་པའི་ལས་ལ་འབད་པར་བྱ་བ་)ནི།

རི་ལྟར་གནས་སྐབས་འདི་དག་ལ། །

བླ་པ་གོམས་པ་ཉིད་འགྱུར་ཞེས། །

རྒྱ་འདི་ཡིས་ནི་སྤང་པའམ། །

རིགས་པའི་ལས་ནི་འདོད་པར་བྱ། །

རི་ལྟར་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་བ་དང་བྱང་བ་སེལ་བའི་ཆེད་དུ་བག་ཡོད་  
དང་ཤེས་བཞིན་ལྟར་སྒྲང་བ་ལ་སོགས་པའི་གནས་སྐབས་འདི་དག་ལ་བླ་  
པ་གོམས་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེས་བསམ་པའི་ཀུན་སྒྲོང་གི་རྒྱ་འདི་ཡིས་ནི་  
ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་དང་སྤང་པའམ། དེ་མ་ཐག་མ་སྤང་



ཀྱང་གདམས་པ་དང་རྗེས་སུ་བསྟན་པའི་དོན་རིགས་ཤིང་འཐད་པའི་ལས་ནི་  
འདོད་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(སྒྲིབ་པ་བསྟན་པ་ལ་བདག་ཉིད་དབང་དུ་བྱ་བ་)ལ་གཉིས།  
ལུས་སེམས་ཤིན་ཏུ་སྤངས་པས་དགོ་བ་ལ་ལྷང་བ་ཡང་བར་བྱ་བ་  
དང་། དཔེ་དོན་སྤྱར་བའོ། །

དང་པོ་(ལུས་སེམས་ཤིན་ཏུ་སྤངས་པས་དགོ་བ་ལ་ལྷང་བ་ཡང་བར་བྱ་བ་)ནི།

ཅི་ནས་ལས་བྱེད་སྡོན་རོལ་ནས། །

ཐམས་ཅད་ལ་ནི་མཐུ་ཡོད་པ། །

དེ་ལྟར་བག་ཡོད་གཏམ་བླན་ཏེ། །

བདག་ཉིད་ལྷང་བ་ཡང་བར་བྱ། །

ཅི་ནས་ཀྱང་དགོ་བའི་ལས་བྱེད་པའི་སྡོན་རོལ་ནས་དགོ་བའི་ལས་  
ཐམས་ཅད་ལ་ནི་མཐུ་བཙོན་འགྲུས་ཀྱི་སྟོབས་ཡོད་པ་དེ་ལྟར་བྱ་བའི་ཆེད་དུ་  
བག་ཡོད་བསྟོན་ཚུལ་ཀྱི་གཏམ་བླན་པར་བྱས་ཏེ། བདག་ཉིད་དགོ་བའི་བྱ་བ་  
ལ་ལས་ལ་ངན་གྱི་འཆར་སྣང་དང་བྲལ་ཏེ་ལྷང་བ་ཡང་བར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(དཔེ་དོན་སྤྱར་བ་)ནི།

རི་ལྟར་རྒྱང་ནི་འགྲོ་བ་དང་། །

འོང་བས་ཤིང་བལ་དབང་བསྐྱར་བ། །

དེ་བཞིན་སྟོབས་དབང་བསྐྱར་ཏེ། །

## དེ་ལྟར་ན་ནི་འགྲུབ་པར་འགྱུར། །

རི་ལྟར་བྱ་ཞི་ན་རི་ལྟར་རྒྱང་ནི་འགྲོ་བ་དང་འོང་བས་ཤིང་བལ་ལ་  
དབང་སྐྱུར་བ་དེ་བཞིན་དུ། དགོ་བ་ལ་སྟོ་བས་ལུས་ངག་ལ་དབང་སྐྱུར་བར་  
བྱ་སྟེ་དེ་ལྟར་བྱས་ན་ནི་སྟོ་གསུམ་གྱི་དགོ་བའི་ལས་ཐམས་ཅད་སྐྱུར་དུ་  
འགྲུབ་པར་འགྱུར་རོ། །དོན་བསྐྱུས་ན་ཐོན་པ་ཉེར་གཞག་ལས། ཉོན་མོངས་  
རྣམས་ཀྱི་གཞི་གཅིག་ནི། །ལེ་ལོ་ཡིན་ཏེ་གང་ལ་ཡོད། །གང་ལ་ལེ་ལོ་གཅིག་  
ཡོད་པ། །དེ་ལ་ཆོས་ཀྱན་མེད་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལེ་ལོ་འགོག་  
པའི་བཙུན་འགྲུས་བསྐྱེད་པ་ལ་འབད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་བཙུན་འགྲུས་ཀྱི་  
འགལ་རྒྱུན་སེལ་བ་དང་། མཐུན་རྒྱུན་སྟོབས་བཞི་བསྐྱེད་པ་ལ་འབད་དགོས་  
སོ། །འགལ་རྒྱུན་ནི་དགོ་བའི་ཆོས་སྐྱབ་རྒྱས་སུ་མཐོང་ཡང་མི་འཇུག་པ་  
དང་། བདག་གིས་ག་ལ་རྒྱས་སྟོན་དུ་ཞུས་པའོ། །

དང་པོ་ལ་ཡང་གཉིས་ཏེ་ད་དུང་འོང་ཡོད་སྟུང་པའི་སྤྱི་ཤོལ་བྱེད་པ་  
དང་། བྱ་བ་ངན་པ་ལ་ཆགས་པས་བྱིས་ནོན་པའོ། །དང་པོའི་གཉིན་པོར་  
ལུས་ཐོབ་པ་སྐྱུར་དུ་འཇུག་པ་དང་། ཤི་ནས་ངན་འགྲོར་ལྷུང་བ་དང་། དལ་  
འགྲོར་རྟེན་དཀའ་བ་བསམས་ནས་སྤང་བར་བྱའོ། །གཉིས་པའི་གཉིན་པོར་  
དམ་པའི་ཆོས་འདི་སྤྱིར་དཀའ་བ་མཐའ་ཡས་པའི་རྒྱ་ཡིན་པ་དང་། དོན་མེད་  
པའི་ཅལ་ཅོལ་སྐྱབ་སོགས་ཀྱི་རྣམ་གཤེད་རྣམས་འདིར་དོན་ཆེན་པོ་ཉམས་  
པར་བྱེད་པ་དང་། སྤྱི་མར་སྐྱུག་བསྐྱེད་དུ་མ་བསྐྱེད་པའི་གནས་སུ་བསམས་  
ནས་སྤོང་བའོ། །ཞུས་པ་ལ་ཡང་སྐྱུང་སྟེ་ཐོབ་བྱ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་

མཐའ་ཡས་པས་བདག་གིས་ཐོབ་མི་རུས་སྟམ་པ་དང་། གྲང་ལག་གཏོང་བ་  
སོགས་བྱ་དགའ་བ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བདག་གིས་བསྐྱབ་པར་མི་ནས་སྟམ་པ་  
དང་། འཁོར་བར་སྐྱེ་བ་མཐའ་ཡས་པ་ལེན་དགོས་པས་དེའི་ཆེ་འཁོར་བའི་  
སྒྲུག་བསྐྱལ་བཟོད་མི་རུས་སྟམ་དུ་ཁྱམ་པའོ། །

དང་པོའི་གཉེན་པོར་སྒྲར་སངས་རྒྱས་པ་རྣམས་ཀྱང་ལམ་མཐོན་པོ་  
ཐོབ་ཟིན་མིན་གྱི་བདག་འདྲ་བ་ཞིག་ཁོ་ན་རྗེ་མཐོར་གཤེགས་ཏེ་སངས་རྒྱས་  
པ་ཡིན་ཅིང་། སྟོན་པས་ཀྱང་བདག་ལས་ཆོས་དམན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་  
སངས་རྒྱས་འཐོབ་པར་གསུངས་པས། བདག་གིས་ཀྱང་བཙོན་པ་མ་བཏང་  
ན་ཅིའི་ཕྱིར་མི་འཐོབ་སྟམ་དུ་བསམ་མོ། །

གཉིས་པའི་གཉེན་པོར་ལུས་ལ་སོགས་པ་གཏོང་བ་ཡང་བྱ་དགའ་  
བའི་འདུ་ཤེས་སྐྱེ་བའི་རིང་ལ་མི་གཏོང་ལ་གཏོང་བའི་ཆེ་ཆོད་མ་སོགས་  
སྟེར་བ་དང་འདྲ་བར་མི་དགའོ་སྟམ་དུ་བསམ་མོ། །

གསུམ་པའི་གཉེན་པོར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་སྒྲིག་པ་སྤངས་པས་  
དེའི་འབྲས་བྱ་ཆར་བ་སྒྲུག་བསྐྱལ་མི་འབྱུང་ལ། འཁོ་བའི་སྒྲུག་བསྐྱལ་རང་  
བཞིན་མེད་པ་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུར་རྟོགས་པ་བཏྲན་པས་སེམས་ལ་སྒྲུག་བསྐྱལ་མེད་  
ཅིང་། ལུས་སེམས་བདེ་བས་རྒྱས་ན་འཁོར་བར་བསྐྱད་ཀྱང་སྐྱོ་དོན་མེད་  
སྟམ་དུ་བསམས་ནས་ཁྱམ་པ་སྤང་བར་བྱའོ། །

ནམ་གྲོལ་དོན་གཉེར་བསྐྱབ་པ་ལྟར་ལེན་ལ། །  
དང་པོར་འཇུག་དང་ཞུགས་པ་མཐར་ཕྱིན་པ། །  
འབད་པས་བཙུན་ལྷུས་ཚུམ་ལ་རག་ལས་བས། །  
སྟོབས་བཞི་ཚང་བའི་བཙུན་ལྷུས་བསྐྱེད་པར་བྱ། །  
བསྐྱབ་བའི་ཆོག་སུ་གཙད་པའོ། །

གཉིས་པ་(ལེའུ་མཚན་)ནི།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོན་པ་ལ་འཇུག་པ་ལས།  
བཙུན་ལྷུས་བསྟན་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་ལེའུ་བདུན་པའོ།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོན་པ་ལ་འཇུག་པའི་ནམ་བཤད་རྒྱལ་སྐས་  
འཇུག་དོགས་ཞེས་བྱ་བ་ལས། བཙུན་ལྷུས་བསྟན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ལེའུ་སྟེ་  
ལེའུ་བདུན་པའི་འགྲེལ་པའོ། །

## ལེ་ཏུ་བརྒྱད་པ། བསམ་གཏན་བསྟན་པ།

གསུམ་པ་ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཞི་གནས་ཀྱིས་བསྟུས་པའི་

བསམ་གཏན་ལ་སློབ་ཚུལ་ལ་གཉིས།

ལེ་ཏུ་འེ་གཞུང་བཤད་པ་དང་། ལེ་ཏུ་འེ་མཆན་ནོ། །

དང་པོ་(ལེ་ཏུ་འེ་གཞུང་བཤད་པ་)ལ་གསུམ།

བསམ་གཏན་བསྐྱོམ་པར་གདམས་པ་དང་། ཞི་གནས་ཀྱི་མི་མཐུན་

ཕྱོགས་སྤང་བ་དང་། ཞི་གནས་ཇི་ལྟར་སྐྱོམ་པའི་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་(བསམ་གཏན་བསྐྱོམ་པར་གདམས་པ་)ལ་གཉིས།

ཞི་གནས་བསྐྱབ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆན་དང་། ཞི་གནས་ཀྱི་མི་མཐུན་

ཕྱོགས་སྤང་བར་གདམས་པའི། །

དང་པོ་(ཞི་གནས་བསྐྱབ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆན་)ནི།

དེ་ལྟར་བཅོན་འགྲུས་བསྐྱེད་ནས་ནི། །

ཡིད་ནི་ཉིང་ངེ་འཇིན་ལ་བཞག།

སེམས་ནི་རྣམ་པར་གཡེངས་པའི་མི། །

ཉོན་མོངས་མཆི་བའི་ཕྱག་ན་གནས། །

ལུས་དང་སེམས་ནི་དབེན་པ་ཡིས། །

## རྣམ་པར་གཡེང་བ་མི་འབྱུང་ངོ། །

སྒྲར་བ་ཤད་པ་དེ་ལྟར་དག་བ་ལ་སྒྲོ་བའི་བཙུན་འབྲུས་བསྐྱེད་ནས་  
ནི། ཡིད་ནི་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་གཞག་པར་བྱ་སྟེ་བྱིང་གོད་ཀྱིས་སེམས་ནི་རྣམ་  
པར་གཡེང་བའི་མི་ཉོན་མོངས་པ་གཅན་གཟན་གདུག་པ་དང་འདྲ་བའི་མཆེ་  
བའི་སྤག་ན་གནས་ཏེ། དེས་ནི་སྒྱར་དུ་འཛོམས་པས་སོ། །རྣམ་གཡེང་ངེ་  
ལྟར་སྤང་ཞེ་ན་ལུས་དང་སེམས་ནི་འདྲ་འཛི་དང་འདོད་པའི་རྣམ་ཏྟག་སོགས་  
ཀྱིས་དབེན་པ་ཡིས་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་མི་མ་སྤུན་སྟོགས་རྣམ་པར་གཡེང་བ་མི་  
འབྱུང་ངོ། །

གཉིས་པ་(ཞི་གནས་ཀྱི་མི་མ་སྤུན་སྟོགས་སྤང་བར་གདམས་པ་)ནི།

## དེ་བས་འཇིག་རྟེན་སྤང་བྱ་ཞིང་། །

## རྣམ་པར་ཏྟག་པ་ཡོངས་སུ་དོར་། །

དེ་བས་ན་ལུས་དབེན་པའི་ཐབས་འཇིག་རྟེན་པའི་གཉིན་བཤེས་  
སོགས་དང་འགྲོགས་པའི་འདྲ་འཛི་སོགས་སྤང་བར་བྱ་ཞིང་། སེམས་དབེན་  
པའི་ཐབས་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལ་རྣམ་པར་ཏྟག་པ་སོགས་ཡོངས་སུ་དོར་  
བར་བྱའོ། །མདོ་ལས་སེམས་རྣམ་པར་གཡེངས་པ་རྣམས་ལ་ནི་འཇིག་རྟེན་  
པའི་བསམ་གཏན་སྐྱེ་བ་ཡང་དགོན་ན། ལྷ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ལྷ་ཅི་སྟོས་  
དེ་བས་ན་ལྷ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་སེམས་མི་གཡེང་བར་  
བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །



གཉིས་པ་(ཞིགས་ཀྱི་མི་མཐུན་སྟོགས་སྤང་བ་)ལ་གཉིས།  
འཇིག་རྟེན་གྱི་འདུ་འཇི་སོགས་སྤང་བ་དང་། ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་རྣམ་རྟོག་  
སྤང་བའོ། །

དང་པོ་(འཇིག་རྟེན་གྱི་འདུ་འཇི་སོགས་སྤང་བ་)ལ་གཉིས།  
འཇིག་རྟེན་ལ་ཆགས་པའི་རྒྱ་འོས་བཟུང་བ་དང་། དེ་རི་ལྟར་སྤང་བའི་  
ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་(འཇིག་རྟེན་ལ་ཆགས་པའི་རྒྱ་འོས་བཟུང་བ་)ནི།  
ཆགས་པའི་ཕྱིར་དང་རྟེན་སོགས་ལ། །  
སྟོན་པས་འཇིག་རྟེན་མི་སྤྲང་སྟེ། །

བདག་དང་བདག་གིར་ཞེན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ནང་སེམས་ཅན་ལ་  
ཆགས་པའི་ཕྱིར་དང་། ཕྱི་རྟེན་པ་དང་། བཀུར་སྟེ་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་སོགས་  
ལ་སྟོན་པས་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཞེན་པ་མི་སྤྲངས་ཏེ། དེ་བས་ཞེན་པའི་རྒྱ་དེ་དག་  
སྤང་བར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(དེ་རི་ལྟར་སྤང་བའི་ཚུལ་)ལ་བཞི།  
གཉིན་པོ་འོས་བཟུང་བ་དང་། གཉིན་པོ་བསྐྱེད་པའི་ཐབས་དང་། འདུ་  
འཇི་འཇི་ཉེས་དམིགས་དང་། དབེན་པ་བསྟེན་པའི་པན་ཡོན་ནོ། །

དང་པོ་(གཉིན་པོ་འོས་བཟུང་བ་)ལ་གཉིས།  
ཆགས་པ་སྤང་བར་གདམས་པ་དང་། ཆགས་པ་སྤྲང་བྱེད་ཀྱི་གཉིན་པོ་  
འོས་བཟུང་བའོ། །



དང་པོ་(ཆགས་པ་སྤང་བར་གདམས་པ་)ནི།

དེ་བས་འདི་དག་ཡོངས་སྤོངས་ལ། །

མཁས་པས་འདི་ལྟར་དབྱད་པར་བྱ། །

དེ་བས་ན་གྱི་དང་ནང་ལ་སྟེད་པ་འདི་དག་ཡོང་སུ་སྤོངས་ལ་སྤང་དོར་  
ལ་མཁས་པས་འོག་ནས་འཆད་པ་འདི་ལྟར་དབྱད་ཅིང་བསམ་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(ཆགས་པ་སྤོང་བྱེད་ཀྱི་གཉེན་པོ་ངོས་བརྒྱད་པ་)ནི།

ཞི་གནས་རབ་ཏུ་ལྡན་པའི་ལྷག་མཐོང་གིས། །

ཉོན་མོངས་རྣམ་པར་འཛོམས་པར་ཤེས་བྱས་ནས། །

ཐོག་མར་ཞི་གནས་བཙལ་བྱ་དེ་ཡང་ནི། །

འཇིག་རྟེན་ཆགས་པ་མེད་ལ་མངོན་དགས་འགྱུག། །

དག་བའི་དམིགས་པ་གང་ལ་ཅེ་གཅིག་པ་གོམས་པར་བྱས་པས་  
བྱིང་གོད་དང་བྱལ་ཏེ། ལུས་སེམས་ཤེན་ཏུ་སྦྱངས་པའི་བདེ་བ་འདྲན་པའི་  
ཞི་གནས་ཀྱི་རྟ་དང་རབ་ཏུ་ལྡན་པའི་སྤོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལྷག་མཐོང་གིས་  
ཁམས་གསུམ་གྱི་ཉོན་མོངས་པས་བོན་དང་བཙས་པ་རྣམ་པར་འཛོམས་པར་  
ཤེས་པར་བྱས་ནས་གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་ལ་དབྱད་པ་བྱས་པའི་སྟོབས་  
ཀྱིས་ཤེན་སྦྱངས་འདྲན་རུས་པའི་ལྷག་མཐོང་བསྐྱབ་པར་བྱ་ལ་དེ་ལ་ཡང་  
ཐོག་མར་ཞི་གནས་བཙལ་བར་བྱ་སྟེ་ཞི་གནས་སྟོན་དུ་མ་བསྐྱབ་པར་ལྷག་  
མཐོང་སྟེ་མི་སྟེད་པའི་བྱིར་རོ། །ཞི་གནས་དེ་ཡང་ནི་བྱི་ནང་གི་འཇིག་རྟེན་

གྱི་ལྷས་ཡོངས་སྒྲིད་སོགས་ལ་ཆགས་པ་མེད་པས་མངོན་པར་དགའ་བས་  
འབྲུག་སྟེ། དེ་དག་ལ་ཆགས་པས་བྱིང་ཚོད་གྱི་དབང་དུ་འགོ་བའི་བྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་(གཉེན་པོ་བསྐྱེད་པའི་ཐབས་)ལ་གཉིས།

ནང་སེམས་ཅན་ལ་ཆགས་པ་སྤང་བ་དང་། བྱི་རྟེན་པ་བཀྱར་སེམས་  
ལ་ཆགས་པ་སྤང་བའོ། །

དང་པོ་(ནང་སེམས་ཅན་ལ་ཆགས་པ་སྤང་བ་)ལ་གཉིས།

ཆགས་པའི་ཉེས་དམིགས་དང་། ཉེས་དམིགས་ཤེས་ནས་སྤང་བའོ། །

དང་པོ་(ཆགས་པའི་ཉེས་དམིགས་)ལ་ལྷ།

འདོད་པའི་དོན་དང་མི་སྤང་བ་དང་། འདོད་ཡོན་གྱིས་གཡལ་སྒྲོ་བ་  
དང་། ཐོབ་ཀྱང་ཆོག་མི་ཤེས་པ་དང་། ཐར་པ་ལ་གོགས་བྱེད་པ་དང་། དལ་  
འགྱོར་ཆུད་གསོན་པའོ། །

དང་པོ་(འདོད་པའི་དོན་དང་མི་སྤང་བ་)ནི།

མི་རྟག་སྲ་ཞིག་མི་རྟག་ལ། །

ཡང་དག་ཆགས་པར་བྱེད་པ་ཡོད། །

དེས་ནི་ཆེ་རབས་སྟོང་ཕྱག་ཏུ། །

སྐྱག་པ་མཐོང་བར་ཡོང་མི་འབྱུང། །

ཆགས་པའི་ཉེས་དམིགས་ནི་རང་ཉིད་སྦྱར་དུ་འཆི་བའི་མི་རྟག་པ་སྲ་  
ཞིག་གཉེན་པ་ཤེས་སོགས་མི་རྟག་པ་ལ་ཡང་དག་པར་ཆགས་པར་བྱེད་པ་

ཡོད་སྟུག་པ་ལ་ཆགས་པ་དེས་ནི་རྣམ་སྤྲིན་ཆེ་རབས་སྟོང་ཕྲག་རྩ་ཡང་འདོད་  
པའི་ཡུལ་སྟུག་པ་མཐོང་བར་ཡོད་སྟེ་གཏན་ནས་མཐོང་བར་མི་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་(འདོད་ཡོན་གྱིས་གཡན་སྦྱོར་བ་)ནི།

མ་མཐོང་ན་ནི་དགར་མི་འགྱུར། །

ཡིད་ཀྱང་མཉམ་འཇོག་མི་འགྱུར་ལ། །

ཡིད་དུ་འོང་བ་མ་མཐོང་བས་ཅིར་འགྱུར་ཞེ་ན་དེ་མ་མཐོང་ན་ནི་དགར་  
བར་མི་འགྱུར་ཞིང་ཡིད་མི་བདེ་བས་སེམས་གཡེངས་ནས་ཡིད་ཀྱང་ཉིང་ངེ་  
འཇིན་ལ་མཉམ་པར་འཇོག་པར་མི་འགྱུར་ལ་བདེ་བ་ཐོབ་པར་མི་འགྱུར་རོ། །

གསུམ་པ་(ཐོབ་ཀྱང་ཆོག་མི་ཤེས་པ་)ནི།

མཐོང་ཡང་ངོམས་པར་མི་འགྱུར་བས། །

སྒར་བཞིན་སྟེད་པས་གདུང་བར་འགྱུར། །

སྟུག་པའི་དངོས་པོ་མཐོང་ཡང་སྟེད་པས་ངོམས་པར་མི་འགྱུར་བས་  
སྒར་མ་མཐོང་ཞིང་འདོད་པའི་དུས་བཞིན་དུ་སྟེད་པས་གསུང་བར་འགྱུར་  
རོ། །

བཞི་པ་(ཐར་བ་ལ་གོགས་བྱེད་པ་)ནི།

སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཆགས་བྱས་ན། །

ཡང་དག་ཉིད་ལ་ཀུན་ནས་སྦྱིབ། །

སྟོ་བའི་སེམས་ཀྱང་འཇིག་པར་བྱེད། །

ཐ་མར་ཐུང་ན་གདུང་བར་འགྱུར། །

རྒྱ་མཚན་དེས་ན་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཆགས་པར་བྱས་ན་ཡང་དག་  
ཉིད་ལ་ཀུན་ནས་བསྐྱེབ་པ་སྟེ་དོན་དམ་པའི་བདེ་བ་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བ་  
ལ་གོགས་བྱེད་ཅིང་། ཟག་བཅས་ཀྱི་དངོས་པ་ལ་སྟེད་པས་འཁོར་བ་ལ་སྟོ་  
བའི་སེམས་ཀྱང་འཇིག་པར་བྱེད་པས་ཐར་པ་ཐོབ་པ་མི་འགྱུར་རོ། །ཡིད་དུ་  
འོང་བ་དང་ཐ་མར་དེས་པར་འབྲལ་བས་ཐུང་ན་གྱིས་གདུང་བར་འགྱུར་རོ། །

ལྷ་པ་(དལ་འབྱོར་ཆུད་གསོན་པ་)ནི།

དེ་ལ་སེམས་པ་འབའ་ཞིག་གིས། །

ཆེ་འདི་དོན་མེད་འདའ་བར་འགྱུར། །

འདོད་པའི་ཡུལ་དེ་ལ་སེམས་སེམས་པ་འབའ་ཞིག་གིས་ཆེ་འདི་དོན་  
མེད་པར་འདའ་བར་འགྱུར་བས་དལ་འབྱོར་ཆུད་ཐོས་པར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་(ཉིས་དམིགས་ཤེས་ནས་སྤང་བ་)ལ་གཉིས།

ཉིས་དམིགས་བསམ་པ་དང་། དེ་སྟོང་བའི་ཚུལ་ལོ།

དང་པོ་(ཉིས་དམིགས་བསམ་པ་)ལ་གཉིས།

རྒྱས་པར་བཤད་པ་དང་། དོན་བསྐྱེད་བའོ། །

དང་པོ་(རྒྱས་པར་བཤད་པ་)ལ་གསུམ།

དོན་ཆེན་པོ་འཇིག་ཅིང་ངན་འགྲོར་འབྱེད་པ་དང་། བྱིས་པའི་གྲོགས་

མི་བསྟེན་ཞིང་བསྟེན་པར་དཀའ་བ་དང་། དེ་ལས་པན་པ་མི་ཐོབ་ཅིང་གཞོན་  
པ་ལ་སྒྱོར་བའོ། །

དང་པོ་(དོན་ཆེན་པོ་འཛིག་ཅིང་ངན་འགྲོར་འཁྲིད་པ་)ནི།

རྟག་པ་མེད་པའི་མཛའ་བཤེས་ཀྱིས། །

གཡུང་བྱུང་ཆོས་ཀྱང་འཛིག་པར་འགྱུར། །

བྱིས་དང་སྐལ་བ་མཉམ་སྦྲུང་ན། །

ངེས་པར་ངན་འགྲོར་འགྲོ་འགྱུར་ཏེ། །

སྐལ་མི་མཉམ་པར་བྲིད་བྱེད་ན། །

བྱིས་པ་བསྟེན་པས་ཅི་ཞིག་བྱ། །

སྒྱུར་དུ་འབྲལ་བས་རྟག་པ་མེད་པའི་མཛའ་བཤེས་ཀྱིས་མི་འགྱུར་  
བའི་གཡུང་བྱུང་གི་ཐར་བ་དང་དེ་ཐོབ་པའི་ཐབས་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱང་འཛིག་  
ཅིང་ཉམས་པར་འགྱུར་ལ་བྱིས་པ་དང་སྐལ་བ་མཉམ་པ་སྟེ། དེ་དག་དང་སྦྲུང་  
པ་མཚུངས་པར་སྦྲུང་ན་ངེས་པར་ངན་འགྲོར་འགྲོ་བར་འགྱུར་ཏེ་འཕགས་པ་  
ནམས་དང་ད་ལྟ་མི་ལུས་ཐོབ་པ་དང་སྐལ་བ་མི་མཉམ་པར་འཁྲིད་པར་བྱེད་  
ན། བྱིས་པ་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་བསྟེན་པས་ཅི་ཞིག་བྱ་འདོད་དོན་མི་འགྱུར་ཅིང་མི་  
འདོད་པ་འཕེལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་(བྱིས་པའི་ཐོགས་མི་བསྟེན་ཞིང་བསྟེན་པར་དཀའ་བ་)ནི།

སྐད་ཅིག་གཅིག་གིས་མཛའ་འགྱུར་ལ། །

ཡུད་ཙམ་གྱིས་ནི་དགྲར་ཡང་འགྱུར། །

དགའ་བའི་གནས་ལ་ཁོ་བྱེད་པས། །

སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་མགུ་བར་དཀའ། །

པན་པར་སྦྱས་ན་ཁོ་བར་བྱེད། །

བདག་ཀྱང་པན་ལས་བཞྱོག་པར་བྱེད། །

དེ་དག་ངག་ནི་མ་མཉན་ན། །

ཁོ་བས་ངན་འགྲོར་འགྲོ་བར་འགྱུར། །

ཤེས་རྒྱུད་མི་བཟོན་པས་སྐད་ཅིག་གཅིག་གིས་མཛེའ་བར་འགྱུར་  
ལ་ཆོག་ངན་ཅུང་ཟད་སྦྱས་པའི་ཡུད་ཙམ་གཅིག་གིས་དགྲར་ཡང་འགྱུར་བ་  
དང་། དགའ་བའི་གནས་དགེ་བ་ལ་སྦྱར་ན་ཡང་ཁོ་བར་བྱེད་པས་བྱིས་པ་སོ་  
སོའི་སྐྱེ་བོ་མགུ་བར་དཀའ་ལ་རང་ལ་པན་པ་སྦྱས་ན་ཁོ་བར་བྱེད་ཅིང་དེར་  
མ་ཟད་བདག་ཀྱང་ཐབས་སྣ་ཆོག་གས་ཀྱིས་པན་པའི་རྒྱུ་དགེ་བ་ལས་ཞྱོག་པར་  
བྱེད་ལ། དེ་དག་གི་ངག་ནི་མ་མཉན་ན་བདག་ལ་ཁོ་བས་ངན་འགྲོར་འགྲོ་བར་  
འགྱུར་རོ། །

གསུམ་པ་(དེ་ལས་པན་པ་མི་ཐོབ་ཅིང་གཞོན་པ་ལ་སྦྱོར་བ་)ནི།

མཐོ་ལ་ཕྱག་དོག་མཉམ་དང་འབྲན། །

དམའ་ལ་ང་རྒྱལ་བསྟོད་ན་བྲེགས། །

མི་སྟན་བརྗོད་ན་ཁོང་ཁྱོ་སྐྱེ། །

ནམ་ཞིག་གིས་ལས་པན་པ་ཐོབ། །

གིས་དང་འགྲོགས་ན་གིས་པ་ལ། །

བདག་བསྟོད་གཞན་ལ་སྟོད་པ་དང་། །

འཁོར་བར་དགའ་བའི་གཏམ་ལ་སོགས། །

མི་དགེ་ཅིས་ཀྱང་ངེས་པར་འབྱུང་། །

གཞན་ཡང་གིས་པ་ནི་རང་ལས་མཐོ་བ་ལ་སྤྲུག་དོག་དང་མཉམ་པ་  
ལ་འབྲན་ཅིང་རང་ལས་དམའ་བ་ལ་དམིགས་ནས་ང་རྒྱལ་དང་བསྟོད་ན་  
བྲགས་པ་སྐྱེ་ལ་མི་སྟན་པ་བརྗོད་ན་ཁོང་ཁྱོ་སྐྱེ་བས་དུས་ནམ་ཞིག་གིས་པ་  
དང་འགྲོགས་པ་ལས་པན་པ་ཐོབ། མི་ཐོབ་པར་མ་ཟད་གཞན་ཡང་གིས་  
པ་དང་འགྲོགས་ན་གྲོགས་གིས་པ་གཞན་ལ་བདག་བསྟོད་ཅིང་གཞན་ལ་  
སྟོད་པ་དང་། རྒྱལ་པོ་དང་ཡུལ་མི་སོགས་འཁོར་བར་དགའ་བའི་གཏམ་ལ་  
སོགས་པ་མི་དགེ་བ་ཅིས་ཀྱང་ངེས་པར་འབྱུང་བར་འབྱུང་བས་གིས་པ་དང་  
འགྲོགས་པར་མི་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(དོན་བསྟུ་བ་)ནི།

དེ་ལྟར་བདག་དང་གཞན་བསྟེན་པ། །

དེས་ནི་ཕུང་པར་འབྱུང་བར་ཟད། །



དེ་ལྟར་ན་བདག་དང་བྱིས་པ་གཞན་པ་ཚུན་གྱིས་བསྟེན་པ་དེས་ནི་  
སྒྲིག་གྲོགས་སུ་འགྱུར་བས་ཡུང་བར་བཅད་དོ། །

གཉིས་པ་(དེ་སྦྱང་བའི་ཚུལ་)ནི།

དེས་ཀྱང་བདག་དོན་མ་བྱས་ལ། །

བདག་ཀྱང་དེ་དོན་མི་འགྱུར་བས། །

བྱིས་ལས་ཐག་རིང་བྱེལ་བར་བྱ། །

བྱིས་པ་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་དེས་ཀྱང་བདག་ལ་པན་པའི་དོན་མ་བྱས་ལ་  
བདག་གིས་ཀྱང་དེའི་དོན་དུ་མི་འགྱུར་བས་བྱིས་པ་ལས་ཐག་རིང་པའི་  
དགོན་པར་བྱེལ་བར་བྱའོ། །

ཐུད་ན་དགའ་བས་མགྱ་བྱས་ཏེ། །

འདྲིས་ཆེན་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་བར། །

ཐ་མའི་པ་ཅམ་ལེགས་པར་བྱ། །

ཡུང་བས་མེ་ཏོག་སྦྱང་ཅི་བཞིན། །

ཆོས་ཀྱི་དོན་ཅམ་སྦྱངས་ནས་ནི། །

ཀུན་ལས་སྒྲོན་ཆད་མ་མཐོང་བཞིན། །

འདྲིས་པ་མེད་པར་གནས་པར་བྱ། །

སྐབས་འགར་ཐུད་ན་དགའ་བས་མགྱ་བར་བྱས་ཏེ་ཏ་ཅང་འདྲིས་ཆ་

ན་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་བར་བརྟུན་པའི་ཐ་མལ་པ་ཙམ་ཆགས་སྒྲུང་དང་བྲལ་  
བའི་སྦྱོད་པ་ལེགས་པར་བྱའོ། །ཁྲོད་དུ་བསོད་སྟོམས་སོགས་གྱིས་སྦྱོད་པ་  
ན་ཡང་བྱང་བས་མེ་ཏོག་གི་ཁ་དོག་སོགས་ལ་མ་ཆགས་པར་སྒྲུང་རྩི་ལེན་  
པ་བཞིན་དུ་ལུས་གནས་པར་བྱས་ནས་ཆོས་སྒྱུབ་པའི་ཆོས་གྱི་དོན་ཙམ་  
དུ་ཆོས་གོས་དང་བསོད་སྟོམས་སྒྲུངས་ནས་ནི། སྦྱེ་བོ་ཀུན་ལ་སྟོན་ཆད་མ་  
མཐོང་བ་བཞིན་དུ་འདྲ་འཛིན་འབྲིས་པ་མེད་པར་གནས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(སྦྱེ་རྟེན་བཀུར་སོགས་ལ་ཆགས་པ་སྒྲུང་བ་)ལ་གཉིས།

ཡུལ་ཅན་གྱི་ཉིས་པ་དང་། ཡུལ་གྱི་ཉིས་པའོ། །

དང་པོ་(ཡུལ་ཅན་གྱི་ཉིས་པ་)ལ་གཉིས།

ང་རྒྱལ་གྱི་ཉིས་དམིགས་དང་། ཆགས་པའི་ཉིས་དམིགས་སོ། །

དང་པོ་(ང་རྒྱལ་གྱི་ཉིས་དམིགས་)ནི།

བདག་ནི་རྟེན་མང་བཀུར་སྟེ་བཅས། །

བདག་ལ་མང་པོ་དགའ་འོ་ཞེས། །

དེ་འབྲུའི་སྟེམས་པ་འཆང་གྱུར་ན། །

ཞི་བའི་འོག་ཏུ་འཛིགས་པ་སྟེ། །

བདག་ནི་རྟེན་པ་མང་ངོ་བདག་ལ་བཀུར་སྟེ་བྱས་སོ་བདག་ལ་སྟེ་  
བོ་མང་པོ་དགའ་འོ་ཞེས། དེ་འབྲུའི་སྟེམས་ཞིང་རྒྱགས་པ་འཆང་བར་གྱུར་  
ན་ང་རྒྱལ་དང་ཆགས་པའི་ཉིས་པས་དཔྱུལ་བར་འགོ་བས་ཞི་བའི་འོག་ཏུ་

འཛིགས་པ་སྐྱེའོ། །

གཉིས་པ་(ཆགས་པའི་ཉིས་དམིགས་)ནི།

དེ་བས་ནམ་པར་ཚྫོངས་པའི་ཡིད། །

གང་དང་གང་ལ་ཆགས་གྱུར་པ། །

དེ་དང་དེ་བསྐྱོངས་སྟོང་འགྱུར་དུ། །

སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཉིད་དུ་གྱུར་ཅིང་ལྷང་། །

དེ་བས་མཁས་པས་ཆགས་མི་བྱ། །

ཆགས་པ་ལས་ནི་འཛིགས་པ་སྐྱེ། །

དེ་བས་ན་པན་པའི་ལས་ལ་ནམ་པར་ཚྫོངས་པའི་ཡིད་ཁྱོད་ཡུལ་གང་  
དང་གང་ལ་ཆགས་པར་གྱུར་པ་ཇི་སྟེད་པ་དེ་དང་དེ་བསྐྱོངས་ཉེ་བསྐྱོམས་  
པ་བས་སྟོང་འགྱུར་དུ། འབྲས་བུ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཅིང་ལྷང་དོ། །དེ་  
བས་ན་སྤང་དོར་ལ་མཁས་པས་ཉིད་བཀྱར་ལ་ཆགས་པར་མི་བྱ་སྟེ་ཆགས་  
པ་ལས་ནི་ངན་འགྲོ་འཛིགས་པ་སྐྱེ་བའི་བྱིར་དོ། །

གཉིས་པ་(ཡུལ་གྱི་ཉིས་པ་)ལ་གཉིས།

འདོད་པའི་ཡུལ་ལ་ཡིད་བརྟོན་དུ་མི་རུང་བ་དང་། བསྟོད་སྦྲད་ལ་པན་  
གཞོད་མེད་པའོ། །

དང་པོ་(འདོད་པའི་ཡུལ་ལ་ཡིད་བརྟན་དུ་མི་རུང་བ་)ནི།

འདི་དག་རང་བཞིན་འདོར་འགྱུར་བས། །

བརྟན་པར་གྱིས་ཏེ་རབ་ཏུ་རྟོགས། །

རྟེན་པ་དག་ནི་མང་བྱུང་ཞིང་། །

གྲགས་དང་སྟན་པ་བྱུང་བྱུར་གྱང་། །

རྟེན་དང་གྲགས་པའི་ཆོགས་བཅས་ཏེ། །

གང་དུ་འདོད་པའི་གཏོལ་མེད་དོ། །

ཆགས་པའི་ཡུལ་འདི་དག་བྱུང་ཡང་ཡིད་བརྟན་མེད་དེ་འདི་དག་གི་  
རང་བཞིན་གཤོན་མི་ཟ་བར་འདོད་པར་འགྱུར་བར་ཡིད་ཆོས་བརྟན་པར་  
གྱིས་ཏེ་བར་ཏུ་རྟོགས་པར་གྱིས་ཤིག །འདི་སྟར་རྟེན་པ་དག་ནི་མང་པོ་  
བྱུང་ཞིང་གྲགས་པ་དང་སྟན་པ་བྱུང་བར་བྱུར་གྱང་འཆི་བའི་ཆེ་རྟེན་པ་དང་  
གྲགས་པའི་ཆོགས་དང་བཅས་ཏེ་གང་དུ་འདོད་པའི་གཏོལ་མེད་དོ་སྟེ་འཆི་  
བའི་ཆེ་དེ་དག་རྗེས་སུ་མི་འབྲང་བའི་དོན་རྟོ། །

གཉིས་པ་(བསྟོད་སྦྱང་ལ་ཕན་གཞོད་མེད་པ་)ནི།

བདག་ལ་སྟོད་པ་གཞན་ཡོད་ན། །

བསྟོད་པས་བདག་དགར་ཅི་ཞིག་ཡོད། །

བདག་ལ་བསྟོད་པ་གཞན་ཡོད་ན། །

སྦྲད་པས་མི་དགར་ཅི་ཞིག་ཡོད། །

བསྟོན་སྦྲད་ལ་ཆགས་སྦྲད་མི་རིགས་ཏེ་སྟོན་ན་བདག་ལ་སྟོན་པ་  
གཞན་ཡོད་ན་འགའ་ཞིག་གིས་ངོར་བསྟོན་པས་བདག་དགར་ཅི་ཞིག་ཡོད།  
དེའི་དགའ་བ་ལ་གོགས་བྱེད་ཡོད་པའི་བྱིར་རོ། །བདག་ལ་བསྟོན་པ་གཞན་  
ཡོད་ན་ཁ་ཅིག་གིས་སྦྲད་པས་མི་དགར་བྱར་ཅི་ཞིག་ཡོད་བསྟོན་སྦྲད་ཀྱིས་  
མཐོ་དམན་དུ་མི་འགྱུར་བས་དེ་ལ་ཆགས་པ་དང་སྦྲད་བར་མི་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(འདུ་འཇི་འི་ཉེས་དམིགས་)ལ་གཉིས།

བྱིས་པ་དང་འགྲོགས་པར་དཀའ་བས་དེའི་འདུ་འཇི་ལ་ཆགས་པར་མི་  
བྱ་བ་དང་། དེ་ལ་ཤེས་བྱེད་དགོད་པའོ།

དང་པོ་(བྱིས་པ་དང་འགྲོགས་པར་དཀའ་བས་དེའི་འདུ་འཇི་ལ་ཆགས་པར་མི་བྱ་བ་)ནི།

སེམས་ཅན་མོས་པ་སྣ་ཆོགས་པ། །

རྒྱལ་བས་ཀྱང་ནི་མི་མགུ་ན། །

བདག་འདྲ་ངན་པས་སྟོས་ཅི་དགོས། །

དེ་བས་འཇིག་རྟེན་བསམ་བ་བཏང་། །

སེམས་ཅན་མོས་པ་སྣ་ཆོས་པ་མགུ་བར་མི་རུས་ཏེ་འཕྲིན་ལས་སྣ་  
ཆོགས་ཀྱིས་དོན་མཛད་པ་རྒྱལ་བས་ཀྱང་ནི་མི་མ་གུ་ན་བསམ་བ་མི་ཤེས་  
པའི་བདག་འདྲ་བའི་མགུ་མི་རུས་པ་སྟོས་ཅི་དགོས། དེ་བས་ན་རྟེན་པ་དང་  
འགྲོགས་པའི་བསམ་བ་བཏང་བར་བྱའོ། །

སེམས་ཅན་རྟེན་པ་མེད་ལ་སྟོང་། །

རྟེན་པ་ཅན་ལ་མི་སྟན་བརྟོན་། །

རང་བཞིན་འགྲོགས་དགའ་དེ་དག་གིས། །

དགའ་བ་ཇི་ལྟར་སྐྱེ་བར་འགྱུར། །

སེམས་ཅན་རྣམས་ནི་གྲོགས་རྟེན་པ་མེད་པ་ལ་འདི་ནི་སྟོན་བསོད་  
རྣམས་མ་གྲས་པའི་ཞེས་འབྲུ་ཞིང་སྟོང་ལ། རྟེན་པ་ཅན་ལ་ལོག་འཆོ་སྟོང་  
པའི་ཞེས་མི་སྟན་པ་བརྟོན་དོ། །དེ་དག་གི་རང་བཞིན་འགྲོགས་དགའ་བ་ཡིན་  
པ་དེ་བས་ན་གྲིས་པ་དེ་དག་གིས་བདག་ལ་དགའ་བ་ཇི་ལྟར་སྐྱེ་བར་འགྱུར།  
མི་འགྱུར་བས་འགྲོགས་པར་མི་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(དེ་ལ་ཤེས་བྱེད་དགོད་པ་)ནི།

གང་ཕྱིར་གྲིས་པ་རང་དོན་ནི། །

མེད་པར་དགའ་བ་མི་འབྱུང་བས། །

གྲིས་པ་འགའ་ཡང་བཤེས་མིན་ཞེས། །

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་གྲིས་གསུངས། །

རྒྱ་མཚན་གང་གི་ཕྱིར་ན་གྲིས་པ་ཇི་ལྟར་ཡང་རང་དོན་ནི་གཞན་ལས་  
ལྟག་པ་ཞིག་མེད་པར་དགའ་བ་མི་འབྱུང་བས་གྲིས་པ་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་འགའ་  
ཡང་གྲོགས་དང་བཤེས་པར་བྱ་བ་མིན་ཅོ་ཞེས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་  
གྲིས་གསུངས་སོ། །ཟླ་བ་སྟོན་མའི་མདོ་ལས། སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་ལ་ནི་མཛུང་བ་

མེད། །ཆོས་དང་ལྡན་པའི་ཆོག་དག་སྤྲུས་ན་ཡང་། །ཡིད་མི་ཆེས་ཤིང་ཞེ་  
སྤང་ཁྱོ་བ་དག །མངོན་པར་སྟོན་པ་འདི་ནི་བྱས་པའི་ལས། །ཞེས་དང་། བྱིས་  
པ་དག་ནི་ཡུན་རིང་ལེགས་བསྟན་ཀྱང་། །དེ་དག་ཕྱིར་ཞིང་མི་མཛེའ་འགྲས་  
འགྱུར་ཞེས། །བྱིས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱས་ཤེས་ནས། །མཁས་པ་བྱིས་པ་  
དག་དང་བརྟེན་མི་བྱེད། །ཅེས་གསུངས་སོ། །

བཞི་པ་(དབེན་པ་བསྟེན་པའི་མན་ཡོན་)ལ་ལྟ།

གྲོགས་དང་། གནས་དང་། འཆོ་བའི་བྱད་པར་དང་། སོ་སོར་རྟོག་པའི་  
བྱད་པར་དང་། མི་གཡེང་པའི་བྱད་པར་རོ། །

དང་པོ་(རྒྱགས་)ནི།

མང་དུ་ཐོས་པ་དང་ལྡན་པའི་མཁས་པ་དག་བྱིས་པ་དང་འགྲོགས་པ་  
སྤངས་ནས་ནགས་སུ་གནས་པར་བྱ་སྟེ།

ནགས་ན་རི་དྲགས་བྱ་རྒྱམས་དང་། །

ཤིང་རྒྱམས་མི་སྟན་རྫོང་མི་བྱེད། །

འགྲོགས་ན་བདེ་བ་དེ་དག་དང་། །

ནམ་ཞིག་ལྟན་ཅིག་བདག་གནས་འགྱུར། །

ནགས་ནི་རི་དྲགས་དང་བྱ་རྒྱམས་དང་ཤིང་རྒྱམས་མི་སྟན་བརྫོང་པར་  
མི་བྱེད་པ་འགྲོགས་ན་བདེ་བ་དེ་དག་དང་ནམ་ཞིག་ལྟན་ཅིག་བདག་གནས་  
པར་འགྱུར་སྟམ་དུ་སྟོན་པར་བྱའོ། །



གཉིས་པ་(གནས་)ནི།

ཕུག་གམ་ལྷ་ཁང་སྟོང་པའམ། །  
སྟོན་ཞིང་བྱང་དུ་གནས་བཅས་ཏེ། །  
ནམ་ཞིག་རྒྱབ་ཏུ་མི་ལྷ་ཞིང་། །  
ཆགས་པ་མེད་པར་འགྱུར་ཞིག་གྲ། །  
ས་སྟོགས་བདག་གིར་བཟུང་མེད་པ། །  
རང་བཞིན་གྱིས་ནི་ཡངས་རྣམས་སུ། །  
རང་དབང་སྟོང་ཅིང་ཆགས་མེད་པར། །  
ནམ་ཞིག་བདག་ནི་གནས་པར་འགྱུར། །

གནས་བྲག་དང་སའི་ཕུག་གམ་ལྷ་གང་སྟོང་པའམ་སྟོན་ཞིང་གི་བྱང་  
དུ་ངེ་སྟོན་འདོད་པར་གནས་བཅས་ཏེ་བྱིས་ལ་སོགས་པ་སྒར་སྒངས་པ་དེ་  
དག་ཕྱིར་ལེན་པར་མི་འདོད་པས་ན་ནམ་ཞིག་རྒྱབ་ཏུ་མི་བལྷ་ཞིང་། དེ་དག་  
ལ་ཆགས་པ་མེད་པར་ནམ་ཞིག་འགྱུར་ཞིག་གྲ་སྟུང་དུ་སྟོན་པར་བྱའོ། །ས་  
སྟོགས་གཞན་གྱིས་བདག་གིར་བཟུང་བ་མེད་པ་རང་བཞིན་གྱིས་ནི་ཡངས་  
པ་རྣམས་སུ་རང་དབང་དུ་སྟོང་ཅིང་ལུས་ལོངས་སྟོང་གང་ལ་ཡང་ཆགས་པ་  
མེད་པར་ནམ་ཞིག་བདག་ནི་གནས་པར་འགྱུར་སྟུང་དུ་སྟོན་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(འཆོ་བའི་བྱད་པར་)ནི།

ལྷུང་བཟེད་ལ་སོགས་ཉི་ཆེ་དང་། །

ཀྱན་ལ་མི་མཁོའི་གོས་འཆང་ཞིང་། །

ལུས་འདི་སྤྲ་བ་མ་བྱས་ཀྱང་། །

འཇིགས་མེད་གནས་པ་ནམ་ཞིག་འགྱུར། །

ས་ལས་བྱས་པའི་ལྷུང་བཟེད་དང་རིལ་བ་ལ་སོགས་ཡོ་བྱད་ཉིད་ཆེ་  
ཉུང་བཟེད་དང་། སྐྱེ་བོ་གཞན་ཀྱན་ལ་མི་མཁོ་བའི་གོས་ལ་སོགས་པ་འཆང་  
ཞིང་འཕྲོག་རྒྱ་མེད་པས་ལུས་འདི་བཙན་པའི་གནས་སུ་སྤྲ་བར་མ་བྱས་  
ཀྱང་། ཆོམ་རྒྱན་ལ་སོགས་པའི་འཇིགས་པ་མེད་པར་གནས་པར་ནམ་ཞིག་  
འགྱུར་སྐྱམ་དུ་ཡང་དང་ཡང་དུ་སྒྲོན་པར་བྱ་ཞིང་། སྐྱོར་བ་ཀྱང་ཉམས་སུ་  
སྒྲང་བར་བྱའོ། །

བཞི་པ་(སོ་སོར་རྟོག་པའི་བྱད་པར་)ལ་གཉིས།

ལུས་ལ་ཆགས་པའི་གཉེན་པོ་ལ་སོ་སོར་རྟོག་པ་དང་། མཛའ་བཤེས་  
ལ་ཆགས་པའི་གཉེན་པོ་ལ་སོ་སོར་རྟོགས་པའོ། །

དང་པོ་(ལུས་ལ་ཆགས་པའི་གཉེན་པོ་ལ་སོ་སོར་རྟོག་པ་)ནི།

དུར་ཁྲིད་སོང་ནས་གཞན་དག་གི། །

རུས་གོང་དག་དང་བདག་གི་ལུས། །

འཇིག་བའི་ཆོས་ཅན་དག་ཏུ་ནི། །

ནམ་ཞིག་མགོ་སྟོམས་བྱེད་པར་འགྱུར། །

རང་གི་ལུས་མི་ཉག་པར་ཡིད་ལ་བྱ་བ་ནི་དུར་ཁྲོད་དུ་སོང་ནས་གཞན་  
དག་གི་ཞི་བའི་རོ་དང་རུས་གོང་དག་དང་བདག་གི་ལུས་གཉིས་མཚུངས་  
པར་འཛིག་པའི་ཆོས་ཅན་དག་ཏུ་ནི། ནམ་ཞིག་བདག་གི་ལུས་འདི་ཡང་འདི་  
ལྟ་བུའི་ཆོས་ཅན་ནི་ཞེས་མགོ་སྟོམས་བྱེད་པར་འགྱུར་སྟམ་དུ་སྟོན་པར་བྱའོ།  
རྒྱལ་བའི་ཡུམ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་ནམ་པར་བམ་པ་ལ་སོགས་པའི་འདུ་  
ཤེས་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །

བདག་གི་ལུས་ནི་འདི་ཉིད་ཀྱང་། །

གང་གི་དྲི་ཡིས་སྦ་དག་ཀྱང་། །

དུང་དུ་ཉེར་འགོ་མི་འགྱུར་བ། །

དེ་ལྟ་བུར་ནི་འགྱུར་བར་འོང་། །

མི་གཙང་བའི་སྟོ་བསྐྱེད་པ་ནི་བདག་གི་ལུས་ནི་འདི་ཉིད་ཀྱང་རུལ་  
པར་གྱུར་པའི་གང་གི་དྲི་ཡིས་མི་གཙང་བ་ལ་སྟེད་པའི་སྦ་དག་ཀྱང་དྲི་ང་  
བས་དུང་དུ་ཉེ་བར་འགོ་འདོད་པར་མི་འགྱུར་བ་བདག་མེད་དེ་ལྟར་བུར་ནི་  
འགྱུར་བར་འོང་སྟམ་དུ་དུར་ཁྲོད་ཀྱི་རོ་དང་མགོ་སྟོམས་པའོ། །

གཉིས་པ་ (མཛའ་བཤེས་ལ་ཆགས་པའི་གཉེན་པོ་ལ་སོ་སོར་རྟོགས་པ་) ལ་གསུམ།

མཛའ་བཤེས་ལ་ཆགས་པར་མི་རིགས་པ་དང་། དེའི་རྒྱ་མཚན་དང་།  
གནས་གཅིག་ཏུ་ཞག་གཅིག་གི་འགོན་པོ་དང་མཚུངས་པར་བསམ་པའོ། །

དང་པོ་(མཛའ་བཤེས་ལ་ཆགས་པར་མི་རིགས་པ་)ནི།

ལུས་འདི་གཅིག་ཕུ་བྱང་བ་ཡང་། །

ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་ཤ་རུས་དག །

ཞིག་སྟེ་སོ་སོར་འགྲེས་འགྱུར་ན། །

མཛའ་བ་གཞན་དག་ཅི་ཞིག་སྒྲོས། །

མཛའ་བཤེས་ལ་མི་འབྲུལ་བའི་སྐྱེད་པ་སྤང་བར་བྱ་སྟེ། རང་གི་ལུས་  
འདི་གཅིག་ཕུ་བྱང་བ་ཡང་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་ཤ་རུས་དག་ཞིག་སྟེ་སོ་སོར་  
འགྲེས་པར་འགྱུར་ན། འབྲེལ་མེད་གྱི་ལས་སོ་སོ་བའི་དབང་གིས་འོངས་  
པའི་མཛའ་བ་གཞན་དང་འབྲུལ་བ་ལྷ་ཅི་ཞིག་སྒྲོས་སྐྱུར་དུ་འབྲུལ་བར་བསམ་  
མོ། །

གཉིས་པ་(དེའི་རྒྱ་མཚན་)ནི།

སྐྱེ་ན་གཅིག་ཕུ་སྐྱེ་འགྱུར་ཞིང་། །

འཆི་ནའང་དེ་ཉིད་གཅིག་འཆི་སྟེ། །

སྐྱུག་བསྐྱེལ་སྐྱེལ་གཞན་མི་ལེན་ན། །

གོགས་བྱེད་མཛའ་བས་ཅི་ཞིག་བྲ། །

ཅུང་ཟད་ལྷན་ཅིག་གནས་ཀྱང་ད་ལ་ཞེན་པ་དགོས་པ་མེད་དེ་སྐྱེ་ནའང་  
རང་ཉིད་གཅིག་ཕུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཞིང་འཆི་ནའང་དེ་ཉིད་གཅིག་ཕུ་འཆི་སྟེ།

དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སྡིག་པ་བསགས་པའི་རྣམ་སྟོན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལ་སོགས་  
པའི་སྐྱེལ་པ་གཞན་དག་གིས་མི་ལེན་ན། དགོ་བའི་གོགས་བྱེད་པའི་མཛའ་  
བས་ཅི་ཞིག་བྱ་པན་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པས་ཆགས་པར་མི་རིགས་སོ། །

གསུམ་པ་(གནས་གཅིག་ཏུ་ཞག་གཅིག་གི་འགྲོན་པོ་དང་མཚུངས་པར་བསམ་པ་)ནི།

ལམ་དག་ཏུ་ནི་ཞུགས་པ་རྣམས། །

ཇི་ལྟར་གནས་ནི་འཛིན་བྱེད་ལྟར། །

དེ་བཞིན་སྲིད་པའི་ལམ་ཞུགས་པའང་། །

སྐྱེ་བའི་གནས་ནི་ཡོངས་སུ་འཛིན། །

འགྲོན་པོ་ལམ་དག་ཏུ་ནི་ཞུགས་པ་རྣམས་གནས་ཁང་གཅིག་ཏུ་ཞག་  
གཅིག་ཇི་ལྟར་གནས་ནི་འཛིན་པར་བྱེད་པ་ལྟར། དེ་བཞིན་དུ་ལས་གྱི་དབང་  
གིས་སྲིད་པའི་ལམ་དུ་ཞུགས་པའང་རིགས་གཅིག་པ་དང་། རྣག་གི་གཉིན་  
མཚམས་སོགས་དང་སྐྱེ་གནས་གཅིག་ཏུ་སྐྱེ་བའི་གནས་ནི་ཡོངས་སུ་འཛིན་  
པར་ཟད་པས་ཆགས་པར་མི་རིགས་སོ། །

ལྔ་པ་(མི་གཡང་བའི་བྱེད་པར་)ལ་གཉིས།

མཁས་པས་དབེན་པ་བསྟན་པར་རིགས་པ་དང་། དབེན་པ་བསྟེན་པའི་  
པན་ཡོན་ནོ། །

དང་པོ་(མཁས་པས་དབེན་པ་བསྟན་པར་རིགས་པ་)ནི།

འཇིག་རྟེན་ཀུན་ནས་གདུང་བཞིན་དུ། །

རི་སྒྲིབ་སྒྲེས་བྱ་བཞི་ཡིས་ནི། །

དེ་ལས་དེ་ནི་མ་བཏེག་པ། །

དེ་སྒྲིབ་དུ་ནི་ནགས་སྤྱ་སོང་། །

སྒྲེས་པའི་མཐའ་འཆོ་བ་ལས་མ་འདས་པས་ཤི་བའི་ཆེ་གཉེན་བཤེས་  
གྱི་འཇིག་རྟེན་པ་ཟུང་ན་གྱིས་ཀུན་ནས་གདུང་བཞིན་དུ་རི་སྒྲིབ་སྒྲེས་བྱ་བཞི་  
ཡིས་ནི་བྲིམ་ནས་བྲིད་དེ་ལས་རོ་དེ་ནི་མ་བཏེག་པའི་གོང་རོལ་དེ་སྒྲིབ་དུ་ནི་  
ནགས་སྤྱ་སོང་ནས་དབེན་པ་བསྟེན་པར་བྱའོ། །

གཉེས་པ་(དབེན་པ་བསྟེན་པའི་པན་ཡོན་)ལ་གསུམ།

ཟུང་ན་གྱིས་གདུངས་པ་སོགས་མེད་པ་དང་། དག་བའི་ཕྱོགས་མི་  
ཉམས་ཤིང་འཕེལ་བ་དང་། དེས་ན་བདག་ཉིད་དབེན་པ་བསྟེན་པར་རིགས་  
པའོ། །

དང་པོ་(ཟུང་ན་གྱིས་གདུངས་པ་སོགས་མེད་པ་)ནི།

ནགས་ན་གནས་པ་ལ་པན་ཡོན་ཅི་ཡོད་ཅེ་ན།

བཤེས་མེད་འཁོན་པའང་མེད་བྱས་ནས། །

ལུས་འདི་གཅིག་ཕྱ་དབེན་གནས་ཏེ། །

སྤྱ་ནས་ཤི་དང་འདྲར་བཅིས་ནས། །

ཤི་ནའང་ཟུང་ན་བྱེད་པ་མེད། །

ཆགས་སྤང་སྒྲེ་བའི་བཤེས་མེད་ཅིང་གཞོད་པ་བྱས་དོགས་པའི་ཁོན་

པའང་མེད་པར་བྱས་ནས་རང་གི་ལྷས་འདི་གཅིག་ཕྱ་དབེན་པར་གནས་  
ཏེ། གཉེན་བཤེས་རྣམས་དོར་བས་ཤི་བའི་སྤྲ་ནས་ཀྱང་ཤི་བ་དང་འདྲ་བར་  
བརྩིས་ནས་ཆགས་པ་དང་བྲལ་བས་ཤི་ནའང་སྤྲ་པའི་བྱེད་པ་སྤྱི་ཡང་མེད་  
དོ།

གཉིས་པ་(དགེ་བའི་ཚོགས་མི་ཉམས་ཤིང་འཕེལ་བ་)ནི།

རྩང་ན་འཁོད་པ་སྤྱད་ག་ཀྱང་། །

སྤྲ་པའི་གཞོད་པ་བྱེད་མེད་པས། །

འདི་ཡིས་སངས་རྒྱས་རྗེས་དྲན་སོགས། །

སྤྱི་ཀྱང་གཡེངས་པར་འགྱུར་བ་མེད། །

དབེན་པར་གནས་ན་གཉེན་དང་དགྲ་ལ་སོགས་པ་རྩང་ན་འཁོད་པ་སྤྱད་  
ག་ཀྱང་སྤྲ་པའི་དང་གཞོད་པས་ནགས་ན་གནས་པ་འདི་ཡིས་སངས་རྒྱས་  
རྗེས་དྲན་སོགས། ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ལམ་བསྟོམ་པ་ལ་སྤྱི་  
ཀྱང་གཡེངས་པར་འགྱུར་བས་མེད་པས་མཁས་པས་འདྲུ་འཇི་སྤངས་ནས་  
ནགས་སྤྱད་གནས་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(དེས་ན་བདག་ཉིད་དབེན་པ་བསྟེན་པར་རིགས་པ་)ནི།

དེ་བས་ཤིན་ཏུ་མདངས་དགའ་བའི། །

ནགས་ཆལ་ཆེགས་རྒྱུ་བདེ་སྦྱིད་ཅིང་། །

གཡེང་བ་ཐམས་ཅད་ཞི་བྱེད་པར། །



བདག་ཉིད་གཅིག་ཕྱ་གནས་པར་བྱ། །

དེ་བས་ན་ཤིན་ཏུ་མདངས་དགའ་བ་སྟེ་ལྷས་སེམས་ལ་བདེ་བ་འཕེལ་  
བའི་ནགས་ཚལ་དུ་གནས་པས་འཆོ་བ་རྟེན་སྤྲོ་བས་ཆོགས་ཚུང་ཞིང་། རྟ་  
སོགས་ཀྱིས་གཞོད་པ་མེད་པས་བདེ་བ་བསྐྱེད་ཅིང་གཡེང་བ་ཐམས་ཅད་ཞི་  
བར་བྱེད་པར་བདག་ཉིད་གཅིག་ཕྱ་གནས་པར་བྱ་སྟེ། གཞོད་པ་ཚུང་ཞིང་  
དགོ་བ་འཕེལ་བའི་སྤྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་(ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་ནམ་རྟོག་སྤང་བ་)ལ་གཉིས།

འདོད་པ་ལ་སྐྱོ་བ་བསྐྱོམ་པ་དང་། དབེན་པ་ལ་དགའ་བ་བསྐྱོམ་པ་འོ།

དང་པོ་(འདོད་པ་ལ་སྐྱོ་བ་བསྐྱོམ་པ་)ལ་གསུམ།

འདོད་པ་ལ་སྐྱུང་བའི་འབྲས་བུ་འཛིགས་པ་དང་བཅས་པར་བསམ་པ་  
དང་། ལྷས་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོ་གཙང་བར་བསམ་པ་དང་། མི་འདོད་པ་དུ་  
མ་བསྐྱེད་པར་བསམ་པ་འོ། །

དང་པོ་(འདོད་པ་ལ་སྐྱུང་བའི་འབྲས་བུ་འཛིགས་པ་དང་བཅས་པར་བསམ་པ་)ལ་གཉིས།

དགོ་བ་ལ་བཙོན་པར་གདམས་པ་དང་། འདོད་པའི་ཉེས་དམིགས་  
བསམ་པ་འོ། །

དང་པོ་(དགོ་བ་ལ་བཙོན་པར་གདམས་པ་)ནི།

བསམ་པ་གཞན་ནི་ཀྱན་བཏང་སྟེ། །

བདག་ལ་སེམས་པ་གཅིག་ཕྱ་ཡིས། །

སེམས་ནི་མཉམ་པར་གཞག་ཕྱིར་དང་། །

དུལ་བར་བྱ་ཕྱིར་བཅོན་ཏེ་བྲ། །

འདོད་པ་དང་གཞོད་སེམས་ལ་སོགས་པའི་བསམ་པ་གཞན་ནི་ཀུན་  
བཏང་སྟེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཉིས་སྒྲོམ་པའི་བདག་ལ་སེམས་པ་གཅིག་  
ལུ་ཡིས་དགོ་བ་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་སེམས་ནི་མཉམ་པར་གཞག་པར་བྱ་བའི་  
ཕྱིར་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་བསྒྲོམས་པས་ཉོན་ཡོངས་  
སྤངས་ཏེ་དུལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བཅོན་པ་བསྐྱེད་དེ་འབད་པར་བྱའོ། ། ། །  
བདག་དག་ཤུལ་ཅན་གྱིས་ཞུས་པའི་མདོ་ལས། བྱིས་བདག་གཞན་ཡང་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་རབ་ཏུ་བྱང་བ་དགོན་པ་ལ་གནས་པས་འདི་ལྟར་བདག་  
ཅིའི་ཕྱིར་དགོན་པ་ལ་གནས། དགོན་པ་ལ་གནས་པ་འབའ་ཞིག་ནི་དགོ་སྤྱོད་  
མ་ཡིན་ཏེ་ཞེས་པ་ནས། གང་གི་ཕྱིར་བདག་དགོན་པ་ལ་གནས་པས་འདི་ལྟ་  
སྟེ་དགོ་སྤྱོད་གི་དོན་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱའོ་སྙམ་དུ་བརྟག་པར་བྱའོ། །  
ཞེས་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་(འདོད་པའི་ཉིས་དམིགས་བསམ་པ་)ནི།

འཇིག་རྟེན་འདི་དང་པ་རོལ་དུའང་། །

འདོད་པ་ནམས་ནི་ཕུང་ཁོལ་བསྐྱེད། །

འདིར་ནི་བསད་དང་བཅིང་དང་གཅོད། །

པ་རོལ་དུ་ནི་དཔྱལ་སོགས་སྐྱབ། །

འདོད་པ་ལ་སྲིད་པས་འཇིག་རྟེན་འདི་དང་པ་རོལ་ཏུ་འང་འདོད་པ་  
རྣམས་ནི་ཡུང་ཁྲོལ་ཆེན་པོ་སྒྲིབ་པར་བྱེད་དེ། འདིར་ནི་བསང་པ་དང་བཅིང་  
པ་དང་གཙུག་པ་དང་འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་ཏུ་ནི་དཔྱལ་བ་སོགས་བསྐྱབ་སྟེ། བྱ་  
མོ་ལྷ་མཆོག་གིས་ཁྱེས་པ་ལས། འདོད་པའི་རྒྱས་ནི་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བར་  
ལྷུང་། །འདོད་ཆགས་ཀྱིས་ནི་ཡི་དྲགས་དུད་འགོར་འགྱུར། །ཞེས་སོགས་  
གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་(ལུས་ལ་སོགས་པའི་རོ་ལོ་གཙང་བར་བསམ་པ་)ལ་གཉིས།

དུར་ཁྲོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ལ་བལྟས་ཏེ་ཉེས་དམིགས་བསམ་པ་དང་།  
གསོན་བའི་ཆོས་ལ་སྦྱར་ཏེ་བསམ་པ་འོ། །

དང་པོ་(དུར་ཁྲོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ལ་བལྟས་ཏེ་ཉེས་དམིགས་བསམ་པ་)ལ་དུག །

རོ་ལྷུང་བར་བྱ་བའི་འབྲས་བུ་མེད་པ་དང་། མཐར་དུར་ཁྲོད་དུ་བོར་བ་  
ལས་མ་འདས་པ་དང་། རང་གཞན་གྱི་ལུས་སེར་སྒྲས་བསྐྱང་བ་མི་རིགས་པ་  
དང་། རྒྱན་གདགས་པར་མི་རིགས་པ་དང་། འེན་ཏུ་འཇིགས་པར་རིགས་པ་  
དང་། གོས་ཀྱིས་གཡོགས་པ་ལ་ཆགས་པར་མི་རིགས་སོ།།

དང་པོ་(རོ་ལྷུང་བར་བྱ་བའི་འབྲས་བུ་མེད་པ་)ནི།

པོ་ཉ་པོ་ཉ་མོ་ལ་སྟོན། །

གང་བྱེད་དུ་མར་གསོལ་བཏབ་ཅིང་། །

སྟོག་པ་རྣམས་སམ་གྲགས་མིན་ལའང་། །

གང་གི་དོན་དུ་མ་འཛེམས་པར། །

འཛིགས་པ་ལ་ཡང་བདག་ཁྱགས་ཤིང་། །

རྫས་ཀྱང་ཟད་པར་བྱས་གྱུར་ཏེ། །

ཕོ་ཉ་དང་ཕོ་ཉ་མོ་ལ་བྲིམ་ཐོབ་པ་གང་གི་ཕྱིར་ཏུ་བདག་ཆེ་གོ་མོ་དང་  
ལྷན་ཅིག་གནས་པར་གྱིས་ཞེས་ལན་དུ་མར་གསོལ་བ་བཏབ་ཅིང་། སྒྲིག་  
པ་རྣམས་སམ་གཏམ་ངན་གྱི་གྲགས་མིན་ལའང་བྱད་མེད་གང་གི་དོན་དུ་མ་  
འཛེམས་པར་བྱད་དུ་བསད་དེ་གཞོད་པ་ལ་སོགས་པའི་འཛིགས་པ་ལ་ཡང་  
བདག་ཁྱགས་ཤིང་དེའི་ཆེད་དུ་རྫས་ཀྱང་ཟད་པར་བྱས་པར་གྱུར་ཏེ།

གང་ལ་ཡོངས་སུ་འབྱུང་པས་ན། །

མཆོག་ཏུ་དགའ་འགྱུར་དེ་དག་ཉིད། །

ཀེང་རུས་ཉིད་ཡིན་གཞན་མིན་ན། །

རང་དབང་དང་ནི་བདག་མིན་ལ། །

རབ་ཏུ་འདོད་ཅིང་ཡོངས་ཞེན་ནས། །

ཅི་ཕྱིར་སྤྱད་ན་འདས་མི་འགྲོ། །

བྱད་མེད་གྱི་ལུས་གང་ལ་ཡོངས་སུ་འབྱུང་པས་ན་མཆོག་ཏུ་དགའ་  
ཞིང་ཆགས་པར་འགྱུར་བའི་ལུས་དེ་དག་ཉིད་ཀེང་རུས་ཉིད་ཡིན་གྱི་གཞན་  
མིན་ན་དང་ཕོ་ནས་རང་དབང་དུ་གྱུར་པ་དང་ནི་བདག་ཏུ་ཡོངས་སུ་བཟུང་

བ་ཡང་མིན་པ་ལ་དགོས་པ་རུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པར་རབ་ཏུ་འདོད་ཅིང་ཡོངས་  
སུ་ཞེན་ནས་ཅིའི་ཕྱིར་སྤྲོད་ལས་འདས་པར་མི་འགྲོ། འདོད་པ་སྤངས་ནས་  
ཐར་པའི་ལམ་ལ་བརྩོན་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(མཐར་དུར་ཁྱོད་དུ་སོང་བ་ལས་མ་འདས་པ་)ནི།

གང་ཞིག་དང་པོ་འབད་དེ་བཏེག།

དངས་ཀྱང་ངོ་ཆས་འོག་ཏུ་ལྷ།

སྟོན་ནི་མཐོང་ངམ་མ་མཐོང་ཡང་། །

གོས་ཀྱིས་གདོང་ནི་གཡོགས་པར་གྱུར། །

ཁྱོད་ཉོན་མོངས་པའི་གདོང་དེ་ནི། །

ད་ལྟ་མངོན་སུམ་གྱུར་པ་བཞིན། །

བྱ་ཆོད་ཀྱིས་བསལ་བྱས་མཐོང་ནས། །

ད་ལྟ་ཅི་ཕྱིར་འབྱེར་བར་བྱེད། །

བྱད་མེད་གང་ཞིག་དང་པོ་གསར་བའི་ཆེ་འབད་དེ་འདོད་པ་བཏེག་  
ནས་དངས་ཀྱང་ངོ་ཆ་བས་འོག་ཏུ་ལྷ་བར་བྱེད་ལ། དུར་ཁྱོད་དུ་སོང་བ་ལས་  
སྟོན་ནི་གཞན་ཀྱིས་མཐོང་ངམ་མ་མཐོང་ཡང་གོས་ཀྱིས་གདོང་ནི་གཡོགས་  
པར་གྱུར་པ་ལ་ཁྱོད་ཉོན་མོངས་ཤིང་ཆགས་པའི་གདོང་དེ་ནི་ད་ལྟ་མངོན་  
སུམ་དུ་གྱུར་པ་བཞིན་དུ། ཞི་བའི་ཆེ་དུར་ཁྱོད་དུ་བྱ་ཆོད་ཀྱིས་གོས་བསལ་

ཏེ་ཤིན་ཏུ་གསལ་བར་བྱས་པ་མཐོང་ནས་དེ་ལྟར་ཅིའི་ཕྱིར་འགྲོས་ཤིང་  
འབྱེར་བར་བྱེད་དེའི་ཆེ་ཡང་ཆགས་པར་རིགས་སོ།

གསུམ་པ་(རང་གཞན་གྱི་ལུས་སེར་སྣས་བསྐྱེད་བ་མི་རིགས་པ་)ནི།

གཞན་རྣམས་མིག་གིས་བལྟ་ན་ཡང་། །

གང་ཞིག་ཡོངས་སུ་བསྐྱེད་བྱུར་པ། །

ཇི་སྲིད་དེ་ནི་དེས་བ་ན། །

སེར་སྣ་ཅན་ཁྱོད་ཅིས་མི་བསྐྱེད་། །

ཁྱོད་གྱི་བྱད་མེད་ལ་སྐྱེས་པ་གཞན་རྣམས་མིག་གིས་བལྟ་ན་ཡང་  
མིག་སེར་གྱིས་གང་ཞིག་ཡོངས་སུ་བསྐྱེད་བར་བྱུར་བ་དེའི་ལུས་དེ་ནི་ཇི་  
སྲིད་དུ་བྱ་རྒྱུ་ལ་སོགས་པ་དེས་བ་ན་དེའི་ཆེ་སེར་སྣ་ཅན་ཁྱོད་ཅིས་མི་  
བསྐྱེད་ཆགས་ནས་བསྐྱེད་བར་རིགས་སོ། །

བཞི་པ་(རྒྱན་གདགས་པར་མི་རིགས་པ་)ནི།

ཤ་ཡི་ཕྱང་པོ་འདི་མཐོང་ནས། །

བྱ་རྒྱུ་དང་གཞན་བ་བྱེད་ན། །

གཞན་གྱི་བས་ལ་མེ་ཏོག་གི། །

སྤང་བ་ཅ་རྒྱན་རྒྱན་གྱིས་མཆོད། །

གཞན་ཡང་དུར་ཁྱོད་དུ་ཤེས་པོ་འདི་མཐོང་ནས་བྱ་རྒྱུ་དང་ཕ་

ལ་སོགས་པ་གཞན་ཡང་བ་བར་བྱེད་ན་བྱ་གྲོལ་ལ་སོགས་པ་གཞན་གྱིས་  
བས་ལ་མེ་ཉོག་གི་ཐེང་བ་དང་ཅན་དན་དང་གསེར་ལ་སོགས་པའི་རྒྱན་  
གྱིས་མཆོད་པར་ཅིའི་ཕྱིར་བྱེད། གསོན་པའི་ཆེ་ཡང་རྒྱན་གདགས་པར་མི་  
རིགས་སོ། །

ལྷ་པ་(ཞིན་དུ་འཛིགས་པར་རིགས་པ་)ནི།

རུས་གོང་ཉིད་དུ་མཐོང་ནས་ནི། །

མི་འགྲུལ་ཡང་ནི་ཁྱོད་སྐྱབ་ན། །

རོ་ལངས་བཞིན་དུ་འགའ་ཡིས་ཀྱང་། །

བསྐྱོད་པར་གྱུར་ན་ཅིས་མི་འཛིགས། །

དུར་ཁྱོད་དུ་གནས་པའི་ཆེ་རུས་གོང་ཉིད་དུ་མཐོང་ནས་ནི་མི་འགྲུལ་  
ཡང་ནི་ཁྱོད་སྐྱབ་པས་འགྲོས་ན། ད་ལྟ་གསོན་པའི་ཆེ་རོ་ལངས་བཞིན་དུ་དེ་  
ལྟར་སེམས་པའི་ཀུན་སྒྲོང་འགའ་ཡིས་ཀྱང་བསྐྱོད་པར་གྱུར་ན་སྟེ། དེ་ལྟར་  
བསམས་ནས་ཅིས་མི་འཛིགས་རོ་ལངས་བཞིན་དུ་འཛིགས་པར་རིགས་ཀྱི་  
ཆགས་པར་མི་རིགས་སོ། །

བྲུག་པ་(གོས་ཀྱིས་གཡོགས་པ་ལ་ཆགས་པར་མི་རིགས་)ནི།

གང་ལ་གཡོགས་ཀྱང་འདི་ཆགས་པ། །

དེ་མ་གཡོགས་ན་ཅིས་མི་འདོད། །

དེ་ལ་དགོས་པ་མེད་ན་ནི། །



གཡོགས་པ་ལ་ནི་ཅི་ཕྱིར་འབྱུང་། །

ལུས་གང་ལ་གོས་གཡོགས་གྲང་འདི་ལ་ཆགས་པ་ཁྱོད་དུར་ཁྱོད་དུ་  
བོར་བའི་ཆེ་དེ་མ་གཡོགས་ན་ཅིས་མི་འདོད་དེ་ལ་ཡང་འདོད་པར་བྱ་དགོས་  
སོ། །དུར་ཁྱོད་དུ་བོར་བ་དེ་ལ་དགོས་པ་མེད་ན་ནི་གོས་གཡོགས་པ་ལ་ཁྱོད་  
ཅིའི་ཕྱིར་འབྱུང་མི་གཙང་བར་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་(གསོན་བའི་ཆོས་ལ་སྦྱར་ཏེ་བསམ་པ་)ལ་གསུམ།

མི་གཙང་བར་མཛོན་སུམ་དུ་གྱུར་པས་ཆགས་པར་མི་རིགས་པ་དང་།  
རྟགས་ལས་ངེས་པས་ཆགས་པར་མི་རིགས་པ་དང་། ངེས་ན་གཙང་བར་  
ཞེན་པ་དགག་པའོ། །

དང་པོ་(མི་གཙང་བར་མཛོན་སུམ་དུ་གྱུར་པས་ཆགས་པར་མི་རིགས་པ་)ལ་ལྔ།

རིག་བྱ་ལ་ཆགས་པར་མི་རིགས་པ་དང་། གཙང་བར་རྟོག་པ་དགག་  
པ་དང་། ལུས་སེམས་སོ་སོར་ཆགས་པའི་གནས་མ་ཡིན་པ་དང་། ཉེས་པ་དེ་  
དག་རང་ལ་སྦྱར་ནས་བསམ་པ་དང་། དབྱིབས་ཆགས་པའི་གནས་མ་ཡིན་  
པའོ། །

དང་པོ་(རིག་བྱ་ལ་ཆགས་པར་མི་རིགས་པ་)ནི།

ཟས་ནི་གཅིག་ཤུ་ཉིད་ལས་ནི། །

བཤད་དང་ཁ་ཚུ་བྱུང་གྱུར་ན། །

དེ་ལས་བཤད་ལ་མི་དགའ་ཞིང་། །

ཁ་ཚུ་ལ་སྒྲིབ་ཅི་ཕྱིར་དགལ། །

བྱད་མེད་གྱི་ཁ་ཚུ་ལ་དགའོ་ཞེ་ན་གཉིས་ཀའི་རྒྱ་བས་ནི་གཅིག་ཕྱ་  
ཉིད་ལས་ནི་འབྲས་བུ་བཤད་གཅི་དང་ཁ་ཚུ་གཉིས་འབྲུང་བར་འབྲུར་ན་དེ་  
ལས་བཤད་པ་ལ་མི་དགའ་ཞིང་། ཁ་ཚུ་ལ་སྒྲིབ་ཅི་ཕྱིར་དགའ་རྒྱ་མི་གཙང་  
བ་ལས་བྱུང་བ་དང་འབྲས་བུ་མི་གཙང་བར་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཞིང་བལ་རེག་ན་འཇམ་པ་ཡི། །

སྤྲས་ལ་དགའ་བར་མི་བྱེད་པར། །

དྲིང་འཇག་པ་མ་ཡིན་ཞེས། །

འདོད་ལྡན་མིག་གཙང་བ་ལ་ཚོངས། །

ཞིང་བལ་རེག་ན་འཇམ་པ་ཡི་སྤྲས་ལ་ཡང་བྱད་མེད་གྱི་རེག་བྱ་ལྟར་  
དགའ་བར་མི་བྱེད་པར་བྱད་མེད་གྱི་ལྷས་ལ་འཇག་བཞིན་དུ་དྲིང་བ་འཇག་  
པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་འདོད་ལྡན་མི་གཙང་བ་ལ་གཙང་བར་ཚོངས་ནས་ཆགས་  
པར་བྱེད་དོ། །

འདོད་ལྡན་ངན་པ་ཚོངས་པ་རྣམས། །

ཞིང་བལ་རེག་ན་འཇམ་པ་ལའང་། །

ཉལ་པོ་བྱ་བར་མི་རྒྱས་ཞེས། །

དེ་ལ་སྒོ་བ་དག་ཏུ་བྱེད། །

འདོད་ལྡན་གྱི་སྐྱེ་བོ་ངན་པ་སྒྲིངས་པ་རྣམས་ཤིང་བལ་ལ་རེག་ན་  
འངས་པ་ལ་འདི་ལ་ཉལ་བོ་བྱ་བར་མི་རྒྱས་སོ་ཞེས་ཤིང་བལ་དེ་ལ་སྐྱོ་བ་དག་  
ཏུ་བྱེད་པས་སྤྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་ཞེན་པ་འབའ་ཞིག་ཡིན་པས་རེག་བྱ་ལ་ཆགས་  
པར་མི་རིགས་སོ། །

གཉིས་པ་(གཙང་བར་རྟོག་པ་དགག་པ་)ནི།

གལ་ཏེ་མི་གཙང་ཆགས་མེད་ན། །

རུས་གཟེབ་རྒྱས་པས་སྤྱེལ་བ་ལ། །

ཤ་ཡི་འདམ་གྱིས་ཞལ་ཞལ་བྱས། །

གཞན་སྤྱོད་ཅི་སྤྱིར་པར་དུ་འབྱུང། །

གལ་ཏེ་མི་གཙང་བ་ལ་ཆགས་པ་མེད་དོ་ཞེ་ན་རུས་པའི་གཟེབ་རྒྱས་  
པའི་བྱ་བས་སྤྱེལ་བ་ལ་ཤའི་འདམ་གྱིས་ཞལ་ཞལ་བྱས་པ་གཞན་བྱུང་མེད་  
ལ་སྤྱོད་ཅིའི་སྤྱིར་པར་དུ་འབྱུང། དེ་མི་རིགས་སོ། །

སྤྱོད་ཉིད་མི་གཙང་མང་ཡོད་པ། །

དེ་ཉིད་ལ་སྤྱོད་གཏན་སྤྱོད་ཅིང་། །

མི་གཙང་རྒྱལ་པ་གཞན་དག་ལའང་། །

མི་གཙང་བརྒྱམ་པས་འདོད་པར་བྱེད། །

གཞན་ཡང་སྤྱོད་ཉིད་ཀྱི་ལུས་མི་གཙང་བ་མང་བོ་ཡོད་པ་དེ་ཉིད་ལ་

སྟོན་ཏྲག་ཏུ་ལོངས་སྟོན་ཅིང་མི་གཙང་བའི་རྒྱལ་བ་གཞན་དག་ལ་འང་མི་  
གཙང་བ་ལ་སྟེན་ཅིང་བཞུགས་པས། རང་གི་ལུས་ཀྱིས་མཆིམ་པར་བྱད་མེད་  
ཀྱི་ལུས་ལ་ཅིའི་ཕྱིར་འདོད་པར་བྱེད་མི་རིགས་སོ། །

གསུམ་པ་(ལུས་སེམས་སོ་སོར་ཆགས་པའི་གནས་མ་ཡིན་པ་)ནི།

བདག་ནི་ཤ་འདི་ལ་དགའ་ཞེས། །

རེག་དང་བཟླ་བར་འདོད་ན་གོ། །

སེམས་མེད་པ་ཡི་རང་བཞིན་གྱི། །

ཤ་ནི་སྟོན་གོ་ངེ་ལྟར་འདོད། །

བདག་ནི་ཤིང་བལ་གྱི་རེག་བྱ་ལ་མི་དགའི་གཞན་གྱི་ལུས་ཀྱི་ཤ་འདི་  
ལ་དགའ་ཞེས་རེག་པ་དང་བཟླ་བར་འདོད་ན་ཁོ་འདོད་ན་ནི་སེམས་མེད་པའི་  
རང་བཞིན་གྱི་ཤི་བའི་ཤ་ནི་སྟོན་གོ་ཅིས་མི་འདོད་འདོད་པར་བྱ་དགོས་ན་དེ་  
ལྟར་མི་བྱེད་པས་ལུས་ལ་ཆགས་པར་མི་རིགས་སོ། །

འདོད་པའི་སེམས་གང་ཡིན་པ་དེ། །

རེག་དང་བཟླ་བར་མི་རུས་ལ། །

གང་ཞིག་རུས་དེ་ཤེས་པ་མིན། །

དོན་མེད་འབྱུང་དེས་ཅི་ཞིག་བྱ། །

གཞན་གྱི་སེམས་ལ་ཆགས་སོ་ཞེ་ན་སྟོན་འདོད་པའི་སེམས་གང་

ཡིན་པ་དེ་རིག་པ་དང་ལྟ་བར་མི་རྒྱས་ལ། གང་ཞིག་རིག་པ་དེ་ཤེས་པ་མིན་  
བས་དོན་མེད་པའི་ལུས་ལ་འབྱུང་ཅིང་ཆགས་པ་དེས་ཅི་ཞིག་བྱ་ཅུང་བད་  
ཀྱང་མི་པན་བས་ཆགས་པར་མི་རིགས་སོ། །

བཞི་པ་(ཉིས་པ་དེ་དག་རང་ལ་སྐྱར་ནས་བསམ་པ་)ནི།

མི་གཙང་རང་བཞིན་གཞན་གྱི་ལུས། །

མི་རྟོགས་ངོ་མཆར་མི་ཆེ་ཡི། །

རང་ཉིད་མི་གཙང་ཉིད་ཡིན་པར། །

རྟོགས་པར་མི་འགྱུར་ངོ་མཆར་ཆེ། །

གཞན་ཡང་མི་གཙང་བའི་རང་བཞིན་དུ་གྱུར་པའི་སྐྱེ་བོ་གཞན་གྱི་  
ལུས་མི་རྟོགས་པ་ངོ་མཆར་མི་ཆེ་ཡི། དུས་རྒྱུན་དུ་མི་གཙང་བ་འཛིག་པ་  
རང་ཉིད་མི་གཙང་བ་ཉིད་ཡིན་པར་རྟོགས་པར་མི་འགྱུར་བ་ངོ་མཆར་ཆེ་  
ཞེས་པ་བསྟིང་ཆིག་སྟེ། མི་གཙང་བར་ཤེས་ནས་ཆགས་པ་དགག་པར་བྱའོ།

ལྷ་པ་(དབྱིབས་ཆགས་པའི་གནས་མ་ཡིན་པ་)ནི།

སྤྲིན་བལ་ཉི་ཟེར་གྱིས་སྤྱེ་བའི། །

བརྒྱ་གཞོན་རུ་སྤངས་ནས་ནི། །

མི་གཙང་ཞེན་པའི་སེམས་གྱིས་ནི། །

མི་གཙང་གཟེབ་ལ་ཅི་སྤྱིར་དགལ། །

སྒྲིབ་དང་བྲལ་བའི་ཉི་ཟེར་གྱིས་སྤྱེ་བའི་བདམ་གཞོན་རྒྱལ་དེ་དག་  
ཆང་ན་དེ་སྤངས་ནས་ནི་མི་གཙང་བ་ལ་ཞེན་པའི་སེམས་གྱིས་ནི་མི་གཙང་  
བའི་གཟེབ་ལ་ཅིའི་སྤྱིར་དགལ། དགའ་བར་མི་རིགས་པས་དབྱིབས་ལ་ཡང་  
ཆགས་པར་མི་རིགས་སོ། །

གཉིས་པ་(རྟགས་ལས་ངེས་པས་ཆགས་པར་མི་རིགས་པ་)ལ་བཞི།

མི་གཙང་བའི་འབྲུང་ཁུངས་ཡིན་པས་མི་གཙང་བར་བསམ་པ་དང་།  
དེའི་འབྲས་བྱ་ཡིན་པས་མི་གཙང་བར་བསམ་པ་དང་། ལྷས་མི་གཙང་བ་  
དཔེས་བསྟན་པ་དང་། རང་གི་ལྷས་མི་གཙང་བར་བསམ་པའོ། །

དང་པོ་(མི་གཙང་བའི་འབྲུང་ཁུངས་ཡིན་པས་མི་གཙང་བར་བསམ་པ་)ནི།

ས་སྤྱོགས་མི་གཙང་གྱིས་གོས་པ། །

གལ་ཏེ་རིག་པར་མི་འདོད་ན། །

གང་ལས་དེ་ནི་བྱུང་བ་ཡི། །

ལྷས་ལ་ཇི་ལྟར་བྱོད་རིག་འདོད། །

གཞན་ཡང་ས་སྤྱོགས་མི་གཙང་བ་ངན་སྐྱབས་སོགས་དག་གིས་  
གོས་པ་ལ་གལ་ཏེ་རིག་པར་མི་འདོད་ན་ལྷས་གང་ལས་མི་གཙང་བ་དེ་ནི་  
བྱུང་བ་ཡི་ལྷས་ལ་ཇི་ལྟར་བྱོད་རིག་པར་འདོད་འདོད་པར་མི་རིགས་སོ། །

གཉིས་པ་(དེའི་འབྲས་བྱ་ཡིན་པས་མི་གཙང་བར་བསམ་པ་)ནི།

གལ་ཏེ་མི་གཙང་ཆགས་མེད་ན། །

མི་གཙང་ཞིང་ལས་བྱང་གྱར་ཅིང་། །

དེ་ཡི་ས་བོན་དེས་བསྐྱེད་པ། །

གཞན་ཁྱོད་ཅི་ཕྱིར་པང་དུ་འབྱུང། །

གལ་ཏེ་མི་གཙང་བ་ལ་ཆགས་པ་མེད་ན་མི་གཙང་བའི་ཞིང་མའི་  
མངལ་ལས་བྱང་བར་གྱར་ཅིང་། མངལ་དེའི་ས་བོན་པ་མའི་སྤྲུལ་གཤམ་དེས་  
བསྐྱེད་པའི་ལུས་གཞན་ཁྱོད་ལ་ཅིའི་ཕྱིར་པང་དུ་འབྱུང་ཅིང་ཆགས་པར་  
བྱེད་མི་རིགས་སོ། །

གསུམ་པ་(ལུས་མི་གཙང་བ་དཔེས་བསྟན་)ནི།

མི་གཙང་ལས་བྱང་མི་གཙང་སྤྲིན། །

ཅུང་དུ་ཡང་ཁྱོད་འདོད་མི་བྱེད་ལ། །

མི་གཙང་མང་གི་རང་བཞིན་ལུས། །

མི་གཙང་སྐྱེས་པའང་འདོད་པར་བྱེད། །

ཁྱོད་ནི་རང་ཉིད་མི་གཙང་ལ། །

སྤོང་མི་བྱེད་པར་མ་ཟད་ཀྱི། །

མི་གཙང་རྒྱལ་པ་མི་གཙང་ལ། །

བརྟམ་པས་གཞན་ཡང་འདོད་པར་བྱེད། །

གཞན་ཡང་ཁྱོད་མི་གཙང་བ་ལས་བྱང་བའི་མི་གཙང་བའི་སྤྲིན་བྱ་



ཆུང་དུའང་བྲོད་འདོད་པར་མི་བྱེད་ལ། མི་གཙང་བ་མང་པོའི་རང་བཞིན་གྱི་  
ལུས་མི་གཙང་བའི་རྩ་ས་སྤུམ་ཅུ་ཅ་དུག་གི་རང་བཞིན་ལས་སྐྱེས་པའང་ངེ་  
ལྟར་འདོད་པར་བྱེད། བྲོད་ནི་རང་གི་མི་གཙང་བ་ལ་སྒྲོད་པར་མི་བྱེད་པར་  
མ་བཟད་གྱི་མི་གཙང་བའི་རྒྱལ་པ་མི་གཙང་བ་ལ་བརྟམ་པས་མི་གཙང་བའི་  
ཕུང་པོ་གཞན་ཡང་འདོད་པར་བྱེད་པ་འདི་ནི་མི་རིགས་སོ། །

བཞི་པ་(རང་གི་ལུས་མི་གཙང་བར་བསམ་པ་)ལ་གཉིས།

ལུས་མི་གཙང་བར་བསམ་པ་དང་། དེ་ལ་ཆགས་ན་དུར་བྲོད་གྱི་ལུས་  
ལའང་ཆགས་པར་རིགས་པའོ། །

དང་པོ་(ལུས་མི་གཙང་བར་བསམ་པ་)ནི།

ག་ཕུར་ལ་སོགས་ཡིད་འོང་དང་། །

འབྲས་ཆན་དག་གམ་ཆོད་མའང་རུང་། །

ཁར་བརྟུག་སྒྲིབ་ཕུང་ནས་བོར་བ་ཡིས། །

ས་ཡང་མི་གཙང་བཙོག་པར་འགྱུར། །

ག་ཕུར་ལ་སོགས་པ་སྒྲན་ཡིད་འོང་དང་འབྲས་ཆན་དག་གམ་སྒྲེ་ལ་  
སོགས་པའི་ཆོད་མའང་རུང་། ཁར་བརྟུག་སྒྲིབ་ཕུང་ནས་བོར་བ་ཡིས་ས་  
ཡང་མི་གཙང་བས་བཙོག་པར་བྱེད་པར་འགྱུར་བས་ཆགས་པར་མི་རིགས་  
སོ། །

གཉིས་པ་(དེ་ལ་ཆགས་ན་དུར་ཁྱོད་ཀྱི་ལུས་ལ་ཡང་ཆགས་པར་རིགས་པ་)ནི།

གལ་ཏེ་མི་གཙང་འདི་འདྲ་བ། །

མངོན་སུམ་གྱུར་ཀྱང་ཐེ་ཆོམ་ན། །

དུར་ཁྱོད་དག་ཏུ་བོར་བའི་ལུས། །

མི་གཙང་གཞན་ཡང་བལྟ་བར་གྱིས། །

གལ་ཏེ་ད་ལྟར་གྱི་ལུས་མི་གཙང་བ་འདི་འདྲ་བ་མངོན་སུམ་དུ་གྱུར་  
ཀྱང་གཙང་ངམ་སྟམ་དུ། ཐེ་ཆོམ་ཟ་ན་དུར་ཁྱོད་དག་ཏུ་བོར་བའི་ལུས་མི་  
གཙང་བ་གཞན་ཡང་བལྟ་བར་གྱིས་དང་།

གང་ལས་པགས་པའི་ཁ་ཕྱེ་ན། །

འཛིགས་པ་ཆེན་པོ་སྐྱེ་འགྱུར་བར། །

ཤེས་ཀྱང་ངེ་ལྟར་དེ་ཉིད་ལ། །

ཕྱིར་ཞིང་དགའ་བ་སྐྱེ་བར་འགྱུར། །

ལུས་གང་ལས་པགས་པའི་ཁ་ཕྱེ་ན་འཛིགས་པ་ཆེན་པོ་སྐྱེ་བར་  
འགྱུར་བར་ཤེས་ཀྱང་ངེ་ལྟར་རང་དང་བྱད་མེད་ཀྱི་ལུས་དེ་ཉིད་ལ་ཕྱིར་ཞིང་  
ཡང་དང་ཡང་དུ་དགའ་བ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་མི་རིགས་པས། དུར་ཁྱོད་ཀྱི་རོ་  
དང་མཚུངས་པར་བསམས་ནས་ཆགས་པ་སྤང་བར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(དེས་ན་གཙང་བར་ཞེན་པ་དགག་པ་)ལ་གསུམ།  
བཙེས་མའི་རྒྱན་གྱིས་ལྷས་གཙང་བར་མི་རྒྱས་པ་དང་། ལྷས་འཛིག་  
པའི་རང་བཞིན་ལས་མ་འདས་པ་དང་། ཡིད་འབྱུང་བའི་གནས་སུ་བསམ་  
པའོ། །

དང་པོ་(བཙེས་མའི་རྒྱན་གྱིས་ལྷས་གཙང་བར་མི་རྒྱས་པ་)ལ་གཉིས།  
ལྷས་མི་གཙང་བ་ཙན་དན་སོགས་ཀྱི་ངེས་གཙང་བར་བྱེད་མི་རྒྱས་  
པ་དང་། འབྲེལ་མེད་ཀྱི་ངེས་གཞན་ལ་ཆགས་པའི་རྒྱ་མཚན་དུ་མི་རུང་བའོ། །

དང་པོ་(ལྷས་མི་གཙང་བ་ཙན་དན་སོགས་ཀྱི་ངེས་གཙང་བར་བྱེད་མི་རྒྱས་པ་)ནི།  
ལྷས་མི་གཙང་བར་གྱུར་ཀྱང་ཙན་དན་ལ་སོགས་པའི་ངེས་ཞིམ་པོ་  
བསྐྱས་པས་འདོད་པར་རིགས་སོ་ཞེ་ན།

ལྷས་ལ་བསྐྱས་པའི་ངེས་དེ་ཡང་། །

ཙན་སོགས་ཡིན་གཞན་མ་ཡིན། །

གཞན་གྱི་ངེས་གཞན་དག་ལ། །

ཅི་ཡི་བྱུར་ན་ཆགས་པར་བྱེད། །

གལ་ཏེ་རང་བཞིན་ངེས་པས། །

འདི་ལ་མ་ཆགས་ལེགས་མིན་ནམ། །

ལྷས་ལ་བསྐྱས་པའི་ངེས་དེ་ཡང་ག་བྱུར་དང་ཙན་དན་སོགས་ཀྱི་ཡིན་  
ལ། གཞན་ལྷས་ཀྱི་མ་ཡིན་ན་འབྲེལ་མེད་གཞན་གྱི་ངེས་ལྷས་གཞན་དག་

ལ་རྒྱ་མཚན་ཅིའི་ཕྱིར་ན་ཆགས་པར་བྱེད། གལ་ཏེ་ལུས་ཀྱི་རང་བཞིན་དེ་  
ང་བས་འདི་ལ་མ་ཆགས་ན་ལེགས་པ་མིན་ནམ་ལུས་ལ་ཆགས་པས་སྟུག་  
བསྐྱེད་ཀྱི་མཆོད་ཀྱི་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་(འབྲེལ་མེད་ཀྱི་དེ་གཞན་ལ་ཆགས་པའི་རྒྱ་མཚན་དུ་མི་རུང་བ་)ནི།

འཇིག་རྟེན་དོན་མེད་སྟེག་པ་དག །

རི་སྟེ་དེ་ལ་དེ་ཞིམ་སྟུད། །

འོན་ཏེ་དེ་ཞིམ་ཅ་རྒྱན་ནི། །

ལུས་ལ་འདིར་ནི་ཅི་ཞིག་བྱུང་། །

གཞན་ཀྱི་དེ་ཡིས་གཞན་དག་ལ། །

ཅི་ཡི་ཕྱིར་ན་ཆགས་པར་བྱེད། །

འཇིག་རྟེན་དོན་མེད་པ་ལ་སྟེད་པ་དག་ལུས་ལ་ཆགས་པ་ཆེད་དུ་རི་  
སྟེ་ལུས་དེ་ལ་ཅན་དན་ལ་སོགས་པའི་དེ་ཞིམ་པོ་སྟུད་པར་བྱེད། འོན་ཏེ་དེ་  
ཞིམ་པོ་དེ་ཅན་དན་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡིན་ན་ལུས་ལ་འདིར་ནི་དེའི་ཡོན་ཏན་ཅི་  
ཞིག་བྱུང་། ཅི་ཡང་མེད་པས་གཞན་ཀྱི་དེ་ཡིས་གཞན་དག་ལ་ཅིའི་ཕྱིར་ན་  
ཆགས་པར་བྱེད་མི་རིགས་སོ། །

གཉིས་པ་(ལུས་འཇིག་པའི་རང་བཞིན་ལས་མ་འདས་པ་)ནི།

གལ་ཏེ་སྐྱ་དང་སེན་མོ་སོགས་ཀྱི་དོར་བྱས་པས་མཛེས་ཤིང་འདོད་  
པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།

གལ་ཏེ་སྐྱ་སེན་རིང་བ་དང་། །  
སོ་སྐྱ་བྱིར་བཅས་འདམ་གྱི་བྱིས། །  
བསྐྱོས་པས་ལུས་ཀྱི་རང་བཞིན་ནི། །  
གཅེར་བྱ་འཇིགས་པ་ཉིད་ཡིན་ན། །  
རང་ལ་གཞོད་པའི་མཆོན་བཞིན་དུ། །  
དེ་འབད་ཅི་ཕྱིར་བྱེད་ཅིང་བྱེད། །

སྐྱ་སེན་རིང་བ་དང་སོ་སྐྱ་ཞིང་བྱི་མ་དང་བཅས་པའི་འདམ་གྱི་བྱིས་  
བསྐྱོས་པས་ལུས་ཀྱི་རང་བཞིན་ནི་གཅེར་བྱ་འཇིགས་པ་ཉིད་ཡིན་ན། རང་  
གཞོད་པར་བྱེད་པ་རང་ལ་གཞོད་པའི་མཆོན་བཞིན་དུ་དེ་འབད་པས་ཅིའི་  
ཕྱིར་བྱེད་ཅིང་བྱེད་མི་རིགས་སོ། །

གསུམ་པ་(ཡིད་འབྱུང་བའི་གནས་སུ་བསམ་པ་)ནི།

བདག་ལ་སྤྲོད་པའི་འབད་པ་ཡིས། །  
སྒྲིབ་པས་ས་འདི་ཀྱན་ཏུ་འབྲུགས། །  
རུས་གོང་འབའ་ཞིག་མཐོང་ནས་ནི། །  
དུར་ཁྲོད་དུ་ནི་ཡིད་འབྱུང་ན། །  
གཡོ་བའི་རུས་གོང་གིས་བྲབ་པའི། །  
གོང་གི་དུར་ཁྲོད་ལ་དགའ་འཇ། །

དེས་ན་སྐྱེ་བོ་རྣམས་བདག་ལ་སྒྲིངས་པའི་འབད་བ་ཡིས་ཉོན་མོངས་  
བས་རྒྱུད་འབྲུལ་པའི་སྐྱོས་བས་ས་འདི་ཀུན་ཏུ་འབྲུགས་པ་སྟེ། གང་ཞིང་  
བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །དུར་ཁྱོད་དུ་རུས་གོང་འབའ་ཞིག་མཐོང་ནས་ནི་ལུས་ལ་  
དུར་ཁྱོད་དུ་ནི་ཡིད་འབྱུང་ན་ཀུན་སྒྲིང་གི་དབང་གིས་འབྲུལ་ཞིང་གཡོ་བའི་  
རུས་གོང་གིས་བྱུང་བའི་གྲོང་གི་དུར་ཁྱོད་ལ་དགའ་བ་འཇ་དགའ་བར་མི་  
རིགས་སོ། །

གསུམ་པ་(མི་འདོད་པ་དུ་མ་བསྐྱེད་པ་བསམ་པ་)ལ་གཉིས།

བསྟན་པ་དང་། བཤད་པ་ལོ། །

དང་པོ་(བསྟན་པ་)ནི།

དེ་ལྟར་མི་གཙང་གྱུར་པ་དེ། །

རིན་མེད་པར་ནི་མི་ཆེད་དོ། །

དེ་དོན་བསྐྱབས་བས་ཤེས་པ་དང་། །

དཔྱུལ་ལ་སོགས་པའི་གཞོད་པར་འགྱུར། །

དེ་ལྟར་མི་གཙང་བར་གྱུར་པ་བྱུང་མེད་ཀྱི་ལུས་དེའང་ནོར་ལ་སོགས་  
པའི་རིན་མེད་པར་ནི་མི་ཆེད་དོ། །དེ་དང་རང་གི་ལུས་ལ་སོགས་པའི་དོན་  
དུ་ནོར་བསྐྱབས་བས་ཆེ་འདིར་ངལ་དུ་བ་ཀྱིས་ཤེས་པ་དང་། ཆེ་སྤྱི་མར་  
དཔྱུལ་བ་ལ་སོགས་པའི་གཞོད་པར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་(བཞད་པ་)ལ་གཉིས།  
འདོད་པའི་དོན་མི་ཐོབ་པ་དང་། མི་འདོད་པ་དུ་མའི་སྒྲིན་དང་འགྲེལ་  
པའོ། །

དང་པོ་(འདོད་པའི་དོན་མི་ཐོབ་པ་)ལ་བཞི།  
འདོད་པ་བསྟེན་པའི་སྐབས་མེད་པ་དང་། ངལ་བའི་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱིས་  
འདོད་པ་བསྟེན་མི་རུས་པ་དང་། དུལ་གྱིས་བསྐྱལ་པས་འདོད་པའི་དོན་དང་  
ཐུང་དཀའ་བ་དང་། གཞན་གྱི་དབང་དུ་གྱུར་པས་མི་འདོད་པ་དུ་མ་ཐོབ་པའོ།

དང་པོ་(འདོད་པ་བསྟེན་པའི་སྐབས་མེད་པ་)ནི།

བྱིས་པ་ནོར་སྤེལ་མི་རུས་པས། །

དར་ལ་བབ་ན་འདི་ཅི་བདེ། །

ནོར་སོགས་པ་ཡིས་ཆེ་ག་ཏུགས་ན། །

གས་ནས་འདོད་པས་ཅི་ཞིག་བྱ། །

བྱིས་པ་གཞོན་རྒྱའི་དུས་སུ་བྱད་མེད་ཉིད་པའི་དོན་དུ་ནོར་སྤེལ་མི་  
རུས་པས་དར་ལ་བབ་པ་ན་དེ་མི་ཉིད་པས་ལོངས་སྒྲིང་འདིས་ཅི་བདེ། དར་  
ལ་བབ་པའི་ཆེ་ནོར་གསོག་པ་ཡིས་ཆེ་ག་ཏུགས་པར་གྱུར་ན་ལུས་གས་ནས་  
འདོད་པས་ཅི་ཞིག་བྱ་བསྟེན་པར་མི་རུས་སོ། །

གཉིས་པ་(ངལ་བའི་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱིས་འདོད་པ་བསྟེན་མི་རུས་པ་)ནི།

འདོད་ལྡན་ངན་པ་ཁ་ཅིག་ནི། །



ཉིན་རངས་ལས་གྲིས་ཡོངས་དུབ་སྟེ། །

བྲིམ་དུ་འོངས་ནས་ཆད་པའི་ལུས། །

རོ་དང་འབྲ་བར་ཉལ་བར་བྱེད། །

འདོད་ལྡན་བྲན་ལ་སོགས་པ་ངན་པ་ཁ་ཅིག་ནི་ཉིན་རངས་ལས་གྲིས་  
ལུས་ཡོངས་སུ་དུབ་སྟེ་མཆན་མོ་བྲིམ་དུ་འོངས་ནས་ཆད་པའི་ལུས་རོ་དང་  
འབྲ་བར་ཉལ་བར་བྱེད་པས། འདོད་པ་མི་བྲན་ཅིང་བསྟེན་མི་རུས་སོ། །

གསུམ་པ་(ཡུལ་གྲིས་བསྐྱལ་པས་འདོད་པའི་དོན་དང་སྤང་དགའ་བ་)ནི།

ཁ་ཅིག་བྱེད་སུ་བགྱོད་ཉོན་མོངས་དང་། །

རིང་དུ་སོང་བའི་སྐྱག་བསྐྱལ་ཅན། །

བྱ་སྤང་འདོད་བཞིན་བྱ་སྤང་ནམས། །

ཁྱུད་འཁོར་ལོས་ཀྱང་མཐོང་མི་འགྱུར། །

ཁ་ཅིག་བྱེད་སུ་བགྱོད་པའི་ཉོན་མོངས་པ་དང་། རང་གི་ཡུལ་ལས་  
རིང་དུ་སོང་བའི་སྐྱག་བསྐྱལ་ཅན་དག་བྱད་མེད་དང་སྤང་པར་འདོད་བཞིན་  
དུ་བྱད་མེད་ནམས་ཡུན་རིང་པོ་འཁྱུད་འཁོར་ལོས་ཀྱང་མཐོང་བར་མི་འགྱུར་  
ན། འདོད་པ་བསྟེན་པ་ལྟ་ཅི་སྟོས།

བཞི་པ་(གཞན་གྱི་དབང་དུ་གྱུར་པས་མི་འདོད་པ་དུ་མ་ཐོབ་པ་)ནི།

བདག་ལ་ཕན་འདོད་ནམ་མོངས་པས། །

གང་དོན་ཉིད་དུ་བཅོང་བ་ཡང་། །

དེ་མ་ཐོབ་པར་དོན་མེད་པའི། །

གཞན་གྱི་ལས་གྱི་རྒྱུ་གིས་བདས། །

བདག་ལ་པན་པར་འདོད་པ་རྣམས་དེའི་ཐབས་ལ་མྱོངས་པས་རྙེད་པ་  
སོགས་གང་གི་དོན་ཉིད་དུ་རང་གི་ལུས་བཅོངས་པ་ཡང་སྤྲ་ཅན་དེ་མ་ཐོབ་  
པར་རང་ལ་པན་པའི་དོན་མེད་པའི་གཞན་གྱི་ལས་གྱི་རྒྱུ་གིས་རང་དབང་  
མེད་པར་བདས་ནས། འདི་ཕྱི་གཉིས་ཀར་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཕྱིར་ཞིང་འདོད་པའི་  
དོན་ཐོབ་པར་མི་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་(མི་འདོད་པ་དུ་མའི་སྒྲིབ་དང་འགྲེལ་བ་)ལ་ལྟ།

རང་དབང་མེད་ཅིང་སྦྱར་དུ་སློག་འདོར་བ་དང་། གཞན་གྱི་དབང་  
དུ་གྱུར་ཅིང་སྤྲུག་བསྐྱེད་སྒྲིབ་ཆོགས་དང་རྒྱན་དུ་འགྲེལ་བ་དང་། ཐར་བ་ལ་  
གོགས་བྱེད་ཅིང་དལ་འབྱོར་ཆུད་གསོན་པ་དང་། ཉེས་དམིགས་པས་མས་  
ནས་ཐར་བ་དོན་གཉིར་གྱི་སྒྲོ་བསྐྱེད་པ་དང་། འདོད་པ་ལ་ཆགས་པ་ཉེས་  
དམིགས་ཀྱན་གྱི་འབྱུང་ཁུངས་སུ་བསམ་པའོ། །

དང་པོ་(རང་དབང་མེད་ཅིང་སྦྱར་དུ་སློག་འདོར་བ་)ནི།

ལ་ལ་རང་གི་ལུས་བཅོང་ཞིང་། །

དབང་མེད་གཞན་གྱིས་བཞོལ་གྱུར་ཏེ། །

རྒྱུ་མ་དག་ཀྱང་བྱ་བྱུང་ན། །

ཞིང་བྱང་དགོན་པར་བབ་བབ་འབྱུང་། །

སྐྱེས་བྱ་ལ་ལ་རང་གི་ལུས་བྲན་དུ་བཅོངས་ཞིང་དབང་མེད་གཞན་  
གྱིས་བཀོལ་བར་གྱུར་ཏེ། དེར་ཆུང་མ་དག་གྱང་བྱ་བྱང་ན་རང་གི་ཁྱིམ་མེད་  
པས་ཞིང་བྱང་ངམ་དགོན་པ་གང་བབ་བབ་དུ་འབྱུང་ཞིང་བཅའ་བར་བྱེད་  
དགོས་པ་དང་།

འདོད་པས་བསྐྱས་པའི་སྒྲེན་པ་དག །

འཆོ་འདོད་འཆོ་བར་བྱའོ་ཞེས། །

སློག་སྟོར་དོགས་བཞིན་གཡུལ་དུ་འཇུག །

ཁེ་སྤྱོད་བྲན་དུ་འགོ་བར་བྱེད། །

འདོད་པས་བསྐྱས་པའི་སྒྲེན་པ་དག་སློག་ཡུན་རིང་དུ་འཆོ་འདོད་པས་  
ཉིད་པས་འཆོ་བར་བྱའོ་ཞེས་ཉིད་པའི་ཆེད་དུ། སློག་སྟོར་དོགས་བཞིན་དུ་  
གཡུལ་དུ་འཇུག་པར་བྱེད་དོ། །རང་ལ་ཁེ་བཅའ་བའི་སྤྱོད་བྲན་དུ་འགོ་བར་  
བྱེད་པས་སྤྱག་བསྐྱེད་སྒྲུ་ཆོགས་སྤྱོད་བར་བྱེད་དོ། །

གཉིས་པ་(གཞན་གྱི་དབང་དུ་གྱུར་ཅིང་སྤྱག་བསྐྱེད་སྒྲུ་ཆོགས་དང་རྒྱན་དུ་འབྲེལ་པ་)ནི།

འདོད་ལྡན་ལ་ལ་ལུས་གྱང་བཅད། །

ཁ་ཅིག་གསལ་ཞིང་ཆེ་ལ་བཅུགས། །

ཁ་ཅིག་མདུང་བྱང་དག་གིས་བསྐྱུན། །

ཁ་ཅིག་བསྐྱེགས་པ་དག་ཀྱང་སྤང་། །

བསགས་དང་བསྐྱུང་དང་བརྒྱག་པའི་གདུང་བ་ཡིས། །

ནོར་ནི་ཡུང་ཁྲོལ་མཐའ་ཡས་ཤེས་པར་བྱ། །

འདོད་པའི་ཆེད་དུ་འདོད་ལྡན་ལ་ལ་ལུས་བཅད་པ་དང་། ཁ་ཅིག་  
རྒྱལ་པོའི་ཆད་པས་གསལ་ཤིང་གི་ཅེ་ལ་བཙུགས་པ་དང་། ཁ་ཅིག་མདུད་  
ཐུང་དང་རལ་གྱི་ལ་སོགས་པ་དག་གིས་བསྐྱུན་ཅིང་ཁ་ཅིག་ནན་གྱིས་མེར་  
བསྐྱེགས་པ་དག་ཀྱང་སྤང་དོ། ། རྟོར་བསག་པ་དང་བསྐྱུང་བ་དང་ཐ་མར་  
བརྒྱག་པའི་གདུང་བ་མིན་ནོར་ནི་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་ཁུང་ཁྲོལ་མཐའ་ཡས་  
པའི་ཅུ་བར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(ཐར་པ་ལ་གོགས་བྱེད་ཅིང་དལ་འབྱོར་ཚུད་གསོན་པ་)ནི།

ནོར་ལ་ཆགས་པས་གཡེངས་པར་གྱུར་པ་རྣམས། །

སྤོང་པའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལས་གྲོལ་སྐྱབས་མེད་དོ། །

འདོད་ལྡན་རྣམས་ལ་དེ་ལ་སོགས། །

ཉེས་དམིགས་མང་ལ་མཐོག་ཚུང་སྟེ། །

ཤིང་རྩ་འབྲེན་པའི་སྤྱགས་དག་གིས། །

རྩ་ནི་ཁམ་འགའ་ཐོས་པ་བཞིན། །

ནོར་ལ་ཆགས་པས་ཡུལ་སྤྱོད་ཆོགས་ལ་ཡིད་གཡེངས་པར་གྱུར་པ་

རྣམས་ལས་གྱི་དབང་གིས་ཡང་དང་ཡང་དུ་འཁོར་བར་སྐྱེ་བས། སྲིད་པའི་  
སྤྱག་བསྐྱེལ་ལས་གྲོལ་ནས་ཐར་པ་ཐོབ་པའི་སྐབས་མེད་དོ། །ཆེ་འདི་ཙམ་  
གྱི་ཆེད་དུ་འདོད་པ་ལ་སྲིད་པའི་འདོད་ལྡན་རྣམས་ལ་སྤར་བ་ཤད་པའི་སྤྱག་  
བསྐྱེལ་དེ་ལ་སོགས་པ་ཉེས་དམིགས་མང་ལ། བདེ་བའི་མཐོག་ཆུང་སྟེ་  
དཔེར་ན་ཤིང་ཏྱ་འབྲེན་པའི་ཕྱགས་དག་གིས་འགྲོ་བཞིན་དུ་རྩ་མི་ཁམ་འགའ་  
ཐོས་པ་བཞིན་རོ། །

ཕྱགས་གྱིས་བསྐྱབས་ནའང་མི་དགོན་པའི། །

མཐོག་ཆུང་གང་ཡིན་དེ་དོན་དུ། །

དལ་འབྱོར་ཕུན་སུམ་རྙེད་དཀའ་འདི། །

ལས་གྱིས་མནར་བ་རྣམས་གྱིས་བཅོམ། །

ཆེ་འདི་ཙམ་གྱི་དོན་དུ་བདེ་བ་བསྐྱབ་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེལ་སེལ་བ་མི་  
ལས་དུད་འགྲོ་སྟོབས་ཆེ་བ་ཡང་ཡོད་པས་ཕྱགས་གྱིས་བསྐྱབས་ནའང་མི་  
དགོན་པའི་ཆེ་འདིའི་བདེ་བ་ཤིན་ཏུ་མཐོག་ཆུང་བ་གང་ཡིན་པ་དེའི་དོན་དུ།  
དལ་འབྱོར་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པས་རྙེད་ན་དོན་ཆེ་ཞིང་རྙེད་དཀའ་བ་འདི་ཕྱིན་  
ཅི་ལོག་གི་ཡུལ་ལ་སྲིད་པའི་ལས་གྱིས་མནར་བ་རྣམས་གྱིས་བཅོམ་ཞིང་  
ཆུད་གསོན་པས། ཉེས་དམིགས་དེ་དག་བསམས་ཏེ། དལ་འབྱོར་གྱི་རྟེན་ལ་  
སྟོང་པོ་ལེན་པ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །

བཞི་པ་(ཉེས་དམིགས་པས་མས་ནས་ཐར་པ་དོན་གཉེར་གྱི་སྒོ་བསྐྱེད་པ་)ནི།

འདོད་པ་ངེས་པར་འཇིག་འགྱུར་ཞིང་། །

དཔྱུལ་ལ་སོགས་པར་ལྷུང་བྱེད་པ། །

ཆེན་པོ་མིན་ཕྱིར་དུས་ཀྱན་དུ། །

དུབ་པའི་ཆེགས་ཆུང་གང་ཡིན་པ། །

དེ་ཡི་བྱེ་བའི་ཆ་ཙམ་གྱི། །

ཆེགས་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་ཉིད་འབྱུང་ན། །

འདོད་ལྡན་བྱང་ཆུབ་སྟོན་པ་བས། །

སྐྱག་བསྐྱེལ་ཆེ་ལ་བྱང་ཆུབ་མེད། །

རྒྱལ་སྤྱིད་གྱི་བདེ་བ་ལྟ་བུའི་འདོད་པ་ཡང་ངེས་པར་འཇིག་པར་  
འགྱུར་ཞིང་དེ་ལ་ཆགས་པས་དཔྱུལ་བ་ལ་སོགས་པར་ལྷུང་བར་བྱེད་པས།  
དོན་ཆེན་པོ་མིན་པའི་ཕྱིར་ཏུ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་འདོད་པ་ལ་བཀོལ་བས་  
དུབ་པའི་ཆེགས་ཆེན་པོ་བྱང་བ་གང་ཡིན་པ་དེའི་བྱེ་བའི་ཆ་ཙམ་གྱི་དཀའ་  
སྤྱད་གྱི་ཆེགས་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་ཉིད་བདེ་སྐྱག་ཏུ་འབྱུང་ན། ངན་པ་ལ་  
ཆགས་པ་ནམས་དེ་ལྟར་མི་བྱེད་དོ། །འདོད་ལྡན་འདོད་པ་ཐོབ་པའི་དོན་དུ་  
སྟོང་བའི་སྐྱག་བསྐྱེལ་དེ་བྱང་ཆུབ་སྐྱབ་པའི་སྟོན་པ་བས་སྐྱག་བསྐྱེལ་ཆེར་  
ལ་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱང་མེད་དོ། །

ལྷ་པ་(འདོད་པ་ལ་ཆགས་པ་ཉེས་དམིགས་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་སུ་བསམ་པ་)ལ་གཉིས།  
འདོད་པའི་ཉེས་དམིགས་བསམ་པ་དང་། དབེན་པ་ལ་དགའ་བ་བསྒྲུམ་  
པའོ། །

དང་པོ་(འདོད་པའི་ཉེས་དམིགས་བསམ་པ་)ནི།

དཔྱལ་སོགས་སྤྱག་བསྐྱལ་བསམ་བྱས་ན། །

འདོད་པ་རྣམས་ལ་མཆོན་དང་ནི། །

དུག་དང་མི་དང་གཡང་ས་དང་། །

དག་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་དབེར་མི་ཤོད། །

འདོད་པའི་དོན་དུ་སྤྲིག་པ་སྤྱད་པས་འབྲས་བུ་དཔྱལ་བ་སོགས་ཀྱི་  
སྤྱག་བསྐྱལ་བསམ་པར་བྱས་ན་འདོད་པ་རྣམས་ལ་ཉེས་དམིགས་མཆོན་  
དང་ནི། དུག་དང་མི་དང་གཡང་ས་དང་དག་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་འདོད་པའི་  
གཞོན་ཁྱེད་ཀྱི་དབེར་མི་ཤོད་པས། འདོད་པ་ལ་ཆགས་པར་མི་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(དབེན་པ་ལ་དགའ་བ་བསྒྲུམ་པ་)ལ་གཉིས།

བསྟན་པ་དང་། བཤད་པའོ། །

དང་པོ་(བསྟན་པ་)ནི།

དེ་ལྟར་འདོད་ལ་སྦྱོར་བྱས་ཏེ། །

དབེན་པ་ལ་ནི་དགའ་བ་བསྒྲེད། །

སྤར་བཤད་པ་དེ་ལྟར་འདོད་པ་ལ་སྦྱོར་བར་བྱས་ཏེ་དབེན་པ་ལ་ནི་



དགའ་བ་བསྐྱེད་དེ་དབེན་པར་བསམ་གཏན་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(བཤད་པ་)ལ་གསུམ།

གནས་ལ་སོགས་པའི་ཕུན་ཚོགས་ཀྱི་བྱད་པར་དང་། རང་དབང་ཐོབ་  
པའི་ཡོན་ཏན་དང་། ཚོག་ཤེས་པའི་ཡོན་ཏན་ནོ།

དང་པོ་(གནས་ལ་སོགས་པའི་ཕུན་ཚོགས་ཀྱི་བྱད་པར་)ནི།

དབེན་པའི་གནས་ཇི་ལྟ་བུར་གནས་པར་བྱ་ཞེ་ན།

ཅོད་དང་ཉོན་མོངས་ཀྱིས་སྟོང་བ། །

ཞི་བའི་ནགས་ཀྱི་ནང་དག་ཏུ། །

སྐལ་ལྡན་ཟླ་འོད་ཅན་གྱིས་བསིལ་བའི། །

ཡངས་པའི་རྫོ་ལེབ་ཁང་བཟངས་ཉམས་དགའ་བར། །

སྒྲ་མེད་ཞི་བའི་ནགས་རྒྱང་གཡོ་བ་ཡིས། །

གཞན་ལ་ཕན་དོན་སེམས་ཤིང་འཆག་པར་བྱེད། །

འཁོར་ལོ་སྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོ་འགྲན་ཟླ་བ་དང་བྲལ་ཞིང་འདོད་པའི་ཡོན་  
ཏན་ལ་བདེ་བར་ལོངས་སྟོང་པ་ལྟར། བྱིའི་ཅོད་པ་དང་གཞན་གྱི་ཆགས་  
སྤང་གི་རྒྱུན་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་ཀྱིས་སྟོང་པའི་ནམ་གཡེང་ཞི་བའི་  
ནགས་ཀྱི་ནང་དག་ཏུ། སྟོན་ལེགས་པར་སྐྱད་པའི་སྐྱེ་བོ་སྐལ་ལྡན་དག་ཟླ་  
འོད་བསིལ་བ་ཅན་དན་གྱིས་བྱགས་ནས་བསལ་བའི་གནས་ལྟར། ཤིན་  
ཏུ་ཡངས་པའི་རྫོ་ལེབ་ཁང་བཟང་དང་འདྲ་བ་ཉམས་དགའ་བར་ཡིད་དང་མི་

མཐུན་པའི་སྤྱི་མེད་ཅིང་། འཇམ་ཞིང་ཞི་བའི་ནགས་ཀྱི་རྒྱང་གཡོབ་ཡིས་  
མངོས་པར་བྱས་པའི་གནས་སུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེམ་པ་ལ་སོགས་པ་  
གཞན་ལ་པན་པའི་དོན་སེམས་ཤིང་འཆགས་པར་བྱེད་པས། རྣལ་འབྱོར་པ་  
རྣམས་ཀྱིས་དབེན་པ་བསྟེན་པ་ནི་འཇིག་རྟེན་པའི་བདེ་བ་གང་ལས་ཀྱང་ཁྱད་  
པར་དུ་འཕགས་པའོ། །

གཉིས་པ་(རང་དབང་ཐོབ་པའི་ཡོན་ཏན་)ནི།

ཁང་སྟོང་ཤིང་བྱང་ཕྱག་དག་ཏུ།

གང་དུ་རི་སྤྱོད་འདོད་གནས་ཤིང་།

ཡོངས་འཇིན་བསྐྱང་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་སྤངས།

སྟོས་པ་མེད་པར་བག་ཡངས་སྤྱོད།

སྟེ་བོ་གཞན་མེད་པའི་ཁང་སྟོང་དང་། ཤིང་བྱང་དང་། རི་ཕྱག་དག་ཏུ་  
གནས་ནས་གང་དུ་རི་སྤྱོད་འདོད་པ་དེ་སྤྱོད་དུ་གནས་ཤིང་ཡོ་བྱེད་མང་  
པོ་ཡོངས་སུ་འཇིན་པ་དང་། དེ་དག་མི་ཉམས་པར་བསྐྱང་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་  
སྤངས་ཏེ། དེ་དགོས་ཀྱི་སྟོས་པ་མེད་པར་བག་ཡངས་སུ་སྤྱོད་པས་གནས་  
པའོ། །

གསུམ་པ་(ཆོག་ཤེས་པའི་ཡོན་ཏན་)ནི།

རང་དབང་སྤྱོད་ཅིང་ཆགས་མེད་ལ།

གང་དང་ཡང་ནི་འབྲེལ་མེད་པ།

ཆོག་ཤེས་བདེ་སྒྲིབ་གང་ཡིན་པ། །

དབང་པོས་ཀྱང་ནི་དེ་ཆེད་དགལ། །

གནས་དང་ལོངས་སྒྲིབ་སོགས་ཇི་ལྟར་འདོད་པ་བཞིན་དུ་རང་དབང་  
སྒྲིབ་ཅིང་དེ་ལ་ཆགས་པ་མེད་ལ། སྒྲིབ་པོ་གང་དང་ཡང་ནི་འབྲེལ་པ་མེད་  
པའི་གནས་སུ་ཟས་གོས་སོགས་ངན་དོན་ཅམ་གྱིས་ཆོས་ཤེས་པའི་བདེ་  
བ་ལ་སྒྲིབ་པ་གང་ཡིན་པ་ལྟ་དང་མིའི་དབང་པོས་ཀྱང་ནི་དེ་ཆེད་དགལ་བས་  
མཁས་པས་དབེན་པ་བསྟེན་པ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(ནི་གནས་ཇི་ལྟར་སྒྲོམ་པའི་ཚུལ་)ལ་གཉིས།

བདག་གཞན་མཉམ་པར་སྒྲོམ་པའི་ཚུལ་དང་། བདག་གཞན་བརྗེ་བའི་  
ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་(བདག་གཞན་མཉམ་པར་སྒྲོམ་པའི་ཚུལ་)ལ་གཉིས།

མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤམ་པའོ། །

དང་པོ་(མདོར་བསྟན་པ་)ནི།

དེ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པ་ཡིས། །

དབེན་པའི་ཡོན་ཏན་བསམ་བྱས་ནས། །

རྣམ་ཏྲིག་ཉི་བར་ཞི་བ་དང་། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་བསྒྲོམ་པར་བྱ། །

སྤར་བཤམ་པ་དེ་ལས་གོས་པའི་རྣམ་པ་ཡིས་འདུ་འཇི་ལ་སོགས་

པས་དབེན་པའི་བསམ་མཐའི་གནས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བསམ་པ་བྱས་ནས་འདོད་  
པ་དོན་དུ་གཉེར་བ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་ཏྲོག་ཉི་བར་ཞི་བ་དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
སེམས་ནི་བསྟོམ་པར་བྱའོ། །

བདག་དང་གཞན་དུ་མཉམ་པ་ནི། །

དང་པོ་ཉིད་དུ་འབད་དེ་བསྟོམ། །

བདེ་དང་སྐྱག་བསྐྱལ་མཉམ་པས་ན། །

ཐམས་ཅད་བདག་བཞིན་བསྐྱང་བར་བྱ། །

ཐབས་གང་གི་སྟོ་ནས་བསྟོམ་ཞེ་ན་བདག་དང་གཞན་དུ་མཉམ་པ་ནི་  
དང་པོ་ཉིད་དུ་འབད་དེ་བསྟོམ་པར་བྱའོ། །རི་ལྟར་ཞེ་ན། བདག་གི་བདེ་བ་  
ཆེད་དུ་བསྐྱབ་ཅིང་སྐྱག་བསྐྱལ་ཆེད་དུ་འགོག་པ་བཞིན་དུ་གཞན་གྱི་བདེ་  
སྐྱག་ལ་ཡང་འདོར་ལོན་དེ་ལྟར་བྱེད་པས་གཞན་གྱི་བདེ་བ་བསྐྱབ་པ་དང་  
སྐྱག་བསྐྱལ་སེལ་བར་མཉམ་པས་ན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདག་བཞིན་  
གཅེས་པར་གཟུང་ནས་བསྐྱང་བར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(རྒྱས་པར་བཤད་པ་)ལ་བཞི།

བདག་གཞན་མཉམ་པར་སྟོམ་པའི་དོན་བཤད་པ་དང་། བདག་གཞན་  
མཉམ་པར་སྟོམ་ཚུལ་དང་། དེ་ལྟར་སྟོམ་པའི་ཕན་ཡོན་དང་། བདག་གཞན་  
མཉམ་པར་གོམས་ན་དེ་ལྟར་བསྐྱེད་རུས་པའོ། །

དང་པོ་(བདག་གཞན་མཉམ་པར་སྒྲོམ་པའི་དོན་བཤད་པ་)ནི།

སེམས་ཅན་མཐའ་ཡས་པ་དུ་མ་ཡིན་པས་དེ་ལ་ངའོ་སྙམ་པའི་སྒོ་  
བསྐྱེད་དུ་མི་རུང་བའི་ཕྱིར། དེ་དག་གི་བདེ་སྤྱད་གི་འདོར་ལེན་ལ་རང་དང་  
མཚུངས་པར་ངེ་ལྟར་རུང་ཞེ་ན།

ལག་པ་ལ་སོགས་དབྱེ་བ་རྣམ་མང་ཡང་། །

ཡོངས་སུ་བསྐྱེད་བྱའི་ལུས་སུ་གཅིག་པ་ལྟར། །

དེ་བཞིན་འགྲོ་བ་ཐ་དད་བདེ་སྤྱད་དག།

ཐམས་ཅད་བདག་བཞིན་བདེ་བ་འདོད་མཉམ་གཅིག་།

རང་གི་ལུས་ལ་རྐང་པ་དང་ལག་པ་ལ་སོགས་པའི་དབྱེ་བ་རྣམ་པ་མང་  
ཡང་ངའི་སྙམ་དུ་གང་ཟག་གཅིག་གིས་ཡོངས་སུ་བསྐྱེད་བྱའི་ལུས་སུ་གཅིག་  
པ་ལྟར། དེ་བཞིན་སྟོང་མི་ལ་སོགས་པའི་འགྲོ་བ་ཐ་དད་ཀྱང་། དེ་དག་གི་  
བདེ་སྤྱད་དག་ལ་ཐ་དད་མེད་པ་སྟེ། བྱད་པར་མེད་པར་དམིགས་ནས་ཐམས་  
ཅད་བདག་དང་འདྲ་བར་བདག་ཏུ་གཟུང་ནས་བདེ་བ་འདི་བདག་གིས་བསྐྱབ་  
པར་བྱ། སྤྱད་བསྐྱེད་འདི་བདག་གིས་བསལ་བར་བྱའོ་སྙམ་དུ་འདི་ཀུན་དེ་  
དང་འདྲ་བར་སྒྲོམ་པའི་དོན་ཏོ། །

གཉིས་པ་(བདག་གཞན་མཉམ་པར་སྒྲོམ་ཚུལ་)ལ་གཉིས།

བདེ་སྤྱད་གི་འདོར་ལེན་མཚུངས་པ་མི་རིགས་པ་སྤང་བ་དང་།  
མཚུངས་པར་བསྒྲོམ་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚན་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་(བདེ་སྤྱད་གི་འདོར་ལེན་མཚུངས་པ་མི་རིགས་པ་སྤང་བ་)ནི།

གཞན་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་གྱིས་བདག་ལ་མི་གཞོན་པ་རང་གི་སྤྱད་  
བསྐྱེད་གྱིས་གཞན་ལ་མི་གཞོན་པ་དང་འབྲེལ་སྤྱད་དེ་ཆེད་དུ་སེལ་བ་རང་གི་  
སྤྱད་བསྐྱེད་སེལ་བ་དང་མཚུངས་པ་མི་འབྲེལ་དོ་ཞེས།

གལ་ཏེ་བདག་གི་སྤྱད་བསྐྱེད་གྱིས། །

གཞན་གྱི་ལུས་ལ་མི་གཞོན་པ། །

དེ་སྤྱེད་དེ་བདག་སྤྱད་བསྐྱེད་དེ། །

བདག་ཏུ་ཞེན་པས་མི་བཟོད་ཉིད། །

དེ་བཞིན་གཞན་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་དག། །

བདག་ལ་འབབ་པར་མི་འབྱུང་ཡང་། །

དེ་སྤྱེད་དེ་བདག་སྤྱད་བསྐྱེད་དེ། །

བདག་ཏུ་ཞེན་པས་བཟོད་པར་དགལ། །

སྟོན་མེད་དེ། གཞན་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་གྱིས་རང་ལ་མི་གཞོན་པ་སྤྱད་  
གལ་ཏེ་བདག་གི་སྤྱད་བསྐྱེད་གྱིས་གཞན་གྱིས་ལུས་ལ་མི་གཞོན་པ་དེ་སྤྱེད་  
ཀྱིས་བདག་གིས་སྤྱད་བསྐྱེད་ཡིན་ཏེ། རང་ལ་བདག་ཏུ་ཞེན་པས་རང་  
གི་སྤྱད་བསྐྱེད་མི་བཟོད་པ་འབྱུང་བ་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་སེལ་ས་ཅན་  
གཞན་ཡང་བདག་ཏུ་གཟུང་བ་གོམས་པས་གཞན་གྱིས་སྤྱད་བསྐྱེད་དག་



བདག་ལ་འབབ་པར་མི་འགྱུར་ཡང་། དེ་ལྟ་ནའང་སེམས་ཅན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེལ་  
དེ་བདག་གིས་བསལ་བར་བྱ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཡིན་ཏེ། སེམས་ཅན་ལ་རང་  
གིས་བདག་ཏུ་ཞེན་པས་དེ་ལ་སྤྱག་བསྐྱེལ་བྱུང་ན་བཟོད་པར་དཀའ་བར་  
འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་(མཚུངས་པར་བསྐྱོམ་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚན་བཤད་པ་)ལ་གསུམ།

རྒྱས་པར་བཤད་པ་དང་། རོན་བསྐྱུ་བ་དང་། ཚོད་པ་སྤང་བའོ། །

དང་པོ་(རྒྱས་པར་བཤད་པ་)ལ་གསུམ།

རྟག་དགོད་པ་དང་། བྱབ་པ་བསྐྱབ་པ་དང་། བདག་གཞན་མཉམ་པར་  
བསྐྱོམ་དུ་མི་རུང་སྟམ་པའི་གོགས་བསལ་བའོ། །

དང་པོ་(རྟག་དགོད་པ་)ནི།

བདག་གིས་གཞན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེལ་བསལ། །

སྤྱག་བསྐྱེལ་ཡིན་སྲིད་བདག་སྤྱག་བཞིན། །

བདག་གིས་གཞན་ལ་ཕན་པར་བྱ། །

སེམས་ཅན་ཡིན་སྲིད་བདག་ལུས་བཞིན། །

སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཆོས་ཅན། བདག་གིས་བསལ་  
བར་རིགས་ཏེ་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཡིན་པའི་སྲིད། དཔེར་ན་བདག་གིས་སྤྱག་བསྐྱེལ་  
བཞིན་ནོ། །བདག་གིས་གཞན་ལ་ཕན་པ་དང་བདེ་བ་བསྐྱབ་པར་བྱ་རིགས་  
ཏེ། སེམས་ཅན་པ་རོལ་པོ་སེམས་ཅན་ཡིན་པའི་སྲིད། དཔེར་ན་བདག་གི་



ལུས་ལ་བདེ་བ་བསྐྱབ་པ་བཞིན་ནོ། །

གཉིས་པ་(ཁྱབ་པ་བསྐྱབ་པ་)ལ་གཉིས།

ཁྱབ་སྐྱབ་དངོས་དང་། དེའི་གོགས་བསལ་བའོ། །

དང་པོ་(ཁྱབ་སྐྱབ་དངོས་)ནི།

བདག་གཞན་གྱི་བདེ་སྐྱབ་ལ་དམིགས་ནས་འདོར་ལེན་མཚུངས་པར་  
བྱེད་རིགས་པར་ཐལ།

གང་ཆེ་བདག་དང་གཞན་གཉི་ག།

བདེ་བ་འདོད་དུ་མཚུངས་པ་ལ། །

བདག་དང་ཁྱད་པར་ཅི་ཡོད་ན། །

གང་ཕྱིར་བདག་གཅིག་བདེ་བར་བཅོམ། །

གང་གི་ཆེ་བདག་དང་གཞན་གཉིས་ཀ་བདེ་བ་འདོད་དུ་མཚུངས་པ་  
ལ་བདག་དང་གང་ཟག་གཞན་ཁྱད་པར་ཅི་ཡོད་ན་ཅི་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར། རྒྱ་  
མཚན་གང་གི་ཕྱིར་ན་བདག་གཅིག་སུ་བདེ་བར་བཅོམ་པར་བྱེད་ཅིང་གཞན་  
གྱི་བདེ་བ་ལ་མི་བཅོམ་པ་མི་རིགས་སོ། །

གང་ཆེ་བདག་དང་གཞན་གཉི་ག།

སྐྱབ་བསྐྱལ་མི་འདོད་མཚུངས་པ་ལ། །

བདག་དང་ཁྱད་པར་ཅི་ཡོད་ན། །

གང་ཕྱིར་གཞན་མིན་བདག་སྤང་བྱེད། །

གང་གི་ཆེ་བདག་དང་གཞན་གཉིས་ཀ་སྤྱུག་བསྐྱེད་མི་འདོད་པར་  
མཚུངས་པ་ལ་བདག་དང་གཞན་བྱུང་པར་ཅི་ཡོད་ན་སྟེ་ཅི་ཡང་མེད་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །རྒྱ་མཚན་གང་གི་ཕྱིར་གཞན་གྱི་བདེ་བ་བསྤང་བ་མིན་པར་བདག་  
གི་བདེ་བ་ཆེད་དུ་བསྐྱབ་ཅིང་མི་ཉམས་པར་སྤང་བར་བྱེད། གཉིས་ཀ་  
མཚུངས་པར་བསྐྱབ་རིགས་སོ། །

གཉིས་པ་(དེའི་གོགས་བསལ་བ་)ནི།

གལ་ཏེ་དེ་ལ་སྤྱུག་བསྐྱེད་བས། །

བདག་ལ་མི་གཞོད་ཕྱིར་མི་བསྤང། །

མ་འོངས་པ་ཡི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཡང་། །

གཞོད་མི་བྱེད་ན་དེ་ཅི་བསྤང། །

གལ་ཏེ་སེམས་ཅན་དེ་ལ་སྤྱུག་བསྐྱེད་བྱུང་བས་བདག་ལ་མི་གཞོད་  
པའི་ཕྱིར་མི་བསྤང་ངོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་ཆེས་མི་རིགས་ཏེ་ཀླས་པའི་ཆེ་སྤྱུག་  
བསྐྱེད་བྱུང་དོགས་ནས་གཞོན་པའི་ཆེ་མོར་གསོག་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུས་  
དང་ཕྱི་ངོ་སྤྱུག་བསྐྱེད་བྱུང་དོགས་ནས་དེ་རིང་དང་སྤྱི་ངོ་དུས་ནས་སྤྱུག་  
བསྐྱེད་སེལ་བའི་ཐབས་ལ་འབད་པར་མི་རིགས་པར་ཐལ། །ཕྱི་མའི་དུས་  
ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་མ་འོངས་པའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཡང་སྤྱི་མའི་དུས་ཀྱི་གང་ཟག་དེ་  
ལ་གཞོད་པར་མི་བྱེད་ན་དེ་བྱུང་དོགས་ནས་ཅིག་བསྤང་བསྤང་མི་རིས་པར་

ཐལ་ལོ། །ཆེ་འདིར་བདག་གིས་ཕྱི་མའི་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱ་ལྗོག་པར་མ་བྱས་  
ན་ཕྱི་མར་བདག་གིས་སྤྱག་བསྐྱལ་སྟོང་དགོས་པས་དེ་ལྗོག་པའི་ཐབས་ལ་  
འབད་པར་རིགས་སོ་ཞེ་ན།

བདག་གིས་དེ་ནི་སྟོང་སྟུང་པའི། །

རྣམ་པར་རྟོག་དེ་ལོག་པ་སྟེ། །

འདི་ལྟར་ཞི་བའང་གཞན་ཉིད་ལ། །

སྟེ་བ་ཡང་ནི་གཞན་ཉིད་ཡིན། །

ཆེ་འདིའི་བདག་གིས་ཕྱི་མའི་དུས་སུ་སྤྱག་བསྐྱལ་དེ་ནི་སྟོང་སྟུང་  
པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དེ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་སྟེ། འདི་ལྟར་ཞི་བའི་གང་ཟག་དེའང་  
གཞན་ཉིད་ལ་སྟེ་བ་ཕྱི་མའི་གང་ཟག་དེའང་ནི་གཞན་ཉིད་ཡིན་པས་དེ་  
གཉིས་གཅིག་ཏུ་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ནི་སོ་སོ་ཐ་དད་ཡིན་པས་གཅིག་  
གི་སྤྱག་བསྐྱལ་ཅིག་ཤོས་ཀྱིས་སེལ་མི་རིགས་པ་ལ་སྐྱད་ཅིག་སྤྱི་ཕྱི་སོ་སོ་  
ཐ་དད་པའི་མགོ་མཚུངས་ཀྱི་རིགས་པས་འགོག་པ་ཡིན་གྱི། རོན་དམ་ལ་  
སྟོས་ནས་འགོག་པ་གཞུང་གི་རོན་མིན་ནོ། །

གང་ཆེ་གང་གི་སྤྱག་བསྐྱལ་གང་། །

དེ་ནི་དེ་ཉིད་ཀྱིས་བསྐྱུངས་ན། །

རྐང་པའི་སྤྱག་བསྐྱལ་ལག་པས་མིན། །

ཅི་ཕྱིར་དེས་ནི་དེ་བསྐྱུང་བྲ། །

གཞན་ཡང་གང་གི་ཆེ་ཆ་གང་གི་སྐྱུག་བསྐྱེད་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ལུས་  
ཀྱི་ཆ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་བསྐྱུང་ཞིང་སེལ་དགོས་ན། ཆེར་མ་བྱུག་པ་ལྟ་བུའི་རྒྱུ་  
པའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལག་པའི་མིན་པས་ཅིའི་ཕྱིར་ལག་བ་དེས་ནི་རྒྱུ་པའི་སྐྱུག་  
བསྐྱེད་དེ་བསྐྱུང་བར་བྱེད་མི་རིགས་པར་ཐལ་ལོ། །

གལ་ཏེ་རིགས་པ་མིན་ཡང་འདྲི། །

བདག་ཏུ་འཛིན་པས་འཇུག་ཅེ་ན། །

བདག་གཞན་མི་རིགས་གང་ཡིན་ཏེ། །

ཅི་རྒྱས་པར་ནི་སྤང་བྲ་ཉིད། །

གལ་ཏེ་འགྲེལ་མེད་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཅིག་ཤོས་ཀྱིས་སེལ་བ་རིགས་པ་  
མིན་ཡང་། འདྲིར་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་གོམས་པ་ལས་སྐྱེ་བ་སྤྱི་དང་སྤྱོད་སྤྱོད་  
སྤྱོད་ལ་སོགས་པའི་ལུས་རྒྱུ་མས་གང་ཟག་གཅིག་པོ་དེའི་བདག་གི་བར་འཛིན་  
པ་གོམས་པ་ལས་གཅིག་གི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཅིག་ཤོས་ཀྱིས་སེལ་བ་ལ་འཇུག་  
ཅེ་ན། རང་དབང་བའི་བདག་དང་གཞན་ཏུ་འཛིན་པ་མི་རིགས་པ་གང་ཡིན་  
པ་དེ་ཡང་ཅི་རྒྱས་པར་ནི་སྤང་བར་བྲ་བ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། གང་ཟག་གི་བདག་ཏུ་  
འཛིན་པ་ཞེན་ཡུལ་ལ་འབྱུང་ཞིང་དེས་སྤང་ཁྲོལ་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་  
རོ། །

གསུམ་པ་(བདག་གཞན་མཉམ་པར་བསྐྱོམ་དུ་མི་རུང་སྟམ་པའི་གོགས་བསལ་བ་)ནི།

དེ་གཉིས་མི་མཚུངས་ཏེ་གང་ཟག་སོ་སོ་བ་འབྲེལ་མེད་ཡིན་ལ་གང་  
ཟག་གཅིག་གི་རྒྱུ་ལག་ཚོགས་པ་གཅིག་ཅིང་། གན་གཞོན་དང་ཆེ་སྡེ་སྡེ་  
རྒྱུ་གཅིག་ཡིན་པས་སྡེ་མ་ལ་གཅིག་གི་སྟུག་བསྐྱེད་གཅིག་གིས་སེལ་བར་  
རིགས་ལ། སྡེ་མ་ལ་དེ་མི་རིགས་སོ་ཞེ་ན།

རྒྱུ་དང་ཆོགས་ཞེས་བྱ་བ་ནི། །

སྤང་བ་དམག་ལ་སོགས་བཞིན་བརྟུན། །

སྟུག་བསྐྱེད་ཅན་གང་དེ་མེད་པ། །

དེས་འདི་སྟེ་ཞིག་དབང་བར་འགྱུར། །

རང་དབང་བའི་རྒྱུ་དང་ཆོགས་པ་ཡང་མེད་པར་ཐལ། རྒྱུ་དང་  
ཆོགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྤང་བ་དང་དམག་ལ་སོགས་པ་རང་གི་ཆ་དུ་མ་ལ་  
བཏགས་པའི་རྟུན་པ་ཡིན་པ་བཞིན་དུ་རྒྱ་ཅན་སྡེ་སྡེ་དུ་མ་དང་། ཆོགས་པ་  
ཅན་ལ་བཏགས་ནས་བཞག་པའི་རྟུན་པ་ཡིན་པའི་སྟེར། གང་ཟག་གཅིག་གི་  
བདག་གི་བས་བསྐྱེད་པ་གང་ཟག་དེའི་དབང་སྦྱར་བྱ་ཡན་པས་ཡུལ་དུས་ཐ་  
དད་ཀྱང་གཅིག་གི་སྟུག་བསྐྱེད་ཅིག་ཞོས་ཀྱིས་སེལ་ལོ་ཞེ་ན། སྟུག་བསྐྱེད་  
ཅན་གྱི་གང་ཟག་གི་བདག་གང་ཡིན་པ་དེ་མེད་པའི་སྟེར། གང་ཟག་རང་  
དབང་བ་དེས་བདེ་སྟུག་འདི་སྟེ་ཞིག་དབང་བར་འགྱུར་སྟེ་ཡང་དབང་སྦྱར་  
བྱ་མ་ཡིན་པར་མཚུངས་སོ། །

སྐྱུག་བསྐྱེལ་བདག་པོ་མེད་པར་ནི། །

ཐམས་ཅད་བྱེ་བྲག་མེད་པ་ཉིད། །

ཐུ་མཚན་དེས་ན་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ལ་ཡོངས་སྒྲིབ་པའི་རང་དབང་བའི་  
བདག་པོ་མེད་པར་ནི་བདག་དང་གཞན་གྱིས་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཐམས་ཅད་བྱེ་  
བྲག་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ལ་ཐ་སྙད་དུ་པན་ཚུན་སྒྲིབ་པའི་བདག་གཞན་དེ་དག་  
གི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཡང་ཡོད་པས། རང་གི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་བཞིན་དུ་གཞན་གྱིས་  
སྐྱུག་བསྐྱེལ་སེལ་བ་ལ་འབད་པར་རིགས་སོ། །

གཉིས་པ་(དོན་བསྐྱེལ་)ནི།

སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཡིན་ཕྱིར་དེ་བསལ་བྱ། །

ངས་པས་དེར་ནི་ཅི་ཞིག་བྱ། །

ཅི་ཕྱིར་ཀུན་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ནི། །

བསྐྱོག་པར་བྱ་ཞེས་བཅད་དུ་མེད། །

གལ་ཏེ་བསྐྱོག་ནའང་ཐམས་ཅད་བསྐྱོག། །

དེ་མིན་བདག་ཀྱང་སེམས་ཅན་བཞིན། །

དེས་ན་གཞན་གྱིས་སྐྱུག་བསྐྱེལ་དེ་ཡང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
དེ་རང་གིས་བསལ་བར་བྱ་བ་རིགས་ཀྱི་རང་དང་གཞན་རིགས་སུ་གཙོད་  
པའི་ངས་པས་དེར་ནི་ཅི་ཞིག་བྱ། གཞན་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་མཐའ་དག་བསལ་  
དགོས་པས་ཅིའི་ཕྱིར་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ནི་བདག་ལ་མི་



གཞོན་པས། ཅིའི་ཕྱིར་ལྷོག་པར་བྱ་ཞེས་བཅད་དུ་མེད་པས་རང་གི་སྟུག་  
བསྐལ་འདོད་བྱ་མ་ཡིན་པས་གལ་ཏེ་ལྷོག་ན་ཡང་སྟུག་བསྐལ་ཐམས་ཅད་  
ལྷོག་པར་རིགས་ལ། གཞན་གྱི་སྟུག་བསྐལ་སེལ་བ་དེ་མིན་ན་བདག་གི་  
སྟུག་བསྐལ་ཀྱང་སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་སྟུག་བསྐལ་བཞིན་དུ། བསལ་བྱ་མ་  
ཡིན་པར་འགྱུར་བས་བདག་ལ་གཅེས་པར་འཛིན་པ་བཞིན་དུ་གཞན་གཅེས་  
པར་གཟུང་ནས་དེའི་སྟུག་བསྐལ་སེལ་བ་ལ་ཆེད་ཆེར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(ཚད་བ་སྤང་བ་)ལ་གཉིས།

སེམས་ཅན་གྱི་སྟུག་བསྐལ་བསམས་པས་བྱང་སེམས་རང་ཉིད་སྟུག་  
བསྐལ་གྱི་གཞན་དབང་དུ་འགྱུར་བ་མི་འཐད་པ་དང་། སྟུག་བསྐལ་བསམས་  
པའི་དགོས་པའོ། །

དང་པོ་(སེམས་ཅན་གྱི་སྟུག་བསྐལ་བསམས་པས་བྱང་སེམས་རང་ཉིད་སྟུག་བསྐལ་གྱི་གཞན་དབང་དུ་འགྱུར་བ་མི་འཐད་པ་)ནི།

སྟོང་རྗེ་སྟུག་བསྐལ་མང་གྱུར་པ། །

ཅི་ཕྱིར་ནན་གྱིས་སྦྱེད་ཅེ་ན། །

འགྲོ་བའི་སྟུག་བསྐལ་བསམ་བྱས་ན། །

རི་ལྟར་སྟོང་རྗེ་སྟུག་བསྐལ་མང་། །

གལ་ཏེ་སྟོང་རྗེས་གཞན་གྱི་སྟུག་བསྐལ་ཐམས་ཅད་བདག་གིར་བྱས་  
ན། སྟུག་བསྐལ་མང་པོར་འགྱུར་བས་ཅིའི་ཕྱིར་སྟུག་བསྐལ་མི་སྟོང་བར་ནན་  
གྱིས་བསྦྱེད་ཅེ་ན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་འགྲོ་བའི་སྟུག་བསྐལ་བསམ་



པར་བྱས་ན་ངེ་ལྟར་སྒྲིབ་རྗེའི་དབང་གིས་སྐྱུག་བསྐྱེལ་མང་པོ་འབྱུང་བ་མ་  
ཡིན་པར་ཐལ། དེས་རང་གི་ཆོར་བ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་མཐའ་དག་སེལ་བའི་ཕྱིར་  
རོ། །

གཉིས་པ་(སྐྱུག་བསྐྱེལ་བསམས་པའི་དགོས་པ་)ནི།

གལ་ཏེ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་གཅིག་གིས་ནི། །

སྐྱུག་བསྐྱེལ་མང་པོ་མེད་འབྱུང་ན། །

བཅེ་དང་ལྡན་པས་སྐྱུག་བསྐྱེལ་དེ། །

རང་དང་གཞན་ལ་བསྐྱེད་བྱ་ཉིད། །

དེས་ན་མེ་ཏོག་ཟླ་མངེས་ཀྱིས། །

རྒྱལ་པོའི་གཞོན་པ་ཤེས་ཀྱང་ནི། །

བདག་གི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་མ་བསལ་ཏེ། །

མང་པོའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་བད་འབྱུང་ཕྱིར། །

གལ་ཏེ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་རྩང་བད་བྱང་ཡང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་གཅིག་གིས་ནི་  
འགྲོ་བ་མཐའ་ཡས་པའི་འཁོར་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་མང་པོ་མེད་པར་འབྱུང་ན།  
དོན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས་བཅེ་བ་དང་ལྡན་པས་དེ་ལྟ་བུའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་དེ་རང་དང་  
གཞན་ལ་བསྐྱེད་པར་བྱ་འོས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་ཏིང་ངེ་འཛིན་རྒྱལ་པོ་  
ལས་གསུངས་པ་ལྟར་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་མེ་ཏོག་ཟླ་མངེས་ཀྱིས་རང་

ཉིད་གསོད་པའི་རྒྱལ་པོའི་གནོད་པ་ཤེས་ཀྱང་ནི། བདག་གི་སྤྱག་བསྐྱེལ་  
མ་བསལ་ཏེ་དང་དུ་སྦངས་པས་སེམས་ཅན་མང་པོའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་བྱ་བ་  
འགྱུར་བ་གཟིགས་ནས་དེའི་ཕྱིར་དུ་འཁོར་གྱིས་སྤྱོད་ཀྱང་མ་གསན་པར་  
གྲོང་དུ་ཞུགས་པ་བཞིན་ནོ། །

གསུམ་པ་(དེ་ལྟར་སྒྲོམ་པའི་མན་ཡོན་)ལ་ལྟ། །

གཞན་དོན་ལ་གཅིག་དུ་གཞོལ་བ་ལ་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཆེན་པོ་མེད་པ་  
དང་། དེའི་བདེ་བ་མཆོག་དུ་གྱུར་པས་གཞན་དོན་ལ་འཇུག་པ་དང་། རང་གི་  
དེགས་པ་ཞི་བར་འགྱུར་བ་དང་། ལན་དང་རྣམ་སྤྲིན་ལ་སྤྱོད་པ་མེད་པ་དང་།  
རྒྱ་མཚན་དེས་ན་བདག་གཞན་མཉམ་པར་བསྒྲོམ་རིགས་པའོ། །

དང་པོ་(གཞན་དོན་ལ་གཅིག་དུ་གཞོལ་བ་ལ་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཆེན་པོ་མེད་པ་)ནི།

དེ་ལྟར་རྒྱད་ནི་གོམས་གྱུར་པ། །

གཞན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཞི་དགའ་བས། །

བརྒྱའི་མཆོ་རུ་ངང་པ་ལྟར། །

མནར་མེད་པ་ཡང་འཇུག་པར་འགྱུར། །

སྤར་བཤད་པ་དེ་ལྟར་རང་གི་རྒྱད་ནི་བདག་གཞན་མཉམ་པ་བསྒྲོམ་  
པ་གོམས་པར་གྱུར་པ་ན་གཞན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཞི་བར་དགའ་བས་དེ་སེལ་  
བར་འདོད་པ་ལ་པད་མའི་མཆོ་རུ་ངང་པ་འཇུག་པ་ལྟར། རང་གི་སྤྱག་བསྐྱེལ་  
ཁྱད་དུ་བསད་ནས་སྤྱོད་བཞིན་དུ་མནར་མེད་པར་ཡང་འཇུག་པར་འགྱུར་བས་

གཞན་དོན་ལ་འཇུག་པ་ལ་ཡིད་ཀྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་མེད་དོ། །

གཉིས་པ་(དེའི་བདེ་བ་མཆོག་ཏུ་སྒྱུར་བས་གཞན་དོན་ལ་འཇུག་པ་)ནི།

སེམས་ཅན་རྣམས་པར་གྲོལ་བ་ན། །

དགའ་བའི་རྒྱ་མཆོ་གང་ཡིན་པ། །

དེ་ཉིད་ཀྱིས་ནི་ཆོག་མིན་ནམ། །

ཐར་པ་འདོད་པས་ཅི་ཞིག་བྱ། །

སེམས་ཅན་རྣམས་ནི་སྤིད་པ་ལས་གྲོལ་བ་ན་སྤྱད་དགའ་བའི་རྒྱ་  
མཆོས་ལེགས་པར་གང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ནི་འདོད་དོན་ཐམས་  
ཅད་བྱ་བ་པས་ངོམས་ཤིང་། ཆོག་པ་མིན་ནམ་རང་ཉིད་གཅིག་ཏུ་ཐར་པ་  
འདོད་པས་ཅི་ཞིག་བྱ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མ་བྱས་པ་དྲན་པར་  
བྱས་ནས་དེའི་དོན་དུ་བརྩོན་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(རང་གི་བློས་པ་ཞི་བར་འགྱུར་བ་)ནི།

དེ་ལྟས་གཞན་གྱི་དོན་བྱས་ཀྱང་། །

རྩོམ་སེམས་དང་ནི་ངོ་མཆར་མེད། །

གཞན་གྱི་དོན་ལ་སྤྱད་པར་དགའ་བ་དེ་ལྟ་བུས་ན་གཞན་གྱི་དོན་  
བྱས་ཀྱང་ངས་བློ་གྲིས་བསྐྱངས་སོ་སྣམ་པའི་རྩོམ་སེམས་དང་ནི་དེ་ལ་ངོ་  
མཆར་མེད་དོ། །

བཞི་པ་(ལན་དང་རྣམ་སྤྲིན་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པ་)ནི།

གཅིག་ཏུ་གཞན་དོན་ལ་དགའ་བས། །

རྣམ་སྤྲིན་འབྲས་བུའི་རེ་བ་མེད། །

མཐའ་གཅིག་ཏུ་གཞན་དོན་གྲུབ་པ་ཁོ་ན་ལ་དགའ་བས་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་  
འབྲས་བུའི་རེ་བ་མེད་དོ། །

ལྷ་པ་(རྒྱ་མཚན་དེས་ན་བདག་གཞན་མཉམ་པར་བསྐྱོམ་རིགས་པ་)ནི།

དེ་བས་ངི་ལྟར་ཆུང་དུ་ན། །

མི་སྟན་ལས་ཀྱང་བདག་བསྐྱུང་བ། །

དེ་བཞིན་གཞན་ལ་བསྐྱུང་སེམས་དང་། །

སྤྱིང་རྗེའི་སེམས་ནི་དེ་ལྟར་བྲ། །

བདག་གཞན་མཉམ་པར་བསྐྱོམ་རིགས་པ་དེ་བས་ན་ངི་ལྟར་ཆུང་དུ་  
ནི་ཆིག་མི་སྟན་པ་ཅ་མ་ལས་ཀྱང་བདག་བསྐྱུང་བ་དེ་བཞིན་དུ་གཞན་གྱི་མི་  
འདོད་པ་དང་སྤྱུག་བསྐྱུང་ལ་ཡང་བསྐྱུང་སེམས་དང་། སྤྱིང་རྗེའི་སེམས་ནི་དེ་  
ལྟར་བྲོ། །

བཞི་པ་(བདག་གཞན་མཉམ་པར་གོམས་ན་དེ་ལྟར་བསྐྱེད་རྒྱས་པ་)ནི།

གཞན་གྱི་ལུས་ལ་ངའོ་སྟམ་པ་དང་གཞན་གྱི་མིག་ལ་ངའི་མིག་གི་  
སྟམ་པའི་སྒོ་མི་སྐྱེ་བས་གཞན་གྱི་བདེ་སྤྱུག་ལ་རང་དང་འདྲ་བའི་འདོར་ལེན་  
གྱི་སྒོ་ངི་ལྟར་སྐྱེ་ཞེ་ན།

གོམས་པ་ཡིས་ནི་གཞན་དག་གི། །

ཁུ་བ་ཁྲག་གི་ཐིགས་པ་ལ། །

དངོས་པོ་མེད་པར་གྱུར་གྱུར་ནི། །

བདག་གོ་ཞེས་ནི་ཤེས་པ་ལྟར། །

དེ་བཞིན་གཞན་གྱི་ལྷན་ལ་ཡང་། །

བདག་ཅེས་ཅི་ཡི་ཕྱིར་མི་གཟུང་། །

བདག་གི་ལྷན་ནི་གཞན་དག་ཏུ་འདྲ་། །

བཞག་པ་དེ་ལྟར་དཀའ་བ་མེད། །

མ་གོམས་ན་བདེན་མེད་ཀྱི་གོམས་པ་ཡིས་ནི་གཞན་པ་དང་མ་དག་གི་ཁུ་བ་ཁྲག་གི་ཐིགས་པ་ལ་བདག་གི་དངོས་པོ་གྲུབ་པ་མེད་པར་གྱུར་གྱུར་ནི། གོམས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་བདག་གོ་ཞེས་ནི་ཤེས་ཤིང་འཛིན་པ་ལྟར་དེ་བཞིན་དུ་གོམས་པར་བྱས་ན། གཞན་གྱི་ལྷན་ལ་ཡང་བདག་ཅེས་ཅིའི་ཕྱིར་མི་གཟུང་སྟེ་གཟུངས་ཤིག་དང་། གོམས་པར་བྱས་ན་རང་གི་དང་འདྲ་བའི་སྟོ་སྟེའོ། །དེས་ན་གཞན་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་ཕན་ཡོན་བསམས་ནས་གཞན་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་སེལ་བ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །འགྱུར་ཁ་ཅིག་ལས་དངོས་པོ་མེད་པར་གྱུར་གྱུར་ནི་ཞེས་པའི་ཆོག་རྒྱུ་མི་འབྱུང་ངོ། །དེས་ན་བདག་གི་ལྷན་འདི་གཅེས་པར་འཛིན་པ་ཆེད་དུ་བཀག་ནས་གཞན་དུ་ཡང་བཞག་པ་དེ་ལྟར་གོམས་ན་དཀའ་བ་མེད་པ་བདག་གཅེས་འཛིན་གོམས་པ་

དང་འབྲེལ།

གཉིས་པ་(བདག་གཞན་བརྗེ་བའི་ཚུལ་)ལ་གཉིས།

མདོར་སྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤའ་བའོ། །

དང་པོ་(མདོར་སྟན་པ་)ལ་གཉིས།

བདག་གཞན་བརྗེ་བའི་ཚུལ་དང་། དེ་ལྟར་གོམས་སྲུ་རུང་བའི་རྒྱ་  
མཚན་ནོ། །

དང་པོ་(བདག་གཞན་བརྗེ་བའི་ཚུལ་)ནི།

བདག་ཉིད་སྟོན་བཅས་གཞན་ལ་ཡང་། །

ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོར་ཤེས་བྱས་ནས། །

བདག་འཛིན་ཡོངས་སྲུ་དོར་བ་དང་། །

གཞན་སྤང་བ་ནི་བསྟོམ་པར་བྱ། །

བདག་གཅེས་པར་འཛིན་པ་ནི་ཉིས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་  
ཡིན་པས་སྟོན་དང་བཅས་པས་ཆེད་ཆེར་འགོག་པ་དང་སེམས་ཅན་གཞན་  
ལ་གཅེས་པར་འཛིན་པ་ཡང་ལེགས་ཆོག་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་  
ཡིན་པས་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོར་ཤེས་པར་བྱས་ནས། བདག་གཅེས་འཛིན་  
ཡོངས་སྲུ་དོར་བ་དང་གཞན་གཅེས་པར་འཛིན་ཞིང་སྤང་བ་ནི་བསྟོམ་པར་  
བྱའོ། །

གཉིས་པ་(དེ་ལྟར་གོམས་སྲ་རུང་བའི་རྒྱ་མཚན་)ནི།

སེམས་ཅན་མཐའ་ཡས་པས་བདག་ཏུ་གཟུང་བར་མི་རྒྱས་སོ་ཞེ་ན།

ཇི་ལྟར་ལག་པ་ལ་སོགས་པ། །

ལྷས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཡིན་འདོད་ལྟར། །

དེ་བཞིན་འགྲོ་བའི་ཡན་ལག་ཏུ། །

ཅི་ཕྱིར་ལྷས་ཅན་རྣམས་མི་འདོད། །

ཇི་ལྟར་རང་གི་ལག་པ་ལ་སོགས་པ་སོ་སོ་ཐ་དད་ཀྱང་རང་གི་ལྷས་  
ཀྱི་ཡན་ལག་ཡིན་པས་བསྐྱང་བྱར་འདོད་པ་ལྟར། དེ་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་  
དུ་མ་ཡིན་ཡང་གཅེས་པར་འཛིན་པ་གོམས་ན་རང་གི་ལྷས་ལྟར་གཅེས་པར་  
འཛིན་པའི་འགྲོ་བའི་ཡན་ལག་ཏུ་ཅིའི་ཕྱིར་ལྷས་ཅན་རྣམས་བསྐྱང་བྱར་མི་  
འདོད་དེ་འདོད་པར་རིགས་སོ། །

གཉིས་པ་(རྒྱས་པར་བཤད་པ་)ལ་གསུམ།

བདག་གཞན་བརྗེ་བའི་ཚུལ་བཤད་པ་དང་། བརྗེས་ནས་བསམ་པས་  
རྗེས་སུ་སྐྱབ་པའི་ཚུལ་དང་། སྟོར་བས་རྗེས་སུ་སྐྱབ་པའི་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་(བདག་གཞན་བརྗེ་བའི་ཚུལ་བཤད་པ་)ལ་གཉིས།

རྒྱས་པར་བཤད་པ་དང་། རོན་བསྐྱབ་པའོ། །

དང་པོ་(རྒྱས་པར་བཤད་པ་)ལ་གསུམ།

གཞན་གཅེས་འཛིན་གོམས་པར་བྱ་བ་དང་། བདག་གཅེས་འཛིན་



འབད་པས་སྒང་བར་བྱ་བ་དང་། བདག་དང་གཞན་གཙུག་ཅི་བོར་བྱེད་པའི་སྒྲིན་  
དང་ཡོན་ཏན་བསམ་པའོ། །

དང་པོ་(གཞན་གཙུག་ཅི་འཛིན་གོམས་པར་བྱ་བ་)ལ་ལྟ།

བདག་གཞན་བརྩེ་རྒྱས་ཤིང་སྒྲིམ་པ་ཞི་བར་འགྱུར་བ་དང་། རྣམ་སྒྲིན་  
ལ་མི་སྒྲིམ་པར་དེ་བསྒྲིམ་པ་ལ་འབད་པར་གདམས་པ་དང་། དེས་ན་གཞན་  
དོན་ཆེད་ཆེར་བྱ་བ་དང་། གོམས་ན་བསྐྱེད་རྒྱས་པ་དང་། བདག་གཞན་སྤྱད་  
བསྐྱེད་ལས་སྒྲིལ་འདོད་པས་བདག་གཞན་བརྩེ་བ་བསྒྲིམ་པར་བྱ་བའོ། །

དང་པོ་(བདག་གཞན་བརྩེ་རྒྱས་ཤིང་སྒྲིམ་པ་ཞི་བར་འགྱུར་བ་)ནི།

བདག་གཞན་བརྩེ་པའི་སྒྲིལ་གོམས་པར་མི་རྒྱས་སོ་ཞེ་ན།

རི་ལྟར་བདག་མེད་ལྷས་འདི་ལ། །

གོམས་པས་བདག་གི་སྒྲིལ་བྱུང་བ། །

དེ་བཞིན་སེམས་ཅན་གཞན་ལ་ཡང་། །

གོམས་པས་བདག་སྒྲིལ་ཅིས་མི་སྤྱེ། །

དེ་ལྟར་ནི་གཞན་གྱི་དོན། །

བྱས་ཀྱང་ངོ་མཆར་སྒྲིམ་མི་འབྱུང་། །

རི་ལྟར་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པའི་ལྷས་འདི་ལ་གོམས་པས་བདག་  
གི་བར་འཛིན་པའི་སྒྲིལ་བྱུང་བ་དེ་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་གཞན་ལ་ཡང་  
གཙུག་ཅི་འཛིན་གོམས་པས་བདག་གི་བའི་སྒྲིལ་ཅིས་མི་སྤྱེ་གོམས་པས་དེས་

པར་སྒྲེའོ། །སེམས་ཅན་ཀུན་བདག་ཏུ་གཟུང་བ་གོམས་པ་དེ་ལྟ་ནའང་ནི་  
གཞན་གྱི་དོན་བྱས་ཀྱང་ངོ་མཆར་དང་སྒྲོམ་སེམས་མི་འབྱུང་ངོ། །

གཉིས་པ་(རྣམ་སྒྲིན་ལ་མི་སྒྲོམ་པར་དེ་བསྒྲོམ་པ་ལ་འབད་པར་གདམས་པ་)ནི།

བདག་ཉིད་གྱིས་ནི་བས་ཟོས་ནས། །

ལན་ལ་རེ་བ་མི་འབྱུང་བཞིན། །

དེ་བས་ངེ་ལྟར་ཆུང་དུ་ན། །

མི་སྒྲོན་ལས་ཀྱང་བདག་བསྐྱུང་བ། །

དེ་བཞིན་འགྲེལ་བསྐྱུང་སེམས་དང་། །

སྒྲིང་རྗེའི་སེམས་ནི་གོམས་པར་བྱ། །

དཔེར་ན་བདག་ཉིད་གྱིས་ནི་རང་གི་བས་ཟོས་ནས་ལན་ལ་རེ་བ་མི་  
འབྱུང་བ་བཞིན་ནོ། །ཕན་ཡོན་མཐའ་ཡས་པ་ཡོད་པ་དེ་བས་ན་ངེ་ལྟར་ཆུང་  
དུ་ན་ཆིག་མི་སྒྲོན་པ་ལས་ཀྱང་བདག་བསྐྱུང་བ་དེ་བཞིན་དུ་འགྲོ་བ་ལ་སྤྱག་  
བསྐྱུལ་ལས་བསྐྱུང་སེམས་དང་སྒྲིང་རྗེའི་སེམས་ནི་གོམས་པར་བྱའོ།

གསུམ་པ་(དེས་ན་གཞན་དོན་ཆེད་ཆེར་བྱ་བ་)ནི།

དེ་བས་མགོན་པོ་སྤྱན་རས་གཟིགས། །

ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོས་འགྲོ་བ་ཡི། །

འཁོར་གྱི་འཇིགས་པ་བསལ་བའི་ཕྱིར། །

རང་གི་མཆན་ཡང་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས། །

སེམས་ཅན་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཆུང་དུ་ཡང་བསྐྱེད་དགོས་པ་དེ་བས་ན་  
མགོན་པོ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོས་འགྲོ་བ་ཡི་ཐ་ན་འཁོར་གྱི་  
ནང་དུ་བག་ཆ་བའི་འཛིགས་པ་འང་བསལ་བའི་བྱིར་དུ་བདག་གི་མིང་འཛིན་  
པ་དེ་འཁོར་གྱི་ནང་དུ་བག་ཆ་བའི་འཛིགས་པ་མེད་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་རང་  
གི་མཆན་ཡང་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་སོ། །སྤྲོད་པོ་བཀོད་པ་ལས་མཆན་ལན་  
གསུམ་དྲན་པ་ལ་གསུངས་སོ། །

བཞི་པ་(གོམས་ན་བསྐྱེད་རྒྱས་པ་)ནི།

ཕན་ཡོན་དུ་མ་ཡོད་ཀྱང་བདག་གཞན་བརྗེ་བ་གོམས་པར་དཀའ་ཞེ་

ན།

དཀའ་ལས་བྱིར་ལྡོག་མི་བྱ་སྟེ། །

འདི་ལྟར་གོམས་པའི་མཐུ་ཡིས་ནི། །

གང་གི་མིང་ཐོས་འཛིགས་པ་ཡང་། །

དེ་ཉིད་མེད་ན་མི་དགར་འགྱུར། །

གོམས་པ་དཀའ་བ་ལས་བྱིར་ལྡོག་པར་མི་བྱ་སྟེ་གོམས་ན་བསྐྱེད་  
རྒྱས་པ་ནི་འདི་ལྟར་གོམས་པའི་མཐུ་ཡིས་ནི་སྤྲར་གང་གི་མིང་ཐོས་ན་  
འཛིགས་པའི་དགུ་ཡང་བྱིས་མཛའ་བར་བྱས་པ་ན། དེ་ཉིད་མེད་ན་མི་དགར་  
བར་འགྱུར་བ་བཞིན་ནོ། །

ལྷ་པ་(བདག་གཞན་སྤྱག་བསྐྱེད་ལས་སྟོན་འདོད་པས་བདག་གཞན་བརྗེ་པ་བསྟོམ་པར་བྱ་བ་)ནི།

གང་ཞིག་བདག་དང་གཞན་རྣམས་ནི། །

སྦྱར་དུ་བསྐྱབ་པར་འདོད་པ་དེས། །

བདག་དང་གཞན་དུ་བརྗེ་བྱ་བ། །

གསང་བའི་དམ་པ་སྦྱད་པར་བྱ། །

རྒྱ་མཚན་དེས་ན་གང་ཞིག་བདག་དང་གཞན་རྣམས་ནི་སྟོན་པ་དང་  
ཞི་བའི་རྒྱད་པ་ལས་སྦྱར་དུ་བསྐྱབ་པར་འདོད་པ་དེས་བདག་དང་གཞན་དུ་  
བརྗེ་བྱ་བ་སྟོན་མིན་ལ་གསང་ཞིང་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་གནད་མཐར་  
ཐུག་པ་གསང་བའི་དམ་པ་སྦྱད་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(བདག་གཅེས་འཛིན་འཛིགས་པས་སྦྱང་བར་བྱ་བ་)ལ་གཉིས།

བདག་གཅེས་འཛིན་འཛིགས་པ་མཐའ་དག་གི་རྒྱ་ཡིན་པ་དང་། ཉེས་  
སྟོན་མཐའ་དག་ལ་སྦྱར་བྱེད་ཡིན་པ་བསམ་པའོ། །

དང་པོ་(བདག་གཅེས་འཛིན་འཛིགས་པ་མཐའ་དག་གི་རྒྱ་ཡིན་པ་)ནི།

བདག་ལུས་གང་ལ་ཆགས་པ་ཡིས། །

འཛིགས་གནས་ཆུང་ལ་འཛིགས་སྟེ་བ། །

འཛིགས་པ་སྟེ་བའི་ལུས་དེ་ལ། །

སུ་ཞིག་དགྲ་བཞིན་སྤང་མི་བྱེད། །

བདག་གཞན་མ་བརྗེས་པར་བདག་གི་ལུས་གང་ལ་ཆགས་པ་ཡིས་  
སྡིག་སྒྲུལ་ལ་སོགས་པའི་འཛིགས་གནས་ཆུང་དུ་ལ་ཡང་འཛིགས་པ་ཆེན་  
པོ་སྐྱེ་བ་ཡིན་པས་འཛིགས་པ་སྐྱེ་བའི་ལུས་དེ་ལ་མཁས་པ་སུ་ཞིག་དག་  
བཞིན་དུ་སྒྲང་བར་མི་བྱེད་པར་གཅེས་པར་འཛིན་པ་མི་རིགས་སོ། །

གཉིས་པ་(ཉིས་སྦྱོད་མཐའ་དག་ལ་སྦྱོར་བྱེད་ཡིན་པ་བསམ་པ་)ནི།

ལུས་གང་བཀྲེས་དང་སྒྲོམ་སོགས་ནད། །

གསོ་བའི་ཆོ་ག་བྱེད་འདོད་པས། །

བྱ་དང་ཉ་དང་རི་དགས་དག། །

གསོད་པར་བྱེད་ཅིང་ལམ་སྒྲུགས་བྱེད། །

གང་ཞིག་ཁེ་དང་རིམ་གྲོའི་བྱིར། །

ཕ་དང་མ་ཡང་གསོད་བྱེད་ཅིང་། །

བདག་གཅེས་པར་གཟུང་བས་ལུས་གང་བཀྲེས་པ་དང་སྒྲོམ་པ་  
སོགས་ནད་གསོ་བའི་ཆོ་ག་བྱེད་འདོད་པས། བྱ་དང་ཉ་དང་རི་དགས་གསོད་  
པར་བྱེད་ཅིང་ལམ་དུ་འགྲོ་བ་ལ་ལམ་བསྒྲུགས་བྱེད་ཅིང་གཞན་གྱི་ཁོར་  
འཕྲོག་པ་དང་། གཅེས་པར་གཟུང་བའི་ལུས་གང་ཞིག་ཁེ་དང་རིམ་གྲོའི་བྱིར་  
ཏུ་ཕན་བཏགས་པའི་ཕ་དང་མ་ཡང་གསོད་པར་བྱེད་ཅིང་།

དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་དཀོར་བརྒྱས་ནས། །

དེས་ནི་མནར་མེད་བསྐྱེད་འགྱུར་ན། །

མཁས་པ་སྤྱི་ཞིག་ལྷན་དེ་ལ། །

འདོད་ཅིང་བསྐྱུང་དང་མཆོད་བྱེད་གྱི། །

འདི་ལ་སྤྱི་ཞིག་དག་བཞིན་དུ། །

བཟླ་བར་མི་བྱེད་བརྟམས་མི་བྱེད། །

དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་དགོར་བརྟམས་ནས་སྤྱི་ཞིག་པ་དེས་ནི་མནར་  
མེད་དུ་བསྐྱེད་པར་འགྱུར་ན་མཁས་པ་སྤྱི་ཞིག་ལྷན་དེ་ལ་གཅེས་པར་  
གཟུང་ནས་འདོད་ཅིང་བསྐྱུང་བ་དང་མཆོད་པར་བྱེད་གྱི་རང་གི་ལྷན་འདི་  
ལ་སྤྱི་ཞིག་དག་བཞིན་དུ་བཟླ་བར་མི་བྱེད་བརྟམས་པར་མི་བྱེད། གཅེས་པར་  
འཛིན་པ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་དགག་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(བདག་དང་གཞན་གཅིག་མོར་བྱེད་པའི་སྒྲིབ་དང་ཡོན་ཏན་བསམ་པ་)ལ་གཉིས།

བདག་གཞན་གཅེས་པར་གཟུང་བའི་ཉེས་དམིགས་དང་པན་ཡོན་གྱི་  
རྣམ་གངས་དང་། དེས་ན་བདག་གཅེས་འཛིན་དོར་རིགས་པའོ། །

དང་པོ་(བདག་གཞན་གཅེས་པར་གཟུང་བའི་ཉེས་དམིགས་དང་པན་ཡོན་གྱི་རྣམ་གངས་)ལ་གཉིས།

རྒྱས་པར་བཤད་པ་དང་། རོན་བསྐྱུ་བའོ། །

དང་པོ་(རྒྱས་པར་བཤད་པ་)ལ་ལྷ།

སྒྲིབ་པའི་དབང་དུ་བྱས་པ་དང་། གཞོད་པའི་དབང་དུ་བྱས་པ་དང་།  
བསྐྱེད་གསུམ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་དང་། ལས་ལ་སྒྲོར་བའི་དབང་དུ་བྱས་པ་

དང་། མན་བདེའི་དབང་དུ་བྱས་པའོ། །

དང་པོ་(སྦྱིན་པའི་དབང་དུ་བྱས་པ་)ནི།

གལ་ཏེ་བྱིན་ན་ཅི་སྦྱད་ཅེས། །

བདག་དོན་སེམས་པ་འདྲེ་ཡི་ཚུལ། །

གལ་ཏེ་སྦྱད་ན་ཅི་སྦྱིན་ཅེས། །

གཞན་དོན་སེམས་པ་ལྟ་ཡི་ཆོས། །

གལ་ཏེ་སེར་སྦྱའི་དབང་གིས་ནོར་ལ་སོགས་པ་གཞན་ལ་བྱིན་ན་  
རང་ཉིད་ཅི་ལོངས་སྦྱོད་ཅེས་བདག་དོན་འབའ་ཞིག་སེམས་པ་འདྲེའི་ཚུལ་  
ཏེ་འཇིགས་པ་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་རང་གིས་ལོངས་སྦྱད་ན་གཞན་  
ལ་ཅི་སྦྱིན་ཞེས་གཞན་དོན་འབའ་ཞིག་སེམས་པ་ལྟའི་ཆོས་ཏེ་སྤྱན་སྦྱུང་  
ཆོགས་པ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་(གཞོན་པའི་དབང་དུ་བྱས་པ་)ནི།

བདག་ཕྱིར་གཞན་ལ་གཞོན་བྱས་ན། །

དཔྱལ་ལ་སོགས་པར་གདུངས་པར་འགྱུར། །

གཞན་ཕྱིར་བདག་ལ་གཞོན་བྱས་ན། །

སྤྱན་སྦྱུང་ཆོགས་པ་ཐམས་ཅད་འཐོབ། །

བདག་བདེ་བའི་ཕྱིར་ཏུ་གཞན་ལ་སོག་གཅོད་སོགས་གཞོན་པ་བྱས་



ན་རང་ཉིད་དཔྱལ་བ་ལ་སོགས་པར་སྤྱང་བར་འགྱུར་ལ། གཞན་བདེ་བའི་  
ཕྱིར་དུ་བདག་གི་ལུས་དང་ལོངས་སྒྲིབ་ལ་གཞོན་པ་བྱས་ན་སྟེ་དེ་དག་གི་  
ཆེད་དུ་བཏང་ན་སྤུན་སྤུམ་ཆོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ།

གསུམ་པ་(བསྟོན་གྲགས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་)ནི།

བདག་ཉིད་མཐོ་བར་འདོད་པ་དེས། །

ངན་འགྲོ་ངན་དང་སྟེན་པར་འགྱུར། །

དེ་ཉིད་གཞན་ལ་སྟོ་བྱས་ན། །

བདེ་འགྲོ་རིམ་གྲོ་འཐོབ་པར་འགྱུར། །

བདག་ཉིད་བསྟོན་པ་གྲགས་པ་སོགས་ཀྱི་སྟོ་ནས་མཐོ་བར་འདོད་  
པ་དེ་ཕྱི་མར་ངན་འགྲོ་དང་མིར་སྐྱེས་ན་ཡང་རིགས་དང་གཟུགས་ངན་པ་  
དང་། ཤེས་པ་སྟེན་པར་སྐྱེ་བར་འགྱུར་རོ། །མཐོ་བར་འདོད་པ་དེ་ཉིད་གཞན་  
ལ་སྟོ་སྟེ་གོམས་པར་བྱས་ན་ཕྱི་མར་བདེ་འགྲོ་དང་བཀྱར་སྟེ་རིམ་གྲོ་སྤུན་  
སྤུམ་ཆོགས་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །

བཞི་པ་(ལས་ལ་སྒྲོར་བའི་དབང་དུ་བྱས་པ་)ནི།

བདག་གི་དོན་དུ་གཞན་བཀོལ་ན། །

བྲན་ལ་སོགས་པ་སྤྱང་བར་འགྱུར། །

གཞན་གྱི་དོན་དུ་བདག་སྤྱད་ན། །

རྗེ་དཔོན་ཉིད་སོགས་སྤྱོད་བར་འགྱུར། །

བདག་གི་དོན་དུ་གཞན་རང་དབང་མེད་པར་བྱན་དུ་བཀོལ་ན་རང་  
ཉིད་སྤྱི་མར་རིགས་དང་དང་བྱན་ལ་སོགས་པ་སྤྱོད་བར་འགྱུར་ལ། གཞན་  
གྱི་པན་བདེའི་དོན་དུ་བདག་སྤྱད་ཅིང་བཀོལ་ན་སྤྱི་མར་བདག་ཉིད་རྗེ་དཔོན་  
ཉིད་དང་རིགས་དང་གཟུགས་བཟང་བ་སོགས་སྤྱོད་བར་འགྱུར་རོ། །

ལྷ་པ་(པན་བདེའི་དབང་དུ་བྱས་པ་)ནི།

འཇིག་རྟེན་བདེ་བ་ཇི་སྟེད་པ། །

དེ་ཀུན་གཞན་བདེ་འདོད་ལས་བྱུང་། །

འཇིག་རྟེན་སྐྱུག་བསྐྱལ་ཇི་སྟེད་པ། །

དེ་ཀུན་རང་བདེ་འདོད་ལས་བྱུང་། །

མདོར་ན་འཇིགས་རྟེན་ན་བདེ་བ་ཇི་སྟེད་ཡོད་པ་དེ་ཀུན་གཞན་བདེ་  
བ་འདོད་པ་གཞན་དོན་བྱས་པ་ལས་བྱུང་ལ་འཇིག་རྟེན་ན་ཡོད་པའི་སྐྱུག་  
བསྐྱལ་ཇི་སྟེད་པ་དེ་ཀུན་བདག་གཅེས་པར་འཇིན་པའི་རང་བདེ་བ་འདོད་པ་  
ལས་བྱུང་བས་བདག་གཅེས་འཇིན་འབད་པས་དགག་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(དོན་བསྐྱུ་བ་)ནི།

མང་དུ་བཤད་ལྟ་ཅི་ཞིག་དགོས། །

བྱིས་པ་རང་གི་དོན་བྱེད་དང་། །

ཐུབ་པ་གཞན་གྱི་དོན་མཛད་པ། །

འདི་གཉིས་གྱི་ནི་བྱད་པར་སྟོས། །

མང་དུ་རྒྱས་པར་བཤད་ལྟ་ཅི་ཞིག་དགོས་ཏེ་གྱིས་པ་རང་གི་དོན་  
གཅེས་སྤྲུལ་སྤྱུ་བྱེད་པས་མི་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བ་དང་། ཐུབ་པ་  
གཞན་གྱི་དོན་མཛད་པས་ཕྱན་ཆོག་པ་ཐམས་ཅད་མཐར་ཕྱིན་པ་འདི་གཉིས་  
གྱི་ནི་བྱད་པར་སྟོས་ལ་ཡིད་ཆེས་པར་གྱིས་ཞིག །

གཉིས་པ་(དེས་ན་བདག་གཅེས་འཛིན་དོར་རིགས་པ་)ལ་བཞི།

མ་མཐོང་བའི་ཉེས་དམིགས་དང་། མཐོང་བའི་ཉེས་དམིགས་དང་།  
ཉེས་དམིགས་བསྐྱུས་ཏེ་བསྟན་པ་དང་། དེས་ན་བདག་གཅེས་འཛིན་འདོར་  
བར་རིགས་པ་འོ། །

དང་པོ་(མ་མཐོང་བའི་ཉེས་དམིགས་)ནི།

བདག་བདེ་གཞན་གྱི་སྤྱུག་བསྐྱེལ་དག །

ཡང་དག་བཟེ་བ་མ་བྱས་ན། །

སངས་རྒྱས་ཉིད་དུ་མི་འབྱུང་ཅིང་། །

འཁོར་བ་ན་ཡང་བདེ་བ་མེད། །

བདག་གི་བདེ་བ་དང་གཞན་གྱི་སྤྱུག་བསྐྱེལ་དག་ཡང་དག་བཟེ་བ་སྟེ་  
སྤར་རང་གི་བདེ་བ་ཆེད་དུ་བསྐྱུབ་ཅིང་སྤྱུག་བསྐྱེལ་ཆེད་དུ་སེལ་བ་དེ་ལས་  
སྟོག་ནས་གཞན་གཅེས་པར་གཟུང་སྟེ། དེའི་བདེ་བ་ཆེད་དུ་བསྐྱུབ་ཅིང་སྤྱུག་

བསྐྱལ་འབད་བས་སེལ་བ་མ་བྱས་ན་རང་ཉིད་སངས་རྒྱས་ཉིད་དུ་མ་འབྱུང་  
ཅིང་དེ་མ་བྱུང་ཀྱང་འཁོར་བར་གནས་བས་ཆོག་མོད་སྟམ་ན་འཁོར་བ་ན་  
ཡང་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་བདེ་བ་མེད་དོ། །

གཉིས་པ་(མཐོང་བའི་ཉེས་དམིགས་)ནི།

འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་པར་ཞོག་གི།

བྲན་གཡོག་ལས་མི་བྱེད་པ་དང་། །

རྗེ་དཔོན་རྒན་པ་མི་སྟེར་བའི། །

ཆེ་འདིའི་དོན་ཡང་འབྱུང་མི་འབྱུང་། །

བདག་གཅེས་འཇིན་དོར་ཏེ་གཞན་གཅེས་འཇིན་གོམས་པར་མ་བྱས།  
འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་གྱི་ཉེས་དམིགས་པར་ཞོག་གི་ཆེ་འདིར་ཡང་བྲན་གཡོག་  
ལས་མི་བྱེད་པ་དང་། རྗེ་དཔོན་ལས་བྱས་པ་ལ་རྒན་པ་མི་སྟེར་བའི་ཆེ་འདིའི་  
དོན་ཡང་འབྱུང་པར་མི་འབྱུང་རོ། །

གསུམ་པ་(ཉེས་དམིགས་བསྐྱུས་ཏེ་བསྟན་པ་)ནི།

མཐོང་དང་མ་མཐོང་བདེ་འབྱུང་པའི། །

ཕུན་སུམ་བདེ་སྐྱིད་ཡོངས་བོར་ཞིང་། །

གཞན་ལ་སྟུག་བསྐྱལ་བྱས་པའི་རྒྱས། །

མོངས་བས་སྟུག་བསྐྱལ་མི་བཟད་ལེན། །

གཞན་དོན་ཆེད་ཆེར་མ་བྱས་པས་མཐོང་བ་དང་མ་མཐོང་བ་ཆེ་འདི་  
དང་སྤྱི་མའི་བདེ་བ་འབྲུག་པའི་ཐབས་བདག་གཞན་བརྗེ་བ་སྤངས་པས་སྤྱན་  
སྤུམ་ཆོགས་པའི་བདེ་སྦྱིད་ཡོངས་སུ་བོར་བར་འབྱུར་ཞིང་གཞན་ལ་གཞོན་  
པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་བྱས་པའི་རྒྱས་བདེ་སྤྱག་གི་ཐབས་ལ་སྤོངས་པའི་བྱིས་པ་  
རྣམས་སྤྱག་བསྐྱེད་མི་བཟད་ཅིང་བཟོད་དགའ་བ་རྒྱད་ལ་ལེན་པར་འབྱུར་  
རོ།

བཞི་པ་(དེས་ན་བདག་གཅེས་འཛིན་འདོར་བར་རིགས་པ་)ནི།

འཛིག་ཉེན་དག་ན་འཆོ་བ་གང་ཡོད་དང་། །

འཛིགས་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཇི་སྟེད་ཡོད་གྱུར་པ། །

དེ་ཀྱན་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་ལས་བྱུང་ན། །

འདྲེ་ཆེན་དེས་ཀོ་བདག་ལ་ཅི་ཞིག་བྱ། །

འཛིག་ཉེན་དག་ན་མི་དང་མི་མ་ཡིན་པའི་འཆོ་བ་གང་ཡོད་དང་།  
སེམས་ཀྱི་འཛིགས་པ་དང་ལུས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཇི་སྟེད་ཡོད་པར་གྱུར་པ་དེ་  
ཀྱན་བདག་ཏུ་དམིགས་ནས་བདག་གཅེས་པར་འཛིན་པ་ལས་བྱུང་བར་བར་  
གྱུར་ན། མི་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་པའི་བདག་གཅེས་འཛིན་གྱི་འདྲེ་  
ཆེན་དེས་ཁོ་སྟེ་དེས་ནི་བདག་ལ་ཅི་ཞིག་བྱ་ནས་གྱིས་སྤང་བར་བྱའོ།

བདག་ཉིད་ཡོངས་སུ་མ་བཏང་ན། །

སྤྱག་བསྐྱེད་སྤང་བར་མི་རུས་ཏེ། །

རི་ལྟར་མེ་ནི་མ་བཏང་ན། །

སྲེག་པ་སྤྱོད་བར་མི་རྒྱས་བཞིན། །

བདག་ཉིད་གཅེས་པར་འཇིན་པ་ཡོངས་སུ་མ་བཏང་ན་རང་གིས་  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱུག་བསྔལ་སྤང་བར་མི་རྒྱས་ཏེ་རི་ལྟར་ཏེ་དཔེར་  
ན་མེ་ནི་ལག་པས་བཟུང་ནས་མ་བཏང་ན་བསྲེག་པ་སྤྱོད་བར་མི་རྒྱས་པ་  
བཞིན་ནོ། །

གཉིས་པ་(དོན་བསྟན་པ་)ལ་གསུམ།

བདག་གཞན་བརྗེ་བའི་ཚུལ་དང་། བརྗེས་ནས་ལོག་པར་སྦྱོར་བ་  
དགག་པ་དང་། སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་བསྐྱབ་པའོ། །

དང་པོ་(བདག་གཞན་བརྗེ་བའི་ཚུལ་)ནི།

དེ་ལྟར་བདག་གཞོད་ཞི་བ་དང་། །

གཞན་གྱི་སྤྱུག་བསྔལ་ཞི་བའི་ཕྱིར། །

བདག་ཉིད་གཞན་ལ་གཏང་བྱ་དང་། །

གཞན་ནམས་བདག་བཞིན་གཟུང་བར་བྱ། །

གཞན་ཡལ་བར་དོར་ནས་རང་གཅེས་པར་འཇིན་པ་མི་འདོད་པ་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་ཡིན་པས་དེ་ལྟ་བུས་ན་བདག་གི་གཞོད་བཞི་  
པ་དང་། གཞན་གྱི་སྤྱུག་བསྔལ་ཞི་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བདག་ཉིད་གཅེས་པར་  
འཇིན་པ་དོར་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆེད་དུ་གཞན་ལ་བཏང་བ་

དང་། གཞན་རྣམས་བདག་བཞིན་གཅེས་པར་གཟུང་བར་བྱའོ། །

བདག་ནི་གཞན་གྱི་དབང་གྱུར་ཅེས། །

ཡིད་བྱོད་ངེས་པར་ཞེས་གྱིས་ལ། །

སེམས་ཅན་ཀུན་དོན་མ་གཏོགས་པར། །

ད་ནི་བྱོད་གྱིས་གཞན་མི་བསམ། །

རང་ཉིད་ད་ནི་གཞན་གྱི་དབང་དུ་གྱུར་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཡིད་བྱོད་ངེས་  
པར་ཞེས་པར་གྱིས་ལ་དེད་ཕྱིན་ཆད་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ཀུན་བསྐྱབ་པ་མ་  
གཏོགས་པར་ད་ནི་བྱོད་གྱིས་རང་དོན་འབའ་ཞིག་དོན་དུ་གཉེར་བ་སོགས་  
གཞན་མི་བསམ་མོ། །

གཉིས་པ་(བརྗེས་ནས་ལོག་པར་སྒྲུབ་བ་དགག་པ་)ནི།

གཞན་དབང་མིག་ལ་སོགས་པ་ཡིས། །

རང་དོན་སྐྱབ་པར་རིགས་མ་ཡིན། །

དེ་དོན་མིག་ལ་སོགས་པ་ཡིས། །

དེ་ལ་ལོག་པར་བྱ་མི་རིགས། །

རང་ཉིད་སེམས་ཅན་གྱི་བྱན་དུ་བསྐྱོས་ན་གང་གི་བྱན་ཡིན་པ་དེ་ལ་  
རང་གི་མིག་ལ་སོགས་པས་ལོག་པར་བསྐྱབ་པ་མི་རིགས་པས། སེམས་  
ཅན་གཞན་དབང་བའི་མིག་ལ་སོགས་པ་ཡིས་སེམས་ཅན་ལ་སྤང་མིག་བཟླ་



བ་སོགས་དང་། རང་དོན་འབའ་ཞིག་བསྐྱབ་པར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ལ་དེའི་  
དོན་བསྐྱབ་དགོས་ཤིང་དེ་དབང་བའི་མིག་ལ་སོགས་པ་ཡིས་སེམས་ཅན་  
དེ་ལ་ལོག་པར་བསྐྱབ་པ་བྱ་མི་རིགས་པས་སེམས་ཅན་ལ་སྒོ་གསུམ་གྱིས་  
ལོག་པར་བསྐྱབ་པ་མཐོང་ན་ཡང་ཉེས་དམིགས་བསམས་ནས་ཡང་དང་ཡང་  
དུ་སྒོམ་སེམས་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་བསྐྱབ་པ་)ནི།

དེས་ན་སེམས་ཅན་གཙོར་བྱ་སྟེ། །

བདག་གི་ལུས་ལ་ཅི་མཐོང་བ། །

དེ་དང་དེ་ནི་སྒོགས་ནས་ཀྱང་། །

གཞན་དག་ལ་ནི་ཕན་པར་སྟོད། །

རྒྱ་མཚན་དེས་ན་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་གཙོ་བོར་བྱས་ཏེ་བས་གོས་  
སོགས་བདག་གི་ལུས་ལ་ཅི་མཐོང་བ་དེ་དང་དེ་ནི་རང་ལ་སྒོགས་ནས་ཀྱང་  
སྟེ། བདག་གིར་འཇིན་པ་བསལ་ནས་སེམས་ཅན་གཞན་དག་ལ་ནི་ཕན་པར་  
སྟོད་པ་བྱན་གྱིས་རྗེ་བའི་བས་གོས་ལོངས་སྟོད་པ་ལྟར་བྱན་པ་མི་བརྗེད་པར་  
བྱའོ། །

གཉིས་པ་(བདག་གཞན་བརྗེས་ནས་བསམ་པས་རྗེས་སུ་སྐྱབ་པའི་ཚུལ་)ལ་གཉིས།

བསྟན་པ་དང་། བཤད་པའོ། །

དང་པོ་(བསྟན་པ་)ནི།

དམན་སོགས་བདག་ཏུ་བྱས་པ་དང་། །

གཞན་ཉིད་དུ་ནི་བདག་བྱས་ནས། །

རྣམ་ཏྲོག་མེད་པའི་སེམས་གྱིས་སྟ། །

སྤྲུག་དོག་འབྲན་དང་ང་རྒྱལ་བསྟོམ། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་སེམས་ཅན་རང་ལས་དམན་པ་དང་མཉམ་པ་  
དང་རང་ལས་ལྷག་པ་སོགས་དམིགས་ཡུལ་དུ་བྱས་ནས་བདག་ཏུ་བྱས་པ་  
དང་། བདག་ཉིད་གཞན་ཉིད་དུ་ནི་བྱས་ནས་ཏེ་བདག་གཞན་དུ་འཛིན་པའི་  
སྟོ་གོ་ས་སྤྲས་ནས་ངེས་ཤེས་བྱངས་ཏེ་ཐེ་ཆོམ་གྱི་རྣམ་ཏྲོག་མེད་པའི་སེམས་  
གྱིས་སྟ་བདག་གཞན་ཇི་པ་སྟོམ་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལྷ་སྦྱིན་ཡིན་ན།  
ལྷ་སྦྱིན་དེ་ལ་སྤྲུག་དོག་དང་ནི་མཉམ་པ་ཡིན་ན་འབྲན་སེམས་དང་དམན་པ་  
ཡིན་ན་ང་རྒྱལ་བསྟོམ་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(བཞད་པ་)ལ་བཞི།

མཐོ་བ་ལ་སྤྲུག་དོག་བསྟོམ་ཚུལ་དང་། མཉམ་པ་ལ་འབྲན་སེམས་  
བསྟོམ་ཚུལ་དང་། དམན་པ་ལ་ང་རྒྱལ་བསྟོམ་ཚུལ་དང་། སྟོམ་པའི་འབྲས་  
བྱའོ། །

དང་པོ་(མཐོ་བ་ལ་སྤྲུག་དོག་བསྟོམ་ཚུལ་)ལ་གཉིས།

སྟོམ་པའི་ཚུལ་དང་། བསྟོམས་ནས་ངི་ལྟར་སྦྱབ་པའི་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་(སྒྲིམ་པའི་ཚུལ་)ནི།

འདི་ནི་བཀྱར་བྱས་བདག་ནི་མིན། །

འདི་བཞིན་བདག་གིས་མ་རྟོན་ཅིང་། །

འདི་ནི་བསྟོན་བྱས་བདག་ལ་སྟོན། །

འདི་བདེ་བ་དག་ནི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལ། །

བདག་ནི་ལས་རྣམས་བྱེད་པ་དང་། །

འདི་ནི་བདེ་བ་ཉིད་དུ་གནས། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལྷ་སྦྱིན་རང་ཉིད་གྱིས་བདག་གཞན་བརྗེ་  
པ་སྒྲིམ་པའི་ཆེ་ལྷ་སྦྱིན་འདི་ནི་གཞན་གྱིས་བཀྱར་སྟེ་བྱས་ལ་སེམས་ཅན་  
བདག་ཏུ་གཟུང་ནས་བདག་ནི་ཡོན་ཏན་དམན་པས་བཀྱར་སྟེ་བྱས་པ་མིན་  
ནོ། །ལྷ་སྦྱིན་འདི་བཞིན་བདག་གིས་བདེ་བའི་ཡོ་བྱད་མ་རྟོན་ཅིང་བྱང་  
སེམས་ལྷ་སྦྱིན་འདི་ནི་བསྟོན་པར་བྱས་ལ་བདག་ཅག་སེམས་ཅན་རྣམས་  
ལ་སྟོན་དོ། །འདི་བདེ་ལ་བདག་ཅག་རྣམས་ནི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལ་བདག་ནི་ཁྱར་  
ཁྱེར་བ་ལ་སོགས་པའི་ལས་རྣམས་བྱེད་པ་དང་། ལྷ་སྦྱིན་འདི་ནི་བདེ་བ་ཉིད་  
དུ་གནས་སོ། །

འདི་ནི་འཇིག་རྟེན་ལ་ཆེ་དང་། །

བདག་དམན་ཡོན་ཏན་མེད་པར་གྲག། །

ཡོན་ཏན་མེད་པས་ཅི་ཞིག་བྲ། །

བདག་ཀྱན་ཡོན་ཏན་ལྡན་པ་ཉིད། །

གང་བས་འདི་དམན་དེ་ཡོད་ཅིང་། །

གང་བས་བདག་མཆོག་དེ་ཡང་ཡོད། །

བྱང་སེམས་འདི་ནི་འཇིག་རྟེན་ལ་ཚུ་ལ་ཁྲིམས་དང་ཐོས་པ་སོགས་  
གྱིས་ཆེ་བར་གྲགས་པ་དང་། བདག་དམན་པ་དང་ཡོན་ཏན་མེད་པར་གྲགས་གོ།  
དེ་ཡང་སྒྲིབ་གྱིས་འབད་པས་ཡོན་ཏན་བསྐྱབ་པ་ཡིན་ལ་བདག་ཅག་སེམས་  
ཅན་རྣམས་ཀྱང་ཡོན་ཏན་མེད་པས་ཅི་ཞིག་བྲ། བདག་ཅག་སེམས་ཅན་  
ཀྱན་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པ་ཉིད་དུ་འབད་པས་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །འདི་མཐོ་ལ་  
བདག་ཅག་དམན་པ་ཡང་བསྐྱོས་ས་ལ་སྐྱོས་ནས་བཞག་པ་ཡིན་པས་ཡོན་  
ཏན་ཆོས་ལྷག་པའི་གང་ཟག་གང་བས་བྱང་སེམས་འདི་དམན་པ་དེ་ཡོད་ཅིང་  
སེམས་ཅན་དམན་པ་གང་བས་བདག་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་དེ་ཡང་ཡོད་པས་  
བདག་ཅག་སེམས་ཅན་རྣམས་ཁྱུ་མ་པ་བྱེད་མི་དགོས་ཀྱི་འབད་བས་བྱང་  
ཚུབ་སྐྱབ་པར་བྱའོ། །ཚུ་ལ་ཁྲིམས་དང་ལྷ་བ་ཉམས་པ་སོགས་ཀྱི་དབང་གིས་  
བྱང་སེམས་ལྷ་སྦྱིན་ལས་སྒྲིབ་དམན་ལོ་ཞེ་ན།

ཚུ་ལ་ཁྲིམས་ལྷ་བ་རྒྱད་སོགས་ནི། །

ཉོན་མོངས་སྟོབས་གྱིས་བདག་དབང་མིན། །

ཚུ་ལ་ཁྲིམས་དང་ལྷ་བ་ཉམས་པ་དང་འཆོ་བས་རྒྱད་པ་སོགས་ལྷ་བ་

དང་སྒྲིང་པ་ཉམས་པ་ནི་སྒྲིང་བའི་ཉོན་མོངས་པའི་སྒྲིབས་ཀྱིས་ཡིན་གྱི་  
བདག་ཉིད་ཀྱི་འདོད་པའི་རང་དབང་དུ་གྱུར་པའི་སྒྲིན་མིན་ནོ། །ཡང་ན་རྟེན་  
པ་འདི་ལ་སྒྲིང་བའི་ཉོན་མོངས་རྣམས་ཀྱིས་མིན་ཞེས་འདོན་ནོ། །

ཅི་རྒྱས་བདག་ནི་གསོ་དགོས་ཏེ། །

གཞོན་པའང་བདག་གིས་དང་དུ་སྦྱང་། །

འོན་ཏེ་བདག་འདིའི་གསོ་བྱ་མིན། །

ཅི་སྤྱིར་བདག་ལ་བརྟམས་པ་བྱེད། །

བདག་ལ་དེ་ཡི་ཡོན་ཏན་གྱིས། །

ཅི་བྱ་འདི་བདག་ཡོན་ཏན་ཅན། །

གཉིས་པ་(བསྐྱམས་ནས་ཇི་ལྟར་སྒྱུབ་པའི་ཚུལ་)ནི།

བྱང་སེམས་ལྟ་སྒྲིན་ཁྱོད་སྒྲིང་རྗེ་དང་ལྟན་པ་ཡིན་ན་ཅི་རྒྱས་ཀྱིས་  
བདག་ནི་ཁྱོད་ཀྱིས་རྒྱད་པ་གསོ་དགོས་ཏེ་ཡོན་ཏན་སྒྱུབ་པའི་དཀའ་སྤྱད་  
ཀྱི་གཞོན་པའང་བདག་གིས་དང་དུ་སྦྱང་དགོས་སོ། །འོན་ཏེ་བདག་ཅག་  
རྣམས་ལྟ་སྒྲིན་འདིའི་གསོ་བྱ་མིན་ཞིང་པན་མི་འདོགས་ན་ཅིའི་སྤྱིར་བདག་  
ཅག་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བརྟམས་པ་བྱེད། བདག་ལ་བྱང་སེམས་དེའི་ཡོན་  
ཏན་གྱིས་ཅི་བྱ་བྱང་སེམས་ལྟ་སྒྲིན་འདི་བདག་ཉིད་ཡོན་ཏན་ཅན་ཡིན་ཡང་  
བདག་ཅག་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་པན་པ་མེད་པས་སོ། །

ངན་འགྲོ་གདུག་པའི་ཁར་གནས་པ། །

འགྲོ་ལ་སྙིང་རྗེ་མེད་པར་འདི། །

སྤྱིར་ལ་ཡོན་ཏན་རྩོམ་པ་ཡིས། །

མཁས་པ་དག་ལ་བསྟེན་བར་འདོད། །

གཞན་ཡང་ཚུལ་ཁྲིམས་དང་ལྟ་བ་ཉམས་པས་ངན་འགྲོ་དང་སྐྱུལ་དང་  
གཅན་གཟན་གདུག་པ་ལྟ་བུའི་ཁར་གནས་པས་འགྲོ་བ་རྣམས་ལ་སྙིང་རྗེ་  
མེད་པ་ལྟ་སྦྱོན་འདི་རང་ཅག་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཕན་པ་མི་བྱེད་པར་མ་  
ཟད། སྤྱིར་ལ་རང་གི་ཡོན་ཏན་ཅན་དུ་རྩོམ་པ་ཡིས་བདག་ཅག་སྐྱེ་བོ་སེམས་  
ཅན་མཁས་པ་དག་ལ་བསྟེན་བར་འདོད་པ་སྟེ། ལྟག་པར་འདོད་ཅིང་བརྟན་  
པ་བྱེད་པར་མི་རིགས་པའོ། །སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བདག་གི་སྟོབས་ཞག་པ་  
དང་། བྱང་སེམས་ཉིད་གཞན་དུ་བྱས་ནས་རང་ཉིད་ལ་དེས་གཞོན་པ་བྱེད་པ་  
སོགས་མི་རིགས་པར་སེམས་པའོ། །

གཉིས་པ་(མཉམ་པ་ལ་འགྲན་སེམས་བསྐྱོམ་ཚུལ་)ལ་བཞི།

རྟེན་བཀྱར་ལ་འགྲན་པ་དང་། ཡོན་ཏན་བསྐྱུགས་པ་ལ་འགྲན་པ་དང་།  
ལེགས་པའི་རྣམས་གངས་ལ་འགྲན་པ་དང་། གཞོན་པ་ལ་སྐྱར་བ་ལ་དགའ་  
བ་བསྐྱེད་པའོ། །

དང་པོ་(རྟེན་བཀྱར་ལ་འགྲན་པ་)ནི།

བདག་དང་མཉམ་ལ་བལྟས་ནས་ནི། །

གང་གིས་རང་ཉིད་ལྟག་བུའི་སྤྱིར། །

བདག་གི་རྟེན་དང་བཀྱར་སྟེ་ནི། །

ཚུད་པ་ཡིས་ཀྱང་ངེས་པར་བསྐྱབ། །

བདག་ཅག་སེམས་ཅན་དང་རིགས་ལ་སེམས་པས་མཉམ་པའི་བྱང་  
སེམས་ལ་སྟོས་ནས་ནི་རྟེན་པ་དང་ཡོན་ཏན་སོགས་གང་གིས་བྱང་སེམས་  
དེ་ལས་སེམས་ཅན་རང་ནི་ལྷག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཏུ་བདག་གི་རྟེན་པ་དང་།  
བཀྱར་སྟེ་ནི་བྱང་སེམས་ལྷ་སྦྱིན་འདི་དང་ཚུད་པ་ཡིས་ཀྱང་ངེས་པར་བསྐྱབ་  
པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(ཡོན་ཏན་བསྐྱབས་པ་ལ་འགྲན་པ་)ནི།

ཅི་ནས་བདག་གི་ཡོན་ཏན་ནི། །

འཇིག་རྟེན་ཀྱན་ལ་བསལ་བ་དང་། །

གཞན་ཡང་འདི་ཡི་ཡོན་ཏན་གང་། །

སྤྱས་ཀྱང་ཐོས་པར་མི་འགྱུར་བྱ། །

ཅི་ནས་བདག་ཅག་གི་ཡོན་ཏན་ནི་འཇིག་རྟེན་ཀྱན་ལ་ལེགས་པར་  
བསྐྱབས་ཤིང་བསྐྱབ་པ་དང་། གཞན་ཡང་བྱང་སེམས་འདིའི་ཡོན་ཏན་གང་  
ཡོད་པ་སྤྱས་ཀྱང་ཐོས་པར་མི་འགྱུར་བ་དེ་ལྟར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(ལེགས་པའི་རྣམས་གངས་ལ་འགྲན་པ་)ནི།

བདག་གི་སྦྱོན་ཡང་སྤྲ་བྱ་ཞིང་། །



བདག་ནི་མཆོད་འགྲུར་འདི་ལ་མིན། །

བདག་དེང་རྟེན་པ་ལེགས་རྟེན་ཅིང་། །

བདག་ནི་བཀུར་འགྲུར་འདི་ལ་མིན། །

སེམས་ཅན་བདག་གི་སྒྲིབ་ཡང་སྤྲ་བར་བྱ་ཞིང་འདིའི་སྒྲིབ་ནམས་  
བསལ་བར་བསྒྲགས་ནས་སེམས་ཅན་བདག་ནི་གཞན་གྱིས་མཆོད་པར་  
འགྲུར་བར་བྱ་ཞིང་། འདི་ལ་དེ་ལྟར་བྱེད་པ་མིན་པ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །  
བདག་དེང་ཟས་གོས་ལ་སོགས་པའི་རྟེན་པ་ལེགས་པར་རྟེན་ཅིང་གཞན་  
གྱིས་བདག་ནི་བཀུར་པར་འགྲུར་བར་བྱ་ལ་འདི་དག་འབྱུང་བ་མིན་ནོ། །

བཞི་པ་(གནོད་པ་ལ་སྤྱར་བ་ལ་དགའ་བ་བསྐྱེད་པ་)ནི།

འདི་ནི་མ་རུངས་བྱས་པ་ལ། །

ཡུན་རིང་བདག་ནི་དགའ་བས་སྟ། །

འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་བཞད་གད་དང་། །

པན་ཚུན་སྟོད་པ་དག་ཏུ་བྱ། །

བྱང་སེམས་ལྟ་སྒྲིབ་འདི་ནི་མ་རུངས་ཤིང་བརྒྱག་པར་བྱས་པ་ལ་  
ཡུན་རིང་པོའི་བར་དུ་བདག་ནི་དགའ་བས་བསྟ་བར་བྱའོ། །བྱང་སེམས་  
འདི་ནི་འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་བཞད་དག་གི་གནས་དང་པན་ཚུན་ཀུན་གྱིས་སྒྲིབ་  
བརྗོད་པས་སྟོད་པ་དག་ཏུ་བྱའོ་ཞེས་བདག་གཞན་བརྗེས་ནས་སེམས་ཅན་  
གཟེངས་སྟོད་ཅིང་རང་ཉིད་ཡོན་ཏན་གྱིས་རྫོམ་པ་དགག་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(གནོད་པ་ལ་སྦྱར་བ་ལ་དགའ་བ་བསྐྱེད་པ་)ལ་བཞི།

ང་རྒྱལ་སྒྲོམ་པའི་རྣམ་པ་དང་། སྒྲོམ་པའི་ཡོན་ཏན་དང་། བསྒྲོམས་  
ནས་སྦྱོར་བས་ཉམས་སུ་སྒྲང་བའི་ཚུལ་དག དེ་ལྟ་བུའི་ང་རྒྱལ་དང་བྲལ་  
བའི་ཉེས་དམིགས་བསམ་པའོ། །

དང་པོ་(ང་རྒྱལ་སྒྲོམ་པའི་རྣམ་པ་)ནི།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རང་ལས་ཡོན་ཏན་ཆེས་ལྷག་པ་བདག་ཏུ་  
གཟུང་ནས་ང་རྒྱལ་བསྒྲོམ་པར་བྱ་སྟེ།

ཉོན་མོངས་འདི་ཡང་བདག་དང་ནི། །

ལྷན་ཅིག་ཏུ་ནི་འགྲན་ཅེས་གྲག།

འདི་དག་ཐོས་དང་ཤེས་རབ་བཅ། །

གཟུགས་རིགས་ནོར་གྱིས་མཉམ་མམ་ཅི། །

བྱང་སེམས་ལྷ་སྦྱིན་ཉོན་མོངས་ཏེ་དམན་པ་འདི་ཡང་བདག་ཅག་  
སེམས་ཅན་རྣམས་དང་ནི་ལྷན་ཅིག་ཏུ་ནི་ལྷན་ཅིག་ཏུ་མི་འགྲན་ཞེས་གྲགས་  
ན། བྱང་སེམས་ལྷ་སྦྱིན་འདི་བདག་དང་ཐོས་པ་དང་ཤེས་རབ་བཅ་གཟུགས་  
དང་རིགས་དང་ནོར་གྱིས་མཉམ་མམ་ཅི། གང་གི་སྒྲོན་ས་ཀྱང་མི་མཉམ་  
ཞེས་ང་རྒྱལ་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(སྒྲོམ་པའི་ཡོན་ཏན་)ནི།

དེ་ལྟར་ཀུན་ལ་བསྐྱབས་པ་ཡི། །

བདག་གི་ཡོན་ཏན་ཐོས་ནས་ནི། །

སྤྱ་ལྡང་དགའ་བ་སྦྱེ་གྱུར་པའི། །

བདེ་སྦྱིད་ལ་ནི་ཡོངས་སུ་སྦྱོང། །

མི་མཉམ་པ་དེ་ལྟར་ན་ཀུན་ལ་གྲགས་པ་ཡི་ལྷ་སྦྱིན་ལས་ཆེས་ལྷག་  
པའི་ཐོས་པ་ལ་སོགས་པའི་བདག་གི་ཡོན་ཏན་ཐོས་ནས་ནི། བ་སྤྱ་ལྡང་བའི་  
དགའ་བ་སྦྱེ་བར་འགྱུར་བའི་བདེ་སྦྱིད་ལ་ནི་ཡོངས་སུ་སྦྱོང་ཅིག་ཅེས་པའོ།

གསུམ་པ་(བསྐྱོམས་ནས་སྦྱོར་བས་ཉམས་སུ་སྒྲང་བའི་ཚུལ་དག)ནི།

ཅི་སྟེ་འདི་ལ་རྟེན་ཡོད་ཀྱང་། །

གལ་ཏེ་ང་ཡི་ལས་བྱེད་ན། །

འདི་ལ་འཆོ་བ་ཙམ་བྱིན་ནས། །

བདག་གི་སྟོབས་ཀྱིས་དེ་སྒྲང་བ། །

ཅི་སྟེ་འདི་ལ་ཟས་ནོར་སོས་ཀྱི་རྟེན་པ་ཡོད་ཀྱང་གལ་ཏེ་ངའི་སྟེ་ངེད་  
སེམས་ཅན་རྣམས་སྤྱག་བསྐྱེད་སེལ་བ་ལ་སོགས་པའི་ལས་བྱེད་ན། འདི་ལ་  
ཟས་གོས་ལ་སོགས་པ་སྟོག་འཆོ་བའི་རྒྱུ་ཙམ་བྱིན་ནས་ལྷག་མ་དེ་རྣམས་  
བདག་གི་བྱས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་རྟེན་པ་དེ་སྒྲང་བར་བྱའོ།

བཞི་པ་(དེ་ལྟ་བུའི་ང་རྒྱལ་དང་བྲལ་བའི་ཉེས་དམིགས་བསམ་པ་)ནི།

འདི་ནི་བདེ་ལས་ཉམས་བྱ་ཞིང་། །

བདག་གི་གཞི་དང་ཉག་སྒྱུར་བྲ། །

བྱང་སེམས་འདི་ནི་སྟོམས་ལས་ཀྱི་བདེ་བ་ལས་ཉམས་པར་བྱ་ཞིང་  
བདག་གི་སྒྱུག་བསྐྱེལ་ཁུར་དུ་བསྒྱུར་ནས། བདག་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་  
སྒྱུག་བསྐྱེལ་སེལ་བའི་གཞི་དང་པ་དང་ཉག་ཏུ་སྒྱུར་བར་བྱའོ། །

བཞི་པ་(བསྟོམ་པའི་འབྲས་བུ་)ལ་བཞི།

བདག་གཅེས་པར་གཟུང་བའི་ཉེས་དམིགས་བསམ་པ་དང་། གཞན་  
གཅེས་པར་གཟུང་བ་ལ་པན་ཡོན་མཐའ་ཡས་པའི་ཤེས་བྱེད་དང་། པན་ཡོན་  
ཉིད་བཤད་པ་དང་། དེས་ན་གཞན་གཅེས་འཛིན་ལ་འབད་པར་གདམས་  
པའོ།

དང་པོ་(བདག་གཅེས་པར་གཟུང་བའི་ཉེས་དམིགས་བསམ་པ་)ནི།

འདི་ཡིས་བརྒྱ་ཕྱག་ཐམས་ཅད་དུ། །

འཁོར་བར་བདག་ལ་གཞི་དང་པ་བྱས། །

ཡིད་ཁྱོད་རང་དོན་བྱེད་འདོད་པས། །

བསྐྱེལ་པ་གངས་མེད་འདས་གྱུར་ཁྱང་། །

ངལ་བ་ཆེན་པོ་དེ་ལྟ་བུར། །

ཁྱོད་ཀྱིས་སྒྱུག་བསྐྱེལ་འབའ་ཞིག་བསྒྱུབས། །

རང་སྟུན་སྟུམ་ཆོགས་པ་ཞིག་བྱེད་འདོད་ནས་རང་ཉིད་གཅེས་པར་  
གཟུང་བ་འདི་ཡིས་ཆེ་རབས་བརྒྱ་ཕྱག་ཐམས་ཅད་དུ་འཁོར་བར་འཁོར་

བའི་ཆེ་བདག་ལ་དཔྱལ་བ་ལ་སོགས་པའི་གཞོན་པ་བྱས་ཤིང་ཡིད་བྱིད་རང་  
དོན་འབའ་ཞིག་བྱེད་འདོད་པས་བསྐྱལ་བ་གངས་མེད་པ་འདས་པར་གྱུར་  
ཀྱང་དོན་མེད་པའི་ངལ་བ་ཆེན་པོ་དེ་ལྟ་བུས་བྱིད་གྱིས་བདག་ལ་འཁོར་བའི་  
སྒྱུག་བསྐྱལ་འབའ་ཞིག་བསྐྱབས་སྟུང་དུ་བསམ་པ་ནི་བྱང་སེམས་ལྟ་སྒྲིབ་  
རང་གིས་རང་གི་རང་དེ་ལྟར་སེམས་པའོ། །

གཉིས་པ་(གཞན་གཅེས་པར་གཟུང་བ་ལ་པན་ཡོན་མཐའ་ཡས་པའི་ཤེས་བྱེད་)ནི།

དེ་ལྟར་ངེས་པར་གཞན་དག་གི།

དོན་ལ་རབ་དུ་འཇུག་གྱིས་དང་། །

ཐུབ་པའི་བཀའ་ནི་མི་སྟོབས། །

དེ་ཡི་ཡོན་ཏན་ཕྱིས་མཐོང་འགྱུར། །

དེ་ལྟར་ན་གཞན་གཅེས་པར་གཟུང་ནས་ངེས་པར་གཞན་དག་གི་དོན་  
ལ་རབ་དུ་འཇུག་པར་གྱིས་དང་། ཐུབ་པའི་བཀའ་ནི་བསྟན་བྱའི་དོན་ལ་མི་  
སྟོབས་བདག་གཅེས་འཛིན་ལ་དགྲར་བསྟུན་ནས་གཞན་གཅེས་པར་གཟུང་  
བ་དེའི་ཡོན་ཏན་འབྲས་བུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པ་ཕྱིས་མཐོང་བར་འགྱུར་རོ། །

གསུམ་པ་(པན་ཡོན་ཉིད་བཤད་པ་)ནི།

གཞན་དོན་ཡུན་རིང་དུ་བྱས་ཀྱང་དེ་ལྟ་བུའི་འབྲས་བུ་མ་མཐོང་ངོ་ཞེ་

ན།

གལ་ཏེ་བྱིད་གྱིས་སྒྲིབ་དུས་སུ། །

ལས་འདི་བྱས་པར་གྱུར་ན་ནི། །

སངས་རྒྱས་ལྷན་སྐྱེས་བདེ་མིན་པ། །

གནས་སྐབས་འདི་འདྲར་འགྱུར་མི་སྲིད། །

གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱིས་སྤྱོད་ཀྱི་དུས་སུ་བདག་གཞན་བརྗེ་བའི་ལས་  
འདི་བྱས་པར་གྱུར་ན་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་དོན་གཉིས་སྐྱེས་སྐྱེས་ཆོག་པ་འདི་  
བདེ་བ་མིན་པ་སྤྱད་བསྐྱེད་ཁྱོད་བའི་གནས་སྐབས་འདི་འདྲར་འགྱུར་མི་སྲིད་  
པས། དོན་མེད་ཀྱི་བྱ་བས་དུས་འདས་པ་ལ་འགྱོད་པར་བྱས་ནས་བྱང་ཆུབ་  
ཀྱི་སེམས་བསྐྱོམ་པ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །

བཞི་པ་(དེས་ན་གཞན་གཅེས་འཛིན་ལ་འབད་པར་གདམས་པ་)ནི།

བཞག་གཞན་བརྗེ་བ་བསྐྱོམས་པས་གོམས་པར་མི་རུས་སྐྱེས་ན།

དེ་བས་འདི་ལྟར་གཞན་དག་གི།

ཁུ་བ་ཁྱག་གི་ཐེགས་པ་ལ། །

ཁྱོད་ཀྱིས་ངར་འཛིན་བྱས་པ་ལྟར། །

དེ་བཞིན་གཞན་ལ་འང་གོམས་པར་གྱིས། །

གཞན་དོན་ལ་ཕན་ཡོན་དེ་ལྟ་བུ་ཡོད་པ་དེ་བས་ན་འདི་ལྟར་གཞན་པ་  
མ་དག་གི་ཁུ་བ་ཁྱག་གི་ཐེགས་པ་ལས་གྲུབ་པའི་ལུས་འདི་ལ་ཁྱོད་ཀྱིས་ངར་  
འཛིན་གོམས་པར་བྱས་པ་ལྟར། དེ་བཞིན་སེམས་ཅན་གཞན་ལ་འང་བདག་  
ཏུ་གཟུང་ནས་གཅེས་པར་འཛིན་པ་གོམས་པར་གྱིས་དང་གོམས་པ་མཐར་

ཕྱིན་པར་འགྱུར་རོ། །

གསུམ་པ་(སྟོར་བས་རྗེས་སུ་སྦྱབ་པའི་ཚུལ་)ལ་གཉིས།

དངོས་དང་། བདག་གཞན་གྲེས་ནས་སྟོར་བས་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཆེ་  
སེམས་དབང་དུ་བྱ་བའོ། །

དང་པོ་(དངོས་)ལ་གསུམ།

རང་གི་ལེགས་ཆོགས་ཐམས་ཅད་གཞན་ལ་སྟོར་བ་དང་། རང་ཉིད་  
གཞན་དོན་དུ་དམན་པའི་གནས་ལྟར་སྤང་བ་དང་། སྟོར་བས་ཉམས་སུ་ལེན་  
པའི་ཚུལ་བསྟུས་ཏེ་བསྟན་པའོ། །

དང་པོ་(རང་གི་ལེགས་ཆོགས་ཐམས་ཅད་གཞན་ལ་སྟོར་བ་)ལ་གཉིས།

དངོས་དང་། རང་ལ་སྤྲག་དོག་བྱ་རིགས་པའོ། །

དང་པོ་(དངོས་)ནི།

གཞན་གྱི་རྟོག་ཆེན་བྱས་ནས་ནི། །

བདག་གི་ལུས་ལ་ཅི་སྤང་བ། །

དེ་དང་དེ་ཉིད་སྟོགས་བྱས་ནས། །

སྟོན་གྱིས་གཞན་ལ་པན་པ་སྟོན། །

དེ་ལྟར་བསམ་པ་སྦྱངས་ནས་སྟོར་བས་སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་དོན་ལ་  
རྟོག་ཆེན་ཞེས་པ་བྱར་བ་བྱས་ནས་རང་གིས་ཀྱང་སེམས་ཅན་ལ་གཞོད་པ་  
བྱེད་མི་བྱེད་བརྟག་པ་བྱས་ནས་ནི། བདག་གི་ལུས་ལ་འདོད་པའི་དངོས་པོ་



ཅི་སྒྲུང་བ་དེ་དང་དེ་ཉིད་སྟོགས་ཏེ་བདག་གིར་འཛིན་པ་བཏང་བ་བྱས་ནས།  
ཁྱོད་ཀྱིས་སེམས་ཅན་གཞན་ལ་ཕན་པར་སྟོན་ཅིག་བྱང་སེམས་རང་ཉིད་ལ་  
གྲོས་འདེབས་པའོ། །

གཉིས་པ་(རང་ལ་སྤྲལ་དོག་བྱ་རིགས་པ་)ནི།

གཞན་ཡང་སྤྲལ་དོག་བསྟོམ་པར་བྱ་སྟེ།

བདག་སྦྱིད་གཞན་ནི་མི་སྦྱིད་ལ། །

བདག་མཐོ་གཞན་ནི་དམའ་བ་དང་། །

བདག་ནི་ཕན་བྱེད་གཞན་མིན་ཞེས། །

བདག་ལ་སྤྲལ་དོག་ཅིས་མི་བྱེད། །

བདག་སྦྱིད་ཅིང་སེམས་ཅན་གཞན་ནི་མ་སྦྱིད་ལ་ལོངས་སྟོན་ལ་  
སོགས་པས་བདག་མཐོ་ལ་གཞན་ནི་དམའ་བ་དང་། བདག་ནི་རང་ལ་ཕན་  
པའི་ལས་དག་བ་བྱེད་ལ་གཞན་ནི་དེ་ལྟར་བྱེད་པ་མིན་པས་བདག་བདེ་ལ་  
སེམས་ཅན་མི་བདེ་བས་ཅི་ཞིག་བྱ་ཞེས་པས་བདག་མཐོ་བ་ལ་སྤྲལ་དོག་  
ཅིས་མི་བྱེད་བྱེད་རིགས་སོ། །

གཉིས་པ་(རང་ཉིད་གཞན་དོན་དུ་དམན་པའི་གནས་ལྟར་སྒྲུང་བ་)ལ་གསུམ།

རང་གི་སྟོན་བརྟག་པ་དང་། སེམས་ཅན་ལ་ཉེས་པ་བྱས་པ་བཤགས་  
པ་དང་། དམན་པའི་གནས་ལྟར་སྒྲུང་བའོ། །

དང་པོ་(རང་གི་སྒྲིབ་བརྟག་པ་)ནི།

བདག་ནི་བདེ་དང་བྲལ་གྱིས་ཏེ། །

གཞན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་བདག་ལ་སྒྲིབ། །

རེས་འགའ་འདི་ནི་ཅི་བྱེད་ཅེས། །

བདག་གི་སྒྲིབ་ལ་བརྟག་པར་གྱིས། །

བདག་ནི་ཟས་གོས་སོགས་བདེ་བ་ཅི་ཡོད་དང་བྲལ་བར་གྱིས་ཏེ་  
གཞན་ལ་ཐོང་ལ། གཞན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་བདག་ལ་སྒྲིབ་ཞིང་སྦྱང་བར་བྱའོ།  
རང་གིས་ཉེས་པ་བྱས་པ་ལ་རེས་འགའ་འདི་ནི་ཅི་བྱེད་ཅེས་བྱང་སེམས་  
བདག་གི་སྒྲིབ་ལ་བརྟག་པར་གྱིས་ཞིག་པའོ། །

གཉིས་པ་(སེམས་ཅན་ལ་ཉེས་པ་བྱས་པ་བཤགས་པ་)ནི།

གཞན་གྱིས་ཉེས་པ་བྱས་པ་ཡང་། །

རང་གི་སྒྲིབ་དུ་བསྐྱར་བྱོས་ལ། །

བདག་གི་ཉེས་པ་ཆུང་བྱས་ཀྱང་། །

སྒྲེ་བོ་མང་ལ་རབ་དུ་ཞོགས། །

གཞན་གྱི་བྲགས་པ་སྤྱག་བརྗོད་པས། །

རང་གི་བྲགས་པ་བེལ་གྱིས་ཞོན། །

གཞན་གྱིས་རང་ལ་གཞོད་པ་བྱས་པ་སྤྱ་བུའི་ཉེས་པ་བྱས་པ་ཡང་བྱང་

སེམས་རང་གི་སྒྲིན་དུ་བསྐྱར་བར་བྱོས་ལ་དེའི་འབྲས་བུ་རང་གིས་སྤྱོད་བར་  
གྱུར་ཅིག་པའི་ཁུར་བྱའོ། །སེམས་ཅན་ལ་བདག་གིས་ཉེས་པ་ཆུང་དུ་བྱས་  
ཀྱང་སྒྲི་བོ་མང་པོ་ལ་རབ་དུ་ཞོགས་ཏེ་རང་གི་ཉེས་པ་ཁས་ལེན་པའོ། །གཞན་  
གྱི་གྲགས་པ་དང་སྟན་པ་བརྗོད་པ་ཐོས་ན་རང་གིས་ཀྱང་ལྷག་པར་བརྗོད་  
པས་བསྟོད་པར་བྱ་ཞིང་། རང་གི་གྲགས་པ་བྱིས་གཞོན་ཅེས་པ་མི་  
མངོན་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(དམན་པའི་གནས་ལྗེས་སྤངས་པ་)ནི།

བདག་ནི་བླ་གྱི་ཐ་མ་ལྟར། །

དོན་རྒྱུ་ལ་བཞག་པར་བྱས། །

འདི་ནི་སྒྲིན་ཅན་རང་བཞིན་ཏེ། །

སྒྲི་བུར་ཡོན་ཏན་ཆས་མི་བསྟོད། །

འདི་ཡི་ཡོན་ཏན་ཅི་ནས་ཀྱང་། །

འགས་ཀྱང་མི་ཤེས་དེ་ལྟར་བྱས། །

བདག་ནི་བླ་གྱི་ནང་ནས་ཀྱང་ཁུར་ལྷག་པར་འཁུར་བ་ཐ་མ་ལྟར་ང་  
ཀྱིས་མེད་པར་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་རྒྱུ་ལ་བཞག་པར་བྱས་ཏེ་བདག་  
འདི་ནི་སྒྲིན་ཅན་གྱི་རང་བཞིན་དུ་བསམ་སྟེ། ཐོས་པ་སོགས་ཡོན་ཏན་ཅུང་  
ཟད་ཀྱི་སྒྲི་ནས་བསྟོད་པར་བྱའམ་སྟུང་ན། སྒྲི་བུར་གྱི་ཡོན་ཏན་ཆ་ཤས་ཅུང་  
གྱིས་ཀྱང་མི་བསྟོད་པར་བྱང་སེམས་གང་ལ་དམིགས་ནས་འདིའི་ཡོན་ཏན་

ཅི་ནས་ཀྱང་གང་ཟག་འགས་ཀྱང་མི་ཤེས་པ་དེ་ལྟར་གསང་བར་གྱིས་ཤིག་  
པ་སྟེ། རང་གི་ཡོན་ཏན་མི་སྒྲིག་པར་བསམ་པའོ། །

གསུམ་པ་(སྒྲོར་བས་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཚུལ་བསྐྱུས་ཏེ་བསྟན་པ་)ནི།

མདོར་ན་བདག་གི་དོན་གྱི་ཕྱིར། །

སྒྲོང་གིས་གཞན་ལ་གཞོད་བྱས་གང་། །

གཞོད་དེ་སེམས་ཅན་དོན་གྱི་ཕྱིར། །

བདག་ཉིད་ལ་ནི་འབབ་པར་གྱིས། །

མདོར་ན་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་བདག་གི་དོན་གྱི་ཕྱིར་ཏུ་ཡིད་སྒྲོང་གིས་  
གཞན་ལ་གཞོད་པ་ཇི་སྟེད་བྱས་པ་གང་ཡིན་པའི་གཞོད་པ་དེ་སེམས་ཅན་གྱི་  
དོན་བསྐྱུབ་པ་ཉིད་གྱི་ཕྱིར། བདག་ཉིད་ལ་ནི་འབབ་པར་གྱིས་ཤིག་སྟུང་  
བསམ་མོ། །

འདི་ནི་གཉའ་བླག་འགྱུར་ཚུལ་དུ། །

ཤེད་བསྐྱེད་པར་ནི་མི་བྱ་སྟེ། །

བག་མ་གསར་བའི་ཚུལ་བཞིན་དུ། །

ངོ་ཆ་འཇིགས་དང་བསྐྱམས་ཏེ་བཞག། །

གཞན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱུལ་འཁུར་བར་མི་བཟོད་དོ་སྟུང་ན་བྱང་སེམས་  
རང་གི་ཡིད་འདི་ནི་གཉའ་བླག་སྟེ་ཐོད་ཀླུང་དུ་ཐོད་ཁམ་ཆེ་བར་འགྱུར་བའི་

ཚུལ་དུ་ཤེད་བསྐྱེད་པར་ནི་མི་བྱ་སྟེ། འོ་ན་ངི་ལྟར་གནས་པར་བྱ་ཞེན་བག་  
མ་གསལ་བའི་ངང་ཚུལ་བཞིན་དུ་ངོ་ཚ་བ་དང་། གཞན་གྱིས་སྤང་དོགས་  
པའི་འཇིགས་པ་དང་སྦྱོད་ལམ་བསྐྱམས་ཏེ་བཞག་པར་བྱའོ། །གཉའ་བླ་ལ་  
འགྲེལ་ཆེན་གྱི་འགྲུར་ལས་རྩ་བ་འགྲུར་ཚུལ་དུ་ཞེས་འབྱུང་ངོ། །

གཉིས་པ་(བདག་གཞན་གྲེས་ནས་སྦྱོར་བས་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཆེ་སེམས་དབང་དུ་བྱ་བ་)ལ་བཞི།

ཁྱོད་བག་ཏུ་གནས་པ་ཆར་བཅད་པའི་ཚུལ་དང་། རང་དོན་འབའ་ཞིག་  
ལ་སྦྱོར་བའི་ཉེས་དམིགས་དང་། ལུས་གྱི་ཉེས་པ་ལ་བརྟག་པ་དང་། སེམས་  
དབང་དུ་བྱ་བའོ། །

དང་པོ་(ཁྱོད་བག་ཏུ་གནས་པ་ཆར་བཅད་པའི་ཚུལ་)ནི།

དེ་བྱ་དེ་ལྟར་གནས་བྱ་ཞིང་། །

དེ་ལྟར་ཁྱོད་གྱིས་མི་བྱ་བ། །

དེ་ལྟར་འདི་ནི་དབང་བྱ་སྟེ། །

དེ་ལས་འདས་ན་ཆར་གཅད་བྱ། །

གཞན་དོན་གྱི་བསམ་པ་དེ་བྱ་ཞིང་སྦྱོར་བས་ཀྱང་དེ་ལྟར་གནས་  
པར་བྱ་ལ་ཏུལ་བ་བཞིན་དུ་དགོ་བ་ལ་བཀོལ་དུ་རུང་བར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་  
སེམས་ཁྱོད་གྱིས་གཞན་དོན་མི་བྱ་བ་དེ་ལྟར་འདོད་ན་སེམས་འདི་ནི་བླ་བ་  
དང་ཤེས་བཞིན་གྱིས་དབང་དུ་བྱ་སྟེ་གཉིན་པོ་དེ་ལས་འདས་ན་ཆར་གཅད་  
པར་བྱ་ཞིང་དུལ་བར་བྱའོ། །

འོན་ཏེ་དེ་ལྟར་གདམས་ཀྱང་ནི། །

སེམས་ཁྱོད་དེ་ལྟར་མི་བྱེད་ན། །

ཁྱོད་ལ་ཉེས་པ་ཀུན་བསྟེན་པས། །

ཁྱོད་ཉིད་ཆར་གཅད་བྱ་བར་ཟད། །

འོན་ཏེ་རང་གིས་རང་ལ་དེ་ལྟར་གདམས་ཀྱང་ནི་ཉོན་མོངས་ཀྱི་དབང་  
དུ་གྱུར་པ་ལ་སྙད་བཏགས་ནས་སེམས་ཁྱོད་དེ་ལྟར་མི་བྱེད་ན། བདག་  
གཅེས་འཇིན་གྱི་སེམས་ཁྱོད་ལ་འདི་ཕྱིའི་ཉེས་པ་ཀུན་བསྟེན་པས་ན་སེམས་  
ཁྱོད་ཉིད་ཆར་གཅད་པར་བྱ་བར་ཟད་དོ། །

གཉེས་པ་(རང་དོན་འབའ་ཞིག་ལ་སྟོར་བའི་ཉེས་དམིགས་)ལ་གསུམ།

ཉེས་དམིགས་བསམས་ནས་རང་དོན་འབའ་ཞིག་བསྐྱབ་པ་དོར་བ་  
དང་། གཞན་དོན་ལ་སྟོར་བ་དང་། བསྐྱས་ཏེ་བསྟེན་པའོ། །

དང་པོ་(ཉེས་དམིགས་བསམས་ནས་རང་དོན་འབའ་ཞིག་བསྐྱབ་པ་དོར་བ་)ནི།

ཁྱོད་ཀྱིས་ཁོ་བོ་གར་བརྒྱག་པའི། །

སྟོན་གྱི་དུས་དེ་གཞན་ཡིན་ཏེ། །

ངས་མཐོང་ང་ཁྱོད་གང་དུ་འགྲོ། །

ཁྱོད་ཀྱི་བློས་པ་ཀུན་གཞོམ་བྱ། །

ད་དུང་བདག་ལ་རང་གི་དོན། །

ཡོད་སྟམ་སེམས་པ་དེ་དོར་ཅིག །

བདག་གཅེས་འཛིན་སྤྱོད་གྱིས་ཁོ་བོ་གར་བརྒྱག་པའི་ཉེས་པ་ཀྱན་  
གྱི་རྩ་བར་མ་ཤེས་པའི་སྡོན་གྱི་དུས་དེ་ཉེས་པའི་རྩ་བར་མ་ཤེས་པའི་དུས་  
གཞན་ཡིན་ཏེ། ཉེས་པའི་རྩ་བར་ངེས་མཐོང་སྤྱོད་ཉར་པ་བསྐྱེད་པ་ལ་དེ་གང་  
དུ་འགྲོ་འགྲོ་དབང་མེད་པར་བདག་གཅེས་འཛིན་སྤྱོད་གྱི་དེགས་པ་ཀྱན་རྩ་བ་  
ནས་གཞོམ་པར་བྱའོ། །ད་དུང་དུ་བདག་ལ་རང་གི་དོན་འབའ་ཞིག་སྐྱབ་པའི་  
དབང་ཡོད་སྟམ་དུ་སེམས་པ་དེ་དོར་ཅིག་ཅུང་ཟད་ཀྱང་བྱེད་དུ་མི་གཞུག་  
གོ།།

གཉིས་པ་(གཞན་དོན་ལ་སྦྱར་བ་)ནི།

བདག་གིས་གཞན་ལ་སྤྱོད་བཅོང་གིས། །

སྦྱོར་བར་མ་སེམས་ཞོ་ཤ་ལུལ། །

གལ་ཏེ་བག་མེད་གྱུར་ནས་སྤྱོད། །

སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་མ་བྱིན་ན། །

སྤྱོད་གྱིས་ཁོ་བོ་དཔྱལ་བ་ཡི། །

སྤང་མ་རྣམས་ལ་བྱིན་དུ་ངེས། །

བདག་གིས་སེམས་ཅན་གཞན་ལ་སྤྱོད་བཅོངས་པ་ཡིན་ཤེས་པར་  
གྱིས་ལ་སྦྱོར་བར་མ་སེམས་པར་སོས་ཅན་ཅི་འདོད་པའི་ཞོ་ཤ་ལུལ་ཅིག་  
གལ་ཏེ་རང་དོན་འབའ་ཞིག་སེམས་ཤིང་བག་མེད་པར་གྱུར་ནས་སྤྱོད་



སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་མ་བྱིན་ན། ཁྱོད་ཀྱིས་སྒྲིག་པའི་ལས་བསགས་ནས་  
ཁོ་བོ་དཔྱལ་བ་ཡི་བསྐྱང་མ་རྣམས་ལ་བྱིན་དུ་ངེས་པས་བདག་གཅེས་འཛིན་  
ཁྱོད་གཞོམ་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(བསྐྱས་ཏེ་བསྐྱན་པ་)ནི།

དེ་ལྟར་ཁྱོད་ཀྱིས་རེ་ལྟ་ཞིག །

ཁོ་བོ་བྱིན་པས་ཡུན་རིང་ས་སྤྱག །

ང་ནི་ཁོན་རྣམས་བླན་བྱས་ཏེ། །

ཁྱོད་ཀྱིས་རང་དོན་སེམས་པ་གཞོམ། །

དེ་ལྟར་ཁྱོད་ཀྱིས་སྡོན་ཡང་དེ་ལྟ་ཞིག་ཁོ་བོ་དཔྱལ་སྐྱངས་རྣམས་ལ་  
བྱིན་པས་ཡུན་རིང་པོར་སྤྱག་བསྐྱལ་སྐྱོང་ལ་དེ་ནི་སྤར་གྱི་ཁོན་རྣམས་བླན་  
པར་བྱས་ཏེ། ཉེས་པའི་ཙ་བ་ཁྱོད་ཀྱིས་རང་དོན་འབའ་ཞིག་བྱ་བར་སེམས་  
པ་གཞོམ་པར་བྱའོ། །

དེ་ལྟ་བདག་ནི་དགའ་འདོད་ན། །

རང་ལ་བདག་གིས་དགར་མི་བྱ། །

དེ་ལྟ་བདག་ནི་བསྐྱང་འདོད་ན། །

གཞན་དག་ཏྱག་ཏུ་བསྐྱང་བར་བྱ། །

དེ་ལྟ་བདག་ནི་ཡུན་རིང་པོའི་བར་དགའ་བདེ་ལུན་སུམ་ཆོག་ས་པ་

འདོད་ན་རང་ལ་བདག་གིས་གཅེས་པར་གཟུང་ནས་དགའ་བར་མི་བྱའོ། །  
དེ་སྟེ་བདག་ཉིད་སྟུག་བསྐྱེད་ལས་བསྐྱུང་འདོད་ན་སེམས་ཅན་གཞན་དག་  
གཅེས་པར་གཟུང་ནས་ཏྲ་བསྐྱུང་བར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(ལུས་ཀྱི་ཉེས་པ་ལ་བརྟག་པ་)ལ་གསུམ།  
ཚྲག་མི་ཤེས་པའི་ཉེས་པ་དང་། གཡོ་བ་མེད་པའི་ཉེས་པ་དང་། ཚྲིངས་  
པའི་ཉེས་པ་འོ། །

དང་པོ་(ཚྲག་མི་ཤེས་པའི་ཉེས་པ་)ལ་གཉིས།  
ལུས་ལ་སྟེད་པའི་ཉེས་དམིགས་དང་། དེས་ན་ལུས་ལ་ཆགས་བྲལ་  
བསྐྱོམ་རིགས་པ་འོ། །

དང་པོ་(ལུས་ལ་སྟེད་པའི་ཉེས་དམིགས་)ནི།  
གཞན་དོན་བྱེད་འདོད་པས་སྟེད་པས་ལུས་བསྐྱུང་བར་བྱའོ་ཞེ་ན།  
ཇི་ལྟ་ཇི་ལྟར་ལུས་འདི་ནི། །  
ཡོངས་སུ་སྦྱོང་བར་བྱེད་གྱུར་པ། །  
དེ་ལྟ་དེ་ལྟར་ཤེན་ཏུ་ནི། །  
བཟེ་རེ་ཅན་གྱུར་ཉིད་ཏུ་ལྷུང་། །

དེ་ནི་མི་རིགས་ཏེ་ཇི་ལྟ་ཇི་ལྟར་རང་གི་ལུས་འདི་ནི་སྟེད་པས་གཅེས་  
པར་གཟུང་བས་བས་གོས་སོགས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་སྦྱོང་བར་བྱེད་པ་སྟེ་  
བསྐྱུངས་པར་འགྱུར་པ་དེ་ལྟ་དེ་ལྟར་ཤེན་ཏུ་ནི་འདོད་པ་ཅུང་ཟད་ཅམ་མ་གྲུབ་

ན་ཡང་སྟུག་བསྐྱེད་ཆེན་པོ་འབྱུང་ཞིང་སྟུག་བསྐྱེད་ཆུང་དུ་ཡང་མི་བཟོད་  
པའི་གཟེ་རེ་ཅན་དུ་འབྱུང་བ་ཉིད་དུ་ལྷུང་བས་ཤིན་ཏུ་བསྐྱུང་དགའ་བར་  
འབྱུང་རོ། །

དེ་ལྟར་ལྷུང་བ་དེ་ཡི་ཡང་། །

འདོད་པ་ས་འདི་ཐམས་ཅད་གྱིས། །

རྫོགས་པར་རྒྱས་པ་ཡོད་མིན་ན། །

དེ་ཡི་འདོད་པ་སྟུས་བྱེད་རྒྱས། །

དེས་ཅིར་འབྱུང་ཞེ་ན་དེ་ལྟར་ལྷུང་བ་དེ་ཡི་ཡང་སྟེད་པ་ལེགས་པར་  
འཕེལ་ནས་འདོད་པས་ས་འདིའི་སྟེང་གི་ལོངས་སྟོན་ཐམས་ཅད་གྱིས་ཀྱང་  
འདོད་པ་རྫོགས་པར་བྱེད་རྒྱས་པ་ཡོད་པ་མིན་ན་སྟེད་པ་དེའི་འདོད་པ་  
རྫོགས་པར་སྟུས་བྱེད་རྒྱས་ཏེ་འདོད་ཡོན་ལ་སྟེད་པས་དམོས་པ་མི་སྟེད་དོ།  
དཔེར་ན་རྒྱལ་པོ་ང་ལ་རྒྱ་སྤིང་བཞི་དང་བརྒྱ་བྱིན་གྱི་སྟེན་གྱི་སྟེད་ལ་ལོངས་  
སྟོན་པས་ཀྱང་མ་ངོམས་པར་གསུང་བ་བཞིན་རོ། །

རྒྱས་མེད་འདོད་པ་ཉོན་མོངས་དང་། །

བསམ་པ་ཉམས་པའང་སྐྱེ་བར་འབྱུང་། །

འདོད་པ་རྫོགས་པར་བྱེད་པའི་རྒྱས་པ་མེད་བཞིན་དུ་འདོད་པ་ལ་སྟུག་  
པར་ཡང་སྟེད་པས་ནི་ཆགས་སྤང་སོགས་གྱིས་ཉོན་མོངས་དང་། དག་བའི་  
སྟོགས་གྱི་བསམ་པ་ཉམས་པར་འབྱུང་ཞིང་ཡིད་མི་བདེ་འབའ་ཞིག་སྐྱེ་བར་

འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་(དེས་ན་ལུས་ལ་ཆགས་བྲལ་བསྐྱེད་འགས་པ་)ནི།

གང་ཞིག་ཀྱན་ལ་ལྟོས་མེད་པ། །

དེ་ཡི་སྤྱན་ཚོགས་བྱང་མི་ཤེས། །

དེ་བས་ལུས་ཀྱི་འདོད་པ་ནི། །

འཕེལ་བྱེད་སྐབས་དབྱེ་མི་བྱ་སྟེ། །

གང་ཞིག་ཡིད་འོང་མི་འཇིན་པ། །

དེ་ནི་དངོས་པོ་བཟང་པོ་ཡིན། །

གང་ཟག་གང་ཞིག་ལུས་འོངས་སྤྱོད་ཀྱན་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པ་འདོད་པ་  
ཚུང་ཞིང་ཚོག་ཤེས་པ་དེའི་སྤྱན་སྤྱུལ་ཚོགས་པའི་ཡོན་ཏན་བྱང་མི་ཤེས་ཏེ།  
ནམ་ཡང་འོངས་སྤྱོད་ཀྱིས་འོངས་པའི་བྲེལ་བ་མི་སྲིད་དོ། །དེ་བས་ན་ལུས་  
ཀྱི་དོན་དུ་འོངས་སྤྱོད་ལ་སྲེད་པའི་འདོད་པ་ནི་གཉིན་པོ་མ་བསྟེན་ན་གོང་  
ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་འགྱུར་བའི་བྱེད་འདོད་ཡོན་ལ་སྲེད་པས་སྐབས་  
དབྱེ་བར་མི་བྱ་སྟེ། གང་ཞིག་ཡིད་ཆགས་པར་འགྱུར་བའི་དངོས་པོ་ཡིད་  
འོང་མི་འཇིན་པ་དེ་ནི་ནོར་ནམས་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་དངོས་པོ་བཟང་པོ་  
ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་(གཡོ་བ་མེད་པའི་ཉིས་པ་)ནི།

ཐ་མར་ཐལ་བའི་མཐར་གཏུགས་ཤིང་། །

མི་གཡོ་གཞན་གྱིས་བསྒྲིབ་བྱ་བ། །

མི་གཙང་གཟུགས་ནི་མི་བཟད་བ། །

འདི་ལ་ཅི་སྤྱིར་བདག་ཏུ་འཛིན། །

གསོན་ནམ་ཡང་ན་ཤི་ཡང་སྒྲིལ། །

བདག་ལ་འབྲུལ་འཁོར་འདིས་ཅི་བྱ། །

བོང་སོགས་འདི་བྱད་ཅི་ཡོད་ན། །

ཀྱི་ཏུད་ང་རྒྱལ་སེལ་མི་བྱེད། །

ལུས་འདི་ནི་ཐ་མར་ཐལ་བའི་མཐར་པར་གཏུགས་ཤིང་དེར་བཟད་བ་  
དང་། ལུས་རང་ཉིད་མི་གཡོ་བས་གཞན་སེམས་གྱིས་བསྒྲིབ་པར་བྱ་བ་དང་།  
ཤ་ཁྲག་སོགས་མི་གཙང་བའི་ཕུང་པོའི་གཟུགས་ནི་འཛིགས་པ་མི་བཟད་བ་  
དུ་མའི་གནས་ཡིན་པས་ལུས་འདི་ལ་ཅིའི་སྤྱིར་བདག་ཏུ་འཛིན། བདག་ཏུ་  
གཟུང་ན་དཔྱལ་བའི་སྤྱག་བསྐྱལ་ཡང་སྤྱོད་དགོས་པས་གསོན་ནམ་ཤི་ཡང་  
སྒྲིབ་བདག་ལ་ལུས་ཀྱི་འབྲུལ་འཁོར་འདིས་ཅི་བྱ་དགོས་པ་ཏུང་བཟད་ཀྱང་མེད་  
དོ། །གཡོ་བ་མེད་པ་བོང་བ་སོགས་དང་ལུས་འདི་བྱད་ཅི་ཡོད་ན་ཀྱི་མ་ལུས་  
ལ་སྤེད་པ་མི་བཟོད་པས་ཀྱི་ཏུད་ཅིའི་ལུས་གྱིས་སེམས་ཁེངས་པའི་ང་རྒྱལ་  
སེལ་བར་མི་བྱེད་ང་རྒྱལ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་སྤང་བར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(རྫོངས་པའི་ཉེས་པ་)ལ་བཞི།

ལེགས་ཉེས་ལ་རྫོངས་པ་དང་། བསྒྲིབ་སྤྲད་ལ་རྫོངས་པ་དང་། དེ་ལ་

ཚོད་པ་སྒྲོང་བ་དང་། ལུས་ལ་སྐྱེད་པ་ཉེས་པ་དུ་མའི་འབྱུང་གནས་ཡིན་ཡང་  
དལ་འབྱོར་ལ་སྒྲིང་པོ་སྒྲང་བའི་ཆེད་དུ་བསྐྱུང་བར་བྱ་བའོ། །

དང་པོ་(ལེགས་ཉེས་ལ་སྒྲོངས་པ་)ནི།

ལུས་ཀྱི་ཁ་ཏ་བྱས་པ་ཡིས། །

དོན་མེད་སྤྱག་བསྐྱེད་ཉེར་བསགས་ནས། །

རྗེས་སུ་ཆགས་དང་ཁོང་ཁྱོ་བ། །

ཤིང་མཚུངས་འདི་ལ་ཅི་ཞིག་བྱ། །

ཡིད་ཁྱོད་ལུས་ཀྱི་རིམ་གྲོའི་ཁ་ཏ་བྱས་པ་ཡིས་དོན་མེད་པའི་སྤྱག་  
བསྐྱེད་མང་པོ་ཉི་བར་བསགས་ནས། བན་གཞོད་བྱེད་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཆགས་  
པ་དང་ཁོང་ཁྱོ་བ་དུ་མ་བསྐྱེད་པའི་ལུས་བསྐྱུངས་ཀྱང་རིན་གཙོ་མེད་པ་ཤིང་  
དང་མཚུངས་པའི་ལུས་འདི་ལ་ཆགས་པས་ཅི་ཞིག་བྱ་བྱེད་པར་མི་རིགས་  
སོ། །

བདག་གིས་འདི་ལྟར་བསྐྱུངས་པའམ། །

བྱ་གྲོད་སོགས་ཀྱིས་བློས་ཀྱང་རུང་། །

ཆགས་མེད་ཞེ་སྒྲུང་ཡོད་མེན་ན། །

ཅི་སྟེ་དེ་ལ་ཆགས་པར་བྱེད། །

བདག་གིས་འདི་ལྟར་ལོངས་སྟོན་ཀྱིས་བསྐྱུངས་པའམ་བྱ་གྲོད་

སོགས་ཀྱིས་ཐོས་ཀྱང་རུང་ལུས་ཁོ་རང་ལ་ཕན་གཞོན་བྱེད་པ་ལ་ཆགས་  
པ་མེད་ཅིང་ཞེས་དང་ཡོད་པ་མིན་ན། རང་ཉིད་ཅི་སྟེ་དེ་ལ་ཆགས་པར་བྱེད་  
ཆགས་པར་མི་རིགས་སོ། །

གཉིས་པ་(བསྟོན་སྟོན་ལ་སྟོངས་པ་)ནི།

གང་ཞིག་སྟོན་པས་ཁོ་བ་དང་། །

གང་ཞིག་བསྟོན་པས་མགུ་འགུར་བ། །

གལ་ཏེ་དེ་ཉིད་ཤེས་མེད་ན། །

བདག་གིས་གང་གི་ངལ་བ་བྱས། །

ལུས་དེ་ལ་སྟོན་གང་ཞིག་གིས་སྟོན་པས་ཁོ་བ་དང་ཡོན་ཏན་གང་  
ཞིག་གིས་བསྟོན་པས་མགུ་བར་གུར་པ་གལ་ཏེ་བསྟོན་སྟོན་དེ་ཉིད་ལུས་རང་  
གིས་ཤེས་པ་མེད་ན་ཡིད་བདག་གིས་གང་གི་དོན་དུ་ཆགས་སྒྲུང་གི་སྟོན་ས་  
ངལ་བ་བྱས་བྱེད་པ་དོན་མེད་དེ།

གསུམ་པ་(དེ་ལ་ཚོད་པ་སྟོང་བ་)ནི།

གང་ཞིག་ལུས་འདི་འདོད་འགུར་བ། །

དེ་དང་བདག་བཤེས་ཡིན་ཞེ་ན། །

ཐམས་ཅད་རང་གི་ལུས་འདོད་པས། །

དེ་ལ་བདག་གོ་ཅིས་མི་དགལ། །



ལུས་རང་གིས་དེ་ལྟར་ཤེས་པ་མེད་ཀྱང་གང་ཞིག་བདག་གི་ལུས་  
འདི་འདྲོད་ཅིང་ཡིད་དུ་འོང་བར་གྱུར་པ་དེ་དང་བདག་བཤེས་ཡིན་པས་དེ་  
ལ་དགའ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རང་གི་ལུས་འདྲོད་པས་  
གཞན་གྱི་ལུས་དེ་ལའང་བདག་གོ་ཅེས་མི་དགའ། རང་གི་ལུས་ལ་ཆགས་པ་  
དང་གཞན་གྱི་ལུས་ལ་སློད་པར་མི་རིགས་སོ། །

བཞི་པ་(ལུས་ལ་སློད་པ་ཉེས་པ་དུ་མའི་འབྱུང་གནས་ཡིན་ཡང་དལ་འབྱོར་ལ་སྤྱིང་པོ་སྤངས་པའི་ཆེད་དུ་བསྐྱུང་བར་བྱ་བ་)ནི།

དེ་བས་བདག་གིས་ཆགས་མེད་པར། །

འགྲོ་ལ་པན་བྱིར་ལུས་གཏང་བ། །

དེས་ན་འདི་ལ་ཉེས་མང་ཡང་། །

ལས་གྱི་སྤྱད་བཞིན་གཟུང་བར་བ། །

ལུས་ལ་ཆགས་པར་མི་རིགས་པ་དེ་བས་ན་བདག་གིས་རང་གི་ལུས་  
ལ་ཆགས་པ་མེད་པར་འགྲོ་བ་ལ་པན་པའི་བྱིར་དུ་ལུས་སྦྱིན་པར་བཏང་བར་  
བྱའོ། །བཞི་བརྒྱ་པར། ལུས་ནི་དག་ལྟར་མཐོང་མེད་གྱི། །ད་ལྟ་ན་ཡང་དེ་  
བསྐྱུང་བ། །ཁྱིམས་ལྡན་ཡུན་རིང་འཆོ་བ་ནི། །དེ་ལས་བསོད་ནམས་མང་  
པོ་བྱེད། །ཅེས་བཤད་པ་ལྟར་ལུས་ལ་བརྟེན་ནས་གཞན་དོན་མང་པོ་འབྱུང་  
པ་དེ་ན་ལུས་འདི་ལ་ཉེས་པ་མང་ཡང་། འཛིག་རྟེན་པ་ནམས་ཁུར་གྱི་དོན་དུ་  
ཤིང་རྟ་འཛིན་པའི་ལས་གྱི་སྤྱད་བཞིན་དུ་བཟུང་བར་བྱའོ། །

བཞི་པ་(སེམས་དབང་དུ་བྱ་བ་)ལ་གསུམ།

དགོ་བའི་བར་ཆད་ལོག་པར་བྱ་བ་དང་།      གཉིན་པོ་ལ་བཙོན་པའི་  
སྟོབས་བསྐྱེད་པ་དང་།      དགོ་བའི་དམིགས་པ་ལ་ཅེ་གཅིག་དུ་མཉམ་པར་  
བཞག་པར་བྱ་བའོ། །

དང་པོ་(དགོ་བའི་བར་ཆད་ལོག་པར་བྱ་བ་)ནི།

དེ་བས་བྱིས་པའི་སྟོན་པས་ཆོག །

བདག་གིས་མཁས་པའི་རྗེས་བསྟུགས་ཏེ། །

བག་ཡོད་གཏམ་ནི་བླ་བྱས་ནས། །

གཉིད་དང་ཟུགས་པ་བསྐྱོག་པར་བྱ། །

དེ་བས་ན་འདོད་པའི་སྟེན་པ་དང་བརྟུན་སེམས་དང་གཞོད་སེམས་  
སོགས་ཞི་གནས་ཀྱི་མི་མ་བུ་སྟོབས་ལ་གཞོལ་བ་བྱིས་པའི་སྟོན་པས་  
ཆོག་གི་བདག་གིས་སྤང་དོར་ལ་མཁས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་སེམས་  
རྣམས་ཀྱི་རྗེས་སུ་བསྟུགས་ཏེ།      དགོ་བའི་ཆོས་རྣམས་ལ་བག་ཡོད་པའི་  
གཏམ་ནི་བླ་བྱ་པར་བྱས་ནས་གཉིད་དང་ཟུགས་པ་སོགས་ཞི་གནས་ཀྱི་བར་  
ཆད་རྣམས་བཞེས་སྤྱོད་ལས།      རྟོན་དང་འགྲེལ་དང་གཞོད་སེམས་ཟུགས་པ་  
དང་།      །གཉིས་དང་འདོད་ལ་འདུན་དང་ཐེ་ཆོམ་སྟེ།      །སྤྱི་བ་པ་ལྔ་པོ་འདི་དག་  
དགོ་བའི་ནོར།      །འཕྲོག་པའི་ཆོམ་རྒྱན་ལགས་པར་མཁྱེན་པར་མཛོད།      །ཅེས་  
བཤད་པ་ལ་ལྟར་འབད་པས་ལྟོག་པར་བྱ་ཞིང་སྤང་བར་བྱའོ། །

གཉེས་པ་(གཉེན་པོ་ལ་བརྩོན་པའི་སྟོབས་བསྐྱེད་པ་)ནི།

རྒྱལ་སྤྱི་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་རྣམས་ལྟར། །

རིགས་པའི་སྤྱན་ནི་གཟུགས་བྱ་སྟེ། །

ཉིན་མཆན་ཕྱད་པར་མ་འབད་ན། །

བདག་གི་སྤྱག་བསྐྱེད་ནམ་མཐར་ཕྱིན། །

རྒྱལ་སྤྱི་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་རྣམས་ལྟར་གཉེན་པོའི་སྟོབས་བསྐྱེད་  
པའི་རིགས་པའི་བསྤྱན་ནི་གཟུགས་པར་བྱ་སྟེ་ཉིན་མཆན་ཕྱད་པར་ཏེ་རྟག་  
པར་མ་འབད་ན། བདག་གིས་སྤྱག་བསྐྱེད་ནམ་མཐར་ཕྱིན་སྟམ་དུ་བསམས་  
ལ་ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཞི་གནས་བསྐྱོམ་པ་ལ་འབད་པར་  
བྱའོ། །

གསུམ་པ་(དགེ་བའི་དམིགས་པ་ལ་རྩེ་གཅིག་ཏུ་མཉམ་པར་བཞག་པར་བྱ་བ་)ནི།

དེ་བས་སྐྱིབ་པ་བསལ་བའི་ཕྱིར། །

ལོག་པའི་ལམ་ལས་སེམས་ལྷན་ཏེ། །

ཡང་དག་དམིགས་ལ་རྟག་པར་ཡང་། །

བདག་གིས་མཉམ་པར་གཞག་པར་བྱ། །

དེ་བས་ན་ཉོན་མོངས་པ་དང་ཤེས་བྱའི་སྐྱིབ་པ་མཐའ་དག་བསལ་བའི་  
ཕྱིར་ཏུ་སྤྱག་མཐོང་བསྐྱེད་དགོས་ལ་དེ་ཡང་སྟོན་དུ་ཞི་གནས་བསྐྱབ་དགོས་

པས་ཞི་གནས་སྐྱེ་བའི་གོགས་ལོག་པའི་ལམ་འདོད་པའི་རྣམ་ཏྲིག་སོགས་  
མཐའ་དག་ལས་སེམས་སྒྲན་ཏེ། སྟོང་བའི་འདུ་བྱེད་བརྒྱུད་ཀྱི་སྒོ་ནས་ཡང་  
དག་པའི་དམིགས་པ་ལ་རྟག་པར་ཡང་བདག་གིས་སེམས་མཉམ་པར་  
བཞག་པར་བྱའོ། །

མདོར་ན་ཞི་གནས་ཐུན་མོང་བ་སྐྱབ་ཚུལ་རྒྱས་པར་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ས་  
ལས་གསུངས་པ་དང་། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བསྐྱབ་ཚུལ་གཞུང་འདི་དང་  
སྟོབ་དཔོན་ཀ་མ་ལ་ཤྱེ་ལས་སྒྲོམ་རིམ་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་ཤེས་པར་  
བྱས་ནས། ཞི་གནས་སྒྲོམ་པའི་པན་ཡོན་དང་། མ་སྒྲོམ་པའི་ཉེས་དམིགས་  
བསམས་ནས་སེམས་གནས་པའི་ཐབས་དགུ་ལ་སོགས་པས་ཉིང་ངེ་འཇིན་  
བསྒྲོམ་པ་ལ་འབད་པར་བྱ་ཞིང་། རྒྱས་པར་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་ལམ་གྱི་རིམ་  
པ་ཆེ་ཆུང་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་ཤེས་པར་བྱའོ། །གནས་ལུགས་མདོན་དུ་  
གྱུར་པའི་ལྷག་མཐོང་གིས། །སྐྱབ་གཉིས་ས་བོན་རྩྭ་ནས་འཛོམས་པ་ཡང་།  
གཡེ་མེད་ཉིང་འཇིན་གནས་ལ་རག་ལས་པས། །ཐོག་མར་ཞི་གནས་སྐྱབ་ལ་  
མཁས་པར་བྱ། །བསྐྱབ་པའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ། །

གཉིས་པ་(ལེ་འུའི་མཆན་)ནི།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོན་པ་ལ་འདུག་པ་ལས། །

བསམ་གཏན་བསྟན་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་ལེ་འུ་བརྒྱུད་པའོ། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོན་ལ་འདུག་པའི་རྣམ་བཤད་རྒྱལ་སྐས་འདུག་ཐོགས་ཞེས་བྱ་བ་  
ལས། བསམ་གཏན་བསྟན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ལེ་འུ་སྟེ་ལེ་འུ་བརྒྱུད་པའི་འགྲེལ་པའོ། །

## ལེའུ་དགུ་པ། ཤེས་རབ་བསྟན་པ།

བཞི་པ་ལྷག་མཐོང་གི་ངོ་བོ་ཤེས་རབ་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ་ལ་གཉིས།

ལེའུ་འི་གཞུང་བཤད་པ་དང་། ལེའུ་འི་མཚན་ནོ། །

དང་པོ་(ལེའུ་འི་གཞུང་བཤད་པ་)ལ་གསུམ།

ཐར་པ་ཐོབ་པར་འདོད་པས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་བསྐྱེད་  
དགོས་པར་བསྟན་པ་དང་། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཇི་ལྟར་བསྐྱེད་  
པའི་ཐབས་དང་། དེས་ན་དེ་བསྐྱེད་པ་ལ་འབད་པར་གདམས་པའོ། །

དང་པོ་(ཐར་པ་ཐོབ་པར་འདོད་པས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་བསྐྱེད་དགོས་པར་བསྟན་པ་)ལ་གཉིས།

སྤྱི་འཛིན་དང་། ཡན་ལག་གི་དོན་རྟོ། །

དང་པོ་(སྤྱི་འཛིན་)ནི།

གཞན་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་མཐའ་དག་ཞི་བར་བྱེད་ལ་སྒྲ་ན་མེད་པའི་  
བྱང་ཆུབ་ཐོབ་དགོས་པས། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་དགོས་ཀྱང་རང་རྒྱུད་ཀྱི་  
སྤྱུག་བསྐྱེད་ཞི་བ་ལ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་ཅི་དགོས་སྟུང་ན། མགོན་པོ་སྤྱུ་སྤྱུ་  
ཀྱིས་ཇི་སྟེན་ཕྱང་པོར་འཛིན་ཡོད་པ། །དེ་སྟེན་དེ་ལ་རང་འཛིན་ཡོད། །ཅེས་  
ཕྱང་པོ་བདེན་འཛིན་ཡོད་པ་དེ་སྟེན་དུ་ང་དང་ང་ཡི་བར་རང་གི་མཚན་ཉིད་  
ཀྱིས་གྲུབ་པར་འཛིན་པའི་འཛིན་ལྟ་མི་ལྟོག་པར་གསུངས་ལ། ཉན་རང་དགྲ་  
བཅོམ་པས་འཛིན་ལྟ་བུ་བར་མ་སྤངས་པ་སྤྱི་ཡང་མི་འདོད་ཅིང་། དེ་ལ་ཕྱང་  
པོ་བདེན་འཛིན་བུད་དགོས་པས་ཉན་རང་འཕགས་པས་ཀྱང་ཕྱང་པོ་བདེན་

མེད་དུ་རྟོགས་པར་བཞེད་པ་ལྟར། སྟོབ་དཔོན་འདིས་གྲང་འཁོར་བའི་སྒྲུག་  
བསྐྱལ་ཞི་བ་ལ་ཡང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་དགོས་པར་བཞེད་དོ། །འོག་ཏུ་ཡང་  
འཆད་པར་འགྱུར་རོ། །འདི་དག་གི་རྣམ་གཞག་རྒྱས་པར་ཤེས་པར་འདོད་  
ན་ལྟ་དང་བཅས་པའི་འཇིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འདྲེན་པ་རྩེ་རིན་པོ་ཆེ་ཐམས་  
ཅད་མཁྱེན་པ་སྟོབ་བཟང་གྲགས་པའི་དཔལ་བཟང་པོའི་ཞལ་སྤྲ་ནས་མཛད་  
པའི་དབུ་མ་འདུག་པའི་རྣམ་བཤད་ཆེན་མོ་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གཞུང་འདིས་ཉན་རང་ལ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པ་མེད་པར་  
བསྟན་པ་འདིའི་རྣམ་བཤད་བྱེད་པ་དུ་མས་འཆད་པ་ནི། གཞུང་གི་དོན་ཕྱིན་  
ཅི་ལོག་ཡིན་པར་བསལ་བར་རྟོགས་ཏེ་འཆད་པར་འགྱུར་རོ། །ཡན་ལག་  
འདི་དག་ཅས་པ་ལེ་ཏུ་བརྒྱད་པ་ནས་བཤད་པའི་ཞི་གནས་ཅམ་ལ་འཆད་པ་  
དང་། སྦྱིན་སོགས་པ་ཕྱིན་ལྟག་མ་ཐམས་ཅད་ལ་འཆད་པའི་ལྷགས་གཉིས་  
ལས། ལེ་ཏུ་སྤྲ་ཕྱི་གཉིས་ཅམ་ཀྱི་འབྲེལ་པ་སྦྱར་ན་སྤྲ་མ་ཡང་རུང་མོད་གྲང་  
འདིར་ཕྱི་མ་ལྟར་བཤད་ན་ལོགས་སོ། །སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡན་ལག་  
ཤེས་རབ་ཀྱི་དོན་དུ་གསུངས་ཞེས་པ་ལ་དོགས་པ་འདི་ལྟར་བཅད་དེ། དེ་ཁོ་  
ན་ཉིད་ཐོས་བསམ་གྱིས་རྟོགས་པ་ལ་སྦྱིན་སོགས་སྟོན་དུ་འགྲོ་དགོས་པ་མ་  
ཡིན་ཏེ། སྦྱིར་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པ་ལ་ཆོགས་བསག་དགོས་གྲང་འདིར་བཤད་  
པ་འདྲ་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོན་པ་སྟོན་དུ་འགྲོ་མི་དགོས་ཏེ་སྟོབ་  
དཔོན་ཞི་འཆོས་སྟོང་ཉིད་ཐོས་བསམ་གྱི་གཏན་ལ་འབབས་ཆུ་ལ་གཉིས་  
བཤད་པ་བཞིན་ནོ། །



སྟོང་ཉིད་ལ་ཡིད་འགྱུར་བའི་སྟོང་བ་སྐྱེ་བ་ལ་ཡང་དེ་དག་སྟོན་དུ་འགྲོ་  
 དགོས་པའང་མིན་ཏེ། དེ་ལྟ་ན་མི་རྟག་པ་རྟོགས་པ་ལྟ་བུའི་ཉམས་སྟོང་ལའང་  
 དེ་དག་སྟོན་དུ་འགྲོ་དགོས་པ་མཚུངས་སོ། །སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་སྒྲིམ་བུང་  
 གི་ལྟག་མཐོང་སྐྱེ་བ་ལ་དེ་དག་སྟོན་དུ་འགྲོ་དགོས་པའང་མིན་ཏེ། བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའི་སྟོང་བ་དེ་དག་སྟོན་དུ་མ་སོང་ཡང་ཉན་རང་གིས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
 རྟོགས་པའི་ཚུལ་སྒྲར་བཤད་པ་བཞིན་ནོ། །སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་  
 གྱིས་ཆོས་སྐྱུའི་ཉེར་ལེན་བྱེད་ཅིང་སྦྱིན་སོགས་ཐབས་རྣམས་གྱིས་དེའི་ལྟ་  
 ཅིག་བྱེད་སྦྱིན་བྱེད་པས་ཤེས་རབ་གྱིས་འབྲས་བུ་དེ་ཐོབ་པ་ལ་སྦྱིན་སོགས་  
 རྣམས་གྱིས་པན་དགོས་པས་དེ་དག་ཤེས་རབ་གྱི་དོན་དུ་གསུངས་སོ་ཞེ་ན།  
 དེ་ལྟ་ན་ཤེས་རབ་དེ་དག་གི་དོན་དུ་གསུངས་ཞེས་གོ་སྟོན་ན་ཡང་མཚུངས་  
 སོ། །

དེས་ན་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་མེད་ན་སྐྱིབ་གཉིས་གང་གི་  
 ཡང་ས་བོན་ཟད་པར་བྱེད་མི་རུས་ལ་ཉོན་སྐྱིབ་གྱི་ས་བོན་ཟད་པ་ཅ་མ་ལ་  
 ཆོགས་མཐའ་ཡས་པས་བརྒྱན་པ་མི་དགོས་ཀྱང་། ཤེས་སྐྱིབ་གྱི་ས་བོན་  
 ཟད་པ་ལ་དགོས་ཤིང་འདིར་ཡང་གཙོ་བོ་ཤེས་སྐྱིབ་ཟད་པའི་དོན་དུ་ཡིན་  
 པས་ཡན་ལག་འདི་དག་ཤེས་རབ་དོན་དུ་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །བདེན་འཛིན་  
 ཉོན་སྐྱིབ་ཏུ་བྱེད་པ་སྟོབ་དཔོན་སྐྱུ་སྐྱུ་གྱི་བཞེད་པ་ཡིན་ཅིང་སྟོབ་དཔོན་འདི་  
 ཡང་དེ་ལྟར་དུ་མཛད་དོ། །ཆོས་ཡང་དག་པར་སྦྱད་པའི་མདོ་ལས། སེམས་  
 མཉམ་པར་བཞག་ན་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་རབ་ཏུ་ཤེས་སོ། །ཞེས་



གསུངས་བ་དང་། བསྐྱབ་བརྟུས་ལས་ཀྱང་། མཉམ་གཞག་ཡང་དག་ཇི་བཞིན་  
 དུ། །ཞེས་པར་འགྱུར་ཞེས་ཐུབ་པས་གསུངས། ། ཞེས་གསུངས་པའི་མཉམ་  
 གཞག་ཞི་གནས་དང་། ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ཤེས་པ་ལྷག་མཐོང་ཡིན་པས་ལེ་ཏུ་  
 བརྒྱད་པའི་བསམ་གཏན་གྱི་པར་ཕྱིན་འདིར་བསྟན་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་རྒྱུ་  
 ཡན་ལག་ཏུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་(ཡན་ལག་གི་དོན་)ནི།

ཡན་ལག་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི། །

ཐུབ་པས་ཤེས་རབ་དོན་དུ་གསུངས། །

དེ་ཡི་ཕྱིར་ན་སྤྱག་བསྐྱེལ་དག །

ཞི་བར་འདོད་པས་ཤེས་རབ་བསྐྱེད། །

རང་གཞན་གྱི་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་དག་ཉི་བར་ཞི་བར་འདོད་པས་  
 དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཉོགས་པའི་ཤེས་རབ་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །སྤར་གོང་དུ་བཤད་པའི་  
 སྦྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡན་ལག་སྟེ་རྒྱ་ཆོགས་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི་ཐུབ་  
 པ་སངས་རྒྱས་བཙུགས་ལྟར་འདས་ཀྱིས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཉོགས་པའི་ཤེས་རབ་  
 བསྐྱེད་པའི་དོན་དུ་གསུངས་པ་དེའི་ཕྱིར་ན་འོ། །

གཉིས་པ་(དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཉོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཇི་ལྟར་བསྐྱེད་པའི་ཐབས་)ལ་གསུམ།

བདེན་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དང་། ཐར་བ་ཙམ་ཐོབ་པར་འདོད་པས་  
 ཀྱང་སྟོང་ཉིད་ཉོགས་དགོས་པར་བསྐྱབ་བ་དང་། སྟོང་ཉིད་སྐྱབ་པའི་རིགས་

པ་རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་(བདེན་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་)ལ་གཉིས།

དངོས་དང་། ལྟོང་ཉིད་ལ་དགོས་ཀྱས་མེད་པའི་ཚུང་པ་སྤང་བའོ། །

དང་པོ་(དངོས་)ལ་གསུམ།

བདེན་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་དང་། མཚན་ཉིད་དང་། དེ་གཏན་ལ་འབབས་  
པའི་གང་ཟག་ངོས་བཟུང་བའོ། །

དང་པོ་(བདེན་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་)ནི།

ཀྱན་རྫོབ་དང་ནི་དོན་དམ་སྟེ། །

འདི་ནི་བདེན་པ་གཉིས་སུ་འདོད། །

བསྐྱབ་བརྟུས་སུ་ཡབ་སྐུ་ལ་འཇུག་པའི་མདོ་བྱངས་པ་ལས། འདི་ལྟར་  
དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་ཀྱན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པ་གཉིས་སྟགས་སུ་ཆུད་དེ་  
ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡང་ཀྱན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་འདིར་ཟད་དོ། །དེ་  
ཡང་བཙུག་ལྟར་འདས་ཀྱིས་ལྟོང་པ་ཉིད་དུ་རབ་ཏུ་གཟིགས་རབ་ཏུ་མཐུན།  
ལེགས་པར་མདོན་སུ་བྱས་པས་དེའི་སྤྱིར་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཞེས་བྱའོ་  
ཞེས་གསུངས་ཏེ། ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡང་ཞེས་པས་ཤེས་བྱ་དབྱེ་གཞི་དང་།  
འདིར་ཟད་དོ་ཞེས་པས་བདེན་གཉིས་སུ་གངས་ངེས་པ་དང་། བདེན་པ་  
གཉིས་ཀ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་སྟགས་སུ་ཆུད་པའི་སྤྱིར་ཐམས་ཅད་  
མཐུན་པར་བསྟན་ཏོ། །

དེས་ན་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ཤེས་བྱ་མ་ཡིན་པ་དང་སྟོབ་གང་གིས་

ཀྲང་མ་རྟོགས་པ་སྒྱུ་འཕྲུག་གི་དགོངས་པར་འཆད་པ་ནི་ལོག་པར་འཆད་  
པའོ། །ཀྱན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པ་དང་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་དང་གཉིས་སུ་  
འབྲེད་པ་ནི་དབྱེ་བའི་ངོ་བོའོ། །སྤྱེ་བའི་དོན་ལ་ཡང་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་ཞིག་  
འདུག་ཀྱང་འདིར་ནི་གཉིས་ཀ་ལ་ངོ་བོ་ཡོད་ལ་དེ་ལ་ངོ་བོ་གཅིག་དང་ཐ་དད་  
གང་ཡང་མིན་པ་མི་སྤྲིད་པའི་སྤྱིར་དང་ཆོས་ཅན་རྣམས་བདེན་སྟོང་ལས་ངོ་  
བོ་ཐ་དད་ན་བདེན་གྲུབ་ཏུ་འགྱུར་བ་སོགས་མདོ་སྤྱེ་དགོངས་འགྲེལ་ལས་  
བཤད་པའི་གཞོན་པ་དེ་དག་འཕྲུག་ལ། ཐ་མི་དད་ཡིན་ན་ཡང་དེ་ནས་བཤད་  
པའི་གཞོན་པར་འགྱུར་བས་བྱས་མི་རྟག་ལྟར་ངོ་བོ་གཅིག་ལ་སྒྲིག་པ་ཐ་དད་  
དོ། །དེས་ན་ཤེས་པར་བྱ་བ་འདི་ནི་དབྱེ་གཞི་དབྱེ་ན་བདེན་པ་གཉིས་སུ་ཡོད་  
ཅིང་དེར་གྲངས་ངེས་པར་འདོད་དོ། །དབྱེ་བའི་ངོ་བོ་ནི་ཐ་སྣད་པའི་ཆད་མས་  
རྟེན་པའི་དོན་ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པ་དང་ནི་དོན་དམ་པའི་ཆད་མས་རྟེན་པའི་  
དོན་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་སྟེ་གཉིས་སོ། །

གཉིས་པ་(མཆན་ཉིད་)ནི།

དོན་དམ་སྟོ་ཡི་སྒྱུ་འཕྲུག་མིན། །

སྟོ་ནི་ཀྱན་རྫོབ་ཡིན་པར་བརྗོད། །

གཞན་གྱི་ལུགས་དགག་པ་དང་། རང་གི་ལུགས་བཞག་པ་གཉིས་  
ཀྱིས་ཤེས་པར་བྱ་བའོ། །དང་པོ་ནི། སྟོན་གྱི་སྟོང་ལྟ་དམར་ལ་སོགས་  
པ་ཁ་ཅིག་དོན་དམ་སྟོ་ཡི་སྒྱུ་འཕྲུག་མིན་ཞེས་པའི་རྟེན་པ་དང་པོ་དམ་བཅའ་  
དང་སྤྱི་མ་རྟགས་སུ་བྱས་ནས་དོན་དམ་བདེན་པ་རྟོག་པ་དང་རྟོག་མེད་གྱི་

ཤེས་པ་གང་གི་ཡང་ཡུལ་དུ་མི་རུང་སྟེ་སྟོང་དང་སྟོང་འི་ཡུལ་ཡིན་ན་ཀུན་རྫོབ་  
བདེན་པ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པ་རྒྱུ་ཡང་ཤེས་པ་ལྟར་མས་བསྟན་པས་གྲུབ་པོ་ཞེས་འདོད་  
པ་ནི། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མི་རིགས་ཏེ་ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་མཉམ་  
གཞག་ན་སྟོ་མེད་པར་ཁས་ལེན་ན་རྒྱུ་ཡང་གི་གཞུང་བཅུགས་པར་འགྱུར་  
ཏེ། དེས་འཆི་ཁ་ཚུན་ཆད་དུ་རིག་པ་ཡོད་ལ་དེ་ནས་རྒྱུན་ཆད་པར་འདོད་  
ཅིང་། བྱེད་ཀྱིས་ཀྱང་སྦྱོར་ལམ་ཐ་མ་ཚུན་ཆད་དུ་སྟོ་ཡོད་ལ་གནས་ལྷགས་  
ཀྱི་དོན་ལ་མཉམ་པར་བཞག་པའི་ཆེ་མེད་པར་ཁས་སྦྱངས་པའི་ཕྱིར།

གཞན་ཡང་དོན་གང་ཞིག་མདོན་སྟུམ་དུ་རྟོགས་པས་དྲི་མ་བཟད་པར་  
བྱེད་པའི་ཤེས་བྱ་ཞིག་ཁས་མི་ལེན་ན། དྲི་མ་བཟད་པ་མི་སྲིད་པས་སངས་  
རྒྱས་དང་སེམས་ཅན་གང་ཡང་བཞག་ཏུ་མེད་པའི་སྦྱར་འདེབས་འབའ་ཞིག་  
ཏུ་འགྱུར་ལ། ཁས་ལེན་ན་དོན་དམ་བདེན་པ་ཡུལ་དང་དེ་རྟོགས་པའི་སྟོ་མི་  
འདོད་པ་འགལ་ཀུན་རྫོབ་ཡིན་ནོ། དོན་དམ་མི་འཇལ་བས་ཁྱབ་པར་འདོད་  
ན། དོན་དམ་བདེན་པ་རང་ཉིད་ཀྱིས་རང་ཉིད་འཇལ་བ་མི་སྲིད་པས་འཇལ་  
བྱེད་མེད་པའི་ཕྱིར་གཏན་མེད་དུ་འགྱུར་ལ། དེ་མེད་ན་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་  
དབྱེ་བ་བྱས་པ་ལ་དགོས་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད། གཞན་ཡང་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པས་  
སྟོང་པ་ཡིན་ན་བདེན་སྟོང་ཉིད་དོན་དམ་བདེན་པར་ཁས་སྦྱངས་པ་ལ་གཞོད་  
པ་རུང་བཟད་ཀྱང་མེད་ལ་དེ་མིན་ན་ཀུན་རྫོབ་བདེན་གྲུབ་ཏུ་འགྱུར་ཏོ། །ཚོད་  
ལྡོག་ལས། རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་ལྡོག་ན། །རང་བཞིན་ཉིད་དུ་རབ་གྲུབ་  
འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །

གཉིས་པ་ནི། ཀླང་པ་དང་པོས་དོན་དམ་བདེན་པའི་མཆོན་ཉིད་དང་།  
 གཉིས་པས་ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པའི་མཆོན་ཉིད་སྟོན་པ་ཡིན་ལ་སྟོ་སྟེ་གཉིས་  
 གཉིས་སྒྲུང་ཅན་གྱི་སྟོ་ཡིན་གྱི་སྟོ་ཅམ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་འཇུག་ཚུལ་གྱི་དབང་  
 ཏུ་བྱས་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་འདི་ལྟར་སྒྱུར་ཏེ་གང་ཟག་དང་ཕྱང་པོ་རང་  
 བཞིན་གྱིས་དབེན་པ་མཆོན་གཞི་དོན་དམ་བདེན་པར་མཆོན་ལ། རང་ཉིད་  
 དངོས་སུ་རྟོགས་པའི་སྟོ་མངོན་སུམ་ཆད་མ་དེ་ལ་རང་ཉིད་གཉིས་སུ་སྒྲུང་  
 བའི་སྟོ་ནས་དེའི་སྒྲིབ་ཡུལ་ཏུ་འགྱུར་བ་མིན་པ་གང་ཞིག་རང་འཇུག་བའི་  
 མངོན་སུམ་ཆད་མ་དེས་ཤེས་པར་བྱ་བས་ཡིན་པའོ། །

འདི་ནི་འཇུག་པ་ལས། རབ་རིབ་མཐུ་ཡིས་སྐྱེ་ཤད་ལ་སོགས་པའི། །  
 རོ་བོ་ལོག་པ་གང་ཞིག་རྣམ་བཟླས་པ། དེ་ཉིད་བདག་ཉིད་གང་ཏུ་མིག་དག་  
 པས། །མཐོང་དེ་དེ་ཉིད་དེ་བཞིན་འདིར་ཤེས་གྱིས། །ཞེས་བཤའ་པ་དང་དོན་  
 འདྲ་བ་ཡིན་ནོ། །གང་ཟག་དང་ཕྱང་པོ་མཆོན་གཞི་ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པ་ཡིན་  
 པར་བརྗོད་དེ། རང་ཉིད་དངོས་སུ་རྟོགས་པའི་སྟོ་མངོན་སུམ་ཆད་མ་དེ་ལ་  
 རང་ཉིད་གཉིས་སུ་སྒྲུང་བའི་སྟོ་ནས་རྟོགས་པར་བྱ་བའོ། །

འདི་དག་གི་མཐའ་གཅིད་པར་ནི་རྗེ་ཉིད་གྱིས་མཇུག་པའི་  
 རྣམ་བཤའ་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །བདེན་གཉིས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་འདི་ལྟར་ཞིབ་  
 ཏུ་བཤའ་དགོས་པ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཇི་ལྟ་བུ་མཐུན་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་ཉིད་  
 གྱིས་ཇི་སྟེད་པ་མཐུན། ཇི་སྟེད་པ་མཐུན་པ་དེས་ཇི་ལྟ་བུ་མཐུན་ཡང་ཇི་ལྟ་  
 བ་ཚུལ་ཚུ་བཞག་དང་། ཇི་སྟེད་པ་ལ་གཉིས་སྒྲུང་དང་བཅས་པས་མཐུན་པ་



རྣམས་ལ་ཡང་ཁྱབ་པའི་དབང་དུ་བྱས་པའོ། ། ཁ་ཅིག་དབྱ་མ་ལ་འཇུག་པའི་  
 རྣམ་བཤད་ཀྱི་དོན་ཞིབ་དུ་མ་རྟོགས་པར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་དེ་ཉིད་  
 ལ་རང་ཉིད་སྒྲུང་བར་འདོད་པ་ནི་རིགས་པ་དང་འགལ་ཏེ། སྒྲུང་ཚུལ་གཉིས་  
 ལས་མ་འདས་པས་ཐ་དད་དུ་སྒྲུང་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་སྒྲུང་ཡུལ་ལ་  
 འཁྱུལ་པ་མི་སྲིད་པས་རང་ཉིད་རང་དང་ཐ་དད་དུ་ཁས་ལེན་དགོས་ལ། ཚུ་  
 ལ་ཚུ་བཞག་གི་ཚུལ་དུ་སྒྲུང་ན་དེ་ཉིད་དོན་དམ་བདེན་པར་ཐལ་བ་ལྟོག་དུ་  
 མེད་དོ། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་རང་ཉིད་ལས་ལྟོག་པ་ཐ་དད་པའི་རང་དང་  
 གྲུབ་སྡེ་དོ་བོ་གཅིག་པ་མཐའ་དག་ལ་སྒྲུང་ནས་རྟོགས་ལ། རྟུགས་རྟོགས་  
 ཀྱི་ཐ་སྙད་འདོགས་སམ་མི་འདོགས་ཀྱང་རུང་རང་ཉིད་ལ་རང་ཉིད་མི་སྒྲུང་  
 ཡང་རྟོགས་པའོ། །སོ་སོའི་སྐྱེ་བོའི་སྤྱོད་མཛོན་སྤུམ་ཆ་དམ་ལྷ་བྱ་ཡིན་  
 ན་རང་རིག་པའི་མཛོན་སྤུམ་མི་སྲིད་པས་རང་ལ་རང་ཉིད་མི་སྒྲུང་ཡང་། རང་  
 དང་གྲུབ་སྡེ་དོ་བོ་གཅིག་པའི་ཆ་གཞན་རང་ལ་སྒྲུང་ནས་རྟོགས་པར་བཞག་  
 མི་རིགས་པའི་བྱིར། སྤྱོན་པོ་དངོས་སུ་རྟོགས་པ་ལ་ལྟོས་པའི་རྟུགས་རྟོགས་  
 འབའ་ཞིག་ཡིན་ལ་དེ་འདྲ་བའི་རྟུགས་རྟོགས་སངས་རྒྱས་ལ་མི་སྲིད་པའི་  
 དོན་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(དེ་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་གང་ཟག་ངོས་བཟུང་བ་)ལ་གཉིས།

བདེན་གཉིས་གཏན་ལ་འབེབས་འདོད་པའི་གང་ཟག་གི་དབང་དུ་བྱས་  
 པའི་དབྱེ་བ་དང་། སྒྲོ་མཐོ་དམན་གྱི་ཁྱད་པར་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་(བདེན་གཉིས་གཏན་ལ་འབབས་འདོད་པའི་གང་ཟག་གི་དབང་དུ་བྱས་པའི་དབྱེ་བ་)ནི།

དེ་ལ་འཇིག་རྟེན་རྣམས་གཉིས་མཐོང་། །

རྣལ་འབྱུང་པ་དང་པལ་བའོ། །

བདེན་གཉིས་གཏན་ལ་འབབས་འདོད་པའི་གང་ཟག་ནི་དེ་ལ་འཇིག་  
རྟེན་ཏེ་སྤང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ལ་དེ་ཡང་རྣམས་པ་  
གཉིས་སུ་མཐོང་སྟེ། ཞི་ལྷག་བྱང་འབྲེལ་གྱི་ཉིང་དེ་འཇིག་དང་ལྡན་པའི་རྣལ་  
འབྱུང་པ་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པར་རྟོགས་པ་དང་། པལ་  
པ་དངོས་པོར་སྤྲོ་བའོ། །གཙུག་པོའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་གྱི་སྟོང་ཉིད་ཐོས་  
བསམ་གྱིས་རྟོགས་པ་དང་གྲུབ་མཐས་སྟོ་མ་བསྐྱར་བའི་གང་ཟག་རྣམས་  
ཀྱང་དེ་དག་གི་ཕྱོགས་སུ་གཏོགས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(སྟོ་མཐོ་དམན་གྱི་བྱང་པར་བཞག་པ་)ནི།

དེ་ལ་འཇིག་རྟེན་པལ་བ་ནི། །

རྣལ་འབྱུང་འཇིག་རྟེན་གྱིས་གཞོད་ཅིང་། །

རྣལ་འབྱུང་པ་ཡང་སྟོ་བྱང་གིས། །

གོང་མ་གོང་མ་རྣམས་གྱིས་གཞོད། །

དེ་ལ་འཇིག་རྟེན་པལ་བ་རྩལ་སྤྲོ་ཆ་མེད་དང་ཤེས་པ་སྐྱད་ཅིག་ཆ་  
མེད་དང་དངོས་པོ་ཅམ་བདེན་པར་འདོད་པ་ནི་རྣལ་འབྱུང་པ་ཡང་ཡིན་ལ་  
འཇིག་རྟེན་པ་ཡང་ཡིན་པས། རྣལ་འབྱུང་འཇིག་རྟེན་རང་བཞིན་མེད་པར་



རྟོགས་པའི་གང་ཟག་དེས་དངོས་པོར་སྒྲིབ་བ་བྱུང་མཐའ་འོག་མ་རྣམས་ལ་  
གཞོན་ཅིང་ཞི་ལྷག་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཡང་གོང་མ་གོང་མ་རྣམས་  
གྱིས་འོག་མ་རྣམས་ལ་གཞོན་དེ། དབུ་མ་བས་སེམས་ཅམ་བ་ཤེས་པར་  
བདེན་པར་འདོད་པ་རིགས་པ་རིགས་པས་ཁེགས་ལ། དེས་མདོ་སྡེ་བ་རྩལ་  
ཕྱན་ཆ་མེད་ཁས་ལེན་པ་རིགས་པས་ཁེགས་པའོ། །སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་  
རྣལ་འབྱོར་པ་ནང་པན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་མི་གཞོན་དམ་སྙམ་ན་  
སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཡང་སྟོའི་བྱད་པར་གྱིས་ས་གཉིས་པ་  
ལ་སོགས་པ་གོང་མ་གོང་མ་ལ་གནས་པ་རྣམས་གྱིས་ས་དང་པོ་ལ་སོགས་  
པས་འོག་མ་ལ་གནས་པ་རྣམས་ལ་གཞོན་པ་སྟེ་བེལ་གྱིས་གཞོན་པ་ཡིན་ནོ།  
རྒྱུད་གཅིག་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན་སྟོ་འཕེལ་བའི་བྱད་པར་གྱིས་ས་འོག་མར་  
སྟོམ་སྤངས་གྱི་ས་བོན་ལ་གཞོན་མི་རྒྱས་པ་ས་གང་མས་གཞོན་པ་སོགས་  
ཀྱང་དོན་གྱིས་འཕངས་པ་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གཞུང་འདི་དག་བཞོན་པའི་དགོས་པ་ནི་སྟོ་ལ་ཀྱན་རྫོབ་རྟོགས་པའི་  
སྟོ་དང་དོན་དམ་རྟོགས་པའི་སྟོ་གཉིས་སྤྲེལ་པར་བྱས་ནས། ཀྱན་རྫོབ་  
རྟོགས་པའི་ཆད་མས་ཀྱང་དོན་དམ་རྟོགས་པའི་སྟོ་ལ་མི་གཞོན་ན་རྩལ་ཕྱན་  
ཆ་མེད་དུ་ཞེན་པ་རྣམས་གྱིས་གཞོན་པ་ལྟ་ཅི་སྟོས། དོན་དམ་རྟོགས་པའི་  
སྟོས་མཐར་འཇིག་ཐམས་ཅད་ལ་གཞོན་པར་ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཆེད་དུ་ཡིན་  
ནོ། །

གཞན་ཡང་རྣལ་འབྱོར་པ་ཡང་སྟོའི་བྱད་པར་གྱིས་སྤྱི་རོལ་པ་རྣམས་

ཀྱིས་རྟག་དངོས་ཁས་སྤངས་པ་བྱེ་བྲག་སྤྲོ་བ་དང་མདོ་སྡེ་པ་ལ་སོགས་པའི་  
རིགས་པས་གཞོན་པ་དང་། རོན་སྤྲོ་གཉིས་ཀྱིས་རྩལ་ཕྱན་ཆ་མེད་ཁས་ལེན་  
པ་ལ་སེམས་ཅམ་པ་སོགས་ཀྱི་རིགས་པས་གཞོན་པ་དང་། སེམས་ཅམ་  
པས་ཤེས་པ་བདེན་གྲུབ་ཁས་ལེན་པ་ལ་དབྱུ་མ་པའི་རིགས་པས་གཞོན་པ་  
སོགས་འོག་མ་འོག་མའི་དམ་བཅའ་ལྟར་སྤང་གི་རོན་ལ་གོང་མ་གང་མའི་  
རིགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་གཞོན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །བཤད་པ་སྤྲུལ་མ་ནི་འགྲེལ་  
ཆེན་གྱི་བཞེད་པའོ། །

གཉིས་པ་(སྤང་ཉིད་ལ་དགོས་ཀྱས་མེད་པའི་ཚོད་པ་སྤང་བ་)ལ་གཉིས།

དངོས་དང་། དེ་ལ་གཞོན་པ་སྤང་བའོ། །

དང་པོ་(དངོས་)ནི།

པལ་པའི་གྲུབ་མཐའ་ལ་ཆོས་ཐམ་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་  
པའི་རྣལ་འབྱོར་པའི་རིགས་པས་གཞོན་པ་མི་འཐད་དེ་རང་བཞིན་མེད་པའི་  
སྤྲོ་བ་བྱེད་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། རང་བཞིན་མེད་ན་འབྲས་བུ་སངས་རྒྱལ་གྱི་  
རོན་དུ་སྦྱིན་སོགས་ལ་སྦྱོབ་པ་རོན་མེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།

གཉིས་ཀ་ཡང་ནི་འདོད་པའི་དཔེས། །

འབྲས་བུའི་རོན་དུ་མ་དབྱུང་ཕྱིར། །

རང་བཞིན་མེད་པའི་སྤྲོ་བ་བྱེད་མེད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དབྱུ་མ་པ་  
དང་དངོས་སྤྲོ་བ་གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་ནི་རྩལ་པར་གྲགས་ཤིང་འདོད་པའི་མི་  
ལམ་དང་སྤྲོ་མ་ལ་སོགས་པའི་དཔེས་ཏེ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་བཞིན་མེད་

པར་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། རང་བཞིན་མེད་ན་སྦྱིན་སོགས་ལ་སློབ་པ་དོན་མེད་དུ་  
 འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་ལ་སོགས་པའི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པའི་  
 དོན་དུ་སྦྱིན་སོགས་བདེན་པར་མ་གྲུབ་ཀྱང་མ་བརྟགས་མ་དབྱེད་པ་རྩོན་  
 པ་སྦྱ་མ་ལྟ་བུར་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟིན་ནས་འཇུག་པའི་ཕྱིར། རང་  
 བཞིན་མེད་རྟོགས་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟིན་ནས་འཇུག་པའི་ཕྱིར། རང་བཞིན་  
 མེད་རྟོགས་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་མ་ཟིན་ན་པར་སྦྱིན་ལྟག་མ་རྣམས་ཀྱིས་པར་  
 སྦྱིན་ཀྱི་མིང་མི་ཐོབ་ཅིང་དེའི་དམིགས་བུ་དང་བཅས་པ་རྣམས་མཐུན་ཀྱི་གྲོང་  
 ཁྱེར་དུ་བགྲོད་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །བཙུ་སྟག་ལ་སོགས་པའི་དོན་བྱེད་རྒྱས་  
 པའི་མེ་ལ་སོགས་པ་མངོན་སུམ་གྱིས་གྲུབ་པ་འདི་བྱེད་ཀྱང་ཁས་ལེན་ན། ཁོ་  
 བོ་ཅག་འདི་ལ་བདེན་པར་གྱུར་པ་ཞེས་ཟེར་བ་ཡིན་པས་ཁྱུ་བུ་ཅག་ཚུ་དོན་  
 མེད་ལ་འདི་ཁས་མི་ལེན་ན་མངོན་སུམ་དང་འགལ་བ་སོགས་ཀྱི་གཞོན་པ་དུ་  
 མར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། འདི་དག་ནི་དངོས་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་ན་ཡེ་མེད་  
 དུ་འགྱུར་ཞིང་ཡོད་ན་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དགོས་སྟུང་བ་བདེན་གཉིས་  
 འགལ་བར་འཇིན་པའི་ཚུ་དཔེ། །

འཇིག་རྟེན་པ་ཡིས་དངོས་མཐོང་ཞིང་། །

ཡང་དག་ཉིད་དུ་འང་རྟོག་བྱེད་ཀྱི། །

སྦྱ་མ་ལྟ་བུར་མིན་པས་འདིར། །

རྣམས་འབྱོར་པ་དང་འཇིག་རྟེན་ཚུ་དཔེ། །

དབྱ་མ་པ་དང་དངོས་པོར་སྤྲ་བའི་འཇིག་རྟེན་པ་ཡིས་མེ་ལ་སོགས་  
པའི་དངོས་པོ་གཉིས་ཀྱིས་ཆད་མས་མཐོང་ཞིང་ཁས་ལེན་པ་ཡིན་ཡང་  
དངོས་པོར་སྤྲ་བས་ཡང་དག་པར་གྲུབ་པ་ཉིད་དུ་རྟོག་ཅིང་ཁས་ལེན་པར་  
བྱེད་ཅིང་བདེན་སྟོང་སྤྲ་མ་ལྟ་བུར་ཁོང་དུ་ཆུད་པ་མིན་ལ། དབྱ་མ་པས་ཁོང་  
དུ་ཆུད་པས་འདིར་ཡང་རྣལ་འབྱོར་པ་དབྱ་མ་པ་དང་འཇིག་རྟེན་དངོས་པོར་  
སྤྲ་བ་ཅོད་པ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ན་འཇིག་རྟེན་པ་སྤྲ་མ་དངོས་པོར་སྤྲ་བ་འབའ་  
ཞིག་ལ་སྤྲར་རོ། །

གཉིས་པ་(དེ་ལ་གཞོད་པ་སྤང་བ་)ལ་གསུམ།

མདོ་སྡེ་པ་ལ་སོགས་པའི་དངོས་སྤྲ་བ་སྤྲིར་དགག་པ་དང་། སེམས་  
ཅམ་པའི་འདོད་པ་བྱེ་བྲག་ཏུ་དགག་པ་དང་། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལམ་དབྱ་  
མ་པ་ལ་དགོས་ཀྱིས་མེད་པར་ཐལ་པ་སྤང་བའོ། །

དང་པོ་(མདོ་སྡེ་པ་ལ་སོགས་པའི་དངོས་སྤྲ་བ་སྤྲིར་དགག་པ་)ལ་གཉིས།

མདོན་སྤྲུམ་གྱིས་གཞོད་པ་དགག་པ་དང་། ལུང་གིས་གཞོད་པ་དགག་  
པའོ། །

དང་པོ་(མདོན་སྤྲུམ་གྱིས་གཞོད་པ་དགག་པ་)ནི།

རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་ན་གཟུགས་སོགས་ཡུལ་ལྔ་མདོན་སྤྲུམ་  
གྱིས་མཐོང་བ་དང་འགལ་ལོ་ཞེ་ན་མི་འགལ་ཏེ།

གཟུགས་སོགས་མདོན་སྤྲུམ་ཉིད་ཀྱང་ནི། །

གྲགས་པས་ཡིན་གྱི་ཆད་མས་མིན། །

གཟུགས་ལ་སོགས་པ་མངོན་སུམ་ཆད་མས་བྱལ་བ་ཉིད་ཀྱང་  
ནི་གྲགས་པས་བྱལ་བའི་ཀུན་རྫོབ་པ་ཙམ་ལ་ཆད་མར་སོང་བ་ཡིན་གྱི།  
གཟུགས་སོགས་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཆད་མ་དེས་བྱལ་བ་དང་དེ་ལ་ཆད་མར་  
སོང་བ་མིན་ཏེ། དེ་ལྟ་ན་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་  
བས་འཕགས་ལམ་བསྐྱེད་པ་དགོས་པ་མེད་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཉིང་དེ་  
འཛིན་ཀྱིས་པོ་ལས། མིག་དང་ན་བ་སྒྲ་ཡང་ཆད་མ་མིན། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་  
ཀྱང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་ཆད་མ་ཡིན་པ་བཀག་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །གཟུགས་  
ལ་སོགས་པ་རང་གི་མཆོད་ཉིད་ཀྱིས་མ་བྱལ་ན་ངི་ལྟར་གྲགས་ཤིང་བྱལ་བ་  
ན་ཡང་ངི་ལྟར་རྟུན་པ་ཡིན་ཞེ་ན།

དེ་ནི་མི་གཙང་ལ་སོགས་ལ། །

གཙང་སོགས་གྲགས་པ་བཞིན་དུ་བརྟུན། །

དེ་ནི་བྱད་མེད་ཀྱི་ལུས་མི་གཙང་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་གཙང་བ་སོགས་  
སུ་གྲགས་པ་བཞིན་དུ་དངོས་པོ་རྣམས་རྟུན་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་(ལུང་གིས་གཞོད་པ་དགག་པ་)ལ་གསུམ།

འདུས་བྱས་མི་རྟག་པ་སོགས་སུ་སྟོན་པའི་ལུང་བྱང་དོན་དུ་བསྟན་པ་  
དང་། དེས་དོན་ཡིན་པ་དགག་པ་དང་། དེ་ལ་འགལ་བ་སྤང་བའོ། །

དང་པོ་(འདུས་བྱས་མི་རྟག་པ་སོགས་སུ་སྟོན་པའི་ལུང་བྱང་དོན་དུ་བསྟན་པ་)ནི།

གཟུགས་ལ་སོགས་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་བྱལ་ན། མདོ་ལས་མི་རྟག་  
པ་སོགས་སུ་གསུངས་པ་དང་འགལ་ལོ་ཞེ་ན།

འཇིག་རྟེན་གཞུག་པའི་དོན་དུ་ནི། །

མགོན་པོས་དངོས་བསྟན་ཀྱི་ལྷ་ལ། །

མི་འགལ་ཏེ་འཇིག་རྟེན་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་རིམ་གྱིས་གཞུག་པའི་དོན་དུ་  
ནི་མགོན་པོས་དངོས་པོ་མི་རྟག་པར་བསྟན་ཏོ། །

གཉིས་པ་(ངས་དོན་ཡིན་པ་དགག་པ་)ནི།

.....དེ་ཉིད་དུ། །

དེ་དག་སྐད་ཅིག་མ་ཉིད་མིན། །

དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་དངོས་པོ་དེ་དག་སྐད་ཅིག་མ་ཉིད་དུ་གྲུབ་པ་མིན་ཏེ་དེ་  
ཁོ་ན་ཉིད་དུ་གཅིག་དང་དུ་མ་གང་དུ་ཡང་མ་གྲུབ་པའི་སྤྱིར་རོ། །

གསུམ་པ་(དེ་ལ་འགལ་བ་སྤང་བ་)ལ་ལྟ།

ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡང་མ་གྲུབ་པ་སྤང་བ་དང་། ཆོག་ས་གསོག་པ་མི་འཐད་  
པ་སྤང་བ་དང་། ཡིད་མཆོམས་སྒྱུར་བ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་དང་། དགོ་སྒྲིག་  
གི་རྣམ་དབྱེ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་དང་། འཁོར་འདས་ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་སོ་སོར་ངས་  
པ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་ལོ། །

དང་པོ་(ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡང་མ་གྲུབ་པ་སྤང་བ་)ནི།

ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡང་འགལ་ཞེ་ན། །

རྣམ་འབྱུང་ཀུན་རྫོབ་ཉེས་མེད་དེ། །

ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡང་འདུས་བྱས་མི་རྟག་པར་གྲུབ་པ་འགལ་ཏེ་འཇིག་རྟེན་



ན་སྒྲོའི་དངོས་པོ་དེ་ཉིད་ཕྱི་ངོ་ཡོད་པ་སོགས་ཏྲག་པར་གྲགས་པའི་ཕྱིར་  
ཅེ་ན། འཇིག་རྟེན་ན་གཟུགས་སོགས་ཏྲག་པར་གྲགས་ཀྱང་མི་ཏྲག་པར་ཆད་  
མས་མ་གྲུབ་པའི་ཉེས་པ་མེད་དེ་མི་ཏྲག་སོགས་རྣལ་འབྱོར་པའི་ཀུན་རྫོབ་  
ཐ་སྙད་པའི་ཆད་མས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། འོ་ན་མི་ཏྲག་སོགས་མཐོང་བ་དེ་ཉིད་  
མཐོང་བར་བཤད་པ་དང་འགལ་ཞེ་ན་མི་འགལ་ཏེ།

འཇིག་རྟེན་ལ་ལྟོས་དེ་ཉིད་མཐོང་། །

གཞན་དུ་བྱད་མེད་མི་གཙང་བར། །

དེས་རྟོག་འཇིག་རྟེན་གྱིས་གཞོད་འབྱུང་། །

འཇིག་རྟེན་པ་གཙང་བདེ་ཏྲག་སོགས་སྲུ་ཞེན་པ་ལ་ལྟོས་ནས་དེ་ཉིད་  
མཐོང་བས་བཞེད་པ་ཅམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ལས་གཞན་དུ་འཇིག་རྟེན་ན་  
གྲགས་ཆད་ཆད་མ་ཡིན་ན་བྱད་མེད་མི་གཙང་བར་ངེས་པར་རྟོག་པ་མི་སྤྱད་  
པ་སྒྲོམ་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་ལ་བྱད་མེད་གཙང་བར་ཞེན་པའི་འཇིག་རྟེན་གྱིས་  
གཞོད་པར་ཐལ་བར་འབྱུང་རོ། །

གཉིས་པ་(ཆོགས་གསོག་པ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་)ནི།

རང་བཞིན་གྱིས་མེད་ན་རྒྱལ་བ་མཆོད་པ་སོགས་ལ་བསོད་ནམས་  
འབྱུང་བར་བཤད་པ་དང་འགལ་ལེ་ཞེ་ན།

སྒྲུ་འབྲའི་རྒྱལ་ལས་བསོད་ནམས་ནི། །

ཇི་སྟར་དངོས་ཡོད་ལ་ཇི་བཞིན། །



མི་འགལ་ཏེ་བདེན་མེད་སྐྱུ་མ་དང་འདྲ་བའི་རྒྱལ་བ་ལ་མཆོད་པ་  
བསོད་ནམས་འབྱུང་བ་ནི། ཅི་ལྟར་ཁྱོད་རྒྱལ་བ་བདེན་པའི་དངོས་པོར་  
ཡོད་པར་འདོད་པ་ལ་བསོད་ནམས་འབྱུང་བར་འདོད་པ་ཅི་ལྟར་བཞིན་ནོ།  
བདེན་རུང་མི་བདེན་རུང་དངོས་པོ་དང་མཐུན་པར་བསོད་ནམས་འབྱུང་བ་  
ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་(ཡིད་མཆོམས་སྒྲོར་བ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་)ནི།

གལ་ཏེ་སེམས་ཅན་སྐྱུ་འདྲ་ན། །

ཞིན་ས་ཇི་ལྟར་སྐྱེ་ཞེ་ན། །

གལ་ཏེ་སེམས་ཅན་བདེན་མེད་སྐྱུ་མ་དང་འདྲ་ན་སྐྱུ་མའི་སེམས་ཅན་  
ཞིག་ནས་སྤང་མི་འབྱུང་བ་ལྟར་སེམས་ཅན་ཞིན་ས་ཇི་ལྟར་སྐྱེ་ཞེ་ན་སྐྱུ་མ་  
དང་སེམས་ཅན་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་འདྲ་བར་ཁས་མ་སྤངས་ཀྱི་བདེན་པར་  
གྲུབ་མ་གྲུབ་འདྲ་བར་ཁས་སྤངས་ལ། དེ་ཙམ་ལ་སྒྲོན་མི་འདུག་ན་ཁྱོད་རང་  
གིས་ཀྱང་མི་ལམ་དང་སྐྱུ་མ་རྩོད་པར་ཁས་སྤངས་པས་སྤྱལ་གཞི་དེ་ལྟར་  
སྤང་ན་བོད་བྱར་ཇི་ལྟར་མི་སྤང་ཞེས་སྤྲས་ན་མཚུངས་སོ། །

ཇི་སྲིད་རྒྱུན་རྣམས་འཆོགས་གྱུར་པ། །

དེ་སྲིད་སྐྱུ་མའང་འབྱུང་བར་འགྱུར། །

རྒྱུན་རིང་ཙམ་གྱིས་ཇི་ལྟར་ན། །

སེམས་ཅན་བདེན་པར་ཡོད་པ་ཡིན། །

དེས་ན་རྩུན་པ་ལ་ཡང་ངེ་སྲིད་རྒྱུན་རྣམས་ཚོགས་པར་གྱུར་ན་དུས་  
 དེ་སྲིད་རྒྱུ་མཁའ་འབྱུང་བར་འབྱུར་བ་བཞིན་མ་རིག་པ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུན་  
 ཚོགས་ན་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱང་ཉིང་མཆམས་སྒྲོར་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་མི་  
 མཚུངས་ཏེ་སེམས་ཅན་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་རྒྱུན་རིང་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན།  
 རྒྱུན་རིང་བ་ཙམ་གྱིས་ངེ་ལྟར་ན་སེམས་ཅན་བདེན་པར་ཡོད་པ་ཡིན་ལ་རྒྱུ་  
 མ་རྒྱུན་བྱུང་བས་རྩུན་པའི་བྱུང་པར་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་རྒྱུ་མ་དང་  
 མི་ལམ་སོགས་ཀྱང་རྒྱུན་རིང་བྱུང་ཡོད་པས་བདེན་རྩུན་གྱི་བྱུང་པར་ཁས་  
 གཏུང་དགོས་པའི་ཕྱིར་ཏེ་མི་ལམ་དུ་བསྐྱལ་བ་དན་པ་དང་ཟག་གཅིག་དན་པ་  
 སོགས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

བཞི་པ་(དགེ་སྤྲིག་གི་རྣམ་དགེ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་)ནི།

རང་བཞིན་མེད་པ་རྒྱུ་མ་དང་འདྲ་ན་སེམས་ཅན་བསད་པ་སོགས་ལ་  
 སྤྲིག་པ་འབྱུང་བར་བཤད་པ་དང་འགལ་ལོ་ཞེ་ན།

རྒྱུ་མའི་སྤྲེས་བྱ་བསད་སོགས་ལ། །

སེམས་མེད་ཕྱིར་ན་སྤྲིག་མེད་དེ། །

རྒྱུ་མའི་སེམས་དང་ལྟན་པ་ལ། །

བསོད་ནམས་དང་ནི་སྤྲིག་པ་འབྱུང་། །

རྒྱུ་མའི་སྤྲེས་བྱ་བསད་པ་སོགས་ལ་ཡང་མིར་འདྲ་ཤེས་ཏེ་གསོད་  
 འདོད་གྱིས་མཆོན་བསྟུན་པ་སོགས་བྱས་ན་སྒྲོར་བའི་སྤྲིག་པ་ཡོད་ལ་སྤྲིག་

གཙོད་དངོས་གཞིའི་སྒྲིག་པ་མེད་དེ་དེ་ལ་སེམས་མེད་པའི་ཕྱིར་ནའོ། །མི་  
ལ་སོགས་པ་སྐྱུ་མའི་སེམས་དང་ལྡན་པའི་སེམས་ཅན་ལ་པན་བཏགས་པས་  
བསོད་ནམས་དང་ནི་གཞོད་པ་བྱས་པས་སྒྲིག་པ་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །རང་  
བཞིན་མེད་པར་མཚུངས་པ་ལ་སེམས་ཡོད་མེད་དུ་སྐྱེ་བ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན།

སྒྲིགས་སོགས་ནམས་ལ་རྒྱས་མེད་ཕྱིར། །

སྐྱུ་མའི་སེམས་ནི་འབྱུང་བ་མེད། །

སྣ་ཆོགས་རྒྱུན་ལས་བྱུང་བ་ཡི། །

སྐྱུ་མ་དེ་ཡང་སྣ་ཆོགས་ཉིད། །

རྒྱུན་གཅིག་གིས་ནི་ཀྱན་རྒྱས་པ། །

གང་ན་ཡང་ནི་ཡོད་མ་ཡིན། །

སྐྱུ་མའི་རྣམས་སྣན་དང་སྒྲིགས་ནམས་ལ་སྐྱུ་མ་སེམས་ལྡན་དུ་བསྐྱེད་  
པའི་རྒྱས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་སྐྱུ་མའི་རྟ་སྒྲང་ལ་སེམས་ནི་འབྱུང་བ་མེད་དོ། །སྣ་  
ཆོགས་པའི་རྒྱུན་ལས་བྱུང་བའི་སྐྱུ་མ་དེ་ཡང་སྣ་ཆོགས་ཉིད་དུ་སྣང་བ་ཡིན་  
ཏེ་ཡང་གི་སྒྲིགས་སེམས་ཅན་དུ་མ་བྱད་པའོ། །འབྲས་བུ་སྣ་ཆོགས་ལ་རྒྱ་སྣ་  
ཆོགས་འབྱུང་དགོས་པ་ནི་རྒྱུན་གཅིག་གིས་ནི་འབྲས་བུ་ཀྱན་བསྐྱེད་རྒྱས་པ་  
གང་ནའང་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ལྟ་བུ་(འཁོར་འདས་ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་སོ་སོར་ངེས་པ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་)ནི།

དབུ་མ་པས་དོན་དུ་སྐྱེ་བ་དང་གྲ་བ་སོགས་མེད་ཅིང་རང་བཞིན་གྱིས་

སྟོང་པ་རང་བཞིན་གྱི་མྱང་འདས་སུ་ཁས་སྦངས་ཤིང་སྐྱེ་ཆ་སོགས་ལས་ཉོན་  
གྱི་དབང་གིས་གྲུབ་པ་རྣམས་འཁོར་བར་ཁས་སྦངས་པ་ལ་མདོ་སྡེ་པ་ན་རེ།

གལ་ཏེ་དོན་དམ་མྱ་ངན་འདས། །

འཁོར་བ་ཀུན་རྫོབ་དེ་ལྟ་ན། །

སངས་རྒྱས་ཀྱང་ནི་འཁོར་འགྱུར་བས། །

བྱང་ཆུབ་སྟོན་པས་ཅི་ཞིག་བྲ། །

གལ་ཏེ་དོན་དམ་པའམ་རང་བཞིན་གྱིས་མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ཡིན་  
ན་མྱང་འདས་ཡིན་ཞིང་འཁོར་བ་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་བ་དོན་དམ་པའི་མྱང་  
འདས་ཡིན་ཡང་འཁོར་བ་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་སྐྱེ་འཆིའི་རྒྱུ་གྱིས་འཁོར་བ་དེ་ལྟ་ན།  
འཁོར་བ་དང་མྱང་འདས་གཞི་མ་ཐུན་ཡོད་པར་འགྱུར་ལ་དེ་ཡིན་ན་སངས་  
རྒྱས་ཀྱང་ནི་འཁོར་བར་འཁོར་བར་འགྱུར་བས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
རྣམས་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་ཏུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོན་པས་ཅི་  
ཞིག་བྲ་དོན་མེད་པར་ཐལ་ལོ་ཞེན་སྟོན་མེད་དེ།

རྒྱུ་རྣམས་རྒྱུ་ནི་མ་ཆད་ན། །

སྐྱེ་མའང་སྟོག་པར་མི་འགྱུར་གྱི། །

རྒྱུ་རྣམས་རྒྱུ་ནི་ཆད་པས་ན། །

ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡང་མི་འབྱུང་ངོ་། །

རང་བཞིན་གྱི་མུང་འདས་དང་སྟོ་བྱར་ནམ་དག་གི་མུང་འདས་ལ་ཁྱད་  
 བར་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རང་བཞིན་གྱིས་མུང་ན་ལས་འདས་པ་ནི་ལམ་ལ་  
 གོམས་པ་ལ་སྟོས་པ་མ་ཡིན་ཏེ་ལམ་ལ་གོམས་མ་གོམས་ཀྱན་གྱི་ཆོས་ཉིད་  
 ཡིན་པས་སོ། །སྟོ་བྱར་དེ་བལ་གྱི་མུང་འདས་ནི་སྟེ་འཆིའི་རྒྱན་གྱིས་འཁོར་  
 བར་འཁོར་བ་ཆད་པ་ལས་ཐོབ་དགོས་པས་རང་བཞིན་མེད་པ་ཡིན་ཡང་  
 རྒྱན་ནམས་རྒྱན་ནི་མ་ཆད་ན་འཁོར་བར་མ་བཟང་སྐྱར་མའང་སྟོག་པར་མི་  
 འགྱུར་གྱི། མ་རིག་པ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱན་ནམས་རྒྱན་ནི་ཆད་པ་ན་འཁོར་བ་  
 ཡང་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡང་མི་འགྱུར་རོ། །སྤར་གྱི་ཚོད་པ་དེ་ལ་དོན་དམ་པའི་མུང་  
 འདས་མུང་འདས་གྱི་ཁྱད་པར་བྱེ་ནས་ལན་འདེབས་དགོས་ཀྱི་གཞན་གྱིས་  
 ལན་མི་ཐེབས་ཏེ་སངས་རྒྱས་མི་འཁོར་ལ་སེམས་ཅན་འཁོར་བ་ཕྱིར་གྲོལ་  
 ཡང་འདོད་པས་སོ། །

གཉིས་པ་(སེམས་ཅན་པའི་འདོད་པ་བྱེ་བྲག་ཏུ་དགག་པ་)ལ་གཉིས།

འདོད་པ་བརྗོད་པ་དང་། དེ་དགག་པ་ལོ། །

དང་པོ་(འདོད་པ་བརྗོད་པ་)ནི།

གང་ཆེ་འཁྱལ་པའང་ཡོད་མིན་ན། །

སྐྱུ་མ་གང་གིས་དམིགས་པར་འགྱུར། །

གལ་ཏེ་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་ན་སྐྱུ་མ་འཛིན་པའི་  
 ཞེས་པ་འཁྱལ་པའང་ཡོད་པ་མིན་ན་སྐྱུ་མ་སྟོ་གང་གིས་དམིགས་པར་འགྱུར་  
 ཏེ། མི་འགྱུར་བས་སྐྱུ་མའང་མེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན་འདི་ཡང་ཡོད་ན་རང་

བཞིན་གྱིས་ཡོད་དགོས་སྟུང་པའི་ཚུད་པའོ། །

གཉིས་པ་(དེ་དགག་པ་)ལ་གཉིས།

ཚུད་པ་མཚུངས་པ་དང་། དེའི་ལན་དགག་པའོ། །

དང་པོ་(ཚུད་པ་མཚུངས་པ་)ནི།

གང་ཆེ་བྱིད་ལ་སྐྱུ་མ་ཉིད། །

མེད་ནའང་དེ་ཆེ་ཅི་ཞིག་དམིགས། །

གང་གི་ཆེ་སེམས་ཅམ་པ་བྱིད་ལ་གཟུང་བྱ་བྱི་རོལ་གྱི་དོན་དུ་སྒང་  
བ་སྒང་བ་ལྟར་དུ་བྱུང་ན་བྱིར་རོལ་གྱི་དོན་ཡོད་པས་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་དང་དེ་  
དམིགས་བྱེད་མེད་པར་འགྱུར་ལ། སྒང་བ་ལྟར་དུ་མ་བྱུང་ན་རང་བཞིན་གྱིས་  
མེད་པས་བྱིད་ལྟར་ན་གཏན་མེད་དུ་འགྱུར་དགོས་ལ་གཟུང་བྱ་དོན་དུ་སྒང་  
བ་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་ཉིད་མེད་ནའང་དེའི་ཆེ་གཟུང་བྱ་ཅི་ཞིག་དམིགས་ཏེ་གཟུགས་  
སྐྱ་སོགས་འཛིན་བྱེད་ཀྱང་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་(དེའི་ལན་དགག་པ་)ལ་གཉིས།

འདོད་པ་བཟོད་པ་དང་། དེ་དགག་པའོ། །

དང་པོ་(འདོད་པ་བཟོད་པ་)ནི།

གལ་ཏེ་དེ་ཉིད་དུ་གཞན་ཡོད། །

ནམ་པ་དེ་ནི་སེམས་ཉིད་ཡིན། །

ཁོ་ན་རིག་གལ་ཏེ་བྱི་རོལ་དོན་དུ་སྒང་བ་སྒང་བ་ལྟར་གྱི་དོན་དེ་ཉིད་དུ་



མེད་ཀྱང་དེ་ལས་གཞན་དུ་ཡོད་དེ་གཟུགས་སོགས་ཀྱི་རྣམ་པ་དེ་ནི་སེམས་  
ཉིད་ཀྱི་རྫས་ཡིན་ལོ་ཞེ་ན།

གཉིས་པ་(དེ་དགག་པ་)ལ་གཉིས།

གཉིས་མེད་ཀྱི་ཤེས་པ་གང་གིས་ཀྱང་མ་མཐོང་བ་དང་། རྟོག་པའི་  
ལན་ཀྱི་རང་རིག་དགག་པ་ལོ། །

དང་པོ་(གཉིས་མེད་ཀྱི་ཤེས་པ་གང་གིས་ཀྱང་མ་མཐོང་བ་)ནི།

གང་ཆེ་སེམས་ཉིད་སྒྲུ་མ་ན། །

དེ་ཆེ་གང་ཞིག་གང་གིས་མཐོང་། །

གང་གི་ཆེ་སེམས་ཉིད་སྒྲུ་མ་ལྟ་བུའི་དོན་དུ་སྒྲུང་བ་ཡིན་ཀྱི་ཕྱི་རོལ་  
ཀྱི་དོན་མེད་ན་དེའི་ཆེ་དོན་དང་བྲལ་བའི་ཤེས་པ་གང་ཞིག་ཆོད་མ་གང་གིས་  
མཐོང་བྱེད་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་(རང་རིག་དགག་པ་)ལ།

ཤེས་པ་འདི་ལ་ཁ་སྤྱིར་སྟོགས་གཟུང་བའི་རྣམ་པ་དང་། བློ་ཁོ་ནར་  
སྟོགས་པའི་འཇིན་པའི་རྣམ་པ་གཉིས་ཡིད་ལ་སྤྱི་མ་རང་རིག་པའི་མངོན་  
སྲུང་ཡིན་པས་ངེས་ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་དམིགས་པ་ཡིན་ལོ་ཞེ་ན་

དེ་ལ་ལྷུང་གིས་དགག་པ་དང་། རིགས་པས་དགག་པ་དང་། རང་རིག་  
ཡོད་པའི་སྒྲུབ་བྱེད་དགག་པ་དང་། བཏགས་ཡོད་རྣམས་དངོས་པོ་བདེན་  
གྲུབ་ཀྱི་ཉིན་ཅན་དུ་འདོད་པ་དགག་པ་ལོ། །



དང་པོ་(ལུང་གིས་དགག་པ་)ནི།

ཤེས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་ཉིད་གཉིས་སྒྲུབ་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྤྱོད་ཞིང་  
རིག་པ་མི་འཐད་དེ།

འཇིག་རྟེན་གྱི་ནི་མགོན་པོས་ཀྱང་། །

སེམས་ཀྱིས་སེམས་མི་མཐོང་ཞེས་གསུངས། །

རལ་གྱི་སོ་ནི་རང་ལ་རང་། །

རི་ལྟར་མི་གཙོད་དེ་བཞིན་ཡིད། །

འཇིག་རྟེན་གྱི་ནི་མགོན་པོས་ཀྱང་གཙུག་ན་རིན་པོ་ཆེའི་མདོ་ལས་  
རལ་གྱིའི་སོ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་རལ་གྱིའི་སོ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་རལ་གྱིའི་སོ་དེ་ཉིད་  
བཅད་པར་མི་རྒྱས་པ་སོགས་དཔར་བཞག་ནས་སེམས་ཀྱིས་སེམས་མི་  
མཐོང་ཞེས་གསུངས་སོ། །དཔེར་ན་རལ་གྱིའི་སོ་ན་རང་ལ་རང་གིས་ཅི་ལྟར་  
ཡང་མི་གཙོད་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཡིད་ཀྱིས་ཡིད་མི་མཐོང་ངོ། །རང་རིག་ཁས་  
ལེན་པ་རྣམས་ཀྱིས་འཇིན་པའི་རྣམ་པ་ཉིད་རང་ཉིད་ཀྱིས་རང་ཉིད་རིག་པར་  
ཁས་ལེན་པས་དེའི་རིག་བྱ་དང་རིག་བྱེད་ལ་རྣམ་པ་མི་འདྲ་བར་འཆར་རྒྱ་  
རྒྱལ་ཙམ་ཡང་མེད་པས་ལྷོག་པ་ཐ་དད་ཀྱང་མེད་པའི་གཅིག་ཏུ་ཁས་ལེན་  
དགོས་པས་དེ་ལྟ་བུའི་རང་རིག་ཀས་སྤངས་ན་རལ་གྱིའི་སོ་རང་གིས་རང་  
གཙོད་པ་སོགས་ཁས་ལེན་དགོས་ཤིང་། ཆོད་མས་གཞལ་བྱ་ལ་ལྷོས་མེད་  
དུ་གཞལ་བྱ་འཇལ་བ་སོགས་ཁས་ལེན་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་(རིགས་པས་དགག་པ་)ལ་གཉིས།  
དཔེ་དགག་པ་དང་། རོན་དགག་པ་ལོ། །  
དང་པོ་(དཔེ་དགག་པ་)ལ། མར་མེའི་དཔེ་དགག་པ་ནི།  
རི་ལྟར་མར་མེ་རང་གི་དངོས། །  
ཡང་དག་གསལ་བར་བྱེད་བཞིན་ན། །  
མར་མེ་གསལ་བར་བྱ་མིན་ཏེ། །  
གང་ཕྱིར་ཐུན་གྱིས་བསྐྱབས་པ་མེད། །

རི་ལྟར་ཏེ་དཔེར་ན་མར་མེ་རང་གི་དངོས་པོ་དང་གཞན་གྱི་དངོས་  
པོ་གཉིས་ཡང་དག་པར་གསལ་བར་བྱེད་པ་བཞིན་དུ། ཞེས་པས་ཀྱང་རང་  
གཞན་གཉིས་ཀ་རིག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལོ་ཞེ་ན། དཔེ་མ་གྲུབ་སྟེ་མར་མེ་རང་  
གིས་རང་གསལ་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ་མར་མེ་རང་གིས་གསལ་བར་བྱ་  
བ་མིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ་རང་གིས་རང་གསལ་མི་དགོས་ཤིང་མི་རྒྱས་པའི་ཕྱིར་  
རོ། །དེ་ལྟར་ཐུན་པས་ཀྱང་རང་གཞན་གཉིས་ཀ་སྐྱབས་པར་བྱེད་པར་འགྱུར་  
ན་དེ་མི་རིགས་ཏེ་གང་གི་ཕྱིར་ན་ཐུན་པ་ལ་ཐུན་པས་བསྐྱབས་པ་མེད་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །བསྐྱབས་ན་བྱམ་པ་གོས་གྱིས་བསྐྱབས་པ་བཞིན་དུ་ཐུན་པའང་  
མི་མཐང་བར་འགྱུར་རོ། །འདི་དག་ནི་ཅེ་ཞེ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་རྒྱས་པར་  
ཞེས་པར་བྱལོ། །ཞེས་གྱི་དཔེ་དགག་པ་ནི།

ཞེས་བཞིན་སྟོན་པོ་སྟོན་ཏེ་ལ། །

གཞན་ལ་སྟོས་པ་ཡོད་མ་ཡིན། །

དེ་བཞིན་འགའ་ཞིག་གཞན་ལ་ནི། །

སྟོས་དང་སྟོས་མེད་པ་ཡང་མཐོང་། །

སྟོ་ཉིད་མིན་ལ་སྟོན་པོར་དེ། །

བདག་གིས་བདག་ཉིད་བྱས་པ་མེད། །

དཔེར་ན་ཤེལ་བཞིན་དུ་ཤེལ་དཀར་པོ་གཞིའི་དབང་གིས་སྟོན་པོར་  
སྟོས་པ་ནི་གཞན་ལ་སྟོས་ནས་ཡིན་གྱི་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་པ་ཡིན་ལ།  
བེ་རྩ་ཆའི་སྟོན་པོ་ཉིད་ལ་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྟོན་པོར་སྟོས་པ་ཡིན་  
གྱི། གཞན་ལ་སྟོས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་  
འགའ་ཞིག་རིག་པ་ནི་ཤེས་པ་གཞན་ལ་ནི་སྟོས་པས་དང་། ཤེས་པ་ནི་རང་  
གིས་རང་རིག་པ་ཡིན་པས་རིག་བྱེད་གཞན་ལ་སྟོས་པ་མེད་པ་ཡང་མཐོང་  
ཞེ་ན་བེ་རྩ་ཆའི་སྟོན་པོ་སྟོན་པར་རྒྱ་གཞན་ལས་མ་སྟོས་པའི་དཔེ་དེ་མི་  
འཐད་པར་ཐལ། སྟོན་པོ་ཉིད་དུ་རྒྱ་ལས་སྟོས་པ་མིན་པ་ལ་སྟོན་པོ་དེ་རང་གི་  
བདག་གིས་སྟོན་པོའི་བདག་ཉིད་དུ་བྱས་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་(དོན་དགག་པ་)ནི།

མར་མེ་གསལ་བར་བྱེད་དོ་ཞེས། །

ཤེས་པས་ཤེས་ཏེ་རྫོང་བྱེད་ན། །

སྟོ་ནི་གསལ་བ་ཉིད་ཡིན་ཞེས། །

གང་གིས་ཤེས་ནས་དེ་སྐད་བརྗོད། །

མར་མེ་རང་གིས་རང་གསལ་བར་མི་བྱེད་ཀྱང་མར་མེ་གསལ་བ་ཉིད་  
དོ་ཞེས་ཤེས་པས་ཤེས་ཞེས་དེ་ལྟར་རྗོད་པར་བྱེད་ན་ཤེས་པ་རང་གིས་རང་  
གསལ་བ་མ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་སྒྲོ་ནི་གསལ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཤེས་པ་རྗེས་  
གཞན་གང་གིས་ཤེས་ནས་དེ་སྐད་དུ་རྗོད་པར་བྱེད་དེ་མི་རིགས་སོ། །རྗེས་  
གཞན་གྱིས་རིག་ན་ཐུག་མེད་དུ་འགྱུར་བས་རང་གིས་ཀྱང་མི་རིག་གཞན་  
གྱིས་ཀྱང་མི་རིག་ན།

གང་ཆེ་འགས་ཀྱང་མཐོང་མིན་ན། །

གསལ་བའམ་ནི་མི་གསལ་བ། །

མོ་གཤམ་བྱ་མོའི་འགྱུང་བག་བཞིན། །

དེ་ན་བརྗོད་ཀྱང་དོན་མེད་དོ། །

གང་གི་ཆེ་རིག་བྱེད་འགས་ཀྱང་ཤེས་པ་དེ་མཐོང་བ་མིན་ན། ཤེས་  
པ་དེ་ནི་གསལ་བའམ་ནི་མི་གསལ་བའི་བྱེད་པར་དེ་ནི་བརྗོད་ཀྱང་དོན་མེད་  
དེ་བྱེད་གཞི་ཤེས་པ་ཆོད་མས་མ་གྲུབ་པར་སྒྱེད། མོ་གཤམ་བྱ་མོ་མི་སྤྲིད་ན་  
དེའི་འགྱུང་བག་བརྗོད་པ་དོན་མེད་བཞིན་ནོ། །

གསུམ་པ་(རང་རིག་ཡོད་པའི་སྒྲུབ་བྱེད་དགག་པ་)ལ་གཉིས།

རང་རིག་མེད་ཀྱང་བླན་པ་སྒྲེ་བའི་དཔེ་དང་། རང་རིག་མེད་ན་གཞན་  
རིག་མི་འཐད་པ་དགག་པའོ། །

དང་པོ་(རང་རིག་མེད་ཀྱང་བླ་བ་སྐྱེ་བའི་དཔེ་)ནི།

གལ་ཏེ་རང་རིག་ཡོད་མིན་ན། །

ནམ་ཤེས་བླ་བ་པར་ངེ་ལྟར་འགྱུར། །

གལ་ཏེ་རང་རིག་ཡོད་པ་མིན་ན་ཡུལ་ཅན་ནམ་ཤེས་བླ་བ་པར་ངེ་ལྟར་  
འགྱུར་ཏེ་མི་འགྱུར་བས་བླ་བ་པའི་རྟགས་ཀྱིས་སྤྱོད་བ་དཔོག་རྒྱས་ན་དེ་ཡང་  
ངས་སྒར་སྒོན་པོ་མཐོང་ངོ་ཞེས་བླ་བ་པའི་ཆེ། བླ་བ་སྤྱོད་བའི་རྗེས་སུ་བྱེད་  
བས་སྒོན་པོ་མཐོང་ངོ་ཞེས་ཡུལ་བླ་བ་པའི་རྟགས་ལས་ཡུལ་སྤྱོད་བ་ཡོད་པར་  
གྲུབ་ལ་ཡུལ་སྤྱོད་དེ་ཉིད་སྒྲོ་འཛིན་ཡིན་ནོ། །ངས་མཐོང་ངོ་ཞེས་ཡུལ་ཅན་  
བླ་བ་པའི་རྟགས་ལས་ཡུལ་ཅན་སྤྱོད་བ་ཡོད་པར་གྲུབ་ལ་ཡུལ་ཅན་སྤྱོད་བ་དེ་  
ནི་རང་རིག་ཡིན་ལ། སྒྲོ་འཛིན་སྤྱོད་བྱེད་གང་ཡིན་མཐའ་གཞན་འགོག་པའི་  
རིགས་པས་ཀྱང་རང་རིག་གྲུབ་པོ་ཞེ་ན།

གཞན་སྤྱོད་བ་ན་འབྲེལ་བ་ལས། །

བླ་བ་འགྱུར་བྱེ་བའི་དུག་བཞིན་ནོ། །

ཡུལ་ཅན་བླ་བ་པས་རང་རིག་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་ཏེ་སྒྲོ་འཛིན་གྱིས་ཡུལ་  
གཞན་སྒོན་པོ་སྤྱོད་བ་ན་སྒར་སྒོན་པོ་འདི་མཐོང་ཞེས་ཡུལ་ཡུལ་ཅན་འབྲེལ་  
བ་ལས་ཏེ་འབྲེལ་བར་བླ་བ་པ་ལས་ཡུལ་ཅན་བླ་བ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བྱེ། ཡུལ་  
ཅན་སྤྱོད་བ་ལས་སྐྱེ་བ་མ་ཡིན་ཏེ་བྱེ་བའི་དུག་རྒྱགས་པའི་དུས་མ་སྤྱོད་ཡང་  
བྱིས་བླ་བ་བཞིན་ནོ། །དཔེར་ན་དགུན་གྱི་དུས་སུ་བྱེ་བས་ལུས་ལ་རྒྱགས་

པ་ན་གྱི་དུག་ཁྱུགས་ཡོད་ཀྱང་ཁྱུགས་པ་སྟོང་གི་དུག་མ་སྟོང་དོ། །དེ་ལས་  
 དུས་ཕྱིས་འདུག་གི་སྐྱ་ཐོས་པ་ན་ཁྱུགས་པའི་ཆེ་དུག་ཁྱུགས་པར་འདུག་  
 སྐམ་དུ་བྲན་ཀྱང་སྤར་གྱི་ཆེ་དུག་མ་སྟོང་བ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལ་གྱི་བས་ཁྱུགས་  
 པ་ནི་སྟོ་འཛིན་གྱིས་ཡུལ་སྟོང་བ་བཞིན་ནོ། །ཁྱུགས་པ་དང་དུས་གཅིག་ཏུ་  
 དུག་ཁྱུགས་པ་ནི་ཡུལ་བཟུང་བ་དང་དུས་གཅིག་ཏུ་ཡོད་པའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་  
 སྟོང་བ་དང་འདྲའོ། །དེའི་ཆེ་ཡུལ་ཅན་རང་གིས་རང་མ་སྟོང་བ་ནི་ཁྱུགས་  
 པའི་ཆེ་དུག་མ་སྟོང་བ་དང་འདྲའོ། །ཕྱིས་ཁྱུགས་པ་བྲན་པ་ནི་ཡུལ་སྟོང་བ་  
 བྲན་པ་དང་འདྲའོ། །ཡུལ་སྟོང་བྲན་པ་ཉིད་གྱིས་སྤར་གྱི་ཡུལ་ཅན་ཁ་རང་  
 གིས་ཁོ་རང་མ་སྟོང་ཡང་བྲན་པ་ནི་ཁྱུགས་པ་བྲན་པ་ཉིད་གྱི་མཐུས་སྤར་  
 ཁྱུགས་པའི་དུག་མ་སྟོང་བ་བྲན་པ་དང་འདྲའོ། །

འདི་ནི་རང་རིག་མེད་པར་བྲན་པ་སྐྱེ་བའི་རིགས་པ་མཁས་པའི་དབང་  
 ཐོས་མཛད་པ་ཡུལ་དུ་བྱུང་བ་ཞིག་སྤང་སྟེ་སྟོན་འདུག་གི་བཤའ་པ་བྱེད་པ་  
 རྣམས་གྱིས་ངེ་བཞིན་དུ་མ་ཐོན་པ་འདྲའོ། །འདི་ནི་སྦྱར་ཕྱིས་གྱི་རྣམས་གྱིས་  
 བྲན་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ། སྤར་གྱི་རྣམ་ཤེས་དེས་རང་གིས་རང་མ་སྟོང་བའི་  
 སྦྱར་ཅེས་པ་ལ་བྱུང་བ་མ་གྱུབ་གྱི་ལན་བཏབ་པ་ཡིན་པས། སྟོན་འདུག་གི་  
 དགོངས་པ་ནི་ཐ་སྙད་དུ་རང་རིག་འགོག་པ་མིན་ཞེས་པ་ནི་རྒྱལ་སྤྱི་ཆེན་  
 ཐོའི་བཞེད་པ་གཏན་མིན་ཞེས་གསུང་དོ། །རང་རིག་སྐྱབ་པའི་རིགས་པ་  
 གཞན་དག་པ་ནི།

ཆེན་གཞན་དག་དང་ཕྲན་པ་ནི། །



མཐོང་ཕྱིར་རང་ཉིད་རབ་གསལ་ན། །

གྲུབ་པའི་མིག་སྒྲན་སྒྱོར་བ་ལས། །

བྱམ་མཐོང་མིག་སྒྲན་ཉིད་འགྱུར་མིན། །

ཞི་གནས་བསྐྱབས་ནས་རྣམ་གནས་སྤངས་པ་སོགས་ཀྱི་རྒྱུ་གཞན་  
དག་དང་ལྡན་པ་ནི་གཞན་ཀྱི་སེམས་ལ་སོགས་པ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་ཤིན་ཏུ་  
ཉེ་བའི་རང་ཉིད་ཀྱི་སེམས་རང་གི་ཡུལ་དུ་གསལ་བ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་རིང་  
བའི་ཁབ་མཐོང་ན་ཉེ་བའི་རི་མཐོང་བ་བཞིན་ནོ་ཞེ་ན་མིག་སྒྲན་གྲུབ་པའི་  
རྣམ་མིག་ལ་བྱུགས་པའི་མིག་སྒྲན་ཀྱི་སྒྱོར་བ་ལས་ས་འོག་གི་བྱམ་སོགས་  
ཀྱི་གཏེར་མཐོང་ཡང་མིག་སྒྲན་ཉིད་མཐོང་བར་འགྱུར་བ་མིན་པ་བཞིན་དུ་  
རང་རིག་ཡོད་པ་ལ་གཞོན་པར་འགྱུར་ཀྱི་སྐྱབ་བྱེད་དུ་མི་རུང་ངོ། །

ཡང་ན་འདི་ལྟར་བཤད་དེ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་གཅིག་ལས་སྐྱེས་པར་  
མཚུངས་པས། གསལ་བྱ་དང་གསལ་བྱེད་གཅིག་ཏུ་མི་འགྱུར་བར་མ་  
ཟད་ངོ་བོ་གཅིག་ཏུ་ཡང་ངེས་པར་འགྱུར་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ས་འོག་གི་  
གཏེར་ཆེན་པོའི་བྱམ་པ་མཐོང་བའི་གསང་སྒྲགས་གྲུབ་པའི་མིག་སྒྲན་མིག་  
ལ་བྱུགས་པའི་སྒྱོར་བ་ལས་ས་འོག་གི་བྱམ་པ་མཐོང་བའི་ཆེན་གསལ་བྱ་  
བྱམ་པ་གསལ་བྱེད་མིག་སྒྲན་ཉིད་དང་གཅིག་ཏུ་མི་འགྱུར་བར་མ་ཟད་ངོ་བོ་  
གཅིག་ཏུ་ཡང་འགྱུར་བ་མིན་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་རང་རིག་གི་སྐྱབ་བྱེད་དུ་མི་  
རུང་བར་མ་ཟད་རང་རིག་ཡོད་པ་ལ་གཞོན་བྱེད་དུ་འགྱུར་ངོ། །



གཉིས་པ་(རང་རིག་མེད་ན་གཞན་རིག་མི་འཐད་པ་དགག་པ་)ལ་གཉིས།  
དངོས་དང་། སེམས་ལས་སྒྱུ་མ་དེ་ཉིད་དང་གཞན་དུ་བརྗོད་དུ་མེད་པ་  
དགག་པ་ལོ། །

དང་པོ་(དངོས་)ནི།

ཅི་སྟེ་རང་རིག་མེད་ན་བླ་པ་མེད་པས་ཡུལ་སྤོང་བ་དང་མཐོང་ཐོས་  
སོགས་མེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།

ཇི་ལྟར་མཐོང་ཐོས་ཤེས་པ་དག །

འདིར་ནི་དགག་པར་བྱ་མིན་ཏེ། །

འདིར་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་རྒྱུར་གྱུར་པ། །

བདེན་པར་རྟོག་པ་བསྒྲུབ་བྱ་ཡིན། །

ཇི་ལྟར་མིག་ཤེས་ཀྱིས་མཐོང་བ་དང་ཉན་ཤེས་ཀྱིས་ཐོས་པ་དང་ཡིད་  
ཀྱིས་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་དག་ཀྱང་རྗོད་པ་འདིར་ནི་དགག་པར་བྱ་བ་མིན་  
ཏེ། དེ་དགག་མི་དགོས་ཏེ་དེ་ཙམ་ཀྱིས་སྤྱག་བསྐྱེད་མི་སྦྱེད་ཅིང་དགྲ་བཅོམ་  
པ་རྣམས་ལ་ཡང་ཐ་སྙད་དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དགག་མི་རྒྱས་ཏེ་འགོག་ན་  
ལྷང་རིགས་ཀྱིས་འགོག་དགོས་ན་དེ་འགོག་ན་ལྷང་རིགས་ལ་ཡང་མཚུངས་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །བཀག་ནས་སྒྲིན་ཡོད་དེ་ཆད་ལྟ་ཅན་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །  
དེས་ན་འདིར་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱུར་གྱུར་པ་ཡུལ་དེ་དག་བདེན་པར་རྟོག་པ་  
སྒྲུབ་བྱ་ཡིན་ཏེ་དེ་ཉིད་འཁོར་བའི་རྩ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འཁོར་བའི་རྩ་བ་མ་

ལོག་ན་འཁོར་བ་མི་ལྷོག་ཅིང་གཟུགས་སྐྱ་སོགས་བདེན་འཛིན་འཁོར་བའི་  
ཙ་བར་བསྟན་པས་ཉན་རང་ལ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པ་ཡོད་པ་གསལ་  
བར་བཞེད་པ་ཡིན་ནོ། །ཁ་རག་པ་ལ་སོགས་པ་དབང་ཤེས་ལ་སྒྲུང་ཙ་མ་  
དགག་བྱ་མིན་ལ་དེ་ལ་རྟག་མི་རྟག་དང་ཡོད་མེད་སོགས་གང་དུ་བརྟུང་ཡང་  
དགག་བྱ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་བ་ནི་རྒྱ་ནག་གི་མཁན་པོ་སྤར་འོངས་བ་ཡིན་ནོ།།

གཉིས་པ་(སེམས་ལས་སྐྱ་མ་དེ་ཉིད་དང་གཞན་དུ་བརྗོད་དུ་མེད་པ་དགག་པ་)ནི།

སེམས་ལས་སྐྱ་མ་གཞན་མིན་ཞིང་། །

གཞན་མིན་པར་ཡང་མི་རྟག་ན། །

སེམས་ཙ་མ་པ་ན་རེ་ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་མེད་པས་སེམས་ལས་སྐྱ་མ་  
སྟེ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་རྫས་གཞན་མིན་ཞིང་། སྤར་དེ་ཆེ་གང་ཞིག་གང་  
གིས་མཐོང་ཞེས་བའི་སྟོན་འཇུག་པས་དེ་གཉིས་གཞན་མིན་པར་ཡང་མི་  
རྟག་གོ་ཞེ་ན།

དངོས་ན་ངེ་ལྟར་དེ་གཞན་མིན། །

གཞན་མིན་ཞེ་ན་དངོས་པོར་མེད། །

ངེ་ལྟར་སྐྱ་མ་བདེན་མིན་ཡང་། །

བལྟ་བྱ་དེ་བཞིན་ལྟ་བྱེད་ཡིད། །

གཟུགས་སོགས་བདེན་པར་གྲུབ་ན་སྒྲུང་བ་ལྟར་དུ་བདེན་དགོས་ལ་  
དེ་ལྟར་ཕྱི་རོལ་དོན་དུ་སྒྲུང་བས་ཕྱིར་རོལ་དོན་དོན་དུ་གྲུབ་དགོས་ལ་ཕྱི་

རོལ་གྱི་དངོས་པོ་ཡིན་ན་ངེ་ལྟར་དེ་སེམས་ལས་རྩ་ས་གཞན་མིན་ཏེ་རྩ་ས་  
གཞན་དུ་ཐལ་ལོ། །རྩ་ས་གཞན་མིན་ཞེ་ན་བདེན་པའི་དངོས་པོར་མེད་པར་  
ཐལ། སྒྲིབ་བ་རྣམས་རྩུན་པར་ཁས་སྦྲངས་པ་དེ་ལས་གཞན་མིན་པའི་ཕྱིར།  
ངེ་ལྟར་སྒྱུ་མ་སྟེ་དོན་དུ་སྒྲིབ་བའི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་བདེན་པར་གྲུབ་པ་  
མིན་ཡང་སེམས་ཀྱི་བལྟ་བུ་དམིགས་པ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་ཤེས་པ་དུག་ལྟ་  
བྱེད་ཡིན་པའང་བདེན་པར་མ་གྲུབ་པར་མཚུངས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་སྒྲིབ་གལ་ཏེ་  
འབྲུལ་པ་ཡོད་མིན་ན་ཞེས་པའི་སྒྲིབ་དེ་དབུ་མ་པ་ལ་མེད་ཅིང་བྱེད་སེམས་  
ཅ་མ་པས་ཀྱང་ཚུལ་དེ་ལ་བརྟེན་ན་མངེས་སོ། །

བཞི་པ་(བཏགས་ཡོད་རྣམས་དངོས་པོ་བདེན་གྲུབ་ཀྱི་རྟེན་ཅན་དུ་འདོད་པ་དགག་པ་)ནི།

གལ་ཏེ་འཁོར་བ་དངོས་རྟེན་ཅན། །

དེ་ནི་གཞན་དུ་མཁའ་འབྱུང་འབྱུང། །

དངོས་མེད་དངོས་ལ་བརྟེན་པས་ན། །

བྱེད་དང་ལྟན་པར་ངེ་ལྟར་འབྱུང། །

གལ་ཏེ་འཁོར་བ་སོགས་རྩུན་པ་དང་བཏགས་པར་ཡོད་པ་རྣམས་  
དངོས་པོ་བདེན་གྲུབ་རེའི་རྟེན་ཅན་ནམ་གཞི་ཅན་ཡིན་ཏེ་འབྲུལ་པ་ཐམས་  
ཅད་ལ་གཞི་བདེན་པ་རེ་ཡོད་པས་སོ། །དཔེར་ན་སྒྲིབ་དུ་མ་ལ་མིར་འབྲུལ་  
པ་ལ་ཡང་སྒྲིབ་དུ་མ་བདེན་པར་གྲུབ་པ་བཞིན་ནོ། །འཁོར་དེ་བཞིན་དུ་  
གཞི་བདེན་པ་ལ་བརྟེན་པ་ལས་གཞན་དུ་མི་བརྟེན་ན་ནམ་མཁའ་དང་འབྱུང་

བར་དངོས་པོ་མེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་པ་སྟེ་ཚོད་པ་འདི་བསྐྱབ་བརྟུས་སུ་  
གསུངས་པའི་དོན་ཡིན་གྱི་གཞན་དུ་བཤད་པ་འདིའི་དོན་མིན་ནོ། །འཁོར་  
བ་སོགས་དངོས་མེད་ད་རྩུན་པ་རྣམས་འཁྱུལ་གཞི་བདེན་པའི་དངོས་པོ་ལ་  
བརྟེན་པས་ན་འཆིང་གྲོལ་སོགས་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པའི་བྱེད་པ་དང་ལྟན་པར་  
རི་ལྟར་འགྱུར་ཏེ་མི་འགྱུར་བར་ཐལ། བརྟེན་པའི་གཞི་དངོས་པོ་བདེན་གྲུབ་  
མེད་པའི་ཕྱིར་རྟགས་འདི་བསྐྱབ་བརྟུས་སུ་གསུངས་སོ། །

བྱོད་གྱི་སེམས་ནི་གྲོགས་མེད་པ། །

གཅིག་ཕུ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན། །

སེམས་ཙམ་པ་བྱོད་གྱི་ལུགས་གྱིས་སེམས་ནི་གཟུང་འཛིན་གཉིས་  
སུ་འཁྱུལ་པ་སོགས་གྱི་གྲོགས་མེད་པར་རང་རིག་རང་གསལ་གཅིག་ཕུ་ཉིད་  
དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་པར་ཐལ། ཡུལ་ཡུལ་ཅན་རྒྱངས་ཆད་དུ་སྒྲང་བ་འདི་སྒྲང་བ་  
ལྟར་དུ་མ་གྲུབ་པར་ཁས་སྒྲངས་པས་ཕྱི་དོན་མེད་པ་ལ་གཟུགས་སོགས་གྱི་  
སྒྲང་བ་ཤེས་པ་ཡིན་པའང་སྒྲར་བཀག་པས་ཤེས་པ་མིན་ལ། དེ་ལྟར་ཤེས་པ་  
དང་འབྲེལ་མེད་དོན་གཞན་དུ་འགྱུར་བས་གཟུགས་སོགས་གྱི་སྒྲང་བ་བསད་  
ཀྱང་ཤེས་པའི་རྩིས་ལ་བསྐྱད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདོད་ན།

གང་ཆེ་སེམས་ནི་གཟུང་བྲལ་བ། །

དེ་ཆེ་ཐམས་ཅད་དེ་བཞིན་གཤེགས། །

དེ་ལྟར་ཡང་སེམས་ཙམ་དུ། །

བརྟགས་ལ་ཡོན་ཏན་ཅི་ཞིག་ཡོད། །

གང་གི་ཆེ་སེམས་ནི་གཟུང་འཇིན་གཉིས་སྒྲུང་བ་དང་བྲལ་བ་དེའི་ཆེ་  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཞིང་འབད་མེད་  
དུ་གྲོལ་བར་ཐལ། སེམས་ཐམས་ཅད་གཟུང་འཇིན་གཉིས་ཀྱི་སྒྲུང་བ་དང་  
བྲལ་བའི་སྤྱིར། འདོད་པ་དེ་ལྟ་ན་ཡང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་  
གཟུང་འཇིན་རྩིས་ཐ་དད་ཀྱིས་སྒྲུང་བའི་སེམས་ཅན་དུ་བརྟགས་པ་སྟེ་གཏན་  
ལ་ཕབ་པ་ལའང་ཡོན་ཏན་དགོས་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད་དེ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པར་  
ཐལ། འདོད་པ་དེའི་སྤྱིར།

གསུམ་པ་(སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལམ་དབྱེ་མ་ལའང་དགོས་ཀྱས་མེད་པར་ཐལ་བས་སྒྲུང་བ་)ལ་གཉིས།

ཅོད་པ་དང་། ལན་ནོ། །

དང་པོ་(ཅོད་པ་)ནི།

སྐྱེ་མ་ལྟ་བུར་ཤེས་ན་ཡང་། །

རི་ལྟར་ཉོན་མོངས་སྒྲིག་འགྱུར་ཏེ། །

གང་ཆེ་སྐྱེ་མའི་བྱད་མེད་ལ། །

དེ་བྱེད་ཉིད་ཀྱང་ཆགས་སྐྱེ་འགྱུར། །

ཁྱོད་ཀྱིས་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་མ་ལྟ་བུར་རང་བཞིན་མེད་པར་  
གཏན་ལ་ཕབ་སྟེ་དེ་ལྟར་ཤེས་ན་ཡང་དེས་ཉོན་སྐྱེ་བ་སྒྲུང་བ་སོགས་ཀྱི་  
དགོས་པ་མེད་ན་ནི་གཏན་ལ་འབབས་པ་ངལ་བ་ཅམ་དུ་ཟད་ལ། དགོས་པ་

ཡོད་པར་འདོད་ན་ཡང་རི་ལྷར་དེས་ཉོན་མོངས་ལྷོག་པར་འགྱུར་ཏེ་མི་འགྱུར་  
བར་ཐལ། གང་གི་ཆེ་སྒྱུ་མའི་བྱད་མེད་ལ་དེ་བྱེད་པ་པོ་སྒྱུ་མ་མཁན་ཉིད་ཀྱང་  
ཕྱི་རོལ་གྱི་བྱད་མེད་ཀྱིས་སྟོང་བར་རྟོགས་ཀྱང་སྒྱུ་མའི་བྱད་མེད་འདི་མོངས་  
སྒྱུད་རུང་དུ་སོང་ན་སྒྱུ་མ་མཁན་ཆགས་པ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་མཐོང་  
ལ་བྲོད་ཀྱི་སྟོང་ཉིད་ནི་དང་པོ་ཐོས་བསམ་གྱིས་རྟོགས་པ་ཙམ་ལས་མེད་  
བས་སོ། །ཞེ་ན།

གཉིས་པ་(ལན་)ལ་གསུམ།

སྒྱུ་མ་མཁན་ལ་ཆགས་པ་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་མཚན་དང་། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་  
པའི་ཤེས་རབ་གོམས་བས་ཉོན་མོངས་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་སྟོང་བ་  
འཐད་པར་བསྟན་པ་དང་། སྤངས་པའི་འབྲས་བུ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་འབྱུང་  
བར་བསྟན་པ་ལོ། །

དང་པོ་(སྒྱུ་མ་མཁན་ལ་ཆགས་པ་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་མཚན་)ནི།

དེ་བྱེད་པ་ནི་ཤེས་བྱ་ལ། །

ཉོན་མོངས་བག་ཆགས་མ་སྤངས་པ། །

དེས་ན་དེ་མཐོང་བ་ན་དེ། །

སྟོང་ཉིད་བག་ཆགས་ཉམ་ཆུང་ཉིད། །

སྒྱུ་མ་མཁན་དེ་བྱེད་པ་པོ་ནི་ཤེས་བྱ་ལ་སྟེ་སྒྱུ་མའི་བྱད་མེད་ལ་ཉོན་  
མོངས་བག་ཆགས་ཏེ། བདེན་འཛིན་ཆུང་བད་ཀྱང་མ་སྤངས་ཤིང་། བདེན་



པར་འཛིན་པ་དེས་ན་དེ་མཐོང་བའི་དུས་ན་དེ་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་བག་  
 ཆགས་ཉམས་ཆུང་བ་ཉིད་ཡིན་པས་ཉོན་མོངས་སྐྱེ་བ་ཡིན་ནོ། །སྤྲ་མ་དག་  
 གིས་སྐྱེ་མའི་བྱད་མེད་བྱད་མེད་ཀྱིས་སྟོང་པར་རྟོགས་པ་ནི་ཉི་ཆེ་བའི་སྟོང་  
 ཉིད་ཅམ་ཡིན་པས་དེས་ཉོན་མོངས་མི་སྟོང་ལ། རེད་ཀྱི་ལུགས་ལ་ཁྲབ་པའི་  
 སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པས་སྟོང་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་ལན་མང་ད་པ་ནི་མི་འཐད་དེ་སྐྱེ་  
 མའི་བྱད་མེད་བྱད་མེད་ཀྱིས་སྟོང་པར་རྟོགས་པ་ནི་དགག་བྱ་སྤྲ་མོ་ལ་སྟོས་  
 པའི་ཉི་ཆེ་བའི་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པ་མིན་ཏེ་དགག་བྱའི་ངོས་འཛིན་དང་དེ་ཆོས་  
 གཅིག་གི་སྟོང་དུ་མེད་པར་རྟོགས་ན་གཞན་ལའང་གོ་འོང་བ་སོགས་གཞན་  
 ལས་བཤད་པ་ལས་ཤེས་པས་སོ། །

དེ་ན་སྐྱེ་ར་འབྲུལ་པ་ལ་རྟོག་མེད་འབྲུལ་པ་རབ་རིབ་ཀྱིས་སྐྱེ་ཤད་  
 འཛིན་པར་མཐོང་བ་ལྟ་བུ་ལ་ཡིད་ཀྱིས་སྐྱེ་ཤད་མེད་པར་གོ་བས་འབྲུལ་པ་  
 དེ་མི་ལྟོག་གི་དེ་ལྟོག་པ་ལ་མིག་གི་རབ་རིབ་སེལ་ཐབས་བྱེད་དགོས་སོ། །  
 རྟོག་པ་འབྲུལ་པ་ལའང་འཕྲུལ་དུ་སྟོ་བྱར་ཀྱི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་ཐག་ཁ་སྐྱུལ་  
 འཛིན་སོགས་ནི་ཐག་པར་རྟོགས་པ་ཅམ་ཀྱིས་འབྲུལ་པ་དེ་ལྟོག་གི་དེ་ལྟོག་  
 པ་ལ་གོ་བ་དེ་རིང་དུ་གོ་མས་པ་སོགས་མི་དགོས་སོ། །འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་རྒྱུད་  
 ཀྱི་བདེན་འཛིན་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཀྱང་མི་གཟེགས་བའི་ཐོག་མ་མེད་པ་  
 རས་རྒྱུད་ལ་ཆེས་ཤིན་ཏུ་འབྲིས་ཤིང་། དེས་རྒྱུད་ཆོས་པ་བཞིན་དུ་སོང་  
 བས་དེའི་ས་བོན་ལྟ་ཞོག་མངོན་གྱུར་རགས་པའང་བདེན་པ་མེད་པར་རྟོགས་  
 པ་ཅམ་ཀྱིས་ག་ལ་ལྟོག་དེ་ཅམ་དུ་མ་བཟད་བདེན་མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་



ཀྱང་ཉོན་མོངས་ཀྱན་བརྟགས་ས་བོན་དང་བཅས་པ་སྤོང་ཡང་ལྟན་སྤྱེས་མི་  
སྤོང་བས་སོ། །དེའི་སྤྱིར་ཡུན་རིང་དུ་སྒྲོམ་པའི་སྒྲོམ་ལམ་སོགས་ལམ་གྱི་  
རྣམ་གཞག་མང་དུ་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

སྤོང་ཉིད་རྟོགས་པ་ལའང་མཐར་ཉོན་མོངས་ཟད་པ་འབྱུང་བ་ཁས་  
སྦངས་ཤིང་དེས་ཆོག་གི་དེ་ལ་སྤོང་ཉིད་རྟོགས་མ་ཐག་སྤོང་དགོས་ཞེས་ཁས་  
མ་སྦངས་ཤིང་ལེན་ཡང་ག་ལ་དགོས་ཞེས་ལན་བསྟུས་པའོ། །སྤྱི་མ་མཁན་  
སྤྱི་མའི་བྱད་མེད་དེ་བྱེད་པས་ནི་དམིགས་ཡུལ་ཤེས་བྱ་སྟེ་སྤྱི་མའི་བྱད་མེད་  
ལ་ཉོན་མོངས་བག་ཆགས་ཏེ་བདེན་འཛིན་མ་སྦངས་ཤིང་བདེན་པར་འཛིན་  
པ་དེས་ན་སྤྱི་མའི་བྱད་མེད་བྱད་མེད་ཀྱིས་སྤོང་བ་དེ་མཐོང་བ་ན། དེའི་སྤོང་  
ཉིད་བག་ཆགས་དེ་ཉམ་ཆུང་བ་སྟེ་བདེན་འཛིན་ལ་གཞོན་པའི་རྒྱས་པ་མེད་  
དེ་དེ་དང་འཛིན་སྦངས་འགལ་བ་མེད་པས་སོ། །ཉོན་མོངས་བག་ཆགས་  
ཞེས་པའི་བག་ཆགས་ནི་བདེན་འཛིན་ལ་བྱས་པ་དང་དེའི་ས་བོན་དང་།  
ཤེས་སྤྱིབ་ལ་བྱས་པ་ཡོད་ཀྱང་འདིར་སྤྱི་མའོ། །

གཉིས་པ་(སྤོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་གོམས་པས་ཉོན་མོངས་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་སྤོང་བ་འཐད་པར་བསྟན་པ་)ལ་གཉིས།

སྤྱིར་བསྟན་པ་དང་། བྱེ་བྲག་ཏུ་བཞག་པའོ། །

དང་པོ་(སྤྱིར་བསྟན་པ་)ནི།

སྤོང་ཉིད་བག་ཆགས་གོམས་པས་ནི། །

དངོས་པོའི་བག་ཆགས་སྤོང་འབྱུར་ཞིང་། །

ཅི་ཡང་མེད་ཅིས་གོམས་པས་ནི། །

དེ་ཡང་སྤྱི་ནས་སྤྱོད་བར་འགྱུར། །

སྤྱོད་ཉིད་བག་ཆགས་གོམས་པ་སྟེ་དངོས་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་སྤྱོད་  
པར་རྟོགས་ན་དངོས་པོ་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བག་ཆགས་སྤྱོད་བར་འགྱུར་  
ཞིང་ཅི་ཡང་མེད་ཅེས་པ་སྟེ་བདེན་མེད་ཉིད་ཀྱང་བདེན་མེད་དུ་རྟོགས་པ་  
གོམས་པས་ནི་བདེན་མེད་བདེན་འཛིན་དེ་ཡང་སྤྱི་ནས་སྤྱོད་བར་འགྱུར་རོ། །  
དགག་བྱ་རགས་པ་བཀག་པ་ཙམ་ཡིན་ན་བཀག་པ་བདེན་གྱུ་བ་སྤྱིས་དགག་  
དགས་ཀྱང་མེད་གི་ཐ་སྙད་གྱིས་བཞག་པ་ཙམ་མིན་པའི་ཡོད་པ་བདེན་ཆད་  
དུ་བྱས་པའི་དགག་བྱ་སྤྱོད་མོ་བཀག་པའི་བཀག་པ་བདེན་འཛིན་ནི། དུས་དེའི་  
ཆེ་ཉིད་ནས་འགོག་སྟེ་དེ་མ་ཐག་འཆད་པར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་(བྱེ་བྲག་ཏུ་བཞད་པ་)ནི།

གང་ཆེ་གང་ཞིག་མེད་དོ་ཞེས། །

བརྟག་བྱའི་དངོས་པོ་མི་དམིགས་པ། །

དེ་ཆེ་དངོས་མེད་རྟོན་བྲལ་བ། །

སྟོ་ཡི་མདུན་ན་ངེ་ལྟར་གནས། །

གང་གི་ཆེ་དངོས་པོ་གང་ཞིག་བདེན་པར་མེད་དེ་ཞེས་བརྟག་བྱའི་  
དངོས་པོ་བདེན་པར་ཡོད་ན་དམིགས་སུ་རུང་བ་ལས་བདེན་པར་མི་  
དམིགས་པས། བདེན་མེད་དུ་རྟོགས་པ་དེའི་ཆེ་བདེན་པའི་དངོས་མེད་རྟོན་  
ཆོས་ཙན་བདེན་གྱུ་བ་དང་བྲལ་བའི་སྤྱིར་བཀག་པ་བདེན་གྱུ་བ་སྟོ་དེའི་མདུན་

དུ་ཇི་ལྟར་གནས་ཏེ་ཆོས་ཅན་དང་བྲལ་བའི་ཆོས་ཉིད་མཁ་པས་བདེན་སྟོང་  
བདེན་པར་གྲུབ་ན། ཆོས་ཅན་ངའི་རང་བཞིན་དུ་གྲུབ་དགོས་ལ་ད་བདེན་པའི་  
རང་བཞིན་དུ་གྲུབ་པ་སྒྲར་ནས་ཁེགས་པའི་སྤྱིར།

གང་ཆེ་དངོས་དང་དངོས་མེད་དག །

སྟོ་ཡི་མདུན་ན་མི་གནས་པ། །

དེ་ཆེ་རྣམ་པ་གཞན་མེད་པས། །

དམིགས་པ་མེད་པར་རབ་ཏུ་ཞི། །

དེས་ན་གང་གི་ཆེ་དངོས་པོ་དང་དངོས་མེད་དག་བདེན་གྲུབ་གང་ཡང་  
སྟོ་ཡི་མདུན་ན་མི་གནས་པ་དེའི་ཆེ་བདེན་པར་གྲུབ་པའི་རྣམ་པ་གཞན་མེད་  
པས། བདེན་འཇིག་གྱི་དམིགས་པའི་གཏད་སོ་མཐའ་དག་མེད་པར་རྟོགས་  
པར་སྟོས་པ་མཐའ་དག་རབ་ཏུ་ཞི་བ་ཡིན་ཏེ། སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་  
པའི་གང་ཟག་གི་དོན་སྟོང་ཉིད་ལ་གཉིས་སྒྲུང་གི་སྟོས་པ་ཡང་ཞི་ལ་སྟོང་ཉིད་  
དོན་སྤྱིའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པས་ལ་ནི་གཉིས་སྒྲུང་མ་ཁེགས་ཀྱང་ངེས་དོན་  
བདེན་པའི་སྟོས་པ་ཁེགས་པ་ཡིན་ནོ། །ཆོགས་བཅད་འདི་དང་འོག་མ་ལྷས་  
འབྲས་བུའི་གནས་ཚུལ་རྒྱས་པར་སྟོན་པ་ཡིན་ནོ། །

སྟོད་ལྷང་རྒྱ་དམར་ན་རེ་གནས་ལུགས་མངོན་སུམ་དུ་གྱུར་པའི་ཆེ་  
ཤེས་པ་མེད་པ་དང་ཤེས་བྱ་མེད་པར་བསྟན་བཅོས་འདི་དང་བདེན་གཉིས་  
མཁན་པོའི་བཞེད་པར་བྱས་ནས་ཁོ་བོས་ནི་ཤེས་བྱ་མེད་པའི་ཤེས་པ་དང་

གཞུལ་བྱ་མེད་པའི་ཆོད་མ་མ་རིག་གོ་ཞེས་ཟེར་ཞིང་རང་ཉིད་བདེན་སྟོང་  
བདེན་གྲུབ་ཏུ་འདོད་པ་ནི་ཤིང་རྩ་ཆེན་པོའི་བཞེད་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མ་གོ་བར་  
གསལ་ཞིང་། རང་ཉིད་ཀྱང་རྟག་པའི་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་བཞིན་དུ་དབུ་མའི་  
དོན་རྟོགས་པར་སྒྲུལ་པ་ནི་མི་རིགས་པ་ཆེན་པོ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་(སྤངས་པའི་འབྲས་བུ་སྤྲན་སྤམ་ཆོགས་པ་འབྱུང་བར་བསྟན་པ་)ལ་གཉིས།

ནམ་རྟོག་མེད་ཀྱང་གདུལ་བྱའི་རེ་བསྐྱོང་བ་འཐད་པ་དཔེ་དང་བཅས་  
པ་དང་། དེ་ལ་ཅོད་པ་སྤང་བའོ། །

དང་པོ་(ནམ་རྟོག་མེད་ཀྱང་གདུལ་བྱའི་རེ་བསྐྱོང་བ་འཐད་པ་དཔེ་དང་བཅས་པ་)ནི།

སངས་རྒྱས་ལ་རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་ཞི་བ་ཡིན་ན་གདུལ་བྱ་ལ་  
ཆོས་བསྟན་པར་བྱའོ་སྤམ་པ་ཡང་མེད་པས་སེམས་ཅན་ལ་ཆོས་བསྟན་པ་  
སོགས་ཀྱི་དོན་མཛད་པ་མི་འཐད་དོ་ཞེ་ན།

ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་དཔག་བསམ་ཤིང་། །

ཇི་ལྟར་རེ་བ་ཡོངས་སྐྱོང་བ། །

དེ་བཞིན་གདུལ་བྱ་སྒྲོན་ལམ་གྱི། །

དབང་གིས་རྒྱལ་བའི་སྐྱར་སྤང་དོ། །

སྒྲོན་མེད་དེ་རྟོག་པ་མེད་ཀྱང་མི་ལ་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་དང་ལྟ་ལ་  
དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་པས་ཇི་ལྟར་འདོད་པའི་རེ་བ་  
ཡངས་སུ་སྐྱོང་བ་དེ་བཞིན་དུ། གདུལ་བྱའི་སངས་རྒྱས་དང་ཐུན་པ་སོགས་

གྱི་བསོད་ནམས་བསགས་པའི་མཐུ་དང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་ཉོག་པ་  
 མེད་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་འབད་མེད་ལྷན་གྲུབ་དུ་བྱེད་པར་གྱུར་  
 ཅིག་སྟམ་པའི་སྟོན་གྱི་སྟོན་ལམ་གྱི་དབང་གིས་རྒྱལ་བའི་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱར་  
 སྒང་ནས་ཆོས་སྟོན་པ་ཤིན་དུ་འཐད་པ་ཡིན་ནོ། །སྟོན་ལམ་བཏབ་པ་འདས་  
 ནས་དུས་རིང་པོ་ལོན་པས་དེས་དེ་ལྟར་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པ་མི་འཐད་ཅིང་  
 སྟོན་ལམ་འདེབས་མཁན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡིན་པས་དེའི་འབྲས་བུ་  
 རྒྱལ་བའི་མཛད་པར་མི་འཐད་དེ་ཞེ་ན།

དཔེར་ན་ནམ་མཁའ་སྤྲིང་གི་ནི། །

མཆོད་སྤྲོད་བསྐྱབས་ནས་འདས་གྱུར་པ། །

དེ་འདས་ཡུན་རིང་ལོན་ཡང་དེ། །

དུག་ལ་སོགས་པ་ཞི་བྱེད་བཞིན། །

བྱང་ཆུབ་སྟོན་པའི་རྗེས་མཐུན་པས། །

རྒྱལ་བའི་མཆོད་སྤྲོད་སྐྱབས་པ་ཡང་། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བྱ་ངན་ལས། །

འདས་ཀྱང་དོན་རྣམས་ཐམས་ཅད་མཛད། །

སྟོན་མེད་དེ་དཔེར་ན་བྲམ་ཟེས་དུག་ཞི་བར་བྱེད་པའི་ནམ་མཁའ་སྤྲིང་  
 གི་མཆོད་སྤྲོད་བསྐྱབས་ནས་བྲམ་ཟེ་འདས་པར་གྱུར་པ་དེ་འདས་ནས་ཡུན་

རིང་ཡོན་ཡང་མཆོད་སྒྲིབ་དེ་ད་ལྟར་དུག་ལ་སོགས་པ་ཞི་བར་བྱེད་ནུས་པ་  
བཞིན་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་དང་རྗེས་སུ་མ་ཐུན་  
པར་ཆོགས་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོན་ས་རྒྱལ་བའི་མཆོད་སྒྲིབ་བསྐྱབ་པ་ཡང་། བསྐྱབ་  
པ་པོ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་མི་གནས་པའི་ཐུང་ན་ལས་འདས་པ་མངོན་དུ་  
བྱས་ཀྱང་གདུལ་བྱའི་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་དོན་རྣམས་ཐམས་  
ཅད་མཛད་པ་མི་འགལ་ཞིང་འདི་ནི་རྒྱན་འཛོག་མ་ཤེས་པའི་ཚོད་པའོ། །

གཉིས་པ་(དེ་ལ་ཚོད་པ་སྤང་བ་)ནི།

སེམས་མེད་པ་ལ་མཆོད་བྱས་པས། །

རི་ལྟར་འབྲས་བུར་ལྡན་པར་འགྱུར། །

ཉན་ཐོས་པ་ཁ་ཅིག་ན་རེ་སངས་རྒྱས་ལ་རྟོག་པའི་སེམས་མེད་པ་ལ་  
མཆོད་པ་བྱས་ནས་ཅི་ལྟར་བསོད་ནམས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ལྡན་པར་འགྱུར་ཏེ་  
མཆོད་པ་ལེན་པའི་རྟོག་པ་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གང་ཕྱིར་བཞུགས་པའམ་ཐུང་ན་འདས། །

མཚུངས་པ་ཉིད་དུ་བཞུགས་ཕྱིར་རོ། །

སངས་རྒྱས་ལ་རྟོག་པ་མེད་ཀྱང་མཆོད་པ་བྱས་པས་བསོད་ནམས་  
འབྱུང་བ་འཐད་པར་ཐལ། རྒྱ་མཚན་གང་གི་ཕྱིར་ན་སངས་རྒྱས་སྐྱེད་དོས་  
སུ་བཞུགས་པའམ་ཐུང་ན་ལས་འདས་རྗེས་ཀྱི་སྐྱེ་གདུང་ལ་མཆོད་པ་གཉིས་  
བསོད་ནམས་མཚུངས་པ་ཉིད་དུ་བྱམས་པ་སེང་གི་སྤྱིའི་མདོ་ལས་བཞུགས་



པའི་ཕྱིར་རོ། །མཆོད་ཉིན་བསྐྱོར་བའི་པན་ཡོན་ལས་ཀྱང་། གང་ཞིག་  
བཞུགས་ལ་མཆོད་པ་དང་། །ཕྱི་ངན་འདས་པའི་སྐྱ་གདུང་ལ། །སེམས་ནི་  
མཉམ་པར་དང་བ་ཡི། །བསོད་ནམས་ལ་ནི་བྱད་པར་མེད། །ཅེས་གསུངས་  
སོ། །

ཀྱན་རྫོབ་བམ་ནི་དེ་ཉིད་དུའང་། །

རུང་སྟེ་དེས་འབྲས་ལུང་ལས་ཡིན། །

དཔེར་ན་བདེན་པའི་སངས་རྒྱས་ལ། །

ཇི་ལྟར་འབྲས་བུར་བཅས་པ་བཞིན། །

སངས་རྒྱས་ལ་མཆོད་པ་སོགས་ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་གྱུབ་བམ་ནི་དེ་ཁོ་ན་  
ཉིད་དུའང་རུང་སྟེ་དེར་མཆོད་པ་བྱས་པས་འབྲས་བུ་འབྱུང་བ་སངས་རྒྱས་  
ཀྱི་ལུང་ལས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དཔེར་ན་ཁྱོད་རང་བདེན་པའི་སངས་  
རྒྱས་ལ་ཇི་ལྟར་འབྲས་བུ་དང་བཅས་པ་འདོད་པ་བཞིན་ནོ། །དོན་ནི་དེ་ཁོ་ན་  
ཉིད་ཀྱི་དོན་ལ་དབྱུད་པ་རེ་ཤིག་བཏང་སྟོམས་སུ་བྱས་ནས་བདེན་ཡང་རུང་  
རྩུན་ཡང་རུང་ངེད་ལ་དངོས་པོ་དང་མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་བྱུང་བ་དེས་ཆོག་  
ཅེས་པའི་དོན་ནོ། །

གཉིས་པ་(ཐར་བ་ཙམ་ཐེག་པར་འདོད་པས་ཀྱང་སྟོང་ཉིད་ཉོགས་དགོས་པར་བསྐྱབ་པ་)ལ་གཉིས།

ཚུད་པ་དང་། ལན་ནོ། །



དང་པོ་(རྩྭ་པ་)ནི།

བདེན་པ་མཐོང་བས་གྲོལ་འགྱུར་གྱི། །

སྟོང་ཉིད་མཐོང་བས་ཅི་ཞིག་བྲ། །

ཉན་ཐོས་སྡེ་པ་ཁ་ཅིག་ན་རེ་བདེན་པ་བཞིའི་རྣམ་པ་མི་རྟག་སོགས་  
བརྩུ་བྱག་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་པ་གོམས་པས་གྲོལ་བ་དག་བཙུག་པའི་  
འབྲས་བུ་ཐོབ་པར་འགྱུར་གྱི། ཆོས་ཐམས་ཅད་བདེན་པས་སྟོང་པ་ཉིད་  
མཐོང་བས་ཅི་ཞིག་བྲ་དགོས་པ་མེད་ཅིང་མི་རིགས་སོ་ཞེ་ན། ཉན་ཐོས་སྡེ་  
པ་ཁ་ཅིག་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་བྱེད་པ་ལ་ཡང་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་མི་དགོས་  
པར་མ་ཟད་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་ཀྱི་མིང་ཙམ་ཡང་ཁས་མི་ལེན་ཅིང་ཐེག་པ་  
ཆེན་པོའི་མདོ་སྡེ་བཀར་ཁས་མི་ལེན་པ་དེ་དག་སྟོགས་སྒྲིའི་གཙུག་པོ་ཡིན་  
ལ། ཞར་ལ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་སྡེ་ཆད་མར་བཞེད་ཀྱང་དག་བཙུག་པའི་  
འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་ལ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པ་མི་དགོས་པར་བཞེད་པ་  
དེད་དག་ཀྱང་བསྟོགས་ནས་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཉིད་སྲིད་པ་ལས་  
གྲོལ་བའི་ལམ་དུ་བསྐྱབ་བཞེད་ནས་གཞུང་འདི་དག་བཀོད་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་(ལན་)ལ་གསུམ།

སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དེ་ཉིད་སྲིད་པ་ལས་གྲོལ་བའི་ལམ་དུ་  
བསྐྱབ་པ་དང་། མི་གནས་པའི་སྤྱང་ན་ལས་འདས་པའི་ལམ་དུ་བསྐྱབ་པ་  
དང་། དེས་ན་གྲོལ་བ་དོན་གཉིས་ཀྱིས་སྟོང་ཉིད་བསྟོམ་རིགས་པར་གདམས་  
པའོ། །

དང་པོ་(སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དེ་ཉིད་སྤྱིད་པ་ལས་གྲོལ་བའི་ལམ་དུ་བསྐྱབ་པ་)ནི།

གང་ཕྱིར་ལུང་ལས་ལམ་འདི་ནི། །

མེད་པར་བྱང་ཆུབ་མེད་པར་གསུངས། །

ཉན་རང་དགྲ་བཙམ་པའི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་ལ་ཡང་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པ་  
ངེས་པར་དགོས་པར་ཐལ། རྒྱ་མཚན་གང་གི་ཕྱིར་ན་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་  
དུ་ཕྱིན་པའི་མདོ་སྤེའི་ལུང་ལས་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལམ་འདི་ནི་གོམས་པ་  
མེད་པར་བྱང་ཆུབ་གསུམ་ག་ཐོབ་པ་མེད་པར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྟོང་  
འབྲུག་འབྲེལ་ཆེན་ལས་ཡུམ་གྱི་མདོ་ལས་དངོས་པོའི་འདུ་ཤེས་ཅན་ལ་ཐར་  
པ་མེད་པ་དང་། དུས་གསུམ་གའི་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་  
དང་རྒྱན་ཞུགས་ནས་རང་རྒྱལ་གྱི་བར་རྣམས་ཤེས་ཕྱིར་འདི་ཉིད་ལ་བརྟེན་  
ནས་ཐོབ་པར་གསུངས་པ་བྲངས་པ་ལྟར་ཡིན་གྱི་སླ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་  
རྒྱང་པ་ལ་བྱེད་པ་གཞུང་གི་དོན་མིན་ནོ། །གཞན་ཡང་མདོ་སྟོགས་ནས་ཉན་  
རང་ལ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པ་ཡོད་པར་སྟོན་པའི་ལུང་མཐའ་ལས་  
པ་ཡོད་པ་རྣམས་མ་བྲངས་སོ། །གཞུང་རྒྱང་པ་གཉིས་པོ་འདི་ཉན་ཐོས་སྡེ་  
པ་འགའ་ཞིག་གི་སྟོ་ངོར་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་བཀར་བསྐྱབ་བཞེད་ནས་སྐྱབ་བྱེད་  
འདི་བཀོད་པ་ཡིན་ནོ། །

ཐེག་པ་ཆེན་པའི་ལུང་ཆད་མར་མི་འདོད་ན་དེ་ལ་སྐྱབ་བྱེད་དུ་བཀོད་  
པ་རིགས་པ་དང་འབྲེལ་བར་མི་འགྱུར་རོ་སྟུམ་ན་སྟོན་མེད་དེ། སྐྱབ་བྱེད་  
བཀོད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཚུལ་གསུམ་དང་པོ་ནས་ཕྱིར་གྲོལ་གྱིས་བྱུབ་མི་

དགོས་ལ་འདིར་ཡང་སྐྱར་བྱེད་འདིའི་བྱ་བ་པ་འོག་ནས་མགོ་མཚུངས་དང་  
ནལ་མའི་རིགས་པས་བསྐྱབ་པ་ཡིན་ནོ། །

སྟོབ་དཔོན་གྱིས་ཀྱང་ཐེག་ཆེན་གྱི་མདོ་སྡེ་བཀར་མི་འདོད་པའི་ལོག་  
ཉོག་དགག་བཞེད་ནས་གཞུང་འདི་དག་བཀོད་པ་ཡིན་ལ། གཏན་ཆིགས་  
འདིའི་བསྐྱབ་བྱ་སྟོང་ཉིད་ཉོགས་པའི་ཤེས་རབ་བྱང་ཆུབ་གསུམ་གའི་ལམ་  
དུ་བསྐྱབ་པ་ཡིན་གྱི་འདིའི་བྱ་བ་པ་སྐྱབ་པའི་སྟོན་ནས་ཐེག་ཆེན་བཀར་བསྐྱབ་  
པ་མིན་ཡང་ཐེག་ཆེན་བཀར་ལུང་གིས་བསྐྱབ་པ་ལ་སྐྱར་བ་ལ་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་  
མེད་དོ། །

གཉིས་པ་(མི་གནས་པའི་མྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་ལམ་དུ་བསྐྱབ་པ་)ལ་གཉིས།  
མགོ་མཚུངས་གིས་བསྐྱབ་པ་དང་། ནལ་མའི་རིགས་པས་བསྐྱབ་  
པའོ།

དང་པོ་(མགོ་མཚུངས་གིས་བསྐྱབ་པ་)ནི།

གལ་ཏེ་ཐེག་ཆེན་མ་གྲུབ་ན། །

སྟོན་གྱི་ལུང་ནི་ངེ་ལྟར་གྲུབ། །

གང་བྱེད་གཉིས་ཀ་ལ་འདི་གྲུབ། །

གལ་ཏེ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་སྡེ་དེད་ལ་བཀར་མ་གྲུབ་ཅིང་ཆད་  
མར་ཁས་མི་ལེན་པས་དེད་ལ་མ་གྲུབ་ན་དེ་སྐྱབ་བྱེད་དུ་བཀོད་ནས་སྟོང་  
ཉིད་ཉོགས་པ་ཉན་རང་གི་ཡང་ལམ་དུ་བསྐྱབ་པ་ནི་སྐྱབ་བྱེད་བསྐྱབ་བྱ་དང་  
མཚུངས་སོ་ཞེ་ན། སྟོན་གྱི་ལུང་སྟོན་རང་ཆད་མར་འདོད་པའི་ཐེག་དམན་

གྱི་སྡེ་སྣོད་འདི་རྣམས་དཀའ་ཡིན་པར་ངི་ལྟར་གྲུབ་ངེས་པས་དེ་དག་བཀའ་  
ཡིན་ཏེ། །གང་གི་སྤྱིར་ན་འུ་བུ་ཅག་གཉིས་ཀ་ལ་ཐེག་པ་དམན་པའི་མདོ་སྡེ་  
འདི་བཀའ་གྲུབ་ཐོ་ཞེ་ན།

དང་པོ་སྟོང་ལ་འདི་མ་གྲུབ། །

སྟེན་གང་གིས་ནི་དེར་ཡིད་ཆེས། །

དེ་ནི་ཐེག་ཆེན་ལ་ཡང་མཚུངས། །

རྒྱ་མཚན་ཀུན་ནས་མཚུངས་ཏེ་སྟོང་སྡེས་མ་ཐེག་པ་དང་ལུང་དོན་  
རིགས་པས་གཏན་ལ་མ་ཐེགས་པའི་དང་པོ་སྟོང་ལ་ཡང་དམན་པའི་སྡེ་སྣོད་  
འདི་ཚད་མར་མ་གྲུབ་ལ། ཏུས་སྤྱིས་ལུང་ཚད་མར་ཁས་ལེན་པའི་སྟེན་ཏེ་  
ཐབས་དག་གང་འདུལ་བ་ལ་གནང་། མདོ་སྡེ་ལ་འཇུག་མདོན་པའི་ཆོས་ཉིད་  
དང་མི་འགལ་བར་འཇུག་པའི་ཆེན་པོ་བསྟན་པ་སོགས་ལུང་དོན་རིགས་  
པས་གཏན་ལ་འཐེབས་པའི་ཐབས་གང་གིས་ནི་ལུང་ཚད་མ་དེར་ཡིད་ཆེས་  
པར་སྦྱབ་པའི་སྦྱབ་བྱེད་དེ་ནི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མདོ་སྡེ་ལ་ཡང་མཚུངས་པར་  
ཡོད་པའི་སྤྱིར་རོ། །

གཞན་གཉིས་འདོད་པས་བདེན་ན་ནི། །

རིག་བྱེད་སོགས་ཀྱང་བདེན་པར་འགྱུར། །

ཐེག་ཆེན་ཚྱོད་བཅས་སྤྱིར་ཞེ་ན། །

དེ་ལྟ་མ་ཡིན་པར་གང་ཐེག་གཞན་གང་ཡང་རུང་བ་གཉིས་འདོད་པས་

ཆོད་མར་བདེན་ན་ནི་རིག་བྱེད་གྱི་གཞུང་སོགས་ཀྱང་བདེན་པར་འགྱུར་བར་  
ཐལ། གང་ཟག་གཉིས་གྱིས་ཆོད་མར་འདོད་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེད་འདོད་  
པའི་ཐེག་དམན་གྱི་སྡེ་སྟོད་བཀར་བྱེད་གྱིས་ཀྱང་འདོད་པར་ཚོད་པ་མེད་ལ་  
ཐེག་ཆེན་གྱི་སྡེ་སྟོད་དེང་མི་འདོད་པས་ཚོད་པ་དང་བཅས་པའི་ཕྱིར་ཅེ་ན།

ལུང་ལ་ལུ་སྟེགས་པ་རྣམས་དང་། །

ལུང་གཞན་ལ་ཡང་རང་གཞན་དག །

ཚོད་བཅས་ཡིན་ཕྱིར་དོར་བྱར་འགྱུར། །

འོ་ན་ཐེག་དམན་གྱི་ལུང་ལ་ལུ་སྟེགས་པ་རྣམས་དང་ཉན་ཐོས་སྡེ་པ་  
རྣམས་ཚོད་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་དང་། ཐེག་དམན་གྱི་ལུང་སྡེ་པ་བཙེ་བརྒྱད་པོ་  
ཐམས་ཅད་གྱིས་ཆོད་མར་ཁས་ལེན་པ་ཡོད་ཀྱང་ཆོད་ཀྱི་ལུང་གཞན་  
པར་སྲིད་ཡོད་པར་སྟོན་པ་སོགས་ཉན་ཐོས་སྡེ་པ་ལ་ལས་བཀར་འདོད་ཀྱང་།  
ལ་ལས་དེ་མི་འདོད་པས་སྡེ་པ་ནང་དུ་རང་དང་གཞན་ཚོད་པ་དང་བཅས་པ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཐེག་དམན་གྱི་སྡེ་སྟོད་ཀྱང་ཆོད་མ་ཡིན་པ་དོར་བྱར་འགྱུར་  
པར་ཐལ་ལོ། །

གཉིས་པ་(རྣལ་མའི་རིགས་པས་བསྐྱབ་པ་)ལ་བཞི།

སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་བྲལ་ན་དག་བཙེམ་པ་དང་མྱང་  
འདས་ཐོབ་པ་མི་སྲིད་པར་བསྟན་པ་དང་། མི་རྟག་སོགས་བཅུ་དྲུག་གི་ལམ་  
ཙམ་གྱིས་དག་བཙེམ་ཐོབ་ན་ཉོན་མོངས་གྱུར་སྤངས་པ་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་ཐོབ་  
པར་ཐལ་བ་དང་། དེའི་ལན་དགག་པ་དང་། དེས་ན་ཐར་པ་ཙམ་འདོད་པས་



ཀྱང་སྟོང་ཉིད་བསྟོམ་དགོས་པར་བསྟན་པའོ། །

དང་པོ་(སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་བྲལ་ན་དག་བཅོམ་པ་དང་ཕྱང་འདས་ཐོབ་པ་མི་སྲིད་པར་བསྟན་པ་)ནི།

བསྟན་ཅ་དགེ་སྟོང་ཉིད་ཡིན་ན། །

དགེ་སྟོང་ཉིད་ཀྱང་དཀའ་བར་གནས། །

དག་བཅོམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་ལས་མངོན་སུམ་དུ་ཐོས་ནས་  
དེའི་རྗེས་སུ་སྟོན་པའི་གསུང་རབ་ལ་བསྟུ་བ་མཛད་པ་ཡིན་པས། དགེ་སྟོང་  
དུ་མ་བཤད་པའི་ནང་ནས་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་བསྟན་པའི་ཅ་  
བ་དགེ་སྟོང་དག་བཅོམ་པ་ཉིད་ཡིན་ན་སྟེ་ཡིན་པ་ལ་དགེ་སྟོང་དག་བཅོམ་  
པ་ཉིད་ཀྱང་དཀའ་བར་གནས་པ་སྟེ། ཉན་ཐོས་འཕགས་པ་ཆོས་ཅན། དག་  
བཅོམ་པ་མི་ཐོབ་པར་ཐལ། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ལས་དུ་མི་བྱེད་  
པའི་བྱེད། །ཆོས་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པའི་སྟོང་པ་ཁས་མི་ལེན་པ་  
རྣམས་ལ་དག་བཅོམ་མི་སྲིད་པར་ཐལ་བ་འཕེན་པའང་འདིས་སྟོན་ཏོ། །ཀྱང་  
གི་སྒྲས་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པ་དང་བྲལ་ན་སངས་རྒྱས་མི་ཐོབ་པར་མ་བཟད་ཅེས་  
པའོ། །

སེམས་ནི་དམིགས་དང་བཅས་རྣམས་ཀྱི། །

ཕྱང་ན་འདས་པའང་དཀའ་བར་གནས། །

ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པ་ཆོས་ཅན་ཕྱང་ན་ལས་འདས་པའང་དཀའ་  
བར་གནས་ཏེ་བྱེད་རྣམས་ཀྱི་རྒྱད་ཀྱི་ཕྱང་འདས་ཀྱང་མི་འཐད་པར་ཐལ།

ཁྱོད་གྱི་སེམས་ནི་བདེན་འཛིན་གྱི་དམིགས་པ་དང་བཅས་པ་སྟེ་དེའི་ཞེན་  
ཡུལ་རིགས་པས་སྐྱུ་མ་སྤྱང་བར་དངོས་པོ་ལ་བདེན་པར་ཞེན་པ་དེ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། ཡང་ན་རྒྱུ་མ་གཉིས་དམ་བཅར་བྱས་ནས་ཕྱི་མ་གཉིས་  
རྟགས་སུ་བྱ་སྟེ་བདེན་འཛིན་ངི་སྲིད་ཡོད་པ་དེ་སྲིད་དུ་སྤྱང་འདས་མི་ཐོབ་  
པའི་ཕྱིར་ཅེས་བཤད་དོ། །

གཉིས་པ་(མི་རྟག་སོགས་བཅུ་དྲུག་གི་ལམ་ཙམ་གྱིས་དགྲ་བཅོམ་ཐོབ་ན་ཉོན་མོངས་གྱུར་སྤངས་པ་ཙམ་གྱིས་གྱུར་ཐོབ་པར་ཐལ་བ་)ནི།

ཉོན་མོངས་སྤངས་པས་གྲོལ་ན་དེའི། །

དེ་མ་ཐག་ཏུ་དེར་འགྱུར་རོ། །

དགྲ་བཅོམ་པ་ཐོབ་པ་ལ་སྟོང་ཉིད་རྟགས་མི་དགོས་ཀྱི་མི་རྟག་སོགས་  
བཅུ་དྲུག་རྟགས་པའི་ལམ་གོམས་པས་ཉོན་མོངས་བཟད་པར་སྤངས་པས་  
གྲོལ་བ་དགྲ་བཅོམ་པའི་འབྲས་བུ་ཐོབ་བོ་ཞེ་ན། ཉོན་མོངས་མངོན་གྱུར་  
ཙམ་རེ་ཞེ་ག་སྤངས་པའི་གང་ཟག་དེའི་མངོན་གྱུར་སྤངས་པ་དེ་མ་ཐག་ཏུ་  
དགྲ་བཅོམ་པ་དེར་འགྱུར་བར་ཐལ། མི་རྟག་སོགས་བཅུ་དྲུག་གི་ལམ་ཙམ་  
གོམས་པས་ཉོན་མོངས་བཟད་ནས་དགྲ་བཅོམ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་དེ་གཉིས་རྣམ་པ་  
ཐམས་ཅད་དུ་མགོ་མཚུངས་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །

ཉོན་མོངས་མེད་ཀྱང་དེ་དག་ལ། །

ལས་ཀྱི་རྣམ་པ་མཐོང་བ་ཡིན། །

དེ་འདྲོད་མི་རྣམ་པ་ནི་ཉོན་མོངས་མངོན་གྱུར་རེ་ཞེ་ག་མེད་ཀྱང་



མངོན་གྱུར་ཅམ་སྤངས་པའི་གང་ཟག་དེ་དག་ལ་ཡང་སྲིད་ཕྱི་མར་ཉིད་  
 མཆམས་སྒྱུར་བའི་ལས་ཀྱི་རྒྱས་པ་མཐོང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཉོན་མོངས་  
 སྤངས་པས་གྲོལ་ན་ཞེས་པ་ནི་སྤྱོད་ས་སྤྱུ་མའི་ལུགས་བརྗོད་པ་ཡིན་ལ་དེའི་  
 རོན་ནི་བདེན་པ་མཐོང་བས་གྲོལ་འགྱུར་གྱི་། ཞེས་བཤད་པ་བཞིན་དུ་མི་  
 ཏྲག་སོགས་བཅུ་དྲུག་གི་ལམ་བསྟོམས་པས་ཉོན་མོངས་སྤངས་ཏེ་གྲོལ་བ་  
 འཐོབ་ན་ཞེས་བཤད་རྒྱ་ཡིན་ཏེ་སྐབས་འདིར་མི་ཏྲག་སོགས་བཅུ་དྲུག་གི་  
 ལམ་ཅམ་གྱིས་ཉོན་མོངས་ལས་གྲོལ་བ་འཐོབ་མི་འཐོབ་ལ་རྩོད་པའི་ཕྱིར་  
 དང་། བདེན་པ་མཐོང་བས་ཞེས་སོགས་ཀྱི་རྩོད་པ་ལས་ཤིན་ཏུ་གསལ་བའི་  
 ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་མི་ཏྲག་སོགས་བཅུ་དྲུག་གི་ལམ་གྱིས་ཉོན་མོངས་བད་པར་  
 རྒྱས་པ་ཁས་སྤངས་ནས་དེས་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་ལས་གྲོལ་བ་མིན་ནོ་  
 ཞེས་འཆད་པ་ནི་འདིའི་རོན་གཏན་མིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་ལམ་དེས་ཉན་ཐོས་  
 སྡེ་བ་གཉིས་དང་ཐུན་མོང་བའི་ཉོན་མོངས་སུ་བཞག་པ་རྣམས་སྤར་བཤད་  
 པ་ལྟར་གྱི་ལམ་རྒྱད་ལ་ལ་བསྐྱེད་པས་རེ་ཤིག་མངོན་གྱུར་དུ་རྒྱ་བ་མེད་པའི་  
 ཆོ། ཉོན་མོངས་བད་པའི་གྲོལ་བ་ཐོབ་པར་འཛོག་ན་ཉོན་མོངས་མངོན་གྱུར་  
 ཅམ་རེ་ཤིག་སྤངས་པས་དེའི་དེ་མ་ཐག་ཏུ་ཟག་པ་ཐམས་ཅད་བད་པའི་གྲོལ་  
 བ་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་འགོག་པ་དགོངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་འདོད་པར་མི་  
 རྒྱས་པ་ནི་ཉོན་མོངས་མེད་ཀྱང་དེ་དག་ལ། །ལས་ཀྱི་རྒྱས་པ་མཐོང་བ་ཡིན། །  
 ཞེས་ཉོན་མོངས་མངོན་གྱུར་རེ་ཤིག་མེད་ཀྱང་ལས་ཀྱི་དབང་གིས་ཡང་སྲིད་  
 ཕྱི་མ་འཕེན་མི་རྒྱས་པ་མཐོང་བས་སོ། །ཞེས་པས་སྟོན་ཏོ། །

གཞུང་དེ་རྣམས་ནི་དེ་ལྟར་བཤད་དགོས་ཀྱི་འགྲེལ་པ་འགའ་ཞིག་དང་  
བོད་རྣམས་ཉོན་མོངས་མེད་ཀྱང་མེ་ཏུ་དགལ་གྱི་བྱ་དང་འཕགས་པ་སོར་  
ཐེང་ཅན་ལ་སོགས་པ་ལ་སྒྲོན་སོ་སྒྲུའི་དུས་སུ་བསགས་པའི་ལས་ཀྱི་འབྲས་  
བུ་སྒྲུག་བསྐྱེལ་འབྱེན་པ་མཐོང་བས་དེ་མ་ཐག་ཏུ་གྲོལ་བ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པ་  
ལྟར་མི་བྱ་སྟེ། འདི་ནི་ཆེ་འདི་འདི་སྒྲུག་བསྐྱེལ་བ་སྒྲུབ་པའི་རྒྱས་པ་མིན་གྱི་ལས་  
ཀྱིས་ཡང་སྲིད་བྱེ་མ་འཕེན་པའི་རྒྱས་པ་མི་སྒྲོག་པས་གྲོལ་བ་མེད་དོ་ཞེས་  
སྒྲོན་པ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་(དེའི་ལན་དགག་པ་)ནི།

རེ་ཞིག་ཉར་ལེན་སྲིད་པ་ནི། །

མེད་ཅེས་ངས་པ་ཉིད་ཅེ་ན། །

མི་རྟག་སོགས་ཀྱི་ལམ་བསྐྱོམས་པས་དགྲ་བཅོམ་པ་ཐོབ་པ་སྤངས་པ་  
རེ་ཞིག་པ་ཅམ་མིན་པའི་སྲིད་པ་ཉི་བར་ལེན་པའི་སྒྲོན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུན་སྲིད་པ་  
ནི་ལམ་དེས་བྱད་པར་སྤངས་པས་ས་བོན་མེད་པའི་བྱིར་ཡང་སྲིད་བྱེ་མ་མི་  
ལེན་པ་ཉིད་དོ་ཞེས་ངས་པ་ཉིད་དོ་ཞེ་ན།

སྲིད་དེ་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་ཡང་། །

ཀྱན་མོངས་བཞིན་དུ་ཅི་སྟེ་མེད། །

སྒྲིབ་དགྲ་བཅོམ་པར་འདོད་པའི་གང་ཟག་དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྲིད་པ་འདི་  
མགོན་པ་ནས་བཤད་པ་ལྟར་གྱི་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་ཡང་། མངོན་པ་ནས་

ཀུན་མོངས་མ་རིག་པ་ལ་ཉོན་མོངས་ཅན་ཡིན་མིན་གཉིས་སུ་འདོད་པ་  
བཞིན་དུ་སྲེད་པ་ལ་ཡང་མདོན་པ་ནས་བཤད་པ་ལྟར་གྱི་ཉོན་མོངས་ཅན་  
ཡིན་པ་གཅིག་དང་མིན་པ་གཅིག་ཀྱང་ཅི་སྟེ་མེད་དེ་འདོད་དགོས་སོ། །  
གཞུང་དེས་ནི་སྟེ་པ་གཉིས་དང་ཐེག་ཆེན་པ་ལ་ཐུན་མོང་དུ་གྲགས་པ་ལྟར་  
གྱི་ཉོན་མོངས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་སྲེད་པ་ཡོད་པར་སྟོན་གྱི་རང་ལྷགས་གྱི་  
སྲེད་པ་ལ་ཉོན་མོངས་ཅན་ཡིན་མིན་གཉིས་སུ་འདོད་པ་གཏན་མིན་པར་  
ཤེས་པར་བྱའོ། །

དེས་ན་གང་ཟག་རང་རྒྱ་ཐུབ་པའི་རྗེས་ཡོད་དུ་འཇིན་པའི་བདག་  
འཇིན་གྱིས་དངས་པའི་སྲེད་པ་མདོན་གྱུར་པ་རེ་ཤིག་སྤངས་ཀྱང་གང་ཟག་  
ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་གྲུབ་པར་འཇིན་པའི་འཇིག་ལྟས་དངས་པའི་སྲེད་པ་ཅི་སྟེ་  
མེད་ཅེས་པ་ཡིན་པས། སྤར་བཤད་པའི་མདོན་གྱུར་སྤངས་པ་ལ་ནི་བཤད་  
མ་ཐག་པའི་འཇིག་ལྟ་དང་སྲེད་པ་མདོན་གྱུར་པ་ཡང་མི་ལྟོག་གོ། །གལ་ཏེ་  
ལྷགས་དེ་གཉིས་ཀའི་ཉོན་མོངས་མདོན་གྱུར་སྤངས་ན་གཉིས་ཀའི་ས་བོན་  
མ་སྤངས་པར་མི་འདྲ་ལ་མདོན་གྱུར་ཡོད་མེད་ལ་བྱུང་པར་མ་བྱུང་ན་སྲེད་པ་  
ལ་བྱུང་པར་བྱེ་བ་དོན་མེད་དོ། །

ཆོར་བའི་རྒྱུན་གྱིས་སྲེད་པ་ཡིན། །

ཆོར་བ་དེ་དག་ལ་ཡང་ཡོད། །

དམིགས་པ་དང་ནི་བཅས་པའི་སེམས། །

འགའ་ཞིག་ལ་ནི་གནས་པར་འགྱུར། །

སྟོང་ཉིད་མ་རྟོགས་པའི་གང་ཟག་དེ་དག་ལ་ཆོར་བ་བདེན་འཛིན་གྱི་  
མ་རིག་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མ་སྤངས་པས་ཆོར་བའི་རྒྱུ་གྱིས་ཆོར་བ་བདེ་བ་  
ལ་མི་འབྲལ་བར་སྟེན་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱལ་ལ་འབྲལ་འདོད་ཀྱི་སྟེན་པ་ངེས་  
པར་སྐྱེ་བ་ཡིན་ལ་ཆོར་བ་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པར་ཞེན་པ་སྟོང་  
དག་བཅོམ་དུ་འདོད་པ་དེ་དག་ལ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་དངོས་པོ་ལ་བདེན་པར་  
དམིགས་པ་དང་ནི་བཅས་པའི་སེམས་གང་ཟག་འགའ་ཞིག་གི་རྒྱུ་ལ་ནི་  
མངོན་གྱུར་དུ་གནས་པར་འགྱུར་བ་དེ་སྟེན་དུ་ངེས་པའི་སྟེན་པ་མངོན་  
གྱུར་ཡང་ལྟོག་པ་མི་སྟེན་དོ། །

བཞི་པ་(དེས་ན་ཐར་བ་ཙམ་འདོད་པས་ཀྱང་སྟོང་ཉིད་བསྟོམ་དགོས་པར་བསྟན་པ་)ནི།

སྟོང་ཉིད་དང་ནི་བྲལ་བའི་སེམས། །

འགགས་པ་སྤར་ཡང་སྐྱེ་འགྱུར་ཏེ། །

འདུ་ཤེས་མེད་པའི་སྟོམས་འཇུག་བཞིན། །

དེས་ན་སྟོང་ཉིད་བསྟོམ་པར་བྱ། །

གང་ཟག་དང་ཕྱང་པོ་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པས་སྟོང་པ་ཉིད་  
དུ་རྟོགས་པས་དང་ནི་བྲལ་བའི་སེམས་ལ་ཉོན་མོངས་མངོན་གྱུར་པ་རེ་ཞིག་  
འགགས་པ་ཡིན་དུ་ཟེན་ཀྱང་སྤར་ཡང་མངོན་གྱུར་དུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཏེ་འདུ་  
ཤེས་མེད་པའི་སྟོམས་འཇུག་ལ་གནས་པ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་ཐམས་ཅད་

མཁུན་པར་མ་ཟད་དག་བཅོམ་པའི་འབྲས་བུ་ཅི་ཐོབ་པར་འདོད་པ་ལ་ཡང་  
 དགག་བྱ་ཕྱ་མོ་བཀག་པའི་སྟོང་ཉིད་བསྒྲིམ་པར་བྱ་བར་ངེས་པར་འདོད་པར་  
 བྱའོ། །ཅེགས་དབང་ཕྱག་སེངག་ལ་སོགས་པ་ཉན་རང་ལ་ཆོས་ཀྱི་བདག་  
 མེད་རྟོགས་པ་མེད་པ་སྟོད་འཇུག་གི་དགོངས་པར་བྱེད་པ་དང་ཆོར་བའི་  
 རྒྱུན་གྱིས་ཞེས་པ་ལ་རྒྱས་འབྲས་བུ་དཔོག་པ་བྱབ་པ་མ་ངེས་ཞེས་སྟོན་  
 འཛིན་པ་ནི་ཕྱོགས་སྒྲིལ་ནམ་མ་ལངས་ཤིང་ཆོགས་པར་དབྱུང་དུ་མི་རུང་  
 བའི་གཏམ་མོ། །གང་ཟག་དང་ཕྱང་པོ་བདེན་འཛིན་ཉན་མོངས་སུ་འདོད་པ་  
 སྟོབ་དཔོན་འདིའི་ཡང་བཞེད་པ་ཡིན་ཏེ་རྒྱས་པར་ཤེས་པར་འདོད་ན་རྗེ་ཉིད་  
 གྱིས་མཇུག་པའི་དབྱུ་མ་ལ་འཇུག་པའི་ནམ་བཤད་ཆེན་མོ་ལས་ཤེས་པར་  
 བྱའོ། །

གཞུང་འདིའི་མཇུག་ཏུ་ངག་གང་མདོ་སྡེ་ལ་ཞེས་སོགས་ཤོ་ལོ་ག་  
 གསུམ་འདུག་པ་ཐེག་ཆེན་བཀར་སྐྱབ་པའི་རིགས་པ་སྟོན་འདོད་པར་འདུག་  
 པ་ལ་བསྟན་ཅི་དགོ་སྟོང་ཞེས་སོགས་ཀྱི་གོང་དུ་འོང་རྒྱུར་འདུག་པ་འཇུག་  
 པའི་སྐབས་ཀྱང་མ་ཤེས་ཤིང་སྟོབ་དཔོན་གྱི་གཞུང་མིན་ནོ་ཞེས་འགྲེལ་ཆེན་  
 མཁན་པོ་འཆད་དོ། །

ངག་གང་མདོ་སྡེ་ལ་འཇུག་དེ། །

གལ་ཏེ་སངས་རྒྱས་གསུངས་འདོད་ན། །

ཐེག་ཆེན་པལ་ཆེར་བྱེད་ཅག་གི། །



མདོ་དང་མཚུངས་འདོད་མིན་ནམ་ཅི། །

གང་ལྟར་ཡང་དོན་ནི་ངག་གང་ལྟག་པ་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་སྟོན་པས་  
མདོ་སྡེ་ལ་འདུག །ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་སྟོན་པས་འདུལ་བ་ལ་སྒྲང་།  
ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་སྟོན་པས་མདོན་པ་དང་མི་འགལ་བ་དེ་སངས་རྒྱས་  
ཀྱི་གསུང་དུ་འདོད་ན། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་སྡེ་པལ་ཆེར་བསྐྱབ་པ་གསུམ་  
སྟོན་པས་དེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ཅིའི་ཕྱིར་མི་འདོད།

གལ་ཏེ་མ་གཏོགས་གཅིག་གིས་ནི། །

ཐམས་ཅད་སྟོན་དང་བཅས་འགྱུར་ན། །

མདོ་མཚུངས་གཅིག་གིས་ཐམས་ཅད་ནི། །

རྒྱལ་བས་གསུངས་པ་ཅིས་མ་ཡིན། །

སྟོན་གྱིས་བཀའི་མཚན་ཉིད་བཞག་པ་དེ་ཆད་པར་མ་རྟོགས་པའི་མདོ་  
གཅིག་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་ཐེག་ཆེན་གྱི་མདོ་སྡེ་ཐམས་ཅད་སྟོན་ཅན་དུ་  
ཁས་ལེན་ན། སྟོན་འདོད་པའི་བཀའི་མཚན་ཉིད་ཆང་བའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མདོ་  
སྡེ་གཅིག་མཐོང་བས་སྟོན་མདོ་སྡེར་འདོད་པ་དང་མཚན་ཉིད་མཚུངས་པས་  
ཐེག་ཆེན་གྱི་མདོ་སྡེ་ཐམས་ཅད་རྒྱལ་བས་གསུངས་པར་ཅིའི་ཕྱིར་མི་འདོད།  
ཡུམ་རྒྱས་པ་སོགས་བཀའ་ཡིན་ན་འོད་སྤངས་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པས་དེའི་  
བརྗོད་བྱ་རྟོགས་རིགས་པ་ལ་མ་རྟོགས་པས་བཀའ་མིན་ནོ་ཞེ་ན།

ངག་གང་འོད་སྤངས་ཆེན་པོ་ལ། །

སོགས་པས་གཏིང་དཔོགས་མ་གྱུར་པ། །

དེ་ནི་ཁྱོད་གྱིས་མ་རྟོགས་པས། །

གཟུང་བྱ་མིན་པར་སྟུ་ཞིག་བྱེད། །

འོད་སྟངས་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པས་གཏིང་དཔག་དཀའ་བར་འདོད་  
པའི་ཤིན་ཏུ་ཟབ་པ་དེ་ཁྱོད་གྱིས་མ་རྟོགས་པས་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་  
བཀར་གཟུང་བྱ་མིན་པར་སྟུ་ཞིག་བྱེད་དེ་བྱེད་པར་མི་རིགས་སོ། །ཞེས་  
པའི་དོན་རྟོ། །

གཉིས་པ་(མི་གནས་པའི་སྤངས་ལས་འདས་པའི་ལམ་དུ་བསྐྱབ་པ་)ནི།

མྱོངས་པས་སྟུག་བསྐྱལ་ཅན་དོན་དུ། །

ཆགས་དང་འཇིགས་མཐའ་ལས་གྲོལ་བ། །

འཁོར་བར་གནས་པ་གྲུབ་འགྱུར་བ། །

འདི་ནི་སྟོང་ཉིད་འབྲས་བུ་ཡིན། །

མི་གནས་པའི་སྤངས་འདས་འགྲུབ་པ་ངེས་པར་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པ་ལ་  
རག་ལུས་ཏེ་གང་ཟག་དང་སྤང་པོ་ལ་བདེན་པར་མྱོངས་པས་འཁོར་བར་  
འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་སྟུག་བསྐྱལ་ཅན་རྣམས་ཀྱི་དོན་དུ། སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་  
རྣམས་ལྟར་སྤང་པོ་ལ་བདེན་པར་ཆགས་པས་ལས་ཉོན་གྱི་དབང་གིས་  
འཁོར་བར་འཁོར་བའི་རྟག་མཐར་སྤང་བ་དང་། ཉན་རང་རྣམས་ལྟར་འཁོར་  
བའི་སྟུག་བསྐྱལ་གྱིས་འཇིགས་ནས་སྤིད་པར་སྐྱེ་བ་ཙམ་ཆད་པ་ལས་སྤང་



བའི་ཕྱང་འདས་ཐོབ་བྱར་བྱེད་པའི་ཆད་མཐར་ཕྱུང་བའི་མཐའ་གཉིས་ཀ་  
ལས་གྲོལ་བར་བྱང་སེམས་འཕགས་པ་རྣམས་སྟོང་རྗེའི་དབང་གིས་འཁོར་  
བར་གནས་པ་འགྲུབ་པར་འགྱུར་བ་འདི་ནི་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་འབྲས་བུ་  
ཡིན་ཏེ། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པ་དང་བྲལ་ན་འཁོར་བར་གནས་སུ་བྱིན་ཀྱང་འཁོར་  
བའི་སྐྱག་བསྐྱལ་རང་མཆོན་པ་ཉམས་སུ་སྟོང་ནས་དེས་སུན་ན་ཆད་པའི་  
མཐར་ཕྱུང་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །

གསུམ་པ་(དེས་ན་གྲོལ་བ་དོན་གཉིས་ཀྱིས་སྟོང་ཉིད་བསྟོམ་རིགས་པར་གདམས་པ་)ནི།

དེ་ལྟར་སྟོང་པ་ཉིད་སྟོགས་ལ། །

སུན་འབྱེན་པ་ནི་འཐད་མ་ཡིན། །

དེས་ན་ཐེ་ཚོམ་མི་བྱ་བར། །

སྟོང་པ་ཉིད་ནི་བསྟོམ་པར་བྱ། །

དེས་ན་སྐར་བཤད་པ་དེ་ལྟར་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་སྟོགས་ལ་སུན་འབྱེན་  
པ་ནི་འཐད་པ་མ་ཡིན་ཏེ་འོག་ནས་འཆད་པའི་རིགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་  
གཞོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེས་ན་ཉན་རང་གི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་འདོད་པས་ཀྱང་ཐེ་ཚོམ་མི་བྱ་  
བར་སྟོང་པ་ཉིད་ནི་བསྟོམ་པར་བྱ་སྟེ། བདེན་འཛིན་འཁོར་བའི་རྩ་བར་གྱུར་  
པའི་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་མ་རིག་པ་ཡི་ལ་དེའི་ཞེན་ཡུལ་སུན་མ་ཕྱང་བར་ཐར་  
པ་ཐོབ་པ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཉོན་མོངས་ཤེས་བྱའི་སྐྱབ་པ་ཡི། །

ཐུན་པའི་གཉེན་པོ་སྟོང་པ་ཉིད། །

སྦྱར་དུ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་འདོད་པས། །

དེ་ནི་ངེ་ལྟར་སྒྲོམ་མི་བྱེད། །

ཉོན་མོངས་པའི་སྐྱབ་པ་དང་ཤེས་བྱའི་སྐྱབ་པའི་ཐུན་པའི་གཉེན་པོ་  
ཡང་སྟོང་པ་ཉིད་ཉོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཡིན་པས་སྦྱར་དུ་སྐྱབ་གཉིས་བྱད་  
པའི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་འདོད་པས་སྟོང་ཉིད་དེ་ནི་ངེ་ལྟར་སྒྲོམ་པར་མི་  
བྱེད་དེ་དེ་དང་བྲལ་ན་ཉོན་སྐྱབ་ཀྱི་ས་བོན་ཡང་སྟོང་མི་རུས་སོ། །ཤེས་སྐྱབ་  
ཀྱི་ས་བོན་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་བག་ཆགས་མཐར་ཐུག་པ་དང་མངོན་གྱུར་  
ནི་དངོས་པོ་བདེན་པར་སྤང་བའི་སྤང་ཆ་སོགས་ཡིན་ཀྱི་བདེན་པར་སྤང་ན་  
ཤེས་སྐྱབ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པ་སོགས་བྱར་མི་རུང་ངོ། །

དོན་བསྟུ་བ་ནི། སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལ་སྒྲག་པས་དེ་སྒྲོམ་པར་མི་བྱའོ་  
ཞེ་ན།

དངོས་གང་སྦྱག་བསྟུལ་སྦྱེད་བྱེད་པ། །

དེ་ལས་སྒྲག་པ་སྦྱེ་འགྱུར་ན། །

སྟོང་ཉིད་སྦྱག་བསྟུལ་ཞི་བྱེད་པ། །

དེ་ལ་འཇིགས་པ་ངེ་ལྟར་སྦྱེ། །

བདེན་འཇིན་ཀྱི་དངོས་པོ་གང་འཁོར་བའི་སྦྱག་བསྟུལ་བསྦྱེད་པའི་

གཙུག་པོ་བྱེད་པ་དེ་ལ་འཛིགས་ཤིང་སྒྲག་པ་སྦྱེ་བར་འགྱུར་རིགས་ན། སྟོང་  
ཉིད་ཉོགས་པའི་ཤེས་རབ་འཁོར་བའི་སྒྲག་བསྐྱེད་ཞི་བར་བྱེད་པ་དེ་ལ་  
འཛིགས་པ་ཇི་སྟར་སྦྱེ་སྦྱེ་འཛིགས་པར་མི་རིགས་ཏེ་དེ་འཛིགས་པ་བྱེད་  
ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །

གལ་ཏེ་བདག་འགའ་ཡོད་ན་ནི། །

ཅི་ཡང་རུང་ལས་འཛིགས་འགྱུར་ན། །

བདག་ཉིད་འགའ་ཡང་ཡོད་མིན་པས། །

འཛིགས་པར་འགྱུར་བ་སྟུ་ཞིག་ཡིན། །

གལ་ཏེ་བདག་འགའ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཡོད་ན་ནི་དེར་ཞེན་པ་  
ལས་ཡུལ་ཅི་ཡང་རུང་བ་ལས་འཛིགས་པ་སྦྱེ་རིགས་པར་འགྱུར་ན་བདག་  
ཉིད་འགའ་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་རུང་བྱེད་ཀྱང་ཡོད་པ་མིན་པས་  
འཛིགས་པར་འགྱུར་བ་པོ་དེ་སྟུ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། རང་བཞིན་སེམས་པའི་སྒྲོས་  
ཁ་ནང་དུ་ལོག་ལ་སོགས་ཤིག་དང་བདག་མེད་པ་ཁོང་དུ་ཆུད་པས་འཛིགས་  
པ་མཐའ་དག་ལས་གྲོལ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་རོ། །

གསུམ་པ་(སྟོང་ཉིད་སྒྲུབ་པའི་རིགས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་)ལ་གཉིས།

གང་ཟག་གི་བདག་མེད་སྒྲུབ་པའི་རིགས་པ་དང་། ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་  
སྒྲུབ་པའི་རིགས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་རོ། །

དང་པོ་(གང་ཟག་གི་བདག་མེད་སྟུང་པའི་རིགས་པ་)ལ་གསུམ།

ལྟན་སྟེས་ཀྱི་བདག་འཛིན་གྱི་ཞེན་ཡུལ་དགག་པ་དང་། ཀྱན་བརྟགས་  
ཀྱི་བདག་དགག་པ་དང་། བཀག་པ་ལ་ཚུད་པ་སྤང་བའོ། །

དང་པོ་(ལྟན་སྟེས་ཀྱི་བདག་འཛིན་གྱི་ཞེན་ཡུལ་དགག་པ་)ནི།

དེ་ལ་བདེན་འཛིན་ཀྱན་བརྟགས་དང་ལྟན་སྟེས་ཀྱི་བྱད་པར་ནི་གང་  
ཟག་དང་སྤང་པོ་གང་ལ་དམིགས་ཀྱང་རུང་། བྱབ་མཐས་སྟོ་བསྐྱར་བ་དང་  
མ་སྐྱར་བ་ཀྱན་ལ་ཡོད་པའི་རང་བཞིན་གྱིས་བྱབ་པ་དང་རང་གི་མཆོན་ཉིད་  
གྱིས་བྱབ་པར་འཛིན་པའི་སྟོ་རིགས་པའི་དབྱུང་པ་ཞུགས་པ་ལ་མི་ལྟོས་  
པར་ངམ་ངམ་ཤུགས་ཀྱི་སྟེ་བ་དེ་ནི། བདེན་འཛིན་ལྟན་སྟེས་ཞེས་བྱ་ལ་  
བདེན་འཛིན་ཡིན་ཡང་རིགས་པའི་དབྱུང་པ་ཞུགས་པ་ལ་ལྟོས་ནས་བདེན་  
པར་བྱབ་པ་འཐད་སྟུང་པ་དང་། བདེན་པ་བྱབ་སྟུང་པ་ནི་བདེན་འཛིན་ཀྱན་  
བརྟགས་ཡིན་ལ། གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་ལ་རང་རྒྱ་བྱབ་པའི་རྩ་ཡོད་དུ་  
འཛིན་པའི་ལྟན་སྟེས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པ་ཡང་ཡོད་ལ་གང་ཟག་དང་སྤང་པོ་རྗེ་བོ་  
དང་ཁོལ་པོ་བཞིན་དུ་འཛིན་པ་ནི་ཀྱན་བརྟགས་འབའ་ཞིག་ཏུ་ཤེས་པར་བྱའོ།  
དེ་བཞིན་དུ་རྩལ་སྟན་ཆ་མེད་དང་ཤེས་པ་སྐྱད་ཅིག་ཆ་མེད་དུ་འཛིན་པ་ཡང་  
ཆོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་ཀྱན་བརྟགས་འབའ་ཞིག་གོ། མདོར་ན་བྱབ་མཐའི་  
དབྱུང་པ་ལ་མ་ལྟོས་པར་ངམ་ངམ་ཤུགས་ཀྱིས་སྟེ་བའི་བདག་འཛིན་གཉིས་  
ནི་ལྟན་སྟེས་ཡིན་ལ་དེ་ལས་གཞན་པའི་བདག་འཛིན་ནི་ཀྱན་བརྟགས་སོ།།  
སྤྲ་མའི་ཞེན་ཡུལ་དགག་བྱའི་གཙོ་བོ་ཡིན་ལ་བྱེ་མའི་ཞེན་ཡུལ་འགོག་པ་སྤྲ་

མ་འགོག་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །སོ་དང་སེན་མོ་སོགས་བདག་  
ཡིན་པ་འགོག་པ་འདི་འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་བའི་དོན་དུ་ཡིན་ན་སེམས་ཅན་  
རྣམས་ལ་དེ་དག་ང་ཡི་པར་འཛིན་པ་ཡོད་ཀྱི་ངར་འཛིན་པ་མེད་པས་མི་  
རིགས་སོ་ཞེ་ན། གཟུགས་བདག་མ་ཡིན་པར་གསུངས་པ་སོགས་དང་དོན་  
གཅིག་པས་འཛིག་ལྟ་ལྟན་སྦྱེས་ཀྱི་དམིགས་རྣམ་གཉིས་ཀྱི་དམིགས་པ་ནི་  
ལས་འབྲས་ཀྱི་ཉིན་དུ་གྱུར་པའི་ང་ཅམ་དང་ང་ཡི་པའི་རང་ལྡོག་ཅམ་ཡིན་  
ལ་དེ་ལ་འཛིག་ལྟས་ངན་དང་ང་ཡི་པ་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པར་ཞེན་  
པ་ཡིན་པས་ང་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་ན་དེའི་མཆོན་གཞིར་སྤང་པོའི་  
ཆོགས་པ་དང་རྒྱན་དང་དེའི་ཡ་གྲུལ་དང་ཆ་ཤེས་དང་། དེ་རྣམས་ལས་ངོ་  
བོ་ཐ་དད་པ་གང་རུང་གཅིག་དེའི་མཆོན་གཞིར་སྦྱབ་དགོས་ལ་དེ་རྣམས་དེ་  
ལྟར་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་ཅེས་འཆད་པ་ཡིན་ནོ། །

སོ་དང་སྐྱ་སེན་བདག་མ་ཡིན། །

བདག་ནི་རུས་པ་ཁྲག་མ་ཡིན། །

སྒྲུབས་མིན་པ་དཀར་མ་ཡིན་ཏེ། །

ཁུ་སེར་དང་ནི་ནག་ཀྱང་མིན། །

བདག་ནི་ཞག་དང་རྩལ་མིན་ཏེ། །

སྟོ་མཆིན་དག་ཀྱང་བདག་མ་ཡིན། །

ནང་ཁྲོལ་གཞན་ཡང་བདག་མིན་ཏེ། །

བདག་ནི་ཕྱི་ས་གཅིན་མ་ཡིན། །

ཤ་དང་པགས་པ་བདག་མིན་ཏེ། །

རྫོད་དང་རྩྱང་ཡང་བདག་མ་ཡིན། །

བྱ་ག་བདག་མིན་རྣམ་ཀུན་དུ། །

རྣམ་ཤེས་དུག་ཀྱང་བདག་མ་ཡིན། །

སྤང་པོའི་ཡ་གྲུལ་བདག་གི་མཆོན་གཞི་ཡིན་པ་འགོག་པ་ནི་སོ་དང་  
སེན་མོ་བདག་མ་ཡིན་བདག་གི་མཆོན་གཞི་ནི་རུས་པ་དང་ཁྲག་མ་ཡིན་  
སྒྲུབས་མ་ཡིན་བད་ཀན་མ་ཡིན་ཏེ་དེ་དག་ལ་བདག་ཏུ་བཏགས་པ་ཙམ་  
དུ་བཟད་པའི་ཕྱིར། རྩ་སེར་དང་ནི་རྣག་ཀྱང་ངའི་མཆོན་གཞི་མིན་བདག་གི་  
མཆོན་བཞི་ནི་ཞག་དང་རྩལ་མིན་ཏེ་རྩ་མཆོན་སྤྲེལ་འོ། །སྟོ་མཆོན་དག་ཀྱང་  
བདག་གི་མཆོན་གཞི་མ་ཡིན་ལ་རྩ་མ་ལ་སོགས་པའི་ནང་ཁྲོལ་གཞན་ཡང་  
བདག་གི་མཆོན་གཞི་མིན་ཏེ་བདག་ནི་ཕྱི་ས་གཅིན་མ་ཡིན་ཤ་དང་པགས་པ་  
བདག་མིན་ཏེ་དེ་དག་ལ་བཏགས་པ་ཙམ་དུ་བཟད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྫོད་དང་རྩྱང་  
ཡང་བདག་མེ་ཡིན་ལུས་ཀྱི་ནང་གི་བྱ་ག་སོགས་ཀྱང་བདག་ལ་ཡིན་ཏེ་གོ་  
བར་བད་དོ། །

དེ་དག་གི་དོན་བསྟུས་ན་རང་སྡེ་དངོས་པོར་སྤྲོ་བ་རྣམས་གང་ཟག་གི་  
མཆོན་གཞིར་སྤང་པོ་འཛིན་ལ་ཕྱིར་རོལ་བ་རྣམས་གང་ཟག་རྗེ་བོ་དང་སྤང་  
པོ་ཁོལ་བཞིན་དུ་སྤང་པོ་ལས་དོན་གཞན་པའི་བདག་ཁས་ལེན་པ་ཡིན་ནོ། །



འདིར་བསྟན་པ་འདི་དག་ནི་དབྱ་མ་རིན་ཆེན་སྤང་བ་ལས་ཁམས་དྲུག་གང་  
 ཟག་ཡིན་པ་བཀག་པ་དང་དོན་གཅིག་པས་སོ། ། དྲུག་མིན་ཞེས་པ་ནི་ནམ་  
 མཁའི་ཁམས་གང་ཟག་ཡིན་པ་བཀག་པ་ཡིན་ནོ། ། དེས་ན་ཐ་སྙད་དུ་ཡང་  
 སྤང་པོའི་ཆོག་པ་དང་རྒྱན་དང་ཡ་གྲུལ་དང་ཆ་ཤས་གང་ཡང་གང་ཟག་  
 གི་མཆོན་གཞིར་གཟུང་དུ་མི་རུང་ལ། དེ་རྣམས་ལས་ངོ་མོ་ཐ་དད་པ་གཞན་  
 ཡང་གང་ཟག་ཏུ་བཞག་ཏུ་མེད་དེ་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་གང་ཟག་ཏུ་བཏགས་  
 པ་ཅེས་དུ་ཟད་པའོ། ། འོ་ན་གང་ཟག་རུང་ཟད་ཀྱང་གཞན་ཏུ་མེད་པར་འགྱུར་  
 རོ་ཞེ་ན་ཁྱོད་ལ་སྣ་སྒྲིན་དང་མཆོད་སྒྲིན་སོགས་མ་དབྱེད་པར་འཇུག་པ་  
 འདིས་མི་ཆོག་གམ་གང་ཟག་ཅེས་པའི་ཐ་སྙད་འཇུག་པའི་གཞི་གང་ཟག་  
 རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པ་གཅིག་འདོད་ན་ནི་རྟག་ཆད་ཀྱི་མཐར་སྐྱུང་  
 བར་འགྱུར་བས་དེ་རྟལ་ཅེས་ཡང་མེད་ཡང་མེད་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(ཀུན་བརྟགས་ཀྱི་བདག་དགག་པ་)ལ་གཉིས།

གངས་ཅན་བདག་ཤེས་པར་འདོད་པ་དགག་པ་དང་། རྩེ་བྲག་པ་  
 བདག་བེམ་པོར་འདོད་པ་བདག་པའོ། །

ཕྱིར་རོལ་པའི་བདག་རྩེས་གྲུབ་ཁས་ལེན་པའི་གསལ་བའི་དབྱེ་བ་  
 མཐའ་ཡས་ཀྱང་དེ་རྣམས་བེམ་རིག་གང་རུང་གཅིག་ཏུ་འདོད་པས་འདི་  
 གཉིས་བཀག་པས་གཞན་རྣམས་ཀྱང་འགོག་རྒྱས་པར་དགོངས་ནས་པར་  
 དགོངས་ནས་གཉིས་པོ་དགག་པ་འདིར་གསུངས་སོ། །



དང་པོ་(གངས་ཅན་བདག་ཤེས་པར་འདོད་པ་དགག་པ་)ལ་གཉིས།

བགག་པ་དངོས་དང་། དེའི་ལན་དགག་པའོ། །

དང་པོ་(བགག་པ་དངོས་)ནི།

གངས་ཅན་ཤེས་བྱ་ཉི་ཤུ་ཙམ་གངས་ངེས་པ་ལ་གཙུག་པོ་སོགས་  
ཉེར་བཞི་བཅས་པོ་དང་ཉེར་ལྔ་པ་ཤེས་པ་དང་རིག་པ་དང་སྤྱོད་བ་དང་སེམས་  
པ་ཅན་དུ་གྱུར་པའི་བདག་ཏུ་འདོད་ལ། གཙུག་པོས་རྣམ་འགྱུར་རྣམས་བྱེད་  
ཤེས་ཀྱང་ལོངས་སྤྱོད་མི་ཤེས་ལ་ཤེས་རིག་གི་སྦྱེས་བྱས་ཡུལ་ལོངས་སྤྱོད་  
ཤེས་ཀྱང་བྱེད་མི་ཤེས་པའི་ཏྲག་དངོས་སུ་འདོད་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པའི་ཆེ་སྟོ་  
འམ་ཆེན་པོ་ཞེས་པ་དེ་ལ་བྱི་ནས་སྦྱ་སོགས་དེ་ཙམ་ལྔ་ཡང་སྤང་ནང་ནས་  
སྦྱེས་བྱ་ཡང་སྤང་ནས་ལོངས་སྤྱོད་ཅིང་། སྟོས་ལོངས་སྤྱད་བྱ་དང་སྤྱོད་བྱེད་  
གཅིག་ཏུ་ཞེན་པར་བྱས་པ་ལས་འཁོར་བར་འདོད་དོ། །

འདིར་ཞིབ་ཏུ་མ་སྦྱོས་ཤིང་འདི་དག་གི་རྣམ་གཞག་གཞན་དུ་ཤེས་  
པར་བྱ་སྟེ་གངས་ཅན་གྱི་ལུགས་འདི་ལ་མིང་གཞན་བཏགས་ནས་རྣལ་  
འབྱོར་སྒྲ་མེད་གྱི་རྒྱུད་གྱི་དགོངས་པར་འདོད་པ་དུ་མ་སྤང་བའི་བྱིར་རོ། །སྦྱ་  
དང་ཤེས་པ་ཏྲག་པར་འདོད་མི་འདོད་སུ་བཞི་འོད་ཡང་གངས་ཅན་གཉིས་ཀ་  
ཏྲག་པར་འདོད་པ་ཡིན་ནོ། །

གལ་ཏེ་སྦྱ་ཡི་ཤེས་ཏྲག་ན། །

ཐམས་ཅད་ཆེ་ན་སྦྱ་འཛིན་འགྱུར། །

ཤེས་བྱ་མེད་ན་ཅི་ཞིག་རིག། །

གང་གིས་ཤེས་པ་ཞེས་རྫོང་བྱེད། །

གལ་ཏེ་སྐྱོད་དང་སྐྱོ་སོགས་དེ་ཅམ་ལྷ་ལ་ལོངས་སྒྲིབ་པའི་ཤེས་རིག་  
གི་སྐྱེས་བྱ་ཏྲག་དངོས་ཡིན་ན་ཤེས་རིག་གི་སྐྱེས་བྱ་དེས་སྐྱ་ཡོད་མེད་ཀྱི་  
དུས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆེ་ན་སྐྱ་གཟུང་དོན་དུ་བྱས་ནས་འཛིན་པར་འགྱུར་བར་  
ཐལ། དེ་གཟུང་དོན་དུ་བྱས་ནས་འཛིན་པའི་ཏྲག་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། འདོད་མི་  
རིགས་པར་ཐལ། དུལ་ཤེས་བྱ་མེད་ན་ཅི་ཞིག་རིག་ནས་དུལ་གང་གི་དུལ་  
ཅན་ཤེས་པ་ཞེས་པར་རྫོང་པར་བྱེད་དེ་བརྫོང་པར་མི་རིགས་པའི་བྱིར།

གལ་ཏེ་ཤེས་མེད་ཤེས་ཡིན་ན། །

ཤིང་ཡང་ཤེས་པར་ཐལ་བར་འགྱུར། །

དེས་ན་ཤེས་བྱ་ཉིར་གནས་པ། །

མེད་པར་ཤེས་པ་མེད་ཅེས་ངེས། །

ཏྲགས་མ་གྲུབ་སྟེ་གལ་ཏེ་སྐྱོ་མ་གྲུབ་ཀྱང་དེར་འཛིན་ཀྱི་ཤེས་པ་ཏྲག་  
པར་ཡོད་དོ་ཞེ་ན་ཤིང་ཡང་ཤེས་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་ཏེ་ཤེས་བྱ་མེད་པའི་  
ཤེས་པ་ཁས་སྦངས་པས་ཆོག་པའི་བྱིར། དེས་ན་ཤེས་བྱ་སྐྱ་སོགས་ཉེ་བར་  
གནས་པ་མེད་པར་ཤེས་པ་མེད་ཅེས་ངེས་ཏེ་དེ་མེད་ན་ཤེས་པར་འཛོག་བྱེད་  
མེད་པས་སྐྱེས་བྱས་སྐྱ་མི་འཛིན་པའི་དུས་མེད་པར་ཁས་སྦང་དགོས་སོ། །  
གཉིས་པ་ནི། ཤེས་བྱ་མེད་པའི་ཤེས་པ་ཡོད་པར་ཐལ་བའི་སྐྱོན་མེད་དེ།

དེ་ཉིད་ཀྱིས་ནི་གཟུགས་ཤེས་ན། །

དེ་ཆེ་ཐོས་པ་འང་ཅི་སྟེ་མིན། །

གལ་ཏེ་སྐྱ་མི་ཉི་ཕྱིར་ན། །

དེས་ན་དེ་ཡི་ཤེས་པ་འང་མེད། །

སྐྱ་མེད་པ་དེའི་ཆེ་སྐྱེས་བྱ་ཏྲག་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ནི་གཟུགས་གཟུང་  
དོན་དུ་བྱས་ནས་ཤེས་སོ་ཞེན་སྐྱེས་བྱ་ཆོས་ཅན། གཟུགས་གཟུང་དོན་དུ་  
བྱས་ནས་འཇིན་པ་དེའི་ཆེ་སྐྱ་ཐོས་པ་འང་ངེ་སྟེ་མིན་ཏེ་ཐོས་པར་ཐལ། དེ་  
ཙམ་ལྟ་ལ་ཉི་རིང་མེད་པར་ལོངས་སྟོང་པའི་ཏྲག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གལ་ཏེ་  
གཟུགས་ཤེས་པ་དེའི་ཆེ་སྐྱ་ནི་ཉི་བར་གནས་པ་མེད་པས་སྐྱ་མི་ཤེས་པ་ཡིན་  
ནོ་ཞེན་ཡུལ་སྐྱ་མེད་པ་དེས་ན་སྐྱ་དེའི་ཡུལ་ཅན་ཤེས་པ་འང་མེད་པར་འགྱུར་  
ལ་འདོད་ན་སྐྱེས་བྱ་ཏྲག་ཁྱབ་ཏུ་འདོད་པ་ཉམས་སོ། །

སྐྱ་འཇིན་རང་བཞིན་གང་ཡིན་པ། །

དེ་གཟུགས་འཇིན་པར་ངེ་སྟེ་འགྱུར། །

གཅིག་ནི་པ་དང་བྱ་ཉིད་དུ། །

བཏགས་ཡིན་ཡང་དག་ཉིད་མིན་ཏེ། །

གཞན་ཡང་སྐྱ་འཇིན་ཤེས་པའི་རང་བཞིན་གང་ཡིན་པ་དེ་གཟུགས་  
འཇིན་ཤེས་པར་ངེ་སྟེ་འགྱུར་ཏེ་མི་འགྱུར་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་རྣམ་པ་  
ལེགས་པར་འགལ་བའི་ཕྱིར། སྐྱེས་བྱ་གཅིག་བསྟོས་ས་ཐ་དད་ལ་སྟོས་  
ནས་པ་དང་བྱར་འཇོག་པ་བཞིན་དུ་རྣམ་འགྱུར་དང་རང་བཞིན་ལ་སྟོས་ནས་

གཟུགས་འཛིན་པའི་ཆེ་སྒྲིབ་རྣམ་པར་འགྱུར་བ་མེད་ཀྱང་སྒྲིབ་རང་བཞིན་  
ཡོད་དེ་གཟུགས་སྒྲ་གཉིས་རང་བཞིན་གཅིག་པའི་ཕྱིར། དེའི་ཆེ་ཡང་སྒྲིབ་  
ཡུལ་ཅན་དུ་འཛོག་གོ་ཞེ་ན་དེ་གཉིས་དཔེ་དོན་མི་མཚུངས་པར་ཐལ། སྒྲེས་  
བྱ་གཅིག་ནི་བསྟོས་ས་ཐ་དད་ལ་སྟོས་ནས་པ་དང་བྱ་ཉིད་དུ་བཏགས་པ་ཡིན་  
ཀྱི་ཡང་དག་ཉིད་དུ་གྲུབ་པ་མིན་ཡན་ཁྱེད་ཀྱིས་དེ་དག་གི་རང་བཞིན་དོན་  
དམ་པར་གྲུབ་པ་ཁས་སྐྱངས་པའི་ཕྱིར།

འདི་ལྟར་སྒྲིབ་སྟོབས་རྩལ་དང་ནི། །

ཐུན་པ་བྱ་མིན་པ་ཡང་མིན། །

འདི་ལྟར་སྒྲིབ་སྟོབས་དང་རྩལ་དང་ནི་ཐུན་པ་གསུམ་ཆ་མཉམ་པ་  
གཙོ་བོ་དར་རང་བཞིན་དན་དོན་དམ་པའི་བདེན་པར་ཁྱོད་ཀྱི་ཁས་སྐྱངས་  
པ་ལ་བྱའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་རང་བཞིན་དེ་ཉིད་བྱ་མིན་པའི་གནས་སྐབས་  
ཀྱི་རང་བཞིན་དེ་ཉིད་པ་ཡང་མིན་ཏེ། གངས་ཅན་གྱིས་ཡོན་ཏན་རྣམས་ཀྱི་  
རང་བཞིན་མཆོག་། མཐོང་བའི་ལམ་དུ་འགྲོ་མ་ཡིན། མཐོང་བའི་ལམ་དུ་  
གང་གྱུར་ཏེ། སྒྲུར་མ་ལྟ་བུར་ཞིན་ཏུ་གསོག་། ཅེས་རང་བཞིན་རྣམ་ཡང་  
མཐོང་བའི་ལམ་དུ་མི་འགྲོ་ཞིན་དངོས་སུ་མཐོང་བའི་པ་དང་བྱ་ལ་སོགས་  
པ་རྩལ་པར་ཁས་སྐྱངས་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་པ་དེ་ཉིད་བྱ་དག་བྱ་དེ་ཉིད་པར་  
ཡང་འགྱུར་ཏེ་པ་བྱ་གཉིས་ཀྱི་རང་བཞིན་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་པ་  
དང་བྱའི་རང་བཞིན་གཅིག་ཏུ་ཁས་སྐྱངས་པས་བསྟོས་ས་ལ་སྟོས་ནས་ཀྱང་  
གནས་སྐབས་སོ་སོར་བཞག་པ་མེད་པས་སོ། །

དེ་ནི་སྤྱོད་འཛིན་དང་ལྡན་པའི།

རང་བཞིན་དུ་ནི་མཐོང་མ་ཡིན།

གར་མཁན་ལྟ་བུར་ཚུལ་གཞན་གྱིས།

དེ་ཉིད་མཐོང་ན་དེ་མིན་རྟག།

གཞན་ཡང་གཟུགས་འཛིན་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། སྤྱོད་འཛིན་པ་དང་ལྡན་པའི་  
རང་བཞིན་དུ་མེད་དེ་དེར་ཡོད་ན་ནི་ཆོད་མས་མཐོང་དགོས་པ་ལ་མཐོང་བ་  
མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །གོས་ལ་སོགས་པའི་ཆ་བྱད་སྤྱོད་མ་བཟང་ནས་སྤྱི་མ་  
ལེན་པའི་གར་མཁན་ལྟ་བུར་གཟུགས་འཛིན་གྱི་ཚུལ་ཏེ་རྣམ་འགྱུར་གཞན་  
གྱི་སྤྱོད་འཛིན་དེ་ཉིད་མཐོང་བ་ཡིན་ན་འོ་ན་ཤེས་རིག་དེ་རྟག་དངོས་མ་ཡིན་  
པར་ཐལ། ཚུལ་ལྟགས་གཞན་བཟང་ནས་གཞན་ལེན་པའི་སྤྱིར།

གལ་ཏེ་ཚུལ་གཞན་དེ་ཉིད་ན།

གཅིག་ཉིད་དེ་ནི་སྤྱོད་མེད་གཅིག།

གལ་ཏེ་སྤྱོད་འཛིན་པས་ཚུལ་གཞིན་གཟུགས་འཛིན་དེ་ཉིད་སྤྱོད་འཛིན་  
དང་རང་བཞིན་གཅིག་ཡིན་པས་སྤྱོད་མེད་དོ་ཞེ་ན་དེའི་རང་བཞིན་གཅིག་  
ཉིད་དེ་ནི་སྤྱོད་མེད་ཞིག་སྟེ་སོ་སོ་ཐ་དད་པ་ཁོ་ནར་གནས་པའི་སྤྱིར་རོ། །  
ཡང་ན་སྤྱིས་གྱི་ཚུལ་དེ་ཉིད་སྤྱོད་མེད་གྱི་ཚུལ་དེ་ཉིད་དུ་ཁས་ལེན་མི་རིགས་པར་  
ཐལ། སྤྱིས་གྱི་གཅིག་སྤྱོད་དེ་ནི་སྤྱོད་མེད་པ་གཅིག་ཡིན་པའི་སྤྱིར། འགྲེལ་  
ཆེན་གྱིས་གཅིག་སྤྱོད་དེ་ཉིད་སྤྱིས་གཞན་སྤྱོད་པའི་ཆ་ཡང་གཅིག་སྤྱོད་དེ་ཉིད་



ཡིན་ན་དེ་འདྲི་གཅིག་སྒྲིབ་མེད་ཞིག་སྟེ་པན་ཚུན་འགལ་བ་གཅིག་ཏུ་ཁས་  
སྒྲངས་པའི་ཕྱིར། ཅེས་འཆད་དོ། །

གལ་ཏེ་ཚུལ་གཞན་བདེན་མིན་ན། །

དེ་ཡི་རང་གི་རང་བཞིན་སྟོས། །

གལ་ཏེ་ཚུལ་གཞན་དུ་སྒྲང་བ་ལྟར་བདེན་པ་མིན་པས་སྒྲིབ་མེད་དོ་  
ཞེ་ན། འོ་ན་ཤེས་པ་དེའི་རང་གི་རང་བཞིན་གཅིག་ཏུ་བདེན་པ་གང་ཡིན་པ་  
དེ་སྟོས་ཤིག་སྟེ་སྒྲུར་མེད་པར་ཐལ། ཚུལ་གང་དུ་སྒྲང་བ་དེ་སྒྲང་བ་ལྟར་མི་  
བདེན་པར་ཁས་སྒྲངས་པའི་ཕྱིར།

ཤེས་ཉིད་ཅེ་ན་དེ་ལྟ་ན། །

སྒྲིས་ཀྱན་གཅིག་ཏུ་ཐལ་བར་འགྱུར། །

སེམས་པ་སེམས་མེད་དེ་དག་ཀྱང་། །

གཅིག་འགྱུར་གང་ཕྱིར་ཡོད་ཉིད་མཚུངས། །

ཤེས་རིག་གི་སྒྲིས་སུ་ཉིད་དུ་བདེན་པར་གྲུབ་པ་ཉིད་དོ་ཞེ་ན་དེ་ལྟ་ན་  
རྒྱད་ཐ་དད་པའི་སྒྲིས་སུ་ཀྱན་གཅིག་ཏུ་ཐལ་བར་འགྱུར་ཏེ་སྒྲིས་བྱ་ཀྱན་ཆ་  
མེད་ཀྱི་ཏྲག་ཁྲབ་ཏུ་ཁས་སྒྲངས་པའི་ཕྱིར། སེམས་པ་ཅན་ཤེས་རིག་དང་  
སེམས་མེད་བེམ་པོ་གཙོ་བོ་དེ་དག་ཀྱང་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་བར་ཐལ། གང་གི་  
ཕྱིར་ན་ཆ་མེད་ཀྱི་ཏྲག་ཁྲབ་ཏུ་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་ཡང་ན་ཡོད་  
པ་ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་བདེན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པའི་ལན་དུ་སྒྱུར་རོ། །



གང་ཆེ་བྱེ་བྲག་ཕྱིན་ཅི་ལོག།

དེ་ཆེ་འདྲ་བའི་རྟེན་གང་ཡིན།

གལ་ཏེ་རྣམ་འགྱུར་གྱི་བྱེ་བྲག་མི་འདྲ་བ་རྣམས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་རྩུན་པ་  
ཡིན་པ་དེའི་ཆེ་དེ་རྣམས་ཀྱིས་འདྲ་བའི་སྟེ་མཚུངས་པའི་རྟེན་སྤྱི་གཙུག་གོ་བོ་  
བདེན་པར་གྲུབ་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་མེད་པར་ཐལ།      རྣམ་འགྱུར་རྣམས་  
རྩུན་པའི་ཕྱིར་རོ།

གཉིས་པ་(བྱེ་བྲག་པ་བདག་བཅ་པོར་འདོད་པ་བདག་པ་)ནི།

སེམས་མེད་པ་ཡང་བདག་མིན་ཏེ།

སེམས་མེད་ཉིད་ཕྱིར་བུམ་སོགས་བཞིན།

འོན་ཏེ་སེམས་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར།

ཤེས་ན་མི་ཤེས་འཇིག་པར་ཐལ།

རིགས་པ་ཅན་པ་དང་བྱེ་བྲག་པ་གང་དག་བདག་སེམས་མེད་པ་བཅ་  
པོར་འདོད་པ་ཡང་བདག་མིན་ཏེ་སེམས་མེད་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་  
བུམ་སོགས་བཞིན་ནོ། །འོན་ཏེ་བདག་རང་ཉིད་བཅ་པོ་ཡིན་ཡང་འདྲུ་འབྲེལ་  
གྲུབ་པའི་སྒྲོ་ནས་སེམས་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་ཡུལ་ཤེས་པར་འཇིག་གོ་ཞེ་ན།  
འོ་ན་བདག་དེ་ཡུལ་སྤར་མི་ཤེས་པའི་རང་བཞིན་དུ་བདེན་པར་ཡོད་པ་དེ་  
འཇིག་པར་ཐལ།      ཕྱིས་རྟེན་གཞན་གྱི་སྟོབས་ལས་ཡུལ་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར།

ཅི་སྟེ་བདག་ལ་འགྱུར་མེད་ན། །

སེམས་པས་དེ་ལ་ཅི་ཞིག་བྱས། །

དེ་ལྟར་ཤེས་མེད་བྱ་བ་ལ་བ། །

ནམ་མཁའ་བདག་ཏུ་བྱས་པར་འགྱུར། །

ཅི་སྟེ་བདག་ལ་འགྱུར་བ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པར་ཁས་སྒྲངས་ན་  
སེམས་པས་བདག་དེ་ལ་བྱ་བ་ཅི་ཞིག་བྱས་ནས་ཡུལ་ཤེས་པར་འགྱུར་ཏེ་མི་  
འགྱུར་བར་ཐལ། བདག་འགྱུར་མེད་དུ་ཁས་སྒྲངས་པའི་ཕྱིར།

དོན་བསྐྱུ་བ་ནི། དེ་ལྟར་བདག་དེ་ཤེས་པ་མེད་པ་དང་བྱ་བ་དང་བལ་  
བར་ཁས་སྒྲངས་པས་ན་ནམ་མཁའ་བདག་ཏུ་བྱས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། དེ་  
འདྲའི་བདག་ཁས་སྒྲངས་པ་ལ་དགོས་པ་མེད་དེ་ཕན་གཞོན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་  
བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གསུམ་པ་(བཀག་པ་ལ་ཚོད་པ་སྤང་བ་)ལ་གཉིས།

ལས་འབྲས་མི་འཐད་པར་ཐལ་བ་སྤང་བ་དང་། སྤྱིང་རྗེ་བསྐྱོམ་པ་མི་  
འཐད་པར་ཐལ་བ་སྤང་བ་རོ། །

དང་པོ་(ལས་འབྲས་མི་འཐད་པར་ཐལ་བ་སྤང་བ་)ལ་གཉིས།

ཚོད་པ་དང་། ལན་ནོ། །

དང་པོ་(ཚོད་པ་)ནི།

གལ་ཏེ་བདག་ནི་ཡོད་མིན་ན། །

ལས་འབྲས་འབྲེལ་བ་རིགས་མིན་ཏེ། །

ལས་བྱས་ནས་ནི་ཞིག་པས་ན། །

སུ་ཡི་ལས་སུ་འགྱུར་ཞེ་ན། །

གལ་ཏེ་བཅེངས་གྲོལ་ཀུན་གྱི་གཞིར་གྱུར་པའི་བདག་ནི་ཡོད་པ་མིན་  
པར་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་སྐད་ཅིག་གིས་སྐྱེ་འགག་བྱེད་པ་ཡིན་ན། དག་མི་  
དགའི་ལས་དང་དེའི་འབྲས་བྱའི་འབྲེལ་བ་རིགས་པ་མིན་ཏེ་དག་མི་དགའི་  
ལས་བྱས་ནས་ནི་སྐད་ཅིག་གཉིས་པར་ཞིག་པས་ན་སྤྲིས་ལས་དེ་བྱེད་པ་པོ་  
སུའི་ལས་སུ་འགྱུར་ཏེ་འབྲས་བྱ་སྤྱོད་དུས་ན་ལས་བྱེད་པ་པོ་མེད་པའི་སྤྱིར།  
ཁོ་པོ་ཅག་ལྟར་ན་སྐྱེས་བྱ་རྟག་པ་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།

གཉིས་པ་(ལན་)ལ་ནི།

བྱ་བ་འབྲས་བཞི་ཐ་དད་དང་། །

དེ་བདག་བྱེད་པ་མེད་པར་ཡང་། །

ཡུ་བྱ་གཉི་ག་ལ་བྱུབ་པས། །

འདིར་བཅད་དོན་མེད་མ་ཡིན་ནམ། །

རྒྱ་ལྡན་འབྲས་བྱ་དང་བཅས་ཞེས། །

མཐོང་བ་འདི་ནི་སྤྲིད་མ་ཡིན། །

རྒྱ་ལས་བྱེད་པའི་བྱ་བའི་དུས་དང་འབྲས་བྱ་ལོངས་སྤྱོད་པའི་དུས་ཀྱི་

གཞི་གང་ཟག་རྫས་ཐ་དད་དང་འབྲས་བུ་སྤྱོད་བའི་དུས་དེར་བདག་སྟེ་ལས་  
བྱེད་པ་པོ་མེད་པར་ཡང་ཁྱུ་བྱ་ཅག་གཉིས་ཀ་ལ་གྲུབ་པས། ལས་འབྲས་ཀྱི་  
འབྲེལ་པ་སྟོན་པའི་སྐབས་འདིར་བྱེད་ཀྱིས་ཚོད་པ་དོན་མེད་མ་ཡིན་ནམ་རྒྱ་  
ལས་བྱེད་དུས་ན་འབྲས་བུ་སྤྱོད་བ་མེད་སྤྱོད་དུས་ན་ལས་བྱེད་པ་པོ་མེད་  
པར་བྱེད་ཀྱིས་ཀྱང་ཁས་སྦྱངས་པའི་ཕྱིར། དེ་སྟོན་དུ་འགྱུར་ན་བྱེད་རང་ལ་  
ཡང་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་དང་རྒྱ་ལྡན་ཏེ་རྒྱ་སོགས་དུས་ན་འབྲས་བུ་སྤྱོད་བ་  
དང་བཅས་ཞེས་མཐོང་བ་འདི་ནི་སྤྱི་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

རྒྱ་གཅིག་ལ་ནི་བརྟེན་ནས་སུ། །

བྱེད་པོ་སྤྱོད་པོ་ཞེས་བྱར་བསྟན། །

འོ་ན་བྱེད་རང་གི་ལུགས་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན་ཕུང་པོའི་རྒྱ་གཅིག་ལ་  
ནི་བརྟེན་སུ་ལས་བྱེད་པ་པོ་དང་འབྲས་བུ་སྤྱོད་པ་པོ་ཞེས་བྱ་བར་བསྟན་པ་  
སྟེ་བཏགས་སོ། །རྒྱ་ཞེས་པ་ནི་ཆ་ཤས་སུ་གྱུར་པའི་སྐད་ཅིག་སྟེ་ཕྱི་བར་  
གསུམ་ཉི་བར་སྦྱང་བྱར་ཡོད་པའི་ཆ་ཅན་ཉི་བར་ལེན་པ་པོ་སྟེ་མདོར་ན་གང་  
ཟག་འདིས་ལས་ཀྱང་བྱས་འབྲས་བུ་ཡང་སྤྱོད་ཞེས་པ་འཐད་ཀྱི་རྒྱ་འབྲས་  
དུས་གཅིག་པ་སུས་ཀྱང་བཞག་མི་རུས་སོ། །

འདས་དང་མ་འོངས་པ་ཡི་སེམས། །

བདག་མིན་དེ་ནི་མེད་པའི་ཕྱིར། །

འོན་ཏེ་སྐྱེས་སེམས་བདག་ཡིན་ན། །

དེ་ཞིག་ན་ཡང་བདག་མེད་དོ། །

དཔེར་ན་ཆུ་ཤིང་སྒྲིང་པོ་དག །

ཆ་ཤས་སྤེ་ན་འགའ་མེད་པ། །

དེ་བཞིན་རྣམ་པར་དབྱེད་པ་ཡིས། །

བཅོལ་ན་བདག་ཀྱང་ཡང་དག་མིན། །

འདས་པ་དང་མ་འོངས་པའི་སེམས་བདག་མིན་ཏེ་དེ་ནི་ཞིག་པ་དང་  
མ་སྐྱེས་པས་བདག་ཏུ་མེད་པའི་སྤྱིར། འོན་ཏེ་སྐྱེས་པའི་སེམས་ད་ལྟར་བ་  
བདག་ཡིན་ན་སྐད་ཅིག་གཉིས་པར་དེ་ཞིག་ན་ཡང་ཁྱོད་འདོད་པའི་བདག་  
མེད་དེ་དཔེར་ན་ཆུ་ཤིང་གི་སྒྲིང་པོ་དག་ཆ་ཤས་སྤེ་ན་རང་བཞིན་གྱིས་  
གྲུབ་པ་འགའ་ཡང་མེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་མ་གྲུབ་རིགས་  
པས་རྣམ་པར་དབྱེད་པ་ཡིས་བཅོལ་ན་བདག་ཀྱང་ཡང་དག་པར་གྲུབ་པ་  
མིན་ཏེ་འོག་ནས་འཆད་པའི་བདག་མེད་སྐྱབ་པའི་རིགས་པས་གཞོད་པའི་  
སྤྱིར་དོ། །

གཉིས་པ་(སྤྱིང་རྗེ་བསྐྱོམ་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ་བ་སྤང་པ་)ནི།

གལ་ཏེ་སེམས་ཅན་ཡོད་མིན་ན། །

སྤྱུ་ལ་སྤྱིང་རྗེ་བྱ་ཞེ་ན། །

འབྲས་བུའི་དོན་དུ་ཁས་སྤངས་པའི། །

## ཚྭ་ངས་པས་བཏགས་པ་གང་ཡིན་པའོ།

གལ་ཏེ་སེམས་ཅན་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་འགའ་ཡང་ཡོད་པ་མིན་  
ན་སྲུ་ལ་སྦྱང་རྩེ་བསྒྲོམ་པར་བྱ་སྟེ་སྦྱང་རྩེ་དེ་དམིགས་ཡུལ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ་  
ཞེ་ན། སེམས་ཅན་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་ན་སྦྱང་རྩེ་དེ་དམིགས་ཡུལ་  
མི་འཐད་པའི་སྒྲིན་མེད་པར་ཐལ། འབྲས་བུ་ཐར་པ་ཐོབ་པའི་དོན་དུ་ཁས་  
ལྷངས་པའི་ཚྭ་ངས་པས་བཏགས་པ་གང་ཡིན་པའི་སེམས་ཅན་ཐ་སྙད་དུ་  
ཡོད་པ་དེ་སྦྱང་རྩེ་དེ་དམིགས་ཡུལ་དུ་འཐད་པའི་སྤྱིར། ཚྭ་ངས་པས་བཏགས་  
པ་གང་ཟག་དང་ཆོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་ལ་བྱས་ན་དེས་སེམས་ཅན་བདེན་  
པར་བཏགས་པ་ཡིན་པས་དེས་བཏགས་པ་ལྟར་དུ་གྲུབ་པ་བཀག་པས་  
སེམས་ཅན་མི་ཁྱེད་ཀྱི་དེ་བཀག་པས་སེམས་ཅན་བཏགས་ཡོད་མིང་རྒྱང་  
དུ་གྲུབ་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཡང་ན་ཚྭ་ངས་པ་མ་རིག་པ་ཅམ་ལ་བྱས་ནས་དེས་  
བཏགས་པར་གྱུར་པའི་སེམས་ཅན་སྦྱང་རྩེ་དེ་དམིགས་ཡུལ་དུ་ཡོད་ཅེས་  
པའོ།

སེམས་ཅན་མེད་འབྲས་སྲུ་ཡི་ཡིན།

བདེན་ཏེ་འོན་ཀྱང་ཚྭ་ངས་ལས་འདོད།

སྒྲུག་བསྐྱལ་ཉེ་བར་ཞི་དོན་དུ།

འབྲས་བུ་འི་ཚྭ་ངས་པ་བསྒྲོག་མི་བྱ།

སེམས་ཅན་མེད་ན་སྦྱང་རྩེ་གོམས་པའི་འབྲས་བུ་སངས་རྒྱས་དེ་གང་



ཟག་སྤྱི་ཐོབ་བྱ་ཡིན་ཏེ་སྟོང་ཇེ་བསྐྱོམ་པ་ལ་འབྲས་བུ་མེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་  
 བ། རྒྱ་འབྲས་དེ་དག་བདེན་པར་མེད་པ་བདེན་ཏེ་འོན་ཀྱང་ཐ་སྙད་དུ་ཆོས་སྤྱི་  
 རྟོང་ས་པ་ལས་སྟོང་ཇེ་གོམས་པ་སོགས་མི་འགལ་བར་འདོད་དོ། །སེམས་  
 ཅན་གྱི་སྤྱུག་བསྐྱེལ་ཉེ་བར་ཞི་བའི་དོན་དུ་རང་ཉིད་ཀྱིས་འབྲས་བུ་སངས་  
 རྒྱས་ཐོབ་པའི་ཇེ་ས་ཐོབ་ཀྱི་སྐབས་ཀྱི་ཉོན་མོངས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་རྟོང་ས་པ་  
 ལྟོག་པར་མི་བྱ་སྟེ་རེ་ཤིག་ལ་ལྟོག་མི་རུས། མ་ལྟོག་ཀྱང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་  
 པ་ཐོབ་པའི་ཐབས་ཀྱི་ཡན་ལག་འདིས་ནི་དེ་ཁོ་ནའི་དོན་ལ་རྟོང་ས་པ་ལ་སྦྱོད་  
 བ་བདེན་པར་རྟོང་ས་པ་སྟེ་བདེན་མེད་ཀྱི་བྱུང་པར་དུ་མ་བྱས་པར་སེམས་  
 ཅན་ཅམ་ལ་དམིགས་ནས་སྟོང་ཇེ་སྐྱོམ་པའི་སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་པ་དང་  
 ཆོས་ལ་དམིགས་པའི་སྟོང་ཇེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱུར་འགྱུར་པར་བསྟན་པ་  
 ལའང་སྦྱར་དུ་བྱང་མོད། དེ་ལས་གཞན་དུ་དེ་ཉིད་རྟོགས་པ་མིན་པའི་སེམས་  
 ཅམ་ལ་དམིགས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཀྱན་རྫོབ་པ་རྣམས་ལྟོག་བྱ་མིན་པའི་  
 དོན་རྟོ། །

སྤྱུག་བསྐྱེལ་རྒྱ་ཡི་ང་རྒྱལ་ནི། །

བདག་དུ་རྟོང་ས་པས་འཕེལ་བར་འགྱུར། །

དེ་ལས་ཀྱང་བསྐྱོག་མེད་ཅེ་ན། །

བདག་མེད་བསྐྱོམ་པ་མཆོག་ཡིན་ནོ། །

འོ་ན་སྤར་རྟོང་ས་པ་ཡུལ་དང་བཅས་པ་བཀག་པ་ཅི་ཡིན་ཞེ་ན་སྤར་

འདིར་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་རྒྱུ་ལྟར་པའི་ཞེས་པའི་སྐབས་སུ་བསྐྱེད་པ་ལྟར།  
 འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་ལྟར་ཉེ་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་མ་རིག་པ་ནི་  
 བདག་ཏུ་མོངས་པས་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་འཕེལ་བར་འགྱུར་བས་དེ་ལྟོག་  
 དགོས་ཤིང་ལྟོག་རྒྱས་པས་འགལ་བ་མེད་དོ། །ཁོ་ན་རེ་དེ་འདྲ་བའི་མོངས་  
 པ་ལྟོག་པ་དེ་ལས་ཀྱང་བདེན་འཛིན་ལྟོག་པ་མེད་པ་སྟེ། ལྟོག་མི་རྒྱས་ལ་  
 ལན་ཅིག་ལྟོག་ཀྱང་འཁོར་བའི་ཕུང་པོ་ལྟར་སྐྱར་ཡང་འབྱུང་བས་གཏན་ཟད་  
 དུ་འགྱུར་བ་མེད་དོ་ཞེ་ན། བདེན་འཛིན་ལྟོག་མི་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ཏེ་དེ་དངོས་  
 པོའི་གནས་ལུགས་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་ཞུགས་པ་ཡིན་པས་ཤིན་ཏུ་སྟེབས་  
 རྒྱུ་ཞིང་དམན་ལ་བདག་མེད་བསྐྱོམ་པ་དེ་ལ་ལྟོས་ནས་མཆོག་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་ཏེ་དངོས་པོའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་རྟོགས་པ་ཡིན་པས་ཅིག་  
 ཞེས་རྩ་བ་ནས་རྒྱུངས་ནས་འབྱེན་རྒྱས་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་(ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྒྱས་པར་བཤད་པ་)ལ་གསུམ།

དེ་པ་ཉེར་གཞག་བཞིའི་སྟོན་ས་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་བཤད་པ་དང་།  
 བདེན་གཉིས་མི་འཐད་པའི་སྐྱེད་ཀ་སྤང་བ་དང་། བདག་མེད་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་  
 གཏན་ཆིགས་དགོད་པའོ། །

དང་པོ་(དེ་པ་ཉེར་གཞག་བཞིའི་སྟོན་ས་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་བཤད་པ་)ལ་བཞི།

ལུས་དེ་པ་ཉེ་བར་གཞག་པ་བསྐྱོམ་པ་དང་། ཆོར་བ་དེ་པ་ཉེ་བར་  
 གཞག་པ་དང་། སེམས་དེ་པ་ཉེ་བར་གཞག་པ་དང་། ཆོས་དེ་པ་ཉེ་བར་  
 གཞག་པ་བསྐྱོམ་པའོ། །

དང་པོ་(ལུས་བླ་པ་ཉེ་བར་གཞག་པ་བསྟོམ་པ་)ལ་བཞི།

ཆ་ཅན་ལུས་རང་བཞིན་མེད་པར་གཏན་ལ་དབབ་པ་དང་། ཆ་ཤས་  
ཡན་ལག་རྣམས་རང་བཞིན་མེད་པར་གཏན་ལ་དབབ་པ་དང་། དེས་ན་རང་  
བཞིན་མེད་པའི་ལུས་མི་ལམ་ལྟ་བུ་ལ་ཆགས་པར་མི་རིགས་པ་དང་། དེས་  
གང་ཟག་ཀྱང་རང་བཞིན་མེད་པར་བྱུང་བའོ། །

དང་པོ་(ཆ་ཅན་ལུས་རང་བཞིན་མེད་པར་གཏན་ལ་དབབ་པ་)ནི།

ལུས་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་རང་བཞིན་  
གྱིས་བྱུང་ན་ལུས་ཀྱི་ཡན་ལག་སོ་སོ་བ་དང་དེ་རྣམས་སྟོམས་པའི་ཚོགས་  
པ་དང་དེ་རྣམས་ལས་ངོ་བོ་ཐ་དད་པ་གང་རུང་གཅིག་ལུས་ཀྱི་མཆན་གཞིར་  
ཉིད་དགོས་པ་ལ་དེ་མི་ཉིད་པའི་ཕྱིར། ཡན་ལག་ཐམས་ཅད་སྟོམས་པའི་  
ཚོགས་པ་ལུས་ཡིན་མོད་དེ་ལ་དོགས་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད་སྟུང་ན། ཚོགས་པ་ལ་  
བརྟེན་ནས་ལུས་སུ་བཏགས་པ་ཡིན་པས་ལུས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཚོགས་པ་ལུས་  
སུ་མི་རིགས་ཏེ་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་མཐར་རྟུལ་སྟུང་ཆ་མེད་ཀྱི་མཐར་བྱུག་པར་  
ཁས་ལེན་དགོས་པར་འགྱུར་རོ། །

ལུས་ནི་རྐང་པ་བྱིན་པ་མིན། །

བརྒྱ་དང་རྟེན་པའང་ལུས་མ་ཡིན། །

སྟོ་དང་རྒྱབ་ཀྱང་ལུས་མིན་ཏེ། །

བྱང་དང་དབྱུང་པའང་ལུས་མ་ཡིན། །

ཅིབ་འོགས་ལག་པའང་ལུས་མིན་ཏེ། །

མཆན་ཁུང་ཕྱག་པའང་ལུས་མ་ཡིན། །

ནང་ཁྲོལ་རྣམས་ཀྱང་དེ་མིན་ལ། །

མགོ་དང་མགྲིན་པའང་ལུས་མིན་ན། །

འདི་ལ་ལུས་ནི་གང་ཞིག་ཡིན། །

དེས་ན་ལུས་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་འཇུག་པའི་གཞི་ལུས་དེ་ཁོ་རང་གི་  
ངོས་ནས་ངེ་ལྟར་ཡོད་པ་ཅེས་པའི་ཆེ་སྐྱེས་བྱའི་རྒྱུ་པ་དང་གྲིན་པ་སྐྱེས་  
པའི་ལུས་མིན་ལ། བརྒྱ་དང་རྟེན་པའང་ལུས་མ་ཡིན་ལྟོ་དང་རྒྱུ་པ་ཀྱང་ལུས་  
མིན་ཏེ་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེས་བྱའི་ལུས་སུ་བཏགས་པའི་སྤྱིར། བྱང་  
དང་དབྱུང་པའང་ལུས་མ་ཡིན་ལ་ཅིབ་འོགས་དང་ལག་པའང་ལུས་མ་ཡིན་  
པ་མཆན་ཁུང་དང་ཕྱག་པའང་ལུས་མ་ཡིན་ནང་ཁྲོལ་རྣམས་ཀྱང་སྐྱེས་བྱའི་  
ལུས་དེ་མིན་ལ་མགོ་དང་མགྲིན་པའང་སྐྱེས་བྱའི་ལུས་མིན་ན་ཡན་ལག་འདི་  
རྣམས་ལ་སྐྱེས་བྱའི་ལུས་ནི་གང་ཞིག་ཡིན་ཏེ་གང་ཡང་མིན་ལ། དེ་རྣམས་  
ཆོགས་པ་དང་དེ་རྣམས་ལས་ངོ་མོ་ཐ་དད་པ་ཡང་སྐྱེས་བྱའི་ལུས་མ་ཡིན་  
པས་ལུས་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་དོ། །རགས་པའི་ལུས་ཡན་ལག་  
རྣམས་ལས་དོན་གཞན་པ་ཡོད་དོ་ཞེ་ན།

གལ་ཏེ་ལུས་འདི་ཐམས་ཅད་ལ། །

ཕྱོགས་རེ་ཡིས་ནི་གནས་གྱུར་ན། །

ཆ་རྣམས་ཆ་ལ་གནས་གྱུར་མོད། །

དེ་རང་ཉིད་ནི་གང་ལ་གནས། །

གལ་ཏེ་བདག་ཉིད་ཀྱན་གྱི་ལུས། །

ལག་སོགས་རྣམས་ལ་གནས་ན་ནི། །

ལག་སོགས་དེ་དག་ཇི་སྟེད་པ། །

དེ་སྟོན་གྱི་ནི་ལུས་སུ་འགྱུར། །

གལ་ཏེ་ཡན་ལག་རྣམས་ལས་དོན་གཞན་པའི་རགས་པ་ཡན་ལག་  
ཅན་གྱི་ལུས་འདི་ཡན་ལག་ཐམས་ཅད་ལ་སྟོགས་རེ་ཡིས་ནི་སྟེ་ལག་པ་  
ལའང་ཆ་གཅིག་ཕྱིན་པ་ལའང་ཆ་གཅིག་སོགས་གྱིས་གནས་པར་འགྱུར་  
རམ། འོན་ཏེ་ཆ་རེ་རེ་ལ་ཡང་ཆ་ཅན་ཏེ་མཆོང་བ་མེད་པར་ཐམས་ཅད་གྱིས་  
གནས། དང་པོ་ལྟར་ན་ཆ་ཅན་དེས་ལག་པ་སོགས་ལ་བྱུང་པའི་ཁོ་རང་གི་  
ཆ་རྣམས་ལག་པ་སོགས་གྱི་ཆ་ལ་གནས་པར་འགྱུར་མོད། ཆ་ལག་པ་ལྟ་བུ་  
དེ་རང་ཉིད་ནི་ཆ་གང་ལ་གནས་པ་དེ་ཐུག་མེད་དུ་འགྱུར་ཏེ་ལག་པ་ལྟ་བུ་དེ་  
ཡང་རང་གི་ཆ་སོར་མོ་སོགས་ལ་གནས་ལ་སོར་མོ་སོགས་ཀྱང་རང་གི་ཆ་  
ལ་གནས་པའི་བྱིར། གལ་ཏེ་ཡན་ལག་ཅན་ཆ་མེད་ཡིན་པས་ཆ་སོ་སོ་ཡན་  
ལག་སོ་སོ་ལ་གནས་པ་མ་ཡིན་གྱི་རྟག་པ་བྱི་མ་ལྟར་བདག་ཉིད་ཀྱན་གྱིས་  
ལུས་ཡན་ལག་ཅན་རྫོགས་པ་ལག་སོགས་ཆ་རེ་རེ་བ་རྣམས་ལ་ཡང་གནས་  
ན་ནི་ལག་སོགས་དེ་དག་ཇི་སྟེད་ཡོད་པའི་གངས་དེ་སྟོན་གྱི་ནི་ལུས་སུ་

འགྱུར་བས་ཆ་ཐུག་པ་མེད་པའི་སྒྲིབ། རྩུན་པ་འབའ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་གྱི་བདེན་  
པར་གྲུབ་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་དོ། །དོན་བསྐྱུ་བ་ནི།

སྒྱི་དང་ནང་ན་ལུས་མེད་ན། །

ཇི་ལྟར་ལག་སོགས་ལ་ལུས་ཡོད། །

ལག་སོགས་རྣམས་ལས་གཞན་མེད་ན། །

དེ་ནི་ཇི་ལྟར་ཡོད་པ་ཡིན། །

དེ་ལྟར་རིགས་པས་བཏགས་པ་ན་སངས་རྒྱས་པ་འདོད་པའི་སྒྲིས་བྱ་  
སྒྱི་དང་ལུ་སྒྲིགས་པ་འདོད་པའི་ནང་གི་བྱེད་པའི་སྒྲིས་བྱ་གང་ན་ཡང་ལུས་  
རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་ལ་དེ་མེད་ན་ཇི་ལྟར་ལག་སོགས་ལ་ལུས་རང་  
བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཡོད་དེ་མེད་དོ། །ལག་སོགས་རྣམས་ལས་ངོ་བོ་གཞན་  
པའི་ལུས་མེད་ན་ལུས་དེ་ནི་ཅི་ལྟར་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ་  
མེད་དོ། །

དེས་ན་ལུས་མེད་ལ་སོགས་ལ། །

སྔོངས་པ་ཡིས་ནི་ལུས་སྒྲོར་འགྱུར། །

དབྱིབས་སུ་བཀོད་པའི་བྱེད་པར་གྱིས། །

ཐོ་ཡོར་ལ་ནི་མི་སྒྲོ་བཞིན། །

ལུས་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་ཀྱང་འཁྲུལ་པའི་རྒྱ་ནི་དེས་ན་ལུས་རང་



བཞིན་གྱིས་མེད་ཀྱང་དེ་ལྟར་འབྱུང་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། ལུས་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་ཀྱང་ལག་སོགས་ལ་བདེན་པར་སྒྲུངས་པ་ཡིས་ནི་ལུས་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པོ་སྟུང་པའི་སྒྲོ་སྒྲེ་བར་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན་མི་དང་འབྲུག་སོགས་ཀྱི་དབྱིབས་སུ་བཀོད་པའི་བྱུང་པར་གྱིས་ཐོ་ཡོར་ལ་ནི་མིའི་སྒྲོ་སྒྲེ་བ་བཞིན་ནོ། །

ཇི་སྲིད་རྒྱུན་ཆོགས་དེ་སྲིད་དུ།

ལུས་ནི་སྒྲེས་བྱ་ལྟར་སྒྲུང་བ། །

དེ་བཞིན་ཇི་སྲིད་ལག་སོགས་ལ། །

དེ་ཡོད་དེ་སྲིད་དེ་ལུས་སྒྲུང་། །

ཇི་སྲིད་ཐོ་ཡོར་དང་སྒྲུང་བ་མི་གསལ་བ་སོགས་འབྱུང་པའི་རྒྱུ་ཆོགས་པ་དེ་སྲིད་ལུས་ནི་སྒྲེས་པ་སྟེ་མི་ལྟར་སྒྲུང་བ་དེ་བཞིན་དུ་ནི་ཇི་སྲིད་ལག་སོགས་ལ་རང་གི་རྒྱ་རྒྱུན་ཆོགས་པ་དེ་ཡོད་པ་དེ་སྲིད་དུ་ཡན་ལག་ཡོད་པ་དེར་ལུས་སུ་སྒྲུང་བ་ལ་ལུས་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་འཇིག་པའི་སྒྲོ་སྒྲེ་བ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་(ཆ་ཤས་ཡན་ལག་རྣམས་རང་བཞིན་མེད་པར་གཏན་ལ་དབབ་པ་)ནི།

དེ་བཞིན་སོར་མའི་ཆོགས་ཡིན་ཕྱིར། །

ལག་པའང་གང་ཞིག་ཡིན་པར་འགྱུར། །

དེ་ཡང་ཆོགས་ཀྱི་ཆོགས་ཡིན་ཕྱིར། །

ཆོགས་ཀྱང་རང་གི་ཆ་སྤྲེ་བས། །

ཆ་ཡང་རྩལ་དུ་སྤྲེ་བས་ཏེ། །

སྒྲེས་བྱའི་ལུས་ཡན་ལག་ཆོགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཡིན་  
གྱི་བདེན་པར་མེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་སྒྲུ་དང་སོར་སོའི་ཆོགས་ལ་བརྟེན་ནས་  
བཏགས་པ་ཡིན་པའི་སྤྲིར་ལག་པའང་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་གང་ཞིག་  
ཡིན་པར་འགྱུར་ཏེ་མི་སྤིད་དོ། །སོར་སོ་དེ་ཡང་ཆོགས་གྱི་ཆོགས་ལ་བརྟེན་  
ནས་བཏགས་པ་ཡིན་པའི་སྤྲིར་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་དོ། །ཆོགས་  
ཀྱང་རང་གི་ཆ་དང་ཆར་སྤྲེ་བས་དབྱེད་ན་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་ལ་  
ཆོགས་གྱི་ཆ་ཡང་རྩལ་སྤྲེ་བ་སྤྲེ་དབྱེད་ན་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་  
དོ། །

རྩལ་དེའང་སྤྲོགས་ཆའི་དབྱེ་བ་ཡིས། །

སྤྲོགས་དབྱེའང་ཆ་ཤས་དང་བྲལ་སྤྲིར། །

མཁའ་བཞིན་དེས་ན་རྩལ་ཡང་མེད། །

རྩལ་དེའང་ཤར་ལ་སོགས་པའི་སྤྲོགས་ཆའི་དབྱེ་བ་ཡིས་སྤྲེ་ན་  
སྤྲོགས་གྱི་ཆ་དུ་མ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཡིན་པས་རང་བཞིན་གྱིས་  
གྲུབ་པ་མེད་དོ། །སྤྲོགས་གྱི་བར་དབྱེ་བ་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་  
དེ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ཆ་ཤས་དང་བྲལ་བའི་སྤྲིར་དཔེར་ན་ནམ་མཁའ་  
བཞིན་ནོ། །དེས་ན་རྩལ་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་དེ་ཡོད་ན་རྩལ་

ཕྱན་ཆ་མེད་ཁས་ལེན་དགོས་པར་འགྱུར་ལ་དེ་ལ་ནི་དྲུག་གིས་ཅིག་ཆར་  
སྒྱུར་བ་ན་ཞེས་སོགས་ཀྱི་རིགས་པས་གཞོན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གསུམ་པ་(དེས་ན་རང་བཞིན་མེད་པའི་ལུས་མི་ལམ་ལྟ་བུ་ལ་ཆགས་པར་མི་རིགས་པ་)ནི།

དེ་ལྟར་མི་ལམ་ལྟ་བུ་ཡི། །

གཟུགས་ལ་དཔྱོད་ལྡན་སྲ་ཞིག་ཆགས། །

དེ་ལྟར་མི་ལམ་ལྟ་བུའི་གཟུགས་མ་དབྱུད་པའི་ཆེ་ན་ཚུགས་སྒྱབ་པ་  
ལྟར་སྒྲང་ཞིང་དབྱུད་པའི་ཆེ་རབ་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་པ་ལ་ནམ་དཔྱོད་  
དང་ལྡན་པ་སྲ་ཞིག་ཆགས་ཏེ་ཆགས་པར་མི་རིགས་ཏེ་བདེན་འཛིན་གྱི་  
དམིགས་གཏད་ཐེར་བ་སྲ་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

བཞི་པ་(དེས་གང་ཟག་ཀྱང་རང་བཞིན་མེད་པར་གྲུབ་པ་)ནི།

གང་ཆེ་དེ་ལྟར་ལུས་མེད་པ། །

དེ་ཆེ་སྦྱེས་གང་བྱུང་མེད་གང། །

གང་གི་ཆེ་དེ་ལྟར་སྦྱེས་བྱའི་ལུས་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་པ་  
དེའི་ཆེ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་སྦྱེས་པ་གང་བྱུང་མེད་གང་སྟེ་གང་ཟག་  
རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་དོ། །

གཞུང་འདི་བའི་ལུགས་ཀྱིས་རང་རྒྱ་སྒྱབ་པའི་གང་ཟག་ཁེགས་པ་  
ཅམ་གྱིས་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་མཆན་ཉིད་རྫོགས་པར་རྫོགས་པ་མ་ཡིན་  
གྱི་དེ་ལ་ནི་མིང་གི་ཐ་སྙད་ཀྱིས་བཞག་པ་ཅམ་མིན་པའི་གང་ཟག་མེད་པར་

རྟོགས་དགོས་ལ། བདག་མེད་གཉིས་ལ་རྟོགས་དགའ་སྦྲ་ཡང་མེད་དེ་གཞི་  
གང་ཟག་དང་ཕྱང་པོ་ལ་རྫས་ཡོད་དང་བཏགས་ཡོད་ཀྱི་སྤ་རགས་ཀྱང་མི་  
འབྱེད་ལ་དགག་བྱའི་ཆོས་བདག་ལ་སྤ་རགས་ཀྱི་བྱད་པར་ཡང་མི་འབྱེད་  
པས་སོ། །གང་དག་ཉན་རང་འཕགས་པ་ལ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་  
པ་ཡོད་པ་འོས་མེད་ཀྱི་ལྷགས་སྤྱ་བྱས་ནས་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པ་  
ཡོད་མེད་ལ་རྩོད་པ་ནི་གཏིང་མ་དཔོགས་པ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(ཆོར་བ་བྱན་པ་ཉེར་གཞག་བསྐྱེམ་པ་)ལ་བཞི།

ཆོར་བ་རང་གི་ངོ་བོ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དགག་པ་དང་། རྒྱ་རང་  
བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དགག་པ་དང་། དམིགས་ལྷུལ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་  
དགག་པ་དང་། ཆོར་བའི་ལྷུལ་ཅན་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དགག་པ་འོ། །

དང་པོ་(ཆོར་བ་རང་གི་ངོ་བོ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དགག་པ་)ལ་གསུམ།

ཆོར་བ་སྤྱག་བསྐྱེལ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པ་དང་། ཆོར་བ་བདེ་བ་  
དང་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པ་དང་། དེས་ན་ཆོར་བ་རང་བཞིན་མེད་པར་  
སྐྱེམ་པའི་ནལ་འབྱོར་ལ་གནས་པར་གདམས་པ་འོ། །

དང་པོ་(ཆོར་བ་སྤྱག་བསྐྱེལ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པ་)ནི།

ལུས་བཞིན་དུ་ཆོར་བ་ཡང་རང་བཞིན་མེད་པར་བསྟན་པ་ནི།

སྤྱག་བསྐྱེལ་དེ་ཉིད་དུ་ཡོད་ན། །

ཅི་སྟེ་རབ་དགའ་ལ་མི་གཞོད། །

ཁྱོད་བྱ་བསྐྱེལ་དང་ཁྱོད་བྱེད་ཆོར་བ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་ཡོད་ན་ཅི་སྟེ་

ཡིད་གྱི་ཤེས་པ་གཅིག་གི་སྟེང་ན་ཡོད་པའི་ཚོ་བ་སྤྱག་བསྐྱལ་རང་བཞིན་  
གྱིས་ཡོད་ན་དེ་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་མི་རིགས་པས་ཚོར་བ་རབ་ཏུ་དགའ་བ་  
དང་བདེ་བ་ལ་རྒྱ་མཚན་ཅིས་མི་གཞོད་དེ་གཞོད་པས་བདེ་བ་སྐྱེ་བའི་གོ་  
སྐབས་མེད་པར་འགྱུར་དགོས་ན་སྐྱེ་བ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་སྤྲུལ་རང་བཞིན་  
གྱིས་མེད་དོ། །

གཉིས་པ་(ཚོར་བ་བདེ་བ་དང་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པ་)ནི།

བདེ་ན་ཕྱ་ངན་གདུང་སོགས་ལ། །

ཞིམ་སོགས་ཅི་སྟེ་དགའ་མི་བྱེད། །

སྟོབས་དང་ལྡན་པས་བེལ་མནན་བྱིར། །

གལ་ཏེ་དེ་སྟོང་མ་ཡིན་ན། །

བདེ་བ་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་ན་བྱ་ཤི་བ་སོགས་གྱི་ཕྱ་ངན་གྱིས་  
གདུང་བ་སོགས་ལ་ཁ་བས་ཞིམ་པོ་སོགས་ཐོས་པས་དེའི་ཡིད་ཅི་སྟེ་དགའ་  
མི་བྱེད་དེ་བདེ་བར་བྱེད་པར་ཐལ། བཟའ་བརྟུང་ཞིམ་པོ་སོགས་གྱིས་བདེ་  
བ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་བསྐྱེད་པའི་བྱིར། ཁོ་ན་རེ་ཕྱ་ངན་གྱིས་གདུངས་  
པའི་དུས་བདེ་བ་དེས་སྐྱེས་ཡོད་ཀྱང་སྤྱག་བསྐྱལ་སྟོབས་དང་ལྡན་པས་བེལ་  
གྱིས་མནན་པའི་བྱིར་གལ་ཏེ་བདེ་བ་དེ་སྟོང་བ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།

གང་ཞིག་ཉམས་སྟོང་བདག་ཉིད་མིན། །

དེ་ན་ཚོར་བ་རི་ལྟར་ཡིན། །

སྐྱུག་བསྐྱེལ་སྤྲོ་མོ་ཉིད་དུ་ཡོད། །

འདི་ཡི་རགས་པ་བསལ་མིན་ནམ། །

དེ་ནི་དེ་ལས་གཞན་དགའ་ཅམ། །

ཞེ་ན་སྤྲོ་ཉིད་དེ་ཡང་དེའི། །

གང་ཞིག་ཉམས་སྲུ་སྤྱོད་བའི་བདག་ཉིད་མིན་པ་དེ་ནི་ཆོར་བ་བདེ་བ་  
ཇི་ལྟར་ཡིན་ཏེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཉམས་སྲུ་སྤྱོད་བའི་ཕྱིར། དེ་བཞིན་དུ་བདེ་  
བ་སྟོབས་ལྡན་གྱིས་སྐྱུག་བསྐྱེལ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་བྲིལ་གྱིས་མནན་  
པ་ལ་ཡང་ལན་དུ་སྒྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་བདེ་བ་སྟོབས་ལྡན་སྤྱེས་པའི་ཆེ་ཆོར་བ་  
སྐྱུག་བསྐྱེལ་སྤྲོ་མོ་ཉིད་དུ་ཡོད་པ་སྤྱོད་བས་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མ་སྤྱོད་པ་མ་ཡིན་  
ནོ་ཞེ་ན། ཆོར་བ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་སྤྲོ་མོ་ཡོད་ན་བདེ་བ་སྟོབས་ལྡན་འདིས་སྐྱུག་  
བསྐྱེལ་ལ་གཞོན་པ་ཅི་ཞིག་བྱས་ནས་བདེ་བ་སྟོབས་ལྡན་སྤྱོད་བར་འཇོག། །  
བདེ་བ་སྟོབས་ལྡན་དེས་སྐྱུག་བསྐྱེལ་འདིའི་རགས་པ་བསལ་བ་མིན་ནམ་  
སྟེ་ཡིན་པར་འདོད་ལ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་སྤྲོ་མོ་དེ་ནི་བདེ་བ་ཆེན་པོ་དེ་ལས་གཞན་  
དགའ་བ་སྤྲོ་མོ་ཅམ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། བདེ་བ་སྤྲོ་བ་ཉིད་དེའང་བདེ་བ་དེའི་མཆན་  
ཉིད་ལས་མ་འདས་པས་བདེ་བ་སྤྲོ་མོ་ཡིན་ན་བདེ་བ་ཡིན་དགོས་པས་སོ། །

གལ་ཏེ་འགལ་སྤྱོད་སྤྱེས་པས་ན། །

སྐྱུག་བསྐྱེལ་སྤྱེས་པ་མིན་ན་ནི། །

ཆོར་བར་རྟོག་པ་མངོན་ཞེན་ཉིད། །



ཡིན་ཞེས་བྱ་བར་བྱུང་མིན་ནམ། །

བདེན་མུ་ངན་གདུང་སོགས་ལ་ཞེས་པའི་སྒྲིན་སྒྲོང་བར་འདོད་ནས་  
གལ་ཏེ་བཟའ་བཏུང་ཞིམ་པ་སོགས་ལས་བདེ་བ་སྒྲེས་པའི་ཆེ་སྤྱག་བསྐྱལ་  
དང་འགལ་བ་བདེ་བའི་རྒྱུ་སྒྲེས་པས་ན་དེའི་ཆེ་སྤྱག་བསྐྱལ་སྒྲེས་པ་མིན་  
ནོ་ཞེ་ན། བདེ་སྤྱག་གི་ཆོར་བ་རྟོག་པས་མངོན་པར་ཞེན་ཅིང་བཏགས་པ་  
ཙམ་ཉིད་ཡིན་ཞེས་བྱ་བར་བྱུང་བ་མིན་ནམ་སྟེ་བྱུང་བར་ཐལ། བཟའ་བཏུང་  
གཅིག་ཉིད་རྟོག་པའི་དབང་གིས་བདེ་སྤྱག་གཉིས་ཀའི་རྒྱུར་བཏགས་པའི་  
ཕྱིར།

གསུམ་པ་(དེས་ན་ཆོར་བ་རང་བཞིན་མེད་པར་སྒྲོམ་པའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་གནས་པར་གདམས་པ་)ནི།

དེ་ཉིད་ཕྱིར་ན་འདི་ཡི་ནི། །

གཉེན་པོ་རྣམ་དཔྱེད་འདི་བསྒྲོམ་སྟེ། །

རྣམ་བཏགས་ཞིང་ལས་བྱུང་བ་ཡི། །

བསམ་གཏན་རྣལ་འབྱོར་པ་ཡི་བས། །

ཆོར་བ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་བྱུང་བ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ན་ཆོར་བ་བདེན་  
འཛིན་འདི་ཡིན་གཉེན་པོར་ཆོར་བ་རང་བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་པའི་རྣམ་  
པར་དཔྱེད་པ་འདི་བསྒྲོམ་པར་བྱ་སྟེ། རྣམ་པར་བཏགས་ཤིང་དཔྱད་པའི་ཞིང་  
ལས་བྱུང་བའི་ཇི་ལྟ་བུ་ལ་དམིགས་པའི་ལྟ་མཐོང་དང་། ཞི་གནས་ལ་བརྟེན་  
ནས་ལྟ་མཐོང་སྒྲོམ་པའི་བསམ་གཏན་གོམས་པར་བྱས་ན་རྣལ་འབྱོར་པའི་

རྟོགས་པའི་ལུས་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པར་བྱེད་པའི་སྤྱིར་བཙས་  
ཞེས་བྱ་སྟེ་ཐ་མལ་པའི་བཙས་ཀྱིས་ལུས་རྒྱས་པར་བྱེད་པ་བཞིན་ནོ། །ཉིང་དེ་  
འཛིན་འདིས་ཐ་མལ་པའི་ལུས་ཀྱང་རྒྱ་སྤར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་སྟོང་  
ཉིད་རྟོགས་ནས་ཅེ་གཅིག་ཏུ་མཉམ་པར་འཛོག་པ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(རྒྱ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དགག་པ་)ལ་གསུམ།

དབང་དོན་སྤང་པ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དགག་ རྣམ་ཞེས་ལ་སྤང་  
པ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དགག་ །དེས་ན་དེ་གསུམ་སྤང་པ་ལས་བྱུང་བའི་  
རེག་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པའོ། །

དང་པོ་(དབང་དོན་སྤང་པ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དགག་)ནི།

གལ་ཏེ་དབང་དོན་པར་བཅས་ན། །

དེ་དག་གང་དུ་སྤང་པར་འགྱུར། །

རྟུལ་སྤོང་ལ་སྤང་པ་དགག་པར་བྱ་སྟེ་གལ་ཏེ་དབང་དོན་གཉིས་ཀྱི་  
རྟུལ་སྤོང་རབ་སྤང་ན་རྟུལ་དེ་གཉིས་ལ་བར་ཡོད་དམ་མེད། བར་བཅས་ཡིན་  
ནོ་ཞེ་ན་རྟུལ་དེ་དག་གང་དུ་སྤང་པར་འགྱུར་ཏེ་མ་སྤང་པར་ཐལ་བར་དང་  
བཅས་པའི་སྤྱིར། བར་དེར་ཡང་སྤང་མཁན་གང་རུང་གི་རྟུལ་ཡོད་ལ་དེ་ལ་  
ཡང་བར་ཡོད་པས་ཐུག་པ་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །

བར་མེད་ན་ཡང་གཅིག་ཉིད་དེ། །

གང་ཞིག་གང་དང་སྤང་པར་འགྱུར། །

རྩལ་སྤྲོ་རྩལ་སྤྲོ་ལ་འཇུག་མེད། །

དེ་ནི་སྐབས་མེད་མཉམ་པ་ཡིན། །

བར་མེད་དོ་ཞི་ན་ཡང་རྩལ་ཆ་མེད་གཉིས་སྤྲོ་པའི་ཆེ་སྤྲོ་མ་སྤྲོ་གི་  
ངོས་གཉིས་མེད་པས་བདག་ཉིད་ཐམས་ཅད་གིས་ཐམས་ཅད་དུ་སྤྲོ་དགོས་  
ལ། དེ་ལྟ་ན་གོས་གཅིག་ཏུ་འདྲེས་པས་རྩལ་གཅིག་ཉིད་དུ་འགྱུར་ལ་དེ་ལྟ་  
ན་སྤྲོ་པ་པོ་གང་ཞིག་སྤྲོ་པ་གང་དང་སྤྲོ་པར་འགྱུར་ཏེ་མི་འགྱུར་བར་ཐལ།  
དེ་ན་གཉིས་མི་འཇུག་པའི་ཕྱིར། དེ་དག་གི་རྒྱ་མཚན་ནི་རྩལ་སྤྲོ་རྩལ་སྤྲོ་  
གཞན་ལ་འཇུག་པ་སྟེ་ཐེམ་པ་མེད་དེ་རྩལ་སྤྲོ་དེ་དག་བར་སྐབས་སྟོང་པ་  
མེད་པའི་ཕྱིར་དང་པོར་ཆོད་མཉམ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བདག་ཉིད་ཐམས་ཅད་  
གིས་ཐམས་ཅད་དུ་སྤྲོ་པ་མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་བཀོད་པའོ། །

མ་ཞུགས་པ་ལ་འདྲེ་མེད་ཅིང་། །

མ་འདྲེས་པ་ལ་སྤྲོ་པ་མེད། །

ཆ་མེད་པ་ལ་འང་སྤྲོ་པ་ཞེས། །

བྱ་བ་ཇི་ལྟར་འཐད་པར་འགྱུར། །

སྤྲོ་པ་དང་ནི་ཆ་མེད་པར། །

གལ་ཏེ་མཐོང་ན་བསྟན་པར་གྱིས། །

བྱབ་པ་ཡོད་དེ་རྩལ་སྤྲོ་པ་ཚུན་མ་སྐྱགས་ཤིང་མ་ཐེམ་པ་ལ་འདྲེས་  
པ་མེད་ཅིང་མ་འདྲེས་པའི་ཆ་མེད་ལ་སྤྲོ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཆ་མེད་པ་ལ་འང་

སྤང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ཇི་ལྟར་འཐད་པར་འགྱུར་ཏེ་མི་སྤྲིད་པས་གལ་ཏེ་སྤང་བ་  
དང་ཆ་མེད་པར་ཡོད་པ་མཐོང་ན་བསྟན་པར་གྱིས་ཏེ་བསྟན་པར་མི་རྒྱས་སོ།

གཉིས་པ་(རྣམ་ཤེས་ལ་སྤང་བ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དགག་)ནི།

རྣམ་ཤེས་ལྷུས་མེད་པ་ལ་ནི། །

སྤང་བ་འཐད་པ་མ་ཡིན་ཉིད། །

ཆོག་གས་པའང་དངོས་པོ་མེད་ཕྱིར་ཏེ། །

སྤར་ནི་ཇི་ལྟར་རྣམ་དབྱུང་བཞིན། །

རྣམ་ཤེས་གཟུགས་ལྷུས་མེད་པ་ལ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་སྤང་བ་འཐད་  
པས་ཡིན་པ་ཉིད་དེ་གཟུགས་མེད་པའི་ཕྱིར། རགས་པ་ལ་སྤང་བ་དགག་པ་  
ནི་རྒྱལ་དུ་མ་ཆོག་གས་པའི་རགས་པ་ལའང་སྤང་བ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་  
མེད་དེ་དེ་ལ་བདེན་པའི་དངོས་པོ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ་སྤར་ནི་ཅི་ལྟར་ཆོག་གས་  
ཀྱི་ཆོག་གས་རྣམ་པར་དབྱུང་བ་བྱས་ནས་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་བཀག་པ་  
བཞིན་ནོ། །

གསུམ་པ་(དེས་ན་དེ་གསུམ་སྤང་བ་ལས་སྤང་བའི་རེག་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པ་)ནི།

དེ་ལྟར་རེག་པ་ཡོད་མིན་ན། །

ཆོར་བ་གང་ལས་འབྱུང་བར་འགྱུར། །

ངལ་འདི་ཅི་ཡི་དོན་དུ་ཡིན། །

## གང་གིས་གང་ལ་གཞི་དཔར་འགྱུར། །

སྒྲུབ་བཤམ་པ་ལྟར་ཡུལ་དབང་རྣམ་པའི་ཤེས་གསུམ་སྤང་བ་རང་  
 བཞིན་གྱིས་མེད་པ་དེ་ལྟར་ན་རེག་པ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཡོད་པ་མིན་  
 ན་ཆོར་བ་བདེན་པར་གྲུབ་པ་རྒྱ་གང་ལས་འབྱུང་བར་འགྱུར་ཏེ་རྒྱ་རྒྱན་པ་  
 ལ་འབྲས་བུ་བདེན་གྲུབ་བསྐྱེད་པའི་རྣམ་པ་མེད་པའི་སྤྱིར། ཆོར་བ་རང་  
 བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་ན་དེའི་དོན་དུ་ངལ་བའམ་འབད་པ་འདི་ཅིའི་དོན་  
 དུ་ཡིན་ཏེ་དོན་མེད་པས་སོ། །ཆོར་བ་སྤྱུག་བསྐྱེད་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་  
 པ་སྤང་བའི་དོན་དུ་ངལ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་མི་འཐད་དེ་ཡུལ་གང་ལས་གང་  
 ཟག་གང་ལ་གཞི་དཔར་འགྱུར་ཏེ་ཆོར་བ་སྤྱུག་བསྐྱེད་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་  
 པ་མེད་པའི་སྤྱིར། འཇིག་རྟེན་འདིར་ནི་སྤྱུག་བསྐྱེད་སྤྱིར་བཙོས་ཀྱི་བདེ་བ་  
 ཅམ་ཞིག་ཡོད་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་རང་མཆོན་པ་མེད་པ་ལྟར་བདེ་བ་རང་མཆོན་  
 པ་ནི་མེད་དོ། །དེའང་དཔེར་ན་གང་བས་ཉེན་པ་ཉི་མ་ལ་བསྐྱེད་པའི་ཆེ་གང་  
 བའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཅུང་ཟད་ཤྱགས་རྒྱུང་དུ་སོང་བའི་གནས་སྐབས་དེར་སེམ་  
 པར་མྱོང་བའི་མྱོང་བྱེད་དེ་ཆོར་བ་བདེ་བ་ཡིན་གྱི། དེའི་ཆེ་ཡང་གང་བས་  
 ཉེན་པའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཡོད་དེ་སྤྱུག་བསྐྱེད་དེ་ཟད་མ་ཐག་པར་མ་ཆད་དུ་ཆོ་  
 བའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་མགོ་བརྩམས་འོང་བའི་སྤྱིར། དེས་ན་བདེ་བར་འདོགས་  
 པའི་གཞིར་སྤྱུག་བསྐྱེད་གོས་ལ་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྒྲོ་སྒྲེ་བའི་གཞིར་བདེ་བ་མི་  
 དགོས་པས་སོ། །དཔེར་ན་སྒྲོན་པོ་དང་རིང་ཐུང་བཞིན་ནོ། །

## གང་ཆེ་ཆོར་པོ་འགའ་མེད་ཅིང་། །

ཆོར་བའང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ། །

དེ་ཆེ་གནས་སྐབས་འདི་མཐོང་ནས། །

སྲིད་པ་ཅི་ཕྱིར་ལྡོག་མི་འགྱུར། །

ཆོར་བ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་པར་རྟོགས་ན་སྲིད་པ་ལྡོག་པར་  
བསྟན་པ་ནི་གང་གི་ཆེ་ཆོར་བ་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་འགའ་ཡང་མེད་  
ཅིང་ཉམས་སུ་སྒྱུང་བུ་སོར་བའང་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་  
ཁོང་དུ་ཆུད་པ་དེའི་ཆེ་ཆོད་བུ་ཆོར་བྱེད་རང་བཞིན་མེད་པའི་གནས་སྐབས་  
འདི་མཐོང་ནས་སྲིད་པ་ཅིའི་ཕྱིར་ལྡོག་པར་མི་འགྱུར་ཏེ་བདེ་བ་ཐོབ་འདོད་  
ཀྱི་སྲིད་པ་དང་སྐྱུག་བསྐྱེད་འབྲུལ་འདོད་ཀྱི་སྲིད་པ་རྣམས་བདེན་འཛིན་གྱི་  
སྟོབས་གྱིས་འཕྲོད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གསུམ་པ་(དམིགས་ཡུལ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དགག་པ་)ནི།

མཐོང་བའམ་ནི་རེག་པ་ཡང་། །

མི་ལམ་སྐྱུ་འབྲེལ་བདག་ཉིད་ཀྱིས། །

མིག་ཤེས་ཀྱིས་མཐོང་བའམ་ནི་ལུས་ཤེས་ཀྱིས་རེག་པའང་རུང་སྟེ་  
ཆོར་བ་སྐྱེ་བའི་ཡུལ་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་སྒྲོང་བ་མི་ལམ་དང་སྐྱུ་མ་དང་  
འབྲེལ་བའི་བདག་ཉིད་ཀྱིས་ཆོར་བ་ཡང་རང་བཞིན་མེད་དོ། །

བཞི་པ་(ཆོར་བའི་ཡུལ་ཅན་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དགག་པ་)ནི།

སེམས་དང་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར། །



ཚོར་བ་དེ་ཡིས་མཐོང་མ་ཡིན། །

སྒར་དང་ཕྱི་མར་སྐྱེས་པས་ཀྱང་། །

བླ་པར་འགྱུར་གྱི་ཕྱོང་མ་ཡིན། །

ཚོར་བ་སེམས་དང་ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར་ཚོར་བ་སེམས་དེ་ཡིས་  
རང་བཞིན་གྱིས་མཐོང་བ་མ་ཡིན་ཏེ་རྩ་མ་ཐ་དད་དུས་མཉམ་པ་འབྲེལ་པ་  
མེད་པའི་ཕྱིར། ཚོར་བ་ལས་སྒར་དང་ཕྱི་མར་སྐྱེས་པས་ཀྱང་ཚོར་བ་བླ་  
པར་འགྱུར་གྱི་ཕྱོང་བ་མ་ཡིན་ཏེ་དེའི་དུས་ན་འགགས་པ་དང་མ་སྐྱེས་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །དོན་བསྟུ་བ་ནི།

རང་གིས་བདག་ཉིད་ཕྱོང་མིན་ལ། །

གཞན་དག་གིས་ཀྱང་ཕྱོང་མ་ཡིན། །

ཚོར་བ་འགའ་ཡང་ཡོད་མིན་ཏེ། །

ཚོར་བ་རང་གིས་རང་གི་བདག་ཉིད་ཕྱོང་བ་མིན་ཏེ་རང་རིག་བཀག་  
པས་ཁེགས་པའི་ཕྱིར། རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་གཞན་དག་གིས་ཀྱང་  
ཕྱོང་བ་མ་ཡིན་ཏེ་ཕྱོང་བྱ་ཕྱོང་བྱེད་འབྲེལ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཚོར་བྱེད་རང་  
བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པར་མ་བློ་ཚོར་བ་པོ་འགའ་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་  
པ་ཡོད་པ་མིན་ཏེ་གང་ཟག་གི་བདག་འགོག་པའི་སྐབས་སུ་བཀག་བཞིན་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །

དེས་ན་ཚོར་བ་དེ་ཉིད་མིན། །

དེ་ལྟར་བདག་མེད་ཆོག་ས་འདི་ལ། །

འདི་ཡིས་ཅི་སྟེ་གཞོད་པར་བྱ། །

དེས་ན་ཆོར་བ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་གྲུབ་པ་མིན་པ་དེ་ལྟར་རང་བཞིན་གྱིས་  
གྲུབ་པའི་བདག་མེད་པའི་སྤང་པོའི་ཆོར་འདི་ལ་ཆོར་བ་བདེ་བས་པན་པ་  
དང་སྤྱག་བསྐྱེད་འདི་ཡིས་ཅི་སྟེ་གཞོད་པར་བྱ་བ་སྤྱག་བསྐྱེད་རང་བཞིན་  
གྱིས་གྲུབ་པ་ཡང་མེད་པས། ཆོར་བ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཡང་མེད་པའི་  
ཆོར་བ་བླན་པ་ཉེར་གཞག་བསྐྱོམ་པ་ལ་འབད་པར་རིགས་སོ། །

གསུམ་པ་(སེམས་བླན་པ་ཉེར་གཞག་བསྐྱོམ་པ་)ལ་གཉིས།

ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་བསྟན་པ་དང་། རྣམ་ཤེས་  
ལྡན་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་བསྟན་པ་འོ། །

དང་པོ་(ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་བསྟན་པ་)ནི།

ཡིད་ནི་དབང་རྣམས་ལ་མི་གནས། །

གཟུགས་སོགས་ལ་མིན་བར་ནའང་མིན། །

ནང་ཡང་སེམས་མིན་བྱི་མིན་ཞིང་། །

གཞན་དུ་ཡང་ནི་རྟོག་མ་ཡིན། །

གང་ཞིག་ལུས་མིན་གཞན་དུ་མིན། །

འདྲེས་མིན་ལོགས་སྤྱའང་འགར་མེད་པ། །

དེ་ནི་རྩ་ཟད་མིན་དེའི་བྱིར། །

སེམས་རང་བཞིན་སྤྱང་ན་འདས། །

ཡིད་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་དེ་དབང་པོ་དྲུག་པོ་རྣམས་ལ་  
ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་མི་གནས། གཟུགས་སོགས་ཡུལ་དྲུག་ལ་རང་བཞིན་  
གྱིས་གནས་པ་མིན་ལ་དེ་དག་གི་བར་ནའང་སྟེ་དེ་གཉིས་ཆོགས་པ་ལའང་  
གནས་པ་མིན་ཏེ་དབྱ་མ་ལ་འཇུག་པ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་ཤིང་རྟེན་  
དབྱེད་པ་བདུན་དྲུག་པར་བྱའོ། །

སྤྱ་སྟོགས་པས་ནང་གི་བྱེད་པའི་སྦྱེས་བྱས་བཏགས་པའི་ནང་ནའང་  
སེམས་རང་བཞིན་གྱིས་གནས་པ་མིན་ལ། བྱི་ལག་པ་སོགས་ལའང་གནས་  
པ་མིན་ཞིང་བྱི་ནང་ལས་གཞན་དུའང་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་རྟེན་པ་མ་ཡིན་  
ལ་གང་ཞིག་ལུས་མིན་ཞིང་དེ་ལས་གཞན་དུའང་བདེན་མིན་ལ། སེམས་དེ་  
ལུས་དང་འདྲེས་པ་མིན་ཞིང་ལུས་ལས་ལོགས་སུའང་ཡན་དགར་བ་རང་  
བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་པ་དེ་ནི་རྩ་ཟད་ཀྱང་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཡོད་  
པ་མིན་པ་དེའི་བྱིར་སེམས་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ་དེ་ཉིད་རང་བཞིན་ཡ་  
ངན་ལས་འདས་པའོ། །

གཉིས་པ་(རྣམ་ཤེས་ལྟ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་བསྟན་པ་)ནི།

ཤེས་བྱ་ལས་སྤར་ཤེས་ཡོད་ན། །

དེ་ནི་ཅི་ལ་དམིགས་ནས་སྟེ། །

ཤེས་དང་ཤེས་བྱ་ལྟན་ཅིག་ན། །

དེ་ནི་ཅི་ལ་དམིགས་ནས་སྒྲེ། །

འོན་ཏེ་ཤེས་བྱའི་ཕྱིས་ཡོད་ན། །

དེ་ཆེ་ཤེས་པ་གང་ལས་སྒྲེ། །

ཤེས་བྱ་ཡུལ་ལས་སྒྲར་དབང་ཤེས་ཡོད་ན་དེ་ནི་ཅི་ལ་དམིགས་ནས་  
སྒྲེ་སྒྲེ་དམིགས་སྒྲེ་སྒྲོན་དུ་མ་སོང་བའི་ཕྱིར་ཤེས་དང་ཤེས་བྱ་དུས་ལྟན་  
ཅིག་ན་དབང་ཤེས་དེ་ནི་ཅི་ལ་དམིགས་ནས་སྒྲེ་སྒྲེ་དབང་ཤེས་མ་སྒྲེས་ན་  
དམིགས་སྒྲེ་མ་སྒྲེས་པས་བསྐྱེད་མི་རུས། དམིགས་སྒྲེ་སྒྲེས་ན་ཤེས་  
པའང་སྒྲེས་ཟིན་པས་སྐྱེད་བྱེད་དུ་དགོས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོན་ཏེ་དབང་  
ཤེས་ཤེས་བྱའི་ཕྱིས་ཡོད་ན་དེའི་ཆེ་དབང་པོའི་ཤེས་པ་སྒྲེ་གང་ལས་རང་  
བཞིན་གྱིས་སྒྲེ་སྒྲེ་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར། སྐད་ཅིག་སྒྲ་མ་ཞིག་པ་ལས་སྒྲེ་ན་ས་  
བོན་ཆོག་པ་ལས་སྒྲ་གྱ་སྒྲེ་བར་འགྱུར་བ་དང་སྒྲ་མ་མ་ཞིག་པ་ལས་གྲེ་ན་  
དུས་གཞན་གྱིས་བར་དུ་ཆོད་མ་ཆོད་གཉིས་ལས་དང་པོ་ལྟར་ན་དངོས་སྒྲ་  
སྒྲེ་བ་མི་སྤྲོད་པར་འགྱུར། ཕྱི་མ་ལྟར་ན་བདག་ཉིད་ཐམས་ཅད་དུ་མ་ཆོད་པ་  
ཡིན་ན་དུས་གཅིག་ཏུ་འདྲེས་པར་འགྱུར་ལ། ཆོད་མ་ཆོད་ཆ་གཉིས་ཡོད་ན་  
བདེན་པར་གྲུབ་པ་ཉམས་པས་བདེན་མེད་དུ་གྲུབ་པོ། །

བཞི་པ་(ཆོས་བླ་པ་ཉིད་གཞག་བསྐྱོམ་པ་)ནི།

དེ་ལྟར་ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །

སྐྱེ་བ་རྟོགས་པར་འགྱུར་མ་ཡིན། །

སྤྱི་བ་ཤད་པ་དེ་ལྟར་ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱེ་བ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་རྟོགས་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ཏེ་འཕགས་པ་སློ་གྲོས་མི་བད་པའི་མདོ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་འདུས་བྱས་དང་འདུས་མ་བྱས་ཀྱིས་བསྟུས་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པར་རྟོགས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(བདེན་གཉིས་མི་འཐད་པའི་ཚོད་པ་སྤང་བ་)ལ་གསུམ།

ཏ་ཅང་ཐལ་བ་སྤང་བ་དང་། ཐུག་མེད་དུ་ཐལ་བ་སྤང་བ་དང་། རོན་ཤེས་བདེན་པར་གྲུབ་པ་ལ་སྐྱབ་བྱེད་མེད་པར་བསྟན་པའོ། །

དང་པོ་(ཏ་ཅང་ཐལ་བ་སྤང་བ་)ལ་ཚོད་པ་ནི།

གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་ཀུན་རྫོབ་མེད། །

དེ་ལ་བདེན་གཉིས་གཤམ་ཡོད། །

གལ་ཏེ་སྤྱི་བ་ཡུལ་ཡུལ་ཅན་སྤྱི་ལ་བཏགས་ནས་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པ་བཀག་པ་དེ་ལྟར་ན་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་གྲུབ་པར་འདོད་པ་ལ་ཡང་སྐྱེན་དེ་མཚུངས་ཤིང་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པ་མི་སྲིད་ན་ཆོས་གང་ཡང་བཞག་ས་མེད་པས་ཀུན་རྫོབ་མེད་པར་འགྱུར་ཞིང་དེ་ལ་བདེན་གཉིས་གཤམ་ཡོད་དེ་གཉིས་ཀ་མེད་ལ། གལ་ཏེ་གཟུགས་སྒྲ་སོགས་སློ་ཀུན་རྫོབ་པ་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པར་ཞེན་པའི་ངོར་བདེན་པར་ཡོད་པ་ཡིན་གྱི་ཡུལ་རང་གི་ངོས་ནས་བདེན་པར་མེད་པས་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡོད་པར་བྱེད་ཀྱིས་ཁས་སྤངས་པ་ཡིན་ལ།

དེ་ཡང་ཀུན་རྫོབ་གཞན་གྱིས་ན། །

སེམས་ཅན་ཕྱ་ངན་ག་ལ་འདལ། །

དེ་ལྟ་ན་ཁྱོད་གྱི་ཀུན་རྫོབ་དེ་ཡང་ཐག་པའི་ངོས་ནས་སྤྱལ་དུ་མེད་ཀྱང་  
སྤྱལ་དུ་ཞེན་པའི་ངོར་སྤྱལ་དུ་ཡོད་པ་ལྟར་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡོད་པར་སྒྲོ་གཞན་  
གྱིས་ཡོད་པར་སྒྲོ་མས་པ་ཅམ་གྱིས་བཞག་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟ་ན་སེམས་ཅན་  
རྣམས་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡང་ཕྱ་ངན་ལས་ག་ལ་འདལ་སྟེ་ཐར་པ་ཐོབ་མི་སྲིད་པར་  
ཐལ། ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གིས་སྒྲོངས་པ་ཅམ་དུ་ཟད་པའི་ཕྱིར།  
འདོད་ན་ཐར་པ་ཐོབ་པའི་དོན་དུ་ལྟ་བ་གཏན་ལ་ཐབ་པ་དོན་མེད་པར་ཐལ་ལོ་  
ཞེན་ལན་ནི།

འདི་ནི་གཞན་སེམས་རྣམ་རྟོག་སྟེ། །

དེ་ནི་རང་གི་ཀུན་རྫོབ་མིན། །

ཕྱིས་དེ་ངས་ན་དེ་ཡོད་དེ། །

མིན་ན་ཀུན་རྫོབ་མེད་པ་ཉིད། །

དབྱ་མ་པས་ཁས་སྒྲངས་པའི་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡོད་པ་ཞེས་པ་འདི་ནི་ཞེན་  
ཡུལ་ལ་འབྱུལ་པའི་སྒྲོ་གཞན་བདེན་འཛིན་གྱི་སེམས་ཀྱི་རྣམ་རྟོག་གིས་ཡོད་  
པར་སྒྲོ་མས་པ་ཅམ་དེ་ནི་དབྱ་མ་པ་རང་གི་ལྷགས་ཀྱི་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡོད་པའི་  
དོན་མིན་ཏེ་རང་གི་ལྷགས་ནི་གནས་ལྷགས་རྟོགས་པའི་ལྟ་བའི་ཡུལ་དུ་  
འདོད་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་སྒྲོང་པ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་བསྐྱེད་



བྱ་བསྐྱེད་བྱེད་ལ་སོགས་པའི་བྱ་བྱེད་ཀྱན་རྫོབ་པ་ཡོད་པ་དེ་མ་འཆེ་ལཱ། བར་  
ཆད་པས་བྱ་བ་པའི་ཚུ་ལ་གྱིས་ངེས་པ་ཡོད་པར་འཛོག་ཐུབ་ན་དེ་ཀྱན་རྫོབ་  
ཏུ་ཡོད་པའི་དོན་ཡིན་གྱི་། དེ་ལྟ་མིན་པར་རང་ལུགས་ལ་བྱ་བྱེད་ཆད་མས་  
བྱ་བ་པར་འཛོག་མི་ཤེས་ན་ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་ཡང་བྱ་བ་པ་ཡང་མིད་པ་ཉམས་སོ། །

རྟོག་དང་བརྟག་པར་བྱ་བ་དག །

གཉིས་པོ་པན་ཚུན་བརྟེན་པ་ཡིན། །

ཇི་ལྟར་བྲགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས། །

རྣམ་པར་དབྱེད་པ་ཐམས་ཅད་བརྗོད། །

རང་ལུགས་ཀྱི་ཀྱན་རྫོབ་འཛོག་ཚུ་ལ་ནི་ཡུལ་ཅན་རྟོག་པ་དང་རྟག་  
པར་བྱ་བ་ཡུལ་གཉིས་པོ་དག་རྩ་ཤེ་ལས། བྱེད་པོ་ལས་ལ་བརྟེན་བྱས་ཤིང་  
ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་གཉིས་པོ་པན་ཚུན་བརྟེན་པ་སྟེ་སྟོས་ནས་  
འཛོག་པ་ཡིན་གྱི་རང་གི་ངོ་བོས་བྱ་བ་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་དོ། །ཇི་ལྟར་  
འཛོག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་པའི་ཆད་མ་ལ་བྲགས་པ་བཞིན་དུ་མིང་ཅམ་ལ་བརྟེན་  
ནས་རྣམ་པར་དབྱེད་པ་སྟེ་རྣམ་གཞག་ཐམས་ཅད་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ(ཐུག་མེད་དུ་ཐལ་བ་སྤང་བ་)ནི།

གང་ཆེ་རྣམ་པར་དབྱེད་པ་ཡི། །

རྣམ་དབྱེད་གྱིས་ནི་དབྱེད་བྱེད་ན། །

དེ་ཆེ་རྣམ་དབྱེད་དེ་ཡང་ནི། །

ནམ་དཔྱིད་ཕྱིར་ན་ཐུག་པ་མེད། །

གང་གི་ཆེ་ཆོས་ནམས་ལ་བདེན་པར་ཡོད་མེད་ནམ་པར་དཔྱིད་པའི་  
ནམ་དཔྱིད་གྱིས་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་སྒྲིབ་པ་དཔྱིད་པར་བྱེད་ན། དེའི་ཆེ་  
ནམ་པར་དཔྱིད་མཁན་གྱི་སྒྲོ་དེ་དབྱུང་བྱ་དེའི་ཁོངས་སུ་མི་གཏོགས་པས་  
དེ་བདེན་མེད་དུ་དབྱུང་དགོས་སམ་མི་དགོས། མི་དགོས་ན་གཞན་ལ་ཡང་  
མཚུངས་པས་ཐམས་ཅད་བདེན་མེད་ཡིན་པ་མཉམ། དགོས་ན་དཔྱིད་བྱེད་  
དེ་ཡང་ནི་ནམ་དཔྱིད་གཞན་གྱིས་བདེན་མེད་དུ་དབྱུང་དགོས་པའི་ཕྱིར་ན་  
དཔྱིད་བྱེད་ཐུག་པ་མེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། ཆོས་ཐམས་ཅད་བདེན་མེད་དུ་  
ཏོགས་པའི་ཆད་མ་དེ་ལ་དེ་ཉིད་བདེན་མེད་དུ་དཔྱིད་བྱེད་གྱི་ཆད་མ་གཞན་  
མི་དགོས་པར་ཐལ།

དབྱུང་བྱ་ནམ་པར་དབྱུང་བྱས་ན། །

ནམ་དཔྱིད་ལ་ནི་ཉེན་ཡོད་མིན། །

ཉེན་མེད་ཕྱིར་ན་མི་སྐྱེ་སྐྱེ། །

དེ་ཡང་མྱ་ངན་འདས་པར་བརྗོད། །

དབྱུང་བྱ་ཆོས་ཐམས་ཅད་བདེན་མེད་ནམ་པར་དབྱུང་པ་བྱས་ནས་  
བདེན་མེད་དུ་ནམ་པར་དཔྱིད་པའི་ཆད་མ་དེ་ལ་ནི་དེའི་འཛིན་སྟངས་མ་  
ཡལ་བ་དེ་སྤིད་དུ་སྤྲོད་ཡང་བདེན་མེད་དུ་དཔྱིད་དགོས་པའི་ཉེན་ཆོས་ཅན་  
བདེན་གྲུབ་སྒྲོ་དེའི་ངོ་བོར་ཡོད་པ་མིན་པའི་ཕྱིར། ཆོས་ཐམས་ཅད་བདེན་

སྟོང་དུ་རྟོགས་པའི་གང་ཟག་དེ་ལ་རྟོགས་ཟིན་བྱེད་པ་མ་ཉམས་པའི་བར་ལ་  
འདི་བདེན་པར་གྲུབ་བམ་མ་གྲུབ་སྟམ་དུ་དཔྱོད་པས་བྱང་པས་བྱང་པར་དུ་  
བྱས་པའི་གཞི་ཆོས་ཅན་མི་སྤྱིད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་ལྟར་སེམས་པའི་སྟོ་སྟེས་  
མ་ཐག་བདེན་པར་མེད་སྟམ་པའི་བློ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། ཆོས་  
ཐམས་ཅད་བདེན་མེད་དུ་རྟོགས་ཀྱང་སྟོ་དེ་ཉིད་ཡང་ཆད་མ་གཞན་གྱིས་  
བདེན་མེད་དུ་དཔྱོད་དགོས་པ་ཐུག་པ་མེད་པའི་སྟོན་དུ་བྱོད་ལ་འགྱུར་ཞིང་།  
དཔྱོད་བྱེད་གཞན་དགོས་ན་བདེན་འཛིན་ཀྱན་བརྟགས་ལྷག་མ་ལས་པར་  
འགྱུར་ན་བདེན་འཛིན་ཀྱན་བརྟགས་མངོན་གྱུར་མཐའ་དག་ཆད་མ་སྒྲ་མ་  
དེ་ཉིད་གྱིས་ལྟོག་ཟིན་པའི་ཕྱིར། རྟོན་ཆོས་ཅན་བདེན་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ན་  
དགག་བྱ་དང་བཀག་པ་གཉིས་ཀ་རང་བཞིན་ཉིད་གྱིས་མི་སྟོ་སྟེ་དེ་ཡང་རང་  
བཞིན་གྱིས་ཐུང་ན་འདས་པར་བརྗོད་ལ། རོན་དེ་རྟོགས་ནས་གོམས་པར་  
བྱས་པ་ལས་སྟོ་བྱར་བྱི་བྱལ་གྱི་ཐུང་འདས་ཐོབ་པར་ཡང་བརྗོད་དོ། །

གསུམ་པ་(རོན་ཤེས་བདེན་པར་གྲུབ་པ་ལ་སྟུབ་བྱེད་མེད་པར་བསྟན་པ་)ནི།

གང་གི་ལྟར་ན་འདི་གཉིས་བདེན། །

དེ་ཉིད་ཤེས་ཏུ་དཀའ་བར་གནས། །

གལ་ཏེ་ཤེས་དབང་ལས་རོན་གྲུབ། །

ཤེས་ཡོད་ཉིད་ལ་རྟོན་ཅི་ཡོད། །

འོན་ཏེ་ཤེས་བྱ་ལས་ཤེས་གྲུབ། །

དངོས་པོར་སྐྱབ་བ་གང་གི་ལྟར་ན་དོན་ཤེས་འདི་གཉིས་བདེན་པར་  
 གྲུབ་པ་དེ་ཉིད་ཤིན་ཏུ་དཀའ་བར་གནས་ཏེ་སྐྱབ་བྱེད་མེད་པའི་ཕྱིར། གལ་  
 ཏེ་ཤེས་པ་དེ་ཆོད་མ་བདེན་པར་གྲུབ་པའི་དཔེ་ལས་བདེན་གྲུབ་ཀྱི་དོན་གྲུབ་  
 པར་འཇོག་གོ་ཞེ་ན་བདེན་གྲུབ་ཀྱི་ཤེས་པ་ཡོད་པ་ཉིད་ལ་རྒྱབ་རྟེན་ཆོད་མ་  
 ཅི་ཡོད་མེད་དེ་རང་རིག་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་ཤེས་པ་གཞན་གྱིས་རིག་ན་ཐུག་  
 མེད་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། འོན་ཏེ་ཤེས་བྱ་དང་གཞལ་བྱ་བདེན་པ་བ་མངོན་  
 སུམ་གྲུབ་པ་འདི་ལས་ཤེས་པ་གྲུབ་པོ་ཞེ་ན།

ཤེས་བྱ་ཡོད་ལ་རྟེན་ཅི་ཡོད། །

དེ་སྟེ་པན་ཚུན་དབང་གིས་ཡོད། །

གཉིས་ཀ་ཡང་ནི་མེད་པར་འགྱུར། །

ཤེས་བྱ་ཡོད་པ་ལའང་རྒྱབ་རྟེན་ཅི་ཡོད་ཆོད་མས་འཇོག་ན་ངེས་ཏེ་  
 དོན་ཤེས་གཉིས་པན་ཚུན་ལྟོས་པའི་དབང་གིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། གཉིས་ཀ་  
 ཡང་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་པར་གསལ་བར་གྲུབ་པར་འགྱུར་ཏེ་  
 རིང་ཐུང་དང་པ་རོལ་ཚུ་རོལ་བཞིན་ནོ། །

གལ་ཏེ་བྱ་མེད་པ་མིན་ན། །

བྱ་ཉིད་གང་ལས་བྱུང་བ་ཡིན། །

བྱ་མེད་པར་ནི་པ་མེད་པ། །

དེ་བཞིན་དེ་གཉིས་མེད་པ་ཉིད། །

གལ་ཏེ་བྱ་མེད་ན་པ་ཡོད་པ་མིན་ཏེ་པར་འཛོག་བྱེད་མེད་པས་སོ། །  
པ་མེད་ན་བྱ་དེ་ཉིད་གང་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར་བྱ་མེད་པར་  
ནི་པ་མེད་པས་དེ་གཉིས་པན་ཚུན་སྟོས་པས་བདེན་པར་མེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་  
དོན་ཤེས་དེ་གཉིས་ཀྱང་བདེན་པར་མེད་པ་ཉིད་དོ། །

སྟུ་གུ་ས་བོན་ལས་སྐྱེ་ཞིང་། །

ས་བོན་དེ་ཉིད་ཀྱིས་རྟོགས་བཞིན། །

ཤེས་བྱ་ལས་སྐྱེས་ཤེས་པ་ཡིས། །

དེ་ཡོད་པ་ནི་ཅིས་མི་རྟོགས། །

གལ་ཏེ་སྟུ་གུ་ས་བོན་རང་བཞིན་གྱི་བྱ་བ་པ་ལས་སྐྱེས་ཤིང་ས་བོན་  
སྟུ་གུ་དེ་ཉིད་ཀྱི་རྟོགས་ཡང་དག་ལས་རྟོགས་པ་སྟེ་དཔོག་རུས་པ་དེ་བཞིན་  
དུ་ཤེས་བྱ་ལས་སྐྱེས་པའི་ཤེས་པ་བདེན་པར་བྱ་བ་པ་ཡིས། ཤེས་བྱ་དོན་  
དམ་བདེན་བྱ་བ་དེ་ཡོད་པ་ནི་ཅིས་མི་རྟོགས་ཏེ་རྟོགས་དགོས་སོ་ཞེ་ན།

སྟུ་གུ་ལས་གཞན་ཤེས་པ་ཡིས། །

ས་བོན་ཡོད་ཅིས་རྟོགས་འགྱུར་ན། །

གང་ཕྱིར་ཤེས་བྱ་དེ་རྟོགས་པ། །

ཤེས་པ་ཡོད་ཉིད་གང་ལས་རྟོགས། །

མི་འཐད་དེ་སྟུ་གུ་ལས་རྫས་གཞན་པའི་ཆད་མའི་ཤེས་པ་ཡིས་སྟུ་གུ་

མཐོང་ནས་ས་བོན་ཡོད་ཅེས་རྟོགས་པར་འགྱུར་ན་ཡང་གང་གི་ཕྱིར་ཤེས་  
བྱ་དེ་རྟོགས་པས་ཤེས་པ་ཡོད་པ་ཉིད་ཆོད་མ་གང་ལས་རྟོགས་ཏེ་རང་རིག་  
བཀག་བཞིན་པའི་ཕྱིར་དང་། རིག་བྱེད་གཞན་ཡང་སྒྲོད་ཀྱིས་ཁས་མ་སྦྱངས་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །

གསུམ་པ་(བདག་མེད་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་གཏན་ཆིགས་དགོད་པ་ལ་)གསུམ།

རྫོ་རྩེ་གཟེགས་མའི་གཏན་ཆིགས་དང་། རྟོན་འབྲེལ་གྱི་གཏན་ཆིགས་  
དང་། ཡོད་མེད་སྐྱེ་འགོག་གི་གཏན་ཆིགས་སོ། །

དང་པོ་(རྫོ་རྩེ་གཟེགས་མའི་གཏན་ཆིགས་)ལ་ལྔ།

རྒྱ་མེད་དུ་སྐྱེ་བ་དགག་པ་དང་། རྟག་པའི་རྒྱ་གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་དགག་  
པ་དང་། གཙོ་བོ་རྟག་པ་ལས་སྐྱེ་བ་དགག་པ་དང་། རྒྱ་མེད་དགག་པའི་དོན་  
བསྐྱེད་བ་དང་། བདག་གཞན་གཉིས་ཀ་ལས་སྐྱེ་བ་དགག་པ་ལོ། །

དང་པོ་(རྒྱ་མེད་དུ་སྐྱེ་བ་དགག་པ་)ནི།

རྒྱུང་པན་པ་སོགས་ན་རེ་མ་བྱའི་མདོངས་ཁྲ་ལ་སོགས་པ་འགའ་ཞིག་  
གིས་བྱེད་པར་མ་མཐོང་ལ། བདམའི་འདབ་མའི་གཙུབ་པ་དང་འཇམ་ཤ་  
སོགས་དང་ཆེར་མའི་རྫོ་བ་སོགས་བྱེད་པ་པོ་སྐྱས་ཀྱང་མ་བྱས་པས་ངོ་བོ་  
ཉིད་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།

རེ་ཞིག་འཇིག་རྟོན་མདོན་སུམ་གྱིས། །

རྒྱ་རྣམས་ཐམས་ཅད་མཐོང་བ་ཡིན། །



བསྐྱེད་སྤྱོད་བྱ་སོགས་དབྱེ་ནི། །

རྒྱ་ཡི་དབྱེ་བས་བསྐྱེད་བ་ཡིན། །

རྒྱ་དབྱེ་གང་གིས་བྱས་ཞེ་ན། །

སྤྱར་གྱི་རྒྱ་དབྱེ་ཉིད་ལས་སོ། །

ཅི་ཕྱིར་རྒྱ་ཡིས་འབྲས་སྐྱེད་རྒྱས། །

སྤྱར་གྱི་རྒྱ་ཡི་མཐུ་ཉིད་ལས། །

དེ་ནི་མི་འབྲད་དེ་རེ་ཤིག་འཇིག་རྟེན་པའི་མངོན་སུམ་གྱིས་སྟོན་ཐོག་  
ལ་སོགས་བ་ཕྱི་ནང་གི་དངོས་པོ་ཕལ་ཆེ་བ་ལ་སྐྱེད་བྱེད་གྱི་རྒྱ་རྣམས་  
ཐམས་ཅད་མཐོང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་པདམའི་སྤྱོད་བྱའི་ཁ་དོག་དང་འདབ་  
མའི་གངས་སོགས་འབྲས་བྱའི་དབྱེ་བ་ནི་རྒྱའི་འདྲ་བས་བསྐྱེད་བ་ཡིན་ལ་  
རྒྱའི་དབྱེ་བ་མི་འདྲ་བ་གང་གིས་བྱས་ཞེ་ན་སྤྱར་གྱི་རྒྱ་མི་འདྲ་བའི་དབྱེ་བ་  
ཉིད་ལས་སོ། །ཅིའི་ཕྱིར་རྒྱ་མི་འདྲ་ན་ཡིས་འབྲས་བྱ་མི་འདྲ་བ་བསྐྱེད་རྒྱས་  
ཞེ་ན་དེ་ལྟར་མི་རྒྱས་པའི་སྟོན་མེད་དེ་སྤྱར་གྱི་རྒྱའི་མཐུ་ཉིད་ལས་རྒྱ་མི་  
འདྲ་བས་འབྲས་བྱ་མི་འདྲ་བ་སོ་སོར་བསྐྱེད་རྒྱས་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་དངོས་  
པོ་འདི་རྣམས་ཆོས་ཅན་རྒྱ་མེད་མ་ཡིན་ཏེ་ཡུལ་དུས་རེས་འགའ་སྐྱེ་བར་  
དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་(རྟག་པའི་རྒྱ་གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་དགག་བ་)ལ་གསུམ།

དབང་ཕྱུག་གི་དོན་ངེས་ལ་དགག་བ་དང་། རྟག་བ་ཡིན་ན་རྒྱེན་ལྟར་

ཀྱན་གྱི་རྒྱུར་མི་རུང་བ་དང་། རྩལ་ཕྱན་རྟག་པ་རྒྱ་མེད་ཡིན་པ་དགག་པ་  
བཤད་ཅིན་ཅན་པ་དང་སྒྱུར་བའོ། །

དང་པོ་(དབང་ཕྱག་གི་དོན་ངེས་ལ་དགག་པ་)ནི།

དབང་ཕྱག་འགྲོ་བའི་རྒྱ་ཡིན་ན། །

རིགས་པ་ཅན་པ་དང་གྲེ་བྲག་པ་དང་གངས་ཅན་གྱི་སྒྲོགས་གཅིག་  
དབང་ཕྱག་ལྟར་ཁས་ལེན་པ་དག་ན་རེ་དབང་ཕྱག་རང་བྱུང་གི་ཐམས་ཅད་  
མཁྱེན་པ་དེས་གནས་ལུས་ལོངས་སྒྲིབ་ཐམས་ཅད་སྒྲོ་སྒྲོན་དུ་བཏང་ནས་  
བྱས་པ་ཡིན་པས་འགྲོ་བའི་རྒྱ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།

རེ་ཞིག་དབང་ཕྱག་གང་ཡིན་སྒྲོས། །

འབྱུང་རྣམས་ཞེ་ན་དེ་ལྟ་མོད། །

མིང་ཅམ་ལ་ཡང་ཅི་ཞིག་ངལ། །

འོན་ཀྱང་ས་སོགས་དུ་མ་དང་། །

མི་རྟག་གཡོ་མེད་ལྟ་མིན་ཞིང་། །

འགོམ་བྱ་ཉིད་དང་མི་གཙང་བས། །

དེ་ནི་དབང་ཕྱག་ཉིད་མ་ཡིན། །

རེ་ཞིག་དབང་ཕྱག་གི་དོན་གང་ཞིག་ཡིན་སྒྲོས་ཞིག་ཅེས་ངེས་པས་  
ས་ལ་སོགས་པའི་འབྱུང་བ་རྣམས་འཕེལ་འགྲིབ་ལས་འབྲས་བྱ་འཕེལ་

འགྲིབ་བྱེད་པས་འབྱུང་བ་ལ་བེར་ཏེ་ཞེ་ན་དེ་ལྟ་མོད་འབྱུང་བ་འཕེལ་འགྲིབ་  
 ལས་འབྲས་བྱ་འཕེལ་འགྲིབ་ཏུ་འབྱུང་བ་ཁོ་བོ་ཅག་ཀྱང་འདོད་མོད་གྱི། དོན་  
 བྱུང་པར་མེད་པའི་མིང་མི་འདྲ་བ་ཅུ་མ་ལ་ཡང་དབང་ཕྱུག་སྐྱབ་པའི་ཆགས་  
 ཆེན་པོས་ཅི་ཞིག་ངལ་ཏེ་ངལ་བ་བྱེད་མི་རིགས་པར་ཐལ། ཏྲག་མི་ཏྲག་  
 སོགས་དོན་གྱི་བྱུང་པར་ཆེན་པོ་ཡོད་ན་འདི་དབང་ཕྱུག་ཏུ་མི་རིགས་པ་ནི་  
 འོན་ཀྱང་ཞེས་པའོ། །ས་སོགས་འབྱུང་བ་རྣམས་རྒྱས་དུ་མའི་རང་བཞིན་  
 དང་། རྒྱུ་འཇིག་བྱེད་པའི་མི་ཏྲག་པ་དང་འབྲས་བྱ་བྱུང་པ་ལ་སློ་སློན་དུ་གཏོང་  
 བའི་གཡོ་བ་མེད་པ་དང་འབྱུང་བ་ལྟ་མིན་ཞིང་རྐང་པ་སོགས་གྱི་བསྐྱོམ་བྱ་  
 ཉིད་དང་། མི་གཙང་བ་ཡིན་པས་དེ་ནི་དབང་ཕྱུག་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ་དེ་ཏྲག་པ་  
 དང་གཅིག་ཕྱ་དང་འབྲས་བྱ་བསྐྱེད་པ་ལ་སློ་སློན་དུ་གཏོང་བ་དང་ལྟར་ཁས་  
 གུངས་ཤིང་མི་གཙང་བ་དང་བསྐྱོམ་བྱ་མིན་པར་ཁས་གུངས་པའི་བྱིར། རྣམ་  
 མཁའ་དབང་ཕྱུག་གོ་ཞེ་ན།

དབང་ཕྱུག་མཁའ་མིན་གཡོ་མེད་བྱིར། །

བདག་མིན་སྒར་ནི་བཀག་བེན་བྱིར། །

བསམ་མིན་པ་ཡི་བྱེད་པོ་ཡང་། །

བསམ་མིན་བརྗོད་པས་ཅི་ཞིག་བྱ། །

ནམ་མཁའ་ཆོས་ཅན་དབང་ཕྱུག་མིན་ཏེ་འབྲས་བྱའི་དོན་དུ་གཡོ་བ་  
 མེད་པའི་བྱིར། བདག་ཏྲག་པའང་དབང་ཕྱུག་མིན་ཏེ་ད་བཅ་རིག་གཉིས་ཀ་

སྒྲུབ་མི་བཀག་ཟིན་པའི་བྱིར། དབང་ཕྱག་དེ་བསམ་བྱ་མིན་པའི་བྱེད་པ་པོ་  
ཡིན་པས་སྒྲིབ་དེ་དག་མེད་དོ་ཞེ་ན་དེ་ཡང་བསམ་བྱ་ཡིན་པ་བྱེད་པ་པོར་  
བྱེད་པས་ཅི་ཞིག་བྱ་བྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་དབང་ཕྱག་སྒྲུབ་ཡིན་མི་ཤེས་པ་བསམ་དུ་  
མེད་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་(རྟག་པ་ཡིན་ན་རྒྱུན་ལྷན་ཀྱང་གྱི་རྒྱུར་མི་རུང་བ་)ནི།

དེས་བསྐྱེད་འདོད་པའང་གང་ཞིག་ཡིན། །

བདག་ནི་དེ་དང་ས་སོགས་དང་། །

དབང་ཕྱག་ངོ་བོའང་རྟག་མིན་ནམ། །

ཤེས་པ་ཤེས་བྱ་ལས་སྐྱེ་དང་། །

ཐོག་མེད་བདེ་སྐྱུག་ལས་ལས་ཡིན། །

དེ་ཡིས་གང་ཞིག་བསྐྱེད་པ་སྒྲོས། །

ཚོར་བ་བདེ་སྐྱུག་སོགས་ནི་སྒྲོན་གྱི་ལས་ལ་སོགས་པ་ལས་སྐྱེས་  
པ་ཡིན་ན་བྱོད་འདོད་པའི་དབང་ཕྱག་དེས་བསྐྱེད་པར་འདོད་པའི་འབྲས་བྱ་  
གང་ཞིག་ཡིན་ངེས་པས་བདག་གོ་ཞེ་ན་དེ་མ་འཐད་པར་ཐལ། བདག་དེ་དང་  
ས་སོགས་དང་དབང་ཕྱག་རང་གི་རིགས་འདྲ་བྱི་མའི་ངོ་བོའང་རུང་སྟེ་དབང་  
ཕྱག་གིས་བྱས་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བདག་དང་འབྲུང་བཞིའི་རྒྱལ་ཕྱན་དང་  
དབང་ཕྱག་སོགས་རྟག་པ་མིན་ནམ་སྟེ་རྟག་པར་ཁས་སྤངས་པས་དེ་དག་  
ལ་བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་མི་འཐད་པའི་བྱིར། དེས་ན་སྒྲུབ་སྒྲུབ་དབང་པོའི་ཤེས་པ་

སོགས་ཤེས་བྱ་སྟོན་པ་སོགས་ལས་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར་དང་། ཐོག་མ་མེད་པའི་  
དུས་ནས་ཚོར་བ་བདེ་སྤྱད་དག་མི་དགའི་ལས་ལས་སྐྱེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
དབང་ཕྱུག་དེ་ཡིས་འབྲས་བུ་གང་ཞིག་བསྐྱེད་པ་སྐྱོས་ཤིག་སྟེ་དེས་བསྐྱེད་  
པའི་འབྲས་བུ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

རྒྱ་ལ་ཐོག་མ་ཡོད་མིན་ན། །

འབྲས་བུའི་ཐོག་མ་ག་ལ་ཡོད། །

རྟག་ཏུ་ཅི་ཕྱིར་བྱེད་མིན་ཏེ། །

དེ་ནི་གཞན་ལ་སྟོས་པ་མིན། །

དེས་བྲས་མིན་གཞན་ཡོད་མིན་ན། །

དེས་འདི་གང་ལ་སྟོས་པར་འགྱུར། །

དབང་ཕྱུག་རྟག་དངོས་ཡིན་པས་དེ་ལ་ཐོག་མ་མེད་པ་ཡིན་ན་ད་ལྟར་  
གྱི་ཚོར་བ་སོགས་འབྲས་བུའི་ཐོག་མ་ག་ལ་ཡོད་དེ། དེ་རིང་གི་ཚོར་བ་ཡང་  
ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ནས་བསྐྱེད་པའི་དངོས་རྒྱ་རུས་པ་ཐོག་མེད་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། དབང་ཕྱུག་དེས་འབྲས་བུ་ཐམས་ཅད་དུས་རྟག་ཏུ་ཅིའི་ཕྱིར་བྱེད་པ་  
མིན་ཏེ་དེ་ནི་འབྲས་བུ་ཐམས་ཅད་བྱེད་པ་གང་ཞིག་རྒྱུན་གཞན་ལ་སྟོས་པ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ་དབང་ཕྱུག་དེས་བྲས་པ་མིན་པའི་འབྲས་བུ་གཞན་  
ཡོད་པ་མིན་ན་དབང་ཕྱུག་དེས་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པ་འདི་རྒྱུན་གང་ལ་སྟོས་  
པར་འགྱུར་ཏེ། ལྟན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུ་དུ་འདོད་པ་དེ་ཡང་དབང་ཕྱུག་གིས་བྱ་

དགོས་ཤིང་དེས་བྱས་པས་ཆོག་པའི་བྱིར།

གལ་ཏེ་སྟོས་ན་ཆོག་ས་པ་ཉིད། །

རྒྱ་ཡིན་འགྱུར་གྱི་དབང་ཕྱག་མིན། །

ཆོག་ས་ན་མི་སྐྱེ་དབང་མེད་ཅིང་། །

དེ་མེད་པར་ནི་སྐྱེ་དབང་མེད། །

གལ་ཏེ་དབང་ཕྱག་མི་འདོད་བཞིན། །

བྱེད་ན་གཞན་གྱི་དབང་དུ་ཐལ། །

འདོད་ན་འང་འདོད་ལ་རག་ལས་འགྱུར། །

བྱེད་ན་འང་དབང་ཕྱག་གལ་ཡིན། །

དབང་ཕྱག་གིས་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པ་གལ་ཏེ་སྟོན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུ་ལ་  
སྟོས་ན་ཉེར་ལེན་དང་སྟོན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུ་ཆོག་ས་པ་ཉིད་རྒྱ་ཡིན་པར་འགྱུར་  
གྱི་དབང་ཕྱག་རང་དབང་ཡོད་པའི་རྒྱ་མིན་པར་ཐལ། རྒྱ་རྒྱུ་ཆོག་ས་ན་  
དབང་ཕྱག་ལ་འབྲས་བུ་མི་སྐྱེད་པའི་དབང་མེད་ཅིང་ཆོག་ས་པ་དེ་མེད་པར་  
ནི་དབང་ཕྱག་གིས་ཀྱང་བསྐྱེད་པའི་དབང་ཡོད་པ་མིན་པའི་བྱིར། གལ་ཏེ་  
དབང་ཕྱག་མི་འདོད་བཞིན་དུ་འབྲས་བུ་དཔྱལ་བའི་སྐྱག་བསྐྱལ་སོགས་  
ལས་ཀྱིས་བྱེད་ན་དབང་ཕྱག་དེ་གཞན་གྱི་དབང་ཅན་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་  
བས་རང་དབང་དུ་ཐམས་ཅད་གྱི་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་པ་ཉམས་སོ། །དབང་ཕྱག་



དེ་འབྲས་བུ་བྱེད་འདོད་ནས་འབྲས་བུ་བྱེད་ནའང་འབྲས་བུ་འདོད་པ་ཙམ་ལ་  
རག་ལས་པར་འགྱུར་ལ་འདོད་པས་འབྲས་བུ་བྱེད་ནའང་དེ་དབང་ཕྱག་ག་ལ་  
ཡིན་ཏེ་འདོད་པ་མི་རྟག་པ་ཡིན་པས་སོ། །

གསུམ་པ་(རྩལ་སྟན་རྟག་པ་རྒྱ་མེད་ཡིན་པ་དགག་པ་བཤད་ཟིན་བློན་པ་དང་སྦྱར་བ་)ནི།

གང་དག་རྩལ་སྟན་རྟག་སྦྱ་བ། །

དེ་དག་ཀྱང་ནི་སྤར་བརློག་ཟེན། །

བྱེ་བྲག་པ་གང་དག་རྩལ་སྟན་རྟག་པ་འགྲོ་བ་སྣ་ཚོ་གས་ཀྱི་བྱེད་པ་  
པོར་སྦྱ་བ་དེ་དག་ཀྱང་ནི་སྤར་རྩལ་སྟན་ཆ་མེད་འགོག་པའི་རིགས་པས་ལྷོག་  
ཟིན་པས་ཤི་ཟིན་པ་ལ་མནན་མི་དགོས་སོ། །

གསུམ་པ་(གཙོ་བོ་རྟག་པ་ལས་སྦྱེ་བ་དགག་པ་)ལ་གཉིས།

འདོད་པ་དགོད་པ་དང་། དེ་སྟན་དབྱུང་བའོ། །

དང་པོ་(འདོད་པ་དགོད་པ་)ནི།

གཙོ་བོ་རྟག་པ་འགྲོ་བ་ཡི། །

རྒྱ་ཡིན་པར་ནི་གངས་ཅན་འདོད། །

སྤྱིང་སྟོབས་རྩལ་དང་ཐུན་པ་ཞེས། །

བྱ་བའི་ཡོན་ཏན་མཉམ་གནས་ནི། །

གཙོ་བོ་ཞེས་བྱར་རབ་བརྗོད་དེ། །

མི་མཉམ་འགྲོ་བ་ཡིན་པར་བརྗོད། །

གངས་ཅན་པ་ན་རེ་རང་བཞིན་ལས་ཆེན་པོ་དེ་ལས་ངར་རྒྱལ་ཏེ། །དེ་  
ལས་ཆོགས་ནི་རྣམ་པ་བརྩ་བྱག་འབྱུང་། །བརྩ་བྱག་པོ་ནི་རྣམ་པར་འགྱུར་བ་  
སྟེ། །སྐྱེས་བྱ་རང་བཞིན་མ་ཡིན་རྣམ་འགྱུར་མིན། །ཞེས་ཤེས་བྱ་ཉིད་ལྟ་ཡོད་  
པའི་ནང་ནས་གཙོ་བོ་རྟག་པ་ཡིན་པ་གཅིག་ཤུ་ཡིན་པ་སོགས་མཆན་ཉིད་ལྟ་  
ལྟར་དེ་རྣམ་འགྱུར་སྣ་ཆོགས་པའི་འགྲོ་བའི་རྒྱ་ཡིན་པར་ནི་གངས་ཅན་འདོད་  
དོ། །བདེ་སྤྱུག་བཏང་སྟོམས་གསུམ་གྱི་མིང་གི་རྣམ་གངས་སྟོང་སྟོབས་དང་  
རྒྱལ་དང་ཐུན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཡོན་ཏན་གསུམ་ཆ་མཉམ་པའི་གནས་སྐབས་  
ན་གཙོ་བོ་ཞེས་བྱར་རབ་ཏུ་བརྗོད་དེ་དེ་གསུམ་ཆ་མི་མཉམ་པ་འདི་ནི་འགྲོ་  
བ་སྟེ་རྣམ་འགྱུར་ཡིན་པར་བརྗོད་དོ། །

གཉིས་པ་(དེ་སྤྱན་དབྱང་བ་)ལ་གཉིས།

དངོས་དང་། དབྱ་མ་པ་ལ་སྐྱོན་མི་མཚུངས་པའོ། །

དང་པོ་(དངོས་)ལ་གསུམ།

གཙོ་བོ་ཆ་མེད་གྱི་རྟག་པ་རྣམ་འགྱུར་རྣམས་གྱི་རང་བཞིན་ཡིན་པ་  
དགག་པ་དང་། རྟག་པ་ཡིན་པ་དགག་པ་དང་། འབྲས་བུ་སྤར་མེད་གསར་སྐྱེ་  
མི་སྲིད་པ་དགག་པའོ། །

དང་པོ་(གཙོ་བོ་ཆ་མེད་གྱི་རྟག་པ་རྣམ་འགྱུར་རྣམས་གྱི་རང་བཞིན་ཡིན་པ་དགག་པ་)ནི།

གཅིག་ལ་རང་བཞིན་གསུམ་ཉིད་ནི། །

རིགས་མིན་དེས་ན་དེ་ཡོད་མིན། །

དེ་བཞིན་ཡོན་ཏན་ཡོད་མིན་ཏེ། །

དེ་ཡང་སོ་སོར་རྣམ་གསུམ་སྤྱིར། །

ཡོན་ཏན་མེད་ན་སྤྱོད་སོགས་ཀྱང་། །

ཡོད་ཉིད་ཤེས་ཏུ་རྒྱུ་རིང་འགྱུར། །

ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དང་གཙོ་བོ་ཆ་མེད་གཅིག་  
ལ་བདེ་སོགས་རང་བཞིན་གསུམ་ཡོད་ན་དེ་རིགས་པ་མིན་པར་ཐལ།  
གཅིག་ཡིན་པ་མི་སྤྱིད་པར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར། དེ་མི་སྤྱིད་ན་དུ་མཁའ་མི་སྤྱིད་  
པས་གཏན་མེད་དུ་འགྱུར་རོ། །རྒྱ་མཚན་དེས་ན་ཡོན་ཏན་གསུམ་གྱི་རང་  
བཞིན་གྱི་གཙོ་བོ་ཆ་མེད་ཡོད་པ་མིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཡོན་ཏན་ཉིད་ཀྱང་  
གཅིག་ཏུ་བདེན་པར་ཡོད་པ་མིན་ཏེ་དེ་ཡང་སོ་སོར་རེ་རེ་རྣམ་པ་གསུམ་  
གསུམ་དུ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། དེ་ལྟར་དབྱེད་པ་ན་ཡོན་ཏན་གསུམ་ཆ་མཉམ་པའི་  
གཙོ་བོ་དེ་ན་སྤྱོད་སོགས་ཀྱང་ཡོད་པ་ཉིད་ཤེས་ཏུ་རྒྱ་རིང་དུ་འགྱུར་ཏེ་དེ་ཙམ་  
ལྷ་གཙོ་བོའི་རྣམ་འགྱུར་དུ་ཁས་སྦྱངས་པའི་སྤྱིར་རོ། །

སེམས་མེད་གོས་ལ་སོགས་པ་ལ། །

བདེ་སོགས་ཡོད་པ་སྤྱིད་པའང་མིན། །

དངོས་རྣམས་དེ་རྒྱུའི་རང་བཞིན་ན། །

དངོས་པོ་རྣམ་དབྱེད་མ་བཞིན་ནལ། །

སེམས་མེད་བཅའ་པོ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་གོས་ལ་སོགས་པ་ལ་ཆོས་ཅན་

བདེ་སོགས་གྲུབ་སྡེ་རྩལ་གཅིག་གི་རང་བཞིན་དུ་ཡོད་པར་སྲིད་པའང་  
མིན་པར་ཐལ་ལོ། །གོས་ལ་སོགས་པ་རྣམ་འགྱུར་གྱི་དངོས་པོ་རྣམས་བདེ་  
སོགས་དེའི་རྒྱུ་རྐྱེད་རང་བཞིན་དུ་བདེན་ན་དངོས་པོ་རྣམས་བདེན་པར་གྲུབ་པ་  
རྣམ་པར་དབྱུང་བེན་པ་མིན་ཏེ་བདེན་པ་བཀག་བེན་པའི་ཕྱིར།

སྟོན་གྱི་རྒྱུ་ཡང་བདེ་སོགས་ཉིད། །

དེ་ལས་སྣམ་སོགས་འབྱུང་བའང་མེད། །

སྣམ་སོགས་ལས་ནི་བདེ་སོགས་ཡིན། །

དེ་མེད་ཕྱིར་ན་བདེ་སོགས་མེད། །

སྟོན་གྱི་ལྟར་ན་སྣམ་སོགས་གྱི་རྒྱུ་ཡང་བདེ་སོགས་ཆ་མཉམ་པའི་  
གཙོ་བོ་ཉིད་ཡིན་ན་གཙོ་བོ་དེ་ལས་སྣམ་སོགས་འབྱུང་བའང་མེད་དེ་གཙོ་བོ་  
མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར། སྣམ་སོགས་ལས་ནི་བདེ་སོགས་སྐྱེ་བ་ཡིན་ན་ཕྱིས་སྣམ་  
བྱ་སོགས་དེ་མེད་པའི་ཕྱིར་ན་བདེ་སོགས་ཆ་མཉམ་པའི་གཙོ་བོ་ཡང་མེད་  
པར་འགྱུར་ཏེ་རྒྱུ་མེད་པའི་འབྲས་བྱ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རིགས་ཏེ་  
གཙོ་བོ་རྟག་དངོས་སུ་ཁས་སྦྱངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་(རྟག་པ་ཡིན་པ་དགག་པ་)ནི། །

བདེ་སོགས་རྟག་པ་ཉིད་དུ་ཡང་། །

ནམ་ཡང་དམིགས་པ་ཡོད་མ་ཡིན། །

བདེ་སོགས་གསལ་བ་ཡོད་ཉིད་ན། །

མྱོང་བ་ཅི་ཕྱིར་འཇིན་མ་ཡིན། །

དེ་ཉིད་སྤྲ་མོར་གྱུར་ན་དེ། །

རགས་དང་སྤྲ་བའང་ངེ་ལྟར་ཡིན། །

རགས་པ་དོར་ནས་སྤྲ་གྱུར་པས། །

སྤྲ་རགས་དེ་དག་མི་ཉག་ཉིད། །

བདེ་སོགས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཉག་པ་ཉིད་དུ་ཡང་ནམ་ཡང་ཡོད་པ་མ་  
ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཚད་མས་དམིགས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གལ་  
ཏེ་བདེ་བའི་གསལ་བ་ཉག་པའི་དངོས་པོར་ཡོད་པ་ཉིད་ཡིན་ན་སྤྱག་བསྐྱེལ་  
སྤྱེས་པའི་དུས་ན་ཡང་བདེ་བ་མྱོང་བ་ཅི་ཕྱིར་འཇིན་མ་ཡིན་ཏེ་འཇིན་པར་  
ཐལ། དེའི་ཆེ་བདེ་བ་དེ་ཉིད་སྤྲ་མོར་གྱུར་ན་དེ་རགས་པ་དང་དེ་དོར་ནས་སྤྲ་  
བའང་ངེ་ལྟར་ཡིན་ཏེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཉག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བདེ་སོགས་  
སྤྲ་བ་དོར་ནས་རགས་པ་དང་རགས་པ་དོར་ནས་སྤྲ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། སྤྲ་  
རགས་དེ་དག་མི་ཉག་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བར་ཐལ་ལོ། །

དེ་བཞིན་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ནི། །

མི་ཉག་ཉིད་དུ་ཅིས་མི་འདོད། །

རགས་པ་བདེ་ལས་གཞན་མིན་ན། །

བདེ་བ་གསལ་བ་མི་ཉག་ཉིད། །

དེ་བཞིན་དུ་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ནི་ཆོས་ཅན་མི་རྟག་པ་ཉིད་དུ་ཅིས་  
 མི་འདོད་དེ་འདོད་རིགས་པར་ཐལ། རང་བཞིན་གཞན་དང་གཞན་དུ་འགྱུར་  
 བའི་ཕྱིར། །རགས་པ་བདེ་བ་ལས་གྲུབ་སྡེ་རྫས་གཞན་ནམ་རྫས་གཞན་  
 མིན། དང་པོ་ལྟར་ན་རགས་པ་ལོག་ཀྱང་བདེ་བ་སྟོང་བར་འགྱུར་བས་བདེ་  
 བ་གསལ་བར་སྟོང་བ་རགས་པ་ཉིད་ཡིན་པ་ཉམས་སོ། །རྫས་གཞན་མིན་  
 ན་བདེ་བ་ཡང་གསལ་བར་མི་རྟག་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཏེ་རགས་པ་འགགས་  
 ན་བདེ་བ་ཡང་འགག་པས་སོ། །འདོད་ན་བདེ་སོགས་ཀྱི་རང་བཞིན་རྟག་པ་  
 ཉམས་སོ། །

གསུམ་པ་(འབྲས་བུ་སྒར་མེད་གསར་སྐྱེ་མི་སྐྱིད་པ་དགག་པ་)ནི།

གལ་ཏེ་མེད་པ་འགའ་ཡང་ནི། །

སྐྱེ་མིན་མེད་ཕྱིར་ཞེས་འདོད་ན། །

གསལ་བ་མེད་པ་སྐྱེ་བར་ནི། །

སྟོན་མི་འདོད་ཀྱང་གནས་པ་ཉིད། །

གལ་ཏེ་སྐྱེ་ན་རྒྱ་དུས་ན་ཡོད་དགོས་པས་རྒྱ་དུས་ན་མེད་པ་འགའ་  
 ཡང་ནི་སྐྱེ་བ་མིན་ཏེ་རྒྱུ་ལྡི་རང་བཞིན་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཅིས་འདོད་ན་སྟོན་གྱི་  
 སྐྱེ་བའི་དོན་གང་ཡིན། རང་བཞིན་སྒར་ཡོད་ཀྱང་གནས་སྐྱབས་སྒོ་ཡུལ་དུ་  
 སྒར་མི་གསལ་བ་མངོན་པར་གསལ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་མངོན་པར་གསལ་བ་  
 རྒྱ་དུས་ན་མེད་པར་སྐྱེ་བ་ནི་ཁས་སྦངས་པས་སྒར་མེད་གསར་སྐྱེ་ལྡི་འབྲས་



བྱ་བྱད་མི་འདོད་ཀྱང་གནས་པ་ཉིད་དེ་དོན་ཁས་སྦངས་ནས་ཐ་སྙད་མི་འདོད་  
པ་ཙམ་དུ་བྱད་དོ། །

ཡང་ན་གསལ་བ་སྟེ་རྣམ་འགྱུར་སྒྲུབ་མེད་གསར་སྟེ་བྱོད་མི་འདོད་  
ཀྱང་གནས་པ་ཁས་སྦངས་དགོས་སོ་ཞེས་བཤད་དོ། །

གལ་ཏེ་རྒྱ་ལ་འབྲས་གནས་ན། །

བན་བ་མི་གཙང་བ་བར་འགྱུར། །

རས་གྱི་རིན་གྱིས་རས་བལ་གྱི། །

ས་བོན་ཉོས་ལ་བགོ་བར་གྱིས། །

གལ་ཏེ་རྒྱ་ལ་འབྲས་བྱ་རང་བཞིན་ཐ་མི་དད་གྱི་ཚུ་ལ་དུ་གནས་ན་བན་  
བ་བ་མི་གཙང་བ་བ་བར་འགྱུར་བར་ཐལ། བན་གྱི་རང་བཞིན་དང་མི་གཙང་  
བའི་རང་བཞིན་ཆ་མེད་གྱི་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཙུ་བོ་དེ་ཉིད་ཆོས་  
རྣམས་གྱི་རང་བཞིན་དང་གནས་ལུགས་དང་དོན་དམ་པ་དང་ཆ་མེད་གྱི་རྟག་  
པར་ཁས་སྦངས་ལ། བན་གྱི་རང་བཞིན་དང་མི་གཙང་བའི་རང་བཞིན་གཅིག་  
ཏུ་ཁས་སྦངས་པས་སོ། །གཞན་ཡང་རས་གྱི་རིན་གྱིས་རས་བལ་གྱི་ས་བོན་  
ཉོས་ལ་བགོ་བར་གྱིས་ཏེ་གོན་པས་ཆོག་པར་ཐལ་རས་གོས་གྱི་རང་བཞིན་  
དང་རས་བལ་གྱི་ས་བོན་གྱི་རང་བཞིན་ཆ་མེད་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

འཇིག་རྟེན་ཚོངས་པས་མ་མཐོང་ན། །

དེ་ཉིད་ཤེས་གྱིས་བཞག་དེ་ཉིད། །

ཤེས་དེ་འཇིག་རྟེན་ལ་ཡང་ནི། །

ཡོད་པས་ཅི་སྟེ་མཐོང་མ་ཡིན། །

འཇིག་རྟེན་ཆད་མ་ཉིད་མིན་ན། །

གསལ་བ་མཐོང་བའང་བདེན་མ་ཡིན། །

གལ་ཏེ་དེ་གཉིས་རང་བཞིན་གཅིག་ཡིན་ཡང་འཇིག་རྟེན་སྒྲིངས་པས་  
རྒྱ་དུས་ན་འབྲས་བུ་ཡོད་པ་མ་མཐོང་བས་ན་རས་བལ་གྱི་ས་བོན་མི་གོན་པ་  
ཡིན་ལོ་ཞེ་ན། འོ་ན་གངས་ཅན་ཁྱོད་ཀྱི་སྟེན་པ་བྲང་སྒྲིང་སྒྲིང་སྒྲིང་ས་ལ་སོགས་  
པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པར་འདོད་པས་རྒྱ་དུས་ན་འབྲས་བུ་ཡོད་པའི་དེ་ཉིད་  
ཤེས་པ་ཉིད་ཀྱིས་བཞག་པ་དེ་ཉིད་ཁྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་ཤེས་པས་ཁྱོད་ཟན་ཟ་མི་  
གཙང་ཟ་བ་སོགས་སྲུ་འགྲུར་རོ། །ཁྱོད་ཀྱི་ལུགས་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་པ་ལ་  
ཡང་ནི་དེ་ཉིད་ཤེས་པ་ཡོད་པས་རྒྱ་དུས་ན་འབྲས་བུ་ཡོད་པ་ཅི་སྟེ་མཐོང་  
མ་ཡིན་ཏེ་མཐོང་བར་ཐལ། རྒྱ་དུས་ན་འབྲས་བུ་ཡོད་པ་གངས་ཅན་ཀྱིས་  
བཞག་པ་དེ་ཤེས་པའི་ཕྱིར། ཡང་རྒྱང་པ་སྒྲུ་མ་ལ་དེ་ཉིད་ཤེས་པར་འདོད་  
པའི་ཁྱོད་ཀྱི་སྟེན་པས་ཀྱང་རས་བལ་གྱི་ས་བོན་མི་གོན་པར་རས་གོས་ནན་  
ཀྱིས་ཁྱོན་པར་མཐོང་བས་རྒྱ་དུས་ན་འབྲས་བུ་མེད་པར་གསལ་ལོ། །གལ་  
ཏེ་འཇིག་རྟེན་པའི་མཐོང་བ་ཆད་མ་ཉིད་མིན་པས་ན་མི་རྟོགས་པ་ཡིན་ལོ་ཞེ་  
ན། འོ་ན་འཇིག་རྟེན་པས་གསལ་བ་རྣམ་འགྲུར་མདོན་དུ་གྱུར་པའི་རང་བཞིན་  
མཐོང་བའང་བདེན་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འཇིག་རྟེན་པའི་མཐོང་བ་ཆད་མ་མ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་(དབུ་མ་པ་ལ་སྟོན་མི་མཚུངས་པ་)ནི།

གལ་ཏེ་ཆད་མ་ཆད་མིན་ན། །

དེས་གཞལ་བརྟུན་པར་མི་འགྱུར་རམ། །

དེ་ཉིད་དུ་ན་སྟོང་པ་ཉིད། །

སྟོམ་པ་དེ་ཕྱིར་མི་འཐད་འགྱུར། །

གལ་ཏེ་བྲིད་ལྟར་ན་ཡང་ཆད་མ་དོན་དམ་པར་ཆད་མ་མིན་ན་རྟུན་  
པའི་ཆད་མ་དེས་གཞལ་བྲ་གཞལ་བའང་གཞལ་བ་ལྟར་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིན་ཅི་  
ལོག་རྟུན་པར་མི་འགྱུར་ཏེ་འགྱུར་བར་ཐལ། འཇལ་བྲད་ཆད་མ་རྟུན་པ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། རྒྱ་མཚན་དེ་ཉིད་དུ་ན་བྲིད་འདོད་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་བསྟོམ་པ་ཕྱིན་  
ཅི་མ་ལོག་པ་མི་འཐད་པར་འགྱུར་ཏེ་དེ་འཇལ་བྲད་ཀྱི་ཆད་མ་རྟུན་པ་ཡིན་པ་  
དེའི་ཕྱིར་ཅི་ན་ཤེས་བྲ་ཆོས་ཅན། ཁོ་བོ་ཅག་ལ་སྟོང་ཉིད་འཇལ་བའི་ཆད་མ་  
རྟུན་པ་དང་དེས་བཞག་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱང་རྟུན་པ་ཡིན་པར་ཆོས་འཐད་དེ།  
རྟོག་པས་བདེན་པའི་དངོས་པོ་བཞག་པའི་དགག་པ་ངེས་པ་དེ་དགག་བྲའི་  
རྣམ་པར་ཤར་བ་ལ་རག་ལས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།

བརྟགས་པའི་དངོས་ལ་མ་རེག་པར། །

དེ་ཡི་དངོས་མེད་འཇིན་མ་ཡིན། །

དེ་ཕྱིར་བརྟུན་པའི་དངོས་གང་ཡིན། །

དེ་ཡི་དངོས་མེད་གསལ་བར་བརྟུན། །

བརྟགས་པའི་དངོས་པོ་བདེན་གྲུབ་ལ་རྟོག་པས་མ་རིག་པར་ཉེ་བདེན་  
གྲུབ་ཀྱི་རྣམ་པ་མ་ཤར་བར་བདེན་སྟངས་དེའི་དངོས་པོར་བདེན་མེད་དེ་རྟོག་  
པས་འཇིན་པ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེའི་སྤྱིར་དགག་བྱ་རྟུན་པའི་དངོས་པོ་གང་  
ཡིན་པ་དེ་མི་སྲིད་པས་དགག་བྱ་དེ་བཀག་པ་དེ་འདི་དངོས་མེད་གསལ་བར་  
རྟུན་ནོ། །སྤྱི་མའི་དཔེ་ནི་རྟོག་པ་ལ་མོ་ཤམ་བྱའི་རྣམ་པ་མ་ཤར་བར་མོ་ཤམ་  
བྱ་ཤི་བའི་རྣམ་པ་མི་འཆར་བ་བཞིན་ནོ། །

དགག་བྱ་བཀག་པའི་བདེན་སྟངས་བདེན་པར་གྲུབ་ན་རིག་ཤེས་རྗེས་  
དཔག་ལ་བདེན་སྟངས་སྣང་བ་བདེན་པར་གྲུབ་དགོས་ལ། དེ་ལྟ་ན་ཡ་གྲུ་ལ་  
བཀག་པའི་ཚོགས་པ་མི་སྲིད་ཅིང་དེ་ལ་དགག་བྱ་བདེན་པར་སྣང་བས་  
བདེན་སྣང་ཡང་བདེན་པར་གྲུབ་དགོས་ལ་དེ་ལྟ་ན་བདེན་གྲུབ་ཡོད་དགོས་ན་  
དེ་མེད་པའི་སྤྱིར། དེ་བཀག་པའི་བདེན་སྟངས་ཡང་རྟུན་པ་ཡིན་ཀྱི་བདེན་པར་  
མ་གྲུབ་པོ། །དེ་ནི་རྩ་ཤི་ལས། གལ་ཉེ་མི་སྟངས་ཅུང་ཟད་ཡོད། །ཅེས་སོགས་  
ཀྱི་དོན་བརྟན་པ་ཡིན་ནོ། །བདེན་གྲུབ་ཀྱི་སྤྱི་མ་ཤར་བར་བདེན་སྟངས་ལེགས་  
པར་མི་ངེས་པས་སྟངས་ཉིད་ངེས་པ་དགག་བྱའི་ཆད་འཇིན་ལ་མཁས་དགོས་  
པ་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་མི་ལམ་བྱ་ཤི་ལ། །

དེ་མེད་སྤྱུམ་པའི་རྣམ་རྟོག་ནི། །

དེ་ཡོད་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཡི། །

## གོགས་ཡིན་དེ་ཡང་བརྟུན་པ་ཡིན། །

རྒྱ་མཚན་དེས་ན་དཔེར་ན་མི་ལམ་དུ་བྱ་ཞི་བ་དམིགས་པ་ལ་བྱ་དེ་  
མེད་སྒྲུལ་པའི་རྣམ་ཏྲོག་ནི་བྱ་དེ་ཡོད་སྒྲུལ་པའི་རྣམ་པར་ཏྲོག་པའི་གོགས་  
ཡིན་ཡང་མི་ལམ་གྱི་སྤང་གཉན་གཉིས་པོ་དེ་ཡང་རྟུན་པ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་  
གཉན་པོ་རྟུན་པས་སྤང་བྱ་རྟུན་པ་འཛོམས་པ་དང་། ཚད་མ་རྟུན་པས་གཞལ་  
བྱ་རྟུན་པ་འཇམ་བ་མི་འགལ་ལ་གངས་ཅན་གྱིས་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་བདེན་  
བྱུང་ཏུ་ཁས་སྤངས་པས་ཚད་མ་རྟུན་པ་འཛོག་མི་ཤེས་པས་མི་མཚུངས་སོ།།

བཞི་པ་(རྒྱ་མེད་དགག་པའི་དོན་བསྟུ་བ་)ནི།

## དེ་བས་དེ་ལྟར་རྣམ་དབྱེད་པས། །

## འགའ་ཡང་རྒྱ་མེད་ཡོད་མ་ཡིན། །

རྒྱ་མཚན་དེ་བས་ན་སྤར་བ་ཤད་པ་དེ་ལྟར་རིགས་པས་རྣམ་པར་  
དབྱེད་པས་དབང་ཕྱག་དང་གཙོ་བོ་སོགས་མི་མཐུན་པའི་རྒྱ་ལས་སྐྱེ་བ་མི་  
སྲིད་པར་མ་ཟད། འབྲས་བུ་འགའ་ཡང་རྒྱ་མེད་པས་སྐྱེ་བ་ཡང་ཡོད་པ་མ་  
ཡིན་ཞེས་རྒྱ་མེད་ལས་སྐྱེ་བ་ཞིགས་པའི་མཐུག་བསྟུས་པ་ཡིན་ནོ། །

ལྔ་པ་(བདག་གཞན་གཉིས་ཀ་ལས་སྐྱེ་བ་དགག་པ་)ནི།

གཞུང་རྒྱུ་པ་བཞི་པོ་འདིས་ཐུགས་ལས་སྐྱེ་བ་བཀག་པའི་མཐུག་  
རྒྱུ་ལ་སྐྱར་ཡང་རུང་ཞིང་རང་བཞན་གཉིས་ཀ་ལས་སྐྱེ་བ་འགོག་པའི་  
རིགས་པ་ལ་ཡང་སྐྱར་རོ། །

སོ་སོ་བའམ་འདུས་པ་ཡི། །

རྒྱུན་རྒྱུས་ལ་ཡང་གནས་མ་ཡིན། །

གཞན་ནས་འོངས་པའང་མ་ཡིན་ལ། །

གནས་པ་མ་ཡིན་འགྲོ་མ་ཡིན། །

སྐྱ་གྲུ་ལ་སོགས་པའི་འབྲས་བུ་རྒྱུས་ཆུ་ལུང་དོད་གཤེར་ལ་སོགས་  
པ་སོ་སོ་བ་རྒྱུས་ལ་གནས་པའམ་ཐམས་ཅད་འདུས་པའི་རྒྱུན་རྒྱུས་ལ་  
ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་འཁར་གཞོང་ལ་རྒྱ་ཤྱག་བརྟེན་པའི་ཚུལ་དུ་གནས་  
པ་མ་ཡིན་ཏེ་དེ་ཡོད་ན་དམིགས་སུ་རུང་བ་ལས་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་དང་  
དེའི་དུས་ན་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ་རྒྱུན་རྒྱུས་པར་མ་འགྱུར་བར་གྱུར་གྱུ་  
མི་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱུན་དེ་རྒྱུས་ལས་གཞན་ལས་འདས་པའང་མ་ཡིན་  
ལ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ཚུལ་གྱིས་གྲུབ་ཟིན་གནས་པ་མ་ཡིན་ཞིང་  
འགགས་ནས་གཞན་དུ་འགྲོ་བ་ཡང་མ་ཡིན་པས་རང་བཞིན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་  
མེད་ལ། དེའི་ཕྱིར་བདག་ལས་སྐྱེ་བ་དང་གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་དང་། བདག་  
གཞན་གཉིས་ཀ་ལས་སྐྱེ་བ་ཡང་མེད་དོ། །མདོར་ན་སྤང་པོ་དང་གང་ཟག་  
ཆོས་ཅན་རང་བཞིན་གྱིས་ཀྱེ་བ་མེད་དེ། བདག་ལས་ཀྱང་མི་སྐྱེ་གཞན་ལས་  
ཀྱང་མི་སྐྱེ་གཉིས་ཀ་ལས་ཀྱང་མི་སྐྱེ་རྒྱ་མེད་ལས་ཀྱང་མི་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར། ཅེས་  
པའི་སྒྲུབ་ཆོས་བསྐྱབ་པ་ཡིན་ནོ། །



གཉིས་པ་ (རྟོན་འབྲེལ་གྱི་གཏན་ཆིགས་) རྟོ།

ཚྲོངས་པས་བདེན་པར་གང་བྱས་འདི། །

སྐྱུ་མ་ལས་ནི་བྱད་ཅི་ཡོད། །

རྟོན་ཚྲོངས་ཅན་གྱི་ཚྲོངས་པ་མ་རིག་པས་བདེན་པར་གང་བྱས་ཤིང་  
བཏགས་པའི་དངོས་པོ་འདི་སྐྱུ་མ་དང་མི་ལམ་དང་གཟུགས་བརྟན་སོགས་  
ལས་ནི་བྱད་ཅི་ཡོད་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པས་སྟོང་བཞིན་དུ་རང་བཞིན་  
གྱིས་གྲུབ་པར་སྦྱང་བའི་ཕྱིར།

སྐྱུ་མས་སྐྱུ་ལ་པ་གང་ཡིན་དང་། །

རྒྱ་རྣམས་གྱིས་ནི་གང་སྐྱུ་ལ་པ། །

དེ་ནི་གང་ནས་འོངས་གྱུར་ཅིང་། །

གང་དུ་འགྲོ་བའང་བཏགས་པར་གྱིས། །

སྐྱུ་མ་མཁན་གྱིས་སྐྱུ་ལ་པ་སྐྱུ་མའི་རྟ་སྒྲང་སོགས་གང་ཡིན་པ་དང་རྒྱ་  
རྒྱུ་རྣམས་གྱིས་ནི་གང་སྐྱུ་ལ་པའི་དངོས་པོ་དེ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་ན་  
སྐྱེས་པའི་ཆེ་གཞན་ནས་འོང་དགོས་ཤིང་། འགགས་པའི་ཆེ་གཞན་དུ་འགྲོ་  
དགོས་ན་གང་ནས་འོངས་པར་འགྱུར་ཞིང་གང་དུ་འགྲོ་བའང་ཏགས་པར་གྱིས་  
ཏེ་འགྲོ་འོང་རང་བཞིན་མེད་པས་གང་ཟག་དང་ཕྱང་པོ་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་  
གྱིས་མེད་དེ་རྟོན་འབྲེལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དཔེར་ན་གཟུགས་བརྟན་བཞིན་ཞེས་  
པའོ། །

གང་ཞིག་གང་ནི་ཉི་བ་ཡིས། །

མཐོང་གྱུར་དེ་མེད་ན་མིན་པ། །

བཅོས་སུ་གཟུགས་བརྟན་དང་མཚུངས་པ། །

དེ་ལ་བདེན་ཉིད་རི་ལྟར་ཡོད། །

འདུ་བྱེད་དང་སྒྲུ་གྲུ་ལ་སོགས་པའི་འབྲས་བུ་གང་ཞིག་མ་རིག་པ་དང་  
ས་བོན་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་གང་དང་ནི་ཉི་བ་ཡིས་སྐྱེ་བ་མཐོང་བར་འགྱུར་  
བ་རྒྱ་དེ་དག་མེད་ན་སྐྱེ་བ་མིན་པ་བཅོས་སུ་ཡིན་པས་གཟུགས་བརྟན་དང་  
མཚུངས་པ་དེ་ལ་བདེན་པར་གྲུབ་པ་ཉིད་རི་ལྟར་ཡོད་དོ་མེད་དོ། །སྐྱེ་མ་ཞེས་  
པ་བཞིས་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རྟགས་གྱི་བྲུབ་པ་བསྐྱབས་པ་དང་། དེ་ནས་རྟག་པ་  
བྱེད་དང་གསུམ་གྱིས་གཏན་ཆིགས་དང་། དེ་ནས་བྱེད་གྱིས་དེ་དང་ཐ་མས་  
དམ་བཅའ་བསྟན་ཏོ། །རྒྱས་པར་ཤེས་པར་འདོད་ན་འཇུག་པའི་རྣམ་བཤད་  
ཆེན་མ་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(ཡོད་མེད་སྐྱེ་འགོག་གི་གཏན་ཆིགས་)ལ་གསུམ།

གཏན་ཆིགས་བསྐྱབས་ནས་སྐྱེ་བ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དགག་  
པ་དང་། དེས་འགག་པ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཁེགས་པ། དེས་ན་སྲིད་ཞི་  
མཉམ་པ་ཉིད་དུ་གྲུབ་པའོ། །

དང་པོ་(གཏན་ཆིགས་བསྐྱབས་ནས་སྐྱེ་བ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དགག་པ་)ནི།

དངོས་པོ་ཡོད་པར་གྱུར་པ་ལ། །

རྒྱ་ཡིས་དགོས་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད། །

འོན་ཏེ་དེ་ནི་མེད་ན་ཡང་། །

རྒྱ་ཡིས་དགོས་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད། །

དངོས་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པར་གྱུར་པ་ལ་རྒྱ་ཡིས་དགོས་པ་ཅི་  
ཞིག་ཡོད་པ་བསྐྱེད་མི་དགོས་པའི་སྤྱིར་རོ། །འོན་ཏེ་འབྲས་བུ་དེ་ནི་མེད་ན་  
ཡང་རྒྱ་ཡིས་དགོས་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད་དེ་བསྐྱེད་མི་རུས་པའི་སྤྱིར་རོ། །འབྲས་  
བུ་ཐམས་ཅད་རྒྱའི་དུས་ན་མེད་པ་སྐྱེ་བ་ཤིང་སྟག་ཡིན་པས་དེ་འགོག་པ་མ་  
ཡིན་གྱི་གཏན་མེད་སྐྱེ་བ་འགོག་པ་ཡིན་ནོ། །འབྲས་བུ་ཡོད་པ་སྐྱེ་བ་འགོག་  
པ་ཡང་གུངས་ཅན་རྒྱ་དུས་སུ་ཡོད་པར་འདོད་པ་དང་པལ་ཆེར་རང་བཞིན་  
གྱིས་ཡོད་པར་འདོད་པ་འགོག་པ་ཡིན་གྱི་སྐྱེས་ཟེན་པའི་སྤྱིར་བསྐྱེད་མི་  
དགོས་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་ཟུར་བ་ནི་རིགས་པའི་ལམ་ལས་འདས་པའོ། །  
དེས་ན་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་བའི་རྒྱ་འབྲས་སྐྱར་མ་ལྟ་བུ་དང་གཟུགས་  
བརྟན་ཁས་ལེན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །དངོས་མེད་རྒྱའི་བྱེད་པའི་ཡུལ་དུ་མི་  
རུང་བར་བསྐྱབ་པ་ནི་ཡོད་པ་གྲུབ་ཟེན་པས་བསྐྱེད་མི་དགོས་ཀྱང་མེད་པ་  
ཅིའི་སྤྱིར་མི་འབྱུང་ཞེ་ན།

བྱེ་བ་བརྒྱ་ཐག་རྒྱ་ཡིས་ཀྱང་། །

དངོས་པོ་མེད་པ་བསྐྱར་དུ་མེད། །

གནས་སྐབས་དེ་དངོས་ཇི་ལྟར་ཡིན། །

དངོས་འགྱུར་གཞན་ཡང་གང་ཞིག་ཡིན། །

ཤེ་བ་བརྒྱ་ཐུག་རྒྱ་ཡིས་ཀྱང་དངོས་པོ་མེད་པ་དངོས་པོར་བསྐྱར་  
དུ་མེད་དེ། དངོས་མེད་དངོས་པོར་སྤྱ་གང་གིས་ཀྱང་བྱ་བར་མི་རུས་པའི་  
ཕྱིར། འགྱུར་ན་དངོས་མེད་ཀྱི་གནས་སྐབས་མ་བཟང་ནས་ཡིན། དང་པོ་  
ལྟར་ན་དངོས་མེད་ཀྱི་གནས་སྐབས་དེ་དངོས་པོ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཏེ་དོན་བྱེད་  
རུས་པ་དང་མི་རུས་པའི་གནས་སྐབས་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་ལྟར་  
ན་དངོས་པོ་དང་དངོས་མེད་ལས་དངོས་པོར་འགྱུར་རྒྱ་གཉིས་ལས་གཞན་  
ཡང་གང་ཞིག་ཡིན་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

མེད་ཆེ་དངོས་ཡོད་སྲིད་མིན་ན། །

དངོས་པོ་ཡོད་པར་ནམ་ཞིག་འགྱུར། །

དངོས་པོ་སྐྱེས་པར་མ་གྱུར་པར། །

དངོས་མེད་དེ་ནི་འབྲལ་མི་འགྱུར། །

དངོས་མེད་དང་ནི་མ་བྲལ་ན། །

དངོས་པོ་ཡོད་པའི་སྐབས་མི་སྲིད། །

གཞན་ཡང་དངོས་མེད་ཀྱི་གནས་སྐབས་མ་བཟང་ན་དངོས་པོར་མེད་  
པའི་ཆེ་དངོས་པོར་མེད་པའི་ཆེ་དངོས་པོར་ཡོད་པ་སྲིད་པ་མིན་ན་དངོས་པོ་  
ཡོད་པར་ནམ་ཞིག་འགྱུར་ཏེ་མེད་པའི་དུས་ན་དངོས་པོ་མ་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར།  
གཞན་ཡང་དངོས་མེད་ཀྱི་གནས་སྐབས་བཟང་ནས་འགྱུར་ན་དངོས་པོ་སྐྱེས་

པར་མ་གྱུར་པར་དངོས་མེད་དང་ནི་བྲལ་བར་མི་འགྱུར་ལ་དངོས་མེད་དང་  
ནི་མ་བྲལ་ན་དངོས་པོར་ཡོད་པའི་སྐབས་མི་སྲིད་དེ་གནས་སྐབས་གཉིས་  
འགལ་བའི་ཕྱིར།

དངོས་པོའང་མེད་པར་འགྱུར་མིན་ཏེ། །

རང་བཞིན་གཉིས་སུ་ཐལ་འགྱུར་ཕྱིར། །

དངོས་མེད་དངོས་པོར་མི་འགྱུར་བ་དེ་བཞིན་དུ་དངོས་པོའང་དངོས་  
པོ་མེད་པར་འགྱུར་བ། མིན་ཏེ་ཕྱིད་དངོས་པོ་དང་ཕྱིད་དངོས་མེད་ཡིན་ན་  
གཅིག་ཉིད་རང་བཞིན་གཉིས་སུ་གྲུབ་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། རིགས་  
པ་འདི་དག་གིས་ཡེ་མེད་དང་དངོས་པོར་མེད་པ་མཐའ་དག་སྐྱེ་བ་བཀག་པ་  
ཡིན་ནོ། །སྐྱུ་གུ་ཆོས་ཅན་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བ་མེད་དེ་ཡོད་པ་རང་ཞིན་  
གྱིས་གྲུབ་པའང་མི་སྐྱེ་མེད་པ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའང་མི་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར།  
དཔེར་ན་མོ་ཤམ་གྱི་བྱ་བཞིན་ནོ། །རྒྱའི་དུས་ན་མེད་པ་སྐྱེ་བ་འགོག་པ་ནའང་  
རྒྱའི་དུས་ན་མེད་ཀྱང་སྐྱེས་པའི་ཆེ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་སྐྱེ་བ་འགོག་  
པ་ཡིན་པས་དགག་བྱ་ལ་ཁྱད་པར་སྦྱར་བའོ། །

གཉིས་པ་(དེས་འགག་པ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཞིགས་པ་)ནི།

དེ་ལྟར་འགག་པ་ཡོད་མིན་ཞིང་། །

དངོས་པོའང་ཡོད་མིན་དེ་ཡི་ཕྱིར། །

འགྲོ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི། །

རྟག་ཏུ་མ་སྐྱེས་མ་འགགས་ཉིད། །

སྒྲུབ་གོང་དུ་རི་སྐད་བཤད་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྐྱེ་བ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་  
གྲུབ་པ་དེ་ལྟར་ན་འགག་པ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཡོད་པ་མིན་ཞིང་དངོས་  
པོ་འང་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མིན་པ་དེའི་ཕྱིར། འགྲོ་བ་འདི་དག་ཐམས་  
ཅད་ནི་རྟག་ཏུ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་སྐྱེས་པ་དང་མ་འགགས་པ་ཉིད་དང་བཅོད་  
མ་ནས་ཞི་བ་དང་རང་བཞིན་གྱིས་ཟུང་ན་ལས་འདས་པ་ཉིད་དོ། །

གསུམ་པ་(དེས་ན་སྤྱི་ཞི་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་གྲུབ་པ་)ནི།

འགྲོ་བ་མི་ལམ་ལྟ་བུ་སྟེ། །

རྣམ་པར་དབྱུང་ན་ཚུ་ཤིང་འབྲ། །

སྤྱིད་པའི་འགྲོ་བ་མི་ལམ་ལྟ་བུ་སྟེ་རང་བཞིན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པ་ལ་  
བྱ་བྱེད་མ་འདྲེས་པ་སོ་སོར་གནས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་དབྱེད་པའི་  
རིགས་པས་རྣམ་པར་དབྱུང་ན་ཚུ་ཤིང་དང་འབྲ་སྟེ་ཚུགས་ཐུབ་པ་ལྟར་སྒྲུབ་  
ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་སྒྲིབ་པོ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པའི་ཕྱིར། དེ་ཁོ་  
ན་ཉིད་ལ་དབྱུང་པར་འགྲོ་མི་འགྲོའི་ས་ཆིགས་ནི་མིང་གི་ཐ་སྙད་བཏགས་པ་  
ཅམ་གྱིས་མ་ཆིམ་པར་ཐ་སྙད་འཇུག་པའི་གཞི་རི་ལྟར་ཡོད་ཆོལ་འདོད་ནས་  
དབྱེད་པ་ནས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་དབྱེད་པར་འགྲོ་ལ། དེ་ལྟར་མིན་པར་ཐ་སྙད་  
བཏགས་ཅམ་གྱིས་ཆིམས་ནས་ལྟ་སྒྲིབ་འོངས་མ་འོངས་སོགས་དབྱེད་པ་ན་  
ཐ་སྙད་ཀྱི་དབྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །

ཟུང་ན་འདས་དང་མ་འདས་པའང་། །



## དེ་ཉིད་དུ་ན་བྱད་པར་མེད། །

འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་སྲིད་པའི་འཆིང་བ་ལས་གྲོལ་བའི་སྤྱ་  
ངན་ལས་འདས་པ་དང་འཁོར་བའི་བཙོན་རར་ཚུད་པའི་སྤྱ་ངན་ལས་མ་  
འདས་པའང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་བྱད་པར་མེད་དེ་སྲིད་པ་དང་ཞི་བ་རང་བཞིན་  
གྱིས་སྟོང་བ་ཉིད་དུ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཉིང་དེ་འཛིན་རྒྱལ་པོ་ལས།  
སྲིད་པའི་འགྲོ་བ་མི་ལམ་ལྟ་བུ་སྟེ། །འདི་ལ་མི་སྐྱེ་སྤྱ་ཡང་འཆིང་བ་མེད། །ཅེས་  
སོགས་དང་། འཕགས་པ་ཉེ་བ་འཁོར་གྱིས་ཁྱས་བྱ་ལས་ཆོས་ཀྱི་རང་ཞིན་  
དག་ལ་གཞལ་བྱས་ན། །འབྲས་བྱ་ཀུན་མེད་འབྲས་བྱ་ཐོབ་པའང་མེད། །ཅེས་  
སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

གསུམ་པ་(དེས་ན་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པ་ལ་འབད་རིགས་པར་གཏོམས་པ་)ལ་གསུམ།

གདམས་པ་དངོས་དང་། འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་བསྟན་པའི་སྒྲོ་ནས་  
སྟོང་ཇེ་ཆེན་པོའི་གཉིས་པ་བསྟན་པ་དང་། སྟོང་ཇེ་ཆེན་པོའི་རྣམ་པའི་འཛིན་  
སྟངས་བསྟན་པའོ། །

དང་པོ་(གདམས་པ་དངོས་)ལ་གཉིས།

གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་བསྟན་པ་དང་། དེ་རྟོགས་པ་ལ་འབད་པར་  
རིགས་པའོ། །

དང་པོ་(གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་བསྟན་པ་)ནི།

## དེ་ལྟར་སྟོང་པའི་དངོས་རྣམས་ལ། །

ཐོབ་པ་ཅི་ཡོད་ཞོར་ཅི་ཡོད། །

གང་གིས་རིམ་གྱི་བྱས་པའམ། །

ཡོངས་སུ་བརྟན་པའང་ཅི་ཞིག་ཡོད། །

སྒྲིབ་གོང་དུ་རི་སྐད་བཤད་པའི་ཚུལ་དེ་ལྟར་རང་བཞིན་གྱིས་སྒྲིབ་  
བའི་དངོས་པོ་རྣམས་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་ངོས་ནས་གཞལ་ན་རྟེན་པ་གང་  
གིས་ཆགས་པར་འགྱུར་བ་ཐོང་བ་ཅི་ཡོད་རྟེན་པ་གང་ཞིག་ཞོར་བས་ཁོང་ཁྱོ་  
སྒྲིབ་པར་འགྱུར་བ་ཞོར་བ་ཅི་ཡོད་དེ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་ལ། གང་གིས་རིམ་གྱི་  
བྱས་པའམ་ཡོངས་སུ་མ་ཉེས་པའི་ཕན་པ་བྱས་པ་དང་གཞོན་པ་བྱས་པའང་  
ཅི་ཞིག་ཡོད།

བདེ་བའང་སྐྱབ་བསྐྱལ་གང་ལས་ཡིན། །

མི་དགར་ཅི་ཡོད་དགར་ཅི་ཡོད། །

དེ་ཉིད་དུ་ནི་བཙལ་བྱས་ན། །

གང་ཞིག་སྟེང་ཅིང་གང་ལ་སྟེང། །

གང་ཞིག་ཐོབ་པ་དང་སྤང་བའི་དོན་དུ་འབད་པ་བྱེད་པ་བདེ་བའི་སྐྱབ་  
བསྐྱལ་གྱི་རྒྱ་བདེན་པ་བ་གང་ལས་ཡིན་འདོད་བྱ་མ་ཡིན་པ་དང་། འདོད་བྱ་  
རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བའི་མི་དགར་ཅི་ཡོད་དགར་ཅི་ཡོད་གནས་ལུགས་  
གྱི་དོན་ལ་དཔྱོད་པའི་རིགས་པས་དེ་ཉིད་དུ་ནི་བཙལ་བྱས་ན་སྟེང་པ་སྒྲིབ་  
བའི་གཞི་གང་ལ་སྟེང་པ་པོ་གང་ཞིག་སྟེང་ཅིང་དམིགས་པ་གང་ལ་སྟེང་བའི་

འཁོར་གསུམ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དབྱུང་ན་གསོན་པོའི་འཇིག་རྟེན་འདི། །

གང་ཞིག་འདིར་ནི་འཆི་འགྱུར་ཏེ། །

འགྱུར་འགྱུར་གང་ཡིན་བྱུང་གྱུར་གང་། །

གཉེན་དང་བཤེས་ཀྱང་གང་ཞིག་ཡིན། །

དེ་ལྟར་ལས་དང་ལས་གསོག་པ་པོ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ལ་དབྱུང་ན་  
གསོན་པོའི་འཇིག་རྟེན་སེམས་ཅན་འདི།      གང་ཞིག་སྲིད་པ་འདིར་ནི་འཆི་  
འགྱུར་ཏེ། འཆི་བ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཆེ་ཕྱི་མ་འགྱུར་འགྱུར་  
གང་ཡིན་སྐྱེ་བ་སྐྱེ་མར་འགྱུར་འགྱུར་གང་།      བན་འདོགས་པའི་གཉེན་གང་  
ཡིད་དུ་འོང་བའི་བཤེས་ཀྱང་གང་ཞིག་ཡིན་ཏེ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཅུང་  
ཟད་ཀྱང་མེད་དོ། །དེ་ལྟར་གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱས་ནས་  
འཇིག་རྟེན་གྱི་ཆོས་བརྒྱད་རོ་སྟོམས་པ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(དེ་ཆོགས་པ་ལ་འབད་པར་རིགས་པ་)ནི།

ཐམས་ཅད་ནམ་མཁའ་འདྲ་བར་ནི། །

བདག་འབྲས་ཡོངས་སུ་གཟུང་བར་གྱིས། །

དེ་ལྟར་ཆོས་ཐམས་ཅད་ནམ་མཁའ་དང་འདྲ་བར་ནི་གཟུང་རྩྭ་པ་  
པོ་བདག་འདྲ་བས་ཡོངས་སུ་གཟུང་བར་གྱིས་ཉེ་སྲིད་པའི་རྩ་བ་གཙོད་པ་  
དང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པར་བགྱོད་པའི་ལམ་གྱི་གཙོ་བོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

བདག་འདྲ་བ་ནི་རྩོམ་པ་པོའི་ཁེངས་སྒྱུར་པ་དང་གཙུག་པོ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མ་  
རྟོགས་པའི་སོ་སོ་སྒྲེ་བོ་རྣམས་ལ་གདམས་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་(འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་བསྟན་པའི་སྒྲོན་ས་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོའི་གཉིས་པ་བསྟན་པ་)ལ་ལྟ།

ཆེ་འདིའི་ཉེས་དམིགས་དང་། འཇིག་རྟེན་གྱི་མའི་ཉེས་དམིགས་དང་།  
བདེ་འགྲོར་སྒྲེས་ཀྱང་དམ་པའི་ཆོས་སྒྱུབ་པའི་ལང་མེད་བསམ་པ་དང་། དལ་  
འགྲོར་ཤིན་ཏུ་རྟོད་དགའ་བ་བསམ་པ་དང་། དེས་ན་རང་གཞན་འཁོར་བའི་  
སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱིས་མནར་བ་ལ་སྤྱངན་བྱ་བར་འོས་པའོ། །

དང་པོ་(ཆེ་འདིའི་ཉེས་དམིགས་)ནི།

བདག་ཉིད་བདེ་བར་འདོད་རྣམས་ནི། །

འཐབ་དང་སྒྲོ་བའི་རྒྱ་དག་གིས། །

རབ་ཏུ་འཁྱུག་དང་དགའ་བར་བྱེད། །

སྤྱངན་འབད་རྩོལ་རྩོད་པ་དང་། །

ཕན་ཚུན་གཙུག་དང་འབྲེགས་པ་དང་། །

སྤྲིག་དག་གིས་ནི་ཆོགས་ཆེན་འཛོ། །

ཆེ་འདིར་ཡང་བདག་ཉིད་བདེ་བར་འདོད་ཀྱང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་དབང་  
ལས་མ་འདས་ཏེ་རང་གཞན་རྣམས་ནི་བདེ་བར་འདོད་པས་དགྲ་ལ་འཐབ་པ་  
དང་། གཉིན་ལ་སྒྲོ་བའི་རྒྱ་དག་གིས་རབ་ཏུ་འཁྱུག་པ་དང་དགའ་བར་བྱེད་  
ཅིང་། འདོད་པ་མ་སྤྱངན་སྤྱངན་དང་འདོད་པའི་དོན་ཏུ་འབད་རྩོལ་བྱེད་

པ་དང་དཔེདང་བདག་གཞན་པན་ཚུན་ལུས་གཙུག་པ་དང་འབྲིགས་པ་དང་  
གཞན་ཡང་ངག་ཡིད་ལ་སོགས་པའི་སྒྲིག་པ་མཐའ་ཡས་པ་བསགས་པ་དག་  
གིས་ནི་ཚོགས་ཆེན་པོ་འབྲས་བུ་མེད་པའི་དཀའ་བ་ཆེན་པོས་འཚོ་དགོས་  
པར་སྒྲུང་བས་མཁས་པ་དག་གིས་ཆེ་འདིའི་ཡུན་ཚོགས་ལ་སྲིད་པར་མི་  
བྱའོ། །

གཉིས་པ་(འཇིག་རྟེན་གྱི་མའི་ཉེས་དམིགས་)ནི།

བདེ་འགྲོར་ཡང་དང་ཡང་འོངས་ཏེ། །

བདེ་བ་མང་པོ་སྐྱད་སྐྱོད་ནས། །

ཞེ་ནས་ངན་སོང་སྐྱག་བསྐྱེལ་ནི། །

ཡུན་རིང་མི་བཟད་ནམས་སུ་ལྷུང་། །

དགོ་བའི་བཞེས་གཉེན་དང་ལན་རེ་ཅ་མ་སྤད་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་བདེ་  
འགྲོར་སྟོག་འགྱུར་བ་བཞིན་དུ་དུས་ཅུང་བཟད་རེ་ཡང་དང་ཡང་འོངས་ཏེ་བདེ་  
བ་མང་པོ་འོངས་སྐྱད་སྐྱོད་ནས་ཡང་ཞེ་ནས་ངན་སོང་གི་སྐྱག་བསྐྱེལ་རྩ་བ་  
པ་ཆ་བ་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་ནི་ཡུན་རིང་པོ་བསྐྱེལ་བ་མཐའ་ཡས་པའི་བར་དུ་  
དཔྱུལ་བ་ཆེན་པོ་མི་བཟད་པ་ནམས་སུ་ལྷུང་ཞིང་། སྐྱག་བསྐྱེལ་མཐའ་ཡས་  
པ་ཉམས་སུ་སྐྱོང་དགོས་པས་ངན་འགྲོའི་ཉེས་དམིགས་བསམ་པར་བྱའོ། །

སྲིད་པ་ན་ནི་གཡང་ས་མང་། །

དེར་ནི་དེ་ཉིད་མིན་འདི་འདྲ། །

དེར་ཡང་པན་ཚུན་འགལ་བས་ན། །

སྲིད་པ་སྲིད་ཅིས་དམིགས་སེམས་པ་ནི་འདོད་པ་དང་གཟུགས་དང་  
གཟུགས་མེད་པའི་སྲིད་པ་ནི་སྐྱག་བསྐྱེལ་གྱིས་གཞོད་པའི་གཡང་ས་ཤིན་  
ཏུ་མང་སྟེ་དེ་དག་ལས་མི་འདའ་བའི་རྒྱ་ནི་སྲིད་པ་དེ་ནི་སྐྱག་བསྐྱེལ་ལས་  
གྲོལ་བའི་ཐབས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཁོང་དུ་ཚུད་པ་མིན་པར་སྲིད་པའི་ཞགས་པས་  
བཅིངས་པ་འདི་འདྲ་དང་ལྡན་པའི་སྐྱབས་དེར་ཡང་པན་ཚུན་འགལ་བས་ན་  
སྟེ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཁོང་དུ་མ་ཚུད་ན་ཐར་པའི་རྒྱ་དང་འགལ་བ་དངོས་པོ་བདེན་  
པར་སྒྲོ་བཏགས་ནས་འཁོར་བར་འཁོར་བ་འབའ་ཞིག་ཏུ་བྱུང་དོ། །

སྲིད་ན་དེ་ཉིད་འདི་འདྲ་མེད། །

དེ་ཡང་དཔེ་མེད་མི་བཟད་པའི། །

སྐྱག་བསྐྱེལ་རྒྱ་མཆོ་མཐའ་ལས་འདས། །

སྲིད་པ་འཁོར་བ་ན་དེ་ཉིད་ཁོང་དུ་ཚུད་པ་འདི་འདྲ་མེད་པས་སྲིད་པ་  
དེར་ཡང་དཔེ་མེད་པའི་སྲིད་པ་དེར་ཡང་དཔེ་མེད་པའི་མི་བཟད་པའི་སྐྱག་  
བསྐྱེལ་གྱི་རྒྱ་མཆོ་མཐའ་ལས་འདས་པ་ཉམས་སུ་སྒྲོང་བར་འགྱུར་བས་སྒྲོང་  
པ་ཉིད་རྟོགས་པ་ལ་འབད་པར་རིགས་སོ། །

གསུམ་པ་(བདེ་འཁོར་སྐྱེས་ཀྱང་དམ་པའི་ཆོས་སྐྱབ་པའི་ལང་མེད་བསམ་པ་)ནི།

དེར་ནི་དེ་ལྟར་སྟོབས་ཚུང་ཞིང་། །

དེར་ནི་ཆེ་ཡང་བྱུང་བ་ཉིད། །



དེར་ཡང་གསོན་དང་ནད་མེད་གྱི།

བྱེད་དང་བགྲེས་ནའི་ངལ་བ་དང་།

སྲིད་པ་དེར་ནི་བདེ་འགྲོར་སྐྱེས་ཀྱང་དེ་ལྟར་དགོ་བ་སྐྱབ་པའི་སྟོབས་  
ཆུང་ཞིང་དེར་ནི་དགོ་བ་སྐྱབ་པའི་རྟེན་དལ་འགྲོར་གྱི་ཆེ་ཡང་ཐུང་བ་ཉིད་  
དང་། དར་ཅུང་ཟད་གནས་པའི་སྐྱབས་སུ་ཡང་ཡུན་རིང་དུ་གསོན་དུ་རེ་བའི་  
ཐབས་ཁྱུས་དང་སྐྱ་མཉེ་སོགས་དང་ནད་མེད་གྱི་རྒྱ་སྟོན་བསྟེན་པ་སོགས་  
བྱེད་པ་དང་བགྲེས་པ་དང་ལམ་གྱིས་ངལ་བ་དང་།

གཉིད་དང་འཆེ་དང་དེ་བཞིན་དུ།

བྱིས་དང་འགྲོགས་པ་དོན་མེད་གྱིས།

ཆེ་ནི་དོན་མེད་སྦྱར་འདའ་ཡི།

ནམ་དཔྱེད་ཤིན་ཏུ་རྩེད་པར་དགའ།

གཉིད་དང་བྱི་ནང་གི་གཞོད་པ་སྦྱ་ཆོགས་པའི་ཉེ་བར་འཆོ་བ་དང་།  
དེ་བཞིན་དུ་སྒྲིག་གྲོགས་གྱི་བྱིས་པ་དང་འགྲོགས་པ་སོགས་དོན་མེད་གྱིས་  
ཆོས་བྱེད་པའི་ལོང་མེད་པར་ཆེ་འདི་དོན་མེད་སྦྱར་བོར་ཉེ་མགྲོགས་པར་  
འདའ་ཞིང་འཇིག་པར་འགྱུར་ལ། སྲིད་པ་ལས་འདའ་བའི་རྒྱ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
གྱི་དོན་ལ་ནམ་པར་དཔྱེད་པའང་ཤིན་ཏུ་རྩེད་པར་དགའ་བས་འཁོར་བ་ལྡོག་  
པའི་ཐབས་ལ་འབད་པར་བྱའོ།

བཞི་པ་(དལ་འགྲོར་ཤིན་ཏུ་རྩེད་དཀའ་བ་བསམ་པ་)ནི།

བདེ་འགྲོར་སྐྱེས་པའི་དུས་སུ་སྤོང་བ་ཉིད་ཀྱི་དོན་བསྐྱེམས་ནས་  
འཁོར་བ་ལྡོག་པས་ཆོག་གོ་ཞེ་ན།

དེར་ཡང་རྣམ་གཤམ་གོམས་པ་ནི། །

བསྐྱོག་པའི་ཐབས་ནི་ག་ལ་ཡོད། །

དེར་ཡང་ངན་སོང་ཆེན་པོར་ནི། །

ལྷུང་བྱིར་བདུད་ནི་བཙོན་པར་བྱེད། །

འཁོར་བ་དེ་ཡང་དངོས་པོ་ལ་བདེན་པར་མངོན་པར་ཞེན་པ་དང་འདྲ་  
འཇི་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་གཤམ་ཆེ་འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་གོམས་པ་  
ནི་ལྡོག་ཤིན་ཏུ་དཀའ་བས་དེ་ལྡོག་པའི་ཐབས་ནི་ག་ལ་ཡོད་དེ་དེ་ལྡོག་པའི་  
མ་ཐུན་རྒྱུན་ཤིན་ཏུ་ཉུང་ཞི་བ་འགལ་རྒྱུན་ཉིར་འཆེ་ཤིན་ཏུ་མང་བའི་བྱིར་ཏེ་  
དམ་པའི་ཆོས་ཅུང་ཟད་སྐྱབ་པའི་དུས་དེར་ཡང་ངན་སོང་ཆེན་པོར་ནི་ལྷུང་  
བའི་བྱིར་ཏུ་ལྟའི་བྱའི་བདུད་ལ་སོགས་པ་ནི་བཙོན་པར་བྱེད་པས་སྤིད་པ་  
ལས་གྲོལ་བའི་འགལ་རྒྱུན་མང་ཞིང་ལྡོག་དཀའ་བ་ཡིན་ནོ། །བདེ་འགྲོར་  
སྐྱེས་པའི་ཆེ་བདེན་པ་དང་དཀོན་མཆོག་སོགས་ལ་དད་པ་བསྐྱེམ་པ་ལ་  
སོགས་པ་བྱས་ནས་སྤིད་པ་ལས་གྲོལ་བར་བྱེད་པས་རྩེད་མི་དཀའོ་ཞེ་ན།

དེར་ནི་ལོག་པའི་ལམ་མང་ཞིང་། །

ཐེ་ཆོམ་ལས་ཀྱང་བརྒལ་དཀའ་སྟེ། །

བདེ་འགྲོར་སྐྱེས་པའི་དུས་དར་ཡང་ཡང་དག་པའི་ལྷ་བའི་མི་མ་ཐུན་  
 རྒྱུགས་རྟག་ཆད་ཀྱི་མཐར་ལྷུང་བའི་ལག་པའི་ལམ་ཤིན་ཏུ་མང་ཞིང་ལོག་  
 པའི་བཤེས་གཉེན་གྱིས་དེ་དག་ཏུ་འབྲིད་པར་བྱེད་པ་དང་། ཡང་དག་པའི་  
 ལམ་ལ་ཐེ་ཚོམ་བཟ་བའི་ཐེ་ཚོམ་ལས་ཀྱང་བཀྲལ་དགའ་སྟེ་ཐེ་ཚོམ་གཙོད་  
 པའི་ཕྱི་ནང་གི་རྒྱུན་རྟེན་དགའ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཆེ་འདིར་མ་རྟེན་ཀྱང་ཕྱི་མར་  
 དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་བཅའ་ནས་བསྐྱབས་པས་ཆོག་གོ་ཞེ་ན།

སྤར་ཡང་དེ་ལ་བརྟེན་དགའ་ཞིང་། །

སངས་རྒྱས་འབྱུང་རྟེན་ཤིན་ཏུ་དགའ། །

ཉོན་མོངས་ཚུ་བོ་སྤང་དགའ་སྟེ། །

ཨེ་མ་སྤྱག་བསྐྱེད་བརྒྱུད་པར་བྱུང། །

ཆེ་འདིར་དགོ་བཤེས་རྟེན་དུས་ལེགས་པར་མ་འབད་ན་སྤར་ཡང་  
 ཕྱི་མ་པན་ཆད་དུ་དལ་བ་རྟེན་དགའ་ཞིང་སངས་རྒྱས་འཇིག་རྟེན་དུ་འབྱུང་  
 བརྟེན་ཤིན་ཏུ་དགའ་བའི་ཕྱིར་དགོ་བཤེས་དང་སྤང་པའང་ཤིན་ཏུ་དགའོ། །  
 དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་དང་མཇལ་ཞིང་དལ་འགྲོར་གྱི་རྟེན་བཟང་པོ་ཐོབ་ཏུ་  
 ཞིན་ཀྱང་བག་ཡོད་པས་ལེགས་པར་མ་འབད་ན་ཉོན་མོངས་པའི་ཚུ་བོ་ཡང་  
 བཀྲལ་དགའ་སྟེ་ཐར་པ་མ་ཐོབ་བར་དུ་ནར་མར་འབབ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཨེ་མ་  
 ཞེས་པ་ནི་ཁྱམ་ཞིང་སྐྱེ་བའི་དོན་ཏེ་སྤྱག་བསྐྱེད་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱུད་  
 པར་འགྱུར་བས་ཤིན་ཏུ་སྤྱག་བསྐྱེད་ཏེ་སྤྱག་བསྐྱེད་གཅིག་ལས་ཐར་ཡང་།

ཡང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་གཞན་དུ་སྦྱང་བའི་ཕྱིར་དེས་ན་དལ་འབྱོར་ཐོབ་པའི་དུས་  
སུ་འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་སེམས་པ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །

ལྷ་པ་(དེས་ན་རང་གཞན་འཁོར་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱིས་མནར་བ་ལ་སྦྱངན་བྱ་བར་འོས་པ་)ནི།

དེ་ཉླར་ཤིན་ཏུ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཡང་། །

རང་སྐྱུག་མི་མཐོང་གང་ཡིན་པ། །

སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཚུ་བོར་གནས་འདི་དག། །

གྱི་ཅུད་སྦྱངན་བྱ་བར་འོས། །

དེ་ཉླར་ཤིན་ཏུ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཡང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ལ་བདེ་བར་བཟུང་ནས་  
རང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་ནང་དུ་བྱིང་བ་མི་མཐོང་བ་གང་ཡིན་པ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་  
ཚུ་བོར་གནས་པའི་སེམས་ཅན་འདི་དག་རྗེས་སུ་བཅེ་བས་ན་གྱི་ཅུད་འདི་  
དག་སྐྱུག་བསྐྱེལ་དང་བྲལ་ན་ཅི་མ་རུང་སྦྱུམ་པ་སོགས་གྱི་སྒྲོ་ནས་སེམས་  
ཅན་སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་འདམ་དུ་བྱིང་བ་ལ་སྦྱངན་བྱ་བར་འོས་པས་སྦྱིང་རྗེ་  
ཆེན་པོ་བསྒྲོམ་པ་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །

དཔེར་ན་འགའ་ཞིག་ཡང་ཡང་ཁྱུས། །

བྱས་ཏེ་ཡང་ཡང་མེར་འཇུག་པ། །

དེ་ཉླར་ཤིན་ཏུ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་བར། །

གནས་ཀྱང་བདག་ཉིད་བདེར་སྒྲོམ་བཞིན། །

དཔེར་ན་ལོག་པའི་སྟོན་པས་བསྐྱེད་པའི་བྱི་རོལ་པ་འགའ་ཞིག་ཡང་  
ཡང་ཁྱེད་ཀྱིས་ཏེ། ཡང་ཡང་མེད་འདྲུག་པ་དེ་ལྟར་ན་ལུས་དཀའ་ཐུབ་གྱིས་  
གདུངས་པས་ཤིན་ཏུ་སྐྱུག་བསྐྱེད་བར་གནས་ཀྱང་། དེ་ཉིད་ཐར་པ་ཐོབ་པོའི་  
ཐབས་སུ་བཟུང་ནས་བདག་ཉིད་བདེ་བར་སྦྱོར་བ་བཞིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་ཀྱང་དང་འཆི་མེད་པ། །

བཞིན་དུ་སྐྱོད་པས་གནས་རྣམས་ལ། །

དང་པོ་ཉིད་དུ་བསད་བྱས་ནས། །

ངན་སོང་ལྟར་བ་མི་བཟད་འོང་། །

དེ་ལྟར་སེམས་ཅན་ཀྱང་དང་འཆི་བ་མེད་པ་དག་བཅོམ་པ་བཞིན་དུ་  
སྐྱོད་པས་གནས་པ་རྣམས་ལ་མཐར་གྱིས་བཅོས་སུ་མེད་ཅིང་སྤང་དུ་མེད་  
པའི་འཆི་བདག་གིས་དང་པོ་ཉིད་དུ་བསད་པར་བས་ནས་ངན་སང་གསུམ་དུ་  
ལྟར་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་མི་བཟད་པ་འོང་བར་འགྱུར་རོ། །

གསུམ་པ་(སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོའི་རྣམ་པའི་འཛིན་སྤངས་བསྟན་པ་)ནི།

དེ་ལྟར་སྐྱུག་བསྐྱེད་མེས་གདུངས་ལ། །

བསོད་ནམས་སྤྱིན་ལས་ལེགས་འཁྱུངས་པའི། །

རང་གི་བདེ་བའི་ཆོག་གས་ཆར་གྱིས། །

ཞི་བྱེད་པར་བདག་ནམ་ཞིག་འགྱུར། །

སྒྲུག་གོང་དུ་རི་སྐད་བཤད་པའི་ཚུལ་དེ་སྒྲུག་སྒྲུག་བསྐྱེད་མི་བཟང་  
 པ་རྒྱུད་ལ་འོང་བ་དེ་དག་ལ་སྒྲུག་བསྐྱེད་གྲིས་མནར་བའི་མནར་ལུགས་  
 ལེགས་པར་བསམས་ནས་དེ་སྒྲུག་སྒྲུག་བསྐྱེད་གྲི་མིས་གདུངས་པའི་  
 སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་ནས་སྒྲིན་པ་ལ་སོགས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་སྒྲོན་  
 ལས་ལེགས་པར་གྱུར་པའི་སྒྲོན་དང་ཁ་བས་སོགས་རང་གི་བདེ་བའི་འཆོག་  
 ཆོས་ཀྱིས་དེ་དག་གི་ངན་འགྲོའི་སྒྲུག་བསྐྱེད་ཞི་བར་བྱེད་པར་བདག་ནམ་  
 ཞིག་འགྱུར་སྐྱེ་དུ་སེམས་ཅན་ངན་འགྲོའི་སྒྲུག་བསྐྱེད་ལས་ཐར་ན། ཐར་  
 པར་གྱུར་ཅིག །ཐར་པ་དེ་བདག་གིས་བྱའོ་སྐྱེ་དུ་སྒྲིབ་རྗེ་ཆེན་པོ་བསྐྱོམ་  
 པར་བྱའོ། །

ནམ་ཞིག་དམིགས་པ་མེད་ཚུལ་དུ། །

གུས་པས་བསོད་ནམས་ཆོགས་བསགས་ཏེ། །

དམིགས་པས་ཕུང་བར་འགྱུར་རྣམས་ལ། །

སྒྲིབ་པ་ཉིད་ནི་སྒྲོན་པར་འགྱུར། །

འཁོར་བའི་སྒྲུག་བསྐྱེད་ལས་གྲོལ་བའི་རྒྱར་སྒྲོན་པ་ནི་བདག་ནམ་  
 ཞིག་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྲིས་སྒྲིབ་བར་ཉོགས་པ་དམིགས་པ་མེད་  
 པའི་ཤེས་རབ་དང་ལྡན་པའི་ཚུལ་དུ་གུས་པར་དེའི་ཐབས་སྒྲིན་པ་ལ་སོགས་  
 པའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོགས་མཐའ་ཡས་པ་བསགས་ཏེ་བདེན་པར་ཞེན་  
 པའི་དམིགས་པས་འཁོར་བར་ཕུང་བར་འགྱུར་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་



འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཞི་བའི་ཆེད་དུ་སྟོང་པ་ཉིད་ནི་སྟོན་པར་འགྱུར་སྟེ་  
ནས་སེམས་ཅན་རྣམས་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་དང་བྲལ་ན། བྲལ་བ་དེ་  
བདག་གིས་བྱའོ་སྟེ་ཕྱི་སྟེང་མེ་ཆེན་པོ་བསྒྲོམ་པར་བྱའོ། །ཐེག་པ་ཆེན་  
པོའི་ལམ་གྱིས་བསྐྱེལ་བའི་བྲལ་པ་དང་སྟེང་མེ་ཆེན་པོ་མཆོན་ཉིད་ཡོངས་  
སྤྱོད་གས་པ་ནི་བདེ་བ་ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་པ་དང་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཐམས་ཅད་  
དང་བྲལ་བའི་ཡང་དག་པར་སྤྱོད་གས་པའི་སངས་རྒྱུ་ལ་དགོད་འདོད་པ་  
དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །

མདོར་ན་ཞི་གནས་ལ་བརྟེན་ནས་གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་བསྒྲོམ་པར་  
བྱ་སྟེ་དེ་ཡང་ངའི་སྟེང་པའི་ང་ནི་ཕྱང་པོ་ལ་བཏགས་པ་ཅེས་དུ་བཞག་པར་  
ཟད་ཀྱིས་ང་བཞིན་གྱིས་བྱུ་བ་པ་དང་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་བྱུ་བ་པ་དང་།  
རང་དབང་བའི་སྟོང་ལུགས་སྤྱོད་གས་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པས་གང་ཟག་གི་  
ཡོད་པ་ནི་མིང་གི་ཐ་སྙད་ཀྱིས་བཞག་པ་ཅེས་དང་། བཏགས་ནས་ཡོད་པ་  
དང་སྟོས་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཡོད་པ་ཁོ་ནར་ཟད་པས་རང་བཞིན་མེད་དོ་སྟེ་དུ་  
ཡིད་ལ་བྱའོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཕྱང་པོ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་སྦྱར་  
ནས་བསྒྲོམ་པར་བྱའོ། །

འདིར་སྒྲུས་པ།

ཇི་སྲིད་རྗེ་བཙུན་དམ་པ་མ་རྟེན་པ། །  
དེ་སྲིད་སྲིད་པའི་རྩ་བ་གཙོད་བྱེད་ལམ། །  
རྟེན་འབྲུང་མཐའ་དང་བྲལ་བའི་དབྱུ་མ་ནི། །  
ཕྱོགས་ཙམ་ཞིག་ཀྱང་རྟོགས་པར་མ་གྱུར་ཏོ། །

བདག་ལ་ལེགས་པར་བཤད་པ་རི་སྟེན་ཅིག །  
ཡོད་པ་དེ་ཀུན་སྒྲ་མའི་བྲིན་ཡིན་པས། །  
དག་པ་དེ་ཡིས་བདག་གི་མ་རྩམས་ཀུན། །  
ཐེག་མཆོག་བཤེས་དང་སྤྱད་པའི་རྒྱར་གྱུར་ཅིག །

མཐའ་བྲལ་དབྱུ་མའི་དེ་ཉིད་མ་རྟོགས་པར། །  
འཕགས་མཆོག་གོ་འཕང་རེག་པར་མི་རུས་པས། །  
སྟོང་པ་རྟེན་འབྲེལ་དོན་དུ་མཐའ་དཔྱོད་ནས། །  
ཚུལ་བཞིན་འབད་པས་སྐྱབ་ལ་བཙོན་པར་བྱ། །

སྐལ་པ་བྱེ་བ་བརྒྱར་ཡང་རྟེན་དཀའ་བ། །  
སྐྱ་སྐྱབ་ལུགས་བཟང་བདེན་གཉིས་སྐྱ་བ་དག །

ཞིང་འདིར་རིང་པོར་མི་ཐོགས་རྒྱུ་འགྱུར་བས། །

ནམ་དཔྱོད་ལྡན་ནམས་སྤྱར་དུ་བཅོན་འགྲུས་བསྐྱེད། །

བསྐྱེད་བའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ། །

གཉིས་པ་(ལེའུ་འཇོན་)ནི།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་པ་ལ་འཇུག་པ་ལས།

ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་ལེའུ་སྟེ་དགུ་པའོ།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་པ་ལ་འཇུག་པའི་ནམ་བཤད་རྒྱལ་སྤྱི་  
འཇུག་ངོགས་ཞེས་བྱ་བ་ལས་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་ལེའུ་ཞེས་བྱ་  
བ་སྟེ། ལེའུ་དགུ་པའི་འགྲེལ་པའོ། །

## ལེ་ཏུ་བརྩུ་བ། བསྐྱོ་བ་བསྟན་བ།

བཞི་བ་ལུས་ལོངས་སྒྱུ་དག་ཅ་གཞན་དོན་དུ་གཏོང་བའི་སྒྱུ་བ་ལ་  
སྒྱོ་བ་ཚུ་ལ་བསྐྱོ་བ་འདི་ཡན་ལག་གི་སྒྲོ་ནས་བཤད་བ་ལ་གཉིས།  
ལེ་ཏུ་འེ་གཟུང་བཤད་བ་དང་། ལེ་ཏུ་འེ་མཆོན་ནོ། །

དང་པོ་(ལེ་ཏུ་འེ་གཟུང་བཤད་བ་)ལ་གསུམ།

འགྲོ་བ་ཀུན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒྱུ་དག་ལ་འཕྲུག་པར་བསྐྱོ་བས་  
མདོར་བསྟན་བ་དང་། བསྐྱོ་བ་རྒྱས་པར་བཤད་བ་དང་། བཀའ་བློན་རྗེས་སུ་  
བློན་པས་བྲུག་འཆའ་བའོ། །

དང་པོ་(འགྲོ་བ་ཀུན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒྱུ་དག་ལ་འཕྲུག་པར་བསྐྱོ་བས་མདོར་བསྟན་བ་)ནི།

བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་སྒྱུ་དག་ལ། །

འཕྲུག་པ་རྣམས་པར་བརྩམས་པ་ཡི། །

དག་གི་བཀའ་དེས་འགྲོ་བ་ཀུན། །

བྱང་ཆུབ་སྒྱུ་དག་ལ་འཕྲུག་པར་ཞོག། །

བསྟན་བཅོས་རྩེ་མ་བ་པོ་བདག་གིས་གསུང་རབ་མཐའ་དག་གི་བརྗོད་  
པར་བྱ་བ་འདི་དོན་གང་ཟག་གཅིག་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པའི་ལམ་འབྲས་བྱ་དང་  
བཅས་པར་བསྟན་ཏེ་སྒྲུས་བྲུག་སུམ་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་བ་རྗོགས་པར་ཉམས་  
སུ་ལེན་པའི་ཚུ་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒྱུ་དག་ལ་འཕྲུག་པ་ཞིབ་ཏུ་བྱེ་

ནས་བརྩམས་པའི་དགོ་བ་གང་ཐོབ་པ་དེ་དང་། བསྟན་བཅོས་འདི་འཆད་པ་  
དང་ཉན་པ་དང་དོན་སེམས་པའི་དགོ་བ་གང་ཡོད་པ་ངེས་འགྲོ་བ་ཀྱན་བྱང་  
ཚུབ་སེམས་དཔའི་སྟོང་པ་ཚུལ་བཞིན་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ལ་འཇུག་པར་ཤོག་  
ཅིག་པའོ། །

སྟོ་གོས་རྒྱ་མཚོས་ཞུས་པ་ལས། རི་ལྟར་ཚུ་ཐིགས་རྒྱ་མཚོ་ཆེ་ནང་  
ལྟུང་། །རྒྱ་མཚོ་མ་སྐྱམས་པར་དུ་དེ་མི་ཟད། །དེ་བཞིན་བྱང་ཚུབ་ཡོངས་  
བསྟོས་དགོ་བ་ཡང་། །བྱང་ཚུབ་མ་ཐོབ་བར་དུ་དེ་མི་ཟད། །ཅེས་དང་། གོང་དུ་  
བཤད་པ་ལྟར་དགོ་བ་འབྲས་བུ་ཅུང་ཟད་འབྲིན་པ་རྣམས་རྒྱ་ཆེན་པོ་འབྲིན་  
པ་དང་། མ་བསྟོས་ན་བར་སྐབས་སུ་ཟད་པར་འགྱུར་བ་རྣམས་ཀྱང་ནམ་ཡང་  
མི་ཟད་ཅིང་འཕེལ་བར་འགྱུར་བའི་པན་ཡོན་བསམས་ནས། དགོ་བ་ཅུང་ཟད་  
བྱས་པ་རྣམས་ཀྱང་སེམས་ཅན་ཀྱན་གྱི་ཆེད་དུ་སྦྲ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཚུབ་ཏུ་  
བསྟོ་བ་ལ་བརྩོན་པར་བྱའོ། །ཤེར་ཕྱིན་གྱི་མདོ་ལས་དགོ་བའི་རྩ་བ་ཐམས་  
ཅད་ཀྱང་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་མ་རྟོགས་པ། ཉན་ཐོས་དང་རང་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་ཡོངས་སུ་བསྟོར་མི་འཇུག་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་  
ལྟར་རོ། །དགོ་བ་དེ་ཡང་ལེའུ་དགུ་པ་ནས་བཤད་པ་ལྟར་གྱི་འཁོར་གསུམ་  
བདེན་མེད་དུ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་རྩིས་ཟེན་པའི་ངང་ནས་བྱ་ལ། བསྟོ་  
བ་དང་སྟོན་ལམ་བྱད་པར་ཆེར་མེད་གྱི་འདོད་བྱའི་འབྲས་བུ་དོན་གཉེར་གྱི་  
འདུན་པས་བྱད་པར་དུ་བྱས་པ་སྟོན་ལམ་དང་། རྒྱུའི་དགོ་བ་རྣམས་འབྲས་བུ་  
དེའི་རྒྱར་འགྱུར་བའི་འདུན་པས་བྱད་པར་དུ་བྱས་པ་བསྟོ་བའོ། །

གཉིས་པ་(བསྐྱོ་བ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་)ལ་གསུམ།

གཞན་དོན་དུ་བསྐྱོ་བ་དང་། རང་དོན་དུ་བསྐྱོ་བ་དང་། བདེ་བའི་འབྲུང་  
གནས་བསྐྱོ་བ་རྒྱས་པའི་དོན་དུ་བསྐྱོ་བའོ། །

དང་པོ་(གཞན་དོན་དུ་བསྐྱོ་བ་)ལ་གཉིས།

འཇིག་རྟེན་པའི་དོན་དུ་བསྐྱོ་བ་དང་། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་དོན་  
དུ་བསྐྱོ་བའོ། །

དང་པོ་(འཇིག་རྟེན་པའི་དོན་དུ་བསྐྱོ་བ་)ལ་བཞི།

ནད་པ་སོགས་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཞི་བའི་དོན་དུ་བསྐྱོ་བ་དང་། ངན་འགྲོའི་  
སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཞི་བའི་དོན་དུ་བསྐྱོ་བ་དང་། བདེ་འགྲོའི་དོན་དུ་བསྐྱོ་བ་དང་།  
སེམས་ཅན་ཀྱན་གྱི་དོན་དུ་བསྐྱོ་བ་བསྐྱེལ་ཏེ་བསྐྱོ་བའོ། །

དང་པོ་(ནད་པ་སོགས་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཞི་བའི་དོན་དུ་བསྐྱོ་བ་)ལ་གཉིས།

གནས་སྐྱབས་ཀྱི་བདེ་བའི་དོན་དུ་བསྐྱོ་བ་དང་། མཐར་ཐུག་གི་བདེ་  
བའི་དོན་དུ་བསྐྱོ་བའོ། །

དང་པོ་(གནས་སྐྱབས་ཀྱི་བདེ་བའི་དོན་དུ་བསྐྱོ་བ་)ནི།

ཕྱོགས་ནམས་ཀྱན་ན་ལུས་དང་སེམས། །

སྐྱུག་བསྐྱེལ་ནད་པ་ཇི་སྟེད་པ། །

དེ་དག་བདག་གི་བསོད་ནམས་ཀྱིས། །

བདེ་དགའ་རྒྱ་མཚོ་ཐོབ་པར་ཞོག། །



ཕྱིགས་ནམས་ཀྱན་ན་ལུས་དང་སེམས་ཚོར་བ་སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱི་ཟིན་  
པའི་ནད་པ་ཇི་སྟེད་པ་དེ་དག་བདག་གི་བདེ་བ་ཇི་སྟེད་ཡོད་པའི་བསོད་  
ནམས་ཀྱིས་ནད་ལས་ཐར་ནས་ལུས་བདེ་བ་དང་ཡིད་དགའ་བས་གང་བ་རྒྱ་  
མཚོ་ལྷ་དུ་ཐོབ་པར་ཤོག་ཅིག་པའོ། །

གཉིས་པ་ (མཐར་ཐུག་གི་བདེ་བའི་དོན་དུ་བསྟོན་བ་) བློ།

དེ་དག་འཁོར་བ་ཇི་སྟེད་དུ། །

ནམ་ཡང་བདེ་ལས་ཉམས་མ་གྱུར། །

འགྲོ་བས་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡི། །

བདེ་བ་རྒྱན་མི་འཆད་ཐོབ་ཤོག། །

འགྲོ་བ་དེ་དག་འཁོར་བ་ཇི་སྟེད་དུ་དུས་ནམ་ཡང་བདེ་བ་ཉམས་པར་  
མ་གྱུར་ཅིང་མཐར་འགྲོ་བས་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡིད་བདེ་བ་རྒྱན་མི་འཆད་པ་ཐོབ་  
པར་ཤོག་ཅིས་པའོ། །རྟེན་པ་བཞིའི་དང་པོ་ལ་འགྱུར་ཁ་ཅིག་ལས་སངས་  
རྒྱས་ཐོབ་གྱི་བར་ཞེས་འབྲུང་ཡང་དོན་འདྲའོ། །

གཉིས་པ་( ངན་འགྲོའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཞི་བའི་དོན་དུ་བསྟོན་བ་)ལ་གསུམ།

དཔྱལ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཞི་བ་དང་། དུད་འགྲོ་དང་། ཡི་དུགས་གྱི་དོན་  
དུ་བསྟོན་བའོ། །

དང་པོ་(དཔྱལ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཞི་བ་)ལ་གཉིས།

སྤྱག་བསྐྱེལ་སྤྱར་དུ་ཞི་བར་བསྟོན་བ་དང་། གཞན་གྱི་མཐུས་ཞི་བར་

བསྐྱོ་བའོ། །

དང་པོ་(སྐྱུག་བསྐྱེལ་སྐྱུར་དུ་ཞི་བར་བསྐྱོ་བ་)ལ་གསུམ།

སྐྱུག་བསྐྱེལ་སྐྱུར་ཞི་བར་བསྐྱོ་བ་དང་། གྲང་དཔྱུལ་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཞི་  
བ་དང་། ཆ་དཔྱུལ་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཞི་བར་བསྐྱོ་བའོ། །

དང་པོ་(སྐྱུག་བསྐྱེལ་སྐྱུར་ཞི་བར་བསྐྱོ་བ་)ནི།

འཛིག་རྟེན་ཁམས་ན་དཔྱུལ་བ་དག །

གང་དག་ཇི་སྟེད་ཡོད་པ་རྣམས། །

དེ་དག་ཏུ་ནི་ལྷས་ཅན་རྣམས། །

བདེ་ཅན་བདེ་བས་དགའ་བར་ཤོག །

ནམ་མཁའི་མཐས་གཏུགས་པའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ན་ཆ་གང་གི་  
དཔྱུལ་བ་དག་གང་དག་ཇི་སྟེད་ཡོད་པ་རྣམས་དེ་དག་ཏུ་ནི་ལྷས་ཅན་རྣམས་  
དཔྱུལ་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཞི་ནས་བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་ཁམས་གྱི་བདེ་བས་  
ཡིད་དགའ་བར་ཤོག་ཅིག །

གཉིས་པ་(གྲང་དཔྱུལ་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཞི་བ་)ནི།

གྲང་བས་ཉམ་ཐག་ངོ་ཐོབ་ཤོག །

ཁུ་བུར་ཅན་ལ་སོགས་པའི་གྲང་དཔྱུལ་བརྒྱད་ན་གྲང་བས་ན་གྲང་  
བས་ཉམ་ཐག་པ་རྣམས་བདེ་བ་བསྐྱེད་པའི་ངོ་ཐོབ་པར་ཤོག་ཅིག །

གསུམ་པ་(ཆ་དཔྱལ་གྱི་སྤྱག་བསྐྱལ་ནི་བར་བསྐྱོ་བ་)ལ་བཞི།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཚོགས་གཉིས་ཀྱི་སྤྱིན་ལས་བྱང་བའི་ཆུས་  
སྤྱག་བསྐྱལ་ནི་བར་བསྐྱོ་བ་དང་། ཉེ་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱལ་ནི་བ་དང་།  
དཔྱལ་གནས་དངོས་གཞི་དང་། ཉེ་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱལ་གཞན་ནི་བར་  
བསྐྱོ་བའོ། །

དང་པོ་(བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཚོགས་གཉིས་ཀྱི་སྤྱིན་ལས་བྱང་བའི་ཆུས་སྤྱག་བསྐྱལ་ནི་བར་བསྐྱོ་བ་)ནི།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱིན་ཆེན་ལས། །

བྱང་བའི་ཆུ་བོ་མཐའ་ཡས་ཀྱིས། །

ཆ་བས་ཉམ་ཐག་བསིལ་བར་ཤོག། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཚོགས་གཉིས་བསགས་པའི་བྱགས་རྗེའི་  
སྤྱིན་ཆེན་པོ་ལས་བྱང་བའི་ཆུ་བོ་མཐའ་ཡས་ཀྱིས་ཆ་བས་ཉམ་ཐག་བ་  
རྣམས་བསིལ་བར་ཤོག་ཅིག། །

གཉིས་པ་(ཉེ་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱལ་ནི་བ་)ནི།

རལ་གྱི་ལོ་མའི་ནགས་ཆལ་ཡང་། །

དེ་ལ་དགའ་ཆལ་སྤྱག་གུར་ཤོག། །

ཤལ་མ་ལི་ཡི་སྤྲོད་པོ་ཡང་། །

དཔག་བསམ་ཤིང་དུ་འཁྱུངས་པར་ཤོག། །

འཐིང་རིལ་དུར་པ་དག་དང་ངང་པ་དང་། །

བཞད་སོགས་སྐད་སྙན་འབྲིན་པས་མཛེས་གྱུར་ཅིག །

པར་བློ་བསྐྱེད་ཆེ་ལྡན་མཆོ་དག་གིས། །

དཔྱལ་བའི་ས་སྤྱོད་ས་དག་ནི་ཉམས་དགའ་ཤོག

ཆ་དཔྱལ་གྱི་ཉེ་འཁོར་ན་ཡོད་པའི་རལ་གྱི་ལོ་མའི་ནགས་ཆ་ལ་ཡང་  
དཔྱལ་བ་པའི་སེམས་ཅན་དེ་ལ་བརྒྱ་བྲིན་གྱི་སྐྱེད་མོ་ཆ་ལ་དགའ་བའི་ཆ་ལ་  
སྤྱག་གྱུར་འགྱུར་བར་ཤོག ། ལྷགས་གྱི་ཤལ་མ་རིའི་སྤྱོད་པོ་དག་ཆེ་མ་སོར་  
བཅུ་དྲུག་པ་ཁ་སྤུར་དུ་བལྟ་བ་ཡང་དགོས་འདོད་ཀྱན་འབྱུང་བའི་དཔག་  
བསམ་གྱི་ཤིང་དུ་འཁྱུངས་པར་ཤོག ། སྤྱོད་པོ་དེ་ལ་བྱ་ཐིང་རིལ་དང་དུར་པ་  
དག་དང་ངང་པ་དང་། བཞད་སོགས་སྐད་སྙན་པ་འབྲིན་པས་མཛེས་པར་  
གྱུར་ཅིག ། པད་མའི་བློ་བསྐྱེད་ཆེ་བ་དང་ལྡན་པའི་མཆོ་དག་གིས་དཔྱལ་བའི་  
ས་སྤྱོད་ས་དག་ནི་ཉམས་དགའ་བར་ཤོག །

གསུམ་པ་(དཔྱལ་གནས་དངོས་གཞི་)ནི།

སོལ་ཕུང་དེ་དག་རིན་ཆེན་ཕུང་པོར་གྱུར། །

ས་བསྐྱེད་ས་ཤེལ་གྱི་ས་གཞི་བསྐྱར་བར་ཤོག །

བསྐྱེད་འཛོམས་རི་བོ་རྣམས་ཀྱང་མཆོད་པ་ཡི། །

གཞལ་མེད་ཁང་གྱུར་བདེ་ག་ཤེགས་གང་བར་ཤོག །

མདག་མ་དོ་བསྟེགས་མཆོན་གྱི་ཆར་པ་དག །

དེང་ནས་བཟུང་སྟེ་མེ་ཉོག་ཆར་པར་གྱུར། །

པན་ཚུན་མཆོན་གྱིས་འདེབས་པ་དེ་ཡང་ནི། །

དེང་ནས་ཅེ་ཕྱིར་མེ་ཉོག་འཕེན་པར་ཤོག །

ཆ་དཔྱལ་གྱི་མེ་འབར་བའི་སོལ་ཕྱང་དེ་ཡང་རིན་ཆེན་སྣ་ཆོགས་གྱི་  
ཕྱང་པོར་གྱུར་ཅིག ། ལྷགས་བསྟེགས་གྱི་ས་གཞི་དེ་ཡང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་  
ཤེལ་གྱི་ས་གཞི་བསྟར་བར་ཤོག ། རི་རའི་གདོང་བ་འདྲ་བ་སོགས་པན་ཚུན་  
བསྐྱས་ནས་དེའི་བར་དུ་བཙོར་ཏེ་འཛོམས་པར་བྱེད་པའི་རི་བོ་རྣམས་ཀྱང་  
སངས་རྒྱས་མཆོད་པའི་གཞལ་མེད་ཁང་དུ་གྱུར་ནས་དེར་བདེ་གཤེགས་  
གྱིས་གང་བར་ཤོག ། དེའི་འདབ་མ་དང་དོ་བསྟེགས་པ་དང་མཆོན་གྱི་ཆར་པ་  
དག་དེང་ནས་བཟུང་སྟེ་མེ་ཉོག་ཆར་པར་གྱུར་ཅིག ། ཡང་བསོས་ལ་སོགས་  
པར་པན་ཚུན་མཆོན་གྱིས་འདེབས་པ་དེ་ཡང་ནི་དེང་ནས་བཟུང་སྟེ་ཅེད་མོ་  
ཅེ་བའི་ཕྱིར་ཏུ་མེ་ཉོག་འཕེན་པར་ཤོག །

བཞི་པ་(ཉི་འཁོར་བའི་སྟག་བསྟེན་གཞན་ནི་བར་བསྟོན་བ་)ནི།

ཚུ་བོ་རབ་མེད་མེ་དོང་འདྲ་ནང་བྱིང་བ་དག །

ཤ་ཀུན་ཞིག་གྱུར་རུས་གོང་མེ་ཉོག་ཀུན་དའི་མདོག །

བདག་གི་དགོ་བའི་སྟོབས་གྱིས་སྟ་ཡི་ལུས་ཐོབ་ནས། །

སྟ་མོ་རྣམས་དང་སྟན་ཅིག་དལ་གྱིས་འབབ་གནས་ཤོག །

ཁོ་ཆུ་ཁོལ་བའི་ཆུ་བོ་རབ་མེད་པ་མེ་དང་འདྲ་བའི་ནང་དུ་བྱིང་བ་དག་  
ལ་ཀུན་ཞིག་པར་གྱུར་པའི་རུས་གོང་མེ་ཉོག་ཀུན་དའི་མདོག་ལྟར་གྱུར་པ་  
རྣམས་ཀྱང་བདག་གི་དགོ་བའི་སྟོབས་ཀྱི་ལྷའི་ལུས་སུ་ཆོག་མཁན་ཐོབ་ནས་ལྷ་  
མོ་རྣམས་དང་ལྷན་ཅིག་ཁྱུས་ཀྱི་ཅིང་བྱར་དལ་གྱིས་འབབ་ཅིང་ཅེ་བའི་བྱིར་  
གནས་པར་ཞོག།

གཉིས་པ་(གཞན་གྱི་མ་ཐུས་ཞི་བར་བསྡོ་བ་)ལ་བཞི།

ཕྱག་ན་དོ་རྗེ་སྟོབས་ཀྱིས་སྤྱག་བསྐལ་ཞི་བ་དང་། སྤྱན་རས་གཟིགས་  
ཀྱི་ཐུགས་རྗེ་དང་། འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱི་ཆོ་འཕྲུལ་དང་། ཉེ་བའི་སྤྲུལ་  
གཞན་གྱི་རུས་པས་ཞི་བར་སྟོན་པའོ།

དང་པོ་(ཕྱག་ན་དོ་རྗེ་སྟོབས་ཀྱིས་སྤྱག་བསྐལ་ཞི་བ་)ནི།

ཅི་བྱིར་འདིར་ནི་གཤེན་རྗེའི་མི་དང་ཁྱ་དང་བྱ་ཚོད་མི་  
བཟད་རྣམས་སྐྱག་བྱེད།

ཀུན་ནས་སྤྱན་བསལ་བདེ་དགའ་བསྐྱེད་པའི་མ་ཐུ་  
བཟང་འདི་ཀོ་སུ་ཡི་མ་ཐུ་སྤྲུལ་སྟེ།

གྲེན་དུ་བསྐྱས་ས་པན་མ་མཁའི་དཀྱིལ་ན་ཕྱག་ན་དོ་རྗེ་  
འབར་བ་བཞུགས་མཐོང་ནས།

རབ་ཏུ་དགའ་བའི་ཤུགས་ཀྱིས་སྒྲིག་དང་བྲལ་ནས་དེ་



## དང་ལྷན་ཅིག་འགྲོགས་པར་ཞོག །

དཔྱལ་བར་གནས་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་སྟོ་བྱར་དུ་སྤྱག་བསྐྱལ་  
དང་བྱལ་བ་ན་ཅིའི་སྤྱིར་དཔྱལ་བའི་གནས་འདིར་ནི་བདག་ལ་གཞོན་པ་བྱེད་  
པའི་གཞིན་རྗེའི་མི་དང་། ཁྱ་དང་བྱ་གྲོན་མི་བསད་པ་རྣམས་སྤྱག་བར་བྱེད་  
ཅིང་ཀུན་ནས་ཐུན་པ་ཐམས་ཅད་བསལ་ནས་ལྷས་བདེ་བ་དང་ཡིད་དགའ་  
བ་བསྐྱེད་པའི་མ་ཐུ་བཟང་པོ་འདི་ཀོ་སྤྱིའི་ཡིན་སྟུང་སྟེ་ནམ་མཁའ་ལ་གྱེན་  
དུ་བལྟས་པས་ནམ་མཁའི་དཀྱིལ་ན་སྤྱག་ན་རྟོ་རྗེ་གཟི་བརྗེད་འབར་བར་  
བཞུགས་པ་མཐོང་ནས་མགོན་པོ་དེ་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་སྟེ། རབ་ཏུ་དགའ་  
བའི་ཤུགས་ཀྱིས་སྟོན་བསགས་པའི་སྤྱིག་པ་དང་བྱལ་ནས་དེ་དང་ལྷན་ཅིག་  
འགྲོགས་པར་ཞོག །

གཉིས་པ་(སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་སྤྱགས་རྗེ་)ནི།

མེ་ཏོག་ཆར་པ་སྟོས་ཆུ་དང་འབྲེས་བབ་པ་ཡིས། །

དཔྱལ་བའི་མེ་མདག་ཆེལ་ཆེལ་གསོད་པར་མཐོང་གྱུར་ནས། །

སྟོ་བྱར་བདེ་བས་ཆིམ་པ་འདི་ཅི་བསམ་པ་དང་། །

སེམས་དཔྱལ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱག་ན་པར་མཐོང་བར་ཞོག །

གཞན་ཡང་མེ་ཏོག་གི་ཆར་པ་སྟོས་ཆུ་དང་འབྲེས་པ་འབབ་པ་ཡིས་  
དཔྱལ་བའི་མེ་དག་ཆེལ་ཆེལ་གསོད་པར་མཐོང་བར་གྱུར་ནས་བདག་ཅག་  
སྟོ་བྱར་དུ་བདེ་བས་ཆིམ་པ་འདི་རྒྱ་ཅི་ཡིན་སྟུང་དུ་བསམས་ནས་བལྟས་པ་

དང་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བ་པ་རྣམས་ཀྱིས་པག་ན་པདམ་བསྐྱམས་པའི་སྒྲིན་  
རས་གཟིགས་མཐོང་བར་ཞོག །

གསུམ་པ་(འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱི་ཆོ་འཕྲུལ་)ནི།

གྲོགས་དག་འཇིགས་པ་ཐོར་ལ་རིངས་པར་ཚུར་ཞོག་

འུ་བུའི་ཐད་དུ་ནི། །

གང་གི་མཐུ་ཡིས་སྤྲུག་བསྐྲུལ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་

དགའ་བའི་ཤྱགས་ཕྱིན་ལ།

འགྲོ་བ་ཀྱན་ནས་ཡོངས་སྐྱོབ་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་

བཙེ་བ་སྐྱེས་གྱུར་པ།

གཞོན་ཀྱང་ཐུང་སྤང་ཅན་འབར་འཇིགས་པ་མེད་པར་

བྱེད་པ་ཅི་ཞིག་ཕྱིན། །

གྲོགས་སྐྱོན་པ་ནི་གྲོགས་དག་ཚུར་ཞོག་ཚུར་ཞོག་དཔྱལ་བའི་  
འཇིགས་པ་ཐོར་ལ་རིངས་པར་ཚུར་ཞོག །འུ་བུའི་ཐད་དུ་གང་གི་མཐུ་ཡིས་  
ལུས་ཀྱི་སྤྲུག་བསྐྲུལ་ཀྱན་བྲལ་ཞིང་སེམས་ཀྱི་འཇིགས་པ་མེད་པར་བྱེད་  
པས་དགའ་བའི་ཤྱགས་ཕྱིན་ལ་འགྲོ་བ་ཀྱན་སྐྱོབ་པའི་འོད་དང་བཙེ་བའི་མ་  
ནི་སྐྱེས་པར་གྱུར་པ་གཞོན་ཀྱང་དབྱུ་ལ་ཐུང་སྤང་ཅན་འོད་འབར་དང་བདག་  
ཅག་སེམས་ཀྱི་འཇིགས་པ་མེད་པར་བྱེད་པ་སྤུ་ཞིག་ཕྱིན་པར་གྱུར་ཅེས་

བོས་ནས་འོངས་པ་དང་།

ཁྱོད་ཀྱི་ལྷ་བརྒྱའི་ཚོད་པན་དག་གིས་ཞབས་ཀྱི་བརྒྱ་  
ལ་མཆོད་ཅིང་། །

ཐུགས་རྗེའི་ཆུན་སྦྱན་དབུ་ལ་མེ་ཉྱལ་དུ་མའི་ཚོགས་  
ཀྱིས་ཆར་འབབ་བ། །

ཁང་བཙེགས་ཡིད་འོང་ལྷ་མོ་སྟོང་ཐུག་བསྟོད་དབྱངས་  
སྟོགས་ལྡན་འདི་སྟོས་ཞེས། །

འཇམ་དབྱངས་དེ་འདྲ་མཐོང་ནས་ད་ནི་སེམས་དཔྱལ་  
ཅ་ཅོ་འདོན་པར་ཤོག།

གྲོགས་དག་ལ་ཁྱོད་ཀྱིས་ལྷ་བརྒྱའི་ཚོད་པན་དག་གིས་ཞབས་ཀྱི་  
བདམོ་ལ་མཆོད་ཅིང་ཐུགས་རྗེས་བཆུན་པའི་སྦྱན་དང་ལྡན་ཞིང་དབུ་ལ་  
མེ་ཉྱལ་དུ་མའི་ཚོགས་ཀྱི་ཆར་འབབ་པ་བསྟོད་པ་སྟོགས་ཤིང་སྦྱ་ལེན་པའི་  
ལྷ་མོ་སྟོང་ཐུག་དང་ལྡན་པ་ཡིད་དུ་འོང་བའི་ཁང་པ་བཙེགས་པ་དང་བཅས་  
པ་འདི་སྟོས་ཞེས་བྲས་པ་དང་། དེ་ལྟར་འཇམ་དབྱངས་དབུགས་འབྱིན་པ་  
མཐོང་ནས་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བ་པ་རྣམས་དགའ་བའི་ཀུ་ཅོ་འདོན་པར་ཤོག།

བཞི་པ་(ཉི་བའི་སྐས་གཞན་གྱི་རུས་པས་ཞི་བར་སྟོན་པ་)ནི།

དེ་ལྟར་བདག་གི་དགོ་ཅས་ཀྱན་དུ་བཟང་ལ་སོགས། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྐྱབ་པ་མེད་སྐྱེན་བདེ་བ་དང་། །

བསེལ་ཞིང་ངི་ཞིམ་དང་ལྡན་ཆར་པ་འབེབས་མཐོང་ནས། །

སེམས་ཅན་དཔྱལ་བ་དེ་དག་མངོན་པར་དགའ་བྱུང་ཅིག །

དེ་ལྟར་བདག་གི་དགོ་ཅས་ཀྱི་ཏུ་བཟང་པོ་ལ་སོགས་པ་བྱམས་པ་  
དང་སའི་སྟོང་པོ་དང་ནམ་མཁའི་སྟོང་པོ་སོགས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
སྟོན་ལམ་གྱི་སྟོབས་ཅན་སྐྱབ་པ་མེད་པའི་སྐྱབ་པ་མེད་པའི་སྐྱེན་ལས་བདེ་  
བ་དང་བསེལ་ཞིང་ངི་ཞིམ་པ་དང་ལྡན་པའི་ཆར་པ་འབེབས་པ་མཐོང་ནས་  
སེམས་ཅན་དཔྱལ་བ་པ་དེ་དག་མངོན་པར་དགའ་བར་བྱུང་ཅིག །

གཉིས་པ་(དུད་འགྲོའི་སྐྱབ་བསྐྱལ་ཞི་བར་བསྟོ་བ་)ནི།

དུད་འགྲོ་རྣམས་ནི་གཅིག་ལ་གཅིག །

ཟ་བའི་འཇིགས་དང་བྲལ་བར་ཤོག །

རང་གཞན་གྱི་དགོ་བ་ཅི་ཡོད་པའི་སྟོབས་ལ་བརྟེན་ནས་དུད་འགྲོ་  
རྣམས་ནི་གཅིག་ལ་གཅིག་ཟ་བའི་འཇིགས་པ་སོགས་དང་བྲལ་བར་ཤོག །

གསུམ་པ་(ཡི་དྲགས་ཀྱི་དོན་དུ་བསྟོ་བ་)ནི།

སྐྱ་མི་སྟན་པའི་མི་བཞིན་དུ། །

ཡི་དྲགས་རྣམས་ནི་བདེ་བར་བྱུང། །

འཕགས་པ་སྐྱེན་རས་གཟིགས་དབང་གི །

ཕྱག་ནས་འབབ་པའི་འོ་རྒྱན་གྱིས། །

ཡི་དྲགས་རྣམས་ནི་ཆིམ་བྱས་ཤིང་། །

ཁྱས་བྱས་ཏྱག་ཏུ་བསེལ་བར་ཤོག།

བྱང་གི་སྐྱ་མི་སྟན་པའི་མི་ཟས་གོས་ལོངས་སྟོང་རྣམས་བསམས་  
པ་ཙམ་གྱིས་འབྱུང་བ་བཞིན་དུ་ཡི་དྲགས་རྣམས་ནི་བདེ་བར་གྱུར་ཅིག །  
འཕགས་པ་སྟན་རས་གཟིགས་དབང་གི་ཕྱག་ནས་འབབ་པའི་བདུད་རྩི་འོ་  
མའི་རྒྱན་གྱིས་ཡི་དྲགས་རྣམས་ནི་ཟས་སྟོམ་གྱིས་ཆིམས་པར་བྱས་ཤིང་  
ཁྱས་བྱས་ནས་ཏྱག་ཏུ་བསེལ་བར་ཤོག།

གསུམ་པ་(དེ་བདེ་འགྲོའི་དོན་དུ་བསྟོན་བ་)ལ་གཉིས།

སྟུག་བསྐལ་དང་བྲལ་བར་བསྟོན་བ་དང་། འདོད་པའི་དོན་གྲུབ་པར་  
བསྟོན་བའོ། །

དང་པོ་(སྟུག་བསྐལ་དང་བྲལ་བར་བསྟོན་བ་)ལ་བཞི།

དབང་པོ་མ་ཆང་བ་མེད་ཅིང་མངལ་གྱི་ཟུག་རྩ་མེད་པར་བསྟོན་བ་དང་།  
དབྱལ་བའི་སྟུག་བསྐལ་དང་ཡིད་མི་བདེ་མེད་པར་བསྟོན་བ་དང་། ན་བའི་སྟུག་  
བསྐལ་དང་སྤང་བ་དང་སྤད་པའི་སྟུག་བསྐལ་མེད་པར་བསྟོན་བ་དང་། ལྷོགས་  
སྟུ་འགྲོ་བའི་སྟུག་བསྐལ་དང་མི་མ་ཡིན་གྱི་གཞོན་པ་ཞི་བར་བསྟོན་བའོ། །

དང་པོ་(དབང་པོ་མ་ཆང་བ་མེད་ཅིང་མངལ་གྱི་ཟུག་རྩ་མེད་པར་བསྟོན་བ་)ནི།

ལོང་བ་རྣམས་ཀྱིས་མིག་མཐོང་ཞིང་། །

འོན་པས་ཏྲག་ཏུ་སྐྱ་ཐོས་ཤོག།

ལྟ་མོ་སྐྱ་འབྲུལ་ངེ་བཞིན་དུ།

སྐྱམ་མའང་གཞོད་མེད་བཅའ་བར་ཤོག།

འོང་བ་རྣམས་ཀྱིས་མིག་གིས་གཟུགས་མཐོང་ཞིང་འོན་པས་ཏྲག་  
ཏུ་སྐྱ་ཐོས་པར་ཤོག། །ལྟ་མོ་སྐྱ་འབྲུལ་ངེ་བཞིན་དུ་སྐྱམ་མའང་གཞོད་པ་མེད་  
པར་བཅའ་བར་ཤོག། །ཅེས་པ་འོ།

གཉིས་པ་(དབྱུལ་བའི་སྐྱག་བསྐྱེད་དང་ཡིད་མི་བདེ་མེད་པར་བསྐྱོ་བ་)ནི།

གཅེར་བུ་རྣམས་ཀྱིས་གོས་དག་དང་།

བགྲེས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བས་དང་ནི།

སྒྲོམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཚུ་དག་དང་།

བརྟུང་བ་ཞིམ་པོ་ཐོབ་པར་ཤོག།

གོས་མེད་པའི་གཅེར་བུ་རྣམས་ཀྱིས་གོས་དག་དང་བགྲེས་པ་རྣམས་  
ཀྱིས་ཁ་དོག་དང་ངེ་རོ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་བས་དང་ནི་སྒྲོམ་པ་རྣམས་  
ཀྱིས་ཚུ་དག་དང་བརྟུང་བ་ཞིམ་པོ་ཐོབ་པར་ཤོག།

བགྲེན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནོར་ཐོབ་ཤོག།

སྤྱ་ངན་ཉམ་ཐག་དགའ་ཐོབ་ཤོག།

ཡི་ཆད་རྣམས་ཀྱང་ཡིད་སོས་ཤིང་།



བརྟན་པ་སྤྱན་སྤྱུལ་ཆོག་པ་པར་ཤོག།

ཡོ་བྱང་གིས་ཐོངས་པའི་བཀའ་བ་རྣམས་ཀྱིས་ནོར་ཐོབ་པར་ཤོག།

འདོད་པ་དང་བྲལ་བའི་སྤྱང་ན་གིས་ཉམས་ཐག་པ་རྣམས་ཡིད་དགའ་བ་ཐོབ་  
པར་ཤོག། །སྤྱན་ཆོག་པ་ཉམས་པ་སོགས་ཀྱིས་ཡིད་ཆད་པ་རྣམས་ཀྱང་ཡིད་  
གསོས་ཤིང་སྤྱག་བསྐྱལ་དང་ཡིད་མི་བདེས་བརྩི་བར་མི་རྒྱས་པའི་བརྟན་པ་  
སྤྱན་སྤྱུལ་ཆོག་པ་པར་ཤོག།

གསུམ་པ་(ན་བའི་སྤྱག་བསྐྱལ་དང་སྤང་བ་དང་སྤྱང་པའི་སྤྱག་བསྐྱལ་མེད་པར་བསྟོན་བ་)ནི།

སེམས་ཅན་ནད་པ་ཇི་སྟེད་པ།

སྤྱར་དུ་ནད་ལས་ཐར་གྱུར་ཅིག།

འགྲོ་བའི་ནད་ནི་མ་ལུས་པ།

རྟག་ཏུ་འབྱུང་བ་མེད་པར་ཤོག།

སྤྱག་པ་རྣམས་ནི་འཇིགས་མེད་ཤོག།

བཅིངས་པ་རྣམས་ནི་གྲོལ་བར་འགྱུར།

མ་བྱ་མེད་རྣམས་ནི་མ་བྱ་ལྡན་ཞིང་།

སེམས་ནི་པན་ཚུན་མཉེན་གྱུར་ཅིག།

བདག་གཞན་གྱི་དགོ་བ་ཇི་སྟེད་ཡོད་པའི་མ་བྱས་སེམས་ཅན་ནད་པ་  
ཇི་སྟེད་པ་སྤྱར་དུ་ནད་ལས་ཐར་པར་ཤོག། །འགྲོ་བའི་ལུས་སེམས་གྱི་ནད་ནི་

མ་ལུས་པ་རྟག་དུ་འབྱུང་བ་མེད་པར་ཤོག། །པ་རོལ་གྱི་དགའི་འཛིགས་པས་  
སྒྲག་པ་རྣམས་ནི་འཛིགས་པ་མེད་པར་ཤོག། །རང་དབང་མེད་པར་གཞན་  
གྱིས་བཅིངས་པ་རྣམས་ནི་འཆིང་བ་ལས་གྲོལ་བར་གྱུར་ཅིག། །དབང་ཚུང་  
བས་མཐུ་སྟོབས་མེད་པ་རྣམས་ནི་མཐུ་དང་ལྡན་ཞིང་པན་ཚུན་སེམས་ནི་  
གཉེན་པ་པན་པའི་སེམས་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག། །

བཞི་པ་(ཕྱགས་སུ་འགོ་བའི་སྒྲག་བསྐལ་དང་མི་མ་ཡིན་གྱི་གཞོན་པ་ཞི་བར་བསྟོན་)ནི།

འགྲོན་པོ་དག་ནི་ཐམས་ཅད་ལ། །

ཕྱོགས་རྣམས་ཐམས་ཅད་བདེ་བར་ཤོག། །

གང་གི་དོན་དུ་འགྲོ་བྱེད་པ། །

དེ་འབད་མི་དགོས་གྲུབ་གྱུར་ཅིག། །

ཆོང་བ་ལ་སོགས་པ་ཕྱོགས་བཅུར་འགོ་བའི་འགྲོན་པོ་དག་ནི་ཐམས་  
ཅད་ལ་ཕྱོགས་རྣམས་ཐམས་ཅད་དུ་བདེ་བར་ཤོག། །དགོས་པ་གང་གི་དོན་དུ་  
འགྲོ་བར་བྱེད་པའི་དགོས་པ་དེ་འབད་མི་དགོས་པར་འབྲུབ་པར་གྱུར་ཅིག། །

གྲུ་དང་གྲུ་ཆེན་ཞུགས་པ་རྣམས། །

ཡིད་ལ་བསམ་པ་གྲུབ་གྱུར་ཏེ། །

ཚུ་ཡི་ངོགས་སུ་བདེར་སྤྱོད་ནས། །

གཉེན་དང་ལྡན་ཅིག་དགའ་བར་ཤོག།

རིན་པོ་ཆེ་ལ་སོགས་པའི་དོན་དུ་རྒྱ་མཚོར་འབྱུག་པའི་གྲུབ་དང་གྲུ་  
ཆེན་པོ་གཟིངས་ཀྱི་ནང་དུ་ཞུགས་པ་རྣམས་ཡིད་ལ་བསམས་པ་བཞིན་དུ་  
གྲུབ་པར་གྱུར་ཏེ་ཆུའི་ངོགས་སུ་བདེ་བར་སྤྱོན་ནས་གཉིན་དང་ལྷན་ཅིག་  
དགའ་བར་ཞོག །

ཕྱ་ངན་ལམ་གོ་ལ་འབྲུམས་པ་རྣམས། །

འགྲོན་པོ་དག་དང་ཕྱད་གྱུར་ནས། །

ཆོམ་རྒྱན་སྟག་སོགས་འཇིགས་མེད་པར། །

མི་ངལ་བདེ་སླག་འདོང་བར་ཞོག །

ཕྱ་ངམ་གྱི་ཐང་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པའི་ལམ་གོ་ལ་བར་འབྲུམས་པ་  
རྣམས་དབྱགས་འབྱིན་པར་བྱང་བའི་འགྲོན་པོ་དག་དང་ཕྱད་པར་གྱུར་ན་  
ཆོམ་རྒྱན་པ་དང་སྟག་སོགས་ཀྱི་འཇིགས་པ་མེད་པར་མི་ངལ་བར་བདེ་སླག་  
ཏུ་འགྲོ་བར་ཞོག །

དགོན་སོགས་ལམ་མེད་ཉམ་ང་བར། །

བྱིས་པ་རྒན་པོ་མགོན་མེད་པ། །

གཉིད་ལོག་ཕྱིས་ཤིས་རབ་ཕྱིས་རྣམས། །

ལྷ་དག་སྤང་བར་བྱེད་པར་ཞོག །

འགྲོག་དགོན་པ་སོགས་ལམ་མེད་ཅིང་ཉམ་ང་བར་བྱིས་པ་དང་རྒན་

པོ་མགོན་མེད་པ་གཉིད་ལོག་སྟེ་སྒྲོམ་ཤིང་རབ་ཏུ་སྒྲོམ་པ་རྣམས་དཀར་པོ་  
སྒྲོགས་ཀྱི་ལྷ་དག་བསྐྱུང་བ་བྱེད་པར་ཤོག །

གཉིས་པ་(འདོད་པའི་དོན་གྱི་པར་བསྟེན་པ་)ལ་གཉིས།

སྒྲིར་མའི་དོན་དུ་བསྟེན་པ་དང་། བྱེ་བྲག་ཏུ་རབ་ཏུ་བྱུང་བའི་དོན་དུ་  
བསྟེན་བའོ། །

དང་པོ་(སྒྲིར་མའི་དོན་དུ་བསྟེན་པ་)ལ་གསུམ།

ཕུན་ཚོགས་ཐོབ་པར་བསྟེན་པ་དང་། ཡང་དག་པའི་ལམ་ལ་འཇུག་པར་  
བསྟེན་པ་དང་། གནས་སྐབས་འབྱོར་བ་དང་བདེ་བར་བསྟེན་བའོ། །

དང་པོ་(ཕུན་ཚོགས་ཐོབ་པར་བསྟེན་པ་)ལ་བཞི།

རྟེན་དལ་འབྱོར་ཐོབ་ཅིང་ལོངས་སྒྱུད་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པར་བསྟེན་  
བ་དང་། འཆེ་བ་མེད་ཅིང་གཟི་བརྗིད་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པར་བསྟེན་བ་དང་།  
གཟུགས་ཕུན་ཚོགས་དང་དམན་པ་མཆོག་ཏུ་འགྱུར་བ་བསྟེན་བ་དང་། དགོ་  
བ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པར་བསྟེན་བའོ། །

དང་པོ་(རྟེན་དལ་འབྱོར་ཐོབ་ཅིང་ལོངས་སྒྱུད་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པར་བསྟེན་པ་)ནི།

མི་དལ་ཀྱན་ལས་ཐར་བ་དང་། །

དད་དང་ཤེས་རབ་བརྩེ་ལྡན་ཞིང་། །

ཟས་དང་སྒྱུད་པ་ཕུན་ཚོགས་ནས། །

རྟག་ཏུ་ཆེ་རབས་བྲན་གྱུར་ཅིག །

ཐམས་ཅད་ནམ་མཁའི་མངོན་བཞིན་དུ།

ལོངས་སྟོང་ཆད་པ་མེད་པར་ཤོག།

ཆོས་སྐབ་ཏུ་མི་དལ་བའི་གནས་བརྒྱད་པོ་ཀྱན་ལས་ཐར་པ་དང་། དང་  
པ་དང་ཤེས་རབ་དང་གཞན་དོན་གྱི་བསམ་པའི་སྒྲིང་བཅེར་ལྡན་ཞིང་ཟས་  
དང་སྟོང་པ་ཕུན་སུམ་ཆོག་པ་པར་གྱུར་ནས་ཏྲག་ཏུ་ཆེ་རབས་དན་པར་གྱུར་  
ཅིག། །ལོངས་སྟོང་གྱིས་ཕོངས་པ་ཐམས་ཅད་ནམ་མཁའི་མངོན་གྱི་ཉིང་དེ་  
འཛིན་ཐོབ་པ་བཞིན་དུ་ལོངས་སྟོང་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་ཤོག།

གཉིས་པ་(འཆེ་བ་མེད་ཅིང་གཟི་བརྗིད་ཕུན་སུམ་ཆོག་པ་པར་བསྟོན་བ་)ནི།

ཚྱོད་པ་མེད་ཅིང་འཆེ་མེད་པར།

རང་དབང་དུ་ནི་སྟོང་པར་ཤོག།

སེམས་ཅན་གཟི་བརྗིད་ཆུང་དུ་གང་།

དེ་དག་གཟི་བརྗིད་ཆེན་པོར་ཤོག།

ཕན་ཚུན་ཚྱོད་པ་མེད་ཅིང་གཞན་གྱིས་འཆོ་བ་མེད་པར་རང་དབང་དུ་  
ནི་སྟོང་པར་ཤོག། །གཞན་གྱིས་བརྟན་པའི་གནས་སུ་གྱུར་པའི་སེམས་ཅན་  
གཟི་བརྗིད་ཆུང་དུ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་གཟི་བརྗིད་ཆེན་པོར་ཤོག།

གསུམ་པ་(གཟུགས་སྤྱན་ཆོག་པ་དང་དམན་པ་མཆོག་ཏུ་འགྱུར་བ་བསྟོན་བ་)ནི།

དཀའ་ཐུབ་ཅན་གང་གཟུགས་ངན་པ།

གཟུགས་བཟང་ཕུན་སུམ་ཆོགས་གྱུར་ཅིག །

འཛིག་ཏེན་བྱད་མེད་ཇི་སྟེད་པ། །

དེ་དག་སྐྱེས་པ་ཉིད་གྱུར་ཅིག །

མ་རབས་རྣམས་ནི་མཐོ་ཐོབ་ཅིང་། །

ང་རྒྱལ་དག་ཀྱང་བཅོམ་པར་ཤོག །

ཆ་གང་གིས་ལུས་གསུངས་པའི་དཀའ་ཐུབ་ཅན་གང་གཟུགས་ངན་  
པ་དེ་དག་གཟུགས་བཟང་པོ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པར་ཤོག ། འཛིག་ཏེན་ན་  
བྱད་མེད་ཇི་སྟེད་པ་དེ་དག་སྐྱེས་པ་ཉིད་དུ་གྱུར་ཅིག ། རིགས་ཉམས་པའི་མ་  
རབས་རྣམས་ནི་རིགས་མཐོ་བ་ཐོབ་ཅིང་ཐོབ་ནས་ང་རྒྱལ་དག་ཀྱང་བཅོམ་  
པར་ཤོག །

བཞི་པ་(དགེ་བ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པར་བསྐྱོ་བ་)ནི།

བདག་གི་བསོད་ནམས་འདི་ཡིས་ནི། །

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མ་ལུས་པ། །

སྒྲིག་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས་ནས་ནི། །

ཏྲ་ཏུ་དགེ་བ་བྱེད་པར་ཤོག །

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱོམ་པ་ལ་སོགས་པའི་བདག་གི་བསོད་ནམས་  
འདི་ཡིས་ནི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མ་ལུས་པ་སྒྲིག་གཙོད་



སོགས་འགལ་རྒྱུན་སྒྲིག་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས་ནས་ནི་ཏྲག་ཏུ་དགོ་བ་བྱེད་  
པར་ཤོག།

གཉིས་པ་(ཡང་དག་པའི་ལམ་ལ་འཇུག་པར་བསྟོན་བ་)ལ་གཉིས།

ཐར་ལམ་སྐྱབ་པའི་བསམ་སྟོར་ཕུན་ཚོགས་དང་ལྡན་པར་སྟོན་བ་  
དང་། མཐུན་རྒྱུན་ཆང་ཞིང་འགལ་རྒྱུན་མེད་པར་སྟོན་བའོ། །

དང་པོ་(ཐར་ལམ་སྐྱབ་པའི་བསམ་སྟོར་ཕུན་ཚོགས་དང་ལྡན་པར་སྟོན་བ་)ནི།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དང་མི་འབྲལ་ཞིང་། །

བྱང་ཆུབ་སྟོན་ལ་གཞིལ་བ་དང་། །

སེམས་ཅན་ཀུན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་མི་འབྲལ་ཞིང་སྦྱིན་སོགས་  
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྟོན་པ་ལ་གཞིལ་བ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག།

གཉིས་པ་(མཐུན་རྒྱུན་ཆང་ཞིང་འགལ་རྒྱུན་མེད་པར་སྟོན་བ་)ནི།

སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་གཟུང་ཞིང་། །

བདུད་ཀྱི་ལས་རྣམས་སྤང་བར་ཤོག།

བདག་རྒྱུན་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་  
སྤྱོད་ཆུང་ཞིང་དགོ་བ་ལ་བར་ཆད་བྱེད་པའི་བདུད་ཀྱི་ལས་ཀྱང་སྤངས་པར་  
ཤོག།

གསུམ་པ་(གནས་སྐབས་འགྱུར་བ་དང་བདེ་བར་བསྟོན་བ་)ལ་གསུམ།

ཆེ་རིང་ཞིང་སྟོན་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་དག་པར་བསྟོན་བ་དང་། བན་འདོགས་

པའི་སྒྱུ་བོས་གང་ཞིང་བདེ་བ་ལ་སྒྱུ་དུ་པར་བསྒྲུ་བ་དང་། དགོས་པའི་ཡོ་བྱད་  
ཆང་ཞིང་གཞོད་པ་ནི་བར་བསྒྲུ་བའོ། །

དང་པོ་(ཆེ་རིང་ཞིང་སྒྱུ་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་དག་པར་བསྒྲུ་བ་)ནི།

སེམས་ཅན་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ནི། །

ཆེ་ཡང་དཔག་མེད་རིང་བར་ཞོག །

རྟག་ཏུ་བདེ་བར་འཆོ་འགྱུར་ཞིང་། །

འཆི་བའི་སྒྲ་ཡང་གྲགས་མ་གྱུར། །

སེམས་ཅན་དེ་དག་ཐམས་ཅད་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ནི་བདེ་འགྲོར་སྒྱུས་  
ནས་ཆེ་ཡང་དཔག་མེད་རིང་པོ་ཐུབ་པར་ཞོག་ཆེ་རིང་བ་དེ་ཡང་རྟག་ཏུ་བདེ་  
བར་འཆོ་བར་འགྱུར་ཞིང་འཆི་བའི་སྒྲ་ཡང་གྲགས་པར་མ་གྱུར་ཅིག །

དཔག་བསམ་ཤིང་གི་སྒྱུ་མོས་ཆལ། །

སངས་རྒྱས་དང་ནི་སངས་རྒྱས་སྤྲུལ། །

ཆོས་སྟན་སྒྲོགས་པས་གང་བ་ཡིས། །

སྒྲོགས་ནམས་ཐམས་ཅད་གང་བར་ཞོག །

ཐམས་ཅད་དུ་ཡང་ས་གཞི་དག །

གསེག་མ་ལ་སོགས་མེད་པ་དང་། །

ལག་མཐེལ་ལྟར་མཉམ་བེ་རྒྱུ་ཡི། །

རང་བཞིན་འཇམ་པོར་གནས་གྱུར་ཅིག །

དཔག་བསམ་ཤིང་གི་སྐྱེད་མོས་ཚལ་སངས་རྒྱས་དང་སངས་རྒྱས་  
གྱི་སྤྲུལ་ཆོས་ཉན་པ་དང་སྤྱོད་པ་པས་གང་བ་ཡིས་སྤྱོད་པ་རྣམས་ཐམས་ཅད་  
གང་བར་ཤོག །ས་སྤྱོད་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཡང་ས་གཞི་དག་ས་ཚ་སྒོ་ཅན་དང་  
རྩོ་བ་དང་ཆེར་མ་དང་བསྐྱེད་མ་ལ་སོགས་མེད་པ་དང་། ལག་མཐེལ་ལྟར་  
མཉམ་པ་བྱེ་རྒྱུ་ལྟེ་རང་བཞིན་འཇམ་པོར་འབྱུང་གྱུར་ཅིག །

གཉིས་པ་(མན་འདོགས་པའི་སྐྱེ་བོས་གང་ཞིང་བདེ་བ་ལ་སྤྱོད་པར་བསྐྱོད་བ་)ནི།

འཁོར་གྱི་དགྱེལ་འཁོར་ཡོད་དགྱུར་ཡང་། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་མང་པོ་དག །

རང་གི་ལེགས་པས་ས་སྤྱེངས་དག །

བརྒྱན་པར་མཛད་པས་བཞུགས་གྱུར་ཅིག །

ཆོས་གསུང་བའི་འཁོར་གྱི་དགྱེལ་འཁོར་ཡོད་དགྱུར་ཡང་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་མང་པོ་དག་རང་གི་ཡོན་ཏན་ཕུན་སུམ་ཆོག་པ་ལེགས་པས་  
ས་སྤྱེང་དག་རྒྱན་པར་མཛད་པས་བཞུགས་གྱུར་ཅིག །

ལུས་ཅན་ཀུན་གྱིས་བྱེ་དང་ནི། །

ཤིང་དང་འོད་ཟེར་ཐམས་ཅད་དང་། །

ནམ་མཁའ་ལས་ཀྱང་ཆོས་གྱི་སྤྱོད་ །

རྒྱན་མི་འཆད་པར་ཐོས་པར་ཤོག།

དབང་ཐོབ་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལྟར་ལུས་ཅན་ཀྱན་གྱིས་བྱ་  
དང་ནི་ཤིང་དང་འོད་ཟེར་ཐམས་ཅད་དང་། ནམ་མཁའ་ལས་ཀྱང་ཆོས་ཀྱི་སྒྲ་  
རྒྱན་མི་འཆད་པར་ཐོས་པར་ཤོག།

དེ་དག་ཏྱག་ཏུ་སངས་རྒྱས་དང་། །

སངས་རྒྱས་སྤྲས་དང་ཕྱད་གྱུར་ཅིག།

མཆོད་པའི་སྤྲིན་ནི་མཐའ་ཡས་པས། །

འགྲོ་བའི་སྤྲ་མ་མཆོད་པར་ཤོག།

སེམས་ཅན་དེ་དག་ཏྱག་ཏུ་སངས་རྒྱས་དང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྲས་དང་  
ཕྱད་པར་གྱུར་ཅིག །མཆོད་པའི་སྤྲིན་ནི་རྒྱ་མཆོ་མཐའ་ཡས་པས་འགྲོ་བའི་  
སྤྲ་མ་སངས་རྒྱས་མཆོད་པར་ཤོག།

གསུམ་པ་(དགོས་པའི་ཡོ་བྱད་ཆང་ཞིང་གཞོད་པ་ནི་བར་བསྡོ་བ་)ནི།

ལྟ་ཡང་དུས་སུ་ཆར་འབབས་ཤིང་། །

ལོ་ཏྱག་ཕུན་སུམ་ཆོག་པ་པར་ཤོག།

རྒྱལ་པོ་ཆོས་བཞིན་བྱེད་གྱུར་ཅིག།

འཇིག་རྟེན་དག་ཀྱང་དར་བར་ཤོག།

ཆོས་སྤྱོད་པའི་མཐུན་རྒྱུན་དུ་ལྟ་ཡང་དུས་སུ་ཆར་འབབས་ཤིང་ལ་

ཐོག་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པར་ཤོག་མིའི་དབང་པོ་རྒྱལ་པོ་རྒྱལ་སྲིད་ཚོས་  
བཞིན་བྱེད་པར་གྱུར་ཅིག་འཛིག་ཏེན་དག་ཡང་བདེ་སྲིད་ཀྱིས་བརྒྱན་པའི་སྒོ་  
ནས་དར་བར་ཤོག།

སྒྲན་རྣམས་མཐུ་དང་ལྡན་པ་དང་། །

གསང་སྤྲགས་བཞུས་བརྗོད་བྱུང་པར་ཤོག།

མཁའ་འགྲོ་སྲིན་པོ་ལ་སོགས་པ། །

སྤྱང་རྗེའི་སེམས་དང་ལྡན་གྱུར་ཅིག།

སྒྲན་རྣམས་ནད་ཞི་བའི་མཐུ་དང་ལྡན་པ་དང་ཞི་རྒྱས་སོགས་འབྱུང་  
པར་བྱེད་པའི་གསང་སྤྲགས་ཀྱི་བཞུས་བརྗོད་བྱས་པའི་དགོས་པ་རི་ལྟར་  
གསུངས་པ་རྣམས་བྱུང་པར་ཤོག། མཁའ་འགྲོ་དང་སྲིན་པོ་དང་གཙན་གཟན་  
ལ་སོགས་པ་བྱམས་པའི་སེམས་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག་ མི་འདོད་པ་དང་  
བྲལ་བར་བསྟོ་བ་ནི།

སེམས་ཅན་འགའ་ཡང་སྤྲུག་མ་གྱུར། །

འཛིགས་དང་བརྟན་པར་མི་འགྱུར་ཞིང་། །

འགའ་ཡང་ཡིད་མི་བདེ་མ་གྱུར། །

སེམས་ཅན་འགའ་ཡང་ལུས་སྤྲུག་བསྐྱེད་པར་མ་གྱུར་ཅིག། །སེམས་  
འཛིགས་པ་དང་གཞན་གྱིས་བརྟན་པར་མི་འགྱུར་ཞིང་འགའ་ཡང་ཡིད་མི་  
བདེ་བར་མ་གྱུར་ཅིག།

གཉིས་པ་(བྱེ་བྲག་ཏུ་རབ་བྱུང་བའི་དོན་དུ་བསྡོམ་)ལ་ལྟ།

དགེ་འདུན་གྱི་དོན་དུ་སྦྱིར་བསྡོམ་དང་། དགེ་སྦྱོང་གི་དོན་དུ་བསྡོམ་  
དང་། དགེ་སྦྱོང་མའི་དོན་དུ་བསྡོམ་དང་། ཚུ་ལ་བྲིམས་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པར་  
བསྡོམ་དང་། འབྲས་བུ་བདེ་བ་ལ་ལོངས་སྦྱོང་པར་བསྡོམ་འོ། །

དང་པོ་(དགེ་འདུན་གྱི་དོན་དུ་སྦྱིར་བསྡོམ་)ནི།

གཙུག་ལག་ཁང་རྒྱུ་སྡོག་པ་དང་། །

ཁ་ཐོན་གྱིས་བརྒྱན་ལེགས་གནས་ཤོག །

རྟག་ཏུ་དགེ་འདུན་མ་ཐུན་པ་དང་། །

དགེ་འདུན་དོན་ཡང་གྲུབ་པར་ཤོག །

གཙུག་ལག་ཁང་ན་གནས་པའི་དགེ་འདུན་རྒྱུ་སྡོག་གསུང་རབ་  
དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པ་སྡོག་པ་དང་ཁ་ཏོན་གྱིས་དར་ཁིང་རྒྱས་པས་  
ལེགས་པར་གནས་པར་ཤོག ། དུས་རྟག་ཏུ་དགེ་འདུན་དགེ་བའི་བྱ་བ་ལ་  
ཐུགས་མ་ཐུན་པ་དང་དགེ་འདུན་གྱིས་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་པ་ལ་སོགས་པའི་  
དོན་ཡང་རི་ལྟར་དགོངས་པ་བཞིན་འགྲུབ་པར་ཤོག །

གཉིས་པ་(དགེ་སྦྱོང་གི་དོན་དུ་བསྡོམ་)ནི།

བསྐྱབ་པ་འདོད་པའི་དགེ་སྦྱོང་དག །

དབེན་པ་དག་ཀྱང་ཐོབ་པར་ཤོག །

གཡེང་བ་ཐམས་ཅད་སྤངས་ནས་ནི། །



སེམས་ནི་ལས་རུང་སྒྲོམ་གྱུར་ཅིག །

བསྟོན་བ་མ་ཉམས་པར་བསྟུང་བར་འདོད་པའི་དགོ་སྒྲོང་དག་ཚུ་ལ་  
ཁྱིམས་ཀྱི་གོགས་སུ་གྱུར་པའི་ལུས་ཀྱི་འདུ་འཛིས་དབེན་པ་དག་གྱུང་ཐོབ་  
པར་ཤོག །སེམས་ཀྱི་གཡེང་བ་ཐམས་ཅད་སྤངས་ནས་ནི་ལུས་སེམས་  
ཤེན་ཏུ་སྦྱངས་པའི་བདེ་བས་བརྒྱན་ནས་སེམས་ནི་ལས་རུང་གིས་དགོ་བ་  
བསྒྲོམ་པར་གྱུར་ཅིག །

གསུམ་པ་(དགོ་སྒྲོང་མའི་དོན་ཏུ་བསྟོན་བ་)ནི།

དགོ་སྒྲོང་མ་རྣམས་ཉིད་ལྡན་ཞིང་། །

འཐབ་དང་གཞོད་པ་སྤང་བར་ཤོག །

དགོ་སྒྲོང་མ་རྣམས་ཆོས་ལྡན་གྱི་ཉིད་པ་དང་ལྡན་ཞིང་འཐབ་པ་དང་  
གཞོན་གྱིས་ཅི་བ་ལ་སོགས་པའི་གཞོད་པ་སྤངས་པར་ཤོག །

བཞི་པ་(ཚུ་ལ་ཁྱིམས་སུན་སུམ་ཆོགས་པར་བསྟོན་བ་)ནི།

དེ་བཞིན་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ཀྱང་། །

ཚུ་ལ་ཁྱིམས་ཉམས་པ་མེད་གྱུར་ཅིག །

ཚུ་ལ་ཁྱིམས་འཆལ་པས་ཡིད་བྱུང་ནས། །

རྟག་ཏུ་ཕྱིག་པ་ཟད་བྱེད་ཤོག །

དེ་བཞིན་ཏུ་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ཀྱང་ཚུ་ལ་ཁྱིམས་ཉམས་པ་མེད་པར་  
མཐར་ཕྱིན་པར་གྱུར་ཅིག །ཚུ་ལ་ཁྱིམས་འཆལ་བ་འགའ་བྱུང་ན་དེས་ཡིད་

བྱུང་ནས་ཏེ་འགྲོད་པ་སྐྱེས་ནས་རྟག་ཏུ་སྒྲིག་པ་ཟད་བྱེད་ཤོག།

བདེ་འགྲོ་དག་ཀྱང་ཐོབ་གྱུར་ནས།།

དེར་ཡང་བརྟུལ་ཞུགས་མི་ཉམས་ཤོག།

མཁས་པ་རྣམས་ནི་བཀྱར་བ་དང་།།

བསོད་སྟོམས་དག་ཀྱང་རྟེན་པར་ཤོག།

རྒྱད་ནི་ཡོངས་སུ་དག་པ་དང་།།

ཕྱོགས་རྣམས་ཀྱན་ཏུ་གྲགས་པར་ཤོག།

དེ་ནས་སྤྱི་མར་བདེ་འགྲོ་དག་ཀྱང་ཐོབ་པར་གྱུར་ནས་དར་ཡང་བརྟུལ་  
ཞུགས་མི་ཉམས་པར་ཤོག། །འཇིག་རྟེན་གྱིས་མཁས་པ་རྣམས་ནི་བཀྱར་བ་  
དང་བསོད་སྟོམས་དག་ཀྱང་རྟེན་པར་ཤོག། །རྒྱད་ནི་ང་རྒྱལ་ལ་སོགས་པ་  
མེད་པར་ཡོངས་སུ་དག་པ་དང་ཕྱོགས་རྣམས་ཀྱན་ཏུ་སྟོན་པའི་གྲགས་པ་  
དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག།

ལྷ་པ་(འབྲས་བུ་བདེ་བ་ལ་ཡོངས་སྒྲིབ་པར་བསྐྱོ་བ་)ནི།

ངན་སོང་སྤྱད་བསྐྱེད་མ་སྤྱོད་ཞིང་།།

དཀའ་བ་སྤྱད་པ་མེད་པར་ཡང་།།

ལྷ་བས་ལྷག་པའི་ལུས་ཀྱིས་ནི།།

དེ་དག་སངས་རྒྱས་སྐུར་འབྱུང་ཤོག།

ངན་སོང་གི་སྒྲུག་བསྐྱེད་མ་སྟོང་ཞིང་སྟོག་སྐྱེས་ཀྱི་ལས་དྲག་པའི་  
དཀའ་བ་སྦྱང་བ་མེད་པར་ཡང་ལྟ་བུ་སྒྲུག་པའི་རྣམ་སྟོན་གྱི་ལུས་རྣམ་སྟོན་  
གྱི་ལུས་རྣམ་མཐེན་སྦྱབ་པའི་མཐོ་རིས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བདུན་དང་ལྔན་པའི་  
ལུས་ཀྱིས་ནི་མཁས་པ་དེ་དག་སངས་རྒྱས་སྐྱུར་དུ་འགྱུར་བར་གྱུར་ཅིག །

བཞི་པ་(སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་བསྟོན་བ་)ནི།

སེམས་ཅན་ཀྱན་གྱིས་ལན་མང་དུ།

སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་མཆོད་བྱེད་ཅིང་།

སངས་རྒྱས་བདེ་བ་བསམ་ཡས་གྱིས།

རྟག་ཏུ་བདེ་དང་ལྔན་གྱུར་ཅིག །

དགོ་བ་ཇི་སྟེད་ཡོད་པའི་མཐུས་སེམས་ཅན་ཀྱན་གྱིས་ལན་མང་དུ་  
བསྟོན་སྐྱེད་དུ་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་གྱིས།      སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་མཆོད་པར་  
བྱེད་ཅིང་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོན་བ་ལ་བསྐྱབས་པས་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་བདེ་བ་མཐའ་ཡས་གྱིས་རྟག་ཏུ་བདེ་བ་དང་ལྔན་པར་གྱུར་  
ཅིག །

གཉིས་པ་(འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་དོན་དུ་བསྟོན་བ་)ལ་གསུམ།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་བཞེད་དོན་འགྲུབ་པར་བསྟོན་བ་དང་།  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཛད་པ་མཐར་ཐྱིན་པར་བསྟོན་བ་དང་།      ཉན་རང་གི་བཞེད་  
དོན་འགྲུབ་པར་བསྟོན་བ་ལོ། །

དང་པོ་(བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་བཞེད་དོན་འགྲུབ་པར་བསྟོ་བ་)ནི།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་ནི། །

འགྲོ་དོན་ཐུགས་ལ་དགོངས་འགྲུབ་ཤོག །

བསྟན་བཅོས་འདི་བརྩམས་པ་ལ་སོགས་པའི་དགོ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་འགྲོ་བ་མཐའ་དག་གི་གནས་སྐབས་  
དང་མཐར་ཐུག་གི་དོན་མཛད་པར་ཐུགས་ལ་དགོངས་པ་རྗེས་སུ་བཞེན་  
འགྲུབ་པར་ཤོག །

གཉིས་པ་(སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཛད་པ་མཐར་ཐྱིན་པར་བསྟོ་བ་)ནི།

མགོན་པོ་ཡིས་ནི་གང་དགོངས་པ། །

སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་དེ་འབྱུང་ཤོག །

སེམས་ཅན་ཀྱི་མགོན་པོ་རྒྱལ་བ་ཡིས་ནི་སེམས་ཅན་རྣམས་བདེ་བ་  
མཐའ་དག་དང་ལྷན་པར་གང་དགོངས་པ་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བདེ་བ་དེ་  
འབྱུང་པར་ཤོག །

གསུམ་པ་(ཉན་རང་གི་བཞེད་དོན་འགྲུབ་པར་བསྟོ་བ་)ནི།

དེ་བཞེན་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་དང་། །

ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱང་བདེ་སྤྱུང་ཅིག །

དེ་བཞེན་དུ་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་དང་ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱང་ཞི་བའི་  
བདེ་བ་ཐོབ་པར་སྤྱུང་ཅིག །

གཉིས་པ་(རང་དོན་ཏུ་བསྡེ་བ་)ལ་བཞི།

གནས་སྐབས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པར་སྟོན་པ་དང་། འཇམ་པའི་དབྱངས་  
ཀྱིས་དངོས་སུ་རྗེས་སུ་འཇིན་པར་སྟོན་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་  
སྤྱད་པ་ལ་གནས་པར་སྟོན་པ་དང་། གཞན་དོན་མཐར་ཕྱིན་པར་སྟོན་པའོ། །

དང་པོ་(གནས་སྐབས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པར་སྟོན་པ་)ནི།

བདག་གྱང་འཇམ་དབྱངས་བཀའ་ངིན་གྱིས། །

ས་རབ་དགའ་བ་ཐོབ་པར་དུ། །

རྟག་ཏུ་ཆེ་རབས་བྱན་པ་དང་། །

རབ་ཏུ་བྱང་བ་ཐོབ་པར་ཤོག། །

དགེ་བ་དེ་དག་གི་མཐུས་བདག་གྱང་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱི་བཀའ་  
ངིན་གྱིས་རབ་ཏུ་དགའ་བ་ཐོབ་པའི་བར་དུ་རྟག་ཏུ་ཆེ་རབས་བྱན་པ་དང་།  
ཡོན་ཏན་གྱི་སྟོན་རབ་ཏུ་འབྱུང་བ་ཐོབ་པར་ཤོག། །

བདག་ནི་ཁ་ཟས་ཀྱི་ནས་གྱང་། །

ཉམས་དང་ལྡན་ཞིང་འཆོ་བར་ཤོག། །

ཆེ་རབས་ཀྱན་དུ་དབེན་གནས་པར། །

ཕུན་སུམ་ལྡན་པ་ཐོབ་པར་ཤོག། །

བདག་ནི་ཁ་ཟས་ངན་དོན་ཅམ་གྱི་ནས་གྱང་ཕུས་ཉམས་དང་ལྡན་ཞིང་

བདེ་བར་འཆོ་བར་ཤོག། །ཆེ་རབས་ཀྱན་ཏུ་ལུས་སེམས་འདུ་འཇིག་དབེན་  
པར་གནས་པ་ལུན་སུམ་ཆོགས་པ་དང་ལྡན་པ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག།

གཉིས་པ་(འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱིས་དངོས་སུ་རྗེས་སུ་འཇིག་པར་སྟོན་པ་)ནི།

གང་ཆེ་བལྟ་བར་འདོད་པའམ། །

ཅུང་ཟད་ངི་བར་འདོད་ན་ཡང་། །

མགོན་པོ་འཇམ་དབྱངས་དེ་ཉིད་ནི། །

གོགས་མེད་པར་ཡང་མཐོང་བར་ཤོག།

གང་གི་ཆེ་ལུབ་པའི་གསུང་རབ་སོགས་བལྟ་བར་འདོད་པའམ་དོན་  
ལྡན་གྱི་ཡི་གེ་ཅུང་ཟད་འདི་བར་འདོད་ན་ཡང་མགོན་པོ་འཇམ་དབྱངས་དེ་  
ཉིད་ནི་དངོས་སུ་མཐོང་བ་ལ་སྒྲིབ་པར་བྱེད་པའི་གོགས་མེད་པར་ཡང་དེ་མ་  
ཐག་མཐོང་བར་ཤོག།

གསུམ་པ་(བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོན་པ་ལ་གནས་པར་སྟོན་པ་)ནི།

སྟོགས་བརྩེ་ནམ་མཁའི་མཐས་གཏུགས་པའི། །

སེམས་ཅན་ཀྱན་དོན་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར། །

རི་ལྟར་འཇམ་དབྱངས་སྟོན་མཛད་པ། །

བདག་གི་སྟོན་པའང་དེ་འདྲར་ཤོག།

སྟོགས་བརྩེ་ན་ནམ་མཁའི་མཐས་གཏུགས་པའི་སེམས་ཅན་ཀྱན་



གྱི་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་དོན་སྐབས་པའི་ཕྱིར་དུ། ཇི་ལྟར་འཇམ་  
དབྱངས་སྟོན་པ་མཛད་པ་དེ་བཞིན་དུ་བདག་གི་སྟོན་པ་འང་དེ་འདྲ་བ་ཞོག །

བཞི་པ་(གཞན་དོན་མཐར་ཕྱིན་པར་སྟོན་པ་)ནི།

ཇི་སྲིད་ནམ་མཁའ་གནས་པ་དང་། །

འགྲོ་བ་ཇི་སྲིད་གནས་གྱུར་པ། །

དེ་སྲིད་བདག་ནི་གནས་གྱུར་ནས། །

འགྲོ་བའི་སྐྱག་བསྐྱེལ་སེལ་བར་ཞོག །

ཇི་སྲིད་འཁོར་བ་གནས་པ་དང་འཁོར་བར་འཁོར་བའི་འགྲོ་བ་ཇི་སྲིད་  
གནས་པར་གྱུར་པ་དེ་སྲིད་དུ་བདག་ནི་གནས་པར་གྱུར་ནས་འགྲོ་བའི་སྐྱག་  
བསྐྱེལ་མཐའ་དག་སེལ་བར་ཞོག །

འགྲོ་བའི་སྐྱག་བསྐྱེལ་གང་ཅི་འང་རུང་། །

དེ་ཀུན་བདག་ལ་སྟོན་གྱུར་ཅིག །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་དགོ་འདུན་གྱིས། །

འགྲོ་བ་བདེ་ལ་སྟོན་པར་ཞོག །

འགྲོ་བའི་སྐྱག་བསྐྱེལ་གང་ཅི་ཡང་རུང་དེ་ཀུན་བདག་ལ་སྟོན་པར་  
གྱུར་ཅིག །བྱང་ཆུབ་སེམས་པའི་དགོ་འདུན་གྱི་སྐབས་ཀྱི་རང་བཞིན་གྱིས་  
འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་ལ་སྟོན་པར་ཞོག །

གསུམ་པ་(བདེ་བའི་འབྲུང་གནས་བསྟན་པ་རྒྱས་པའི་དོན་དུ་བསྡོམ་)ནི།

འགྲོ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་སྦྱོར་གཅིག་ལྟ།

བདེ་བ་ཐམས་ཅད་འབྲུང་བའི་གནས།

བསྟན་པ་རྟེན་དང་བཀྱར་སྟེ་དང་།

བཅས་ཏེ་ཡུན་རིང་གནས་གྲུར་ཅིག །

དགོ་བ་ཇི་སྟེད་ཡོད་པའི་སྟོབས་ལ་བརྟེན་ནས་འགྲོ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་  
ཐམས་ཅད་སེམས་བ་ལ་ལྷ་མེད་པའི་སྦྱོར་གཅིག་པ་དང་། འགྲོ་བའི་བདེ་  
བ་ཐམས་ཅད་འབྲུང་བའི་གནས་དམ་པ་སངས་རྒྱས་བཙུགས་ལྟེན་འདས་ཀྱི་  
བསྟན་པ་རྟེན་པ་དང་བཀྱར་སྟེ་དང་བཅས་ཏེ། ཡུན་རིང་པོ་འཁོར་བ་ཇི་སྟེད་  
ཀྱི་བར་དུ་གནས་པར་གྲུར་ཅིག །

གསུམ་པ་(བཀའ་བློན་རྗེས་སུ་བྱོན་པས་ཕྱག་འཆམ་བ་)ནི།

གང་གི་བློན་གྱིས་དགོ་སྟོབས་འབྲུང་།

འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་ཕྱག་འཆམ་ལོ།

བདག་རྟེན་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་བྱུང་པར་ཅན་གང་གི་བློན་གྱིས་  
བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྒྲོམ་པ་དང་། སྒྲིབ་པ་ལ་སྟོབས་པ་དང་། དེ་དག་བརྗོད་བྱུང་  
བྱས་ནས་བསྟན་བཙུགས་ཚུལ་པའི་དགོ་བའི་སྟོབས་འབྲུང་བའི་བདག་རྟེན་འཇམ་  
པའི་དབྱངས་ལ་ཕྱག་འཆམ་ལོ།

གང་གི་བློན་གྱིས་བདག་དར་བ།

དགོ་བའི་བཞེས་ལའང་བདག་ཕྱག་འཆ་ལ། །

གང་གི་དིན་གྱིས་བདག་བསྐྱབ་པ་ལ་བཀོད་པ་དང་ཐོས་བསམ་སྒོམ་  
གསུམ་ལ་སོགས་པའི་ཉོགས་པ་བསྐྱུད་པའི་སྒོ་ནས་བདག་གི་རྒྱད་ལ་དགོ་  
བའི་སྟོགས་ངར་བར་མཛད་པའི་དགོ་བའི་བཞེས་གཉིན་ལ་ཡང་བདག་ཕྱག་  
འཆ་ལ་ལོ། །ལེའུ་ཐ་མ་འདིས་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་སྟོན་གནས་  
ནམས་སུ་འདུན་པ་དྲག་པོས་བསྐྱུར་བར་བྱད་པའི་བསྡེ་བས་བྱད་པར་དུ་  
བྱས་ནས། ལུས་ལོངས་སྟོད་དག་ཅ་གཞན་དོན་དུ་གཏོང་བའི་སྦྱིན་པ་ལ་  
སྟོབ་ཚུལ་རྒྱས་པར་བཤད་ཅིང་། གོང་དུ་ཡང་བར་སྐབས་སུ་སྦྱིན་པ་ལ་སྟོབ་  
ཚུལ་བཤད་པས་སྦྱིན་པ་ལ་སྟོབ་པའི་ལེའུ་ལོངས་པ་མ་མཛད་པ་ཡིན་ནོ། །

ཐོས་བསམ་སྒོམ་པའི་དགོ་བ་ཅི་ཡོད་དང་། །ཕྱག་དང་མཆོད་པ་ཅམ་  
གྱི་དགོ་བའང་རུང་། །དགོ་བ་ནམ་ཡང་ཟད་པ་མེད་པ་དང་། །གོང་དུ་སྟེལ་  
ཕྱིར་བསྡེ་བས་བརྒྱན་པ་གཅོས། །བསྐྱུ་བའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ། །

གཉིས་པ་(ལེའུ་འཆ་ན་)ནི།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོད་པ་ལ་འཇུག་པ་ལས།

བསྡེ་བ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་ལེའུ་བཙུ་བའོ། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོད་པ་ལ་འཇུག་པའི་ནམས་བཤད་རྒྱལ་  
སྐས་འཇུག་དོགས་ཞེས་བྱ་བ་ལས། ཡོངས་སུ་བསྡེ་བའི་ལེའུ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་  
ལེའུ་བཙུ་བའི་འགྲེལ་པའོ། །

བཞི་པ་(མཐུག་གི་དོན་)ལ་གཉིས།

བསྟན་བཅོས་གང་གིས་མཛད་པ་དང་།   གང་གིས་བསྐྱར་བའི་ཚུལ་  
ལོ། །

དང་པོ་(བསྟན་བཅོས་གང་གིས་མཛད་པ་)ནི།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོད་པ་ལ་འདུག་པ་སྟོབ་དཔོན་  
འཁྱེད་པས་མཛད་པ་རྫོགས་སོ། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོད་པ་ལ་འདུག་པ་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་  
འཁྱེད་པ་དེ་བ་ཞི་བའི་ལྷ་ཞེས་བྱ་བ་རྗེ་བཙུན་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱིས་དངོས་  
སྲུ་རྗེས་སྲུ་བཟུང་ཞིང་།   རྒྱལ་སྤྱི་མཆིལ་མའི་ཐལ་བ་བཞིན་དོར་ནས་  
དོ་མཚར་བའི་སྟོད་པ་དུ་མ་དང་ལྡན་པས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྟོད་པ་  
རྫོགས་པར་མཛད་པ་བྱུང་པར་དུ་ནལ་འབྱོར་སྒྲ་མེད་ཀྱི་ཤིན་ཏུ་སྟོས་མེད་ཀྱི་  
སྟོད་པ་སྐྱུང་ནས་རྫོ་རྗེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་སྐྱབ་པར་མཛད་པ་དེས་མཛད་པ་  
དང་། དེའི་ཆོག་དོན་ལགས་པར་བཤམ་པ་རྫོགས་སོ། །

གཉིས་པ་(གང་གིས་བསྐྱར་བའི་ཚུལ་)ནི།

རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་སཐ་རྩ་དེ་བ་དང་།   ཁུ་ཆེན་གྱི་ལོ་  
རྩ་བ་བརྗེ་དཔལ་བཅེགས་ཀྱིས་ཁ་ཆེའི་དཔེ་ལས་ཁུས་ཏེ་གཏན་  
ལ་ཐབ་པ་ལས།   སྤྱད་ཀྱིས་རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་རྣམ་ཕྱི་ན་བ་  
དང་།   ཁུ་ཆེན་གྱི་ལོ་རྩ་བ་བརྗེ་རིན་ཆེན་བཟང་པོ་དང་།   འུ་གྲ་

སྟོ་གྲོས་གྲིས་ཡུལ་དབུས་གྲི་དཔེ་དང་འགྲེལ་བ་དང་མཐུན་པར་  
བཅོས་ཤིང་བསྐྱར་ཏེ་གཏན་ལ་ཕབ་པའོ། །ཡང་དུས་ཕྱིས་རྒྱ་གར་  
གྲི་མཁན་པོ་སུ་མ་ཏི་གྱི་རྟེ་དང་། ལྷ་ཆེན་གྲི་ལོ་རྩ་བ་དག་སྟོང་སྟོ་  
ལྷན་ཤེས་རབ་གྲིས་དག་པར་བཅོས་ཤིང་བསྐྱར་ཏེ་ལེགས་པར་  
གཏན་ལ་ཕབ་པའོ། །

རྒྱ་གར་གྲི་མཁན་པོ་སངས་རྒྱ་ཏེ་བ་ཐམས་ཅད་མཐེན་པའི་ལྟ་དང་། ལྷ་  
ཆེན་གྲི་ལོ་རྩ་བ་བརྩེ་དཔལ་བཅེགས་གྲིས་ཁ་ཆེད་དཔེ་ལ་ལྷས་ཏེ་གཏན་ལ་  
ཕབ་པ་ལས། སྟོ་གྲི་རྒྱ་གར་གྲི་མཁན་པོ་རྩ་མ་གྱི་རྩ་ཆོས་དཔལ་བཟང་  
པོ་དང་། ལྷ་ཆེན་གྲི་ལོ་རྩ་བ་རིན་ཆེན་བཟང་པོས་ལེགས་པར་བསྐྱར་ཅིང་  
ལྷས་ཏེ་གཏན་ལ་ཕབ་པའོ། །

ཡང་སྟོ་གྲིས་རྒྱ་གར་གྲི་མཁན་པོ་ཤུག་སྟོ་གྲོས་དང་། ལོ་རྩ་བ་རིན་  
ཆེན་བཟང་པོས་ཡུལ་དབུས་གྲི་དཔེ་འགྲེལ་བ་དང་མཐུན་པ་ལྟར་བསྐྱར་ཅིང་  
བཅོས་ཏེ་གཏན་ལ་ཕབ་པའོ། །ཡང་དུས་ཕྱིས་བ་ལ་ཡུལ་གྲི་བརྩེ་བལ་པོ་  
རྩ་ཏན་ཏ་བ་ཐམས་ཅད་མཐེན་པ་ཆུང་དུར་གྲགས་པ་སུ་མ་ཏི་གྱི་རྟེ་ལེགས་  
པའི་སྟོ་གྲོས་གྲགས་པ་དང་། བོད་གྲི་ལོ་རྩ་བ་ཤུག་ཏེ་དག་སྟོང་སྟོ་ལྷན་ཤེས་  
རབ་གྲིས་ཁ་ཆེད་དཔེ་དང་བསྐྱར་ནས། ལེགས་པར་བཅོས་ཤིང་བསྐྱར་ཏེ་  
འཆད་ཉན་གྲིས་གཏན་ལ་ཕབ་པའོ། །རྟོག་འགྱུར་གྲི་རྩ་བ་རྒྱུང་བ་དང་འགྲེལ་  
པའི་འགྱུར་གྲི་རྩ་ཆོག་ལ་ཡང་མི་མཐུན་པ་མང་དུ་སྟངས་ཞིང་། རྩ་བ་ལ་ཡང་

མི་མ་སྤྱན་པ་དུ་མ་སྒྲང་བས་དོན་ལ་ཞིབ་ཏུ་དབྱད་ནས་བཀོད་པའོ། །

སྤྱབ་པའི་བརྟུལ་ཞུགས་མཆོག་གི་གོ་བསྐྱམས་ཤིང་། །

ཤེས་རབ་མཆོན་གྱིས་གཞན་སྡེ་མ་ལུས་འཇོམས། །

དཔའ་བོ་ཆེན་པོ་རྒྱལ་སྤྱས་ཞི་བ་ལྟའི། །

གཞུང་གི་ཆོག་དོན་ཅ་མ་ཞིག་ལེགས་པར་བཤད། །

སྟོན་ཆད་ཕྱོགས་འདིར་རྣམ་བཤད་མང་ཡོད་ཀྱང་། །

སྐར་མའི་ཆོགས་གྱིས་གཟུགས་ལ་ཇི་བཞིན་དུ། །

འཕགས་མཆོག་ཀྱན་གྱིས་བགྲོད་པར་བྱ་བའི་ལམ། །

ཏེན་འབྲུང་མཐའ་བྲལ་ཇི་བཞིན་གསལ་མ་རུས། །

མཚུངས་མེད་ཆོས་ཀྱི་སྤྱན་ལྡན་སྒྲ་མ་དང་། །

སྤྱགས་ཇི་འདི་དབང་གྱུར་སྟོ་གོས་གྱིས་མཐོ་ཞིང་། །

གྲགས་པའི་འོད་སྟོང་ཕྱོགས་བཅུར་འཕྲོ་བ་ཅན། །

བཤེས་གཉེན་དམ་པའི་ལེགས་པར་བཤད་པ་ལས། །

ཏེན་འབྲུང་མཐའ་དང་བྲལ་བའི་དབྱ་མའི་དོན། །

མགོན་པོ་སྤྱ་སྤྱབ་བཞིད་པ་ཇི་བཞིན་དུ། །

སངས་རྒྱས་བསྐྱེད་སྤངས་དང་སྒྲ་གྲགས་ཞི་བའི་ལྟ། །



དགོངས་པ་གཅིག་པ་རྩི་བཞིན་གསལ་བར་བཤད། །

རྒྱལ་སྤྱི་དམ་པའི་གསུང་ནི་རྟོགས་པར་དགའ། །  
སློབ་གྲོས་ཉམ་ཆུང་སྦྱངས་པའི་སྟོབས་དམན་པས། །  
གལ་ཏེ་འདི་ལ་ཁོངས་པའི་ཆོགས་མཆིས་རྣམས། །  
སླ་མ་ལྟར་བཅས་རྣམས་ཀྱིས་བཟོད་པར་མཛོད། །

འདིར་འབད་དག་བ་རབ་དགར་ཅི་ཡོད་དེས། །  
སྤྱི་ཞེའི་རྒྱད་པས་བཅིངས་པའི་འགྲོ་བ་རྣམས། །  
བྱང་ཆུབ་མཆོག་སྟོད་པ་འདིར་ཞུགས་ནས། །  
མི་གནས་སྤྱང་ན་འདས་པ་ཐོབ་པར་ཤོག། །

བདག་ཀྱང་དེང་ནས་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ། །  
ཐུབ་པའི་བརྒྱལ་ཞུགས་ཡང་དག་མཁོས་བྱས་ཏེ། །  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དང་ནམ་ཡང་མ་བྲལ་བས། །  
དལ་འབྱོར་རྟེན་ལ་སྦྱིང་པོ་ལེན་པར་ཤོག། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོད་པ་ལ་འཇུག་པའི་རྣམ་བཤད་རྒྱལ་སྤྱི་འཇུག་  
འགས་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི། འགྲོ་བ་དུ་མའི་འབྲེན་པ་དམ་པ་སྟོམ་པ་གསུམ་དང་ལྡན་  
ཞིང་མདོ་སྤྲུགས་ཀྱི་གཞུང་མང་དུ་ཐོས་པའི་པ་རོལ་ཏུ་སོན་པ། སླ་མ་ཆོས་སྟོབ་

བསོད་ནམས་དཔལ་ལས་ཀྱང་ལན་དུ་མར་བསྐྱལ་བ་དང་། བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེའི་  
ཁུར་འཇིན་པས་མི་ངལ་ཞིང་མདོ་སྒྲགས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་གཞུང་གི་གནད་དུ་མ་  
བྱགས་སུ་ཆུད་ནས་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་གཅེས་སྐྱས་སུ་མཛད་པ་བཞེས་གཉིན་  
ནམ་མཁའ་བཟང་པོ་བ་དང་། ལྷ་མ་གྲགས་སེང་པ་གཉིས་ཀྱིས་མདོ་ཁམས་སྟོན་  
ནས་འབྲུལ་བ་མེ་ཏོག་དང་བཅས་ཏེ་ཡང་ཡང་བསྐྱལ་ཞིང་། ཁྱད་པར་དུ་ལྷ་མ་  
གྲགས་སེང་བས་མེ་ཏོག་རྒྱ་ཆེན་པོ་དང་བཅས་ཏེ་ནན་ཆེར་བསྐྱལ་བ་ལ་བརྟེན་  
ནས། རྒྱལ་བའི་རིང་ལུགས་པ་ཆེན་པོ་རྗེ་བཙུན་དམ་པ་ཀུ་མ་ར་མ་ཏིའི་ཞལ་སྤྲ་  
ནས་དང་། སྟོགས་དུས་ཀྱི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཆེན་པོ་སྟོ་བཟང་གྲགས་པའི་དཔལ་  
བཟང་པོའི་ཞལ་སྤྲ་ནས་གཉིས་ཀྱི་ཞབས་ཀྱི་རྒྱལ་ཡུན་རིང་དུ་སྤྱི་བོས་གཏུགས་  
པའི་བཀའ་བློན་ལ་བརྟེན་ནས། རིགས་པར་སྤྲོ་བ་དགེ་སྟོང་དར་མ་རིན་ཆེན་ཀྱིས་  
འབྲོག་རི་བོ་ཆེ་དགེ་ལྡན་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་སྤྱིང་དུ་སྦྱར་བའོ། །

ཡི་གེ་པ་ནི་སྟོམ་བཙོན་སྟེ་སྟོན་འཇིན་པ་རིན་ཆེན་ཆོས་རྒྱལ་ལོ། །འདིས་  
ཀྱང་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་སྟོ་ཐམས་ཅད་ནས་སྟོགས་ཐམས་ཅད་དུ་དར་ཞིང་རྒྱས་ལ་  
ཡུལ་རིང་དུ་གནས་པར་གྱུར་ཅིག ། །སྐྱེ་མཆོག་ལོ།

ཡིག་ཤོར་དང་ཆད་ལྷག་ཡོད་ཆེ་འགྲེལ་བ་གནང་ན་དགའ་སྟོའི་ངང་ནས་བཟོ་བཅོས་ཁྱེ་ཆོག

བ་རྒྱ་ཁ་བྱང་། [marjamson618@gmail.com](mailto:marjamson618@gmail.com)