

གསོ་སྦྱོང་། དབྱར་གནས། དགག་དབྱེ།  
བསྐྱབ་བྱའི་སྒྲིམ་ཆོག་བཅས།



འདུལ་བ་རྒྱ་མཆོའི་སྤྱིང་པོ་དང་ལུང་གཞིའི་བར་སྡོམ་སྦྱར་བ། ..	1
གསོ་སྦྱོང་། .....	10
དབྱར་གནས། .....	44
དགག་དབྱེ། .....	49
ཆོས་གོས་རྣམ་གསུམ་དངོས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱབས་ནི། .....	54
༥ གོས་རྣམ་གསུམ་དབྱུང་ཆོག་ནི། .....	55
༥ གསོ་སྦྱོང་བྱིན་རྒྱབས་བྱ་ཚུལ་ནི། .....	56
དུས་བྲ། .....	57
༥ དག་སྦྱོང་གི་བསྐྱབ་བྱའི་སྡོམ་ཆོག་བཞུགས་སོ། ། .....	58
༥ གསང་སྤྱགས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་སྡོམ་ཆོག་ནི། .....	67
༥ བྱང་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་སྡོམ་ཆོག་ནི། .....	69
ཡང་གསོ་སྦྱོང་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཚུལ་ནི། .....	74
༥ བདེན་ཆོག་སྦྱོན་ལམ། .....	76

༢ གོང་ས་༢ སྐབས་མགོན་ཆུལ་བའི་དབང་པོ་མཆོག་གི་ཐུགས་  
རྩི་བཀྱིན་འོག སྐུ་གྱིས་གཞིན་སྐྱེས་སྒྲོ་གསར་དོན་གཉེར་ཅན་རྣམས་ལ།  
ཀུན་གྱི་ཉམས་ཅན་གྱི་ལག་ཐོག་ཁ་བར་དང་ iPad སྒྲོག་སྒྲིལ་སྒྲོགས་བརྒྱད་  
ནས་དཔེ་དེབ་འདི་བཞིན་བོད་ཡིག་ལམ་ནས་གཟིགས་བདེ་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་  
བཅོས་བ་ཡིན། སྒྲིལ་ནས་ཀྱང་རིམ་བས་དཔེ་དེབ་དོ་བཤུས་ལག་ཏུ་འབྱོར་  
ཆེ་དེབ་བྲངས་མང་དུ་གཏོང་རྒྱུ་ལོ་སྐབས་འོང་སྲིད་ན་དེར་སྐྱོན་བའི་ལམ་  
སྒྲོན་བཀའ་སྒྲོ་བ་དགོངས་འཆར་ལྷན་སྦྲེལ་ཡོང་བར་རེ་བསྐྱེལ་ཞུ་རྒྱུ་དང།  
ཞུ་དག་བསྐྱར་མ་སྒྲོགས་ལ་རང་བྱས་གང་ཡོད་གྱིས་འབད་ཚུལ་གྱིས་ཁྱེད་  
བྱས་ཀྱང་ཆུང་ཆེད་ཞན་སྐབས་ནོར་འཁྱུལ་གང་ཞོར་རྣམས་བཅོད་གསོལ་ཞུ་  
རྒྱུ་བཅས།

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

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

གསོ་སྦྱོང་། དབྱར་གནས། དགག་དབྱེ། བསྐྱབ་བྱའི་སྒྲམ་ཆིག  
བདེན་གསོལ་སྒྲོན་ཆིག་སོགས་སྒྲམ་པ་གསུམ་དང་འབྲེལ་  
བའི་སྒྲོར་བྱང་གྲོལ་ཁང་བཟང་འཛེག་པའི་  
ཐེམ་སྐྱས་བཞུགས་སོ། །

༡༡། །ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །འདིར་དག་སྦྱོང་  
གི་ཕྱིར་བཅས་བྱ་བའི་ཚུལ་ལ། དང་པོར་བཅས་ཉེས་ཕྱིར་བཅས་པ་ནི།  
དག་སྦྱོང་ཆང་མ་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་ཆོགས་ཏེ་གྲལ་དུ་འཁོད་ནས་ཐོག་མར་  
འདུལ་བ་རྒྱ་མཚོའི་སྤྲོད་པོ་དང་ལུང་གཞིའི་བར་སྒྲམ་སྒྱུར་བ་འདི་ཉིད་འདོན་  
པར་བྱ་སྟེ།

འདུལ་བ་རྒྱ་མཚོའི་སྤྲོད་པོ་དང་ལུང་གཞིའི་བར་སྒྲམ་སྒྱུར་བ།

ཨོ་བདེ་ལེགས་སུ་གྱུར་ཅིག །ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ལ་ཕྱག་འཆའ་  
ལོ། །གང་ལ་བརྟེན་ན་བདེ་སྐྱབ་ཏུ། །ཐར་པའི་གྲོང་དུ་བགྲོད་པའི་ཐབས། །བདེ་  
གཤེགས་བསྟན་པའི་སྤྲོད་པོ་མཆོག །སོ་སོར་ཐར་ཅེས་གྲགས་པ་གང་། །ངོ་  
ཐོ་དང་ནི་རབ་དབྱེ་དང་། །སོ་སོའི་ངོས་འཛིན་སྦྱེ་བའི་རྟེན། །གཏོང་བའི་རྒྱ་  
དང་ཕན་ཡོན་ཏེ། །རྣམ་པ་དུགགིས་ངི་བཞིན་བཤད། །ངེས་འབྱུང་བསམ་  
པས་རྒྱ་བྱས་ནས། །གཞན་གཞོན་གཞི་དང་བཅས་པ་ལས། །སྒྲོག་པ་དེ་ཡང་



ལུས་ངག་ལས། །གཟུགས་ཅན་ཡིན་ཞེས་འདོད་པ་དང་། །སྤྲོད་བའི་སེམས་  
པ་རྒྱན་ཆགས་པ། །ས་བོན་དང་བཅས་ཡིན་ནི་ཞེས། །འདོད་པའི་ཚུལ་ནི་  
རྣམ་པ་གཉིས། །རང་གི་སྤྲེ་པ་གོང་འོག་སྤྱ། །བསྐྱེན་གནས་དགེ་བསྐྱེན་པ་  
མ་དང་། །དགེ་ཚུལ་པ་མ་དགེ་སྤྲོ་བ་མ། །དགེ་སྤྲོད་མ་དང་དགེ་སྤྲོད་སྤྱ། །སོ་  
སོར་ཐར་པ་རིགས་བརྒྱད་དོ། །བྱིམ་པའི་སྤྲོམ་པ་དང་པོ་གསུམ། །རབ་  
བྱུང་སྤྲོམ་པ་ཐ་མ་ལྷ། །རྩ་བ་བཞི་དང་ཡན་ལག་བཞི། །བརྒྱད་སྤྲོད་བསྐྱེན་  
གནས་སྤྲོམ་པའོ། །མི་ཆངས་སྤྲོད་དང་མ་གྱིན་ལེན། །སྤྲོག་གཅོད་རྩུན་  
དུ་སྤྱ་བ་རྣམས། །རྩ་བ་བཞི་ཡིན་མལ་ཆེ་མཐོ། །ཆང་འཕུང་གར་སོགས་  
སྤྲོད་སོགས་དང་། །སྤྲོད་འོག་ཁ་ཟས་ཡན་ལག་བཞི། །གསོད་རྒྱ་སྤྱ་དང་ལོག་  
པར་གཡེམ། །སྤྲོས་འགྱུར་འཕུང་བ་ལྷ་སྤྲོད་བ། །དགེ་བསྐྱེན་གྱི་ནི་སྤྲོམ་  
པའོ། །སྤྲོ་གཅིག་སྤྲོ་འགའ་པལ་ཆེར་སྤྲོད། །ཡོངས་རྫོགས་སྤྲོད་དང་ཆངས་  
སྤྲོད་དང་། །སྤྲོབས་འགྲོའི་དགེ་བསྐྱེན་རྣམ་པ་དུག །རྩ་བ་བཞི་ལས་གཅིག་  
གཉིས་གསུམ། །འདོད་ལོག་མི་ཆངས་སྤྲོད་སྤྲོད་དང་། །སྤྲོབས་འགྲོ་ཅམ་གྱི་  
དགེ་བསྐྱེན་དུ། །ཁས་ལེན་རྣམས་དང་གོ་རིམ་བཞིན། །རྩ་བ་བཞི་དང་ཡན་  
ལག་དུག །བརྒྱ་སྤྲོད་དགེ་ཚུལ་སྤྲོམ་པའོ། །གར་སོགས་སྤྲོད་སོགས་རྣམ་  
གཉིས་དང་། །གསེར་དདུལ་ལེན་དང་རྣམ་པ་གསུམ། །བྱེ་བས་ཡན་ལག་  
དུག་ཏུ་འགྱུར། །མཁན་པོར་གསོལ་བ་གདབ་པ་དང་། །བྱིམ་པའི་རྟགས་  
ནི་སྤྲོད་བ་དང་། །རབ་བྱུང་རྟགས་ནི་ལེན་པ་ལས། །ཉམས་པ་རྣམ་གསུམ་  
བསྐྱེན་པ་ཡིས། །སྤྲོད་བྱ་བརྒྱ་གསུམ་དག་ཏུ་འགྱུར། །དགེ་ཚུལ་སྤྲོམ་པ་

ཐོབ་རྗེས་སུ། །ཅ་བའི་ཆོས་དྲུག་རྗེས་མ་ཐུན་གྱི། །ཆོས་དྲུག་སྟོང་བའི་སྒྲུབ་  
 པ་ནི། །དག་སྟོབ་མ་ཡི་སྒྲུབ་པ་ཡིན། །གཅིག་ཕུ་ལམ་དུ་འགོ་མི་བྲ། །ཅུ་  
 བའི་པ་རོལ་རྒྱལ་མི་བྲ། །སྦྱེས་པ་ལ་ནི་རེག་མི་བྲ། །སྦྱེས་པ་དང་ནི་འདུག་  
 མི་བྲ། །སྦྱོར་དུ་འགྱུར་བ་མི་བྲ་ཞིང་། །ཁ་ན་མ་ཐོ་འཆབ་མི་བྲ། །དེ་དག་ཅ་  
 བའི་ཆོས་དྲུག་སྟོང་། །གསེར་ལ་བཟུང་བར་མི་བྲ་ཞིང་། །འདོམས་ཀྱི་སྦྱ་ནི་  
 བྲེག་མི་བྲ། །བྱིན་ལེན་མ་བྲས་བ་མི་བྲ། །གསོག་འཛོག་བྲས་པ་བཟུང་མི་  
 བྲ། །རྩ་སྟོན་མི་གཙང་འདོར་མི་བྲ། །ས་ནི་བཞོ་བར་མི་བྲ་བ། །རྗེས་མ་ཐུན་  
 ཆོས་ནི་རྣམ་དྲུག་སྟོང་། །པམ་བརྒྱད་ལྷག་མ་ཉི་ཤུ་དང་། །སྤང་བའི་ལྷུང་བྱེད་  
 སུམ་ཅུ་གསུམ། །ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་བརྒྱ་བརྒྱད་ཅུ། །སོ་སོར་བཤགས་  
 པ་བཅུ་གཅིག་དང་། །ཉིས་བྲས་བརྒྱ་དང་བཅུ་གཉིས་ཏེ། །སུམ་བརྒྱ་དྲུག་  
 ཅུ་ཅ་བཞི་རྣམས། །སྟོང་བར་བྱེད་པ་དག་སྟོང་མ། །པམ་པ་བཞི་དང་ལྷག་  
 མ་ནི། །བཅུ་གསུམ་སྤང་ལྷུང་སུམ་ཅུ་དང་། །ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་དགུ་བཅུ་  
 དང་། །སོར་བཤགས་བཞི་དང་ཉིས་བྲས་ནི། །བརྒྱ་ཅ་བཅུ་གཉིས་བསྟོམས་  
 པ་ཡིས། །ཉིས་བརྒྱ་ལྷ་བཅུ་ཅ་གསུམ་རྣམས། །སྟོང་བར་བྱེད་པ་དག་སྟོང་  
 རོ། །

### ༥ ཅ་བ་བཞིའི་སྒྲུབ་ནི།

མི་ཆངས་སྟོད་དང་དངོས་པོ་བརྒྱ། །མི་ལ་བསད་པར་མི་བྲ་  
 བ། །བརྩན་དུ་སྦྱ་དང་བཅས་པ་ཡི། །ཆོས་བཞི་འདིར་ནི་གསུངས་པ་ཡིན། །

## ༥ ལྷག་མའི་སྒྲུབ་ནི།

ཁུ་བ་འཛིན་པ་འབྲིག་ཆིག་བསྟེན་བསྐྱར་སྐྱུན། །ཁང་པ་ཁང་ཆེན་དང་  
ནི་གཞི་མེད་དང་། །བག་ཅུ་དགེ་འདུན་དབྱེན་དང་དེ་རྗེས་ཕྱོགས། །བྲིམ་  
སྐྱུན་འབྱེན་དང་བཀའ་སློ་མི་བདེ་བའོ། །

## ༥ མ་ངེས་པའི་སྒྲུབ་ནི།

འདོད་བྱུང་རུང་དང་མི་རུང་བའི། །དབེན་པ་སྐྱབས་ཡོང་འདུག་པའོ། །

## ༥ སྤང་སྤྱང་གི་སྒྲུབ་ནི།

འཆང་བ་འབྲུལ་བ་འཛིག་པ་དང་། །འཁྱུར་འཇུག་པ་དང་ལེན་པ་  
དང་། །སྒྲོང་དང་སྒྲོད་གཡོགས་སྤང་གཡོགས་བཅས། །རིན་ཐང་སོ་སོར་  
བསྐྱར་བའོ། །སྤོང་བལ་འབའ་ཞིག་ཆ་གཉིས་དང་། །དུག་དང་མཐོ་གང་ལམ་  
དང་ནི། །འཁྱུ་བ་དང་ནི་གསེར་དངུལ་ལེན། །མདོན་ཆོན་ཅན་དང་ཉོ་ཆོང་  
ངོ། །སྤྱང་བཟེད་གཉིས་དང་ཐ་ག་གཉིས། །བྲིན་འཕྲོག་སྒྲོན་ལྷ་ཐ་ཆུང་དང་། །  
དགོན་པ་བ་དང་རས་ཆེན་དང་། །བསྐྱོས་པ་དང་ནི་གསོག་འཛིག་གོ། །བཏུ་  
ཆོན་གསུམ་མོ། །

## ལུང་གྱེད་འབའ་ཞིག་པའི་སྒྲུབ་ནི།

བརྩུན་སྒྲིན་དག་སྦྱོང་ལྷ་མ་དང་།      །སྦྱོ་སྒྲིགས་གྱེད་དང་སྒྲིན་པ་  
དང་། །འདྲོན་དང་གནས་ངན་ལེན་དང་ཆོས། །བཞེས་ངོར་གྱེད་དང་བྱུང་  
གསོད། །ས་བོན་འཕྱ་བ་བསྒྲོ་བ་དང་། །ཁྲི་དང་གདིང་དང་སྦྱོད་པ་དང་། །ཕྱིས་  
སྒྲིན་འབྱུང་བ་འདེབས་པ་དང་། །རིམ་པ་གཉིས་སུ་བཅིག་པའོ། །མ་བསྒྲོས་  
ཉི་མ་རྒྱབ་པ་དང་། །ཟས་དང་ཆོས་གོས་གཉིས་དག་དང་། །དོན་མཐུན་གྱ་  
དང་དབེན་པ་གཉིས། །དག་སྦྱོང་མ་ཡིས་སྦྱོར་བཅུག་པའོ། །ཡང་ཡང་བ་དང་  
འདུག་གནས་གཅིག །ཕྱེ་དང་བཅའ་དང་སྒྲོབ་པ་དང་། །འདུས་དང་དུས་མིན་  
གསོག་འཛོག་དང་། །ཁ་ནས་མིད་དང་བསོད་པ་ཉིན། །སྒྲིག་ཆགས་བཅས་  
དང་ཉལ་སར་འདུག །འགྲེད་དང་གཅིར་བྱ་དམག་དང་ནི། །ཞག་གཉིས་  
བཤམས་དགྲུག་འགོ་བ་དང་བརྟེན་དང་གཟས་དང་གནས་ངན་ལེན། །བདེ་  
དང་མི་དང་འདུན་པ་དང་། །བསྐྱེན་པར་མ་རྩོགས་ཆོས་དང་སྒྲི། །དག་ཚུལ་  
ཁ་དོག་བསྒྱུར་བ་དང་། །རིན་པོ་ཆེ་དང་ཆ་བའི་དུས། །དུད་འགོ་འགྱོད་པ་  
སོར་མོ་དང་། །ཅི་དང་ལྷན་ཅིག་དངས་གྱེད་དང་། །སྦྱེད་དང་གདིངས་མིད་  
གཞི་མིད་དང་། །སྦྱེས་པ་མིད་པར་ལམ་འགོ་བའོ། །བརྒྱ་དང་ཉི་ཤུ་མ་ལོན་  
དང་། །བརྒྱ་དང་འགྱོན་དང་བསྐྱབ་པ་དང་། །འཐབ་དང་མི་སྒྲི་འགོ་བ་དང་། །མ་  
གུས་ཆང་འབྱུང་དུས་མིན་པའོ། །བྲས་བཅས་སྦྱ་རིངས་དག་དོད་དང་། །ཁབ་  
རལ་དང་ནི་ཁྲི་རྒྱ་དང་། །བདལ་དང་གདིང་དང་གཡན་པ་དང་། །རས་ཆེན་



བདེ་གཤེགས་ཆོས་གོས་སོ། །བཅུ་ཆེན་དགའའོ། །

༥ སོར་བཤགས་ཀྱི་སྒྲིམ་ནི།

གྲོང་དང་བྱིམ་གཞན་ཉིད་དང་ནི། །བསྐྱབ་པ་རྣམས་དང་དགོན་པ་  
ནི། །སངས་རྒྱས་པན་པ་གསུང་པ་ཡིས། །སོ་སོར་བཤགས་པར་བྱ་བར་  
གསུངས། །

༥ ཉེས་བྱས་ཀྱི་སྒྲེ་ཆེན་ལ་དགུ་ལས།

དང་པོ་གོས་བགོ་བ་ལས་གྱུར་པའི་སྒྲེ་ཆེན་ཀྱི་སྒྲིམ་ནི། །ཤམ་ཐབས་ལ་  
ནི་རྣམ་བདུན་དང་། །སྟོང་གཡོགས་ལ་ནི་རྣམ་པ་གསུམ། །གཉིས་པ་བྱིམ་  
དུ་འགོ་བའི་སྒྲེ་ཆེན་ཀྱི་སྒྲིམ་ནི། །ཤེན་ཏུ་བསྐྱམས་ལ་སོགས་པ་ལྷ། །མགོ་  
གཡོགས་ལ་སོགས་རྣམ་པ་ལྷ། །མཆོངས་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པ་ལྷ། །ལུས་  
ལ་སོགས་པ་རྣམ་པ་ལྷ། །གསུམ་པ་བྱིམ་དུ་འདུག་པའི་སྒྲེ་ཆེན་ཀྱི་སྒྲིམ་ནི།  
འདུག་པར་བྱ་བ་དགུ་དག་དང་། །བཞི་པ་ཟས་སྒྲངས་པའི་སྒྲེ་ཆེན་ཀྱི་སྒྲིམ་ནི།  
བྱིན་ལེན་བྱ་བ་བརྒྱད་རྣམས་སོ། །ལྷ་པ་ཟས་བཟའ་བའི་སྒྲེ་ཆེན་ཀྱི་སྒྲིམ་ནི།  
ཟས་ལ་ལེགས་པར་བྱ་བ་དུག །ཅུག་ཅུག་ལ་སོགས་རྣམ་པ་ལྷ། །འབྲུ་ནས་  
ཐ་དད་བྱེད་པ་ལྷ། །ལག་པ་བལྟག་ལ་སོགས་པ་ལྷ། །དུག་པ་ལྷུང་བཟེད་དུ་  
སྦྱད་པའི་སྒྲེ་ཆེན་ཀྱི་སྒྲིམ་ནི། །འབྲུ་བ་ལ་སོགས་རྣམ་པ་བཞི། །ལྷུང་བཟེད་ལ་

ཡང་རྣམ་པ་བརྟུ། །བདུན་པ་ཆོས་བསྟན་པའི་སྡེ་ཆོན་གྱི་སྒྲོམ་ནི། འགྲེང་བར་  
བྱེད་ལ་སོགས་པ་ལྟ། །མགོ་གཡོགས་ལ་སོགས་རྣམ་པ་ལྟ། །དོ་ཀར་ཅན་  
ལ་སོགས་པ་ལྟ། །སྤང་ཆོན་ལ་སོགས་བཞོན་པ་ལྟ། །ལག་ན་མཁར་བ་ལ་  
སོགས་ཏུག །བརྒྱད་པ་སྐྱབ་པའི་སྡེ་ཆོན་གྱི་སྒྲོམ་ནི། ན་བ་རྣམ་པ་བཞི་རྣམས་  
སོ། །དགུ་པ་རྒྱ་བ་ནི་འདི་བསྟན་པས་བཞིའོ། །ཤིང་ལ་མི་གང་ལས་མཐོ་  
པར། །འཛེགས་པ་ལ་ནི་ཉེས་བྱས་སོ། །ཞེས་པ་གཅིག་སྟེ་བཞིའོ། །

༥ དེ་ལྟར་བསྟན་པའི་མི་མཐུན་སྟོགས། །ཐམས་ཅད་ལེགས་པར་  
ཤེས་བྱས་ནས། །བག་ཡོད་པ་དང་གུས་པ་དང་། །དོ་ཆ་ཤེས་དང་ཁྲི་ལ་ཡོད་  
དང་། །བྲན་པ་ཤེས་བཞིན་བསྟོན་པ་དང་། །དོན་ཉུང་བ་དང་བྱ་བ་ཉུང་། །ཅེ་  
གཅིག་དབེན་པ་བསྟེན་པ་ཡིས། །སྟོག་བཞིན་གཅེས་པར་བསྐྱུང་བར་  
བྱ། །གལ་ཏེ་རྒྱ་ལ་ལྟུང་བ་ཡིས། །གོས་ན་པར་དུ་དུག་སྐྱལ་བཞིན། །སྐྱར་བ་  
སྐྱར་བར་མཐོལ་ཤིང་བཤའ་ས། །བམ་པ་བྱུང་བ་སྐྱད་ཅིག་ཅམ། །བཅབས་  
ནའང་དེ་ནི་གཡུལ་ངོར་ཞུགས། །མགོ་བོ་བཅད་བཞིན་གསོར་མི་རུང་། །  
ལྟུང་བ་ཤིན་ཏུ་སྤུ་ཡང་། །མ་མཐོལ་མ་བཤའ་ས་ཞག་འདས་ན། །ལྟུང་བའི་  
ངོ་བོ་དེ་དག་དང་། །མ་མཐོལ་བ་དང་མ་བཤའ་ས་པའི། །ཉེས་པ་གཉེས་  
དང་གསུམ་པོ་དེ། །ཞག་གཉེས་པ་ལ་དུག་ཏུ་འགྱུར། །གསུམ་པར་བརྟུ་  
གཉེས་བཞི་པ་ལ། །ཉི་ཤུ་ཅུ་བཞིར་འགྱུར་བ་སོགས། །རི་སྤྱོད་མ་མཐོལ་མ་  
བཤའ་ས་པ། །དེ་སྤྱོད་ཉེས་འགྱུར་སོང་བ་ཡིས། །ཡུངས་འགྱུ་ཅམ་ཡང་རི་  
རབ་གྱི། །སྤང་བོ་ཅམ་གྱི་ཉེས་པར་འགྱུར། །བཅབས་པས་ཆར་བ་བཞིན་

དུ་འབབ། །བཤགས་པས་ཆར་བཞིན་འབབ་མི་འགྱུར། །དེ་ལྟ་བུས་ན་  
བཤགས་པར་བྱ། །པམ་པ་ལྷག་མའི་སྒོམ་པོ་ནི། །དགོ་སྒོང་ཀུན་གྱི་མདུན་  
བཤགས་ཤིང་། །མེད་ན་བཞི་ཡན་བཙལ་ལ་བཤགས། །ལྷག་མའི་དངོས་  
གཞི་ཕྱིར་བཙོས་ནི། །ཞག་གངས་དུ་བཙབས་སྒོ་བ་སྦྱད། །དེ་རྗེས་མགུ་བ་  
ཞག་བྱག་སྦྱད། །དེ་རྗེས་དགོ་སྒོང་ཉི་ཤུ་འདུས། །གསོལ་བཞིའི་ལས་བྱས་  
བཤགས་པར་བྱ། །སྤང་ལྷུང་བྱང་བས་དུས་དེ་ནས། །རྟེན་པའི་དངོས་པོ་སྒྲ་  
གང་དང་། །ཁ་གང་ཡན་དང་དེ་རི་བའི། །དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་གནས་གཞན་  
གྱི། །དགོ་སྒོང་གཞན་ལ་ཞག་གཅིག་སྤངས། །དེ་རྗེས་བཤགས་བྱ་བཤགས་  
ཡུལ་ནི། །སྤང་ལྷུང་མན་ཆད་གཅིག་ལ་བཤགས། །ཉེས་པ་བྱང་ལ་འགྱོད་  
སེམས་དང་། །སྒོམ་སེམས་ངང་གིས་འབྱུང་འགྱུར་ཞིང་། །ཉིན་མཆོན་ཀུན་  
ཏུ་བག་ཡོད་པའི། །འདུལ་བ་སོགས་ལ་མཁས་པ་ནི། །ལྷག་མའང་གཅིག་  
ལ་བཤགས་པས་འདག་བཙབས་པས་ཉེས་པ་སྤར་བཤགས་ཏེ། །རྗེས་སུ་  
དངོས་གཞི་བཤགས་པར་བྱ། །སྤར་བྱས་འགྱོད་པ་བྱག་པོ་དང་། །ཕྱིན་ཆད་  
སྒོམ་པས་བཤགས་བྱ་ཡི། །གཞན་དུ་ལྷུང་བ་མི་འདག་པའི། །སྤང་དུ་བརྒྱན་  
གྱིས་ཉེས་པར་འགྱུར། །དུག་འཁྱུངས་ལྟ་བུའི་བསམ་པ་ཡིས། །ལེགས་པར་  
བཤགས་ཤིང་བསྐྱམས་བྱས་ན། །དེ་ནི་སྦྱིབ་པ་ཀུན་བལ་བ། །རྫོགས་སངས་  
རྒྱས་དང་འབྲུ་པར་འགྱུར། །

༥ དེ་ལྟར་སོ་ཐར་རིགས་བརྒྱད་པོ། །སྒྲ་མི་སྙན་པ་མ་གཏོགས་  
པའི། །སྤིང་གསུམ་སྦྱེས་པ་བྱད་མེད་གྱི། །ཉིན་ལ་སྦྱེ་ཡི་བཟ་དང་། །མ་ནིང་

མཆོན་གཉིས་སོགས་ལ་མིན། །སྒྲིམ་བ་གཏོང་བའི་རྒྱ་ལ་གཉིས། །བསྐྱབ་བ་  
ལུལ་དང་ཉི་འཕྲོས་དང་། །མཆོན་གཉིས་བྱུང་དང་ལན་གསུམ་གྱུར། །དགོ་  
ཙ་ཆད་རྣམས་སྤུན་མོང་དོ། །ཉི་ཤུ་མ་ལོན་དེར་ཤེས་དང་། །བསྐྱེན་ཕྱིར་ཁས་  
སྒྲུངས་ཉིན་ཞག་འདས། །རིམ་བཞིན་དགོ་སྒྲོང་དགོ་སྒྲོབ་མ། །བསྐྱེན་གནས་  
རྣམས་ཀྱི་སྤུན་མོང་མིན། །ཙ་བའི་ལྷུང་བ་བྱུང་བ་དང་། །དམ་པའི་ཆོས་ནི་  
རྒྱབ་བ་ལས། །སྒྲིམ་བ་གཏོང་ཞེས་འདོད་པའང་ཡོད། །ཁ་ཆེ་བྱེ་བྲག་སྐྱབ་  
རྣམས། །སྒྲིམ་ལྡན་ཙ་ལྷུང་བྱུང་བ་ལ། །བྱ་ལོན་ལོར་ལྡན་བཞིན་དུ་འདོད། །

༺ ཚུལ་བྲིམས་མ་བསྐྱུངས་པའི་ཉེས་དམིགས་བཅུ་འདུལ་བ་ལུང་  
ནས་གསུངས་པ། གང་ཞིག་བསྐྱབ་བ་མི་བསྐྱུང་བ། །དེ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱན་  
ཀྱིས་སྤྲ། །ལྟ་རྣམས་འདི་ནི་ཆོས་རྒྱན་ཞེས། །སྒྲོང་ཅིང་རང་གི་གྲོགས་ཀྱིས་  
གཤེ། །བདག་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་སྒྲོང་པར་འགྱུར། །ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་སྤྲ་པར་  
འོས། །གྲགས་པ་ངན་པས་སྤྱོགས་ཀྱན་བྲལ། །དམ་ཆོས་ཐོས་པར་མི་འགྱུར་  
ལ། །ཐོས་པའང་སྒྱུར་དུ་བརྗོད་པར་འགྱུར། །ས་ལམ་རྟོགས་པའང་ཡོང་  
མི་སྟེ། །འགྲོད་བཞིན་འཆི་ཞིང་ངན་འགྲོར་འགྲོ། །མི་ལམ་གདུག་པ་མཐོང་  
འགྱུར་ཞིང་། །སྤྱག་བསྐྱེལ་ལྡན་པས་སད་པར་འགྱུར། །ལྟ་རྣམས་བསྐྱུང་བར་  
མི་འགྱུར་ཞིང་། །དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་བྱུང་འདུག་ཆེ། །འཇིགས་ཤིང་ནོངས་ལ་  
བགའ་ཁུམས་བཅས། །མི་དང་མི་མིན་སྒྲགས་བལྟ་བས། །སྒྱུར་དུ་གཞོད་བ་  
བྱ་རུས་ཤིང་། །འོངས་སྒྲོད་ཆོགས་མེད་རྟེན་མི་རུས། །འདོད་འདུན་སྒྲོན་  
པའང་ཡོད་མི་འགྱུར། །རྣམ་དག་ཚུལ་བྲིམས་བསྐྱུང་བ་ལ། །སངས་རྒྱས་



ནམས་ཀྱིས་བསྟོད་པ་ནས། །སྟོན་ལམ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བའི་པར། །སྒར་  
བཞུགས་པ་ཡིས་སྐྱར་བར་བྱ། །འདི་ནམས་སྐྱེས་སྒྲོ་བློས་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་  
བསྐྱབ་བྱ་ནས་བྲིས།

༄ སྟོམ་པ་དེ་དག་བསྐྱངས་པ་ལས། །གནས་སྐབས་འབྲས་བུ་ལྟ་  
མི་དང་། །མཐར་ཐུག་འབྲས་བུ་བྱང་ཆུབ་གསུམ། །ཐོབ་པར་འབྱུང་ཞེས་  
གསུངས་པའི་ཕྱིར། །བཙུན་ལྷན་ནམས་ཀྱིས་སོ་སོར་ཐར། །ཏྲ་ཏྲ་གྲུས་  
པས་འབད་དེ་བསྐྱང་། །དགོ་དེས་སྐྱེ་བར་ལུས་ཅན་ནམས། །ཏྲ་ཏྲ་ཆོངས་  
སྟོད་ལ་གནས་ཤོག །

## གསེ་སྟོད་།

དེ་ནས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཐུག་གསུམ་བཙུན་ནས་འབྱེད་སྟེ་འདུན་པ་དང་བཅས་ལག་པ་  
བསྟོལ་བས། སྟོགས་བཙུན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་ཐམས་ཅད་དང་དགོ་འདུན་བཙུན་པ་ནམས་ལྷུང་བ་པམ་པའི་སྟེ་དང་།  
ལྷག་མའི་སྟེ་དང་། ལྷུང་བྱེད་གྱི་སྟེ་དང་། སོར་བཞགས་གྱི་སྟེ་དང་། ཉེས་  
བྱས་གྱི་སྟེ་ལ་སོགས་པ་གཞི་བཙུ་བདུན་དང་། ལྷུང་རྣམ་འབྱེད་དང་། ལྷུང་  
ཕྱན་ཆོགས་དང་། གཞུང་དམ་པ་ནམས་ཀྱི་སྐབས་ནས་འབྱུང་བའི་ཉེས་ལྷུང་  
བྱུང་བ་བཅས་པ་ནམས་སྤྱིར་བཙུན་པའི་ཆོ་ག་ལ་ཐུགས་གཏད་པར་བྱ།  
ཞེས་དང་། གནས་བཏུན་གྱིས། ཆོས་བཞིན་འདུལ་བ་བཞིན་མཛད་པ་བྱ།

ཞེས་བརྗོད།

དེ་ནས་ཐམས་ཅད་ཙོག་ཏུ་འདུག་ཞེ། སྤྱོད་གསེས་བཅུ་ན་བཞུགས་པའི་སངས་  
 རྒྱུས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་དང་དགེ་འདུན་བཅུ་ན་པ་  
 རྣམས་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ། བདག་དགེ་སློང་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་  
 བ་ལ་ལྷུང་བ་ཉེས་བྱས་ཀྱི་སྡེ་ཆེན་ལས། མི་ཆངས་པར་སྦྱོར་བ་ལ་སོགས་  
 པ་པམ་པ་བཞིའི་སྡེར་གཏོགས་པའི་དངོས་གཞིའི་ལྷུང་བ་དང་། སྦྱོར་བའི་  
 ལྷུང་བ་དང་། སྦྱོར་བའི་སྦྱོར་བའི་ལྷུང་བ་དང་། བསྐྱབ་བྱ་དང་འགལ་བའི་  
 ཉེས་བྱས་དང་། དེ་དག་ལ་སེམས་མ་བསྐྱངས་པའི་ཉེས་པ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་  
 ལྷུང་བ་དང་། བསམས་བཞིན་དུ་ཁུ་བ་འབྱེན་པ་ལ་སོགས་པ་ལྷག་མ་བཅུ་  
 གསུམ་ཀྱི་སྡེར་གཏོགས་པའི་དངོས་གཞིའི་ལྷུང་བ་དང་། སྦྱོར་བའི་ལྷུང་བ་  
 དང་། སྦྱོར་བའི་སྦྱོར་བའི་ལྷུང་བ་དང་། བསྐྱབ་བྱ་དང་འགལ་བའི་ཉེས་བྱས་  
 དང་། དེ་དག་ལ་སེམས་མ་བསྐྱངས་པའི་ཉེས་པ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ལྷུང་བ་  
 དང་། གོས་ཞག་བཅུ་འཆང་སྤང་དང་། ཞེས་བཞིན་ཀྱི་བརྒྱན་ལ་སོགས་པ་  
 སྤང་ལྷུང་སུམ་ཏུ་དང་། འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་སྡེར་གཏོགས་པའི་དངོས་  
 གཞིའི་ལྷུང་བ་དང་། སྦྱོར་བའི་ལྷུང་བ་དང་། བསྐྱབ་བྱ་དང་འགལ་བའི་ཉེས་  
 བྱས་དང་། དེ་དག་ལ་སེམས་མ་བསྐྱངས་པའི་ཉེས་པ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ལྷུང་  
 བ་དང་། དགེ་སློང་མ་ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པ་ལས་ཟས་ལེན་པ་ལ་སོགས་པ་སོ་སོར་  
 བཤགས་པ་བཞིའི་སྡེར་གཏོགས་པའི་དངོས་གཞིའི་ལྷུང་བ་དང་། སྦྱོར་བའི་  
 ལྷུང་བ་དང་། བསྐྱབ་བྱ་དང་འགལ་བའི་ཉེས་བྱས་དང་། དེ་དག་ལ་སེམས་མ་

བསྐྱེད་སྒྲུབ་པའི་ཉེས་པ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བྱུང་བ་དང་། སྟོང་གཡོགས་དང་སྦྲང་  
 གཡོགས་སྒྲུབ་པོར་མ་བགོས་པ་ལ་སོགས་པ་བསྐྱེད་བྱའི་ཉེས་བྱས་བརྒྱ་  
 དང་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲེར་གཏོགས་པའི་དངོས་གཞིའི་ལྗང་བ་དང་། སྦྱོར་བའི་  
 ལྗང་བ་དང་། བསྐྱེད་བྱ་དང་འགལ་བའི་ཉེས་བྱས་དང་། དེ་དག་ལ་སེམས་  
 མ་བསྐྱེད་སྒྲུབ་པའི་ཉེས་པ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བྱུང་བ་དང་། གཞན་ཡང་གནས་  
 ཀྱི་སྒྲུབ་མ་མ་བསྐྱེད་པ་དང་། བྱ་བ་རྣམས་མ་ཞུས་པར་བྱས་པ་དང་། ཚོད་པ་  
 ཚོས་སྟོགས་སུ་ཞི་བར་མ་བྱས་པ་ལ་སོགས་པ་གཞི་བཅུ་བདུན་དང་། ལུང་  
 རྣམ་འབྱེད་དང་། ལུང་ཐུན་ཚེགས་དང་། གཞུང་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་སྐབས་ནས་  
 འབྱུང་བའི་ཉེས་པ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བྱུང་བ་དང་། སྐབས་འབྱོའི་བསྐྱེད་བྱ་  
 དང་འགལ་བ་དང་། མི་དགོ་བཅུ་སྟོང་གི་ཚུལ་བྲིམས་དང་འགལ་བའི་ཉེས་པ་  
 དཔག་ཏུ་མེད་པ་བྱུང་བ་ལ་སོགས་པ་མདོར་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཅས་པ་དང་  
 འགལ་བ་དང་། དགོ་འདུན་ཀྱི་ནང་བྲིམས་དང་འགལ་བ་དང་། རང་བཞིན་ཀྱི་  
 ཁ་ན་མ་ཐོ་བའི་ཉེས་པ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བྱུང་བ་བཤགས་ཡུལ་ཡོད་བཞིན་  
 དུ་མ་བཤགས་པ་དང་། དགྲུང་ཞག་དུ་མར་བཅབས་པའི་ཉེས་པ་དཔག་ཏུ་  
 མེད་པ་བྱུང་སྟེ། བདག་དགོ་སྟོང་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བའི་ཉེས་པ་དེ་རྣམས་  
 སྟོགས་བཅུ་ན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
 ཐམས་ཅད་དང་། དགོ་འདུན་བཅུ་ན་པ་རྣམས་ཀྱི་སྦྱུན་སྦྱུ་མཐོལ་ལོ་མི་འཆབ་  
 བོ། །འཆགས་སོ། །ཕྱིན་ཆད་ཀྱང་སྟོམ་པར་བགྱིད་ལགས་སོ། །མཐོལ་ཞིང་  
 བཤགས་ན་བདག་བདེ་བ་ལ་རེག་པར་འགྱུར་གྱི། མ་མཐོལ་མ་བཤགས་

ན་མི་འགྱུར་བ་ལགས་སོ། །ཞེས་ལན་གསུམ་བཞི་དང་། མཐུག་ཏུ་གནས་བརྟན་གྱིས། ཉེས་  
པ་ལ་ཉེས་པར་གཞིགས་སམ། གཞན་རྣམས་ཀྱིས། མཐོང་ལགས། གནས་བརྟན་  
གྱིས། ཕྱིན་ཆད་ལེགས་པར་སྒྲོམ་མམ། གཞན་རྣམས་ཀྱིས། སྒྲོམ་ལགས། ཞེས་  
མཐོང་སྒྲོམ་ཁྱིམ་ལན་ལན་གསུམ་བྱས་པའི་མཐར་གནས་བརྟན་གྱིས། ཐབས་ཡིན་ནོ། །གཞན་  
རྣམས་ཀྱིས། ལེགས་སོ་ཞེས་བཞི་དང་། དེ་ནས་དགེ་སྤྱོད་གཞན་ཞིག་གིས་གནས་བརྟན་ལ་མཐོང་  
སྒྲོམ་འདྲི་ཞིང་གནས་བརྟན་གྱིས་ལན་བཏག། ཐབས་ལེགས་ཀྱང་བཞི་དང་།

ཡང་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཕྱག་གསུམ་བཅའ་ནས་བཞེད་སྟེ། ཕྱོགས་བཅུ་ན་བཞུགས་  
པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་དང་། དགེ་འདུན་  
བཅུ་ན་པ་རྣམས་ལྷུང་བ་པམ་པའི་སྟེ་དང་། ལྷག་མའི་སྟེ་དང་། ལྷུང་བྱེད་ཀྱི་  
སྟེ་དང་། སོར་བཤགས་ཀྱི་སྟེ་དང་། ཉེས་བྱས་ཀྱི་སྟེ་ལ་སོགས་པ་གཞི་བཅུ་  
བདུན་དང་། ལྷུང་རྣམ་འབྱེད་དང་། ལུས་ཕྱན་ཆོགས་དང་། གཞུང་དམ་པ་  
རྣམས་ཀྱི་སྐབས་ནས་འབྱུང་བའི་ཉེས་ལྷུང་བྱུང་བ་བཅས་པ་རྣམས་ཕྱིར་  
བཅོས་པའི་ཆོག་ལ་ཕྱགས་གཏད་པ་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ལགས།

ཞེས་དང་གནས་བརྟན་གྱིས། ཆོས་བཞིན་འདུལ་བ་བཞིན་མཛད་པ་ངོ་  
མཆར་ཆེ། ཞེས་བཞི་དང་།

ལྷུང་བ་དངོས་གཞི་ཕྱིར་བཅོས་པ་ནི། ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཕྱག་གསུམ་བཅའ་ལ། འབྲེད་སྟེ་འདུད་  
པ་དང་བཅས། ཕྱོགས་བཅུ་ན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་ཐམས་ཅད་དང་། དགེ་འདུན་བཅུ་ན་པ་རྣམས་ལྷུང་བ་དངོས་གཞི་  
ཕྱིར་བཅོས་ཀྱི་ཆོག་གཞི་ལ་ཕྱགས་གཏད་བར་ཞུ། ཞེས་དང་གནས་བརྟན་



གྲིས། ཚེས་བཞིན་འདུལ་བ་བཞིན་མཛད་པར་བྱ། ཞེས་བརྗོད། ཐམས་ཅད་  
 གྲིས་ཐལ་མོ་བསྒྲེལ་ནས་ཅོག་ཕུར་འདུག་སྟེ། རྩོགས་བཅུ་ན་བཞུགས་པའི་  
 སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་དང་། དགོ་འདུན་བཅུ་ན་  
 པ་རྣམས་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ། བདག་དགོ་སྟོང་མིང་འདི་ཞེས་  
 བཀྲི་བ་ལ་ལྷུང་བ་པམ་པའི་སྡེ་ཆོན་ལས། མི་ཆངས་པར་སྟོང་བ་ལ་སོགས་  
 པ་པམ་པ་བཞིའི་སྡེར་གཏོགས་པའི་དངོས་གཞིའི་ལྷུང་བ་དང་། སྟོར་བའི་  
 ལྷུང་བ་དང་། སྟོར་བའི་སྟོར་བའི་ལྷུང་བ་དང་། བསྐྱབ་བྱ་དང་འགལ་བའི་ཉེས་  
 བྱས་དང་། དེ་དག་ལ་སེམས་མ་བསྐྱངས་པའི་ཉེས་པ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བྱང་  
 བ་དང་། ལྷུང་བ་ལྷག་མའི་སྡེ་ཆོན་ལས། བསམས་བཞིན་དུ་ཁུ་བ་འབྱིན་པ་  
 ལ་སོགས་པ་ལྷག་མ་བཅུ་གསུམ་གྱི་སྡེར་གཏོགས་པའི་དངོས་གཞིའི་ལྷུང་བ་  
 དང་། སྟོར་བའི་ལྷུང་བ་དང་། སྟོར་བའི་སྟོར་བའི་ལྷུང་བ་དང་། བསྐྱབ་བྱ་དང་  
 འགལ་བའི་ཉེས་བྱས་དང་། དེ་དག་ལ་སེམས་མ་བསྐྱངས་པའི་ཉེས་པ་དཔག་  
 ཏུ་མེད་པ་བྱང་བ་དང་། ལྷུང་བ་ལྷུང་བྱེད་གྱི་སྡེ་ཆོན་ལས། གོས་ཞག་བཅུ་  
 འཆང་སྤང་དང་། ཤེས་བཞིན་གྱི་བརྩུན་ལ་སོགས་པ་སྤང་ལྷུང་སུམ་ཅུ་དང་།  
 འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བཅུའི་སྡེར་གཏོགས་པའི་དངོས་གཞིའི་ལྷུང་བ་དང་།  
 སྟོར་བའི་ལྷུང་བ་དང་། བསྐྱབ་བྱ་དང་འགལ་བའི་ཉེས་བྱས་དང་། དེ་དག་ལ་  
 སེམས་མ་བསྐྱངས་པའི་ཉེས་པ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བྱང་བ་དང་། ལྷུང་བ་སོར་  
 བཤགས་གྱི་སྡེ་ཆོན་ལས། དགོ་སྟོང་མ་ཉི་དུ་མ་ཡིན་པ་ལས་ཟས་ལེན་པ་ལ་  
 སོགས་པ་སོ་སོར་བཤགས་པ་བཞིའི་སྡེར་གཏོགས་པའི་དངོས་གཞིའི་ལྷུང་

བ་དང་། སྒྲིང་བའི་ལྷ་བ་དང་། བསྐྱེད་བྱ་དང་འགལ་བའི་ཉེས་བྱས་དང་། དེ་  
 དག་ལ་སེམས་མ་བསྐྱེད་ས་པའི་ཉེས་པ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བྱུང་བ་དང་། ལྷ་  
 བ་ཉེས་བྱས་ཀྱི་སྒྲིང་ལས་སྒྲིང་གཞིགས་དང་སྒྲིང་གཞིགས་སྒྲིང་པོར་མ་  
 བགོས་པ་ལ་སོགས་པ་བསྐྱེད་བྱའི་ཉེས་བྱས་བརྒྱ་དང་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲིང་  
 གཞིགས་པའི་དངོས་གཞིའི་ལྷ་བ་དང་། སྒྲིང་བའི་ལྷ་བ་དང་། བསྐྱེད་བྱ་  
 དང་འགལ་བའི་ཉེས་བྱས་དང་། དེ་དག་ལ་སེམས་མ་བསྐྱེད་ས་པའི་ཉེས་པ་  
 དཔག་ཏུ་མེད་པ་བྱུང་བ་དང་། གཞན་ཡང་གནས་ཀྱི་སྒྲིང་མ་མ་བསྐྱེད་པ་དང་།  
 བྱ་བ་རྣམས་མ་ཞུས་པར་བྱས་པ་དང་། ཚོད་པ་ཆོས་སྒྲིགས་སུ་ཞི་བར་མ་  
 བྱས་པ་ལ་སོགས་པ་གཞི་བཅུ་བདུན་དང་། ལྷ་རྣམས་འབྱེད་དང་། ལྷ་ཐུན་  
 ཆོགས་དང་། གཞུང་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་སྐབས་ནས་འབྱུང་བའི་ཉེས་པ་དཔག་  
 ཏུ་མེད་པ་བྱུང་བ་དང་། སྐབས་འབྱེད་པ་བསྐྱེད་བྱ་དང་འགལ་བ་དང་། མི་དགེ་  
 བཅུ་སྒྲིང་གི་ཚུལ་བྱིས་པ་དང་འགལ་བའི་ཉེས་པ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བྱུང་བ་  
 ལ་སོགས་པ་མདོར་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཅས་པ་དང་འགལ་བ་དང་། དགེ་  
 འདུན་ཀྱི་ནང་བྱིས་པ་དང་འགལ་བ་དང་། རང་བཞིན་ཀྱི་ཁ་ན་མ་ཐོབ་པའི་ཉེས་  
 པ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བྱུང་སྟེ། བདག་དགེ་སྒྲིང་མིང་འདི་ཞེས་བཀྱི་བའི་ཉེས་  
 པ་དེ་རྣམས་སྒྲིགས་བཅུ་ན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་ཐམས་ཅད་དང་། དགེ་འདུན་བཅུ་ན་པ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེད་སྒྲིང་མཐོལ་  
 ལོ་མི་འཆབ་པོ། །འཆགས་སོ། །སྒྲིང་ཆད་ཀྱང་སྒྲིང་པར་བཀྱིད་ལགས་  
 སོ། །མཐོལ་ཞིང་བཞུགས་ན་བདག་བདེ་བ་ལ་རེག་པར་འགྱུར་གྱི། མ་

མཐོལ་མ་བཤགས་ན་མི་འགྱུར་བ་ལགས་སོ། ། ཞེས་ལན་གསུམ་དང་། གནས་བརྟན་  
གྱིས་མཐོང་སྒྲིམ་དང་ཐབས་ལེགས་གོང་བཞིན་དང་། གཞན་ཞིག་གིས་ཀྱང་དེ་ལྟར་བྱེད།

དེ་ནས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཐུག་གསུམ་བཅའ་ནས་འགྲེང་སྟེ། རྟོགས་བཅུ་ན་བཞུགས་  
པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་དང་། དགོ་འདུན་  
བཅུ་ན་པ་རྣམས་ལྟར་བ་དངོས་གཞི་ཕྱིར་བཅོས་པའི་ཚེ་ག་ལ་ཐུགས་གཏད་  
པ་བཀའ་ངེན་ཆེ་ལགས། ཞེས་དང་། གནས་བརྟན་གྱིས། ཆོས་བཞིན་འདུལ་བ་  
བཞིན་མཛད་པ་ངོ་མཆར་ཆེ། ཞེས་བརྗོད།

༥ ལྟར་བ་བྱིན་རྒྱབས་ནི། ཐུག་གསུམ་བཅའ་ནས་འགྲེང་སྟེ་འདུད་པ་དང་བཅས། རྟོགས་  
བཅུ་ན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་  
དང་། དགོ་འདུན་བཅུ་ན་པ་རྣམས་ལྟར་བ་བྱིན་རྒྱབས་ཀྱི་ཚེ་ག་ལ་ཐུགས་  
གཏད་པར་བྱ། ཞེས་དང་།

གནས་བརྟན་གྱིས། ཆོས་བཞིན་འདུལ་བ་བཞིན་མཛད་པར་བྱ། ཞེས་བརྗོད།  
ཡང་ཐམས་ཅད་ཅོག་ཕྱར་འདུག་སྟེ། དགོ་འདུན་བཅུ་ན་པ་རྣམས་གསན་དུ་གསོལ།  
དེང་དགོ་འདུན་གྱི་གསོ་སྦྱོང་བཅོ་ལྔ་པ་ལགས་ལ། བདག་དགོ་སྦྱོང་མིང་འདི་  
ཞེས་བགྱི་པའི་ཡང་གསོ་སྦྱོང་བཅོ་ལྔ་པ་ལགས་ཏེ། བདག་དགོ་སྦྱོང་མིང་  
འདི་ཞེས་བགྱི་བ་ལ་ལྟར་བ་པམ་པའི་སྟེ་དང་། ལྟར་མའི་སྟེ་དང་། ལྟར་བྱེད་  
ཀྱི་སྟེ་དང་། སོར་བཤགས་ཀྱི་སྟེ་དང་། ཉེས་བྱས་ཀྱི་སྟེ་ལ་སོགས་པ་གཞི་  
བཅུ་བདུན་དང་། ལྟར་རྣམ་འབྱེད་དང་། ལྟར་ཐུན་ཆེགས་དང་། གཞུང་དམ་  
པ་རྣམས་ཀྱི་སྐབས་ནས་འབྱུང་བའི་ཉེས་ལྟར་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བྱུང་བ་རྣམས་

དགོ་འདུན་གྱི་མདུན་དུ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཏེ། དེར་གསེས་སྤྱོད་བགྱིའོ། །སྤང་  
གྱི་དགོ་སྤྱོད་གི་མདུན་དུ་ལྷུང་བ་དེ་དག་ཆོས་བཞིན་དུ་སྤྲར་བགྱིའོ། །

ལན་གསུམ་དང་། གནས་བརྟན་གྱིས། ཐབས་ཡིན་ནོ། །གཞན་རྣམས་གྱིས། ལེགས་  
སོ་ཞེས་དང་། གཞན་ཞིག་གིས་ཀྱང་། ཐབས་ཡིན་ནོ། །གནས་བརྟན་གྱིས་ཀྱང་། ལེགས་སོ། །  
ཞེས་བརྗོད། ཡང་ཕྱག་གསུམ་བཅའ་ནས་འགྲོང་སྟེ་འདུད་པ་དང་བཅས།

ཕྱོགས་བཅུ་ན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་ཐམས་ཅད་དང་། དགོ་འདུན་བཅུ་ན་པ་རྣམས་ལྷུང་བ་བྱིན་རྒྱབས་གྱི་ཆོ་  
ག་ལ་ཐུགས་གཏད་པ་བཀའ་ངེན་ཆེ་ལགས། ཞེས་དང་། གནས་བརྟན་གྱིས། ཆོས་  
བཞིན་འདུལ་བ་བཞིན་མཛད་པ་ངོ་མཆར་ཆེ། ཞེས་བརྗོད།

དེ་ནས་ཐམས་ཅད་རང་གནས་སུ་འཁོད་དེ་དགོ་ཆུལ་རྣམས་ནང་དུ་ཤོས་ལ་བྱིར་བཅོས་བྱ་བ་  
ནི། དགོ་ཆུལ་རྣམས་གྱིས་ཐོག་མར་ཕྱག་གསུམ་འཆའ་ནས་འགྲོང་སྟེ། འདུད་ཅིང་ཐལ་མོ་སྤྲར་བས།

ཕྱོགས་བཅུ་ན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་ཐམས་ཅད་དང་། དགོ་འདུན་བཅུ་ན་པ་རྣམས་ལྷུང་བ་བྱིར་བཅོས་  
གྱི་ཆོག་ལ་ཐུགས་གཏད་པར་བྱ། ཞེས་སྟན་གསན་པའ་གནས་བརྟན་གྱིས། ཆོས་  
བཞིན་འདུལ་བ་བཞིན་མཛད་པར་བྱ། ཞེས་བརྗོད་པ་དང་ཐལ་མོ་བསྟོལ་ཅོག་སྤྲར་  
འདུག་སྟེ། ཕྱོགས་བཅུ་ན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་ཐམས་ཅད་དང་། དགོ་འདུན་བཅུ་ན་པ་རྣམས་བདག་ལ་དགོངས་སུ་  
གསོལ། བདག་དགོ་ཆུལ་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བ་ལ། ལྷུང་བ་ཉེས་བྱས་གྱི་  
སྡེ་ཆན་ལས། སྟོག་གཅོད་གཞི་དང་མ་བྱིན་ལེན། །མི་ཆངས་སྤྱོད་དང་



བརྩུན་དུ་སྤྲོ། །གཞི་མེད་བག་ཅམ་དགོ་འདུན་དབྱེན། །དེ་རྗེས་སྤྱོད་གས་དང་  
 བྱིས་སུན་འབྱེན། །བརྩུན་དང་བཞེས་དོར་འབྲུ་བ་དང་། །ཟས་ཅུང་ལྷག་པའི་  
 སྤྱར་འདེབས་དང་། །བསྐྱབ་པ་སྤྱོད་དང་འབྲས་ཆེན་འགོབས། །ཆང་དང་སྤྱ་  
 གར་རོལ་མོ་བྱེད། །རྩུན་དང་ཁ་དོག་སྤྱོད་སྤྱོད་ལྷག་ཐེང་། །ཁྱི་དང་སྤྱན་ནི་ཆེ་  
 མཐོ་དང་། །ཕྱི་དོའི་ཁ་ཟས་གསེར་དདུལ་ལེན། །ཉམས་པ་རྣམ་པ་གསུམ་  
 དག་སྟེ། །སུམ་ཅུ་དྲུག་ནི་སྤྱངས་ལས་འདས། །ཞེས་སོགས་སྤྱངས་འདས་སོ་  
 དྲུག་གི་སྤེར་གཏོགས་པའི་དངོས་གཞིའི་ལྷུང་བ་དང་། དེ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱོད་གས་  
 མཐུན་ཀྱི་ཉེས་པ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བྱུང་བ་དང་། །གཞན་ཡང་སྤྱོད་པས་འགྲོའི་  
 བསྐྱབ་བྱ་དང་འགལ་བ་དང་། མི་དགོ་བཅུ་སྤྱོད་གི་ཚུལ་བྱིས་ས་དང་འགལ་  
 བ་ལ་སོགས་པ་མདོར་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཅས་པ་དང་འགལ་བ་དང་། དགོ་  
 འདུན་ཀྱི་ནང་བྱིས་ས་དང་འགལ་བ་དང་། རང་བཞིན་ཀྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བའི་  
 ཉེས་པ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བྱུང་སྟེ། བདག་དགོ་ཚུལ་མིང་འདི་ཞེས་བཀྱི་བའི་  
 ཉེས་པ་དེ་རྣམས་སྤྱོད་གས་བཅུ་ན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་། བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་དང་། དགོ་འདུན་བཅུ་ན་པ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱན་སྤྱར་  
 མཐོལ་ལོ་བཞགས་སོ། །ཕྱིན་ཆད་ཀྱང་སྤྱོད་པར་བཀྱིད་ལགས་སོ། །མཐོལ་  
 ཞིང་བཞགས་ན་བདག་བདེ་བ་ལ་རེག་པར་གནས་པར་འགྱུར་གྱི། མ་མཐོལ་  
 མ་བཞགས་ན་དེ་ལྟར་མི་འགྱུར་བ་ལགས་སོ། །

ཞེས་ལན་གསུམ་གནས་བརྟན་གྱིས། ཉེས་པ་ལ་ཉེས་པར་མཐོང་ངམ། ཕྱིན་  
 ཆད་ལེགས་པར་སྤྱོད་མམ། ཞེས་དྲིས་པའི་མཐར་ཐེ་ཐེར་ཡང་དགོ་ཚུལ་རྣམས་ཀྱིས།

མཐོང་ལགས། ལྷོམ་ལགས།

ཞེས་བཟློག་ནས་ཐུག་ལན་གསུམ་གྱ། གོང་ལྟར་འགྲེང་སྟེ་འདུད་པ་དང་བཅས། ཐུགས་  
བཅུ་ན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་  
དང་། དགོ་འདུན་བཅུ་ན་པ་རྣམས་ལྷུང་བ་སྤྱིར་བཙུགས་ཀྱི་ཆོག་ལ་ཐུགས་  
གཏད་པ་བཀའ་ངེན་ཆེ་ལགས། གནས་བརྟན་གྱིས། ཆོས་བཞིན་འདུལ་བ་བཞིན་  
མཛད་པ་དོ་མཆར་ཆེ། ཞེས་བཟློག།

དེ་ནས་བྱང་སེམས་ཀྱི་ཕྱིར་བཅོས་བྱ་བ་ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་འབྲང་སྟེ་འདུད་ཅིང་ཐལ་མོ་  
 སྐྱར་ཏེ། རྩོགས་བཅུ་ན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
 ཐམས་ཅད་དང་། དགེ་འདུན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཇི་སྐད་ཡོངས་  
 སུ་བརྗོད་པའི་ཐམ་པའི་གཞི་དང་། ཉེས་བྱས་ཀྱི་གཞི་ལས་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའི་འདུལ་བ་དང་འགལ་བའི་རྟོངས་པ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བྱང་བ་རྣམས་  
 ཕྱིར་བཅོས་པའི་ཆོ་ག་ལ་ཐུགས་གཏད་པར་བྱ། ཙམ་བྱར་འདུག་སྟེ་ཐལ་མོ་སྐྱར་ནས།

༥ སྤྱིགས་བརྩ་ན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་ཐམས་ཅད་དང་། དགེ་འདུན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་བདག་  
ལ་དགོངས་སྲུ་གསོལ། བདག་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་  
བ་ལ་ཇི་སྐད་ཡོངས་སྲུ་བརྗོད་པའི་ཐམ་པའི་གཞི་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའི་འདུལ་བ་དང་འགལ་བའི་ནོངས་པ།

༩ ཉིད་དང་བཀྱར་སྟེར་ཆགས་པ་ཡིས། །བདག་བསྟོད་གཞན་ལ་  
སྟོད་པ་དང་། །སྟུག་བསྐྱེད་མགོན་མེད་གྱུར་པ་ལ། །སེར་སྒྲས་ཆོས་ནོར་མི་

སྟེར་དང་། །གཞན་གྱིས་བཤགས་ཀྱང་མི་ཉན་པར། །ཁྲིས་ནས་གཞན་ལ་  
 འཆོག་པ་དང་། །ཐེག་པ་ཆེན་པོ་སྟོང་བྱེད་ཅིང་། །དམ་ཆོས་འབྲས་སྒྲུང་སྟོན་  
 པ་དང་། །དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་དགོར་འཕྲོག་པ། །པས་པམ་པ་ཡི་ལྷུང་  
 བར་འདོད། །ཅེས་སོགས་ཅུ་ལྷུང་བཅོ་བརྒྱད་ཀྱི་སྟེར་གཏོགས་པའི་བྲག་པ་  
 རྩུང་འབྲིང་གིས་བསྐྱུས་པའི་དངོས་གཞིའི་ལྷུང་བ་དང་། དེ་རྣམས་ཀྱི་ཕྱོགས་  
 མཐུན་གྱི་ནོངས་པ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བྱུང་བ་དང་། རི་སྐད་ཡོངས་སུ་བརྫོད་  
 པའི་ཉེས་བྱས་ཀྱི་གཞི་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་འདུལ་བ་དང་འགལ་  
 བའི་ནོངས་པ། དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་གསུམ་མི་མཆོད། །འདོད་པའི་  
 སེམས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འཇུག་ཅེས་སོགས་ཉེས་བྱས་བཞི་བརྒྱ་ཞེ་དྲུག་གི་སྟེར་  
 གཏོགས་པའི་དངོས་གཞིའི་ལྷུང་བ་དང་། དེ་རྣམས་ཀྱི་ཕྱོགས་མཐུན་གྱི་  
 ནོངས་པ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བྱུང་བ་དང་། གཞན་ཡང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་  
 བན་ཡོན་ཐུན་དྲུག་ཏུ་མ་བློན་པ་དང་། སྟོན་སེམས་ཐུན་དྲུག་ཏུ་མ་བཟུང་བ་  
 དང་། སེམས་ཅན་སྟོན་སྒྲུངས་པ་དང་། ཆོགས་གཉིས་གསོག་པ་ལ་བཅོན་  
 པར་མ་བྱས་པ་དང་། རྒྱལ་པོའི་ཆོས་བཞི་མ་སྒྲུངས་པ་དང་། དཀར་པོའི་  
 ཆོས་བཞི་མ་བསྟེན་པ་དང་། སྟོམ་པའི་ཚུལ་བྲིམས་དང་། དགོ་བའི་ཆོས་སྐྱད་  
 པའི་ཚུལ་བྲིམས་དང་། སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་བྲིམས་རྣམས་ལ་སྟོབ་  
 པ་ལ་བཅོན་པར་མ་བྱས་པ་དང་། སྦྱིན་སོགས་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་དྲུག་ལ་སྟོབ་  
 པ་ལ་བཅོན་པར་མ་བྱས་པ་དང་། བསྐྱུ་བ་རྣམ་པ་བཞིའི་སྟོན་སེམས་ཅན་  
 ཀྱི་དོན་ལ་བཅོན་པར་མ་བྱས་པ་དང་། གཞན་ལ་ཆོས་དང་བླང་བྱེད་གི་སྟོར་

བའི་ཕྱིར་བཅོམ་པར་བྱ་དགོས་པའི་ཆེ་བཅོམ་པར་མ་བྱས་པ་དང་། གཞན་  
 གྱིས་པན་བཏགས་པ་དང་གཞི་དཔེ་བསྐྱེད་པའི་མཆོན་མ་ཞེས་བཞག་ནས་  
 རིས་སུ་བཅད་པ་དང་། རྟོགས་ཡོངས་སུ་བཟུང་བའི་བསམ་པས་ཆགས་  
 པ་དང་། སྒྲུབ་པ་དང་། བཏང་སྟོམས་གྱིས་ཡལ་བར་འདོར་བའི་སྒྲོ་སྒྲིས་པ་  
 དང་། དམ་པ་ཉེ་བར་མ་བསྟེན་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཟབ་པ་དང་།  
 རྒྱ་ཆེ་བའི་སྒྲེ་སྒྲོད་ལ་ཐོས་བསམ་ཚུལ་བཞིན་དུ་མ་བྱས་པ་དང་། ཟས་གོས་  
 གནས་མ་ལ་སོགས་ལ་ཡོངས་སྒྲོད་པའི་ཆེ་གཞན་དོན་གྱི་སྒྲོས་མ་སྒྲུད་པ་  
 དང་། སྒྲིན་སོགས་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་དུག་ལ་སྒྲོད་པའི་ཆེ་གཞན་དོན་བསམ་  
 པས་བཞིན་པར་མ་བྱས་པ་དང་། གཞན་གྱི་པན་བདེ་སྒྲུབ་པ་དང་། རྟོག་བསྐྱེད་  
 སེལ་བའི་སྒྲོར་པ་ལ་བཅོམ་པར་མ་བྱས་པ་ལ་སོགས་པ། མདོར་ན་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའི་འདུལ་བ་དང་འགལ་བའི་འོངས་པ་དཔག་དུ་མེད་པ་བྱང་སྟེ།  
 བདག་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་མིང་བའི་ཞེས་བགྱི་བའི་འོངས་པ་དེ་རྣམས་  
 རྟོགས་བཅུ་ན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
 ཐམས་ཅད་དང་། དགེ་འདུན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲུབ་སྒྲུབ་  
 མཐོལ་ལོ། །མི་འཆབ་ལོ། །འཆགས་སོ། །ཕྱིན་ཆད་ཀྱང་སྒྲོམ་པར་བགྱིད་  
 ལགས་སོ། །མཐོལ་ཞིང་བཤགས་ན་བདག་བདེ་བ་ལ་རེག་པར་གནས་པར་  
 འགྱུར་གྱི། མ་མཐོལ་མ་བཤགས་ན་དེ་ལྟར་མི་འགྱུར་བ་ལགས་སོ། །ཞེས་ལན་  
 གསུམ་བཟླ།

དེ་ནས་སྒྲོབ་དཔོན་སོགས་འོས་པས།

འདི་རྣམས་ལ་འོངས་པར་གཟིགས་



ལགས་སམ། གཞན་རྣམས་ཀྱིས། མཐོང་ལགས། ཡང་དེས་སྤྱིར་ཆད་ལེགས་པར་  
སྒྲུལ་མམ། གཞན་རྣམས་ཀྱིས་ཚོས་བཞིན་འདུལ་བ་བཞིན་དུ་ཤིན་དུ་ལེགས་པར་  
སྤྱི་བོས་ནོད་པར་བགྱེད། །ཞེས་མཐོང་སྒྲུལ་ལན་གསུམ་དང་། ཐབས་ལེགས་བྱའོ། །

༥ རྒྱགས་ཀྱི་སྤྱིར་བཅོས་ནི། འགྲེང་སྟེ་འདུད་པས། སྤྱིགས་བརྩུན་བཞུགས་པའི་  
སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་དང་། དག་འདུན་རིག་  
པ་འཛིན་པ་རྣམས་ཇི་སྐད་ཡོངས་སུ་བརྗོད་པའི་པམ་པའི་གཞི་དང་། སྒྲུལ་  
པོའི་གཞི་ལས་རྗོད་ཇི་ཐེག་པའི་འདུལ་བ་དང་འགལ་བའི་ནོངས་པ་དཔག་དུ་  
མེད་པ་བྱང་བ་རྣམས་སྤྱིར་བཅོས་པའི་ཚོགས་ལ་ཐུགས་གཏད་པར་བྱ།

ཚོགས་ལ་འདུག་ནས། སྤྱིགས་བརྩུན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་དང་། དག་འདུན་རིག་པ་འཛིན་པ་རྣམས་  
བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ། བདག་རིག་པ་འཛིན་པ་མི་འདི་ཞེས་བགྱེད་བ་  
ལ། ཇི་སྐད་ཡོངས་སུ་བརྗོད་པའི་པམ་པའི་གཞི་ལས། རྗོད་ཇི་ཐེག་པའི་འདུལ་  
བ་དང་འགལ་བའི་ནོངས་པ།

༦ གང་སྤྱིར་རྗོད་ཇི་འཛིན་པ་ཡིས། །དངོས་གྲུབ་སྒྲོབ་དཔོན་རྗེས་  
འབྲངས་གསུངས། །དེ་བས་དེ་ལ་བརྟེན་པ་ནི། །རྩ་བའི་ལྷུང་བ་དང་པོར་  
བཤད། །ཅེས་སོགས་རྩ་ལྷུང་བརྩུན་བཞིའི་སྒྲུབ་གཏོགས་པའི་ཡན་ལག་མ་  
ཚང་བའི་སྒྲུལ་པོ་དང་། དེ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱིགས་མཐུན་གྱི་ནོངས་པ་དཔག་དུ་  
མེད་པ་བྱང་བ་དང་། ཇི་སྐད་ཡོངས་སུ་བརྗོད་པའི་སྒྲུལ་པོའི་གཞི་ལས། རྗོད་  
ཇི་ཐེག་པའི་འདུལ་བ་དང་འགལ་བའི་ནོངས་པ།

༩ ཞེས་རབ་སྟོབས་ཀྱིས་ལེན་པ་དང་། འདི་ལོ་བདུན་ཅི་སྟོབས་  
 ཀྱི་ལེན། ཞེས་སོགས་སྟོམ་པོ་བརྒྱད་དང་། སྟོར་བ་ལེགས་པར་མ་  
 བྱས་པར། སྐལ་མེན་གསང་བ་སྟོན་པ་དང་། གང་ཞིག་ཕྱག་རྒྱ་མི་མཁས་  
 ལ། ལུས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་སྟོན་པ་དང་། བསྟེན་སོགས་དག་པར་མ་བྱས་  
 པར། དཀྱིལ་འཁོར་ལས་ལ་འཇུག་པ་དང་། སྟོམ་པ་གཉིས་ཀྱི་བཅས་  
 པ་ལས། དགོས་པ་མེད་པར་འདའ་བ་དང་། ཞེས་སོགས་སྟོམ་པོའི་སྟེར་  
 གཏོགས་པའི་དངོས་གཞིའི་ལྷུང་བ་དང་། དེ་རྣམས་ཀྱི་ཕྱོགས་མ་ཐུན་ཀྱི་  
 རོངས་པ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བྱུང་བ་དང་། གཞན་ཡང་རིགས་ལྡ་སྟེ་དང་། སོ་  
 སོའི་དམ་ཆིག་དང་སྟོམ་པ་རྣམས་བསྐྱུང་བར་ཁས་སྦྱངས་པ་དང་འགལ་  
 བའི་དངོས་གཞིའི་ལྷུང་བ་དང་། དེ་རྣམས་ཀྱི་ཕྱོགས་མ་ཐུན་ཀྱི་རོངས་པ་  
 དཔག་ཏུ་མེད་པ་བྱུང་བ་དང་། བྱུང་བར་དུ་རིགས་ལྡ་སྟེ་དང་སོ་སོའི་དམ་  
 ཆིག་དང་སྟོམ་པ་རྣམས་ཀྱི་དོན་ཐུན་དུག་ཏུ་མ་བྱུང་བ་དང་། ཅ་བ་དང་ཡན་  
 ལག་གི་དམ་ཆིག་དང་སྟོམ་པ་རྣམས་ལ་བསྟོར་བཟང་ཐུན་དུག་ཏུ་མ་བྱས་པ་  
 དང་། སྟོམ་པ་ལྡ་བའི་སྐབས་ནས་རི་སྐད་བཞུགས་པ་ལྟར་ཀྱི་སྟོམ་པའི་བསྟེན་  
 རྒྱུ་རྣམས་ལྟུང་བཞིན་དུ་མ་བྱས་པ་དང་། ལྟུང་མཆན་མ་དང་དམན་མ་  
 སོགས་ལ་འགོ་མས་པ་དང་། སྟོམ་སེམས་ཐུན་དུག་གི་རྣལ་འབྱོར་ཆག་པ་  
 དང་། ཐུན་བཞིའི་རྣལ་འབྱོར་དང་། ཐུན་ཐ་མའི་གཏོར་མ་དང་། ཉལ་བ་དང་།  
 ལྷུང་བ་དང་། ལྷུང་དང་། ཁ་བས་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་ལ་བརྩོན་པར་མ་བྱས་པ་  
 དང་། གང་སྟངས་ལྟའི་རྣམ་རྟེན་ཏུ་མ་བསྟོམ་པ་དང་། བརྩལ་ཞུགས་ཉི་ཤུ་ཅ་ལྟ་

པོ་བསྐྱུང་བར་ཁས་སྒྲངས་པ་དང་འགལ་བའི་དངོས་གཞིའི་ལྷུང་བ་དང་། དེ་  
 རྣམས་ཀྱི་སྟོགས་མཐུན་གྱི་ནོངས་པ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བྱུང་བ་དང་། གཞན་  
 ཡང་ལྟ་དང་སྒྲ་མ་ལ་རྒྱུད་ཀྱིས་མ་བསྟོད་པ་དང་། བྱུང་མེད་ལ་ཕྱག་  
 དང་སྒྲོར་བ་བྱེད་པར་མ་བསྟོམས་པ་དང་། གཡོན་པའི་ཀྱན་སྟོད་དང་། ཆོས་  
 བཅུའི་མཆོད་པ་ལ་བཙོན་པར་མ་བྱས་པ་ལ་སོགས་པ། མདོར་ན་དོ་རྩེ་  
 ཐེག་པའི་འདུལ་བ་དང་འགལ་བའི་ནོངས་པ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བྱུང་སྟེ། བདག་  
 རིག་པ་འདྲིན་པ་གསང་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བས་ནོངས་པ་དེ་རྣམས་སྟོགས་  
 བཅུ་ན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་  
 དང་། དག་འདུན་རིག་པ་འདྲིན་པ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱན་སྒྲར་མཐོལ་ལོ། །མི་འཆབ་  
 ལོ། །འཆགས་སོ། །ཕྱིན་ཆད་ཀྱང་སྟོམ་པར་བགྱིད་ལགས་སོ། །མཐོལ་ཞིང་  
 བཤགས་ན་བདག་བདེ་བ་ལ་རིག་པར་གནས་པར་འགྱུར་གྱི། མ་མཐོལ་མ་  
 བཤགས་ན་དེ་ལྟར་མི་འགྱུར་བ་ལགས་སོ། །

ཞེས་ལན་གསུམ་བ་ཟླ། དོ་རྩེ་སྟོབ་དཔོན་སོགས་འོས་པས། འདི་རྣམས་ལ་ནོངས་  
 པར་གཞིགས་ལགས་སམ། གཞན་རྣམས་ཀྱིས། མཐོང་ལགས། ཡང་ངེས། ཕྱིན་  
 ཆད་ལེགས་པར་སྟོམ་མམ། གཞན་རྣམས་ཀྱིས། ཆོས་བཞིན་འདུལ་བ་བཞིན་དུ་  
 འེན་དུ་ལེགས་པར་སྟེ་བོས་ནོད་པར་བགྱིདོ། །ཞེས་མཐོང་སྟོམ་ལན་གསུམ། ཐབས་  
 ལེགས་བྱའོ། །བྱང་སེམས་དང་། སྤྱགས་ཀྱི་ཕྱིར་བཅོས་གཉིས་ཀར་ཐོག་མཐར་ཕྱག་བྱ་བ་དང་། སྟོབ་  
 དཔོན་གྱིས། ཆོས་བཞིན་འདུལ་བ་བཞིན་ཞེས་སོགས་བརྗོད་པ། མཐུག་ཏུ། བཀའ་བློན་  
 ཆེ་ལགས། ཞེས་པའི་ཆོག་བསྐྱུར་དང་བཅས་པའི་གཏང་རག་རྣམས་སྟེ་ལྟར་བྱའོ། །

༥ དེ་ནས་སྐབས་གསུམ་པ་དང་གནས་བཅུ་མོགས་གང་མོས་གསུང་ཟེས་དག་སྤོང་ལོས་པ་  
གཅིག་གིས་སྤོང་ལམ་འགྲེང་ཐལ་མོ་སྤྱར་ལུས་འདུད་པ་དང་བཅས།

༥ བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེའི་གསལ་བྱེད་དམ་པར་གྱུར་པ་གནས་བཟླ་  
ནས། མཁན་པོ་ལས། སྤོང་དཔོན་འདུལ་བ་འཛིན་པའི་ཞལ་སྤྱན་སྤྱིས་གཙོ་  
མཛད་པའི་དག་འདུན་བཅུན་པ་རྣམས་གསུང་དུ་གསོལ། དེང་དགྲུང་ཆེ་ཡར་  
གྱི་ངོའི་གལ་ཆེས་བཙོ་ལྷ་པ་ལས། མར་གྱི་ངོའི་བཅུ་བཞི་པ་ལས་བཙོ་ལྷ་པ་  
མདོན་དུ་གྱུར་པ་ལགས་ཏེ། གཙུག་ལག་ཁང་གི་བདག་པོ་དང་གཙུག་ལག་  
ཁང་གི་ལྷ་རྣམས་ཀྱི་སྦྱང་དུ་ཞལ་ནས་གསུངས་པའི་མདོ་དང་ཆོགས་སུ་  
བཅད་པ་རེ་བཀའ་སྤྱུལ་དུ་གསོལ།

སྤོང་དཔོན་གྱིས། ༥ འཕགས་པ་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ།  
ཞེས་པ་ནས། མདོན་པར་བསྟོད་དོ། །

༥ དག་བར་གསུངས་ཤིག་སྐར་མ་རབ་རིག་མར་མེ་དང་། །སྤྱུ་མ་བེལ་  
པ་ཆུ་བྱར་དང་། །ཆི་ལམ་སྟོག་དང་སྤྱིན་ལྟ་བུར། །འདུས་བྱས་ཆོས་རྣམས་  
འདི་ལྟར་བཟླ། །

༥ བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེའི་གསལ་བྱེད་དམ་པར་གྱུར་པ་མཁན་པོ་ལས། སྤོང་དཔོན་ནས། གནས་བཟླ་འདུལ་  
བ་འཛིན་པས་གཙོ་མཛད་དག་འདུན་བཅུན་པ་རྣམས། ཐུགས་དམ་ལ་སྤྱི་  
བསྟེལ་བ་མ་ལགས་པའི་ངད་ནས་དགྲུང་གི་འམ་གདུགས་ཀྱི་རིམ་པ་ལ་སྤྱི་  
ཁམས་བདེ་བར་བཞུགས་ལགས་སམ། གཏོར་མ་ཆ་བཞི་བྱིན་རྒྱལ་མཛད་

པར་ཞུ།

༥ དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་བདེན་པ་དང་། སངས་རྒྱས་དང་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱིན་གྱི་རྒྱལ་ས་དང་ཆོག་ས་གཉིས་ཡོངས་  
སུ་རྫོགས་པའི་མངའ་ཐང་ཆེན་པོ་དང་། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་རྣམ་པར་དག་ཅིང་  
བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཆ་བཞིའི་གཏོར་མ་རྣམས་ལྟ་མིའི་ཡོ་  
བྱད་དམ་པ་ཞལ་བས་ཡུལ་དུ་བྱིན་པ་སྣ་ཆོག་ས་ཀྱན་ཏུ་བཟང་པོའི་མཆོད་  
པའི་སྒྲིན་རྒྱ་མཚོ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རྒྱས་པར་གང་ཞིང་རྒྱན་སྒྲུབ་པ་དང་  
ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག །མཆོད་སྒྲིན་གྱི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་མགོན་རྣམས་ཀྱང་  
གཤེགས་ཤིང་གདན་འདྲོམ་ནས་དེ་བཞིན་དུ་བཞེས་ཏེ་ཡོངས་སྤྱོད་པར་ཅི་  
གནང་།

༥ འདོད་ཡོན་ལྷ་ལྷན་བས་མཆོག་དམ་པ་འདི། །དགོན་མཆོག་  
གསུམ་དངོས་རྩ་བརྒྱད་སྟེ་མ་དང་། །ཡིད་མ་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་ཐམས་  
ཅད་ལ། །འབྲུལ་ལོ་མཆོག་ཐུན་དངོས་གྲུབ་སྟེ་ལ་དུ་གསོལ། །འདོད་ཡོན་  
ལྷ་ལྷན་མ། །བསྟན་འགྲོའི་པན་བདེ་སྟེ་ནས་སྟེ་སྟེ་ལ་པའི། །སྤང་མ་དམ་ཅན་  
རྒྱ་མཚོའི་ཆོག་ས་རྣམས་ལ། །འབྲུལ་ལོ་འབྲིན་ལས་མཐའ་དག་སྒྲུབ་པར་  
མཛོད། །འདོད་མོན་ལྷ་ལ་མ། །གདོན་བགོགས་འབྲུང་པོ་ལན་ཆགས་རྒྱད་  
ལྷའི་འགྲོ། །སྤྱང་རྩའི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པ་མ་ལུས་པར། །བསྟོས་ཆིམ་སྒྲིབ་བྱང་  
སངས་རྒྱས་སྤྱར་ཐོབ་ཤོག །འདོད་ཡོན་ལྷ་ལྷན་མ། །ཡུལ་གཞི་གནས་མལ་  
འཆོ་བ་ཉེར་སྒྱུར་བའི། །བསྟན་མ་བཅུ་གཉིས་ལྟ་སྒྲུ་ལ་སོགས་པར། །འབྲུལ་



ལོ་ཚོས་ལྡན་འཕྱིན་ལས་ཐོགས་མེད་སྐྱབས། །བདག་གི་བསམ་པའི་སྟོབས་  
དང་ནི། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་བྱིན་སྟོབས་དང་། །ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་  
སྟོབས་རྣམས་ཀྱིས། །འཕགས་པ་རྣམས་ལ་མཆོད་པ་དང་། །སེམས་ཅན་  
རྣམས་ལ་སྐྱིན་པ་ཡིས། །དོན་རྣམས་གང་དག་བསམ་པ་ཀྱན། །དེ་དག་  
ཐམས་ཅད་ཅི་རིགས་པ། །འཛིག་རྟེན་ཁམས་འདིར་མ་ལུས་པར། །ཐོགས་པ་  
མེད་པར་འབྱུང་བྱུར་ཅིག །

༥ དེ་ནས་བསྐྱལ་བ་པོ་སྤར་བཞིན་འགྲང་སྟེ། བསྟན་པ་རིན་ཆེན་གསལ་བའི་  
སྟོན་མེ་བསྟན་འཛིན་མཁས་པ་ཀྱན་གྱི་གཙུག་གི་རྒྱན་དུ་བྱུར་པ་མཉམ་མེད་  
ཐུབ་དབང་རིན་པོ་ཆའི་རྒྱལ་ཆ་བ་ཏུ་དབང་བསྐྱར་བ་ཡོངས་རྫོགས་བསྟན་  
པའི་མངའ་བདག་རང་གི་མཁན་པོ་མིན་པའི་ཆོས་འབྲེལ་ཡོད་ན་སྟོབ་དཔོན། ཆོས་འབྲེལ་མེད་  
ན་གནས་བརྟན་ནམ། དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་འདུལ་བ་འཛིན་པ་ཆེན་པོ་ཐུགས་  
བརྩེ་བ་ཅན་ཐུགས་བརྩེ་བས་ཉེ་པར་དགོངས་ཏེ། བདག་ཅག་འདིར་ཆོགས་  
ཤིང་འདིར་འདུས་པ་རྣམས་ལ་དུས་བབ་པོ་ལ་སོ་སོར་ཐར་པའི་མདོ་དང་  
ཆོས་བསྒྲགས་པའི་མདོ་ལ་སོགས་པ་བཀས་གནང་བར་བྱ།

༥ སྟོབ་དཔོན་གྱིས། ཐོག་མར་སྟོན་པ་ལ་ཕྱག་མཇུག་པར་བྱ། ཞེས་བརྗོད་ལ་  
ཐམས་ཅད་ལངས་ཏེ།

༥ སྟོན་པ་བཙུམ་ལྡན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དབྱ་བཙུམ་པ་ཡང་  
དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རིག་པ་དང་ཞབས་སུ་ལྡན་པ། བདེ་བར་  
གཤེགས་པ། འཛིག་རྟེན་མཁྱེན་པ། སྐྱེས་བུ་འདུལ་བའི་ཁ་ལོ་བསྐྱར་བ་སྤྲོན་

མེད་པ། ལྷ་དང་མི་རྣམས་ཀྱི་སྟོན་པ། སངས་རྒྱས་བཙུགས་ལྷན་འདས་དཔལ་  
རྒྱལ་བ་ལྷ་ཀྱ་ཐུབ་པ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །མཆོད་དོ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །

༥ གང་ཆེ་རྒྱུ་གཉིས་གཙུག་པོ་སྤྱོད་བལྟམས་ཆོ། །ས་ཆེན་འདི་ལ་གོམ་  
པ་བདུན་པོར་ནས། །ང་ནི་འདི་ག་ཏེན་འདི་ན་མཆོག་ཅེས་གསུངས། དེ་ཆེ་  
མཁས་པ་སྤྱོད་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །རྣམ་དག་སྐྱེ་མངའ་མཆོག་ཏུ་གཟུགས་  
བཟང་བ། །ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཆོ་གསེར་གྱི་ལྷན་པོ་འདྲ། །གྲགས་པ་འདི་ག་ཏེན་  
གསུམ་ན་ལྷམ་མེ་བ། །མགོན་པོ་མཆོག་བརྟེན་སྤྱོད་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །  
མཆོན་མཆོག་ལྷན་པ་དྲི་མེད་ལྷ་བའི་ཞལ། །གསེར་མདོག་འདྲ་བ་སྤྱོད་མ།  
རྒྱལ་བ་སྤྱོད་འདྲ་སྤྱིད་པ་གསུམ་མ་མཆིས། །མཉམ་མེད་མཁུན་ཅན་སྤྱོད་  
ལ་མ། །མགོན་པོ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལྷན་པ། །ཐམས་ཅད་མཁུན་པས་སྟོན་པ་པོ།  
བསོད་ནམས་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོ་ཞིང་། །དེ་བཞིན་གཤེགས་ལ་མ། །དག་པས་  
འདོད་ཆགས་བྲལ་བར་གྱུར། །དགོ་བས་ངན་སོང་ལས་གྲོལ་ཞིང་། །གཅིག་  
ཏུ་དོན་དམ་མཆོག་གྱུར་པ། །ཞི་གྱུར་ཆོས་ལ་མ། །གྲོལ་ནས་གྲོལ་བའི་ལམ་  
ཡང་སྟོན། །བསྐྱབ་པ་དག་ལ་རབ་ཏུ་གནས། །ཞིང་གི་དམ་པ་ཡོན་ཏན་ལྷན།  
ཆོགས་མཆོག་དགོ་འདུན་ལ་མ། །སངས་རྒྱས་གཙུག་ལ་མ། །སྐྱོབ་པ་ཆོས་ལ་མ།  
དགོ་འདུན་ཆེ་ལ་མ། །གསུམ་ལ་རྟག་ཏུ་གྲུས་ཕྱག་འཆའ། །ཕྱག་བྱར་མ། །ཞིང་  
རྒྱལ་མ། །ལུས་བརྟུང་མ། །མཆོག་ཏུ་དད་པས་མ།

༥ དེ་ནས་གནས་བཟུང་གིས། གསོ་སྦྱོང་གི་སྦྱོར་བའི་ཆོ་ག་ལ་ཆོས་བཤད་  
པ་དང་ཉན་པ་ཉམས་སུ་སྦྱོང་བའི་ཕྱག་ལེན་དུ་ཆོས་བསྐྱབས་པའི་མདོ་རེ་

འདོན་པར་གདའ་བས་གསུང་པར་ཞུ། ཞེས་བཟོད་ལ།

༩ གང་ཞིག་གསུང་མཆོག་རང་བཞིན་དེ་རབ་ལ་གནས་མཆོག་ར་  
 དང་ལྟར་བཅས་གཞོད་སྒྲིན་དང་། །གདའས་ཀ་ཞོར་བུའི་འོད་གྱིས་ལྷན་  
 བ་སེལ་མཛད་ས་འོག་གནས་པའི་ལྷ་རྣམས་གང་ཡིན་དང་། །གངས་ཅན་  
 རིར་ནི་དཔལ་གྱིས་རོལ་ཅིང་རབ་ཏུ་ཡིད་དགའི་རིག་པ་འཛིན་པ་གང་ཡིན་  
 ལ། །དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཐར་པ་དམ་པའི་སྒྲོར་གྱུར་ཐུབ་པའི་གསུང་མཉན་  
 ཕྱིར་ནི་འདིར་གཤེགས་ཤིག །ལྷ་དང་ལྷ་མིན་མི་དང་མིའམ་ཅི་ཡི་དབང་པོ་  
 དང་། །བརྒྱ་གྲིན་ལ་སོགས་ཆོས་ཀྱི་ཕྱོགས་ལ་བྱ་བ་བྱས་པ་རྣམས། །སངས་  
 རྒྱུ་གསུངས་པ་རབ་ཏུ་ཞི་ཞིང་བདེ་བའི་རྒྱུར་གྱུར་ལ། །འདི་དག་བཤུད་  
 གྱིས་དམ་པའི་ཆོས་མཉན་ཕྱིར་ནི་འདིར་གཤེགས་ཤིག །དེ་བས་རྒྱ་ཆེན་  
 ཡོན་ཏན་རིན་ཆེན་ཟབ་པའི་གཏེར་གྱུར་ལ། །དོན་ཆེན་བྱེད་པ་འདི་ལ་མཆོག་  
 ཏུ་དད་ཅིང་གྲུས་པ་ཡིས། །འདི་བས་ལྷག་པའི་མཉན་བྱ་གཞན་དག་ཅུང་ཟད་  
 ཡོད་མིན་པས། །དབང་པོའི་རྟ་ནི་ལེགས་པར་ཐུལ་ལ་ཐུབ་པའི་གསུང་མཉན་  
 གྱིས། །སྟོན་པའི་ཞལ་ནས་འབྱུང་བའི་འཆི་མེད་ལྷ་དང་ལྷ་སོགས་སྐྱེ་བོའི་  
 ཆོག་ས་རྣམས་བཟུ་ཤིས་ཀྱི། །འབྱུང་གནས་སེམས་ལ་ཞོག་ཅིག་གང་ཕྱིར་  
 འདིར་ནི་ལྷས་ཅན་ཀུན་གྱི་རྣ་བའི་བདུད་ཅི་དང་། །ཉོན་མོངས་པ་ཡི་ནད་  
 ཀུན་སེལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་པས་དེ་དོན་ཡང་དག་བསམ་པར་གྱིས། །རྒྱ་འདི་  
 རྣམས་ཀྱིས་སངས་རྒྱུ་གསུང་དག་སྐྱེ་བོས་སྒྲུངས་ཏེ་རབ་ཏུ་མཉན་པར་བྱ་  
 བའི་རིགས། །སྟོབས་བཅུའི་ཏིང་འཛིན་ཡེ་ཤེས་མཆེ་བ་ཅན། །གང་ཞིག་སྐྱེ་

བའི་རང་བཞིན་གཟེབ་བྲལ་ནས། །མྱ་ངན་འདས་ཞིའི་འབྲོག་དགོན་ཞུགས་  
 གྱུར་པ། །སྟོན་པ་སྤང་པོ་དེ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །གང་གི་ཐུགས་བརྩེས་ཉེར་  
 གཟུང་ནས། །ལྟ་བ་ཐམས་ཅད་སྤངས་པའི་བྱིར། །དམ་པའི་ཆོས་ནི་སྟོན་  
 མཛད་པ། །གོ་ཉམ་དེ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །གང་གིས་འཆིད་རྣམས་ཡང་དག་  
 རབ་བཅད་ཅིང་། །མུ་སྟེགས་ཆོགས་རྣམས་ཐམས་ཅད་རབ་བཅོམ་སྟེ། །སྟེ་  
 དང་བཅས་པའི་བདུད་ནི་རབ་བརྟལ་ནས། །བྱང་ཆུབ་མཆོག་བརྟེན་དེ་ལ་  
 ཕྱག་འཆའ་ལོ། །ཉི་མའི་འོད་ཟེར་དག་གིས་པར་ལྗོངས་འབྱེད་ལྟར། །གསུང་  
 གི་འོད་ཟེར་དག་གིས་འཇིག་རྟེན་གསལ་བར་མཛད། །སྟོན་པ་ལྷ་ཀྱ་ཐུབ་  
 པ་སྟོན་མེ་ཐུགས་རྩེ་ཅན། །མྱ་ངན་འདའ་སྟོན་གང་ཡིན་དེ་ལ་ཕྱག་འཆའ་  
 ལོ། །མི་མཆོག་འདུལ་བ་ཁ་ལོ་བསྐྱར་མཛད་པ། །ཀུན་སྦྱོར་འཆིང་བ་གཅོད་  
 པ་དེ་བཞིན་གཤེགས། །དབང་པོ་ཞི་ཞིང་ཉེར་ཞི་ཞི་ལ་མཁས། །མཉན་ཡོད་  
 བཞུགས་པ་དེ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །ཡོན་ཏན་རིན་ཆེན་མང་པོའི་ཆོགས་  
 མངའ་ཞིང་། །མཆོན་རབ་ཡེ་ཤེས་ཡོངས་སུ་དག་པའི་སྒྱ། །གསེར་གྱི་མདོག་  
 ཅན་ལྟ་དང་མིས་མཆོད་པ། །བཅོམ་ལྡན་ལྟ་ཡི་ལྟ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །

༥ རྒྱ་གར་རྒྱལ་དུ། །ལྷོ་ལ་སི་ཡུ་ཏུ་སྒྱུ་བ། །བོད་རྒྱལ་དུ། །ཚུལ་ཁྲིམས་  
 ཡང་དག་པར་ལྡན་པའི་མདོ། །འདི་ཐུན་མོང་། །ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ལ་ཕྱག་  
 འཆའ་ལོ། །འདི་རྒྱལ་བདག་གིས་ཐོས་པ་དུས་གཅིག་ན། །བཅོམ་ལྡན་འདས་  
 མཉན་ཡོད་ན་རྒྱལ་བུ་རྒྱལ་བྱེད་གྱི་ཆའ་མགོན་མེད་ཟས་སྦྱིན་གྱི་ཀུན་  
 དགའ་ར་བ་ན། །དགོ་སྟོང་བརྒྱ་ཐུག་བྱེད་དང་བཅུ་གསུམ་གྱི་དགོ་སྟོང་གི་

དགོ་འདུན་ཆེན་པོ་དང་ཐབས་གཅིག་ཏུ་བཞུགས་ཏེ། དེའི་ཆེ་བཙམ་ལྟན་  
 འདས་ཀྱིས་དགོ་སྒྲོང་རྣམས་ལ་བཀའ་སྩལ་བ། དགོ་སྒྲོང་དག་ཤེས་པ་ནི་  
 འགྲིལ། སྟོག་ནི་འཆད། ཆེའི་འདུ་བྱེད་ནི་འདོར། སྟོན་པའི་བསྟན་པ་ཡང་  
 དེས་པར་འཛིག་པར་འགྱུར་ན། ཅིའི་ཕྱིར་བཙོན་འགྱུས་དང་བརྟུལ་བ་བརྟན་  
 པོས་སྐྱབ་པར་མི་བྱེད་མའི་ལུས་ནི་ཤིན་ཏུ་རྩེད་པར་དཀའ་ན། དེ་ཐོབ་ནས་  
 དེས་རྩེད་པའི་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་ལ་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ཡང་རྩེད་ནས་ཐར་བའི་  
 དོན་དང་མི་མཐུན་པ་དག་གིས་བསྐྱུས་ཏེ་སྤྱག་བསྐྱུལ་བར་གྱུར་ཏེ། དགོ་  
 སྒྲོང་དག་སྟོག་དང་བྲལ་ཞིང་ཤི་བ་ནི་སྤྲ་ཡི། ཚུལ་བྲིམས་ཉམས་ཤིང་ཞིག་  
 པ་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། སྟོག་དང་བྲལ་ཞིང་ཤི་བས་ནི་ཆེ་  
 འདི་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་བ་ཟད་པར་འགྱུར་གྱི། ཚུལ་བྲིམས་ཉམས་ཤིང་ཞིག་པས་ནི་  
 སྐྱེ་བ་འབྱུང་ཕྱག་བརྒྱའི་བར་དུ་རིགས་དང་བྲལ་ཞིང་བདེ་བ་སྤངས་ཏེ་རྣམ་  
 པར་ལྟང་བ་ཆེན་པོ་ཉམས་སུ་སྒྲོང་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ཕྱིར་སྟོན་པས་ཚུལ་  
 བྲིམས་རབ་བསྐྱགས་བཤད། །ཚུལ་བྲིམས་ལྟན་པ་སངས་རྒྱས་འབྱུང་དང་  
 འཕྱད། །ཚུལ་བྲིམས་ལྟན་པ་རྒྱན་རྣམས་ཀྱན་གྱི་མཆོག་། ཚུལ་བྲིམས་ལྟན་  
 པ་དེ་དང་བྱུག་པ་ཡིན། །ཚུལ་བྲིམས་ལྟན་པ་དགའ་བ་ཀྱན་གྱི་གནས། ཚུལ་  
 བྲིམས་གདུང་བ་སེལ་བ་བསེལ་བའི་ཆུ། །ཚུལ་བྲིམས་ལྟན་པ་འཛིག་རྟེན་  
 ཀྱན་གྱིས་བསྟོད། །ཚུལ་བྲིམས་དག་གིས་འགྲོ་བ་དམ་པ་མཐོས། །ཇི་ལྟར་  
 སྐྱུལ་གདུག་སྐྱ་ཆེན་ནག་པོ་ཡང་། །ཚུལ་བྲིམས་ལྟན་པ་གཞོན་མེད་གཞན་  
 ཅི་སྟོས། །ཚུལ་བྲིམས་ལྟན་པའི་དགོ་སྒྲོང་འོད་དང་ལྟན། །ཚུལ་བྲིམས་ལྟན་



བ་གྲགས་འགྱུར་བ་དེ་བ་འཐོབ། །ཇི་ལྟར་མིག་མེད་གཟུགས་མཐོང་མི་རུང་  
 ལྟར། །དེ་བཞིན་ཚུལ་བྱིམས་མེད་ན་ཆོས་མི་མཐོང་། །ཇི་ལྟར་རྒྱུ་མེད་ལམ་  
 འཇུག་ག་ལ་བྱས། །དེ་བཞིན་ཚུལ་བྱིམས་མེད་ན་ཐར་མི་འགྱུར། །ཇི་ལྟར་  
 བུམ་བ་བཟང་པོ་རིན་ཆེན་སྟོང་། །དེ་བཞིན་ཚུལ་བྱིམས་ཆོས་རྣམས་བསྐྱེད་  
 པའི་གཞི། །ཇི་ལྟར་བུམ་ཆག་རིན་ཆེན་སྟོང་མི་རུང་། །དེ་བཞིན་ཚུལ་བྱིམས་  
 རལ་བས་ཆོས་ཀྱན་གཏུགས། །དང་པོ་ཚུལ་བྱིམས་མེད་པར་གྱུར་བ་དེ། །སྤྱི་  
 རྣམས་སྤྱང་ན་འདས་པ་འཐོབ་སྐྱུ་མ་མམ། །སྤྱི་མེད་སྤྱི་རྣམས་ལ་སོགས་གང་ཡིན་  
 བ། །དེ་ལ་མེ་ལོང་དག་ནི་དགོས་མི་འགྱུར། །རྣ་བས་མ་ཐོས་མིག་སྤར་མ་  
 མཐོང་ཡང་། །བསྐྱེད་བསྐྱེད་མི་དེ་མཐོང་རིས་འགྲོ་བར་འགྱུར། །ཐོས་མང་ཐོས་  
 ལྟན་ཐོས་བསྐྱེད་མཐོང་རིས་ཉིད། །བྱུང་མེད་བསྐྱེད་དུ་ག་ལ་རུང་། །རྒྱལ་པོའི་  
 ཐོ་བྱང་ག་ལ་དགལ། །ལྷ་བ་སྤྱིང་པོ་ག་ལ་ཡོད། །ལོངས་སྤྱོད་རྟག་པ་ག་ལ་  
 ཡོད། །བྱུང་མེད་དག་ལ་རུང་བ་མེད། །རྒྱལ་སྤྱིད་དག་ལ་དགལ་བ་མེད། །ལྷ་  
 བ་དག་ལ་སྤྱིང་པོ་མེད། །ལོངས་སྤྱོད་དག་ལ་རྟག་པ་མེད། །ལོངས་སྤྱོད་དག་  
 ནི་འབབ་ཚུ་བཞིན། །གྲུ་ཅི་འདྲ་བར་བྱིམ་དེ་འདྲ། །མེ་རྟོག་ཅི་འདྲར་གཟུགས་  
 དེ་བཞིན། །སྟོག་ནི་ཚུ་བྱར་འདྲ་བ་ཡིན། །བཅོམ་ལྟན་འདས་ཀྱིས་དེ་སྐད་  
 ཅེས་བཀའ་སྤྲུལ་ནས། །ཉེ་བར་འཁོར་ལ་སོགས་པའི་དགོ་སྟོང་དེ་དག་ཡི་  
 རངས་ཏེ། །བཅོམ་ལྟན་འདས་ཀྱིས་གསུངས་པ་ལ་མངོན་པར་བསྟོན་དོ། །ཞེས་  
 པའི་བར་བརྗོད་ཅིང་། ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མཐོན་གཅིག་ཏུ།

ཨ། བསོད་ནམས་འདི་ཡིས་ཐམས་ཅད་གཞིགས་པ་ཡི། །གོ་འཕང་

ཐོབ་ནས་སྒྲིན་གྱི་དབྱ་བཏུལ་ཏེ།      །ཀ་དང་ན་དང་འཆི་བའི་རྒྱ་བས་འབྲུག་  
པའི། །སྲིད་པའི་མཆོ་ལས་འགྲོ་བ་སྒྲོལ་བར་ཤོག། །ཅེས་བསྒྲོ་བ་བྲ།

     དེ་ནས་གནས་བརྟན་གྱིས།      ཉེས་པ་སྤྲ་མ་ལ་འགྲོད་པ་དང་སྤྱི་མ་ལ་སྤྲོམ་  
སེམས་དང་ལྟན་པའི་སྒྲིན་ས་ལྟར་བ་སྤྱི་བ་འགས་ལ་སྤྱགས་གཏད་པར་བྲ།  
སྤྱི་བ་འགས་ལ་ན་གསུམ་འདོན། དེ་ནས་མཐོང་སྤྲོམ་དང་ཐབས་ལེགས་གོང་བཞིན་བྱེད།

     ཨ། དེ་ནས་དགེ་སྦྱོང་རེ་རེའི་མདུན་དུ་དགེ་ཚུལ་གསུམ་མན་ཆད་གྱིས་སྤྱག་བྱས་ནས་འགྲོང་  
སྟེ། བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆའི་གསལ་བྱེད་དམ་པར་གྱུར་པ་གནས་བརྟན་འདུལ་  
བ་འཛིན་པ་གསོ་སྦྱོང་གི་ཆོ་ག་ལ་སྤྱགས་གཏད་པར་བྲ། དེས། ཆོས་བཞིན་  
འདུལ་བ་བཞིན་མཛད་པར་བྲ། ཞེས་བརྗོད། དགེ་ཚུལ་རྣམས་ཙོག་སྤྱར་འདུག་སྟེ།  
གནས་བརྟན་དགོངས་སུ་གསོལ། དེང་དགེ་འདུན་གྱི་གསོ་སྦྱོང་བཙུ་བ་  
ལགས་ཏེ། བདག་དགེ་ཚུལ་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བའི་ཡང་གསོ་སྦྱོང་བཙུ་བ་  
པ་ལགས་ན། བདག་དགེ་ཚུལ་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བའི་བར་ཆད་གྱི་ཆོས་  
རྣམས་ཡོངས་སུ་དག་གོ་ཞེས་བདག་མཆིའོ། །བདག་ཡོངས་སུ་དག་པར་  
གནས་བརྟན་གྱིས་བཟུང་དུ་གསོལ། ཞེས་ལན་གསུམ་རྗེད་པའི་རྗེས་སུ་དགེ་སྦྱོང་གིས།  
ཐབས་ཡིན་ནོ། །དགེ་ཚུལ་རྣམས་གྱིས། ལེགས་སོ། །ཞེས་བརྗོད། དེ་ནས། སྤྱག་གསུམ་  
བྱས་ནས་འགྲོད་སྟེ་འདུད་པ་དང་བཅས་ཐལ་མོ་སྤྱར་ཏེ།

     ཨ། བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆའི་གསལ་བྱེད་དམ་པར་གྱུར་པ་གནས་བརྟན་  
འདུལ་བ་འཛིན་པ་གསོ་སྦྱོང་ཞེས་པ་ནས་བཀའ་བྲིན་ཆེ་ལགས། དེས། ཆོས་  
བཞིན་འདུལ་བ་བཞིན་མཛད་པ་ངོ་མཆར་ཆེ། བྲིམས་གྱི་ཚུལ་བྲིམས་ཞེས་

ཐུན་མོང་དུ་བརྗོད།

༥ དེ་ནས་དགེ་ཚུལ་རྣམས་ལས་མི་ཐོས་བའི་སར་ལོགས་སུ་བཀར་ནས། དགེ་སློང་གི་  
གསོ་སློང་བྱ་བ་ལ། ལྷུང་ཐུན་དབྱིན་རྒྱབས་བྱ་དགོས་པས། མདོ་འདོན་པ་པོས། ལས་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི་སློན་དུ་འགྲོ་བ་གཉིས་ལས། ཐོག་མར་ཡུལ་དུས་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་  
བཤགས་པར་མི་རུས་བའི་ལྷུང་བ་ཐུན་མོང་བ་གསོལ་བའི་ལས་ཀྱིས་བྱིན་  
ཀྱིས་བརྒྱབ་པར་བབྱི་བས། དགེ་འདུན་རྣམས་སློང་ལམ་བསྟུན་ནས་གསོལ་  
བའི་ལས་ལ་ཐུགས་གཏད་པར་བྱ། ཞེས་བརྗོད་ལ། དགེ་འདུན་བཙུན་པ་རྣམས་  
གསན་དུ་གསོལ། དེང་དགེ་འདུན་ཀྱི་གསོ་སློང་བཙུ་བཞི་བའམ་བཙུ་  
པ་ལགས་ལ། བདག་ཅག་དགེ་འདུན་ཐམས་ཅད་ནི་ལྷུང་བ་དང་བཅས་པར་  
གྱུར་ན། གང་གི་མདུན་དུ་བདག་ཅག་ལྷུང་བ་དེ་ཆོས་བཞིན་དུ་སྤར་བབྱི་བ་  
བདག་ཅག་ལས་དགེ་སློང་གནས་གཞན་དུ་མཆིས་ལ། དགེ་སློང་གི་མདུན་  
དུ་ལྷུང་བ་དེ་ཆོས་བཞིན་དུ་སྤར་བབྱིད་པར་སློབ་སུ་ཡང་མ་མཆིས་ན། གལ་  
ཏེ་དགེ་འདུན་ཀྱིས་དུས་ལ་བབ་ཅིང་བཟོད་ན་དགེ་འདུན་ཀྱིས་གནང་བར་  
མཛོད་ཅིག་དང་། དགེ་འདུན་ཀྱིས་དེང་ལྷུང་བ་བྱིན་ཀྱིས་བརྒྱབས་ཏེ་གསོ་  
སློང་མཛད་ལ། སྤང་ཀྱིས་དགེ་སློང་གི་མདུན་དུ་ལྷུང་བ་དེ་དག་ཆོས་བཞིན་  
དུ་སྤར་མཛད་དོ། །འདི་ནི་གསོལ་བའོ། །

༥ སྤར་གནས་པ་སློམ་ཐུན་བྱས་པ་ཞིག་པའམ། མ་བྱས་པ་ཡིན་ན་ལྷུང་བ་ཐུན་མོང་བའི་བྱིན་  
རྒྱབས་ཀྱི་ལས་མ་གཏོགས་པ། ལས་གཞན་ཐམས་ཅད་ལ་སློམ་ཐུན་ངེས་པར་དགོས་པས།

༥ གནས་ལ་སློམ་ཐུན་ཀྱི་གསོལ་གཉིས་ཀྱི་ལས་བབྱི་བས་ཐོག་མར་

གསེས་པའི་ལས་ལ་ཐུགས་གཏད་པར་ཞུ། ཞེས་བརྗོད་ལ། དགོ་འདུན་བཙུན་  
 པ་རྣམས་གསུམ་དུ་གསེས་ལ། གནས་ཐམས་ཅད་གྲུབ་པའམ། བགྱིས་པའམ།  
 ལགས་པ་ནང་མཆམས་དང་སྤྱི་རོལ་ཉེ་འཁོར་འདོམ་གང་དང་བཅས་པ་འདི་  
 དགོ་འདུན་གྱི་གསེས་སྤྱོད་གི་གནས་སུ་བཞེད་ན། གལ་ཏེ་དགོ་འདུན་གྱིས་  
 དུས་ལ་བབ་ཅིང་བཟོད་ན། དགོ་འདུན་གྱིས་གནང་བར་མཛོད་ཅིག་དང་།  
 དགོ་འདུན་གྱིས་གནས་ཐམས་ཅད་གྲུབ་པའམ། བགྱིས་པའམ། ལགས་པ་  
 ནང་མཆམས་དང་། སྤྱི་རོལ་ཉེ་འཁོར་འདོམ་གང་དང་བཅས་པ་འདི་དགོ་  
 འདུན་གྱི་གསེས་སྤྱོད་གི་གནས་སུ་སློ་མ་ཐུན་པར་བགྱིའོ། །འདི་ནི་གསེས་  
 བའོ། །བརྗོད་པ་མཐུག་སྐད་དང་བཅས་པ་ལ་ཐུགས་གཏད་པར་ཞུ། དགོ་  
 འདུན་བཙུན་པ་རྣམས་གསུམ་དུ་གསེས་ལ། གནས་ཐམས་ཅད་གྲུབ་པའམ།  
 བགྱིས་པའམ། ལགས་པ་ནང་མཆམས་དང་སྤྱི་རོལ་ཉེ་འཁོར་འདོམ་གང་  
 དང་བཅས་པ་འདི་དགོ་འདུན་གྱི་གསེས་སྤྱོད་གི་གནས་སུ་བཞེད་དེ། དེའི་སྦྱང་  
 དུ་དགོ་འདུན་གྱིས། གནས་ཐམས་ཅད་གྲུབ་པའམ། བགྱིས་པའམ། ལགས་པ་  
 ནང་མཆམས་དང་སྤྱི་རོལ་ཉེ་འཁོར་འདོམ་གང་དང་བཅས་པ་འདི་དགོ་འདུན་  
 གྱི་གསེས་སྤྱོད་གི་གནས་སུ་སློ་མ་ཐུན་པར་བགྱིད་ན། ཆེ་དང་ལྡན་པ་གང་དག་  
 གནས་ཐམས་ཅད་གྲུབ་པའམ། བགྱིས་པའམ། ལགས་པ་ནང་མཆམས་དང་  
 སྤྱི་རོལ་ཉེ་འཁོར་འདོམ་གང་དང་བཅས་པ་འདི། དགོ་འདུན་གྱི་གསེས་སྤྱོད་གི་  
 གནས་སུ་སློ་མ་ཐུན་པར་བགྱི་བར་བཟོད་པ་དེ་དག་ནི་ཅང་མ་གསུང་ཞིག །  
 གང་དག་མི་བཟོད་པ་དེ་དག་ནི་གསུངས་ཞིག །དགོ་འདུན་གྱིས་བཟོད་ཅིང་

གནང་ནས། དགོ་འདུན་གྱིས་གནས་ཐམས་ཅད་བྱུང་བའམ། བགྱིས་བའམ།  
 ལགས་པ་ནང་མཆོམས་དང་སྤྱི་རོལ་ཉེ་འཁོར་འདོམ་གང་དང་བཅས་པ་འདི་  
 དགོ་འདུན་གྱི་གསོ་སྦྱོང་གི་གནས་སྤྱོད་མཐུན་པར་གྱིས་ལགས་ཏེ། འདི་  
 ལྟར་ཅད་མི་གསུང་བས་དེ་དེ་བཞིན་དུ་འཛིན་ཏོ། །ཞེས་བཅོད་དོ། །བྱུང་བ་ནི་བྱ་  
 སྐྱབས་སོགས་སྐྱེས་བུའམ་རྩེའམ་བས་མ་བྱས་པར་རང་བྱུང་བའོ། །བགྱིས་པ་ནི་སྐྱེས་བུའི་བྱེད་པས་  
 མཛོན་པར་བསྐྱབས་པའོ། །ལགས་པ་ནི་བྱ་བ་བྱེད་པའི་གནས་ལ་སོགས་པར་རུང་བ་སྟེ། གནས་  
 རྩེགས་པར་ཟེན་པའོ། །ཆོ་གའི་སྐྱབས་སྤྱི་དེ་གསུམ་གང་ཡིན་པ་སྒྲོས་བཟགས་ནས་གང་ཡང་རུང་བ་  
 གཅིག་བཅོད་པ་ཡིན་གྱི། གསུམ་ག་ཡིན་པ་མི་སྤྱི་དེ་བས་གསུམ་ག་བཅོད་མི་དགོས་སོ། །

༥ དངོས་གཞི་ལ། སོ་སོར་ཐར་པ་ལ་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་འདུ་  
 ཤེས། རང་ཉིད་ཀྱི་བསྐྱབས་པ་ལ་གཅེས་སྤྱོད་སྤྱི་བྱེད་པའི་འདུ་ཤེས། ཚུལ་  
 འདི་ལྟ་བུ་ལ་བཏེན་ནས་ཀྱང་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པའི་  
 འདུ་ཤེས་གསུམ་ཐུགས་ལ་བཞག་ནས་གསུམ་པར་བྱ། ཞེས་བཅོད་ལ་མདོ་འདོན་  
 པ་པོས་ཐལ་མོ་རུང་ཟད་སྦྱར་ཏེ། ༥ རྒྱ་གར་སྐད་དུ། བ་ཏི་མོ་ཁྲ་སྤུ་ཏ། བོད་སྐད་དུ།  
 སོ་སོར་ཐར་པའི་མདོ། འདི་ཐུན་མོང་། ཐམས་ཅད་མཐེན་པ་ལ་བྱུག་འཆོལ་  
 ལོ། །སྟན་པའི་བ་དན་འཛིག་ཏེན་གསུམ་དུ་བྱགས། །དམ་པའི་ཆོས་སྤྱི་  
 སེལ་ཏེ་སྤྱི་བསྐྱགས་པ། །ཐམས་ཅད་མཐེན་པ་དགོན་མཆོག་མཛོད་བརྟེན་  
 པ། །ཞབས་ལ་ཆངས་དབང་གཙུག་གི་ཞོར་བུས་གཏུགས། ཐུག་བསྐྱལ་རྒྱ་  
 མཆོ་གཏིང་མཐའ་མེད་བཀྲལ་བ། །འགྲོ་བའི་གཙོ་ལ་སྤྱི་བོས་བྱུག་བཅའ་  
 ཏེ། །ཐམས་ཅད་མཐེན་པའི་བསྐྱབས་གཞི་དགོན་མཆོག་སྟོན། །འཕགས་



བའི་ཚོགས་ཀྱི་དབྱས་སུ་དབྱེ་བར་བྱ། །སངས་རྒྱས་འདུལ་བ་གངས་ཅན་  
 མཚོ། །གཏིང་མཐའ་མེད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །གནས་པའི་སྤྱིང་དང་སྤྱིང་པོ་  
 རི། །སོ་སོར་ཐར་པ་འདི་ཡིན་ནོ། །འདི་ནི་དམ་ཚོས་རྒྱལ་པོ་ཡི། །ཚོས་ཀྱན་  
 ཀྱི་ནི་འདྲན་པ་མཚོག། །འདི་ནི་དག་སྤྱོད་ཚོང་ཚོགས་ཀྱི། །བསྐྱབ་ཐོད་ཚོང་  
 ཁང་ཆེན་པོ་ཡིན། །ཚུལ་ཁྲིམས་འཆལ་བས་ཟེན་རྣམས་ཀྱི། །གདུག་པ་རྣམ་  
 སེལ་སྤྲོན་འདི་ཡིན། །འདི་ནི་ལང་ཚོས་རྣམ་འབྱུལ་བའི། །རྐང་གཉིས་གཞོན་  
 རུའི་ལྷགས་རྒྱ་ཡིན། །མཚོ་བས་ཟབ་པའི་འཁོར་བ་ལས། །སྒྲོལ་བའི་རྒྱལ་  
 ཐབས་འདི་ཡིན་ནོ། །འདི་ནི་བཟང་འགྲོར་འགྲོ་བ་ཡི། །དེས་པའི་ཚུ་ལོན་ཟམ་  
 པ་ཡིན། །འདི་ནི་ཉོན་མོངས་པམ་བྱེད་ལམ། །རྒྱལ་པོ་ཡི་ནི་འདྲན་པ་མཚོག།  
 །འདི་ནི་ཐར་པའི་གྲོང་འབྲུག་པའི། །ཐེམ་སྐྱས་གཞི་དང་འབྲ་བར་གནས། །ང་  
 རི་ཐུང་ན་འདས་གྱུར་ན། །འདི་ནི་ཁྲོད་ཀྱི་སྟོན་པ་ཞེས། །རང་བྱུང་ཉིད་ཀྱི་  
 གྲུས་བཅས་པར། །ནན་ཏན་དག་སྤྱོད་ཚོགས་མདུན་བསྟོད། །སངས་རྒྱས་  
 ཞེས་བྱའི་སྤྱི་འདི་ཡང་། །འཇིག་རྟེན་དག་ན་རབ་ཏུ་དཀོན། །མི་ཉིད་རྟེན་པར་  
 ཞིན་ཏུ་དཀའ། །རབ་ཏུ་བྱུང་བའང་ཞིན་ཏུ་དཀོན། །དེ་བཞིན་རབ་ཏུ་བྱུང་  
 རྣམས་ཀྱི། །ཚུལ་ཁྲིམས་སུན་སུམ་ཚོགས་རབ་དཀོན། །ཚུལ་ཁྲིམས་ཡོངས་  
 སུ་དག་གྱུར་བྱང་། །ཁྲོགས་བཟང་ཞིན་ཏུ་རྟེན་པར་དཀའ། །འཇིག་རྟེན་  
 སངས་རྒྱས་འབྱུང་བ་དང་། །མི་དང་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་དང་། །ཚུལ་ཁྲིམས་སུན་  
 སུམ་ཚོགས་པ་དང་། །ཁྲོགས་བཟང་རྟེན་དཀའ་རྟེན་གྱུར་ནས། །མཁས་པ་  
 བདག་ལ་ལེགས་འདོད་ཅིང་། །དེ་དག་འབྲས་བཅས་བྱེད་འདོད་པས། །སྒྲོམ་

བཙོན་རྣམས་ཀྱིས་སོ་སོར་ཐར། །མཉན་པའི་ཕྱིར་ནི་འབད་པར་བྱ། །དགོ་  
སྒོང་དབང་དུལ་ཀྱན་དབང་པོ། །སངས་རྒྱས་མི་འགྱུར་རང་བྱུང་བ། །དེས་  
པར་ཐར་པ་འདོད་རྣམས་ཀྱིས། །སོ་སོར་ཐར་པ་རྟག་ཏུ་བསྐྱང་། །བསྐྱལ་པ་  
བྱེ་བ་རྣམས་སུ་ཡང་། །སོ་སོར་ཐར་པ་ཐོས་པ་དང་། །གཟུང་དང་འཇིན་པ་  
ཉིད་དཀའ་སྟེ། །སྐྱབ་པའང་ཤིན་ཏུ་ཉིད་པར་དཀའ། །སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི་  
འགྱུང་བ་བདེ། །ཆོས་བསྟན་པ་ཡང་བདེ་བ་ཡིན། །དགོ་འདུན་མཐུན་པ་བདེ་  
བ་སྟེ། །མཐུན་པ་རྣམས་ཀྱི་དཀའ་ཐུབ་བདེ། །འཕགས་པ་རྣམས་ནི་མཐོང་  
བ་བདེ། །དམ་པ་དག་དང་འགྲོགས་པ་བདེ། །བྱིས་པ་རྣམས་ནི་མ་མཐོང་  
ན། །རྟག་ཏུ་བདེ་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །ཚུལ་ཁྲིམས་ལྡན་པ་མཐོང་བ་བདེ། །མང་  
དུ་ཐོས་པ་མཐོང་བ་བདེ། །ཡང་སྤྲོད་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ཡི། །དབྱ་བཙུང་པ་  
དག་མཐོང་བ་བདེ། །འཇུག་དོགས་བདེ་བའི་ཚུ་སྐྱང་བདེ། །ཆོས་ལ་གོམས་  
པའི་སྐྱེ་བོ་བདེ། །ཤེས་རབ་ཐོབ་པར་གྱུར་པ་བདེ། །པའོང་རྒྱལ་ཟད་པ་  
བདེ། །དེས་པར་བྱས་ཤིང་དབང་པོ་ཐུལ་བ་དག །དགོན་པ་ནི་བ་རྣམས་སུ་  
གས་གྱུར་དང་། །མང་དུ་ཐོས་པ་ནགས་ཀྱི་ནང་དག་ཏུ། །ལང་ཆོ་ཡོལ་བ་  
རྣམས་ཀྱིས་གནས་པ་བདེ། །

ཆེ་དང་ལྡན་པ་དག་དུས་ཆིགས་ལ་དགུན་དགུན་སྤང་དེ་བྱིད་སོ་ག་  
དབྱར་སྟོན་དང་དུག་ཏུ་ཡོད་པ་ལས་སང་གི་སྐྱ་རིང་ཤར་བ་ན། །འདས་པ་  
དང་ལྟག་མ་ཇི་ཙམ་པ་དེ་ཙམ་སོ། །ཆེ་དང་ལྡན་པ་དག་ཀྱང་དང་འཆི་བ་  
མངོན་པར་འོང་ཞིང་སྟོན་པའི་བསྟན་པ་ཡང་འཇིག་པ་འགྱུར་བས། །ཆེ་དང་

ལྷན་པ་དག་གིས། བག་ཡོད་པས་རྣམ་འབྱོར་དུ་བྱའོ།། དེ་བཞིན་གཤེགས་  
པ་དག་བཙུང་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་  
དང་། གཞན་ཡང་གང་དག་དེ་ལྟ་བུ་དང་མཐུན་པ་དག་བའི་ཆོས་བྱང་ཆུབ་  
ཀྱི་སྤྱོད་པ་དང་མཐུན་པ་རྣམས་ཀྱང་བག་ཡོད་པས་འཐོབ་པོ། །བཙུང་ལྷན་  
འདས་ཀྱི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་དག་འདུན་ནི་དོན་ཅུང་བ་བྱ་བ་ཅུང་བ་ཡིན་ན། དག་  
འདུན་ཀྱི་ཐོག་མར་བྱ་བ་ཅི་ཡོད། ཆེ་དང་ལྷན་པ་དག་མ་ལྷགས་པ་རྣམས་  
ལ་འདུན་པ་དང་ཡོངས་སུ་དག་པ་ངེས་ཤིག །ངེས་ནས་ཀྱང་བརྗོད་པར་  
བྱའོ། །མཆོམས་ཀྱི་ནང་ན་དག་སྦྱང་ན་བ་དང་། དབང་མེད་པ་དང་། སྤྱོད་དང་  
ཆངས་པར་སྦྱོད་པའི་བར་ཆད་ཀྱི་རྒྱུན་གྱིས་ལས་ཀྱི་གནས་སུ་བདུ་བར་མི་  
རུས་པ་ཡོད་ན་གསོ་སྦྱོང་གི་ཆེ་འདུན་པ་དང་ཡོངས་དག་འབྱུང་བའི་ཕྱག་  
ལེན་འདུག་པ་ལྟར། ཆོགས་ནས་དག་སྦྱང་ཞིག་སོང་སྟེ་མ་ལྷགས་པ་ལས་  
འདུན་པ་དང་ཡོངས་དག་ལེན་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་འདུན་པ་ལེན་པ་པོ་དེས་  
འདུན་པ་འབྱུང་བ་པོར། དེད་དག་འདུན་གསོ་སྦྱོང་མཛད་ན། ཆེ་དང་ལྷན་པ་  
བར་ཆད་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་ཡོངས་སུ་དག་གམ། འདུན་པ་འབྱུང་ལམ། ཞེས་ངེ་  
བར་བྱ་ཞིང་། འདུན་པ་འབྱུང་བ་པོས། གསོ་སྦྱོང་དང་ཡོངས་དག་ཅིག་ཅར་  
འབྱུང་བ་ནི། ལེན་པ་པོ་རང་ལས་བསྐྱབ་པ་གཞིན་ན་ཕྱག་འཆོལ་མི་དགོས་  
ཤིང་། གན་ན་ཕྱག་གསུམ་བཙུང་ནས་སྒྲ་གོས་སྤྱག་པ་གཅིག་ཏུ་བྱས་ཤིང་  
ཅོག་བྱར་འདུག་སྟེ།

༥ བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆའི་གསལ་བྱེད་དམ་པར་གྱུར་པ་གནས་བརྟན་  
འདུལ་བ་འཛིན་པ་འདུན་པ་འབྲུལ་བའི་ཆོ་ག་ལ་ཐུགས་གཏང་པར་ཞུ། ༥  
ཆོས་བཞིན་འདུལ་བ་བཞིན་མཛད་པར་ཞུ།

༥ གནས་བརྟན་དགོངས་སུ་གསོལ། དེང་དགེ་འདུན་གྱི་གསོ་སྦྱོང་  
བཙུ་བཞི་པ་འམ་བཙུ་བ་ལྷ་པ་ལགས་ལ་བདག་དགེ་སྦྱོང་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་  
བའི་ཡང་གསོ་སྦྱོང་བཙུ་བ་ལགས་ཏེ། བདག་དགེ་སྦྱོང་མིང་འདི་ཞེས་བའི་  
བར་ཆད་གྱི་ཆོས་རྣམས་ཡོངས་སུ་དག་གོ། ཞེས་བདག་མཆིའོ། །དགེ་འདུན་  
ཆོས་བཞིན་དུ་མཛད་པ་ལ་འདུན་པ་འབྲུལ་ལོ། །བདག་གི་གསོ་སྦྱོང་ཡང་  
ཡོངས་སུ་དག་གོ། འདུན་པ་དང་ཡོངས་སུ་དག་པ་ཡང་བཟོད་དོ། །བཟོད་པ་  
ཡང་རིག་པར་བགྱིད་དོ། ཞེས་ལན་གསུམ། ཐབས་ལེགས་གཏང་རག་སོགས་བྱ།

དེ་ནས་ལན་པ་པོ་ཆོགས་སུ་འབྱོར་པ་དང་འབྱེད་སྟེ་འདུད་པ་དང་བཅས། དགེ་འདུན་  
བཙུན་པ་རྣམས་དགོངས་སུ་གསོལ། དེང་དགེ་འདུན་གྱི་གསོ་སྦྱོང་བཙུ་  
བ་ལགས་ལ། གནས་འདི་ན་དགེ་སྦྱོང་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བའི་ཡང་གསོ་  
སྦྱོང་བཙུ་བ་ལགས་ཏེ། དགེ་སྦྱོང་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བའི་བར་ཆད་གྱི་  
ཆོས་རྣམས་ཡོངས་སུ་དག་གོ། ཞེས་དེས་ཁོ་ན་ཉིད་མཆིའོ། །དགེ་འདུན་  
ཆོས་བཞིན་དུ་མཛད་པ་ལ་འདུན་པ་འབྲུལ་ལོ། །དེའི་གསོ་སྦྱོང་ཡང་ཡོངས་  
སུ་དག་གོ། །འདུན་པ་དང་ཡོངས་སུ་དག་པ་ཡང་བཟོད་དོ། །བཟོད་པ་ཡང་  
རིག་པར་བགྱིད་དོ། ཞེས་ལན་གཅིག ། ཐུག་གསུམ་འཆལ་ལོ་འདུག །མདོ་འདོན་པ་པོས་  
གོང་གི་འཕྲོས།

༩ ལྟ་མཁྱེད་ལ་ནི། སོ་མོ་བཅུ་ཡིས་ཐལ་སྒྱུར་ཏེ། སོ་མོར་  
 ཐར་བ་གཏོན་པར་བྱ། འདུལ་བའི་དོན་དུ་ང་ལས་ཉན། ཐོས་ནས་བྱང་  
 སྤོང་ཆེན་པོ་ཡིས། རི་སྐད་གསུངས་བཞིན་བསྐྱབ་བྱ་ཞིང་། ཁ་ན་མ་ཐོ་ཐ་  
 རྣམས་ལ། བརྟན་ཅིང་བྱེད་པ་ཉིད་དུ་གྱིས། ཏྲག་ཏུ་འབད་པས་བདའ་བ་  
 ཡི། སེམས་ཏྲ་ཁ་བསྐྱེད་དཀའ་བ་ལ། མཐུན་པའི་གཟེར་རྣོན་བཏབ་པ་  
 ཡི། སྤྲལ་ནི་སོ་མོར་ཐར་འདི་ཡིན། ཆེ་བ་གང་དག་ངག་ཅམ་གྱིས། སྤྲོག་  
 ཅིང་མཆམས་ལས་མི་འདའ་བ། དེ་དག་མི་ཏྲ་བཟང་པོ་སྟེ། ཉོན་མོངས་  
 གཡུལ་ལས་ངེས་ཀྱིས་འབྱུང་། སྤུལ་སྤྲལ་འདི་མེད་པ་དང་། རྣམ་དུ་འང་  
 འདོད་པར་མི་འབྱུང་བ། དེ་དག་ཉོན་མོངས་གཡུལ་གྱིས་དབྱུགས། འཛོག་  
 བལ་རྣམ་པར་འབྱུང་པར་འབྱུང་། དག་འདུན་བཅུན་པ་རྣམས་གསན་དུ་  
 གསོལ། དེང་དག་འདུན་གྱི་གསོ་སྦྱོང་བཅུ་བཞི་བའམ་བཅོ་ལྔ་བ་ལགས་ཏེ།  
 གལ་ཏེ་དག་འདུན་གྱིས་དུས་ལ་བབ་ཅིང་བཟོད་ན། དག་འདུན་གྱིས་གནང་  
 བར་མཛོད་ཅིག་དང་། དེང་དག་འདུན་གྱི་གསོ་སྦྱོང་མཛོད་དེ་སོ་མོར་ཐར་  
 པའི་མདོ་འདོན་པ་གཏོན་ནོ། འདི་ནི་གསོལ་བའོ། །

བཟུལ་གྱི་གསོ་སྦྱོང་སོགས་གསུམ་ལ་ནི། གསོ་སྦྱོང་བཅུ་བཞི་བའམ་བཅོ་ལྔ་བ་སྟེ། ཞེས་  
 པ་བཟུལ་གྱི་གསོ་སྦྱོང་སྟེ་ཞེའམ། བསྐྱམ་པའི་གསོ་སྦྱོང་སྟེ། ཞེས་འདོན་པ་བཞེ་བ་མ་གཏོགས་སྤྲ་  
 མ་དང་འདྲ་ལ། འདི་གསུམ་ལ་དུས་བཟོད་ཚུལ་དང་གསོལ་བའི་ལས་གཉིས་ཀྱི་བྱེད་པར་མ་གཏོགས་  
 པ་སྦྱོར་དངོས་རྗེས་གསུམ་གྱི་ཆོ་ག་ཐམས་ཅད་གསོ་སྦྱོང་བཅུ་བཞི་བ་ལ་སོགས་པ་དང་འདྲ་ལོ། །

ཆེ་དང་ལྡན་པ་དག་བདག་ཅག་གསོ་སྦྱོང་བྱ་སྟེ་སོ་མོར་ཐར་པའི་



མདོ་འདོན་པ་གདོན་གྱིས། བྱེད་ཅག་སྤྱལ་ལྟུང་བ་ཡོད་པ་དེ་མཐོལ་ཞིག་  
 ལྟུང་བ་མེད་ན་ཅང་མ་སྤྲོ་ཞིག། ཁྱེད་མི་སྤྲོ་ན་བདག་གིས་ཆེ་དང་ལྡན་པ་དག་  
 ཡོངས་སྤྱད་ག་པར་རིག་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་སོ་སོར་ངེས་ནས་དགོ་སྤྱོད་  
 གིས་ལན་བཏབ་པ་དེ་བཞིན་དུ་དགོ་སྤྱོད་གི་འཁོར་འདི་ལྟ་བུར་ཡང་ལན་  
 གསུམ་གྱི་བར་དུ་བསྐྱག་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །ཡང་དགོ་སྤྱོད་གང་དགོ་སྤྱོད་  
 གི་འཁོར་འདི་ལྟ་བུར་ལན་གསུམ་གྱི་བར་དུ་བསྐྱགས་པ་ན། ལྟུང་བ་ཡོད་པ་  
 གྲན་བཞིན་དུ་མི་མཐོལ་ན་དེ་ཤེས་བཞིན་དུ་བརྟུན་དུ་སྤྲོ་བ་ཡིན་ནོ། །ཆེ་དང་  
 ལྡན་པ་དག་ཤེས་བཞིན་དུ་བརྟུན་དུ་སྤྲོ་བ་ནི་བཙུམ་ལྡན་འདས་གྱིས་བར་  
 དུ་གཙུག་པའི་ཆོས་སྤྱད་གསུངས་སོ། །དེ་བས་ན་དགོ་སྤྱོད་ལྟུང་བ་བྱུང་བ་  
 རྣམ་པར་དག་པར་འདོད་པས་ལྟུང་བ་ཡོད་པ་གྲན་ཅིང་མཐོང་བ་མཐོལ་བར་  
 བྱའོ། །མཐོལ་ན་བདེ་བ་ལ་རིག་པར་གནས་པར་འགྱུར་གྱི། མ་མཐོལ་མ་  
 བཞགས་ན་ནི་མི་འགྱུར་རོ། །ཆེ་དང་ལྡན་པ་དག་ །བདག་གིས་སོ་སོར་ཐར་  
 པའི་མདོ་གདོན་པའི་སྤྱོད་གཞི་བཏོན་ཟེན་ཏོ། །དེ་ལ་བདག་གིས་ཆེ་དང་ལྡན་  
 པ་དག་ལ་ཅི་འདི་ལ་བྱེད་ཡོངས་སྤྱད་གསུངས་ཞེས་འདྲིའོ། ཅི་འདི་ལ་བྱེད་  
 ཡོངས་སྤྱད་གསུངས་ཞེས་ལན་གཉིས་ལན་གསུམ་དུ་འདྲིའོ། །འདི་ལ་ཆེ་དང་  
 ལྡན་པ་དག་ཡོངས་སྤྱད་གསུངས་ན་འདི་ལྟར་ཅང་མི་སྤྲོ་བས་དེ་དེ་བཞིན་དུ་འདྲིན་  
 ཏོ། །སྤྲད་མ་ཐམ་པར་འགྱུར་བའི་ཆོས་བཞི་དང་། དགོ་འདུན་ལྟག་པའི་ཆོས་  
 བརྟུ་གསུམ་དང་། མ་ངེས་པའི་ཆོས་གཉིས་དང་། སྤང་པའི་ལྟུང་བྱེད་གྱི་ཆོས་  
 སུམ་ཅུ་དང་། འབའ་ཞིག་པ་དགུ་བརྟུ་དང་། སོ་སོར་བཞགས་པའི་ཆོས་

བཞི་དང་། བསྐྱེད་པར་བྱ་བའི་ཆོས་མང་པོ་དང་། རྩོད་པ་ཞི་བར་བྱ་བའི་ཆོས་  
བདུན་པོ་རྣམས་ནི་ལྷ་བ་ཕྱེད་ཕྱེད་ཅིང་སོ་སོར་ཐར་པའི་མདོ་འདོན་པ་ལས་  
འབྱུང་བས་སྒྲུབ་གསལ་པོ་ལས། སྤྱི་མཁའ་ལྷན་པར་འབྱུང་རྒྱུ་རྒྱུ་། །ཞེས་བརྗོད་  
ཅིང་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མགྲིན་གཅིག་ཏུ།

༥ སོ་སོར་ཐར་པ་སྟོན་པ་ཡི། །ཉན་པ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ཐོས་པ་ཡི།  
བསོད་ནམས་གྲུབ་པ་གང་ཡོད་པ། །དེས་ནི་འཛིན་ཏེན་མ་ལུས་པ། །ཐུབ་  
དབང་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་ཤོག། བཅུ་མ་པར་བྱ་ཞིང་དབྱུང་བར་བྱ། །སངས་  
རྒྱུ་བསྟན་ལ་འཇུག་པར་བྱ། །འདམ་བུའི་བྱིས་ལ་སྤང་ཆེན་བཞིན། །འཆི་  
བདག་སྤེའི་གཞོན་པར་བྱ། །གང་ཞིག་རབ་ཏུ་བག་ཡོད་པས། །ཆོས་འདུལ་  
འདི་ལ་སྦྱོར་འབྱུང་བ། །སྦྱོར་བའི་འཁོར་བ་རབ་སྤངས་ནས། །སྦྱུག་བསྐྱེད་ཐ་  
མར་བྱེད་པར་འབྱུང་། །སྦྱུ་རྒྱལ་དགའ་བོ་ཉི་དགའ་པོ། །བསྟན་ལ་དད་པའི་སྣ་  
རྣམས་དང་། །རྒྱལ་པོ་སྦྱོར་བདག་ཉིད་དང་ནི། །སེམས་ཅན་ཐོངས་པ་གཞན་  
དག་ཀྱང་། །ཆེ་རིང་ནད་མེད་ཕུན་སུམ་ཆོག་པས། །གཏན་དུ་བདེ་བ་ཐོབ་པར་  
ཤོག། །གཞན་ཡང་བསྐྱེད་པ་དང་སྦྱོར་ལམ་གྱི་ཆོག་པས་སུ་བཅད་བཅི་རིགས་པས་མཐའ་བརྒྱན་པར་  
བྱའོ།

## དབྱར་གནས།

༩ དབྱར་ཁས་ལེན་གྱི་སྒྲོར་བའི་ཚོ་ག་ལ། སོ་བར་གྱི་མདོའི་རྗེས་སྟུ། དགོ་ཚུལ་རྣམས་ལས་  
 མི་ཐོས་སར་སོང་རྗེས། གནས་བརྟན་གྱིས་དགོ་སྒྲོང་འོས་པ་ཞིག་ལ། མང་དུ་ཐོས་པ་འདུལ་བ་  
 འཛིན་པ་དགོ་སྒྲོང་མིང་འདི་ཞེས་བྱ་བ་ཁྱོད་དགོ་འདུན་ལ་དབྱར་གྱི་གནས་  
 མལ་སྟོབ་པར་སྒྲོའམ། ཞེས་ཅིས་ལ། དེས་ཀྱང་། སྒྲོ་ལགས། གནས་བརྟན་གྱིས། དགོ་  
 བདུན་རྣམས་སྒྲོད་ལམ་བསྐྱུན་ནས་གནས་མལ་སྟོབ་པ་བསྐྱོ་བའི་གསོལ་བ་  
 དང་གཉིས་གྱི་ལས་ལས་ཐོག་མར་གསོལ་བའི་ལས་ལ་ཐུགས་གཏང་བར་  
 བྱ། ཞེས་བརྗོད་ལ། དགོ་འདུན་བཙུན་པ་རྣམས་གསལ་དུ་གསོལ། དགོ་སྒྲོང་  
 མིང་འདི་ཞེས་བྱ་བ་འདི་དགོ་འདུན་ལ་དབྱར་གྱི་གནས་མལ་སྟོབ་པར་  
 སྒྲོ་ན། གལ་ཏེ་དགོ་འདུན་གྱིས་དུས་ལ་བབ་ཅིང་བཟོད་ན། དགོ་འདུན་གྱིས་  
 གནང་བར་མཛོད་ཅིག་དང་། དགོ་འདུན་གྱིས། དགོ་སྒྲོང་མིང་འདི་ཞེས་བྱ་བ་  
 བ་གནས་མལ་སྟོབ་པར་བསྐྱོས་ཏེ། གནས་མལ་སྟོབ་པ་དགོ་སྒྲོང་མིང་འདི་  
 ཞེས་བྱ་བ་དགོ་འདུན་ལ་དབྱར་གྱི་གནས་མལ་སྟོབ་པོ། །འདི་ནི་གསོལ་  
 བའོ། །བརྗོད་པ་མཐུག་སྟུང་དང་བཅས་པ་ལ་ཐུགས་གཏང་བར་བྱ། ཞེས་བྱས་  
 ལ། དགོ་འདུན་བཙུན་པ་རྣམས་གསལ་དུ་གསོལ། དགོ་སྒྲོང་མིང་འདི་ཞེས་  
 བྱ་བ་འདི་དགོ་འདུན་ལ་དབྱར་གྱི་གནས་མལ་སྟོབ་པར་སྒྲོ་སྟེ། དེའི་སྒྲོད་  
 དུ་དགོ་འདུན་གྱིས་དགོ་སྒྲོང་མིང་འདི་ཞེས་བྱ་བ་གནས་མལ་སྟོབ་པར་  
 བསྐྱོ་ན། ཚེ་དང་ལྡན་པ་གང་དག་མིང་འདི་ཞེས་བྱ་བ་གནས་མལ་སྟོབ་

པར་བསྐྱོད་པར་བཅོད་པ་དེ་དག་ནི་ཅང་མ་གསུང་ཞིག། །གང་དག་མི་བཅོད་  
བཅོད་དག་ནི་གསུངས་ཞིག། །དག་འདུན་གྱིས་བཅོད་ཅིང་གནང་ནས། དག་  
འདུན་གྱིས། དག་སྒྲིང་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བ་གནས་མལ་སྟོབ་པར་བསྐྱོས་  
ལགས་ཏེ། འདི་ལྟར་ཅང་མི་གསུང་བས་དེ་དེ་བཞིན་དུ་འཛིན་ཏེ། །དབྱར་བདག་  
པ་གཉིས་སམ་གསུམ་ཡོད་ནའང་བསྐྱོད་ལས་མཉམ་པོར་བྱའོ། །སྒྲུང་ཡང་གནས་བཏུན་གྱིས།

༥ ཚུལ་ཤིང་སྒྲུང་བ་དང་། །ཁས་སྒྲུང་བའི་ཕྱིར་དག་འདུན་ཐུགས་བསྐྱུན་  
པ་གསོལ་བའི་ལས་ལ་ཐུགས་གཏད་པར་ཞུ། དག་འདུན་བཏུན་པ་རྣམས་  
གསན་དུ་གསོལ། དེང་དག་འདུན་གྱི་དབྱར་ཉི་ལྟར་བར་བསྐྱུབ་པ་དབྱར་སྒྲིང་  
པོའི་ཆེས་བཅོམ་ལྟ་ལགས་ན། །གལ་ཏེ་དག་འདུན་གྱིས་དུས་ལ་བབ་ཅིང་  
བཅོད་ན་དག་འདུན་གྱིས་གནང་བར་མཛོད་ཅིག་དང་། དག་འདུན་གྱིས་དེང་  
ཚུལ་ཤིང་བཞེས་ཏེ། སང་ནང་པར་གནས་པར་ཁས་སྒྲུང་དོ། །འདི་ནི་གསོལ་  
བའོ། །

དག་ཚུལ་རྣམས་ནང་དུ་བོས། དེ་ནས་དབྱར་བདག་བ་འགྲེངས་ཏེ། དག་འདུན་བཏུན་  
པ་རྣམས་གསན་དུ་གསོལ། འདི་ལྟར་བཀྲ་ཤིས་ཀྱི་གཙུག་ཁག་ཁང་ཆེ་གོ་  
མོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ན་ཁྱིམ་ས་སུ་བྱ་བ་ཚུ་འགོར་ཟག་པ་མི་འདོར་བ་འདི་དང་།  
མཁོ་ཞིང་སྐྱུད་པར་བྱ་བའི་དངོས་པོ་སྐྱུར་དུ་བསྐྱུལ་བར་བྱ་བ་འདི་དང་།  
དག་བའི་རྩ་བ་ལ་བཅོམ་པར་བྱ་བ་འདི་དང་། ཉེ་འཁོར་གཙང་བར་བྱ་བ་འདི་  
དང་། ཞིང་རྒྱུད་བར་མི་བཅད་པ་འདི་དང་། སེར་བ་བྱུང་ན་བསྐྱོག་པར་བྱ་བ་  
ལ་སོགས་པ་ཡོད་དེ། བྱེད་ཅག་ལས་གང་ཁྱིམ་ས་སུ་བྱ་བ་ཚུ་འགོར་ཟག་པ་

མི་འདོར་བ་ལ་སོགས་པ་ནས། སེར་བ་བྱུང་ན་བཟོག་པར་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
པ་འདིས་གནས་འདིར་གནས་པར་སྟོབ་དེས་ནི་ཚུལ་ཤིང་ཡོངས་ཤིག །ཁྱེད་  
ཅག་ལས་སྤྱི་ཡུལ་དབྱར་དགོ་འདུན་གྱི་ནང་དུ་འཁྲུག་ཡོང་བསྐྱེད་པར་མི་  
བྱའོ། །ཁྱེད་ཅག་ལས་གང་གིས་བགའ་ཞིག་ལ་ཅུང་ཟད་ཤེས་པ་དེས་དེ་སྟོས་  
ཤིག །ཁྱེད་ཅག་ལས་གང་དབྱར་གྱི་ནང་དུ་དགོ་འདུན་ལ་འཁྲུག་ཡོང་བསྐྱེད་  
པར་འགྱུར་བ་དེ་ལ་དགོ་འདུན་གྱིས་སྤྱིས་ཉེ་བར་བརྟག་པར་དགོངས་སོ། །

དེ་ནས་ཚུལ་ཤིང་འབྲིམ་པ་པོས་དང་པོར་སྟོན་པའི་ཚུལ་ཤིང་གཅིག་སྤངས་ནས། གནས་  
བརྟན་ནས་གྲལ་གྱི་མཐའི་བར་དུ་ཚུལ་ཤིང་རིམ་པ་ལྟར་འབྲིམ་ཞིང་། ལེན་པ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་སྟོན་ལས་  
སྤྱེད་འཕགས་ཏེ་དལ་བྱས་རང་རང་གི་སྒྲལ་བ་སྤང་དོ། །དེ་ནས་དགོ་སྟོང་རྣམས་ལ་བྲིམས་ཐེན་པ་དང་།  
དགོ་ཚུལ་རྣམས་ཀྱི་ཚུལ་ཤིང་ཡང་མགོ་ནས་བསྐྱུས་ཏེ་བྲིམ་ཞིང་རང་རང་གི་མཁན་སྟོབ་སོགས་ཀྱིས་  
སྤར་སྤར་སྒྲ་བཞིང་བསྟུ། མཐུག་ཏུ་གནས་བརྟན་གྱིས་གཞི་བདག་གཉུག་མར་གནས་པའི་ཚུལ་ཤིང་  
གཅིག་ཡུང་སྤང་དོ། །དེ་ནས་འབྲིམ་པ་པོས་སྤར་བཞིན་འགྲོང་སྟེ་ཐལ་མོ་སྤར་ནས།

དགོ་འདུན་བཙུན་པ་རྣམས་གསན་དུ་གསོལ། འདི་ལྟར་བཟུང་ཤིས་  
གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་ཆེ་གོ་མོ་ཞེས་བྱ་བ་འདིར་དབྱར་གནས་པར་ཞལ་གྱིས་  
བཞེས་པའི་དགོ་སྟོང་འདི་སྟེད་གྱིས་ཚུལ་ཤིང་བཞེས་སོ། །དགོ་ཚུལ་ཡང་  
འདི་སྟེད་གྱིས་ཚུལ་ཤིང་བཞེས་སོ། །ཞེས་བརྗོད་པའི་འོག་ཏུ་གྲལ་ན་གནས་  
པ་ཐམས་ཅད་གྱིས་ལེགས་པར་བཞེས་སོ། །ཤིན་ཏུ་བཞེས་སོ། །ཞེས་བྱའོ། །

༥ དེ་ནས་བསྟོས་པས་གནས་བརྟན་དང་པོའི་གནས་ཁང་གི་ལྷེ་མིག་དང་སྟོ་སྒྱགས་བཟུང་  
ནས་དེའི་མདུན་དུ་འདུག་སྟེ། གནས་བརྟན། གཙུག་ལག་ཁང་ཆེ་གོ་མོ་འདི་ནི་དབྱར་



ཚུལ་དང་མ་ཐུན་པར་ཡོངས་སྤྱོད་པའི་བྱིར་བ་ཞེས་ཤིག། །ཅེས་ལྟེ་མིག་དང་སྒོ་  
ལྷགས་གཏད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་དགོ་སྤྱོད་གི་གྲུ་གི་མཐའི་བར་དུ་རང་རང་གི་གནས་ཁང་གི་ལྟེ་མིག་  
དང་སྒོ་ལྷགས་གཏད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ། གནས་བརྟན་གདན་ཆ་འདི་ལ་དབྱར་ཚུལ་དང་  
མ་ཐུན་པར་ཡོངས་སྤྱོད་ཅིག། །ཅེས་རིམ་བཤ་བཞིན་དུ་འགྲེམ། དབྱར་བདག་པས།

༥ དགོ་འདུན་བཙུན་པ་རྣམས་གསུན་དུ་གསོལ། བྱེད་ཅག་ལས་གང་  
གིས་ཀྱང་དགོ་འདུན་གྱི་གནས་མལ་ལ་གདིང་བ་མེད་པར་ལོངས་སྤྱད་པར་  
མི་བྱ། གདིང་བ་རུང་བ་མ་ཡིན་པས་ལོངས་སྤྱད་པར་མི་བྱ། གདིང་མ་ཅན་  
གྱིས་ལོངས་སྤྱད་པར་མི་བྱའོ། །ཞེས་ཀུན་ལ་གོ་བར་བྱའོ། །དགོ་འདུན་བཙུན་པ་  
རྣམས་གསུན་དུ་གསོལ། སང་སྤྱིན་བདག་ཆེ་གོ་མོ་དང་། ཞལ་ཏ་བ་ཆེ་གོ་མོ་  
དང་། སྤྱོད་ཡུལ་གྱི་གྲོང་ཆེ་གོ་མོ་དང་། རྒྱུ་གཡོག་ཆེ་གོ་མོས་གནས་པར་  
ཞལ་གྱིས་བཞེས་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་བརྗོད་བསྐྱོ་བ་དང་སྤྱོད་ལམ་བྱའོ། །

## ༥ ཁས་ལེན་གྱི་ཆོ་ག་དངོས་ནི།

ཆོས་བཙུ་བྱུག་གི་ཐོ་རིངས། དབྱར་བདག་པའི་མདུན་དུ་ཐུག་བྱས་ལ། བསྟན་པ་  
རིན་པོ་ཆེའི་གསལ་བྱེད་དམ་པར་གྱུར་པ་གནས་བརྟན་འདུལ་བ་འཛིན་པ།  
དབྱར་ཁས་ལེན་གྱི་ཆོ་ག་ལ་ཐུགས་གཏད་པར་བྱ། གནས་བརྟན་དགོངས་  
སུ་གསོལ། བདག་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བ་མཆམས་ཀྱི་ནང་དང་བཅས་པའི་  
གནས་འདིར་འདི་ལྟ་སྟེ། གནས་རལ་བ་དང་གྲུམ་པ་བཅས་པའི་སྤྱད་དུ།

སྒྱིན་བདག་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བ་དང་། ཞལ་ཏ་བ་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བ་  
 དང་སྒྱོད་ཡུལ་གྱི་གྲོང་ཆེ་གོ་མོ་ཞེས་བགྱི་བ་དང་། བློ་གཡོག་པ་ཆེ་གོ་མོ་  
 ཞེས་བགྱི་བས་དབྱར་སྤྲ་མ་ལྷ་བ་གསུམ་གནས་པར་ཁས་སྤྲང་དོ། །བདག་  
 དབྱར་འདི་ན་མཆིས་ཤིང་། བདག་གི་དབྱར་གྱི་གནས་ནི་འདི་ལགས་སོ།  
 །ལན་གསུམ། ཐབས་ལེགས་གཏང་རག་སོགས་བྱའོ། །

## ༥ དབྱར་བྱིན་རྒྱབས་གྱི་ཆོ་ག་ནི།

བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེའི་གསལ་བྱེད་xxx་དབྱར་བྱིན་རྒྱབས་ལ་ཐུགས་  
 གཏང་པར་ཞུ། གནས་བསྟན་དགོངས་སུ་གསོལ། བདག་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་  
 བ་མཆོམས་གྱི་ནང་དང་བཅས་པའི་གནས་འདིར་དབྱར་སྤྲ་མ་ལྷ་བ་གསུམ་  
 གནས་པར་ཁས་སྤྲངས་པ་ལས་བདག་ མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བས་ཆོས་ལྡན་  
 གྱི་བགྱི་བ་ཞིག་གི་སྤྲད་དུ། དགྲུང་བདུན་མཆོམས་གྱི་སྤྲད་རོལ་ཏུ་མཆི་བ་  
 དང་། དེ་ཚུན་ཆད་གིས་སྤྲར་མཆི་བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པོ། །བདག་དབྱར་  
 འདི་ན་མཆིས་ཤིང་བདག་གི་དབྱར་གྱི་གནས་ནི་འདི་ལགས་སོ། །

ལན་གསུམ། ཐབས་ལེགས་བྱ། ཞག་གཅིག་ནས་དུག་གི་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པ་  
 ལའང་འདིས་འགྲོ།

# དགའ་དཔེ།

## ༩ དགའ་དཔེ་འཛིན་གཞི།

དགའ་འདུན་ཐམས་ཅད་འདུས་པ་ན་ཕྱག་ཟེང་པོ་གསུམ་བྱས་ལ། ཐམས་ཅད་འགྲེང་སྟེ་འདུད་  
པ་དང་བཅས་པས།

༩ དབྱར་གྱི་ནང་དུ་དགའ་འདུན་གྱི་ཐུགས་དང་འགལ་བ་ཐམས་ཅད་  
བཟོད་པར་མཛད་པར་བྱ། དེ་ནས་གནས་བརྟན་ལས་བྱེད་པ་པོས་ཆོས་བསྐྱུགས་ཀྱི་མདོ་  
གདོན་པ་ཡན་ཆད་གསོ་སྦྱོང་གི་སྐབས་བཞིན་བྱས་པའི་རྗེས་སུ་སྤྱི་བཤགས་བྱས་དགའ་ཚུལ་ནམས་  
བཀར་ཏེ། དབྱར་གནས་པར་ཁས་སྒྲུབ་ཤིང་མཚམས་ནང་ན་གནས་པ་ན་བལ་སོགས་པའི་སྐྱེན་  
ཀྱིས། དགའ་སྦྱོང་གི་དགའ་བདུན་གྱི་དབྱས་སུ་འདུམ་རྒྱས་པས། དགའ་དཔེ་ལ་འདུན་པ་དང་དགའ་  
དཔེ་ཅིག་ཅར་དུ་འབྱུང་བའི་སྐབས་ནི། ཆོ་དང་ལྷན་པ་དགོངས་སུ་གསོལ། དེང་  
དགའ་འདུན་གྱི་དགའ་དཔེ་བཙོ་ལྷ་པ་ལགས་ལ། བདག་དགའ་སྦྱོང་སྟོ་འཆལ་  
བསྐྱུག་བསྐྱུལ་བ་སྟོ་ཆབས་ཆེ་བ་མིང་འདི ཞེས་བགྱི་བའི་ཡང་དགའ་དཔེ་  
བཙོ་ལྷ་པ་ལགས་ཏེ། བདག་དགའ་སྦྱོང་སྟོ་འཆལ་བ་སྐྱུག་བསྐྱུལ་བ་སྟོ་ཆབས་  
ཆེ་བ་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བ་དགའ་འདུན་ཆོས་བཞིན་དུ་མཛད་པ་ལ་འདུན་  
པ་འབྱུང་ལོ། །མཐོང་བ་དང་ཐོས་པ་དང་དོགས་པའི་གནས་གསུམ་གྱིས་  
དགའ་འདུན་ལ་དགའ་དཔེ་བགྱིད་དོ། །འདུན་པ་དང་དགའ་དཔེ་ཡང་བཟོད་  
དོ། །བཟོད་པ་ཡང་རིག་པར་བགྱིད་དོ། །ཞེས་ལན་གསུམ། ཐབས་ལེགས་བྱ།

ལེན་པ་ཐོས་དག་འདུན་ལ། དག་འདུན་བཙུན་པ་རྣམས་དགོངས་སུ་གསོལ།  
 དེང་དག་འདུན་གྱི་དགག་འབྲེ་བཙུན་པ་ལགས་ལ། གནས་ཆེ་གོ་མོ་ཞིག་  
 ན། དག་སྒྲོང་གྲོ་འཆལ་བསྐྱུག་བསྐྱུལ་བ་གྲོ་ཆབས་ཆེ་བ་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་  
 བའི་ཡང་དགག་དབྲེ་བཙུན་པ་ལགས་ཏེ། གནས་ཆེ་གོ་མོ་ཞིག་ན་དག་སྒྲོང་  
 གྲོ་འཆལ་བ་སྐྱུག་བསྐྱུལ་བ་གྲོ་ཆབས་ཆེ་བ་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་པ་དེ་དག་  
 འདུན་ཆོས་བཞིན་དུ་མཛད་པ་ལ་འདུན་པ་འབྲུལ་ལོ། །མཐོང་བ་དང་ཐོས་  
 པ་དང་དོགས་པའི་གནས་གསུམ་གྱིས། དག་འདུན་ལ་དགག་དབྲེ་བགྱིད་  
 རོ། །འདུན་པ་དང་དགག་དབྲེ་ཡང་བཟོད་དོ། །བཟོད་པ་ཡང་རིག་པར་བགྱིད་  
 རོ། །ཞེས་ལན་གཅིག་། དེ་ནས་ལྷུང་ལྷུན་གྱིན་ཆབས་དང་གནས་གྱི་སྒྲོ་མ་ལྷུན་བྱའོ། །

## ༥ དངོས་གཞིའི་ཆོག་ནི།

ལས་བྱེད་པ་ཐོས། དག་སྒྲོང་མིང་འདི་ཞེས་བྱ་བ་བྱོད་དབྱར་གནས་པའི་  
 དག་འདུན་ལ་དགག་དབྲེ་བྱེད་པར་སྒྲོ་འཇམ། ཞེས་ཅི་ཞིང་དེས་ཀྱང་སྒྲོ་ལགས། ཞེས་  
 ལན་བཏབ་པའི་རྗེས་སུ།

༥ དག་འདུན་རྣམས་སྒྲོད་ལམ་བསྐྱུན་ནས་དགག་དབྲེ་བྱེད་པ་བསྒྲོ་  
 བའི་ལས་ལ་ཐུགས་གཏད་པར་བྱ། ཞེས་བྱས་ལ། དག་འདུན་བཙུན་པ་རྣམས་  
 གསན་དུ་གསོལ། དག་སྒྲོང་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བ་འདི་དབྱར་གནས་པའི་  
 དག་འདུན་ལ་དགག་དབྲེ་བགྱིད་པར་སྒྲོ་ན། གལ་ཏེ་དག་འདུན་གྱིས་དུས་ལ་

བཅའ་ཅིང་བཅའ་ཅིང་ན་དག་འདུན་གྱིས་གནང་བར་མཛོད་ཅིག་དང་། དག་འདུན་གྱིས་དག་སྒྲིང་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བ་འདི་དག་དག་དག་བྱེ་བྱེད་པར་བསྐྱོས་ཏེ། དག་སྒྲིང་དག་དག་དག་བྱེད་པ་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བ་འདི་དག་གནས་པའི་དག་འདུན་ལ་དག་དག་དག་བྱེ་བྱེད་པར་འགྱུར་རོ། །

འདི་ནི་གསེས་པའོ། །བཅོད་པ་མཛུགས་སྤྱད་དང་བཅས་པ་ལ་ཐུགས་གཏད་པར་ཞུ། ཐུས་ལ། དག་འདུན་བཅུན་པ་རྣམས་གསུང་དུ་གསེས་ལ། དག་སྒྲིང་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་འདི་དག་གནས་པའི་དག་འདུན་ལ་དག་དག་དག་བྱེད་པར་སྐྱོས་ཏེ། དེའི་སྤྱད་དུ་དག་འདུན་གྱིས་དག་སྒྲིང་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བ་དག་དག་དག་བྱེད་པར་བསྐྱོས་ལ། དག་སྒྲིང་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བ་དག་དག་དག་བྱེད་པར་བསྐྱོས་པར་ཆེ་དང་ལྷན་པ་གང་དག་བཅོད་པ་དེ་དག་ནི་ཅང་མ་གསུང་ཞིག་། གང་དག་མི་བཅོད་པ་དེ་དག་ནི་གསུངས་ཞིག་། དག་འདུན་གྱིས་བཅོད་ཅིང་གནང་ནས་དག་འདུན་གྱིས་དག་སྒྲིང་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བ་དག་དག་དག་བྱེད་པར་བསྐྱོས་ལགས་ཏེ། འདི་ལྟར་ཅང་མི་གསུང་བས་དེ་དེ་བཞིན་དུ་འཛིན་ཏོ། །

༥ དག་དག་དག་བྱེ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་གསེས་པའི་ལས་ལ་ཐུགས་གཏད་པར་ཞུ། ཞེས་ཐུས་ལ། དག་འདུན་བཅུན་པ་རྣམས་གསུང་དུ་གསེས་ལ། དེང་དག་འདུན་གྱི་དག་དག་དག་བཅོ་ལྷ་པ་ལགས་ཏེ། གལ་ཏེ་དག་འདུན་གྱིས་དུས་ལ་བཅའ་ཅིང་བཅོད་ན་དག་འདུན་གྱིས་གནང་བར་མཛོད་ཅིག་དང་། དེང་དག་འདུན་གྱི་དག་དག་དག་མཛོད་དོ། །འདི་ནི་གསེས་པའོ། །



དེ་ནས་རྩ་དྲུག་བ་རིམ་བཞིན་བཀའ་༥ དབྱར་བདག་པའི་མདུན་དུ་ཐུག་བྱས་ལ། བསྟན་  
 པ་རིན་པོ་ཆེ་དེ་མཇུག་དགག་དབྱེ་ལ་ཐུགས་གཏད་པར་བྱ། ཞེས་ཅོག་ཕྱར་འདུག་ལ།  
 ཆེ་དང་ལྡན་པ་དགོངས་སུ་གསོ་ལ། དེང་དགེ་འདུན་གྱི་དགག་དབྱེ་བཙུག་པ་  
 ལགས་ཏེ། བདག་དགེ་སློང་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བའི་ཡང་དགག་དབྱེ་བཙུག་  
 པ་ལགས་ན། བདག་དགེ་སློང་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བ་བདག་ལ་མཐོང་བ་དང་  
 རྩོམ་པ་དང་དོགས་པའི་གནས་གསུམ་གྱིས་དབྱར་གནས་པའི་དགེ་འདུན་  
 ལ་དགག་དབྱེ་བགྱིད་གྱིས། ཆེ་དང་ལྡན་པ་རྣམས་གྱིས་བདག་ལ་གདམས་  
 སུ་གསོ་ལ། ཆེ་དང་ལྡན་པ་རྣམས་གྱིས་བདག་ལ་རྗེས་སུ་བསྟན་དུ་གསོ་ལ།  
 ཆེ་དང་ལྡན་པ་རྣམས་གྱིས་བདག་ལ་རྗེས་སུ་གཟུང་དུ་གསོ་ལ། ཐུགས་བརྩེ་  
 བ་ཅན་ཆེ་དང་ལྡན་པ་རྣམས་གྱིས་ཐུགས་བརྩེ་བའི་སྦྲད་དུ། བདག་ལ་ཐུགས་  
 བརྩེ་བར་མཇུག་དུ་གསོ་ལ། ལྷུང་བ་ཤེས་ཤིང་མཐོང་ན་ཆོས་བཞིན་འདུལ་  
 བ་བཞིན་སྦྲར་བགྱིའོ། ཞེས་ལན་གསུམ་བརྗོད། ཐབས་ལེགས་སོགས་བྱ། བད་པ་  
 ངལ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲིན་བྱང་ན་ལན་གཉིས་དང་། དེ་ཅམ་གྱིས་ཀྱང་སྒྲིན་མི་ཞེགས་ན་ལན་གཅིག་  
 བརྗོད་པར་བྱའོ། རྟེན་ས་དགག་དབྱེ་བྱེད་པར་བསྐྱོས་པས་རང་རང་གི་དགག་དབྱེ་ནི། བསྐྱོས་པའི་  
 རྩ་པོ་ཡོད་ན་དེའི་མདུན་དུ་བྱ་ཞིང་། མེད་ན་བྱལ་ན་གནས་པའི་དགེ་སློང་གང་ཡང་རུང་བའི་མདུན་དུ་  
 བྱའོ། རྟེན་ས་རྩེ་རྩེ་རྩེ་པོ་རྣམས་བསྐྱུས་ཏེ་འགྲེངས་ནས་འདུད་པ་དང་བཅས་པས་ཐལ་མོ་སྦྲར་ཏེ།

༥ དགེ་འདུན་བཙུན་པ་རྣམས་གསན་དུ་གསོ་ལ། འདི་ལྟར་གནས་  
 འདི་ན་དབྱར་གནས་པའི་དགེ་སློང་འདི་སྦྱེད་གྱིས་དགག་དབྱེ་མཇུག་ལགས་  
 སོ། ཞེས་གོ་བར་བྱས་པའི་རྗེས་སུ་གལ་ལ་གནས་པ་རྣམས་གྱིས། ལེགས་པར་དགག་དབྱེ་

མཛད་དོ། །ཞིན་ཏུ་དགག་དགེ་མཛད་དོ། །ཞེས་བརྗོད་པར་བྱའོ། །དེའི་ཚིག་  
ཏུ་བསྐྱོས་པས་རང་གི་རྣམ་ཁབ་ཡན་ཆད་གང་ཡང་རུང་བ་ལག་ཏུ་ཐོགས་ཏེ་གན་རིམ་གྱི་མདུན་དུ་  
འདུག་ལ། །

༥ བཙུན་པ་རྫས་འདི་ལྟ་བུས། དབྱར་གནས་པའི་དགེ་འདུན་ལ་དགག་  
དབྱེ་བགྱིར་རུང་ངམ། ཞེས་བརྗོད་པའི་འོག་ཏུ་གྲལ་ལ་གནས་པ་རྣམས་ཀྱིས། ལེགས་པར་  
རུང་ངོ། །ཞིན་ཏུ་རུང་ངོ། །དེ་ནས་བསྡུ་བ་དང་སྟོན་ལམ་སོགས་བྱའོ། །དེ་དག་ནི་སྤྱིར་བཏང་  
གི་ཆོ་ག་ཡིན་ལ། དམིགས་བསལ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་འཐའ་གྲོལ་ཅན་གྱི་རྒྱུན་ནས། ཆོས་ལྡན་གྱི་བྱ་  
བ་འགའ་ཞིག་གིས། དབྱར་ནང་དུ་འགྲོ་དགོས་ཞིང་། དབྱར་ཁས་སྒངས་ནས་གསོ་སྦྱོང་གཉིས་ཡན་  
ཆད་ཐལ་བར་གྱུར་ན། ཉ་ཞི་གཅིག་དང་བསྟུན་ནས་སྤར་བཞིན་དགག་དབྱེ་བྱས་ཏེ་འགྲོ་བར་བྱའོ། །

༥ ཡུལ་འབྲུག་ལ་སོགས་པའི་དབང་གིས་གནས་པར་མི་རྒྱས་པ་ཉིད་ཡིན་ན། རང་གི་མིག་  
མའི་སྒྲོད་ཡུལ་དུ་གྱུར་བའི་དགེ་སློང་འོས་པ་ལ། ཆོགས་ཀྱི་དགག་དབྱེས་པན་ཚུན་གོ་བར་བྱས་ཏེ་  
འགོ་བར་བྱའོ།

༥ དེའི་ཚེ་ག་ནི། ཆེ་དང་ལྡན་པ་དགོངས་སུ་གསོལ། དེང་དགེ་འདུན་གྱི་  
དག་ག་དབྱེ་ལགས་ཏེ། བདག་དགེ་སྤྱོད་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བའི་ཡང་དག་ག་  
དབྱེ་ལགས་ན། བདག་དགེ་སྤྱོད་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བ་བདག་ལ། མཐོང་བ་  
དང་ཐོས་པ་དང་དོགས་པའི་གནས་གསུམ་གྱིས། དབྱུང་གནས་པའི་དགེ་  
འདུན་ལ་ཆོགས་པའི་དག་ག་དབྱེ་བགྱིད་གྱིས། ཆེ་དང་ལྡན་པ་རྣམས་གྱིས་  
བདག་ལ་གདམས་སུ་གསོལ། ཆེ་དང་ལྡན་པ་རྣམས་གྱིས་བདག་ལ་རྗེས་  
སུ་བསྟན་དུ་གསོལ། ཆེ་དང་ལྡན་པ་རྣམས་གྱིས་བདག་ལ་རྗེས་སུ་གཟུང་

དུ་གསོལ། ཐུགས་བརྩ་བ་ཅན་ཆེ་དང་ལྷན་པ་རྣམས་ཀྱིས། ཐུགས་བརྩ་  
བའི་སྦྲད་དུ། བདག་ལ་ཐུགས་བརྩ་བར་མཛད་དུ་གསོལ། ལྷང་བ་ཤེས་ཤིང་  
མཐོང་ན། ཆོས་བཞིན་འདུལ་བ་བཞིན་སྦྲར་བ་གྱི་ལོ། །

ཞེས་ལན་གསུམ་བརྒྱས། ཐབས་ལེགས་བྱའོ། །འདི་བྱ་བའི་དུས་ནི་གསོ་སྦྱང་གི་དུས་  
དང་བསྟུན་མི་དགོས་སོ། །

## ཆོས་གོས་རྣམ་གསུམ་དངོས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱབས་ནི།

བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་བའི་སྦྱོད་ལམ་དང་ཆོ་ག་ལ་སོགས་པ་ནི་ཡུལ་རྟེན་གཉིས་ཀ་མཆིལ་ལྷམ་  
ཐུད། ཡུལ་ཐུག་བྱ་བའི་འོས་བསྐབ་པ་རྒན་པ་སོགས་ཡིན་ན་ཐུག་གསུམ་བྱས་ལ།

༥ བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེའི་གསལ་བྱེད་དམ་པར་གྱུར་པ་གནས་བརྟན་  
འདུལ་བ་འཇིན་པ་གོས་བྱིན་རྒྱབས་ཀྱི་ཆོ་ག་ལ་ཐུགས་གཏད་པར་བྱ།  
གཉིས་ཀ་འབྲིང་སྟེ། གནས་བརྟན་དགོངས་སུ་གསོལ། བདག་དགོ་སྦྱང་མིང་  
འདི་ཞེས་བབྱི་བའི་ཆོས་གོས་བབྱིས་ལགས་པ། ལྷང་བ་སྦྱད་པར་འོས་པ་  
འདི་ཆོས་གོས་སྣམ་སྦྱར་དུ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པོ། །ཞེས་ལན་གསུམ་བརྗོད། ཐབས་  
ལེགས་བྱ། དེ་བཞིན་དུ་ཆོས་གོས་སྣམ་གོས་སུ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པོ། ། དེ་བཞིན་དུ་ཆོས་གོས།  
མཐང་གོས་སུ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པོ། །

༥ སྣམ་སྦྱར་སོགས་དངོས་མེད་ན་སྣམ་སྦྱར་གྱི་རྒྱར་དམིགས་ཤིང་  
རྒྱ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲོན་ས་ལྷང་བ། ཐུག་གསུམ་བྱས་ལ། བསྟན་པ་རིན་  
པོ་ཆེའི་གསལ་བྱེད་དམ་པར་གྱུར་པ་གནས་བརྟན་འདུལ་བ་འཇིན་པ་xx་

ཐུགས་གཏད་པར་ཞུ། གནས་པ་རྟོན་དགོངས་སུ་གསོལ། བདག་དགེ་  
 སྒོང་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བའི་ཆོས་གོས་སྒྲུབ་སྐྱར་དུ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་  
 བོ། །འཆ་ལ་ན་སྒྲུབ་ཐོན་དགུ་པ་ལ་སོགས་པར་བགྱི་སྟེ་སྟེགས་བྱ་བྱེད་དང་  
 གསུམ་པ་ལ་སོགས་པར་བགྱི་ལོ། །བར་ཆད་མི་འབྱུང་ན་བཀུ་ལོ། །བརྒྱུང་  
 ལོ། །དུལོ། །སྟེབ་ལོ། །བྱུང་གདབ་ལོ། །དུབ་ལོ། །ཁ་བསྐྱར་ལོ། །ཡང་ན་འདི་  
 ལ་སྟེན་ཐབས་སུ་སྒྲུབ་ལོ། །རྟེན་ངེ་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་བགྱི་སྟེ། ཆོས་གོས་འདི་  
 བྱི་རུང་བ་སྐྱད་པར་འོས་པའོ། །ཞེས་ལན་གསུམ་བརྗོད། རྩ་གོས་ལ་སྒྲུབ་ཐོན་བདུན་པ་  
 དང་སྟེགས་བྱ་བྱེད་དང་གསུམ་པ། མཐོང་གོས་ལ་སྒྲུབ་ཐོན་ལྔ་པ་དང་། སྟེགས་བྱ་བྱེད་དང་གཉིས་པ་  
 སོགས་གཞན་གོང་བཞིན་ལ་ཐབས་ལེགས་དང་གཏང་རག་སོགས་བྱུལ། །

## ༥ གོས་རྒྱུ་གསུམ་དབྱུང་ཆོག་ནི།

ཐུག་གསུམ་བྱས་ལ། བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེའི་གསལ་བྱེད་ཐུགས་  
 གཏད་པར་ཞུ། དུལ་རྟེན་གཉིས་ཀ་འབྱེད་། གནས་བརྟོན་དགོངས་སུ་གསོལ།  
 བདག་ མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བའི་ཆོས་གོས་བགྱིས་ལགས་པར་རུང་བ་སྐྱད་  
 པར་འོས་པ་འདི། ཆོས་གོས་སྒྲུབ་སྐྱར་དུ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ལས་དེ་  
 ལྟར་བས་ན་དངོས་པོ་དེ་སྐྱར་དབྱུང་བར་བགྱི་ལོ། །ལན་གསུམ། རྩ་གོས་དང་། མཐར་  
 གོས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་དབྱུང་བར་བྱུལ། །ཐབས་ལེགས་སོགས་བྱ།

ཕུག་གསུམ་བྱས་ལ།

བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆའི་གསལ་བྱེད་མཁའ་བྱེད་རྒྱ་བས་ལ་ཐུགས་གཏད་  
 པར་ཞུ། གནས་བརྟན་དགོངས་སུ་གསོལ། དེང་དགེ་འདུན་གྱི་གསོ་སྦྱང་  
 བཅོམ་ལྷ་པ་ལགས་ན། བདག་དགེ་སྦྱང་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བའི་ཡང་གསོ་  
 སྦྱང་བཅོམ་ལྷ་པ་ལགས་ཏེ། བདག་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བའི་བར་ཆད་གྱི་ཆོས་  
 རྣམས་ཡོངས་སུ་དག་གོ། །ཞེས་བདག་མཆི་ན། བདག་ཡོངས་སུ་དག་པར་  
 གནས་བརྟན་གྱིས་བཟུང་དུ་གསོལ། བདག་དགེ་སྦྱང་མིང་འདི་ཞེས་བྱ་བས་  
 ཚུལ་ཁྲིམས་གྱི་སྤང་པོ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དེང་གསོ་སྦྱང་  
 གྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པོ། །གང་གི་ཆེ་དགེ་འདུན་ཆོགས་པ་རྟེན་པ་དེའི་ཆེ་དགེ་  
 འདུན་དང་ལྟན་ཅིག་གསོ་སྦྱང་རྒྱ་ཆེར་ཉམས་སུ་སྦྱང་བར་བྱ་ཞིང་། སོ་སོར་  
 ཐར་པའི་མདོ་འདོན་པ་ཡང་གདོན་པར་བྱའོ། །ལན་གསུམ། ཐབས་ལེགས་བྱ།  
 རང་གཅིག་བྱ་ལས་མེད་ན། ཉེན་གྱི་བྱང་དུ་ཐུག་གསུམ་བཅོལ་ཏེ། ལྷ་དགོངས་སུ་གསོལ། དེང་དགེ་  
 འདུན་གྱི་ཞེས་སོགས་བྱེད་རྒྱ་བས་དང་འབྲ། དེ་ནས་རྒྱེན་དབང་གི་གོས་བྱེད་རྒྱ་བས་བྱ་ཚུལ་ནི། ཆོས་  
 གོས་རྣམ་གསུམ་ལུས་ནས་གནས་གཞན་དུ་ཞག་ཏུ་དབང་མེད་སྤྱོད་དགོས་བྱུང་ཆོ། དང་པོ་སྤར་གྱི་  
 ཆོས་གོས་རྣམ་པ་གསུམ་པོ་གོང་བཞིན་དབྱང་ལ། གོས་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་ལ་བྱེད་རྒྱ་བས་བྱ་ཚུལ་  
 ནི། ཐུག་གསུམ་བྱས་ལ། གནས་བརྟན་དགོངས་སུ་གསོལ། བདག་དགེ་སྦྱང་མིང་



འདི ཞེས་བགྱི་བས་ཆོས་གོས་སྒྲུང་དུ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པོ། །དེ་བཞིན་དུ་  
 ཆོས་གོས་སྒྲུང་གོས། ཆོས་གོས་མཐང་གོས་སོགས་འགྲོའོ། །དེ་ལྟར་བྱིན་དབང་གི་བྱིན་རྒྱལ་ས་བྱས་  
 བས་སང་ཉིན་སྒྲུང་སོགས་དང་འབྲུད་པའི་ཆེ་བྱིན་དབང་གི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ས་བ་ད་དཔྱད་ནས་  
 སྒྲུང་སོགས་གོང་ལྟར་བྱིན་རྒྱལ་ས་བྱའོ། །

དུས་དེ།

༥ དུས་བྲན་ནི་རྟེན་གྱི་བྱང་དུ་ཕྱག་གསུམ་བཅའ་ནས་ཐལ་མོ་ཕྱར་ཅོག་ཅོག་བྱར་འདུག་སྟེ།

༥ ལྷོན་པ་ཐུགས་རྩེ་ཆེན་པོ་དང་ལྷན་པ་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ།  
 དེ་རིང་གི་གནས་སྐབས་སུ། ཆོས་ལྷན་གྱི་བྱ་བ་དང་། གཞན་གྱི་དོན་དུ། སྤྱ་  
 གར་དང་རོལ་མོ་ལ་སོགས་པ་བྱེད་དམ་བྱེད་དུ་གཞུག་པ་དང་། མེ་ལ་རེག་  
 པ་དང་། རེག་ཏུ་གཞུག་པ་དང་། རིན་པོ་ཆེ་ལ་རེག་པ་དང་། རེག་ཏུ་གཞུག་  
 པ་དང་། ས་བོན་བཙུག་པ་དང་། བཙུག་ཏུ་གཞུག་པ་དང་། རྒྱུས་པ་གཙུག་པ་  
 དང་། གཙུག་ཏུ་གཞུག་པ་དང་། ལག་ཉེ་དང་། མཆམས་བཙོས་དང་། ཞག་  
 ལོན་དང་། རྩེན་བཙོས་དང་། གསོག་འཛོག་བྱས་པ་བ་བ་དང་། བྱིན་ལེན་  
 མ་བྱས་པར་བ་བ་དང་། བསྐྱེན་པར་མ་རྩོགས་པ་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་འདོན་པ་  
 ལ་སོགས་པ། མདོར་ན་དགེ་སྦྱོང་གི་བྱིམས་ཉིས་བརྒྱ་ལྷ་བཅུ་ཅ་གསུམ་  
 ལས། །དུས་བྲན་བསྐྱེན་དུ་རུང་བ་ནམས་ལ། ལྷོན་པ་ཐུགས་རྩེ་ཆེན་གྱིས་  
 གནང་བར་མཛད་དུ་གསོལ། །

# ༥ དགེ་སྤྱོད་གི་བསྐྱབ་བྱའི་སྒོམ་ཆོག་བཞུགས་སོ། །

རྩེ་བཅུན་སྒོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས།

༥ རྣམ་སྐྱེས་རྒྱ་ནག་ལྷ་མོ་ཡི་རྒྱལ་ཡ། འགྲོ་བའི་སྒྲ་མ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་  
བ་ཡི། །ཞབས་ཀྱི་བསྐྱོར་གྲུས་བས་ཕྱག་བྱས་ཏེ། །ཕན་མཛད་དེ་ཡིས་བཅེ་  
བས་བཅས་བ་ཡི། །སོ་ཐར་ཚུལ་ཁྲིམས་མཆོག་གི་བསྐྱེན་ཚུལ་བརྗོད། །དལ་  
འབྱོར་རྟེན་ཐོབ་རྒྱལ་བའི་བསྐྱེན་བ་ཡ། །ཞུགས་ལ་ཡོངས་རྫོགས་བའི་དཔལ་  
ཐོབ་ནས། །ཕན་བདེའི་འབྱུང་གནས་བསྐྱབ་བ་རིན་པོ་ཆེ། །གྲོགས་དང་  
བསམ་སྦྱོར་ཕུན་ཆོགས་འགལ་རྒྱུན་ཤེས། །བསྐྱབ་བ་ཡོངས་སྦྱོར་བདེ་བའི་  
རྒྱུན་བརྟེན་ནས། །འཆོ་བའི་སྒོག་ལས་ཀྱང་ནི་གཅེས་བར་བསྐྱུང་། །དེའི་ཕྱིར་  
མི་མཐུན་སྦྱོགས་རྣམས་ཤེས་བྱའི་ཕྱིར། །སྤྲེ་ལྷའི་ངོ་བོ་རགས་བཅའ་ཞིག་  
སྟོན། །རང་གཞན་མ་ཡི་སྒོ་གསུམ་གང་རུང་དུ། །བཅུག་རིག་སྦྱོར་བ་བདག་  
གིར་བྱས་བ་དང་། །མི་གཞན་གྱིས་བཟུང་རིན་ཐང་ཆང་བའི་དངོས། །བརྒྱ་  
འམ་བརྒྱར་བཅུག་ཐོབ་སྒོ་སྦྱེས་བ་དང་། །མི་འམ་མིར་ཆགས་གསོད་འདོད་  
ཅི་རིགས་བའི། །སྦྱོར་བའི་རྒྱུན་གྱིས་རང་སྤྱུང་ཤེས་བ་དང་། །དེ་བཞིན་མི་  
ཆོས་སྒྲ་མའི་བརྟུན་སྦྱས་བ། །ཐ་སྙད་ལྷ་ལྷན་མིས་གོ་པམ་བའི་སྤྲེའོ། །

༥ མ་སྒོ་གསུམ་ལས་གཞན་བའི་རང་གཞན་གྱི། །སྦྱོར་བས་ཁྱ་བ་  
འབྱེན་བར་བྱེད་བ་དང་། །བསྐྱེན་རུང་བྱུང་མེད་ལུས་དང་དེ་འབྲེལ་ལ། །ཟག་

བྱེད་ལས་གཞན་ལུས་གྱིས་རེག་པ་དང་། །དེ་བཞིན་ཡུལ་དེར་མཆོན་ཉིད་  
ལྷ་ལྷན་གྱི། །འབྲིག་ཆོག་སྤྲོད་པའི་འབྲིག་པའི་བསྐྱེད་བཀུར་བསྐྱེད་གས། །ལན་  
གསུམ་ཐོན་གྱིས་སྤྲོས་པ་བྱུང་མེད་གཉིས། །དབང་པོ་གཉིས་སྤྲོད་སྤྲོད་  
ཡིན་མ་དག་གཞིར། །མ་གསོལ་ཆོད་འདས་ཁང་པ་ཁང་ཆོད་བྱས། །པལ་  
ཆེར་གཡོགས་ཤིང་བསྐྱོར་ན་མཐར་ཐུག་སྟེ། །ཞིང་དུ་བྱེད་བཅས་སྤྲོ་ནི་བཅུ་  
གཅིག་དང་། །དེ་བཞིན་སྤྲོད་དུ་བཅོ་བརྒྱད་ཁང་པའི་ཆོད། །ཁང་ཆོད་ཆོགས་  
གྱི་ཆོད་ཡིན་ཆོད་དང་བྲལ། །བྱེད་སྤྲོད་ནས་དགེ་སློང་རྣམ་དག་ལ། །པམ་  
པས་སྤྲོད་འདེབས་གཞི་མེད་ལྷག་མ་དང་། །བྱེད་མ་སྤྲོད་སྤྲོད་བཞིན་སྤྲོད་  
འདེབས་ནི། །བག་ཅུ་དགེ་འདུན་དབྱེད་གྱི་གཙོ་བོ་ལ། །བཞུགས་བསྐྱོ་  
གསོལ་བཞིའི་ལས་གྱིས་སྤྲོག་བྱས་ཀྱང་། །མི་གཏོང་མཐར་ཐུག་དབྱེད་གྱི་  
རྗེས་འགོ་དང་། །བྲིམ་སྤྲོད་འབྱེད་དང་བཀའ་སློ་མི་བདེ་ལའང་། །བཞུགས་  
བསྐྱོ་གསོལ་བཞིས་མ་སྤྲོད་དེས་གཞིར་མཆོངས། །བྲིམ་སྤྲོད་འབྱེད་པ་  
གནས་དབྱུང་བྱས་པ་ལ། །སྤྲོད་བྱེད་དགེ་འདུན་རྣམས་ལ་སྤྲོད་པ་དང་། །  
ཆོས་དང་མཐུན་པས་སྤྲོད་བསྐྱེད་པ་ལ། །དང་དུ་མི་ལོན་སྤྲོད་བཞིན་  
བསྐྱོག་བྱས་ཀྱང་། །མི་གཏོང་བཀའ་སློ་མི་བདེའི་ལྷག་མ་ཞེས། །འགོ་བའི་རྩ་  
ལག་པན་པར་མཛོད་པས་གསུངས། །

༥ རང་དབང་ཆོས་གོས་གསུམ་སོགས་བྱུང་པའི་གོས། །བྲིན་རྒྱལ་ས་  
མ་འབྲེལ་འབྲེལ་ཡང་ཤོན་ཞུགས་པ། །ཞག་བཅུ་ལས་འདས་འཆང་དང་  
བྲིན་རྒྱལ་ས་ཅན། །ཆོས་གོས་རྣམ་གསུམ་བྲལ་ནས་ཞག་འདས་ཏེ། །སྤྲོ་

རངས་ཤར་ཆེ་འབྲལ་བའོ་ཁ་སྒྲོང་བའི། །རེ་བཅས་གོས་ཀྱང་བྱིན་གྱིས་མ་  
 བརྒྱབས་པར། །སོ་གཅིག་སྐྱེ་རངས་ཤར་ཆེ་ལྷ་འཛོག་གསུངས། །ཐ་སྙད་  
 བརྒྱད་ལྡན་དགོ་སྒྲོང་མ་དག་ལ། །གོས་རྩིང་འབྱར་བཅུག་བེན་ཆེ་འབྱར་  
 འཇུག་དངོས། །བདག་ཉིད་གོས་དེས་ཐོངས་པ་མ་ཡིན་པར། །དེ་འབྲའི་དགོ་  
 སྒྲོང་མ་དང་ཐ་སྙད་ལ། །ལྡན་པའི་བྲིམ་པར་དག་གི་རིག་བྱེད་གྱིས། །གོས་  
 བསྐྱངས་ཐོབ་ན་ལེན་སྒྲོང་སྤང་པ་གཉིས། །སྒྲོང་བར་རིགས་པས་ལྷ་ལྡན་  
 བྲིམ་པ་ལས། །སྒྲོད་གཡོགས་སྤང་གཡོགས་བྱང་ལེན་དེ་ལས་ལྷག །ཐོབ་  
 པའི་སྒོ་སྐྱེས་སྤང་བའོ་བྲིམ་པ་དང་། །པོ་མོ་སོ་སོས་རང་ལ་བསྐྱོས་པའི་  
 གོས། །འབྲལ་ལོང་མེད་པར་བསྐྱངས་ནས་ཐོབ་པའི་ཆེ། །སྤགས་དང་སོ་  
 སོར་སྤགས་ལེན་སྤང་བར་གསུངས། །སྦྱིན་བདག་པོ་ཉ་ཞལ་ཏ་གསུམ་ག་  
 ཡང་། །བྲིམ་པར་རིགས་གཅིག་གོས་ཀྱི་རིན་བསྐྱར་བ། །བསྐྱལ་བསྤྲད་དུག་  
 མཐར་སྤངས་ན་མཐར་སྤྱག་བྱལ། །དགོན་ཅིང་རིན་ཆེའི་སྦྱིན་པ་ལ་ཁོ་ན་  
 དང་། །བལ་ནག་འབའ་ཞིག་དང་ནི་དེ་ཆ་གཉིས། །བསྐྱེས་པའི་གདན་གསུམ་  
 བྱལ་ཆེ་སྤང་བར་གསུངས། །ཉན་བཤམས་སྤྲད་པར་བཟོད་པ་ཡོད་བཞིན་  
 དུ། །ལོ་དུག་ནང་དུ་གཉིས་པ་བྱེད་པ་དང་། །གསར་པའི་གདིང་བ་ཡོད་ཆེ་  
 རྩིང་པ་ནས། །བདེ་གཤེགས་མཐོ་གང་ཆད་ཅམ་མ་སྤྲན་དང་། །བལ་ཁྱང་རྒྱང་  
 གྲགས་ལྷག་ཅམ་འབྱེར་བ་དང་། །མཆོན་ཉིད་བརྒྱད་དང་ལྡན་པའི་དགོ་སྒྲོང་  
 མ། །བལ་ཆེལ་འཇུག་དང་བྱིན་རྒྱབས་མ་བྱས་བར། །གསེར་སོགས་རིན་པོ་  
 ཆེ་དང་དེར་སྒྲོས་ལ། །རིག་དང་རིག་འཇུག་བདག་གིར་བྱེད་པ་དང་། །སྦྱིད་

ཁ་འདོད་ཕྱིར་མཛོན་མཛོན་ཅན་བྱན་དང་། ཉེ་ཆོང་བྱས་ཏེ་བསྐྱེད་ཁ་ཐོབ་  
 པའོ། ཁྱིན་གྱིས་མ་བརྒྱབས་ལྷུང་བཟེད་ཞག་བཅུ་འདས། ལྷུང་བཟེད་ཡོད་  
 བཞིན་ལྷུང་བཟེད་གཉིས་པ་གྲུབ། རང་དོན་ཐགས་སྒྲ་མི་སྟེར་འཐག་པ་བ་  
 སྐྱེད། གོས་སོགས་དགེ་སློང་ལ་ཁྱིན་འཕྲོག་ཅིང་དབྱལ། དབྱར་ནང་ཟས་  
 མིན་ཉིད་པ་བདག་གིར་བཟུང་། དེ་བཞིན་དུས་ཀྱི་དགག་དབྱེའི་སྟོན་དང་  
 ཕྱིའི། མཛམས་འདས་བགོ་སྒྲས་སློང་པ་འཕྲིས་པའོ། དགེ་སློང་དགོན་པ་  
 བ་ལ་འཇིགས་སོགས་སར། ལྷམ་སྐྱར་ཞག་དྲུག་འཕྲལ་གནད་བདུན་པ་  
 ཡི། ལྷུ་རེངས་ཤར་ཆེ་འབྲལ་བའི་སྤང་བར་གསུངས། རས་ཆེན་ཁས་ལེན་  
 སྤ་མའི་ལྷ་གཅིག་གོང་། བཅུ་ལ་དང་དགག་དབྱེ་གྲོལ་ནས་ལྷ་ཕྱེད་འོག  
 མ་སྤས་ཉེས་པ་བསྐྱེད་ཅེས་སྟོན་པས་གསུངས། གང་ཟག་དགེ་འདུན་ལ་  
 བསྐྱེས་བདག་ཉིད་ལ། བསྐྱར་ཞིང་ཐོབ་པའོ་སྟོན་བཞི་ཅི་རིགས་པ། ཁྱིན་  
 ལེན་མ་བཞིག་ཐུན་མཛམས་འདས་གྱུར་ན། གསོག་འཇོག་ཅེས་པ་སྤང་པ་  
 སུམ་ཅུ་པའོ། །

༥ བམ་ལྷག་སྒྲོམ་པོ་ཉེས་བྱས་ལས་གཞན་པའི། འདུ་ཤེས་བསྐྱར་  
 སྤས་གོ་བ་འདིར་བསྟན་བརྟུན། དགེ་སློང་སྟོན་བརྗོད་ཡུལ་ངེས་ངེས་པ་  
 དང་། དགེ་སློང་མཐུན་པར་དབྱེ་ཕྱིར་སྤམ་ཡིས། བརྟུང་ན་འོ་ཆོས་  
 བཞིན་ཞི་བྱས་པའི། རྩོད་པ་སྟོར་འདོད་སྤར་བསྤང་སྟོ་སྟོགས་ཉིད། ཉེ་  
 མིན་ཐ་སྟོང་སྤ་སྤན་བྱིམ་པ་མོར། བྱིམས་གྲོགས་མེད་པར་ཆོག་དྲུག་ཆོས་  
 སྟོན་དང་། དུས་བྲན་མ་བྱས་བསྟེན་པར་མ་རྗོགས་དང་། ལྷན་ཅིག་རྗེས་སུ་



དམ་ཆོས་འདོན་པ་དང་། །དགོ་སྒྲོང་གཞན་གྱི་པམ་ལྷག་གནས་ངན་ལེན།  
 བརྗོད་པར་མ་བསྐྱོས་མ་རྗོགས་བརྗོད་པ་དང་། །མི་ཆོས་སྒྲ་མ་ཐོབ་ཀྱང་  
 དགོས་མེད་དུ། །མ་རྗོགས་འཕགས་མིན་སྦྲ་བར་དགོ་འདུན་གྱིས། །རིག་  
 པར་བསྐྱོས་ཀྱང་བཞེས་ངོར་བྱས་ཞེས་འབྲ། །གསོ་སྒྲོང་ཆེན་བསྐྱབ་  
 ལྷན་བྱུང་དུ་གསོད། །དུས་བྱུང་རུང་བ་མ་བྱས་ས་བོན་རྣམས། །འཛོམས་  
 དང་བྱང་པོའི་དགོ་འདུན་ཞལ་ཏ་པར། །ཉེ་རིང་བྱས་ཞེས་འབྲ་བར་བྱེད་པ་  
 དང་། །ཚུལ་བཞིན་འདི་ལ་གཞན་དུ་ལན་འདེབས་པ། །བསྐྱོ་བ་རྣམ་གཞོན་  
 ཞེས་བྱའོ་ཆུང་འཇར་བའི། །གནས་སུ་བྱི་སོགས་གནས་མ་ལ་བཤམས་པ་  
 དང་། །དེ་བཞིན་རྩ་དང་ལོ་མའི་གདན་བཏིངས་པ། །མ་བསྐྱས་མ་བཅོལ་ཞེ་  
 དགྲ་འདོམ་འདས་དང་། །གཙུག་ལག་ཁང་སྤར་གནས་པའི་དགོ་སྒྲོང་དག  
 །འཆེ་བས་སྒྲོད་དང་བྱིས་གཞོན་ཞེས་བྱ་གཞོན། །ཐོག་སྤབ་ཁང་སྒྲོང་རྩ་བ་རྣོ་  
 པའི་བྱིས། །ལྷིད་བཅས་འདུག་པ་འབྱུང་ཡིན་སྒོག་ཆགས་དང་། །ལྷན་པའི་ཆུ་  
 སོགས་གྱིས་འདེབས་ཉིན་གཅིག་ལ། །རིམ་གསུམ་ལས་ལྷག་གཙུག་ལག་  
 ཁང་བྱེད་དང་། །མ་བསྐྱོས་ཉི་མར་དགོ་སྒྲོང་མར་ཆོས་སྟོན། །བསྐྱོས་ཀྱང་དེ་  
 རྒྱུན་ཉི་མ་རུབ་ནས་སྒྲོང་། །ཟས་གོས་བྱིར་མིན་དེ་དོན་ཆོས་སྟོན་ཞེས། །སྦྲ་  
 དང་ཐ་སྦྱད་བརྒྱད་ལྷན་དགོ་སྒྲོང་མའི། །ཆོས་གོས་བཟོ་དང་དེ་ལ་ཆོས་གོས་  
 ཉེད། །བྱིསས་གྲོགས་མེད་པར་དེ་འདྲའི་དགོ་སྒྲོང་མ། །དང་བཅས་བསྐྱམ་  
 དང་ཆུ་ནང་རྒྱུང་གྲགས་འདས། །དེ་བཞིན་དབེན་པར་འདོམ་གང་ནང་ཉིད་  
 དུ། །དེ་འདྲའི་དགོ་སྒྲོང་མ་དང་འདུག་འབྱེད་དང་། །དགོ་སྒྲོང་མ་ཡིས་བདེན་

བ་མ་ཡིན་པའི། །ཡོན་ཏན་བརྗོད་ནས་སྒྲོར་བཅུག་ཟས་བ་བའོ། །དགོས་མེད་  
 ཉིན་གཅིག་ཁྱིམ་གཉིས་ཡང་ཡང་བ། །མུ་སྟེགས་སྒྱིན་བདག་ཁྱིམ་དུ་ཞག་  
 གཅིག་འདུག། ཟས་གཉིས་བ་དང་ཅི་བདེ་ཉེ་མིན་པའི། །ཁྱིམ་ལས་འབྲིང་ཆད་  
 རོ་ལྷག་ཕྱེ་ལེན་དང་། །དུས་རུང་ཟས་སྤངས་ལྷག་པོར་མ་བྱས་པ། །དུས་རུང་  
 བཟའ་བ་བཅའ་དང་སྤངས་པ་ལ། །དེ་འདྲ་སྟོབ་དང་མཆམས་ནང་འདུས་པ་  
 ལས། །དགོས་མེད་དགེ་སློང་བཞིར་ཡོངས་འདུས་བ་ཡིན། །དུས་རུང་དུས་  
 མིན་བ་དང་གསོག་འཛོག་བ། །སྤོན་བཞི་བྱིན་ལེན་མ་བྱས་མིད་པ་དང་། །ཉེ་  
 དང་ཅི་བདེར་མིན་ལས་བཟང་ཟས་ལེན། །སྟོག་ཆགས་ལྷན་པའི་ཆུར་སྐྱད་ཤི་  
 གངས་མཆུངས། །ཁྱིམ་པ་པོ་མོ་ཉལ་ག་ཤོམ་ཤེས་བཞིན་དུ། །འདུག་འགྲེང་  
 གཅིར་བྱ་པོ་མོར་ཟས་བྱིན་དང་། །གོ་མཆོན་ཐོགས་པ་བརྒྱད་ཡན་དམག་ལ་  
 བཟ། །དོན་མེད་དམག་ནང་ཞག་གཉིས་ལས་འདས་དང་། །གཡུལ་བཤམས་  
 དཀྱུག་དང་རྟོག་པའི་སེམས་དག་གིས། །དགེ་སློང་དག་ལ་བརྟེན་དང་བརྟེན་  
 གཟས་དང་། །དགེ་སློང་གཞན་གྱི་པམ་ལྷག་གནས་ངན་ལེན། །ཤེས་བཞིན་  
 དགོས་པ་མེད་བཞིན་བཅབས་པའོ། །བདེ་བར་གནས་པའི་དགེ་སློང་ཟས་  
 གཅོད་དང་། །དུས་བྲན་མ་བྱས་མེར་རིག་རིག་འཇུག་པ། །དགེ་འདུན་ལས་  
 ལ་འདུན་ཕུལ་སྤར་ལེན་དང་། །མ་རྗོགས་ཞག་གསུམ་ཉལ་ནས་སྐྱེ་རེངས་  
 འཁྲ། །སྟོག་ལྷའི་ཆོས་སྤྲོ་རྣམ་པ་ལྷས་སྟོག་གྲང་། །མི་གཏོང་པའོ་དེ་འདྲ་  
 བསྐྱེད་པ་ལ། །གཏམ་སྤྲོ་བ་དང་དགེ་ཚུལ་བསྟོལ་བ་སྐྱད། །མི་རུང་ཁ་དོག་  
 མ་བསྐྱར་གོས་འཆང་དང་། །དུས་བྲན་མ་བྱས་རིན་ཆེན་རིགས་སོགས་

ལ། །རེག་ཅིང་རེག་ཏུ་འཇུག་དང་ཆ་བའི་དུས། །མིན་པར་ཟླ་བྱེད་ནང་དུ་  
 ཟུས་བྱེད་དང་། །བསམས་བཞིན་དུ་འགྲོ་གསོད་དང་དག་སྟོང་ལ། །དག་  
 སྟོང་མིན་ཞེས་འགྲོད་པ་བསྐྱེད་པ་དང་། །གཡའ་འདོད་ག་ག་ཆོལ་བྱེད་སོར་  
 མོ་ཡིན། །ཕྱར་གཡེང་ལྟེ་བ་རུབ་པའི་ཚུ་ནང་ཅེ། །གཉེན་མིན་བྱེད་མེད་  
 ལྟན་ཅིག་གོགས་མེད་ཉལ། །མི་སྤྱུག་གཟུགས་ཀྱིས་དག་སྟོང་སྤངས་བྱེད་  
 དང་། །བརྒྱ་སེམས་ཡིད་གཟུགས་མིན་པར་དག་སྟོང་གི་ །གོས་སོགས་སྤེད་  
 དང་རང་གིས་དག་སྟོང་ལ། །བྱིན་པའི་གོས་སོགས་གདེང་མེད་ལོངས་སྤྱོད་  
 དང་། །དག་སྟོང་གཞི་མེད་ལྷག་མའི་སྐར་འདེབས་དང་། །གོགས་མེད་བྱེད་  
 མེད་འགྲོགས་ནས་རྒྱང་གྲགས་འདས། །ཤེས་བཞིན་རྒྱན་སོགས་ངན་པ་  
 དང་བསྐྱེབས་ནས། །རྒྱང་གྲགས་འདས་དང་ཉི་ཤུ་མ་ལོན་པར། །རྫོགས་པར་  
 བསྐྱེན་དང་ས་བཞོ་བཞོར་འཇུག་དང་། །མགྲོན་བོས་དུས་འདས་ངེས་མེད་  
 ཟླ་བ་བཞི། །འདས་ནས་བྱ་དང་བསྐྱབ་བྱིར་བསྐྱོ་བ་ལྟོག །ཅོད་སེམས་ཉན་  
 རྒྱས་དོན་གོ་བ་དང་། །ལས་ལ་འདུས་ནས་མ་རྫོགས་མ་སྤྱས་འགྲོ། །དག་  
 འདུན་གནས་བརྟན་དག་སྟོས་སྟོན་པའི་བཀའ། །ཆོས་ལྷན་འགལ་བྱས་  
 སྟོས་འགྱུར་འཁྱུང་བ་དང་། །བྱེད་ཡོལ་སྐྱ་རེངས་མ་ཤར་དུས་མིན་དུ། །མ་  
 སྤྱས་གྲོང་དུ་འགྲོ་དང་སྤྱིན་བདག་གིས། །མདགས་བཞིན་དག་འདུན་སྤྱན་  
 བྲངས་མ་ཡོལ་བར། །བྱི་མས་ཞེས་མ་བརྫོད་གྲོང་གཞན་རྒྱ་བ་ནི། །བས་  
 བཅས་རྒྱལ་པོའི་པོ་བྲང་མཆོན་འགྲོ་དང་། །མདོ་འདོན་ཆེ་ནས་བཞོ་མེ་  
 རེག་ལ། །ལྷུང་བདག་གདོད་ཤེས་ཞེ་སྤྱོད་བ་དང་། །བ་སོ་སོགས་ཀྱི་ཁབ་རལ་

བྱས་བྱེད་བཅུག། །ཁྱེད་ཀྱང་ལས་ལྷག་འཇུག་མིན་གྱི་རྒྱུ་བྱེད། །དགེ་འདུན་  
གནས་མལ་ཤིང་བལ་གྱིས་འགོངས་བདལ། །གདིང་བ་གཡན་པ་དག་པ་  
རས་ཆེན་གསུམ། །ཆོད་ལས་ལྷག་པར་བྱེད་དང་སྟོན་པ་ཡི། །སྐྱེ་ཆོད་མི་ལྷན་  
བདེ་གཤེགས་ཆོས་གོས་བྱེད། །ལྷུང་བྱེད་འབའ་ཞིག་དགུ་བཅུར་གསུངས་  
པ་ཡིན། །

༥ གྲོང་ལམ་དགེ་སློང་མ་ལས་བས་ལེན་དང་། །བྱིས་དུ་བསྐྱོ་བཤམ་  
ལོག་བྱེད་དགེ་སློང་མ། །མ་ལྷོག་བས་བ་བསྐྱམས་པའི་བྱིས་ལས་བས། །ལེན་  
དང་འཇིགས་བཅས་མ་བསལ་བྱིས་པ་ལས། །སྒྲངས་ཏེ་བ་བསོ་སོར་  
བཤགས་པར་གསུངས། །

༥ མཐང་གོས་ལྷུ་མ་པོར་མ་བགོས་བཅེངས་དང་འཇོལ། །སྒྲངས་སྒྲུ་ལྷར་  
ནར་སྟེབ་ཕྱར་སྒྲུལ་མགོ་ཡི། །གདིངས་ཀ་ལྷར་འཕྱར་ཤམ་ཐབས་རྣམ་པ་  
བདུན། །ལྷུ་མ་པོར་མ་བགོས་བཅེངས་འཇོལ་སྟོད་གཡོགས་གསུམ་དན་ཤེས་  
མ་བསྐྱམས་ཆོས་གོས་ཚུལ་བཞིན་དུ། །མ་བགོས་འདུ་འཇི་ཅ་ཅོ་པར་གཡེང་  
བཟ། །གཉའ་ཤིང་གང་ཅ་མ་མི་བཟྱ་ཉེས་བྱས་ལྷ། །མགོ་གཡོགས་ཆོས་གོས་  
བཅེས་དང་ཐུག་གཉེས་གཟར། །ལག་གཉེས་གཉའ་དང་ལྷག་པར་བསྐྱོལ་བ་  
ལྷ། །མཆོངས་དང་བརྒྱངས་བསྐྱམས་ཅོག་ཕུ་བྱང་གིས་འགོ། །བྱུ་བརྒྱངས་  
འགོ་དང་ལྷའོ་མགོ་བོ་བསྐྱུར། །ལུས་གཙུ་ལ་གང་བྱུག་དཔུང་སྒྲད་ལག་སྟེལ་  
འགོ། །

༥ བྱིས་པས་མ་བསྐྱོ་མ་བརྟགས་སྤྱིང་པབ་བསྐྱད། །རྒྱུ་སྟེང་རྒྱུ་

བ་བཟླ་སྟེང་བཟླ་དང་ནི། །ལོང་སྟེང་ལོང་དུ་བྱི་འོག་རྒྱང་པ་བཅུག། རྒྱང་པ་  
 སོ་སོར་བརྒྱངས་དང་ལ་བཏེན། །ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་དོན་མི་འཆོལ་།བསམ་  
 གཏན་སྒྲིབ་པ་སྟོང་མི་བྱེད། །བསམ་གཏན་རོ་ལ་ཡོན་ཏན་ལྷ། །ཉན་ཐོས་  
 ཐེག་པ་སྟོང་བར་བྱེད། །རང་ཚུ་ལ་ཡོད་བཞིན་དེ་ལ་བཅོན། །བཅོན་མིན་  
 བྱི་རོལ་བསྟན་བཅོས་བཅོན། །བཅོན་པར་བྱས་ཀྱང་དེ་ལ་དགལ། །ཐེག་  
 པ་ཆེན་པོ་སྟོང་བར་བྱེད། །བདག་ལ་བསྟོད་ཅིང་གཞན་ལ་སྟོད། །ཆོས་ཀྱི་  
 དོན་དུ་འགྲོ་མི་བྱེད། །དེ་ལ་སྟོད་དང་ཡིག་གེ་ཏེན། །དགོས་པའི་གྲོགས་  
 ལུ་འགྲོ་མི་བྱེད། །ནད་པའི་རིམ་གྲོ་བྱ་བ་སྟོང་། །སྤྱག་བསྐུལ་སེལ་བར་མི་  
 བྱེད་དང་། །བག་མེད་རྣམས་ལ་རིགས་མི་སྟོན། །བྱས་ལ་ལན་དུ་པན་མི་  
 འདོགས། །གཞན་གྱི་ལྷ་ངན་སེལ་མི་བྱེད། །ཁོར་འདོད་པ་ལ་སྦྱིན་མི་བྱེད། །  
 འཁོར་རྣམས་ཀྱི་ནི་དོན་མི་བྱེད། །གཞན་གྱི་སྟོང་ང་མཐུན་མི་འཇུག། །ཡོན་  
 ཏན་བསྐྱགས་པ་སྦྱ་མི་བྱེད། །རྒྱེན་དུ་འཆོམ་པར་ཆར་མི་གཅོད། །རྩེ་འབྲུལ་  
 སྒྲིག་སོགས་མ་བྱིས་དང་། །གཞན་ལ་ཆོས་དང་བླང་ཞིང་གིས། །སྟོང་བར་  
 འོས་པ་མ་བསྐྱངས་དང་། །གཞན་གྱི་གཞོད་པ་ཁོ་ན་འཛིན་ཞིང་། །རིས་སུ་  
 བཅད་ནས་ཆགས་སྤང་བྱེད། །དམ་པ་མ་བསྟེན་ཐོས་བསམ་དོར། །བས་གོས་  
 སོགས་ལ་སྟོད་པའི་ཆོ། །གཞན་དོན་བསམ་བསམ་མ་བེན་དང་། །ཆོས་སྟོད་  
 ཀྱན་ལ་སེམས་བསྐྱེད་གྱིས། །མ་བེན་ནག་ཆོས་མ་སྤང་ཞིང་། །དཀར་ཆོས་  
 བཞི་ལ་མ་བསྐྱབ་དང་། །གཞན་དོན་བཅོན་པར་མ་བྱས་སོགས། །འགྲོ་ཀྱན་  
 མགྲོན་དུ་གཉེར་པ་ལས། །བསྐྱས་པའི་ཉེས་སྤང་མཐའ་ཡས་པ། །སྟོན་བྱས་



མཐའ་དག་མཐོལ་ཞིང་བཤགས། །དེ་ནི་སློབ་དང་བསྐྱེད་ཏེ་བསྐྱེད་། །ཞེས་བྱང་  
སེམས་དང་།

## ༥ གསང་སྒྲགས་ཀྱི་བསྐྱེད་བྱའི་སྒྲུབ་ཆིག་ནི།

༥ དཀྱིལ་འཁོར་ལྷ་ཆོགས་སྒྱུན་སྒྲ་བྱ། །ཁས་སྒྲངས་དམ་ཆིག་སྒྲུམ་  
པ་ཞེས། །དངོས་བྱུང་ཀུན་གྱི་གཞིར་བྱུར་བ། །དེ་དང་འགལ་བྱས་སྒྱུང་པ་  
ནི། །དཔལ་ལྷན་སྒྲུབ་པ་དམ་པ་འདོམས་སྒྲང་བ། །འདུག་པའི་ཉེས་པ་རྣམ་པ་  
དགྱུར་གསུངས་སོ། །ལེགས་པར་མ་སྒྲངས་སྒྱ་དང་ཁ་ད་ཆད། །འབྲས་ཆན་  
ཆོད་མ་མཉམ་སྒྲངས་མཐར་ཆགས་མིན། །ཡིད་མ་གཏད་པར་སྒྲངས་དང་  
བཟའ་བཅའ་ནི། །མ་འོངས་སྒྱུང་བཟེད་བཟེད་དང་འབྲས་ཆན་དང་། །ཆོད་  
མ་ཅི་རིགས་སྒྲག་འདོད་པན་ཚུན་འགོབས། །ཟས་སྒྲིང་སྒྱུང་བཟེད་བཟེད་  
དང་རྣམ་པ་བརྒྱད། །ཚུལ་མཐུན་མ་ཐོས་ཏ་ཅང་ཁམ་ཚུང་ཆེས། །རིན་  
མིན་ཟས་མ་འོངས་པར་གདངས་བཀའ་སྒྲ། །ཚུག་ཚུག་ཅག་ཅག་ཏུ་ཏུ་  
ཕུ་ཕུ་དང་། །སྒྲེ་སྒྲིར་སྒྱུང་སྒྲེ་བའི་ཉེས་བྱས་སྒྲ། །འབྲུན་ས་རེ་རེ་བ་དང་  
ཟས་ལ་འབྲ། །མཁུར་བ་གཡས་གཡོན་སློ་དང་རྒན་སྒྲ་ཏོག ། །ཁམ་འཕྲོ་  
བཅད་ནས་བ་པ་རྣམ་པ་སྒྲ། །བལྟག་དང་འབྲོག་དང་ལག་སྒྲག་སྒྱུང་བཟེད་  
བསྐྱོམ། །མཆོད་རྟེན་འབྲ་བའི་ཟས་གཞོམ་རྣམ་པ་སྒྲ། །གཞན་གྱི་སྒྱུང་བཟེད་  
པ་འབྲུ་ཟས་གོས་པའི། །ལག་པས་ཚུ་སྒྲོད་རེག་དང་ཟས་བཅས་ཚུས། །དགོ་  
སྒྲོང་ལ་འཕྲོར་བྱིམ་བདག་མ་བྲིས་པར། །ཅི་བདེར་འབགས་ཚུ་འདོར་དང་

རྣམ་པ་བཞི། །ལྷག་མ་ནང་སྒྲག་གཞི་མེད་གང་གཡང་དག། །གཟར་པོར་  
 འཛིག་དང་འགྲོང་དང་དེ་གསུམ་དུ། །བྱི་དོར་བྱེད་དང་རྒྱན་ཕྱོགས་ཕྱོག་བྱས་  
 བས། །ཆུ་བཅུ་ལྷང་བཟེད་ལ་བཏེན་བཅུ་སྒྲག་གཞི་ག། །འདུག་འགྲོང་ཉལ་སྟན་  
 མཐོ་བཟང་མདུན་ལམ་དབུས། །མགོ་གཡོགས་བརྩེས་གཟར་ལག་གཞིས་  
 གཉའ་ལྷག་བསྒྲོལ། །དོ་ཀར་ཅན་དང་ཞུ་བྱོན་ཅོད་པན་དང་། །སྤང་བ་བཅིངས་  
 དང་ཐོང་དགྱིས་ཏྲ་སྤང་ཞོན། །ཁྱོགས་ལྷམ་འཁར་གདུགས་མཆོན་རལ་དག་  
 ཆ་ཐོགས། །གོ་ཆ་བྱོན་པ་རྣམས་ལ་ཆོས་བཤད་པ། །དག་ལ་ཉེས་བྱས་དུག་  
 ལྷག་བཅུ་སྒྲག་གཞིས། །འགྲོང་དང་ཕྱོགས་ཀྱན་ཆུ་དང་རྩ་སྟོན་གྱིས། །ཁེབས་  
 པ་མ་གཏོགས་དེར་ནི་བཤད་གཞི་འདོར། །དགོས་མེད་འདོམ་གང་ཆད་  
 ལས་མཐོ་བ་ཡི། །ཤིང་ལ་འཛིག་པར་མ་གནང་ཉེས་བྱས་གསུངས། །དེ་ལྟར་  
 སྟོན་པས་སྒྲགས་བརྩེས་བཅས་པ་ཡི། །བསྐྱབ་བའི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་རྣམས་  
 ཤེས་བྱས་ཏེ། །རང་ལ་གཅེས་པས་སྟོག་ལྟར་སྤངས་ཤིག་ཅེས། །ཀྱན་ལ་  
 ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གསོལ་བ་འདེབས། །འདིར་འབད་དགོ་ཆོགས་སྟོན་  
 ཀའི་ལྷ་ཟེར་འབུམ། །འབྱུངས་པའི་ཀྱུ་ལྷ་བྱུར་དགར་བ་དེ། །ཡང་ཡང་བྱིན་  
 གྱིས་བསྐྱུངས་པའི་འགོ་ཀྱན་གྱིས། །རྣམ་འབྲེན་འགོ་བའི་རྩ་ལག་ཐོབ་ཕྱིར་  
 བསྟོ། །བདག་གྲང་འབྲོན་འབྱུར་བསྐྱལ་བཟང་ལྷ་དང་མིའི། །རྣམ་འབྲེན་བདེ་  
 གཤེགས་ཀྱན་གྱི་བསྟན་པ་ཡི། །ནང་མཛོད་འདུལ་བ་འཛིན་པའི་གཙོར་གྱུར་  
 བས། །རྒྱལ་བའི་མཛོད་པ་མ་ལུས་བསྐྱབ་གྱུར་ཅིག། །ཅེས་པ་འདི་ནི་རྩེ་བཅུན་སྒོ་  
 བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་མཛོད་པའོ། །།།

# ༥ བྱང་སེམས་ཀྱི་བསྐྱེད་བྱའི་སྒྲུབ་ཆོག་ནི།

༥ གཞན་ཡང་རྒྱལ་བ་སྐྱེས་བཅས་ཀྱི། །སྤྱན་སྦྲར་ཁས་སྦངས་དམ་  
 བཅས་པའི། །རྒྱལ་སྐྱེས་སྒྲུབ་པའི་མི་མཐུན་སྤྱོད་གས། །ཅ་བའི་ལྷུང་བ་བཅོ་  
 བརྒྱད་ནི། །ཉིད་དང་བཀྱར་སྒྲིབ་ཆགས་པ་ཡིས། །བདག་བསྟོད་གཞན་  
 ལ་སྟོད་པ་དང་། །སྤྱག་བསྐྱེད་མགོན་མེད་གྱུར་པ་ལ། །སེར་སྐྱས་ཆོས་  
 རྣམས་མི་སྒྲིབ་རེ་དང་། །གཞན་གྱིས་བཤམས་ཀྱང་མི་ཉན་པར། །ཁྲིས་ནས་  
 གཞན་ལ་འཆོག་པ་དང་། །ཐེག་པ་ཆེན་པོ་སྟོད་བྱེད་ཅིང་། །དམ་ཆོས་འབྲས་  
 སྤངས་སྟོན་པའོ། །དཀོན་མ་ཆོག་གསུམ་གྱི་དཀོན་འཕྲོག་དང་། །དམ་པའི་  
 ཆོས་ནི་སྟོང་བྱེད་བཤུལ་ཁྲིམས་འཆལ་པའི་དགེ་སྟོང་ལའང་། །འུར་སྤྱོད་  
 འཕྲོག་དང་བརྟེན་པ་དང་། །བཅོན་རང་འཇུག་པར་བྱེད་པ་དང་། །རབ་ཏུ་  
 བྱང་ལས་ཕབ་པ་དང་། །མཆམས་མེད་ལྷ་པོ་བྱེད་པ་དང་། །ལོག་པར་ལྷ་བ་  
 འཛིན་པ་དང་། །གྲོང་ལ་སོགས་པ་འཛིན་པ་དང་། །སྟོང་སྤངས་མ་བྱས་སེམས་  
 ཅན་ལ། །སྟོང་པ་ཉིད་ནི་བརྟོད་པ་དང་། །སངས་རྒྱས་ཉིད་ལ་ཞུགས་པ་  
 དག །རྟོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་བསྟོན་པ་དང་། །སོ་སོར་ཐར་པ་ཡོངས་སྤངས་  
 ཏེ། །ཐེག་པ་ཆེ་ལ་སྟོར་བ་དང་། །སྟོབ་པའི་ཐེག་པས་ཆགས་ལ་སོགས། །སྟོང་  
 བར་འགྱུར་བ་མིན་ཞེས་འཛིན། །པ་རོལ་དག་གྱང་འཛིན་འཇུག་དང་། །རང་  
 གི་ཡོན་ཏན་བརྟོད་པ་དང་། །ཉིད་པ་དང་ནི་བཀྱར་སྒྲིབ་དང་། །ཆོགས་བཅད་  
 རྒྱ་ཡིས་གཞན་སྟོད་དང་། །བདག་ནི་ཐབ་མོ་བཟོད་པའོ་ཞེས། །ལོག་པར་

ཉིད་ནི་སྤྲུལ་བ་དང་། །དགེ་སྦྱོང་ཆད་པས་གཅིད་འཇུག་དང་། དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་སྦྱིན་བྱེད་དང་། །སྦྱིན་པ་ལེན་པར་བྱེད་པ་དང་། །ཞི་གནས་འདོར་བར་བྱེད་པ་དང་། །ཡང་དག་འཛིག་གི་ལོངས་སྦྱོང་རྣམས། །ཁ་ཉོན་བྱེད་ལ་སྦྱིན་པ་དང་། །བྱང་ཆུབ་སེམས་གཉིས་སྤང་བ་སོགས། །ཅ་ལྷུང་ཀུན་དང་ཉེས་བྱས་ཀྱང་། །དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་གསུམ་མི་མཆོད་འདོད་པའི་སེམས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འཇུག་ཀན་པ་རྣམས་ལ་གྲུས་མི་བྱེད། །དྲིས་པ་ལ་ནི་ལན་འདེབས། །མགྲོན་པོས་བདག་གིར་མི་བྱེད་པ་དང་། །གསེར་ལ་སོགས་པ་ལེན་མི་བྱེད། །ཆོས་འདོད་པ་ལ་སྦྱིན་མི་བྱེད། །ཚུལ་ཁྲིམས་འཆལ་རྣམས་ཡལ་བར་འདོར། །པ་རོལ་དད་ཕྱིར་སློབ་མི་བྱེད། །སེམས་ཅན་དོན་ལ་བྱ་བ་ཆུང་། །སྦྱིང་བཅེར་བཅས་པར་མ་བྱས་དང་། །འཆོ་བ་ལོག་པ་དང་དུ་ལེན། །འབྱར་ནས་རབ་ཏུ་ཁྱོད་ལ་སོགས་འཁོར་བར་གཅིག་ཕུ་བགྱོད་པར་སེམས་ཀྱི་གྲགས་པ་མ་ཡིན་མི་སྦྱོང་དང་། །ཉོན་མོངས་བཅས་ཀྱང་འཆོས་མི་བྱེད། །གཤེ་ལ་ལན་དུ་གཤེ་ལ་སོགས་ཁྲིས་པ་རྣམས་ནི་ཡལ་བར་འདོར། །པ་རོལ་ཤད་ཀྱིས་ཆགས་པ་སྦྱོང་། །ཁྲི་བའི་སེམས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འཇུག་རྟེན་བཀྱར་འདོད་ཕྱིར་འཁོར་རྣམས་སྤྱད། །ལེ་ལོ་ལ་སོགས་སེལ་མི་བྱེད། །ཆགས་པས་བྲེ་མོའི་གཏམ་ལ། །ཉིན་རེ་བཞིན་དུ་དུས་དུག་ཏུ། །མཇུག་མེ་ཉོག་བཅས་སྤུལ་ནས། །བྲག་ནི་འཆལ་བར་མ་བྱས་དང་། །དཔོན་སློབ་འབྲེལ་པ་མ་བརྟགས་པར། །ཆོས་ལ་ཉན་བཤད་བྱས་པ་དང་། །སླ་མ་ལ་བརྟམས་སྤྱད་པ་དང་། །སླ་མའི་ཐུགས་ནི་དཀྱགས་པ་དང་། །ཡིད་འོང་ཡོན་ནི་མ་

ཡུལ་དང་། །རྟག་ཏུ་དམ་ཆོག་མ་བསྐྱེད་ས་དང་། །རྟག་ཏུ་བདེ་ག་ཞེགས་མ་  
 མཆོད་དང་། །རྟག་ཏུ་སྒྲ་མ་མ་མཆོད་དང་། །སྒྲ་མ་དང་ནི་དོ་རྩེ་འཛིན། །ཐ་དང་  
 པར་ནི་བསམ་པ་དང་། །སྒྲ་མ་དེ་གི་བ་མ་ལྟམ་དང་སྟན། །བཞོན་པ་སོགས་ལ་  
 འགོ་མས་པ་དང་། །བཀའ་བསྐྱོད་གྲུས་པས་མ་ཉན་དང་། །མི་རྒྱས་བཤའ་སྐྱེད་  
 འོས་པ་ལ། །བཤའ་སྐྱེད་དག་ནི་མ་བྱས་དང་། །སྒྲ་མ་དེ་རྩེ་ས་ལ་སྒོག་བཞིན་  
 དང་། །འཁོར་ལ་གཉེན་བཞིན་མ་བསམ་དང་། །བྱུང་བྱ་མལ་སྟན་ལ་འདུག་  
 དང་། །བསྐྱོད་བ་མ་ཐོབ་སྒྲོན་འགོ་དང་། །སྒྲ་མ་ལས་སྤར་སྟན་གྱི་སྟེང་། །རྒྱ་  
 པ་འཛིག་དང་གྲུ་རྒྱུངས་བྱེད། །སྒྲ་མ་བཞེངས་ཆེ་ཉལ་དང་འདུག །བཞུགས་  
 པ་དག་ན་ཉལ་བ་དང་། །སྒྲ་མ་དེ་བྱུང་བྱ་མཆིལ་མ་སོགས་དོར་དང་རྒྱ་པ་  
 རྒྱུང་བ་དང་། །འཆག་དང་ཁ་སྟོབས་འབྱེད་པ་དང་། །ཡན་ལག་མཉེ་དང་  
 གར་དག་དང་། །སྐྱུ་དང་རོལ་མོ་བྱས་པ་དང་། །བྲེ་མོའི་གཏམ་རྣམས་སྐྱས་པ་  
 དང་། །ལྡང་འདུག་གྲུས་པར་མ་བྱས་དང་། །སྒྲ་མ་དེ་བྱུང་བྱ་ལུས་བཅུ་དང་། །ཀ་  
 བ་སོགས་ལ་བཞེན་པ་དང་། །སོར་མོའི་ཆོགས་ནི་འཐེན་པ་དང་། །དེལ་བྱི་  
 སྐྱ་མཉེ་ལ་སོགས་ལ། །ཐོག་མཐར་ཕྱག་ནི་མ་བྱས་དང་། །ཞལ་སྤར་ལྡན་པ་  
 མ་སྐྱར་བར། །སྒྲ་མ་དེ་མཆོན་ནས་སྐྱོས་པ་དང་། །གཞན་དག་གྲུས་པར་བྱ་  
 བའི་བྱིར། །བྱུང་པར་ཅན་གྱི་ཆོག་མ་བཟོད། །ཁོད་དང་ལུང་པ་ལ་སོགས་  
 ལ། །ལག་པས་ཁ་ནི་མ་བཀའ་དང་། །བྱ་བ་བེན་ནས་འཇམ་པ་ཡི། །ཆོག་གི་  
 བརྟེན་ནི་མ་སྐྱར་དང་། །མདུན་བྱུང་ལ་བས་མི་འདུག་དང་། །གོས་སོགས་ཚུལ་  
 ནི་མ་བསྐྱེད་ས་དང་། །གསང་སྤགས་དམ་ཆོས་ཉན་པའི་ཆོ། །བྱས་བཅུགས་



ཐལ་མོ་སྐྱར་བྱས་ནས། །གསོལ་བ་ལན་གསུམ་མ་བཟུང་དང་། །ང་རྒྱལ་  
 སྒྲིག་ཆོས་ཀྱན་སྤངས་ནས། །དུལ་ཞིང་བག་ཡོད་མ་བསྟེན་དང་། །སྒྲ་མས་  
 གནང་བ་མཐོང་ཐོབ་པར། །སྒྲ་མ་གནས་པའི་ས་སྤྱོད་གས་དེར། །རབ་གནས་  
 དཀྱིལ་འཁོར་སྐྱོན་སྒྲིག་དང་། །སྒྲོབ་མ་སྐྱད་དང་འཆད་པ་དང་། །སྒྲ་མའི་  
 སྒྲོབ་མ་སྒྲོབ་མར་བྱས། །སྐྱུན་འབྱེད་སོགས་ལ་ཅི་ཐོབ་པ། །དེ་ཀྱན་སྒྲ་མར་  
 མ་ཕུལ་དང་། །དེ་ཡིས་བསྟུབས་པ་སྤངས་ནས་ནི། །གཞན་ལ་ཅི་བདེར་མ་  
 བྱས་དང་། །སྒྲོབ་དཔོན་ལ་ནི་གང་ཕུལ་དང་། །སྒྲ་མས་ཀྱང་ནི་གང་སྐུལ་  
 བ། །དེ་ལ་བཟུང་དེ་ལག་གཉིས་ཀྱིས། །ལེན་པ་སོགས་ནི་མ་བྱས་དང་། །སྒྲ་  
 མའི་བྱང་དུ་གཞན་དག་གིས། །བྱག་སོགས་བྱེད་པ་མ་བསྒྲོག་དང་། །རང་  
 གི་ཀྱན་སྐྱོད་ལ་བཅོན་པས། །སྐྱུན་གྱི་རང་སྐྱོད་ལས་འདས་པ། །དགའ་བས་  
 ཕན་ཚུན་མ་བསྒྲོག་དང་། །བདེ་གཤེགས་སྒྲ་མའི་བཀའ་འདས་དང་། །སྐྱུན་  
 ལ་ཁྲིས་ནས་སྐྱོན་སྤྲས་དང་། །སྐྱུན་གྱི་ཆོས་ལྡན་ངག་བཅག་དང་། །སེམས་  
 ཅན་རྣམས་ལ་བྱམས་པ་སྤངས། །སེམས་ཅན་ལ་ནི་ཁྲིས་པ་དང་། །བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་གཉིས་སྤངས་པ་དང་། །རང་གཞན་གྱུབ་མཐའ་ལ་སྤྱད་དང་། །མ་  
 སྒྲིན་པ་ལ་གསང་བ་བསྐྱབས། །ཕྱང་པོ་ལ་བརྟུན་སྤྱད་པ་དང་། །སྟོང་པ་ཉིད་  
 ནི་སྤངས་བ་དང་། །གདུག་པ་ཅན་ལ་བྱམས་པར་བྱས། །སྐྱུ་ཡིས་བྱམས་  
 པ་བསྟེན་པ་དང་། །རྒྱན་པར་སྟོང་ཉིད་མ་བསྒྲོམས་དང་། །བདེ་བ་ཆེན་པོའི་  
 གདམས་ངག་དང་། །སྟོང་ཉིད་ཆོལ་བར་མ་བྱས་དང་། །དད་ལྡན་སྐྱུན་པར་  
 བྱས་པ་དང་། །རྣལ་འབྱོར་པ་ཡི་སྐྱོན་སྤྲས་པ། །དམ་རྒྱས་ཚུལ་བཞིན་མ་

བསྟེན་དང་། །བུད་མེད་ལ་ནི་སྟོད་པ་སོགས། །ཅ་ལྷུང་བཅུ་བཞི་བསྐྱེད་པ་  
 དག །ཤེས་རབ་སྟོབས་ཀྱིས་ལེན་པ་དང་། །དེ་ཡི་བདུད་ཅི་སྟོབས་ཀྱིས་  
 ལེན། །སྟོད་མིན་ལ་ནི་མི་གསལ་དང་། །ཆོགས་ཀྱི་ནང་དུ་ཅོད་པ་དང་། །དང་  
 ལྡན་ལ་གཞན་ཆོས་སྟོན་དང་། །ཉན་ཐོས་ནང་དུ་ཞག་བདུན་གནས། །རྩན་  
 ཀྱིས་རྣལ་འབྱོར་ང་རྒྱལ་བྱེད། །དད་པ་མེད་ལ་ཆོས་སྟོན་དང་། །སྟོར་བ་  
 ལེགས་པར་མ་བྱས་པར། །སྐལ་མིན་གསང་བ་སྟོན་པ་དང་། །བསྟེན་སོགས་  
 དག་པར་མ་བྱས་པར། །དཀྱིལ་འཁོར་ལས་ལ་བཟུག་པ་དང་། །སྟོམ་པ་  
 གཉིས་ཀྱི་བཅས་པ་ལས། །དགོས་པ་མེད་པར་འདས་པ་དང་། །ཅ་ལྷུང་  
 སྟོམ་པོའི་ལྷུང་བ་ལ། །སྟོམ་སེམས་དུས་དྲུག་མ་བཏང་དང་། །ཚུལ་ཁྲིམས་  
 གསུམ་དང་འགལ་བ་དང་། །སྐྱབས་འགོ་དུས་དྲུག་མ་བྱུང་དང་། །དོ་རྩེ་  
 བྱིལ་བུ་ཕྱག་རྒྱ་ཡི། །དམ་ཆོག་བསྟེན་པར་མ་བྱས་དང་། །སྟོབ་དཔོན་དུས་  
 དྲུག་མ་མཆོད་དང་། །ཟང་ཟེང་མི་འཇིགས་ཆོས་དང་བྱམས། །སྟེན་པ་  
 དུས་དྲུག་མ་བྱིན་དང་། །བྱི་དང་གསང་བ་ཐེག་པ་གསུམ། །དམ་ཆོས་འཇིན་  
 འདོད་མ་བསྐྱེད་དང་། །སྟོམ་པ་དང་ནི་མཆོད་པ་ལ། །དུས་དྲུག་བཙོན་པར་  
 མ་བྱས་དང་། །སེམས་ཅན་འདུལ་བྱིར་མ་གཏོགས་པར། །བྱ་བ་མ་ཡིན་མ་  
 སྤངས་དང་། །རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་མ་མཆོད་དང་། །དགེ་བཅུ་སྐྱབ་ལ་མི་  
 བཙོན་དང་། །ཐེག་པ་དམན་ལ་འདོད་བྱས་དང་། །སེམས་ཅན་དོན་ལ་རྒྱབ་  
 བྱོགས་དང་། །འཁོར་བདག་གྲང་སྤང་པ་དང་། །རྟག་ཏུ་སྤང་ན་འདས་ཆགས་  
 དང་། །ལྟ་དང་ལྟ་མིན་གསར་བ་པ། །དེ་དག་རྣམས་ལ་བརྟུས་པ་དང་། །ཕྱག་

རྒྱ་བཞེན་པ་མཆོན་ཆ་དང་། །མཆོན་མ་འགོམས་དང་བོས་པ་དང་། །དེ་  
བཞེན་དམན་མ་ལྟ་ཡི་གི། །རྒྱ་བཟང་དག་གིས་བརྩིས་པ་སོགས། །སྒྲིམ་པོའི་  
གཞི་ལས་གྱུར་པ་དང་། །རིགས་ལྡན་སོ་སོའི་དམ་ཆོག་ལས། །འདས་པར་  
གྱུར་པ་ལ་སོགས་པ། །མདོར་ན་རྩེ་རྩེ་ཐེག་པ་ཡི། །འདུལ་བ་དང་འགལ་ཉེས་  
པ་ཀྱན། །ཁོང་པར་སོར་པའི་དུག་བཞེན་དུ། །འགྲོད་པ་དུག་པོས་བཞགས་  
པར་བཀྱི། །སྒྲིམ་པོ་དམ་དགོན་མཆོག་གསུམ། ཐུགས་རྩེ་བྱིན་རྒྱལ་མ་ཆུ་  
རྒྱན་གྱིས། །བདག་གི་སྒྲོ་གསུམ་ཉེས་ལྟར་ཀྱན། །བྱད་ཞིང་དག་པར་བྱིན་  
གྱིས་རྒྱལ་ས། །ཞེས་ཐུགས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱའི་སྒྲིམ་ཆོག་བཅས་སོ།།

## ཡང་གསོ་སྦྱོང་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཆུ་ལ་ནི།

གང་ཐང་དགོན་མཆོག་བསྟན་པའི་སྦྱོན་མེས།

རྒྱུད་ཆགས་གསུམ་པ་རྒྱས་བསྐྱུས་གང་རིགས་སྦྱོན་དུ་བཏང་། སྦྱི་  
བཞགས་ཆར་གསུམ་བཏོན། །ཡུལ་བསྐྱབ་པ་རྒྱན་ན་ཐུག་གསུམ་བཅུ་ཉེ།  
སྟན་གསན་ཁུས་ནས།

གནས་བརྟན་དགོངས་སུ་གསོལ། །དེང་དགོ་འདུན་གྱི་གསོ་སྦྱོང་བཅོ་  
ལྡན་པ་ལགས་ལ། །བདག་དགོ་སྦྱོང་མིང་འདི་ཞེས་བཀྱི་བའི་ཡང་གསོ་སྦྱོང་

བཅོ་ལྔ་པ་ལགས་ཏེ།      བདག་དགེ་སློང་མིང་འདི་ཞེས་བྱ་བའི་བར་ཆད་གི་  
ཆོས་རྣམས་ཡོངས་སུ་དག་གོ་ཞེས་བདག་མཆི་ན།      བདག་ཡོངས་སུ་དག་  
པར་གནས་བརྟན་གྱིས་བཟུང་དུ་གསོལ།      བདག་དགེ་སློང་མིང་འདི་ཞེས་བྱ་  
བས་ཚུ་ལ་བྲིམས་གི་ཕུང་པོ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དེང་གསོ་  
སྦྱོང་གིན་གྱིས་བརྒྱབ་པོ།      །གང་གི་ཆེ་དགེ་འདུན་ཆོགས་རྟེན་པ་དེའི་ཆེ་  
དགེ་འདུན་དང་ལྷན་ཅིག་གསོ་སྦྱོང་རྒྱ་ཆེར་ཉམས་སུ་སྦྱོང་བར་བྱ་ཞིང་།      སོ་  
སོར་ཐར་པའི་མདོ་འདོན་པ་ཡང་གདོན་པར་བགྱིའོ།      །ལན་གསུམ་བརྗོད།  
གཏང་རག་གི་ཕྱག་གསུམ་བཅུ་ལ།      དུ་ལ་མེད་ན་སྟན་གསན་དང་གཏང་རག་  
མེད།      དགོངས་གསོལ་ལ་ལྷ་དགོངས་སུ་གསོལ་ཞེས་བསྐྱུར།      །གུང་ཐང་དགོན་  
མཆོག་བསྟན་པའི་སྦྱོན་མེས་མཛད་པའོ། །

## ༥ བདེན་ཆོག་སྒྲོན་ལམ།

༧ གོང་ས་སྐྱེའང་བཅུ་བཞི་པ་ཆེན་པོས།

ན་མོ་རྩ་ཏུ་ཡ་ཡ།      ཆོད་མེད་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོའི་དཔལ་མང་བ་  
ཞིང་། །ཉམ་ཚུང་འགོ་ལ་བྱ་གཅིག་ལྟར་དགོངས་པའི། །དུས་གསུམ་བདེ་  
གཤེགས་སྤུས་དང་སྒྲོབ་མར་བཅས། །བདག་གི་བདེན་པའི་སྒྲེ་དག་འདི་  
དགངས་ཤིག །སྲིད་ཞིའི་གདུང་སེལ་ཡོངས་རྫོགས་བྱུང་པའི་བསྟན། །འཛམ་  
གླིང་ཡངས་པའི་ཕན་བདེའི་དཔལ་དུ་རྒྱས། །དེ་འཛིན་མཁས་དང་གྲུབ་པའི་  
སྒྲེས་བྱ་རྣམས། །ཆོས་སྒྲོད་རྣམ་བཅུའི་བྱ་བ་འཕེལ་བར་མཛོད། །མི་བད་  
ལས་ངན་དྲག་པོས་ཡོངས་ཅོན་པས། །བར་མེད་དུམས་མནར་བའི་ཉམ་  
ཐག་འགོ། །བཅོད་དགའ་ནང་མཆོན་ཐུ་གའི་འཛིགས་པ་ཀྱན། །ཞི་ནས་བདེ་  
དགའ་རྒྱ་མཆོར་དབྱགས་དབྱངས་མཛོད། །ཁྱད་པར་གངས་སྒྲོངས་ཆོས་  
ལྷན་སྒྲེ་འགོ་རྣམས། །ནག་ཕྱོགས་སྒྲོའི་དཔུང་གིས་བཙེ་མེད་དུ། །ངན་  
དགུས་འཛོམས་པའི་ཁྲག་དང་མཆི་མའི་རྒྱན། །ལྷུང་དུ་ཆད་པའི་བྱགས་  
རྩེའི་མཐུ་དཔུང་སྒྲེད། །ཉོན་མོངས་གདོན་གྱིས་སྒྲོས་པའི་བཟང་སྒྲོད་  
གྱིས། །རང་གཞན་གཉིས་ཕུང་བགྱིད་པའི་སྒྲིང་རྩེའི་ཡུལ། །མི་བསྐྱུན་སྒྲེ་བོའི་  
ཆོགས་རྣམས་སྤང་དོར་མིག །ཡོངས་ཐོབ་བྱམས་བཙེས་མཛའ་བའི་དཔལ་  
ལ་སྒྲོད། །རིང་ནས་སྒྲིང་དུ་བརྟག་པའི་འདོད་པའི་དོན། །ཡོངས་རྫོགས་བོད་  
སྒྲོངས་རང་དབང་གཙང་མའི་དཔལ། །ལྷན་གྲུབ་ཆོས་སྲིད་བྱང་འབྲེལ་དགའ་



སྟོན་ལ། །སྟོན་པའི་སྐལ་བཟང་ཕྱར་བ་ཉིད་དུ་སྟོན་ལ། །བསྟན་དང་དེ་འཛིན་  
 ཆབ་སྲིད་རབ་རིགས་སྟངས། །གཅེས་པའི་ལུས་སྟོག་ལོངས་སྟོན་ཡོངས་  
 བཏང་སྟེ། །དཀའ་བ་བརྒྱ་ཕྱག་སྐྱབ་པའི་སྟེ་བོ་ནམས། །བྱ་འཛིན་མགོན་དེས་  
 ཐུགས་རྗེས་སྟོང་བར་མཛོད། །མདོར་ན་མགོན་པོ་སྐུན་རས་གཟིགས་དབང་  
 གིས། །སྤུས་བཅས་རྒྱལ་བའི་སྐུན་སྤར་གངས་ཅན་ཞིང་། །ཡོངས་བཟུང་  
 རྒྱ་ཆེན་སྟོན་ལམ་གང་མཛད་པའི། །འབྲས་བཟང་དེར་འདིར་ཕྱར་དུ་འཆར་  
 བར་གསོལ། །སྤང་སྟོང་ཆོས་ཉིད་ཟབ་མོའི་རྟེན་འབྲེལ་དང་། །མཆོག་གསུམ་  
 ཐུགས་རྗེའི་མཐུ་དང་བདེན་ཆོག་སྟོན་ལ། །ལས་འབྲས་བསྐྱེ་མེད་བདེན་  
 མཐུས་བདག་ཅག་གི །བདེན་པའི་སྟོན་ལམ་བགོགས་མེད་ཕྱར་འབྲུབ་  
 ཞོག །

ཅེས་པ་འདི་ཡང་དེར་དུས་འཇམ་སྒྲིང་ཁྱོན་ལ་སྟོན་ལམ་ལྟར་ཆོགས་མཆོ་ལྟར་བཞོལ་ཅིང་། །སྟག་པར་བོད་ལྗོངས་  
 ཆོས་ཀྱི་ཞིང་དུ་ཆོས་མིན་སྒྲ་སྟོའི་ང་གིས་རྩལ་སྟོན་དྲག་གཞོན་མི་ཟད་པས་རྒྱལ་བསྟན་ཆབ་སྲིད། བོད་ལྗོངས་མི་མང་དང་། རང་  
 རིགས་ཀྱི་རིག་གཞུང་དང་བཅས་པ་སྟོན་མེད་དུ་བཅོམ་དང་འཛོམས་བཞིན་ཀྱི་དུས་ངན་ཐོག་དུ་འབས་པ་འདི་དག་ལྟག་མེད་དུ་ཞི་  
 ཞིང་། ཆོས་སྲིད་རང་དབང་གཙང་མ་ཕྱར་དུ་ཐོབ་པ་སོགས་ཀྱི་སྟངས་དུ་མཆོག་གསུམ་ཐུགས་རྗེ་སྟོན་པའི་བདེན་གསོལ་སྟོན་ཆོག་  
 འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་འབྲི་འདུན་ཐོག་འདིར་འཁོད་གཞུང་ཞབས་སེར་སྐྱ་སྐྱི་མགྲིན་དང་། བར་ཞི་ཕྱན་ཆོགས་དབང་རྒྱལ། ལྟ་བུ་ཐོན་སྒྲ་  
 གང་གི་མཛོད་པ་སྟོན་བཟང་བསྟན་འཛིན། བཟའ་སྒྲ་དམན་བཟའ་ཞིས་སྟོན་ལ། ཞེས་མཛོད་སྟོན་བཟང་དོན་རྗེ་བཅས་ནས་སྤྲུལ་བསྐྱལ་  
 རོར། བད་དཀར་འཆང་བའི་སྟེ་མིང་འཛིན་པའི་དགེ་སྟོང་དག་དབང་སྟོན་བཟང་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཆོས། བོད་རབ་ལོ་ལྷགས་པོ་གི་  
 བའི་སྟོན་སྒྲ་འབྲིང་པོའི་ཆོས། །

སྟེ་ལོ་སྟོན་ ཆོས་ ལ། འཕགས་ལུལ་པཎ་འཇམ་ཀར་ར་རྫོང་ཁོངས་སྤྱུ་ཨ་ཤེར་མ་མམ། ཞི་བའི་གནས་ཀྱི་བསྟོན་གནས་  
 ལ། སྟོན་པའི་མཆོམས་སྟོང་དྲག་པོས་སྐུར་བདེ་དེ་བཞིན་དུ་འབྲུབ་པར་གྱུར་ཅིག །