

# ལམ་རིམ་རྒྱུ་ལ་ ལག་བཅངས།



བཞོན་པ། རྒྱུ་སྒྲུབ་ཀྱི་ལམ་གྱི་རིམ་བ།

ལྷུབས་ཆེ་པ་ཐོང་ཁ་བས་གསུངས། ལྷུབས་ཆེ་ཁི་བྱང་རིན་པོ་ཆེས་ཕྱོགས་བརྒྱུགས་མཛད།

སྒྲོན་འགྲོའི་རིམ་བཞག་.....	2
ཆོས་ཁུངས་བཙུན་པར་བསྟན་པའི་སྤྱིར་མཛད་པ་པོའི་ཆེ་བ། .	30
རིགས་ཕྱན་སྤུམ་ཆོགས་པར་སྐྱེ་བ་བཞེས་པའི་ཚུལ། .....	32
ཉེན་དེ་ལ་ཡོན་ཏན་བརྟེན་པའི་ཚུལ་ནི། .....	32
བརྟེན་ནས་བསྟན་པ་ལ་བྱ་བ་མཛད་པའི་ཚུལ་ལ་གཉིས། .....	48
གདམས་ངག་ལ་གྲུས་པ་བསྐྱེད་པའི་སྤྱིར་ཆོས་གྱི་ཆེ་བ། .....	77
བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་འགལ་མེད་དུ་རྟོགས་པའི་ཆེ་བ། .....	78
གསུང་རབ་མ་ལུས་གདམས་ངག་ཏུ་འཆར་བའི་ཆེ་བ་ནི། .....	82
རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་བདེ་ལྷག་ཏུ་རྟེན་པའི་ཆེ་བ་ནི། .....	87
ཉེས་སྦྱོད་ཆེན་པོ་རང་འགགས་སུ་འགྲོ་བའི་ཆེ་བ་ནི། .....	89
ཆེ་བ་གཉིས་ལྡན་གྱི་ཆོས་ལ་ཉན་བཤད་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་ནི། .....	96
ཆོས་ཉན་པའི་ཚུལ། . .....	96
ཆོས་བཤད་པའི་ཚུལ་ལ་བཞི། .....	121
གོང་གི་ས་བཅད་གསུམ་པ་མཐུག་ཏུ་ཐུན་མོང་དུ་ ཇི་ལྟར་བྱ་བ་ནི། .....	129

གདམས་པ་དངོས་ཀྱིས་སློབ་མ་ཇི་ལྟར་བཀྱི་བའི་	
ཇི་མ་པ་ལ་གཉིས། .....	131
ལམ་གྱི་རྩ་བ་བཤེས་གཉིན་བསྟེན་པའི་ཚུལ་དང་། .....	131
སློབ་བའི་ཆོས་འདི་ལ་བྱུག། .....	132
གནས་ཁང་གི་དོར་བྱས་ལ་སྐྱ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་	
ཉིན་དབུམ་བ། .....	132
མཆོད་པ་གཡོ་མེད་ཅིང་བཀོད་པ་མཛེས་པར་བཤམ་པ་ནི། ..	145
དག་སེམས་བྱུང་པར་ཅན་གྱི་ངང་ནས་སྐྱབས་འགོ་	
སེམས་བསྐྱེད་རྒྱུད་དང་འདྲེས་ངེས་སུ་བྱ་བ་ལ། .....	153
ཆོགས་ཞིང་གསལ་འདེབས་པ་ལ། .....	192
བསགས་སྐྱུང་གི་གནད་བསྐྱུས་པ་ཡན་ལག་བདུན་པ་	
མཐུལ་དང་བཅས་པ་འབྲུལ་བ། .....	209
གསོལ་བ་འདེབས་པ་མན་ངག་བཞིན་རྒྱུད་དང་	
འདྲེས་ངེས་སུ་བྱ་བ་ནི། .....	244
ལམ་གྱི་རྩ་བ་བཤེས་གཉིན་བསྟེན་པའི་ཚུལ་དང་། .....	252

བསྟན་པའི་པན་ཡོན། .....	254
མ་བསྟན་པའི་ཉེས་དམིགས་ནི། .....	265
བསམ་པས་བསྟན་ཚུལ་ལ་གཉིས། .....	277
ཅ་བ་དད་པ་སྐྱང་བ་དང་། .....	277
བཀའ་བློན་རྗེས་སྐྱབས་ཏེ་གྲུ་ས་པ་བསྐྱེད་པ་ལ། .....	294
སྒྲོར་བས་བསྟན་ཚུལ་ནི། .....	306
བསྟན་ནས་སྒོ་རི་ལྟར་སྐྱང་བའི་ཚུལ་ལ་གཉིས། .....	315
དལ་བའི་ཉེན་ལ་སྦྱང་པོ་སྐྱང་བའི་ཕྱིར་དུ་བསྐྱེད་པ་དང་། .....	315
དལ་འབྱོར་ངོས་བཟུང་བ། .....	316
དོན་ཆེ་བར་བསམ་པ་ལ་གསུམ། .....	322
ཉེད་དཀའ་བ་བསམ་པ་ལ་གསུམ་ལས། .....	326
སྐྱེས་བུ་ཆུང་དུ་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་གྱི་	
རིམ་པ་ལ་སྒོ་སྐྱང་བ། .....	341
འཛིག་ཉེན་ཕྱི་མ་དོན་གཉིར་གྱི་སྒོ་བསྐྱེད་པ་དང་། .....	342
འཛིག་ཉེན་འདིར་རིང་དུ་མི་གནས་པར་འཆི་བ་	

རྗེས་སུ་བྲན་པ་དང་། .....	342
འཇིག་རྟེན་སྤྱི་མར་རི་ལྟར་འགྱུར་བ་འགྲོ་བ་	
གཉིས་ཀྱི་བདེ་སྤྱད་བསམ་པ་ལ། .....	375
དཔྱུལ་བའི་སྤྱད་བསམ་པ་ལ་བཞི་ལས། .....	378
ཡི་དྲགས་ཀྱི་སྤྱད་བསམ་པ་ལ། .....	395
དུད་འགྲོའི་སྤྱད་བསམ་པ་ལ་གཉིས། .....	403
འཇིག་རྟེན་སྤྱི་མར་བདེ་བའི་ཐབས་བསྟན་པ་ལ་གཉིས། .....	411
བསྟན་པ་ལ་འཇུག་པའི་སྒོ་དམ་པ་སྐྱབས་འགྲོ་བྱ་བ་དང་། .....	411
རྒྱ་གང་ལ་བཞེན་ནས་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་ནི། .....	412
ཡུལ་གང་ལ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་ལ་གཉིས། .....	413
རི་ཙམ་གྱིས་སྐྱབས་སུ་སོང་བའི་ཆད་ལ་བཞི་ལས། .....	421
སྐྱབས་སུ་སོང་བའི་ཕན་ཡོན་ལ། .....	440
སྐྱབས་སུ་སོང་བའི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་གཉིས། .....	447
བདེ་ལེགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་ལས་འབྲས་ལ་	
ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་བསྐྱེད་པ་ལ། .....	455

ལས་འབྲས་སྒྱིར་བསམ་པ། .....	458
སྒྱིར་བསམ་ཚུལ་དངོས་དང་། .....	458
ལས་འབྲས་བྱེ་བྲག་ཏུ་བསམ་པ་ནི། .....	490
བསམས་ནས་འཇུག་སྒྲོག་བྱ་ཚུལ་ལ་གཉིས། .....	495
སྒྲོབས་བཞིས་སྒྱོང་བའི་ཚུལ་ལ། .....	497
སྒྲེས་བྱ་འབྲིང་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་གྱི་ རིམ་པར་སློ་སྤྱང་བ་ལ་གཉིས། .....	502
ཐར་པ་དོན་གཉེར་གྱི་སློ་བསྐྱེད་པ་གཉིས། .....	502
འཁོར་བ་སྒྱུ་འཁྱུག་བསྐྱེད་པ་ལ་གཉིས། .....	502
སོ་སོའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་པ་ལ་གཉིས། .....	518
ཀུན་འབྱུང་འཁོར་བའི་འཇུག་རིམ་བསམ་པ་དང་། .....	542
ཉོན་མོངས་པ་སྒྱེ་ཚུལ་ལ་བཞི། .....	542
དེས་ལས་གསོག་ཚུལ་ནི། .....	556
འཆི་འཕོ་བ་དང་ཉིང་མཆོམས་སྒྱོར་བའི་ ཚུལ་ལ་གསུམ་ལས། .....	559



ཐར་པར་བཟོད་པའི་ལམ་གྱི་རང་བཞིན་གཏན་ལ་	
དབབ་པ་དངོས་བཤད་པ་ལ་གཉིས། .....	570
ཉེན་ངེ་ལྟ་བུ་ཞིག་གིས་འཁོར་བ་ལས་སྡོག་པ་ནི། .....	570
ལམ་ངེ་ལྟ་བུ་ཞིག་གིས་འཁོར་བ་ལས་སྡོག་པ་ནི། .....	571
སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་རིམ་པར་སློབ་སྦྱང་བ་ལ་གསུམ། ....	583
ཐེག་ཆེན་གྱི་འཇུག་སྒོ་སེམས་བསྐྱེད་ཁོ་ནར་བསྟན་པ། .....	583
བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་ལ་གཉིས། .....	604
བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་སྦྱོང་བའི་རིམ་པ་དངོས་ལ། .....	604
རྒྱ་འབྲས་མན་ངག་བདུན་གྱི་སྒོ་ནས་སློབ་སྦྱང་བ་ལ། .....	605
རྒྱ་འབྲས་མན་ངག་བདུན་གྱི་སྒོ་ནས་སློབ་སྦྱང་བ་འདི་ལ། .....	608
དེ་ལ་བཏེན་ནས་གཏོང་ལེན་བསྒྲུབ་ཚུལ་ནི། .....	643
སེམས་བསྐྱེད་ནས་སྦྱོང་བ་ལ་སློབ་ཚུལ་ལ། .....	673
རང་རྒྱུད་སྒྲིན་པར་བྱེད་པ་པར་ཕྱིན་བྱུག་ལ་	
སློབ་ཚུལ་ལ་གསུམ། .....	674
ཕྱིན་པ་ལ་སློབ་ཚུལ། .....	674

ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་པར་བྱིན་གྱི་ཉམས་ལེན་ནི། .....	679
བཟོད་པ་ལ་སློབ་ཚུལ་ལ། .....	682
བཙོན་འགྲུས་སློབ་ཚུལ་ནི། .....	689
ཁྱད་པར་དུ་པར་བྱིན་བ་མ་གཉིས་ལ་སློབ་ཚུལ་ལ་གཉིས། ....	694
བསམ་གཏན་གྱི་ངོ་བོ་ནི་གནས་ལ་སློབ་ཚུལ་ལ་དུག།  .....	694
ནི་གནས་ཀྱི་ཚོགས་བསྟན་པ་ལ་དུག།   .....	696
ནི་གནས་སྐྱབ་ཚུལ་དངོས་ནི། .....	700
དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་གནས་དགུ་སྐྱབ་ཚུལ་ནི། .....	717
དེ་སྟོབས་དུག་གིས་འགྲུབ་ལུགས་ནི། .....	722
དེ་ལ་ཡིད་བྱེད་བཞི་ཡོད་ཚུལ་ནི། .....	722
དེ་ལས་ནི་གནས་དངོས་འགྲུབ་ཚུལ་ནི། .....	723
ཤེས་རབ་ཀྱི་ངོ་བོ་ལྷག་མཐོང་ལ་སློབ་ཚུལ་ལ་གསུམ། .....	727
གང་ཟག་གི་བདག་མེད་གཏན་ལ་འབེབས་པ་གཉིས། .....	727
མཉམ་གཞག་ནས་མཁའ་ལྷ་བུའི་སྐྱོང་ཚུལ་ལ། .....	727
རྗེས་ཐོབ་སྐྱུ་མ་ལྷ་བུར་སྐྱོང་ཚུལ་ནི། .....	748



---

ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་གཏན་ལ་འབེབས་པ་ལ་གཉིས། .....	751
དེ་ལས་ལྷག་མཐོང་སྐྱེ་ཚུལ་ནི། .....	757
ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་དོན་མེད་ཐེག་པ་ལ་སློབ་ཚུལ་ཞུ་ན། .....	759
གཞན་རྒྱུད་སྒྲིན་པར་བྱེད་པ་བསྐྱུ་བཞི་ལ་སློབ་ཚུལ་ནི། .....	760
སེམས་བསྐྱེད་ཆོ་གས་བཟུང་བའི་ཚུལ་ལ་གཉིས། .....	761
མཇུག་ཏུ་དག་སྒྲིལ་སྒྲོན། .....	774
ལམ་རིམ་སློན་ལམ། .....	780
སློབ་ཐང་རྒྱལ་བསྟན་མ། .....	781
རྗེ་རིན་པོ་ཆེའི་བསྟན་པ་དང་མཇུག་བའི་སློན་ལམ། .....	783
ཐུབ་བསྟན་རིས་མེད་རྒྱས་པའི་སློན་ལམ། .....	784
བདེན་ཆོག་སློན་ལམ། .....	788
བསྟན་འབར་མ། .....	790
དཔར་བྱང་སློན་ཆོག་.....	794

---

ཕོན་སྒོང་།

༡ གོང་ས་༡ སྐབས་མགོན་ཆུལ་བའི་དབང་པོ་མཆོག་གི་བྱ་གསུ་  
 རྗེ་བཀྲིན་འོག་ སྤུན་གྱིས་གཞིན་སྐྱེས་སྒོ་གསར་དོན་གཉིར་ཅན་རྣམས་ལ།  
 ཀྱུ་ཤུ་རྟགས་ཅན་གྱི་ལག་ཐོག་ཁ་པར་དང་ iPad སྒོ་གསུ་སོགས་བརྒྱུད་  
 རྣམས་དཔེ་དེབ་འདི་བཞིན་བོད་ཡིག་ལམ་རྣམས་གཟིགས་བདེ་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་  
 བཅོས་བ་ཡིན། སྤྲད་རྣམས་ཀྱང་རིམ་བས་དཔེ་དེབ་དོ་བཤུས་ལག་ཏུ་འགྱུར་  
 ཆེ་དེབ་གྲངས་མང་དུ་གཏོང་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་འོང་སྲིད་ན་དེར་སྤུན་བའི་ལམ་  
 སྟོན་བཀའ་སྒོ་བ་དགོངས་འཆར་ལྷན་སྦྲེལ་ཡོང་བར་རེ་བསྐྱེལ་ཞུ་རྒྱུ་དང།  
 ཞུ་དག་བསྐྱར་མ་སོགས་ལ་རང་རྣམས་གང་ཡོད་གྱིས་འབད་ཚེས་གྱིས་ཁུལ་  
 བྱས་ཀྱང་ཆུད་ཆད་ཞན་སྐབས་ནོར་འཁུལ་གང་ཤོར་རྣམས་བཅོད་གསོལ་ཞུ་  
 རྒྱུ་བཅས།

མེད་སྒྲིབ་དམར་འཇམ་དབྱངས་བསོད་ནམས་གྱིས།

དེ་བ་བཟོས་ཟིན་པ་རྣམས་སུ་ལ་དགོས་ན་བྱ་བྱ་རྒྱ་རྒྱ་ད་ནས་རིན་མེད་དུ་བྱུང་ཆོག།



འདི་གཉིས་ཀྱི་ནང་དུ་ iBooks ཡོད་ཆེ་དེ་བ་འདི་ཕབ་བཤུས་བྱེད་ཆོག  
 ན་ཀྱང་ཁ་བྱང་། marjamson618@gmail.com

༢༡། །རྣམ་གྲོལ་ལག་བཅངས་སུ་གཏོད་པའི་མན་ངག་ཟབ་མོ་ཆང་ལ་  
མ་ཉོར་བ་མཚུངས་མེད་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་ཐུགས་བརྩུང་བྱང་ཆུབ་  
ལམ་གྱི་རིམ་པའི་ཉམས་ཁྲིད་ཀྱི་བེན་བྲིས་གསུང་རབ་ཀྱི་གྱི་  
བརྩུང་བསྐྱུས་གདམས་ངག་བདུད་ཅིའི་སྒྲིང་པོ་  
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

བརྗོད་བྱ། རྒྱེས་བྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་བཞུགས་སོ།།

ལྷ་སྐབས་མེ་པ་བོང་ཁ་པས་གསུངས།

ལྷ་སྐབས་མེ་བྲི་བྱང་རིན་པོ་ཆེས་ཕྱོགས་བསྐྱེགས་མཛད།

## སྟོན་འགྲོའི་རིམ་པ།

བྱམས་སྟོང་ཐེག་པ་མཆོག་གིས་ཞི་མཐའ་བཅོམ། །  
སྟོང་བདེར་མ་ཆགས་བསྐྱབ་གསུམ་རྒྱལ་བསྟན་འཛིན། །  
བཟང་པོའི་འཕྲིན་ལས་ཆོས་བརྒྱད་དྲི་མས་དབེན། །  
བདེ་ལེགས་རྒྱ་མཚོའི་འབྲུང་གནས་མགོན་དེར་འདུད། །

གང་དེའི་ཞལ་ལུང་ནད་བརྒྱ་བྱུང་འབྲིན་སྟོན། །  
ཡོན་ཏན་རིན་ཆེན་འབྲུང་གནས་གསུང་གི་མཚོ། །  
བྱིས་སྟོའི་སྟོན་དུ་ཚུད་མིན་འོན་ཀྱང་འདིར། །  
བརྗེད་པར་ཕངས་སྟོས་ཆ་ཅམ་འགོད་ལ་བཅོན། །

དེ་ལ་འདིར་སྟོན་བྱུང་བའི་སངས་རྒྱས་གངས་མེད་དཔག་ཏུ་མེད་པ་  
ནམས་དང་། བསྐྱལ་བཟང་འདིའི་འདྲན་མཆོག་སྟོང་གི་དབྱུས་ན་པད་དཀར་  
ལྟར་མཐོ་བའི་མགོན་པོ་དེས་ཀྱང་སྐུ་དངོས་ཀྱིས་འདུལ་བར་མི་འོས་པའི་  
བདག་སོགས་སྐལ་དམན་གྱི་འགྲོ་བ་མཐའ་དག་ལ་དང་པོར་ནམ་པར་དཀར་  
བའི་སྟོ་སྐད་ཅིག་ཅམ་ཚུན་ཆད་སྟེ་རུ་བཅུག་པ་ནས་བཟུང་། རྟེན་བཟང་ལ་  
བཞག་སྟེ་ཆང་ལ་མ་ནོར་བའི་ལམ་བསྟན་པས་ནམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་

པའི་སར་བཞོད་པ་ལ་རང་དབང་དུ་བྱེད་པའི་བར། མདོར་ན་ཉེས་རིགས་  
 མཐའ་ཡས་པ་ལས་ནི་ཡང་ནས་ཡང་དུ་བྱངས། ཡུན་སྐུམ་ཆོགས་པའི་  
 དངོས་པོ་མཐའ་ཡས་པ་ལ་ནི་ཉེ་བར་འགོད་པར་མཛད་པའི་བཀའ་ཤིན་ཅན་  
 མཚུངས་མེད་དཔལ་ལྷན་སྒྲུ་མ་དམ་པ་དོན་གྱི་སྦྱང་དུ་མཆོན་ནས་སྒྲིམ་ཏེ་རྗེ་  
 བཙུན་བྱམས་པ་བསྟན་འཛིན་འཕྲིན་ལས་རྒྱ་མཚོ་དཔལ་བཟང་པོ་མཆོག་  
 རས་བྱུང་པའི་གནས་མཆོག་དཔེན་གནས་རྒྱ་བཟང་རི་བོད་དུ། དཔྱ་གློད་  
 གདུལ་དཀའི་སྐྱེ་བོ་མི་བསྐྱུན་པ་བདག་ལྟ་བུས་ཀྱང་ཐེག་མཆོག་གི་གཏམ་  
 གྱི་དགའ་སྟོན་སྒྲིབ་པའི་དུས་བཟང་པོ་ལྷགས་བྱ་སྟོན་སྒྲུ་ར་བའི་གནས་གང་  
 རས་དབུ་བཙུམས་ཏེ་ཉིན་ཉེར་བཞིའི་རིང་། གདན་ས་ཆེན་པོ་གསུམ་དང་།  
 དབུས་གཙང་། མདོ་ཁམས་བཅས་ནས་སྐྱོམ་པས་རྒྱ་དོན་དུ་གཉེར་བ་བཞིན་  
 གསུང་གི་བདུད་རྩི་སྒྲིབ་པ་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་དཀའ་སྦྱང་ཆེན་པོས་ལྷགས་པའི་  
 སྒྲུ་ལྷུ་བཙུ་བྱུ་གསུམ་དང་། སྒྲེ་སྒྲོད་འཛིན་པ་དུ་མ་དང་བཅས་ཆོགས་པ་  
 བརྒྱ་ཕྱག་བདུན་བརྒྱལ་བ་ལ། བྱང་རྒྱལ་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་དམར་བྲིད་འཇམ་  
 དཔལ་ཞལ་ལྷུང་གི་བྲིད་རྒྱན་རྒྱས་པ་དབུས་བརྒྱད་ལྷགས་དང་། བསྐྱུས་པ་  
 སྟོ་བརྒྱད་ལྷགས། སྐྱར་ལམ་དམར་བྲིད། སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོའི་བདག་གཞན་  
 མཉམ་བཞེའི་སྐབས་སྒྲོ་སྒྲོང་དོན་བདུན་མ་བཅས་སྐྱགས་པའི་ཉམས་བྲིད་  
 ལྷུ་ལ་བ་ལས། དེ་དག་གི་སྐབས་དོན་གྱི་ཆ་ཤས་རེ་རེ་ནས་ཀྱང་མཆོན་བྱེད་  
 གྱི་དཔེ་དང་། སྐྱབ་བྱེད་གྱི་རིགས་ལ། རོ་མཆར་བའི་གཏམ་རྒྱུད། ཡིད་ཆེས་  
 པའི་ལྷུང་དང་བཅས་ཏེ་སྟན་བརྒྱུད་གྱི་མན་ངག་གིས་བརྒྱན་ནས་གསུངས་

པས། ལས་དང་པོ་པ་རྣམས་ལ་གོ་བདེ་ཞིང་རབ་འབྱིང་ཐ་གསུམ་གྱི་སྟོར་  
འཆོམས་པ། ཉམས་སྟོང་རྒྱུད་ཐོག་ཏུ་ཁེལ་བས་ཡིད་འཁུལ་སྟེ་ཞིང་སེམས་  
ལ་པན་པ། སྐབས་རེ་ཕྱོད་སྟོ་བས་གཉིད་རྒྱལ་ས་བྱིང་འཐིབས་སངས་ཤིང་།  
རེས་འགར་དུ་སྟོ་བས་མཆི་མ་དབང་མེད་དུ་འབྱེན་དགོས་པ་དང་། གཞན་  
དག་ཏུ་འཇིགས་ཤིང་ཡིད་འབྱུང་བས་ད་ལྟ་རང་ནས་ཆེ་སྟོས་བཏང་གིས་  
ཉམས་ལེན་ཁོ་ན་བྱས་ནས་ཅིའི་བྱིར་མི་འདུག་སྟུང་དུ་བཟོད་སྒྲགས་མེད་  
པའི་སྟོ་ངེས་པར་འགྱུར་བ་ལྟ་བུས་མཆོན་འཆད་ཚུལ་བྱད་པར་དུ་འཕགས་  
པའི་གསུང་བཤད་མཐའ་དག་པ་ནི་བྱི་བར་ག་ལ་རུས། འོན་ཀྱང་ཉམས་སྟོང་  
རྒྱུད་ཐོག་ཏུ་འགོལ་བའི་མན་ངག་གི་གནད་འགག་རྣམས་བཟེད་ན་ཤིན་ཏུ་  
ཕངས་པས་རང་སྟོས་གང་སྟོབས་ཤིག་ཟིན་གྱིས་སྟུ་བགྱིད་པར། རྗེས་སྟུ་རྗེ་  
སྟེ་མ་མཆོག་ནས་ཀྱང་། ཆོས་གལ་དུ་མ་ངེས་པ་རྣམས་ལ་ངོས་ནས་བྱར་དུ་  
འཆད་པར་དགའ་ཞིང་། ཟིན་གྱིས་འདེབས་མི་མང་ཡང་ཆ་ཆང་བ་དང་། ཡིད་  
བརྟན་རུང་བ་དགའ་བས་སྟོང་གྱིས་གང་ངེས་པ་རྣམས་ཟིན་གྱིས་ཐོབས་ཤིག་  
ཅེས་བཀའི་གནང་བ་ཐེབས་པ་དང་། སྐྱབ་པ་ལྟར་ལེན་འདོད་པའི་གྲོགས་  
གཞན་ལའང་སྟེ་མའི་གསུང་གི་ཆབ་མ་ལྟ་བུར་པན་དུ་རེ་བའི་སྟོས་བཅོས་  
སྟེ་མེད་པར་དགོད་པར་བྱའོ།

༥ དེ་ལ་ཉིན་དང་པོར། མཚུངས་མེད་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་ཞལ་སྟུ་ནས་  
ཁིད་ཀྱི་སྟོན་འགྲོ་ཀུན་སྟོང་འཆོས་པ་ནས་བརྩམས་ཏེ་འདི་ལྟར་གསུངས་  
ཏེ། ༥ འོ་ལགས་སོ། །ཁམས་གསུམ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཙཱ་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་



གསུང་ལས། དལ་བའི་རྟོན་འདི་ཡིད་བཞིན་ནོར་ལས་ལྷག་། འདི་འདྲ་རྟོན་པ་  
 ད་རེས་ཅམ་ཞིག་ཡིན། རྟོན་དགའ་འཇིག་སྒྲ་རྣམ་མཁའི་སྒྲིབ་དང་འབྲ། །  
 ཚུལ་འདི་བསམས་ནས་འཇིག་རྟོན་བྱ་བ་ཀྱིས། །སྒྲིབ་པ་འཕྱར་བ་བཞིན་དུ་  
 རྟོགས་གྱུར་ནས། རྟོན་མཆོན་ཀྱི་ཕྱི་སྒྲིབ་པ་ལོན་པ་དགོས། རྣལ་འབྱོར་  
 ངས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་དེ་ལྟར་བྱས། །ཐར་འདོད་བྲེད་ཀྱང་དེ་བཞིན་བསྐྱེད་ས་  
 འཆལ་ལོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རང་ཅག་ཆེ་རབས་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་  
 ད་ལྟའི་བར་དུ་འཁོར་བ་ན་སྒྲིབ་བསྐྱེད་འདི་མ་སྒྲིབ་བྱ་བ་དང་། བདེ་སྐྱིད་ཀྱང་  
 འདི་མ་སྐྱེད་བྱ་བ་གཅིག་ཀྱང་མེད་པར་ལུས་རི་སྐྱེད་ཅིག་སྒྲུངས་ཀྱང་སྐྱེད་པོ་  
 ལོན་པ་གཅིག་ཀྱང་མ་བྱུང་ལ། ད་རེས་ཀྱི་སྐབས་འདིར་དལ་འབྱོར་གྱི་རྟོན་  
 རྣམ་པར་དག་པ་ཐོབ་པ་འདི་ལ་སྐྱེད་པོ་ལོན་པ་ཞིག་བྱ་དགོས་ཏེ། རང་ཅག་  
 རྣམས་ཀྱིས་མ་བརྟགས་མ་དབྱེད་པའི་ཆེ་འདི་ལྟ་བུའི་རྟོན་བཟང་པོ་རྟོན་པ་ལ་  
 དགའ་ཆོར་ཅི་ཡང་མེད་ཅིང་། དེ་ལས་དངུལ་སྤང་གང་དོ་རྟོན་པ་ལ་དགའ་  
 ཆོར་ཆེ་བ་ཅམ་དུ་བརྟེན་བ་དང་། དལ་འབྱོར་སྒྲིབ་ཟད་དུ་སོང་བ་ལ་ཕངས་  
 སེམས་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པར། དེ་ལས་དངུལ་སྤང་གང་དོ་བོར་བ་ཕངས་  
 སེམས་ཆེ་བར་བྱེད་འདུག་མོད། རང་རེས་ཐོབ་པའི་རྟོན་འདི་ནི་ཡིད་བཞིན་  
 གྱི་ནོར་བུ་འབྱུང་འབྱུང་ལས་ཀྱང་ལྷག་པ་ཡིན་ཏེ། ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་དེ་  
 བཟུ་བ་གསུམ་དང་། བྱི་བ་གསུམ་གྱི་སྒྲོ་ནས་དག་པར་བྱས་ཏེ་རྒྱལ་མཆོན་  
 གྱི་རྟེན་མཆོད་ན་ཟས་གོས་སོགས་ཆེ་འདིའི་བདེ་སྐྱིད་འབད་མེད་དུ་འབྱུང་  
 ཞིང་། དེ་ལྟ་བུའི་ནོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་བརྒྱ་སྒྲིབ་ཁྱིའི་འབྱུང་རྟོན་ཀྱང་། དེས་རྟོན་

འདིའི་སྟེང་ནས་བསྐྱབ་རྒྱའི་དོན་ཚུང་ཤོས་ཕྱི་མ་ངན་སོང་དུ་མི་འགྲོ་བའི་  
ཐབས་ཅམ་ཡང་བྱེད་ཀྱས་པ་མིན་ལ། རྟོན་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་ཕྱི་མ་ངན་སོང་  
དུ་མི་འགྲོ་བ་ཞིག་བྱེད་ནའང་འདིས་བྱེད་ཀྱས། དེ་བཞིན་དུ། ཆངས་པ་དང་།  
བརྒྱ་བྱིན་ལ་སོགས་པའི་རྟོན་ཞིག་བསྐྱབ་འདོད་ནའང་འདིས་སྐྱབ་པར་ཀྱས་  
པ་དང་། མངོན་དགའ་དང་། བདེ་བ་ཅན་དང་། དགའ་ལྡན་སོགས་དག་པའི་  
ཞིང་ཁམས་སུ་འགྲོ་བར་འདོད་ནའང་རྟོན་འདིའི་སྟོན་ནས་སྐྱབ་ཀྱས་པ་དང་།  
དེར་མ་ཟད་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་ཡང་རང་གིས་མ་  
བསྐྱབ་པ་མ་གཏོགས་རྟོན་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱབ་ཀྱས་པ་དང་། བྱེད་པར་  
དུ་ཡང་གཞན་དུ་བསྐྱལ་ཆེན་གངས་མེད་གསུམ་དུ་བསྐྱབ་དགོས་པའི་བྱང་  
འབྱུག་དོ་རྩེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་མཆོག་དེ་ཡང་རྟོན་འདི་ཉིད་ལ་བརྟེན་ནས་  
སྟོགས་དུས་ཀྱི་ཆེ་ཐུང་གཅིག་ལ་སྐྱབ་ཀྱས་ཤིང་། རོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་བྱེ་བ་  
འབྱམ་ཕྱག་ལས་ཀྱང་ལྷག་པ་ཡིན་པས། དེ་ལྟ་བུའི་རྟོན་འདི་ཐོབ་ནས་དོན་  
མེད་ཚུད་ཐོས་སུ་བཏང་ན། རོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་བྱེ་བ་འབྱམ་ཕྱག་ཚུད་ཐོས་  
སུ་བཏང་བ་ལས་ཀྱང་ཆེས་ཕངས་པས། དེ་ལས་གྲོང་ཆེ་བ་དང་། དེ་ལས་  
མྱོངས་པ་དང་། དེ་ལས་རང་གིས་རང་བསྐྱུས་ཆབས་ཆེ་བ་མེད་དེ། མགོན་  
པོ་ཞི་བ་ལྷས། འདི་འབྲའི་དལ་བ་རྟེན་གྱུར་ནས། །བདག་གིས་དགེ་གོམས་མ་  
བྱས་ན། །འདི་ལས་བསྐྱུས་པ་གཞན་མེད་དེ། །འདི་ལས་མྱོངས་པའང་གཞན་  
མེད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྟེང་།

སྟེང་པོ་ལེན་པ་ལ་ཡང་ད་ལྟ་ཉིད་ནས་བཙོན་དགོས་ཏེ། དེ་ལ་མ་བཙོན་

ན་འཆི་བར་ངེས་ཤིང་ནམ་འཆི་ཆ་མེད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ད་ལྟ་རང་རེ་ཆོས་  
 གྲུལ་དུ་ཡོད་པ་འདི་དག་གྲང་ལོ་བརྒྱ་སོང་བ་ན་གཅིག་གྲང་ལུས་པར་མི་  
 འགྱུར་ལ། སྒོན་བདག་ཅག་གི་སྒོན་པ་བསྐྱལ་པ་མང་པོར་ཆོག་པ་གཉིས་  
 གྱིས་བསྐྱུན་པའི་དོ་རྗེ་ལྟ་བུའི་སྐྱེ་བཞེས་པའང་ཐུང་ན་ལས་འདས་པའི་  
 ཚུལ་བསྟན། དེའི་རྗེས་སུ་བྱོན་པའི་འཕགས་བོད་ཀྱི་མཁས་གྲུབ་ལོ་བཅ  
 རྒྱུ་མས་གྲང་དེ་དང་དེ་བྱུང་ངོ་ཞེས་པའི་མིང་ཅམ་ལས་མ་ལུས་པར་ཞི་བར་  
 ག་ཤེགས་པའི་ཚུལ་བསྟན་བྱེད་ལ། མདོར་ན་འདི་ཉིད་མ་ཤི་བར་ལུས་པའོ་  
 ཞེས་པའི་མཆོན་གཞི་ད་ལྟ་གང་ནའང་སྒོན་རྒྱ་མེད་ཅིང་། དེ་ལྟ་བུའི་རེ་བའང་  
 བྱར་མེད་པས་རང་གཅིག་ཕྱ་ག་ལ་སྒོད། འཆི་བར་ངེས་པ་དེ་ལྟར་མ་བཟད་  
 ནམ་འཆི་ལ་ངེས་པ་མེད་དེ། སང་པོད་ད་ཆོད་ཅམ་ན་རང་མི་ཡུལ་འདིར་  
 ལུས་ལ་ཆོས་གོས་རྒྱུ་གསུམ་གྱོན་ནས་བསྐྱེད་ཡོད་དམ། ཡང་ན་སང་པོད་  
 ད་ཆོད་རང་དུད་འགོར་སྐྱེས་ནས་ལུས་ལ་སྐྱེ་ཞོལ་ལེ་བའམ། མགོ་ལ་རྩ་  
 ཅོ་བེང་ངེར་གནས་ཡོད་དམ། ཡང་ན་ཡི་དྲགས་ལྟ་བུར་སྐྱེས་ནས་བས་ཚུ་  
 ཐེགས་ཅམ་ཡང་མ་རྟེན་པར་བསྐྱེད་ཡོད་དམ། ཡང་ན་དཔྱལ་བར་སྐྱེས་ནས་  
 ཆ་གང་བཅོ་སྟེག་གི་སྐྱུག་བསྐྱལ་སྒྲོང་གིན་ཡོད་ངེས་པ་མེད་ལ། འཆི་བའི་  
 རྗེས་སུ་རིག་པ་རྒྱུན་ཆད་དེ་མི་འགོ་བས་སྐྱེ་བ་ཞིག་ལེན་དགོས། སྐྱེ་ས་དེ་  
 ཡང་བདེ་འགོ་དང་ངན་འགོ་གཉིས་ལས་མེད། གལ་ཏེ་མནར་མེད་ཀྱི་དཔྱལ་  
 བར་སྐྱེས་ན་མེ་དང་ལུས་དབྱེར་མེད་དུ་གནས་དགོས་པ་དང་། དེ་ལས་དྲག་  
 ཞོས་ཡང་སོས་ལྟ་བུར་ཉིན་རེ་ལ་ཤི་བེངས་བརྒྱ་དང་གསོན་བེངས་བརྒྱ་ལ་

སོགས་པས་མནར་བར་འགྱུར་ན། ད་ལྟ་རང་རེ་ལག་པ་མེར་བཅུག་པ་ཅམ་  
ཡང་མི་བཟོད་ན་དེར་རི་ལྟར་བཟོད། དེ་དག་ཏུ་སྒྲུག་བསྐྱེད་པ་ཡང་ད་  
ལྟའི་ལུས་འདིའི་སྟེང་ཏུ་སྟོང་བ་ལྟར་ཡིན་གྱི། འདི་འདྲ་མིན་པའི་སྟོང་ལུགས་  
ལས་སྤྲོ་མོ་ཞིག་ཨེ་ཡོད་སྟུམ་ན་ནི་དེ་འདྲ་མེད།

དེ་བཞིན་ཏུ་ཡི་དྲགས་སུ་སྐྱེས་ན་ལོ་མང་པོར་ཆུ་ཐིགས་གཅིག་ཅམ་  
ཡང་མི་རྟོད་པ་ཡོད། ད་ལྟ་སྐྱུང་གནས་སྐྱུང་བ་སོགས་ཀྱང་དཀའ་ལས་སུ་  
བྱེད་ན་དེར་སྐྱེས་ཆེ་རི་ལྟར་བཟོད། ཏུད་འགྲོ་ལ་ཡང་བྱི་ལྟ་བུར་མཆོན་ན།  
སྟོད་གནས་དང་། ཟས་ཆོལ་ལུགས། རི་ལྟར་རྟོད་པ་སོགས་ཞིབ་ཏུ་དཔྱད་  
དང་དེར་གྱུར་ཆེ་རི་ལྟར་བྱེད་བཟོད་ཐབས་ཨེ་འདུག །དེ་ཡང་ངན་སོང་ཞེས་  
པ་དེ་ཐག་རིང་པོ་ཞིག་ཡིན་སྟུམ་སྟེ། ངན་སོང་དང་རང་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་ཆོད་  
པ་དབུགས་གྲ་གྲུ་འདི་ཅམ་ཡིན། མ་བརྟགས་མ་དབྱེད་པའི་ཆེན་རང་རེ་ངན་  
སོང་ཏུ་རང་འགྲོ་དོགས་མེད། སྟོམ་པ་འདྲ་ནི་བསྐྱུངས། ཁ་ཉོན་འདྲ་ཡང་བྱས།  
སྤྲིག་ཟེར་བ་མི་བསད་ཏུ་བསྐྱེད་ལ་ལྟ་བུའི་སྟོབས་ཆེན་ནི་ཅི་ཡང་མ་བྱས་སྟུམ་  
པ་ཡོང་མོད་ཀྱང་། ལེགས་པར་མ་བརྟགས་པའི་སྟོན་ཡིན། བསམ་སྟོ་ཞིབ་  
ཏུ་བཏང་ན་ངན་འགྲོར་འགྲོ་མི་འགྲོ་རང་ལ་རང་དབང་མེད། ལས་ལ་རག་  
ལས་ཤིང་། རང་རེའི་རྒྱུད་ལ་དགེ་མི་དགའི་ལས་འདྲེས་མར་ཡོད་ཀྱང་ལས་  
གང་སྟོབས་ཆེ་བ་ཞིག་ལ་འཆི་ཁར་སྟེད་ལེན་གྱིས་གསོས་འདེབས་པ་ཡིན་  
ལ། དེ་ཉིད་རང་རྒྱུད་ལ་གང་སྟོབས་ཆེ་བ་བརྟག་ན་མི་དགེ་བ་རང་སྟོབས་ཆེ་  
ཞིང་། སྟོབས་ཆེ་ཆུང་ནི་ཀུན་སྟོང་དང་སྟོར་བ་མཐུག་རྣམས་ཤུགས་དྲག་

ཞན་ཡིན་པས། རང་རེས་མི་དགོ་བ་ཚུང་དུ་ཞིག་ལས་མ་བྱས་སྐྱམ་པ་ཆོ་  
 ཡང་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོར་འབྱུང་ཏེ། དཔེར་མཆོན་ན། དགོ་སྤྱད་ལྟ་བུར་གཏམ་  
 བཤད་ཆོག་གཅིག་གཏོང་ནའང་། ཞེ་སྤང་དག་པོས་ཀྱིན་ནས་སྒྲོམ་། སྒྲོམ་  
 བ་ཡང་ཆོག་ངན་གནད་ལ་གང་པོ་གཤིན་ཏུ་རྩ་བ་མོ་སྤྲས། མཐུག་ཏུ་ཡང་  
 ང་རྒྱལ་དང་ཁེངས་སེམས་ཆེན་པོ་བྱས་པས་སྒྲོམ་དངོས་རྗེས་གསུམ་ནས་  
 སྤྲས་དག་པོ་ཞིག་ཡོད། གཞན་ཡང་ཤིག་བསད་པ་ལྟ་བུར་ཡང་ཀྱིན་སྒྲོམ་ཞེ་  
 སྤང་ཤིན་ཏུ་དག་པོ་བྱས། སྒྲོམ་བ་མཐུ་བ་མོས་མཉེད་པ་སོགས་སྤྱད་ལས་  
 དུན་རིང་བཏང་ནས་མཐར་གསོད་པ་སོགས་བྱེད། མཐུག་ཏུ་ཡང་ད་པན་  
 པོ་བྱང་སྐྱམ་པ་སོགས་སྒྲོམས་སེམས་ཆེན་པོ་བྱས་པས་མི་དགོ་བ་ཤིན་ཏུ་  
 སྒྲོམས་དང་ལྡན་པར་སོང་། དགོ་བ་ནི་སྒྲོམས་ཆེན་ཞིག་བྱས་ཡོད་སྐྱམ་པ་  
 རྣམས་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་མཐུ་ཚུང་སྟེ། དགོ་བ་སྒྲོམས་ཆེན་དུ་འགྲོ་བ་ལ། སྒྲོམ་བ།  
 ཀྱིན་སྒྲོམ་། དངོས་གཞི། མཐུག་བསྐྱོ་བ་སོགས་རྣམ་དག་ཅིག་དགོས་རྒྱུ་ལ།  
 རང་རེས་བྱས་པའི་དགོ་བ་ལ་ནི་དང་པོ་ཀྱིན་སྒྲོམ་རབ་བྱང་རྩ་བ་ཀྱི་སེམས་  
 དང་། འབྲིང་རེས་འབྱུང་གི་སྒྲོ་ལྟ་ཅི། ཐ་མ་སྤྱོ་བ་སྤྱོ་མ་དོན་གཉེར་གྱི་བསམ་  
 བ་ཅམ་ཡང་དགོན་པར་སྤང་སྟེ། དང་པོ་ནས་པལ་ཆེར་གྱིས་ཆེ་འདི་སྤང་གི་  
 བསམ་དོན་འབྱུང་བ་སོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་སྒྲོན་ལ། དེ་དག་གང་འབྱུང་བྱིར་སྒྲོན་  
 པའི་དོན་ནི་སྤྲིག་ལས་ཁོ་ན་ཡིན། དངོས་གཞི་ཡང་གཙང་རེས་པའི་སྒྲོ་སེང་  
 དེ་བ་མེད་དེ། མ་ཁི་བྲེང་སྒྲོར་གཅིག་འདོན་པའི་རིང་ཅམ་ལ་ཡང་སེམས་  
 རྣལ་དུ་མི་གནས། གཉེད་དང་རྣམ་གཡེང་ཤ་སྤྱད་ཡིན། དགའ་ལྡན་ལྟ་བུར་

མ་ཆར་གཅིག་འདོན་པའི་རིང་ལ་ཡང་ཡག་པོ་བྱེད་དགལ། མཐུག་ཏུ་ཡང་  
བསྐྱོ་སྟོན་ཆེ་འདི་པར་ཤོར་བས། དེས་ན་དགོ་བ་ནི་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱས་ཡོད་  
སྟེ་མ་པ་ཆོ་ཡང་སྟོབས་ཚུང་དུ་ལས་མེད། འགའ་ཞིག་ནི་སྒྲུབ་བས་མ་དག་  
ལ། འགའ་ཞིག་ནི་ཀུན་སྒྲོང་དང་མཐུག་གིས་མ་དག་པ། འགའ་ཞིག་ཆང་མ་  
མ་དག་པ་ལ་སྟག་ཡིན་པས་རང་རེའི་རྒྱད་ལ་མི་དགོ་བའི་ལས་རང་སྟོབས་  
ཆེ་བས་འཆི་ཁར་མི་དགོ་བའི་ལས་ལ་གསོས་འདེབས་པ་ལས་འོས་མེད།  
མི་དགོ་བའི་ལས་ལ་གསོས་བཏབ་ན་འགྲོ་ས་ངན་སོང་ལས་མེད། དེའི་ཕྱིར་  
ངན་སོང་དུ་སྐྱེ་བར་ཐག་ཆོད་པ་རེད། ད་ལྟ་རང་རེས་སྒྲུབ་མ་མཛོན་ཤེས་ཡོད་  
ཟེར་བ་སོགས་ལ་མོ་ལུང་ཚུན་ཆད་བྱས་ནས་ཕྱི་མ་གང་དུ་སྐྱེ་ཞེས་འདྲི།  
དེས་སྐྱེ་བ་བཟང་ཞེས་པ་ཟེར་ན་སྒྲོ་བདེ་བྱེད། ངན་ཞེས་ཟེར་ན་འདྲིགས་སྒྲུང་  
བྱེད་ཀྱང་གདེང་ཁེལ་བའི་ཡིད་ཉོན་ག་ལ་རུང་། དེ་བས་ཕྱི་མ་གང་དུ་འགྲོ་བ་  
ལ་མོ་ལུང་རྩིས་གསུམ་བྱེད་མི་དགོས།

སྟོན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་གྱིས་མདོ་སྡེ་རིན་པོ་ཆེ་དང་། འཕགས་བོད་གྱི་  
པཎ་གྲུབ་དུ་མས་སྒྲུབ་ནས་ལུང་བསྟན་གནང་བེན་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན་  
འཕགས་པ་སྐུ་སྐྱབ་གྱིས་རིན་ཆེན་སྤེང་བ་ལས་ཀྱང་། མི་དགོ་བ་ལས་སྐྱག་  
བསྐྱེལ་གྱིན། །དེ་བཞིན་ངན་འགྲོ་ཐམས་ཅད་དོ། །དགོ་ལས་བདེ་འགྲོ་ཐམས་  
ཅད་དང་། །སྐྱེ་བ་ཀུན་ཏུ་བདེ་བ་དག །ཅེས་གསུངས་པ་རེད། དེས་ན་ད་ལྟ་  
རང་རེས་སྐྱེ་བ་ཕྱི་མ་གང་དུ་འགྲོ་བ་སོགས་མཛོན་སུམ་ཆད་མས་ངེས་མི་  
རུས་ཀྱང་། གཞལ་བྱ་ཤིན་ཏུ་སྒྲིག་གྱུར་ཇི་བཞིན་དུ་གཟིགས་ནས་མ་ནོར་



བར་སྟོན་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལུང་ཆད་མ་ལས་ཡིད་ཆེས་རྗེས་དཔག་གིས་  
 དེས་པར་བྱར་ཡོད་པ་དེ་ཡིན། དེ་ལྟར་རང་རེ་ངན་སོང་དུ་སྐྱེ་བར་ཐག་ཆོད་  
 འདུག་ན། ད་ངན་སོང་དེར་མི་སྐྱེ་བའི་ཐབས་ཤིག་ད་ལྟ་ནས་ཆོལ་དགོས།  
 དེ་ཡང་ངན་སོང་དེ་ལས་ཐར་བར་འདོད་ན་དེ་ལས་སྐྱོབ་པའི་སྐབས་ཆོལ་  
 དགོས་ཏེ། དཔེར་ན་མི་ནག་ཅན་གསོད་པ་ལ་ཐུག་པ་དག་གིས་དབང་ཆེ་  
 ལ་ཁ་བྱག་པའི་དཔོན་ལ་སྐབས་ཁྱེད་ལྟར། སྒྲིག་ལས་མི་བཟད་པས་གོས་  
 པའི་ཉེས་ཅན་ངན་འགྲོའི་བྲིམས་ཀྱིས་མནར་བར་ཉེ་བ་ལ་དེ་ལས་སྐྱོབ་ཀྱིས་  
 པ་ནི་དགོན་མཆོག་ཉིད་ཡིན་པས་དེ་ལ་སྐབས་བཅོལ། བཅོལ་བ་ཅམ་དུ་མ་  
 ཟད་དེས་བསྟན་པའི་སྤང་དོར་གྱི་གནས་ལ་འཇུག་སྟོག་བྱ་དགོས། གཞན་  
 དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཐུག་གིས་འདྲེན་པའམ། སྒྲིག་སྐྱོབ་ཚུས་བཟུ་བ་ལྟར་བྱ་  
 རྒྱ་ཡོད་ན་སྤང་ནས་བྲངས་ཟིན་པས་ད་ལྟ་རང་ཅག་སྐྱུག་བསྐྱེལ་བ་མི་འབྱུང་  
 ཡང་། དེ་ལྟར་མཛད་དུ་མེད། ཐུབ་པས་ཆོས་སྟོན་ཞིང་ལས་འབྲས་ཀྱི་འཇུག་  
 སྟོག་ལ་མ་ཞོར་བར་སྐྱོར་བ་ཁོ་ནས་ཏེ། མདོ་ལས། ཐུབ་རྣམས་སྒྲིག་པ་ཚུ་  
 ཡིས་མི་འཇུ་ཞིང་། །འགྲོ་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཐུག་གིས་མི་སེལ་ལ། །ཉིད་ཀྱི་  
 རྟོགས་པ་གཞན་ལ་སྟོ་མིན་ཏེ། །ཆོས་ཉིད་བདེན་པ་བསྟན་པས་གྲོལ་བར་  
 མཛད། །ཅེས་གསུངས་པས། དེས་ན་བདག་གིས་ངན་སོང་དེ་ལས་ཐར་བའི་  
 ཕྱིར་དགོན་མཆོག་ལ་སྐབས་བཅོལ་ནས་ངན་སོང་དེ་ལས་ཐར་བའི་ཐབས་  
 ལས་འབྲས་ཀྱི་སྤང་སྤང་ལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་འཇུག་སྟོག་བྱའོ་སྟམ་དུ་བསམ་  
 པ་ནི་སྐྱེས་བུ་ཚུང་དུ་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་སྟོན་ཀྱིས་སྒྲིབ་

འཆོས་པ་ཡིན།

འོན་ངན་སོང་ལས་ཐར་བ་དེས་ཆོག་གམ་ཞེ་ན། དེས་མི་ཆོག་སྟེ། དེ་  
ལས་ཐར་ཅ་མ་གྱིས་བདེ་འགྲོའི་རྟེན་ལན་རེ་ལན་གཉིས་ཤིག་ཐོབ་ཏུ་ཆུག་  
ཀྱང་། སྐར་ལས་ངན་པ་ཞིག་དང་འཕྲད་ན་ངན་སོང་དུ་ལྷུང་བར་འགྱུར་བས་  
མཐའ་མི་བཅོན་ཞིང་ཡིད་བརྟན་མེད། སྟོན་ཡང་རང་རེས་བདེ་འགྲོའི་རྟེན་  
མང་པོ་ཐོབ་ཀྱང་སྐར་ངན་སོང་དུ་ལྷུང་ཞིང་། ད་ལྟ་ཡང་ལྷུང་ངེས་པ་འདི་འདྲ་  
རེད། དེ་ཡང་རང་རེས་སྐྱེ་བ་སྟོན་མ་རྣམས་སུ་ལྟའི་དབང་པོ་ཆོངས་པ་དང་།  
བརྒྱ་བྱིན་གྱི་ལུས་སྦངས་ནས་ལྟའི་གཞལ་མེད་ཁང་ན་སྟོད་པ་ཡང་མང་དུ་  
བྱས་ཏེ། ཡང་དེ་ནས་ཆེ་འཕོས་ཏེ་དཔྱལ་བའི་ལྷགས་སྟེག་གི་ས་གཞིར་འགྲེ་  
སྟོག་བྱེད་དགོས་པ་མང་དུ་བྱུང་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ལྷ་ཡུལ་དུ་ལྟའི་བདུད་  
ཅི་ལ་ལོངས་སྐྱུད་སྐྱུད་ནས་ཡང་དེ་ནས་ཆེ་འཕོས་ཏེ་དཔྱལ་བའི་ཁོ་ཆུ་ཁོལ་  
མ་ཁར་འཕྱང་དགོས་པ་དང་། ལྟའི་བྱ་དང་བྱ་མོ་མང་པོ་དང་མཉམ་དུ་ཅི་ཞིང་  
སྐྱུད་ནས་ཡང་དཔྱལ་བའི་ལས་མཁན་འཛིགས་སུ་རུང་བས་མཐའ་བསྐྱོར་  
ནས་སྟོད་དགོས་པ་དང་། སྐབས་རེ་འཁོར་ལོས་སྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོར་སྐྱེས་ཏེ་  
འབངས་མི་བྲིམ་འབྲུམ་ཕྲག་གི་བདག་པོ་བྱས་ནས་ཡང་འཛིག་རྟེན་གྱི་བྱན་  
དང་གཡོག་པོའི་ཐ་མ་བོང་རྩི་དང་། ལྷགས་རྩི་ལྟ་བུར་སྐྱེ་བ་དང་། སྐབས་རེ་  
ཉི་མ་དང་ཆེ་བར་སྐྱེས་ཏེ་རང་གི་འོད་གྱིས་སྦྱིང་བཞི་གསལ་བར་བྱས་ནས་  
ཡང་སྦྱིང་བར་གྱི་ཐུན་ནག་ཏུ་སྐྱེས་ཏེ་རང་གི་ལག་པ་བརྒྱང་བསྐྱམ་ཅ་མ་ཡང་  
མི་མཐོང་བ་སོགས་འཁོར་བའི་བདེ་སྐྱིད་འདི་རྩི་ཅ་མ་ཐོབ་ཀྱང་ཡིད་བརྟན་

མེད། སྒྲིབ་པོ་མེད། སྒྲིན་ཆད་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཅེ་ཙམ་ཞིག་སྒྲིབ་། ད་དུང་འཁོར་  
 བ་ལས་མ་ཐར་ཕྱིན་དེ་ལས་ཀྱང་མང་མང་བ་སྒྲིབ་དགོས། སྒྲིན་ཆད་རང་  
 རེས་དུད་འགོ་ཁྲི་ཕག་ཏུ་སྐྱེས་ཏེ་མི་གཙང་བ་ས་ལུད་ཐོས་པ་རྣམས་སྒྲིགས་  
 གཅིག་ཏུ་མ་གོད་པར་བཞག་ན་རིའི་རྒྱལ་པོ་རི་རབ་ལས་སྐྱུག་པར་འགྱུར་  
 ལ། ད་དུང་འཁོར་བ་ལས་མ་ཐར་ཕྱིན་དེ་ལས་ཀྱང་མང་ཙམ་ཞིག་བ་དགོས་  
 པ་རེད། སྒྲིན་ཆད་དབྱས་རང་གི་སྐྱེ་བཅད་ཞོར་བའི་མགོ་རྣམས་སྒྲིགས་  
 གཅིག་ཏུ་སྐྱེས་ན་ཆངས་པའི་འཛིག་རྟེན་ལས་ཀྱང་བཀྲལ་བ་ཙམ་ཡོད་  
 མོད་ད་དུང་འཁོར་བའི་ཕྱི་མཐའ་གཙོད་ཐུབ་པ་ཞིག་མ་བྱུང་ན་དེ་ལས་ཀྱང་  
 མང་ཙམ་ཞིག་ཞོར་དགོས། སྒྲིན་ཆད་དཔྱལ་བར་སྐྱེས་ནས་ཁོ་རྒྱུ་ཁོལ་མ་  
 ཁར་སྐྱུགས་པ་རྣམས་སྒྲིགས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེད་ན་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོའི་རྒྱུ་ལས་  
 ཀྱང་མང་ཙམ་ཞིག་བཏུང་ཞིང་ད་དུང་འཁོར་བ་ལས་མ་ཐར་ཕྱིན་དེ་ལས་  
 ཀྱང་མང་ཙམ་ཞིག་འཐུང་དགོས་པ་རེད།

དེས་ན་རང་རེ་ཕྱིན་ཆད་འཁོར་བ་མཐའ་མེད་དུ་འབྱུངས་པའི་རྒྱུ་ལ་  
 བསམས་ན་སྒྲིབ་རྒྱུ་ལྡང་བའི་ཆོད་དུ་འདུག །སྒྲིབ་མེད་རྟེན་ཁོར་ལ་  
 ཡང་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཁོ་ན་ལས་མ་འདས་ཏེ། མིར་སྐྱེས་ཀྱང་སྐྱེ་བ་  
 ན་འཆིའི་སྐྱུག་བསྐྱེད། སྐྱུག་པ་དང་བྲལ་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད། མི་སྐྱུག་པ་དང་ཐུང་  
 པའི་སྐྱུག་བསྐྱེད། འདོད་པའི་དངོས་པོ་བཅའ་ཀྱང་མི་རྟོག་པའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་  
 སོགས་ཡོད། ལྷ་མ་ཡིན་དུ་སྐྱེས་ཀྱང་འཐབ་ཅོད་ཀྱི་སྐབས་སུ་ལུས་བཅད་  
 པ་དང་བྲལ་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད། དུས་གཏན་དུ་ཐུག་དོག་གིས་ཡིད་གདུངས་

པའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་དང་། འདོད་ལྟར་སྐྱེས་ཀྱང་འཆི་ལྟས་ཐོག་པའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལ།  
ཁམས་གོང་མའི་ལྟ་ལ་སྐྱུག་བསྐྱེད་མདོན་གྱུར་བ་མེད་ཀྱང་བྱུང་བ་འདྲ་  
བྱེད་གི་སྐྱུག་བསྐྱེད་གི་རང་བཞིན་དང་གནས་པ་ལ་རང་དབང་མ་ཐོབ་པས་  
མཐར་ཕྱུང་བ་སོགས་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལས་མ་འདས། མདོར་ན་འཁོར་བ་འདི་  
ལས་གཏན་ནས་ཐར་བ་ཞིག་མ་བྱས་ཕྱིན་སྐྱུག་བསྐྱེད་གི་རང་བཞིན་ཁོ་ན་  
ལས་མ་འདས་པས་དེ་ལས་ཐར་བ་ཞིག་ངེས་པར་བྱ་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་  
ཏེན་འདིའི་ཐོག་ནས་བྱེད་དགོས། རང་ཅག་པལ་ཆེར་ཆེ་འདི་ལ་ཅི་ཡང་མི་  
རུས་ཐེར་ནས་ཕྱི་མ་ལ་སྟོན་པར་བྱེད་མོད། ད་རེས་གི་ཏེན་འདིས་རུས་ཏེ།  
ཆོས་སྐྱབ་པའི་ལུས་ཏེན་བྱེད་པར་ཅན་དལ་འབྱོར་གི་མི་ལུས་ཐོབ། སངས་  
རྒྱལ་གི་བསྟན་པ་དང་མཇལ་བ་སོགས་འགལ་རྒྱུན་ཀྱང་དང་བྲལ། མཐུན་  
རྒྱུན་མ་ལུས་པ་ཆང་བས་ད་རེས་མི་རུས་ན་གང་དུས་རུས། དེས་ན་ད་རེས་  
བདག་གིས་འཁོར་བ་ལས་ཐར་བ་ཞིག་ངེས་པར་བྱེད་དགོས། དེ་ཡང་ཐར་བ་  
ཐོབ་པའི་ཐབས་གཞན་དུ་མི་འགྱུར་བ་ནི་སྐྱུག་པའི་བསྐྱེད་པ་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་  
པ་གསུམ་ཡིན་པས་དེས་ན་ད་རེས་བདག་གིས་སྐྱུག་པའི་བསྐྱེད་པ་རིན་པོ་  
ཆེ་རྣམ་པ་གསུམ་ལ་བསྐྱེད་ནས་འཁོར་བ་སྐྱུག་བསྐྱེད་གི་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོ་  
འདི་ལས་ཐར་བ་ཞིག་ཅི་ནས་ཀྱང་བྱའོ་སྟུམ་དུ་བསམ་བ་ནི་སྐྱེས་བྱ་འབྱིང་  
དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་གི་རིམ་པའི་སྟོན་ནས་ཀྱང་སྟོང་འཆོས་པ་ཡིན།  
འོ་ན་དེ་ཅུ་གིས་ཆོག་གམ་ཞེ་ན། དེ་ཅུ་གིས་མི་ཆོག་སྟེ། རང་གཅིག་  
ཡུའི་དོན་དུ་ཉན་རང་དབང་བཅོམ་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་ནའང་དེ་ཅུ་གིས་རང་

དོན་ཡང་ཡོངས་སུ་མ་རྫོགས། གཞན་དོན་ཡང་ཉི་ཆེ་བ་ལས་མེད་དེ། སྤང་  
བྱ་ཤེས་སྐྱབ་དང་མི་ཤེས་པའི་རྒྱ་བཞི་སོགས་མ་སྤངས་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་  
རབ་བཀྲལ་གཅིག་ལ་བརྗེ་བཅང་གཉིས་བྱེད་དགོས་པ་ལྟར། ཐེག་དམན་  
གྱི་ལམ་ལས་དབྱ་བཅོམ་པའི་བར་ཐོབ་ཀྱང་། སྤང་ཡང་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་  
བསྐྱེད་དེ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོགས་ལམ་ནས་བཟུང་སྟེ་རྒྱལ་སྤྲུལ་གྱི་སྒྲོལ་པ་  
ལ་གཞི་ནས་བསྐྱབ་དགོས་པས་དེ་ནི་དཔེར་ན་དགོན་པ་གཅིག་ལ་གསར་  
ཞུགས་བྱས། ལག་བདེ་ནས་མཁན་པོའི་བར་བྱས་ཐེན་ནས་སྤང་ཡང་དགོན་  
པ་གཞན་ཞིག་དུ་གསར་ཞུགས་ལག་བདེ་ནས་བཟུང་གཞི་ནས་བྱེད་དགོས་  
པ་ལྟར་འགྱུར་བས། དེས་ན་དང་པོ་ཉིད་ནས་ཐེག་ཆེན་ལ་འཇུག་པ་གལ་ཆེ།  
དེ་ཡང་སྒྲོབ་སྒྲིངས་ལས། ཉེ་དུ་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོའི་ཁོངས་སུ་ཆུད་གྱུར་བ།  
ཁྲོའི་གི་ནང་དུ་ལྷུང་བ་ལྟ་བུར་སྤང་བཞིན་དུ། ཁྲིའི་འཕོས་པས་ངོ་མ་ཤེས་  
པ་དེ་བོར་ནས། གལ་ཏེ་གཅིག་ཐར་བྱེད་ན་དེ་ལས་ཁྲིལ་བོར་མེད། ཁེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་རང་རེ་པན་ཚུན་ངོ་མ་ཤེས་པ་ཅམ་ལས་སེམས་ཅན་ཐམས་  
ཅད་གྱིས་བདག་གི་མ་མ་བྱས་པ་གཅིག་ཀྱང་མེད་དེ། བདག་གི་སྐྱེ་བ་ལ་  
གངས་མེད་པ་བཞིན་དུ་མ་ཡང་གངས་མེད། དེའི་ཕྱིར་བདག་གི་མ་མ་བྱས་  
པའི་སེམས་ཅན་གཅིག་ཀྱང་མེད། མ་ནམ་བྱས་རེས་གྱིས་ད་ལྟའི་ཆེ་འདིའི་  
མ་དང་བྱུང་པར་མེད་པར་རིན་གྱིས་བསྐྱངས་པ་ཤ་སྟག་ཡིན་པས་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་དང་ཆེ་འདིའི་མ་གཉིས་མ་བྱས་པ་དང་རིན་གྱིས་བསྐྱངས་པ་  
ལ་བྱུང་པར་ཆུང་བྱུང་ཀྱང་མེད་ཅིང་།

ཡང་འགའ་ཞིག་གིས་འདི་ལྟར་སེམས་ཏེ།      སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
བདག་གི་མ་མིན་ཏེ་མ་ཡིན་ན་མ་ཡིན་པར་ངོ་མེས་དགོས་པ་ལས་དེ་ལྟར་ངོ་  
མི་མེས་པས་སོ་སྟམ་ན།    ཆེ་འདིའི་མ་ཡང་ངོ་མི་མེས་པ་མང་དུ་སྤྲིད་པས་ངོ་  
མི་མེས་པ་ཅམ་གྱིས་མ་མིན་པའི་རྒྱ་མཚན་དུ་མི་འགྱུར།    དེ་བཞིན་དུ་ཆེ་སྒྲ་  
མའི་མ་རྣམས་དུས་འདས་ཟིན་པས་མ་དྲིན་ཅན་ཡིན་པར་མི་འཐད་དོ་སྟམ་  
ན།    ཆེ་སྒྲ་མར་མ་བྱས་ཏེ་དྲིན་གྱིས་བསྐྱངས་པ་དང་ཆེ་འདིར་མ་བྱས་ཏེ་དྲིན་  
གྱིས་བསྐྱངས་པ་གཉིས་ལ་མ་བྱས་པ་དང་དྲིན་གྱིས་བསྐྱངས་པ་ལ་ཁྲད་  
པར་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་དེ།    དཔེར་ན་ན་ནིང་པན་བཏགས་ཏེ་ཟས་ཞོར་གྱིན་  
པ་དང་།    ད་ལོ་དེ་ལྟར་གྱིན་པ་གཉིས་དྲིན་མཉམ་པ་བཞིན་དུས་སྒྲ་ཕྱི་ཅམ་  
གྱིས་དེ་ལྟར་མི་འགྱུར་བས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མ་དྲིན་ཅན་ལ་སྟག་ཡིན།  
དེ་ལྟར་བྱའི་མ་དྲིན་ཅན་རྣམས་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོའི་སྟོང་དུ་སྤྱང་བ་ཅི་དགར་  
ཐོར་ནས་བདག་གཅིག་ཕྱི་ཅི་ཐར་བྱེད་པ་ནི།    དཔེར་ན་མ་སོགས་ཤེན་ཏུ་  
གཅེས་པའི་ཉི་དུ་འགའ་ཞིག་རྒྱ་མཚོའི་སྟོང་གི་ནང་དུ་ཅུད་དེ་སྤྱང་ལ་ཁད་དུ་  
འཛིགས་པས་དུ་འཐོད་བྱེད་པ་ལ་བྱས་ཅི་ཡང་མི་སེམས་པར་ཚུ་སྤྱང་འགམ་  
དུ་སྤྱ་གར་གྱིས་ཅེ་བ་བཞིན་དུ་དེ་ལས་མ་རབས་དང་ཁྲེལ་མེད་པ་སྤྱ་ཞིག་  
ཡོད།    རྒྱ་མཚོའི་སྟོང་ནི་ཚུ་འཁྲེལ་བའི་འཁོར་ལ་ཟེར་ཞིང་།    དེར་གྱུ་གཟིངས་  
དང་གོ་བ་སོགས་ཚུད་ན་ངེས་པར་རྒྱབ་པར་འགྱུར་བས་འཛིགས་སྤྱག་ཆེན་  
པོ་ཡོད།    དཔེ་དེ་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་  
པོའི་སྟོང་དུ་ཅུད་པ་འདི་དག་ད་ལྟར་བདག་དང་འབྲེལ་གང་ཡང་མེད་པ་འདྲ་



ཞིག་སྒྲིབ་མོད། དེ་ལྟར་མིན་པར་བདག་གི་མ་དྲིན་ཅན་ལ་སྟག་ཡིན།  
 དེས་ན་དྲིན་ཅན་དེ་དག་ལ་བདག་གིས་དྲིན་གཙོ་བར་བྱེད་དགོས་  
 ལ། དེ་ཡང་བགྲེས་པ་ལ་བས་དང་། སྒྲིམ་པ་ལ་བརྟུང་བ། དབྱལ་བ་ལ་ཞོར་  
 སོགས་སྦྱིན་ཏེ་ཆོས་པར་བྱེད་པ་ཡང་དྲིན་གཙོ་བ་ཅམ་ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་  
 དེ་ཅམ་གྱིས་པན་པ་ཆེར་མི་འགྱུར། དྲིན་གཙོ་བ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ནི་བདེ་བ་  
 ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་པར་བྱས། སྟག་བསྐྱལ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བར་བྱས་  
 ན་དེ་ལས་སྟག་པའི་དྲིན་གཙོ་བ་མེད་པས་དེས་ན་མ་སེམས་ཅན་འདི་རྣམས་  
 བདེ་བ་ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་ན་སྟམ་པའི་བྱམས་པ་དང་། སྟག་བསྐྱལ་ཐམས་  
 ཅད་དང་བྲལ་ན་སྟམ་པའི་སྦྱིང་རྩེ་བསྐྱེད། དེ་ཡང་མ་དེ་དག་བདེ་བ་ཐམས་  
 ཅད་དང་ལྡན་པ་དང་། སྟག་བསྐྱལ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བར་བྱ་བའི་ཁྱར་བྱ་  
 བདག་ལ་བབས་པས། དེ་ལྟ་བུ་བདག་གཅིག་བྱས་བྱའོ་སྟམ་པའི་ཁྱར་བྱ་  
 ཁྱེར་བའི་སྟག་བསམ་བསྐྱེད། འོན་ཁྱོད་ལ་ད་ལྟ་དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱས་པ་ཡོད་དམ་  
 ཞེ་ན། ད་ལྟ་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལྟ་ཞོག །སེམས་ཅན་གཅིག་གི་ཡང་  
 དོན་བྱ་བའི་རྒྱས་པ་མེད་མོད། འོན་སྟེ་ལ་ཡོད་ན། དེ་ཞིག་ཉན་རང་དང་དག་  
 ས་ལ་གནས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་སེམས་ཅན་གྱི་  
 དོན་རྒྱས་མོད། དེ་ཡང་ཉི་ཆེ་བ་ལས་སངས་རྒྱས་ལྟར་རྒྱས་པ་མིན་ལ། དེས་  
 ན་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་པ་ལ་འགྲན་ལྷ་དང་བྲལ་བ་ནི་སངས་རྒྱས་ཉག་  
 གཅིག་ཡིན་ཏེ། དེའི་སྦྱུང་འོད་ཟེར་དེ་དེས་ཀྱང་སེམས་ཅན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་  
 སྦྱིན་གྲོལ་ལ་འགོད་རྒྱས་ཤིང་། སེམས་ཅན་དེ་དེའི་མདུན་དུ་ཡང་རང་རང་

གི་ཁམས་དང་། དབང་པོ་དང་། བསམ་པ་དང་། བག་ལ་ཉལ་དང་མཐུན་པའི་  
སྐྱུར་སྐྱུལ། རང་རང་གི་སྐད་དུ་ཆོས་བསྟན་པ་སོགས་མཛད་ཀྱས་པའི་སྤྱིར་  
རོ།

འོན་དེ་ལྟ་བུའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་དེ་རང་གི་ས་ཐོབ་ཀྱས་པར་  
འདུག་གམ་མི་འདུག་ཅེ་ན། དེ་ཀྱས་ཏེ། དེ་སྐྱབ་པའི་ཏེན་གྱི་ནང་ནས་མཆོག་  
ཏུ་གྱུར་པ་ནི་དལ་འབྱོར་གྱི་ཏེན་ཡིན་ལ། དེ་ནི་རང་གི་ས་མ་བྱས་པ་མ་  
གཏོགས་ཆེ་གཅིག་ལ་བྱང་འཇུག་དོ་རྗེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་སྐྱབ་པར་ཀྱས་  
པའི་ལུས་ཏེན་བྱང་པར་ཅན་འཛམ་བུ་སྤྱིར་པའི་མི་མངལ་སྐྱེས་ཁམས་དུག་  
ལྡན་གྱི་ཏེན་འདི་ལྟ་བུ་ནི་ཐོབ། སངས་རྒྱས་སྐྱབ་པའི་ཐབས་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་  
པོའི་ཆོས་ཡིན་ལ། དེ་ནི་རང་རེས་ཆང་ལ་མ་ནོར་བའི་བསྟན་པའི་སྤྱིར་པོ་རྗེ་  
རྒྱལ་བ་གཉིས་པའི་མདོ་སྒྲགས་བྱང་འབྲེལ་གྱི་བསྟན་པ་དྲི་མ་མེད་པ་འདི་  
ལྟ་བུ་དང་ནི་མཛལ། མདོར་ན་རང་གི་ས་མ་བཅོམ་པ་ཁོ་ནས་བསྐྱས་པ་མ་  
གཏོགས་འགལ་རྒྱུན་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ། མཐུན་རྒྱུན་ཐམས་ཅད་ཆང་བ་  
འདི་ལྟ་བུའི་ཏེན་བཟང་པོ་ཐོབ་དུས་མི་ཀྱས་ན། སྤྱི་ནས་འདི་ལས་བཟང་བའི་  
ཏེན་དང་ཆོས་མི་འབྱོར་རེས་པ་ཡིན། རང་ཅག་འགའ་ཞིག་གིས་དེར་སང་  
སྤྱིགས་མའི་དུས། དུས་ཆོད་ངན་པ་རེད་ཟེར་མོད། འོ་ཅག་ལ་དུས་ཆོད་འདི་  
ལས་བཟང་བ་ཞིག་སྟོན་ཆད་འཁོར་བ་ཐོག་མེད་ནས་དེར་པན་ལ་བྱང་མ་  
སྤྱོད་བ་རེད། ད་རེས་ལན་གཅིག་འདི་ལྟ་བུའི་སྐབས་ཉིད་པའི་དུས་འདིར་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་དེ་ཅི་ནས་ཀྱང་སྐྱབ་དགོས། དེས་ན་ཆེད་དུ་བྱ་བ་

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་ཐོབ་བྱ་སྒྲན་མེད་པ་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་  
 དེ་བདག་གིས་ཅི་ནས་ཀྱང་ཐོབ་པར་བྱའོ་སྙམ་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་  
 དམིགས་རྣམ་གསལ་འདེབས། དེ་ནི་སྒྲེས་བྱ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་སྒྲོ་  
 རས་ཀྱི་སྒྲོང་འཆོས་པ་ཡིན། དེ་ལ་རྩོལ་མེད་ཀྱི་སྒྲོང་བ་ནམ་ཐོན་པ་ན་བྱང་  
 ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྒྲེས་པ་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་དེ་ཐོབ་པ་  
 ལ་དེ་སྐབས་དགོས། དེ་སྐབས་པ་ལ་སྐབས་ཚུལ་ཤེས་དགོས། དེ་མི་ཤེས་ན་ཆོས་  
 བྱེད་འདོད་ཀྱིས་དབེན་པའི་གནས་སུ་སོང་ཡང་སྒྲགས་འདྲ་བ་བྱང་། སྒྲོན་  
 ལམ་འདྲ་འདེབས། ཡང་ན་སེམས་གནས་ཐངས་པོ་རེ་ཅམ་སྒྲོམ་པ་ལས་ཅི་  
 ཡང་བྱེད་མི་ཤེས་པ་དེ་བྱང་བ་ཡིན། ཆོས་སྐབས་ཚུལ་ཤེས་པ་ལ་ཆང་ལ་མ་  
 རོར་བའི་གདམས་ངག་ཞིག་ལ་བསྐྱབ་དགོས་པས། དེ་ལྟ་བུའི་གདམས་ངག་  
 གི་རྒྱལ་པོ་ལྟ་བུ་ནི་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་འདི་ཉིད་ཡིན་པར་འདུག་པས་  
 དེའི་ཕྱིར་བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་འདི་ལེགས་པར་ཉན་ནས་  
 ཉམས་སུ་ལེན་སྙམ་པའི་ཀྱི་སྒྲོང་བསྐྱེད་དགོས།

དེས་ན་སྒྲིར་ཀྱི་སྒྲོང་འཆོས་པ་འདི་གང་གི་འང་འགོར་གནད་ཆེ་ཞིང་།  
 ལྟག་པར་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་ཁྲིད་ཉན་པ་ན་ཀྱི་སྒྲོང་ཡང་གང་བྱང་  
 གིས་མི་ཆོག་པར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མ་མཐའ་བཅོས་མ་ཚུན་ཆད་ཀྱིས་  
 ཟེན་པ་ཞིག་དགོས་པས། དེ་ཡང་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཉམས་སྒྲོང་ཡོད་པ་  
 རྣམས་ལ་མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་ཞེས་སོགས་ཆོག་ཉུང་དུས་  
 གསལ་བཏབ་ཀྱང་ཆོག་མོད། ལས་དང་པོ་པ་ལ་དེ་ཅམ་གྱིས་ཡིད་འགྱུར་

མི་ཐོན་པས། དལ་འབྱོར་དོན་ཆེ་ཆེད་དཀའ་ནས་བཅུམས་ཏེ་རིམ་བཞིན་གསལ་བཏབ་ན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་དམིགས་རྣམ་ལ་ཡིད་འབྱུར་ཐོན་འོང་། དེ་ཡང་ལམ་རིམ་ཙམ་མ་བཟད་རང་རེ་རི་ཐོ་དགེ་ལྟན་པ་རྣམས་ཀྱིས་དབང་ལུང་བྲིད་སོགས་གང་འཆད་ནའང་སྟོན་འགྲོ་ཀྱན་སྟོང་བཙུགས་སྐབས་སྟེས་བྱ་གསུམ་ཀྱི་ལམ་ཀྱི་རིམ་པ་ཆ་ཆང་བ་རེ་འབྱུང་བ་དང་། ཐ་ན་སྟོན་ལམ་ལྟ་བུ་ཙམ་ལའང་སྟེས་བྱ་གསུམ་ཀྱི་ལམ་ཀྱི་རིམ་པ་མདོར་བསྐྱུས་པ་རེ་མ་ཆང་བ་མེད་པ་འབྱུང་བ་འདི་རང་ཅག་བཀའ་གདམས་གསལ་རྟོག་གི་བསྟན་པའི་བྱད་ཆོས་སྒྲན་མེད་པ་ཡིན་ཞེས་བདག་གི་ཡ་སྤྱོད་མ་རིན་པོ་ཆེས་ཡང་ནས་ཡང་དུ་གདམས་པར་མཛད་པས་བྲིད་བསྟན་པའི་ཐུགས་ཁུར་ཐེག་པ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་སྟོན་པར་མཛད་དགོས། འོན་ཀྱང་ཆེ་དབང་ལྟ་བུ་བྲིད་སྐབས་དལ་འབྱོར་དོན་ཆེ་ཆེད་དཀའ་སྟོར་ཙམ་ལས་མི་ཉག་པའི་སྟོར་སོགས་ཉེན་འབྲེལ་ཀྱི་གནད་འབྱུགས་དོགས་མི་གསུང་བ་ཕྱག་ལེན་ཡིན།

འདིར་བཀའ་ཆོས་པ་དག་ལས། ལ་ལས་ནི་ཐོས་ན་སྐལ་བ་བཟང་བཟང་ལྟ་བུ་ཡིན་ཉམས་ལེན་ནི་མི་རྒྱས་སྐྱམ་ནས་འོངས་པ་ཡང་ཡོད། ལ་ལས་ནི་བྲིད་ཅག་འགྲོ་ན་ང་ཡང་འགྲོ་ཞེས་གཡམ་རྒྱུག་ལྟ་བུས་འོངས་པ་ཡང་ཡོད། འོན་ཀྱང་དབང་ཆེན་སོགས་གཞན་དང་མི་འདྲ་བར་འདི་ཞུས་ནས་གྲོང་ཆོག་བྲིད་སྐྱམ་པ་སོགས་ནི་མི་འབྱུང་། དེ་མིན་དབང་ཆེན་སོགས་ལ་ཡིན་ན་འདི་ཞུས་ནས་སྐྱགས་འདྲེན་པ་སོགས་ཀྱིས་འདྲེ་གདོན་འདུལ་བའི་རྒྱས་པ་ཐོན་པ་དང་། བད་གདོན་ཞི་བ་དང་། རོར་སྐྱབ་དབང་སྐྱད་སོགས་བྲིད་བསམས་

བ་དང་། འགའ་ཞིག་གིས་ནི་ཐོས་རྒྱ་གང་ཆེ་ཞིག་བྱས་ཏེ་ཆོས་ལ་ཆོང་བོང་གི་མ་ཅ་ལྟ་བུར་བྱས་ནས་སོག་ཡུལ་སོགས་སུ་ཆོང་བྱེད་སར་འགྲོ་བར་སྒྲིང་མོད། དེ་དག་ནི་ཆོས་ལ་བརྟེན་པའི་སྒྲིག་པ་ཆབས་པོ་ཆེ་གསོག་པ་ཡིན་ཏེ། སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཐར་བ་དང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་སྐྱབ་པའི་ཐབས་སུ་གསུངས་པ་རྣམས་ཆེ་འདིའི་དོན་དུ་བྱེད་བ་རྒྱལ་པོ་ཁྱི་སྟང་ནས་པལ་སྟེ་ཕྱག་བདར་གྱི་ལས་བཅོལ་བ་དང་མཚུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་སྒྲིང་བ་འདྲ་པའི་ཀྱན་སྒྲིང་ངན་པ་རྣམས་ཡོད་པར་སྒྲིང་ན་པར་དོར་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བཅོས་མ་ཚུན་ཆད་ཀྱིས་གསལ་ལེགས་པར་བཏབ་ནས་གསན་པར་བྱ།

དེས་ཀྱན་སྒྲིང་འཆོས་པའི་སྒྲོར་སོང་ནས་དངོས་གཞི་གསན་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ནི། དེ་ལ་དང་པོ་ཉམས་སུ་སྒྲིང་བའི་ཆོས་ཀྱང་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས། པརྟེན་རྣམས་ཀྱིས་བའདྲ་པས་གཏན་ལ་པབ། བྱལ་པའི་དབང་ཕྱག་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱོམས་ནས་ཉམས་ཏྲོགས་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་འཁྱུངས་པ་ཞིག་ལ་ཉམས་ལེན་བྱེད་དགོས་ཀྱི། གཞན་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་མ་གསུངས་པ་མཁས་བྱལ་གཞན་ཀྱིས་མ་ཤེས་པའི་མན་ངག་ཟབ་ཟེར་བ་ཅི་ཙམ་བསྐྱོམས་ཀྱང་འབྲས་བུ་ཡང་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཀྱང་མ་རྟོག་པ། གཞན་ལ་མ་བྱལ་པ་ཞིག་འོང་ཉན་ཡོད། དེས་ན་དང་པོར་ཉམས་སུ་ལེན་བའི་ཆོས་ལ་བརྟག་ཅིང་དབྱེད་དགོས་ཏེ། རྗེ་ས་སྐྱ་པརྟེན་ལ། ཏྲ་དང་ནོར་བུ་ལ་སོགས་པའི། །ཅུང་ཟད་ཙམ་གྱི་ཉ་ཆོང་ལ། །ཀྱན་ལ་འདྲི་ཞིང་བརྟག་ནས་དཔྱོད། །ཆེ་

འདིའི་བྱ་བ་ཅུང་ཟད་ལ། །དེ་ལྟའི་འབད་བ་བྱེད་བ་མཐོང་། །སྐྱེ་བ་གཏན་གྱི་  
ལེགས་ཉེས་ནི། །དམ་པའི་ཆོས་ལ་རག་ལས་ཀྱང་། །ཆོས་འདི་བྲི་ཡི་ཁ་ཟས་  
བཞིན། །བཟང་ངན་གང་དུའང་མི་དཔྱོད་པར། །གང་འབྲུད་དེ་ལ་གྲུས་པར་  
འདྲིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། །རང་ཅག་རྣམས་ཏྲ་ལྟ་བུ་ཉོ་ཆོང་བྱེད་ནའང་  
བརྟག་དབྱད་རྣམ་གངས་མང་པོ་བྱེད། །ཐུགས་དམ་བརྟག་པ་ལྟ། །གཞན་མང་  
པོ་ལའང་འདྲི། །གྲ་རྒྱུང་ལྟ་བུར་མཆོན་ན་ང་ཞིག་ཉོ་ནའང་མདོག་དང་སྡིད་  
དང་། དབྱིབས་ལ་ལན་དུ་མར་བརྟག། །ཆུ་ཤོར་བ་སོགས་སྐྱོན་ཨི་འདུག་ནན་  
ཏན་དུ་བཟླ། །གཞན་དག་ལ་འདྲི་སྟེ། །དེ་ལྟར་ཉེས་ནའང་ང་པོར་ཁ་ཤས་  
ཉེས་པ་ཡིན། །དེ་ལྟ་བུའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་དོན་ཅུང་ཟད་ལ་དེ་འདྲ་བའི་བརྟག་  
དབྱད་བྱེད་ཀྱང་། །ཆེ་རབས་གཏན་གྱི་འདུན་མའི་གཞི་རྩ་ཉམས་སྲུ་སྒྲང་བུའི་  
ཆོས་ལ་ནི་བརྟག་དབྱད་གང་ཡང་མི་བྱེད་པར་བྲིའི་ཁ་ཟས་བཞིན་དུ་གང་  
འབྲུད་ཞིག་གིས་ཆོག་པར་བྱེད་པ་སྒྲུང་མོད། །དེ་ལྟར་གཏན་ནས་མི་རུང་སྟེ།  
དེ་འབྲུགས་ན་ཆེ་རབས་གཏན་གྱི་མདུན་མ་འབྲུག་འགྲོ། །དེས་ན་གང་ཉམས་  
སྲུ་སྒྲང་བུའི་ཆོས་དེ་ཡང་ལེགས་པར་བརྟག་ཅིང་དབྱད་ནས་དེ་ལ་འདུག་  
དགོས།

དེ་ལྟར་དབྱད་པ་ན་ཆོས་ནི་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་འདི་ལས་མཆོག་  
ཏུ་གྱུར་པ་མེད་དེ།  
གསང་སྒྲགས་ཀྱི་ཟབ་བྲུད་ཀྱང་ལམ་རིམ་ལ་རག་ལས་ཤིང་ལམ་གཙོ་  
གསུམ་རྒྱུད་ལ་མ་སྐྱེས་པར་སྒྲགས་ལམ་གྱིས་ཆེ་གཅིག་ལ་འཆང་རྒྱ་མི་



ལུས། ཁོ་བོས་སྒྲན་ནས་དག་སྒྲུང་དང་གཏེར་ཆོས་སོགས་ཟབ་ཟབ་མང་པོ་  
 ཐོས་པོད། ལས་ཆོགས་སོགས་ངོ་མཆར་བ་མང་དུ་སྒྲུང་ཡང་ལམ་གྱི་གཙོ་  
 བོ་རྣམ་གསུམ་ལ་སྒྲིབ་བ་འདོན་ལུགས་སམ། ངོ་བོ་ལ་བྱད་ལྷགས་པའི་  
 གདམས་ངག་ཅི་ཡང་མི་སྒྲུང་། བྱད་ཚུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཞེས་པ་འདི་ཡང་  
 རྩེ་རིན་པོ་ཆེས་མཛད་པའམ། རྩོ་བོ་རྩེས་མཛད་པ་སོགས་མིན་པར་ཡང་  
 དག་པར་རྩོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཁོ་ན་ལས་བརྒྱད་འོངས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་  
 ཁ་བྱང་ལ་ལམ་རིམ་ཞེས་པའི་མིང་ཡོད་མེད་ཅེས་ལས་གོ་བ་ཆགས་ན་  
 གསུང་རབ་ཀྱི་ལམ་རིམ་ཡིན་ཏེ། སྟོན་པའི་གསུང་རབ་ཀྱི་གྱི་ནང་ནས་  
 རབ་དང་མཆོག་དང་ཕུལ་དུ་བྱུང་བ་ནི་ཤེར་ཕྱིན་གྱི་མདོ་སྟེ་རིན་པོ་ཆེ་ཡིན།  
 དེར་ཆོས་ཕུང་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་གི་གནད་འགག་ཟབ་མོའི་ལམ་གྱི་རིམ་  
 པ་དངོས་བསྟན་དང་། རྒྱ་ཆེ་བའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་སྐས་དོན་དུ་མཛད་ནས་  
 བསྟན་ཅིང་བརྒྱད་པའི་བཀའ་བབས་བྱང་། རྒྱ་ཆེ་བའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་སྟོན་  
 པའི་སྐས་གྱི་ཕུ་བོ་བྱམས་པ་ནས་ཐོགས་མེད་དང་། ཟབ་མོའི་ལམ་གྱི་རིམ་  
 པ་འཇམ་དབྱངས་ནས་སྐྱ་སྐྱབ་ལ་བརྒྱད་པའི་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ལམ་  
 རིམ་གྱི་བརྒྱད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་གཉིས་སུ་བྱུང་། དེ་ཡང་བྱམས་ཆོས་སྟེ་ལྷ་  
 དང་། ཐོགས་མེད་གྱིས་ས་སྟེ་ལྷ་སོགས་དང་། ལྷ་སྐྱབ་གྱིས་རིགས་ཆོགས་  
 དུག་སོགས་མཛད་ནས་ལམ་གྱི་རིམ་པ་གསལ་བར་མཛད་ཅིང་། དེ་ལྟར་  
 ཟབ་རྒྱས་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་བརྒྱད་པ་སོ་སོར་བྱོན་པ་དཔལ་མཉམ་མེད་  
 རྩོ་བོ་ཆེན་པོས་རྒྱ་ཆེ་བའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་སྐྱ་མ་གསེར་གླིང་པ་དང་། ཟབ་

མའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་རིག་པའི་ཁུ་བྱུག་ལས་གསན་ཏེ་གདམས་པའི་ཚུ་བོ་  
གཅིག་འདྲེས་སུ་གྱུར། དེར་མ་བཟང་འཇམ་དབྱངས་ནས་ཞི་བ་ལྟ་ལ་བརྒྱད་  
པའི་རྒྱབས་ཆེན་སྟོད་བརྒྱད་དང་། གསང་སྒྲགས་ཀྱི་བརྒྱད་པ་སོགས་མདོ་  
སྒྲགས་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་བརྒྱད་པའི་བཀའ་བབས། རྫོ་བོས་བོད་དུ་བསྟན་  
པ་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་གནད་བསྐྱུས་པ་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་སྟོན་མ་མཛད་ནས་  
ད་ལྟའི་བར་ལམ་རིམ་ཞེས་པའི་མིང་འདོགས་ཀྱི་ཐ་སྙད་དེ་ནས་བྱང་། དེ་  
ཕྱིན་ཆད་ལྟ་སྟོད་བརྒྱད་པའི་ཚུ་བོ་གཅིག་འདྲེས་ཡིན་མོད། དེ་ཡང་རྒྱས་  
བསྐྱུས་ཀྱི་དབང་གིས་བཀའ་གདམས་གཞུང་པ་བ་དང་། ལམ་རིམ་པ་དང་།  
གདམས་ངག་པ་གསུམ་དུ་གྲེས་ཤིང་། སྤར་ཡང་རྩེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོས་སྟོ་  
བྲག་བྱབ་ཆེན་དང་། ག་འོར་མཁན་ཆེན་ཆོས་སྐྱབས་བཟང་པོ་གཉིས་ལས་  
དེ་གསུམ་གསན་ཞིང་། དེ་མན་ཆད་དེ་གསུམ་ག་ཡང་བརྒྱད་པ་གཅིག་ཏུ་  
གྱུར།

རྩེ་རིན་པོ་ཆེས་བྱང་རྩ་སྐྱེང་གི་བྲག་སེང་གེ་འབྲ་བའི་ཞོལ་དུ་གསོལ་  
འདེབས་ལམ་མཆོག་སྟོ་འབྲེད་སྒྲགས་རྩོམ་མཛད་དེ་རྫོ་བོའི་འབྲ་སྐྱེད་བྱ་  
ཡོན་མ་གདན་དྲངས་ཏེ་གསོལ་འདེབས་མཛད་པ་དེའི་ཆེ། ལམ་རིམ་བརྒྱད་  
པའི་སྒྲ་མ་ཀུན་གྱི་ཞལ་གཟིགས། ཆོས་ཀྱི་གསུང་སྐྱེང་མཛད། བྱང་པར་  
རྫོ་འབྲོམ་གཉིས། པོ་ཏོ་བ། འཁ་ར་བ་བཞིས་སྒྲ་བ་གཅིག་གི་བར་དུ་ཞལ་  
གཟིགས། མཐར་གཞན་གསུམ་རྫོ་བོ་ལ་ཐིམ། ཨ་ཏི་འས་ཕྱག་སྟེ་བོར་བཞག་  
སྟེ་བསྟན་པ་ལ་བྱ་བ་གྲེས་ཤིག་དང་། དེའི་གྲོགས་བདག་གིས་བྱའོ་གསུངས་

པ་དོན་གྱིས་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ཚུམ་པར་བསྐྱལ་བ་བཞིན་ལམ་རིམ་ཆེན་  
 མོའི་ཞི་གནས་ཡན་མཛད། བྱིས་ཇེ་བཅུན་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་གྱིས་ཚུམ་  
 པར་བསྐྱལ་ནས་ལྷག་མཐོང་ཆེན་མོ་མཛད་པས། གཞན་ལྟ་ཅི་བསྐྱལ་བ་པོ་  
 ལ་བསྟོས་ནས་ཀྱང་བྱིན་རྒྱལ་གྱི་གཏེར་དུ་ཡོད་པར་ཤེས་སོ། །དེ་ཡང་  
 ཚུམ་བྱང་དུ་སྤྲས་བཅས་རྒྱལ་བའི་ཞེས་སོགས་གྱིས་སྤྲས་ནས་བསྟན་པ་  
 ཡིན། བྱིས་སྤུ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་སྒྲིབ་བཤད་སོགས་དོར་ནས་སྟོང་པོ་  
 བསྐྱལ་བའི་ལམ་རིམ་ཆུང་དུ་མཛད། འདི་སྟན་བརྒྱད་དང་། སྤུ་མ་བཤད་  
 བརྒྱད་གཙོ་བོར་མཛད་པས་མན་ངག་གི་གནད་མི་འདྲ་བ་པན་ཚུན་བསྟན་  
 དུ་ཡོད་པར་གསུངས། དེ་ནས་དེ་དག་ཀྱང་ཉམས་ལེན་དུ་བྱིས་བ་མི་ཤེས་པ་  
 ན་ཇེ་རང་ཉིད་གྱིས། བཤད་པ་ཐམས་ཅད་ཉམས་ལེན་དུ་བྱིས་ཤེས་པ་སྤྲིད་  
 མཐའ་རུ་སྤང་བས་སྒྲིབ་རྒྱ་ཉི་བར་བསྐྱལ་བ་དེ་ཡང་གུད་དུ་བྱའོ། །ཞེས་ཞལ་  
 འཕངས་མཛད་པ་བཞིན་ཡ་རྒྱལ་དབང་བསོད་ནམས་རྒྱ་མཚོས་ལམ་རིམ་  
 གསེར་ཁྱུན་མ་དང་། དེའི་འགྲེལ་པ་ལྟ་བུར་སྤུ་པ་ཆེན་པོས་ལམ་རིམ་འཇམ་  
 དཔལ་ཞལ་ལྷང་མཛད། པཎ་ཆེན་སྒོ་བཟང་ཆོས་རྒྱན་གྱིས་བདེ་ལམ། དེའི་  
 འགྲེལ་པ་ལྟ་བུར་ཇེ་བཅུན་སྒོ་བཟང་ཡེ་ཤེས་གྱིས་སྤྱར་ལམ་མཛད། དེ་ལྟར་  
 ཇེའི་ལམ་རིམ་ཆེ་འབྲིང་ཆུང་བ་ཉམས་མགུར་བཅས་གསུམ་དང་། དམར་  
 བྱིད་དེ་བཞིའི་སྟོང་དྲགས་པོ་ངག་དབང་གྲགས་པའི་ལེགས་གསུང་ཉིང་ཁུ་  
 བསྟན་པས་དེ་བརྒྱད་ལ་ལམ་རིམ་བྱིད་ཆེན་བརྒྱད་དུ་གྲགས། དེ་དག་ཙ་  
 འགྲེལ་གཅིག་འཐུས་མིན་པས་བྱིད་རྒྱན་སོ་སོར་ཐོབ་དགོས་ཤིང་། བྱང་

པར་འཇམ་དཔལ་ཞལ་ལུང་བྲིད་རྒྱན་རྒྱས་བསྐྱུས་གཉིས་ལས།      བརྒྱད་  
འཛིན་དབུས་པ་དང་སྟོ་པའི་བྲད་པར་གྲིས་དབུས་བརྒྱད་དང་།      སྟོ་བརྒྱད་  
གཉིས་སུ་སྤྲེ་བ་གཉིས་ཀྱང་བྲིད་རྒྱན་སོ་སོ་ནས་ཐོབ་དགོས། ལྷུང་པ་ཏྲ་ཕུག་  
པ་ཡབ་སྐུས་གྲིས་རྗེས་སུ་འཇམ་དཔལ་ཞལ་ལུང་མཇལ་བ་ན། འདི་སྤྲ་ཅམ་  
ནས་མཇལ་ན་དམིགས་སྒྲོར་དེ་དག་ལ་དཀའ་ལས་དེ་ཅམ་མི་དགོས་པར་  
འདུག་པ་ལ་གསུངས་པ་ལྟར། ལྷུང་ལམ་དམར་བྲིད་དང་། འཇམ་དཔལ་ཞལ་  
ལུང་གཉིས་གཅིག་ལ་མེད་པའི་ཟབ་བྲད་གཅིག་ལ་ཡོད།      སྟོན་པ་སངས་  
རྒྱས་གྲིས་གསུངས་པ་ན་ལུང་རྒྱན་ལས་བྲིད་རྒྱན་ལོགས་སུ་མེད་ཀྱང་གྲིས་  
སུ་དེས་མི་གོ་བ་ན་བྲིད་རྒྱན་ཟུར་དུ་བྱུང་།

བྲིད་ལ་བཤད་བྲིད་ཅེས་པ་ཆིག་གི་འབྲུ་གཉེར་ཏེ་སྟོས་བཤད་རྒྱས་  
པར་བྱེད་པ་ལ་ཟེར། དམར་བྲིད་ཅེས་པ་སྒྲན་པ་མཁས་པས་རང་གི་སྟོབ་བྱར་  
རོ་དམར་པོ་ཁ་སྤྲེ་ནས་དོན་ལྡན་སྟོད་དུག་སོགས་ཆགས་ཚུལ་དམར་རྗེན་དུ་  
རོ་སྟོད་པ་ལྟར་ཆིག་གི་སྟོས་བཤད་མི་བྱེད་པར་མན་ངག་གི་སྟོང་པོ་དམར་  
བཅངས་སུ་འདོམས་པ་ལ་ཟེར།      ཉམས་བྲིད་ཅེས་པ་སྒྲ་མས་ཉམས་སྟོང་  
གི་ཐོག་ནས་སྟོབ་མའི་རྒྱད་ཐོག་གང་ཁེལ་དུ་འཆད་པ་ལ་ཟེར།      སྟོང་བྲིད་  
ཅེས་པ་སྟོབ་མ་སྐྱབ་ཁང་གི་ཉེ་སྒྲོར་པན་ཚུན་དུ་བཞག་ནས་དམིགས་སྒྲོར་  
རེ་རེ་བསྟན་ཅིང་དེའི་སྟོང་བ་མ་སྐྱེས་བར་དམིགས་སྒྲོར་བྲི་མ་མི་སྟོན་པར་  
སྟོམ་དུ་འཇུག། །དེ་སྐྱེས་པ་ན་དམིགས་སྒྲོར་བྲི་མ་སྟོན་པ་ལ་ཟེར། བྲིད་འདི་  
དག་ལ་ཉམས་སྟོང་གི་བྲིན་རྒྱབས་ཀྱི་རྒྱན་ཡང་འཇུག་རྒྱ་ཡོད་ཅིང་རྒྱད་

འདུལ་བ་ལ་དེ་པན་ཆེ། ད་ལམ་འདིར་ཡང་ཉམས་བྲིད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་འབྲུལ་བ་  
 ཡིན། དེས་ན་སྐལ་བ་ཚུང་བ་འགའ་ཞིག་ཐེངས་གཅིག་གཉིས་ལས་ཞུ་ལོང་  
 མེད་པར་སྟོགས་པན་ཚུན་དུ་ཐོན་འགྲོ་བའི་དོན་གཉེར་ཅན་དག་ལ་པན་པའི་  
 ཕྱིར་སྐྱར་ལམ་དང་། འཇམ་དཔལ་ཞལ་ལུང་རྒྱས་བསྐྱས་གཉིས། རྗེས་སུ་  
 བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་མཆོམས་སུ་སྒྲོ་སྒྲོང་དོན་བདུན་མ་རྣམས་སྒྲགས་  
 རས་ཞུ་བ་ཡིན། དེ་ཡང་ད་ལན་སྦྱིན་པའི་བདག་པོ་སྐྱོད་གྲུང་འདས་པོ་རྣམ་  
 གཉིས་ཀྱི་དགོ་ཅ་དང་། རང་ཡང་ལམ་རིམ་འཆད་ན་གཞན་དབང་བཀའ་ལྟ་  
 བུད་སྒྲོ་སྒྲོབ་གཉིས་ཀར་ཁེ་ཉེན་མགོ་སྒྲེལ་མེད་པའི་དོན་ཆེ་འབྱུང་ངེས་སྟམ་  
 འཆད་པ་ལ་མི་མཆོར་བས། ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ལག་ལེན་ལ་ཅི་ཐེབ་ཐེབ་དང་།  
 སྦྱིན་བདག་འདས་གསོན་ལའང་སྐྱབས་འདུག་དགོས་གསུངས་ནས་ལམ་  
 རིམ་གསུམ་ཀྱི་དབུ་ནས་ལུང་ཅུང་ཟད་རེ་གནང་ནས་གྲོལ།

༥ ཉེན་གཉིས་པར། སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེད་ཞལ་ནས། ཚེས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཙོང་  
 ཁ་བ་ཆེན་པོའི་གསུང་ལས། རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་ཀྱི་སྒྲོང་པོའི་དོན།  
 །རྒྱལ་སྐས་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱགས་པའི་ལམ། །སྐལ་ལྷན་ཐར་འདོད་  
 རྣམས་ཀྱི་འདུག་འགས་དེ། །རི་ལྷར་རྒྱས་བཞིན་བདག་གིས་བཤད་པར་བྲ།  
 །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲོང་པོའི་བཅུད་  
 བསྐྱས་པ་ལྟ་བུ། སྐྱེས་བུ་ཚུང་དུའི་སྐབས་ངན་སོང་ལས་ཡིད་འབྱུང་བའི་  
 རེས་འབྱུང་དང་། འབྲིང་གི་སྐབས་འཁོར་བ་མཐའ་དག་ལས་ཡིད་འབྱུང་བའི་  
 རེས་འབྱུང་སོགས་ཀྱང་ལམ་ཀྱི་རིམ་པ་འདི་ལྟ་བུ་ལ་མ་བརྟེན་ན་མི་འབྱུང་

ཞིང་། རྒྱལ་སྐུལ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱབས་པའི་ལམ་བུར་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་  
རིན་པོ་ཆེ་དང་། ཐར་འདོད་སྐྱེ་བོའི་འཇུག་དོགས་མཐའ་བུལ་གྱི་ལྟ་བ་ལམ་  
ཀྱི་རིམ་པའི་འབྲིད་ཚུལ་འདི་ལྟ་བུ་ལ་མ་བརྟེན་ན་མི་འབྱུང་བས་སངས་རྒྱས་  
ཐོབ་པ་ལ་ལམ་གྱི་གཙུག་པོ་དེ་གསུམ་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་དགོས། དེ་གསུམ་རྒྱུད་ལ་  
སྐྱེ་བ་ལམ་རིམ་ལ་བརྟེན་དགོས་པས། དེས་ན་ཐོག་མར་ཀུན་སྒྲོང་ལ་བདག་  
གིས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་  
བྱ། དེའི་ཕྱིར་དུ་སྐྱེས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་ཉམས་ཁྲིད་ཞུས་ནས་  
ཉམས་སུ་ལེན་སྟུང་པ་སོགས་ཀུན་སྒྲོང་དང་ཀུན་སྒྲོད་ཐམས་ཅད་ལེགས་  
པར་གསལ་བཅུབ་ནས་གསུན་པར་ཞུ། དེ་ཡང་གང་གསུན་པར་བྱ་བའི་ཆོས་  
ནི། སྐལ་ལྷན་གྱི་སྐྱེས་བུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་བཀོད་པའི་ཐེག་པ་མཆོག་གི་  
ཆོས་ལུགས། ཞིང་རྟ་ཆེན་པོ་སྐུ་སྐྱབ་དང་ཐོགས་མེད་གཉིས་ཀྱི་ལམ་སྟོལ།  
དཔལ་མཉམ་མེད་རྫོ་བོ་ཆེན་པོ་དང་ཁམས་གསུམ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཙཱ་ཁ་  
པ་ཆེན་པོའི་ཐུགས་ཀྱི་བཅུད་ལྷུང་བ་ལྟ་བུའི་གདམས་པ་ཟབ་མོ། ཆོས་ཀྱི་  
ལྷུང་པོ་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་གི་སྟོང་པོའི་གནད་ཐམས་ཅད་མ་ཆང་བ་མེད་  
པར་གང་ཟག་གཅིག་འཆང་རྒྱ་བའི་ཉམས་ལེན་གྱི་རིམ་པར་བསྐྱེགས་པ།  
བྱང་ཚུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་ཉམས་ཁྲིད་མདོར་བསྐྱུས་སུ་འཆད་པ་ལ།  
དེ་ལ་ས་བཅད་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། དངོས་གཞི་ས་བཅད་གཅིག་གཞིར་  
བཞག། །དེའི་སྟོང་ནས་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་རོ་བོ་ངེས་པ། བྱངས་ངེས་པ། གོ་  
རིམ་ངེས་པར་བྱས་ནས། ས་བཅད་འདིའི་ནང་དམིགས་སྒྲོར་འདི། གསུང་



བཤད་འདི་ལྟར། ལུང་རིགས་འདི་དང་། གཏམ་རྒྱུད་འདི། མན་ངག་འདི་  
 ཡོད་ཅེས་ངེས་པར་བྱས་ནས་བསྐྱོམ་དགོས་ཀྱི། ས་བཅད་མེད་པར་གང་  
 བྱུང་བྱུང་དུ་བསྐྱེས་ནས་ཉན་ཅིང་སྒྲིབ་ན་རྒྱུད་ལ་ཕན་ཐོགས་པར་དཀའ་བ་  
 དཔེར་ན། ར་མར་དང་ཚུ་བྱལ་སོགས་སྒྲིབ་སོ་སོར་མེད་པར་བསྐྱེས་ནས་  
 འཛོག་ཅིང་ལོངས་སྒྲིབ་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ཡང་ལམ་རིམ་ཆེ་ཆུང་གི་ས་བཅད་  
 སོགས་མང་ཡང་། རང་གང་གི་སྒྲིབ་ནས་ཐོབ་པའི་ས་བཅད་གཞིར་བྱས་  
 ནས་སྒྲིབ་དགོས། ད་ལམ་བདག་གི་ཡ་སྐབས་རྗེ་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེའི་ཕྱག་  
 བཞེས་སྐུར་ལམ་གཙོར་བཟུང་ཐོག། མན་ངག་དུ་མས་བརྒྱན་པའི་ས་བཅད་  
 འདི་སྒྲིན་ཡི་གེར་འཁོད་པ་མེད་ཀྱང་ཁོ་བོས་ཉན་ཏན་གྱིས་ཆོགས་སུ་ཞུས་  
 པ་དང་། སྒྲིབ་དུ་བཅར་ནས་ཞུ་བ་སོགས་ཀྱིས་བཙོན་པ་ཆེན་པོས་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 གཅིག་དུ་བསྐྱོགས་ནས་ཡི་གེར་འཁོད་པ་འདི་བཞིན་རྒྱས་བསྐྱུས་འཆོམས་  
 ཞིང་སྒྲིབ་པ་འདོན་སྤྱོད་ཀྱི་བྱུང་ཆོས་གཞན་དང་མི་འདྲ་བའི་གནད་མང་  
 དུ་ཡོད་པས་འདིའི་སྒྲིབ་ནས་ཞུ་ན། དེ་ལ་དཔལ་རྣམས་ལེ་རྒྱའི་མཁས་པ་རྣམས་  
 བློ་སྒྲིབ་དཔོན་གྱི་དག་དག་པ་དང་། སྒྲིབ་མའི་རྒྱུད་དག་པ་དང་། བཤད་བྱའི་  
 ཆོས་དག་པ་སྟེ། དག་པ་གསུམ་གྱི་སྒྲིབ་ནས་འཆད་ལ། བློ་གཏམ་ལ་སྤྱོད་པའི་  
 མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཆོས་རྩལ་པ་པོའི་ཆེ་བ་དང་། ཆོས་ཀྱི་ཆེ་བ་དང་། དེ་རི་  
 ལྟར་བཤད་ཅིང་ཉན་པའི་ཚུལ་གསུམ་སྒྲིན་དུ་གཤམ་ཆེ་བར་བཞེད་པའི་ཚུལ་  
 གཉིས་ལས་འདིར་སྤྱོད་མ་ལྟར་འཆད་པར་བྱ་བ་ལ།

བྱུང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་ཁྲིད་ལ་བཞི།



ཆོས་ཁུངས་བཙུན་པར་བསྟན་པའི་བྱིར་མཛད་པ་པོའི་ཆེ་བ།

གདམས་ངག་ལ་གྲུས་པ་བསྐྱེད་པའི་བྱིར་ཆོས་ཀྱི་ཆེ་བ། ཆེ་བ་གཉིས་  
ལྡན་གྱི་ཆོས་ལ་ཉན་བཤད་ཇི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ། གདམས་པ་དངོས་ཀྱིས་  
སྟོབ་མ་ཇི་ལྟར་བྱི་བའི་རིམ་པ་དང་བཞིའོ། །ས་བཅད་བཞི་པོ་འདི་ལམ་  
རིམ་ཆེན་མོའི་ས་བཅད་ཡིན་ཞིང་། བདེ་སྦྱར་སོགས་ལམ་རིམ་རྒྱས་བསྟུས་  
ཇི་འདྲ་ཞིག་འཆད་ཀྱང་འདི་མེད་ན་དེས་པ་མི་བསྐྱེད་པས་ཐོག་མར་སྦྱར་  
དགོས་པ་གསུང་རྒྱན་དུ་ཡོད། དེས་ན་ཐོག་མར། ཆོས་ཁུངས་བཙུན་པར་  
བསྟན་པའི་བྱིར་མཛད་པ་པོའི་ཆེ་བ་ནི། དེ་ཡང་ཁ་སང་ཁྱེས་པ་ལྟར་ཉམས་  
སྦྱང་བྱའི་ཆོས་ནི་རྒྱ་གར་མཁས་པའི་ལུགས་བཞིན་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་  
ཀྱིས་གསུངས། དེ་ཉམས་གཏན་ལ་ཕབ། སྒྲུབ་པའི་དབང་ལྷག་ནམས་ཀྱིས་  
བསྟོམས་ནས་ཉམས་ཏྲོགས་ལུགས་རྒྱད་ལ་འཁུངས་པ་ཞིག་དགོས་ཀྱི། རང་  
གོ་ངོས་ནས་ཀྱང་དད་པ་དང་ཤེས་བཅོམ་གྱིས་མི་ཡོང་བའི་ཁར། ཆོས་ཀྱང་  
ལྟར་སྦྱང་ཞིག་ཉམས་སྦྱང་ན་འབྲས་བུ་གང་ཡང་མི་འབྱུང་ཞིང་། ཤེས་རབ་  
དང་བཅོམ་འབྲས་ཅན་མང་པོ་ཆུད་ཐོས་སྦྱ་སོང་བ་མཐོང་ཆོས་ལྟར་ཡིན།  
གཞན་དུ་ཟབ་ཟབ་ལྟར་སྦྱ་བའི་དག་སྦྱང་སོགས་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཡང་སྦྱར་ཁྱེས་  
པ་ལྟར་སྦྱའི་སྒྲུབ་ཐབས་འདྲ་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ལས་ཆོགས་འདྲ་སྒྲུབ་  
པའི་ཐབས་ཅམ་ལས་ལམ་གྱི་གཙོ་བོ་ནམ་གསུམ་ལ་སྟོང་བ་འདོན་ལུགས་  
ལྟ་ཅི། སྒྲུབས་གསུམ་གྱི་ངོས་འཛིན་བྱད་པར་བ་ཞིག་ཀྱང་མི་འབྱུང་། དེས་

ན་འདིར་ཚུ་འགོ་གངས་ལ་ཐུག་དགོས་པ་ལྟར་ཆོས་ཀྱི་འགོ་ཡང་སྟོན་པ་  
སངས་རྒྱས་ལ་ཐུག་པ་ཞིག་དགོས་པས། འདི་ལ་མོང་ཡོད་ཅིང་རྒྱས་པར་  
འཆད་ཤེས་ན་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ནས་བཟུང་། བརྒྱད་པའི་སྒྲ་མ་ཀུན་གྱིས་  
ལམ་འདི་ཉིད་ལ་བརྟེན་ནས་གོ་འཕང་བརྟེན་པའི་ཚུ་ལ་གྱི་རྣམ་པར་ཐར་པ་  
འཆད་དགོས་ཀྱང་ཏ་ཅང་མང་བས་ཞུ་མ་ཁོམ་ཞིང་། མདོར་བསྟུས་ཅམ་ཞུ་  
ན། ཞེས་སྟོན་པ་ནས་རྫོ་བོའི་བར་གྱི་བརྒྱད་པའི་བཀའ་བབས་མི་འདྲ་བ་  
གཉིས་སུ་བྱུང་ལུགས་དང་། རྫོ་བོ་ནས་བརྒྱད་པའི་ཚུ་བོ་གཅིག་འདྲེས་སུ་  
གྱུར་ཚུ་ལ་རྣམས་མདོར་བསྟུས་ཏེ་གསུངས།

དེ་ལྟར་རྫོ་བོ་ནས་བརྒྱད་པའི་ཚུ་བོ་གཅིག་འདྲེས་སུ་གྱུར་ཏེ་རྫོ་བོས་  
བོད་དུ་བྱང་ཆུབ་ལམ་སྟོན་མཛད། ལམ་རིམ་ལམ་རིམ་ཞེས་པའི་མིང་གི་  
ཐ་སྙད་ཀྱང་དེ་ནས་བྱུང་། དེ་ཕྱིན་ཆད་ལམ་རིམ། ལམ་མཆོག་བསྟན་རིམ་  
སོགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བཤའ་བྱ་རྩ་བའི་གཞུང་དེ་ལམ་སྟོན་ཡིན་པས་རྫོ་བོ་  
ཡང་དེ་རྣམས་དོན་གྱིས་མཛད་པ་པོར་སོང་བས། རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོས་  
ཀྱང་དེ་མཛད་པ་པོ་ཉིད་འདིའི་ཡང་མཛད་པ་པོའོ་ཞེས་གསུངས་པ་རེད།  
དེས་ན་འདིར་རྫོ་བོའི་རྣམ་ཐར་རྒྱས་པར་འཆད་དགོས་མོད། དེ་ཅམ་མི་  
སྟོགས་ཀྱང་མདོར་བསྟུས་ཅམ་ཞུ་ན།

དེ་ལ་གསུམ།

## རིགས་སྤྱན་སྤྱུལ་ཆོགས་པར་སྐྱེ་བ་བཞེས་པའི་ཚུལ།

ཏེན་དེ་ལ་ཡོན་ཏན་བརྟེས་པའི་ཚུལ།      བརྟེས་ནས་བསྟན་པ་ལ་བྱ་བ་  
མཛད་པའི་ཚུལ་ལོ།      །དང་པོ་རིགས་སྤྱན་སྤྱུལ་ཆོགས་པར་སྐྱེ་བ་བཞེས་  
པའི་ཚུལ་ལ།      རོ་བོ་ཆེན་པོ་འབྲུངས་པའི་ཡུལ་ནི།      རྒྱ་གར་ཤར་བྱོགས་བ་  
ཏོར་གྱི་ཡུལ་རྟོ་ག་ལ་ཞེས་བྱ་བའི་གྲོང་ཁྱེར་ཆེན་པོ་ཉི་སྟོར་གྱི་འབངས་མི་  
བྱིས་འབྲུལ་སྤྱད་གཅིག་། །འབངས་ཀྱི་སྐྱེ་བོ་སྟོང་སྤྱད་སོ་སྡེ་ཡོད་པ།      པོ་བྲང་  
གསེར་གྱི་རྒྱལ་མཆོན་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་གསེར་གྱི་རྒྱ་མིབས་བརྒྱ་གསུལ་  
དང་།      གསེར་གྱི་རྒྱལ་མཆོན་སྟོང་སྤྱད་ཉིར་སྡེ་ཡོད་པ།      ལོངས་སྟོང་མངའ་  
ཐང་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན།      དེར་ཡབ་རྒྱལ་པོ་དགེ་བའི་དཔལ་དང་།      ཡུལ་  
དཔལ་མོ་འོད་ཟེར་ཅན་གཉིས་ཀྱི་སྤྱས་སྤྱོད་མཆོར་བའི་ལྷས་དུ་མ་དང་  
བཅས་སྐྱེ་བལྟམས་སོ།།

གཉིས་པ།

## ཏེན་དེ་ལ་ཡོན་ཏན་བརྟེས་པའི་ཚུལ་ནི།

དེ་ནས་རྒྱལ་སྤྱས་གཞོན་ནུ་དེ་འབྲུངས་ནས་ལྷ་བ་བཙོ་བརྒྱད་ལོན་པ་  
ན།      ཉི་འགྲུལ་གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་གི་ཀླ་མ་ལ་སྤུ་རིར་ཡབ་ཡུལ་གྱིས་གདན་  
བྲངས་པ་ན།      ལམ་དུ་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་སྐྱེ་བོ་ཐམས་ཅད་རྒྱལ་སྤྱས་གཞོན་ནུ་དེ་  
མཛལ་བའི་སྤྱིར་སྤྱད་པའི་མི་ཁྲིམ་ཆེན་པོ་གཟིགས་པ་ན།      འདི་དག་སྤྱ

ཡིན་ཞེས་ཡབ་ཡུམ་ལ་ངེས་པས།      ཡབ་ཡུམ་གྱིས་འདི་དག་ཁྱོད་ཉིད་གྱི་  
འབངས་འཁོར་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཁྱུས་པ་ན།      སྙིང་རྩེ་ཆེན་པོས་གཟིགས་ཏེ།      འདི་  
དག་བདག་བཞིན་པ་མ་ཕུན་ཆོག་གསུམ་ཤིང་།      །རྒྱལ་སྤྱིད་མངའ་ཐང་བསོད་  
ནམས་འབར་བ་ཡི།      །མི་དབང་སྤྲས་གྱི་ཕུ་བོར་རབ་བསྐྱུན་ཏེ།      །ཐམས་  
ཅད་དམ་པའི་ཆོས་གྱིས་འཆོ་བར་ཤོག།      །ཅེས་གསུང་སྟན་པོས་བརྗོད་པ་ན་  
ཐམས་ཅད་ཤིན་ཏུ་ངོ་མཆར་བར་གྱུར།      དེ་ནས་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་ཕེབས་པ་  
ན་ཡབ་ཡུམ་སོགས་གཞན་ཐམས་ཅད་གྱིས་ནི་ཆེ་རིང་ཞིང་ནད་མེད་པ་དང་།  
ཡོངས་སྤྱོད་ཕུན་སུམ་ཆོག་གསུམ་པ།      བྱི་མ་ངན་སོང་དུ་མི་ལྟུང་བ།      བདེ་འགྱོར་  
སྤྱི་བ་སོགས་སྟོན་ལམ་བཟང་།      རྒྱལ་སྤྲས་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་འདིས་ནི།  
བདག་ནི་དལ་འགྱོར་མི་དབང་ལུས་ཐོབ་ཅིང་།      །སྟོན་མེད་དབང་པོས་དགོན་  
མཆོག་གསུམ་མཐོང་ཞིང་།      །ཏྲག་ཏུ་གྲུས་པས་དགོན་མཆོག་སྤྱི་བོར་སྦྱང་།  
།དེ་རིང་ཉིད་ནས་སྐབས་གནས་མཛད་དུ་གསོལ།      །ནམ་ཡང་བྱིས་པའི་ཆོས་  
གྱིས་མ་བཅིངས་པར།      །དགེ་འདུན་དབུས་སུ་ཆོས་འགྱོར་ཐོབ་པ་དང་།      །ང་  
རྒྱལ་མེད་པར་དགོན་མཆོག་མཆོད་བྱེད་ཅིང་།      །སྤྱི་བོ་ཡོངས་ལ་སྙིང་རྩེས་  
བཏུ་བར་ཤོག།      ཅེས་སྟོན་ལམ་མཛད།      རྒྱལ་སྤྲས་འབྲུངས་ནས་སྐྱབ་བཅོ་  
བརྒྱད་ལས་མ་སོང་བའི་སྐྱ་ཚུང་དུ་དེས་སྐབས་འགྱོད་དང་།      སེམས་བསྐྱེད་  
ལས་བརྒྱམས་ཏེ་གསུང་འདི་ལྟ་བུ་གསུངས་པའི་རྣམ་ཐར་འདི་ཙམ་ཡང་ཤིན་  
ཏུ་དད་པའི་གནས་ཡིན།

དེ་ནས་རིམ་གྱིས་སྐྱ་ནར་སོན་ཏེ་བཀའ་གདམས་སྟེགས་བམ་ལས།

དེ་ནས་རྒྱལ་བྱས་ལོ་གསུམ་ལོན་པ་ན། །ཅིས་དང་ཡི་གེ་སྐྱ་ལ་མཁས་པར་  
གྱུར། །དེ་ནས་རྒྱལ་བྱས་ལོ་དྲུག་ལོན་པ་ན། །ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀྱི་བྲེ་བྲག་བྱེད་  
པར་གྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་མཁས་པར་གྱུར། ཕྱི་ནང་གི་བྲེ་བྲག་འབྱེད་  
ཞེས་པ་ཞིན་ཏུ་དཀའ་བ་ཞིག་ཡིན་ཆོད་གདའ་སྟེ། རྩོ་བོས་རྒྱ་གར་ན་ཕྱི་ནང་  
གི་བྲེ་བྲག་འབྱེད་ཞེས་པ་ང་དང་། ལྷ་རྩེ་པ་གསུམ་ལས་མེད། ལྷ་རྩེ་  
པ་འདས། ང་བོད་དུ་འོང་། ད་ཅ་ན་རྒྱ་གར་ན་ཡང་ངན་ཏེ་མཆི་ཞེས་གསུངས་  
པས། རྩོ་བོས་དགྲུང་ལོ་དྲུག་ལོན་པ་ན་ཕྱི་ནང་གི་བྲེ་བྲག་བྱེད་པ་ནི་དེ་དུས་  
ནས་ཞིན་ཏུ་མཁས་པའི་རྟགས་ཡིན་པར་སྒྲུང་། དེ་ནས་རྒྱལ་སྐྱས་དགྲུང་  
ལོ་བཅུ་གཅིག་ལོན་པ་ན། རྒྱལ་པོའི་བྱ་མོ་བཅུན་མོར་འོས་པ་མང་པོས་སྐྱ་  
གར་སོགས་རྒྱལ་བྱ་ཆགས་པའི་སྐྱོར་བ་སྤྲོ་ཆོགས་བསྐྱབས་ཀྱང་ཐུགས་  
ཡིད་འབྱུང་སྐྱོ་ཤས་ཀྱི་བསྐྱལ་མར་གྱུར། ལྷག་པར་སྐྱོལ་མའི་སྐྱལ་པ་བྱ་མོ་  
སྐྱོ་སངས་མ་ཞིག་གིས། ལྷ་ཅིག་མ་ཆགས་མ་ཆགས་སྐྱལ་བ་ཅན། །འདམ་  
བུའི་ཆལ་དུ་སྤང་པོ་བྱིང་བ་ལྟར། །འདོད་པའི་འདམ་འདིར་དཔའ་བོ་ཁྱོད་  
བྱིང་ན། །ཚུལ་ཁྲིམས་གོས་ཅན་བསྐྱབས་པར་མི་འགྱུར་རམ། །ཞེས་བསྐྱལ་  
བ། མ་ཆགས་དང་པོ་ཆེ་འདི་དང་། གཉིས་པ་འཁོར་བ་ལ་བྱ། དེ་ཡང་སྤང་པོ་  
བྱིང་བ་དཔེར་གསུངས་པ་ནི་ལྷས་ཆེ་བས་སྐོག་ཆགས་གཞན་འདམ་དུ་བྱིང་  
བ་ལས་ཐོན་དགའ། དཔེ་དེ་བཞིན་དུ་དཔའ་བོ་ཁྱོད་བྱིང་ན་ཞེས་པའང་། མི་  
པལ་པ་ཞིག་སྐྱོད་པ་ངན་པར་ཁོར་ཡང་རང་ཅམ་ལས་བསྟན་འགྲོ་ལ་ཆེར་  
གཞོད་མི་ཅུས། ལྷ་སྐྱལ་ཆེན་པོ་དག་གི་མཇེད་སྐྱོད་ཉེས་ན་ཡུལ་ཆོ་རའི་

བསྟན་པ་ཉམས་སྦྱང་པར་བྱེད། རེ་རེའི་མཛད་སྒྲིལ་ཚུལ་བཞིན་གྱུར་ན་ཡུལ་  
དེའི་བསྟན་པ་རྒྱས་པར་བྱེད་པས། དེས་ན་བྱིང་ཅག་སྐྱེས་ཆེན་རྣམས་ཀྱིས་  
མཁས་བཙུན་བཟང་གསུམ་དང་། དགོ་ལྡན་ལྟ་བུ་གཙང་མར་སྦྱོང་བ་ཞིན་  
ཏུ་གཤམ་ཆེ་ཞེས་འཕྲོས་བཤད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་ཞུས་པ་ཡིན།

དེ་ལྟར་བསྐྱེལ་བ་ལ་རྒྱལ་སྐུ་གཞོན་ནུ་དེ་ཡང་ཞིན་ཏུ་དགྱེས་པའི་  
ལན་མཛད། དེ་ནས་མ་འགྲངས་པར་རྒྱལ་བྱ་ཏུ་པ་བརྒྱ་དང་སུམ་ཅུ་བཅས་  
དམག་གི་ཆས་སུ་ཞུགས་ཏེ་ཐབས་མཁས་ཀྱི་མཛད་པས་རི་བྲག་བསྐྱོར་  
བ་ལྟར་མཛད་ནས་དོན་དུ་སླ་མ་འཛོལ་དུ་བྱོན་པས་རི་བྲག་གཅིག་ན་བཅ་  
བེ་རེ་ཏུ་རི་བཞུགས་པ་དང་མཛུ། དེས་སྐབས་སེམས་གནང་ནས་རྒྱ་  
ལེན་དར་ཐོག་མེད་ནས་འབྲེལ་བའི་སླ་མ་བྱང་ཆུབ་བཟང་པོ་ཡོད་དེར་སོང་  
གསུངས། དེ་ནས་སླ་མ་བྱང་ཆུབ་བཟང་པོ་དང་མཛུ། རིན་པོ་ཆེའི་མཆོད་  
པས་མཉེས་པར་མཛད། སླ་མས་མཉམ་གཞག་མཛད་ནས་སྒོ་གསུམ་བྱིན་  
ཀྱིས་བརྒྱབས། སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་གདམས་པ་མང་དུ་གནང་། དེས་སླ་མ་  
རིག་པའི་ཁྱ་བྱུག་གི་བྱང་དུ་བཏང་། དེས་ཀྱང་སེམས་བསྐྱེད་དང་གདམས་  
པ་གནང་ནས་སྒོན་ཀྱི་སླ་མ་ཨ་ཤ་རྩུ་རྩེ་པ་མཛུ་དུ་བཏང་། དེ་དང་མཛུ་བ་  
ན། སླ་མས་དེ་རིང་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ཏུ་སོང་། བྱིས་ཀྱི་ཉེས་དམིགས་ལྟོས་ལ་  
ཞོག་གསུངས། དེ་ལྟར་ཐེབས་པ་ན་ཡབ་ཡུམ་དགྱེས་ནས། སླ་བའི་སྤྱིང་པོ་  
ཁྱོད་ནི་གང་དུ་ཕྱིན། དུབ་པར་མ་གྱུར་ཏམ། ཞེས་པ་མ་སྦྱོང་མ། སྐབས་པ་  
ལེགས། ཞེས་ཞུས་པ་དང་ལན་དུ། ཐུབ་པའི་སྐབས་གནས་སླ་མ་འཛོལ་དུ་



ཕྱིན། །རི་བྱག་དག་ཏུ་དབེན་གནས་འཆོལ་དུ་ཕྱིན། །གང་དུ་ཕྱིན་ཀྱང་འཁོར་  
བའི་ཉེས་དམིགས་མཐོང་། །སྤྱད་པ་འགྲོགས་ཀྱང་འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་  
བཤམ། །རི་ལྷར་བྱས་ཀྱང་ཤེས་པ་མ་ཐེབས་པས། །གོ་སྐབས་ཕྱེ་ཞིག་བདག་  
ནི་ཆོས་ལ་འགྲོ། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་། ཡབ་ཡུམ་གྱིས། འཁོར་བས་སྟོན་  
ཀྱིས་སྲིད་བཟུང་ལ་དགོན་མཆོག་ལ་མཆོད་པ། དབུལ་ཕོངས་ལ་སྟོན་པ།  
གཙུག་ལག་ཁང་བཞེངས་ལ། དག་འདུན་སྟུན་འདྲེན་པ་སོགས་བྱས་ན་ཀྱན་  
ཏུ་བདེ་བར་འགྱུར་ཚུལ་ཞུས་པ་ན། དེད་གྱིས་འཁོར་བ་འདི་ལ་ཆེར་བལྟས་  
པས། ཀྱིས་སྲིད་ལ་ཆགས་པའི་སྤང་བ་ནི་རྩལ་ཙམ་ཡང་མི་གཏོ། །གསེར་  
གྱི་ཕོ་བྲང་དང་བཙོན་རྩ་ལ་བྱད་མེད། བཙོན་མོ་དང་བདུད་གྱི་བྱ་མོ་ལ་བྱད་  
མེད། ཁ་བས་མངར་གསུམ་དང་བྲི་ཤ་རྒྱག་ཁག་ལ་བྱད་མེད། དར་བབ་གོས་  
ཀྱན་གྱིས་མཛེས་པ་དང་མི་གཙང་ཁྲིད་དུ་ལྷ་བ་གྲོན་པ་ལ་བྱད་པར་ཅུང་བད་  
ཀྱང་མི་གཏོའ་བས་ད་ནགས་སུ་བསམ་གཏན་སྒྲོམ་དུ་འགྲོ། ཉི་མ་དེ་རིང་ང་  
ལ་ཤ་དང་འོ་མ་སྤང་ཅི་བྱ་རམ་ཅུང་ཞིག་སྤྲུགས་ལ་ཐོགས། རྗེ་བཙོན་ཨ་ཤ་རྩ་  
རྩེ་པའི་རྩུང་དུ་འགྲོ་གསུངས་ནས་སྤྱར་སྤངས་པ་དང་། ཡབ་ཡུམ་གཉིས་གྱིས་  
གང་འདོད་བྱེད་དུ་གནང་།

དེ་ནས་རྩ་བ་སྟོང་དང་བཅས་ནགས་སུ་ཐེབས། ཨ་ཤ་རྩ་རྩེ་པའི་ཞབས་  
ལ་གཏུགས། དེས་སེམས་བསྐྱེད་ཐེག་ཆེན་དབང་བསྐྱར་ཡང་མཛད། རི་ནག་  
ཕོའི་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་དཔལ་ལྷན་རྩ་རྩུང་ལའི་རྩུང་དུ་སོང་། དེ་ཡང་སྟོན་གྱི་  
སྤྲུམ་ཡིན་གསུངས། དེ་ནས་སྤྲུམ་རྩ་རྩུང་ལའི་རྩུང་དུ་གྲོན་པ་ན། སྤྲུམ་སྤྱད་

གསུང་གིན་ཡོད་པས་ཚུར་གཟིགས། ཆོས་འདོད་ནས་འོངས་པ་མཁྱེན་ཡང་  
བསྟེན་པས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རྒྱལ་བུའི་སྟེང་དུ་ཐོག་ཅིག་པལ་པ་ན། ཐོག་དེ་  
ལུ་སྟེན་པས་ནག་པོའི་མཆོད་རྟེན་རིལ་སོང་། འཁོར་གྱི་རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་  
ཀྱིས་སླ་མ་ལ་སུ་ཡིན་ཞུས་པས། འདི་སྟེ་བ་ལྟ་བུ་བཙུ་ཅ་གཉིས་སུ་  
མཁས་པ་པཎ་ཆེན་གྱི་ལུས་ཤུག་ཏུ་ལེགས་པར་བརྒྱུད་པ། དེར་སངས་རྒྱ་ག་  
ལར་ཆོས་རྒྱལ་དགེ་བ་དཔལ་གྱི་སྤྲས་སུ་གྱུར་ཡང་། རྒྱལ་སྤིང་ལ་མ་ཆགས་  
པར། དཀའ་བ་སྦྱོད་པར་འདོད་པ་ཡིན་འདུག་གསུངས་པས་ཀྱན་ངོ་མཆར་  
སྟེས་ནས་བཞེངས་ཏེ་བསུ་བ་བྱས། མཇལ་མ་ཐག །སླ་མ་དམ་པ་གསན་དུ་  
གསོལ། །ཁྱིམ་ནས་བྱང་སྟེ་ཐར་བ་སྐྱབ་འདོད་ཡང་། །འདི་ལྟར་གྲགས་པའི་  
རིགས་བརྒྱད་ཐོབ་པ་ཡིས། །རྒྱ་ག་ལ་རུ་ཁོ་བོ་འཆིང་ཉེན་གདལ། །རྩི་རྩི་  
དང་བྱང་ཚུབ་བཟང་པོ་དང་། །རིག་པའི་བྱ་བྱག་ཨ་ཕ་རྩི་རྩི་པ། །དངོས་བྱལ་  
བརྟེས་པའི་སླ་མ་བསྟེན་གྱུར་ཡང་། །ད་དུང་རྒྱལ་སྤིང་གནས་ལས་གྲོལ་མ་  
གྱུར། །དེ་ཁྱི་སླ་མ་བྲིད་གྱི་དུང་དུ་བཏང་། །བདག་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་  
དབང་བསྐྱར་གྱིས། །དེས་པར་འཆིང་བ་འདི་ལས་བསྐྱལ་དུ་གསོལ། །ཞེས་  
ཞུས་པས་ཉེན་ཞག་བཙུ་གསུམ་བར་དུ་དགེས་བཞེན་དུ་རྒྱལ་བུ་གཅིག་ལུ་  
ལ་ཡི་དམ་དགེས་པ་རྩོ་རྩི་དབང་བསྐྱར་གདམས་ངག་ཆང་བར་གནང་།  
གསང་མཆོན་ཡེ་ཤེས་གསང་བའི་རྩོ་རྩིར་བཏགས།

དེ་ནས་སླ་མ་རྩ་ཏུ་ལས། འཇིགས་པའི་བྱལ་ཐོབ་པོ་མོ་གཅིར་བུ་  
བརྒྱད་ལ་རྒྱལ་བུ་འདིའི་ཕྱི་འབྲང་བྱས་ལ་རྒྱ་ག་ལར་སོང་། ཡབ་རྒྱལ་པོའི་

བསམ་པ་བསྐྱུར།      རྒྱལ་བྱ་འདི་རྒྱལ་སྤྱིད་སྟོལ་ལ་སྒྲ་མ་ཨ་ཕ་རྩུ་ཉིདེ་བྱང་  
དུ་སྒྲར་སྟོལ་གསུངས།      རྒྱལ་བྱས་ཀྱང་དེའི་ཆེ་ཉེ་རུ་ཀའི་ཆས་མཛད་ནས་  
ཐེབས་པས་ཕོ་བྲང་གི་ཉེ་འཁོར་དུ་སྟེབས་པའི་ཆོ།      ཀུན་གྱིས་བལྟས་པས་ངོ་  
ཡང་ཤེས།      འཇིགས་པ་ཡང་སྟེས།      ལྷ་བ་གསུམ་དུ་སྟོ་སྟོད་བསྐྱུངས་ཉེ་རྣལ་  
འབྱོར་ཕོ་མོ་རྣམས་མཆོང་ཞིང་བརྒྱགས།      ཀུན་གྱིས་རྒྱལ་སྤྱིད་སྟོང་བར་  
ཁོ་ཐག་བཅད།      ཐམས་ཅད་འཕྲེང་ཞིང་རང་སར་མཆི་མ་འབྱིན།      ལྷག་པར་  
དུ་ཡབ་ཀྱི་ཞལ་ནས།      ཨེ་མ་བྱ་བྱོད་ལེགས་པར་བཅས་པའི་ཆོ།      །ཡ་མཆོན་  
ལྟས་མཐོང་རྒྱལ་སྤྱིད་སྟོང་སྟུམ་ནས།      །དགའ་བའི་སེམས་ཀྱིས་ཡིད་དབང་  
སོས་པར་བྱུར།      །དེ་ནི་ནགས་ཁྲོད་བསྟེན་སྟོ་ཇི་ལྟར་ལགས།      །ཞེས་གསུངས་  
པ་དང་།      རྒྱལ་བྱས་དེའི་ལན་དུ།      ཅི་གསུང་བདག་གིས་རྒྱལ་སྤྱིད་བཟུང་  
བྱུར་ན།      །ཆེ་འདིར་ཡུད་ཅུ་ཡབ་དང་འགྲོགས་མོད་ཀྱང་།      །སྟེ་བ་གཏན་དུ་  
པ་བྱར་མི་ཤེས་ཤིང་།      །ཕན་གཞོད་མེད་ན་ཤིན་ཏུ་མཆོང་བ་ཡིན།      །བདག་  
གིས་རྒྱལ་སྤྱིད་ཆེན་པོ་རབ་སྤངས་ནས།      །ངེས་པར་རྣམ་གྲོལ་བྱང་ཆུབ་ལམ་  
བསྐྱབས་ན།      །སྟེ་བ་གཏན་དུ་དགའ་བའི་འགྲོགས་སུ་འོང་།      །དེ་ཕྱིར་བདག་  
ལ་གོ་སྐབས་སྟུལ་དུ་གསོལ།      །ཞེས་ཞུས་པ་དང་།      །ཡུམ་གྱི་ཞལ་ནས།      ཅི་  
ཕན་བྱ་འདི་ཤིན་ཏུ་འཕྲེང་ན་ཡང་།      །སྟེ་དགུ་ཀུན་ལ་ལས་ཀྱི་འཕེན་པ་གཙོ།  
སྟེས་མཆོག་གང་དུ་བདེ་བར་ཆོས་ལ་ཐོང་།      །ཕྱིས་ནས་གཏན་དུ་འགྲོགས་  
པའི་སྟོན་ལམ་འཛུལ།      །ཞེས་གསུངས་ནས་གནང་བ་བྱིན།      །དེ་ནས་རྒྱལ་  
བྱས་ནང་པར་ཐོ་རངས་རྣལ་འབྱོར་ཕོ་མོ་རྣམས་དང་ལྟན་ཅིག་ནགས་ཁྲོད་དུ་

སྒྲ་མ་ཨ་ཕ་རྩུ་ཏྲི་སར་བྱོན་དབུ་མའི་ཆོས་རྣམས་བསྐྱབ། ལས་འབྲས་སྤ་ཞིབ་  
ཀྱང་བསྟན། དགྲུང་ལོ་ཉིར་གཅིག་ནས་ཉིར་དགྲུའི་བར་ཨ་ཕ་རྩུ་ཏྲིའི་སྦྱོད་པ་  
བསྐྱུངས། མདོར་ན་སྒྲ་མའི་བྱང་དུ་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་སྟན་ཐོག་གཅིག་  
ཏུ་སྐྱབ་པར་མཛད་དེ། བེ་བུམ་སྟོན་པོ་ལས། ལོ་བདུན་རྗེས་སུ་འབྲང་བའི་ཨ་  
རྩུ། །ཞེས་གསུངས།

རྒྱལ་པོའི་པོ་བྲང་རྒྱལ་མཆོན་ཅན་ན་མི་བྲིམ་འབུམ་སྤག་གཅིག་དང་།  
ཁུས་ཀྱི་རྗེང་བུ་སྟོང་སྤག་ཉི་ཤུ་ཙུ། སྦྱིད་མོས་ཆལ་བདུན་བརྒྱ་ཉི་ཤུ། ཏུ་  
ལའི་སྟོན་ཤིང་སྟོང་སྤག་ད་བྱག་། འབངས་ཀྱི་སྦྱེ་བོ་སྟོང་སྤག་སོ་ལྔ་དང་། རུ་བ་  
རིམ་པ་བདུན་གྱིས་བསྐྱོར་བ། བར་གྱི་བམ་པ་སུམ་བརྒྱ་རེ་གསུམ། གསེར་  
གྱི་རྒྱལ་མཆོན་སྟོང་སྤག་ཉིར་ལ། དབུས་ཀྱི་པོ་བྲང་རྒྱ་ཕེབས་བཅུ་གསུམ་  
པ། ལོངས་སྦྱོད་སྦྱིར་རྒྱ་ནག་སྟོང་ཁུན་རྒྱལ་པོ་དང་མཉམ་པ་ཡོད་འདུག །རྫོ་  
བོ་ཆེན་པོ་དེས་དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱལ་སྦིད་སྟོབས་འབྱོར་མངའ་ཐང་འབྲུན་ཟླ་མེད་  
པ་དེ་མཆིལ་མའི་ཐལ་བ་བཞིན་དོར་ནས་ཆོས་ལ་གཤེགས་ཤིང་། བདག་  
ཅག་གི་སྟོན་པས་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་སྦིད་སྤག་མཐེལ་ན་ཡོད་པ་  
མཆིལ་མའི་ཐལ་བ་བཞིན་དོར་ནས་རབ་ཏུ་བྱུང་བར་མཛད་འདུག་ན། དེ་  
དག་གི་རྣམ་ཐར་ལ་མིག་ཡར་བལྟས་ཀྱིས་སྟོབ་དགོས། ད་ལྟ་རང་ཅག་  
རྣམས་ཁྱོད་ཆངས་སྦྱོད་ཐོངས་དང་རྫོང་དཔོན་ཞིག་ཏུ་བསྐྱོ་བེར་ན་ཐེ་ཆོམ་  
མེད་པར་རུས་ཆོད་དུ་འདུག །རྒྱལ་སྦིད་ལྟར་བཞག །ཤག་སྒྲ་ཁུང་ཅམ་གྱི་  
ཀ་ཆ་ཡང་སྟོས་ཐོང་དགལ། དེ་ལྟར་རྫོ་བོ་ཆེན་པོས་རྒྱལ་སྦིད་མཆིལ་མའི་

ཐལ་བ་བཞིན་དོར་ནས་ལོ་བདུན་རིང་སླ་མ་ཨ་ཁ་ཐུ་ཏྲི་པ་གཙོ་བོར་བསྟེན་  
ཅིང་། གཞན་ཡང་དངོས་གྲུབ་བརྟེན་པའི་སླ་མ་དུ་མའི་སྟུན་སྒར་དོ་རྩེ་ཐེག་  
པ་ལ་སྦྱངས་པས་གཞུང་དང་གདམས་ངག་མ་ལུས་པ་ལ་མཁས་པར་བྱུང་  
ཏེ་གསང་སྒྲགས་ལ་ང་ཉིད་མཁས་སོ་སྟུམ་དུ་དགོངས་པ་བྱུང་བ་ན། རྩ་གི་  
མ་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲགས་ཀྱི་སྟེགས་བམ་སྒར་མཐོང་མ་སྟོང་བ་མང་པོ་མནལ་  
ལམ་དུ་བསྟུན་ནས་ཐུགས་རྒྱལ་བཅག་གོ།

ད་ནི་ཆེ་འདི་ལ་སྒྲགས་ཀྱི་བརྟུལ་ཞུགས་ཀྱི་སྟོན་པ་སྦྱང་དེ་ཐུག་རྒྱ་  
ཆེན་པོ་མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པ་ཞིག་བྱ་སྟུམ་དུ་དགོངས་པ་ན། སླ་མ་  
རྩ་རྟུལ་གྲུ་རྩ་འབྲུལ་གྱིས་ཅིག་པ་ལ་ཡང་མ་ཐོགས་པར་ཐལ་བྱུང་དུ་བྱོན་  
ནས། བྱོད་ཀྱིས་སེམས་ཅན་བཞག་ནས་གར་ཆ། རབ་ཏུ་བྱུང་ཞིག་དང་  
བསྟུན་པ་དང་འགྲོ་བ་མང་པོ་ལ་ཐན་པར་འདུག་གསུངས། དཔལ་ཉེ་རུ་ཀ་  
མདུན་གྱི་ནམ་མཁར་དངོས་སུ་བྱོན་ནས་ཀྱང་བསྐྱལ། བདག་ཅག་གི་སྟོན་  
པ་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་དང་། མགོན་པོ་བྱམས་པས་ཀྱང་མནལ་ལམ་དུ་རབ་  
ཏུ་བྱུང་བར་བསྐྱལ་ཏེ། བལ་ཆེན་སྡེ་པའི་མཁན་པོ་སྟོར་ལམ་བཟོད་པ་བ་  
ཚུ་ལ་ཁྲིམས་སྦྱང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལས་རབ་ཏུ་བྱུང་ཞིང་བསྟེན་པར་རྩོགས་  
པར་མཛད། དེ་ལྟར་དགྲུང་ལོ་ཉི་ཤུ་ཅུ་དགྲུ་ལ་རབ་ཏུ་བྱུང་། སླ་མ་བརྒྱ་དང་  
ལྔ་བརྒྱ་ཅུ་བདུན་བསྟེན་ནས་རིག་གནས་མཐའ་དག་དང་། མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་  
གསུང་རབ་གདམས་པ་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་སྦྱངས། བྱོད་པར་སླ་མ་  
ཉིས་རྩ་ཉའི་སྟུན་སྒར་འདུལ་བ་ལུང་སྡེ་བཞིའི་གནད་ཀྱན་བསྐྱས་ཞིང་།

མངོན་པ་སྡེ་བདུན་ཀྱན་བསྟུས་པའི་བསྟན་བཅོས་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཞད་པ་ཆེན་  
པོ་ཞེས་བྱ་བ་བམ་པོ་བརྒྱད་བརྒྱ་ཙམ་ཡོད་པའི་བསྟན་བཅོས་ཆེན་པོ་དེ་ལོ་  
བཙུ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་གསན་ནས་མཐའ་ཆོད་པར་སྦྱངས། སྡེ་པ་བཅོ་བརྒྱད་  
པོ་སོ་སོའི་བྱིན་ལེན་རུང་ཆུ་སོགས་ཕྱག་ལེན་ཕྱ་མོ་མཐའ་དག་མ་འདྲེས་  
པར་མཐེན་ནས་འཕགས་ཡུལ་གྱི་སྡེ་པ་བཅོ་བརྒྱད་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཙུག་  
གི་ཁོར་བུར་གྱུར་ཏོ།།

དེ་ལྟར་མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་ཆོས་འཕགས་ཡུལ་ན་དེ་དུས་བཞུགས་པ་  
མཐའ་དག་གསན་ཅིང་ཕྱགས་ཉམས་སུ་བཞེས་ནས་སྦྱར་དུ་འཆང་བྱ་བ་ལ་  
ལམ་གང་ཞིག་སྦྱར་སྟམ་པ་ནར་མར་ཡོད་པ་ན་རི་ནག་པོའི་ཁོང་གསེང་ན་  
བཞུགས་པའི་སླ་མ་རྩ་ཏུ་ལ་གུལ་མངོན་པར་ཞེས་པས་མཐེན་ཏེ། དེར་  
བྱོན་ནས་རྡོ་བོ་ལ་གསུངས་པ། ཡི་དམ་གྱི་ལྷ་ཞལ་མཐོང་བ་དང་། དཀྱིལ་  
འཁོར་གྱི་ལྷ་ཆོགས་མང་པོ་མངོན་དུ་གྱུར་བ་དང་། ཐུན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་  
མང་པོ་ཐོབ་པ་དང་། ཉིང་རེ་འཛིན་རི་རྒྱད་ཙམ་ཡོད་པས་གར་ཡང་མི་བྱིན།  
བྱམས་པ་དང་སྦྱིང་རྩེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་སློ་སྦྱོངས། ཕྱགས་རྩེ་ཆེན་  
པོ་སྦྱིང་རྩེའི་ལྷ་ཡིན་པས་ཡི་དམ་དུ་བྱུངས། འཁོར་བ་མ་སྦྱོངས་ཀྱི་བར་དུ་  
སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པར་དམ་འཆོས་ཞིག་གསུངས། ཡང་རྡོ་རྩེ་གདན་  
ཀྱི་ཁོར་ས་ན་པར་སྒྲོར་བ་མཛད་པའི་ཆེ་ལྡན་བཟོ་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་  
དྲི་བ་དང་ལན་འདེབས་པའི་ཚུལ་དང་། རྡོ་རྩེ་གདན་གྱི་སྦྱོ་སྦྱོགས་ཀྱི་ནམ་  
མཁའ་ལ་མིའི་ལྷས་ལས་འདས་པའི་བྱ་མོ་གཉིས་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་



དེ་བའི་ཚུལ་དུ། ཟུར་དུ་མངོན་པར་རྫོགས་པར་འཛང་རྒྱ་བར་འདོད་པས་  
ཆོས་གང་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱ་ཞེས་ཟེར་བ་ལ། ཅིག་ཞོས་ན་རེ། བྱང་ཚུབ་ཀྱི་  
སེམས་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ་ཞེས་གསུངས་ནས། བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་སྦྱོང་  
ཐབས་བཟང་བ་ཅིག་གསུང་གི་འདུག་པ་ལ། སྒྲོར་བ་འཕྲོ་བཅད་ནས་གསན་  
པས་སྦོད་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་བྱོལ་བ་བཞིན་ཐུགས་སུ་ཆུད། སྦོལ་དཔོན་སྐྱ་  
སྐྱབ་ཀྱིས་བཞེངས་པའི་དོ་རྩ་ན་བཞུགས་ཅ་ན། བྱད་མེད་ཀྱན་གཞོན་གཉིས་  
འདུག་པས། གཞོན་པ་དེ་ལ་ཀྱན་པ་དེས་ཟུར་དུ་མངོན་པར་རྫོགས་པར་  
འཛང་རྒྱ་བར་འདོད་པས་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་སྦྱོངས་གསུངས་པ་དང་། ཡང་  
དོ་རྩེ་གདན་ཀྱི་གཞོལ་ར་སྒྲོར་བ་མཛད་པའི་ཆོ། བྱ་འདབ་འོག་ན་དེ་བཞིན་  
ག་ཞེགས་པའི་སྐྱ་གཅིག་བཞུགས་པའི་ཞལ་ནས། ཉེ་ཟླ་དན་ཟུར་དུ་མངོན་  
པར་རྫོགས་པར་འཛང་རྒྱ་བར་འདོད་པས། བྱམས་སྦྱིང་རྩེ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་  
སེམས་སྦྱོངས་ཞིག་གསུངས། ཡང་དོ་རྩ་ཁང་བུ་ལ་སྒྲོར་བ་མཛད་པའི་ཆོ།  
བ་སོའི་རྒྱལ་བ་ཤུག་ཐུབ་པ་གཅིག་འདུག་པ་དེའི་ཞལ་ནས། རྩོ་གི། ཟུར་  
དུ་མངོན་པར་རྫོགས་པར་འཛང་རྒྱ་བར་འདོད་པས་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་  
སྦྱོངས་གསུངས།

དེ་ནས་རྩོ་བོ་རྩེས་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་མ་སྦྱེས་པ་བསྦྱེད་པ་  
དང་། སྦྱེས་ཟིན་གོང་འཕེལ་དུ་བྱས་ཉེ་མཐར་ཕྱིན་པའི་ཕྱིར་དེའི་མན་ངག་  
ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་མངའ་བ་ཞིག་སུ་ཡོད་སྟེ་ཅད་བཅད་པ་ན། དུས་དེའི་  
ཆོ་སྒྲ་མ་གསེར་སྦྱིང་བ་ཆེན་པོ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་བདག་པོར་གྲགས་

པས་སྒྲ་མ་གསེར་སྒྲིང་བ་ཆེན་པོའི་ཞབས་བྱར་དུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་  
གདམས་ངག་རྫོགས་པར་གསན་པའི་སྤྱིར་གསེར་སྒྲིང་དུ་འབྱོན་པར་བཞེད་  
ནས་འཛམ་བུ་སྒྲིང་ནས་གསེར་སྒྲིང་དུ་ཆོང་ལ་འགྲོ་བའི་ཆོང་པ་ལམ་རྒྱས་  
ཅན་དང་བཅས་རྒྱ་མཚོ་ལ་བྱ་གཟིངས་བཅས་ནས་སྒྲ་བ་བཙུ་གསུམ་ཀྱི་རིང་  
མཚོའི་སྒྲིང་ལ་བྱོན་ཏེ་དེའི་ཆེ་བདུད་དགའ་རབ་དབང་ལྷག་གིས་སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་དར་བར་མ་བཟོད་ནས་རྫོ་བོའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་  
བར་ཆད་བྱ་བའི་སྤྱིར་མི་མཐུན་པའི་རྒྱུང་བཏང་སྟེ་བྱ་གཟིངས་ལམ་ལོག་  
པར་བསྐྱར་བ་དང་། རྩ་སྟོན་ཉ་མིང་ཆེན་པོ་རི་ལྷ་བུས་བྱ་གཟིངས་ཀྱི་མདུན་  
བཀག་པ་དང་། རྣམ་མཁའ་ལས་ཐོག་བབས་པ་སོགས་གཞོད་པ་ཆབས་  
ཆེན་པོ་བྱས་པ་ན། བརྟེན་སའི་སྒྲིང་པོས་རྫོ་བོ་རྩེ་ལ་ཐུགས་དམ་བསྐྱུལ་  
བའི་གསོལ་འདེབས་ལྷགས་དག་ཏུ་བྱས་པས། རྫོ་བོ་རྩེས་གཤེན་རྩེ་གཤེད་  
དམར་པོའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་བདུད་སྟེ་དབྱང་དང་བཅས་པ་བརྟུལ་  
ཏེ་རིམ་གྱིས་གསེར་སྒྲིང་དུ་ཕེབས། རྫོ་བོ་ཆེན་པོ་ལྷ་བུ་མཁས་བྱ་བ་དེ་ལྷ་  
བྱར་བྱུར། འཁྱུངས་སྒྲ་བཙོ་བརྒྱད་ལོན་ཅམ་ནས་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཐུགས་  
འབྱོངས་པའི་གསུང་རང་ཆས་སུ་བྱོན་པ་དེས་ཀྱང་། ད་དུང་དགའ་སྦྱད་འདི་  
ཅམ་གྱིས་ནན་ཏན་མཛད་པ་འདི་ལ་བརྟག་ནའང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་  
པོ་ཆེ་འདི་ལས་ལྷག་པའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་གཙོ་བོ་མེད་པར་ངེས་པ་  
ཉིད་དགོས་སོ།།

དེ་ལྷར་རྫོ་བོ་ཆེན་པོ་ལམ་དུ་སྒྲ་བ་བཙུ་གསུམ་ཀྱི་བར་ཕེབས་པར་

ཡང་རབ་བྱུང་གི་རྟགས་ཆ་ལུགས་མ་ཉམས་པར་བྱོན་འདུག་པ་ལས། རང་  
རེ་ལྟར་དགོན་པའི་སྒྲིང་ཐོན་པ་དང་ཆས་བསྐྱར་ནས་ཕེབས་པ་མ་རེད། བྱི་  
ནས་མིག་སྟོས་ཅམ་གྱིས་ཀྱང་བསྟན་པ་ལ་ཕན་པའི་ཆེད་སྟོགས་སུ་འགྲོ་  
བ་ལའང་རབ་བྱུང་གི་རྟགས་ཆ་ལུགས་མ་དོར་བར་བྱ་དགོས། དེར་སང་  
གྲུ་པ་གནས་སྒྲོར་སོགས་སྟོགས་ལ་འགྲོ་བ་དག་དགོན་པའི་ལུགས་རི་ཐོན་  
མ་ཐོན་ནས་སྐྱེ་ཆས་སྐྱས། མདུང་རིང་ཁྲེར་ནས་རྒྱས་མེད་གྱིས་མཐོང་  
ན་འདིས་གསོད་འཕྲོག་བྱེད་མི་ཡོང་ངམ་སྟམ་འདྲིགས་ཁྱམ་ཁྱམ་པ་བྱེད་  
དགོས་པ་སྒྲུང་། མཁས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་ཀྱང་། ཏུར་སྒྲིག་ཆོས་  
གོས་བྱུང་དག་གིས། །རབ་བྱུང་རྣམས་ཀྱི་ལུས་མཛེས་ཀྱི། །རབ་བྱུང་བྱིམ་  
པའི་རྟགས་འཆང་བ། །བསྟན་པ་འདྲིག་པའི་བརྟུལ་ཁྱུགས་ལགས། །ཞེས་  
གསུངས། འགའ་ཞིག་གིས་ནང་ནས་སྒྲིན་དགོས་ཟེར་ནས་བྱི་རོལ་གང་བྱུང་  
བྱེད་མཁན་འདུག་ཀྱང་། བསྟན་པ་སྐྱེའི་མིག་སྟོས་ལ་གཞོད་པས་དགོ་འདུན་  
རྣམས་ཀྱིས་བྱིའི་ཀྱན་སྦྱོད་ཞི་ཞིང་དུ་ལ་བ་མཛད་དགོས། འཕགས་པ་རྟ་བླུལ་  
གྱིས་སྦྱོད་ལམ་ཁོ་ནས་ལྷ་རིའི་བྱ་བདེན་པ་ལ་བཀོད་པ་རེད།

ད་ནི་དཀྱུས་ནས་ཁྱུ་ན། དེ་ལྟར་ཇོ་བོ་གསེར་སྒྲིང་དུ་ཕེབས་ནས། སྒྲིང་  
དེའི་སྒྲེ་ཟེན་པ་ན་གསེར་སྒྲིང་པ་ཆེན་པོའི་སྟོབ་མ་བསམ་གཏན་པ་འགའ་  
ཞིག་བཞུགས་པ་དང་མཛུམ། དེར་ཞག་བརྩ་བཞིའི་རིང་དཔོན་སྟོབ་ཆང་མ་  
ངལ་བསོ་ཞིང་། བསམ་གཏན་པ་དེ་དག་ལ་སྒྲུ་མ་གསེར་སྒྲིང་པའི་རྣམ་ཐར་  
ཅད་གཙོད་ཅིང་བཞུགས། རང་རེ་ལྟ་བུ་ཡིན་ན་ལམ་སང་སྐྱེ་མདུན་དུ་འགྲོ་

འོས་པ་ལ། དེ་ལྟར་མ་མཛད་པར་རྣམ་ཐར་ཅད་གཅོད་མཛད་པ་ནི། ལྷ་མ་  
 ལེགས་པར་བརྟག་དགོས་པའི་མཆོན་གྱིད་དུ་མཛད། བསམ་གཏན་པ་དེ་  
 དག་འགའ་ཤས་ལྷ་མ་གསེར་སྒྲིང་པའི་བྱང་དུ་སྦྱར་བར་བྱིན་ཏེ། དེར་སང་རྒྱ་  
 གར་ཤར་རྒྱབ་གཉིས་ན་འགྲན་ལྷ་མེད་པའི་མཁས་པ་ཆེན་པོ་དྲེ་པི་ཀླ་ར་གྲེ་  
 རྩོ་ན་བྱ་བ་དེ་སློབ་མ་བརྒྱ་དང་ཉི་ཤུ་ཙམ་འདི་ཆོགས་དང་ལྟན་ཅིག་རྒྱ་མཆོ་  
 ཆེན་པོ་ལ་ལྷ་བ་བཙུག་སུམ་གྱི་བར་དུ་དཀའ་བ་སྦྱང་ནས། ལྷ་མ་ཁྲིད་གྱི་བྱང་  
 དུ་དུས་གསུམ་གྱི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་སྦྱིད་པར་གྱིད་པའི་ཡུམ་གཙོ་བོར་ཉན་  
 པ་དང་། སློན་འདུག་གི་སེམས་བསྐྱེད་དེ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སློ་སྦྱོང་བའི་ཆེད་  
 དུ་ཐེབས་འདུག་ཅེས་གསོལ། གསེར་སྒྲིང་པས་ཀྱང་མཁས་པ་ཆེན་པོ་དེ་  
 ལྟ་བུ་རང་རེའི་ཡུལ་འདིར་ཐེབས་པ་ཤིན་ཏུ་ལེགས་ཀྱིས་བསུ་བ་ཞུ་དགོས་  
 གསུངས། དེ་ནས་རྩོ་བོ་རྗེ་དཔོན་སློབ་རྣམས་ལྷ་མ་གསེར་སྒྲིང་པ་ཆེན་པོའི་  
 པོ་བྱང་དང་ཉི་བར་ཐེབས་པ་ན། ལྷ་མ་གསེར་སྒྲིང་པས་དགོ་སློང་ཆོས་གོས་  
 རྣམ་གསུམ་ཁ་དོག་མཐུན་པར་གསོལ་བ། ཐམས་ཅད་མཐུན་པར་རིལ་བ་  
 སྦྱི་སྒྲགས་འཛིན་པ། འཁར་གསེལ་མཛེས་པར་བསྐྱམས་པ་ཤིན་ཏུ་དང་བ་  
 འབྲེན་པ་དག་བཙོམ་པ་ལྟ་བུ་ལྟ་བརྒྱ་དང་སུམ་ཙུ་ཙམ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་  
 སྒྲིང་པས་བྱངས་ནས་དགོ་ཚུལ་བྱག་ཙུ་ཙམ་གཉིས་ཀྱིས་བརྟེན་ཏེ། མདོར་ན་  
 རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ལྟ་བརྒྱ་དང་དགྲ་བཙུ་ཙུ་ཙམ་གྱིས་རྒྱང་རིང་པོ་ནས་བསུ་  
 བའི་ཕྱིར་ནར་གྱིས་བྱུང་བ་གཟིགས་སོ། །དེ་མ་ཐག་ཏུ་བཙོམ་ལྟན་འདས་  
 ཞལ་བ་ཞུགས་པའི་དུས་ན་དག་བཙོམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བ་ལྟར་ཤིན་ཏུ་

དང་བ་འབྲེན་ཞིང་ཕྱགས་ཉམས་དགའ་བའི་མཐར་ཕྱག་པར་གྱུར་ཏོ།

དེ་ནས་རྫོ་བོ་རྗེས་པ་རྒྱུ་ཏ་སའི་སྟོང་པོ་ལ་སོགས་རིག་པའི་གནས་ལྷ་  
ལ་མཁས་པའི་པ་རྒྱུ་ཏ་དང་། སྟེ་སྟོང་གསུམ་ལ་མཁས་པའི་དགོ་སྟོང་རྣམས་  
ཕྱགས་ལྷམ་འབྲིང་མིག་མ་གསོལ་བ། ཁ་ཆེ་གྱུར་གྱུམ་གྱིས་ལེགས་པར་ཁ་  
བསྐྱར་བའི་ཆོས་གོས་རྣམ་གསུམ་པལ་ཆེན་སྟེ་པས་ལེགས་པར་བསྐྱགས་  
པ་མཛེས་པར་གསོལ་བ། ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཏྲེན་འབྲེལ་གྱི་ཆེ་བས་ལྷགས་  
གྱི་ལྷུང་བཟེད་རབ་ཆད་བྱག་རྟོལ་མེད་པ་བསྐྱམས་པ། ཟངས་གྱི་རིལ་བ་  
སྟེ་ལྷགས་མ་ག་རྟའི་བྲེ་གང་ཞོང་བ་དང་། བསྟན་པའི་བདག་པོས་རབ་  
ཏུ་བསྐྱགས་པའི་འཁར་གསེལ་ལ་སོགས་པའི་ཏྲགས་མཆན་ཐམས་ཅད་  
ལེགས་པར་ཆང་བ་ཡོད་པ། ཐམས་ཅད་ཀྱང་པ་རྒྱུ་ཏའི་ཞྭ་ང་རྒྱལ་མེད་པ་  
གསོལ་བ། ར་ཡབ་དཀར་པོ་རེ་ཕྱག་ན་བསྐྱམས་པ་བརྒྱ་དང་ཉི་ཤུ་ཅུ་ལྷས་  
རྫོ་བོའི་རྗེས་ལ་བར་དུ་མི་རེ་ཞོང་ཅམ་དུ་མ་འབྱར་བ། རྒྱང་ཆེས་མ་དྲགས་  
པ། བར་མ་ཆད་པར་འཇའ་ཆོན་སྣ་ལྷའི་གྱུར་བཞིན་དུ་མགོན་པོ་གསེར་སྦྱིང་  
པ་གང་ན་བཞུགས་པ་དེར་བྱོན་པ་དང་། ཐམས་ཅད་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་ཤ་  
སྟག་ཏུ་གྱུར་པས་དཀར་སྟོགས་གྱི་ལྷ་རྣམས་དགའ་ཞིང་མགྱ་ནས་མེ་ཏོག་  
གི་ཆར་པ་པབ། གསེར་སྦྱིང་ན་གནས་པའི་སྟེ་བོ་ཐམས་ཅད་སྒྲ་མ་གཉིས་གྱི་  
མཛེད་པ་ལ་ངོ་མཆར་མཛད་དུ་བྱུང་བའི་དད་པ་ཐོབ་པོ། །དེ་ནས་རྫོ་བོ་རྗེས་  
རིན་པོ་ཆའི་བུམ་པ་ནང་ན་དངོས་པོ་ཅི་ཡོད་སྟེ་ནས་གསལ་བ་ཞིག་རིན་པོ་  
ཆེ་གསེར་དང་། དདུལ་དང་། ལྷ་ཏིག་དང་། ལྷ་རུ་དང་། བཱེུརུས་བཀའ་

སྟེ་སླ་མ་གསེར་སྒྲིང་པ་ཆེན་པོའི་ཕྱག་ཏུ་ཕུལ། བྱང་ཚུབ་སེམས་སྦྱོང་གི་  
གདམས་ངག་བྱམ་པ་གང་ཕྱོད་ཚུལ་དུ་གསན་པའི་རྟེན་འབྲེལ་དེ་ནས་འགྲིག་  
པ་ཡིན་འདུག།

དེ་ནས་སླ་མའི་གཟིམ་ཁང་ལོ་བྱང་དངུལ་གདུགས་ཅན་གྱི་ནང་དུ་  
བྱོན། དེར་སླ་མ་གསེར་སྒྲིང་པས་ཀྱང་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཆེ་བས་ཆོས་ཀྱི་ཐོག་  
མར་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་མན་ངག་དང་བཅས་པ་ཆོས་ཐུན་བཙུ་ལྷ་  
ཙམ་གྱིས་ལེགས་པར་བཀྲལ་ནས་བཞག་པར་མཛད། དཔོན་སློབ་ཤིན་ཏུ་  
ཐུགས་དག་པར་གྱུར་ནས་དབུ་སྒྲུལ་སྒྲེལ་ཏེ་ལོ་བཙུ་གཉིས་ཙམ་གྱི་རིང་ལ་  
མན་ངག་ཁོལ་དུ་བྱུང་བ་ཙམ་མིན་པའི་བྱམས་པ་ནས་ཐོགས་མེད་ལ་བརྒྱད་  
པའི་ཡུམ་ཤེར་བྱིན་གྱི་སྒྲུལ་དོན་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་དང་། འཇམ་དབྱངས་  
ནས་ཞི་བ་ལྷ་ལ་བརྒྱད་པའི་བདག་གཞན་བརྗེ་བའི་བྱང་ཚུབ་སེམས་སྦྱོང་གི་  
གདམས་པ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ལ་གསན་བསམ་སྒྲོམ་པ་མཐར་བྱིན་པར་  
མཛད་དེ། སླ་མའི་ཞབས་བྱང་དུ་བདག་གཞན་བརྗེ་བའི་བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་  
བཙུན་མ་མ་ཡིན་པ་ཐུགས་ལ་འཁྲུངས། སླ་མས་ཀྱང་བསྟན་པའི་བདག་པོར་  
མངའ་གསོལ། ལྷ་ཙམ་འདི་རུ་མ་བཞུགས་བྱང་དུ་བྱོན། །བྱང་ཕྱོགས་ཁ་བ་  
ཅན་གྱི་ཡུལ་དུ་བྱོན། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བོད་དུ་བྱོན་ནས་གདུལ་བྱ་སྦྱོང་  
བར་ལུང་བསྟན་ཏོ།།

གསུམ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་ཡོན་ཏན།



## བརྟེན་ནས་བསྟན་པ་ལ་བྱ་བ་མཛད་པའི་ཚུལ་ལ་གཉིས།

ཐུག་པར་དུ་མཛད་ཚུལ་དང་། བོད་དུ་མཛད་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ཐུག་པར་  
དུ་མཛད་ཚུལ་ནི། དེ་ནས་རྫོང་བོ་དབུས་སུ་ཕེབས། རྫོང་གདན་དུ་བཞུགས་  
ནས། ལྷ་སྟེགས་ཀྱི་སྤྱོད་བཟང་པ་ལན་གསུམ་དུ་ཆོས་ཀྱིས་པམ་པ་མཛད་  
ནས་ནང་པའི་བསྟན་པ་ལ་བཅུད་པ་སོགས་བསྟན་པའི་སྟོལ་བ་བྱང་། རྒྱལ་པོ་  
མཆོ་བ་ལས་བྲི་ཀ་མ་ལ་ཤྲི་ལའི་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་གདན་དངས། རྫོང་བོ་རང་  
ཉིད་པལ་ཆེན་སྡེ་པའི་ལུགས་གཙོ་བོར་མཛད་ཀྱང་སྡེ་པ་གཞན་ཐམས་ཅད་  
ཀྱི་ལུགས་ལ་མཁས་པ་དང་། ཀུན་ལ་ཉེ་རིང་མི་མངའ་བའི་དབང་གིས་ཐུག་  
པར་ཤར་བྱུང་ལྷུ་ལ་དབུས་དང་བཅས་པའི་དགེ་འདུན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཙུག་  
གི་ཁོར་བུ་ལྟར་གྱུར་ཏེ། རྒྱལ་བའི་བསྟན་ལ་རྒྱལ་བ་རང་ཉིད་སྤྱོད་པ་  
ལྟར་སྡེ་སྡོད་གསུམ་དང་རྒྱད་སྡེ་བཞིས་བསྐྱུས་པའི་མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་བསྟན་པ་  
ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་བདག་པོར་བཞུགས་སོ།།

གཉིས་པ་བོད་དུ་མཛད་ཚུལ་ནི། དེ་སྐབས་བོད་དུ་བསྟན་པ་སྤྱི་དར་  
བྱུང་། ཕྱི་དར་རིམ་བཞིན་འཕེལ་གྱང་། འགའ་ཞིག་འདུལ་བ་ལ་མོས་སྒྲོས་  
སྒྲགས་བྱུང་དུ་གསོད། འགའ་ཞིག་སྒྲགས་ལ་མོས་སྒྲོས་འདུལ་བ་བྱུང་དུ་  
གསོད། མདོ་སྒྲགས་ཆ་གང་ལྟར་ཡ་འགལ་དུ་སོང་། ཐུག་པར་ནས་པ་རྗེ་ཏར་  
གྲགས་པ་གསེར་ཆོལ་བ་མང་པོ་བོད་དུ་སྒྲགས་ནས་ཆགས་ལམ་དང་། དན་  
སྒྲགས་མང་པོས་བོད་ཀྱི་སྐྱེ་བོ་ལྔ་མས་བསྐྱུས་ཏེ་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་ལྟན་པར་

དག་པ་ཤིན་ཏུ་དར་དཀར་བ་བྱུང་ནས། བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་སྟ་སྟ་མ་ཡེ་ཤེས་འོད་  
ཐུགས་མ་བདེ་བར་བོད་དུ་བསྟན་པ་རྣམ་དག་ཅིག་དར་བྱིར། བོད་ལ་པན་  
ཐོགས་པའི་པརྟེ་ཏ་སྟུན་འདྲེན་པར་བོད་ཐུག་རིག་པ་རྣེ་བའི་ཤུ་ཅ་ག་ཅིག་རྒྱ་  
གར་དུ་བཏང་བས་གཞན་རྣམས་ཆད་པས་ཤི། ལོ་ཆེན་རིན་བཟང་དང་། ལོ་  
ཆུང་ལེགས་ཤེ་གཉིས་ཀྱིས་ཆོས་མཁས་པར་མཁྱེན། རོ་བོ་སྟུན་འདྲེན་ནི་ཁྱེ་  
མ་རུས། སྦྲར་བོད་དུ་བྱོན་ནས་རྒྱ་གར་གྱི་མཁས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཛད་  
སྦྱོང་དང་བཞེད་པ་མདོ་སྟགས་ལ་ནང་འགལ་མེད་ཚུལ་རྒྱལ་པོའི་སྟན་དུ་  
གསོལ། བོད་ལ་པན་ཐོགས་པའི་པརྟེ་ཏ་གཞན་ནི་མི་འདུག །བྱི་ཀ་མ་ལ་ཤྱི་  
ལར་རྒྱལ་རིགས་ལས་ཐར་པར་ག་ཤེགས་པ་དཔལ་མར་མེ་མཛད་ཡེ་ཤེས་  
བྱ་བ་བཞུགས། དེ་སྟུན་འདྲོངས་ན་བོད་ལ་ངེས་པར་པན་ཐོགས་ཞེས་པརྟེ་ཏ་  
ཐམས་ཅད་མ་ཐུན་པར་སློང་ཁུས་པས་རྒྱལ་པོའི་ཐེ་ཆོམ་ཡང་ཆོད། བྱུང་པར་  
རོ་བོའི་མཆན་ཐོས་པ་ཅ་མ་གྱིས་མི་ཚུགས་པའི་དད་པ་ཤུགས་དྲག་སྦྱེས་  
ནས་རྒྱ་བཙོན་སེང་འཁོར་བརྒྱད་དང་བཅས་གསེར་མང་དུ་བསྐྱར་ནས་རོ་  
བོ་སྟུན་འདྲེན་པ་ལ་བཏང་བས་སྟུན་མ་འདྲོངས།

དེ་ནས་ཆོས་རྒྱལ་རང་པརྟེ་ཏ་སྟུན་འདྲེན་པའི་ཆ་རྒྱུན་གསེར་འཆོལ་  
དུ་བྱོན་པས། གར་ལོག་གི་རྒྱལ་པོས་བསྟན་པ་ལ་བྱ་བ་བྱེད་པའི་ཆོས་རྒྱལ་  
དུ་ཤེས་ནས་ཆོས་མི་གཏོང་ན་སྟོག་མི་གཏོང་བར་བྱས་ཏེ་སྦྱ་ལུས་དར་གྱིས་  
གཙུན་ནས་བསྐྱམས། བཙོན་དུ་བཟུང་བ་ན། ལྟ་བཙུན་བྱང་ཆུབ་འོད་གྱིས་  
ཁུ་བོ་བཙོན་ནས་འདོན་ཐབས་སུ་ཕེབས་པ་དང་གར་ལོག་གི་རྒྱལ་པོས་བྱེད་

རང་པ་རྩེ་ཏ་གདན་འདྲན་པའི་འཕྲོ་བ་ཤོལ་ལ་བྲིད་རང་ངའི་འོག་ཏུ་ཞུགས།  
ཡང་ན་གསེར་རྒྱལ་པོ་དང་མཉམ་པ་བྲིར་ལ་ཤོག། །རྒྱལ་པོ་བཏང་གི་ཟེར་  
བ་ལ། གསེར་གཏོད་པ་འདམ་ནས་གསེར་སྤང་བརྒྱ་ཐམ་པ་བྲིར་ཏེ་རྒྱལ་  
པོ་བསྐྱས་པས་ཀྱང་ཁོ་མ་ཉན། ལུས་དང་མཉམ་པ་ཅམ་བྲིར་ནས་བསྐྱས་  
པས་ཀྱང་མགོ་པོ་ཆང་བ་དགོས་ཟེར་ནས་ཁོ་མ་ཉན། དེ་ནས་ཐབས་གཞན་  
མ་བྱུང་བར་རྒྱལ་པོ་གང་དུ་བཅུག་པའི་བཙོན་གྱི་སྒྲིབ་དུ་བྱོན། ཁུ་བོ་ལ་  
བོས་ཏེ། བཀའ་ངེན་ཆེན་པོ། སྟོན་གྱི་ལས་ཐོག་ཏུ་བབ་པ་ཡིན་པས། ངས་  
ཁོ་ལ་དམག་བརྒྱབ་ནས་བསྐྱོག་ན་ནི་སྟེ་པོ་ཆེན་པོ་ཆེ་ཡུང་ལ་བཏང་ནས་  
ངན་སོང་དུ་འགྲོ་དགོས་པར་སྤང་། པ་རྩེ་ཏ་གདན་མི་འདྲན་པར་བྲིད་རང་ངེད་  
གྱི་འོག་ཏུ་ཞུགས་ཟེར་བ་ལ་ནི། ཆོས་སྒྲོས་བཏང་ནས་སྒྲིག་རྒྱལ་གྱི་འོག་ཏུ་  
ཞུགས་པ་ལས། བྲིད་ཆོས་ལྡན་དུ་གཤེགས་པ་དྲག་སྒྱམ་དུ་བསམ། དེ་ནས་  
གསེར་བྲིད་རང་ཅམ་པ་ཞིག་དགོས་ཟེར་བ་ལ་གསེར་བཙལ་བས། བྲིད་  
གྱི་སྐུ་ལུས་དང་མཉམ་པའི་ཆོད་ཅམ་ཞིག་རྟེན། དེ་ལ་ཡང་ཁོ་མ་ཉན་པས་  
ད་ངས་དབྱ་ཅམ་ཞིག་རྟེན་པ་དང་སྒྲུར་འོང་གིས། དེ་བར་དུ་སྟོན་གྱི་ལས་ལ་  
སེམས་པ་དང་། དགོན་མཆོག་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་པ་དང་། སྙིང་པོ་ཆེ་  
བྲང་འོག་ཏུ་བཅུག་པའི་བསོད་ནམས་མཛད་དགོས་པ་ཡིན། ཞེས་ཞུས་པ་  
དང་། ཁུ་བོ་ཡེ་ཤེས་འོད་གྱིས་བཞད་ཅིག་མཛད་ནས། བྲིད་ལའང་གཅེས་  
སྐྱག་སྐྱམ་ཐན་མའི་བག་ཅིག་ཡོད། དཀའ་སྤྱད་དང་སྙིང་རུས་མི་རུས་སྐྱམ་  
པ་ཡིན་ཏེ། ང་ཤི་ཡང་བྲིད་གྱིས་པ་མེས་གྱི་སྟོལ་སྟོང་བར་སྤང་། བྲིད་གྱི་དེ་

གོ་བ་ཆེ། ང་ལ་དེས་ཆོག། །ངའི་བསམ་པ་ལ་བོད་འདིར་ཆོས་ཁྲིམས་སྒྲིན་  
མེད་ཅིག་མ་ཚུགས་པར་ང་ཞི་ན་མི་རུང་བ་འདུག་སྟེ། ད་ན་སོ་  
ཡང་ཀླས། འདིར་ད་ལན་མ་ཞི་ཡང་ཆེ་ལོ་བཙུ་ལས་མེད། དེ་ཙམ་གྱི་ཕྱིར་  
གསེར་མང་པོ་བཏང་ཡང་དགོན་མཆོག་ཐུགས་ཁྲིམ། སྒར་ཆེ་འཁོར་བ་ཐོག་  
མ་མེད་པ་ནས་ཆོས་ཀྱི་ཕྱིར་གཅིག་གྱུར་ཞི་བ་མེད། ད་ལན་ཆོས་ཀྱི་ཕྱིར་  
ཞི་ན་ལེགས་པ་ཡིན་པས་རྒྱལ་པོ་འདི་ལ་གསེར་སེ་བ་ར་ཏི་གཅིག་གྱུར་མ་  
སྟེ། གསེར་ང་རང་ཙམ་རྟེན་པ་ཞིན་ཏུ་རྩམས་ཆེ་ན། ད་མགོ་བོ་ཙམ་པ་ག་  
ན་རྟེན། གསེར་ཐམས་ཅད་རྒྱ་གར་དུ་བྱིར་ལ་ད་དུང་རྫོ་བོ་པརྟེ་ཏ་དེ་གདན་  
ཅི་འདྲོངས་གྱིས། པརྟེ་ཏ་དེའི་སྟན་དུ་ཡང་། ང་ན་རེ། ངས་བྱིད་དང་སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པའི་ཕྱིར་ལུས་སྒོག་གར་ལོག་གི་རྒྱལ་པོ་ལ་བྱིན་ཡོད་པས་  
ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་བདག་ལ་ཐུགས་རྗེས་འདྲིན་པ་དང་། ངའི་བསམ་  
པའི་གཙོ་བོ་བྱིད་བོད་དུ་བྱོན་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་དར་བར་བྱིད་པ་  
ཡིན་པས་དེ་ཁོ་ན་བཞིན་དུ་མཛད་པ་དང་། སྐྱེ་བ་འདིའི་འོག་རོལ་དུ་བྱིད་དང་  
ངས་པར་མཇལ་བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ་ཞེས་ངའི་འཕྲིན་འདི་སྐྱེལ་  
མཛོད་ཅིག། །དེ་ལྟར་ལགས་པས་ང་སྒྲོས་ཐོངས་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་  
ལ་སོམས་ཞིག་གསུངས། དེ་ལྟར་ཁུ་བོ་དེ་ལུས་ཀྱི་སྟོབས་ཞོར། གསུང་གི་  
གདངས་ཆག། །ཞིན་ཏུ་ཉམ་ཐག་པར་གྱུར་ནའང་། ད་དུང་བོད་ཀྱི་སེམས་ཅན་  
དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་དང་། རྫོ་བོ་འབའ་ཞིག་ཐུགས་ལ་སེམས་  
པའི་སྦྱང་སྟོབས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཏེ་འབྲལ་མི་པོད་བཞིན་དུ་བྱིར་བྱོན།

དེ་ནས་ལྷ་བཙུན་བྱང་ཆུབ་འོད་གྱིས་སྒྲིང་རུས་བསྐྱེད་དེ་ཁུ་བོའི་  
ཐུགས་དགོངས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱ་བ་དང་། བོད་འདིར་ཡང་ཨྲ་ཅ་ཅ་  
དམར་པོ་དང་། བརྩེ་ཏར་གྲགས་པ་ཤམ་ཐབས་སྟོན་པོ་ཅན་དང་། ཨར་ཆོ་  
བརྩེ་བཙོ་བརྒྱད་སོགས་གྱིས་གསང་སྒྲགས་ལ་བསྟུང་བའི་ཕྱིང་ཆོས་མང་དུ་  
བྱང་བ་རྣམས་ཐབས་གྱིས་བསྐྱེད་བའི་བྱིར་དུ་རྩོ་བོ་སྟུན་འདྲན་པའི་བང་མི་  
སུ་འོས་དགོན་མཆོག་ལ་གསོལ་བ་ཏུ་བྱང་མོ་ཕྱིས་ཅི་མཛད་ཀྱང་ནག་ཆོ་  
ལོ་རྩོ་བ་ལ་བབས། དེ་དུས་ལོ་རྩོ་བ་གྱུང་ཐང་གསེར་གྱི་ལྷ་ཁང་ན་སྟན་ལ་  
སྒོ་པབ་སྟེ་བཞུགས་ཐུས་ནས་རྒྱལ་པོས་མངའ་རིས་སུ་འབོད་པར་མཛད།  
རྒྱ་གར་དུ་འགྲོ་རྒྱུ་ཁས་མ་སྒྲངས་གྱིས་དོགས་ནས། རྒྱལ་པོ་ལྷ་བཙུན་རང་  
གི་བཞུགས་གདན་གྱི་གྱུང་ལ་ལོ་རྩོ་བ་བཞག་ནས་བསྟེན་བཀྱར། མཁས་  
བཙུན་བཟང་གསུམ་གྱི་ཆེ་བསྟོད་མཛད་ནས། བ་མེས་རྒྱལ་སྒོན་གོང་མ་  
རྣམས་གྱིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པའི་དབུ་བརྟེས། སྟོལ་གཏོད། དར་  
ཞིང་རྒྱས་པར་མཛད་པ་ཡིན་པ་ལ། དུས་དང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་  
པ་ཉམས་སྦྱང། བདུད་རིགས་ཀྱི་སེམས་ཅན་ཁ་རྒྱལ། མཁས་པ་ཐམས་  
ཅད་གཤེགས་ནས་ཤེས་པ་སྐྱོ་བར་བྱང་བས། དེད་ཁུ་དབོན་གཉིས་གྱིས་  
མི་དང་གསེར་མང་པོ་རྒྱ་གར་དུ་བཏང་ཡང་། མི་ཤི་ལོར་གྲོན་ཆེ་བ་ལས་རྩོ་  
བོ་གདན་མ་འཁྲོངས། དེ་ལ་ཡང་སྒོས་མ་བཟོད་པར་ལྷ་ཆེན་པོ་དེས་གསེར་  
འཆོལ་དུ་བྱོན་པས་རྒྱལ་པོ་དན་པས་བཙོན་དུ་བཟུང་སྐྱ་སྟོག་ཀྱང་སྒོས་  
བཏང་། དེ་ལྟར་དེད་བོད་མཐའ་འཁོབ་ཀྱི་སེམས་ཅན་མ་རིག་པ་རྣམས་གྱི་

སྒྲིབ་སྒྲོབས་ཀྱང་དེ་འདྲ་ན། བྱིད་འགྲོ་བའི་སྐྱབས་གནས་ཐུགས་རྗེ་ཅན་ཅི་  
 ཅུག་སོང་ཞེས་ཏུ་ཐུག་གིས་ཞུས་ཤིག། །ད་འདི་ན་གསེར་སྒྲིབ་བདུན་བརྒྱ་  
 ཡོད་དེ། འདི་པར་བྱིར་ལ་སྒྲིབ་མའི་ཐུག་ཏུ་ཐུག། དེད་བོད་ཐོ་ཏུ་ཐུ་རིའི་གྲོང་  
 བྱིར་སྒྲོབ་ཐུ་ན། གསེར་ཐུག་ཤིག་ཅམ་པ་རེ་ལའང་དཀའ་ལས་ཆེན་པོ་ཡོད་  
 པ་ཡིན་པ་ལ། ད་འདིས་བོད་ཀྱི་མི་རྣམས་ཅད་ཡོངས་སུ་རྒྱ་ལོགས་ནས་  
 འདུག་ལགས་ཀྱི། ད་རེས་འདི་ལ་མགོན་པོ་བོད་དུ་མ་བྱོན་ན་བྱིད་དམ་པ་  
 རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་རྗེ་ཡང་དེ་ལྟར་བྱུང་བས། དེད་ཀྱང་བྱ་བ་ཅི་བདེར་སྐྱུང་པར་  
 བགྱེད། །ཞེས་བྱིད་འདུལ་བ་འཛིན་པས་ལོ་རྒྱུས་འདི་རྣམས་རྩོ་བོ་ལ་དངོས་  
 སུ་ཞུས་པའི་མཛུགས་ཐ་མ་ལ་འབྱོན་པར་མ་བཞེད་ནའང་སྟོན་དུ་ཐེབས་པ་  
 ཞིག་ངེས་པར་མཛོད་གསུངས་ནས། སྐྱུན་ཆབ་ཀྱིས་པང་ཁེབས་དང་ལྷོག་  
 ཅེ་བང་ཅམ་དུ་བཤུམས་པ་ན། རྒྱ་ཆོ་ལོ་རྩེ་བ་ཚུལ་བྲིམས་རྒྱལ་བ་རང་  
 ཡང་སྒྲར་ས་མཐའ་མང་པོ་བགྲོད་མ་སྤྱོད་བ་དང་བཅས་ཐེབས་སྟམ་པ་ཆེར་  
 མེད་ཀྱང་ཡིན་མིན་གྱི་ཆིག་ཟུར་ཅམ་ཡང་ཞུ་མ་རུས། འཛིག་ཉེན་གྱི་ཁ་ངག་  
 ལ་ཡང་། དུ་བའི་ཁ་ལ་བསྟམས་ན་དུ་བྱོ་བེར་བ་ལྟར། ལྷ་བཙུན་པའི་གསུང་  
 དེ་རྣམས་ཤིན་ཏུ་བདེན་པ་དང་། ཡེ་ཤེས་འོད་དེ་མ་མཇུག་ཡང་རྣམ་པ་དྲན་  
 པ་དང་། ཁོང་ཁྱད་བོན་གྱི་མི་རྣམས་མང་པོ་བྱུང་བ་དེ་རྒྱུས་ཡོད་པ་དང་། བོད་  
 ཀྱི་དོན་དུ་ཁྱད་བོན་གཉིས་སྐྱབས་ཆེས་པ་དང་། རང་རེ་སྐྱིད་ཆེས་པ་དང་། ལྷ་  
 བཙུན་མི་ཆེན་གཅིག་གིས་བཤུམས་ཤིང་གསུང་བྱོན་པའི་སྒྲོབས་ཀྱིས་  
 ལུས་འདར། གཞོང་མཆི་མས་གང་སྟེ་ལྷ་བཙུན་པའི་ཞལ་ལ་ཡང་བསྟམས་



རྒྱས་པར་ལུས་སྟོག་གི་དཀར་ཆེགས་དང་། ཆེ་འདིའི་བདེ་སྦྱིད་གང་ལའང་  
མ་ཆགས་པར། ལན་དུ་འོ་ལགས་ཀྱི་བྱས་ནས། དཔོན་གཡོག་བདུན་གྱིས་  
གསེར་སྤང་བདུན་བརྒྱ་ཁུར་ཏེ་རྒྱ་གར་གྱི་ལམ་ལ་ཞུགས། ལྷ་བཙུན་པས་  
ཀྱང་ཐག་རིང་པོར་སྦྱེལ་ཐུང་མཛད་དེ་དགེ་སྦྱོང་བྱོང་གི་ངའི་སྟོགས་ཀྱི་  
བྱ་བ་བྱས་ད་རེས་དཀར་བ་ཆེ་ནའང་པར་བྱོན་ལ་འབད་བཙོན་ཆེན་པོས་  
ལུས་དང་སྟོག་ལ་བསྟོས། འཁོར་ནས་བྱས་ཤེས་ཅིན་དུ་གཞོ་བར་བྱ། ཞེས་  
གསུངས་ནས། རྒྱང་ཅམ་སྟེན་པ་ན་སྤར་ཡང་སྐད་བཏང་ནས། རོ་པོ་ཐུགས་  
རྩེ་ཆེན་པོ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་ཤིང་གཤེགས་པར་ཞུ་གསུངས།

དེ་ནས་ནག་ཆོ་ལོ་རྩ་བ་འཁོར་བཅས་རྣམས་བལ་པོ་རྫོང་ལ་ཕེབས་  
ཅ་ན་མི་རིང་གཅིག་དང་ཐུད་པས། བྱོང་ཡུལ་ས་ཐག་རིང་པོར་དོན་ཆེན་  
པོར་འགྲོ་བར་སྤང་བས། འདི་སྐད་ཟེར་ཞིང་སོང་དང་དོན་འབྱུང་ནས་འོང་  
གི་ །དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །ཁ་བ་ཅན་གྱི་རྒྱལ་ཁམས་སུ་  
དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་འབྱུང་གནས་དམ་པའི་ཆོས་འཕེལ་བར་གྱུར་  
ཅིག །ཅེས་ཟེར་ཞིང་སོང་དང་། ལམ་དུ་ཉེ་ཞོ་མི་འབྱུང་བ་ཡིན་གྱི་ཟེར་བ་  
ལ། བྱོང་སུ་ལགས་བྱས་པས། རིམ་གྱིས་ཤེས་པར་འབྱུང་བེད། དེ་ལྟར་ནག་  
ཆོ་དཔོན་གཡོག་རྣམས་ལ་ལམ་བར་གྱི་འཛིགས་པ་མང་དུ་བྱུང་བ་རྣམས་  
འགྲོམ་རང་ཉིད་ཀྱི་སྦྱུལ་པའི་རྣམ་པ་མང་པོས་བསལ་ཏེ་རིམ་གྱིས་བྲི་ཀ་མ་  
ལ་ལྷོ་ལའི་སྒོ་སྟེའི་འོག་ཏུ་བྱོན།

དེར་རྒྱ་བཙོན་སེང་གིས་བོད་ཀྱི་སྐད་ཀྱིས་སྒོ་སྟེའི་རྫོག་ཁུང་གཅིག་ན་

མར་བོད་ཀྱི་ཆེ་དང་ལྡན་པ་ཀུན་གང་ནས་བྱོན་ཟེར། རེད་མངའ་རིས་སྟོད་  
ནས་འོངས་པ་ཡིན་བྱས་པས། དེ་ན་སྟོ་སྤང་བྱིས་པ་གཅིག་ཡོད་པ་དེ་ལ་  
ཁྱོད་རང་ཆོ་འཕྲང་ཆས་ཀུན་བཅོལ་ལ་སྐྱིབས་ཤིག་ཏུ་འབོལ་ལེ་གཟིམ་ལ་  
བཞུགས་སྐྱེ་རེས་གཉིས་པའི་མཐུག་ཅུ་ལ་སྟོ་འབྱེད་པ་ཡོང་གསུངས།  
དེ་ན་སྟོ་སྤང་བྱིས་པ་དེ་ལ་གསེར་རྒྱུ་མས་བཅོལ་བས། དེས་གསེར་རྒྱུ་  
ཕུག་ཅིག་ཏུ་བཞག་ནས། སྟོ་གཏད་ཐུབ་པ་གྲོགས་ཀྱི་མཆོག་བྱ་བ་ཡིན།  
ཁྱོད་རང་རྒྱུ་སྟོ་ཕེབས་པར་གཟིམ་ཟེར་བ་ལ། རྩུང་རྩུང་འདིའི་ཁ་ནས་  
འདི་འབྲེ་ཡོང་བ་གང་ཟག་ཐ་མལ་པ་རང་མིན་ནམ་སྟམ་ནས་སེམས་བག་  
ཕེབས་པ་བྱུང་། རངས་པར་སྟོ་བྱེ་མ་ཐག་ཏུ་བྱིས་པ་གཞོན་ཏུ་ཞུ་སྐྱེ་རིང་དང་  
འབྲོག་སྟམ་གྱི་གོས་ཉིས་བཅེགས་བྱོན་པ། ཐོར་རྩུང་ཁྱེར་བ་ཅིག་བྱུང་ནས།  
ཁྱོད་བོད་རྒྱུ་མས་གང་ནས་བྱོན། ལམ་དུ་འཛིགས་པའི་སྟོན་མི་སྤང་ངམ་ཟེར་  
ནས་བོད་ཀྱི་འབྲོག་པའི་སྐད་དུ་ལྟང་ལྟང་བྱུང་བས་སྟོ་བ་སངས་པ་སྟམ་བྱེད་  
པ་བྱུང་། རེད་མངའ་རིས་སྟོད་ནས་འོངས། ལམ་འཇམ་པར་བྱུང་། ཁྱོད་ག་  
ཙུག་ཡིན། གར་འགྲོ་བྱས་པས། དེས་ང་ཡང་བོད་པ་ཡིན། བོད་དུ་འགྲོ་ཁོ་  
ཅག་བོད་འདི་ཁ་མང་ལ་གཏིང་སྟོད། གཏམ་མཆང་ཅན་སྟེད་མི་ཤེས། བྱ་བ་  
གལ་ཅན་གསང་ནས་སྐྱབ་དགོས་པ་ཡིན། རྒྱ་བཙོན་སེང་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཁང་ན་  
བཞུགས་ཡོད་པས་དེར་རྩུང་བཅད་ན་ཡོང་ཟེར་ནས་ཡུད་བྱིས་སོང་། དེ་ནས་  
སྤང་ནང་རིང་པོ་ཞིག་ཏུ་ཞུགས་ནས་ཕེབས་པས། དང་སྟོང་གད་པོ་རྩུ་ཤིང་  
གི་འཁར་བ་ཐོགས་པ་ཞིག་དང་ཐུད་དེ། ཁྱོད་གང་ནས་བྱོན། གལ་ཅི་བྱེད་

དུ་འགྲོ་སོགས་འདི་བ་ལ། དེད་བོད་མངའ་རིས་སྟོད་ནས་རྩོ་བོ་ཨ་ཏི་ཤ་སྐྱུན་  
འདྲེན་དུ་འོངས། རྒྱ་བཙོན་སེང་གི་ཁང་པ་གང་ན་ཡོད་བྱས་པས། ཁོ་འཁར་  
བ་ལ་བཏྲན་ནས་མིག་གཟུ་བ་ཞིག་བྱས་ཏེ། ད་ནང་གི་གྲིས་པ་དེ་བདེན། བོད་  
ཀྱི་མི་ལ་ཨོལ་མདུད་མེད་པ་སྤང་ནང་གི་འབྲམས་པོ་ཚུན་ཆད་ལའང་སྟོང་  
གཏམ་འཆད་པ་བྱོད་གྲིས་དོན་འབྲུབ་ཏུ་རེ་བ་ཨང་། ད་རེས་ངའི་རྩར་བྱས་པ་  
བྲག། །ད་རྩོ་བོ་མིན་པ་གཞན་གྱི་རྩར་མ་འདོན། སྒོ་ངས་བསྟན་ཟེར་ནས་ཁོའི་  
རྩེས་ལ་བྱོན་པས། ཁོ་ག་ལེར་སོང་བའི་རྩེས་ལ་ནག་ཚོས་མགྲོགས་པོས་  
མ་སྟེབས། ཁོ་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཁང་གི་སྒོ་ཕྱག་ན་སྐྱགས་ནས་བསྐྱད་དེ་བྱ་བ་ཆེན་  
པོ་སྐྱབ་པ་ལ་ག་ལེར་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན། རིངས་ན་སོས་གདལ་དགོས་པ་  
ཡིན། འདོད་ཐག་མ་ཉེ་བར་རི་བོར་བགས་གྲིས་འདྲེགས། ཁང་པ་འདི་ཡིན་  
ཟེར། དེ་ནས་ནང་དུ་བྱོན། ལོ་རྩུ་བ་རྒྱ་བཙོན་སེང་ལ་གསེར་གྱི་ཕྱག་ཏྲན་  
ཕུལ་ཏེ་མཇལ་བས། ཁོང་གིས་བྱོད་རྣམས་ཕྱོགས་གང་ནས་བྱོན་གསུངས་  
པ་ལ་ལོ་རྒྱས་རྣམས་ཞིབ་པར་ཞུས་པས། བྱོད་ངའི་སྟོབ་མར་སྤང་སྟེ་ངོ་མི་  
ཤེས་པར་འདུག། །ད་ཨ་ཏི་ཤ་གདན་འདྲེན་པ་སྐྱད་ཡེ་མ་ཟེར་བར་སྟོབ་གཉེར་  
ལ་འོངས་པ་ཡིན་ཟེར་བ་ཀྱན་ལ་སྟོས། འདི་ན་གནས་བཏྲན་རྒྱ་ཨ་ཀར་བྱ་  
བ་ཡོད། དེ་འདི་ན་དབང་ཆེ་ཞིང་ཨ་ཏི་ཤའི་ཡང་བདག་པོ་ཡིན། དེས་ཚོར་དུ་  
ཡེ་མི་བརྟུབ་པས། ད་ལྟ་ཁོ་རང་ལ་གསེར་སྤང་བྱེད་ཕུལ་ལ། དེད་བོད་ནས་  
འོངས་པ་ཡིན། པརྩེ་ཏ་སྐྱུན་མ་འདོངས། ད་བྱོད་གྲིས་པརྩེ་ཏ་དང་བྱེད་མེད་  
པའི་སྟོབ་གཉེར་ཞིག་བདག་ལ་ཕྱགས་ལ་འདོགས་པར་ཞུ་ཟེར་བའི་ཞུ་བ་

ཕུལ། དེ་ནས་ཀྱང་རིངས་རིངས་སློ་མ་ཐེབས་པ་ཡེ་མ་བྱེད་པར་སོས་དལ་  
 གྱིས། དེ་ནས་འོ་ཅག་ཐབས་མཁས་པོས་རྩོ་བོ་འདིར་ཐེབས་པའི་དུས་སུ་  
 ཞུ་བ་བྱེད་པ་ཡིན་གསུང་། དེ་ནས་ནག་ཆོ་དང་རྒྱ་བཙོན་སེང་གཉིས་གྱིས་  
 གནས་བཏྱན་རྒྱ་ཨ་ཀ་རའི་བྱང་དུ་གསེར་སྤང་བྱེད་ཕུལ་ཏེ་ནག་ཆོས་རྒྱས་  
 བསྐྱབ་པ་ལྟར་གྱི་ཞུ་བ་བྱས་པས། གནས་བཏྱན་གྱིས་དེ་ཤིན་ཏུ་ལེགས། དེད་  
 འདིར་མི་ལ་རྩེག་པ་མིན་ཏེ། པརྩེ་ཏ་གཞན་གྱིས་སེམས་ཅན་མི་ཕུལ། འདི་ན་  
 ཨ་ཏི་ཤ་མེད་ན་རྒྱ་གར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པའི་འབྱུང་གནས་ཡིན་པ་ལ།  
 འདི་བཏང་ན་སེམས་ཅན་སྤྱིའི་བསོད་ནམས་ཉམས་འགོ་བ་ཡིན་མོད། ཅེས་  
 སོགས་གསུང་སྟན་པོ་མང་པོ་བྱོན། དེ་ཞིག་རྩོ་བོའི་ཞལ་མཛལ་བ་ཤིན་ཏུ་  
 དཀའ་བ་བྱུང་།

དེ་ནས་ཕུགས་རྩེ་ཆེན་པོའི་སྤྱལ་པས་རྩོ་བོ་བོད་དུ་འབྱོན་པའི་རྟེན་  
 འབྲེལ་སློ་དུ་མ་ནས་བསྐྱེགས་ཏེ། ཉིན་གཅིག་རྒྱ་གར་གྱི་པརྩེ་ཏ་དང་རྒྱལ་པོ་  
 གཞན་གྱིས་མ་ཆོར་བར་དབེན་པ་ཞིག་གི་དུས་རྒྱ་བཙོན་སེང་གིས་ནག་ཆོ་  
 ལོ་རྩེ་བ་ལ་ཤོག་གསུངས་ནས་རྩོ་བོའི་གཞིམ་ཁང་དུ་ཁྲིད། མཐུལ་ཁྱུ་གང་  
 པ་ཅིག་ཡོད་པའི་སྤྱང་དུ་གསེར་ལིང་བ་དེ་བཞག །སིལ་མ་རྣམས་ཆོམ་བྱར་  
 བཀོད་ནས་རྩོ་བོ་ལ་ཕུལ་ཏེ། ལོ་རྩེ་བ་རྒྱ་བཙོན་འབྱུས་སེང་གིས་གཏམ་  
 གཏང་བ། བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡིན་ལུགས། ཆོས་རྒྱལ་  
 མེས་དཔོན་གསུམ་གྱི་རིང་ལ་ཆོས་རི་ལྟར་དར་ལུགས། སྤང་དར་མས་  
 བསྟན་པ་བསྐྱབས་ལུགས། སྤང་ཆེན་པོའི་བྱིན་ལས་དགེ་འདུན་རི་ལྟར་འཕེལ་

ཕྱགས། ལྷ་སྒྲ་མ་ཁུ་དཔོན་གྱིས་རྫོ་བོ་སྦྱན་འཛེན་པའི་ཕྱིར་དཀའ་སྦྱད་བྱས་  
ཕྱགས། ཡེ་ཤེས་འོད་གྱིས་ཁྱེ་འཕྲིན་བསྐྱར་ཕྱགས། ད་ལྟ་བོད་ན་ཆོས་ལོག་  
རི་ལྟར་དར་ཕྱགས་ཞིབ་རྒྱས་དང་བཅས་པ་ཁྱེས་ནས། ད་ཡང་བོད་གྱི་  
རྒྱལ་པོ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེས་ཆེ་དང་ལྷན་པ་འདི་མགོན་པོ་བྲིད་སྦྱན་  
འཛེན་དུ་བཏང་ནས་གདའ་བས། ན་ནིང་སྐད་མི་གསུང་བར་བོད་ལ་ཐུགས་  
རྗེས་གཟིགས་པར་ཁྱེ་ཁྱེས་པས། རྫོ་བོའི་ཞལ་ནས། བོད་གྱི་རྒྱལ་པོ་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡིན་པར་འདུག །ཆོས་རྒྱལ་མེས་དཔོན་རྣམ་གསུམ་ཡང་  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རྣམ་འབྱུང་ཡིན་ཏེ། དེ་བས་སྒྲ་ཆེན་པོ་ཡང་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའི་རྣམ་འབྱུང་ཡིན། དེ་མིན་ན་བསྟན་པའི་མེ་རོ་བསྐྱར་བར་མི་  
རུས། ལྷ་སྒྲ་མ་དེ་ཀྱན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡིན་པར་འདུག །བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའི་བཀའ་བཅག་དུ་ཡང་མི་རུང་བ་ཡིན། རྒྱལ་པོ་དེ་ལ་ངོ་ཡང་  
གཞོང་བར་ཡོད། ཁོང་གི་མི་ཞོར་མང་པོ་ཆུད་ཟོས་ལ་སོང་། བྲིད་བོད་རྣམས་  
སྦྱིང་རྗེ་བར་ཡང་འདུག་སྟེ། ང་ཡང་ན་སོ་རྒྱས། ལྷེ་མིག་མང་པོ་འང་འཛིན། བྱ་  
བ་མང་པོའི་འཕྲོ་ཡང་ཡོད་པས་བོད་དུ་ཐོན་རེ་མི་འོང་ངམ། འོན་ཀྱང་ངས་  
བརྟག་པ་ཞིག་བྱ་ཡི། དེ་ཞིག་བྲིད་རང་གི་གསེར་ཆགས་གྱིས་གསུངས་  
ནས་ཕྱིར་ལ་གཏོད་པར་མཛད། དེ་ནས་རྫོ་བོ་རྗེས་བོད་ཁམས་ཀྱི་གདུལ་བྱ་  
རྣམས་ལ་ཐུགས་བརྩེ་བས་བོད་དུ་བྱོན་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་ཕན་  
མི་ཕན་དང་། རང་གི་སྦྱ་ཆེའི་བར་ཆད་དུ་འགྱུར་མི་འགྱུར་བརྟག་པ་མཛད་  
པས། ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་རྗེ་བཙུན་སྟོལ་མ་སོགས་ཀྱིས་བོད་དུ་བྱོན་ན་

བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་ལ་ཤིན་ཏུ་ཕན་ཐོགས་པ་འོང་། བྱད་པར་དུ་ལྷ་པ་  
སི་ཀ་གཅིག་ལ་བརྟེན་ནས་ཕན་ཐོགས་ཏེ་འོང་། ཆེ་ནི་བོད་དུ་བྱོན་ན་ཐུང་  
བར་འདུག་གསུངས། རི་ཙམ་གྱིས་ཐུང་ཞུས་པས། བོད་དུ་མ་བྱོན་ན་དགུ་  
བཅུ་གོ་གཉིས་ཐུབ། བྱོན་ན་བདུན་ཅུ་ཙམ་གསུམ་ལས་མི་ཐུབ་གསུངས། རོན་  
ལ་ཉི་ཤུ་ཐམ་པས་ཐུང་དུ་སོང་བ་ཡིན་སྟེ། དེའི་ཆེ་འོ་བོའི་ཐུགས་དགོངས་  
ལ་བོད་ལ་ཕན་ཐོགས་ན་ཆེ་ཐུང་ནའང་ཐུང་། ཆེ་ལ་མི་ལྷ་སྟམ་པའི་ཐུགས་  
སྟོབས་ཆེན་པོ་སྐྱེས་སོ།།

དེ་ནས་རྫོ་བོ་རྗེ་རྒྱ་གར་གྱི་དགེ་འདུན་གྱི་སྡེ་རྣམས་དང་སྤྱིན་བདག་  
རྣམས་གྱིས་བོད་དུ་བྱོན་ན་རྒྱ་གར་བསྟན་པའི་འབྲུང་གནས་ཉམས་པར་  
འགྱུར་ཞེས་ཐམས་ཅད་གྱིས་མ་ཐུན་པར་བཀག་ནས་བོད་དུ་འབྱོན་མི་  
འདུག་པ་ལ། རྫོ་བོ་རྗེས་ཐབས་མཁས་གྱིས་བོད་དུ་འབྱོན་པའི་འཕྲོས་མེད་  
པར་རྫོ་རྗེ་གདན་སོགས་གནས་ཆེན་རྣམས་སུ་མཆོད་པ་རྒྱ་གར་ཆེ་བ་རེ་  
བབྱིད་པ་ཡིན་གསུངས་ནས་གནས་རྣམས་སུ་པར་ཕེབས་ཚུར་ཕེབས་  
མཛད། རྫོ་བོ་འཇམ་དཔལ་རྫོ་རྗེ་སོགས་སྐྱེ་ཏེན་བྱིན་རྒྱལ་ཅན་མང་པོ་  
དང་། གསུང་ཏེན་སྒྲེགས་བམ་མང་དུ་ཡོད་པ་རྣམས་འབྲོམ་ཆོས་གྱི་རྒྱལ་  
པོའི་ཐབས་མཁས་གྱི་སྤྱལ་པ་ཆོང་པའི་རྣམ་པ་ཅན་ཞིག་གིས་སུས་ཀྱང་མ་  
ཆོར་བར་གདན་དྲངས། དེ་ནས་རྫོ་བོས་བལ་ཡུལ་དང་བོད་དུ་ཡང་གནས་  
ཏེན་བྱད་པར་ཅན་མང་དུ་ཡོད་འདུག་པར་མཇལ་བ་དང་སྤྲགས་ཡུད་ཙམ་  
ཞིག་ཕེབས་ཆོག་པར་གནས་བརྟན་ལ་གསོལ་བས། གནས་བརྟན་གྱིས་རྫོ་



བོ་ཡང་བོད་ལ་ཕེབས་པར་དབྱེས། བོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་གདན་འདྲེན་ཟུ་  
ཚུགས་ཆེ་བས་ད་བོད་དུ་ཕྱི་བ་ཅམ་ཞིག་ཕེབས་ཆོག། །འོན་ཀྱང་ལོ་གསུམ་  
ཀྱི་གོང་ལ་རྒྱ་གར་དུ་ཚུར་གདན་ཐུབ་པ་བྱེད་རྒྱ་ནག་ཆོ་ལོ་རྩ་བ་ལ་མནའ་  
བསྐྱགས། དེ་ནས་ངོ་བོ་དཔོན་སྟོབ་རྣམས་རྒྱ་གར་ནས་བལ་པོ་རྫོང་དུ་  
ཕེབས་པ་ན། ལྷ་བཙུན་པས་ཏྲ་བ་སུམ་བརྒྱ་ཅམ་ཀྱིས་ཕེབས་བསུ་རྒྱ་ཆེར་  
མང་ད། སྐྱེ་བའི་ཆོགས་རྣམས་ཀྱིས་མངལ་བ་ཅམ་ཀྱིས་དད་པ་སྟོ་བྱར་དུ་  
སྐྱེ་ཞིང་རྒྱད་དུ་ལ་ཏེ་འགོ་ཚུལ། ལོ་ཆེན་རིན་བཟང་དང་མངལ་ཚུལ་སོགས་  
ཞིབ་པར་བཀའ་སྩལ།

དེ་ནས་ལྷ་སྤྲུལ་མ་བྱང་ཚུབ་འོད་ཀྱིས་ངོ་བོ་རྩེ་ལ་གསོལ་བ་འདི་ལྟར་  
བཏབ་སྟེ། བྱང་སྟོགས་ཁ་བ་ཅན་ཀྱི་སྟོངས་འདིར་སྟོན་དུས་ཆོས་རྒྱལ་མེས་  
དཔོན་རྣམ་གསུམ་ཀྱིས་དཀའ་བ་བརྒྱ་ཕྱག་དུ་མའི་སྟོན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
བསྟན་པ་བཙུག་ལུགས། དེ་ནས་སྤང་དར་མས་བསྟན་པ་བསྐྱབས་ལུགས།  
དེ་ནས་རང་གི་ཡབ་མེས་མངའ་རིས་ཆོས་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱིས་ལུས་སྟོག་བྱང་  
དུ་བསད་ནས་བོད་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་བཙུགས་ཀྱང་། ད་ལྟ་འགའ་  
ཞིག་སྐྱགས་ལ་བརྟེན་ནས་འདུལ་བ་ཅ་འབྱིད། ཁ་ཅིག་འདུལ་བ་ལ་བརྟེན་  
ནས་སྐྱགས་ཅ་འབྱིད་དེ། མདོ་སྐྱགས་གཉིས་ཆ་གང་ལྟར་འགལ་བར་བཟུང་།  
རང་རང་གང་དགར་སྟོད་ཅིང་། བྱང་པར་ལྷ་ཅ་ཐུ་ཤམ་ཐབས་དམར་པོ་ཅན་  
དང་། སྟོན་པོ་ཅན་བྱ་བ་གཉིས་ཀྱིས་སྐྱགས་ཀྱན་རལ་བ་ཅན་རྣམས་ལ་སྟོར་  
བ་དང་སྟོལ་བ་བྱ་བའི་ཆོས་བསྟན་ནས། བསྟན་པ་ཉམས་ཤིན་ཏུ་དམར་བ་

ཆལ་ཆེལ་འདི་བཞིན་དུ་སོང་ཚུལ་སོགས་སྟུན་མཆི་མ་འབྲུགས་བཞིན་དུ་  
ཞིབ་དུ་ཞུས་ནས། ད་ལྟོ་པོ་ཐུགས་མེ་ཅན་ཁྱོད་ཀྱིས་བོད་ཀྱི་གདུལ་བྱ་དཔྱ་  
ཁྱོད་ཅན་འདི་རྣམས་ལ་ཆོས་ཟབ་ཟབ་མོ་དང་། མཚར་མཚར་པོ་མི་འཆལ་  
གྱི། ལས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱིས་བསྐྱར་བར་ཞུ། ལྷག་པར་མགོན་པོ་ཉིད་  
ཀྱིས་ཐུགས་ཉམས་སུ་བཞེས་པའི་རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་མདོ་རྒྱད་དགོངས་  
འགྲེལ་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་རྗེལ་གྱིས་རྗེལ་ལ་ལམ་ཆང་ལ་མ་ཞོར་བ་  
ཉམས་སུ་སྤང་བདེ་བ་བོད་སྤྱི་ལ་པན་པའི་ཆོས་ཤིག་ཐུགས་མེས་འཇིན་པར་  
ཞུ་ཞུས།

ཡང་འབྲུག་སྒོམ་གྱི་རྟེན་ལ་སོ་ཐར་གྱི་སྒོམ་ལྟན་དགོས་སམ་མི་  
དགོས། ཐབས་ཤེས་ཡ་བྲལ་གྱིས་སངས་རྒྱུའམ་མི་རྒྱ། དབང་མ་ཐོབ་པ་ལ་  
རྒྱད་བཤད་ཆོག་གམ་མི་ཆོག །ཆངས་སྟོད་ལ་ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དབང་  
དངོས་དབང་དུ་བསྐྱར་ཆོག་གམ་མི་ཆོག །རྟོ་རྟོ་སྟོབ་དཔོན་གྱི་དབང་མ་ཐོབ་  
པར་གསང་སྟགས་ཀྱི་ལས་ཀྱི་བྱ་བ་རྣམས་བྲས་ཆོག་གམ་མི་ཆོག །ཅེས་  
སོགས་ཀྱི་རྗེ་བ་བཅས་ཞུས་པས། ཞུ་བ་དེ་ལ་ལྟོ་པོ་རྟོ་པོ་ཉིད་དཔྱེས་ནས།  
དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་དག་དང་དེ་ཡི་ཆོས། །དགེ་འདུན་རྣམས་  
ལ་གྲུས་པ་ཆེན་པོས་ཐུག་བྲས་ཏེ། །སྟོབ་མ་བཟང་པོ་བྱང་ཆུབ་འོད་ཀྱིས་  
བསྐྱེད་གྱུར་པས། །བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་སྟོན་མ་རབ་དུ་གསལ་བར་བྱ། །ཞེས་  
སོགས་མདོ་རྒྱད་དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པའི་དགོངས་དོན་ཤིག་བྱ་  
གསུམ་གྱི་ནང་དུ་རྗེལ་གྱིས་རྗེལ་བ་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་སྟོན་མ་མཛད། བྱང་

ཆུབ་འོད་ལ་སྟོབ་མ་བཟང་པོ་ཞེས་གསུངས་པ་ཡང་འབྲུལ་བ་མང་པོ་སྤུལ་བ་  
དེ་ལ་གསུངས་པ་མིན། ཆོས་ཁྱུ་ལུགས་དེས་མཉེས་ནས་དེ་ལྟར་གསུངས་པ་  
ཡིན། དེ་དུས་བྱང་ཆུབ་འོད་ཀྱིས་དབང་ཞིག་གནང་རོགས། རྗེས་གནང་ཞིག་  
གནང་རོགས་ཞེས་ཁྱས་ན་རྫོ་བོ་མི་མཉེས་པ་ཡིན་ཞེས་བདག་གི་ཡ་སྤྱོད་མ་  
རིན་པོ་ཆེས་གསུངས། དེ་ལྟར་བྲིས་ལན་དང་སྒྲགས་ནས་ལམ་སྟོན་མཛད་  
པ་ན། དེ་འབྲུལ་བོད་ཀྱི་ཆོས་ལོག་རྣམས་དང་། ཅིང་ཆོས་རྣམས་རང་ཡལ་  
དུ་སོང་བ་ཡིན།

དེ་ལྟར་རྫོ་བོས་མངའ་རིས་སྟོད་དུ་བསྟན་པའི་བྱ་བ་རྒྱ་ཆེར་མཛད་  
ནས་ལོ་གསུམ་རྫོགས་པར་ཉེ་བ་ན། ལོ་རྒྱུ་བ་ལ་གནས་བརྟན་གྱི་དམ་ཆོག་  
ལ་བཀར་བའི་མནའ་ཡོད་པས་ལོ་རྒྱུ་བས་ད་རྒྱ་གར་དུ་འབྱོན་དགོས་ཞེས་  
བསྐྱུལ། རྫོ་བོས་བྱང་འབྱོན་པ་ལྟར་བྱས་ཏེ་བྱ་ཤིང་དུ་ཕེབས། རྫོ་བོ་ལ་སྤར་  
ནས་རྗེ་བཙུན་སྟོལ་མས་བོད་དུ་དགོ་བསྟེན་ཆེན་པོ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་  
བསྟན་པ་ལ་ཕན་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་འོང་ཞེས་ཡང་དང་ཡང་དུ་གསུངས་ཤིང་། དེ་  
སྐབས་བྱང་དགོ་བསྟེན་སྤྱར་དུ་འོང་ཞེས་ཡང་ཡང་གསུངས་པས་རྫོ་བོ་  
རྗེས་ཉིན་ལྟར་བྱ་ར་མཛད་ཅིང་། ངའི་ཡུ་བ་སི་ཀ་མ་བྱང་ཏུ་རེ་རྩུན་ནི་ཅང་  
གསུང་ངམ་ཞེས་གསུངས་པར་མཛད། ཉིན་གཅིག་སྦྱིན་བདག་ཅིག་གིས་རྫོ་  
བོ་གདན་བྲངས་པའི་ཤུལ་དུ་འབྲོམ་རིན་པོ་ཆེ་ཕེབས། རྫོ་བོའི་གཟིམ་ཁང་  
དུ་ཕེབས་པ་ན། རྫོ་བོ་སྦྱིན་བདག་ཞིག་གིས་གདན་བྲངས་སོང་བས་ད་ལྟ་  
ཕེབས་ཡོང་ཞེས་བརྗོད་པ་ན། འབྲོམ་རིན་པོ་ཆེས་ང་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དགོ་

བའི་བཤེས་གཉེན་དང་མཛུལ་བ་སྐྱད་ཅིག་མ་སྤྱི་ལའང་སྤྱི་མ་འདམ་པས་  
སྤྱི་མི་ཐུག། གར་བཞུགས་ཀྱི་སར་འགྲོ་ཞེས་ཐེབས་པས་སྤང་བར་ཞིག་  
ཏུ་མཛུལ། འབྲོམ་རིན་པོ་ཆེས་བརྒྱུད་སྤྱི་མཛད་དེ་རྫོ་བོའི་སྤྱི་མཛུན་དུ་  
ཐེབས་པ་ན་རྫོ་བོ་རྗེས་འབྲོམ་གྱི་དབུ་ཐོག་ཏུ་ཐུག་བཞག་ནས་སྤྱི་ཏའི་སྐྱད་  
དུ་ཞེས་བརྗོད་མང་དུ་མཛད། དེ་ཉིན་སྤྱི་ན་བདག་དེ་ལའང་ཟུ་བ་སི་ཀའི་སྤྱི་ལ་  
བ་དགོས་ཞེས་བསྐྱམས་ནས་ཡོད་པ་དེ་གནང། རྫོ་བོ་རྗེ་ནི་སྤྱི་ཆེ་མིལ་པོར་  
ཤ་མི་བཞེས་པས་དེ་ཉིན་གྱི་སྤྱི་སྤྱི་སྤྱི་ལ་དེ་ལ་ཟན་དང་མར་སྤྱི་ལ་ནས་ཡོད་  
པ་འབྲོམ་གྱིས་ཟན་དེ་བཞེས། མར་དེ་མ་བཞེས་པར་མར་མེ་གོང་བུ་མཆོན་  
ཐུབ་ཅིག་བཞེས་ནས་རྫོ་བོའི་དབུ་སྤྱི་སྤྱི་སྤྱི་ལ། དེ་ནས་བཟུང་སྤྱི་སྤྱི་ཆེ་མིལ་  
པོར་རྫོ་བོའི་དབུ་སྤྱི་སྤྱི་མར་མེ་མཆོན་ཐུབ་སྤྱི་མ་ཆད་པར་སྤྱི་ལ་བ་ཡིན་  
གསུངས། རྫོ་བོས་རུབ་མོ་དེ་རང་ལ་འབྲོམ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་དབང་བསྐྱར་ཏེ་  
སྤྱི་མ་གྱི་ཐུ་བོར་བཟུང། དེ་ནས་བུ་མེད་ནས་རིམ་གྱིས་ཐེབས་ཏེ་མང་ཡུལ་  
སྤྱི་དྲོང་དུ་ཐེབས། དེ་ནས་བལ་ཡུལ་བརྒྱད་དེ་རྒྱ་གར་དུ་གདན་འདྲེན་  
ཅིས་བྱས་ཀྱང་ལམ་དུ་དམག་ཐེངས་ཆེན་པོ་ལངས་པས་ལམ་འགགས་ནས་  
ཐེབས་མ་ཐུག། དེའི་ཆེ་འབྲོམ་གྱིས་བོད་དུ་མར་གདན་འདྲེན་ཐབས་གཙོ་  
བོར་མཛད། རྒྱ་ཆོས་ནི་རྒྱ་གར་དུ་གདན་འདྲེན་ཐབས་གཙོ་བོར་མཛད།  
ལམ་གྱི་དམག་འཁྲུགས་ཀྱིས་གདན་འདྲེན་མ་ཐུབ་པས་ལོ་རྒྱུ་བ་ཅི་དག་ལ་  
ཐུག་སྤྱི་ཡིད་སྤྱི་དྲོང་པོར་གྱུར་པ་ན་རྫོ་བོས་ལོ་རྒྱུ་བ་ལ་དེ་ཅམ་སེམས་  
ལས་མི་དགོས་སྤྱི་མ་རུས་པ་ལ་ཉེས་པ་མེད་གསུངས་པས། ལོ་རྒྱུ་བ་ཞིན་

ཏུ་དགའ་ནས་འོན་པོ་དང་མར་འབྱོན་པར་ཁྱེས་ཁྱེས་པས། དེ་ནས་རྫོག་པོ་  
བོད་དུ་མར་འབྱོན་པ་ཐུགས་ཐག་བཅད། དེ་དུས་ལམ་དུ་འཁྱུགས་པ་བྱུང་སྟེ་  
རྫོག་པོ་ཕེབས་མ་ཐུབ་པ་ནི་བོད་སྤྱིའི་བསོད་ནམས་ཡིན་པ་རེད།

དེ་ལྟར་རྫོག་པོ་ཕེབས་མ་ཐུབ་པས་རྒྱ་གར་དུ་བར་ཆེན་བརྗངས་ནས།  
གནས་བརྟན་གྱི་བཀའ་བཞིན་རྫོག་པོ་བལ་པོ་བར་གདན་བྲངས་ཀྱང་ལམ་  
དུ་དམག་འཁྱུག་གིས་གདན་འདྲེན་མ་ཐུབ་པར་རེ་ཞིག་ཕྱིར་ལོག་ཕེབས་  
དགོས་བྱུང་། སྤར་དུས་བྱིངས་འཇག་མཆམས་གདན་འདྲེན་ཁྱེས་ཆོག་པ་  
དང་། རྫོག་པོ་བོད་དུ་ཕེབས་ནས་བསྟན་བཅོས་ཀྱང་འདི་འདྲ་བ་མཛད།

འགྲོ་དོན་ཡང་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས་རབ་ཏུ་བོད་དུ་བཞུགས་ཆོག་པ་འདྲ་མི་  
ཡོང་ངམ་ཞེས་ཁྱེས་ཁྱེས་ཡིག་དང་། ལམ་སྟོན་རྫོག་པོའི་ཐུག་བྱིས་ངོ་མ་ཞིག་དང་།  
གསེར་མང་པོ་བཅས་རྒྱ་གར་དུ་བརྗངས། དེའི་ཆེ་རྒྱ་གར་དུ་རང་རེ་བོད་  
དང་མི་འདྲ་བར་ལོ་གཅིག་གི་ནང་དུ་བསྟན་བཅོས་གསར་པ་གད་བྱུང་བ་  
རྣམས་པརྟེ་ཏ་རྣམས་ཆོགས་ནས་གཡ་གཤམ་ནས་ཤོག་བྱ་རེ་རེ་བཞིན་གཡ་  
ལ་བཏང་ནས་ཆང་མས་རེ་རེ་བཞིན་གཟིགས་ནས་ཆོག་དོན་ལ་སྟོན་མེད་  
པ་རྣམས་རྒྱལ་པོ་ལ་ཁྱེས་ཏེ་ཚུམ་པ་པོ་ལ་བྱ་དགའ་གནང་། བསྟན་བཅོས་  
དེ་ཁྱབ་གདལ་དུ་བྱེད་ཆོག་པའི་དེལ་བསྐྱུག། །ཆོག་སྦྱོར་ལེགས་ཀྱང་དོན་  
ལ་སྟོན་ཡོད་རིགས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་དེ་བྱིའི་མཁུག་མར་བཏགས་ཏེ་གྲོང་  
སྡེར་གྱི་སྤང་བར་བྱིད་དེ་ཚུམ་པ་པོ་དང་བཅས་པ་དམའ་པས། རྒྱལ་པོ་ལ་  
ཁྱེས་ནས་ཕྱིན་ཆད་བསྟན་བཅོས་དེ་བསྐྱུག་མི་ཆོག་པའི་དེལ་བསྐྱུག་བྱེད་

སྲོལ་ཡོད་པས་རྩོམ་ཆེན་པོའི་གསུང་ལ་དེ་འདྲའི་བརྟག་དབྱུང་མི་དགོས་  
ཀྱང་ཡུལ་གྱི་ལུགས་སྲོལ་བཞིན་པརྩེ་ཏའི་གྲལ་དུ་བཏང་བས། ལམ་སྟོན་  
ཞོག་བྱ་གསུམ་པོ་དེའི་ནང་དུ་བཀའ་མདོ་རྒྱད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བརྩོན་བྱ་མ་  
ཆང་བ་མེད་པར་བསྟུས་ནས་བསྟན་ཅིང་། འདི་ལ་བརྟེན་ནས་གསུང་རབ་  
ཐམས་ཅད་གདམས་ངག་ཏུ་ཤར་བས་པརྩེ་ཏ་རྣམས་ལ་ཐུགས་ངེས་ཆེན་པོ་  
འཁུངས་པས། ཐམས་ཅད་ཏ་ལས་ནས་མགྱིན་གཅིག་ཏུ་རྩོམ་བོད་དུ་ཕེབས་  
པས་བོད་པ་རྣམས་ལ་ལེགས་པ་མ་ཟད། དེ་རྒྱ་གར་བ་རྣམས་ལ་འང་ཞིན་  
ཏུ་ལེགས་པ་བྱུང་། རྩོམ་རྒྱ་གར་དུ་བཞུགས་ན་རྒྱ་གར་བ་རྣམས་ཤེས་  
རབ་དང་བརྩོན་པ་ཆེ་བས་བསྟན་བཅོས་འདི་ལྟ་བུ་མི་གསུང་། བོད་སྟེན་  
ཞིང་བརྩོན་འགྲུས་རྒྱུང་བ་ལ་དགོངས་ནས་ཆིག་ཉུང་ལ་དོན་ཆེ་བའི་བསྟན་  
བཅོས་འདི་ལྟ་བུ་མཛད། ཅེས་རྩོམ་བོད་དུ་བཞུགས་པ་ལ་བསྟུགས་བརྩོན་  
མང་དུ་གསུངས་པས། གནས་བརྟན་རྒྱ་ཨ་ཀ་རས། ད་ལོ་ན་པརྩེ་ཏ་རྣམས་  
ཀྱིས་ཀྱང་བསྟུགས་བརྩོན་དེ་ལྟར་མཛད། རྩོམ་ཡང་བོད་དུ་བཞུགས་པ་ལ་  
དགྲེས། འགྲོ་དོན་ཡང་ཆེ་བ་དེ་འདྲ་ཡོད་ན་ད་རྩོམ་བོད་དུ་བཞུགས་ཆོག་  
པ་གྱིས། སྐྱེ་ཆ་བ་ཏུ་ལམ་སྟོན་འདི་ལ་རང་འགྲེལ་ཞིག་མཛད་ནས་བསྐྱར་  
ཞོག་ཅེས་པའི་ཡི་གེ་ཚུར་འབྱོར་བ་ན། ནག་ཆོ་ཞིན་ཏུ་དགའ་ནས་གནས་  
བརྟན་གྱིས་ཁུར་རི་ཅམ་ཞིག་བསྐྱར་བ་ཉི་མ་དེ་རིང་ནས་སངས་སོང་ཞེས་  
གསུངས་པ་རེད། དེང་སང་བསྟན་འགྱུར་ཁོད་དུ་བཞུགས་པའི་རང་འགྲེལ་དུ་  
གྲགས་པ་འདི་རྩོམ་པོའི་གསུང་ལ་སྟོན་ཞུགས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་རེད་གསུངས།



དེ་ལྟར་རྫོགས་དབྱུང་སྤྱུ་འབྱེན་པར་ཉེ་བ་ན། འབྲོམ་རིན་པོ་ཆེས་སྟོན་  
ནས་དབྱུང་གི་མི་ཆེན་རྣམས་ལ། དེད་གི་རྫོགས་དབྱུང་སྤྱུ་གདན་ཅི་འདྲོང་  
བྱེད། ཡི་གེ་བྱུང་ན་བྱེད་རྣམས་འཕྲལ་དུ་ཕེབས་བསྐྱུ་ལ་འོང་དགོས་ཞེས་  
གསུངས་ཡོད་པ་ལྟར་ཀ་བ་ལྟ་དབང་ཕྱག་ལ་སོགས་པའི་དབྱུང་སྟོན་  
རྣམས་འཕྲལ་དུ་རྫོགས་པའི་ཕེབས་བསྐྱུ་ལ་ཞོག་ཅེས་པའི་ཕྱག་གིས་གནང་  
བས། ཀ་བས་དབྱུ་མཛད་པའི་བོད་སྟོན་རྣམས་ཕེབས་བསྐྱུ་ལ་ཆས་པ་ན།  
ཁུ་སྟོན་གིས་ངའི་མིང་མི་འདུག་གསུངས་པར། སོགས་ཁོངས་ན་འདུག་  
ཞུས་པས། སོགས་ཁོངས་སྤྱུ་འདྲོག་འོས་པའི་མི་དེ་ང་མིན་ཞེས་སྟོན་ལ་  
བྱོན་པས་ཐམས་ཅད་ཁྱུང་ལང་བ་ལྟར་ཕེབས་བསྐྱུར་བྱོན། དེའི་ཆེ་བོད་  
སྟོན་རྣམས་གིས་བོད་གི་སླ་ཆེན་གི་ཆ་བྱད་ཐང་ཞུ་དང་། ཏྲ་ཕྱིང་སོགས་  
བྱོན་ནས་ཕེབས་པ་རྫོགས་རྒྱུང་ནས་གཟིགས་མ་ཐག །བོད་གི་འདྲེ་མང་པོ་  
སླེབས་བྱུང་ཞེས་དབྱུ་གཏུམས་ནས་བཞུགས་པར། དེ་ནས་སླ་ཆེན་རྣམས་  
ཏྲ་ལས་བབས་ཏེ་ཆོས་གོས་རྣམ་གསུམ་བཞེས་ནས་ཕེབས་པས་རྫོགས་  
ཀྱང་མཉེས་ནས་ཕྱག་ལན་མཛད། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་དབྱུང་སྤྱུ་ཕེབས་ནས་  
ཆོས་གི་འཁོར་ལོ་རྒྱ་ཆེན་པོ་བསྐྱོར། བསྟན་འགྲོའི་དོན་རྒྱབས་པོ་ཆེ་མཛད།  
དེ་ཡང་མངའ་རིས་སྟོད་དུ་ལོ་གསུམ། སྟེ་ཐང་དུ་ལོ་དགུ །དབྱུང་གཙང་  
གཞན་དུ་ལོ་ལྔ་བཅས་ཁྱོན་ལོ་བཅུ་བདུན་གི་བར་དུ་བོད་དུ་བཞུགས་པ་རེད།  
བཀའ་གདམས་ཆོས་འབྱུང་སོགས་སྤྱུ་ལོ་བཅུ་གསུམ་ལས་མ་བཞུགས་  
པར་གསུངས་པ་སོགས་ཡོད་ཀྱང་། རང་ལུགས་རྗེ་བཙུན་ཅོང་ཁ་པ་ཆེན་

པོས་བཞེད་པ་འདི་རང་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་ཆོས་རྒྱ་གར་དུ་ལོ་གཉིས། བོད་དུ་ལོ་  
བཅུ་བདུན་བསྟེན་པས། ལོ་ནི་བཅུ་དགུ་བསྟེན་ཅིང་འགྲོགས་ན་ཡང་། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན།

དེ་ལྟར་ངོ་བོ་ཆེན་པོ་བོད་དུ་འབད་པ་ཆེན་པོས་གདན་དྲངས་པའི་  
དགོས་དོན་གྱི་སྙིང་པོ་ངོ་བོས་གསུངས་པའི་ཆོས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ནི་བྱང་ཆུབ་  
ལམ་གྱི་སྟོན་མ་འདི་ཉིད་ཡིན། དེ་ཡང་ངོ་བོ་བོད་དུ་ཕེབས་ཁར་ཇེ་བཙུན་  
སྟོལ་མ་དང་། ངོ་བོའི་སྒྲ་མ་པ་རྩེ་ཏ་ཏ་ལ་ནག་པོ་ཞེས་པས་ངོ་བོ་བོད་དུ་  
ཕེབས་ན་པ་ལས་བྱ་རྒྱུ་ཡིན། །བྱ་ལས་ཆ་བོ་རྒྱུ་ཡིན། །ཆ་བོ་ལས་ཡང་ཆ་རྒྱུ་ཡིན། །ཡང་  
ཆ་ལས་སུམ་ཆ་རྒྱུ་ཡིན། །དེ་ནས་འཆལ་ཏེ་འགྲོ་ཞེས་བྱང་བསྟན་པའི་  
པ་ནི་ངོ་བོ་རང་ཉིད། བྱ་ནི་འགྲོ་མ་སྟོན་དང་ལེགས་པའི་ཤེས་རབ་སོགས། ཆ་  
བོ་ནི་སྐྱ་མཆེད་གསུམ་དང་། ཡང་ཆ་ནི་སྒྲ་ཤར་གཉིས་སོགས། སུམ་ཆ་  
ནི་སངས་རྒྱས་དབོན་སྟོན་དང་། སངས་རྒྱས་སྟོལ་པ་སོགས་ཀྱི་དུས་ཡིན།  
རྒྱུ་ཡིན་པའི་དོན་ནི་སྒྲ་མ་སྒྲ་མ་ལས་བྱི་མ་བྱི་མའི་དུས་སུ་བསྟན་པ་བྱུང་གདལ་  
རེ་ཆེར་སོང་བའི་དོན་ཡིན། དེ་ནས་ལམ་གྱི་རིམ་པ་འདིས་གོ་མི་ཆོད་པར་  
སྒྲགས་རེ་དང་རེས་གནང་རེ་སྟོན་པ་བརྒྱབ་པས་ཅུང་ཟད་འཆལ་ཏེ་སོང་  
བ་ཡིན། དེ་ལྟར་ངོ་བོ་ཆེན་པོས་བསྟན་པའི་སྟོལ་བྱུང་པ་རྣམས་གསར་དུ་  
བཙུགས། སྟོལ་ཅུང་ཟད་ཡོད་པ་རྣམས་འཕེལ་བར་མཛད། ལོག་པར་རྟོག་  
པའི་བྱི་མས་སྒྲགས་པ་རྣམས་ལེགས་པར་བསལ་ཏེ་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་བྱི་  
མ་དང་བྲལ་བར་མཛད།

དེ་ལྟ་བུའི་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་འདི་ཉིད་རྫོང་པོས་འབྲོམ་ལ་གནང་  
སྟེ། འབྲོམ་གྱིས་ཁོང་གཞན་ལ་སྒྲགས་གྱི་གདམས་པ་གནང་ནས། རོས་ལ་  
ལམ་རིམ་འདི་གནང་བ་གང་ཡིན་ཞུས་པས། ངས་ཁྱོད་མིན་པ་གཞན་ལ་  
གཏད་ས་མ་རྟེན་ཅེས་གསུངས་ནས་འབྲོམ་ལ་སྒྲོག་ཆོས་སུ་གནང་། འབྲོམ་  
ནས་ཆོགས་བཤའ་དུ་མཛད་ཅིང་། དེ་ཡང་བརྒྱད་པ་གསུམ་དུ་བྱང་སྟེ།  
བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་གཞུང་ཆེན་མོའི་སྟེང་ནས་འཆད་པ་པོ་ཏྲོ་བ་ནས་ཤར་  
བ་ལ་བརྒྱད་པའི་བཀའ་གདམས་གཞུང་པ་དང་། དེ་ལས་ཅུང་བསྐྱས་པའི་  
ལམ་རིམ་བསྟན་རིམ་དང་སྐྱར་ནས་འཆད་པ་དགོན་པ་བ་ནས་སྡེ་ལྔ་བྱར་  
པར་བརྒྱད་པ་བཀའ་གདམས་ལམ་རིམ་པ་དང་། ཏེན་འབྲེལ་སྟེང་པོའི་བྲིད་  
སོགས་སྒྲ་མའི་མན་ངག་དང་སྐྱར་ནས་འཆད་པ་སྐྱོན་སྒྲ་བ་ནས་བྱ་ཡུལ་བ་  
ལ་བརྒྱད་པའི་བཀའ་གདམས་མན་ངག་པ་དང་བརྒྱད་པ་གསུམ་བྱང་། དེ་  
ཡང་མིང་དངོས་སུ་མ་བཏགས་ཀྱང་དེང་སང་མེད་པ་མིན་ཏེ། གཞུང་བཀའ་  
པོད་ལྔ་ལ་སྒྲོབ་གཉེར་གྱིས་དེ་རྣམས་ལམ་རིམ་དུ་བྲིལ་ཏེ་ཉམས་སུ་ལེན་པ་  
ནི་བཀའ་གདམས་གཞུང་པ་བ་དང་། དེ་ཙམ་མ་རྣམས་ཀྱང་སྒྲོ་གྲོས་དང་བཙོན་  
པ་ཆེ་བས་ལམ་རིམ་ཆེ་ཆུང་ལྟ་བུར་ཐོས་བསམ་བྱས་ཏེ་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ནི་  
བཀའ་གདམས་ལམ་རིམ་པ་དང་། དེ་ཡང་མི་རྣམས་པས་བདེ་ལམ་དང་སྐྱར་  
ལམ་ལྟ་བུའི་མན་ངག་ཅུང་བསྐྱས་གྱི་སྟེང་ནས་ལམ་གྱི་རྒྱུད་གངས་ཆོང་བར་  
བྱས་ཏེ་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ནི་བཀའ་གདམས་མན་ངག་པ་ཡིན་ཞེས་བྲི་ཆེན་  
ངག་དབང་འོར་བུའི་གསུང་རྒྱན་ཡིན་ཚུལ་བདག་གི་སྐྱབས་མཆོག་སྒྲ་མ་

རིན་པོ་ཆེས་གསུངས་ཞེས་གསུངས།

དེ་ལྟར་བཀའ་གདམས་ཀྱི་བརྒྱུད་པ་གསུམ་པོ་ཡང་སྒར་ཁུས་པ་ལྟར་  
རྗེ་བཙུན་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོ་ནས་ཚུ་བོ་གཅིག་འབྲེས་སུ་གྱུར། རྗེ་བཙུན་ཙོང་  
ཁ་བ་ཆེན་པོས་ལམ་རིམ་ཆེ་འབྲིང་ཚུང་གསུམ་མཛད་ཚུལ་སྒར་ཁུས་པ་  
ལྟར་ལ། དེ་ཡང་རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་དུས་རྟག་ཏུ་སྒྲ་མ་  
དང་སློབ་མའི་ཚུལ་དུ་མཇལ་ནས་མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་བབ་ཆོས་མཐའ་ཡས་པ་  
ཞིག་སྟུལ་ཚུལ་རྣམ་ཐར་ལས་འབྱུང་བ་ལྟར་ཡིན། དེས་ན་ལམ་རིམ་འདི་རྗེ་  
རིན་པོ་ཆེས་རྗེ་བཙུན་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ལས་གསན་པ་ཡིན་བྱས་ཀྱང་  
ཆོག་མོད། རྗེ་རིན་པོ་ཆེས་ཆོས་ཀྱི་མཐར་ཐུག་སྟོན་པ་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་  
ལ་ཐུག་པའི་རིང་བརྒྱུད་ལ་གཙོ་བོར་མཛད་པ་མ་གཏོགས་དག་སྒྲུང་དང་།  
ཉེ་བརྒྱུད་བྱུང་བྱུང་སོགས་གཏན་ནས་མི་གསུང་བ་དེ་རྣམ་ཐར་ངོ་མཆར་  
ཆེ། ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་ལྷག་མཐོང་ཡན་མཛད་ནས་རྗེ་བཙུན་ལ་ཁུས་པས།  
ངེད་ཀྱིས་བསྟན་པའི་ལམ་གཙོ་གསུམ་ཀྱི་ནང་དུ་མ་འདུས་པ་འདུག་གམ་  
ཞེས་རྗེ་བཙུན་ནས་ཀྱ་རེ་གསུང་ཚུལ་མཛད་པར། རྗེ་བཙུན་གྱིས་གསུངས་  
པའི་ལམ་གཙོ་གསུམ་སློག་ཏུ་བྱས། ལམ་སློན་བཤད་བྱ་ཆ་བའི་གཞུང་དུ་  
བྱས། དེའི་སྤྱིང་དུ་བཀའ་གདམས་ཀྱི་མན་ངག་གཞན་དུ་མས་ཁ་བསྐྱངས་  
ནས་བསྐྱེགས་པ་ཡིན་ཚུལ་ཁུས། ལྷག་མཐོང་ཆེན་མོ་ནི་མཛད་ཀྱང་འགྲོ་  
དོན་ཆེར་མི་ཡོང་དགོངས་ནས་མ་མཛད་པ་ན། ལྷག་མཐོང་གི་སྐྱོར་ཡང་  
ཚོམས་ཤིག་དང་འགྲོ་དོན་འབྲིང་ཞིག་ཡོང་ཞེས་གསུངས་པ་སོགས་གསང་

བ་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པའི་རྣམ་ཐར་མང་དུ་མཆིས་པ་སོགས་མཚམས་  
འདིར་ཇེ་འེ་རྣམ་ཐར་རྒྱས་པར་ཁྱེད་གོས་ཀྱང་། ད་ལམ་ཁྱེད་ཁོམ་མ་བྱུང་བས་  
རྣམ་ཐར་གྱི་ཕྱག་དཔེར་ཞིབ་དུ་གཞིགས་པར་མཛོད།

དེ་ལྟར་ཇེ་བཙུན་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་བསྟན་པ་འདི་ནི་རྩོ་བོའི་བསྟན་པ་  
ཐམས་ཅད་མ་ཆང་བ་མེད་པར་ཡོད་པའི་ཐོག་དུ། སྟོགས་དུས་ཀྱི་ཆེ་བྱུང་  
གཅིག་ལ་མི་སྟོབ་པའི་བྱུང་འཇུག་སྐྱབ་པའི་མན་ངག་ཟབ་བྱུང་སྒྲ་ན་མེད་པ་  
དང་ལྡན་པ་ཡིན། ཇེ་འེ་གསུང་གི་ལམ་རིམ་རྣམས་ལ་ཡང་བཀའ་གདམས་  
གོང་མའི་ལམ་རིམ་ལ་མེད་པའི་ཟབ་བྱུང་མང་དུ་མཆིས་པ་ཞིབ་དུ་བསྟན་ན་  
ཤེས། དེ་ལྟར་ཇེ་རིན་པོ་ཆེ་ནས་ལམ་རིམ་བརྒྱད་ཚུལ་མང་དུ་མཆིས་ཀྱང་།  
ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་བརྒྱད་པའི་གཙོ་བོ་བྲིད་ཆེན་བརྒྱད་དུ་གསུང་ཚུལ་ཁ་  
སང་ཁྱས་པ་ལྟར་ཡིན། དེ་ཡང་གསེར་ཁྱེན་མ་དང་། འཇམ་དཔལ་ཞལ་ལྷུང་  
གཉིས་མདོ་རྒྱུད་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་གསུངས། བདེ་ལམ་དང་། ལྷུང་  
ལམ་གཉིས་སྒྲགས་དང་འབྲེལ་བར་གསུངས།

དེ་ཡང་ཞལ་ལྷུང་གི་བྲིད་རྒྱན་བསྐྱས་པ་སྟོན་བརྒྱད་ཀྱི་བརྒྱད་ཚུལ་  
ནི། ཡགོང་ས་རྒྱལ་དབང་ལྷ་པ་མཆོག་ནས་འཇམ་དཔལ་ཞལ་ལྷུང་རྒྱས་  
པ་ལ་མཚལ་རྟགས་པབ་སྟེ་ལམ་རིམ་བསྐྱས་པ་ཞིག་བཏོན་ནས། སྐྱབས་  
ཡུལ། ཆོགས་ཞིང་། ཁྱས་ཁང་སོགས་ཞལ་ལྷུང་དབྱས་བརྒྱད་དང་མི་འདྲ་  
བའི་མན་ངག་དང་བཅས་ཨེ་བ་སྒྲ་མ་བྱམས་པ་རིན་ཆེན་ལ་གནང་། དེས་  
གཞིམ་ཤག་མཁན་ཆེན་སྟོན་བཟང་མཁས་བཙུན་ལ་གནང་། འདི་མཁྱེན་རབ་

གྱི་རྩ་ལ་ཆེ་བས་མཆོལ་རྟགས་པབ་ལུགས་ལ་རྒྱས་བསྟུས་སྒྲ་ཆོགས་ཤིག་  
ཐུགས་ལ་ཤར་བས་ཐུགས་དོགས་མ་ཆོད་པར་ཆོས་འདིའི་བདག་པོ་ལ་ལྟ་  
བ་ཆེན་པོ་རང་ལ་ཁུ་དགོངས་ནས་སྒྲ་མདུན་རང་དུ་དངོས་མཛལ་གྱིས་ང་  
སྒྲོར་གཅིག་གི་ཡུན་ལ་ཆ་ཆོད་གསན་པའི་རྣམ་ཐར་མཛད་དུ་བྱུང་། འདིས་ཅེ་  
ཆོགས་པའི་མཁན་པོ་མཛད། སྒྲ་ཆོའི་སྒྲ་ལ་དབེན་གནས་ལམ་རིམ་ཆོས་  
སྒྲིངས་སུ་སྒྲུབ་པ་ལ་གཞིལ་བས་བྱུབ་པའི་གོ་འཕང་མཐོན་པོར་གཤེགས།  
དེས་ཡེར་པའི་བྱུབ་ཆེན་ཕུན་ཆོགས་རྒྱ་མཚོ་ལ་གནང་། དེ་ཡང་སྤྱོད་ཁྲིད་ལྷ་  
བ་གསུམ་ལ་རྫོགས་པར་མཛད། ཞི་ལྷག་གི་རྟོགས་པ་བྱུང་པར་ཅན་ཐུགས་  
རྒྱད་ལ་འབྱུངས་ནས་ཡེར་པར་སློབ་མ་མང་པོ་སྤྱོད་ཁྲིད་གྱིས་བསྐྱུངས།  
བདེ་མཆོག་ལུས་དགྱིལ་གྱི་སྒོ་ནས་བྱུབ་པ་ཐོབ་སྟེ་སྟོ་བརྒྱད་གྱི་སྒྲ་མ་པལ་  
ཆེ་བ་དེ་ལྟར་ཡིན་གསུངས། དེས་ཨེ་སྒྲ་མ་མཁའ་སྒྲོལ་བསྟན་དར་ལ་གནང་།  
དེས་མཁན་ཆེན་དགོ་འདུན་འཇམ་དབྱངས་ལ་གནང་། འདིས་སྟོ་བརྒྱད་  
ཞལ་ལུང་རྒྱས་པར་རྟགས་པབ་རྒྱ་མ་དག་རྒྱན་འབྲམས་བྱུང་དོགས་ལེ་  
ཆོན་ལོགས་སུ་ཡོད་པ་འདི་བཀོད་པར་མཛད། འདི་སྤར་གྲིས་མ་ལས་མེད་  
ཀྱང་སྒྲུབས་རྗེ་སྒྲུབ་ཁང་རིན་པོ་ཆེ་ནས་པར་དུ་བསྐྱུན་གནང་མཛད། མཁན་  
ཆེན་དགོ་འདུན་འཇམ་དབྱངས་གྱིས་རྗེ་དག་དབང་མཐུ་སྟོབས་ལ་གནང་།  
དེས་དྲགས་བྲམ་མཁན་ཆེན་བསྟན་པ་རྒྱ་མཚོ་ལ་གནང་། དེས་དྲགས་བྲམ་  
སྟོབ་གཉེར་སྐབས་གཞོན་ཁྲལ་གྱིས་ཤིང་གཤག་དུས་དབུ་མའི་ལྟ་བ་རྟེན་  
པར་གསུངས། དེས་སེ་མཐོ་སྒྲ་མ་སྐལ་ལྡན་ལ་གནང་། འདི་ལ་དདུལ་དར་



སྒྲུལ་བྱ་སོགས་འབྱུང་མཁན་གང་བྱུང་འཛིན་ཆགས་ཀྱང་མི་མཛད། གཏོང་  
བར་ཡང་མི་མཛད་པར་ཉེ་འབྲམ་གྱི་བྲག་གསེབ་ཅིག་ཏུ་བསྐྱར་བར་མཛད།  
རྗེས་སུ་མི་རབས་ཁ་ཤས་སོང་ན་ཡང་དེར་བཅའ་ན་སྒྲུལ་བྱ་དང་ཉི་ཀ་  
སོགས་ཉིད་རྒྱ་ཡོད་པའི་རྣམ་ཐར་ཡ་མཚན། མཆོད་སྦྱིན་མི་མཛད་པ་ཡང་  
རྗེས་སུ་སྒྲོམ་སེམས་སྦྱེ་བའི་ཉེས་དམིགས་ལ་དགོངས་པ་རེད། དེས་རྗེ་སྟོ་  
བཟང་ཆོས་འཕེལ་ལ་གནང་། དེས་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཐུབ་བསྟན་རབ་  
རྒྱས་ལ་གནང་། འདིས་ཐུགས་དམ་སྐྱབས་ལམ་རིམ་གསོལ་འདེབས་ལ་  
གདངས་བཏང་ནས་གསུངས་རྗེས་འཇམ་ཆག་གེར་བཞུགས། གཞན་གྱིས་  
མནལ་ཁུག་པ་འདྲ་སྒྲུལ་ནས་བསྟན་པས་ཅེ་གཅིག་ཏུ་སྒྲོམ་ལ་བཞུགས་པར་  
མཐོང་། དེས་དགེ་སྟོང་བྱང་ཆུབ་ཐོགས་མེད་ཅེས་པར་གནང་། འདི་དགེ་  
བཤེས་དང་སླ་མ་སོགས་གང་ཡང་མིན་པར་བམ་ཆོས་ཀྱི་བྲ་རྒྱུང་རང་ག་  
བ་ཞིག་ཡིན། འབྲང་རི་རི་ཁོད་ཏུ་བཞུགས་ནས་ཉིན་རེ་བཞིན་ནི་ཏུ་གསེང་  
ཆུང་ཏུ་ཞིག་ཡོད་པར་གསུང་གཏོར་གནང་རྗེས་ལམ་རིམ་ལ་ཐུགས་དམ་  
ཅེ་གཅིག་ཏུ་མཛད། བྲམས་སྟོང་རྗེ་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་འབྱུངས་པས་བཤུམས་  
པ་ཁོ་ན་མཛད་པ་ལུག་རྗེ་གྱིས་པས་མཐོང་ནས་ཀླན་པོ་གཅིག་ཤུར་ཏུ་བ་ཡ་  
མཚན་སྒྲུང་གིས་ཉིན་ལྟར་པག་ཏུ་ལྟོད་མོ་བསྟར་བར་འོངས། དེ་ཏུས་ཞལ་ལྱང་  
སྟོ་བརྒྱུད་ཀྱི་ཁིད་རྒྱུན་དགེ་སྟོང་འདི་གཅིག་ཤུ་ལ་མ་གཏོགས་མི་བཞུགས་  
པས་ཆད་པར་ཉེ་བ་ན། དུགས་བྲ་མཁན་བྱུང་སྟོ་བཟང་སྦྱིན་པ་ཞེས་བདག་  
གི་སྐྱབས་མཆོག་སླ་མ་རིན་པོ་ཆེས་རབ་བྱུང་གི་སྟོམ་པ་བཞེས་ས་དེས། སྟོ་

བརྒྱད་ཀྱི་ཁྱིད་རྒྱན་གཞན་དུ་ཞིབ་དུ་བཅུ་ཡ་ཀྱང་ཁྱིད་རྒྱན་ཐོབ་པ་དག་སྟོང་  
འདི་ལས་མེད་པས། དག་སྟོང་གིས་ཉམས་ཁྱིད་མ་བུའ་ཀྱང་ཁྱིད་རྒྱན་ཅམ་  
མ་ཞུས་ན་ཆད་པར་དོགས་ནས་ཉིན་གཅིག་དག་སྟོང་དང་མཛུལ་འཇོམས་  
སྐབས། ད་ཆ་ཞལ་ལུང་སྟོ་བརྒྱད་ཀྱི་ཁྱིད་རྒྱན་བཞུགས་པ་ཉིད་ལས་མེད་  
པས། འདིའི་རྒྱན་ཆད་ན་ཞིན་དུ་པངས་པས་ཉིད་ནས་རྒྱན་ཅམ་ཞིག་ངོས་  
ལ་གནང་ན། སྒར་ངོས་ནས་ལུང་རིགས་ཀྱིས་བརྒྱན་ཏེ་རྒྱས་པར་པར་ལུལ་  
ཆོག་ཞུས་པར། དག་སྟོང་གིས་བདག་ལྟ་བུས་ག་ལ་འབུལ་བུས་ཞེས་གནང་  
མི་བུས་བུས་ཀྱི་ཁུལ་མཛད་ཀྱང་རྗེས་སུ་གནང་བའི་སྐབས་མན་ངག་ཟབ་  
ལ་འདྲིལ་བ་སྟོང་ཐོག་འབའ་ཞིག་ནས་གནང་བས། རྗེ་སྟོ་བཟང་སྦྱིན་པ་ཏ་  
ལས་པའི་ཚུལ་མཛད་དེ། ངས་ཁྱོད་ལ་པར་འབུལ་རྒྱ་ཡིན་ཞུས་པ་ངོ་ཆ་བར་  
འབུག། ཁྱོད་བཀའ་གདམས་མན་ངག་པའི་དག་བཤེས་ཆེན་པོ་རེད་ཅེས་  
བསྐྱེད་པ་བཟོད་མཛད། རྗེ་སྟོ་བཟང་སྦྱིན་པ་ཡང་ཞི་ལྷག་གི་ཉིང་རེ་འཇིན་  
ཁྱད་པར་ཅན་ཉིད་ཅིང་། ལུས་དཀྱིལ་གྱི་སྟོ་ནས་བྱུང་བ་བཙུངས་པ་ཞིག་རེད།  
འདི་དྲགས་སྟོང་བང་རིམ་ཆོས་སྒྲེར་གཏན་བཞུགས་མཛད་ཅིང་། རྗེ་བསྐྱེད་  
བཟང་བསྟན་འཇིན་འདིའི་སྐུ་མཆེད་ཚུང་བ་ཡིན་པས་དྲགས་སྟོང་ལྟ་སྟོངས་  
རི་ཁྱོད་དུ་བཞུགས་པར། རྗེ་སྟོ་བཟང་སྦྱིན་པ་ལྟ་སྟོངས་རི་ཁྱོད་དུ་ཕེབས་  
དགོས་ཡང་ཡང་ཞུས་ཀྱང་ཕེབས་མ་བྱུང་པར་རྗེས་སུ་མཉམ་གཞག་གི་ངང་  
ནས་གཟིགས་པས་རི་ཁྱོད་ཀྱི་སྤྱི་ནང་ཀུན་གསལ་བར་གཟིགས། ཐེངས་  
གཅིག་བསྐྱེད་བཟང་བསྟན་འཇིན་སྐུ་མདུན་དུ་ཕེབས་པར་ངས་ཁྱོད་ཀྱི་རི་

ཁྱོད་ལ་བལྟས་པས་ཆང་མ་མཐོང་བྱུང་ཞེས་ཁང་པའི་གཡས་གཡོན་གིང་  
འབྲུག་པ་ཚུན་ཆད་ཀྱི་ཡོད་ལུགས་ཞིབ་ཏུ་གསུངས། ཁྱོད་ཀྱི་ཀ་ཕིབས་ནང་  
དུ་དཀར་པོ་ཆེན་པོ་ཞིག་འབྲུལ་ཅམ་འབྲུལ་ཅམ་བྱེད་པ་ཞིག་འདུག་པ་དེ་  
ཅི་ཡིན་གསུངས། དེ་ནི་རས་ཡོལ་རྒྱུད་གིས་བསྐྱོད་པས་འབྲུལ་ཅམ་བྱེད་  
པ་མཉམ་གཞག་གི་ངང་ནས་གཟིགས་པར་འདུག། དེས་གཙུང་བསྐྱལ་བཟང་  
བསྟན་འཛིན་ལ་གནང་། དེ་ཡང་མདོ་སྒྲགས་ཀྱིས་བྱུང་པའི་གོ་འཕང་མཐོན་  
པོར་གཤེགས། བཀའ་ཆོས་གནང་སྐབས་སྟུན་གཡས་གཡོན་ནས་འོད་ཟེར་  
དཀར་པོ་རེ་སྟོས་ཏེ་སྟོབ་མའི་ཆོགས་ལ་གཡས་སྟོར་གཡོན་སྟོར་དུ་བྱས་  
ཏེ་གྲོལ་རན་པ་ན་སྦྲར་ཐིམ་པ་སོགས་ཡང་ཡང་མཇུག་པ་བྱུང་། བཀའ་ཆོས་  
གནང་བ་དང་སྦྱིང་སྟོར་དུ་ཕེབས་པ་སོགས་དུས་མཉམ་དུ་བྱུང་བས་མཇུག་  
མི་རྣམས་ངོ་མཆར་དུ་བྱུང་། ལྷ་མཆོད་ཆོགས་ཞིང་ཡོངས་ཇོགས་ཀྱི་ཞལ་  
གཟིགས། གཤེགས་དུས་དབུ་ཐོད་ལ་ཡང་རྗེ་ལྷ་མ་མཆོད་པའི་རང་བྱུན་  
བྱུང་བ་ད་ལྟ་ཡང་ལྟ་སྤྲིངས་རི་ཁྱོད་དུ་བཞུགས། དེས་བྱུང་དབང་སྐྱལ་བཟང་  
མཁས་བྱུང་ལ་གནང་། འདི་ཡང་འཁོར་ལོ་སྟོམ་པའི་སྟོན་སྒྲུབ་པ་བརྟེས་  
པ་ཞིག་ཡིན། དེའི་མདུན་ནས་བདག་གི་ཡ་སྐབས་མགོན་ལྷ་མ་རིན་པོ་ཆེས་  
གསན། དེ་དག་ནི་ཞལ་ལྷང་སྟོ་བརྒྱུད་ཀྱི་བརྒྱུད་ཚུལ་མདོར་བསྐྱུས་ཅམ་  
ཞུས་པ་ཡིན། རྒྱས་པར་རྣམ་ཐར་ཀྱི་ཡིག་ཆ་བྱུང་དུ་ཡོད་པ་ལས་མཐུན་  
པར་མཇུག་དགོས།

ཞལ་ལྷང་དབུས་བརྒྱུད་ནི། ཀུན་གཟིགས་ལྷ་པ་ཆེན་པོས་ཁྱི་ཆེན་སྟེན་

པ་རྒྱ་མཆོ་ལ་སྦྱལ། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་བརྒྱུད་དེ་ཁྲི་ཆེན་སློ་བཟང་ལྷན་གྲུབ་  
ཀྱི་དྲུང་ནས་རྗེ་སློ་བཟང་སྦྱིན་པས་གསན།

སྦྱར་ལམ་དམར་བྲིད་ནི། ཀུན་གཟིགས་པཎ་ཆེན་སློ་བཟང་ཡེ་ཤེས་  
ནས་བཀའ་ཚུལ་གྲུབ་ནས་བྲིད་རྒྱུ་ལའན་མ་བྱུང་བར་སྦྱ་བཞེས་ནས་  
སྦྱན་གྱིས་མི་གཟིགས་པར་ལུང་ཤོག་ལྡེབ་རེ་གཉིས་གཤམ་ཆེ་གནང་དགོས་  
ཀྱང་ཡི་གེ་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོ་ཆེད་གྲིས་གྱིས་འབྲུལ་དགོས་པ་ལ། གྲུབ་མཆོག་  
སློ་བཟང་རྣམ་རྒྱལ་བྱ་བལ་རི་ཁྲོད་འགྲིམ་ནས་བཞུགས་སྐབས་སྦྱར་ལམ་  
གཟིགས་ནས་འདིའི་བྲིད་རྒྱུ་ལ་སྦྱབ་ན་རྗེས་འདྲུག་ཁས་ཞན་དགོངས་  
ནས་བདོག་བྲིས་བྲིར་ནས་བཀྲས་སྦྱན་དུ་ཕེབས། མགོན་གཉེར་བརྒྱུད་ནས་  
སྦྱ་རབ་གསུང་འབྲུམ་སྦྱི་དང་། ཁྲད་པར་སྦྱར་ལམ་འདིའི་བྲིད་ཅིག་གནང་  
དགོས་ཞུས་པར། ཁོང་པ་གྲ་རྒྱུད་ཡིན་པ་དང་། ཞུ་རྒྱ་ཆེ་བ་དང་། སྦྱན་མི་  
གསལ་བ་བཅས་མགོན་གཉེར་ཏ་ལས་ཏེ་བསྦྱར་བཤད་མང་པོ་བཏང་། སྦྱར་  
ལོག་ནས་ཕེབས། ཡང་སྦྱགས་གྱིས་མ་བཟོད་པར་སྦྱར་བཞིན་ཞུ་བ་ལན་  
གསུམ་གྱི་བར་དུ་བྲས་ཀྱང་མགོན་གཉེར་གྱིས་བདག་བཟུང་མ་བྲས་པར་ལུ་  
སྦྱག་སྟེ། དས་བྲིད་རང་ལ་ཆོས་གནང་བར་ཞུ་བ་མ་གསོལ་གྱི་སྦྱན་གསན་  
འདི་པཎ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེའི་སྦྱན་དུ་འཁྲོལ་བ་ཞིག་མཛོད་དང་བྲས་པས། ཁོང་  
ཁྲོས་བཞིན་དུ་སྦྱ་མདུན་དུ་ཞུས་པར་དགྲེས་བཞིན་ཞལ་གྱིས་བཞེས་ཏེ་སྦྱན་  
གྱིས་མི་གཟིགས་པའི་ཚུལ་སོགས་མེད་པར་རྫོགས་པར་གནང་བ་རེད་ཅེས་  
བདག་གི་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེས་ཡང་ཡང་གསུངས། འོན་ཀྱང་རང་རེའི་བརྒྱུད་

པར་སྟོ་བཟང་ནམ་རྒྱལ་ཡོངས་གྲགས་སུ་མ་བཞུགས། རང་རེའི་བརྒྱུད་པ་  
ཐེ་དག་དབང་བྱམས་པ་ནས་རིམ་བཞིན་བརྒྱུད་ཚུལ་སྦྱར་ཆོས་སྐལ་བཟང་  
མགྱེན་རྒྱུ་དུ་གསལ་བ་ལྟར་ཡིན།

དེ་དག་ནི་མཛད་པ་པོའི་ཆེ་བ་རགས་བསྐྱས་ཅམ་ཞུས་པ་ཡིན་ཞིང་།  
སྟོ་སྟོ་བ་ཆང་མ་བྲེལ་བ་མེད་པ་རྒྱས་པར་བྱེད་ན་སྟོ་མ་ཡོངས་འཛིན་རིན་  
པོ་ཆེའི་གསུང་གི་སྟོ་བརྒྱུད་ནམ་ཐར་པོད་གཉིས་བཞུགས་པ་ལྟར་འཆད་  
དགོས་ཞེས་བདག་གི་སྟོ་མ་རིན་པོ་ཆེས་གསུངས་ཞེས་གསུངས། དེ་ལྟར་  
ད་ལམ་འཆད་མ་བྱུང་གྲང་བྱག་དཔེ་སྟོས་ནས་རྒྱུ་དུ་བསྐྱབས་སྟེ་ནམ་ཐར་  
རེ་རེའི་མཐུག་ཏུ་འང་དཔལ་ལྷན་སྟོ་མ་བྱེད་སྐྱེ་ཅི་འདྲ་དང་སོགས་སྟོན་ལམ་  
འདེབས་ཤིང་ཐེས་སུ་ཡི་རང་བསྟོམ་དགོས་ཞེས་གསུངས། ॥ ॥

༥ ཉིན་གསུམ་པར། རི་སྐད་དུ། མགོན་པོ་ཞི་བ་ལྷས། དལ་འབྱོར་འདི་  
ནི་ཤིན་ཏུ་རྩེད་པར་དགལ། སྟོས་བྱའི་དོན་སྐྱབ་ཐོབ་པར་གྱུར་པ་ལ། །གལ་  
ཏེ་འདི་ལ་ཕན་པ་མ་བསྐྱབ་ན། སྟོས་འདི་ཡང་དག་འབྱོར་པར་ག་ལ་འབྱུར།  
།ཞེས་གསུངས་པར་ལྟར། རང་ཅག་ནམས་ཀྱིས་དལ་འབྱོར་གྱི་ལུས་རྩོན་  
འདི་ལྟ་བུ་རྩེད་པའི་སྐབས་འདིར་ཆེ་འདིའི་བདེ་སྦྱིད་ཅམ་ལ་ཆགས་ནས་  
དག་འདུལ་གཉིན་སྦྱོང་སོགས་དུད་འགོས་གྲང་རྒྱས་པ་དེ་འདྲ་ལ་མགོ་མི་  
འཁོར་བར་དུད་འགོ་ལས་བྱེད་ཞུགས་པའི་འཛིག་རྩོན་སྟེ་མ་ཕན་ཆད་ལ་ཕན་  
ངེས་ཀྱི་ཆོས་ཤིག་མ་བྱས་ན། སྟོས་ནས་འདི་ལྟ་བུའི་ལུས་རྩོན་ཐོབ་དགལ་  
བས། ད་རེས་ལན་གཅིག་རྩེད་པའི་སྐབས་འདིར་ནན་ཏན་དུ་བྱེད་དགོས།

དེ་ཡང་ཆོས་བྱང་ཚུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་འདི་ལྟ་བུ་ཉམས་སྲུ་ལེན་པ་ལ་རག་  
ལས་བས། དེས་ན་བདག་གིས་མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་བྱ། དེའི་ཕྱིར་དུ་བྱང་ཚུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་  
གདམས་པ་བཟུང་མོ་ཉན་ནས་ལེགས་པར་ཉམས་སྲུ་ལེན་སྟམ་པའི་བྱང་ཚུབ་  
ཀྱི་སེམས་ཀྱི་ཀུན་སྒྲོང་ལེགས་པར་གསལ་བཟབ་ནས་གསན་པར་བྱ། དེ་  
ཡང་གང་གསན་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ནི། སྐལ་ལྷན་གྱི་སྤྱི་བུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
སར་བཅོལ་པའི་ཐེག་པ་མཆོག་གི་ཆོས་ལུགས་ཞེས་སོགས་སྒྲུབ་ཉན་ལྟར་  
གསུངས། དེ་ལ་ས་བཅད་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། བྱང་ཚུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་  
ཁྲིད་ལ་བཞི་སོགས་དངོས་གཞིའི་ས་བཅད་སྒྲུབ་བཞིན་གསུངས་ནས། ས་  
བཅད་དང་པོ་ནི་ཁ་སང་པན་ལ་བྱས་པ་བཞིན་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ནས་རིམ་  
པར་བརྒྱུད་དེ་བྱང་ཚུལ། ཕྱིས་ནས་ལམ་རིམ་དང་བསྟན་རིམ་སོགས་མང་  
དུ་བྱང་ཡང་རྩ་བ་ལམ་སྟོན་ཉིད་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་ཚུལ་སོགས་སྒྲུབ་བཤད་  
མདོར་བསྡུས་གསུངས་ནས། རྒྱས་པར་ནི་ལམ་རིམ་སྒྲུབ་བརྒྱུད་པའི་རྣམ་  
ཐར་ལྟར་ཡིན། དེས་ཁ་སང་གི་བཤད་པ་རྣམས་ལ་སྒྲུབ་བཤད་མདོར་བསྡུས་  
སོང་ནས། དེ་རིང་ས་བཅད་གཉིས་པ།

གདམས་ངག་ལ་གྲུས་པ་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་ཆོས་ཀྱི་ཆེ་བ།

འདི་ལྟ་བུ་ལ། བྱང་ཚུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་འདི་ཆེ་བ་བཞི་དང་། ཁྲད་ཆོས་



གསུམ་གྱི་སྟོན་སྒྲིག་གཞུང་གཞན་ལས་ཁྱད་དུ་འཕགས་ཏེ། དེ་ཡང་ཆེ་བ་བཞི་  
ནི། བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་འགལ་མེད་དུ་རྟོགས་པའི་ཆེ་བ། གསུང་རབ་མ་  
ལུས་གདམས་ངག་ཏུ་འཆར་བའི་ཆེ་བ། རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་བདེ་སྒྲག་ཏུ་  
རྟེན་པའི་ཆེ་བ། ཉེས་སྦྱོད་ཆེན་པོ་རང་འགགས་སུ་འགྲོ་བའི་ཆེ་བ་སྟེ་བཞི་  
རྣམས་ཡིན།

དེ་ལ་དང་པོ།

བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་འགལ་མེད་དུ་རྟོགས་པའི་ཆེ་བ།

དང་ལྟན་ཏེ། བསྟན་པ་ནི་རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་རྣམས་ཡིན། དེ་ཡང་  
ཤེས་རབ་སྟོན་མའི་འགྲེལ་པ་ལས། བསྟན་པ་ཞེས་བྲ་བ་ནི། ལྟ་དང་མི་བདུད་  
ཅིའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་འདོད་པ་རྣམས་ཡོངས་སུ་ཤེས་པར་བྲ་བ་དང་སྤང་  
བར་བྲ་བ་དང་མངོན་སུམ་དུ་བྲ་བ་དང་བསྐྱོམ་པར་བྲ་བ་དག་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་  
ལོག་པར་སྟོན་པ་སྟེ་བཅོམ་ལྟན་འདས་ཀྱི་གསུང་རབ་ཅེས་བྲ་བ་ཡིན་ནོ།  
།ཞེས་པ་ལྟར་དང་། དེ་ཐམས་ཅད་འགལ་མེད་དུ་རྟོགས་པ་ནི་གང་ཟག་གཅིག་  
འཆང་རྒྱ་བའི་ཉམས་ལེན་དུ་གོ་བ་སྟེ། འགལ་བ་མེད་པ་ནི་གཞི་མ་ཐུན་ཡོད་  
པ་ལ་ཟེར་བས། ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་དང་། འདུལ་བ་དང་། སྒྲགས་སོགས་ལ་སྤྱིས་  
ཟེན་ལ་འགལ་བ་ལྟར་སྤང་ཡང་དོན་དུ་གང་ཟག་གཅིག་འཆང་རྒྱ་བའི་གཙོ་  
བོ་དང་དེ་སྤྱི་བའི་ཡན་ལག་འབའ་ཞིག་ཡིན་པས། མི་འགལ་བ་དཔེར་ན་ཆ་  
བའི་ནད་དྲག་པོས་ཐེབས་པ་ཞིག་ལ་སྤྱི་བས་དང་པོ་ཤ་དང་། ཆང་སོགས་

སྤང་དགོས། མ་སྤངས་ན་སློག་ལ་བསྐྱོལ་བ་སྟོན། རྗེས་སུ་ཆ་བ་རི་བྱང་  
 མཆམས་སུ་སླེབས་ནས། རྒྱུང་ཤམ་ཆེ་བར་བྱུང་དུས་ཤམ་ཆང་སོགས་བསྟོན་  
 དགོས་པར་སྤྲོ་བས་ན། སྤྲོ་ཡུལ་ནད་པ་གཅིག་ལ་སྤྲོ་བ་པོ་སྟོན་པ་གཅིག་  
 གིས་ཤམ་ཆང་བ་མི་བ་སྟོན་པའི་སྤྲོ་ཆ་སྤྲོ་ཏིང་གཉིས་པོ་དེ་འགལ་བ་ལྟར་སྤང་  
 མོད་ཀྱང་། དོན་དུ་ནད་པ་གཅིག་གསོ་བ་ལ་གཉིས་ཀ་དགོས་པ་མི་འགལ་བ་  
 བཞིན་དུ་ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་དང་། མདོ་སྤྲུགས་སོགས་གདུལ་བྱ་སོ་སོའི་ཆེད་  
 ལས་གང་ཟག་གཅིག་འཆང་རྒྱ་བའི་ཉམས་ལེན་དུ་ཆང་མ་མི་དགོས་སྟུང་  
 པ་ཡོང་ནའང་། དེ་ལྟར་མིན་པར་གསུང་བ་པོ་གཅིག་གིས་གང་ཟག་གཅིག་  
 འཆང་རྒྱ་བའི་ཉམས་ལེན་དུ་གསུངས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་སྐྱེས་བུ་ཆུང་འབྲིང་  
 གི་སྐབས་ལ་ཐོག་མར་ཐེག་དམན་གྱི་སྤྲོ་སྟོན་ནས་བཤད་པའི་མི་ཏྲག་སྤྲུག་  
 བསྐལ་སོགས་བསྟོམ་པ་དང་། དེ་ལས་ཆུང་བྲང་བྲག་ཏུ་སོང་ནས་སྐྱེས་བུ་  
 ཆེན་པོའི་སྐབས་སེམས་བསྐྱེད་དང་། ཕྱིན་བྲག་སོགས་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྤྲོ་སྟོན་  
 ནས་བཤད་པ་རྣམས་དང་། སྤྲུགས་གྱི་སྟོན་དུ་གྱུར་ནས་དོ་རྗེ་ཐེག་པ་ནས་  
 བཤད་པའི་རིམ་གཉིས་སྟོན་པ་དང་བཅས་པ་སོགས་རིམ་བཞིན་རང་ཉིད་ལྟ་  
 བྱ་གང་ཟག་གཅིག་འཆང་རྒྱ་བའི་ཉམས་ལེན་དུ་གཞི་མཐུན་པ་ཡིན། དེ་ནི་  
 རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་ལམ་གྱི་གཙོ་བོ་དང་ཡན་ལག་ཅི་རིགས་  
 པར་གང་ཟག་གཅིག་འཆང་རྒྱ་བའི་ཉམས་ལེན་དུ་མི་མཁོ་བ་གཅིག་ཀྱང་  
 མེད། དེར་མ་བྲང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་བཞེད་དོན་གྱི་གཙོ་བོ་ནི་  
 སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་གདུལ་བྱ་རིགས་ཅན་གསུམ་ལ་

རང་རང་གི་ཐར་པར་བགྲོད་པའི་ལམ་སྟོན་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་རང་གིས་མ་  
ཤེས་པར་གཞན་ལ་བསྟན་པར་མི་རུས་ཏེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། ཐབས་བྱུང་དེ་  
རྒྱ་སྟོག་གྱུར་པ། །དེ་འཆད་པ་ནི་དཀའ་བ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས།

དེས་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་  
ཤེས་རྒྱུ་ལ་སྐྱེད་པ་ནི་གཞན་དོན་སྦྱབ་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་ངེས་པར་དགོས་  
པ་མདོ་ལས་ཀྱང་། རབ་འབྱོར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་ཉན་  
ཐོས་གྱི་ལམ་གང་ཡིན་པ་དང་། རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་གང་ཡིན་པ་དང་།  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་གང་ཡིན་པའི་ལམ་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་པར་བྱ་ཞིང་ལམ་  
ཐམས་ཅད་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་དང་། རྒྱན་ལས་ཀྱང་། འགྲོ་ལ་པན་པར་  
བྱེད་རྣམས་ལམ་ཤེས་ཉིད་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་དོན་སྦྱབ་མཛད་པ་གང་། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་དང་། གཞན་ཡང་ཐོབ་བྱ་སངས་རྒྱས་ནི་སྟོན་ཀྱན་ཟད་  
ཡོན་ཏན་ཀྱན་ལྡན་ཡིན་པས། དེ་སྦྱབ་པའི་ལམ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཡང་སྟོན་གྱི་  
རིགས་མཐའ་དག་འགོག་ཅིང་ཡོན་ཏན་གྱི་རིགས་མཐའ་དག་སྦྱབ་པར་བྱེད་  
པ་ཞིག་དགོས་ལ། སྟོན་སྣ་རེ་སེལ་བ་དང་ཡོན་ཏན་སྣ་རེ་བསྐྱེད་པར་མི་བྱེད་  
པའི་གསུང་རབ་གང་ཡང་མེད་པས་དེ་ཐམས་ཅད་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཡན་  
ལག་ཏུ་ངེས་པར་འདུ་བ་དེ་ལྟར་རེད།

དེ་ཡང་ཞིབ་ཏུ་བྱས་ན་རྫོང་བྱེད་ལུང་གི་བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་འགལ་  
མེད་དུ་རྟོགས་ཚུལ་དང་། བརྫོང་བྱ་རྟོགས་པའི་བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་འགལ་  
མེད་དུ་རྟོགས་ཚུལ་གཉིས་ཡོད་ཅིང་། སྟོན་དུ་ཞུས་པ་ལྟར་སྟོན་གསུམ་

དང་རྒྱུད་སྡེ་བཞི་སོགས་གསུང་རབ་དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པ་གང་  
 ཟག་གཅིག་འཛང་རྒྱ་བའི་ཉམས་ལེན་དུ་གཞི་མ་ཐུན་པ་ལས་འགལ་རྒྱུན་  
 དུ་འགྲོ་བ་ཅུང་ཟད་ཅམ་ཡང་མེད་པར་གོ་བ་དེ་ལུང་གི་བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་  
 འགལ་མེད་དུ་རྟོགས་ཚུལ་ཡིན། དེ་དག་གི་བརྗོད་བྱ་མདོན་མཐོ་ལྷ་མིའི་  
 གོ་འཕང་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་མི་དག་བཅུ་སྟོང་གི་ཚུལ་བྲིམས་སོགས་སྐྱེས་བུ་  
 ཚུང་དུ་དང་། བདེན་བཞིའི་འཇུག་ལྡོག་དང་བསྐྱབ་པ་གསུམ་སོགས་ངེས་  
 ལེགས་ཐར་པ་ཐོབ་བྱེད་ནམས་སྐྱེས་བུ་འབྲིང་དང་། སེམས་བསྐྱེད་ཕྱིན་  
 དུག་སོགས་ངེས་ལེགས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཐོབ་བྱེད་ནམས་སྐྱེས་བུ་ཆེན་  
 པོའི་ལམ་དུ་བསྐྱུས་ནས་བརྗོད་བྱ་དེ་ཐམས་ཅད་གང་ཟག་གཅིག་འཛང་རྒྱ་  
 བའི་ཉམས་ལེན་དུ་གཞི་མ་ཐུན་པ་ལས་འགལ་རྒྱུན་དུ་འགྲོ་བ་ཅུང་ཟད་ཅམ་  
 ཡང་མེད་པར་གོ་བ་དེ་རྟོགས་པའི་བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་འགལ་མེད་དུ་རྟོགས་  
 ཚུལ་ཡིན། དེ་ཡང་འགྲོམ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོས། བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་བྱ་བཞི་  
 ལམ་གྱིས་བྱེད་ཤེས་པ་ང་ཡི་སྒྲ་མ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རེད། དེ་འདྲིའི་རྩ་  
 ཆོག་ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལ་བྱ་བཞི་སྐྱེས་བུ་གསུམ་དང་། སྒྲགས་བཅས་བཞི་  
 ལ་གསུང་བ་དང་། འོ་དེ་ལྟ་རི་ལྟར་འཕངས་ཀྱང་བྱ་བཞི་ལམ་ལམ་འབྱུང་བ་  
 ལྟར་དམིགས་སྒྲོར་རེ་རེའི་ནང་དུ་ཡང་ལམ་ཆ་ཆང་བ་རེ་བསྐྱུས་པའི་དོན་  
 ཡིན་ཚུལ་སོགས་མང་དུ་གསུངས་པ་དེ་ལྟར་དུ་བཤད་དུ་ཡོད་མོད། བདག་  
 གི་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ལྷ་མ་རིན་པོ་ཆེས། གདན་ཁ་གང་མ་བྱ་བཞི་ལྟ་བུ་ཞིག་  
 ཡིང་གིས་བྱེད་བ་ལྟར་གསུང་རབ་དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པའི་བརྗོད་བྱ་

གང་ཟག་གཅིག་འཆང་རྒྱ་བའི་ཉམས་ལེན་དུ་བསྐྱུས་ནས་མིང་གིས་སྟེར་བ་  
ལ་བེར་བ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་དེ་གནད་ཆེ་བ་ཡིན།

གཉིས་པ།

གསུང་རབ་མ་ལུས་གདམས་ངག་ཏུ་འཆར་བའི་ཆེ་བ་ནི།

བྱང་ཚུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་འདི་ལྟ་བུ་དང་མ་མངལ་ན་གསུང་རབ་ཐམས་  
ཅད་གདམས་ངག་ཏུ་མི་འཆར་ཏེ། དེ་ཡང་གདམས་ངག་གི་མཆོག་ནི་རྒྱལ་  
བའི་གསུང་རབ་དང་། དེའི་དགོངས་འགྲེལ་གཞུང་ཆེན་མོ་རྣམས་ཏེ། དེ་ཡང་  
འཛིག་ཏེན་འདི་ན་གདམས་ངག་སྟོན་པའི་སྒྲ་མ་ཞིག་ལ་ཐུབ་པ་སངས་རྒྱས་  
བཙུན་ལྡན་འདས་ལས་ལྷག་པ་མེད་ཅིང་། གདམས་ངག་གྲུང་དེའི་གསུང་  
རབ་རྣམས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ཡིན་ཏེ། རྒྱུད་སྒྲ་མ་ལས། གང་ཕྱིར་རྒྱལ་ལས་  
ཆེས་མཁས་འགའ་ཡང་འཛིག་ཏེན་འདི་ན་ཡོད་མིན་ཏེ། །མ་ལུས་དེ་ཉིད་  
མཆོག་ནི་ཚུལ་བཞིན་ཀུན་མཁྱེན་གྱིས་མཁྱེན་གཞན་མིན་པ། །དེ་ཕྱིར་བྱང་  
སྟོང་རང་ཉིད་གྱིས་བཞག་མདོ་སྡེ་གང་ཡིན་དེ་མི་དགྲུག། །ཐུབ་ཚུལ་བཞིག་  
ཕྱིར་དེ་ཡང་དམ་ཆོས་ལ་ནི་གཞོད་པ་བྱེད་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་  
རེད། དེས་ན་དེང་སང་རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་བཀའ་འགྱུར་རིན་པོ་ཆེ་ལྟ་  
བུ་ལ་རིམ་གྱོ་བྱེད་པའི་དུས་མཁོ་བ་ཙམ་ལས་དེ་ལ་ཉམས་ལེན་བྱེད་རྒྱུའི་  
འདུལ་ཤེས་ཙམ་ཡང་མི་འཁོར་བ་དང་། དེའི་དགོངས་འགྲེལ་ཤིང་ཏྟ་ཆེན་

པོའི་གཞུང་ལུགས་རྣམས་ལའང་ཐོས་པ་དང་། ཅོད་པའི་ཆེ་མཁོ་བ་ཅམ་མ་  
 གཏོགས། སློབ་གཉེར་མཐར་ཕྱིན་པ་ཆོས་ཀྱང་ད་གཟོད་ཉམས་ལེན་བྱེད་  
 རན་པ་ན་རང་གིས་མི་ཆེ་ཉིལ་པོར་ཐོས་བསམ་གྱིས་གང་གཏན་ལ་པབ་པ་  
 དེ་ཉམས་ལེན་དུ་བྱིལ་མི་ཤེས་པར་གང་ཡང་མི་ཤེས་པའི་སྒྲིམ་ཆེན་དུ་འབོད་  
 པ་སོགས་ཀྱི་བྱང་དུ་ཕྱིན་ནས་ལྟའི་སྐྱབ་ཐབས་དང་སེམས་ངོ་སོགས་བསྐྱབ་  
 རས་ཉམས་སུ་ལེན་ཁུལ་བྱེད་པ་དེ་ནི། རྗེ་ཅོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས། མང་དུ་ཐོས་  
 ཀྱང་ཆོས་ཀྱིས་པོངས་པ་ནི། །གསུང་རབ་གདམས་པར་ཤར་བ་མེད་པས་  
 ཁོངས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གསུང་རབ་གདམས་ངག་རྩ་མ་ཤར་བའི་  
 སྒྲིན་དེ་ལྟ་བུ་བྱུང་བ་རེད། རང་རེ་གྲ་སའི་དགོ་བ་ཤེས་ཤིག་གིས་ཁམས་སུ་  
 བ་ཡུལ་དུ་ཕྱིན་ནས་རྗེ་མའི་སྒྲ་མ་ཞིག་གི་བྱང་ནས་ཉམས་ལེན་བྱེད་རྒྱའི་  
 གདམས་ངག་ཞུས་ནས་མན་ངག་ཚུང་ཚུང་འདྲ་བསྒྲིམས་པས། ཡུལ་དེའི་མི་  
 རྣམས་ནས་དགོ་ལུགས་པ་ལ་བཤད་ཆོས་ཅམ་ལས་ཉམས་ལེན་བྱེད་རྒྱའི་  
 ཆོས་མེད་ཐག་ཆོད་ཡིན་པ་རེད་ཅེས་ཆང་མ་ཡིད་ལོག་པ་བྱུང་འདུག་པ་དེ་  
 ནི་བསྟན་པའི་རྟེན་པོ་བྱུང་འདུག་སྟུམ་ཁོ་བོ་ཡང་ཤིན་ཏུ་ཡིད་ལྷག་པ་  
 བྱུང་། གང་ཐོས་བསམ་གྱིས་གཏན་ལ་པབ་པ་དེ་ཉིད་ཉམས་ལེན་དུ་འབྱེད་  
 དགོས། གང་ཉམས་སུ་ལེན་རྒྱུ་དེ་ཉིད་ཐོས་བསམ་གྱིས་གཏན་ལ་དབབ་  
 དགོས། ཐོས་བསམ་གྱིས་གཞན་ཞིག་གཏན་ལ་པབ། ཉམས་ལེན་གཞན་  
 ཞིག་བྱས་ན། ཏྲ་རྒྱུག་བྱེད་པའི་ཆེ་དཀྱུས་ས་གཞན་དུ་བསྟན་ནས། རྒྱུག་ས་  
 གཞན་དུ་བྱེད་པ་དང་འདྲ་བར་ལམ་རིམ་ཆེན་མོར་གསུངས་ཤིང་། དེ་ནི་ཏྲ་



རྒྱལ་བྱེད་པའི་ཆེ་སང་ཉིན་ཏྲ་རྒྱལ་ས་འདི་ན་ཡིན་ཞེས་ས་ཤུར་བསྟན་ནས།  
སང་ཉིན་ངོ་མ་རྒྱལ་དུས་དེ་མིན་པ་ཞིག་ཏུ་རྒྱལ་པ་དང་འདྲ་བར་གསུངས་  
པ་རེད། དེ་ལྟར་གསུང་རབ་རྣམས་གདམས་ངག་ཏུ་འཆར་མི་བྱུང་པ་ནི་བྱང་  
ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་གོ་བ་མ་ཆགས་པའི་སྟོན་ཡིན། འདི་ལ་གོ་བ་ཆགས་  
ན་རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་སོགས་གཞུང་ཆེན་མོ་ཐམས་ཅད་ལམ་རིམ་དུ་  
འདུས་ནས་ཉམས་ལེན་དུ་ཕྱི་ལ་གྱིས་སྤྱོད་ཤེས་པ་ཞིག་འོང་།

སྤྱི་ཁྱོད་ཆེན་ངག་དབང་མཆོག་ལྟར་གྱིས་གྲུ་སར་སློབ་གཉེར་གྲུབ་  
ནས་རྗེ་འཇམ་དབྱངས་བཞད་པའི་བྱང་དུ་ལམ་གཙོ་རྣམ་གསུམ་གྱི་བཤའ་  
པ་སོགས་གདམས་པ་མང་དུ་གསན་ནས་བཀའ་མདོ་རྒྱད་མ་ལུས་པའི་  
དགོངས་པ་སྟན་ཐོག་གཅིག་ཏུ་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་ངོ་འཕྲོད་པས་སྤྱི་  
གཞུང་ལུགས་རབ་འབྱམས་ལ་སློབ་གཉེར་རྒྱུ་བ་པ་མཐའ་དག་བྱང་ཆུབ་  
ལམ་རིམ་ལ་སློབ་གཉེར་བརྒྱུ་བ་པ་ཡིན་འདུག་སྟེ་དུ་གོ་བ་ཞིག་བྱང་  
གསུངས་ཏེ། དེ་གསུང་རབ་གདམས་ངག་ཏུ་འཆར་བའི་རྟགས་ཡིན། དེ་  
བཞིན་དུ་གྲུབ་མཆོག་སློབ་ཐབས་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་བརྒྱད་སྟོང་པའི་ལུང་ཞིག་  
གནང་བ་ན་སྐབས་སྐབས་སུ་ཨ་རྒྱུ་ལྡི་ལོ་ན་རྒྱས་པས་མ་གཏོགས་ཉམས་ལེན་  
བྱེད་རྒྱུ་ཞིག་རང་འདི་ན་འདུག་ཅེས་དབྱེ་ཞབས་ཐམས་ཅད་དུ་ཡང་ཡང་  
གསུངས་པ་རེད། ལམ་རིམ་ལ་གོ་བ་ཆགས་ན་ཆོས་གྲར་ཚོད་པ་བྱུང་འགོ་  
གཅིག་ཙམ་བྱས་ན་འང་ཐམས་ཅད་ལམ་རིམ་དུ་འདུས་ཏེ་གདམས་ངག་ཏུ་  
འཆར་འོང་། དཔེར་ན་སེམས་བསྐྱེད་ཚོད་པའི་ཆེ་སྤྱོད་སྤྱོད་ཆེན་པོའི་བྱང་

ཆུབ་སེམས་སྐྱོང་གི་སྐབས་དང་སྐྱུར། ཉེན་འབྲེལ་ཚོད་པ་དེ་འབྲིང་གི་སྐབས་  
 དང་སྐྱུར། བསམ་གཟུགས་ཚོད་པ་ཞི་གནས་ཀྱི་སྐབས་དང་སྐྱུར་ཆོག་ཆོག་  
 འོང། ཆོས་འདོན་ཙམ་ལ་འགྲོ་བའི་ཆེ་གསུང་རབ་གང་ཞལ་ཕྱེ་ནའང་ཉམས་  
 ལེན་དུ་འདྲིལ་ཐུབ་པ་ཞིག་འོང། ཐ་ན་རྩ་ཁང་ནང་གི་ཞོག་འབྲུར་གཅིག་ཉིད་  
 པ་ཚུན་ཆད་ཀྱང་རང་གི་ཉམས་ལེན་གྱི་དམིགས་སྒྲོར་དུ་བསྒྲོན་ཆོག་ཆོག་  
 འོང། ཁོ་བོས་སྤར་ཆུང་དུའི་སྐབས་དགོན་པའི་སྤྱིང་སྒྲོར་གྱི་རྩ་ཁང་ནང་གི་  
 ཞོག་འབྲུར་ཞིག་ལ་བལྟས་པས་རྒྱལ་མཆོག་བསྐལ་བཟང་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་  
 མགུར། རྟག་ཆུང་གི་བྱང་བ་གཞོན་ནུ་དེས། །མདངས་ལྡན་གྱི་མེ་ཉོག་  
 གཅིག་ནས་གཅིག་ །ཡུད་ཙམ་ལ་འདོར་ལེན་བྱེད་པ་མཐོང། །དཔེ་འདི་དང་  
 མཚུངས་པའི་དོན་གྱི་སྒྲུ། །སྟིགས་དུས་ཀྱི་སྐྱེ་བོ་མང་པོ་ཞིག་ །སེམས་མ་  
 དག་རང་གི་སྤང་ཚུལ་གྱིས། །སྤང་ཅིག་ལ་དབྱ་གཉེན་འབྱུར་བ་མཐོང། །སྒྲོ་  
 བརྟན་པའི་གྲོགས་པོ་ངས་མ་ཉིད། །ཅེས་འདུག་པ་སྐྱེས་བྱ་འབྲིང་གི་ངེས་པ་  
 མེད་པའི་ཉེས་པ་ལ་སྐྱར་ཆོག་ཆོག་རེད།

དེ་ལྟར་བཀའ་དང་དགོངས་འབྲེལ་ཐམས་ཅད་ལས་ཡི་གེ་ན་གཅིག་  
 ཀྱང་འདོར་དུ་མེད་པར་གདམས་ངག་ཏུ་འཆར་ཐུབ་པ་ལ་བཀའ་གདམས་  
 ཞེས་བྱ་སྟེ། རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོས་དཀའ་བཅུ་རིན་ཆེན་འཕེལ་ལ་བཀའ་  
 གདམས་ཞེས་པའི་དོན་གང་ཡིན་བཀའ་འདྲི་གནང་བར། རྒྱལ་བའི་བཀའ་  
 ལས་ཡི་གེ་ན་གཅིག་ཀྱང་འདོར་དུ་མེད་པར་གདམས་ངག་ཏུ་འཆར་བ་ལ་  
 ཟེར་བ་ཡིན་ཞུས་པས། རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་ཞིག་ཏུ་མཉེས་ནས་བཀའ་ཆོས་ཀྱི་

ཆོག་པ་སྤྱུ་ཡང་། དེ་རིང་དཀའ་བཅུས་སྟོ་སྟེད་ཆེན་པོ་བྱིན་བྱུང་། འདི་ལྟར་  
ཟེར་ཞེས་གསུངས་ནས་བསྐྱགས་བརྗོད་མཛད། དེ་ལྟར་བྱུང་ན་རྩོ་ཁང་ནང་  
གི་ཤོག་འབྲུར་གཅིག་ཚུན་ཆད་ཀྱི་གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་གང་ཟག་གཅིག་  
འཆང་རྒྱ་བའི་མན་ངག་ཏུ་ཉིལ་གྱིས་འདྲིལ། དེ་ཡང་རང་གཅིག་ཕྱ་འཆང་  
རྒྱ་བའི་མན་ངག་ཏུ་ཉིལ་གྱིས་འདྲིལ། དེ་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་ལ་སོགས་  
པས་རང་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་གོ་ནས་དེ་ཐམས་ཅད་ལ་  
གྲས་པ་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོ་སྟེ་ཡོང་། རྣལ་འབྱོར་པ་བྱང་ཆུབ་རིན་ཆེན་གྱིས།  
གདམས་ངག་ལ་ནང་བྱན་ཆུད་པ་ནི། བེའུ་བུམ་ལག་མཐིལ་ཅ་མ་ཞིག་ལ་  
ངས་པ་རྟེན་པ་ལ་མི་ཟེར་གྱི། གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་གདམས་ངག་ཏུ་གོ་བ་  
ལ་ཟེར་བ་ཡིན། གསུངས་པ་ཡང་འདི་ལྟར་གོ་དགོས། ཆོག་དེ་འདིའི་རྩ་བ་ལྟ་  
བུའང་ཡིན།

དེ་ཡང་གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་གདམས་ངག་ཏུ་འཆར་བའི་གནད་  
རིམ་འདྲ་ཞིག་དགོས། ལམ་རིམ་ཐོས་པ་ཅ་མ་གྱིས་ཆོག་གམ་སྙམ་ན། དེ་ནི་  
གསུང་རབ་དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པའི་དོན་བཤེས་གཉིན་བསྟན་ཚུལ་  
ནས་ཞི་ལྷག་གི་བར་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་བར་བསྐྱས། དེ་ས་བཅད་རྒྱས་བསྐྱས་  
རིམ་ལྟར་ཡིན་ཀྱང་རྒྱང་སྐྱང་སྐྱང་སྐྱང་བ་ཞིག་སྟོ་ཡུལ་དུ་ངས་བར་བྱས་ནས་  
དབྱེད་སྒྲོམ་དགོས་པ་ལ་དབྱེད་སྒྲོམ། འཛོག་སྒྲོམ་དགོས་པ་ལ་འཛོག་སྒྲོམ་  
གྱིས་ཉམས་ལེན་དུ་འབྲེལ་ཤེས་པ་ཞིག་བྱུང་ན་གསུང་རབ་གང་མཛུལ་ཡང་  
རང་གི་ཉམས་ལེན་གྱི་དམིགས་སྒྲོར་དེ་དང་དེའི་ཐད་སོ་སོར་སྦྱར་ཆོག་

ཆོག་ཡོང་བ་གསུང་རབ་གདམས་ངག་ཏུ་འཆར་བའི་ཆད་དེ་ཡིན། དེ་ཡང་  
གོ་བདེ་ཕྱིར་བདག་གི་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆའི་གསུང་བཞིན་དཔེར་བ་འདྲ་ན། མི་  
ཞིག་ལ་འབྲས་དང་། གྲོ་དང་། སྒྲ་མ་སོགས་གང་ཡང་མེད་ན། འབྲས་ལྟ་བུ་  
སྒར་བ་གང་ཉིད་ཀྱང་གང་ཡང་བྱེད་རིན་མེད་པས་འདོར་བ་ལས་འོས་མེད།  
དེ་བཞིན་དུ་ལམ་གྱི་རྒྱུ་ཡང་སྒྲ་མ་ཆད་ན་གསུང་རབ་མཇུག་ཡང་གང་གི་  
ཐད་དུ་སྒྱུར་དགོས་མི་ཤེས་པས་ཉམས་སྲུ་ལེན་མི་ཤེས། འབྲས་དང་། གྲོ་  
དང་། སྒྲ་མ་སོགས་དེ་དག་སོ་སོ་ནས་བྲེ་གང་རེ་ཅམ་ཡོད་ན་དེ་ལ་འབྲས་  
སྒར་བ་གང་ཉིད་ནའང་རང་གི་དེའི་སྤྱིང་དུ་བསྒྲོན་ཆོག །དེ་བཞིན་དུ་དམིགས་  
སྒྲོར་གྱི་རྒྱུ་ཡང་སྒྲ་མ་ཆད་ན་གསུང་རབ་ནས་གང་མཇུག་དེའི་ཐད་དུ་སྒྱུར་  
ཆོག་ཆོག་ཡོང་བ་ལྟར་ཡིན། རྒྱུ་ཡང་སྒྲ་མ་ཆད་ན་རྒྱུ་མ་བསྒྱུས་གང་གིས་ཀྱང་  
ལམ་བཟོད་རྒྱས་པར་སྡེ་དཔོན་དང་། བྲ་རྒྱུ་གི་འག་ཆས་ཀྱི་དཔེ་དང་སྒྱུར་  
ནས་རྒྱས་པར་གསུངས། བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་འགལ་མེད་དུ་རྟོགས་པ་དང་།  
གསུང་རབ་མ་ལུས་གདམས་ངག་ཏུ་འཆར་བའི་བྱད་པར་ཡང་དེ་ཡིན། སྒྲ་  
མ་དེ་ཡིན་ན་ཕྱི་མ་དེ་ཡིན་པས་མ་བྲལ་ཅིང་། ཕྱི་མ་དེ་ཡིན་ན་སྒྲ་མ་དེ་ཡིན་  
པས་བྲལ་བོ། །གསུམ་པ།

རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་བདེ་སྒྲག་ཏུ་ཉིད་པའི་ཆེ་བ་ནི།

རྒྱལ་བའི་བཀའ་དང་དེའི་དགོངས་འགྲེལ་རྣམས་སྒྲར་རྒྱས་པ་བཞིན་

གདམས་པ་དག་གི་མཆོག་ཡིན་པས་དེ་དག་གི་བཟོད་བྱར་རྒྱལ་བའི་དགོངས་  
པ་མཐར་ཐུག་བཞུགས་ཀྱང་སྤྲོ་མའི་མན་དག་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་  
འདི་ལྟ་བུ་ལ་མ་བརྟེན་པར་གཞུང་ཆེན་པོ་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱལ་བའི་  
དགོངས་པ་མཐར་ཐུག་རྟེན་པར་མི་བྱས་ལ། གལ་ཏེ་རྟེན་དུ་ཆུག་ཀྱང་དུས་  
ཡུན་རིང་པོ་དང་དགའ་ཆེགས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ལ་སྟོས་དགོས། ལམ་རིམ་འདི་  
ལ་བརྟེན་ནས་གཞུང་ཆེན་པོ་དེ་དག་ལས་གསུངས་པའི་རྒྱལ་བའི་དགོངས་  
པ་དགའ་ཆེགས་མེད་པར་བདེ་ལྷག་ཏུ་རྟེན་པར་འགྱུར་རོ། །འོ་ན་དེ་ལྟ་བུའི་  
རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་དེ་གང་ཡིན་སྟེ་ན། བདག་གི་སྐབས་མཆོག་སྤྲོ་མ་  
རིན་པོ་ཆེས། སྤྲོས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་སྤྱི་དང་། བྱང་པར་ལམ་གྱི་གཙུག་པོ་  
རྣམ་གསུམ་ལ་བྱེད་དགོས་གསུངས། དེ་ངེས་པར་ཡིན་ཏེ། ཡང་དག་པའི་  
ལྟ་བུ་ལ་རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་མཐར་ཐུག་ཏུ་རྩི་ཙེང་ཁ་བ་ཆེན་པོས་གསལ་  
བར་གསུངས་ཏེ། ལམ་གཙུག་ལས། སྤང་བ་རྟེན་འབྲེལ་བསྐྱུ་བ་མེད་པ་དང་།  
།སྟོང་བ་ཁས་ལེན་བྲལ་བའི་གོ་བ་གཉིས། །རི་སྤྱི་སོ་སོར་སྤང་བ་དེ་སྤྱི་  
དུ། །ད་དུང་ཐུབ་པའི་དགོངས་པ་རྟོགས་པ་མེད། །ཅེས་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བུ་  
མ་རྟོགས་ན་རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་མི་རྟོགས་པར་དངོས་སུ་གསུངས་པས།  
ཤུགས་ལ་དེ་རྟོགས་ན་རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་རྟེན་པར་གསུངས་པ་དང་།  
རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་ཀུན་གྱི་སྤྱི་པོའི་དོན། །ཞེས་ངེས་འབྱུང་དང་། རྒྱལ་  
སྤྲོས་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱུགས་པའི་ལམ། །ཞེས་སེམས་བསྐྱེད་དང་།  
སྐལ་ལྷན་ཐར་འདོད་རྣམས་ཀྱི་འཇུག་དོགས་དེ། །ཞེས་ཡང་དག་པའི་ལྟ་

བར་གསུངས་པས། དེས་འབྱུང་བྱང་སེམས་ཀྱང་ཞར་ལ་འཕངས་པ་ཡིན་ནོ།  
 །དེས་ན་ལམ་རིམ་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་གཞུང་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་ལམ་  
 ཀྱི་གཙུག་པོ་རྣམ་གསུམ་རྒྱུད་ལ་སྦྱེ་ཚུལ་གྱི་གནད་རྣམས་བདེ་སྒྲག་ཏུ་རྟེན་  
 ཅིང་། རྟེན་པ་ལྟར་དཀའ་ཆོགས་ལ་མ་སྟོས་པར་རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་པ་ན་རྒྱལ་བའི་  
 དགོངས་པ་བདེ་སྒྲག་ཏུ་རྟེན་པ་ཡིན། དེ་ཡང་དཔེར་ན་གཞུང་ཆེན་པོ་ནི་རྒྱ་  
 མཚོ་ལྟ་བུ། ལམ་གཙུག་གསུམ་སོགས་རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་ནི་དེའི་ནང་གི་  
 རྗོར་བུ་ལྟ་བུ། བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ནི་བྱ་གཟིངས་ལྟ་བུ། དེ་སྟོན་པའི་སྒྲ་  
 མ་ནི་དེད་དཔོན་ལྟ་བུ་རེད། རྒྱ་མཚོའི་ནང་དུ་རྗོར་བུ་ཡོད་ཀྱང་བྱ་གཟིངས་  
 ལ་མ་བརྟེན་པར་ཞུགས་ན་རྗོར་བུ་མི་ལོན་པའི་ཁར་སྟོག་ཤོར་བ་ལས་འོས་  
 མེད། དེ་བཞིན་དུ་ལམ་རིམ་ལ་མ་བརྟེན་པར་གཞུང་ཆེན་པོར་ཞུགས་ཀྱང་  
 རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་རྟེན་དཀའ་ཞིང་། དེད་དཔོན་མཁས་པ་ལྟ་བུའི་སྒྲ་མ་  
 ལ་བརྟེན་ནས་བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་གྱི་བྱ་གཟིངས་སུ་ཞུགས་ན་གཞུང་ལུགས་  
 རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོའི་ནང་ནས་རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་མཐར་ཐུག་གི་རྗོར་བུ་བདེ་  
 སྒྲག་ཏུ་རྟེན་པ་འོང་གསུངས། བཞི་པ།

ཉེས་སྦྱོད་ཆེན་པོ་རང་འགགས་སུ་འགྲོ་བའི་ཆེ་བ་ནི།

དེ་ཡང་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་སོགས་སུ་དངོས་བསྟན་ལ་ཆོས་སྟོང་གི་  
 ལས་སྐྱེབ་འགོགས་པ་ལ་གསུངས་ཤིང་། དེ་ཡང་ཆེ་བ་དང་པོ་གསུམ་ག་ལ་



ངེས་པ་མ་རྟེན་རྒྱལ་བའི་བཀའ་ལ་ཐེག་པ་མཐོ་དམན་དང་། བཤད་ཆོས་  
དང་སྐྱབ་པའི་ཆོས་སོགས་གྲུས་པ་ཆེ་ཆུང་གི་བྱད་པར་དུ་མ་ཞིག་འབྱེད་  
པས་ཆོས་སྟོང་གི་ལས་ཆབས་པོ་ཆེ་ཞིག་རྒྱན་མི་འཆད་པར་འབྱུང་ཞིང་། དེ་  
ལྟར་ཆོས་སྟོང་གི་ལས་ཀྱི་སྐྱབ་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་སྡི་སྡེ། རྣམ་པར་འཐག་པ་ཐམས་  
ཅད་བསྐྱས་པའི་མདོ་ལས། འཇམ་དཔལ། དམ་པའི་ཆོས་སྟོང་བའི་ལས་ཀྱི་  
སྐྱབ་པ་ནི་སྤོ། །འཇམ་དཔལ། གང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་གསུངས་པའི་  
བཀའ་ལ་ལ་ནི་བཟང་བར་འདུ་ཤེས། ལ་ལ་ནི་ངན་པར་འདུ་ཤེས་པ་ནི་ཆོས་  
སྟོང་བའོ། །གང་ཆོས་སྟོང་བ་དེས་ཆོས་སྤངས་པས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
ལ་སྐྱར་བ་འདེབས་པ་ཡིན། དག་འདུན་ལ་ངན་དུ་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །འདི་ནི་  
རིགས་པའོ་འདི་ནི་མི་རིགས་པའོ་ཞེས་ཟེར་ན་ཆོས་སྟོང་བའོ། །འདི་ནི་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ཆེད་དུ་གསུངས་པའོ་འདི་ནི་ཉན་ཐོས་རྣམས་  
ཀྱི་ཆེད་དུ་གསུངས་པའོ་ཞེས་ཟེར་ན་ཆོས་སྟོང་བ་ཡིན་ནོ། །འདི་ནི་རང་  
སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ཆེད་དུ་གསུངས་པའོ་ཞེས་ཟེར་ན་ཆོས་སྟོང་བ་ཡིན་  
ནོ། །འདི་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་  
ན་ཆོས་སྟོང་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས། ཆོས་སྤང་ན་དེའི་ཉེས་པ་ཤིན་ཏུ་  
སྡི་བ་ནི། ཉིང་ངེ་འཛིན་རྒྱལ་པོ་ལས། གང་གིས་འཇམ་བུའི་སྤྱིང་འདིར་ནི། །  
མཆོད་རྟེན་ཐམས་ཅད་འཛིག་བྱེད་པས། །གང་གིས་མདོ་སྡེ་སྟོང་བྱེད་པའི། །  
སྡིག་པ་དེ་ནི་ཆེས་བྱད་འཕགས། །གང་གིས་གསྐྱའི་བྱེ་སྡེད་ཀྱི། །དབྱ་བཅོམ་  
བསད་པར་གྱུར་པ་བས། །གང་གིས་མདོ་སྡེ་སྟོང་བྱེད་པའི། །སྡིག་པ་དེ་ནི་

ཆེས་ཁྱད་འཕགས། །ཞེས་གསུངས། ཆེ་བ་དང་པོ་གསུམ་ལ་ངེས་པ་རྟེན་  
 ན་རྒྱལ་བའི་བཀའ་ལས་འདོར་རྒྱ་ན་གཅིག་གྱང་མེད་པར་ཉམས་སུ་སྒྲང་  
 བྱར་གྲུ་པ་པ་མཚུངས་པར་སྐྱེ་བས་བཟང་ངན་དུ་དབྱེ་བའི་ཆོས་སྤྱོད་གི་སྒོ་  
 ཆེ་ཤོས་འདི་རང་འགགས་སུ་འགྲོ་བ་ཡིན། གཞན་ཡང་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་  
 ཚུ་ལ་ཚུ་ལ་བཞིན་བསམ་ན་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ལ་བརྟེན་པའི་ལས་སྐྱེ་བ་  
 རྣམས་ངང་གིས་སྤྱོད་ཞིང་། དལ་འབྱོར་དང་། མི་རྟག་པའི་སྒོར་ལྟ་བུ་ངེས་ན་  
 ཆེ་འདིར་ཞེན་པའི་ཉེས་སྤྱོད་རང་འགགས་སུ་འགྲོ་བ་ནས། སེམས་བསྐྱེད་  
 ཀྱི་དམིགས་སྒོར་བསྐྱེད་ན་རང་གཅེས་འཛིན་ལ་བརྟེན་པའི་ཉེས་སྤྱོད་དང་།  
 བདག་མེད་ཀྱི་དམིགས་སྒོར་ལ་སྐྱེད་ན་བདག་འཛིན་ཀྱི་བར་དམིགས་སྒོར་  
 རེ་རེ་བཞིན་རྒྱུད་ལ་སྐྱེས་ན་དེ་དང་དེའི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀྱི་ཉེས་སྤྱོད་ཆེན་  
 པོ་རང་འགགས་སུ་འགྲོ་བ་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་ཆེ་བ་དེ་དག་སྐྱེ་རིམ་དཔེའི་སྒོ་  
 རྣམས་བཤད་ན། དཔེར་ན་ལྟ་བུའི་པ་ཞིག་གིས་ཐང་ག་བྲི་བ་ལ་དེ་ལ་དགོས་  
 ངེས་ཀྱི་རས་གཞི་དང་། ཆོན་དང་། སིར་ལ་སོགས་པ་ཆང་ཆང་རུག་རུག་  
 བྱེད་དགོས། དེ་འདྲའི་ལག་ཆ་དང་ཡོ་བྱད་ཐམས་ཅད་ཐང་ག་དེ་འབྲི་བའི་ཆ་  
 རྒྱུན་དུ་གྱུར་པ་ཤིང་ལྟ་བུའི་པ་གཏོགས་འགལ་རྒྱུན་དུ་གྱུར་པ་ཅུང་ཟད་གྱང་མེད་  
 པར་ཤེས་པ་དེ་བསྟེན་པ་ཐམས་ཅད་འགལ་མེད་དུ་རྟོགས་པའི་དཔེ་ཡིན། དེ་  
 ལྟར་ཤེས་ནས་ལག་ཆ་དང་ཡོ་བྱད་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ཐང་ག་འབྲི་ཤེས་པ་  
 ལྟ་བུ་དེ་གསུང་རབ་གདམས་ངག་ཏུ་ཤར་བའི་དཔེ་ཡིན། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་  
 ཐང་ག་ལེགས་པར་གྲུབ་པ་དེ་རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་བདེ་སྐྱབས་ཏུ་རྟེན་པའི་

དཔེ་ཡིན་ནོ།

དེ་ལྟར་ཆེ་བ་བཞི་པོ་དེ་ལ་རྫོང་བྱེད་ཆིག་གི་ཆེ་བ་བཞི་དང་། བརྫོང་  
བྱེད་ནི་ཆེ་བ་བཞིའི་ཐ་སྟེན་ཐོབ་ཅིང་། རྫོང་བྱེད་ཆིག་གི་ཆེ་བ་བཞི་པོ་  
བསྟན་བཅོས་ཁོ་རང་ལ་ལྟན་མོད། བརྫོང་བྱེད་ནི་ཆེ་བ་བཞི་གང་ཟག་རང་  
ཉིད་ལ་ལྟན་པ་གལ་ཆེ་གསུངས། དེས་ཆེ་བ་བཞི་སོང་ནས་བྱང་ཆུབ་ལམ་  
ཀྱི་རིམ་པ་འདི་ནི་ཆེ་བ་བཞི་པོ་དེ་དག་ལྟན་པར་མ་ཟད། བྱང་ཆོས་ཆེན་པོ་  
གསུམ་དང་ཡང་ལྟན་ཏེ། བྱང་ཆོས་གསུམ་ནི། མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་གསུང་རབ་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་བརྫོང་བྱེད་བསྐྱུས་ནས་བསྟན་པས་བརྫོང་བྱེད་མ་ཆང་བ་མེད་པ།  
སེམས་འདུལ་བའི་རིམ་པ་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་བསྟན་པས་ལག་ཏུ་སྤང་བ་དེ་  
ལ། ཤིང་རྩ་ཆེན་པོ་གཉིས་ཀྱི་ལྷགས་ལ་མཁས་པའི་སྤྲོ་མ་གཉིས་ཀྱི་གདམས་  
པས་བརྒྱན་པས་ལྷགས་གཞན་ལས་བྱང་པར་འཕགས་པ་གསུམ་ཡིན།

དེའི་དང་པོ་ནི། གསུང་རབ་དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པའི་ཆིག་བསྐྱུ་  
མི་རྒྱས་ཀྱང་དོན་ཀྱི་གནད་མཐའ་དག་མ་ཆང་བ་མེད་པར་འདིར་བསྐྱུས་  
ནས་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། གསུང་རབ་དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པའི་དོན་  
མཐའ་དག་སྦྱེས་བྱ་གསུམ་ཀྱི་ལམ་ཀྱི་རིམ་པར་བསྐྱུས། དེ་འདིར་ལམ་  
རིམ་ཉིང་དུ་ཞིག་གི་ནང་དུ་བསྐྱུས་ནས་བསྟན་པས་གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་  
ཀྱི་བརྫོང་བྱེད་འདིར་བསྐྱུས་ནས་བསྟན་པ་ཡིན། དེ་ཡང་རྗེ་བཙུན་ཙོང་ཁ་བ་  
ཆེན་པོས་སྤྲོ་མ་དབྱུ་མ་པར་སྤུལ་བའི་ཆབ་ཤོག་ཏུ། དཔལ་མར་མེ་མཛད་  
ཡེ་ཤེས་ཀྱི་གདམས་པ་བྱང་ཆུབ་ལམ་ཀྱི་རིམ་པའི་མན་ངག་འདི་གསུང་

རབ་དགོངས་འགྲེལ་གྱི་བསྟན་བཅོས་མན་ངག་མཐའ་དག་ལམ་གྱི་རིམ་  
 པ་གཅིག་ཏུ་བྲིལ་ནས་སྟོན་པར་སྤང་བས། འཆད་ཤེས་པ་དང་ཉན་ཤེས་པ་  
 གཉིས་ཀྱིས་བཤད་ཅིང་ཉམས་སུ་སྒྲངས་ན་མན་ངག་ཚུང་ཚུང་དུ་མ་བད།  
 གསུང་རབ་མཐའ་དག་གི་གྲུང་འགྲིག་ནས་འོང་བར་སྤང་བས་བྲིད་གྱི་རྣམ་  
 གངས་མང་པོ་སྟོན་པར་མ་བྱས། ཞེས་གསུངས། དེས་ན་གྲུབ་མཐའ་གཞན་  
 དུ་སྐྱབས་འགྲོ་སོགས་སྟོན་འགྲོའི་བྲིད་ཆེན་བཞི་དང་། དངོས་གཞི་སོགས་  
 བྲིད་གྱི་རྣམ་གངས་ཀྱི་ཐ་སྙད་སོ་སོ་ནས་ཡོད་ཀྱང་རང་རེ་བཀའ་གདམས་  
 གསར་རྟེན་གི་ལུགས་འདིར་བྲིད་གྱི་རྣམ་གངས་མང་པོ་མི་དགོས་པར་  
 ཐམས་ཅད་ལམ་རིམ་གྱི་ནང་དུ་བསྐྱས་ནས་བསྟན་པ་ཡིན། ལམ་སྟོན་ཤོག་  
 བུ་གསུམ་གྱི་ནང་དུ་གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བརྗོད་བྲ་བྲིལ་གྱིས་བྲིལ་  
 ནས་བསྟན་ཅིང་། འདི་ཉིད་བཤད་བྲ་ཅ་བའི་གཞུང་དུ་བྱས་པས་ལམ་རིམ་  
 གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་བསྐྱས་ནས་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །  
 དེའི་ཕྱིར་རྗེ་བཙུན་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས། གསུང་རབ་ཀྱན་གྱི་སྟོང་པོ་བསྐྱ་  
 བསྐྱ་བ། །ཚུ་ལ་འདི་ཐུན་རེ་སྟོན་དང་ཉན་པས་ཀྱང་། །དམ་ཆོས་འཆད་དང་  
 རྩོམ་པའི་པན་ཡོན་ཆོགས། །རྒྱབས་ཆེན་སྤྱད་པར་ངེས་པས་དེ་དོན་བསམ། །  
 ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། བྱང་ཚུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་རྩོམ་བསམ་འཆད་  
 ཉན་བྱས་ན་གསུང་རབ་དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པའི་དོན་མཐའ་དག་ལ་  
 རྩོམ་བསམ་སྟོབ་གཉིར་བྱེད་པར་འགྲོ་ཞིང་། ཤར་སྟོམ་ཆར་གཅིག་བྱས་  
 ཀྱང་གསུང་རབ་དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པའི་དོན་ཉམས་སུ་སྒྲངས་པར་

འགྲོའོ། །དེ་ཡང་བཀའ་གདམས་པའི་དགེ་བཤེས་སྟོན་ལུང་པ་ཆེན་པོས།  
ངས་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་འདི་བཤད་པའི་དུས་ན་འཛམ་བུ་སྤྱིང་འདི་ན་  
ཡོད་པའི་པོ་ཏི་དང་སྒྲེགས་བམ་ཐམས་ཅད་གྱི་ཉོག་པ་ལ། བན་ཀན་སེ་པོ་  
འདིས་ང་ཆོའི་སྤྱིང་ཐམས་ཅད་བཏོན་གྱི་འདུག་སྟམ་ནས་འདར་སྐྱར་རེ་ཡོད་  
པ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་རེད། དོན་ལའང་དེ་ལྟར་ཡིན་ཏེ། བྱང་ཆུབ་ལམ་  
རིམ་འདིའི་བཤད་ཉན་ལེགས་པར་སོང་ན་འཛམ་བུ་སྤྱིང་གི་པོ་ཏི་ཐམས་ཅད་  
གྱི་སྤྱིང་པོ་ཐམས་ཅད་བཤད་ཆར་བ་ཡིན།

དེས་ན་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ནི་ཚུར་གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་གྱི་  
དོན་འདུས་ཤིང་། བར་གསུང་རབ་སྒྲོ་བརྒྱ་འབྱེད་པའི་ལྗེ་མིག་ལྟ་བུ་ཡིན་  
པས་ཆོས་གྱི་འགག་སྒྲོམ་འདི་ལས་ཆེ་བ་མེད། དེའི་ཕྱིར་ཡང་ཁོང་གིས་  
ལམ་རིམ་གསུངས་པ་ན། ངས་ཆོས་གྱི་གཡག་པོ་ཆེ་བཤེས་པ་ཡིན་ཞེས་  
གསུངས་པ་ཡང་འདི་ལྟ་བུ་ལ་དགོངས་ནས་གསུངས། སྒྲོ་དམན་པ་ཆོས་  
ལམ་རིམ་གྱི་གཞུང་རྒྱས་པར་མི་ཤེས་ཀྱང་དམིགས་སྒྲོར་གྱི་རྒྱུ་ཡིན་པས་  
ཆང་ན་དམར་བྲིད་ལྟ་བུ་ཅུང་ཅུ་ཞིག་ལ་བཏྲེན་ནས་ཀྱང་ལམ་བཟོད་རྒྱས་  
ཤིང་། དམིགས་སྒྲོར་གང་ཡང་རུང་བ་གཅིག་མ་ཆང་ན་བཟོད་མི་རྒྱས་པ་ནི།  
དཔེར་ན་ཆ་བའི་སྒྲན་ག་བྱར་ཉར་ལྗེའི་སྒྲན་རེ་རེ་ནས་ཁྱར་པོ་ལོངས་པ་ཡོད་  
ཀྱང་དེ་ཀྱན་བ་མི་དགོས་པར་སྒྲན་སྒྲ་ཉི་ཤུ་ཙུ་ཆང་མ་འཛོམས་ན་སྒྲན་  
ཐུན་ཆུང་ཅུ་ཞིག་གིས་ཆ་བའི་ནད་སེལ་བ་དང་། སྒྲན་སྒྲ་གཅིག་མ་འཛོམས་  
ན་གཞན་རྣམས་མང་པོ་བློས་ཀྱང་ནད་སེལ་མི་རྒྱས་པ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་

གདམས་ངག་གི་རྒྱལ་པོ་འདི་ལྟ་བུ་དང་མངལ་བའི་སྐལ་བཟང་རྟེན་པའི་དུས་  
འདིར་ཆིག་རྩིས་བྱེད་དགོས།

བྱད་ཆོས་གཉིས་པ་ནི། རང་རེ་རྣམས་འཁོར་བ་འདིར་སྦྱག་བསྐྱེད་སྒྲ་  
ཆོག་ས་ཤིག་མྱོང་བ་དང་། ཡར་ཐར་པའི་བདེ་བ་ཐོབ་པ་སོགས་ཀྱི་བྱེད་  
པོ་སེམས་འདི་ཉིད་ཡིན་ལ། དེ་འདྲུལ་བ་ལ་ལམ་རིམ་འདི་ལས་སྦྱག་པ་མེད་  
ཅིང་། སེམས་འདྲུལ་ཐབས་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་གསུངས་པས་ཉམས་ལེན་  
དུ་བྱེད་བདེ་བས་ལག་དྲུ་སྒྲུང་བདེ་བ་ཡིན།

བྱད་ཆོས་གསུམ་པ་ནི། ལྷ་སྦྱབ་ཀྱི་ལྷགས་ལ་མཁས་པའི་སྒྲ་མ་རིག་  
པའི་ཁྱ་བྱག་དང་། ཐོགས་མེད་ཀྱི་ལྷགས་ལ་མཁས་པའི་སྒྲ་མ་གསེར་སྦྱིང་  
པ་གཉིས་ཀྱི་མན་ངག་གིས་བརྒྱན་ནས་བསྐྱེད་པས་ལྷགས་གཞན་ལས་བྱད་  
པར་དུ་འཕགས་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་ཡང་རྗེ་བཙུན་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས། འཇམ་  
སྦྱིང་མཁས་པ་ཡོངས་ཀྱི་གཙུག་གི་རྒྱན། །སྙན་པའི་བ་དན་འགྲོ་ན་ལྟང་དེ་བ།  
ལྷ་སྦྱབ་ཐོགས་མེད་གཉིས་ལས་རིམ་བཞིན་དུ། །ལེགས་བརྒྱད་བྱང་ཆུབ་  
ལམ་ཀྱི་རིམ་པ་ནི། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །དེ་ལྟར་བྱད་ཆོས་གསུམ་  
པོ་འདི་ལྟ་བུ་ནི་བསྐྱེད་བཅོས་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་ལའང་མེད་ཅིང་།  
རྒྱད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དཔལ་གསང་བ་འདྲུས་པ་ལའང་མེད་དེ། དེ་གཉིས་ལ་མདོ་  
སྒྲགས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་ཆ་ཆང་འདྲུས་པ་ཡང་མེད་ལ། སེམས་འདྲུལ་བའི་རིམ་  
པ་གཙོ་བོར་བྱས་པའང་མེད་དོ། །དེ་ལྟར་ཆེ་བ་བཞི་དང་བྱད་ཆོས་ཆེན་པོ་  
གསུམ་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་བྱད་པར་དུ་འཕགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ལམ་ཀྱི་རིམ་པ་འདི་



ལྟ་བུ་ལ་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་བྱེད་དུ་ཡོད་པའི་སྐལ་བཟང་འདི་ལྟ་བུའི་  
སྐབས་གདམས་ངག་ལྟར་སྒྲུབ་རེ་དང་། ཐུགས་རེ་བ་ཅམ་རེས་ཆོམ་ནས་མི་  
སྟོད་པར་ལམ་འདིར་བཙོན་པ་ཆེན་པོས་འཇུག་པ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བ་འདུག་  
གོ།

དེས་ས་བཅད་གཉིས་པ་ཆོས་ཀྱི་ཆེ་བ་སོང་ནས། ས་བཅད་གསུམ་པ།

ཆེ་བ་གཉིས་ལྟན་གྱི་ཆོས་ལ་ཉན་བཤད་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་ནི།

དེ་ཡང་ས་བཅད་འདི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་སྟེ། དྲགས་པོ་སྒྲོམ་ཆེན་ངག་དབང་  
གྲགས་པས། བཤད་ཉན་ལམ་དུ་གཏོང་བའི་གནད་འདི་ནི། །སྟོན་འགྲོའི་  
གདམས་པ་མཆོག་ཡིན་གཅེས་པར་བྱུངས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། འོག་  
གི་འཆད་ཉན་མཐའ་དག་རྒྱད་ཐོག་ཏུ་འགོལ་བའི་ལམ་དུ་འགྲོ་མི་འགྲོ་འདི་ལ་  
རག་ལས་ཤིང་དེ་ཡང་ཆོས་གཅིག་ནས་འབྱུགས་ན་བཙོ་ལྡེའི་བར་འབྱུག་པ་  
བཞིན། འདི་ནས་འབྱུགས་ན་འཆད་ཉན་བསམ་སྒྲོམ་ཆོང་མ་གནད་དུ་འགྲོ་  
བར་དགའ་བ་ཡིན། དེས་ན་འདི་ལ་གསུམ།

ཆོས་ཉན་པའི་ཚུལ།

བཤད་པའི་ཚུལ། མཇུག་ཏུ་བྱན་མོང་དུ་ཇི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་ལ་གསུམ། ཆོས་ཐོས་པའི་པན་ཡོན་བསམ་བ། ཆོས་དང་ཆོས་  
སྒྲ་བ་ལ་རིམ་གྱོ་བསྐྱེད་བ། ཉན་ཚུལ་དངོས་སོ། །དེའི་དང་པོ་ཐོས་པའི་པན་  
ཡོན་ནི། དེ་ཡང་ཐོག་མར་ཐོས་པ་བྱེད་འདོད་ཆེན་པོ་སྐྱེ་བ་ལ་ཐོས་པའི་  
པན་ཡོན་བསམ་བ་ཤིན་ཏུ་གཤམ་ཆེ། པན་ཡོན་ལེགས་པར་བསམ་ན་ཐོས་  
པ་ལ་ཤིན་ཏུ་སྒྲོ་བྱུགས་སྐྱེ་བས་པན་ཡོན་བསམ་དགོས། དེ་ཡང་ཐོས་པའི་  
ཆོས་ལས། ཐོས་པས་ཆོས་རྣམས་ཤེས་པར་འགྱུར། །ཐོས་པས་སྒྲིག་ལས་  
སྒྲིག་པར་བྱེད། །ཐོས་པས་དོན་མ་ཡིན་པ་སྟོང་། །ཐོས་པས་བྱ་ངན་འདས་  
པ་འཐོབ། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཐོས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྟང་དོར་གྱི་གནད་  
ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་དང་། འདུལ་བའི་སྡེ་སྟོང་གྱི་དོན་ཤེས་ནས་ལྷག་པ་ཚུལ་  
ཁྲིམས་གྱི་བསྐྱབ་པས་སྒྲིག་པ་ལས་སྒྲིག་པར་བྱེད། མདོ་སྡེའི་སྡེ་སྟོང་གྱི་དོན་  
ཤེས་ནས་ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་བསྐྱབ་པས་རྣམ་གཤམ་སོགས་དོན་མ་ཡིན་པ་  
རྣམས་སྟོང་། མདོན་པའི་སྡེ་སྟོང་གྱི་དོན་ཤེས་ནས་ཤེས་རབ་གྱི་བསྐྱབ་པས་  
ཉོན་མོངས་པ་སྤངས་ཏེ་བྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ཐོབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན། གཞན་  
ཡང་སྐྱེས་རབས་ལས། ཐོས་པ་གཏི་ཐུག་ཐུན་སེལ་སྒྲོན་མེ་ཡིན། །རྒྱན་  
པོ་ལ་སོགས་མི་འབྲེར་ནོར་གྱི་མཆོག་ །རྒྱན་ཏུ་མོངས་པའི་དགྲ་འཛོམས་  
མཆོན་ཆ་ཡིན། །ཐབས་ཚུལ་མན་ངག་སྟོན་པས་གྲོགས་གྱི་མཆོག་ །ཕོངས་  
པར་གྱུར་ཀྱང་མི་འགྱུར་མཛུ་འཁོ་ཡིན། །གཞོན་པ་མེད་པ་བྱ་ངན་ནད་གྱི་  
སྒྲན། །ཉེས་པ་ཆེན་པོའི་དབྱང་འཛོམས་དབྱང་གི་མཆོག་ །བྲགས་དང་  
དཔལ་དང་གཏེར་གྱི་མཆོག་ཀྱང་ཡིན། །ཡ་རབས་རྣམས་དང་སྤང་ན་སྐྱེས་

ཀྱི་མཆོག་། །ཆོག་པ་ཀྱི་ནང་ན་མཁས་པ་མགྱ་བར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་  
པ་ལྟར། རྩོས་པ་ནི་གཏི་ཐུག་གི་ཐུན་པ་སེལ་བའི་སྟོན་མེ་དང་འབྲ་བ་ཡིན་  
ཏེ། བདག་གི་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེས། ཡི་གེ་ཀ་ལྟ་བུ་གཅིག་ཙམ་ཤེས་པས་ཀྱང་  
ཀ་མི་ཤེས་པའི་ཐུན་པ་སངས་ནས་དེ་ཤེས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྒྲ་བ་གཅིག་  
སྟེས་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་ཀ་མད་སུམ་ཅུ་ཤེས་དུས་ཐུན་པ་སུམ་ཅུ་སངས་  
ནས་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྒྲ་བ་སུམ་ཅུ་སྟེས་པ་ཡིན་པར་གསུངས་ཀྱིན་ཡོད། རང་  
རེས་རྩོས་པ་མ་བྱས་ན་གཞན་པར་བཞག་ཀ་བོང་བུའི་མགོ་ཙམ་ཡོད་ཀྱང་ངོ་  
མི་ཤེས་པར་མགོ་རིལ་རིལ་བྱས་ནས་ལུས་སྒྱུ་དེ་རེད། རང་གི་སྟུན་བྲིམ་ན་  
ཡོད་པ་གང་ཡང་མི་ཤེས་པ་དེ་ལ་སོམས་དང་ཤེས་ཡོང་། དེ་བཞིན་དུ་རྩོས་  
པ་རི་ཙམ་བྱས་པ་ཙམ་གྱི་མ་རིག་པའི་ཐུན་པ་རི་སངས་དང་། ཤེས་རབ་  
ཀྱི་སྒྲ་བ་སྒྱུ་རི་ཆེར་འགྲོ། དེ་ཡང་ཆོམས་ལས། རི་ལྟར་བྲིམ་ནི་ལེགས་  
གཡོགས་པ། །ཐུན་པས་ཁེབས་པའི་ནང་ཞུགས་ན། །གཟུགས་རྣམས་ཡོད་  
པར་གྱུར་ཀྱང་ནི། །མིག་ལྟར་བཞིན་དུ་མི་མཐོང་བ། །དེ་བཞིན་འདི་ན་རིགས་  
སྟེས་པའི། །མི་ནི་སྟོ་གྲོས་ལྟར་གྱུར་ཀྱང་། །སྒྲིག་པ་དང་ནི་དགོ་བའི་ཆོས།  
།མ་རྩོས་བར་དུ་ཤེས་མི་འགྱུར། །མིག་ལྟར་མར་མེ་ཡོད་པ་ཡིས། །གཟུགས་  
རྣམས་མཐོང་བ་རི་ལྟ་བར། །དེ་བཞིན་དགོ་དང་སྒྲིག་པའི་ཆོས། །རྩོས་པས་  
རྣམ་པར་ཤེས་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། །ཁང་པ་ཐུན་ནག་ཅིག་  
གི་ནང་དུ་ཉེར་མཁོའི་ཅ་ལག་མང་པོ་ཡོད་པར་མིག་བབྱད་ནས་བལྟས་ཀྱང་  
ཅི་ཡང་མི་མཐོང་བ་བཞིན། ཤེས་རབ་ཀྱི་མིག་དང་ལྟར་ཡང་རྩོས་པའི་སྟོན་

མེ་མེད་ན་སྤང་དོར་གྱི་གནད་གང་ཡང་མི་ཤེས་ལ། ལུན་པ་དེའི་ནང་དུ་མར་  
 མེ་སྤར་ན་རང་གི་མིག་ཡོད་པ་དེས་ཅ་ལག་གང་ཡོད་གསལ་ཉིང་དེ་མཐོང་  
 བ་ལྟར་ཐོས་པའི་སྒྲོན་མེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཤེས་རབ་ཀྱི་མིག་གིས་ཆོས་ཐམས་  
 ཅད་ཤེས་པར་འགྱུར་བ་དེ་ཡིན། བྱང་ས་ལས། འབྲལ་འབྲལ་དུ་ཤེས་རབ་  
 རི་ཆེར་སྐྱེད་པས་མིག་གི་འདུ་ཤེས་དང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་མིག་གིས་པ་དེས་རི་  
 ལྟ་བ་དང་རི་སྐྱེད་པ་རྣམས་མཐོང་བར་འགྱུར་བས་སྤང་བའི་འདུ་ཤེས་དང་།  
 འཇིག་རྟེན་ན་འབྱུང་བ་དགོན་པའི་རིན་པོ་ཆེའི་འདུ་ཤེས་དང་། མཐར་བྱང་  
 རྒྱུ་ཆེན་པོའི་འབྲས་བུ་སྟེར་བས་པན་ཡོན་ཆེ་བའི་འདུ་ཤེས་དང་། ད་ལྟ་  
 རྣམ་ཞི་གནས་དང་ལྟག་མཐོང་གི་བདེ་བ་ཐོབ་པར་བྱེད་པས་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་  
 མེད་པའི་འདུ་ཤེས་དང་ལྡན་མཉན་དགོས་ཚུ་ལ་དང་པན་ཡོན་སོགས་རྒྱས་  
 བར་གསུངས།

ཐོས་པ་ནི་རྒྱན་པོ་ལ་སོགས་པས་བྲེར་མི་རྒྱས་པས་ནོར་གྱི་མཆོག་  
 གྱུང་ཡིན་ཏེ། འཇིག་རྟེན་གྱི་ནོར་རྣམས་ལ་ནི་རྒྱན་མས་བྲེར་བ་དང་། དབྲས་  
 འཕྲོག་པ་སོགས་ཡོད་ཀྱང་ཐོས་པ་སོགས་འཕགས་པའི་ནོར་བདུན་དང་།  
 མཁས་བརྩན་བཟང་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་ནི་རྒྱ་ལ་ཤོར་བ་སོགས་མི་སྲིད། གྱུ་  
 རེའི་ཚུ་ལ་དུ་ས་ཡུལ་ལྟ་བུར་འགོ་ན་ཡང་ནོར་གཞན་ཁྱོག་མི་ཁྱོག་གི་དཀའ་  
 ངལ་ཆེ་ཡང་འདི་དག་ལ་དེ་འདྲ་མི་དགོས། ཞི་ནའང་བྲེར་རྒྱ་ཡོད་པ་འདི་  
 རྣམས་རེད། དེས་ན་བྲིད་ཅག་གྲ་རྒྱུང་རྣམས་ནས་མདོང་མོ་རག་ཤིང་མ་དང་།  
 ཟངས་ལྡིག་སོགས་ལ་དྲང་འདོད་མི་བྲིད་པར་འཕགས་པའི་ནོར་བདུན་འདི་

དག་ལ་དྲང་འདོད་བྱེད་པ་གལ་ཆེ་གསུངས། མྱོངས་པའི་དག་པོ་འཛོམས་  
པའི་མཆོན་ཆ་དང་ཡང་འབྲ་ཞིང་། ཐོས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་  
དག་ཐམས་ཅད་ཅད་ནས་འབྱེན་རྒྱ་ཡོད། རང་ལ་བསྐྱབ་བྱ་མ་ནོར་བ་བྱེད་  
མཁན་གྱི་གྲོགས་གྱི་མཆོག་ཀྱང་ཐོས་པ་ཡིན་ཏེ། བྱ་བ་ཞིག་ལ་འཇུག་རན་  
པ་ན་བྱ་རུང་མི་རུང་དང་། རུང་བ་བྱེད་ལུགས། མི་རུང་བ་འགོག་ལུགས།  
ཕན་ཡོན་དང་ཉེས་དམིགས་སོགས་སྒྲར་ཐོས་པ་བྱས་པ་དེས་རང་ལ་བསྐྱབ་  
འོང་། ལྷ་སྒྲ་མ་ཡེ་ཤེས་འོད་བཙོན་ཁང་དུ་བཞུགས་དུས་སྟོ་སྟོབས་ཆེ་བ་དེ་  
འབྲ་ཡོང་བ་ཡང་ཐོས་པའི་གྲོགས་གྱི་གྲོས་བཏབ་པ་ཡིན་ཞེས་བདག་གི་སྒྲ་  
མ་རིན་པོ་ཆེས་གསུངས་ཞེས་གསུངས། ཐོངས་ཀྱང་འགྱུར་བ་མེད་པའི་  
མཛའ་བཤེས་ཡིན་ཏེ། འཇིག་རྟེན་འདིའི་མཛའ་བཤེས་རྣམས་ནི་རང་ཕུན་  
སུམ་ཆོགས་པའི་ཆེ་མཐུན་མདོག་བྱེད་ལ། རང་ཉམ་ཐག་པའི་སྐབས་ངོ་ཡང་  
མི་ཤེས་མདོག་བྱེད་ཀྱང་། ཐོས་པས་ནི་སྒྲུག་བསྐྱལ་གྱིས་མནར་བ་དང་། ན་  
བ་དང་། འཆི་བ་སོགས་ཉམ་ཐག་པའི་སྐབས་སྒྲུག་པར་ཕན་འདོགས་པའི་  
མཛའ་བཤེས་གྱི་མཆོག་ཡིན།

སྒྲར་ཆེ་སྤྱིང་ཡོངས་འཇིན་རིན་པོ་ཆེ་བྱ་བལ་འཁོས་མེད་གྱི་རྣམ་པས་  
ཕེབས་སྐབས་ལམ་ཞིག་ཏུ། ཞང་པོ་ཞིག་ཆོང་ལ་འགྲོ་བ་དང་ཕྱད་པར་ཕར་  
གསུང་མོལ་མཛད་ཀྱང་ངོ་མི་ཤེས་པའི་ཚུལ་བཤད། རྗེས་སུ་རྒྱལ་བའི་  
ཡོངས་འཇིན་མཛད་སྒྲུབ་སོད་རྒྱས་དུས་སྒྲུབ་མདུན་དུ་འོངས་ནས་ཞང་པོ་  
ཡིན་སྐད་ཁྱེས་པ་རེད། དེ་བཞིན་དུ་སྟོན་མི་ཞིག་དང་པོ་དབུལ་པོའི་སྐབས་

ཉེ་འབྲེལ་ཡིན་ཟེར་མཁན་སོགས་མེད་པ་ལ། ཁོས་ཆོང་བྱས་ནས་དདུལ་  
 ལྷན་བྱ་བ་སོགས་པ་ན། འགའ་ཞིག་གིས་ཨ་ཞང་ཡིན་ཟེར་བ་སོགས་ཉེ་  
 འབྲེལ་མང་དུ་བྱུང་བས། དེ་རྣམས་གྲུང་ཆོགས་ལ་བོས། དདུལ་རྣམས་གྲུང་  
 འགོར་བཞག་སྟེ་དེ་ལ་ཕྱག་འཆོལ་བཞིན་དུ། ཨ་ཞང་མེད་པའི་ཨ་ཞང་བྱུང་།  
 འདྲི་དྲི་མཛའ་བཞེས་ལ་སྒྲོ་གཏད་མི་བྱུང་བ་དེ་ལྟ་བུ་རེད། རང་རེས་མཛའ་  
 བཞེས་ཤིག་འཆོལ་ན་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་ལ་བཅོལ་བ་ལེགས། སྐད་  
 ཆོང་ལམ་རིམ་དུ་རྩ་བུ་བྱུང་བྱེད་ལ་སོགས་གསུངས་ཀྱང་། བདག་གི་སྒྲ་མ་རིན་  
 པོ་ཆེས་གོང་ལྟར་གསུང་གིན་ཡོད་པས་སྒྲ་མའི་གསུང་ལ་བཅོས་སྒྲུང་མེད་  
 པར་ཁྱས་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་ཐོས་པ་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་ནད་ཀྱི་སྒྲན་དང་།  
 མི་དགོ་བའི་དདུང་འཛོམས་པའི་དདུང་གོགས། ལྷན་གྲགས་དང་། དཔལ་  
 དང་། གཏེར་གྱི་མཆོག་ཀྱང་འདི་ཡིན། དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་བྱུང་དུ་ལེགས་སྦྱེས་  
 དང་། ཆོགས་ཀྱི་ནང་དུ་མཁས་པ་མགྱ་བར་བསྐྱེད་པའི་མཆོག་ཀྱང་འདི་  
 ཡིན། གཞན་ཡང་སྦྱེས་རབས་ལས། གང་ཞིག་ཐོས་པས་ཡིད་ནི་དད་ཀྱང་  
 རས། །ལེགས་པར་དགའ་ལ་བརྟན་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །ཤེས་རབ་སྦྱེ་ཞིང་  
 གཏི་ལྷག་མེད་པར་འགྱུར། །རང་གི་ཤས་ཀྱང་དེ་ནི་ཉོ་བའི་རིགས། །ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར་དེ་ལྟ་བུ་ཐོས་པས། དགོན་མཆོག་གི་ཡོན་ཏན་ལ་ཡིད་དད་  
 པས་སངས་རྒྱས་མཆོད་པ་སོགས་ལ་བརྩོན་ཅིང་། ལས་རེས་པ་སོགས་  
 ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱིས་སྒྲུང་དོར་བྱེད་པ་ལ་དགའ་ཞིང་། བདེན་བཞིའི་སྒྲོན་ཡོན་



རིག་ནས་མངོན་འདོད་བསྐྱབ་པ་ལ་བརྟན་པར་འགྱུར་བ་སོགས་པན་ཡོན་  
མཐའ་ཡས་པས། རྩོས་པ་འདི་ནི་རང་གི་ཤུན་པ་ཅད་དེ་ཉི་དགོས་ནའང་ཉི་  
བར་རིགས་སོ། །ཞེས་གསུངས་ན་ཤུན་པ་ཅད་མི་དགོས་པར་སྟོད་བདེར་  
རྩོས་པ་བྱེད་ཆོག་པའི་སྐབས་འདིར་རྩུར་ཐག་བྱེད་དགོས། ཆོགས་བཅད་  
འདི་ནི་རྒྱལ་སྐས་ལྷ་བས་ཆོག་རྒྱུ་རེ་ལ་གསེར་སྤང་སྟོང་ཐག་རེ་ཕུལ་ནས་  
ཞུས་པ་དེ་རེད།

དེ་ཡང་རྩོས་པ་གང་རྒྱ་ཆེ་བ་ཅམ་གྱིས་བསམ་པའི་རྣམ་གྲངས་མང་།  
བསམ་པའི་རྣམ་གྲངས་རི་ཅམ་མང་བ་ཅམ་གྱིས་སྟོམ་པའི་ཉམས་སྲོང་སྟེ་  
སྦྱར་བས། ཤེས་རབ་ཆེ་བ་དང་། ལོ་ན་གཞོན་པ་དག་གིས་བྲ་ས་ཆེན་པོར་  
བཞུགས་ནས་གཞུང་པོ་ཉི་ལྔ་ལ་སྟོབ་གཉེར་བྱེད་དགོས། སྟོབ་གཉེར་བྲས་  
པ་དང་མ་བྲས་པ་གཉིས་དགོན་མཆོག་གསུམ་ངོ་ཤེས་ལུགས་ཅམ་ལ་ཡང་  
བྱེད་པར་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡོད། དག་ཀྱན་དཔེ་ཆ་མི་བཟླ་མཁན་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་  
དག་ཕྱག་རང་དང་ཆ་བསྐྱེགས་མི་དགོས་པར་སྟོབ་གཉེར་བྱེད་བཟུག་ན་རང་  
ལ་སྟེ་བ་བྱི་མར་དེའི་ཆོད་ཀྱི་ཤེས་རབ་སྟེ་བ་འོང་། ཡང་ལོ་ཀྱན་པ་དང་དབང་  
པོ་རྩལ་པོ་སོགས་ཀྱིས་གཞུང་ཆེན་མོ་ལ་སྟོབ་གཉེར་བྲ་དགོས་བྲས་ཀྱང་སྟོ་  
འདོགས་མ་ཆོད་པའི་ངང་ནས་འཆི་བ་ལ་ཐུག་པས། དེ་འདྲའི་རིགས་ཀྱིས་  
རྩོས་པ་རྒྱ་ཆེ་བར་མ་རྩུས་ན་ཡང་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལྟ་བུ་ལ་རྩོས་  
བསམ་བྲས་ནས་ལམ་ཡོངས་རྫོགས་ལ་གོ་བ་ཆགས་པ་བྱེད། བཤ་ཆེན་  
ཆོས་རྒྱན་གྱི་མཆོན་ལམ་དུ་རྩི་ཅོང་ཁ་པས། རང་དང་གཞན་ལ་པན་པའི་

ཕྱིར། །ཐོས་པས་ངོམས་པར་མི་བྱ་སྟེ། །ས་གསུམ་བརྟེན་པའི་སེམས་དཔའ་  
ཡང་། །ཐོས་པས་ངོམས་པ་མེད་ལ་སྟོས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བྱ་དགོས་  
པ་ཡིན། གློ་ཅི་ལྟར་དམན་ཀྱང་ལམ་རིམ་དམར་བྲིད་ལྟ་བུ་ལ་ཐོས་པ་བྱེད་  
མི་ཤེས་པ་དང་། བྱེད་ཡོང་མེད་པ་ག་ལ་ཡོང་། དེད་ཆོ་དཔེ་ཆ་བ་མིན་ཞེས་  
ཆོས་ཀྱི་སྐལ་བ་བཅད་ནས་སྒྲོད་ག་ལ་དགོས། ཏྲ་སྒྲང་། ལུག་སོགས་ལ་རང་  
རང་གི་སྟོབས་དང་བསྟུན་པའི་ཁལ་འགོལ་རྒྱ་ཡོད་པ་ལྟར་ཐོས་པ་ཡང་རང་  
གི་སྟོ་དང་བསྟུན་ནས་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་རྒྱས་བསྟུས་ཅི་ལྟར་  
ཡང་འགོ་བཤེས་གཉིན་བསྟེན་ཚུལ་ནས་མཇུག་མི་སྟོབ་པའི་བྱང་འཇུག་གི་  
བར་གྱི་དམིགས་སྒྲོར་གྱི་རྟེན་གྲངས་ཆ་ཆང་བ་ཞིག་ངེས་པར་དགོས། དེ་  
མ་ཆང་ན་དམིགས་སྒྲོར་འགའ་ཞིག་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པ་ཤེས་ཀྱང་། དམིགས་  
སྒྲོར་མ་ཆང་བའི་རྟེན་གྲངས་སྟོངས་ན་དཔེར་ན་ཤག་ཆས་ལྟ་བུར། གདན་  
བརྒྱ་ཅམ་ཡོད་ཀྱང་གོས་གཅིག་ཀྱང་མེད་པ་ལྟ་བུ། གོས་བརྒྱ་ཅམ་ཡོད་ཀྱང་  
གདན་གཅིག་ཀྱང་མེད་པ་ལྟ་བུར་འགྱུར། ཆ་ཆང་ན་ཐོས་པ་རྒྱ་ཆེ་ཚུང་ཅི་  
ལྟར་ཡང་ལམ་བཟོད་རུས་པ་ནི། དཔེར་ན་སྒྲེ་དཔོན་ཆེ་ཁག་གི་ཤག་ཆས་  
དང་། བྲ་རྒྱུད་གི་ཤག་ཆས་ལྟར་རང་ལ་ཐབས་མི་ཆག་པ་བཞིན་ནོ།

གཉིས་པ་ཆོས་དང་ཆོས་སྐྱབ་པ་ལ་རིམ་གྲོ་ཅི་ལྟར་བསྐྱེད་པ་ནི། སའི་  
སྟོང་པོའི་མདོ་ལས། གཅིག་ཏུ་དད་ཅིང་གུས་པས་ཆོས་མཉན་གྱི། །དེ་ལ་  
འཕྱ་ཞིང་སྐྱར་བར་མི་བྱ་འོ། །ཆོས་སྐྱབ་པ་མཆོད་པ་བྱ་བ་ནི། །སངས་རྒྱས་  
འདྲ་བར་དེ་ལ་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་

ལ་གྲུས་པ་དང་རིམ་གྱི་རི་ལྟར་བསྐྱེད་པ་དང་འདྲ་བར་ཆོས་སྒྲ་བ་ལ་བཀྱར་  
སྟེ་དང་གྲུས་པ་བྱེད་དགོས། བྱང་ས་ལས། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་མེད་པ་  
དང་གནས་ལྡེ་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པར་ཉོན་དགོས་པར་གསུངས་པས། དེ་ལ་  
ཁེངས་པ་དང་བྲལ་བ་ནི། ༡དུས་སྟེ་ཉོན་པ་དང་། ༢བཀྱར་སྟེ་བྱེད་པ་དང་།  
༣སྟེ་ཁྱེ་བྱེད་པ་དང་། ༤མི་ཁྱོ་བ་དང་། ༥རྗེས་སྟེ་སྒྲུབ་པ་དང་། ༦སྒྲུབ་ཀ་མི་  
ཆོལ་བ་དང་དུག་གིས་ཉོན་པར་གསུངས། དེའི་དང་པོ་དུས་སྟེ་ཉོན་པ་ནི། ལྷ་  
མ་ཐུགས་བདེ་ཞིང་ཐུགས་བྲེལ་མེད་པ་སོགས་དང་བསྐྱེད་ནས་ཁྱེ་དགོས་  
པ་ལས་རང་ལ་སྐྱབས་གང་འགྲིགས་ཀྱིས་ཉམ་པ་དང་རང་ཤེད་བྱེད་མི་ཉོན།  
སྟོན་དགོ་བ་ཤེས་པོ་ཉོ་བ་དབུས་སྟོན་ཀ་ཁང་དགོན་དུ་གསུངས་རབ་མང་  
པོ་བསྐྱེགས་པས་དབུ་ཉོགས་ནས་བཞུགས་པའི་སྐྱབས་མི་ཞིག་གིས་ཆོས་  
ཁྱེས་པས། དགོ་བ་ཤེས་པ་ཐུགས་རྒྱལ་བ་ཞེངས་ཚུལ་གྱིས་ཡར་བཞེངས་  
ནས་དེད་པས་བྱོས་འགྲོ་དགོས་བྱུང་བ་ཡིན་པས་དུས་ལ་མཁས་པ་དགོས།  
བཀྱར་སྟེ་བྱེད་པ་ནི་ཐུག་དང་། ལྡང་བ་སོགས་དང་། སྟེ་ཁྱེ་ཐུག་དང་  
ཞབས་བསིལ་བ་སོགས་དང་། མི་ཁྱོ་བ་ནི་ལྷ་མའི་བྱ་བ་སྒྲུབ་པ་ལ་མི་ཁྱོ་བ།  
རྗེས་སྟེ་སྒྲུབ་པ་ནི་ལྷ་མའི་བཀའ་བཞིན་སྒྲུབ་པ། སྒྲུབ་ཀ་མི་ཆོལ་བ་ནི་ཡུས་  
མི་བྱེད་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་ཆོས་དང་ཆོས་སྒྲ་བ་ལ་བྱེད་གསོད་མི་བྱེད་  
པས་བྱེད་གསོད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་དང་བྲལ་བ་ཡིན། གནས་ལྡེ་ཡིད་ལ་མི་  
བྱེད་པ་ནི། ཚུལ་བྲིམས་ཉམས་པ་དང་། རིགས་དམའ་བ་དང་། ཆ་བྱད་ངན་  
པ་དང་། ཆོག་འབྲུ་ངན་པ་སྟེ་ཆོག་གསུང་ཐུགས་ངན་པ་དང་། ཆོག་མི་སྟོན་

པར་སྐྱབ་བ་སྟེ་ལྟ་ལ་སྐྱོན་དུ་བསྟུས་ཏེ་འདོར་བར་མི་བྱེད་པ་དགོས།

གསུམ་པ་ཉན་ཚུལ་དངོས་ལ་གཉིས། འགལ་རྒྱུན་སྟོང་གི་སྐྱོན་གསུམ་  
 སྟོང་བ་དང་། མཐུན་རྒྱུན་འདུ་ཤེས་དུག་བསྟེན་པའོ། །དང་པོ་སྟོང་གི་སྐྱོན་  
 གསུམ་ནི། སྟོང་ཁ་སྐབ་པ་ལྟ་བུའི་སྐྱོན། སྟོང་ངི་མ་ཅན་ལྟ་བུའི་སྐྱོན། སྟོང་  
 ཞབས་རྒྱུ་ལ་བ་ལྟ་བུའི་སྐྱོན་གསུམ་ཡིན། དང་པོ་ནི། སྟོང་ཁ་སྐབ་ན་བཅུད་  
 བཟང་པོ་རི་ཅམ་སྒྲགས་ཀྱང་དེའི་ནང་དུ་མི་འགོ་བ་ལྟར་ལུས་ཆོས་གྲལ་  
 དུ་བསྐྱད་ཀྱང་ན་བ་ལེགས་པར་མི་གཏོད་པར་སེམས་ཡེངས་ནས་བསྐྱད་  
 ན་གང་གསུངས་པ་ཡང་མི་ཤེས་པར་ཆོས་གྲལ་དུ་མ་བསྐྱད་པ་དང་འབྲེལ་  
 ཡོད། དེས་ན་རི་དྲགས་སྐྱེལ་ཆགས་པ་བཞིན་དུ་བསམ་པ་ཐམས་ཅད་གྱི་  
 ཉན་དགོས། བསམ་པ་ཐམས་ཅད་ཅེས་པ་ནི་བསམ་པ་བྱེད་གིས་ཆོས་ཉན།  
 བྱེད་གཞན་དུ་ཡེངས་པ་ལྟ་བུ་མི་བྱ་བར་ཐམས་ཅད་ཉིལ་གྱིས་སྦྱིམ་དགོས་  
 པའི་དོན་ཡིན། རི་དྲགས་སྐྱེལ་ཆགས་ནས་ཉན་སྐབས་ཟུར་ནས་རྩོན་པས་  
 མདའ་འཕངས་ཀྱང་མི་ཤེས་པ་ལྟར་དགོས་པ་ཡིན། གཉིས་པ་ནི། སྟོང་ཁ་  
 སྐབ་པ་མ་ཡིན་ཀྱང་དེའི་ནང་དུ་མི་གཙང་བ་དང་དུག་སོགས་ཡོད་ན་བཅུད་  
 བཟང་པོ་སྒྲགས་ཀྱང་ཡོངས་སྟོང་མི་རུང་བ་ལྟར་ན་བ་ལེགས་པར་གཏད་  
 ཀྱང་ཀུན་སྟོང་འགའ་ཞིག་གིས་ཐོས་རྒྱ་ཆེན་པོ་བྱེད་སྟུང་བ་དང་། འགའ་  
 ཞིག་གིས་གཞན་ལ་བཤད་སྟུང་བ་སོགས་གྱིས་ཉན་པ་ཡོད་ཀྱང་། དེ་རྣམས་  
 བར་བཞག་ནས་རང་ཉིད་གཅིག་ལུ་ཞི་བདེ་དོན་གཉེར་གྱི་ཀུན་སྟོང་ལྟ་བུས་  
 ཉན་ཀྱང་འདིར་སྟོང་ངི་མ་ཅན་གྱི་སྐྱོན་དུ་གསུངས་པས། དེས་ན་བྱང་ཆུབ་

ཀྱི་སེམས་མ་མཐའ་བཅས་མ་ཚུན་ཆད་ཀྱིས་ཀྱན་ནས་བསྐྱང་སྟེ་ཉན་དགོས།  
གསུམ་པ་ནི། སྟོད་ཁ་སྐྱབ་པ་དང་ངི་མ་ཅན་སོགས་མ་ཡིན་ཀྱང་མཐིལ་རྟོལ་  
ན་བཅུད་ངི་ཅམ་སྐྱགས་ཀྱང་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་སྟོད་པ་ལྟར། ན་བ་ལེགས་པར་  
གཏད་ཅིང་། ཀྱན་སྟོང་ལ་སྟོན་ཆགས་པ་མ་ཡིན་ཀྱང་དན་པས་མ་བཟུང་བར་  
དེ་མ་ཐག་བརྗེད་དུ་བཅུག་པ་ཡིན། རང་རེས་མི་བརྗེད་པར་བྱེད་པ་ཤིན་ཏུ་  
དགའ་ཡང་ས་བཅད་དང་དཔེ་ཆ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཅ་བ་བྱས་ནས་འདིའི་ཐད་དུ་འདི་  
འདྲ་གསུངས་སྟུང་དུ་ཡང་ཡང་ཡིད་བཞུག་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན། ལྟག་པར་  
ཆོས་ཐུན་གྲོལ་ནས་ཆོས་གྲོགས་པན་ཚུན་གྲོས་བསྐྱར་གྱིས་ཆོག་བཞུག་  
བྱེད་པ་གནད་ཆེ། དེ་ལྟར་སྟོད་ཀྱི་སྟོན་གསུམ་སྟོང་པ་ནི།

བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་མདོ་ལས་ཀྱང་ལེགས་པར་རབ་ཏུ་ཉོན་ལ་ཡིད་  
ལ་བྱངས་ཤིག་ཅེས་ནན་ཏན་དུ་གསུངས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ལེགས་པར་ཉན་  
པ་ནི་སྟོད་ངི་མ་ཅན་གྱི་སྟོན་སྟོང་པ་དང་། རབ་ཏུ་ཉོན་པས་ནི་སྟོད་ཁ་སྐྱབ་  
པའི་སྟོན་སྟོང་པ་དང་། ཡིད་ལ་བྱངས་ཤིག་ཅེས་པས་སྟོད་ཞབས་རྟོལ་བ་ལྟ་  
བུའི་སྟོན་སྐྱངས་ཏེ་ཉན་དགོས་གསུངས།

གཉིས་པ་མཐུན་སྟེན་འདུ་ཤེས་བྱུག་བསྟེན་པ་ནི། རང་ལ་ནད་པ་ལྟ་  
བུའི་འདུ་ཤེས། དམ་པའི་ཆོས་ལ་སྦྱན་གྱི་འདུ་ཤེས། དག་བའི་བཤེས་གཉན་  
ལ་སྦྱན་པ་མཁས་པ་ལྟ་བུའི་འདུ་ཤེས། ནན་ཏན་ཉམས་སྲུ་སྐྱང་བ་ལ་ནད་འཆོ་  
བའི་འདུ་ཤེས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་སྦྱེས་བྱ་དམ་པའི་འདུ་ཤེས། ཆོས་  
ཀྱི་ཚུལ་ལ་རིང་དུ་གནས་པའི་འདུ་ཤེས་དང་བྱུག་གོ། །དེའི་དང་པོ་རང་ལ་ནད་

བ་ལྟ་བུའི་འདུ་ཤེས་འདི་ཤིན་ཏུ་གཤམ་ཆེ་སྟེ། འདི་ཡོད་ན་འདུ་ཤེས་གཞན་  
 རྣམས་ཤུགས་ཀྱིས་ཡོང་། དེ་ཡང་རང་ནད་པ་མིན་པ་ལ་ནད་པ་ཡིན་པར་  
 སྒྲོམ་ན་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་འགྲོ་སྟེ་རང་ཉོན་མོངས་པའི་ནད་ཆབས་ཆེན་གྱིས་  
 བཏབ་པའི་ནད་པ་ཡིན། ཀ་མ་བས། འོན་ལ་མིན་ན་དེ་ལྟར་བསྒྲོམ་པ་ཕྱིན་ཅི་  
 ལོག་ཏུ་འགྲོ་སྟེ་དུག་གསུམ་གྱི་གཙོ་བོ་ནད་ཆེན་པོས་ཐེབས་ནས་ནད་ཆབས་  
 ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ལ་འོ་སྒྲོལ་གྱིས་ན་བར་ཡེ་མ་ཤེས་གསུངས། འོ་ན་ནད་པ་ཡིན་  
 ན་རང་གིས་ན་བར་ཤེས་དགོས་པ་ལ་དེ་ལྟར་མི་ཤེས་པ་གང་ཡིན་སྟུང་ན།  
 ཆེ་བའི་ནད་ཤིན་ཏུ་བྱ་བའི་ཆེ་འཁྱུལ་ནས་རང་ནད་པ་ཡིན་སྟུང་པ་མེད་པར་  
 ལྷུ་ལེན་པ་སོགས་བྱེད་པ་ལྟར་འོ་སྒྲོལ་ཉོན་མོངས་པའི་ནད་ཏུ་ཅང་ཆབས་  
 ཆེ་ཞིང་ཡུན་རིང་བས་ན་བར་མ་ཤེས་པ་ཡིན། འོ་ན་ནད་ཅིག་ཡོད་ན་གཟེར་  
 དང་ཟུག་རྩ་ལྟ་བུ་དགོས་པ་ལ་དེ་མི་འདུག་པ་སྟུང་ན་ཡོད་དེ་དུག་གསུམ་  
 གྱི་གཟེར་ཟུག་དུག་པོ་ཡང་དང་ཡང་དུ་ཡོང་བ་དེ་ཡིན། དེ་དེ་ལྟར་ཡིན་སྟུང་  
 ན། དཔེར་ན་ཁྲིམ་ལྟ་བུར་ཕྱིན་ནས་དངོས་ཆས་ཡིད་དུ་འོང་བ་མཐོང་ནས་  
 ཉོ་ཡང་མ་རྒྱས་ཤིང་ཤག་ཏུ་སླེབས་པའི་ཆེ་དེ་བྱུང་ན་སྟུང་དུ་ཡིད་མི་བདེ་  
 ཀམ་ཀམ་ཡོང་བ་དེ་འདྲོད་ཆགས་གྱི་གཟེར་བརྒྱབ་པ་ཡིན། ཆིག་ངན་ཐོས་  
 བ་ལྟ་བུ་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་མཐོང་ཐོས་དན་པ་སོགས་གྱི་ཆེ་ཡིད་མི་བདེ་ཀམ་  
 ཀམ་སྒྲོད་མི་བཟོད་པ་ལྟ་བུ་འབྱུང་བ་དེ་ཞེ་སྤང་གི་གཟེར་བརྒྱབ་པ་རེད། དེ་  
 བཞིན་དུ་ང་རྒྱལ་དང་ཕྱག་དོག་སོགས་ལ་ཞིབ་ཏུ་དཔྱད་དང་གཟེར་ནད་  
 དུག་པོ་བཟོད་དཀའ་བ་ཡང་ཡང་འོང་བ་དེ་ཡིན། དེས་ན་འདྲོད་ཆགས་གྱི་



ནད། ཞེ་སྒང་གི་ནད། སྒྲག་དོག་གི་ནད་སོགས་ནད་སྒྲ་མང་པོས་བཏབ་པ་  
 ཡིན། ཐ་མལ་གྱི་ནད་སྒྲ་གཅིག་ཙམ་ལའང་འཇིགས་པར་བྱེད་དགོས་ན།  
 ཉོན་མོངས་པའི་ནད་སྒྲ་མང་པོ་དེ་ཙམ་གྱིས་བཏབ་པ་ལ་ཅི་སྟེ་འཇིགས་པར་  
 བྱེད་མི་དགོས་ཏེ། སྟོན་འཇུག་ལས། ཐ་མལ་ནད་གྱིས་བཏབ་པ་ཡང་། །སྒྲན་  
 པའི་ངག་བཞིན་བྱ་དགོས་ན། །འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་ཉེས་བརྒྱ་ཡི། །ནད་  
 གྱི་ཏྲགས་བཏབ་སྟོས་ཅི་དགོས། །ཞེས་གསུངས། དེ་ཡང་རང་རེ་ནད་གྱིས་  
 མནར་ཏེ་ལྷ་བ་རེ་གཉིས་ལྟ་བུ་ཡུན་རིང་ཙམ་སོང་ན་ཡང་ཤིན་ཏུ་འཇིགས་  
 དགོས་ན། ཉོན་མོངས་པའི་ནད་གྱིས་འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ད་ལྟའི་  
 བར་མནར་ཞིང་ད་དུང་ཡང་འཁོར་བ་ལས་མ་ཐར་བར་དྲག་དཀའ་བས་དེས་  
 ན་དགོ་བཤེས་པོ་ཏོ་བས། སོས་དུས་མེད་པའི་ནད་པ། སྟེ་བ་དུས་མེད་པའི་  
 མགོན་པོ་ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ངོ་མ་རང་ཡིན། གཉིས་པ་དམ་པའི་ཆོས་ལ་  
 སྒྲན་གྱི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་པ་ནི། ནད་པ་ནད་གྱིས་མནར་བཤེས་ན་སྒྲན་ཞིག་  
 ཆོལ་དགོས་པ་ལྟར་དེ་ལྟ་བུའི་ཉོན་མོངས་པའི་ནད་དེ་ཞི་བར་བྱེད་པའི་སྒྲན་  
 བྱི་དམ་པའི་ཆོས་ཁོ་ན་ཡིན་པས་དེ་ཆོལ་དགོས་གསུངས།

གསུམ་པ་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ལ་སྒྲན་པ་མཁས་པ་ལྟ་བུའི་འདུ་  
 ཤེས་བསྐྱེད་པ་ནི། དེ་ཡང་ནད་པས་སྒྲན་པ་མེད་པར་སྒྲན་ཐོས་ན་ཆ་གང་  
 དང་སྒྲ་རྗེས་སོགས་ཞོར་ནས་མི་པན་པའི་སྟེང་དུ་སྟོག་ལ་རྟོལ་བས་ན་སྒྲན་  
 པ་མཁས་པ་ཞིག་ངེས་པར་དུ་བསྟན་དགོས་པ་ལྟར། དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་  
 ལ་མ་བསྟན་པར་དཔེ་ཆ་གཅིག་ལྟའི་སྟེང་ནས་ཆོས་བྱས་ཆོག་སྟུམ་ནས་ཁ་

ཏོན་དང་བསྐྱོམ་སོགས་བྱས་ན་ཏོགས་པའི་ཉམས་སྤྱོད་གང་ཡང་མི་སྐྱེ་བར་  
ཤེས་རྒྱུ་དང་སྤྱི་དང་སྤྱི་འགྲོ་བས་དེས་ན་ཆོས་ཤིག་བྱེད་སྒྲུལ་ན་སྒྲུལ་  
པ་མཁའ་པ་དང་འདྲ་བའི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ནན་ཏན་དུ་བསྐྱེན་དགོས།  
ནད་པས་སྒྲུལ་པ་རྙེད་ན་དགའ་བ་ཆེན་པོ་སྐྱེ། ཅི་ཟེར་ཉན། གྲུས་པས་བསྐྱེན་  
བཀྱར་བ་ལྟར་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་རྙེད་ནས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་བྱེད་དགོས་  
ཏེ། ཡོན་ཏན་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱད་པ་ལས། དེ་ལྟར་བས་ན་བྱང་ཆུབ་དམ་པ་ཆོལ་  
བ་ཡི། །བསམ་པ་དག་ལྡན་མཁའ་པས་ང་རྒྱལ་ངེས་བཅོམ་སྟེ། །ནད་པའི་  
ཆོགས་ཀྱིས་གསོ་བྱེད་སྒྲུལ་པ་བསྐྱེན་པ་ལྟར། །གཡེལ་བ་མེད་པར་དགོ་བའི་  
བཤེས་གཉེན་བསྐྱེན་པར་བྱ། །ཞེས་གསུངས།

བཞི་པ་ནན་ཏན་ཉམས་སྤྱི་སྤྱངས་པ་ལ་ནད་འཆོ་བའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་  
པ་ནི། །ནད་པའི་ནད་ལ་པན་བྱེད་སྒྲུལ་ཉིད་ཡིན་ཀྱང་། །ནད་པས་སྒྲུལ་པ་ལས་  
སྒྲུལ་བཟང་ལ་མང་བ་སྤྱངས་ནས་མ་ཐོས་པར་སྤྱས་འགོར་བཞག །སྒྲུལ་  
པས་ཀྱིས་ཟེར་བ་རྣམས་མི་བྱེད། །མ་བྱེད་ཟེར་བ་ཐམས་ཅད་བྱས་ན་ནད་  
ལ་གཏན་ནས་མ་པན་པ་ནི་སྒྲུལ་པས་མ་ལན། །སྒྲུལ་ཀྱིས་མ་ལན་པར་ནད་  
པ་རང་ཉིད་ཀྱིས་མ་བྱང་བ་ལྟར། །སྒྲུལ་པ་མཁའ་པ་དང་འདྲ་བའི་དགོ་བའི་  
བཤེས་གཉེན་ལས་ཉོན་མོངས་པའི་ནད་ཞི་བར་བྱེད་པའི་སྒྲུལ་དང་འདྲ་བའི་  
གདམས་ངག་མང་དུ་ཐོས་ཀྱང་ཉམས་སྤྱི་མི་ལེན་ན། །གདམས་པ་ཟབ་ལ་  
རྒྱས་པ་ཇི་ཅུ་ཐོབ་ཀྱང་རྒྱུད་ཐོག་མི་པན་པ་ནི་སྤྱི་མས་མ་ལན། །ཆོས་ཀྱིས་  
མ་ལན་པར་སྒྲོབ་མ་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཉེས་པ་ཡིན་ཏེ། །ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་རྒྱལ་པོ་

ལས། ཡང་དང་ཡང་དུ་དེ་ཡིས་བཅ་ལ་བ་ཡིས། །སྟོན་པ་མཁས་ཤིང་རིག་  
པ་དེ་ཉིད་དེ། །དེས་ཀྱང་སྟོང་རྗེ་ཉི་བར་བཞག་ནས་ནི། །སྟོན་འདི་གཏང་བར་  
གྱིས་ཞེས་བྱིན་པ་དང་། །སྟོན་མང་བཟང་ཞིང་ཕངས་པ་དེ་སྦངས་ནས། །ན་  
བ་འཆོ་བར་འགྱུར་བའི་སྟོན་མི་འབྱུང་། །སྟོན་པས་མ་ལན་སྟོན་གྱིས་མ་ཉེས་  
ཏེ། །ནད་པ་དེ་ཉིད་གྱིས་ནི་ཉེས་པ་ཡིན། །དེ་བཞིན་བསྟན་པ་འདི་ལ་རབ་  
བྱུང་སྟེ། །སྟོབས་དང་བསམ་གཏན་དབང་པོ་ཀུན་རིག་ནས། །སྟོམ་པ་ལ་ནི་  
མངོན་པར་བཅོན་མི་བྱེད། །རིགས་པར་མི་བཅོན་ག་ལ་སྤྱང་ན་འདལ། །ཞེས་  
དང་། དས་ནི་རབ་ཏུ་བཟང་པོའི་ཆོས་བཤད་ཀྱང་། །ཁྱོད་གྱིས་ཐོས་ནས་ཡང་  
དག་མ་སྦྱད་ན། །ནད་པ་སྟོན་གྱི་རྒྱལ་པ་ཐོགས་པ་དག །བདག་གི་ནད་ནི་  
གསོ་བར་མི་རུས་བཞིན། །ཞེས་དང་། སྟོད་འཇུག་ལས་ཀྱང་། ལུས་གྱིས་  
འདི་དག་སྦྱད་པར་བྱ། །ཆོག་ཙམ་བརྗོད་པས་ཅི་ཞིག་འབྱུག། །སྟོན་དབྱེད་  
བསྐྱུགས་པ་ཙམ་གྱིས་ནི། །ནད་པ་དག་ལ་ཕན་འགྱུར་རམ། །ཞེས་གསུངས་  
པ་ལྟར་རོ། །དེས་ན་ནད་གསོ་བ་ལ་སྟོན་སྦངས་པ་ཙམ་གྱིས་མི་ཆོག་པར་  
ལེགས་པར་བྱ་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་སྟོན་པའི་དག་བཞིན་བྱེད་དགོས་པ་ལྟར།  
ཉོན་མོངས་པའི་ནད་ཞི་བ་ལ་གདམས་དག་གི་དོན་རྒྱུད་ཐོག་ཏུ་སྦྱར་ནས་  
ཉམས་སྦྱང་དགོས་པ་ཡིན། ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས་ཀྱང་། ཐོས་ནས་ཤེས་  
པར་བྱས་པའི་དགོས་པ་ཡང་བྱེད་པ་ཡིན་པས་ཐོས་པའི་དོན་ལ་རུས་པ་དང་  
བསྟོན་པའི་ལག་ལེན་རེ་གནད་དུ་ཆེའོ། །ཞེས་གསུངས། ཉམས་ལེན་མེད་  
པའི་ཐོས་རྒྱ་དང་། ཐོབ་རྒྱ་རྣམ་གྲངས་མང་པོ་བསགས་པའི་ཆོག་ཙམ་སྦྱར་

ལེན་པ་ནི། ལྷག་བསམ་བསྐྱེད་པའི་མདོ་ལས། བྱ་རམ་ཤིང་ཤུན་སྒྲིང་པོ་ཅི་  
 ཡང་མེད། །དགའ་བར་བྱ་བའི་རོ་ནི་ནང་ན་འདུག། །ཤུན་པ་ཐོས་པས་མིས་ནི་  
 བྱ་རམ་རོ། །ཞིམ་པོ་རྙིང་པར་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ཤུན་པ་དེ་བཞིན་  
 སྒྲ་བ་སྟེ། །རོ་ལྷ་བྱ་ནི་འདི་ལ་དོན་སེམས་ཡིན། །ཞེས་བྱ་རམ་དོན་དུ་གཉེར་  
 བས་བྱར་ཤིང་གི་ཤུན་པ་ཅ་མ་གྱི་རོ་ལ་ཆགས་ནས་བ་བ་དང་འདྲ་བ་དང་།  
 གར་ལ་ལྷ་བའི་ཁྲིང་ན་འདུག་པ་ཞིག། །དཔའ་བོ་གཞན་གྱི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པ་  
 བཞིན། །བདག་ཉིད་ནན་ཏན་ཉམས་པར་འགྱུར་བ་སྟེ། །སྒྲ་ལ་དགའ་བའི་ཉེས་  
 པ་འདི་དག་གོ། །ཞེས་སྒྲེས་གར་མཁན་གཞན་གྱི་ལད་མོ་བྱེད་པ་དང་འདྲ་བར་  
 གསུངས་པས་ཐོས་པ་ཅ་མ་ལྟར་མི་ལེན་པར་ཉམས་ལེན་ལ་འབད་དགོས།  
 དེ་ལྟར་མིན་ན་ཆོས་བློ་དུ་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཡང་འདི་ལས་བྱ་བ་མེད་དེ། ཐོས་  
 གངས་མང་ལ་སྒྲོམ་གངས་ཉུང་བ་ཆོས་བློ་དུ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་  
 ལྟར། དང་པོ་ཐོས་པའི་ཆེ་ན་སེམས་ལ་ཅུང་བད་པན་པ་ལྟར་སྒྲུང་ཡང་། དེའི་  
 མཐུག་བསྐྱེད་སྟེ་ཡང་དང་ཡང་དུ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་། བསྒྲོམ་པར་མ་བྱས་  
 བ། དེའི་རྗེས་སུ་ཐོས་པའི་སྐབས་སྒྲུང་ལས་ཞན་ཅ་མ་དང་། དེའི་རྗེས་སུ་དེ་  
 ལས་ཞན་ཅ་མ་གྱིས་མཐར་གདམས་བབ་ཅི་ཅ་མ་ཐོས་ཀྱང་རྒྱས་ཡོད་སྟམ་  
 པ་ལྷ་བྱར་སོང་ནས་རྒྱད་ལ་ཅིར་ཡང་མི་པན་པ་ཞིག་ཡོང་། དེའི་ཆེ་ན་ཆོས་  
 བློ་དུ་བྱེད་པ་ཡིན། དེ་བྱེད་ན། སྒྲོ་བ་དཔོན་མཆོག་སྟེད་གྱིས་ཆིགས་བཅད་  
 བརྒྱ་པར། རབ་ཏུ་བྱུང་ནས་སྒྲུང་ལོག་དང་། །བྱད་མེད་ཁྱོ་གསུམ་མཐོང་བ་  
 དང་། །ཅེ་སྒྲུང་རྙིང་ལས་ཤོར་བ་སྟེ། །འདི་གསུམ་གཡོན་ཅན་ཤེས་པར་བྱ།

ཁེས་གསུངས་པ་དང་། བཀའ་གདམས་གོང་མའི་གསུང་ལས། སྡིག་ཅན་  
ཆོས་གྲིས་ཐུལ་ཀྱང་། ཆོས་བློན་ཆོས་གྲིས་མི་ཐུལ། བྱོང་པོ་སྦྱུམ་གྲིས་  
ཐུལ་ཀྱང་། མར་སྒྲོགས་སྦྱུམ་གྲིས་མི་ཐུལ། ཁེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཞེན་  
ཏུ་ཐ་ཆད་པ་ཡིན། ཆོས་གཞན་གྲིས་ཆོས་བློན་ཞེས་པ་ལ་བྱང་ཆུབ་ལམ་  
རིམ་འདི་བསྟན་ན་འདུལ་རྒྱས་ཀྱང་། ལམ་རིམ་ལ་སྟོན་ན་གང་གིས་ཀྱང་  
འདུལ་ཐབས་མེད་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་གནད་འདི་ལ་གཟབ་དགོས། དེས་ན་  
གང་ཉམས་སུ་ལེན་བྱར་ཐོས་པ་ལེགས་པར་བྱེད། གང་ཐོས་པའི་དོན་རྒྱད་  
ལ་སྦྱར་ཏེ་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་ཡ་མ་བྲལ་བ་དགོས་པ་ནི། འབྲོམ་ཆོས་  
གྱི་རྒྱལ་པོས་ཀྱང་། ང་ཐོས་དུས་ཆེ་ན་བསམ་སྒྲོམ་བདོ། ང་བསམ་དུས་  
ཆེ་ན་ཐོས་སྒྲོམ་བདོ། ང་སྒྲོམ་དུས་ཆེ་ན་ཐོས་བསམ་བདོ། གཞི་གཅིག་  
ཏུ་མ་ལུས་བསྒྲུམས་བྱས་ནས། ཆོས་ལམ་དུ་བྱེད་ནས་འབྲོ་ཤེས་པ། ང་  
བཀའ་གདམས་སྟོགས་ཆར་མ་ལྟར་བས། དོན་རྒྱ་འབག་མིག་བཞིན་འཕྲུལ་  
ཤེས་པའི། ལེགས་ཀྱན་ཏུ་ཏྲོགས་དེ་བཀའ་གདམས་ཡིན། ཁེས་གསུངས་  
པ་ལྟར་རོ། དེ་ཡང་མཛེ་ཅན་རྒྱུད་པ་ལག་པ་ཆད་པ་ལ་སྦྱོར་བྱ་རེ་གཉིས་  
བསྟེན་པས་ཅིར་ཡང་མི་འགྱུར་བར་སྦྱོར་ཡུན་རིང་ལ་སྟོབས་ཆེ་བ་མང་དུ་  
བྱ་དགོས་པ་ལྟར། རང་ཅག་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ནད་གཞི་  
ཆ་བས་ཅན་གྲིས་ཐེབས་པ་ལ། གདམས་ངག་གི་དོན་ལན་རེ་གཉིས་ཉམས་  
སུ་སྒྲངས་པས་མི་ཆོག་པར་ཆུ་བོའི་རྒྱན་བཞིན་ནན་ཏན་དུ་འབད་དགོས་  
ཏེ། སྟོབ་དཔོན་ཅན་གྱི་མིས། དེར་ཡང་རྒྱན་དུ་སེམས་ནི་རྣམ་ཚུངས་ལ།

། དུས་རིང་དུས་སུ་ནད་གཞི་སྟེན་བྱེད་ཅིང་། །མངོ་ཅན་རྒྱུ་པ་ལག་པ་ཆད་  
 པ་ལ། །ཐང་འགའ་སྟེན་བསྟེན་པ་ཡིས་ཅི་བགྱིར་མཆི། །ཞེས་གསུངས་པ་  
 ལྟར་རོ། །འབྲུལ་འབྲུལ་ལག་ལེན་ལ་འདེབས་པ་དག་བཞེས་སྟེན་སྒྲ་བ་ལྟ་བུ་  
 དགོས་ཏེ། །ཁོང་གིས་འདུལ་བ་གཟིགས་པས་ཀོ་ལྷགས་ཀྱི་གཞིའི་སྐབས་སུ་  
 རབ་བྱུང་གིས་ཀོ་ལྷགས་འཆང་མི་ཆོག་པར་གསུངས་པ་གཟིགས་པ་ཅམ་  
 གྱིས་བཞུགས་གདན་འོག་ཏུ་ཀོམ་གདན་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་མ་ཐག་སྤྱིར་འཕང་  
 བར་མཛད། །ཡང་མར་གཟིགས་པས་ཡུལ་མཐའ་འཁོབ་ཏུ་ཀོ་ལྷགས་འཆང་  
 ཆོག་པའི་དམིགས་བསལ་གནང་བ་གཟིགས་པས་སྒྲར་གྱི་ཀོམ་གདན་ཡར་  
 སྐྱངས་ནས་བཞུགས་གདན་དུ་བཏིང་བ་ལྟ་བུ་དགོས་ཞེས་གསུངས།

སྒྲ་བ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་སྦྱེས་བྱ་དམ་པའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་པ་ནི།  
 ཆོས་འདི་དང་པོར་གསུང་བ་པོ་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ནི་ལམ་འབྲས་བྱ་དང་  
 བཅས་པ་རང་གིས་མངོན་དུ་བྱས། །གཞན་ལ་དེ་བཞིན་དུ་གསུངས་པ་ཡིན་  
 པས། །སྐྱང་དོར་གྱི་གནད་སྟོན་པ་ལ་འབྲུལ་པ་ཅུང་ཟད་ཅམ་ཡང་མི་མངའ་  
 བའི་ཆད་མའི་སྦྱེས་བྱ་ཡིན། །དེས་བསྟན་པའི་ཆོས་འདི་ལ་འབྲུལ་པ་ག་ལ་  
 ཡོད་སྟམ་དུ་སངས་རྒྱས་རྗེས་སུ་བྱན་དགོས། །གསུང་ཚུལ་གཅིག་ལ། །སྦྱེས་  
 བྱ་དམ་པ་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་འདུ་ཤེས་ཞེས་སྒྲར་ཏེ། །སྦྱེས་བྱ་དམ་  
 པ་སྟེ་རང་གི་སྒྲ་མ་དེ་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཤུག་ཐུབ་པའི་སྦྱུལ་པ་ཡིན་  
 སྟམ་དུ་བསམ་དགོས།

དུག་པ་ཆོས་ཀྱི་ཚུལ་ལ་རིང་དུ་གནས་པའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་པ་ནི།



ཆོས་འདི་ལྟ་བུ་ཉན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་འཇིག་རྟེན་དུ་ཡུན་  
 རིང་དུ་གནས་ན་ཅི་མ་རུང་སྟུང་དུ་བསམ་པ་ཡིན། གང་ལྟར་ཡང་འདུ་ཤེས་  
 ལྟ་བུ་འདི་བཞིན་གཤེགས་པའི་བཀའ་ངོན་རྗེས་སུ་བྱུང་བ་དང་། རྟག་པ་ནི་  
 སངས་རྒྱས་ལ་ངོན་གཞོ་བསྟོམ་པ་ཡིན། ལྟག་པར་ཆོས་ཉན་པའི་ཆེ་ཤིན་དུ་  
 གལ་ཆེ་བ་ནི། རང་གི་རྒྱུད་ཐོག་དུ་འགོལ་བཞིན་ཉན་དགོས། དེ་མིན་རང་  
 གི་རྒྱུད་ལོགས་ཤིག་དུ་བཞག། །ཆོས་ཉན་པ་དེ་ལོགས་ཤིག་དུ་བཞག་ན།  
 གདམས་ངག་ཟབ་ལ་རྣོ་བ་ཅི་ཅེས་ཐོས་ཀྱང་རང་རྒྱུད་ལ་གང་ཡང་མི་ཕན་  
 པས། དཔེར་ན་བྱད་བཞིན་ལ་ནག་ལོག་ཡོད་མེད་མེ་ལོང་གི་ནང་དུ་བལྟས་  
 ཏེ། འདུག་ན་བསལ་དགོས་པ་ལྟར། ཆོས་ཀྱི་མེ་ལོང་གི་ནང་དུ་རང་གི་ཤེས་  
 རྒྱུད་དང་སྦྱོད་པ་ལ་སྦྱོན་ཆགས་མ་ཆགས་ཞུས་དག་བཏང་ནས་ཉན་ཅིང་།  
 སྦྱོན་ཆགས་པ་ཞིག་མཐོང་ན་བདག་གི་རྒྱུད་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་དུ་སོང་ངོ་སྟུང་  
 དུ་ཡོད་ལ་གདུང་བ་བསྐྱེད་དེ་སྦྱོན་དེ་རྣམས་སེལ་བའི་ཐབས་ལ་འབད་ཅི་  
 ཐུབ་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་སྦྱེས་རབས་ལས། བདག་གི་སྦྱོད་པ་ངན་  
 པའི་གཟུགས། །ཆོས་ཀྱི་མེ་ལོང་གསལ་མཐོང་ན། །ཡོད་ལ་གདུང་བ་རབ་  
 སྦྱེས་ཏེ། །བདག་ནི་ཆོས་ལ་སྦྱོགས་པར་འགྱུར། །ཞེས་སུ་དྲ་སའི་བུ་རྒྱལ་བུ་  
 ཀྱང་ཁས་རྒྱལ་སྤྲས་ལྷ་བ་ལ་ཞུས་པ་ལྟར་བྱ་དགོས་པ་ཡིན།

དེ་ནི་སྟོན་བཅོམ་ལྡན་འདས་སྟོབ་པ་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་རྒྱལ་  
 བུ་ལྷ་བ་ཞེས་པར་འཁྲུངས་པའི་ཆོ། སུ་དྲ་སའི་བུ་ཞེས་བྱ་བ་མི་གསོན་པོ་  
 བསད་ནས་ཟ་བ་ཞིག་ཡོད་དེ། ལན་ཅིག་རྒྱལ་བུ་སྦྱེད་མོས་ཆལ་དུ་ཕེབས་

བ་ན། བྲམ་ཟེ་ལེགས་པར་སྤྲོ་བ་ཞིག་འོངས་ཏེ་དེ་ལ་རྒྱལ་བྱས་ཆོས་ཉན་  
 པའི་ཆོ། སྒྲོ་བྱར་དུ་ཅ་ཅ་ཆེན་པོ་བྱང་བ་ཅི་ཡིན་བཟླ་བ་ཅུག་པས་སྤྲོ་  
 སའི་བྱ་འོངས་པ་ཤེས་ནས། ཆབ་སྒྲོ་བ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྲོ་སའི་བྱ་རྒྱུ་ཁ་  
 མི་ཟན་དེ་འདྲིར་འཛིགས་བཞིན་དུ་མཆིས་ཏེ། ཏྲ་དང་སྒྲུང་པོ་ཆེ་དང་ཤིང་ཏྲ་  
 དང་དམག་མི་མང་པོའི་དབྱང་ཡང་བྱེར་བར་འབྱུར་ཞིང་མཆིས་ན། དེ་ལས་  
 ཅི་ལེགས་པར་མཛད་ཅིང་བཀའ་བསྐྱོས་མཛད་པའི་དུས་ལ་བབས་སོ་ཞུས་  
 བ་ན་དེ་དགྱེས་བཞིན་དུ་བཅུན་མོ་སོགས་ཀྱིས་བཀག་གྱང་མ་གསན་པར་  
 ཅ་ཅ་ཆེན་པོ་གང་ན་ཡོད་པ་དེར་བྱོན་པས། ཁོ་ཁྱོས་ཏེ་རལ་གྱི་དང་ཕུབ་  
 འབྱུར་ཞིང་རྒྱལ་པོའི་དབྱང་གི་རྗེས་སྤྲོ་བསྐྱེགས་པ་གཟིགས་ནས་འཛིགས་  
 བ་དང་ཐེ་ཆོམ་མེད་པར་བྱ་ལྷ་བ་ང་ཡིན་ཏེ་ང་འདྲིར་ཡོད་པས་ཚུར་ཤོག་  
 ཅིག་གསུངས་པ་ན། ཁོ་ཡང་ཚུར་ཤོག་སྟེ། ང་ལ་ཡང་ཁྱོད་ཉིད་དགོས་སོ་  
 ཟེར་ནས་བརྒྱུགས་ཏེ་འོངས་ནས་རྒྱལ་སྤྲོ་བ་སྤྲོ་བ་ལ་བསྐྱོན་ཏེ་བྱོས་  
 ནས། ཁོ་རང་གི་གནས་མིའི་ཀོང་རུས་མང་པོས་གང་བ། ས་གཞི་དམར་བ།  
 ཅེ་སྤྱང་ལ་སོགས་པའི་གཅན་གཟན་གདུག་པ་ཅན་དང་བྱ་རྒྱོད་དང་ཁྲ་ཏྲ་ལ་  
 སོགས་པའི་སྤྲོ་མི་སྟན་པ། རོ་བསྐྱེགས་པའི་དུད་པས་མདོག་ནག་པོར་གྱུར་  
 བ་སོགས་འཛིགས་སྤྲོ་བྱང་བ་དེའི་ནང་དུ་རྒྱལ་སྤྲོ་བ་བཞག་སྟེ། དེའི་  
 བྱད་གཟུགས་བཟང་པོ་ལ་ཆགས་ནས་མིག་བབྱད་དེ་བཟླ་ཞིང་ངལ་བསོ་  
 བར་བྱེད་དོ། །དེའི་ཆེ་རྒྱལ་སྤྲོ་བས་སྤྱེད་མོས་ཆལ་དུ་བྲམ་ཟེ་ལེགས་  
 པར་སྤྲོ་བ་དེ་ལ་ཆོས་ཀྱི་ཡོན་འབྱུལ་རྒྱ་མ་བྱང་སྟམ་དུ་དགོངས་ནས་སྤྲོན་

ཆབ་ཞོར་བར། དེ་ནས་སྐྱ་དུ་སའི་བྱས་ཁྱོད་ཅུང་ཞིག་སྟོད་ཅིག་ཁྱོད་རྒྱལ་  
བྱ་ལྷ་བ་ཞེས་སྟོ་བརྟན་པའི་ཆད་དུ་གྲགས་པ་ལ། ངས་བཟུང་བའི་ཆེ་ན་མཆི་  
མ་འཆོར་བ་ཡ་རེ་མཆོན། ཉམས་ཉེས་བྱུང་ན་སྟོ་བརྟན་པོ་དོན་མེད་འགྱུར།  
སྐྱ་ངན་བྱུང་ན་ཐོས་པས་མི་པན། བདེག་ན་གཡོ་བར་མི་འགྱུར་བ་གང་ཡང་  
མེད་ཟེར་བ་དེ་བདེན་པར་སྤང། དེ་བས་ན་ཁྱོད་བྱང་པོར་སྟོས་ཤིག །ངས་  
བསད་དོགས་པའམ་གཉེན་བཤེས་དང་བཅུན་མོ་དང་བྱ་དང་པ་མ་དང་བྲལ་  
དོགས་ནས་ཁྱོད་མཆི་མ་བྱུང་ངམ་གང་ཡིན་བྱང་པོར་སྟོས་ཤིག་ཟེར་བ་ལ།  
རྒྱལ་སྐས་དེས་དེའི་ལན་དུ། ངས་བྲམ་ཟེ་ཞིག་ལ་ཆོས་ཁྱེས་པར་ཡོན་འབྱལ་  
རྒྱ་མ་བྱུང་བས་ང་ཐོངས་དང་ཡོན་ལུལ་ནས་སྤྱར་ངེས་པར་སྟེབས་འོངས་  
ཞེས་གསུངས་པ་ན། ཁྱོད་ཀྱིས་ངེ་ཙམ་སྤྱས་ཀྱང་མི་བདེན་ཏེ་འཆི་བདག་  
གི་ཁ་ནས་ལན་ཅིག་ཐར་བར་སྤྱར་བསམ་བཞིན་དུ་འཆི་བདག་གི་བྱུང་དུ་སྐྱ་  
ཞིག་འོངས་ཞེས་སོགས་ཟེར་བ་ལ། ངའི་ཆོག་གིས་སྤྱར་འོང་ངོ་ཞེས་ཁས་  
མ་སྤངས་སམ་ང་ནི་བྱ་ལྷ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ་བདེན་པ་སྟོག་དང་འབྲ་བར་  
མི་འདོར་ངོ་ཞེས་གསུངས་པ་ན། ཁོ་ཡིད་མ་ཆེས་བཞིན་དུ་ཉམས་སད་པའི་  
ཕྱིར་འོན་སོངས་ཤིག་ཁྱོད་བདེན་པ་ཁས་འཆེས་པར་བལྟའོ། །སོང་ལ་བྲམ་  
ཟེ་དེ་ལ་ཅི་འདོད་པ་བྱོས་ལ་སྤྱར་སྤྱར་དུ་ཤོག་ཅིག །ང་ཡང་ཁྱོད་སྟེག་པའི་མེ་  
སྟ་གོན་བྱེད་ཅིང་སྟོད་དོ་ཞེས་ཟེར་ངོ། །དེ་ནས་རང་གི་བྱིམ་དུ་བྱོན་ཏེ་བྲམ་ཟེ་  
དེ་ལ་ཆོགས་བཅད་བཞིའི་ཡོན་དུ་གསེར་སྤང་བཞི་སྟོང་བྱིན། དེ་ནས་ཡབ་  
ཀྱིས་ཐབས་སྟོ་ཆོགས་ཀྱིས་བཀག་ཀྱང་མ་གསན་པར་སྐྱ་དུ་སའི་བྱའི་སར་

ཕེབས་པ་ན། ཁོས་རྒྱུ་རིང་པོ་ནས་མཐོང་སྟེ་ཡ་མཚན་པར་གྱུར། དེ་ནས་  
 ད་ཐོ་ཞིག་གསུངས་པ་ན། ཟ་བའི་དུས་ང་རང་གིས་ཤེས། ད་ལྟ་མེ་ལ་དུད་  
 པ་མང་དུ་འདུག་པས་དུད་པ་ཅན་གྱི་མེ་ལ་ཤ་བསྐྱེག་ན་ཤ་ཡང་དུད་ནི་དང་  
 བཅས་ཤིང་མི་ཞིམ་པར་འགྱུར་བས་རེ་ཞིག་ཁྱོད་གྱིས་བྲམ་ཟེ་དེ་ལས་གཤ་  
 ཆེ་མདོག་གིས་ཉན་པ་དེ་ང་ལ་སྟོན་ཅིག་ཅེས་ཟེར་བ་ན། བྲམ་ཟེའི་ལེགས་  
 བཤད་དེ་ཆོས་དང་ཆོས་མ་ཡིན་པའི་དབྱེ་བ་འབྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པས།  
 སློན་པོ་ལས་ཀྱང་སྟོད་ཚུལ་ངན་པ་ཁྱོད་ལ་ཐོས་པའི་ཡོན་ཏན་གྱིས་ཅི་ཞིག་  
 བྱ་ཞེས་གསུངས་པས་ཁོས་དེ་མ་བཟོད་ནས་སྤར་ཡང་། ཁྱོད་ཅུང་ཞིག་སྟོད་  
 ཅིག །ཁྱོད་རང་རྒྱལ་པོ་རྣམས་མཚོན་ཆ་ཐོགས་ཏེ་རི་དྲགས་གསོད་པ་དེ་  
 ཆོས་དང་འགཤ་བ་ཡིན་ཟེར། རྒྱལ་སྤྱི་སྤྱོད་བས་ལན་དུ། རི་དྲགས་གསོད་  
 པའི་རྒྱལ་པོ་རྣམས་ཀྱང་ཆོས་དང་འགཤ་བ་ཡིན་མོད། མི་ཤ་ཟ་བ་དེ་བས་  
 ཀྱང་སྤྲད་དེ་མི་རི་དྲགས་ལས་རིགས་མཐོ་བས་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་ཤི་བའི་  
 ཤ་ཡང་ཟར་མི་རུང་ན། ཟས་ཀྱི་ཕྱིར་དུ་གསོད་པ་གཤ་རུང་ཞེས་གསུངས།  
 དེ་ནས་སུ་དུ་སའི་བྱས། ཁྱོད་ངའི་དུང་དུ་འོངས་པ་འདི་ཁྱོད་གཞུང་ལུགས་  
 ཀྱི་ཚུལ་ལ་མི་མཁས་སོ་ཟེར་བ་ལ། ངས་བདེན་པའི་ཆོག་བསྐྱུང་བའི་ཕྱིར་  
 འདིར་འོངས་པས་ང་ཉིད་གཞུང་ལུགས་ལ་མཁས་ཞེས་གསུངས། དེ་ནས་  
 ཁོས་མི་གཞན་རྣམས་ངའི་དབང་དུ་གྱུར་ན་སྐྱབ། ཁྱོད་ནི་དཔའ་བཟོན་དལ་  
 གྱིས་མ་བཏང་བས། ཁྱོད་འཆི་བའི་འཇིགས་པ་མེད་པ་འདྲ་ཟེར་བ་ལ། རྒྱལ་  
 སྤྱི་སྤྱོད་བས། མི་རྣམས་སྡིག་པ་བྱས་པར་འགྱོད་པར་འགྱུར། ངས་ནི་སྡིག་

པའི་ལས་བྱས་པ་མི་བླ་པས་དེའི་སྤྱིར་འཇིགས་པ་མེད་དོ། །དེ་བས་ན་ད་  
མཆོད་སྦྱོན་བྱེད་དོ་བོ་ཞིག་ཅེས་གསུངས་པས། ཁོ་དང་པ་སྦྱེས་ནས་མིག་  
མཆི་མས་གང་། ལུས་ཀྱི་བ་སྦྱ་ལྡང་། སྤྲིག་པའི་རང་བཞིན་བརྗོད་ནས་གྲུས་  
པར་བལྟས་ཏེ། བྱེད་ལྟ་བུ་ལ་ཤེས་བཞིན་དུ་སྤྲིག་པ་བྱེད་པ་ནི་མི་བཟད་པའི་  
དུག་འཕྱང་བ་ཡིན་པས། དེ་བས་བྱོད་ཀྱིས་བྲམ་བེས་ལེགས་པར་སྦྱས་པ་  
དེ་བདག་ལ་བསྟན་དུ་གསོལ་ཞེས་སོགས་དང་། བདག་གི་སྦྱོད་པ་ངན་པའི་  
གཟུགས། །ཞེས་སོགས་གོང་གི་ཆོགས་བཅད་འདི་ཡང་སྦྱས་པ་ན། རྒྱལ་  
སྐས་ལྷ་བས་ཁོ་སྦྱོད་དུ་གྱུར་པར་གཟེགས་ནས། རབ་ཏུ་དམའ་བའི་སྟན་ལ་  
འདུག །དུལ་བའི་དཔལ་ནི་རྣམ་པར་བསྐྱེད། །དགའ་དང་ལྡན་པའི་མིག་གིས་  
བལྟ། །ཆོག་གི་བདུད་རྩི་འཕྱང་བ་བཞིན། །གྲུས་པ་བསྐྱེད་ཅིང་རྩི་གཅིག་  
བཏུད། །རབ་ཏུ་དང་ལ་དྲི་མེད་ཡིད། །ནད་པས་སྦྱོན་པའི་ཆོག་མཉན་བཞིན། །  
རིམ་གྱོ་བསྐྱེད་དེ་ཆོས་ཉོན་ཅིག །ཅེས་གསུངས། དེ་ནས་སུ་དྲ་སའི་བྱས་རྩོ་  
ལེབ་མཐོན་པོ་ཞིག་གི་སྟངས་དུ་ཁོ་རང་གི་སྦྱོད་གཡོགས་བཏིང་། དེ་ལ་རྒྱལ་  
སྐས་ལྷ་བ་བཞུགས་སུ་བཅུག །ཁོ་རང་དེའི་མདུན་དུ་བསྐྱེད་ནས་ཞལ་རས་  
ལ་བལྟས་ཏེ་འཕགས་པ་ད་གསུངས་ཤིག་བེར་རོ། །རྒྱལ་སྐས་ལྷ་བས། དམ་  
པ་དག་དང་ལན་གཅིག་ཅུམ། །རྩི་ལྟར་འདོད་པ་འཕྲད་གུང་བུང་། །འདིས་  
པར་བྱ་བ་མི་དགོས་པར། །རབ་ཏུ་བཟོན་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །ཞེས་སོགས་  
ཆོས་གསུངས་པས་ཁོའི་རྒྱུད་དུལ་ནས་བཀའ་དྲིན་བསབ་སྤྱིར་བའི་དོན་  
དུ་རྒྱལ་པོའི་བྱ་དགུ་བཅུ་གོ་དགུ་བཅོན་དུ་བཅུག་ཡོད་པ་རྣམས་ཕུལ་ནས་

ཕྱིན་ཆད་བདེན་པའི་བརྟུལ་ཞུགས་འཛིན་པ། སེམས་ཅན་གསོད་པ་སྤོང་བ།  
མི་ཤ་བ་བ་རྣམས་སྤོང་བའི་དམ་བཅའ་སྤུལ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན།

དེས་ན་ཆོས་ཉན་པའི་ཆེ་རང་གི་ཤེས་རྒྱ་དང་ར་སྤོང་བྱེད་བཞིན་དུ་  
ཉན་ན་སྤྱད་སའི་བྱ་ལྟར་ཤེས་རྒྱ་ཤིན་ཏུ་རྩ་བ་པ་ཡང་རྒྱ་དུལ་བར་འགྱུར་  
ཞིང་། ཆོས་དང་སེམས་གཉིས་ལོགས་སུ་བྱས་ནས་ཉན་ན་སྤྱོད་མ་དེ་ཅམ་  
བཟང་ཡང་། གདམས་ངག་དེ་ཅམ་རྣེ་ཡང་རྒྱ་ལ་ཅུང་བད་ཅམ་ཡང་མི་པན།  
འགའ་ཞིག་གིས་ཆོས་ཉན་པའི་ཆེ་རང་གི་སྤྱོད་མ་ཤེས་པ་དང་། མ་ཐོས་པ་  
དེ་འདྲ་གསུངས་སྟམ་ནས་ཉན་པ་དེ་འདྲས་ཤེས་རྒྱ་ལ་མི་པན། འགའ་ཞིག་  
གིས་གདམས་ངག་གི་བཅ་གནད་རྣམས་ལ་ནན་ཏན་དུ་མི་བྱེད་པར་གཏམ་  
རྒྱུ་སྟེན་པོ་སོགས་ལ་ཡིད་གཏོད་པར་བྱེད་པ་དཔེར་ན་སྤོང་རྒྱལ་མཆོག་  
བསྐལ་བཟང་རྒྱ་མཆོས་ལམ་རིམ་གསུངས་པའི་སྐབས་མི་ཞིག་གིས་དེ་  
རིང་སྤོང་སྤོང་ཆེན་པོ་བྱང་འཕན་ཡུལ་མ་ཡི་སྤྱ་མཁར་བེར་བ་ལྟན་བྱུང་རྫོང་  
རེད་གསུངས་བྱང་བེར་བ་ལྟ་བུར་མ་སོང་བ་དགོས། འགའ་ཞིག་སྤྱོད་མས་  
གང་གསུངས་གཞུང་དང་མ་ཐུན་མི་མ་ཐུན་བརྟགས་ནས་སྤྱོད་མ་ལ་ཞུས་དག་  
བྱེད་པ་ལྟར་ཉན། སྤྱོད་མ་ཆེ་སྤོང་ཡོངས་འཛིན་རིན་པོ་ཆེས་དེང་སང་གི་  
སྤོབ་མ་རྣམས་སྤྱོད་མ་ལ་ཞུས་དག་བྱེད་མཁན་དང་འདྲ་ཞེས་གསུངས། དེ་  
འདྲའི་རིགས་ཀྱི་རྒྱ་ལ་གཏན་ནས་མི་པན་པས་རང་གི་རྒྱ་ཐོག་ཏུ་འགོལ་  
བཞིན་ཉན་པ་གལ་ཆེ། དེས་ན་བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་འདི་སྤྱོད་མས་འཆད་པའི་  
ཆེ་ནའང་ཆོག་སྤོང་གཙོད་པ་གཙོ་བོར་མི་བྱེད་པར་སྤོབ་མའི་རྒྱ་ལ་འདུལ་



ཐབས་གཙོ་ཐོར་བྱས་ནས་བཤད། ཉན་མཁན་སྟོབ་མ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཉན་  
ལུགས་གོང་གི་དེ་འདྲ་མི་བྱེད་པར་གང་གསུངས་ཐམས་ཅད་རང་གི་རྒྱད་  
ཐོག་ཏུ་བཀལ། རང་རྒྱད་འདུལ་བ་གཙོ་ཐོར་བྱས་ནས་ཉན་དགོས། དེ་ལྟར་  
བྱས་ན་རྟོགས་པའི་སྟེ་དང་པོ་ཆོས་གལ་འདིར་སྐྱེ་བ་ཡིན། ལྷ་མས་ཀྱང་ཆོས་  
ཁྲིའི་སྟེང་ནས་བཤད་པ་ལྟ་བུ་ཤིག་ཏུ་གདན་དྲངས་ཇ་ལུལ་ནས་ཁྱེས་ཀྱང་མི་  
ཡོང་། སྟོབ་མས་ཀྱང་ཆོས་གལ་དུ་ཡིད་འཁུལ་བ་ལྟ་བུ་སྟོག་ཏུ་སྟོབ་སྟོབ་བ་  
ལ་ཡང་མི་འབྱུང་བ་ཡིན། སྟོན་དགེ་བཤེས་པོ་རྟོ་བས་ཆོས་གང་གསུང་དང་  
ཐ་ན་བྱ་སྐྱུང་གསུངས་པ་ཚུན་ཀྱང་སེམས་ལ་ཤིན་ཏུ་པན་པ་ཞིག་ཡོད་ཅིང་།  
དེའི་ཆེ་དགེ་བཤེས་ཆོས་ཀྱི་འོད་ཟེར་ཞེས་པ་མཁས་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་  
པས་གདམས་ངག་ཟབ་ལ་རྒྱས་པ་ཇི་ཅུ་མ་གསུངས་ཀྱང་སེམས་ལ་མི་པན་  
པར་ཚུལ་དེ་འགའ་ཞིག་གིས་པོ་རྟོ་བ་ལ་ཁྱེས་པར། པོ་རྟོ་བས་ཁོང་གིས་  
ལེགས་པར་བཤད་པ་འབའ་ཞིག་གསུངས་པ་ཡིན་ཀྱང་ངོས་གཉིས་ཀྱིས་  
འཆད་ལུགས་ཀྱི་བྱད་པར་ཡིན་གསུངས། དེ་ཇི་འདྲ་ཡིན་ཁྱེས་པར། ཁོང་  
གིས་ཤེས་བྱ་གཏན་ལ་འབེབ་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་གསུངས། དེད་ཀྱིས་  
ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མདེལ་ཅེ་ནང་དུ་བསྟན་ནས་བཤད་པའི་བྱད་པར་ཡིན་  
གསུངས། ཇེས་སུ་གསུང་དེ་དགེ་བཤེས་ཆོས་ཀྱི་འོད་ཟེར་གྱིས་གསན་ནས་  
པོ་རྟོ་བའི་བྱད་དུ་ཆོས་གསན་པར་ཐེབས་པར་བྱགས་རྒྱད་ལ་ཤིན་ཏུ་པན་  
པ་བྱུང་སྟེ་སྤར་མ་ཤེས་པ་ཞིག་ཤེས་རྒྱ་མ་བྱུང་ཡང་། སྤར་མ་གོ་བ་ཞིག་གོ་  
རྒྱ་བྱུང་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དགོས་པ་རེད། དེས་ན་དགེ་བཤེས་སྟོན་པའི་

ཞལ་ནས། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྤྲུལ་བྱ་བ་བཤད་པ་ན་འབྲམས་སྐྱེས་པར་གོ་བ་སྐྱེད་  
ལ་ལག་ཏུ་ལེན་པ་ན་བསྟན་པའི་ཐ་མ་ལ་གང་པན་དང་ཐད་ཀར་དོན་དུ་གང་  
འགྱུར་སྟོན་པ་ཞིག་དགོས་ཞེས་གསུངས་པ་ཡང་འདི་ལྟ་བུ་ལ་བྱ་དགོས། དེ་  
ཡང་བསྟན་པའི་ཐ་མ་ཞེས་པ་ལ་གསུངས་ལུགས་སྣ་ཆོག་སྣ་ཡོད་ཀྱང་བདག་  
གི་སྤྲུལ་རིན་པོ་ཆེའི་གསུང་རྒྱན་ལ་ཆོས་མང་དུ་བཤད་ཀྱང་ཆོས་བསྟན་  
པའི་མཛུགས་གི་འགག་སྒྲོམ་སྒྲོབ་མའི་རྒྱུད་ལ་གང་པན་ཞིག་དགོས་པ་ལ་  
བྱེད་གསུངས། ས་བཅད་འདི་འཆད་ཉན་ལམ་དུ་གཏོང་བའི་མན་ངག་སྟེ་སྤར་  
ཞུས་པ་ལྟར་འདི་ནས་འབྲུག་ས་ན་ཆོས་གཅིག་ནས་འབྲུག་ས་ན་བཙོ་ལྷའི་  
བར་ཞེས་བེར་བ་ལྟར་ཆོས་ཐབ་ལ་རྒྱས་པ་ནི་ཅ་མ་ཐོས་ཀྱང་ལྟ་བུ་དུ་  
བབས་པ་ལྟར་གྱུར་ནས་ཆོས་དེ་ཉིད་ཉོན་མོངས་པའི་གྲོགས་སུ་འགོ་བ་ཆེས་  
མང་བར་སྤང་བས་འདི་ལ་ནན་ཏན་བྱེད་པ་གལ་ཆེ་གསུངས།

གཉིས་པ།

ཆོས་བཤད་པའི་ཚུལ་ལ་བཞི།

ཆོས་བཤད་པའི་པན་ཡོན་བསམ་པ།      སྟོན་པ་དང་ཆོས་ལ་རིམ་གྱོ་  
བསྐྱེད་པ།      བསམ་པ་དང་སྦྱོར་བ་ནི་ལྟ་བུས་བཤད་པ།      དུལ་གང་ལ་བཤད་  
པ་དང་མི་བཤད་པའི་བྱེད་པར་རོ།      །དེའི་དང་པོ་ཆོས་བཤད་པའི་པན་ཡོན་  
བསམ་པ་ནི།      ཆོས་འཆད་པ་པོས་ཀྱང་མཛོད་ལས།      ཆོས་སྦྱིན་ཉོན་མོངས་  
ཅན་མིན་པས།      །མདོ་སོགས་ཡང་དག་ནི་བཞིན་སྟོན།      །ཞེས་གསུངས་པ་

ལྟར་ཆོས་སྦྱིན་ཉོན་མོངས་ཅན་དུ་མི་འགྱུར་བ་གལ་ཆེ།      དེ་ནི་འབྲུལ་བ་  
སོགས་ཨེ་ཡོང་སྟམ་པ་རྟེན་པ་ལ་རེ་བ་དང་།      སྟོབ་མ་མང་པོས་བཀྱར་སྟེ་  
སོགས་ཨེ་ཡོང་སྟམ་པ་དང་།      མཁས་གྲགས་དང་སྟོན་གྲགས་སོཾ་ཨེ་ཡོང་  
སྟམ་པས་འཆད་ན་པན་ཡོན་ལས་ཉེས་དམིགས་ཆེ་ཞིང་བསོད་ནམས་ཆེན་  
པོ་ཉམས་ནས་འགྲོ་བ་ཡིན།      བ་ན་རྣམ་སྟོན་ཅམ་ལ་ཡང་མི་བལྟ་བར་སྟོང་རྗེ་  
ཆེན་པོས་སྟོབ་མ་ལ་ཨེ་པན་རེ་བས་འཆད་པ་ཞིག་དགོས།      ལུ་བཟང་རྗེ་ཡེ་  
ཤེས་རྒྱ་མཚོས།      ཆོས་བཤད་དབང་བསྐྱར་བྱེད་དུས་རྣམ་དཔྱོད་འབྲེལ་ཞིག་  
འདུག་སྟེ། །འབྲུལ་བ་ཨ་ཉན་བྱེད་དུས་བསམ་པ་གཏིང་ནས་སྦྱོ་འདུག། །ཅེས་  
གསུངས་པ་ལྟ་བུར་མ་སོང་བ་དགོས།      དེ་ལྟར་བཟང་བཟང་ལ་མི་བལྟ་བར་ཆོས་  
འཆད་པ་ནི་པན་ཡོན་ཆེ་སྟེ།      ལྟག་བསམ་བསྐྱལ་བའི་མདོ་ལས།      བྱམས་པ།  
ཉི་ཤུ་པོ་འདི་ནི་བཟང་བཟང་མེད་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྦྱིན་པ་རྟེན་པ་དང་བཀྱར་སྟེ་མི་  
འདོད་པར་ཆོས་ཀྱི་སྦྱིན་པ་སྦྱིན་པ་གང་ཡིན་པ་དེའི་པན་ཡོན་ཡིན་ཏེ།      ཉི་  
ཤུ་གང་ཞེ་ན་འདི་ལྟ་སྟེ།      དམ་པ་དང་ལྡན་པར་འགྱུར་བ་དང་།      སྟོ་གྲོས་དང་  
ལྡན་པར་འགྱུར་བ་དང་།      སྟོ་དང་ལྡན་པར་འགྱུར་བ་དང་།      བརྟན་པ་དང་ལྡན་  
པར་འགྱུར་བ་དང་།      ཤེས་རབ་དང་ལྡན་པར་འགྱུར་བ་དང་།      འཇིག་རྟེན་ལས་  
འདས་པའི་ཤེས་རབ་རྗེས་སུ་རྟོགས་པར་འགྱུར་བ་དང་།      འདོད་ཆགས་རྒྱུ་  
བར་འགྱུར་བ་དང་།      ཞེ་སྤང་རྒྱུ་བར་འགྱུར་བ་དང་།      གཏི་ལྷག་རྒྱུ་བར་  
འགྱུར་བ་དང་།      བདུད་ཀྱིས་དེ་ལ་སྒྲགས་མི་རྟེན་པར་འགྱུར་བ་དང་།      སངས་  
རྒྱུས་བཙུམ་ལྡན་འདས་རྣམས་ཀྱིས་དགོངས་པར་འགྱུར་བ་དང་།      མི་མ་ཡིན་

བ་རྣམས་དེ་ལ་སྤང་བར་འགྱུར་བ་དང་། ལྟ་རྣམས་དེ་ལ་གཟི་བྱིན་སྦྱེད་པར་  
 འགྱུར་བ་དང་། མི་མང་འབ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་ལ་སྤྲལ་ས་རྟེན་པར་མི་འགྱུར་བ་  
 དང་། དེའི་མང་འབ་ཤེས་རྣམས་མི་བྱེད་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཆོག་བཙུན་  
 པར་འགྱུར་བ་དང་། དེས་མི་འཇིགས་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཡིད་བདེ་  
 བ་མང་བར་འགྱུར་བ་དང་། མཁས་པས་བསྐྲལ་ས་པར་འགྱུར་བ་དང་། དེའི་  
 ཆོས་ཀྱི་སྦྱིན་པ་དེ་ཡང་རྗེས་སུ་བྱ་བ་པོས་པར་འགྱུར་བ་སྟེ། ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར་པན་ཡོན་ཉི་ཤུ་འབྱུང་། དེའི་དང་པོ་བྱ་བ་དང་ལྡན་པ་ནི།  
 ཆོས་མི་བརྗེད་པ་དང་། སློ་བྱོས་དང་ལྡན་པ་ནི་དོན་དམ་སྒྲིམ་བྱུང་གིས་ངེས་  
 པ་དང་། སློ་དང་ལྡན་པ་ནི་ཀྱན་རྫོབ་བསམ་བྱུང་གིས་ངེས་པ་དང་། བཏྱན་པ་  
 དང་ལྡན་པ་ནི་མི་འཕྲོག་པ་དང་། ཤེས་རབ་དང་ལྡན་པ་ནི་ཆོགས་སྦྱོར་གྱི་  
 སྐབས་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་པའི་ཤེས་རབ་དང་། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཤེས་  
 རབ་ནི་མཐོང་སྒྲིམ་གྱི་སྐབས་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཡིན་ཚུལ་དང་། ཉི་ཤུ་པོ་འདི་ལ་  
 རྒྱ་མཐུན་གྱི་འབྲས་བུ་དྲུག །བྲལ་འབྲས་བཞི། བདག་འབྲས་དགུ། རྣམ་སྦྱིན་  
 གྱི་འབྲས་བུ་གཅིག་བཅས་ཡོད་ཚུལ་སོགས་རྒྱས་པར་གསུངས། པན་ཡོན་  
 གཞན་ཡང་དག་ཤུལ་ཅན་གྱིས་ཞུས་པའི་མདོ་ལས། བྱིས་པས་བཟང་བྱེད་  
 དཔག་ཏུ་མེད་པ་བྱིན་པ་བས། རབ་ཏུ་བྱུང་བས་ཆོས་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་  
 གཅིག་ཙམ་བྱིན་པ་བསོད་ནམས་ལྷག་པར་གསུངས་སོ། །དེ་ལྟར་པན་ཡོན་  
 དེ་རྣམས་བྱ་བ་ནས་དེ་རྣམས་བདག་གི་བདེ་བའི་ཡོ་བྱད་དོ་སྦྱོམ་ནས་འཆད་  
 དགོས། པན་ཡོན་འདི་རྣམས་ཆོས་ཁྲིའི་སྟངས་ཆོས་བཤད་པ་ཁོ་ན་ཙམ་

མིན་པར་དགོ་ཀྱན་ལྟ་བུས་དགོ་ཕྱག་ལ་དཔེ་ཆ་ཚུལ་བཞིན་བེད་པ་ཚུན་ལ་  
ཡང་འབྱུང་། ཆོས་འདོན་ལྟ་བུའི་ཆེ་ཡང་མཐའ་སྐྱོར་དུ་ལྟ་སྟུང་། མི་མ་ཡིན་  
སོགས་མང་དུ་འདུས་པ་ལ་འཆད་པར་མོས་པས་བཏོན་ན་པན་ཡོན་དེ་ལྟར་  
འབྱུང་། དཔེ་ཆ་འཛིན་སྐྱོར་བྱེད་པའི་ཆེ་ཡང་དེ་དང་འདྲ། གཞན་ལ་སྐྱད་ཆ་  
བཤད་པ་ཚུན་ཆད་དུ་ཡང་སྒྲུང་དོར་གྱི་གནད་བསྟན་ན་པན་ཡོན་བྱེད་པར་  
ཅན་འབྱུང་། འོན་ཀྱང་སྒྲ་མར་འགོ་མི་འགོའི་བྱེད་པར་ནི་ཡོད་གསུངས།

གཉིས་པ་སྟོན་པ་དང་ཆོས་ལ་རིམ་གྱོ་བསྐྱེད་པ་ནི། དྲགས་པོ་དག་  
དབང་གྲགས་པས། རྒྱལ་ཡུམ་གསུང་ཆེ་སྟོན་པས་ཉིད་གདན་བཤམས།  
། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བཅོམ་ལྡན་འདས་གྱིས་ཤེར་ཕྱིན་གྱི་མདོ་སྡེ་  
གསུངས་པའི་ཆེ་ན་ཉིད་གྱི་ཕྱག་མཆོན་བཟང་དཔེ་བྱེད་གྱིས་བརྒྱན་པ་  
གསེར་གྱི་ཡལ་འདབ་བརྒྱང་བ་ལྟ་བུས་ཆོས་འཆད་པའི་གདན་བཤམས་  
པར་མཛད་པ་སོགས་ཆོས་ནི་སངས་རྒྱས་གྱིས་ཀྱང་བཀྱར་བའི་ཞིང་ཡིན་  
པས་གྲུས་པ་ཆེན་པོས་འཆད་དགོས། དེ་བཞིན་དུ་བཀའ་བསྟུང་དང་པོའི་ཆེ་  
ཡང་དག་བཅོམ་པ་ལྟ་བུའི་སྐུ་སྐྱར་བཅེགས་པའི་སྟེང་དུ་ཀྱན་དགའ་བོ་  
སོགས་བཞུགས་ནས་གསུངས་པས་ཆོས་གྱི་ཆེ་བ་དེ་ལྟ་བུ་མཛད་པ་རེད།  
གཞན་དུ་ཆོས་གོས་སོགས་སངས་རྒྱས་གྱི་ན་བཟའ་ཡིན་པས་གཟན་གྱིས་  
འཕྲི་བརྒྱར་གཏོང་བ་དང་། གདན་དུ་བཏོང་བ་སོགས་བྱེད་མཁན་མང་ཡང་  
ཤིན་ཏུ་ནས་མི་རུང་། ཆོས་གྱི་ཆེ་བའི་ཆེད་ནི་དེ་ལྟར་དགོས། སྟོན་པའི་ཡོན་  
ཏན་དང་བཀའ་བློན་བློན་ནས་ཀྱང་གྲུས་པ་བསྐྱེད་དགོས།

གསུམ་པ་བསམ་པ་དང་སྒྲིབ་བ་ནི་ལྟ་བུས་བཤད་པ་ལ། བསམ་པ་ནི།  
 དྲགས་པོ་དག་དབང་གྲགས་པས། དཔེ་མཚུང་བདག་ཉིད་སྒྲིག་དང་འཆད་  
 པས་ངལ། །གཞན་སྒྲིབ་སྒྲིབ་དང་ཕྱི་བཞེས་ཕྱག་དོག་སྤང་། །འཁོར་ལ་བྱམས་  
 བསྐྱོམ་འདུ་ཤེས་ལྡན་ཟེན་པས། །ཚུལ་བཞིན་བསྟན་དགོ་བདེ་བའི་ཡོ་བྱད་  
 བསམ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གདམས་ངག་གི་གནད་གལ་ཆེ་བ་རྣམས་  
 སེར་སྒྲུབ་བྱས་ཏེ་མི་སྒྲིབ་པའི་དཔེ་མཚུང་དང་། ཆོས་འཆད་པའི་ཞོར་ལ་ངས་  
 གྲང་སྒྲར་འདི་དང་འདི་བྱས་ཞེས་བདག་ཉིད་སྒྲིག་པ་དང་། འཆད་པས་ངལ་  
 བ་དང་། ཆགས་སྤང་གིས་ཀྱན་ནས་བསྤང་སྟེ་གཞན་གྱི་སྒྲིབ་བརྗོད་པ་དང་།  
 འཆད་མི་འདོད་པར་ཕྱི་བཞེས་གྱིས་ལེ་ལོ་བྱེད་པ་དང་། གཞན་མཐོ་བར་  
 དོགས་པའི་ཕྱག་དོག་སོགས་སྤངས་ཏེ་ཉན་པ་པོ་རྣམས་ལ་བྱམས་པ་དང་  
 སྒྲིབ་རྗེ་ཤྱགས་དྲག་པོས་འདུ་ཤེས་ལྡན་བཞག་སྟེ་བཤད་དགོས། འདུ་ཤེས་  
 ལྡན་ནི་རང་ལ་སྟན་པ། ཆོས་ལ་སྟན། ཉན་པ་པོ་ལ་ནད་པ་སོགས་སྤང་གྱི་འདུ་  
 ཤེས་དྲག་ནས་ནན་ཏན་ཉམས་སུ་སྤངས་པ་ལ་ནད་འཆོ་བའི་འདུ་ཤེས་མ་  
 གཏོགས་པའི་འདུ་ཤེས་གྱིས་ཟེན་ཅིང་ཚུལ་བཞིན་བསྟན་པའི་དགོ་བ་དེ་དག་  
 བདག་གི་བདེ་བའི་ཡོ་བྱད་དོ་སྟོམ་དུ་བསམ། འདུ་ཤེས་གཅིག་ཕྱེད་ནི་སྒྲིབ་  
 མ་རྣམས་གྱིས་ནན་ཏན་དུ་བྱ་དགོས་པ་ཡིན།

སྒྲིབ་བ་ནི་ལྟ་བུས་བཤད་པ་ནི། ལྷས་སོགས་གཙང་སྤྲོད་ལྡན་པས་  
 གོས་གསར་པ་གྲོན། ཁྱི་སྟན་མཐོན་པོ་ལ་འདུག །བཞིན་གྱི་མདངས་གསལ།  
 དོན་ངེས་པའི་ཕྱིར་དུ་དཔེ་དང་། ལྷང་དང་། གཏན་ཆིགས་དང་ལྡན་པར་



འཆད་དགོས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་བདག་ལྟ་བུ་ཁྱིམ་ཐོན་པོ་འདི་འདྲི་སྟེང་དུ་  
འདུག། །མཆོག་སྐུ་ལ་རྣམ་པ་འོག་ཏུ་དམའ་བར་བཞུགས་པ་རང་ཡང་ཤིན་  
ཏུ་མཆོར་ཞིང་དགའ་རྒྱ་མི་འདུག་ཀྱང་ཆོས་ཀྱི་ཆེ་བར་བསམས་ནས་སྟོང་  
ཁུལ་བྱས། དེང་སང་དབུས་གཙང་དུ་བྱག་བཞེས་མ་ཉམས་པར་ཡོད་པ་ཤིན་  
ཏུ་ལེགས་པོ་ཡིན། དེ་མིན་སྤྲ་ཆེན་འགའ་ཞིག་ནས་ཆོས་རྒྱན་སྤང་བ་ཡིན་  
ཞེས་སྤྲ་མ་ཁྱིམ་དམའ་བར་བཞག་ནས་ཆོས་ལུལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཡ་མཆོན་ཅན་  
ཡང་གསུངས། བཞིན་གྱི་མདངས་གསལ་ཞེས་པའང་སྟོབ་མ་ལ་འཇུག་དང་  
བཅས་ཏེ་འཆད་དགོས། འོན་ཀྱང་སྟོང་དོལ་སྤྲ་མ་རིན་པོ་ཆེས་བེད་བྱུག་བྱག་  
ཏུ་བསྐྱམས་ནས་བཀའ་བཀྱོན་མཛད་ཚུལ་ཀྱང་ཡོད། ས་བཅད་འཁྲུགས་  
ནས་འཆད་པ་སོགས་བྱིང་བྱིང་པོ་བྱ་རོག་གི་ཆོང་བཅའ་བ་ལྟ་བུ་དང་། དཀའ་  
གནད་རྣམས་བཞག་སྟེ་ལས་སྤྲ་བ་རྣམས་སྟོན་པ་མི་ཀླན་གྱིས་བས་བ་བ་  
ལྟ་བུ་དང་། དོན་གྱི་ངོ་བོ་ལེགས་པར་མི་ཤེས་པར་འོལ་ཆོད་གྱིས་སྟོན་པ་  
ལོང་བ་འཁར་བ་ལ་བཏེན་ཏེ་འགྲོ་བ་ལྟ་བུ་མི་རུང་། དེ་ཡང་བདག་གི་སྐྱབས་  
མཆོག་སྤྲ་མ་རིན་པོ་ཆེས་འདི་ལྟར་གསུངས་ཏེ་ཆོས་འཆད་པ་པོ་ཤིག་ནས་  
ཚུར་ཡོང་དུས་ཀྱན་སྟོང་ལེགས་པར་བཅོས། རང་གི་ཆོས་ཁྱིམ་སྟེང་དུ་ཆོས་  
གང་འཆད་པ་དེའི་རྩ་བ་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྲ་མ་རྣམས་མཐོ་བཅེགས་སུ་བཞུགས་པར་  
བསམས་ལ་ཁྱིམ་ལན་གསུམ་འཆོལ། དེ་ཐམས་ཅད་གཅིག་ལ་གཅིག་  
ཐིམ་གྱིས་རང་གི་རྩ་བའི་སྤྲ་མར་ཐིམ། རང་ཆོས་ཁྱིམ་སྟེང་དུ་འཛེགས་པ་ན་  
སྤྲ་མ་རང་ལ་བསྟེམ། ཁྱིམ་འདུག་ཁར་སྐར་མ་རབ་རིབ་མར་མེ་དང་། །ཞེས་

སོགས་མི་རྟག་པའི་ཆོག་བཏོན་ཅིང་སེ་གོལ་གཏོག་སྟེ་འདི་ལྟ་བུ་མི་རྟག་པ་  
 སྐད་ཅིག་མ་ཡིན་སྟུང་དུ་ཁེངས་སེམས་བེལ་གྱིས་གཞོན་དགོས། དེ་མིན་ཁྱི་  
 མཐོན་པོའི་སྟེང་དུ་འདུག་སྐབས་ད་རེས་རང་ཨ་པོ་ད་ཡིན་སྟུང་དུ་རྒྱལ་སྟེ་  
 ཡོང་གསུངས། དེ་ནས་བདུད་ཆར་གཙོད་པའི་སྒྲགས་འདོན་པར་གསུངས་  
 གྲང་བྱག་བཞེས་སུ་དེའི་དོད་དུ་ཤེས་རབ་སྟེང་པོ་སྟོག་པ་བཅས་མཛད། དེ་  
 ནས་སྟོར་བའི་ཆོས་དུག་རྟ་འདུར་དབྱངས་དང་བཅས་ཏེ་རྒྱས་པར་གསུངས་  
 པ་འདི་རྗེ་སྐབ་ཁང་པ་དགོ་ལེགས་རྒྱ་མཆོའི་བྱག་བཞེས་ཡིན། དེ་ཡང་  
 རྗེ་སྐབ་ཁང་པ་ཆེན་པོས་ལམ་རིམ་གསུངས་སྐབས་སྟོར་ཆོས་གདངས་  
 དབྱངས་རིང་པོར་གསུངས་པས་ཡུན་རིང་འགོར་བར། འགའ་ཞིག་གིས་  
 གསུང་བཤད་ཀྱི་ཡུན་ལ་གཞོད་པས་སྟོར་ཆོས་འདི་ལས་བསྐྱས་ཅམ་མཛད་  
 ན་ཞུས་པར། བྱིད་ཅག་ཅི་བེར་དངོས་གཞིའི་བཤད་པ་གནད་དུ་འགྲོ་མི་འགྲོ་  
 འདི་ལ་རག་ལས་པ་ཡིན་གསུངས་ནས་བསྐྱ་བར་མ་གནང་། སྐར་ཞུས་པ་  
 ལྟར་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་རྟོགས་པའི་སྟེ་དང་པོ་ཆོས་གྲལ་འདི་ནས་  
 ཞེ་སྟེ་རེ་བ་བྱེད་དགོས་པ་ལ། དེ་ལྟར་སྟེ་བ་ཆོགས་བསགས་སྟེ་སྟོང་དང་།  
 གསོལ་འདེབས་སོགས་ལ་རག་ལུས་པའི་ཆེད་དུ་དགོངས་པ་ཡིན་པས་  
 སྟོར་ཆོས་ཀྱི་སྐབས་ཁ་ཡོངས་མིག་ཡོངས་ཡུན་བསྐྱག་མི་བཟོད་པ་སོགས་  
 མི་བྱེད་པར་ཆོས་ལུན་འདིའི་རིང་གི་དམིགས་སྟོར་གྱི་ཉམས་སྟོང་ཆོས་  
 གྲལ་འདི་རང་ལ་སྟེ་བའི་ཆེད་དུ་བསགས་སྟེ་དང་གསོལ་འདེབས་ནན་ཏན་  
 དུ་བྱེད་པ་གལ་ཆེ། དེ་ནས་མཇུག་གྱུར་ནས་བྱག་དཔེ་དབྱེ་ལ་གཏུགས་ནས་

ཀུན་སྟོང་འཆོས་པ་དང་། རྒྱུད་ལ་པན་པའི་སྤྱགས་སྟོན་མཛད་པ་འདི་ཡང་  
རྗེ་སྤྱབ་ཁང་པ་ཆེན་པོས་སྤྱག་དཔེའམ་དབུ་ཞུ་ཞལ་རས་ལ་བཀའ་སྟེ་སྤྱགས་  
སྟོན་མཛད་པའི་སྤྱག་བཞེས་ལྟར་ཡིན། དེ་ནས་སངས་རྒྱས་ཆོས་ཆོགས་  
མའི་སྤྱབས་སྤྱ་མས་བདག་གིས་ཆོས་སྦྱིན་ཞེས་པ་དང་། སྟོབ་མས་བདག་  
གིས་ཆོས་ཉན་བགྱིས་པ་ཞེས་ཁ་བསྐྱར་དགོས་པ་ཡོངས་གྲགས་ལྟར་ཡིན།  
དེ་ནས་ལམ་རིམ་གང་གནང་གི་བཙེ་བཞག་རབ་ཏུ་ཉིན་ཐམས་ཅད་དང་། དེ་  
མིན་ཉིན་གཅིག་གཉིས་གསུམ་སོགས་གང་རུས་གཏོང་ཞིང་སྟོབ་མའི་གཙོ་  
བོ་ཞིག་གིས་ཡར་སྐྱོར། བཙེ་བཞག་གནང་བ་སྤྱབས་མ་འགྲིགས་ཀྱང་། སྤྱག་  
བཞེས་འདི་ལྟར་ཡིན་ཞེས་ངེས་པར་གསུང་དགོས། དེ་ནས་ཆོས་འཆད་  
ཀྱི་སྤྱག་རྒྱ་དང་བཅས། ལྟ་དང་ལྟ་མིན་སོགས་གསུངས་པའི་ཆེ་བརྒྱ་བྱིན་  
སོགས་ལྟ་སྤྱོད་མི་མ་ཡིན་ཆོས་ཉན་པར་འདུ་བའི་མོས་པ་བྱེད། ལྟ་རྣམས་ས་  
ལ་འདུག་མི་བཟོད་པས་བར་སྒྲུང་ལ་བསྐྱད་ནས་ཉན་ཆོག་པའི་སྤྱ་མས་གནང་  
བ་སྦྱིན་པའི་མོས་པ་ཡང་བྱེད་དགོས་པར་གསུངས་པས་འདི་རྣམས་བསྟན་  
པའི་སྤྱགས་ཁུར་ཐེག་པའི་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱགས་ལ་འཇོག་པར་མཛོད།

བཞི་པ་ཡུལ་གང་ལ་བཤད་པ་དང་མི་བཤད་པའི་བྱེད་པར་ནི། སྦྱིར་  
འདུལ་བ་ལས། མ་གསོལ་བར་མི་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གསོལ་བ་  
མ་བཟུབ་པར་འཆད་དུ་མི་རུང་ཞིང་གསོལ་བ་བཟུབ་ནའང་དེ་མ་ཐག་མི་བྱེད་  
པར་བདག་གིས་ལེགས་པར་མི་ཤེས་པས་འཆད་མི་རུས་ཞེས་པ་དང་། བྱེད་  
ལྟ་བུའི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོའི་མདུན་དུ་བདག་གིས་རྗེ་ལྟར་བཤད་རུས་ཞེས་

ཁེངས་སྐྱུང་བ་དང་། གཞན་གྱི་མོས་པ་བརྟགས་ནས་གཞིན་སྟོན་དུ་རུང་བར་  
ངས་ན་འཆད་པར་བྱ་དགོས་པ་ཡིན་ཏེ། ཉིང་ངེ་འཇིན་གྱི་རྒྱལ་པོའི་མདོ་  
ལས། རབ་རྒྱས་བདག་གིས་མ་བསྐྱབས་ཞེས། །ཐོག་མར་ཆིག་དེ་བརྗོད་  
པར་བྱ། །ཁྱོད་ནི་ཤེས་ཤིང་མཁས་ཡིན་ན། །བདག་ཉིད་ཆེན་པོའི་མདུན་དུ་  
ནི། །བདག་གིས་རི་ལྟར་བཤད་རུས་ཞེས། །ཁྱོད་ཀྱིས་དེ་སྐད་བརྗོད་པར་བྱ།  
ཞེས་གསུངས། འོན་ཀྱང་དགོས་པ་ཁྱད་པར་ཅན་འགའ་ཞིག་ལ་མ་གསོལ་  
བར་འཆད་དགོས་པའང་ཡོད་པ་ནི། དེ་ཉིད་ལས། གལ་ཏེ་སྟོན་ནི་ཤེས་ལྟར་  
ན། །གསོལ་མ་བཟུང་ཀྱང་བཤད་པར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཀྱན་  
སྟོན་གྱི་ཁྱད་པར་འདུག་པ་ལ་འབྲེང་སྟེ་མི་བཤད་པ་དང་། ཉལ་བ་ལ་འདུག་  
སྟེ་མི་བཤད་པ་དང་། སྟན་མཐོན་པོ་ལ་དམའ་བ་ནས་མི་བཤད་པ་སོགས་ཉི་  
ཤུ་ཙམ་འདུལ་བ་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་མཛད་དགོས་གསུངས།

གོང་གི་ས་བཅད་གསུམ་པ་མཇུག་ཏུ་ཐུན་མོང་དུ་རི་ལྟར་བྱ་བ་ནི།

གཏང་རག་གི་མཆྐལ་གྱི་མཇུག་ཏུ་ཆོས་ཉན་བཤད་བྱས་པའི་དགེ་ཙམ་  
རྣམས་རིང་འབད་མ་སོགས་ཀྱི་སྟོན་སྐྱོན་བསྟན་པ་རྒྱས་པའི་རྒྱ་དང་། རྫོགས་  
བྱང་གི་རྒྱར་བསྟོ་བར་མཛད་ཅིང་། གྲོལ་བའི་ཆེ་སྤེབས་ལུང་མི་བྱེད་པར་སྒྲ་  
མ་དང་ཆོས་ལ་འབྲེང་བཞིན་དུ་རིམ་གྱིས་རིམ་གྱིས་གྲོལ་བ་སྤྱད་ལེན་ཡིན་  
གསུངས་སོ།།

༥ ཉིན་བཞི་པར། དཔལ་ལྷན་ལྷ་བ་གྲགས་པས། གང་ཆེ་རང་དབང་  
འཇུག་ཅིང་མ་ཐུན་གནས་པ། །གལ་ཏེ་འདིར་བདག་འཇིན་པར་མི་བྱེད་ན། །  
གཡང་སར་ལྷང་བས་གཞན་དབང་འཇུག་འགྱུར་བ། །དེ་ལས་སྤྱི་ནས་གང་  
གིས་སྟོང་བར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རང་ཅག་རྣམས་མི་ཁོམ་པའི་  
གནས་ལས་ཐར་ཏེ་དལ་འབྱོར་གྱི་ཉེན་ཐོབ་ནས་ཆོས་བྱེད་པའི་རང་དབང་  
ཡོད་པའི་སྐབས་འདིར་གཏན་གྱི་མདུན་མ་ཞིག་མ་བསྐྱབས་ན་སྤྱི་ནས་  
ངན་སོང་གི་གཡང་སར་ལྷང་། སྤྱག་བསྐྱེད་གྱི་གཞན་དབང་དུ་གྱུར། ཆོས་  
ཀྱི་སྤྱི་ཙམ་ཡང་ཐོས་པའི་སྐལ་བ་མེད་པའི་གནས་སུ་ལྷང་ན། ངན་སོང་དེ་  
ལས་སྟོང་བའི་ཐབས་ཙམ་ཡང་སྤྱས་བྱེད། དེ་བས་རང་དབང་ཡོད་པའི་  
སྐབས་འདིར་ཅི་ནས་ཀྱང་གཏན་གྱི་མདུན་མ་ཞིག་བསྐྱབ་པར་བྱ། དེ་ཡང་  
ལམ་གྱི་རིམ་པ་འདི་ལྟ་བུ་ལས་འབྱུང་བ་ཡིན་པས། བདག་གིས་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་བྱ། དེའི་ཕྱིར་  
དུ་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་ཁྲིད་ཉན་ཏེ་ཉམས་སུ་ལེན་སྟམ་པའི་ཀྱན་སྟོང་  
གསལ་བཏབ་སྟེ་གསན་པར་བྱ། གང་གསན་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ནི། སྐལ་ལྷན་  
ཀྱི་སྤྱི་ས་བུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་བཀོད་པའི་ཐེག་པ་མཆོག་གི་ཆོས་ལུགས་  
ཞེས་སོགས་ནས་ས་བཅད་བཀྲམ་པའི་བར་སྐར་ལྟར་ལ། །ཁ་སང་གི་བཤའ་  
པ་རྣམས་ལ་སྐར་བཤའ་མདོར་བསྐྱས་གསུངས་ནས། དེ་རིང་གི་བཤའ་པ་  
ལ། བཞི་པ།

གདམས་པ་དངོས་ཀྱིས་སློབ་མ་ཇི་ལྟར་བཀྱི་བའི་རིམ་པ་ལ་གཉིས།

ལམ་གྱི་རྩ་བ་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པའི་ཚུལ་དང་།

བསྟེན་ནས་སློབ་ཅི་ལྟར་སྦྱང་བའི་རིམ་པའོ། །དེ་ཡང་རྗེ་བཙུན་ཙོང་ཁ་བ་  
ཆེན་པོའི་གསུང་གི་ས་བཅད་འདྲེན་ཚུལ་ཙམ་ལ་ཡང་ཉམས་ལེན་གྱི་གནད་  
ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་སྟོན་ཏེ། ལམ་གྱི་རྩ་བ་ཞེས་གསུངས་པ་ནི། དཔེར་ན་ཤིང་གི་ལོ་  
འབྲས་སོགས་ཐམས་ཅད་རྩ་བ་ལ་རག་ལས་པ་ལྟར། དལ་འབྱོར་རྟེན་དཀའ་  
ནས་མི་སློབ་པའི་བྱང་འདུག་གི་བར་གྱི་ཉོགས་པའི་ཉམས་སྦྱོང་ཐམས་ཅད་  
བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་ཁོ་ན་ལ་རག་ལུས་པར་བསྟན། བསྟེན་ནས་སློབ་ཅི་  
ལྟར་སྦྱང་བ་ཞེས་པའི་ནས་ནི་འབྲུང་ཁུངས་ཀྱི་སྐྱ་ཡིན་པས་བཤེས་གཉེན་  
ཚུལ་བཞིན་བསྟེན་པ་ལས་དལ་འབྱོར་ནས་བྱང་འདུག་གི་བར་འབྲུང་བར་  
བསྟན་ཅིང་། དེས་ན་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་ནི་ཐོག་མར་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ།  
ས་བཅད་དང་པོ་གསུམ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལྟར་ཡིན་ཀྱང་། འདི་མན་གྱི་ས་  
བཅད་ནམས་དམར་བྲིད་ལྟར་ཡིན་པས་ཆེན་མོའི་ས་བཅད་དང་མི་འདྲ།

དེས་ན་དང་པོ་ལམ་གྱི་རྩ་བ་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པའི་ཚུལ་ལ་གཉིས།  
ཐུན་གྱི་ངོ་བོ་ལ་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་དང་། ཐུན་མཚམས་སུ་ཇི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་  
ལོ། །ས་བཅད་ཐུན་དང་ཐུན་མཚམས་སུ་སྦྱེ་བ་འདི་ནི་ཤིན་ཏུ་གནད་ཆེ་  
སྟེ། མི་ཆེ་ཁྱིལ་པོའི་བྱ་བ་ཉིན་ཞག་སྟགས་རེའི་ནང་དུ་འདུས་ཤིང་། ཉིན་



ཞག་སྤྱགས་གཅིག་པོ་དེ་ཐུན་དང་ཐུན་མཚམས་གཉིས་སུ་འདུ་བས་སློ་  
གསུམ་གྱི་བྱ་བ་ཐུན་དང་ཐུན་མཚམས་གཉིས་སུ་བསྐྱས་ནས་ཐུན་དང་ཐུན་  
མཚམས་གཉིས་པོ་དོན་ལྡན་དུ་བྱས་ན་ཉིན་ཞག་སྤྱགས་རེ་དོན་ལྡན་དུ་འགྲོ།  
དེ་འདས་ལྷ་བ་དང་ལོ་སོགས་མི་ཆེ་ཉིལ་པོ་དོན་ལྡན་དུ་འགྲོ་བ་ལ་གནད་ཆེ།  
དེ་ལྟར་དང་པོ་ཐུན་གྱི་ངོ་བོ་ལ་ཇི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་ལའང་། སློར་བའི་ཆོས།  
དངོས་གཞི་ཇི་ལྟར་བསྐྱར་བ་དང་། མཐུག་ཏུ་ཇི་ལྟར་བྱ་བའི་རིམ་པ་དང་  
གསུམ། དེ་ཡང་སློར་བ་ལ་གལ་ཚུང་དུ་བྱེད་མི་ཉན་ཏེ། དཔེར་ན་རྩ་ཞིམ་པོ་  
ཞིག་བཟོ་བ་ལ་ཐོག་མར་ཉི་དུས་ནས་ནན་ཏན་བྱེད་དགོས་པ་བཞིན་དངོས་  
གཞིའི་ཉམས་སྤྱོད་རྒྱད་ལ་སླེ་བའི་རྒྱ་ཆོགས་སློར་བའི་ཆོས་ལ་ནན་ཏན་  
བྱེད་དགོས།

དེས་ན་དང་པོ།

སློར་བའི་ཆོས་འདི་ལ་དུག །

སློར་བའི་ཆོས་དང་པོ།

གནས་ཁང་གྱི་དོར་བྱས་ལ་སྐྱ་གསུང་སྤྱགས་གྱི་ཉིན་དབྱམ་པ།

གཉིས་པ་མཆོད་པ་གཡོ་མེད་ཅིང་བཀོད་པ་མཛེས་པར་བཤམ་པ།  
གསུམ་པ་ཉན་བདེ་བ་ལ་ལུས་རྣམ་སྤང་གི་ཆོས་བདུན་ལྡན་དུ་འཁོད་དེ་

དགོ་སེམས་བྱུང་པར་ཅན་གྱི་ངང་ནས་སྐྱབས་སེམས་སོགས་བྱ་བ། བཞི་  
པ་ཆོགས་ཞིང་གསལ་འདེབས་པ། ལྷ་པ་བསགས་སྐྱུང་གི་གནད་བསྐྱུས་  
པ་ཡན་ལག་བདུན་པ་མཐུན་དང་བཅས་པ་འབྱུང་བ། དྲུག་པ་གསོལ་བ་  
འདེབས་པ་མན་ངག་བཞིན་རྒྱུད་དང་འདྲེས་ངེས་སུ་བྱ་བའོ།།

དང་པོ་གནས་ཁང་གི་དོར་བྱ་བ་འདི་སྒྲ་མ་གསེར་སྒྲིང་པའི་རྣམ་ཐར་  
ཡིན་ལ། འདིའི་ཁུངས་ནི་མདོ་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ས་སྤྱོད་གས་  
གཙང་མར་སྐྱེལ་མོ་ཀྱང་བཅས་ཏེ་ཞེས་གསུངས་པ་འདི་ཡིན། གྱི་དོར་བྱ་  
དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། དཔེར་ན་སྒྲ་མའམ་དཔོན་པོ་ཆེན་པོ་ཞིག་རང་གི་  
བྱིས་དུ་གདན་དྲངས་པ་ན་ཐོག་མར་གད་བདར་སོགས་ལེགས་པར་བྱེད་  
དགོས་པ་ལྟར། རང་གི་གནས་ཁང་དེར་ཡང་སྒྲ་མ་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་  
གདན་འདྲེན་པ་ལ་གྲུས་པར་བྱ་བའི་ཆེད་དུ་ཡིན། ཀྱན་སྦྲིང་རང་སྐྱིད་འདོད་  
དང་མཛེས་ཆོས་སོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་བྲས་ན་པོ་ཏེ་ལ་དང་། སེ་འབྲས་ཀྱི་གད་  
པ་ལྟར་པན་ཡོན་གང་ཡང་མི་འབྱུང་། དེ་ལྟར་མིན་པར་སེམས་ཅན་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་ཕྱིར་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་བྲིད་  
དམིགས་སྦྲིང་བའི་སྒྲོན་འགོ་ཆོགས་ཞིང་ལ་སྤྱི་ཞུ་དང་བཀྱར་སྒྲིའི་བསམ་པ་  
དང་ལྡན་པར་བྲས་ན་པན་ཡོན་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོ་འབྱུང་། མདོ་ལས་པན་ཡོན་  
ལྷ་གསུངས་ཏེ། རང་གི་སེམས་དང་བར་འབྱུར་བ་དང་། གཞན་གྱི་སེམས་  
དང་བར་འབྱུར་བ་དང་། ལྷ་རྣམས་དགའ་བར་འབྱུར་བ་དང་། མཛེས་པའི་  
ལས་གསོག་པ་དང་། ལུས་ཞིག་ནས་ལྷ་ཡུལ་དུ་སྐྱེ་བ་དང་ལྷ་ཡིན། དེ་ཡང་

བདག་གི་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེས། དཀར་ཕྱོགས་ཀྱི་ལྟ་རྒྱུ་མས་མི་ཡུལ་དུ་ཡང་དང་  
ཡང་དུ་འོངས་ནས་ཆོས་ཚུལ་བཞིན་སྐྱབ་པ་རྒྱུ་ལ་སྤྱང་སྐྱོབ་བྱེད་པ་ཡིན་  
པས་རང་གི་གནས་གཅོང་མ་མ་བྱས་པར་བསྐྱད་ན་ལྟ་རྒྱུ་མས་མི་གཅོང་བ་ལ་  
འཛེམས་པས་འཁོར་མི་རྒྱས་ཤིང་སྤྱང་སྐྱོབ་བྱེད་མི་རྒྱས། དཀར་ཕྱོགས་ཀྱི་  
ལྟ་རྒྱུ་མས་དགའ་བ་ཅེས་དུ་མ་བཟད་སྒྲ་མ་དང་སངས་རྒྱས་ལ་སོགས་པ་རྒྱུ་མས་  
ཀྱང་མཉེས་པ་ལ་བྱ་གསུངས། མཛེས་པའི་ལས་གསོག་པ་ཡང་ལུས་མཛེས་  
པ་ཅེས་མ་བཟད་ཚུལ་བྲིམས་དག་པ་ལའང་བྱ་སྟེ་ཚུལ་བྲིམས་དག་ན་ལུས་མི་  
མཛེས་ཀྱང་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་ཀྱི་གཟིགས་ངོར་ཤིན་ཏུ་མཛེས་པ་ཡིན། རྗེ་  
བཙུན་ཅོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས། སློ་དང་ལྡན་པ་རྒྱུ་མས་ཀྱི་ངོ་ཆའི་གོས། །ཚུལ་  
བྲིམས་ཡིན་ཀྱི་དུ་ཀླུ་ལ་ཡིས་མིན། །མགྱིན་རྒྱན་ལེགས་བཤད་ཡིན་ཀྱི་དོ་  
ཤལ་མིན། །གཙུག་རྒྱན་སྒྲ་མ་ཡིན་ཀྱི་ནོར་བུས་མིན། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་  
འབྲ། ལྟ་ཡུལ་དུ་སྐྱེ་བ་ཡང་གཙོ་བོ་དག་ཞིང་དུ་སྐྱེ་བ་ལ་བྱ་དགོས་གསུངས།

འཕགས་པ་ལམ་རྒྱུང་ཞེས་པ་ཡང་གནས་ཁང་གི་དོར་བུས་པ་ལ་བརྟེན་  
ནས་དབྱ་བཅོམ་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པ་རེད། དེའི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྐྱས་ཅེས་  
ཞུ་ན། མཉམ་ཡོད་དུ་བྲམ་ཟེ་ཞིག་གི་བྱ་བྱང་ཆོད་ཤི་བ་ན་དེའི་ཉེ་སྐོར་དུ་ཀན་  
མོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེས་ད་བྱ་བྱང་ན་ཁོ་མོ་སློན་ཅིག་བྲས་པ་ལྟར་ཡང་སྤྱེལ་  
ཞིག་བྱང་བར་ཀན་མོ་བོས་པ་དང་། དེས་སྤྱེལ་དེ་ཁྱས་བྲས་རས་དཀར་གྱི་  
དགྱིས། ཁ་མར་གྱི་བཀང་སྟེ་བྱ་མོ་ཞིག་གི་ལག་ཏུ་བྱིན་ནས། འདི་ལམ་པོ་  
ཆའི་བཞི་མདོར་བྱངས་ལ་དགོ་སྤྱོད་དང་བྲམ་ཟེ་བྱང་བ་ལ་གྲུས་པ་བྲས་ཏེ་

བྱེད་འདི་འཕགས་པ་དག་གི་ཞབས་ལ་བྱལ་འཆའ་ལོ། །ཞེས་གྱིས་ཞིག་  
 ཉི་མ་རྒྱབ་པ་ན་གསོན་ན་བྱེད་ཞོག །ཞི་ན་དོར་ཅིག་བྱས་པར། བྱ་མོ་དེ་  
 གྱིམས་པ་ཞིག་ཡིན་པས་ལམ་པོ་ཆེའི་བཞི་མདོར་བསྐྱད་པར། དང་པོ་ཟུ་  
 སྟེགས་པ་དག་བྱུང་བ་དེ་དག་ལ་ཀན་མོའི་དག་བཞིན་བྱས་པར། དེ་ནས་  
 གྱིས་ཡུན་རིང་དུ་འཆོ་བར་གྱུར་ཅིག །ཆེ་རིང་དུ་སྐྱོང་བར་གྱུར་ཅིག །པ་མ་  
 གཉིས་ཀྱི་ཡིད་ལ་བསམ་པ་རྫོགས་པར་གྱུར་ཅིག །ཅེས་བརྗོད་དོ། །དེ་ནས་  
 དགོ་སྐྱོང་དག་བྱུང་བས་སྤར་བཞིན་བརྗོད་དོ། །དེ་ནས་རྒྱལ་བྱེད་ཀྱི་ཆའ་གྱི་  
 ལམ་དུ་བྱེད་བ་དང་བཅོམ་ལྡན་འདས་བསོད་སྟོམས་སུ་གཤེགས་པ་མཇུག་  
 བས་ཀྱང་གཞན་སྤར་ལྟར་ལ། པ་མ་གཉིས་ཀྱི་ཆོས་དང་ལྡན་པའི་ཡིད་ལ་  
 བསམས་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་གྱུར་ཅིག །ཅེས་བརྗོད་པར་མཇུག་དོ། །  
 ཉི་མ་རྒྱབ་པ་དང་གསོན་པར་མཐོང་ནས་བྱིམ་དུ་བྱེད་འོངས་པ་དང་། འདི་  
 ལམ་པོ་ཆེར་བབྱང་བས་ལམ་ཆེན་པ་ཞེས་མིང་བཏགས་སོ། །དེ་ཆེན་པོར་  
 གྱུར་ཏེ་བྲམ་ཟེའི་རིག་བྱེད་ཡན་ལག་དང་བཅས་པ་ལ་མཁས་པར་གྱུར་ཏེ་  
 བྲམ་ཟེའི་བྱེད་བརྒྱ་ཅམ་ལ་གསང་ཆོག་སྟོབ་པོ། །ཡང་བྱེད་ཞིག་བྱུང་བར་  
 ཀན་མོ་དེ་པོས་ནས་སྤར་བཞིན་བྱས་པར། བྱ་མོ་དེ་ལེ་ལོ་ཅན་ཡིན་པས་  
 བྱེད་དེ་ལམ་སྤན་ཞིག་ཏུ་བབྱང་ནས་བསྐྱད་པར། དེར་དགོ་སྐྱོང་དང་བྲམ་ཟེ་  
 སོགས་གང་ཡང་མ་འོངས་པ་ན། བཅོམ་ལྡན་འདས་ནི་ཉིན་མཆན་དུས་རྒྱལ་  
 ཏུ་འགྲོ་བ་ལ་གཟིགས་པ་འཇུག་པས་དེར་སུ་ཡང་འགྲོ་བ་མེད་པར་གཟིགས་  
 ནས་ལམ་དེར་ཆེད་དུ་ཕེབས་པ་ན་བྱ་མོ་དེས་སྟོན་ལམ་ཁྱེས་པ་སྤེལ་བཞིན་

དུ་གསུངས། དེས་ཀྱང་གསོན་པར་མཐོང་ནས་ནང་དུ་ཁྱེར་འོངས་པ་ན་མིང་  
ལམ་ཐུན་པ་ཞེས་བཏགས་སོ། །དེ་ཆེན་པོར་གྱུར་ནས་ཡི་གེ་བསྐྱབས་པས།  
ཐོག་མར་སི་རྒྱ་ཞེས་སོགས་སློབ་དགོས་པ་ལ་སིད་བརྗོད་ན་རྩྱ་བརྗོད། རྩྱ་  
བརྗོད་ན་སིད་བརྗོད་པས། སློབ་དཔོན་དེས་བྲམ་བེ་ལ། ཁོ་ལོ་བྲམ་བེའི་བྱིའུ་  
མང་པོ་ལ་སློབ་ཀྱི་གཞུག་དགོས་པས་འདི་ལ་སློབ་མི་རུས་སོ་བེར་རོ། །ཡང་  
རིག་བྱེད་སློབ་མཁན་ལ་གཏད་དེ་རིག་བྱེད་སློབ་ཀྱི་བཅུག་པས། ཐོག་མར་  
ཨོ་བྱ་ཞེས་སོགས་སློབ་དགོས་པ་ལ། ཨོ་བཟུང་བས་བྱ་བརྗོད། བྱ་བཟུང་  
བས་ཨོ་བརྗོད་པས། སློབ་དཔོན་དེ་སློབ་ཀྱི་བྱ་ལམ་ཆེན་པ་ལ་ཅུང་  
བད་བསྟན་པས་ཤེས་ལ། ཁོ་ལོས་གཞན་ལ་ཡང་སློབ་དགོས་པས་འདི་ལ་  
སློབ་མི་རུས་སོ་ཞེས་སྐྱས་སོ། །དེ་བྱལ་བ། མཆོག་ཀྱི་བྱལ་བ། ཅུང་བ།  
མཆོག་ཀྱི་ཅུང་བ་ཡིན་པས་དེའི་མིང་ལམ་ཅུང་པ་ཞེས་བྱ་བར་གྱུར་རོ། །ནམ་  
ཞིག་དེ་གཉིས་ཀྱི་པ་མ་ཤི་ནས། ལམ་ཆེན་པ་བྱལ་བའི་བསྟན་པར་ཞུགས་ཏེ།  
སྤེ་སྤོད་གསུམ་ལ་མཁས་ཤིང་དབྱ་བཅོམ་པར་གྱུར་རོ། །ལམ་ཅུང་པ་ཡང་  
བྱིས་ཀྱི་འབྱོར་པ་བད་དེ་ཕུ་བོའི་གན་དུ་སོང་བར། དེས་དེ་ལ་ཆོས་སྐལ་ཡོད་  
མེད་བཏགས་པ་ན་ཡོད་པ་དང་། དེ་ཡང་རང་ལ་རག་ལས་པར་མཐོང་ནས་རབ་  
ཀྱི་བྱང་བསྟེན་པར་རྫོགས་ནས། ལུས་ངག་ཡིད་ཀྱིས་སྤྲིག་པ་མི་བྱ་ཞིང་། །  
འདིག་ཏེན་ཀྱན་ལས་ཡོངས་འདྲིན་འདོད་བྲལ་བ། །བན་དང་ལྡན་ཞིང་ཤེས་  
བཞིན་ཅན་ཀྱིས་ནི། །གཞོད་ལྡན་སྤྱག་བསྐྱལ་གང་ཡིན་བསྟེན་མི་བྱ། །ཞེས་  
བསྐྱབ་པ་སློབ་གསུམ་དུ་ཡང་མ་ལོ་བ་ཅིང་། དེར་གནས་པའི་བ་ལང་རྗེ་དང་

ཕྱགས་རྩིས་ཐོས་ནས་ལོབས་པ་དེ་དག་གིས་ཀྱང་སློབ་པར་བྱེད་དོ། །དུས་  
གཞན་ཞིག་ན་འཕགས་པ་ལམ་ཆེན་པས་འདི་བསྟོད་སྦྱད་གང་གིས་འདུལ་  
སྒྲུབ་དུ་བསམ་ན་སྦྱད་པས་འདུལ་བ་མཐོང་ནས་དེས་དེའི་གཉའ་བ་ནས་  
བཟུང་སྟེ་རྒྱལ་བྱེད་ཆེལ་གྱི་ཕྱི་རོལ་དུ་བསྐྱད་ནས་ཁྱོད་ནི་བྱལ་བ་མཆོག་ཏུ་  
བྱལ་བ་ཡིན་ན་རབ་ཏུ་བྱུང་སྟེ་ཅི་བྲ། འདི་ཉིད་ན་འདུག་ཅིག་བྱས་པར། ད་ནི་  
བདག་དགོ་སྟོང་ཡང་མ་ཡིན། བཅ་ཟེའང་མ་ཡིན་ནོ་སྒྲུབ་དུ་དུས་པ་དང་། དེ་  
ནས་སྟོན་པ་ཕྱགས་རྩིས་ཆེན་པོས་བསྐྱེད་ཏེ་དེར་བྱོན་ནས། ལམ་པ་ཁྱོད་ཅིའི་  
ཕྱིར་དུ། བདག་མཁན་པོས་སྦྱད་དོ་བྱས་པར། དེའི་ཆེ་སྟོན་པས། བྱིས་པས་  
བསྟོད་པ་གང་ཡིན་དང་། །མཁས་པས་སྦྱད་པ་གང་ཡིན་པ། །འདི་ནི་མཁས་  
སྟོད་མཆོག་ཡིན་གྱི། །བྱིས་པས་བསྟོད་པ་དེ་ལྟར་མིན། །བྱ་ཁྱོད་ཀྱི་མཁན་  
པོས་ནི་བསྐྱེད་པ་གངས་མེད་གསུམ་དུ་དཀའ་བ་དུ་མས་པར་བྱིན་ཏུག་  
རྩོགས་ཏེ་གསུང་རབ་འདི་བསྐྱེད་པ་མ་ཡིན་གྱི། ངས་ནི་དེ་ལྟར་དུ་བསྐྱེད་པས་  
པ་ཡིན་ན། ཁྱོད་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལས་སྟོག་བྱས་སམ་གསུངས་པ་ལ།  
བཙུན་པ་བདག་ནི་བྱལ་བ་ཤིན་ཏུ་བྱལ་བ། རྒྱུང་བ་ཤིན་ཏུ་རྒྱུང་བ་ལགས་ན་  
རི་ལྟར་སྟོག་ཅེས་བྱས་པས། སྟོན་པས་གསུངས་པ། གང་གིས་བྱིས་པ་བྱིས་  
ཉིད་རིག་ །དེ་ལ་དེས་ན་དེ་མཁས་ཡིན། །བྱིས་པ་མཁས་པར་རྫོམ་བྱེད་པ།  
དེ་འདིར་ཤིན་ཏུ་བྱིས་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་ནས། ལམ་པ་ལ་རྟུལ་སྤང་  
དོ། །བྱི་མ་སྤང་དོ། །ཞེས་བྱ་བའི་ཆོག་གཉིས་སྟུལ་བ་དེ་ཡང་མ་ཟིན་པ་ལ།  
བཙུན་ལྟར་འདས་ཀྱིས་འདིའི་ལས་སྤང་བར་བྱའོ་སྒྲུབ་དུ་དགོངས་ཏེ། ལམ་



པ་ཁྱོད་ཀྱིས་དག་སློང་རྣམས་ཀྱི་མཆིལ་ལྷམ་དག་དབྱི་བྱས་སམ། བཙུན་  
པ་དེ་བྱས་སོ་བྱས་པར། འོ་ན་སོང་ལ་དག་སློང་རྣམས་ཀྱི་མཆིལ་ལྷམ་དང་།  
ལྷམ་སློ་གྲུ་ཅན་དག་ཕྱིས་ཤིག། །དག་སློང་རྣམས་ནས་ཀྱང་འདིའི་ལས་སྦྱང་  
བའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་བྱེད་དུ་ཆུགས་ལ། ཆོག་གཉིས་ཀྱི་ཁ་ཏོན་དག་ཀྱང་རྗེས་སུ་  
སློབས་ཤིག་ཅེས་བཀའ་སྩལ་པ་ལྟར་བྱས་པས། རྣམ་ཞིག་ན་ཁ་ཏོན་གཉིས་  
པོ་ལོབས་པ་ན། ལྟོན་པས་ད་མཆིལ་ལྷམ་འབྱི་མི་དགོས་པས་ཁ་ཏོན་གཉིས་  
པོ་འདོན་ཅིང་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་ཕྱག་བཏར་གྱིས་ཤིག་ཅེས་ཕྱག་བཏར་  
བྱེད་དུ་བཙུག་པ་ན་ཁོས་ཀྱང་བཙོན་འགྲུས་བསྐྱེད་ནས་གད་བཏར་བྱས་  
པར། སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཐུས་གཙུག་ལག་ཁང་གི་གཡས་སྟོགས་གད་བཏར་  
ཆར་རེས་གཡོན་སྟོགས་རྩལ་གྱིས་ཁེངས། གཡོན་ཆར་རེས་གཡས་རྩལ་  
གྱིས་ཁེངས་པ་སོགས་བྱང་ཡང་འབད་པས་ལམ་བའི་ལས་སློབ་བྱང་ནས་  
འདི་སྟམ་དུ་སེམས་ཏེ། ལྟོན་པས་རྩལ་སྤང་ངོ་། །དེ་མ་སྤང་ངོ་ཞེས་པ་དེ་ནང་  
གི་རྩལ་ལ་དགོངས་སམ། ཕྱིའི་རྩལ་ལ་དགོངས་སྟམ་པ་ན། ལྟོན་མ་ཐོས་  
པའི་ཆོགས་བཅད་གསུམ་པོ་འདི་སློ་ལ་སྤང་སྟེ། རྩལ་འདིར་འདོད་ཆགས་  
དེ་ནི་ས་རྩལ་མིན། །རྩལ་ནི་འདོད་ཆགས་མིང་སྟེ་རྩལ་གྱི་མིན། །མཁས་པ་  
དག་གིས་རྩལ་དེ་རྣམ་སྤངས་པ། །དེ་དག་བདེ་གཤེགས་བསྟན་ལ་བག་ཡོད་  
འགྱུར། །རྩལ་འདིར་ཞེ་སྤང་སོགས་དང་། རྩལ་འདིར་གཏི་ཐུག་སོགས་  
རིགས་འགྲོའོ། །དེས་དེ་རྣམས་ཀྱི་དོན་འབད་དེ་བསྟོམས་པས་དབྲ་བཙོམ་  
པ་ཐོབ་པོ། །ཆོགས་བཅད་འདི་མདོ་རང་དུ་འདི་ལྟར་སྤང་ཡང་། སྦྱོར་ཆོས་

ཁྱིམ་ཡིག་དང་སྒྲ་མ་རྒྱུ་མ་གྱི་གསུང་རྒྱུ་དུ། རྩལ་ནི་ས་རྩལ་མ་ཡིན་འདོད་  
 ཆགས་རྩལ། །ཞེས་སྒྲ་བ་ལག་ལེན་སྐབས་གོ་བདེའི་ཆེད་འགྱུར་བཅོས་  
 མཛད་པར་སྒྲ་བ་ལྟར་བྱས་ན་ལེགས་སོ།།

དེ་ནས་བཙུག་ལྟར་ཀྱིས་ལམ་བའི་ཡོན་ཏན་བསྐྱགས་པར་  
 བཞེད་ནས། ཀྱུན་དགའ་བོ་སོང་ལ་ལམ་བ་ལ་སྤྱོད་ཀྱིས་དགོ་སྤྱོད་མ་ལ་  
 ཆོས་སྟོན་ཅིག་ཅིས་དང་། དགོ་སྤྱོད་མ་རྣམས་ལ་ཡང་། སྤྱོད་རྣམས་ཀྱི་སྟོན་  
 བ་ལམ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཀྱིས་ཤིག་ཅིས་བཀའ་སྤྱུལ་བ་ལྟར་བྱས་པས། ལམ་  
 བས་ནི་བདག་གི་ཡོན་ཏན་བསྐྱགས་པར་ཤེས་ནས་བཀའ་བཞིན་འཆོལ་ལོ་  
 ཞེས་ཁས་སྤངས་སོ། །དགོ་སྤྱོད་མ་རྣམས་ཀྱིས་ངེ་ལྟར་བྱུང་མེད་ཀྱི་ཡུལ་  
 ལ་བརྟུན་བ་ལ་སྟོས། དེས་ཟླ་བ་གསུམ་དུ་ཆིགས་བཅད་གཅིག་ཀྱང་མ་  
 ལོ་བ་ན་བདག་ཅག་སྡེ་སྤྱོད་གསུམ་བ་དག་ལ་ངེ་ལྟར་སྟོན་པར་འགྱུར། ཞེས་  
 ཏ་ལས་བ་ལྟར་གྱུར་ཏེ་སྤྱིན་ཆད་ཐོས་བ་ཉུང་དུ་དག་འདིར་འོངས་མི་བྱས་  
 བའི་ཐབས་ཤིག་བྱའོ་ཟེར་ནས་དགོ་སྤྱོད་མ་བཅུ་གཉིས་སྡེས་ལ་ལས་ཆོས་  
 སྟོན་པའི་ཁྱིའི་ཏུ་མཐོ་བ་འཛེག་སྐྱས་ཅམ་ཡང་མེད་པ་བཤམས། ལ་ལས་  
 མཉན་ཡོད་ཀྱི་གྲོང་སྤྱོད་ཆེན་པོའི་སྐྱེ་བོ་པལ་མོ་ཆེ་ལ། སང་ངེད་ཀྱི་སྟོན་བ་  
 ཉན་ཐོས་ཆེན་པོ་བྱུང་འཕགས་ཤིག་འོངས་བ་དེ་ལས་ཆོས་ཐོས་ནས་བདེན་  
 བ་མ་མཐོང་བ་ནི་ཡུན་རིང་འཁོར་བར་འབྱུང་དགོས་པས་ཆོས་ཉན་པར་  
 ཡོང་དགོས་སོ། །ཞེས་ངེ་ལ་བསྐྱགས་པས་སྟོན་ཆགས་འབྱུང་སྤྱག་དུ་མ་ཁ་  
 ཅིག་ནི་ལྟང་མོ་དང་། ཁ་ཅིག་དགོ་བའི་རྩ་བས་བསྐྱེད་ནས་འདུས་སོ། །དེ་

ནས་སང་ལམ་པས་བསོད་སྟོམས་བྱས། ནང་དུ་ཡང་དག་འཛིག་ལས་ལངས་  
ཏེ་ཕྱི་བཞིན་འབྲང་བའི་དགོ་སྟོང་དང་ལྷན་ཅིག་དགོ་སྟོང་མའི་དབྱར་ཁང་དུ་  
ཆོས་སྟོན་པའི་ཕྱིར་ཁྱིའི་ལོགས་སུ་སོང་བས་ཁྱི་ཤིན་ཏུ་མཐོ་བར་མཐོང་ནས་  
འདི་དད་པས་སམ་མཐོ་འཆམ་པས་ཡིན་སྟམ་ཅུང་ཟད་མཉམ་པར་བཞག་པ་  
ན་མཐོ་འཆམ་པར་ཤེས་ནས་བྱག་སྒྲང་པོ་ཆེའི་སྒྲ་ལྟ་བུ་བརྒྱུང་སྟེ་ཁྱི་དེ་མནན་  
ནས་ལ་ལས་མཐོང་། ལ་ལས་མ་མཐོང་བར་ཁྱི་ལ་འདུག་སྟེ། སེམས་མཉམ་  
པར་བཞག་བཞིན་དུ་སྟན་ལས་མི་སྒྲང་བར་ནམ་མཁར་འཕགས་ཏེ་ཕྱོགས་  
བཞིར་རྩ་འབྲུལ་གྱི་ཆོ་འབྲུལ་རྣམ་པ་བཞི་བཞི་བསྟན་པ་ཕྱིར་བསྐྱུས་ཏེ་  
སེའྲེའི་ཁྱིར་འདུག་སྟེ། སྤང་མོ་དག་ཁོ་བོས་ལྷ་བ་གསུམ་དུ་ཆིགས་བཅད་  
གཅིག་བརྒྱུང་བ་དེའི་དོན་ཉིན་མཆོན་བདུན་གྱི་བར་དུ་འཆད་པར་སྒྲོའོ། །དེ་  
ལ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས། ལུས་ངག་ཡིད་ཀྱིས་སྒྲིག་པ་མི་བྱ་ཞིང་། །ཞེས་  
པས་མི་དགོ་བ་བཅུ་སྟོང་བ་བསྟན་ཏོ། །འཛིག་ཏེན་ཀུན་ལས་ཞེས་པས་  
ཕྱང་པོ་ལྷ་དང་། ཡོངས་འཛིན་ཞེས་པས་ནི་འདོད་ཆགས་ཞེ་སྒྲང་གཏི་ལྷག་  
གསུམ་གྱི་ཡོངས་འཛིན་བསྟན་ཏོ། །ཞེས་སོགས་ཆིགས་བཅད་བྱེད་ཅམ་  
གྱི་དོན་རྒྱ་ཆེར་བསྟན་པས་སོག་ཆགས་ཁྱི་ཉིས་སྟོང་གིས་བདེན་པ་མཐོང་  
ནས་ཁ་ཅིག་གིས་འབྲས་བུ་བཞི་པོ་ཅི་རིགས་མངོན་དུ་བྱས། ཁ་ཅིག་གིས་  
ནི་ཉན་ཐོས་དང་། རང་སངས་རྒྱས། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་སྟེ། སོ་སོའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་  
སེམས་བསྐྱེད། བལ་ཆེར་ནི་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་དད་པར་བྱས་སོ། །དེ་  
ནས་ལམ་པ་རྒྱལ་བྱེད་ཆལ་དུ་འོངས་པ་དང་། སྟོན་པས། ལམ་པ་འདི་ངའི་

ཉན་ཐོས་སེམས་སྒྱུར་བ་ལ་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་ཡིན་ནི་ཞེས་ལུང་  
བསྟན་པ་རེད།

དེས་ན་སྒྲོལ་དོན་གཤམ་ཆེ་བ་ལས་གད་བདར་སོགས་གཤམ་མི་ཆེ་སྟེ་  
པ་བྱེད་མི་ཉན། བྱིས་བདག་མགོན་མེད་ཟས་སྦྱིན་གྱིས་ཀྱང་རྒྱལ་བྱེད་ཆེ་ལ་  
གྱི་ཀྱན་དགའ་ར་བར་བྱག་བདར་བྱེད་པར་ཉིན་རེ་བཞིན་འོངས་པ་ལ། ཉིན་  
གཅིག་བྱིས་བདག་མ་ཁོམ་ཞིང་བྱག་བདར་བྱེད་མཁན་གཞན་མེད་པ་ལ།  
སངས་རྒྱས་རང་ཉིད་ཀྱི་བྱག་གསེར་གྱི་ཡལ་འདབ་ལྟ་བུས་བྱག་བདར་  
མཛད་པ་མདོ་ན་གསུངས་ཡོད། བདག་གི་སྒྲོལ་དོན་པོ་ཆེས། ཀྱན་གཟིགས་  
རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་སྒྲོལ་དོན་གྱིས་སྒྲོལ་ཆོས་ཉམས་བཞེས་མཛད་པས་གྱི་  
དོར་གྱི་བྱག་མའི་ཕོན་པོ་ཅེ་མོ་ཟད་ནས་བོང་བུའི་མཁུག་མ་ལྟར་སོང་བ་ལྟ་  
བར་བཟང་གོས་སེར་པོས་དཀྱིས་པ་མང་པོ་ནང་ཉིན་དུ་མཛལ་རྒྱུ་ཡོད་པ་  
ཞིན་ཏུ་གནད་ཆེ་བའི་རྣམ་ཐར་ཡིན་པར་གསུངས།

དེས་ན་རང་རེ་ལས་དང་པོ་པས་ནན་ཏན་བྱེད་དགོས། གད་སྒྲིགས་  
ཡོད་མེད་ལ་མ་སྟོས་པར་རབ་བྱུན་རེ། ཐ་མ་ཉིན་རེ་བཞིན་དུ་གྱི་དོར་བྲ། ཇི་  
ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་ཡང་ཀྱན་སྦྲོང་གོང་ལྟར་གསལ་བཏབ་ནས་རང་གཞན་གྱི་  
རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲིབ་པའི་ཉལ་ཉལ་རྣམས་འབྲུག་པའི་མོས་པ་དང་། ཇོགས་སྒྲིབ་སྒྱུར་  
གསུམ་གྱི་ཡ་བྲལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་སྦྲོང་བའི་རྒྱར་དམིགས་ཏེ་ལམ་  
ཚུང་གི་རྣམ་ཐར་ལས་འབྱུང་བ་ལྟར་དག་ནས་རྒྱལ་སྤང་དོ། །དྲི་མ་སྤང་དོ། །  
ཞེས་པའམ་ཡང་ན། རྒྱལ་ནི་ས་རྒྱལ་མ་ཡིན་འདོད་ཆགས་རྒྱལ། །རྒྱལ་ནི་

འདོད་ཆགས་མིང་སྟེ་རྩལ་གྱི་མིན། །མཁས་པ་དག་གིས་རྩལ་དེ་རྣམ་སྤངས་  
པ། །དེ་ནི་སངས་རྒྱས་བསྟན་ལ་བག་ཡོད་ཡིན། །ཞེས་སོགས་ཞེ་སྤང་དང་  
གཉི་ཐུག་ལ་སྦྱར་ཏེ་འདོན་བཞིན་དུ་གད་བདར་གྱེད། དེ་ཡང་འདོད་ཆགས་  
རྩལ་སོགས་བཤེས་གཉེན་བསྟན་ཚུལ་ལ་གཙོ་བོར་གྱེད་སྐབས། རྩལ་ནི་  
ས་རྩལ་མ་ཡིན་མ་དང་རྩལ། །ཞེས་སོགས་ནས་མཆོན་འཛིན་རྩལ་གྱི་བར་  
དག་ནས་སྦྱོར་ཚུལ་དང་། ཡིད་ཀྱིས་དམིགས་ཚུལ་རང་གང་ལ་ཉམས་ལེན་  
གྱེད་པའི་སྐབས་དང་བསྟན་པར་ཁ་བསྐྱར་ཤེས་པར་བྱ་ཞིང་། ན་བ་དང་ཀས་  
པ་སོགས་ཀྱིས་ཐུག་བདར་རང་གིས་གྱེད་མ་ཐུབ་ཆེ་དགེ་ཐུག་སོགས་ཀྱིས་  
གྱེད་སྐབས་རང་གིས་ཆོག་སྦྱོར་ཞིང་ཡིད་ཀྱིས་དམིགས་པ་བྱ། དེ་ལྟར་ཀུན་  
སློང་རྒྱ་ཆེ་ཆུང་གི་བྱད་པར་ཀྱིས་ཐུགས་མ་རེ་རེ་བརྒྱབ་པ་ལའང་པན་ཡོན་  
གྱི་བྱད་པར་ཤིན་ཏུ་ཆེ། སློ་བྱང་དུ་ཐོ་བཞི་བཅིགས་ཏེ་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་སྟེ་  
བཞིར་མོས་པའམ། ཐོ་གཅིག་ལ་དེ་ལྟར་མོས་པ་དང་། ཡང་ན་ཐོ་གཅིག་ལ་  
རྣམ་ཐོས་སྒྲས་སུ་མོས་པ་བྱས་ན་བར་ཆད་མི་འབྱུང་བ་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་  
དག་པ་སོགས་ཀྱི་གནད་ཆེ་གསུངས། གྲ་ས་ཆེན་པོ་སོགས་སུ་ཐོ་བཅིག་པ་  
མི་བདེ་བས་ཁང་པའི་ཕྱི་འོགས་བཞི་རྒྱལ་ཆེན་སྟེ་བཞིར་བསམ་ཆོག་པ་  
ཇི་བྱམས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་འོག་གསུང་རྒྱན་དུ་ཡོད།

དེ་ནས་སྐྱ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་རྟེན་བཟམ་པ་ནི། སྒྲ་མ་ཡི་དམ་སོགས་  
ཆོགས་ཞིང་གི་གྲལ་བཞོད་ལྟར་བྱ་དགོས། འོན་ཀྱང་ཆེ་ཆུང་བཞུགས་  
སྐབས་མ་འགྲིགས་ན་ཅུང་ཟད་ཅམ་ཅི་བདེར་བྱ། འགའ་ཞིག་གིས་ཆོས་སྦྱོང་

རྒྱལ་བཅན་སོགས་ཁ་ཆ་བར་བསམས་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱི་གཤམ་གོང་  
 ཏུ་འཛོག་པ་མང་ཏུ་མཐོང་། དེ་ནི་སྤྱི་བས་འགོ་ནས་དག་རྒྱུད་ལ་མེད་པའི་  
 ཏྲགས་བསྟན་པ་རེད། འགའ་ཞིག་གིས་གསེར་སྒྱུ། དཔུལ་སྒྱུ། ལི་མ་སོགས་  
 གཤམ་གོང་ཏུ་བྱེད། འདིམ་སྒྱུ་ནམས་གཤམ་མཐུག་ཏུ་འཛོག་པ་ནི་སྤྱི་བསྟན་ལ་  
 རོར་གྱི་འདུ་ཤེས་ལས་མེད་པའི་ཏྲགས་རེད། ཐང་ཀ་ཡང་ཁ་གསར་རྩིང་གི་  
 གོ་རིམ་བྱས་ནས་བཀྲམ་མི་རུང་། ལ་ལས་ཐང་ཀས་ཡོལ་བའི་གོ་བཅད་  
 རས་སྒོར་མོར་བཀྲམ་པ། དེ་འདྲའི་འདུ་ཤེས་ག་ལ་རུང་། སངས་རྒྱས་བྱང་  
 སེམས་ཀྱི་སྤྱང་བསྟན་ལ་རྒྱང་པ་གཏད་དེ་ཉལ་བ་ལ་བག་ཆབ་ཅི་ཡང་མེད་པ་  
 འདི་ཡང་སྤྱི་བས་འགོ་མེད་པའི་ཏྲགས་ཡང་དག་བསྟན་པ་རེད། འགའ་ཞིག་  
 གིས་ཐང་ཀ་དང་སྤྱི་སོགས་རྩིང་རྒྱལ་ནམས་ཤལ་ཏུ་ཉར་བ་གད་སྟོགས་ཀྱི་  
 འདུ་ཤེས་ཀྱིས་རྩིང་ཁང་ཏུ་བསྐྱེལ་བ་དེ་རང་གི་བསོད་ནམས་ཕྱིར་བསྐྱེལ་  
 བར་གསུངས། དེས་ན་སྤྱི་རྩིང་སོགས་ལ་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་དེ་དང་  
 དེ་དངོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་འཛོག་དགོས། སྤྱི་གསུང་ཐུགས་རྩིང་སོགས་མང་པོ་  
 མེད་ན། སྤྱི་རྩིང་ཏུ་སངས་རྒྱས་རྗེས་སུ་བྱོར་ཕྱིར་སྟོན་པའི་སྤྱི་དང་། ལྷ་མ་  
 རྗེས་སུ་བྱོར་ཕྱིར་རྗེ་རིན་པོ་ཆའི་སྤྱི་རེ་ངེས་པར་ཏུ་དགོས། གསུང་རྩིང་ཡང་  
 མདོ་སྤྱད་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་ཉུ་བྱ་དང་། ཐུགས་རྩིང་མ་མཐའ་སྤྱུ་རྩིང་  
 རྩིང་འཛོག། རྩིང་རྩིང་ལྷ་སྤྱི་སོགས་ཡོད་ནའང་ཐུགས་རྩིང་ཏུ་འཛོག་དགོས།  
 འགའ་ཞིག་གིས་རྩིང་རྩིང་ལྷ་སྤྱི་ལ་ཐུག་མཆན་གྱི་འདུ་ཤེས་མ་གཏོགས་མི་  
 འཛོག་པར་སྤྱང་སྟེ། འདི་ནི་ཐུགས་ཀྱི་མཆན་མ་ཡིན་པས་མནངས་ཆུང་བྱས་



ན་ཉེས་པ་ཤིན་ཏུ་སྒྲི། གྲལ་བཀོད་འབྲེམ་པ་ཉིན་དང་པོ་ལས་ཉིན་ལྟར་བྱ་  
མི་དགོས་ཀྱང་། ས་བཅད་འདིའི་མཆོམས་དངོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བཞག་ནས་  
མཇལ་བར་བྱེད་དགོས། རང་གི་ཤག་གི་སྐྱ་བརྟན་རྒྱས་ཡོད་ཡིན་པས་བཟླ་  
རྒྱ་གང་ཡོད་སྟམ་པ་བྱ་མི་རུང་། ཉིན་ལྟར་མཇལ་ན་མཇལ་ཐེངས་རེ་ལའང་  
བག་ཆགས་བྱུང་བར་ཅན་འདྲིལ་སྐྱ་དངོས་ལས་སྐྱ་གཟུགས་མཇལ་བ་པན་  
ཡོན་བཅུ་དྲུག་འབྱུར་གྱིས་ལྟག་པར་གསུངས། མདོ་བརྒྱ་དཀར་པོ་ལས་  
ཀྱང་། བདེ་གཤེགས་སྐྱ་གཟུགས་ཅིག་ངོས་གྲིས་པ་ལ། །འབྲུགས་བཞིན་  
པ་ཡི་སེམས་ཀྱིས་བཟླས་ན་ཡང་། །དེ་དག་རིམ་གྱིས་སངས་རྒྱས་བྱེ་བ་  
མཐོང་། །ཞེས་གསུངས། མདོ་ངོ་མར་མཆོད་ན་ཡང་། ཞེས་སྤང་ཡང་གསུང་  
རྒྱུན་དུ་འདི་ལྟར་འབྱུང་། དེ་ལྟར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐྱ་ལ་ཁོ་བཞིན་བཟླས་  
ནའང་པན་ཡོན་དེ་ལྟར་གསུངས་ན་ད་ལྟ་རང་རེས་དད་པས་མཇལ་ན་པན་  
ཡོན་དེ་ལྟ་བུ་ལོས་འབྱུང་། འཕགས་པ་ཤུ་རིའི་བུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཆོག་  
བྱུང་དུ་གྱུར་ནས་སྐྱ་དངོས་དང་འབྲལ་བ་མེད་པ་བྱུང་བ་ཡང་། སྒྲོན་སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་སྐྱ་གཟུགས་རི་མོ་གྲིས་པ་ལ་ངོ་མཆོར་ཉམས་ཀྱིས་བཟླས་པའི་  
འབྲས་བུར་གསུངས་ཏེ། དེ་ཡང་འཕགས་པ་ཤུ་རིའི་བུ་སྒྲོན་བང་མི་ཞིག་གི་  
སྐྱེ་བ་བཞེས་པར། རུབ་གཅིག་ལྟ་ཁང་སྟོང་པ་ཞིག་གི་ནང་དུ་བསྡད། མར་  
མེ་ཤིན་ཏུ་གསལ་བར་བྱས་ནས་ལྟམ་ལ་རྫོག་པ་བརྒྱག་བཞིན་དུ་ངལ་བསོ་  
བའི་སྐབས་ཀྱང་ལོགས་སུ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྐྱ་གཟུགས་ཀྱི་ལྗེབས་  
རིས་མཐོང་བས་འདི་ལྟ་བུའི་སྐྱེས་བུ་ངོ་མཆོར་ཅན་ཡོད་པ་དངོས་སུ་མཇལ་

ན་ཅི་མ་རུང་སྒྲུབ་དུ་ཡིད་ལ་སྒྲོན་པ་ཡང་ཡང་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན་པར་  
གསུངས། སྒྲུ་ཏེན་ནམས་རང་རེས་འདམ་དང་། ཟངས་སོགས་སུ་མཐོང་བ་  
འདི་ཆོས་རྒྱན་གྱི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ཐོབ་ན་མཆོག་གི་སྒྲུལ་སྒྲུར་མཇུག་ཞིང་། ས་  
དང་པོ་ཐོབ་ན་ལོངས་སྒྲུར་དངོས་སུ་མཇུག་པ་ཡིན། དེས་ན་སྒྲུ་དངོས་ཀྱི་འདུ་  
ཤེས་འཛོག་པ་གཤམ་ཆེ་གསུངས།

གཉིས་པ།

མཆོད་པ་གཡོ་མེད་ཅིང་བཀོད་པ་མཛེས་པར་བཤམ་པ་ནི།

དེ་ཡང་གཡོ་མེད་ཅིང་ཞེས་པའི་གཡོ་ལ་རྒྱུའི་གཡོ་དང་ཀུན་སྒྲོང་གི་  
གཡོ་གཉིས། རྒྱུའི་གཡོ་ནི་མཆོད་པའི་རྒྱ་དེ་བསྐྱབ་པའི་སྐབས་སུ་སྒྲོན་  
ཞུགས་པ་སྟེ། རབ་བྱུང་ནམས་ཀྱིས་ལོག་འཆོ་ལྷའི་སྒྲོན་ས་བསྐྱབས་པ་དང་།  
བྱིས་པས་ཀྱང་དམར་ཁེ་དང་། བྲེ་ལོག་སྤང་ལོག་འཇུག་པ་སྟ་བུ་ཤིན་ཏུ་བྱ་  
བ་ངན་པས་བསྐྱབས་པའི་རྒྱ་སྟ་བུ་ལ་ཟེར། དེ་སྟ་བུའི་མཆོད་པ་ཕྱལ་བ་ལས་  
མ་ཕྱལ་བ་ལེགས། མཆོད་པའི་སྐད་དོད་སྟུང་ཞེས་པ་མཉེས་པ་ལ་འཇུག་  
པས་དགོས་པ་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་དབྱེས་པ་ལ་བྱ་དགོས། དེ་སྟ་བུ་ཕྱལ་ན་  
དབྱེས་པར་ག་ལ་འགྱུར། འོན་ཀྱང་དེ་འདྲའི་རྒྱ་བསྐྱབས་ཟིན་པ་ཡོད་ན་རང་  
གཞན་གྱི་སྤྲིག་པ་འདག་པའི་སྤྲིར་དུ་ཕྱལ་བ་ལེགས། དེ་ཡང་ལོག་འཆོ་ལྷ་  
ནི། ཁ་གསལ། ཁ་ཞོགས་སྒྲོང་། རྟེན་པས་རྟེན་པ་ཆོལ་བ། ཐོབ་ཀྱིས་འཇུག་

བ། ཚུལ་འཆོས་ལྟས་སྒྲུབ་པ་སྟེ། ཁ་གསལ་གཞི། སྦྱིན་བདག་སོགས་ཀྱིས་  
ཕན་བྱ་སྦྱིན་དུ་རེ་བས་ཁ་ཐེར་ཐེར་བྱས་པས་དེས་ནོར་སོགས་བྱིན་ན་ལོག་  
འཆོ་ཡིན། ཡང་དེ་འདྲའི་ཀུན་སྒྲོང་མེད་པར་རང་བཞིན་དང་པོས་ཁ་མཁས་  
བྱས་ནས་བྱིན་ཀྱང་ལོག་འཆོར་མི་འགྱུར། གཞོགས་སྒྲོང་ནི། རྟེན་བཀྱར་  
འདོད་ནས་སྦྱིན་བདག་སོགས་ལ་ང་ལ་དེང་སྐབས་ང་མར་ཡོད་དེ་འབྱུ་ཅུང་  
དགོན་པར་འདུག་ཟེར་བ་ལྟ་བུ། སྟར་ལོ་བྱེད་ཀྱིས་བྱིན་པའི་རྩམ་པ་དེ་ཞིན་  
ཏུ་ཕན་པོ་བྱུང་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་འབྱུ་དང་རྩམ་པ་ཤུགས་ཀྱིས་སྒྲོང་བ་ལ་ཟེར།  
ཡང་རྟེན་འདོད་ཀྱི་ཀུན་སྒྲོང་མེད་པར་རང་བཞིན་དང་པོར་དེ་འདྲ་བརྗོད་ན་  
གཞོགས་སྒྲོང་དུ་མི་འགྱུར། རྟེན་པས་རྟེན་པ་ཆོལ་བ་ནི། བར་ཆུང་དུ་ཞིག་  
སྦྱིན་ནས་ཚུར་དེ་ལས་ལྷག་ཞིག་ཡོང་ཐབས་བྱེད་པ་ཡིན། སྦྱིན་བདག་ལྟ་  
བུར་ཁ་བཏགས་དང་། ང་སྟེར་སོགས་བྱིན་ནས་སྟེ་ལེན་བྱས་ཏེ་སྒོ་ཕྱག་ཏུ་  
གཏོང་སྒོ་ལག་ཏུགས་སོགས་ཆེན་པོ་ཡོང་རྒྱུའི་རེ་བ་བྱེད་པ་ལ་ཟེར། དེང་  
སང་རང་རེས་དེ་འདྲ་བྱས་ནས་ལྷགས་ཀྱི་ཨམ་ཞིག་བཏང་བ་ཡིན་ཟེར་ནས་  
ལོག་འཆོ་ལ་ནན་ཏན་བྱེད་པ་ཡོད། ཡང་དེ་འདྲའི་ཀུན་སྒྲོང་མེད་པར་རང་  
བཞིན་དང་པོས་སྦྱིན་བདག་ལ་སྟེ་ལེན་བཟང་པོ་བྱས་ཀྱང་ལོག་འཆོར་མི་  
འགྱུར། ཐོབ་ཀྱིས་འཇལ་བ་ནི། མི་འདོད་བཞིན་དུ་ནན་ཀྱིས་སྒྲོང་བ་དང་།  
གཞན་ལ་འབུལ་རྒྱུ་རང་ལ་བསྒྱུར་བ་དང་། སྦྱིན་བདག་ཆེ་གོ་མོས་ངོས་ལ་  
ང་མར་བྱིན་པ་ཞིན་ཏུ་ཕན་པོ་བྱུང་ཞེས་ཤུགས་ཀྱིས་སྒྲོང་བ་ལྟ་བུ་ལ་ཟེར།  
ཡང་རྟེན་འདོད་ཀྱི་ཀུན་སྒྲོང་མེད་པར་རང་བཞིན་དང་པོས་དེ་འདྲ་བརྗོད་

པ་ནི་ཐོབ་འཇུག་དུ་མི་འགྱུར། ཚུལ་འཆོས་ནི། འགག་ཏུ་གང་བྱུང་བྱས་ནས་  
 སྦྱིན་བདག་སོགས་ཀྱི་མདུན་དུ་བཅས་མཆོམས་བཅུན་མདོག་དུལ་མདོག་  
 བྱས་ནས་ཐོན་བྱ་སྦྱིན་ཨེ་ཡོང་གི་རེ་བ་བྱས་པ་ལ་ཟེར། ཡང་དེ་འདྲའི་ཀུན་  
 སློང་མེད་པར་བྱིམ་པ་སྦྱོར་འབྱོར་བྱས་ན་མི་རུང་སྦྱུང་པས་འགག་ཏུ་སྡོད་  
 དུས་ལས་བཅུན་མདོག་ཁ་བ་བྱས་ཀྱང་ཚུལ་འཆོས་སྦྱིན་མི་འགྲོ་ཞེས་བདག་  
 གི་སྐྱབས་མཆོག་སྒྲུ་མ་རིན་པོ་ཆེས་གསུངས། དེ་བཞིན་དུ་རང་རེ་རབ་བྱུང་  
 རྣམས་ཀྱིས་སྡོམ་པ་གསུམ་ཀྱི་བཅས་མཆོམས་ཁ་རལ་སྒྲུ་རལ་དུ་བཏང་  
 རྣམས་ཆོང་སོགས་ཀྱིས་རྒྱ་བསྐྱབ་ནས་མཆོད་པ་ཕུལ་ཀྱང་པན་ཡོན་ལས་  
 ཉེས་དམིགས་ལྷེ་བ་འབྱུང་། ཀུན་སློང་གི་གཡོ་ནི། མཆོད་པ་འབུལ་དུས་  
 གཏམ་འདོད་དང་། མངོས་ཆོས་ལྟ་བུའི་ཀུན་སློང་ངན་པས་བསྐྱད་པ་ལ་ཟེར་  
 ཏེ། འགྲོ་མགོན་རིན་པོ་ཆེས། ཐ་ན་དགོན་མཆོག་མཆོད་པ་རེ། །བྱས་ཀྱང་མི་  
 ཡིས་མཐོང་དུ་རེ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རང་རེས་མཆོད་པ་རེ་ཕུལ་ཡང་  
 ཁེ་འདོད་གྲགས་འདོད་སོགས་ཆོས་བརྒྱད་ཁོ་ནར་ཤོར། ཅུང་ཟད་བླ་མ་པ་  
 ཆོས་ཀྱང་ཆེ་རིང་བ། ནད་མེད་པ་སོགས་ཀྱི་ཀུན་སློང་ལས་མི་འབྱུང་། དགོ་  
 འདུན་ལ་བསྐྱོན་བཀྱར་ལྟ་བུ་ཞིག་བྱེད་ནའང་བསོད་ནམས་ལ་མི་རེ་བར་  
 བཏང་སོང་ཟེར་བའི་སྦྱོར་གྲགས་ལ་གཙོ་བོར་རེ། དེ་རིང་འབྲུལ་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་  
 འགག་ཏུ་འོང་རྒྱུ་ཡིན་ཆེ་གད་བདར་དང་མཆོད་པ་ནམ་རྒྱུན་ལས་ལྷག་ཅིམ་  
 བྱེད། མཆོད་མེ་ཞིག་ཀྱང་ཕུལ། སློས་ཀྱི་བྲི་མ་མངར་སེང་རེ་བྱས་ནས་སྐྱག་  
 སྡོད་པ་འདི་ཀུན་སློང་གང་གི་ཆེད་ཡིན་ཞིབ་ཏུ་སོམས་དང་། དེ་འདྲའི་མཆོད་

པས་པན་ཡོན་དང་ཉེས་དམིགས་གང་ཆེ་ཆ་རྟོགས་དགའ།

དགོ་བཤེས་འབན་གྱིས་ཉིན་གཅིག་ཡོན་བདག་ཞིག་མངལ་དུ་ཡོང་  
ཟེར་བས། དགོན་མཆོག་གི་མཆོད་པ་ཅི་བཟང་བཤམས། སྟན་ལ་བཞུགས་  
ནས་ཀྱན་སློང་ལ་བཏྲགས་པས། ཡོན་བདག་གི་ངོར་མཛེས་ཆོས་སུ་སོང་  
བར་གཟེགས་ནས། ཉར་ཏེ་བཞེངས། ཐལ་བ་སྤར་གང་གཏོར་ནས། དགོ་  
སློང་རང་ཟོག་མ་བྱེད་པར་བཞུགས་ཤིག་གསུངས་ནས་ཐལ་བ་སྤང་ངེར་  
བཅོས་ནས་བཞག། །དེ་ལ་སྟོད་དིང་རི་སྤང་འཁོར་དུ་པ་དམ་པ་སངས་རྒྱས་  
ཀྱིས་གསན་པས། བོད་ཀྱི་མཆོད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་འབན་གྱང་  
རྒྱལ་གྱི་མཆོད་པ་དེ་བཟང་བ་བྱང་། དེ་ཅི་ཡིན་ཞེ་ན། ཁོང་གིས་འདྲི་བ་ཉིན་  
ཆོས་བརྒྱད་ཀྱི་ཁ་ལ་ཐལ་བ་འདེབས་སྟབས་བ་བྱང་གསུངས་ཤིན་ཏུ་མཉེས་  
མཉེས་མཛད་དེ། དེ་ཡང་མཆོད་པ་སྤལ་བ་དེ་ལ་བསྐྲགས་བརྗོད་མཛད་པ་  
མིན། ཐལ་བ་བཏབ་པ་དེ་ལ་བསྐྲགས་བརྗོད་གནང་བ་རེད། དེས་ན་ཀྱན་སློང་  
ཆེ་འདིའི་ཆོས་བརྒྱད་ལྟ་ཞོག། །རང་ཉིད་གཅིག་ཤུ་མངོན་མཐོངས་ལེགས་  
སོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་འང་མི་བྱ་བར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱིས་ཟིན་གང་སྟབས་བྱ་  
བ་གནད་ཆེ། བཀོད་པས་མཛེས་པར་བཤམས་ཞེས་པའང་འགའ་ཞིག་གི་  
མཛེས་ཆོས་མི་དགོས་ཞེས་དབྱིབས་དང་བསྐྱིག་ལྷགས་སོགས་གང་བྱང་  
བྱང་དུ་བྱེད་པར་སྤང་ཡང་མཆོད་པ་ལ་དེ་སྟར་མི་བྱ་བར་བཟོ་དབྱིབས་དང་  
བསྐྱིག་ལྷགས་སོགས་གང་མཛེས་བྱ་དགོས། མཆོད་པ་བཀོད་པས་མཛེས་  
པར་བཤམས་ན་རང་ཉིད་སངས་རྒྱས་པའི་སྐབས་ཀྱི་མཆོན་དཔེའི་རྒྱར་

འབྱུང་བར་གསུངས། འབྱུང་སྐབས་ཀྱང་རང་གིས་ལག་བསྟར་ནས་འབྱུང་  
 དགོས་ཀྱི། དགོ་ཕྱག་དང་། གཡོག་པོ་སོགས་ལ་འབྱུང་དུ་བཅུག་ན་བསོད་  
 རྒྱུ་ས་རང་ལ་མི་ཐོབ། རྩོམ་ཆེན་པོ་སྐུ་ན་ཤིན་ཏུ་མཐོ་བའི་སྐབས་ཀྱང་སྦྱིད་  
 པ་འདར་ཕྱི་མི་མི་ཡོན་ཆབ་འབྱུང་བར་མཛད་པས། གཞན་གྱིས་རྩོམ་པོ་  
 བརྒྱལ་བར་འདུག་པས་བདག་ཅག་གིས་འབྱུང་ཞེས་ཞུས་པ་ན། རྩོམ་ཆེན་  
 པོས། འོ་ན་ངས་ཟས་ཟ་བའི་ཆེ་ནའང་རྩོམ་པོ་བརྒྱལ་བར་འདུག་ཅེས་ངོས་  
 ཀྱི་ཟས་སྐལ་ཁྱོད་ཆོས་ཟའམ་ཞེས་གསུངས་པ་རེད། རྒྱ་གར་ན་སྒོན་གྱི་  
 ཆོས་རྒྱལ་ཆེན་པོ་རྒྱམས་ཀྱིས་སྦྱིན་པ་ཆེན་པོ་མཛད་པའི་ཆེ་ནའང་སྒོན་པོ་  
 སོགས་ལ་སྦྱིན་དུ་མི་བཅུག་པར་སྦྱིན་པའི་ཁང་པ་བཅེགས། དེའི་ནང་དུ་  
 རྒྱལ་པོ་བཞུགས་ནས། སྦྱིན་བྱའི་ཞོར་རྒྱམས་སྤངས་ཏེ། རྒྱལ་པོ་རང་གིས་  
 ཕྱག་བསྟར་ནས་གནང་བ་རེད། དེས་ན་སྦྱིན་པ་ལག་ལེན་གྱི་བྱུང་པར་ཞེས་  
 རང་གིས་ལག་བསྟར་ནས་འབྱུང་བ་གནད་ཆེ། མཆོད་པའི་རྗེས་ཀྱང་རང་  
 ལ་འབྱོར་བ་ཡོད་ན་ཐུང་གྱི་སྒོ་ས་དང་། ལོ་མའི་སེར་ས་ནས་མ་སོང་བར་  
 ཟས་ཀྱི་ཐུང་གང་བཟང་བཟང་ནས་འབྱུང་དགོས། རང་རེས་མར་དང་རྩམ་  
 པ་ལེགས་པ་དེ་རང་གིས་ཐོས། མཆོད་རྩམ་དང་མཆོད་མར་ཡིན་ཞེས་ངན་  
 པ་ཞིག་ཆེད་མངགས་བསྐྱབས་པ་འདི་རང་གི་བསོད་རྒྱུ་ས་ལ་ཕྱགས་མ་  
 བརྒྱབ་པ་ཞེ་ཡིན་སྟུགས། འོན་ཀྱང་མར་མའི་འོད་ཕྱལ་བ་ཡིན་གྱི་མར་ཁུ་  
 ཕྱལ་བ་མིན་པས་ཐུང་ཟད་ཁ་ཆ་ཅ་མ་ཡོད་ཀྱང་ཆོག་པར་གསུངས། བྱ་བྱལ་  
 དབྱུང་པོ་རྒྱམས་ཀྱིས་བདག་ལ་ཞོར་མེད་པས་མཆོད་པ་འབྱུང་བྱེད་གྱི་ཞོར་



མེད་ཅེས་བག་འཁུམས་ནས་སྡོད་མི་དགོས་ཏེ། རང་གི་དད་པས་སྟོགས་  
ན་མཆོད་པའི་རྗེས་ལག་མ་འཐོག་པ་ཡོད། རྩོམ་ཆེན་པོས། བོད་ཀྱི་ཚུ་  
འདི་ཐམས་ཅད་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྡན་ཡིན་པས་བོད་ན་མཆོད་པ་ཡོན་ཆབ་  
གཅིག་ཕུས་ཆོག་པར་འདུག །མེ་ཏོག་ཤང་ཤང་འདི་རྒྱ་གར་དུ་ཡོད་ན་དེད་  
ཀྱིས་གསེར་སྤྲད་ནས་ཉི་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་མཆོད་པ་གཞན་མ་རྙེད་ཀྱང་  
ཡོན་ཆབ་གཅིག་ཕུ་ཕུལ་ཀྱང་བསོད་ནམས་རྒྱབས་པོ་ཆེ་གསོག།

དེ་ཡང་ཡན་ལག་བརྒྱད་པོ་རེ་རེ་ལའང་པན་ཡོན་མི་འདྲ་བ་རེ་འབྱུང་  
བ་བདག་གི་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེའི་གསུང་བཤད་ལྟར་ཁྱུ་ན། ཡན་ལག་བརྒྱད་ནི་  
མཆིམས་མཛོད་ལས། བསིལ་དང་ཞིམ་དང་ཡང་བ་དང་། །འཇམ་དང་དྲངས་  
དང་བྱི་ང་མེད། །འབྱུངས་ན་མགྱིན་དང་སྟོ་བ་ལ། །མི་གཞོད་ཡན་ལག་བརྒྱད་  
ལྡན་ཟུ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཚུ་བསིལ་བ་ཕུལ་བས་ཚུ་ལ་བྲིམས་དག་པ་  
དང་། ཚུ་ཞིམ་བ་ཕུལ་བས་བས་ཀྱི་རོ་མཆོག་རྙེད་པ་དང་། ཚུ་ཡང་བ་ཕུལ་  
བས་ལུས་སེམས་ལས་སུ་རུང་བ་དང་། ཚུ་འཇམ་བ་ཕུལ་བས་ཤེས་རྒྱུ་ད་  
འཇམ་པ་དང་། ཚུ་དྲངས་བ་ཕུལ་བས་རིག་པ་དྲངས་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཚུ་  
བྱི་མི་ང་བ་ཕུལ་བས་སྐྱེ་བ་པ་སྐྱོང་བ་དང་། ཚུ་སྟོ་ལ་མི་གཞོད་པ་ཕུལ་བས་  
ལུས་ལ་ནད་མི་འབྱུང་བ་དང་། ཚུ་མགྱིན་པ་ལ་མི་གཞོད་པ་ཕུལ་བས་དག་  
སྟན་པ་བཅས་ཀྱི་པན་ཡོན་བརྒྱད་འབྱུང་བར་གསུངས། རྩོམ་ཁང་པ་དག་གི་  
ལེགས་རྒྱ་མཆོ་དེ་ཉིད་ཐོག་མར་སེ་ར་རྩེ་རྩེ་སྐྱབ་ཁང་དུ་ཕེབས་འབྲལ་  
སྐབས་སྐྱ་ཆས་དང་ཡོ་བྱད་བཀའ་པས། ཡོན་ཆབ་འབྲལ་བའི་ཉིང་ཅམ་ཡང་

མེད་པར། ཡོན་ཆབ་འབྲུལ་སྐབས་ཁོང་རང་གི་བཞེས་སྤྱད་ཚུས་ཡག་པོ་  
 བཀུས་ནས་དེ་ལ་ཡོན་ཆབ་འབྲུལ་བ་གནང་། གསོལ་ཆས་བཞེས་སྐབས་  
 དགོན་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ་ལ་གཡར་པོ་ཞུས་ཏེ་ཡོངས་སྤྱད། ཡང་བཀུས་  
 ནས་ཡོན་ཆབ་འབྲུལ་བ་སོགས་གནང་བ་ཡིན་འདུག །གཞན་ཡང་དབྱར་  
 གྱི་སྐབས་མེ་ཏོག་ལྗོན་ཤིང་ལེགས་པ་དང་། འབྲས་བུ་དང་། ཚུ་དྲངས་ཤིང་  
 བསིལ་བ་སོགས་མཆོད་པའི་དངོས་པོ་གང་ན་འདུག་པ་སྒྲོལ་སྤངས་ཏེ་ཕུལ་  
 ཆོག །

དེ་ཡང་མཆོད་པའི་སྤྱོན་གཟུངས་བཏོན་ནས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཤིང་  
 ཕུལ་ནས་མཐར་དགོ་བ་བསྒྲོ་བ་སོགས་བྱ་བ་བྲི་དྲགས་པོ་ཆེ་འཕེལ་གྱི་རྣམ་  
 ཐར་ཡིན་ཞེས་བདག་གི་སྒྲུ་མ་རིན་པོ་ཆེས་གསུངས། དེས་ན་རང་གི་དད་  
 པས་ལག་འཛིན་པ་ཡིན་གྱི་མཆོད་པའི་རྣམས་ཀྱིས་ལག་འཛིན་པ་མེད། དེ་  
 ལྟར་བྱས་ན་འགའ་ཞིག་གིས་མཆོད་པ་ནི་ཚུ་དང་། མེ་ཏོག་སོགས་ཕུལ་བས་  
 ཆོག་གོ་སྒྲུ་མ་ནས་དམར་དམར་ཏིག་ཏིག་རྣམས་གསོག་འཛིན་བྱེད་གང་  
 ཐུབ་བྱས་པས་ཆོག་མོད་སྒྲུ་མ་ན། དེ་ནི་བྱི་མ་ཡི་དྲགས་སོགས་སུ་སྒྲེ་བས་  
 རང་ལ་ཡོད་ན་གང་བཟང་བཟང་ནས་འབྲུལ། ཡང་བྱ་བཏང་བྲ་རྒྱུང་སོགས་  
 གྱིས་བདག་ལ་ཟང་ཟིང་གི་མཆོད་པ་འབྲུལ་རྒྱ་མེད་རུང་། རབ་ཏུ་བྱུང་བ་  
 ལ་སྐྱབ་པའི་མཆོད་པ་གཙོ་བོར་གསུངས་པས་དེ་ཁོ་ན་ཕུལ་བས་ཆོག་མོད་  
 སྒྲུ་མ་དུ་ཟང་ཟིང་གི་མཆོད་པ་སྤྲོ་མོ་ཡང་མ་ཕུལ་བར་བསྐྱད་ན་ཆེ་རབས་  
 ནས་ཆེ་རབས་སུ་འབྲུལ་རྒྱ་མེད་པ་དེ་ག་རང་ལས་མི་ཡོང་ཞིང་། ཞལ་ཟས་

མཐུ་བ་མོ་ཅམ་དང་། སྟོས་རྒྱུ་བྱེད་རེ་ཅམ་ལས་མ་བྱུང་ནའང་མནངས་ཆུང་  
མི་བྱེད་པར་ཕྱལ་ན་བསོད་ནམས་ངེ་འཕེལ་གྱིས་རྗེས་སུ་མཆོད་པ་ཞིན་ཏུ་  
སྟོབས་ཆེ་འབྱུལ་རྒྱ་ཡོང་བ་དགོ་བ་ཞེས་ཕྱ་ཆུང་བའི་རྣམ་ཐར་ལྟར་རེད། དེ་  
ཡང་དགོ་བ་ཞེས་ཕྱ་ཆུང་བའི་ཞལ་ནས། ངས་དང་པོ་སྤང་སྟོས་སྒྲ་ཆ་ཉིང་རེ་  
བ་ཕྱལ། དེ་ནས་རེད་བྱ་བཞི་སྟོར་མངར་སིང་རེ་བ་དབྱུལ་རྒྱ་བྱུང་། ད་ལྟ་ཨ་  
ཀ་རུ་དང་དུ་རུ་ཀ་ལ་སོགས་པ་བསྐྱུང་ཆིང་རེ་འབྱུལ་གསུངས། ཁོང་གིས་  
རེས་གཅིག་ལ་གསེར་སྤང་ཉི་ཤུ་ཅ་གཉིས་ཀྱིས་སྟོས་སྐྱར་ནས་ཕྱལ་བ་རེད།  
ཡང་འགའ་ཞིག་གིས་ཁོ་པོ་རྟོགས་པ་དང་ལྟན་པས་སྟོམ་དོན་ལས། ཕྱིའི་བྱ་  
བ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་བྱང་ཆུབ་མི་རེ་ཞེས་སྒྲ་བ་ནི་ཆོས་རྒྱས་ཞིན་ཏུ་ཆུང་བ་སྟེ། ས་  
ཐོབ་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་ལུས་འབྱུལ་སྤྲལ་དུ་མ། ལག་  
པ་བརྒྱ་སྟོང་ལ་སོགས་པ་སྐྱུལ་ནས་རྒྱལ་བ་རྣམས་ལ་མཆོད་པ་བསྐྱལ་བར་  
མཇུག་པའི་ཆུ་ལ་ལ་བསམས་ནས་རང་ལུས་གཅིག་ལས་མེད་པ་འདིས་གང་  
རུས་ཏུར་ཐག་བྱེད་དགོས། མཆོད་པ་འབྱུལ་ལུགས་ནི། ཡོན་ཆབ་ལྟ་བུར་  
མཆོན་ན་ཉིང་རྣམས་ལེགས་པར་བྱིས། བར་ཐག་རིང་ན་སྒྲ་མ་དང་འབྲལ་བ་  
དང་། གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་ཐུག་ན་དབང་པོ་རྒྱལ་བ་དང་། སྒྲ་འབྲིན་ན་སྟོ་  
བ་སོགས་འབྱུང་བས་དེ་ལྟར་མིན་ཅིང་ཡོ་རྟོག་མེད་པར་བསྐྱིག་དགོས། དེ་  
ཡང་སྟོད་སྟོང་པ་ཡུན་དུ་བསྐྱིགས་ན་བསོད་ནམས་ཉམས་པས་ཉིང་རྣམས་  
བརྟེགས་པའི་སྟེང་མར་ཆུ་རུང་བཟང་སྒྲུགས་ཏེ་འབྱུ་གསུམ་གྱིས་བྱིན་གྱིས་  
བརྒྱབ། ཆུ་དེ་འོག་མ་འོག་མར་བགོ་བཞིན་དུ་སྟོང་པ་མིན་པར་རིམ་བཞིན་

བཟུམ། དེ་ནས་འབྲུལ་བའི་ཆེ་ལག་པ་ཡ་གཅིག་གིས་འབྲུལ་བར་བྱེད་པ་  
 སོགས་མ་གུས་པ་མི་བྱ་བར་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་ཞིག་ལ་གསོལ་ཇ་ཞུ་བ་ལྟར་  
 བྱེད་དགོས། དེ་ཡང་ནས་འདྲ་མ་ཞེས་ཐོག་མཐའ་སྤྱིའི་དགྱིལ་སྒྲོལ་བ་བྱས་  
 ནས་འབྲུལ། ཕྱིར་ལུད་ན་ཆུང་ལ་བྲིམས་འཆལ་ཞིང་། མ་ཁེངས་ན་ལོངས་སྒྲོད་  
 ཉམས་པས་ནས་འབྲུ་རེའི་ཆོད་ཅམ་སྟོང་བར་འཛོག། མར་མེ་ནི་སྒྲིང་གསལ་  
 ཡིན་པས་ཤིན་ཏུ་གསལ་ཞིང་། ཆེ་རིང་བའི་ཉེན་འབྲེལ་དུ་རྒྱན་གང་རིང་  
 གནས་པ་ཞིག་བྱ་དགོས་གསུངས། མེ་ཉོག་སོགས་མཆོད་པ་གཞན་ཡང་  
 འབྲུལ་ལུགས་དེས་རིགས་འབྲེ། མཆོད་པ་རེ་རེར་པན་ཡོན་བཅུ་བཅུ་ཡོད་  
 པ་མདོ་སྡེ་ལས་གསུངས།

སྒྲོལ་བའི་ཆོས་གསུམ་པ་སྟན་བདེ་བ་ལ་ལུས་འདུག་ལུགས་བརྒྱད་  
 དམ་སྒྲོད་ལམ་གང་བདེར་འཁོད་དེ།

དགེ་སེམས་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་ངང་ནས་སྐྱབས་འགོ་སེམས་བསྐྱེད་རྒྱུ་དང་འདྲེས་དེས་སུ་བྱ་བ་ལ།

སྟན་ནི་རྒྱལ་མཐོ་ཞིང་མདུན་དམའ་བ་ཞིག་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་སྒྲགས་གྱི་ཟབ་  
 གནད་ཁྱད་པར་ཅན་ཞིག་ཡོད་ཅིང་ཐུན་རིང་པོར་བསྐྱད་ཀྱང་འཕོངས་མི་ན་  
 བ་སོགས་གྱི་གནད་ཀྱང་ཡོད། སྟན་གྱི་འོག་ས་དཀར་གྱི་གཡུང་རྩུང་ཆོས་  
 སྒྲོར་དུ་བྲིས། གཡུང་རྩུང་ནི་དོ་རྩེ་རྒྱ་གམ་གྱི་དོད་ཡིན་པས་སྟན་པ་དོ་རྩེའི་  
 གདན་དུ་མདོན་པར་སངས་རྒྱས་པའི་རྣམ་ཐར་རྩེས་སུ་བྲན་པ་དང་། རང་གི་

སྐྱབ་པ་བརྟན་པའི་དགོས་པ་ཡོད། རྒྱ་གམ་དངོས་ནི་ལྷའི་མཆོན་མ་ཡིན་པས་  
འགོམ་མི་རུང་། དེ་ནས་རྩ་རྒྱུ་བ་དང་། ཀྱུ་ཤ་མ་འབྲུགས་པར་ཅེ་མོ་མདུན་  
དུ་བསྟན་ནས་བཏིང་། དེ་ཡང་སྟོན་པས་རྩའི་སྟེང་དུ་མངོན་པར་སངས་རྒྱས་  
པའི་རྣམ་ཐར་དང་། དུར་བས་ཆེ་ནི་སྟེལ་བར་བྱེད་པ་སྟེ། །ཞེས་དུར་བ་སྟན་  
དུ་བྱས་ན་ཆེ་འཕེལ་བ་དང་། ཀྱུ་ཤ་འདི་ནི་གཙང་ཞིང་དགོ། །ཞེས་གྲིབ་དང་  
མི་གཙང་བ་སེལ་བའི་རྣམ་ཏེ། རྒྱ་གར་དུ་ལྷ་ཅ་ཅུ་རྣམས་ལ་གྲིབ་བྱུང་ན་ཀྱུ་  
ཤའི་ཆེལ་དུ་ཞག་རེ་ཉལ་དུ་འགོ་བ་ལྟར་གྲིབ་དང་མི་གཙང་བ་སེལ་བའི་ཆེད་  
དུ་འདིང་།

ལུས་འདུག་ལུགས་བརྒྱད་དམ་ཞེས་པའི་འདུག་ལུགས་བརྒྱད་ནི། རྣམ་  
སྟངས་ཆོས་བདུན་གྱི་སྟེང་དུ་དབྱགས་བབྲང་བ་བསྟན་པས་བརྒྱད་ཡིན། དེ་ནི་  
རྒྱལ་བ་དབེན་ས་པས། ཀླང་པ་ལག་པ་རྟེན་པ་གསུམ། །སོ་མཆུ་ལྷེ་རྣམས་  
བསྟོམས་པས་བཞི། །མགོ་མིག་ཕྲག་པ་དབྱགས་དང་བཞི། །རྣམ་པར་སྟངས་  
མངོན་ཆོས་བརྒྱད་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྟེན་པ་གཉིས་དོ་རྩེའི་སྐྱེལ་  
ཀྱང་། འདི་ལ་སྐྱགས་ཀྱི་རྫོགས་རིམ་བསྟོམ་པའི་སྐབས་ལྷ་བྱ་མ་གཏོགས་  
སེམས་སྐྱེལ་དང་། བྱེད་སྐྱེལ་ལྷ་བྱས་ཆོག །ལག་པ་གཉིས་མཉམ་གཞག་གི་  
ཕྱག་རྒྱ་གཡས་པ་སྟེང་དང་གཡོན་པ་འོག་ཏུ་བྱས། མཐེ་བོང་གཉིས་ཅེ་སྐྱར་  
ནས་ལྷེ་བའི་ཐད་དུ་བཅར། རྟེན་པ་བྲང་བོར་བསྐང་བ་སྐལ་ཆོག་རྣམས་དོང་  
ཅེ་བཅེགས་པ་ལྟར་ཐད་ཀར་འོང་བ་བྱ། ལུས་བྲང་ན་རྩ་འཛོང་ཞིང་། དེ་ལ་རྒྱ་  
བའི་རྒྱང་འཛོང་། དེས་སེམས་ལས་སྐྱ་རུང་བར་གསུངས། སོ་མཆུ་ཆེད་དུ་

བཙུམ་པ་དང་གདངས་པ་མིན་པར་རང་བབས་སུ་བཞག། །ལྷེ་ཅེ་ཡ་རྒྱལ་ལ་  
 སྐྱར་ན་ཁ་མི་སྒྲིམ་པ་དང་། མཉམ་གཞག་འབྲུག་པོའི་སྐབས་ཁ་ཚུ་མི་འཛག་  
 པ་སོགས་ཀྱི་གནད་ཡོད། མགོ་བོ་མགྱིན་པའི་ཨོལ་མདུད་ནོན་ཅམ་ཅུང་བད་  
 དགུག། །མིག་སྒྲ་ཅེ་ལ་པབ་ཅེས་པ་སྒྲ་གཤོག་པན་ཚུན་མཐོང་ཅམ་ཀྱི་ཆོད་  
 དུ་བྱ་དགོས། དེ་ལ་བྱིང་ཆོད་གཅོད་སྒྲ་བའི་གནད་ཡོད། འགའ་ཞིག་གིས་  
 དམིགས་པ་ནམ་བྱས་ལ་མིག་བཙུམ་ནས་སྒྲོད་པ་དེ་ལྟར་མི་རུང་ཞིང་། བྱབ་  
 མཐའ་གཞན་ལ་དབང་པོ་རབ་ཆོས་སྐྱའི་ལྟ་སྟངས་མིག་ནམ་མཁའ་ལ་བལྟ་  
 བ་སོགས་གསུངས་པ་ཡོད་ཀྱང་རང་ལུགས་ལ་དེ་ལྟར་མི་བྱ། ཐུག་པ་གཉིས་  
 མཐོ་དམའ་མེད་པར་ཐད་ཀར་འཛོག་པ་སྟེ་རྣམ་སྒྲུང་གི་ཆོས་བདུན་ཡིན།  
 འདི་དག་ལ་རྫོགས་རིམ་གྱི་བབ་གནད་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡོད་ཀྱང་འདིར་བཤད་  
 དུ་མི་རུང་། ལུས་གནད་འདི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བ་ནི། ལྟོ་བྲག་མར་པས། བོད་  
 ཀྱི་སྒྲིམ་ཐམས་ཅད་བསྒྲུམས་ཀྱང་ང་མར་པ་ལོ་རྒྱའི་འདུག་ལུགས་གཅིག་  
 ལུ་ལ་མི་དོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རེད། རྣམ་སྒྲུང་ཞེས་གསུངས་པ་ནི་སངས་  
 རྒྱལ་རྣམ་པར་སྒྲུང་མཛད་དེ་གཟུགས་ལུང་རྣམ་པར་དག་པའི་དག་ཆ་ལྟར་  
 ཤར་བ་ཡིན་པས་དེའི་ཆ་ནས་གསུངས་པ་ཡིན།

ཆོས་བརྒྱད་པ་དབུགས་བབྱང་བ་ནི། གཙོ་སེམས་མི་དགེ་བ་དང་  
 མཚུངས་ལྡན་དུ་སོང་འདུག་ན་དགེ་སེམས་བྱུང་པར་ཅན་གསལ་བྱེབས་  
 དཀའ་བ་དཔེར་ན། ཁོང་ཁྱོད་ལ་པོ་ལངས་བཞིན་པའི་སྐབས་མ་སེམས་ཅན་  
 ཐམས་ཅད་ཅེས་སེམས་བསྐྱེད་གསལ་འདེབས་ཁུལ་བྱས་ཀྱང་ཕྱོགས་ཅམ་



ཡང་གསལ་འདེབས་མི་རུས་པ་ལྟར་རེད། དེས་ན་སེམས་མི་དག་བ་དང་  
མཚུངས་ལྟན་དུ་སོང་འདུག་ན་རེ་ཞིག་དག་སེམས་གསལ་འདེབས་མི་བྱ་  
བར་ལུང་མ་བསྟན་གྱི་སེམས་སུ་འགྱུར་བར་བྱས་ཏེ། དེ་ནས་དག་སེམས་  
སུ་བསྐྱར་བདེ་བ་དཔེར་ན་སྣམ་བྱ་དཀར་པོ་ཡིན་ཀྱང་དེ་མས་ནག་པོར་བྱས་  
པ་ལ་ཆོས་ལེན་དཀར་ཞིང་། དེ་ཆུ་ལ་ལེགས་པར་བཀྱས་པས་སྣམ་བྱ་དཀར་  
པོ་དེ་མ་མེད་པ་ཆོས་དམར་སེར་སོགས་གང་བསྐྱར་ཀྱང་སྒྲ་བ་ལྟར་ཡིན།  
དེ་ཡང་སེམས་ལུང་མ་བསྟན་ཞེས་བ་དག་བ་དང་མི་དག་བ་གང་དུ་ཡང་མ་  
སོང་བ་སྣམ་བྱ་དཀར་པོ་དེ་མ་མེད་པ་ལྟ་བུ་ལ་ཟེར་བ་ཡིན། དེས་ན་དབྱུགས་  
བགྱངས་ནས་སེམས་ལུང་མ་བསྟན་དུ་བསྐྱར་ལུགས་རི་ལྟར་ཡིན་སྣམ་ན།  
སློ་ཁ་ནང་དུ་ཕྱོགས་ནས་ཀྱན་སློང་ལ་བརྟགས་པས་འདོད་ཆགས་དང་། ཞེ་  
སྤང་སོགས་ཀྱི་དབང་དུ་སོང་འདུག་ན། དབྱུགས་སྒྲ་བྱག་ནས་སྒྲ་ཅན་དང་།  
ལྷགས་ཅན་དང་། རྟོག་བག་ཅན་སོགས་མ་ཡིན་པར་དལ་བྱས་ཕྱིར་གཏོང་  
ཞིང་པར་སོང་ངོ་སྣམ་པ་བྱེད། དེ་བཞིན་དུ་ནང་དུ་རྟུབས་ཤིང་ཚུར་འོངས་  
སོ་སྣམ་པ་བྱེད། དེས་ལན་གཅིག་སོང་སྣམ་པ་བྱེད། དེ་བཞིན་དུ་གཉིས་ནས་  
བདུན། དགུ། བརྒྱ་གཅིག །བཙུ་ལྔ། ཉེར་གཅིག་སོགས་བགྱང་སྤང་ལ་མི་  
བགྱང་བར་འགྲོ་འོང་སོགས་སེམས་མ་ཡིངས་པར་བགྱངས་པས། སོ་སྤྱིའི་  
སློ་གཅིག་གིས་འཇིན་སྤངས་གཉིས་ལ་འཇུག་མི་རུས་པས་ཆགས་སོགས་  
ཞེ་ནས་སེམས་ལུང་མ་བསྟན་དུ་འགྱུར་འོང་། དབྱུགས་གཏོང་བའི་ཆེ་རང་  
རྒྱུད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་རྣམས་འོད་ནག་པོའི་རྣམ་པ་དང་། རྟུབས་པའི་ཆེ་རྒྱལ་

བ་སྤུལ་བཅས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱལ་པོ་འོད་དཀར་པོའི་རྣམ་པར་ནང་དུ་ཞུགས་པའི་  
 མོས་པ་བྱ་བར་གསུངས་པ་ནི་ཐོགས་འདོན་ཅམ་ལས་ངེས་པར་དགོས་པ་  
 མིན། དེ་ལྟར་ལུང་མ་བསྟན་དུ་གྱུར་ནས་དགེ་སེམས་གསལ་འདེབས་སྤྲོ་བ་  
 བདག་གི་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེས་དཔེ་འདི་ལྟར་གསུངས་ཏེ། དགུན་དུས་གནམ་  
 གང་སྒྲང་ཞིག་ལ་རང་གི་གདན་གཅིག་ལས་མེད་པའི་སྟེང་དུ་མི་ཞིག་བསྐྱད་  
 འདུག་ན། འོངས་ཞེས་བཅན་ཐབས་སུ་རྒྱུ་ཅམ་སྒྲོང་ཡང་མི་ལང་ན། འོངས་  
 ཞེས་མི་བརྗོད་པར་པར་ཅམ་ན་ལྟར་མོ་ཆེན་པོ་ཞིག་འདུག་ཅེས་བརྗོད་ནས་  
 རང་བལྟ་བར་འགྲོ་ཁུལ་བྱས་ན་ཁོ་ཡང་ལངས་ནས་འོང་བས། དེ་མ་ཐག་  
 ལྟན་གྱི་སྟེང་དུ་རང་བསྐྱད་ན་སྟོད་རྒྱས་པ་བཞིན་སེམས་ལ་ཆགས་སོགས་  
 མི་དགེ་བ་དང་བཅས་པའི་སྐྱབས་ཕྱུ་ཚུ་གས་བྱས་ཀྱང་འགོག་དཀའ་ཞིང་།  
 དེ་བས་དཔུགས་འགྲོ་འོང་ལ་སེམས་གཏད་ན་དེ་ལ་མགོ་འཁོར་ནས་ཉོན་  
 མོངས་ཁོ་ཞི་ནས་དགེ་སེམས་གསལ་འདེབས་བདེ་བ་ཡིན་ནོ། །ཡང་སེམས་  
 མི་དགེ་བ་དང་མཚུངས་ལྡན་དུ་མ་སོང་བར་དགེ་སེམས་གསལ་འདེབས་  
 སྤྲོ་ན་དཔུགས་བཟངས་པ་ངེས་པར་མི་དགོས་པས་ཆོས་བདུན་ནམ་བརྒྱད་  
 ཅེས་གསུངས་པའི་གནད་ཀྱང་དེ་ཡིན།

དེ་ནས་དཔུགས་བཟང་དགོས་མིན་རྒྱུ་ཡང་ཐུན་གྱི་འགོར་དགེ་  
 སེམས་བྱུང་པར་ཅན་གསལ་འདེབས་དགོས་པ་ཡིན་པས། དེ་ཡང་དགེ་  
 སྒྲོལ་རྒྱུ་འདྲ་ཞིག་བྱེད་ཀྱང་ཐོག་མར་ཀུན་སྒྲོང་འཆོས་པ་གལ་ཆེ་སྟེ། རྒྱུ་  
 བཅུན་ཅོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས་བོད་ཀྱི་སྒྲོལ་ཆེན་རྣམས་ལ་སྒྲོལ་གྱི་གནད་ལས་

བརྩམས་པའི་དེ་བ་ལྟག་བསམ་རབ་དཀར་དུ། སྒྲིམ་གྱི་འགོ་རྒྱ་གར་གྱི་སྐད་  
དང་འདྲ་བ་དེ་གང་ཡིན་ཞེས་དེ་བ་མཛད་པར། རྩེ་བཅུན་སྒྲོ་བཟང་ཆོས་རྒྱན་  
ཀྱིས་དེས་ལན་སྒྲོ་བཟང་བཞད་པའི་སྐྱ་དབྱངས་ལས། སྒྲིམ་རྣམས་ཀྱན་གྱི་  
དང་པོའི་འགོ། །རྒྱ་གར་སྐད་མཚུངས་རང་རྒྱུད་ལ། །ལེགས་པར་བརྟག་པ་  
ཡིན་ནོ་ཞེས། །ཟླ་མེད་ཟླ་མ་མཆོག་བྱེད་བཞེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྒྲིམ་  
ཐམས་ཅད་གྱི་ཐོག་མར་ཀྱན་སྒྲོང་བཙུག་པ་འདི་ཞིན་ཏུ་གལ་ཆེ་སྟེ། མདོ་  
ལས། ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་རྒྱན་ཡིན་ཏེ། །འདུན་པའི་རྩ་ལ་རབ་ཏུ་  
གནས། །ཞེས་དང་། སྒྲོ་བ་དཔོན་སྐྱ་སྐྱབ་ཀྱིས་ཀྱང་། འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་  
གཏི་ཟུག་གསུམ། །དེས་བསྐྱེད་ལས་ནི་མི་དགོ་བ། །མ་ཆགས་མི་སྤང་གཏི་  
ཟུག་མེད། །དེས་བསྐྱེད་ལས་ནི་དགོ་བའོ། །ཞེས་དང་། རྩོ་བོ་ཆེན་པོས། རྩ་  
བ་དུག་ཡིན་ན་ཡལ་ག་དང་ལོ་མའང་དུག །རྩ་བ་སྤྲོན་ཡིན་ན་ཡལ་ག་དང་ལོ་  
མའང་སྤྲོན་དུ་ཡོང་བ་བཞིན་དུ། རྩ་བ་འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་གཏི་ཟུག་ལ་ཅི་  
བྱས་མི་དགོ་བ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཀྱན་སྒྲོང་ཉོན་མོངས་སོགས་  
ཀྱིས་ཀྱན་ནས་བསྐྱང་སྟེ་ཐོས་བསམ་སྒྲིམ་གསུམ་བྱས་ཀྱང་འབྲས་བུ་རྣམ་  
སྒྲིན་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་ཆེན་པོ་འབྱེན་ཅིང་། དགོ་སེམས་བཟང་པོས་ཀྱན་  
ནས་བསྐྱང་ན་སྒྲོག་གཙོད་སོགས་མི་དགོ་བ་བྱས་ཀྱང་ཆོགས་རྒྱབས་པོ་  
ཆེ་རྒྱོགས་པ་ཡོད་དེ། སྒྲོན་སྒྲོན་པས་སྒྲོ་བ་པ་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་དེད་  
དཔོན་སྒྲོང་སྒྲོ་བས་ཆེན་པོར་སྐྱེ་བ་བཞེས་པའི་ཆེ་ཆོང་པ་ལྟ་བུ་དང་མཉམ་  
དུ་རྒྱ་མཆོར་ཞུགས་པ་རིན་པོ་ཆེ་ལོན་ནས་ཚུར་ཕེབས་པའི་ཆེ་མི་ནག་

མདུང་ཐུང་ཅན་ཞེས་པའི་གཡོན་ཅན་ཞིག་གིས་ཆོང་པ་ལྟ་བུ་གསོད་པར་  
 བཅུམ་པ་ན། དེད་དཔོན་གྱིས་གནས་སྐབས་ཆོང་པ་ལྟ་བུའི་སློག་བསྐྱབ་  
 པ་དང་། དུགས་མི་ནག་མདུང་ཐུང་ཅན་སོང་ལས་སྐྱོབ་པའི་ཕྱིར་སྒྲིང་རྩེ་  
 ཆེན་པོས་བསྐྱལ་བར་མཛད་པས་བསྐྱལ་ཆེན་བཞི་ཁྲིའི་ཆོག་གས་འདུམ་པར་  
 གསུངས། དེ་ཡང་སློག་གཙོད་ཀྱི་ལས་ཁོ་རང་གི་འབྲས་བུར་ཆོག་གས་རྩོག་གས་  
 པ་མི་སྲིད་ཀྱང་། ཀུན་སྒྲོང་སྒྲིང་རྩེ་སྒྲོབས་ཆེན་དེའི་འབྲས་བུས་ཆོག་གས་  
 རྒྱབས་ཆེན་རྩོག་གས་པ་རེད། དགེ་མི་དགེ་དང་རྣམ་སྤྲོད་ཡིད་དུ་འོང་མི་འོང་  
 སྒྲོབས་ཆེ་ཆུང་སོགས་ཆང་མ་ཀུན་སྒྲོང་གིས་བྱེད་དེ། སློན་རྒྱ་གར་དུ་སྤྱང་  
 པོ་རྒྱལ་རིགས་དང་། བྲམ་བེའི་ཁྲིའུ་གཉིས་ཡོད་པས། བྲམ་བེའི་ཁྲིའུ་དུས་  
 མ་ཤེས་པར་ཕྱིན་པས་དགེ་འདུན་རྣམས་ཀྱིས་ཞལ་བས་མ་གསོལ་གོང་ཕྱད་  
 མི་སྤྲོད་པས་ཅི་ཡང་མ་བྱེན། རྒྱལ་རིགས་ཀྱིས་དུས་ལ་མཁས་པས་ཞལ་  
 བས་གསོལ་བེན་ནས་ལྷག་མ་འཕོ་རན་པའི་དུས་སུ་སྒྲོང་བས་ཤིན་ཏུ་མང་  
 པོ་ཐོབ་པ་དང་། དེས་བྲམ་བེའི་ཁྲིའུ་ལ། ཁྲོད་ཀྱིས་ཅུང་བད་རྩེད་དམ་བུས་  
 པས། དེ་ཁྲོས་ནས་ཁོ་བོ་ལ་དབང་ཡོད་ན་ལྷ་ཀྱའི་དགེ་སྒྲོང་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 མགོ་བུང་ནས་བཅད་དེ་ས་ལ་འདོར་བ་ཞིག་འདོད་ཟེད། རྒྱལ་རིགས་དེས་  
 ལྷག་མ་མང་དུ་རྩེད་པས་དད་པ་ཐོབ་པ་དེས་སྤྲོས་པ། ཁོ་བོ་ལ་འབྱོར་པ་ཡོད་  
 ན་ཉིན་རེ་བཞིན་སངས་རྒྱས་དགེ་འདུན་དང་བཅས་པ་ལ་ཞལ་བས་རོ་བརྒྱ་  
 དང་ལྡན་པ་བསྐྱབ་པ་ཞིག་འདོད་ཟེད། དེ་གཉིས་གཅིག་ལ་གཅིག་སྤྲོ་ཞིང་  
 མཉན་ཡོད་ནས་བྱུང་སྟེ་ཤིང་བུང་ཞིག་ཏུ་ཉལ་བ་དང་། ཤིང་རྩ་འབྲུམས་པ་

ཞིག་གི་འཁོར་ལོས་བྲམ་ཟེའི་སྤྱུ་དེའི་མགོ་བཅད་དོ། །དེའི་ཆེ་མཉན་ཡོད་  
ན་ཆོང་དཔོན་ཞིག་བྱ་མེད་པར་ཞི་བ་དང་། བྱིས་པ་ཐམས་ཅད་འདུས་ནས་  
སྤྱ་བསོད་ནམས་ཆེ་བ་དེ་དཔོན་དུ་བཞག་གོ་ཞེས་དེ་རྣམས་ཀྱིས་བརྟག་  
པར་བརྩམས་པ་ལས་རྒྱལ་རིགས་ཀྱི་སྤྱུ་དེ་ཤིང་གི་གྲིབ་མ་ལ་ཉལ་བ་ན་  
ཤིང་གཞན་རྣམས་ཀྱི་གྲིབ་མ་ཡོལ་ཀྱང་ཤིང་དེའི་གྲིབ་མ་མ་ཡོལ་བར་མཐོང་  
ནས་དེ་ཆོང་དཔོན་ཀྱི་རྒྱལ་པོར་དབང་བསྐྱུར། དེས་ཁོ་རང་གིས་སྤྲས་པ་  
ལྟར་སངས་རྒྱས་དགེ་འདུན་དང་བཅས་པར་བསྟེན་བཀྱར། ཆོས་ཉན་པས་  
བདེན་པ་མཐོང་སྟེ། དེའི་ཚུལ་མདོ་ལས་ཀྱང་། ཆོས་རྣམས་སྟོན་དུ་ཡིད་འགྲོ་  
སྟེ། །ཡིད་མགྲོགས་ཡིད་ནི་གཙོ་བོ་ཡིན། །ངེ་ལྟར་ཡིད་རབ་གདུག་པ་ཡིས།  
།སྤྲས་སམ་ཡང་ན་བྱས་ཀྱང་རུང་། །དེ་ཡིས་དེ་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཐོབ། །འཁོར་  
ལོས་མགོ་བོ་བཅད་པ་བཞིན། །ངེ་ལྟར་ཡིད་རབ་དང་བ་ཡིས། །སྤྲས་སམ་  
ཡང་ན་བྱས་ཀྱང་རུང་། །དེ་ཡིས་དེ་ནི་བདེ་བ་ཐོབ། །གྲིབ་མ་རྗེས་སྤྱ་འབྲང་  
བ་བཞིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཀུན་སྒྲོང་བཟང་ངན་གྱི་འབྲས་བྱ་མཐོང་  
ཆོས་སྤྱ་དེ་འདྲ་བྱུང་བ་རེད།

དེས་ན་དགེ་སྦྱོར་གྱི་འགོའི་ཀུན་སྒྲོང་ཅུ་མ་མིན་པར་དུས་རྒྱུན་དུ་འང་  
ཀུན་སྒྲོང་བཟང་པོ་བྱེད་པ་གལ་ཆེ། དེང་དུས་རང་རེའི་ལུས་བདེ་ལམ་ཞེས་  
ཁམས་འདི་བྱེད་པའི་ཆོད་དུ་ངོ་བོ་ཆེན་པོས། སེམས་བཟང་པོ་བྱུང་ངམ་  
ཞེས་གསུངས་ཀྱིན་ཡོད་པ་རེད། རྗེ་བཙུན་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས་ཀྱང་། དཀར་  
ནག་ལས་རྣམས་བསམ་པ་བཟང་ངན་ལགས། །བསམ་པ་བཟང་ན་ས་དང་

ལམ་ཡང་བཟང་། །བསམ་པ་དམན་ན་ས་དང་ལམ་ཡང་དམན། །ཐམས་ཅད་  
 བསམ་པ་དག་ལ་རག་ལས་པས། །ཞེས་གསུངས། དེས་ན་ཀུན་སྒྲོང་གི་བྱང་  
 པར་གྱིས་དག་འབྲས་ཐོབ་ཚུལ་སྟོབས་ཆེ་ཆུང་གི་བྱང་པར་ཤིན་ཏུ་ཆེ་སྟེ།  
 དཔེར་ན་མི་བཞིས་སྒྲོལ་མ་ཆར་གཅིག་མཉམ་དུ་བཏོན་ན། གཅིག་གིས་ཀུན་  
 སྒྲོང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་། གཅིག་གིས་ངེས་འབྱུང་དང་། གཅིག་གིས་  
 འདྲིལ་ཏེན་ཕྱི་མ་དོན་གཉེར་ཅམ་དང་། གཅིག་གིས་ཆེ་འདིར་ཆེ་རིང་བ་དང་  
 རྒྱ་མཚད་པ་སོགས་ཀྱི་དོན་དུ་སྟོན་ཅིང་བཏོན་ན་ཆོག་འདོན་པ་མང་ཉུང་འབྲ་  
 ཡང་། འབྲས་བུ་ཐོབ་ཚུལ་ཤིན་ཏུ་མི་འབྲ་སྟེ། དང་པོ་དེ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱིས་  
 ཟེན་པས་རྫོགས་བྱང་གི་རྒྱ་དང་། རྒྱལ་སྤྱི་ཀྱི་སྒྲོང་པར་འབྱུང་ཞིང་ཐེག་པ་  
 ཆེན་པོའི་ཆོས་སྤྱོད་ལ། གཞན་གསུམ་དེ་ལྟར་མི་འབྱུང་། འོན་ཀྱང་གཉིས་  
 པ་དེ་ངེས་འབྱུང་གིས་ཟེན་པས་ཐར་པའི་རྒྱ་དང་འཁོར་བའི་གཉེན་པོ་སྐྱེས་  
 བུ་འབྲིང་གི་ཆོས་སྤྱོད་ལ། གཞན་གཉིས་པོ་དེ་ཐར་པའི་རྒྱ་ཅམ་དུ་ཡང་མ་  
 སོང་ཞིང་ཀུན་འབྱུང་རང་ག་བར་སོང་། གསུམ་པ་དེ་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་  
 མཐེན་པའི་རྒྱར་མ་སོང་ཡང་ངན་འགྲོ་ལས་སྒྲོག་པའི་ཐབས་དང་སྐྱེས་བུ་  
 ཆུང་དུའི་ཆོས་སྤྱོད་ལ། བཞི་པ་དེ་ནི་ཆེ་འདི་པ་ཅམ་དུ་སོང་བས་ཆོས་སྤྱོད་  
 ཡང་མ་སོང་། འབྲས་བུ་ཡང་ཆེ་འདིར་རེ་བ་དེ་ཅམ་ལས་འབྱུང་དགའ་སྟེ།  
 དེ་ཡང་རྫོགས་ལ། ཆེ་འདིའི་བདེ་སྐྱིད་དང་རྟོག་བཀྱར་འདོད་ནས་ལས་བྱས་  
 པ་རྣམས་ལ་འབྲས་བུ་ཅི་མཆིས་ཞུས་པས། འབྲས་བུ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཆི་  
 གསུངས། ཆེ་ཕྱི་མ་ལ་ཅི་མཆིས་ཞུས་པས། དཔྱུལ་བ་མཆི། ཡི་དྲགས་



མཆི། དུད་འགྲོ་མཆི་གསུངས་པ་ལྟར་རེད། དེས་ན་རང་རེ་གྲ་ས་བ་ཆོས་  
ཀྱང་ཆོག་ས་དང་ཆོས་རྩ་འགྲིམས་པའི་ཆེ་ཀྱན་སྒྲོང་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་  
ཀྱིས་ཟིན་ན་གོམ་པ་གང་འདོར་བ་ཚུན་ཆད་ཀྱང་གསེར་སྤང་འབྱམ་ཀྱིས་མི་  
དོ་བའི་རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་སྒྲོད་པར་འགྲོ། འབྱེད་དང་ཇ་ཐུག་སོགས་དང་། ལས་  
སྒྲེའི་དོ་སྤང་ཅམ་ལ་བསམས་ནས་ཕྱིན་ན་གོང་དུ་ངོ་བོས་གསུངས་པ་ལྟར་  
དུ་འགྲོ། སྒྲོམ་མཁན་ཀྱི་སྒྲོམ་གནད་དུ་འགྲོ་མི་འགྲོ་ཡང་འདི་ལ་རག་ལས་ཏེ།  
ངོ་བོའི་ཞལ་ནས་ཀྱང་། ཁོ་བོའི་སྒྲོམ་པ་རིན་ཆེན་སྒྲ་མ་བསྒྲོམ་སྐད། བསྒྲོམ་  
ཅ་ན་བསྒྲོམས་པས་དར་ཡུག་དང་ཇ་སིག་སོགས་མང་པོ་ཡོང་སེམས་ན་ངེ་  
ཅམ་བསྒྲོམས་པ་སྤྲིག་པ་ཡིན། བསྒྲོམ་ཅ་ན་སྒྲེ་བའི་རྒྱ་མཆོ་མཐར་དབྱུང་།  
བྱང་ཚུབ་མཆོག་གི་ས་བོན་གདབ་སེམས་ན་སེམས་པ་ཅམ་ཞིག་བྱས་པའི་  
བསོད་ནམས་ཀྱང་ནམ་མཁའ་མི་ཤོང་གསུངས། དེས་ན་ཐོས་བསམ་བསྒྲོམ་  
བསྐྱབ་བསྐྱེན་བཀྱར་མཆོད་སྤྱིན་སོགས་དགོ་བ་ཆེ་ཚུང་གང་ལ་ཡང་ཀྱན་  
སྒྲོང་མ་བཅོས་ན་འདིས་ཐམས་ཅད་མེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན།

འདིར་ཡང་ཐོག་མར་ཀྱན་སྒྲོང་ནན་ཏན་དུ་བཅོས་དགོས་ཤིང་། དེ་  
ཡང་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་ཡིན་པས་དགོ་སེམས་ཅམ་ཀྱིས་མི་ཆོག་པར་  
དགོ་སེམས་བྱེད་པར་ཅན་བྱང་ཚུབ་སེམས་ཀྱིས་ཟིན་དགོས། བྱང་ཚུབ་  
ཀྱི་སེམས་བཅོས་མིན་རང་ཤུགས་ཀྱིས་ཡོད་ན་འདི་ལྟར་མི་དགོས་ཀྱང་།  
བཅོས་མ་གསལ་འདེབས་བྱ་དགོས་ཆོ། མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་  
དུ་ཞེས་ལམ་སང་བརྗོད་ཀྱང་ཡིད་འགྱུར་མི་ཐོན་པས། ག་རེ་བདག་གིས་

དལ་འབྱོར་ནས་མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་རྫོགས་པའི་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་བྱ། དེའི་ཕྱིར་དུ་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་བྲིད་  
 བསྐྱོམ་པར་བྱའོ། །ཞེས་སོགས་ཁར་སེང་ཞུས་པ་ལྟར་དལ་འབྱོར་དོན་ཆེ་  
 རྟེན་དཀའ་ནས་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་བར་རིམ་བཞིན་གསལ་འདེབས་བྱས་ན་  
 ཡིད་འགྱུར་ཐོན་པ་ཡོང་། སྒྲོན་གྱི་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱན་སྦྲོང་བཙུག་ཆུང་ལ་  
 རྒྱས་བསྐྱུས་སྒྲ་ཆོགས་གསུངས་པ། འགའ་ཞིག་གིས་སྒྲོ་ལ་བརྒྱུད་ནས་ཡིད་  
 འགྱུར་ཅི་ཡང་མ་ཐོན་པར་འདོན་པ་ཁོ་ནས་ཆོག་པར་བྱེད་ཀྱང་། ཀྱན་སྦྲོང་  
 སེམས་ལ་འཆོས་དགོས་ཀྱི་ཁ་ལ་འཆོས་པ་མིན་པས། དག་ནས་བརྗོད་པ་  
 ལྟར་གྱི་སེམས་དང་འདྲེས་པའི་ཡིད་འགྱུར་གང་ཐོན་བྱེད་དགོས།

དེ་ལྟར་ཀྱན་སྦྲོང་དག་སེམས་བྱུང་པར་ཅན་གྱི་ངང་ནས་སྐྱབས་འགོ་  
 སེམས་བསྐྱེད་བྱ་བ་ཉི། ད་ལན་ལམ་རིམ་གསུམ་སྒྲགས་པ་ཡིན་པས་སྒྲོར་  
 ཆོས་ལ་ཡང་། སྐྱབས་ལུལ་ཆོགས་ཞིང་སོགས་མི་འདྲ་བར་སོ་སོར་ཡོད་  
 པས་མ་འབྲུགས་པ་བྱ་དགོས། ད་ལྟ་ཆོགས་སུ་བྱག་ལེན་ལྟར་སྒྲོ་བརྒྱུད་ཀྱི་  
 སྒྲོར་ཆོས་འབྲུག་པ་བདེ་ཕྱིར་འདོན་པ་ཡིན་ཀྱང་རྒྱན་གྱི་ཞལ་འདོན་སྐྱར་  
 ལམ་གྱི་སྒྲོར་ཆོས་སྟངས་མཛད་དགོས། སྐྱབས་འགོ་བྱ་བ་ལ་ཐོག་མར་  
 སྐྱབས་ལུལ་གསལ་འདེབས་དགོས་པས་སྐྱར་ལམ་ལྷགས་ཀྱི་སྐྱབས་ལུལ་  
 བློ་མཛད་ཀྱི་ནམ་མཁའ་ཏ་ཅང་མཐོན་གྲོལ་པ་དང་། ཏ་ཅང་དམའ་ན་བྱིང་བ་  
 སྐྱེ་བས། རན་པའི་མཆམས་སྒྲིན་མཆམས་ཀྱི་ཐད་དུ་སེང་གོ་ཆེན་པོ་བརྒྱུད་  
 ཀྱིས་བཏྲེག་པའི་རིན་པོ་ཆེའི་ཁྲི་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཞིག་གསལ་གང་བ། དེའི་སྟངས་

དུ་དབུས་དང་། རྟོགས་བཞིར་བྲི་ཆུང་ལྔ་ཡོད་པའི་དབུས་མ་ཆུང་ཟད་མཐོ་  
བའི་ཁར་ངོ་བོ་རང་ལ་ཆོས་འདི་སྟོན་པའི་བྲིན་ཅན་ཅ་བའི་སླ་མ་ཡིན་པ་ལ་  
ནམ་པ་སྟོན་པ་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་འདོན་ཆ་ལྟར་བསྐྱེད། དེ་ཡང་ལམ་འབྲས་  
ཀྱི་རྟོགས་པ་ཐམས་ཅད་སླ་མ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེ་དགོས་པས་ངོ་བོ་སླ་མར་  
བྱ་དགོས། ནམ་པ་ཐུབ་དབང་དུ་བྱེད་པ་ནི་བསྟན་པའི་བདག་པོ་ཡིན་པས་  
ཆོས་ཀྱི་ཁུངས་སྟོན་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན། ཐུག་གཡས་ས་གཞོན་གྱིས་ལྟའི་  
བྱའི་བདུད་བཅོམ་པ་དང་། ལྟུང་བཟེད་ནང་གི་བདུད་ཅི་དེ་ཡང་ན་བ་མེད་པ་  
སྟན་གྱི་བདུད་ཅིས་ལྟུང་པོའི་བདུད། འཆི་བ་མེད་པའི་ཆེའི་བདུད་ཅིས་འཆི་  
བདག་གི་བདུད་དང་། ཟག་པ་མེད་པ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདུད་ཅིས་ཉོན་མོངས་པའི་  
བདུད་འཛོམས་པ་མཆོན། དེ་ཡང་སྟོན་པ་རང་གི་ངོས་སྐལ་གྱི་བདུད་བཞི་  
བཅོམ་བྱེད་པ་དང་། རང་ཅག་གི་བདུད་བཞི་ལྟར་དུ་འཛོམས་པར་འགྱུར་  
བའི་དོན་དུ་བསམ་དགོས། སྟོན་པའི་ཐུགས་ཀར་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ་རྩོ་  
རྩེ་འཆང་དང་། དེའི་ཐུགས་ཀར་ཉིང་ངེ་འཛིན་སེམས་དཔའ་རྩྱུ་ཡིག་སྟོན་  
པོ་སྟེ་འདིར་སྐྲགས་དང་འབྲེལ་བ་ཡིན་པས་སེམས་དཔའ་སྐྱམ་བཅེགས་  
གསལ་གདབ་དགོས།

འོ་ན་ལམ་རིམ་སྟོན་པའི་སླ་མ་མང་པོ་ཡོད་ན་གང་གསལ་འདེབས་  
སྟམ་ན་རང་རྒྱུད་ལ་ཕན་ཆེ་བའི་སླ་མ་དེ་གཙོ་བོར་བྱེད་དགོས། གཡས་ཀྱི་  
བྲི་ལ་རྩེ་བཅུན་བྱམས་པ། བྲི་ཆུང་གི་མཐའ་སྒོར་དུ་བྱ་ཆེན་སྟོད་བརྒྱུད་ཀྱི་  
སླ་མ་ནམས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བ། གཡོན་གྱི་བྲི་ཆུང་ལ་རྩེ་བཅུན་འཇམ་དཔལ་

དབྱུངས་དང་། གོང་བཞིན་ཟབ་མོ་ལྟ་བུར་གྱི་སྒྲ་མ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱོར་  
བ། རྒྱུ་གྱི་ཁྱིམ་ལ་རྒྱལ་བ་དོན་ཅེ་འཆང་ལ། གོང་བཞིན་ཉམས་ལེན་གྱིན་  
སྒྲ་བས་བརྒྱུད་གྱི་སྒྲ་མ་རྣམས་བསྐྱོར་བ།

མདུན་གྱི་ཁྱིམ་ལ་རང་གི་ཅ་བའི་སྒྲ་མ་དེ་ཉིད་ཞལ་འཇལ་དུས་གྱི་  
རྣམ་པ་ཅན་ལ། སྒྲུན་ཞལ་བ་ལྟ་བུའི་སྒྲོན་ཡོད་ན་སྒྲོན་དེ་གསལ་མི་གདབ།  
ཕྱག་གཡས་ཆོས་འཆད་དང་། གཡོན་མཉམ་གཞག་གི་སྒྲིང་དུ་འཆི་མེད་  
བདུད་རྩིས་གང་བའི་ཆེ་ཡི་བྱམ་པ་བསྐྱམས་བ། དེ་གཉིས་ནི་ཟབ་མོ་སྒྲིང་  
ཉིད་ལ་མཉམ་པར་བཞག་བཞིན་དུ་ཆོས་སྒྲོན་པ་སྟེ་སངས་རྒྱས་ཉིད་ཡིན་  
པའི་བཟང་དང་། ཡང་ཆོས་འཆད་གྱིས་གདུལ་བྱ་ཐོས་པ་ལ་བསྐྱལ་བ་དང་།  
མཉམ་གཞག་གིས་ཐོས་དོན་སྒྲུབ་པ་ལ་བསྐྱལ་བར་མཛད་པ་དང་། ཡང་རྗེ་  
བཙུན་ཅོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས། སྐལ་ལྷན་ཐར་ལམ་སྒྲུབ་ལ་གཙོ་བོའི་གོགས།  
།སེམས་འཇོམས་སྒྲིངས་པ་ལུས་འཇོམས་གཤེན་རྗེ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་  
པ་ལྟར་ཆོས་སྒྲུབ་པའི་བར་ཆད་གྱི་གཙོ་བོ་སེམས་འཇོམས་པར་བྱེད་པའི་  
སྒྲིངས་པ་དང་། ལུས་འཇོམས་པར་བྱེད་པའི་འཆི་བདག་ཡིན་པས་དེ་གཉིས་  
གྱི་གཉིན་པོར་ཆོས་འཆད་གྱིས་ཆོས་སྒྲོན་པས་སྒྲིངས་པ་འཇོམས་པ་དང་།  
ཆེ་བྱམ་གྱི་འཆི་མེད་བདུད་རྩིས་འཆི་བདག་འཇོམས་པར་མཆོན། འདི་ལ་  
བརྟེན་ནས་ཞི་རྒྱས་དབང་བླ་གི་ལས་ཆོགས་སྒྲུབ་པའི་དམིགས་པའི་ཟབ་  
གནད་ཀྱང་མང་དུ་ཡོད། དེའི་མཐར་སྒྲོག་སྒྲོབ་པའི་དགོ་ཀན་ནས་བརྒྱམས་  
ཏི་ཆོས་འབྲེལ་དངོས་ཐོབ་གྱི་སྒྲ་མ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བ། རང་རེ་ཁྱོད་ལ་སྒྲ་

མ་དུ་ཡོད་ངེས་ན་སྤེང་བ་བཟུང་ནས་གཞི་ནས་གྲངས་བཟང་དགོས་པ་ཡོད།  
དངུལ་ཁྱག་ནང་དུ་དངུལ་དེ་འདྲ་ཡོད་བྱས་ན་སློ་ཐོག་ནས་བཞུད་ཆོག་ཆོག་  
ཡོད་པ་དེ་ནི་ལམ་གྱི་ཅ་བ་ལ་དོ་ནན་མི་བྱེད་པའི་རྟགས་ཡིན། བཞུགས་

གདན་སླ་མ་ཞལ་བཞུགས་པ་རྣམས་ལ་འཁོལ་གདན་དང་། མ་བཞུགས་པ་  
རྣམས་ལ་བད་སླ་བྱ་དགོས། དེ་ལྟར་སླ་མ་ཁག་ལྔ་པོ་དེ་ལ་སླ་མ་སྟེ་ལྔ་ཟེར།

དེའི་མཐར་སྐྱར་གྱི་ཁྲི་ཆེན་པོ་དེའི་སྟེང་ཡི་དམ་ནས་སྤྱང་མའི་བར་གྱི་  
ཆོགས་ཞིང་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བ་སྟེ། དེ་ཡང་སླ་མ་སྟེ་ལྔ་འཐར་ཡི་དམ་  
འགོད་ལུགས་བདག་གི་སླ་མ་རིན་པོ་ཆའི་གསུང་རྒྱན་ཆེ་སྤྱིང་ཡོངས་འཛིན་  
གྱི་ཕྱག་བཞེས་ནང་སྐྱོར་དུ་སླ་མེད། དེའི་ཕྱིར་རྣལ་འབྱོར་རྒྱད། དེའི་ཕྱིར་  
སྤྱོད་རྒྱད། དེའི་ཕྱིར་བྱ་རྒྱད་བཅས་སྤེང་བཞི་མཛད། ཅུ་བཟང་རྗེ་ཡེ་ཤེས་  
རྒྱ་མཆོའི་ཕྱག་བཞེས་རྒྱད་སྟེ་བཞི་ཕྱོགས་བཞིར་བགོས་ནས་མདུན་དུ་སླ་  
མེད། གཡས་སུ་རྣལ་འབྱོར་རྒྱད་སོགས་སྐྱོར་གཅིག་མཛད། ཅུ་བཟང་པར་  
མའི་ཆོགས་ཞིང་དུ་སླ་མེད་ལས་མི་གསལ་བ་ཡང་དེའི་གནད་ཀྱིས་ཡིན།  
གང་ལྟར་ཡི་དམ་གྱི་མཐར་སངས་རྒྱས་མཆོག་གི་སྦྱལ་སྦྱུའི་རྣམ་པ་ཅན། དེ་  
ཡང་བསྐྱལ་བཟང་གི་སངས་རྒྱས་སྟོང་དང་། བདེ་གཤེགས་བརྒྱད། ལྷུང་  
བཞགས་ཀྱི་སངས་རྒྱས་སོ་ལྔ་སོགས་གཙུག་པོར་བྱེད་དགོས། དེ་ནི་སྤྱིར་  
སངས་རྒྱས་ལ་མཐའ་ཡས་ཀྱང་བསྐྱལ་བཟང་འདིའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་རང་  
ལ་འབྲེལ་ཆེ་བ་དང་། བདེ་གཤེགས་བདུན་གྱི་སྟོན་ལམ་ལྷ་གྱའི་བསྟན་པའི་  
མཐའ་འདིར་འབྲུབ་པར་གསུངས་པ་དང་། ལྷུང་བཞགས་ཀྱི་སངས་རྒྱས་སོ་

ལྷ་སྒྲིག་ལྷུང་སྒྲོང་བ་ལ་སྟོབས་ཆེ་བའི་གནད་གྱིས་ཡིན། དེའི་མཐར་ཉེ་སྐབས་  
 བརྒྱད་སོགས་བྱང་སེམས་རྣམས་ལྟའི་བྱའི་རྣམ་པ། དེའི་མཐར་རང་རྒྱལ་  
 བཅུ་གཉིས་སོགས་རང་རྒྱལ། དེའི་མཐར་འཕགས་པའི་གནས་བརྟན་བཅུ་  
 དྲུག་སོགས་ཉན་ཐོས་རྣམས་དགེ་སྦྱོང་གི་རྣམ་པ་ཅན་སྤངས་པའི་ཡོན་ཏན་  
 ལ་གནས་པ། རྒྱག་ན་ལྷུང་བཟེད། འཁར་གསེལ། རྒྱ་ཏི་སོགས་བསྐྱམས་པ།  
 མི་འདྲ་བའི་བྱང་པར་རང་རྒྱལ་རྣམས་དབྱེ་ལ་གཙུག་ཏྲར་ཅུང་ཟད་ཡོད་པ་  
 སོགས་མཆོན་དཔེ་རྗེས་མཐུན་པ་དང་ལྟན་པ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་མཐར་ཁྲུ་ཀ་  
 ལྷ་ལ་དང་། རབ་གཏུམ་མ་སོགས་དཔའ་ཐོ་དང་དཔའ་མོ་རྣམས་བདེ་མཆོག་  
 ལས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱིས་བསྐྱོར་བ། དེའི་མཐར་སྐྱེས་བྱ་གསུམ་གྱི་ཆོས་  
 བདག་གིས་གཙོ་བོ་བྱས་པའི་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཆོས་སྦྱོང་རྣམས་  
 གྱིས་བསྐྱོར་བ། དེའི་ཕྱོགས་གཞིར་རྒྱལ་ཆེན་བཞི་སྟེ། དེ་ཡང་ཁྱི་སྟེང་དུ་  
 འགོད་པ་དང་། ཁྱི་སྟེང་དུ་མི་འགོད་པར་འོག་ཏུ་སྦྱོན་འབྱར་པོ་རེའི་སྟེང་དུ་  
 འགོད་པ་གསུང་རྒྱུན་གཉིས་ཡོད་པ་སྤྲུལ་མ་ནི་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་དང་།  
 ཕྱི་མ་ནི་འཇིག་རྟེན་པའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན། རྒྱལ་བཙན་སོགས་འཇིག་  
 རྟེན་དེགས་པའི་ཚུལ་བཟུང་བ་རྣམས་འགོད་དུ་མི་རུང་། སྤར་ཆེ་ཆོག་གླིང་  
 ལྷ་མ་ཡོངས་འཇིན་རིན་པོ་ཆེར་ཆོགས་ཞིང་ཞིག་གཟིགས་སུ་ཕྱལ་བར།  
 སྤང་མའི་ནང་བཙན་ཞིག་གིས་ཡོད་པ་ལ་ཕྱག་མཇུ་བ་གཏད་ནས་འདིའི་ཆབ་  
 བོར་བྱ་ཞིག་གིས་ན་ཨང་། ཞེས་གསུངས་པ་རེད། སྐབས་ལྷུལ་རྣམས་རང་  
 རང་གི་མདུན་ན་ངོ་བོ་རྟོགས་པའི་ཆོས་དགོན་མཆོག་ཡིན་པ་ལ་རྣམ་པ་ལྷུང་



གི་ཚོས་ཕུ་ཉིའི་རྣམ་པར་ཤར་བ་གདོང་དར་ཁ་ཆེམ་མེ་མདུན་རང་ལ་བསྟན་  
པ་གསལ་འདེབས།

སྐྱབས་ལུལ་ལ་ཀུན་འདུས་ནོར་བུའི་ལུགས་དང་མཐོ་བཅེགས་སོགས་  
མང་དུ་གསུངས་ཀྱང་རང་ལུགས་འདི་ལྟར་མཛད་པ་སྐྱབས་ལུལ་དགོན་  
མཆོག་གསུམ་ག་ཆང་བའི་དོན་དུ་ཡིན། དེ་དག་ཀྱང་སྐྱེ་ཐང་ལྟར་ལེབ་བཅར་  
མ་ཡིན་པ། ལྡོར་སྐྱེ་ལྟར་གདོས་བཅས་མ་ཡིན་པ་དང་ས་གསལ་འོད་ཀྱི་རང་  
བཞིན་ཅན་གྱི་འཇའ་ལུས། སྐྱེ་མངོན་སུམ་པ་ཤིན་ཏུ་འོད་འབར་བ། འདུལ་བ་  
ལུང་ལས། མེ་ལུས་ཀྱི་དབྱེབས་སུ་འདུག་པ་ལྟ་བུ། མེ་ལྷེ་མར་གྱིས་གཏམས་  
པ་ལྟ་བུ། མར་མེ་གསེར་གྱི་སྒོད་དུ་བཞག་པ་ལྟ་བུ་ཞེས་དཔེ་གསུམ་གྱིས་  
བསྟགས་པའི་སྐྱེ། བན་ཚུན་ཚོས་ཀྱི་ངི་བ་ངིས་ལན་མཛད་བཞིན་པ། རྒྱལ་  
པོའི་པོ་བྲང་གི་སྒོ་རྩར་རྒྱལ་སྤིད་ཀྱི་བྱ་བ་བསྐྱབས་ཅིན་ནས་ཚུར་འོངས་པ་  
དང་། སྐྱབ་དགོས་པར་འགོ་བ་མང་པོ་དུ་འཛིངས་ཡོད་པ་ལྟར། འདིར་ཡང་  
སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་ཐུབ་དབང་ནས་རྒྱལ་ཆེན་བཞིའི་བར་སྐྱུལ་པའི་རོལ་  
གར་སྒྲ་ཚོགས་པར་སློབ་དང་། ཚུར་བསྐྱེ་བ་སོགས་མཛད་བཞིན་པ། སྐྱའི་  
བ་སྐྱའི་ཁུང་བུར་ཡང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་གིས་གཏམས་པ་སོགས་རང་གི་  
སློས་གང་ལྟོགས་བསམ་དགོས། དེ་ལྟར་ཚོགས་ཞིང་རྣམས་ཀྱང་རང་ལ་  
ཐུགས་ཤིན་ཏུ་དབྱེས་བཞིན་བཞུགས་པར་བསམ། འདི་ལ་རྗེ་སྐྱབ་ཁང་པ་  
དགེ་ལེགས་རྒྱ་མཚོས་འདི་ལྟར་གསུངས་ཏེ། སྤྱིར་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་  
ཀྱིས་བྱ་དགོས་གསུངས་པ་རང་གིས་མི་བྱེད། མི་བྱ་གསུངས་པ་ཐམས་ཅད་

བྱས་པས་རང་ལ་དགྱེས་པའི་སྐབས་མེད་ཀྱང་། ད་ལམ་དགྱེས་རྒྱ་ཅུང་ཟད་  
ཡོད་དེ། དཔེར་ན་མ་ཞིག་ལ་བྱ་གཤེས་ངན་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་ཤིས་སྟག་གྱེད་  
མཁན་ཞིག་ཡོད་ན། དེས་སྐབས་ཤིག་བྱ་བ་ལེགས་པ་ལན་གཅིག་བྱས་ན་  
མ་དེ་གཞན་ལས་དགའ་བ་སྟར། རང་རེས་ཀྱང་རྒྱན་དུ་བྱ་བ་མ་རུངས་པ་ཤིས་  
སྟག་གྱེད་པ་ལ་ད་ལན་ལམ་རིམ་སྒོམ་ཁུལ་ལན་གཅིག་གྱེད་པ་འདི་ལ་རྒྱལ་  
བ་སྐས་བཅས་གཞན་ལས་ཐུགས་དགྱེས་པར་འགྱུར་གསུངས།

འདོན་ཆར། དེས་ན་བདག་དང་མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཐོག་མ་མེད་  
པ་ནས་ད་ལྟའི་བར་དུ་སྒྲིར་འཁོར་བ་དང་། ཞེས་པ་ནས་སྐབས་འགྲོའི་རྒྱ་  
གསལ་གདབ་པ་སྟེ། སྐབས་འགྲོ་རྣམ་པར་དག་མི་དག་འདི་ལ་རག་ལས། དེ་  
འདྲའི་རྒྱ་ནི་འཇིགས་པ་དང་དད་པ་གཉིས་ཏེ། སྒྲ་མ་ནི་འཁོར་བ་སྒྲི་དང་གྲེ་  
བྲག་གི་སྒྲུག་བསྐལ་བྲན་ནས་འཇིགས་པ་དང་། སྒྲི་མ་ནི་དེ་ལས་སྒྲོབ་པའི་  
རྒྱས་པ་དགོན་མཆོག་ལ་ཡོད་པར་ཡིད་ཆེས་པ་གཉིས་ཡིན། ཐེག་ཆེན་ཐུན་  
མོང་མ་ཡིན་པའི་སྐབས་འགྲོ་ལ། དེའི་སྙེང་གཞན་སྒྲུག་བསྐལ་གྱིས་མནར་  
བ་ལ་སྙེང་བཅེ་བ་སྟེ་རྒྱ་གསུམ་ཡིན། འོན་ཀྱང་དེ་དག་རྒྱས་པར་འོག་གི་  
སྐབས་འགྲོ་དངོས་གཞིའི་སྐབས་སུ་སྟོན་པར་གྱེད་དོ། །རང་གི་མཐའ་སྒྲོར་  
དུ་པ་མས་མཆོན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ངོ་བོ་འགྲོ་བ་རང་རང་གི་སྒྲུག་  
བསྐལ་སྟོང་བཞིན་པ་ལ་རྣམ་པ་སྒྲ་ཤེས་དོན་གོ་མིའི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་སྒྲུག་  
ཤིག་གི་འཁོད་པ་གསལ་གདབ། སྐབས་འགྲོ་འདོན་པའི་ཆེ་རང་གིས་བྱང་  
འདོན་བྱས་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཀྱང་སྐབས་འགྲོ་གྱེད་པར་

བསམ་དགོས། དེའང་ཆོག་པ་འདོན་ལྟ་བུར་སྐྱབས་འགོ་བཞི་སྐོར་སྒྲེལ་ནས་  
གསུངས་ཀྱང་། ལམ་རིམ་བྲིད་དམིགས་སྐྱོང་སྐྱབས་དམིགས་པ་འཆར་བདེ་  
ཁུད་རེ་རེ་ནས་གྲངས་གསོག།

དེ་ཡང་སྒྲ་མ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།      །ཞེས་པའི་ཆེ་སྒྲ་མ་སྒྲེ་ལྟ་ལ་  
དམིགས་ནས་སྐྱབས་སུ་འགོ་ཞིང་བདུད་ཅི་འབེབས་སྐྱང་བྱེད། དེ་ཡང་  
སྒྲེང་སྐོར་གཅིག་ལྟ་བུ་འདོན་ན་ལྟ་བུ་ཅམ་ལ་མི་མ་ཐུན་ཕྱོགས་སྐྱོང་  
བའི་དམིགས་པ་དང་། ལྟ་བུ་ཅམ་ལ་མ་ཐུན་ཕྱོགས་ཡོན་ཏན་རྒྱས་པའི་  
དམིགས་པ་བྱེད་དགོས། དེའི་དང་པོ་ནི། །བདུད་ཅི་དཀར་པོ་ཤས་ཆེ་བའི་  
སྒྲ་ལྟ་འོད་ཟེར་དང་བཅས་པ་བབས་ནས་རང་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལྷས་  
སེམས་ལ་ཞུགས་པས་ཐོག་མེད་ནས་བསགས་པའི་སྒྲིག་སྒྲིབ་སྒྲི་དང་། ཁུད་  
པར་དུ་སྒྲ་མའི་སྐྱ་ལ་བསྒྲོས་པ། གསུང་བཅག་པ། ཐུགས་དགྲུགས་པ། མ་  
དད་བརྟན་སྒྲོད་བཞུགས་པ་ལ་སོགས་པ་མདོར་ན་སྒྲ་མ་ལ་བརྟེན་པའི་སྒྲིག་  
སྒྲིབ་ཐམས་ཅད་དུད་ཁུ་དང་སོལ་ཁུའི་རྣམ་པར་ཕྱིར་ཐོན་པས་སངས་ཉེ་དག་  
པའི་མོས་པ་བྱེད། དེ་ནས་གཉིས་པ་མ་ཐུན་ཕྱོགས་རྒྱས་པ་ནི། །རྫོ་བོ་སྒྲ་མའི་  
སྐྱ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རྣམས་རྣམ་པ་བདུད་ཅི་སེར་པོ་ཤས་ཆེ་བའི་  
སྒྲ་ལྟ་འོད་ཟེར་དང་བཅས་པ་བབས་ནས་རང་གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
ཀྱི་ཆེ་དང་བསོད་ནམས་ལུང་རྟོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་སྒྲི་དང་ཁུད་པར་སྒྲ་མའི་སྐྱ་  
གསུང་ཐུགས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱབས་ཐོབ་པར་བསམ།

དེ་བཞིན་དུ་སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ།      །ཞེས་པའི་སྐྱབས་

སྒྲུག་ལུགས་ཀྱི་རྒྱུད་སྒྲེ་བཞི་འཛིན་ཡི་དམ་དང་། མདོ་ལུགས་ཀྱི་མཆོག་གི་  
 སྒྲུལ་སྒྲུའི་རྣམ་པ་ཅན་རྣམས་ལས་བདུད་ཅི་འབེབས་སྒྱུར་བྱེད། སངས་རྒྱུ་  
 ལ་བརྟེན་པའི་སྒྲིག་པ་ནི། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྒྲུ་ལ་ངན་སེམས་ཀྱི་ཁྲག་  
 འབྲིན་པ། སྒྲུ་ལ་ལེགས་ཉེས་ཀྱི་དབྱུས་གདགས་པ། གཏའ་མར་འཛོག་  
 པ། རོང་གི་འདུ་ཤེས་ཀྱིས་ཉོ་ཆོང་བྱས་པ། རྒྱགས་རྟེན་ངན་སེམས་ཀྱིས་  
 བཞེགས་པ་སོགས་ཡིན། དེའི་དང་པོ་ནི་ལྷས་བྱིན་གྱིས་དོ་སྒྲོགས་འཕངས་  
 ཏེ་སྒྲུ་ལས་ཁྲག་སྒྱུར་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་རང་རེར་མི་འབྱུང་ཡང་གཞན་རྣམས་  
 འབྱུང་སྟེ། ལེགས་ཉེས་ཀྱི་དབྱུས་གདགས་པ་ནི་སྒྲུ་འདྲའི་བཟོ་དབྱིབས་ལ་  
 སྒྲོན་བཏགས་པ་སྟེ། སྒར་རྣམས་འབྱོར་བ་ཆེན་པོས་ངོ་བོ་ལ་འཇམ་དབྱངས་  
 ཀྱི་སྒྲུ་ཞིག་གཟེགས་སུ་བྱུལ་ནས་འདི་ལེགས་ཉེས་རིམ་འདྲ། །ལེགས་ན་རོང་  
 པ་མགར་དག་བས་བྱིན་པའི་གསེར་ཞོ་བཞི་སྒྲིན་ནས་ལེན་པ་ལགས་ཞུས་  
 པས། རོ་བོའི་ཞལ་ནས་རྗེ་བཙུན་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱི་སྒྲུ་ལ་མི་ལེགས་པ་  
 མེད། ལྷ་བཟོ་ནི་འབྲིང་གསུངས་པ་ལྟར་ལྷ་བཟོ་ལེགས་ཉེས་བཟོ་དཔ་ལས་  
 སྒྲུ་ལ་སྒྲོན་འདོགས་མི་རུང་། གཏའ་མར་འཛོག་པ་དང་། ཉོ་ཆོང་བྱེད་པ་ཤིན་  
 ཏུ་མང་བ་མཐོང་ཆོས་ལྟར་རེད། དེ་འདྲར་ཤིན་ཏུ་འཇེམ་དགོས། རྒྱས་པའི་  
 སྐབས་སྟོབས་བཅུ། མི་འཛིགས་པ་བཞི། མ་འདྲེས་པ་བཅོ་བརྒྱད་སོགས་  
 བདུད་ཅི་འཛིན་རྣམས་པར་བབས་པའི་མོས་པ་བྱེད་པ་ལས་གཞན་རྣམས་སྒར་དང་  
 འདྲ།

ཆོས་ལ་སྒྲུབས་སུ་མཆོའོ། །ཞེས་པའི་སྐབས་ངོ་བོ་རྟོགས་པའི་ཆོས་

ལ་རྣམ་པ་ཤུ་ཉི་རྣམས་ལས་བདུད་ཅི་འབེབས་སྤྱང་བྱེད་ཅིང་། ཆོས་ལ་  
བརྟེན་པའི་སྒྲིག་པ་ནི། དམ་པའི་ཆོས་སྤངས་པ། གསུང་རབ་ཐོང་དུ་བྱས་པ།  
གསུང་རབ་ལ་མ་གྲུས་པ། གསུང་རབ་ཀྱི་སྤྱོད་ཐོས་པ་སོགས་ཡིན། འདི་  
དག་ནི་རང་རེ་ལ་ཞིན་ཏུ་འབྱུང་ཉེ་ཞིང་ཉེས་པ་འང་ཞིན་ཏུ་སྟེ། དང་པོ་ཆོས་  
སྤོང་བ་ནི། ཐེག་ཆེན་རྒྱ་མཁོན་དུ་བྱས་ནས་ཐེག་དམན་ལ་སྤོང་བ་དང་།  
ཐེག་དམན་རྒྱ་མཁོན་དུ་བྱས་ནས་ཐེག་ཆེན་ལ་སྤོང་བ། དེ་བཞིན་དུ་མདོ་  
དང་སྤྲགས། རྒྱུད་སྡེ་བཞི། ས་དགོ་ཀར་རྟིང་སོགས་རང་རང་གི་བྱུང་མཐའ་  
རྒྱ་མཁོན་དུ་བྱས་ནས་གཞན་ལ་སྤོང་བ་མཐའ་དག་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་དཔེ་  
ཆ་དང་ཡི་གེ་ལ་འགོ་མ་ཡུག་སོགས་གང་བྱུང་བྱེད་པ་མཐའ་དག་ཆོས་སྤོང་  
གི་ལས་ཡིན། འགའ་ཞིག་གིས་ཡི་གེ་གདན་འོག་ཏུ་འཇུག་པ་སོགས་ལས་  
རན་ཆེད་དུ་གསོག་པ་ཡོད། ཆོས་སྤོང་གི་ལས་ནི་ཉེས་པ་ཞིན་ཏུ་སྟེ་བ་ཉིང་  
ངེ་འཇོན་གྱི་རྒྱལ་པོ་སོགས་སུ་གསུངས་པ་སྟོན་དུ་རྒྱས་པར་བྱས་པ་ལྟར་  
ཡིན། གསུང་རབ་ཐོང་དུ་བྱས་པ་ནི། རོར་གྱི་འདུ་ཤེས་བཞག་ནས་ཉོ་ཆོང་  
བྱེད་པ་དང་། མ་གྲུས་པ་ནི། ས་སྡེ་བོར་བཞག་པ་སྟེ་ས་རྗེན་ལ་བཞག་པ། སོ་  
རྟེན་བྱགས་པ། མཆིལ་མ་བསྐྱས་ཏེ་ལྡེབ་བསྐྱར་བྱེད་པ། ཆོས་ཀྱི་གསེབ་  
དང་ཤུ་ཉི་ཉེ་སྟེང་དུ་དངོས་པོ་འཇོག་པ་སོགས་བྱང་ཉེས་པ་ཞིན་ཏུ་སྟེ། རོ་  
བོ་མངའ་རིས་སུ་བྱོན་པ་ན་སྤྲགས་པ་ཞིག་ཁོང་ལ་ཆོས་མི་ཉན་པ་ལ་ཡིག་  
མཁན་ཞིག་སོ་རྟེན་གིས་ཆོས་ལ་བསྐྱས་པ་གཟིགས་པས་རོ་བོས་མ་བཟོད་  
ནས་ཨ་ཅ་མ་མི་རུང་མི་རུང་གསུངས་པས་སྤྲགས་པ་དེ་དད་ནས་ཆོས་ཉན་

པར་གསུངས། རང་རེ་རྒྱན་པར་དཔེ་ཆ་དང་མཉམ་འགྲོགས་བྱེད་པ་རྣམས་  
 ཉེས་པ་འདི་དག་གིས་སྤུལ་ནས་ཡོང་ཉན་ཆེ་བས་གཟབ་དགོས། ལྷན་ཟེས་  
 པ་ནི་གསུང་རབ་ཆོང་བའི་རིན་ལོངས་སྤྱད་པ་སྟེ། འདི་ཡང་ཤིན་ཏུ་སྡེ་བ་  
 བློ། ལྷན་དཔོན་སྟོན་སྟེར་སྤང་པ་ཞེས་པ་ཤངས་པ་རིན་ཆེན་རྣམ་བདུན་གྱི་  
 ལྷ་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཀྱི་བྱུང་ཐོབ་ཆེན་པོ་དེས་སྤྱན་བདག་ཁྱིམ་པ་ཞིག་  
 གུང་ནས་འབྱུང་ཞིག་ཡོད་པ་བཅོངས། དེའི་སྒྲིག་བཤུགས་སུ་སྟེར་སྤང་པ་  
 སོགས་བཞི་བྱ་ཞིག་གདན་དྲངས། དེ་ཉན་ཁོང་རྣམས་ཀྱི་གསོལ་ཆས་འབྱུང་  
 གྱི་རིན་ཐོག་ནས་སྤུལ་བས། དེ་རྒྱབ་སྟེར་སྤང་པ་ལ་སྤྱན་གཞི་ཤིན་ཏུ་དག་  
 པོ་བྱུང་། ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་ངང་ནས་གཟིགས་པས་ཨ་དཀར་པོ་ཞིག་སྤྱི་ལུས་  
 ཀྱི་ནང་དུ་པར་ཐལ་ཚུར་ཐལ་དུ་རྒྱག་པས་གཟེར་དག་པོ་ལངས་པ་གཟིགས།  
 ཡི་དམ་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་པས་སྤྱན་རས་གཟིགས་བྱོན་ནས། ཁྱོད་རྣམས་  
 ཀྱིས་གསུང་རབ་ཀྱི་ལྷན་ཟེས་པ་དེ་ཤིན་ཏུ་ནས་མ་ལེགས། ཁྱོད་སྒྲིག་སྒྲིབ་  
 སྤྱབ་པས་ཆེ་འདི་ལ་སྤྱན་པ་ཡིན། ཁོང་གཞན་རྣམས་འགྲོ་ས་དཔྱལ་བ་མིན་  
 པ་མེད། ད་ཁྱོད་ཀྱིས་སྒྲིག་བཤུགས་སུ་གསེར་བྲིས་ཀྱི་འབྱུང་ཞིག་བཞེངས།  
 བྱལ་གཏོར་གསུངས་ནས་འདི་མང་དུ་གཏོང་དགོས་གསུངས། སྟེར་སྤང་  
 པས་དེ་བཞིན་དུ་མཛད་པས་སྤྱན་ལས་གྲོལ་བ་རེད། རྒྱས་པའི་དམིགས་  
 པའི་སྒྲུབས་ཆོས་འགོག་ལམ་ལ་སོགས་པ་བདུད་རྩི་རྣམ་པར་བབས་པའི་  
 མོས་པ་བྱེད་དགོས།

དགེ་འདུན་ལ་སྤྱབས་སུ་མཆིའོ། །ཞེས་པའི་ཆེ་མདོ་ལུགས་ཀྱི་དགེ་



འདུན་ཉན་རང་བྱང་སེམས་གསུམ་དང་། སྒྲགས་ཀྱི་དགོ་འདུན་མཁའ་འགྲོ་  
ཆོས་སྒྲིང་རྣམས་ལས་བདུད་ཅི་འབེབས་སྦྱང་བྱེད། དགོ་འདུན་ལ་བརྟེན་  
པའི་སྒྲིག་སྒྲིབ་ནི། དགོ་འདུན་ཀྱི་དབྱེན་བྱེད་པ། དཀོར་འཕྲོག་པ། སྦྱར་བ་  
བཏབ་པ། སྦྱང་མ་རྣམས་ཀྱི་དུས་གཏོར་ཆག་པ་སོགས་ཡིན། དགོ་འདུན་ལ་  
བརྟེན་པའི་སྒྲིག་སྒྲིབ་འདི་དག་ནི་སྟོབས་བཞིས་བཤུགས་ཀྱང་རྣམ་སྒྲིན་ཅུང་  
ཟད་མ་སྒྲིང་བར་མི་འདག་པར་ཆོས་སྦྱ་བ་མེ་ཏོག་ལྷ་མཛེས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་  
ཡིན་པས། ཆོས་དང་སངས་རྒྱུས་ལ་བརྟེན་པའི་སྒྲིག་པ་ལས་ཀྱང་ཐུ་ཆ་བས་  
ཆེ་བ་ཡོད། ཡུལ་དུ་དགོ་འདུན་མང་ཞིང་རང་རེ་དགོ་འདུན་དང་མཉམ་  
འགྲོགས་བྱ་དགོས་པས་འབྱུང་ཡང་ཤིན་ཏུ་ཉེ་བས་གཟབ་དགོས། དེ་ཡང་  
དགོ་འདུན་འཁོར་ལོའི་དབྱེན་ནི་སངས་རྒྱུས་ཞལ་བཞུགས་དུས་ལས་དེང་  
སྐབས་མི་འབྱུང་ཡང་། དེ་དང་ཆ་འདྲ་བའི་དགོ་འདུན་སྡེ་དགྲུགས་བྱེད་པ་  
ཤིན་ཏུ་མང་། འཕགས་པའི་དགོ་འདུན་ནི་སྒྲིང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་  
གང་ཟག་ཡིན་པས་སེར་སྦྱ་གང་རུང་རེ་རེས་ཆོག་ལ། སོ་སྦྱེ་ཡིན་ན་དགོ་  
འདུན་རྣམ་དག་བཞི་སྡེ་གཅིག་ལ་དགོ་འདུན་དུ་འཛོག་། །དེས་ན་སོ་སྦྱེ་ཡིན་  
ཀྱང་དགོ་འདུན་བཞི་བཞིར་ཆོན་པ་གཉིས་སུ་བཅད་ནས་ཐུགས་མི་མ་ཐུན་  
པ་སྡེ་དབྱེ་བའི་སྤ་མ་བྱས་ན་སྡེ་དགྲུགས་སུ་འགྱུར། སྡེ་དགྲུགས་བྱས་ན་  
རང་ཉིད་ལྟ་ཅི་དེའི་སྒྲིགས་པན་ཚུན་དུ་གཏོགས་ཆད་ངན་སོང་དུ་ལག་སྒྲེལ་  
ནས་འགྲོ། སྦྱར་བཀའ་གདམས་པའི་དགོ་བཤེས་གསལ་ཤེས་ཟེར་བ་ཞིག་  
སྡེ་འཁྲུགས་བྱས་ནས་ཤི་བས་དགོ་བཤེས་སྟོན་པའི་ཞལ་ནས། དའི་གསལ་

ཞེས་ལོ་གསུམ་གྱི་གོང་དུ་ཤི་ན་སྡེ་སྡོད་གསུམ་པ་ཞིག་ཤི་བ་ཡིན་པ་ལ།  
 ལོ་གསུམ་གྱིས་ཤི་བ་འཕྱིས་གསུངས། ཁོའི་རྟོད་ཕུར་དགོན་པ་དེས་བྱས་  
 ཞེས་གསུངས་ཤིང་གསལ་ཞེས་ད་ལྟ་ཡང་དཔྱུལ་བ་ན་ཡོད་པར་ལམ་རིམ་  
 འཆད་པའི་སློམ་རྣམས་ཀྱི་གསུང་རྒྱན་ཅིས་སྡོད་ལྟ་བུ་མཛད། ས་ཕྱོགས་དེ་  
 ཡང་སྡིག་པའི་མེས་ཆོག་ནས་གཞན་ཞིག་དེར་སྐྱབ་པ་ལོ་བཅུ་གཉིས་བྱས་  
 གྱང་རྟོགས་པ་མི་སྐྱེ་བར་གསུངས། རང་ཅག་གཞན་དང་ལར་རྒྱ་ཨང་ཞིག་  
 ཡིན་ཟེར་ནས་ང་ཆོ་དང་ཁྱོད་ཆོ་ཞེས་དགེ་འདུན་གྱི་སྡེ་རིས་སུ་བཅད་ནས་  
 ཆགས་སྒྲུང་བྱེད་པ་འདི་སྡེ་དགྲགས་ཀྱི་རྩ་བ་འཇུག་པ་ཡིན་ནམ་སྙམ། དགེ་  
 འདུན་ཐུགས་མ་མ་ཐུན་ན་སྒྲོག་པ་ཐོས་བསམ་དང་། སྡོང་བ་བསམ་གཏན་  
 མི་འཕེལ་བས་བསྟན་པ་ཉམས་པའི་སྒྲིན་ཆེ་ཤོས་ཡིན། དེས་ན་མདོ་ལས།  
 དགེ་འདུན་མ་ཐུན་པ་བདེ་བ་སྟེ། །མ་ཐུན་པ་རྣམས་ཀྱི་དཀའ་ཐུབ་བདེ། །ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར་དགེ་འདུན་རྣམས་ཐུགས་མ་ཐུན་པ་གཙོ་བོར་མཛད་དགོས་  
 གསུངས།

དགེ་འདུན་གྱི་དགོར་འཕྲོག་པ་ནི། གཏོང་སྒོ་བཅག་པ་དང་། དགེ་འདུན་  
 ལ་འབབ་དེས་ཀྱི་ཁལ་མི་འབྱལ་བ་དང་། སྤྱི་རྗེས་དགེ་འདུན་གྱིས་མ་གནང་  
 བར་ལོངས་སྤྱད་པ་སོགས་ཡིན། འདི་དག་སྤྱི་གཉེར་སོགས་ལ་འབྱུང་ཉེ་  
 ཞིང་། སྤྱིན་བདག་གི་སྡེ་ཤར་གྲ་པ་འགའ་ཞིག་གིས་གྱང་སྤྱིན་བདག་ལ་ཤ་ཆ་  
 ཡིན་ཁུལ་གྱིས་འདི་ཙམ་མི་དགོས་ཞེས་འཕྲི་བ་ཡོད་དེ། མར་གྱི་གཞོགས་  
 གཅིག་ཙམ་འཕྲིས་གྱང་ཞལ་དུ་འདུ་བའི་སྒོ་འཕྲོག་པ་རེད། ཞལ་དུ་འདུ་བའི་

སྒྲོ་འཕྲོག་པ་ནི་དཔྱུལ་བ་མནར་མེད་ཀྱི་རྒྱ་དང་། གཞན་དག་ནི་ཉི་ཆེ་བའི་  
རྒྱར་འབྱུང་། དེ་ནི་འཕགས་པ་དག་འདུན་འཆོའི་གཏམ་རྒྱུད་ལས་འབྱུང་  
བ་ལྟ་བུ་སྟེ། འཕགས་པ་དག་འདུན་འཆོ་སྤྱད་ལུལ་ནས་ཚུར་ཕེབས་པས་རྒྱ་  
མཆོའི་འབྲམ་ན་ཐག་པ་ལྟ་བུའི་སེམས་ཅན་དཔྱུལ་བ་དང་། ལྷ་བ་ལྟ་བུའི་  
སེམས་ཅན་དཔྱུལ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ། ཕྱགས་མ་ལྟ་བུ་དང་། གཏུན་ལྟ་བུ་  
དང་། ཀ་བ་ལྟ་བུ་དང་། ཅིག་པ་ལྟ་བུ་དང་། ཚུ་རྒྱས་སྒྲེལ་བ་ལྟ་བུའི་སེམས་  
ཅན་དཔྱུལ་བ་སོགས་དབྱིབས་དེ་དང་དེ་ལྟ་བུ་ལ་ཉམ་ཐག་པའི་སྒྲེ་སྒྲགས་  
འདོན་པའི་ཉི་ཆེ་བའི་དཔྱུལ་བ་དག་གཟིགས་ནས། དེ་དག་ལས་གང་གི་  
རྣམ་སྒྲིན་ཡིན་ཞེས་སངས་རྒྱས་ལ་དེ་བ་ཞུས་པར། ཐག་པ་དང་། ཕྱགས་མ་  
ལྟ་བུའི་སེམས་ཅན་དཔྱུལ་བ་ནི་སྒྲོན་སངས་རྒྱས་འོད་སྤང་གི་བསྟན་པའི་  
དུས་དག་འདུན་ཀྱི་སྒྲི་རྩལ་ཐག་པ་དང་། ཕྱགས་མ་གང་ཟག་གིས་མ་གནང་  
བཞིན་དུ་ལོངས་སྤྱད་པའི་རྣམ་སྒྲིན་དང་། ལྷ་བ་ལྟ་བུ་ནི། འབངས་ཤིག་སྟན་  
བསྐྱོལ་བ་ན་དག་སྒྲོང་རྣམས་ཀྱིས་མི་སྟན་པར་སྤྲས་པས་དེ་ཁྲོས་ནས་སྤྱ་  
བ་བཅག་པའི་འབྲས་བུ་དང་། གཏུན་ལྟ་བུ་ནི། དག་ཚུལ་དམ་བཞག་པར་  
བསྐྱོས་པ་ལ་དག་སྒྲོང་ཞིག་གིས་འབྲུ་མར་ཀྱི་ཆིག་མ་རྒྱངས་ཤིག་བྱས་པ་  
ལ། དེ་བྲེལ་བས་རྒྱང་ཟད་ནས་འབྲུལ་ལོ་སྤྲས་པས། དག་སྒྲོང་ཁྲོས་ནས། ཁོ་  
ཐོས་གཏུན་ལ་རེག་ཏུ་རྒྱང་ན་ཁྲོད་ཉིད་གཏུན་དུ་བཅུག་ནས་བརྒྱང་བྱས་ན་  
འབྲུ་མར་ཀྱི་ཆིག་མ་ལྟ་ཅི་ཞེས་ངན་སྤྲས་ཀྱི་འབྲས་བུ་དང་། ཀ་བ་དང་ཅིག་  
པ་ལྟ་བུ་ནི། དག་འདུན་ཀྱི་གཙུག་ལག་ཁང་ལ་མཆིལ་སྒྲབས་ཀྱིས་མ་རྒྱངས་

པར་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་དང་། ཅུ་རྒྱུས་ཀྱིས་སྒྲེལ་བ་ལྟ་བུ་སྒྲེ་སྒྲེད་པ་འེན་ཏུ་  
 བྲ་བ་ནི། ཞལ་ཏུ་བ་ཞིག་གིས་དགོ་འདུན་གྱི་གཏོང་སྒོ་དབྱར་དུས་ཀྱི་ཐོག་  
 རས་སྒོན་དུས་ཀྱི་གཏོང་སྒོར་འཕྲི་བ་ལྟ་བུ་གཏོང་སྒོ་ཉག་པ་བར་བྱས་པའི་  
 རྣམ་སྒྲིན་དུ་གསུངས་པ་ལྟར། དེས་ན་དགོ་འདུན་གྱི་ཚོགས་འེད་ལྟ་བུ་རྣམ་  
 མ་གནང་བར་ཡོག་འེད་ཅམ་འེད་ས་སྐྱ་ད་ཀྱང་ཉི་མེ་བའི་དཔྱལ་བར་དེས་  
 པར་དུ་སྒྲེ། དགོ་འདུན་ལ་སྐྱར་བ་འདེབས་པ་ནི། དངོས་དང་སྒོག་ཅི་རིགས་  
 པར་མིང་ངན་རྣམ་བཟོད་པ་སོགས་ཚིག་རྩ་བ་མོས་སྐྱར་བ་འདེབས་པ་ཡིན།  
 བམ་ཟེ་འེད་བུ་སེར་སྐྱ་ཞེས་བྲ་བས་སངས་རྒྱས་འོད་སྐྱང་གི་དགོ་འདུན་  
 རྣམས་ལ་ཚིག་རྩ་བ་ཀྱིས་སྐྱར་བ་བཏབ་པས། ཅུ་སྒྲིན་ཉའི་རིགས་ཅན་དུ་  
 སྒྲེས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་རེད།

དེ་མདོར་བསྐྱས་ཏུ་ན། སྒོན་འཕགས་ཡུལ་གྱི་ཅུ་སྐྱང་ཡིད་འོང་ལྟ་  
 ལ་ཉ་བ་ལྟ་བུ་རྒྱས་ཉ་རྒྱ་བཏུག་རྣམ་ཉ་དང་རུས་སྐལ་སོགས་འཛིན་པར།  
 ལན་ཅིག་ཉ་རྒྱར་ཅུ་སྒྲིན་ཉའི་རིགས་བོངས་ཚོད་ཆེན་པོ་ཞིག་ཅུད་དེ་རྒྱན་  
 སྒོགས་སུ་སོང་བ་ན་ཉ་བ་ལྟ་བུ་རྒྱས་བཟུང་མ་ཐུབ་པར་བྱུགས་རྗེ་དང་། རྩ་  
 འེད་འབྲུ་བ་དང་། ལམ་དུ་འཁོད་པ་སོགས་མི་བརྒྱ་སྟོང་དུ་མ་རོགས་སུ་  
 སྒྲན་རྣམ་འཐེན་ཏེ་སྐམ་ལ་ཐུང་བ་ན། དེ་ལ་མགོ་བཙུག་དང་། མིག་སུམ་  
 ཅུ་རྩ་བྱུག་ཡོད་པ་མཐོང་བས། དེར་སྒོག་ཆགས་བརྒྱ་སྟོང་དུ་མ་དང་། ལུ་  
 རྒྱེགས་སྒོན་པ་བྱུག་སོགས་ལྟ་མོ་ལ་འདུས་སོ། །སངས་རྒྱས་ནི་གཟིགས་  
 པ་དུས་ལས་མི་ཡོལ་བས་ལས་ཀྱི་རྒྱ་བ་ཐུང་བ་སྒྲན་ཕྱིར་དགོ་སྟོང་གི་དགོ་

འདུན་མང་པོས་བསྐྱོར་ནས་གཤེགས་པ་ན། མ་དང་པ་དག་ནི། དགེ་སྦྱོང་  
གོ་བྱ་ཏ་མ་ལྟར་མོ་དང་བྲལ་ལོ་ཞེས་ཟེར་ན་འདིར་འོངས་སོ་ཟེར་དོ། །དང་  
པ་དག་ནི། སངས་རྒྱས་ལྟར་མོ་དང་བྲལ་ཡང་འདི་ལས་བརྒྱམས་ཏེ་སྦྱེ་བའི་  
ཆོགས་ལ་ངོ་མཆར་སྒྲུབ་དུ་བྱུང་བའི་ཆོས་སྟོན་པར་བཞེད་དོ། །ཞེས་ཟེར།  
དེ་ནས་སྟོན་པ་འཁོར་གྱི་དབུས་སུ་གདན་བཞགས་པ་ལ་བཞུགས་ནས། ལྷ་  
སྒྲིན་ཉིད་རིགས་ཅན་གྱིས་སྟོན་གྱི་སྦྱེ་བ་བྱན་ཅིང་སྦྱ་ཤེས་པར་བྱིན་གྱིས་  
བརྒྱབས་ནས་དེ་ལ་ཁྱོད་ཤེད་བྱ་སེར་སྦྱ་ཡིན་ནམ་གསུངས་པ། དེས་བདག་  
སེར་སྦྱ་ལགས་སོ། །ཁྱོད་ལུས་ངག་ཡིད་གྱི་ཉེས་པར་སྦྱད་པའི་རྣམ་སྒྲིན་  
སྦྱོང་ངམ། སྦྱོང་ངོ། །ཁྱོད་གྱི་མི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་སུ་ཡིན། བདག་གི་  
མ་ལགས་སོ། །དེ་གར་སྦྱེས། དཔྱལ་བར་སྦྱེས་སོ། །ཁྱོད་གང་དུ་སྦྱེས། དུང་  
འགྲོར་སྦྱེས་སོ། །འདི་ནས་ཤེ་ནས་གང་དུ་སྦྱེ། དཔྱལ་བར་སྦྱེ་འོ། །ཞེས་ཟེར་  
ནས་དུས་སོ། །དེ་ནས་འཁོར་དེ་དག་མཆོག་ཏུ་ངོ་མཆར་སྦྱེས་ནས་སྟོན་གྱི་  
སྦྱེ་བ་བྱན་ཅིང་མིའི་སྐད་དུ་སྦྱ་བ་འདི་སུ་ཡིན་ཀྱན་དགའ་བོ་བསྐྱེད་ནས་ཁྱུར་  
བཞུགས་པས། སྟོན་པས་འདི་ནི་སྟོན་སངས་རྒྱས་འོད་སྤང་གི་དུས། རྒྱལ་པོ་  
གི་གིས་རྒྱལ་སྤིང་བྱེད་པ་ན། ཡུལ་གཞན་ནས་བྲམ་ཟེ་རྒྱལ་བ་དག་བྱུང་བ་  
ན། བྲམ་ཟེ་སེར་སྦྱ་ཞི་བ་ཞེས་བྲ་བས་གཞན་གྱི་སྦྱ་བ་ཆར་བཅད་པས། རྒྱལ་  
པོས་རི་བྲགས་ཤིག་དེ་ལ་རྒྱལ་བའི་འོངས་སྦྱོང་དུ་བྱིན་ནོ། །དེ་ལ་བྱ་རལ་  
པ་སེར་སྦྱ་ཡོད་པ་ཞིག་བཅས་པས་མིང་ཤེད་བྱ་སེར་སྦྱ་ཞེས་བཏགས་སོ། །  
དེས་ཡི་གེ་སོགས་ལ་སྦྱངས་པས་མཁས་པར་གྱུར་ཏེ་གཞན་གྱི་སྦྱ་བ་ཆར་

གཙུག་ལྷན་པར་གྱུར་ཏོ། །དེའི་པ་ཤི་བས་མས་ཆོལ་བའི་ལོངས་སྤྱོད་གཞན་  
 གྱིས་འཕྲོག་ཏུ་དོགས་ནས་བྱ་ལ་སྦྲས་པ། བྱིས་སྦྲ་བ་ཐམས་ཅད་ཆར་  
 གཙུག་ལྷན་སམ། འོད་སྤང་གི་དགོ་སྤྱོད་རྣམས་མ་གཏོགས་ཀྱས་སོ། །དེ་  
 དག་གྲང་ཆར་ཆོད་ཅིག །དེ་མ་ལ་གྲས་པས་སོང་བ་དང་། དགོ་སྤྱོད་ཞིག་དང་  
 སྤང་ནས་དེས་ཆོགས་བཅད་གཅིག་གི་དོན་བྲིས་པ་ན། ལན་གྱི་སྤོབས་པ་  
 དང་བྲལ་ནས་དད་དེ་བྱིས་ཏུ་སོང་བ་དང་། མས་སྦྲས་པ། དགོ་སྤྱོད་དེ་རྣམས་  
 ཆར་བཅད་དམ་ཡུམ་གཟུ་བོ་ཡོད་ན་བདག་དེང་ཉིད་ཏུ་ཆར་བཅད་དོ། །བྱ་དེ་  
 ལྟ་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་སྤྱོད་གསལ་ཤིག །བྱིས་པ་ལ་མི་སྟོན་ནོ། །རབ་ཏུ་བྱུང་  
 ལ་མཁས་པར་གྱུར་ནས་ཕྱིར་བོབས་ཤིག ཅེས་མས་ནན་གྱིས་བསྐྱེད་བས་  
 དེ་རབ་ཏུ་བྱུང་ནས་སྤེ་སྤྱོད་གསུམ་ལ་མཁས་པར་གྱུར་ཏོ། །ཡང་མས་དགོ་  
 སྤྱོད་དག་ཆར་བཅད་དམ། ཡུམ་བདག་ནི་ལུང་ཅམ་དང་ལྡན་ལ། དེ་དག་ནི་  
 ལུང་དང་ཏྲོགས་པ་ལྡན་པས་ཆར་གཙུག་མི་ཀྱས་སོ། །བྱ་བྱིས་ཀྱིས་ཆོས་རི་  
 ཅམ་པ་བསྟན་ནས་ཆོལ་བ་ན་ཆོག་གིས་མཆོན་ཐོབ་ཅིག །དེ་དག་ནི་ཉེས་  
 པས་འཇིགས་ནས་ཅང་མི་སྦྲ་བར་འདུག་པས་སྤྱོད་བོ་རྣམས་ཀྱིས་ཆར་བཅད་  
 དོ་སྦྱུང་ཏུ་སེམས་པར་འགྱུར་དོ། །ཞེས་སྦྲས་པས། སེར་སྦྲས་དེ་བཞིན་ཏུ་  
 བྱས་པས་དགོ་སྤྱོད་རྣམས་ཀྱིས་ཆོལ་བ་ན། དེ་མི་བཟོད་པ་ཆར་སྦྲས་ཏེ་སྤང་  
 བོ་ཆེའི་མགོ་ཅན་བྱིས་ཀྱིས་ཆོས་སམ་ཆོས་མ་ཡིན་པ་ཅི་ཤེས་ཞེས་དང་། དེ་  
 བཞིན་ཏུ་རྟེན་མགོ་ཅན་དང་། ར་མོ་དང་། བོང་བྱ་དང་། བ་ལང་། སྤེའུ་དང་།  
 སེང་གོ་དང་། ལྷག་གི་མགོ་ཅན་སོགས་བཅོ་བརྒྱད་སྦྲས་པས་དེའི་ཉེས་པས་



འདིར་ཆུ་སྤོང་ཉའི་རིགས་མགོ་བཅོ་བརྒྱད་པར་སྐྱེས་སོ། །ཞེས་ལུང་བསྟན་  
པའི་ལོ་རྒྱུས་གསུངས།

སོ་སྐྱེའི་དགེ་འདུན་ལ་འང་བརྟན་པ་མི་རུང་སྟེ། དཔེར་ན་གྲ་པ་འབར་  
གོག་འདི་ཆོས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་བརྗོད་ན་སོ་སྐྱེ་དགེ་འདུན་བཞི་གྲ་འཕགས་  
པའི་དགེ་འདུན་དང་ཁྱད་མེད་པ་གོང་དུ་ཞུས་པ་ལྟར་ཡིན་ན་བྱམས་འཇམ་  
དབྱངས་ལ་དེ་ལྟར་ལབ་པ་དང་ཁྱད་པར་ཅི་ཡོད། ད་ལྟ་རང་དང་ཁ་མཉམ་  
ལག་མཉམ་དུ་ཡོད་པའི་དགེ་འདུན་འདི་རྣམས་ལ་མནངས་ཆུང་བྱས་ནས།  
ངག་ནས་དགེ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །ཞེས་བརྗོད་ཀྱང་རྒྱབ་འགལ་དུ་  
འགྱུར། བདག་གི་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེས་གྲ་པ་རྣམས་གཡས་གཡས་གཡོན་གཡས་  
དུ་བཞུགས་པའི་ཆེ་པན་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་སྐྱབས་ལུལ་དུ་འདྲིན་  
དགོས་ཀྱི། དེ་ལྟར་མིན་པར་ཡར་བལྟས་ནས་གཡས་ཀྱི་དབྱའི་སྒྲ་ཀན་འདི་ནི་  
ཆེ་གོ་མོ་ཞེས་བྱ་བ་སེར་སྒྲ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ཡིན། དེའི་འོག་མ་  
འདི་དེ་ལས་ཀྱང་གདུག་པ་ཁོང་ཁོ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཆེ་གོ་མོ་བྱ་བ་ཡིན་སོགས་  
དགེ་འདུན་ཆང་མར་འདི་དེ་དང་དེ་ཡིན་སྟུང་དུ་རྒྱད་ཆོད་ལོན་མདོག་བྱས་  
ནས་འདིའི་ནང་ན་ཨ་པོ་ང་རང་ལས་དྲག་པ་མི་འདུག་སྟུང་བ་བྱས་ན་དགེ་  
འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ་ཞེས་པ་སྟོགས་བཅུའི་དགེ་འདུན་ཐམས་ཅད་ལ་  
ཡིན་གྱི་སྟོགས་རེ་བ་ལ་མིན་ཀྱང་། འདི་ལྟར་ན་འདི་དང་འདི་མ་གཉོགས་  
པའི་དགེ་འདུན་ཞེས་སྐྱབས་འགྲོའི་ཆིག་གསར་རྩོམ་དགོས་པར་འགྱུར་རོ།  
།དེས་ན་རྗེ་དཀོན་མཆོག་ཡན་ལག་གིས། སྟོགས་བཟང་འཕགས་པའི་དགེ་

འདུན་མཐོང་བའི་ཆོ། །ལམ་གྲོགས་བཟང་པོའི་སྐྱེལ་མ་དྲན་པ་བྱང་། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་སྐྱེ་འཕགས་ཀྱི་དགོ་འདུན་གང་མཇུག་ཡང་འཛིགས་སར་  
སྐྱེལ་མ་འཕྲད་པ་ལྟ་བུའི་སྐྱབས་རྟེན་བའི་འདུ་ཤེས་བྱེད་དགོས་གསུངས།

མཐུན་ཕྱོགས་རྒྱས་པའི་སྐྱབས། བྱང་སེམས་རྣམས་ཀྱི་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་  
སེམས་སྐྱོད་པ་ཕྱིན་དྲུག་དང་བཅས་པ་དང་། ཉན་རང་གི་སྐྱངས་པའི་ཡོན་  
ཏན་བཅུ་གཉིས། ལྷག་པའི་བསྐྱབ་པ་གསུམ། དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོའི་བདེ་  
སྟོང་གི་ཡེ་ཤེས། སྐྱང་མ་རྣམས་ཀྱི་ལས་བཞིའི་འཕྲིན་ལས་སོགས་བདུད་  
ཅིའི་རྣམ་པར་བབས་པར་མོས། སྐྱབས་འགྲོ་བྱངས་གསོག་རྒྱས་པར་བྱེད་  
སྐྱབས་མདོར་བསྟན། རྒྱས་བཤུད། དོན་བསྐྱེད་ཚུལ་དུ་བདུད་ཅི་འབེབས་  
སྐྱང་བྱེད་པ་སྟེ། དེ་ཡང་དང་པོ་སྒྲ་མ་སྟེ་ལྷ་ཆར་ལས་མཉམ་དུ་བྱེད་པ་མདོར་  
བསྟན་དང་། དེ་ནས་སྟེ་ལྷ་སོ་སོར་དམིགས་ཏེ་བདུད་ཅི་འབེབས་སྐྱང་སོ་  
སོར་བྱེད་པ་རྒྱས་བཤུད་དང་། ཡང་ཐུན་མོང་དུ་བྱེད་པ་དོན་བསྐྱེད་ཏེ་རེ་  
རེ་ལ་སྟེང་སྟོར་རེ་ལྟ་བུ་བྱེད་ན་སྟེང་སྟོར་བདུན་དུ་འགྱུར། འོག་མ་རྣམས་ལ་  
ཡང་དེའི་རིགས་འགྲེ་ཞིང་སངས་རྒྱས་ལ་རྒྱུད་སྟེ་བཞི་དང་། མདོ་ལྷགས་  
བཅས་ལ། ཆོས་ལ་ཉན་ཐོས། རང་རྒྱལ། ཐེག་ཆེན་ཐུན་མོང་བ། རྒྱུད་སྟེ་འོག་  
མ་གྲུ་སྐྱོད་རྣལ་འབྱོར། གོང་མ་སྒྲ་མེད་བཅས་ལ། དགོ་འདུན་ལ་བྱང་སེམས།  
ཉན་རང་། དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ། ཆོས་སྐྱང་བཅས་ལ་ལ་གོང་བཞིན་སྐྱོར།  
དཔེར་མི་གསལ་ཡང་མཆོམས་འདིར། སྒྲ་མ་ཡི་དམ་དགོན་མཆོག་གསུམ་  
ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །ཞེས་སོགས་བདུད་ཅི་འབེབས་སྐྱང་དང་བཅས་

གསུང་བའི་ཕྱག་ལེན་ཡོད། བདུད་ཅི་འབེབས་སྐྱང་བྱེད་པ་སྐྱགས་ལྷགས་  
དང་། འོད་ཟེར་འབེབས་སྐྱང་བྱེད་པ་མདོ་ལྷགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་དུ་གསུངས།  
བདུད་ཅི་འབེབས་སྐྱང་འོད་ཀྱི་སྐུ་གཏེ་ནང་ནས་བྱེད་པ་དང་། འོད་ཟེར་ལ་  
འབྲིལ་ནས་འབེབས་པ། དྲག་ཆར་ལྟར་འབེབས་པ་དང་གསུམ་ཡོད། དེ་ནས་  
སངས་རྒྱས་ཆོས་ཆོགས་མའི་སྐུ་བས་སྐུ་བས་འགྲོ་གོང་ལྟར་ལ། བདག་གིས་  
སྦྱིན་སོགས་སོགས་སེམས་བསྐྱེད་དེ་བདག་གི་སྦྱིན་པ་སོགས་གཏོང་བ་  
ལས་བྱུང་བ་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་སོགས་བསྐྱང་བ་ལས་བྱུང་བ་དང་། བཟོད་  
པ་སོགས་བསྐྱོམ་པ་ལས་བྱུང་བའི་དགེ་རྩ་འདི་དག་གི་མཐུ་ལ་བརྟེན་ནས།  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་བྱའོ་སྙམ་དུ་སེམས་  
བསྐྱེད་པ་ཡིན། འདི་དག་གི་དམིགས་རྣམས་རྒྱས་པར་རྗེས་སུ་འབྱུང་བས་  
འདིར་ཁྱེམ་དགོས། སྐུ་བས་འགྲོ་ནི་རྒྱལ་པོའི་མངའ་འོག་ཏུ་འཇུག་པ་ལྟ་བུ་  
དང་། སེམས་བསྐྱེད་ནི་རྒྱལ་པོ་ལ་དབྱེ་བྲལ་འབྱུལ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན།

མཆམས་འདིར་སེམས་བསྐྱེད་འབྲས་བུ་ལམ་བྱེད་ཀྱི་དམིགས་པ་བྱེད་  
དགོས་པས་དེའི་ཚུལ་ནི། ལྷ་མ་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་ལས་རང་འབྲུག་ཉིས་  
པ་ཆད་ནས་རང་ལ་ཐེམ་པས་རང་ཉིད་ཐུབ་པའི་དབང་པོའི་ངོ་བོར་སངས་  
རྒྱས། རང་ལས་ཐུབ་དབང་དཔག་ཏུ་མེད་པ་སྟོས་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་  
ཐེམ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཐུབ་པའི་དབང་པོའི་ངོ་བོར་སངས་རྒྱས།  
བདག་གིས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ལ་འགོད་པར་བྱའོ་  
སྙམ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་དོན་དེ་འབྲུག་སོང་སྙམ་པའི་དགའ་བ་བསྐྱོམ།

དེ་ནི་སེམས་བསྐྱེད་འབྲས་བྱ་ལམ་བྱེད་དེ་སྤྲུགས་ཀྱི་དགྱིལ་འཁོར་རྒྱལ་  
མཆོག་དང་རྣམ་པ་མཐུན་ཞིང་པན་ཡོན་འདྲ། གཞན་དུ་འཁོར་བ་དོང་སྤྲུགས་  
དང་། རིགས་དྲུག་གནས་སྤྱོད་སོགས་གསུངས་པའི་དོན་ཡང་འདི་ལ་ཆང་  
བའི་བཅའ་གནད་བྱང་པར་ཅན་ཡིན།

དེ་ནས་ཆང་མེད་བཞི་བསྐྱོམ་པ་ལ། བདག་གིས་སེམས་ཅན་རྣམས་དེ་  
ལྟར་བཀོད་པའི་མོས་པ་བྱས་པ་ཅམ་མ་གཏོགས་དངོས་སུ་དེ་ལྟར་གྱུར་མ་  
བྱུང་བ་འདི་གང་གིས་ལན་ན། རང་སྤྱོད་ལ་ཆགས་པ་དང་། གཞན་སྤྱོད་ལ་  
སྤང་བ་འདིས་ལན་པས། དེས་ན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཉི་རིང་ཆགས་  
སྤང་དང་བྲལ་བའི་བཏང་སྦྱོམས་ལ་གནས་ན་ཅི་མ་རུང་སྦྱུང་བ་སོགས་ཆང་  
མེད་ལ་འདྲུག། །ཆང་མེད་བཞིའི་དམིགས་རྣམ་ནི་རྗེས་སུ་འབྱུང་ཞིང་། ཆོ་  
གའི་ཆོག་ཟེན་ཆང་མེད་བཞི་རེ་རེ་ལའང་ཆང་མེད་བཞི་ལྟར་དུ་བྱེད་པ་སྟེ།  
དེ་ཡང་ཅི་མ་རུང་སྦྱུང་བ་ནི་སོ་སོའི་འདུན་པ་ཆང་མེད། གྱུར་ཅིག་སྦྱུང་བ་  
སོ་སོའི་སྦྱོན་པ་ཆང་མེད། བདག་གིས་བྱའོ་སྦྱུང་བ་སོ་སོའི་ལྷག་བསམ་  
ཆང་མེད། དེ་ལྟར་བྱེད་ཀྱས་པར་སྦྲུམ་སྦྱས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ་སྦྱུང་  
པ་ནི་སོ་སོའི་གསོལ་འདེབས་ཆང་མེད་ཡིན་ཞེས་གསུང་རྒྱན་དུ་ཡོད། དེ་  
ནས་བྱང་པར་མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སོགས་བྱང་པར་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་  
དེ། འདི་དང་གོང་གི་ཆང་མེད་བཞི་སོགས་སེམས་གསར་དུ་བསྐྱེད་པ་མ་  
ཡིན་ཀྱང་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཀྱས་པ་གོང་འཕེལ་དུ་གཏོང་བའི་མན་ངག་ཡིན།  
དེ་ཡང་བཏང་སྦྱོམས་ནི། བ་མ་འཐབས་པའི་བྱ་ལྟར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་

ཆགས་སྒྲང་དང་བྲལ་བའི་བཏང་སྟོམས་ཆེན་པོ་ལ་འགོད་ཕྱིར་བདག་གིས་  
སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་བྱའོ་སྟམ་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཆ་དཔྱལ་བ་ནམས་  
བསིལ་བའི་བདེ་བ་ལ་འགོད་པ་ནས་ཐམས་ཅད་རྫོགས་བྱང་གི་བདེ་བ་ལ་  
འགོད་པའི་བར་གྱི་ཕྱིར་བདག་གིས་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་བྱའོ་སྟམ་པ་དང་།  
དཔྱལ་བའི་སྤྱག་བསྐྱལ་ནས་ཤེས་སློབ་ཕྱ་མོའི་བར་བྲལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་  
བདག་གིས་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་བྱའོ་སྟམ་པ་སྟེ་སེམས་བསྐྱེད་རེ་རྒྱས་སུ་  
བཏང་བ་ཡིན། འདི་དག་རེ་རེའི་ནང་དུ་ཡང་སྐྱེས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་ཆ་ཆང་  
ཚུལ་ཡོད།

འོན་འདྲིར་སྐྱེས་བུ་ཚུང་དུའི་ལམ་ལ་སློབ་སྦྱངས་པའི་སྡོན་དུ་སེམས་  
བསྐྱེད་སོགས་འབྱུང་བ་ཅི་ཡིན་སྟམ་ན། འདྲིར་སྐྱེས་བུ་ཚུང་འབྱིང་གི་ལམ་  
ལ་སློབ་སྦྱོང་བ་ཡང་རང་མཆོན་པ་མིན་པར་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སེམས་བསྐྱེད་  
ཀྱི་ཉེན་དུ་སྦྱོང་བ་ཡིན་པས། དང་པོ་ནས་སེམས་དཔྱེད་ཅིས་ཟེན་དགོས་པ་  
དཔེར་ན་ལ་ཅེར་འགྲོ་འདོད་ཀྱི་བསམ་པས་ལ་གཤམ་ནས་གོམ་པ་འདོར་  
བ་དང་། བྲིས་སྐྱབ་བཞེང་དུས་ཐོག་མར་ཆངས་ཐེག་སོགས་བཏབ་སྟེ་ཆ་ཆང་  
ངེས་པར་བྱེད་པ་བཞིན་ནོ། །

སྦྱར་བ་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་ནི་པར་ཕྱིན་ཐེག་པ་ལས་ཆེས་སྦྱར་བ་ཆེ་  
གཅིག་ལ་འཆང་རྒྱ་བ་དང་། སྦྱར་བ་གཉིས་པ་ནི་དེ་ལས་ཀྱང་ཆེས་སྦྱར་  
བ་སྟེགས་དུས་ཀྱི་ཆེ་མུང་གཅིག་ལ་འཆང་རྒྱ་བ་སྟེ། སྤྲ་མ་ནི་རྒྱད་སྟེ་འོག་  
མ་གསུམ་དང་། ཕྱི་མ་ནི་སྟེ་མེད་ཀྱི་སྦྱར་བྱེད་ཡིན། ཡང་སྦྱར་བ་དང་པོ་ནི་

སྒྲགས་སྒྲ་མེད་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲིགས་དུས་ཀྱི་ཆེ་མུང་གཅིག་ལ་འཁོར་རྒྱ་བ་  
 རྟེ། ས་དགོ་རྟིང་གསུམ་སོགས་བྱུང་མཐའ་སྤྱི་ལོ་སྒྲ་མེད་ཀྱི་བྱང་ཆོས་དང་།  
 ལྷུང་བ་ཕྱི་མ་ནི། དེ་ལས་ཀྱང་ལྷུང་བ་དགའ་ལྡན་སྟན་བརྒྱད་ཀྱི་མན་ངག་  
 ལྷུང་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ལམ་ཀྱི་སྟོན་ཏུ་བྱས། ཡི་དམ་གསང་བ་དེ་འཛིགས་  
 གསུམ་ཡ་མ་བུལ་བར་ཉམས་སུ་སྒྲངས་ན་མི་ལོ་བཅུ་གཉིས་ཅམ་ལ་འཁོར་  
 རྒྱ་བ་ལ་བྱེད། ཉམས་ལེན་བྱེད་མཁན་ཁོ་ནས་ཕྱང་བ་མ་གཏོགས། རྒྱལ་  
 བ་ཅོང་ཁ་བའི་བཀའ་སྟོན་སྟན་བརྒྱད་འདི་ལ་སྟོན་ཀྱི་རྗེ་བཅུན་མིད་ལ་  
 དང་། རྒྱལ་བ་ཁོད་ཆང་བ་ལྟ་བུའི་དཀའ་སྤྱད་རྣམས་ན་འཁོར་རྒྱ་བ་ལ་ལོ་  
 གསུམ་ལས་མི་འགོར་ཞེས་བྱང་བ་ཏུ་བྱས་པའི་གསུང་རྒྱན་དུ་ཡོད། དེའི་  
 ཞེས་བྱེད་ཀྱང་། དཔེན་ས་ཡབ་སྐུ་སོགས་དགོ་ལྡན་བཀའ་བརྒྱད་གོང་  
 མ་རྣམས་དཀའ་སྤྱད་སྟོང་རུས་མི་དགོས་པར་ཆེ་གཅིག་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 སར་གཤེགས་པ་མང་དུ་བྱང་བ་ལྷུང་རེད། དེ་རྣམས་ནི་ལྷུང་ལམ་ལྷགས་  
 ཀྱི་སྐྱབས་སེམས་བྱ་ཚུལ་ཡིན་ལ། ལྷགས་ལྷུང་དབུས་བརྒྱད་ཀྱི་ལྷགས་  
 འདིར་ཆོགས་ཞིང་ལས་སྐྱབས་ལུལ་ལོགས་སུ་གསལ་འདེབས་ལྷགས་  
 མ་གསུངས་ཤིང་། ལྟོ་བརྒྱད་ཀྱི་ལྷགས་འདིར་ཆོགས་ཞིང་ལས་ལོགས་  
 སུ་སྐྱབས་ལུལ་སྒྲ་མ་དང་མི་འབྲ་བ་ཞིག་གསུངས་ཏེ་སྟན་བརྒྱད་ཀྱི་གསུང་  
 རྒྱན་མི་འབྲ་བ་ཞིག་ཡིན་པར་ངེས།

དེ་རྗེ་ལྷུང་གསལ་འདེབས་ཚུལ་ནི། རང་གི་མདུན་དུ་ས་ནས་ཡར་སྐྱེས་  
 པ་ལྟ་བུའི་འཇའ་སྟོན་ཡིད་དུ་འོང་བའི་གསེབ་ཏུ་བརྒྱའི་མགོ་སྟོན་མང་པོ་



གསལ་བཟུང་བའི་དབུས་ཀྱི་ཆེ་བའི་སྟེང་དུ་བྱབ་པའི་དབང་པོ། དེའི་གཡས་  
གཡོན་སྐྱེད་པུང་གི་ཐད་དུ་བརྒྱའི་མགོ་ལྗོངས་ཀྱི་སྟེང་དུ་བྱམས་འཇམ་  
དབུངས། དེ་གཉིས་སོ་སོའི་སྐྱེད་ཀྱི་ཐད་ན་ཐབ་ཀྱིས་བརྒྱད་པའི་སྒྲ་མ་རྣམས་  
གཅིག་ཀྱི་ཐད་དུ་གཅིག་ཨ་ལོང་བསྐྱོར་བ་སྟར་བྱབ་དབང་ལ་བསྐྱོར་བའི་ཚུལ་  
དུ་བཞུགས་པའི་བརྒྱད་པ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲ་མ་རྩེས་མ་གཉིས་གྲལ་མཆེས་སུ་  
འགྲོ། དེ་དག་གྲང་རེ་རེ་བཞིན་བརྒྱའི་མགོ་ལྗོངས་ཀྱི་སྟེང་དུ་བཞུགས་པར་  
མོས་དགོས། བྱབ་དབང་གི་མདུན་ཅུང་ཟད་དམའ་བར་ཆོས་འབྲེལ་དངོས་  
ཐོབ་ཀྱི་སྒྲ་མ། ཉམས་ལེན་གྱི་རྒྱུ་ལ་བརྒྱད་གསལ་འདེབས་མི་དགོས།  
སྟེང་གི་རྣམ་མཁར་འཇའ་སྒྲིན་གྱི་གསེབ་དང་། སྒྲ་མ་རྣམས་ཀྱི་གཡས་  
གཡོན་ནས་སངས་རྒྱས་རྣམས། དེ་འོག་བྱང་སེམས། ཉན་རང་། དེ་འོག་  
ཆོས་སྐྱོང་དང་། ཆོས་འབྲེལ་དངོས་ཐོབ་ཀྱི་སྒྲ་མའི་འོག་བརྒྱའི་མགོ་ལྗོངས་  
སྐྱ་ཆོགས་བརྒྱའི་རྣམ་པ་གསུམ་ཡོད་པའི་དབུས་མར་ཉི་གདན་གྱི་སྟེང་དུ་  
སྐྱེས་བྱ་ཆེན་པོའི་ཆོས་བདག་སྐུར་མཛད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མགོན་པོ། གཡས་  
མར་པད་ལྗེའི་སྟེང་སྐྱེས་བྱ་འབྲིང་གི་ཆོས་བདག་རྣམ་སྤྲུལ། གཡོན་མར་ཉི་  
གདན་གྱི་སྟེང་སྐྱེས་བྱ་ཅུང་དུའི་ཆོས་བདག་ལས་གཤེན་བཅས། དེ་གསུམ་  
ལ་སྐྱེས་བྱ་གསུམ་གྱི་ཆོས་བདག་དུ་འཛོག་པའི་རྒྱ་མཆོན་ནི། སྐུར་མཛད་  
ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མགོན་པོ་རྒྱལ་ཀུན་སྟེང་རྩེའི་རང་གཟུགས་སྐུན་རས་གཟིགས་  
དངོས་ཡིན་པས་འདི་ཉིད་ཆོས་སྐྱོང་དུ་བསྟེན་ན་སྐྱེས་བྱ་ཆེན་པོའི་སྐབས་  
བྱམས་སྟེང་རྩེ་སྐྱེས་བྱ་ལ་གནད་ཆེ། འབྲིང་གི་སྐབས་བསྐྱབ་པ་གསུམ་

དང་། ལྷག་པར་ཚུལ་བྱིས་སྤྱོད་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་གཙོ་བོར་ཉམས་སྦྱོར་ལོན་དགོས་  
 ཞིང་། རྒྱལ་ཆེན་རྣམས་ཐོས་སྤྱོད་ཀྱིས་སྤྱོད་གསུམ་ལས་འདུལ་བ་དང་།  
 བསྐྱེད་པ་གསུམ་ལས་ཚུལ་བྱིས་སྤྱོད་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 ཞལ་གྱིས་བཞེས་པས་འདི་ཉིད་ཆོས་སྤྱོད་དུ་བསྐྱེད་ན་དེ་ལྟ་བུའི་ལམ་རྒྱུད་  
 ལ་སྤྱོད་བལ་གནད་ཆེ། ཆོས་རྒྱལ་གཤེན་རྩེ་ནི་སྤྱོད་འགྲོ་ཀུན་ལ་མི་ཉག་པ་སྤྱོད་  
 ཅིང་དགོ་སྤྱོད་གི་སྤྱོད་འདྲིན་ལས་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་སྤྱོད་པ་པོ་ཡིན་པས་  
 འདི་ཉིད་ཆོས་སྤྱོད་དུ་བསྐྱེད་ན་མི་ཉག་ལས་འབྲས་སོགས་སྤྱོད་བྱ་ཚུང་དུའི་  
 ཉོགས་པ་རང་རྒྱུད་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་བའི་དགོས་པ་ཡོད། ཆོས་སྤྱོད་ལམ་གྱི་འགྲོས་  
 དང་མཐུན་པ་སྤྱོད་ཚུལ་དེ་ལྟར་ཡིན་ཅིང་། ཤེན་དུ་སྤྱོད་པར་སངས་རྒྱ་བ་  
 ལ་སྤྱོད་པ་ཡི་དམ་སོགས་ཀྱང་ལམ་གྱི་འགྲོས་དང་མཐུན་པ་བྱ་ཚུལ་རྩེ་བཅུན་  
 འཇམ་དབྱངས་ཀྱིས་ཅོང་ཁ་པ་ཆེན་པོ་ལ་གསུངས་པའི་ཟབ་གསང་མཐའ་  
 ལས་པ་ཡོད་ཀྱང་འདིར་བརྗོད་དུ་མི་རུང་། གོང་གི་གཡས་གཡོན་གྱི་ཆོས་  
 སྤྱོད་རྣམས་དང་། སྤྱོད་བྱ་གསུམ་གྱི་ཆོས་བདག་འདི་རྣམས་གོང་འོག་ཐད་  
 ཀར་ཁེལ་བ་བྱ་དགོས། སྤྱོད་པའི་འགྲོས་དམིགས་རྣམས་སྤྱོད་པ་དང་།  
 འོག་ནས་ཀྱང་འབྱུང་ཞིང་། སྤྱོད་དང་དགོན་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ་ཞེས་པ་ནས།  
 མཛད་དུ་གསོལ་ཞེས་པའི་བར་ནི་སྤྱོད་པའི་གསོལ་ཞེས་དཔལ་ལྷན་ས་སྤྱོད་  
 པའི་མན་ངག་འདིར་སྤྱོད་པར་མཛད་པར་གསུངས་སོ།།

༥ ཉིན་ལྔ་པར། དཔལ་ལྷན་འཕགས་པ་སྤྱོད་ཀྱི་གསུང་ལས། གང་  
 ཞེས་གསེར་སྤྱོད་རིན་ཆེན་སྤྱོད་པ་ཡིས། །རན་སྤྱོད་འབྲག་པར་བཞུགས་པ་དེ་

བས་ཀྱང་། །གང་ཞིག་མི་རུ་སྐྱེས་ནས་སྡིག་པའི་ལས། །བཀྲིད་པ་དེ་ནི་ཆེས་  
རབ་སྒྱུན་པ་ལགས། །ཞེས་ལུང་དངས་ཏེ་ཀུན་སློང་འཆོས་པ་མདོར་བསྐྱུས་  
ཞིག་གསུངས་ནས། ཀུན་སློང་དང་ཀུན་སློང་ལེགས་པར་གསལ་བཏབ་ནས་  
གསན་པར་ཞུ། གསན་བྱའི་ཆོས་ནི། སྐལ་ལྷན་གྱི་སྐྱེས་བུ་སངས་རྒྱལ་གྱི་  
སར་བཀོད་པའི། ཞེས་སོགས་ས་བཅད་འདྲེན་པའི་བར་སྤར་ལྟར་ལ།

བཞི་པ་གདམས་པ་དངོས་ཀྱིས་སློབ་མ་རྗེ་ལྟར་བཀྲི་བའི་རིམ་པ་ལ་  
གཉིས་ཡོད་པས། དང་པོ་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་གྱི་སྦྱོར་བ་ལ་སྦྱོར་  
བའི་ཆོས་དྲུག་ལས། སྦྱར་ལམ་དམར་བྲིད་སྐབས་སྦྱོར་ཆོས་དྲུག་ཀ་སྟོན་  
དུ་འབྱུང་བ་ལྟར་ཞུ་ན། གསུམ་ཁ་སང་ཞུས་ཟིན་ཅིང་། སྦྱོར་བའི་ཆོས་བཞི་  
པ་ཆོགས་ཞིང་གསལ་གདབ་པ་ལ། རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས། མཉན་ན་ཆོག་  
མི་ཟེན། བསམས་ན་དོན་མི་གོ། །བསྐྱོམས་ན་རྒྱུད་ལ་མི་སྦྱེ་བའི་སློབ་མ་ཐུ་  
ཞིན་ཏུ་ཆུང་བའི་དུས་སུ་ཞིང་གི་མཐུ་ལ་བཏྲེན་པ་མན་ངག་ཡིན་གསུངས་པ་  
ལྟར། རང་རེ་རྣམས་ལས་གྱི་སྐྱབ་པ་འབྲུག་པོས་ནོན་པས་ཐོས་པ་བྱས་ཀྱང་  
ཆོག་མི་ཟེན། བསམས་ཀྱང་དོན་རྗེ་བཞིན་མི་གོ། །བསྐྱོམས་ཀྱང་རྟོགས་པ་  
རྒྱུད་ལ་མི་སྦྱེ་བར་བུ་ཐུག་པའི་སྐབས་འདིར་ཞིང་བྱུང་པར་ཅན་ལ་གསོལ་  
བ་འདེབས་ཤིང་ཆོགས་བསགས་སྐྱབ་སྦྱང་བྱས་ན་སྦྱར་དུ་གནད་དུ་འགོ་  
བ་ཡིན། དེ་ཡང་རྗེ་བཙུན་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ལ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས།  
རྟོགས་པ་སྦྱར་དུ་རྒྱུད་ལ་སྦྱེ་བའི་ཐབས་གང་ལ་འབད་དགོས་ཞུས་པར། ལྷ་  
མ་ཡི་དམ་དབྱེར་མེད་དུ་བྱས་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་པ་དང་། ཆོགས་

བསགས་སྒྲིབ་སྒྱུར་ལ་འབད་བ་དང་། ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་དམིགས་རྣམ་སྒྲོང་བ་  
 གསུམ་སྒྲིབ་ལ་འབད་དགོས་པར་གསུངས་པ་ལྟར། ཆོགས་གསོག་སྒྲིབ་  
 སྒྱུར་གིས་རྒྱུད་སྒྲིབ་བ་དང་། གསོལ་བ་བཏབ་པས་བྱིན་རྒྱལས་ཞུགས་པ་  
 མེད་པར་དམིགས་རྣམ་སྒྲོང་བ་ལ་བཙོན་ཁུལ་བྱས་ཀྱང་རྟོགས་པ་སྒྲེ་བ་ལ་  
 ཞིན་ཏུ་བྱལ་ཞིང་། རྒྱུད་སྒྲིབ་ན་དགའ་ཆོགས་ལ་མི་ལྟོས་པར་རྟོགས་པ་  
 སྒྲེ་སྒྱུར་བ་སྒྲོན་སྒྲིབ་པ་རྣམས་སྒྲིབ་ན་དོལ་སྒྲ་བ་ལྟ་བུ་དང་། ཡོན་ཏན་སྒྲིབ་པ་  
 ཞིང་ཐོག་སྒྲིབ་ན་རང་ཤུགས་ཀྱིས་ས་ལ་སྒྱུར་ཞིང་མོངས་སྒྲོད་དུ་རུང་བ་ལྟ་  
 བུ་ཡིན། རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས་ཀྱང་རང་ཅག་ལ་གདམས་པའི་བྱིར་འོལ་  
 དགའ་ཆོས་ལུང་དུ་བྱུག་དང་མཆུལ་སོགས་བསགས་སྒྱུར་རྒྱལས་པོ་ཆེ་  
 མཛེད་པ་ན་འཕགས་པ་ཡབ་སྲས་ལྟ་ཞལ་གཟིགས་ཏེ། དེའི་ནང་གི་སངས་  
 རྒྱས་བསྐྱུངས་ཀྱིས་འགྲེལ་བ་བུརྟ་སྤྱི་ཏའི་རྒྱ་དཔེས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱལས་  
 པའི་གཟིགས་སྒྱུར་བྱུང་བར། དེ་ཉིན་འགྲེལ་བ་བུརྟ་སྤྱི་ཏ་གཟིགས་འདོད་  
 བྱུང་བ་བཞིན་གཟིགས་པས་རབ་བྱེད་བཙོ་བརྒྱད་པའི་ཐད་དུ་དབུ་མ་ཐལ་  
 འགྱུར་བའི་ལྟ་བ་དྲི་མ་མེད་པ་རྟོགས་པའི་ཚུལ་བསྟན། འགྲེལ་བ་འདི་སྒྲར་  
 རྣམ་གཟིགས་གཟིགས་པ་ཡིན་ཀྱང་འདི་རེས་ཐུགས་རྒྱུད་སྒྲིབ་པས་དེ་ལྟར་  
 རྟོགས་པའི་ཚུལ་བསྟན་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་དམ་པ་གོང་མའི་རྣམ་ཐར་མང་  
 ཞིང་། རང་རེའི་ཆོས་རྒྱུད་འདིའི་རྗེ་སྐལ་བཟང་བསྟན་འཛིན་གྱིས་ཀྱང་ཉིན་  
 གཅིག་དྲུགས་པོ་བླུ་མ་པར་གྲོང་ཆོག་ལ་ཕེབས་པར་རྗེ་སྐལ་བཟང་མཁས་  
 བྱལ་ལ་དཔེ་སློག་རྒྱ་ཞིག་བྱིར་ཞོག་གསུངས་པར། བཀའ་གདམས་གཅིས་

བརྟམ་ཞིག་ཕྱལ་བས། དེའི་ནང་གི་སློ་སྦྱོང་གྱུར་སློམ་དོ་རྗེའི་སྤྱད་བྱངས་  
གཟིགས་མ་ཐག་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བཅོས་མིན་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་འབྱུངས།  
ཕྱི་ཉིན་སྦྱོར་ཆོས་གསོལ་འདེབས་སྐབས། འགྲོ་ཀུན་བཅེ་བས་རྗེས་འཇིན་  
དགོ་བ་ཅན། །ཞེས་འདི་མཛད་པ་པོའི་མཆོན་བརྗོད་པ་ནའང་དཔྱལ་གོག་ཆ་  
ཡིང་ཡིང་བྱས་གསུངས། དེས་ན་རྒྱུད་སློན་པ་ན་རྒྱུན་ཕྱ་མོ་ལ་བརྟེན་ནས་  
རྟོགས་པ་སློ་བྱར་དུ་སྦྱེ་སྦྱོར་བ་དེ་ལྟ་བུ་རེད། དོལ་པའི་ཞལ་ནས་ཀྱང་། ཞར་  
ལ་ཆོགས་གསོག་པ་དང་སྒྲིབ་པ་སྦྱོང་། ལྟ་དང་སྒྲ་མ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་  
ཞིང་རུས་ཞིང་དང་བཅས་ནས་ནན་ཏན་གྱིས་བསམས་ན་ལོ་བརྒྱར་ཡང་  
མི་སྦྱེ་སྦྱོར་བ་ཅིག་ཀྱང་འདུས་བྱས་སོ་ན་མི་སྦྱོང་བས་ཅི་ཞིག་ལྟར་ལ་སྦྱེ་བ་  
ཡིན། ཞེས་དང་། དམ་པ་གོང་མའི་མན་ངག་གི་གསུང་རྒྱུན་དུའང་། ཆོགས་  
གསོག་མེད་ན་རྒྱན་མེད་ས་བོན་འདྲ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། བསགས་སྦྱང་  
དང་གསོལ་འདེབས་འདི་ཞིན་ཏུ་གལ་ཆེ། བྱ་ས་ཆེན་པོར་རྩོད་པ་ཁོ་ན་བྱེད་  
པ་མིན་པར་ཆོགས་དང་། ཆོས་བྲ་སོགས་སུ་ཞལ་འདོན་མང་དུ་གསུངས་  
པ་ཡང་དེའི་གནད་ཡིན་པས་དེ་དག་ལ་ནན་ཏན་མཛད་དགོས། དེ་ལྟ་བུའི་  
བསགས་སྦྱང་གསོལ་འདེབས་གང་ལ་བྱེད་ཡུལ་ཆོགས་ཞིང་ཉིད་ཡིན་པས་  
ཆོགས་ཞིང་བསྒྲོམ་པ་ཞིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བས་འདིར་ས་བཅད་གཅིག་ལོགས་  
སུ་མཛད་པ་ཡིན།

ཆོགས་ཞིང་ཞེས་པ་ཡང་ཆོགས་གསོག་པའི་ཞིང་ཡིན་པས་ཆོགས་  
ཞིང་ཞེས་བྱ་ཞིང་། དེ་ཡང་འཇིག་རྟེན་ན་ཞིང་སྟོན་ཐོག་ལེགས་པོ་སྦྱེ་བ་

ཞིག་ཡོད་ན་དེ་ལ་གཅེས་སྤྲས་སུ་འཛིན་པ་ལྟར། འདིར་ཡང་བསགས་སྤྱང་  
གསོལ་འདེབས་རྒྱབས་པོ་ཆེའི་ཞིང་འདི་ལྟ་བུ་ནན་ཏན་དུ་གསལ་འདེབས་  
དགོས། འཛིག་ཏེན་གྱི་ཞིང་ལ་ཐོན་སྐྱེད་བྱེ་ཁལ་ཕུལ་ཁལ་ལས་ལྷག་མི་  
འབྱུང་ཡང་། འདིར་ནི་ས་བོན་ཕྱ་མོ་བསྐྱེད་པ་ལའང་འབྲས་བུ་རྒྱབས་པོ་ཆེ་  
དཔག་ཏུ་མེད་པ་འབྱུང་། འཛིག་ཏེན་པའི་ཞིང་ལ་སོ་ནམ་དུས་རེ་ལས་མི་  
འབྱུང་། འདིར་ནི་བདེ་ལེགས་གྱི་ས་བོན་དུས་བཞི་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་བཏབ་  
ཆོག་པ་འདི་ལྟ་བུའི་ཞིང་ས་ལ་བསོད་ནམས་གྱི་ས་བོན་བསྐྱེད་རྒྱ་མ་བྱུང་  
བར་ལུས་ན་ཞིན་ཏུ་པངས་པ་ཡིན་ཏེ། རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས། འདི་ཕྱིའི་བདེ་  
ལེགས་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བའི་ཞིང་ས་དམ་པ་དུས་བཞི་ཐམས་ཅད་དུ་རྒྱན་  
ཆད་མེད་པར་བདེ་ལེགས་གྱི་ས་བོན་བཏབ་པས་ཆོག་པ་འདི་ལ་ཡང་དད་  
པའི་གཞོལ་གྱིས་བསོད་ནམས་གྱི་ཞིང་མེད་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་མདོ་ལས་  
གསུངས་པ་ལྟར་བྱ་རྒྱུ་མ་བྱུང་ན་ཆེས་ཞིན་ཏུ་པངས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དང་།  
ཞིང་གི་མཆོག་ལ་ཐ་མལ་པའི་ཞིང་གི་མཐོང་ཅམ་ཡང་མེད་པ་འདི་འོ་སྒྲོལ་  
སྤངས་བཟང་བར་མི་འདུག་ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རེད།

འོ་ན་ཆོགས་ཞིང་གསལ་འདེབས་པ་ཞིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བ་དེ་ལྟར་ཡིན་  
ན་དེ་གསལ་འདེབས་ཚུལ་རི་ལྟར་བྱ་དགོས་སྟུམ་ན། སྒྲོལ་ཆོས་སོ་སོ་  
ལ་ཆོགས་ཞིང་མི་འདྲ་བ་རེ་གསུངས་པས་ཐོག་མར་སྐྱུར་ལམ་ལྟར་ཁྱུ་ན།  
ཆོགས་ཞིང་མ་བསྐྱེད་གོང་སྤར་གྱི་སྤྱབས་ཡུལ་བསྐྱུ་ལུགས་ཡིག་ཆར་  
གསལ་ཁ་མ་གསུངས་པ་རི་ལྟར་ཡིན་སྟུམ་ན། བསྐྱུ་ལུགས་མན་ངག་མི་འདྲ་



བ་གསུམ་ཡོད་པས་འདམ་ང་བདེ་བས་གསལ་ཁ་མ་གསུངས་པ་ཡིན། དེ་  
གསུམ་ནི། སྐབས་ཡུལ་རྣམས་འོད་སེར་པོར་གྱུར་ཏེ་རང་གི་སློན་མཆོམས་  
སུ་བསྟེན་པ་གཅིག །མི་དམིགས་པའི་རྒྱས་འདེབས་པ་གཅིག །

ཡང་འདྲིར་སྐབས་ཡུལ་རྣམས་ནམ་མཁར་བཏེག་ནས་འོག་གི་ཆོགས་  
ཞིང་གསལ་བཏབ་ཟིན་ནས་ཡེ་ཤེས་པ་བཅུག་པའི་སྐབས་བསྟེན་པ་གཅིག་  
སྟེ་གསུམ་མན་ངག་ཞལ་ལ་སྟོས་ཕྱིར་གབ་པ་ཡིན།

## ཆོགས་ཞིང་གསལ་འདེབས་པ་ལ།

དང་པོར་ས་གཞི་བྱིན་རྒྱབས་ནི། ཐམས་ཅད་དུ་ནི་སོགས་ཀྱིས་རང་གི་  
ཤག་གུ་དོག་པོ་དེ་འདྲར་མི་བསམ་པར་ས་གཞི་ཤིན་ཏུ་ཡངས་པ་ཐང་ཡངས་  
པོའི་དཀྱིལ་ལྟ་བུ་ཁོད་སྟོམས་པ། གསེར་གྱི་ས་གཞི་ལ་བཱེུཅུས་མིག་མང་  
རིས་སུ་བྲིས་པའམ་བཱེུཅུའི་ས་གཞི་ལ་གསེར་གྱིས་མིག་མང་རིས་སུ་  
བྲིས་པ། མནན་ན་ནེམས་ཤིང་། བཏེག་ན་སྤར་བྱེད་པ། དེག་ན་བདེ་བ་སྐྱེད་  
པ། བར་བར་དུ་རིན་པོ་ཆེའི་སྟོན་ཤིང་ལ་སྤྱལ་པའི་བྱ་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱིས་ཆོས་  
ཀྱི་སྒྲ་དབྱངས་སྒྲོག་པ། ལྷས་ཀྱི་རྗེང་བྱར་གསེར་གྱི་བྲེ་མ་གདལ་བ། མཐའ་  
སྒྲོར་དུ་རིན་པོ་ཆེའི་རི་བོས་བསྒྲོར་བ་སོགས་དག་ཞིང་གི་བཀོད་པ་མདོ་  
ལས་གསུངས་པ་ལྟར་གསལ་འདེབས། གསེག་མ་ནི་གམ་གསེག་དང་། རྩོ་  
ཚོ་བ། ཀྱོ་མོ་ནི་རྩ་སྟོད་ཆག་དུམ་སྟེ། རྩ་གར་དུ་སྟོད་སྟེད་རྩིང་བ་ཕྱིར་དོར་བ་

དེ་ལྟ་བུའི་གྲོ་དུམ་མང་པོས་གང་བ། ངམ་གྲོག་ནི་གད་གཡང་སྟེ་སྒོད་སྒོན་དེ་  
ལྟ་བུས་མ་གོས་པའོ།།

དེ་ནས་མཆོད་པ་གྲིན་གྲིས་བརྒྱབ་དགོས་པས་དངོས་སུ་བཤམས་  
པ་ཡོན་ཆབ་བདུན་ཆར་དང་། སྒྲོས་ཀྱང་རེ་ལྟ་བུ་ལས་མེད་ཀྱང་། སྒྲོམ་  
དོན་ལ་བར་སྒྲུང་ནམ་མཁའ་ས་གཞི་ཐམས་ཅད་མཆོད་པའི་སྒྲིན་ཆེན་པོས་  
ཡོངས་སུ་གང་བ་འཕགས་པ་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་མཆོད་སྒྲིན་ལྟར་བསམ་ན་  
དེའི་ཆོད་གྲིས་ཆོགས་གསོག། །དེ་ཡང་མདོ་སྟེ་པལ་པོ་ཆེ་ལས་གསུངས་  
པ། མཆོད་ཡོན་པལ་ཆར་མཆོད་ཡོན་སྟེ་བླ་བྲེ་དང་། །ཞེས་སོགས་ལྟར་མཆོད་  
ཡོན་གྱི་གདུགས་དང་། སྟེ་བླ་བྲེ་དང་། རྒྱལ་མཆོན་སོགས་དང་། དེ་བཞིན་དུ་  
མེ་ཉོག་ །བདུག་སྒྲོས། མར་མེ། སྤེ་ཆབ། ཞལ་ཟས་སོགས་ལ་སྦྱར་དགོས་  
ཚུལ་གསུངས། ཞལ་ཟས་ལྟ་བུ་བྱ་མི་བདེ་བའི་རིགས་ལ་འོད་ཟེར་གྱི་བྱ་བའི་  
གསེབ་ནས་ཐོན་པ་བྱ་དགོས། མཆོད་པའི་སྒྲིན་གསུངས་འདིས་མཆོད་པ་  
གྲིན་རྒྱབས་དང་། འབྲུལ་སྒྲགས་གཉིས་ཀའི་གོ་ཆོད་ཅིང་། འདི་བརྗོད་པས་  
དངོས་སུ་མཆོད་པ་ཉུང་ཟད་ལས་མེད་ཀྱང་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་གྱི་སྦྱན་  
སྒྲུབ་མཆོད་པའི་ཆར་ཆེན་པོ་འབབ་པར་གསུངས། བདེན་སྟོབས་བརྗོད་དེ་  
དེ་བཞིན་ཉིད་དུ་གྱུར་ཅིག་ཅེས་པའི་སྐབས་རང་གི་སྟོ་ཡུལ་དུ་རྒྱ་ཆེ་ཆུང་རི་  
ལྟར་དམིགས་པ་དེ་བཞིན་དུ་འགྱུར།

ཆོགས་ཞིང་དངོས་གཞི་གསལ་འདེབས་ཚུལ་ལ། སྦྱར་ལམ་ལས།  
དམར་ཁྲིད་འདི་གའི་ལྷགས་གྱི་ཆོགས་ཞིང་གསལ་འདེབས་ཚུལ་དང་། སྟེ་

མ་མཆོད་པའི་ལྷགས་ཀྱི་ཚོགས་ཞིང་གསལ་འདེབས་ཚུལ་གཉིས་གསུངས་  
པ་ལས། འདིར་སྤྲོ་མཆོད་ཚོགས་ཞིང་ལྟར་བྱ་བར་གསུངས་པ་འདི་གནད་  
ཆེ་སྟེ། རྒྱལ་བ་དབེན་ས་པ་དང་གྲུབ་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་དོན་རྗེ་རྣམས་སྤྲོ་མའི་རྣལ་  
འབྱོར་སེམས་དཔའ་སྤུམ་བཅུགས་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་ཆེ་གཅིག་ལ་བྱང་  
འབྲུག་གི་གོ་འཕང་བརྟེན་པའི་དགའ་ལྡན་སྤྱལ་པའི་སྤྲེགས་བམ་ལས་སྤྱང་  
བའི་མན་ངག་བྱང་པར་ཅན་ཡིན། དེ་ཡང་བདེ་སྟོང་དབྱེར་མེད་ཅེས་སོགས་  
ནི། རང་སེམས་བདེ་སྟོང་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་གཟུང་རྣམ་ལྟ་ལས་  
སྟེ་རྣམ་མཁའི་གཟུགས་སུ་བཀོད་ནས་དེའི་ངོས་སུ་ཚོགས་ཞིང་རྣམས་  
བསྐྱེད་པ་སྟེ། དགོས་པ་ནི་དེ་ཐམས་ཅད་བདེ་སྟོང་གི་རྣམ་རྟེན་དུ་བསྟོར་བའི་  
ཆེད་ཡིན། འདི་ལ། ཨེ་ཨྲི་ཀྱི་དོན་དང་སྦྱར་ནས་བདེ་སྟོང་ལ་ངེས་པ་བྱངས་  
ཏི་གཟུང་རྣམ་ལྟར་འཆར་ཚུལ་ཀྱི་ཟབ་བཤད་མང་དུ་བྱ་རྒྱ་ཡོད་ཀྱང་འདིར་  
ཉན་པ་པོ་དབང་མ་ཐོབ་པ་མང་ཞིང་སྤྲེགས་ཀྱི་བཤད་པའི་སྐབས་མིན་པས་  
རེ་ཞིག་དེ་ཅུ་ཀྱིས་ཚོག་པར་བྱས་ནས། གང་ལྟར་ཡང་རང་གི་མདུན་ཀྱི་  
རྣམ་མཁར་ཀྱན་བཟང་མཆོད་སྤྲིན་འབྲིགས་པའི་ངོགས་སུ་གསལ་འདེབས་  
དགོས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་རིན་པོ་ཆེའི་ས་གཞིའི་དབུས་སུ་འོ་མའི་རྒྱ་མཆོ་  
ཆེན་པོའི་ནང་ནས་དཔག་བསམ་ཀྱི་ཤིང་། ཅ་བ་གསེར། སྤྲོང་པོ་དངུལ། ཡལ་  
ག་བེཊུཊ། ལོ་མ་ཤེལ། འདབ་མ་སྤྲུག། མེ་ཏོག་ལུ་ཏིག་དམར་པོ། འབྲས་བུ་  
རྫོང་སྤྲོང་པོ་སྟེ་རིན་པོ་ཆེ་སྤྲོ་བདུན་ལས་གྲུབ་པ། ཅ་བ་སོགས་ཆང་མ་བདུན་  
ཆོན་བདུན་ཆོན་དུ་ཡོད་པ། ཡིད་བཞིན་ཀྱི་ཁོར་བུ་ལྟར་དགོས་འདོད་ཐམས་

ཅད་དཔག་པ་དང་བསམ་པ་ཅམ་གྱིས་འབྱུང་བ། ཡལ་ག་སོགས་བསྐྱོད་  
 པའི་སྐྱེ་ལས་མི་རྟག། །བདག་མེད་སོགས་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོལ་བའི་འབྱུང་  
 བ། དབྱས་སུ་ཤིང་དེའི་མེ་ཉོག་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཞིག་གི་སྟེང་དུ་སེང་གེ་ཆེན་པོ་  
 བརྒྱད་གྱིས་བཏེག་པའི་རིན་པོ་ཆེའི་ཁྱི། དེ་ཡང་སེང་གེ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་བཀྱར་སྟེ་སོགས་ཀྱི་ཆེད་སེང་གེའི་ཚུལ་དུ་བྱས་  
 རས་བཏེག་པ་དང་། སེང་གེས་རི་དྲགས་ཀྱི་ཆོགས་ཐམས་ཅད་ཟིལ་གྱིས་  
 གཞོན་པ་ལྟར། བདུད་དང་འཇིག་རྟེན་པའི་ལྷ་ཆེན་པོ་དག་དང་། ལྷ་སྟེགས་  
 པའི་ཆོགས་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་པ་མཆོན། གངས་བརྒྱད་དུ་བྱས་ན་དབང་ལྷག་  
 བརྒྱད་དང་བཞིར་བྱས་ན་མི་འཇིགས་པ་བཞི་མཆོན་པ་ཡིན། དེའི་སྟེང་དུ་  
 པརྒྱའི་གདན་རིམ་པ་བཅུ་གཅིག་སྟེ་རྒྱ་རྩེ་ཆུང་དང་། དཔངས་རྩེ་མཐོར་སོང་  
 བ་བང་རིམ་ལྟར་ཡོད་པ། བད་འདབ་དང་པོ་འདབ་མ་བཞི་པ། དེའི་དབྱས་  
 པརྒྱའི་ཟེའུ་འབྱུའི་སྟེང་རྒྱ་ལོར་བྱ་མེ་ཤེལ་ལས་བྱུབ་པའི་ཉི་མའི་གདན། དེའི་  
 སྟེང་དུ་རྒྱ་ལོར་བྱ་ཆུ་ཤེལ་ལས་བྱུབ་པའི་ལྷ་བའི་གདན། དེ་གཉིས་དབྱེབས་  
 ར་ཡུ་བ་མེད་པ་བཅུགས་པ་ལྟ་བུ། དེ་ཡང་པརྒྱ་ནི་འདམ་ལས་སྐྱེས་ཀྱང་  
 འདམ་གྱི་སྐྱོན་གྱིས་མ་གོས་པ་ལྟར་འཁོར་བའི་སྐྱོན་གྱིས་མ་གོས་པའི་རེས་  
 འབྱུང་མཆོན་བྱེད་དང་། ཉི་མ་ནི་མ་སྟོན་པ་སྟོན་པར་བྱེད་པ་ལྟར་དོན་དམ་  
 བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱིས་རྒྱད་སྟོན་པར་བྱེད་པ་དེ་མཆོན། ལྷ་བ་ནི་ཆ་གདུང་  
 སེལ་ཤིང་འོད་དཀར་བ་ལྟར་ཀུན་རྫོབ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དེ་ཞེ་སྤང་གི་ཆ་  
 གདུང་སེལ་ཞིང་ངོ་བོ་དཀར་བ་དེ་མཆོན། དེ་རྣམས་གདན་དུ་བྱེད་པ་ནི་དེ་

ལྟ་བུའི་ལམ་གཙོ་གསུམ་ལ་དབང་སྐྱར་བར་མཛད་པའི་མཆོན་བྱེད་ཡིན།  
དེས་ན་པརྒྱས་སྐྱེས་བུ་ཚུང་འབྲིང་དང་། ཉི་ལྷས་ཆེན་པོའི་ལམ་ཡང་མཆོན།  
དེའི་སྟེང་དུ་གཙོ་བོ་གསལ་འདེབས་དགོས་ཤིང་།

དེ་ཡང་སླ་མ་མཆོད་པའི་ཚོགས་ཞིང་གི་གཙོ་བོ་གང་ཡིན་བྱས་ན།  
འགའ་ཞིག་གིས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་ཡིན་ཟེར། འགའ་ཞིག་གིས་རང་གི་རྩ་བའི་སླ་  
མ་ཡིན་ཟེར། འགའ་ཞིག་གིས་རྗེ་སླ་མ་མཆོད་པ་བྱ་བ་ཡིན་ཟེར་བ་སོགས་  
སྒྲ་ཚོགས་སྒྲ་ཡང་། འདི་ནི་སླ་མ་སློ་བཟང་ཐུབ་དབང་དོན་རྗེ་འཆང་ཞེས་པ་དེ་  
ཡིན། དེ་ཡང་སླ་མ་ཞེས་པ་རང་གི་སླ་མ་དང་། སློ་བཟང་ཞེས་པ་རྒྱལ་བ་ཙོང་  
ཁ་པ་དང་། ཐུབ་དབང་ཞེས་པ་སྟོན་པ་ཤུག་ཐུབ་པ་དང་། རྗེ་རྗེ་འཆང་ཞེས་  
པ་རྒྱལ་བ་དོན་རྗེ་འཆང་བཞི་སྟེ། དེ་བཞི་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་དུ་བྱས་པ་དེ་འདིར་  
ཚོགས་ཞིང་གི་གཙོ་བོར་གསལ་འདེབས་པ་ཡིན། དེ་འབྲ་རྒྱུད་ཐ་དད་པ་  
བཞི་གཅིག་ཏུ་འདྲེས་པར་བསམ་དགོས་པ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན།

དེ་འབྲ་གཏན་ནས་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱུད་ཐ་དད་པ་བཞི་རང་གིས་གཅིག་ཏུ་བྱེད་  
ག་ལ་རུས། དེས་ན་དང་པོ་ནས་ངོ་བོ་གཅིག་ཡིན་ཡིན་པ་ལ་རང་གིས་རྒྱུད་  
ཐ་དད་དུ་བཟུང་བ་དེ་འདིར་ལྷང་དང་རིགས་པས་རང་གི་སློ་ངོར་གཅིག་  
ཏུ་བསྐྱབ་པའི་ངེས་ཤེས་འདྲན་པ་ཡིན། དེ་བཞི་ངོ་བོ་གཅིག་ཡིན་ཏེ། རང་  
ཅག་གིས་རྗེ་རྗེ་འཆང་ཞེས་པ་སྐྱ་མདོག་སྟོན་པོ་དོར་བྲིལ་བཟུང་བ་ལོངས་  
སྐྱའི་ཆ་བྱད་ཅན་གཅིག་དང་། ཤུག་ཐུབ་པ་ཞེས་དབུ་རིག་ཞབས་རྗེན་སྐྱལ་  
སྐྱའི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་བཟུང་ནས་དེ་གཉིས་པན་ཚུན་གཏན་ནས་མ་འདྲེས་པ་

ལྟ་བུ་བསམ་ཡང་། དེ་འདྲ་མིན་པར་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་འདུལ་བ་དང་མདོ་  
 སྡེ་གསུངས་པ་ན་མཆོག་གི་སྤྱལ་སྤྱིའི་རྣམ་པར་བསྟན། སྤྲུགས་ཀྱི་རྒྱུད་  
 གསུངས་པ་ན་དོ་རྗེ་འཆང་གི་རྣམ་པར་བསྟན། དེ་བཞིན་དུ་གསང་འདུས་  
 ཀྱི་རྒྱུད་གསུངས་པ་ན་དོ་རྗེ་འཆང་ཞལ་གསུམ་ཕྱག་དྲུག་གི་སྤྱིའི་རྣམ་པར་  
 བསྟན། བདེ་མཆོག་གི་རྒྱུད་གསུངས་པ་ན་ཉེ་རུ་ཀ་ཞལ་བཞི་ཕྱག་བཅུ་  
 གཉིས་པའི་རྣམ་པར་བསྟན་པ་སོགས་མདོ་རྒྱུད་རང་རང་དང་མཐུན་པའི་  
 སྤྱིའི་རྣམ་པ་མི་འདྲ་བ་མཐའ་ཡས་པ་ཞིག་བསྟན་ཀྱང་དོན་དུ་ཤུ་ཀྱ་ཐུབ་པ་  
 རང་ཡིན་པས་དོ་རྗེ་འཆང་དང་ཤུ་ཀྱ་ཐུབ་པ་ཞེས་ངོ་བོ་གཅིག་ཉིད་ལས་རྒྱུད་  
 ཐ་དད་མེད་པ་དེ་ལྟར་ཡིན།

ཤུ་ཀྱ་ཐུབ་པ་རང་ཉིད་སྤྱོད་དོས་ཀྱི་གདུལ་བྱ་རྫོགས་ནས་སྤྱང་ན་ལས་  
 འདས་ཟེན་ནས་ཀྱང་འཕགས་ཡུལ་དུ་བཅ་བྱུང་མང་པོའི་སྤྱར་བསྟན་ནས་  
 ཆོས་གསུངས། བོད་དུ་བསྟན་པ་སྤྱད་ར་ལ་མཁན་སློབ་སོགས་ཀྱི་སྤྱར་  
 བསྟན་ནས་ཆོས་གསུངས། ཕྱི་དར་ལ་རྫོ་བོ་ཆེན་པོ་དང་། རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ལ་  
 སོགས་པའི་མཁས་བྱུང་དུ་མའི་སྤྱར་བསྟན་ནས་ཆོས་གསུངས་པ་ཡིན་པས་  
 རྗེ་བཙུན་སློབ་བཟང་གྲགས་པ་ཉིད་ཀྱང་ངོ་བོ་ཤུ་ཀྱ་ཐུབ་པ་རང་ཡིན། སངས་  
 རྒྱས་ཀྱིས་མ་འོངས་པ་སྟོགས་མ་སྤྱོད་བའི་དུས་ཐུབ་དབང་དོ་རྗེ་འཆང་  
 རང་ཉིད་སྤྱོད་མའི་རྣམ་པར་བསྟན་ནས་འབྱོན་པར་གསུངས་པས། དེང་དུས་  
 རང་གི་དོན་མཛད་པའི་ཐུབ་དབང་དོ་རྗེ་འཆང་གི་སྤྱལ་པ་དེ་གང་ཡིན་སྟུམ་  
 བ། སྤྱོད་མ་ལས་སོགས་སུ་མི་རྟོན། རྣམ་མཁའ་དང་མཉམ་པའི་རྒྱུད་ལས། འགྲོ་



བ་འདི་ཀྱན་སངས་རྒྱས་ལྟ་བུ་བདག་ཉིད། །གར་མཁན་དག་དང་རི་མོ་བཟང་  
ལྟར་སྦང་། །གང་དུ་བདེ་ཆེན་ཞེས་བྱ་གཅིག་དུ་ཉིད། །གཅིག་དུ་ཉམས་ནི་  
དུ་མའི་གར་མཛད་དོ། །ཞེས་བ་འདི་ལུས་དཔེན་ལ་སྦྱར་ཚུལ་དང་། བཤེས་  
གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་ལ་སྦྱར་ཚུལ་སོགས་མང་དུ་ཡོད་པ་ལས། འདིར་བཤེས་  
གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་ལ་སྦྱར་ཏེ་ཞུ་ན། དཔེར་ན་འཆམས་དཔོན་གཅིག་ཞུ་ནག་  
གི་ཆས་གྲོན་ནས་ཕྱིར་ཐོན་པ་ན་ཞུ་ནག་བྱུང་བེར་ཡང་འཆམས་དཔོན་ཁོ་  
རང་ཡིན། ཡར་ལོག་ནས་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་འབག་ཆས་ལྟ་བུ་སྤྲད་ནས་ཕྱིར་  
ཐོན་པ་ན་ཆོས་རྒྱལ་རེད་བེར་ཡང་དོན་དུ་འཆམས་དཔོན་ཁོ་རང་ཡིན། དེ་  
བཞིན་དུ་ཆས་མི་འདྲ་བ་རེ་གྲོན་པ་ན་མིང་མི་འདྲ་བ་རེ་འདོགས་ཀྱང་དོན་དུ་  
འཆམས་དཔོན་གཅིག་དུ་ཁོ་རང་ཡིན་པ་ལྟར། རྒྱལ་བ་དོ་ཇེ་འཆང་གཅིག་  
ཉིད་ཤུག་ཐུབ་པ་དང་། ཇེ་བཙུན་སློབ་བཟང་གྲགས་པ་དང་། རང་གི་སླ་མའི་  
རྣམ་པར་བསྟན་པ་ཡིན་པས་རྣམ་པ་མི་འདྲ་བ་ཙམ་ལས་ངོ་བོ་གཅིག་རང་  
ཡིན། དེ་འདྲའི་ངས་པ་རྟེན་ནས་དེ་ཉིད་ཆོགས་ཞིང་གི་གཙོ་བོར་གསལ་  
བཟུང་བ་དེ་ལ་སླ་མ་སློབ་བཟང་ཐུབ་དབང་དོ་ཇེ་འཆང་ཞེས་མཆོན་ཆགས་པ་  
ཡིན། དེར་མ་ཟད། སངས་རྒྱས་ཀྱན་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད། །ཅེས་སླ་མ་ནི་སངས་  
རྒྱས་ཀྱན་གྱི་ཡེ་ཤེས་གྱི་རང་གཟུགས་གཅིག་དུ་བསྐྱུས་པའི་ངོ་བོ་ཡིན་  
པར་ངས་པ་རྟེན་དགོས་པས་ཞིབ་པར་འོག་དུ་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་གྱི་  
སྐབས་སུ་འཆད་པར་འགྱུར་ཞིང་། འདི་ལ་གོ་བ་ལེགས་པར་མ་ཆགས་ན་སླ་  
མའི་རྣལ་འབྱོར་ཐབ་ཐབ་ཇི་འདྲ་བསྒྲོམས་ཀྱང་གཟུགས་བརྟན་ཙམ་ཡིན་ཏེ།

ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། དེ་ལྟར་ན་སྤྲོ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས་  
པའི་གདམས་པ་འང་སྒྲར་བ་འདད་པ་ལྟར་གོ་དགོས་ཀྱི། དམིགས་པ་ཐུན་རེ་  
ཅམ་ལ་སྤྱངས་པས་ནི་གར་ཡང་མི་ཕྱིན་ལ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།

བཀའ་ངེན་གསུམ་ནི། མདོ་ལུགས་ལ་བསྐྱབ་པ་ལུང་བྲིད་གསུམ་སྟེ་ལ་  
བ་དང་། སྤྲུགས་ལུགས་ལ་དབང་བསྐྱར། རྒྱུད་བའདད། མན་ངག་གནང་བ་  
སྟེ། དེ་གསུམ་སྤྲོ་མ་གཅིག་ལས་ཐོབ་པ་ལ་བཀའ་ངེན་གསུམ་ལྟན་ཟེར། སྤྱི་  
རྣམ་པ་ཕྱི་རྒྱལ་བ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོ་དགོ་སྤོང་དུར་སྤྱིག་འཛིན་པའི་རྣམ་པ།  
དུར་སྤྱིག་ནི་བྱ་དུར་པའི་ཁ་དོག་ལྟ་བུའི་ན་བཟའ་འཆང་བ་ལ་ཟེར། དེ་ཡང་  
ཕྱག་གཡས་ཆོས་འཆད་དང་གཡོན་མཉམ་གཞག་ལ་ལྟུང་བཟེད་བདུད་ཅིས་  
གང་བ་བསྐྱམས་པའི་མཐེབ་མཛུ་བ་ཀྱིས་ལྷུང་ལའི་ཡུ་བ་འཛིན་པའི་འདབ་  
མ་སྟན་གྱི་ཐད་དུ་ཁ་བྱེ་བའི་གཡས་ཀྱི་སྟེང་དུ་ཤེས་རབ་ཀྱི་རལ་གྱི་ཅེ་མོ་  
མེ་ཅུང་ཟད་འབར་བ་དང་། གཡོན་གྱི་སྟེང་དུ་བརྒྱུད་སྟེང་པའི་སྟེགས་བམ་  
རང་སྤྱོད་ཀྱི་པ། དམིགས་བསལ་རང་གང་ལ་ཐོས་བསམ་སྟོམ་གསུམ་གྱིས་  
འཇུག་པའི་གསུང་རབ་དེའི་སྟེགས་བམ་དུ་མོས། གྲུར་གྲུམ་གྱི་མདངས་  
དང་ལྟན་པའི་ཆོས་གོས་རྣམ་གསུམ་གསོལ་བ། དེ་ཡང་གྲུར་གྲུམ་ལ་ཆོས་  
སེར་པོ་དང་། དམར་སེར་དང་། དམར་པོ་གསུམ་དུ་ཡོད་པའི་མདངས་ཅན་  
གྱིས་རིམ་བཞིན་སྐྱམ་སྐྱར། སྤྲོ་གོས། མཐང་གོས་བཅས་གསོལ་བ། བཏ་  
ཞུགས་པའི་མདོག་ཅན་ཅེ་མོ་རྣེ་ཞིང་མཐོ་བ་དབྱུ་ལ་གསོལ་བ། འདི་དག་  
གི་མཆོན་དོན་མང་དུ་ཡོད་ཀྱང་ད་ལམ་ཞུ་མ་ཁོམ་པས་དགའ་ལྟོད་དང་། སྤྲོ་

མཆོད་ཀྱི་ཁྲིད་ལས་འབྱུང་བ་ལྟར་ཡིན། དེའི་ཐུགས་ཀར་ཐུབ་པའི་དབང་པོ།  
དེའི་ཐུགས་ཀར་རྒྱལ་བ་དོ་རྗེ་འཆང་། དེའི་ཐུགས་ཀར་ཉིང་དེ་འཛིན་སེམས་  
དཔའ་རྩྱུ་ཡིག་སྟོན་པོ་བཅས་གསལ་གདག།

དེ་དག་ཀྱང་རང་རེའི་སྟོད་སྦྱང་ལྟར་གཅིག་ནང་དུ་གཅིག་བཅུག་པ་ལྟ་  
བུ་མ་ཡིན་པར། ལྷ་མ་ཕྱི་ལྟར་དག་སྟོང་གི་རྣམ་པ་ཅན་འདི་ལྟར་སྦྱང་ཡང་  
ནང་ལྟར་ན་རྒྱལ་བ་ལྷ་ཀྱང་ཐུབ་པ་ཡིན་ཞེས་སྟོན་པའི་ཕྱིར་ཐུགས་ཀར་ཐུབ་  
དབང་བཀོད་ཅིང་། གསང་བ་ལྟར་ན་རྒྱལ་བ་དོ་རྗེ་འཆང་ཉིད་ཡིན་ཞེས་སྟོན་  
ཕྱིར་དེའི་ཐུགས་ཀར་དོ་རྗེ་འཆང་བཀོད་པ་ཡིན་ནོ། །ལྷ་མ་སེམས་དཔའ་  
སུམ་བཅེགས་ཞེས་པ་འདི་གསུམ་ཡིན་འགྲོ་བསམ་ཤས་ཁ་ཡང་། དང་པོ་  
གཉིས་དམ་ཆིག་སེམས་དཔའ་དང་། རྒྱལ་བ་དོ་རྗེ་འཆང་ཡེ་ཤེས་སེམས་  
དཔའ་དང་། ཐུགས་ཀར་རྩྱུ་ཡིག་ལ་ཉིང་དེ་འཛིན་སེམས་དཔའ་བྱ་དགོས།  
སེམས་དཔའ་སུམ་བཅེགས་བསྐྱེམས་པ་འདི་ལ་ཐུགས་ཀྱི་ཟབ་གནད་བྱང་  
པར་ཅན་ཡོད་ཀྱང་འདིར་ཁྱེ་མི་སློབས། དེ་ལྟ་བུའི་ལྷ་མ་ཞབས་དོ་རྗེ་སྦྱིལ་  
ཀྱང་གིས་བཞུགས་པའི་ཕྱང་སོགས་བདེ་བ་ཤེགས་ལྷ་སོགས་སུ་བསྐྱེམས་  
པ་འདི་གསང་བ་འདུས་པའི་ལུས་དཀྱིལ་ཙ་རྒྱུད་དུ་མདོ་ཙམ་གསུངས་པ།  
བཤད་རྒྱུད་དོ་རྗེ་སྟེང་བར་རྒྱས་པར་བཀྲལ་བའི་མན་ངག་ཡིན།

དེ་བསྐྱེད་ཚུལ་རྒྱས་པར་ན་ཞལ་གསུམ་ཕྱག་དྲུག་པ་གསང་འདུས་  
ལུས་དཀྱིལ་ལྟར་དང་། དེ་ཙམ་སྟོས་མ་སྟོགས་ན་རྣལ་འབྱོར་གྱི་རྒྱུད་ལས་  
གསུངས་པ་ལྟར་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་སུ་གསལ་འདེབས། དེ་ཡང་སྦྱི་

གཙུག་ནས་སྐྱེ་མཆོམས་བར་སྒྲ་མའི་གཟུགས་ཕྱང་གི་ངོ་བོ་རྣམ་སྤྲང་། དེ་  
 རྣམ་མགིན་པའི་བར་འདུ་ཤེས་ཀྱི་ཕྱང་པོའི་ངོ་བོ་འོད་དཔག་མེད་སོགས་  
 ཕྱང་པོ་ལྷ་བདེ་གཤེགས་ལྷ་གོང་མ་གོང་མའི་བད་གདན་ལ་འོག་མ་འོག་  
 མའི་གཙུག་ཏྲར་རེག་ཅམ་གྱིས་སྐྱེ་ལུས་ཀྱི་དབུས་གཞུང་ཤིང་གི་ཚུལ་དུ་  
 བསྐྱེད། ཁམས་བཞི་ཡུམ་བཞི་དེ་དག་དང་ཞལ་སྤོང་གི་ཚུལ། མིག་སོགས་  
 སྐྱེ་མཆོད་བྱུག་གི་སྤྲང་། ཅ་རྒྱས་ཆོགས་རྣམས་བཅས་བསྒྲན་པའི་བརྒྱད་  
 ས་སྤྲང་སོགས་སེམས་དཔའ་བརྒྱད། ཅ་རྒྱས་ཀྱི་ངོ་བོ་བྱམས་པ་སྤྱི་གཙུག་  
 དང་། ཀུན་བཟང་ཆོགས་ཆེན་བརྒྱད་ལ་འགོད། གཟུགས་སོགས་ལྷ་དོ་རྩེ་  
 མ་ལྷར་བསྐྱེད་པ་ཆོག་ཟེན་ལ་མི་གསལ་ཡང་གསལ་འདུས་ལུས་དཀྱིལ་  
 ལྷར་རང་རང་གི་ཡབ་སེམས་དཔའ་སོ་སོ་དང་པན་ཚུན་འབྱུང་པའི་ཚུལ་དུ་  
 བསྐྱེད། བ་སྤྱད་པ་ཅོམ་ཞེས་པ་ནི་ཉན་རང་དག་ཅོམ་མིན་པར་ཐེག་ཆེན་  
 དག་ཅོམ་སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཉིད་དེ། དེ་ཡང་བ་སྤྱིའི་ཁྱང་བྱ་རེར་ཡང་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་རེ། ལ་ལར་བདུད་བརྟལ་བ་དང་། ལ་ལར་ཆོས་  
 འཁོར་བསྐྱོར་བ་སོགས་མཛད་པ་བཙུ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་པར་རོལ་པ་མཐའ་  
 ཡས་པར་བསམ་པ་ཞིང་ཁམས་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་ལ་སྤྲང་བའི་དོན་ཡིན། སྤྱན་  
 རས་གཟིགས་ཀྱི་རྒྱད་ཅིག་ཏུ་བ་སྤྱིའི་ཁྱང་བྱ་རེ་རེར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་  
 འདི་དང་འདི་ཞེས་བྱ་བར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་འདི་དང་འདི་ཞེས་བྱ་བ་  
 སོགས་གསུངས་པ་དེ་འདྲ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ལ་སྤྱར་དགོས། ཉི་མེ་  
 ཆོག་སྤོང་ཞེས་པ་མང་ཆོག་སྤོས་པ་ལས་གངས་རེས་ཅན་དུ་མཛད་པ་མིན།

ལག་པ་གཡས་ལ་དེའི་ངོ་བོ་གཤེན་ཇིག་ཤེད་སོགས་ཡན་ལག་བཅུར་ཁོ་བོ་  
བཅུ་བརྒྱེད། ཐུགས་ཀར་ལྟ་ལྟ་ཡོད་པ་འགོད་ཐུགས་ནི་ཆེ་བ་མི་བརྒྱེད་པ།  
དེའི་ཐུགས་ཀར་ཐུབ་དབང་། དེའི་ཐུགས་ཀར་དོ་ཇིག་ཇིག་འཆང་། མི་བརྒྱེད་པའི་  
མདུན་དུ་ཞལ་སྒྲོད་གྱི་ཚུལ་དུ་སྒྲ་མ་གྱི་མི་བརྒྱེད་པའི་སྐྱ་རྒྱ་བ་ཞལ་གཏད་  
ནས་འཇམ་དཔལ་བཅས་འགོད། སྐྱ་ལས་སྒྲོས་པའི་འོད་ཟེར་གྱི་སྒྲེར་ཕྱོགས་  
སྒྲོད་སོགས་སྐྱ་ལ་བ་སྒྲ་ཆོགས་སྒྲོ་ཞིང་། གཞོད་སྒྲིན་དང་། གསང་བ་བ་  
སོགས་སྟ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཞབས་འོག་དུ་གདན་གྱི་ཚུལ་དུ་ཡོད་པར་བསམ།  
འདི་དག་དམིགས་པ་གསལ་ཐེབས་མིན་ཇི་ལྟར་ཡང་ངེས་ངོར་སྒྲ་མའི་ཕྱང་  
ཁམས་སྐྱེ་མཆེད་སོགས་བདེ་གཤེགས་རིགས་ལྟ་ཡབ་ཡུམ་ཞི་ཁོ་སོགས་  
དངོས་ཡིན་སྟུང་པའི་ངེས་ཤེས་འདྲན་པ་གནད་ཆེ། དེ་རྣམས་གཙོ་བོ་གསལ་  
འདེབས་ཚུལ་ཡིན།

འཁོར་གསལ་འདེབས་ཚུལ་ལ་གཙོ་བོའི་ཐུགས་ཀ་ནས་འོང་བར་  
གཡས་ཕྱོགས་སུ་སྒྲོས་པ་ཅེ་མོ་རྒྱ་རྗེ་ཆེར་སོང་བའི་སྟངས་ཏུ་རྒྱ་ཆེན་སྒྲོང་  
བརྒྱད། གཡོན་ཏུ་དེ་བཞིན་ཏུ་བཟུང་མོ་ལྟ་བརྒྱད། མདུན་ཏུ་དེ་བཞིན་ཏུ་ཆོས་  
འབྲེལ་དངོས་ཐོབ་ཀྱི་སྒྲུལ། རྒྱ་བ་ཏུ་ཅུང་བདམས་བར་ཉམས་ལེན་གྱིན་  
སྐབས་བརྒྱད་བཅས་འགོད། འདིའི་ཉམས་ལེན་གྱིན་སྐབས་བརྒྱད་འགོད་  
ཐུགས་ལ་མན་ངག་གི་བཟུང་བའདུ་ཡོད། དེ་ཡང་ཡོངས་གྲགས་རྗེ་རྗེ་  
འཆང་། ཉི་ལོ། ལྷ་རོ། རྩི་ལ། རོ་བོ་སོགས་དང་། རྗེ་སྐུ་ཁང་པས་བཟུང་  
རྒྱས་ཀྱི་བརྒྱད་པ་ཉིད་ལ། སྒྲུལ་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་གྱིན་སྐབས་ཀྱི་རྒྱན་

མ་ཉམས་པར་ཡོད་པས། དེ་ལས་ལོགས་སུ་མི་དགོས་པར་བཞེད། མཁར་  
 རོ་སྒོ་བཟང་སྒོམ་ཚུང་གིས་གསང་བདེ་འཛིགས་གསུམ་གྱི་བརྒྱུད་པ་ལ་  
 བཞེད། རྗེ་དག་དབང་བྱམས་པ་དང་སྒྲ་མ་ཡོངས་འཛིན་རིན་པོ་ཆེ་གཉིས་  
 གྱིས་བཀའ་གདམས་ཐིག་ལེ་བཙུ་བྱུག་གི་བརྒྱུད་པ་དང་། དགའ་ལྡན་སྙན་  
 བརྒྱུད་གྱི་བརྒྱུད་པ་གཉིས་གཙོ་བོར་བཞེད། དེ་དག་དགྲུས་གཅིག་ཏུ་འགོད་  
 ཚུ་ལ་གྱི་མན་དག་ཟབ་གནད་བདག་གི་སྒྲ་མའི་ཞལ་ཤེས་སྙན་བརྒྱུད་གྱི་  
 མན་དག་བྱུང་པར་ཅན་དཔེ་མཁུད་མེད་པར་བྱུ་ན། དེ་ཡང་དབྱས་སུ་རྗོ་རྗོ་  
 འཆང་མ་གཏོགས་པ་རྗོ་བཙུན་འཇམ་དབྱངས་ནས་རང་གི་སྒྲ་མ་ལ་ཐུག་  
 གི་བར་འཇམ་དབྱངས་གྱི་རྣམ་པ་མཐོ་བཞེགས་དང་། དེའི་གཡས་སུ་པ་  
 རྒྱུད་གསང་འདུས་དང་། འཛིགས་བྱེད་གྱི་སྒྲ་བརྒྱུད་གཉིས་སོ་སོ་ནས་མཐོ་  
 བཞེགས། གཡོན་དུ་མ་རྒྱུད་བདེ་མཆོག་གི་སྒྲ་བརྒྱུད་དང་། ཐིག་ལེ་བཙུ་  
 བྱུག་གི་སྒྲ་བརྒྱུད་སོ་སོ་ནས་མཐོ་བཞེགས་རེ་བཅས་མཐོ་བཞེགས་ལྟར་  
 གསལ་འདེབས་པ་ཡིན། འདི་དང་ཕྱོགས་འབྲེ་རྗོ་ཤེས་རབ་རྒྱ་མཆོའི་གསུང་  
 ཟེན་དུ་འང་ཡོད། ད་དུང་མན་དག་གཞན་ཡང་ཡོད་པའི་ཤེས་བྱེད་བཀའ་  
 གདམས་སྒྲིགས་བཅ་དང་། དགའ་ཆེན་ནམ་མཁའ་རྗོ་རྗོ་ཤེས་གསུང་སྒྲ་མཆོད།  
 ཆེ་སྒྲིང་ཡོངས་འཛིན་རིན་པོ་ཆེའི་གསུང་སྒྲ་མཆོད་ཁྲིད་དང་། སྒྲ་བརྒྱུད་རྣམ་  
 ཐར། ལྟར་བྱས་པའི་རྗོ་ཤེས་རབ་རྒྱ་མཆོའི་གསུང་ཟེན་སོགས་ན་ཡོད་པས་  
 དེ་དག་གཟིགས་དགོས། བཀའ་གདམས་གསར་རྟོང་གི་སྒྲ་མ་འགོད་ལུགས་  
 ལའང་མན་དག་གི་བྱུང་པར་ཆེ་བ་ཞིག་ཡོད། དེ་ལྟར་སྒྲ་མ་རྣམས་གསལ་



བཏབ།

དེ་ནས་པད་རིམ་དང་པོའི་འདབ་མ་བཞིར་མདུན་དུ་གསང་བ་འདུས་པ་  
འཕགས་ལུགས་མི་བསྐྱོད་པ་ལྟ་སོ་གཉིས། གཡས་སུ་དོ་རྩེ་འཛིགས་བྱེད་  
ལྟ་བུ་གསུམ། གཡོན་དུ་འཁོར་ལོ་སྒྲིམ་པ་ལྟ་མི་བ་ལྟ་རེ་གཉིས། རྒྱབ་དུ་  
ཀྱི་དོར་ཐོད་པ་ཅན་ལྟ་དགུ་འགོད་པའམ། ཡང་ན་མན་ངག་ལྟར་གཡས་སུ་  
པ་རྒྱད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་གསང་བ་འདུས་པ། གཡོན་ན་མ་རྒྱད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་འཁོར་  
ལོ་བདེ་མཆོག། །མདུན་དུ་པ་རྒྱད་མ་རྒྱད་གཉིས་ཀའི་གནད་ཆང་བ་དོ་རྩེ་  
འཛིགས་བྱེད་རྣམས་གསལ་འདེབས་པའི་ལུགས་ཀྱང་ཡོད། གང་ལྟར་ཡང་  
སློས་སྟོགས་ན་རྟོན་དང་བརྟོན་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཡོངས་རྫོགས། དེ་ཅམ་མ་  
རྩས་ཀྱང་བརྟོན་པ་ལྟ་གཙོ་འཁོར་ཡོངས་རྫོགས། དེ་ཡང་མ་རྩས་ན་གཙོ་  
རྒྱུད་གསལ་བཏབ་ཀྱང་ཆོག། །དེ་ནས་པད་རིམ་གཉིས་པར་དུས་འཁོར་  
གཙོ་བོར་བྱས་པའི་སླ་མེད་ཀྱི་ཡི་དམ། གསུམ་པར་རྣལ་འབྱོར་རྒྱད། བཞི་  
པར་སྐྱོད་རྒྱད། ལྟ་པར་བྱ་རྒྱད་བཅས་ཀྱི་ལྟ་ཆོགས་དང་། དུག་པར་སངས་  
རྒྱས་མཆོག་གི་སྦྱལ་སྦྱུའི་རྣམ་པ་ཅན། བདུན་པར་བྱང་སེམས། བརྒྱད་  
པར་རང་རྒྱལ། དགུ་པར་ཉན་ཐོས། བཅུ་པར་དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ། བཅུ་  
གཅིག་པར་ཆོས་སྤང་རྣམས་གསལ་འདེབས། ཆོགས་ཞིང་དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
གནས་གསུམ་དུ་སྦྱི་བོར་སྦྱ་དོ་རྩེ་རྣམ་སྤང་གི་ངོ་བོ་ཨོ་དཀར་པོ་སོགས་དོ་  
རྩེ་གསུམ་ཀྱི་རང་བཞིན་ཀྱི་ཡི་གེ་འབྲུ་གསུམ་འགོད། འདོན་ཆར་མི་གསལ་  
ཡང་། ལྟེ་བར་རིན་འབྲུང་གི་ངོ་བོ་སྦྱ་སེར་པོ་དང་། གསང་གནས་སུ་དོན་

གྲུབ་ཀྱི་ངོ་བོ་རྣམས་ཀྱི་ཡང་འགོད་པར་གསུངས། རྟོ་རྩེ་གསུམ་ནི་སངས་  
 རྒྱལ་ཁོ་ན་ནི་བྱེད་ཆོས་ཡིན་པས་ཆོག་པ་ཞིང་གི་ཉན་རང་སོགས་ཀྱང་རྣམ་  
 པ་དེར་བསྟན་པ་ཅམ་མ་གཏོགས་ངོ་བོ་སངས་རྒྱལ་ཁོ་ན་དང་། དེ་ཡང་སྒྲ་མ་  
 ཁོ་ན་ནི་རྣམ་སྤྱུལ་དུ་ཤེས་དགོས། ཐམས་ཅད་སེམས་དཔའ་སུམ་བཅེགས་  
 སུ་བྱ་བའི་མན་ངག་ཀྱང་ཡོད།

དེ་ལྟར་ཆོག་པ་ཞིང་རྣམས་སྤང་ངོར་གསལ་ལེགས་པར་ཐེབས་པ་  
 དང་། མོས་ངོར་དེ་དང་དེ་དངོས་ཡིན་སྟམ་པ་དང་། དད་ངོར་ཡོན་གནས་  
 སྤྱུལ་དུ་བྱེད་བའི་འདུ་ཤེས་གསུམ་བསྐྱེད་དགོས་གསུངས། དེ་ལྟར་གསལ་  
 འདེབས་ཟེན་ནས་ཡེ་ཤེས་པ་སྤྱན་འཛེན་པ་ཡིན་ཅིང་། དེའང་སྤྱན་འཛེན་  
 དེས་པར་དགོས་པ་མིན་ཏེ། རང་གིས་མོས་པ་བྱས་པ་ཅམ་གྱིས་མཐུན་ན་  
 བཞུགས་ཏེ། མདོ་ལས། གང་གིས་མོས་པ་གཙོར་བྱས་ན། །དེ་ཡི་མཐུན་  
 ན་ཐུབ་པ་བཞུགས། །ཞེས་གསུངས། རང་རེས་ཚོད་པ་བྱེད་པའི་ཆེ་སངས་  
 རྒྱལ་ཆེད་མས་མ་དམིགས་པའི་ས་ཕྱོགས་མེད་ཅེས་སྒྲ་བ་དེ་འདིར་མན་  
 ཐོགས་དགོས་པ་ཡིན། སྤྱགས་ཀྱི་གནད་དང་སྤྱར་ནའང་འཆར་བདེ་བ་བྱུང་  
 འདུག་པ་རྣམས་སྤྱི་ཐུགས་ངོ་བོ་གཅིག་ཏུ་སོང་བས་མཐེན་པས་གར་བྱབ་  
 ཏུ་སྤྱི་ཐུགས་བྱེད་དགོས་པ་ནི། མཐེན་པའི་སྐད་ཅིག་གཅིག་གིས་ཀྱང་། །ཤེས་  
 བྱའི་དགྱིལ་འཁོར་ཀྱན་བྱེད་ཅན། །ཞེས་དང་། ཡེ་ཤེས་རི་སྟེང་བྱེད་ཀྱང་  
 པ། །སྤྱི་ཡིས་ཀྱང་ནི་དེ་སྟེང་བྱེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། རང་གི་མཐུན་གྱི་  
 གཞིར་ཡང་སངས་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཐེན་པས་བྱེད་པས་སྤྱི་ཐུགས་ཀྱང་བྱེད་

བ་ཡིན། དེས་ན་རང་གི་ལས་སྐྱབ་ཀྱིས་མ་མཐོང་བ་མ་གཏོགས་ཆོགས་ཞིང་  
གི་ལྟ་མོས་པས་གསལ་བཟབ་པ་ཅམ་གྱིས་མདུན་ན་བཞུགས་པ་ཐོགས་  
མེད་ཀྱིས་བྱམས་པ་དང་། ཅན་གོ་མིས་སྐྱུན་རས་གཟིགས་སྐྱབ་པའི་ལོ་  
རྒྱུས་ལྟར་རེད་གསུངས། དེ་ལྟར་བྱབ་པ་ལ་འབྱོན་བཞུགས་ཀྱི་ཚུལ་བ་མི་  
མངའ་བ་ནམ་མཁའི་ཁླ་བའི་གཟུགས་བརྟན་ཅུ་སྟོད་དུ་འཆར་བ་ལྟར་ཡིན་  
པས་ཆོགས་ཞིང་བསྐྱེད་མ་ཐག་ཏུ་མདུན་དུ་ཡོད་ཀྱང་། རང་ཅག་གིས་མི་  
མཐོང་བ། དཔེར་ན་ཅུ་མིག་དང་སྐྱ་མཁར་ལ་སྐྱ་བཅན་སོགས་གནས་ཀྱང་  
མི་མཐོང་བ་བཞིན་ནོ། །དངོས་སུ་ཡོད་པའི་འདུ་ཤེས་ཡོད་མེད་ཀྱིས་བྱིན་  
རྒྱབས་དང་། བསོད་ནམས་ཀྱང་དེའི་རྗེས་སུ་འབྱང་བ་ཡིན། དེས་ན་སྐྱབས་  
ཡུལ་མདུན་དུ་བཞུགས་བཞིན་པ་ལ་དེ་ལྟར་མེད་སྟམ་པའི་དོགས་པ་སེལ་  
བའི་ཕྱིར་རམ། མོས་པ་བརྟན་པའི་ཕྱིར་སྐྱུན་འདྲེན་པ་ཡིན། ངག་ཏུ་མ་ལུས་  
སེམས་ཅན་སོགས་བརྗོད་དེ་ཆོགས་ཞིང་རྣམས་མཁྱེན་བཅེ་རྒྱས་གསུམ་  
ཀྱི་ཡོན་ཏན་མངའ་བའི་སྟོན་སྒྲུབ། མ་ག་རྟ་བཟང་མོའི་གཏམ་རྒྱུད་ལྟར་རེ་རེས་  
ཀྱང་རྩ་འབྲུལ་གྱི་བཀོད་པ་མཐའ་ཡས་པས་བྱོན་བྱུང་སྟམ་པ་བྱེད། དེའི་ཆེ་  
ཆོགས་ཞིང་རྣམས་ཀྱི་བྱགས་ཀའི་ས་བོན་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་པས་ཕྱོགས་  
བཅུའི་སངས་རྒྱས་རེ་རེའི་བྱགས་ཀ་ནས་ཆོགས་ཞིང་ཆ་ཆང་རེ་སྐྱུན་  
བྱངས་ཏེ་ཆོགས་ཞིང་ཆ་ཆང་གཅིག་ཏུ་གྱུར། སྐར་ཡང་དེ་ལས་མང་པོ་སྟོས་  
ནས་ཆོགས་ཞིང་གི་ལྟ་རེ་རེར་ཆ་ཆང་རེ་ཐེམ་པས་རེ་རེ་ཡང་སྐྱབས་གནས་  
ཀྱན་འདུས་ཀྱི་ངོ་བོར་མོས། འདི་ལྟར་བྱེད་པ་རང་རེར་ཆོགས་ཞིང་ལ་བཟང་

ངན་གྱི་ནུམ་ཉོག་མི་འབྱུང་བ་དང་མ་འོངས་པ་ན་ལམ་དང་འབྲས་དུས་ཀྱི་ཉོན་  
འབྲེལ་ཞིག་ཡོད། དགྲུག་གཞུག་བཅིང་མཉེས་བྱེད་པ་སྒྲགས་ལྷགས་ཡིན།

དེ་ལྟར་ཟིན་པ་ན་ཁྱུས་གསོལ་བ་ནི།      ཆོགས་ཞིང་ལ་སྒྲིག་སྒྲིབ་དང་  
ནག་ཉོག་སོགས་དག་བྱ་མེད་ཀྱང་རི་སྐད་དུ།      ཆོས་ཀྱི་སྐྱེལ་དྲི་མ་མི་མངའ་  
ཡང་།      །སླི་ཁུ་བཀྱར་སྟེ་རིམ་གྱོའི་ཚུལ་ཙམ་དུ།      །ཞེས་སོགས་ལྟར་རང་གི་  
ལས་སྒྲིབ་སོགས་སྦྱོང་བྱེད་བྱེད།      ཁྱུས་ཁང་བསྐྱེད་ལྷགས་སྒྲ་ཆོགས་ཡོད་  
ཀྱང་།      འདྲིར་སྒྲ་མེད་དང་འབྲེལ་བས་བྱ་བཞི་སྟོ་བཞི་རྟ་བབས་དང་བཅས་  
པ།      ཐོག་གཞན་མེད་པ།      ནང་དུ་རིན་པོ་ཆེའི་ཀ་བ་བཞིའི་སྟེང་དུ་རྒྱ་ཕྱིབས་  
དང་དེའི་འོག་དུ་ཕྱ་ཉིག་གི་སྒྲ་བྲེས་བརྒྱན་པ།      དཀྱིལ་དུ་ཁྱུས་ཀྱི་རྫིང་བྱ་ཤེལ་  
ཀྱི་ས་གཞི་ལ་གསེར་གྱི་བྲེ་མ་བརྒྱལ་བ་དབྱས་ཅུང་མཐོ་ཞིང་མཐའ་དམའ་  
བ་དུས་སྤལ་གྱི་རྒྱབ་འདྲ་བ་ལ་སྒྲ་མེད་སྟེ་འགྲོ་ལྟར་ཤིང་སྟན་ནུམ་སེང་ཁྱི་  
ཆོགས་ཞིང་གི་གྲངས་མཉམ་བཞོད།      ཕྱོགས་གསུམ་ན་འབའ་སྟེགས་གསུམ་  
རེ་རེར་ཡང་ཐེམ་སྐྱས་བཞི་རེ་ཡོད་པ།      མཐའ་སྟོར་དུ་རིན་པོ་ཆེའི་སྟེགས་  
བྱ།      ན་བཟའ་འགོལ་གཞི་རིན་པོ་ཆེའི་གདང་།      ན་བཟའ་གསར་པ་འབྱལ་རྒྱ་  
དང་།      བུམ་པ་སོགས་བསྐྱེད།      ཁྱུས་ཆས་ཡོད་ན་ཁྱུས་གཞོང་དུ་ཁྱུས་རྫིང་  
མཆོན་བྱེད་བུམ་ཚུ་ཅུང་ཟད་སྒྲགས།      མེ་ལོང་ལ་བུམ་ཚུས་འབྲེད་དུ་རི་མོ་  
གཉིས་དང་།      བྱེན་དུ་རི་མོ་གཉིས་ཉེ་རེ་འུ་མིག་དགྲུ་འབྱུང་བ་བྲིས་པའི་  
དབྱས་དང་ཕྱོགས་བཞིར་བུམ་ཚུས་ཐེག་ལེ་རེ་བྱ།      དེ་ཡང་རེ་འུ་མིག་དགྲུ་  
ཁྱུས་ཁང་དང་།      ཐེག་ལེ་ལྷས་རྒྱལ་བ་རིགས་ལྷ་མཆོན།      བྲེས་པ་དེར།      ཞེས་

པའི་ཆོག་མཆམས་ནས་ཆོགས་ཞིང་རྣམས་ཁྱར་དེར་གྱིས་འཕྱར་བའམ།  
སྐས་གདངས་བཙུགས་པ་ནས་གཤེགས་པའི་མོས་པ་གང་རིགས་བྱེད། དེ་  
དག་ཕྱོན་ཟེན་ནས་རེ་རེའི་སྐྱ་མདུན་དུ་འདི་སྟགས་དང་འབྲེལ་བས་སྐྱས་  
དང་། བྱག་པ་དང་། ར་བཟའ་འབྲེལ་མཁན་གྱི་མཆོད་ལྟ་གསུམ་གསུམ་སྟོས།  
སྐྱས་གྱི་ཆེ་རྒྱུ་ནས་བཙུས་ཏེ་ཕྱལ་བས་བྱགས་རྒྱུད་ལ་བདེ་བ་ཆེན་པོ་  
འཁུངས་པའི་མོས་པ་བྱེད།

སྐྱས་ཟེན་ནས་ཕྱི་བའི་ཆོ། རབ་གནས་སྐབས་ཀྱི་སྐྱས་དར་གྱི་སྟགས་  
འགོད་ལྟགས་སྟར་བྱས་ཏེ་དབྱལ་མཁྱིན་བྱགས་ཀ་དབྱང་མགོ་གཉིས་  
བཅས་གནས་ལྟ་ལ་རེག་པས་རྒྱན་ཐམས་ཅད་སྐྱའི་གནས་སྟར་འདུས་ཏེ་དེ་  
དག་ཕྱི་བ་ཡིན་གྱི། རང་རེས་སྐྱས་བྱེད་པ་སྟར་མགོ་མཁུག་ཐམས་ཅད་དུ་ཕྱི་  
བ་དེ་འདྲ་མི་དགོས།

བྱག་པའི་ཆེ་མདོག་གསེར་སྟ་བྱ་དང་། འི་ཤིན་ཏུ་བཟང་པོ། རྒྱ་ནི་མར་  
མིན་པའི་བྱག་པ་འབྲེལ། དེ་ཟེན་ནས་ཞི་ཁོ་རབ་འབྲམས་སོ་སོའི་ཆ་ལྟགས་  
གྱི་ར་བཟའ་གསར་པ་རེ་ཕྱལ་བའི་མོས་པ་བྱེད། འབྲོམ་ལ་ནི་གཡི་སྟགས་གྱི་  
སྟོག་པ་ཕྱི་རས་སྟོན་པོ་ཅན་ལ་སྐྱེས་བྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་ཕྱིན་བྱག་ཏུ་བསྐྱས་  
ནས་སྟོན་པའི་མཆོན་བྱེད་དུ་སྐྱ་རགས་སྐྱ་སྐྱེད་ལ་ལན་བྱག་འཁོར་བ་ཞིག་  
འབྲེལ་བའི་མོས་པ་བྱས་ན་ཏེན་འབྲེལ་གྱི་གནད་ཤིན་ཏུ་ཆེ། དེ་རྗེས་སོ་སོའི་  
རྒྱན་དང་བྱག་མཆོན་ཡང་འབྲེལ། བདག་དང་འགྲོ་ལ་ཞེས་སོགས་གྱི་ཆེ་  
སྟར་ཡང་ད་གིན་འབྱོན་པའི་གནས་སོ་སོར་ཡར་གཤེགས་ཏེ་སྟར་བཞིན་

བཞུགས་པའི་མོས་པ་བྱེད། ར་བཟའ་རྩིང་པ་རྣམས་འདྲ་སེར་པོའི་རྣམ་པར་  
 རང་གི་སྒྲིན་མཆོམས་སུ་བསྟེན་པའམ། རིགས་དྲུག་སོ་སོའི་གཙུག་པོ་རེ་རེ་  
 འོང་སྟེ་རྟེན་སྒྲུལ་དུ་སྤྱེར་བར་བསམས་ནའང་ཆོག །ཁྱས་ཚུ་རྣམས་ཁྱས་རྩིང་  
 ལ་ཡུར་རྟ་དྲུག་ཡོད་པ་ནས་རིགས་དྲུག་སོ་སོའི་གནས་སུ་སོང་སྟེ། གཞན་  
 རྣམས་ལ་སོ་སོའི་སྒྲུག་བསྐྱེད་སེལ་བྱེད་དུ་གྱུར་སོང་སྟེ་པ་བྱེད། མི་  
 རྣམས་འདྲོད་པ་ཆེ་བས་མཁོ་སྤྱིའི་ཡོ་བྱད་དུ་གྱུར་པར་མོས་ཤིང་། ཁྱས་ཁང་  
 སོགས་མི་དམིགས་པར་བསམ།

བསགས་སྐྱེད་གི་གནད་བསྐྱེད་པ་ཡན་ལག་བདུན་པ་མཚན་དང་བཅས་པ་འབྲུལ་བ།

སྒྲོལ་ཆོས་ལྟ་པ་ནི། དགོ་བཤེས་དོལ་བས། ཞར་ལ་ཆོགས་གསོག་  
 པ་དང་སྒྲིབ་པ་སྒྲོང་། ལྟ་དང་སྒྲུ་མ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་ཤིང་རུས་ཤིང་  
 དང་བཅས་ཏེ་ནན་ཏན་གྱིས་བསམས་ན་ལོ་བརྒྱར་མི་སྐྱེ་སྐྱེ་པ་ཞིག་  
 གྲང་འདུས་བྱས་སོན་མི་སྟོད་པས་ཅི་ཞིག་ལྟར་ལ་སྐྱེ་བ་ཡིན། ཞེས་པ་  
 ལྟར་བསགས་སྐྱེད་གལ་ཆེ་ཞིང་། དེའི་གནད་བསྐྱེད་པ་ཡན་ལག་བདུན་  
 པ་མཚན་དང་བཅས་པ་འདི་ཐོག་མཐའ་ཀྱན་ཏུ་གལ་ཆེ། ཁ་ཅིག་གིས་འདི་  
 དགོ་སྒྲོལ་རྒྱ་ཆེན་པོ་མི་རྣམས་པས་བྱ་རྒྱའམ། དགོ་སྒྲོལ་གྱི་སྟོན་འགྲོ་ལྟ་བུ་  
 ལས་དངོས་གཞི་ལ་མི་མཁོ་སྐྱེ་དུ་མནངས་ཚུང་བྱེད་པ་འོང་སྟེ་གྲང་། དེ་  
 འདྲ་མིན། ཡན་ལག་བདུན་པོ་འདིའི་སྟོན་པ་ཆོགས་ཀྱི་ཞིང་མཆོག་སྒྲུ་མ་



རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་དང་བཅས་པ་ལ་ཚོགས་གསོག་པ་དང་སྐྱེ་བ་པ་སྦྱོང་ཚུལ་འདི་  
ལས་ལྷག་པ་མདོ་དང་རྒྱུད་སྡེ་གང་ནའང་མེད། སྤྲུལ་པ་གྱི་སྤྲུལ་སྤྱུང་  
ཡན་ལག་བདུན་པ་འདི་གལ་ཆེ་སྟེ། རྒྱུད་སྡེ་བཞི་ཀ་ནས་བདུན་རྒྱུ་དག་  
བྱ་བར་གསུངས་ཤིང་། སྤྲུལ་པ་གྱི་བསྐྱེད་རིམ་རྒྱུ་ཡང་ཚོགས་ཞིང་  
ལ་བྱག་མཚོད་སོགས་ཡན་ལག་བདུན་གྱི་སྒོ་ནས་ཚོགས་བསགས་སྐྱེ་བ་  
སྦྱང་བྱ་དགོས་པར་གསུངས། འཇམ་མགོན་ཙཱ་བ་ཆེན་པོས་གྲུང་འོལ་  
དགར་བསགས་སྦྱང་མཛད་པས་ཉམས་ཉེག་སྤྲུལ་བྱེད་པར་ཅན་འབྱུངས་པ་  
ལྟར་རྒྱུད་སྡེ་ན་ཉོག་སྤྲུལ་པ་སྤྱུང་བྱ་སྤྱེ་བ་སོགས་དང་། ས་ཆེན་པོ་ལ་གནས་  
པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྒྱུ་ཡང་གྲུང་བསགས་སྦྱང་ལ་གཙོ་བོར་འབད་  
བ་ཡིན་ཏེ། ས་དང་པོ་ལ་གནས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྤྱུ་ལུས་བརྒྱུ་སྤྱུ་  
ནས་སངས་རྒྱུ་གྱི་ཞིང་བརྒྱུ་ལ་བྱིན་ཏེ་མཚོད་པ་འབྱུལ་ཞིང་། དེ་བཞིན་  
ས་གཉིས་པ་སོགས་ནས་སངས་མ་རྒྱུ་བར་དུ་ལུས་རིམ་བཞིན་མང་པོར་  
སྤྱུ་ལ་ཏེ་མཚོད་པ་ཇི་རྒྱུ་ཇི་མང་ལ་བཏང་བར་མཛད་ན། རང་རེས་སློབ་སྤྱུ་  
མེད་ཚུལ་སོགས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས། དེས་ན་ཚོས་སྦྱོང་ཡན་ལག་བདུན་པ་  
འདི་ནི་མདོ་སྤྲུལ་གཉིས་ཀར་བསགས་སྦྱང་གི་འགག་སྒྲུལ་ཆེན་པོ་ཞིག་  
སྟེ། དཔེར་ན། སྦྱོན་སྦྱོན་པ་རྒྱག་བརྟེན་རུང་དང་། ཡོན་ཏན་སྦྱོན་པ་ཤིང་ཏོག་  
ལོངས་སྦྱོང་རུང་ལྟར་ཡིན། དམ་པ་གོང་མའི་མན་ངག་ལས། ཚོགས་གསོག་  
མེད་ན་རྒྱན་མེད་ས་བོན་འདྲ། །ཞེས་པ་ལྟར་ཡན་ལག་བདུན་པའི་སྒོ་ནས་  
བསགས་སྦྱང་ལ་རེས་པར་འབད་ནས་ལམ་གྱི་དམིགས་རྒྱུ་སྦྱོང་དགོས་ཀྱི།

ལམ་ལྟར་སྒྲུང་རེ་ཉམས་ལེན་གྱི་དཔེ་མི་འོང་གསུངས། ཡན་ལག་བདུན་  
ཞེས་པ་དཔེར་ན། འབྲུལ་གྱི་ཡན་ལག་བདུན་དང་ལྡན་པའི་ཤིང་རྟ་དེ་ཡན་  
ལག་གཅིག་མ་ཆང་བ་ན་མི་འགྲོ་བ་བཞིན། འདིར་ཡང་ཡན་ལག་གཅིག་མ་  
ཆང་ན་བསགས་སྒྲུང་གནད་དུ་མི་འགྲོ་བ་ཡིན།

དེ་ལྟར་ཡན་ལག་བདུན་ལས། དང་པོ་ཕྱག་ལ་ལུས་ངག་ཡིད་གྱི་ཕྱག་  
གསུམ་ཡོད་པ། ཇི་སྟེང་སྒྲུ་དག་ཅེས་སོགས་གྱིས་རིམ་བཞིན་བསྟན། བྱིད་  
ཡིག་རྣམས་ནས་གསུངས་པའི་ལུས་རེ་རེ་ལ་མགོ་དཔག་མེད་སོགས་  
འཆར་མ་བདེ་ན། ཐོག་མེད་ནས་སྒྲུངས་པའི་ལུས་དཔག་མེད་ཡོད་པ་རྣམས་  
མིའི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་སྒྲོས་སྒྲུངས་པས་ཆོག །རྟུལ་གཅིག་སྟེང་ན་རྟུལ་སྟེང་  
སངས་རྒྱས་རྣམས། །ཞེས་པ་རྟུལ་ཕྱ་མོ་གཅིག་གི་སྟེང་དུ་སངས་རྒྱས་ཇི་  
སྟེང་ཡོད་པ་བཞུགས་ཀྱས་པའི་དོན་ཏེ། དཔེར་ན། རྣམ་རྟོག་གཅིག་གི་སྟེང་  
དུ་མི་བརྒྱ་ཐམས་པའི་མིག་ཤེས་གྱིས་དུས་གཅིག་དུ་བཞུས་ན་མི་བརྒྱའི་མིག་  
ཤེས་བརྒྱ། རྣམ་རྟོག་གཅིག་གི་སྟེང་དུ་འཇུག་ཀྱས་པ་བཞིན་དུ་སངས་རྒྱས་  
ཐམས་ཅད་གྱི་ཡེ་ཤེས་རྟུལ་གཅིག་གི་སྟེང་དུ་འཇུག་ཀྱས། རྟུལ་གཅིག་གི་  
སྟེང་དུ་ཡེ་ཤེས་ཇི་ཅམ་ཞུགས་པ་དེ་ཅམ་གྱི་གཟུགས་སྐྱ་ཡང་འཇུག་པ་བྱང་  
འཇུག་པའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་རྒྱང་སེམས་འཇུག་པ་གཅིག་པའི་  
གནད་གྱིས་ཡིན། ཆོགས་ཞིང་ལ་གྱས་པས་མུ་བ་མོ་བསྐྱེད་བ་ཚུན་ཡང་  
ལུས་གྱི་ཕྱག་ཡིན། དེ་ལ་རྣམ་གངས་འགའ་ཤས་ཡོད་པ་ལས། བསྐྱེད་ཕྱག་  
ནི། ཡན་ལག་ལྔ་ས་ལ་རེག་པ་དང་། བརྒྱུད་ཕྱག་ནི་ལུས་ཐམས་ཅད་ས་ལ་

པབ་པ་ལ་ཟེར། བརྒྱུད་ཕྱག་གི་ཁུངས་སྒྲོང་པོ་བཀོད་པའི་མདོ་ལས། གཞོན་  
རུ་ནོར་བཟང་གིས་ཤིང་སྒྲོང་པོ་ས་ལ་འབྱེལ་བ་བཞིན་དུ་ལུས་ཐམས་ཅད་  
ས་ལ་པབ་སྟེ་ཕྱག་འཆའ་བ་ལ་སྟོས། ཞེས་པ་དེ་ཡིན། ཕྱག་འཆའ་བའི་པན་  
ཡོན་ཡང་། ལས་རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་མདོ་ལས། གཟུགས་བཟང་ཞིང་གསེར་གྱི་ཁ་  
དོག་ལྟ་བུར་འབྱུར་བ་སོགས་པན་ཡོན་བཅུ་གསུངས་པ་དང་། གཞོན་ཡང་  
མདོ་སྟེ་ལས། ལུས་ཀྱིས་ངེ་ཅམ་ནོན་པའི་སའི་རྩལ་གངས་ཀྱི་འཁོར་ལོས་  
བསྐྱར་བ་སྒྲོང་འབྱུར་རེའི་བསོད་ནམས་འཐོབ་པར་གསུངས། བརྒྱུད་ཕྱག་  
འདི་རྒྱུད་ནས་ཀྱང་བཤད་ཅིང་། བཅ་ཆེན་རྣམས་ཀྱང་ཕྱག་བཞེས་སུ་  
མཛད། པན་ཡོན་ལ་ཡིད་ཆེས་ན་གཟུགས་དང་རྐང་ལག་ཀྱང་འདི་ལས་རིང་  
ཅམ་ཡོད་ན་སྟམ་པ་འབྱུང་ཞེས་ཕྱར་སྟོག་དག་དབང་བྱམས་པས་གསུངས་  
ཚུལ། ཐལ་མོ་བཅར་ལེབ་ནི་ལུ་སྟེགས་པའི་ལུགས་ཡིན་པས་རང་རེས་དེ་  
མི་བྱ་བར་ཐལ་མོ་ཁོང་སྒྲོང་མཐེ་བོང་ནང་དུ་བཅུག་པའི་ནོར་བུའི་དབྱིབས་  
ལྟ་བུ་བྱེད། དེ་སྤྱི་བོར་བཞག་པས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གཙུག་ཏོར་དང་། སྤྲིན་  
མཆམས་སུ་བཞག་པས་མཛོད་སྟུ། མགྱིན་པར་བཞག་པས་གསུང་དབྱངས་  
ཡན་ལག་དུག་ཅུ། སྒྲིང་གར་བཞག་པས་ཐུགས་འབྱུང་པའི་རྒྱས་པ་འཛོག་  
ཅིང་། འདིས་བསགས་སྤྱང་གཉིས་ཀ་འབྱུང་བས་ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་གྱི་  
སྤྲིག་སྤྲིབ་འདག ། ལུས་ས་ལ་པབ་པ་དང་ལྡང་བའི་སྐབས་མཇུ་བ་མོ་བསྐྱམ་  
ན་དུད་འགོ་མིག་ལྷུ་ལྟ་བུ་སྤྱི་བའི་རྒྱ་བྱེད་པར་གསུངས་པས་སོར་མོ་རྣམས་  
གཤེབ་སྟེ་ས་ལ་བཀྱམ་པ་ལས་ཁུ་ཚུར་མི་བྱ། དེས་ཕྱག་ཞབས་ཀྱི་སོར་མོ་

བ་བས་འབྲེལ་བ་འབྱུག། ལག་པ་དང་དབྱེལ་བ་ས་ལ་གཏུག། །ཡར་ལྡང་བའི་  
སྐབས་འཁོར་བ་ལས་སྐྱར་དུ་ལྡང་བའི་རྟོན་འབྲེལ་གྱི་གནད་ཡོད་པས་ཡར་  
སྐྱར་དུ་ལྡང་བ་མ་འབྱུག་པ་ལྟར་དགོས། ཡར་སྐྱར་དུ་མ་ལྡང་བར་ཉལ་བ་  
ལྟར་བྱས་ན། ལྟོ་འབྲེལ་སོགས་བྱང་འགྲོའི་རིགས་སུ་སྐྱེ་བས་ངལ་བསོ་དང་  
སྒྲགས་ནས་མགོ་གཏུགས་ཏེ་འདུག་པ་མི་བྱ། ཕྱག་སྒྲ་ཕྱིའི་བར་དུ་ལུས་  
ལེགས་པར་མ་བསྐྱངས་པར་སྐྱར་ཙམ་སྐྱར་ཙམ་བྱས་ན་དུད་འགྲོ་ལྟ་བུ་སྐྱར་  
པོར་སྐྱེ་བས་ལུས་ལེགས་པར་བསྐྱང། ཆོགས་གསོག་པའི་ཕྱིར་ཕྱག་རེ་རེ་  
ནས་ཚུལ་མ་ཐུན་འཆལ་བ་ལས། བྱངས་གང་མང་ཆེད་དུ་མགྲོགས་ཆོས་  
མི་བྱེད། རྗེའི་བཀའ་སློལ་ལ་སློན་འགྲོ་འབྲུམ་སོགས་བྱངས་ལ་གཙོ་བོར་མི་  
མཛད་པས་བྱངས་མང་པོ་མ་བྱུང་ཡང་སྐྱས་ལེགས་པ་ཞིག་བྱ། འགའ་ཞིག་  
སློན་འགྲོ་བཏང་བ་ཡིན་ཟེར་ནས། ཕྱག་འབྲུམ་བཏང་བའི་ཆེ་ལས་སྐྱ་ཆོས་  
ཆེན་པོ་བྱེད་པ་དེ་འདྲ་མི་རུང་། སངས་མ་རྒྱས་ཀྱི་བར་ཆོགས་བསགས་  
སྐྱིབ་སྐྱར་དགོས་པས་རང་རེ་ལས་དང་པོ་བས་མི་ཆེ་རྗེལ་པོར་བསགས་  
སྐྱར་ལ་འབད་དགོས། སྒྲོམ་དང་བསགས་སྐྱར་རྣམས་ལས་བསགས་སྐྱར་  
གཙོ་ཆེ། སློན་འགྲོ་བཏང་ཟེན་ཞེས་ཟེར་ནས་སྒྲོ་བདེ་འབོལ་གྱིས་སོས་དལ་  
དུ་བསྐྱད་པས་གར་ཡང་མི་སྒྲེག། ཆོགས་བསགས་སྐྱིབ་སྐྱར་བྱུང་ན་འབྲུམ་  
མི་ཡོང་བའི་ངལ་བ་དང་སེམས་ཁུལ་བྱ་མི་དགོས་པ་སྐྱར་མཆམས་པ་བཞི་  
ལས་གཅིག་གིས་བྱངས་མ་ཡོངས་པ་ན། གཞན་གསུམ་གྱི་དེ་ལ་བྱངས་རྗེ་  
ཙམ་སོང་རྗེས་པས། ཁོང་གིས་བྱེད་ཅག་བྱངས་གཙོ་བོར་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་

དམ་ཟེར་བའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་ཡིན། དེ་ཡང་རབ་ན་འཆལ་ཚུལ་བཟང་ལ་གྲངས་  
མང་བ་ཞིག་དགོས། གྲངས་བཅི་བ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་གི་དགོ་བ་འོང་ཆེད་ཡིན།  
སྒྲིར་ན་ཕྱག་ཅེས་པ་ཞར་དང་ཞོར་ལ་བྱེད་དུ་ཡོད་དེ། ལམ་དུ་འགོ་བའི་ཆེ་སྒྲི  
ག་སྐྱུང་ཕྱག་ས་རྟེན་སོགས་མཐོང་ན། གྲུས་ཚུལ་གྱིས་ཐལ་མོ་སྒྲིར་བ་ཚུན་  
ཆད་ཕྱག་བྱས་པར་འགོ། ཉམས་ལེན་བྱེད་ཤེས་པ་ཞིག་ཡིན་ན། ལུས་གྱིས་  
གཡོ་འགྲུལ་བྱས་སོ་ཅོག་ཆོས་སུ་འགོ་བ་ཞིག་བྱ་རྒྱུ་ཡོད་གསུངས།

གཉིས་པ་མཆོད་པའི་ཡན་ལག་ནི། མེ་ཏྲོག་དམ་པ་ཞེས་སོགས་ཏེ།  
དཔེར་ན། དེད་ཆོའི་ལོ་ཏྲོག་བཟང་པོ་སྒྲི་བའི་ཞིང་དེ་ལ་ས་བོན་མ་བཏབ་  
པར་ལོ་གཅིག་ལུས་ན་ཤིན་ཏུ་སངས་པར་བཅི་ཡང་དེ་ལ་དེ་ཅམ་སངས་རྒྱ་  
མེད། ཆོགས་ཀྱི་ཞིང་ལ་བསོད་ནམས་བསགས་རྒྱ་མ་བྱུང་ན་སྒྲི་མ་དེ་བས་  
བརྒྱ་འགྲུར་སྟོང་འགྲུར་གྱིས་སངས་པ་ཡིན། དམའ་མཐར་སྒྲི་མ་དོན་གཉིར་  
གྱི་བསམ་པ་ཅམ་གྱིས་མ་བེན་ན་དགོ་ཅ་གང་བསགས་ཐམས་ཅད་ཆོས་སུ་  
མི་འགོ་ཡང་། དེ་ལྟར་འགོ་བ་གཅིག་ཡོད་དེ། སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ཞིང་ལ་ཕྱག་  
མཆོད་སོགས་གྱིས་བསོད་ནམས་བསགས་ན་སྒྲི་བ་སྒྲི་མ་བསམ་པའི་ཀྱན་  
སྟོང་ཅམ་མེད་ཀྱང་སངས་རྒྱུས་འཐོབ་པའི་རྒྱར་ངེས་པར་འགོ། དེ་ལྟར་  
སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ཞིང་ལ་མཆོད་པ་སྤུལ་བ་སོགས་ལ་བསམ་པ་ཀྱན་སྟོང་ངན་  
བསམ་བེན་ཀྱང་སངས་རྒྱུས་འཐོབ་པའི་རྒྱར་འགོ་བའི་རྒྱ་མཆོན་ནི། འདི་ལ་  
ཞིང་གི་མཐུས་དམིགས་བསལ་གྱི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་ཡིན། དཔེར་ན་ཞིང་  
བཟང་པོར་ས་བོན་བཏབ་ཚུལ་མ་ལེགས་ཀྱང་འབྲས་བུ་ངེས་པར་འབྱུང་

བ་བཞིན་ནོ། །སྒྲོལ་ཞེས་པའི་ཕྱེ་གྲུ་ནི་སྒྲོལ་ལ་སོགས་པ་དེ་ཞེས་པོ་རྣམས་  
བཀོལ་བའི་ཁུ་བ་རྣམས་བྱུགས་པའོ། །མེ་ཏྲོག་དམ་པ་སོགས་སྒྲ་ན་ཡོད་པའི་  
མཆོད་པ་སྟེ། བཀོད་པ་བྱུང་པར་འཕགས་པ་སོགས་མཆོད་པ་སྒྲ་མ་གྱུན་  
ལ་སྒྲོལ་དགོས། བདུག་སྒྲོལ་སྒྲ་གཅིག་པ་ནི་ཅན་གྱི་དེ་ལྟ་བུའོ། །ཕྱེ་མ་ནི་  
ཅན་ལ་སོགས་པའི་དེ་བཟང་གི་ཕྱེ་མ་དང་། སྒྲ་མ་ནི་བདུག་སྒྲོལ་གྱི་ཕྱེ་  
མ་སྒྲུངས་པའོ། །ལྷགས་གཅིག་ལ། ཕྱེ་མ་ནི་དེ་བཟང་གི་ཕྱེ་མ་དང་། སྒྲ་  
མ་ནི་རས་གྱི་ཁུག་མ་ལྟ་བུར་དེ་བཟང་པོ་འབྲུལ་བའི་ཕྱེ་མ་སྒྲུགས་པ་སྒྲ་རེར་  
བཏགས་ཏེ་རྒྱུང་གིས་བསྐྱོད་ཆེ་བསྒྲུང་ཞེས་པོ་འབྲུལ་བའོ། །བཟང་སྐྱོད་  
ལས་གསྒྲུངས་པའི་མཆོད་པ་རྣམས་པ་བདུན་ནི། མེ་ཏྲོག་དམ་པ་སོགས་བདུན་  
ནོ།

སངས་རྒྱས་དང་བྱང་སེམས་རྣམས་ཀྱིས་བྱུགས་བསྐྱེད་དང་སྒྲོན་  
ལམ་གྱིས་བཟང་དགྲུར་སྒྲུལ་པ་ནི་སྒྲ་ན་མེད་པའི་མཆོད་པ་སྟེ། འདི་རང་  
ཅག་གིས་འབྲུལ་མི་རྒྱས་མོད། འོན་ཀྱང་རང་རེས་འབྲུལ་རྒྱ་ཞིག་མཆིས་  
ཏེ། སྒྲོ་གྲོས་རྒྱ་མཆོས་ཞུས་པའི་མདོ་ལས་གསྒྲུངས་པ་དམ་པའི་ཆོས་འཛིན་  
པ་དང་། བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་གཉིས། སྒྲིང་རྩེ་བད་དཀར་  
ལས་གསྒྲུངས་པའི་ཐོས་དོན་སྒྲུབ་པ་ལ་གཞིལ་བ་དང་གསུམ། སྒྲ་མའི་མན་  
ངག་གིས་ཁ་བསྐྱངས་པ་དགེ་ཅ་མཆོད་རྩས་སུ་བསྒྱུར་ནས་སྒྲུལ་བ་སྟེ། སྒྲ་  
ན་མེད་པའི་མཆོད་པ་བཞི་གསྒྲུངས་པ་ལས། བྱང་ཏྲོགས་ཀྱི་ཆོས་འཛིན་པ་  
ནས། ཐ་ན་གསྒྲུངས་ཆིག་གཅིག་འཛིན་པ་ཚུན་ཆད་དམ་ཆོས་འཛིན་པ་འཕམ་



སློབ་མེད་པའི་མཆོད་པ་ཡིན། ཐོས་དོན་སྐྱབ་པ་ལ་གཞིལ་བ་ནི། གང་ཐོས་  
ཞིང་བཟུང་བའི་དོན་ལག་ལེན་དུ་འགོལ་བ་སྐྱུན་སྡེ་བས་འདུལ་བའི་དཔེ་  
གཟིགས་པས་ཀོ་ལྷགས་དོར་བའི་དཔེ་ལྟར་དགོས། ཉམས་ལེན་གྱི་འགོ་  
འཛུགས་གཟུང་ཆེས་བཟང་པོ་སོགས་བསྐྱིག་འདོད་ན་མ་ཞི་བར་དུ་མི་  
འགྲིག་གསུངས། ཐ་ན་གྱི་དོར་བྱེད་ལུགས་ཤེས་ནས་ལག་ལེན་བྱེད་པ་ཚུན་  
སྐྱབ་པའི་མཆོད་པ་ཡིན་པས། གཞུང་ཆེན་མོར་སློབ་གཉེར་གནང་བ་ཆོས་  
ཀྱང་ཐོས་དོན་ལག་ཏུ་སྒྲངས་ཏེ་སྐྱབ་པ་ཉམས་ལེན་ལ་གཞིལ་བ་མ་གཏོགས།  
བུ་སྟོན་རིན་པོ་ཆེས། རང་ཉིད་རྒྱལ་འདོད་གཞན་དག་དམའ་དབབ་འདོད།  
།གཡོ་སྐྱུའི་སྦྱོད་པ་ཆིག་རྩ་བ་ངན་སེམས་ཅན། །ངག་འབྲལ་སྒྲ་ཆོགས་སྒྲ་  
ཞིང་གཞན་རྒྱུད་བསྐྱེག་། དེ་འདྲའི་ཚུད་པ་དེ་ཡང་དཔྱལ་བའི་རྒྱ། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་མ་སོང་བ་དགོས།

དགེ་ཙམ་མཆོད་རྫས་སུ་བསྐྱར་བ་ནི། རྣམ་དག་ཁྲིམས་ཀྱི་ཚུ་གཉེར་ཆེན་  
པོའི་དབུས། །ཞེས་སོགས་དང་། ཐོས་པ་རྒྱ་མཆོའི་མཆོད་ཡོན་ཀྱན་ནས་  
འབྲེལ། །ཞེས་སོགས་ལྟར་ཐོས་སོགས་ཀྱི་དགེ་བ་མཆོད་རྫས་ཀྱི་གཟུགས་  
སུ་བཀོད་པ་སྟེ། སློབ་མཆོད་སྐྱབས། དངོས་བཤམས་ཡིད་སྦྱུལ་ཡིད་བཞིན་  
རྒྱ་མཆོའི་དོགས། །སོགས་ཀྱང་དགེ་ཙམ་རྣམས་དགའ་ཚལ་གྱི་གཟུགས་སུ་  
བཀོད་དེ་འབྲལ་བ་ཡིན། བྱང་ཚུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི། སེམས་  
བསྐྱེད་ནས་དེ་ཉིད་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་ལ་མཉེས་ཕྱིར་འབྲལ་བ་སྟེ། དེ་བཞི་  
ཀ་ཡང་སློབ་མེད་པའི་མཆོད་པ་ཡིན་པས་འདི་འབྲལ་དུ་ཡོད། འདི་ལས་

སྒྲུག་པའི་མཆོད་པ་ཞིག་མེད་པས་རང་ཅག་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱིས་མེད་  
བཞིན་ལོག་འཆོ་མི་སྐྱབ་པར། ཡོད་བཞིན་པ་འདི་ཁོ་ན་ལ་བཙོན་ཏེ་སྐྱབ་པའི་  
མཆོད་པ་གཙོ་བོར་འབྱུང་དགོས། གཞན་ཡང་གོ་ལུང་པའི་བསྟན་རིམ་ལས།  
སྐྱེ་དང་མཆོད་ཏེན་མངོན་སུམ་མངོན་སུམ་མིན། །བྱས་དང་བྱེད་འཇུག་ཉིད་  
བཀྱར་རྒྱ་ཆེན་དང་། །ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་སྐྱབ་པའི་མཆོད་པ་བཅུ། །ཞེས་  
པ་རྣམས་ཀྱང་འབྱུང་དགོས་གསུངས།

འདི་མཆོམས་མཆུལ་འབྱུང་བ་འདི་བདེ་སྦྱར་དང་། འཇམ་དཔལ་ཞལ་  
ལུང་མི་འབྲ་ཞིང་། བདེ་སྦྱར་ལ་སྒྲོན་དུ་མཆོད་པ་སྤུལ་ནས་དེ་རྗེས་མཆུལ་  
འབྱུང་། ཞལ་ལུང་སྐབས་སྒྲ་མ་སོགས་ལ་འབྱུང་བ་འབྱུང་བའི་ཕྱག་ལེན་  
བཞིན་སྒྲོན་ལ་མཆུལ་སྤུལ་ནས་རྗེས་སུ་མཆོད་པ་འབྱུང་བ་ཡིན་གསུངས།  
མཆུལ་ཞེས་པ་བོད་སྐད་དུ་དགྱིལ་འཁོར་ཞེས་བྲ། དེ་ཡང་དགྱིལ་སྙིང་པོ་  
དང་། འཁོར་ལེན་པ་ལ་འཇུག་པས་སྙིང་པོ་ལེན་པ་ལ་ཟེར་ཏེ། གོ་རྒྱ་ཆེན་པོ་  
ཞིག་ཡོད། མཆུལ་གྱི་དབྱིབས་ལ་ལས་མཐུན་བྱ་བཞི་སོགས་བྱེད་དུ་བྱང་།  
ཁ་ཤས་ཀྱིས་ནང་གི་མཉམ་གཞག་ལས་ཕྱི་འཆོད་པ་གཙོ་མི་ཆེ་ཟེར་  
ཡང་། སྒྲགས་ཀྱི་སྐབས་ལྷ་བཅུ་པ་ལས། དགྱིལ་འཁོར་མེ་ཏོག་བཅས་ཐལ་  
མོས། །སྒྲོན་པ་སྒྲ་མ་བསྟེན་བཀྱར་ཞིང་། །ཞེས་དང་། རྣལ་འབྱོར་དབང་ཕྱག་  
དཔལ་ལྡན་དགོན་པ་བ་ཉིན་གཅིག་ཏིང་ངེ་འཛིན་ལ་འབྱམས་ནས་མཆུལ་  
འབྱུང་རྒྱ་ལུས་ཏེ་རྒྱལ་སྤང་ངེར་ཡོད་པའི་སྐབས་འབྲོམ་རིན་པོ་ཆེ་ཐེབས་  
ཏེ། ཁྱོད་མཆུལ་མི་འབྱུང་བ་ཅི་ཡིན་གསུང་། ནང་དུ་ཨན་ཅིག་བསམས་པས་

གཡོངས་འཛེལ་ཁྱུས་པས། འབྲོམ་གྱི་ཞལ་ནས། ཁྱོད་ཅི་ཟེར། ཁྱོད་ལས་ཨ་  
ཏི་ཤ་སྒྲོམ་བཟང་སྟེ་མཁྲལ་ཉིན་རེར་དུས་གསུམ་དུ་འབྲལ་བར་མཛད་ཅེས་  
བཀའ་བཀྲོན། རྣལ་འབྱོར་པས་དེ་ནས་བཟུང་མཁྲལ་འབྲལ་བ་ལ་ལྷག་པར་  
དུ་བཙོན་པས་ཉོགས་པ་འབྱུངས་ཚུལ། མཁྲལ་གྱི་རྒྱ་ནི་འབྱོར་ན་གསེར་  
དབྱལ་བཅས་སོགས་དང་། མ་བྱུང་ན་དོ་གཡམ་གྱི་མོ་ཤིང་གིས་ཀྱང་རུང་།  
འོལ་དགའ་ལ་ཡོད་པའི་རྗེའི་མཁྲལ་ཡང་དོ་ཡིན། ཆོམ་བྱུང་རབ་རིན་པོ་  
ཆེ་དང་། འབྲུ་སྒྲན། དེ་མིན་དེུ་དང་། གྲེ་མ་སོགས་ཀྱིས་རུང་ཡང་། འབྱོར་  
ན་གང་བཟང་བ་ཕྱལ་བས་ཆོགས་རྫོགས་ཆ་བས་ཆེ། ཆེ་ཆུང་ནི་གང་ཆེ་ཆེ་  
ཞིག་སྟེ། མ་མཐའ་རང་གི་ཁ་པོར་ལས་མ་ཆུང་བ་དགོས། མཁྲལ་ལ་མ་མཐའ་  
པོ་རེ་དང་། ལྷ་བ་རེ་རེ་ནས་ངེས་པར་བ་བྱུང་དང་། ཇི་བཟང་གི་ཆུ་མུ་བ་  
མོའི་རྩེས་ཐིགས་པ་གཅིག་ལྷངས་ཏེ་མཐེ་བོང་དབྱུས་སུ་བཞག་སྟེ་མུ་བ་  
མོས་མཐའ་ནས་བསྐྱོར། ཡང་མཐེ་བོང་གིས་ལྷངས་ཏེ་མུ་བ་མོ་མཁྲལ་གྱི་  
དབྱུས་སུ་བཞག་སྟེ་མཐེ་བོང་གིས་མཐའ་ནས་བསྐྱོར་དགོས། འབྲལ་ཚུལ་  
ལག་གཡོན་པས་འབྲུ་བཅས་མཁྲལ་བཟུང་སྟེ། གཡམ་པའི་ལག་རར་གྱིས་  
ཕྱིར་ལན་མང་དུ་ཕྱི་སྐབས་སྒྲིག་སྒྲིབ་ཕྱི་བའི་མོས་པ་དང་། ཆུར་ལན་གསུམ་  
ཕྱི་བའི་ཆེ་སྐྱ་གསུང་བྲགས་ཀྱི་ཕྱིན་ལྷབས་ཐོབ་པའི་མོས་པ་བྱེད།

ཆོམ་བྱུ་འགོད་ཚུལ་ཕྱག་ལེན་ལྟར་ལ། ཤར་འབྲལ་ཡུལ་ལ་བསྟན་  
པ་དང་། རང་གི་མདུན་དུ་ཤར་བྱེད་པ་གཉིས་ཡོད་པས་མཆོད་པའི་མཁྲལ་  
སྐབས་ཤར་ཆོགས་ཞིང་ངོས་དང་། གསོལ་འདེབས་མཁྲལ་སྐབས་ཤར་རང་

ངོས་ལ་བྱེད་པ་བྱིན་རྒྱལ་ས་ཚུར་ཞུ་བའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་བྱི་མ་དེ་བཟང་།  
 རི་རབ། སྤྱིང་། སྤྱིང་ཕན། རིན་པོ་ཆེའི་རི་སོགས་དང་། སྒྲ་བདུན། གཏེར་བུམ།  
 སྒྲིག་སོགས་བརྒྱད། ཉི་ཟླ། གདུགས་རྒྱལ་མཆོན་བཅས་ཀྱི་མཆུལ་སོ་བདུན་  
 མ་འདི་འགྲོ་མགོན་ཆོས་འཕགས་ཀྱི་ཕྱག་སྟོན་བཞིན་དང་། རྗེའི་རང་ལྷགས་  
 བྱི་ཉེར་གསུམ་མ་ཡིན། མཆུལ་ཆོས་བྱ་ཉེར་གསུམ་དང་ཉེར་ལྗེའི་བྱེད་པར་  
 དབང་ཆེན་གསེར་གྱི་ས་གཞི་དང་། བྱིའི་ལྷགས་རིའི་ཆོས་བྱ་གཉིས་གངས་  
 སུ་བགང་མིན་གྱི་བྱེད་ཡིན། མཆུལ་སྐབས་སྤྱིང་བཞི་རི་རབ་དང་བཅས་པ་  
 མཛོད་ཀྱི་ལྷགས་ལྟར་བྱེད་དགོས་པས་དེ་དག་གི་ཆགས་ཚུལ་ཡང་རྒྱས་  
 པར་མཛོད་ལྟར་དང་། མ་མཐའ་རགས་རིམ་ཤེས་དགོས་ཞེས་མདོར་བསྡུས་  
 སྟུང་། མཆོ་དང་རི་རི་རིས་རི་རབ་ལ་ལྷགས་རི་བསྐྱོར་བ་བཞིན་ལ། དབུས་  
 སུ་རིན་ཆེན་སྒྲ་བཞི་ལས་བྱུང་བའི་རི་རབ། ལྟར་སྤྱིང་དཀར། དེ་བཞིན་  
 དུ་སྟོ་སྟོ། ལྷག་དམར། བྱང་སེར། སྤྱིང་དེ་དང་དེ་དག་དུ་རིན་པོ་ཆེའི་རི་པོ་  
 སོགས་མང་པོ་བྱུར་བྱར་སྤྱངས་པར་བསམ། རིན་པོ་ཆེའི་རི་པོ་སོགས་བཞི་  
 པོ་ནི་སྤྱིང་སོ་སོའི་བྱེད་ལོར་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་སྤྱིང་གི་ཆོས་བྱའི་སྤྱིང་དུ་འགོད།  
 འདོད་འཛོའི་བ་ནི་རིན་པོ་ཆེའི་རང་བཞིན་ཅན། གཅིན་དང་སྟེ་བ་ཐམས་ཅད་  
 གསེར་དུ་འབབ་པ་ཞིག་ཡིན། མ་ཚོས་པའི་ལོ་རྟོག་ནི། རྒྱངས་བརྒྱས་ན་ལྷག་  
 སྟེ། ལྷག་བརྒྱས་ན་རྒྱངས་པར་སྟེ་ལ་ལྷན་པ་སོགས་མེད་པའི་འབྲས་ཞིག་གོ།  
 ཆོས་བྱ་ཉེར་ལྷ་མར་སྤྱིང་ལྷལ་བས་དེ་དག་དོན་གྱིས་འབྲུལ་བ་ལ་དགོངས་  
 རས་ཆོས་བྱ་ལོགས་སུ་མ་མཛོད་པ་ཡིན། རིན་ཆེན་བདུན་ནི། འཛམ་བྱ་ཚུ་

བོའི་གསེར་ལས་ལེགས་བྱས་ཤིང་། །སོགས་ལྟར་ཏེ། དེ་དག་གིས་བཞིའི་རི་  
རབ་ལ་ཉི་བའི་བར་སྒྲུང་ལ་སྟོགས་མཆོམས་སུ་འགོད། སྟོག་སོགས་བརྒྱད་  
ནི་རི་རབ་ཀྱི་བང་རིམ་ལ་ཡོད་ཅིང་སྒྲུང་གི་དེ་དག་གི་ནང་དུ་སྟེང་ལ་འགོད།  
ཉི་ལྔ་མར་རི་རབ་ལྷལ་བས་དེ་དག་ལོགས་སུ་མི་དགོས་པར་མཛད། ཉི་ཟླ་  
ནི་གཡས་གཡོན་དང་། རིན་པོ་ཆེའི་གདུགས་རྒྱབ་དང་། རྒྱལ་མཆོན་རང་  
མདུན་ཏེན་འབྲེལ་གནད་ཀྱིས་འགོད། ཡང་ན་ཉི་མ་རྒྱལ་ཟླ་བ་ཤར། གདུགས་  
བྱང་། རྒྱལ་མཆོན་སྟོར་འགོད་པ་ཡོད་དེ། དེ་ལ་འང་ཏེན་འབྲེལ་ཡོད། ལྷ་མིའི་  
གཅེས་ནོར་ཡོད་དགུ་ཐམས་ཅད་རི་རབ་ཀྱི་དབྱུང་སུ་སྒྲུངས་ནས་འབྲུལ།  
ཆེ་སྒྲིང་ཡོངས་འཛིན་རིན་པོ་ཆེས་བཀྱས་སྟུན་ནས་ཇའི་ལྷ་བ་ཆུང་དུར་མིའི་  
གདོང་ཡོངས་རྫོགས་ཆུང་པ་གཟིགས་པའི་དཔེ་ལྟར་རམ། ཤེལ་སྟོའི་ནང་དུ་  
གདོང་ཆུང་པ་དང་། །ཁབ་མིག་ནས་རི་མཐོང་བ་བཞིན་མཐུལ་ཆེ་རུ་མ་སོང་  
བའི་ནང་དུ་སྒྲིང་བཞི་ལྷ་གནས་དང་བཅས་པ་ཆུང་དུ་མ་སོང་བར་གསལ་  
གདལ། སྟོང་གསུམ། རབ་འབྲུམས། རྒྱ་མཚོ། རྒྱ་མཚོའི་རྒྱད་གསུམ་གོ་  
རིམ་བཞིན་སྟོང་འགྱུར་དུ་བསྐྱེས་ནས་བརྩི་དགོས།

ས་གཞི་སྟོས་ཀྱིས་སོགས་ཏྲག་དུ་དུས་ཆོས་འཕགས་ལ་ལྷལ་བའི་  
སྐབས་ཀྱི་ཆོག་ཡིན་སྟུམ་པ་བཏྲག། །འདིའི་སྐབས་སངས་རྒྱས་ཞིང་ལ་  
དམིགས་ཏེ་ཞེས་པ་དང་། སངས་རྒྱས་ཞིང་དུ་དམིགས་ཏེ་ཞེས་འདོན་ཚུལ་  
གཉིས་ཡོད་པའི་སངས་རྒྱས་ཞིང་ལ་ཞེས་པ་ནི། སངས་རྒྱས་ཆོགས་ཀྱི་  
ཞིང་ལ་ཞེས་ལྷལ་ལ་བསྐྱུར་དུ་རུང་ཡང་། རི་རབ་སྒྲིང་བཞི་དང་བཅས་པ་

མ་དག་པའི་ཞིང་རྣམས་འབྲུལ་དུ་མི་རུང་བའི་སྐྱོན་ཡོད་པས། སྐད་ཅིག་དང་  
 བོ་མ་དག་པའི་ཞིང་སྤྱིང་བཞི་རི་རབ་དང་བཅས་པ་སྐད་ཅིག་གཉིས་པར་  
 དག་ཞིང་དུ་བསྐྱར་ནས་ཕྱལ་བ་སངས་རྒྱས་ཞིང་དུ་དམིགས་ཏེ་ཕྱལ་བ་  
 ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལྟར་མོས་ཏེ་ཕྱལ་ན་པན་ཡོན་དེ་བཞིན་འཐོབ།  
 དྲགས་པོའི་མཁུལ་ཆོགས་བཅད་མར་འབྲུལ་གྲོགས་ཆངས་དབང་སྒོམ་  
 ལྡན་ཞེས་རང་སྒོམ་ལྡན་ཡིན་ན་རོགས་ལ་ཆངས་པ་དང་། སྒོམ་ལྡན་མིན་ན་  
 རོགས་ལ་དགོ་སྒོང་དང་ཆངས་པ་དགོས་པར་གསུངས་ཀྱང་། རི་རབ་སྤྱིང་  
 བཞི་དང་བཅས་པ་སེམས་ཅན་སྤྱི་མཐུན་གྱི་ལས་ལས་གྲུབ་པ་ཡིན་པས།  
 དེས་ན་རང་གི་ལས་གྱི་ཆ་ཤས་ཉེར་ལེན་གྱི་རྒྱ་ལས་གྲུབ་པའི་བདག་འབྲས་  
 རི་རབ་སྤྱིང་བཞི་ཆ་ཆང་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ཕྱལ་བ་ཡིན་པས་འབྲུལ་གྲོགས་  
 ཆངས་དབང་མི་དགོས་སོ།།

དམིགས་པ་འཆར་ཐུབ་ན་སྤྱིང་བཞི་སོགས་བྱེ་བ་ཕྲག་བརྒྱ་དང་། མ་  
 ཐུབ་ན་ཆ་ཆང་གཅིག་དབྲུལ་ཀྱང་རུང་། མཁུལ་འདི་ལེགས་པར་ཕྱལ་ན།  
 སྤྱིང་བཞི་རི་རབ་སོགས་དེ་དང་དེ་ཕྱལ་བའི་པན་ཡོན་འཐོབ་སྟེ། དཔེར་ན་  
 ཆོས་རྒྱལ་ཐུང་ན་མེད་སྐྱེ་སྐྱེ་སྒྲ་མ་ཞིག་ལ་བྱིས་པའི་སྐྱབས་སངས་རྒྱས་  
 རྣམ་གཟིགས་གྱི་ལྷུང་བཟེད་དུ་ཐལ་བ་གསེར་དུ་མོས་ནས་ཕྱལ་བའི་ཆེ་  
 གསེར་ཕྱལ་བའི་པན་ཡོན་ཐོབ་ཅིང་། རྗེས་སུ་རུབ་གཅིག་ལ་མཆོད་ཏེན་  
 བྱེ་བ་གཅིག་བཞེངས་རྒྱ་རྒྱུང་བའི་རབས་ལྟར་ཡིན། དེའི་ཕྱིར་མཁུལ་འདི་  
 བློ་ཆོགས་རྫོགས་པ། ཆོགས་རྒྱུང་བ། གཡོ་མེད་པ་སོགས་བསོད་ནམས་



གསོག་པ་ཞིག་ལ་འདི་ལས་ལྷག་པ་མེད་པས། ཟངས་སྒྲོར་མོ་འདི་ལ་དེ་འདྲ་  
བའི་གནད་ཆེན་པོ་ཡོད། མཐུག་ཏུ་མཆུལ་ཆོམ་བྱ་པར་ཚུར་གཤེགས་པ་  
བྱིན་ཆུབས་ཚུར་ཞུ་བ་དང་བར་ཆད་པར་བསལ་བ་སྐབས་བསྐྱུན་སོ་སོར་  
སྒྱུར། དེ་ཡང་གངས་ལ་གཙོ་བོར་མི་བྱེད་པར་དམིགས་པ་ལ་གཙོ་བོར་  
བྱེད། གལ་ཏེ་གངས་གསོག་བྱེད་འདོད་ན་མཆོད་པའི་སྐབས་འདིར་བསག་  
ཆོག །དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་ཆོས་ཆོགས་མ་དང་ས་གཞི་སྟོས་བྱུགས་སྒྲགས་  
ཏེ་རི་རབ་དང་སྤིང་བཞི། ཉི་ཟླ་གཉིས་བཅས་བདུན་འབྲུལ་དགོས། དགེ་སྟོང་  
མ་དཔལ་མོས་མཆུལ་ཕྱལ་ནས་འཕགས་པའི་ཞལ་གཟིགས་པ། ཇེ་ཙཱ་ཁ་  
པས་འོལ་དགའ་ཆོས་ལུང་དུ་མཆུལ་ཕྱལ་བ་སོགས་ལ་བྱུགས་བཙོན་ཆེར་  
མཛད་དེ་ལྟ་བ་འཁྲུངས་པ་ཡིན་པས་འདི་ལ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བཙོན་པར་  
བྱེད་གསུངས།

༥ ཉིན་དྲུག་པར། སློབ་དཔོན་ཅ་རྩ་གོ་མིས། ཇི་ལྟར་སྤང་བྱ་ཁོན་ཟབ་ཁ་  
ནས་འཁྲུངས་པ་ཡི། །  
རྩ་ལོ་ཁམ་འགའ་ལ་ནི་ཡིད་ནི་ཆགས་བྱུར་ནས། །རྟེན་པ་བྱུབ་པ་མེད་པར་  
གཡང་དུ་སྤྱང་བ་ལྟར། །འཆོ་བའི་འཇིག་རྟེན་བདེ་ལྡན་འདོད་པའང་དེ་དང་  
འདྲ། །གསུངས་པ་ལྟར་སྤང་པོ་ཆེ་ཞིག་གཡང་ས་འཇིགས་སུ་རུང་བའི་  
ཁར་རྩ་སྐྱེས་པ་ལ་ཆགས་ནས་དེར་སོང་བ་ན་གཡང་དུ་སྤྱང་བ་ལྟར། རང་  
རེ་རྣམས་ཀྱང་ཆེ་འདིའི་བདེ་སྐྱིད་ཅུམ་ལ་ཆགས་ནས་མི་དགེ་བའི་ལས་སྒྲ་  
ཆོགས་ལ་སྤྱད་དེ། རྣམ་ཞིག་ངན་སོང་གི་གཡང་ས་ཆེན་པོར་སྤྱང་ན་བྱིས་

ནས་ཐར་དཀའ་བས་ན་གཏན་གྱི་འདུན་མ་ཞིག་སྐྱབ་དགོས། དེ་སྐྱབ་པའི་  
 ཐབས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ནི་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་ཚུལ་ལ་འདུག་པ་  
 ལས་གཞན་མེད་པས། དེས་ན་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་བདག་གིས་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་བྱ། དེའི་ཆེད་དུ་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་བྲིད་  
 བྱས་ནས་ཉམས་སུ་ལེན་སྟམ་པའི་ཀུན་སྒྲོང་དགོས་ཚུལ། དེ་ཡང་ས་བཅད་  
 སྒོན་དུ་རི་ལྟར་སོང་བ་རྣམས་གསུངས་ནས། ཐུན་ལ་སྒྲོར་དངོས་མཐུག་  
 གསུམ་ལས། སྒྲོར་བའི་ཆོས་དྲུག་གི་ལྔ་པ་ཡན་ལག་བདུན་པ་མཐུལ་དང་  
 བཅས་པ་འབྲུལ་བའི་ཡན་ལག་གཞན་གཉིས་བཤའ་བེན་ནས།

གསུམ་པ་སྒྲིག་པ་བཤའ་ས་པའི་ཡན་ལག་ནི། རང་ཅག་རྣམས་ཀྱི་  
 རྒྱུད་ལ་རྟོགས་པ་སྒྲུར་མ་སྒྲེས་པ་གསར་དུ་མི་སྒྲེ་ཞིང་། སྒྲེས་བེན་ཉམས་  
 པ་ནི་སྒྲིག་སྒྲིབ་འདིས་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། དེར་མ་བཟད་ཆེ་འདི་བྱིའི་མི་ལེགས་  
 པ་ཐམས་ཅད་སྒྲིག་པས་བྱས་པ་ཡིན། དེ་དག་མི་འདོད་ན་སྒྲིག་པ་བཤའ་ས་  
 དགོས། བཤའ་ས་པ་བྱས་ན་ནི་མཆོམས་མེད་ཀྱི་ལས་དང་། སྒྲོང་ངེས་ཀྱི་  
 སྒྲིག་ཆེན་པོ་འང་འདག་ཐུབ། གྲེ་སྒྲུའི་ལུགས་ལ་མི་འདག་པར་གསུངས་  
 གྱང་། དེ་ལྟར་འདག་ཐུབ་པ་འདི་ཐལ་འགྱུར་བའི་བཞེད་པ་ཡིན། བཤེས་  
 སྒྲིངས་ལས་གྱང་། གང་ཞིག་སྒྲོན་ཆད་བག་མེད་གྱུར་པ་ལ། །སྒྲིས་ནས་བག་  
 དང་ལྡན་པར་གྱུར་དེ་ཡང་། །ཟླ་བ་སྒྲིན་བལ་ལྟ་བུར་རྣམ་མཛེས་ཏེ། །དགའ་  
 བོ་སོར་སྒྲོང་མཐོང་ལྡན་བདེ་བྱེད་བཞིན། །ཞེས་གསུངས། མཁས་པའི་སྒྲིག་  
 པ་སྒྲེ་ཡང་ཡང་། །སྒྲོན་པོའི་སྒྲིག་པ་ཡང་ཡང་སྒྲེ། །ཞེས་པའང་བཤའ་ས་པ་བྱ་

ཚུལ་མཁས་མི་མཁས་ལ་བྱེད། བྲམ་ཟེ་བདེ་བྱེད་ཀྱིས་རང་གི་མ་བསད་པ་  
དང་། སོར་སྤང་ཅན་གྱིས་མི་ཆིག་སྟོང་དགུ་བརྒྱ་གོ་དགུ་བསད་པ་དང་། མ་  
སྐྱེས་དགུས་པ་བསད་པའི་མཆམས་མེད་ཀྱི་ལས་བྱས་ནས་སྐྱིས་བདེན་པ་  
མཐོང་བའང་བཤགས་པ་ཤུགས་དྲག་བྱས་པ་ལས་བྱུང་། དེས་ན་བཤགས་  
པ་སྟོབས་ཆེན་གྱིས་སྒྲིག་པ་རྩ་བ་ནས་འདག །འབྲིང་གིས་ཡང་དུ་འགྲོ། ཐ་  
མས་འཕེལ་ཁ་འཆད་པ་ཡིན། བཤགས་པ་མ་བྱས་ན་ཉིན་བཞིན་སྒྲིག་པ་  
ལྷན་འགྱུར་དུ་འགྲོ་བས་སྒྲིག་པ་ཚུང་དུ་འང་ཆེན་པོར་འགྱུར་བ། དཔེར་ན་  
ཤིག་གཅིག་བསད་པའི་སྒྲིག་པ་ཡང་མ་བཤགས་ན་ཉིན་བཅོ་ལྔ་ལ་སྒྲིག་  
གཅོད་ཆིག་ཁྲི་བརྒྱད་སྟོང་ཆིག་བརྒྱ་བརྒྱད་ཅུ་བྱ་བཞིར་འགྱུར་འགྲོ་བས།  
མི་བསད་པའི་སྒྲིག་ཅམ་དུ་གྱུར་པ་ཡིན། རང་ཅག་སྒྲིག་པ་བཤགས་འདོད་  
མེད་ཅིང་། སྒྲིག་ལ་འཛིགས་པ་མི་སྐྱེ་བ་ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་མ་སྐྱེས་  
པས་ལན། དེ་སྐྱེས་ན་སྒྲིག་པ་སྤྲོ་མོ་ལའང་འཛེམ་པ། དཔེར་ན། རོ་བོས་  
ཕེབས་ལམ་དུ་ཉེས་བྱས་སྤྱུ་ཞིག་བྱུང་བར་ཡང་འབྲལ་བའི་སྒྲིག་པ་སྐྱེས་  
བཤགས་པ་ཤུགས་དྲག་མཛད་འདུག་པ་དེ་ལྟར་འོང་བ་ཡིན།

རང་རེ་པལ་ཆེ་བས་སྒྲིག་བཤགས་བྱ་རྒྱ་ཡོད་བསམ་པ་ཆེར་མེད་  
མོད། དེ་ནི་སྒྲིག་པ་བྱས་ཚུལ་ལ་མ་བསམས་པས་ལན་ཏེ། ཞིབ་ཏུ་བསམ་ན་  
ད་ནངས་ནམ་ལངས་ནས་བཟུང་ཡིད་དང་ངག་སོགས་ཀྱིས་གཞོད་སེམས་  
དང་། ངག་འབྲལ་ཆིག་རྩལ་སོགས་ངེ་ཅམ་བྱས་འདུག །

རང་ཅག་རབ་བྱུང་ལྟ་བུ་ཡིན་ན་པམ་པ་ཡར་བཅད། ལྷག་མ་མན་ཁྱེད་གཅིག་

བྱས་ན་ཉེས་ལྟར་ཆར་འབབ་པ་བཞིན་བྱང་ཡོད། དེར་མ་ཟད་འདི་ཙམ་ལ་  
གནད་འགག་ཅི་ཡོད་ཅེས་ཤམ་ཐབས་སྒྲུམ་པོར་མ་བགོས་པ་ལྟ་བུར་གསང་  
སྒྲགས་ཀྱི་ཙུ་ལྟར་ཆར་འགོ་བ་ཡང་ཡོད། དེ་བཞིན་དུ་བྱང་སེམས་ཀྱི་ཙུ་ལྟར་  
ཡང་ཆར་བཞིན་འབབ། སོ་ཐར་གྱི་པམ་པ་དང་། བྱང་སེམས་ཀྱི་ཉེས་བྱས།  
བྱང་སེམས་ཀྱི་ཙུ་ལྟར་། གསང་སྒྲགས་ཀྱི་སྒྲོལ་པོ། གསང་སྒྲགས་ཀྱི་ཙུ་ལྟར་  
རྣམས་སྒྲ་མ་སྒྲ་མ་ལས་སྒྱི་མ་སྒྱི་མ་འབྱམ་འབྱར་གྱིས་སྒྱ། ད་ནངས་ནམ་  
ལངས་ནས་ད་ལྟའི་བར་བསྒྲོ་བབྱང་ཞིག་བྱས་ན་རང་ཅག་གིས་ངན་སོང་གི་  
རྒྱ་ཆ་ཆར་མང་པོ་བསྒྲུབས་ཟིན་ཡོད་པས་ཉན་རེར་ཡང་མི་དགོ་བཅུ་དང་།  
སྒྲོལ་གསུམ་བཅས་འགལ་གྱི་ཉེས་པ་སོགས་མང་པོ་འབྱུང་ཞིང་། དེ་དག་  
ཆེན་པོས་དཔྱུལ་བ། འབྲིང་གིས་ཡི་དྲགས། རྒྱུང་དུས་དུད་འགོར་སྒྲེ་བར་  
གསུངས། ཆེན་པོ་ཞེས་པ་དེ་ཡང་མི་བསང་ཏེ་བསྒྲེ་ལ་ཞིག་མི་དགོས་ཀྱི།  
བསམ་པ་ཁོང་ཁོ་ཞིན་ཏུ་དྲག་པོས། དགོ་སྒྲག་ལ་ཁྱི་གན་ཞེས་ལབ་པ་ཚུན་  
མི་དགོ་བ་ཆེན་པོ་ཡིན། ཞིང་བྱུང་པར་ཅན་ལ་སྒྲུར་བ་གདབ་པ་སོགས་ཞིང་  
གི་སྒྲོ་ནས་ཆར་སོང་བ་ཡིན་པས། དེ་རིང་གཅིག་བྱར་ཡང་ངན་སོང་གསུམ་  
གའི་རྒྱ་ཆ་ཆར་རེ་བསགས་ཟིན་ཡོད་པ་རེད།

འོན་དེ་འདྲ་ཡིན་ན་ད་རི་ལྟར་བྱ་སྒྲུམ་ན། དེ་ཡང་སྒྲག་ནས་བསྒྲད་པ་  
གཅིག་བྱས་མི་པན་པར་ཆེ་འདིར་མ་ཞི་ཚུན་སྒྲག་དང་ཡིག་བརྒྱ་འབྱམ་  
སོགས་ཀྱིས་འཁོར་བ་ཐོག་མེད་ཀྱི་སྒྲིག་པ་འདག་པའི་རྟགས་མ་བྱང་བར་  
བཤགས་སྒྲོལ་ལ་འབད། རྟགས་ཀྱང་སྒྲུལ་བྱེད་ཀྱི་གཟུངས་ལས་བཤད་པ་

ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་སོགས་ལས་ཤེས་དགོས། དེ་ནས་དགོང་མོ་ཉལ་ཁར་རྫོང་  
སེམས་སློམ་བཞུས་དང་འབྲེལ་བའི་ཡིག་བརྒྱ་ཉེར་གཅིག་རེ་བཞུ་བ་དང་།  
ལྷུང་བ་ཤགས་ཀྱི་སློ་ནས་བརྒྱུད་ཕྱག་སོགས་ལ་འབད་དེ་སྡིག་ལྷུང་ནངས་  
བྱུང་བ་རྒྱབ་བཤགས། རྒྱབ་བྱུང་བ་ནངས་བཤགས་ཏེ། ལྷུང་བ་དང་ཞག་ཏུ་  
མི་འགྲོགས་པ་ཞིག་བྱ། ཉམས་ལེན་གཞན་མང་པོ་མ་བྱུང་ཡང་། འདི་གཅིག་  
ཤུར་འབད་ནའང་དེས་འཆོངས། དེས་ན་ཆེ་འདི་དང་སྤྱི་མའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་སྡིག་པ་འདི་བཤགས་ཐུབ་ན་སྤྱག་བསྐྱེལ་སེལ་  
ཞིང་ཉམས་རྟོགས་ངང་གིས་འབྱུང་། ཆེ་འདིར་ན་ཆ་བྱུང་བ་སོགས་ཀྱི་ཆོ།  
ན་ཆ་སྤྱིང་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་མི་དགེ་བ་བསགས་ཟིན་པ་ཡིན་པས། རིམ་གྲོ་བྱེད་  
པ་སོགས་ཀྱིས་བཅན་ཐབས་སྤྱ་པན་པ་བྱར་མེད་ཅིང་། རིམ་གྲོ་བྱས་པའི་  
འབྲས་བུ་སྤྱིས་ནས་ལོགས་སྤྱ་སྤྱིན་པ་འོང་། དེས་ན་དེས་མི་པན་པ་སོགས་  
ལ་ལོག་ལྟ་ཡང་མི་བྱེད། དཔེར་ན་ཞིང་ལ་སྤྱན་མའི་འབྲས་བུ་བྱུབ་ཟིན་ནས།  
དེ་བཞེད་ཐབས་སྤྱ་ནས་གཏོར་བ་དང་འབྲ། དེའི་བར་འབྲས་བུ་བྱུབ་ཟིན་  
པ་ན་ཅི་བྱར་མེད་པས་དེ་མ་སྤྱིང་གོང་ནས་ས་བོན་བཅོམ་པ་ལྟར་སྡིག་པ་  
བཤགས་པར་བྱ། བཤགས་པ་བྱས་ན་སྡིག་ཆུང་བ་རྣམས་རྩ་བ་ནས་འདག་  
ཁེ་བ་རྣམས་ཀྱང་བསྐྱབ་ཏུ་འགྲོ། ངན་སོང་སྤྱིང་ངེས་རྣམས་ཆེ་འདིའི་ན་ཆ་  
བྱག་པོས་གོ་ཆོད་པ་སོགས་འབྱུང་། སྤྱིར་སྡིག་པ་ལ་ཡོན་ཏན་མེད་ཀྱང་།  
བཤགས་ནས་དག་རྒྱ་ཡོད་པ་དེ་སྡིག་པའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པས་བཤགས་  
པས་མི་འདག་པའི་སྡིག་པ་མེད། སྡིག་པ་དག་ཆེ་ཆུང་ནི་བཤགས་པའི་

བསམ་སྒྲོལ་དྲུག་ཞན་གྱིས་ཡིན་པས། འགྲོད་སྒྲོལ་སོགས་ཤུགས་དྲུག་པོ་བྱ་  
 དགོས། འདི་ནི་ཆོས་བྱེད་པ་འགའ་རེ་ཆེ་འདིར་མི་འདོད་པ་དུ་མས་མནར་བ་  
 ཡོད་པོད། དེ་དྲུག་སྒྲེ་བ་སྒྲི་མར་སྒྲོང་འགྱུར་གྱི་ལས་ངན་པ་རྣམས་ཆེ་འདིར་  
 སྒྲིན་པ་ཡིན་པས་ཤིན་ཏུ་ལེགས། མོངས་སྒྲོད་ཤོར་གོད་མང་པོ་བྱུང་བའང་།  
 ཡི་དྲུགས་སུ་སྒྲོང་འགྱུར་རྣམས་འདིར་སྒྲིན་པ་ཡིན། སྒྲིག་པ་བྱེད་པ་ཁ་ཅིག་  
 ཆེ་རིང་བ་སོགས་རེ་ཞིག་ལམ་འགྲོ་ཆེ་བ་ལྟར་སྤང་བ་ནི། ཆེ་སྒྲོན་མའི་དགོ་  
 བའི་འབྲས་བུ་ལྟག་མར་ལུས་པ་རྣམས་ཆེ་འདིར་སྤྲ་བསྤྱར་དུ་སྒྲིན་ནས་སྤང་  
 སྒྲུག་བསྤེལ་འབའ་ཞིག་གིས་མནར་བའི་གནས་སུ་སྤྱང་བ་ཡིན། འབྲོམ་ཆོས་  
 གྱི་རྒྱལ་པོ་ཡང་སྤྱ་ཆེ་འདི་སྤང་དུ་མཛེ་ནད་བྱུང་ཚུ་ལ་བསྟན་པས། དེས་ན་  
 ལོག་ལྟ་མི་བྱེད་པར་ན་ཆ་སོགས་ལའང་དགའ་བ་བསྒྲོམ། དགོ་བ་ཁོང་ཁྲོས་  
 བཅོམ་པ་དང་། སྒྲིག་པ་བཤུགས་པས་འདག་པ་གཉིས་གྲོང་དང་ཁེ་ཤིན་ཏུ་  
 ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན།

དེ་ཡང་བཤུགས་པ་ལ་གཉིན་པོ་སྟོབས་བཞི་ཆང་དགོས། རྟེན་གྱི་  
 སྟོབས་བཤུགས་ལུལ་ལ་ངོས་འཛིན་པ་ཡོད་ཀྱང་། རང་ལུགས་ས་ལ་འགྲེལ་  
 བ་ས་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་སྤང་དགོས་པ་ལྟར། གང་ལ་བརྟེན་ནས་བསགས་  
 པའི་སྒྲིག་སྒྲིབ་དེ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲོང་བའི་རྟེན་ལ་བྱ་དགོས་ཏེ། སྒྲིག་པ་  
 བྱི་སངས་རྒྱས་དང་སེམས་ཅན་གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱས་པས་དེ་ལ་སྤྱབས་  
 སེམས་བྱེད་པ་རྟེན་གྱི་སྟོབས་ཡིན། འདི་གཉིས་གོང་དུ་བཤད་ཟིན། རྣམ་  
 པར་སུན་འབྲིན་པའི་སྟོབས་ནི་འགྲོད་སེམས་ཏེ། འདི་ཡོད་ན་སྒྲོལ་སེམས་



ཀྱང་འབྱུང་། དེ་སྟོབས་ཆེན་འོང་བ་ལ་ལས་འབྲས་ཤེས་དགོས། དཔེར་ན་མི་  
གསུམ་གྱིས་དུག་དང་འབྲས་པའི་བས་མཉམ་དུ་བོས་ཏེ་གཅིག་གི། གཅིག་ན་  
བར་གྱུར་ན། གཅིག་མ་ན་བ་དེ་གིན་ཏུ་ནས་འགྲོད་ཅིང་། དུག་དེ་ཕྱིར་འདོན་  
ཐབས་གང་དག་ཅི་དག་བྱེད། ཕྱིན་ཆད་མི་བ་བར་ཐག་ཆོད་པ་ལྟར། སེམས་  
ཅན་རྣམས་སྟོན་ཆད་དུག་དང་འབྲས་པའི་སྒྲིག་པ་མཉམ་དུ་བསགས་ནས། ཁ་  
ཅིག་གི་ནས་ངན་འགྲོར་སྐྱེས་ཟིན། ཁ་ཅིག་ན་བ་དང་འབྲས་པ་དུག་གསུམ་  
གྱི་གཙོང་ནད་ཆ་བས་པོ་ཆེས་རྒྱན་དུ་མནར་ཏེ་ངན་སོང་དུ་སྐྱུང་ལ་ཁད་དུ་  
ཡོད་ན། རང་ཅག་རྣམས་ཀྱང་ལས་དེ་བྱས་ཟིན་པ་ལ་ཁུད་མེད་པས། དེ་ལ་  
འགྲོད་པ་དང་། སྟོམ་སེམས་བྱེད། ཉེས་པ་ལས་སྦྲར་སྒྲིག་པའི་སྟོབས་སྟོམ་  
སེམས་འདི་ལེགས་པར་གིན་ཏུ་བརྟན་པར་བྱ་དགོས་ཀྱི། བཤགས་པའི་  
པན་ཡོན་ཐོས་ནས་ངེ་མི་སྦྱམ་པར་མི་འཇོག། །སྟོམ་སེམས་བྱེད་ལུགས་ཀྱང་  
ཆོག་རྒྱུ་སོགས་ཏ་ཅང་འོང་ཉེ་བ་རྣམས་སྦྲན་ཆད་གཏན་ནས་མི་བྱེད་ཅེས་  
པའི་ཆོག་ཙམ་བརྗོད་པས་རྒྱན་དུ་འགྲོར་ཉེ་ཞིང་། སྟོམ་སེམས་ཤིག་མེད་ན་  
སྟོབས་བཞི་མི་ཆང་བས། ཅ་བ་ནས་སྟོང་རྒྱས་པ་དག་ཅ་བ་ནས་དང་། ལོ་  
དང་། ལྷ་བ་དང་། དེ་རིང་གི་ཉེ་མ་འདི་ལ་མི་བྱེད་སྦྱམ་པ་སོགས་ཉིན་རེ་ཞིང་  
ཡང་སྟོས་གང་ཐག་ཆོད་པ་དེ་གང་ཐུབ་སྤང་ན། ཉིན་གཅིག་བཞིན་སྟོང་ཐུབ་  
པའི་གནད་ཡོད། དེ་ལྟར་སྤྱངས་པས་རྒྱན་གཙོང་རྒྱས་པ་བདག་གི་ལྷ་མ་  
རིན་པོ་ཆེའི་མན་ངག་ཐབས་མཁས་ཀྱི་འབྲུལ་ཆེན་པོ་ཡིན་གསུངས།

གཉིན་པོ་ཀུན་སྟོང་གི་སྟོབས་ལ་གཙོ་བོར་དུག་གསུངས་པས་སྤར་

བྱས་པ་ལ་འགྱོད་པའི་སྒྲོན་ས་དངོས་སུ་འདག་པར་བྱེད་པའི་ཐབས། དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པའི་མཆོན་དང་། གཟུངས་སྒྲགས་དང་། མདོ་དང་། སྟོང་  
 ཉིད་དང་། མཆོད་པ་དང་། སྐྱ་གཟུགས་ལ་བརྟེན་པ་རྣམས་གང་འབྲུབ་ཅིག་  
 གྱ། དེ་ཙམ་མ་བཟད་མཐོལ་ལོ། །བཤུགས་སོ། །ཞེས་པའི་ཆོག་དངོས་སུ་མ་  
 བརྗོད་ཀྱང་སྒྲིག་པ་འདག་པའི་ཕྱིར་དུ་མ་ཉི་བཟང་བ་ཚུན་དགེ་བ་ཅི་བྱས་  
 ཀྱང་གཉེན་པོ་ཀུན་ཏུ་སྒྲོད་པའི་སྟོབས་སུ་འགྲོ་བས་རང་ཅག་གྲ་རྒྱུད་ལྟ་བུས་  
 ཆོས་གྲ་ལ་འགྲོ་བའི་ཆོ། ཆ་གང་དཀའ་སྒྲུད་བྱས་པ་ཀུན་གྱི་ཕྱི་ཕྱོད་པ་འདག་  
 པའི་ཆེད་དུ་བསམ་ན་དེའི་རྒྱུར་འགྲོ། དེ་ཡང་སྟོབས་བཞི་ཆང་བར་བྱེད་  
 དགོས། གོང་གི་རྒྱལ་པོའི་ནང་ནས་མཆོན་ལ་བརྟེན་པའི་གས་འཇུག་པ་བདེ་  
 ཞིང་། དམ་པ་གོང་མའི་ཕྱག་སྟོལ་བཞིན་སྒྱུར་བཤུགས་དང་འབྲེལ་བའི་ཕྱག་  
 འཆལ་བ་རང་བྱེད། སྒྱུར་བཤུགས་འདིའི་ཆོག་བེན་ལ་སྟོབས་བཞི་ཀ་ཆང་  
 ཡོད། རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་འཕྲིན་ལས་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པ་ཡང་ཕྱང་  
 པོ་གསུམ་པའི་མདོའི་སྒྲོན་ས་བསགས་སྒྱུར་མཛད་པ་སོགས་ཀྱི་པན་ཡོན་  
 རེད། དེའི་ཕྱིར་སྒྱུར་བཤུགས་དང་ཕྱག་སྒྲགས་ཏེ་བཤུགས་པ་བྱེད་པ་རྗེ་ཙཱ་  
 ཁ་པ་ཆེན་པོའི་བཀའ་སྟོལ་ཡིན། སྟོན་བྲག་གྲུབ་ཆེན་གྱིས་ཀྱང་འདིའི་སྒྲོན་ས་  
 སྒྲིབ་སྒྱུར་མཛད། དེ་བཞིན་ཕྱིས་ཀྱི་མཁས་གྲུབ་ཀུན་གྱི་ཀྱང་འདི་ག་མཛད།  
 གྲུབ་མཆོག་སྟོན་བཟང་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་ཀྱང་འདི་རང་བཟང་བར་གསུངས།

དེས་ན་བྱ་ལོན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས་སྒྲེད་བཀག་བྱེད་པ་བཞིན་སྒྲིག་སྒྱུར་  
 སྟོན་བདེ་བ་ཞིག་འདིའི་སྒྲོན་ས་བྱེད། ཕྱག་གསོག་མཁན་དག་གིས་ཀྱང་ཕྱག་

འཆའ་བའི་ཡན་ལག་སྐབས་བསམ་སྟོ་ལེགས་པར་བཏང་སྟེ། ལུས་ཀྱིས་  
ཐལ་མོ་སྐྱར་བ་ཅམ་བྱས་ནས། ཕྱག་གུངས་གསོག་ངོ་མ་བཤགས་པའི་  
སྐབས་དང་སྒྲགས་ན་བཟང་། དེའི་ཚུལ་ནི། དང་པོ་འབྱུར་སྒྲགས་དང་སྒྲགས་  
ནས་ལན་གསུམ་འཆའ། དེ་རྗེས་ལྟར་བཤགས་པ་དང་སྒྲགས་ནས་བྱ།  
ལྟར་བཤགས་ཀྱི་སྟ་རྣམས་ཆོགས་ཞིང་དུ་ཡོད་མོད། འདིར་ནན་ཏན་གྱི་ཚུལ་  
ཀྱིས་སྒྲ་མའི་ཐུགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་སོ་བཞི་སྟོས། སྟང་འོག་དུ་བཅུ་བཅུ།  
གཡས་གཡོན་དུ་བདུན་བདུན་ཏེ་སྒྲང་ཆེན་གྱིས་བཏེག་པའི་རིན་པོ་ཆེའི་ཁྲི་  
ལུ་ཏེག་གིས་བརྒྱན་པ་སོ་བཞི་རེ་བསྟོས། སྒྲང་ཆེན་དུད་འགྲོ་གཞན་ལས་  
སྟོབས་ཆེ་བའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་དེས་བཞུགས་ཁྲི་འདེགས་པ་སྐབས་འདིར་  
སྟེག་པ་འདག་པ་ལ་སྟོབས་ཆེ་བའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་གནད་ཡོད། ལྟ་སོ་ལྟའི་རྒྱ་  
མདོག་ཕྱག་མཆན་ནི་མི་འདྲ་བ་མང་མོད། འོན་ཀྱང་འཆར་བདེ་བར་བྱེད་ན་  
བདུན་ཆེན་རེ་རེ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལྟའི་རྒྱ་མདོག་ཕྱག་མཆན་ཅན་དུ་  
བྱེད་དེ། དང་པོ་མི་བསྟོད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་བདུན། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་རྣམ་  
སྟངས་། རིན་འབྱུང་། འོད་དཔག་མེད། རོན་གྲུབ་རྣམ་ཅན་བདུན་རེ་བྱ། དང་  
པོ་བདུན་ལས་ཤུག་ཐུབ་ནི་སྒྲ་མའི་ཐུགས་ཀའི་དེས་ཆོག །སྐྱུ་དབང་རྒྱལ་  
པོ་མགོན་པ་ཡན་དཀར་ལ་གཞན་སྟོན་པོ། སྐྱུ་འདུལ་བའི་ཕྱག་རྒྱ་ཞེས་ཕྱག་  
གཉིས་ཁུ་ཚུར་སྐྱར་བའི་དཀྱིལ་མཇུ་བ་གཉིས་བྱེན་དུ་སྦྱང་བ་སྟེ་འདི་གཉིས་  
དམིགས་བསལ་ཡིན། དེ་དག་ཆོགས་ཞིང་ལས་མདུན་དུ་ཚུར་ཐོན་ཅམ་བྱ།  
ལྟར་བཤགས་པ་འདོན་ལུགས་ལ་ཞལ་ཤེས་གསུམ་ལས། ལུགས་གཅིག་

ལ་དབུ་ནས་མཐུག་རྫོགས་པར་ཆར་རེ་བཏོན་ནས་གསོག་པ་དང་། ཡང་  
 ན་སྟོན་པ་ནས་རི་དབང་རྒྱལ་པོའི་བར་ལ་ཆར་རེ་བཅིས་ཏེ་མཆོན་རྣམས་  
 འབའ་ཞིག་ལྟ་བུ་བསྐྱོར་དུ་འདོན། ཡང་ན་ལྷུང་བཤམས་ཉེར་ལྔ་ཙམ་ཐུན་  
 གཅིག་ལ་འདོན་པ་ལྟ་བུར་ཆ་བཞག་ན། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རེ་རེ་བཞིན་  
 མཆོན་ཉེར་ལྔ་རེ་འདོན། བྱི་མ་འདི་དམིགས་པ་གསལ་བདེ་བ་དང་། སོ་སོའི་  
 བན་ཡོན་འཆར་བདེ་བ་མན་ངག་ཡིན། འདོན་ལུགས་གཉིས་ཀ་ལ་མཐུག་ཏུ་  
 མཆོན་རྣམས་ཟེན་ནས་དེ་དག་ལ་སོགས་པ་མན་ཆད་ཀྱིས་མཐུག་བསྐྱུ་བ་  
 ཆར་གཅིག་གིས་ཆོག་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དེ་དག་གི་མཆོན་རེ་རེར་ཡང་  
 བརྫོད་པའི་པན་ཡོན་མང་པོ་ཡོད་པས། དེ་དག་ཀྱིས་སོགས་སུ་བསྐྱུས་ནས་  
 དེས་པར་བྱེད། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་སོ་ལྔའི་མཆོན་གྱི་སྟེང་དུ་བདེ་བར་  
 གཤེགས་པ་མཆེད་བདུན་གྱི་མཆོན་བསྐྱུན་ན། བསྐྱུན་པ་འདིའི་དུས་སྟོན་གས་  
 མར་སྟོན་ལམ་རྣམས་འབྲུག་པར་གསུངས། རང་ཅག་པན་ཡོན་དང་བྱིན་  
 རྒྱལ་ས་སྐྱར་བ་དོན་དུ་གཉེར་བས་བདེ་གཤེགས་མཆེད་བདུན་གྱི་མཆོན་  
 ཡང་དེར་བཅུག་སྟེ་བྱག་བྲ། ལྷུང་བཤམས་ཀྱི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཞེས་པ་  
 མང་བ་མདོ་ལས་དངོས་སུ་མི་འབྱུང་ཡང་། བསྟོད་པ་མེད་པར་མཆོན་རྫོག་  
 པར་འདོན་པ་མི་རུང་བས་རྗེའི་བྲག་སྒོལ་ལྟར་ཆར་མའི་དབུར་དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པ་ཞེས་པའི་ཆེ་བསྟོད་འདི་སྐྱར་དགོས། དེའི་རྗེས་སྟོན་བཤམས་  
 ལྟ་བུ་བཏོན་ནས། འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་ཞེས་སོགས་གཞུང་ལྟར་འཐུག་  
 ཅིང་། དེ་ཡང་རྒྱ་དྲུག་གསུམ་དང་། སྒོ་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ། རོ་བོ་མི་དགོ་

བ། སོ་སོར་བཤགས་ཞེས་པ་སྒྲིམ་གསུམ་སོ་སོའི་ལྷགས་ལྟར་བཤགས་  
པའི་དོན་ཡིན། རྒྱན་དུ་སྒྲིག་པ་བྱས་པ་རྣམས་དེ་སྐབས་ཡིད་ཡུལ་དུ་བྱས་ཏེ་  
བཤགས་པ་ནན་ཏན་བྱེད།

བཞི་པ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བའི་ཡན་ལག་ནི། ཡི་རང་འདི་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའི་ཉམས་ལེན་ཡིན་པས་རང་རེའི་སྒྲོ་ལ་ཅུང་ཟད་འབབ་དགའ་ཡང་། འདི་  
ལེགས་པོ་བྱང་ན་ཆོགས་གསོག་པ་ཞིག་ལ་འདི་ལས་ལྷག་མེད། སྒར་དབུལ་  
པོ་དེས་པས་ཡི་རང་བྱས་པས་རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་གྱིས་སངས་རྒྱས་ཉན་  
ཐོས་དང་བཅས་པ་ལ་བསྟེན་བཀུར་དངོས་བྱས་པ་བས་ལྷག་པའི་པན་ཡོན་  
ཐོབ་ཚུལ་དང་། རྗེ་ཙོང་ཁ་བས། འབད་པ་ཆུང་དུས་རྒྱབས་ཆེན་ཆོགས་སྤྱད་  
ལ། །དགོ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་མཆོག་ཏུ་གསུངས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
ལུས་ངག་གི་བསྐྱལ་བསྐྱོད་མི་དགོས་པར་དལ་བར་སྤོད་བཞིན་དུ་ཆོགས་  
དཔག་མེད་སྤྱད་པ་ཞིག་ཡིན། སྒྲོན་རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་གྱིས་སངས་རྒྱས་  
ལ་ཁྱས་ཏེ་རྒྱལ་སྤིད་སྤྱོད་བཞིན་ཆོས་བྱེད་ཆོག་པའི་ཆོས་ལ། རྗེས་སུ་ཡི་  
རང་དང་། བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ། བསྐྱོ་བ་སྟེ་གསུམ་གནང་བ་ལྟར་  
ལྷག་དོག་དང་འགྲན་སེམས་མེད་པའི་ཡི་རང་བྱེད་དགོས། རང་ལ་མི་དགའ་  
བ་ཞིག་གིས་དགོ་བ་བྱས་ན། རང་ཆོས་ཁོས་བྱེད་ཁུལ་བྱས་པ་རེད། གང་  
ཡང་པན་འདོགས་མེད་ཅེས་ལྷག་དོག་བྱེད་མོད། དེ་ལྟར་མི་བྱ་བར་རང་ཆོ་  
གྲ་རྒྱུ་ལྟ་བུས་རང་གི་ཤག་འགྲམ་དུ་གནས་པ་དེས་བརྒྱ་མཆོད་ཅིག་ལུལ་  
སོང་ནའང་དེ་ལ་ཡི་རང་ལེགས་པ་ཞིག་བྱས་ན། རང་ལས་ཁོང་ཡུལ་ཏེན་

དམའ་ན་བལྟ་བ་འགྱུར་དང་། མཉམ་ན་དེ་མཚུངས། ཡུལ་དེ་རྟེན་མཐོ་ཡང་  
 བྱེད་ཅམ་ཡུལ་བའི་པན་ཡོན་ངེས་པར་འཐོབ་པས། དེ་ལས་ཁེ་ཆེ་བ་ཅི་  
 ཞིག་བྱེད། དེས་ན་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་སོགས་སྒྲུ་མ་རྣམས་ཀྱི་མཛད་  
 པ་ལ་ཡི་རང་བྱས་ན་རྒྱུད་ཆོད་མཐོ་དམའི་དབང་གིས་དེའི་པན་ཡོན་བཅུ་  
 ཆ་ཅམ་འཐོབ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་དགོ་ཅ་ལྟ་ཞོག །རང་ངེས་མི་ཆེ་རྩིས་པོར་  
 དགོ་སྒྲོལ་ལ་འབད་ཀྱང་བྱང་སེམས་ས་དང་པོ་བའི་རྟེན་གཅིག་གི་དགོ་ཅའི་  
 ཆ་ཤས་ཅམ་ཡང་མི་འབྱུང་ཞིང་། ཡི་རང་བགྱིས་ན་དེའི་བྱེད་ཆ་ཅམ་འཐོབ་  
 པས་འདི་ནི་སེམས་ཀྱི་བྱེད་ལྷགས་གཅིག་གིས་ཆོགས་རྒྱབས་པོ་ཆེ་སྒྱུད་  
 པའི་ཐབས་མཁས་ཀྱི་འབྲུལ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན། དབུས་སྒྲོགས་འདིར་རྒྱལ་  
 བསྟན་དར་བའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཕྱག་མཆོད། སྒྲོལ་བ། བསྟན་བཀྱར། སྒྲོམ་  
 སྒྱུབ། སྒྲོབ་གཉིར་སོགས་བྱེད་པ་མང་བས་དེ་དག་ལ་ཡི་རང་བྱས་ན་དགོ་ཅ་  
 རྒྱབས་ཆེན་འཐོབ་པ་འོང་། ལྷ་མའི་ཕྱག་བཞེས་ལ་འདིའི་མཆམས་སངས་  
 རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་དང་པོ་ཐུགས་བསྐྱེད་པ་སོགས་དང་། རྒྱ་བོད་མཁས་བྱུ་  
 རྣམས་ཀྱི་མཛད་པ་དང་། འགག་མཆོས་པས་ཁ་རྟོན་བྱེད་པ་ཚུན་ཀྱི་དགོ་བ་  
 བྱས་ཆོད་ལ་རིམ་བཞིན་ཡི་རང་བྱེད།

གཞན་ཡང་འདི་ལ་བསྒྲོམ་ལྷགས་གཉིས་ཏེ། རང་གི་དགོ་བ་དང་།  
 གཞན་ཀྱི་དགོ་བ་ལ་ཡི་རང་བསྒྲོམ་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། ཆེ་སྒྲུ་མའི་དགོ་  
 བ་ལ་རྗེས་དཔག་ཆོད་མས་གཞལ་བའི་སྒྲོ་ནས་ཡི་རང་བ་དང་། ཆེ་འདིའི་  
 དགོ་བ་ལ་མངོན་སྲུང་ཆོད་མས་གཞལ་ཏེ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བསྒྲོམ་པའོ། །དང་



པོ་ནི། ཆེ་འདིར་རྟེན་བཟང་པོ་ཐོབ་པ་དང་། ཆོས་ཀྱི་མ་ཐུན་རྒྱུན་འབྱོར་བ་  
སོགས་ལ་དམིགས་ནས། བདག་གི་སྐྱེ་བ་སྤྱི་མཐུན་རྟེན་དེར་ཚུལ་ཁྲིམས་  
བསྐྱུང་བ། སྐྱིན་པ་བཏང་བ། བཟོད་པ་བསྐྱོམ་པ་སོགས་ཤིན་ཏུ་ལེགས་  
འདུག་སྟུང་དུ་ཡང་ཡང་བསམ། སྐྱིར་ན་ཆེ་སྤྱི་མ་དེས་དོན་སྐྱབ་ལུགས་མ་  
ནོར་བས་ད་དེས་དལ་འབྱོར་ཐུན་ཆོགས་འདི་འདྲ་བྱུང་བ་རེད། ད་སྐྱེ་བ་ཕྱི་  
མ་ལ་ངེ་འདྲ་ཞིག་ཏུ་སྐྱེ་བ་དགོ་སློང་ལགས་རང་གིས་ཤེས་ཏེ། དམ་བ་སྤྱི་  
མ་འགའི་ཞལ་ནས། ཆེ་སྤྱི་སྐྱེ་བ་རིན་པོ་ཆེས། །ད་ལྟའི་མི་ལུས་རིན་ཆེན་  
སྟུང་། །ད་ལྟའི་དགོ་སློང་རིན་པོ་ཆེས། །ཕྱི་མ་གཡང་དུ་མ་བསྐྱུར་ཨང་། །  
ཞེས་གསུངས། དེས་ན་ད་ལྟ་རང་གི་སྤྱོད་ཚུལ་ལ་བརྟག་ན་སྐྱེ་བ་ཕྱི་མར་  
གར་སྐྱེ་ཤེས་ཀྱས་ཀྱི། མངོན་ཤེས་ཡོད་པ་སོགས་ལ་མོ་བརྟག་ཞུ་མི་དགོས་  
གསུངས།

གཉིས་པ་ནི། རང་གིས་མངོན་སུམ་དུ་སློང་བའི་ཁ་ཏྲོན་གང་བྱས་པ་  
དང་། སྐྱིན་གཏོང་དང་བསྐྱེན་བཀྱར་གང་བྱས་པ་དང་། ཐོས་བསམ་གང་བྱས་  
པ་དང་། ཆོགས་ཆོས་རང་དགའ་སྤྱད་ངེ་ལྟར་བྱས་པ་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་ངེ་  
ལྟར་བསྐྱུང་བ་སོགས་དཔྱད་ཏེ་རྩོམ་སེམས་མེད་པར་དགའ་བ་བསྐྱོམ། རྩོམ་  
སེམས་བྱས་ན་དགོ་ཅ་ཆུང་དུ་འགྲོ། ཅིས་བཤར་བྱེད་ན་དེ་དག་ལ་བྱེད་  
དགོས། རང་དེས་དདུལ་སོགས་ལ་ཅིས་རྒྱག་མང་པོ་བྱེད་མོད་དེ། དེས་  
ཡར་སྐྱེལ་ན་ངེ་ལྟར་ལྟག་གྱང་ཆེ་འདིའི་བདེ་སྐྱིད་ཐུན་བྱ་ཅམ་ལས་འོང་ས་  
མེད། དགོ་བས་ཡར་སྐྱེལ་ན་སྤྱི་མཐུན་རྟེན་བཟང་ནས་བཟུང་སྟེ་འཆང་རྒྱ་བའི་

བར་དུ་འགྲོ། སྒྲིག་པས་དཔག་ཆད་མང་པོའི་འོག་རྩོམ་ཆེའི་དཔྱལ་བ་སོགས་  
 སུ་སྐྱེལ་བའི་ཕྱིར་ཅིས་རྒྱག་དེ་དག་ལ་གྱིས། སྒྲོན་དགོ་བཤེས་འབན་གྱིས་  
 དགོ་སྒྲིག་ཅིས་རྒྱག་བྱས་པའི་རབས་གསུངས། ཅིས་རྒྱག་ད་ལྟ་ནས་རང་  
 གིས་བྱེད་ན་བཟང་ཞིང་། ཕྱི་མར་གཤེན་རྩོམ་དུ་ཅིས་རྒྱག་ཆེན་མོ་  
 ཚུགས་སྐབས་ཅི་བྱར་མེད་པ་འོང་།

གཉིས་པ་གཞན་གྱི་དགོ་བར་ཡི་རང་བ་ལ། དགྲའི་དགོ་བ། གཉེན་གྱི་  
 དགོ་བ། བར་མའི་དགོ་བ། གང་ཟག་ལྗེའི་དགོ་བར་ཡི་རང་བ་དང་། སྐྱེས་བུ་  
 དམ་པའི་རྣམ་ཐར་བསྐྱབས་ནས་དེ་དག་གི་མཛད་པ་ལ་ཡི་རང་བྱེད། འདིས་  
 བསོད་ནམས་གསར་དུ་བསྐྱེད་ལ། རང་གི་དགོ་བར་ཡི་རང་བས་ནི། གོང་  
 འཕེལ་དུ་འབྱུང་བ་ཡིན། རྩོམ་ཐར་པས། ཉལ་བཞིན་དགོ་ཆེན་ཞིག་བྱེད་  
 བ། །རྩོམ་སུ་ཡི་རང་རང་སྒྲོམས་ཤིག །གསུངས་པ་བཞིན། རང་རེ་བོད་ཆོས་  
 ལྡན་གྱི་ཞིང་དུ་སྒྲོད་པ་འདིས་འགྲོ་ཞོར་འདུག་ཞོར་དང་ཉལ་ཏེ་ཉན་ནས་ཡི་  
 རང་བྱས་པས་ཆོག །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཡི་རང་གི་རྒྱ་ལ་གཞན་དོན་  
 དོན་གཉེར་གྱི་སྒོ་དགོས། དཔེར་ན། མི་ཆང་དེའི་མི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྟོ་གོས་  
 པ་གཅིག་ཏུ་དེས་བསྐྱབ་དགོས་པ་ལ། དེའི་བྱ་ཆེ་བས་རང་གི་སྟོ་གོས་རང་  
 གིས་སྐྱབ་བྱབ་པ་ཞིག་བྱུང་ན་པ་དེས་བྱ་དེ་ལ་གཞན་ལས་ལྷག་པའི་དགའ་  
 བ་བྱེད་པ་བཞིན་ཡིན་པས། ཡི་རང་བྱ་ལུགས་སྤྱི་དང་རྣམ་པ་ཅུང་ཟད་མི་  
 འདྲ།

ལྷ་པ་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བར་བསྐྱེད་པའི་ཡན་ལག་ནི། སྒྲོན་པ་སངས་

རྒྱས་ནས་ཐོག་མར་ཞག་བདུན་ལྷག་བདུན་བར་ཆོས་འཁོར་མ་བསྐྱོར་བ་ན།  
སྐྱེ་བོ་འདི་དག་ཆངས་ལ་དད་པ་སྟེ། དེ་ཡིས་གསོལ་བ་བཏབ་ལ་འཁོར་ལོ་  
བསྐྱོར། །ཞེས་པ་ལྟར། ལྷ་ཆངས་པས་བསྐྱེད་ནས་ཐོག་མར་འཁོར་ལྷ་སྟེ་ལ་  
བདེན་བཞིའི་ཆོས་འཁོར་གསུངས། དེ་ཡང་ལྷ་སྟེ་ལ་བདེན་བཞི་ལན་གསུམ་  
རྣམ་གངས་བཅུ་གཉིས་སུ་བཞུགས་ཏེ་ཡུང་གི་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བས་དང་  
པོར་ཀུན་ཤེས་ཀོ་བོ་དེ་རྒྱས་མཐོང་ལམ་ཐོབ། གཞན་བཞིས་རྒྱན་ཞུགས་  
ཐོབ་སྟེ་རྟོགས་པའི་ཆོས་འཁོར་གདུལ་བྱའི་རྒྱུད་ལ་བསྐྱོར་བའམ་ཐོབ་པ་  
ཡིན། དེ་ཐོབ་པ་ཡུང་གི་ཆོས་འཁོར་ལ་སྟོས། ཡུང་གི་ཆོས་འཁོར་དེ་གསོལ་  
བ་བཏབ་པ་ལ་སྟོས་དགོས་པས་དེས་ན་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བར་བསྐྱེད་བའི་  
ཡན་ལག་འདི་བྱུང་། འདིའི་སྐབས། མཛོད་ལས། ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་མཐོང་  
བའི་ལམ། །ཞེས་སོགས་ལས་བརྒྱམས་པའི་འཕྲོས་བཤད་མཛད། ཆོས་  
འཁོར་བསྐྱོར་བར་བསྐྱེད་ཆེ། མཐུལ་ཡོད་ན་ཆོམ་བྱ་དགུ་བཀོད་ནས་གསེར་  
ཀྱི་འཁོར་ལོ་རྩིབས་སྟོང་དང་ལྷན་པ་ཡུལ་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་པའི་མོས་  
པ་དང་། དེ་ཡང་རང་ཉིད་ཆངས་པ་ཆེན་པོར་མོས། དེ་ལས་རང་འབྲུ་གངས་  
མེད་པར་སྟོས་ཏེ་ཕྱོགས་བཅུའི་སངས་རྒྱས་སམ། དེ་ཡང་མ་སྟོགས་ན་  
ཆོགས་ཞིང་གི་གངས་དང་། དེ་ཡང་མ་སྟོགས་ན་གཅིག་གིས་འཁོར་ལོ་ཡུལ་  
བའི་མོས་པ་བྱ།

དུག་པ་མྱ་ངན་ལས་མི་འདའ་བར་གསོལ་བ་འདེབས་པའི་ཡན་ལག་ནི།  
མདོ་ལས། སངས་རྒྱས་མྱ་ངན་ཡོངས་མི་འདའ། །ཞེས་སོགས་ལྟར། སྤྱིར་

སངས་རྒྱལ་མྱ་ངན་ལས་འདའ་བ་དང་། ཆོས་རྒྱལ་པ་མེད་ཀྱང་། མཆོག་གི་  
སྒྲུལ་སྒྲུ་མྱ་ངན་ལས་འདའ་བར་སྟོན་པ་ལ་མྱ་ངན་ལས་མི་འདའ་བར་གསོལ་  
བ་འདེབས་དགོས། དེ་མ་བཟུབ་ན་སྟོན་ཆེ་སྟེ། སངས་རྒྱལ་མྱ་ངན་ལས་  
འདའ་ཁར། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་མི་འཇིགས་པ་བཞི་དང་། རྩ་འབྲུལ་  
གྱི་རྒྱུ་པ་བཞི་ལ་བརྟེན་གོམས་མང་དུ་མཛད། རྡོ་རྗེ་ལྷ་བུའི་སྒྲུ་བརྟེན་པས་  
སངས་རྒྱལ་གྱིས་བཞུགས་པར་བཞེད་ན་བསྐྱལ་བའམ་བསྐྱལ་བ་བས་ལྷག་  
པའང་བཞུགས་ཞེས་ཀྱན་དགའ་བོ་ལ་གསུངས་ཀྱང་ཀྱན་དགའ་བོ་བདུད་  
གྱིས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པས་དོན་མ་གོ་ནས་གསོལ་བ་མ་བཟུབ་པས་སྟོན་  
པ་དགྲུང་ལོ་བརྒྱད་ཅུ་པར་མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ལྟར་ཡིན་པས་གསོལ་  
འདེབས་དུས་ལས་མི་ཡོལ་བ་གཤམ་ཆེ། འདིའི་སྐབས་མཆུལ་ལ་ཆོམ་བྱ་ལྷ་  
བཀོད་དེ་རྡོ་རྗེའི་བྱིར་མོས། དེ་ཡང་ཆོགས་ཞིང་གི་གྲངས་སམ། མ་རྒྱས་  
ན་བྱི་གཅིག་ལྷལ་བ་ཆོགས་ཞིང་གི་བྱིར་ཐེམ་པའི་མོས་པ་བྱ། ཆོས་འཁོར་  
བསྐྱོར་བར་བསྐྱལ་བ་དང་འདི་གཉིས་ལ་ཞལ་གྱིས་བཞེས་པའི་མོས་པ་  
རེའང་བྱེད།

བདུན་པ་བསྟོ་བའི་ཡན་ལག་ནི། རྗེས་སུ་བསྟོ་བ་བྱེད་པ་འདི་གཤམ་ཆེ་  
སྟེ། འདི་དང་ཀྱན་སྟོང་བཅོས་པ་གཉིས་ལ་བཀའ་གདམས་སྟོ་སྟོང་ལས།  
ཐོག་མཐའ་གཉིས་ལ་བྱ་བ་གཉིས། །ཞེས་གསུངས། བསྟོ་སྟོན་གཉིས་སྟོ་  
མས་སྟེ་མར་བྱལ། བསྟོ་བ་ལ་བསྟོ་བུའི་རྩ་ཡོད་ནས་བསྟོ་བ་དགོས། དེ་  
ཡང་བསྟོ་བའི་ས་བཅད་དྲུག་ལས། གང་བསྟོ་བ་ནི་དགེ་ཅ། གང་གི་ཆེད་དུ་

བསྟོ་བ་ནི་དགོ་ཙ་མི་ཟད་པའི་ཆེད་དང་། གང་དུ་བསྟོ་བ་ནི་སྤྲ་མེད་རྫོགས་  
བྱུང་དུ་དང་། གང་གི་དོན་དུ་བསྟོ་བ་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ།  
ཚུ་ལ་ངེ་ལྟར་བསྟོ་བ་ནི་རྒྱན་ལས། ཐབས་དང་མི་དམིགས་པ་དག་གིས།  
།ཞེས་པ་ལྟར་འཁོར་གསུམ་མི་དམིགས་པ་སོགས་ཐབས་ཤེས་བྱུང་འབྲེལ་  
ཀྱི་སྟོས་བསྟོ་བྱའི་རྣམས་ལ་བདེན་ཞེན་བཀག་སྟེ་བསྟོ་བ། བསྟོ་བའི་ངོ་བོ་ནི་  
དགོ་ཙ་མི་ཟད་པའི་འདུན་པས་ཟེན་པའི་དགོ་བ་རྫོགས་བྱུང་གི་རྒྱར་སྒྱར་  
བའི་སེམས་པ་ཞིག་ལ་བྱེད་པ་ཡིན། དེས་ན་སྟོན་ལམ་འདི་སྟོབས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་  
བ་ནི། དཔེར་ན་སྟོན་པའི་སྟོན་ལམ་ཀྱི་མཐུ་ལས། ད་ལྟ་རང་ཅག་ཆོས་ཀྱིས་  
མི་ཐོངས་པ་འདི་ལྟར་ཡིན། ལྷ་རིའི་བྱ་ཤེས་རབ་ཅན་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་  
ཡང་བསྟོ་སྟོན་སོགས་ཀྱི་མཐུས་ཡིན། དགོ་བ་ཏྲ་དང་། སྟོན་ལམ་སྤྲུབ་དང་  
འབྲ་ཚུ་ལ་དང་། དེར་མ་ཟད་དཔེར་ན་རྒྱ་གསེར་དངུལ་ལྟ་བུ་ལྟ་སྒྱུར་བཞེངས་  
སམ། སྟོད་དུ་འཆོས་བཟོ་བོའི་བྱེད་ལས་ལ་རག་ལས་པ་ལྟར། དགོ་བར་ཡང་  
འབྲས་བུ་མཆོག་དམན་གང་དུ་བསྒྱུར་བསྟོ་སྟོན་ལ་རག་ལས་ཏེ། བྲམ་བེ་  
ལས་དུག་པར་སྒྱེ་བ་ལེན་པའི་རྒྱ་དགོ་ཙ་མི་ཟོབས་ཆེ་བ་ལྟར་པའི་མི་ཞིག་འཆི་  
ཁར་སྤང་པོ་ཆེ་ལེགས་པ་ཞིག་མཐོང་ནས་དེ་ལ་སྟེད་དེ་བརྒྱ་བྱིན་ཀྱི་བཞོན་  
པ་སྤང་ཆེན་ས་ལ་རབ་བཏན་དུ་སྒྱེས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། ཁོ་བོས་ཀྱང་སྤྲུབ་བྱེས་  
པ་རྒྱུད་དུ་འབྲས་བུ་ནས། བསྟོན་པ་རིན་ཆེན་མཆོག་གིས་མ་བྱུང་བའམ། །  
ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྟོན་ལམ་ཤ་སྟག་བཏབ་པས་ད་ལྟ་ཏྲ་ག་པར་འཆད་ཉན་ཟེན་  
པ་མེད་པའི་བྲེལ་བ་ཅན་འདི་བྱུང་། དེའི་ཆེ་དཔེན་པའི་རི་སྤྲུལ་དུ་སྒྱུབ་པ་ཅེ་

གཅིག་གྱེད་རྒྱུ་འཕྲུལ་སྒྲིབ་ལམ་མ་བཟུང་བ་པངས། སྒྲིབ་ལམ་ཡང་། ཆེ་འདྲིའི་  
 བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་ཆེད་དུ་མི་བསྟོ། བསྟོ་བ་མ་བྱས་ན་ཁོང་ཁྱོས་འཛོམས་འགྲོ་བ་  
 ཡིན། སྦྱོང་འཇུག་ལས། བསྐྱལ་བ་སྟོང་དུ་བསགས་པ་ཡི། །སྦྱིན་དང་བདེ་  
 ག་ཤེགས་མཆོད་ལ་སོགས། །ལེགས་སྦྱང་གང་ཡིན་དེ་ཀུན་ཀྱང་། །ཁོང་ཁྱོ་  
 གཅིག་གིས་འཛོམས་པར་གྱེད། །ཅེས་བསྐྱལ་བ་སྟོང་གི་དགོ་རྩ་འཛོམས་པ་  
 དང་། འཇུག་པ་ལས། གང་ཕྱིར་རྒྱལ་སྤྲུལ་རྣམས་ལ་ཁྱོས་པ་ཡིས། །སྦྱིན་དང་  
 ཁྱིམས་བྱང་དགོ་བ་བསྐྱལ་བ་བརྒྱུ། །བསགས་པ་སྦྱང་ཅིག་གིས་འཛོམས་  
 དེ་ཡི་ཕྱིར། །མི་བཟོད་ལས་གཞན་སྤྲིག་པ་ཡོད་མ་ཡིན། །ཞེས་བསྐྱལ་བ་  
 བརྒྱུར་བསགས་པའི་དགོ་རྩ་འཛོམས་པར་གསུངས་པ་ཁོང་ཁྱོ་གྱེད་མཁན་  
 དང་། བྱ་ཡུལ་གཉིས་ཉོགས་པ་མཐོང་མན་གྱི་བྱང་པར་གྱིས་བསྐྱལ་བ་བརྒྱུ་  
 དང་སྟོང་གི་དགོ་རྩ་འཛོམས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་བྱང་སེམས་མ་ཡིན་པས་བྱང་  
 སེམས་ལ་ཁྱོས་ན་བསྐྱལ་བ་སྟོང་དུ་བསགས་པ་དང་། བྱང་སེམས་སྟོབས་ཆེ་  
 བས་ཆུང་བ་ལ་ཁྱོས་ན་བསྐྱལ་བ་བརྒྱུར་བསགས་པའི་དགོ་རྩ་འཛོམས་པར་  
 གསུངས་པ་ཡིན།

ཁོང་ཁྱོས་དགོ་རྩ་མི་འཛོམས་པའི་ཐབས་ནི། སྟོ་གྲོས་རྒྱ་མཆོས་ཞུས་  
 པའི་མདོར། རི་ལྟར་རྒྱ་མཆོ་ཆེ་ནང་ཆུ་ཐིགས་ལྷུང་། །རྒྱ་མཆོ་མ་ཟད་བར་  
 དུ་དེ་མི་འཛོད། །དེ་བཞིན་བྱང་ཆུབ་ཡོངས་བསྟོའི་དགོ་བ་ཡང་། །བྱང་ཆུབ་  
 མ་ཐོབ་བར་དུ་དེ་མི་འཛོད། །ཅེས་སོགས་གསུངས་པ་བཞིན། རང་གི་དགོ་  
 རྩ་ཆུ་ཐིགས་ལྷུ་བྱ་དེ་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་བཅས་ཀྱི་དགོ་རྩ་རྒྱ་མཆོ་དང་འབྲ་བར་



བསྐྱོ་བས་བསྐྱེ་བར་བྱས་ན་བྱང་ཆུབ་མ་ཐོབ་བར་དུ་མི་མཛད་པར་བང་ཆེན་  
པ་གཉིས་ཀྱིས་རྩམ་པ་བསྐྱེས་པའི་དཔེ་བཅས་གསུངས། མདོ་ལུང་འདི་དང་  
སང་གི་མདོ་ཡོངས་གྲགས་ན་མེད་ཀྱང་།      སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་གི་མདོ་  
ཞིན་ཏུ་མང་བས་མདོ་ཞིག་ཏུ་སློ་གྲོས་རྒྱ་མཚོས་ཞུས་པ་ཞིག་ཡིན་ངེས་  
གསུངས། རྗེ་ལྟར་བསྐྱོ་ན་མདོ་ལས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དང་ཐུན་མོང་  
དུ་བྱས་ཏེ་ཞེས་པ་དང་། རྒྱན་ལས། ཡོངས་སུ་བསྐྱོ་བ་བྱུང་པར་ཅན། །ནས།  
ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་མཆོན་ཉིད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། བདེན་ཞེན་བཀག་  
པས་བྱུང་པར་ཅན་དུ་བྱེད་པའོ། །དགོ་བ་རྫོགས་བྱང་དུ་བསྐྱོ་བ་སྦྱིར་ཡོངས་  
གྲགས་ལྟར་དགོ་བ་འདི་གཞན་དོན་དུ་རྫོགས་བྱང་ཐོབ་པའི་རྒྱུར་རྒྱུར་ཅིག་  
སྟམ་པ་དེ་ཡང་ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་རང་རའི་དགོ་རྩ་དེ་སེམས་ཅན་ཐམས་  
ཅད་དང་ཐུན་མོང་དུ་བྱས་ཏེ་རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱི་གཞན་དོན་རྒྱ་ཆེར་མཛད་  
པའི་དགོ་རྩ་ཟད་མི་ཤེས་པ་དེའི་ནང་དུ་བསྐྱེས་པ་ལྟ་བུའམ།      གཞན་དོན་  
མཛད་པའི་ཆ་རྒྱུན་དུ་ཕུལ་ཏེ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་འགོ་ཀྱན་བྱང་ཆུབ་ལ་འགོད་  
པའི་རྒྱུར་སློན་པ་དེ་གནད་ཆེ། མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས། བརྟན་པ་རྣམས་ཀྱི་བསྐྱོ་  
བ་ནི། །སེམས་པ་འདུན་དང་བཅས་པ་འོ། །ཞེས་བསྐྱོ་བ་ནི་གོང་སློས་ལྟར་  
དགོ་རྩ་མི་ཟད་པར་བྱེད་པའི་སེམས་བྱང་སེམས་པ་ཞིག་ལ་བྱེད། བསྐྱོ་བའི་  
དཔང་པོ་ནི། ར་མདར་སྐྱན་པ་ལྟ་བུ་སྟེ་སྒྲ་མ་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་བསྐྱོ་བའི་  
དཔང་པོར་གསོལ་བ་ཡིན།      གསང་འདུས་ཀྱི་ཉིར་བསྐྱུ་མ་བྱས་གོང་སློན་  
ལས་འདོན་པ་ཡང་དཔང་པོར་བྱེད་པའི་དོན་ཡིན། དེས་ན་རང་ཅག་གི་དགོ་

བ་ཚུང་དུ་ཡང་རྫོགས་བྱུང་གི་རྒྱུར་བསྐྱོར་ན་དེ་མ་ཐོབ་བར་མི་འདྲད།  
 དགེ་བ་བསྐྱོར་ཚུལ་ལ་གསུམ་སྟེ། རང་གཞན་གྱི་རྒྱུད་ལ་སངས་རྒྱལ་  
 གྱི་བསྐྱོར་བ་རྒྱལ་བ་དང་། ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་  
 གྱིས་རྗེས་སུ་བཟུང་བ་དང་། ལྷ་མེད་རྫོགས་བྱུང་འཐོབ་པའི་རྒྱུར་བསྐྱོར་བ་  
 བཅས་བསྐྱོར་བ་ཆེན་པོ་དེ་གསུམ་གང་རུང་ཞིག་བྱེད་དགོས། དེ་ཡང་། རྒྱལ་  
 སྐུ་སྐྱོན་ལམ་གསུམ་ལྟར་སྤྱང་ནམས་ནི། །སོགས་ལྟར་དམ་ཆོས་འདྲིན་པ་ནི་  
 བསྐྱོར་བ་རྒྱལ་བའི་རྒྱུར་སོང་བ་ཡིན་ཞིང་། དམ་ཆོས་ནི་ལུང་རྟོགས་གྱི་  
 བསྐྱོར་བ་གཉིས་ལ་བྱེད་པས་དེ་རྒྱལ་བའི་རྒྱུར་བསྐྱོར་བ་དང་། ཡང་ན། དུག་  
 འཆ་ལ་བ་དང་མཆོད་ཅིང་བཤུགས་པ་དང་། །སོགས་ལྟར་འབྲས་བུ་རྫོགས་  
 བྱུང་ཐོབ་པའི་རྒྱུར་བསྐྱོར་བ་དང་། ཡང་ན་རྒྱུ་དམ་ཆོས་འདྲིན་པ་དང་འབྲས་  
 བུ་རྫོགས་བྱུང་ཐོབ་པ་གཉིས་ཀ་བཤེས་གཉེན་དམ་པས་རྗེས་སུ་འདྲིན་པ་  
 ལ་རག་ལས་པས། སྐྱོན་པ་ལྷ་ན་མེད་པའི་བསྐྱོར་བ་དང་། །སོགས་ལྟར་ལྷ་  
 མས་རྗེས་སུ་འདྲིན་པའི་རྒྱུར་བསྐྱོར་བ་ཀྱང་ཆོག་པས་དེ་གསུམ་གང་རུང་དུ་  
 བསྐྱོར་བར་བྱེད། དགེ་བ་ཅུང་ཟད་ཅེས་པ་ཁེངས་སྤྱངས་པ་སྟེ་ད་རྒྱལ་མེད་  
 པ། བདག་གིས་ཅི་བསགས་པ་ཞེས་པ་བྱས་བསགས་ཆང་བའི་ལས་དང་།  
 ཐམས་ཅད་བདག་གིས་སོགས་དགེ་བ་དེ་རྫོགས་བྱུང་འཐོབ་པའི་རྒྱུར་  
 བསྐྱོར་བ་ཡིན། རྒྱུར་བསྐྱོར་བ་དང་འབྲས་བུར་བསྐྱོར་བ་ལ་བྱེད་པར་མེད་དེ།  
 རྒྱུ་ནས་སྤྱོད་བ་དང་། འབྲས་བུ་རྩམ་པ་སྤྱོད་བ་ལ་བྱེད་མེད་པ་ལྟ་བུ་ཡིན།  
 འོན་ཀྱང་རང་ཅག་གིས་བསྐྱོར་བ་སོགས་རྗེས་སུ་བྱེད་པ་མི་ཤེས་པས། འཇམ་

དཔལ་དཔལ་པོས་སོགས་བཏོན་ཏེ་བསྒྲུབ་ན། དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱས་  
རྣམས་ཀྱིས་སྒྲོན་ལམ་གྱི་མཆོག་གང་ལ་གསུངས་ཤིང་། ངེ་ལྟར་སྒྲོན་པ་  
མཛོད་པ་དང་། འཇམ་དཔལ་དབྱངས་དང་། ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་སོགས་ཀྱིས་  
བསྒྲོ་བ་ངེ་ལྟར་གནང་བའི་རྒྱལ་སྤྱི་རྣམས་ཀྱི་སྒྲོན་ལམ་འབྲུམ་ཕྱག་གངས་  
མེད་བཅུར་གསུངས་པ་རྣམས་སྒྲོ་ག་གཉིས་པོ་འདིར་འདུས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་  
གྲོགས་མི་དམིགས་པའི་ལྟ་བུ་བས་བློན་པ་དགོས།

དེ་ལྟར་ཡན་ལག་བདུན་པ་འདི་དུག་གསུམ་གྱི་གཉེན་པོར་འགྲོ་ཚུལ་  
ཕྱག་འཆའ་བ་ད་རྒྱལ་གྱི། མཆོད་པ་སེར་སྒྲི། སྒྲིག་བཤམས་ནི་དུག་  
གསུམ་གཤི། ཡི་རང་ཕྱག་དོག་གི། ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བར་བསྐྱལ་བ་ཆོས་  
སྤོང་གི། ལྷ་པོ་ལས་མི་འདའ་བར་གསོལ་བ་ནི་སྒྲ་མ་ལ་བརྟེན་སྤོང་ཤོར་  
བ་སོགས་ཀྱི། བསྒྲོ་བ་ནི་ཁོང་ཁྱོད་གཉེན་པོར་འགྲོ། གཞན་ཡང་ཡན་ལག་  
བདུན་པ་འདི་བསགས་སྐྱེད་སྤེལ་གསུམ་དུ་འདུ་སྟེ། ཡན་ལག་སྤེད་ལྔ་  
ཆོགས་བསགས་དང་། བཤམས་པ་སྐྱེད་བ། ཡི་རང་གི་སྤྱོད་སྤེལ་གཅིག་དང་  
བསྒྲོ་བས་དག་ཅུ་གོང་དུ་སྤེལ་བའོ། །ཡིག་ཆར་མི་གསལ་ཡང་། སྐྱབས་  
མཆོག་དྲགས་པོ་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེའི་གསུང་རྒྱན་ལ། ཡན་ལག་བདུན་ལ་ལག་  
རྩེས་མི་འདྲ་བ་ཡོད་དེ། ཕྱག་འཆའ་བས་གཙུག་ཏྲར་འབྲུབ་པའི་ལག་རྩེས་  
འཛོག་པ་སྤར་བཤམས་པ་བཞིན་དང་། མཆོད་པས་ནི་ལོངས་སྤྱོད་ནམ་མཁའ་  
མཛོད་ལ་མངའ་བརྟེན་པ་དང་། བཤམས་པས་སྤྱི་བ་གཉིས་བཟང་པར་སྤང་བ་  
དང་། ཡི་རང་གིས་མཐོང་ན་མི་མཐུན་པ་མེད་པའི་སྐྱེ་འབྲུབ་པ་དང་། ཆོས་

འཁོར་བསྐྱོར་བར་བསྐྱེལ་བས་གསུང་ཆངས་པའི་དབྱངས་དང་། སྤྱངན་  
 ལས་མི་འདའ་བར་གསོལ་བ་འདེབས་པས་སྐྱེ་ཆའི་རིག་འཛིན་ནམ། རྫོང་ཆའི་  
 སྐྱེ་བཞེས་པ་དང་། བསྐྱོར་བས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་སྤྱི་ཐོབ་པའི་ལག་རྒྱུས་  
 འཛོག་། །གསོལ་འདེབས་ཀྱི་མཁུལ་འདི་ཡར་སྐྱར་བ་དང་། མར་བཅད་པའི་  
 ལུགས་གཉིས་ཡོད་ཀྱང་། ཡར་སྐྱར་བ་བྱག་བཞེས་ཀྱི་རྒྱན་ཡིན། འདི་ནི་  
 རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོའི་མདུན་དུ་དོན་གལ་ཆེན་ཞིག་ཞུ་ན། འབྲུལ་བ་གཏོས་ཆེ་བ་  
 ཞིག་སྤོན་དུ་ཕུལ་ནས་ཞུ་དགོས་པ་ལྟར། རང་རེ་རྣམས་ཆོག་མཁན་ཞིང་ལ་དོན་  
 གལ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་གསུམ་ཞུ་དགོས་པས་དེའི་དོན་དུ་མཁུལ་འབྲུལ་བ་ཡིན།  
 དོན་ཆེན་པོ་གསུམ་ནི། ཆེ་རིང་བ་དང་ནད་མེད་པ་ལྟ་བུའི་རང་དོན་ཞིག་ལ་  
 མི་བཅེར་གྱི། བཤེས་གཉེན་ལ་མ་གྲུས་པ་སོགས་སྤྱི་ཅི་ལོག་གི་སྒོ་སྒྲིལ་གྱི་  
 པ་དོན་གཅིག་། སྤྱི་ཅི་མ་ལོག་པའི་སྒོ་མཐའ་དག་སྐྱེ་བ་དོན་གཅིག་། སྤྱི་ནང་  
 གི་བར་ཆད་ཞི་བ་དོན་གཅིག་སྟེ་གསུམ་ཡིན། སྤྱགས་དང་སྐྱར་ན། བཤེས་  
 གཉེན་ལ་མ་གྲུས་པ་ནས་བཟུང་སྟེ་སྤང་མཆེད་ཐོབ་གསུམ་གྱི་གཉིས་སྤང་  
 ལྷ་མོའི་བར་གྱི་ཞེས་སྐྱར། སྒྲོལ་ཆོས་འདིར་བཤེས་གཉེན་ལ་མ་གྲུས་པ་  
 སོགས་ཞེས་གསུངས་ཀྱི། འདིའི་བར་ཞེས་མ་གསུངས་པ་སྤྱགས་ཀྱི་དེའང་  
 འཇུག་ཆོག་པ་ལ་དགོངས། འདི་འབྲུའི་དོན་གསུམ་དུ་མ་འདུས་པའི་ཆོས་  
 མཐུན་གྱི་དོན་མེད་གསུངས། བར་ཆད་ནི་ཆོས་སྐྱབ་པའི་སྤྱིའི་བར་ཆད་  
 རྒྱལ་པོ་ཆོས་བཞེན་དུ་མི་བྱེད་པ་དང་དམག་འཇུགས་སོགས། ནང་གི་བར་  
 ཆད་ན་ཆ་སོགས་དང་། གསང་བའི་བར་ཆད་སྒོ་ཆོས་ལ་བཀོལ་དུ་མི་བཟུབ་

ཅིང་ལས་སྤྱི་མི་རུང་བ་ལ་བྱེད།      རེ་རེ་ལའང་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།  
ཞེས་སྤྱར་བ་ཕྱག་བཞེས་ཡིན།  
སྤྱོད་ཆོས་དྲུག་པ།

གསོལ་བ་འདེབས་པ་མན་ངག་བཞིན་རྒྱུད་དང་འབྲེས་ངེས་སྤྱི་བྱ་བ་ནི།

དེ་ལ་སྤྱར་ཞུས་པ་བཞིན་རྟོགས་པ་རྒྱུད་ལ་སྤྱོད་བའི་ཐབས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་  
པ་སླ་མ་ཡི་དམ་དབྱེར་མེད་དུ་བྱས་ཏེ་གསོལ་བ་འདེབས་པ་ཉིད་དེ།      རང་  
ཅག་གི་རྒྱུད་ལ་ཉམས་རྟོགས་སྤྱོད་བ་ནི་བྱིན་རྒྱབས་ཞུགས་པ་ལ་རག་ལས།  
རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱབས་རང་རྒྱུད་ལ་ཞུགས་པ་གསོལ་འདེབས་  
ལ་རག་ལས་པས་སོ།      །གསོལ་འདེབས་ཀྱི་ཆོག་ཀྱང་མི་འདྲ་བ་མང་མོད།  
འབྲེན་པ་མཉམ་མེད་སོགས་འདི་བྱིན་རྒྱབས་ཀྱི་ཆོན་ཁ་ཞིན་ཏུ་ཆེ་བས་འདི་  
མི་འདོན་པར་འཛོག་པ་པངས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞེས་གསུངས།      རྒྱ་ཆེན་སྤྱོད་  
བརྒྱུད་དང་།      ཐབ་མོ་ལྟ་བརྒྱུད་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་སྟོན་པའི་གསོལ་འདེབས་  
ལ་རིམ་བཞིན་འབྲེན་པ་མཉམ་མེད་དང་སྤྱི་བ་སླ་མེད་ཅེས་སོ་སོར་སྤྱར་བ་  
དེ་ཐབ་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་དང་མཐུན་པར་བཅེ་བ་དང་།      མཁྱེན་པ་ཕུན་ཆོགས་  
ལ་སྤྱར་ཞིང་།      སྤྱི་བ་སླ་མེད་ཀྱི་དོན་ཕུབ་པས་རྟོན་འབྱུང་གསུངས་པ་ལ་  
བསྐྱུགས་པ་ཡིན་ཚུལ་སོགས་གསུངས།      དེ་ནས་དོན་ཆེན་པོ་དཔོན་ལ་ཞུ་  
བར་ངོ་ཆེན་ཞུ་བ་པོ་དགོས་པ་བཞིན་དུ་མདུན་གྱི་རྩ་བའི་སྤྱི་མ་ཞལ་མཇལ་

དུས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་ལས་རང་འདྲ་གཉིས་པ་ཞིག་འཛོན་ཏེ། རང་གི་སྤྱི་བོར་  
 བཞུགས་ནས་གསོལ་འདེབས་མཉམ་དུ་མཛད་དེ། རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་ལ་  
 དབུ་འཛེན་གྱི་ཚུལ་དུ་མཛད་པའི་མོས་པས། དཔལ་ལྷན་རྩ་བའི་སྤྲ་མ་ཞེས་  
 སོགས་བྲ། སྤྱི་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་དངོས་བྱུང་སྤྱུལ་དུ་གསོལ། །ལན་དང་པོའི་  
 སྐབས་སྤྲ་མ་རང་འདྲ་ཞིག་རང་གི་སྤྱི་བོར་བྱོན། གཉིས་པའི་སྐབས་དེ་ལས་  
 བདུད་རྩི་འབེབས་སྤྱང་དང་རང་འདྲ་བསྟེམ། འཇམ་ཞལ་སྒྲོར་ཆོས་སྤྱི་ཆོག་  
 ཀླང་བཞི་པ་ལན་གཉིས་འདོན་པ་ཕྱག་བཞེས་མི་མཛད་ཀྱང་། བདེ་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 ཆོས་སྐབས་ཀླང་པ་ཐ་མ་ལན་གཉིས་འདོན་པའི་དང་པོར། རྩ་སྤྱི་སྐབས་  
 ཟབ་རྒྱས་གཉིས་དང་། གཞན་རྒྱ་ཆེན་སྤྱོད་བརྒྱད་ཀྱི་སྤྲ་མའི་སྐབས་རྒྱ་ཆེ་  
 བའི་ལམ་དང་། ཟབ་མོ་ལྟ་བརྒྱད་ཀྱི་སྐབས་ཟབ་མོའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་རྒྱད་ལ་  
 སྤྱི་བའི་མི་མ་ཐུན་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་པའི་མོས་པ་དང་། གཉིས་པའི་སྐབས་སྤྲ་མ་དེ་  
 རྣམས་ལས་རང་འདྲ་རེ་རང་ལ་བསྟེམ་པས་ཟབ་རྒྱས་གང་ཡིན་གྱི་རྟོགས་པ་  
 སྤྱི་བའི་མོས་པ་བྲ།

བརྒྱད་པ་ཡང་སྤྱི་ར་བཏང་བཀའ་གདམས་ལམ་རིམ་པའི་བརྒྱད་པ།  
 རྣལ་འབྱོར་དབང་ཕྱག་དཔལ་ལྷན་དགོན་པ་བ། །ཞེས་སོགས་རྒྱ་ཆེན་སྤྱོད་  
 བརྒྱད་ཀྱི་སྤྲ་མའི་མཐུག་ཏུ་སྤྱོད་བས། དེ་དག་རྒྱ་ཆེན་སྤྱོད་བརྒྱད་ཡིན་ནམ་  
 སྤྲ་མ་པ་འབྱུང་ཡང་དེ་ལྟར་མིན་ལ། བྲ་གོར་མཁན་ཆེན་གྱི་གསོལ་འདེབས།  
 ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེའི་ཆོས་ལ་མངའ་བརྟེན་པས། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་རྗེས་སུ། བྱུང་  
 པའི་དབང་ཕྱག་ཆེན་པོ་ཚུལ་བྲིམས་འབར། །ཞེས་འབྱུང་བས་དེ་གཉིས་



འདྲེས་པ་ལྟ་བུར་སྒྲུང་མོད། དེ་ནི་དེ་ལྟར་མིན་ཏེ། འདོན་ལུགས་མན་ངག་  
བཞིན་རྒྱ་ཆེན་སྟོང་བརྒྱད་ཀྱི་ཇོ་པོའི་བར་སླེབས་ཟིན་ནས་བརྒྱད་པའི་ཚུ་བོ་  
འདྲེས་རྗེས་ཀྱི་བཀའ་གདམས་པ་མི་འཇུག་པར། ལྟ་བུར་ཀྱི་ཇོ་འབྲོམ་ཡབ་  
སྐུ་ལ་ཐུག་གི་བར་འདོན། དེ་ནས་བཀྲོས་གཞིན་ཀྱི་དབང་གིས་དགོན་པ་  
བ་དང་པོར་བྱས་པས་བཀའ་གདམས་ལམ་རིམ་པ་ནམ་མཁའ་རྒྱལ་མཆོན་  
ཀྱི་བར་དང་། དེ་མཆོམས་གཞུང་པ་བ་པོ་ཏོ་བ་ནས་ཆོས་སྐྱབས་བཟང་པོའི་  
བར། དེ་ནས་མན་ངག་པ་སྟུན་སྒྲ་ཚུ་ལ་ཁྲིམས་འབར་ནས་ནམ་མཁའ་རྒྱལ་  
མཆོན་བར་འདོན། དེ་མཆོམས་བརྒྱད་པའི་ཚུ་བོ་གསུམ་གཅིག་འདྲེས་སུ་  
གྱུར་པ་རྗེ་རིན་པོ་ཆེའི་གསོལ་འདེབས་གཅིག་ལས་མི་འབྱུང་ལ། དེ་ཡང་  
ཁྱིན་སྐབས་ཀྱི་བྱད་དམིགས་བཅེ་མ་འདོན། དེས་ན་ཆོག་མཁན་ཞིང་དུ་ཡང་  
བྱམས་འཇམ་དབྱངས་ལ་ལྟ་སྟོང་ཀྱི་བརྒྱད་པའི་སླ་མ་ཇོ་འབྲོམ་ལ་ཐུག་  
གི་བར་ཀྱིས་བསྐྱོར་བ་དང་། དགོན་པ་བ་ལ་སྟེ་ཕུ་བུར་པ་སོགས་བདུན་  
ཀྱིས་བསྐྱོར་བའི་ལམ་རིམ་པའི་སླ་མ་ལྟ་སྟོང་གཉིས་ཀའི་མདུན་དུ་འཛིན་  
གྲ་འཆོག་པ་བཞིན་གསལ་བཏབ། ལམ་རིམ་པའི་གཡས་གཡོན་གང་  
རུང་དུ་གཞུང་པ་བའི་སླ་མ་པོ་ཏོ་བ་ལ་གཞན་དགུས་བསྐྱོར་བ། ལམ་རིམ་  
པའི་གཡས་གཡོན་གང་རུང་དུ་སྟུན་སྒྲ་བར་བདུན་ཀྱིས་བསྐྱོར་བ་གསལ་  
འདེབས། དེ་འདྲ་བའི་བརྒྱད་པ་གསུམ་གའི་མདུན་དུ་རྗེ་སླ་མ་དང་། དེའི་  
གཡས་གཡོན་དུ་བཀའ་གདམས་གསར་མའི་སླ་མ་རྣམས་གྲལ་དུ་བསྒྲིགས།  
དེས་ན་གསོལ་འདེབས་འདིར་ཆོག་ཉུང་ཡང་ཆོག་བཞི་རེའི་ནང་སླ་མ་

སོ་སོའི་རྣམ་ཐར་གྱི་འགག་སྒྲོལ་ལྟ་བུ་ཆང་ཡོད་པས་ཤེས་ན་དེ་དག་བླ་མ་ཏེ་  
ཡི་རང་དང་། སྒྲོལ་འདོད་བསྐྱེད་ཅིང་། གསོལ་འདེབས་ཀྱི་ཆོག་ཐ་མ་ལན་  
གཉིས་བརྗོད་པའི་ཕྱི་མ་ལ་དེ་དང་དེའི་རྣམ་ཐར་བཞིན་ལུང་རྟོགས་ཀྱི་ཡོན་  
ཏན་ཐོབ་བྱུང་སྐྱེས་པ་བྱེད།

མཐུག་ཏུ་དཔལ་ལྷན་སྒྲུ་མའི་རྣམ་པར་ཐར་པ་ལ། །སོགས་སྒྲོ་ག་གཅིག་  
སྒྱུར་བ་བྱག་ལེན་ཡིན། དེ་དག་ཟིན་ནས་ལམ་རིམ་ལ་བཞུགས་སྒྲོལ་ལོགས་སུ་  
མི་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱི་ཆོ། ཡོན་ཏན་གཞི་གྱུར་མ་བཏོན་ནས་བཞུགས་སྒྲོལ་བྱེད།  
བཞུགས་སྒྲོལ་ལོགས་སུ་བྱེད་པས་ནི་འདོན་མི་དགོས་པར་ཆོགས་ཞིང་བསྐྱེད་  
བས་ཆོག །དེ་ནི་སྒྲུ་མ་རྩོམ་ཞིང་འཆང་གི་ཐུགས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་འོད་ཟེར་འཕྲོས་པས་  
གཞན་རྣམས་གསལ་བར་བྱས་ཏེ་མེ་ལོང་ལ་ཏས་བཏབ་པ་བཞིན་འོག་གི་  
རྒྱལ་ཆེན་སོགས་རིམ་བཞིན་འོག་མ་འོག་མ་གོང་མ་གོང་མ་ལ་བད་འདབ་  
བཞིན་སྐྱེད་བྱུང་བཞུགས་པའི་ཡི་དམ་གྱི་བར་དང་། དེ་བཞིན་ཡང་ཐུབ་དབང་  
རྩོམ་ཞིང་འཆང་གི་ཐུགས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་བསྐྱེད། དེ་ནས་ལྟ་བུ་བསྐྱེད་ཀྱི་སྒྲུ་མ་འཇམ་དབྱངས་  
ལ་དང་། སྒྲོད་བསྐྱེད་ཀྱི་སྒྲུ་མ་བྱམས་པ་ལ། བྱིན་རྒྱལ་བས་བསྐྱེད་པའི་སྒྲུ་མ་རྩོ་  
རྩོམ་ཞིང་འཆང་ལ། ཆོས་འབྲེལ་དངོས་ཐོབ་ཀྱི་སྒྲུ་མ་རྩོ་བའི་སྒྲུ་མ་ཞལ་མཇལ་དུས་  
ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་ལ་བསྐྱེད་ཞིང་དེ་ལྟ་བུ་དམིགས་ཏེ། སངས་རྒྱུས་བྱང་སེམས་  
དངོས་སུ་མཇལ་བའི་སྐལ་བ་ཅན་དེ་དཔེ་སྐྱེས་དུ་གསལ་སྒྲུང་བཏོན། དེ་ནས་  
བྱམས་འཇམ་དབྱངས་གཉིས་འོད་དུ་ཁྱེད་ནས་གཙོ་བོར་བསྐྱེད། རྩོམ་ཞིང་འཆང་  
ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔེ་ལྟ་བུ་ཐེམ། དབྱས་ཀྱི་རྩོ་བའི་སྒྲུ་མ་ཞལ་མཇལ་དུས་

ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་དེ་འོད་ཟེལ་བྱས་ན་ཉེན་འབྱེལ་གྱི་གནད་ལ་གཞི་དུ་བཟུང་། ཙོ་བོ་སྒྲ་མ་ཞལ་བཞུགས་མ་བཞུགས་གང་ལྟར་ཡང་འོད་ཟེལ་མི་བྱེད་པར་མར་  
དོག་ལ་ནས་འབྱུང་བཅུག་པ་ལྟར་གཙོ་བོའི་ཐུགས་ཀྱི་དོ་རྗེ་འཆང་ལ་བསྟེན།  
སེང་ཁྱི་དང་དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་བཅས་གཙོ་བོའི་པད་གདན་ལ་ཐིམ། གཙོ་  
བོ་ཡང་འོད་དུ་ཟེལ་རང་གི་སྤྱི་བོའི་སྒྲ་མ་ལ་ཐིམ། གཙོ་བོའི་པད་གདན་ཡང་  
སྤྱི་བོའི་སྒྲ་མའི་པད་གདན་ལ་ཐིམ། སྤྱི་བོའི་སྒྲ་མ་སྟོན་པ་ལྟ་བུ་ཐུབ་པའི་རྣམ་  
པར་གསལ་བ་ལ་སྐྱབས་གནས་ཀྱི་འདུས་སུ་བལྟས་ནས་ཡན་ལག་བདུན་  
པ་མཐུལ་དང་བཅས་པ་མདོར་བསྐྱས་ཕུལ་རྗེས། གཞི་གཅིག་ལ་ནན་ཏན་  
ཀྱིས་འདེབས་པའི་ཕྱར་པ་བཞིན། སྒྲ་མ་གཅིག་ཕུལ་གསོལ་བ་འདེབས་  
པའི་ཕྱར་ཚུགས་གསོལ་འདེབས་བྱ་ཡི། འདི་ལས་འདི་ཨེ་དག་སྟམ་ནས་  
གསོལ་བ་འདེབས་ཡུལ་བརྗེ་བར་མི་བྱ། འདེབས་ཡུལ་མང་དགས་ན་དོན་  
མི་འབྱུང། དེ་ཡང་མཆོག་གསུམ་དང་སྐྱབས་གནས་ཀྱི་འདུས་ཀྱི་སྟོན་ནས་  
གསོལ་བ་འདེབས། སྐྱབས་ཞེས་བཤད་ཀྱི་དེ་གསོལ་འདེབས་འདི་དགའ་ལྡན་  
སྤྱུལ་པའི་སྒྲུགས་བམ་ལས་བྱུང་བའི་ཆོག་ཡིན་པས་བྱིན་རྒྱལ་གྱི་ཆོན་ཁ་  
ཆེ། གསོལ་འདེབས་དེ་ཡང་ཆོག་རྒྱུད་རྣམས་མཉམ་པར་བྱ་ཡི། སྤྱི་བོ་བུལ་  
ཆོས་སྤྱི་བོ་བཤད་ཀྱི་སྒྲ་མ་ལྟག་པའི་ལྟ། །ཟེར་བ་ལྟ་བུ་རིང་ཐུང་སྒྲ་ཆོགས་མི་  
བྱ། འདིའི་ཆེ་སྟོང་བཤད་གཞན་མཉམ་བརྗེ་ལྟ་བུར་སྟོབ་སྐྱབས་སྟོང་རྗེའི་  
ལྟ་མཆོག་འཕགས་པ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ཡིན་པས། སྐྱབས་ཞེས་བཤད་ཀྱི་དེ་  
སྒྲ་མ་ལྟག་པའི་ལྟ། །སྒྲ་མ་སྤྱན་རས་གཟིགས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །ཞེས་

བསྐྱུར། ལྟ་བའི་སྐྱབས་འཇམ་དབྱངས་ལ་བསྐྱུར་བ་རིགས་འགྲོ། འདི་ཡན་  
 སྒྲོལ་བ་ཡིན་པས་འགོ་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་ནས་ཞི་ལྷག་བར་འདྲ། ལྷ་  
 མ་དེ་ཉིད་མི་བསྐྱུ་བར་སྐྱེ་བོར་བཞུགས་བཞིན་པའི་ངང་ནས་དམིགས་སྒྲོལ་  
 རྣམས་སྐྱུང་། མི་འཆར་ན་སྐྱར་མཐུལ་འབྱུལ་ཞིང་གསོལ་བ་འདེབས། འདིའི་  
 བར་ལ་དངོས་གཞི་འཇུག་དགོས་པ་ཡིན་པས། ལམ་རིམ་ཆེ་ཆུང་བདེ་སྐྱུར་  
 སོགས་སྒྲོ་དང་བསྐྱུན་ནས། དེ་ཐོག་ནས་སྒྲོ་སྐྱུང་། དེ་ཡང་སྐྱབས་སོ་སོའི་  
 རྟོགས་པ་སྐྱེ་བའི་གསོལ་འདེབས་བྱས་པས་སྐྱེ་ལས་བདུད་ཅི་སྒྲ་ལྟའི་རྒྱན་  
 བབས་ནས། དེ་དང་དེའི་སྐྱབས་ཀྱི་གོགས་བྱེད་སྐྱུངས། དེ་དང་དེའི་ལམ་  
 རྒྱུད་ལ་སྐྱེས་པར་བསམ། དེ་ལྟར། ཐུབ་དབང་དོ་རྩེ་འཆར་ལ་གསོལ་བ་  
 འདེབས། །ཞེས་པ་ཡན་ཀྱི་སྒྲོལ་བ་རྣམས་འོག་གི་དམིགས་སྒྲོལ་ཀྱན་ལ་འདྲ།  
 དེ་ནས་བདག་དང་མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཁོར་བར་སྐྱེས་ནས་ཡུན་རིང་  
 ལ་འབྱུགས་བྲག་པའི་སྐྱུག་བསྐྱུལ་སྒྲ་ཆོགས་པ་ཞིག་སྤྱོད་བའདི་ཞེས་སོགས་  
 བདེ་ལམ་ལས་འབྱུང་བ་བཞིན་དང་། སྐྱེས་བྱ་ཆེན་པོའི་སྐྱབས་འཁོར་བར་  
 སྐྱེས་ནས་ཡུན་རིང་ལ་ཞེས་པ་དོར་ནས་གསོལ་འདེབས་བྱ། དེ་ནས་དངོས་  
 གཞི་བསྐྱོམ་དགོས་པ་ཡིན་ལ། སྐྱོམ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དམིགས་པ་ཞིག་ལ་སྐྱུར་  
 ཉེ་འདྲིས་ཐབས་བྱེད་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་པས་དེ་ཡང་བཤེས་གཉེན་ལ་མ་དད་  
 པའི་སེམས་དེ་དད་པའི་སེམས་ལ་སྐྱུར་ཉེ་དེ་ལ་འདྲིས་ཐབས་བྱེད་པས་  
 སེམས་དེ་རང་གི་དབང་དུ་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ་བསྐྱོམ་པ་སྟེ། རང་སེམས་ཉོན་  
 མོངས་པའི་དབང་དུ་སོང་བ་དེ་ལྟོག་ནས་དམིགས་པ་ལ་སྐྱུར་བའི་ཆེད་ཡིན།

དེ་ལའང་དབྱུང་འཛིག་གི་སྒྲིམ་གཉིས་ཡོད། དབྱུང་སྒྲིམ་ནི་ལུང་རིགས་  
དཔེ་དང་གཏན་ཆིགས་སོགས་མང་པོ་བསམས་ནས་བསྒྲིམ་པ་ལ་ཟེར། དེ་  
ཡང་གོ་སླ་བར་བརྗོད་ན། རང་རེ་ཆོས་རྒྱན་དུ་དབྱུང་སྒྲིམ་ལ་སྟག་བྱས་ཀྱང་།  
བྱེད་ས་ནོར་ཞིང་དུག་གསུམ་ལ་དབྱུང་སྒྲིམ་བྱས་པ་ཡིན། དཔེར་ན་ཁོང་ཁྱོ་  
ལ་མཆོན་ན། དང་པོར་དབྱ་བོ་དེ་མི་བླ་བ་ན་ཁོང་ཁྱོ་མི་སྐྱེ་ལ། དེ་བླ་ནས་  
དེས་ནི་ན་ནིང་ཆིག་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་སྤྲུལ། ལས་འདི་འདྲ་བྱས། དེ་ནས་ཡང་  
འདི་འདྲ་བའི་བརྟན་བཅོས་བྱས། ཐ་ན་མི་འདིས་མིག་གིས་ཀྱང་འདི་བཞིན་  
བལྟས་པ་སྟེ་ཞེས་སོགས་ཡང་ཡང་བླ་བ་ན། གདོང་དམར་ཕྱར་ཕྱར་བ་  
དང་། མཆན་ཁུང་ནས་རྩལ་ཡང་དོན་ཞིང་། དེའི་ཆེ་དབྱ་དེ་མིག་སྒར་ཡོད་  
ན། མགོ་བོ་ལ་ད་ལྟ་རང་ཁུ་ཚུར་བརྟེན་པ་ཐེ་མི་ཆོམ་པ་ལྟ་བུའི་ཁོང་ཁྱོ་སྐྱེ་བ་  
དེ། དེ་ལ་དབྱུང་སྒྲིམ་བྱས་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་འདོད་ཆགས་སོགས་ལའང་  
འདྲ་ཞིང་། རང་རེས་རྟགས་གསལ་ལ་བསམ་མཐོ་བཏང་བ་ནའང་། གཞན་  
ཆར་གཙོད་པའི་ཐབས་འབའ་ཞིག་ལྟར་སྒྲུབ་སྒྲུབ་པས་མ་བྱུང་བ་མ་གཏོགས་  
རང་གི་སེམས་སྟངས་ལ་སྒྲོ་ཁ་ནང་དུ་བསྒྲོར་ཏེ་དབྱུང་ན། འདི་ནས་བཤུད་  
པའི་དབྱུང་སྒྲིམ་རང་ཡིན། རང་རེ་ནི་སྒྲིམ་ཆེན་དང་སྒྲིམ་ཆེན་མི་འདྲ་ཞིང་  
ཉོན་མོངས་དུག་གསུམ་ལ་དབྱུང་སྒྲིམ་འབའ་ཞིག་བྱས་པས་འབྲུག་ཐག་ཀྱང་  
གཞན་ལས་ཉེ། ཞིང་ཁམས་ཀྱང་རི་ཁྱུང་ཐམས་ཅད་བརྒྱ་རྩ་ག་ལྟར་དམར་  
བའི་གནས་ངན་ཞིག་ཏུ་སྒྲེབ་ཉོན་ཡོད་གསུངས། དེས་ན་རང་རེས་དོན་མ་  
ཡིན་པའི་སྤྱོད་ལ་དབྱུང་སྒྲིམ་བྱས་པའི་ཆ་བ། ག་རེ་དལ་འབྱོར་ནི་ཅི། ཉེད་

དཀའ་ཚུལ་ནི་ཅི། རི་ལྷར་དོན་ཆེ། ཞེས་སོགས་དབྱུང་དགོས། དེ་ཡང་ས་  
 བཅད་སོ་སོར་ངེས་པར་བྱས་ནས། དལ་འབྱོར་དོན་ཆེ་ཆེད་དཀའ་བསྐྱོམ་  
 པའི་སྐབས་དེ་ཁོ་ནར་བྱེད་དགོས་ཀྱི། ཚུ་སྒྲོད་ཀྱི་ནང་དུ་བྱལ་བསྐྱོམ་བ་ལྷར་  
 ཆོས་ཡིན་པས་སྒྲོན་མེད་སྒྲུལ་ནས་མགོ་མཐུག་གང་ཟིན་ཟིན་ནས་དམིགས་  
 པ་བསྐྱུང་ན་ངན་ལང་དུ་སོང་ནས་གོགས་ཆེན་པོ་བྱས་ཏེ་སེམས་བྱིང་གོད་  
 དུ་འགོ་བའི་སྐྱོམ་སྒྲོན་ཡིན་པས་དེས་མི་ཆེ་མི་ལ་པོར་དགོ་སྒྲོར་སྒྲོན་ཅན་དུ་  
 འགོ། དེ་སོང་ན་རང་གིས་འདི་བསྐྱོམས་སོ་སྒྲུལ་པའི་ཆ་འཛོགས་ས་མི་ཆེད་  
 པས། དེ་ལྷར་མིན་པར་འཆི་བ་མི་ཏྲག་པ་ལྷ་བྱར་མཆོན་ན། དེར་གཏོགས་  
 པའི་ལུང་དང་རིགས་པ་དཔེ་དང་གཏན་ཆིགས། ཐ་ན་དེ་རིང་གོང་པའི་ནང་  
 གི་མི་ཞི་བ་ཚུན་བསྐྱུང་ཏེ་བསྐྱོམ་ཆོག་། དེ་ཡང་སྒྲུལ་མས་གསུངས་པ་རྣམས་རྩ་  
 བར་བྱས་ཏེ། ཚུ་ཁང་ནང་གི་ཞོག་བྱ་གཅིག་ཆེད་ཀྱང་དེའི་དོན་ཚུན་དེ་སྒྲོང་  
 དུ་བསྐྱུང་ནས་བསྐྱོམ། སྒྲོ་མང་པོ་ནས་བསམས་པས་སྒྲེ་སྒྲེ་བ། སྒྲར་སྒྲོ་མང་  
 པོ་ནས་བསམས་པས་ཞེ་སྒྲར་སྒྲེ་བ་བཞིན་ཡིན། དེས་ན་ཞེ་གནས་ལ་ཐུག་  
 པའི་བར་ཀྱི་སྐྱོམ་རྣམས་དབྱུང་སྐྱོམ་དང་། ཞེ་གནས་བྱུང་ནས་དམིགས་པ་  
 གཅིག་ལ་སེམས་འཛིན་པ་ལྷ་བྱ་ནི་འཛོགས་སྐྱོམ་ཡིན། ཁ་ཅིག་གིས་འཛོགས་  
 སྐྱོམ་ཀྱ་སྒྲེ་ལིའི་སྐྱོམ་དང་། དབྱུང་སྐྱོམ་མཁས་པའི་སྐྱོམ་དུ་བཤད་པ་དང་།  
 ཡང་དབྱུང་སྐྱོམ་གྱིས་འཛོགས་སྐྱོམ་ལ་གཞོད་པར་བཤད་པ་སོགས་ནི་མི་  
 འཐད་གསུངས།

༥ ཉིན་བདུན་པར། རི་སྐད་དུ། རྒྱལ་སྐས་ཆེན་པོ་ཞི་བ་ལྷས། མི་ཡི་བྱ་



ལ་བརྟེན་ནས་ནི། །སྤྱག་བསྐྱལ་ཚུ་བོ་ཆེ་ལས་སློལ། །བྱ་འདི་ཕྱིས་ནས་ཉིད་  
དཀའ་བས། །མྱོངས་པ་དུས་སུ་གཉིད་མ་ལོག། །ཅེས་པའི་ལུང་འདྲེན་མཛད་  
ནས་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ལས་སློལ་བར་བྱེད་པའི་བྱ་དང་འབྲ་བའི་  
མིའི་ལུས་ཉིན་རྒྱུ་པར་དག་པ་འདི་ཉིད་ནས་མ་ཞི་ཚུན་ཆད་ཀྱི་བདེ་བ་ལ་  
ཆགས་པ་མ་ཡིན་པར། ཆེ་རབས་གཏན་གྱི་འདུན་མ་ཞིག་མ་བསྐྱབས་ན།  
ཕྱི་ནས་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ལས་སློལ་བའི་བྱ་ལྟ་བུའི་ཉིན་འདི་  
ཉིད་པར་དཀའ་བས་ད་རེས་གཏན་གྱི་འདུན་མ་ཞིག་སྐྱབ་པར་བྱེད་དགོས།  
དེ་སྐྱབ་པ་ལ་སྐྱབ་ཚུལ་ཤེས་དགོས་པས། དེས་ན་བདག་གིས་མ་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་བྱ།  
དེའི་ཆེད་དུ་སྐྱེས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་ཐབ་བྲིད་ཉན་ནས་ལེགས་  
པར་ཉམས་སུ་ལེན་སྟམ་པའི་ཀུན་སློང་བཙུགས་ཚུལ་དང་། དེ་ལ་ས་བཅད་འདི་  
ལྟར་ཡོད་པ་ལས། ཞེས་སོགས་སྤར་ས་བཅད་སོང་བེན་པ་རྒྱམས་གསུངས་  
ནས།

བཞི་པ་གདམས་པ་དངོས་ཀྱིས་སློབ་མ་ཇི་ལྟར་བཀྱི་བའི་རིམ་པ་ལ།

ལམ་གྱི་རྩ་བ་བཤེས་གཉིན་བསྟེན་པའི་ཚུལ་དང་།

བསྟེན་ནས་སློ་ཇི་ལྟར་སྦྱང་བའི་རིམ་པ་གཉིས་ལས། འདིར་བཤེས་  
གཉིན་བསྟེན་ཚུལ་ནས་འཆད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་སྦྱོར་ཆོས་ལ་བཤད་པ་

བཞི་བཤད་མ་ཐུབ་ཀྱང་། དངོས་གཞིའི་བྲིད་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་ནས་  
 བརྒྱད་བསྐྱར་བཤད་དང་བཅས་བྲིད་ཐེངས་བཞི་འབྲུལ་དགོས་པ་ཡིན་ལ།  
 རྗེས་སུ་ཐུག་བཞེས་ཀྱང་དེ་ལྟར་དུ་དགོས། དེ་ཡང་འཇིག་རྟེན་ན་ཤིང་བཟོ་  
 ལྟ་བཟོ་སོགས་མིག་གིས་བལྟས་ཏེ་བྱས་ཆོག་པའི་ལས་ལའང་། དང་པོར་  
 སྟོབ་མཁན་ལ་བརྟེན་དགོས་ན། ཆེ་རབས་གཏན་གྱི་འདུན་མ་སྐྱབ་བྱེད་གྱི་  
 སངས་རྒྱས་གྱི་སར་བཁོད་པའི་ལམ་གྱི་ཚུལ་ཤེས་པ་ལ། བཤེས་གཉེན་ལ་  
 བརྟེན་དགོས་པ་ལྟ་སྟོས་ཀྱང་ཅི་དགོས། ཁ་ཅིག་གིས་སྒྲ་མ་མེད་ཀྱང་དཔེ་  
 ཆ་ལ་བལྟས་ན་ཤེས་སྟམ་ཡང་དེས་མི་ཆོག་པར་སྒྲ་མ་མཆན་ཉིད་དང་ལྡན་  
 པ་ཞིག་བསྟེན་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན་འདི་ནས་རྒྱ་གར་ལྟ་བུར་འགོ་བའི་ཆེ་ས་  
 མཁན་ཞིག་ངས་པར་བཅའ་དགོས་ལ། དེ་ཡང་གང་བྱུང་གིས་མི་ཆོག་པར།  
 སྒར་འགོ་ཁྱོད་བ་སོགས་རྒྱས་ཡོད་ཅིག་ལ་བརྟེན་དགོས་པ་བཞིན་དུ། ལམ་  
 སྟོན་མཁན་གྱི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་སུ་བཁོད་པའི་  
 ལམ་དེར་འབྲིད་ཐུབ་པ་ཞིག་དགོས། གཞན་སྒྲིག་གོགས་སོགས་གང་བྱུང་  
 ལ་བརྟེན་ན། ལམ་རི་ལྟ་བུར་མི་བཞི་ཞིང་། ལོག་པར་གོལ་བར་འགྱུར་བ་  
 ཡིན་པས། ཐོག་མར་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པ་འདི་གལ་ཆེ། རྗེ་རིན་པོ་ཆེས་  
 ཀྱང་ལམ་གྱི་རྩ་བ་ཞེས་གསུངས་པ་གནད་ཆེ།

དེ་ལ་ཐོག་མར་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པའི་ཚུལ་ལ་བཞི།

## བསྟེན་པའི་ཕན་ཡོན།

མ་བསྟེན་པ་དང་བསྟེན་ཚུལ་ལོག་པའི་ཉེས་དམིགས།      བསམ་པས་  
བསྟེན་ཚུལ།      སྒྲུང་བས་བསྟེན་ཚུལ་ལོ།      རྟེན་ཡང་སྟོན་དུ་བསྟེན་པའི་ཕན་  
ཡོན་དང་།      མ་བསྟེན་པའི་ཉེས་དམིགས་བསམ་དགོས་ཤིང་།      དེ་བསམ་ན་དེ་  
བསྟེན་པ་ལ་སྒྲོ་བྱུགས་ཆེ་བ་འབྱུང་།      དང་པོ་བཞེས་གཉིན་བསྟེན་པའི་ཕན་  
ཡོན་ལའང་སྒྱུར་ལམ་ལས་གསུངས་པ་སྒྲ་མའི་གསུང་རྒྱན་ལྟར་བཀོད་པ་  
ས་བཅད་བརྒྱད་ཡོད།      དེའི་དང་པོ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་ཉེ་བ་ལའང་  
སྒྲ་མས་གདམས་པ་བསྟེན་པ་རང་གིས་ཉམས་སུ་སྒྲངས་པས་སངས་རྒྱས་  
ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་ཉེ་བ་དང་།      སྒྲ་མ་མཆོད་ཅིང་བསྟེན་བཀྱར་བས་ཀྱང་སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་ཉེ་བ་ཞེས་ས་བཅད་གཉིས་སུ་ཕྱེ་ནས་འབྲིད་པ་བདག་  
གི་སྒྱུབས་མགོན་དྲགས་པོ་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆའི་གསུང་རྒྱན་ཡིན།      དེ་ལ་དང་  
པོ་ནི།      སྒྲུང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་ཉེ་བ་ཡང་བཞེས་གཉིན་བསྟེན་པའི་  
ཕན་ཡོན་ཡིན་ཏེ།      ལམ་གཞན་ལ་བསྐྱལ་ཆེན་གྲངས་མེད་དུ་མར་བསྐྱབ་  
དགོས་པའི་ས་ལམ་རྣམས།      འགའ་ཞིག་གིས་ཆེ་གཅིག་ལ་བཀོད་ཐུབ་པའང་  
བཞེས་གཉིན་བསྟེན་ཚུལ་ཚུལ་བཞིན་བྱས་པ་ལས་བྱུང་།      སྒྲགས་སྒྲ་མེད་  
ཀྱི་སྒྱུར་བྱུང་གྱང་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ལམ་ཀྱི་སྟོག་དུ་བྱས་པ་ལས་བྱུང་བ་རྗེ་  
མེད་ལ་སྟོགས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་ལྟར་ཡིན།      གང་གི་དྲིན་གྱིས་བདེ་ཆེན་གནས།  
།སྟོགས་དང་།      གང་གི་ཐུགས་རྗེས་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་དབྱིངས།      །ཞེས་སྟོགས་

འདྲེན་པར་མཛད་ནས། སླ་མ་གང་གི་བཀའ་ངེན་དང་ཐུགས་རྗེ་ལས། བདེ་  
 བ་ཆེན་པོའི་དབྱིངས་ཆོས་སྐྱའི་གོ་འཕང་ཡང་སླ་མ་བསྟེན་ཚུལ་ཚུལ་བཞིན་  
 བྱས་ན་སྐད་ཅིག་སྟེ་སྟིགས་དུས་ཀྱི་ཆེ་མུང་གཅིག་ལ་སྟེར་བར་མཛད་པ་  
 ཡིན། འདིའི་སྐད་ཅིག་མ་འདི་མར་དཔྱལ་བ་དང་། ཡར་ལྟའི་ཆེ་ཆད་ལ་སྟེས་  
 ན་མིའི་ཆེ་འདི་སྐད་ཅིག་ཅམ་ཡིན་པ་འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་དགའ་ལྡན་དུ་  
 གྱོན་པའི་རབས་བཅས་གསུངས། དེར་མ་ཟད་རང་རེའི་འཁོར་བའི་སྤྱི་ཕྱིའི་  
 མཐའ་ལ་སྟེས་ནའང་ཆེ་མུང་འདི་སྐད་ཅིག་ཅམ་ཡིན། སླ་མ་བསྟེན་ཚུལ་  
 ཚུལ་བཞིན་མ་བྱུང་ན། སྒྲགས་སླ་མེད་སོགས་ཅི་འདྲ་ཞིག་ལ་བརྟེན་གྱང་ས་  
 ལམ་གྱི་རྟོགས་པ་ཅུང་ཟད་གྱང་མི་སྟེ། དེ་བསྟེན་ཚུལ་ལེགས་ན་ཟུང་འཇུག་  
 གི་གོ་འཕང་བསྐྱལ་བ་མང་པོར་བསྐྱབ་དགོས་པ་དེ་ཡང་སྦྱར་དུ་འཐོབ་རུས་  
 བར་ལམ་རིམ་བདུད་ཅིའི་སྟོང་པོ་ལས། གྱངས་མེད་བསྐྱལ་བ་རྒྱ་མཚོར་  
 བཅོན་པ་བརྒྱས། །བསྐྱབས་གྱང་ཤིན་ཏུ་རྟོག་དགའ་ཟུང་འཇུག་ཆེ། །སླ་མའི་  
 མཐུ་ལ་བརྟེན་ན་སྟིགས་དུས་ཀྱི། །ཆེ་མུང་གཅིག་ལ་བདེ་སྒྲག་འགྲུབ་པར་  
 གསུངས། །ཞེས་པ་ལྟར་དང་། མདོ་ལུགས་ལ་ཡང་སླ་མ་བསྟེན་ཚུལ་བྱུང་  
 བར་དུ་འཕགས་པ་བྱུང་ན་ལམ་ཤིན་ཏུ་སྦྱར་ཏེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྟག་  
 ཏུ་དུའི་རྣམ་ཐར་གསུངས་ནས། རང་རེས་སངས་རྒྱས་ལྟ་བུ་མཛུལ་ན། སླ་མ་  
 ལས་སྟག་པའི་སངས་རྒྱས་མཛུལ་སྟམ་ནས་དེས་ཆོག་པར་བྱེད་ཆོད་ཡོད་  
 གྱང་། རྟག་ཏུ་དུས་སངས་རྒྱས་དཔག་མེད་མཛུལ་ཡང་དེས་མ་ཆོམ་པར་སླ་  
 མ་ཆོལ་བ་གནད་ཆེ་སྟེ། རང་དང་ཆེ་རབས་ལས་ཀྱིས་འབྲེལ་བའི་སླ་མ་དང་

མ་མཇལ་ན། གཞན་སྤྱི་ཡོད་པ་ལ་དོན་ཆེ་བ་ཞིག་མི་འབྱུང་བས་ཡིན།  
དེའི་ཆེ་མཆོད་པ་འབྱུང་བའི་རྒྱ་ཙམ་ནི་བརྒྱ་གྲིན་གྱིས་རིན་པོ་ཆེ་ཞིག་  
གྲིན་ན་དེས་ཆོག་ཀྱང་། རང་གི་ཆོག་ས་ཚོགས་པ་ལ་སློབ་ས་ཆེ་བས་ཆོས་  
འཕགས་ལ་བཀྱར་སྟེ་ཆེད་དུ་ཏྲག་ཏུ་དུ་རང་གི་སྤྱི་ཡོད་ཀྱི་ཤ་བཅད་ཅིང་།  
ཐུག་གཏུ་བ་སོགས་མཛད། དང་པོར་སངས་རྒྱས་མང་པོའི་ཞལ་གཟིགས་  
སྐབས་ཆོས་རྒྱན་གྱི་ཉིང་རེ་འཛིན་ཐོབ་པ་ཐེག་ཆེན་ཆོག་ས་ལམ་ཆེན་པོ་བ་  
ཡིན་པ་ལ། ཆོས་འཕགས་མཇལ་ཏེ་ཆོས་བསྟན་པ་ན། ས་བརྒྱད་པ་ནོན་ཅིང་  
མི་སྤྱི་བའི་ཆོས་ལ་བཟོད་པ་ཐོབ་པ་དེ་བཞེས་གཉིན་བསྟོན་ཚུལ་འགྲན་ལྷ་  
མེད་པར་མཛད་པས་དེ་ལྟར་ལམ་སྤྱར་དུ་སོང་བ་ཡིན་གྱི། གཞན་དུ་མ་དག་  
ས་བདུན་གྱི་གནས་སྐབས་ན་བསྐྱལ་ཆེན་གྲངས་མེད་ཀྱི་ཆོག་ས་ཚོགས་  
དགོས་པར་བཤད་པས་སོ།།

དེས་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་བཟོད་པ་སྤྱར་མི་སྤྱར་ནི། ལྷ་མ་  
བསྟོན་ཚུལ་ཚུལ་བཞིན་བྱུང་མ་བྱུང་ལ་རག་ལས་ཤིང་། དེ་ལ་བརྟེན་ན་ནི་  
གདམས་ངག་སྤྱི་ལ་བསྟན་ཅིང་ཉམས་སྤྱི་བྱུངས་ན་ཡང་། དེའི་ཆེད་ཀྱིས་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་ཉེ། དེ་ཡང་སྤྱི་ལ་བྱུང་དུའི་ལམ་ཙམ་དུ་འབྲིང་  
རྒྱས་པ་ཞིག་བསྟོན་པ་བས་ལམ་ཡོངས་ཚོགས་སྟོན་རྒྱས་པ་ཞིག་བསྟོན་  
ན་ཕྱི་མ་ཆེས་སྤྱར་ཏེ། ལམ་ཡོངས་ཚོགས་སྟོན་རྒྱས་པའི་ལྷ་མ་ཞིག་དང་།  
སློབ་མ་དཀའ་སྤྱད་རྒྱས་པའི་སྤྱོད་ལྟར་ཞིག་མཉམ་དུ་སྤྱད་ན། སངས་རྒྱས་  
ལག་པས་བཟོས་པ་ལྟར་དཀའ་ཆོག་ས་མེད་པར་འབྱུང་བར་གསུངས། ས་

དམ་བས་ཀྱང་། སླ་མས་བསྐྱལ་ན་གང་འདོད་གནས་སུ་སླེབས། །ཀྱང་སྒར་  
མོས་གྲུས་ཕུལ་ཅིག་དེང་རི་བ། །ཞེས་གསུངས། སྐྱ་སྐྱབ་གྱིས། རི་དབང་ཅེ་  
ནས་གང་ཞིག་ལྟར་གྱུར་ན། །ལྟར་བར་མི་བྱ་སྟམ་ཡང་ལྟར་བར་འགྱུར། །སླ་  
མའི་དྲིན་གྱིས་པན་པའི་ལུང་ཐོབ་ན། །གྲོལ་བར་མི་འགྱུར་སྟམ་ཡང་གྲོལ་  
བར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རི་ཐོ་མཐོན་པོའི་ཅེ་ནས་མར་ལྟར་བ་  
ན། སྒར་ལོག་སྟམ་ཡང་ལྷོག་པར་མི་རུས་པ་བཞིན། སླ་མ་བསྟེན་ཚུལ་རི་  
བཞིན་གྱུར་ནས་དེས་བྲངས་པ་ན་འཁོར་བ་ལས་མི་གྲོལ་སྟམ་ཡང་གྲོལ་བར་  
འགྱུར་ལ། དེ་ལ་མ་བརྟེན་ན་ས་ལམ་ཅུང་ཟད་ཅམ་ཡང་བགྲོད་པར་མི་རུས་  
གསུངས།

གཉེས་པ་སླ་མ་ལ་མཆོད་ཅིང་བསྟེན་བཀྱར་བས་ཀྱང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
གོ་འཕང་ལ་ཉེ་བ་ཡིན་ཏེ། སངས་རྒྱས་སུ་བགྲོད་པ་ལ་ཆོགས་དཔག་ཏུ་མེད་  
པ་ཞིག་བསག་དགོས་ལ། དེ་འདྲ་བའི་ཆོགས་རྒྱ་ཆེན་པོ་བདེ་སྒྲག་ཏུ་འདུམ་  
པ་ནི། སླ་མ་ལ་མཆོད་པ་ཉིད་ལས་ལྷག་པ་མེད། གང་ཕྱིར་སྤྱོད་ས་བཅུའི་  
སངས་རྒྱས་དང་། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བསོད་ནམས་པས། །སློབ་དཔོན་  
བ་སྦྱའི་ཁུང་གཅིག་མཆོག། །དེ་ཕྱིར་སློབ་དཔོན་མཆོད་བྱེད་པ། །སངས་  
རྒྱས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་གཟིགས། །ཞེས་པ་ལྟར་རྒྱུད་དང་བསྟན་  
བཅོས་མང་པོར་སྤྱོད་ས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་ཐམས་ཅད་ལ་མཆོད་པ་  
ཕུལ་བ་ལས། སླ་མའི་སྦྱའི་བ་སྦྱའི་ཁུང་བྱ་གཅིག་མཆོད་པ་པན་ཡོན་ལྷག་  
པར་གསུངས་ཤིང་། རྗེ་ས་པཎྜ་གྱིས་ཀྱང་། བསྐྱལ་བ་སྟོང་དུ་པ་རོལ་ཕྱིན་



པའི་ཚུལ། །མགོ་དང་རྒྱུ་ལག་བདོག་པ་གཏོང་བའི་ཆོག་ས། །སྤྱི་མའི་ལམ་  
འདིས་སྐད་ཅིག་གཅིག་ལ་སྤྱད། །རིམ་གྱོ་གྱོས་ལ་དགའ་བ་སློམས་ཤིག་  
ཨང་། །ཞེས་བསྐྱལ་བ་སྟོང་ཕྱག་ཏུ་མགོ་དང་རྒྱུ་ལག་སོགས་གཏོང་བའི་  
ཆོག་ས་རྒྱ་ཆེན་པོ་འང་སྤྱི་མ་ལ་མཉེས་པ་སྤྱོད་པའི་ཆོག་ས་རྒྱུ་ལ་གཅིག་  
གིས་འདུམ་པར་གསུངས། ཆོག་ས་ཇི་ཅམ་རྫོགས་པ་སྤྱོད་བ་དེ་ཅམ་གྱིས་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་ཉེ། དེ་ཡང་དུད་འགོ་དང་། མི་དང་། ཉན་ཐོས་  
དང་། རང་རྒྱལ་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་  
དང་། སྤྱི་མ་རྣམས་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་ལས་བྱི་མ་བྱི་མ་མཆོད་པའི་ཡུལ་སྟོབས་ཆེ།  
སྟོན་དགོ་བ་ཤེས་སྟོད་ལུང་པས། སྟོད་ལུང་གི་དགོ་འདུན་རྣམས་ལ་མཆོད་  
སྟོན་བྱངས་པ་ལས། ལོ་པའི་བྱི་ལ་ཟན་བྱིན་པ་བསོད་ནམས་ཆེ་ཞེས་པོར་  
པའི་ནང་གི་མར་ཁུ་ཚུན་ཆད་བསགས་ཏེ། ལོ་པའི་བྱི་ལ་བསྐྱར་སྐྱད། དེ་ཡང་  
རྒྱུད་ལས། དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཆོད་པས། །སྤྱི་མའི་བ་སྤྱོད་གཅིག་  
མཆོད་ལྟག །ཅེས་པ་ལྟར་སྤྱི་མའི་བ་སྤྱོད་ཁུང་བྱ་མཆོད་པ་སྟེ། དེ་ནི་སྤྱི་མའི་  
ཆེབས་ཏེ་དང་། སྟོ་བྱི་དང་། འཁོར་གཡོག་སོགས་ལ་བྱེད་ཀྱི། སྤྱོད་པར་ག་བ་  
ལ་མི་ཟེར་གསུངས།

གཉིས་པ་རྒྱལ་བ་རྣམས་དབྱེས་པར་འགྱུར་བ་ལའང་བསམ་ལུགས་  
གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། ལྷོགས་བཅུ་ཉི་ལྔ་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་རང་ལ་ཆོས་  
སྟོན་པར་བཞེད་ཀྱང་། ལོངས་སྤྱོད་ལྟ་ཞོག །སོ་སྤྱོད་ལས་དག་ཡན་ཆོད་ལ་སྤྱོད་  
དུ་བྱང་བའི་མཆོག་གི་སྤྱོད་སྤྱོད་དངོས་སུ་མཇུག་པའི་སྤྱོད་བ་ཅམ་ཡང་མེད་

པས། སྐྱེ་དངོས་སུ་བསྟན་ནས་ཆོས་སྟོན་པ་རང་ཅག་གི་སྐལ་བར་མ་གྱུར་  
 ཅིང་། དེས་ན་རང་གི་སྐལ་བ་དང་འཆ་མས་པའི་སྐྱེ་ཞིག་བསྟན་ནས་ཆོས་  
 སྟོན་དགོས། དེའི་ཕྱིར། དེང་སང་འདུས་སྡེ་རྣམས་ཀྱིས་འཐུས་མི་བཏང་བ་  
 བཞིན་དུ། ཕྱོགས་བཅུ་འུ་ལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་རང་རེའི་ཆེད་དུ་སླ་མར་སྐྱལ་  
 ལ། དེ་ལ་བསྟེན་ཚུལ་ཚུལ་བཞིན་བྱས་ན་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་  
 མཐུན་ཅིང་དགེས་པར་འགྱུར་བ་ཡིན། དགེས་ཚུལ་ཡང་བདུད་ཅིའི་སྒྲིང་  
 ཐོ་ལས། བཞེས་གཉེན་དམ་པ་ཚུལ་བཞིན་བསྟེན་བྱས་ཆོ། །འདི་ནི་སྦྱར་དུ་  
 སྲིད་ལས་གྲོལ་འགྱུར་ཞེས། །བྱ་ལ་པན་པ་སྐྱབ་པ་མས་མཐོང་བཞིན། །རྒྱལ་  
 བ་མ་ལུས་ཐུགས་ཡིད་གཏིང་ནས་དགེས། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་རྒྱལ་  
 བ་རྣམས་ཀྱིས་མས་བྱ་གཅིག་པ་ལ་བརྩེ་བ་ལྟར། རང་ཅག་རྣམས་འཁོར་བ་  
 དང་ངན་སོང་གི་སྐྱུག་བསྐྱལ་ལས་གྲོལ་བའི་ཐབས་ཁོ་ན་མཛད་པ་དེའི་ཕྱིར་  
 ལེགས་ཆོགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཅུ་བ་སླ་མ་བསྟེན་ཚུལ་ཇི་བཞིན་བྱུང་བ་ན། དེ་  
 མཐུན་ནས་བཞེད་དོན་འགྱུར་པས་མཉེས་པ་ཡིན།

གཉེས་པ་ནི་སླ་མ་ཚུལ་བཞིན་མ་བསྟེན་པར། སངས་རྒྱས་ལ་མཆོད་  
 པ་ཇི་ལྟར་ལུལ་ཡང་མི་དགེས་ལ། དེ་བསྟེན་ཚུལ་ཇི་བཞིན་བྱུང་ན་འཇམ་  
 དཔལ་ཞལ་ལུང་ལས། འདི་ཡི་དོན་ལྡན་འགའ་ཞིག་ལ། །ང་ནི་དེ་ཡི་ལུས་  
 གནས་ཏེ། །སྐྱབ་པོ་གཞན་ལ་མཆོད་པ་ལེན། །དེ་ཡིས་དེ་མཉེས་རང་གི་  
 རྒྱད། །ལས་ཀྱི་སྐྱབ་པ་དག་བྱེད་དོ། །ཞེས་པ་ལྟར་རྒྱལ་བ་རྣམས་སྦྱར་མ་  
 བྱངས་ཀྱང་སླ་མའི་སྐྱེ་ལ་བཞུགས་ནས། རང་གི་མཆོད་པ་དགེས་བཞིན་

བཞེས་པར་འགྱུར། དེས་ན་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་ལ་མཆོད་པ་ཕུལ་གྱང་ཕུལ་བའི་པན་ཡོན་ལས་དགྱེས་བཞིན་བཞེས་པའི་པན་ཡོན་མི་འབྱུང་ལ། སྒྲ་མ་ལ་ཕུལ་བས་ནི། ཕུལ་བ་དང་བཞེས་པའི་པན་ཡོན་གཉིས་ཀ་འབྱུང་།

གསུམ་པ་བདུད་དང་སྒྲིག་གྲོགས་ཀྱིས་མི་ཚུགས་པ་ནི། མདོ་ལས་གསུངས་པ་བཞིན་བཤེས་གཉེན་ཚུ་ལ་བཞིན་དུ་བསྟེན་པས་ནི་བསོད་ནམས་ཆེན་པོ་འཕེལ་ལ། དེ་འཕེལ་བས་ནི། བདུད་དང་སྒྲིག་གྲོགས་ཀྱིས་ཚུགས་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། རྒྱ་ཆེར་རོལ་བ་ལས། བསོད་ནམས་ལྡན་པའི་མི་ཡིས་བསམ་པ་རྣམས་ཀྱང་འགྱུར། །བདུད་བཅོམ་ནས་ནི་བྱང་ཆུབ་སྦྱར་དུ་རེག་པར་འགྱུར། །ཞེས་དང་། གཞན་ཡང་། བསོད་ནམས་ལྡན་པའི་མི་དག་ལ། །ལྟ་འམ་བདུད་ཀྱི་རིགས་དག་གིས། །བར་ཆད་བྱ་བར་མི་རུས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་གསུངས།

བཞི་པ་ཉོན་མོངས་ཉེས་སྦྱོད་ཐམས་ཅད་རང་ལྟགས་ཀྱིས་འགགས་པ་ནི། བཤེས་གཉེན་ལ་བརྟེན་པས་སྤང་སྤང་རྣམས་ཚུ་ལ་བཞིན་ཤེས་ནས་དེ་ལྟར་བྱེད་ལ། དེར་མ་ཟད། ད་ལྟར་བཤེས་གཉེན་ཀྱི་མདུན་དུ་སྡོད་པ་དང་། དགོ་ཀན་ཀྱི་རྩལ་སྡོད་པ་རྣམས་ཉེས་སྦྱོད་རང་ལྟགས་ཀྱིས་འགགས་པ་བཞིན་ཡིན་ཏེ། སྡོང་པོ་བཀོད་པ་ལས། དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བཟུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ནི་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྤུབ་པར་དཀའ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དང་། བདུད་རྩི་སྤྲོང་པོ་ལས། དེ་ལ་རྟག་ཏུ་གྲུས་པས་བསྟེན་བྱས་ན། །ཉོན་མོངས་ཉེས་སྦྱོད་ཐམས་ཅད་

རང་ལྷགས་གྱིས། །འགག་ཅིང་། ཞེས་པ་ལྟར་དོ།

ལྟ་བུ་ས་ལམ་ཉམས་རྟོགས་ཐམས་ཅད་གོང་འཕེལ་དུ་འགྱུར་བ་ནི།  
 ལྟར་རྩི་བོའི་མདུན་དུ་ཕྱག་ཕྱིར་བཅོན་པའི་འབྲོམ་དང་། ཨ་མེས་བྱང་ཆུབ་  
 རིན་ཆེན་གཉིས་གྱིས། རྣལ་འབྱོར་པ་ཆེན་པོ་སྒྲོམ་འབའ་ཞིག་ལ་གཞིལ་བ་  
 དང་རྟོགས་པ་བསྐྱར་བས་སྒྲ་མ་གཉིས་ཉམས་རྟོགས་ལྷག་པ་བྱང་བ་བཞིན་  
 ས་ལམ་གྱི་སྐྱེད་ཀྱང་འདི་ཆེ། རྩི་བོས་མངོན་ཤེས་གྱིས་གཟིགས་ནས། འབྲོམ་  
 ལ་བྱོད་གྱིས་སྒྲ་མ་སེ་བཅུན་ལ་ཞབས་རྟོག་བྱས་པ་ཁོ་ན་ལམ་དུ་སོང་བར་  
 གསུངས། འདི་དག་འགའ་ཞིག་གིས་བསྟོན་རྩིགས་གྱི་མཁན་པོ་དང་། དབང་  
 བསྐྱར་བའི་རྩི་རྩི་སྒྲོམ་དཔོན་ལྟ་བུ་ཆོས་ཁྲིའི་སྟངས་ཆོས་བཤད་པའི་སྒྲ་མ་  
 ཁོ་ན་ལ་བསམ་པ་འོང་སྟེ། དེ་འདྲ་མ་ཡིན་པར། རང་གི་ཤག་ཏུ་རང་དང་ཁ་  
 མཉམ་ལག་མཉམ་མཉམ་གཤེས་བྱེད་པའི་དཔེ་ཆ་སྒྲོམ་མཁན་གྱི་དགོ་ཤོན་  
 དེ་ལ་ཡང་བསྟོན་ཚུལ་ཚུལ་བཞིན་བྱེད་དགོས། འབྲོམ་གྱིས་རྩི་བོ་བསྐྱར་  
 སྐབས་ཤིག་ཏུ་ཆབ་ཆེན་ལ་མི་གཙང་བར་མ་བལྟས་པར་ལག་པས་བཅུས་  
 ཏི་ཕྱིར་བསྐྱེད་པས་དེའི་མཐུས་བྱ་རྒྱུ་དེ་གྱིས་ཉིན་ལམ་བཅོ་བརྒྱད་བཟོད་  
 པའི་ས་ཆའི་སྟོག་ཆགས་གྲོག་སྐྱར་ཚུན་གྱི་སེམས་གྱི་རྒྱ་བ་སྤྲོ་མོ་ཤེས་པའི་  
 གཞན་སེམས་ཤེས་པའི་མངོན་ཤེས་སྤལ་གྱིས་འབྱུངས་ཤིང་། ད་ལྟའི་སྐབས་  
 སྤྱིང་བཀའ་གདམས་གྱི་བསྟོན་པའི་སྤྱི་མེས་ཆེན་པོ་ཞེས་མཆོན་སྟོན་  
 ཕྱོགས་བཅུར་གྲགས་པ་དང་། རྩི་བོ་ཆེན་པོ་འཕགས་བོད་གཉིས་ཀར་མཛད་  
 འཕྲིན་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པ་ཡང་སྒྲ་མ་བསྟོན་ཚུལ་རྩི་བཞིན་མཛད་པ་

ཁོ་ནའི་མཐུ་ཡིན། དེའི་ཕྱིར་སྐྱེས་བྱ་དམ་པ་སོགས་ཀྱི་མཛད་འཕྲིན་རྒྱས་  
མི་རྒྱས་ཀྱང་འདི་ལ་རག་ལས། བྱ་ཡུལ་བ་གཞིན་ཏུ་འོད་ཀྱིས་སྐྱུན་སྒྲ་བ་  
ཚུལ་བཞིན་བསྟེན། ཞབས་ཁུ་ཚུལ་བཞིན་བསྐྱབས་པས་ཉིན་གཅིག་གད་  
སྟེགས་འཕོ་སར་བྱོན་སྐབས་སྐས་གདང་གསུམ་པའི་ཁར་སྐྱེབས་པ་ན་ཆོས་  
རྒྱན་གྱི་ཉིང་རེ་འཛིན་འབྱུངས་ཚུལ། ས་བཤ་གྱིས་རྩེ་བཙུན་གྲགས་པ་རྒྱལ་  
མཆོན་ལ། དང་པོར་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་རྩོམ་པར་ཁུས་པ་ན། བྱོད་གྱིས་ང་  
ལ་ཁུ་བོའི་འདུ་ཤེས་ལས་སྒྲ་མའི་འདུ་ཤེས་མི་སྐྱེ་ཞེས་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་  
མ་མཛད་ལ། ཕྱིས་གྲགས་རྒྱན་བསྐྱུན་སྐབས་ཤིག་ཏུ་ས་བཤ་གྱིས་བསྐྱུན་  
གཡོག་ལེགས་པར་བྱས་པས་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་གནང་ཞིང་། དེ་ཕྱིན་ཆད་  
ཁུ་བོའི་འདུ་ཤེས་མེད་པར་སངས་རྒྱས་དངོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་སྐྱེས་པས་རིག་  
པའི་གནས་སྒྲ་ལ་མཁས་པའི་པརྩེ་ཏར་གྱུར། བློ་ཆེན་བསྟན་པ་རབ་རྒྱས་ཀྱང་  
རང་གི་ཡོངས་འཛིན་བསྐྱུང་བ་ན། དེ་ལ་ཐུགས་ངལ་གྱིས་རང་ཡང་འདས་  
གྲབས་བྱས། བསྐྱུན་གཡོག་ལེགས་པར་བྱས་པས་དེའི་མཐུས་སྟེ་བརྟོགས།  
ཕུར་སྟོག་ངག་དབང་བྱམས་པས་ཉིན་གཅིག་རྩེ་སྐྱབ་ཁང་པའི་རྩར་སྟེ་བ་  
སྐྱེད་མོ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཞིག་བསྐྱུལ་ཏེ་དཀར་སྐྱུད་ཆེར་མཛད་པའི་སྐབས་རྩེ་  
སྐྱབ་ཁང་པས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་ནང་མཆོད་རྟེན་པ་ཀ་ལི་གང་སྟུལ་བ་  
བཞེས་པས། དེས་ཐུགས་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཏེ། དེ་ནས་བཟུང་ངེས་  
འབྱུང་སྐྱོ་ཤས་མནན་པས་མི་བཟོད་པ་སྐྱེས། དེའི་ཕྱིར་ས་ལམ་གྱི་རྟོགས་པ་  
ཡང་འདི་ལ་བརྟེན་ན་འཕེལ་ཆེ་སྟེ། ལམ་རིམ་བདུད་རྩིའི་སྟོང་པོ་ལས། ས་

ལམ་ཉམས་རྟོགས་མོད་ལ་སྐྱེ་ཞིང་འཕེལ། །ཞེས་གསུངས།

དུག་པ་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱིས་མི་  
ཕོངས་པ་ནི། ཤོ་རྟོ་བས་བེའུ་བུམ་སྟོན་ཤོ་ལས། དེ་བས་ཆོས་འབྲེལ་མ་  
བརྟགས་མང་མིན། །བརྟགས་ནས་བཟུང་ལ་སླ་མར་གུས་བྲ། །མ་འོངས་སླ་  
མས་མི་ཕོངས་ཆོས་ཉིད། །ལས་རྣམས་ཚུད་མི་བྱ་བ་ཡིན་སྟེ། །

ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་ཇི་བཞིན་བྲས་ན། དེའི་  
བྱེད་པ་རྒྱ་མཐུན་གྱི་འབྲས་བུས་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་དགོ་བའི་བཤེས་  
གཉེན་གྱིས་མི་ཕོངས་པ་འབྱུང་། ད་ལྟ་སོ་སྐྱེའི་བཤེས་གཉེན་རང་ག་བཞིག་  
ལ་སངས་རྒྱས་དངོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་ནས་བསྟེན་ཚུལ་ཇི་བཞིན་བྲས་  
ན། སྤྱི་མར་བུམས་འཇམ་དབྱངས་ལྟ་བུའི་སླ་མ་དང་མཇམ་ཞིང་ཆོས་ཐོས་  
པ་འོང་། དེ་ལྟར་ཡང་བདུད་རྩིའི་སྦྱིང་ཤོ་ལས། ཆེ་འདིར་སླ་མ་ཚུལ་བཞིན་  
མཉེས་བྲས་པའི། །རྒྱ་མཐུན་འབྲས་བུས་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ། །དགོ་  
བའི་བཤེས་གཉེན་མཆོག་དང་མཇམ་འབྱུར་ཞིང་། །ཆང་ལ་མ་ཞོར་དམ་  
ཆོས་ཐོས་པར་འབྱུང་། །ཞེས་སོ།

བདུན་པ་ངན་སོང་དུ་མི་ལྟུང་བ་ནི། བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་ཚུལ་  
བཞིན་བྲས་ན། དེས་བཀའ་བརྟུན་པ་ཚུན་གྱིས་ངན་སོང་དུ་འཕེན་བྱེད་གྱི་  
ལས་བྱེད་ནས། དེར་མི་སྐྱེ་བ་ཡིན། དགོ་བཤེས་ལྟ་བུ་བསྟོན་པས་དགོ་བཤེས་  
སྟོད་ལུང་པ་ནམ་མཇམ་རེས་གྱིས། ལྟ་བུ་བསྟོན་པ་ལ་བཀའ་བརྟུན་འབའ་ཞིག་  
མཇེད་པས། རང་གི་སྟོབ་མ་ཉག་མོ་བས་སྐྱར་པ་བཏབ་པ་ན། དེ་སྐད་མ་བཟེད།



ང་ལ་དེ་ལྟར་མཛད་རེས་ཀྱིས་ཏེ་རུ་ཀས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་འདྲ་བ་རེ་  
འོང་བ་ཡིན། ཞེས་དང་། འགྲོ་མགོན་གཙང་པ་རྒྱ་རས་ཀྱིས། བརྟུང་གཏག་  
བྱུང་ན་དབང་བསྐྱར་ཡིན། །བྱིན་རྒྱབས་འཇུག་ན་དེ་ལ་འཇུག། བཀའ་བཀྱིན་  
བྲག་པོ་བྲག་སྒྲགས་ཡིན། །བར་ཆད་ཐམས་ཅད་དེ་ཡིས་སེལ། །གསུངས་པ་  
བཞིན་ངན་སོང་གི་ལས་ཟད་བྱེད་དུ་འགྱུར་བ་དང་། སའི་སྣང་པོའི་མདོ་ལས།  
དེས་ཟིན་པ་ནི་བསྐྱལ་བ་བྱེ་བ་དཔག་ཏུ་མེད་པར་ངན་འགྲོར་འབྱམ་པར་  
འགྱུར་བའི་ལས་རྣམས་ཆེ་འདྲིར་རིམས་ལ་སོགས་པའམ་ཐུ་གོ་ལ་སོགས་  
པ་ལུས་དང་སེམས་ལ་གཞོན་པ་འབྱུང་བས་བྱང་བར་འགྱུར་ཏེ། ཐན་བརྒྱད་  
བཀག་གམ་མི་ལམ་ཅམ་གྱིས་ཀྱང་བྱང་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལ་སངས་རྒྱས་  
བྱེ་བ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ལ་དགོ་བའི་རྩ་བ་བསྐྱེད་པ་སྦྱིན་པའམ་བསྐྱབ་པ་  
བསྐྱང་བ་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་སྤྱོད་གཅིག་གིས་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་ཏོ། །ཞེས་  
སོགས་ཀྱི་ལུང་ལྟར་བསམ།

བརྒྱད་པ་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་དོན་ཐམས་ཅད་འབད་མེད་  
དུ་འགྱུབ་པ་ནི། སྒོམས་ལྟ་བུ་སྟེ། མདོར་ན་སྒྲ་མ་བསྟེན་ཚུལ་ཚུལ་བཞིན་བྱེད་  
པ་འདི་འཇིག་རྟེན་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
རྩ་བ་ཡིན་ཞིང་། ཐན་ངན་སོང་དུ་མི་ལྟུང་བའི་ལེགས་ཆོགས་ནས་བཟུངས།  
ཡ་གཤི་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པའི་ལེགས་ཆོགས་ཀྱི་བར་ཐམས་ཅད་བཤེས་  
གཉེན་ལ་བརྟེན་ནས་འབད་མེད་དུ་འགྱུབ་པ་ཡིན་ཏེ། རྗེ་སྒྲ་མས། ཡོན་ཏན་  
ཀུན་གྱི་གཞིར་གྱུར་བྱིན་ཅན་རྗེ། །ཞེས་སོགས་དང་། བདུད་རྩིའི་སྣང་པོ་

ལས། མདོར་ན་བཤེས་གཉིན་བསྟེན་པས་གནས་སྐབས་སུ། །མི་ཁོམ་ལས་  
ཐར་ལྷ་མིའི་ཉིན་བཟང་རྟེན། །མཐར་ཐུག་འཁོར་བའི་སྐྱབ་བསྐལ་ཀུན་ཟད་དེ།  
།ངེས་ལེགས་གོ་འཕང་དམ་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར། །ཞེས་དང་། རོ་བོ་ཆེན་པོས་  
སླ་མ་བརྒྱ་དང་ལྔ་བཅུ་ཅུ་གཉིས་བསྟེན་ཀྱང་གཅིག་གིས་ཀྱང་ཐུགས་ལ་མ་  
བརྟགས་པ་མེད་གསུངས་པ་ལྟར། བཤེས་གཉིན་བསྟེན་ཚུལ་ལེགས་པར་  
མཛད་པས་རྒྱ་བོད་གཉིས་ན་མཛད་འཕྲིན་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པ་བྱུང་བ་  
སོགས་ལྟར་ཡིན་ནོ།།

དེ་ནས་གཉིས་པ།

## མ་བསྟེན་པའི་ཉེས་དམིགས་ནི།

གོང་གི་བསྟེན་པའི་ཕན་ཡོན་བརྒྱད་ལས་ཕྱོག་བ་སྟེ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
གོ་འཕང་ལ་མི་ཉེ་བ་སོགས་སོ། །བསྟེན་ཚུལ་ལོག་པའི་ཉེས་དམིགས་ལ་  
བརྒྱད་ཡོད། སླ་མ་དང་པོར་བསྟེན་ནས་མཐུག་ཏུ་བསྟེན་ཚུལ་ལོག་ན་ཤིན་  
ཏུ་ཉེས་པ་ཆེ་བས་དང་པོར་བསྟེན་རུང་ངམ་མི་རུང་སོགས་ལེགས་པར་  
བརྟགས་ནས་ཆོས་ཁྱབ་དགོས། ཉེས་དམིགས་དང་པོ་སླ་མ་ལ་བརྟུན་སྟོང་  
ཞོར་ན་རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་བརྟུན་པ་ནི། སླ་མ་ནི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱི་  
གཟུགས་རང་འདུལ་ཆེད་དུ་བྱོན་པ་འབྱས་མི་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་དེ་ལ་བརྟུན་  
སྟོང་ཞོར་ན་ནི། སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ལ་བརྟུན་སྟོང་བྱས་པ་སྟེ། དེ་ཞིག་

སངས་རྒྱལ་གཅིག་ལའང་ཡུལ་མཉན་པར་བལྟ་དགོས་ན།      སངས་རྒྱལ་  
ཀུན་ལ་སློང་པར་བྱེད་པས་ཇི་ལྟར་འགྱུར།      དེ་འདྲིའི་སྒྲ་མ་ནི་འཆད་པ་པོས་  
འཆད་འདོད་དང་།      ཉན་པ་པོས་ཉན་འདོད་ཀྱིས་ཆོག་གཅིག་ཅུ་ཡན་ཆད་  
ཉན་ཡུལ་ཞིག་ལ་ཟེར་བས།      རེད་ཆོས་སྒྲ་མ་གང་སྟན་གྲགས་ཆེ་བ་ཞིག་ལ་  
བསྟེན་ཚུལ་གཟབ་གཟབ་བྱེད།      གཞན་ཀ་ཁ་སློབ་མཁན་སོགས་ལ་སྒྲ་ཆུང་  
བྱེད་ཀྱང་དེ་ལྟར་མི་རུང་སྟེ།      རྗེ་སྐུ་ཁང་པའང་ཀ་ཁ་སློབ་མཁན་གྱི་བཙུན་  
ལོག་ལ་དག་སྒྲ་མ་སྐྱེས་ཀྱི་བར་དུ་ཉོགས་པའི་ཡོན་ཏན་མ་སྐྱེས་པ་དང་  
འདྲ།      བདུད་ཅིའི་སྒྲིང་པོར་ཡང་།      དགོ་བའི་བཤེས་ནམས་རྒྱལ་ཀུན་འཕྲིན་  
ལས་དེ།      །རང་གི་སྒྲ་མར་ཤར་བ་ཉིད་ཡིན་ཕྱིར།      །དེ་ལ་མ་གྲུས་རྒྱལ་ཀུན་མ་  
གྲུས་པར།      །གསུངས་ཕྱིར་དེ་ལས་ནམ་སྟོན་སྟེ་བ་གང་།      །སོགས་དང་།      དག་  
ནག་གི་དཀར་འགེལ་དུ་བྲངས་པར།      ཆོགས་བཅད་གཅིག་ཅུ་མཉན་པ་ལ།  
།གང་གིས་སྒྲ་མར་མི་འཇོག་པ།      །ཁྱི་ཡི་སྐྱེ་གནས་བརྒྱུ་སྐྱེས་ནས།      །ཆེ་ཤ་  
ཅན་དུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར།      །ཞེས་དང་།      སྒྲ་མ་ལྟ་བུ་པ་ལས།      དེ་འདྲིའི་མགོན་  
ལ་བསམས་བྱས་ནས།      །སློབ་མར་གྱུར་ནས་བརྟན་ན་ནི།      །སངས་རྒྱལ་  
ཐམས་ཅད་བརྟན་པས་ན།      །དེས་ནི་ཉལ་ཏུ་སྐྱུག་བསྐྱུལ་འཕྲོག།      །ཅེས་སོགས་  
གསུངས་པ་ལྟར་རོ།

ཉེས་དམིགས་གཉིས་པ་སྒྲ་མ་ལ་ཁོ་སེམས་སྐྱེས་ན་དེའི་སྐད་ཅིག་མའི་  
གངས་དང་མཉམ་པའི་དགོ་ཅ་བཅོམ་ནས་བསྐྱུལ་པར་དཔྱུལ་བར་སྐྱེ་བ་ནི།  
སྒྲ་མ་ལ་ཁོང་ཁོ་སྐྱེས་ན།      །ཁོང་ཁོ་ཇི་ཅུ་སྐྱེས་པའི་ཡུན་གྱི་ཐུང་མཐའི་སྐད་

ཅིག་མའི་གངས་དང་མཉམ་པར་དགོ་རྩ་བཅོམ་ནས། དེའི་གངས་ཀྱི་མནར་  
མེད་དུ་གནས་དགོས་པར་དུས་འཁོར་གྱི་རྒྱུད་ལས། སྒྲ་མ་ལ་ཁྲིས་སྐད་  
ཅིག་གངས། །བསྐྱལ་པར་བསགས་པའི་དགོ་བཅོམ་ནས། །དེ་སྟེང་བསྐྱལ་  
པར་དཔྱལ་སོགས་ཀྱི། །སྒྲུག་བསྐྱལ་ཆོར་བ་དྲག་པོ་སྟོང་། །ཞེས་གསུངས།  
དཔེར་ན་སེ་གོལ་གཅིག་གི་ཡུན་ལ་ཁྲིས་ན། བསྐྱལ་ཆེན་དྲག་ཅུ་རེ་ལྟར་  
བསགས་པའི་དགོ་རྩ་བཅོམ་ཞིང་། དེའི་ཆོད་ཀྱི་མནར་མེད་དུ་གནས་དགོས་  
པ་བཞིན་ཡིན་པས་མ་གྲུས་བརྟན་སྟོང་ཁོང་ཁྲོ་སོགས་བྱས་པ་དང་། མ་  
མཉེས་པ་བྱང་བ་རྣམས་སྒྲ་མ་དེ་ཞལ་བཞུགས་ཡོད་ན་དེའི་བྱང་དང་། མེད་  
ན་ན་བཟའ་ཚུན་གྱི་བྱང་དུ་བཞགས་པ་བྱེད་དགོས།

གསུམ་པ་སྒྲགས་ལ་བརྟེན་ཀྱང་མཆོག་མི་འབྱུང་བ་ནི། འདུས་པའི་རྩ་  
རྒྱུད་ལས། སེམས་ཅན་མཆོམས་མེད་ལ་སོགས་པའི། །སྒྲིག་པ་ཆེན་པོ་བྱེད་  
པ་ཡང་། །དོ་རྩེ་ཐེག་པ་རྒྱ་མཆོ་ཆེ། །ཐེག་པ་མཆོག་ནི་འདི་ལ་འབྱུང། །སྟོང་  
ནས་སྟོབ་དཔོན་སྟོད་པས་ནི། །སྒྲུབ་ཀྱང་འབྱུང་པར་མི་འབྱུར་རོ། །ཞེས་  
མཆོམས་མེད་ལྟ་བུས་པ་སོགས་རིམ་འདྲའི་སྒྲིག་པ་ཆེན་པོ་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན་  
ཡང་། གསང་བ་འདུས་པའི་ལམ་འདི་ལྟ་བུ་ལ་བརྟེན་ན་སྒྱུར་དུ་མཆོག་འབྱུང་  
ལ། སྟོང་ནས་སྟོབ་དཔོན་སྟོད་པས་ནི་རིམ་བསྐྱབས་ཀྱང་མཆོག་མི་འབྱུང་  
པར་གསུངས་པ་ཡིན།

བཞི་པ་རྒྱུད་དོན་བཅོན་པས་བསྐྱབས་ཀྱང་དཔྱལ་བ་སོགས་སྒྲུབ་  
པ་དང་འདྲ་བ་ནི། སྟོབ་དཔོན་ལ་དམ་ཆོག་ཉམས་པ་དེས་རྒྱུད་ཀྱི་དོན་རིམ་

ལྟར་བསྐྱབས་ཀྱང་དཔྱལ་བ་སྐྱབ་པ་ཉིད་ཡིན་པར་དོ་རྗེ་སྤྱིང་པོ་རྒྱན་གྱི་  
རྒྱུད་ལས། གང་གིས་སློབ་དཔོན་ཡང་དག་སྟེ། །དེས་ནི་རྒྱུད་ཀྱིས་སྐྱབ་  
པའི་མཆོག། །གཉིད་དང་འདྲ་འདྲི་རྣམས་སྤངས་ཏེ། །བསྐྱལ་བ་སྤྱོད་དུ་ལེགས་  
བསྐྱབས་ཀྱང་། །དཔྱལ་སོགས་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
རོ།

ལྟར་པ་ཡོན་ཏན་སྤར་མ་སྐྱེས་པ་རྣམས་གསར་དུ་མི་སྐྱེ་ཞིང་སྐྱེས་ཟིན་  
ཉམས་པ་ནི། ལྷ་མ་ལ་བརྟན་སྤོང་ཤོར་ན། ཆེ་དེར་ཉོགས་པ་གསར་དུ་སྐྱེ་  
བའི་གོགས་བྱེད་ཅིང་། སྤར་སྐྱེས་པ་རྣམས་ཉམས་པར་འགྱུར་བ། སློབ་  
དཔོན་ནག་པོ་སྤྱོད་པས་ལྷ་མ་ང་ལན་རྟ་ར་པའི་བཀའ་ཅུང་ཟད་བཅགས་  
པས་སྐྱ་ཆེ་དེ་ལ་མཆོག་མ་འགྱུབ། རས་ཅུང་པས་ཀྱང་། མིད་ལའི་བཀའ་  
ལན་གསུམ་བཅགས་པས་སྐྱ་ཆེ་དེ་ལ་མཆོག་མ་འགྱུབ་པར་སྐྱེ་བ་གསུམ་  
ལེན་དགོས་པར་གསུངས་པ་དང་། སྤོན་སློབ་དཔོན་རིགས་ངན་ཞིག་ལ་སློབ་  
མ་རིགས་བཟང་ཞིག་ཡོད་ཅིང་། སློབ་མ་དེས་ནམ་མཁར་འཕྱར་རྒྱས་པས།  
ཉིན་གཅིག་ལྷ་མའི་ཐད་ཀྱི་ནམ་མཁར་འཕྱར་ཏེ། ཁོ་རང་གི་ལྷ་མ་ལའང་འདི་  
འདྲ་མེད་བསམས་པས་དེ་མ་ཐག་རྒྱས་པ་ཉམས་ཏེ་སར་ལྷུང་བ་དང་། བཙ་  
ཆེན་རྒྱ་རོ་པས་ལྷ་མའི་བཀའ་བརྗེད་ནས་ཐུ་སྟེགས་པ་དང་བཙོད་པས་སྐྱ་  
ཆེ་དེར་མཆོག་མ་འགྱུབ་པར་བར་དོར་འཆང་རྒྱ་དགོས་བྱུང་བ་དང་། འཇམ་  
དཔལ་དབྱངས་ཀྱིས་ཆེ་དེ་ལ་མཆོག་འགྱུབ་པར་ལུང་བསྟན་པའི་མི་ཡུལ་  
ཀྱི་དགོ་ཚུལ་གཉིས་ཀྱིས་ཆོས་རྒྱལ་སྤོང་བཅན་ལ་ལོག་ལྟ་སྐྱེས། ཐེ་ཆོམ་

ཐོས་པས། མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་འགྲུབ་རྒྱུའི་ཆབ་དུ་རང་ཡུལ་ལ་སླེབ་པ་  
 དང་གསེར་རྒྱལ་པ་གང་གི་དངོས་གྲུབ་ལས་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་པས། ལྷ་མ་ལ་  
 ལོག་ལྟ་ཞོར་ན་ཉམས་ཏྲོགས་སྐྱེ་བ་འགྲངས་ཤིང་། དངོས་གྲུབ་ཆེན་པོ་འོང་  
 རྒྱུ་དེ་ཆུང་དུར་འགྱུར་འགྲོ་བ་ཡིན། དེ་ཡང་སྒྲིག་གྲོགས་ལ་བརྟེན་ན་ཡང་  
 ཉམས་ཏྲོགས་འགྲིབ་པར་བྱེད་པས་དེ་ལ་འཇོམ་དགོས། དེང་སང་གི་མི་  
 བལ་ཆར་ཆེ་འདི་པར་ཞེན་པ་ཤ་སྟག་ཡིན་པས། ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཆེ་འདིའི་  
 གྲོས་འདེབས་པར་བྱེད་ཅིང་། རང་གིས་ཀྱང་དེས་ཤ་ཆ་བྱེད་པ་དང་། བན་  
 འདོགས་བྱེད་པ་ལྟ་བུར་མཐོང་ཡང་དེ་འདྲ་བའི་མི་དེ་སྒྲིག་པའི་གྲོགས་པོ་  
 ཡིན། སྒྲིག་གྲོགས་ཞེས་བྲ་བ་དེ་གོས་སུ་རེ་བ་བྱོན། མགོ་ལ་རྩ་བའི་བ་  
 ཞེག་མི་འོང་། ཤ་ཆ་མདོག་གིས་མི་དགོ་བ་ལ་སྦྱོར་ཞིང་། དགོ་བ་ལས་  
 ཉམས་སུ་འཇུག་མཁན་དེ་ལ་བེད། དེ་འདྲ་གང་གི་འང་ཁ་ལ་མི་ཉན་པར་སྒྲིག་  
 གྲོགས་དེ་སྤང་ཆེན་སྦྱོན་པ་དང་། ལྟག་གཟིག་ལྟ་བུར་འདིགས་སྒྲག་གི་ཡུལ་  
 དུ་བལྟས་ནས་སྤོང་དགོས། ད་ལྟ་འགའ་ཞིག་གིས་འདོད་ཆུང་ཆོག་ཤེས་བྱེད་  
 པ་དག་ལ། འདི་ཅུ་མ་སྒྲོས་མ་གཏོངས་ཤིག །སྒྲོས་བཏང་ཆེ་དགས་ན་མི་འོང་  
 ཞེས་སོགས་སྟན་སྟན་ལྟར་སྦྱ་བ་ཡོད་མོད། རོན་དུ་སྒྲིག་གྲོགས་ཉིད་ཡིན་  
 ཞིང་། དེ་ལ་དངོས་སུ་ཆོག་རྩལ་པོས་མི་བསྒྲོག་ཅིང་། རང་གིས་ལག་ལེན་  
 ལ་དེ་བཞིན་མི་བྱེད་པ་དགོས་གསུངས།

དུག་པ་ཆེ་འདིར་ནད་སོགས་མི་འདོད་པས་གཅེས་པ་ནི། ལྷ་མ་ལྟ་  
 བུ་པ་ལས། སྒྲོབ་དཔོན་ལ་ནི་སྒྲོད་པ་དེ། །ཡམས་དང་འཆེ་བའི་ནད་རྣམས་



དང་། །གདོན་དང་རིམས་དང་དུག་ནམས་ཀྱིས། །མོངས་ཆེན་དེ་ནི་འཆི་  
བར་འགྱུར། །རྒྱལ་པོ་མེ་དང་སྒྲུལ་གདུག་དང་། །ཚུ་དང་མཁའ་འགྲོ་རྒྱན་པོ་  
དང་། །གདོན་དང་ལོག་འཛེན་ནམས་ཀྱིས་ཀྱང་། །བསད་ནས་སེམས་ཅན་  
དཔྱལ་བར་འགྲོ། །ནམ་ཡང་སློབ་དཔོན་དག་གི་ནི། །ཀུན་ཏུ་སེམས་དགྲུགས་  
མི་བྱ་སྟེ། །གལ་ཏེ་མོངས་པས་བྱས་བྱུར་ན། །དཔྱལ་བར་ངེས་པར་འཆོད་  
པར་འགྱུར། །མནར་མེད་ལ་སོགས་འཇིགས་རུང་བའི། །དཔྱལ་བ་བསྟན་  
པ་གང་ཡིན་པ། །སློབ་དཔོན་ལ་ནི་སློད་པ་ནམས། །དེར་ནི་གནས་པར་ཡང་  
དག་བཤད། །ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན་སློབ་དཔོན་ལ་བརྟམས་སློད་ཤོར་ན། །ཆེ་  
འདིར་ཡང་མི་འདོད་སྒྲ་དགྲ་འབྱུང་སྟེ། །སྟོན་འཕགས་ཡུལ་ན་སློབ་དཔོན་  
སངས་རྒྱས་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་ཆོས་གསུངས་པའི་ཆོ། །ཁོང་རང་གི་སྒྲ་མ་བྱུང་  
ཆེན་པག་ཆང་པ་དེར་བྱོན་པ་མ་མཐོང་བའི་ཚུལ་དུ་བརྟུས་ནས། །རྗེས་སུ་སྒྲ་  
མར་ངས་མ་མཐོང་ཞེས་རྟུན་ཁྱེས་པས་མིག་འབྲས་དངོས་སུ་བྱིར་དོན་ནས་  
སར་ལྷུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་དང་། །དྲགས་པོ་འཇམ་དཔལ་ལྷན་བྱུང་རིན་པོ་ཆེའི་  
ཉེ་གནས་ཚུལ་བྲིམས་ལགས་ཞེས་པ་དད་གྲུས་མེད་པ་ཞིག་རྗེས་སུ་གློད་  
དཀར་ལར་རྒྱན་མས་མགོ་བོ་བརྗོད་དོས་བཅོམ་ནས་ཤི་བ་དང་། །སྟེ་བྱུང་  
པའི་སློབ་མ་དམ་ཆོག་ཉམས་པ་ཞིག་ཤི་ཁར་འཇིགས་སྤང་བྱུང་ཚུལ་སོགས་  
སྟུལ།

བདུན་པ་སྟེ་མར་ངན་སོང་སྤུ་མཐའ་མེད་པར་འབྲམས་པ་ནི། །ཉེས་  
དམིགས་ཆེ་ཤོས་ཏེ། །སྒྲ་མ་ལ་བརྟམས་སློད་བྱེད་པ་དེ་ནི། །ལག་ན་དོ་རྗེ་དབང་

བསྐྱར་བའི་རྒྱུད་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་ཞིང་། གཞན་དཔྱུལ་བའི་རབས་  
 མང་པོ་མདོ་ལས་གསུངས་ཀྱང་། ལྷ་མ་ལ་བརྟམས་སྟོང་བྱེད་པ་དེ་དཔྱུལ་བ་  
 འདིར་སྐྱེ་ཞེས་མ་བརྟན་ལ། རྒྱུད་དེར་ལག་ན་དོ་རྗེས། བཙམ་ལྟན་འདས་  
 གང་དག་སྟོབ་དཔོན་ལ་བརྟམས་པར་བབྱེད་པ་དེ་དག་གི་རྣམ་པར་སྟོན་པ་  
 རི་ལྟ་བུ་ལགས། ཞེས་དེའི་རྣམ་སྟོན་གསུང་བར་བསྐྱུལ་བ་ན། བཙམ་ལྟན་  
 འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྩལ་པ། ལག་ན་དོ་རྗེ། ལྟ་དང་བཅས་པའི་འདྲིལ་ཏེན་  
 སྐག་པར་འབྱུར་གྱིས་དེ་སྐད་མ་སྟོ་ཞེས། །གསང་བ་པའི་བདག་པོ་འོན་ཀྱང་  
 ཅུང་ཞིག་བརྗོད་པར་བྱའི། དཔའ་བོ་བསྐྱེམས་ཏེ་དེ་ཉོན་ཅིག །མཆོམས་མེད་  
 ལ་སོགས་མི་བཟད་པ། །དཔྱུལ་བ་གང་དག་ངས་བཤད་པ། །དེ་རྣམས་ཀྱི་ནི་  
 གནས་སུ་བརྗོད། །དེ་ནི་བསྐྱུལ་བ་མཐའ་ཡས་སོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་རྣམ་ཀྱན་  
 ཏུ། །རྣམ་ཡང་སྟོབ་དཔོན་བརྟམས་མི་བྱ། །ཞེས་ལྟ་དང་བཅས་པའི་འདྲིལ་ཏེན་  
 སྐག་པར་འབྱུར་ཞིང་བྱང་སེམས་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱང་བརྒྱལ་བར་  
 དགོངས་ནས། ཞིབ་ཏུ་གསུངས་མ་པོད་པའི་ཚུལ་གྱིས། མནར་མེད་དུ་ལོ་  
 གངས་མང་པོར་གནས་དགོས་པ་ཙམ་ཞིག་བསྟན། དེས་ན་ལྷ་མ་ལ་བརྟམས་  
 སྟོང་རྣམ་ཡང་མི་རུང་བར་གསུངས་ལ། ལྷ་མར་བརྟམས་སྟོང་བྱེད་པ་ལྟ་ཞེས།  
 །བརྟམས་སྟོང་བྱེད་པའི་མི་ཡང་མཐོང་དུ་མི་རུང་ཞིང་། གྲུབ་ཆེན་གླིང་རས་  
 པས་ཆོས་གསུང་སྐབས། ཆག་ལོའི་སྟོབ་མ་དམ་ཉམས་ཞིག་དེར་སྟོབ་པས།  
 དེ་མ་ཐག་ཞལ་འགྲིགས་ནས་ཆོས་གསུངས་མ་ཐུབ་པར་གཤེགས་པའི་ལོ་  
 རྒྱས་ལྟར་ཡིན་གསུངས།

བརྒྱད་པ་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱིས་ཐོངས་  
པ་ནི། ལྷུང་གི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པའི་པན་ཡོན་བཤེས་པ་དེ་ལས་ལྷོག་  
པ་སྟེ། དེ་མ་མཇུག་བས་ནི། ཆོས་ཀྱི་སྤྱོད་ཅམ་ཡང་མི་གོ་བའི་མི་ཁོམ་པའི་  
གནས་ཁོ་ནར་སྤྱེ་ཞིང་། མདོར་ན་རྗེ་ཙོང་ཁ་པས། དེ་ནས་འདི་ཕྱིའི་ལེགས་  
ཆོགས་ངེ་སྟེད་པའི། །ཞེས་སོགས་ལྟར་འདྲིལ་ཏེན་ན་ལེགས་ཆོགས་ངེ་  
སྟེད་ཅིག་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་ནི་བཤེས་གཉེན་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྟེན་པའི་  
འབྲས་བུ་དང་། མི་མཐུན་པའི་རྒྱད་པ་ངེ་སྟེད་ཅིག་མཆིས་པ་ཐམས་ཅད་  
བཤེས་གཉེན་མ་བསྟེན་པ་དང་བསྟེན་ཚུལ་ལོག་པ་གང་རུང་གི་འབྲས་བུ་  
ཡིན། ལྷ་མ་ལ་བསྟེན་ཚུལ་ལོག་ན། ཆེ་འདིར་མ་ཟད། སྤྱེ་བ་གཞན་དུ་འང་  
དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་དང་མི་མཇུག་ཏེ། བདུད་རྩིའི་སྟོང་པོ་ལས། གལ་ཏེ་  
བརྒྱལ་བ་དེ་འགྲོའི་ཏེན་ཐོབ་ཀྱང་། །མ་གྲུས་པ་ཡི་རྒྱུ་མཐུན་འབྲས་བུ་དེས།  
།མི་ཁོམ་གནས་སུ་སྤྱེས་ནས་དམ་ཆོས་དང་། །དགོ་བའི་བཤེས་གྱི་སྤྱོད་ཡང་  
ཐོས་མི་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས། དེས་ན་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་འདི་ནི་  
བསམ་བཞིན་དུ་བྱེད་པ་ལྟ་ཅི། མ་བརྟགས་མ་བསམས་པར་རང་གར་བྱས་  
པའི་བྱ་བྱེད་ཀྱི་ཏེན་འབྲེལ་སྤྱོད་མོས་ཀྱང་ཏེན་འབྲེལ་བཟང་ངན་སྤྱོད་ཆོགས་  
འོང་བ་མིད་ལས་མར་པར་ཟངས་སྟོང་པ་སྤུལ་བས་ཏེན་འབྲེལ་འབྲུགས་པ་  
དང་། ཐོག་མར་མར་པས་གནང་བའི་ཆང་ལྟག་མེད་གསོལ་བས་ཏེན་འབྲེལ་  
འགྲིགས་པ་སོགས་དང་། མར་པས་ཡི་དམ་ལ་སྤྱག་འཆལ་བས་ཏེན་འབྲེལ་  
འབྲུགས་པ་སོགས་དང་། འགྲོམ་གྱིས་སེ་བཙུན་དང་། རོ་བོ་བསྟེན་པ་དང་།

རྫོ་བོས་གསེར་གླིང་པ། མིད་ལས་མར་བ་བསྟོན་པ། རྫོ་ཙོང་ཁ་བས་ཁྱུང་  
 བོ་ལྷས་པའི་དབང་ཁང་གི་ལོགས་ལ་གསེར་ལེབ་བྱུགས་མཛད་པ་སོགས་  
 གྱིས་མཛད་འཕྲིན་རྒྱས་ཚུལ་སོགས་གསུངས་ནས་བཤེས་གཉིན་བསྟོན་  
 ཚུལ་འདི་གནད་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས་རྟོན་འབྲེལ་འགྲིགས་ལེགས་ཉེས་ཅུང་བད་  
 ཅམ་གྱིས་ཀྱང་དེ་ལྟར་བྱུང་བ་ཡོད། རྒྱལ་ཆབ་ཆོས་རྫོང་ཐོག་མར་རྫོང་  
 མ་མཛལ་གོང་རྩོད་པའི་བསམ་བས། རྫོང་རིན་པོ་ཆའི་མདུན་ཕྱོད་སྐབས་  
 གྱི་རབས་གསུངས་ནས། དེ་ལྟར་ཀྱན་སྦྲོང་ངན་ཡང་རྟོན་འབྲེལ་བཟང་པོ་  
 འགྲིགས་པ་དང་། ཀྱན་སྦྲོང་བཟང་ཡང་རྟོན་འབྲེལ་འཕྲུག་པ་སྣ་ཆོགས་འོང་  
 བས་གཟབ་དགོས་གསུངས། རང་ཅག་སླ་མའི་མཆོན་བརྗོད་པ་ན། སྐྱེ་ཞབས་  
 སྐྱེ་ཞིག་མ་དང་སྐྱེ་ཞབས་ཅི་ཞིག་པ་ཞེས་བེར་མོད། དེ་ལྟར་མི་བྱ་བར་ཞལ་  
 སྒྲ་ནས་ཞེས་སོགས་ཞེས་དང་བཅས་མཆོན་བརྗོད་དགོས། རྫོ་བོས་གསེར་  
 གླིང་པའི་མཆོན་བརྗོད་པ་ན་ཕྱག་ཐལ་མོ་སྐྱར་ཞིང་ཆེ་བརྗོད་མཛད། གཞན་  
 གྱིས་གསེར་གླིང་པའི་མཆོན་དངོས་བསྐྱབས་པ་བྱུང་ན་ཉར་གྱིས་བཞེངས་  
 བར་མཛད། ཁོ་བོས་ཀྱང་བདག་ཉིད་སྒྲོགས་པ་མིན་ཡང་། སླ་མ་རིན་པོ་  
 ཆའི་མཆོན་ཐོལ་བྱུང་དུ་སྒྲོགས་པ་མཐོང་བ་ན་ཡིད་མི་བདེ་བ་ཆེན་པོ་འོང་བ་  
 ཡིན། དེ་ཡང་ཞལ་བཞུགས་པའི་ཆེ་མཆོན་བརྗོད་པར་དཀའ་བ་ཞེས་མི་བྱ་  
 གསུངས། དེ་ནས་སྐར་ཡང་གོང་གི་ས་བཅད་རྣམས་ལ་བསྐྱར་བཤུད་འབྲིང་  
 བསྐྱས་གཉིས་མཛད་དོ།

༥ ཉིན་བརྒྱད་པར། རྫོང་བདག་ཉིད་ཆེན་པོས། གང་དག་སྲིད་པའི་བདེ་

ལ་མ་ཆགས་ཤིང་། །དལ་འབྱོར་དོན་ཡོད་བྱ་བྱིར་བཙོན་པ་ཡིས། །རྒྱལ་བ་  
དགྲེས་པའི་ལམ་ལ་ཡིད་རྟོན་པའི། །སྐལ་ལྷན་དེ་དག་དང་བའི་ཡིད་ཀྱིས་  
ཉོན། །ཞེས་པའི་ལུང་འདྲན་དང་བཅས། ཀླང་པ་དང་པོ་སྐྱེས་བྱ་འབྲིང་གི་ཡང་  
དག་པའི་ལྟ་བ་དང་། གཉིས་པ་སྐྱེས་བྱ་ཆུང་དུ་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་དང་།  
ཀླང་པ་གསུམ་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་སྐྱར་བ་སོགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་སྡོན་  
འགྲོ་ཀུན་སློང་འཆོས་པ་སོང་རྗེས། སྡོན་དུ་རྩི་ལྟར་སོང་བའི་ས་བཅད་རྣམས་  
འདྲན་ཅིང་དངོས་གཞི་བཤེས་གཉིན་བསྟེན་ཚུལ་གྱི་ས་བཅད་དང་པོ་དང་  
གཉིས་པ་གཉིས་ལ་བསྐྱར་བཤད་གནང་སྟེ། དེ་ལ་ས་བཅད་འདིར་དམིགས་  
པ་སློང་རྒྱ་ཁོ་ནའི་དབང་དུ་བྱས་པས་བཤེས་གཉིན་བརྟག་པའི་ཚུལ་གྱི་སྒོར་  
བདེ་སྐྱར་གྱི་ས་བཅད་ལ་མི་གསལ་ཡང་། འཇམ་དཔལ་ཞལ་ལུང་ལས་  
འབྱུང་བ་བཞིན་འདིའི་བར་ན་འཆད་དགོས། དེ་ཡང་འོ་ན་སྐྱར་བཤད་པ་ལྟར་  
བཤེས་གཉིན་བསྟེན་པ་ལ་ཕན་ཡོན་དང་། མ་བསྟེན་པ་ལ་ཉེས་དམིགས་དེ་  
ལྟར་ཡོད་ན། རྩི་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་བརྟེན་པར་བྱ་ཞེ་ན། བཤེས་གཉིན་དེ་ཡང་གང་  
བྱུང་གིས་མི་ཆོག་པར་ལམ་ཡོངས་རྫོགས་ལ་འབྲིང་བྱས་པ་ཞིག་བསྟེན་  
དགོས་ཀྱི།

དཔེར་ན། ཐུགས་ཤིན་ཏུ་བཟང་བ་ཙམ་ལྟ་བུ་ཡོན་ཏན་སྤྱོད་པ་རེ་བ་  
ཞིག་གིས་ལམ་ཡོངས་རྫོགས་ལ་འབྲིང་མི་བྱས། སློབ་མ་དད་པ་དང་ཤེས་  
བཙོན་ལྟར་ཡང་། ལྷ་མ་དེ་མདོ་སྤྱོད་པ་ཡོངས་རྫོགས་ལ་ནང་བྱན་ཆུད་པ་  
ཞིག་མ་བྱུང་ཆོ། དེས་དེ་སྐབས་འགྲོའི་བྲིད་དང་། ལྟའི་སྐབས་ཐབས་དང་། ཅ་

རྒྱུད་བསྐྱོམ་པ་སོགས་ཉམས་ལེན་ཕྱོགས་རེ་བ་སྣ་གཅིག་ཅམ་ལ་མི་ཆེ་ནི་ལ་  
 བོར་སྐྱོར་བས། དལ་བ་ཐོབ་པ་ལ་དོན་ཆེན་པོ་འབྱུང་བར་མི་འབྱུར་བས་  
 བཤེས་གཉེན་མཆོན་ཉིད་ཆང་བ་ཞིག་བསྟེན་དགོས། མཆོན་ཉིད་ཀྱང་། སོ་  
 ཐར་གྱི་སྒྲོམ་པ་འབོགས་པ་པོ་དང་། བྱང་སེམས་དང་། གསང་སྒྲགས་གྱི་  
 སྒྲོམ་པ་འབོགས་པ་པོའི་མཆོན་ཉིད་སོགས་སོ་སོར་མང་ཡང་། འདིར་ལམ་  
 གྱི་རིམ་པ་ཡོངས་རྫོགས་སྟོན་རྒྱས་པའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་མཆོན་ཉིད་བསྟེན་  
 པར་བྱ་ལ། མཆོན་ཉིད་དང་ལྡན་མི་ལྡན་ཡང་མ་བསྟེན་གོང་ནས་བརྟག་ །སྒྲ་  
 མའི་མཆོན་ཉིད་བརྟག་པ་འདི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པར་འདོད་པས་བྱ་བར་  
 མ་ཟད། འདུལ་མདོ་སྒྲགས་གསུམ་གྱི་བཤེས་གཉེན་བྱེད་པར་འདོད་པས་  
 ཀྱང་འདུལ་མདོ་སྒྲགས་གསུམ་གྱི་སྒྲ་མའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་རང་ལ་ཆང་མ་  
 ཆང་བརྟག་སྟེ་མ་ཆང་ན་ཆང་བར་བྱ་དགོས་ཀྱི། ཆེ་བྱམ་དང་། བྱབས་བྱས་  
 གྱི་ཡོ་བྱད་ཆང་བ་ཅམ་དང་། ཆོ་ག་སྒྲོ་ཐོག་ནས་གཏོང་ཤེས་པ་ཅམ་གྱིས་སྒྲ་  
 མའི་མཆོན་ཉིད་ཆང་བ་མིན།

དེ་ཡང་སྒྲ་མའི་མཆོན་ཉིད་ལ། འདུལ་བ་ནས་བཤད་པའི་མཁན་སྟོབ་  
 གྱི་མཆོན་ཉིད། ཐེག་ཆེན་ཐུན་མོང་བའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་མཆོན་  
 ཉིད། གསང་སྒྲགས་གྱི་དྲོ་རྩེ་སྟོབ་དཔོན་གྱི་མཆོན་ཉིད་སོ་སོར་ཡོད་པ་ལས།  
 ད་ལམ་འདིར་ཐེག་ཆེན་ཐུན་མོང་བའི་སྒྲ་མའི་མཆོན་ཉིད་གཙོ་བོར་སྟོས་  
 བ། དེ་ཡང་མདོ་སྟེ་རྒྱན་ལས། བཤེས་གཉེན་དུལ་བ་ཞི་བ་ཉིར་ཞི་བ། །ཡོན་  
 ཏན་ལྟག་པ་བཙོན་བཅས་ལུང་གིས་ལྟག་ །དེ་ཉིད་རབ་ཏུ་རྟོགས་པ་སྟོ་མཁས་



ལྷན། །བཅེ་བའི་བདག་ཉིད་སྐྱོ་བ་སྤངས་ལ་བརྟེན། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཡོན་  
ཏན་བཅུ་ཆང་བ་སྟེ། དེའི་ནང་གི་དུལ་བ་ནི། ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱིས་རྒྱད་བརྒྱལ་བ་  
དང་། ཉིང་ངེ་འཛིན་ཀྱིས་རྣམ་གཡང་ཞི་བ། ཤེས་རབ་ཀྱིས་བདག་ཏུ་འཛིན་  
པ་ཉི་བར་ཞི་བ་དང་། སློས་ཀྱི་གསེབ་ཏུ་ཤིང་གཞན་བཅུག་ན་དེ་ལ་སློས་ངེ་  
འགོ་བ་ལྟར། སྒྲ་མའི་ཡོན་ཏན་དང་སྐྱོན་རྣམས་རང་ལ་འགོ་བར་འབྱུང་བ་  
ཡིན་པས། རང་ལས་ཡོན་ཏན་ལྷག་པ་ཞིག་དང་། དེ་ཉིད་རྟོགས་པ་ནི་ཐོས་  
བྱུང་གི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ལྟ་བ་རྟེན་པ་སྟེ། འདི་ཐལ་འབྱུང་བའི་ལྟ་བ་དང་། གོང་  
གི་ཤེས་རབ་ནི་རང་རྒྱད་པ་མན་ཆད་ཀྱི་ལྟ་བ་རྟེན་པའི་ཤེས་རབ་ལ་ཡང་  
བྱེད་པས་མི་སློས་སོ། །གཞན་སྟེ། འདི་ཐམས་ཅད་མ་ཆང་ནའང་། བསྐྱབ་  
གསུམ་ཀྱིས་རྒྱད་དུལ་བ་དང་། སྤྱིང་བཅེ་བ་དང་། དེ་ཉིད་རྟོགས་པ་ལྟ་ངེས་  
པར་ལྷན་དགོས། བོ་རྟོ་བས། རེད་ཀྱི་སློབ་དཔོན་ཡེར་པའི་ཞང་བཅུན་ཀྱན་ལ་  
མང་དུ་ཐོས་པ་ཡང་མེད་སྐྱོ་བ་བཟོད་པ་ཡང་མེད་པས་སྒྲ་བོ་ངེན་དུ་གཅགས་  
པ་རེ་བྱེད་པ་ཡང་མེད་དེ་སྒྲ་མ་ལྟ་ཡོད་པས་བྱུང་ན་སྐྱེ་ཡོད་པ་ལ་པན། གཉན་  
སྟོན་ལ་སྒྲ་མཁས་པ་ཡེ་མེད་ཡོན་བཤའ་རེ་བྱེད་པ་ཡང་འདི་ཀྱན་ཀྱིས་ད་  
ངེས་མི་གོ་སྟམ་པ་ལས་མི་ཤེས་ཏེ་སྒྲ་བོ་ཡོད་པས་སྐྱེ་ཉི་བ་ལ་པན་གསུང་  
ངོ། །སྒྲ་བོ་ངེན་དུ་གཅགས་པ་ཞེས་གསུངས་པ་ནི། འདིས་འགྲིགས་འདུག་  
སྟམ་པའམ། ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞེས་སྐྱད་ཆ་ལེགས་སོ་སྟེར་བ་ལ་བྱེད།

དུས་མཐར་དེ་ལྟ་བུ་ཡང་དགོན་ན། སྐྱོན་ཡོན་གཉིས་ལས་ཡོན་ཏན་  
གཙོ་ཆེ་བ་ཞིག་དང་། ཆེ་འདི་ལས་བྱི་མ་གཙོ་ཆེ་བ་དང་། བདག་གཞན་

གཉེས་ལས་གཞན་གཙོ་བོར་བྱེད་པ་ཞིག་ལ་བརྟེན་དགོས་པ་གནད་ཡིན།  
དེ་ལྟ་མིན་པར་མི་དགེ་བའི་བཤེས་དང་འབྲུད་ན་སོར་མོའི་སྤང་བ་ཅན་ལ་  
ལོག་པའི་བཤེས་གཉེན་གྱིས་ལམ་ལོག་པར་བསྟེན་ནས་སྒྲིག་ཆབས་པོ་ཆེ་  
བསགས་དགོས་བྱུང་བ་ལྟར་འབྱུང་བས། དང་པོ་ནས་ལེགས་པར་བརྟགས་  
ཏེ་འོས་པར་མཐོང་བ་ན་སྤྲོ་མར་བརྟེན་པར་བྱའོ། །སློབ་མ་ཡང་། རང་སྟོགས་  
ལ་ཆགས་པ་དང་གཞན་སྟོགས་ལ་སྤང་བའི་སྟོགས་ཞེན་མེད་ཅིང་གཟུ་བོར་  
གནས་པ་དང་། ལེགས་ཉེས་འབྱེད་པའི་ཤེས་རབ་དང་། རོན་གཉེར་ཆེན་པོ་  
ཅན། སྤྲོ་མར་གུས་པ་ཆེན་པོ་དང་ལྡན་པ། ཡིད་ལེགས་པར་གཏད་དེ་ཉན་པ་  
དང་ལྷ་ཆང་ན། ཆོས་མཐར་ཕྱིན་པ་འོང་། དེ་ལྟ་བུའི་སློབ་མས་སྤྲོ་མ་བསྟེན་  
ཚུལ་ཇི་ལྟར་བྱེད་ཅེ་ན། གསུམ་པ།

བསམ་པས་བསྟེན་ཚུལ་ལ་གཉེས།

རྩ་བ་དད་པ་སྦྱང་བ་དང་།

བཀའ་ངོན་རྗེས་སུ་བློ་ནས་གུས་པ་བསྐྱེད་པའོ། །འདི་གཉེས་ལྷང་  
རིགས་གྱིས་མཐའ་བསྐྱོར་རི་བསྐྱོར་བྱས་ཏེ་བསྐྱོམ་ན་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་  
ཚུལ་ཚུལ་བཞིན་བྱེད་སྟམ་པའི་སྟོ་ཤུགས་ཆེན་པོ་འོང་། དེ་མིན་ཆོས་ཁྱེ་  
སྟམ་པ་ལས་མི་ཡོང་བས། དེས་ན་དང་པོ་རྩ་བ་དད་པ་སྦྱང་བ་ལ་གསུམ་

ཡོད། འདིའི་དད་པ་ནི་སངས་རྒྱས་དངོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་པའི་དད་པ་  
སྟེ། འདི་དང་མར་ཤེས་གཉིས་དམིགས་སྒྲོར་གཞན་ལས་སྐྱེ་དཀའ་ཤོས་  
ཞིག་ཡིན་ལ། དཀའ་ཡང་འབད་དེ་མ་བཙོན་ན་འདི་མན་ཆད་ཀྱི་ལམ་གཞན་  
རྣམས་རྒྱད་ལ་མི་སྐྱེའོ། །དེ་ལ་སྦྱར་དད་པ་ནི། དཀར་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
བསྐྱེད་པའི་གཞིའམ་རྩ་བ་ཡིན་ཏེ། དཀོན་མཆོག་སྒྲོན་མའི་མདོ་ལས། དད་  
པ་སྒྲོན་འགྲོ་མ་ལྟར་བསྐྱེད་པ་སྟེ། །ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་པའི་ལ་  
བར་བྱེད། །ཅེས་སོགས་དང་། སྒྲོན་ངོ་པོ་ཆེན་པོ་ལ་མི་ཞིག་གིས། ཨ་ཏི་ཤ་  
གདམས་ངག་ཁྱེའམ་ལན་གཉིས་ཁྱེས་ཀྱང་ཅང་མ་གསུངས་པ་ན། ཁོས་  
སྐད་ཆེན་པོས་བོས་པའི་ཆོ། ཏེ་ཏེ། ཁོ་བོ་ལ་རྩ་བ་ཏ་བཟང་པོ་བཟང་པོ་  
བདོག་སྟེ། མན་ངག་བྱ་བ་དད་པ་ཡིན། དད་པ་དད་པ་ཞེས་གསུངས་པ་དང་།  
རྒྱལ་བ་དབེན་ས་པ་ཆེན་པོས། མདོར་ན་ཉམས་ཏྟགས་ཆེ་ཆུང་གང་སྐྱེས་  
ཀྱང་། །དད་པ་ཆེ་ཆུང་བསྒྲོམ་པའི་མཐུ་ཡིན་པས། །དངོས་གྲུབ་འབྱུང་གནས་  
འིན་ཅན་སྒྲུ་མ་ལ། །ཡོན་ཏན་བསམ་ཞིང་སྒྲོན་ནས་མི་བལྟ་བའི། །གདམས་  
པ་འདི་ཉིད་མཐེལ་དུ་འཛིན་པ་དང་། །དམ་བཅའ་འདི་འདྲ་གོགས་མེད་མཐར་  
ཕྱིན་ཤོག །ཅེས་པ་ལྟར་རང་ལ་ཏྟགས་པ་སྐྱེ་མི་སྐྱེ་སོགས་སྒྲུ་མར་དད་པ་  
ཡོད་མེད་དང་། དད་པ་ཆེ་ཆུང་ལ་རག་ལས། མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་འབྱུང་  
པ་ལ་ནི་སྒྲུ་མ་ལ་སངས་རྒྱས་དངོས་སུ་བལྟ་བའི་དད་པ་དང་། གདམས་ངག་  
ཀྱང་མ་ནོར་བ་ངེས་པར་དགོས། གདམས་ངག་ནོར་ཀྱང་དད་པས་ཡིད་ཆེས་  
ན་ཐུན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་ཐུན་བྱ་འབྱུང་བྱས་ཏེ། རྒྱ་གར་ན་མི་ཞིག་གིས་སྒྲུ་

མར་གདམས་ངག་ཁྱུས་པ་ལ། ལྷ་མས་མ་རི་ལེ་ཇ་ཞེས། རོན་དུ་མར་སོང་  
གསུང་བ་ཡིན་པ་ལ། ཁོས་དེ་མ་གོ་བར་གདམས་ངག་ཏུ་བརྩུང་ནས་ཆོག་  
དེ་བགྱངས་པས་རང་གཞན་གྱི་ནད་སོས་པ་སོགས་བྱུང་། ཡང་གཅིག་གིས།  
ཨོ་བ་ལེ་བུ་ལེ་བུ་རྩེ་སྤྲུ་ཞེས་ལྟ་མོ་ཅུ་རྩེ་སྤྲུ་གས་གྱི་ཅ་དང་། བ་ནོར་ནས་  
བགྱངས་ཏེ་ཐུ་གའི་སྐབས་དོ་བཅོས་ནས་ཐོས་པའི་རབས་བཞིན་ཡིན། དད་  
པ་མེད་ན་ཞེས་རབ་གྱིས་གང་ཡང་མི་འོང་།

དད་པ་ལ་གསུམ་ཡོད་པ་ལས་འདིའི་སྐབས་སྐྱུང་རྒྱུའི་དད་པ་ནི།  
བཞེས་གཉེན་ལ་སངས་རྒྱས་དངོས་སུ་མཐོང་བའི་དང་བའི་དད་པ་ཡིན། དེ་  
བསྐྱེད་ཐབས་སྐྱེད་ཆང་ཡབ་སྲས་ནས་བརྒྱུད་པའི་མན་ངག་ལྟར་དང་པོ་རྩ་  
བ་དད་པ་སྐྱུང་བ་ལ་ལྷ་མ་སངས་རྒྱས་སུ་བལྟ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆན་སོགས་  
གསུམ་ལས། དང་པོ་ལྷ་མ་སངས་རྒྱས་སུ་བལྟ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆན་ནི།  
སངས་རྒྱས་སུ་བལྟ་དགོས་ཏེ། རང་ཉིད་ཁེ་འདོད་ལ་གྱོང་མི་འདོད་པའི་ཕྱིར།  
རང་གིས་ཁེ་ཞིག་འདོད་ཕྱིན་ཆད། ལྷ་མ་སངས་རྒྱས་ཡིན་ནམ་མིན་ཡང་  
རུང་སྟེ། སངས་རྒྱས་སུ་བལྟས་ན་ཆེ་འདི་དང་ཕྱི་མའི་འདོད་དོན་ཀྱན་འབད་  
མེད་དུ་འབྱུང་བ་སོགས་ཁེ་ཆེ་སྟེ། དཔེར་ན། མ་ཁྱན་མོས་བྱི་སོ་ལ་དད་པ་  
བྱས་པས་རིང་བསྐལ་བབས་པ་བཞིན་ཡིན། བེའུ་བུམ་སྟོན་པོ་ལས། ལྷ་མ་  
བྱིན་རྒྱབས་ཆེ་དང་རྒྱུང་བ། །དངོས་ལ་མ་ཡིན་རང་ལ་རག་ལས། །ཞེས་པ་  
ལྟར་ལྷ་མ་བྱིན་རྒྱབས་ཆེ་རྒྱུང་གང་འདྲ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་། རང་གི་དོས་ནས་  
སངས་རྒྱས་དང་བྱང་སེམས་སོགས་ཇི་ཅམ་གྱི་ཆོད་དུ་མཐོང་བ་དེ་ཅམ་གྱི་

བྱིན་སྐབས་འབྱུང་། དེས་ན་དངོས་གྲུབ་འབྱུང་མི་འབྱུང་སྐྱེ་མར་མོས་གྲུས་  
ཆེ་ཆུང་ལ་རག་ལས་པར་རྩོམ་ཆེན་པོས་ཀྱང་། བོད་ན་གྲུབ་ཐོབ་མི་འབྱུང་  
བ་སྐྱེ་མ་ལ་ཐ་མལ་བའི་འདུ་ཤེས་ལས་མེད་པས་ལན་པར་གསུངས། སངས་  
རྒྱུས་དངོས་ཡིན་ཡང་དད་པ་མ་སྦྱངས་ན་ཡོན་ཏན་མི་མཐོང་ཞིང་། གྱོང་  
སྒྲུག་བསྐྱེལ་སྒྲ་ཆོགས་པ་བསྐྱེད་དེ། སངས་རྒྱུས་ལ་ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་པ་  
ཡོད་མོད། ལྷས་བྱིན་དང་ལེགས་སྐྱར་གྱིས་འོད་འདོམ་གང་བ་གཅིག་ཕུ་མ་  
གཏོགས་ཡོན་ཏན་གཞན་ཡོད་པ་མ་མཐོང་བས་གྱོང་བྱུང་བ་དང་འབྲེལ་བས་ན།  
དགེ་བ་ཤེས་པོ་ཏོ་བས། སྐྱེ་མ་དག་ལ་གྲུས་པ་མེད་ན། །སངས་རྒྱུས་ཉིད་ལ་  
བཏེན་ཡང་མི་པན། །དཔེར་ན་ལེགས་པའི་སྐྱར་མ་བཞིན་ཏེ། །ཞེས་སོགས་  
གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན།

གཉིས་པ་བལྟ་བུས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། དེ་ལྟར་བལྟ་དགོས་པ་ཅུ་མ་  
ཟད། བལྟ་མི་བུས་པ་མིན་ཏེ། འདི་ལ་སློབ་ཡོན་ཏན་གྱི་ཕྱོགས་བཟུང་ན་མ་  
དད་པ་བསྐྱོག་བུས་ཤིང་། སྐྱོན་ཐུན་བྱ་མཐོང་ཡང་ཟེལ་གྱིས་མནན་ནས་དད་  
པ་ལ་གོགས་མི་བྱེད་པ་དང་། སྐྱོན་མཐོང་བ་དད་པའི་ཕྱོགས་སུ་འབྱེལ་བའི་  
རྒྱ་མཚན་གཉིས་བསམ། དེ་ཡང་ལག་ན་དོ་རྩེ་དབང་བསྐྱར་བའི་རྒྱད་ལས།  
སློབ་དཔོན་གྱི་ནི་ཡོན་ཏན་བཟུང་། །སྐྱོན་ནི་ནམ་ཡང་བཟུང་མི་བྲ། །ཡོན་  
ཏན་བཟུང་ན་དངོས་གྲུབ་འཐོབ། །སྐྱོན་ནམས་བཟུང་ན་དངོས་མི་འབྱུག།  
།ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན་རང་རེས་བག་ཆགས་ངན་པའི་ཤྱགས་གྱིས་སྐྱེ་མ་  
ལ་སྐྱོན་ཤས་ཆེར་བསམས་པས་མ་བྱུང་བ་ལས། གནམ་གང་ལ་སྐྱེ་བ་ཤར་

ཡོད་ཀྱང་ཉི་འོད་གྱིས་ཟེལ་གྱིས་ནོན་ཏེ་ཟླ་བ་མི་མངོན་པ་བཞིན་དུ་ཡོན་ཏན་  
ཤས་ཆེར་བསམ་ན་སྟོན་མཐོང་བའི་སྟོང་དང་ཤུགས་གྱིས་འགག་པར་འགྱུར་  
བ་ནི། དཔེར་ན་རང་གི་ཡོན་ཏན་གྱི་ངོས་ནས་བསམས་པས་རང་གིས་རང་  
ལ་སྟོན་མི་མཐོང་བ་བཞིན་དང་། སྟོན་ཅུང་ཟད་མཐོང་ཡང་གདུལ་བྱ་འདུལ་  
བའི་ཐབས་མཁས་སུ་བསམས་ནས་དད་པའི་གྲོགས་སུ་བསྐྱུར་ཆོག་པའི་  
ཕྱིར་དང་། དེར་མ་ཟད་སླ་མ་རྣམས་རང་རེ་ད་ལྟ་ལས་དང་པོ་པའི་སྐབས་ཐ་  
མལ་བ་དང་། ཆོས་རྒྱན་གྱི་ཉིང་འཛིན་ཐོབ་སྐབས་མཆོག་གི་སྦྱལ་སྦྱ། དེ་  
ནས་ས་དང་པོ་སོགས་གྱི་སྐབས་ལོངས་སྦྱ་སོགས་སུ་རིམ་བཞིན་མངལ་  
ཞིང་། རམ་ཞིག་སྟོད་བཅུད་རྣམས་ཀྱང་དག་པ་རབ་འབྱམས་སུ་ཤར་བ་ཡོད་  
པས་སོ།།

གསུམ་པ་ཚུལ་རི་ལྟར་བལྟ་ཚུལ་ལ། འདིར་གཞན་གྱིས་མི་བྱེད་པའི་  
ངེས་ཤེས་བརྟན་པའི་ཕྱིར་ལུང་རིགས་གྱིས་བསྐྱུབ་དགོས། དེ་ལ་བཞི་ལས།  
དང་པོ་སླ་མ་སངས་རྒྱས་ཡིན་པར་དོན་རྒྱུ་འཆང་གིས་བཞེད་པ་ནི། ཁ་ཅིག་  
གིས། བཞེས་གཉེན་རྣམས་སངས་རྒྱས་དངོས་ནི་མིན་མོད། བཞེས་གཉེན་  
བསྟེན་ཚུལ་སྐབས་གསར་དུ་བཅོས་དགོས་ཀྱིན་ཡོད་སྟེ་པ་འོང་ཉེན་ཡོད་  
ཀྱང་། དེ་འདྲའི་སྟོན་ཏྲིག་རྣམས་ཞེ་ཤུགས་སུ་མི་བཞག་པ་གནད་ཡིན། དེས་  
ན་འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ། སླ་མ་སངས་རྒྱས་ཡིན་ཡང་རང་གིས་ངོས་མ་ཆོད་  
པ་ཡིན། དེ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆན། དེང་སང་གི་སྐབས་འདིར་དོན་རྒྱུ་འཆང་གིས་  
སླ་མའི་རྣམ་པར་བསྟན་ནས་བཞུགས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རྒྱུད་བརྟག་གཉིས་



ལས། བྱི་མའི་དུས་སུ་གྱུར་པ་ན། །ང་ཉིད་སློབ་དཔོན་གཟུགས་ཀྱི་སྤྱ། །ཞེས་  
དང་། གཞན་ཡང་། ལྷ་བརྒྱ་ཐ་མར་གྱུར་པ་ན། །ང་ཉིད་སློབ་དཔོན་གཟུགས་  
སུ་འཛིན། །ང་ཡིན་སྟུང་དུ་ཤེས་བྱེས་ལ། །དེ་ཆེ་དེ་ལ་གྲུས་པ་བསྐྱེད། །ཅེས་  
དང་། མ་འོངས་སྟོགས་མའི་དུས་སུ་ནི། །ང་ནི་བྱིས་པའི་གཟུགས་དང་ནི།  
།སྒྲ་ཆོགས་ཐབས་ཀྱི་གཟུགས་སུ་སྟོན། །ཞེས་དང་། མདོ་ལས་ཀྱང་། ཀླ་ཡེ་  
མཐོང་བ་དོན་ཡོད་ཀྱི། །བྱི་མའི་དུས་སུ་གྱུར་པ་ན། །ང་ནི་མཁན་པོའི་ལུས་  
ཀྱིས་སྟོན། །ང་ནི་སློབ་དཔོན་གཟུགས་སུ་གནས། །ཞེས་སོགས་ལྟར་མདོ་  
རྒྱུད་དུ་མ་ནས་མ་འོངས་སྟོགས་མའི་དུས་སུ་དོ་རྩེ་འཆང་ང་ཉིད་ཐ་མལ་བའི་  
སློབ་དཔོན་ཀྱི་གཟུགས་སུ་འོང་བས། ང་དང་མ་མཇུག་ཞེས་ཡིད་མ་པམ་  
པར་དོ་ཤེས་པར་བྱིས་ཞེས་བརྩེ་བས་གདམས་པ་འདི་དག་ངས་དོན་སྤྱིར་  
བཞིན་པ་ཡིན་ཅིང་། དེའི་སྟོགས་མའི་དུས་ཞེས་པ་དེང་སང་གི་དུས་ལ་བྱེད་  
དགོས་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་འབྲེལ་དོ་རྩེ་འཆང་གི་སྤྱལ་པའི་སློབ་དཔོན་དེ་ཡང་  
རང་གི་སྒྲ་མའི་གསེབ་ཏུ་ངས་པར་ཡོད་དེ། རང་རེ་ལས་ཉོན་ཀྱིས་ཉམ་ཐག་  
པ་འདི་འབྲ་བར་གྱུར་པ་དོ་རྩེ་འཆང་གིས་བརྩེ་བས་གཟིགས་ཤིང་མཁྱེན་  
པའི་བྱིར་དང་། རང་རེ་དེང་སང་སྤང་དོར་བྱི་གནས་ཤེས་བྱས་ཤིང་གདམས་  
དོན་སྤྱིར་བྱས་པའི་རྟོག་སོགས་འབྱོར་བས་ངས་པར་དོན་དུ་འགྱུར་བ་གཞན་  
ལས་སྟག་པའི་སྐབས་ཡིན་པ་མཁྱེན་པའི་བྱིར། དེ་ཡང་ད་ལྟའི་སྤྱི་མ་འདི་  
ཀུན་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་མིན་པར་རེ་རེ་ལ་རྒྱ་མཚན་རེ་བཀོད་ནས་མིན་ལུགས་  
བསམ་ན། རེ་རེ་བསལ་ཤུལ་དུ་དོ་རྩེ་འཆང་གི་སྤྱལ་པ་གཅིག་ཀྱང་མི་སྟག་

པ་ཞིག་རེད་འོང་། དེ་ལྟར་ན་སྤར་གྱི་ལུང་དང་འགལ་བའི་སྟོན་འབབ་པས་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱལ་པ་ཞིག་ཡོད་དགོས། དེས་ན་སངས་རྒྱས་མིན་པའི་རྒྱ་  
 མཚན་ལ་སྟག་བཀོད་ནས་མ་རྟེན་པ་དེ་རང་གི་སྟོ་སྟོན་ཡིན་འདུག་པས་སྟོ་  
 མ་འདི་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱལ་པ་ལ་སྟག་ཡིན་སྟམ་དུ་བསམ། དེ་  
 ལྟར་གང་ཟག་ཡིད་ཆེས་སྟོ་སྟོ་བ་དག་ལ་ནི་ལུང་གིས་ཆོག་མོད། ད་དུང་  
 རིགས་པའི་སྟོ་བ་བྱེད་བཀོད་པ་ན་ངེས་པ་སྟོར་ཆེ་བས།

གཉིས་པ་སྟོ་མ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་བྱེད་པ་པོར་  
 སྟོ་བ་པ་ནི། སྤར་ཆོགས་ཞིང་སྐབས་ཁྱས་པ་བཞིན་ངེ་ལྟར་ན་མ་ཁའ་ན་  
 གནས་པའི་སྟོ་བ་གཅིག་ཉིད་ཚུ་སྟོད་དུ་མར་གཟུགས་བརྟན་ཐ་དད་པ་འཆར་  
 བ་ལྟར་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱགས་བདེ་སྟོང་གཉིས་སུ་མེད་པའི་  
 ཡེ་ཞེས་ནི། ཐམས་ཅད་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་རོ་གཅིག་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཉིད་  
 གདུལ་བྱའི་མདུན་དུ་ཉན་ཐོས་ཀྱིས་འདུལ་བ་ལ་ཉན་ཐོས། རང་རྒྱལ་གྱིས་  
 འདུལ་བ་ལ་རང་རྒྱལ། བྱང་སེམས་དང་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་འདུལ་བ་ལ་དེ་  
 དང་དེའི་རྣམ་པར་སྟོན་ཅིང་། དེར་མ་ཟད། ཡབ་སྲས་མཇུག་བའི་མདོ་ལས།  
 བརྒྱ་བྱིན་ཆངས་པའི་ཆ་བྱད་དང་། །ལ་ལར་བདུད་ཀྱི་ཆ་བྱད་གྱིས། །སེམས་  
 ཅན་རྣམས་ཀྱི་དོན་མཛད་དེ། །འཇིག་རྟེན་རྣམས་ཀྱིས་རྟོགས་མི་བྱས། །ཞེས་  
 སོགས་གསུངས་པ་བཞིན་བདུད་དང་ཆངས་པས་འདུལ་བ་ལ་བདུད་དང་  
 ཆངས་པ། ཐ་ན་བྱ་དང་རི་དྲགས་ཀྱིས་འདུལ་བ་ལ་བྱ་དང་རི་དྲགས་སོགས་  
 དེ་དང་དེའི་རྣམ་པར་བསྟན་པ་ལས། རང་ཅག་ལ་སྐལ་བ་དང་འཆོམས་པར་

ཐ་མལ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་ཚུལ་བསྟན་ཅིང་། དེ་ལས་གཞན་པའི་འདྲན་  
ཐབས་རང་ཅག་ལ་མཛད་རྒྱུ་མ་བྱུང་བ་ཁོ་ན་སྟེ། སླ་མ་ཐ་མལ་བའི་རྣམ་པ་  
ལས་ལྷག་པའི་ལོངས་སྤྱོ་སོགས་ཀྱི་སྤྱི་རྣམ་པ་བསྟན་ཀྱང་རང་ཅག་གིས་  
མི་མཐོང་ཞིང་དོན་དུ་མི་འགྱུར་ལ། དེ་ལས་གཞན་མཆོག་གི་སྤྱི་སྤྱོ་དང་།  
བྱང་སེམས་སོགས་ཀྱི་རྣམ་པ་བསྟན་ཀྱང་མཐོང་བའི་ལས་སྤྱི་མེད་ཅིང་།  
ད་ལྟའི་འདི་ལས་དམན་པའི་བྱ་རི་དྲགས་སོགས་ཀྱི་རྣམ་པར་བསྟན་ན་ནི་  
དེ་ལས་ཀྱང་ཡིད་མི་ཆེས་པས་པན་མི་ཐོགས། དེས་ན། བདེ་གཤེགས་སྤྱོ་  
གསུམ་རྒྱན་གྱི་འཁོར་ལོ་ནི། །ཞེས་སོགས་ལྟར། སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་  
ཀྱི་སྤྱོ་གསུམ་སླ་མའི་གསང་བ་གསུམ་དུ་བསྒྱུས་པས། སླ་མ་ནི་སངས་རྒྱས་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྣམ་འབྱུལ་ལམ་འཕྲིན་ལས་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་འཆམ་དཔོན་  
གཅིག་ཉིད་ཨ་ཅ་རའི་ཆས་སུ་ཞུགས་ནས་དེའི་འཆམ་བྱེད་པ་དང་། ཆོས་  
རྒྱལ་གྱི་ཆས་སུ་ཞུགས་ནས་དེའི་འཆམ་བྱེད་པ་ན་ཆས་བརྗེ་བ་ལས། དོན་  
དུ་འཆམ་དཔོན་གཅིག་པོ་དེ་རང་ཡིན་པ་བཞིན་དང་། མཆོལ་ལྟ་བུ་གཅིག་  
གིས་བཀོད་པའི་བྱེ་བྲག་འདྲ་མི་འདྲ་མང་པོ་བྲིས་ཀྱང་། དོན་དུ་མཆོལ་གྱི་  
རང་བཞིན་ཉིད་ཡིན་པ་ལྟར། རང་རེ་འདུལ་བའི་ཐབས་མཁས་སུ་དོ་རྗེ་འཆང་  
གིས་སྤྱི་པ་ཁོ་ན་ཡིན་སྟུང་དུ་བསམ།

གཞན་ཡང་མེ་ཤེལ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱོ་བས་མེ་འདྲིན་པ་ལྟར་རམ། ཐས་  
སྤྱོ་ཆོགས་རྟེན་ནའང་ཁ་ནས་མ་སོང་བར་སྟོར་མི་འཇུག་པ་བཞིན་དུ་སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་བྱེན་སྒྲུབས་དང་རྣམ་དཀར་གྱི་འཕྲིན་ལས་སླ་མ་ལ་བརྟེན་ནས་

འབྱུང་བས་སམ། རྣམ་དཀར་གྱི་ལས་ཐམས་ཅད་བྱེད་དུ་འཇུག་པས་ན་སླ་  
མ་ནི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་གྱི་འཕྲིན་ལས་གྱི་བྱེད་པ་པོ་ཡིན། དེ་ཡིན་ན་  
སངས་རྒྱས་ཡིན་དགོས་དོགས་མེད་བསམ་ན། སངས་རྒྱས་གྱི་འཕྲིན་ལས་  
ཏེ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་སྐབས་བྱིན་རྒྱབས་དེ་སླ་མ་  
ལ་བཏེན་ནས་འཇུག་དགོས། དེ་དགོས་ན་སླ་མ་སངས་རྒྱས་ཡིན་པ་ལས་ཐ་  
མལ་བ་ཡིན་ཐབས་མེད། དེ་ཡིན་ན་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་གྱི་འཕྲིན་ལས་  
འཇུག་པའི་སྒོ་སེམས་ཅན་ལ་རེ་དགོས་པར་འགྱུར། དེ་དགོས་ན་སོ་སྐྱེ་ལ་  
རེ་ནས་ཀྱང་དོན་བྱེད་པར་འགྱུར་བའི་བྱིར། དེ་མི་དགོས་ཏེ། སངས་རྒྱས་  
ཀྱིས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་སྐབས་ཉན་རང་དང་བྱང་སེམས་བདག་ཉིད་  
ཆེན་པོ་རྣམས་ལ་འང་མི་རེ་ན་སོ་སྐྱེ་ལ་རེ་བ་ལྟ་ཅི་སྒོས། དེས་ན་སེམས་ཅན་  
གྱི་མཐོང་སྐལ་ཙམ་དུ་ཐ་མལ་བར་སྐྱལ་བ། གཞིངས་དང་ཟམ་པ་སོགས་  
སྐྱལ་ཀྱང་རང་ཅག་རྣམས་ལ་ནི་ཤིང་བཟོ་བས་བཟོས་པ་ལྟར་སྤང་བ་ལས་  
གཞན་མི་མཐོང་། ས་པཎ་གྱིས། ཉི་མའི་འོད་ཟེར་རབ་ཆ་ཡང་། །མེ་ཤེལ་  
མེད་པར་མེ་མི་འབྱུང་། །དེ་བཞིན་སངས་རྒྱས་བྱིན་རྒྱབས་ཀྱང་། །སླ་མ་མེད་  
པར་འཇུག་མི་བྱས། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་། བཀའ་བརྒྱུད་པ་སླ་འོད་རིན་  
ཆེན་གྱིས་ཀྱང་། བར་གྱི་སྒྲིབ་བྱེད་དག་པ་ན། །ཁྱི་གདུགས་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་  
དེ། །མེ་ཤེལ་དྲངས་མའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱིས། །བྱད་ཤིང་སྟེང་དུ་ཐེབས་པ་ཡིན།  
།ཞེས་སོགས་ལྟར་མེ་ཤེལ་གྱི་དཔེ་བཅས་དྲངས་ཏེ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གདུལ་  
བྱར་འཕྲིན་ལས་འཇུག་པ་སླ་མ་ལ་བཏེན་དགོས་པས། སླ་མ་སངས་རྒྱས་

མིན་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་དེ་ལ་རེ་མི་དགོས་པ་ལྷག་པོ་དང་དབུལ་པོའི་དཔེ་  
ལྷ་ར་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་སླ་མར་ལྷོས་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་སླ་མ་  
སངས་རྒྱས་ཁོ་ན་ལས་མི་འདའ་བར་བསམ་དགོས་ཚུལ་སོགས་གསུངས།

ས་བཅད་གསུམ་པ་དང་སང་གི་དུས་སུ་ཡང་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་  
རྣམས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་པ་ནི། རྡོ་རྗེ་འཆང་གིས་དང་སང་གི་  
དུས་སུ་སྤྲུལ་པས་འགྲོ་དོན་ངེས་པར་མཛད་དེ། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནས་སྐབས་རྣམས་མ་འདྲེས་པར་མཐུན་ཅིང་། མས་  
བྱ་གཅིག་པ་ལ་བརྟེན་བཤམས་ཀྱང་ལྷག་པས་དུས་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་འཕྲིན་  
ལས་ཅི་བྲག་མཛད་བཞིན་པ་ཡིན་པ་དང་སང་གི་དུས་སུ་འདྲ་བས་རང་  
རེ་རྣམས་ཀྱི་དོན་ཡང་ཅིའི་ཕྱིར་མི་མཛད། གཞན་ཡང་སངས་རྒྱས་རྣམས་  
ཀྱིས་དང་པོར་ཐུགས་བསྐྱེད་པ་ནས་བཟུང་རང་ཅག་གི་དོན་འབའ་ཞིག་གི་  
ཕྱིར་ཞུགས་ཤིང་། ཚོགས་བསགས་པའང་རང་ཅག་ལ་དོན་བྱ་བ་ཡོངས་སུ་  
རྫོགས་པའི་ཕྱིར་ཡིན་ལ། སངས་རྒྱས་པའང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་རྒྱས་  
པ་ཡིན་པས། ད་ལྟ་འབྲས་བུ་བྱུ་བ་ནས་རང་རེའི་དོན་མི་མཛད་པ་ནི་གནས་  
མེད་ཅིང་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རང་རེའི་དོན་མི་མཛད་པར་དོར་ན་  
དེ་བས་ཐབས་རྟགས་པ་མེད་པས། ངེས་པར་རང་རེའི་དོན་མཛད། དེས་ན་  
སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རང་ཅག་གི་དོན་མཛད་ངེས་ན། དོན་མཛད་  
ཚུལ་ཡང་། ཐུབ་རྣམས་སྒྲིག་པ་ཚུ་ཡིས་མི་འཁྱུ་ཞིང་། །འགྲོ་བའི་སྤྱད་བསྐྱེད་  
ཐུག་གིས་མི་སེལ་ལ། །ཉིད་ཀྱི་རྟོགས་པ་གཞན་ལ་སློ་མིན་ཏེ། །ཚོས་ཉིད་

བདེན་པ་བསྟན་པས་གྲོལ་བར་མཛད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལས་གཞན་  
མཛད་དུ་མེད་ལ། དེ་མཛད་པ་པོའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱུལ་པ་ནི་དོན་གྱི་མཆོག་  
མཛོན་མཐོ་དང་ངེས་ལེགས་ཀྱི་ཐབས་སྟོན་པ་པོའི་སླ་མ་ཉིད་ལས་གཞན་  
འགྲོ་ས་མེད་དོ། །དེས་ན། སྐད་ཆ་དང་འཇམ་དབྱངས་སྟོན་ལམ་གྱིས། སྟོན་  
བྱོན་གྱི་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་རྣམས། །ད་དུས་ཀྱི་འགྲོ་བའི་དོན་མཛད་  
པ། །ཁས་ལེན་ཅམ་མིན་པར་བསམས་ཤེས་ན། །མཆོན་ལྟན་གྱི་སླ་མའི་ཐོག་  
ཏུ་འཛོམ། །ཞེས་དང་། བདག་གི་སླ་མའི་ཞལ་ནས་ཀྱང་། སེམས་ཅན་རེ་རེ་  
མགོ་ཐོག་ན་སངས་རྒྱས་ཆ་ཆ་དང་བ་རེ་ཡོད་ཅེས་གསུངས།

བཞི་པ་རང་གི་སྤྱང་བ་ལ་ངེས་པ་མེད་པ་ནི། འོན་དེ་ལྟར་སླ་མ་ནི་  
སངས་རྒྱས་དངོས་དང་། དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་  
བྱེད་པ་པོ་ཡིན་པར་ཁས་ལེན་དགོས་མོད། འོན་ཀྱང་སླ་མ་སངས་རྒྱས་སུ་  
མི་མཐོང་ཞིང་། ཐ་མལ་བར་མཐོང་བ་ནི། སྟོན་གྱི་རྣམ་པ་འདི་དང་འདི་ལྟ་བུ་  
མཐོང་བའི་ཕྱིར་ཞེས་རྟགས་སུ་བཀོད་ན། རང་གིས་མཐོང་བ་ལ་ཡིད་བརྟན་  
མེད་ཅིང་ངེས་པ་མེད་དེ། འོ་ཅག་གི་མཐོང་ཆོད་ནི་ལས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྱངས་  
པ་ཡིན་པས། ལས་འདི་བསགས་པ་དང་འདི་མ་བསགས་བྱ་བ་མེད་པས།  
ལས་ཀྱི་མཐོང་སྤྱང་ལ་ཡང་འདི་ཡོད་པ་དང་། འདི་མེད་པ་མེད་དེ། འཇུག་  
པར། རྩ་འབབ་སྤྱང་ལ་ཡི་དྲགས་རྣམས་སྟོ་ཡང་། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་  
ལྟར། རྟན་ཞིང་ག་ཤེར་བ་རྩ་པོར་བ་གང་ལ། ལས་ཅན་གྱི་ལྟ་མི་ཡི་དྲགས་  
གསུམ་གྱིས་བསྟན་པའི་ཆོ། བདུད་ཅི་དང་། རྩ་དང་། རྣམ་ཐོག་ཏུ་སྤྱང་བ་



དང་། ཡི་དྲགས་རྣམས་ལ་དབྱར་ལྷ་བའང་ཆ་ཞིང་། དགུན་ཉི་མའང་གང་བ་  
དང་། དུས་འཁོར་དང་མངོན་པའི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་གཉིས་ལ་རི་རབ་  
ལྷམ་པོ་དང་བྱ་བཞིར་སྒྲུང་བ་སོགས་ཡོད་པ་ལྟར་དང་། གཞན་ཡང་འཕགས་  
པ་ཐོགས་མེད་ཀྱིས་རྩི་བཅུན་བྱམས་པ་སྤྱི་མོ་སྒྲུང་ཞིག་རུ་ལ་ཞིང་འབྲུས་  
གཡང་བར་གཟིགས། སངས་རྒྱལ་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་སློབ་དཔོན་འཇམ་དཔལ་  
བཤེས་གཉེན་སྤྱི་བཅུན་ཞིང་མོ་ཞིང་། འབྲུ་ཐུག་འཐུང་བ་ཞིག་ཏུ་གཟིགས།  
ཉི་མོ་བའང་ལྷང་བའི་མི་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཉི་མ་ཞིག་ལས་གྲུབ་ཆེན་དུ་དོགས་  
པ་ཅམ་ཡང་མ་བྱུང་ཞིང་། རྒྱ་རོ་བས་ཀྱང་ཉི་གསོན་སྤྱི་གམང་དཔར་མཐོང་།  
ནག་པོ་བས་ཀྱང་དོ་རྩི་པག་མོ་མངོ་མོར་གཟིགས་འདུག་ན། རང་ཅག་གིས་  
བཤེས་གཉེན་མིར་མཐོང་སྟེ། ཏྲ་སྤྱི་བོང་བྱར་མི་སྒྲུང་བ་དགའ་རབ་ཡིན་ཏེ།  
སྤྱན་སྤྱོ་སྤྱོས་རྒྱལ་མཆོན་ཀྱིས། རང་རེའི་ལས་ངན་སྤྱི་བའི་ཆེ་ཆོད་  
ལ། །སྤྱི་མ་མི་རུ་མཐོང་བའང་དགའ་ཆད་ཡིན། །སྤྱི་དང་བོང་བྱར་མ་མཐོང་  
བསོད་ནམས་ཆེ། །མོས་གྲུས་སྤྱི་དུས་བསྐྱེད་ཅིག་ཤུག་ཤུག་སྤྱི་སྤྱི་  
གསུངས། དེར་མ་ཟད་སྒྲུང་བ་ཅམ་ལ་ཆ་འཇོག་ན་ཆོས་ཐམས་ཅད་བདེན་  
གྲུབ་ཏུ་སྒྲུང་བས་བདེན་གྲུབ་ཏུ་ཐལ་བའི་སྤྱི་མོ་ཡོད། སྤྱི་དགོ་སྤྱི་ཞིག་སྤྱི་མ་  
བས་གདུངས་ནས་ཆུ་འཆོལ་དུ་སྤྱི་བས་ཡི་དྲགས་ཀྱི་སྒྲུང་བ་བྱུང་སྟེ་ཆུ་བོ་  
གསྐྱུ་མ་མཐོང་ཞིང་རྒྱུ་གིས་བསྐྱོད་པ་བྱུང་ཆུ་ལ་དང་། །ཤ་ཟ་མ་མཐོང་བས་  
མེད་པར་སྤྱི་བའི་རྒྱས་པ་རྣམས་འགྲེལ་གྱི་མི་སྒྲུང་བ་མ་དམིགས་པའི་གཏན་  
ཆོགས་ཀྱི་སྤྱི་བས་སྤྱི་བའདད་པ་རྣམས་ཀྱང་འདྲིར་མཁོ། དེ་ཡང་སྤྱི་མ་སངས་

རྒྱས་དངོས་སུ་མཐོང་བའི་བསྐྱལ་དོན་དུ་སོང་བའི་གང་ཟག་གི་རྒྱད་ལ་སླ་མ་  
 སངས་རྒྱས་དངོས་སུ་མཐོང་བའི་སྐལ་པ་མེད་དེ། སླ་མ་སངས་རྒྱས་དངོས་  
 སུ་མཐོང་བའི་དམིགས་བྱེད་ཀྱི་ཆད་མ་མེད་པའི་བྱིར། ཞེས་ཏྲགས་བཀོད་  
 པ་ལྟར་ཡིན།

སངས་རྒྱས་སུ་མ་སྤང་ཡང་སངས་རྒྱས་མིན་མི་དགོས། སངས་རྒྱས་  
 དངོས་ལྟར་སྤང་ཡང་སངས་རྒྱས་ཡིན་པའི་ངེས་པ་མེད་དེ། སྟོན་གཏད་  
 རབས་བཞི་པ་དབང་བཅོམ་པ་ཉེར་སྤྲས་ཀྱིས་ཆོས་གནང་སྐབས་བདུད་དགའ་  
 རབ་དབང་ཕྱག་གིས་གཞོད་པ་བྱས་པས་ཉེར་སྤྲས་ཀྱིས་བདུད་བརྟལ་ནས་  
 ང་ཡིས་སངས་རྒྱས་མངལ་མ་སྤྱོད་བའི་སྐབས་སྤྱོད་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་ངི་  
 བཞིན་དུ་སྤྱལ་ཅིག་གསུངས་པས་བདུད་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཆོན་བཟང་  
 སོགས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་ལྟག་ཆད་མེད་པར་སྤྱལ་བས་ཉེར་སྤྲས་ཀྱིས་  
 སངས་རྒྱས་དངོས་སུ་མཐོང་ནས་ཕྱག་འཆའ་བྲགས་བྱས་པས་བདུད་ཀྱིས་  
 སྤྱལ་པ་སྤྱར་དུ་བཞེག་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། དེས་ན་སྟོན་གྱི་བྱབ་ཆེན་དཔལ་མགོན་  
 ལྷ་སྐྱབ་སོགས་ཀྱང་མཐོང་ཚུལ་ལ་དགེ་སྟོང་ཐ་མལ་བར་སྤང་ཡང་། དོན་  
 ལ་སངས་རྒྱས་དངོས་ཡིན་པ་ལྟར་དང་། འོན་ཀྱང་སྟོན་ཏྲིག་གི་སྟོང་ངག་གིས་  
 འཆར་ན། དེ་དེ་མ་ཐག་མི་དགག་པར། དཔེར་ན་གོས་ཀྱི་ངི་མ་འཁྱུད་པར་  
 ཚུམ་པས་རེ་ཞིག་ངི་མ་དེ་སྟོང་དགོས་པ་བཞིན་སྟོན་ཏྲིག་གི་སྟོང་འཆར་དུ་  
 བརྟལ་ནས། ག་རེ། སྟོན་འདི་སླ་མ་ལ་ཡོད་ནས་སྤང་བའམ། མེད་ནས་སྤང་  
 བ་གང་ཡིན་མི་ཞེས་ཏེ། སྤང་བཤད་པ་ལྟར་ལས་སྤང་གིས་འཁྱུལ་པའང་ཅིའི་

ཕྱིར་མིན་ཏེ། མཁྲིས་ནད་ཅན་ལ་དུང་སེར་པོར་སྒྲུང་བ་དང་། རྒྱུང་ནད་ཅན་གྱིས་གངས་རི་སྒྲོན་པོར་མཐོང་བ་དང་། བྱུར་ཞུགས་པ་ལ་སྒྲོན་ཤིང་འགྲོ་བར་སྒྲུང་བ་དང་། རབ་རིབ་ཅན་ལ་སྐྱ་ཤད་སྒྲུང་བ་སོགས་འབྲལ་གྱི་འབྲལ་རྒྱ་ཅུང་ཟད་ཅམ་གྱིས་ཀྱང་དེ་ལྟར་སྒྲིབ་ན། རང་རེ་ལུགས་ཀྱི་འབྲལ་རྒྱ་ལས་ཉོན་དཔག་ཏུ་མེད་པས་རིལ་གྱིས་འབྲལ་ས་ནས་ཡོད་པ་ལ་ཅིའི་ཕྱིར་མི་འབྲལ། ང་རང་གིས་ཤེས་པའི་སྐྱལ་སྐྱེ་ཞིག་གནས་སྐོར་སོང་སྐབས་མཁྲིས་ནད་བསྐྱེན་པས་གནས་ཆང་དེར་དངུལ་ག་གསུམ་ཡོད་པ་དེ་གསེར་ག་གསུམ་དུ་སྒྲུང་ཞིང་། ཕྱིར་ནང་མཁྲིས་ནད་སེལ་བས་དངུལ་གྱི་གཏུ་གསུམ་དུ་བྱུར་བ་དང་། རྒྱལ་བ་དབེན་ས་པ་རོང་བྱམས་ཆེན་ལ་ཕེབས་པས་ས་སྐྱའི་མཁས་པ་འགའ་ཞིག་གིས་སྐྱའི་དཀའ་གནད་ཅིག་མ་ཤེས་པར་ཚོད་པ་བྱེད་སྐབས་དབེན་ས་པས་སྐྱ་དོན་ཐམས་ཅད་བཀྲོལ་ནས་བརྒྱུད་སྟོང་པ་སྤོ་སྒྲི་ཏའི་སྐད་དུ་གསུངས་ཀྱང་ཁོང་ཆོ་ཡིད་མ་ཆེས་ཏེ་འདི་དགོ་ལུགས་པའི་མི་མ་རེད་འདྲེ་རེད་བྱས་པ་ལྟར་ཕྱིའི་དབྱིབས་ལ་མི་བལྟ་བར་ནང་གི་སྤངས་ཏོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ལ་བལྟ་དགོས།

ཆོས་སྐྱ་ནི་སངས་རྒྱས་ནང་པན་ཚུན་ལས་བྱང་འཕགས་ཀྱིས་ཀྱང་མི་མཇུག་ལ། འོངས་སྐྱ་མཇུག་བ་ལ་བྱང་འཕགས་དང་། མཆོག་གི་སྐྱལ་སྐྱེ་མཆོན་དཔེས་སྐྱས་པ་མཇུག་བ་ལའང་མ་མཐའ་སོ་སྐྱེ་ལས་དག་ཅིག་ངེས་པར་དགོས་པ་ལམ་རིམ་བདུད་ཅིའི་སྒྲིང་པོ་ལས། ལས་ངན་སྒྲིབ་གཡོགས་འདི་དང་མ་བྲལ་རིང་། །སངས་རྒྱས་མ་ལུས་མངོན་སུམ་མདུན་བྱོན་ཡང་། །ད་

སྒྲིལ་སྒྲུང་བ་འདི་ཉིད་མ་གཏོགས་པ། །མཆོན་དཔེས་བརྒྱན་པའི་སྐྱེ་མཆོག་  
མཐོང་སྐལ་མེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་དང་། སངས་རྒྱས་ཞལ་བཞུགས་  
དུས་ཀྱང་ཕྱ་སྟེགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་མཆོན་བཟང་སོགས་མ་མཇུག་ཞིང་  
སྐྱོན་གྱི་གོང་བྱར་མཐོང་། ལྷས་བྱིན་གྱིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཇུག་པ་རྣམས་  
གཡོ་ཐོལ་འབའ་ཞིག་ཏུ་མཐོང་། རང་རེས་སྒྲ་མ་འདི་རང་རང་གི་ཆོད་ཅམ་  
དུ་མཐོང་བ་མཐོང་ཚུལ་བཟང་པོ་ཡིན་ཏེ། མགོ་ལོག་ཨ་རིག་སྟོད་པའི་ཇག་  
དཔོན་ཞིག་ལྟ་ལྟར་གྱི་ཇོ་བོ་མཇུག་བར་སོང་བས་ཇོ་བོ་ལྟ་ཞོག །མར་མེ་  
སོགས་ཀྱང་མ་མཇུག་བས་འོན་རྒྱལ་སྐས་གོང་མས་ལས་སྐྱེ་བ་སྐྱོངས་  
གསུངས་པས་ཁོས་ཁྱི་མཆོད་དང་ཕྱག་སྐྱོར་བྱས་ཀྱང་སྐར་མར་མེ་ཅམ་  
ལས་ཇོ་བོ་མ་མཐོང་བ་དང་། སྐྱོ་མང་བཀའ་འགྲུར་སྒྲ་མ་སྐྱོ་བཟང་དོན་ལྟར་  
རིན་པོ་ཆེས་བཀའ་འགྲུར་ལྟགས་ལུང་སྐལ་སྐབས་དེའི་ནང་གི་ཁྱེ་མཁན་  
བྱ་བ་ཞིག་གིས་ལྟགས་ལུང་མ་ཐོས་ཤིང་པོ་ཏི་མ་མཐོང་བར་ཤ་གཞོང་བ་  
གང་མདུན་དུ་བཞག་པ་མཐོང་ནས་ལུང་གསུངས་པ་དེ་ཤ་དེ་སྒྲ་མས་ཞལ་  
དུ་གསོལ་ཞིང་། དགོང་མོ་གྲོལ་ཁར་ཤ་དེ་བསྐྱས་འགྲོ་བའི་སྒྲུང་བ་བྱུང་བ་  
སོགས་ལྟར། ལས་སྒྲུང་གི་མཐོང་ཚུལ་ཅི་ཡང་སྟོན་པས། ལས་སྐྱེ་བ་ཇི་ཅམ་  
བྱུང་བ་དེ་ཅམ་གྱི་ཆོད་ཅིག་སྒྲུང་འོང་།

རང་གིས་སྒྲུང་ཚུལ་ལ་ཆ་མི་འཇོག་སྟེ། སྒྲ་མ་པར་ཞོག །གལ་རོགས་  
གྲོགས་མཆེད། སྐྱོ་ཅའི་བྱི་ཚུན་ལྟ་དང་བདུད་སོགས་གང་ཡིན་ཆོད་མི་  
ཐེངས། ཆོད་ཐེངས་པ་ནི་རང་གཅིག་ཕྱ་སྟེ། དེ་ལས་གོམ་གང་ཕྱིར་སོང་ན་

ཐེ་ཆོམ་གྱི་ཡུལ་ཡིན། རྒྱལ་བ་དབེན་ས་པ་ཟུང་འཇུག་འབྲུག་ཁར་དབེན་  
ས་སྟོན་པ་ཞེས་མིང་ངན་བཏགས་མཁན་ཡང་བྱུང་། རྗེའི་མདུན་དུ་དམ་ཅན་  
ཆོས་རྒྱལ་གྱིས་སློབ་བྱུང་བརྟུན། སྐབས་ཤིག་གསང་སྒྲགས་ཀྱི་ཟབ་གནད་  
བཀའ་དོག་པ་འགའ་སྟོད་མིན་ལ་གསུང་བར་ཉེ་བ་ན། བཀག་པར་བྱས་ཤིང་།  
རྒྱལ་མཆོན་བཟང་པོས་འགྱོད་པར་མཁས་བྱུག་གྱིས་ཅ་བ་ཅུ་བ་མ་མང་  
གསུངས་པ་དང་། བཅོམ་ལྡན་འདས་གྱིས་ཀྱང་ངའམ་ང་འདྲ་བས་གང་ཟག་  
གི་ཆོད་ཟུངས་ཞེས་གསུངས་ཚུལ། རྒྱ་གར་ན་དགེ་ཚུལ་ཞིག་གིས། བ་ཅི་  
གི་ར་སྒྲིང་གི་པོ་སྒྲེས་ཐམས་ཅད་དཔའ་བོ་དང་། མོ་སྒྲེས་ཐམས་ཅད་དཔའ་  
མོ་ཡིན་པར་གོ་ནས་ཅད་གཅོད་དུ་བྱིན་པས། དངོས་སུ་མཐོང་སྐབས་མི་དེ་  
རྣམས་ཐམས་ཅད་ལ་ཡོན་ཏན་ཡོད་པར་མ་མཐོང་བར་གཞན་ཟོག་པོ་ཞིག་  
ལ་དད་པ་བྱས། རྗེ་མིད་ལ་ལའང་། རྒྱ་རོ་བོན་ཆུང་གིས། མིད་ལ་རས་པ་སྐད་  
པ་དེ། །མ་མཐོང་གོང་ནས་སྒྲ་ཆེ་བ། །རྒྱ་གར་བྱུག་ཆེན་འདྲ་འོ་སྐད། །མཐོང་  
ནས་བྱུང་དུ་སླེབ་ཅ་ན། །མི་རྒན་གཅེར་ཉལ་བྱེད་པ་ཅིག། །ཅེས་སོགས་ལྟར་  
རང་ག་བར་མཐོང་སྟེ་འཕྲ་སྟོད་བྱས་ཚུལ། དེའི་བྱིར་ཁ་མཉམ་ལག་མཉམ་  
གྱི་གོགས་མཆེད་དག་ཀྱང་ཅི་ཡིན་མི་ཤེས་པས། གང་ཡིན་ཡང་བྱུང་ཁེ་ཆེ་  
ཉན་ཆུང་དག་སྒྲུང་སྒྲུང་། རྒྱལ་སྐས་ཆེན་པོ་ཞི་བ་ལྷ་ཡང་མཁས་པ་མང་པོས་  
འདུ་ཤེས་གསུམ་པ་ཅན་ཞིག་ལས་ཡོན་ཏན་མ་མཐོང་བ་བཞིན་མཐོང་ཚུལ་  
ཅ་མ་ལ་ངེས་པ་མེད། ཡང་ན། སྟོན་དུ་མཐོང་བ་དེ་སྟོན་ཡིན་པའི་ངེས་པ་  
མེད་པར། བལྟ་ལུགས་དང་མཐོང་ལུགས་གཅིག་གིས་འགྲོ་སྟེ། སངས་རྒྱས་

གྱིས་རི་བཞིན་གཟིགས་ནས་ལས་གྱི་རྒྱ་བ་བསྟེན་པ་རྣམས། རང་དོན་དུ་  
གཡོ་བོལ་བྱེད་པར་མཐོང་ཞིང་། སྟོན་ཀྱན་ཟད་ལའང་མི་བདེན་ནོ་སྟུང་པའི་  
བསམ་ཚུལ་དང་བརྟ་ལུགས་གྱིས་སྡེ་སྡོད་གསུམ་པ་དགོ་སྟོང་ལེགས་སྐར་  
ལའང་འབྲུལ་པ་ཞུགས་ན། རང་རེར་སྟ་ཅི་སྟོས།

གཞན་ཡང་དགོ་སྟུག་ཉལ་རྒྱ་ལ་དགའ་ཆེ་བ་དེས། དགོ་ཀན་དགོང་མོ་  
ཕྱི་མོའི་བར་དུ་མི་ཉལ་བར་ཁ་ཏྲོན་བྱེད་པར་སྟོང་ཐག་པ་ནས་སྟོན་དུ་མཐོང་  
ཞིང་། དགོ་སྟུག་ཆང་འཐུང་བ་དག་གིས་དགོ་ཀན་གྱིས་ཀྱང་ཆང་གསོལ་  
ན། སྟབས་ལེགས་སྟུང་ནས་ཡོན་ཏན་དུ་འཛིན་པ་བཞིན་རང་གིས་སྟོན་དུ་  
མཐོང་བ་འདི་སྟོན་མིན་པར་མ་ཟད་ཡོན་ཏན་མིན་པའི་ངེས་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད།  
ཡང་ན། སྟོན་དེ་སྒྲ་མ་ལ་མེད་བཞིན་དུ་རང་ཅག་གི་དོན་དུ་ཆེད་དུ་བཅོས་  
ནས་བསྟེན་པ་མིན་པའི་ངེས་པའང་མེད་དེ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་དོན་དུ་  
འགྱུར་ན། ཞེ་སྤང་ཅན་དང་། སེར་སྤྲ་ཅན་དང་། ཞ་བ་དང་། སྟོ་བ་དང་། ཚུལ་  
ཁྲིམས་འཆལ་བ་སོགས་སུ་སྟོན་པར་ཡབ་སྲས་མཇུག་པའི་མདོ་དང་མྱང་  
འདས་ཆེན་མོ་སོགས་ལས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་ཚུལ། སྤྱིར་མདོ་རྒྱད་རྣམས་  
ལས་དྲང་ངེས་དང་། སྤྱི་རི་བཞིན་པ་ཡིན་མིན་སྒྲ་ཆོགས་གསུངས་ཀྱང་རྒྱལ་  
བ་དོ་རྗེ་འཆང་གིས་དོ་རྗེ་འཆང་རང་ཉིད་མ་འོངས་པ་ན་སྒྲ་མའི་རྣམ་པར་  
བྱོན་གསུངས་པ་ནི། ངེས་དོན་སྤྱི་རི་བཞིན་པར་ཁས་སྐྱོང་བྱ་ཉིད་ཡིན་ཏེ།  
རང་ཅག་ལ་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ལམ་སྟོན་མཁན་སྒྲ་མ་འདི་  
ལས་གཞན་མི་འདུག་པ་འདིས་ཀྱང་ཤེས། དེས་ན། རང་རེས་དོ་རྗེ་འཆང་



གིས་སངས་རྒྱས་ཡིན་པར་གསུངས་པའི་སྒྲ་མ་ལ། སངས་རྒྱས་མ་ཡིན་ཏེ།  
སྒྲོན་འདི་དང་འདི་འདུག་སྟུང་པ་ནི། མ་ངེས་པ་དང་འགལ་ཏྱགས་སུ་སོང་བ་  
ཡིན་པས། གོང་གི་སྒྲུབ་བྱེད་དེ་དག་གིས་མཐའ་བསྐྱོར་རི་བསྐྱོར་བྱས་ཏེ།  
སྒྲ་མ་སངས་རྒྱས་སྤར་ནས་ཡིན་ཡིན་པ་དེ་ཡིན་པར་ངོ་ཤེས་པར་བྱེད། དེ་  
ལྟར་ལུང་རིགས་ཀྱིས་བསྒྲུབས་པས་སྒྲ་མ་སངས་རྒྱས་ཡིན་པར་ངེས་ཤེས་  
ཉིད་དེ། སྒྲ་མ་དང་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་འབྲེས་པ་ལྟ་བུའི་ཉམས་འཆར་  
ན་བཤེས་གཉིན་བསྟེན་ཚུལ་གྱི་ཏྱགས་པ་སྒྲེས་པ་ཡིན། སྒྲ་མ་དང་ཐུགས་  
ཡིད་གཅིག་ཏུ་འབྲེས་པ་ནི། རང་མངོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་པའི་  
ཆེ་ན་རང་གི་སེམས་དང་སྒྲ་མའི་ཐུགས་བདེ་ཆེན་ཆོས་སྐུ་གཉིས་རོ་གཅིག་  
ཏུ་འབྲེས། དེའི་ཆེ་རང་སྒྲ་མའི་ངོ་ཐོར་སངས་རྒྱས་པ་དང་། སྒྲ་མའི་གོ་འཕང་  
ཐོབ་པ། སྒྲ་མའི་སྐུ་གསུང་ཐུགས་དང་རང་གི་སྒྲོ་གསུམ་དབྱེར་མེད་ཏུ་འབྲེས་  
པ་ལ་བྱེད། དེའི་ཉིན་འབྲེལ་གྱི་གནད་ལ་ད་ལྟ་ནས་སྒྲ་མའི་ཐུགས་སེམས་  
དང་ཉེ་བ་དང་མཐུན་པར་བྱེད་པ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན་གསུངས།

གཉིས་པ།

བཀའ་རིན་རྗེས་སུ་བྱོན་ཏེ་གྲུས་པ་བསྐྱེད་པ་ལ།

སྐྱེད་ཆང་ཡབ་སྐུས་ཀྱི་གསུང་རྒྱན་ལྟར་ས་བཅད་བཞི་སྟེ། སྒྲ་མ་སངས་

རྒྱས་ལས་ལྷག་པའི་བཀའ་ངེན། ཆོས་གསུངས་པའི་བཀའ་ངེན། ཞེས་རྒྱད་  
 གྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་བཀའ་ངེན། ཟང་ཟེང་གིས་འཁོར་དུ་བསྐྱས་པའི་  
 བཀའ་ངེན་ནོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་སྦྱིར་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་  
 ལས་ལྷག་པའི་བཀའ་ངེན་ནི། དེ་ལྟར་ཡོན་ཏན་གྱི་ངོས་ནས་སངས་རྒྱས་  
 དང་མཉམ་མོད། བཀའ་ངེན་ནི། སྦྱིར་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ལས་ལྷག་  
 གྱི། སྟོན་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་བསྐྱལ་བ་རྣམས་སུ་སངས་རྒྱས་མཐའ་ཡས་  
 པས་གངས་མེད་པའི་སེམས་ཅན་འདྲེན་པར་མཛད་ཀྱང་། རང་ཅག་ནི་དེ་  
 དག་གིས་འདྲེན་པའི་ཡུལ་དུ་མ་གྱུར་ལ། སངས་རྒྱས་གངས་མེད་བྱོན་པས་  
 མ་སྐྱལ་བའི། །སོགས་ལྟར་སྟོན་པའི་ཆོགས་བསགས་ཡུལ་གཅིག་ཤུར་  
 སངས་རྒྱས་བདུན་ཁྲི་ལྔ་སྟོང་། བདུན་ཁྲི་དྲུག་སྟོང་། བདུན་ཁྲི་བདུན་སྟོང་  
 སོགས་དང་། དེར་མ་ཟད་བསྐྱལ་བ་འདིར་ཡང་། འཁོར་བ་འཇིག །གསེར་  
 ཐུབ། འོད་སྤང་སོགས་གྱིས་གདུལ་བྱ་ལྷ་མེད་པ་བྲངས་ཀྱང་རང་ཅག་འདུལ་  
 བར་མ་རུས། ད་ལྟ་སྤྱི་མ་འདིས་སངས་རྒྱས་དངོས་བྱོན་ཀྱང་དེ་ལྷག་མཛད་  
 ཏུ་མེད་པའི་ཆང་ལ་མ་ཞོར་བའི་ལམ་བསྟོན་པས་ན། སྤྱི་མ་དེ་ཡོན་ཏན་གྱི་  
 ངོས་ནས་སངས་རྒྱས་དང་མཉམ་ཡང་བཀའ་ངེན་གྱི་ངོས་ནས་སངས་རྒྱས་  
 ཐམས་ཅད་ལས་བཀའ་ངེན་ཆེ་གྱི། དགོ་བཞེས་པོ་ཏྲོ་བས་སྤྱི་མ་ནི་མི་ཞིག་  
 ལྷ་གོས་ཤི་ལ་ཁད་པར་ཟན་སྦྱིན་མཁན་ལྟ་བུ་དང་། སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི་  
 དེ་སྦྱིད་རྒྱགས་པའི་དུས་སུ་ཤ་རྒྱ་རི་སྟེར་མཁན་དང་འདྲ་བར་གསུངས་པ་  
 ལྟར་སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི། དཔེར་ན་རང་རེ་དབུལ་བ་ལས་ཐར་ཏེ་ཐུག་

པོར་གྱུར་སྐབས་ཟས་ནོར་སྦྱིན་པ་བཞིན་རང་གིས་ལམ་ལ་ཆད་ཐོབ་སྐབས་  
སངས་རྒྱས་མང་པོས་ཞལ་བསྟན་དབུགས་དབྱུང་སོགས་མཛད་པ་ལས་  
ད་ལྟ་ཉམ་ཐག་པའི་དུས་སུ་མི་པན། སྤྲོ་མ་ནི་རང་རེ་དབུལ་པོའི་སྐབས་ཟས་  
སྦྱིན་པ་བཞིན་ངན་སོང་གི་གཡང་ས་ཆེན་པོར་ལྷུང་བར་ཉེ་བའི་དུས་སུ་  
ཞལ་བསྟན་ནས་འདྲན་ཐབས་མཛད་པས་ད་རེས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་  
འཐོབ་པའི་རེ་བ་བྱེད་རྒྱ་བྱུང་བ་འདི་སྤྲོ་མའི་བཀའ་དྲིན་ཡིན། དེས་ན་མཁས་  
གྲུབ་རྗེས་ཀྱང་། རྒྱལ་བ་ཀུན་ལས་ལྷག་པའི་ཐུགས་རྗེ་ཅན། །སྤྲོ་མ་དེ་སྤྲོ་མ་  
མཆོག་ ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རང་ཅག་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་གཞན་སུ་  
དང་ཡང་མ་མཛལ་བར་ཆོས་ཀྱིས་ཐོངས་པའི་དུས་འདིར་སྤྲོ་མ་འདིས་ཆོས་  
དེ་འདྲ་གསུངས་པས་ཐུགས་རྗེ་ཆེས་ཆེ་བ་ཡིན།

གཉིས་པ་སྒོས་སངས་རྒྱས་ལྟག་ཐུབ་ལས་ཀྱང་བཀའ་དྲིན་ལྷག་སྟེ།  
སྟོན་འཁོར་བསྐྱར་ཅི་བས་ཀྱི་ལུ་ཁྱུད་ཀྱི་སྤྲོ་མ་སྟོང་པོ་རེ་རེས་གདུལ་ཞིང་  
རེ་གཟུང་ནས་ཐུགས་བསྐྱེད་སྐབས་ཚོད་དུས་ཆེ་ལོ་བརྒྱ་པའི་དུས་འདིའི་  
གདུལ་བྱ་འདུལ་དཀའ་བར་གཟིགས་ནས་བཏང་སྟོམས་སུ་ལུས་པའི་ཆོ།  
སྟོན་པའི་སྤྱི་སྤྱི་བཅ་ཟེ་རྒྱ་མཆོའི་རྒྱལ་ཀྱིས་ཚོད་དུས་ཀྱི་སེམས་ཅན་རྣམས་  
འདུལ་བར་ཐུགས་བསྐྱེད་པས་ཆེ་ལོ་བརྒྱ་པའི་གདུལ་བྱ་རྣམས་ལ་སྦྱིར་  
སངས་རྒྱས་གཞན་ལས་སྟོན་པ་ལྟག་ཐུབ་པ་བཀའ་དྲིན་ཆེ་མོད། སྟོན་པ་  
དེས་ཀྱང་མ་ཐུལ་བའི་གདུལ་དཀའི་སྤྱི་བོ་བདག་དང་བདག་འདྲ་བར་སྤྲོ་མ་  
འདི་ཉིད་ཁོ་ན་སྒོས་སུ་བཀའ་དྲིན་ལྷག་པར་ཆེ་ཚུལ་སོགས་དང་། དེའི་རྗེས་

ཀྱུ་གར་ན་བསྟན་པའི་གཏད་རབས་བདུན་དང་། གྲུབ་ཆེན་བརྒྱད་ཟླ། ཀྱུན་  
 དྲུག་མཆོག་གཉིས་སོགས་པཎ་གྲུབ་མང་པོ་དང་། བོད་དུའང་བསྟན་པ་སྤྱི་  
 དར་གྱི་སྐབས་སུ་མཁན་སྟོབ་ཆོས་གསུམ། རྗེ་འབངས་ཉེར་ལྔ་སོགས་  
 དང་། བྱི་དར་གྱི་སྐབས་ས་སྐྱ་གོང་མ་རྣམས་ལྟ། མར་མི་སོགས་དང་། རྫོ་བོ་  
 ཡབ་སྲས། རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཡབ་སྲས་སོགས་མཁས་གྲུབ་གྱི་སྐྱེས་བུ་ཇི་སྟེད་  
 ཅིག་བྱོན་ཀྱང་། རང་ཉིད་ལ་སྤྱུག་བསྟུལ་གྱི་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོ་ལས་འདྲེན་  
 པའི་ཐབས་དམ་པ་ཆོས་གྱི་བདུད་རྩི་དངོས་སུ་མ་བསྟན་ཅིང་། མདོར་ན་  
 སྟོད་འཇུག་ལས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་པན་མཛད་པའི། །སངས་རྒྱས་  
 གངས་མེད་འདས་གྱུར་ཀྱང་། །བདག་ནི་རང་གི་ཉེས་པས་དེའི། །གསོ་བའི་  
 སྟོད་ཡུལ་མ་གྱུར་ཏོ། །ཞེས་པ་ལྟར་རང་རེ་སྐྱེ་སར་མ་སྐྱེས། སྟེབས་སར་  
 མ་སྟེབས་པས་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་སྟོན་བྱོན་སུས་ཀྱང་འདྲེན་མ་རུས་ཤིང་དོར་  
 བས། སྟེགས་མའི་ཡང་སྟེགས་སུ་བཞག་པ་ལ། ད་ལྟ་སྤྱི་མ་འདིས་བདག་  
 འདྲེན་ཐབས་འདི་འདྲ་མཛད་པ་བྱགས་རྗེ་རེ་ཆེ་སྟུམ་དུ་བསམ་གསུངས།

གཉིས་པ་ཆོས་གསུངས་པའི་བཀའ་བློན་ནི། དེར་མ་ཟད། སྟོན་གྲང་  
 རྒྱུ་སེམས་དཔས་ཆོས་ཆོགས་བཅད་གཅིག་གི་བྱིར་སྲས་དང་སྲས་མོ་  
 མཆིས་བྲང་རང་ཉིད་དང་བཅས་པ་གཞོན་སྦྱིན་གཏུམ་པོར་བཟར་བཅུག་པ་  
 དང་། སྟོན་པ་བྱི་ལིང་ག་ལི་ཏར་འབྲུངས་དུས་སྐྱེ་ལུས་ལ་ལྷགས་གཟེར་སྟོང་  
 བཏབ་པ་དང་། རྒྱལ་པོ་ག་ན་ཤ་པར་འབྲུངས་ཆེ་མར་མེ་སྟོང་བཅུགས་པ་  
 དང་། མེ་དོང་དུ་མཆོང་བ་དང་། རྒྱལ་པོ་ཁ་དོག་དམ་པས་བགས་པས་ཤོག་

བྱ་དང་། ཅི་བ་མས་སྟུག་གྲུ་བྱས་ཏེ་ཆོས་ཉན་པ་སོགས་དང་། རྫོ་བོ་ཆེན་  
པོ་འང་ལམ་རིམ་འདི་གསལ་བའི་བྱིར་རྒྱུད་དང་ཚུ་སྤྱོད་སོགས་ཀྱི་འཇིགས་  
པ་བྱུང་དུ་བསད་ནས་རྒྱ་མཚོར་ལྷ་བ་བཅུ་གསུམ་གྱི་བར་དཀའ་བ་སྦྱད།  
མར་མི་སོགས་ཀྱིས་ཀྱང་ཆོས་བཅའ་བའི་བྱིར་དཀའ་བ་མང་པོ་སྦྱད། རྒྱ་  
གར་དུ་ཡང་དེང་སང་ལྟར་བདེ་མོར་བཟོད་ས་མེད་ཀྱང་སྤྱོད་གྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་  
རྣམས་ཀྱིས་སྟོག་དང་བསྟོས་ནས་ཆོས་བཅའ་བར་བྱོན་ནས། ལྷ་མ་རྣམས་  
ལ་ཆོས་ཀྱི་ཡོན་དུ་གསེར་གྱི་མཐུལ་ཁོ་ན་ཕུལ་ཏེ་ཆོས་ཁྱུས། རྗེས་སུ་ལམ་  
གྱི་དཀའ་སྦྱད་བྲན་པ་ན་སྦྱི་གཡའ་དགོས་པར་མཛད་འདུག་ན། རང་རེ་  
དཀའ་བ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་སྦྱད་མི་དགོས་པར། ལྷ་མ་འདིས་སངས་རྒྱས་དངོས་  
བྱོན་ཀྱང་འདི་ལས་ལྷག་གསུང་དུ་མེད་པའི་ལམ་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི་ཚུལ་སྟོན་  
པར་མཛད་པ་ནི་བཀའ་བྲིན་རྩི་ལྟར་མི་ཆེ། རྫོ་བོ་རྗེས་བྱོད་ཆོས་དཀའ་བ་མ་  
སྦྱད་པར་ཆོས་ཟབ་མོ་ཐོས་པ་བསོད་ནམས་རེ་ཆེ། ལེགས་པར་ནན་ཏན་དུ་  
གྱིས་ཤིག ། ཅེས་གསུངས།

གཞན་ཡང་དཔེར་ན་མི་ཞིག་གིས་སྤྲོད་དང་། ཟས་དང་། དུག་གསུམ་  
ག་ཐོས་ནས་འཆི་བར་ཉེ་བ་ལ། སྤྲོད་པ་ཞིག་གིས། དུག་ཐོས་པ་དེ་སྦྱགས་སུ་  
བཅུག ། ཟས་ཐོས་པ་དེ་སྤྲོད་དུ་བསྦྱར། སྤྲོད་ཐོས་པ་དེ་འཆི་མེད་ཆེའི་བདུད་  
ཅིར་བསྦྱར་ན། དེ་ན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་བཞིན་རང་ཅག་གིས་ངན་སོང་དུ་འགྲོ་བའི་  
ལས་མི་དགོ་བ་དུག་ཐོས་པ་འདྲ་བ་མང་པོ་བྱས་པ་རྣམས། ལྷ་མས་བཤགས་  
སུ་བཅུག ། ཆེ་འདིའི་ཆེ་རིང་ནད་མེད་རྟེན་བཀྱར་སྤྲོད་གྲགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་དགོ་

བ་གསོག་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲོང་བཟང་བ་དང་། བསྐྱོ་སྐྱོན་རྣམ་དག་གིས་ཁ་  
 བསྐྱར་དུ་བཅུག་སྟེ་ཕྱི་མ་ལ་པན་པའི་ཆོས་སུ་བསྐྱར། ཕྱི་མ་མངོན་མཐོ་དང་  
 ཐར་པ་ཐོབ་ཕྱིར་བསགས་པ་རྣམས་སྒྲ་མེད་རྫོགས་བྱང་དུ་བསྐྱར་བཅུག་  
 པས་ན། དེ་ལས་ངེན་ཆེ་བ་སུ་ཞིག་ཡོད་དེ། བདུད་ཅིའི་སྙིང་པོར། ཆོགས་  
 བཅད་གཅིག་བསྟན་ཡི་གའི་གྲངས་སྟེད་ཀྱི། །བསྐྱལ་པར་མཆོད་ཀྱང་བཀའ་  
 ངེན་མི་འཁོར་བར། །གསུངས་ན་ཡོངས་རྫོགས་ལམ་བཟང་ཉེར་བསྟན་  
 པའི། །བཀའ་ངེན་འདི་ནི་གང་གིས་གཞལ་བར་བྱས། །ཞེས་དང་། ཇི་ལྟར་མི་  
 ཞིག་བཙོན་རར་སྐྱག་བསྐྱལ་ཆོ། །གང་གིས་བཙོན་ཁང་དེ་ལས་སྐྱུས་ནས་  
 བློ། །ཡོངས་སྟོང་ཕུན་ཆོགས་གནས་ལ་སྐྱར་བྱས་ན། །དེ་ཡང་བཀའ་ངེན་ཆེ་  
 བར་བྱེད་དགོས་མོད། །དེས་ན་སྒྲ་མ་རྣམས་ཀྱིས་བདག་ཅག་ལ། །ངན་སོང་  
 གསུམ་ལས་ཐར་བའི་ཐབས་བསྟན་ཏེ། །རེ་ཞིག་སྟངས་མི་ཡི་དཔལ་འབྱོར་  
 ལ། །འདོད་དགྲར་སྟོང་པའི་བཀའ་ངེན་སྐྱོན་པར་མཛད། །དེ་ནས་འཁོར་  
 འདས་རྒྱུད་པ་ཀྱིས་ཞི་བའི། །ཐབས་ཚུལ་སྒྲ་ན་མེད་པ་ལེགས་བསྟན་ནས།  
 སྐྱ་གསུམ་གོ་འཕང་དམ་པར་འབྲིད་མཛད་པའི། །བཀའ་ངེན་འདི་ནི་ཅི་ཡི་  
 ཕྱིར་མི་ཆེ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།

གསུམ་པ་ཞེས་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་བཀའ་ངེན་ནི། རྟོགས་  
 པ་རྒྱུད་ལ་གང་སྐྱེས་ཐམས་ཅད་སྒྲ་མ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་པ་སོགས་  
 ཀྱིས་ཞེས་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ཞིང་། སྒྲ་མའི་རྣལ་  
 འབྱོར་ལམ་གྱི་སློག་ཏུ་བྱས་ན། ལམ་ལ་ས་ཆོད་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའང་སྒྲ་མས་



བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་གནད་གྱིས་སོ། ། ཉི་ལོ་པས་རྒྱ་རོའི་ཞལ་རས་  
ལ་མཐུལ་གྱི་འཛིན་པ་བརྒྱབས་པས་དེ་མ་ཐག་ཉིང་འཛིན་ལ་ཞག་བདུན་  
འབྱམས་པ་དང་། རང་རེ་སྤར་ཆོས་མི་བླ་པར་ད་ལྟ་བུ་པ་སོགས་ཀྱང་  
སྒྲུ་མས་ཤེས་རྒྱུ་ད་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་རེད། འདི་ལོ་སྒྲ་བ་བཞི་པའི་ཆོས་  
ཉེར་བཞི་ལ་སྐྱབས་མགོན་སྒྲུ་མ་རིན་པོ་ཆེས་བདག་ལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་  
པའི་མཆོན་མ་བཟང་པོ་ཞིག་བྱུང་བས་དེའི་བྱིན་རྒྱབས་ལས་ད་ལམ་ལམ་  
རིམ་སོགས་ཀྱི་འཆད་ཉན་བཟང་པོ་ཡོང་བ་འདི་བྱུང་། སྤར་སྐྱབས་མགོན་སྒྲུ་  
མ་རིན་པོ་ཆེས་དྲགས་པོར་དགོ་བཤེས་ཉེར་ལྷ་ཅམ་དང་མཉམ་དུ་ཆོགས་  
འཁོར་གནད་སྐྱབས་ང་རང་ཡང་བཅར་བས་ང་རང་ལ་སྒྲུ་མ་ཆོད་བདེ་སྟོང་  
དབྱེར་མེད་མའི་དབྱུ་འཇུགས་པ་ནས་རྒྱུན་རིང་ཅམ་བར་མིག་ནས་མཆི་མ་  
འཇུགས་པ་སོགས་ཡིད་འབྱུང་བསྐྱུ་མི་བཟོད་པ་བྱུང་བའང་སྒྲུ་མས་བྱིན་  
གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཡིན་ཞེས་གསུངས། འདི་ཕྱི་ལོ་ལེགས་ཆོགས་དང་འདོད་  
དོན་ཐམས་ཅད་སྒྲུ་མ་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་ན་འབྱུང་སྟེ། བྱུ་ཆེན་ཉི་ལོ་པས།  
ཐོགས་འདོན་ཀྱན་གྱི་མཆོག་གྱུར་པ། །སྒྲུ་མ་ཡིན་ནོ་རྒྱ་རོ་པ། །ཞེས་དང་།  
རྒྱལ་བ་ཁྱོད་ཆང་པས། བསྐྱེད་རིམ་བསྐྱོམ་པ་མང་ལགས་ཏེ། །སྒྲུ་མ་བསྐྱོམ་  
པའི་གོང་ན་མེད། །བསྐྱེས་བཟོད་བྱེད་པ་མང་ལགས་ཏེ། །གསོལ་བ་འདེབས་  
པའི་གོང་ན་མེད། །རྒྱུན་དུ་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ན། །འབྲལ་མེད་ཉམས་སྟོང་  
འོང་བར་ངས། །ཞེས་གསུངས། སྟོན་རྩ་སྐྱེད་ནས་མི་ཞིག་གིས་འབྲོམ་སྟོན་  
གྱི་སྐྱར་མཆོད་མེ་ཕུལ་ཏེ་དོན་སྐྱབ་ཚུལ་དང་། རོ་བོ་ལ་ཁོ་མ་གྱི་པས་བྱིན་

གྲིས་བརྒྱབས་པ་དང་། སྐྱབ་ཁང་བས་སྒྲ་མ་བྱམས་པ་རིན་པོ་ཆེ་གྲིན་གྲིས་  
བརྒྱབས་ཚུལ་བཅས་གསུངས།

བཞི་པ་ཟང་ཟིང་གིས་འཁོར་དུ་བསྐྱས་པའི་བཀའ་ངེན་ནི། དེང་སང་གི་  
མི་རྣམས་ནི་ཟང་ཟིང་ལ་བལྟ་བས་དང་པོར་ཟང་ཟིང་གིས་འཁོར་དུ་བསྐྱས་  
ནས་ཆོས་ལ་འཇུག་པ་ཡིན་པས། བདག་གི་སྐྱབས་མགོན་དྲགས་པོ་སྒྲ་མ་  
རིན་པོ་ཆེ་རི་ཁྲོད་དུ་བཞུགས་སྐྱབས་གོང་སྟོད་དེ་མེད་སྟེང་ཁའི་གཡོག་པོ་  
ཞིག་གསུང་བརྟག་ཞུ་རུ་བཏང་སྟེ་མར་ལྟང་གཅིག་འབྲལ་རྒྱ་བསྐྱར་བས་སྒྲ་  
མ་བཞུགས་ས་མཐོ་བའི་དབང་གིས་ཁོ་ཐང་ཆད་པའི་སྐྱག་བསྐྱལ་གྲིས་སྒྲ་མ་  
རི་དྲགས་འདྲ་བ་དེ་རི་མཐོ་མོ་འདི་འདྲ་ལ་སྟོད་དགོས་པ་ཟེར་ནས་ཁ་བཏང་  
གིན་སྒྲ་མའི་སྐྱ་མདུན་དུ་སྟེབས། སྒྲ་མས་ང་དང་ཟས་བཟང་པོ། ཆོགས་ཟན་  
བཅས་གནང་བས་ཁོ་རང་དད་པ་སྐྱེས་ཏེ་སྒྲ་མ་ཡང་གྲིན་སྒྱབས་ཆེ། ཆོགས་  
ནི་ཆོགས་ཞིམ་ཟེར་དགོས་པ་བྱུང་བ་དེ་ཟང་ཟིང་གིས་འཁོར་དུ་བསྐྱས་ནས་  
དད་པ་སྐྱེས་པ་ཡིན། བྲ་སར་དགོ་ཀན་གྲིས་དགོ་སྐྱག་སྟོང་བ་ལྟ་བུ་ཟང་ཟིང་  
གིས་བསྐྱ་བའང་ཆད་མེད། རྫོ་བོས། ང་ལ་ཡོན་ཏན་གང་ཡོད་སྒྲ་མའི་ཡིན་  
གསུངས་པ་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་སྒྲ་མའི་བཀའ་ངེན་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་  
ལ་དགོངས་པ་རེད། རང་ཅག་གིས་མ་བརྟགས་མ་དབྱེད་པ་ན། ད་ལྟའི་བདེ་  
སྦྱིད་སྟོན་གསུམ་ཨ་པོ་ང་རང་གིས་བྱས་བསམ་མོད། དེ་ལྟ་མིན་པར་དཔེར་  
ན། སྐྱན་གཉིས་ཡོད་པ་ལས། གཅིག་ཆོས་སྒྲོར་ཞུགས་ནས་ཅིག་ཤོས་དེས་  
སྐྱབས་སུ་འགོ་ཡུལ་དུ་བྱེད་པ་དང་། རབ་ཏུ་བྱུང་བ་གཞན་དག་དང་སྟན་ཅིག་

གཙུག་ལག་ཁང་དུ་འཛོགས་ཏེ། ཆོས་དང་ཟང་ཟིང་གི་བགོ་སྐལ་ལ་སྦྱོང་།  
དོན་ཉུང་བ་བྱ་བ་ཉུང་བ་ལ་གནས་པའང་། སྟོན་པ་རང་བྱུང་གིས་བསྟེན་པར་  
རྫོགས་པ་ལྟར་མིན་པར། མཁན་པོ་དང་། སློབ་དཔོན་གྱིས་སྟོམ་པ་སྟེར་བའི་  
བྱིན་ཡིན། ད་ལྟ་ཉིན་རེར་ཞོག་བྱ་བ་རྒྱ་ཕྱག་མང་པོ་སྟོག་ཅིང་། དེའི་དོན་ལ་  
དཔྱོད་པ་ཡང་། ཀ་ཁ་སློབ་མཁན་དེའི་བྱིན་དང་། སྟོན་བྱེད་གྱི་དབང་སོགས་  
མ་ཐོབ་ན་དཔེ་བལྟ་བའང་མི་རུང་བའི་སངས་རྒྱས་ལས་ཀྱང་ཆེས་ཆེར་  
དགོན་པའི་གསང་སྔགས་གྱི་སྟོར་ཞུགས་ཏེ། དམ་ཆོག་མ་ཉམས་ན་སྦྱོར་བ་  
བཅུ་དྲུག་ཚུན་ལ་སྦྱོར་བཞིའི་འབྲས་བུ་སྟོན་ངེས་པའི་ས་བོན་རྒྱད་ལ་འཛོག་པ་  
ཡང་དོ་རྩེ་སློབ་དཔོན་གྱི་བྱིན་ཡིན། རང་གི་སླ་མ་འདི་དང་འདིས་བཀའ་བྱིན་  
འདི་འདྲ་བ་རེ་སྟེ་ལ་སྟེ་ལ་དུ་བྲེང་བ་ལ་བཤུར་ནས་བྲན་དགོས། དེར་མ་ཟད་མི་  
ལུས་ཐོབ་པ་དང་། ཉེན་འདྲིར་བདེ་སྦྱིད་དང་། འབྱོར་པ་བྱུང་བ་སོགས་ཐམས་  
ཅད་ཆེ་སྟོན་མར་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྟུང་། སྦྱོར་པ་བཏང་བའི་འབྲས་བུ་ཡིན་ལ།  
དེ་དག་ཀྱང་སྦྱོར་བ་ཉུ་བཅུག་པ་པོའི་སློབ་དཔོན་གྱི་བྱིན་ཡིན་པས། བདེ་སྦྱིད་  
ཡོད་དོ་ཅོག་སླ་མའི་བྱིན་ཡིན།

འོན་ཀྱང་དེ་དག་ནི་སླ་མ་གཅིག་གི་མིན་ཏེ། སྤྲ་བྱི་ཐ་དད་པ་མང་པོས་  
བྱིན་སྟོགས་རེ་བ་ལས་མ་བྱས་སོ་སྟེ་མ་ན། སླ་མ་དེ་དག་ཀྱང་གྱི་སྦྱལ་གཞི་  
སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་གྱི་ཐུགས་བདེ་སྟོང་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་  
ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་རོ་གཅིག་ཡིན་པས་ན། དེ་དག་ཐམས་ཅད་རྒྱལ་བ་རྣོ་  
རྩེ་འཆང་གཅིག་ཉིད་སྦྱེའི་རྣམ་རོལ་མི་འདྲ་བར་བསྟན་པ་སྟེ། དཔེར་ན་བོད་

འདིར། མི་སྤེལ་བ་པོ་དང་། བྱིམས་འཇུགས་བ་པོ་དང་། ཆོས་བསྐྱར་བ་དང་།  
 བསྟེན་བ་སྤེལ་ཞིང་འཇིན་པའི་རྒྱལ་སྟོན། ལོ་བཤ། ལྔ་རྒྱལ་བ་རིམ་བྱོན་  
 སོགས་ཐམས་ཅད་འཕགས་མཆོག་ཕྱག་ན་བརྒྱ་འབའ་ཞིག་གི་རྣམ་རིལ་  
 ཡིན་བ་ལྟར། རང་གི་སླ་མ་ཐམས་ཅད་དོ་ལོ་གཅིག་ཡིན། རྗེ་རིན་པོ་ཆེས་  
 གྲང་། སླ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་གདམས་བ་ཡང་སྤར་  
 བཤད་བ་ལྟར་གོ་དགོས་ཀྱི། དམིགས་བ་ཐུན་རེ་ཅམ་ལ་སྤྱངས་བས་ནི་གར་  
 ཡང་མི་བྱིན་ལ། ཞེས་གསུངས་བ་ལྟར་རང་གི་སླ་མ་ཉིད་སངས་རྒྱས་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་རང་གཟུགས་དང་། སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་སླ་མའི་རྣམ་རིལ་དུ་  
 ཞེས་བར་བྱས་ནས་སླ་མ་མཆོད་བ་སོགས་ལ་འཇུག་དགོས་ཀྱི། དེ་ལྟར་མ་  
 ཞེས་བར་ཆོག་ཅམ་འདོན་བས་ནི་གར་ཡང་མི་སྤེལ་ལ། དེ་ལྟར་སངས་རྒྱས་  
 ཐམས་ཅད་ཕྱགས་བདེ་སྟོང་ཆོས་སྐུའི་དོ་ལོར་རོ་གཅིག་བ་དང་། དེ་ལས་སླ་  
 མར་བཞེངས་བ་སོགས་ཞེས་ན། རིགས་བརྒྱ། རིགས་ལྔ། རིགས་གསུམ།  
 རིགས་གཅིག་ཐམས་ཅད་སླ་མའི་རྣམ་རིལ་དུ་ཞེས་བར་འབྱུར་བ་ཡིན། འདི་  
 མ་ཞེས་ན་ཆོས་ཁྲིའི་སྟེང་ནས་འཆད་བ་པོའི་སླ་མ་སྟན་གྲགས་ཆེ་རིགས་ལ་  
 གྱུས་བ་ཆེ་མདོག་བྱས་གྲང་། ཉམ་ཚུང་གི་གྲ་སའི་དཔེ་ཆའི་དགོ་ཀན་ལྟ་བུ་  
 ལ་མ་གྱུས་བར་བྱེད་ཉེན་ཆེ། སྤར་གྱི་ཚུལ་དེ་ཞེས་ན། སླ་མ་གཅིག་ལ་དག་  
 སྤར་སྤྱངས་བས་ཀྱན་ལ་འབྱོངས་ཞིང་། མཉེས་བ་སྐྱབ་བའང་དེ་བཞིན་དུ་  
 འབྱུང་། མི་མཉེས་བར་བྱས་བ་ལའང་གཅིག་ལ་མི་མཉེས་བར་བྱས་ན། ཀྱན་  
 ལ་མི་མཉེས་བར་བགྱིས་པའི་ཚུལ་ཁོང་དུ་ཚུད་དེ་སླ་མ་ཐམས་ཅད་ལ་བཀའ་

འིན་ཁྱད་མེད་དུ་འཛིན་ཞིང་བསྟེན་ཚུལ་ཕྱོགས་རིས་མེད་པར་འགྱུར་རོ།།

དེ་ལྟར་འིན་ཆེ་ཚུལ་བསམས་ནས་བཀའ་འིན་བྱ་བའི་ཆོག་ངག་ནས་  
བརྗོད་པ་ཚུན་གྱིས་སྤྱད་དགོས་པར་གསུངས་པས་གཞོན་ནུ་ནོར་བཟང་  
གིས་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་སྐབས་བཀའ་འིན་བྱ་བའི་ཆོག་ས་བཅད། འདི་ནི་  
བདག་གི་དགོ་བཤེས་ཆོས་སྒྲུབ། །ཆོས་ཀྱན་ཡོན་ཏན་ཡོངས་སུ་སྟོན་བྱེད་  
དེ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོང་ལམ་ཡོངས་སྟོན་པ། །ཡིན་ཞེས་སེམས་  
གཅིག་བསམས་ནས་འདིར་འོངས་སོ། །འདི་དག་བསྐྱེད་པས་བདག་གི་མ་  
ལྟ་བུ། །ཡོན་ཏན་འོ་མ་ལྟར་པས་མ་མ་འདྲ། །བྱང་ཆུབ་ཡན་ལག་ཡོངས་སུ་  
སྟོང་བ་ཡིན། །དགོ་བཤེས་འདི་དག་གཞོད་པ་རྣམ་པར་བརློག་ །ཀ་ཤི་ཐར་  
བྱེད་སྟོན་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། །བདུད་རྩི་ཆར་འབབས་ལྟ་དབང་བརྒྱ་བྱིན་འདྲ། །ཟླ་  
ཉ་ལྟ་བུར་དཀར་པོའི་ཆོས་ཀྱིས་རྒྱས། །ཞི་བའི་ཕྱོགས་སྟོན་ཉི་མ་གསལ་བ་  
འདྲ། །དག་དང་གྲོགས་ལ་རི་བོ་འདྲ་བ་སྟེ། །རྒྱ་མཚོ་བཞིན་དུ་མི་འཁྲུགས་  
སེམས་དང་ལྟན། །ཡོངས་སུ་སྟོང་དང་མཉན་པ་འདྲ་བ་ཞེས། །དེ་འདྲའི་  
སེམས་ཀྱིས་བདག་ནི་འདིར་འོངས་སོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བདག་གི་  
སྟོ་བསྐྱེད་པ། །སངས་རྒྱས་སྤྱོད་པོ་བྱང་ཆུབ་སྐྱེད་བྱེད་པ། །འདི་དག་བདག་  
བཤེས་སངས་རྒྱས་བསྐྱུགས་པ་ཞེས། །དེ་ལྟར་དགོ་བའི་སེམས་ཀྱིས་འདིར་  
འོངས་སོ། །འཛིག་ཉེན་སྟོབ་པས་དཔའ་བོ་ལྟ་བུ་སྟེ། །དེད་དཔོན་མགོན་དང་  
སྐབས་སུ་གྱུར་པ་ཡིན། །འདི་དག་བདག་ལ་བདེ་སྟོབ་མིག་ཡིན་ཞེས། །དེ་  
འདྲའི་སེམས་ཀྱིས་དགོ་བཤེས་བསྟེན་བཀྱར་བྱེད། །ཅེས་དང་། ལམ་རིམ་

བདུད་ཅིའི་སྒྲིང་པོ་ལས་གསུངས་པའི། མེ་དོང་འབྲ་བའི་བྲིམ་ལས་རབ་  
 བྱང་ནས། །དབེན་པར་བྲང་སྒྲོང་སྒྲོད་པས་གནས་བཅས་ཏེ། །དམ་ཆོས་  
 བདུད་ཅིའི་རོ་མཆོག་སྒྲོང་བ་ཡང་། །རྗེ་བཙུན་སྒྲ་མ་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་བློན་ནོ།  
 །བསྐྱལ་མང་སྒྲོང་དུ་བཅའ་ཡང་རྟེན་དཀའ་བ། །འཇམ་མགོན་སྒྲ་མའི་བསྟན་  
 དང་མཇལ་བ་དང་། །བསྟན་པའི་ཚུལ་དེར་ཡིད་ཆེས་རྟེན་པ་ཡང་། །ཡོངས་  
 འཛིན་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་བཀའ་བློན་ནོ། །དེ་ཕྱིར་བདག་གི་བཞེས་གཉེན་འདི་  
 དག་ནི། །ངན་སོང་གནས་ལས་སྐྱོབ་པའི་སྐྱོབ་པ་འོ། །འཁོར་བའི་མཆོ་ལས་  
 སྐྱོལ་བའི་དེད་དཔོན་ནོ། །མཐོ་རིས་ཐར་པར་འབྲིང་པའི་ས་མཁན་ནོ། །ཉོན་  
 མོངས་གཙོང་ནད་གསོ་བའི་སྟན་པ་འོ། །སྤྱག་བསྐྱལ་མེ་ཆེན་ནི་བྱེད་ཚུ་རྒྱན་  
 ནོ། །མ་རིག་ཐུན་པ་སེལ་བའི་སྐྱོན་མེ་འོ། །ཐར་ལམ་གསལ་བར་སྟོན་པའི་  
 ཉི་མ་འོ། །འཁོར་བའི་བཙོན་རར་བཅིངས་པའི་འགྲོལ་བྱེད་དོ། །དམ་ཆོས་གྲུ་  
 ཆར་འབེབས་པའི་ཆར་སྐྱོན་ནོ། །གཞོད་སེལ་པན་པ་སྐྱབ་པའི་གཉེན་བཞེས་  
 སོ། །རྟག་ཏུ་བྱམས་པས་སྐྱོང་བའི་པ་མ་འོ། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་ཆིགས་བཅད་  
 བརྗོད་པ་ཡན་ལ་འབྲིས་ནས་སྒྲ་མའི་བཀའ་བློན་བྲན་དགོས་གསུངས། སྐྱོར་  
 བས་བསྟེན་ཚུལ་ལ་འཇམ་དཔལ་ཞལ་ལྷུང་དུ། འདི་སྐབས་སྐྱོར་ཆོས་བཞི་  
 པ་མན་འབྱུང་བ་ཡིན་པས་མ་འདྲེས་པར་བྱེད་དགོས། འདི་སོགས་དམིགས་  
 སྐྱོར་རེ་རེའི་དབྱར་ཡང་གསོལ་འདེབས་དང་། བདུད་ཅི་འབེབས་སྐྱུང་།  
 མཐུག་ཏུ་ཐག་བཅད་པ་རེ་བྱ་བར་གསུངས།

༥ ཉོན་དགྲུ་པར། རི་སྐད་དུ། མཉམ་མེད་རྡོ་བོ་ཆེན་པོའི་ཞལ་ནས། ཆེ་



འདི་ཡུན་བྱང་ཤེས་བྱའི་རྣམ་པ་མང་།      །ཆེ་ཡི་ཆད་ཀྱང་ཇི་ཙམ་མི་ཤེས་  
པས། །རང་པས་ཚུ་ལས་འོ་མ་ལེན་པ་ལྟར། །རང་གི་འདོད་པ་དང་དུ་སྒྲང་བར་  
བྱ། །ཞེས་འདེན་པར་མཛད་དེ། །ཀུན་སློང་འཆོས་པ་མདོར་བསྐྱུས་ཤིག་སྟེ་ལ་  
ནས། །སྟོན་དུ་ས་བཅད་གང་སོང་བ་རྣམས་གསུངས་ཇེས། །བཤེས་གཉེན་  
བསམ་པས་བསྟེན་ཚུ་ལ་གྱི་བསྐྱར་བ་ཤད་མདོར་བསྐྱུས་མཛད།

བཞི་པ།

## སྟོར་བས་བསྟེན་ཚུ་ལ་ནི།

མདོ་སྟེ་རྒྱན་ལས། །བཀྱར་སྟེ་རྟེན་པ་དག་དང་རིམ་གྲོ་དང་། །སྐྱབ་  
པའི་སྟོན་ས་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་སྟོར་  
བས་བསྟེན་ཚུ་ལ་རབ་འབྱིང་ཐ་གསུམ་ཡོད་པ་ལས། །དགོ་ཕྱག་གིས་དགོ་  
ཀན་བསྟེན་པ་ལྟ་བུ་ལ་གསུམ་ག་ཆང་དུ་ཡོད་པས་དགོ་ཀན་ལ་སྒྲ་མ་བསྟེན་  
ཚུ་ལ་ཚུ་ལ་བཞིན་བྱེད་པ་དེ་ག་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ཡིན། །སྒྲ་མ་དང་མཉམ་  
དུ་འབྲོགས་ནས་བསྟེན་པས་ནི་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་དམིགས་པ་བྱུར་དུ་  
འཆོལ་མི་དགོས། །སྒྲ་མ་དངོས་སུ་མེད་ན། །ཆོགས་ཞིང་བསྐྱེད་ནས་ཁྱེས་  
གསོལ་ཕྱག་མཆོད་སོགས་བྱེད། །དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་མཉེས་པར་བྱེད་  
པའི་ཐབས་མཆོག་ནི། །བཀའ་བཞིན་སྐྱབ་པའི་མཆོད་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། །ཇེ་  
མིད་ལས། །ཁོར་ཟང་ཟིང་གི་འབྲུལ་བ་བདག་ལ་མེད། །པ་སྒྲ་མའི་བྲིན་ལན་  
སྐྱབ་པས་འཇུག། །ཞེས་དང་། །སྟོང་རུས་སྐྱག་བསྐྱར་གྱི་སྐྱབ་པ་འདི། །པ་

སྒྲ་མ་མཉེས་པའི་ཞབས་ཏོག་ཡིན། །ཞེས་གསུངས། དེ་ཡང་འཇམ་དཔལ་  
 ཞལ་ལུང་རྒྱས་བསྟུས་གཉེས་ཀྱི་ལུགས་ལ་སྟོར་ཆོས་བཞི་པའི་ཁོངས་  
 ལུ་བཞེས་གཉེན་སྟོར་བས་བསྟེན་ཚུལ་རྣམས་བསྟུས་ནས་འཆད་པ་ཡིན་  
 བས་སྟོར་ཆོས་གསུམ་པ་བེན་ནས་བཞེས་གཉེན་བསམ་པས་བསྟེན་ཚུལ་  
 གསུངས་ཤིང་། སྟོར་བས་བསྟེན་ཚུལ་གྱི་དབྱར་སྒྲ་མ་ཆོགས་ཀྱི་ཞིང་དུ་  
 གདན་དངས་ཏེ་མཆོད་པ་སོགས་སྟོར་ཆོས་སྤྱི་མ་གསུམ་འབྱུང་བ་ནི་སྒྲ་  
 མ་དང་མཉམ་དུ་མི་འགྲོགས་པ་སོགས་སྒྲ་མ་མེད་པའི་སར་བཅད་བེད་གིས་  
 མཉེས་པ་སྟུབ་པའི་ལུགས་སོ།།

འདི་ལ་ས་གཞི་བྱིན་རྒྱབས་སོགས་སྟར་བཞིན་བྱས་ལ་བདེན་སྟོབས་  
 བརྗོད། བེ་རྒྱུའི་ས་གཞིར་གསེར་གྱི་དོ་རྩི་རྒྱ་གམ་བྱིས་པ་བསྟུས་ན་འབྱུང་  
 རོད་ལྟ་བུ་ལ། དེག་ན་འབྱུང་གོང་སོགས་མེད་པ། དེའི་དབྱས་སུ་རིན་པོ་  
 ཆེའི་ཁང་བཅད་བྱ་བཞི་སྟོ་བཞི་ཏྲ་བབས་མེད་པ་སྟེན་སྒྲུའི་པོ་བཅད་ལྟ་བུ། རྒྱ་  
 ཞིན་ཏུ་ཆེ་བ། དེའི་དབྱས་སུ་སེང་བྲི་ཆེན་པོ་སྟེང་དུ་བང་རིམ་བཞི་ཡོད་པ་  
 མཆོད་ཏེན་བྱམ་པ་མེད་པ་བཞིན་གྱི་བང་རིམ་དང་པོའི་སྟེང་གི་རྒྱ་བ་དོས་  
 སེང་བྲི་གསུམ་ཆོམ་སྟེང་དབྱས་སུ་རྒྱལ་བ་ཤུག་བྱབ་པ། གཡས་གཡོན་དུ་  
 བྱམས་འཇམ་དབྱངས། སོ་སོའི་སྐྱ་རྒྱབ་ཏུ་པར་ལ་ལྟ་སྟོད་བརྒྱད་པའི་སྒྲ་  
 མ། མདུན་དོས་སེང་བྲི་གསུམ་ལ་རྩོ་རྩོག་འབྲོམ་གསུམ། བང་རིམ་གཉེས་  
 པར་སེང་བྲི་གསུམ་ཆོམ་ལ་དབྱས་སུ་རྒྱལ་བ་ཙོང་ཁ་བ་དང་། གཡས་སུ་རྩི་  
 ཞེར་སེང་། གཡོན་དུ་དགོ་འདུན་བྱབ། བང་རིམ་གསུམ་པར་སེང་བྲི་གསུམ་

ཆོམ་གྱི་སྟེང་དབུས་སུ་རྒྱལ་དབང་ལྡན་པ་ཆེན་པོ་དང་། གཡས་སུ་བྱི་སྟོན་  
པ་རྒྱ་མཚོ། གཡོན་དུ་དཔལ་ལྷན་སླ་མ་བྱམས་པ་ཆོས་ལྷན། བང་རིམ་བཞི་  
པར་སེང་བྱི་གསུམ་ཆོམ་སྟེང་དབུས་སུ་རྩ་བའི་སླ་མ། གཡས་གཡོན་དུ་  
ཐུགས་སྒྲུབ་གཙོ་བོ་གསུངས་ཀྱང་མན་ངག་ལྟར་སླ་མའི་སླ་མ་དང་དེའི་སླ་མ་  
གསལ་བཏབ། སླ་མ་གཞན་རྣམས་ལ་བཟོ་བྱ་གི་རྒྱུ་གདན། གཡས་གཡོན་  
སོགས་ཀྱི་བང་རིམ་སྟེང་སྟེ་སྟོན་གསུམ་གྱི་སླ་མ་ཐམས་ཅད་དང་། རྒྱལ་གྱི་  
བང་རིམ་སྟེང་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ཉན་རང་ཆོས་སྤང་སོགས་བཀོད་པ་  
ཐུགས་གཅིག་དང་། ཡང་ཐུགས་གཅིག་ལ་མདུན་དུ་སླ་མ་གསུམ་གསུམ་  
ཡོད་པའི་གཡས་གཡོན་དུ་ལྟ་སྟོན་གྱི་བརྒྱུད་པའི་སླ་མ་རྣམས་མཐར་ཆགས་  
སུ་བཀོད། འདུལ་མངོན་མདོ་སྟེའི་བརྒྱུད་པའི་སླ་མ་གཞན་རྣམས་གཡས་  
གཡོན་དང་རྒྱལ་གྱི་བང་རིམ་དུ་གསལ་བཏབ། ཡི་དམ་སོགས་གསལ་  
འདེབས་མི་དགོས། གཡའ་ཏེ་བསྒྲོམ་པར་འདོད་ན། དེ་རྣམས་དངོས་སུ་  
བཞུགས་ཀྱང་མི་གསལ་བའི་ཚུལ་དུ་ཡོད་པར་བསམ་ཆོག །རྒྱལ་གྱི་ཀུན་  
ཀྱང་སེང་བྱིས་མི་བསྐྱེད་པའི་ཞལ་ཚུར་གཟིགས་སུ་བྱེད། ལྷས་ཁང་དཀྱིལ་  
དུ་ལྷས་རྫིང་མེད་ཅིང་ས་གཞི་དབུས་མཐོ་བ། སྟོ་བཞི་ཀར་ལྷས་ཁང་རེ།  
ཆོགས་ཞིང་གི་གངས་མཉམ་བྱི་བཤམས་པ་སྟེ། ཡན་ལག་བདུན་པ་སོགས་  
གཞན་འདྲ།

སྟོ་བརྒྱུད་གྱི་ཐུགས་ལ་དེ་དང་མི་འདྲ་སྟེ། རང་གི་མདུན་དུ་སེང་གས་  
བཏེག་པའི་བྱི་ཆེན་བང་རིམ་བདུན་པ་བཀའ་གདམས་མཚོད་བྱི་བཞིན་རིན་

ཆེན་བདུན་ལས་གྲུབ་པ་འདོན་ཆ་ལྟར་དང་། སེང་གེ་ས་གཞི་ལ་གནས་པ།  
 སེང་ཁྱིའི་མདུན་ནས་ཡར་ལ་སྒྲོམ་སྐྱས་གསུམ་བཅུ་གས་པ། བང་རིམ་སྟེང་  
 མ་ལ་གཟིམ་སྒྲོམ་གྱི་རྒྱབ་ཡོལ་ལྟ་བུའི་རྒྱབ་ཡོལ་དེའི་གཡས་གཡོན་གྱི་  
 ཟུར་སྟེ་ལ་ལྷགས་མདའ་ཁྲག་ཅེས་པ་ལག་པ་འཆང་ས་ལྟ་བུ་རིན་པོ་ཆེ་ལས་  
 གྲུབ་པའི་རྩེར་ཉོག་ཡོད་པ། བང་རིམ་རེ་རེར་ཡང་གསེར་གྱི་ཐེམ་སྐྱས་ཆུང་  
 ཅུ་རེ་ཡོད་པ་སྟེ། སྐྱས་འདི་ནི་གཡས་གཡོན་དང་། སྒར་གྱི་སྐྱས་གསུམ་སེང་  
 ཁྱིའི་དགྱིལ་དུ་བསྒྲིག་སྟེ་བཅུ་གས། རྒྱབ་ཡོལ་གྱི་འབྲུར་དབུས་མར་གསེར་  
 གྱི་གཞིར། གཡས་གཡོན་དུ་རྒྱལ་མཆོན། བང་རིམ་དང་པོའི་སྟེང་ཐུབ་  
 དབང་བཞུགས་གཞིར་བྱི་རྒྱབ་ཡོལ་ཅན། ཕྱིན་བྲུག་མཆོན་པའི་སྒྲུ་དང་ཁྲུང་  
 སོགས་བྲུག་འགྲོགས། བཟང་གོས་གྱི་འབོལ་ལྟ་བུ་བཅུ་གས། གཡས་གཡོན་  
 དུ་བྱམས་འཇམ་དབྱངས་བཞུགས་གཞི་སེང་གེ་མེད་པའི་བྱི་འབོལ་གསུམ་  
 བཅུ་གས། མདུན་དུ་རྩ་བའི་སྒྲ་མ་ཞལ་མཇལ་དུས་གྱི་རྣམ་པ་ཅན་བཞུགས་  
 གདན་ལ་བྱི་མི་དགོས་པར་འབོལ་ཉིས་བཅུ་གས། གཡས་གཡོན་དུ་སྒྲ་མའི་  
 སྒྲ་མ་དང་། དེའི་སྒྲ་མའི་བཞུགས་གདན་འབོལ་རེ། གཞན་རྣམས་ལ་རྒྱུང་  
 གདན་དུ་བྱེད་པ་ཞལ་ཞེས་ཡིན། དབུས་སུ་འགྲོ་ལམ་ལྟ་བུའི་སྟོང་པ། རྩ་བའི་  
 སྒྲ་མ་ཞལ་མཇལ་དུས་གྱི་རྣམ་པ་ཅན་ཐུག་གཡས་ཆོས་འཆད་དང་། གཡོན་  
 བློགས་བམ་ཐུམ་དང་གདོང་དར་ལྟ་བུ་བཅུ་གས་ཅན་བསྐྱམས་པ། བྱམས་  
 འཇམ་དབྱངས་གྱི་གཡས་གཡོན་དུ་ལྟ་སྟོན་བརྒྱད་པའི་སྒྲ་མ་སྟེ། སྟོན་  
 བརྒྱད་གྱི་མཆོམས་ལམ་རིམ་པ་མཐུད། གལ་མཐར་ཉིན་འབྲེལ་གྱི་གནད་

ཆེ་བས་བཞུགས་གདན་སྟོང་པ་རེ་དང་། བང་རིམ་དང་པོར་མ་ཆུད་པའི་སྒྲ་  
མ་གཞན་རྣམས་གཉིས་པ་གསུམ་པ་བར་ཆ་བསྒྲོ། བཞི་པར་སྐྱུན་སྒྲ་བས་  
གྲལ་དབྱར་བྱས་ཏེ་མན་ངག་ལ། ལྷ་པར་བྱང་སེམས། སངས་རྒྱས་རྣམས་  
བང་རིམ་དང་པོ་བཞིའི་བྱར་གཡས་གཡོན་གྱི་ཐད། རྩལ་པར་ཉན་རང་།  
བདུན་པར་ཆོས་སྤྱང་ངོ་། །ཉམས་ལེན་བྱིན་རྒྱལས་བརྒྱད་པའི་སྒྲ་མ་གསལ་  
འདེབས་པ་མདོ་ལུགས་འདིར་མི་འབྱུང་མོད། བསྐྱེད་པར་འདོད་ན་མི་མདོན་  
པའི་ཚུལ་གྱིས་གསལ་འདེབས།

འཇམ་དཔལ་ཞལ་ལུང་རྒྱས་བསྐྱུས་གཉིས་ཀ་མདོ་ལུགས་ཡིན་པས་  
དམ་ཆིག་པ་བསྐྱེད་པ་སོགས་མི་དགོས་པར་མགྲོན་ཐབས་སུ་སྐྱུན་འདེན་པ་  
ཡིན། དཔེར་ན་ངེད་ཆོས་ད་ལྟ་མགྲོན་ཟས་བྱིར་གདན་འདེན་པ་ལྟར་སྟོན་དུ་  
གདན་བཤུ། མཆོད་པ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱལས་ནས་ཆོགས་ཞིང་ཡེ་ཤེས་པ་  
སྐྱུན་བངས་ཏེ་ཁྱི་སྟན་སོ་སོར་བཞུགས་པ་ཡིན། སྐྱུན་འདེན་པ་ནའང་བྱོན་  
པའི་ཚུལ་སོགས་མ་ག་རྟ་བཟང་མོས་སྟོན་པ་འཁོར་བཅས་སྐྱུན་བངས་པ་  
ལྟར་མོས་དགོས་ཞེས། དེའི་གཏམ་རྒྱུད་གསུངས་པའི་ཕྱག་བཞེས་བཞིན་  
རྒྱས་པར་གསུངས། དེའི་རྗེས་སུ་སྐྱུ་སྐྱུས་གསོལ་བ་ལ། སྐྱུས་ཁང་སྒྲ་མ་དང་  
མི་འབྲ་བར་སྐྱུས་ཁང་གྲུ་བཞི་ཕྱོགས་བཞིར་ཤེལ་གྱི་སྒོ་ཤ་སྟག་ཅན། སྐྱུས་  
རྗེང་མེད་ཅིང་སྐྱུས་བུམ་མང་པོ་བཞག་ལ། སྟེང་དུ་བཞུགས་དང་རྒྱ་ཕིབས། དེ་  
དག་ལ་ངེ་བཟང་གི་སྒྲེ་གྲུའམ་འདམ་བུམ་པོར་བྱས་པ་བཏགས་ལ། དེ་ལས་  
སྐྱུས་ཆུ་བུམ་པའི་བྱང་ཐད་དུ་བབས་པར་བསམ། སྐྱུས་གསོལ་བའི་ཆོ། དགོ་

སྒྲིང་གསུམ་གསུམ་སྒྲོས་ཏེ། བཞུགས་ཁྱི་སྒྲ་མའི་སྒྲིང་བཞུགས་བཞིན་པར་  
ན་བཟའ་རྣམས་འོད་སེར་པོའི་རྣམ་པར་ཚུར་བསྐྱུས་ཏེ་ཁྱུས་གསོལ། གཞན་  
སྒྲ་མ་དང་འདྲ། རྒྱན་དུ་བྱམ་པ་སོགས་མ་འབྱོར་ཆོ། སྒྲོར་ཆོས་སྐབས་ཁྱུས་  
གསོལ་ངེས་པར་དགོས་པ་མིན་ཞིང་། སྐབས་སྐབས་སུ་བྱས་ན་ངེས་གི་བ་  
དང་མི་གཙང་བ་སོགས་སེལ། ཁྱུས་གསོལ་བྱ་ཚུལ་གཞན་སྒྲར་སྒྲར་ལམ་  
སྐབས་ཁྱུས་པ་ལྟར་ལ། ཞལ་ལུང་རྒྱང་པའི་ཁྱི་སྒྲ་སྐབས་གོ་རིམ་འདི་ལྟར་  
བྱ་ཞིང་ཆོགས་ཞིང་མི་བསྐྱུ་བར་སྒོ་སྒྲོང་། སྒྲོར་ཆོས་བྲངས་གསོག་ལྟ་བུར་  
ཐུན་གྱི་མ་ལ་ཡོན་ཏན་གཞིར་གྱུར་མའི་བར་བཏང་། ཆོགས་ཞིང་མི་བསྐྱུ་  
བར་མཆོད་པའི་སྒྲིན་གཟུངས་བཏོན་ནས་ངེ་མན་འདོན། བསྐྱུ་ན་ཡན་ལག་  
བདུན་པ་ཉིད་བྲངས་གསོག། །ད་རེས་ཞལ་ལུང་དང་སྒྲགས་པས་ངེའི་སྒྲོར་  
ཆོས་འཆད་པ་ལས། རྒྱན་གྱི་ཉམས་ལེན་སྒྲོར་ཆོས་སྐལ་བཟང་མགྱིན་རྒྱན་  
གྱི་སྒྲིང་ནས་བགྱིས་ན་གྱིན་རྒྱབས་དང་མན་ངག་ཟབ་བྱད་གཞན་ལས་ལྟག་  
པ་ཡོད་གསུངས།

གསུམ་པ་མཐུག་ཏུ་ངེ་ལྟར་བྱ་ཚུལ་ནི། ལམ་རིམ་དམིགས་སྒྲོར་རེ་རེ་  
བཞིན་ཟེན་པའི་ཐུན་མཐར་ཤུ་གཉི་རྒྱལ་པོའི་མཆོན་དང་སྒྲགས་འདོན་ཞིང་  
བསྒོ་སྒོན་བྱེད་པ་ཡིན།

གཉིས་པ་ཐུན་མཆོམས་སུ་ངེ་ལྟར་བྱ་བ་ནི། ཐུན་དང་ཐུན་མཆོམས་  
གཉིས་སུ་མ་འདྲས་པའི་དུས་ཤིག་མེད་པས། ཐུན་མཆོམས་སུ་ངེ་ལྟར་བྱ་  
བ་འདི་གལ་ཆེ་སྟེ། ཐུན་གྱི་སྐབས་སྒོ་སྒྲངས་ནས་ཐུན་མཆོམས་སུ་རིག་པ་



ཀྱུ་ཡན་དུ་བཏང་ན། ཟུན་དངོས་གཞིའི་ཉམས་ལེན་ལའང་གཞོད་ཆ་བས་ཆེ།  
ཟུན་མཆམས་ལེགས་པོ་བྱུང་ན་དལ་འབྱོར་དོན་ལྡན་ཡང་འདི་ནས་ཡོང་།  
དེའི་ཕྱིར་རྗེ་སྒྲ་མའི་གསུང་བྲིད་ཡིག་ནམས་སུ་ཟུན་དང་ཟུན་མཆམས་སུ་  
བཅད་པ་འདི་གནད་ཆེ། དམིགས་སྒྲོར་འདི་ལ་མཆོན་ན། རྒྱ་རོས་ཉི་ལོ་  
དང་། མིད་ལས་མར་པ། འབྲོམ་སྟོན་པས་སྒྲ་མ་སེ་བཙུན་པ་དང་རྩོ་བོ་རྗེ་  
བསྟེན་ཚུལ་སོགས་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་སྟོན་པའི་གསུང་རབ་དགོངས་  
འགྲེལ་ཆད་ལྡན་བཟུ་བ་ལས། གཞན་འདྲ་མིན་མང་པོ་བསྐྲག་ན་ཤེས་རབ་  
འཆལ་འགོ་བར་གསུངས། དཔེར་ན་སྤྱང་གི་དཔེ་ཆ་ལ་བཟུས་ན་ཞེ་སྤང་ཆེ་  
རུ་འགོ་བས་དེ་འདྲའི་རིགས་མི་བཟུ་བར་ཤེས་རབ་འཕེལ་ཐབས་བྱ། ཟུན་  
མཆམས་ལ་ཉོན་མོངས་མི་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་དུ་དབང་པོའི་སྒོ་བསྐྱམས་པ་ན་ཉོན་  
མོངས་སྐྱེ་ཡུལ་ལ་དབང་པོས་ཀྱང་མི་མཐོང་བར་བྱས་ཏེ་བསྒྲོམ་ཚུལ་ཡོད་  
ཀྱང་། དེ་རང་རེ་ལ་མི་འབྱུང་བས་ན། དཔེར་ན་ཡིད་འོང་གི་གཟུགས་ལྟ་བུ་  
མིག་གི་དབང་པོས་མཐོང་ཡང་ཡིད་དེའི་རྗེས་སུ་མི་འབྱུང་བར་བྱ། དན་ཤེས་  
ཀྱིས་དུས་ཏྲག་ཏུ་རང་གི་སྒོ་གསུམ་ལ་བྱ་ར་བྱེད། ཀྱུས་པར་ནི་ཞི་བ་ལྟས་  
སྒྲོད་འཇུག་ཏུ་ཤེས་བཞིན་བསྐྱང་བའི་སྒྲོར་ལེ་ཏུ་གཅིག་ལོགས་སུ་མཛད།  
དེའི་འགག་སྒྲོམས་སུ། ལུས་དང་སེམས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ལ། །ཡང་དང་  
ཡང་དུ་བཏྲག་བྱ་བ། །དེ་ཉིད་ཁོ་ན་མདོར་ན་ནི། །ཤེས་བཞིན་བསྐྱང་བའི་  
མཆོན་ཉིད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྷ་ར་ཤེས་བཞིན་བསྐྱང་བ་འདི་ཤིན་ཏུ་  
གནད་ཆེ། ལུས་ཀྱི་འགོ་འཇུག་དང་། དག་གི་སྒྲ་བརྗོད་དང་། ཡིད་ཀྱི་འཆར་

སྒོ་སོགས་སྒོ་གསུམ་གྱི་བྱ་བ་ལ་བསམ་བཞིན་དུ་སྒྲིང་། དཔེར་ན་སྒོ་གཉིས་  
 ཡོད་པའི་ཁང་པའི་ནང་དུ་འགྲོ་ན། འོང་ས་དང་འགྲོ་ས་སྒོ་གཉིས་སུ་ངེས་  
 པས། དེ་བསྐྱུང་ན་རྒྱན་པོ་ཁེགས་པ་ལྟར་སྒོ་གསུམ་གང་ཅན་དུ་མི་བཏང་བར་  
 བསྐྱུང་ན་ཉེས་པ་འབྱུང་བའི་སྒོ་ཁེགས་པ་ཡིན། དེས་ན། དགོ་བཞེས་འབན་  
 གྱིས་སེམས་བསྐྱུངས་ནས་ཞོ་མ་བཞེས་པའི་རབས་དང་། རྒྱན་མ་ཡིན་པར་  
 སྒོ་གསུམ་པ་བཞིན་བསྐྱུང་དགོས་ཀྱི། མི་ཅན་དགྲ་ཅན་དུ་བརྟག་ནས་བསྐྱུང་  
 བ། མི་ཞིག་གིས་བྱ་མ་སྒྲེས་གོང་ནས་མིང་ལྷ་བ་གྲགས་པ་བཏགས་ཏེ། གར་  
 འབྲུག་པས་དེའི་རྒྱུན་གྱིས་དེ་མ་ཐག་ཤི་བ་བཞིན་འོང་ཉིན་ཡོད། རྩོ་བོ་རྩེས།  
 མང་པོའི་ནང་དུ་ངག་ལ་བརྟག། །གཅིག་ཕྱར་འདུག་དུས་སེམས་ལ་བརྟག།  
 །ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན་དགོས། རང་ཅག་ནི་ཅན་པས་མི་ཟེན་པར་ཡེངས་  
 བཞིན་དུ་སྒྲིག་པ་བྱེད་ལ། དེའི་ཆེ་སྒྲིག་པ་ཡིན་མིན་ཡང་མི་ཤེས། འགྲོ་ཞོར་  
 འདུག་ཞོར་དང་། སྐད་ཆ་ལབ་བཞིན་པའི་ངང་ནས་ཤིག་སོགས་བསམ་པ་  
 ལ་སྒྲུང་བ་མེད། དེའི་ཆེ་ཅན་པས་བཟུང་ནས་འདི་མི་བྱེད་སྒྲིག་པ་ཡོད་སྟུང་  
 རས་ཅམ་སྟེ་འཛོག། །དེ་བཞིན་དུ་མི་མང་པོ་དང་འགྲོགས་ནས་གཏམ་སྟེ་  
 ཆོགས་བཞུགས་པའི་ཆེ་ཡང་སེམས་བྱར་གཅིག་གིས། བདག་གིས་ཅི་ཞིག་  
 སྟེ་བར་ཚོམ་གྱིན་འདུག་སྟུང་ནས་བརྟག། །ཆོག་རྩུབ་ངག་འབྲུལ་སོགས་སྟེ་  
 གྲུབས་འདུག་ན་སྟེ་ནས་ཟེན། རང་གཅིག་ཕྱར་འདུག་པ་ན་སེམས་གྱིས་ཅི་  
 ཞིག་ཅན་གྱིན་འདུག་སྟུང་ནས་བརྟག། །སེམས་བསྐྱུང་རྒྱ་བརྩེད་པ་ཉིད་ཀྱང་  
 རང་གིས་འབྲུལ་དུ་མི་ཤེས་པས་མི་བརྩེད་པར་བྱེད་དགོས་སྟུང་པའི་ཅན་

ཤེས་ལ་བྱ་ར་བྱ་རེ་བྱེད། སྟོན་དགོ་བ་ཤེས་ཁ་རག་པས་སྟོགས་བཞིར་ཐོ་  
ཡིག་གིས་པ་བཞིན། ཅིག་པ་ཚུན་ཆད་ལ་སེམས་མ་ཡོངས་ཞེས་བྲི། རང་  
རེས་ནི་མི་འདི་འདྲ་ཞིག་ནས་དངུལ་སྤང་གང་འོང་དགོས་ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་  
ཅིས་བཤའ་དང་། བརྗེད་ཐོ་གཙོ་ཐོར་བྱེད་ཀྱིན་འདུག་པ་འདིས་མི་འོང་།  
དེས་ན། ཐུན་མཚམས་འདི་གཙོ་ཤིན་ཏུ་ཆེ། མཚམས་འདུག་པ་ནའང་། སྟོ་  
འགྲམ་དུ་མཚམས་ཐོ་གངས་རི་ལྟ་བུར་བཞག་སྟེ། ཡིད་ཀྱིས་འདི་མི་དྲན་བྱ་  
བ་མེད་པ་དེ་འདྲ་མི་བྱ། བདག་གི་སྒྲ་མས། ལུས་ཀྱི་མཚམས་ཁང་ན་སེམས་  
ཀྱི་སྒྲུབ་པ་པོ་དྲན་ཤེས་ཀྱི་མཚམས་ལ་འདུག་ཚུལ་གསུངས་པ་ལྟར་ཏྲག་ཏུ་  
དྲན་ཤེས་བཞིན་ཀྱིས་བེན་ཏེ་མ་ཡོངས་པའི་ཐབས་ལ་མཁས་པར་བྱེད། རྗེ་  
མིད་ལས། སྤང་སྤིད་དཔེ་ཆར་ཤར་བར་གསུངས་པ་བཞིན། གང་མཐོང་ཡང་  
བྱམས་སྒྲིང་རྗེ་དེས་འབྱུང་སོགས་ཀྱི་བསྐྱལ་འདེབས་སུ་འགྲོ་བ་བྱེད་དགོས།  
སྟོན་རྗེ་སྒྲུབ་ཁང་པས་གྲོག་མས་སྤང་བུ་ལ་སོ་བཏབ་པ་གཟིགས་ནས་ལས་  
འབྲས་ལ་ངེས་པ་རྟེན་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། དེས་ན་རང་རེས་ཁྲིམ་བསྐྱོར་ལྟ་བུར་  
འགྲོ་ཆོ། ཆགས་སོགས་ཉོན་མོངས་སྐྱེས་བཞིན་དུ་གོམ་པ་རེ་དང་སྒྲིག་པ་  
རེ་སྒྲགས་ནས། ཚུར་ལོག་པ་ན་སྒྲིག་པའི་ཁུར་ཤིན་ཏུ་ལྷེ་བ་ཞིག་བྱེད་ནས་  
འོང་མོད། ལེགས་པར་བཏགས་ནས་དྲན་ཤེས་ཀྱིས་བེན་བཞིན་འགྲོ་ན་ངེས་  
འབྱུང་དང་མི་ཏྲག་པའི་བསྐྱལ་འདེབས་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡོད་པ་ཡིན། དེས་  
མཆོན་ནས་གང་སྤང་ཆོས་ཀྱི་བསྐྱལ་མར་སོང་བ་དགོས། ཟས་ཀྱི་ཆོད་རིག་  
པར་བྱ་ཚུལ། གཞན་ཡང་ཟག་པ་རྒྱན་གཏོར་ལ་ཡི་དྲགས་ལ་བསྟོ་བ་སོགས་

ཉིན་ཞག་སྤྲུགས་གཅིག་གི་དཔེ་གཞན་ལས་གསལ་བ་བཞིན་བྱས་ན། བྱ་སྤྲོ་  
ལ་པན་ཡོན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ཚུལ་སོགས་གསུངས།

གཉིས་པ།

བསྟེན་ནས་སློང་ཇི་ལྟར་སྤྱད་བའི་ཚུལ་ལ་གཉིས།

དལ་བའི་ཉིན་ལ་སྟོང་པོ་སྤྱད་བའི་ཕྱིར་དུ་བསྐྱལ་བ་དང་།

སྟོང་པོ་ཇི་ལྟར་ལེན་པའི་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ནི། དལ་འབྱོར་དོན་ཆེན་རྟེན་  
དཀའ་སྟོར་བསམ་པ་སྟེ། འདི་ལ་ངེས་པ་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་ཅུང་ཟད་སྤྲོས་ཏེ་  
བཤད་པ་དང་། སྟོང་ཚུལ་མདོར་བསྐྱུས་ཏེ་བསྟན་པ་གཉིས། ཞེས་ས་བཅད་  
བཟུམ་སྟེ་འོག་གི་དམིགས་སྟོར་ཐམས་ཅད་ལ་རིགས་འགྲེ་སྤྱད་དགོས་པ་  
བཤད་བྲིད་དང་ཉམས་བྲིད་སྤྲུགས་ཆེ་མཇུག་སྟོན་ཡོད། འདིའི་མཆམས་ཀྱི་  
ས་བཅད་ལས་གསུངས་པ་བཞིན་དམིགས་སྟོར་དངོས་གཞི་ས་བཅད་བརྗེ་  
བ་ལས་སྤྱོད་བ་དང་རྗེས་སོགས་ཀྱི་ས་བཅད་བཤེས་གཉིན་བསྟེན་ཚུལ་  
སྐབས་བཤད་པ་བཞིན་སྤྱོད་དགོས། རང་རེ་ཉིན་ལྟར་དག་འབྲལ་ཁ་བསྐྱེད་  
ཀྱིས་དུས་འདས་ནའང་མངས་སེམས་མེད་པ་འདི་དལ་འབྱོར་དོན་ཆེན་རྟེན་  
དཀའ་མ་བསམས་པའི་སྤྱོད་ཡིན། དེ་བསམ་ན་ཆོས་ལ་སྟོང་ནས་བསྐྱལ་མ་  
འདེབས་འོང་། དེས་ན། དལ་འབྱོར་དོན་ཆེན་རྟེན་དཀའ་བསམས་ནས་དག་འ་  
སྤྱད་སྤྱད་བ་དང་། འཆི་བ་མི་རྟག་པ་བསམས་ནས་སྤྲུག་སྤྱད་འོང་བ་ཞིག་

བྱེད།

དེ་ལ་གསུམ།

## དལ་འབྱོར་ངོས་བཟུང་བ།

དེ་དོན་ཆེ་བར་བསམ་པ། རྟེན་དཀའ་བར་བསམ་པའོ། །དང་པོ་ལ་དལ་  
བ་དང་འབྱོར་བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། དེ་ཡང་དང་པོར་དལ་བའི་རྟེན་ལ་  
སྤྱིང་པོ་ལེན་འདོད་འབྱུང་བ་ལ་དལ་འབྱོར་ངོས་བཟུང་བ་དགོས་ཀྱི། ཐམས་ཅད་  
གསེར་ལས་བྱས་ཀྱང་ངོ་མི་ཤེས་ན། དབྱལ་པོ་སོ་ན་གནས་པ་བཞིན་ཡིན་  
ཕྱིར་ཐོག་མར་ངོས་བཟུང་དགོས་པས་དལ་བ་ཞེས་པ་ཆོས་བྱེད་པ་ལ་མི་ཁོམ་  
པ་བརྒྱད་དང་བྲལ་བ་སྟེ། མི་ཁོམ་པ་བརྒྱད་ནི། བཤེས་སྤྱིངས་ལས། ལོག་  
པར་ལྷ་བ་འཇིན་དང་དུད་འབྲོ་ཉིད། །ཡི་དྲགས་ཉིད་དང་དཔྱལ་བར་སྐྱེ་བ་  
དང་། །རྒྱལ་བའི་བཀའ་མེད་པ་དང་མཐའ་འཁོབ་ཏུ། །ལྷ་སྐྱོར་སྐྱེས་དང་སྐྱེན་  
ཞིང་སྐྱགས་པ་ཉིད། །ཆེ་རིང་ལྷ་ཉིད་གང་ཡང་རུང་བར་ནི། །སྐྱེ་བ་ཞེས་བགྱི་  
མི་ཁོམ་སྐྱོན་བརྒྱད་པོ། །དེ་དག་དང་བྲལ་ཁོམ་པ་རྟེན་ནས་ནི། །སྐྱེ་བ་སྒྲོག་  
པའི་སྤྱད་དུ་འབད་པར་མཛོད། །གསུངས་པ་ལྷ་རྒྱུད་མི་མ་ཡིན་པའི་མི་ཁོམ་  
པ་བཞི་དང་། མིའི་མི་ཁོམ་པ་བཞིའོ། །དེ་ལ་དང་པོ་བཞི་ལས། དཔྱལ་བ་ནི་  
ཆ་གང་གི་སྐྱག་བསྐྱལ་ཆེ་བས་ཆོས་བྱེད་དུ་མི་ཁོམ་སྟེ། མགོ་ལ་མེ་བཙའ་  
བཞག་ནས་དེའི་རིང་ལ་བསྐྱོམ་བྱེད་དུ་བཅུག་ན། རྩ་ཆས་བསྐྱོམ་ལོང་མེད་པ་  
བཞིན་ཡིན། རང་ཅག་ད་ལྟ་དཔྱལ་བར་སྐྱེས་ཡོད་ཆེ་ལྷགས་ཀྱི་སྤྱང་དམར་

རྟུར་རེ་བའི་ནང་དུ་བྱི་བ་བཅུག་སྟེ་བསྐྱེད་པ་ལས་ཀྱང་བརྒྱ་འགྱུར་སྟོང་  
 འགྱུར་གྱིས་སྟག་པའི་སྟག་བསྐྱེད་སྟོང་བར་འགྱུར་བས་ཆོས་བྱེད་པ་ལྟ་ཞིག  
 །ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་ཅམ་མི་གོ་བའི་སྟེང་། སྟག་བསྐྱེད་འབའ་ཞིག་ཡིད་ལ་བརྟགས་  
 བས་སྟོང་རྒྱ་ལས་མི་འོང་བས་ཆོས་མི་འོང་། དེ་ལྟར་མ་སྐྱེས་པ་འདི་སྟབས་  
 ལེགས་སྟམ་པ་བྱེད། ཡི་དྲགས་སུ་སྐྱེས་ན་ནི་བཀྱེས་སྟོམ་ཆེ་བས་ཆོས་བྱེད་  
 དུ་མི་ཁོམ་སྟེ། རང་ཅག་ཤིན་ཏུ་བཀྱེས་ཤིང་སྟོགས་པ་ཞིག་གི་སྐབས་སུ་ཟླ་  
 མ་ལྟ་བུ་འགའ་ཞིག་གིས་ཆོས་ལ་བསྐྱེད་ཡང་། དང་པོར་བཟའ་བརྟུང་དོན་  
 དུ་གཉེར་བ་ལས་ཆོས་བྱེད་དུ་མི་ཁོམ་པ་བཞིན་ཡིན། དེ་ལྟར་ན་ཡི་དྲགས་  
 སུ་མ་སྐྱེས་པ་ཡང་སྟབས་ལེགས་པ་ཡིན། དུད་འགྲོར་སྐྱེས་ན་ནི་སྐྱེན་ཞིང་  
 གཉི་མུག་པས་ཆོས་བྱེད་དུ་མི་ཁོམ་སྟེ། དཔེར་ན། ཁྱི་དང་བོང་བུ་སོགས་  
 ལ། མ་ཁི་ཆར་གཅིག་བཟོངས་དང་ཁྱོད་ད་ལྟ་འཆང་རྒྱ་ཞེས་སྐྱས་ཀྱང་། གོ་  
 ཆོར་ཅིའང་མེད་ཅིང་། ཐ་ན་མ་ཁི་ཆིག་གཅིག་བཟང་བའང་མི་ཤེས་ན། ཆོས་  
 གཞན་ག་ནས་ཤེས། དེ་བཞིན་དུད་འགྲོ་རང་རང་གི་སྟག་བསྐྱེད་གྱིས་མནར་  
 བས་ཆོས་བྱེད་དུ་མི་ཁོམ་པས་དེ་དག་ཏུ་མ་སྐྱེས་པ་ཡང་ཤིན་ཏུ་སྟབས་  
 ལེགས། ད་ལྟ་རང་རེ་དདུལ་སྤང་གང་དོ་རྟེན་པ་ལ་སྟབས་ལེགས་ཟེར་ཀྱང་  
 དེ་འདྲ་ལ་སྟབས་ལེགས་རྒྱ་དེ་ཅམ་མེད། དུད་འགྲོ་ཁྱི་བོང་སོགས་མཐོང་བ་  
 བ། ལྟ་མོ་བལྟ་བ་བཞིན་མ་བྱེད་པར། བདག་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཏུ་མ་གྱུར་པ་  
 སྟབས་ལེགས་སྟམ་པ་བྱེད།

སྟེ་ཆེ་རིང་པོ་ནི། གཟུགས་མེད་དང་གཟུགས་ཁམས་ན་འབྲས་བུ་ཆེ་



བའི་ཕྱོགས་གཅིག་ན་ཡོད་ཅིང་། དེ་ན་དང་པོར་སྐྱེ་བའི་ཆེ་ལྷ་རྒྱུས་སོང་  
སྐྱམ་པ་དང་། མཐར་འཁྱིམ་བའི་སྐྱབས་ལྷ་ལས་འཁྱིམ་འཕོ་བར་འདུག་སྐྱམ་པ་  
ཅམ་ལས་གཉིད་ལོག་པ་བཞིན་ཏིང་ངེ་འཛིན་ལ་གཡེངས་ཏེ་དོན་ཅུང་བད་  
ཅམ་ཡང་མེད་པའི་ངང་ནས་ཆེ་འཕོས་ཏེ་འགོ། ལྷ་གནས་གཞན་རྣམས་ཀྱང་  
ཉན་ས་ལས་གསུངས་པ་ལྷ་རྒྱུད་གོ་བའི་བག་ཆགས་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཁ་ཤས་  
ལས། གཞན་པལ་ཆེར་དུས་རྟག་ཏུ་འདོད་པས་གཡེངས་ནས་ཆོས་མི་འོང་  
སྟེ། དཔེར་ན་མིའི་སྐྱབས་ལྷ་རྒྱུད་ལྷ་མཐོང་བ་ན་སྤང་ཆེན་གྱི་སྟེང་དུ་ཡོད་  
ཀྱང་དལ་བྱར་ས་ལ་བབས་ལོང་མེད་པར་མཆོང་བར་བྱེད་པའི་སྒྲོབ་མ་སྐྱན་  
པའི་རྒྱལ་པོ་འཆོ་བྱེད་གཞོན་ནུ་དེ། ཕྱིས་ལྷ་ཡུལ་དུ་སྐྱེས་པ་ན། དེར་ལྷ་  
རྒྱུད་ལྷ་མཐོང་བ་སྐྱབས་ཆོས་གསུང་བར་བྱོན་ཀྱང་འཆོ་བྱེད་ལྷ་འཕྲི་བདེ་སྐྱིད་ལ་གཡེངས་ཏེ་  
མཆོང་བ་མོ་ཀེར་བ་ཅམ་རེ་བྱས་ནས་རྩེད་མོ་རྩེ་བར་སོང་བས་ལྷ་རྒྱུད་ལྷ་  
ཆོས་གསུངས་ས་མ་རྩེད་པ་བཞིན་དུ་ཆོས་བྱེད་སྒྲོ་དང་ངེས་འབྱུང་སོགས་  
གཤམ་མ་མི་འབྱུང་ཞིང་། ལྷ་འཕྲི་རྩེད་དང་སྐྱུལ་པའི་བྱ་སོགས་ཀྱིས་ཆོས་སྐྱོ་སྐྱོག་  
ཅམ་ལས་རང་རེ་ལྷ་རྒྱུད་སྐྱམ་པས་གདམས་ངག་ཞིབ་མོར་སྟོན་པ་མེད། མིའི་མི་  
ཁོས་པ་ནི། སྐྱོ་སྐྱོལ་སོགས་པའི་ཡུལ་མཐར་འཁོབ་ཏུ་སྐྱེས་ན་ནི་ཆོས་ཀྱི་སྐྱོ་  
ཅམ་ཡང་མི་གོ་ཞིང་། སངས་རྒྱས་མ་བྱོན་པའི་ཡུལ་དུ་སྐྱེས་ན་རྒྱལ་བའི་  
བཀའ་མེད་པས་ཆོས་བྱ་མི་ཤེས་ལ། ཆོས་བྱས་ཀྱང་ངེ་བཞིན་མི་འབྱུང་།  
ད་ལྷ་རྒྱུད་རང་རེ་དེ་ལྷ་བྱ་ཞིག་ཡིན་ན་ངེ་ལྷ་རྒྱུད་བྱེད། དེ་ལྷ་རྒྱུད་མ་གྱུར་པ་ཡང་  
སྐྱབས་ལེགས་སྐྱམ་པ་བྱེད། ཡུལ་དབྱུས་སུ་སྐྱེས་ཀྱང་ཡིད་མི་གསལ་བའི་

སྒྲེན་པ་དང་། ངག་མི་གསལ་བའི་སྒྲུགས་པར་སྒྲེས་ན་ནི་ཆོས་ཅི་འདྲ་ཞིག་  
 བྱེད་དགོས་མི་ཤེས་ཤིང་བྱེད་ཁུལ་བྱས་ཀྱང་བྱེད་ཚུལ་ངེ་བཞིན་མི་འབྱུང་  
 ལ། ལོག་ལྟ་ཅན་ནི། ཆོས་ལ་འདུག་པའི་གོགས་ཆེ་ཤོས་ཡིན་པས་བཤེས་  
 སྤྲོད་ལས་ཀྱང་ལོག་ལྟ་ཅན་དང་ཕོར་གསུངས། ད་ལྟའི་ཁ་ཆེ་ལྟ་བུ་ཡིན་  
 ན་ཆེ་རིང་པོ་ཞིག་བསྐྱད་ཀྱང་མ་ཉི་ཆར་གཅིག་འདྲན་པའི་དགོ་རྩ་ཡང་མི་  
 གསོག་པས་འདི་ཐབས་རྟུགས་ཤོས་ཤིག་ཡིན། དེའི་སྤྱིར་རང་ཅག་ལ་དོན་  
 གལ་ཆུང་བརྒྱད་སྒྲུབ་ཏུ་ཡོད་ནའང་ངེ་བཞིན་ཆང་བ་འབྱུབ་དཀའ་ན། སྒྲུབས་  
 ལེགས་ཞེས་ཟེར་དགོས་པའི་དོན་གལ་ཆེ་ལ། འཇོམས་དཀའ་བ་སྣ་བརྒྱད་  
 འཇོམས་པ་འདི་ཆེས་ཤིན་ཏུ་སྒྲུབས་ལེགས་པ་ཅིའི་སྤྱིར་མིན།

གཉིས་པ་འབྱོར་པ་ལ་རང་འབྱོར་ལྟ་དང་གཞན་འབྱོར་ལྟ་སྟེ་བཅུ་ལས།  
 རང་འབྱོར་ལྟ་ནི། ཉན་ས་ལས། མི་ཉིད་དབྱས་སྒྲེས་དབང་པོ་ཆང་། །ལས་  
 མཐའ་མ་ལོག་གནས་ལ་དད། །ཅེས་པ་སྟེ། དང་པོ་མི་ཉིད་ཡིན་པ་ནི། སྤྱི་  
 མའི་དོན་སྒྲུབ་པ་ལ་འགྲོ་བ་གཞན་ལས་མི་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པ་ཡིན་ཏེ།  
 རང་ཅག་ད་ལྟ་མི་ཉིད་ཡིན་པ་ནི། ཟེ་ཆོམ་མེད་མོད་དེ། མི་ཡི་གོ་མ་ཆོད་པ་  
 ཡིན། ཡུལ་དབྱས་ནི། ཆོས་ཆིགས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་ཡུལ་དབྱས་ཏེ་  
 འཁོར་རྣམ་བཞི་ཡོད་སར་སྒྲེས་པ། དབང་པོ་ཆང་བ་ནི། དང་པོར་སྒྲེ་དུས་  
 རས་དབང་པོ་ཆང་བ་དང་། ཟ་མ་མ་ནིང་སོགས་སོ་ཐར་གྱི་སྒྲོམ་པའི་རྟེན་  
 དུ་མི་རུང་བས་རང་དེ་ལྟར་མ་སྒྲེས་པས་དབང་པོ་ཆང་བ་ཡིན། ལས་མཐའ་  
 མ་ལོག་པ་ནི། མཆམས་མེད་བྱས་ན་ཆེ་དེར་དགྲ་བཅོམ་མི་ཐོབ་ཀྱང་རང་

ཅག་གིས་དེ་ལྷ་རྒྱུང་པས་ལས་མཐའ་མ་ལོག་པ། གནས་ལ་དད་པ་ནི།  
འདུལ་བར་དད་པ་ལ་གསུངས་ཀྱང་། འདིར་སྡེ་སྡོད་གསུམ་དང་། བྱང་ཆུབ་  
ལས་གྱི་རིམ་པའི་ཚུལ་ལ་དད་པ་ལོ། །འདི་ནི་རང་ལ་ལྷན་དགོས་པའི་འབྱོར་  
པ་ཡིན་པས་རང་འབྱོར་ཏེ། དེད་ཆོ་ལ་དེ་ལྷ་དངོས་སུ་ཆང་བ་ཡིན།

གཞན་འབྱོར་ལྷ་ནི། སངས་རྒྱས་བྱོན་དང་དེས་ཆོས་གསུངས། །བསྟན་  
པ་གནས་དང་དེ་རྗེས་འབྱུག་། གཞན་སྤྱིར་སྤྱོད་ནི་བཅེ་བ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་  
པ་ལྟར། སངས་རྒྱས་འཇིག་རྟེན་དུ་མ་བྱོན་ན་དམ་པའི་ཆོས་མི་འབྱུང་ལ།  
བྱོན་ཀྱང་ཆོས་མ་གསུངས་པའི་གོང་དུ་འཆི་བ་ལྟ་བུ་ནི། སངས་རྒྱས་བྱོན་  
པའི་དོན་མ་བྱུང་བ་ལོ། །དེ་གཉིས་དངོས་སུ་མི་ཆང་མོད། སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
ཞལ་ཆབ་སྒྲ་མ་བཞུགས་ཤིང་ཆོས་བསྟན་པས་ན་དེ་གཉིས་དོན་གྱིས་ཆང་  
བ་ཡིན། བསྟན་པ་མ་ཉམས་པར་གནས་པ་ནི། སྐབ་པའི་བསྟན་པ་སྟེ་འཕགས་  
ལས་དངོས་སུ་ཐོབ་པ་ལ་བྱེད། དེ་ཡང་དེང་སང་ལྷ་བརྒྱ་ཕྱག་བཅུ་ལྷུ་ལྷུ་གི་  
དུས་ཡིན་ཞིང་། འོན་ཀྱང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལྷུང་གི་དུས་ཡིན་ཡང་།  
རང་རྒྱུད་ལ་རྟོགས་པའི་བསྟན་པ་སྦྱེས་ན། རང་ལ་འབྲས་བུའི་བསྟན་པ་དར་  
བ་ཡིན། དེ་ལྷ་མེད་པར་བཀའ་གདམས་གོང་མ་ཆོས། སྤྱིར་གྱི་བསྟན་པ་  
འོ་ཅག་གི་རྒྱུད་ལ་མེད། འོ་ཅག་གི་བསྟན་པ་སྒྲིམ་བུ་ལྷུ་མ་སོང་བ་དགོས་  
གསུངས་པ་ལྷ་རྒྱུང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་སྤྱིར་དར་ཡང་རང་རྒྱུད་ལ་བསྟན་  
པ་བུ་བ་ན། སྒྲིམ་བུ་ལྷུ་གྱུར་པ་ཡིན། དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་གནས་  
པ་ཅམ་དུ་མ་བྱེད། བསྟན་པ་དེ་ལ་ཞུགས་པ་ཡང་ཆང་སྟེ། འཕགས་བོད་ཀྱི་སྤྱི་

ཕྱི་ལོ་གྲུབ་མཐའ་ཀུན་ལས་གཅེས་བསྐྱུས་ལྟ་བུ་བསམ་གྱི་མདོ་སྒྲགས་ལྟ་སྟོང་  
 རྣམ་དག་ཟུང་དུ་འབྲེལ་ཞིང་། དག་ཐོར་མགོན་པོ་འཇམ་དབྱངས་ཉིད་ཀྱིས་  
 མཇེད་པའི་བསྟན་པ་གསེར་སྦྱངས་བཅོ་མ་གྱི་དོར་བྱས་པ་ལྟ་བུ་འདི་དང་  
 མཇེད་པའི་དགོན་པ་ལས་ཀྱང་དགོན་པ་སྟེ། དེ་ཡང་མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་སྐོར་ལ་  
 སྟོན་མེད་པའི་ལེགས་བཤད་ཡོད་པར། སྟག་ཆང་ལོ་རྩ་བས་སྐྱ་ཆེའི་སྦྱང་  
 དུ་རྗེའི་བསྟན་པའི་བྱང་ཆོས་གཟིགས་ནས་སྒྲགས་འཕྲོགས་ཏེ་གནད་ཕྱི་  
 པར་གསུངས་པའི་བསྟོད་ཆོག་མང་དུ་ཡོད་པ་བཞིན་ལྷགས་གཞན་ལས་རི་  
 ལྟར་བྱང་ལྷགས་ཚུལ་སོགས་མདོ་དང་སྒྲགས་ཀྱི་སྐོར་ལ་ཞིབ་པར་འཆད་  
 བ། ཉིན་མང་པོར་མི་རྣམས་ཤིང་། སྟོན་པ་ཁ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེར། སོག་པོ་  
 ཞིག་གིས་བྱུག་ཏེན་ཕྱལ་ནས། ཕྱི་མ་མི་ལུས་འཐོབ་པ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 བསྟན་པ་དང་མཇེད་པའི་སྟོན་ལམ་ཁྱེས་པས་དེ་ལྟར་འོང་བར་གསུངས་ལ།  
 རྗེའི་བསྟན་པ་དང་མཇེད་པའི་སྟོན་ལམ་ཁྱེས་པ་ན་ཞལ་གྱིས་མ་བཞེས་པ་  
 ཡིན། དེས་ན། དེ་ལྟ་བུའི་བསྟན་པ་དང་ཡང་མཇེད་པ། མཇེད་པ་ཅེས་དུ་མ་བྱང་  
 འགལ་རྒྱུ་གཞན་མེད་པར་བདེ་སྒྲག་ཏུ་བྱིས་ནས་བྱིས་མེད་པར་རབ་ཏུ་  
 ཟུང་བ་ལ་སོགས་པ་འདིས་གཞན་འབྱོར་བཞི་པ་དེ་རྗེས་འཇུག་པ་ཡང་ཆང་  
 སྟེ། དེ་ནི་འབྲས་བུ་བཞི་པོ་གང་རུང་ཐོབ་པ་དངོས་སུ་མཐོང་ནས་དེའི་རྗེས་  
 སུ་འཇུག་པ་ཡིན་པས། ཉན་ས་ནས་དངོས་སུ་གསུངས་པའི་གཞན་འབྱོར་  
 བཞི་ནི་དགོ་སྟོང་འཆར་ཀ་ལྟ་བུ་ལ་ཆང་བ་ལས་མགོན་པོ་སྐྱ་སྐྱབ་ལ་ཡང་  
 ཆང་བ་མེད་ཀྱང་། རྟོགས་པའི་བསྟན་པའི་སྐྱབས་འབྲས་བུ་བཞི་པོ་ཐོབ་པ་ལ་

ཁ་མིག་ཡར་བལྟ་བྱེད་པ་ལྟར། ད་སྐབས་ཀྱང་སྒྲིམ་བྱ་དམ་པའི་མཛད་སྒྲིལ་  
ལ་ཁ་མིག་ཡར་བལྟ་བྱ་ས་ཡོད་པས་ད་ལྟ་དོད་ཟུབ་ཏུ་ཆང་བ་ཡིན། གཞན་  
འབྱོར་ལྡ་པ་ནི། ཆོས་བྱེད་པ་ལ་སྒྲིན་བདག་སོགས་མཐུན་སྒྲིན་འཛོམས་  
པས་གཞན་སྤྱིར་སྤྱིར་བཅེ་བ་སྟེ། དེ་ཡང་ཆང་བའི་སྤྱིར། རང་ཅག་འཛིག་རྟེན་  
འདིའི་དོན་ཆེན་པོ་བཅོ་བརྒྱད་བསྐྱབ་སྒྲུ་ཡོད་ན། དེའི་ནང་ནས་འགའ་ཞིག་  
ཅམ་ལས་ཐམས་ཅད་འབྱུབ་པ་ཞིན་ཏུ་དགོན་ན། དེ་ལས་ལྷག་པ་ཆེ་སྒྲུ་མའི་  
མི་དེས་འདི་ལྟར་འོང་བར་ཞོག་ཅེས་པ་བརྟུ་དང་། འདི་འདྲ་མི་འོང་བར་ཞོག་  
ཅེས་པ་བརྒྱད་དེ། དོན་སྟེ་ཁག་ཆེན་པོ་བཅོ་བརྒྱད་ཀྱི་སྒྲིན་ལམ་བཟུབ་པ་  
ཐམས་ཅད་འབྱུབ་སྟེ་དལ་བརྒྱད་འབྱོར་བརྟུ་ཐམས་ཅད་ཆང་བ་ཡིན།

གཉིས་ལ།

## དོན་ཆེ་བར་བསམ་པ་ལ་གསུམ།

གནས་སྐབས་ལ་སྟོས་ཏེ་དོན་ཆེ་བ་དང་། མཐར་ཐུག་ལ་སྟོས་ཏེ་དོན་  
ཆེ་བ། མདོར་ན་སྐད་ཅིག་མ་རེ་རེ་ལའང་དོན་ཆེ་བར་བསམ་པ་འོ། །དང་  
པོ་ནི། བྱི་མ་ངན་སོང་དུ་མི་སྒྲིབ་བར་བདེ་འགོ་ལྷ་མིའི་གོ་འཕང་རི་འདྲ་ཞིག་  
འདོད་ཀྱང་འདིས་སྐྱབ་བྱས་ཏེ། མདོན་མཐོའི་རྟེན་འབྱུབ་པ་ལ་ཚུལ་ཁྲིམས་  
དགོས་ལ། དེ་ཡང་རྟེན་འདིའི་ཐོག་ནས་བསྐྱང་བྱས། མདོན་མཐོའི་འོངས་  
སྒྲིལ་ཀྱི་སྒྲུ་སྒྲིན་པ་ཡིན་པས་དེའང་རྟེན་འདིས་སྐྱབ་བྱས། འཁོར་ཐུན་སུམ་  
ཆོགས་པ་འོང་བའི་སྒྲུར་བཟོད་པ་དགོས་ཞིང་། དེ་ཡང་རྟེན་འདི་ལྟ་བུས་

བསྐྱོམ་དགོས་པས་ན། མངོན་མཐོ་ལྷ་མིའི་ལུས་རྟེན་དང་བདེ་འབྱོར་ཅི་འདྲ་  
 ཞིག་སྐྱབ་སྐྱམ་ཡང་། མ་བསྐྱབས་པ་མ་གཏོགས་བསྐྱབ་ན་འབྲུག་པར་ཐེ་མི་  
 ཆོམ་སྟེ། གྱི་མར་ཆངས་པ་བརྒྱ་གྱིན་དང་འཁོར་བསྐྱར་གྱི་ལུས་རྟེན་ཞིག་  
 འདོད་ནའང་སྐྱབ་ཏུ་ཡོད། དེར་མ་ཟད་རྣམ་སྟོན་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ལྡན་དང་།  
 མཐོ་རིས་ཡོན་ཏན་བདུན་ལྡན་གྱི་ལུས་རྟེན། ཐེག་མཆོག་འཁོར་ལོ་བཞིའི་  
 རྟེན་བཟང་ཡང་སྐྱབ་རུས། བདེ་བ་ཅན་དང་འཇུག་ལ་སོགས་དག་ཞིང་དུ་སྐྱེ་  
 བའི་རྒྱུའང་རྟེན་འདིས་སྐྱབ་རུས། སྟོན་སྟོང་དོལ་སྒྲ་མས་སྐྱ་ཆེ་དེར་ཕོར་  
 ཅམ་ཚུན་བདག་ཏུ་མ་སྤྱད་པར་རི་ཁྲོད་ན་དལ་འབྱོར་དོན་ལྡན་མཛད་ཅིང་།  
 སྐྱ་ཆེ་གྱི་མར་འཇུག་ལའི་རྒྱལ་ཕོར་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ཆོགས་བསྐྱབ་ཅིང་། སྟོན་ལམ་  
 མཛད་ནས་རྗེས་སུ་དེ་ལ་དགོངས་པས་བཅ་ཆེན་དཔལ་ལྡན་ཡེ་ཤེས་ལ་  
 སྐྱབས་རྟེན་འབྲུལ་རྒྱར་བསྐྱར་ཏེ་བསམ་དོན་ཨི་འབྲུག་ཁྱས་པར། བཅ་ཆེན་  
 གྱིས་མཁྱེན་ཏེ་སྒྲ་གན་འདོད་པ་རང་ཆེ། དོན་འབྲུག་པར་འདུག་གསུངས་པ་  
 ལྟར་འབྱུང་བ་ཡིན།

གཉིས་པ་ནི། ཐར་པ་སྐྱབ་པ་ལ་དེ་སྐྱབ་བྱེད་གྱི་ཆོས་ལམ་བསྐྱབ་པ་  
 གསུམ་ལ་བརྟེན་དགོས་ལ། དེའི་དང་པོ་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་སོ་ཐར་གྱི་སྟོམ་པ་  
 ལྟ་བུར་མཆོན་ན། དེ་ངེས་འབྱུང་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེ་དགོས་ཤིང་། ལྷ་སོགས་  
 འགོ་བ་གཞན་གྱི་རྟེན་ལ་ངེས་འབྱུང་སོགས་སྐྱེ་བར་དགལ། སྐྱ་མི་སྟན་པ་  
 སྟོམ་པའི་རྟེན་དུ་མི་རུང་ཞིང་། སྤིང་གཞན་གསུམ་ལས་འཇམ་བྱ་སྤིང་པའི་  
 མི་མཆོག་ཡིན། བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་ཡང་མིའི་རྟེན་ལ་བསྐྱེད་པ་ཉིད་སྟོབས་



ཆེ་སྟེ། སློབ་སྦྱངས་ལས། སེམས་ཀྱི་སྟོབས་ཆེན་མི་ཡིས་རྟེན་པ་གང་ཡིན་  
ལ། །ལམ་དེ་ལྟ་དང་སྒྲ་ཡིས་རྟེན་མིན་སྟོབས་ཆེན་དང་། །མཁའ་སྤྱི་རིག་འཛིན་  
མི་འམ་ཅི་དང་སྟོབས་ཆེན་མིན། །ཞེས་གསུངས། གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་སྟོམ་པའང་  
དེ་དང་འདྲ། ཐམས་ཅད་མཁའ་པར་བཟོད་པའང་རྟེན་འདིའི་སྟོབས་སྟོབས་  
ཆེ་ཞིང་བཟང་ལ། དེར་མ་བཟང་ལས་དང་པོ་པས་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་ལམ་  
ནས་ཆེ་གཅིག་ལུས་གཅིག་ལ་འཛང་རྒྱ་བའི་རྟེན་ལ། ལས་ཀྱི་ས་པ་འཇམ་  
བུ་སྤྱི་པའི་མི་མངལ་སྦྱེས་ཁམས་དྲུག་ལྟན་དགོས་པས་དེའང་རང་རེས་  
རྟེན། རང་ཅག་གིས་སྟོན་ལམ་ཀྱི་ཡུལ་དུ་བྱེད་པའི་བདེ་བ་ཅན་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱི་པའི་རྒྱུ་བའི་སྟོན་ལམ་འདེབས། དེས་ན།  
རང་ཅག་རྣམས་ཨ་པོ་རང་གིས་མ་བྱུང་བ་ཁོ་ན་མ་གཏོགས། རྟེན་འདི་ལས་  
ལྷག་པ་ཞིག་རྟེན་དུ་མེད། འགའ་ཞིག་གིས་ནོར་བུ་དགོས་འདོད་ཀྱན་འབྱུང་  
རྩི་བོའི་ཞབས་བྱས་ལ་འཁོར་ཞིང་། དེར་སྟོན་ལམ་བཟང་ཆེད་འབྱུང་ཅེས་  
ཟེར་ནས་དེ་ཐད་སྟོན་ལམ་འདེབས་པར་བྱེད་མོད། ནོར་བུ་དགོས་འདོད་ཀྱན་  
འབྱུང་འབྱུང་སྤྲུག་མང་པོ་ཞིག་རྟེན་ནས་འགའ་ཞིག་གིས་སྤྲུག་དང་འགའ་  
ཞིག་གིས་འབྲམ་སྦྱོར་བྱས་ནས་བསྐྱེད་ཀྱང་འཆི་ཆེ་ངན་སོང་དུ་མི་འགོ་བར་  
མི་པན་ལ། རྟེན་འདིས་ནི་གཏན་ཀྱི་དོན་ཆེན་པོ་དེ་ལྷན་སྐྱེད་ཏུ་ཡོད། ཉིན་  
གཅིག་ལ་པན་པའི་ནོར་བུ་དང་། མི་ལོ་བརྒྱ་ལ་པན་པའི་ནོར་བུ་གཉིས་ལས་  
སྤྱི་མ་ལྷག་པ་ལྷན་གཏན་བདེ་སྐྱབ་རུས་པ་ད་རེས་ཀྱི་རྟེན་འདི་ཡིན། རང་  
ཅག་རྣམས་སོ་སོས་ཆོས་ཉམས་ལེན་མ་བྱུང་བ་མ་གཏོགས། རྗེ་མིད་ལས་

ཐོབ་པའང་མི་ལུས་འདི་འདྲ་ཞིག་རང་ཐོབ་པ་ཡིན། མིད་ལ་རས་པའི་རྟེན་  
 དང་རེད་ཆོའི་ལུས་རྟེན་ལ་བཟང་ངན་གྱི་དབྱེ་བ་མེད། དཔེར་ན་རྩེ་བཙུན་  
 མིད་ལ་དང་། ལྷའི་རྒྱལ་པོ་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར་ལ་བལྟས་ན་ཤེས་ཏེ། ལྷའི་  
 རྒྱལ་པོའི་བང་མཛོད་དུ་ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུའི་ཕུང་པོ་སྤངས་ཤིང་། ལྷའི་  
 གཙུག་མོགས་ནོར་བུའི་རྒྱན་ཆ་བྱས་ནས་བསྐྱད་ཡོད་ཀྱང་འཆང་རྒྱ་རྒྱ་པར་  
 ཞོག། །ངན་སོང་གི་སྤྱོད་ཅུང་ཡང་བཀག་མི་ཐུབ། མིད་ལ་ནི་རྩམ་པ་ཡང་  
 བཞེས་རྒྱ་མིད་པའི་སྤྱང་པོ་ཡིན་ཀྱང་དལ་རྟེན་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཐོབ་པས་ཆེ་  
 དེ་ལ་སངས་རྒྱས་པ་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་བསམ་སྟེ་དལ་འབྱོར་དོན་ལྡན་བྱེད་  
 ལུགས་རྣལ་འབྱོར་བ་ཆེན་པོས་སྤྱན་སྤྲོ་བ་ལ་བག་རེ་ཆོགས་གསུངས་པ་ལ།  
 དེ་ལྟར་འཆའ་བ་ལ་དལ་འབྱོར་འདི་རྟེན་པར་དཀའ་བས་གསུངས་པ་ལྟར་  
 དགོས་གསུངས། དེས་ན་དེ་ལྟ་བུའི་རྟེན་རྟེན་པ་དོན་མེད་དུ་སོང་ན་དབུལ་  
 པོ་ཞིག་གིས་གསེར་རྒྱལ་པ་གང་རྟེན་དེ་ཁ་གང་ཅུང་ཡང་ལོངས་སྤྱོད་རྒྱ་མ་  
 བུང་བར་བརྒྱག་པ་ལྟར་ཤིན་ཏུ་ནས་པངས།

གསུམ་པ་ནི། དོན་ཆེ་ཚུལ་གཉིས་ཀྱི་སྟེང་དུ་དཔེ་ཆར་མི་གསལ་བའི་  
 མན་ངག་ལ། ཉི་མ་རེ་རེ་དང་སྐད་ཅིག་མ་རེ་རེའི་དོན་ཆེ་བ་ཞེས་པ་བསྒྲན་ན་  
 བན་ཆེ་བས། དེ་ཡང་སྟོས་རྒྱུ་གཅིག་འབར་ཡུན་ཅུང་ལའང་དོན་མེད་དུ་མི་  
 བཏང་བར་ཆོགས་བསགས་སྤྱི་བ་སྤྱང་ལྟ་བུར་བཅོན་ན། ཐར་པ་དང་ཐམས་  
 ཅད་མཁྱེན་པའི་རྒྱ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་འབྱུང་ཡོང་། རང་རེས་དལ་འབྱོར་སྟོང་  
 ཟད་དུ་བཏང་བ་ལ་པངས་སེམས་མེད་པར་དབུལ་ཞི་ཀ་རེ་གཉིས་ཆུད་ཐོས་

བ་ལ་པངས་སེམས་བྱེད་པ་འདི་ནོར་བ་ཡིན། འཕགས་པ་དཔའ་བོས་གྲང་།  
 རིན་ཆེན་སྒྲིང་སྒྲིན་ཆོང་བ་ནི། །ལག་པ་སྟོང་པས་རང་བྲིམ་བཞིན། །ཞེས་  
 བ་ལྟར་རིན་པོ་ཆེའི་སྒྲིང་དུ་སྒྲིན་ནས་རིན་པོ་ཆེ་མ་སྒྲངས་པའི་སྟེང་བྱ་ལོན་  
 མང་པོ་སྒྲངས་ནས་ལག་པ་སྟོང་པར་བྲིམ་ནང་ལོག་པ་བཞིན་ད་རེས་དལ་  
 འབྱོར་ལན་ཅིག་ཐོབ་པའི་ལུས་རྟེན་འདིར་ཆོས་མ་བྱས་པར་སྒྲིག་པ་ཤ་སྟག་  
 བསགས་ནས་ངན་སོང་དུ་སྒྲིན་ན་ནི། དེ་ལས་པངས་པ་མེད།

གཞུང་ལ།

ཉིད་དཀར་བ་བསམ་པ་ལ་གསུམ་ལས།

དང་པོ་རྒྱུ་འཕྲོ་མོ་ནས་རྟེན་དཀའ་བར་བསམ་པ་ནི། དེ་ལྟར་དལ་འབྱོར་  
 གྱི་རྟེན་རྟེན་པ་འདི་དོན་ཆེན་པོ་ཡིན་ཞིང་། དེར་མ་ཟད་རྟེན་གྲང་ཤིན་ཏུ་  
 དཀའ་བས་ཡང་ཡང་མི་འཐོབ། རྟེན་དཀའ་བ་ཞིག་མིན་ན་ནི། ད་རེས་དོན་  
 མེད་དུ་སོང་ཡང་། སྤྱིན་ཆད་ཐོབ་པའི་སྐབས་གཟབ་གཟབ་གྱིས་དོན་ལྡན་དུ་  
 བྱས་པས་ཆོག་མོད་ཀྱང་། ད་རེས་དལ་འབྱོར་ཐོབ་པ་འདི་རྒྱ་རྒྱུན་མང་པོ་  
 ཞིག་འདྲོ་མས་ཏེ་བསོད་ནམས་དང་སྒྲོན་ལམ་གྱི་དབང་གིས་སྐབས་ལེགས་  
 བྱང་བ་ལས། སྤྱི་ནས་འདི་འདྲ་རྟེན་དཀའ། སྤར་སོག་པོའི་སྒྲ་མ་ཞིག་གིས་  
 ཆོས་གནང་སྐབས་རྒྱ་མི་ཞིག་གིས། སྒྲ་མ་ཉིད་རྒྱ་ནག་ཏུ་འགྲོ་མ་སྤོང་བས་  
 ཡིན། རྒྱ་ནག་ན་མི་མང་པོ་ཡོད་ཟེར་བ་ལྟར་མ་སོང་བ་དགོས། སྤྱིར་མི་མང་  
 ཡང་རང་རྒྱ་འགྲོར་སོང་ན་མི་ཕན་པས་སྤྱི་རྒྱལ་དུ་མི་གཞན་དག་མང་ཅུང་

སོགས་ལ་མི་བལྟ་བར། རང་གིས་སྤྲིས་ནས་རྟེན་དཀའ་མ་མི་དཀའ་རང་རྒྱུད་  
ལ་དལ་འབྱོར་གྱི་རྒྱ་ཚང་མིན་རྗེས་དཔག་ཆད་མས་གཞལ་དགོས་ཏེ།  
དཔེར་ན་སྤྲི་རོལ་གྱི་ནས་དང་གོ་ལ་སོགས་པའི་སྟོན་ཐོག་སྤྲར་བ་གང་སྤྲི་  
བའང་དཔྱིད་ས་བོན་བཏབ་པ་ལ་རག་ལས་ཤིང་། དེར་མ་བཟང་མེ་ཏོག་རྩ་མ་  
གང་སྤྲི་བ་ལའང་སྟོན་དུ་ས་བོན་མ་བཏབ་པར་མི་འབྱུང་བ་བཞིན་དུ་དལ་  
འབྱོར་ཐོབ་པ་ལའང་རྒྱ་མང་པོ་ཞིག་འདྲོམས་དགོས་ཏེ། སྤྲིར་མངོན་མཐོའི་  
ལུས་རྟེན་ཅམ་པོ་བ་ལྟ་བུའི་བདེ་འགོ་ཅམ་འཐོབ་པ་ལའང་། ཚུལ་ཁྲིམས་  
སྣ་རེ་བསྐྱུང་དགོས་ཤིང་། དལ་འབྱོར་གྱི་རྟེན་འདི་ལྟ་བུ་འཐོབ་པའི་རྒྱ་ནི། ལྟ་  
སྐྱབ་ཀྱིས། སྤྲིན་པས་ལོངས་སྤྱོད་ཁྲིམས་ཀྱིས་བདེ། །ཞེས་དང་། ཤེར་སྤྲིན་  
མདོ་སྤྱད་པ་ལས་ཀྱང་། ཁྲིམས་ཀྱིས་དུད་འགོའི་འགོ་བ་དུ་མའི་ངོ་བོ་དང་།  
མི་ཁོམ་བརྒྱུད་སྤྱོད་དེ་ཡིས་དལ་བ་རྟག་ཏུ་རྟེན། །གསུངས་པ་ལྟར་ཚུལ་  
ཁྲིམས་རྣམ་པར་དག་པས་གཞི་གཟུང་། སྤྲིན་སོགས་ཀྱིས་གྲོགས་བྱས།  
སྟོན་ལམ་ངི་མ་མེད་པ་མ་མཐའང་ཆེ་འདི་པར་ཞེན་པའི་ངི་མས་མ་གོས་པ་  
ཞིག་གིས་མཆོམས་སྤྲར་བ་བཅས་དགོས།

ཡང་སྤྲིན་པ་བཏང་ཡང་ཚུལ་ཁྲིམས་མ་བསྐྱུངས་ན་སྤྲི་བ་དང་།  
ཚུལ་ཁྲིམས་བསྐྱུང་ཡང་སྤྲིན་པ་མ་བཏང་ན་དབུལ་པོར་སྤྲི་བ་སོགས་  
གསུངས་ཡོད། རང་ཅག་ད་ལྟ་མ་བརྟགས་མ་དབྱེད་པ་ན། ཚུལ་ཁྲིམས་  
གཙང་མདོག་ཁ་པོ་བྱེད་ཀྱང་། སྟོན་སོག་པོ་དགོ་བ་ཤེས་ཤིག་གིས། སྟོམ་  
པ་ཡོད་དུས་འདུལ་བ་མི་འདུག །འདུལ་བ་ཡོད་དུས་སྟོམ་པ་མི་འདུག་ཅེས་

སྐྱེས་པ་ལྷན་ལེགས་པར་བརྟགས་ན་སློབ་དེ་སིང་དེ་བའི་ཚུལ་གྱིས་སྐྱ་  
 གཅིག་གྱུང་བསྐྱེད་བ་དགོན་ཏེ། བསམ་རྒྱུ་ཉོན་མོངས་དང་། བྱེད་རྒྱུ་སྒྲིག་པ་  
 ཁོ་ན་ལས་མེད་ཅིང་། གསང་སྒྲགས་དང་བྱང་སེམས་ལ་སོགས་པའི་ཅ་ལྷན་  
 དང་། ཉེས་བྱས་སོགས་ཀྱི་གྲངས་གྱུང་ལེགས་པར་མི་ཤེས་ན། བསྐྱེད་བ་  
 ལྷ་ཅི་སློམ། དེ་ལྷན་དལ་འབྱོར་འཐོབ་པའི་རྒྱ་མེད་པ་ལ་འབྲས་བུ་ཡོང་རྒྱུར་  
 རེ་བ་ནི། དབྱིད་ཀྱི་དུས་སུ་དུག་གི་ས་བོན་བཏབ་ནས་སྟོན་ཀར་ནས་ལེན་  
 རྒྱུའི་རེ་བ་བྱས་པ་དང་འབྲ། དེར་མ་ཟད་སྟོན་འཇུག་ལས། སྐད་ཅིག་གཅིག་  
 བྱས་སྒྲིག་པས་གྱུང་། །བསྐྱེད་པར་མཐར་མེད་གནས་གསུངས་ན། །ཐོག་  
 མེད་འཁོར་བར་བསགས་སྒྲིག་གིས། །བདེ་འབྱོར་མི་འབྲོ་སློམ་ཅི་དགོས། །  
 གསུངས་པ་ལྷན་སྒྲིག་པ་སྐྱ་རེས་གྱུང་ངན་སོང་དེ་འབྲར་འཕེན་ན། རང་རྒྱུད་  
 ལ་ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ནས་བསགས་པའི་སྒྲིག་པའི་ཕྱང་པོ་རྒྱལ་པོའི་བར་  
 མཛོད་ལྷན་ཡོད་པས་འདི་ལྷན་ལྷན་ནས་བདེ་འབྲོ་འཐོབ་རྒྱུའི་རེ་བ་མེད།  
 ད་ལྷ་རང་རེའི་བསམ་པར་སླ་མ་རིན་པོ་ཆེའི་བཀའ་བློན་ལས། སྐྱེ་བ་ཕྱི་མ་  
 མི་སྟོན་ཅ་མ་ཞིག་ཨེ་ཡོང་སྐྱམ་པ་ཡོད་མོད། རང་གིས་ཆོས་མ་བྱས་ན། སླ་  
 མ་རིན་པོ་ཆེས་ཅི་ཡང་མཛད་དུ་མེད་དེ། སྐྱེ་མཆེད་ལྷན་གྱིན་དཔྱལ་བར་  
 ལྷན་བ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བསྐྱབ་མ་རུས་པ་བཞིན་ཡིན། ད་རེས་ལན་ཅིག་  
 ཐོབ་པའི་ཉེན་བཟང་འདི་ཚུད་ཐོས་སུ་བཏང་ནས། སྐར་དལ་འབྱོར་ཐོབ་ནས་  
 དོན་ལྡན་བྱེད་འདོད་པ་ནི། དབྱལ་པོ་ཞིག་གིས་གསེར་ཁུར་པོ་གཅིག་ཉིད་  
 པ་རྒྱུར་འཕངས་ནས། ཡང་གཅིག་ཉིད་པར་ཤོག། ཉིད་ནས་དེ་ལོངས་སྟོན་

བར་ཤོག་སྒྲུལ་པ་བཞིན་ཡིན། ཆེ་འདི་བར་མི་རེ་བའི་སྒྲོན་ལམ་ནི་དཀའ་  
 རྟེན། རང་ཅག་ལྟ་སའི་ངོ་བོ་ལྟ་བུ་མངལ་ཏེ། སྒྲོན་ལམ་འདེབས་སྐབས། ཆེ་  
 རིང་བ། རྒྱུ་མེད་པ། ལམ་འགྲོ་འོང་བ་ཞེས་པ་ཞིག་དང་པོ་ཁོ་ན་ནས་འབྱུང་  
 བ་ཡིན། དེས་ན་སྒྲོན་འཇུག་ལས། བདག་གི་སྒྲོན་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། །གསུངས་པ་ལྟར་ངེད་ཆོས་རྟེན་འདི་ལ་ཆོས་རྣམ་དག་  
 ཅིག་ནི་མི་ཡོང་བ་པལ་ཆར་ཐག་ཆོད་ལ། དེ་མ་བྱུང་ན་སྤྱི་མ་ངན་སོང་དུ་  
 ལྷུང་བེན་ནས་རྟེན་དེར་སྦྲར་ཡང་ངན་སོང་གི་རྒྱ་བསྐྱབས་ནས་ངན་སོང་ལྷུ་  
 མཐའ་མེད་པར་འབྱུངས་པར་འགྱུར་ཏེ། དད་པ་དང་ཤེས་རབ་དང་། དེས་  
 འབྱུང་སོགས་དགོ་བའི་ཕྱོགས་ནི་ཅུང་ཟད་ཅུང་ཡང་མེད་ལ། འདོད་ཆགས།  
 ཞེ་སྤང་། ང་རྒྱལ་སོགས་མི་དགོ་བའི་ལས་སྐྱབ་བྱེད་ནི་ཆ་ཆང་གྲ་མ་ཉམས་  
 བར་ཡོད་དེ། དཔེར་ན་བྱི་ལྟ་བུར་བལྟས་པས་ཀྱང་ཤེས་བྱས། ངན་སོང་དུ་  
 སྤྱེས་བེན་ནས་མི་ལུས་སྐྱབ་པ་ནི། རྟེན་འདི་ནས་སངས་རྒྱས་སྐྱབ་པ་ལས་  
 ཀྱང་དཀའ་ཆོགས་ཆེ་རྟེན། ད་ལྟ་མི་ལུས་ཐོབ་པ་འདི་ཟངས་ཀྱི་རྒྱ་ལྗོངས་སྤྱི་  
 ལ་སྤྱེབས་པའི་ཆོད་ཅུང་ཡིན། ཟངས་རྒྱ་ལྗོངས་ལ་ཡར་སྤྱེབས་པ་དེ། དེ་  
 རྣམས་ཡར་བྱངས་མ་སྐྱབ་ནའང་མར་མ་ཤོར་བ་བྱེད་དགོས་ཀྱི། ཤོར་ན་སྦྲར་  
 རི་སྤྱོད་དུ་བསྐྱལ་བའང་དཀའ་བ་བཞིན། རྟེན་འདིར་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་  
 མཐུན་པ་སོགས་ལམ་གོང་མའི་རྟོགས་པ་ཐོབ་པ་ཞིག་མ་བྱུང་ནའང་ངན་  
 སོང་དུ་མ་ལྷུང་ཅུང་ཞིག་དང་། དལ་འབྱོར་གྱི་ཨང་ཀ་མ་འབྱུགས་པ་ཞིག་མ་



བྱས་ན། དེར་གཅིག་ལྟུང་ཆེ་ངན་སོང་ནས་ངན་སོང་དུ་འབྱམས་པས་སྐར་  
 ཐར་བའི་སྐབས་བྲལ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན། ལམ་ཁ་སྤྲལ་ནས་འཕྲུག་ན་རིམ་གྱིས་རེ་  
 ཆེར་འཕྲུག་འགོ་བ་ལྟར་ཡིན་པས། ད་རེས་ཉེན་འདིའི་སྟེང་ནས་མ་འཆོལ་བ་  
 བྱེད་དགོས། རང་གིས་མ་བྱུང་བས་ལན་པ་མ་གཏོགས། རང་གིས་བྱུང་ན་ན་  
 སོ་གས་ཀྱང་སྦྱིད་ལུག་མི་དགོས་པ། བྱིམ་བདག་དཔལ་སྦྱིས་ལྟ་བུ་ཡིན།

གཉིས་པ་དཔེ་སྒྲོན་སྟེ་དཀར་བཞི། བོ་རྟོ་བའི་དཔེ་ཆོས་ལས།  
མཁར་ཐོག་རྩ་དང་རྩས་སྤལ་མགིན། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་བཞིན། བདེ་  
འགྲོའི་རྟོན་སྒྲིབ་བཏང་ནི། དེ་སྤྱང་ལ་སྒྲེས་པའི་རྩ་ལྟར་མང་ལ། དལ་འགྱུར་  
ཆང་བའི་རྟོན་ནི་ཁང་པའི་ཐོག་གི་རྩ་ཐོ་རེ་བ་བཞིན་ཤིན་ཏུ་ཉུང་བར་དཔེར་  
མཛད། རྩས་སྤལ་མགིན་ཞེས་པ། རྩ་མཆོ་ཆེན་པོར་རྩྱུང་གིས་གཡེངས་  
པའི་གསེར་གྱི་གཉའ་ཤིང་བྱ་ག་གཅིག་པ་ཞིག་ཏུ་རྩས་སྤལ་ལོང་བ་ལོ་  
བརྒྱ་བརྒྱ་ནས་མཆོ་ཁར་མགོ་དྲོག་ཅ་མ་རེ་བྱེད་པའི་མགིན་པ་མི་ཆུད་པ་  
བཞིན་ཏུ་རང་རེ་རྣམས་འཁོར་བའི་རྩ་མཆོ་ཆེན་པོའི་ནང་ཏུ་ལས་དང་རྟོན་  
སྤངས་པའི་དབང་གིས་ཤེས་རབ་ཀྱི་མིག་སྤྲོངས་ནས་ཤས་ཆེར་ངན་སོང་གི་  
གནས་ནས་ངན་སོང་གི་གནས་སུ་འབྱུངས་ཏེ་སྤྲོད་པ། བརྒྱ་ལ་གལ་ཏེ་ངན་  
སོང་ལས་ཐར་ཏེ་མེད་གནས་སུ་ཡུད་ཅ་མ་ཞིག་སྒྲེ་བ་ལེན་པར་སྤྲོད་པའི་  
དབང་ཏུ་བྱས་ཀྱང་། འཛིག་རྟོན་གྱི་ཁམས་ཤིན་ཏུ་རྩ་ཆེ་བ་དག་གི་སྤྱོད་ས་  
དང་སྤྱོད་ས་མཆོམས་ཁོལ་བྱ་དག་ན་ངེས་མེད་ཏུ་དར་ཞིང་རྩ་བའི་སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་གསེར་གྱི་གཉའ་ཤིང་ལྟ་བུ་དང་འཕྲད་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་འང་

དགོན། རུས་སྤལ་དེ་ཏྲག་ཏུ་མཆོའི་སྟེང་དུ་འོངས་ན་སྐབས་ཞིག་ལ་གསེར་  
 གྱི་གཉའ་ཤིང་དང་འབྲད་པ་རུང་མོད། དེའང་ལོ་བརྒྱ་བརྒྱ་ན་ལན་རེ་ལས་  
 མི་རྒྱ། དཔེ་དེ་བཞིན་དུ། རང་ཅག་ཡང་དང་ཡང་དུ་མི་འདྲི་ཏེན་ཞིག་རྟེན་ན།  
 རམ་ཞིག་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་འབྱུང་བ་དང་འབྲད་པ་སྤིང་གྲང་། དེ་  
 ལྟ་མིན་པར་མི་འདྲི་ཏེན་འདི་བརྒྱ་ལམ་ན་རེ་གཉིས་ཅམ་ལས་མི་ཐོབ། གསེར་  
 གྱི་གཉའ་ཤིང་དེ་སྤྱོད་པ་གཅིག་ཏུ་སྤོང་བ་ཞིག་ཡིན་ན་རུས་སྤལ་མཆོའི་  
 སྟེང་དུ་མི་ཐོན་པ་ཡུན་རིང་ཡང་ཐོན་པ་འགའ་ཞིག་གི་སྐབས་སུ་འབྲད་སྤིང་  
 མོད། དེ་ཡང་མིན་པར་གསེར་གྱི་གཉའ་ཤིང་དེ། རྒྱ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་མཆོའི་  
 ཁར་ཕན་ཚུན་དུ་སྤྱོད་པ་གཅིག་ཏུ་མི་ངེས་པར་རྒྱ་བ་ཞིག་ཡིན། དཔེ་དེ་  
 བཞིན་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་དེའང་འདྲི་བ་ཏེན་གྱི་ཁམས་གཅིག་ཏུ་ཏྲག་  
 ཏུ་གནས་པ་ཞིག་ཡིན་ན། རུས་རེ་ཞིག་ན་མི་ལུས་ཐོབ་ཆེ་བསྟན་པ་དེ་དང་  
 མཇལ་བ་སྤིང་གྲང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་འདྲི་བ་ཏེན་ཁམས་གཅིག་ཏུ་  
 གནས་པའི་ངེས་པ་མེད་ཅིང་། གནས་པའང་ཡུན་ཤིན་ཏུ་ཐུང་བ་ཡིན། དེ་  
 ལྟར་རུས་སྤལ་དང་གཉའ་ཤིང་འབྲད་པ་ནི། མི་སྤིང་ཅེས་སྒྲུབ་མི་བརྟུབ་ཅམ་  
 ཞིག་རེད་མོད་དེ། དལ་འབྱོར་གྱི་ཏེན་འདི་ཐོབ་པ་དེ་ལས་དགོན་ཞིང་སྤིང་  
 མཐའ་མ་བཀག་ཅམ་ཡིན། འདིའི་དཔེ་དོན་སྒྲུབ་སའི་རྒྱ་མཆོ་ནི་འཁོར་བའི་  
 གནས། རུས་སྤལ་ནི་རང་ཉིད། འོང་བ་ནི་མ་རིག་པ། གཉའ་ཤིང་ནི་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་སོགས་དང་སྒྲུབ་ཏེ་རྟེན་དཀར་བར་བསམ་པ་རྗེ་སྐབ་ཁང་  
 པའི་གསུང་རྒྱན་ཡིན་གསུངས།

པོ་ཏྲ་བའི་དཔེ་ཆོས་སྟུ། ལོ་ལྷིང་བྱ་ཞེས་པ་འབྲོམ་ལོ་ལྷིང་བའི་བྱ་  
གསེར་བརྟོ་ཤེས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་གཞན་གཤེད་དུ་ཆོང་ལ་བྱིན་པ་ན། ཡུལ་  
དེའི་མིས་ལོ་ལྷིང་བྱའི་སྟན་པ་ཐོས་ནས་ལོ་ལྷིང་བྱ་དེ་ཡིན་ན་ཟླ། །གསེར་གྱི་  
རི་ལ་བརྟོ་ན་ཟླ། །ཞེས་སྒྲུས་པ་ཐོས་ནས། ད་གཞོན་ཆོང་ལ་འགྲོ་རྒྱ་བཤོལ་  
ཏེ། གསེར་བརྟོ་སེམས་བྱུང་བ་བཞིན་རང་ཅག་རྣམས་ཀྱི་རྟེན་བཟང་པོ་བདེ་  
བ་ཅན་གྱི་བྱང་སེམས་ཀྱིས་སྟོན་ཡུལ་དེ་ཐོབ་ནས་དོན་མེད་དུ་འདའ་བ་  
པངས་ཆབས་ཆེ་ཚུལ། ཡང་གཙང་བའི་ཉ་དང་། ཞེས་པ། སྒྲུ་གཙང་པ་ཞིག་  
དབྱས་སུ་འོངས་ནས་ཉའི་ཤ་ཐོས་སྐབས། ཏ་ཅང་ཐོས་ཆེས་པས་སྐྱུགས་  
སུ་ཉེ་བ་ན། རྟེན་བསྐྱུམས་ནས་ཞིམ་པོ་ཐོས་པ་སྐྱུགས་པར་པངས་ཟེར་བ་  
བཞིན། དེ་ཤིག་ཟས་ཞིམ་པ་སྐྱུགས་པ་ལ་པངས་ན། བསྐྱུལ་མང་རྙེད་དཀའི་  
རྟེན་ལན་ཅིག་ཐོབ་པ་འདི་དོན་མེད་དུ་སོང་ན་ཅིའི་བྱིར་མི་པངས། སྟོན་བྱས་  
ཕྱག་འཆའ་ཞེས་པ་མདུན་གྱི་ས་འོག་ནས་སྟོན་བྱ་དཔར་རྗེན་ཞིག་ཐོན་ནས་  
སངས་རྒྱས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ་ཞེས་ཟེར་བ་མི་སྟོན་པ་བཞིན་དུ་རང་ཅག་  
ཀྱང་ངན་སོང་གི་ས་འོག་ནས་ཐོན་ཏེ་སྟོན་བྱ་མི་གཟུགས་ཀྱིས་ཆོས་ལ་ཐོས་  
བསམ་གྱི་ལད་མོ་ཅམ་བྱེད་རྒྱ་བྱུང་བ་འདི་མི་སྟོན་པའི་ཆོད་ཅམ་ཡིན། དེ་  
ལྟ་བུའི་དཔེ་སྟོ་ཆོགས་ཀྱི་སྟོན་ས་རང་རེས་ཐོབ་པའི་དལ་འབྱོར་གྱི་རྟེན་འདི་  
ཤིན་ཏུ་དཀོན་ཞིང་རྙེད་དཀའ་བར་བསམ།

གསུམ་པ་ངོ་བོའི་སྟོན་ས་རྙེད་དཀའ་བ་ནི། དེ་ཡང་འགྲོ་བ་མི་དགེ་  
བ་སྟོན་པ་མང་ཞིང་། དགེ་བ་བྱེད་པ་ཉུང་བས་བདེ་འགྲོ་དང་ངན་འགྲོ་ནས་

འཕོས་ཏེ་ངན་འབྱོར་འབྱོར་བ་ཆེས་ཆེར་མང་ལ། དེ་གཉིས་ནས་འཕོས་ཏེ་  
 བདེ་འབྱོར་འབྱོར་བ་ཏ་ཅང་ཉུང་བས་ན། དེ་བཞིན་གཤེགས་པས། བདེ་འབྱོར་  
 ནས་ངན་འབྱོར་དང་། ངན་འབྱོར་ནས་ངན་འབྱོར་འབྱོར་བ་ནི་ས་ཆེན་པོའི་རྩལ་  
 ཅམ་དང་། ངན་འབྱོར་ནས་བདེ་འབྱོར་དང་། བདེ་འབྱོར་ནས་བདེ་འབྱོར་འབྱོར་བ་  
 ནི་ཕྱག་སེན་གྱི་ཅེ་མོས་བཞེས་པའི་རྩལ་དང་འདྲ་བར་འདུལ་བ་ལུང་གཞི་  
 ལས་གསུངས་པ་དང་། སྦྱིར་རིགས་དྲུག་ལས་མིའི་འབྱོར་བ་ཉིད་ཤིན་ཏུ་ཉུང་  
 གྱེ། དཔྱུལ་བ་ལས་ཡི་དྲགས་ཉུང་ཞིང་། དེ་ལས་དུད་འབྱོར་ཉུང་ལ། དེའི་ཡང་  
 གྱིངས་ལས་ཁ་འཐོར་བ་ཉུང་མོད་ཀྱང་། མི་བརྒྱ་མི་ཞོང་བའི་སར་འབྲུ་སྤྱོད་  
 དུང་ཕྱར་ཅམ་ཡོད་པ་བཞིན་ཡིན། བར་སྤྱོད་པའང་ཤིན་ཏུ་མང་གྱེ། ཏ་གཅིག་  
 ཤི་བའི་རོ་ལ་དེ་མ་ཐག་འབྲུ་སྤྱོད་བརྒྱ་སྟོང་མང་པོ་འབྲུང་ལ། ཏ་བརྒྱ་ཤི་བ་  
 ནའང་འབྲུ་སྤྱོད་དེ་དང་འདྲ་བ་འབྲུང་ཆོག་ཆོག་གི་བར་སྤྱོད་པའང་དེ་འདྲ་  
 བ་ཡོད། མིའི་ནང་དུ་སྦྱེ་བའང་། སངས་རྒྱས་བྱོན་པའི་སྦྱོན་བསྐྱལ་དུ་སྦྱེ་བ་  
 ནི་ཤིན་ཏུ་ཉུང་གྱེ། ལུན་བསྐྱལ་བྲི་བྲག་མང་པོའི་བར་དུ་སྦྱོན་བསྐྱལ་རེ་རེ་  
 ཅམ་ཡིན་ལ། སྦྱོན་བསྐྱལ་རེ་རེའི་སྐབས་སུའང་། སྟོང་བསྐྱལ་དང་། ཆགས་  
 བསྐྱལ། འཇིག་བསྐྱལ། གནས་བསྐྱལ་རྣམས་ཉི་ཤུ་རེ་སྟེ་བར་བསྐྱལ་བརྒྱད་  
 ཅུ་ལས། སྤྲ་མ་གསུམ་གྱི་སྐབས་བར་བསྐྱལ་དྲུག་ཅུའི་རིང་ལ་སངས་རྒྱས་  
 མི་འབྱོན་ཞིང་། གནས་བསྐྱལ་བར་བསྐྱལ་ཉི་ཤུའི་ཡང་ཡ་ཐོག་རིང་མོ་ཆེ་  
 ལོ་དཔག་མེད་ཐུབ་པ་དང་། ཆེ་ལོ་ཡར་འཕེལ་གྱི་དུས་སུ་སངས་རྒྱས་མི་  
 འབྱོན་པར། ཆེ་ལོ་མར་འབྱིབ་གྱི་དུས་ཤིག་ལ་འབྱོན་པ་ཡིན། དེས་ན་

རང་ཅག་རྣམས་འཇམ་སྒྲིང་འདིར་སྐྱེས་ཆོ། བར་གྱི་ཁྱག་པ་སངས་རྒྱས་  
བྱོན་པའི་སྐབས་ཀྱང་། སངས་རྒྱས་སྤྲ་མ་ཐུང་ན་ལས་འདས་ཚུལ་བསྟན་  
ཅིང་། དེའི་བསྟན་པ་རྒྱབ་ནས། སངས་རྒྱས་ཕྱི་མ་མ་བྱོན་པའི་བར་དུ་སྐྱེས་  
ན་ནི་ཐུན་བསྐལ་དང་ཁྱད་མེད་ཡིན་པས་དེར་ནི་མ་སྐྱེས། བསྟན་པ་འདི་རྒྱབ་  
ནས་རྒྱལ་བ་བྱམས་པ་མ་བྱོན་གྱི་བར་ལ་མི་ལོ་དྲུང་སྤུར་ཞེ་དགུ་ཡོད་པར་  
གསུངས་པས་དེ་ལྟ་བུའི་ཐུན་པའི་བར་དུ་འང་མ་སྐྱེས། ད་ལྟ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
བསྟན་པ་ཡོད་པའང་སྒྲིང་འདི་ཁོ་ན་ཡིན་པས་དེར་ནི་སྐྱེས། དེའི་ནང་ནས་  
བསྟན་པ་དར་བའི་ཡུལ། བོད་དང་སོག་པོ་སོགས་ཡུལ་ཆུང་ཤོས་འགའ་  
ལས་མེད་པ་ལ། རང་ཅག་ཆོས་དར་བའི་གཞི་མ་བོད་འདིར་སྐྱེས། དེའི་ནང་  
ནས་དཔེར་ན་སྤར་གྱི་ཕྱི་བསྐལ་བཟང་ཞེས་པས། དེད་ཨ་མ་དོ་བཟུ་ཤེས་  
འབྲིལ་ན་གྲ་ཆོགས་སྟོང་ཕྱག་འགའ་རེ་ཡོད་པ་ལ། དགེ་བ་ཤེས་ལྡན་བརྒྱ་ཅུ་མ་  
ཡོད། ཆོང་པ་ལྡན་བརྒྱ་ཅུ་མ་ཡོད། དེ་གཉིས་གང་ཡང་མིན་པ་ལྡན་བརྒྱ་ཅུ་མ་  
ཡོད་སོགས་ཟེར་བ་ལྟར་རང་རེའི་བྲིམ་གཅིག་ལ་བྱ་སྤྱོད་བཅུ་ཡོད་ན། ཆོས་  
སྟོར་ཞུགས་པ་གཉིས་གསུམ་ལས་མེད། དེའི་ནང་ནས་ལམ་རིམ་ཉམས་སུ་  
སྒྲངས་ཏེ་ཆོས་རྣམ་དག་བྱེད་པ་ཤིན་ཏུ་དགོན་ཀྱང་རང་རེ་རྣམས་ནི་དེ་འདྲའི་  
རང་དབང་མེད་སར་ཡང་མ་སྐྱེས། དེར་མ་ཟད་བདག་གི་སྒྲ་མའི་གསུང་རྒྱན་  
མན་ངག་ལྟར་རྒྱ་བསྐྱབ་དཀའ་བས་ཀྱང་དལ་འབྱོར་རྟེན་དཀའ་བ། རོ་བོ་  
འཇོམས་དཀའ་བས་ཀྱང་རྟེན་དཀའ། དཔེ་སྤྱིད་དཀའ་བས་ཀྱང་རྟེན་དཀའ་  
བ་ཞེས་རྒྱ་མཚན་གསུམ་བསམ་ཚུལ་གསུངས་ནས། དེས་ན་ད་རེས་ཏེན་

རྟེན་རྟེན་པ་འདི་ལ་འདུན་མ་གཏན་ལེགས་དང་གཏན་ཉིས། ཡར་འགྲོ་མར་  
 འགྲོའི་ས་མཆམས། དེ་ཡང་གཞན་ལ་རེ་བ་བྱེད་མི་དགོས་པར་འདམ་ག་  
 རང་ལག་ན་ཡོད་པས་སྐྱིད་སྐྱུག་གི་འདམ་ག་མ་ནོར་བ་བྱེད་དགོས། འདི་  
 ནས་འབྲུགས་ན་ནི་ཉིན་ཞག་རེ་གཉིས་ཀྱི་དོན་འབྲུག་པ་ཅམ་མིན་གྱི། ཆེ་  
 རབས་གཏན་གྱི་འདུན་མ་འབྲུག་འགྲོ་བ་ཡིན། དེའི་བྱིར་ད་ལྟ་པན་ཆད་མ་ཞི་  
 བ་དེ་ཞིན་ཏུ་ལེགས་འདུག། །ད་ནི་ཆེའི་ལྟག་མ་ལོ་གཉིས་གསུམ་སོགས་ངི་  
 ཅམ་ལུས་པ་དེའི་རིང་ལ། ཉིན་མཆོན་སྒྲེལ་བའི་དཀའ་བ་སྐྱེད་དེ་དམ་པའི་  
 ཆོས་ཞིག་བྱ་རྒྱུ་མ་བྱུང་ན། སྐར་ཡང་ངན་སོང་དུ་རང་ལོག་བྱེད་པ་ཕོད་དམ་  
 སྙམ་དུ་བསམ་དགོས། རང་རེ་ད་རེས་ལན་ཅིག་ལ་རིན་པོ་ཆེ་རིན་ཐང་མེད་  
 པ་སྒྲེ་བཙོ་བརྒྱད་འཛོམས་པ་དང་འབྲ་བའི་དལ་རྟེན་རྟེན་པ་འདི་སྟོང་ལོག་ཏུ་  
 མ་སོང་བ་གལ་ཆེ་སྟེ། དཔེར་ན། མི་ཞིག་རིན་པོ་ཆེའི་སྒྲིང་དུ་སྒྲེབ་ནས། དེར་  
 རིན་པོ་ཆེ་ལེན་པར་མི་བྱེད་པར་སྒྲིག་གར་སོགས་ཀྱིས་དུས་འདས་ཏེ། ཆོང་  
 པ་གཞན་ལས་བྱ་ལོན་ཡང་མང་པོ་ཞིག་སྒྲུངས། མཐར་རིན་པོ་ཆེ་མ་སྒྲུངས་  
 པར་སྐར་ལོག་ན་མི་དེ་ནི་སྟོ་བ་ལས་གཞན་ཅི་ཞིག་ །དཔེ་དེ་བཞིན་དུ། ཐར་  
 པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་རིན་པོ་ཆེ་རང་ལག་ཏུ་ལེན་ཆོག་འདི་ལྟ་བུའི་  
 སྐབས་སུ་དེ་མི་ལེན་པར་སྐར་ངན་སོང་གི་རྒྱ་སྒྲུབ་ན། དེ་ལས་བསྐྱུས་པའམ།  
 སྐྱགས་ཏྱགས་ཆེ་བ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། ཞི་བ་ལྟས། འདི་འབྲའི་དལ་བ་རྟེན་གྱུར་  
 ནས། །བདག་གིས་དགོ་གོམས་མ་བྱས་ན། །འདི་ལས་བསྐྱུས་པ་གཞན་མེད་  
 དེ། །འདི་ལས་སྟོངས་པའང་གཞན་མེད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ།



དེས་ན་མ་མཐར་ཇ་པོར་བ་གང་འཐུང་བའི་ཡུན་ལའང་བསགས་སྦྱང་  
སོགས་ཀྱིས་སྦྱང་པོ་ལེན་ཆོག་པའི་རྟེན་བཟང་ལན་ཅིག་རྟེན་པ་འདི་ལ། རབ་  
ན་ཆོ་ག་ཅིག་ལུས་གཅིག་ལ་སངས་རྒྱས་པ་ཞིག་དང་། དེ་མ་བྱུང་ནའང་  
ཐར་བ་ཐོབ་ཅུམ་ཞིག །དེ་མ་བྱུང་ནའང་མ་མཐའ་ཕྱི་མ་ངན་སོང་དུ་མི་འགྲོ་  
བ་ཞིག་ལ་ངེས་པར་འབད་དགོས་ཏེ། མདོ་ཏིང་འཛིན་རྒྱལ་པོ་ལས། སྤྲན་  
མང་བཟང་ཞིང་པངས་པ་དེ་སྤངས་ནས། །ན་བ་འཆོ་བར་འགྱུར་བའི་སྤྲན་མི་  
འཐུང་། །སྤྲན་པས་མ་ལན་སྤྲན་གྱིས་མ་ཉེས་ཏེ། །ནད་པ་དེ་ཉིད་གྱིས་ནི་ཉེས་  
པ་ཡིན། །དེ་བཞིན་བསྤྲན་པ་འདི་ལ་རབ་བྱུང་སྟེ། །སྟོབས་དང་བསམ་གཏན་  
དབང་པོ་ཀུན་རིག་ནས། །སྟོམ་པ་ལ་ནི་མདོན་པར་བཅོན་མི་བྱེད། །རིགས་  
པར་མི་བཅོན་ག་ལ་བྱ་ངན་འདལ། །ཞེས་དང་། ངས་ནི་རབ་ཏུ་བཟང་པོའི་  
ཆོས་བཞད་ཀྱང་། །ཁྱོད་གྱིས་ཐོས་ནས་ཡང་དག་མ་སྦྱང་ན། །ནད་པ་སྤྲན་  
གྱི་རྒྱལ་བ་ཐོགས་པ་དག །བདག་གི་ནད་ནི་གསོ་བར་མི་རུས་བཞིན། །ཞེས་  
དང་། སྟོད་འཇུག་ལས། ལུས་ཀྱིས་འདི་དག་སྦྱང་པར་བྱ། །ཆོག་ཅུམ་བརྗོད་  
པས་ཅི་ཞིག་འགྲུབ། །སྤྲན་དབྱུང་བསྐྱགས་པ་ཅུམ་གྱིས་ནི། །ནད་པ་དག་ལ་  
ཕན་འགྱུར་རུ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྤྲན་མ་དགེ་བའི་བཞེས་གཉིན་གྱིས་  
ཐར་བ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པར་བཟོད་པའི་ལམ་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་བསྤྲན་  
ཀྱང་། རང་གིས་ཉམས་སུ་མ་སྤངས་ན། སྤྲན་པ་མཁས་པས་སྤྲན་མང་དུ་སྟེར་  
ཡང་ནད་པས་མ་ཐོས་ན་ནད་གསོ་མི་རུས་པ་དང་འདྲ་བས། སྤྲན་མའི་གདམས་  
ངག་བསྤྲན་པ་རྣམས་དེ་བཞིན་སྦྱབ་མི་སྦྱབ་ནི། རང་གཅིག་ཕུ་ལ་རག་ལས་

བས་ན། ཆེ་མཐུག་ཆོས་ལ་བསྐྱེལ་ནས་དལ་འབྱོར་དོན་ལྡན་བྱ་བ་ལ་འབད་  
གསུངས། དེ་ནས་བསྐྱར་བ་ཤད་དང་། སྒྲིང་ཚུལ་མདོར་བསྟན་ལ། སྤྱི་པོའི་སྒྲ་  
མར་གསོལ་འདེབས་དང་། ས་བཅད་བཟུམ་ནས་གོང་བཞིན་བསྒྲུལ་བས་བས་  
རྟོགས་པ་སྐྱེས་པའི་ཆད་ནི། དགོ་བཤེས་པོ་རྟོ་བས། དལ་འབྱོར་རྟེན་པར་  
དཀའ་བ་གོ་བྱུར་ན། །འཆལ་བ་སྒྲོ་བདེར་སྟོད་པ་ག་ལ་སྤིད། །ཅེས་དང་། རྗེ་  
ཙོང་ཁ་བས། རྟེན་དཀའ་རིག་ན་གྱི་ནར་སྟོད་ཐབས་མེད། །དོན་ཆེན་མཐོང་  
ན་དོན་མེད་འདའ་བ་ཕངས། །འཆི་བ་བསམས་ན་སྤྱི་མར་འགྲོ་བྱབས་བྱེད།  
།ལས་འབྲས་བསམས་ན་བག་མེད་གནས་ལས་ལྡོག། ཅེས་དང་། དཔལ་ལྡན་  
དགོན་པ་བས་བརྒྱ་ཤ་ལ་སྤེན་མ་ཡོག་ཤིང་ཅམ་བྱག་པའང་འདོན་ལོང་མ་  
བྱུང་བར་སྒྲོམ་མཛད་པ་སོགས་ལྟར་བྱུང་ན་དལ་འབྱོར་དོན་ཆེན་རྟེན་དཀའི་  
རྟོགས་པ་སྐྱེས་པ་ཡིན་གསུངས།

༥ ཉིན་བཅུ་པར། རི་སྐད་དུ་མཁས་བྱུང་ཆེན་པོ་དགོ་འདུན་བསྟན་  
འཛིན་གྱི་མཆོའི་གསུང་ལས། བཀའ་བསྟན་ཆད་མའི་ཉིང་ཁུ་ཡིན་གྱི་རང་  
བཟོའི་བརྟུན་ཆོས་དེ་མ་ཡིན། །ཤིང་རྩ་ཆེ་རྣམས་བཞེད་གཞུང་ཡིན་གྱི་སྒྲན་  
པོའི་ངག་སྒྲོས་དེ་མ་ཡིན། །མཁས་བྱུང་དམ་པའི་ཉམས་སྟོང་ཡིན་གྱི་བ་  
ཟེའི་འཁྲལ་སྒྲུང་དེ་མ་ཡིན། །སྒྲ་མེད་བྱང་ཚུབ་གཞུང་ལམ་ཡིན་གྱི་ཉམ་ངའི་  
གཡང་ས་དེ་མ་ཡིན། །ཞེས་འདེན་པར་མཛད་ནས། འཆད་བྱའི་ཆོས་ཀྱི་ཆེ་  
བརྗོད་དང་འབྲེལ་བའི་ཀུན་སྒྲོང་འཆོས་ཚུལ་མདོར་བསྐྱེས་ཤིག་སྟུལ་ཏེ།  
སྟོན་དུ་ས་བཅད་རི་ལྟར་སོང་བ་རྣམས་གསུངས་ཤིང་ས། ལམ་གྱི་རྩ་བ་བཤེས་

གཉེན་བསྟན་ཚུལ་གྱི་སྒྲོར་བས་བསྟན་ཚུལ་ཡན་ལ་བསྐྱར་བ་འད་མཛད།  
ཐུན་མཚམས་སུ་དལ་འབྱོར་གྱི་ཆོས་སྒྲོར་སྟོན་བའི་དཔེ་ཆ་གཙོ་བོར་བསྟུ་  
དེ་ལྟར་དལ་འབྱོར་དོན་ཆེན་རྟེན་དཀའ་བསམས་ནས་ཉེན་དེ་ལ་སྦྱང་པོ་ལེན་  
འདོད་སྐྱེས་པ་ན། སྐྱེས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་པས་སློ་སྒྲུང་བ་སྟེ། དེ་  
གསུམ་ལ་ངེ་ཙམ་སློ་སྒྲུངས་པ་བྱེད་ན། རིམ་བཞིན་སྦྱང་པོ་ཚུང་འབྲིང་ཆེན་  
པོ་དེ་ཙམ་དུ་ལོན་པ་ཡིན། རང་ཅག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཞིག་ཐོབ་  
འདོད་ན་ལམ་སྐྱ་མ་སྐྱ་མ་སྐྱོན་དུ་སྐྱེ་བ་དགོས་ཀྱི། དེ་མ་སྐྱེས་པར་བྱི་མ་བྱི་  
མ་མི་སྐྱེ་སྟེ་དཔེར་ན། ཁམས་པ་ངོ་མཇུག་ཡོང་བ་ཆོ་དང་པོ་བྲིམ་ནས་འོང་  
བ་ནས་བཟུང་ངོ་བོ་ལ་དམིགས་ཏེ་ལམ་རིམ་པར་བཟོད་ནས་འོང་བ་ལས།  
ངོ་བོ་མཇུག་སར་མཆོང་བརྒྱག་གིས་ཡོང་ཐབས་མེད་པ་དང་འདྲ། དེ་བཞིན་  
དུ་ལམ་གོང་མ་སྦྱང་རྗེ་སོགས་སྐྱེ་བ་ལ་འོག་མའི་ངེས་འབྱུང་སོགས་མ་སྐྱེས་  
པར་མི་འོང་བ་སྒྲོད་འདུག་ལས་ཀྱང་། སེམས་ཅན་དེ་དག་རྣམས་ལ་སྟོན།  
།རང་གི་དོན་དུ་འདི་འདྲི་སེམས། །མི་ལམ་དུ་ཡང་མ་མིས་ན། །གཞན་གྱི་  
དོན་དུ་ག་ལ་སྐྱེ། །ཞེས་གསུངས། སྐྱེས་བུ་ཚུང་འབྲིང་ཞེས་པའང་སྐྱེས་བུ་  
ཚུང་འབྲིང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་སློ་སྒྲོར་བ་ཡིན་གྱི་ཚུང་འབྲིང་  
གི་ལམ་དངོས་ལ་སློ་སྒྲོར་བ་མིན་ལ། དེ་ཡང་དཔེར་ན་བཀྲ་ཤིས་ལྷན་པོ་  
དང་། རོང་དང་། ཚུ་ཤུར་དུ་འགོ་མི་གསུམ་ལ་སྐྱར་ན། དང་པོ་དེ་བཀྲས་ལྷན་  
དུ་འགོ་དགོས་པ་ལ། དེར་བཟོད་པའང་གཞན་གཉིས་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་  
ནས་བཟོད་དགོས། མི་དེ་གསུམ་གྱི་བསམ་པ་མི་འདྲ་སྟེ། ཚུ་ཤུར་དང་རོང་

ལ་སྒྲོད་འདོད་ནས་འགྲོ་བ་དང་། དེར་མི་སྒྲོད་པར་བཀའ་སྤྱོད་དུ་འགྲོ་བའི་  
བསམ་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ཡང་ལམ་རིམ་འདིར་སྐྱེས་བུ་ཆུང་འབྲིང་སྐྱབས་  
ཀྱང་དམིགས་ཡུལ་སེམས་ཅན་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་དམིགས་  
དགོས་པས། སེམས་བསྐྱེད་ཉིད་དངོས་གཞི་ཡིན་ཞིང་། ཆུང་འབྲིང་དང་ཐུན་  
མོང་བའི་ལམ་རྣམས་སེམས་དེ་སྐྱེ་བའི་སྒྲོན་འགྲོ་ཡིན།

འོན་དང་པོ་ནས་ཆེན་པོ་བཤད་པས་ཆོག་གི། །ཆུང་འབྲིང་ཞེས་  
འདོགས་པ་ལ་དགོས་པ་མེད་སྟུང་ན། དེ་ལྟར་བཤད་པ་ལ་དགོས་པ་གཉིས་  
ཡོད་དེ། དང་པོ་ནས་སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོ་ལ་སློ་སྦྱོང་མི་རུས་པ་རྣམས་སློ་རིམ་  
པར་སྦྱང་བའི་ཆེད་དུ་ཆུང་འབྲིང་ནས་སྦྱངས་པས་གང་ཟག་སློ་རབ་འབྲིང་  
ཐ་གསུམ་ལ་ཕན་ཆེ་བ་དང་། ཡང་ལམ་སྒྲོན་མ་རྣམས་ལ་མ་འདྲིས་པས་  
ངེས་འབྱུང་ཅ་མ་ཡང་རྒྱད་ལ་མ་སྐྱེས་པར། བདག་ཐེག་ཆེན་པ་དང་། གསང་  
སྤྲུགས་པར་ཁས་འཆེ་བའི་ར་རྒྱལ་གཞིམ་པའི་དགོས་པ་ཡོད། དེས་ན།  
དངོས་གཞི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྐྱེ་བ་ལ་གཞན་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱིས་མནར་  
བ་ལ་མི་བཟོད་པའི་སྦྱང་རྩེ་སྐྱེ་དགོས་ཤིང་། དེ་སྐྱེ་བ་ལ་དང་པོ་རང་ཉིད་རི་  
ལྟར་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱིས་མནར་བ་ཤེས་དགོས། དེ་ཡང་འཁོར་བ་མཐའ་དག་  
སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་ཤེས་པ་ལ། དེ་ཞིག་དང་པོར་ངན་སོང་ལ་  
འདྲིགས་པ་ཞིག་དགོས་ཏེ། ངན་སོང་ལ་མི་འདྲིགས་པར་ལྟ་མིའི་བདེ་བ་ལ་  
ཡིད་འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་བས། དང་པོར་ཆུང་དུ་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་ལ་  
སློ་སྦྱོང་དགོས་པ་ནི། ཁང་པའི་མྱང་གཞིའམ་འོག་གི་རྩིག་པ་ལྟར་ཡིན་གྱི།



པ་བཞིན་རང་ཅག་གིས་དེ་ལྟར་ལྟ་ཞོག །སྤྱི་ཐུན་གཅིག་ལ་འང་དམིགས་སྒྲོར་  
གཅིག་ཙམ་ཆ་ཆང་ཞིག་མི་བསྒྲོམ་པར། ད་དུང་ཉོགས་པ་མི་སྐྱེ་བ་འདུག་  
སྟམ་པ་ནི། སྤང་བ་འབྲུལ་ཐག་ཆོད་པ་རེད། ཉམས་ལེན་དོ་རུས་ཐུག་པ་  
ཞིག་གི་རྒྱུ་བཅུ་ག་ནས་མི་བྱེད་པར། ཡོན་ཏན་གཞིར་གྱུར་མ་ལྟ་བུ་ཆར་  
རེ་ཙམ་འདོན་སྐབས་མིག་ཚུམ་ཙམ་ཚུམ་ཙམ་བྱེད་པ་དེ་ཁོ་ནས་བྱང་ཆུབ་  
ལམ་གྱི་རིམ་པའི་ཉམས་ཉོགས་སྐྱེ་བར་འདོད་པ་ནི། འདོད་ཐག་ཏ་ཅང་ཉེ་  
བའི་སྒྲོན་ཡིན། དེས་ན། བཀའ་གདམས་པ་སྒྲོམ་པ་རིན་ཆེན་སྒྲ་མས། མིག་  
རྒྱུང་བསྐྱེད་སྤྱོད་སྒྲོ་རྒྱ་བསྐྱེད། ཁོང་གསང་སྟོང་ཅེས་གསུངས་པ་འདི་གསུམ་  
གནད་ཆེ་བས་རྒྱུང་རིང་པོར་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་ས་ལ་བལྟས། སྐྱེས་བུ་རྒྱུང་  
འབྱིང་ལ་སྒྲོ་རྒྱ་ཆེན་པོ་བསྐྱེད། གྲིམས་སྟོང་རན་པོར་བྱས་ཏེ་ཁོང་གསང་  
སྟོང་དེ་བསྒྲོམ་དགོས་པའི་དོན་ཡིན། ཉམས་ལེན་གྱུང་ཐང་སྟོང་རན་པར་བྱ་  
ཡི། སྒྲ་མའི་ཞལ་ནས་ཆོས་ཐོས་པ་ལྟ་བུའི་ཆེ། དེས་འབྱུང་སྤྱི་ཐུན་སྤྱི་ཐུན་  
གྱིས་ཉིན་ཁ་ཤས་ཤིག་ལ་མི་བྱེད་དགྲ་བྱེད་པ་ནི་མཐར་མི་ཕྱིན་པའི་རྟགས་  
ཡིན།

དེས་ན་གཉིས་པ་སྟོང་པོ་རི་ལྟར་ལེན་པའི་ཚུལ་ལ་གསུམ།

སྐྱེས་བུ་རྒྱུང་དུ་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་སྒྲོ་སྐྱུང་བ།

སྐྱེས་བུ་འབྱིང་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་སྒྲོ་སྐྱུང་བ། སྐྱེས་



བུ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་སློབ་སྦྱང་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས།

འཛིག་ཏེན་ཕྱི་མ་དོན་གཉིར་གྱི་སློབ་བསྐྱེད་པ་དང་།

འཛིག་ཏེན་ཕྱི་མར་བདེ་བའི་ཐབས་བསྟེན་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས།

འཛིག་ཏེན་འདིར་རིང་དུ་མི་གནས་པར་འཆི་བ་རྗེས་སུ་བྱ་བ་དང་།

འཛིག་ཏེན་ཕྱི་མར་རི་ལྟར་འབྱར་བ་འགོ་བ་གཉིས་ཀྱི་བདེ་སྤྱད་བསམ་  
པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། འཆི་བ་མ་བྱ་བའི་ཉེས་དམིགས། བྱ་བའི་ཕན་  
ཡོན། འཆི་བ་བྱ་ཚུལ་དངོས་སོ། །དང་པོ་ལ་དྲུག་ལས། དང་པོ་ཆོས་མི་  
བྱ་བའི་ཉེས་དམིགས་ནི། འདི་མ་བྱ་ན་ཆེ་འདི་ཁོ་ན་བསམས་ནས། དེའི་  
རིང་ཟས་གོས་སོགས་དགོས་དགོས་མང་པོ་ཞིག་ལ་མགོ་འཁོར་ནས་ཆོས་  
མི་འབྱུང་ཞིང་། འདི་ལེགས་པར་བྱ་བ་ཞིག་བྱུང་ན། ཁམས་པའི་འབྱུལ་བ་  
འགོ་རན་པ་དེས་འགོ་ཆས་ཁོ་ན་བསྐྱིགས་པ་བཞིན་ཕྱི་མའི་གྲབས་འབའ་  
ཞིག་བྱེད་པ་འབྱུང་བ་ཡིན། ཆེ་འདིའི་སྟོ་གོས་གཏམ་གསུམ་སོགས་ལ་ཆེས་  
ཆེར་ཞེན་པ་ཡང་མི་ཏྟག་པ་མ་བྱ་བས་ལན། མི་ཏྟག་པ་བྱ་བས་མ་བྱེན་ན།  
ཉིན་གཅིག་སོགས་རི་ཅམ་མ་བྱེན་པ་དེ་ཅམ་ཆེ་འདི་པར་ཤོར་འགོ།

གཉིས་པ་བྱ་བ་ཀྱང་མི་བསྐྱབ་པའི་ཉེས་དམིགས་ནི། འདི་མ་བྱ་ན། རྗེ་

ཅོང་ཁ་པས་ཀྱང་། མཐར་འཆི་བ་ཞིག་འོང་སྟམ་པ་ཀུན་ལ་ཡོད་ཀྱང་དེ་རིང་  
ཡང་མི་འཆི་དེ་རིང་ཡང་མི་འཆི་སྟམ་པའི་སློང་ན་འདི་འཆི་ཁ་མ་ཚུན་ལ་  
འབྱུང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སློས་མི་འཆི་བའི་ཕྱོགས་བཟུང་སྟེ་ཆོས་  
སང་པོད་བྱས་ཆོག་གནངས་པོད་བྱས་ཆོག་སྟམ་པའི་ཕྱི་བཞོལ་ཤ་སྟག་གི་  
དབང་དུ་སོང་ནས། ཆོས་བྱུང་མི་བསྐྱབ་ཅིང་། འོར་ཞིག་དགོས་འདུག་  
སྟམ་པ་སོགས་གཡེང་བ་ཁོ་ནས་ཆོས་བསྐྱབ་རྒྱ་མ་བྱུང་བའི་ངང་ནས་མི་ཆེ་  
ཟད་པ་ཞིག་འོང་།

གསུམ་པ་བསྐྱབས་ཀྱང་ནམ་དག་མི་བསྐྱབ་པ་ནི། ད་ལྟ་རང་རེས་ཆོས་  
སྐྱབ་པ་ཡིན་པོད། ནམ་དག་ཅིག་མ་བྱུང་བ་ནི། ཆེ་འདིའི་སྤང་ཤས་མ་ལོག་  
པས་སློན་དུ་བྱུང་བ་སྟེ། ཐོས་བསམ་བྱས་པའང་མཁས་འདོད་གྲགས་འདོད་  
དུ་ཞོར། བསྐྱོམ་བསྐྱས་སོགས་ཀྱང་ཆེ་འདིའི་རྒྱུན་སེལ་སོགས་སུ་བསམ།  
མི་དང་མི་འབྲུད་པའི་སྐྱོམ་ཆེན་ཡང་གྲགས་འདོད་དུ་ཞོར་བ་སོགས་ཉེས་  
སྦྱོད་དང་མ་འདྲེས་པ་མི་འབྱུང་། རོ་བོ་ཆེན་པོར། ཆེ་འདི་ཁོ་ན་བསམ་པ་ལ་  
འབྲས་བུ་ཅི་མཆི་བྱས་པར། འབྲས་བུ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཆི་གསུངས། ཕྱི་མར་  
ཅི་མཆི་བྱས་པས། དཔྱུལ་བ་མཆི། ཡི་དྲགས་མཆི། དུད་འགོ་མཆི་གསུངས་  
པ་ལྟར་དེའི་འབྲས་བུ་ཆེ་འདིའི་དོན་རྩུང་ཟད་འབྱུབ་ཅིང་། ཕྱི་མ་འབྲས་བུ་  
ངན་སོང་དུ་འགོ་བར་གསུངས། དེ་སོང་ན་བྱིམ་པ་དང་བྱུང་མ་ཐོན་པ་ཡིན།  
ཆོས་བྱེད་པ་ལ་ཐོག་མར་ཆེ་འདི་སློས་ཐོངས་པ་དགོས། དེ་སྤྱང་པོ་བྱེད་པ་  
ལ་མི་ཟེར་ཏེ། དེས་ཀྱང་སློས་མ་ཐོངས་པར་འབྲམས་པས་སློས་གཏོང་རྒྱ་

འཇིག་རྟེན་ཆོས་བརྒྱད་ཡིན། འདི་དང་འདྲེས་ན་ཆོས་མིན་པས་ནལ་འབྱོར་  
པ་ཆག་ཁྲི་མཆོག་གིས་རྫོ་བོ་ལ་ངས་སྒྲོམ་མཁ། བཤད་དམ། དེས་སྒྲོམ་དེས་  
བཤད་དམ་ཞེས་རེ་རེ་ནས་ཁྱས་པར་དེ་དག་ལ་པན་མེད་གསུང་། འོ་ན་རི་  
ལྟར་བགྱི་ཁྱས་པས་འཇིག་རྟེན་སྒྲོས་ཐོངས་གསུང་བ་དང་། རྒྱ་མ་བས། ཆོས་  
གྱི་ཉམས་ལེན་སྒྲ་གཅིག་མ་འབྱུང་གྲང་། །ཁྲིད་ཉིད་ཆོས་པར་སྒྲོམ་པ་གྱེ་མ་  
སྒྲུན། །ཆོས་གྱི་དང་པོ་ཆེ་འདི་སྒྲོས་ཐོངས་པ། །རང་གི་རྒྱུད་ལ་འདུག་གམ་  
མི་འདུག་སྟེས། །ཞེས་དང་། སྟོད་ལུང་པས་གཞན་ཞིག་ལ། རྫོ་བོ་སྦྱིན་པ་  
གཏོང་བ་ཡང་བཟང་སྟེ། དེ་བས་ཀྱང་ཆོས་རང་གྱིས་གསུངས་པ་ལྟར་ཆོས་  
དང་འཇིག་རྟེན་རྒྱབ་འགལ་ཡིན་བྱ་བ་ཡང་འདི་ལ་ཟེར་བ་ཡིན། བོ་རྟོ་བས་  
ཀྱང་། །ཁབ་ཅེ་གཉིས་གྱིས་ཆེ་བུ་མི་ཡོང་སོགས་གསུངས། འཆི་བ་མ་དྲན་  
ན་ཆེ་སྒྲོས་བཏང་བ་མི་འབྱུང་ཞིང་། ཆེ་འདི་སྒྲོས་བཏང་བ་མ་བྱུང་ན། རྟེན་པ་  
བྱུང་ན་དགའ་བ། མ་བྱུང་ན་མི་དགའ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་བདེ་མི་བདེ། སྙན་  
མི་སྙན། བསྟོད་སྦྱད་དེ། ཆོས་བརྒྱད་གྱི་དབང་དུ་འགྲོ། དེ་བརྒྱད་ནི། ལྷ་སྦྱབ་  
གྱིས། འཇིག་རྟེན་མཁྱེན་པ་རྟེན་དང་མ་རྟེན་དང་། །བདེ་དང་མི་བདེ་སྙན་དང་  
མི་སྙན་དང་། །བསྟོད་སྦྱད་ཅེས་བགྱི་འཇིག་རྟེན་ཆོས་བརྒྱད་པོ། །བདག་གི་  
ཡིད་ཡུལ་མིན་པར་མགོ་སྟོམས་མཛོད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་དང་། བོ་  
རྟོ་བར་གཡུ་ཕུལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་སྦྱར། སྤིང་རས་པས་ཀྱང་། འཁོར་བ་རྣམ་  
རྟོག་གི་གྲོང་ཁྱེར་ན། །འཇིག་རྟེན་ཆོས་བརྒྱད་གྱི་རོ་ལངས་རྒྱ། །དུར་ཁྲིད་  
འཇིགས་སུ་རུང་བ་ཞིག་དེ་ན་གདལ། །སྒྲ་མ་རོ་སྟོམས་ཞིག་མཛོད་ན་དེ་རུ་

མཛོད། །ཅེས་གསུངས། དེས་ན་ཆོ་འདི་སྒོས་བཏང་ནས་སྒོ་ཕྱགས་ཆོས་ལ་  
གཏད། དེའི་རྗེས་སུ་འཆོ་བ་སོགས་འབྱོར་མི་འབྱོར་གྱི་བསམ་བ་བྱུང་ན་དེ་  
འདྲ་བ་མ་བྱུང་ན་འདྲ་བྱུང་སྟམ་པའི་ཆོས་ཕྱགས་སྤྱང་ལ་གཏོད་དགོས།

བདག་ཅག་གི་སྟོན་པས་ཀྱང་སྤྱི་མ་ནས་སྤྱི་མ་མེད་པར་རབ་ཏུ་བྱུང་  
ཞིང་། རྒྱལ་སྤིང་གི་དཔལ་འབྱོར་ཀུན་དོར་ནས། གད་སྟོགས་གྱི་ཁྲིད་ནས་  
སྟོད་པའི་ན་བཟའ་བཞེས་པ་སོགས་སྒོ་ཕྱགས་ཆོས་ལ་གཏད། ཆོས་ཕྱགས་  
སྤྱང་ལ་གཏད་པ་ཡིན། རྗེ་རིན་པོ་ཆེས་ཀྱང་དེ་བཞིན་མཛད། ཆོས་ཕྱགས་  
སྤྱང་ལ་གཏད་པའི་རྗེས་སུ་ཟས་མ་སྟོད་ནས་ཤི་བར་མི་འབྱུར་རམ་སྟམ་པ་  
བྱུང་ན། ཆོས་སྤྱིར་དཀའ་སྤྱད་བྱས་ནས་ཤི་ནའང་ཤི་ཞེས་སྤྱང་ཕྱགས་ཤི་  
ལ་གཏད། དེ་ལྟར་སྒོས་བཏང་ཡང་། ཆོས་པ་འཆོ་བ་ཆད་ནས་སྟོགས་གིར་  
ཤི་བའི་གཏམ་མེད། སྟོན་པ་བཀའ་ངེན་ཅན་གྱིས་འཁོར་བ་སྦྱར་བྱུག་ཁྲིའི་  
བསོད་ནམས་རང་ཅག་ལ་བསྐྱོ་བར་མཛད་པས། འདིག་རྟེན་ན་ཐུ་གོས་སྤེ་  
དང་ཐུ་ཏིག་བརྗེ་བའི་སྐབས་བྱུང་ཡང་། རྗེས་འཇུག་སུའང་སྟོགས་གིར་ཤི་  
བ་མི་འབྱུང་སྟེ། སྒྲོམ་ཆེན་ཐུར་དུ་མ་འདྲིལ་ན། །ཟན་གོང་གེན་ལ་འདྲིལ་  
ཉིན་ཡོད། །ཅེས་པ་ལྟར་ཡིན། དགོ་བཤེས་འབན་གྱིས་ཀྱང་། ང་མི་སྦྱའི་  
དུས་འཁོར་གསུམ་ཆེར་མ་འདྲ་བ་བཏགས་ཀྱང་དབྱ་མང་ཟན་ཉུང་། ང་སྟོན་  
པོ་རྒྱུང་མི་གཅིག་ལ་འབྲུ་ཁལ་བཞི་བཅུ་འགོ་བའི་ཞིང་ཡོད་པས། མི་ཆོས་  
ངའི་མིང་བཞི་བཅུ་སྟོགས་སུ་བཏགས། ཉིན་མོ་ལ་ཁའི་རྒྱ་པ་བྱས། མཆོན་  
མོ་གོང་གི་རྒྱན་མ་བྱས་ཀྱང་། ད་དུང་ཟས་གོས་དགོན་ནི་བ་ལས་མ་བྱུང་

ཞིང་། ད་ལྟ་ནི་ཆོས་བྱས་པས་ཟས་གོས་ཐོངས་པ་མེད་ཅིང་། དག་རང་ཞིར་  
སོང་གསུངས་པ་དང་། ཞེན་པ་མི་རོ་བཞིན་དུ་ལོག་གྱུར་ན། །འདོད་ཡོན་བྱ་  
གོད་བཞིན་དུ་འཐིབས་ནས་འོང་། །ཟེར་བ་ལྟར་ཡིན་གསུངས། རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་  
སོགས་འཕྲིན་ལས་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པ་ཡང་ཆེ་སྒོས་བཏང་ནས་ཆོས་  
བཞིན་དུ་མཛད་པ་ལས་བྱུང་། ས་སྐྱ་པ་ཞིག་གིས་རྗེ་སྒྲ་མས་དབང་སྤྱད་  
བསྐྱབས་པ་འདྲ་བསམས་ནས་དབང་སྤྱད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་གང་ཟབ་  
ཅེས་ཞུས་ཚུལ།

ཞི་བའི་ཆེ་རོ་དོར་བྱེད་ཚུན་ལ་ཀ་ཅ་ཅུང་ཟད་དགོས་ཤིང་། ཞི་བའི་ཆེ་  
ཡང་རྗེ་ལྟར་བྱས་ནས་ཞི་ནའང་ཞི་ཞེས་ཞི་ཕྱགས་གྲོག་པོ་སྟོང་པ་ལ་གཏད་  
པ་སོགས་བཀའ་གདམས་ཕྱགས་ནོར་བུ་དགོས་ཚུལ་རྒྱས་པར་གསུངས།  
མིད་ལས་གྱུང་། ཞི་ན་དུ་མི་མེད་ཅིང་། རོ་ལ་འཁོར་མི་མེད་ན་བསམ་པ་  
རྫོགས་པར་གསུངས་ཚུལ། རང་གི་རོ་དོར་བའི་དངོས་ཆས་དགོས་སྟམ་  
ཡང་། མི་ཆོ་སྐྱབ་གྲོ་སྟེ་སྤྱར་དུ་འབྱུང་ཐབས་བྱེད་པ་ལས། རོ་མལ་སར་ལུས་  
འགྲོ་བའི་དོགས་པ་གཏན་ནས་མི་དགོས། དེ་ལྟར་ཆོས་བརྒྱད་སྒོས་བཏང་སྟེ་  
སྒོ་ཐག་བཅད་ཐུབ་པ་བྱུང་ན་འདྲི་གཏེན་འདིའི་བདེ་སྦྱིད་སྟན་གསུམ་སྤྲངས་  
པ་བཞིན་དུ་འོང་། དེས་ན་འདྲི་གཏེན་ཆོས་བརྒྱད་དོན་དུ་གཉེར་བ་ནི། འདྲི་ག་  
ཏེན་པ་ཡིན་ལ། ཆེ་འདི་སྒོས་ཐོངས་པ་ཆོས་པ་ཡིན་ཏེ། དགོ་བཤེས་པོ་ཏྲོ་  
བས་འབྲོམ་སྟོན་ལ། ཆོས་དང་ཆོས་མ་ཡིན་པའི་གནམ་ཐིག་གང་ལགས་  
ཞེས་ཞུས་པར། ཉན་མོངས་པའི་གཉེན་པོར་འགྲོ་ན་ཆོས་ཡིན། མི་འགྲོ་ན་

ཆོས་མིན། འཇིག་རྟེན་པ་ཀྱན་དང་མི་མ་སྤུན་ན་ཆོས་ཡིན་མ་སྤུན་ན་ཆོས་  
 མིན་གསུངས། ཆོས་དང་འཇིག་རྟེན་རྒྱ་བ་འགལ་བའི་གནད་དེ་ཡིན་གྱི། ཁ་  
 ཏོན་བྱེད་རྒྱ་དང་གཞིས་ཁང་སྐྱོང་རྒྱ་གཉིས་ཀ་སྤུས་ཀྱང་སྟོབས། རང་རེ་  
 ཆོས་བརྒྱད་ལ་སྤྱགས་དམ་གྱི་མཐིལ་དུ་བྱས་པས་ལུས་ཆོས་པའི་གཟུགས་  
 བརྟན་ཅམ་ལས་སེམས་འཇིག་རྟེན་བྲིམ་པ་དང་བྱད་མེད་པ་འདི་བྱུང་། ཆེ་  
 སྟོས་བཏང་ནས་ཆོས་རྣམ་དག་ཡོང་ཐབས་ཀྱི་གཙུག་པོ་འཆི་བ་མི་རྟག་པ་  
 བསྐྱོམ་པ་དེ་ཡིན། ཆེ་འདི་སྟོས་མ་བཏང་ན། ཆོས་གང་བྱས་ཆེ་འདི་པར་  
 ཞེར་འགོ་བས། རང་གི་ངོས་ནས་འཇིག་རྟེན་ཆོས་བརྒྱད་མགོ་སྟོམས། ལྟ་  
 གོས་གཏམ་གསུམ་གྱི་ཞེན་པ་སྟོས་བཏང་དགོས། དེ་ཐོངས་པའི་ཆད་ཀྱང་  
 རྒྱལ་དབང་བསྐྱལ་བཟང་དང་། བཤ་ཆེན་སྟོ་བཟང་ཡེ་ཤེས་ལྟར་དགོས་ཏེ།  
 རྒྱལ་དབང་བསྐྱལ་བཟང་གིས་རྟོག་རྒྱལ་དང་། ཆོས་གོས་རྣམ་གསུམ་ལས་  
 རང་གི་ཡིན་སྟུང་པ་གཞན་མེད་གསུངས། བཤ་ཆེན་སྟོ་བཟང་ཡེ་ཤེས་ལ་  
 དདུལ་རྟོག་མེད་པ་བརྒྱ་ཕུལ་བ་ལའང་མ་མཉེས་ཚུལ། རང་རེ་སྟོ་གོས་གཏམ་  
 གསུམ་གྱི་ཞེན་པ་ལས། འགའ་ཞིག་གཅིག་ཀྱི་འགའ་ཞིག་གཉིས། འགའ་ཞིག་  
 བྱི་གསུམ་གསུམ་འཆིང་བ་ཡིན། དེ་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་ཀྱང་སྤང་དཀའ་ཤོས་  
 གཏམ་འདོད་འདི་ཡིན་ཏེ། མཁས་བཙུན་སྟོན་སྟོམ་སུ་ཡིན་ཡང་གཏམ་སྟན་  
 གྲགས་འདོད་པ་མང་། དགྲེར་འགོ་བའི་མགོན་པོས། ཆེ་འདི་འཇིག་མཁས་བཙུན་  
 སྟོམ་ཆེན་ཡང་། ཆེ་འདི་འཇིག་མཁས་ལོ་བཙུན་ལོ་འདོད། མཆོམས་བཅད་  
 ཡ་ཐེམ་ཡི་གེ་བྲིས། མི་དང་མི་འཕྲད་སྟོམ་ཆེན་ཡང་། ཆེ་འདི་འཇིག་སྟོམ་ཆེན་



བཟང་ལོ་འདོད། །ཅེས་དང་། ཐ་ན་དགོན་མཆོག་མཆོད་པ་རེ། །བྱས་ཀྱང་མི་  
ཡིས་མཐོང་དུ་རེ། །ཞེས་སོགས་སྐྱེ་ཆེར་སྦྱལ་ཏེ། །ཁ་ཅིག་སྒྲིལ་ཆེན་དང་གྲུབ་  
ཐོབ་ཏུ་སྒྲིལ་ཞིང་ལྟོ་གོས་ལ་གྱུང་བསྐྱར་ཏེ། མེ་ཏོག་དང་དེ་ལྟ་བུ་ལེན་  
སོགས་དཀའ་སྤྲུང་ལ་བཙོན་ཡང་། གཏིང་ནས་གཏམ་འདོད་ཅུང་ཟད་རེ་  
མེད་པ་དགོན། དེས་ན་དཔེ་ཆོས་ལས། གོང་མོ་ཐེམ་རྩ་ལ་དང་སྒྲེ། །སོགས་  
གསུངས་པ་ལྟར། ཐེམ་བའི་འགྲམ་ན་ཡོད་པའི་མེ་དོང་ལ་མ་བརྟགས་པར་  
ཐག་རིང་པོའི་ས་ལམ་ལ་རྩད་བཅད་པ་བཞིན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་དང་།  
སྤྲགས་སོགས་ལམ་མཐོན་པོའི་རྩད་གཅོད་བྱེད་བྱེད་ནས། འདི་སྤང་གི་ཞེན་  
པ་མ་ཐོངས་ཤིང་། དེའི་འཆིང་བ་མ་གྲོལ་བ་ནི་དེ་དང་འབྲ། དེ་ལྟ་བུའི་ཉེས་  
དམིགས་དེ་ཡང་འཆི་བ་མ་བྱན་པའི་ཉེས་དམིགས་སོ།།

བཞི་པ་སྐྱབ་པ་ལ་ནན་ཏན་དང་བྲལ་བའི་ཉེས་དམིགས་ནི། འཆི་བ་མ་  
བྱན་ན་ཆོས་ལ་ནན་ཏན་བྱེད་པ་མི་འོང་བས་ཉམས་ལེན་རྒྱན་མ་ཆད་པར་བྱ་  
མི་རུས། ད་ལྟ་རང་རེ་དགེ་སྦྱོར་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱི་ཆེ་ཐང་ཆད་ཆོག་ཆོག་  
ཅིག་ལས་བཙོན་འགྲམ་ཆེན་པོ་མི་འབྱུང་བ་ནི་འཆི་བ་མི་རྟག་པ་མ་བྱན་པའི་  
སྦྱོན་ཏེ། དགེ་བ་ཤེས་ཁ་རག་པས་མི་རྟག་པ་བྱན་ཏེ་སྐྱབ་ཁང་སྒོ་འགྲམ་གྱི་  
ཆེར་མའང་གཅོད་འོང་མ་བྱུང་བ་དང་། མེད་ལས་རས་གོས་དང་། རྩམ་སྦྱེ་  
སོགས་མནའས་ནས་རྗེས་སུ་ཆོལ་བར་གྱུར་ཀྱང་ཆེམ་འོང་མ་བྱུང་བར་  
དགེ་སྦྱོར་མཛད་པ་བཞིན་དུ་རང་རེས་ཀྱང་མི་རྟག་པ་བྱན་ན། ལས་ཀ་གཞན་  
ལ་མི་བཙོན་པར་དགེ་སྦྱོར་ལ་རྟག་ཏུ་བཙོན་ཞིང་འཇུག་རེས་བཞིན་ཞུམ་པ་

མེད་པའི་སྒྲོ་སིང་སིང་བ་འབྱུང་།

ལྷ་པ་རང་ཉིད་མ་རུངས་པར་བྱེད་པའི་ཉེས་དམིགས་ནི། འཆི་བ་མ་  
བློན་ན་ཆེ་འདི་ལ་ཤས་ཆེར་ཞེན་ནས། དེའི་དོན་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་པན་གཞོད་  
སོགས་བྱེད་པ་ལ་ཆགས་སྒྲུང་མྱོངས་གསུམ་སྒྲེ། དེའི་རྒྱུན་གྱིས་གཞན་  
ལ་འཐབ་པ་དང་། ཚུད་པ་དང་། གཞན་གྱིས་མ་རུངས་པར་སྒྲུབ་པའི་གཞིར་  
གྱུར་པ་སོགས། ཐ་ན་མགོའི་མ་ཚུན་གྱིས་བདག་ཉིད་མ་རུངས་པར་བྱེད་པ་  
སོགས་འདི་ཕྱི་ཀུན་ཏུ་ཕུང་བར་བྱེད།

དུག་པ་འཆི་ཁར་འགྱོད་བཞིན་དུ་འཆི་དགོས་པའི་ཉེས་དམིགས་  
ནི། འཆི་བ་མ་བློན་ན་ཆོས་ཀྱི་གཟུགས་བརྟན་ཅམ་བྱས་པའང་ཆེ་འདིའི་  
དོན་གཉེར་དང་འབྲེས་ནས་ཆོས་མ་བྱུབ་པར་འཆི་བ་ཞེས་པའི་དགྲ་དེ་ཉིན་  
གཅིག་སྒྲོ་བྱར་དུ་བྱུང་བ་ན། སྒར་དོན་དུ་གཉེར་གཉེར་བའི་སྟོབས་གོ་ས། རྒྱ་  
ཁོར་སོགས་གང་གིས་ཀྱང་མི་པན་པར་མཐོང་ཞིང་། པན་ངེས་པའི་ལྷ་ཆོས་  
ནི་མ་བྱུང་བར་ཤེས་ནས་འགྱོད་པ་ཤིན་ཏུ་མི་བཟོད་པ་སྒྲེ་ཡང་དེ་དུས་རང་  
སྒྱུག་ཉིད་ལས་ཕྱིས་ཟེན་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། སྒོན་འགྲོ་ཆོས་གྲགས་ཞེས་  
བྱ་བ་ཆ་བའི་ནད་ཀྱིས་ཐེབས་ཏེ། འཆི་བར་ཤེས་ནས་འགྱོད་ཆིག་སྒྲུས་པ་  
དང་འབྲ། ཀ་མ་བས། ད་ལྟ་འཆི་བས་འཇིགས་པ་ཞིག་དགོས། འཆི་ཁར་མི་  
འཆེར་བ་ཞིག་དགོས་པ་ལ་འོ་སྒྲོལ་དེ་ལས་བསྐྱོད་ནས་ད་ལྟ་མི་འཇིགས་  
འཆི་ཁར་བྱང་ལ་སེན་མོ་འདེབས་གསུངས་པ་ལྟར། འཆི་བ་མི་རྟག་པ་འདི་  
ལ་དང་པོར་འཇིགས། འཆི་ཁར་མི་འཇིགས་པ་ཞིག་དགོས་ཀྱང་། རང་རེ་

དེ་ལས་གོ་ལྟོག་སྟེ་ད་ལྟ་འཆི་བ་ཞིག་འོང་སྟམ་པ་ཅམ་ཡང་མེད་པར་སྒོ་བདེ་  
མོར་བསྐྱད་ནས། འཆི་ཁར་ཅི་དག་གང་དག་ལ་ཐུག། །འཆི་ཁར་ནི་ཐུག་པོ་  
གསེར་བང་བ་བརྒྱ་ཡོད་པ་དང་། རྒྱལ་པོ་ཡུལ་ཁམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བདག་  
པོའང་དེའི་དུས་སྟེ་པན་པའི་དོན་པོ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པའི་སྟོང་པ་ཁོ་ན་  
ཡིན། རང་རེ་ཡང་འཆི་ཁར་པན་ངེས་པའི་སྒོ་གདེང་འཆའ་ས་གཅིག་ཀྱང་མ་  
གྲུབ་པའི་ངང་ནས་སྒོ་བྱར་དུ་འཆི་ནད་དག་པོས་ཟེན་པ་དེའི་ཆེ་ད་ལན་མ་ཉི་  
ཅམ་ཞིག་བྱུང་ན། ད་ནི་ཆོས་ངེས་པར་བྱེད་སྟམ་མོད་ཀྱང་དེའི་ཆེ་སྒྲིམ་ཆར་  
བ་ཡིན་ཏེ། ཟས་རང་ལག་ཏུ་ཡོད་པའི་ཆེ་བ་རྒྱ་མ་བྱུང་ན། བྲིས་བྲིར་བའི་  
ཆེ་བས་དེ་བ་བར་སེམས་ཀྱང་དེས་མི་པན་པ་དང་འབྲས་ཏེ། དེ་དག་ནི་ཉེས་  
དམིགས་དུག་གོ།

གཉིས་པ་འཆི་བ་དན་པའི་པན་ཡོན་ལ་དུག་ལས། དོན་ཆེ་བའི་པན་  
ཡོན་ནི། འཆི་བ་དན་པ་ནི་དོན་ཆེ་སྟེ། སྟོན་པས་མདོ་ཐུང་འདས་ཆེན་མོར།  
རྗེས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་བ་ལང་གི་རྗེས་དང་། འདུ་ཤེས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
ནང་ན་མི་རྟག་པ་དང་འཆི་བའི་འདུ་ཤེས་མཆོག་ཏུ་གསུངས་པ་ལྟར་འཆི་བ་  
དན་པས་ཆོས་གཤམ་མ་བྱེད་པ་འོང་སྟེ། བྲི་མར་རྟེན་བཟང་པོ་འཐོབ་པར་  
འདོད་ནས་སྦྱིན་པ་བཏང་བ། ཚུལ་བྲིམས་བསྐྱང་བ་སོགས་དང་། མདོར་  
ན། སྒྲིམ་བྱ་གསུམ་ནས་བྱུང་འཇུག་གི་བར་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཐམས་  
ཅད་འདིས་འབྲེན། རྗེ་མིད་ལ་ཡང་གཡུང་སྟོན་གྱི་སྦྱིན་བདག་ཉི་བས་རྒྱན་  
བྱས་ཏེ་ཆོས་ལ་བསྐྱེད། གྲུབ་ཆེན་མང་པོས་རྐང་གྲིང་དང་ཐོད་པོར་སོགས་

བསྐྱམས་པ་འཆི་བ་མི་རྟག་པའི་བྲན་གསེའི་ཆེད་ཡིན། འདུལ་བ་ནས་ཆབ་  
ཁང་དུ་ཀེང་རུས་གྲི་བ་སོགས་གསུངས་པའང་དེས་ཡིན། སྤྱན་སྒྲ་རིན་པོ་  
ཆེས། ད་ནངས་མི་རྟག་པ་ཐུན་རེ་མ་བསྐྱེམས་ན་དེའི་ཉིན་མོ་ཆེ་འདི་པར་  
འགྲོ་བར་སྒྲང་། ཞེས་དང་། ཞང་བཙུན་ཡེར་པས་ཀྱང་། སྒྲ་འོ་མི་རྟག་པ་མ་  
བྲན་ན། ཉི་མ་བྱེད་པར་ཆེ་འདི་པར་ཆ། ཉིན་བྱེད་ལ་མ་སྐྱེས་ན་དགོང་མོ་བར་  
ཆེ་འདི་པར་ཆ། ཆེ་འདི་པར་སོང་ན་ཅི་བྱས་ཆོས་སུ་མི་འགྲོ་གསུངས།

སྟོབས་ཆེ་བའི་པན་ཡོན་ནི། འཆི་བ་མི་རྟག་པ་བྲན་ན་མི་མ་ཐུན་སྤྱོད་གས་  
འདོད་ཆགས་ཁོང་ཁྲོ་སོགས་འཛོམས་པ་དང་། ཆོགས་རྩོགས་པ་ལ་སྟོབས་  
ཆེ་བ་དང་། ཉིན་མོངས་དང་ཉེས་སྦྱོད་ཐམས་ཅད་ཅིག་ཅར་འཛོམས་པའི་ཐོ་  
བ་དང་འབྲ་བར་གསུངས། དང་པོར་གལ་ཆེ་བ་ནི། འཆི་བ་བྲན་པས་དང་པོར་  
ཆོས་ལ་འཇུག་པའི་རྒྱ་བྱེད། བར་དུ་གལ་ཆེ་བ་ནི། བར་དུ་ཆོས་ལ་བརྩོན་  
པར་བསྐྱེད་པའི་རྒྱ་བྱེད། ཐ་མར་གལ་ཆེ་བ་ནི། མཐར་འབྲས་བྱ་རྩོགས་  
ཉི་ཆོས་མཐར་ཕྱིན་པར་བྱེད། འཆི་ཁར་དགའ་བཞིན་སྟོབ་ཞིན་དུ་འཆི་བའི་  
པན་ཡོན་ནི། འཆི་ཁར་ཡང་སྒྲར་ཆོས་གཤམ་མ་བྱས་པའི་སྒྲོའི་གདེང་ཡོད་  
པས་བྱ་བ་བྲིམ་དུ་འགྲོ་བ་ལྟར་འབྱུང་སྟེ། སྒྲོང་རྩོལ་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེས། ང་ལ་  
མི་རྟག་པ་བྱུང་ན་མི་འདིགས། སྒྲ་འོ་དགེ་སྒྲོང་ཀན་པོ། ཕྱི་འོ་ལྷའི་ལུས་སུ་  
བྱེད་རྒྱ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ཡིན། དེས་ན་ཆོས་པ་རབ་འཆི་བ་ལ་  
བྱོད། འབྲིང་མི་མཆོད། ཐ་མའང་ད་ནི་འགྱོད་པ་མེད། ཆོས་ལེགས་པོ་བྱེད་  
རྒྱ་བྱུང་། ད་ནི་ཡང་སྒྲ་སྒྲུམ་དུ་མི་འགྱོད་པ་ཞིག་འོང་སྟེ། རྗེ་མིད་ལས། ང་

འཆི་བས་འཇིགས་ནས་རི་ལ་བྲོས། །སེམས་གཉུག་མའི་གནས་ལུགས་སྟོང་  
པར་ཉོགས། །ད་འཆི་བ་བྱུང་ཡང་ཉམ་ང་མེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།

གསུམ་པ་འཆི་བ་དྲན་ཚུལ་དངོས་ལ་གཉིས། འཆི་བ་དགུ་ལྷགས་སུ་  
བསྐྱོམ་པ་དང་། འཆི་བའི་རྣམ་པ་བསྐྱོམ་པའོ། །འདིའི་ཞིབ་ཆ་ཡང་བཀའ་  
གདམས་གོང་མ་ལ་མེད་པ་རྗེ་ཙོང་ཁ་བའི་གསུང་ལས་བྱུང་བའི་མན་ངག་  
ཡིན། རྗེའི་གསུང་འདི་ལ་རྒྱད་རྒྱ་གཞུང་གི་དགོངས་པ། སྟོང་བ་གནད་དུ་  
བཀར་ལུགས། ས་བཅད་མ་འབྲུགས་པ་སོགས་གཞན་དང་མི་འདྲ་བའི་བབ་  
རྒྱས་ཀྱི་གདམས་པ་མང་། དེས་ན་འཆི་བ་དགུ་ལྷགས་སུ་བསམ་པ་ལ། དེས་  
པར་འཆི་བར་བསམ་པ། རྣམ་འཆི་དེས་མེད་བསམ་པ། འཆི་བའི་ཆེ་ཆོས་  
མ་གཏོགས་གང་གིས་ཀྱང་མི་པན་པར་བསམ་པ་སྟེ་རྩ་བ་གསུམ། རྩ་བ་རེ་  
རེ་ལ་རྒྱ་མཚན་གསུམ་གསུམ་སྟེ་དགུ་ལས། རྩ་བ་དང་པོ་དེས་པར་འཆི་  
བར་བསམ་པ་ལ་གསུམ་གྱི་རྒྱ་མཚན་དང་པོ་འཆི་བདག་དེས་པར་འོང་ལ་  
རྩེན་གང་གིས་ཀྱང་བསྐྱོག་ཏུ་མེད་པར་བསམ་པ་ནི། དེས་པར་འཆི་སྟེ། ལུས་  
རི་ལྟ་བུ་དང་། གནས་གང་དུ་ཕྱིན་པ་དང་། ཐབས་རི་ལྟ་བུས་ཀྱང་འཆི་བདག་  
བསྐྱོག་ཏུ་མེད། དེ་ཡང་ལུས་བབང་བས་མི་བསྐྱོག་སྟེ། མི་ཉག་པའི་ཆོམས་  
ལས། གང་ཡང་སངས་རྒྱས་རང་སངས་རྒྱས། །སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ཉན་  
ཐོས་ཀྱང་། །སྐུ་ལུས་འདི་ནི་སྟོང་མཛད་ན། །སྐུ་བོ་པལ་པ་སྒྲོས་ཅི་དགོས།  
།ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ནི་རྗེའི་སྐུ་བརྟེན་སངས་རྒྱས་བཙུན་ལྟེན་འདས་དང་།  
བྱུང་འཇུག་བརྟེན་པའི་འཕགས་བོད་ཀྱི་གྲུབ་ཐོབ་མང་པོ་འང་ད་ལྟ་གཏམ་

བཤད་པ་ན་ཡོད་ཡོད་སྟར་སྟངས་ཡང་། རོན་དུ་སྤྱངན་ལས་འདས་ཟིན། སྟོན་  
པ་ལ་སོགས་པའང་རྟོ་རྗེའི་སྐུ་བཞེགས་ནས་འདས་ཚུལ་བསྟན་ན། བདག་ཅག་  
སྟ་བུ་ཅིའི་སྤྱིར་མི་འཆི།

སྟོན་པའང་སྤྱངན་ལས་འདས་བར་ཉེ་བ་ན། སྟོན་ལ་ལྷ་རིའི་བུ་སོགས་  
འཁོར་བྱི་ཕྱག་མང་པོ་དང་བཅས་འདས། དེའི་རྗེས་སུ་སྟོན་པས་རྩ་མཆོག་  
དུང་ན་ཤིང་སྤྲེལ་བྱུང་གི་བར་དུ་གཟེམ་བྲིའི་ཐ་མ་ཤོམས་ཤིག་གསུངས་  
ནས་གདུལ་བྱའི་ཐ་མ་དྲི་བྱུལ་པོ་རབ་དགའ་དང་། བྱི་རོལ་པའི་ཀུན་ཏུ་  
རྒྱ་རབ་བཟང་གཉིས་བདུལ། སྤྱངན་ལས་འདས་བར་བསྟར་མ་བཟོད་ནས་  
རབ་བཟང་ཡང་དེ་མ་ཐག་འདས། སྟོན་པ་འདས་པར་ཉེ་བ་ན། སྐྱོ་སྟོད་ཀྱི་ན་  
བཟའ་བསལ་ནས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་མཐོང་བར་དགའ་བས་སྟོས་  
ཤིག་པར་བསྐྱེལ་ནས་གསུང་གི་ཐ་མ་མི་རྟག་པ་ཉིད་ལ་དམིགས་ཕྱག་ནས།  
དེ་ཉིད་བསྐྱོམ་པ་གཙོ་ཆེ་བར་བསྟན་པའི་བྱིར། འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་མི་  
རྟག་པའོ། །འདི་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གསུང་གི་ཐ་མའོ། །ཞེས་གསུངས་  
ནས་སྤྱངན་ལས་འདས། དེ་གོ་བ་ན་སྟོགས་དང་སྟོགས་སུ་ཡོད་པའི་རང་  
དབང་ཐོབ་པའི་དབྱ་བཅོམ་པ་པལ་ཆེར་གཤེགས་ནས། ལྷ་བརྒྱུ་ལ་གཅིག་  
གིས་མ་ཆང་བར་གྱུར་པ་ཡིན། དེར་མ་བཟོད་བསྟན་པའི་གཏད་རབས་བདུན་  
སོགས་དང་། བྱབ་ཆེན་བརྒྱད་ཅུ། རྒྱན་དུག་མཆོག་གཉིས་སོགས་རྒྱ་གར་  
ཀྱི་པཎ་བྱབ་རྣམས་དང་། བོད་ཀྱི་འང་མཁན་སྟོབ་ཆོས་གསུམ། རྫོ་བོ་ཡབ་  
སྲས། འཇམ་མགོན་ཙོང་ཁ་བ་ཡབ་སྲས་སོགས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་འདས་



ཟིན་ནས་ད་ལྟ་གཏམ་ཙམ་ལས་མེད་ན། རང་ཅག་མི་འཆི་བར་ག་ནས་སྒྲོད།  
སྒྲོན་ཆེ་མཆོག་སྤིང་སྒྲ་མ་ཡོངས་འཛིན་རིན་པོ་ཆེས་ལམ་རིམ་བཀའ་ཆོས་  
གསུངས་པ་ན། ཆོག་པ་པ་སྒྲོང་ཕྱག་མང་པོ་ཡོད་སྐད་ཀྱང་ད་ལྟ་སྒྲ་སྒྲོབ་ཆང་  
མ་གཅིག་ཀྱང་མ་བཞུགས་པ་དང་། ས་ཆ་འདིར་ཡང་ཆུ་བཟང་སྒྲ་མ་རིན་  
པོ་ཆེ་སོགས་གྱིས་ད་ལྟ་བཞིན་འཆད་ཉན་མཛད་སྐད་ཀྱང་ད་ལྟ་གཏམ་ཙམ་  
ལས་མ་ལུས། ད་ལྟའི་ཆོས་གལ་འདིར་ཡོད་པ་རྣམས་ཀྱང་ལོ་བརྒྱ་ཚུན་ལ་  
ཐམས་ཅད་འཆི་འགྲོ་ཞིང་ས་འདིར་དེ་འདྲ་བྱུང་ཞེས་པའི་གཏམ་ཙམ་ཞིག་  
ལུས་པ་འོང་། དེར་མ་ཟད་རྒྱ་བོད་ཉོར་སོགས་འཛམ་སྤིང་ན་ད་ལྟ་ཡོད་པའི་  
དེ་རིང་སྒྲིལ་པའི་གྱིས་པ་ཚུན་ཆད་གྱི་མི་ཡོངས་རྫོགས་ལོ་བརྒྱ་ཙམ་སོང་  
བ་ན་གཅིག་ཀྱང་མི་སྒྲོད་པར་འཆི་ངེས་ན། རང་ཅག་མི་ལྷག་པ་མཐོང་ཆོས་  
ཡིན།

དེ་བཞིན་དུ་དུས་ལ་བབས་ན་འཆི་བས་མི་ཚུགས་པའི་ས་སྤྱོགས་  
གང་ནའང་མེད་དེ། མི་རྟག་པའི་ཆོམས་ལས། གང་དུ་གནས་ན་འཆི་བས་  
མི་ཚུགས་པའི། །ས་སྤྱོགས་དེ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །བར་སྒྲུང་ལ་མེད་རྒྱ་  
མཆོའི་ནང་ན་མེད། །རི་བོ་རྣམས་གྱི་གསེབ་ཏུ་ཞུགས་ནའང་མིན། །ཞེས་  
གསུངས་པ་དང་། སྒྲོན་རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་གྱི་བུ་འཕགས་སྒྲིལ་པོས་ཤུག་  
རྣམས་གསོད་པར་བརྩམས་པའི་སྐབས། མོ་རྒྱལ་བུས་འཕགས་སྒྲིལ་པོ་  
དམག་དང་བཅས་པ་རྩུ་འབྲུལ་གྱིས་ཕྱི་འཁྱུགས་རིའི་ཕྱི་རོལ་དུ་སྒྲིལ་བར་  
བསམས་ཀྱང་བསྒྲོག་ཐབས་མེད་པར་སངས་རྒྱས་གྱིས་གསུངས་ཤིང་།

ཤུག་ཏུ་བྱ་བུ་མོ་འགའ་ཞིག་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ལྷུང་བཟེད་གྱི་ནང་དུ་  
སྤྲས་པ་དང་། ཉི་མའི་ཁང་བཟང་དུ་བཞག་པའང་ཤུག་རྣམས་བསད་པ་དེའི་  
ཉིན་ཤི་ཟིན་པ་ལྟར་ཡིན། འཆི་བ་འོང་བ་ན་མཁྱོགས་པས་བྲོས་པ་དང་།  
འབྱོར་པས་སྒྱ་བ་དང་། ལྷོ་བས་གྱིས་གཡུལ་འབྱེད་པ་སོགས་གང་གིས་ཀྱང་  
མི་པན། ཆོ་མས་ལས་ཀྱང་། དང་སྤོང་ཆེན་པོ་ལྷ་མདོན་ཤེས། །མཁའ་ལ་  
རྒྱང་རིང་འགྲོ་བ་ཡང་། །གང་ན་སྤྱོད་ཡུལ་འཆི་མེད་པའི། །གནས་དེར་སྤྱོད་  
པར་རྒྱས་མ་ཡིན། །གསུངས་པ་ལྟར་བྲོས་པས་ཐར་ན་དང་སྤོང་མདོན་ཤེས་  
ལྷ་ཐོབ་ཅིང་རྩ་འབྲུལ་ཡོད་པ་དེ་འཆི་བདག་ལ་བྲོས་པས་ཆོག་ཀྱང་། དེ་ཡང་  
བྲོས་ཏེ་མི་ཐར་བར་འཆི་བར་འགྱུར་ལ།

ལྷོ་བས་གྱིས་ཀྱང་བསྐྱོག་མི་རྒྱས་ཏེ། ལྷོ་བས་ཆེན་མོར་གཤེགས་པོ་  
ཆེའི་མགོ་པོ་སྤར་མོས་བཅོམ་རྒྱས་པའི་ལྷོ་བས་ཡོད་ཀྱང་། འཆི་བ་བྱུང་ཅ་  
ན་སྤར་མོ་འཁུམས་ནས་འཆི་འགྲོ། ལྷོ་བས་ལྡན་འཁོར་ལོས་སྤྱར་བའི་རྒྱལ་  
པོ་ཡང་ལྷོ་བས་གྱིས་མི་པན་པར་འཆི་དགོས། རང་རེ་རྒྱ་ལོར་རྩ་ལ་དགའ་  
བ་འདིར་དཔགས་ན་འཆི་བ་དེ་ལོར་གྱིས་སྤར་ཡོད་པའི་ཆོད་ཅམ་བྱེད་ཀྱང་།  
འཁོར་སྤྱར་གྱི་རྒྱལ་པོའི་ལོར་བྱ་རིན་ཆེན་གྱིས་ཀྱང་སྤྱ་ཐབས་མེད་པར་  
གསུངས་ན། གཞན་གྱིས་སྤྱ་བར་མི་རྒྱས་པ་སྤོས་མི་དགོས་ཏེ། རྒྱལ་པོ་ལ་  
གདམས་པའི་མདོ་ལས། དཔེར་ན་སྤྱོགས་བཞི་ནས་རི་ཆེན་པོ་སྤྱ་བ་བརྟན་  
པ་སྤྱོད་པོ་དང་ལྡན་པ་མ་ཞིག་པ་མ་གས་པ་འཕན་མེད་པ་ཤིན་ཏུ་མཐེགས་  
པ་གཅིག་ཏུ་སྤྱག་པོ་བཞི་གནས་ལ་རེག་ཅིང་ས་བསྐྱོག་སྟེ། རྩ་དང་ཤིང་དང་

ཞིང་གེལ་པ་དང་ཡལ་ག་དང་ལོ་མ་ཐམས་ཅད་དང་སེམས་ཅན་སྟོག་ཆགས་  
འབྱུང་པོ་ཐམས་ཅད་བྱེ་མར་འཐག་ཅིང་འོང་བ་ལ་ནི་མགྲོགས་པས་བྲོས་  
པའམ་སྟོབས་ཀྱིས་བསྐྱོག་པའམ་ནོར་གྱིས་བསྐྱོག་པའམ་རྫས་དང་སྒྲགས་  
དང་སྒྲན་ནམས་ཀྱིས་བསྐྱོག་པར་སྒྲ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་དེ་  
བཞིན་དུ་འཇིགས་པ་ཆེན་པོ་བཞི་འདི་དག་འོང་སྟེ་དེ་དག་ལས་མགྲོགས་  
པས་བྲོས་པའམ་སྟོབས་ཀྱིས་བསྐྱོག་པའམ་ནོར་གྱིས་བསྐྱོག་པའམ་རྫས་  
དང་སྒྲགས་དང་སྒྲན་གྱིས་བསྐྱོག་པར་སྒྲ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །བཞི་གང་ཞེ་ན། ཁྱ་  
བ་དང་ན་བ་དང་འཆི་བ་དང་རྒྱད་པའོ། །རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ། ཁྱ་བ་ནི་དར་ལ་  
བབ་པ་འཇོམས་ཞིང་འོང་། ན་བ་ནི་ནད་མེད་པ་འཇོམས་ཞིང་འོང་། རྒྱད་  
པ་ནི་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་ཐམས་ཅད་འཇོམས་ཞིང་འོང་། འཆི་བ་ནི་སྟོག་  
འཇོམས་ཞིང་འོང་སྟེ། དེ་དག་ལས་ནི་མགྲོགས་པས་བྲོས་པའམ་སྟོབས་  
ཀྱིས་བསྐྱོག་པའམ་ནོར་གྱིས་བསྐྱོག་པའམ་རྫས་དང་སྒྲགས་དང་སྒྲན་ནམས་  
ཀྱིས་ཞི་བར་སྒྲ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཕྱོགས་བཞི་ནས་རི་  
ཆེན་པོ་སྒྲ་བ་མགྲོགས་པ་བཞི་ཚུར་རུབ་སྟེ། རྩ་དང་ཞིང་སོགས་ཐལ་བར་  
བྱེད་བཞིན་འོང་ན། ཐབས་གང་གིས་ཀྱང་བསྐྱོག་དཀའ་བ་བཞིན། ཁྱ་བ་དང་།  
རྒྱད་པ་དང་། ན་བ་དང་། འཆི་བའི་རི་བཞི་ནི་བསྐྱོག་དཀའ་བར་གསུངས་པ་  
བཞིན་ཡིན།

རྒྱ་མཆན་གཉིས་པ་ཆེ་ལ་བསྟོན་པ་མེད་ཅིང་འབྲིད་བྱེད་བར་མ་ཆད་  
དུ་ཡོད་པར་བསམ་པ་ནི། འཆི་བར་ངེས་ཏེ། སྒྲ་མའི་ལས་ཀྱིས་གང་འཕངས་

བ་དེ་ལས་ལྷག་པ་བསྟོན་པ་ནི་ཅུང་ཟད་ཅམ་ཡང་རྒྱག་ཏུ་མེད་ལ། སྐད་ཅིག་  
 རེ་རེ་བཞིན་འཆི་བདག་ལ་རྗེ་ཉིར་རྗེ་ཉིར་བཅར་ཏེ་འགོ་བཤ། སྟོང་འཇུག་  
 ལས། ཉིན་མཆོན་སྟོང་པ་ཡོང་མེད་པ། །ཆེ་འདི་རྟག་ཏུ་གོད་འགྱུར་ཞིང་།  
 །སྟོན་པ་གུད་ནས་ཡོང་མེད་ན། །བདག་ལྟ་འཆི་བར་ཅིས་མི་འགྱུར། །ཞེས་  
 དང་། ཆོམས་ལས། དཔེར་ན་ཐག་ནི་བརྒྱུད་ས་པ་ལ། །སྤྱན་ནི་གང་དང་གང་  
 བཅུག་པའི། །སྤྱན་གྱིས་གཏིང་ལ་གཏུགས་པ་ལྟར། །མི་རྣམས་སྟོག་གྲང་དེ་  
 བཞིན་ནོ། །ཞེས་དང་། རྒྱལ་མཆོག་བསྐལ་བཟང་གིས། སྤྱེས་ནས་སྐད་ཅིག་  
 ཅམ་ཞིག་སྟོང་དབང་ཡང་མེད་པར། །འཆི་བདག་ག་ཞིན་རྗེའི་བྱང་དུ་བང་  
 རྒྱལ་གྱིས་བརྒྱག་པས། །གསོན་པོ་བེར་ཡང་འཆི་བའི་ལམ་ཆེན་ལ་ཆས་  
 འདུག །ཉིས་ཅན་གསོད་སར་བྲིད་པའི་སྤང་ཚུལ་འདི་སྟོབ་པ། །ཞེས་གསུངས་  
 བ་བཞིན་སྤྱེས་ནས་བཟུང་འཆི་བའི་སར་དབུགས་རེ་རེའི་ཡུན་ཅམ་ཡང་  
 སྟོང་པའི་སྐབས་མེད་པར་རྟ་བང་རྒྱལ་གྱིས་བརྒྱག་པ་ལས་གྲང་མགྲོགས་  
 བར་བརྒྱགས་ནས་འགོ་ཞིང་། རྟ་བརྒྱག་པའང་ངལ་བསོ་བ་སོགས་ཅུང་ཟད་  
 ཅམ་སྟོང་སྟིད་གྲང་། འཆི་བ་ནི་སྐད་ཅིག་གཅིག་གྲང་མི་སྟོང་པར་བརྒྱགས་  
 ནས་འོང་བས་སྐད་ཅིག་མ་རེ་རེས་གྲང་འཆི་བ་ལ་ཉེ་དུ་འགོ། ཆོམས་ལས།  
 དཔེར་ན་ངེས་པར་གསལ་པ་དག །གོམ་པ་གང་དང་གང་བོར་བས། །གསལ་  
 པའི་བྱང་དུ་བསྟེན་པ་ལྟར། །མི་རྣམས་སྟོག་གྲང་དེ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་  
 པ་ལྟར། ལྷག་གཅིག་གསོད་སར་བྲིད་ན་གོམ་པ་རེ་རེ་བཞིན་ཡང་འཆི་བར་  
 ཉེ་བ་བཞིན་རང་ཅག་གྲང་སྤྱེས་ནས་བཟུང་འཆི་བ་ལ་ཁ་སྟོགས་ཏེ་ཤར་

བརྒྱུག་མི་འགྲོ་བའི་དུས་མེད་ལ། སྒར་ཆེ་འི་ཅམ་སོང་བའི་ཕྱག་པོ་ནི་  
ཤིན་ཏུ་ནས་ཉུང་ཞིང་། དེ་ཡང་དབྱུགས་དང་ཆུ་ཆོད་ཞག་ལྷ་བ་ལོ་སོང་བས་  
འཇོན་ཅིང་། ཉིན་གཅིག་དེ་ནི་ཤི་རན་སོང་། འགྲོ་རན་འདུག་ཟེར་བ་ཞིག་སྒོ་  
བྱར་དུ་འོང་བས་འཆི་མི་འོང་སྐྱམ་དུ་སྒོ་བདེ་མོར་སྒྲོད་པའི་གནས་མེད། ཐ་  
ན་གཉིད་ཉལ་སྐྱབས་རང་རེ་སྒྲོད་བདེར་སྒྲིད་ཉལ་བྱེད་ཀྱང་ཆེ་འཆི་བདག་ལ་  
ཁ་བལྟས་ནས་བརྒྱུགས་ཏེ་འགྲོ་གསུངས།

རྒྱ་མཆན་གསུམ་པ་གསོན་པའི་ཆེ་ཡང་ཆོས་བྱ་ལོང་མེད་པར་ངེས་  
པར་འཆི་བར་བསམ་པ་ནི། ཆེ་ཤིན་ཏུ་བྱང་བ་དེའི་རིང་ལའང་ཆོས་བྱ་ལོང་  
མེད་པར་འཆི་བ་ལ་བྱུག་འགྲོ་སྟེ། ལོ་དྲུག་ཅུ་ཅམ་སྒྲོད་པའི་དབང་དུ་བཏང་  
ན་མཆན་མོའི་ཆ་ཀྱན་ཏུ་ཉལ་བས་ཆེ་བྱེད་ཀ་ནི་ཉལ་བས་བདེ་ལ། སུམ་ཅུ་  
པོ་དེའང་། ཟས་བ་བའི་ཡུན་སོགས་པར་བཅད་ན། མཆོམས་བསྐྱད་ནས་ཐུན་  
བཞིའི་རྣལ་འབྱོར་ལྟ་བུ་བྱེད་ནའང་ཆོས་བྱ་ལོང་ལོ་ལྷ་ལས་མེད། རང་ཅག་  
ལོ་སར་ཆོས་པ་ན། ཏེན་འབྲེལ་ཨམ་ཞིག་ཡིན་ཟེར་ནས་དགའ་སྟོན་བྱེད། དེ་  
ནས་སྒྲོན་ལམ་ཆེན་མོའི་དུས་ཆེན་སོགས་ལྷ་བ་རེ་ལའང་མིང་རེ་བཏགས་  
ནས་བ་ཟེར་ལ་ཡོངས་ཏེ་ལོ་འགྲོ་ཆེ་ཉི་ཤ་ཅམ་ཡིན། གྲུང་ཐང་རིན་པོ་ཆེས།  
ཉམས་ལེན་བྱེད་རྒྱ་མ་བྲན་ཉི་ཤུ་ཐལ། །བྱེད་དོ་བྱེད་དོའི་ངང་ལ་ཉི་ཤུ་ཐལ།  
མ་བྱུང་མ་བྱུང་ཟེར་ཞིང་བཅུ་ལྷག་ཐལ། །མི་ཆེ་སྟོང་པར་བདེ་པའི་རྣམ་ཐར་  
ཡིན། །གསུངས་པ་ལྟར་དང་པོར་བྱིས་པའི་ཆེ་ཆོས་མི་བྲན། དེའི་རྗེས་སུ་  
ཆོས་བྱེད་འདོད་བྱུང་བ་ནའང་། བྱེད་དགོས་བྱེད་དགོས་སྐྱམ་ནས་ལག་ལེན་

ལ་མ་ཁེལ་བས་ཆོས་མི་ཡོང་། སྐས་བེན་ནས་བྱི་མར་སློན་ལམ་འདྲ་འདེབས་  
 པ་ལས་ད་བྱུང་མ་སོང་ཞེས་ཅི་བྱར་མེད་པ་འབྱུང་། དེས་ན། ད་ལྟ་འགའ་  
 ཞིག་ནི་ཆོས་བྱེད་དོ་བྱེད་དོ་སྟམ་པའི་ངང་ནས་གཡེང་བ་དང་། འགའ་ཞིག་  
 ནི་ཆོས་མ་བྱུང་བེར་ནས་འགྲོད་པ་བྱེད་པའི་དུས་ལ་སླེབས་ཆར་བ་མང་པོ་  
 ཡོད་པ། རང་རེས་དེ་དག་མཐོང་བ་ན། དེ་དག་ལ་སློན་དུ་བལྟ་ཞིང་ཉི་མ་རེ་  
 རེ་ནས་ཆོས་བྱེད་ཡོང་མེད་པའི་དོན་མེད་གྱི་བྱ་བ་གལ་ཆེན་རེ་བཟོས་ནས་  
 མི་སྡོད་པར་སྟོང་ལ་རུས་པ་བཅུག་སྟེ་འཆི་བདག་གཤེན་རྗེ་རང་གི་ཐོག་ལ་  
 མ་བབས་པའི་གོང་དུ་ཆོས་བྱེད་གང་ཐུབ་དགོས་ཏེ། རྗེ་དག་དབང་བྱམས་  
 པས་ཀྱང་། དཔེར་ན་ཐང་ཆེན་པོའི་སྟོང་དུ་ནས་ཕྱང་ཆེན་པོ་ཞིག་སྤངས་ཡོད་  
 ན། ཕྱང་པའི་ཕུ་ནས་ཚུ་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱུང་བས་ནས་ཕྱང་ཚུས་འབྲུག་གྲབས་  
 བྱེད་པ་དེ་ལ་རང་གིས་བལྟས་ནས་རང་གར་བསྐད་ན། ནས་འབྲུ་གཅིག་ཀྱང་  
 མི་ལོན་པར་ཚུས་བྱིར་འགོ་ལ། དེ་བས་རང་གིས་ཏུར་ཐག་གི་བཙོན་པས་  
 མ་ཡོངས་པར་ཅི་རུས་སུ་ཚུར་བསྐྱལ་ན་མ་མཐའང་ནས་ཕྱང་དེ་ལས་རུ་  
 གཅིག་དང་། རུ་གཉིས་ཙམ་ལོན་པ་འོང་། སྟབས་ལེགས་ན་ཡོངས་རྫོགས་  
 ལོན་ནས་དགོས་པ་ཆེན་པོ་འབྲུབ་པ་ལྟར། རང་རེས་ཀྱང་འཆི་བ་མ་འོངས་  
 གོང་སྐྱེས་བྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་ལ་ཉམས་ལེན་གང་ཐུབ་བྱེད་དགོས་གསུངས།  
 དེ་ལྟར་རྒྱ་མཚན་གསུམ་བསམས་ནས། དེའི་རྗེས་སུ་ངེས་པར་འཆི་བར་  
 འདུག་སྟམ་ནས་ཆོས་བྱེད་དགོས་པར་ཐག་བཅད།

གཉིས་པ་ནམ་འཆི་ངེས་མེད་བསམ་པ་ལ་རྒྱ་མཚན་གསུམ་ལས། དང་



པོ་སྒྱིར་འཇམ་བྱུ་སྒྱིར་པ་དང་སྒྲིམ་སྒྲིགས་དུས་ཀྱི་ཆེ་ལ་ངེས་པ་མེད་པ་ནི།  
དེ་ཡང་ནམ་འཆི་ལ་ངེས་པ་ཞིག་ཡོད་ན། དང་པོར་དག་འདུལ་གཉེན་སྒྱིར་  
སོགས་འཇིག་རྟེན་གྱི་ལས་ཀ་རྣམས་བྱས། སྒྱིད་པོར་བསྐྱད་ནས་འཆི་བའི་  
སྒྲ་རོལ་ཙམ་དུ་ཆོས་བྱེད་ཆོག་མོད། དེ་ལྟར་ངེས་པ་མེད་པས་ནམ་འཆི་ཆ་  
མེད་བསམ་པ་འདི་གལ་ཆེ། དེ་ཡང་མཛོད་ལས། སྐྱ་མི་སྟན་པ་ལོ་སྟོང་སྟེ།  
།གཉིས་ན་བྱེད་བྱེད་སྤངས་པའོ། །ཞེས་པ་ལྟར་སྒྱིར་གཞན་པ་ལ་ཆེར་ཞིག་  
ཆེ་ལ་ངེས་པ་ཅན་མང་ཡང་། འདི་ན་མ་ངེས་ཐ་མ་ནི། །ལོ་བརྒྱ་དང་པོ་དཔག་  
ཏུ་མེད། །ཅེས་འཇམ་བྱུའི་སྒྱིར་པར་དང་པོར་ཆེ་ལོ་དཔག་མེད་བྱབ་པའང་  
བྱུང་མོད། མཐར་ལོ་བརྒྱ་ལ་རིང་མཐའ་བྱེད་དགོས་པར་གསུངས་པས་སྒྱིར་  
འཇམ་བྱུའི་སྒྱིར་པའི་ཆེ་ལ་ངེས་པ་མེད་ཅིང་། སྒྲིམ་སྒྲིགས་དུས་ཀྱི་ཆེ་ལ་  
ངེས་པ་མེད་པ་ནི། སྒྱིར་རང་ཅག་ལ་གཏན་ནས་མི་འཆི་སྟམ་པའི་བསམ་པ་  
མེད་ཀྱང་། འཆི་རང་འཆི་མོད། ད་ལོ་ཙམ་མི་འཆི་སྟམ་པའི་སྒོ་ཞིག་མ་ཤིའི་  
བར་དུ་འོང་ལ། དེའི་རྒྱ་མཆན་ཡང་། འགའ་ཞིག་གིས། རེ་ཞིག་མི་འཆི་སྟེ།  
ལོ་གཞོན་པའི་སྒྱིར་སྟམ་ན། དེས་ཀྱང་མི་པན་ཏེ། འཆི་བ་ནི་ལོ་རྒྱན་གཞོན་  
གོ་རིམ་མེད་པར་བྱ་བྲག་སྒྲོན་དུ་ཤི་ནས་པ་མས་དུར་འདེབས་དགོས་བྱུང་  
བའང་མང་དུ་ཡོད། དེ་བཞིན་དུ་རང་ལས་ཆུང་བ་མང་པོ་སྤྲུལ་ཤི་བེན་ལ། ཁ་  
ཅིག་ནི་སྒྲིམ་མ་ཐག་ཏུ་ཤི་བ་ཡོད། འགའ་ཞིག་ན་ཆ་མེད་པས་མི་འཆི་སྟམ་  
ཡང་། དེའང་ངེས་པ་མེད་དེ། རྟ་པ་མལ་སར་ཉལ་ནས་སྒྲོད་པ་མི་འཆི་བར།  
ནད་མེད་ཀྱི་མི་མང་པོ་སྒོ་བྱར་དུ་འཆི་འགྲོ་བའང་ཡོད་ཅིང་། ཁ་ཅིག་བས་བ་

འཕྲོ་ལ་ལུས་ཏེ་ཞི་བ་ཡོད་དེ། དེ་འདྲ་དེས་ཀྱང་དང་པོར་བས་དེ་མ་རྫོགས་པ་  
ནས་འཆི་འོང་སྐྱམ་པ་སེམས་ཀྱི་བྱར་ལའང་མེད། ཆོགས་པ་མང་པོར་འགའ་  
ཞིག་འདྲུ་ཁང་དུ་ཡར་རང་གི་རྒྱུ་པས་སྤྱོད་ནས། མར་ལམ་རོ་དེ་གཞན་  
ཀྱིས་འདོ་མི་ལ་བཏེགས་ནས་འོང་བ་དང་། དཔོན་ཆེན་པོ་དག་ཀྱང་སྤྲིད་ཀྱི་  
ལས་ཀ་མང་པོའི་ས་བཅད་བཀྱམ་ནས་མཆུག་བསྐྱེལ་འོང་མེད་པར་ལས་  
ཀ་བྱེད་འཕྲོ་ལ་འཆི་བ་དང་། སྤྱིས་བྱུ་དམ་པ་འགའ་ཞིག་གི་གསུང་འབུམ་  
དུའང་ཚུམ་འཕྲོ་ཞེས་ཡོད་པ་རྣམས། མིང་སྟན་མདོག་ཁ་བ་ལས་དོན་དུ་དེ་  
ཉིད་ཀྱི་ཚུམ་མཆུག་བསྐྱུ་མ་བྱུ་བར་མཛད་འཕྲོ་ལ་ལུས་ཏེ་སྐྱ་གཤེགས་པ་  
རང་ཡིན། རང་གི་གཡས་གཡོན་ལུང་པའི་ཕུ་མདའ་སོགས་ནས་ཆེ་གོ་མོ་ཞི་  
སོང་བེར་ཡང་། རང་ཅག་རྣམས་རང་ལ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་འོང་སྐྱམ་དུ་མི་སེམས་  
པར་དེ་དག་ལ་ལྟ་མོ་བལྟ་བ་བཞིན་བྱེད་ཅིང་། ད་དུང་ཁོའི་ཆོས་གོས་དེ་  
ལེགས་པོ་ཞིག་ཡོད། དེ་བྱུང་ན་བསམས་ནས་ཨང་ཉན་བྱེད་མོད། དེ་འདྲའི་  
འཆི་བ་དེ་ནམ་ཞིག་རང་སྤྲོད་དུ་འོང་བར་ངེས་ཤིང་། དེ་ཡང་ནམ་འོང་ངེས་  
པ་མེད་དེ། སང་དང་འཇིག་རྟེན་སྤྱི་མ་གཉིས། །སྤྱོད་དུ་གང་འོང་གཏོལ་མེད་  
པས། །སང་གི་ཆོས་ལ་མི་འབད་པར། །སྤྱི་མའི་དོན་ལ་འབད་པར་རིགས།  
།ཞེས་དང་། ཆོམས་ལས། སྤྱོད་སྤྱོད་པོ་མང་མཐོང་བ། །སྤྱོད་ཁ་ཅིག་མཐོང་  
མི་འགྱུར། །སྤྱོད་སྤྱོད་པོ་མང་མཐོང་བ། །སྤྱོད་ཁ་ཅིག་མཐོང་མི་འགྱུར། །ཞེས་  
སོགས་ལྟར་རོ།

དེ་འདྲའི་འཆི་བ་དེ་སང་ཉིན་རང་མི་འོང་བའི་ངེས་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད། རང་

ཅག་གིས་འོང་བར་ངེས་ཤིང་ནམ་འོང་ཆ་མེད་པའི་འཆི་བ་ལ་གྲུབས་གཤེས་  
མི་བྱེད་པར། ལོ་ཁྲི་ཁྲི་སྐུ་སྐུ་བར་དུ་སྒྲོད་པའི་ངེས་པ་མེད་ཀྱང་། ཁྲི་ཁྲི་སྐུ་  
སྐུ་སྐུ་སྐུ་འདོད་ཀྱི་ཤོམ་ར་མང་པོ་བསྒྲིག་པ་འདི་འབྲུལ་ངེས་པ་ཡིན་སྟེ་  
དུ་བསམ། དེའང་དེ་རིང་སང་ཉིན་སོགས་བསམ་མ་རུས་ནའང་སང་མོད་  
ད་ཆོད་ཅམ་ན་འཆི་ངེས་སུ་ལ་འབབ་མ་ངེས་ཚུ་ལ་བསམ་དགོས་ཏེ། ད་  
ལྟའི་ཆོས་གྲུལ་འདིར་ཡོད་པའི་མི་རྣམས་ཀྱང་གྲུལ་མགོ་འཕྲུལ། གྲུལ་རྒྱུ་  
དམ། གྲུལ་མཐར་སྒྲོད་མཁན་ཆོ་ནས། སྒྲོན་དུ་འཆི་བའི་འགྲོ་ངེས་དང་པོ་  
སུ་ལ་འཁོར་ཡོང་ངེས་པ་མེད། འཆི་བའི་སྒྲོན་དུ་ད་འགྲོ་རན་སོང་བའི་  
སྒྲོན་འགྲོ་ཆ་འཕྲིན་བཏང་བ་སོགས་མི་འོང་བར། ཉིན་གཅིག་སྒྲོ་བྱར་དུ་ཐོག་  
བབས་པ་ལྟར་ལས་འགྲོ་ཅ་རེ་ལུས། གྲུ་རྒྱུ་ཚུན་ཆད་ལ་ང་མར་དང་རྩམ་  
པ་ཡན་དང་ཐ་ན་ཐུག་པ་འབྲུང་འགྲོ་ཚུན་ཆད་ལུས་ནས་ཆེ་པ་རོལ་དུ་འགྲོ་  
བ་འདི་ནམ་འཆི་ངེས་པ་མེད་པའི་རྟགས་རེད། ལོ་མང་པོར་སྒྲོད་རྒྱུ་རྟག་  
འདྲིན་གྱིས་འཆི་ཁ་བར་བསྒྲུས་ཏེ། ཉིན་གཅིག་ད་འཆི་རན་སོང་ཞེས་པ་  
ཞིག་འོང་། དེ་རིང་འཆི་མཁན་གྱི་ནད་པས་ཀྱང་དེ་རིང་མི་འཆི་སྟེ་པ་ཞིག་  
ལས་མི་འཆར། འགའ་ཞིག་གིས་སྒྲིག་ཐོག་སྒྲིག་པས་པ་ན། ད་ལོ་འཆི་མི་འོང་  
ངམ་སྟེ་པ་ཞིག་བྱུང་མོད། སྒྲིག་ཐོག་མིན་ཡང་ལོ་གཅིག་ནས་བརྒྱའི་བར་  
ལ་འདི་ལོ་མི་འཆི་བའི་ལོ་མེད་དེ། དཔེར་ན། ལོ་ཉི་ཤེས་བརྒྱད་ལོན་པ་ལྟ་  
བུས། འདི་ལོ་འཆི་ལས་ཆེ། ལོ་འདི་ལ་འདི་དང་འདི་འདྲ་བ་འཆི་འདུག་པས་  
སོ་ཞེས་བསམ་དགོས། རང་རེར་འདི་ལོ་ངེས་པར་མི་འཆི་བའི་མནའ་ཞིག་

སྐྱོལ་ཟེར་ན། དེ་མི་རྒྱས་པས་ཐེ་ཆོམ་ལོག་གོ་བ་ཞིག་ལས་མེད། དེས་ན།  
 རང་ཅག་གིས་མ་བསམས་པ་མ་གཏོགས་འདུས་སྡེ་ཆེན་པོ་དང་། མི་ཆོག་ས་  
 ཆེན་པོ་འི་གྲོང་ཁྱེར་དུ་བསྐྱད་ནས་ཡིད་ལ་བསྐྱོར་ན། འཆི་བ་མི་རྟག་པ་འདི་  
 བདག་མེད་པའི་དོན་ལྟ་བུ་གོ་དགའ་བ་ཞིག་མིན་པར་མིག་གིས་མཐོང་ཞིང་།  
 ལག་པས་རེག་དུ་ཡོད་པ་བཞིན་ཡིན། དེས་ན་བདག་གི་སྐྱབས་མགོན་ལྷ་མ་  
 རིན་པོ་ཆེས། ལྷ་གཅིག་ལྷ་གཉིས་མ་ཤི་ན། སྐྱེ་བ་ཕྱི་མའི་དོན་འབྲུག་པ་དང་།  
 ལོ་གཅིག་ལོ་གཉིས་མ་ཤི་ན་སྐྱེ་བ་གཏན་གྱི་འདུན་མ་འབྲུག་པ་ཞིག་སྟོན་  
 ལམ་ལྷ། ཞེས་ལུང་འདྲེན་དང་སྒྲགས་ནས་གསུངས་པ་བཞིན་བསམ་དགོས།  
 རྒྱ་མཚན་གཉིས་པ་འཆི་རྒྱུན་མང་ཞིང་གསོན་རྒྱུན་ཅུང་བས་ཀྱང་  
 རྣམ་འཆི་ལ་ངེས་པ་མེད་པ་ནི། ད་ལྟ་རང་རེ་རྣམས་སྟོན་གྱི་སྟོན་ལམ་དང་།  
 བསོད་ནམས། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐུགས་རྗེས་བསྐྱབས་པ་ལས། འཆི་རྒྱུན་ཤིན་  
 ཏུ་མང་སྟེ། རང་ལ་ཤ་རུལ་ལ་སྤང་མ་འཁོར་བ་བཞིན་འཆི་རྒྱུན་བགོགས་  
 རིགས་སྟོང་ཕྱག་བརྒྱད་ཅུས་འདི་ནམ་ཞིག་ཟ་རྒྱས་པ་དང་། དབྱུགས་ལེན་  
 རྒྱས་ན་སྙམ་སྟེ་གཟེར་ནས་བསྐྱད་ཡོད་ལ། རད་རིགས་བཞི་བརྒྱ་ཅུ་བཞི་  
 བེ་ན་བུན་འཐེབས་པ་བཞིན་དང་། གདོན་རིགས་སུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ། གྱིས་  
 པའི་གདོན་ཆེན་བཙོ་ལྷ། ཡེ་འབྲོག་སུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ་སོགས་གྱིས་རང་གི་  
 ཆེ་སྟོག་ལ་རྩམས་ནས་བསྐྱད་ཡོད། ཕྱི་འཆི་རྒྱུན་དེ་ལྟར་མ་ཟད། སྐྱལ་བཞི་  
 སྟོང་གཅིག་ཏུ་མཉམ་དུ་བཅུག་ན་གང་སྟོབས་ཆེ་བ་དེས་གཞན་རྣམས་ཟ་བ་  
 ལྟར། རྒྱང་མཁྲིས་བད་ཀན་སོགས་དང་འབྲུང་བ་བཞི་ཅུང་ཟད་ཆ་མ་སྟོམས་

ནའང་དེས་སྒོག་འཕྲོག་ནས་འཆི་རྒྱུ་བྱེད་དེ། འཆི་བའི་རྒྱུ་ནི་མང་བ་སྟེ།  
།གསོན་པ་ཡི་ནི་ཉུང་ཟད་ཅིག། །དེ་དག་ཐམས་ཅད་འཆི་བའི་ཡང་། །དེ་བས་  
རྟག་ཏུ་ཆོས་མཛོད་ཅིག། །ཅེས་གསུངས། བྱི་ནང་གི་འཆི་རྒྱུ་མང་བར་མ་  
ཟད། གསོན་རྒྱུ་ཡང་འཆི་རྒྱུ་དུ་འགྲོ་བ་མང་སྟེ། །ཁང་པ་དྲིལ་བ་དང་། བྱ་  
ཞིག་ཅིང་བྱབ་པ། རྟས་བསྐྱར་ཞིང་བརྟུག་པ། གཉེན་གྲོགས་ཀྱིས་བསྐྱས་པ།  
ཟས་མ་འཕྲོད་པ་སོགས་དུ་མས་འཆི་རྒྱུ་བྱེད། དེས་ན་རང་རེའི་ཆེ་སྒོག་ནི་  
རྒྱུ་དམར་ནང་གི་མར་མེ་དང་མཚུངས་ཏེ། ལྷ་སྐྱབ་ཀྱིས། འཆི་བདག་རྒྱུ་  
བྱི་ནང་གནས་པ། །རྒྱུ་དམར་ནང་འདུག་མར་མེ་བཞིན། །ཞེས་གསུངས།

རྒྱ་མཆོན་གསུམ་པ་ལུས་ཤིན་ཏུ་ཉམ་ཆུང་བས་ཀྱང་ནམ་འཆི་ལ་དེས་  
པ་མེད་པ་ནི། དེ་ལྟར་འཆི་རྒྱུ་མང་ཞིང་གསོན་རྒྱུ་ཉུང་ནའང་། རང་ཅག་  
གི་ལུས་འདི་སྤྱི་ཞིང་མཐེགས་པ་ཞིག་ཡོད་ན། འཆི་རྒྱུ་མང་ཡང་མི་སྒྲིན་  
མོད། འདི་ནི་ཆུའི་ལྷ་བ་ལྟར་ཆེར་མ་བྱུག་པ་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་འཆི་བ་སོགས་  
རྒྱུ་ཆེན་པོ་མི་དགོས་པར་འཆི། སྤྱི་མཐེགས་ཤིག་ཡིན་ཀྱང་མི་ཕན་ཏེ།  
བཤེས་སྤྲིངས་ལས། ས་དང་ལྷན་པོ་རྒྱ་མཆོ་ཉི་མ་བདུན། །འབར་བས་  
བསྐྱེགས་པའི་ལུས་ཅན་འདི་དག་ཀྱང་། །ཐལ་བ་ཡང་ནི་ལུས་པར་མི་འགྱུར་  
ན། །ཤིན་ཏུ་ཉམ་ཆུང་མི་ལྟ་སྒོས་ཅི་འཆོལ། །ཞེས་དང་། ཆེ་འདི་གཞོད་མང་  
རྒྱུ་གིས་བཏབ་པ་ཡི། །ཆུ་ཡི་ཆུ་བྱར་བས་ཀྱང་མི་རྟག་ན། །དབྱགས་རྩལ་  
དབྱགས་འབྱུང་གཉིད་ཀྱིས་ལོག་པ་ལས། །སད་ཁོམ་གང་ལགས་དེ་ནི་ངོ་  
མཆར་ཆེ། །ཞེས་རང་གཉིད་ལོག་པའི་སྐབས་དབྱགས་རགས་པ་འབྱུང་རྩལ་

ནམས་བསྐྱུས་ཏེ་འབྱུང་བ་ཕྱ་མོའི་རྒྱུ་ལྡན་བྱུག་གི་རྒྱ་བ་མ་ཆད་པར། འབྱུང་  
 བ་རགས་པའི་རྒྱུ་གི་དབྱུགས་འབྱུང་རྒྱུ་བསྐྱུས་པ་སངས་མ་ཞི་བ་དེ་  
 རོ་མཆར་ཆེ་བར་གསུངས། དེས་ན་ནམ་འཆི་ངེས་མེད་འདི་བསམས་ནས།  
 གསོད་བྱེད་ཀྱི་དགྲ་འོང་བར་ངེས་ནས་ནམ་འོང་ཆ་མེད་ན། དེ་རིང་ནས་དེ་  
 བསྐྱུས་པ་སོགས་ལ་བཙུན་པ་ལྟར་ད་ལྟར་རང་ཆོས་བྱེད་སྒྲུལ་བ་བྱ་ཡི། ཆོས་  
 བྱེད་དགོས་མོད། ད་ལོ་སང་མོད་ཅམ་དུ་ལས་ཀའི་མཁུག་ཅིག་བསྐྱུ་བྱ་ཡོད་  
 པས་དེ་ཟིན་ནས་ཆོས་བྱེད་སྒྲུལ་བ་ནི་རང་གིས་རང་བསྐྱུས་པ་ཡིན་ཏེ། རྗེ་གྲུང་  
 ཐང་པས། ལོ་ལྔ་བ་འདི་ལ་འདི་སྤང་གི། །ལས་བྱེད་ཆགས་སུ་ཚུད་བྱས་  
 ནས། །སྤྲར་གཙང་མའི་ཆོས་ཞིག་བྱེད་སྒྲུལ་བ། །འདི་ཐམས་ཅད་བསྐྱུ་བའི་  
 རྒྱུ་འདྲེ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས། ང་ཆོས་ལས་ཀ་འདི་དང་འདིའི་མཁུག་ཟིན་  
 ནས་ཆོས་བྱེད་སྒྲུལ་བ་འོང་ཡང་། ལས་འཕྲོ་མི་ཤུག་ཁ་སྐྱུ་བཞིན། །བཅད་ཀིན་  
 བཅད་ཀིན་རྗེ་མང་ཡིན། །གསུངས་པ་ལྟར་ལས་ཀ་གཅིག་ཟིན་ལོང་མེད་པར་  
 དེ་ནས་ཡང་ལས་ཀ་གཞན་ཞིག་བྱུང་ནས་དེ་མཁུག་བསྐྱུ། ཡང་གཞན་ཞིག་  
 བྱུང་སྟེ་དེ་མཁུག་བསྐྱུ་སྒྲུལ་བ་ལས་འདིག་རྟེན་གྱི་ལས་ཀ་རྒྱ་གཉེར་བཞིན་  
 ཆར་རྒྱ་ཕྱུང་བད་ཀྱང་མེད། གྲུང་ཐང་པས། ཆོས་བྱེད་ཀྱི་སངས་ཉིན་འཆར་གྱི་  
 བར། །འཆི་དུས་ཀྱི་དེ་རིང་སྐྱེ་བས་ཉིན་ཆེ། །ད་རང་མགོ་རང་གིས་མ་བསྐྱོར་  
 བར། །ཆོས་བྱེད་ན་དེ་རིང་ཉིད་ནས་གྱིས། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན། འདི་  
 ཆར་ནས་ཆོས་བྱེད་ཅེས་པའམ། སངས་ཉིན་ཆོས་བྱེད་ཅེས་སོགས་དུས་སྒོ་  
 བསྐྱེགས་ནས་ལས་ཀ་མ་ཆར་བར། ད་དེ་རིང་འཆི་རན་སོང་ཞེས་པ་དེ་ཐོག་



བབ་པ་ལྟར་འབྱུང་ངེས། དེ་ལྟར་རྒྱ་མཚན་གསུམ་གྱིས་ནམ་འཆི་ལ་ངེས་པ་  
མེད་པར་བསམས་ནས་ད་ལྟ་ནས་འདྲིལ་ཏེན་གྱི་ལས་ཀ་ཅམ་གྱིས་བཞག་  
སྟེ། སང་བྱ་གནངས་བྱར་མ་སོང་བར་ཆོས་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་བྱེད་པར་ཐག་བཅད།  
དེ་ཡང་སྒོ་བ་གཉེར་བས་ཆོགས་ཆོས་རྩ་འགྲིམ་འཕྲོ་བཞག་ནས་རི་ཕྱག་ཏུ་  
འགྲོ་མི་དགོས་ཀྱི། ད་ལྟ་བྱེད་བཞིན་པའི་ཆོས་དེ་ཆོས་སུ་བསྐྱར་དགོས་པ་  
ཡིན། དཔེར་ན། སྒོན་ཆད་ཆོག་ཅམ་བཏོན་པ་ལ་བྱས་ན། སངས་རྒྱས་ཆོས་  
ཆོགས་མ་ཡང་སྒོང་ཆར་ཅམ་བཏོན་ཆར་མོད། བསམ་མཐོ་ལེགས་པར་  
བཏང་ནས་ཆར་གཅིག་ཀྱང་བཏོན་འདུག་གམ་བལྟས་ན་དེ་ལྟར་ཆོས་དགོན་  
པ་ཡོད། དེས་ན། ཆོང་དང་ཞིང་གི་སོ་ནམ་ལ་བཙོན་པ་སོགས་ནི་ཆོས་སུ་  
བསྐྱར་དུ་མེད་ཀྱང་། རང་རེ་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱིས་བྱེད་བཞིན་པ་འདི་  
ག་རང་ཆོས་སུ་བསྐྱར་དགོས་ཏེ། རང་རེ་པལ་ཆེར་གྱིས་ཆོས་མ་བསྐྱབས་  
པས་ཕོངས་པ་མ་གཏོགས། མ་ཤེས་པ་གཅིག་ཕུས་ཕོངས་པ་མིན་གསུངས།  
ཅུ་བ་གསུམ་པ་འཆི་བའི་ཆེ་ཆོས་མ་གཏོགས་གང་གིས་ཀྱང་མི་པན་  
པར་བསམ་པ་ལ་རྒྱ་མཚན་གསུམ་ལས། དང་པོ་ནོར་གྱིས་མི་པན་པ་ནི།  
ཆངས་པ་བརྒྱ་བྱིན་དང་འཁོར་སྐྱར་ལྟ་བུ་ཡིན་ཡང་འཆི་བའི་ཆེ་གཡོག་པོ་  
གཅིག་ཀྱང་འབྲིད་ས་མེད། རྒྱ་ནོར་རྩལ་སྟེ་གཅིག་ཀྱང་འབྲེར་དབང་མེད་  
པས་དེ་དུས་མི་པན། དུལ་ཁམས་ཀྱན་ནས་དབང་ཆེ་བའི་རྒྱལ་པོ་ཡང་འཆི་  
རན་པ་ན། རྣམ་འབྱུང་ཅམ་ཡང་འབྲེར་དུ་མེད་ལ། སྤང་པོས་འབྲལ་མེད་དུ་  
སྤྲེར་བའི་བེར་ཀ་ཡང་བཞག་ནས་འགྲོ་སྟེ། རྒྱལ་པོ་རྒྱལ་གཞིས་བཞག་ནས་

འགྲོ། །སྤང་པོ་བེར་ཀ་བཞག་ནས་འགྲོ། །ཞེས་དང་། མདོ་སྡོན་ཤིང་ལས།  
ལོ་བརྒྱར་འདང་བའི་བས་ཡོད་ཀྱང་། །འཆི་བའི་ནང་པར་སྟོགས་པར་འགྲོ།  
ལོ་བརྒྱར་འདང་བའི་གོས་ཡོད་ཀྱང་། །འཆི་བའི་ནང་པར་གཅིར་བྱར་འགྲོ།  
ཞེས་དང་། སྟོད་འཇུག་ལས། ཐམས་ཅད་ཐོར་ཏེ་ཆ་དགོས་པར། །བདག་  
གིས་དེ་ལྟར་མ་ཤེས་ནས། །མཛའ་དང་མི་མཛའ་དོན་གྱི་ཕྱིར། །སྤྲིག་པ་རྣམ་  
པ་སྒྲ་ཆོགས་བྱས། །ཞེས་དང་། སྟེ་ན་གཅིག་ཕྱར་སྟེ་འགྱུར་ཞིང་། །འཆི་  
ནའང་དེ་ཉིད་གཅིག་འཆི་སྟེ། །སྤྱག་བསྐྱེད་སྤྱེད་གཞན་མི་ལེན་ན། །གོགས་  
བྱེད་མཛའ་བོས་ཅི་ཞིག་བྱ། །ཞེས་གསུངས། སྤར་མི་གཅིག་གིས་རྫོ་ཆེན་  
པོ་གཅིག་བྱ་བཞིར་བརྟར་བ་ལ། །གཞན་ཞིག་གིས་འདིས་ཅི་བྱེད་བྲིས་པས།  
བསྐྱར་འཛོག་པ་ལས་གཞན་གང་ཡང་མི་བྱེད་བེར་བ་བཞིན། །འདིག་ཏེན་  
འདིར་བཟོས་བཟོས་པའི་ནོར་ལོངས་སྟོད་ཐམས་ཅད་བཞག་ནས་འགྲོ།

གཉིས་པ་གཉིན་བཤེས་ཀྱིས་མི་པན་པ་ནི། །འཁོར་གཡོག་ །སྟོབ་མ།  
གཉིན་འབྲེལ་སྟོང་དང་འབྲ་བ་མང་པོས་མཐའ་བསྐྱོར་ཏེ་རྒྱང་འཇུ་ལག་འཇུ་  
བྱས་ཀྱང་མི་འཆི་བ་ལ་མི་པན་ཞིང་། །དེ་དག་གཅིག་ཀྱང་འབྲིད་ས་མེད་པར་  
རང་གཅིག་ཕྱ་བར་དོའི་འབྲང་འགྲིམས་ནས་འགྲོ་སྟེ། །བྱ་བ་ཆེན་མི་ཏུ་རྫོ་གིས།  
སྟོ་གཅིག་རི་ལྟར་བྱོད་འབྱོར་ཀྱང་། །གཤེགས་ནས་འདིག་ཏེན་གཞན་བཞུད་  
ཆོ། །ཟླ་ངམ་ཐང་ལ་དགས་བཅོམ་ལྟར། །གཅིག་ཕྱ་སྤས་མེད་བཙུན་མོ་མིན། །  
ཞེས་སོགས་དང་། སྟོད་འཇུག་ལས། གཤེན་རྗེའི་པོ་ཉས་ཟེན་པ་ལ། །གཉིན་  
གྱིས་ཅི་པན་བཤེས་ཅི་པན། །ཞེས་དང་། བཤ་ཆེན་ཆོས་རྒྱན་གྱིས། བཙེ་

ཞིང་ག་དུང་བའི་གཉེན་དང་གཏན་བྲལ་བྱས། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་  
རོ། །དེ་ལྟར་འགའ་ཞིག་ད་ལོའི་དགུན་ཐོག་ཏུ་འཆི་ངེས་པ་ཡོད་ན། དེས་སང་  
མོད་ཀྱི་ལས་དོན་ཚུལ་ནས་ཅི་བྱེད། དེ་ལྟར་རེ་རྒྱ་གར་རྒྱ་ནག་སོགས་  
སྤུ་འགྲོ་བ་ལ་ཏ་ལས་ནས་དོ་གལ་ཆེན་པོ་བྱས་ཏེ་འགྲོ་ཆས་ལ་བཙོན་མོད།  
དེར་ཏྲ་བེལ་འཁོར་གཡོག་དང་བཅས་ཏེ་འགྲོ་རྒྱ་ཡོད་ལ། འཛིག་ཏེན་པ་རོལ་  
ཏུ་བསྐྱས་ཆེན་པོ་འདེགས་པ་ན། གྲོགས་མེད་ཅིང་རང་གཅིག་ཕྱར་ལོངས་  
སྤོད་སྤུ་ཅམ་ཡང་འབྲེར་དུ་མེད་པར་འགྲོ།

གསུམ་པ་ལུས་ཀྱིས་ཀྱང་མི་པན་པ་ནི། ཞི་བའི་ཆེ་རི་ཐམས་ཅད་  
གསེར་དུ་བྱིན། མི་ཐམས་ཅད་གཉེན་དུ་གྱུར་ཀྱང་པན་པ་མེད་ཅིང་ནོར་  
ལོངས་སྤོད། ཉེ་འབྲེལ་སོགས་ལྟ་ཞིག །མངལ་ནས་རང་དང་མཉམ་དུ་སྐྱེས་  
ཞིང་། ངའི་ལུས་ཞེས་འབྲག་དོགས་ལྟོགས་དོགས་དང་། ཆེར་མ་བྱུག་པ་ཅམ་  
ཡང་མི་མོད་པར། ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་ལྟར་གཅེས་པར་བསྐྱངས་བསྐྱངས་  
པའི་ལུས་འདི་ཡང་ཤུལ་དུ་བཞག་སྟེ་འགྲོ་བ་ཡིན། དེས་ན་ཇི་ཆོས་རྒྱན་  
ཀྱིས། གཅེས་པར་བསྐྱངས་པའི་ལུས་ཀྱིས་དགོས་དུས་བསྐྱས། །གསུངས་  
པ་ལྟར་ཐ་ན་གཅེས་པར་བསྐྱངས་པའི་ལུས་འདི་དང་ཡང་འབྲལ་དགོས་ཚུལ་  
སོགས་བསམ། དེ་ལྟར་རྒྱ་མཚན་གསུམ་བསམས་པའི་མཐུག་ཏུ། དེ་ལྟར་  
བསམས་ནས་འཛིགས་ཞུས་མེར་བསྐྱད་པས་མི་པན་པས། ཀྱང་ཐང་བསྟན་  
པའི་སྒྲོན་མེས། ལམ་རྒྱས་མེད་ཀྱི་ས་མཁན་ཆོས་ཡིན་ཞིང་། །ལམ་ཤུལ་  
རིང་གི་ལམ་རྒྱགས་ཆོས་ཡིན་ལ། །ལམ་བཟོད་དགའི་དེད་དཔོན་ཆོས་ཡིན་

པས། །དུས་ད་ནས་སྒོ་གསུམ་ཆོས་ལ་སྒྱུར། །ཞེས་དང་། རྗེ་མིད་ལས། །ཡང་  
གོ་ཉ་མ་དཔལ་དར་འབྲུམ། །གསོན་དང་ཐུག་མོ་དད་པ་ཅན། །ཆེ་འདི་བས་  
ཕྱི་མ་བཤུལ་ཐག་རིང་། །རྒྱགས་ཕྱེ་གྲབས་སུ་ཚུད་ལགས་སམ། །རྒྱགས་  
ཕྱེ་གྲབས་སུ་མ་ཚུད་ན། །སྦྱིན་པ་ཡིན་པས་བཏང་ཡང་འཆོལ། །ཞེས་དང་།  
ཡང་གོ་ཉ་མ་དཔལ་དར་འབྲུམ། །ཆེ་འདི་བས་ཕྱི་མ་འདིགས་པ་ཆེ། །སྦྱེལ་  
མ་གྲབས་སུ་ཚུད་ལགས་སམ། །སྦྱེལ་མ་གྲབས་སུ་མ་ཚུད་ན། །ལྟ་ཆོས་  
ཡིན་པས་བྱེད་ཀྱང་འཆོལ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རང་འཆི་བའི་དུས་སུ་  
ལམ་བཟོད་པའི་ས་མཁན་དང་། དེད་དཔོན་ལམ་རྒྱགས་ཀྱང་ཆོས་ཡིན།  
ཆོས་བྱེད་རྒྱ་མ་བྱུང་བར་སྤང་བར་གྱི་བྱི་ཀན་རྒྱ་བོ་ཤི་བ་དང་བྱེད་མེད་དུ་  
འཆི་ན་ཅི་དག་བསམ་སྟེ། འབྲུལ་པ་པ་ཡུལ་དུ་འགོ་མཁན་ཆོས་སྟོད་རྒྱའི་  
གྲབས་གཤོམ་མི་བྱེད་པར་འགོ་ཆས་འབའ་ཞིག་ཆགས་སུ་ཚུད་ཐབས་བྱེད་  
པ་བཞིན། ཆེ་འདིའི་འབྲི་བས་མ་གོས་པའི་ཆོས་ཁོ་ན་བྱེད་པར་ཐག་གཅད་  
དགོས་སོ།།

གཉིས་པ་འཆི་བའི་རྣམ་པ་བསྒྲོམ་པ་ནི། བདག་གི་སྤྲ་མ་རིན་པོ་ཆའི་  
མན་ངག་ཡིན། འདི་གཙོ་བོ་སྤྱོད་བྱིད་སྤྱོད་ཚུལ་ཡིན་པས་སྤྱོད་སྐབས་ཀྱང་  
འདི་ལྟར་བསམ་ན་ལེགས་པར་གསུངས། དེ་ཡང་། སྐབས་ཐུགས་རྗེ་མ་  
དང་། བཤེད་ཆོས་རྒྱན་གྱིས་བར་དོ་འཕྲང་སྒྲོལ་གྱི་གསོལ་འདེབས་ལས་  
གསུངས་པ་རྣམས་ཀྱང་བྲན་པར་བྱས་ནས། བདག་ཉིད་འཆི་ནི་འཆི་ལ། དེའི་  
ཆེ་རི་ལྟར་བྱེད་པར་འདུག་བརྟག་པ་ན། འཆི་བ་ལ་ཉེ་བའི་ཆེ། བར་དོ་གསོལ་

འདེབས་ལས། སྒྲན་པས་བོར་ཞིང་རིམ་གྲོས་བསྒྲེག་ཏུ་མེད། །གཉེན་རྣམས་  
གསོན་དུ་རེ་བའི་རེ་ཐག་ཆད། །རང་ཉིད་ཅི་བྱ་གཏོལ་མེད་གྱུར་པའི་ཆོ། །སྒྲ་  
མའི་གདམས་ངག་བྲན་པར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོ་བས། །ཞེས་པ་ལྟར་སྒྲན་དབྱེད་རིམ་  
གྲོ་རིམ་ལྟར་བྱས་ཀྱང་ནད་རིམ་ཐུར་སོང་། སྒྲན་པས་ཀྱང་གཏམ་ཉིས་འགྲོ་ཞིག་  
བཤད། གཉེན་བཤེས་རྣམས་གྱིས་ཀྱང་དངོས་སུ་སྐྱད་ཆ་སྒྲན་པོ་རེ་བཤད་  
ཀྱང་། རྒྱུ་ཏུ་བསྐྱུ་གསོག་འདྲ་བརྒྱུ་ཅིང་ཤི་རྒྱུར་ཐག་གཅོད། རང་ལུས་  
གྱི་རྩོད་སྒྱུད། དབྱུགས་བརྟེན་སྤྲུལ། སྤྲོ་ཞེས། མཆུ་བརྟེན་སྤྲུལ། མདངས་ཤོར་བ་  
སོགས་ཕྱི་ནང་གི་རྣམ་འགྱུར་མི་སྤྲུག་པ་སྤྲོ་ཆོགས་སྒྲོན། སྤྲར་བྱས་གྱི་སྤྲིག་  
པ་ལ་ནི་འགྲོད། བཤགས་སྤྲོམ་དང་དགོ་བ་རྣམ་དག་བསྐྱབས་པའི་གདེང་  
ནི་མེད། གནད་གཅོད་གྱི་སྤྲུག་བསྐྱུལ་དང་། འབྱུང་བ་ཐིམ་རིམ་གྱི་རྟགས་  
རྣམས་ཤར་ཞིང་། འབྱུལ་སྤྲང་འཇིགས་སྤྲུག་སྤྲོ་ཆོགས་གྱི་ངང་ནས་ཆེ་འདིའི་  
སྤྲང་བ་བཀྲ་ལམ་པ་དེ་འགག་འགྲོ། སྤྲང་པོ་ནི་ཁང་པའི་བྱར་ཁུག་ཅིག་ལ་  
ཉལ་གཟན་གྱིས་བསྐྱེད་ཏེ་བཞག། །ཡོལ་བས་བྲེས་ཏེ་མར་མེ་ནག་ཁོག་གི་  
བ་ཞིག་སྤྲར། སྒྲ་མ་ལྟ་བུ་ཡིན་ན་དབང་རྣམས་སོགས་བཀོན་ཏེ་འདྲ་ཆགས་པོ་  
ཞིག་བཟོས། ད་ལྟ་ཁང་བཟང་དང་གོས་སྒྲན་འཇམ་ཞིང་རྩོ་བ་ལ་བརྩོན་ཀྱང་  
འཆི་བའི་དུས་རང་ལུས་སྤྲུལ་བསྐྱབ་བྱས་ནས་འབྲེང་ཐག་ལྟ་བུས་བསྐྱུལ་བ་  
དང་། ས་རྩོ་རྩོན་པའི་སྤྲོད་དུ་བསྐྱུར་བ་སོགས་བྱེད། ད་ལྟ་བས་གང་ཞིམ་ལ་  
མོངས་སྤྲོད་ཀྱང་ནམ་ཞིག་གསུར་གྱི་དྲི་ཅམ་ལ་རེ་ནས་སྤྲོད་དགོས་པ་དང་།  
ད་ལྟ་སྒྲན་པའི་མིང་དགོ་བཤེས་དང་སྤྲོ་ཞབས་དང་དགོ་སྤྲོད་ལགས་སོགས་

ཟེར་ཡང་། རྣམ་ཞིག་ལུས་འདི་ལ་རོ་ཞེས་བྲ་བ་དང་། མིང་དེའི་ཐོག་མཐར་  
 ཆེ་འདས་དང་དེ་ཉིད་ཟེར་བའི་དུས་ཤིག་འོང་། ལྷ་མ་ཆོས་དབང་རྣམས་མཐོང་  
 བ། ག་ཤེགས་ཆེ་གདུང་ལ་དབང་རྣམས་བཀོན་ལུགས་དང་། རང་རེ་ཉལ་  
 གཟན་མཐོང་ཆེ་འང་རོ་ཉལ་གཟན་གྱིས་བསྐྱེལ་བ་དེ་བློ་དགོས་པའི་ཆོད་  
 ཡིན། རྗེ་མིང་ལས། རོ་ཞེས་འདིགས་སུ་རུང་བ་དེ། །རྣལ་འབྱོར་ལུས་ཀྱི་ཅ་  
 བ་གདལ། །གསུངས་པའང་ལུས་འདི་ཉིད་ཡིན།

ཤི་ནས་བར་དོར་འབྱོ་ཞིང་དེའི་ཆེ་ས་རྒྱང་ལོག་པ་དང་། མེ་རྒྱང་ལོག་  
 པ་སོགས་གྱིས། རི་ཐོ་རལ་བ་དང་ས་ཆེན་པོའི་འོག་ཏུ་ནོན་པ། མེ་འབར་བའི་  
 རྫོང་དུ་ཚུད་པ། ཚུ་དང་རྒྱང་གིས་བྱེར་བ་སོགས་འབྲུལ་སྤང་དང་འདིགས་  
 སྒྲག་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་ཡོད། ལྷ་མ་འགའ་ཞིག་གིས་བར་དོའི་ངོ་སྤྱོད་  
 ཨམ་ཞིག་བྱེད་པ་ཡིན་ཞེས། རོའི་མགོར་ངོ་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱང་། བར་དོ་ངོ་སྤྱོད་  
 ངོ་མ་ཞིག་བྱེད་ཆེ་ད་ལྟ་མ་ཤིའི་གོང་དུ་བྱས་ན་དོན་ཆེ་བ་འོང་སྟེ། དེད་ཆོས་  
 བཟའ་བཏུང་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པ་སོགས་ནམ་རྒྱུན་ཏྲག་ཏུ་འོང་ངེས་ཤེས་པའི་  
 བྲ་བ་རྣམས་ཀྱང་། འཆི་རན་ཏེ་ང་ཡར་འཐེན་ཞེས་ཟེར་དགོས་པའི་སྐབས་  
 མི་འོང་ན། མ་ཤི་གསོན་པོའི་སྐབས་མི་འོང་བའི་ཆོས་དེའི་དུས་སུ་མི་འོང་  
 བར་ཐག་ཆོད། འོན་ཀྱང་དེའི་ངོ་སྤྱོད་པ་སོགས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱལས་  
 བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བས་རུང་བྱད་རེ་པན་ཅམ་འབྱུང་བ་ནི་སྤིད། འཆི་བའི་  
 རྣམ་པ་བསྐྱོམ་པའི་ཁུངས་ཀྱང་སྤྱོད་འཇུག་ལས། དུར་ཁྱོད་སོང་ནས་གཞན་  
 དག་གི་ །རུས་གོང་དག་དང་བདག་གི་ལུས། །འདིག་པའི་ཆོས་ཅན་དག་ཏུ་



ནི། །ནམ་ཞིག་འགོ་སྟོམས་བྱེད་པར་འགྱུར། །གསུངས་པ་འདི་ཡིན། ད་ལྟ་  
གཞན་ཞི་ནས་དུར་དུ་གཏོར་བའི་རུས་པ་དང་། རང་གི་རུས་པ་གཉིས་ཁྱད་  
མེད་པར་ནམ་ཞིག་འགོ་སྟོམས་པ་འོང་སྟེ། དུར་ཁྱོད་ན་ཡོད་པའི་རོ་དེ་ཡང་  
དང་པོར་བདག་གི་ལུས་བཞིན་དུ་མི་གཅིག་གིས་གཅེས་པར་བཟུང་བ་ཞིག་  
ཡིན། རྒྱ་གར་གྲུབ་ཆེན་རྣམས་ཀྱིས་མི་རྒྱུད་དང་མི་ཐོད་བསྐྱམས་པ་ཡང་  
འདིགས་རྒྱུས་སྟོན་པ་དང་། བསྐྱེགས་ར་བྱེད་པའི་བྱིར་མིན་པར་འཆི་བའི་  
རྣམ་པ་དུན་པའི་ཆེད་ཡིན་ལ། ཐོད་པ་དེ་ཡང་སྒྲར་མི་ཞིག་གི་མགོ་ལ་ཡོད་  
པ་སེན་མོ་ཅུང་ཟད་བཅུགས་ན་འང་ཨ་ཆ་ཆ་ཟེར་དགོས་པའི་ཤིན་ཏུ་གཅེས་  
པ་བྱེད་ས་ཞིག་ཡིན། གྲ་རྒྱུད་ལྟ་བུ་ཡིན་ན། རང་གི་ཤག་དེའང་ཁང་སྟོང་  
ལྟར་བྱས་ཏེ། དེར་གཞན་ཞིག་སྟོད་འོང་བ་དང་། ཁོ་ཞི་ནས་ཞག་གྲངས་འདི་  
སྟོད་ཅིག་ལོན་སོང་ཟེར་བ་དང་། རང་གི་ལུས་ལ་གྱོན་པའི་ཆོས་གོས་ཀྱང་  
གཞན་ཞིག་གིས་གྱོན་ནས། འདི་ཆེ་འདས་ཆེ་གོ་མོའི་རེད། བདག་གིས་  
ཉོས་པ་ཡིན་ཟེར་བ་འོང་། དེ་བཞིན་དུ་ད་ལྟའི་རང་གི་ཅ་ལག་གོས་སོགས་  
ལོངས་སྟོད་མ་རུས་པ་རྣམས་ཉིན་གཅིག་མི་གཞན་གྱིས་ཉོས་ནས་ལོངས་  
སྟོད་པའི་དུས་ཤིག་ངེས་པར་འོང་བས། འདི་དག་གྱུང་རྒྱལ་མཆོག་བསྐྱལ་  
བཟང་རྒྱ་མཆོས། འབྱོར་པ་འདི་ཡང་དུས་ཀྱིས་འདོར་ངེས་བརྟན་པོའི་རྒྱན་  
ལ་དགའ་སྟམ་བཞིན། །ཞེས་པ་ལྟར། ཡུན་རིང་ཐུང་ཅམ་ལས་གཡར་པོ་ཉིད་  
ཡིན།

རང་འཆི་བའི་སྟོ་མི་འཆར་ན།      མི་གཞན་ཞི་བའི་མདུན་དུ་སོང་སྟེ་

བལྟ་བར་བྱ། མན་ངག་འདིས་ནི་མི་འཆར་བ་མི་སྲིད། རང་ཅག་གིས་མ་  
 བསམས་པ་མ་གཏོགས་ངེས་པའི་ཐག་པ་མཐོང་ནའང་ཅིའི་སྒྲིབ་མི་འདིགས་  
 ཏེ། འདིགས་དགོས་པའི་ཆོད་ཡིན། ཆོས་གོས་ལྟ་བུ་གཅིག་མ་བཟད་པ་ནས་  
 འཆི་བར་འགྱུར་བ་ལ་བསམ་ན་ཆེ་ཤིན་ཏུ་བྱུང་། འདི་རྒྱལ་པོ་ལ་གདམས་  
 པའི་མདོ་ལས་གསུངས་ཤིང་། ཟས་གོས་སོགས་གྲུ་ཞོམ་པར་སྦྱོད་པའི་ཆེ་  
 རྒྱགས་པ་སྦྱེ་བའི་གཉེན་པོར་མི་རྟག་པ་བསྐྱོམ་ཚུལ་ལྷ་དམར་ལམ་རིམ་ནས་  
 འབྱུང་བ་ལྟར་རྒྱན་དུ་བསམ་སྟེ། རང་གི་གོས་སོགས་ལོངས་སྦྱོད་མཐོང་བ་  
 བ། འདི་དག་ནི། ད་ལྟ་རང་གི་ཡིན་མདོག་མདོག་བྱེད་ཁུལ་ཅམ་ལས། རྣམ་  
 ཞིག་ན་གཞན་དག་གིས་པན་ཚུན་འབྲེར་ཞིང་། འདི་ཆེ་འདས་དེའི་རེད་ཅེས་  
 སྒྲ་བར་གདོན་མི་བླ། རང་གི་ལུས་ལའང་ད་ལྟ་འདི་ཉིད་བདག་གིས་གཅེས་  
 པར་བསྐྱངས་བསྐྱངས་པ་ལས། རྣམ་ཞིག་ན། རོ་ཞེས་པ་མཐོང་ན་འདིགས་  
 ཤིང་། རེག་ན་སྦྱག་གོ་བའི་གནས་སུ་གྱུར་ཏེ། ཐག་པས་བསྐྱམ་པ་སོགས་  
 གྱི་རྣམ་འགྱུར་འདི་དང་འདི་ལྟ་བུར་བྱེད་པར་འགྱུར་སྐྱམ་པ་དང་། ཅམ་ལྟག་  
 གིས་མཆོད་ཅམ་དང་། སྒྲས་མགོ་ནས་བར་དོ་རོ་སྦྱོད་བྱེད་ཚུལ་སོགས་  
 བསམ། ཀ་ལི་སོགས་ཀྱང་གཞན་གྱིས་སྒྲངས་ཏེ། འདི་དེའི་ཀ་ལི་རེད།  
 ལེགས་ཉེས་ག་འདྲ་འདྲག་ཟེར་བའི་དུས་ཤིག་ངེས་པར་འོང་བས་ན། སྒོན་  
 ཚུད་ནས་འགྲོད་མི་དགོས་པ་ཞིག་ངེས་པར་བྱེད། འཆི་བ་མི་རྟག་པའི་རྟོགས་  
 པ་རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་པའི་ཆོད་དགོ་བཤེས་ཁ་རག་པ་ལྟ་བུ་དགོས་གསུངས་ནས།  
 སྒྲར་ཡང་འབྲིང་དུ་སྦྱོས་པའི་བསྐྱར་བ་འདྲ་མཛད།

༥ ཉིན་བཅུ་གཅིག་པར། རི་སྐད་དུ་མདོ་སྡེ་རྒྱ་ཆེར་རོལ་པ་ལས། སྤྲོད་  
གསུམ་མི་རྟག་སྟོན་ཀའི་སྤྲོན་དང་འདྲ། །འགྲོ་བའི་སྤྲེའཆི་གར་ལ་བལྟ་དང་  
མཆུངས། །འགྲོ་བའི་ཆེ་འགྲོ་ནམ་མཁའི་སྟོག་འདྲ་སྟེ། །རི་གཟར་འབབ་ཆུ་  
བཞིན་དུ་སྐྱར་མགྲོགས་འགྲོ། ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན། སྤྲོད་པ་གསུམ།  
ས་གཞི་རི་རབ་དང་བཅས་པ་ཡང་སྟོན་ཀའི་སྤྲོན་དང་འདྲ་བ་དང་། འགྲོ་བ་  
རྣམས་ཀྱི་སྤྲེའཆི་ནི་གར་ལ་བལྟ་བ་ལྟར་སྐད་ཅིག་སྐད་ཅིག་ལ་འགྱུར་ནས་  
འགྲོ་ཞིང་། རང་ཅག་རྣམས་ཀྱི་ཆེ་འདྲ་རིང་དུ་མི་གནས་པར་སྟོག་འབྱུགས་པ་  
ཅམ་ཞིག་དང་། དེའང་སྐད་ཅིག་རེ་རེ་བཞིན་འདྲིག་ཅིང་སྟོད་པ་མེད་པར་རི་  
གཟར་གྱི་འབབ་ཆུ་ལྟར་སྐྱར་དུ་རྒྱག་འགྲོ་བ་ཡིན་པས། དེའི་ཕྱིར་ད་ལྟ་ཉིད་  
ནས་ཆོས་བྱེད་སྟམ་པ་དང་། དེ་ཡང་དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
བསྟོད་པ་གཅིག་པའི་ལམ་བུར་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལྟ་བུ་ལ་འཇུག་པ་ཉིད་  
མཆོག་ཡིན་པས། དེས་ན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
གོ་འཕང་འཕྲོག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བུར་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་བྲིད་ཞུས་ནས་  
ཉམས་སུ་སྤང་དགོས་ཚུལ་སོགས་ཀྱན་སྟོང་འཆོས་པ་དང་། སྤར་ས་བཅད་  
རི་ལྟར་སོང་ཚུལ་རྣམས་གསུངས་ཤིང་། །ཁ་སང་གི་མི་རྟག་པའི་སྐོར་ལ་  
བསྐྱར་བཤད་མཛད་མཆོམས།

འདྲིག་རྟེན་ཕྱི་མ་དོན་གཉེར་གྱི་བསམ་པ་བསྐྱེད་པ་ལ་གཉིས་ཡོད་པའི་  
གཉིས་པ།

འདིག་རྟེན་གྱི་མར་རི་ལྟར་འགྱུར་བ་འགྲོ་བ་གཉིས་ཀྱི་བདེ་སྤྱག་བསམ་བ་ལ།

བདེ་འགྲོའི་སྤྱག་བསམ་བསམ་བ་འོག་ཏུ་སྐྱེས་བྱ་འབྲིང་གི་སྐབས་ནས་  
འགྱུར་བས། འདིར་ངན་འགྲོའི་སྤྱག་བསམ་འཆད་བ་ཡིན། དེ་ལྟར་འཆི་བར་  
ངེས་ཤིང་ནམ་འཆི་ཆ་མེད་ན། ཞི་བའི་རྗེས་སུ་ནམ་ཤེས་རྒྱན་མི་འཆད་པར་  
ངེས་པར་སྐྱེ་བ་ལེན་དགོས། ལེན་ས་ཡང་མཐོ་ངེས་དང་ངན་འགྲོ་གཉིས་  
ལས་མེད། དེ་གང་ཏུ་འགྲོ་རྗེས་དཔག་གིས་གཞལ་བྱས། སྤར་བྱས་བ་ལྟར་  
རང་ངེས་གྱི་མར་གར་སྐྱེ་སྤྱགས་བརྟག་ཞུ་བ་དང་ཅིས་སོགས་བྱེད་ཀྱང་།  
དེ་མི་དགོས་ཏེ། དགོ་བ་བྱས་པས་བདེ་འགྲོ་དང་། མི་དགོ་བ་བྱས་པས་ངན་  
འགྲོར་འགྲོ་བར་སྟོན་བ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་སྤར་ནས་ལུང་བསྟན་བེན་བ་རེད།  
སྐྱེས་རབས་ལས་ཀྱང་། དགོ་དང་མི་དགོའི་ལས་ལས་འདིག་རྟེན་པ་རོལ་  
ཏུ། །བདེ་དང་མི་བདེར་འགྱུར་བར་རབ་ཏུ་ངེས་བྱས་ནས། །སྤྱིག་བ་སྤྲོང་  
ཞིང་དགོ་བའི་ལས་ལ་རབ་ཏུ་འབྱུག། ཅིས་གསུངས། རང་ངེས་སྤྱགས་ཀྱི་  
བསམ་མཛོ་ཡིན་ཟེར་ནས་ཆེ་འདིའི་བདེ་སྤྱག་ལ་དབྱེད་པ་མང་པོ་བྱེད་ཀྱང་།  
དེ་སྤྱགས་ཀྱི་མཛོ་བསམ་མ་ཡིན་པས། དེ་བས་སྒོ་རྒྱ་བསྐྱེད་དེ་གྱི་མར་གར་  
འགྲོ་ལ་བརྟག་དགོས། དེ་བརྟག་པ་ན་སྐྱེ་བ་གྱི་མར་བདེ་འགྲོ་ངན་འགྲོ་གང་  
རུང་ཞིག་ཏུ་འགྲོ་བ་ལས་མ་འདས་ཤིང་། དེ་གཉིས་ཀྱི་གང་ཏུ་འགྲོ་རང་ལ་  
རང་དབང་མེད། དེ་ཡོད་ན་ད་ཆོད་ངན་འགྲོ་བ་སུ་ཡང་མི་འགྱུར། དེས་ན་  
གྱི་མར་གང་ཏུ་སྐྱེ་བ་ནི་ལས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་དགོས་ལ། ལས་དགོ་མི་དགོ་

འདྲེས་མ་མང་དུ་ཡོད་ན་གང་སྟོབས་ཆེ་བ་དང་། དེ་མཉམ་ན་གང་ལ་གོམས་  
པ་ཆེ་བ་དང་། དེའང་མཉམ་ན་སྟོན་དུ་གང་བྱས་པ་དེ་སྟོན་ལ་སྟོན་ནས་འོང་  
སྟེ། མངོན་འགྲེལ་ལས། ལས་ཀྱིས་འཁོར་བར་སྦྱི་གང་དང་། །ཉི་བ་གང་དང་  
གོམས་པ་དང་། །སྟོན་བྱས་གང་ཡིན་དེ་ཀུན་ལས། །སྤྲ་མ་སྤྲ་མ་རྣམ་སྟོན་  
འགྱུར། །ཞེས་གསུངས།

རང་ཅག་ལ་དགོ་མི་དགོ་གཉིས་ལས་མི་དགོ་བ་ཉིད་སྟོབས་ཆེ་སྟེ།  
མནོ་བསམ་པ་ལ་ཆེར་ཆགས་སོགས་ཀྱི་བསམ་པ་ཞིག་ལས་མེད། དེ་མེད་  
ན་དེས་བསྐྱེད་པའི་ལས་ཐམས་ཅད་ནི་མི་དགོ་བ་ཡིན་ཞིང་། དགོ་བ་བྱས་  
པའང་མི་དགོ་བའི་བསམ་པའི་དབང་དུ་འཁོར་ལ། ཆེ་ཕྱི་མའི་དོན་དུ་བསྟོ་བ་  
ཤིན་ཏུ་ཉུང་། དཔེར་ན། དགོ་སྤྱག་ལ་གཏམ་བ་ཤད་བཏང་བ་ལྟ་བུར་མཆོན་  
ན། བསམ་པ་ཁོང་ཁོ་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོས། སྦྱོར་བ་ཆོག་པ་རོལ་པོའི་གནད་ལ་  
གང་པོག་དང་། མཐར་ཡི་རང་སོགས་སྦྱོར་དངོས་རྗེས་གསུམ་ག་སྟོབས་  
ཆེ་བ་ཤ་སྤྱག་འབྱུང་བ་ལྟར། སྤྱིག་པ་བྱས་ཆད་པ་ལ་ཆེར་སྟོབས་ཆེ། དགོ་  
བ་བྱས་པ་ནི། སྟོན་མི་ཞིག་གིས་དགའ་ལྡན་ལྟ་བུར་སྤྲུ་མ་ཞིག་བཏོན་པ་ན།  
སེམས་གཞན་དུ་ཡོངས། གཞན་ལ་གཏམ་ལབ་ནས་ཡང་དབྱུ་ནས་མར་  
འདོན་བསྦྱོར་ལན་གངས་མང་པོར་བྱས་པ་བཞིན། ཁ་ནས་འདོན་པ་ཞིག་  
བཏོན་ཀྱང་སེམས་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཕྱོགས་ལ་ཡོངས། དགོ་བ་སྤྲུ་བུ་ཡོད་པ་  
ཡང་ཁོང་ཁོ་དང་ལོག་ལྟས་བཅོམ། མི་དགོ་བ་ཆུང་དུ་འང་ཉིན་རེ་ཞག་རེར་  
ལྡབ་འགྱུར་ལྡབ་འགྱུར་དུ་འཕེལ། དེ་ཅམ་མ་ཟད། སྟོན་སྟོན་པོ་དང་། མི་མ་

ཡིན་དང་། ཚུ་སྤྱིན། གཅན་གཟན་གདུག་པ་ཅན་སོགས་སུ་སྐྱེས་ནས་སྤྲིག་  
པ་ཆབས་པོ་ཆེ་བྱས་པ་མང་དུ་ཡོད་པའི་ཁར། ཆེ་འདིར་ཡང་གོང་དུ་སྐྱེས་  
པ་ལྷར་སྤྲིག་པ་སྟོབས་ཆེན་གྲངས་མང་ཞིག་བསགས་ཡོད། དེ་དག་ལ་མ་ཞི་  
ཚུན་ཆད་བཤགས་བསྐྱམས་ཀྱིས་གཙང་སིང་རེ་བ་བཟོ་མི་རུས་པ་ནི། ད་  
ལྟའི་ཁ་སྟབས་འདིས་ཤེས། དེས་ན་དགོ་མི་དགོ་གཉིས་ནས་མི་དགོ་བ་རང་  
གོམས་སྟོབས་ཆེ་བ་མངོན་སུམ་ཆད་གྲུབ་ཡིན་པས་སྤྱི་མར་ངན་སོང་དུ་  
འགྲོ་བ་ལས་འོས་མེད། ངན་སོང་དུ་མི་འགྲོ་བའི་གདེང་ནི་སྦྱོར་ལམ་བཟོད་  
པ་མ་ཐོབ་པར་མི་སྐྱེ་ལ། བྱང་སེམས་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་འང་དེར་སྐྱེ་བ་ཡོད་  
པར་གསུངས། དཔེར་ན། རོ་དགོང་ཤག་སྐྱིད་པོའི་ནང་དུ་གདན་འཇམ་པོའི་  
སྟེང་། དགོ་སྟོང་ལགས་སུ་བྱས་ནས་ཉལ། སྟོ་བྱར་གྱི་རྒྱུན་ངན་ཞིག་གིས་  
རྒྱ་བྱས་ཏེ་ཤི། སང་གཉིད་སང་པའི་ཆོད་དེར། རི་སྒྲང་ཐམས་ཅད་མེས་གང་  
བ་ཞིག་ཏུ་སྟེབས་ཆར་འདུག་ན་རི་ལྷར་བྱེད། དེ་ལྷར་ངན་འགྲོར་སྐྱེ་ལུགས་  
ཀྱང་པར་ལྟད་མོ་བལྟ་བ་ལྷར་བྱས་ན་ཡིད་འབྱུང་མི་སྐྱེ་ཞིང་། ལྷ་སྐྱབ་ཀྱིས།  
རབ་ཏུ་ཆ་ཞིང་གང་བ་ཡི། །དཔྱལ་བ་ཉི་མ་གཅིག་བཞིན་དམ། །ཞེས་སོགས་  
གསུངས་པ་ལྷར་ཡི་དམ་གྱི་ལྟའི་བསྐྱེད་རིམ་བསྐྱོམ་པ་བཞིན་རང་ངན་སོང་  
དེ་དང་དེར་སྐྱེས་ཟེན་པའི་ཉམས་བཏོན་ནས་བསྐྱོམས་ཏེ་འདིགས་སྤྲུག་སྐྱེས་  
པ་དགོས། རང་རེས་ཡི་དམ་གྱི་ལྷ་སྐྱབ་བསྐྱོམ་པ་ལ་གཅིགས་ཆེན་པོ་བྱེད་  
ཀྱང་། དང་པོར་རེ་ཞིག་དཔྱལ་བའི་ལུས་དེ་བསྐྱོམ་ན་པན་རྒྱབས་ཆེ་བ་འོང་  
སྟེ། ཆ་དཔྱལ་གྱི་སྤྱད་བསྐྱལ་ལ་ཡིད་འབྱུང་དང་པོར་ཐོན་པ་ན་རེས་འབྱུང་



དང་པོར་སྒྲིལ་བ་ཚུམ་པས་འབྲས་བུ་བཟང་ཞིང་།      སྒྲིལ་ཤིང་སྒྲིལ་ཏེ་ར་རྒྱལ་  
གྱི་དེགས་པ་སེལ་བ་སོགས་ཡོན་ཏན་ཆེ་སྟེ། ཞི་བ་ལྷན། གཞན་ཡང་སྤྱད་  
བསྐྱལ་ཡོན་ཏན་ནི། །སྒྲིལ་བས་དེགས་པ་སེལ་བར་བྱེད། །འཁོར་བ་པ་ལ་སྒྲིང་  
རྩེ་སྒྲིལ། །སྤྲིག་པ་འཛེམ་ཞིང་དགེ་ལ་དགལ། །ཞེས་གསུངས།

དལ་འབྱོར་གྱི་ལུས་རྟེན་འདིར་ངེས་འབྱུང་དང་སྒྲིང་རྩེ་སྒྲིལ་བས་དེའི་  
རྒྱུའི་གཙུག་པོ་སྤྱད་བསྐྱལ་བསྒྲོམ་དགོས། དེས་ན། ངན་འབྱོར་པའི་སྤྱད་བསྐྱལ་  
བསྒྲོམ་པ་ལ་གསུམ། དཔྱལ་བ། ཡི་དྲགས། དུད་འབྱོརི་སྤྱད་བསྐྱལ་བསམ་  
པའོ། །དང་པོ།

## དཔྱལ་བའི་སྤྱད་བསྐྱལ་བསམ་པ་ལ་བཞི་ལས།

དང་པོ་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བ་ཆེན་པོའམ་ཆ་དཔྱལ་གྱི་སྤྱད་བསྐྱལ་བསམ་  
པ་ནི། ཆ་དཔྱལ་བ་གནས་པའི་གཞི་ནི། རྒྱ་གར་རྩོམ་གསལ་གྱི་འོག་དཔག་  
ཆ་ད་སྤྱུམ་ཁྲི་ཉིས་སྟོང་ན་ཡང་སོས་ཡོད་ལ། དེ་ནས་འོག་རིམ་དུ་དཔག་ཆ་ད་  
བཞི་སྟོང་བཞི་སྟོང་གིས་ཆོད་པ་ན་ཆ་དཔྱལ་གཞན་རྣམས་ཡོད་དེ། ས་གཞི་  
ཐམས་ཅད་དང་རི་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ལྷགས་སྟེག་དམར་རྩ་རེ་བ་འབའ་ཞིག་  
ལས། མི་ཡུལ་གྱི་ས་གཞི་འདི་ལྟ་བུ་ལག་མཐེལ་ཅ་མ་ཡང་མེད་ཅིང་། དེར་  
སྒྲིལ་བར་ཉེ་བ་ན། རྩེ་གྲང་ཐང་པས། ཆེ་མི་རྟག་གཉིད་གྱི་ཐུན་ཆུང་ལ། །དོན་  
མེད་གྱི་དགའ་སྤྱད་མི་ལམ་འཁྲུག། །སྒྲིལ་བུ་སྤྲུང་དུ་སྤྲུང་སོང་གི། །ཆེར་  
དོང་དེར་ཡོད་ན་ཅི་རང་བྱེད།      །གསུངས་པ་ལྟར་འཆི་ཁར་གྲང་བའི་སྤྲུང་

བས་ཆ་བ་ལ་སྟེང་བ་སྐྱེས་ནས་ཆ་དཔྱལ་དུ་སྐྱེ་བའི་ལས་ལ་གསོས་བཏབ།  
འཆི་བ་དེ་གཉིད་ལོག་པ་བཞིན་དུ་བྱུང་། བར་དོ་མི་ལམ་མིས་པ་བཞིན་སྟོང་  
སྟེ། གཉིད་སད་པ་ལྟར་ཕྱི་ཅམ་གྱིས་ཆ་དཔྱལ་དེར་སྟེབས་འགྲོ། དཔྱལ་  
བའི་མེ་མི་མིའི་མེ་ལས་བདུན་འགྱུར་གྱིས་ཆ་བས། དེ་དང་མིའི་མེ་གཉིས་  
བསྐྱར་ན། མིའི་མེ་དཔྱལ་བའི་མེའི་ཆོད་ལ་ཅན་གོ་རྟོ་ཤིང་ཆུའི་ཆོད་ཅམ་  
དུ་བསིལ་བ་ཡོད་དེ། སྟོན་མོ་རྒྱལ་བུས་ཆ་དཔྱལ་གྱི་མེ་སྟག་ཆུང་དུ་ཞིག་མི་  
ཡུལ་དུ་བསྐྱམས་ཏེ་རྒྱ་མཆོའི་འགམ་ན་བཞག་པས། མི་ཐམས་ཅད་ཆ་བས་  
སྟོས་ནས་སྟོད་མི་ཆགས་པ་ལྟ་བུ་བྱུང་བ་བཞིན་ཡིན། དེ་འདྲའི་མེའི་དཀྱིལ་  
དུ་སྐྱེས་ཀྱང་དེ་མ་ཐག་ལྟག་མེད་དུ་འཆིག་འགྲོ་བའི་གཟུགས་བོངས་ཆུང་དུ་  
ཞིག་ཡིན་ན་དག་མོད། གཟུགས་བོངས་ནི་རི་རྒྱུད་ཅམ་དུ་ཏ་ཅང་ཆེན་པོ་  
ཡོད། དེ་ཡང་རང་ཅག་འགའི་རྒྱུད་མཐེལ་གྱི་པགས་པ་མཆོག་པ་ཡོད་པ་  
དེ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ན་ཆུང་དག་བུས་ཆོག་ཀྱང་། དེ་ལྟར་མིན་པར་རང་ལུས་འོ་  
འཐུང་གི་གྱིས་པའི་ཤ་བཞིན་དུ་ཡོད། དེས་ན་ཆ་དཔྱལ་བ་སྐྱེར་བསྟེན་བྱའི་  
ལུས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་སྤྱད་བསྐྱེད། དེའང་ཤུ་གསར་པ་ལྟར་བཟོད་བསྐྱར་  
ཆུང་བའི་སྤྱད་བསྐྱེད། སྟེན་བྱེད་ཀྱི་མེ་མཆོག་ཏུ་ཆ་བ་སོགས་ཀྱི་སྤྱད་  
བསྐྱེད་གཏན་མི་བཟོད་པ་ཡོད།

དེ་ལྟ་བུའི་ཆ་དཔྱལ་ལ་བརྒྱད་ལས། ཡང་སོས་ནི། གནས་དེར་སྐྱེས་  
པ་ན་དཔྱལ་སྐྱུང་གཞན་མེད་པར་ལས་ངན་པའི་དབང་གིས་དེར་སྐྱེས་པའི་  
སེམས་ཅན་རྣམས་པན་ཚུན་མཐོང་མ་ཐག་ཁོང་ཁོ་སྐྱེས་ཏེ། ལག་ཏུ་བྱུང་ཆད་

མཆོན་ཆར་གྱུར་ནས་པན་ཚུན་བསྐྱུན་རེས་གྱིས་ལུས་དུམ་བུ་དུམ་བུར་  
གཏུབས་ཏེ་ཐམས་ཅད་བརྒྱལ་ནས་ས་ལ་འབྱེལ། ཡང་ནམ་མཁའ་ནས་བྱེད་  
རྣམས་སོས་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་པའི་སྒྲ་བྱུང་བ་ན། ཆུང་བསིལ་བུར་ལྡང་བ་  
ལུས་ལ་ཕོག་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ཤུས་འཐོར་བ་རྣམས་འདུས་ནས་ལུས་སྒར་  
ལྟར་སོས། ཡང་སྒར་བཞིན་བྱེད་པས་ཉིན་རེར་བརྒྱལ་བ་ལ་ཞི་བའི་ཐ་སྙད་  
བྱས་པའི་ཞི་ཐེངས་བརྒྱ་ཕྱག་མང་པོ་དང་། གསོན་ཐེངས་བརྒྱ་ཕྱག་མང་པོ་  
བྱེད་པ་ཡོད་པས་རང་རེས་ཀྱང་ད་ལྟ་དེར་སྐྱེས་པའི་ཉམས་དང་། མཆོན་  
བརྟེན་ཅིང་བརྒྱལ་བ་དང་སོས་པ་སོགས་ཀྱི་ཉམས་འདོན་དགོས། ཆེ་འདིར་  
རང་ལུས་ལ་གྱི་ཆུང་དུ་ཞིག་བཅུགས་ནས་འཆི་ཐེངས་གཅིག་བྱེད་པ་ལའང་  
འཇིགས་པ་དང་ན་ཆ་བསམ་གྱིས་མི་བྲབ་པ་ཡོད་ན། དེར་ནི་ཉིན་རེ་ལའང་  
ལན་གངས་མང་པོར་དེ་ལྟར་སྤྱོད་དགོས་ཤིང་། ཆེ་ཆད་ཀྱང་རིང་བས་སྤྲ་མ་  
དེས་དཔེར་མི་མཆོན། བཤེས་སྤྱོདས་ལས། འདི་ན་ཉིན་གཅིག་མདུང་བྱང་  
སུམ་བརྒྱ་ཡིས། །རབ་ཏུ་དྲག་བཏབ་སྐྱུག་བསྐྱེད་གང་ལགས་པ། །དེས་ནི་  
དཔྱལ་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཆུང་དུ་ལའང་། །འོལ་ཡང་མི་དབྱི་ཆར་ཡང་མི་ཕོད་  
དོ། །ཞེས་པ་ལྟར་ཡིན།

ཐེག་ནག་ནི། འདི་ནས་བཟུང་དཔྱལ་བའི་སྤྱང་མ་ཨ་ཕ་སྤང་མགོ་དང་།  
ཡག་ཤ་པག་མགོ་བེར་བ་སོགས་ཡོད་པས། དཔྱལ་སྤྱང་ལས་མཁན་རི་  
ལྟར་ཆེ་བ། མིག་དམར་བ། འཇིགས་སུ་རུང་བ་དག་གིས་རྒྱོབ་སོད་ཀྱི་སྒྲ་  
བསྐྱགས་པ་ནའང་རང་འཇིགས་ཤིང་སྐྱུག་ནས་ལུས་ཞིག་འགྲོ་བའི་ཉམས་

འཆར། དེ་ནས་དེ་དག་གིས་བཟུང་སྟེ་ལྷགས་སྟེག་གི་ས་གཞིར་གན་རྒྱལ་  
 དུ་བསྐྱེལ་ནས། ལུས་ཆེན་པོར་ལྷགས་ཐག་བསྟེགས་པས་ཐིག་མང་པོར་  
 བཏབ་ནས། དེས་ཆོག་པའི་ཤུལ་དུ་ཐིག་ནག་པོ་བྱུང་བ་ན། ཞིང་བཟོ་བས་  
 ཞིང་ལ་རི་ལྷ་ར་བྱེད་པ་བཞིན་དུ་འགའ་ཞིག་སོག་ལེས་ང། འགག་ཞིག་སྟ་  
 གྲིས་གཤེག། འགའ་ཞིག་སྟེ་ལུས་གཞོག། དེ་ལྷ་ར་གཤེག་པ་ན། བན་ཚུན་  
 དུ་འཐོར་བའི་ཤ་ཁམ་ཆད་དང་ཁྲག་ཐིགས་པ་ཅམ་ལྷགས་སྟེག་སྟེང་ལྷུང་བ་  
 ཚུན་ལ་རང་གི་རྣམ་ཤེས་ཀྱིས་མ་བཏང་བར་ཟེན་ཏེ་སྤྱད་བསྐྱེལ་རང་ཐོག་ཏུ་  
 བྱོང་། དེར་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ནི་མི་དགོ་བ་བཅུ་ཆར་དང་། མི་ལ་རྟ་ལྷག་བཏང་བ་  
 སོགས་ཀྱིས་ཀྱང་བྱེད་པ་ཡིན།

བསྐྱེལ་འཛོམས་ནི། དེར་སྐྱེས་པ་པལ་ཆེར་སྟོག་གཅོད་བྱས་པའི་རྣམ་  
 སྟེན་ཏེ། རི་ར་ལྷག་གི་གདོང་པ་ལྟ་བུ་བན་ཚུན་གཉིས་ཀ་ནས་བརྒྱགས་ཏེ་  
 གཞན་དུ་གྲོས་ས་མེད་པར་དེའི་བར་དུ་བཅོ་ར། སྤར་དེ་གཉིས་བྱེ་བ་ན་རང་  
 ལུས་སྤར་ལྷ་ར་སོས་ཏེ། ཡང་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་བྱེད་པ་དང་། འགའ་ཞིག་ནི་  
 རང་འཐག་ཏུ་བྱེ་མར་བཏགས། འགའ་ཞིག་ནི་གཏུན་དུ་ཏིལ་བརྒྱུང་བ་བཞིན་  
 བརྒྱུང་། འགའ་ཞིག་ལྷགས་ཀྱི་འཇུར་མིག་ནས་འདྲེན་པ་དང་། སྤར་སྟོག་  
 བཅད་སྐབས་པར་གསད་བྱ་གང་ཡིན་པ་དེའི་རྣམ་པར་ཤར་ཏེ་རང་དེའི་བར་  
 དུ་འཆིར་བ་སོགས་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་ཡོད། དཔེར་ན། ད་ལྟ་ཞིག་སེན་མོས་  
 བསད་ན། རྗེས་སུ་དཔྱལ་བར་རི་སེན་མོ་འདྲ་བའི་བར་དུ་འཆིར་ཏེ་གསོད་  
 པ་འོང་གསུངས།

དུ་འབོད་ནི། ལྷགས་སྒྲིག་གི་ཁང་པ་སྒོ་མེད་པ་བྱིན་དང་ཀུན་ཏུ་མེ་འབར་བའི་ནང་དུ་བཅུག་སྟེ་སྤྱག་བསྐྱེད་སྤྱོད་ཞིང་། འདི་ལས་ཐར་བའི་ཐབས་མི་ཉིད་སྒྲིལ་ཡིད་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཆེན་པོས་དུ་འབོད་བྱེད། དུ་འབོད་ཆེན་པོ་ནི། དེ་འདྲི་ལྷགས་ཁང་ཉིས་རིམ་དུ་བཅུག་པས་སྤྱག་བསྐྱེད་ལྷག་འགྱུར་དུ་ཆེ་ཞིང་། ལྷགས་ཁང་གཅིག་ལས་ཐར་གྱང་གཅིག་ལས་མི་ཐར་སྒྲིལ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་། དེར་སྒྲིལ་བའི་རྒྱ་ནི། མི་དགོ་བ་བཅུ་ཀ་དང་། ཆང་བག་མེད་དུ་འཐུང་བ་རྣམས་ཀྱིས་བྱེད་དེ། མདོ་ལས། ཆང་འཐུང་དུ་འབོད་གནས་སུ་སྒྲིལ། །ཐུང་མཁན་དེ་ཡི་འཁོར་དུ་སྒྲིལ། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་གསུངས། ཆ་བཞི། ལྷགས་ཀྱི་གསལ་ཤིང་མེ་འབར་བས་འཕོངས་ནས་སྒྲིལ་བའི་བར་ཕྱག་སྟེ་ནང་ཁྲོལ་ཐམས་ཅད་ཆོག་ཅིང་། ཁ་མིག་སོགས་ནས་མེ་ལྷེ་ལྷག་ལྷག་ཏུ་འབར་ཏེ་བསྒྲིག་པ་དང་། ཟངས་ཀྱི་སྒྲོད་ཆེན་པོར་ཁོ་ཆུ་བསྐྱོལ་བའི་ནང་དུ་འཛོད་པ་དང་། ཡང་རུས་པ་ལྷུ་བསྒྲིགས་ནས་ལུས་སྒར་ལྟར་སྒྲིལ། སྒར་དེ་བཞིན་དུ་འཛོད་པ་སོགས་བྱེད་པའོ།

རབ་ཏུ་ཆ་བཞི། དེ་ལས་ཉིས་འགྱུར་གྱིས་ཆ་ཞིང་། ཤ་རྒྱས་ནང་ཁྲོལ་ཐམས་ཅད་ཆོས་ཤིང་རྒྱར་ཏེ་རུས་པ་འབར་ཞིག་ཏུ་ལུས་པ་ན་སྒར་བཞིན་ལྷུ་བསྒྲིགས་ནས་སོས་པ་སོགས་དང་། འགའ་ཞིག་ལུས་རིང་པོར་གྱུར་པ་ལྷགས་སྒྲིག་ལེབ་མོས་དགྱི་བ་དང་། ཁ་ཅིག་ལྷགས་སྒྲིག་གི་སྤྱད་པས་ལུས་དགྱིས་ཏེ་བཅིངས་པས་ལུས་ཀྱི་ཤ་རུས་རྣམས་ཟན་འཛིར་བ་བཞིན་བྱེད་དོན་པ་དང་། ཁ་ཅིག་ལྷགས་ཀྱི་གསལ་ཤིང་མེ་འབར་བའི་རྩེ་གསུམ་གྱིས་

འཕོངས་ནས་སྤྱི་གཙུག་བར་སྤྱད་བ་དང་། ལྷེ་དཔག་ཚད་མང་པོར་འཐེན་  
ནས་དེའི་སྤྱི་ཐོང་ག་ཞོལ་གྱིས་སྤོང་བ་སོགས་དང་། འགའ་ཞིག་སྤྱད་ས་  
སྤྱི་གཙུག་སྤྱི་ཐོང་ལྷ་བྱ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་རང་ལུས་དཔེ་ཆ་བཞིན་བསྐྱམ་བ་  
སོགས་སྤྱད་བསྐྱེད་སྤྱི་ཐོང་ལྷ་གས་རིགས་མི་འདྲ་བ་ཞིན་ཏུ་མང་། ལྷས་བྱིན་  
གྱི་འཁོར་ཀོ་ཀ་ལི་ཀ་འདིར་སྤྱི་ས་བའི་ལོ་རྒྱས་ཀྱང་སྤྱུལ།

མནར་མེད་ནི། བདེ་བའི་གོ་སྐབས་མེད་པར་ཆ་དཔྱུལ་གོང་མ་ཐམས་  
ཅད་ལས་ཆེས་ཆེ་བའི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཅན་ཞིག་སྟེ། ང་ཆོས་མེད་ནང་དུ་དོ་  
དང་ལྷ་གས་སོགས་བསྤྱད་ས་བ་ན་མེ་དང་དབྱེར་མེད་ལྷར་འབྱུང་བ་བཞིན་  
དཔྱུལ་བ་འདིར་སྤྱི་ས་བ་རྣམས་མེ་དང་ལུས་དབྱེ་བ་མི་བྱེད་ལ། ཉམ་ཐག་  
བའི་སྐད་ཅུང་གྱིས་སེམས་ཅན་ཡིན་པར་ཤེས་བ་ཅུང་ཡོད་ཅིང་། དེ་ཡང་  
སྤྱི་གས་བཞི་མཆམས་བརྒྱད་སྟེང་འོག་གཉིས། ལུས་ཀྱི་ནང་སྟེ་མེ་བཙུ་  
གཅིག་གིས་མཆོད་མེད་སྤོང་ཞིང་ལྷར་འཆིག་བ་སོགས་སྤྱད་བསྐྱེད་ལ་  
ཆད་མེད་དེ། བཤེས་སྤྱི་ཐོང་ལས། བདེ་བ་ཀུན་གྱི་ནང་ན་སྤྱི་ཐོང་ཅད་ལ། །བདེ་  
བའི་བདག་པོ་བྱིད་པ་རི་ལྷ་བར། །དེ་བཞིན་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀུན་གྱི་ནང་ན་ནི།  
།མནར་མེད་དཔྱུལ་བའི་སྤྱད་བསྐྱེད་རབ་མི་བཟད། །ཅེས་གསུངས་བ་ལྷར་  
རབ་ཏུ་ཆ་བ་ཡན་གྱི་ཁམས་གསུམ་པོའི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་བསྐྱོམས་  
བ་ལས་ཀྱང་མནར་མེད་ཀྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་འདི་ཆེ་བ་ཡོད།

དཔྱུལ་བར་སྤྱད་བསྐྱེད་དེ་འདྲ་ཡོད་ཀྱང་རང་ཅག་དེར་མ་སྤྱི་ས་ཅུང་  
འོང་སྟུང་ན། ཆེ་འཕོས་མ་ཐག་དཔྱུལ་བ་དེ་འདྲར་མི་སྤྱི་བའི་ངེས་བ་གཏན་



ནས་མེད་དེ། རང་རེ་ལ་ངན་སོང་དུ་མི་འགྲོ་བའི་གཤེད་ནི་མེད། དཔྱལ་བར་  
སྒྲིལ་བུ་གྱི་རྒྱ་ནི་བསགས་ལ་མ་ཉམས་པ་སྟོབས་ཆེན་མང་པོ་ཡོད་དེ། མི་  
དགོ་བཅུ་གང་རུང་ཆེ་བ་རེ་བྱས་པས་དཔྱལ་བ། འབྲིང་རེ་རེས་ཡི་དྲགས།  
ཆུང་དུ་རེ་རེས་དུད་འགྲོར་སྒྲིལ། དཔྱལ་བར་ཡང་སོ་ཐར་གྱི་ཉེས་བྱས་ཁྲད་  
དུ་བསད་པས་ཡང་སོས་སུ་སྒྲིལ་བ་ནས། བམ་པ་ཁྲད་དུ་བསད་ན་མནར་མེད་  
དུ་སྒྲིལ་བར་གསུངས་པའི་བར་སྒྲོར་དགོས། རང་ཅག་གི་རྒྱུད་ལ་སོ་ཐར་དང་  
སྒྲགས་གྱི་ཉེས་ལྟར། བྱང་སེམས་ལ་ཁྲོས་པ། ལྷ་མར་མ་གྲུས་པ་སོགས་  
ཉེས་པ་ཆ་བས་ཆེ་བ་ཏུ་ཅང་མང་པོ་ཡོད། གསང་སྒྲགས་གྱི་ཅ་ལྟར་བྱང་ན་  
བཤགས་སྒྲོམ་སོགས་གྱི་སོར་མ་ཆུད་པའི་བར་གྱི་སྐད་ཅིག་མའི་གྲངས་དང་  
མཉམ་པའི་བསྐྱལ་བར་མནར་མེད་དུ་སྒྲིལ། སོ་ཐར་གྱི་ལྟར་བ་སྒྲེ་ལྟར་ཁྲད་དུ་  
བསད་དེ་བཅས་མཆ་མས་ལས་འདས་པས་ནི་རིམ་བཞིན་ཆ་དཔྱལ་བརྒྱུད་  
ཀར་སྒྲིལ་བའི་ལས་བསགས་ཟེན་ལ། དེ་ལྟར་སྒྲིལ་ན་ལས་ངན་གྱི་འབྲས་བུ་  
མ་བཟང་བར་དུ་ལུས་དང་རྣམ་ཤེས་གྱི་འབྲེལ་བ་ཆད་མི་ཐུབ་པར་སྒྲུག་བསྐྱལ་  
སྒྲོང་དགོས་ཏེ། བཤེས་སྤྲོངས་ལས། དེ་ལྟར་སྒྲུག་བསྐྱལ་ཤིན་ཏུ་མི་བཟང་  
ལོ། །བྲེ་བ་ཐུག་བརྒྱར་ཉམས་སུ་སྒྲོང་ཡང་ནི། །རི་སྤྲོད་མི་དགོ་དེ་བཟང་མ་  
གྱུར་པ། །དེ་སྤྲོད་སྒོག་དང་བྲལ་བར་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་པ་ལྟར་ཡིན།

ཆེ་ཆད་ཀྱང་དུས་ཆེས་རིང་བར་གནས་ཏེ། ཆ་དཔྱལ་བརྒྱུད་ནས་ཆེ་  
ཐུང་ཤོས་ནི་ཡང་སོས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་རང་རེ་མིའི་ལོ་ལྷ་བཅུ་ལ་རྒྱལ་ཆེན་  
རིགས་བཞི་པའི་ལྟའི་ཞག་གཅིག་ །དེ་སུམ་ཅུ་ལ་ལྷ་བ། དེ་བཅུ་གཉིས་ལ་

ལོར་བཅིས་པའི་ལོ་ལྔ་བརྒྱ་ནི་རྒྱལ་ཆེན་རིས་བཞི་པའི་ཆེ་ཆད་དང་། དེ་  
 ཡོངས་རྫོགས་ལ་ཞག་གཅིག་ཏུ་བྱས། དེ་སྤྲུལ་ཅུ་ལ་ལྷ་བ། དེ་བཅུ་གཉིས་  
 ལ་ལོར་བཅིས་པའི་རང་ལོ་ལྔ་བརྒྱ་ནི་དཔྱལ་བ་ཡང་སོས་པའི་ཆེ་ཆད་ཡིན་  
 ཞིང་། དོན་ལ་མི་ལོ་ཁྲག་ཁྲིག་ཆེན་པོ་གཅིག་དང་། ཁྲག་ཁྲིག་དྲུག་ །ཐེར་  
 འབྱམ་ཆེན་པོ་གཉིས་བཅས་སྤྱབ། འངས་དཔལ་ཞལ་ལྷང་པར་རྟེན་དུ་ཐེར་  
 འབྱམ་ཆེན་པོ་དྲུག་གསལ་བ་པར་སྒྲིན་ཡིན་པས། འདི་ཞལ་ལྷང་མེ་རུའི་  
 པར་མ་དང་། ལྟོ་བརྒྱད་ལམ་རིམ་ལྟར་བྱ་དགོས། དེ་ལྟ་བུའི་ཆད་དཔྱལ་དེ་  
 དག་དཔག་ཆད་མང་པོའི་པ་རོལ་ན་ཡོད་མདོག་ཁ་བ་ལྟ་བུར་སྒྲིང་ཡང་། རང་  
 དང་ངན་སོང་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་ཐག་རིང་པོ་མེད་པར་དབྱགས་གྲུ་གྲུ་བ་འདི་  
 ཅམ་ཡིན་པས། ཞིབ་ཏུ་བསམ་ན་ལོ་རྗེས་མ་ཅམ་དང་སངས་ཉིན་ད་ཆོད་ཅམ་  
 ལའང་རང་དཔྱལ་བ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཏུ་མི་སླེབ་པའི་ངེས་པ་མེད། དེ་ལྟར་སླེབས་  
 འདུག་ན་རི་ལྟར་བྱེད། ད་ལྟ་རང་རེ་ལུས་ལ་མེ་བཅས་བསྐྱེད་པ་དང་། ཁབ་  
 བཅུ་གས་པ་ཅམ་ཡང་མི་བཟོད་ན། དཔྱལ་བ་དེ་འདྲར་སྒྲིས་ཆེ་རི་ལྟར་བཟོད།  
 བཀའ་གདམས་གོང་མས་གསུངས་པ་ལྟར་རང་རེའི་རྐང་པ་ཡ་གཅིག་མི་  
 ཡུལ་དང་། ཡ་གཅིག་དཔྱལ་བའི་བྱངས་པོ་ཆེའི་ཁར་བཞག་བེན་པ་དང་འདྲ་  
 བར་དཔྱལ་བར་སྒྲི་བའི་རྒྱ་བསྐྱབས་ཆར་བ་ཡིན། ངན་འགྲོར་སྒྲིས་བེན་ན་  
 དེ་ལས་ཐར་བའི་ཐབས་དང་སྐྱབས་གང་ཡང་རྟེན་ཐབས་མེད་པས། དེར་མ་  
 སྒྲིས་གོང་ཆེའི་ལྷག་མ་ཅུང་བད་གནས་པའི་སྐྱབས་འདིར་རབ་སངས་རྒྱས་  
 པ་དང་། འབྲིང་གྲུབ་པ་ཐོབ་པ་སོགས་མ་བྱུང་ཡང་། མ་མཐའ་ངན་སོང་གི་སྒྲི་

བ་ལྟོག་ཐབས་བཤུགས་པ་སོགས་ལ་འབད་དགོས་གསུངས།

གཉིས་པ་ཉི་འཁོར་བ་ནི། ཆ་དཔྱལ་གྱི་ཕྱི་རོལ་དུ་ལྷགས་རིས་བསྐྱོར་  
བ་ལྟར་ཆ་དཔྱལ་བའི་འཁོར་མེ་མ་ཟུར་གྱི་འོབས། རོ་ལྷགས་གྱི་འདམ། སྤྱི་  
གྲིས་གཏམས་པའི་ཐང་། འབྱུར་བྱེད་གྱི་ཆུ་སྤྲུང་རབ་མེད་དེ་བཞི་ཡོད། དེ་  
ཡང་ཆ་དཔྱལ་དུ་སྒྲིལ་བ་དག་ནམ་ཞིག་ལས་ཅུང་ཟད་བསྐྱབ་དུ་སོང་བ་ན་  
དཔྱལ་བ་ཆེན་པོ་ལས་ཐར་ནས་ཉི་འཁོར་བའི་དཔྱལ་བར་འགྲོ་བ་དང་། དང་  
པོ་ནས་དེར་སྒྲིལ་བ་གཉིས་ཡོད་པས་འགའ་ཞིག་ཆ་དཔྱལ་ལས་ཐར་རན་  
པ་ན། གྲོས་པའི་བསམ་བ་ཉིད་དེ་སྒྲིལ་སྤྱིར་ཐོན་ཏེ་འོངས་པའི་ཆོ། མེ་  
མ་ཟུར་གྱི་འོབས་སུ་སྒྲིབས་ཏེ་རྒྱང་པ་ལུས་མོ་མན་རྒྱབ་ནས་འཆིག་ཅིང་།  
སྤྲོད་འདེགས་པ་ན་སོས། དེ་ལྟར་གོམ་པ་རེ་རེ་སྒྲོས་རིམ་བཞིན་རྒྱང་པ་རེ་  
བསྐྱེད། །དེ་ལྟར་སྤྱག་བསྐྱལ་ཆེན་པོས་མནར་བཞིན་དུ་དེ་ལས་ཐར་དུ་རེ་  
བས་ལོ་འབྱམ་སྤྱག་མང་པོར་མེ་ཟུར་བརྒྱལ་བརྒྱལ་ཏེ་སོང་བ་ན། ནམ་ཞིག་  
དེ་ལས་ཐར་ཏེ་ཡང་རོ་ལྷགས་གྱི་འདམ་དང་སྤྲད་ནས། དེར་སྒྲིལ་མན་ཆད་རྒྱབ་  
སྤྱི་འགྲོ་ལྟོག་བྱེད་ཅིང་། འབྱུ་མཆུ་རྣོན་བྱ་བ་ཁབ་ལྟ་བུ་མང་པོས་ལུས་ཁྲིལ་  
མ་བཞིན་ལུག་སྤྱི་བ་བར་བྱེད། ད་དུང་དེ་ལས་ཐོན་རིས་ལོ་འབྱམ་སྤྱག་མང་  
པོར་བརྒྱལ་ཏེ་སོང་བས། ལྷགས་གྱི་སོ་གྱི་རྣོན་པོ་ལྟ་བུ་ཅེ་མོ་བྱེད་དུ་བསྐྱན་  
པ་འབའ་ཞིག་གིས་གང་བའི་སྤྱི་གྲིས་གཏམས་པའི་ཐང་དུ་སྒྲིབས་ནས། དེས་  
རྒྱང་པ་བཅད་ཅིང་ལུག་པའི་སྤྱག་བསྐྱལ་ཡུན་རིང་སྤྱོད་སྤྱི། རིང་ཞིག་ནས་དེ་  
ལས་སྤྱིར་ཐར་བ་ན། རལ་གྱི་ལོ་མའི་ནགས་ཆལ་དང་སྤྲད་དེ། དེར་སྒྲིལ་གིང་

དུ་འཁྲུལ་ནས་དེའི་འོག་ཏུ་སྤྱོན་བ་ན། ལོ་མ་རལ་གྱིར་གྱུར་བ་རྣམས་ལྷགས་  
 ཏེ་ལུས་གཏུབ་བ་དང་། ཡང་གསོས་བ་སོགས་ཀྱི་སྤྱད་བསམ་སྤྱོད་། དེ་ནས་  
 ཐོན་བ་ན། ཞལ་མ་ལིའི་སྤོང་པོ་ཞེས་བ་ལྷགས་ཀྱི་སོ་རྟོན་མང་པོ་ཡོད་བ་དང་  
 ལྷན་དེ། དེའི་ཅེ་ནས་རང་གི་སྤྱོད་དང་གྲོགས་སོགས་སྤྱོད་ཏེ་བཅེ་གཏུང་ཅན་  
 དག་གིས་འབོད་བར་ཐོས་ཏེ། དེ་ལ་ཡར་འཛེགས་བས་ལྷགས་སོ་མང་པོ་  
 ཡོད་བ་རྣམས་ཅེ་ཐུར་དུ་བསྟན་ཏེ་ལུས་གཞག་ཅིང་སྤྱད་བ་སོགས་ཀྱི་སྤྱད་  
 བསམ་སྤྱོད་བཞིན་སོང་སོང་ནས་ཅེར་སླེབ་བ་ན། བྱ་འདིགས་སུ་རུང་བ་  
 དག་གིས་མིག་དང་སྒྲུབ་བ་སོགས་འདྲུ་ཞིང་ཟ། ཡང་གཞག་ནས་འབོད་བ་ན།  
 མར་བབས་བས་ལྷགས་སོ་གྲེན་དུ་བསྟན་ཏེ་ལུས་སྤྱད་ཅིང་། ཅ་བར་སླེབས་  
 པའི་སྐབས་ཁྱི་དང་གཅན་གཟན་སོགས་ཀྱིས་རྒྱུང་བ་ནས་ཡར་བར་བྱེད་  
 བ་སྟེ་ལས་མ་བཟད་བར་དུ་འབབ་འཛེགས་བྱེད་པའི་སྤྱད་བསམ་སྤྱོད་ཚུ་ལ།  
 འདིའི་མཆོན་ཆའི་གཞོད་བ་འབབ་བ་གསུམ་གཅིག་ཏུ་བཅེ་དགོས་གསུངས།  
 དེ་དག་ལས་ཐར་ནས། ཚུ་སྒྲུང་རབས་མེད་ཀྱི་ནང་དུ་སླེབ་བ་ན། འགྱུར་བྱེད་  
 ཀྱི་ཚུ་བོ་མེ་དང་འདྲེས་པའི་ནང་དུ་རང་ལུས་སྟན་མ་ཚུ་ཁོལ་དུ་བཏབ་བ་  
 ལྟར་བསྟེན་ཅིང་འཆོད་པའི་སྤྱད་བསམ་ཡུན་རིང་སྤྱོད་དགོས་ཤིང་། རང་རེ་  
 རྣམས་ཆ་དཔྱལ་དེ་རྣམས་སུ་སྤྱོད་ཆོག་ཆོག་ལྟ་བུར་ཡོད་པས། ད་ལྟ་ནས་དེ་  
 འདྲར་མི་སྤྱོད་བའི་ཐབས་དགེ་སྤྱོད་གི་སྤྱོད་དོར་ལ་འབད་བ་གལ་ཆེ།

གསུམ་བ་གང་བའི་དཔྱལ་བའི་སྤྱད་བསམ་བསམ་བ་ལ། གང་དཔྱལ་  
 བོ། ཆ་དཔྱལ་དེ་དག་གི་ཐད་ཀ་བྱང་སྤྱོད་སུ་ཡོད་ཅིང་། དེའི་སྤྱོད་རང་

ཅག་གི་ས་འདིར་གང་དང་ཆེ་བ་བྱུང་བ་ཡིན། གང་དཔྱལ་རྣམས་སྟེང་འོག་  
དུ་དཔག་ཆོད་ཉིས་སྟོང་ཉིས་སྟོང་གིས་ཆོད་ཅིང་གནས་སོ། །འོ་ན་ཆོད་པུལ་  
རྣམས་དཔག་ཆོད་བཞི་སྟོང་གིས་ཆོད་ཅིང་གནས་པས་གང་དཔྱལ་རྣམས་  
དང་ཐད་ཀར་མི་འགྲིག་ས་སྟམ་ན། ཆོད་པུལ་རྣམས་ས་གཞི་ནས་ས་གཞིའི་  
བར་དུ་དཔག་ཆོད་བཞི་སྟོང་རེ་ཡོད་ལ། གང་དཔྱལ་གྱི་གངས་རིའི་དཔངས་  
སུ་དཔག་ཆོད་ཉིས་སྟོང་རེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཆོད་པུལ་རྣམས་དང་དང་ཐད་མ་  
ཡིན་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དེར་སྐྱེ་བར་ཉེ་བ་ན། འཆི་ཁར་རེག་བྱ་གང་བ་ཞིག་  
འདོད་ནས་དེའི་ལས་ལ་གསོས་བཏབ། བར་དོ་མི་ལམ་མིས་པ་བཞིན་དུ་  
སྟོང་ནས། གཉིད་སད་པ་ལྟར་གང་དཔྱལ་དུ་སྐྱེ། དེའི་གནས་ནི་གངས་རི་  
དཔག་ཆོད་དུ་མ་རེ་ཡོད་ལ། ཉི་ཟླའི་སྒྲུང་བ་དང་མེ་འོད་སོགས་མེད་པས་  
ལག་པ་བརྒྱུད་བསྐྱམ་ཅམ་ཡང་མི་མཐོང་བའི་ཐུན་པ་ནག་པ། ས་གཞི་འབྲག་  
རོམ་དང་། སྟེང་ནས་བུ་ཡུག་འཕྱུ་བ་ཅིང་། བར་ནས་རྒྱུད་གང་མོ་ལྷང་། རྩོ་བའི་  
ཐབས་མེད་དང་ཉི་མ། གོས་སྟན་སོགས་རྩུང་ཐད་ཀྱང་མེད།

དེ་ལྟ་བུའི་གང་དཔྱལ་ལ་བརྒྱད་དེ། རིམ་བཞིན་གང་དཔག་ནས་ལུས་  
ལ་ཚུ་བྱར་སྐྱེ་བས་ཚུ་བྱར་ཅན་དང་། དེ་ལས་ཀྱང་གང་བས་ཚུ་བྱར་རྣམས་  
རྟོལ་ཏེ་ཁྲག་དང་ཚུ་སེར་འཛག་པས་ཚུ་བྱར་རྟོལ་བ་དང་། དེ་ལས་གང་དུ་  
སོང་ནས་ལུས་རྟོལ་རེངས་ཏེ་འགྲུལ་བསྐྱོད་མི་བྱས་པར་ཁ་ནས་ཨ་ཚུ་  
འབའ་ཞིག་ཟེར་བ་ཅམ་ལས་གཞན་གང་ཡང་སྤྲོ་མི་བྱས་པར་སྟོད་པ་དང་། དེ་  
ལས་ཀྱང་གང་དུ་སོང་ནས་དེ་ཡང་སྤྲོ་མི་བྱས་པར་ཀན་གྱི་སྤྲུག་ནས་གྱི་རྩུང་

ཟེར་སྐྱ་ཆུང་དུ་ཅམ་འབྱེན་པ་དང་། དེ་ནས་སྐྱ་དེ་ཡང་འབྱེན་མི་རྒྱས་པར་ཁ་  
གདངས་ཅམ་རེ་བྱས་སོ་ཐམ་སྟེ་འབྱེག་པ་དང་། དེ་ལས་གྲང་གྲང་བས་ལུས་  
རོ་ལྷར་གྱུར་ཅིང་། མདོག་སྟོ་ལ་ཁག་སྐྱ་དང་བཅས་ཏེ་ལྷུངས་ལྷར་གས་པ་  
དང་། དེ་ལས་གྲང་ནས་ལུས་ཤུ་དམར་པོ་བརྒྱ་ལྷར་གས་པ་དང་། དེ་ལས་  
གྲང་མང་བའི་ཁ་བརྒྱ་དང་སྟོང་དུ་བརྒྱ་ལྷར་ལས་ཆེར་གས་པ་རྣམས་སོ། །ཨ་  
ཆུ་ཟེར་བ་མན་ཆད་ལ་གངས་རི་དང་འབྲུག་པའི་ཐང་ལ་དཔྱལ་བ་པའི་ལུས་  
མཆོད་རྟེན་ལ་སྤྲ་བཏབ་པ་ལྷར་འབྱུང་ནས་གཡོ་འགྲལ་མེད་པར་རེངས་  
ཤིང་། སྟོ་བ་སྤྱིངས་ལས། ལྷགས་པ་དཔེ་མེད་རུས་པ་ལ་ཡང་ཐིངས་པ་ཡིས།  
།ལུས་སྤྱེབས་འདར་ཞིང་བསྐྱར་ནས་ཀྱམ་ཀྱམ་པོར་འདུག་པ། །ཆུ་བྱར་བརྒྱ་  
བྱང་རྟོལ་བ་ལས་སྤྱིས་སྟོག་ཆགས་ཀྱིས། །ཐོས་ཤིང་དབྱང་ནས་ཞག་དང་  
ཆུ་སེར་རྒྱང་བཅས་འཛིག་ །ཅེས་པ་ལྷར་ལུས་ཀྱི་སེར་ཀ་ནས་བབས་པའི་  
ཆུ་སེར་ལ་འཁོར་བའི་སྤྱང་བྱ་དུག་གི་མཆུ་ཅན་དུ་མས་གཅེས་པ་དང་། བྲག་  
ཐིགས་པ་སར་ལྷང་བའང་རྣམ་ཤེས་ཀྱིས་མ་བཏང་བས་འབྲུགས་ཤིང་གས་  
པའི་སྤྱད་བསྐྱལ་སྟོང་བ་དང་། ད་དུང་དེའི་སྟེང་རིམས་ནད་སྣ་ཆོགས་པས་  
མནར་བ་སོགས་ཀྱི་སྤྱད་བསྐྱལ་ཡོད།

དེར་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ནི་སྐྱེས་རབས་ལས། མེད་པར་ལྷ་བ་ཆེ་རབས་ཕྱི་མ་  
ལ། །གནས་པ་དེ་ན་ཐུན་ནག་རྒྱང་གྲང་ལྷང་། །དེས་ནི་རུས་པའང་འཛིག་  
པའི་ནད་སྟོང་ན། །བདག་ལ་པན་འདོད་སྤྱ་ཞིག་དེ་རུ་འཇུག་ །ཅེས་གསུངས་  
པ་ལྷར་ལས་འབྲས་སོགས་མེད་པར་ལྷ་བའི་ལྷ་ལོག་ཆད་ལྷ་འཛིན་པ་སོགས་



ཡིན། གཞན་ཡང་རང་ཅག་ལ་དེར་སྒྲིལ་བའི་རྒྱ་བསགས་ལ་མ་ཉམས་པ་མང་  
པོ་ཡོད་དེ། གཞན་གྱི་གོས་འཕྲོག་པ་དང་། ཉེན་གྱི་ན་བཟའ་བཤུས་པ། ཞིག་  
ལ་སོགས་པའི་སེམས་ཅན་འབྲུགས་གྱིར་བཏང་བ་སོགས་ཡིན། ཆེ་ཆད་ནི།  
སའི་དངོས་གཞིར་སེམས་ཅན་དཔྱུལ་བ་ཆེན་པོར་སྒྲིལ་བའི་སེམས་ཅན་  
རྣམས་ལས་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་སྤྱེད་བྱེད་ཞུགས་པར་གསུངས་པ་དང་། ཡང་མཛོད་  
ལས། ཉིལ་སྤྱང་ནང་ནས་ལོ་བརྒྱ་ན། ཉིལ་གཅིག་སྤྱང་བས་བཟད་གྱུར་པ།  
ཁུ་བུར་ཅན་གྱི་ཆེ་ཡིན་ཏེ། གཞན་གྱི་ཆེ་ནི་ཉི་ཤུས་འགྱུར། ཞེས་པ་སྟར་  
ཡུལ་མ་ག་རྒྱའི་ཁལ་བརྒྱད་ཅུ་འགྲོ་བའི་བང་བ་ནས་ལོ་བརྒྱ་བརྒྱ་ན་ཉིལ་རེ་  
སྤྱིར་བཏོན་པས་ཉིལ་མ་ལུས་པ་བཟད་པ་དགོས་ཤིང་། ཉིལ་ལུས་གང་ལ་ཆིག་  
ཁྲི་ལྔ་སྟོང་ཅུ་ཡོད། དེ་གང་དཔྱུལ་དང་པོ་ཁུ་བུར་ཅན་གྱི་ཆེ་ཆད་དེ། འོག་  
མ་རྣམས་ནི་དེ་ལས་ཉི་ཤུ་ཉི་ཤུ་འགྱུར་གྱིས་རིང་བར་གསུངས།

བཞི་པ་ནི་ཆེ་བའི་དཔྱུལ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་བསམ་པ་ནི། དཔྱུལ་བ་དེ་  
ནི་མི་ཡུལ་དང་རྒྱ་མཚོའི་འགྲམ་སོགས་སུ་ཡོད་ཅིང་། སྟོན་ཆོང་པ་འགའ་  
ཞིག་གིས་འཕགས་པ་དགེ་འདུན་འཛོེ་རྒྱ་མཚོའི་སྤྱིང་དུ་གདན་དངས་ཏེ་  
བྱོན་པ་ན། སྐབས་ཞིག་ནས་ཆོང་པ་གཞན་རྣམས་སྟོན་ལ་ཐལ་ཏེ། འཕགས་  
པ་ཉིད་རྒྱ་མཚོའི་འགྲམ་དུ་རྒྱུ་གིས་བྱོན་པས་གཙུག་ལག་ཁང་ཡིད་དུ་འོང་  
བ་ཞིག་ན་དགེ་འདུན་ལྔ་བརྒྱས་གདན་དངས། ཉིན་གྲང་དུ་དགེ་སྟོང་རྣམས་  
འཐབ་ཅིང་། ཉིན་གྲང་ཡོལ་ནས་སྤར་བཞིན་གྱུར་པ་གཟིགས་ཤིང་། དེའི་རྒྱ་  
དྲིས་པ་ན་སྟོན་འོད་སྤྱང་གི་བསྟན་པ་ལ་དགེ་སྟོང་དེ་རྣམས་གྱིས་གདུགས་

ཆོད་སྐབས་མ་འཆམ་པར་འཐབ་ཚོད་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན་ཟེར་བ་དང་།  
གཞན་ཡང་ཅིག་པ་དང་། ཀ་བ་དང་། གཏུན་དང་། ཐག་པ། ཕྱགས་མ། ཚུ་རྒྱས་  
སྒྲེལ་བ། སྤྱ་བ་ལྟ་བུའི་དཔྱལ་བ་ཡང་གཟིགས་ནས་སྤྲོད་ཏེ། ལྷག་ཐུབ་  
ལ་ཞུས་པ་ན། ཀ་བ་ལྟ་བུ་སོགས་སྤྲོད་སྤྲོད་ཆོས་སྐབས་ཞུས་པ་བཞིན་དང་།  
གཏུན་ལྟ་བུ་ཡང་འོད་སྤང་གི་བསྟན་པའི་དུས་དགེ་སྤོང་གིས་དགེ་ཚུལ་ལ་  
ཁྲིམ་ནས་གཏུན་དུ་འཇུག་རྒྱ་ཞེས་ཆོག་རྒྱལ་སྤྲོད་པའི་འབྲས་བུ་དང་། འདི་  
དག་སངས་རྒྱས་འོད་སྤང་གི་བསྟན་པ་ནས་ད་ལྟའི་བར་སྤོང་བར་གསུངས་  
ཚུལ། གཞན་ཡང་སྤྲོས་ཅམ་ནས་རྣ་བ་ལ་རིན་པོ་ཆའི་རྒྱན་གསེར་གྱི་དོང་  
ཅེ་གྲེ་བ་རི་བའི་རྣ་ཆ་བཏགས་པའི་དེད་དཔོན་རྣ་བ་གྲེ་བ་རི་ལོར་བུ་ལེན་དུ་  
ཆས་ཏེ་སྤྲོད་འཁོར་བ་ན་རྒྱ་མཆོའི་འབྲས་བུ་ངལ་ནས་གཉིད་དུ་སོང་བས།  
ཆོང་པ་གཞན་གྱི་རྗེས་སུ་ལུས་ནས་གཉིད་སད་པ་ན་རྒྱང་འཚུ་བས་གྱིས་  
ལམ་བསྐབ་སྟེ་མི་སྤང་ཞིང་། ཁལ་འགོལ་སའི་བོང་བུ་ཡང་བརྟེན་ཆེས་པས་  
རྗེ་འབྲུལ་ཏེ། ལམ་མ་རྟེན་པ་ན་འབྲུམས་ཏེ་སྤྲོད་པས། ཁང་པ་གཞལ་མེད་  
ཁང་ལྟ་བུ་གཅིག་ན། མི་ཞིག་ལ་ལྟ་མོ་བཞེས་བསྐྱོར་ནས་མཆན་མོར་ལྟའི་  
བདེ་སྤྱད་འབྲས་བུ་སྤོང་། ཉིན་མོར་ཕྱགས་སྟེག་མེ་འབར་བའི་ཁང་པར་གྱུར་  
ཅིང་བུད་མེད་བཞི་བྱི་སྟེ་མོ་བཞེས་གྱུར་པས་སྤྲོས་པ་དེ་ཁ་སྐབ་དུ་བསྐྱེལ་ཏེ་  
ཤལ་ཁམ་ཁམ་བཅད་ཅིང་ཟ་བ་གཟིགས། ཡང་ཉི་མ་རྒྱབ་པ་དང་སྤྲོད་བཞིན་  
མཐོང་ནས་མི་དེ་ལ་རྒྱ་དྲིས་པས། སྤྲོད་གནས་པའི་གྲོང་བྱིར་དུ་བཞུགས་པར་  
གྱུར་སྐབས་འཕགས་པ་ཀ་རྒྱ་ཡ་ནའི་བཀའ་ལྟར་མཆན་མོར་སྤྲོད་གཅོད་མི་

བྱེད་པའི་སྒྲིམ་པ་སྤང་། ཉིན་མོར་དེ་ལོན་མ་རུས་པར་སློག་བཅད་པའི་འབྲས་  
བུ་ཡིན་པར་སྒྲིམ་ཤིང་། གནས་པའི་གྲོང་སྲེར་དུ་ངའི་བུ་བཤའ་པ་ཞིག་ཡོད་  
པ་ལ་སློག་གཙོད་མི་བྱེད་པ་དང་། འཕགས་པར་བསོད་སྒྲིམས་ཕུལ་ནས་  
ང་ལ་དགོ་ཅ་བསྡོད་གོས་ཞེས་པའི་གཏམ་བསྐྱུར། ཡིད་ཆེས་པའི་བྱིར་རལ་  
གྱི་འཛོག་གནས་སུ་གསེར་བུམ་པ་གང་སྤྲས་ཏེ་ཡོད་པར་སྒྲིམ་པ་དང་།  
ཡང་བྱོན་པ་ན། ཁང་བཟང་ཞིག་ཏུ་སྐྱེས་པ་བྱེད་མེད་གཟུགས་བཟང་བ་  
གཉིས་དགའ་མགུར་ཅེ་ཞིང་བདེ་སྐྱིད་ལ་སྦྱོད་ཅིང་ཡོད་པ་ལ། ཉིན་མཚན་  
སྤྲ་མ་ལས་གོ་སྒྲོག་སྟེ། བྱེད་མེད་དེ་སྤྲལ་དུ་གྱུར་པས་སྐྱེས་པ་དེའི་སྤྱི་བོ་ནས་  
བ་བ་ཞིག་གཟིགས། སྐྱེས་པ་དེ་ལ་རྒྱ་རིས་བས། གནས་པའི་གྲོང་གི་བུམ་  
ཟེར་གྱུར་སྐབས་བདག་གིས་བྱི་བོ་བྱེད་པ་ལ། ཀ་རྒྱ་ཡ་ན་ལས་ཉིན་མོ་བྱི་བོ་  
མི་བྱེད་པའི་སྒྲིམ་པ་སྤངས་ཅམ་གྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་པར་སྒྲིམ་ཤིང་། གནས་  
པའི་གྲོང་ན་བདག་གི་བུ་ཞིག་ཡོད་པ་ལ་གསུང་བར་མཛོད་ཅེས་གཏམ་སྤྲ་  
མ་བཞིན་བསྐྱུར་ཏེ། ཡིད་ཆེས་པའི་བྱིར་ཐབ་གྱི་འོག་ཏུ་གསེར་བུམ་པ་གང་  
སྤྲས་ནས་ཡོད་པ་སྤྲས། ཡང་བྱོན་པ་ན། བྱི་ཞིག་གི་རྒྱང་པ་བཞིར་ཡི་དྲགས་  
རེ་བཏགས་པ་ཞིག་གྱུང་གཟིགས་པ་སོགས་གྱི་སྒྲོན་བྱུང་བཅས་སྤྲལ་ཏེ། དེ་  
འདྲ་བའི་དཔྱལ་བ་ཉི་ཆེ་བ་ཡོད་པ་ཡིན།

མི་ཡུལ་ནའང་ཡོད་དེ། སྤར་རྒྱ་གར་དུ་ཆེ་དང་ལྡན་པ་དཔལ་ལྡན་ཉིན་  
མོར་སྦྱོད་དུ་འགོ་བའི་སྐབས། བཤའ་པ་ཞིག་བར་སྤང་དུ་གཟུགས་ཁང་  
བཟང་ཅམ་པ་ལ་མེ་དམར་ཁུར་ཁུར་འབར་བ་ཞིག་ཏུ་སྐྱེས་པར་གཟིགས་པ་

དང་། དེའི་གཡོག་དེ་རུས་པའི་རི་ལྷ་བྱུང་སྐྱེས་ཏེ་སྤྱད་བསམ་ལྟོང་བ་དང་།  
 ཡང་། སེམས་ཅན་གྱ་གཙོང་མཁན་ཞིག་འབྲས་བུ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་རི་བོ་ཅམ་  
 ཡོད་པ་ཞིག་ཏུ་སྐྱེས་ཚུ་ལ། རང་རེ་ཡང་དེ་འདྲ་སྟོང་ངེས་ཀྱི་ལས་མང་པོ་  
 བསགས་ཟིན་པས་དེ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་ཆོག་ཆོག་གི་གཏའ་མར་བཞག་པའི་  
 ཆོད་དུ་ཡོད་གསུངས། ཡང་གྲུབ་ཆེན་ཞིག་གིས་ཡར་འགྲོག་གི་མཆོ་ནང་དུ།  
 གཙང་རྟ་ནག་སྒྲ་མ་ཟེར་བ་ཤི་གསོན་གྱི་དགོར་མང་པོ་བ་བའི་དགོར་བན་པ་  
 ཞིག་ཉ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡར་འགྲོག་མཆོའི་སྤྱད་ཅམ་འཁོར་བའི་གཟུགས་ལ་  
 སྟོག་ཆགས་གཞན་མང་པོས་བ་བ་ཞིག་ཏུ་སྐྱེས་པར་གཟིགས་ནས། འཁོར་  
 ཆོ་ལ་བསྟན་ཏེ་དགོར་མ་བ་དགོར་མ་བ་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན། དེད་ཆོས་  
 གྲ་པས་དགོར་འཇུ། མ་བྱས་དུག་འཇུ་ཟེར་ཡང་། ཆོས་ཉམས་སྤྱུ་སྒྲངས་ཏེ་  
 དགོར་འཇུ་ལུགས་ཤེས་པ་ཞིག་བརྟན་བརྟན་བྱེད་པ་མ་བྱུང་ན། གྲ་པ་ཡིན་  
 པ་ཅམ་གྱིས་ལས་སྤྲོ་མོར་འཇུ་ཆོག་ཆོག་མེད། འདུལ་བ་ལྷུང་ལས། ལུགས་  
 གོང་མེ་ལྷེ་འབར་བ་དག། ཁྱོས་པར་གྱུར་པ་མཆོག་ཡིན་གྱི། ཚུ་ལ་འཆལ་  
 ཡང་དག་མི་བསྐྱོམ་པར། །ཡུལ་འཁོར་བསོད་སྟོམས་བ་བ་མིན། །གསུངས་  
 པ་ལྷར་ཚུ་ལ་བྲིམས་འཆལ་བས་དད་བས་ཐོས་པ་ལུགས་གོང་དམར་འབར་  
 བ་བ་བ་བཞིན་དང་། ཚུ་ལ་བྲིམས་ལྷན་པས་དད་བས་ཐོས་ན། སྟོག་པ་དང་  
 སྟོང་བ་ལ་ཚུ་ལ་བཞིན་བཙོན་ན་འཇུ་ལ། མ་བཙོན་ན་མི་འཇུ་བའི་བུ་ལོན་  
 ལྷ་བུ་ཡིན། དེ་ལྷར་ལེགས་པར་མ་བྱས་ན། འགྱེད་དང་འབྱུལ་བ་སོགས་ད་  
 ལྷ་དཔུལ་ཁྱག་ནང་དུ་སྤྱད་ཆོག་ཆོག་གི་ལས་སྤྲོ་མོ་འདི་གྱི་མར་ལུས་ཀྱི་ཤ་

ནས་འཇལ་དགོས་པ་ཞིག་འོང་དུས་དཀའ་མོ་ཡིན། སྒྲིལ་ནམས་ནས་ཀྱང་  
བསྐྱོད་ཅིན་བྱུང་བར་འབྱོར་ལན་གྱི་ཐུབ་ཅམ་ལས་བསྐྱོད་སྒོན་སོགས་མ་བྱས་  
ན། བྱི་མར་སྐྱེ་ལུས་ཀྱི་སྤྱིང་ནས་བྱ་ལོན་འཇལ་དགོས་པར་ཐག་ཆོད། དེ་  
བཞིན་དུ་སྒྲར་དོ་པ་བོང་ཞིག་གི་ནང་དུ་སྤལ་བ་ཆེ་བ་གཅིག་ལ་ཆུང་བ་མང་  
པོས་བ་བ་དང་། ཡང་སྤྱེད་གཏེ་སྒྲིལ་ཞིག་གིས་ཉེ་གནས་ལ་དེ་རིང་ཆུས་  
ཁྱེར་བ་ཅི་བྱུང་ཡང་ཆུར་བཏོན་ལ་འབྱེར་ཤོག་གསུངས་པ། ཤིང་སྤྱོད་ཞིག་  
བྱུང་སྟེ། ཁོག་པ་གཤགས་པ་ན་དེའི་ནང་དུ་སྤལ་བ་ཆེ་བ་ཞིག་ལ་ཆུང་བ་མང་  
པོས་བ་བ་ཞིག་ཐོན་པ། སྒྲིལ་དང་འདི་གཉིས་དགོར་བཞུགས་ཀྱི་སྒྲིལ་ཞིག་དང་།  
སྤྱེད་གཏེ་གཉེར་ཆེན་ཞིག་གི་སྐྱེ་བ་ཡིན་པར་གསུངས་ཡོད་གསུངས། སྒྲིལ་  
མ་དོ་རྩེ་འཆང་ཆེན་པོ་ཉིད་ཁམས་སུ་ཕེབས་སྐབས་དོ་ཤུལ་ཞེས་པའི་ལུང་  
པའི་ལུང་མཆོ་ཞིག་ན་སྐྱེ་བྱུང་འདྲ་བའི་སེམས་ཅན་ཆེན་པོ་ཞིག་དབྱར་དུས་  
མཆོར་བྱ་བ་ཅིང་། དགུན་ཁ་མཆོ་གྱི་ནས་འབྲུག་རིམ་ཆགས་སྐབས་སྐལ་  
པ་མཆོ་ཁར་ཐོན་པར་བྱ་སོགས་སྒོག་ཆགས་མང་པོས་བ་བ་ཞིག་ཡོད་པ་  
དངོས་སུ་གསལ་ཆུང་ལ། དེ་འདྲ་བ་དག་ཀྱང་ཉི་ཆེ་བའི་དཔྱལ་བ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟ་  
བུར་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ཡང་རང་རེས་གངས་མེད་པ་ཞིག་བསྐྱབས་དང་སྐྱབ་བཞིན་  
བ་ཡིན་པས་དེ་འདྲའི་སྐྱག་བསྐྱལ་རང་ཐོག་ཏུ་སྤྱོད་ཆུང་ཡང་ཡང་བསམ་  
དགོས་གསུངས།  
གཉིས་པ།

## ཡི་དྲགས་ཀྱི་སྤྱད་བསམ་བསམ་བ་ལ།

འཇམ་དཔལ་ཞལ་ལྷང་ལས་དུད་འགྲོ་དང་པོར་གསུངས་པ་ནི། དུད་  
འགྲོ་ལས་ཡི་དྲགས་ཤེས་རབ་ཆེ་བས་རིགས་མཐོ་ལ། འགའ་ཞིག་ལ་ཆོས་  
བསྟན་ན་གོ་བྱས་པ་ཡོད་ཅིང་། དུད་འགྲོ་སྟེན་ཞིང་མོངས་པས་རྟེན་དམའ་ལ།  
ཆོས་ལ་བར་གཅོད་ཡི་དྲགས་ལས་ཆེ་བས་དུད་འགྲོ་འི་སྤྱད་བསམ་དང་པོར་  
བསྟན་པ་ཡིན་ཞིང་། ལྷ་ར་ལས་ལས་ཡི་དྲགས་དང་པོར་མཛད་པ་ནི་སྤྱི་བྱུང་  
ལ་དུད་འགྲོ་ལས་སྤྱད་བསམ་ཆེ་བས་ཡིན། འདི་ལ་གཉིས། ཡི་དྲགས་སྤྱི་འི་  
སྤྱད་བསམ་ཆ་བ། གང་བ། བཀའ་བ། སྒྲོམ་བ། ངལ་བ། འདིགས་པའི་སྤྱད་  
བསམ་བསམ་བ་སྟེ་དུག་དང་། ཡི་དྲགས་སོ་སོའི་སྤྱད་བསམ་བསམ་བའོ། །

དང་པོ་སྤྱི་འི་སྤྱད་བསམ་བསམ་བ་ལ་འདི་ལྷ་ར་བསམ་དགོས། ང་ད་  
ལྷ་དཔལ་བར་མ་སྤྱེས་ཀྱང་། ཡི་དྲགས་སྤྱེས་ཡོད་ན་ཆ་གང་བཀའ་སྒྲོམ་  
ངལ་འདིགས་ཀྱི་སྤྱད་བསམ་བཅོད་དཀའ་བས་མནར་ནས་ཆོས་བྱེད་རྒྱ་ལྷ་  
བཞག །བྱེད་དོ་བསམ་བ་ཅམ་ཡང་བྲན་མི་བྱུང་ཀྱང་། ད་རེས་སྤྱེས་པའི་བཀའ་  
བྲིན་གྱིས་དེར་མ་སྤྱེས་པར། ཆོས་བྱང་ཆུབ་ལས་ཀྱི་རིམ་བ་བསྒྲོམ་ཁུལ་  
ཅམ་བྱེད་རྒྱ་བྱང་བ་འདི་བསོད་ནམས་རེ་ཆེ། ལྷ་བས་ལེགས། འོན་ཀྱང་རང་  
རེའི་རྒྱད་ལ་དེར་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་ལས་བསགས་ལ་མ་ཉམས་པ་སྟོབས་ལྡན་  
མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པས་དེ་དག་མ་ཤི་ཚུན་ལ་སྤྱད་མེད་དུ་སྦྱོང་མི་བྱུང་བ་ནི་  
ད་ལྟའི་ཁ་སྤྱོད་འདིས་ཤེས། དེར་མ་བྱད། སྤྱིར་ན་འཆི་ཁའི་སེམས་དེ་ཤིན་



ཏུ་གཤམ་ཆེ་སྟེ། ཆེ་འདིར་སྒྲིག་པ་ཆེན་པོ་བྱེད་པའི་སྒྲིག་ཅན་ཡང་འཆི་ཁར་  
དགོ་སེམས་ལ་སྟག་གི་ངང་ནས་འཆི་ན། སྒྲོན་གྱི་དགོ་བའི་ལས་ཤིག་ལ་  
གསོས་འདེབས་ལ། ཆོས་པ་དག་གྲང་འཆི་ཁར་ཁོང་ཁྱོ་སོགས་གྱི་ངང་ནས་  
འཆི་ན་མི་དགོ་བའི་ལས་ལ་གསོས་འདེབས་པར་འགྱུར་ཞིང་། དེ་ཡང་པལ་  
ཆེར་ཆེ་འདིར་སྒོ་གང་ལ་གོམས་པ་ཆེ་བ་དེ་འཆི་ཁར་ཡང་མངོན་དུ་འགྱུར་  
བས། རང་རེ་རྟག་ཏུ་ཉོན་མོངས་དུག་གསུམ་ལ་གོམས་ཤུགས་ཆེ་བས་འཆི་  
ཁར་ཡང་མི་དགོ་བའི་ལས་ལ་གསོས་འདེབས་པར་ཐག་ཆོད། དེས་ན་འཆི་  
ཁར་བཟའ་བརྟུང་ལ་ཡིད་འབྱུང་ནས། དེའི་མིང་ཡང་མི་ཐོས་པ་ཞིག་བྱུང་ན་  
སྙམ་པ་ལྟ་བུ་སོགས་ཆགས་སྤང་གང་རུང་གིས་ཡི་དྲགས་སུ་སྒྲེ་འགྱུར་གྱི་  
ལས་ལ་གསོས་བཟའ་ནས་ཡི་དྲགས་ཀྱི་གནས་ངན་དུ་མི་སྒྲེ་བའི་ངེས་པ་  
མེད་ཅིང་། པལ་ཆེར་སྒྲེ་བར་ཐག་ཆོད། དེར་སྒྲེས་ན་ཡི་དྲགས་ཀྱི་གནས་  
ནི། འདི་ནས་དཔག་ཆད་ལྟ་བུ་འདས་པའི་འོག་ཏུ་ཡི་དྲགས་ཀྱི་གྲོང་བྱིར་  
སེར་སྒྲེ་བྱ་བ་ཡོད། གནས་དེར་ནི་སྤང་དང་ཤིང་དང་ཆུ་སོགས་ཅུང་ཟད་གྲང་  
མེད་པར་ས་གཞི་ཐམས་ཅད་ཟངས་གོག་ཉི་མས་ཆོག་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོད། ཡི་  
དྲགས་ཀྱི་ལུས་དང་ཡན་ལག་རྣམས་གྲང་ཤིན་ཏུ་ཆ་མི་སྟོམས་པ་མགོ་ཆེ་ལ་  
སྒྲ་བྱིང་བ། གདོང་གཉིར་མས་ཁེབས་པ། སྒྲེ་ཏ་ཅང་སྤྲ་བས་མགོ་བོ་མི་ཐེག་  
པ་དང་། ལུས་རི་ལྟར་ཆེ་ལ་རྒྱང་ལག་འཇག་མ་ལྟར་སྤྲ་བས་ལུས་མི་ཐེག་པ་  
རང་རེ་མི་ཡུལ་གྱི་རྒྱན་འཁོག་རྣམས་བྱིན་པས་ལུས་པོ་མི་ཐེག་པའི་དཀའ་  
ལས་ལས་བརྒྱ་འགྱུར་གྱིས་ཆེ་བ་ཡོད། ཡན་ལག་རྣམས་གྲང་གྲང་མང་ཅུང་

མི་སྟོམས་ཤིང་། ལོ་མང་པོར་སྟོམ་མ་རྟེན་པས་ལུས་ལ་ཁྲག་དང་ཚུ་སེར་  
སོགས་རྒྱན་ཅུང་ཟད་ཅམ་ཡང་མེད་པར། སྟོང་དུམ་སྐམ་པོར་གོ་བ་དམར་  
སྐམ་གྱིས་གཏུམས་པ་ལྟ་བུར་རྒྱས་པ་དང་ཅ་སོགས་སྐམ་པོ་ཕྲགས་པ་  
སྐམ་པོས་གཡོགས་པ། འགྲལ་བསྐྱོད་བྱེད་པ་ན་རྒྱང་ལག་གི་ཆིགས་འཐབ་  
པའི་ཆེ་ཤིང་སྐམ་འཐབ་པ་དང་རྡོ་དང་རྡོ་འཐབ་པ་ལྟར་ཁྲིག་སྒྲ་དང་། མེ་སྟག་  
དམར་འཇུག་འཇུག་བྱེད་པ་ཡོད། ལོ་བརྒྱ་སྟོང་མང་པོར་བཟའ་བཏུང་མ་བྱུང་  
བས་བཀའ་སྟོམ་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་ལ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་ཐོག །ད་དུང་བཟའ་བཏུང་  
རྟེན་དུ་རེ་བས་འཆོལ་སར་མ་ཕྱིན་ཀ་མེད་ལ། སོང་ན་ལུས་ཉམ་ཚུང་བས་  
ངལ་བ་དང་། གཤེན་རྗེའི་སྐྱེས་བུ་དག་མཐོང་ནས་སྐྱག་སྟེ་ལུས་ཞིག་པ་ལྟ་  
བུའི་འདིགས་པ་དང་། དབྱར་ཆ་བའི་དུས་སུ་ལྷ་བས་ཀྱང་ཆིག་ལ། དབྱུན་  
ཀྱང་བའི་སྐབས་ཉི་མས་ཀྱང་ཀྱང་བར་བྱེད་པས་ཆ་ཀྱང་གི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཆེས་  
ཆེ་བ་ཡོད་གསུངས།

གཉིས་པ་ཡི་དྲགས་སོ་སོའི་སྤྱད་བསྐྱེད་བསམ་བ་ལ་གསུམ་ལས།  
ཕྱིའི་སྐྱབ་པ་ཅན་ནི། སྟོན་ཤིང་འབྲས་བུ་ཅན་དང་། ཚུ་སོགས་མཐོང་ནས་  
རྒྱང་རིང་པོར་ངལ་བ་ཆེན་པོས་ཕྱིན་ཕྱིན་ནས་འགམ་དུ་སྐྱེབས་པ་ན་དེ་དག་  
མེད་པར་འགྱུར་བ་དང་། འགའ་ཞིག་དེར་སྐྱེབས་པ་ན། སྐྱེས་བུ་གོ་མཆོན་  
ཅན་གྱིས་བསྐྱུངས་ནས་ལོངས་སྟོང་དུ་མི་སྟེད། དེའི་ཆེ་བཀའ་སྟོམ་གྱི་  
སྤྱད་བསྐྱེད་སྒྲ་ཡོད་ཐོག །ལུས་ངལ་བ་དང་ཡིད་པམ་པའི་སྤྱད་བསྐྱེད་  
བསམ་གྱིས་མི་ཁྲལ། རང་གི་སྐྱབ་པ་ཅན་ནི། བརྒྱ་ལ་ཟས་རྟེན་ཀྱང་ཁ་ནས་

མི་ཐར་བ་དང་། མགྱིན་པར་མདུད་པ་ཡོད་པས་ཟས་འགྲོ་དཀའ་བ་དང་།  
འགའ་ཞིག་སྒྲིལ་ལ་ཕྱ་བ་ཡོད་པ་ལས་རྟག་སྒྲིན་པ་འཐུང་དགོས་པ་སོགས་  
དང་། ཟས་སྒྲིམ་ཉིད་ལ་སྒྲིབ་པ་ཡོད་པ་ནི། རྟ་བ་བྱེ་བ་རིའི་གཏམ་རྒྱུད་ལས་  
བྱུང་བ་བཞིན་ཟས་བ་བ་ན། ལྷགས་གོང་མེ་འབར་བ་དང་། དུབ་མ་དང་། རྟག་  
ཁྲག་དང་། རང་ལ་ལ་བ་བ་སོགས། ལས་མི་འདྲ་བ་ཇི་ལྟར་བསགས་པ་དང་  
མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་མི་བཟད་པ་དུ་མ་སྤྱོད་བར་འགྱུར་བ་དང་། འགའ་ཞིག་  
གིས་བཟའ་བཏུང་བྱས་པ་མགྱིན་པ་ནས་ཐར་གྱང་ཁོག་པའི་ནང་དུ་སྒྲིབས་པ་  
ན་ཁོ་ཆུ་ཁོལ་མ་སོགས་སུ་གྱུར་ཏེ་བགྲེས་སྒྲིམ་སེལ་བ་ལ་མི་པན་པའི་སྟེང་  
དུ་སྤྲུག་བསྐྲུལ་ཆོད་མེད་པ་སྒྲིད་པ་དང་། ཡང་ཁ་ཅིག་ལ་དེ་ལྟར་མ་གྱུར་གྱང་  
མོ་བ་ཆེ་དྲགས་པས་ཟས་གྱིས་མི་ཁེངས་པ་དང་། ཡི་དྲགས་ལ་ལར་ཁ་ནས་  
སྟོགས་པའི་མེ་ལྷབ་ལྷབ་ཏུ་འབར་བ་སྟེ། འདྲེ་མེ་ཞེས་པའང་ཡི་དྲགས་གྱི་ཁ་  
ནས་འབར་བའི་མེ་ཡིན། འདྲུར་འགོགས་ནི། ཀུན་དགའ་བོ་ཉིན་མོ་སྤྱོད་དུ་  
ཕེབས་སྐྱབས་ཡི་དྲགས་མོ་སྒྲིལ་མདུད་པ་གསུམ་ཡོད་པ། ཁ་ནས་འཛིགས་  
པའི་སྒྲ་རྒྱམ་པ་ལྷ་སྒྲོག་པ་སོགས་གཟེགས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། དེ་འདྲའི་རིགས་  
གྱི་ཡི་དྲགས་ལ་མགྱིན་པར་མདུད་པ་སུམ་བཅེགས་ཡོད་པ་སོགས་དང་།  
དེ་དག་ལ་བརྟེན་པའི་སྤྲུག་བསྐྲུལ་ཡང་མཐའ་མེད་པ་ལྟར་སྤྱོད་དགོས་ཏེ།  
བཤེས་སྒྲིངས་ལས། ཡི་དྲགས་ན་ཡང་འདོད་པས་ཕོངས་པ་ཡིས། །བསྒྲིད་  
པའི་སྤྲུག་བསྐྲུལ་རྒྱན་ཆགས་མི་འཆོས་པ། །བགྲེས་སྒྲིམ་གྱང་རྫོང་ལ་དང་  
འཛིགས་པ་ཡིས། །བསྒྲིད་པ་ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་བསྟེན་འཆལ་ལོ། །ཁ་ཅིག་

ཁ་ནི་ཁབ་གྱི་མིག་ཅམ་ལ། །སྟོ་བ་རི་ཡི་གཏོས་ཅམ་བགྲུས་བས་ཉེན། །མི་  
གཅང་གྱི་ནར་བོར་བ་རུང་བད་ཀྱང་། །འཆའ་བའི་མ་བྱ་དང་ལྡན་བ་མ་ལགས་  
སོ། །ཁ་ཅིག་པགས་རུས་ལུས་ཤིང་གཅེར་བུ་སྟེ། །ཏ་ལ་ཡ་ཐོག་བསྐྱམས་བ་  
ལྟ་བུ་ལགས། །ཁ་ཅིག་མཆན་ཞིང་ཁ་ནས་འབར་བ་སྟེ། །ཟས་སུ་འབར་བའི་  
ཁར་བབས་བྱེ་མ་འཆའ། །དམངས་རིགས་འགས་ནི་རྟག་དང་བྱི་ས་དང་།  
།ཁྲག་སོགས་མི་གཅང་བ་ཡང་མི་རྟེན་དེ། །པན་ཚུན་གདོང་དུ་འཆོག་ཅིང་  
མགྲིན་བ་ནས། །ལྷ་བ་བྱུང་བ་སྟོན་པའི་རྟག་ལ་འཆའ། །ཡི་དྲགས་རྟམས་ལ་  
སོས་ཀའི་དུས་སུ་ནི། །ཟླ་བའང་ཆའ་ལ་དགུན་ནི་ཉི་མའང་གང་། །སྟོན་ཤིང་  
འབྲས་བུ་མེད་འགྱུར་འདི་དག་གིས། །བལྟས་བ་ཅམ་གྱིས་སྤྱང་ཡང་སྐམ་  
པར་འགྱུར། །ཞེས་དང་། །སྟོབ་སྟོངས་ལས་ཀྱང་། །མི་བཟད་སྐྱེ་མ་པས་སྤྱང་  
ནས་ཚུ་སྤྱང་བྱི་མེད་པ། །མཐོང་ནས་བརྟུང་བར་འདོད་དེ་སོང་ན་དེ་ཉིད་ཀྱང་།  
།སྐྱེ་ཤིང་ཉི་ལྟོ་བས་ཆོགས་དང་རྟག་བསྐྱུང་འདྲེས་བ་དང་། །འདམ་རྒྱུ་ཁྲག་  
དང་བྱི་སས་གང་བའི་ཚུར་འགྱུར་རོ། །དུས་རྒྱུ་སྤྱང་ལངས་ཚུ་འཐོར་རི་  
ཅེ་བསིལ་འགྱུར་ཞིང་། །ཅན་དན་སྟོན་བ་སྟོ་འབྲུངས་མ་ལ་ཡར་སོང་ན། །དེ་  
ཡང་འདི་ལ་ནགས་བསྐྱེགས་མེ་ལྟེ་རྟོས་འཁྲིགས་ཤིང་། །མགལ་དུམ་འགྱེལ་  
བ་མང་པོས་རང་རོང་ཅན་དུ་འགྱུར། །ཚུ་གཏོར་རྒྱུ་སྤྱང་འཁྲིགས་འཕང་མཐོ་  
གྲེས་བ་ལས་བྱུང་བའི། །དབུ་བ་འཆོར་བ་ལྟག་གིར་འདུག་པར་སོང་ན་ཡང་།  
།དེ་ཡང་འདི་ལ་བྱེ་ཆན་ཁྲག་རྟ་དམར་རྒྱུ་བའི། །རྒྱུང་དམར་འཁྲེགས་བ་  
འཚུ་བ་པའི་ལྷ་དམ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །འདི་ནི་དེར་གནས་ཆར་སྟོན་ལྡང་བར་

འདོད་ན་ཡང་། །སྒྲིན་ལས་ལྷགས་མདའི་ཆར་པ་དུད་འཐུལ་འདག་མར་  
བཅས། །ཆ་ཆ་རྫོ་རྫེའི་པ་བོང་ནམས་འཕྲོ་གསེར་མདོག་ལྷ་བུ་ཡི། །སྒྲོག་སྤང་  
དམར་སེར་འགྱུར་བ་ལུས་ལ་ཆར་དུ་འབབ། །ཆ་བས་ཉེན་ལ་བུ་ཡུག་གྱང་  
ནི་ཆར་འགྱུར་ལ། །ལྷགས་པས་ཉམ་ཐག་པ་ལ་མེ་ཡང་གྱང་བྱེད་དེ། །ཤིན་ཏུ་  
མི་བཟད་ལས་ཡོངས་སྒྲིན་པས་ནམ་མེདས་པ། །འདི་ལ་སྒྲོ་ཆོགས་འདི་ཀྱན་  
སྒྲིན་ཅི་ལོག་ཏུ་སྤང་། །ཁབ་མིག་ཅམ་གྱི་ཁ་ལ་དཔག་ཆད་མང་འདྲིགས་  
པའི། །སྒྲོ་ཅན་ཉམ་ཐག་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོའི་ཆུ་འཐུངས་གྱང་། །མགུལ་ཕྱག་  
ཡངས་པ་ཉིད་དུ་སྒྲིན་པར་མ་གྱུར་པར། །ཁ་ཡི་དུག་གིས་ཆུ་ཡི་ཐིགས་པའང་  
སྐམ་པར་འགྱུར། །ཞེས་དང་། རྒྱལ་མཆོག་བསྐལ་བཟང་རྒྱ་མཆོས། སྒྲོ་བ་རི་  
མཆུངས་མགྲིན་པ་འགག་ཅིང་ཡན་ལག་རྩ་ཐུན་བཞིན་དུ་སྤྲ། །ལུས་སྐམས་  
ཐལ་བས་རབ་གཡོགས་ལྷ་ཆོགས་འཐབ་ལས་མེ་ཡི་ཆ་ཆ་འབབ། །ཆུ་སྤྲང་  
དག་གྱང་བལྟས་པ་ཅམ་གྱིས་སྐེམ་འགྱུར་རྟག་ཏུ་ངལ་བ་དང་། །བགྲེས་པས་  
གདུང་བའི་ཡི་དྲགས་ནམས་ལ་བས་སྒྲོམ་བདུད་ཅིའི་ཆར་པ་སྒྲོལ། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན།

རང་རེ་ཡང་སང་མོད་ད་ཆོད་ཅམ་ན་ཡི་དྲགས་དེ་འདྲ་ཞིག་ཏུ་མི་སྒྲེ་  
བའི་ངེས་པ་མེད་དེ། དེར་སྒྲེ་བའི་རྒྱ་ནི། རྟོར་རྩས་ལ་སེར་སྒྲ་དང་། བརྟ་  
སེམས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་དང་། རང་གི་རྟོར་རྩས་ལ་ཡང་དང་ཡང་དུ་རྟོམ་ཉུག་  
བྱེད་ཅིང་ཤས་ཆར་ཆགས་པ་དང་། གཞན་གྱིས་སྒྲིན་པ་གཏོང་བ་ལ་གོགས་  
བྱེད་པ་དང་། གཞན་རྟོར་འཕྲོག་པ་དང་། རྒྱ་བ། དགོ་འདུན་གྱི་ཞལ་དུ་འདུ་

བའི་སྒོ་འཕྲོག་པ་དང་། འབྱེད་ཉིས་ལེན་བྱེད་པ་སོགས་མ་བྱིན་ལེན་དང་།  
གཞན་ལ་ཡི་དྲགས་ཞེས་བརྗོད་པ་སོགས་ཏེ། ལྷག་པར་དགེ་འདུན་ལ་ཡི་  
དྲགས་ཞེས་བེར་བ་ནི་ཡི་དྲགས་ཀྱི་སྐྱེ་བ་ལྔ་བརྒྱ་ལེན་པའི་རྒྱ་ཡིན། འཇུར་  
འགོགས་ལ་ཆུ་ཐིགས་གཅིག་སྐྱིན་དུ་ཡོད་པ་ནི། སྤར་ཆུ་བྱིན་པ་ལ་སེར་སྒྲ་  
མ་བྱས་པས་ཡིན། གཞན་ལོངས་སྤྱོད་པའི་སྐྱལ་བ་མེད། སློབ་དཔོན་སངས་  
རྒྱས་ཡེ་ཤེས་ཡི་དྲགས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་བྱོན་པ་ན། ཡི་དྲགས་མོ་ཤིན་ཏུ་ཉམ་ཐག་  
པ་ཞིག་ལ་སྤྱ་གུ་ལྔ་བརྒྱ་སྐྱེས་ནས་ཡོད་པས། སློབ་དཔོན་ཉིད་མི་ཡུལ་དུ་  
གཤེགས་ན་ཁོ་མོའི་ཁྱོ་བས་འཆོལ་དུ་བྱིན་ནས་ལོ་བཅུ་གཉིས་སོང་། དེའི་  
རིང་དུ་བདག་ལ་སྤྱ་གུ་ལྔ་བརྒྱ་སྐྱེས། བས་ཆུ་ཐིགས་པ་གཅིག་གྲང་མ་བྱང་  
བར་དཀའ་ལས་དང་སྤྱད་བསྐྱེད་ཆེན་པོ་ཡོད་པས་ཁྱོད་ཀྱིས་མི་ཡུལ་ནས་  
བས་རྩེད་པ་ཁྱེར་ལ་མགྲོགས་པོར་ཡོང་གྲོགས་ཀྱིས་ཞེས་སློབ་དཔོན་ནས་  
འཕྲིན་སྐྱེལ་བར་མཛོད་ཞུས་པར། ཡི་དྲགས་མང་པོ་ཡོད་ན་ཁྱོད་ཀྱི་ཁྱོ་སྤྱ་  
ཡིན་མི་ཤེས་གསུངས་པས། དེ་གཞན་དང་མི་འདྲ་བའི་རྟགས་མཆན་མིག་  
ལ་གཅིག་ཞུར་བ། རྒྱང་ལག་ལ་རེ་ཡང་མི་བདེ་བ་ཡོད་ཟེར། དེ་ནས་སློབ་  
དཔོན་མི་ཡུལ་དུ་བྱོན་ཏེ་ཡི་དྲགས་རྣམས་གཟིགས་པ་ན། སྤར་གྱི་འཕྲིན་  
བསྐྱར་སའི་ཡི་དྲགས་དེ་རི་ལྷ་བ་ཞིག་ཡོད་པ་ལ་ལོ་རྒྱས་དང་འཕྲིན་གསུང་  
བ་ན། ཡི་དྲགས་དེས་བདག་གྲང་དེ་ལྟར་བྱིར་འགྲོ་བ་ལ་ཏ་ཅང་རིངས་གྲང་  
ངས་ལོ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་རིང་བཅའ་བས་བས་འདི་ལས་མ་རྩེད་ཅེས་ལག་པའི་  
སྤར་མོ་དམ་དུ་བཅངས་པའི་ནང་དུ་ལུད་པ་སྐྱམ་པོ་ཅུང་ཟད་ཅིག་ཅིས་ཆེན་



པོ་བྱས་ཏེ་ཉར་ནས་ཡོད། དེ་ཡང་ཁྱིམ་ས་ལྡན་དགེ་སྤྱོད་ཞིག་གིས་ལུང་པ་  
དོར་ནས་བསྐྱོ་བ་མཛད་པ་ལ་ཡི་དྲགས་མང་པོ་ཞིག་གིས་ཉལ་ཐོབ་བྱས་  
སྐབས་འདི་ཉིད་པ་ཡིན་ཞུས་པ་ལྟར། རང་རེས་ཀྱང་བརྟན་བརྟན་མ་མཛད་  
ན། ལུང་པ་སྐྱམ་པོ་ལ་གྱང་ཆོག་ས་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་མི་འོང་བའི་རེས་པ་  
གཏན་ནས་མེད། དགེ་ཚུལ་ཚུ་སྤྲད་སྒྲིམ་གྱི་ཨ་མ་ཞི་ནས་ལོ་ཉིར་ལྷ་སོང་  
བ་ན། ཉིན་གཅིག་དགེ་ཚུལ་གྱིས་ཡི་དྲགས་འཇིགས་སུ་རུང་བ་ཞིག་མཐོང་  
ནས་སྐྱག་སྟེ་བོས་པར་ཚུམ་པ་ན། མ་བོས་ཟེར། ཁྱོད་སུ་ཡིན་ངེས་པས། བྱ་  
གཅིག་གང་ལས་སྒྲིམ་པ་ཡི། །བྱམས་པའི་མ་ནི་ང་ཡིན་ཏེ། །ཟས་དང་སྒོམ་  
དང་བུལ་བ་ཡི། །ཡི་དྲགས་རྣམས་གྱི་ནང་དུ་སྒྲིམ། །བདག་ནི་ཞི་བའི་དུས་  
བྱས་ནས། །ལོ་གངས་ཉི་ཤུ་ལྷ་ལོན་ཏེ། །ཚུ་ཡི་བག་ཀྱང་མ་མཐོང་ན། །ཁ་  
ཟས་ལྟ་ཞིག་ག་ལ་མཐོང་། །ཞེས་ཟེར། དགེ་ཚུལ་གྱིས་སངས་རྒྱས་ལ་བསྐྱོ་  
སྟོན་ཞུས་ཏེ་སངས་རྒྱས་གྱིས་ཐབས་མཛད་པས། དེ་ལས་ཆེ་འཕོས་པ་ན་  
ཡི་དྲགས་མཐུ་མོ་ཆེ་ཞེས་པ་ནོར་རྗེས་ཏ་ཅང་ཐུག་པ་ཞིག་ཏུ་སྒྲིམ། དེ་ཡང་  
སྤར་ལས་སེར་སྒྲ་དུག་འགྱུར་གྱིས་ཆེ་བ་བྱང་བས་སྦྱིན་པ་མ་བཏང་བ་ན།  
དགེ་ཚུལ་གྱིས་རས་ཡུག་གཅིག་ཐབས་གྱིས་སྤངས་ནས་སངས་རྒྱས་ལ་  
ཐུལ་ཀྱང་། ཡི་དྲགས་མོ་དེས་པངས་སེམས་གྱིས་སྤར་བརྒྱས་ཏེ་ལན་མང་  
པོར་བྱེར་བའི་རབས་དང་། སྟོན་དགེ་སྤྱོད་ཞིག་ཆོས་གོས་ལེགས་པ་གཅིག་  
ཡོད་པ་ལ་ཆགས་པས། དེ་ཞི་ནས་ཡི་དྲགས་ཆོས་གོས་གྱོན་པ་ཞིག་ཏུ་  
སྒྲིམ་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་ཡིན་གསུངས། དེང་སང་སེར་སྒྲ་བྱེད་པ་ལ་ཁོ་གིམ་

པོ་ཡོད་ཅེས་བསྐྱགས་པ་བྱེད་མོད། སེར་སྒྲིལ་ཡི་དྲགས་སུ་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་བྱུང་  
མོང་མ་ཡིན་པ་ཡིན་པས། རང་རེ་སེར་སྒྲིལ་ཆེ་ལྷགས་དང་བྱེད་སྒྲུངས་འདིས་  
སང་པོད་ད་ཆོད་ཅེས་མཇུག། རིང་མཐའ་ལོ་བཞི་བཅུ་ལྔ་བཅུ་ཅེས་ནས་དཔྱད་  
བར་མ་སྐྱེས་ནའང་ཡི་དྲགས་སུ་སྐྱེ་ངེས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་གསུངས།

གསུམ་པ།

## དུད་འགྲོའི་སྤྱད་བསྐྱེད་བསམ་བ་ལ་གཉིས།

སྤྱིའི་སྤྱད་བསྐྱེད་བསམ་བ་དང་། སོ་སོའི་སྤྱད་བསྐྱེད་བསམ་བ་ལོ།  
།དང་པོ་ལ། གཅིག་ལ་གཅིག་ཟ་བ་དང་། སྤྱི་ཞིང་གཏི་ལྷག་པ། ཆ་གང་།  
བཤེས་ཤིང་སྐྱོམ་པ། བཀོལ་ཞིང་སྤྱོད་པའི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཏེ་ལྟ་ཡོད། རན་  
སོང་གསུམ་ལས་སྤྱད་བསྐྱེད་ཆུང་ཤོས་དུད་འགྲོ་ལྟ་བུར་སྐྱེས་ན། གཅིག་  
ལ་གཅིག་ཟ་བའི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཡང་། དུད་འགྲོ་གཟུགས་བོངས་ཆེ་བ་ཆུ་  
སྤྱི་སོགས་ནི། ཆུ་སྤྱི་ཉའི་རིགས་ཅན་དང་། དེ་ཁྱུར་མིད་བྱེད་བྱུང་བའི་  
ཆུ་སྤྱི་ཉ་མིད་དང་། དེ་ཡང་ཁྱུར་མིད་བྱེད་རྒྱས་པའི་ཉ་མིད་མིད་པ་བྱ་བ་  
སོགས་ལྷས་དཔག་ཆད་མང་པོ་ཅན་ཡོད་ཅིང་དེའི་ལྷས་ལ་དུད་འགྲོ་ཆུང་  
བ་གཞན་མང་པོས་ཆང་འཆར་ཞིང་ཁོའི་ལྷས་ལ་ཐོས་པས། མཆམས་ཤིག་  
ནས་ཁོ་མ་བཟོད་ནས་གཟུགས་པོ་བྲག་རི་ལྟ་བུ་ལ་བརྟེན་བ་ན། ལྷས་ལ་  
གནས་པའི་སྤྱོད་ཆགས་དེ་དག་བསད་ནས་རྒྱ་མཚོ་ཡང་དཔག་ཆད་ཅེས་  
དམར་པོར་བྱེད་པ་དང་། ཡང་སྤྱོད་ཆགས་ཆེ་བ་དག་གིས་ཆུང་བ་རྣམས་

མིད། ཆུང་བ་མང་པོས་ཆེ་བ་ཐོས་ཏེ་ལུས་མི་བཟོད་ནའང་རང་སར་སྡོད་པ་  
ལས་འགྲུལ་བ་ཙམ་ཡང་མི་རུས། རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོར་ཕྱང་པོར་སྤྲངས་པ་  
རྣམས་གཅིག་གི་རྒྱབ་ཏུ་གཅིག་གིས་ཐོས་ནས་སྡོད་དགོས་པ་དང་། སྤྱིང་  
བར་གྱི་ཐུན་པར་སྒྲིལ་བ་རྣམས་ནི་སྒྲིལ་ཆར་རྗེས་མ་བུ་ཡང་པན་ཚུན་མི་  
ཤེས་པར། རང་གི་ཁ་རྩར་གང་བྱུང་བ་དེ་གཅིག་ལ་གཅིག་བར་རེས་བྱས་ནས་  
སྡོད་དགོས། མི་ཡུལ་ན་ཡོད་པ་འདི་དག་གྲང་ཁས་བྱེད་དང་། བྱེད་སྒྲུབ་འབྲུ་  
གཞན་བར་བ་སོགས་དང་། གཅན་གཟན་དང་། རི་དྲགས་སོགས་གཅིག་གིས་  
གཅིག་གསོད་པ་དང་། འགྲིམ་རི་དྲགས་འདེད་ཅིང་གསོད་པ་སོགས་ཡིན།  
སྤྱག་བསྐལ་བའི་སེམས་ཅན་དེ་དག་ལ་པར་ལྟ་མོ་བལྟ་བ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་  
པར་སྤྱག་བསྐལ་སྤྱོད་བའི་སེམས་ཅན་དེ་ལྟ་བུར་རང་ཉིད་སྒྲིལ་ན་ཅི་འདྲ་  
ཡོང་གི་ཉམས་བཏོན་ནས་བསྐྱོམ་དགོས། སྤེན་ཞིང་གཏི་ཐུག་པས་གཞན་ལྟ་  
ཅི། གསོད་སར་འབྲིད་པ་དང་། ལྟ་སྤྱོད་སར་འབྲིད་པ་གང་ཡིན་ཙམ་ཡང་མི་  
ཤེས་པ་དང་། ཆར་གྲང་གི་སྤྱག་བསྐལ་དབྱར་གྱི་དུས་སུ་འཆིག་ལ། དགུན་གྱི་  
དུས་སུ་འབྲུགས་ནས་ཤི་བ་སོགས་སྤྱག་བསྐལ་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་བ་ཡོད་  
ཚུལ། སྤར་སྤྲ་མ་ཞིག་གིས་འབྲུ་དམར་པོ་རིང་པོ་ཞིག་ཕྱག་ཏུ་བསྐྱམས་ནས།  
ཁྱོད་ཁམས་པ་དག་སྤྱོད་ཡིན་ནམ་གསུངས་པས། དེས་མི་སྐྱད་སྤྱས་ཏེ་ཡིན་  
ལགས་ཟེར་བ་བྱུང་བ་བཞིན་རང་ཅག་གྲང་འབྲུ་དེ་འདྲར་མི་སྤྱེ་བའི་ངེས་པ་  
མིད། སྡོན་བོན་པོའི་མི་བྲིམ་ཞིག་གི་པ་ཤི་བ། དེའི་ཕྱང་པོར་ཕུ་ཞིག་ཏུ་སྤྱི་  
བའི་འོག་གི་འབྲུ་ལ་སྒྲིལ་བར་རྗེ་མིད་ལས་ཕྱང་བསྟན་ཏེ་བྲངས་ཚུལ། རང་

རེ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་འདྲར་ག་ལ་སྐྱེ་སྐྱུ་པ་ཡོང་མོད་ཀྱང་། དེར་སྐྱེ་བ་ཚུ་ཆོད་  
ཅམ་ཡིན་པས་སྐྱེ་སྐྱེ་རྗེས་མ་འབྱུང་སྐྱེས་ནས་ས་འོག་ཏུ་དབྱུགས་མ་ཆད་  
ཅམ་འགྲུལ་ཤིག་ཤིག་བྱས་ཏེ་སྡོད་དམ། ཡང་ན་འབྱུལ་སྐྱེས་ནས་བྱ་སོགས་  
ཀྱིས་ཐོས་ནས་ཁོག་སྡོད་ཐོས་ཟིན་ཀྱང་ཤི་མ་སྤུབ་པར་ཁོག་སྡོད་ཀྱིས་  
འགྲུལ་ནས་བསྐྱད་ཡོད་མེད་ཀྱི་ངེས་པ་མེད། གཞན་མ་བྱུང་ནའང་དེ་འདྲའི་  
གནས་ངན་དུ་མི་སྐྱེ་བའི་ཐབས་ཤིག་ལ་འབད་དགོས། དེར་མ་བད་དུད་འགྲོ་  
པལ་ཆེར་དབྱིབས་དང་མདོག་ཀྱང་མི་སྤྱད་ལ། བཀྲེས་ཤིང་སྒྲོམ་པས་ཉིན་  
གང་ཟས་འཆོལ་སར་འགྲོ་ཡང་ཟས་མི་རྟེན་པའི་སྤྱད་བསྐྱུལ་སོགས་ཡོད།  
ད་ལྟ་གཞན་ཀྱིས་རང་ལ་བྱི་ཀླན་ཟེར་བ་ཅམ་ཡང་མི་བཟོད་པ་བྱེད་ན། བྱི་ལྟ་  
བྱུར་དངོས་སུ་བྱུར་ན་རི་ལྷ་ར་བྱེད། ཟས་སྒྲོམ་དང་ཉལ་ས་སོགས་ལ་སྒྲོས་  
དང་། སྒྲོ་འཆོལ་ས་ནི་ཁང་པའི་ནང་དུ་མིའི་རྩར་ཡོང་བ་མ་གཏོགས་གཞན་  
མེད། བྱི་ཁང་པའི་ནང་དུ་འོངས་པ་ན། ཆང་མས་བྱི་སྒྲེབ་བྱུང་ཟེར་ནས། རྒྱ་  
མཆན་མེད་པར་བདུད་སྒྲེབ་པ་ཅམ་བྱེད། འདི་ཡང་ཁོ་རང་གི་ལས་ངན་པའི་  
འབྲས་བུ་ཞིག་མིན་ན་གང་ཡིན། དགོན་པ་འགའ་ཞིག་ཏུ་ཆོགས་དུང་བཏང་  
བ་ན་དུ་བའི་བྱི་ཡང་དེའི་བྲ་པ་འགའ་བྱིར་སྐྱེས་པའི་རྟགས་ཡིན། དུད་འགྲོ་  
འགའ་ཞིག་རྒྱང་ལག་སོགས་གང་ཡང་མེད་པའི་ཤ་སྒྲོར་མོའི་དབྱིབས་ཅན་  
དུ་ཡོད།

སྡོན་དྲགས་པོར་སྒྲ་མ་ཞིག་ལ་རྒྱན་དུ་སྐྱེན་བདག་མི་ཆང་གཅིག་གིས་  
མར་དང་། མི་ཆང་གཅིག་གིས་ཤ་སྤུལ། སྒྲ་མས་དགོར་སྤྱང་མ་བྱས་པར་ཤི་

སྒྲིམ་མར་སྤྲུལ་བའི་བྲིམ་དེར་འོ་མ་ཤིན་ཏུ་མང་བའི་འབྲི་ཞིག་ཏུ་སྒྲིམ། རྗེས་  
སྤྲུ་གཡང་དུ་སྤྲུངས་པ་ཆུས་བྲེར་ནས་ཤུལ་བའི་མི་ཆང་དེས་རྟེན། ༡༡  
རྣམས་ཐོས་ཐེན་པ་ན། ཅིབ་མའི་རུས་པའི་ལྷོབས་སུ་མི་ཆང་ཆེ་གོ་མོའི་ཤུལ་  
དང་། མི་ཆང་ཆེ་གོ་མོའི་མར་གྱི་སྒྲིན་པ་འཕྲོད་སོང་བེར་བའི་ཡི་གེ་བྱུང་།  
དེས་ན། སྒྲིམ་ལ། ལས་སྒྲིམ་དཀར་བཅུ་དགོ་བཤེས་སོགས་ལ་དགོན་པ་ནས་  
དམིགས་བསལ་བཏང་ཡང་། ལས་འབྲས་ཀྱི་དམིགས་བསལ་བཏང་རབས་  
མེད། ད་རེས་མ་གཟབ་ན་སྒྲིམ་འགྲམ་གྱི་བྲི་དང་བོང་བྱ་དང་ནང་གི་མི་གཙོ་  
བདག་གཉིས་གོ་ས་བརྗེ་བ་ལ་དཀར་ཆེགས་མེད། སྤྲུ་མི་ཆང་གཅིག་གིས་  
ཁང་པའི་རྒྱབ་ཏུ་སྤྲུ་སྒྲིགས་པའི་ལྷ་རྟེན་ཡོད་པ་ལ་དམར་མཆོད་བྲས་པས་  
སྤྲུ་བས་ཉེས་ཏེ་ལམ་འགྲོ་ཆེན་པོ་བྱུང་། བྲིམ་གྱི་པ་དེས་འཆི་ཁར་ཡང་དམར་  
མཆོད་གྲིས་ཤིག་ཅེས་ཁ་ཆེམས་བཞག་པས། རྗེས་སུ་པ་ཁོ་རང་སྤྲང་དུ་  
སྒྲིམ་ཏེ་རང་གི་བྲས་དམར་མཆོད་ཐེངས་བྲུག་བྲས་ཚུལ། ཡང་མི་ཆང་ཞིག་  
གི་པ་ཁང་རྒྱབ་ཀྱི་མཆོ་ནང་དུ་ཉ་ལ་སྒྲིམ་ཚུལ། རང་རེ་ལའང་དེ་སྤྲུ་མི་  
འབྲུང་བའི་དེས་པ་མེད། བཀོལ་སྒྲོད་ཀྱི་སྤྲུག་བསྐྲུལ་ནི། དཔེར་ན་བོང་བྱ་སྤྲུ་  
བྱ་ལ་མཆོན་ན། སྤྲུ་པ་ཐམས་ཅད་མར་སོང་ཡང་ད་དུང་ཁལ་འགོལ། འཆི་  
བར་ཉེ་བ་ན་གར་བབ་བབ་ཏུ་བསྐྱར་ནས། དབྱུགས་མ་ཆད་གོང་ནས་བྱ་  
རོག་གིས་མིག་འདོན་པ་སོགས་བྲས་ཏེ་འཆི་ཚུལ། རང་རེ་དེ་འདྲར་སྒྲིམ་ན་  
སྤྲུག་བསྐྲུལ་བཟོད་ཐབས་མེད་པའི་ཉམས་བཏོན་ཏེ་བསམ་དགོས་གསུངས།  
གཉིས་པ་སོ་སོའི་སྤྲུག་བསྐྲུལ་བསམ་པ་ལ། བྲིངས་ན་གནས་པ་དང་

ཁ་འཐོར་བའི་དུད་འགྲོའི་སྤྱད་བསམ་བ་གཉིས་ལས། དུད་འགྲོ་  
བྱིངས་ན་གནས་བ་པལ་ཆེར་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོའི་གཏིང་དང་། སྤྱིང་བར་གྱི་  
ཐུན་ནག་རྣམས་སྤྱ་ཆང་འགག་གི་སྤང་མ་སྤངས་བ་བཞིན་གཅིག་སྟེང་དུ་  
གཅིག་མནན་ནས་ཡོད་པ། འོག་མ་རྣམས་སྟེང་མས་མནན་ཏེ་དབྱགས་ཀྱང་  
མི་ཐར་བ་སོགས་དང་། དུད་འགྲོ་ཁ་འཐོར་བ་ནི་མི་ཡུལ་ན་ཡོད་པའི་དུད་  
འགྲོ་རྣམས་ཡིན་པས་དེ་དག་ལའང་སྤྱད་བསམ་སྟོང་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་མཐའ་  
ཡས་བ་ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་སྟེ་བ་ལེན་པའི་རྒྱ་ཆ་ཆང་སྟོབས་ལྡན་མང་པོ་རང་  
རེ་ལ་ཡོད་ཅིང་། དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་བྱ་ཤོས་ནི། ཆོས་དང་ཆོས་སྤྱོད་པ་ལ་མ་  
གུས་བ་དང་། ཆངས་པར་སྟོད་པ་ནང་པན་ཚུན་ལ་དུད་འགྲོའི་མིང་གིས་  
བཏགས་བ་སོགས་ཏེ། ཤེད་བྱ་སེར་སྐྱའི་བྱང་བ་ལྟར་ཡིན། གཞན་ཡང་། རྒྱ་  
གར་ན། གཅིག་གིས་སྦྱིན་བདག་གི་དབྱར་གནས་པའི་དགེ་འདུན་གྱི་གཏོང་  
སྟོ་ཉག་ཐར་བཏང་བས། འདམ་རྩ་བ་བྱིང་བ་ཞིག་ན་འབྱ་དགེ་སྟོང་གི་མགོ་  
ཅན་ཞིག་ཏུ་སྟེས་ཏེ་སྤྱད་བསམ་སྟོང་བ་དང་། ཡང་སྟོན་མི་གཅིག་གིས་དགེ་  
སྟོང་ཞིག་ལ་སྟེ་བྱ་དང་འདྲ་ཞེས་སྤྱོད་པས། སྟེ་བྱའི་སྟེ་བ་ལྟར་སྤངས་  
བ་སོགས་མདོ་ལས་གསུངས་ཚུལ། མི་དགེ་བ་ཆེན་པོས་ནི་དཔྱལ་བ་དང་།  
འབྲིང་གིས་ཡི་དྲགས། ཆུང་དུས་དུད་འགྲོར་འཕེན་ལ། ཆེ་ལྷགས་ཀྱང་  
བསམ་བ་དང་། ཞིང་དང་དངོས་པོ་སོགས་ཀྱིས་ཆེ་བ་ཡིན་གྱི། མི་བསད་  
པ་ལྟ་བུ་མདོན་མཆན་ཆེ་བ་ཞིག་ལ་མི་ཟེར། ད་ལྟ་ཞིང་བྱང་པར་ཅན་ལྟ་བུར་  
ཅེད་མོ་བྱེད་ཞོར་དང་། མཆུ་འགྲུལ་ཅམ་ཞིག་བྱས་པའི་ལས་ཀྱིས་ཀྱང་སྟེ་



མ་ངན་སོང་དུ་ཐིམ་ས་ཀྱིས་འགྲོ་བ་ཡོད། ངན་འགྲོར་མི་སྐྱེ་བའི་གདེང་ཡོང་བ་  
ལ། མཛོད་ལས། བཟོད་ཐོབ་ངན་འགྲོར་ཡོངས་མི་ལྟུང་། །གསུངས་པ་ལྟར་  
སྐྱོར་ལམ་བཟོད་པ་ཐོབ་དགོས་པས། རང་རེ་ལ་དེ་འདྲ་མེད་པའི་ཐོག་ །ངན་  
འགྲོར་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་སྒར་བསགས་ནམས་མ་ཤི་གོང་དུ་བཞགས་མི་བྱལ་བ་ནི་  
ད་ལྟའི་བྱེད་ལུགས་འདིས་ཤེས་པ། ངན་སོང་དུ་གཅིག་སྐྱེས་ན་དེ་ལས་ཐར་  
བའི་ཐབས་དང་སྐྱབས་མི་ཉིད་དེ། སྦྱོང་འཇུག་ལས། ལུ་ཞིག་འཇིགས་ཆེན་  
འདི་ལས་བདག་ །ལེགས་པར་སྦྱོབ་པར་བྱེད་འགྱུར་ཞེས། །བྱེད་ཤིང་འཕྲོན་  
པའི་མིག་བབྱང་ནས། །སྦྱོགས་བཞིར་སྐྱབས་དག་འཆོལ་བར་བྱེད། །སྦྱོགས་  
བཞིར་སྐྱབས་མེད་མཐོང་ནས་ནི། །དེ་ནས་ཀུན་ཏུ་ཡིད་ལྷག་འགྱུར། །གནས་  
དེར་སྐྱབས་ཡོད་མ་ཡིན་ན། །དེ་ཆེ་བདག་གིས་རི་ལྟར་བྱ། །ཞེས་གསུངས།  
འདི་ངན་སོང་གསུམ་ནས་དྲག་ཤོས་དུད་འགྲོ་ལ་བལྟས་ཀྱང་ཤེས་  
ཏེ། མ་ཎི་ཆོག་གཅིག་ཅུ་འདོན་པའི་ཐབས་མེད། ཉོན་མོངས་དུག་གསུམ་  
ལྷགས་དྲག་པོ་རང་ཆས་སུ་ཡོད་པས་ལས་ངན་མང་པོ་གསར་དུ་གསོག་སྟེ་  
ངན་སོང་ནས་ངན་སོང་དུ་འགྲོ། །གཞན་ཡང་དེ་ཉིད་ལས། །གང་ཆེ་དགོ་སྦྱང་  
སྐལ་ལྡན་ཡང་། །དགོ་བ་བདག་གིས་མ་བྱས་ན། །ངན་སོང་སྦྱག་བསྐལ་  
ཀུན་མོངས་པ། །དེ་ཆེ་བདག་གིས་ཅི་བྱར་ཡོད། །དགོ་བ་དག་ཀྱང་མ་བྱས་  
ལ། །སྒྲིག་པ་དག་ཀྱང་ཉེར་བསགས་ན། །བསྐལ་བ་བྱེ་བ་བརྒྱར་ཡང་ནི།  
།བདེ་འགྲོའི་སྦྱ་ཡང་ཐོས་མི་འགྱུར། །ཞེས་པ་ལྟར་ད་རེས་ཀྱི་ཉོན་འདིར་མ་  
མཐའང་ཕྱི་མར་ངན་སོང་ལས་ཐར་བའི་སྐྱབས་དང་ཐབས་འཆོལ་བ་ཞིག་

ལ་མ་འབད་ན། ངན་སོང་དུ་ལྷུང་བེན་སོང་ན་སྤྲིས་ཚར་བ་རེད། ངན་སོང་  
གསུམ་བེར་བའི་སྤྲོ་པོ་ཆེ་དེ་དང་རང་གཉིས་ཀྱི་བར་ན་དབྱགས་ཆད་མ་ཆད་  
ཀྱི་བར་བྱུང་ཅམ་ལས་མེད། དེ་ཡང་ལྷུང་ན་ད་ལོའི་ལོ་མཇུག་དང་། རིང་ན་  
སང་པོད་ད་ཆོད་ཅམ་མམ། ལོ་ཁ་ཤས་སོང་མཚམས་ནས། གཅིག་ཏུ་ན་  
དམུལ་བར་སྤྲོས་ཏེ་ལུས་དང་མེ་དབྱེར་མེད་དུ་བྲས་ནས་བསྐྱད་ཡོད་དམ།  
གཅིག་ཏུ་ན་ཡི་དྲགས་སུ་སྤྲོས་ནས་བས་ཚུ་ཐེགས་གཅིག་ཅམ་ཡང་མ་རྟོད་  
པར་བསྐྱད་ཡོད་དམ། ཡང་ན་དུད་འགྲོར་སྤྲོས་ནས་མགོ་ལ་རྩ་ཅི་བེད་དེ་བ་  
དང་ལུས་ལ་སྤྲོ་ཞོལ་ལེ་བ་ཞིག་ཏུ། མི་ལམ་མིས་བ་ལས་སད་བ་བཞིན་དུ་  
མི་སྤྲོ་བའི་ངེས་བ་མེད། དེ་དག་བྲན་བ་ན་ཡང་ཐག་རིང་པོ་ཞིག་ཏུ་དེ་འདྲ་  
ཡོད་པའི་གཏམ་ཉན་བ་དང་། ལྟ་མོ་བལྟ་བ་ལྟ་བུ་མི་བྱེད་པར། དང་པོར་  
སྤྲོས་བེན་པའི་ཉམས་དང་། དེའི་རྗེས་སུ་སྤྲོ་ངེས་ཀྱི་ཉམས་འདོན་བ་གནད་  
དེ། དཔེར་ན་རྒྱལ་པོའི་བྲིམས་རར་ནག་ཅན་མང་པོར་ཆད་བ་གཅོད་སྐབས་  
རང་ལྟ་མོ་བལྟ་བཞིན་པར་ཡོད་བ་ལ། དེ་མ་ཐག་ལྟ་མོ་བའི་བྲོད་ནས་རང་  
ཉིད་བཟུང་སྟེ། སྤྲ་མ་དེ་ལྟར་བྲིམས་གཅོད་དག་པོ་སྤྱོད་བ་བཞིན། ད་ལྟ་ངན་  
སོང་ཞེས་བྱ་བ་གཤེད་ཅིག་ན་སེམས་ཅན་མང་པོ་ཞིག་སྤྱད་བསུལ་འདི་འདྲ་  
སྤྱོད་གིན་ཡོད་བ་རེད་སྟུང་བ་ཅམ་དང་། བཤན་པས་ལུག་གསོད་སར་ལྟ་  
མོ་ལྟ་བཞིན་བ་ལྟ་བུའི་སྤྲ་སྤྱོད་བྱུང་དུ་ངན་སོང་དེར་སྤྲོ་བས་བའམ། ལུག་ལྟ་  
བྱུང་བྱུང་ནས་བཤན་པའི་ལག་འོག་ཏུ་མནན་ནས་རལ་གྱིས་བྲང་གཤེག་བ་  
སོགས་མདོན་སུམ་དུ་སྤྱོད་བར་བྱུང་ན་འདིགས་སྤྲད་དང་སྤྱད་བསུལ་རི་

ལྟར་འབྱུང་བ་དེ་ལྟ་བུའི་ཉམས་འདོན། སངས་རྒྱས་བཙུང་ལྟར་འདས་ཀྱིས་  
མ་འོངས་པ་ན། ངའི་ཉན་ཐོས་རྣམས་ཤེས་པའི་སྒྲོ་བ་ཁ་ཐུར་དུ་བལྟས་པ་བཞིན་  
ངན་སོང་དུ་འགྲོ་ཞེས་རང་ཅག་ལ་ལུང་བསྟན་གནང་བ་ཡིན་པས། ཅག་ཅན་  
གཡང་དུ་བསྐྱར་བར་ངེས་པ་ཞིག་གཡང་ཁར་ངལ་བསོ་བ་བཞིན་དུ་ཡོད།  
རང་ངེས་དེ་ལྟར་མི་ཤེས་པར་དག་བཙུང་བ་བྱ་བ་བྱས་པ་ཞིག་ལས་ཀྱང་སྒོ་  
བདེ་མདོག་ཁ་བ་འདི་ངན་སོང་དུ་འགྲོ་བའི་སྒྲ་ལྟས་ཡིན། དེས་ན། ཤེས་པའི་  
ཆོམ་སྤྱབ་ལ་ལུས་པའི་ཤེས་པ་ཉུང་ཟད་དང་འདྲ་བ་ཞིག་ཨི་ཡོང་བསྟན་དགོས།  
ངན་སོང་དེ་དག་ཏུ་འདྲ་སྒྲིལ་བའི་ཉམས་བཏོན་ཏེ་བསྒྲོམས་ན་འདིས་  
ངེས་འབྱུང་འདྲན་འོང་བས། རང་ངེས་རེ་ཞིག་ཡི་དམ་བསྒྲོམ་པ་བས་ངན་  
སོང་གི་སྤྱད་བསྐྱེད་བསྒྲོམ་ན་ལེགས་ཆོད་ཡོད། ངན་སོང་གི་སྤྱད་བསྐྱེད་  
བྲན་པའི་ཆོད་ལ་ཀུན་དགའ་བོའི་སྤང་མོའི་བྱ་གཉིས་མོླུ་ལྟེ་བྱ་ལ་གཏད་  
པས་སྒྲོག་པ་མ་བྱས་པའི་སྤྱབས་མོླུ་ལྟེ་བྱས་དཔྱལ་བ་བསྟན་པ་ན་དེ་  
གཉིས་ཀྱིས་དཔྱལ་བ་བྲན་པས་ཡིད་འབྱུང་རང་ཤུགས་ཀྱིས་སྒྲིལ་བ་ལྟར་  
དགོས་གསུངས། དེ་ནས་འབྲིང་དུ་སྒྲོས་ཏེ་བཤད་པ་དང་། སྒྲོང་ཚུལ་མདོར་  
བསྐྱུས་ཏེ་བསྟན་པ་བཅས་སྤྲུལ།

༥ ཉིན་བཅུ་གཉིས་པར། ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་གསུང་།  
དལ་འབྱོར་རྟེན་དཀར་ཆེ་ལ་ལོང་མེད་པ། །ཡིད་ལ་གོམས་པས་ཆེ་འདིའི་  
སྤང་ཤས་ལྟོག །ཅེས་སོགས་འདྲན་པར་མཛད་ནས་ཀུན་སྒྲོང་འཆོས་པ་  
མདོར་བསྐྱུས་ཤིག་སྤྲུལ་ཏེ། སྒྲོན་དུ་ས་བཅད་རྣམས་གསུངས་ཇེས། འཇིག་

ཉེན་ཕྱི་མར་ཇི་ལྟར་འགྱུར་བ་འགོ་བ་གཉིས་ཀྱི་བདེ་སྐྱབས་བསམ་པའི་ངན་  
འགོའི་སྐྱབས་བསྐྱེད་ཀྱི་སྒོར་ལ་བསྐྱར་བ་འདྲ་མཛད་ཅིང་། དེ་ལྟ་བུའི་སྒོ་ནས་  
དལ་ཉེན་སྦྱང་པོ་ལེན་འདོད་དང་། ངན་སོང་གི་སྐྱབས་བསྐྱེད་བསམས་ནས་  
འཇིགས་སྐྱབས་ཆེན་པོ་བྱུང་ནས་དེ་ལས་སྒྲོབ་པའི་སྐྱབས་དང་། ཕྱི་མར་བདེ་  
བའི་ཐབས་འཆོལ་འདོད་བྱུང་ན། ཕྱི་མར་ངན་སོང་ལས་སྒྲོབ་པའི་སྐྱབས་ནི།  
སྒྲ་མ་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་ཡིན་ཞིང་། ཐབས་ནི་བདེ་  
ལེགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་བསྐྱེད་དེ་  
སྤང་སྤང་ཚུལ་བཞིན་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན།

དེས་ན། གཉིས་པ།

འཇིག་ཉེན་ཕྱི་མར་བདེ་བའི་ཐབས་བསྟན་པ་ལ་གཉིས།

བསྟན་པ་ལ་འཇུག་པའི་སྒོ་དམ་པ་སྐྱབས་འགོ་བྱ་བ་དང་།

བདེ་ལེགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་  
བསྐྱེད་པའོ། དེ་ལ་དང་པོ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་ལ་ལྟ། རྒྱ་གང་ལ་བཉེན་ནས་  
སྐྱབས་སུ་འགོ་བ། དུལ་གང་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ། ཇི་ཅམ་གྱིས་སྐྱབས་སུ་  
སོང་བའི་ཆད། སྐྱབས་སུ་སོང་བའི་ཕན་ཡོན། སྐྱབས་སུ་སོང་བའི་བསྐྱབ་  
བྱའོ། །དང་པོ།

## རྒྱ་གར་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱབས་སུ་འགོ་བཙུག་གི།

སྐྱབས་སུ་འགོ་བཙུག་ནས་དག་འོང་མི་འོང་རང་རྒྱ་གར་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བཙུག་ནས་  
དག་ཡོད་མེད་ལ་རག་ལས་ཤིང་། སྐྱབས་སུ་འགོ་བཙུག་གི། དེ་བ་ལྷག་བསམ་  
རབ་དཀར་གྱི་དེས་ལན་སྒོ་བཟང་བཞད་པའི་སྤྱད་བྱངས་ལས། སྐྱབས་  
འགོ་བཙུག་པོ་མི་ཐེ་བ། །རང་ཉིད་ལྷག་པར་འཛིགས་པ་དང་། །དཀོན་མཆོག་  
སྐྱོབ་པའི་རུས་ལྷན་དུ། །ཤེས་ལས་བྱང་བའི་སྐྱབས་སུ་འགོ་ལ། །ཐམས་ཅད་  
མཐུན་པ་བྱོད་ཉིད་བཞེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་རང་འཁོར་བ་དང་རན་  
སོང་གི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་ཡིད་འཛིགས་པ་དང་། །རང་གིས་སྒོ་འགེལ་རུས་ན།  
འཛིགས་པ་དེ་ལས་སྐྱོབ་པའི་རུས་པ་དཀོན་མཆོག་ལ་ཡོད་པར་ཡིད་ཆེས་  
བ་གཉིས་ཡིན་པས་རྒྱ་དེ་གཉིས་ཀ་ཆང་དགོས། །དེ་མེན་སྐྱབས་སུ་འགོ་བཙུག་  
དག་མི་འོང་སྟེ། སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་འཛིགས་ཤིང་སྤྱག་པ་མེད་ན་སྐྱབས་སུ་འཆོལ་  
འདོད་ཀྱི་སྒོ་མི་སྟེ། སྐྱབས་ལུལ་ལ་ཡིད་ཆེས་མེད་ན་སྐྱབས་སུ་བསྟེན་རྒྱ་མི་  
བྲན་པའམ། བྲན་ཀྱང་ཆོག་ཅམ་ལས་སྤྱོད་ནས་སྒོ་འགེལ་བ་མི་འོང་། །དེ་ཡང་  
རང་ཉིད་རན་སོང་ལ་འཛིགས་པ་དང་། འཁོར་བ་ལ་འཛིགས་པ་དང་། གཞན་  
འཁོར་བར་མནར་བ་ལ་མི་བཟོད་པའི་སྤྱོད་བཅེ་བ་གསུམ་རིམ་བཞེན་སྒྲིལ་  
བུ་ཆུང་འབྲིང་ཆེན་པོ་སོ་སོའི་སྐྱབས་སུ་འགོ་བཙུག་ཡིན། །དེས་ན་གོང་དུ་རན་  
སོང་གི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་འཛིགས་པ་བསྐྱེད་པ་དེ་སྐྱབས་སུ་འདོད་སྐྱབས་སུ་འགོ་བཙུག་  
རྒྱ་གཅིག་རེད།

གཉིས་པ།

## ཡུལ་གང་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་ལ་གཉིས།

སྐྱབས་ཡུལ་ངོས་གཟུང་བ་དངོས་དང་། དེ་སྐྱབས་སུ་འོས་པའི་རྒྱ་  
 མཚན་ནོ། །དང་པོ་ནི། བསྟོད་པ་བརྒྱ་ལྔ་བཅུ་པ་ལས། གང་ཞིག་ལ་ནི་ཉིས་  
 པ་ཀྱན། །གཏན་ནས་ཡོང་ཡེ་མི་མངའ་ཞིང་། །གང་ལ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ།  
 ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་གནས་གྱུར་པ། །གལ་ཏེ་སེམས་ཤིག་ཡོད་ན་ནི། །དེ་  
 ཉིད་ལ་ནི་སྐྱབས་འགོ་ཞིང་། །དེ་བསྟོད་དེ་ནི་བཀུར་བ་དང་། །དེ་ཡི་བསྟན་ལ་  
 གནས་པའི་རིགས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རང་ཉིད་ལ་སྐྱབས་དང་སྐྱབས་  
 མ་ཡིན་པ་འབྱེད་པའི་སེམས་ཤིག་ཡོད་ན་ནི། རང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་སྟོན་  
 པ་དང་། དེའི་བསྟན་པ་དང་། བསྟན་པ་དེ་ལ་གནས་པ་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་  
 འགོ་བ་དགོས། འཇིག་རྟེན་པལ་པ་དག་གིས། འཇིག་རྟེན་པའི་རྒྱལ་པོ་དང་།  
 ལྷ་ལྷ་བཙན་ལ་སོགས་པར་སྐྱབས་བཅོལ་ཞིང་། བྱི་རོལ་པས་ནི་ཆངས་པ་  
 དང་བརྒྱ་བྱིན་སོགས་ལ་སྐྱབས་བཅོལ་བར་བྱེད་ཀྱང་། དེ་དག་ཁོ་རང་ཡང་  
 འཁོར་བ་པ་ཡིན་པས་སྐྱབས་སུ་མི་འོས། འོན་སྐྱབས་སུ་འོས་པ་དེ་སུ་ཡིན་  
 ཞེ་ན། སྐྱབས་འགོ་བདུན་ཅུ་པ་ལས། སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་དགེ་འདུན་  
 ནི། །ཐར་པ་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱབས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སངས་  
 རྒྱས། ཆོས། དགེ་འདུན་ཏེ་དགོན་མཚོག་གསུམ་ཁོ་ན་ཡིན་ལ། དེ་གསུམ་  
 ཡང་ལེགས་པར་ངོས་མ་བེན་ན་སྐྱབས་འགོ་རྣམ་དག་མི་འབྱུང་ཞིང་། རང་



ཅག་གིས་མ་བརྟགས་མ་དབྱེད་པ་ན། ཐེག་ཆེན་རིག་པ་འཛིན་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་  
མདོག་མདོག་བྱེད་ཀྱང་། ར་ཆ་སོགས་གྲ་མ་འགྲིགས་པ་བྱུང་བའམ། བྱ་བ་  
གལ་ཅན་ལ་ཐུག་པའི་ཆེ་འཛིན་ཏེན་པའི་ཆོས་སྒྲིང་དང་རྒྱལ་བཅན་ཡུལ་ལྟ་  
སོགས་ལ་སྐྱབས་བཅོལ་ནས་བསང་ཤིང་གྲུ་མོ་གང་ཁྱེར་ཏེ་ལྟ་ཏེན་སྐྱེ་མཁར་  
གང་ཡོད་ཀྱི་ཅར་རྒྱག་འགྲོ་བ་འདི། རང་ན་དགོན་མཆོག་ལ་སྒོ་མ་ཁེལ་བར།  
དེ་ལས་རྒྱལ་བཅན་སོགས་ལྟག་པར་འཛིན་པའི་རང་རྟགས་ཕྱིར་མདོན་པ་  
སྟེ། དོན་དུ་དགོན་པའི་སྤྲིགས་སུ་ཡོད་ཀྱང་། ཐེག་ཆེན་རིག་པ་འཛིན་ལྟ་ཞོག །  
རང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་སྤྲིགས་ལ་མེད་པ་ཡིན།

གཞན་ཡང་སྐྱེ་དང་རྒྱལ་བཅན་སོགས་ལ་མཁྱེན་བཅེ་རུས་གསུམ་གྱི་  
ཡོན་ཏན་མེད་ཅིང་། ཁོ་རང་ནམ་འཆི་ཅམ་ཡང་མི་ཤེས། བལ་ཆེར་དུད་འགྲོ་  
དང་ཡི་དྲགས་ཀྱི་རིགས་སུ་གཏོགས་པ་ཡིན་པས་རང་རེ་ལས་ཏེན་དམའ།  
རང་རེ་རི་ལྟར་ཐབས་ཞན་ཀྱང་མི་ཡིན་པས། དེས་དེ་ལ་སྐྱབས་བཅོལ་བ་  
ལས་ཐབས་སྤྱག་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད་དེ། འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་གི་སྤྱག་བསྐྱེལ་  
ལས་སྒྲོབ་པ་ལྟ་ཅི། གནས་སྐྱབས་ཀྱི་དོན་ཆུང་དུ་ལའང་པན་པ་ལས་གཞོད་  
ཆ་བས་ཆེ། དཔེར་ན་སྤར་མི་ལྷ་བ་ཡོད་པ་ཞིག་ཤ་དུ་བྲག་བཅན་གནས་པའི་  
སར་སོང་བ་བྲག་བཅན་དེས་མི་མིན་གཞན་ལ་ཤ་ཁྲལ་འཁྱེར་བར་བབ་པས་  
མི་དེའི་ལྷ་བ་ཁྱེར་ཏེ་མེད་པར་བྱས། ཡང་མི་ལྷ་བ་ཅན་གཞན་ཞིག་གིས་དེ་  
ཆོར་ནས་ཆེད་དུ་སོང་སྟེ་སྐྱབས་བཅོལ་ཡང་ལྷ་བ་སྤར་མ་མ་ཞི་བའི་སྟེང་དུ་  
ལྷ་བ་སྤྱག་པོར་བྱས་ཚུལ། དེ་བཞིན་དུ་འཛིན་ཏེན་པའི་ལྟ་འདྲེས་སྐྱབས་རེ་

ཕན་འདོགས་ལ། སྐབས་རེ་གཞིན་པ་བྱེད་པས་ནམ་ཡང་མི་བསྐྱ་བ་མིན། བྱི་  
 རོལ་པས་ཆངས་པ། བརྒྱ་བྱིན། དབང་ལྷུག། །དག་པོ། གདོང་བྱག་སོགས་  
 ལ་སྐྱབས་ལུལ་བྱེད་པ་དེ་སྤར་གྱི་དེ་ཆོ་ལས་ཅུང་དག་མོད། དེ་དག་གྲང་  
 རང་ཉིད་འཁོར་བ་དང་རྒྱ་སོང་ལས་མ་གྲོལ་བས་གཞན་སྐྱོབ་པར་མི་རུས་  
 ཞིང་། རྒྱང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་སྟོན་པ་ནི་དེ་དག་དང་མི་འདྲ་བར། བསྐྱགས་  
 འོས་བསྐྱགས་བསྟོད་ལས། ང་ནི་མགོན་མེད་བྱེད་ནམས་ཀྱི། །ཁྲོགས་སུ་  
 གྱུར་པ་ཞེས་སྐྱོགས་ཞིང་། །ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོས་འགོ་བ་ནི། །མཐའ་དག་  
 འབྱུང་པ་བཞིན་དུ་བཞུགས། །སྟོན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་མངའ་བ། །བཙེ་བར་ལྡན་  
 ཞིང་ཐུགས་བཙེར་མཛད། །དེར་བཙོན་ལེ་ལོ་མི་མངའ་བ། །བྱིད་དང་འདྲ་བ་  
 གཞན་སུ་མཆིས། །བྱིད་ནི་སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་མགོན། །སྤྱི་ཡི་རྩ་ལག་བཟང་  
 པོ་ལགས། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་། འོག་ནས་ཡོན་ཏན་སོ་སོའི་སྐབས་སུ་  
 འཆད་འགྱུར་ལྟར་མཁྱེན་བཙེ་རུས་པ་ལུན་སུམ་ཆོགས་པ་དང་ལྡན་པ་ཡིན།  
 རྒྱལ་བཙན་སོགས་ལ་དེ་འདྲའི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཁ་ཕྱོགས་ཅམ་ཡང་མེད་པར་  
 མ་ཟད། ལྷ་ཁྱུ་སོགས་འཇིག་རྟེན་པའི་སྐབས་གནས་གང་ཡོད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་  
 ཐམས་ཅད་བསྟོམས་གྲང་ནང་པའི་ཉན་ཐོས་རྒྱུན་ཞུགས་པ་གཅིག་གི་ཡོན་  
 ཏན་ལའང་དོ་ཟླ་མེད།

དེས་ན། སངས་རྒྱས་ནི་དོན་གཉིས་མཐར་ཕྱིན་པའི་སྐབས་གནས་  
 མཐར་ཐུག། །སྐྱོན་ཀུན་ཟད་ཡོན་ཏན་ཀུན་ལྡན་གྱི་སྟོན་པ་སྟེ། གོ་སྤྲུལ། ཆོས་  
 སྐྱ་གཉིས་དོན་དམ་པའི་སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་དང་། གཟུགས་སྐྱ་གཉིས་

ཀུན་རྫོབ་པའི་སངས་རྒྱས་དགོན་མཆོག་ཏུ་འཛིན། །ཆོས་དགོན་མཆོག་ལ།  
དོན་དམ་པའི་ཆོས་དགོན་མཆོག་ནི། འགོག་ལམ་གང་རུང་གིས་བསྐྱུས་པའི་  
འཕགས་པའི་ཐུགས་རྒྱུད་ཀྱི་རྣམ་བུར་བདེན་པ་སྟེ། འགོག་བདེན་ཞེས་པ་  
རང་འདྲེན་བྱེད་ཀྱི་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་ངོ་སྤྲུལ་གྱི་སྐྱེ་བ་པ་ལས་གྲོལ་བའི་  
ཆ་ལ་བྱེད། ལམ་བདེན་ཞེས་པ་འགོག་པ་དེ་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་སུ་གྱུར་པའི་  
འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་མངོན་ཏྲོགས་ལ་འཛིན། །གཞུང་ཆེན་པོར་མ་སྤྲུངས་པའི་སྒོ་  
དམན་རྣམས་ལ་རགས་པ་ཅམ་དཔེར་མཆོན་ན་སྐྱེས་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་  
རིམ་པ་འདི་ཉིད་ལ་ངོས་གཟུང་ཆོག། །གསུང་རབ་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་ལྟ་བུ་  
ནི་བརྟུར་བཏགས་པའི་ཆོས་དགོན་མཆོག་ཡིན། དགེ་འདུན་དགོན་མཆོག་  
ནི། རིག་གྲོལ་གྱི་ཡོན་ཏན་བརྒྱུད་པོ་གང་རུང་དང་ལྡན་པའི་འཕགས་པའི་  
གང་ཟག་དེ་དོན་དམ་པའི་དགེ་འདུན་དགོན་མཆོག་དང་། སོ་སྐྱེ་དགེ་སྦྲིང་གི་  
སྒོམ་ལྡན་བཞི་སྟེ་ཆོང་ན་བརྟུར་བཏགས་པའི་དགེ་འདུན་དགོན་མཆོག་ཡིན།  
འདི་ལ་ཕན་གཞོན་བྱས་ན་དགེ་འདུན་ལ་བརྟེན་པའི་དགེ་མི་དགའི་འབྲས་བུ་  
འབྱུང་།

དེ་ཡང་འཛིན་གས་པ་སྣ་རེ་ཅམ་ལས་སྐྱོབ་པ་ལ་སྐྱབས་དེ་གསུམ་ག་  
མི་དགོས་པར། རེ་རེས་ཀྱང་སྐྱོབ་བྱས་ཏེ། སྤར་མདོ་ཁམས་ན་མི་ཞིག་  
སྟག་གིས་བྲིར་སྐྱབས་སྐྱུན་རས་གཟིགས་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་པས་དེ་མ་  
ཐག་ས་ལ་བཞག་སྟེ་སོང་བས་སྟག་གི་འཛིན་གས་པ་ལས་ཐར་བ་དང་། གང་  
པོ་རབ་ཏུ་བྱུང་ནས་དབྱ་བཅོམ་ཐོབ་རྗེས་དེའི་སྐྱུན་དང་ཆོང་པ་འགའ་ཞིག་

རྒྱ་མཆོར་སོང་སྟེ་ཅ་རྒྱན་ས་མཆོག་སྤངས་སྐྱབས་དེའི་སྤང་མས་བྱ་བ་ཤིག་  
 བར་བརྩམས་པ་ན། གང་པོའི་སྤྱན་གྱིས་དབྱ་བཙམ་པ་གང་པོ་ལ་གསོལ་  
 བ་བཏབ་པས་ཚུའི་འཛིགས་པ་ལས་ཐར་བ་དང་། རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་ལ་  
 ལྷུའི་རྒྱལ་པོས་མཆོན་ཆའི་ཆར་པབས་པ་མྱོད་ལ་གྱི་བྱས་མེ་ཉོག་གི་ཆར་དུ་  
 བསྐྱར་བ་ལྟར་ཡིན། འོན་ཀྱང་འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་མཐའ་དག་ལས་སྦྱོབ་  
 པ་ལ་དགོན་མཆོག་གསུམ་ག་ཆང་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན་ནད་པ་ནད་ཆེན་  
 པོས་ཟིན་པ་དེ་ནད་ལས་ཐར་བ་ལ་སྤྱན་དང་སྤྱན་པ་ནད་གཡོག་གསུམ་ག་  
 དགོས་པ་བཞིན། རང་རེ་འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་གི་སྤྱག་བསྐྱལ་དང་། སྤིང་  
 ཞིའི་འཛིགས་པ་ཆེན་པོའི་ནད་ལས་ཐར་བ་ལ་ནི། གྲོལ་བྱེད་གྱི་ལམ་སྟོན་  
 མཁན་སྤྱན་པ་ལྟ་བུའི་སངས་རྒྱས་དང་། གྲོལ་བྱེད་སྦྱེས་བྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་  
 སྤྱན་ལྟ་བུའི་ཆོས་དང་། ཆོས་སྐྱབ་པའི་ཆེ་གྲོགས་ནད་གཡོག་ལྟ་བུའི་དགོ་  
 འདུན་རྣམས་ངེས་པར་ཆང་དགོས་ཤིང་། དེས་ན་གང་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བའི་  
 དུལ་ནི་དེ་གསུམ་ཡིན།

གཉིས་པ་སྐྱབས་སུ་འོས་པའི་རྒྱ་མཆོན་ནི། འདི་གཙུག་པོ་སངས་རྒྱས་  
 དགོན་མཆོག་གི་ཡོན་ཏན་ཡིན། འདི་ལ་རྒྱ་མཆོན་བཞི་ལས། དང་པོ་ནི།  
 རང་འཛིགས་པ་ཐམས་ཅད་ལས་གྲོལ་བ་སྟེ། དེ་མིན་ན་ཚུས་བྱེར་བ་ནང་པན་  
 ཚུན་དང་། འདམ་དུ་བྱིངས་པ་ནང་པན་ཚུན་དེ་ལས་འདོན་མི་རྒྱས་པ་བཞིན་  
 དུ་འདྲེན་མཁན་སྐྱབས་ལུལ་རང་ཉིད་འཛིགས་པ་ཐམས་ཅད་ལས་མ་གྲོལ་  
 བ། གཞན་འཛིགས་པ་ཐམས་ཅད་ལས་སྦྱོལ་མི་རྒྱས། སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་

ནི་འཇིགས་པ་ཐམས་ཅད་ལས་གྲོལ་བ་ཡིན་ཏེ། སྒོན་ལྷས་བྱིན་གྱིས་སངས་  
རྒྱས་བཀྲོང་བར་བསམས་ཏེ་སྒྲོགས་རྩོམ་པ་ལས་ཀྱང་གཞི་དམ་ཐུབ་པ་དང་།  
རྒྱལ་པོའི་ཁབ་ཏུ་མ་སྒྲིམ་དགས་སྤང་པོ་ཆེ་ཞོར་སྒྲོང་གཏུམ་པོ་སྒྲོན་པ་བྱ་  
པ་ན། དག་བཅོམ་གཞན་ཐམས་ཅད་འཇིགས་ནས་ནམ་མཁའ་ལ་འཕྱར་  
ཡང་། སངས་རྒྱས་ཉིད་ནི་འཇིགས་པ་མེད་པར་ཞོར་སྒྲོང་བཏུལ་བར་མཛད་  
པ་དང་། བྱིམ་བདག་དཔལ་སྤྲས་གྱིས་མེ་དོང་དུ་བསྐྱར་བའི་ཐབས་བཤམས་  
ཀྱང་། དེས་མ་ཚུགས་ཤིང་། ཞལ་བས་ལ་དུག་བཏབ་ཀྱང་སྒྲགས་མ་རྟེན་པའི་  
རབས་རྒྱས་པར་གསུངས་ནས། དེའི་ཆེ་དཔལ་སྤྲས་དང་། དེའི་ཆུང་མར་  
བཅས་པས་སྒྲོན་པར་གང་ཟག་ཐ་མལ་བ་མེ་དང་དུག་གིས་འཇིགས་ཆོག་  
ཆོག་ཅིག་ལས་གཞན་པའི་འདུ་ཤེས་མ་བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱང་བཤེས་གཉིན་  
བསྟེན་ཚུལ་སྐབས་རང་གི་སྤང་བ་ལ་ངེས་པ་མེད་པ་ལའང་སྐྱར་ཆོག་ཅེས་  
གསུངས། དེ་དག་ཀྱང་སྤྱི་བ་གཉིས་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་སྤངས་པའི་  
སྒྲོབས་གྱིས་རང་འཇིགས་པ་ཐམས་ཅད་ལས་གྲོལ་བའི་རྟགས་ཡིན།

རྒྱ་མཚན་གཉིས་པ་ནི། གཞན་འཇིགས་པ་ཐམས་ཅད་ལས་སྒྲོལ་བའི་  
ཐབས་ལ་མཁས་པ་སྟེ། རང་འཇིགས་པ་ཐམས་ཅད་ལས་གྲོལ་ཀྱང་གཞན་  
སྒྲོབ་སྤངས་ཤེས་པའི་ཐབས་ལ་མི་མཁས་ན། མ་ལག་རྩམ་མའི་བུ་ཆུས་བྱིར་  
བ་ལྟར་གཞན་སྒྲོབ་མི་བྱས་མོད། སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ནི་གདུལ་  
བྱ་འདུལ་བའི་ཐབས་ལ་མཁས་པས། ཞེ་སྤང་ཅན་སོར་བྱེད་ཅན་ལྟ་བུའི་སྤྲིག་  
པོ་ཆེ་དང་། ང་རྒྱལ་ཅན་ངི་བའི་རྒྱལ་པོ་རབ་དགའ་དང་སྟེང་རྒྱས་འོད་སྤངས་

ལྟ་བུ་དང་། གཞོད་སྦྱིན་འཕྲོག་མ་དང་། གཞོད་སྦྱིན་འཕྲོག་གནས་ལྟ་བུའི་  
སྦྱོབས་ཆེན་གྱི་མི་མ་ཡིན་དང་། གཏི་ཐུག་ཅན་ལམ་ཚུང་བ་ལྟ་བུའི་དབང་  
པོ་རྒྱལ་པོ་དང་། བྱིམ་བདག་དཔལ་སྦྱེས་ལྟ་བུའི་ཀླས་འཁོག་དག་ཅ་ཚུང་  
བ་དང་། གཟུང་དགའ་བོ་ལྟ་བུའི་འདོད་ཆགས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡང་སྦྱོལ་བར་  
མཛད་པས་སངས་རྒྱས་ནི་དེ་ལྟར་གདུལ་བྱ་འདུལ་བའི་ཐབས་ལ་མཁས་པ་  
ཡིན།

རྒྱ་མཚན་གསུམ་པ་ནི། ཀྱན་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཉི་རིང་མེད་པར་  
འཇུག་པ་སྟེ། དེ་མེད་ན་གཉིན་གྱི་དོན་མཛད་ལ། དགའི་དོན་མི་མཛད་ཀྱང་།  
སངས་རྒྱས་ལ་ནི་འགོ་བ་ཀྱན་ལ་ཉི་རིང་མི་མངའ་བས་སྐྱེ་ལ་བདོ་བའི་དག་  
ལྟས་བྱིན་དང་། རང་གི་རིགས་ཀྱི་སྤྲས་སྤྱ་གཅན་འཛིན་གཉིས་ལ་ཐུགས་  
ཉི་རིང་དང་པན་བཏགས་མ་བཏགས་ཀྱི་བྱུང་པར་མེད་དེ། ལྟས་བྱིན་གྱིས་  
སངས་རྒྱས་ལ་འགྲན་སེམས་ཀྱིས་སྤྲོ་མར་ཐོས་པས་མ་ཞུ་བའི་ནད་ཀྱིས་  
མནར་བ་ན། སྟོན་པས་ལྟས་བྱིན་དང་སྤྱ་གཅན་འཛིན་གཉིས་ལ་བྱམས་པའི་  
ཐུགས་མཉམ་པའི་བདེན་ཆོག་གསུངས་པས་ནད་ལས་གྲོལ་བ་ཡིན། སངས་  
རྒྱས་ལྷ་ཀ་ཐུབ་འདི་ད་རེས་འཛིན་ཉིན་དུ་བྱོན་པ་ཡིན་པས་དེ་ལ་དཔེ་སྤྱར་  
ན་སངས་རྒྱས་གཞན་གྱི་ཡོན་ཏན་ཡང་དེས་འགྲེ་གསུངས།

རྒྱ་མཚན་བཞི་པ་ནི། པན་བཏགས་མ་བཏགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་  
མཛད་པ་སྟེ། དེ་མེད་ན། དཔེར་ན་རང་རེ་ད་ལྟ་སྦྱོབས་འབྱོར་ཅུང་ཟད་ཆེ་རུ་  
སོང་བའི་ཆེ་ཉམ་ཐག་དག་ལ་པན་འདོགས་པ་ལྟ་བུ། དེ་དག་ལ་གཏམ་ཅམ་



ཡང་བཤད་ཉན་མི་འོས་པའི་ཆོད་དུ་བྱེད་པ་ལྟར་རང་ལ་ཚུར་པན་བཏགས་  
པའི་དོན་མཛད་ལ། མ་བཏགས་པའི་དོན་མི་མཛད་པས་ཉམ་ཐག་རྣམས་ལ་  
སྐྱབས་མི་མཛད་ཀྱང་། སངས་རྒྱས་ནི་དེ་ལྟར་མིན་པར་པན་བཏགས་མ་  
བཏགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་མཛད་དེ། སྔོན་དག་སྒོར་ནད་ཀྱིས་ཉམ་ཐག་པ་  
ཞིག་གི་ལུས་བཤད་གཅིས་གོས་པའང་འབྱུང་བ་སོགས་ཀྱི་ནད་གཡོག་མཛད་  
པ་དང་། ཡང་བྲམ་ཟེའི་བྲེུ་མི་སྤྱག་པའི་ཏྲགས་མཆན་བཅོ་བརྒྱད་དང་ལྟན་  
པ་སྤྲང་པོའི་བྱུར་ཡང་མི་ཚུད་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཡང་རྗེས་སུ་བཟུངས་ཤིང་། རྒྱལ་  
པོ་གསལ་རྒྱལ་གྱི་བུ་མོ་དོ་རྗེ་མ་ཞེས་པ་པག་པའི་གདོང་འདྲ་བའི་མཆན་  
ངན་པ་དང་ལྟན་པ་དེ་ལྟ་བུའི་མི་སྤྱག་པ་དང་། བྲིམ་བདག་ཏྲྱགས་ལྟན་གྱི་བུ་  
ལེགས་འོང་ཞེས་པ་ཤིན་ཏུ་བསོད་ནམས་དམན་པས། སྐྱེས་ནས་བྲིམ་མི་  
འོར་ཐམས་ཅད་རིམ་པར་སྒོངས་ལ། སྤྲང་པོར་གྱུར་པའི་སྐྱབས་དེ་དང་ལྟན་  
དུ་ཡོད་པའི་སྤྲང་པོའི་ཆོགས་ཀྱི་ཀྱང་བྲམ་མི་རྟེན་ཅིང་། མིང་ཡང་ཉེས་འོང་  
དུ་ཐོགས་པ། གང་དུ་བྱིན་ཀྱང་འཁོར་ས་མེད་པར་སྤྲང་པོའི་བྱུར་ཡང་མ་  
ཚུད་ཅིང་། ཉེ་སྒློར་ནའང་འོང་དུ་མི་བཅུག་པ་སོགས་བཟུ་མི་ཤིས་པ་ཤི་སྤྱག་  
བྱུང་བ་དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བསྐྱངས་ཤིང་རྗེས་སུ་བཟུང་སྟེ་སྐྱབས་  
མཛད་ཚུལ་རྒྱས་པར་གསུངས། དེའི་བྱིར་སངས་རྒྱས་ནི་ཀུན་ལ་ཐུགས་  
རྗེ་ཆེན་པོ་ཉི་རིང་མེད་པར་མ་བཟད། པན་བཏགས་མ་བཏགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
དོན་མཛད་ཅིང་། འགྲོ་བ་ཉམ་ཐག་པ་ལ་སྤྱག་པར་བཅུ་བ་ཡིན། དེ་ཡང་བཅུ་  
བ་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་མེད་ན་སྐྱབས་བཅོལ་ཡང་སྐྱབས་མི་མཛད་པ་སྤིད་མོད།

སངས་རྒྱས་ལ་དེ་ཡོད་པས་སྐྱབས་མ་བཅོལ་ཡང་སྐྱབས་ངེས་པར་མཛད་  
 པ་ཡིན་གསུངས། དེ་ལྟར་སྐྱབས་འགོའི་རྒྱ་དང་ཡུལ་ལ་བཤད་པ་མདོར་  
 བསྐྱས་ཅམ་སོང་བེན་ནས།  
 ས་བཅད་གསུམ་པ།

## རི་ཅམ་གྱིས་སྐྱབས་སུ་སོང་བའི་ཆད་ལ་བཞི་ལས།

དང་པོ་ཡོན་ཏན་ཤེས་པའི་སྒོ་ནས་སྐྱབས་སུ་འགོ་བའི། དགོན་མཆོག་  
 གསུམ་སོ་སོའི་ཡོན་ཏན་ཤེས་ནས་སྐྱབས་སུ་འགོ་དགོས་པས། དེ་ལ་  
 གསུམ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན། ཆོས་ཀྱི་ཡོན་ཏན། དག་འདུན་གྱི་ཡོན་  
 ཏན་ནོ། །དང་པོ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ལ་སྐྱབས་གསུང་ཐུགས་འཕྲིན་ལས་  
 ཀྱི་ཡོན་ཏན་བཞི་ལས། དང་པོ་སྐྱའི་ཡོན་ཏན་ནི། མདོན་རྟོགས་རྒྱན་ལས།  
 ཐུག་ཞབས་འཁོར་ལོའི་མཆོན་དང་རུས་སྤལ་ཞབས། །སོགས་ལྟར་མཆོན་  
 སོ་གཉིས་དང་། ཐུབ་པའི་སེན་མོ་བངས་མདོག་དང་། །སོགས་ལྟར་དཔེ་བྱད་  
 བརྒྱད་ཅུས་བརྒྱན་པ་སྟེ། མཆོན་ཞེས་པ་རང་རྒྱུད་ལྟར་གྱི་གང་ཟག་སྐྱེས་  
 བྱ་ཆེན་པོར་མཆོན་པ་དང་། དཔེ་བྱད་ནི། རང་ན་ཡོན་ཏན་དེ་ལྟར་ཡོད་པའི་  
 དཔེ་ལྟར་རྟོགས་ལ་བྱ། དེའང་མཆོན་དཔེའི་ངོ་བོའི་ཡོན་ཏན་དང་། རྒྱའི་ཡོན་  
 ཏན་སོགས་བསམས་ན་སྟོབས་ཆེ་བས། དེ་ཆེན་ཐེང་བ་ལས་གསུངས་  
 པ་ལྟར་རང་རྒྱལ་དང་། ཉན་ཐོས་སྟོབ་མི་སྟོབ་དང་། འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བ་

སོགས་འདི་ག་རྟེན་གྱི་བསོད་ནམས་ཐམས་ཅད་བསྒྲེལ་ས་པ་གཅིག་གིས་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐྱའི་བ་སྐྱའི་བུ་ག་གཅིག་འབྲུབ་པ་དང་། བ་སྐྱའི་བུ་ག་ཐམས་  
ཅད་འབྲུབ་པའི་བསོད་ནམས་བརྒྱར་བསྐྱར་བས་དཔེ་བྱད་གཅིག་འབྲུབ།  
དཔེ་བྱད་བརྒྱད་ཅུ་པོ་ཐམས་ཅད་འབྲུབ་པའི་བསོད་ནམས་བརྒྱར་བསྐྱར་  
བས་མཆོན་བཟང་གཅིག་འབྲུབ། མཆོན་སུམ་ཅུ་འབྲུབ་པའི་བསོད་ནམས་  
སྟོང་དུ་བསྐྱར་བས་མངོན་སྲུ་འབྲུབ། དེ་འབྲུབ་པའི་བསོད་ནམས་སྟོང་ཕྱག་  
བརྒྱར་བསྐྱར་བས་གཙུག་ཏྲོར་འབྲུབ། དེ་འབྲུབ་པའི་བསོད་ནམས་བྱེ་  
བ་འབྲུམ་ཕྱག་བརྒྱར་བསྐྱར་བས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ཆངས་དབྱངས་  
འབྲུབ་པ་ཡིན། གཞན་ཡང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་མཆོན་དང་དཔེ་བྱད་  
སོགས་སྐྱའི་ཆ་ཤས་རེ་རེས་ཀྱང་གསུང་གི་བྱ་བ་མངོན་ནས་ཆོས་སྟོན་པ་  
དང་། དེ་བཞིན་དུ་གཙུག་ཏྲོར་དང་བ་སྐྱ་སོགས་ཀྱིས་ཀྱང་ཐུགས་ཀྱི་བྱ་བ་  
མངོན་ནས་ཤེས་བྱ་རི་ལྷ་རི་སྟེང་ཐམས་ཅད་གཟིགས་པས། ལམ་རིམ་འདིའི་  
བརྒྱད་པའི་སྒྲ་མ་གོང་མའི་ཕྱག་སྟོལ་ལྟར། ཐུན་ཆོགས་དགེ་ལེགས་བྱེ་བས་  
བསྐྱེད་པའི་སྐྱ། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་ཆོག་རྒྱུ་གསུམ་ག་སྐྱ་གསུང་ཐུགས་རེ་རེ་  
ལ་སྐྱར་དུ་ཡོད། དེའི་ཕྱིར་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ལ་སྐྱས་ཁྱབ། སྐྱས་གར་ཁྱབ་  
ལ་གསུང་དང་ཐུགས་ཀྱིས་ཁྱབ་པས་ན། ཞིང་ཁམས་ཐམས་ཅད་སྐྱ་ལ་སྤང་  
ཞིང་། སྐྱས་ཞིང་ཁམས་ཐམས་ཅད་ལ་ཁྱབ་པ་ཞེས་སྐྱའི་གསང་བ་བསམ་  
ཀྱིས་མི་ཁྱབ་པ་ཡིན་ཏེ། མདོ་ལས། ཡེ་ཤེས་རི་སྟེང་ཁྱབ་བྱུར་པ། །སྐྱ་ཡིས་  
ཀྱང་ནི་དེ་སྟེང་ཁྱབ། །ཅེས་གསུངས། སངས་རྒྱས་ཀྱི་དབྱའི་གཙུག་ཏྲོར་

ཡང་རྒྱན་དུ་ཡོངས་གྲགས་མངལ་བའི་ཆེ་སོར་བཞི་ཙམ་དུ་ཡོད་ཀྱང་། ཆོད་  
གཞལ་བ་ན། བྱང་སེམས་ཤུགས་འཆང་ཞེས་པས་སྟེང་ཕྱོགས་ཀྱི་འཇིག་  
རྟེན་ཁམས་དཔག་ཏུ་མེད་པར་རྩ་འབྲལ་གྱིས་སོང་སྟེ་བཟླས་ཀྱང་ད་དུང་  
དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་དབྱའི་གཙུག་ཏོར་གྱི་ཅེ་མོ་བཟླར་མི་མདོན་པས་  
ངལ་ནས་ཆོད་མ་རྟོགས་པར་གསང་བ་བསམ་གྱིས་མི་བྲབ་པའི་མདོ་ལས་  
གསུངས་པ་དང་། རྣ་བཟའ་སྐྱེ་ལ་སོར་བཞི་ཙམ་གྱིས་མི་རེག་ཀྱང་ཕྱི་ནས་  
མངལ་བའི་ཆེ་སྐྱའི་དབྱིབས་དོད་པ་དང་། ཞབས་ས་ལ་མི་རེག་ཀྱང་འཁོར་  
ལོའི་རི་མོ་སོགས་ཀྱི་རྗེས་ས་ལ་བཀྲ་བ་དང་། སྤྱིན་བྱ་སོགས་ཞབས་འོག་  
ཏུ་ཚུད་ན་ཞག་བདུན་གྱི་བར་དུ་བདེ་བ་ཆེན་པོ་དང་ལྡན་པ་དང་། དེ་ནས་  
དུད་འགོའི་གནས་ངན་ལས་འཕོས་ཏེ་ལྷ་ཡུལ་དུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་སོགས་  
ཡོད། དེས་ན་དཔེ་ལ་བསྟོད་པ་ལས་ཀྱང་། ཁྱོད་སྐྱེ་མཆོན་གྱིས་སྤྲས་གྱུར་པ།  
།མངེས་གྱུར་མིག་གི་བདུད་ཅི་ནི། །སྤྱིན་མེད་སྟོན་གྱི་ནམ་མཁའ་ལ། །སྐར་  
མའི་ཆོགས་གྱིས་སྤྲས་པ་འདྲ། །ཐུབ་པ་གསེར་གྱི་མདོག་ལྡན་པ། །ཆོས་  
གོས་གྱིས་གཡོགས་མངེས་གྱུར་པ། །གསེར་གྱི་རི་བོའི་ཅེ་མོ་ནི། །མཆོམས་  
གྱི་སྤྱིན་གྱིས་དགྱིས་པ་འདྲ། །མགོན་ཁྱོད་རྒྱན་གྱིས་མ་བརྒྱན་ཡང་། །ཞལ་  
གྱི་དགྱིལ་འཁོར་མདངས་གང་ཡིན། །ཟླ་བའི་དགྱིལ་འཁོར་རྒྱས་གྱུར་པ།  
།སྤྱིན་དང་བྲལ་ལའང་དེ་མ་མཆིས། །ཁྱོད་གྱི་ཞལ་གྱི་པར་དང་། །པར་ཉི་  
མས་ཁ་བྱེ་བ། །བྱང་བས་མཐོང་ན་པར་ནི། །ཐེ་ཆོམ་དབྱང་ཐག་ལ་འཇུག་  
འགྱུར། །ཁྱོད་ཞལ་གསེར་གྱི་མདོག་ལྡན་པར། །ཆོམས་དཀར་མངེས་པར་

གྱུར་པ་ནི། །གསེར་གྱི་རི་གསེབ་སྟོན་ཀ་ཡི། །ཟླ་ཟེར་དྲི་མེད་ཞུགས་པ་འདྲ།  
མཆོད་འོས་ཁྱོད་གྱི་ཕྱག་གཡམས་ནི། །འཁོར་ལོའི་མཆོན་གྱིས་མཛེས་གྱུར་  
པ། །འཁོར་བས་སྐྱག་པའི་མི་རྣམས་ལ། །ཕྱག་གིས་དབུགས་འབྱིན་མཛད་  
པ་ལགས། །ཐུབ་ཁྱོད་གཤེགས་པར་གྱུར་པའི་ཆོ། །ཞབས་གཉིས་དཔལ་གྱི་  
པར་འདས། །ས་གཞི་འདི་ནི་བྲིས་གྱུར་པ། །པར་ཅན་གྱིས་རི་ལྟར་མཛེས།  
ཞེས་གསུངས་པའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་ཀྱང་ཡིད་ལ་དྲན་པར་བྱེད་ཅིང་། འདི་  
དག་གི་སྐབས་སུ་རྒྱས་པར་ནི། མཛོན་ཏྲོགས་རྒྱན་སོགས་ལས་བཤའ་པ་  
བཞིན་ཚུར་སྐྱར་དགོས་གསུངས།

གཉིས་པ་གསུང་གི་ཡོན་ཏན་ནི། ཡན་ལག་དྲུག་ཅུ་དང་ལྟན་པ་སྟེ།  
གཙོ་བོ་ནི་རྒྱད་ལས། གསུང་གཅིག་ཉིད་དུ་གསུང་གྱུར་ཀྱང་། །དུ་མ་ཉིད་དུ་  
སོ་སོར་སྒྲུང་། །ཞེས་དང་། བདེན་པ་པོའི་ལེ་བྱ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་འཇམ་  
མགོན་ཙཱ་ཁ་པ་ཆེན་པོས་ཀྱང་། འཛིག་རྟེན་ཀུན་གྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་  
ཅད་གྱིས། །དུས་གཅིག་ཉིད་དུ་ཐེ་ཆོམ་དོན་ཞུས་ཀྱང་། །དེ་དག་རེ་རེ་  
མདུན་དུ་འང་དེ་སྟེད་གྱི། །སྐྱེད་དང་གསུང་གི་བཀོད་པ་དུས་གཅིག་ཏུ། །མཛད་  
པ་མཛད་ཀྱང་ཏྲོག་པ་ཉེར་ཞི་བ། །ཞེས་འགྲོ་བ་སྣ་ཆོགས་པས་དྲི་བ་མི་འདྲ་  
བ་མང་པོ་དུས་གཅིག་ཏུ་ཞུས་ཀྱང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་གསུང་གཅིག་  
གིས་འགྲོ་བ་སོ་སོའི་སྐད་དུ། སོ་སོའི་དབང་པོ་དང་འཆོམས་པར་དྲི་བ་  
ཐམས་ཅད་གྱི་ལན་དུས་གཅིག་ཏུ་མཛད་པར་གསུངས་པ། ཡུམ་རྒྱས་འབྲིང་  
བསྐྱུས་གསུམ་ཡང་དུས་གཅིག་ཏུ་གསུངས་པ་གདུལ་བྱའི་དབང་གིས་རྒྱས་

འབྲིང་བསྐྱེད་པ་གསུམ་དུ་བྱུང་བ་ལྟ་བུ་ཡིན། དེ་ཡང་ཐག་ཉི་ལྔ་མེད་པར་ཀུན་  
 ཏུ་གོ་བ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། གསང་བ་བསམ་གྱིས་མི་བྲབ་པའི་མདོར། མྱོད་ལ་  
 གྱི་བྱས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་གི་ཆོད་རྟོག་པའི་ཕྱིར་རྩུ་འབྲུལ་གྱིས་བཏོད་  
 དེ་ཞིང་ཁམས་མང་པོ་བཀྲལ་ཡང་ད་དུང་དུང་ན་གནས་པ་རི་ལྟ་བུ་བཞིན་  
 དུ་ཐོས་ཏེ་གསུང་གི་ཆོད་མ་རྟོགས་པར་གསུངས་པ་དང་། གསུང་གི་ཡོན་  
 ཏན་གཞན་ཡང་བསྟོད་པ་བརྒྱ་ལྔ་བཅུ་པ་ལས། བྲོད་ཞལ་བལྟ་ན་རབ་སྐྱུག་  
 ལ། །དེ་ལས་མཉན་ན་སྙན་པ་ཡི། །གསུང་འདི་དག་ནི་ལྷ་བ་ལས། །བདུད་ཅི་  
 འཛག་པ་བཞིན་དུ་འབྱུང་། །བྲོད་ཀྱི་གསུང་ནི་འདོད་ཆགས་ཀྱི། །རྩལ་རབ་  
 ཞི་མཛད་ཆར་སྤྲིན་འདྲ། །ཞེ་སྤང་སྤྲུལ་ནི་དབྱུང་བ་ལ། །ནམ་མཁའ་སྤྲིང་དང་  
 འདྲ་བ་ལགས། །ཡང་དང་ཡང་དུ་མི་ཤེས་པའི། །རབ་རིབ་འཛོམས་པས་  
 གདུགས་དང་འདྲ། །ང་རྒྱལ་རི་བོ་མདོན་འཛོམས་པས། །རྩི་རྩི་དང་ཡང་འདྲ་  
 བ་ལགས། །དོན་གཟིགས་པས་ནི་མི་བསྐྱུ་བ། །ཁོངས་མི་མངའ་ཕྱིར་རྩིས་སྤྱི་  
 མཐུན། །ལེགས་པར་སྐྱར་བས་གོ་སྦྱ་ཉི། །བྲོད་ཀྱི་གསུང་ནི་ལེགས་གསུང་  
 ལྟན། །རེ་ཤིག་དང་པོར་བྲོད་ཀྱི་གསུང་། །ཉན་པ་རྣམས་ཀྱི་ཡིད་འཕྲོག་  
 མཛད། །དེ་ནས་ཡིད་ལ་བསམ་བཞིས་ན། །འདོད་ཆགས་གཏི་མུག་རྣམས་  
 གྲང་སེལ། །ཕྱོངས་པ་རྣམས་ཀྱི་དབྱུགས་འབྱིན་ཞིང་། །བག་མེད་རྣམས་ཀྱི་  
 སྐྱབས་གྲང་མཛད། །བདེ་བ་ཅན་དག་སྦྱོར་བཞིན་པས། །བྲོད་གསུང་ཀུན་དང་  
 འཆོམ་པར་འཇུག། མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་དགའ་བ་སྦྱེད། །བར་མ་རྣམས་ཀྱི་སྒོ་  
 ཡང་སྤེལ། །ཐ་མའི་རབ་རིབ་རྣམ་འཛོམས་པས། །གསུང་འདི་སྦྱེ་བོ་ཀུན་ལ་



སྒྲིམ་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དང་། དེ་ཙམ་དུ་མ་ཟད། གསུང་གིས་ཀྱང་སྒྲི་  
ཐུགས་ཀྱི་བྱ་བ་མཛད་པ་སོགས་གསུང་གི་གསང་བ་ལ་མཐའ་མེད་པ་ཡིན་  
གསུངས།

གསུམ་པ་ཐུགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ནི། རྒྱས་པར་ནི་གཞུང་ཆེན་མོ་ལས་  
བཤད་པ་ལྟར་སྟོབས་བརྩུ་དང་། མ་འདྲེས་པ་བཅོ་བརྒྱད་སོགས་ཟག་མེད་ཡེ་  
ཤེས་ཀྱི་སྒྲེ་ཆེན་ཉེར་གཅིག་གི་ཡོན་ཏན་རྣམས་ཤེས་པར་བྱེད་ཅིང་། གཞུང་  
ཆེན་པོར་ཐོས་བསམ་མཛད་པ་དག་གིས་ཀྱང་། དེ་དག་ནས་རྒྱ་ཆེར་བསྟན་  
པ་རྣམས་འདྲིར་པན་ཐོགས་པར་བྱས་ནས་བསམ་དགོས།

མདོར་བསྟུ་ན། མཁྱེན་བརྩེའི་ཡོན་ཏན་གཉིས་ལས། མཁྱེན་པས་  
ནི། རི་ལྟ་བུ་ལ་མཉམ་པར་བཞག་བཞིན་དུ་ཤེས་བྱ་རི་སྟེད་པ་ཐམས་ཅད་  
ལག་མཐེལ་དུ་སྒྲུ་དུ་ར་བཞག་པ་བཞིན་མཁྱེན་ཅིང་གཟིགས་པ་ཡིན་ཏེ།  
བསྟུགས་འོས་བསྟུགས་བསྟོད་ལས། བཅོམ་ལྡན་དུས་ཀྱན་གཏོགས་པའི་  
ཆོས། །རྣམ་ཀྱན་འབྱུང་གནས་ཐམས་ཅད་ནི། །ལག་མཐེལ་སྒྲུ་དུ་ར་ལྟ་  
བྱར། །ཁྱོད་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱི་སྟོད་ཡུལ་གྱུར། །ཆོས་རྣམས་གཡོ་དང་མི་གཡོར་  
བཅས། །གཅིག་དང་སྒྲ་ཆོགས་སོ་སོ་ལ། །མཁའ་ལ་རྒྱང་དག་རྒྱ་བ་བཞིན།  
།ཁྱོད་ཀྱི་ཐུགས་དག་ཐོགས་མི་མངལ། །ཞེས་གསུངས། དེའི་ཤེས་བྱེད་ཀྱང་  
སྟོན་ཤྱ་ཀྱང་གཡར་བྱེད་ཟེར་བ་ཤིན་ལ། ཀྱན་ཏུ་རྒྱ་རྣམས་ཀྱིས་གཤེན་ཆོས་  
བྱེད་སྐབས་གཤེན་པོ་དེ་བཀྱག་ནས་གཟུགས་དངོས་སུ་སྟོན་པ་ལ་བཟའ་  
བརྩུང་སྟེར་བ་སོགས་བྱ་སྟོལ་ཡོད་པ་དེ་བཞིན་བྱས་ཏེ། ཉེ་དུ་རྣམས་ཀྱིས་

དེ་ལྟ་པ་དག་གི་དངོས་ཡིན་བསམ་པ་ན། སྟོན་པས་དི་ཟ་བྱ་བ་བྱེད་དང་།  
གཞོན་སྟོན་གཏོགས་འདོད་སོགས་ཀྱིས་གཞིན་པོར་བརྟུན་པ་ཡིན་གསུང་  
བ་ལ་དེ་དག་ཡིད་མ་ཆེས་པར། སྟོན་པས་ལྟ་བ་རྣམས་ལ་འབྱུང་བྱུང་པོ་  
བྱིས་སོ་སོའི་མིང་བྱང་བཅུག་པ་རེ་བྱེད་ནས་ཞོག་གསུངས་པས། ལྟ་བའི་  
མི་བྱིས་ཏེ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་གིས་དེ་ལྟར་བྱུང་བས། འབྱུང་བྱུང་པོ་སྤང་ཆེན་  
ཀྱི་རྒྱ་བ་ཁལ་ལོངས་པ་ཅམ་བྱང་བ་རྣམས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་འདི་དང་འདིའི་  
ཡིན་ཞེས་གཅིག་ཀྱང་མ་ཞོར་བར་ངོས་འཛིན་མཛད་པས་ཡིད་ཆེས་པ་བྱང་  
བར་མདོ་ལས་གསུངས་པ་དང་། གཞན་ཡང་འདུལ་བ་ལྷུང་ལས་བྱང་བ་  
ལྟར། ཞིང་ཐམས་ཅད་མེར་བསྐྱེད་ནས་རྒྱ་མཚོའི་ནང་དུ་ཡུན་རིང་མོར་  
དཀྲུགས་ཏེ་སངས་རྒྱས་ལ་བྱུང་ན། འདི་ནི་ལྷུང་བ་འདི་དང་འདིའི་ཞིང་འདི་  
ལྟ་བུའི་མགོ་མཐུག་འདི་འདྲ་ཞིག་གི་ཐལ་བའོ་ཞེས་དེ་ཅམ་ཚུན་ཆད་ཀྱང་  
སོ་སོར་མ་འདྲེས་པར་མཐུན་ཞིང་། དེར་མ་ཟད། སྐྱེས་སུ་བསྟན་པའི་ཆོ་  
འབྱུལ་གདུལ་བྱ་བྱེ་བ་ཐེར་འབྱུལ་སོགས་དེ་སྟེད་ཡོད་པ་རེ་རེའི་མདུན་དུ་དེ་  
སྟེད་ཀྱི་སྒྲུལ་པ་བསྟན་པ་དང་།

གསུང་ཀུན་ཏུ་བཟོད་པའི་ཆོ་འབྱུལ་ཡང་། སྤར་བ་ཤད་པ་བཞིན་  
སེམས་ཅན་རེ་རེའི་སྐད་དང་བསམ་པ་དང་མཐུན་པའི་ཆོས་དུས་གཅིག་  
ཏུ་སྟོན་པ་དང་། ཐུགས་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་ཆོ་འབྱུལ་ཞེས། སྟོན་པས་འཛིག་  
ཏེན་པའི་ཐུགས་བསྐྱེད་པར་མཛད་པ་ན། སེམས་ཅན་སྟོག་ཆགས་གྲོག་  
སྤར་ཡན་ཆད་ཀྱིས་ཀྱང་གཞན་གྱི་སེམས་ཤེས་པར་འགྱུར་ཞིང་། དེ་བཞིན་

ག་ཤེགས་པའི་ཐུགས་དགོངས་ཀྱང་ཤེས་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་  
པའི་ཐུགས་བསྐྱེད་ཆེ་སྤྲོད་པ་ཐ་མའི་བྱང་སེམས་གྱིས་ཀྱང་སངས་རྒྱས་  
གྱི་དགོངས་པ་མི་ཤེས་པ་སོགས་དང་། དུམ་གསུངས་པ་ན་འཇིག་རྟེན་གྱི་  
ཁམས་ཐམས་ཅད་དག་པའི་འཇིག་རྟེན་དུ་བསྐྱར་བར་མཛད་པ་སོགས་ལྟར་  
ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་པ་ཡོད་གསུངས། བཙེ་བའི་ཡོན་ཏན་ནི། རྒྱལ་མཆོག་  
བདུན་པ་ཆེན་པོས། སྐྱེ་བོ་གང་དག་རང་སྤྱད་ཉིད་ཀྱང་རེས་འགའ་ཁྱོ་བའི་  
དབང་གྱུར་ཏེ། །གསོད་པར་བརྩམས་མོད་ཁྱོད་གྱིས་འགྲོ་རྣམས་བྱ་དང་འབྲ་  
བར་ཏྱག་དགོངས་ནས། །གཞོད་འགྱུར་ཆ་ཅམ་ཐུགས་གྱི་དགོངས་པ་རིང་མོ་  
ཞིག་ནས་བཏང་བས་ན། །བདག་འབྲ་རང་ལ་བཙེ་བ་དེས་ཀྱང་ཁྱེད་ཐུགས་  
སྤྲོད་རྗེའི་ཆར་མི་པོད། །ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན། རང་ཅག་རྣམས་རང་  
གིས་རང་ལ་བཙེ་བ་རྗེ་ལྟར་ཡོད་པ་དེས། སངས་རྒྱས་གྱིས་སེམས་ཅན་ལ་  
བཙེ་བའི་ཆ་ཤས་ཅམ་ལའང་བསྐྱེད་དུ་མེད་ལ། དེ་ཡང་སྤྱད་བསྐྱེད་ཅན་གྱི་  
སེམས་ཅན་མཐོང་ན་སྐྱེ་ལ། མི་མཐོང་ན་མི་སྐྱེ་བའི་འཕེལ་འགྲིབ་རེས་འགའ་  
བའི་སྤྲོད་རྗེ་རང་རེ་ལ་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་མིན་པར། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱད་  
བསྐྱེད་གྱིས་མནར་བར་དུས་ཏྱག་ཏུ་གཞིགས་པས་དེ་དག་ལ་བཙེ་བ་སྤྲོད་རྗེ་  
ཆེན་པོ་ཡང་རྒྱན་ཆད་པ་མེད་པར་དུས་ཏྱག་ཏུ་འཇུག་སྟེ། སངས་རྒྱས་གྱི་  
སྤྲོད་རྗེ་ནི་ཐོག་མར་ལམ་མ་ཞུགས་ནས་སྤྲངས་པས་གོམས་པ་མཐར་ཐུག་  
པའི་སྟོབས་གྱིས་ཡིན་ཞིང་། དེ་དག་ལ་དགོངས་ཏེ་བརྒྱ་ལྔ་བརྒྱུ་པ་ལས་  
ཀྱང་། འགྲོ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི། །བྱད་མེད་ཉོན་མོངས་རྣམས་གྱིས་

བཅིངས། །ཁྱོད་ནི་འགོ་བའི་ཉོན་མོངས་དག །དགོལ་སྦང་ཡུན་རིང་ཐུགས་  
 རྗེས་བསྐྱམས། །ཞེས་དང་། བདེན་པ་པོའི་ལེ་བྱ་ལས་ཀྱང་། གཏི་ཐུག་ཐུན་  
 པ་ཐུན་ནག་གིས་ཏྲག་དྲ། །སེམས་ནི་བསྐྱེད་པ་པར་གྱུར་པའི་སྐྱེ་དགུ་དང་།  
 འཁོར་བའི་བཙོན་རར་ཆུད་པར་རྣམ་གཟིགས་ན། །དང་སྒོང་དམ་པ་དེ་ནི་  
 ཐུགས་རྗེ་སྐྱེ། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ཡིན་གསུངས།

བཞི་པ་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ནི། རྒྱུད་སྒྲ་མ་ལས། བརྒྱ་བྱེན་ར་སྟེན་  
 ཚངས་པ་དང་། །ཉི་མ་ནོར་བུ་རིན་ཆེན་བཞིན། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་སྐྱ་  
 བརྟན་བཞིན། །ནམ་མཁའ་དང་ནི་ས་བཞིན་ནོ། །ཞེས་དཔེ་དགུའི་སྒོ་ནས་  
 བསྟན་པ་ལྟར་བསམས་ལ། བརྒྱ་བྱེན་གྱི་གཟུགས་བརྟན་འབད་ཚེ་ལ་དང་  
 རྣམ་ཏྲིག་ལ་མ་བསྟོས་པར་བེ་རྒྱུ་འི་ས་གཞིའི་སྟེང་དུ་སྒྲ་བའི་ཆེ་ལྷ་ཆུང་བ་  
 རྣམས་ཀྱིས་མཐོང་བ་ན། འདི་ལྟར་ཐོབ་པར་བྱའོ་སྟམ་སྟེ་སྟེའི་དབང་པོ་བརྒྱ་  
 བྱེན་གྱི་གོ་འཕང་དེ་འདྲ་འཐོབ་པའི་རྒྱ་གསོག་པ་བཞིན་དུ། སངས་རྒྱས་  
 ཀྱི་སྐྱ་མཆོན་དཔེས་སྐྱས་པ་མཐོང་ནས་དེ་ཐོབ་པར་བསམས་ནས་དེའི་རྒྱ་  
 བསགས་པ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐྱའི་འཕྲིན་ལས་དང་། ཐུམ་ཅུ་ཅ་གསུམ་གྱི་  
 ལྷ་ཡུལ་དུ་ལྷ་རྣམས་ཀྱི་བསོད་ནམས་ལས་གྲུབ་པའི་ར་བོ་ཆེ་ཤུགས་འཆང་  
 ཞེས་བྱ་བ་རྒྱུང་མཁན་མེད་པར་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོམ་བཞི་སྟོན་པའི་སྐྱ་བསྐྱགས་  
 པས་ལྷ་རྣམས་ཐར་པ་ལ་བསྐྱལ་བ་དང་མཆུངས་པར་སངས་རྒྱས་རྣམས་  
 ཀྱན་སྒྲོང་གི་འབད་ཚེ་ལ་དང་བྲལ་ཡང་འགོ་བ་རྣམས་ལ་མངོན་མཐོ་དང་  
 དེས་ལེགས་ལ་འགོད་པའི་གསུང་གིས་བྲུབ་པར་མཛད་དེ་སྐལ་ལྷན་འོས་

སྤྱི་ལུང་པ་རྣམས་ལ་ཆོས་སྟོན་པ་ནི་གསུང་གི་འཕྲིན་ལས་དང་། སྟོན་ལས་  
ཆར་བབས་པས་ལོ་ཉོག་རྣམས་བསྐྱུན་པ་བཞིན་གདུལ་བྱའི་རྒྱུད་ཀྱི་དགོ་  
བའི་ལོ་ཉོག་བསྐྱུན་པར་བྱེད་པ་ཐུགས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་སོགས་དང་། གཞན་  
ཡང་སྤྱི་ཆོ་འབྲུལ་བསྐྱུན་ནས་སེམས་ཅན་འདུལ་བ། གསུང་གི་འཕྲིན་ལས་  
ཆོས་གསུངས་པ། ཉོན་མོངས་མེད་པའི་ཉིང་ངེ་འཇིན་ལ་བཏེན་ནས་ཐུགས་  
ཀྱི་འཕྲིན་ལས་མངོན་པ་ཡིན། མདོར་ན། ས་བརྒྱུད་པ་མན་ལ་འབད་ཚེ་ལ་  
རགས་པ་དང་། དེ་ཡན་གྱི་བྱང་སེམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཁྱེད་སྤྱོད་སྤྱོད་ལ་སྟོན་  
ཞིང་། དེ་སྟོན་ན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དུས་གཅིག་པའི་འཕྲིན་ལས་  
མི་འབྱུང་མོད། སངས་རྒྱས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་ནི། བདག་གིས་སེམས་ཅན་གྱི་  
དོན་བྱའོ་དགོངས་པའི་ཀྱན་སྤྱོད་དང་འབད་ཚེ་ལ་སོགས་ལ་མི་སྟོན་པར།  
དཔེར་ན་ནམ་མཁའི་ལྷ་བ་རང་ཉིད་ལ་རྣམ་པར་ཉོག་པ་མེད་བཞིན་དུ་རྩ་ཅེའི་  
ཟེལ་པ་ཚུན་དང་ཚུ་སྟོད་འབྲུམ་སྤྲུག་མང་པོར་ཚུའི་ངོས་ནས་དྲངས་ཞིང་མ་  
གཡོས་ན་གཟུགས་བརྟན་འཆར་བ་ལྟར། གདུལ་བྱའི་རྒྱུད་དག་ནས་འདུལ་  
བའི་དུས་ལ་བབ་པ་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་འབད་མེད་ལྟུན་གྲུབ་ཏུ་  
འཇུག་པ་ཡིན། དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་ཞེས་པ་རང་རྒྱ་ཡི་ཤེས་  
ཆོས་སྤྱི་བདག་རྒྱེན་བྱས་པ་ལ་བཏེན་ནས་བྱང་བའི་རྣམ་དཀར་གྱི་ཡོན་  
ཏན་ཞིག་ལ་བྱེད་གསུངས།

གཉིས་པ་ཆོས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ནི། གཞུང་ཆེན་མོར་ཐོས་པ་བྱས་པ་ཡིན་  
ན། མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ལྟ་བུས་རང་གི་ངོས་སྤྱལ་གྱི་སྤྱི་བ་པ་སྤྱོད་

ཚུལ་སོགས་བསམ་ཞིང་། དེ་ལྟར་མི་ཤེས་པས་ནི། སྒར་བསམ་གྱིས་མི་  
 ཁུབ་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པར་བཤད་པའི་སངས་རྒྱས་དེ་གང་ལས་བྱུང་  
 བ། འགོག་ལམ་སོགས་རྟོགས་པ་དང་ལུང་གི་ཆོས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་ཞིང་  
 འབྱུང་བས་ན། ཆོས་ལ་དེ་ལྟར་སྐྱེད་པའི་ཡོན་ཏན་ཡོད་སྟེ་ལྟུང་བསམ། སྐྱེར་  
 ཆོས་དགོན་མཆོག་ནི། འགོག་བདེན་དང་། མཐོང་སྒྲིམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་  
 ལྟ་བུ་ས་བརྩུ་ལམ་ལྟ་སོགས་ལ་བྱེད་ཀྱང་། འདིར་རྒྱད་འདུལ་བ་གཙུག་ཆེ་  
 སྐྱེར་མཆོན་བྱེད་ཅུ་མ་རགས་པ་གོ་སྟེ་བར་བཤད་ན་ལམ་རིམ་འདི་ལྟ་བུ་ལ་  
 བྱར་བྱུང་བ་སྟོན་ཞུས་ལྟར་ཡིན་གསུངས།

གསུམ་པ་དགེ་འདུན་གྱི་ཡོན་ཏན་ནི། ཉན་ཐོས་ཆོགས་ལམ་པ་ལྟ་བུར་  
 མཆོན་ན། སྤིད་པ་ལ་ཡིད་འབྱུང་སྐྱེས་ནས་ཆོགས་ལམ་དུ་ཞུགས་པ་སྟེ་བྱུང་  
 ཆུབ་ཀྱི་ཆོགས་བརྩུ་གསུམ་སྟེ་ལ་བ་དང་བྱུང་ཆུབ་ཀྱི་སྟོགས་དང་པོ་གསུམ་  
 ཐོབ་པ་དང་། གཞན་དོན་དུ་སྦྱུལ་པ་དང་མངོན་ཤེས་འབྱུང་བ་སོགས་དང་།  
 སྐྱེར་ལམ་པས་བདེན་བཞིའི་རྣམ་པ་བརྩུ་བྱ་དོན་སྐྱེའི་ཚུལ་དུ་རྟོགས་པ་  
 དང་། མཐོང་ལམ་པས་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་སོགས་དང་། སྒྲིམ་  
 ལམ་ལ་སྒྲིམ་སྤང་བྱ་གཅིག་རིམ་གྱིས་སྤངས། དབྱ་བཙུམ་ཐོབ་ན་དེ་ལས་  
 ཀྱང་ཡོན་ཏན་རྒྱ་ཆེ་སྟེ། གཟུགས་མང་པོ་ཉུང་བྱུང་བྱེད་པ་དང་། ཟད་པར་ས་  
 ཆུ་མེ་རྒྱུང་ནས་མཁའ་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་སྒོ་ནས་སྦྱུལ་བསྐྱེར་མང་པོ་སྟོན་པ།  
 གཏུལ་བྱ་གང་ཡོད་སར་གཤེགས་པ་སོགས་དང་། ཉན་ཐོས་དབྱ་བཙུམ་པའི་  
 ཡོན་ཏན་ཡང་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ལྟ་བུ་ཡོད་དེ། སྟོན་པ་འདས་མེས་ཀྱན་དགའ་



བོས་སྤྱ་སྒྲིགས་པ་བརྟུལ་ནས་ཞག་བདུན་གྱི་རིང་ལ་སྒྲི་བོ་ཁྱི་ཕྱག་བརྒྱད་  
བདེན་པ་ལ་བཀོད། ཉེར་སྤྲས་གྱིས་ཆོས་གསུངས་སྐབས་བདུད་སྒྲིག་ཏེ་ཅན་  
གྱིས་བས་ཞོར་གྱི་ཆར་པལ། གར་མཁན་སྤྱལ་ཏེ་གར་འབྲབ་པ་ལ་འཕགས་  
པས་མེ་ཏོག་གི་ཕྱོད་བ་བསྒྲོན་ནས་ཤིན་ཏུ་མི་སྤྱག་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་  
ཚུལ། དེང་སང་ཉན་ཐོས་ཞེས་དམན་པའི་ཆད་དུ་བྱེད་ཀྱང་། འདིའི་ཡོན་ཏན་  
ཅམ་ཡོད་ན་གྲུབ་ཐོབ་ཆེན་པོའི་ཆད་དུ་འཛོག་དགོས་པ་ཡོད། རང་རྒྱལ་ནི་  
བསྐལ་པ་བརྒྱར་ཆོགས་བསགས་པ་སོགས་ཉན་ཐོས་ལས་ཡོན་ཏན་བརྒྱ་  
འགྱུར་སྟོང་འགྱུར་གྱིས་སྤྱག་

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཡོན་ཏན་ནི་མཐའ་མེད་པ་སྤྱ་བུ་ཡིན་ཏེ།  
ཆོགས་སྒྱུར་གྱི་གནས་སྐབས་སྤྱ་མོས་པ་སྒྱུད་པའི་ས་ལ་སྟོང་ཉིད་གྱི་དོན་  
ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་པས་གཏན་ལ་པལ། སྟོང་རྗེ་བྱང་སེམས་བབ་མོའི་སྤྱ་བ་  
ནམས་སྤྲངས་པས་གཟུང་འཛིན་ཏོག་པ་མངོན་གྱུར་ཉམས་སྦྱང་པར་བྱས་  
ཏེ་གྲངས་མེད་དང་པོའི་ཆོགས་རྫོགས། མཐོང་ལམ་སྐབས་ས་དང་པོ་ལ་  
སྤྱིན་པའི་པར་བྱིན་གྱི་ཉམས་ལེན་ཆེས་སྤྱག་པར་ཐོབ། སྒྲོམ་ལམ་ས་དགྲའི་  
སྐབས་ཆོས་ཉིད་གཟིགས་ཚུལ་གྱི་དབང་ཅམ་གྱིས་པར་བྱིན་སྤྱག་མ་དགྲའི་  
པོ་ནམས་ཆེས་སྤྱག་པར་ཐོབ་པ་དང་། ཡང་བྱང་སེམས་ས་དང་པོ་བས་ལུས་  
བརྒྱ་ཕྱག་སྤྱལ་བ་དང་། ལུས་རེ་རེ་ལ་བྱང་སེམས་བརྒྱ་ཕྱག་རེས་བསྒྲོར་  
བ། བསྐལ་པ་བརྒྱ་གཟིགས་པ། འཛོག་ཏེན་གྱི་ཁམས་བརྒྱ་གཡོ་བ། ཉིང་  
རེ་འཛིན་གྱི་སྒྲོ་བརྒྱ་ཕྱག་ལ་འཇུག་པ། སངས་རྒྱས་བརྒྱ་མཐོང་བ། དེས་

བྱིན་གྱིས་སྒོ་བ་ལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་བརྒྱ་སྐུལ་བ་དང་། ཞིང་བརྒྱར་འགོ་  
བ། ཆོས་ཀྱི་སྒོ་བརྒྱ་ཕྱག་འབྲེད་ལ། སེམས་ཅན་བརྒྱ་སྒྲིན་ལ། བསྐྱལ་བ་  
བརྒྱར་གནས་པ་རྣམས་སྐད་ཅིག་རེ་ལ་འབྲུང་བའི་ཡོན་ཏན་བརྒྱ་ཕྱག་བཅུ་  
གཉིས་ཐོབ། དེ་བཞིན་དུ་བཅུ་གཉིས་པོ་རེ་རེ་ནས་སྐྱར་བས་ས་གཉིས་པར་  
སྒྲོང་ཕྱག །གསུམ་པར་འབྲུམ་ཕྱག །བཞི་པར་བྱེ་བ་བརྒྱ་ཕྱག །ལྔ་པར་བྱེ་བ་  
སྒྲོང་ཕྱག །དྲུག་པར་བྱེ་བ་འབྲུམ་ཕྱག །བདུན་པར་བྱེ་བ་ཁྲག་ཁྲིག་འབྲུམ་ཕྱག  
།བརྒྱད་པར་སྒྲོང་གསུམ་འབྲུམ་ཕྱག་གཅིག་གི་རྩལ་གྲངས། དགུ་པར་སྒྲོང་  
གསུམ་གྲངས་མེད་འབྲུམ་ཕྱག་བཅུ་འཛིན་རྩལ་གྲངས། ས་བཅུ་པ་བས་བརྗོད་དུ་  
མེད་པའི་ཡང་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་སྒྲོང་གསུམ་ཀྱི་རྩལ་ཀྱི་གྲངས་དང་མཉམ་  
པའི་ཡོན་ཏན་ཐོབ། མདོར་ན། མ་དག་ས་བདུན་གྱི་སྐྱབས་སུ་གྲངས་མེད་  
གཉིས་པ་དང་། དག་པ་ས་གསུམ་གྱི་སྐྱབས་ནས་གྲངས་མེད་གསུམ་པའི་  
ཆོག་ས་རྗོག་ས་པར་རྒྱས་པའི་ཡོན་ཏན་ཐོབ་པ་སོགས་གཞུང་ཆེན་མོ་རྣམས་  
ལས་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེན་པོར་གསུངས་པ་ལྟར་དགོ་འདུན་གྱི་ཡོན་ཏན་ཆད་མེད་  
པ་ཡིན་གསུངས།

གཉིས་པ་བྱེད་པར་ཤེས་པའི་སྒོ་ནས་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་ལ་དྲུག་ལས།  
མཆན་ཉིད་ལས་གྱུར་པའི་བྱེད་པར་ལ། སངས་རྒྱས་ནི་མདོན་པར་བྱང་ཆུབ་  
པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་ཏེ། ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་གང་གིས་བྱང་མ་  
སྒྲིབ་པར་རྗེན་པར་གཟེགས་ལ། བྱང་ཞེས་པ་ཁ་ཉོན་བྱང་བ་ལ་བྱང་བའི་ཐ་  
སྐྱད་འདོགས་པ་ལྟར། རྟོགས་པ་མཐར་ཕྱིན་པར་བྱུབ་པ་ལ་དེ་ལྟར་བརྗོད།

ཆོས་ནི་སངས་རྒྱས་བྱོན་པའི་འབྲས་བུའི་མཆོན་ཉིད་ཅན་ཏེ། དེ་ཡང་སངས་  
རྒྱས་ཀྱིས་བདེན་བཞིའི་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བ་ན། ལུ་སྡེ་བཟང་པོའི་རྒྱུད་ལ་  
མཐོང་ལམ་སོགས་ཅི་རིགས་པར་སྐྱེས་པ་བཞིན། གནས་སྐབས་གཞན་དང་  
གཞན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པའོ། །དགེ་འདུན་ནི་ཆོས་དེ་སྐྱབ་པའི་མཆོན་ཉིད་  
ཅན་ལོ། །འཕྱིན་ལས་ཀྱི་བྱད་པར་ནི། སངས་རྒྱས་ནི་ལུང་འཕོགས་པ་སྟེ་  
ཆོས་སྟོན་པའི་མཛད་པ་ཅན། ཆོས་ནི་སྤང་བྱ་སྤོང་བའི་བྱད་པར་ཅན། དགེ་  
འདུན་ནི་ཆོས་ཉམས་སུ་སྤངས་པས་འབྲས་བུ་ཐོབ་པའི་ཆེ་གཞན་གྱིས་དེ་  
མཐོང་ནས་དེ་ལ་འཇུག་པ་སོགས་མཉམ་དུ་རྟོགས་བྱེད་པ་ལྟར་དགེ་བ་ལ་  
མངོན་པར་སྒོ་བའི་འཕྱིན་ལས་ཅན་ལོ། །མོས་པའི་བྱད་པར་ནི། སྐབས་སུ་  
འགྲོ་བའི་ཆེ་མོས་པ་མི་འདྲ་བ་སྟེ། དཔེར་ན་ཆུ་ལས་སྒོལ་བ་ན། བྱ་པ་དང་།  
ཀོ་བྱ་དང་། མཉམ་དུ་འགྲོ་བའི་གྲོགས་ལྟར། སངས་རྒྱས་ནི་མཆོད་པ་དང་  
བསྟེན་བཀྱར་བྱ་བ། ཆོས་རང་རྒྱུད་ལ་མངོན་དུ་བྱེད་པ། དགེ་འདུན་དང་  
ཚུལ་བཞིན་དུ་འགྲོགས་པར་མོས་པའོ། །སྐྱབ་པའི་བྱད་པར་ནི། དེ་གསུམ་  
ལག་ལེན་ལ་གཞིལ་བའོ། །རྗེས་བྲན་གྱི་བྱད་པར་ནི། འདི་ལྟར་སངས་རྒྱས་  
བཅོམ་ལྡན་འདས་ཞེས་སོགས་དགོན་མཆོག་རྗེས་བྲན་གྱི་མདོ་ལས་ཇི་སྐད་  
གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་དགོན་མཆོག་གི་ཡོན་ཏན་བྲན་པ་ཡིན། བསོད་ནམས་  
འཕེལ་བ་ལས་གྱུར་པའི་བྱད་པར་ནི།  
སངས་རྒྱས་ནི་གང་ཟག་གཅིག་ལ་བརྟེན་ནས་བསོད་ནམས་འཕེལ་བ་དང་།  
དགེ་འདུན་ནི་གང་ཟག་མང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་བསོད་ནམས་འཕེལ་བ་སྟེ།

སངས་རྒྱས་དང་དགེ་འདུན་ནི་གང་ཟག་གི་དབང་དུ་བྱས་པ་དང་། ཚོས་ནི་གང་ཟག་མ་ཡིན་པའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་བསོད་ནམས་འཕེལ་བའི་ཁྱད་པར་རོ། །དེས་ན་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་ན་ཡང་སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་ནི་མཆོད་པ་དང་རིམ་གྱོ་བྱ་བའི་བསམ་བས་ཡིན་ལ། ཚོས་ནི་རང་རྒྱུད་ལ་སྦྱེད་པར་བྱེད་པས་སོ།།

གསུམ་པ་ཁས་སྒྲངས་པའི་སྒོ་ནས་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་ལ་གསུམ་སྟེ། སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སྟོན་པ་པོ་དང་། ཚོས་ལ་སྐྱབས་དངོས་དང་། དགེ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སྐྱབ་པའི་སྒྲ་གོགས་སུ་ཁས་ལེན་པ་སྟེ། དཔེར་ན་ནད་པས་སྟོན་པ་དང་། སྟོན་དང་། ནད་གཡོག་གསུམ་ལ་རེ་བ་བཅོལ་ལུགས་མི་འདྲ་བ་གསུམ་བྱེད་པ་ལྟར་ཡིན། དེས་ན་སྒྲངས་ཏོགས་ཀྱི་ཚོས་རེ་རེ་རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་པ་ན། འཇིགས་པ་སྣ་རེ་ལས་གྲོལ་བས་སྐྱབས་དངོས་ནི་ཚོས་ཡིན།

བཞི་པ་གཞན་དུ་མི་སྣ་བའི་སྒོ་ནས་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་ནི། སྟོན་རྒྱ་གར་ན། སྟོབ་དཔོན་ཐོ་བཙུན་གྲུབ་རྗེ་སྟོན་གཉིས་ཡོད་པ་དང་པོ་སྟེ་རོལ་བ་ཡིན། ཁོང་གཉིས་དབང་ཕུག་མཆོད་སྟེར་རི་བོ་གངས་ཅན་ལ་སོང་བ་ན། ལྟ་དབང་ཕུག་ཆེན་པོས་སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་འགོ་བྱེད་པ་མཐོང་ནས་ནང་པར་ཞུགས་ཏེ་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོར་གྱུར་པ་དེས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆེ་བའི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པ་ཁྱད་པར་འཕགས་བསྟོད་མཛད་པ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་རང་རེའི་སྟོན་པ་ལ་སྐྱབས་སུ་འཇིན་ཅིང་། དེའི་བསྟན་པ་ལ་སྟོབ་པ་ཉིད་གཞན་དུ་བསྐྱུར་མི་བརྟུབ་པར་བརྟན་པོར་བཟུང་བ་དང་། བོན་དང་ལྷ་སྟེགས་

སོགས་ཆོས་འདི་ལས་བྱི་རོལ་དུ་གྱུར་པ་ལ་སྐྱབས་སུ་མི་འཛིན་པ་སྟེ། བླ་  
པ་དང་བྱི་བའི་སྟོན་པ་དང་། བསྟན་པ། དེ་ལ་སྒྲོབ་པའི་དགེ་འདུན་རྣམས་གྱི་  
མཆོག་དམན་གྱི་བྱད་པར་ཡང་དེ་ཉིད་ལས། བདག་ནི་སྟོན་པ་གཞན་སྤངས་  
ནས། །བཙུམ་ལྡན་བྱིད་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི། །དེ་ཅིའི་སྤང་དུ་ཞེ་ན་བྱིད། །སྟོན་  
མི་མངའ་ལ་ཡོན་ཏན་ལྡན། །ཞེས་དང་། བྱ་སྟེགས་གཞན་གྱི་གཞུང་ལུགས་  
ལ། །རི་ལྷ་རི་ལྷར་རྣམ་བསམས་པ། །དེ་ལྷ་དེ་ལྷར་མགོན་བྱིད་ལ། །བདག་  
གི་སེམས་འདི་དད་པར་གྱུར། །ཅེས་དང་། བསྐྱུགས་འོས་བསྐྱུགས་བསྟོད་  
ལས་ཀྱང་། འཇུག་དང་ལྷོག་པ་གང་ལགས་དང་། །ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་རྣམ་  
བྱང་གང་། །དེ་ཉིད་དཔའ་བོ་བྱིད་བཀའ་དང་། །གཞན་གྱི་ཆོག་གི་བྱད་པར་  
ལགས། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན།

བོད་འདིར་བྱ་སྟེགས་པ་དངོས་མེད་ཀྱང་དེང་དུས་ཆོས་པ་དང་མཁས་  
པར་ཁས་འཆེས་པ་འགའ་ཞིག་འགག་ལ་བྱུག་པའམ། ཡང་འཁོར་མང་སྤྱད་  
པ་དང་། །གཞན་གྱི་ངོ་སྤང་ཆེད་དུ་བོན་དང་སྒྲ་སྒྲིའི་ཆོས་ལུགས་ཚུན་ལ་  
འཇུག་པ་ལ་རི་མི་སྟུམ་པ་འདི་དག་ནི་སྐྱབས་ལ་གཉིས་འཛིན་བྱས་པས་  
དེའི་རྒྱུད་གྱི་སྐྱབས་འགོ་བཏང་སྟེ་ནང་པའི་གཡའ་ནས་བྱད་པ་ཡིན། །ཁ་ཅིག་  
བན་དགའ་བོན་དགའ་བྱེད་ཟེར་མཁན་ཡོད་ཀྱང་། །བོན་གྱི་སྟོན་པ་དང་ཆོས་  
དང་དེའི་རྗེས་སུ་ཞུགས་པ་རྣམས་ལ་སྐྱབས་སུ་འོས་པའི་རྒྱ་མཆན་མེད་དེ།  
དེའི་སྟོན་པ་ལ་སྟོན་ཀུན་ཟད་སོགས་ཡོན་ཏན་མི་ལྡན། །ཆོས་ལ་ཉོན་མོངས་  
པ་ཁ་གྲི་བའི་ཐབས་ཅིམ་མེད། །དགེ་འདུན་ནི་སོ་ཐར་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་ལུལ་

བྱེད་ཀྱང་དེའི་སྒོམ་རྒྱན་མེད་པས་དེ་གསུམ་ག་ལ་ཡིན་ཏེ་མ་ཆང་། བོན་ལ་ནང་པའི་སྐྱབས་འགོ་ཡང་མེད་པས་སྐྱབས་སུ་མི་འོས། དེ་ཡང་བན་བོན་པན་ཚུན་ཆགས་སྒྲུང་གི་གཏམ་བཤད་དེ་ལར་རྒྱ་ཚོད་པ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པར། སྒོན་བྱོན་མཁས་པའི་གསུང་གི་ལོ་རྒྱུས་ཆད་ལྡན་རྣམས་ལས་བྱུང་བ་ལྟར་བོན་གྱི་ཁུངས་རི་འདྲ་ཡིན་ཤེས་པར་བྱེད་པ་གལ་ཆེ་བས། སྤུ་བཀྲན་རྣམ་བཟླའི་གསུང་གྲུབ་མཐའ་ཐམས་ཅད་གྱི་ཁུངས་དང་འདོད་ཚུལ་སྒོན་པ་ལེགས་བཤད་ཤེས་གྱི་མེ་ལོང་སོགས་ལས་ཤེས་དགོས་པ་ཡོད་གསུངས། དེས་ན་བོན་གྱི་སྒོན་པ་བསྟན་པ་ལྟ་བུ་གསུམ་གཤམ་གྱི་རོལ་པའི་ལྟ་སྒོམ་བསྐྱེས་པ་དང་། ནང་པའི་གསུང་རབ་ནས་པར་བརྒྱས་ཏེ་བརྟུན་ཆོས་སྐྱར་བ་སོགས་དུས་ཆེས་སྤྲ་བ་ཞིག་ནས་བྱུང་སྟེ་ཁྱབ་གདལ་དུ་གྱུར་པའི་ལྷགས་ངན་དར་བ་ཡིན་པས། གྲོལ་བ་དོན་གཉེར་གྱི་སྐྱེས་བུའི་སྐྱབས་སུ་འོས་པ་དང་ཡིད་ཁྱོན་རུང་པའི་གནས་མ་ཡིན་ཞིང་། དོན་དེ་དག་ལ་དགོངས་ཏེ་འབྲི་གྲང་འཇིག་རྟེན་མགོན་པོས། བོན་པོའི་ལྟ་སྒོམ་གྱི་སྐྱབས་སྒོད་བཅུད་ཐམས་ཅད་སྒོ་ང་ལས་སྐྱེས་པའི་ལྷགས་དང་། སྤྱ་དང་དབང་ལྷག་སོགས་གྱིས་བྱས་པའི་ལྷགས་སུ་སྒྲུང་བ་རྣམས་སུ་སྟེགས་པའི་ལྟ་བུ་འབྱུང་བ་ཡིན། ཞེས་དང་། བཀའ་གདམས་བྱ་ཆོས་ལས། ལྷ་སྟེགས་བོན་ནི་དངོས་གྲུབ་ལྟར། །འཕྲལ་དགའ་ལྷགས་སུ་ངན་འགོར་སྐྱར། །ལྷ་སྟེགས་བོན་ནི་མེ་དང་འདྲ། །རུང་བད་ཉི་བས་བདེར་གྱུར་ནའང་། །ངེས་པར་གཏུགས་ན་འཆིག་པར་འགྱུར། །ཅེས་དང་། རྣལ་འབྱོར་གྱི་དབང་ལྷག་རྗེ་མིད་ལའི་ཞལ་ནས་གྲང་། བོན་གྱི་འབྱུང་



ཁུངས་ལོག་ཆོས་དང་། །སྤྱད་པ་འབྱུང་པོ་སྟོབས་ལྡན་གྱིས། །བྱས་པས་  
མཐར་ཐུག་ལམ་མི་བགོད། །བོན་ནི་ཤིན་ཏུ་སྤྲད་པའི་རིགས། །ཕྱི་ནང་གཉིས་  
གྱི་བྱད་པར་ནི། །སྐྱབས་གནས་དག་ལ་འཛོལ་བ་འོ། །ནང་པའི་སྐྱབས་གནས་  
དགོན་མཆོག་གསུམ། །ཕྱི་པའི་ཆངས་དབང་བྱལ་འཇུག་གོ། །རང་ཉིད་འཁོར་  
བ་ལས་གྲོལ་ནས། །གཞན་དག་སྒྲོལ་བར་རུས་པ་ནི། །རྩོགས་པའི་སངས་  
རྒྱས་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དབང་ཐུག་ལ་སོགས་འཛིག་ཏེན་སྟེ། །རང་ཡང་འཁོར་  
བར་བཅིངས་གྱུར་པས། །གཞན་ལ་གནས་སྐྱབས་དངོས་གྱལ་ཅམ། །སྒྲོལ་  
བར་རུས་གྱི་ཐར་པ་ཡི། །རྣམ་གྲོལ་སྟེར་བར་ག་ལ་རུས། །ཞེས་དང་། ལྷ་  
འབྱུང་དཀར་མོ་ལ་སོགས་ན། །རིགས་ལྷ་ལྷ་ཡི་དགྱིལ་འཁོར་དུ། །སངས་  
རྒྱས་ཐོབ་པར་གྱུར་ཅིག་ལོ། །སྤྱི་ནི་དུད་འགྲོའི་གངས་སུ་བགྱངས། །པལ་  
ཆེར་བོན་སྐྱ་ཀུན་བཟང་སོགས། །དགྱིལ་འཁོར་སྤྲོ་ཆོགས་བྱེད་ན་ཡང་།  
།ཤམ་སྒྲོན་ཅན་གྱིས་བཟོས་པ་ཡི། །ལོག་ཆོས་འབའ་ཞིག་ཡིན་པར་སྤྲད།  
།ཞེས་སོགས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་སོ། །

དེང་སང་ཁ་ཅིག་གིས་བོན་གྱི་གཤེན་ལྟ་འོད་དཀར་ནང་པའི་སྐྱན་རས་  
གཟིགས་དང་གཅིག་ཡིན། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གདུལ་བྱ་  
ཡིན་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲུལ་བ་མང་པོ་བོན་པོའི་གས་སུའང་  
བྱོན་པས། །བོན་ལྷགས་བྱེད་པ་ལ་ཡོན་ཏན་མ་གཏོགས་སྒྲོན་མེད་ཟེར་བ་  
ཡོད་ཀྱང་། །དེ་ལྟར་སྤྲོ་བ་ནི་རང་ཉིད་ལྟ་ལོག་གི་བག་ཆགས་ངན་པས་རྒྱད་  
བསྐྱད་པས་ཤས་ཆེར་སྤོངས་པར་བྱས་པའི་གཏམ་ཆེན་པོ་ཞིག་སྟེ། །དེ་ལྟ་མ་

ཡིན་ན། སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྤྱལ་བ་དུད་འགོའི་ནང་དུའང་བྱོན་སྲིད་  
 པས་ཁྱི་པག་གི་ལྷགས་བྱས་ན་ཡོན་ཏན་མ་གཏོགས་སྐྱོན་མེད་པར་ཐལ་  
 བར་འགྱུར་བས། བདག་ལེགས་སུ་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་འདྲའི་སྐྱབས་ཐོ་  
 བའི་ལྷགས་ངན་མཐའ་དག་འཕོངས་ཕྱིས་པའི་དོ་བཞིན་དུ་དོར་ནས། ནང་པ་  
 སངས་རྒྱས་པའི་སྐྱབས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ཁོ་ན་ལ་སྐྱབས་གནས་ཡང་  
 དག་ཏུ་བཟུང་སྟེ་སྒོ་ལིངས་འགལ་བྱེད་པ་གལ་ཆེ། མདོར་ན་སྐྱབས་འགོ་ནི་  
 ཆོག་བཏོན་པ་ཅམ་ལ་མི་ཟེར་གྱི། ཉེས་ཅན་ཁ་དྲག་པའི་དཔོན་ལ་སྐྱབས་  
 བཅོལ་བ་ལྟར། ངན་སོང་དང་འཁོར་བ་སོགས་ལ་འཇིགས་ཏེ་དཀོན་མཆོག་  
 གིས་སྐྱོབ་རྒྱས་པའི་ཡིད་ཆེས་རྙེད་ནས་དབྱང་གཉིན་རེ་སྟོས་འཆའ་བའི་  
 སེམས་བྱང་སེམས་པ་ཞིག་ལ་བྱེད་དགོས་པས། དེ་ནི་ངེ་ཅམ་གྱིས་སྐྱབས་  
 སུ་སོང་བའི་ཆད་ཡིན། སྐྱབས་འགོ་རྒྱད་ལ་སྐྱེ་མི་སྐྱེ་ཡང་དེ་རྒྱད་ལ་སྐྱེས་མ་  
 སྐྱེས་གྱིས་ཡིན་ལ། དེའི་ཕྱིར་སྐྱབས་འགོའི་ཆོག་འབྲུམ་ཐེར་བསགས་ཀྱང་  
 སྐྱབས་འགོའི་ངོ་བོ་རྒྱད་ལ་མ་སྐྱེས་པ་དེ་འདྲ་མི་བྱ་བར། འདིའི་རྒྱ་དང་ངོ་བོ་  
 སོགས་བཅས་མ་མིན་པ་ཞིག་རྒྱད་ལ་སྐྱེ་ཐབས་ལ་འབད་དགོས། དེ་ལའང་  
 གཞན་རྒྱད་ལ་གྲུབ་ཟིན་གྱི་དཀོན་མཆོག་ལ་དམིགས་ནས་སྐྱབས་འཆའ་  
 བ་སྐྱབས་འགོ་ཅམ་པོ་བ་དང་། རང་རྒྱད་ལ་འབྱུང་འགྱུར་གྱི་དཀོན་མཆོག་  
 ལ་དམིགས་ནས་དེ་ཉིད་ཐོབ་བྱུང་ཐག་བཅད་པའི་སྐྱབས་འགོ་བྱེད་པར་བ་  
 གཉིས་ལས། རེ་རེ་ལའང་སྐྱེས་བྱ་གསུམ་སོ་སོའི་སྐྱབས་འགོ་བྱེད་ལྷགས་  
 རེ་ཡོད་ཅིང་། རང་རེ་གཞུང་ཆེན་པོར་ཐོས་བསམ་བྱས་པ་དག་གིས་སྐྱབས་

འགྲོ་བྱེད་པར་དེ་ཉིད་ལ་གཙུག་མོར་འབད་དགོས་ཀྱི། སྐྱབས་འགྲོ་བྱེད་རན་  
པ་ན་སློབ་གཉེར་བྱས་བྱས་པ་དེས་པན་མི་ཐོགས་པར། བལ་བ་བྲིམ་པ་ཀན་  
པོའི་སྐྱབས་འགྲོ་དང་བྱེད་པར་མ་བྱུང་བ་ནི། ཐོས་བསམ་བྱས་པ་ཁ་ནང་དུ་  
མ་སྤྱོད་པས་པས་ནོངས་པ་ཡིན། གཞུང་ཆེན་མོ་མི་ཤེས་པས་ཀྱང་། རྒྱ་གཉིས་  
ཆང་བའི་སློན་ས་དགོན་མཆོག་ལ་སློབ་མིངས་འགོལ་བྱེད། དེའི་ཚུལ་ནི། རྒྱ་  
པ་དག་གིས་སློན་དང་སློན་པ་དང་ནད་གཡོག་ལ་རེ་སྟོས་འཆའ་བ་ན་སློབ་  
ཚུལ་རི་ལྟར་འབྱུང་བ་བཞིན་དུ་བྱས་ཏེ། རྒྱ་གཉིས་ཆང་བའི་སློན་ས་སྐྱབས་  
གནས་དགོན་མཆོག་ལ་སློབ་ནས་སློབ་ཁེལ་བ་ན། སྐྱབས་འགྲོ་ནམ་དག་རྒྱ་  
ལ་སྐྱེས་པ་ཡིན་པས་དེ་ཉིད་གཙུག་ཆེ་བ་ཡིན་ཀྱི། དེ་མིན་སྐྱབས་འགྲོའི་ཆོག་  
གངས་གསོག་དང་། བྱང་སེམས་དང་རིག་འཛིན་དུ་ཁས་འཆེ་བས་ཅི་ཡང་  
མི་འབྱུང་སྟེ། བཀའ་གདམས་གོང་མ་ཆོའི་ཞལ་ནས། གནས་བརྟན་ཞལ་མར་  
གཟིགས་གཅིག་འདུག་པ་ལ། ད་དུང་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་གྲལ་དུ་མ་ཆུད་  
ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན་འགྲོ་བ་ཡིན།

བཞི་པ།

## སྐྱབས་སུ་སོང་བའི་པན་ཡོན་ལ།

ནང་པ་སངས་རྒྱས་པར་ཆུད་པ། སྟོམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྟེན་བྱེད་  
པ། སྟོན་བསགས་པའི་ལས་ཀྱི་སྐྱབ་པ་རྣམས་ཟད་པར་འགྱུར་བ། བསོད་  
ནམས་རྒྱ་ཆེན་པོ་བདེ་ལྷག་ཏུ་གསོག་པ། མི་དང་མི་མ་ཡིན་ཀྱི་གཞོན་

བས་མི་ཚུགས་པ། ངན་སོང་དུ་མི་ལྷུང་བ། གནས་སྐྱབས་དང་མཐར་ཐུག་  
གི་དོན་ཐམས་ཅད་འབད་མེད་དུ་འབྱུང་བ། ལྷུང་དུ་འཛང་རྒྱ་བ་སྟེ་བརྒྱད་  
ལས། དེ་ལྷུང་སྐྱབས་འགོ་བྱེད་སྐྱབས་གཞན་གྱི་ལད་མོ་ལྷ་བུའི་ཁ་ཅམ་  
དང་། ཆིག་ཅམ་མིན་པར་སྟོང་ཐག་པ་ནས་སྐྱབས་སུ་སོང་སྟེ། སྐྱབས་འགོ་  
ནམ་དག་རྒྱད་ལ་ནམ་སྟེས་པ་ན། ནང་བ་སངས་རྒྱས་པར་ཚུད་ཅིང་། དེ་  
མེད་པར་སྐྱབས་འགོ་འབྱུང་བསགས་ཀྱང་ནང་པར་མི་ཚུད། དེང་སྐྱབས་  
སྐྱབས་འགོ་གསོག་དགོས་ཟེར་བ་ལས་རྒྱད་ལ་སྟེ་དགོས་ཟེར་མཁན་དགོན།  
སྤར་དྲགས་པོར་དགོ་སྟོང་ཨ་ཐར་ཞེས་པ་ལྷ་བོ་བཅས་ཀྱིས་སྐྱབས་འགོ་  
བསགས་པས། ཨ་ཐར་གྱིས་སྐྱབས་འགོ་འདི་དོན་ལ་མཐོ་བསམ་ལེགས་པར་  
བསྐྱོར་ནས་བསགས་པས་ཡུན་རིང་འགོར། གཞན་ནམས་ཀྱིས་སྐྱབས་  
འགོ་འདི་ཆིག་གངས་གསོག་པ་ཞིག་ལས་མ་བྱུང་བས་མགྱོགས་པ་བྱུང་སྟེ་  
འབྱུང་ཐེར་ཟེན་དུ་ཉེ་བ་ན། ཁོང་ཆོས་ཨ་ཐར་གྱིས་གངས་མ་ལོངས་དོགས་  
ནས་ཇི་ཅམ་སོང་ངེས་པས། ཨ་ཐར་གྱིས། ཁོང་ཆོས་སྐྱབས་འགོ་གངས་ཀ་  
གསོག་གིན་ཡོད་དམ་ཟེར་བ་ལྟར། སྐྱབས་འགོ་འདི་དམིགས་པ་སྟོང་བཞིན་  
གངས་བསགས་ན་གནད་དུ་སྟེན་པ་འོང་གསུངས། སྟོམ་གསུམ་གང་ཁས་  
ལངས་ཀྱང་སྐྱབས་འགོ་ཚུམ་བྱེད་དུ་བྱེད་དགོས་ཀྱི། དེ་མེད་པར་མི་སྟེ་བ་  
དཔེར་ན་ས་གཞི་ནི་ཁང་བྱིམ་དང་། ལོ་རྟོག །ཆི་ཞིང་ནགས་ཆལ་སོགས་  
སྟེ་བའི་རྟོན་ཡིན་པ་ལྟར་སྐྱབས་འགོ་ནི་སྟོམ་པ་ཐམས་ཅད་སྟེ་བའི་གཞི་རྟོན་  
ཡིན།

སྐྱབས་འགོ་ཡོད་ན་སྡོན་བསགས་པའི་ལས་ཀྱི་སྐྱབ་པའང་མང་པོ་  
འཛད་པ་རྒྱལ་པོ་མ་སྐྱེས་དབྱས་རང་གི་ཡབ་གཟུགས་ཅན་སྟོང་པོ་ཕྱིར་མི་  
འོང་བའི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་བཀོངས་པ་སོགས་མཆམས་མེད་དང་། ཉེ་བའི་  
མཆམས་མེད་བྱས་པའང་སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་བས་ལས་སྐྱབ་  
བྱང་བ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཆན་ཅམ་བཟོད་པ་དང་། ཤེར་ཕྱིན་གྱི་མདོ་  
སྡེ་ལྟ་བུ་ཆར་རེ་བསྐྱབ་ནའང་བསྐྱལ་པ་མང་པོའི་སྡིག་སྐྱབ་བྱང་བར་མདོ་  
སྡེ་ནས་པན་ཡོན་ཡང་ཡང་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་ཞིང་། པར་ཕྱིན་བསྐྱུས་པ་  
ལས་ཀྱང་། སྐྱབས་སོང་བསོད་ནམས་གཟུགས་མཆིས་ན། །ཁམས་གསུམ་  
འདི་ཡང་སྟོད་དུ་ཆུང་། །ཞེས་པ་ལྟར་སྐྱབས་འགོ་བྱས་པའི་པན་ཡོན་དང་  
བསོད་ནམས་དཔག་གིས་མི་ལང་བ་ཡོད། ལྷག་པར་སངས་རྒྱས་ནི་ཞིང་  
ཁུད་པར་ཅན་དུ་སོང་བས་དེ་ལ་བསྐྱུན་པའི་དགེ་རྩ་ཀུན་སྟོང་རྣམ་དག་གིས་  
མ་བེན་ཀྱང་རྫོགས་བྱང་ཐོབ་པའི་རྒྱུར་ངེས་པར་འགོ་སྟོ། སྟོང་རྩེ་བརྒྱ་དཀར་  
པོའི་མདོ་ལས། ཀུན་དགའ་བོ་འདི་ལྟ་སྟེ་དཔེར་ན། ཁྱིམ་བདག་ཞིང་པའི་  
ཞིང་དོ་མེད་པ། སྟོང་དུམ་དང་ཆེར་མ་མེད་པ། གྲོ་མོ་དང་གསེག་མ་མེད་  
པ། ས་སྒྲག་ཆེ་བ་ཞིག་ཡོད་པར་གྱུར་ཏེ། ལེགས་པར་སྟོས་ཤིང་ལག་བྱེད་  
ཀྱིས་ཕྱིན་པར་བྱས་ལ། དེའི་ས་བོན་ཡང་སར་བ་གྱུང་པོ་ཆེས་ལེགས་པར་  
བྱས་པ། ཆུང་དང་ཉི་མས་མ་སྒྲད་པ། མ་ཆག་མ་བྱགས་ཤིང་མ་རུལ་ཏེ་ཆུད་  
མ་བོས་པར་གྱུར་ལ། ས་བོན་དེ་དག་དུས་དང་ཆོགས་སུ་ཞིང་ལ་བཏབ་སྟེ་  
དུས་དུས་སུ་ཆུས་བཏུས། དུས་སུ་བསྐྱམས། བམས་ཅད་ལས་ལེགས་པར་

བསྐྱེད་པ་ནས། གུན་དགའ་བོ་དེ་ནས་བྲིམ་པ་ཞིང་པ་དེ་དུས་གཞན་ཞིག་ན་  
 ཞིང་གི་བྱང་དུ་སོང་སྟེ་ཞིང་གི་ཕུར་འདུག་ནས། གྲེ་ས་བོན་བྲིད་ས་བོན་དུ་  
 མ་གྱུར་ཅིག །གྲེ་ས་བོན་བྲིད་མ་སྐྱེ་ཞིག །མ་འཕེལ་ཅིག །ང་ལ་འབྲས་བུ་  
 མི་དགོས། རྟེན་པ་མི་དགོས་སོ་ཞེས་དེ་སྐད་ཟེར་ན། གུན་དགའ་བོ་དེ་རི་  
 སྐྱམ་དུ་སེམས། བྲིམ་བདག་ཞིང་པ་དེའི་ཆིག་གིས་ས་བོན་དེ་དག་ས་བོན་  
 མ་ཡིན་པར་འགྱུར་རམ། གསོལ་བ། བཙུག་ལྷན་འདས་མ་ལགས་སོ། །བདེ་  
 བར་གཤེགས་པ་མ་ལགས་སོ། །

བཀའ་སྩལ་བ། འབྲས་བུ་དེ་འབྲས་བུ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་རམ། རྟེན་པ་  
 མངོན་པར་མི་འགྱུར་བམ། གསོལ་བ། བཙུག་ལྷན་འདས་མ་ལགས་སོ། །བདེ་  
 བར་གཤེགས་པ་མ་ལགས་སོ། །བཀའ་སྩལ་བ། གུན་དགའ་བོ་དེ་བཞིན་དུ་  
 སྲིད་པ་ལ་བསྟོད་ཅིང་སྲིད་པ་ལ་དགའ་བས་སངས་རྒྱས་ལ་ཡོན་ཕུལ་ནས་  
 དགོ་བའི་རྩ་བ་འདིས་བདག་ཅག་ནམ་ཡང་ཡོངས་སུ་བྱ་ངན་ལས་འདའ་བར་  
 མ་གྱུར་ཅིག་ཅེས་དེ་སྐད་ཟེར་ཡང་དེ་ཡོངས་སུ་བྱ་ངན་ལས་འདའ་བར་མི་  
 འགྱུར་བའི་གནས་མེད་གོ་སྐབས་མེད་ཀྱི། གུན་དགའ་བོ་སངས་རྒྱས་ལ་  
 བསྐྱེད་པའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་དེ་དག་མི་འདོད་ཀྱང་འབྲས་བུ་བྱ་ངན་ལས་འདས་  
 པ་ཡིན་ཏེ། ཐ་མ་བྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་བར་དུ་འགྱུར་བར་ང་སྤོའོ། །དེ་ལྟར་  
 རི་ཅ་མ་དུ་སངས་རྒྱས་བཙུག་ལྷན་འདས་ལ་སེམས་གཅིག་བསྐྱེད་པའི་དགོ་  
 བའི་རྩ་བ་བསྐྱེད་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྲས་བུ་འང་བྱ་ངན་ལས་འདས་  
 པ་ཡིན་ཏེ། ཐ་མ་བྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་བར་དུ་འགྱུར་བར་ང་སྤོའོ། །ཞེས་



གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན།

མི་དང་མི་མིན་གྱི་གཞོན་པས་ཀྱང་མི་ཚུགས་ཏེ། ལུ་སྟེགས་རྒྱུ་  
ཞགས་བྱུ་བ་པས་ནང་པའི་དགོ་བསྟེན་གཞོན་ལུ་ཞིག་ལ་རྒྱུ་ཞགས་འཕངས་  
ཀྱང་སྒྲགས་མ་རྟེན་པ་དང་། རྒྱ་གར་ནས་མི་གཅིག་ལ་རྒྱལ་པོའི་བྲིམས་  
པོག་སྟེ་དུར་བྲོད་དུ་བོར་བ་ན། གཞན་མ་དུར་བྲོད་དེར་བསྐྱར་བ་ཐམས་ཅད་  
དེ་རུ་བ་ནས་མི་མིན་ལ་བ་ལྟ་བུས་བྲིར་ཏེ་བ་འགོ་བ་ལས་གཅིག་ཀྱང་སྟོན་པ་  
མི་འོང་བ་ལ། ཁོས་དགོ་འདུན་གྱི་ན་བཟའི་ཆལ་པ་ཞིག་སྟེ་བོར་བ་ཞག་ནས་  
སྐབས་འགོ་བུས་པས་མི་མིན་གྱིས་གཞོན་མ་ཚུགས་པ་དང་། སྟོན་འགོག་  
པའི་མི་ཞིག་ས་སྟེང་དུ་ཞག་གཅིག་ལུས་པ་བྲེད་གྱིས་བཟུང་སྟེ་ཤི་ལ་ཁད་དུ་  
བྱས། བྱིས་སོས་ནས་མགོ་མ་རོར་སོང་བ་ལ། ལྷ་མ་ཞིག་གིས་དེའི་རྒྱ་བྲིས་  
པ་ན། ཁོས་ལོ་རྒྱུས་བཤད་པས། ལྷ་མས་སྐབས་འགོའི་མན་ངག་བསྟན།  
བྱིས་ཤིག་ཡང་བསྐྱར་བྲེད་དང་ཐུག་སྐབས་སྐབས་འགོ་བུས་པས། བྲེད་དེས་  
སྒྲ་སྒྲོམས་ཅམ་བུས་ནས་མིའི་བྲི་ཅམ་ཡང་མ་ཆོར་བར་སོང་བ་དང་། བྱིས་  
བདག་མགོན་མེད་ཟས་སྟེན་གྱིས་སྐབས་འགོའི་ཆིག་ཅམ་བཏོན་བཞིན་དུ་  
མཆན་མོར་དུར་བྲོད་དུ་སོང་བའི་ལམ་མཐོང་ཞིང་། མི་མ་ཡིན་གྱིས་གཞོན་  
པ་བྱ་མ་རུས་ལ། ལུ་སྟེགས་པའི་ལྟ་རྟེན་ཞིག་ལ་ཐུག་བཅལ་བས་ཉམས་  
པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་དང་། ཡང་དགོ་སྟོང་ཞིག་ལ་གཞན་གྱིས་རས་ཕུལ་བ་རྒྱན་  
མས་མཐོང་ནས་མཆན་མོར་བརྒྱར་འོངས་པའི་ཆེ་དགོ་སྟོང་གིས་ཐབས་  
བུས་ནས་ཁོའི་ལག་པ་བཀྱིགས། དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་མཆན་ནས་སྟོས་

ཏེ། དབྱུག་པས་ལན་གསུམ་དུ་བརྒྱབ་པས། རྒྱུ་མ་དེ་བློས་ཏེ་མི་མ་ཡིན་  
 རྒྱུ་བའི་ཟམ་པ་ཞིག་གི་འོག་ཏུ་སྒར་དགེ་སྒོང་གིས་བརྗོད་པ་བསྐྱར་གྱིན། དེ་  
 གསུམ་ལས་མེད་པ་སྐྱབས་ལེགས། དེ་ལས་མང་ཙམ་ཡོད་ན་ཁོ་བོ་གསོད་  
 པ་འདུག་ཟེར་སྒྲོག་ལབ་བྱས་ནས་བསྐྱད་པས། དེ་རྒྱབ་ཟམ་པའི་སྒོང་དུ་མི་  
 མ་ཡིན་རྒྱུ་མ་རྒྱས་པའི་རབས་སོགས་གསུངས་ནས། རང་རེའང་གལ་ལ་  
 ཐུག་ན་འདྲིགས་སྐྱག་མི་བྱེད་པར། སྒོ་གདེང་དགོན་མཆོག་ལ་གཏད་དེ་  
 སྐྱབས་གནས་གཅིག་ཆོག་བྱས་ནས་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་དགོས།

ངན་སོང་གི་སྒྲེ་བ་བསྒྲོག་པའང་། བག་ཏུ་སྒྲེ་ངེས་པའི་ལྷའི་བྱ་ཞིག་གིས་  
 འཆི་ཁར་བརྒྱ་བྱིན་ལ་སྐྱབས་བཅོལ་བ་ན། དེས་བསྐྱབ་མ་རྒྱས་པར་སངས་  
 རྒྱས་ལ་ཞུས། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་སྐྱབས་འགོའི་གདམས་པ་བསྟན་པ་བཞིན་  
 ལྷའི་བྱས་སྐྱབས་འགོ་བྱེད་བཞིན་དུ་ཤི། རྗེས་སུ་བརྒྱ་བྱིན་གྱིས་དེ་གང་དུ་  
 སྒྲེས་འདུག་བཏགས་པ་ན། ལྷ་རྣམས་ནི་རང་སའི་སེམས་ཀྱིས་གནས་འོག་  
 མ་རྣམས་མཐོང་ལ། གོང་མ་མི་མཐོང་བའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་པས་དེ་མ་མཐོང་  
 རས་སངས་རྒྱས་ལ་ཞུས་པར། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ལུང་བསྟན་པ་ན། དགའ་  
 ལྡན་གྱི་ལྷ་གནས་སུ་སྒྲེས་ནས་ཡོད། དེ་ལྷ་བྱའི་བག་ཏུ་སྒྲེ་ངེས་ཀྱི་ལྷའི་བྱ་  
 ངན་སོང་གི་སྒྲེ་བ་སྒྲོག་པས་མི་ཆད་པར། ལྷ་གནས་མཐོན་པོ་དེ་ཙམ་དུ་  
 སྒྲེས་ན། ད་ལྷ་རང་རེས་སངས་རྒྱས་ཆོས་ཆོགས་མ་སོགས་འདོན་སྐྱབས།  
 དེ་ལ་གནད་ཆེན་པོ་ཡོད་པར་མི་ཤེས་པར་པར་ཡེངས་ཚུར་ཡེངས་བྱས་ཏེ་  
 རྟོད། ལྷ་བྱ་ལ་སོགས་ཀྱི་ཆེ་སྒྲོམ་ཟབ་མདོག་གིས་མིག་ཚུམ་ཚུམ་གྱི་བོ་བ་

བྱེད་པ་ནི། རྒྱུ་པའི་འདུག་སྒོ་དང་། ངན་སོང་གི་སྐྱེ་བ་ལྡོག་པའི་ཐབས་མཛད་  
དུ་བྱུང་བ་གང་ན་ཡོད་མ་ཤེས་པའི་རང་རྟགས་བསྟན་པ་ཡིན། རྩོ་བོ་ཆེན་  
པོས་སྐྱབས་འགོ་དང་ལས་འབྲས་ཁོ་ན་གནད་ཆེ་བར་གཟིགས་ནས་བསྟན་  
པས་མཆོན་ལའང་སླ་མ་སྐྱབས་འགོ་བ་དང་། སླ་མ་ལས་འབྲས་བ་ཞེས་  
གསོལ་བ་བྱུང་། དེའི་ཚུལ་རྩོ་བོས་གསན་པས་ངའི་མིང་དེས་ཀྱང་བསྟན་པ་  
ལ་ཕན་གསུངས། དེས་ན་རང་རེས་འཆི་ཁར་ལག་རྩ་མི་ཁེལ་བའི་བསྐྱེད་  
རྩོགས་བསྐྱོམ་ལོ་བྱེད་པ་བས་སྐྱབས་འགོ་རྣམ་དག་བྱས་ན། རེས་གཅིག་ལ་  
ངན་སོང་དུ་མི་སྤྱང་བ་ཐག་ཆོད་པ་ཡིན་ཏེ། སངས་རྒྱས་དཔོན་གྱི་ཞལ་ནས།  
མདོར་ན་འཆི་བ་མི་རྟག་པ། །བདག་གི་རྒྱུད་ལ་མ་སྐྱེས་ན། །གསང་བ་འདུས་  
པ་མི་བྱུང་། །འཆི་བ་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བའི་ཆོ། །སྐྱབས་འགོའི་ཆོག་གསུམ་བྱུང་  
པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས།

ཅི་བསམ་འབྲུག་པའི་ཐབས་ཀྱང་སྐྱབས་འགོ་ལས་ལྷག་མེད། བྱང་  
སེམས་རྩ་སྐྱེད་བས། མི་ལ་རེ་བ་མ་ཆེ། ལྷ་ལ་གསོལ་བ་ཐོབ་གསུངས་པ་  
ལྷར་སྒོན་གྱི་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་དག་གིས་གནས་སྐྱབས་མཐར་ཐུག་གི་དོན་  
ཐམས་ཅད་ལྷ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་ནས་སྐྱབ་ལ། སྤར་  
རྩ་སྐྱེད་དུ་མི་གཅིག་གིས་ཁ་མཆུའི་རྩོད་པ་སོགས་ཀྱང་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་  
རྒྱལ་བ་བྱུང་། སྤར་དུ་འཆོང་རྒྱ་བ་ཡང་། ད་ལྟ་སྐྱབས་འགོ་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་  
ནས་བྱེད་པ་རྒྱ་མཐུན་གྱི་འབྲས་བྱར་ཆེ་འདིར་རྒྱུན་པར་གང་བྱུང་ཡང་དེ་མ་  
ཐག་སྐྱབས་འགོ་ལ་གཞོལ་བ་དང་། སློ་ནི་གང་གོམས་པ་དེའི་རྗེས་སུ་འགོ་བ་

ཆོས་ཉིད་ཡིན་པས་འཆི་ཁར་ཡང་སངས་རྒྱས་རྗེས་སུ་བྲན་པ་སོགས་འབྱུང་  
 རྟེ། མདོ་ཉིད་འཛིན་རྒྱལ་པོ་ལས། དེ་བཞིན་རྒྱལ་བ་ཡི་ནི་སྐྱུ་བྱད་དང་། །ཡེ་  
 ཞེས་དཔག་ཏུ་མེད་པར་བྱུང་དབང་བྲན། །རྟག་པར་རྗེས་སུ་བྲན་པ་བསྒྲོམ་  
 བྱས་ན། །དེ་ལ་སེམས་གཞིལ་རབ་ཏུ་འབབ་པར་འགྱུར། །ཅེས་དང་། ལུས་  
 དང་ངག་དང་ཡིད་རབ་དང་བ་ཡིས། །རྟག་ཏུ་སངས་རྒྱས་དག་གི་བསྐྱུགས་  
 པ་བརྗོད། །དེ་ལྟར་དེས་ནི་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་བསྒྲོམས་པས། །ཉིན་མཆོན་དུ་  
 ཡང་འཛིག་རྟེན་མགོན་པོ་མཐོང་། །ནམ་ཞིག་དེ་ནི་ན་ཞིང་མི་བདེ་ནས། །ཞི་  
 ལ་བྱུག་པའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཆོར་བྱུང་ན། །སངས་རྒྱས་ལ་ནི་བྲན་པ་མི་ཉམས་  
 ཏེ། །སྐྱུག་བསྐྱེད་ཆོར་བས་འཕྲོག་པར་ཡོང་མི་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་  
 པས་སོ། །དེར་མ་ཟད་སྐྱེ་བ་ཐམས་ཅད་དུ་དལ་འབྱོར་འཐོབ། །སྐྱབས་དང་  
 མཇུག་སྐྱབས་འགོ་བྱེད་པ་དང་མི་འབྲལ་ཞིང་། མཐར་ཐུག་ལམ་ལ་བསྐྱུག་  
 ནས་དགོན་མཆོག་གསུམ་རང་རྒྱུད་ལ་འགྱུག་སྟེ་སྐྱུར་དུ་འཆང་རྒྱ་བ་འོང་  
 གསུངས།

ལྷ་པ།

སྐྱབས་སུ་སོང་བའི་བསྐྱེད་བྱ་ལ་གཉིས།

སོ་སོའི་བསྐྱེད་བྱ་དང་། ཐུན་མོང་གི་བསྐྱེད་བྱ་འོ། །དང་པོ་སོ་སོའི་  
 བསྐྱེད་བྱ་ལའང་དགག་པའི་བསྐྱེད་བྱ་དང་། སྐྱབ་པའི་བསྐྱེད་བྱ་གཉིས་ལས།  
 དང་པོ་ནི་སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་ནས་འཛིག་རྟེན་པའི་ལྷ་ལ་སྐྱབས་

བཅོལ་བ་སོགས་མི་བྱེད། ད་ལྟ་དགེ་སློང་འགའ་རེས་ཀྱང་གྲ་མ་འགྲིགས་  
པ་ཞིག་བྱུང་སྟེ་འུ་ཐུག་པ་ན། འཛིག་ཏེན་པའི་ལྟ་ཏེན་ཅར་སོང་ནས། ཐུག་  
དམར་སྐྱར་སྐྱར་དུ་འཆལ་བ་ནི་ཆོས་པའི་རྐང་བྲངས་པ་སྟེ། སྤར་བ་ཤད་པ་  
ལྟར་སྐྱབས་ལ་གཉིས་འཛིན་ཅམ་བྱུང་ན་རང་རྒྱུད་ཀྱི་སྐྱབས་འགོའི་སྒྲིལ་བ་  
འཛིག་འགོ་བས་ནང་པའི་གྲལ་ནས་བྱུང་ཆར་བ་ཡིན། འོན་ཀྱང་ལྟ་སྐྱུ་རྒྱལ་  
བཅོན་སོགས་ལ་གཏོར་མ་དང་བསང་གསུར་བཏང་ནས་ཆོས་མ་ཐུན་གྱི་  
གྲོགས་བཅོལ་བ་ཅམ་བྱུང་ཡང་། སྐྱབས་སུ་འགོ་མི་དགོས་ཏེ། གཞན་ལ་  
རྒྱུ་པ་སྟེར་ནས་ལས་ཀའི་རོགས་བཅོལ་བ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་མི་དགོས་  
པ་དང་འདྲ། ཆོས་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་བས་ནི་སེམས་ཅན་ལ་གཞོན་འཆེ་མི་  
བྱེད། གཞོན་འཆེ་ཡང་སློག་གཅོད་བརྒྱུད་བརྟེན་འཕྲོག་པ་སོགས་གཞོན་པ་  
བྱེད་པ་ལྟ་བུ། མི་འོས་པའི་ཁལ་འགོལ་བ་དང་། དུད་འགོ་ལྟ་བུར་ལུགས་དང་  
མི་མ་ཐུན་པའི་ཁལ་སྟེ་མོ་འགོལ་བ་ཚུན་ཡང་གཞོན་འཆེ་ཡིན་པས་མི་བྱུང་།  
དགེ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་བས་གྲོགས་སུ་སྟེགས་ཅན་དང་མི་འགྲོགས་པ་  
སྟེ། བོད་འདིར་སུ་སྟེགས་པ་དངོས་མེད་ཀྱང་དེ་དང་ཆ་འདྲ་བ་དགོན་མཆོག་  
དང་ལས་འབྲས་ཟེར་བ་དེ་ཅང་ཨི་བདེན་ན། དེ་འདྲ་སྒྲིལ་དང་དགེ་བཤེས་ཁ་  
བདེ་བ་དག་གིས་བཤའ་བ་ཅམ་ཡིན་ཟེར་བ་ཡོད་པས་དེ་དག་དང་འགྲོགས་  
འདྲིས་མི་ཉན། རང་རེ་སེམས་ལ་བརྟན་པ་མ་ཐོབ་པས། དེ་དག་གི་ཁ་ལ་  
བལྟས་ནས་སྒོ་འགྱུར་ཉན་ཡོད་པས། གྲོགས་ངན་དེ་འདྲ་དང་རྒྱུད་བསྐྱིང་  
དགོས། ཐོ་ཏོ་བའི་བྱུང་ན། སངས་རྒྱས་བྱོན་པ་མི་བདེན་པར་སྐྱབས་བྱུང་བ་ན།

དེ་ལ་དག་བཤེས་ཀྱིས་ཐབས་མཛད་དེ། འོན་ཟེད་རང་གི་པ་མེས་ཏེ་འུ་ན་  
གོང་ཡང་མ་བྱུང་གསུངས་པས། དེ་བྱུང་སྟེ་དེས་བཞག་པའི་ལག་རྗེས་འདི།  
ཡིག་རིས་འདི་ཞེས་སྒྲིས་པར་པོ་ཏྲོ་བས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་རིགས་མཚུངས་  
བཀོད་དེ། སངས་རྒྱས་བྱོན་པའི་ཕྱག་རྗེས་འདི། གསུང་རབ་འདི་ཞེས་  
སོགས་གསུངས་པ་ན། གཞི་ནས་ཁོས་སངས་རྒྱས་བྱོན་པར་ཡིད་ཆེས་པ་  
བྱུང་ཚུལ།

གཉིས་པ་སྐྱབ་པའི་བསྐྱབ་བྱ་ནི། དང་པོ་སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་  
བས་ནི། བཤེས་སྤྲིངས་ལས། རི་ལྟར་བདེ་གཤེགས་སྐྱ་གཟུགས་ཤིང་ལས་  
ཀྱང་། །བཀྱིས་པ་ཅི་འདྲ་ཡང་རུང་མཁས་པས་མཆོད། །ཅེས་གསུངས་པ་  
ལྟར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐྱ་གཟུགས་རྒྱ་དང་བཟོ་དབྱིབས་ངན་པ་ལྟ་བུ་དང་། ཚྭ་  
ཁང་ནང་གི་ཆག་དུམ་ཡན་ཆད་ལ་སངས་རྒྱས་དངོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་འཛོག་  
དགོས། རང་རེས་རྒྱ་གར་ལི་མ་དང་བྲངས་གསེར་སོགས་ཀྱི་སྐྱ་ལ་དད་པ་  
ཆེར་བྱེད་ཅིང་ལྟ་ཁང་གི་ཕྱག་ཏུ་བཞག། །འཇིམ་པ་ལས་བྱས་པ་སོགས་ལ་  
དད་པ་ཆུང་ཞིང་། ཆག་གུམ་སོང་བ་ལྟ་བུ་ནི་ལྷེ་རྩ་སོགས་སུ་བཞག་ནས་  
ནམ་ཞིག་ཚྭ་ཁང་དུ་བསྐྱལ་བ་དེ་འདྲ་ཡོད། སྐྱ་འདྲ་ཕྱི་རོལ་ཏུ་སྐྱེལ་བ་འདི་  
རང་གི་བསོད་ནམས་ཕྱིར་སྐྱེལ་བ་ཡིན་ཞེས་སྒྲ་མ་གོང་མ་ནམས་གསུངས།  
དེ་བཞིན་དུ་སྐྱ་ཐང་སོགས་ཀྱང་བརྟེངས་པ་ན་གོང་གཤམ་སྤལ་ཏེ་མེ་ལོང་  
བསྐྱེལ་ནས་འཛོག་པ་སོགས་ནི་རང་གིས་དགོན་མཆོག་ལ་དད་གུས་མེད་  
པར་རྩ་བ་རུལ་བའི་རྟགས་ཡིན་གསུངས།



གཉིས་པ་ཆོས་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་བས་ནི། ཡི་གེ་ན་གཅིག་ཚུན་ཆད་  
 ལ་ཆོས་དགོན་མཆོག་དངོས་ལྟར་གྲུས་པ་བྱ་དགོས། དེ་ལྟར་མ་བྱས་ན།  
 ཆེ་རབས་ནས་ཆེ་རབས་སུ་སྒྲིམ་ཞིང་གཉི་ཕྱག་པར་འབྱུང་བ་སོགས་སྒྲིམ་  
 ཞིན་ཏུ་ཆེ་སྟེ། ཞལ་བའི་ཞལ་ནས། རང་ཅག་ཆོས་ལ་ཅེད་མོ་ཅི་ཡང་བྱེད་  
 པར་འདུག་སྟེ་ཆོས་དང་ཆོས་སྤྱོད་པ་ལ་མ་གྲུས་པ་ཤེས་རབ་འཆལ་བའི་རྒྱ་  
 ཡིན། མོངས་པ་ད་ལྟའི་འདི་གས་ཆོག་གི་མོངས་པའི་རྒྱ་མ་སོག། འདི་ལས་  
 མོངས་ན་ཅི་བརྟུབ་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། དེ་ཡང་རང་རེ་རྣམས་དདུལ་སྐྱར་  
 ལྟ་དང་ཡི་གེ་ཤོག་འཛུར་གཉིས་ལས་དང་པོ་མཐོང་ཆེ་སྟེ། དདུལ་རྒྱུ་དོང་  
 སོགས་སུ་ལྷུང་བ་མཐོང་ན། དབྱུག་པ་རིང་པོ་ཚུན་གྱི་ཐབས་བྱས་ཏེ་ལེན་  
 ལ། ཡི་གེ་ལ་ནི་དེ་ལྟར་མི་བྱེད། སྒྲིམ་རྒྱལ་དབང་ཆོས་རྗེས་སྤྱི་བྱུང་མཁན་  
 པོ་གནང་སྐབས། སྟེ་པ་གཞུང་ནས་ལྷགས་སྟག་ཞིབ་གཞུང་ཟེར་བ་དེ་གསར་  
 འགོད་མཛད་པའི་སྤྱི་བྱུང་ཏུ་ཁོང་ཕེབས་དགོས་བྱུང་བར། དེའི་ཆེ་རྒྱུང་  
 གཞིས་ཁག་དུ་མའི་གཏན་ཁ་ཡིག་རིགས་མང་པོ་བཟུམ་ནས་ཡོད་པར་ཆབ་  
 གསེང་ཕེབས་སྐབས་སོགས་ཀྱི་ཆེ་ཡི་གེ་རྣམས་པན་ཚུན་དུ་བསལ་ཏེ་བྱོན་  
 པའི་ལོ་རྒྱུས་བཞིན་བྱ་དགོས།

གསུམ་པ་དགེ་འདུན་དགོན་མཆོག་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་བས་ནི། དགེ་  
 བཤེས་སྟོན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་རྣལ་འབྱོར་པ་ཆེན་པོས་ལྟན་པ་སེར་པོ་རེ་  
 འགོམ་པའི་སར་ཡོད་ཀྱང་མི་འགོམ་པར་སྤྱགས་ནས་ས་གཙང་སར་སྤྱེལ་  
 བར་གནང་བའི་ཕྱག་བཞེས་ལྟར་དགེ་འདུན་པའི་ན་བཟའི་ཆལ་བྱ་དང་ལྟན་

པ་དམར་སེར་ཅམ་ས་ལ་ལྷུང་བ་དང་། གྲོན་པ་དག་ལའང་ཤིན་ཏུ་གྲས་པ་བྱ་  
 དགོས་ཏེ། སའི་སྤྱིང་པོ་འཁོར་ལོ་བཅུ་པའི་མདོ་ལས། ཅམ་པ་ཀ་ཡི་མེ་ཏོག་  
 སྟེགས་གྱུར་གྱང་། །མེ་ཏོག་རྣམ་པ་གཞན་པས་ཤིན་ཏུ་ལྷག་ །དགོ་སྤྱིང་ཚུལ་  
 བྱིམས་ཉམས་ཤིང་སྟེགས་སྤྱོད་གྱང་། །ལུ་སྟེགས་ཅན་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱན་  
 པས་མཆོག་ །ཅེས་གསུངས། འོ་ན་དེ་འདྲ་ཅམ་ལའང་མ་གྲས་ན་ཉེས་པ་ཅིར་  
 འགྱུར་ཞེ་ན། ལྷག་བསམ་བསྐྱལ་བའི་མདོ་ལས། ཡོན་ཏན་འདོད་པ་ནགས་  
 ན་གནས་པ་ཡིས། །པ་རོལ་དག་གི་སྒྲོན་ལ་བརྟག་མི་བྱ། །བདག་ནི་བྱང་  
 པར་འཕགས་ཤིང་བདག་མཆོག་ཅེས། །དེ་སྟམ་དུ་ནི་སེམས་བསྐྱེད་མི་བྱ་  
 འོ། །རྒྱགས་འདི་བག་མེད་ཀྱན་གྱི་རྩ་བ་སྟེ། །དགོ་སྤྱིང་དམན་ལ་བརྟམས་པར་  
 ཡོང་མི་བྱ། །བསྐྱལ་པ་གཅིག་གིས་ཐར་པ་ཐོབ་མི་འགྱུར། །འདི་ནི་བསྟན་པ་  
 འདི་ལ་གོ་རིམ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་སོགས་ལྟར་འབྱུང་གསུངས།

གཉེས་པ་ཐུན་མོང་གི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་དུག་ལས། ཡོན་ཏན་དན་པའི་སྒོ་  
 རས་ཡང་དང་ཡང་དུ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་ནི། གོང་དུ་ཞུས་པ་ལྟར་སྟེ་ནང་གི་  
 སྒོན་པ་དང་བསྟན་པའི་བྱང་པར་དང་། མཆོག་གསུམ་ནང་པན་ཚུན་གྱི་  
 ཡོན་ཏན་རྣམས་དན་ཏེ་ཡང་ཡང་སྐྱབས་འགོ་བྱེད་པའོ། །བཀའ་ངེན་དན་  
 པའི་སྒོ་ནས་ཅི་ཟ་ཅི་འབྱུང་གི་ཕུད་ཀྱིས་མཆོད་པ་ནི། སངས་རྒྱས་དང་  
 ཆོས་དང་དགོ་འདུན་གསུམ་ཡིད་ཡུལ་ནས་མ་བརྗེད་པར་བཟའ་བརྟུང་གི་  
 སྐྱབས་ཐམས་ཅད་དུའང་ཕུད་ཀྱིས་མཆོད་པ་འབྲུལ་བ་སྟེ། དེ་ལྟར་མཆོད་  
 པ་ཕུལ་ན་པན་ཡོན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་མཆོག་གསུམ་ནི་ཞིང་གོང་ན་མེད་པའི་

རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཡིན་པས་བྱུང་གསོད་དང་། བག་མེད། ལེ་ལོ་སོགས་མ་  
འདྲེས་པར་ཐ་ན་ཡོན་ཆབ་ཏིང་གང་འབྱུལ་བ་ཚུན་ཆད་ཀྱང་རྒྱལ་བ་ཐམས་  
ཅད་མཁྱེན་པའི་མདུན་དུ་གསོལ་དཔོན་གསར་པས་གསོལ་ང་ཞུ་བ་ལྟར་  
དགོས་གསུངས། གཞན་སྐྱབས་འགྲོལ་འགོད་པ་ནི། ལྷ་སྟེགས་པའི་སྟོན་པ་  
རྫོགས་བྱེད་སོགས་དང་། ཐོན་སྟོན་པ་གཤེན་རབས་དང་། དེ་དག་གི་ཆོས་  
དང་། དེའི་རྗེས་འབྱུག་གོགས་ངན་པ་སོགས་ལ་མོས་ནས་སྐྱབས་སུ་བབྱུང་  
བའི་དབང་གིས་ལས་ངན་པ་བསགས་པ་རྣམས་བསྒྲོག་པ་དང་། གཞན་ཡང་  
དགོན་མཆོག་ལ་དད་གྲུས་མེད་པའི་རིགས། ལམ་དུ་བགྱིར་རུང་བ་རྣམས་  
ལ་སྐྱད་ཆའི་ཞོར་ཚུན་ཆད་དུ་དགོན་མཆོག་གི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པའི་སྟོན་ས་  
སྐྱབས་འགྲོལ་འགོད་པ་དང་། ཐན་ཡོན་དན་པའི་སྟོན་ས་ཉིན་ལན་གསུམ་  
མཚན་ལན་གསུམ་དུ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་ནི། དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་  
གནས་ཡང་དག་ཏུ་འཇིན་ཅིང་སྦྱང་ཐག་པ་ནས་དད་པ་བསྐྱེད་དེ་ཉིན་མཚན་  
དུས་བྱུག་ཏུ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་ཡིན།

བྱ་བ་གང་བྱེད་ཀྱང་དགོན་མཆོག་ལ་སྒོ་བཀལ་ནས་བྱེད་པ་ནི། བྱ་བ་  
ཆེ་ཆུང་རིམ་འབྲེལ་ཞིག་བྱེད་ཀྱང་མཆོག་གསུམ་ལ་སྒོ་བཀལ་ནས་དགོན་མཆོག་  
མཆོད་པ་ལ་བཙོན་ཏེ་སྐྱབ་པ་ལས། བསམ་ངན་གཡོ་སྤྱུ་དང་། ཡུལ་འདྲེ་  
རྒྱལ་བཅན་མོ་ཐོན་སོགས་ལ་སྐྱབས་འགྲོ་མི་བྱེད་པའོ། །དགོན་མཆོག་  
གསུམ་སྟོག་གམ་ཐ་ན་བཞད་གད་གྱི་ཕྱིར་ཡང་མི་སྦྱང་བ་ནི། སྐྱབས་འགྲོ་  
བཏང་ན་ནང་པའི་གལ་ནས་བྱུང་འགྲོ་ཞིང་། ནང་པ་མ་ཡིན་ན་དགོ་ཚུལ་སྦྱང་

དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རིགས་དང་། གསང་སྤྲུགས་པ་ཡང་མིན་པར་  
འགྱུར་བས། སྐྱབས་འགོ་སྒོ་མ་པ་གཏོང་བའི་གཏོང་རྒྱ་མིན་ཡང་། སྐྱབས་  
འགོ་བཏང་ན་སྒོ་མ་པ་ཐམས་ཅད་བཏང་བ་ཡིན་པས། དེས་ན་ཆེ་བ་སློག་གི་  
ཕྱིར་རམ། ཆུང་བ་ལ་ཐ་ན་བཞད་གད་ཅམ་གྱི་ཕྱིར་མནའ་བསྐྱལ་བ་ཚུན་དུ་  
དགོན་མཆོག་མི་སྤང་བ་ཡིན། ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། སློག་གི་ཕྱིར་ཡང་  
མི་གཏོང་བ་དང་འགལ་བ་ནི་སྐྱབས་འགོ་གཏོང་བ་དངོས་ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་  
དུ་དགོན་མཆོག་གསུམ་མ་བཏང་ཡང་དེ་དག་དང་མི་མ་ཐུན་པའི་སྒོན་པ་  
ལ་སོགས་པ་གསུམ་ལ་གཉིས་འཛིན་བྱེད་ན་ཡང་གཞན་དུ་མི་སྤྲོ་བ་དང་  
འགལ་ཞིང་སྐྱབས་ལ་སྒོ་མ་ཁེལ་བས་གཏོང་ལ། ཞེས་གསུངས། མཆོག་  
གསུམ་སློག་གི་ཕྱིར་ཡང་མི་གཏོང་བ་ནི་སྤར་ནང་པའི་དགོ་བསྟེན་ཞིག་ལ་  
ཐུ་སྟེགས་པ་རྣམས་ཀྱི་བྱིད་སྐྱབས་འགོ་མི་གཏོང་ན་གསོད་བྱས་པས་དགོ་  
བསྟེན་གྱིས་སྐྱབས་འགོ་མ་བཏང་བར་ཐུ་སྟེགས་པས་བསད་པ་ལྟ་ཡུལ་དུ་  
སྤྲེས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་གསུངས་ནས། སྤར་ཡང་བསྐྱར་བ་ཤད་མཛད།

༥ ཉིན་བཅུ་གསུམ་པར། ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་གསུང་།  
ཞི་ནས་ངན་འགོར་མི་སྤྱེའི་གདེང་མེད་ཅིང་། །ཞེས་སོགས་བྱངས་ཏེ་སྒོན་  
འགོའི་གསུང་བཤད་མདོར་བསྐྱས་ཞིག་སྤུལ་ནས། སྒོན་དུ་ས་བཅད་རི་  
ལྟར་སོང་བེན་པ་རྣམས་དང་། འཛིག་ཏེན་ཕྱི་མར་བདེ་བའི་ཐབས་བསྟན་པ་  
ལ་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་སྐྱབས་འགོའི་སྒོར་ལ་བསྐྱར་བ་ཤད་མཛད། སྤྱིང་ཚུལ་  
མདོར་བསྐྱས་ཏེ་བསྟན་པ་ནས། བྱིད་ཀྱི་ས་བཅད་སྐྱབས་ངན་འགོའི་སྤྲུག་

བསྐྱེད་པ་བསམ་པ་དང་། སྐྱབས་འགོ་ས་བཅད་སོ་སོར་ཡོད་ཀྱང་། མྱོང་འབྲིང་  
སྐྱོང་སྐྱབས་འོག་ཏུ་གསལ་བ་ལྟར་སྒྲགས་ནས་བསྒྲུལ་དགོས། དེའི་ཚུལ་  
ནི། སྐྱེ་བོའི་སྒྲ་མ་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་རྗེས། དེའི་ཐུགས་ཀ་ནས་སྐྱབས་ལུལ་  
ཆོགས་ཞིང་ལྟར་ཆ་ཆང་ཞིག་མདུན་གྱི་ནམ་མཁར་སྒྲོས་ཏེ། དཔུལ་བ་སོ་  
སོ་དང་། དུད་འགོ། ཡི་དྲགས་ནམས་ཀྱི་སྒྲུག་བསྐྱེད་སོ་སོར་ཤུགས་དག་ཏུ་  
བསམས་ནས། རེ་རེའི་མཐར་འཇིགས་སྒྲག་རེ་བྱུང་བ་ན། སྐྱབས་འགོ་རེ་རེ་  
བྱས་ཏེ་སྒྲགས་པ་ཡིན། འདིའི་སྐྱབས་དཔེར་ན། འཇིག་རྟེན་ན་མི་ནག་ཆེན་  
ཉམ་ཐག་ཅིག་མགོ་འདྲེན་དཔོན་པོ་ཆེན་པོ་ཞིག་རྟེན་པ་ན་རང་ཉིད་འཁོས་ཀ་  
དམན་ཡང་རྒྱབ་རྟེན་དཔོན་པོ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་སྟུང་དུ་སྒྲོ་བདེ་འབོལ་གྱིས་  
དེ་ལ་མགོ་འདྲེན་བཅོལ་བ་ལྟར། རན་སོང་ལ་འཇིགས་པ་ན་དེ་ལས་སྐྱོབ་  
པའི་སྐྱབས་བསྐྱེད་པ་མེད་པ་དགོན་མཆོག་གསུམ་བདག་གི་མགོན་སྐྱབས་  
སུ་བཞུགས་ཡོད་སྟུང་དུ་སྒྲོ་ཡིངས་གྱིས་བཀལ་ཏེ་སྐྱབས་འགོ་བྱེད་པ་ཞིག་  
དགོས། སྐྱབས་འགོ་གངས་གསོག་བྱེད་ན་སྒྲོར་ཆོས་ཀྱི་དབུ་དེར་བྱས་པས་  
ཆོག་མོད། མཆོམས་འདིར་དམིགས་སྒྲོར་གསུམ་དང་སྒྲགས་ཏེ། སྒྲ་མ་ཡི་  
དམ་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་སྒྲོ་ནས་  
བསགས་ཀྱང་རུང་གསུངས། དེ་ཡང་དཔུལ་བ་ཡང་སོས་པ་ལྟ་བུའི་སྒྲུག་  
བསྐྱེད་པ་བསམ་སྐྱབས་ལ་མཆོན་ན་དམིགས་སྒྲོར་གསུམ་ལས། དང་པོར་རང་  
ཉིད་དེར་སྐྱེས་ཟིན་པའི་ཉམས་བཏོན་ཏེ་བཟོད་ཐབས་མེད་པའི་ཚུལ་བསམ།  
དེའི་ཆེ་དུ་ལྟ་རང་རེ་དེར་སྐྱེས་མེད་སྟུང་པ་བྱུང་མཆོམས། དམིགས་སྒྲོར་

གཉིས་པ། དེ་ལྟ་དེར་སྐྱེས་མ་བེན་ཀྱང་དེར་སྐྱེ་འགྱུར་གྱི་ལས་སྟོབས་ཆེ་བ་  
མང་པོ་བསགས་ལ་མ་ཉམས་པར་ཡོད་ཅིང་། དེ་དག་མ་ཉི་ཚུན་ལ་སྐྱོང་མི་  
རྒྱས་པའི་ཚུལ་དང་། དེ་མ་རྒྱས་ན་དེས་དེར་སྐྱེ་དེས་པའི་ཚུལ་བསམས་ཏེ་  
འཇིགས་སྐྱག་གི་སྒོ་བསྐྱེད། དེ་ནས་དམིགས་སྐྱོར་གསུམ་པ། དེ་ལྟ་བུའི་ངན་  
སོང་དེ་ལས་སྐྱོབ་པའི་སྐྱབས་ཡུལ་འདི་རྣམས་ལ་མཁྱེན་བཅེ་རྒྱས་གསུམ་  
སོགས་ཡོན་ཏན་དཔག་མེད་མངའ་བས། འདི་ལྟ་བུའི་སྐྱབས་བཅེལ་དུ་ཡོད་  
པ་སྐྱབས་ལེགས་སྙམ་དུ་སྐྱབས་འགོ་བྱ་བ་སོགས་རིགས་འགྲེ་གསུངས། དེ་  
ཡན་གྱིས་སྐྱབས་འགོའི་ཁྲིད་རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱས་པའི་ཚུལ་དུ་ལེགས་པར་  
ཁྱུས་བེན་ནས།

གཉིས་པ།

བདེ་ལེགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་བསྐྱེད་པ་ལ།

དེ་ལྟར་དགོན་མཆོག་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་བས་ངན་འགོའི་སྐྱེ་བ་ལན་རེ་  
ལན་གཉིས་ཙམ་བསྒྲོག་པར་དེས་ཀྱང་། ངན་སོང་ལས་གཏན་དུ་ཐར་བ་མ་  
ཡིན་པས། ཕྱིན་ཆད་ངན་སོང་དུ་མི་འགོ་བའི་སྒོ་གདེང་བཏྲན་པོ་ཞིག་ཉིད་  
འདོད་ན་སྐྱབས་འགོའི་བསྐྱབས་བྱ་ལ་འབད་དགོས། དེ་མ་འབད་ན། དཔེར་ན་  
མི་ནག་ཆེན་ཞིག་གིས་ཁ་དྲག་པའི་དཔོན་ལ་སྐྱབས་བཅེལ་བ་ན། དེས་ཕྱིན་  
ཆད་སྒྲང་དོར་འདི་དང་འདི་གྱིས་བེར་བ་རྣམས་མི་ཉན་པར། ལས་ཆ་བས་པོ་  
ཆེ་ལ་སྐྱག་བྱས་ན་དཔོན་དེས་ཀྱང་སྐྱོབ་ཐབས་མེད་པར་སྐྱར་ཁྲིམས་གྱིས་



མནར་བ་བཞིན་དུ་རང་ཅག་གིས་ཀྱང་སྐྱབས་འགྲོའི་བསྐྱབ་བྱ་ཚུལ་བཞིན་  
མ་བསྐྱངས་ན། དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱིས་ཅི་ཡང་མཛད་དུ་མེད་པས། དེའི་  
ཕྱིར་སྟོན་པ་དེས་བསྟན་པའི་ངན་སོང་ལས་སྐྱོབ་པའི་སྐྱབས་དངོས་ནི་ཆོས་  
ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་ལས་འབྲས་ཀྱི་སྒྲུང་དོར་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན། ལས་འབྲས་  
ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་མ་སྐྱེས་ན། དགོ་བ་ཆུང་དུ་ནས་སྐྱབ་འདོད་དང་།  
མི་དགོ་བ་ཆུང་དུ་ནས་སྒྲོང་འདོད་མི་སྐྱེ་ལ། ལས་འབྲས་ཀྱི་སྒྲུང་དོར་ཚུལ་  
བཞིན་མ་བྱས་ན་མཁས་པ་སྡེ་སྟོད་གསུམ་པ་དང་། གྲུབ་པ་ཐོབ་པའི་རྣལ་  
འབྱོར་པ་ཡིན་ཡང་དཔྱལ་བར་འགྲོ་སྟེ། ལྷ་མ་ཨ་ཤ་རྩ་རྩེ་པས་ཟམ་ཁ་ཞིག་  
ནས་ཞལ་ཕྱིར་གཟིགས་ཀྱིས་རྩོམ་ཐོ་རྩེ་ལ། རི་སྡིད་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་མ་  
སྐྱངས་ཀྱི་བར་དུ་ལས་འབྲས་ལ་མ་བཅིས་ན། མཁས་པ་འདི་ཞེས་བྱ་བ་དང་  
རྣལ་འབྱོར་པ་འདི་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་དཔྱལ་བར་སྐྱེས་འདུག་ཅེས་གསུངས་  
པ་དང་། རྩ་ལོ་ཆེན་པོ་ཡང་དཔྱལ་བར་དར་གྱི་པོ་ལོང་བརྟུང་པའི་ཡུན་ཙམ་  
དུ་ཐེབས་དགོས་བྱུང་བར་གསུངས་ཡོད། ཡང་རྒྱ་གར་ནས་རྩོམ་ཐོ་རྩེ་འཛིགས་  
བྱེད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཞིག་ཡི་དམ་དེའི་གཟུགས་ཅན་གྱི་གདུག་འདྲེ་ཡི་  
དྲགས་སུ་སྐྱེས་པ་བོད་དུ་འོངས་པ་ལ། རྩོམ་ཐོ་ཆེན་པོས་ཁོ་འདིར་བསྐྱད་ན་  
བོད་ལ་གཞོན་གསུངས་ཏེ་གཏོར་མ་བསྐྱོས་ནས་ཕྱིར་སྐྱོད་པར་མཛད་པ་  
དང་། ལྷས་བྱིན་ལ་ཆོས་སྤང་གཅིག་སྟོན་ཡོད་པས་ཀྱང་མ་ཕན་པར་དཔྱལ་  
བ་རབ་ཏུ་ཆ་བར་སྐྱེས། བམ་ཟེའི་སྤྱུ་ཙན་གྱི་ཞེས་པ་གཤེན་རྩེ་གཤེད་  
གྲུབ་པས་མི་མང་པོ་མངོན་སྟོན་གྱི་མཐུས་བསཏ་པས་དཔྱལ་བ་མནར་མེད་

དུ་སྐྱེས་པར་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། ལས་འབྲས་ཚུ་ལ་བཞིན་མ་བསུངས་ན།  
མཆམས་བསྟེན་སྐྱབ་བྱས་ཀྱང་མི་པན་ཏེ། འཕན་པོ་པོ་ད་མདོའི་འཇིགས་  
བྱེད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡི་དམ་གྱི་གཟུགས་ཅན་གྱི་ཡི་དྲགས་སུ་  
སྐྱེས་ནས། སྐྱབ་གྲོགས་རྩེ་གསུང་སྟོང་བར་འོངས་པ་དང་། བྱི་ཀ་མ་ལ་  
ལྷོ་ལའི་གནས་བརྟན་ཞིག་ཀྱང་ཡི་དྲགས་ལག་པ་ཕྱིན་ཀ་ལོག་ཏུ་གྱུར་པ་  
ཞིག་ཏུ་སྐྱེས་ཚུ་ལ། དེས་ན་ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱིས་སྤང་དོར་མ་ཐུབ་  
ན། མཁས་པ་དང་གྲུབ་པ་གང་གིས་ཀྱང་མི་པན་པར་མ་ཟད། ལས་ཀྱི་རྣམ་  
པར་སྟོན་པ་བསམ་མི་བྱུང་། །བརྟེ་བའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡང་དུད་འབྱོར་སྟེ།  
།ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལས་འབྲས་བྱེད་དུ་བསམ་ན་བྱང་སེམས་བདག་ཉིད་  
ཆེན་པོ་ཡང་ངན་སོང་དུ་སྐྱེ་བ་ལེན་པར་གསུངས། དེས་ན་སྟོམ་གྱི་འགོ་ཀྱན་  
སྟོང་འཆོས་པ་དང་། ལམ་རིམ་གྱི་འགོ་དལ་འབྱོར། ཆོས་ལག་ལེན་གྱི་འགོ་  
ལས་འབྲས་ནས་ཚུགས་པ་ཡིན། འདི་ལ་འཇིག་རྟེན་པའི་ཡང་དག་པའི་ལྷ་བ་  
ཞེས་ཀྱང་བེད་ཏེ། འདིའི་འཇིག་རྟེན་པ་ཞེས་པ་སོ་སྟེ་ལ་བྱེད་ཅིང་སོ་སོ་སྟེ་  
བོ་རྣམས་ཀྱིས་འདི་ཉིད་ལ་གཙུ་ཆེ་བ་བྱེད་དགོས་པའི་དོན་ཡིན། ད་ལྟ་མང་  
པོ་ཞིག་གིས་ལྷ་བ་ལ་མོས་པ་ཆེ་མདོག་ཁ་བར་བྱེད་ཀྱང་། དང་པོར་ལས་  
འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་སྐྱེས་ནས་འདི་ལ་སྤང་སྤང་ཚུ་ལ་བཞིན་དུ་བྱེད་  
པ་དགོས་ཀྱི། དེ་མིན་ཆོས་བློ་ལྷན་གྱི་ཁ་ཉོན་སུམ་སུམ་ཞིག་དང་། ལྷ་བ་  
བསྟོམ་ཁུལ་གྱི་མཉམ་གཞག་འདྲ་བྱེད་པར་བརྩོན་པ་ནི། ཆོས་བེད་བ་ག་འདྲ་  
བྱེད་དགོས་མ་ཤེས་པའི་རྟགས་ཡིན། འགའ་ཤས་རང་གིས་ཀྱང་ཉོན་མཆོན་

ཐམས་ཅད་དུ་སྒྲིག་པ་བྱེད་ལ། འཁོར་གཡོག་དགེ་སྤྱུག་གཞན་མང་པོ་ཡང་  
སྒྲིགས་ཐམས་ཅད་དུ་མངགས་ནས་སྒྲིག་པའི་ལས་མང་པོ་རྒྱ་བཀྲམ་སྟེ། སྤྱི་  
ལངས་སྤྱི་ཉལ་གྱིས་ཁ་ཏྲོན་འདྲ་བྱེད་ཁུལ་བྱེད་པ་ནི་ལག་ལེན་སྤྱིན་ཅི་ལོག་  
གོ།

དེས་ན་ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་སྐྱེ་བ་ལ་ལས་འབྲས་  
བསམ་དགོས་པས། འདི་ལ་གསུམ།

## ལས་འབྲས་སྤྱིར་བསམ་བ།

བྱེ་བྲག་རྩ་བསམ་བ། བསམས་ནས་འཇུག་ཕྱོག་བྱ་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་  
ལ་གཉིས།

## སྤྱིར་བསམ་ཚུལ་དངོས་དང་།

སོ་སོར་བྱེ་སྟེ་བསམ་པའོ། །དང་པོ་ལ་ལས་ངེས་པའི་ཚུལ། ལས་  
འཕེལ་ཆེ་བ། ལས་མ་བྱས་པ་དང་མི་འབྲུད་བ། ལས་བྱས་པ་ཚུད་མི་བ་  
བཞི་སྟེ། བཙུག་ལྷན་འདས་གྱིས་ལས་ཀྱི་ཚུལ་བཞིར་གསུངས་པ་དེ་དག་  
ཡིན་པས་གནད་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ལ། དེའི་དང་པོ་ལས་ངེས་པ་ནི། འདུལ་བ་ལྷུང་  
ལས། ཅི་འདྲ་བ་ཡི་ལས་བྱས་བ། །འབྲས་བྱ་དེ་འདྲ་འབྱུང་བར་འགྱུར། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་རྒྱ་དགེ་བ་བྱས་པའི་འབྲས་བྱ་བདེ་བ་ཁོ་ན་ལས་སྤྱུག་

བསྐྱེད་པ་ལེན་པ་ལྟར་། རྒྱ་མི་དགེ་བ་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་སྐྱེ་བ་སྐྱེ་བ་ཁོ་ན་ལས་  
 བདེ་བ་མི་འབྱུང་བའི་རྒྱ་འབྲས་ངེས་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ས་བོན་རྩོམ་པ་  
 ལས་འབྲས་བུ་སོགས་རྩོམ་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཁ་བ་ལས་ཁ་བ། མངར་  
 བ་ལས་མངར་བ་འབྱུང་བ་ངེས་པ་ལྟར་ད་ལྟ་རྒྱུ་འཁྱེད་སྐྱེ་བ་སྐྱེ་བ་དགོས་པ་  
 ལས། འབྲས་བུ་བྱུ་བ་ཆར་ནས་འཆོས་ཐབས་མེད། རང་རེའི་ན་ཆ་སོགས་  
 འགའ་ཞིག་ལ་རིམ་གྲོས་མི་པན་པ་ཡང་རྒྱ་འབྲས་སོ་སོར་སོང་བ་སྟེ། ས་  
 བོན་སིར་པན་ལྟ་བུ་ཁ་ཆ་བ་ཞིག་བཏབ་ནས་སྐྱེས་ཟིན་ན། དེ་མངར་མོ་འོང་  
 ཐབས་ཀྱིས་གཡས་གཡོན་དུ་རྒྱན་འབྲུམ། ཁམ་བུ་སོགས་བཏབ་ཀྱང་སིར་  
 པན་མངར་བར་བྱེད་མི་ཐུབ་པར་སོ་སོ་ནས་སྐྱེ་བ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་རྒྱ་  
 གང་འདྲ་ཞིག་བསགས་ན་འབྲས་བུ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་འབྱུང་བས་ལས་འབྲས་ནི་  
 འིན་ཏུ་སྤྲོ་བ་ཡིན། དེ་ཡང་སྟོན་ཆེ་དང་ལྡན་པ་སྟན་པ་བཟང་ལྡན་གྱི་ལུས་མི་  
 སྐྱེ་བ་དང་། སྐད་འིན་ཏུ་སྟན་པ་བྱུང་བ་གཉིས་ཀ་སྟོན་རྒྱལ་པོ་ཞིག་གིས་  
 མཆོད་རྟེན་ཆེན་པོ་གཅིག་བཞེངས་སྐྱབས་དེའི་ལས་བྱེད་པའི་སྤྱོད་མེད་ཀྱིས་  
 སྐྱེས་ཏེ། མཆོད་རྟེན་བོངས་ཆད་ཆེ་བས་ཁོས་མཆོད་རྟེན་ཆེན་པོ་འདི་  
 འདྲ་བཟོས་ནས་ཅི་བྱེད། ཆར་དུས་མི་འོང་ཞེས་ངན་སྒྲིས་བྱས་པ་དང་། རྗེས་  
 སྐྱེ་མཆོད་རྟེན་ཟིན་པ་ན་སྤར་སྒྲིས་པ་དེའི་ནོངས་བཤགས་སྐྱེ་མཆོད་རྟེན་  
 ལ་དྲིལ་བུ་ལུས་བའི་འབྲས་བུར་གསུངས་པའི་རབས་དང་། ཡང་རྩོ་བོ་རྩོ་  
 བོད་དུ་ཕེབས་སྐྱབས་བོད་ཀྱི་མིས་རྩོ་བོའི་གཟིགས་སར་ཡང་མནངས་མེད་  
 ཀྱིས་སྤྲིག་པ་ཚུང་དུ་འདྲ་བྱེད་པ་ན། རྩོ་བོས་ཐུགས་ཀྱིས་མ་བཟོད་ནས། བ་

ལ་པ་ལ་སྒྲིང་ཁམ་ཆེར་མི་རུང་། ལས་འབྲས་ལྷན་ ལས་འབྲས་ཟབ་གསུང་བ་  
དང་། སྒྲོན་དགོ་སྒྲོང་ཞིག་གིས་དགོ་འདུན་གྱི་ཆོག་ས་གདན་ལ་ཞག་པོ་བས་  
ཆེ་རྗེས་མར་མི་སྐལ་པ་ནག་པོ་ཅན་ཞིག་ཏུ་སྒྲིམ་ཚུལ། ཡང་དགོ་སྒྲོང་ཞིག་  
གིས་ཆོས་གོས་ཆོས་བཙོ་བ་ན་བེ་ཕྱེ་ཤིང་ཤིང་གྱུར་ཏེ་བེ་ཕྱེ་བརྒྱས་པའི་ཁག་  
ངན་བྱུང་ནས་ལྷ་བ་དུག་གི་ཡུན་བཙོན་དུ་སྒྲོད་དགོས་བྱུང་བ་སྒྲོན་རང་རྒྱལ་  
ཉིས་མེད་ཅིག་ལ་བེ་ཕྱེ་རྒྱན་ཁག་བཀལ་ནས་ཉིན་ཞག་དུག་གི་རིང་ཡུལ་  
དེའི་རྒྱལ་པོའི་བཙོན་ཁང་དུ་བཅུག་པའི་འབྲས་བྱུང་གསུངས་པ་དང་། མཉན་  
ཡོད་ན་སྒྲོན་པོ་རི་དྲགས་འཛིན་གྱི་མ་ས་ག་མ་ལ་བྱ་བྱད་གྱི་རིགས་སུ་མ་  
ཅུ་ཅ་གཉིས་ཡོད་པ། རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་ལ་སྒྲོན་པོ་གཞན་གྱིས་དབྱེན་  
བྱས་པས་རྒྱལ་པོས་བྱ་དེ་ཐམས་ཅད་བསད་དེ། མགོ་རྣམས་སྤངས་པ་མ་  
ལ་བསྐྱར་བ་ཡང་སྒྲོན་རྒྱན་མ་སོ་གཉིས་གྱིས་སྤང་ཞིག་བརྒྱས་ནས་བསད་  
པའི་འབྲས་བྱ་དང་། སྤང་གསོད་སྐབས་གྱི་གནས་ཆང་བྲིམ་བདག་མོ་དེ། ས་  
ག་མ་རང་ཉིད་ཡིན་པའི་རབས་རྒྱས་པར་གསུངས་ཏེ། དེ་ལྟར་ལས་ངེས་པ་  
ཡིན་གསུངས།

གཉིས་པ་ལས་འཕེལ་ཆེ་བ་ནི། ཕྱིའི་རྒྱ་འབྲས་ལས་ནང་གི་རྒྱ་འབྲས་  
འཕེལ་ཆེ། ཕྱིའི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱང་དཔེར་ན། ཁམ་བུའི་ས་བོན་ཆོ་གུ་ཚུང་དུ་  
གཅིག་ལས་ཤིང་སྒྲོང་ཆེན་པོ་དང་། ལོ་ལྟར་ཤིང་ལོ་དང་འབྲས་བྱ་བརྒྱ་སྒྲོང་  
ཅམ་འབྱུང་བ་བཞིན་འཕེལ་ཆེན་པོ་ཡོད་ན། དེ་ལས་ཀྱང་ནང་གི་རྒྱ་འབྲས་  
འཕེལ་ཆེ་སྟེ། བཙོན་ལྡན་འདས་ཅུ་གོ་རྒྱུ་གོ་བྱེད་ཁྲིའི་ཕྱི་དུ་ཕེབས་པའི་ཆོ། བྱད་

མེད་ཅིག་གིས་ཏིལ་གྱི་ལ་དུ་སྤར་བ་གང་ལུལ་བས་བྱད་མེད་དེ་མ་འོངས་  
 བ་ན་རང་སངས་རྒྱས་ལེགས་སྟོན་ཞེས་པར་སྐྱེ་བར་ལུང་བསྟན། དེའི་སྐོ་  
 དེས་སངས་རྒྱས་ལ་བཞུགས་ཅམ་གྱི་ཕྱིར་རྩོན་མི་གསུང་བར་ཞུ་ཞེས་སྐྱར་  
 བ་བཏབ་པ་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱིས། ཞིང་རྩ་གྲོ་རྟའི་ས་ཐོན་ཡུངས་ཀར་ཅམ་  
 ལས། ཞིང་གི་བ་གྱི་འོག་ཏུ་ཞིང་རྩ་འཁོར་ལོ་ལྷ་བརྒྱ་པན་ཚུན་དུ་མ་རེག་པར་  
 འཁོད་རྒྱས་པའི་ཞིང་སྤྱོད་ཆེན་པོ་སྐྱེ་ཞིང་འཕེལ་བ་ལ་དཔེར་མཛད་ནས། དེ་  
 བཞིན་དུ་ལས་ཆུང་དུ་ལས་ཀྱང་འབྲས་བྱ་ཆེན་པོ་འབྱུང་བར་གསུངས་ཏེ་  
 ཁོ་ཡིད་ཆེས་པར་མཛད་པ་དང་། ཡང་དགེ་སྟོང་ཞིག་གིས་གཞན་ལ་ཁྱོད་  
 ཀྱི་དབྱངས་ནི་ཁྱི་ལྷག་པ་དང་འདྲ་བེར་བ་དང་། སྤལ་པ་དང་འདྲ་བེར་བ་  
 དང་། སྤྱེུ་འདྲ་བེར་བ་ཅམ་གྱིས་ཆོག་ངན་རི་ལྟར་སྤྲས་པ་དང་མ་ཐུན་པར་  
 སོ་སོའི་སྐྱེ་བ་ལྷ་བརྒྱ་རེ་ལེན་དགོས་བྱུང་བ་དང་། སྤར་རྒྱ་ནག་ཏུ་གཅིག་  
 གིས་དེང་སང་གི་མཁས་པ་རྣམས་སྤྱལ་དང་འདྲ་ཞེས་པའི་སྤྱལ་དཔེའི་བསྟན་  
 བཅོས་བེར་བ་བརྩམས་པས་རྩོམ་པ་པོ་རང་ཉིད་ནམ་ཞིག་ལུས་ལ་ན་ཆ་  
 ཆད་མེད་པ་བྱུང་ནས་རྟེན་ལག་རྣམས་ལུས་ཀྱི་རྩ་མ་ལ་འབྱར་ཏེ་སྤྱལ་གྱི་  
 ལུས་སུ་གྱུར། མགོ་པོ་གས་པའི་ནང་ནས་སྤྱལ་མགོ་ཐོན་ཏེ་ཆེ་དེ་ཉིད་ལ་  
 སྤྱལ་དངོས་སུ་གྱུར་པ་དང་། སྟོན་རྒྱ་གར་ནས་ཉ་བ་ལྷ་བརྒྱས་ཉ་ཆེན་པོ་  
 མགོ་བཙོ་བརྒྱད་ཡོད་པ་ཞིག་བྱ་བས་བེན་པ་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཁོ་སྟོན་  
 ཞེད་བྱ་སེར་སྐྱར་གྱུར་པ་ན། ཨ་མས་བསྐྱལ་ཏེ་དགེ་འདུན་ལ་ཁྱོད་ནི་ཁྱི་དང་  
 འདྲའོ་སོགས་ཆོག་ངན་སྤྲས་པའི་འབྲས་བྱར་གསུངས། བཙོམ་ལྟན་འདས་



དེ་ལ་ལས་ཀྱི་རྒྱ་བ་ལུང་སྟོན་པའི་ཕྱིར་བྱོན་པ་ན། ལུ་སྟེགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
དགོ་སྦྱོང་གོ་ཅུ་ཉ་མ་ལྟ་མོ་ལ་དགའོ་ཞེས་ཁ་བཏང་བ་སོགས་སྤར་སྦྱོར་  
ཆོས་སྐབས་རྒྱས་པར་ཞུས་ཟིན་པ་ལྟར་ཡིན། དེ་དག་གྲང་ཆོག་ངན་པ་ཅུང་  
ཟད་སྤྲས་པ་ལས་གཞན་མི་བསད་ཏེ་བསྐྱེལ་ལྟ་བུ་གང་ཡང་མ་བྱས། གཞན་  
ཡང་དགོ་སྦྱོང་མ་ཞུས་པའི་མདོག་ཅན་ཞེས་པ་སྤར་རབ་ཏུ་མ་བྱུང་གོང་དུ་བུ་  
ཆེ་ཆུང་གཉིས་སྐྱེས་པ་གཅིག་རྒྱས་བྲིས། གཅིག་སྦྱང་གིས་བློས། ཁྱོ་སྦྱལ་  
གྱིས་བསད། རང་གི་པ་མ་བྲིས་དང་བཅས་པ་ཡང་མེས་ཆོག །ཡང་ཀུན་  
ཏུ་རྒྱ་གཅིག་གིས་ཆུང་མར་བྱས་ཏེ། བུ་གཅིག་སྐྱེས་པའི་སྐབས་ཁྱོ་བྲིས་  
བདག་དེ་གཞན་ཞིག་ནས་ཆང་གིས་སྦྱོས་ཏེ་འོངས་པས་བུ་དེ་བསད་ནས་  
དེའི་ཤ་མ་ལ་ཟར་བཅུག། དེ་ནས་བློས་ཏེ་སོང་བ་ན། བྲིས་བདག་གཞན་ཞིག་  
གི་ཆུང་མ་ཞི་བ་དང་ཐུག་སྟེ་ཡང་བྲིས་བདག་དེའི་ཆུང་མ་བྱས། དེར་ཡང་  
ཁྱོ་ཞི་སྟེ་ཡུལ་ཆོས་ཀྱིས་བྲིས་བདག་གི་རོ་དང་མཉམ་པོར་དུར་དུ་སྤྲས་པ་  
ན། དུར་རྒྱན་གྱིས་བྱས་ཏེ་དེའི་ཆུང་མ་བྱས། ཡང་རྗེས་སུ་རྒྱན་དཔོན་ཁྱོ་དེ་  
རྒྱལ་པོས་བསད་ནས་དེའི་རོ་དང་ལྟན་ཅིག་དུར་དུ་བཅུག་པ་སོགས་དེ་ལྟ་  
བུའི་སྦྱག་བསྐྱེལ་བྱུང་བ་ཡང་ཞུས་པའི་མདོག་ཆེ་སྟོན་མར་རྒྱལ་པོ་ཞིག་གི་  
བཅུན་མོ་ཆེན་མོར་གྱུར་པའི་སྐབས། ལུན་མའི་བུ་བསད་ནས། མནའ་མང་  
པོ་བསྐྱེལ་བའི་འབྲས་བུར་གསུངས།

དེ་ལྟར་སྟོན་བྱུང་ཞིན་ཏུ་མང་བས་ལས་འབྲས་ཀྱི་རྩལ་འདི་སྟོང་ཉིད་  
ལས་གྲང་སྤྲ་ཞིང་དཔོག་དགའ་སྟེ། སྟོང་ཉིད་ཀྱི་དོན་སྤྲ་ཞིབ་ཉན་རང་དགྲ་

བཅོམ་པས་ཀྱང་རྟོགས་ཤིང་སྟོན་རྒྱས་ལ། ལས་འབྲས་ཀྱི་ཚུལ་སྤྲོ་མོ་སངས་  
རྒྱས་ཁོ་ནའི་སྟོན་ཡུལ་ལྷུང་ཆོད་མ་ཁོ་ནས་གཞལ་དགོས་པས་ན། ལས་  
འབྲས་འདི་ཤིན་ཏུ་སྤྲོ་བས་སྡིག་པ་ཚུང་དུ་ནས་འཛེམ་དགོས་ཏེ། ཆོམས་  
ལས། སྡིག་པ་ཚུང་བྱས་བདག་ཉིད་ཀྱི། །སྤྱི་བཞིན་མི་འོང་མ་སེམས་ཤིག། ཚུ་  
ཡི་ཐེགས་པ་ལྷུང་བ་ཡིས། །སྟོན་ཆེན་གང་བ་དེ་བཞིན་དུ། །ཚུང་བད་བསགས་  
པའི་སྡིག་པས་ཀྱང་། །བྱིས་པ་རབ་ཏུ་གང་བར་འགྱུར། །ཅེས་གསུངས། དགོ་  
བའང་ཚུང་དུ་ཅོམ་གྱིས་ཀྱང་འབྲས་བྱ་བཟང་པོར་འཕེལ་བ། འཁོར་བསྐྱར་  
ང་ལས་རྒྱས་སྦྱིང་བཞི་ལྟ་གནས་བཅས་ལ་དབང་བསྐྱར་བ་ཡང་སངས་  
རྒྱས་རྣམ་གཟེགས་ལ་སྤྲོ་མ་སྤྲོ་བ་གང་གཏོར་བ་བཞི་ལྷུང་བཟེད་ཀྱི་ནང་  
དང་། གཅིག་དབྱའི་གཙུག་ཏོར་དུ་ཆགས་པའི་འབྲས་བྱར་གསུངས། སྟོན་  
སངས་རྒྱས་ཞལ་བཞུགས་སྐབས་བྲམ་ཟེའི་སྤྱུ་གསེར་དབྱིག་ཅེས་པ་  
ལག་པ་ནས་གསེར་ཁམ་བད་མི་ཤེས་པ་འབྱུང་བ་ཞིག་བྱུང་བའང་སྟེ་བ་སྟོན་  
མར་ཤིང་འཆོང་དུ་གྱུར་སྐབས་ཤིག་ཏུ་ཤིང་རིན་གསེར་ཁམ་གཅིག་བྱུང་  
བ་རྗེའི་བྱམ་པ་ཚུས་བཀང་བའི་ནང་དུ་སྐྱབས་ཏེ་སངས་རྒྱས་འོད་སྤྲུང་ལ་  
ལུལ་བའི་འབྲས་བྱར་གསུངས་པ་དང་། གནས་བརྟན་གསེར་བེུ་འབྲས་  
པ་ན། དེ་དང་ལྟན་ཅིག་མཛོད་སྐྱབས་ཏུ་གསེར་གྱི་སྤང་པོ་བདུན་རང་བྱུང་དུ་  
སྦྱེས་ཏེ། དེའི་གཅིན་དང་སྟེ་བ་ཐམས་ཅད་གསེར་དུ་གྱུར་པར་འོངས་སྐྱད་  
ཆོག་པ་ཞིག་བྱུང་བ་རྒྱལ་པོ་མ་སྦྱེས་དབྱས་ལན་བདུན་དུ་འཕྲོག་ཀྱང་ས་  
ལ་རྒྱབ་ནས་སྤར་སྤར་གྱུར་ཏེ་འཕྲོག་མ་རྒྱས་པ་བྱུང་བའང་། སྟེ་བ་སྤྲོ་མ་

ཞིག་ལ་སངས་རྒྱས་གསེར་ཐུབ་ཀྱི་ཆེན་པ་སྤང་ཆེན་གྱི་འབྲས་སྐྱེ་འཛིན་  
པ་ལས་བྱས་པ་ལ་ཞིག་གསོས་བྱས་ཤིང་། བ་སྐྱས་བྱུགས་པའི་འབྲས་བྱར་  
གསུངས། དགོ་སློང་མ་དཀར་མོ་ཡང་། མའི་མངལ་ནས་སྐྱེས་པའི་དུས་རས་  
ཀ་ཤི་ཀའི་གོས་དང་བཅས་ཏེ་སྐྱེས་ལ། རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ན། གོས་དེ་ཆོས་གོས་  
སྤུ་འགྱུར་བ་བྱུང་བའང་སྤར་དབུལ་པོ་ཁྱོ་ཤུག་གཉིས་ལ་གོས་གཅིག་ལས་  
མེད་པ་ཕྱིར་འགོ་སྐྱབས་གྱོན་རེས་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་ཡོད་པ། ཁོང་གཉིས་  
ཀྱིས་ཤི་བ་ལ་མ་འཛིན་པར་གསེར་ཐུབ་ལ་ཕུལ་བའི་འབྲས་བྱར་གསུངས་  
ཤིང་། ཁོང་གཉིས་པོར་ཆེ་དེ་ལ་ཡང་རྒྱལ་པོ་བཙུན་མོ་དང་བཅས་པས་གོས་  
སྤེར་ནས་མཐོང་ཆོས་སྤུ་འབྲས་བྱ་སྒྲིན་པ་བྱུང་བས། དགོ་བ་ཆུང་དུ་ལའང་  
མ་བརྟས་པར་སྐྱབ་དགོས་ཏེ། ཆོས་ལས། དགོ་བ་ཆུང་བྱས་བདག་ཉིད་ཀྱི།  
ཕྱི་བཞིན་མི་འོང་མ་སེམས་ཤིག །ཆུ་ཡི་ཐེགས་པ་སྤྱང་བ་ཡིས། །བུམ་ཆེན་  
གང་བ་རི་བཞིན་དུ། །ཅུང་ཟད་བསགས་པའི་དགོ་བ་ཡིས། །བརྟན་པ་རབ་ཏུ་  
གང་བར་འགྱུར། །ཅེས་གསུངས། ལས་ངེས་པ་དང་འཕེལ་ཆེ་བ་འདི་གཉིས་  
ཀྱི་སྐྱབས། དགོ་བ་ངེས་པར་སྐྱབ། སྤྲིག་པ་ངེས་པར་སློང་བར་ཐག་བཅད་པ་  
དང་། དགོ་བ་ཆུང་དུའང་སྐྱབ། མི་དགོ་བ་ཆུང་དུའང་སློང་བའི་ཐག་བཅད་བྱ་  
གསུངས།

གསུམ་པ་ལས་མ་བྱས་པ་དང་མི་འབྲད་པ་ནི། དམག་སོགས་ཀྱི་  
སྐྱབས་འགའ་ཞིག་གིས་ང་ལ་མཆོན་སྤང་གང་ཡང་མེད། མེ་མདའ་མང་པོ་  
ཐེབས་བྱུང་ཡང་སློན་མ་བྱུང་བེར་ནས་ཡ་མཆོན་པར་འཛིན་མོད། དེ་ཡང་

ལས་མ་བྱས་པ་དང་མ་སྤང་པ་ཡིན། འགའ་ཞིག་དང་པོར་མཆོན་གྱིས་མ་  
 ཐུབ་ལ། ཕྱིས་བསད་པར་གྱུར་པ་ན། ཁ་ཅིག་གིས་མཆོན་སྤང་ཉམས་པ་  
 ཡིན་ཟེར་ཡང་། དེ་ནི་ལས་འབྲས་མ་ཤེས་པའི་རྟགས་བསྟན་པ་སྟེ། དེ་ལྟ་  
 མིན་པར་སྤང་ལས་དང་མ་སྤང་ལ། ཕྱིས་ཀྱི་དེ་ལས་དང་འབྲང་པ་ཡིན། ལས་  
 དང་མ་སྤང་ན་མེར་བསྟེགས་ཀྱང་མི་འཆི་སྟེ། སྤང་བྱིས་བདག་མེ་སྐྱེས་ཞེས་  
 པ་མའི་རོ་དང་མཉམ་དུ་མེར་བསྟེགས་ཀྱང་མ་ཤི་བར། ཕྱིས་དག་བཅོམ་ཐོབ་  
 ཚུ་ལ། གོང་གི་གསེར་གྱི་སྤང་པོ་མ་སྐྱེས་དགས་འཕྲོག་སྐབས་ལན་བདུན་  
 ཀྱི་བར་ས་འོག་ཏུ་རྒྱབ་ནས་མ་སྐྱེས་དག་ལ་པན་མ་ཐོགས་པ་དང་། རྒྱལ་  
 པོ་ཤར་པའི་བཙུན་མོ་སྟོ་བསངས་མས་ཕྱིར་མི་འོང་གི་འབྲས་བུ་ཐོབ་ལ།  
 འཁོར་བུད་མེད་ལྟ་བུ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་བདེན་པ་མཐོང་བ་ཡིན་ཡང་བྲམ་ཟེ་  
 མ་དུས་ཕྱི་མ་ལ་མེ་སྤང་བ་ན་རྒྱང་རིང་པོར་འཕྱར་དུ་མེད་པར་རུང་བུ་ཅུ་  
 འཕྱར་ཏེ། སྟོ་བསངས་མས། རང་གིས་བྱས་ཤིང་བསགས་པའི་ལས་རང་  
 གིས་བདག་གིར་མི་བྱེད་ན་སྤྱས་བྱེད་ཅེས་བརྗོད་དེ་ཕྱི་མ་ལེབ་མེ་ལ་ལྟེན་པ་  
 བཞིན་དུ་ཐམས་ཅད་མེ་ནང་དུ་ལྷུང་སྟེ་མེས་ཆིག་ཅིང་། བྲན་མོ་སྤྱར་མཆོག་  
 ཅེས་པ་རྩུ་འབྲུལ་མ་ཐོབ་ཀྱང་ཆུ་ཁུང་ནས་བྲོས་ཏེ་ཐར་ཚུ་ལ། འཕགས་སྐྱེས་  
 པོས་ཤུག་དམག་བྲངས་པ་ན། ཤུག་བདུན་ཁྱི་བདུན་སྟོང་པོ་ཐམས་ཅད་  
 རྒྱན་ཞུགས་ཐོབ་པ་ཤ་སྟག་ཡིན་ཡང་མ་ཐར་བར་བསད་ཅིང་། ལས་མ་བྱས་  
 པ་འགའ་ཞིག་ཤུག་མིང་ཆེན་ཆུར་རྒྱབ་པའི་རིང་ལ་བྲོས་ནས་ཐར་བ་དང་།  
 བྲོང་བྲེར་སྐྱ་སྐྱོགས་ཆར་གྱིས་ནོན་ཏེ་རྒྱལ་སྟོན་འབངས་བཅས་ནོན་པ་ན།

སྒྲོན་པོ་གཉིས་ཐར་བ་སོགས་ཀྱང་ལས་མ་བྱས་པ་དང་མ་སྤང་བ་ཡིན།

བཞི་པ་ལས་བྱས་པ་ཆུད་མི་བ་བ་ནི། མདོ་ལས། ལུས་ཅན་དག་གི་  
ལས་རྣམས་ནི། །བསྐྱལ་པ་བརྒྱར་ཡང་ཆུད་མི་བ། །ཚོགས་ཤིང་དུས་ལ་  
བབ་པ་ན། །འབྲས་བུ་སྒྲིན་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན། ཡུན་  
རིང་ནས་རྟིང་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཆུང་ནས་མེད་པར་འགྱུར་བ་སོགས་གང་  
ཡང་མེད་པར། ཆུང་ཞིང་ཡུན་རིང་བ་ཡང་ནམ་ཞིག་འབྲས་བུ་སྒྲིན་པར་  
འགྱུར་ཏེ། འཕགས་པ་སྐྱར་ཆུང་དག་བཅོམ་ཐོབ་ཀྱང་བསོད་སྟོམས་མ་རྟེན་  
ཅིང་། རྟེན་པ་རྣམས་རྒྱུན་གྱིས་མེད་པར་གྱུར་ནས་གཤེགས་ཁར་ཐལ་སྒྲོ་  
བཞེས་ཏེ་སྐྱེ་འདས་པའི་རབས་ལྟར་དང་། བྲིམ་བདག་དཔལ་སྒྲེས་རྒྱུད་གྱི་  
ཐར་བ་ཆ་མ་ཐུན་གྱི་དགོ་ཅ་དག་བཅོམ་པས་མཐོང་མི་རུས་པ་ལྟ་བུ་ཤིན་ཏུ་  
ཆུང་དུས་ཀྱང་འབྲས་བུ་འབྲིན་པ་སྒྲོན་དཔལ་སྒྲེས་ཁོ་རང་སྤང་བུའི་སྒྲེ་བ་  
ལྷངས་སྐབས་དུད་འགྲོའི་ལྷ་སྤང་སྐམ་པོ་ཞིག་གི་དེ་ལ་འཁོར་ནས་བསྤང་བ་  
སྤང་ཆུས་བྲིར་ནས་དེའི་ཞོར་དུ་མཆོད་རྟེན་ཞིག་ལ་སྒྲོར་བ་ཐེབས་པ་ཅུམ་  
ལས་བྱུང་བ་དང་། ཡང་། བག་ཅིག་བྲིས་དེད་དེ་མཆོད་རྟེན་ལ་སྒྲོར་བ་འཁོར་  
བ་ཤི་ནས་ལྟར་སྒྲེས་པ་དང་། རྒྱལ་པོ་འཕགས་སྒྲེས་པོས་ཤྲུག་བ་རྣམས་  
ཁ་བཏགས་པ་ན་བཅོམ་ལྟན་འདས་རང་ཉིད་ཀྱང་སྐྱེ་རྒྱུ་བ་བསྐྱུང་བའི་ཚུ་ལ་  
བསྟན། དེའང་སྒྲོན་ཉ་པ་མང་པོས་ཉ་ཆེན་པོ་གཉིས་ཤིག་གསོན་བ་བྱས་  
སྐབས་ཉ་པའི་ལྷ་གྲུས་ཡི་རང་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན་ཞིང་། འཕགས་སྒྲེས་  
པོ་ཆུའི་དགྱིལ་དུ་བསྤང་ཀྱང་མེས་ཆོག་པའི་རབས་དང་། སངས་རྒྱས་གྱིས་

གཅེར་བྱ་བ་སྐྱུག་བསྐྱུག་འགྱུར་མ་ཞུ་བའི་ནད་ཀྱིས་ཐེབས་ཏེ་འཆི་བར་ལྷུང་  
 བསྟན་པ་ན། ཁོས་ཐན་བཅད་ཀྱང་ཆུ་དང་བྱ་རམ་མ་འཇུ་བར་ཞི་བ་དང་།  
 དཔལ་མགོན་སྐྱ་སྐྱབ་སྐྱ་ཆེ་འི་རིག་འཛིན་བརྟེས་ཀྱང་སྐྱ་ཆེ་སྐྱ་མ་ཞིག་ཏུ་རྩ་  
 གཅོད་པའི་ཞར་ལ་འབྱུ་གྲོག་མ་གཅིག་སྟེ་ཆད་པའི་ལས་ཀྱིས་དབྱ་སྟོང་བ་  
 བྱང་སྟེ་སྐྱ་འདས་པ་དང་། ཉན་ཐོས་མྱོད་ལ་བྱ་རྩ་འབྲུལ་ཅན་གྱི་མཆོག་ཀྱང་  
 ཀྱན་ཏུ་རྩ་དབྱུག་ཐོགས་སྟེ་ཕྱད་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་དབྱུག་པས་བརྟུང་སྟེ། ༡༡  
 རྩོག་རུས་རྩོག་འདམ་བྱ་ལྟར་བཅོམ་པ་ཞེས་སྐྱ་ལུས་ཆང་མ་འདམ་རྩ་བརྟུང་  
 བ་ལྟར་བྱས་པའི་ཆེ་ཤུ་རིའི་བྱས་མྱོད་ལ་ལ་རྩ་འབྲུལ་མི་སྟོན་པ་ཅི་ཡིན་ཞེས་  
 བྲིས་པར། དེ་སྐབས་ལས་ཀྱིས་ཉོན་པས་བརྟུ་བ་ཅམ་ཡང་མ་བྲན་ན་འབྲུལ་  
 བ་ལྟ་ཅི་གསུངས་ཚུལ། དེ་ཡང་སྐྱ་སྟེ་སྐྱ་མ་ཞིག་གི་སྐབས་མ་ལ་ཆོག་ངན་  
 སྐས་པ་ཆུད་མ་ཐོས་པའི་འབྲས་བྱ་ཡིན།

དེས་ན་ལས་ངན་པའི་འབྲས་བྱ་ནི་སྟོབས་བཞིའི་བཤའ་སྟོམ་བྱས་  
 ཏེ་དག་ཐུབ་པ་ཞིག་མ་བྱུང་ན། སྲིད་པ་ཐ་མ་བར་གྱུར་པ་ནའང་ལས་ཀྱིས་མི་  
 གཏོང་བ་སོགས་ཞིབ་པར་མཛངས་སྟུན་དང་། མདོ་སྟེ་ལས་བརྒྱ་པ། རྟོགས་  
 བརྗོད་བརྒྱ་པ། འདུལ་བ་ལྷུང་སོགས་ལས་གསུངས་པ་ལྟར། ལས་དགེ་སྟེག་  
 གཉིས་བསགས་ཟེན་ནས་འབྲས་བྱ་ཆུད་ཐོས་ཏེ་མེད་པར་འགྱུར་བ་མི་སྲིད་  
 པས་སྦང་དོར་སྤྲ་ཞིང་སྤྲ་བ་ནས་བྱེད་དགོས་གསུངས། དེས་ན་སྟེ་མ་འདི་  
 གཉིས་ཀྱི་སྐབས་སྟེག་པ་བཤའ་སྟོམ་པ་དང་། དགེ་བ་ཁོང་ཁྲོས་མི་འཛོམས་  
 པའི་ཐབས་བསམ་སྟེ། ལས་འབྲས་ཀྱི་སྦང་དོར་ཚུལ་བཞིན་དུ་བྱེད་པར་ཐག་



བཅད་དགོས། ས་བཅད་འདི་བཞི་ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་སྐྱེད་པ་ལ་གཙོ་  
ཆེ་བས། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ལས་འབྲས་ལ་སྒྲང་དོར་བྱེད་འདོད་པ་བྱུང་བའི་ཆེ་  
སྒྲང་དོར་བྱ་ས་འཇུག་པ་བདེ་བའི་ཆེད་དུ་དགོ་སྤྲོད་ཆེ་ལོང་རགས་པ་ཅམ་  
བསྐྱས་ཏེ་ལས་ལམ་བཅུ་བཅུ་བསམ་པ་ཡིན་ཞིང་། འཇུག་པ་ལས་ཀྱང་། སོ་  
སོ་སྐྱེ་བོ་རྣམས་དང་གསུང་སྐྱེས་དང་། །རང་བྱང་ཆུབ་ལ་བདག་ཉིད་ངེས་  
རྣམས་དང་། །རྒྱལ་སྐྱེས་རྣམས་ཀྱི་ངེས་པར་ལེགས་པ་དང་། །མངོན་མཐོའི་  
རྒྱ་ནི་ཚུལ་བྲིམས་ལས་གཞན་མེད། །ཅེས་པ་ལྟར་དགོ་བའི་ཆོགས་ལས་  
ལམ་བཅུ་ནི་ལམ་མ་ཞུགས་ཀྱི་གང་ཟག་གི་མངོན་མཐོའི་རྩ་བའི་རྟེན་དང་།  
ཉན་རང་གི་རིགས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་དེའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྩ་བའི་རྟེན་དང་། བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་  
ཆུབ་ཀྱི་རྩ་བའི་རྟེན་ཡིན་པས། ཐོག་མར་སྐྱེས་བུ་ཆུང་དུ་སྐྱབས་འདིར་  
དཀར་ནག་གི་ལས་འབྲས་ལ་སྒྲང་དོར་གྱི་ཚུལ་བྲིམས་བསྐྱར་བ་གལ་ཆེ།

དེས་ན། གཉིས་པ་སོ་སོར་བྱེ་སྟེ་བསམ་པ་ལ་གསུམ། ནག་པོའི་ལས་  
འབྲས་བསམ་པ། དཀར་པོའི་ལས་འབྲས་བསམ་པ། ཞར་ལ་སྟོབས་ལྡན་གྱི་  
ལས་ཀྱི་སྟོབས་ལྡན་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། ནག་པོའི་ལས་ལམ་  
དངོས་དང་། ལྷེ་ཡང་གི་བྱང་པར། དེ་དག་གི་འབྲས་བུ་བསྟན་པའོ། །དང་  
པོ་ནི། དེ་ལྟར་ལས་འབྲས་གལ་ཆེ་ལ་སྤྲ་ཞིང་ཞིབ་པ་དེ་ལྟར་ཡིན་ན། དེ་ལ་  
སྒྲང་དོར་བྱ་སའི་གཞི་གང་ཞེ་ན། མཛོད་ལས། དེ་ལས་ཆེ་ལོང་བསྐྱས་ནས་  
ནི། །དགོ་དང་མི་དགོ་ཅི་རིགས་པར། །ལས་ཀྱི་ལམ་ནི་བཅུར་གསུངས་སོ།

། ཞེས་དགེ་མི་དགེ་རགས་པ་རྣམས་བརྩུར་བསྐྱུས་ཏེ་གསུངས་པར་བཤད་  
ལ། འདི་ནི་རབ་ཏུ་བྱུང་བར་མ་བཟད། བྱིས་པ་ཚུན་ཆད་ཀྱིས་ཀྱང་སྤང་དོར་  
བྱ་དགོས་པས། སྤར་སྤོང་དོལ་སྤེམས་མི་དགེ་བརྩུའི་མཐོལ་བཤགས་པར་  
བྱུང་བརྟོགས་ཏེ་བཀྱེ་བ་སོགས་མཛད། དེ་ཡང་སྦྱོད་འདུག་ལས། སྦྱུག་བསྐྱེལ་  
འདོར་འདོད་སེམས་ཡོད་ཀྱང་། །སྦྱུག་བསྐྱེལ་ཉིད་ལ་མངོན་པར་རྒྱུག། །བདེ་  
བ་འདོད་ཀྱང་གཏི་ཟུག་པས། །རང་གི་བདེ་བ་དག་ལྟར་འཛོམས། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་རང་ཅག་བདེ་བ་འདོད་ཀྱང་བདེ་བའི་རྒྱ་དགེ་བ་སྦྱུབ་མི་  
ཤེས། སྦྱུག་བསྐྱེལ་མི་འདོད་ཀྱང་སྦྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་རྒྱ་སྒྲིག་པ་སྤོང་མི་ཤེས་  
པར་གང་འདོད་པའི་བདེ་བ་དེ་ཉིད་དག་ལྟར་འཛོམས་པས་སྤང་དོར་གོ་ལོག་  
ཏུ་སོང་། །ཁ་ཅིག་སྤོང་མན་པས་མི་དགེ་བརྩུ་དོ་མི་ཤེས་སྦྱུམ་ན། རང་རེ་  
གཞས་དང་སྦྱ་བསྐྱེལ་ན་ཉི་ཤུ་སྦྱུམ་ཏུ་རེ་ཅུ་ཤེས་བྱུབ་ཀྱི་འདུག་པས་མི་  
དགེ་བརྩུ་ཡང་དོ་སྦྱད་ན་ཤེས་མི་བྱུབ་པ་མི་སྤིད། རང་ཅག་ཆོས་མ་བསྐྱེལ་  
པ་དང་མ་ཤེས་པ་ཁོ་ནས་ངན་འགྲོར་སོང་བ་མིན་ཅིང་། ཆོས་ཤེས་ཀྱང་ལག་  
ལེན་མ་བྱུང་བས་ངན་སོང་དུ་འགྲོ་བས་ཆོས་ལག་ལེན་བྱེད་པ་གལ་ཆེ།

དེས་ན་སྤང་བྱ་མི་དགེ་བ་བརྩུ་ནི། ལུས་ཀྱི་ལས་ནི་རྣམ་པ་གསུམ།  
། ངག་གི་རྣམ་པ་བཞི་དག་དང་། །གང་ཡང་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་གསུམ་པོ། །མི་དགེ་  
བརྩུ་པོ་སོ་སོར་བཤགས། །ཞེས་པ་ལྟར། ལུས་ཀྱིས་སྒོག་གཙོད་པ། མ་བྱིན་  
པར་ལེན་པ། འདོད་པས་ལོག་པར་གཡེམ་པ་སྟེ་གསུམ། ངག་གི་རྩུན། སྤྲ་མ།  
ཆོག་རྩུག། ངག་འབྲུལ་ཏེ་བཞི། ཡིད་ཀྱི་བརྒྱབ་སེམས། གཞོད་སེམས། ལོག་

ལྟ་གསུམ་སྟེ་བཅུ་ལྟོ། །དེ་རེ་རེ་ལའང་གཞི། བསམ་པ། སྒྱུར་བ། མཐར་ཐུག་  
བཅས་བཞི་རེ་ཡོད་པས། དང་པོ་སྟོག་གཅོད་ཀྱི་གཞི་ནི། གསལ་བྱའི་ལུག་  
ལྟ་བུ་རང་ལས་གཞན་པའི་པ་རོལ་པོ་ཡིན་པ་དང་། བསམ་པ་ལ་འདུ་ཤེས།  
ཀུན་སྒྲོང་། ཉོན་མོངས་གསུམ་ལས། འདུ་ཤེས་ནི་དེ་ལ་དེར་འདུ་ཤེས་ཤིང་  
མ་འཁྲལ་བ་དང་། ཀུན་སྒྲོང་ནི་གསོད་འདོད། ཉོན་མོངས་ནི་དུག་གསུམ་ག་  
ཡོད་དེ། ཞེ་སྤང་གིས་བསལ་བ་ནི། དབྱ་ལྟ་བུར་སྒྲིལ་ཏེ་མཆོན་བརྟེན་པས་ཤི་  
བ་དང་། འདོད་ཆགས་ཀྱིས་ནི། འད་དང་སྤྲགས་པ་སོགས་ལ་ཆགས་ཏེ་ལུག་  
གསོད་པ་ལྟ་བུ་དང་། གཏི་ལུག་གིས་ནི། ལྟ་སྟེགས་པ་སོགས་ཀྱིས་སེམས་  
ཅན་ཆེད་དུ་བསལ་བའི་འཁྲལ་གིས་མཆོད་སྦྱིན་བྱེད་པ་ཉེས་པ་མེད་པར་  
སེམས་ཤིང་སྒྲིལ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན། སྒྱུར་བ་ནི་དུག་མཆོན་རིག་སྤྲགས་སོགས་ཅི་  
རིགས་པས་བྱས་པ་སྟེ། སྟོག་གཅོད་ཟེར་བ་གི་བཅུ་གསུམ་ཏེ་བསལ་བ་ཞིག་  
ངས་ཅན་དུ་མི་དགོས་པར་མཐུ་དང་ངན་སྤྲགས་སོགས་ཀྱིས་ཀྱང་འབྱུང་།  
མཐར་ཐུག་ནི། རང་གི་སྒྲིལ་པོ་ལ་དུ་ཤི་བ་སྟེ། དེ་དག་ཆང་ན་སྟོག་གཅོད་ཀྱི་  
ལས་ལམ་རྫོགས་པ་ཡིན། གཞན་ལ་གསོད་དུ་བཅུག་ནའང་རང་གིས་བསལ་  
བ་དང་བྱེད་པར་མེད་དེ། མཛོད་ལས། དམག་ལ་སོགས་པ་དོན་གཅིག་  
ཕྱིར། །ཐམས་ཅད་བྱེད་པ་པོ་བཞིན་ལྟོ། །གསུངས་པ་ལྟར་མི་བརྒྱད་ཀྱིས་  
ལུག་གཅིག་བསལ་ན། དེའི་སྤྲིག་པ་བགོ་བ་འཁྲལ་བྱེད་དུ་མེད་པར་མི་རེ་རེ་ལ་  
ལུག་རེ་བསལ་བའི་སྤྲིག་པ་ཆ་ཆང་རེ་འབྱུང་། དམག་དཔོན་ལྟ་བུས་དམག་  
མི་མང་པོ་བཏང་སྟེ་གསོད་པའི་སྐབས། མི་སྒྲོང་སྤྲག་གཅིག་བསལ་ཡོད་ན།

དམག་མི་སོ་སོ་ལ་རེ་རེས་རྗེ་ཙམ་རེ་བསད་རྒྱས་པའི་སྡིག་པ་རེ་རེ་དང་།  
 དམག་དཔོན་ལ་མི་སྟོང་ཕྲག་གཅིག་བསད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྡིག་པ་ཆ་ཆང་  
 རེ་འོང་། དབུས་ཕྱོགས་འདིར་མིག་སྟོས་བཟང་ཡང་ཕྱོགས་པན་ཚུན་དུ་རབ་  
 ཏུ་བྱང་བས་ཀྱང་མི་གཞན་རོགས་སྐྱོན་པ་ཨམ་ཞིག་ཡིན་ཟེར་ནས་གཞན་ལ་  
 ཕྱགས་གསོད་དུ་འཇུག་པ་སྒྲུང་མོད། དེས་ནི་གསོད་མཁན་དེ་དང་། གསོད་  
 ཏུ་འཇུག་མཁན་གཉིས་ཀར་སློག་གཅོད་ཀྱི་སྡིག་པ་རེ་རེ་འོང་ཞིང་། དེ་ལས་  
 རང་གིས་ལག་བསྟར་ཏེ་བསད་ན་སྡིག་པ་གཅིག་ལས་མི་འོང་བས། སྡིག་པ་  
 སྟོན་མ་གསོག་མཁན་རོགས་མི་སྤྲེལ་བར་རང་གཅིག་ཕྱས་གསོད་པ་དགའ་  
 བ་ཡོད།

དེས་ན་རང་རེས་དངོས་སུ་མ་བསད་པས་སློག་གཅོད་ཀྱི་སྡིག་པ་མེད་  
 བསམ་མཁན་ཡོད་ཀྱང་། སྡིག་པ་ཡོད་པས་མི་ཆང་ད་དུང་གསོད་དུ་བཅུག་  
 པ་སྡིག་པ་ཆེ། སྟོན་དག་སྟོང་དག་ཚུ་ལ་འགའ་རེས་ར་ལྷག་སྒྲུང་གསུམ་རྩ་  
 སྟོར་དུ་བཏགས་ཏེ་གསོད་པར་ཉེ་བ་ན། ར་དེས་གཞན་གཉིས་ལ་བདག་  
 ཅག་གསུམ་གསོད་པར་འདོད་འདུག་ཅེས་སྒྲུས་པར། སྒྲུང་གིས་འདིས་ཉིན་  
 རེ་བཞིན་སྐྱབས་འགོ་གསུང་ཞིང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་བདེ་  
 བའི་རྒྱ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག ། ཅེས་སོགས་ཕྲག་ཐལ་མོ་སྒྲོར་ཞིང་སྐྱོན་  
 བཅུ་མ་ནས་གསུང་གིན་འདུག་པས་མི་གསོད་ཟེར། ལྷག་གིས། ཁོང་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་སྟོབ་མ། བསྟན་པ་ལ་ཞུགས་ཆེ་སྐྱབས་འགོའི་བསྐྱབ་བྱ་བསྐྱང་བར་  
 ཁས་སྒྲུངས། བསྐྱབ་བྱའི་གཙོ་བོ་སེམས་ཅན་ལ་གཞོད་འཆེ་མི་བྱེད་པ་ཡིན་

པས་རང་ཅག་ལ་གཞི་དཔེ་མི་བྱེད་ཐག་ཆོད་ཟེར་བ་སོགས་མང་པོ་སྤྲོད་།  
ཉི་དྲོས་ཙམ་ལ་མི་ནག་བཤུན་པ་གཅིག་བཟུན་པའི་རྩ་རྩོད་ས་པ་ར་དེས་  
མཐོང་སྟེ་ཉན་པས། བཤུན་པ་དེས་དེད་མི་ཁོམ་པས་གཞན་ལ་གསུང་རོགས་  
ཞེས་ནན་ཏན་བྱས་ཀྱང་། དགོ་སྤོང་གིས། ཁོ་བོ་ལ་གུང་ཆོག་གས་ཀྱི་རྒྱ་ལག་  
རོགས་པོ་ཡོད་པས། བྱེད་རང་གིས་འདི་གསུམ་དེ་རིང་རང་ཅིས་ཀྱང་གསོད་  
རོགས་ཀྱིས་ཞེས་ཟུ་ཚུགས་ཀྱིས་སྒྲིམ་པ་ན། བཤུན་པ་དེས་ཁས་སྐྱེས་  
དགོས་པ་བྱུང་སྟེ་གསོད་རྒྱ་ཐག་ཆོད་པ་ཐོས་ནས་གཞན་གཉིས་ལ་སྒྲིམ་ཏེ་  
དེ་གསུམ་ཟུང་ན་ཀྱིས་མཆི་མ་ཤོར་བཞིན་ཡོད་པའི་སྐབས། དགོ་སྤོང་དེས་  
ལག་པས་འབྲེང་བ་འདྲན་ཅིང་། སྐབས་འགྲོ་དང་མ་ཁྱི་བཟང་བཞིན་པར་ར་  
ལུག་སྐྱེད་གསུམ་ལ་རྒྱགས་མི་རྒྱགས་བཟླ་བའི་ཕྱིར་འོངས་པ་ན། དེ་གསུམ་  
ཀྱིས། བཟུན་པས་སེམས་ཅན་གསོད་མི་རུང་བ་དང་། གཞན་ལའང་གསོད་  
དུ་འཇུག་མི་རུང་ཚུ་ལ་སོགས་མང་པོ་བརྗོད་དེ། རབ་ན་བདག་ཅག་གསུམ་  
མི་གསོད་པ་དང་། གལ་ཏེ་གསོད་ན་དགོ་སྤོང་རང་གིས་གསོད་པར་བྱས་  
ཀྱང་མ་གནང་བའི་ཐུས་ནས། བཤུན་པ་སྒྲིམ་ཏེ་དེ་གསུམ་གྱི་རྒྱ་ལག་  
འབྲེང་ཐག་གིས་བསྐྱུལ་ས། ཐོ་བ་ཆེན་པོས་སྐྱུན་ཏེ་སྐྱེད་གི་སྐྱེད་པ་བཅོམ།  
གྱི་རྒྱུ་པོས་ར་ལུག་གི་བྱང་ལྷགས་གཤམ་ཏེ་ཁོག་པར་ལག་པ་བཟུག་  
།སེན་མོ་རྒྱུ་པོས་ཤིན་ཏུ་གཅིས་པའི་སྟོག་རྩ་བཅད་པ་སོགས་སྐྱུག་བསྐྱེད་  
བསམ་ཀྱིས་མི་བྱུང་བ་སྤོང་། སྐྱེད་གིས་ཉམ་ཐག་པའི་སྐྱེད་བཏོན་པ་སྟོགས་  
བཟུང་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་གསན་ཏེ། ལུ་ལ་འདི་འདྲ་ཞིག་ན་བཟུན་

པའི་གཟུགས་བརྟན་འདི་ཞེས་བྱ་བས་མ་ཀླན་སེམས་ཅན་གསོད་དུ་བཅུག་  
 པའི་སྐྱུག་སྐྱད་འདོན་པ་རེད་ཅེས་ལུང་བསྟན་ཅིང་། ཆོས་ཀྱིས་རྒྱལ་མཆོན་  
 བསྐྱེལ། བདུད་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་བསྐྱེད་སྤྱོད། སངས་རྒྱས་བྱུང་སེམས་ཐམས་  
 ཅད་ཤིན་ཏུ་ཐུགས་ཐུག་པ་བྱུང་བ་སོགས་བཅུན་པ་དང་ར་ལུག་སྤང་གསུམ་  
 ཀྱི་འབེལ་གཏམ། བཅུན་པ་འགའ་ཞིག་གི་བྱུང་ཆོགས་ཀྱི་དེ་ཉིད་གསལ་  
 བའི་མེ་ལོང་ལས་བྱུང་བ་ལྟར་རྒྱས་པར་སྦྱལ་ཏེ། དེ་ལྟ་བུ་ནི་བསྟན་པའི་  
 ཆོས་རྒྱན་པ་ཡིན་པས་སློག་གཅོད་ལ་འཇིམ་པ་གནད་ཆེ། བདག་གི་སྐྱབས་  
 མགོན་སྤྱི་མ་རིན་པོ་ཆེས་ཀྱང་གཞན་སློག་གཅོད་སྤང་བ་བྱུང་ན་དགེས་ཆོར་  
 གཞན་ལས་ལྟག་པ་གནད་གི་ཡོད། ཁོ་བོས་ཀྱང་ཁམས་ལ་འགྲོ་སྐྱབས་སོག་  
 ཅ་རྒྱན་དགོན་པ་སོགས་ཀྱིས་ལོ་བསྟར་གསོད་པའི་སློག་གཅོད་ཀྱི་རྒྱན་ཆེན་  
 པོ་མང་པོ་གཅོད་ཐུབ་པ་བྱུང་སོང་བ་ཆེ་འདིའི་ཆོས་དྲག་ཤོས་ཡིན་སྟུང་པ་  
 ཡོད་གསུངས།

གཉིས་པ་མ་གྱེན་ལེན་ལ། གཞི་ནི་གཞན་ཀྱིས་བདག་ཏུ་བཟུང་བའི་  
 རོར། བསམ་པ་ལ་གསུམ་ལས། འདུ་ཤེས་ནི་མ་འབྲུལ་བ། ཀྱན་སྦྱོང་ནི་མ་  
 གྱེན་བཞིན་དུ་ལེན་འདོད། ཉོན་མོངས་ནི་གསུམ་ག་ཡོད་དེ། ཁོང་ཁྱོས་དག་  
 བའི་རོར་འཕྲོག་པ་དང་། ཆགས་པས་གཞན་གྱི་རོར་རྩིས་ཡིད་འོང་དུ་མཐོང་  
 རྟེ་འཇུག་བྱས་བརྒྱ་བ་སོགས་དང་། གཏི་ཐུག་ལ་ཕྱི་རོལ་པའི་ཆོས་ལུགས།  
 བམ་བེ་རྒྱད་ཆེ་རྒྱ་བ་ཆོས་སུ་བཞག། །ཟེར་བ་ལྟར་གཞན་གྱི་རོར་བརྒྱ་བ་  
 ཉེས་མེད་དུ་འཇིན་པ་ལྟ་བུའོ། །སྦྱོར་བ་ནི། མཆོན་མོར་འཇུག་ནས་འགྲོ་བ་ལྟ་



བྱ་ངེས་པར་མི་དགོས་ཀྱི། བྲ་པ་ཁ་ཅིག་གིས་འབྱེད་ཉིས་ལེན་བྱེད་པ་དང་།  
དཔོན་པོས་མི་འོས་བའི་ཉེས་ཆད་འགེལ་བ། བྲེ་ལོག་སྤང་ལོག་གིས་ནོར་  
གཏོང་ལེན་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱང་མ་བྱིན་ལེན་ཏེ། འདུས་སྡེ་རྣམས་ནས་ཆད་  
པ་གཅོད་པ་ན། དུག་འཆའ་བ་སོགས་བྱེད་དུ་འཇུག་པའང་དེ་འདྲའི་ཉེས་པ་  
མི་འབྱུང་བའི་གནད་ཀྱིས་ཡིན། མདོར་ན། པ་རོལ་པོས་སྒོས་མ་ཐོངས་ཀྱང་  
རང་ལ་ནོར་རྩས་དེ་དང་དེ་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་བསམ་བསལ། གཡོ་སྐྱའི་ཐབས་རྣམ་  
པ་སྒྲ་ཆོག་པ་བསྟེན་ནས་ཁོས་མི་སྟེར་རང་དབང་མེད་པར་བྱས་ཏེ་རང་ལ་  
ཐོབ་པ་བྱུང་བའང་མ་བྱིན་ལེན་དུ་འགྲོ་བས་འདི་རང་རེ་ལ་ཏ་ཅང་འབྱུང་ཉན་  
ཆེ། དེར་མ་ཟད་གཞན་གྱི་རྩས་དང་ཡོ་བྱད་ཞོ་གང་ཡན་གྱི་རིན་ཐང་ཆང་བ་  
གཞན་ལ་བཅོལ་བའམ་སྒྲ་གཡར་བཀྱིས་ནས། བྱིས་ཡུན་རིང་པོ་ལོན་པ་ན་  
བདག་པོ་དེས་བརྗོད་པ་དང་། རང་གིས་ཀྱང་དེས་བརྗོད་པར་གྱུར་ན་ཅི་མ་  
རུང་སྒྲུལ་པས་ཆོད་བལྟས་ནས་བརྗོད་པར་ཤེས་ཏེ། མཐར་ཐུག་རང་ལ་ཐོབ་  
སྒོ་སྒྲིལ་པ་ལྟ་བུ་ཡང་བརྒྱ་བ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། འདི་ལ་དགོ་ཚུལ་ཡིན་ན་པམ་འདྲ་  
དང་། དགོ་སྒོར་ཡིན་ན་པམ་པ་བྱུང་བེན་པ་ཡིན་གསུངས།

གསུམ་པ་ལོག་གཡེམ་གྱི་གཞི་ནི། བྱིས་པ་ཡིན་ན་མངལ་སྒོ་མ་  
གཏོགས་པའི་ལམ་མ་ཡིན་པ་དང་། སྒྲུལ་མ་དང་བསྟེན་གནས་ཀྱི་སྐབས་  
སོགས་དུས་མ་ཡིན་པ་དང་། སྒྲུལ་མ་དང་མཆོད་རྟེན་གྱི་དུང་སོགས་གནས་  
མིན་པ་དང་། མ་ལ་སོགས་པ་བཟོད་བྱ་མིན་པ་རྣམས་དང་། རབ་བྱུང་གིས་  
ནི་མི་ཆངས་སྤྱད་ཆད་ལོག་གཡེམ་དུ་འགྲོ། འདུ་ཤེས་ནི་ལོག་གཡེམ་ལ་མ་

འཁྲུལ་བ་དགོས་པ་དང་། མི་ཆངས་སྟོང་གི་པམ་པ་ལ་འཁྲུལ་མ་འཁྲུལ་འདྲ་  
བར་གསུངས། ཉོན་མོངས་ནི་དུག་གསུམ་ག ། ཀྱན་སྟོང་ནི་ལོག་པར་སྟོང་  
འདོད། སྟོར་བ་ནི་དབང་པོ་གཉིས་སྟེད་པ་སོགས་དང་། མཐར་ཐུག་ནི་བདེ་  
བ་སྟོང་བ་ན་རྩོགས་པ་ཡིན་གསུངས།

བཞི་པ་རྩུན་ནི། མིག་གིས་མཐོང་མ་མཐོང་དང་། རྩ་བས་ཐོས་མ་ཐོས།  
སྣ་ལྟེ་ལུས་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་གསུམ་གྱིས་བྱེ་བྲག་བྱེད་མ་བྱེད་དམ། སྟོང་མ་  
སྟོང་། ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པས་ཉམས་སུ་སྟོང་བའམ་རྣམ་པར་ཤེས་མ་  
ཤེས་བརྒྱད་དང་། སྟོ་བའི་ཡུལ་ནི་མིའི་འགོ་བ་སྟོ་ཤེས་དོན་གོ་བའོ། །བསམ་  
པ་ལ་འདུཤེས་ནི། མཐོང་བ་ལ་མ་མཐོང་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་གཞན་དུ་བསྐྱར་ཏེ་  
སྟོ་བར་འདུཤེས་པ། ཀྱན་སྟོང་ནི་དེ་ལྟར་སྟོ་འདོད་པ། ཉོན་མོངས་ནི་དུག་  
གསུམ་ག །སྟོར་བ་ནི་དག་གིས་རྩུན་ཆིག་སྟོ་བའམ། ཆིག་མ་སྟོས་ཀྱང་མགོ་  
བའི་དབྱིབས་སོགས་ཀྱིས་རྩུན་བྱེད་པ་ཡོད། མཐར་ཐུག་ནི་པ་རོལ་པོས་  
དོན་གོ་བའོ། །གསོད་པར་འོངས་པ་དག་གིས་གསལ་བྱ་གང་ན་ཞེས་ངེ་བ་  
ལྟ་བུ་ལ་བྱང་པོར་བཤད་དུ་མི་རུང་བས། དེ་འདྲའི་དོགས་པའི་གནས་ཡོད་  
པ་དག་ལའང་། འདི་ནས་མི་འདི་འདྲ་ཞིག་སོང་ངམ་ཟེར་ན། བདག་དོ་རྒྱབ་  
ཆེ་གོ་མོ་ཞིག་ཏུ་འགོ་རྒྱ་ཡིན་ཟེར་བ་ལྟ་བུ་གཏམ་མ་འབྲེལ་བ་བཤད་པས་  
བརྗེད་དུ་གཞུག་པའི་ཐབས་སོགས་བྱ་དགོས་གསུངས།

ལྟ་བུ་སྟོ་མ་ལ། གཞི་ནི་མཐུན་པའམ་མི་མཐུན་པ་ཅི་རིགས། འདུཤེས་  
མ་འཁྲུལ་ག ། ཀྱན་སྟོང་དབྱེ་འདོད་པ། ཉོན་མོངས་དུག་གསུམ་ག །སྟོར་བ་

མ་ཐུན་པ་དགྲེ་བ་དང་མི་མ་ཐུན་པ་མི་འདུམ་པར་འདོད་པ་སྟེ། འདི་ལ་བདེན་  
པ་དང་རྩོན་གྱིས་སྤྲོ་མ་བྱས་པ་གང་ཡིན་ཡང་བྱད་མེད། ཁ་ཅིག་གིས་འདི་  
དག་ཡོན་ཏན་དུ་བཅི་ཡང་འདི་ལ་ཡོན་ཏན་མེད་པར་མ་ཟད། སྒྲོན་ཆེན་པོ་  
ཡིན་པས་བྱར་མི་རུང་། མཐར་ཐུག་ནི་ཆོག་དེའི་དོན་གོ་བ་སྟེ། དེ་ཡང་སྤྲོ་  
མའི་ཆོག་སྒྲིམ་པས་པ་རོལ་པོས་གོ་ནས་རྒྱབ་འགལ་དུ་གྲེས་པར་གྱུར་ན་  
ལས་ལམ་རྫོགས་ལ། ཆོག་དེ་མ་གོ་བར་མི་མ་ཐུན་པ་སོགས་དགྲེ་བར་མ་  
སོང་ན་ཆོག་ཀྱལ་པར་འགོ་བ་ལས་སྤྲོ་མ་བྱས་པར་མི་འགོ།

དུག་པ་ཆོག་རྩལ་གྱི་གཞི་ནི། མནར་སེམས་སྐྱེ་བའི་གཞིར་གྱུར་པའི་  
སེམས་ཅན་དང་། ཆོར་མ་སོགས་སེམས་ཅན་མིན་པ་གཉིས་ཀ་ཡོད། འདུ་  
ཤེས་མ་འབྱུང་བ། ཉོན་མོངས་དུག་གསུམ་ག། ཀྱུན་སྒྲོང་ནི་སྤྲོ་འདོད་པ།  
སྒྲོར་བ་མིག་ཞར་བ་ལ་ཞར་བ་ཞེས་བརྗོད་པའམ། ཞར་བ་མིན་པ་ལ་ཞར་  
བ་ཟེར་བ་ལྟ་བུ་བདེན་རྩོན་གང་ཡང་རུང་བས་པ་རོལ་པོའི་ཚུལ་བྲིམས་དང་  
རིགས་དང་ལུས་གྱི་སྒྲོན་སོགས་ནས་བརྗོད་པ་སྟེ། པ་རོལ་པོའི་སེམས་ལ་  
གཞོད་ན་སྙན་པར་སྤྲོ་ཡང་ཆོག་རྩལ་སྤྲོས་པའི་ཉེས་པ་འབྱུང་། མཐར་ཐུག་  
ནི་དེས་དོན་གོ་བའོ། །འདི་ལ་དོན་གོ་བ་དགོས་པས་སེམས་ཅན་མིན་པའི་  
འབྱུང་བ་སོགས་ལ་སྤྲོས་ཀྱང་ལས་ལམ་མི་རྫོགས།

བདུན་པ་ངག་འབྲུལ་གྱི་གཞི་ནི། དོན་མེད་དང་ལྡན་པའི་དོན། འདུ་  
ཤེས་ནི་གང་བརྗོད་པར་འདོད་པའི་དོན་ལ་དེར་འདུ་ཤེས་པའོ། །འདི་ལ་ཡུལ་  
ཡོད་མེད་གང་ལྟར་ཡང་གཏམ་བྲན་ཆོད་བྱུང་རྒྱལ་དུ་སྤྲོས་ན་དངོས་གཞི་

འབྱུང་། ཀྱུན་སྒྲིང་ནི་སྤྲ་འདོད་པ། ཉོན་མོངས་དྲུག་གསུམ་ག། སྒྲིང་བ་ནི་  
 རྒྱལ་པོ་དང་དམག་ལ་སོགས་པའི་གཏམ་སྤྲ་བ་དང་། ད་ལྟ་རང་རེ་གྲ་བ་ལྟ་  
 བྱས་ཀྱང་དགོན་པའི་སྤྱིང་བསྒྲིང་འགྲོ་བ་ཚུན་གྱི་ཆེ་མི་མང་པོ་ཞིག་འདུས་  
 བས། སྤེ་བ་གཞུང་དང་། རྒྱ་ནག་དང་། རྒྱ་གར་སོགས་ཀྱི་ཐེ་གཏོགས་མང་  
 པོ་སྤྱིང་མོ་བྱེད་པ་དེ་ཡིན། ངག་འབྲུལ་འདི་མི་དགོ་བ་བཙུའི་ནང་ནས་ཚུང་  
 ཞོས་ཡིན་ཡང་། རང་རེའི་མི་ཆེ་སྟོང་ཟད་དུ་གཏོང་བའི་ཐབས་སྒྲན་མེད་པ་  
 སྟེ། ཆོགས་གྲལ་ཚུན་ཆད་དུ་ངག་འབྲུལ་གྱི་གཏམ་འདྲེ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་གྲ་  
 འག་པན་ཚུན་དུ་འཆོགས་ཏེ་ཉིན་སྐར་དོན་མེད་ཀྱི་སྐད་ཆ་མང་པོ་བཤད་  
 པས་དུས་འདའ་འགྲོ་བ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་འོང་། དེས་ན་རྩོ་བོ་ཆེན་པོས། མང་  
 པོའི་ནང་དུ་ངག་ལ་བརྟག། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་གྲོགས་གཅིག་ཡོད་ཚུན་  
 ཆད་ནས་འདི་ལ་གཟབ་དགོས་གསུངས། གཞན་ཡང་། སྤྱིང་དང་། སྤྱི་རོལ་  
 པའི་བསྟན་བཅོས་བཤད་པའང་ངག་འབྲུལ་ཡིན། ལོག་གཡེམ་མ་གཏོགས་  
 པའི་ལུས་ངག་གི་མི་དགོ་བ་དྲུག་ཀ་གཞན་ལ་བྱེད་དུ་བཙུག་པས་ཀྱང་རང་  
 ཉིད་ལ་ལས་ལམ་དུ་འགྱུར་བར་གསུངས།

བརྒྱུད་པ་བརྟེན་སེམས་ཀྱི་གཞི་ནི། གཞན་གྱི་ཁོར་དང་ཡོ་བྱད་དེ།  
 དེ་ཡང་དཔེར་ན་ཁྱིམ་ལྟ་བུར་འགྲོ་བ་ན་ཡོ་བྱད་ཡིད་དུ་འོང་བ་མཐོང་ནས་  
 བདག་ལ་འདི་འདྲ་བྱུང་ན་སྟམ་དུ་འདོད་པ་ཟུག་པ་བཞིན་བྱུང་བའོ། །འདྲ་  
 ཞེས་ནི། བརྟེན་སེམས་འབྱུང་བའི་གཞི་དེ་ལ་དེར་འདྲ་ཞེས་པ། འདིའི་ཀྱུན་  
 སྒྲིང་། སྒྲིང་བ། མཐར་ཐུག་རྣམས་བྱེད་ལས་སེམས་གཅིག་གི་སྤྱིང་ནས་

འཛིག་དགོས་པས། གུན་སྒྲོང་ནི་ཞོར་སོགས་དེ་དང་དེ་བདག་གིར་གྱུར་ན་  
སྒྲིལ་བ། ཉོན་མོངས་ནི་དུག་གསུམ་ག། སྒྲོར་བ་བསམ་པ་དེ་ལས་ཤུགས་  
དག་ཏུ་སོང་ནས་བདག་གིར་བྱེད་འདོད་པ། མཐར་ཐུག་ནི་དེ་ལས་ཀྱང་  
ཤུགས་དག་ཏུ་སོང་ནས་རྒྱ་ཞོར་སོགས་དེ་དང་དེ་ཡོང་ཐབས་བྱེད་པར་ཐག་  
བཅད་པའོ། །རང་གི་ཞོར་ལའང་བརྟུང་སེམས་སྒྲེ་བ་ཡོད་ཅིང་། རང་ཅག་ལྟ་  
སར་ཁྲིམ་བསྒྲོར་ལྟ་བུ་ཞིག་འགྲོ་བ་ནའང་བརྟུང་སེམས་འབྲུམ་སྤྲུག་ཅམ་སྒྲེ་  
བས་དེ་ལྟར་བྱུང་སྐབས་རང་གི་ཡིད་ལ་གང་བྱུང་དུ་མི་འདྲུག་པར་སྒྲེ་  
མའི་ཞོར་རྩ་ས་ལ་སྒྲིང་པོ་མེད་པར་བསམས་ནས་གཉེན་པོ་བསྒྲེན་པ་དགོས་  
གསུངས།

དགྲ་པ་གཞོད་སེམས་ཀྱི་གཞི་དང་ཉོན་མོངས་སོགས་སྤར་ཆིག་རྩལ་  
ཀྱི་སྐབས་སུ་བཤད་པ་ལྟར་ལ། གུན་སྒྲོང་གསོད་བརྒྱུང་སོགས་གཞོད་པ་  
སྒྲེལ་འདོད་དམ། བ་རོལ་པོ་གྲུད་ན་ཅི་མ་རུང་སྒྲིལ་བ་སོགས་དང་། སྒྲོར་བ་  
ནི་དེ་ལ་བརྩོན་པ། མཐར་ཐུག་ནི་དེར་ཐག་བཅད་པ་ཡིན། རང་རེའི་ཞི་རྒྱས་  
དབང་དག་གི་ལས་སྒྲོར་བྱེད་པ་རྣམས་ཀྱང་གུན་སྒྲོང་བཟང་པོས་བསྟན་པ་  
དང་སེམས་ཅན་ཁོ་ནའི་དོན་དུ་བྱེད་པ་ཞིག་མ་བྱུང་ན། བརྟུང་སེམས་དང་  
གཞོད་སེམས་སོགས་སུ་འགྲོ་ཉོན་ཡོད་པས་གཟབ་དགོས་གསུངས།

བརྩུ་བ་ལོག་ལྟའི་གཞི་ནི། ལས་འབྲས། བདེན་བཞི། དགོན་མཆོག་  
སོགས་ཉེ་ཡོད་པ་ཞིག་དགོས། དེ་མེད་པར་བསྟུང་བ་ལོག་ལྟ་དང་། མེད་པར་  
སྒྲེ་བ་སྒྲུར་འདེབས། དེ་ཡང་ཕྱི་རོལ་པའི་དང་སྒོང་རྒྱང་མིག་གིས་རང་གི་བུ་

མོ་ལ་ཆགས་ཏེ་དེ་དང་ལྷན་ཅིག་སྐྱོད་འདོད་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་སྲ་བྱི་མེད་པར་  
བཞད་པའི་གཞུང་ལུགས་འབྲམ་སྤྱད་དང་། ལྷ་ངན་དུག་ཅུ་སོགས་རང་བཟོ་  
བྱས་ནས་བཅམས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། འདུ་ཤེས་ནི་སྐྱར་བ་འདེབས་པའི་དོན་ལ་  
བདེན་པར་འདུ་ཤེས་པ་ལས་གཞན་འདྲ། སྐྱོར་བ་ནི་སྐྱར་བ་འདེབས་པར་  
ཚོམ་ཞིང་། མཐར་ཐུག་ནི་མེད་པར་ཐག་བཅད་པའོ། །འདི་དངོས་གཞི་རང་  
རེར་ཅུང་འབྱུང་དཀའ་ཡང་། བསོད་ནམས་དམན་པ་སྤྲིག་གྲོགས་ཀྱི་དབང་  
དུ་སོང་བ་དག་ལ་ཡོང་ཉེའོ། །དེས་ན་དེ་དག་ལེགས་པར་ངོ་ཤེས་པར་བྱས་  
ཏེ་འཇིམ་བག་བྱ་བ་གནད་ཆེ་གསུངས།

གཉིས་པ་སྦྱི་ཡང་གི་བྱད་པར་ལ་དུག་ལས། རོ་བོའི་སློན་ནས་སྦྱི་བ་ནི།  
ལུས་ངག་གི་བདུན་ལས་སློག་གཅོད་སོགས་སྲ་མ་སྲ་མ་སྦྱི་ལ། བྱི་མ་བྱི་མ་  
ཡང་། དེའི་རྒྱ་མཚན། དེ་དག་གི་ཆེ་པ་རོལ་པོ་ལ་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཆེ་ཆུང་རི་  
ཅ་མ་ཡོད་པའི་རིམ་བས་སྦྱི་ཡང་བྱུང་བ་སྟེ། དཔེར་ན་ངོ་ཆོ་རང་གཞན་སྦྱ་  
འབྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་སློག་ལ་གཅེས་ཤིང་པངས་པ་རི་འབྲ་བྱེད་པ་དེ་ཅ་མ་ཡོ་  
བྱད་ལ་མི་བྱེད་པས་སློག་གཅོད་དང་མ་བྱིན་ལེན་གཉིས་ལ་པ་རོལ་པོ་ལ་  
སྤྲུག་བསྐྱེད་ཆེ་ཆུང་འབྱུང་བ་ལྟར་ཡིན། ཡིད་ཀྱི་གསུམ་སྲ་མ་སྲ་མ་ཡང་ལ།  
བྱི་མ་བྱི་མ་སྦྱི་བ་ཡིན། བསམ་པའི་སློན་ནས་སྦྱི་བ་ནི། བསམ་པ་ཉོན་མོངས་  
ཤིན་ཏུ་དུག་པོས་བྱས་པ་སྟེ། ཆིག་རྩལ་ལྟ་བུ་རོ་བོའི་སློན་ནས་ཡང་ཡང་ཁོང་  
ཁོ་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོས་བྲི་ཀན་ཞེས་བརྗོད་པ་དེ་སྦྱི་བ་ལྟ་བུའོ། །སྐྱོར་བའི་སློ་  
ནས་སྦྱི་བ་ནི། སྐྱོར་བ་གསོད་སྒངས་ངན་པ་སྤྲུག་ལས་སྤྲ་དགྲ་བཅང་ནས་



བསཏ་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། ཡང་འབྲུ་བསཏ་པ་བས་སྤང་པོ་ཆེ་བསཏ་པ་སྒྲིག་མྱེ་  
བ་ལྟ་བུ་དུད་འགྲོ་གཟུགས་བོངས་ཆེ་བ་དག་གསོད་པ་སྒྲིག་ཆེ་བའང་ལུས་  
སྒྲོབས་ཆེ་བའི་ཆོད་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཆེ་བས་སྒྲོར་བའི་སྒྲོ་ནས་མྱེ་བར་འགྲོ།  
ཡུལ་འགའ་ཤས་ན། སྤལ་བ་དང་། བྱིམ་བྲ། འབྲུ་སོགས་མེར་བསྐྱེད་ནས་  
གསོད་པ་ལྟ་བུར་ནི། རོ་བོ་དང་སྒྲོར་བའི་མྱེ་ལུགས་གཉིས་ཀ་ཆང་། གཞིའི་  
སྒྲོ་ནས་མྱེ་བ་ནི། ལྷ་མ་སྒྲོབ་དཔོན་བྱང་སེམས་དགེ་འདུན་པ་མ་སོགས་ཞིང་  
བྱང་པར་ཅན་ལ་མིག་ལོག་བསྐྱེད་པ་ལྟ་བུར་སྒྲིག་མྱེ་བ་ཡིན། དུས་རྟག་ཏུ་  
བྱེད་པས་མྱེ་བ་ནི། དག་འབྲུལ་ལྟ་བུ་དུས་རྟག་ཏུ་འབྲུང་བ་དེ་མྱེ་བའོ། །གཉིན་  
པོ་མེད་པས་མྱེ་བ་ནི། དགེ་བ་སྤྲ་གཅིག་ཀྱང་མི་བྱེད་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་  
ཀྱི་སྒྲིག་པ་ཤིན་ཏུ་མྱེ། དེས་ན།

བྱང་སེམས་ལ་ཞིང་ཁོ་ཆེན་པོས་མིག་ལོག་བསྐྱེད་པ་དང་། སྤྱུག་ལས་  
སྤྲ་དགུ་བཏང་ནས་དུད་འགྲོ་བསཏ་པ་ལྟ་བུ་ལ་གཉིས་ཆང་། ཆགས་སེམས་  
དག་པོས་སྤྲ་སྤངས་པ་ལྟ་བུ་ལ་གཅིག་ཆང་ལ། དེ་བཞིན་དུ་སྒྲིག་པ་རྟག་ཏུ་  
བྱེད་ཅིང་དགེ་བ་མི་བྱེད་པའི་བཤའ་པ་ལྟ་བུས། པ་མ་སོགས་ལ་ཞིང་ཁོ་དག་  
པོས་སྒྲོར་བ་སྤྱུག་ལས་སྤྲ་དགུ་བཏང་ནས་བསཏ་ན་དུག་ཀ་འཛོམས། དེས་  
ན། རང་རེ་ལ་མི་མྱེ་བ་མེད་པའི་སྒྲིག་པ་གང་མྱེ་མྱེས་རྟག་ཏུ་ཞོན་ནས་ཡོད།

གསུམ་པ་དེ་དག་གི་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པ་ལ། རྣམ་སྒྲིལ། རྒྱུ་མ་ཐུན།  
བདག་འབྲས་གསུམ་ལས། མི་དགེ་བ་བརྒྱ་པོ་དེ་དག་གང་བྱས་ཀྱང་འབྲས་  
བུ་གསུམ་པོ་དེ་ནས་རྒྱུ་མ་ཐུན་ལ་སྒྲོང་བ་རྒྱུ་མ་ཐུན་དང་། བྱེད་པ་རྒྱུ་མ་ཐུན་

གཉིས་སུ་བྱེ་བའི་འབྲས་བུ་བཞི་བཞི་སྟོང་དགོས། དེ་ཡང་མི་དགེ་བ་ཆེན་  
 པོས་དཔྱུལ་བ། འབྲིང་གིས་ཡི་དྲགས། རྩེ་དུས་དུད་འགྲོར་སྐྱེ་བས། སློག་  
 གཙུག་ལ་མཆོད་ན། རྣམ་སྒྲིལ་གྱི་འབྲས་བུས་དཔྱུལ་བར་སྐྱེ། རྣམ་ཞིག་  
 དེ་ལས་ཐར་ནས་མིར་སྐྱེས་ཀྱང་སྟོང་བ་རྒྱ་མཐུག་ཆེ་མུང་ཞིང་ནད་མང་  
 བ་དང་། བྱེད་པ་རྒྱ་མཐུག་གིས་པའི་སྐབས་ནས་བཟུང་སློག་གཙུག་པ་ལ་  
 དགའ་བ། བདག་འབྲས་སྟོད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་ལ་འབྱུང་སྟེ། བཟུང་བཏུང་དང་  
 སྒྲན་ལ་སོགས་པ་མཐུ་ཆུང་བ་འོང་། རང་རེ་དཔྱུལ་བར་སྐྱེས་ཏེ་ལུས་དང་  
 མེ་དབྱེར་མེད་དུ་འབྲས་ནས་སྟོད་པ་ལས། མིའི་ནང་དུ་སྐྱེས་ཏེ་སློག་གཙུག་  
 ལ་དགའ་བ་འདི་ངན་ཏེ། འདིས་སྤར་ཡང་སློག་གཙུག་ཀྱི་རྒྱ་མཐུག་དེ་ངན་  
 འགྲོར་འཕེན་པས། འབྲས་བུ་ཐམས་ཅད་ནས་ཁ་གཏག་ཤོས་ནི་བྱེད་པ་རྒྱ་  
 མཐུག་འདི་ཡིན་པས་རང་རེས་མི་དགེ་བའི་བྱེད་པ་རྒྱ་མཐུག་འགོག་ཐབས་  
 དང་། དགེ་བའི་བྱེད་པ་རྒྱ་མཐུག་ཡོང་ཐབས་ལ་འབད་དགོས་གསུངས། མ་  
 བྱེན་ལེན་སོགས་མི་དགེ་བ་ལྷག་མ་དགྲུ་པོས་རིམ་བཞིན། སྟོང་བ་རྒྱ་མཐུག་  
 ཡོངས་སྟོད་དཔྱུལ་བ་དང་གཞན་དང་ཐུན་མོང་དུ་འགྱུར་བ། འཁོར་གཡོག་  
 དང་ཆུང་མ་བསྐྱུང་མི་ཐུབ་པ་དང་། གཞན་གྱིས་བདེན་པར་མི་འཛིན་པ་དང་།  
 མཛེས་བཤེས་ཅུང་བ་དང་འཁོར་གཡོག་སོགས་དང་འབྲལ་བ། གཞན་གྱིས་  
 མི་སྒྲན་པར་སྤྲོ་བ་དང་། གཞན་གྱིས་རང་གི་གཏམ་ལ་ཆ་མི་འཛིན་པའི་ཆིག་  
 མི་བཅན་པ་དང་། རོན་མི་འབྱུང་བ་དང་། འཛིགས་སྒྲག་ཅན་དུ་འགྱུར་བ་  
 དང་། ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་ལ་ཚོངས་པ་རྣམས་འབྱུང་། སློག་པ་བྱེད་པ་འགའ་

ཞིག་ཆེ་རིང་བ་དང་། ལམ་འགྲོ་ཆེ་ལ། ཆོས་བྱེད་པ་འགའ་ཞིག་ཆེ་བྱང་བ་  
དང་ནད་སོགས་ཡོད་ཀྱི་མང་བ་ནི་སྒྲིལ་བ་སྤྲོ་མའི་ཀྱི་འབྲས་གཞན་དང་གཞན་  
གྱི་ཡིན། རང་ཅག་ལ། འཇིག་རྟེན་འདིར་མི་འདོད་པ་བྱང་བ་རྣམས་ཆེ་འདིར་  
འགྲོ་ཉེས་འདུག་ཉེས་སོགས་རང་གཞན་གྱི་འབྲལ་རྒྱུན་ཞིག་གིས་བྱས་  
སོ་སྤྲོ་བ་འོང་མོད། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པར་པལ་ཆེར་ཆེ་སྤྲོ་མའི་ལས་ཀྱིས་  
བྱས་པ་ཡིན། བྱེད་པ་ཀྱི་མ་ཐུན་ནི། མ་བྱིན་ལེན་གྱིས་ཆེ་འདིར་ཡང་འགའ་  
ཞིག་གྱིས་པ་ཆུང་དུ་ནས་ཁབ་ཚུན་ཆད་ཀྱི་བ་དང་། བྱི་བ་དང་བྱི་ལ་སོགས་  
ཀྱི་བྱེད་པ་ལ་མཁས་པ་ལྟར་མ་བྱིན་ལེན་ལ་དགའ་ཞིང་འཇུག་པ་ལྟ་བུ་སྟེ།  
དེས་མཆོན་ནས་གཞན་རྣམས་གོ་སྒྲི། བརྟུ་སེམས་གཞོད་སེམས་ལོག་ལྟ་  
གསུམ་གྱི་བྱེད་པ་ཀྱི་མ་ཐུན་ལ་ཆགས་སྤང་ཚོངས་གསུམ་འཕེལ་བ་ཡིན།

བདག་འབྲས་ནི། མ་བྱིན་ལེན་སོགས་ཀྱིས་རིམ་བཞིན་ལོ་འབྲས་ཉུང་  
ལ། སད་སེར་ཐན་པ་སོགས་སྤང་ཞིང་། བཞོན་འོ་ཞོ་ཉུང་བ་སོགས་དང་།  
འདམ་རྩ་བ་ལྟན་ལྟན་སོགས་ཡོད་སར་གནས་དགོས་པ་དང་། བསྐྱེད་བྱེད་  
མཁན་མང་བ་དང་། ས་ཕྱོགས་མི་སྟོམས་པར་སྟོད་དགོས་པ་དང་། སྟོང་དུམ་  
དང་ཆེར་མ་མང་བའི་གནས་སུ་སྒྲིལ་བ་དང་། ཞིང་འབྲས་དུས་སུ་མི་ཆགས་  
ཞིང་། ཡང་ན་དུས་མིན་དུ་ཆགས་པ་དང་། ཐུན་ཆོགས་ཐམས་ཅད་འགྲིབ་  
འགྲོ་བ་དང་། དམག་འཁྲུག་དང་ནད་ཡམས་མང་བ་དང་། ཆུ་དང་རིན་པོ་  
ཆའི་འབྱུང་ཁུངས་རྒྱབ་པ་རྣམས་ཡིན། དེ་ལྟར་མི་དགོ་བའི་འབྲས་བུ་རྣམས་  
འབྱུང་ཚུལ་ཐོས་ཞིང་ཞེས་ཀྱང་ད་དུང་མི་དགོ་བཅུ་ལ་ཞེས་བཞིན་དུ་འཇུག་

ན། མིག་ལྡན་གཡང་ལ་མཆོང་བ་དང་འདྲ། ས་གཞི་དག་ཀྱང་འགའ་ཤས་  
སྒར་ལོ་ལེགས་པ་ལ། དེང་སང་མི་ལེགས་པ་ཡང་ས་བཅུད་ཤོར་བ་སོགས་  
གང་ཡང་མིན་པར། ལས་ཀྱིས་བྱས་པ་ཡིན། བསྐྱལ་བ་བཟང་པོའི་སྐབས་ས་  
གཞི་ཡངས་ཤིང་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་ཡོད་ཀྱང་། རིམ་གྱིས་འབྲིབ་སྟེ་ངམ་  
གྲོག་དང་གཡང་ས་ལས་མེད་པ་དེ་འདྲར་འབྱུར་འགོ་བའི་སྐབས་ཡོད།

གཉིས་པ་དཀར་པོའི་ལས་འབྲས་བསམ་པ་ལ་གཉིས། དཀར་པོའི་  
ལས་ལམ་དངོས་དང་། དེ་དག་གི་འབྲས་བྱ་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། མི་དགོ་  
བཅུ་མ་བྱས་པ་ཅམ་གྱིས་དཀར་པོའི་ལས་ལམ་མི་རྫོགས་ཏེ། དཀར་པོའི་  
ལས་ལམ་ཆང་བ་ལ་མི་དགོ་བ་བཅུ་པོ་ངོས་གཟུང་། དེ་ལ་ཉེས་དམིགས་སུ་  
བསྟན་ཏེ་ཡང་དག་པར་སྒྲོམ་པའི་སྒྲུབ་བ་དང་། བསྐྱལ་བ་མཐར་ཐུག་པའི་  
སྒྲོང་སེམས་ཀྱི་སྟངས་འཛོག་དགོས། དེ་ཡང་སྒོག་གཅོད་སྒྲོང་བའི་དགོ་  
བ་ལྟ་བུར། གཞི། བསམ་པ། སྒྲུབ་བ། མཐར་ཐུག་བཞི་སྟེ། དཔེར་ན་ལྷག་  
གསོད་པ་སྒྲོང་བའི་དཀར་པོའི་ལས་ལྟ་བུར་མཆོན་ན། ལྷག་ནི་དེ་འདྲའི་ལས་  
ཀྱི་གཞི་ཡིན། ལྷག་གསོད་པ་ཉེས་དམིགས་སུ་མཐོང་ནས་དེ་གསོད་དུ་མི་  
རུང་སྟམ་དུ་གསོད་པ་སྒྲོང་བར་འདོད་པ་ཀུན་སྒྲོང་། དེ་ལྷགས་ཆེ་རུ་སོང་  
སྟེ་ལྷག་གསོད་པ་ལ་ཉེས་པར་མཐོང་ནས་གསོད་པ་ཡང་དག་པར་སྒྲོམ་པ་  
ལ་བཅོམ་པའི་འདུ་བྱེད་ནི་ལྷག་གསོད་པ་སྒྲོང་བའི་དཀར་པོའི་ལས་ཀྱི་སྒྲུབ་  
བ་དང་། གསོད་པ་སྒྲོང་བར་ཐག་བཅད་པ་ན་ལས་ལམ་རྫོགས་པས། ལྷག་  
གསོད་པ་ཉེས་དམིགས་སུ་མཐོང་ནས་གསོད་པ་ཡང་དག་པར་བསྐྱམས་

བའི་སེམས་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་ལུས་ཀྱི་ལས་ནི་ལུག་གསོད་པ་སྒྲོང་  
བའི་དཀར་པོའི་ལས་དངོས་སམ་མཐར་ཐུག་ཡིན། མ་གྱིན་ལེན་བརྟུ་འཕྲོག་  
ལྟ་བུའི་སྐབས། ཐུག་བསྐྱེད་དང་ཕྱང་གྲོལ་གྱི་གཞི་ནོར་རྩ་ས་འདིའི་དོན་དུ་  
ངན་འགྲོའི་རྒྱ་བྱ་བ་ངན་པ་འདི་འདྲ་བྱེད་མི་རུང་སྟམ་པ་ཀུན་སྒྲོང་། ལས་དེ་  
སྒྲོང་བ་ལ་བཙོན་པ་སྒྲོར་བ། སྒྲོང་བར་ཐག་བཅད་པ་ན་ལས་ལམ་ཆང་བའོ། །  
དེ་བཞིན་དུ་ལོག་གཡེམ་སོགས་འོག་མ་རྣམས་ལ་འང་རིགས་འགྲོའོ།

གཉིས་པ་དེ་དག་གི་འབྲས་བུ་བསྟན་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་རྣམ་  
སྒྲིན་གྱི་འབྲས་བུ་ནི། དགོ་བའི་ལས་ཆེ་འབྲིང་ཆུང་དུས་རིམ་བཞིན་ཁམས་  
གོང་གི་ལྟ་དང་། འདོད་ལྟ། མི་སོགས་སུ་སྒྲེ་ལ། གཉིས་པ་རྒྱ་མཐུན་གྱི་  
འབྲས་བུ་ལ་གཉིས་ལས། སྒྲོང་བ་རྒྱ་མཐུན་ནི། ཆེ་རིང་བ། ལོངས་སྒྲོད་ཆེ་  
བ། ཆུང་མ་དང་མཐུན་བ། གཏམ་ལ་ཆ་འཛོག་བ། གྲོགས་མཐུན་པ་སོགས་  
ཡིན། བྱེད་པ་རྒྱ་མཐུན་ནི། དམ་པའི་སྒྲེ་སྒྲུལ་སོགས་འགའ་ཞིག་སྒྲེས་ཅམ་  
ནས་ངེས་འབྱུང་སྟོང་རྗེ་རྣམས་རང་ཤུགས་ཀྱིས་འབྱུང་བ་ཉར་དང་། གསུམ་  
པ་བདག་འབྲས་ནི། བཟའ་བརྟུང་དང་སྟོན་གྱི་རུས་པ་ཆེ་བ་སོགས་ཏེ་གོང་གི་  
མི་དགོ་བ་བཙུའི་བདག་འབྲས་རྣམས་གོ་བསྒྲོག་པ་ཡིན་པས་གོ་སྒྲ་གསུངས།

གསུམ་པ་ཞར་ལ་སྟོབས་ལྡན་གྱི་ལས་ཀྱི་སྒོ་བསྐྱེད་ཏེ་བསྟན་པ་ལ་  
བཞི་ལས། ཞིང་གི་སྒོ་ནས་སྟོབས་ཆེ་བ་ནི། བལ་བ་རང་ག་བ་དང་། བ་མ།  
དགོ་སྒྲོང་། བྱང་སེམས་བྲིམ་པ་དང་རབ་བྱུང་། སངས་རྒྱས། ལྷ་མ་རྣམས་ལ་  
སྒྲིན་པ་བཏང་བ་རྣམས་སྒྲ་མ་སྒྲ་མ་ལས་བྲི་མ་བྲི་མ་སྟོབས་ཆེ་ཞིང་། ཁམས་

གསུམ་གྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བཙོན་རར་བརྟུག་སྟེ་མིག་བཏོན་པ་ལས།  
བྱང་སེམས་ལ་མིག་ལོག་བལྟ་བ་སྒྲིག་པ་ཆེ་ལ། སྒྲ་མ་དེ་དག་བཙོན་རྩ་ལས་  
བཏོན་ཏེ་མིག་སྒྲིན་པ་བས། བྱང་སེམས་ལ་དད་པས་ཐལ་མོ་སྒྲོར་བ་པན་  
ཡོན་ཆེ་བ་དཔེར་ན། དུད་འགོ་བསད་ན་ལྷུང་བྱེད་ལས་མི་འབྱུང་བར་མི་  
བསད་ན་པམ་པ་འབྱུང་བ་ལྟ་བུའོ།།

རྟོན་གྱི་སྒྲོན་ས་སྟོབས་ཆེ་བ་ནི། སྟོམ་པ་མ་སྒྲངས་པ་དང་སྒྲངས་པ་  
གཉིས་ཀྱི་དགོ་བ་རྒྱ་ཆེ་ཆུང་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བར་མདོ་ལས་གསུངས་ཤིང་། མི་  
དགོ་བའང་དེ་དང་འབྲ་སྟེ། ཁྲིམ་པས་མི་དགོ་བ་བརྟུ་ཀ་འབྲེལ་ཉོག་ཏུ་སྒྲོད་  
པ་ལས་རབ་བྱུང་གིས་ཉེས་བྱས་སྤྲོ་མོ་ཅམ་བྱས་པ་སྒྲིག་སྟེ། དེ་བས་བྱང་  
སེམས་དང་། དེ་བས་ཀྱང་སྒྲགས་ཀྱི་སྟོམ་ལྡན་གྱིས་ཉེས་པ་བྱས་པ་ཤིན་  
ཏུ་སྟེ། ཁ་ཅིག་གིས། སྟོམ་པ་ཁྲུས་ན་སྒྲིག་པ་ཆེ་བེར་ནས་སྟོམ་པ་ལ་འཇོམ་  
མོད། དེ་ནི་གཏན་ནས་མ་ཡིན་ཏེ། འཇུག་པ་ལས། མདོན་མཐོའི་རྒྱ་ནི་ཚུལ་  
ཁྲིམས་ལས་གཞན་མེད། ཁ་ཅིས་གསུངས་པ་ལྟར་བྱི་མའི་ལུས་རྟོན་ཐོབ་པ་  
ལ་ད་ལྟ་སྟོམ་པ་ནོས་ཏེ་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྐྱང་བ་དེས་པར་དགོས། དེ་མེད་  
པར་སྒྲིན་པ་བཏང་བ་ཅམ་གྱིས་དུད་འགོ་སྒྲ་ལྟ་བུར་སྟེ། དེར་མ་བཟད་སྟོམ་པ་  
ཁས་སྒྲངས་ན་དགོ་བ་རྒྱན་མི་འཆད་ལ། སྟོམ་མིན་ཁས་སྒྲངས་ན་མི་དགོ་  
བ་རྒྱན་མི་འཆད་པ་འོང་སྟེ། དུལ་གྱི་བཤའ་པ་དང་། ཆང་འཆོང་མར་ཁས་  
སྒྲངས་པ་ལྟ་བུར་གཉིད་ཉལ་བ་དང་། ཅིང་མོ་ཅི་བའི་གནས་སྐབས་ཚུན་ཆད་  
དུ་སྒྲིག་པ་འཕེལ་བ་རྒྱན་མི་འཆད། སྟོག་གཙོད་སྟོང་བའི་སྟོམ་པ་དང་ལྡན་



མི་ལྡན་གཉིས་མཉམ་དུ་བསྐྱད་དེ་སྟོག་མི་གཙོད་པར་གནས་པའི་སྐབས་  
སྟོག་མི་གཙོད་པ་ཙམ་དུ་མཆུངས་ཀྱང་། སྟོམ་པ་མེད་པ་དེ་ལ་སྟོག་གཙོད་  
སྤངས་པའི་དགོ་བ་མི་འབྱུང་ཞིང་། སྟོམ་ལྡན་དེར་ཉིན་རེ་བཞིན་དུ་དེ་སྤངས་  
པའི་དགོ་བ་འཕེལ། དེ་བཞིན་དུ་སྟོམ་ལྡན་དགོ་བ་སྟེན་དང་། དགོ་ཚུལ་  
དང་། དགོ་སྟོང་ནམས་ཀྱིས་དགོ་ཙམ་ཆེད་དུ་མ་བསྐྱབས་ཀྱང་ཐ་ན་གཉིད་ཉལ་  
བའི་སྐབས་ཚུན་ལ་རིམ་བཞིན་ལྔ་དང་། སོ་དྲུག་དང་། ཉིས་བརྒྱ་ལྔ་བརྒྱ་ཙམ་  
གསུམ་གྱི་དགོ་བ་འཕེལ་ལ། དེ་ཐམས་ཅད་ལས་ཀྱང་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྟོམ་  
ལྡན་ལ་ནི། དགོ་བ་བྱངས་ཀྱིས་མི་ཆོད་དེ། སྟོད་འཇུག་ལས། དེ་ནས་བཟུང་  
སྟེ་གཉིད་ལོག་གམ། །བག་མེད་གྱུར་ཀྱང་བསོད་ནམས་ཤུགས། །རྒྱན་མི་  
འཆད་པ་དུ་མ་ཞིག །ནམ་མཁའ་མཉམ་པར་རབ་ཏུ་འབྱུང་། །ཞེས་གསུངས་  
པ་བཞིན་ཡིན། སྤྲུགས་སྟོམ་ལྡན་པས་ནི་དེ་བས་ཀྱང་བརྒྱ་འགྱུར་སྟོང་འགྱུར་  
ཀྱིས་ལྷག་པ་འཕེལ་འགོ། དེས་ན་སྟོམ་པ་གང་ཡང་མ་སྤངས་པ་དེས་དགོ་  
ཙམ་ཆེད་མངགས་བསྐྱབ་ན་མ་གཏོགས་མི་འབྱུང་ལ། སྟོམ་ལྡན་ལ་ཉིན་ཞག་  
རེར་ཡང་དགོ་བ་ངང་གིས་འཕེལ་བའི་ཁེ་སང་ཆེན་པོའི་བྱང་ཆུགས་པས།  
སྟོ་ཆུང་གི་ལོག་ཏོག་མི་བྱེད་པར། བྲིམ་པས་ཀྱང་གསོ་སྟོང་། བསྟེན་གནས།  
བྱང་སྟོམ་སོགས་ལྡན་པར་བྱེད་དགོས།

ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་ལ་རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་དང་། བཅས་པའི་ཁ་ན་  
མ་ཐོ་བ་གཉིས་ཡོད། དང་པོ་ནི། རྒྱའི་བྱང་པར་དངོས་ཀྱི་ཀྱན་སྟོང་མི་དགོ་  
བས་ཀྱན་ནས་བསྐྱང་ཞིང་། རོ་བོའི་བྱང་པར་རང་གི་རོ་བོ་སྤྲིག་པ་མི་དགོ་བ་

དང་བདག་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པ། འབྲས་བུའི་བྱང་པར་རང་གི་ངོ་བོའི་ཆ་ནས་  
 རྣམ་སྒྲིན་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་འབྲིན་རྒྱས་པ། སྒྲོམ་པ་དང་ལྡན་མི་ལྡན་སྤྲུལ་  
 གྱུང་གཞི་དེ་ལ་ཞུགས་ན་ཁ་ན་མ་ཐོ་བའི་སྒྲིག་པ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ཞིག་ལ་  
 འཛོག་ཅིང་། གཉིས་པ་ནི། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཅས་པ་ལས་འགལ་བའི་ལས་  
 སྐྱེབ་གང་ཞིག །རྒྱུའི་བྱང་པར་དངོས་ཀྱི་ཀུན་སྒྲོང་དགོ་བའམ་ལྷུང་མ་བསྟན་  
 ཀྱི་བསམ་པས་ཀུན་ནས་བསྐྱང་ཞིང་། ངོ་བོའི་བྱང་པར་རང་གི་ངོ་བོ་ལྷུང་  
 མ་བསྟན་དང་བདག་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པ། འབྲས་བུའི་བྱང་པར་རང་གི་ངོ་བོའི་  
 ཆ་ནས་རྣམ་སྒྲིན་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་འབྲིན་མི་རྒྱས་པ་ཞིག་ལ་འཛོག །བཅས་  
 རྒྱུང་གི་ལྷུང་བ་ལ་རྒྱུའི་ཀུན་སྒྲོང་བསྐྱབ་པ་ལ་བྱང་གསོད་ཀྱི་བསམ་པ་  
 སོགས་མི་དགོ་བ་དང་འབྲེལ་ན་བཅས་པ་དང་རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བའི་  
 སྒྲིག་ལྷུང་གཉིས་ཀ་འབྱུང་ཞིང་། ཀུན་སྒྲོང་ལྷུང་མ་བསྟན་རྒྱུང་པས་བྱས་པ་  
 ཡིན་ན་བཅས་འགལ་གྱི་ལྷུང་བ་ལས། རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བའི་སྒྲིག་  
 པ་མི་འབྱུང་བ་ཡིན། དགོ་སྒྲོང་གིས་དུད་འགོ་བསལ་ན་སྒོག་གཙོད་ཀྱི་རང་  
 བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བའི་སྒྲིག་པ་ཞིག་དང་། དུད་འགོ་བསལ་བའི་ལྷུང་བྱེད་  
 ཀྱི་བཅས་པའི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བའི་ལྷུང་བ་ཞིག་བཅས་སྒྲིག་ལྷུང་གཉིས་འབྱུང་།  
 དེ་འབྲེལ་སྒྲིག་པ་དང་ལྷུང་བ་གཉིས་ངོ་བོ་གཅིག་ལ་སྒྲོག་པ་ཐ་དད་དུ་ཡོད་  
 པས། དེ་འབྲེལ་ལྷུང་བ་དེར་གཉེན་པོ་སྟོབས་བཞི་རིམ་བྱས་གྱུང་དེས་ནི་  
 ལྷུང་བ་དེ་དང་ངོ་བོ་གཅིག་པའི་སྒྲིག་པ་དེ་ལྷག་མ་མེད་པར་འདག་རྒྱས་གྱུང་།  
 དེ་དང་ངོ་བོ་གཅིག་པའི་ལྷུང་བ་ནི་ཕྱིར་བཅོས་ཀྱིས་དག་པར་མ་བྱས་བར་དུ་

མ་འདག། །ཡང་ལྷུང་བ་ཕྱིར་བཅོས་གྱིས་དག་པར་བྱས་ཀྱང་སྒྲིག་པ་དེ་གཉིན་  
པོ་སྟོབས་བཞིས་མ་བཤགས་ན་མི་འདག། །སོ་ཐར་གྱི་སྒྲིམ་པ་ནི་མཁན་  
སྟོབ་དགེ་འདུན་དང་བཅས་པ་ལས་སྤངས་པས་དགེ་འདུན་ནམ་དགེ་སྟོང་  
གི་མདུན་དུ་ཕྱིར་བཅོས་བྱ་དགོས་ཤིང་། བྱང་སྒྲིམ་དང་འགལ་བའི་ཉེས་པ་  
དེ་སྤྲོལ་བྱུང་བ་སྤྲོལ་བཅས་ཀྱི་དུང་དང་། སྤགས་སྒྲིམ་དང་འགལ་བའི་ཉེས་  
པ་དེ་དཀྱིལ་འཁོར་བའི་ལྷ་ཆོགས་ཀྱི་སྤྲུན་སྤར་བཤགས་པས་དག་པར་བྱ་  
དགོས། རང་རིས་མཆོད་འབྲུལ་ཆོགས་གསོག་ལྟ་བུ་དགེ་ཙུ་ཆུ་ཆེན་པོ་བྱེད་  
པའི་སྐབས། མ་མཐའང་ཐེག་ཆེན་གསོ་སྦྱོང་ལྟ་བུའི་སྒྲིམ་ལྡན་དུ་བྱས་ནས་  
བྱེད་ན་པན་ཡོན་ཆེ་བ་འོང་གསུངས། དངོས་པོའི་སྒྲིན་སྒྲིབས་ཆེ་བ་ནི།  
ཟང་ཟིང་གི་སྦྱིན་པ་ལས་ཆོས་ཀྱི་སྦྱིན་པ་དང་། ཟང་ཟིང་གི་མཆོད་པ་ལས་  
སྦྱབ་པའི་མཆོད་པ་ལྷག་པ་སོགས་སོ། །བསམ་པའི་སྒྲིན་སྒྲིབས་ཆེ་བ་ནི།  
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱིས་ཟིན་པའི་སྒྲིན་སྒྲོལ་མ་ཆར་གཅིག་བཏོན་པའམ།  
མར་མེ་གཅིག་ཤུལ་བ་ཡང་དགེ་བ་སྟོབས་ཆེན་པོར་སོང་སྟེ། སེམས་དེས་  
མ་ཟིན་པར་མར་མེ་འབྲུམ་ཤག་ཤུལ་བ་ལས་ལྷག་པ་ཡིན། ས་བཅད་འདི་  
རྣམས་ནི། དགེ་མི་དགེ་རྣམས་ལས་གཙོ་བོར་འཛེམ་དགོས་པ་དང་། བསྐྱབ་  
དགོས་པ་རྣམས་བསྐྱབ་ཏེ་སྟོན་པ་ཡིན། དེས་ན་བསྐྱབ་མཁས་པོ་བྱང་ན་  
ཆོགས་ཆུང་དུས་དགེ་བ་ཆུ་ཆེན་པོ་འདུམ་པ་དང་། མི་དགེ་བ་ཡང་ཆུང་དུ་  
བཏང་བའི་ཚུལ་ཡོད་པས་དེ་ཤེས་དགོས། དགེ་སྟོང་ཞིག་གིས་བསམ་པ་  
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱིས་ཟིན་པའི་སྒྲིན་སྒྲོལ་ཆོས་ལྟ་བུ་ཞིག་བཏང་ན་

རྟེན་བསམ་པ་ཡུལ་དངོས་པོ་སྟེ་སྟོབས་ཆེ་བ་བཞི་ཆང་།

གཞན་ཡང་། ལས་ལ་འཕེན་རྫོགས་ཀྱི་བྱུང་པར་ནི། འཕེན་བྱེད་ལ་དགོ་  
བས་བདེ་འགྲོ་དང་། མི་དགོ་བས་ངན་འགྲོར་འཕེན། རྫོགས་བྱེད་ལ་ངེས་པ་  
མེད་དེ། འཕེན་བྱེད་དགོ་བས་འཕངས་ནས་རྫོགས་བྱེད་དགོ་བས་རྫོགས་པ་  
དང་། མི་དགོ་བས་རྫོགས་པ་གཉིས། འཕེན་བྱེད་མི་དགོ་བས་འཕངས་ནས་  
རྫོགས་བྱེད་མི་དགོ་བས་རྫོགས་པ་དང་། དགོ་བས་རྫོགས་པ་གཉིས་ཏེ་ཐུ་  
བཞི་ཡོད། དང་པོ་ནི། འཁོར་ལོས་སྐྱར་རྒྱལ་ལྟ་བུ་མི་ཆེ་སྐྱིད་ཀྱིས་སྐྱེལ་བ་  
རྣམས་ཡིན། གཉིས་པ་ནི། མིར་སྐྱེས་ཏེ་ངལ་སྐྱག་གིས་ཆེ་ཡོལ་བའི་དབུལ་  
པོ་ལྟ་བུ། གསུམ་པ་ནི། དཔུལ་བ་པ་ལྟ་བུ། བཞི་པ་ནི། རྒྱལ་དབང་ཡབ་སྐུ་  
སོགས་ཀྱི་ཆེབས་ཏྲ་ཆེབས་དེལ་དང་། གཟེམ་བྲི་ལྟ་བུ་ཡིན། ཡང་། གཞན་  
ལ་སྐུལ་བ་འདྲ་ཞེས་ཆོག་ངན་གཅིག་ཅེས་སྐུས་པའི་འབྲས་བུར་སྐུལ་པའི་  
སྐྱེ་བ་ལྟ་བུ་ལེན་དགོས་བྱུང་བ་ལྟ་བུ་ལས་གཅིག་གིས་ལུས་དུ་མ་འཕེན་  
པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ལས་མང་པོས་ལུས་གཅིག་འཕེན་ཚུལ་སོགས་ཡོད།  
ལས་དེ་ལའང་སྟོང་བར་ངེས་པ་དང་། མ་ངེས་པ། བྱས་ལ་བསགས་པ་དང་།  
བྱས་ལ་མ་བསགས་པ། བསགས་ལ་མ་བྱས་པ་སོགས་དང་། སྟོང་ངེས་ཀྱི་  
ལས་ལའང་འབྲས་བུ་སྟོང་བའི་དུས་གསུམ་སྟེ། མཐོང་ཆོས་སྟོང་འགྱུར་ནི།  
ཞིང་དང་བསམ་པའི་བྱུང་པར་གྱིས་ཆེ་འདི་ལ་བསགས་པའི་ལས་ཀྱི་འབྲས་  
བུ་ཆེ་འདི་ལ་སྟོང་བའོ། །སྐྱེས་ནས་སྟོང་འགྱུར་ནི། ཆེ་གཉིས་པ་ལ་སྟོང་  
བའོ། །ལན་གངས་གཞན་ལ་སྟོང་འགྱུར་ནི་ཆེ་གསུམ་པ་པན་ཆད་དུ་སྟོང་བ་

ཡིན། འདི་དག་ཀྱང་ཞིབ་པར་ལམ་རིམ་ཆེ་ཆུང་སོགས་ལས་ཤེས་དགོས་  
གསུངས།

གཉིས་པ།

ལས་འབྲས་བྱེ་བྲག་ཏུ་བསམ་པ་ནི།

དེ་ལྟར་མི་དག་བའི་འབྲས་བུ་སྤྱོད་བ་ལ་འཇིགས་ཤིང་སྐྱག་ནས་མི་  
དག་བུ་སྤྱོད་གི་བྲིམས་བསྟུང་། དག་བ་བུ་ཚུ་ལ་བཞིན་བསྐྱབ་ན། བྱེ་  
མར་ངན་སོང་དུ་མི་ལྟར་བར་ལྟ་མིའི་ལུས་ཏེན་ཅམ་པོ་བ་ཅམ་འཕྲོ་བ་རུས་  
ཀྱང་། རང་རེས་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་སྐྱབ་པ་ལ་དེ་ཅམ་གྱིས་མི་  
ཆོག་པར་མངོན་མཐོའི་ཏེན་བྱང་པར་བ་རྣམ་སྤྲིན་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ལྟན་ཞིག་  
ཐོབ་ན་ལམ་བསྐྱོམ་པའི་ས་ཆོད་གཞན་དང་མི་འདྲ་བས། དེས་པར་ཡོན་  
ཏན་བརྒྱད་ལྟན་གྱི་ཏེན་ཞིག་འཕྲོ་བ་དགོས་ཏེ། རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས། ལམ་  
མཆོག་སྐྱབ་ལ་མཆོན་ཉིད་ཆང་བའི་ཏེན། །མ་རྟེན་བར་དུ་ས་ཆོད་མི་འོང་  
བས། །དེ་ཡི་མ་ཆང་མེད་པའི་རྒྱ་ལ་བསྐྱབ། །ཅེས་གསུངས། དེས་ན་འདི་ལ་  
གསུམ། རྣམ་སྤྲིན་གྱི་ཡོན་ཏན། དེའི་བྱེད་ལས། དེའི་རྒྱ་བསྐྱབ་པའོ། །དང་  
པོ་ལ་བརྒྱད། ཆེ་རིང་བ། གཟུགས་བཟང་བ། རིགས་མཐོ་བ། དབང་ཕྱག་  
ཆེ་བ། ཆོག་བཅུན་པ། དབང་ཆེ་བར་གྲགས་པ། སྐྱེས་པ་ཉིད་ཡིན་པ། ལུས་  
སེམས་སྟོབས་དང་ལྡན་པ་རྣམས་སོ། །དེ་ཡང་དཔེར་ན། འཇིག་ཏེན་ན་ཞིང་  
གི་སོ་ནམ་ལེགས་པ་ལས་འབྲས་བུ་བཟང་པོ་འབྱུང་བ་བཞིན་རང་རེ་རྣམས་

སྐྱེ་བ་སྤྱི་མཐི་ལས་བཟང་པོའི་མཐུ་ལས་ད་ལྟ་ལུས་ཡོངས་སྦྱོང་སོགས་གང་  
ཡང་མ་བསྐྱས་ཅམ་བྱུང་བ་ཡིན་ལ། འདི་ལོའི་སྟོན་འབྲས་བྱུང་ཅམ་གྱིས་མི་  
པན་པར་བྱེ་ལོའི་སྟོན་ཐོག་གི་སོན་མ་ལ་བཙོན་དགོས་པ་བཞིན། སྐྱེ་བ་བྱེ་  
མ་ལ་ངེ་མི་སྒྱམ་པ་དང་། བྱེ་མ་ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་མཁན་ཡིན་ཡང་འཇིགས་  
ཏེ་བསྐྱད་པས་མི་པན་ཞིང་། མངོན་མཐོ་པལ་པ་ཅམ་གྱི་རྒྱ་བསྐྱབ་པས་ཀྱང་  
གང་ཡང་མི་འོང་བས་ཆོས་སྐྱབ་པའི་ལུས་ཏེན་བྱད་པར་ཅན་ཞིག་འཐོབ་པའི་  
རྒྱ་བསྐྱབ་དགོས་ལ། དེ་ཡང་ཆེ་རིང་བ། གཟུགས་བཟང་བ་སོགས་རྣམ་སྤྲོན་  
ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ལྟན་ཞིག་དགོས།

གཉིས་པ་དེའི་བྱེད་ལས་ནི། ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ཀྱི་དང་པོས་རང་གཞན་  
ཀྱི་དོན་དག་རྩ་ཡུན་རིང་དུ་བསྐྱབ་པས་ཆོས་མཐར་བྱིན་པར་བྱེད། གཉིས་  
པས་ནི། མཐོང་བ་ཅམ་གྱིས་གདུལ་བྱ་འདུ་ཆེ་བ་ངོ་བོ་རྗེ་ལྟ་བུ་ཡིན། གསུམ་  
པས་རང་གིས་ངེ་ལྟར་བསྒྲོ་བ་ལྟར་གཞན་གྱིས་ཉན་པ་དང་། བཞི་པ་དབང་  
ལྷག་ཆེ་བ་སྟེ། དཔལ་འབྱོར་ཆེ་ཞིང་འཁོར་མང་བས་ནི། སེམས་ཅན་རྣམས་  
ཐོག་མར་ཟང་ཟིང་གིས་དབང་དུ་བསྐྱུ། མཐར་ཆོས་གྱིས་སྤྲོན་པར་བྱས་ཏེ་  
གཞན་དོན་རྒྱལ་ས་ཆེན་བྱེད་ཀྱས་པ་དང་། ལྷ་པས་ནི། གཞན་གྱིས་བདེན་  
པར་འཇིན་པར་བྱེད། ལྷག་པས་ནི། རྒྱལ་པོའི་བཀའ་ལྟར་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་  
ངེ་ལྟར་བསྒྲོ་བ་ལས་མི་འདའ་བར་སྦྱར་དུ་སྐྱབ་པ། བདུན་པས་ནི། འཁོར་གྱི་  
དབུས་སུ་མི་འཇིགས་ཤིང་། དཔེན་པར་གཅིག་ཤུར་གནས་ཏེ་ཆོས་སྐྱབ་པ་  
སོགས་ལ་བགོགས་དང་བར་ཆད་ཉུང་བ། བརྒྱད་པས་ནི། ལུས་སྟོབས་ཆེ་



བས་ཇེ་མིད་ལ་ལྟར་དཀར་ཆེགས་ཆེན་པོས་སྐྱབ་དགོས་པའི་ཆོས་རྣམས་  
ཀྱང་དཀར་སྐྱད་ཀྱིས་སྐྱབ་བྱས་ཤིང་། སེམས་སྟོབས་ཆེ་བས་རང་གཞན་  
གྱི་དོན་གང་ལའང་མི་སྐྱོ་ཞིང་སྐྱོ་ཤྱགས་ཆེ་ལ་བཏན་པས་སོ་སོར་རྟོག་པའི་  
སྟོབས་ཐོབ་ནས་མདོན་ཤེས་སྒྱུར་དུ་འཆར་བའི་རྒྱ་བྱེད་པ་སོགས་འབྱུང་།

གསུམ་པ་དེའི་རྒྱ་བསྐྱབ་པ་ནི། ཆོས་བྱེད་པ་ལ་དེ་དག་བྱུང་ན་ལེགས་  
མོད། དེ་འདྲ་ཨེ་ཡོང་སྟམ་ན། དེ་ངེས་པར་འོང་བ་དཔེར་ན་ཞིང་པ་ཆོས་སྟོན་  
ཀར་འབྲས་བུ་འོང་བར་ཤེས་ནས་དབྱིད་དུས་ས་བོན་བཏབ་པས་སྟོན་ཀར་  
འབྲས་བུ་ངེས་པར་འོང་བ་ལྟར། རང་ངེས་ཀྱང་དེས་རྟོན་འདི་ལ་རྣམ་སྟོན་  
ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ལྟ་གྱི་རྒྱ་བསྐྱབས་ནས་སྟོན་ལམ་རྣམ་དག་གིས་མཆོམས་  
སྒྱུར་ན་སྤྱི་མར་འབྲས་བུ་ངེས་པར་འོང་སྟེ། རྒྱ་མ་ཆང་བ་མེད་པ་ལས་འབྲས་  
བུ་འབྱུང་བ་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པས་སོ། །དེ་ལ་བརྒྱད་ལས། ཆེ་རིང་བའི་རྒྱ་ནི།  
སེམས་ཅན་ལ་གཞོན་འཆེ་དང་སྟོག་གཅོད་སྟོང་བ། ཆེ་ཐར་གཏོང་བ། ཉེའུ་  
འདོན་པ་ལྟ་བུ་སྟོག་སྒྱུ་ཞིང་འཆེ་བ་ལས་སྟོག་པ། ཟས་སྦྱིན་པ། བཙོན་ལས་  
བཏོན་པ། རྟ་པ་ལ་སྦྱོར་སྟེར་ཞིང་རྟ་གཡོག་བྱེད་པ་སོགས་སོ། །གཟུགས་  
བཟང་བའི་རྒྱའི་གཙོ་བོ་ནི། བཟོད་པ་བསྐྱོམ་པ་ཡིན། གཞན་ཡང་རྟོན་ལ་  
མར་མེ་གསལ་པོ་འབྱུལ་བ་དང་། རྟོན་གསུམ་གསར་བཞེང་ངམ། རྟོན་པ་  
ཆག་བྱམ་སོགས་ལ་ཉམས་གསོ་དང་། གསེར་དང་ཆོན་གྱིས་གསོ་བ། ར་  
བཟའ་གསར་པ་འབྱུལ་བ། གཞན་ལ་གོས་རྒྱན་གསར་པ་སྟེར་བ་སོགས་  
ཡིན། རིགས་མཐོ་བའི་རྒྱ་ནི། སེར་སྐྱ་གང་ཡིན་ཡང་ཡོན་ཏན་དང་། རིགས།

ཚུལ་ཁྲིམས། ཤེས་རབ། འཁོར། གོ་ས་སོགས་ཀྱི་ཁེངས་སེམས་མི་བྱེད་  
 པར། ང་རྒྱལ་དང་ཆེ་བའི་ང་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་སྤངས་ཏེ་དམན་ས་གཟུང་། ལྷ་  
 མ་སློབ་དཔོན་མཁན་པོ་དགོ་འདུན་སོགས་ཞིང་བྱེད་པར་ཅན་རྣམས་ལ་ཤིན་  
 ཏུ་གྱུས་པ་བྱེད་པ་དང་། རབ་བྱུང་ཆོས་རང་ལས་བསྐྱབ་པ་ཀླན་པ་རྣམས་ལ་  
 གྱུས་ཤིང་། བསྐྱབ་པ་གཞིན་པས་རང་ལ་ཕྱག་དང་བཀྱར་སྟེ་བྱེད་པ་སོགས་  
 རང་རྒྱུད་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ལ་གྱུས་པས་དང་དུ་ཡོན་དགོས་པ་དགོ་སློང་གི་སྟོམ་  
 པ་འཕོགས་ཆོག་སྐབས་བྱུང་བ་དེ་འོག་མ་རྣམས་ལ་འང་འདྲ་བ་ཡིན། སྤྱལ་སྤྱུ་  
 དང་ཆོས་མཛད་སོགས་ཀྱི་ཕྱགས་སྟོལ་ཡོད་ཀྱང་བསྐྱབ་པ་ཀླན་པ་ལ་བརྩེ་  
 ཞིང་གྱུས་པ་བྱེད་དགོས་པ་སོགས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱུ་དུས་ནས་ཡོད་པས་དེ་  
 དག་ཚུལ་བཞིན་བྱེད་དགོས། ད་ལྟ་གཞུང་ས་དགའ་ལྡན་པོ་བྱང་པ་ཆེན་པོའི་  
 ཆབ་སྲིད་ལ་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་མི་ཆོས་གཙང་མ་བརྩུ་བྱས་ཅེས་པའི་  
 རྣམ་དུ་འང་ཀླན་གཞིན་བརྩེ་འཛོག་གི་བཀྱར་སྟེ་དང་། ས་མ་སོགས་བཀའ་  
 རྒྱུ་ཆེ་བའི་ཡུལ་རྣམས་དང་། ཡོན་ཏན་ཅན་གྱི་ཞིང་ལ་སྤྱི་ཞུ་བྱེད་པ། དབུལ་  
 སོངས་དང་ནད་པ་ཉམ་ཐག་ལ་ཕན་གདགས་པ་སོགས་ཏ་ཅང་གནད་ཆེ་བ་  
 མང་པོ་ཡོད། དེ་ལྟར་བྱུང་ན་ཡུལ་སྤྱིའི་བདེ་སྤྱིད་ལ་འང་ཕན་ཏེ། སྤར་མ་ཐུན་  
 པ་སྤུན་བཞིས་ཀླན་གཞིན་གོ་རིམ་ལྟར་བཀྱར་སྟེ་བྱས། ཁྲིམས་བསྐྱུངས་  
 པས་ཀ་ཤིའི་ཡུལ་ན་བདེ་སྤྱིད་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་བྱུང་ཚུལ་འདུལ་བ་ལུང་སོགས་  
 རྣམ་གསུངས། དེ་ལྟར་མ་ཐུན་པ་རྣམ་བཞི་ལྟ་བུ་དུད་འགྲོས་ཀྱང་ཀླན་གཞིན་  
 བརྩེ་འཛོག་བྱས་པ་ལ་དེ་འདྲ་བྱུང་ན། དེད་ཅག་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་སོགས་ཆོས་

པ་ཆོས་དེ་འདྲ་བྱ་དགོས་པ་ལྟ་ཅི་སློས་ཏེ།      བདེ་སྦྱིད་ལྷག་པར་དུ་འབྱུང་  
གསུངས།

ཡོངས་སྦྱོད་འབྱུང་བའི་རྒྱ་ནི། རྟེན་གསུམ་ལ་ཆོན་དང་ན་བཟའ་གསར་  
པ་འབྱུལ་བ། སློང་མོ་བ་ལ་བཟའ་བཏུང་རྒྱན་གོས་སོགས་སྦྱིན་ཞིང་མི་སློང་  
ཡང་པན་འདོགས་ཀྱི་ཞིང་དང་། ཡོན་ཏན་གྱི་ཞིང་དང་། སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱིས་  
མནར་བ་རྣམས་ལ་ཡར་མཆོད་མར་སྦྱིན་གང་རུས་བྱེད་པའོ། །ཆོག་བཙུན་  
པའི་རྒྱ་ནི། དག་བག་དང་ལྡན་པར་བྱས་ཏེ་དག་གི་མི་དགོ་བ་རྣམས་ནན་ཏན་  
དུ་སློང་བ་དང་། དབང་ཆེ་བའི་རྒྱ་ནི། མཁན་སློབ་དང་། དཀོན་མཆོག་ །པ་  
མ་སོགས་ཞིང་བྱད་པར་ཅན་དང་། རང་ལས་ཀྱན་པ་སོགས་ལ་གྱུས་ཤིང་  
མཆོད་པ་དང་། རང་ལ་ཡོན་ཏན་སྣ་ཆོགས་འབྱུང་བར་སློན་ལམ་འདེབས་  
པ་སོགས་སོ། །སྐྱེས་པ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་ནི་སྐྱེས་པའི་རྟེན་ལ་དགའ་བ་དང་། བྱད་  
མེད་ཀྱི་དངོས་པོ་ལ་མི་དགའ་བར་ལྷས་ལ་ཉེས་དམིགས་སུ་བལྟས་ཏེ། སྐྱེ་  
བ་འདི་ལྟ་བུ་མ་སྦྱངས་ན་ཅི་མ་རུང་སྦྱུང་དུ་དེ་ལ་ཡིད་འབྱུང་བ་དང་། བྱད་  
མེད་ཀྱི་ལྷས་འདོད་པ་ལ་འདུན་པ་རྣམས་བསྒྲོག་པ་དང་། ཡེ་ཤེས་སྒྲ་མ་འོད་  
ཀྱི་ཏོག་ །དེ་བཞིན་སློན་ལམ་སློ་གྲོས་དང་། །དབང་པོ་ཞི་དང་འཇམ་དབྱངས་  
ལ། །བདག་ནི་གྱུས་པས་བྱག་འཆལ་ལོ། །ཞེས་བྱང་སེམས་ཆེན་པོ་དེ་དག་  
གི་མཆོན་བརྗོད་པ། ལུལ་གཉན་པོ་ལ་ངན་སྦྱི་མི་བྱེད་པ། ཐོ་དབང་གཙོད་པ་  
ལས་ཐར་བར་བྱེད་པ་སོགས་སོ། །ལྷས་སེམས་སྟོབས་ཆེ་བའི་རྒྱ་ནི། གཞན་  
ཀྱིས་ལྷས་དང་བསམ་པ་སོགས་ཀྱིས་མི་རུས་ཤིང་མི་སྟོགས་པའི་ལས་

རྣམས་རང་གིས་སྐྱབ་པ་དང་། གཞན་གྱི་གྲོགས་བྱེད་ཅིང་། གཞན་ལ་བརྟུང་  
གཏག་མི་བྱེད་པ་དང་བཟའ་བཏུང་སྟེར་བ་སོགས་བྱེད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ཡོན་  
ཏན་བརྒྱད་ལྡན་གྱི་ཉེན་དེ་དགོ་བའི་སྟོང་དུ་འགྱུར་བའི་སྟོན་ལམ་བཏབ་ན་རྫོ་  
བོ་ཆེན་པོ་སོགས་དང་། སྟོན་གྱི་ཆོས་རྒྱལ་གོང་མ་རྣམས་ལྟར་འབྱུང་ཞིང་།  
སྟོན་ལམ་བཟང་པོ་མ་བྱུང་བར་མི་དགོ་བའི་ཉེན་དུ་གྱུར་ན་མཐའ་མིའི་རྒྱལ་  
ཁབ་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ལྟར་རྣམ་སྟོན་བརྒྱད་ལྡན་གྱི་ལུས་དེ་འདྲ་ཐོབ་ཀྱང་དེས་མི་  
དགོ་བ་སྟོབས་ཆེན་སྐྱབ་པ་ཡོད་པས། དེ་ལྟར་མ་སོང་བར་དགོ་བའི་ཉེན་  
དུ་འགྱུར་བའི་སྟོན་ལམ་ནན་ཏན་བྱེད་པ་གལ་ཆེ། དེས་ན་མི་རྟག་པའི་ཆོས་  
སྟོར་སོགས་ཀྱང་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་ལ་གལ་ཆེ་མོད། རྒྱུས་བྱ་ཚུང་དུའི་  
སྐབས་འདིར་ཉམས་ལེན་གྱི་མཐེལ་དངོས་གཞི་ལྟ་བུ་ནི་ལས་འབྲས་ལ་སྤང་  
དོར་ལག་ལེན་བྱེད་པ་འདི་ཡིན་གསུངས།

གསུམ་པ་ལས་འབྲས།

## བསམས་ནས་འཇུག་ཕྱོག་བྱ་ཚུལ་ལ་གཉིས།

སྦྱིར་བསྟན་པ་དང་། བྱེད་པར་དུ་སྟོབས་བཞིས་སྦྱོང་བའི་ཚུལ་ལོ།  
།དང་པོ་ནི། ཐུན་གྱི་སྐབས་དགོ་སྤྲིག་གི་རྣམ་གཞག་ཡང་ཡང་བསམས་པ་  
དེ་ཐུན་མཚམས་སུ་བྲན་ཤེས་བག་ཡོད་ཀྱིས་སྤང་དོར་བྱེད་པ་དགོ་བཤེས་  
འབན་གྱིས་དགོ་སྤྲིག་གཉིས་ལ་རྟུ་དཀར་ནག་གིས་ཅིས་རྒྱག་མཛད་ནས་

སྤང་སྤང་མཛད་པ་ལྟར་བྱ་དགོས། དེ་ཡང་སྒྲོད་འཇུག་ལས། མི་དགོ་བ་ལས་  
སྤྲུག་བསྐྱེད་འབྱུང་། །དེ་ལས་རི་ལྟར་ངེས་ཐར་ཞེས། །ཉིན་མཆོན་རྟག་ཏུ་  
བདག་གིས་ནི། །འདི་ཉིད་འབའ་ཞིག་བསམ་པར་རིགས། །ཞེས་དང་། དགོ་  
བའི་སྒྲོགས་ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །རྩ་བ་མོས་པར་བྱུང་བས་གསུངས། །དེའི་  
ཡང་རྩ་བ་རྟག་ཏུ་ནི། །རྣམ་སྒྲིན་འབྲས་བུ་སྒྲོམ་པས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་  
ལྟར་དཀར་ནག་གི་ལས་འབྲས་ཤེས་པར་བྱས་ནས་རྒྱན་དུ་བྲན་ཤེས་བག་  
ཡོད་བསྟེན་ཏེ། །སྒྲོག་གཙོད་དང་རྒྱན་སོགས་བྱེད་པར་ཉེ་བ་ན། དེ་མ་ཐག་  
ཏུ་མཆོམས་བཞག། །ཕྱ་མོ་བྱུང་བ་དག་ཀྱང་བཤུགས་སྒྲོམ་བྱེད་ན། བཤེས་  
སྒྲིངས་ལས། །གང་ཞིག་སྒྲོན་ཆད་བག་མེད་གྱུར་པ་ལ། །སྤྲིས་ནས་བག་དང་  
ལྟན་པར་གྱུར་དེ་ཡང་། །ཁྲི་བ་སྒྲིན་བྲལ་ལྟ་བུར་རྣམ་མཛེས་ཏེ། །དགའ་བོ་  
སོར་ཕྱེད་མཐོང་ལྟན་བདེ་བྱེད་བཞིན། །ཞེས་གསུངས་པ་སྤར་སྒྲོར་ཆོས་ཀྱི་  
སྐབས་ནས་ཀྱང་བཤུད་པ་ལྟར། །འདོད་ཆགས་ཅན་གཙུང་དགའ་བོ། །སོར་  
ཕྱེད་ཅན་མི་དགྲ་བརྒྱ་དང་དགྲ་བཅུ་གོ་དགྲ་བསད་པ་དང་། །མ་སྒྲིལ་དབྲས་  
པ་སྤྲིར་མི་འོང་བ་བསད་པ་དང་། །བདེ་བྱེད་ཀྱིས་རང་གི་ཨ་མ་བསད་པ་ཡང་  
སྤྲིག་པ་དག་པ་བཞིན་དུ་སྤར་སྤྲིག་པ་བསགས་པ་རྣམས་འདག་པར་འགྱུར་  
བས་བཤུགས་སྒྲོམ་ལ་ཆིག་བྲིལ་བྱེད་པ་གནད་ཆེ། །མདོར་ན་སྒྲིལ་བུ་ཆུང་  
དུའི་སྐབས་འདིར་ཉམས་ལེན་གྱི་འགག་སྒྲོམ་ལྟ་བུར་ལས་འབྲས་ལ་རྩིས་  
ཆེན་པོ་བྱ། །འདི་ལ་ཇོ་བོ་ཆེན་པོས་ཀྱང་རྩལ་དུ་འདོན་པར་མཛད། །སྒྲོན་  
འཕན་ཡུལ་ན་མདོ་སྤེ་སྤང་སྒྲོང་ཕྱག་བརྒྱ་པ་ཁ་ཉོན་བྱེད་པ། །འབྲུམ་གྱི་སྒྲིལ་

ཐོས་པ་ཞིག་ཤི་མ་ཐག་ཏུ་གཤེན་རྗེའི་སྐྱེས་བུས་ས་འོག་ཏུ་ཁྱིད་དེ། གཤེན་  
རྗེ་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་མདུན་དུ་སླེབ་པ་ན་ཁོས་རྩོན་སྤྲོས་པས། མེ་ལོང་བསྟན་  
ཏེ། འབྲུམ་ཆོང་མཁན་དང་། ཉོ་བ་པོ། རིན་སྒན་མ་སྦངས་པ་དང་། དེ་འཐོར་  
བ་བྱིས་པས་འཕུ་བ་ཚུན་གསལ་བས་བྱ་ཐབས་མ་རྟེན་པར་བཅངས་མོ་ཆེར་  
འཇུག་པ་ན། སྤང་སྟོང་ཕྱག་བརྒྱ་པར་སྐྱབས་འགོ་བྱས་པས་ཤི་བ་ལས་ལོག་  
པ་བྱུང་། པོ་ཏྱོ་བས་ལོ་རྒྱུས་འདི་གཞན་ལ་ལྗོས་ཤིག་ཅེས་གསུངས་ཚུལ།  
དེས་ན་འདི་གཉིས་འདི་ནས་རང་གིས་སྒྲིག་པ་བསགས་པ་མཁན་སྟོབ་དང་  
དཔོན་པོ་སོགས་ཀྱིས་མ་མཁྱེན་པས་སྟོན་མེད་སྟུང་བ་བྱེད་ཀྱང་། མདོ་ཏིང་  
འཛིན་རྒྱལ་པོ་ལས། ལྷ་བ་སྐར་མར་བཅས་པ་གནས་ལྟར་ཞིང་། །རི་དང་གྲོང་  
དུ་བཅས་པའི་ས་ཞིག་ལ། །ནམ་མཁའི་ཁམས་ནི་རྣམ་པ་གཞན་གྱུར་ཀྱང་།  
།ཁྱོད་ནི་མི་བདེན་པ་ཡི་ཆོག་མི་གསུང་། །ཞེས་པ་སྟར་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་  
ལས་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་གསུངས་པ་ནི་བདེན་པའི་བཀའ་ནམ་ཡང་བསྐྱེད་  
མེད་པ་ཡིན་ཞིང་། དེས་ན་དགེ་སྒྲིག་སྤྱ་མོའང་ཆུད་ཐོས་སུ་མི་འགོ་བར་སྦང་  
དོར་ཚུལ་བཞིན་བྱེད། འོན་ཀྱང་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་འདྲིས་དགས་པས་སྒྲིག་  
པས་རྩང་བཅད་རེ་གོས་ནའང་གཉིན་པོ་སྟོབས་བཞིའི་བཤའ་ས་སྟོམ་ཚུལ་  
བཞིན་བྱ་དགོས།

གཉིས་པ་བྱེད་པར་དུ།

སྟོབས་བཞིས་སྦྱོང་བའི་ཚུལ་ལ།



གོང་དུ་སྒྲོར་ཆོས་སྐབས་ཁྱེས་ཟིན་ཀྱང་འདི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་ཞིང་ས་  
བཅད་གྱི་དངོས་ཟིན་ལྟར་མཆོམས་འདིར་ཡང་བསྐྱར་མདོ་ཙམ་ཁྱེན། འདི་  
ལ་བཞི་ལས། རྣམ་པར་སྦྱོར་འབྱེན་པའི་སྟོབས་ནི། སྤར་བྱས་གྱི་སྒྲིག་པ་ལ་  
འགྲོད་སེམས་ཤུགས་དཔག་བྱེད་པ་སྟེ། སྟོབས་བཞི་ནས་གལ་ཆེ་ཤོས་འདི་  
ཡིན། སྟོབས་འདི་བྱང་ན་འོག་མ་རྣམས་རང་ཤུགས་གྱིས་འོང་། དེ་ཡང་ལས་  
འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་གྱི་དད་པ་སྐྱེད་པ་ལ་རག་ལས། གཉེན་པོ་ཀུན་ཏུ་སྒྲོད་  
པའི་སྟོབས་ལ་སྤར་ཁྱེས་ཟིན་པ་ལྟར་གཙོ་པོ་བསྐྱབ་བཏུས་ནས་གསུངས་པ་  
དུག་དང་། གཞན་ཡང་སྒྲིག་པ་འདག་པའི་ཕྱིར་དུ་དགོ་སྒྲོར་གང་བྱས་རྣམས་  
གཉེན་པོ་ཀུན་སྒྲོད་གྱི་སྟོབས་སུ་འགྲོ། ཉེས་པ་ལས་སྤར་སྒྲིག་པའི་སྟོབས་ནི།  
ཕྱིན་ཆད་སྒྲིག་ལ་བབ་ཀྱང་མི་བྱེད་སྟམ་པའི་སྒྲོམ་སེམས་བསྟེན་པ་སྟེ། དེ་  
ཡང་དང་པོ་ནས་ཉེས་སྒྲོད་ཆང་མ་གཏན་དུ་སྒྲོང་བྱབ་པ་དགའ་ཡང་། ཅ་བ་  
ནས་སྒྲོང་བྱབ་པ་རྣམས་ཅ་བ་ནས་དང་། དེ་ལྟར་མི་བྱབ་པ་རྣམས་ཀྱང་ཉིན་  
རེ་བཞིན་དུ་དེ་རིང་ཡང་མི་བྱེད། དེ་རིང་ཡང་མི་བྱེད་སྟམ་པའི་སྒྲོམ་སེམས་  
བསྟེན་པ་ཡིན། ཉིན་གྱི་སྟོབས་ནི། སྐབས་འགྲོ་སེམས་བསྐྱེད་བྱེད་པ་ཡིན་  
པས། རྟོར་སེམས་བསྐྱོམ་བསྐྱས་དང་། ལྷུང་བ་ཤགས་སོགས་གྱི་དབྱར་  
ཡང་སྐབས་སེམས་འབྱུང་བ་དེའི་གནད་གྱིས་ཡིན། རང་རེར་ཐོག་མེད་ནས་  
བསགས་པའི་སྒྲིག་པ་སྤར་རེ་རེ་ནས་རྒྱལ་པོའི་བང་མཛོད་ལྟར་ཡོད་ཀྱང་།  
སྟོབས་བཞིའི་བཤགས་སྒྲོམ་ཤུགས་ཅན་བྱང་ན་སྒྲོང་ངེས་གྱི་ལས་ཀྱང་  
འདག་བྱས་པ་སྒྲོར་ཆོས་སྐབས་ཁྱེས་པ་ལྟར་ཡིན།

གཞན་ཡང་བསྐྱབ་བརྟམ་ནས་གསུངས་པའི་ནམ་སྟོང་གི་བཤགས་  
པ་དང་། ལྷུང་བཤགས་བརྒྱུད་ཕྱག་དང་འབྲེལ་བ། གསེར་འོད་དམ་པའི་  
བཤགས་མདོ་འཇམ་མགོན་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་བཀའ་འབྲུམ་ཐོར་བྱའི་གས་  
སུ་བཞུགས་པ་སོགས་ལྟར་བྱས་ན་མཆོག་ཡིན། བཤགས་པ་བྱས་པའི་  
མཇུག་ཏུ་སྒྲིག་པ་ལྟག་མེད་དུ་དག་སོང་སྟམ་པ་དང་། མི་དམིགས་པའི་རྒྱས་  
འདེབས་བྱས་ན་སྒྲིག་པ་འདག་ཆ་བས་ཆེ་གསུངས། སྒྲིག་པ་ལ་སྒྲུང་ཆུང་  
བྱེད་པ་དང་། འཇིགས་བྲགས་ནས་བསྐྱད་པ་གཉིས་ཀས་མི་པན་པར། རང་  
ཅག་ལས་དང་པོ་བས་བཤགས་པ་བྱེད་པ་འདི་རང་གནད་ཆེ་བས་སྐྱལ་བྱེད་  
ཀྱི་གཟུངས་ལས་གསུངས་པའི་སྒྲིག་པ་དག་པའི་རྟགས་གསལ་པོ་ཡང་ཡང་  
མ་བྱུང་བར་དུ་བཤགས་པ་ལྷགས་བྲག་ལ་རྒྱན་རིང་བ་བྱ་དགོས། སྒྲར་ཞུས་  
པ་བཞིན་གྲ་རྒྱུད་རྣམས་ཀྱིས་ཆོགས་ཆོས་རྩ་འབྲིམ་པ་དང་། ཐོས་བསམ་  
སློབ་གཉེར། རྟགས་གསལ་བྱུང་སྟོར་གཅིག་ཅོད་པ་ཚུན་ཆད་ཀྱང་བསགས་  
སྒྱུར་གི་དོན་དུ་བྱས་ན་སྒྲིག་སྒྱུར་དང་། ཆོགས་གསོག་ཏུ་འགྲོ། གསུང་རབ་  
ལ་དབྱེད་པ་བྱས་པ་དེ་དབྱེད་སྟོམ་ཡང་ཡིན་པས། སྟོམ་ཞེས་པ་ལོགས་སུ་  
བྲག་ཕྱག་ཏུ་ལུས་གནད་བཅའ་དགོས་པའི་ངེས་པ་མེད། དེ་ལྟ་མིན་པར་  
འབྱེད་པོགས་དོན་གཉེར་དང་། གཞན་ཆར་གཅོད་པའི་ཆེད་ཅམ་དུ་ཐོས་པ་  
བྱས་ན་ཆོས་སྐུའང་མི་འགྲོ། དེས་ན་ཅོད་པ་སོགས་ཀྱི་ཆེ་ཡང་སྤྱིར་རྟོག་ལ་  
དམ་བཅའ་བ་དེ་ཁོ་ནར་མི་བཟུང་བར། རང་རྒྱུད་ལ་སྤྱིར་རྟོག་བྱས་ཏེ་དེའི་  
སྟོང་དུ་རྟགས་བཀོད། དེས་མཆོན་ནས་རང་ཅག་རབ་བྱུང་རྣམས་ཀྱིས་ནམ་

རྒྱུ་ཆོས་བྱེད་བཞིན་པ་དེ་ཉིད་བསམ་པས་ཆོས་སུ་སྒྱུར་བ་ལས་ལྷག་པའི་  
ཆོས་བྱེད་པར་ལོགས་སུ་འགོ་མི་དགོས། གཞན་གྱིས་པ་སྒྱུ་བོ་འདྲིག་ཏེན་པ་  
དག་ནི་ལོགས་སུ་ཆོས་ལ་བརྩོན་དགོས་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་དགོ་བཅུ་ནི་གྱིས་  
པ་ཚུན་ཆད་ཀྱིས་ཀྱང་ལག་ལེན་ལ་བཀའ། སྒྲིལ་བུ་འབྲིང་སོགས་སྤྱི་མ་  
རྣམས་ཀྱང་ལས་འབྲས་ཀྱི་ལག་ལེན་འདི་རྒྱ་ཆེ་དུ་སོང་བ་ཡིན་ཞེས་བདག་  
གི་སྒྲུ་མས་གསུངས། ལག་ལེན་ལ་འགོ་ལ་ལྷགས་ཀྱང་ཤིག་ལྟ་བུ་གསོད་  
པར་ཉེ་ནས་སེན་མོའི་སྤྱིང་དུ་བཞག་ཟེན་པ་ནའང་འདི་མི་དུང་སྒྲུ་མ་ནས་སྤྱིང་  
ལ། རྒྱུ་ཞིག་བཤད་པར་ཚོམ་པ་ནའང་དན་པས་སྤྱི་ནས་མ་ཞོར་བར་བརྒྱང་  
བས་མཆོན་ཏེ་སྤྱིག་པ་ཆུང་དུ་ནས་སྤྱིང་གང་ཐུབ་དང་། དགོ་བ་ཆུང་དུ་ནས་  
བྲེ་གསོག་ལུལ་གསོག་བྱས་ཏེ་བསྒྱུབ་དགོས། ཁ་ཅིག་གིས་སྤྱིག་པ་ཐོན་བུ་  
བྱས་ཀྱང་བཤགས་པ་བྱ་ཆོག་པས་སྤྱིན་མེད་སྒྲུ་མ་ན། སྤྱིག་པ་དང་པོ་ནས་  
མ་བྱས་པ་དང་། བྱས་ནས་བཤགས་པས་དག་པ་གཉིས་བྱུང་པར་ཤིན་ཏུ་  
ཆེ་སྟེ། དང་པོ་ནས་རྒྱང་པ་མ་ཆག་པ་དང་། ཆག་ནས་འཆིང་སོགས་བྱས་  
ཏེ་འབྱོར་བ་གཉིས་བྱུང་པར་ཆེ་བ་ལྟར། སྤྱིག་པ་བྱས་པ་རྣམས་སྤྱིན་སྤྱིང་མི་  
དགོས་པ་ཅུ་མ་གྱི་བཤགས་སྤྱིམ་ལྷགས་དག་བྱས་ཏེ་སྤྱིང་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡང་།  
ས་ལམ་ཐོབ་པ་ལ་ཏ་ཅང་རྒྱང་ཐག་བསྐྱིང་བ་བསྐྱེད་པའི་ཡུན་ཅུ་འགོར་  
འགོ་བའི་གཞོན་ཆབས་ཆེན་པོ་བྱེད་པ་འོང་།

དེ་ལྟར་བཤད་པ་དེ་དག་ཞུས་པ་ན། སྤྱིང་ཆེ་འདི་གཙོ་བོར་བྱས་ཏེ་སྤྱི་  
མ་དོན་གཉིས་ཀྱི་སྤྱོ་ཞར་བྱུང་ཅུ་མ་ལས་མེད་པ་ལ། ད་རེས་དལ་འབྱོར། མི་

རྟག་པ། ངན་སོང་གི་སྐྱུག་བསྐྱེད། སྐྱབས་འགོ་དང་ལས་འབྲས་ཀྱི་ཆོས་སྐྱོར་  
 རྣམས་ཐོས་པ་ལ་བརྟེན་ནས། དཀྱི་སྐྱེ་བ་ཕྱི་མའི་དོན་ཞིག་བསྐྱབ་དགོས་  
 པ་འདུག་སྙམ་དུ་དེ་ཕྱིན་ཆད་ཕྱི་མ་དོན་གཉེར་གཙོ་བོ་དང་། ཆེ་འདིའི་སྤང་  
 ་ལས་ཞར་བྱང་ཅམ་དུ་སོང་ན། སྐྱེས་བུ་ཆུང་དུའི་ལམ་རིམ་གྱི་རྟོགས་པའི་  
 སྐྱེ་དང་པོ་སྐྱེས་པ་རེད། དེ་ལྟར་སྐྱེས་ཀྱང་ད་དུང་ཡང་ཡང་གོམས་པར་བྱ་  
 དགོས་ཏེ། རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས། འོན་ཀྱང་བརྟན་པར་བྱེད་དགོས་པས་  
 དེ་བྱང་ནས་ཀྱང་འབད་དེ་སྤང་བར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དོ། །དེའི་  
 ཕྱིར་ངས་བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་འདིར་རྟོགས་པའི་སྐྱེ་དང་པོ་ཆོས་གྲལ་འདི་  
 རྣམས་སྐྱེ་འོང་བྱ་བའང་དེ་ཡིན་གསུངས། དེ་ནས་འབྲིང་དུ་སྐྱོས་ཏེ་བཤུད་པ་  
 མཛད། སྐྱོང་ཚུལ་མདོར་བསྟན་ལ། སྐྱོར་ཆོས་སྐྱོན་དུ་བཏང་། ལྷ་མ་སྐྱེ་བོར་  
 བཞུགས་པ་ལ་གསོལ་འདེབས་བྱས་ནས། ལས་འབྲས་སྐྱེ་བྱེ་བྲག་རྣམས་ས་  
 བཅད་བཀྲམ་སྟེ་བསམ། འཇུག་སྟོག་བྱ་བ་ནི་རྒྱན་གྱི་ལག་ལེན་ཡིན་པས་  
 འདིར་དམིགས་པ་སྐྱོང་མི་དགོས། ཐུན་མཆོམས་སུ་ལས་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་  
 གཞག་སྟོན་པའི་སྐྱོར་མདོ་མཛདས་སྐྱོན་དང་། ལས་བརྒྱ་པ། རྟོགས་བརྗོད་  
 བརྒྱ་པ། དུན་པ་ཉེར་གཞག་། འདུལ་བ་ལུང་སྟེ་བཞི་སོགས་ལ་ཡང་ནས་ཡང་  
 དུ་མཛལ་དགོས་པ་སྤར་གོང་དུ་ཡང་མདོ་ཅམ་བྱས་པ་ལྟར་ཡིན་གསུངས།

༥ ཉིན་བཅུ་བཞི་པར། ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོའི་གསུང་།  
 ལུས་སྟོག་གཡོ་བ་ཆུ་ཡི་ཆུ་བྱར་བཞིན། །ཞེས་སོགས་སྟོློ་ག་གཉིས་འབྲེན་  
 པར་མཛད་ནས་སྐྱོན་འགོ་ཀྱན་སྐྱོང་བཅོས་ཚུལ་མདོར་བསྟན་དང་། སྐྱོན་དུ་

རི་ལྟར་སོང་བའི་ས་བཅད་རྣམས་གསུངས་ཏེ། འཛིག་ཏེན་ཕྱི་མར་བདེ་བའི་  
ཐབས་དངོས་ལས་འབྲས་ཀྱི་སྐོར་ལ་བསྐྱར་བཤམ་པར་མཛད།  
གཉིས་པ།

སྐྱེས་བུ་འབྲིང་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་གྱི་རིམ་པར་སློབ་སྦྱང་བ་ལ་གཉིས།

ཐར་པ་དོན་གཉེར་གྱི་སློབ་སྦྱང་པ་དང་། ཐར་པར་བཟོད་པའི་ལམ་གྱི་  
རང་བཞིན་གཏན་ལ་དབབ་པའོ། །དང་པོ་ལ།

ཐར་པ་དོན་གཉེར་གྱི་སློབ་སྦྱང་པ་གཉིས།

འཁོར་བ་སྤྱི་འཇུག་བསྐྱེད་པས་མ་པ་དང་། སོ་སོའི་སྤྱག་བསྐྱེད་པས་མ་  
པའོ། །

འཁོར་བ་སྤྱི་འཇུག་བསྐྱེད་པས་མ་པ།

དེ་ཡང་སྐར་བཤམ་པའི་སྐྱེས་བུ་ཆུང་དུ་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་རིམ་ལ་  
བཏེན་ནས་མི་དགེ་བཅུ་སྟོང་གི་ཁྱིམ་ས་བསྐྱེད་ན་གནས་སྐབས་ངན་སོང་གི་  
སྤྱག་བསྐྱེད་ལས་ཐར་ཏེ་བདེ་འགྲོར་སྤྱི་བ་ཞིག་འབྱུང་ཡང་། དེ་ཙམ་གྱིས་  
མི་ཚོགས་སྟེ། དཔེར་ན་མི་ནག་ཅན་སྟེ་གཅིག་ནས་གསོད་རྒྱུར་ཐག་ཚོད་པ་

ཞིག་གཞན་གྱིས་ངོ་ཆེན་ཞུས་ཏེ། ཏྲ་ལྷག་ལ་ཐིགས་སོགས་ཉིན་བསྟར་གྱི་  
 བྲིམས་གྱི་ཉེས་པ་རེ་ཞིག་ཡང་དུ་སོང་ཡང་། སྤྱགས་གསོད་རྒྱ་ལས་མ་ཐར་  
 བ་བཞིན་དུ་འཁོར་བ་འདི་ལས་གཏན་ནས་ཐར་བ་ཞིག་མ་བྱུང་ན། སྦྱོང་  
 འཇུག་ལས། བདེ་འགྱོར་ཡང་དང་ཡང་འོང་སྟེ། །བདེ་བ་མང་པོ་སྦྱང་སྦྱང་  
 གྲང་། །ཞི་ནས་ངན་སོང་སྤྱག་བསྐྱེད་ནི། །ཡུན་རིང་མི་བཟད་ནམས་སྤྱུང་།  
 ཞེས་པ་ལྟར་ནམ་ཞིག་ལས་བཟང་པོའི་འཕེན་པ་བཟད་ནས་སྤྱར་ངན་སོང་དུ་  
 འགྱོ་བར་ཐག་ཆོད་པ་ཡིན། དེས་ན་སྤྱི་ཆད་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱི་རྒྱན་གཙོད་  
 པ་ཞིག་འདོད་ན་འཁོར་བ་འདི་ལས་གཏན་ནས་ཐར་བ་ཞིག་བྱ་དགོས། དེ་  
 ལ་སྦྱེས་བྱ་འབྲིང་གི་སྐབས་འདིར་ཐར་པ་དོན་གཉེར་གྱི་སྒོ་བསྐྱེད་དགོས་  
 པ་ཡིན་ལ། དེ་བསྐྱེད་ཚུལ་ལ། བདེན་བཞིའི་རང་བཞིན་དང་། ཉེན་འབྲེལ་  
 ཡན་ལག་བརྩ་གཉིས་བསམ་པའི་སྒོ་ནས་བསྐྱེད་པ་གཉིས་ཡོད། དེ་ལ་ཐར་  
 པ་ཞེས་པ་ནི་བཅིངས་པ་ལས་གྲོལ་བ་སྟེ། དཔེར་ན་ཐག་པ་ལ་སོགས་པས་  
 བསྐྱམས་པ་ལས་ཐར་བ་ན། དེ་ལས་ཐར་བ་ཞེས་ཟེར་བ་ལྟར་རང་རེ་ཐག་  
 བཅས་ཉེར་ལེན་གྱི་ཕྱང་པོའི་སྟེང་དུ་ལས་ཉིན་གྱི་ཐག་པས་བཅིངས་པ་ཡིན།  
 བཅིང་ལྷགས་ནི། དེ་གཉིས་ཀྱི་དབང་གིས་ཁམས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་འདོད་  
 ཁམས་སོགས་ཁམས་གསུམ་དང་། འགྱོ་བའི་དབང་དུ་བྱས་ན་རིགས་སྤྱག་  
 གམ་ལམ་རྒྱད་ལྔ་དང་། སྦྱེ་གནས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་མངལ་སྦྱེས་སོགས་  
 བཞི་ལ་ཕྱང་པོ་ཉིང་མཆོམས་སྤྱར་བ་ནི་བཅིངས་པའི་ངོ་བོ་ཡིན་པས་དེ་  
 ལས་གྲོལ་བ་ནི་ཐར་པ་ཡིན། སྦྱིར་འཁོར་བ་ཞེས་པའི་དོན་སྤྲིད་ཅེ་ནས་



མནར་མེད་གྱི་བར་ལུས་སྤངས་ནས་འཁོར་བ་ལ་བྱེད། སྒོ་བ་གཉེར་མ་བྱས་  
པ་ཆོས་འཁོར་བ་ཟེར་དུས་བྲིམ་དེ་འཁོར་བ་ཡིན་སྟུང་པ་དང་། རིགས་དུག་  
གི་གནས་དེ་འཁོར་བ་ཡིན་སྟུང་དུ་སེམས་པ་སྤྲས་བརྗོད་རིགས་ཅམ་དུ་  
རུང་ཡང་དེ་འཁོར་བ་དངོས་མིན་ལ། མཁས་པ་འགའ་ཞིག་གིས་འཁོར་བར་  
ཡང་ནས་ཡང་དུ་ཉིང་མཆམས་སྒྱུར་བའི་ཆ་སོགས་ལ་བཞེད་པ་ཡོད་ཀྱང་།  
རྒྱལ་མཆོག་བསྐལ་བཟང་རྒྱ་མཆོས་ཟག་བཅས་ཉེར་ལེན་གྱི་ཕུང་པོའི་སྒྲེ་  
བའི་རྒྱན་གྱི་ཆ་ལ་བཞེད་པ་ལྟར་ལེགས། དེའི་ཕྱིར་ལས་ཉོན་གྱི་དབང་གིས་  
ཡང་སྤིད་དུ་ཉིང་མཆམས་སྒྱུར་བའི་རྒྱན་ཆད་པ་ན་འཁོར་བ་ལས་ཐར་བ་  
ཡིན། དེ་ཡང་བཙོན་པ་བཙོན་ཁང་ལས་ཐར་བ་ལ་དེ་ལས་ཐར་འདོད་སྒྲེ་  
དགོས། དེ་ལ་བཙོན་རྩའི་སྒྲོན་མ་བསམས་ན་མི་འབྱུང་བ་བཞིན་དུ། འཁོར་  
བ་ལས་ཐར་འདོད་མེད་ན་ཐར་བའི་ཐབས་ལ་མི་བཙོན་ཞིང་། ཐར་འདོད་སྒྲེ་  
བ་ལ། བཞི་བརྒྱ་བ་ལས། མཁས་པ་རྣམས་ལ་མཐོ་རིས་ཀྱང་། །དཔྱལ་བ་  
དང་མཚུངས་འདིགས་བསྐྱེད་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་འཁོར་བ་ལ་སྒྲོ་  
ཤས་སྒྲེ་དགོས། དེ་ལ་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱལ་བསམ་དགོས།

དེ་བསམ་ཚུལ་ལ་བདེན་བཞིའི་སྒྲོ་ནས་དང་། རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་  
བཅུ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་བསམ་ཚུལ་གཉིས་གསུངས་པ་ལས། འདིར་དང་  
པོའི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་འཆད་ན། བཙོན་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཐོག་མར་ཡུལ་སྤྱ་  
ར་རྒྱ་སིར་འཁོར་ལོ་དང་པོའི་སྐབས་འཁོར་ལྡ་སྒྲེ་བཟང་པོ་ལ། དགོ་སྒྲོང་དག  
།འདི་ནི་སྤྱག་བསྐྱལ་འཕགས་པའི་བདེན་པའོ། །འདི་ནི་ཀུན་འབྱུང་འཕགས་

པའི་བདེན་པའོ། །འདི་ནི་འགོག་པ་འཕགས་པའི་བདེན་པའོ། །འདི་ནི་ལམ་  
 འཕགས་པའི་བདེན་པའོ། །ཞེས་སོགས་བདེན་བཞི་ལན་གསུམ་རྣམ་པ་བརྟུ་  
 གཉིས་སུ་བཞུས་ཏེ་བསྐྱོར་བའི་བདེན་བཞིའི་ཚོས་འཁོར་གསུངས། བདེན་  
 པ་ཞེས་པ་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་རི་ལྟར་གཟེགས་པ་བཞིན་བདེན་པས་  
 བ་དེ་ལྟར་བརྗོད། དེ་ཡང་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་ཀུན་འབྱུང་སྟོན་དུ་  
 གསུངས་དགོས་ཀྱང་། འདིར་བདེན་བཞིའི་གོ་རིམ་སྟོན་སྟེ་སྟུག་བསྐྱེད་  
 བདེན་པ་སྟོན་དུ་གསུངས་པའི་གནད་ནི། རིམ་བཞིན་སྟུག་བསྐྱེད་ལ་ཡིད་  
 འབྱུང་སྟེ་བའི་ཕྱིར་དང་པོར་སྟུག་བསྐྱེད་བསྟན་ཏེ། དེ་ལ་ཡིད་འབྱུང་མེད་  
 པར་དེའི་རྒྱ་སྟོང་འདོད་མི་འབྱུང་བས་སོ། །བྲལ་བ་ལ་ཐོབ་འདོད་དང་པོར་  
 སྟེས་ནས་དེའི་རྒྱར་ལམ་ལ་བརྩོན་པར་འབྱུར་བས་ན། འདི་གདུལ་བྱའི་  
 ཉམས་ལེན་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་གསུངས་པས། འདི་བཞི་ནི་ཐར་འདོད་  
 རྣམས་ཀྱིས་སྤང་སྤང་བྱ་རྒྱུའི་གཙོ་བོ་ཞིག་ཡིན། དེ་ཡང་རྗེ་བཙུན་བྱམས་  
 པས་རྒྱད་སྒྲ་མ་ལས་སྟུག་བསྐྱེད་ཤེས་པར་བྱས་ནས་སྟུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ་  
 མེད་པར་བྱེད་དགོས་པ་སོགས་ཀྱི་དཔེས་གསུངས་ཏེ། བདེན་པའི་སྟུག་བསྐྱེད་  
 ཀྱི་རྒྱ་ནི་སྤང་བྱ་ལ། །བདེར་གནས་ཐོབ་བྱ་སྟོན་ནི་བསྟོན་པར་བྱ་བ་ལྟར།  
 །སྟུག་བསྐྱེད་རྒྱ་དང་དེ་འགོག་པ་དང་དེ་བཞིན་ལམ། །ཤེས་བྱ་སྤང་བྱ་རིག་  
 པར་བྱ་ཞིང་བསྟོན་པར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན། རང་རེ་ནད་ཀྱིས་ན་  
 བའི་སྐྱབས་དེའི་རྒྱ་ངོས་བཟུང་ནས། རྒྱ་དེ་གཙོད་པའི་ཕྱིར་སྟོན་བསྟོན་པ་  
 བཞིན་ཡིན། འདི་ལྟ་བུ་ཆེན་པོས་རྒྱ་ལ་དཔེར་མཛད་དེ། ཐར་བདེ་བར་ཉལ་

བའི་ཆེ་འོག་རྩ་ཆུ་ཤོར་བ་དང་། དེ་གང་ནས་ཤོར་བ་དེ་ནས་བཀག་འདོད་  
སྐྱེ་བ་བཞིན་ཡིན་པར་གསུངས། དེས་ན་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་ནད་ལས་ཐར་བའི་  
ཐབས་ལ་བཙོན་པ་ལ་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྩ་དང་བྲལ་འདོད་དགོས་ལ། དེ་སྐྱེ་  
བ་ལ་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྩ་ཅད་གཙོད་པ་དགོས། དེ་འབྱུང་བ་ལ་སྐྱུག་བསྐྱེད་  
གྱིས་མནར་བ་དེ་ཉིད་ཤེས་དགོས་ཏེ། རྗེ་རིན་པོ་ཆེས། སྐྱུག་བདེན་ཉེས་  
དམིགས་བསམས་ལ་མ་འབད་ན། །ཐར་པ་དོན་གཉེར་རི་བཞིན་མི་སྐྱེ་ཞིང་།  
།ཀུན་འབྱུང་འཁོར་བའི་འཇུག་རིམ་མ་བསམས་ན། །འཁོར་བའི་རྩ་བ་གཙོད་  
ཚུལ་མི་ཤེས་པས། །སྤིང་ལས་ངེས་འབྱུང་སྐྱོ་ཤས་བསྐྱེན་པ་དང་། །འཁོར་  
བར་གང་གིས་བཅིངས་པ་ཤེས་པ་གཅེས། །ཞེས་གསུངས། བདེན་བཞི་རེ་  
རེ་ལའང་རིམ་བཞིན་མི་རྟག་སྐྱུག་བསྐྱེད་སྟོང་པ་བདག་མེད་བཞི། རྩ་ཀུན་  
འབྱུང་རྒྱུན་རབ་སྐྱེ་བཞི། འགོག་པ་ཞི་བ་གྲུ་ལོ་མ་ངེས་འབྱུང་བཞི། ལམ་  
རིགས་པ་སྐྱབ་པ་ངེས་འབྱེན་བཞི་སྟེ་བྲུང་ཆོས་བཞི་བཞི་ཡོད། ཟག་བཅས་  
ཉེར་ལེན་གྱི་ཕུང་པོ་ལ་ཆོར་བ་བདེ་སྐྱུག་བཏང་སྟོམས་གསུམ་ལས། ཟག་  
བཅས་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་མ་གཏོགས་གཞན་གཉིས་ལ་སྐྱུག་  
བསྐྱེད་ཡིན་པར་མི་ཤེས་ཏེ། སྐྱར་སྐྱགས་པ་ཞིག་གིས་ཁོ་རང་གི་བྱ་སྤྲོད་  
རྣམས་ལ། བྲོད་ཆོ་སྐྱུག་པ་ལས་ང་རང་ལྟ་རིག་འཛིན་ཞིང་དུ་འགོ་ཆོག་ཆོག་  
ཡིན་ཟེད། རྗེས་སུ་སྐྱགས་པ་དེ་ནད་གྱིས་ཐེབས་ཏེ་འཆི་ལ་ཉེ་བ་ན། བྱ་སྤྲོད་  
ཆོས་སྐྱགས་འཆང་ལགས་བྲིད་ལྟ་རིག་འཛིན་ཞིང་དུ་ཐེབས་ཆོག་ཆོག་རེད་  
དེ། དེད་ཆོ་སྐྱུག་བྲས་པས། སྐྱགས་པ་ན་རེ། ང་ལ་སྤྲོད་པའི་དབང་མེད་པ་མ་

གཏོགས་དབང་ཞིག་ཡོད་ན་ལྟ་རིག་འཛིན་ཞིང་དུ་འགོ་བ་ལས་བྱེད་རྣམས་  
 དང་མཉམ་དུ་སྒྲིབ་སྒྱུ་བྱུང་བ་རང་དགའ་བེར་བ་ལྟར་དང་། ཨ་ཙ་ར་མ་རྒྱུ་འི་  
 གཏམ་སྒྱུད་ལྟར་རང་ཅག་གིས་འཁོར་བ་ལ་སྦྱིད་པོ་འདུག་སྟམ་ནས་ཆགས་  
 པ་ལས་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་དུ་མི་ཤེས། སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྒྱུ་ཀྱན་  
 འབྱུང་བདེན་པ་ཡིན་པར་ཤེས་ནས་སྤང་དགོས།

ཀྱན་འབྱུང་ལ་ལས་ཀྱི་ཀྱན་འབྱུང་དང་ཉོན་མོངས་པའི་ཀྱན་འབྱུང་  
 གཉིས་ཡོད། སྤྱུག་བསྐྱེད་དང་བྲལ་བའི་འབྲས་བྱུའི་ཆ་ནི་འགོག་བདེན་དང་།  
 འགོག་བདེན་དེ་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་སུ་གྱུར་པའི་ཆ་དེ་ལས་བདེན་ཡིན།  
 འགོག་བདེན་ཐོབ་པ་ལ་ལས་བདེན་ཉམས་སུ་སྒྲངས་ནས་ཐོབ་དགོས། དེས་  
 ན་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཤེས་པར་བྱ་བ་ལ་ལས་རིམ་ཆེན་མོ་ལས་གསུངས་པའི་སྤྱུག་  
 བསྐྱེད་བརྒྱུད་དང་། སྤྱུག་དང་། གསུམ་བསམ་པ་རྣམས་སུ་ཡོད་པ་ལས།  
 བརྒྱུད་མིའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་དུ་བསྐྱུས། གསུམ་བྲལ་བ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་  
 དུ་བསྐྱུས་ཏེ། འདིར་འཁོར་བ་སྦྱིའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་བསམ་པ་ལ་ས་བཅད་སྤྱུག་  
 ལས། དང་པོ་ངེས་པ་མེད་པའི་ཉེས་པ་ནི། རེ་ཞིག་བདེ་འགྱོར་སྦྱེས་ཀྱང་།  
 འཁོར་བ་འདིར་སྦྱེ་བ་ཞིག་སྒྲངས་ཕྱིན་ཆད་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཁོ་ན་ལས་མ་འདས་  
 ཏེ། འཁོར་བའི་བདེ་སྦྱིད་ལ་ཡོད་བཟོན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པའི་ཕྱིར། དེ་ཡང་  
 ཆེ་སྤྱི་ལ་མཆོན་ན། དག་གཉིས་པ་མ་སོགས་གོ་ལྡོག་སྟེ་འབྱུར་ནས་འགོ་  
 བ། སྤར་མི་ཆང་ཞིག་གི་པ་ཀན་དེས་ཏྲག་ཏུ་ཁང་རྒྱབ་ཀྱི་རྫིང་གི་ཉ་ཐོས་  
 པ་ལས། ཁོ་ཤི་ནས་དེའི་ཁང་རྒྱབ་ཀྱི་རྫིང་དུ་ཉར་སྦྱེས་ལ། མ་དེ་བྲིམ་ལ་

ཆགས་པས་མི་ཚང་དེ་གའི་བྱིར་སྐྱེས་ཤིང་། རྒྱུ་མ་ལ་བྱི་བྱས་པའི་དགྲ་  
བསད་པ་རྒྱུ་མ་ལ་ཆགས་པའི་དབང་གིས་དེའི་བྱར་སྐྱེས་ནས་ཡོད་པ་  
ལས། བྱིས་པ་དེའི་བྱས་པ་ཉ་ལ་སྐྱེས་པ་དེ་བཟུང་ནས་བསད་དེ། དེའི་ཤ་བ་  
བའི་ཆོ། མའི་སྐྱེ་བ་བྱི་དེས་ཉ་རུས་བ་བ་ན་བྱ་དེས་བརྟུང་བ་དང་། དགྲའི་སྐྱེ་  
བ་བྱ་རྒྱུ་དེ་པང་དུ་ཁུར་བ་གཟིགས་ནས་ཤུ་རིའི་བྱས། ས་ཤ་བ་ཞིང་མ་ལ་  
འཆོག་། །བསད་པའི་དགྲ་ཐོ་པང་དུ་ཁུར། །རྒྱུ་མས་སྤྱོ་ཡི་རུས་པ་འཆལ། །  
འཁོར་བའི་ཆོས་ལ་གད་མོ་བློ། །ཞེས་གསུངས། དེར་མ་བད་བཤེས་སྤྲངས་  
ལས། ས་ནི་བྱ་ཉིད་མ་ནི་རྒྱུ་མ་ཉིད། །སྐྱེ་བོ་དགྲར་གྱུར་པ་ཡང་བཤེས་ཉིད་  
དང་། །བརྒྱུག་པ་ཉིད་དུ་མཆི་བས་དེ་སྤྲད་དུ། །འཁོར་བ་དག་ན་དེས་པ་འགའ་  
མ་མཆིས། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན། རང་རེས་དགྲ་གཉེན་སོགས་ཉྱལ་  
པར་དེ་ཉིད་དུ་དེས་པ་བཞིན་བྱེད་མོད་ཀྱང་དེས་པ་མེད། ཆེ་འདིའི་ཆེ་སྟོད་  
ཆེ་སྤྲད་ལའང་གཉེན་དགྲར་འགྱུར་བ་དང་། དགྲ་གཉེན་དུ་འགྱུར་བ་སོགས་  
དང་། ལྷག་དབུལ་ཡང་དགས་འཕྲོག་པ་སོགས་ཀྱིས་ཁ་སང་གི་ལྷག་པོ་དེ་དེ་  
རིང་སྤྲང་པོར་འགྱུར་བ་སོགས་མཐོང་ཆོས་སུ་ཡོད་པ་བཞིན་སྤྲད་ཅིག་སྤྲད་  
ཅིག་ལ་འགྱུར་འགྲོ། བྱིས་བདག་དཔལ་སྐྱེས་ཀྱི་རབས་རྒྱས་པར་གསུངས་  
ནས། བྱད་མེད་ཅིག་གི་རོ་ལ་འཁོར་བའི་སྐྱེལ་དང་། ཤིང་ཆེན་པོ་ཞིག་སྟོག་  
ཆགས་མང་པོས་བ་བ། མི་གཅིག་ལ་གཤེན་རྗེའི་སྐྱེས་བུ་མགོ་བརྟན་མི་  
འདྲ་བ་མང་པོས་བརྟེན་པ། རྒྱ་སྤོན་གྱི་རུས་སྤོན་རི་རྒྱུད་ཅུ་ཉི་མའང་སྤྱི་བ་  
ཐུབ་པ་ཞིག་རྣམས་མཐོང་བ་ལས། མོ་རྒྱལ་བྱས། དང་པོ་ནི་རང་གི་ལུས་ལ་

ཆགས་པ་བྱད་མེད་ཅིག་གི་སྐྱེ་བ་དང་། གཉིས་པ་ནི་དགོ་འདུན་གྱི་ཤིང་ལ་  
 བག་མེད་དུ་སྐྱུང་བ་དང་། གསུམ་པ་ནི་རྩོན་པ་ཞིག་གི་སྐྱེ་བ་དང་། བཞི་པ་ནི་  
 དཔལ་སྐྱེས་རང་གི་སྐྱེ་བ་སྤྲ་མའི་རུས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་སྤར་རྒྱལ་པོ་ཞིག་  
 ལ་སྒོན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་མི་ནག་ཅན་ཞིག་ཞལ་སྤེ་རི་ལྟར་གཙོད་རྒྱུ་ལ་  
 རྒྱལ་པོ་མིག་མང་རྩེ་བ་ལ་ཡེངས་ནས་ཡོད་པས་བྲིམས་ལུགས་ལྟར་ཆོད་  
 ཅིག་ཅེས་པའི་གཏམ་ཞིག་ཞོར་བས། དེའི་རྒྱུན་གྱིས་མི་ཞིག་བསད། སྤར་  
 མིག་མང་བེན་ནས་རྒྱལ་པོས་དེ་རི་ལྟར་བྱས་རྒྱུ་ལ་ན། སྒོན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་  
 བསད་བེན་ཚུལ་བརྗོད་པར། རྒྱལ་པོ་ཤིན་ཏུ་འགྲོད་པ་སྐྱེས་ཀྱང་། མི་ནག་  
 ཅན་དེ་བསད་པའི་སྤྲིག་པས་ཚུ་སྤོན་དུ་སྐྱེས་ནས་ཡུན་རིང་སོང་། རྣམ་ཞིག་  
 ར་ཁོའི་ཁར་རྒྱ་མཚོར་བྱ་གཞིངས་ཀྱིས་བགྲོད་པའི་ཆོང་པ་འགའ་ཞིག་སྤེལ་  
 ཏུ་ཉེ་བ་ན། ཆོང་པ་རྣམས་སྐྱག་ནས་སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་འགོ་བྱས་པའི་  
 སྤྲ་ཚུ་སྤོན་དེས་ཐོས་པས་ཁ་བཙུམ་སྟེ་སྟོགས་གིར་ཤི་བ། དེའི་རོ་རྒྱ་མཚོའི་  
 སྤྲ་རྣམས་ཀྱིས་མཚོ་ཁ་དེར་བསྐྱལ་བར་གསུངས་ལ། དེ་ལྟར་དང་པོར་རྒྱལ་  
 པོར་སྐྱེས། དེ་ནས་ཚུ་སྤོན་དུ་བྱུང་། ཡང་མིར་བྱུར་པ་སྟེ་དེས་པ་མེད་ལུགས་  
 དེ་ལྟར་ཡིན།

གཉིས་པ་རྩོམས་པ་མེད་པའི་ཉེས་པ་ནི། བྱེ་མ་ལེབ་གཟུགས་དང་། རི་  
 དྲགས་སྐྱ་དང་། བྱང་བ་རི་དང་། སྤང་ཆེན་རེག་བྱ་ལ་ཆགས་པས་བྱང་བ་ལྟར་  
 འཁོར་བའི་བདེ་སྐྱིད་འདི་ནི་ལན་ཚུའི་ཚུ་འཐུང་བ་བཞིན་རི་ཅམ་བྱང་ནའང་  
 རྩོམས་པ་མེད་པ། དཔེར་ན། དདུལ་སྤང་གང་དོ་ཅམ་ལས་མེད་པ་ཞིག་ལ།



སྤང་བཅུ་ཙམ་བྱུང་ན་བསམ། དེ་བྱུང་བའི་ཆེ་ན། ཡང་བརྒྱ་བྱུང་ན་བསམ།  
དེ་བྱུང་ན་སྟོང་བྱུང་ན་བསམས་ནས་རི་ཙམ་བྱུང་ཡང་མི་ངོམས། མདོ་རྒྱ་  
ཆེར་རོལ་བ་ལས་ཀྱང་། རྒྱལ་པོ་ལྷ་ཡི་འདོད་པ་གང་ཡིན་དང་། །མི་ཡི་  
འདོད་པ་བཟང་པོ་གང་ཡིན་པ། །འདོད་པ་དེ་དག་མི་གཅིག་གིས་ཐོབ་ཀྱང་།  
།དེས་ཀྱང་མི་ཆོག་དེས་ཀྱང་ཡང་འཆོལ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལྷ་མིའི་  
བདེ་སྦྱིད་ལྷ་བྱ་ལ་མཆོན་ན། རྒྱལ་པོ་དང་ལས་རྒྱས་སྦྱིང་བཞི་ལྷ་གནས་དང་  
བཅས་པར་དབང་བ་བྱུང་ཡང་མ་ངོམས་པར། མཐར་བསོད་ནམས་ཟད་  
ནས་འཇམ་སྦྱིང་འདིར་མར་ལྷུངས་པའི་སྐབས་ཁ་ཆེམས་བཞག་པ་བཞིན་  
འདོད་པས་མི་ངོམས་པ་ལས་སྦྱོན་ཆེ་བ་མེད། དེ་བཞིན་དུ་ཡུལ་གཅིག་ལ་  
དབང་ན་ཡུལ་གཉིས་ལ་དབང་བྱེད་དུ་ཡོད་ན་སྙམ་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་རི་  
ཙམ་ལ་དབང་བྱུང་ཡོད་ཀྱང་མི་ངོམས་ཤིང་། རི་ཙམ་གྱི་དཔལ་འབྱོར་ཞིག་  
བྱུང་ཡང་ད་དུང་བྱུང་ན་བསམས་ནས་དེའི་དོན་དུ་ངལ་རྩལ་ཆེན་པོས་འབད་  
སྐབ་བྱེད་དགོས་པ་འོང་། ཆོག་ཤེས་མེད་ན་ནོར་ལོངས་སྦྱོད་རི་འབྲུ་ཞིག་  
འཇོམས་ཀྱང་སྤང་པོ་དང་བྱེད་མེད་དེ། སྟོན་རྒྱ་གར་ན་དབུལ་པོ་དེས་པས་  
ནོར་བྱ་རིན་ཐང་བལ་བ་ཞིག་རྟེན་པ་སྤྱད་བུལ་བ་དེ་ལ་སྦྱོད་དགོས་ཞེས་  
རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་ལ་སྤུལ་ནས་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ཆོག་ཤེས་མེད་པས་དབུལ་  
ཤོས་ཡིན་ཞུས་ཚུལ། ནོར་རྩལ་མེད་ཀྱང་ཆོག་ཤེས་ཡོད་ན་དེ་ལྷག་པོ་ཡིན་  
ཏེ། བཤེས་སྦྱིང་ལས། ཀུན་དུ་ཆོག་ཤེས་མཛོད་ཅིག་ཆོག་མཁྱེན་ན། །ནོར་  
མི་བདོག་ཀྱང་ཡང་དག་འབྱོར་པ་ལགས། །ཞེས་དང་། འབྲོ་མགོན་གཙང་པ་

ཀྱུ་རས་པས། ཚོག་ཤེས་ཅན་གྱི་སྒོ་ཁང་ན། །སྤྱག་པོ་སྒོ་ཉལ་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་  
དེ། །འདོད་པ་ཅན་གྱིས་མ་ཚོར་བར་ཡོད་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
ཚོག་ཤེས་མ་བྱུང་ན་ངོམས་པའི་མཐའ་མེད། དེས་ན་ཚོག་ཤེས་དང་ངོམས་  
པ་མེད་པ་འདི་སྒྲིན་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ཡིན་གསུངས།

གསུམ་པ་ལུས་ཡང་ནས་ཡང་དུ་འདོར་བའི་ཉེས་པ་ནི། ལུས་ངེ་ལྟར་  
སྒྲངས་ཀྱང་ཡིད་བརྟན་མེད་དེ། བཤེས་སྒྲིངས་ལས། ལྷ་ཡུལ་འདོད་བདེ་ཤིན་  
ཏུ་ཆེན་པོ་དང་། །ཆངས་ཉིད་ཆགས་བྲལ་བདེ་བ་ཐོབ་ནས་སྤྱར། །མནར་མེད་  
མེ་ཡི་བྱད་ཤིང་གྱུར་པ་ཡིས། །སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱིན་མི་འཆད་པ་བསྐྱེན་འཆལ་  
ལོ། །ཉི་མ་ལྷ་བའི་ཉིད་ཐོབ་རང་ལུས་ཀྱི། །འོད་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་མཐའ་དག་སྤང་  
བྱས་ཏེ། །སྤྱར་ཡང་ཐུན་ནག་སྤྱག་ཏུ་བྱིན་གྱུར་ནས། །རང་གི་ལག་པ་བརྒྱུང་  
བའང་མི་མཐོང་འགྱུར། །ཞེས་སྒྲིན་ཆད་ཆངས་པ་དང་བརྒྱ་བྱིན་སོགས་ཀྱི་  
ལུས་གྲངས་མེད་པ་སྒྲངས་ཀྱང་དོན་གང་ཡང་མ་བྱུང་ལ། །སྤྱར་ཡང་མནར་  
མེད་སོགས་དང་། །ཡང་བྲན་སོགས་སྤྱ་སྒྲིས་པ་དང་། །སྐབས་སྐབས་སྤྱ་ཉི་  
མ་དང་ལྷ་བའི་ལྟར་སྤྱ་སྒྲིས་ཏེ་ལུས་ཀྱི་འོད་ཀྱིས་སྒྲིང་བཞི་གསལ་བར་བྱས་  
ཀྱང་། དེ་ནས་ཤི་འཕོས་ཏེ་སྒྲིང་བར་གྱི་ཐུན་ནག་ཏུ་སྤྱ་སྒྲིས་ཏེ་རང་གི་ལག་པ་  
བརྒྱུང་བསྐྱེད་ཅམ་ཡང་མི་མཐོང་བར་གསུངས་པ་དང་། །སྤྱར་ལྷ་མིའི་འོངས་  
སྤྱོད་ཀྱང་འདི་ཡོད་མ་སྤྱོད་ཞེས་ཟེར་བྱུ་མེད་པ་ལྟ་བུ་གང་ཡང་འོངས་སྤྱོད་  
སྤྱོད་ཡང་ཡིད་བརྟན་མེད་དེ། །སྒྲིན་ཆད་ལྷ་ཡུལ་དུ་སྤྱ་སྒྲིས་ནས་གདན་དུ་དོ་རྩེ་  
པ་ལམ་སོགས་བཏིང་། །ཁང་པ་ཡང་རིན་པོ་ཆེ་འབའ་ཞིག་ལས་གྲུབ་པ་ལ་

ལན་མང་པོར་ལོངས་སྤྱད་ཀྱང་། ད་ལྟ་ཀོམ་གདན་སོགས་ལས་མི་འདུག་  
པ་འདི་བཞིན་ཡིན་ལ། བརྒྱ་གྲིན་དུ་སྒྲུབ་ཀྱང་སྤྲོད་དཔུལ་པོར་གྱུར་ན་བརྒྱ་  
གྲིན་དུ་སྒྲུབ་པ་དེས་མ་པན་པ་ཡིན། གཞན་ཡང་། མཐོ་རིས་བྱ་མོའི་རུ་མ་  
ཤེད་པ་ལ། །རེག་པས་བདེ་བ་ཡུན་རིང་སྤྱོད་ནས་སྤྲོད། །དཔུལ་བར་འཐག་  
གཙོད་དབྱད་པའི་འཕྲུལ་འཁོར་གྱི། །རེག་པ་ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་བསྟེན་འཆའ་  
ལོ། །ཞེས་སོགས་ལྟར་སྟོན་ཆད་ལྟ་ཡུལ་དུ་སྒྲུབ་ཏེ་ལྟའི་བྱ་མོ་རྣམས་དང་  
མཉམ་དུ་བདེ་བ་ཡུན་རིང་སྤྱོད་ནས། དེ་ལས་ཆེ་འཕོས་ཏེ་དཔུལ་བར་སྒྲུབ་  
ནས་ལས་མཁན་འདིགས་སུ་རུང་བས་མཐའ་བསྐྱོར་ཏེ་སྤྱག་བསྐྱུལ་སྤྱོད་  
བ་དང་། ལྟའི་འཆི་མེད་གྱི་བདུད་རྩི་ལ་སྤྱད་སྤྱད་ཀྱང་། དེ་ལས་འཕོས་ཏེ་  
དཔུལ་བའི་བྲོ་ཆུ་ཁོལ་མ་འཐུང་སར་སྒྲེ་དགོས་ཚུ་ལ། སྟོན་ཆད་འཁོར་ལོས་  
བསྐྱར་རྒྱལ་སོགས་བྱས་ནས་འབངས་མི་བྲིམ་འབུམ་སྤག་མང་པོ་དང་  
རྒྱལ་སྤིང་སྤྱོད་བདུན་སོགས་ལ་དབང་བསྐྱར་ཡང་། ད་ལྟ་དེ་སྐབས་ཀྱི་ལག་  
རྩིས་པན་ཐོགས་པ་གང་ཡང་སྟོན་རྒྱ་མེད་ཅིང་། ད་དུང་སྤྲར་ཞུས་པ་ལྟར་  
འདོད་ཡོན་ལ་ཆགས་པ་གོང་འཕེལ་དུ་སོང་ནས་ངོམས་པ་མེད་པར་དེའི་  
དོན་དུ་སྤྲིག་པ་བསགས་ནས་ངན་འགྲོར་འགྲོ་བས་ཉེས་དམིགས་དེ་ལྟར་  
ཡོད། བདག་གི་སྐྱབས་མགོན་ལྷ་མ་རིན་པོ་ཆེའི་ཞལ་ནས། སྤྲར་སྤྲ་མ་ཞིག་  
འདའ་ཁར་གཞན་གཅིག་གིས་ཞལ་ཆེམས་ཞུས་པར། འཁོར་བའི་བྱ་བ་ལ་  
སྤྱོད་པོ་མེད་ཅེས་པ་ལན་མང་པོ་བསྐྱར་ཏེ་གསུངས་པའི་ལོ་རྒྱུས་གསུང་  
གིན་ཡོད། དེ་བཞིན་དུ་རང་རེ་ཡང་འཁོར་བ་འདིར་ལུས་རི་འདྲ་ཞིག་སྤངས་

ཉེ་དཔལ་འབྱོར་ལོངས་སྤྱོད་བཟང་པོ་རི་ཙམ་ཐོབ་ཀྱང་དེ་སྟོན་ནང་བཞིན་  
 ལས་སྤྱོད་པོ་གང་ཡང་མི་འབྱུང་། སྤར་རང་ཅག་འཁོར་བསྐྱར་གྱི་རྒྱལ་པོར་  
 སྤྱིས་སྐྱབས་གྱི་ལྷམ་གཅིག་ཕུ་ལའང་འཛིག་ཉེན་འདིའི་འབྱོར་པ་ཐམས་ཅད་  
 གྱིས་རིན་ཐང་མི་ཆོད་པ་ཙམ་གྱོན་སྤྱོད་བ་མང་པོ་བྱང་ཡང་མ་པན། རྒྱལ་པོ་  
 དང་དབུལ་པོ་གཉིས་ཀྱང་བར་དོའི་འཕྲང་འགྲིམ་པའི་ཆེ་བཟང་ངན་མི་འབྱུང་  
 བར་འདྲ་མཉམ་ཡིན། དེས་ན་སྤྱན་སྤྱོད་བའི་ཞལ་ནས། རོ་པོ་སྟོན་པ་ཐོག་མ་  
 མེད་པ་ནས་ཅི་འདྲའི་ལུས་ཤིག་སྤངས་པ་ལ། ད་རེས་བཞིན་དུ་ཐེག་ཆེན་གྱི་  
 ཆོས་བྱེད་མ་སྤྱོད་བས་འབྱུང་དགོས། ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་གཟབ་དགོས་  
 གསུངས།

བཞི་པ་ཡང་ཡང་ཉིང་མཆམས་སྤྱོད་བའི་ཉེས་པ་ནི། བཤེས་སྤྱོདས་  
 ལས། མ་ཡི་ཐུག་མཐའ་རྒྱ་ཤུག་ཆི་གྱུ་ཙམ། །རི་ལུས་བགྲངས་ཀྱང་ས་ཡིས་  
 ལང་མི་འབྱུར། །ཅེས་དང་། སྤྱང་ན་བསལ་བ་ལས་ཀྱང་། ཡང་དང་ཡང་དུ་  
 དམུལ་བ་ན། །ཟངས་ཁྱེན་བསྐྱོལ་བ་གང་འབྱུངས་པ། །རྒྱ་མཆོའི་ནང་གི་ཚུ་  
 ལ་ཡང་། །དེ་ཡི་ཆོད་ཙམ་ཡོད་མ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྟོན་ཆད་  
 དམུལ་བར་སྤྱིས་ནས། ཟངས་ཁྱེན་ཁོལ་མ་འབྱུང་བའང་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོའི་  
 ཚུ་ལས་མང་ཙམ་བརྟུང་བེན་ཀྱང་། ད་དུང་འཁོར་བའི་སྤྱི་རྒྱུན་གཅོད་ཐུབ་  
 པ་ཞིག་མ་བྱུང་ན། དེ་ལས་ཀྱང་ལྷག་ཙམ་འབྱུང་དགོས་པར་འབྱུར་བ་དང་།  
 ཁྱི་དང་ཕག་ཏུ་གྱུར་པ་ན། །མི་གཙང་བ་ནི་གང་ཐོས་པ། །རི་ཡི་རྒྱལ་པོ་ལྷན་  
 པོ་ཡི། །ཆོད་ལས་ཤིན་ཏུ་ལྷག་པར་འབྱུར། །ཞེས་སྟོན་ཆད་ཁྱི་དང་ཕག་ཏུ་

གྱུར་ནས་མི་གཙང་བ་ཟོས་པ་ཡང་རི་རབ་ལས་ཆེ་ཙམ་ཞིག་བྱ་སྤྲང་མོད།  
སྤྱན་ཆད་ཀྱང་འཁོར་བའི་སྤྱི་མཐའ་གཙོད་མ་བྱུང་ན། དེ་ལས་ཀྱང་ལྷག་ཙམ་  
བྱ་དགོས་པ་དང་། མཛེའ་བཞེས་རབ་ཏུ་བྲལ་བ་ཡིས། །འཁོར་བའི་གནས་  
སྤྱ་གང་དུས་པ། །མིག་གི་མཆི་མའི་ཐིགས་པ་ཡི། །སྒོད་དུ་རྒྱ་མཚོ་འང་རུང་  
མ་ཡིན། །ཞེས་སྤྱན་ཆད་པ་མ་བྱ་སྤྱན་སོགས་དང་བྲལ་ནས་དུས་པའི་མཆི་  
མ་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ལས་ཀྱང་ལྷག་ལ། ད་དུང་ཡང་འཁོར་བའི་སྤྱི་མཐའ་ཆོད་  
པ་ཞིག་མ་བྱུང་ན། དེ་ལས་མང་བ་ཞིག་དུ་རྒྱ་བསྐྱེད་ཡོད། བན་ཚུན་དག་  
ཏུ་ཚོད་པའི་སྤྱིར། །མགོ་བོ་བཅད་པ་གང་ཡིན་པ། །སྤྲངས་ན་དེ་ལྟར་མཐོ་བ་  
ནི། །ཆངས་པའི་འདྲིག་ཏེན་ལས་ཀྱང་ཐལ། །ཞེས་སྤྱན་ཆད་འཐབ་མོ་བྲས་  
ཏེ། དབྱས་རང་གི་མགོ་བོ་བཅད་པ་སྤྲངས་ན་རི་རབ་ལས་ཀྱང་མཐོ་ལ། སྤྱི་  
ནས་ཀྱང་འཁོར་བའི་སྤྱི་རྒྱུན་འདི་གཙོད་མ་བྱུང་སྤྱིན་སྤྱ་མ་བས་ལྷག་པ་  
ཞིག་གཙོད་ངེས། སྤྱིན་བྱུར་གྱུར་ཅིང་རབ་བཀའ་པས། །ས་ལུང་ཟོས་པ་  
གང་ཡིན་པ། །འོ་མའི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་དུ། །དེ་ཡིས་བཀང་ན་ཤིན་ཏུ་འགོང་  
། །ཞེས་པ་ལྟར་རང་ཅག་འདམ་རྩ་བ་གྱི་སྤྱིན་བྱུར་སྐྱེས་ཏེ་མི་གཙང་ས་ལུང་  
ཟོས་པ་མཐའི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོའི་སྒོད་དུ་བསགས་ཀྱང་མི་ཤོང་བའི་ཆོད་ཙམ་  
ཟོས་ཟེན་ལ། ད་དུང་འཁོར་བ་ལས་མ་ཐར་ན་དེ་བས་མང་ཙམ་བྱ་དགོས་པ་  
དང་། ལྷ་སྤྱུང་གིས། །རེ་རེས་རྒྱ་མཚོ་བཞི་བས་ལྷག་པ་ཡི། །འོ་མ་འཐུངས་ཏེ་  
ད་དུང་སོ་སོ་ཡི། །སྤྱི་བོའི་རྗེས་སུ་འབྲང་བའི་འཁོར་བ་པས། །དེ་བས་ཆེས་  
མང་ཉིད་ཅིག་བརྟུང་འཆལ་ལོ། །ཞེས་པ་ལྟར་སྤྱན་ཆད་འཁོར་བ་འདིར་ལུས་

ཡང་ཡང་སྒྲངས་ཏེ་མའི་རྒྱ་ཞོ་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོ་བཞི་བས་ལྷག་ཅམ་བཏུང་བེན་  
 ཅིང་། ད་ཏུང་འཁོར་བའི་སྐྱེ་བ་བསྒྲིག་ཐུབ་པ་ཞིག་མ་བྱུང་ན། དེ་ལས་ཆེས་  
 མང་བ་ཞིག་འབྱུང་དགོས། སྒྲར་སྐྱེས་བྱ་ཆུང་དུའི་སྐབས་བསམས་པ་ལྟར་  
 འཆི་བ་ཐེངས་རེ་དང་ངན་སོང་དུ་སྐྱེས་པ་ལན་རེ་ལའང་སྐྱག་བསྐྱེད་དང་  
 འཇིགས་པ་དེ་ལྟར་ཡོད་ན། སྒྲར་དེ་ལྟ་བུའི་སྐྱེ་ཞི་སོགས་གངས་མེད་སྤྱོད་  
 དེས་ལ་སྐྱག་བསྐྱེད་དང་འཇིགས་པ་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ལྟ་ཅི་སྒོས། དེད་ཆོས་ད་  
 ལྟ་མཐོང་ནའང་སྐྱག་པ་སྐྱེ་བའི་སྒྲིག་པ་རྩ་ཅན་གྱི་ལུས་སྒྲངས་པའང་སྐྱངས་  
 ན་རེ་རབ་དང་མཉམ་པ་ཅམ་དུ་ཡོད་ལ། སྒྲན་ཆད་ཀྱང་འཁོར་བ་འདིའི་སྐྱེ་  
 རྒྱུ་ཆོད་པ་ཞིག་བྱ་མ་རུས་ཆོ། སྒྲིག་པ་རྩ་ཅན་གྱི་སྐྱེ་བའང་དེ་ལས་མང་  
 ཅམ་པ་ཞིག་ལེན་ངེས་གསུངས།

ལྷ་པ་ཡང་ཡང་མཐོ་དམན་དུ་འགྱུར་བའི་ཉེས་པ་ནི། འདུལ་བ་ལྷང་  
 ལས། བསགས་པ་ཀྱན་གྱི་མཐའ་འཇོག་ཅིང་། །མཐོན་པོ་རྣམས་ཀྱི་མཐའ་  
 ལྷང་འགྱུར། །ཕྱད་པའི་མཐའ་ནི་འབྲལ་བ་སྟེ། །གསོན་པའི་མཐའ་ནི་འཆི་བ་  
 ཡིན། །ཞེས་ཞོར་རྫས་བསགས་པའི་མཐའ་འཇོག་པ་དང་། མཐོན་པོའི་མཐའ་  
 ལྷང་བ། འདུས་པའི་མཐའ་འབྲལ་བ། སྐྱེས་པའི་མཐའ་འཆི་བ་སྟེ་འདུས་བྱས་  
 གྱི་མཐའ་བཞེར་གསུངས་པ་ལྟར་འཁོར་བའི་ཕུན་ཆོག་གས་ཇི་འདྲ་བ་ཞིག་  
 ཐོབ་ཀྱང་མཐའ་རྒྱད་པས་མ་བསྐྱས་པ་མེད་པས་ན། དགོ་བཤེས་གསང་ཕྱ་  
 བས། འཁོར་བ་འདིར་གན་བྱབ་མང་པོ་ཞིག་བྱེད་དགོས་པ་འདི་ཉམས་ལ་  
 རེ་མ་བབས། ཞེས་གསུངས་པ་རེད། དེར་མ་བཟད་ཚོལ་བ་དུ་མས་བསྐྱབས་



བསྐྱབས་པའི་གནས་ཁང་འབྱོར་བ་སོགས་ཀྱང་། ཡང་ན་དབྱས་འཕྲོག་  
གཤ། ཡང་ན་བདག་པོ་རང་ཉིད་ཞི་བ་ལྟ་བུ་བྱུང་སྟེ་མཐའ་མི་འཁྲོལ། རང་རེ་  
ཟླ་སྟོབ་སོགས་ད་ལྟ་མཉམ་དུ་འཛོམས་པ་འདི་ནམས་ཀྱང་ལོ་ཁ་ཤས་ཞིག་  
སོང་མཆམས་ནས་ངེས་པར་འབྲལ་ཏེ་འགོ། རྒྱལ་མཆོག་བསྐྱལ་བཟང་རྒྱ་  
མཆོས། མཐོ་བ་ཉིད་ཀྱང་མི་རིང་དུས་སུ་རྒྱུ་རྒྱུ་པས་བསྐྱུན་འོས་བྱན་དུ་འབྱུང་།  
།ཞེས་དང་། བཞེས་སྤྲིངས་ལས། བརྒྱ་བྱིན་འཛིག་ཏེན་མཆོད་འོས་བྱུར་ནས་  
ནི། །ལས་ཀྱི་དབང་གིས་བྱིར་ཡང་ས་སྟོང་ལྷུང་། །འཁོར་ལོས་སྐྱར་བ་ཉིད་དུ་  
བྱུར་ནས་ཀྱང་། །འཁོར་བ་དག་ཏུ་ཡང་བྱན་ཉིད་དུ་འབྱུང་། །ཞེས་གསུངས་པ་  
ལྟར་མཐོ་བ་ལ་ཆངས་པ་བརྒྱ་བྱིན་སོགས་ཀྱང་དེ་ལྟར་འབྱུང་། དམའ་བ་ལ་  
རང་རེ་འཛིག་ཏེན་འདིའི་ཐོབ་གོ་ས་བྱུང་བ་སོགས་ལའང་སྟོང་པོ་མེད་དེ། རྗེ་  
ཀྱང་ཐང་པས། མིང་གོ་ས་སྐྱམ་པོའི་ཤིང་སྟོང་ལ། །རྗེ་མཐོ་རྗེ་མཐོར་འཛིག་  
ཆེས་ན། །སྤ་ས་ནས་ཆག་པ་ཨ་ཅ་མ། །རྟེན་པ་རུ་བསྐྱད་ན་ཆོག་པ་ལ། །ཞེས་  
པ་ལྟར་ཆེ་སྤྲི་མ་བཟ། ཆེ་འདིར་ཡང་ཡིད་བརྟན་མེད་པར་རྒྱལ་པོ་བཙུན་  
ཁང་དུ་སྟོད་དགོས་པ་སོགས་ཡོད། སྤར་སྟེ་སྟོད་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཆོ་ཞེས་  
གཞུང་ས་མཆོག་གི་ཆབ་སྟོད་ཀྱི་ལུགས་སྟོལ་མང་པོ་གསར་དུ་འཇུགས་པ་  
པོ། སྟོབས་འབྱོར་མངའ་ཐང་མཁྱེན་པ་ཞིན་ཏུ་ཆེ་བ་དེ་ཡང་མཐར་རྒྱལ་པོ་  
ལྟ་བཟང་དང་འཁོན་ནས་མགུལ་ཤོར་ཏེ་དབུ་ཡང་སྟོད་ལུང་ཁྱི་བམ་ཁར་ཉིན་  
མང་པོར་ལུས་པ་སུས་ཀྱང་བདག་སྟོད་བྱ་མ་པོད་པ་དང་། སྤས་དང་བཙུན་  
མོ་སོགས་ཀྱང་ས་མཐར་སྤང་འབྲམ་དུ་འགོ་དགོས་བྱུང་བ་དང་། རྒྱལ་པོ་ལྟ་

བཟང་ཡང་རྗེས་སུ་རྟུན་གར་གྱི་དམག་བྱང་སྟེ་བཀོངས་པ་སོགས་ལྟར་ཡིན་གསུངས།

རྟུག་པ་གྲོགས་མེད་པའི་ཉེས་པ་ནི། དང་པོར་ཨ་མའི་མངལ་སྒོ་ནས་སྐྱེ་བའི་སྐྱབས་ཀྱང་རང་གཅིག་ཕྱར་སྐྱེ། བར་དུ་ན་ཆ་ལྟ་བུའི་རྟུག་བསྐྱེལ་བྱང་ནའང་རང་གཅིག་ཕྱར་སྐྱེ། མཐར་ཉི་བའི་ཆེ་ཡང་རང་གཅིག་ཕྱར་མར་གྱི་དཀྱིལ་ནས་སྐྱེ་བའི་ལྟ་བུའི་ལྟ་བུ་ལས། གྲོགས་བྱ་མཁན་མེད་དེ། སྐྱོད་འཇུག་ལས། སྐྱེ་བ་གཅིག་ཕྱར་སྐྱེ་འགྱུར་ཞིང་། །འཆི་ནའང་དེ་ཉིད་གཅིག་འཆི་སྟེ། །རྟུག་བསྐྱེལ་སྐྱེལ་གཞན་མི་ལེན་ན། །གོགས་བྱེད་མཛའ་བས་ཅི་ཞིག་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས། ཡིད་བརྟན་མི་རུང་སྲིད་པའི་ཕུན་ཆོག་གས་ཀྱི། །ཉེས་དམིགས་རིག་ནས། །ཞེས་གསུངས་པའང་འཁོར་བའི་བདེ་སྐྱོད་དང་ཕུན་ཆོག་གས་རི་འདྲ་ཞིག་བྱང་ཡང་ཡིད་བརྟན་མེད་པའི་དོན་ཡིན་པས་འཁོར་བའི་མཛའ་བ་ཤེས་འདི་ལ་ཕྱགས་བརྟན་པ་གཅིག་ཀྱང་མེད། དེ་ལྟར་འཁོར་བའི་རྟུག་བསྐྱེལ་སྐྱེལ་ཕྱིང་ཕྱགས་དང་། དེ་ཡང་མཐའ་མེད་ཚུལ་ལ་བསམས་ན་ཡི་ཐང་ཆད་དགོས་པ་ཞིག་ཡོད་པས། སྐྱིར་གྱི་འཁོར་བ་ལ་མཐའ་ཡོད་མེད་རིམ་ལྟར་ཡིན་ཡང་། རང་གི་འཁོར་བ་འདིའི་མཇུག་རྗེས་ཐབས་ཤིག་བྱ་དགོས། རང་གི་འཁོར་བ་མཐའ་ཅན་དུ་བྱས་ཏེ་རྟུག་བསྐྱེལ་ལ་མཐའ་ཡོད་པ་ཞིག་བྱེད་འདོད་ན། སྐྱར་ཞུས་པ་ལྟར་འཁོར་བའི་སྐྱེ་བྱུན་གཙོད་ཐུབ་པ་དགོས་གསུངས།

གཉིས་པ།

## སོ་སོའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་བསམ་བཤེས་གཉིས།

ངན་འགྲོའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་བསམ་བཤེས་དང་། བདེ་འགྲོའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་བསམ་བཤེས་པའོ། །དང་པོ་ནི་ཆང་ནད་ཅན་ཆང་ལ་ཞེན་པ་ལོག་པ་བཞིན་སྤར་སྐྱེས་བུ་ཆུང་དུ་འོས་སྐྱབས་བསམས་ཐེན་ནས། གཉིས་པ་བདེ་འགྲོའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་བསམ་བཤེས་གསུམ། མིའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་བསམ་བཤེས་ལ། ལྷ་མ་ཡིན་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་བསམ་བཤེས་ལ། ལྷའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་བསམ་བཤེས་པའོ། །དང་པོ་ལ་བདུན་ལས། སྐྱེ་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་བསམ་བཤེས་པ་ནི། སྤར་བ་ཤད་པའི་ངན་སོང་གི་སྐྱུག་བསྐྱེད་དེ་ལྷར་ཡིན་ན། འོ་ན་ལྷ་དང་མིར་སྐྱེས་ན་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཆུང་ཆུང་ངམ་སྣམ་ན། འཁོར་བ་འདིར་སྐྱེས་ཕྱིན་མངོན་མཐོའི་ལུས་ཉིན་ཐོབ་ཀྱང་སྐྱུག་བསྐྱེད་འབའ་ཞིག་ལས་མ་འདས་ཏེ། རང་ཅག་མིར་སྐྱེས་ཀྱང་ཆོས་བྱས་ན་དོན་ཆེ་བ་མ་གཏོགས་གཞན་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཤིན་ཏུ་ཆེ་སྟེ། སྤར་སྐྱེ་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་དེ་ལྷར་སྐྱོང་ཚུལ་མངལ་གྱི་བ་སོགས་ཀྱི་སྐྱེན་གྱིས་ཆང་མ་བརྗེད་ཐེན་པས་ད་ལྟ་མི་དྲན་མོད། ཕྱིས་ནས་མིའི་སྐྱེ་བ་ཞིག་ལེན་ཐུབ་པ་བྱུང་ན་དེའི་ཆེ་སྐྱེ་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཆ་ཆང་སྐྱོང་དགོས། དེ་ཡང་མའི་མངལ་དུ་ཞུགས་པ་ནས་ཕྱིར་མ་བཅས་པའི་བར་ལ་མངལ་གྱི་གནས་སྐྱབས་སྤྲད་པས་ཀྱི་ཆ་ཤས་རེ་རེ་སྐྱེ་བའི་སྐྱབས་སུ་སྐྱུག་བསྐྱེད་རེ་ཡོད་དེ། དང་པོ་ཁྱ་ཁྱག་གི་དབུས་སུ་ནམ་ཤེས་ཞུགས་པའི་སྐྱབས་ལུས་ཀྱི་ཆོད་དེ་ཞོ་ལྷ་བུ་ཞིག་ལས་མེད་པས་དེའི་ནང་དུ་རང་གི་ནམ་ཤེས་ཞུགས་པ་ན། དཔུལ་བའི་བར་པོ་ཆེའི་ནང་དུ་འཆོད་པ་ལྟ་

བྱེ་སྐྱུག་བསྐྱེད་དང་། དེ་ནས་ཡན་ལག་གི་འབྱར་མགོ་ལྟ་དོན་པ་ན། རྒྱང་  
ཤིང་གིས་བརྒྱང་བ་ལྟ་བུའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་དང་། ཡན་ལག་རྣམས་རེ་རེ་དོད་པ་  
ནའང་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལྟ་བུ་པོ་རེ་ཡོད། ཨ་མས་བརྒྱང་བ་ཆ་མོ་འབྱུང་བ་དང་།  
འགྲུལ་བ་སྐྱོད་བྱེད་པ། ཉལ་བ་སོགས་ཀྱི་ཆེ་ཆུ་ཆོད་དུ་འཆོད་པ་དང་། རྒྱང་  
གིས་འབྱེད་བ་དང་། རི་ཆོད་པོས་ནོན་པ་ལྟ་བུའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་སྤྱོད་། དེ་དག་  
གི་སྐྱབས་ཀྱང་སྒྲོ་བ་སྐྱེད་ས་ལས། ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་བྱིང་མི་གཙང་བཅེར་  
བས་འགགས། །རབ་ཏུ་དོག་པ་ཐུན་ནག་ཐེབས་པོར་འདུག་པ་ཡི། །མངལ་  
གནས་དཔྱལ་བ་ལྟ་བུའི་ནང་དུ་དེ་ཞུགས་ནས། །ལུས་ཡོངས་བསྐྱམ་ལ་སྐྱུག་  
བསྐྱེད་ཆོད་པོ་མནག་དགོས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དཔེར་ན། རང་རེ་  
ལྷགས་ཀྱི་བུམ་པ་མི་གཙང་བ་སྐྱ་ཆོགས་ཀྱིས་བཀའ་བ་ཞིག་ཏུ་བཅུག་ནས་  
ཁ་དམ་དུ་བཅད་དེ་ཉིན་གཅིག་ཙམ་བཞག་ན་སྒྲོད་ཚུགས་ཐབས་ཡེ་མེད་པ་  
ལྟར་མའི་མངལ་དོག་ཅིང་ཐུན་པ་གནག་ལ། མི་གཙང་བྱིང་བའི་ནང་དུ་ཟླ་བ་  
དགྲུ་དང་ངོ་བཅུའི་རིང་སྒྲོད་དགོས།

དེ་ནས་འདུ་ཤེས་ལྟ་ཤིང་ཉེ་མངལ་ནང་དུ་སྐྱུགས་ཐོ་བའི་རྣམ་པས་  
ཕྱིར་ཐོན་འདོད་བྱུང་ནས་མངལ་སྒོ་ནས་ཕྱིར་སྐྱེ་བའི་སྐྱབས་ཀྱང་། སྒྲོ་བ་  
སྐྱེད་ས་ལས། དེ་ནི་རིམ་གྱིས་ཉིལ་མར་བཅོར་སྐྱུད་སྤྱོད་པ་ཡི། །བཅོར་བ་  
ལྟར་བྱས་དེ་ནས་ཅི་ཞིག་ལྟར་ཉེ་བཅས། །ཞེས་པ་ལྟར་རང་གི་ལུས་འཇུར་  
མིག་ནས་བྱངས་པ་ལྟ་བུའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་དང་། བཅས་པའི་སྐྱབས་བ་སྐྱང་གི་  
པགས་པ་དམར་བ་ཤུས་བྱས་པ་ལྟ་བུ་དང་། ལྟན་རི་ཙམ་འཇམ་པའི་སྐྱང་

དུ་བཞག་ཀྱང་ཆེར་དོང་དུ་སྐྱར་བ་ལྟ་བུ་དང་། བྱི་རོལ་གྱི་རྒྱང་གིས་རེག་པ་  
ན་གྱི་མཆོན་གྱིས་བརྟེན་པ་ལྟ་བུ་དང་། མའི་ལག་པས་བཟུང་སྟེ་ཁྲིར་བ་ན་  
བྱེུ་ཁས་ཁྲིར་བ་ལྟ་བུ་འདི་འདྲིལ་སྐྱག་ཆེན་པོ་འབྱུང་། གཞན་ཡང་ཆེ་སྒྲ་  
མའི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་འགྲིབ་ནས་ཤེས་རབ་སོགས་གང་ཡང་མེད་པར།  
བ་ཉལ་འགྲོ་འདུག་ཚུན་ཆད་གཞི་ནས་སློབ་དགོས་པ་ཡོད། སྐྱེ་བའི་སྐྱག་  
བསྐྱལ་བ་སློམ་པ་ན་འང་གཞན་ལ་པར་ལྟ་མོ་བལྟ་བ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པར་རང་  
ཉིད་དེ་ལྟར་དུ་སྐྱེ་ངེས་པ་དང་། སྐྱེས་པ་བཞིན་གྱི་ཉམས་བཏོན་ཏེ་དགའ་བོ་  
མངལ་འདུག་གི་མདོ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་སྐྱག་བསྐྱལ་རྣམས་བསམ།  
ཁ་ཅིག་གིས་སྐྱེ་བའི་སྐྱག་བསྐྱལ་སྤྱོད་ཆར་བས་སྐྱོན་མེད་སྟམ་པ་འོང་ཡང་།  
འཁོར་བའི་བྱི་མཐའ་མ་ཆོད་གྱི་བར་དུ་སྐྱེ་བའི་སྐྱག་བསྐྱལ་གཅིག་བུ་མཐའ་  
མེད་པར་སྤྱོད་དགོས་པས་བཟོད་དཀའ་ཚུལ་སོགས་གསུངས།

ཀྱ་བའི་སྐྱག་བསྐྱལ་ནི། མདོ་རྒྱ་ཆེར་རོལ་པ་ལས། ཀྱ་བས་གཟུགས་  
སྐྱག་གཟུགས་ནི་མི་སྐྱག་གེད། །ཀྱ་བས་གཟེ་བརྟེན་འཕྲོག་ཅིང་མཐུ་སྟོབས་  
འཕྲོག། །ཀྱ་བས་བདེ་བ་འཕྲོག་ཅིང་བརྟན་པར་གེད། །ཀྱ་བས་འཆི་བྱེད་ཀྱ་  
བས་མདངས་ཀྱང་འཕྲོག། །ཅེས་སོགས་ལྟར། གཟུགས་བཟང་པོ་ཡོངས་སུ་  
ཉམས་པ། མཐུ་སྟོབས་ཉམས་པ། དབང་པོ་ཉམས་པ། དུལ་ལ་འོངས་སྤྱོད་  
པ་ཉམས་པ། ཆེ་ཡོངས་སུ་ཉམས་པ་སོགས་གྱི་སྐྱག་བསྐྱལ་ཏེ། དབང་པོ་  
དང་ཤེས་རབ་སོགས་རིམ་གྱིས་འགྲིབ། ལུས་ནི་གཞུ་ལྟར་གྲུག། །མདངས་  
ཉམས། ལངས་འདུག་དཀའ་ཞིང་། སྐྱ་དཀར་གཉེར་མ་མང་བ་སོགས་ཤིན་

ཏུ་མི་སྤྱུག་པ་སྐྱེ་བ་འཕྲོས་པ་ལྟ་བུ་འབྱུང་སྟེ། རྗེ་མིད་ལའི་ཞལ་ནས། བཏོད་  
 ཕུར་འདོན་པའི་ལྷང་ལུགས་དང་གཅིག ། བྱ་ལ་འཇབ་པའི་འགྲོ་ལུགས་དང་  
 གཉིས། །ས་དོ་ཆད་པའི་སྒྲོད་ལུགས་དང་གསུམ། །གསུམ་དེ་གསུམ་འཛོམ་  
 པའི་དུས་ཚོད་ན། །ཨ་ཕྱི་སྐྱེ་ལུས་རྒྱད་པའི་ཡིད་པམ་མ། །ཞེས་དང་། ཕྱི་  
 པགས་པ་འདུས་པའི་གཉིས་མ་དང་གཅིག །ནང་ཤ་ཁྲག་ཟད་པའི་དུས་འབྱུར་  
 དང་གཉིས། །བར་སྐྱེན་སྤྱུགས་འོན་ལོང་ཐོམ་ཡོར་དང་གསུམ། །གསུམ་དེ་  
 གསུམ་འཛོམ་པའི་དུས་ཚོད་ན། །ཨ་ཕྱི་མི་སྤྱུག་སྟོན་པའི་ཁོ་གཉིས་མ། །ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། འདི་ཐམས་ཅད་ཀྱང་འཁོར་བར་གནས་པའི་སྐྱོན་རེད།  
 བཀའ་གདམས་པའི་དགེ་བཤེས་ཀ་མ་བའི་ཞལ་ནས། ཀླས་པ་ཁད་ཀྱིས་  
 ཁད་ཀྱིས་འོང་བས་དྲག །དུས་གཅིག་ལ་འོང་ན་བསྐྱེད་ཐབས་མེད། ཅེས་  
 གསུངས་པ་བཞིན། དོ་རྒྱུ་བ་གཞོན་རྒྱ་བཀྲག་མདངས་ལང་ཆོ་དང་ལྷན་བཞིན་  
 དུ་ཉལ་ནས། སང་ནམ་ལངས་པ་ན་དབང་པོ་མི་གསལ་བ་དང་། ལུས་ཀླས་  
 ཤིང་འཁོག་པ་སོགས་དེ་ལྟར་གྱུར་འདུག་ན་བསྐྱེད་ཐབས་མེད། དེས་ན་ད་ལྟ་  
 དབང་པོ་དང་ཤེས་རབ་དང་ལུས་སོགས་མ་ཉམས་པའི་དུས་འདིར་ཆོས་བྱ་  
 དགོས་ཀྱི། ཕྱིས་ནས་ཀླས་པའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱིས་ནོན་ཏེ་མི་ལུས་འཕྲོས་པ་  
 བཞིན་དུ་ལུས་ཀྱི་གནས་སྐབས་འབྱུང་། དབང་པོ་ཉམས་ཤིང་ལངས་འདུག་  
 ཅུམ་ཡང་མི་ཐུབ་པར་གྱུར་ན། དེའི་ཆོ་ཆོས་རྗེ་ལྟར་འབྱུང་། གྱུང་ཐང་བསྐྱེད་  
 པའི་སྐྱོན་མེས་ཀྱང་། ཀླས་པ་ཨ་ཁྱེ་འྲི་རྩུའི་ཆུས། །མགོ་ནས་དབང་རབ་  
 བསྐྱུར་བ་འདྲ། །སྐྱ་ལོ་དུང་ལྟར་དཀར་བ་འདི། །ནག་ནོག་དེ་མ་དག་པ་མིན།།



འཆི་བདག་མཆིལ་མའི་རྒྱང་མདའ་དེ། །བ་མོའི་ཐོལ་གྱིས་བབས་པ་ཡིན། །  
དཔལ་བའི་རྩ་གཉེར་ཁྱིམ་ཁྱིམ་འདི། །བུ་ཆུང་རྒྱག་པའི་ཞོ་གཉེར་མིན། །ཆེ་  
ཆོད་ལོ་མང་འདས་པའི་གྲངས། །དུས་ཀྱི་ཕོ་ཉས་བྲིས་པ་ཡིན། །ཞེས་པ་དང་།  
སྒྲ་ཆུ་ཐིགས་ཐིགས་འབབ་པ་འདི། །ལུ་ཉིག་དོ་ཤལ་བསྟར་བ་མིན། །གསལ་  
འཆོར་ལང་ཆོའི་ཆབ་རོམ་དེ། །གདུང་བྱེད་ཉི་མས་བཞུས་པ་ཡིན། །སོ་ཡི་  
ཐྱེང་བ་ལྷུང་བ་འདི། །སྐྱེ་འདོད་སེའུ་བརྗེས་པ་མིན། །ཆེ་འདིའི་ཁ་བས་ཆོང་བ་  
ཡིས། །བ་བྱེད་ལག་ཆ་བསྟུས་པ་ཡིན། །ཞེས་དང་། བཞིན་རས་བསྟུས་ཤིང་  
མདོག་ངན་པ། །སྤྱེའུའི་འབྲ་འབག་གྱོན་པ་མིན། །གཡར་པོའི་ལང་ཆོ་བྱེར་  
བྱེར་བས། །མི་སྟུག་རང་མདོག་བསྟན་པ་ཡིན། །མགོ་བོ་ཡུག་ཡུག་བྱེད་པ་  
འདི། །གཞན་གྱི་བྱ་བར་འབྲ་བ་མིན། །མཐར་བྱེད་དབྱུག་པའི་སྤྱེ་ཕོག་པས།  
མ་བཟོད་ལྷད་པ་འདར་བ་ཡིན། །ལམ་ལ་ཁ་གཏད་བསྟར་བ་འདི། །རྒྱ་ཁབ་  
བོར་ནས་ཆོལ་བ་མིན། །ས་ལ་ལང་ཆོའི་ཁོར་བུ་དང་། །དམ་པ་སྟོར་བའི་རྣམ་  
འགྱུར་ཡིན། །ལངས་ཆེ་སྟུག་བཞི་འཇུག་པ་འདི། །ལྷུགས་ཀྱི་ལད་མོ་བྱས་  
པ་མིན། །བྱིན་པས་ལུས་པོ་མ་ཐེག་པའི། །རམ་འདེགས་ལག་པས་བྱེད་པ་  
ཡིན། །སྤྲོད་ཆེ་ཆེམ་གྱིས་ལྷུང་བ་འདི། །གྲོགས་ལ་འཁང་ར་བྱེད་པ་མིན། །སྤྲོ་  
དགའི་སེམས་ཀྱི་དབྱང་ཐག་དང་། །ལང་ཆོའི་བྱངས་ཐག་ཆད་པ་ཡིན། །འགྲོ་  
ཆེ་ཡོམ་ཡོམ་འཁྱོར་བ་འདི། །མི་ཆེན་གོམ་སྟབས་བྱེད་པ་མིན། །ན་ཆོད་ཁུར་  
པོ་ཏ་ཅང་རང་། །སྤྱི་བས་ཡོ་བྲང་ཞོར་བ་ཡིན། །ལག་པ་ཡབ་ཡབ་འདར་བ་  
འདི། །ཁོར་ལ་ཏལ་ཤ་བྱེད་པ་མིན། །ལག་པར་འོང་ཆོད་ཅིག་ཅར་དུ། །གཤིན་

རྗེས་སྒོགས་གྱིས་དོགས་པ་ཡིན། །བཟའ་བརྟུང་ཉུང་ཤས་སྒྱུད་པ་འདི། །ཟས་  
ལ་སེར་སྒྲ་བྱེད་པ་མིན། །སྟོ་བའི་མེ་བྱོད་ཉམས་པ་ཡིས། །མི་ཀན་སྐྱེལ་གྱིས་  
དོགས་པ་ཡིན། །གོས་ཚུང་སྒྲ་བ་བདེ་གྱོན་པ་འདི། །ཡང་ཆས་བྱས་ནས་  
འབྲུག་རྒྱ་མིན། །ནང་གིས་ལུས་སྟོབས་ཞོར་བ་ཡིས། །གོས་ཀྱང་ཁུར་དུ་  
སོང་བ་ཡིན། །སྟོད་དབྱགས་འཆང་ཞིང་ཕུ་འདེབ་པ། །གཞན་ལ་སྒྲགས་སྒྲག་  
བརྟེན་པ་མིན། །དབྱགས་གྱི་འགྲུ་བ་བྲེང་བྲེང་འདི། །ནམ་མཁར་ཡལ་འདོད་  
སྒྲ་ལྟས་ཡིན། །བྱ་སྒྱུད་ཐམས་ཅད་འགྱུར་བ་འདི། །ཅོལ་ཚུང་གང་དུན་བྱེད་པ་  
མིན། །ཀས་པའི་གདོན་གྱིས་བེན་པ་ཡིས། །རང་འདོད་དབང་ནི་མེད་པ་ཡིན།  
ལས་དོན་ཐམས་ཅད་བརྗེད་པ་འདི། །སྤང་ཚུང་ཉར་རྒྱག་བྱས་པ་མིན། །རྟེན་  
གྱི་དབང་པོ་ཉམས་པ་ཡིས། །དུན་རིག་ཤེས་པ་རྟེན་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་  
པ་བཞིན་སྐྱོད་ཀར་དང་གཉེར་མ་བྱུང་བ་སོགས་ལས་གྱི་གཤེན་རྗེས་གསོད་  
རྟགས་བརྒྱབ་པ་ལྟར་ཡིན། །གཞན་ཡང་འཆི་བས་འཛིགས་པའི་ཡིད་མི་བདེ་  
བ་སོགས་གྱི་སྒྲུག་བསྐྱེད་མང་དུ་ཡོད།

ན་བའི་སྒྲུག་བསྐྱེད་ནི། རྒྱ་ཆེར་རོལ་བ་ལས། དཔེར་ན་དབྱུག་སྒྲད་  
ཚུང་དང་ཁ་བ་ཆེ། །རྩ་ཤིང་གཤམ་པ་ནགས་སྒྲན་མདངས་ཀྱང་འཕྲོག། །དེ་ལྟར་  
ནད་འདི་འཕྲོ་བའི་མདངས་འཕྲོག་ཅིང་། །དབང་པོ་གཟུགས་དང་སྟོབས་ནི་  
ཉམས་པར་བྱེད། །ཅེས་པ་ལྟར། ལུས་གྱི་རང་བཞིན་འགྱུར་བ། སྒྲུག་བསྐྱེད་  
དང་ཡིད་མི་བདེ་བ་འཕེལ་ཞིང་དེ་ལ་ཤས་ཆེར་གནས་པ། ལུས་གྱི་འོངས་  
སྒྱུད་ཡིད་དུ་འོང་བ་མི་འདོད་པ། ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་ལ་མི་འདོད་བཞིན་དུ་

སྤྱད་དགོས་པ། སྒོ་ག་དང་འབྲལ་བར་འགྱུར་བས་ཡིད་མི་བདེ་བ་སོགས་  
གྱི་སྤྱུག་བསྐྱལ་ཏེ། ལུས་གྱི་སྟོབས་ཤོར་ཁ་སྒྲ་བསྐྱམས་ཤིང་བརྗེས། །ཞེས་  
སོགས་ལྟར་སྒྲིམ་པ་དར་མ་ཞིག་ཡིན་ཡང་མལ་ས་ན་སྤྱད། ལུས་གྱི་སྟོབས་  
ཤོར་ཞིང་བཟྱག་མདངས་ཉམས་པ་སོགས་དང་། རྒྱས་པར་ན། བད་རེ་རེ་  
བཞིན་གྱིས་མནར་ལུགས་བསམ་སྟེ། གནད་གཅོད་དྲག་པོ་བྱུང་ནས་མཐར་  
ཁ་ཆེམས་ཅ་མ་ཡང་འཛོག་མི་ཐུབ་པའི་ཚུལ་སེམས་པ་དང་། རྒྱལ་བྱ་གཞོན་  
ཏུ་དོན་གྲུབ་གྱིས་ཀྱང་ན་རྒྱས་འཆི་བ་སོགས་གཟིགས་ནས་བསྒྲོམས་ཏེ་ཐར་  
པ་ལ་གཤེགས་ཚུལ་སོགས་གསུངས།

འཆི་བའི་སྤྱུག་བསྐྱལ་ནི། རྒྱ་ཆེར་རོལ་བ་ལས། འཆི་དང་འཕོ་དང་  
འཆི་འཕོ་དུས་བྱེད་པ། །པངས་ཤིང་སྤྱུག་པའི་སྒྲེ་བོ་རྟག་ཏུ་འབྲལ། །ཕྱིར་  
མི་འོང་ཞིང་སྤྱད་པར་འགྱུར་མ་ཡིན། །ཤིང་ལས་ལོ་འབྲལ་འདྲ་ཞིང་སྤྱང་  
རྒྱན་མཚུངས། །ཞེས་པ་ལྟར། འོངས་སྤྱོད་དང་། ཅ་འཛིང་། འཁོར། ལུས་  
རྣམས་སྤྱུག་པ་ཐུན་སུམ་ཆོགས་པ་དང་འབྲལ་བ་དང་། འཆི་ཆེ་སྤྱུག་བསྐྱལ་  
དང་ཡིད་མི་བདེ་བ་དྲག་པོ་སྤྱོད་བ་སོགས་དང་། འཆི་བ་བྱུང་ཆེ་ཐབས་  
གཞན་གྱིས་བསྒྲོག་པའང་མི་རྒྱས་པར་རྒྱལ་པོ་ལ་གདམས་པའི་མདོ་ལས་  
གསུངས་པ་སྤྱར་འཆི་བ་དྲན་ཚུལ་གྱི་སྐབས་སུ་བཤད་ཟིན་པ་ལྟར་ཡིན།

སྤྱུག་པ་དང་བྲལ་བའི་སྤྱུག་བསྐྱལ་ནི། རང་གི་སྒྲ་སྟོབ་མཆེད་གྲོགས་པ་  
མ་མཛེར་བཤེས་སོགས་གཅིས་ཤིང་པངས་པ་ཇ་ཕོར་གང་འཐུང་བའི་ཆེའང་  
འབྲལ་མི་ཕོད་ཅ་མ་བྱེད་པ་དེ་དག་དང་། གོ་ས་སྟོབས་འབྱོར་ནོར་འོངས་

སྒྲིབ་སོགས་དང་བྲལ་བ་དང་། རབ་བྱུང་ཡིན་ཡང་འགའ་ཞིག་ཚུལ་ཁྲིམས་  
དང་བྲལ་བ་ལྟ་བུའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་སོགས་སྒྲིལ་གས་ཡོད། དེ་དག་གྲུང་རང་  
རང་སྐྱེར་ལ་མི་འོས་པ་ཞིག་བྱུང་བ་མིན་གྱི། འཁོར་བ་པ་ལ་རང་ཆས་སྐྱ་  
ཡོད་པའི་ཏྲགས་ཡིན།

མི་སྐྱུག་པ་དང་ཕྱད་པའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ནི། མི་སྐྱུག་ཅེས་པ་ཡིད་དུ་མི་  
འོང་བ་སྟེ། དབྱ་སོགས་དང་འཕྲད་དེ་བརྟུང་འཕྲོག་བྱེད་པ་དང་། བྱད་གཞོན་  
དང་ཕྱད་ནས་མཉམ་གཅོད་སྒྲིབ་སོགས་དང་། ཁ་མཆུ། རྒྱལ་པོའི་ཆད་པ།  
རྒྱན་པོ་དང་ཕྱད་པ་སོགས་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལ་མཐའ་མེད། རྒྱན་ངན་བྱུང་ན་གེལ་  
བའི་དགྱེལ་དུ་འབྱུང་སྟེ་ལྷུས་སེམས་ཤིན་ཏུ་ངལ་དགོས་པ་ཡང་འཁོར་བར་  
གནས་པའི་སྒྲིལ་རང་ཆས་སྐྱ་བྱུང་བ་སྟེ། བོང་བུ་ལྟ་བུར་སྐྱལ་མ་བཟོ་བ་དང་།  
ཁལ་སྐྱེ་མོ་ཁུར་དགོས་པ་ཚུན་ཁོ་རང་གི་ལས་དབང་ལ་རང་ཆས་སྐྱ་ཡོད་  
པས་ཡིན་གྱི། མི་སྒྲིབ་པ་ཞིག་བྱུང་བ་མིན། དགོ་བཤེས་པོ་ཏྲོ་བའི་གསུང་  
ལས། རིགས་དྲུག་གང་དུ་སྒྲིལ་པམ་ཆད་ན་ཆ་དང་འཆི་བ་ལ་སོགས་པའི་  
སྐྱུག་བསྐྱེད་འབྱུང་བ་ནི་ན་རྒྱ་ཅིག་ན་བ་ཡིན། འཆི་རྒྱ་ཅིག་འཆི་བ་ཡིན་གྱི།  
དེ་ལ་མི་འོས་པ་ཞིག་སྒྲིབ་བྱུང་དུ་བྱུང་བ་མིན། འཁོར་བའི་མཆན་ཉིད་དམ་  
རང་བཞིན་ཡིན། འཁོར་བར་གནས་རིང་ལ་དེ་ལས་མ་འདས། རང་ཅག་དེ་  
ལ་ཡིད་འབྱུང་ན་སྒྲིབ་སྒྲོང་དགོས། དེ་ལ་རྒྱ་སྒྲོང་དགོས། ཞེས་གསུངས་པ་  
ལྟར་ཡིན་པས་རང་ཅག་འཁོར་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་སྒྲོང་བར་མི་འདོད་ན་འཁོར་  
བ་ལས་ཐར་ཐབས་བྱེད་དགོས་གསུངས།

འདོད་པའི་དངོས་པོ་བཅའ་ཀྱང་མི་རྟེན་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་བསམ་པ་  
ལ། འདི་ནི་བགྲེས་སྒྲོམ་དང་འཆོ་ཐབས་ལ་བརྟེན་པས་ཆ་གང་ངལ་འཛིགས་  
སོགས་བྱུང་དུ་བསད་ནས་སྤྱག་བསྐྱེད་བསྐྱེ། དེ་ཡང་དཔེར་ན། དཔོན་པོ་  
ལ་དོན་ཆེན་པོ་ཞིག་ཞུ་བ་ནའང་། དང་པོར་འབྱུང་གི་རེ་བའི་སེམས་ངལ་ངང་  
དཀའ་ལས་བྱས་ཀྱང་། རེས་ནས་དོན་དེ་མ་བྱུང་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཆེན་པོ་  
འབྱུང་བ་ལྟ་བུ་ཡིན། འགའ་ཞིག་གིས་ལོངས་སྤྱོད་འབྱུང་བའི་རྒྱ་ཞིང་ས་ཡོད་  
མཁན་ཆོ་སྤྱོད་སྒྲུལ་ན། དེའང་སྤྱག་བསྐྱེད་བསྐྱེད་པ་ལས་མ་འདས་ཏེ། ཞིང་པའང་  
ཞིང་ལས་ཀྱི་ཕྱིར་ཞོགས་པ་སྤྱ་བར་ཐོ་རངས་ནས་ལངས་ཏེ་ལས་བྱེད། ཉིན་  
མོར་ཉི་མས་ཆོག་བཞིན་སྤྱགས་རྒྱུང་གིས་གདུངས་བཞིན་ཐལ་བའི་དགྱིལ་  
དུ་འགྲོ། ཞིང་ཁར་ས་བོན་བཏབ་ཅིན་ནས་འབྱུ་བསྐྱེས་ཏེ་སྤྱོད་དུ་སྤྱགས་མ་  
ཅིན་བར་སད་སེར་བཅའ་ཐན་སོགས་ཞིང་ཁ་ལ་དག་འབྱུང་དུ་དོགས། སོ་  
ནམ་བྱས་ཀྱང་ལོ་ཐོག་མི་འབྱུང་དོགས་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་རྒྱུན་ཆད་མེད།  
ཞིང་པས་ཆོང་བ་ཆོ་སྤྱོད་སྒྲུལ་ན། ཆོང་བ་ཡང་རང་གི་པ་མ་བཟའ་ལྷ་བུ་སྤྱག་  
ཐམས་ཅད་བཞག་ནས་སྤོག་འབེན་དུ་བཅུག་སྟེ་མི་ཡུལ་ས་མཐར་འབྲུམས།  
མཆན་མོ་ཡང་གཉིད་སྟོད་བདེ་ཞིག་ཀྱང་ཉལ་མི་པོད། ལ་སྤྱང་ཆུ་འཕྲང་  
སོགས་བརྒྱལ། འགའ་ཞིག་ཆོང་བྱས་ཀྱང་ཁེ་སྤོགས་མ་བྱུང་བའི་སྟེང་དུ་མ་  
རྩ་ཡང་བརྒྱག་ཞོར་བ་སོགས་དང་། དག་ཇག་ཆོམ་རྒྱན་སོགས་ཀྱིས་སྤོག་  
རྒྱུན་ཆད་འཕྲོག་པས་སྤྱག་བསྐྱེད་ལ། དེ་བཞིན་དུ་རྒྱ་ལོར་ལོངས་སྤྱོད་མེད་  
ནའང་མེད་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཡོད་དེ། དབུལ་པོས་དེ་རིང་འདི་ཐོས་ནས་སང་

ཉིན་ཅི་བ་སྐྱེས་དུ་དེ་ལ་སྒྲོ་མི་བདེ་བར་བས་དེ་འཆོལ་དུ་འགྲོ་ཞིང་། བཅའ་  
 གྲང་མི་རྟེན་པའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལ། ཡོད་ན་ཡོད་པས་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཏེ། སྐྱུག་པོ་རྣམས་  
 རྣམས་ཡོད་པ་དེ་ལ་སྐྱེད་པོས་སྐྱོང་ནས་ཁྱེད་ཀྱི། གཞན་གྱིས་གཡར་ནས་ཁྱེད་ཀྱི།  
 དཔོན་པོས་འཕྲོགས་ཏེ་ཁྱེད་ཀྱི། ཐ་ན་གྱི་ལ་དང་གྱི་བ་ཚུན་ཆད་གྱིས་དག་བྱས་  
 ཏེ་ཁྱེད་བས་དེ་ལ་གསོག་བསྐྱེད་མི་རྣམས་པའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལ། བརྒྱུ་དོགས་  
 པའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལ། རྣམས་པའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་པོས་ཡོད། ཞིང་བཟོ། ཆེས་  
 རྩོམ་བྱའི་ལག་ཤེས་གྱིས་འཆོ་བ་ཡང་སྟོ་གོས་སྐྱེད་པོས་གྲ་མི་འགྲིགས་པ་  
 དང་། མི་མ་མགུ་བའི་དོགས་པ། ང་རྒྱལ་སྐྱུག་དོག་སོགས་དང་། ཞིང་དུ་མ་  
 ཅུང་དང་། སྐྱེད་པའི་ཆུ་ལ་བྱ་ཚུན་ཆད་བརྒྱ་བ་དང་གསོག་མི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལ།  
 རང་ཅག་རབ་བྱུང་ཡིན་ཡང་འདྲོད་ཆུང་ཆོག་ཤེས་གྱིས་ཆོས་གཤམ་  
 མ་ཁོ་ན་བྱེད་པ་ཞིག་མ་བྱུང་ན་སྐྱེད་པོས་གྲོང་ཆོག་ཚུན་ཆད་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཡིན།  
 དཔོན་པོས་བསྐྱེད་ན་འབངས་ཆོ་སྐྱེད་སྐྱེད་པ་ཡོད་ཀྱང་། འབངས་ཆོ་ཡང་  
 སྐྱུག་བསྐྱེད་ལས་མ་འདས་ཏེ། སྟོ་སྐྱེད་ལ་གོས་རྩལ་བ། རང་རྣམས་ལ་རང་དབང་  
 མེད་པར་ཁྱེད་ཀྱི་ལག །ཁ་དན་བརྒྱུང་གཏག་སོགས་ཀྱི་དོན་དུ་བྱེད། འགའ་  
 ཞིག་སྟོ་བ་ལོང་ཅུང་ཡང་མེད་པར་སྐྱེད་པའི་གསུམ་དུ་དེད་འགྲོ་བ།  
 འགའ་ཞིག་རྩམ་པ་བ་རྒྱ་མེད་ཀྱང་ཁྱེད་ཀྱི། ཆག་སྒྲོ། ཉེས་ཆད་དག་པོ་བབ་པ་  
 སོགས་མདོར་ན་ཉིན་མཆོན་ཀྱན་རྩེ་མེས་ཁྱེད་དང་། མི་ཆེ་ངལ་སྐྱུག་གིས་  
 སྐྱེད་པོས་པ་ཡོད། འབངས་གྱིས་དཔོན་པོ་ཆོ་སྐྱེད་སྐྱེད་པ་བྱེད་ཀྱང་དེ་  
 འདྲ་མེད་དེ། བཞི་བརྒྱ་པ་ལས། མཆོག་ལ་ཡིད་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཏེ། །ཐ་མལ་



རྣམས་ལ་ལུས་སྒྲིམ་སོ། །སྤྱག་བསྐྱལ་གཉིས་ཀྱིས་འདྲིག་རྟེན་འདི། །ཉིན་རེ་  
ཉིན་རེ་འཛོམས་པར་བྱེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་  
ཞིག་ཡིན་ཡང་། ལུང་བ་དེའི་གྲ་མ་འགྲིགས་པ་དང་། སྐད་ཆ་མི་སྟན་པ་པལ་  
ཆེར་དེའི་རྩར་བྱེར་ནས། ཡུལ་དེའི་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱི་ཁུར་ལེན། དབྲུ་མ་བྱུལ་  
གྱིས་དོགས། གཉིན་མ་འབྲོངས་ཀྱིས་དོགས། བྲིམས་མ་འོན་གྱིས་དོགས།  
དབང་ཤོར་གྱིས་དོགས་པ་སོགས་དེ་ལྟ་བུའི་སྤྱག་བསྐྱལ་ཡོད། རང་རེས་  
ཀྱང་ཐ་ན་གྲུང་ཆོགས་གཅིག་ལས་མ་བཟོས་ནའང་ལས་ཀ་མང་པོ་ཞིག་གི་  
ངལ་བ་བྱེད་དགོས། མདོར་ན་ཞོར་རྟ་ཅ་མ་ཡོད་ན་སྤྱག་བསྐྱལ་ཡང་རྟ་ཅ་མ་  
བེར་བ་ལྟར། དང་པོར་འབྲད་སྐབས་མི་སྲུ་འབྲུ་ཡིན་ཡང་སྐད་ཆ་སྟན་མདོག་  
ཁ་བ་རེ་ཤོད་ཀྱང་། པར་ཅ་མ་འདྲིས་ན་གྲ་མ་འགྲིགས་པ་ཤིག་སྤྱག་སྤྱག་སྐད་  
ཅེར་ཅེར་བྱེད་པ་རེ་ལས་མེད། རྒྱལ་མཆོག་བསྐྱལ་བཟང་རྒྱ་མཆོའི་ཞལ་  
ནས་ཀྱང་། མཐོང་མན་སྐྱ་བཙུན་པོ་མོ་སྲུ་འབྲུ་ལ་བལྟས་ཀྱང་། །ཆ་ལུགས་  
རྣམ་འགྱུར་པོ་སྒྲོབ་ཆེ་ཆུང་ཅ་མ་མ་གཏོགས། །སྤྱག་གིས་མི་ཆེ་སྐྱེལ་བ་  
མཉམ་མཉམ་དུ་འདུག་པས། །སྐལ་མཉམ་གྲོགས་མཆོད་རྣམས་ཀྱི་སྤྲང་ཚུལ་  
འདི་སྒྲོ་བ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ཕྱི་རོལ་གྱི་གོས་དང་ཆ་ལུགས་སོགས་  
བཟང་ངན་ཅ་མ་ལས། དོན་དུ་སྤྱག་བསྐྱལ་སྤྱོད་བ་མཉམ། ད་ལྟ་རང་ཅག་ལ་  
སྤྲོད་སས་མི་འགྲིགས་པ་དང་། ཀ་ཅས་མ་བྱུང་བ་དང་། གྲོགས་ཀྱིས་མ་བྱུང་  
བ་སོགས་སྒྲ་ཆོགས་ཡོང་བ་དང་། གནས་དང་། གྲོགས་དང་། ལོངས་སྤྲོད་  
གྱི་ནང་ནས་དྲག་ཤོས་རེ་བྱུང་ཡང་སྤྱག་བསྐྱལ་ལས་མ་འདས་ཏེ། གཡོག་

དང་། དགོ་སྤྱག་ །ཐོགས་སོགས་བརྒྱ་སྟོང་ཙམ་རེ་བརྗེས་ཀྱང་མི་འགྲིགས་  
 བ་ལ་སྤྱག་ལས། ཡིད་དང་མ་ཐུན་པ་གཅིག་ཀྱང་མེད་པ་དེ་ཡང་ཐོགས་སྤྱ་  
 དང་འགྲིགས་ཀྱང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཐོགས་ཡིན་པའི་རྟགས་རེད། ང་ཚུན་ཆད་  
 ཀྱི་འོངས་སྤྱོད་གང་ལ་འོངས་སྤྱོད་ཀྱང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་འོངས་སྤྱོད་ཡིན།  
 དགོན་པ་སོགས་གནས་གང་དུ་གནས་ཀྱང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་གནས་ཏེ། ད་ལྟ་  
 རང་རེ་དང་པོར་གྲ་སར་གནས། དེར་སྤྱོད་པོ་མ་བྱུང་ནས། གཞན་ཞིག་ཏུ་  
 སོང་ན་ཨེ་དྲག་གི་རེ་བས་རི་བོད་ལྟ་བུར་སོང་། དེར་ཡང་ཡིད་དང་མ་ཐུན་པ་  
 ཞིག་མ་བྱུང་བར། གནས་སྒྲོར་ལྟ་བུར་སོང་། དེ་དག་ཏུ་སྤྱོད་པ་མ་བྱུང་ནས།  
 བ་ཡུལ་དུ་སོང་བས་ཨེ་དྲག་བསམས་ནས་དེ་ལྟར་བྲེལ་བ་དང་། ད་ལྟ་རང་  
 གཞན་གང་ལའང་གཏམ་སྒྲུལ་ན། ལྟོ་གོས་གཏམ་གསུམ་གྱི་ངལ་བ་བྱས་ཏེ་  
 ག་མ་འགྲིགས་པའི་སྐད་ངན་ཅེར་ཅེར་ལས་མི་འབྱུང་བ་ཡང་། འཁོར་བའི་  
 སྤྱོན་ཏེ། དེ་རྣམས་མིའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལྟོ་སྤྱད་པ་ཡིན། དེ་མ་སྤྱད་ན་སྤྱག་བསྐྱེད་  
 ཐམས་ཅད་གནས་དང་ཐོགས་སོགས་ཀྱིས་བྱས་ནས་བྱུང་བ་དང་། འཁོར་  
 བ་ཟེར་བ་དེ་མ་ཆད་ཐག་རིང་ཞིག་ན་ཡོད་པར་གོ་ཉིན་ཡོད། དེ་ལྟར་མ་སོང་  
 བར་སྤར་བ་ལྟར་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་ཡང་འཁོར་བའི་སྤྱོན་  
 ཡིན་པར་ཤེས་དགོས། འཁོར་བ་འདི་ལས་མ་སྒྲོག་ཕྱིན་གང་དུ་སོང་ཡང་  
 སྤར་བ་ཞིན་སྤྱག་བསྐྱེད་མ་ཐུན་མེད་དུ་སྤྱོད་པ་ལས་མི་འབྱུང་གསུངས།

གཉིས་པ་ལྟ་མ་ཡིན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་བསམ་པ་ནི། འོ་ན་ལྟ་མིན་དུ་  
 སྤྱོས་ན། བདེ་ཙམ་ཞིག་ཡོད་དམ་སྟུམ་ན། དེར་སྤྱོས་ཀྱང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཁོ་ན་

ལས་མེད་དེ། བཤེས་སྤྲིངས་ལས། ལྷ་མིན་དག་ནའང་རང་བཞིན་གྱིས་ལྷ་  
ཡི། །དཔལ་ལ་སྤང་བྱིར་ཡིད་གྱི་སྤྱག་བསྐྱལ་ཆེ། །དེ་དག་སློབ་དང་ལྷན་ནའང་  
འགྲོ་བ་ཡི། །སྤྱི་བ་པས་བདེན་པ་མཐོང་བ་མ་མཆིས་སོ། །ཞེས་གསུངས།  
གནས་ནི་རི་རབ་གྱི་ཚུ་མཆོམས་མན་ཆད་ན་འོད་ཅན་དང་། ཟླ་བའི་འབྲང་  
བ། གནས་བཟང་པོ། མི་གཡོ་བ་སྟེ་གྲོང་བྱིར་བཞི་ཡོད་ཅིང་། ལྷ་དང་རྒྱང་  
རིང་ཐུང་མ་གཏོགས་སྟེང་ཤག་འོག་ཤག་གི་ཆོད་ལྷ་བུ་ཡོད། ལྷ་མིན་ནི་སྤྱིར་  
ལྷ་དང་ཆ་འདྲ་ཅིམ་ལས། ལྷ་ལ་འགྲན་མི་ཐུབ་ཀྱང་། ལྷ་མ་ཡིན་ལ་བུད་མེད་  
མཛེས་མ་ཡོད་པ་ལྷས་འཕྲོག་པ་དང་། ལྷ་ལ་འཆི་མེད་གྱི་བརྟུང་བ་སོགས་  
དཔལ་འབྱོར་ཆེ་བས། ལྷ་མ་ཡིན་དུས་རྟག་རྟ་སྤྱག་དོག་འབའ་ཞིག་གི་སྤྱག་  
བསྐྱལ་གྱི་མེས་གསུངས། རང་རེ་དགྲའི་དཔལ་འབྱོར་ཚུང་དུ་ལ་སྤྱག་དོག་  
ཅུང་ཟད་སྐྱེས་ཆེ་འང་མ་བདེ་བ་དེ་ཅིམ་ཡོད་ན། ལྷ་མ་ཡིན་ལྷའི་དཔལ་འབྱོར་  
ཆེན་པོ་ལ་མི་བཟོད་པ་འོང་བ་ལྷ་ཅི་སློབ་པས་ནམ་ཞིག་ན་ནད་མ་ཐེགས་  
ནས། འཐབ་པར་བྱིན་པ་ན། ལྷའི་སྤང་ཆེན་ས་སྤང་གི་བུས་སྤྲ་སྤྲ་ཅིམ་གྱིས་  
སྤྱོགས་དོ་ཆེན་པོ་འང་གཏོར་བ་དང་། མཆོན་འཕངས་ཀྱང་ལྷ་རྣམས་ནི་སྤྲེ་མ་  
ཆད་གྱི་བར་མི་འཆི་ལ། ལྷ་མ་ཡིན་ནི་མཆོན་ཆ་གནད་གང་དུ་པོག་ཀྱང་འཆི་  
འགྲོ་བས་ལྷ་མ་ཡིན་དུས་རྟག་རྟ་པམ་པ་ཤ་སྤྱག་མ་གཏོགས་རྒྱལ་བའི་དུས་  
མེད་པ་ལྷ་བུ་ཡིན། རང་རེ་མི་ཡུལ་གྱི་དམག་དབུང་སྟོབས་ཆེ་ཚུང་འདྲ་བ་  
གཉིས་འཐབ་པ་ལའང་འཛིགས་སྤྱག་ཆེན་པོ་བྱེད་དགོས་ན། ལྷ་དང་དེ་ལྟར་  
དམག་འཐབ་དགོས་པ་ལ་ཅི་འདྲི་བྱིར་མི་འཛིགས་ཏེ་འཛིགས་སྤྱག་ཆད་མེད་

པ་ཡོད། ལྷ་མིན་གྱི་དམག་རྣམས་ལ་ནི་མ་ཤིའི་བར་དེ་ལྷར་ཏྲག་ཏུ་འཐབ་  
 ཚོད་བྱེད་དགོས་པའི་སྐྱག་བསྐྱེད་དང་མཆོ་ཀུན་མཐོང་ཞེས་པའི་ནང་དུ། ལྷ་  
 མ་ཡིན་གྱི་དམག་པམ་ནས་སོ་སོའི་གྲོགས་རྣམས་བསད་པ་སོགས་ཐམས་  
 ཅད་མཐོང་བས་དེ་དག་གི་བྱུང་མེད་རྣམས་ཀྱང་བྲིས་ཏུ་སྐྱག་བསྐྱེད་གྱིས་  
 མནར་ཚུལ། ལྷ་མིན་ནི་ཤེས་རབ་དང་ལྡན་ཡང་། ལས་སྐྱབ་ཅན་གྱི་རྟེན་ཅན་  
 ཡིན་པས། རྟེན་དེ་ལ་བདེན་པ་མཐོང་བའི་སྐལ་བ་མེད།

གསུམ་པ་ལྷའི་སྐྱག་བསྐྱེད་བསམ་པ་ནི། འོན་ལྷ་ཞེས་པ་དེ་ལ་བདེ་བ་  
 ཞིག་ཨེ་ཡོད་ཅེ་ན། འདོད་ལྷ་རྣམས་ལ་འཆི་འཕོ་ལྷུང་བ་དང་། སྐྱ་གོང་བ་དང་།  
 བཅད་བྲལ་གསོད་སྐྱགས་ཀྱི་སྐྱག་བསྐྱེད་ཡོད། དང་པོ་ནི། བཤེས་སྦྱངས་  
 ལས། ལུས་ཀྱི་ཁ་དོག་མི་སྐྱག་འབྱུར་བ་དང་། །སྟན་ལ་མི་དགའ་མེ་རྟོག་སྤང་  
 རྟོངས་དང་། །གོས་ལ་ངི་མ་ཆགས་དང་ལུས་ལ་ནི། །སྟོན་ཆད་མེད་པའི་རྩལ་  
 འབྱུང་ཞེས་བགྱི་བ། །མཐོ་རིས་འཆི་འཕོ་སྟོན་བྱེད་འཆི་ལྷས་ལ། །ལྷ་ཡུལ་  
 གནས་པའི་ལྷ་རྣམས་ལ་འབྱུང་སྟེ། །ས་སྟེང་མི་རྣམས་འཆི་བར་འབྱུར་བ་  
 དག །སྟོན་པར་བྱེད་པའི་འཆི་ལྷས་རྣམས་དང་འབྲ། །ཞེས་པ་ལྷར་རིང་བའི་  
 འཆི་ལྷས་ལྷ་དང་ཉེ་བའི་འཆི་ལྷས་ལྷ་སྟེ་བཅུ་ཕོག་པའི་སྐྱག་བསྐྱེད་ཡོད་དེ།  
 ལུས་ཀྱི་བཟླ་མ་དང་ས་ཉམས། གདན་སྟེང་འདུག་སྟེང་མི་འདོད་པ། ལུས་ཀྱི་  
 མེ་རྟོག་རྟོངས་པ་དང་། གོས་ལ་ངི་མ་ཆགས་པ། རྩལ་འབྱུང་བ་སོགས་དང་།  
 ལུས་ཀྱི་འོད་ཚུང་བ། ལུས་ཀྱི་ཆེ་ལུས་ལ་ཚུ་ཆགས་པ། གོས་རྒྱན་ལས་སྐྱ་མི་  
 སྟན་པ། མིག་ཚུམ་པ། ཡུལ་གཅིག་ལ་ཆགས་པ་སོགས་འཆི་ལྷས་ཕོག་པ་ན།

གནས་ཁུག་ཁུག་ཅིག་ཏུ་ཉ་བྱེ་ཆོན་དུ་འགྲོ་བ་ལྟར་སྟེ་སྒྲགས་འདོན་བཞིན་ལྟ་  
སོ་སོའི་ཞག་བདུན་རེ་སྟེ་རྒྱལ་ཆེན་རིགས་བཞི་བ་ལྟ་བུ་མི་ལོ་སུམ་བརྒྱ་ལྟ་  
བཅུའི་རིང་སྒྲག་བསྐལ་སྟོང་དགོས། ལྟག་པར་ལྟ་ནམས་ལ་སྐབས་གསུམ་  
བ་ཞེས་སྒྲ་གང་གི་རྒྱས་ལྟར་སྐྱེས་པ་དང་། ད་ལྟ་གནས་སྐབས་གང་ཡིན་  
པ་དང་། འཆི་བའི་འོག་ཏུ་གང་དུ་འགྲོ་བ་སྟེ་གསུམ་ག་ཤེས་པས་སྤྱི་མར་གང་  
དུ་སྐྱེ་བ་ཤེས། ལྟའི་ཉེན་དེ་ལ་སྒྲར་རང་རྒྱ་མཆོན་དུ་བྱས་ནས་ངེས་འབྱུང་  
དང་། གཞན་སྒྲག་བསྐལ་བ་རྒྱ་མཆོན་དུ་བྱས་ནས་སྤྱིང་རྩེ་སོགས་ཀྱི་དགོ་  
བ་སྒྲ་གཅིག་ཀྱང་མི་བྱེད། བསོད་ནམས་སྒྲར་བསགས་པ་ནི་སྦྱད་དེ་ཟད་  
པར་འགྱུར། དེ་ཡང་དཔེར་ན་སྒྲ་བཅུ་རི་བའི་གཟན་ཞིག་གྲོན་པ་ན། གཞན་  
སྒྲ་གང་རི་བའི་གཟན་ཞིག་གྲོན་པ་དེ་ལས་བསོད་ནམས་ཀྱི་འབྲས་བུ་བཅུ་  
འགྱུར་གྱིས་བེད་སྦྱད་པ་ཡིན་པ་ལྟར་ལྟ་ཡུལ་ནའང་། བདེ་སྦྱིད་ཤིན་ཏུ་ཆེ་  
བས་བསོད་ནམས་མང་པོ་ཟད་པར་འགྱུར། དེས་ན་རང་རེ་བསོད་ནམས་  
བསགས་པའི་དུས་ཡིན་གྱི། བསོད་ནམས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ལ་བེད་སྦྱད་པའི་  
དུས་མིན་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། དེའི་ཕྱིར་ལྟ་པལ་ཆེར་སྤྱི་མར་ངན་  
སོང་དུ་འགྲོ་བས། དེ་རིག་ནས་སྒྲག་བསྐལ་ལྟག་པར་དུ་འཕེལ། ལྟའི་གནས།  
ལུས། ལོངས་སྟོང་གོགས་སོགས་ཐུན་སུམ་ཆོགས་པ་དེ་ལས་བྲལ་ཏེ། ངན་  
སོང་དུ་སྐྱེ་བར་མཐོང་ནས། སེམས་ཀྱི་སྒྲག་བསྐལ་དཔྱལ་བ་ལས་བཅུ་དྲུག་  
འགྱུར་གྱིས་ཆེ། རང་རེ་སྤྱི་མའི་སྐྱེ་བ་བཟང་ངན་གླེ་ཆོམ་བཞིན་དུ་ཤི་ནའང་  
སྒྲག་བསྐལ་དང་ཡིད་མི་བདེ་བ་དེ་ལྟར་ཡོད་ན། དེར་ངེས་པར་ངན་སོང་དུ་



སྐྱེ་བར་ཐག་ཆོད་པར་མཐོང་བས། གྱི་རྩད་ཤིང་རྟ་སྒྲ་ཆོགས་ཆ་ལ། །སོགས་  
 སྐད་འདོན་ཅིང་། འཆི་ལྟས་ཕོག་པའི་ལྟ་དེ་ལ་ལྟའི་བྱ་དང་བྱ་མོ་སོགས་ལྟ་  
 གཞན་སྤྲུལ་གྱི་མིག་གིས་བལྟ་བ་ཙམ་ཡང་མི་བྱེད་པར་རོ་བཞིན་དུ་སྤངས་  
 ཏེ་གཅིག་པུར་བསྐྱུར། སྤར་འདྲིས་པའི་གྲོགས་དག་ལ་རེ་ཞིག་ངའི་རྩར་ཅུང་  
 ཞིག་སྤྲོད་དང་། ཁོ་ལོ་འདྲིག་ཏེན་པ་རོལ་དུ་སྐྱས་ཆེན་འདེགས་ནས་ཉམ་ཐག་  
 པ་དག་ཏུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ན་ད་ལྟ་བྱིད་ཅག་མཐོང་བར་འདོད་ཅེས། སྒྲིང་རྩེ་  
 རྩེའི་སྐད་དུ་སྤྲ་བ་ན་འང་། མིག་གིས་བལྟ་བ་ཙམ་ཡང་མི་བྱེད་ལ། སྤར་འདྲིས་  
 པའི་གྲོགས་བཏུན་པ་དག་གིས། རྒྱང་རིང་པོ་ནས་དབྱུག་པ་སོགས་ཀྱི་ཆེ་  
 མོས་མེ་ཏོག་མགོ་བོར་བཞག་སྟེ། བྱིད་འདི་ནས་འཆི་འཕོས་ནས་མི་ཡུལ་དུ་  
 སྐྱེས་ཏེ། དེར་བསོད་ནམས་བསགས་ནས་སྤར་ཡང་ལྟར་སྐྱེ་བར་གྱུར་ཅིག་  
 ཅེས་སྒྲོན་ལམ་ཙམ་འདེབས་པ་ལས་གཞན་མི་བྱེད། དེའི་ཆེ་འང་མྱ་ངན་གྱི་  
 བསྐྱོན་པར་སོང་སྟེ་ཡིད་མི་བདེ་བ་ཆེན་པོ་འོང་།

གཞན་ཡང་ལྟ་བསོད་ནམས་ཆེ་བ་རྣམས་ཀྱིས་གཟི་བརྩིད་དང་ཕུན་  
 ཆོགས་རྣམས་ལྟ་བསོད་ནམས་ཚུང་བས་མཐོང་ན་སྤྲ་གོང་ཞིང་། གཞི་དེ་  
 ལས་སྤྱུག་བསྐྱེད་དང་ཡིད་མི་བདེ་བ་ཆེན་པོ་སྤྲོད་བ་དང་། ལྟ་དང་ལྟ་མ་  
 ཡིན་འཐབ་ཆེ་ཡན་ལག་སོགས་བཅད་བྲལ་གསོད་པའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་དང་།  
 ལྟ་དབང་ཆེ་བས་ཚུང་བ་རྣམས་རང་གི་གནས་ནས་སྤྲོད་པ་སོགས་ཀྱི་སྤྱུག་  
 བསྐྱེད་ཡོད། ཁམས་གོང་མའི་ལྟར་སྐྱེས་ན་ནི་འཆི་ལྟས་ཕོག་པའི་སྤྱུག་  
 བསྐྱེད་མེད་མོད། འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱིས་ནོན་ལ། ཉོན་མོངས་དང་



ལྡན་ཞིང་། སྒྲིབ་པ་དང་བཅས་ལ། འཆི་འཕོ་བ་དང་གནས་པ་ལ་རང་དབང་  
མེད་པས་གནས་ངན་ལེན་གྱིས་སྤྱུག་བསྐྱེད་བ་ཡིན། ཆོག་པས་གྱི་གཏམ་ལས།  
གང་ཞིག་གཟུགས་ཅན་གཟུགས་མེད་པའི། །སྤྱུག་བསྐྱེད་སྤྱུག་བསྐྱེད་ལས་  
འདས་ཤིང་། །ཉིང་འཇིན་བདེ་བའི་བདག་ཉིད་ཅན། །བསྐྱེད་པར་གཡོ་བ་  
མེད་པར་གནས། །དེ་ཡང་ཤིན་ཏུ་ངེས་གྲོལ་མིན། །དེ་ལས་སྤྲུང་ཡང་སྤྲུང་  
བར་འགྱུར། །ཞེས་པ་སྤྲུང་གཟུགས་མེད་ལྟ་བུར་དང་པོར་སྒྲིམ་ཆོ། སྒྲིམ་  
སོང་བསམ་པ་ཞིག་བྱང་བ་ལས། །ཉིང་འཇིན་ལ་མཉམ་པར་བཞག་ནས།  
བསྐྱེད་པ་མང་པོ་སོང་མཐར་འཆི་བའི་ཆེ་གནས་འོག་མར་སྤྲུང་བས་གནས་  
པ་ལ་རང་དབང་མ་ཐོབ་པའི་སྤྱུག་བསྐྱེད། ལྟའི་ཉིན་དེ་ལ་སྤྲུང་བསགས་པའི་  
བསོད་ནམས་ཟད། དེར་སྤྲུང་བསོད་ནམས་གསོག་པ་མེད་པས་ཆེ་འཕོས་  
ནས་གནས་འོག་ཏུ་སྒྲིམ་པ་ན། སྤྲུང་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་གྱི་རྒྱན་  
བཀག་པས། ཤེས་རབ་མེད་པའི་སྤྱོད་པོ་གཞན་ལས་བྱ་བ་ཞིག་འབྱུང་།  
འགའ་ཞིག་ནི་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ལ་ཐར་པར་འབྱུང་ནས་དེ་ཐོབ་  
པའི་ཆེ་ཐར་པ་ཐོབ་སོང་སྟུང་། ཕྱིས་སྒྲིམ་བ་ལེན་པར་མཐོང་བ་ན། ཐར་པ་ལ་  
སྤྲུང་འདེབས་གྱིས་མནར་མེད་ཏུ་སྒྲིམ། དེའི་ཕྱིར་དེར་སྒྲིམ་གྱང་གནས་སྐབས་  
གྱི་མགོ་བསྐྱོར་ལྟ་བུ་ལས་དཔྱུལ་བའི་ཟངས་ཁ་ན་སྒྲོད་པ་དང་བྱུང་པར་  
མེད་པས། དེ་ལས་ནི་མི་ཡུལ་གྱི་དབྱུལ་པོ་རྒྱན་མོ་མ་ཅི་བཟང་མཁན་ཞིག་  
དགལ། དེས་ན་རྒྱལ་མཆོག་བསྐྱེད་བཟང་རྒྱ་མཆོས། ཁམས་གསུམ་འཁོར་  
བ་ཞེས་གྲགས་ལྟགས་སྒྲིག་གི་ཁང་པ། །སྤྱོད་པས་བཅུ་གང་ཏུ་ཕྱིན་གྱང་སྤྱུག་

བསྐྱེད་ཀྱིས་བསྐྱེད་པས། །སྒྲིང་ལ་གཟན་ཀྱང་རང་གི་སྒྲིང་ཚུལ་དུ་འདུག་པ།  
 །གནས་ངན་འདི་འདྲར་འབྱུངས་པའི་སྒྲིང་ཚུལ་འདི་སྒྲིབ། །ཞེས་གསུངས་  
 པ་ལྟར་འཁོར་བ་འདིར་ནི། མཐོ་སྤྱིད་ཅེ་ནས་དམའ་མནར་མེད་བར་གང་དུ་  
 སྐྱེས་ཀྱང་། ལྷགས་སྤྱོད་གི་ཁང་པ་ཐོག་དུག་ལྡན་གྱི་ནང་དུ་གནས་པ་བཞིན་  
 ལྷག་བསྐྱེད་ཁོ་ན་ལས་མ་འདས། དཔེར་ན་སྒྲིང་ལྷག་གི་བྱུང་བ་ན་གྱིས་པ་དག་  
 གིས་རྩམ་པ་སྒྲོང་བ་ལ་ཉུང་མའི་རིགས་འགའ་སྤྱད་པར། ཐམས་ཅད་ལེན་དུ་  
 མ་འདོད་པར་དེ་ཡོ་ཉུང་མ་རེད་ཟེར་བ་ལྟར། རྣམ་པ་མི་འདྲ་བ་ཅུ་ལས་གང་  
 དུ་སྐྱེས་ཀྱང་ལྷག་བསྐྱེད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཏེ། ཐམས་ཅད་སྤྱིད་ལྷག་གཅིག་པ་  
 བཞིན་ནོ།།

མདོར་ན་ལྷག་བསྐྱེད་གསུམ་གྱིས་བར་མཚམས་མེད་པར་མནར་བས་  
 ལྷག་བསྐྱེད་ཀྱི་མཛུགས་ལྷག་བསྐྱེད་གསུམ་གསུངས། རང་ཅག་གིས་  
 ད་ལྟ་འཁོར་བ་འདིར་བདེ་བ་ཡིན་བསམ་པ་རྣམས་ཀྱང་། དོན་དུ་ལྷག་བསྐྱེད་  
 ཀྱི་རང་བཞིན་ཤིང་ལྷག་དང་། བཏང་སྒྲིམས་ཡིན་སྒྲིམ་པ་རྣམས་ཀྱང་དོན་དུ་  
 ལྷག་བསྐྱེད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཏེ། མ་འབྲས་ཆ་བ་དེ་ལ་ཆུ་བསིལ་བ་བཏབ་ན་  
 གནས་སྐྱབས་བདེ་བ་ལྟར་སྒྲིང་བ་ལྟ་བུ་ནི་འཁོར་བ་པ་རྣམས་ཀྱི་ཆོར་བ་བདེ་  
 བ་སྟེ། འདི་ནི་ནམ་ཞིག་པ་ན་ཡང་ལྷག་བསྐྱེད་བསྐྱེད་པས་ན་འགྱུར་བའི་  
 ལྷག་བསྐྱེད་ཡིན། དེ་བཞིན་ཟག་བཅས་ཀྱི་ཆོར་བ་བདེ་བ་ཐམས་ཅད་དང་དེ་  
 དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་སེམས་སེམས་བྱུང་ཐམས་ཅད་དང་གང་ལ་དམིགས་  
 ནས་སྐྱེ་བའི་ཡུལ་ཟག་བཅས་རྣམས་ནི་འགྱུར་བའི་ལྷག་བསྐྱེད། མ་འབྲས་ཆ་

བ་དེ་དང་པོར་སྐྱེས་ཅམ་ན་ཆ་བའི་གདུང་བ་དངོས་སུ་མེད་ཀྱང་ཆ་བའི་རང་  
བཞིན་དུ་ཡོད་མོད། འོན་ཀྱང་དེ་ལ་ཚུ་ལ་སོགས་པ་ཆ་གང་གི་རེག་པ་གཉིས་  
ཀ་དང་མ་ཐུང་བའི་གནས་སྐབས་ལྟ་བུ་ནི་ཟག་བཅས་ཀྱི་ཆོར་བ་བཏང་  
སྟོམས་དང་། དེ་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་སེམས་སེམས་བྱང་ཡུལ་དང་བཅས་  
པ་རྣམས་ཀྱང་ལས་ཉོན་སྒྲ་མའི་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་ཅིང་། སྤྱག་བསྐྱེད་དང་  
ཉོན་མོངས་པ་སྤྱི་མ་རྣམས་སྐྱེ་བའི་ས་བོན་རྗེས་སུ་འབྲེལ་ཞིང་ཀུན་ཏུ་འགྲོ་  
བའི་གནས་ངན་ལེན་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བས་ན་བྱུང་བ་འདྲུ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱག་  
བསྐྱེད། མ་འབྲས་ཆ་བ་དེ་ལ་ཆ་ཚུ་ལྟ་བུས་རེག་པ་ན་ཆ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་  
མངོན་གྱུར་དུ་སྐྱེས་ཏེ་ཆེས་སྤྱག་བསྐྱེད་པ་ལྟ་བུ་ནི་ཆོར་བ་སྤྱག་བསྐྱེད་ཏེ།  
དེ་ལྟར་ལུས་སེམས་གདུང་བར་བྱེད་པའི་ཟག་བཅས་ཀྱི་ཆོར་བ་སྤྱག་བསྐྱེད་  
རྣམས་དང་། དེ་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་སེམས་སེམས་བྱང་ཡུལ་དང་བཅས་པ་  
ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཏེ། དེ་ཡང་རང་ཆོས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཡིན་སྟེ་  
པ་རྣམས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད། བདེ་བར་སྒོམ་པ་རྣམས་འགྱུར་བའི་  
སྤྱག་བསྐྱེད་ཡིན། དེ་བདེ་བ་མིན་པའི་རྟགས་ཀྱང་བདེ་བར་སྒོམ་པ་དེ་ཡུན་  
རིང་བྲགས་ན་སྤྱག་བསྐྱེད་བསྐྱེད་པས་འདི་སྤྱག་བསྐྱེད་སྒྲ་མ་ཚུང་རིམ་ནས་  
འགག། སྤྱི་མ་ཚུང་རིམ་ནས་སྐྱེ་བའི་བར་དུ་བདེ་བར་སྒོམ་པ་ཡིན། དཔེར་ན།  
ད་ལྟ་རང་རེ་གྲིབ་མར་བསྐྱད་བྲགས་ནས་འབྲུགས་པ་ན། ཉི་མར་སོང་བས་  
རེ་ཞིག་བདེ་བ་ལྟར་སྤང་མོད། དེ་ཡང་བདེ་བ་མིན་ཏེ། དེ་ཡིན་ཆེ། དཔེར་ན་  
སྤྱག་བསྐྱེད་དེ་རི་ལྟར་བསྐྱེད་པ་ཅམ་གྱིས་སྤྱག་བསྐྱེད་རྗེ་འཕེལ་དུ་འགྲོ་བ་

བཞིན་དུ་ཉི་མར་རི་ཙམ་བསྐྱད་གྲང་མི་བདེ་བ་མེད་པར་བདེ་རུ་འགྲོ་དགོས་  
 པ་ལས། དེ་ལྟར་མི་འབྱུང་བར་ཅུང་ཟད་ནས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཏེ། སྐར་གྱི་བ་མར་  
 འགྲོ་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེའང་མ་མཛོན་པ་མ་གཏོགས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཆུང་རིམ་  
 ནས་སྐྱེས་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་ཕྱིན་ཕྱིན་ནས་ཐང་ཆད་པ་ན་བསྐྱད་པས་བདེ་  
 བ་ལྟར་སྤང་མོད། དེ་ནི་ལངས་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཆེ་རིམ་ནས་འགག། །བསྐྱད་  
 པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཆུང་རིམ་ནས་སྐྱེ་བས་མི་མཛོན་པ་ཡིན་གྱི། དེའི་སྐབས་  
 སུ་སྤྱག་བསྐྱེད་མེད་པ་མིན་ལ། དེ་བཞིན་དུ་བསྐྱད་བསྐྱད་པ་ལས་ཡང་སྤྱག་  
 བསྐྱེད་བར་མཛོན་པ་ན། བཅས་བཅས་དགོས་ཞེས་ལངས་ཤིང་། ལངས་པ་  
 ན་བསྐྱད་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཆེ་རིམ་ནས་འགག། །ལངས་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཆུང་  
 རིམ་ནས་སྐྱེས་པ་མ་མཛོན་པ་ཡིན། བཞི་བརྒྱ་པ་ལས། འཕེལ་བཞིན་པ་ཡི་  
 བདེ་བ་ལ། །རི་ལྟར་བསྐྱོག་པ་མཐོང་གྱུར་པ། །དེ་ལྟར་སྤྱག་བསྐྱེད་འཕེལ་  
 བཞིན་ལ། །བསྐྱོག་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས། ཟག་བཅས་ཉེར་  
 ལེན་གྱི་ཕུང་པོ་ནི་བྲབ་པ་འདྲུ་བྱེད་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཏེ། འདི་བྲབ་པའི་རྒྱན་  
 གྱིས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་གྱི་སྒོ་དུ་གྱུར་པ་ཡིན། མདོར་ན་འཁོར་བ་  
 འདིའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་འདི་སྐྱངས་པས་མ་བྱུང་བ་སྟེ། དཔྱུལ་བའི་ཆ་  
 གྲང་གི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཡང་དཔྱུལ་བའི་ཟག་བཅས་ཉེར་ལེན་གྱི་ཕུང་པོ་སྐྱངས་  
 པ་དེའི་རྒྱན་གྱིས་བྱུང་ལ། ཡི་དྲགས་གྱི་བཤེས་སྒོམ་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཡང་།  
 ཡི་དྲགས་གྱི་ཉེར་ལེན་གྱི་ཕུང་པོ་དེ་ཉིད་བཟུང་བས་བྱུང་། དུད་འགྲོ་བོང་བྱ་  
 ལྟ་བུར་ཡང་བོང་བྱའི་ལུས་བྲབ་ན་ཁལ་འགོལ་བ་དང་། བོང་དབྱུག་བཟེད་

བ་སོགས་གྱི་སྟུག་བསྐྱེད་མྱོང་བའི་སྟོན་དུ་རང་ལྟགས་གྱིས་བྱ་བ་བྱིན་པ་  
སྟེ། མདོར་ན་ཆེར་མ་གཅིག་བཅུགས་ནའང་མི་བཟོད་པའི་ན་ཆ་འབྱུང་བ་  
ཚུན་ཆད་ཀྱང་ཉར་ལེན་གྱི་ཕྱང་པོ་འདི་སྒྲངས་པས་བྱུང་བ་ཡིན། དེས་ན་མི་  
གཅིར་བྱའི་རྒྱ་བ་ཏུ་ཆེར་མའི་ཁུར་ཞིག་བསྐྱར་བ་ན། དེའི་ཁུར་སོག་མ་བྱིན་  
པ་དེ་སྟོན་དུ་སྟུག་བསྐྱེད་དང་མི་འབྲལ་བ་བཞིན། ཇི་སྟོན་བླག་བཅས་ཉར་  
ལེན་གྱི་ཕྱང་པོའི་ཁུར་འདི་དང་མ་བྲལ་བ་དེ་སྟོན་དུ། སྟུག་བསྐྱེད་གང་ཡང་  
བྱུང་བས་མི་མནར་བའི་སྐབས་མེད་པ་ཡིན། བྱིས་བདག་དཔལ་སྐྱེས་རབ་  
ཏུ་བྱུང་ཚུལ་དང་། མཁན་པོ་མོྋལ་གྱིས་དཔལ་སྐྱེས་རྒྱ་མཚོའི་འགྲམ་དུ་  
ཁྱིད་དེ་སྐྱེ་བ་སྐྱ་མའི་རོ་དང་། རུས་པ་སོགས་བསྟན་ནས་ཡིད་དབྱུང་བའི་ལོ་  
རྒྱུས་གསུངས།

ཉར་ལེན་གྱི་ཕྱང་པོ་ཞེས་པའང་། ཆེར་མ་ལས་བྱུང་བའི་མེ་ལ་ཆེར་  
མའི་མེ་ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟར། སྐྱ་མའི་ཉེ་བར་ལེན་པ་ཉོན་མོངས་པ་ལས་བྱུང་  
བའི་ཕྱང་པོ་ཡིན་པས་རྒྱ་མིང་འབྲས་ལ་བཏགས་པ་དང་། རྒྱལ་པོ་ལ་རག་  
ལས་པའི་མི་ལ་རྒྱལ་པོའི་མི་ཞེས་པ་བཞིན་དུ་ཉེ་བར་ལེན་པ་ཉོན་མོངས་པ་  
ལ་རག་ལས་པའི་ཕྱང་པོ་ཡིན་པས་ན། གྲོགས་མིང་གྲོགས་ཅན་ལ་བཏགས་  
པ་དང་། སྟན་དང་མེ་ཏྲོག་འབྱུང་བའི་ཤིང་ལ་སྟན་དང་མེ་ཏྲོག་དེ་དང་དེའི་  
ཤིང་ཞེས་བརྗོད་པ་བཞིན། རང་ཉིད་ལས་ཉེ་བར་ལེན་པ་ཉོན་མོངས་པ་  
འབྱུང་བས་ན། འབྲས་མིང་རྒྱལ་ལ་བཏགས་པ་སྟེ་རྒྱ་མཚན་གསུམ་མོ། །ཕྱང་  
པོ་འདི་ལ་སྟུག་བསྐྱེད་དང་ཉོན་མོངས་གྱི་གནས་ངན་ལེན་གཏན་ཆགས་

པར་ཡོད་པས་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད།      དེ་ཡོད་ཕྱིན་ཆད་ཆོར་བ་སྐྱུག་  
 བསྐྱེད་ད་ལྟ་མེད་པའི་སྐྱབས་རེ་བྱུང་ཡང་དེ་མ་ཐག་ཡང་སྒོ་སྒྲ་ཆོག་པ་ནས་  
 སྐྱུག་བསྐྱེད་མང་པོ་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པས་ན་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ནི་སྐྱུག་  
 བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་ལ་ཁྲབ་པ་དང་། སྐྱུག་བསྐྱེད་གཞན་གཉིས་ཀྱི་ཅ་བ་ཡིན།  
 དེས་ན་འདིས་ནི་སྐྱེ་བ་འདིའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྒོ་བྱེད་ལ།      སྐྱེ་བ་ཕྱི་མའི་  
 སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྐྱེ་འདྲེན་པའི་རྟེན་བྱེད་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པོ་འདི་ནི་སྐྱུག་བསྐྱེད་  
 ཀྱན་ཀྱི་ནང་ནས་ངན་པ་སྟེ། འཁོར་བ་ཞེས་པའང་རང་ལ་རང་དབང་མེད་པར་  
 ལས་ཉོན་ཀྱི་དབང་གིས་ཟག་བཅས་ཉོར་ལེན་ཀྱི་ཕྱང་པོའི་ཁྲར་བཟུང་ནས་  
 སྤྱིད་ཅེ་ནས་མནར་མེད་ཀྱི་བར་དུ་སྐྱེ་བ་སྦྲངས་ཏེ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་འཁོར་བ་  
 ལ་ཟེར་བས། ཟག་བཅས་ཉོར་ལེན་ཀྱི་ཕྱང་པོ་འདི་ཉིད་འཁོར་བར་འཛིག་པ་  
 ཡང་རུང་བ་དེའི་ཕྱིར་འཁོར་བ་ལ་སྐྱོ་ཤས་སྐྱེ་བ་ནི། ཟག་བཅས་ཉོར་ལེན་ཀྱི་  
 ཕྱང་པོ་འདི་ལ་སྐྱོ་ཤས་སྐྱེ་དགོས་ཤིང་། ཁྲབ་པ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་འདི་  
 ལ་སྐྱོ་བ་མ་སྐྱེས་ཀྱི་བར་འཁོར་བ་ལ་སྐྱོ་བ་རྣམས་མ་མི་འོང་གསུངས། གཉིས་  
 པ་འབྱིང་དུ་སྐྱོས་ཏེ་བཤད་པ་མཛད།

༥ ཉོན་བཙུག་པར།      སྐྱོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་ལྟའི་ཞལ་ནས།  
 སྐྱུག་བསྐྱེད་རྒྱ་མཚོ་འདི་ལ་མཐའ། །རྣམས་པ་ཀྱན་རུ་ཡོད་མིན་ན། །བྱིས་ཁྱོད་  
 འདིར་ནི་བྱིང་བ་ལ། །འཛིགས་པ་ཅིས་ན་སྐྱེ་མི་འགྱུར། །ཞེས་འདྲེན་པར་  
 མཛད་དེ། སྐྱོན་འགྲོ་ཀྱན་སྐྱོང་འཆོས་པ་མདོར་བསྐྱུས་དང་། སྐྱོན་དུ་ཇི་ལྟར་  
 སོང་བའི་ས་བཅད་རྣམས་འདྲེན་པར་མཛད་ནས། འཁོར་བ་ལས་ཐར་འདོད་



ཀྱི་སྒོ་སྤྲང་བ་ལ་བསྐྱར་བ་འདྲ་མཛད། སྒྲོང་ཚུལ་མདོར་བསྐྱུས་ཏེ་བསྟན་བ་  
ལ། སྒྲོར་ཚོས་སོགས་འདྲ། སྤྱི་བོའི་སྒྲ་མ་ལྟ་བུ་སྒྲོམ་བཞིན་དུ་འཁོར་བའི་  
སྤྱུག་བསྐྱེལ་བསམ། ཐུན་མཚམས་སུ་འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་སྟོན་བའི་  
སྒྲོར་མདོ་བྲན་བ་ཉེར་གཞག་སོགས་བསྟ། དེ་ལྟར་བསམས་ནས་ངེས་འབྱུང་  
སྒྲུབ་བའི་ཆད་ནི། འཁོར་བའི་བདེ་སྤྱིད་སྟོབས་འབྱོར་སོགས་གང་མཐོང་  
ཡང་། འདི་དག་ནི་བསྐྱེལ་བའི་ཚོས་ཅན་ཡིན། སྤྱུག་བསྐྱེལ་ཡིན་སྟུང་དུ་ཞེན་བ་  
ལོག་བ་ཞིག་དགོས་ཀྱི། ཁ་ཉེས་གོད་ཁ་སོགས་འཁོར་བའི་གྲ་མ་འགྲིགས་  
བ་འགའ་ཞིག་གི་སྤྱུག་བསྐྱེལ་བྱུང་ནས་ཡིད་འབྱུང་བ་ཅུ་མ་ནི་སྒྲ་བྱུང་སྒྲ་སྤྲང་  
ཀྱི་ངེས་འབྱུང་གཟུགས་བརྟན་ཅུ་མ་ཡིན། འཁོར་བ་འདིར་སྒྲུབ་པ་ཆད་  
སྤྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་རང་བཞིན་ཁོ་ན་ལས་མ་འདས་པས་སྤྱིན་ཆད་སྤྱུག་བསྐྱེལ་  
སྒྲོང་བ་མི་འདོད་ན་སྤྱི་བོའི་རྒྱུན་གཅོད་དགོས། འཁོར་བ་ལ་སྤྱི་ཤས་སྤྱིས་  
ནས་ངེས་པར་འབྱུང་བར་འདོད་ན་ངེས་འབྱུང་གི་བསམ་བ་དང་། ཐར་བ་  
དོན་གཉེར་སྒོ་ཡང་དེ་ཡིན། དེས་ན་རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས། དེ་ལྟར་གོམས་  
པས་འཁོར་བའི་ཐུན་ཚོགས་ལ། །ཡིད་སྟོན་སྤྲང་ཅིག་ཅུ་མ་ཡང་མི་སྤྱི་ཞིང་།  
ཉིན་མཚན་ཀུན་ཏུ་ཐར་བ་དོན་གཉེར་སྒོ། །བྱུང་ན་དེ་ཆེ་ངེས་འབྱུང་སྤྱིས་བ་  
ལགས། །ཞེས་དང་། ཁོ་བོ་ལ་གཞན་གྱིས་སྟན་བཟང་པོ་བཏབ་བ་དང་། སྤྱི་  
ཞུ་བ་ཀུར་སྤྱི་སོགས་བྱེད་བ་ལ། འདི་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་བ་ཡིན། འདི་ཐམས་  
ཅད་སྤྱུག་བསྐྱེལ་བ་ཡིན་སྟུང་དུ་ཡིད་འབྱུང་མནན་པས་མི་ནོན་བ་འོང་བ་  
ཞིག་སྤྱི་མོ་ནས་ཡོད། ཅེས་གསུངས་བ་བཞིན། འཁོར་བའི་ཐུན་ཚོགས་རི་

ཅམ་མཐོང་བ་དེ་ཅམ་དུ་སྒྲིམ་ཆེ་རུ་འགྲོ་བ་ཞིག་དགོས། དེ་བཞིན་དུ་འཆི་  
 བའི་ཆེ་ཆེ་འདིའི་གྲོགས་དང་འབྱོར་པ་སོགས་དང་འབྲལ་བར་མཐོང་ནས་  
 ཡིད་མི་བདེ་བའང་སྒྲ་བྱུང་གི་མི་རྟག་པ་ཞེས་ཆེ་འདིའི་སྒྲ་ཤུགས་མདོན་དུ་  
 གྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན། དེས་འབྱུང་གི་བསམ་པ་རྣམ་དག་ཅིག་རྒྱུད་ལ་སྒྲི་  
 ཐབས་བྱེད་པ་གལ་ཆེ་སྟེ། རང་རེའི་དོན་དུ་གཉེར་བའི་གཙོ་བོ་སངས་རྒྱས་  
 གྱི་གོ་འཕང་ཡིན། དེ་འོང་བ་ལ་བྱང་སེམས། དེ་འོང་བ་ལ་སྙིང་རྩེ། དེ་འོང་བ་  
 ལ་མར་ཤེས་རྣམས་རིམ་བཞིན་སྒྲོན་དུ་འགྲོ་དགོས། འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་  
 རང་སྙིང་དུ་བསྒྲུབས་པས་དེས་འབྱུང་དང་། གཞན་ལ་བསྒྲུབས་པས་སྙིང་  
 རྩེ་སྒྲི་དགོས་པས་སྒྲིས་བྱ་ཆེན་པོའི་སྐབས་ཀྱང་དེས་འབྱུང་བསྒྲུབ་པ་མེད་  
 ཐབས་མེད། སྤྱག་པར་སྒྲིས་བྱ་འབྲིང་སྐབས་དེས་འབྱུང་འདི་ལམ་གྱི་གཙོ་བོ་  
 ཞིག་སྟེ། འདི་རྒྱུད་ལ་སྒྲིས་པ་ནས་བཟུང་སྟེ་དགེ་བ་ཅི་བྱས་ཐར་པའི་རྒྱར་  
 འགྲོ་ཞིང་། ལམ་གྱི་གཙོ་བོ་འདི་ལྟ་བུ་བཅོས་མ་ཚུན་རྒྱུད་ལ་མ་སྒྲིས་ཀྱི་བར་  
 གྱི་དགེ་བ་གང་བྱེད། ཞིང་གི་མཐུ་ལ་བརྟེན་པ་འགའ་རེ་མ་གཏོགས། སལ་  
 ཆེར་འཁོར་བའི་འཁོར་ལོ་བསྒྲོར་བ་ཡིན་ཏེ། ལམ་གྱི་གཙོ་བོ་གསུམ་ལ་ནན་  
 ཏན་མི་བྱེད་པར་ལོགས་སུ་བཞག་ནས་ཆོས་ཟབ་ཟབ་མོ་རྩ་རྒྱུད་བསྒྲུབ་པ་  
 དང་། ལྟ་བསྒྲུབ། སྤྱགས་བསྐྱེད་སོགས་ལ་རི་ཅམ་བཙོན་ཀྱང་། ཐར་པ་དང་  
 ཐམས་ཅད་མཐུན་པར་བཀོད་པའི་ལམ་གྱི་ཕྱོགས་ཅམ་དུ་འང་མི་འགྲོ་བས།  
 དེ་ལྟ་བུའི་དོན་མེད་པའི་ངལ་བ་དང་། ཟབ་ཟབ་མོ་སྐད་ཟེར་བ་རྣམས་རེ་ཞིག་  
 བཞག་ནས། ཐོག་མར་དེས་འབྱུང་། བྱང་སེམས། ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་གསུམ་

ལ་ཅི་རྒྱས་སྤྱུ་འབད་པ་གལ་ཆེ།

གཉིས་པ་ཐར་པར་བགྲོད་པའི་ལམ་གྱི་རང་བཞིན་གཏན་ལ་དབབ་པ་  
ལ་གཉིས།

ཀྱན་འབྱུང་འཁོར་བའི་འཇུག་རིམ་བསམ་པ་དང་།

ཐར་པར་བགྲོད་པའི་ལམ་གྱི་རང་བཞིན་གཏན་ལ་དབབ་པ་དངོས་སོ།།  
དང་པོ་ལ་གསུམ། ཉོན་མོངས་པ་སྐྱེ་ཚུ་ལ། དེས་ལས་གསོག་ཚུ་ལ། འཆི་འཕོ་  
བ་དང་ཉིང་མཆམས་སྒྲོར་ཚུ་ལ་ལོ། །  
དང་པོ།

ཉོན་མོངས་པ་སྐྱེ་ཚུ་ལ་ལ་བཞི།

ཉོན་མོངས་ངོས་གཟུང་བ། དེ་རི་ལྟར་སྐྱེ་བའི་རིམ་པ། ཉོན་མོངས་  
པའི་རྒྱ། ཉོན་མོངས་པའི་ཉེས་དམིགས་སོ། །ཀྱན་འབྱུང་འཁོར་བའི་འཇུག་  
རིམ་བསམ་པའི་ས་བཅད་འདི་ས་བཅད་སྒྲ་མར་ཡར་སྒྱར་བ་དང་། བྱི་མར་  
སྒྱར་བའི་ལུགས་གཉིས་ཡོད་པ་ལས། འདིར་ནི་བདེ་སྒྱར་གྱི་ཁྲིད་སློལ་ལྟར་  
ཐར་པར་བགྲོད་པའི་ལམ་གྱི་རང་བཞིན་གཏན་ལ་དབབ་པའི་ནང་དུ་མར་  
བསྐྱུས་ཡོད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་སྒྲར་འཁོར་བ་སྐྱིད་དང་སོ་སོའི་ཉེས་དམིགས་  
བསམས་པས་འཁོར་བ་ལས་ཡིད་འབྱུང་སྟེ་ཐར་འདོད་སྐྱེ་བ་ན་དེ་ལྟར་  
འཁོར་བའི་རྒྱ་གང་གིས་བྱས་འདུག་སྟུམ་དུ་རྒྱ་ཅད་བཅད་ནས་ངོ་ཤེས་པར་

བྱས་ཏེ། དེའི་རྒྱན་གཙོང་དགོས། དེས་ན་ཀུན་འབྱུང་ལ་ལས་ཀྱི་ཀུན་འབྱུང་  
 དང་ཉོན་མོངས་པའི་ཀུན་འབྱུང་གཉིས་ཡོད། ཉེར་ལེན་གྱི་ཕྱང་པོའི་ཁུར་  
 ཐོགས་དགོས་པ་འདི་ལས་ཀྱིས་བྱས་ཤིང་། ལས་དེ་ཉོན་མོངས་པས་སྐྱེད།  
 སྒྲར་བསགས་ཀྱི་ལས་གངས་མེད་ཡོད་ཀྱང་ལྟན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུ་ཉོན་མོངས་  
 པའི་སྤེད་ལེན་མེད་ན་རྒྱན་དང་བྲལ་བའི་ས་བོན་བཞིན་དུ་ལས་རྒྱང་པས་སྐྱེ་  
 བ་འཕེན་མི་བྱུང་ཅིང་། ཉོན་མོངས་ཡོད་ན་ལས་སྒྲར་བསགས་མེད་ཀྱང་དེ་  
 མ་ཐག་ཉོན་མོངས་པས་ལས་གསར་དུ་བསགས་ནས་འཁོར་བའི་ཕྱང་པོ་  
 ཕྱི་མ་ལེན་པར་བྱེད་པས། རྣམ་འགྲེལ་ལས་ཀྱང་། སྤེད་པའི་སྤེད་ལས་རྣམ་  
 བརྒྱལ་བའི། །ལས་གཞན་འཕེན་རྒྱས་མ་ཡིན་ཏེ། །ལྟན་ཅིག་བྱེད་པ་བྱེད་ཕྱིར་  
 རོ། །ཞེས་དང་། སྤེད་པ་ནི། །ཡོད་ན་སྒྲར་ཡང་འབྱུང་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས།  
 དེས་ན་འཁོར་བ་སྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་རྩ་བ་ནི་ཉོན་མོངས་ཉིད་ཡིན་ནོ།

ཉོན་མོངས་ཞེས་པ་རང་རྣམ་སྐྱེས་མ་ཐག་ཏུ། རང་སྟོབས་ཀྱིས་རང་  
 རྒྱུད་ལྟན་གྱི་གང་ཐག་སེམས་རྒྱུད་མ་ཞི་ཞིང་མ་དུལ་བར་བྱེད་པའི་བྱེད་  
 ལས་ཅན་ཞིག་ཡིན། དེ་ཡང་ངོས་བཞིན་དགོས་ཀྱི། ངོས་མ་བཞིན་ན་དབྱངས་  
 མ་བཞིན་པར་གསོད་བྱེད་ཀྱི་མདའ་འཕེན་པ་བཞིན། གང་ལ་གཉིན་པོ་བསྟེན་  
 དགོས་པ་མི་ཤེས་པས། དང་པོ་ཉོན་མོངས་ངོས་གཟུང་བ་ལ་གཉིས། རྩ་  
 ཉོན་དང་། ཉེ་ཉོན་ནོ། །དང་པོ་ལ། མཛོད་ལས། སྤེད་པའི་རྩ་བ་སྤྱི་བྱུང་  
 །འདོད་ཆགས་དེ་བཞིན་ཁོང་ཁྱོད་དང་། །ང་རྒྱལ་མ་རིག་ལྟ་བ་དང་། །ཐེ་ཆོམ་  
 ཡིན་ཏེ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་རྩ་ཉོན་དུག་ལས། དང་པོ་འདོད་ཆགས་

ནི། ཡུལ་ཡིད་དུ་འོང་བ་ནོར་དང་ལུས། ཟས་སྒྲོམ་སོགས་མཐོང་བ་ན། དེ་ལ་  
 དམིགས་ནས་དེ་དང་མི་འབྲལ་བར་འདོད་པའི་སེམས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། དཔེར་ན་  
 ཉོན་མོངས་གཞན་རས་ལ་རྩལ་ཞུགས་པ་ལྟར་དབྱུང་སྤྲེལ་ཡང་། འདོད་ཆགས་  
 ནི་ཡུལ་ལ་ཞིན་ཅིང་ཆགས་པ་རས་ལ་སྦྱུམ་ཞུགས་པ་སྦྱུམ་གྱིས་རྗེ་ཆེར་  
 ཁྱབ་སྟེ་དབྱུང་དཀའ་བ་བཞིན་ཡུལ་དེ་དང་དེ་བལྟ་བ་དང་རེག་པ་ལ་སོགས་  
 པར་འདོད་པས་སེམས་བྱུག་པ་བཞིན་དུ་ཆགས་ཡུལ་ལ་སྟེད་ཞིན་རྗེ་ཆེར་  
 སོང་སྟེ་དབྲལ་བར་དཀའ། འདོད་སྟེད་ཞགས་པས་འཁོར་བའི་བཙོན་རྒྱར་  
 བཅིངས། །གསུངས་པ་ལྟར་འཁོར་བ་ལ་ཡིད་འབྱུང་སྒྲེ་མི་འདུག་པའི་རྩ་བ་  
 ཡང་འདོད་ཆགས་ཡིན་པས། འཁོར་བར་འཆིང་བྱེད་གྱི་གཙོ་བོ་ཡིན། འདིའི་  
 གཉེན་པོར་མི་སྦྱག་པ་བསྒྲོམ་པ་སོགས་བསྟེན། དེ་ལ་མི་སྦྱག་པ་ནི། རྣམ་  
 པར་དམར་བ་དང་། རྣམ་པར་འཐོར་བ་དང་། རྣམ་པར་བམ་པ་དང་། རུས་  
 གོང་གི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་དེ། ཡུལ་སེམས་ཅན་སོགས་ལ་ཆགས་པ་ན། མི་  
 གཙང་བའི་རྣམས་སོ་དུག་གིས་གང་བའི་རྒྱལ་པར་བསམ། འག་སོགས་ཐོས་  
 རས་ཆགས་པ་ནའང་། དེའི་རྒྱལ་ལ་མི་གཙང་བ་དང་། སྦྱོར་བ་སྟོག་གཙོད་  
 ལུགས་སོགས་བསམས་པས་ཆགས་སྟེད་ཆུང་དུ་འགྲོ།

གཉིས་པ་ཁོང་ཁྱོ་ནི།      སེམས་ཅན་དང་སེམས་ཅན་མ་ཡིན་པ་ལ་  
 དམིགས་ནས་ཀྱན་ནས་མནར་སེམས་པ་སེམས་རྩལ་མོ་ཡུལ་དེ་རྣམས་ལ་  
 གཞོད་པ་བྱ་འདོད་པ་སྟེ། དག་སོགས་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་མཐོང་བ་ན། སེམས་  
 ཞིན་དུ་རྩལ་པའི་རྣམ་པ་ཅན་ཞིག་ཡིན། དེ་ཡང་དཔེར་ན་མི་འབར་བ་ལྟར་

ཁོང་ཁྱོད་འདི་སྐྱེས་པ་ན་དག་ཅ་འཛོམས་པ་སོགས་བྱེད་པས་སྐྱོན་ཆེ། སྟོག་གཅོད་བརྟེན་འཛོག་སོགས་འབྱུང་བའང་ཁོང་ཁྱོས་བྱེད། དེང་སང་ཁ་ཅིག་གིས། རེད་ཀྱི་སྒྲ་མ་སྤྲུགས་གཏུམ་ཟེར་བ་ལྟ་བུ་ཁོང་ཁྱོ་ལ་མིང་སྟོན་པོ་བཏགས་ནས་སྐྱོན་དུ་མི་བཅི་ཡང་། ཞེ་སྒྲ་ལྟ་བུའི་སྟོག་པ་མེད། །བཟོད་པ་ལྟ་བུའི་དཀའ་སྤྲུབ་མེད། །ཅེས་དང་། ཁོང་ཁྱོད་མཆོན་གྱིས་མཐོ་རིས་སྟོག་འཕྲོག་ཅིང་། །ཞེས་སོགས་ལྟར་ཁོང་ཁྱོ་ཡོད་ན་ཉོན་མོངས་ཀྱི་ནང་ནས་དག་ཅ་འཛོམས་བྱེད་བུ་ཤོས་དང་། ངན་འགྲོར་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་གཙོ་བོ་ཞིག་ཡིན་པས་སྐྱོན་ཆེ། དག་ཅ་འཛོམས་ལྷགས་ལ་ཡུལ་ཏེན་གྱི་བྱང་པར་ཡོད། དེ་ལ་བཟོད་པ་བསྐྱོམ་པ་སོགས་གཉིན་པོ་བསྟེན་དགོས། བཟོད་པའི་སྐྱོར་འོག་ཏུ་ཕྱིན་བྱུག་སྐྱབས་ནས་ཀྱང་འཆད། དག་ལྷག་ལ་ཁོང་ཁྱོ་མི་བྱེད་པར་ཕན་སེམས་ཁོ་ནས་བརྟུང་བརྟེན་བྱེད་པ་ལྟ་བུ་རུང་བར་གསུངས།

གསུམ་པ་ང་རྒྱལ་ནི། རང་ཉིད་ཀྱི་སྟོབས་འབྱོར་ཡོན་ཏན་རིགས་རུས་ཤེས་རབ། ཚུལ་བྱིམས་གཙང་བ་སོགས་དང་། ཐ་ན་སྐད་བཟང་བ་དང་ཤེད་མོ་ཆེ་བ་ཚུན་ཆད་གྱིས་ཡུལ་བཟང་ངན་གང་ལའང་དམིགས་ནས་སེམས་ཁེངས་པ། དཔེར་ན། རི་མཐོན་པོ་ནས་བལྟ་བ་ན། གཞན་དམའ་ལྷུ་ལྷུ་པ་བྱེད་པ་བཞིན་རང་ཉིད་མཆོག་ཏུ་འཛིན་ཅིང་གཞན་པ་རོལ་པོ་དམའ་བར་བཟུང་ནས་སེམས་ཁེངས་པ་སྟེ། མཐོ་བའི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་འཇུག་པའོ། །འདི་ནི་དམིགས་ཡུལ་རྒྱ་མཆོན་རུང་བཤེད་ལས་མི་དགོས་པར་སྟེ། བཀའ་གདམས་གོང་མའི་གསུང་ལས། དབྱེད་ཀྱི་དུས་སུ་རི་མགོ་གང་མཐོ་བ་



ནས་སྒྲིལ་བུ་གྱིས་འོང་ངམ། གཤོང་བུ་གང་དམའ་བ་ནས་འོང་སྒྲིལ་གསུང་  
བ་དང་། ང་རྒྱལ་གྱི་སྤང་བུ་ལ་ཡོན་ཏན་གྱི་ཚུ་མི་འབྲུག། གསུངས་པ་ལྟར་  
ང་རྒྱལ་ཡོད་པ་ལ་ཡོན་ཏན་གང་ཡང་སྒྲིལ་དཀའ་ཞིང་། ལྷ་མས་ཆོས་གསུང་  
ཡང་ང་རྒྱལ་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་མི་དེ་ལ་པན་མི་ཐོགས། དེས་ན་འདྲིའི་གཉེན་  
པོར་ཁམས་གྱི་རབ་དབྱེ་ལ་དམིགས་ནས་རང་གིས་མི་ཤེས་པའི་རྣམ་གྲངས་  
བསམས་ནས། དེ་ཞིག་རང་གི་སྒྲིལ་བོ་ནས་རྒྱང་པའི་བར་དེ་དེ་ལའང་སྒྱི་ནང་  
གི་གནས་ལུགས་ཇི་ཡོད་རང་གིས་མི་ཤེས་པ་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་ཡོད་པ་རྣམས་  
བསམ་སྒྲིལ་རྒྱལ་གཅིག་དགོས།

བཞི་པ་མ་རིག་པ་ནི། སྒྱིར་མ་རིག་ཅེས་པ་མཐོང་མ་མཐོང་རིག་མ་  
རིག་ཟེར་བ་ལྟར་རིག་པ་ལ་དགག་སྒྲུ་མ་ཡིག་སྒྱིར་བ་སྒྲིལ་རིག་པ། མ་  
མཐོང་བ། མི་ཤེས་པ། མི་གསལ་བ་སོགས་ཏེ། དཔེར་ན་མིག་བཙུམ་པ་ལྟ་  
བུའི་ནག་ཐོམ་མེ་བའམ། ཐུན་པས་ཁྲབ་པའི་དངོས་པོ་མི་མཐོང་བ་བཞིན་དུ་  
བདེན་བཞི་དང་། ལས་འབྲས། དཀོན་མཆོག་སོགས་དང་ཐ་ན་ཡུལ་གྱིས་  
བསྐྱལ་བའི་གཟུགས་མི་མཐོང་བ་ཚུན་གྱི་མོངས་པ་སྒྲིལ། འདྲི་ནི་ཉོན་མོངས་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་ཡིན། དེ་ཡང་འཇིག་ལྟ་དང་། མ་རིག་པ་གཅིག་ཏུ་བཞེད་  
པའི་ལུགས་ལྟར་ན། འཇིག་ལྟ་ཉིད་མ་རིག་པ་དང་། ཐ་དད་དུ་བཞེད་པའི་  
ལུགས་ལྟར་ན། དཔེར་ན། ཐག་པ་ལ་སྒྲུལ་ལོ་སྒྲུལ་དུ་འཁྲལ་བ་ལྟ་བུ་འཇིག་  
ལྟ་དང་། དེའི་རྒྱ་ཐག་ཁྲིའི་སྒྲིལ་དུ་ཐུན་པ་བབ་སྒྲིལ་ཐག་པའི་གནས་ལུགས་མི་  
གསལ་བ་ལྟ་བུ་ནི་མ་རིག་པ་ཡིན། ལུགས་སྒྲུ་མ་དཔལ་ལྡན་ལྷ་གསུང་དང་།

ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པ་སོགས་ཀྱིས་བཞེད། བྱི་མ་འདི་ཐོགས་མེད་སྐྱེ་མཆེད་  
བཞེད་པ་ཡིན།

ལྷ་པ་ཐེ་ཆོ་མ་ནི། བདེན་བཞི་དང་། དགོན་མཆོག་དང་། ལས་འབྲས་  
སོགས་ལ་དམིགས་ནས་ཡོད་དམ་མེད། ཡིན་ནམ་མིན་སྟམ་པ་ལྟ་བུ་སྟེ།  
དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་ཐེ་ཆོ་མ་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ཉོགས་པ་སྐྱེ་བ་ལ་གོགས་  
བྱེད། དེ་ཡང་རྗེ་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་དག་འདུན་གྲུབ་པས། གུན་ཏུ་མོངས་  
པའི་མཁའ་ལ་རབ་རྒྱ་ཞིང་། །ངེས་པ་དོན་དུ་གཉེར་ལ་ལྟག་པར་འཆོ། །ཐར་  
པའི་སྟོག་ལ་ཆོ་ལ་བའི་གདུག་པ་ཅན། །ཐེ་ཆོ་མ་ཤ་བའི་འཇིགས་པ་བསྐྱབ་ཏུ་  
གསོལ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། ལས་འབྲས་ལ་ཐེ་ཆོ་མ་པས་ནི་མངོན་  
མཐོ་དང་། བདེན་བཞི་ལ་ཐེ་ཆོ་མ་པས་ནི། ཐར་པ་ཐོབ་པའི་གོགས་བྱེད་པས་  
སྒྱུར་ཆེ། འདི་ཡན་ལ་ལྟ་མིན་ལྟར་འཇོག།

དུག་པ་ལྟ་བ་ལ་ལྟ་བ་ཉོན་མོངས་ཅན་ལྟ་ལས། འཇིག་ལྟ་ནི། འཇིག་པའི་  
ཆོས་ཅན་གྱི་སྤང་པོའི་ཆོགས་པ་ལ་དམིགས་ནས་ང་དང་ངའི་ཞེས་བདག་  
དང་བདག་གིར་བལྟ་བའི་ཤེས་རབ་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་ཏེ། དཔེར་ན་རང་ལ་  
གཞན་གྱིས་བསྟོད་སྦྱང་སོགས་པན་གཞོད་བྱེད་པ་ན། ང་ལ་དེ་ལྟར་བྱེད་པ་  
ཅི་ཞེས། སྒོ་སྤྲགས་སུ་མིང་མིང་བ་ཞིག་ཤར་ཡོང་བ་དེ་ལྟར་དུ་ཡོད་པར་  
འཇིན་པ་སྟེ། དེ་ནི་ཉེས་པའི་རྩ་བ་ཡིན། འཇིག་ལྟ་འདི་སྟོག་ཆགས་གྲོག་སྐྱར་  
ཡན་ཆད་ལ་ཡོད་དེ། འབྲུ་འགོ་བའི་སྐར་རྩ་ཐུར་བཙུག་ན་དེ་མ་ཐག་ང་གཅིག་  
བྱེད་འགོ་སྟམ་དུ་སྐྱག་ནས་འཁུམས་ཏེ་ཤི་བ་ལྟར་བཅོས། རེ་ཞིག་ནས་ཁ་

ཚུར་སློབ་སྟེ་སློབ་ཡོང་བ་དེ་འཛིག་ལྟས་བྱས་པ་རེད་གསུངས། མཐར་ལྟ་  
ནི། འཛིག་ལྟས་གང་བཟུང་བའི་ང་དེ་ཉིད་རྟག་བརྟན་ཐེར་བྱག་བདེན་གྲུབ་  
སོགས་སུ་བལྟ་བའོ། འདི་ནས་ང་དེ་ཉིད་རྟུན་ཆད་པར་ལྟ་བ་སོགས་ཏེ། འདི་  
ནི་གཙོ་བོ་སྤྱི་རོལ་པ་དག་ལ་ཡོད་མོད། རང་ཅག་གིས་ཀྱང་བདེན་གྲུབ་དང་།  
ཅང་མེད་དུ་ལྟ་བ་སོགས་ཡོད་དོ། །ལྟ་བ་མཆོག་འཛིན་ནི། འཛིག་ལྟ་དང་  
ལོག་ལྟ་དང་རྟག་ཆད་གྱི་ལྟ་བ་སྤྱར་བ་ཤད་པ་དེ་དག་གང་རུང་དང་། དེ་དག་  
གང་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བའི་ལྟ་བ་པོའི་ཕྱང་པོ་ལ་དམིགས་ནས་མཆོག་ཏུ་  
འཛིན་པའི་ཤེས་རབ་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་ནོ། །ཚུལ་བློམས་དང་བརྟུལ་བྱགས་  
མཆོག་འཛིན་ནི། ཀྱང་པ་ཡ་གཅིག་གིས་འབྲང་བའི་ཚུལ་བློམས་དང་། མེ་  
ལྟ་བུ་སྟེན་པ་དང་། མདུང་ཅེ་གསུམ་གྱི་སྟེང་དུ་མཆོང་བ་སོགས་ཐར་ལམ་དུ་  
འཛིན་པ་དང་། གཡང་གཞི་འཆང་བའི་བརྟུལ་བྱགས་སོགས་ལ་མཆོག་ཏུ་  
འཛིན་པ་དང་། འགའ་ཞིག་གིས་མངོན་ཤེས་སྤྱོད་མོས་བལྟས་ནས། ཆེ་སྤྱི་མ་  
བྱིར་སྐྱེས་པར་མཐོང་བས་མོངས་ཏེ། སྤྱི་མར་ཡང་མི་ལུས་འདོད་པས། སྤྱི་  
སྐད་དང་། སྤྱིའི་ཆ་ལུགས་སུ་བསྐྱར་བ་སོགས་ཆ་བྱད་མང་པོ་དང་། དེ་ལ་  
མཆོག་ཏུ་བཟུང་ནས་ལུས་ངག་གི་འཇུག་པ་ངན་པ་བྱེད་པ་དང་། དེ་བསྐྱར་  
བའི་ཚུལ་བློམས་ངན་པ་སྟེ་དེ་དག་གོལ་བྱེད་གྱི་རྒྱུའི་གཙོ་བོར་འཛིན་པ་ལྟ་  
བུའོ། །ལོག་ལྟ་ནི། བདེན་བཞི་དང་དཀོན་མཆོག་ལས་འབྲས་སོགས་མེད་  
པར་ལྟ་བ་གཙོ་བོ་དང་། གཞན་ཡང་མེད་པ་ལ་ཡོད་པར་སློབ་འདོགས་པ་དང་།  
ཡོད་པ་ལ་མེད་པར་ལྟ་བ་ཆད་ལྟ་སྐྱར་འདེབས་ཏེ་གཉིས་ལས། སྤྱི་རོལ་པ་

འགའ་ཞིག་གིས་འདྲི་གཏེན་འདི་བྱ་བ་འདྲུག་གི་འདྲུག་པ་བཅུས་བྱས་པ་  
 དང་། གྲངས་ཅན་པས་ཤེས་བྱ་ལ་གྲངས་ཉིད་ལྟར་བྱས་ནས་སྒྲི་གཙུག་པོ་སྐོས་  
 བྱས་པ་དང་། དབང་ཕྱུག་གིས་བྱས་པ་སོགས་སྤྱོད་པས་། དེ་དག་གིས་མ་  
 བྱས་པ་ལ་བྱས་པར་འདོད་པའི་སྒོ་བཀྲགས་ནས་ལོག་པར་སྟོབ་དང་སྟོབ་བ་  
 བཀྲབ་པའོ། །གོང་གི་སྟེན་མེད་ལྟར་དང་། དེའི་སྟེང་དུ་སྟོབ་པ་ལྟེན་གཅིག་ཏུ་བཅུས་  
 པའི་དུག་པོ་དེ་དག་ནི་རྩ་བའི་ཉོན་མོངས་པ་ལྟ་བུ་སྤྱུག་གོ། །དེས་ན་དེ་དག་  
 སོ་སོར་སྒྲིས་པ་ན། གཉིས་པོ་བསྟེན་ཅིང་། འོན་ཀྱང་བཞི་བརྒྱ་པ་ལས། ལུས་  
 ལ་ལུས་དབང་ཇི་བཞིན་དུ། །གཏི་ལུག་ཀྱན་ལ་གནས་གྱུར་ཏེ། །གསུངས་པ་  
 སྟོབ་གཏི་ལུག་གིས་ཉོན་མོངས་གཞན་ཐམས་ཅད་ལ་བྱ་བ་ཅིང་རྒྱ་བྱེད་པས།  
 དེ་ནི་ངོས་འཛིན་དཀའ་བས་འོག་ཏུ་འཆད་གསུངས།

གཉིས་པ་ཉོན་མོངས་པ་ཇི་སྟོབ་སྒྲི་བའི་རིམ་པ་ནི། རྩ་བའི་དུག་སོགས་  
 ཉོན་མོངས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བདག་འཛིན་དང་འདྲི་གཏེན་ལྟ་ལས་བྱུང་བའི་བྱེད་  
 སྤྱུག་བསྐྱེད་པ་དང་ལས་ཉོན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་འདྲི་གཏེན་ལྟ་དང་མ་རིག་པ་  
 གཅིག་ཏུ་བཞེད་པ་སྟོབ་ན་འདྲི་གཏེན་ལས་བྱུང་ལ། མི་བཞེད་པའི་ལུགས་ལ་  
 མ་རིག་པ་ཉིད་གཙུག་པོ་སྐོས་། །དེས་ན་དབྱུ་མ་ཐལ་འགྱུར་བའི་ལུགས་སྟོབ་ན།  
 འདྲི་གཏེན་ཉིད་རྩ་བ་ཡིན་ལ། དེ་ལས་ཀྱན་བཀྲགས་དང་སྟོབ་སྒྲིས་གཉིས་  
 ལས་བྱེད་པ་དང་། དེ་ལས་ང་དང་ང་ཡིས་འཛིན་པ་གཉིས་ལས། ངར་འཛིན་  
 པའི་འདྲི་གཏེན་ཉིད་དོ། །དེ་ནི་ང་ལ་སྟོན་པར་སྟོབ་པ་སོགས་ཀྱི་ཆོ། ང་ལ་དེ་སྟོབ་  
 ལོགས་འདུག་སྟུང་པ་སོགས། ང་དང་ང་ཞེས་པའི་ཡིང་པོ་ཞིག་སྒོ་ལུགས་སྤྱོད་

བཞག་པ་དེ་ཉིད་དེ། དེ་ཡོད་པས་དེ་ཉིད་ལ་བདག་ཏུ་བཟུང་སྟེ་ཡོངས་སྟོང་  
པ་པོར་ཤར། དེ་ཡོད་པས་ང་ལ་སྟེད། གཞན་ལ་སྤང་བ་སྐྱེས་ཏེ་པན་བཏགས་  
པ་ལ་འདོད་ཆགས། གཞོད་པ་བྱེད་མཁན་ལ་ཁོང་ཁྱོ། བར་མ་ལ་གཏི་ཟུག་  
སྐྱེ་བའི་བྱིར། རྣམ་འབྲེལ་ལས། བདག་ཡོད་ན་ནི་གཞན་དུ་ཤེས། །བདག་  
གཞན་ཆ་ལས་འཛིན་དང་སྤང་། །འདི་དག་དང་ནི་ཡོངས་འབྲེལ་ལས། །ཉེས་  
པ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བར་འགྱུར། །ཞེས་དང་། འཇུག་པ་ལས། ཉོན་མོངས་  
སྟོན་རྣམས་མ་ལུས་འཛིག་ཆོགས་ལ། །ལྟ་ལས་བྱུང་བར་སློབ་ཡིས་མཐོང་  
གྱུར་ཅིང་། །ཞེས་དང་། དང་པོར་ང་ཞེས་བདག་ལ་ཞེན་གྱུར་ཅིང་། །བདག་  
གིས་འདི་ཞེས་དངོས་ལ་ཆགས་བསྐྱེད་པ། །ཞེས་སོགས་གསུངས། བླ་རྒྱུས་  
དུག་གི་རྩ་བ་མ་རིག་པའམ། འཛིག་ལྟ་ལ་བརྟེན་ནས་ཆགས་སྤང་། ཐེ་ཆོམ་  
སོགས་སྐྱེ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ལས་བསགས། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་འཁོར་བར་  
འཁོར། འཁོར་བའི་རྩ་བ་འཛིག་ལྟ་མ་རིག་པ་ངར་འཛིན་ལྟ་སྐྱེས་ཉིད་ཡིན་  
པས། ཉོན་མོངས་གཏན་ནས་སྟོང་བ་ལ་བདག་འཛིན་མ་རིག་པའི་གཉེན་པོ་  
བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་བསྐྱེད་པ་ལ་འབད་དགོས། དེའི་བྱིར་ཉེས་  
བརྒྱ་འཛོམས་པའི་སྒྲན་དཀར་པོ་ཆིག་ཐུབ་ལྟ་བུ་ནི། བདག་མེད་རྟོགས་པའི་  
ཤེས་རབ་ཡིན་ཏེ། བཞི་བརྒྱ་པར། དེ་བྱིར་ཉོན་མོངས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་།  
།གཏི་ཟུག་བཙོམ་པས་བཙོམ་པར་འགྱུར། །ཞེས་དང་། ས་བཙུ་བའི་མདོ་  
ལས་ཀྱང་། འཛིག་རྟེན་དུ་ཉེས་པར་སྟོང་བ་སྐྱེ་བ་གང་ཇི་སྟེད་པ་དེ་ཐམས་  
ཅད་ནི་བདག་ཏུ་མཛོན་པར་ཞེན་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། བདག་ཏུ་མཛོན་

པར་ཞེན་པ་དང་བྲལ་ན་མི་འབྱུང་ངོ་། །ཞེས་གསུངས།

འོན་ཀྱང་དེ་མ་ཉོགས་གོང་ནས། མགོ་གཞོན་ཐབས་འཕྲལ་སེལ་དུ་བྱེད་  
 དགོས་ལ། དེ་ལ་རྒྱ་འགོག་དགོས་པས། གསུམ་པ་ཉོན་མོངས་པའི་རྒྱ་ལ་  
 བྱག་ལས། དང་པོ་ཉོན་ནི། ས་བོན་ནམ་བག་ལ་ཉལ་ཏེ་རང་རེ་ནད་ཀྱི་ས་བོན་  
 བྱངས་འབྱིན་མ་ཐུབ་པ་ན་ཟས་སོགས་ཅུང་ཟད་ཅ་མ་གྱིས་སྒྲོང་བ་བཞིན།  
 རྒྱུན་དང་ཐུད་ན་ཉོན་མོངས་པའི་ས་བོན་ཡོད་པའི་རྒྱུན་གྱིས་རང་རྒྱུད་ལ་  
 ཉོན་མོངས་སྒྲེ་ཆོག་ཆོག་གི་ཉོན་ནམ་བག་ཆགས་ཡོད་པ་དེ་ཡིན། རྒྱ་གཉིས་  
 པ་དམིགས་པའམ་ཡུལ་ནི། ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་སོགས་ཏེ།  
 དེ་དག་དང་འཕྲད་ན། རང་རེ་ཉོན་མོངས་ཀྱི་ས་བོན་མ་སྤངས་པས། མཛོད་  
 ལས། རྒྱ་རྒྱས་སྤངས་པ་མ་ཡིན་དང་། །ཡུལ་ནི་ཉེ་བར་གནས་པ་དང་། །ཚུལ་  
 བཞིན་མ་ཡིན་ཡིད་བྱེད་ལས། །ཉོན་མོངས་རྒྱ་ནི་ཆང་བ་ཡིན། །ཞེས་པ་  
 ལྟར་ཉོན་མོངས་སྒྲེ་བས། དེ་དག་དང་རྒྱུང་བསྐྱེད་གང་ཐུབ་བྱེད་པ་སྟེ། རབ་  
 བྱུང་རྣམས་དགོན་པ་དང་རི་བྱོད་སོགས་ན་སྒྲོད་པའང་ཡུལ་ལས་བྱོལ་བ་  
 ཡིན། རང་རེ་ལས་དང་པོ་པས་རེ་ཞིག་ཡུལ་མ་མཐོང་ན་ཉོན་མོངས་མི་སྒྲེ་  
 བ་ལ་ཕན་པས། དེ་ལས་བྱོལ་གང་ཐུབ་བྱེད། སྒྲོ་སྒྲོང་རྣམས་ལས། གཉིན་  
 པོ་བསྟེན་པ་བས་ཡུལ་ངན་སྒྲོང་བ་གཙོ། ཞེས་དང་། རྒྱལ་སྤྱི་ཐོགས་མེད་  
 པས། ཡུལ་ངན་སྤངས་པས་ཉོན་མོངས་རིམ་གྱིས་འབྱིབ། །རྣམ་གཡེང་མེད་  
 པས་དགོ་སྒྲོར་ངང་གིས་འཕེལ། །རིག་པ་དྲངས་པས་ཆོས་ལ་ངེས་ཤེས་  
 སྟེ། །དབེན་པ་བསྟེན་པ་རྒྱལ་སྤྱི་ལག་ལེན་ཡིན། །གསུངས་པ་ལྟར་ཉོན་



མོངས་སྐྱེ་བའི་ཡུལ་སྤངས་ཏེ་མ་ཐུན་ཡུལ་ལ་གནས་པ་གལ་ཆེ་གསུངས།

རྒྱ་གསུམ་པ་འདྲུ་འཇི་ནི། གྲོགས་ངན་པའི་གཡེང་བ་སྤོང་བ་སྟེ། དེ་  
ཡང་ཆང་དང་། ཅེད་མོ་སོགས་ཉོན་མོངས་པ་དང་མ་ཐུན་པའི་གཏམ་བཤའ་ད་  
ནས་ཆེ་འདིར་སྦྱོར་བ་ཐམས་ཅད་གྲོགས་ངན་པ་ཡིན་པས་ཁོའི་ཁར་མི་ཉན་  
པ་དང་། ཁོའི་དབང་དུ་མི་འགྲོ་བ་དགོས། དེ་ལྟ་མིན་པར་གྲོགས་ངན་པའི་  
དབང་དུ་སོང་ན། དེས་ཉོན་མོངས་སྐྱེད་ཅིང་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་ལ་ཞུགས་པར་  
འགྱུར། སྟོན་འཕན་པོ་རྒྱལ་དུ་ཆང་འཐུང་བ་དང་མི་འཐུང་བའི་མི་གཉིས་  
ཡོད་པ་ལས། ཆང་འཐུང་བ་དེ་རྩ་སྤྱིང་དུ་སྤྱིན། མི་འཐུང་བ་དེ་ལྟ་སར་སྤྱིན་པ་  
ན། རྩ་སྤྱིང་དུ་སོང་བ་དེ་བཀའ་གདམས་པའི་དགོ་བཤེས་རྣམས་དང་མཇུག་  
ལྟ་སར་སོང་བ་དེ་གྲོགས་ངན་པ་དང་འགྲོགས་པས། གྲོགས་བཟང་ངན་གྱི་  
དབང་གིས་དེ་གཉིས་སྤྱིས་མཉམ་དུ་སྤྲད་པ་ན། སྤར་ཆང་འཐུང་བ་དེས་སྤྱིས་  
མི་འཐུང་བ་དང་། སྤར་མི་འཐུང་བ་སྤྱིས་ཆང་འཐུང་མཁན་ཞིག་ཏུ་གྱུར་པ་ལྟ་  
བུ་ཡིན། རང་རེ་སེར་སྣ་ལ་རུ་ངར་ཞེས་དང་། ཁོང་ཁོ་ལ་ཐུགས་གཏུམ་པོ་  
དང་། ལྟ་ཐུང་བ་སོགས་མིང་སྟན་པོ་རེ་འདོགས་ཀྱང་དེ་དག་སྦྱོན་ཆེ། དགོ་  
ཀན་ལོར་རྩས་ལ་ཀྱན་འཇིན་དམ་པ་ལྟ་བུ་རུ་ངར་པོ་ཞིག་བསྟེན་ན་དགོ་ཐུག་  
ཀྱང་སེར་སྣ་ཆེ་བར་འགྱུར་ལ། ཁོང་ཁོ་ཅན་ཡང་དེ་དང་འདྲ། གྲོགས་ངན་གྱི་  
སྦྱོད་པ་འགོ་སླ་བས། གྲོགས་ངན་པ་སྤོང་དགོས། འོན་ཀྱང་། དེང་སང་པལ་  
ཆེར་ཆེ་འདི་དོན་གཉེར་ཅན་གྱི་གྲོགས་ངན་པ་ཤ་སྟག་ཡིན་པས་ཐམས་ཅད་  
སྤང་མ་ཐུབ་ཀྱང་དེ་དག་ལ་བག་ཚེན་བྱས་ཏེ་ཏ་ཅང་འགྲོགས་འདྲིས་མི་བྱེད་

པ་གལ་ཆེ། སྒོན་ལུང་པ་ཞིག་ན། གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྒྲིམ་ཆུ་འབྲུངས་  
 བས་སྒྲོས་ལ། རྒྱལ་པོ་འབའ་ཞིག་མ་སྒྲིམ་བར་ལུས་པ་ན། གཞན་ཀྱིས་རྒྱལ་  
 པོ་སྒྲོས་འདུག་ཅེས་སྒྲུས་པ་བཞིན། དེང་སང་ཆོས་བྱེད་པ་རྣམས་མི་ཁྱུར་  
 མི་ཆུད་མོད། བྱད་སྟེགས་ཐོབ་གསུམ་ལག་ཏུ་ལེན་དགོས་པས། དེ་ཅམ་དུ་  
 སྒྲིམ་མེད། གྲོགས་ངན་པས་བསྐྱབ་བྱ་བྱེད་པ་ན། དེའི་ཁ་རྩེས་སུ་མི་གཏོང་  
 བར་གཡག་ཀན་གྱི་འཇིང་པ་བཞིན་བྱས་ཏེ་ཐེབས་མེད་དོ་རྩེ་སྒོན་དུ་བཏང་།  
 ཡེ་ཤེས་དོ་རྩེ་རང་དང་འགྲོགས། ཁྲིལ་མེད་དོ་རྩེ་རྩེས་ལ་བཞག་པ་སོགས་  
 བཀའ་གདམས་ཕྱགས་ཞོར་བཅུ་ལ་ཉམས་ལེན་བྱེད།

རྒྱ་བཞི་པ་བཤད་པ་ནི། གདམས་ངག་ལྟར་སྤང་ཉོན་མོངས་སྒྲིབ་འི་  
 དཔེ་བལྟ་བ་སྟེ། སྤིང་གོ་སར་གྱི་སྤྱང་བཤད་པ་སོགས་དང་། ཆགས་ལམ་  
 གྱི་བསྟན་བཅོས་དང་། ལས་ཆོགས་དང་འབྲུད་དབྲུད་གྱི་བེའུ་བུམ་སོགས་  
 བཤད་པ་ངན་པ་ལ་བལྟས་ན་ཆགས་སྤང་གཏི་ཐུག་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པར་  
 བྱེད་པའི་རྒྱར་འབྱར་ལ། སྒྲིས་བྱ་དམ་པའི་མཛད་པ་རྣམ་ཐར་ཡིད་ལ་བྱས་  
 ན་ཐར་པའི་ས་བོན་ཐེབས་རྒྱས་པས་ན་སྒྲིས་བྱ་དམ་པའི་རྣམ་ཐར་སོགས་  
 བལྟ་དགོས། གཞན་ཡང་མི་མང་པོ་དང་མཉམ་དུ། རྒྱལ་པོ་དང་། དམག་དང་།  
 བྱད་མེད། ཁ་མཆུ་སོགས་ཆགས་སྤང་འཕེལ་བའི་སྐད་ཆ་མང་དུ་ཤོད་པ་  
 ཡང་ཉོན་མོངས་སྒྲིབ་འི་རྒྱ་ཡིན།

རྒྱ་ལྔ་པ་གོམས་པ་ནི། ཞང་རིན་པོ་ཆེས། སྒོ་ངན་གོམས་ཀྱི་བག་  
 ཆགས་ཤོག་ངེས་འདྲ། །གསུངས་པ་ལྟར་ཉོན་མོངས་ལ་གོམས་འདྲིས་ཆེས་

བས་སེམས་ཡིངས་པའི་སྐབས་ཀྱང་ཆགས་སྒྲུབ་སོགས་ངམ་ངམ་ཤུགས་  
གིས་འབྱུང་། རང་རེའང་སྐྱེ་བ་སྒྲུབ་མའི་གོམས་པ་ཆེ་ཆུང་གི་དབང་གིས། ཆེ་  
འདིར་ཉོན་མོངས་ཤུགས་ཆེ་ཆུང་ཡོད་དེ། འགའ་ཞིག་ཡུལ་ཆུང་དུ་རེ་ལའང་  
ཆགས་སྒྲུབ་སོགས་ཆེན་པོ་སྐྱེ་བ་དཔེར་ན། ཁོང་ཁོ་ལ་གོམས་པ་དག་གིས་  
མིག་ལོག་བསྟུ་བ་ཅམ་ཡང་མི་བཟོད་པ་སོགས་ལྟར་རོ། །འདི་དག་ལ་ནི་  
གཉེན་པོ་བསྟེན་ནས་འཕྲོ་གཅོད་ཅི་ཐུབ་བྱེད་པ་ལས་གཞན་མེད།

རྒྱ་དྲུག་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ནི། འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཡུལ་དང་། ཞེ་སྒྲུབ་  
གི་ཡུལ་སོགས་ལ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་སྒྲོ་བཏགས་ཏེ་ཚུལ་བཞིན་མ་ཡིན་པ་  
ཡིད་ལ་བྱེད་པ་སྟེ། འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཡུལ་གོས་ལྟ་བུར། མདོག་ལེགས་པ།  
དབྱིབས་མཛེས་པ། ཐགས་བཟང་བ་སོགས་བསམས་པ་དང་། ཞེ་སྒྲུབ་གི་  
ཡུལ་དག་ལྟ་བུས་རང་ལ་གཞོད་པ་འདི་དང་འདི་བྱས། དེའི་རྗེས་སུ་ཡང་འདི་  
དང་འདི་འདྲ་བྱས་སྟམ་པ་སོགས་ཡུལ་ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་མི་འོང་བ་ལ་ཡང་  
ཡང་སེམས་པ་དང་། མི་འདིས་ནི་ཆོས་བྱེད་པ་ཡིན་མོད། སྐྱུག་བསྐྱུལ་དང་  
གྲ་མ་འགྲིགས་པ་དེ་འདྲ་འོང་འདྲུག་པས་ལས་འབྲས་ཨི་བདེན་བསམ་པ་  
སོགས་ཏེ། རྒྱ་དེ་དག་སྐྱེ་བ་ན་ཉོན་མོངས་འབྱུང་བ་ཡིན་པས། དེ་དག་དགག་  
ཅི་ཐུབ་བྱེད། གཉེན་པོ་མ་བསྟེན་ན་ཉོན་མོངས་རྗེ་ཆེར་འགྱུར་ལ། བསྟེན་  
པས་ནི་རྗེ་འགྲིབ་ཏུ་འགྱུར་བས། དེ་ལ་འབད་དོ།

བཞི་པ་ཉོན་མོངས་པའི་ཉེས་དམིགས་ནི། མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས། ཉོན་  
མོངས་རྣམས་ཀྱིས་བདག་འཇོམས་སེམས་ཅན་འཇོམས་ཤིང་ཚུལ་བྱིས་ས་

འདྲིམས། །ཉམས་བཅས་རྟེན་པས་དམན་ཞིང་སྤང་དང་དེ་བཞིན་སྟོན་པས་  
སྤང། །ཚོད་པ་མི་སྟན་དེ་ནི་གཞན་དུ་མི་ཁོམ་གནས་སུ་སྒྲེ། །ཐོབ་དང་མ་ཐོབ་  
ཉམས་པས་ཡིད་ལ་སྤྱག་བསྐྱེད་ཆེན་པོ་འཐོབ། །ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན་  
ཉོན་མོངས་པའི་ཉེས་དམིགས་མང་དུ་ཡོད་དེ། ཉོན་མོངས་སྒྲེས་པ་ན་སེམས་  
དེ་མི་དགེ་བའི་ངོ་བོར་འགྱུར་བ་དང་། ཡུལ་དམིགས་པ་ལས་སྤྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་  
བྱེད་པ་དང་། ཉོན་མོངས་པའི་ས་བོན་བག་ལ་ཉལ་བ་དེ་བརྟན་པར་བྱེད་པ་  
དང་། ཆགས་སྤང་སོགས་རིས་མ་ཐུན་གྱི་ཉོན་མོངས་རྒྱན་མི་འཆད་པ་སྒྲེ་བ་  
དང་། སྒྲེས་བྱ་དམ་པས་སྤང་བའི་གནས་ཁ་ན་མ་ཐོབ་ལ་ཞུགས་ཏེ་འདི་སྤྱི་  
གཉིས་ཀར་མི་བདེ་བའི་ལས་བསྐྱེད་པ་དང་། ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཐུན་  
པ་གཉི་ག་ལས་སྤྱིར་བྱུང་ཏེ་རྒྱང་རིང་དུ་བྱེད་པ་དང་། དགེ་བའི་བྱ་བ་ཉམས་  
པར་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱིས་རང་དང་གཞན་མ་རུངས་པར་བྱེད། ཚུལ་ཁྲིམས་  
ཉམས་པར་བྱེད། རྟེན་པ་དང་བཀྱར་བསྐྱེད་ཆུང་དུ་འགྲོ། སངས་རྒྱས་དང་  
ཆོས་སྦྱོང་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་སྤང། འགའ་ཞིག་གིས་གསོད་རིས་སོགས་བྱེད་  
པས་རང་གཞན་སྤྱག་བསྐྱེད་པ་དང་། ཆེ་འདིར་ཁ་མཆུ་ཚོད་པ་སོགས་ཀྱིས་  
གྲགས་པ་མི་སྟན་པ་འཕེལ་བ་དང་། སྤྱི་མར་མཐའ་འཁོབ་དང་ངན་སོང་དུ་  
སྒྲེ་བ་སོགས་ཏེ། མདོར་ན་ཉེས་དམིགས་མཐའ་ཡས་པ་ཐམས་ཅད་ཉོན་  
མོངས་པས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་གསུངས། དེས་ན་འདི་དག་སྒྲེས་པ་ན་སྒྲེས་མ་  
ཐག་ཏུ་དགྲའི་དྲངས་མར་ཤེས་ནས་དགག་ཐབས་བྱ་དགོས་ཏེ། སྦྱོང་འཇུག་  
ལས། གལ་ཏེ་ལྟ་དང་ལྟ་མིན་རྣམས། །ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགྲར་ལངས་

ཀྱང་། །དེ་དག་གིས་ཀྱང་མནར་མེད་པའི། །མེ་ནང་འབྲིང་ཅིང་འཇུག་མི་  
རུས། །ཉོན་མོངས་སྟོབས་ཆེན་དག་འདིས་ནི། །གང་དང་འབྲུད་ན་རི་རབ་  
ཀྱང་། །ཐལ་བར་ཡང་ནི་མི་ལུས་པ། །དེར་བདག་སྐད་ཅིག་གཅིག་ལ་འདོད།  
ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན། དག་ཞིག་ལ་འདི་ལས་བྱ་བ་མེད་དེ། ཐ་མལ་བའི་  
དག་པོར་པར་བསྟུན་ན་ཁོ་བ་ཞི་ཞིང་གཞོད་པ་མི་བྱེད་ལ། །ཉོན་མོངས་ལ་  
པར་བསྟུན་ཀྱང་ཚུར་གཞོད་པ་བྱེད། སྟོན་ཆད་མནར་མེད་གྱི་མེར་བསྐྱེག་པ་  
ཡན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཅི་སྟེད་ཅིག་སྟོང་བ་ཐམས་ཅད་ཉོན་མོངས་པས་བྱས་  
ཤིང་། སྟོན་ཆད་ཀྱང་སྟོང་བར་བྱེད་པ་སོགས་འཁོར་བ་ན་སྤྱག་ཏུ་འཇུག་  
མཁན་ཉོན་མོངས་ཡིན་པས་ཁམས་གསུམ་གྱི་དག་ལས་ཉོན་མོངས་པ་འདི་  
ཟུ། བཀའ་གདམས་གོང་མའི་ཞལ་ནས། ཉོན་མོངས་ལ་བྱར་བསྟུན་ནས་ཅི་  
གཞོད་དང་། སེམས་ཅན་ལ་མཐེལ་བསྟུན་ཏེ་ཅི་པན་དུ་སྟོང་། གསུངས་པ་  
དང་། དགོ་བ་ཞེས་འབན་གྱིས་ང་ནི་སེམས་ཀྱི་མཁར་སྒོ་ན་གཉིན་པོའི་མདུང་  
ཟུང་ཞིག་བཟུང་ནས་སྟོད་པ་མིན་པ་གཞན་མེད། ཁོ་བསྐྱེམ་ན་ང་ཡང་བསྐྱེམ།  
ཁོ་སྟོད་ན་ང་ཡང་སྟོད་གསུངས་པ་བཞིན་ཉོན་མོངས་ལ་དགའི་དྲངས་མར་  
བསྟུས་ཏེ་འབྲལ་དུ་གཉིན་པོ་བསྟེན་དགོས།

གཉིས་ལ།

དེས་ལས་གསོག་ཚུལ་ནི།

ལས་ལ་སེམས་བའི་ལས་དང་། བསམ་བའི་ལས་གཉིས། དང་པོ་

སེམས་པའི་ལས་ནི། གུན་བརྟམ་ལས། སེམས་པ་གང་ཞེ་ན། སེམས་མངོན་  
པར་འདུ་བྱེད་པའི་ཡིད་ཀྱི་ལས་ཏེ། དགོ་བ་དང་མི་དགོ་བ་དང་ལུང་དུ་མ་  
བསྟན་པ་རྣམས་ལ་སེམས་འཇུག་པར་བྱེད་པའི་ལས་ཅན་ནོ། །ཞེས་པ་ལྟར་  
དཔེར་ན་ཆོག་རྩལ་ལྟ་བུ་སྤྲོ་སྤྲོམ་དུ་གཡོ་བར་བྱེད་པའི་སེམས་དང་། ཆོག་  
རྩལ་སྤྲོ་བ་ཞེན་པ་ལ་གཡོ་ཞིང་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་སེམས་བྱུང་ཡིད་ཀྱི་  
ལས་དེ་སེམས་པའི་ལས་ཡིན།

བསམ་པའི་ལས་ནི། སེམས་པ་དེས་གུན་ནས་བསྐྱེད་པའི་ལུས་ངག་གི་  
ལས་རྣམས་ཏེ། མངོན་ལས། ལས་ནི་སེམས་པ་དང་དེས་བྱས། །སེམས་པ་  
ཡིད་ཀྱི་ལས་ཡིན་ཏེ། །དེས་བསྐྱེད་ལུས་དང་ངག་གི་ལས། །ཞེས་གསུངས་  
པ་ལྟར་རོ། །ཉོན་མོངས་པས་བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པ་དང་། བསོད་ནམས་  
དང་། མི་གཡོ་བའི་ལས་གསུམ་བསྐྱེད་པ་ལས། དེམ་བཞིན་ཆེ་འདི་དོན་  
གཉིས་ཀྱི་བསམ་པས་སྟོག་གཅོད་སོགས་ཀྱི་ལས་བསགས་པ་ནི་བསོད་  
ནམས་མ་ཡིན་པའི་ལས་ཏེ་འདིས་ངན་སོང་དུ་སྐྱེ་བར་བྱེད། ཕྱི་མའི་འདོད་  
བདེ་དོན་གཉིས་ཀྱིས་བསོད་ནམས་ཀྱི་ལས་བསགས་པས་འདོད་ཁམས་ཀྱི་  
ལྟ་མིར་སྐྱེ། མི་གཡོ་བའི་ལས་ལ། ཕྱི་འདོད་པའི་བདེ་བས་ཡིད་སྐྱེན་ཏེ་ནང་  
ཉིང་དེ་འཇིན་ཀྱི་ཆོར་བ་བདེ་བ་ལ་གཞིལ་བས་བསམ་གཏན་གསུམ་པ་མན་  
ཆད་ནས་དང་པོའི་བར་གྱི་ལྟར་སྐྱེ། ཉིང་དེ་འཇིན་ལས་སྐྱེས་པའི་ཆོར་བ་བདེ་  
བས་ཀྱང་ཡིད་སྐྱེན་ནས་ཆོར་བ་བཏང་སྟོམས་དོན་གཉིས་ཀྱི་སྟོན་ས་ལས་  
བསགས་པ་ནི་བསམ་གཏན་བཞི་པ་ཡན་ཆད་དུ་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་བྱེད། འདོད་པའི་



སྐྱེ་བ་འཕེན་བྱེད་གྱི་བསོད་ནམས་གྱི་ལས་དང་། བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པའི་  
ལས་ནི་འབྲས་བུ་གཡོ་བའི་ལས་ཏེ། དཔེར་ན་དཔྱལ་བའི་བར་དོ་གྲུབ་ཟིན་  
ཡང་སྒྲ་མ་དང་ཆོ་ག །གསང་སྤྲགས་སོགས་གྱི་རུས་པའི་མཐུས་བར་དོའི་  
གནས་བསྐྱར་ཏེ་བདེ་འགྲོར་སྐྱེ་བུ་བ་པ་འབྱུང་བ་ལྟ་བུ་ཡིན། འབྲོམ་རིན་པོ་  
ཆེས། རྩ་སྒྲིང་གི་དགོ་བསྟེན་ཐམས་ཅད་རྒྱ་རྩ་ས་གཅིག་ཏུ་སྒྲིལ་ན། ཞི་ནས་  
དགོ་རྩ་བྱེད་པ་ལ་ཕན་པའི་བྱེད་ཡོད་པར་གསུངས་པ་ལྟར་རྒྱ་རྩ་ས་གཅིག་  
པའི་དགོ་རྩ་ས་གཞིན་པོ་བར་དོར་ཡོད་པ་ལ་ཕན་ཆེ་བར་གསུངས། ཁམས་  
གོང་མའི་སྐྱེ་བ་འཕེན་བྱེད་གྱི་ལས་ནི། དཔེར་ན། བསམ་གཏན་དང་པོའི་  
ལས་བསགས་ཆར་ནས་བསམ་གཏན་དང་པོར་སྐྱེ་བ་ལས་བསམ་གཏན་  
གཉིས་པ་སོགས་ས་གཞན་དུ་མི་འབྱུང་བ་ཡིན་པས་ན་མི་གཡོ་བའི་ལས་  
ཞེས་བྱ་སྟེ། མཛོད་ལས། བསོད་ནམས་འདོད་ཁམས་དགོ་བའི་ལས། །མི་  
གཡོ་གོང་མ་ལས་སྐྱེས་པ། །གང་ཕྱིར་ས་རྣམས་དེ་དག་ཏུ། །ལས་རྣམས་སྒྲིན་  
ཕྱིར་མི་གཡོའི་ཕྱིར། །ཞེས་གསུངས། ལམ་གཙོ་གསུམ་གང་རུང་གིས་མ་  
ཟིན་པའི་ལས་རྩི་འབྲེལ་བསགས་ཀྱང་འཁོར་བའི་རྒྱ་ཡིན་ཞིང་། ཁམས་  
གསུམ་ལ་ཡིད་འབྱུང་སྟེ་ལས་གང་བྱས་ཐར་པའི་རྒྱ་ལས་འགྲོ་ས་མེད། དེས་  
འབྱུང་སོགས་གྱིས་མ་ཟིན་ན་ཆོས་བྱ་སྟུང་དུ་ཆེ་སྒོས་བཏང་ནས་རི་ཁྲོད་དུ་  
ཞི་གནས་བསྒྲོམས་ཏེ་བསྐྱེད་ཀྱང་། སྟབས་ལེགས་ན། བསམ་གཟུགས་གྱི་  
རྒྱ་བྱེད་པ་ལས་ལྟག་མི་འོང་བས་ཆོས་བྱེད་པར་འདོད་ན་ཆར་ལ་མ་ཞོར་  
བའི་གདམས་ངག་ཆོལ་བ་གཤམ་ཆེ་གསུངས། གསུམ་པ།

# འཆི་འཕོ་བ་དང་ཉིང་མཆམས་སྒྲོར་བའི་ཚུལ་ལ་གསུམ་ལས།

དང་པོ་འཆི་བ་ཇི་ལྟར་འབྱུང་ཚུལ་ནི། འཆི་བའི་རྒྱུ་ཆ་ཟད་པ། བསོད་  
ནམས་ཟད་པ། ཡང་བ་མ་སྤངས་པར་འཆི་བའི་རྒྱུ་མདོ་ནས་གསུངས་  
པའི་འཆི་རྒྱུ་དགུ་སོགས་ཀྱིས་བྱེད། འཆི་བའི་སེམས་ནི། འཆི་ཁར་སྐྱེ་  
བ་སྐྱེ་མར་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་ལས་ལ་གསོས་འདེབས་ལ། འདེབས་བྱེད་སྐྱེད་  
པ་དང་ལེན་པས་འདེབས། ཇི་ལྟར་འདེབས་པ་ནི། ལུས་འདི་དང་བྲལ་བར་  
འདུག་སྟམ་དུ་ད་ལྟའི་ལུས་འདི་ལ་སྐྱེད་པ་དང་། ལེན་པ་ནི་ཆ་དཔྱལ་དུ་སྐྱེ་  
ན་ཆ་བ་འདོད་པ་སོགས་སོ། །གསོས་འདེབས་ཡུལ་ནི། ལས་དཀར་ནག་  
མང་པོའི་ནང་ནས་ལས་གང་སྟོབས་ཆེ་བ་དང་། དེ་མཉམ་ན། གང་གོམས་  
པ་ཆེ་བ་དང་། དེ་མཉམ་ན། གང་སྒྲོན་ལ་བྱས་པ་དེ་ཉིད་ལ་གསོས་འདེབས་  
སོ། །གསོས་འདེབས་པའི་དུས་ནི། འཆི་ཁར་རང་གི་བླ་བུ་པལ་གཞན་གྱིས་  
བླ་བུ་བཅུག་པ་གང་རུང་གི་སྒྲོ་ནས་དད་པ་དང་སྦྱང་རྩེ་འདོད་ཆགས་ཁོང་  
ཁོ་སོགས་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བའི་ཆོས་གང་རུང་འདུ་ཤེས་རགས་པ་འབྱུང་  
བའི་བར་དུ་སེམས་ལ་སྒྲོད་པ་ཡིན། འདུ་ཤེས་རགས་པ་འགགས་ནས་འཆི་  
སེམས་སྤྱ་མོའི་སྐྱབས་སེམས་ལུང་མ་བསྟན་དུ་འགྱུར་བས་དགེ་མི་དགེ་  
གང་ཡང་བླ་བུ་མི་བྱས། དེས་ན་འཆི་ཁ་མའི་སེམས་ལ་དད་པ་སོགས་བྱུང་ན།  
དགེ་བ་ལ་གསོས་བཏབ་པར་འགྱུར་བས་འཆི་ཁའི་སེམས་ལ་གསོས་བཏབ་  
རན་པ་ན་དགེ་སེམས་གསལ་འདེབས་པ་གནད་ཆེ་སྟེ། རྒྱུ་དུ་དགེ་བ་

བྱེད་མཁན་གྱི་ཆོས་པ་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་། འཆི་ཁར་ཁོང་ཁྱོད་ལྟ་བུ་སྒྲིལ་ཏེ་འཆི་  
སེམས་མི་དགོ་བ་ལ་གསོས་བཏབ་ན་སྒྲོན་དུ་མི་དགོ་བ་སྒྲིན་ནས་ངན་སོང་  
དུ་འགྲོ། ཐུན་དུ་སྒྲིག་པ་བྱེད་མཁན་ལའང་དེས་རིགས་འགྲོ། དེའི་སྐབས་  
སུ་བདེ་འགྲོ་དང་ངན་འགྲོ་གང་དུ་འགྲོ་བ་སོགས་ནི། བདེ་འགྲོར་འགྲོ་ན་བྱོད་  
སྒྲིང་ནས་ཡར་སྒྲིང་གར་བསྐྱབ་བ་དང་། ངན་འགྲོར་འགྲོ་ན་དེ་ལས་སྒྲོག་པ་  
སོགས་བྱོད་སྒྲིང་སྒྲིང་ནས་བསྐྱབ་ལུགས་དང་། གནད་གཅོད་ཆེ་ཆུང་སོགས་  
ལ་བརྟག་པས་ཤེས། གནད་གཅོད་ནི་ལུས་ཀྱི་གནད་ཆེ་ས་དག་གི་སྒོག་ཆད་  
པ་ལ་ཟེར། འགའ་ཞིག་འཆི་ཀ་ནས་འཁྲུལ་སྤང་ཤར་ཏེ། སྤྱིང་དུ་ང་བཅིགས་  
པ་དང་། མིས་མནན་པ་ལྟ་བུ་ཤར་བ། སྤར་ལྟ་སར་གཞུང་སའི་ཕྱག་མཛོད་  
ནང་ཟན་ང་བརྟུ་བ་ཞིག་འཆི་ཁར་ང་སྐམ་མང་པོས་མནན་འོང་བའི་འཁྲུལ་  
སྤང་ངན་པ་བྱུང་སྟེ་ཤི་བ་གཟེགས་ཚུལ་དང་། གཅོད་ནས་དཔོན་པོ་ཞིག་འཆི་  
ཁར་ངའི་སྤྱིང་ནས་མི་མང་པོས་མནན་བྱུང་ཟེར་ཏེ་འཛིགས་སྐྱག་གི་ངང་ནས་  
ཆེ་འཕོས་པ་སོགས་དང་། དགོ་བ་བྱེད་པའང་སྤར་སྤྱང་པོ་ལམ་ཟན་བསྐྱགས་  
ནས་སྒྲོད་པ་ཞིག་འཆི་བར་ཉེ་བ་ན། ཁང་བཟང་དང་འོད་དཀར་པོའི་སྤང་བ་  
བྱུང་བ་དང་། ཆུ་བཟང་དུ་མ་ཁི་མང་པོ་བཏོན་པའི་ཀན་མོ་ཞིག་འཆི་ཁར་དགོ་  
བའི་སྤང་བ་བཟང་པོ་བྱུང་ཚུལ། དེ་ལྟ་བུའི་རྟགས་རྣམས་མ་འཆིའི་གོང་ནས་  
སྒྲོན་འགྲོ་ལྟར་འབྱུང་བ་ཡིན།

གཉིས་པ་ཤི་ནས་བར་དོ་འབྱུང་ལུགས་ནི། འཆི་སྤྱིད་འགགས་པ་  
དང་དུས་མཉམ་དུ་སྤང་མདའི་མཐོ་དམན་བཞིན་དུ་སྒྲོན་དུས་ཀྱི་སྤྱིད་པའི་

གཟུགས་ཅན་ཏེ། སྐྱེ་བ་ཕྱི་མའི་ལུས་ཀྱི་བྱད་དབྱིབས་ཅན་དུ་བྱུང་ལ། སྒོན་  
 དུས་ཀྱི་སྲིད་པ་ཞེས་པའི་དོན་གང་དུ་སྐྱེ་འབྱུང་གི་སྐྱེ་བ་ཕྱི་མ་དེའི་འཆི་སྲིད་  
 ཀྱི་སྒོན་དུ་འབྱུང་བའི་སྐྱེ་བའི་ཕྱང་པོ་དེའི་བྱད་དབྱིབས་ཅན་ཡིན། ཁ་ཅིག་  
 གིས་གཤེན་པོ་དེ་གསོན་པའི་སྐྱབས་ཀྱི་རྣམ་པ་དང་ཆ་བྱད་རི་འདྲ་ཡོད་པ་  
 བཞིན་བར་དོ་ལ་བསྐྱད་འདུག་པས་འཕྲིན་དང་ལན་བསྐྱར་ཚུལ་སོགས་ཟེར་  
 བ་ཐོག་རྩུན་ཡིན། དེ་འདྲ་རེ་གཉིས་མཐོང་བ་སྲིད་ཀྱང་གཤེན་པོ་མ་ཡིན་  
 པར་མི་མ་ཡིན་གྱིས་གཤེན་པོའི་གཟུགས་བརྒྱུད་ནས་འཛིག་རྟེན་པལ་པ་  
 སྐྱེ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ཞེས་རྗེ་མིད་ལས་བོན་པོའི་བྲིམ་ཆང་ཞིག་གི་པ་ཤེ་བ་  
 བྲངས་པའི་རྣམ་ཐར་བཅས་གསུངས། དེས་ན་བར་དོ་བ་ནི་དབང་པོ་ཀྱན་  
 ཆང་ག། མངོན་ཤེས་ཡོད་པ། ལས་ཀྱི་རྩ་འབྲུལ་དང་ལྡན་པས་རྟེན་གྱིན་ཅན་  
 དང་། སྐྱེ་གནས་མ་གཏོགས་གང་ལའང་མི་ཐོགས་པ། དཔྱུལ་བ། ཡི་དྲགས།  
 དུད་འགྲོ། འདོད་པའི་ལྷ་མི་རྣམས་ཀྱི་བར་དོ་མས་རིམ་བཞིན། སྒོང་དུམ་  
 མེས་ཆོག་པ་དང་། ཚུ་དང་། དུ་བ་དང་། གསེར་བཟང་པོ་ལྟ་བུའི་མདོག་ལྟར་  
 དང་། གཟུགས་ཁམས་པའི་བར་དོ་དཀར་པོར་ཡོད་ལ། གཟུགས་མེད་དུ་  
 སྐྱེ་ན་བར་དོ་མེད། མི་དགེ་བ་བྱེད་པའི་བར་སྲིད་ནི་མཆོན་མོ་ཐུན་ནག་ཏུ་  
 སྒྲང་བ་ལྟ་བུ་དང་། དགེ་བ་བྱེད་པའི་བར་སྲིད་ནི་སྒྲུལ་བུ་དཀར་པོ་འཕ། ཟླ་  
 འོད་དང་བཅས་པའི་མཆོན་མོའི་སྒྲང་བ་ལྟ་བུར་ཡོད། བར་དོ་བའི་ཆེ་ཆད་  
 ལ་གསུངས་ཚུལ་མང་ཡང་། པལ་ཆེར་ཞག་བདུན་དུ་བཤད་པ་ཕྱི་མའི་ཆེའི་  
 ཞག་ཡིན་འདྲ། ཞག་བདུན་ནས་འཆི་ཚུང་རེ་བྱས་ཏེ་སྐྱེ་གནས་མ་རྟེན་ཆོ།

ལན་བདུན་གྱི་བར་དེ་ལྟར་འཆི་ཆུང་རེ་བྱེད་གསུངས།

གསུམ་པ་སྒྲེ་སྤྲོད་དུ་ཉིང་མཆོམས་སྒྲོར་ཚུལ་ནི།      མངལ་སྒྲེས་ལ་  
མཆོན་ན་པ་མའི་ཁུ་ཁག་ལ་པ་མ་ཉལ་པོ་བྱེད་པར་མཐོང་།      དེར་ཆགས་  
སྤང་གིས་རྒྱགས་པས་པོ་མོའི་མཆོན་མ་ལས་མི་སྤང་བ་ན།      ཁོང་ཁོས་ཞི་  
སྒྲེ་སྒྲེ་སྤྲོད་དུ་ཉིང་མཆོམས་སྒྲོར།      དེ་དག་གིས་ལམ་རིམ་འབྲིང་པོ་དང་།  
བདེ་ལྟར་ནས་འབྱུང་བ་ལྟར་ཀུན་འབྱུང་འཁོར་བའི་འཇུག་རིམ་བསམ་པ་  
སོང་ལ།      ད་ནི་ལམ་རིམ་བདེ་ལྟར་གྱི་ས་བཅད་དུ་མི་གསལ་ཞིང་།      ལམ་  
རིམ་ཆེན་མོ་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བརྩ་གཉིས་གྱི་སྒྲོ་  
ནས།      ཀུན་འབྱུང་འཁོར་བའི་འཇུག་རིམ་བསམ་ཚུལ་འཇམ་དཔལ་ཞལ་  
ལུང་ལས་གསུངས་པ་བཞིན།      ས་བཅད་ཅུ་ལྟ་བུ་ལ།      དེ་ལྟར་ཀུན་འབྱུང་  
འཁོར་བའི་འཇུག་རིམ་བསམ་ཚུལ་བསྐྱས་པ་བྱེད་ན་སྤར་བ་ཤད་པ་དེས་  
ཆོག་མོད།      འོན་ཀྱང་མཆོན་ཉིད་གྱི་གཞུང་ལ་སྤངས་པ་སོང་བ་སོགས་གྱིས་  
རྟེན་འབྲེལ་འདི་ལས་བརྩམ་སྒྲེ་བསམ་ན།      གང་ཟག་གི་བྱུང་པར་འགའ་ཞིག་  
ལ་འདི་ལེགས་ཏེ།      སྒོན་ཡུལ་དབུས་གྱི་རྒྱལ་པོས་མཐའ་འཁོབ་གྱི་རྒྱལ་པོ་  
ཟུ་ཏ་ཡ་ན་ལ་སྒོན་པའི་བཀའ་བཞིན་སྤྲོད་པ་འཁོར་ལོའི་རས་བྲིས་སྒྲེས་  
ལན་དུ་བསྐྱར་བ་ལས་སྒྲོ་ཤས་སྒྲེས་པའི་རབས་དང་།      དགོ་བཤེས་ཕུ་ཆུང་  
བས་རྟེན་འབྲེལ་ལ་སྒོ་སྒྲོང་མཛད་ཅིང་འདིའི་སྒོ་ནས་སྒྲེས་བུ་ཆུང་འབྲིང་ལ་  
འབྲིང་ཚུལ་གསུངས།      འདིར་ཡང་སྒྲོ་བ་ཤུགས་དྲག་པ་སོགས་གྱི་ཕྱིར་སྒྲོས་  
ནས་རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བརྩ་གཉིས་གྱི་སྒྲོ་ནས།      ཀུན་འབྱུང་འཁོར་བའི་

ཉེས་དམིགས་བསམ་པ་སྟེ། འདི་སྟོན་པས་ས་ལུ་ལྡང་བའི་མདོ་གསུང་བའི་  
 སྐབས་གསུངས་ཤིང་། དེ་ཡང་། འདི་ཡོད་པས་འདི་འབྱུང་། འདི་སྦྱེས་པས་  
 འདི་སྦྱེ་བ་སྟེ་འདི་ལྟར། མ་རིག་པའི་རྒྱུ་ཀྱིས་འདུ་བྱེད་ཅེས་སོགས་ལྟར་  
 ཉེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བརྩུ་གཉིས་ལས། དང་པོ་མ་རིག་པ་ནི། འཁོར་བར་  
 འཁོར་བའི་རྩ་བ་ཡིན། ཤེས་རབ་ཀྱིས་བདག་མེད་པར་བརྩུང་བ་ལ་མ་རིག་  
 པས་གང་ཟག་གམ་ཆོས་ལ་དམིགས་ནས་བདག་ཡོད་པ་དང་རང་གི་མཆོན་  
 ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་བར་འཇིན་པས། རིག་པ་ཡི་ཤེས་དང་འཇིན་སྟངས་དངོས་  
 འགལ་དུ་ཁྱུགས་པ་ལ་མ་རིག་པ་བཅེར་ཏེ། དེ་ནི་སྒྲོངས་པ་ལོང་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་  
 གོ། །དེ་ལ་ལས་འབྲས་ལ་སྒྲོངས་པ་དང་། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་སྒྲོངས་པའི་མ་རིག་  
 པ་གཉིས། གཉིས་པ་འདུ་བྱེད་ནི། ལས་ཀ་བྱེད་པ་ལྟར་མ་རིག་པས་ཀྱན་  
 རྒྱས་བསྐྱང་སྟེ། ཡང་སྲིད་སྤང་པོ་མདོན་པར་འདུ་བྱེད་པའི་ལས་བྱེད་པ་ཡིན་  
 པས། ལས་འབྲས་ལ་སྒྲོངས་པའི་མ་རིག་པས་ཀྱན་ནས་བསྐྱང་སྟེ་བསོད་  
 རྒྱུ་མས་མ་ཡིན་པའི་ལས་འདུ་བྱེད། གནས་ལུགས་ལ་སྒྲོངས་པའི་མ་རིག་  
 པས་ཀྱན་ནས་བསྐྱང་སྟེ་བསོད་རྒྱུ་མས་ཀྱི་ལས་དང་། མི་གཡོ་བའི་ལས་འདུ་  
 བྱེད། གསུམ་པ་རྣམ་ཤེས་ལ་རྒྱ་དུས་དང་འབྲས་དུས་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་གཉིས་  
 ལས། དང་པོ་ནི། འདུ་བྱེད་ཀྱི་ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་བཞག་མ་ཐག་པའི་རྣམ་  
 ཤེས་དང་། གཉིས་པ་ནི་སྦྱེ་སྲིད་དུ་ཉིང་མཆོམས་སྦྱར་མ་ཐག་པའི་དུས་ཀྱི་  
 རྣམ་ཤེས་དེ་ཡིན། དཔེར་ན་མ་རིག་པས་ཀྱན་ནས་བསྐྱང་སྟེ་སྟོག་གཅོད་ཀྱི་  
 ལས་འདུ་བྱེད་པའི་ཆོ། ལས་ལམ་རྫོགས་པའི་དེ་མ་ཐག་དེ་འདྲའི་ལས་ཀྱི་



བག་ཆགས་བཞག་ས་དེ་རྒྱ་དུས་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་ཡིན། ལས་དེའི་མཐུ་ལ་བརྟེན་  
ནས་དཔྱལ་བའི་སྐྱེ་སྤྱིད་དུ་ཉིང་མཆམས་སྦྱར་མ་ཐག་པའི་གནས་སྐབས་  
ཀྱི་རྣམ་ཤེས་དེ་འབྲས་དུས་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་ཡིན། མི་དགེ་བའི་ལས་རེ་རེས་  
ཀྱང་ངན་སོང་གི་སྐྱེ་བ་མང་པོ་འཕེན་ཀུས། དེ་བཞིན་བསོད་ནམས་ཀྱི་ལས་  
སོགས་ལ་རིགས་འགྲོ། དེ་ལྟར་བྱེ་མ་ལ་སྦྱུམ་ཞུགས་པའམ་ཤོག་བུ་ལ་ཐེལ་  
ཆེ་བརྒྱབ་པ་ལྟར་རྣམ་ཤེས་ལ་ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་བསྐྱོས་པའམ་བཞག་པ་  
ལ་སྤྱིད་ལེན་གྱིས་གསོས་བཏབ་ན་སྐྱེ་བ་ཀུས་པ་མཐུ་ཅན་དུ་སོང་བ་ཡིན།

བཞི་པ་མིང་ག་ཟུགས་ལ་མངལ་སྐྱེས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་ཆོར་བ་འདྲ་  
ཤེས་འདྲ་བྱེད་རྣམ་ཤེས་བཞི་ནི་མིང་གི་རྟེན་འབྲེལ་དང་། རྣམ་ཤེས་ཞུགས་  
པའི་ཁུ་ཁྱག་གི་མེར་མེར་པོ་སོགས་ནི་ག་ཟུགས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་ཏེ་དེ་ལྟ་  
བུའི་རྟེན་འབྲེལ་དེ་ལ་མིང་ག་ཟུགས་ཅི་རིགས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཟེད། ལྷ་པ་  
སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་ནི། མིག་རྣ་སོགས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་དུག་བྱུ་བ་པ་ནས་  
བཟུང་ཡུལ་དབང་རྣམ་ཤེས་གསུམ་འདྲས་ནས་ཡུལ་གྱི་འགྱུར་བ་གཅོད་མི་  
ཀུས་པ་ཚུན་ཆད་ཡིན། ལུས་དང་ཡིད་ཀྱི་དབང་པོ་ནི་མེར་མེར་པོའི་སྐབས་  
ནས་ཡོད་པར་གསུངས། རྩས་སྐྱེས་ལྟ་བུར་ཁམས་འོག་མ་གཉིས་སུ་མིང་  
ག་ཟུགས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་དང་། སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་ཅིག་ཅར་དུ་འགྱུག།  
ག་ཟུགས་མེད་ལ་མིང་གི་རྟེན་འབྲེལ་དང་། ཡིད་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་  
ཅ་མ་ལས་ག་ཟུགས་དང་སྐྱེ་མཆེད་ག་ཟུགས་ཅན་ལྟའི་རྟེན་འབྲེལ་མེད། དུག་  
པ་རིག་པ་ནི། དེ་ལྟར་བྱུ་བ་པས་ཡུལ་དང་དབང་པོ་རྣམ་ཤེས་གསུམ་འཕྲད་

ཅིང་འདུས་ནས་ཡུལ་ཡིད་དུ་འོང་མི་འོང་བར་མ་གསུམ་ཡོངས་སུ་གཙོད་  
 པ་རེག་པའི་རྟེན་འབྲེལ། བདུན་པ་ཚོར་བ་ནི། རེག་པའི་རྟེན་གྱིས་ཚོར་བ་  
 བདེ་སྤྱད་བཏང་སྟོམས་གསུམ་ཅི་རིགས་སྐྱེ་བ་སྟེ། ཡུལ་ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་  
 འཕྲད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཚོར་བ་བདེ་བ་སྐྱེ་བ་ལྟ་བུ།

བརྒྱད་པ་སྟེང་པ་ནི། ཚོར་བ་བདེ་བ་ལ་མི་འབྲེལ་བར་འདོད་པའི་སྟེང་  
 པ་དང་། སྤྱད་བསྐྱེད་པ་ལ་འབྲེལ་འདོད་ཀྱི་སྟེང་པ་སྟེ་འབྲེལ་བར་ཞེན་པ།  
 བཏང་སྟོམས་ལ་མི་ཉམས་པའི་ཕྱིར་དུ་སྟེང་པ་ཡིན། ཚོར་བའི་རྟེན་གྱིས་  
 སྟེང་པ་སྐྱེ་བར་བཞག་པ་ནི་མ་རིག་པའི་འདུས་ཏེ་རེག་པའི་རྟེན་གྱིས་བྱང་  
 བའི་ཚོར་བ་ལས་སྟེང་པ་སྐྱེད་པར་དགོངས་ཀྱི། མ་རིག་པ་མེད་ན་ཚོར་  
 བ་ཡོད་ཀྱང་སྟེང་པ་མི་སྐྱེ། དགྲ་པ་ལེན་པ་ནི། སྟེང་པ་རྗེ་ཆེར་འཕེལ་བས་  
 ཡུལ་ལ་འདུན་ཅིང་ཆགས་པ་སྟེ། འདི་ལ་བཞི་ལས་འདོད་པ་ཉེ་བར་ལེན་པ་  
 ནི་འདོད་ཡོན་ལ་ཆགས་པ། ལྟ་བུ་ཉེ་བར་ལེན་པ་ནི་འཇིག་ལྟ་མ་གཏོགས་  
 པའི་ལྟ་ངན་ལ་ཆགས་པ། ཚུལ་བྱིམས་དང་བརྟུལ་ཞུགས་ཉེ་བར་ལེན་པ་ནི་  
 ལྟ་ངན་དང་འབྲེལ་བའི་ཚུལ་བྱིམས་དང་། བརྟུལ་ཞུགས་དམན་པ་ལ་ཆགས་  
 པ། བདག་ཏུ་སྤྲོ་བ་ཉེ་བར་ལེན་པ་ནི་བདེན་པར་ཞེན་པ་དང་། གཙོ་བོར་ཕྱང་  
 བའི་འཇིག་ཚོགས་ལ་ཞེན་པ་ཡིན། བརྟུ་པ་སྟེང་པ་ནི། སྤྲོ་འདུ་བྱེད་ཀྱིས་  
 རྣམ་ཤེས་ལ་ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་བསྐྱོས་པ་དེ་སྟེང་ལེན་གྱིས་གསོས་བཏབ་  
 ནས་ཕྱི་མའི་ལུས་འཕེན་པའི་རྒྱས་པ་མཐུ་ཅན་དུ་སོང་བ་དེ་ཡིན།

བརྟུ་གཙིག་པ་སྐྱེ་བ་ནི། དེ་ལྟར་གསོས་བཏབ་པས་ཡང་སྟེང་འབྲེལ་

པའི་ལས་རྒྱས་པ་མ་ཐུ་ཅན་དུ་སོང་བ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེ་གནས་བཞི་པོ་  
གང་རུང་དུ་དང་པོར་རྣམ་ཤེས་ཉིང་མཆོམས་སྦྱར་མ་ཐག་པ་དེ་ཡིན། དེ་  
ནས་བཅུ་གཉིས་པ་ཀ་ཤི་ཅི་རིགས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་རིམ་གྱིས་འབྲུབ་པ་ཡིན།  
དེ་ཡང་ཀ་བ་ནི་ཡུང་པོའི་གནས་སྐབས་རིམ་གྱིས་གཞན་དུ་འབྱུར་ཞིང་སློན་  
པ་ཡིན། ཤི་བ་ནི་ཡུང་པོའི་རིམ་མ་ཐུན་དོར་བའམ་འཇིག་པ་ལ་ཟེར། དེ་ལྟར་  
རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལེགས་པར་ངོས་བཟུང་ནས། དེ་  
ཡང་ཡན་ལག་བཞིར་བསྒྱུ་ལུགས་ཤེས་དགོས། དེ་ནི་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་ཡན་  
ལག །འབྲུབ་བྱེད་ཀྱི་ཡན་ལག །འཕངས་པའི་འབྲས་བུའི་ཡན་ལག །མངོན་  
པར་བྱུང་བའི་འབྲས་བུའི་ཡན་ལག་སྟེ་བཞིར་བསྒྱུ་ཞིང་། དེ་ཡང་མ་རིག་  
པ་ནི་ས་བོན་འདེབས་པ་པོ་ལྟ་བུ་དང་། དེས་ཀྱུན་ནས་བསྐྱང་བའི་འདུ་བྱེད་  
ཀྱི་ལས་ནི་ས་བོན་ལྟ་བུ་དང་། ས་བོན་ས་ལ་བཞག་པ་ལྟ་བུ་ནི། རྒྱ་དུས་ཀྱི་  
རྣམ་ཤེས་ལ་ལས་བསགས་པ་དེའི་བག་ཆགས་བཞག་པ་སྟེ། མ་རིག་པ།  
འདུ་བྱེད། རྣམ་ཤེས་ལ་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་གཉིས་སུ་དབྱེ་བའི་རྒྱ་དུས་  
ཀྱི་རྣམ་ཤེས་ཏེ་རྟེན་འབྲེལ་དང་པོ་བྱེད་དང་གསུམ་ནི་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་ཡན་  
ལག་དང་། ས་བོན་ལ་རྒྱ་ལུང་བྱོད་གཤེར་གྱིས་བསྐྱངས་པ་ལྟ་བུ་ནི་ལས་  
ལ་འབྲས་བུ་སྐྱེད་རྒྱས་སུ་གསོས་འདེབས་པར་བྱེད་པའི་སྐྱེད་ལེན་གཉིས་  
དང་། རྒྱ་ལུང་བྱོད་གཤེར་སོགས་ཀྱིས་སྦྱ་བྱ་སྐྱེད་པའི་རྒྱས་པ་མ་ཐུ་ཅན་དུ་  
བྱས་པའི་ས་བོན་བཞིན་སྐྱེད་ལེན་གྱིས་གསོས་བཏབ་ནས་ལས་དེ་ཉིད་ཡང་  
སྐྱེད་བྱི་མའི་སྐྱེ་བའི་ཡུང་པོ་འཕེན་ངེས་སུ་བྱེད་པ་ནི་སྐྱེད་པ་སྟེ། སྐྱེད་ལེན་

སྲིད་པ་གསུམ་ནི་འགྲུབ་བྱེད་ཀྱི་ཡན་ལག །ས་བོན་གྱི་ལྷ་བྱ་སྐྱེས་པ་བཞིན་  
 སྐྱེ་སྲིད་དུ་ཉིང་མཆམས་སྐྱོར་བ་ནི་སྐྱེ་བའི་རྟེན་འབྲེལ་ཏེ་གྲུབ་པའི་ཡན་  
 ལག་ཡ་གཅིག་ཡིན། གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་གྱི་འབྲས་དུས་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་དང་  
 མིང་གཟུགས་ཅི་རིགས་པའི་རྟེན་འབྲེལ། སྐྱེ་མཆེད། རེག་པ། ཆོར་བ་སྟེ་  
 རྟེན་འབྲེལ་བྱེད་དང་ལྷ་ནི་འཕངས་པའི་འབྲས་བྱུང་ཡན་ལག་དང་། བླ་ཤི་ཅི་  
 རིགས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ནི་གྲུབ་པའི་ཡན་ལག་ཡ་གཅིག་སྟེ། སྐྱེ་བ་དང་། བླ་  
 ཤིའི་རྟེན་འབྲེལ་གཉིས་ནི་མངོན་པར་གྲུབ་པའི་ཡན་ལག་ཡིན། དེས་ན་ལྟར་  
 སྐྱེ་བ་ལྷ་བྱ་ལ་མཆོན་ན། དེ་ཁོ་ན་ལ་སྒྲོངས་པའི་དབང་གིས་ལྷ་འི་སྐྱེ་བ་འཕེན་  
 བྱེད་ཀྱི་སྐྱེས་ནས་སྒྲོང་འགྱུར་གྱི་ལས་བསགས་པའི་བག་ཆགས་རྣམ་ཤེས་  
 ཀྱི་སྐྱེང་དུ་བཞག་པ་ལ། དེར་སྐྱེས་ན་ཅི་མ་རུང་སྣམ་དུ་སྒྲོན་ལམ་སོགས་  
 ཀྱིས་འདུན་པ་བྱེད་པ་ནི་སྲིད་པ་དང་། འདུན་པ་དེ་ཉིད་ཆེ་རུ་བཙོན་པ་ནི་  
 ལེན་པ་དང་། དེ་གཉིས་ཀྱིས་འཆི་ཁར་ལས་དེ་ཉིད་འཕེན་དེས་སྐྱ་བྱས་པའི་  
 ལས་ནི་སྲིད་པ་སྟེ། འཕེན་བྱེད་གསུམ་དང་། འགྲུབ་བྱེད་གསུམ་བཅས་རྒྱ་  
 དུས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་དུག་ཆེ་འདིར་རྫོགས། དེ་ནས་སྤྱི་མར་ལྟར་སྐྱེ་བ་ན་མིང་  
 གཟུགས་སྐྱེ་མཆེད་རེག་ཆོར་ཏེ་འཕངས་འབྲས་བཞི་དང་། སྐྱེ་བ་དང་བླ་ཤི་  
 བཅས་གྲུབ་འབྲས་གཉིས་ཏེ་འབྲས་བྱུང་རྟེན་འབྲེལ་དུག་སྐྱེ་བ་སྤྱི་མ་ལྷ་འི་རྟེན་  
 དེ་ལ་རྫོགས་པ་སྟེ། འདི་ནི་རྟེན་འབྲེལ་ཆར་གཅིག་གི་དབང་དུ་བྱས་པའི་ཡན་  
 ལག་བརྒྱ་གཉིས་ཆེ་གཉིས་ལ་རྫོགས་ཚུལ་ཡིན། ངན་འགོ་ལྷ་བྱར་མཆོན་ན།  
 ལས་འབྲས་ལ་སྒྲོངས་པའི་མ་རིག་པས་མི་དགོ་བའི་ལས་གསོག་ཅིང་། དེ་

ལ་སྐྱེད་ལེན་གྱིས་གསོས་འདེབས་པ་སོགས་གོང་གིས་རིགས་འབྲེ། དེས་  
ན་ལས་གཅིག་གི་དབང་དུ་བྱས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཆ་ཆང་གཅིག་ཆེ་གཅིག་ལ་  
རྫོགས་མི་སྤྱིད་པས། མཁྱོགས་ཀྱང་ཆེ་གཉིས་ནི་དེས་པར་དགོས་ལ།

ཡང་ལས་ལ་སྐྱེད་ལེན་གྱིས་གསོས་བཟབ་མ་རུས་པར་འབྱུངས་ན།  
འཕེན་བྱེད་ཀྱི་ཡན་ལག་གསུམ་ཆེ་གཅིག་ལ་དང་། འབྱུབ་བྱེད་གསུམ་ཆེ་  
གཅིག་དང་། འཕངས་འབྲས་བཞི་དང་། གྲུབ་འབྲས་གཉིས་ཆེ་གཅིག་སྟེ།  
ཆེ་གསུམ་དུ་ཆང་བའང་ཡོད་དེ། དེ་ཡང་དཔེར་ན། ཆེ་འདིར་ངན་སོང་གི་  
ལས་བསགས་ནས་བག་ཆགས་བཞག་ཀྱང་། འཆི་ཁར་སླ་མ་སོགས་གྱིས་  
དག་སེམས་ལ་བརྟུང་དེ། མིར་སྒྲེ་འབྱུར་གྱི་ལས་ཤིག་ལ་གསོས་བཟབ་  
ནས་བྱི་མ་མིར་སྒྲེས། དེ་འཆི་ཁར་སྒྲོན་གྱི་མི་དག་བའི་ལས་དེར་སྐྱེད་ལེན་  
གྱིས་གསོས་བཟབ། དེ་ནས་ངན་སོང་དུ་སྒྲེས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། དེས་མཆོན་  
ནས་འཕེན་བྱེད་དང་འབྱུབ་བྱེད་ཀྱི་བར་དུ་ཆེ་དུ་མས་ཆོད་ཀྱང་། རྟེན་འབྲེལ་  
གཞན་གྱི་ཆེ་ཡིན་པས་གྲངས་སྟུ་མི་འདྲན། མདོར་ན་རྟེན་འབྲེལ་ཆར་གཅིག་  
གི་དབང་དུ་བྱས་པའི་ཡན་ལག་རྣམས་སྦྱར་ན་ཆེ་གཉིས། དུན་རིང་ན་ཆེ་  
གསུམ་སྟེ། དེ་ལས་སྦྱར་འབྱུང་མི་སྤྱིད། རྟེན་འབྲེལ་འདི་དག་སྒྲ་མ་སྒྲ་མ་  
ལས། བྱི་མ་བྱི་མ་བསྐྱེད་ནས། སྒྲེ་བ་ཁྱེ་ཤི་སོགས་སྟུག་བསྐྱེལ་ཐམས་ཅད་  
འཁོར་མོར་སྤྱོད་བ་ཡིན་ཞིང་། ལས་གཅིག་གི་འབྲས་བུའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་  
དུན་ལ། ལས་གཞན་གྱི་རྒྱ་དུས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་སྣ་ཆོགས་སྒྲེ་ཞིང་ཁྱེ་ཤི་སྒྲེ་  
བ་ལས་འབྱུང་བ་ནས། འདུ་བྱེད་མ་རིག་པ་ལས་འབྱུང་བ་སོགས་ཡིན་པས།



གཅིག་གིས་གཅིག་དང་ས་ནས་འཁོར་བའི་འཁོར་ལོ་འཁོར་བའི་ཅ་བ་ནི་  
 མ་རིག་པ་ཉིད་ཡིན། དེས་ན་མགོན་པོ་སྐུ་སྐྱབ་ཀྱིས། གསུམ་པོ་དག་ལས་  
 གཉིས་འབྱུང་སྟེ། །གཉིས་ལས་བདུན་འབྱུང་བདུན་ལས་ཀྱང་། །གསུམ་འབྱུང་  
 སྟེང་པའི་འཁོར་ལོ་དེ། །ཉིད་ནི་ཡང་དང་ཡང་དུ་འཁོར། །ཞེས་གསུངས་པ་  
 ལྟར། ཉོན་མོངས་གསུམ་ལས་ལས་གཉིས་དང་། དེ་ལས་སྐྱབ་བསྐྱེད་བདུན་  
 འབྱུང་ཞིང་། བདུན་པོ་ལས་ཀྱང་ཉོན་མོངས་གསུམ་འབྱུང་བ་སོགས་སྐར་  
 བཞིན་འཁོར་བས་སྟེང་པའི་འཁོར་ལོ་རྒྱན་མི་འཆད་པར་འཁོར་ཞིང་སྐྱབ་  
 བསྐྱེད་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བ་ཡིན། དེ་དག་ལྷགས་ལྷོག་ཏུ་འགོག་ནས་པའི་  
 ལམ་ཞིག་ཉམས་སུ་ལེན་ན། མ་རིག་པ་འགག་པས་འདུ་བྱེད་འགགས་པ་  
 ནས་ཀ་ཤིའི་བར་སྐྱབ་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་འགག་པར་འབྱུང་རོ། །མདོར་བསྐྱེད་  
 ན། ཉོན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བཅུ་གཉིས་ལས་དང་ཉོན་མོངས་སྐྱབ་བསྐྱེད་ཀྱི་  
 ཉོན་འབྲེལ་གསུམ་དུ་འདུ་སྟེ། མ་རིག་པ་དང་། སྟེང་པ། ལེན་པ་གསུམ་ཉོན་  
 མོངས་དང་། འདུ་བྱེད་དང་སྟེང་པ་གཉིས་ལས་དང་། ལྷག་མ་བདུན་སྐྱབ་  
 བསྐྱེད་ཡིན་ཏེ། སྐུ་སྐྱབ་ཀྱིས། དང་པོ་བརྒྱད་པ་དགུ་ཉོན་མོངས། །གཉིས་པ་  
 བཅུ་པ་ལས་ཡིན་ཏེ། །ལྷག་མ་བདུན་ནི་སྐྱབ་བསྐྱེད་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་  
 པ་ལྟར་རོ། །འདིའི་ཆོག་རྒྱུད་དང་པོའི་དེ་གསུམ་ཀྱན་སྦྲིང་དང་། གཉིས་  
 པའི་འདུ་བྱེད་དང་སྟེང་པ་གཉིས་ལྷས་ངག་གི་ལས། གསུམ་པའི་དེ་རྣམས་  
 ལོངས་སྦྱོང་ཡིན། ཉོན་འབྲེལ་བཅུ་གཉིས་ལྷགས་འབྱུང་ལྷོག་ཏུ་བསམས་  
 པའི་སྒོ་ནས་འཁོར་བ་སྦྱིའི་སྐྱབ་བསྐྱེད་བསྐྱོམས་པས་བཅོན་པ་བཅོན་ཁང་



ནས་ཐར་འདོད་འབྱུང་བ་བཞིན་འཁོར་བ་ལས་ཐར་འདོད་བྱུང་ན་ངེས་འབྱུང་  
སྐྱེས་པ་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་ཐར་འདོད་ཀྱི་སློབ་སྐྱེས་ན་ཐར་པར་བསྐྱོད་པའི་ལམ་  
ལ་བསྐྱབ་དགོས་པས།

གཉིས་པ།

ཐར་པར་བསྐྱོད་པའི་ལམ་གྱི་རང་བཞིན་གཏན་ལ་དབབ་པ་དངོས་བཤད་པ་ལ་གཉིས།

རྟེན་ངི་ལྟ་བུ་ཞིག་གིས་འཁོར་བ་ལས་ལྡོག་པ་དང་། ལམ་ངི་ལྟ་བུ་ཞིག་  
གིས་འཁོར་བ་ལས་ལྡོག་པ་གཉིས་ལས།

དང་པོ།

རྟེན་ངི་ལྟ་བུ་ཞིག་གིས་འཁོར་བ་ལས་ལྡོག་པ་ནི།

དེ་ལྟར་འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་བསམས་ནས། འཁོར་བའི་མཆོན་  
ཉིད་ནི་སྟོད་བཅུད་ཀྱི་འཁོར་བ་རྒྱུད་གིས་བསྐྱོད་པའི་ཚུ་ཟླ་ལྟར་སྐྱེད་ཅིག་  
ཀྱང་མི་སྟོད་པར་འཇིག་པའི་མི་རྟག་པ་དང་། འཁོར་བའི་བདེ་འབྱོར་རྣམས་  
ནི་དུག་སྐྱུ་ལ་གྱི་གདེངས་ཀའི་གྱིབ་མ་དང་འབྲ་བར་མཐོག་ཆུང་ལ་ཉེན་ཆེ་  
བ། འགྲོ་བ་ལྟ་གང་དུ་སྐྱེས་ཀྱང་སྐྱུག་བསྐྱུ་ལ་གྱིས་བར་མེད་དུ་མནར་བར་  
མཐོང་ནས། མི་འབར་བའི་བྱིས་དང་། བཙོན་རར་ཆུད་པ་རྣམས་གནས་དེ་  
དག་ལ་མི་འདོད་ཅིང་། དེ་ལས་ཐར་འདོད་སྐྱེ་བ་དང་། འཁོར་བ་ལས་ཐར་  
འདོད་ཀྱི་སློབ་ཐོས་མིན་སྐྱེས་པ་ན། འཁོར་བའི་རྒྱ་ཅད་བཅད་པ་ན་ལས་ཉོན་

གཉིས་དང་། དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་ཉོན་མོངས་དང་། དེའི་རྩ་བ་མ་རིག་པ་ཉིད་  
ཡིན་པར་ཤེས་ནས། དེ་གཞིམ་པའི་ཐབས་ལ་འབད་དགོས། དེ་ཡང་རྟེན་ནི་  
དལ་འབྱོར་ཚང་ཞིང་ཚངས་སྟོན་བསྐྱབ་གསུམ་ལྟན་པའི་དལ་འབྱོར་གྱི་མི་  
ལུས་ཐོབ་པའི་དུས་འདིར་འཁོར་བ་ལས་བསྐྱོད་དགོས་ཏེ། ཕོ་རྟོ་བས། སྤར་  
དེ་ཙམ་ཞིག་འབྲམས་པ་ལ་རང་ལོག་མ་བྱུང་ཙན་ད་ཡང་རང་ལོག་མི་འོང་  
བས་བསྐྱོད་དགོས། སྐྱོད་པའི་དུས་ཀྱང་ད་རེས་དལ་འབྱོར་ཐོབ་པའི་དུས་  
འདིར་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་སྟར་ལུས་རྟེན་འདི་ཉིད་ལས་སྟག་པ་མེད་ལ།  
གཉིས་པ།

## ལམ་ངེ་ལྟ་བུ་ཞིག་གིས་འཁོར་བ་ལས་སྐྱོད་པ་ནི།

རང་ཅག་གིས་འཁོར་བའི་རྩ་བ་གཙོད་པ་ལ། འཁོར་བའི་རྩ་བ་དེ་ཁོ་ན་  
ཉིད་ལ་མོངས་པའི་མ་རིག་པ་ངར་འཇིན་ལྟན་སྐྱེས་ཉིད་ཡིན་པས་ཁོ་རྩ་བ་  
ནས་གཙོད་དགོས། དེ་མ་བཅད་ན་གཉིན་ཕོ་གཞན་གྱིས་ཉོན་མོངས་པ་རེ་  
ཞིག་འབྱིབ་ཀྱང་གཏན་དུ་མི་ཟད་པའི་སྤྱིར། དེས་ན་ངར་འཇིན་ལྟན་སྐྱེས་ལ་  
དགོ་བ་གཞན་གྱིས་གཞོད་མི་བྱས་པར་དེ་དང་འཇིན་སྟངས་དངོས་འགལ་  
དུ་སོང་བའི་སྟོ་ཞིག་གིས་བསྐྱོད་བྱས། དེ་ཡང་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་  
རབ་ཉིད་གྱིས་ང་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་རྟོགས་པས། ང་རང་བཞིན་གྱིས་  
གྲུབ་པར་འཇིན་པའི་སྟོ་དང་འཇིན་སྟངས་དངོས་སུ་འགལ་བ་ཡིན་པས་

བདག་འཛིན་ལྟན་སྐྱེས་ཙུ་བ་ནས་གཙོད་པ་ལ་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་  
རབ་དགོས། འདི་མེད་ན་དགོ་བ་གཞན་ངེ་འབྲ་ཞིག་ལ་འབད་ཀྱང་བདག་  
འཛིན་གྱི་གྲོགས་སུ་འགྱུར་བ་ལས་ཁོ་ལ་གཞོད་མི་བྱས། ཤེས་རབ་དེ་རྒྱད་  
ལ་ལེགས་པར་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ལ། ལྷག་པ་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་བསྐྱབ་པ་མ་  
སྐྱེས་པར་མི་འབྱུང་སྟེ། དཔེར་ན་ཤིང་གི་སྤྲོད་པོ་གཙོད་པ་ལ་སྟ་རེ་རྣོན་པོ་  
ཞིག་དང་དེ་འཛིན་བྱེད་དཔུང་པ་བརྟན་པོ་གཉིས་འཛོམས་དགོས། དེ་ཡང་  
སྟ་རེ་རྣོན་པོ་མེད་ན་ཤིང་སྤྲོད་གཙོད་མི་བྱས་ལ། དཔུང་པ་བརྟན་པོ་མེད་ན་  
སྟ་རེ་གནས་གཅིག་ཏུ་མི་འབབ་པ་དང་། མཚན་མོར་གྱང་རིས་བལྟ་བ་ལ།  
མར་མེ་གསལ་ཞིང་རྒྱུད་གིས་མི་བསྐྱོད་པ་ཞིག་དགོས་པ་བཞིན། བདག་  
མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་སྟ་རེ་རྣོན་པོ་དང་འབྲ་བའམ་ཡིན་ལུགས་གསལ་  
བའི་མར་མེ་སྟ་བུ་དེ་ཉིད་ཀྱིས། བདེན་འཛིན་གྱི་ཤིང་གི་སྤྲོད་པོ་གཙོད་ཅིང་།  
གནས་ལུགས་ངེ་བཞིན་མཐོང་བ་ལ་ནི་སྟ་རེ་འཛིན་བྱེད་གྱི་དཔུང་པ་བརྟན་  
པོ་དང་། མར་མེ་རྒྱུད་གིས་མི་གཡོ་བ་སྟ་བུའི་སེམས་ནང་གི་གཡེང་བ་ཕྱ་  
མོ་ལས་ཀྱང་སྤྲོག་ཅིང་རྩེ་གཅིག་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་བརྟན་པོ་ཞིག་དགོས།  
སེམས་ནང་གི་གཡེང་བ་དང་བྲལ་བའི་ཉིང་དེ་འཛིན་བརྟན་པོ་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བ་  
ལའང་། སེམས་སྤྱི་རོལ་གྱི་གཡེང་བ་རགས་པ་དང་བྲལ་བྱེད་ལྷག་པ་ཚུལ་  
ཁྲིམས་གྱི་བསྐྱབ་པ་སྐྱེ་དགོས་སོ།།

མདོར་ན། ཆངས་པས་ཁྱས་པ་སའི་དངོས་གཞིར་བྲངས་པ་ལས། ཙུ་  
བ་ཤིན་ཏུ་བརྟན་པ་དང་། །ཞི་བའི་སེམས་ལ་དགའ་བ་དང་། །འཕགས་པའི་

ལྟ་དང་སྒྲིག་པའི་ལྟ། །ལྟན་པར་བྱ་ཞིང་བྲལ་བར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།  
 བདག་འཇིན་གྱི་གཉེན་པོ་ཡང་དག་པའི་གནས་ལུགས་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་  
 འཕགས་པའི་ལྟ་བ་དང་ལྟན་པའི་ལྟ་ག་མཐོང་སྐྱེ་བ་ལ། དེའི་སྟོན་དུ་ཞི་གནས་  
 འབྱུང་བ་དགོས་ཤིང་། ཚུལ་བློམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་མེད་པར་ཞི་གནས་ཀྱི་རྒྱ་  
 ཆོགས་མི་ཆང་ངོ་། །དེས་ན་བཤེས་སྤྲིངས་ལས། མགོ་འཕགས་ལ་སྐྱོ་བྱར་  
 མེ་ཤོར་ན། །དེ་དག་ཕྱིར་བསྐྱོག་བགྱི་བ་བཏང་ནས་ཀྱང་། །ཡང་སྤྲིད་མེད་  
 པར་བགྱི་སྤྲད་འབད་འཆལ་ཏེ། །འདི་ལས་ཆེས་མཆོག་དགོས་པ་གཞན་  
 མ་མཆིས། །ཚུལ་བློམས་དག་དང་ཤེས་རབ་བསམ་གཏན་གྱིས། །ཐུངན་  
 འདས་ཞི་དུལ་བ་བྲི་མེད་པའི། །གོ་འཕང་མི་རྒྱ་མི་འཆི་བད་མི་འཆལ། །ས་  
 ཚུ་མེ་རྒྱང་ཉི་ཟླ་བྲལ་ཐོབ་མཛོད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། སྐྱེས་བུ་འབྲིང་གི་  
 ཉམས་སུ་སྤང་བུ་ནི། ལྟ་བའི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ཡིན་པས་སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོའི་  
 ཆོས་སྐྱོར་མི་འབྲིང་ན་སྐྱབས་འདིར་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ཀ་འཆད་དགོས།

འོན་ཀྱང་། སྐྱེས་བུ་འབྲིང་དང་བྱན་མོང་བའི་ལམ་ལ་འབྲིང་བ་ལས།  
 འབྲིང་གི་ལམ་དངོས་ལ་འབྲིང་བ་མིན་པས། ཉིང་ངེ་འཇིན་དང་ཤེས་རབ་ཀྱི་  
 བསྐྱབ་པ་གཉིས་སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོའི་ཞི་ལྟ་གི་སྐྱབས་སུ་འཆད་པས། འདིར་  
 ཚུལ་བློམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་རྩལ་དུ་བཏོན་ནས་འཆད་པའི་བྲུག་བཞེས་ཡོད་ལ།  
 དེ་ཡང་བཤེས་སྤྲིངས་ལས། བློམས་ནི་རྒྱ་དང་མི་རྒྱའི་ས་བཞིན་དུ། །ཡོན་  
 ཏན་ཀྱན་གྱི་གཞི་རྟེན་ལགས་པར་གསུངས། །ཞེས་པ་ལྟར་ཡོན་ཏན་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་གཞི་ཡིན་པས་ཚུལ་བློམས་རྣམ་པར་དག་པ་གལ་ཆེ། འདི་ནི་སངས་

རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པའི་རྩ་བ། བསྐྱེད་ན་པན་ཡོན་ཆེ་ཞིང་། མ་བསྐྱེད་ན་ཉེས་  
དམིགས་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་ཆེ་སྟེ། བསྐྱེད་བའི་པན་ཡོན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་  
ཡོད་མེད་ཀྱང་རྩ་བ་སོ་ཐར་གྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་རག་ལས། དགོ་སློང་འདུལ་བ་  
འཛིན་པ་ཡོད་ན་བསྟན་པ་ཡོད་ལ། དེ་མེད་ན་བྱང་སེམས་རིག་འཛིན་སྐུ་འབྲས་  
ཞིག་ཡོད་ཀྱང་། བསྟན་པ་ཡོད་པའི་གོ་མི་ཆོད།

དེས་ན། སོ་ཐར་གྱི་མདོ་ལས། ང་ནི་མྱ་ངན་འདས་གྱུར་ན། །འདི་ནི་  
ཁྱོད་ཀྱི་སྟོན་པ་ཞེས། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན། རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་  
སྟོན་པའི་སྐྱེ་ཆ་བ་ཡིན་སྟེ་འདྲ་བའི་སྐྱེས་ཀྱིས་བསྐྱེད་དགོས། བསྐྱེད་  
པ་གསུམ་ནས་ཤེས་རབ་དང་། ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་བསྐྱེད་པ་རང་ཅག་ལས་དང་  
པོ་བས་འབྲུལ་དུ་ལག་ཏུ་ལོན་དགའ་ཡང་། རང་རེའི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་དེས་དང་  
ལག་ཏུ་ལོན་དེས་ཀྱི་རྟོགས་པའི་བསྟན་པ་རང་རྒྱུད་ཀྱི་སོ་སོ་ཐར་པའི་ཚུལ་  
ཁྲིམས་ཡིན་པས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཡོད་མེད་དགོ་འདུན་ལ་རག་  
ལས་ཞེས་པའང་དེ་ཡིན་ཞིང་། སྟོམ་པ་གོང་མ་གཉིས་ཀྱི་གཞིའམ་སྟོད་ལྟ་  
བྱའང་སོ་ཐར་ཡིན། བསྟན་པ་འཛིན་ཞེས་པ་ཆོས་ཁྲིའི་སྟངས་ནས་ཆོས་བཤད་  
པ་གཅིག་ཤུ་ལ་མི་ཟེར་བར། རང་རྒྱུད་ཀྱི་སྟོམ་པ་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྐྱེད་ན་  
བསྟན་པ་འཛིན་པ་དེ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། བྱང་ཆོས་ལ་ཐོས་བསམ་བྱས་ན་ལྷུང་གི་  
བསྟན་པ་འཛིན་པ་དང་། ཁས་སྐྱེད་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམ་དག་བསྐྱེད་ན་  
རྟོགས་པའི་བསྟན་པ་འཛིན་པ་ཡིན། སྟོམ་པ་གསུམ་ནས་ཀྱང་རང་རེས་ལག་  
ཏུ་ལོན་དེས་སོ་ཐར་ཡིན། མདོ་ལས། ཚུལ་ཁྲིམས་ལྟན་པའི་དགོ་སློང་འོད་

དང་ལྟན། །ཞེས་སོགས་དང་། གང་ན་དགོ་སྒྲོང་འདུལ་བ་འཇིན་པ་ཡོད་པའི་  
 རྟོགས་དེར་སྒྲུང་བ་དང་བཅས། འོད་དང་བཅས། ས་རྟོགས་དེ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་  
 མ་སྒྲོངས་པར་མཐོང་། ས་རྟོགས་དེར་ངའང་ཐུགས་ལས་ཆུང་དུར་བཞུགས་  
 གསུངས་པ་སོགས་ལྟར་བྱུང་ཆོས་ཆེ། རང་རེ་བོད་གངས་ཅན་ལ་ཕྱི་རི་རྒྱལ་  
 ཁབ་ན་མེད་པའི་བྱུང་ཆོས་འབྲལ་དང་ཡུན་གྱི་པན་བདེ་རི་རྩ་བ་གཅིག་ཏུ་ནི།  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་འདི་ཡིན་ལ། དེ་དར་མི་དར་ནི། ཁང་པ་དང་། མི་  
 མང་བ་དང་། མཆོད་རྗེས་བཟུང་བ་སོགས་མིན་གྱི། བསྟན་པའི་རྩ་བ་སོ་སོ་  
 ཐར་པའི་ཚུལ་བྱིམས་འདི་ཉིད་ལ་རག་ལས། དེ་ཉིད་རྣམ་པར་དག་པ་ཞིག་  
 མ་བྱུང་བར་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཚུལ་བྱིམས་རྒྱབ་ན་སྤྱིར་འཇིག་རྟེན་ན་བསྟན་པ་ས་  
 དར་རྟོ་དར་ཡིན་ཡང་རང་ལ་བསྟན་པ་སྒྲོས་རྒྱབ་ཏུ་འགྱུར་བ་ཡིན། མདོ་ཉིང་  
 འཇིན་རྒྱལ་པོ་ལས། བསྐྱལ་བ་བྱེ་བ་གང་གྲུའི་བྱེ་སྟེད་དུ། །དང་བའི་སེམས་  
 ཀྱིས་བས་དང་སྒྲོམ་རྣམས་དང་། །གདུགས་དང་བ་དན་མར་མེད་ཐོང་བ་  
 ཡིས། །སངས་རྒྱས་བྱེ་བ་ཁྲག་ཁྲིག་རིམ་གྲོ་བྱས། །གང་གིས་དམ་ཆོས་རབ་  
 ཏུ་འཇིག་པ་དང་། །བདེར་གཤེགས་བསྟན་པ་འགག་པར་འགྱུར་བའི་ཆེ། །  
 ཉིན་མཆོན་དུ་ནི་བསྐྱབ་པ་གཅིག་སྟོན་པ། །བསོད་ནམས་འདི་ནི་དེ་བས་བྱེ་  
 བྲག་འཕགས། །ཞེས་པ་ལྟར་ཉིན་མཆོན་དུས་བྲག་ཏུ་དུས་གསུམ་གྱི་སངས་  
 རྒྱས་ལ་མཆོད་པ་ཕྱལ་བ་ལས་སྟོགས་དུས་འདིར་ཚུལ་བྱིམས་བསྐྱུང་བ་  
 པན་ཡོན་ཆེ་བ་དང་། བྱང་ཤར་སངས་རྒྱས་དབང་ཕྱུག་རྒྱལ་པོའི་ཞིང་ན།  
 ཚུལ་བྱིམས་བསྐྱལ་བའི་བར་བསྐྱུང་བ་ལས། མི་མཐེད་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་



སྤྱ་སྟོན་པ་ཤྲ་བྱ་བྱ་བ་པའི་བསྟན་པ་འདིར་ཚུལ་བྲིམས་ཉིན་གཅིག་ལ་བསྐྱང་  
བ་པན་ཡོན་ཆེ་བ་དང་། བསྐྱལ་པ་སྤྲ་དུས་བསྐྱབ་གཞི་ཡོངས་རྫོགས་བསྐྱང་  
བ་ལས། དེང་སང་བསྐྱབ་པ་སྤྲ་གཅིག་བསྐྱང་བ་པན་ཡོན་ཆེ་བར་གསུངས་  
པས་སངས་རྒྱས་མང་པོར་བསྐྱལ་པ་བྱེ་བར་མཆོད་པ་ལས་ཀྱང་དེ་ལྟག་  
ལ། ཚུལ་བྲིམས་ལྟན་པ་སངས་རྒྱས་འབྱུང་དང་འབྱུང་། །ཅེས་སོགས། ཟླ་  
བ་བྱེད་བྱེད་ན་འདོན་པའང་། མདོ་འདོན་པ་པོས་རྒྱགས་སྤྲད་པ་དང་གྲངས་  
གསོག་པ་སོགས་མིན་གྱི། དུན་པ་གསོ་བའི་བྱིར་ཡིན་པས། དེ་ལས་འབྱུང་  
བ་བཞིན་བསམ་སྟེ། །ཁས་སྤངས་པའི་བཅས་མཆོམས་རྣམས་ཚུལ་བཞིན་  
བསྐྱང་། བསྟན་པའི་སྤྲིང་པོ་རིང་དུ་གསལ་བྱེད་ཤོག །ཅེས་དང་། ཟློ་བཟང་  
རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་རྒྱས་གྱུར་ཅིག །ཅེས་སོགས་ལྟར་བསྟན་པའི་སྤྲིང་པོ་  
ཡང་ཐོག་མར་རང་རང་གི་རྒྱུད་ལ་རྒྱས་པ་ཞིག་དགོས།

མ་བསྐྱངས་ན་ནི། དགེ་སློང་ལ་རབ་ཏུ་གཅེས་པའི་མདོ་ལས། ལ་ལའི་  
ཚུལ་བྲིམས་བདེ་བ་སྟེ། །ལ་ལའི་ཚུལ་བྲིམས་སྤྱག་བསྐྱལ་ཡིན། །ཚུལ་  
བྲིམས་ལྟན་པ་བདེ་བ་སྟེ། །ཚུལ་བྲིམས་འཆལ་བ་སྤྱག་བསྐྱལ་ལོ། །ཞེས་  
དང་། ཚུལ་བྲིམས་ཡང་དག་པར་ལྟན་པའི་མདོ་ལས། དགེ་སློང་དག་སྟོག་  
དང་བྲལ་ཞིང་ཤི་བ་ནི་སྤྲི། ཚུལ་བྲིམས་ཉམས་ཤིང་ཞིག་པ་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་  
ནོ། །དེ་ཅིའི་བྱིར་ཞེ་ན། སྟོག་དང་བྲལ་ཞིང་ཤི་བས་ནི་སྤྱེ་བ་འདི་ཉིད་ཀྱི་ཆེ་  
བད་པར་འགྱུར་གྱི། ཚུལ་བྲིམས་ཉམས་ཤིང་ཞིག་པས་ནི་སྤྱེ་བ་འབྱུམ་སྤྱག་  
བརྒྱའི་བར་དུ་རིགས་དང་བྲལ་ཞིང་བདེ་བ་སྤངས་ཏེ་རྣམ་པར་ལྟོང་བ་ཆེན་

བོ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན། སྐྱེ་བ་འབྱུང་  
 གྲག་མང་པོར་སྐྱུག་བསྐྱེད་སྤྱོད་ལ། ལུང་རྣམ་འབྱེད་ལས། གང་ཞིག་སྟོན་པ་  
 ཐུགས་རྗེའི་བསྟན་པ་ལ། །ཡང་བར་སེམས་ཤིང་ཅུང་ཟད་འདའ་བྱེད་པ། །དེ་  
 བྱི་དེ་ལས་སྐྱུག་བསྐྱེད་གཞན་དབང་འཕྲོག། །སྒྲིག་ཆལ་བྲེགས་པས་ཨ་མའི་  
 ཆལ་ཉམས་བཞིན། །འདི་ན་ལ་ལས་རྒྱལ་པོའི་ཆོག་ཆེན་ཡང་། །འདས་ན་  
 ལན་འགའ་ཆད་པ་འཕྲོག་མི་འགྱུར། །ཐུབ་པའི་བཀའ་ལུང་ཚུལ་མིན་འདའ་  
 བྱས་ན། །དུད་འགྲོར་འགྲོ་འགྱུར་ཨེ་ལའི་འདབ་སྐྱ་བཞིན། །ཞེས་པ་ལྟར།  
 འཇིག་རྟེན་འདིར་དབང་ཆེ་བ་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོའི་བཀའ་ལས་འདས་ན། དུས་  
 འགའ་ཞིག་གི་ཆེ་ཆད་པ་འབྱུང་ལ། འགའ་ཞིག་ལ་མི་འབྱུང་བའི་སྐབས་ཡོད་  
 མོད། སྟོན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་གྱི་བཅས་མཆམས་ལས་འདས་ན། གང་ཞིག་  
 གང་གི་ཆེ་འདས་ནའང་ཀུན་ལ་ཆད་པ་སྤྱོད་སྟེ། སྐྱེ་ཨེ་ལའི་འདབ་མའི་བྱུང་  
 བ་ལྟར་ཡིན་ཚུལ། སྐྱེ་ཨེ་ལའི་འདབ་ཀྱང་ལྷུང་བྱེད་ཅམ་བྱུང་དུ་བསང་པས་  
 དེར་སྐྱེས་པ་ཡིན་ན། རང་རེས་པམ་ལྟག་སྒྲོམ་པོ་སོགས་མང་པོ་བྱུང་དུ་  
 གསོད་པ་འདི་ལྟར་ན། སྤྱི་མའི་འགྲོ་བ་ཇི་ལྟར་འགྱུར། དེས་ན་ཆོས་ཟབ་ཟབ་  
 མོ་དང་རྒྱ་ཆེན་པོའི་སྐད་གྲགས་ཅན་གཞན་མ་རྒྱ་ཆེར་མ་བྱུང་ནའང་། རང་  
 རང་གི་རྒྱུད་ཀྱི་དགོ་ཚུལ་སྤོང་གི་སྒྲོམ་པ་ལེགས་པར་བསྐྱུང་ན། རང་རེ་དགོ་  
 འདུན་དུ་བྱེད་པའི་བྱེད་ཆོས་སུ་འགྲོ། བསྟན་པ་འཇིན་པ་ཡང་དེ་ཉིད་ཡིན།  
 དགོ་ཚུལ་སྤོང་གི་སྒྲོམ་པ་སོགས་ལྟ་ཅི། བྲིམ་པ་སོགས་ཀྱིས་ཀྱང་བསྟན་  
 གནས་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་ཉིན་གཅིག་ཅམ་བསྐྱུང་ནའང་པན་ཡོན་ཆེ་བ་འདུལ་བ་

ལུང་དང་། མདོ་མཛེངས་སྤྱན་སོགས་སུ་སྒྲོན་གྱི་བྱང་བའི་ལོ་རྒྱུས་གསལ་  
བ་ལྟར་ཡིན། དེས་ན། བསྐྱེན་གནས་དང་། དགོ་བསྐྱེན། དེའང་སྣ་བཞི། སྣ་  
གསུམ། སྣ་གཅིག་སོགས་སྒོ་རྒྱས་ཅི་ཡོད་གྱིས་བསྐྱུང་ཅི་བྱུང་བྱེད། རབ་  
བྱུང་སོགས་གྱིས་ཐེག་ཆེན་གསོ་སྦྱོང་ཡང་ལེན་ཅི་བྱུང་བྱས་ན་འདི་ཉིན་  
ཞག་གཅིག་གི་སྒོམ་པ་ཡིན་པས་རྣམ་པར་དག་པར་འགྱུར་བ་སོགས་དགོས་  
པ་ཆེ། རང་རེས་བསྐྱབ་པ་གསུམ་སོགས་གྱི་གཏམ་ཡང་ཡང་ཤོད་ཁུལ་བྱེད་  
མོད། གཞན་གཉིས་ནི་རང་རྒྱུད་ལ་གཟུགས་བརྟན་ཅམ་ཡང་མེད་ཀྱང་། སོ་  
ཐར་གྱི་བསྐྱབ་པ་དངོས་སུ་བསྐྱུང་དུ་ཡོད་པས་འདི་ལ་འབད་དགོས།

བསྐྱབ་པ་བསྐྱུང་བ་ལའང་ལྟར་བ་འབྱུང་བའི་སྒོ་དགག་དགོས། དེ་ལ་  
བཞི་ལས། དང་པོ་མི་ཤེས་པ་ལྟར་བ་འབྱུང་བའི་སྒོ་ཡིན་པས་དེ་བཀག་པ་  
ནི། བསྐྱབ་གཞི་གང་ཞིག་བསྐྱུང་དགོས་པ་མ་ཤེས་ན། ལྟར་བ་བྱུང་མ་བྱུང་མི་  
ཤེས་པས་ན། སྒོ་དང་བསྐྱེན་ཏེ། འདུལ་བའི་གཞུང་ཆེན་མོ་དག་གསུམ། བསྐྱབ་  
བྱེད་སྒོམ་ཆོག་། གཞི་གསུམ་བསྐྱབ་བྱ། ལུང་གཞིའི་བར་སྒོམ་སོགས་བལྟས་  
ནས་བཅས་མཆོམས་རྣམས་གྱི་གངས་འདྲེན་ཚུན་ཆད་ཤེས་པར་བྱེད། མ་  
གུས་པ་ལྟར་བ་འབྱུང་བའི་སྒོ་ཡིན་པས་སྟོན་པ་དང་། དེའི་བཅས་པ་དང་།  
གྲོགས་ཆངས་པ་མཚུངས་པར་སྦྱོད་པ་རྣམས་ལ་གུས་པ་དང་། ལྷག་པར་  
རང་རྒྱུད་གྱི་བསྐྱབ་པ་ལ་སྟོན་པ་སངས་རྒྱུས་གྱི་འདུ་ཤེས་བཞག་ཅིང་གུས་  
པ་བྱེད་དགོས་གྱི། དེ་ལ་མནངས་ཚུང་མི་བྱ་སྟེ། སྟོན་པ་ཐུང་ན་ལས་འདས་  
རེས་གྱི་སྐྱུ་ཆ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན། ཉིན་མོངས་མང་བའང་ལྟར་བ་འབྱུང་བའི་སྒོ་ཡིན་

པས། ཉོན་མོངས་འདོད་ཆགས་ཞེ་སྒྲུང་སོགས་གང་ཤས་ཆེ་བ་དེ་ལ་བརྟེན་  
ནས་ལྷུང་བའང་དེའི་རྗེས་སུ་འབྱུང་བར་འགྱུར་བས། དབྱ་མགོ་གཞོན་པ་ན།  
དཔའ་པོ་དམག་དཔོན་སོགས་གང་ཤས་ཆེ་བ་དེ་སྒྲོན་ལ་བརྟེན་དགོས་  
པ་ལྟར། གང་མགོ་མཐོ་བའི་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་པ་དེ་དང་དེའི་གཉེན་  
པོ་བསྟེན། དེ་ཡང་འདོད་ཆགས་ཤས་ཆེ་བ་ལ་མི་སྤྱད་པ་སྒྲོམ་སྟེ། ལུས་མི་  
གཙང་བའི་རྒྱལ་པ་ཡིན་པ་དང་། རྣམ་པར་དམར་བ་དང་། རྣམ་པར་བམ་པ་  
དང་། འབྲས་གཞིག་པ་དང་། རུས་གོང་གི་འདུ་ཤེས་སོགས་བསྐྱེད་པ་དང་།  
ཞེ་སྒྲུང་གི་གཉེན་པོར་བྱམས་པ་བསྒྲོམ་པ། ང་རྒྱལ་གྱི་གཉེན་པོར་ན་གཤམ་འཆི་  
བ་དང་། དེས་པ་མེད་པ་དང་། ཡང་ཡང་མཐོ་དམན་དུ་འགྱུར་བའི་ཉེས་པ་  
སོགས་དང་། ཁམས་ཀྱི་རབ་དབྱེ་བསམ་སྟེ། དེ་ལ་རེ་ཞིག་རང་ལུས་ལའང་  
ལུང་པོ་དང་ཁམས་དང་། སྐྱེ་མཆེད་དང་། དབང་པོ་དང་ལུས་ཀྱི་འདུས་ཏེ་  
རེག་པ་སོགས་རང་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱོད་པ་ཅེས་ཡང་མི་ཤེས་པ་མང་པོ་ཡོད་ན་  
གཞན་ཅི་ཤེས་ཞེས་བསྒྲོམ་པ་དང་། གཏི་ལུག་གི་གཉེན་པོར་རྟེན་འབྲེལ་  
དང་། ཉོན་མོངས་སྤྱི་འདུག་པོར་སྤྱོད་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བ་བསྒྲོམ།

བག་མེད་པ་ལྷུང་བ་འབྱུང་བའི་སྒོ་ཡིན་པས། རང་འགོ་འཆག་ཉལ་  
འདུག་བཟའ་བརྟུང་སོགས་སྤྱོད་ལམ་གྱི་སྐབས་ཀྱི་ཁྱེད་ཀྱི་སྒྲུང་དོར་མི་བརྗེད་  
པའི་བྱ་བ་དང་། འབྲེལ་འབྲེལ་དུ་རང་གི་སྒོ་གསུམ་ལ་ཉེས་ལྷུང་གིས་  
གོས་མ་གོས་བརྟག་ཅིང་། ཉེས་ལྷུང་འབྱུང་བའི་སྒོ་རྣམས་བཀག་སྟེ། དཔ་  
པ་དང་ཤེས་བཞིན་དང་། རོ་ཆ་ཤེས་པ་དང་། ཁྱེད་ཡོད་པའི་སྒོ་ནས། བརྒྱ་

ལ་གལ་ཏེ་ལྷུང་བས་གོས་པ་བྱུང་ནའང་། གསོ་སྦྱང་སོགས་སུ་ཡང་ཡང་  
སོང་ནས་བཤའ་གས། འདུལ་བའི་གཞུང་ལས་ལྷག་མ་སོགས་སྒོ་མགུ་དབྱུང་  
གསུམ་གྱིས་བཤའ་གས་དགོས་པར་གསུངས་ཀྱང་། དཔེན་ས་པ་ཡབ་སྲས་  
གྱིས་འགྲོད་སྒོམ་ལེགས་པར་བྱེད་ན་ལྷག་མ་མན་ཆད་འདག་རྒྱས་པར་  
བཞིན། རང་རེས་མཉམ་མེད་ངོ་ཤོ་ཆེན་པོ་དང་། འཇམ་མགོན་ཙོང་ཁ་པ་  
ཆེན་པོ་ཡབ་སྲས་སོགས་ལྷར་ཚུལ་བྲིམས་ཆ་ཐམས་ཅད་ནས་ཉེས་པས་མ་  
གོས་པའི་བསྐྱུང་སྒོམ་བྱེད་མི་རྒྱས་ཀྱང་། ཅ་བཞི་ཆང་དང་བཅས་པ་སྒོག་  
དང་བསྒོས་ཏེ་བསྐྱུང་། སོ་ཐར་གྱི་སྒོམ་པ་ནི་མཁན་སྒོམ་དགེ་འདུན་དང་  
བཅས་པ་ལས་ཁས་སྦྱངས་པ་ཡིན་པས། དེའི་བསྐྱུང་བྱ་དང་འགལ་བའི་སྒྲིག་  
ལྷུང་བཤའ་གས་པའི་ཆོའང་དགེ་འདུན་གྱི་མདུན་དུ་བཤའ་གས་དགོས་ཀྱི། རང་  
གཅིག་ཕྱར་བཤའ་གས་པས་སྒྲིག་པ་འདག་ཐུབ་ཀྱང་། ལྷུང་བ་འདག་མི་ཐུབ་  
པས་མི་པན། དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་ཆབ་ལེན་ལྷམ་ཕུད་ཚུན་མི་བྱེད་པ་དང་།  
གོས་ཕུ་དུང་ཅན་གྲོན་དགོས་བྱུང་བ་ཚུན་ལ། དེ་ལས་ལྷག་པ་བསྐྱུང་མི་རྒྱས་  
པ་དཔེར་བྱས་ནས་མནངས་ཚུང་མི་བྱ་སྟེ། པམ་ལྷག་སོགས་ལས། སྤ་མོ་  
གོང་སྒོས་དེ་དག་བསྟན་པའི་མིག་སྒྲོས་ལ་གཞོད་ཆ་བས་ཆེ་བ་ཡིན། སྤང་  
ལྷུང་བྱིན་རྒྱབས་སོགས་ཀྱང་ཅི་རྒྱས་གྱིས་བྱེད། འཇིག་རྟེན་འདི་ན་གྱང་  
ཆོགས་དང་ཇ་སོགས་བཟོ་བ་ལའང་། མར་དང་ཚུ་དང་ཤ་སོགས་སྟེ་གངས་  
མང་པོ་ཞིག་ཆང་དགོས་པ་བཞིན། རང་རེས་ཕྱི་མར་དོན་དུ་གཉེར་བྱའི་རྟེན་  
སྤྱབ་པ་ལའང་ཚུལ་བྲིམས་བསྐྱུང་བ་དང་། སྦྱིན་པ་བཏང་བ་སོགས་སྤྱ་རེས་

མི་ཚོག་པས། རབ་བྱུང་དག་གིས་ཀྱང་ཚུལ་བྲིམས་གཙང་བའི་ངོས་ནས།  
སྦྱིན་གཏོང་སོགས་ཀྱང་གང་འབྱུང་བྱེད་དགོས།

འགའ་ཞིག་གིས། སོ་ཐར་གྱི་འདུལ་བའི་སྦྱོང་པ་ནི། དབང་པོ་དམན་  
པ་རྣམས་ཀྱི་སྦྱོང་ཡུལ་ཡིན་གྱི། དབང་རྣམས་ཡང་རབ་རྣམས་ཀྱིས། དེ་འདྲའི་  
གྲུ་དོག་བྱེད་མི་དགོས་པར་གསང་སྤྲགས་ཀྱི་སྦྱར་ལམ་དུག་གསུམ་ལམ་  
འབྱེད་བྱེད་པས་ཚོག་ཅེས། བསྐྱབ་པ་ལ་ཅིར་ཡང་མི་བརྩི་བའི་བག་མེད་དུ་  
སྦྱོང་པར་བྱེད་མོད། གསང་སྤྲགས་པ་ཡིན་ཡང་སོ་ཐར་གྱི་སྒོམ་ལྡན་ཡིན་  
ན་ཚུལ་བཞིན་བསྐྱར་དགོས་ཏེ། དབྱང་བཟང་གི་རྒྱད་ལས། །རྒྱལ་བ་ངས་  
གསུངས་སོ་སོ་ཐར་བ་ཡི། །ཚུལ་བྲིམས་རྣམ་དག་འདུལ་བ་མ་ལུས་ལས།  
།སྤྲགས་པ་བྲིམ་པས་རྟགས་དང་ཚོ་ག་སྤང་། །སྤྲག་མ་རྣམས་ནི་ཉམས་སུ་  
སྒང་བར་བྱ། །ཞེས་དང་། འཇམ་དཔལ་ཅ་རྒྱད་ལས། ཚུལ་བྲིམས་འཆལ་  
ལ་ཐུབ་དབང་གིས། །སྤྲགས་འབྱུང་པར་ནི་མ་གསུངས་ཏེ། །སྤྱང་ན་འདས་  
གོང་འགོ་བ་ཡི། །ཡུལ་དང་སྤྲོགས་ཀྱང་མ་ཡིན་ནོ། །བྲིས་པ་ངན་པ་འདི་ལ་  
ནི། །སྤྲགས་འབྱུང་པ་ནི་ག་ལ་ཡོད། །སྦྱེ་བོ་ཚུལ་བྲིམས་འཆལ་འདི་ལ། །དེ་  
ལ་བདེ་འགོ་ག་ལ་ཡོད། །མཐོ་རིས་སུ་ཡང་མི་འགྱུར་ཞིང་། །བདེ་བ་མཚོག་  
ཏུའང་མི་འགྱུར་ན། །རྒྱལ་བས་གསུངས་པའི་སྤྲགས་རྣམས་ནི། །འབྱུང་པར་  
འགྱུར་བ་སྒོམ་ཅི་དགོས། །ཞེས་གསུངས། ཡང་འགའ་ཞིག་གིས་ངེས་འབྱུང་  
བྱང་སེམས་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་གང་ཡང་མེད་པར་སེམས་ངོ་བསྐྱུངས་པའི་  
སྒོམ་ཞིག་ལ་མི་ཆེ་བསྐྱུལ་བ་ནི། བཙོན་པ་དོན་མེད་དུ་སོང་བ་སྟེ། དེས་ནི་



རབ་ན་མི་གཡོ་བའི་ལས་སུ་འགྲོ་ཚུལ་སོགས་དང་། བསྐྱར་བ་འད་བཅས་  
སྟེ།

༥ ཉིན་བཅུ་དྲུག་པར། དང་པོར་ཅིས་བཞག་གནང་བ་སོགས་ཕྱག་  
བཞེས་ལྟར་ཟིན་ནས། རི་སྐད་དུ། ཁམས་གསུམ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཙོང་ཁ་བ་  
ཆེན་པོའི་ཞལ་ནས། དེས་འབྱུང་དེ་ཡང་རྣམ་དག་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱིས། །ཞེས་  
སོགས་འདྲེན་པར་མཛད་ནས་དེས་འབྱུང་གི་སྟེང་དུ་བྱང་སེམས་དགོས་  
ཚུལ་ལས་བརྩམས་པའི་སྟོན་འགྲོ་ཀུན་སྟོང་འཆོས་ཚུལ། ས་བཅད་སོང་  
ཟིན་པ་རྣམས་རི་ལྟར་སོང་ཚུལ་དང་ཐར་པར་བགྲོད་པའི་ལམ་གྱི་རང་བཞིན་  
གཏན་ལ་དབབ་པ་ནས་བསྐྱར་བ་འད་མཛད། རང་རེ་འཁོར་བར་གང་གིས་  
འཁོར་ན་ལས་ཀྱིས་འཁོར་ལ། དེ་ཡང་ཉོན་མོངས་ཀྱིས་བསྐྱེད། ཉོན་མོངས་  
པའི་ནང་ནས་ཀྱང་རྩ་བ་མ་རིག་པས་བསྐྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་ཞིང་། དེ་རྩད་ནས་  
གཙོད་པ་ལ་ལྟག་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་བསྐྱེད་དགོས་ལ། དེ་བསྐྱེད་པ་  
ལ་ཉིང་རེ་འཛིན་དང་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་སྟོན་དུ་འགྲོ་དགོས་པའི་ཕྱིར་  
ཚུལ་བྲིམས་ནི་ཡོན་ཏན་གྱི་གཞི་མ་ཡིན་ཚུལ་དང་། ཉོན་མོངས་པའི་གཉེན་  
པོ་བསྟེན་སྐབས། དང་པོ་ཉོན་མོངས་པ་སྐྱེར་བཅུག། །དེ་ནས་ཉོན་མོངས་དེ་  
ངོས་ཟིན་པར་བྱས་ཏེ་གཉེན་པོ་བསྟེན་ན། ཡངས་ནའང་ངོས་ཟིན་པའི་གནད་  
ཡོད་ཚུལ་སོགས་གསུངས།

གསུམ་པ།

སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་རིམ་པར་སློ་སྤྱང་བ་ལ་གསུམ།

ཐེག་ཆེན་གྱི་འཇུག་སློ་སེམས་བསྐྱེད་ཁོ་ནར་བསྟན་པ་ཕན་ཡོན་དང་  
བཅས་པ། བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ། སེམས་བསྐྱེད་ནས་སྤྱོད་པ་  
ལ་སློབ་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ནི།

ཐེག་ཆེན་གྱི་འཇུག་སློ་སེམས་བསྐྱེད་ཁོ་ནར་བསྟན་པ།

དེ་ལྟར་སྐྱེས་བུ་ཆུང་འབྲིང་གི་སྐབས་སུ་ངེས་འབྱུང་གི་བསམ་པས་  
ཀུན་ནས་བསྤངས། ལྷག་པའི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་འབད་པས་རང་གཅིག་  
བྱས་ཐར་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ་ཅུང་དང་འཁོར་བ་ལས་སྡོག་ཅུང་འབྱུང་ཡང་།  
དེ་ཅུང་གྱིས་མི་ཆོག་སྟེ། སྤང་བྱ་ཐམས་ཅད་མ་སྤངས། ཐོབ་བྱ་ཡོན་ཏན་  
ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཡོངས་སུ་མ་རྫོགས་པས་རང་དོན་དང་གཞན་དོན་ཡང་ཉི་  
ཆེ་བ་ལས་མི་འབྱུང་ཞིང་། སྤར་ཐེག་ཆེན་ལ་གཞི་ནས་འཇུག་དགོས་ལ། དེ་  
ནི་ཕར་སྤྱོད་བསྐྱས་པ་ལས། འཇིག་རྟེན་དོན་སྤྱོད་ཚུལ་ལ་མ་སྤྱོད་པའི།  
ཐེག་པ་གཉིས་པོ་གཏན་དུ་སྤང་བྱས་ཞིང་། །ཐུབ་ཀྱིས་ཐེག་པ་སྤྱོད་རྗེས་  
བསྟན་པ་ལ། །གཞན་ཕན་རོ་གཅིག་རང་བཞིན་དེ་དག་འཇུག །ཅེས་དང་།  
དགོ་བཤེས་པོ་ཉོ་བས། རབ་བཀལ་གཅིག་ལ་བརྗེ་བཅང་གཉིས་མིན། །དང་  
པོ་ཉིད་ནས་ཐེག་ཆེན་ལམ་འཇུག །ཅེས་པ་ལྟར་ཆུ་གཅིག་ལ་བཀལ་ཐེངས་

གཉིས་བྱེད་དགོས་བྱུང་བ་ལྟར་འགྱུར་ལ། དེར་མ་ཟད་དག་བཅོམ་པ་དེ་དག་  
ཞི་བདེའི་དབྱིངས་ལ་སྟོམས་པར་ཞུགས་པ་ན་བདེ་བའི་ཉམས་བསམ་གྱིས་  
མི་བྱབ་པ་ཡོད་པས། དེ་ལས་སྤར་མི་སྤང་སྟམ་ནས་དེ་ལ་བསྐྱལ་བ་མང་པོའི་  
བར་མཉམ་པར་བཞག་སྟེ། དེའི་ཡུན་རིང་བྱུང་དཔྱལ་བ་ན་གནས་པ་འགའ་  
ཞིག་དལ་འབྱོར་ཐོབ་ཅིང་ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་ལ་ཞུགས་ནས་འཆང་རྒྱ་བྱབ་  
པའི་ཆོད་ཅམ་དུ་སྒྲོད་པས། སངས་རྒྱས་གྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པ་ལ་འགྱུངས་  
ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས་ན་ཐེག་ཆེན་རིགས་ཅན་ཐེག་དམན་གྱི་ལམ་དུ་ཞུགས་ཏེ་  
དག་བཅོམ་ཐོབ་པ་ལས། ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོས་ཐོས་ནས་བག་ཆགས་བཞག་  
ཅིང་ལོག་ལྟ་སྐྱེས་ཏེ་དཔྱལ་བར་སྐྱེས་ན། འཆང་རྒྱ་བར་སྤྱར་བ་ལ་དེ་བཟང་  
བ་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་སྟོན་ཉན་ཐོས་འོད་སྤང་གིས་ཐེག་དམན་གྱི་  
ཆོས་བསྟན་ན་དག་བཅོམ་པ་འཐོབ་རྒྱུའི་དགོ་སྟོང་དུག་ཅུ་ལ་འཇམ་དཔལ་  
དབྱངས་གྱིས་སྟོན་དུ་ཐེབས་ཏེ་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོས་བསྟན་པས་སྒྲོར་མ་ཆུད་  
པར་ལོག་ལྟ་བྱས་ཏེ། དཔྱལ་བར་སྐྱེས་པ་འོད་སྤང་གིས་སྟོན་པ་ལ་ཞུས་པ་  
ན། སྟོན་པས་འཇམ་དབྱངས་གྱིས་ཐབས་མཁས་བསྟན་པ་དེ་ཉིད་ལོགས་  
པར་གསུངས་པ་བཞིན་དུ། ཉན་རང་དག་བཅོམ་རྣམས་ཞི་མཐར་མཉམ་  
གཞག་སྐབས་སངས་རྒྱས་གྱིས་བསྐྱལ་ཏེ་ཐེག་ཆེན་ལ་བཅུད་ནའང་། སྤར་  
ཞི་བདེའི་རོ་ལ་མཉམ་པར་བཞག་པ་ལ་གོམས་ཆེས་པས། སེམས་བསྐྱེད་  
སོགས་རྒྱད་ལ་བསྐྱེད་པར་མི་བཅོམ་ཞིང་། བཅོམ་ཀྱང་རང་སྤྱད་བསྐྱལ་  
ལས་གྲོལ་བས་སྟོང་ཇེ་སོགས་སྐྱེ་དགལ། མཆོག་བྱུང་གིས་སྟོན་པས་ཐེག་

ཆེན་གྱི་ལམ་འབྲས་བྱ་དང་བཅས་པ་བསྟན་པ་ཤིན་ཏུ་ངོ་མཆར་བ་འདུག་  
 །ཀྱང་བདག་ཅག་ནི་སྒོར་དུམ་མེས་ཆོག་པ་བཞིན་དུ་གྱུར་པས་ཅི་བྱར་མི་  
 འདུག་ཅེས་གསོལ་བར་གསུངས་པ་འཕགས་པ་ཤུ་རིའི་བྱ་ལྟ་བུ་སྒྲུལ་པའི་  
 ཉན་ཐོས་ཡིན་པས་དེ་འབྲ་མི་འབྱུང་ཡང་། ཉན་ཐོས་རང་མཆོན་པ་གཞན་ལ་  
 དགོངས་ནས་གསུངས་པ་བཞིན་འཆང་རྒྱ་བ་ལ་བར་ཆད་ཆེ། དེས་ན་རང་  
 རེས་རེས་འབྱུང་གི་སྒོ་ལ་སྒྲོང་བ་ཐོན་པ་ན་ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་ལ་རེས་བར་  
 འདུག་དགོས། སྐྱེས་བྱ་འབྲིང་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་ལ་སྒོ་སྒྲུངས་པ་ནི།  
 རེས་འབྱུང་རྒྱད་ལ་སྐྱེ་བའི་ཆེད་ཡིན་གྱི་ལམ་དངོས་ལ་འགྲོ་བའི་ཕྱིར་མིན་  
 རོ། །ལམ་གྱི་དངོས་གཞི་ནི། སྐྱེས་བྱ་ཆེན་པོའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་སྒྲོང་སྟེ།  
 ཆུང་འབྲིང་གཉིས་སྒོན་འགྲོ་དང་། སྒྲོད་པ་སྐྱེ་བསྐྱབ་ནི་མཁུག་བསྐྱུ་ཡིན།

དེས་ན་སྐྱེས་བྱ་ཆེན་པོའི་ལམ་ལ་སྒོ་བ་པ་ལ་དང་པོ་སྒོ་བ་བསྐྱེད་པའི་  
 ཕྱིར་དུ། འཇམ་དཔལ་ཞལ་ལུང་ལས་གསུངས་པ་བཞིན་པན་ཡོན་སྒོན་དུ་  
 གླངས་ནས་འཆད་པ་ཕྲག་ལེན་དུ་ཡོད་པས་དེ་ཉྱར་བ་ཤད་ན་འདི་ལ་བཅུ།  
 ཐེག་ཆེན་གྱི་འདུག་སྟོ་སེམས་བསྐྱེད་ཁོ་ནར་བསྟན་པ། རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་ཞེས་  
 བྱ་བའི་མིང་ཐོབ་པ། ཉན་རང་རིགས་ཀྱི་སྟོན་སྤྱི་ཐེག་གིས་ནོན་པ། མཆོད་  
 པའི་ཞིང་མཆོག་ཏུ་འགྱུར་པ། ཆོགས་རྒྱ་ཆེན་པོ་བདེ་སྒྲག་ཏུ་རྫོགས་པ།  
 སྤྲིག་སྤྲིབ་སྒྱུར་དུ་སྒྱུར་བ། ཅི་བསམ་པ་འགྱུར་པ། གཞོད་པ་དང་བར་ཆད་  
 གྱིས་མི་ཚུགས་པ། ས་ལམ་ཐམས་ཅད་སྒྱུར་དུ་རྫོགས་པ། འགྲོ་བའི་བདེ་  
 སྐྱིད་མ་ལུས་པ་འབྱུང་བའི་ཞིང་སར་འགྱུར་བའོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ལ་ཐེག་

ཆེན་གྱི་གལ་དུ་ཆུད་མི་ཆུད་ཀྱང་། བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་འདི་རྒྱད་ལ་སྐྱེས་མ་  
སྐྱེས་གྱིས་བྱེད་པ་ཡིན། རྗེ་སྤྲུལ་མས་ཀྱང་། ཆོས་ཐེག་ཆེན་ཡིན་པས་མི་ཆོག་  
གི། །གང་ཟག་ཐེག་ཆེན་པར་ཆུད་པ་ཞིག་དགོས། ཐེག་ཆེན་པར་བྱེད་པ་ཡང་  
བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་ཉིད་ལ་རག་ལས་པས་སེམས་དེ་གོ་བ་ཅམ་ལས་མེད་ན་  
ཐེག་ཆེན་པ་ཡང་དེ་དང་འབྲེལ། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་བཞིན། བྱང་ཆུབ་  
གྱི་སེམས་འདི་རྒྱད་ལ་མེད་ན་རྒྱད་རྒྱལ་མཐར་ཐུག་དཔལ་གསང་བ་འདུས་  
པ་ལྟ་བུའི་བསྐྱེད་རྫོགས་ཉམས་སུ་སྤངས་ཀྱང་འཆང་རྒྱ་རྒྱ་ལྟ་ཞོག །ཐེག་  
ཆེན་ཆོགས་ལམ་ཅམ་དུ་འང་ཞུགས་མི་ཐུབ། དེ་པར་ཞོག །ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་  
ཆོས་སུ་འང་མི་འགོ་ལ། སེམས་འདི་ཡོད་ན་མ་ཁི་ཆར་གཅིག་བཏོན་པ་འང་  
ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོས་སུ་འགོ། འཆང་རྒྱ་བའི་རྒྱར་འགོ་སྟེ། རིན་ཆེན་ཐོང་བ་  
ལས། བདག་ཉིད་དང་ནི་འཇིག་རྟེན་འདིས། །སྤྲུལ་པའི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་འདོད་  
ན། །དེ་ཡི་རྩ་བ་བྱང་ཆུབ་སེམས། །རི་དབང་རྒྱལ་པོ་ལྟར་བཏོན་དང་། །ཞེས་  
གསུངས། སེམས་འདི་མེད་ན་ནི། གསང་སྤགས་གྱི་བསྐྱེད་རིམ་བསྐྱོམ་པ་ལྟ་  
ཁང་ལ་ལྟ་མོ་བལྟ་བལྟ་བུ་དང་། རྫོགས་རིམ་བསྐྱོམ་སྟེ། རུབ་དང་དགང་  
དང་གཞིལ་བ་དང་། །ཞེས་པ་ལྟར་རྒྱང་སྒྲོར་སོགས་བྱེད་པ་འང་སྤྲད་པ་བྱས་  
པ་ལྟ་བུ་ལས་མི་འོང་། གསང་སྤགས་གྱི་སྤྲུང་བྱེད་ཀྱང་སེམས་འདི་ལྟག་ཏུ་  
བཏང་བ་ལས་འབྱུང་བ་ཡིན། ལྷང་སྤྱོད་ལ་རྫོགས་གྱིས། ལྷང་སྤྱོད་ལ་དབང་  
བྱམས་པ་ལ་ཆོས་གསན་ཏེ། སྤྲུལ་བྱམས་པས་དབང་ཆེན་གནང་བ་ན་འང་།  
དབང་བཤད་དུ་ལམ་རིམ་ལྟག་གནང་བ་ལ། གཞན་གྱིས་བལྟས་ན་གསང་

སྒྲགས་ཀྱི་གསུང་བཤད་བྱེད་རྒྱ་མེད་པ་སྟར་སྟངས་མེད། ཁོང་གི་དེ་ལམ་གྱི་  
གནད་མཁྱེན་པའི་གསུང་ཡིན་ནེས་བསྒྲགས་པ་མཛད། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
མེད་པའི་གྱི་རྟོ་རྩེའི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཞིག་རྒྱན་ཞུགས་ཐོབ་པའི་གཏམ་རྩི་བོ་  
ཆེན་པོས་གསན་པས། ཡ་མཆོན་དུ་མཛད་ནས། དའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
མེད་པས་ལན། ཏེ་བཟླ་བསྐྱོམ་བ་དཔྱལ་བར་འགྲོ་བ་ཡང་ཡོད་གསུངས་  
པ་རེད། ད་དུང་དེ་ཡང་དག་ཤོས་ཡིན་གྱི། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་འདི་མེད་  
ན། ཡི་དམ་ཁྱོ་བོ་མང་པོའི་སྒྲགས་འདོན་འདོན་སྐྱབ་སྐྱབ་མང་ན། གདུག་  
འདྲེ་དང་དཔྱལ་བ་སོགས་སུ་སྐྱེ་བའང་མང་ཞིང་། ཚུ་ཤུར་གྱི་གཞི་བདག་  
ཀྱང་སྒར་བསྐྱེན་ཆེན་བཏང་བ་ཞིག་གཞི་བདག་ཏུ་སྐྱེས་ཚུལ། གོང་གི་རྒྱན་  
ཞུགས་ཐོབ་པའི་གྱི་རྟོར་གྱི་རྣལ་འབྱོར་པ་དེ་ལ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཡོད་  
ན་ཆེ་དེར་འཆང་རྒྱ་རྒྱ་ཡིན་ཡང་ཁོ་ལ་འཆང་རྒྱ་རྒྱའི་ཆོད་དུ་ཐེག་དམན་  
གྱི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་སེམས་དེ་མེད་པས་ལན། ཆོས་ཐབ་ཅེས་པ་དེ་འབྲེལ་  
ཟེར། གཞན་ཡང་སྒར་བཤད་པའི་བྲམ་ཟེའི་སྤྱུ་ཅ་ན་གྱའི་བྱང་བ་དང་། རྒྱ་  
གར་ན་གཤེན་རྩེ་གཤེད་སྐྱབ་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཞིག་གདུག་འདྲེར་སྐྱེས་ཏེ་  
བོད་དུ་འོངས་པར་རྩི་བོས་གཏོར་མ་བྱིན་ནས་པར་བསྐྱད་པ་དང་། འཕན་  
པོའི་འཛིགས་བྱེད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཞིག་ཡི་དཔགས་ཡི་དམ་གྱི་གཟུགས་  
ཅན་ཞིག་ཏུ་སྐྱེས་ཏེ་སྒར་གྱི་ཉེ་གནས་ལ་གསུང་བསྐྱགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་སྟར་  
ཡིན། ད་སྟངས་པལ་ཆེར་གྱིས་ཡི་དམ་གྱི་ཞལ་གཟིགས་དང་མདོན་ཤེས་རྒྱ་  
འབྱུལ་སོགས་ལ་རྩིགས་ཆེ་བར་བྱེད་ཀྱང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མེད་ན་ངན་



སོང་དུ་འགྲོ་བའང་ཡོད། དེས་ན་མངོན་ཤེས་རྩ་འབྲུལ་གང་དང་ལྡན་ཡང་  
ཕན་མི་ཐོགས། སེམས་འདི་ཡོད་ན་ནི་གཞན་ཅི་ལའང་མ་བཙོན་ཀྱང་ཐེག་  
པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་ཀྱི་ཅ་བ་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། མདོ་སྒྲགས་གང་གི་སྐབས་ཀྱང་  
ཐེག་ཆེན་དུ་འགྱུར་མི་འགྱུར་སེམས་འདི་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཇེས་སུ་འགྲོ། འདིས་  
ཟིན་ན། དུད་འགྲོ་ལ་ཟན་ཆངས་གཅིག་གིས་པ་ཚུན་དང་། ཀྱན་སྦྱོང་ལུང་མ་  
བསྟན་ནམས་ཀྱང་རྫོགས་བྱུང་ཐོབ་པའི་རྒྱུར་འགྱུར་ལ། བྱུང་སེམས་བདག་  
ཉིད་ཆེན་པོས་ནི། མི་དགེ་བའང་འདིས་ཟིན་ནས་དགེ་བར་བསྐྱུར་བྱས་པ་  
ཡིན། འདི་མེད་ན་ནི། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་རྒྱུན་དང་མཛད་ན། ཐེག་པ་  
གསུམ་གའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱུར་འགྲོ་བས་མ་ལྟ་བུ་ཡིན་ལ། བྱུང་སེམས་ནི་སྒྲ་  
མེད་བྱང་ཆུབ་ཁོ་ནའི་རྒྱུར་འགྱུར་བས་པ་དང་འབྲ་བ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་སྤྲུལ་  
ལ་ཡུམ་ཡང་ཟེར། མདོར་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཞིག་དོན་དུ་མི་གཉེར་  
ན་མ་གཏོགས། ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་ཐུགས་དམ་གྱི་  
མཐིལ་དུ་བྱ་དགོས་ཏེ། ཐེག་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་སོགས་ལེགས་པ་ཅི་ཡོད་  
ཐམས་ཅད་པར་དེད་ན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལས་བྱུང་། རང་རེ་ལ་ཐུགས་  
དམ་གྱི་མཐིལ་གང་ཡིན་དེས་ན་རྟ་མགིན་ཡིན། ཐུག་རྟོར་ཡིན། འཇིགས་  
བྱེད་འབྲ་འདོན་གྱིན་ཡོད་ཟེར་མོད། བལ་ཆེ་བ་ནི་ཉོན་མོངས་དུག་གསུམ་  
ཐུགས་དམ་གྱི་མཐིལ་དུ་བྱེད་པ་མང་ངོ། །རྫོ་བོ་ཆེན་པོས་ཀྱང་སྤྲུལ་ཆོས་  
ཐམས་ཅད་ལ་མཁས་པར་གྱུར་ཀྱང་དེས་ཐུགས་མ་ཆིམ་པར་སེམས་རིན་  
པོ་ཆེ་འདིའི་ཕྱིར་རྒྱ་མཚོར་གྱུ་གཟིངས་བཅས་ཏེ་སྒྲ་བ་བཙུགསུམ་གྱི་རིང་

དཀའ་བ་སྤྱད་དེ་བྱོན། སྒྲ་མ་གསེར་སྒྲིང་པ་ལ་འདིའི་གདམས་ངག་ཡོངས་  
 རྫོགས་གསུམ་ཏེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་ཐུགས་དམ་གྱི་མཐིལ་དང་། དེ་སྟོན་  
 པའི་སྒྲ་མ་ལ་སྒྲ་མ་གཞན་ལས་གྲུས་ཞབས་ཆེ་བར་མཛད། གཞན་ལྟ་བུ་ནི་  
 གསེར་སྒྲིང་པ་སེམས་ཅམ་ཡིན་པས་དམའ་བ་ཡིན་ནོ། །དེའི་བྱིར་རང་རེས་  
 བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་འདི་ཉིད་རྒྱུད་ལ་བསྐྱེད་ཨེ་ཐུབ་བལྟ་དགོས་ཏེ། སེམས་  
 སྐྱེ་བའི་ལུས་རྟེན་ད་རེས་ལས་ལྷག་པ་འབྱུང་དུ་མེད་ཅིང་། ཆོས་ཀྱང་བྱང་  
 ཆུབ་སེམས་སྐྱོང་གི་གདམས་པ་གཅིག་ལ། ཆོས་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་  
 འདི་ལས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་མེད་པས། དེ་ལྟ་བུ་དང་མཛལ་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
 སེམས་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བ་ཞིག་བྱ་རྒྱུ་མ་བྱུང་ན་ཤིན་ཏུ་པངས་པ་ཡིན། ཐོགས་  
 བན་ཚུན་དུ་མི་ཆེ་གཅིག་ལ་འཆོ་བ་དེ་ལྟའི་བཅུད་ལེན་གྱི་དཀའ་ཐུབ་ཅམ་  
 ལ་བརྟེན་ནས། ཆོས་པའི་ཡང་ཅེར་རྫོམས་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་འདི་  
 ལ་གལ་ཆུང་དུ་སོང་སྟེ་རྫོགས་བྱང་དུ་བགྱོད་པའི་ལམ་ལས་གོལ་བ་མང་པོ་  
 མཐོང་ཆོས་སྤྱོད། རང་རེའང་རབ་ན་སེམས་འདི་རྒྱུད་ལ་བཅོས་མིན་ཞིག་  
 བསྐྱེད་ཐུབ་པ། དེ་མ་བྱུང་ན་རྩོལ་བཅས་ཀྱི་སྤོང་བ་ཐོན་པ། དེའང་མ་བྱུང་ན་  
 ཉམས་འོག་ཏུ་ཚུད་པ་ཅམ་ཨེ་འབྱུང་བལྟ་དགོས་ཀྱི། འདི་ལ་ཐུན་གཅིག་གི་  
 རིང་དམིགས་སྒྲོར་མི་སྒྲོང་བར། ལྟ་བུ་སྒྲོམ་སྤྲུགས་བཞུས་ཁོ་ན་ལ་བཅོན་པ་  
 བྱི་ངལ་བ་དོན་མེད་དེ་ཏ་ཅང་པངས་པ་ཡིན་གསུངས།

གཉིས་པ་ནི། བྱང་ཆུབ་སེམས་སྐྱེས་གྱུར་ན་སྐྱད་ཅིག་གིས། །འཁོར་  
 བའི་བཅོན་རར་བསྐྱམས་པའི་ཉམ་ཐག་རྣམས། །བདེ་གཤེགས་རྣམས་ཀྱི་

སྤྲུལ་ཞེས་བཞེད་བྱ་ཞིང་། །ཞེས་དང་། དེ་རིང་སངས་རྒྱས་རིགས་སུ་སྐྱེས།  
སངས་རྒྱས་སྤྲུལ་སྤྲུང་གྱི་ །ཞེས་པ་ལྟར། རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་སྤྲུང་འགྲོ་མི་  
འགྲོ་འདི་ལ་རག་ལས་ཏེ། དེ་མ་སྐྱེས་ན་མངོན་ཤེས་རྩ་འབྲུལ་ལྡན་པའམ།  
རིག་གནས་ལྡེ་ལ་མཁས་པ། སྤྲོད་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ། ཉོན་མོངས་  
ཟད་པར་སྤངས་པ་སོགས་ཡིན་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་། རྒྱལ་བའི་  
སྤྲུལ་མིན་ཞིང་། ཐེག་ཆེན་པའི་གས་སུའང་མི་ཚུད་ལ། སེམས་འདི་རྒྱད་ལ་  
སྐྱེས་པ་ན། དེ་ཁྱི་པག་སོགས་དུད་འགྲོ་དང་། ཡོན་ཏན་གཞན་མེད་པའི་སྒྲིན་  
པ་ཐོང་བྱ་དང་འབྲུ་བ་ཞིག་ཡིན་ཡང་ཐེག་ཆེན་པའི་གས་སུ་ཚུད། བྱང་ཆུབ་  
གྱི་སེམས་སྐྱེས་སྐྱབས་ས་གཡོ་ཞིང་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་གྱི་བཞུགས་  
ཁྱི་གཡོ་བ་སོགས་འབྱུང་སྟེ། དེ་ནི་ས་ཆེན་པོ་འདི་སེམས་ཅན་སྤྱི་མཐུན་གྱི་  
ལས་དབང་ལས་གྲུབ་ཅིང་། བྱང་སེམས་སྐྱེས་པ་དེས་སེམས་ཅན་མང་པོ་  
འདྲན་ཅིང་འཁོར་བ་ལ་བསྐྱུལ་བ་སྒྲོད་ཐོངས་པས་ས་འདི་ས་མ་བཟོད་པར་  
གཡོས་པ་ཡིན། སེམས་དེ་སྐྱེས་པའི་གང་ཟག་རེ་བྱུང་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྲོད་ལྟར་དགོངས་ཤིང་། ཐོགས་བཅུའི་སངས་རྒྱས་  
ཐམས་ཅད་ལ། འཁོར་བསྐྱུར་ལ་སྤྲུལ་གསར་པ་རེ་འབྱུངས་པ་ལྟ་བུའི་ཐུགས་  
དགེས་པ་འབྱུང་བས་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་སྤྲུང་། སེམས་དེ་དང་ནམ་བུལ་བ་  
ན་ཐེག་ཆེན་གྱི་གལ་ནས་བྱུང་བ་ཡིན། རང་རེས་སྒྲོན་ཆད་མངོན་ཤེས་རྩ་  
འབྲུལ་མང་པོ་ཐོབ་ཀྱང་ཐུགས་སུ་པན་པ་གང་ཡང་མ་བྱུང་བས་དེ་ལས་བྱང་  
ཆུབ་ལམ་རིམ་ལ་གོ་བ་ཆགས་པ་དགའ་བ་ཡིན། མངོན་ཤེས་རྩ་འབྲུལ་ནི་

དགོན་ལ་དོན་ཆེ་བ་ཞིག་མ་ཡིན་པར། སྐྱེ་བ་རེ་འཕོས་ཏེ་བར་དོར་སླེབས་  
རེས་བཞིན་འཐོབ་འོང་གསུངས།

གསུམ་པ་ནི། སྒྲོང་པོ་བཀོད་པའི་མདོ་ལས། རྒྱ་མཆོའི་ནོར་བུས་  
འཛམ་བུ་སླིང་འདྲིའི་མཆིང་བུ་ཐམས་ཅད་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པ་བཞིན་དུ།  
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རྒྱད་ལ་སྐྱེས་པ་དེས་ཉན་རང་གི་ཚོགས་ཐམས་ཅད་  
ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པར་གསུངས། བུམས་པའི་རྣམ་པར་ཐར་པའི་མདོ་ལས།  
རྒྱལ་པོའི་སྲས་རྒྱུད་དུས་སློན་པོའི་ཚོགས་ཀྱན་པོ་རྣམས་ཀྱང་ཟེལ་གྱིས་  
གཞོན་པ་བཞིན་དང་། མཁའ་སྒྲིང་གི་སྤྱ་གྲུས་ཀྱང་བྱའི་ཚོགས་གཞན་ཟེལ་  
གྱིས་གཞོན་པ་བཞིན། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རྒྱད་ལ་སྐྱེས་པའི་བྱང་སེམས་  
ལས་དང་པོ་པས་ཀྱང་ཉན་རང་གི་ཚོགས་ཐམས་ཅད་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པར་  
གསུངས་ལ། དེའང་ལྷག་པའི་བསམ་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་རྩོ་  
རྩེ་རིན་པོ་ཆེ་ཆག་ཀྱང་། རྩོ་རྩེ་རིན་པོ་ཆེའི་མིང་ཡང་མི་འདོར་ལ། གསེར་གྱི་  
རྒྱན་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་ཅིང་། དབུལ་བ་སེལ་བ་བཞིན་དུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
རྒྱད་ལ་སྐྱེས་ཏེ་རྒྱལ་སྲས་ཀྱི་སྟོན་པ་ལ་སྟོབ་མི་རུས་པས་ཀྱང་། དེའི་རྒྱད་  
ཀྱི་སེམས་དེའི་མཐུས་རྒྱལ་བའི་སྲས་ཞེས་པའི་མིང་མི་འདོར་ཞིང་། དག་  
བའི་ཚོགས་ཀྱི་རིན་པོ་ཆེ་ཐམས་ཅད་ལས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་དང་། ཉན་རང་  
གི་ཚོགས་ཀྱི་གསེར་གྱི་རྒྱན་ཡང་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་ལ། འཁོར་བའི་དབུལ་  
བ་སེལ་བར་གསུངས་སོ། །དེས་ན་ཆོས་ལུང་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་གི་སྟོང་པོ་  
ངོས་འཛིན་ན་འདི་ཉིད་ལས་མེད། རྩོ་པོ་རྩེ་སྟེ་ཅིག་གིས་ཀྱང་། ཆེ་འདི་སྟོས་

ཐོངས། བྱམས་སྤྲིང་རྗེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྒྲིམས་བྱ་བ་ཁོ་ན་གསུང་བ་ཡིན།  
བཞི་པ་ནི། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རྒྱུད་ལ་སྒྲིམ་ན། འཇིག་རྟེན་ལྟ་མིར་  
བཅས་པས་ཕྱག་བྱར་འགྱུར། །ཞེས་པ་ལྟར་ལྟ་དང་བཅས་པའི་མཆོད་པའི་  
ཞིང་མཆོག་ཏུ་འགྱུར་ལ། སེམས་དེ་ཡང་དུས་སྤང་དུ་རེ་ལ་སྤྲུངས་པས་མི་  
སྒྲི་སྒྲི། རོ་བོ་ཆེན་པོས་ཀྱང་ལོ་བཅུ་གཉིས་སུ་སྤྲུང་བར་མཛད། འགའ་ཞིག་  
གིས་ལྟ་བུ་སྒྲིམ་སྒྲུགས་བཞུས་ཅམ་ལའང་ལོ་མང་པོར་བཙོན་འགྱུས་བྱེད་པ་  
ལ་སྒྲིས་ན། རང་རེས་འདི་ལ་དཀའ་ལས་བྱས་ཀྱང་བྱེད་རིན་ཆོག་པ་ཡོད།  
བཀའ་གདམས་གོང་མས་ཀྱང་བསྒྲིམ་རྒྱུའི་ལྟ་གཟུགས་རེ་དང་། འཛེན་  
རྒྱུའི་སྒྲུགས་རེ་ཀུན་ལ་ཡོད་དེ་བསམ་རྒྱུའི་ཆོས་ཤིག་མེད་པས་ལན་པར་  
གསུངས། དེས་ན་སེམས་འདི་ལ་བག་ཆགས་འཇོག་ཐུབ་པ་ཅམ་བྱུང་ཡང་  
གནད་ཆེ་སྟེ། སྤར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་གི་སྤྱོད་པ་ཅམ་གྱིས་ངང་བ་ལྟ་  
བརྒྱ་ལྟར་སྒྲིམ་ནས་བདེན་པ་མཐོང་བ་དང་། རྒྱལ་པོ་མ་སྒྲིམ་དགྲ་ལ་སྟོང་  
ཉིད་ཀྱི་བག་ཆགས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡོད་པས། གདུགས་ཆོད་གཅིག་གི་སྐྱབས།  
འཇམ་དབྱངས་ལ་གོས་གསེར་སྤང་སྟོང་རི་བ་ཞིག་ཕུལ་བས། དེ་འབྲུལ་  
བའི་ཡུལ་མ་རྟེན་པར་སྟོང་པར་ཡལ་བ་ན། རྒྱལ་པོ་རང་གིས་གྲོན་པས་རང་  
ཉིད་ཀྱང་ཡལ་ཏེ་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པ་བྱུང་བའང་སྟོན་བག་ཆགས་བཞག་པའི་  
མཐུ་སད་པ་ཡིན། སེམས་འདི་སྒྲིམ་པ་ན་ཆངས་པ་དང་། བརྒྱ་བྱིན་སོགས་  
ཀྱང་འོངས་ནས་མཆོད་ཅིང་། རྒྱ་ལུས་ལ་མདངས་བསྐྱེད། དེའི་བསམ་པ་  
ཐམས་ཅད་འགྱུབ་པའི་གྲོགས་བྱེད། རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་

སེམས་དཔའ་ལས་དང་། དེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱང་བས་  
 སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་གྲུས་པ་མཛད་པར་གསུང་  
 རྟེ། མདོ་ལས་ཀྱང་ལྷ་བ་ཆོས་པ་ལ་ཕྱག་བྱ་ཡི། ཉ་བ་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
 བཞིན་དུ་གང་དག་ང་ལ་རབ་ཏུ་དང་བ་དེ་དག་གིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
 ལ་ཕྱག་བྱ་ཡི། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སོགས་དང་།  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཤིང་རྟེན་ཞུགས་ནས་འདོད་ཡོན་ལྡན་ལ་དགའ་མགུར་  
 གྱུར་ཅིང་ཅེ་སྟེ་དེའི་ཤིང་རྟེན་འདྲེན་པ་གཞན་མེད་ན། སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་ཀྱང་  
 ཤིང་རྟེན་འདྲེན་པའི་ཐག་པ་དབུ་ལ་བཞེས་པར་གསུངས་ཤིང་། འཕགས་པ་  
 ལྷ་རིའི་བུ་ལྟ་བུས་ཉར་ཞིའི་དབྱིངས་ལ་བསྐྱལ་པར་མཉམ་གཞག་ཏུ་གནས་  
 ཀྱང་། དེ་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་བཀྱར་སྟེ་མི་མཛད་པར་གསུངས་པ་  
 དང་། སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་ལྷ་བ་བཟེད་ཀྱི་ཟས་བསོད་པའི་སྤྱད་འཇམ་དཔལ་ལ་  
 མ་ཕུལ་བས་ལྷ་བ་བཟེད་སར་རྒྱབ་པའི་སྟོན་བྱང་བཅས་གསུངས།

ལྷ་པ་ནི། ལྷ་ག་རུམ་པས། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་འདི་གཅིག་སྟེ་རུ་བརྟུབ་  
 ན་དང་པོ་ཆོགས་ཁོ་རང་གིས་གསོག་སྐྱིབ་པ་ཡང་ཁོ་རང་གིས་སྦྱོང་། བར་  
 ཆད་ཀྱང་ཁོ་རང་གིས་སེལ། ཞེས་དང་། རྗེ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་ཆོགས་གཉིས་ཀྱན་ལ་  
 གསེར་འགྲུར་ཅི་ལྟ་བུ། །རབ་འབྱམས་དགེ་ཆོགས་སྤྱད་པའི་བསོད་ནམས་  
 གཏེར། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན། ཆོགས་རྒྱ་ཆེན་པོ་བདེ་སྒྲག་ཏུ་གསོག་  
 ལ། གསེར་འགྲུར་ཅི་ཡི་རྣམ་པ་མཆོག་ལྟ་བུ། །མི་གཙང་ལུས་འདི་སྤངས་  
 ནས་རྒྱལ་བའི་སྒྱ། །རིན་ཆེན་རིན་ཐང་མེད་པར་བསྐྱར་བས་ན། །བྱང་ཆུབ་



སེམས་ཞེས་བྱ་བ་རབ་བརྟན་བྱངས། །ཞེས་དང་། དགོ་བ་གཞན་ཀྱན་ཚུ་  
ཤིང་བཞིན་དུ་ནི། །འབྲས་བུ་བསྐྱེད་ནས་ཟད་པར་འགྱུར་བ་ཉིད། །བྱང་ཆུབ་  
སེམས་ཀྱི་སྒྲོན་ཤིང་རྟག་པར་ཡང་། །འབྲས་བུ་འབྱིན་པས་མི་ཟད་འཕེལ་  
བར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་རྫོགས་པ་  
ལ་འདི་ལས་ལྷག་པ་མེད་དེ། སེམས་འདིས་མ་བེན་པར་སེམས་ཅན་འབྱུལ་  
ཕྱག་གཅིག་ལ། བསྐྱལ་བ་འབྱུལ་ཕྱག་མང་པོར་སྒྲོང་གསུམ་ལོར་གྱིས་  
བཀང་སྟེ་སྦྱིན་པ་བྱིན་པ་ཡང་འབྲས་བུ་ཟད་དུ་ཡོད་ལ། རྒྱལ་སྤྲུལ་གྱི་སྦྱོང་  
པ་མིན་ཞིང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱུར་མི་འགྱུར་ཡང་། སེམས་འདིས་བེན་ནས་  
དུད་འགྲོ་ལ་ཟན་ཆངས་གཅིག་སྦྱིན་པ་ཅེས་ཡང་འབྲས་བུ་ཟད་དུ་མེད་ཅིང་།  
རྒྱལ་སྤྲུལ་གྱི་སྦྱོང་པ་དང་སངས་རྒྱས་པའི་རྒྱུར་འགྲོ། སེམས་འདིས་བེན་  
པའི་སྒྲོན་སྒྲོས་རྒྱུ་གཅིག་ཕྱལ་བ་ན། སེམས་ཅན་གྱི་གྲངས་དང་མཉམ་  
པའི་སྒྲོས་ཕྱལ་བའི་ཕན་ཡོན་ཡོད་པར་གསུངས། དེས་ན་སེམས་དེས་བེན་  
པས་མ་ཉི་ཆར་གཅིག་བརྟོན་ཀྱང་སེམས་ཅན་གྱི་གྲངས་དང་མཉམ་པའི་  
ཕན་ཡོན་འཛོལ། སྒྲོན་སངས་རྒྱས་ཞལ་བཞུགས་སྐབས། དབུལ་པོ་གཅིག་  
གིས་སེམས་དེས་བེན་པའི་སྒྲོན་སྒྲོས་མར་མེ་ཀོང་བུ་ཆུང་དུ་གང་ཕྱལ་བ། ཀྱན་  
དགའ་བོས་བསད་མ་རྩས་པ་ན། དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་བསྐྱལ་པའི་འཛོར་  
ཆུང་གིས་ཀྱང་གསོད་མི་རྩས་པར་གསུངས་པའང་། བསོད་ནམས་འཕེལ་  
བས་ཡིན། སྦྱོང་འཇུག་ལས་ཀྱང་། གང་ནས་བཟུང་སྟེ་སེམས་ཅན་ཁམས།  
།མཐའ་ཡས་རབ་དུ་སྒྲོལ་བའི་བྱིར། །མི་སྒྲོག་པ་ཡི་སེམས་ཀྱིས་སྤྲ། །སེམས་

དེ་ཡང་དག་སྤངས་གྱུར་པ། །དེ་ནས་བཟུང་སྟེ་གཉིད་ལོག་གམ། །བག་མེད་  
 གྱུར་གྱང་བསོད་ནམས་ལྷགས། །རྒྱན་མི་ཆད་པར་དུ་མ་ཞིག། །ནམ་མཁའ་  
 མཉམ་པར་རབ་ཏུ་འབྱུང་། །ཞེས་པ་ལྟར་འཇུག་སྟོན་སྤངས་ནས་བཟུང་།  
 གཉིད་ལོག་པའམ་བག་མེད་པར་གྱུར་གྱང་དགོ་བ་རྒྱན་མི་འཆད་པར་འབྱུང་  
 ལ། །སེམས་ཅན་གཅིག་གི་ལྷན་ནད་ཅམ་བསལ་འདོད་བསྐྱེད་གྱང་། །པན་  
 ཡོན་ཆེན་པོ་ཡོད་ན། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་ནད་དཔག་ཏུ་  
 མེད་པ་ལས་སྟོལ་འདོད་ཀྱི་སྟོབས་བསྐྱེད་པ་ནི་བསོད་ནམས་ཅིའི་ཕྱིར་མི་ཆེ་སྟེ།  
 སྟོད་འཇུག་ལས། །སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ལྷན་ནད་ཅམ། །བསལ་ལོ་སྟམ་  
 དུ་བསམས་ན་ཡང་། །པན་འདོགས་བསམ་པ་དང་ལྡན་ཏེ། །བསོད་ནམས་  
 དཔག་མེད་ལྡན་འགྱུར་ན། །སེམས་ཅན་རེ་རེའི་མི་བདེ་བ། །དཔག་ཏུ་མེད་  
 པ་བསལ་འདོད་ཅིང་། །རེ་རེའང་ཡོན་ཏན་དཔག་མེད་དུ། །སྤྱོད་པར་འདོད་  
 པ་སྟོས་ཅི་དགོས། །ཞེས་དང་། །འགྲོ་བ་ཅུང་ཟད་ནར་མའི་ཟས་སྦྱོར་བ། །སྤྱད་  
 ཅིག་ཟས་བཅས་སྦྱིན་པར་བྱེད་པ་དང་། །བརྟན་བཅས་ཉིན་བྱེད་འགྲངས་  
 པར་བྱེད་པ་ཡང་། །དགོ་བ་བྱེད་པ་ཡིན་ཞེས་སྟེ་ཐོས་བཀྱར། །སེམས་ཅན་  
 གྲངས་མཐའ་ཡས་ལ་དུས་རིང་དུ། །བདེ་བར་གཤེགས་ཀྱི་བདེ་བ་སྤྲོད་མེད།  
 །ཡིད་ལ་བསམ་པ་མཐའ་དག་རྫོགས་བྱེད་པ། །ཏྲག་ཏུ་སྦྱིན་པ་ལྟ་ཞིག་སྟོས་  
 ཅི་དགོས། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། །མདོར་ན་སེམས་དེས་ཀྱན་  
 ནས་བསྤངས་ཏེ་དགོ་བ་གང་བྱས་གྱང་། །དེའི་པན་ཡོན་སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་གྲངས་དང་མཉམ་པར་འབྱུང་གསུངས།

དུག་པ་ནི། སྒྲིག་པ་དག་པ་ལའང་འདི་ལས་ལྷག་པ་མེད་དེ། སྦྱོང་འཇུག་  
ལས། སྒྲིག་པ་སྟོབས་ཆེན་ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་པ། །དེ་ནི་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་མིན་པ། །དགོ་གཞན་གང་གིས་བེལ་གྱིས་གཞོན་པར་འགྱུར། །ཞེས་  
པ་ལྟར། བཤགས་པ་གཞན་གྱིས་མི་འདག་པའི་སྒྲིག་སྦྱོང་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའང་།  
འདི་སྐྱེས་པས་བཟད་པར་འགྱུར་ཏེ། འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་གྱིས་ལོ་བཅུ་  
གཉིས་སུ་བསྐྱབ་པའི་དགོ་བ་ལས་སྦྱང་རྗེ་ལན་ཅིག་བསྐྱེད་པ་དེ་སྒྲིག་སྦྱོང་  
སྦྱོང་བ་ལ་ཆེས་ལྷག་པ་བྱང་ཆུབ་པ། གཞན་ཡང་། སྒྲིག་པ་ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་  
བྱས་ན་ཡང་། །དཔའ་ལ་བརྟེན་ནས་འཇིགས་པ་ཆེན་པོ་ལྟར། །གང་ལ་བརྟེན་  
ནས་ཡུད་གྱིས་སྦྱོལ་འགྱུར་བ། །དེ་ལ་བག་ཅན་རྣམས་གྱིས་ཅིས་མི་བརྟེན།  
།ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སེམས་དེ་ཡོད་ན་སྒྲིག་སྦྱོང་དང་དེའི་འབྲས་བུ་  
འཇིགས་པའི་འཕྲང་གང་དུ་འགྱིམ་པ་ནའང་། གྲོགས་དཔའ་པོ་ཆེན་པོ་དང་  
མཉམ་དུ་འགྲོགས་པ་ལྟར་འཇིགས་པ་མི་འབྱུང་ཞིང་། དེས་ནི་དུས་མཐའི་  
མེ་བཞིན་སྒྲིག་ཆེན་རྣམས། །སྐྱེད་ཅིག་གཅིག་གིས་ངེས་པར་སྟེག་པར་  
བྱེད། །ཅིས་པ་ལྟར་སྒྲིག་པའི་ཕྱང་པོ་རྗེ་ལྟར་ཆེ་ཡང་བསྐྱེད་པའི་མེས་བྱད་  
ཤིང་སྟེག་པ་བཞིན་དུ་འདག་པར་བྱེད་དེ། དེའི་ཕྱིར། སྒྲིག་པ་འཇོམས་པར་  
བྱེད་པ་ལའང་། སེམས་འདི་དང་མ་འབྲེལ་བ་སྒྲིག་སྦྱོང་གཞན་ལ་ལོ་བརྒྱར་  
བརྩོན་པ་ལས། འདི་ཉིད་ཐུན་གཅིག་བསྐྱོམ་པ་མཆོག་ཡིན།

བདུན་པ་ནི། སེམས་འདི་སྐྱེས་པ་ན་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་  
གི་དོན་ཐམས་ཅད་འབད་མེད་དུ་འགྱུར་སྟེ། དོན་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་སེམས་

ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མི་འདོད་པ་སྐྱུག་བསྐྱེད་སྤྱོད་བ་དང་། འདོད་པའི་བདེ་བ་  
 འབྱུང་བ་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར། སྤྱོད་འཇུག་ལས། འདིས་ནི་ཆད་མེད་སྐྱེ་བོའི་  
 ཆོག་ས་རྣམས་ཀྱི། །བདེ་མཆོག་བདེ་སྒྲག་ཉིད་དུ་ཐོབ་པར་གསུངས། །ཞེས་  
 སོགས་གསུངས། གཞན་ཡང་སེམས་འདི་རྒྱད་ལ་སྐྱེས་ན་རྒྱད་སྡེ་སོགས་  
 རྣམ་བཤད་པའི་རིག་སྒྲགས་དང་ལས་ཆོག་ས་མི་པལ་དང་པལ་གྱིས་མི་  
 འབྱུང་བ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཆོག་ས་མེད་པར་འབྱུང་མོད། རེད་ཆོས་མདོ་  
 དང་རྒྱད་སྡེ་བེ་བྱ་བྱམ་སོགས་ལས་བཤད་པའི་ཆར་འབེབས་སེར་སྤྱང་  
 སོགས་ལས་སྤྲོ་ཆོག་ས་རྣམས་ཀྱང་བཤད་པ་བཞིན་མི་འབྱུང་བ་འདི་དག་  
 བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མེད་པས་ལན། དེས་ན་རང་གཞན་གྱི་ན་ཆ་སོགས་བར་  
 ཆད་སེལ་ཞིང་རྣམ་པ་ཆེ་བར་འདོད་ན། སེམས་འདི་བསྐྱེད་དགོས་ཀྱི། ལས་  
 མི་འབྱུང་བ་དེ་དག་ལས་ཆོག་ས་སྟོན་པའི་མན་ངག་གིས་ལན་སྟུམ་པ་སྟུ་  
 བྱ་མི་རུང་། དེར་མ་ཟད་རྩྱུ་རྩྱུ་པར་པར་སོགས་སྒྲགས་དང་རྣམས་སོགས་ལ་  
 སྟོས་མི་དགོས་ཀྱི། བདེན་ཆོག་ཙམ་གྱིས་འབྱུང་སྟེ། བྱང་སེམས་རྟག་ཏུ་  
 རུས་བདེན་ཆོག་གིས་སྐྱེ་ལུས་གསོས་པ་དང་། ལྷ་སར་གཙང་ཆུ་ཤོར་བ་  
 སུས་ཀྱང་བསྐྱོག་མ་རྣམས་པའི་ཆེ་རྩེ་སྟོན་ལམ་དཔལ་བས་སྟོན་ལམ་དཔལ་  
 བ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཡིན་ན། བདེན་པ་འདིས་ཆུ་བྱོད་པར་སྤྱར་དུ་སྒྲིག་  
 ཅིག །ཅེས་པ་རྣོ་ལ་བྱིས་ནས་ཆུ་འབྲམ་དུ་བསྐྱེད་བས་དེ་མ་ཐག་ཆུ་བོ་པར་  
 ལོག་པ་བྱུང་བའང་བདེན་ཆོག་ཙམ་གྱིས་བསྐྱོག་པ་ཡིན། དེའི་ཕྱིར། དོན་  
 གྱི་གཙོ་བོ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་རྣམས་མ་མཐའ་ལས་ཆོག་ས་སྤྱོ་

ཞིག་ཡན་ཆད་འདིས་འགྲུག།

བརྒྱད་པ་ནི། འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོ་ལ་ལག་ན་དོ་རྩེ་དང་  
ཆངས་པ་བརྒྱ་གྲིན་རྒྱལ་ཆེན་བཞི་སོགས་གྱིས་གཉིད་ཉལ་བའི་གནས་  
སྐབས་ཚུན་ཆད་དུ་སྤྱང་བ་ཡིན་ལ། བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ལ་འཁོར་བསྐྱར་  
གྱི་སྤྱང་མ་ཉིས་འགྱུར་གྱིས་ཉིན་མཆོན་ཀྱན་ཏུ་སྤྱང་བར་འགྱུར་བས། གཞོད་  
པ་དང་། གཞོན་དང་བགོགས་སོགས་ཅིའང་མི་འབྱུང་ལ། སེམས་འདི་མེད་  
ན་ད་ལྟ་བསྐྱང་གསོ་རྩེ་རོལ་སོགས་གྱིས་དེ་རྣམས་གདན་དངས་ཀྱང་འབྱོན་  
མི་འབྱོན་ངེས་པ་མེད། སེམས་འདི་སྐྱེ་ན་རྒྱལ་པོ་རྣམ་ཐོས་སྤྱས་སོགས་  
རྒྱལ་ཆེན་སྡེ་བཞི་སྤྱན་མ་དངས་ཀྱང་བཞན་བཞིན་དུ་བསྤྱང་སྐྱོབ་བྱེད། སྤོང་  
པོ་བཞོད་པའི་མདོ་ལས། རྣམ་པར་མི་གདུང་བའི་ཆེ་ལུས་ལ་འཆང་ན། བད་  
སོགས་གྱིས་གཞོད་མི་རུས་པ་དང་། ཆེ་འི་རྒྱལ་པོ་ཚུ་ཞེས་བྱ་བ་ལུས་ལ་  
བཅང་ན། སྤྱལ་བྱར་བ་དང་། ཆེ་འི་རྒྱལ་པོ་གཞན་གྱིས་མི་ཐུབ་པ་ལུས་ལ་  
འཆང་ན། དགས་མི་ཐུབ་པ་བཞིན་བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་འདི་ཡོད་ན་ཉོན་  
མོངས་པའི་ནད་སོགས་གྱིས་མི་ཐུབ་པར་གསུངས་པ་དང་། དགོ་བཤེས་  
ཁམས་ལུང་པ་འཕན་པོ་ཡུང་བའི་ཡུར་བྱང་སེམས་བསྐྱོམ་བཞིན་བཞུགས་  
སྐབས་ཡུལ་དེའི་མི་མ་ཡིན་རྣམས་གྱིས་གཞོད་སྐྱེལ་བར་བརྩམས་པ་ན།  
བཅན་ཞིག་གིས། ཁོང་གིས་ཁོ་རང་ལས་ངེད་ཚོ་ལ་གཅེས་པར་བྱས་ནས་  
ཉྱལ་ཏུ་དུ་བཞིན་འདུག་པས་གཞོད་པ་སྐྱེལ་མི་པོ་དེ། ཅེས་སྤྱིས་ཚུལ་དང་།  
གཞན་ཡང་སྟོན་པ་ཐུགས་རྩེ་ཅན་གྱིས་བདུད་དམག་བྱམས་པའི་མཐུས་

པམ་པར་མཛད་པ། རྒྱལ་པོ་བྱམས་པའི་སྟོབས་བཀྲལ་ཡུལ་གྱི་ཕྱགས་  
 རྩི་རྣམས་གཞོན་སྦྱོན་ལྡན་མདངས་འཕྲོག་པར་མ་རུས་པ། བེ་ཏར་གྱིས་  
 བུ་སྟོན་དང་སླ་མ་དམ་པ་གཉིས་ལ་ཕྱགས་སྦྱག་ཕུལ་ཞིང་། དངུལ་ཚུ་རྒྱལ་  
 སྲས་པ་ལ་ཕུལ་མ་རུས་པའི་རབས་དང་། བུ་སྟོན་བསྐྱེད་སྐྱབས་རྒྱལ་སྲས་  
 རིན་པོ་ཆེ་གདན་བྲངས་ནས་དེས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་པས་པན་  
 པའི་ལོ་རྒྱུས་སོགས་ལྟར་གཞོན་པ་དང་བར་ཆད་གྱིས་མི་ཚུགས་པའི་པན་  
 ཡོན་མཐའ་ཡས་པ་ཡོད། སེམས་འདི་བསྐྱེད་པས་མི་མེན་གྱི་གཞོན་པས་  
 མི་ཚུགས་པ་སྤོང་བྱུང་ཡིན་བྱས་པས་ཆོག་གསུངས།

དགུ་པ་ནི། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མེད་པར་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བ་རྒྱང་པས་  
 ཡེ་ཤེས་ལས་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོགས་རྩོགས་མི་རུས་ལ། ཆོགས་གཉིས་  
 རྩོགས་ཤིང་སྦྱོབ་གཉིས་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་སྤང་བ་ནི། གཙུ་བོར་  
 ཀྱན་རྩོབ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་མཐུ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན། སེམས་འདི་ཡོད་  
 ན་གསང་སྒྲགས་གྱིས་ཆེ་གཅིག་ལ་འཆང་རྒྱ་བར་རུས་ཀྱང་། འདི་མེད་ན་  
 སྒྲགས་གྱིས་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོགས་ལམ་རྒྱང་དུ་འང་འཐོབ་མི་རུས། མདོར་  
 ན་དགེ་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྦྱེད་པའི་རྩ་བ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་འདི་ཡོད་པས་  
 བྱི་བྱ་རོག་ལ་ཟས་ཁམ་གཅིག་བྱིན་པ་ཚུན་གྱི་དགེ་བ་ཀྱན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 གོ་འཕང་གི་རྒྱ་ཁོ་ནར་བསྐྱར་རུས་པས། ས་ལམ་སྦྱར་དུ་རྩོགས་པ་འོང་  
 གསུངས།

བརྩ་པ་ནི། འཇུག་པ་ལས། ཉན་ཐོས་སངས་རྒྱས་འབྱིང་རྣམས་ཐུབ་



དབང་སྒྲིམ། །སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལས་འབྲུངས་ཤིང་།  
།ཞེས་སོགས་ལྟར། འཇིག་རྟེན་འདིའི་བདེ་སྦྱིད། ཉན་རང་། འཁོར་བསྐྱར་  
སོགས་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཐུས་བྱང་བ་ཡིན་ལ། སངས་རྒྱས་ནི་  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལས་འབྲུངས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནི་བྱང་ཆུབ་  
ཀྱི་སེམས་ལས་འབྲུང་བས་ན། འགྲོ་བའི་བདེ་སྦྱིད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་བྱང་  
ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཁོ་ན་ཡིན་ཞིང་། དེར་མ་ཟད་ཆོས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
སྦྱིང་པོ། རྒྱལ་སྤྱི་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་དམ་ཀྱི་མཐེལ། གང་གི་མཐུས་  
གསང་སྤྲུགས་ལ་བྱུང་ཐོན་པར་བྱེད་པའང་སེམས་འདི་ཡིན། དགོ་བཤེས་  
སྟོན་པས་མི་ཞིག་ལ་སྐྱེ་མཆེད་གསུམ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དྲིས་པར། སོ་སོའི་ཚུལ་  
ཞུས་པས། རོ་མཆར་ཆེ། དེ་ཡང་གཅིག་ཡིན་གསུངས། ཁམས་པ་ལྷུང་པའི་  
གནས་ཚུལ། ཁོང་གྲོག་པོའི་ཁར་བཞུགས་ནས་རེས་སྤྱན་ཟེམ་མེ་བ་དང་།  
རེས་བུམ་པ་འབའ་ཞིག་མཛད་ནས་བཞུགས་འདུག་ཞུས་པས་ཐུག་ཐལ་  
མོ་སྤྲུང་། ཆོས་བྱ་བ་ཁོང་གིས་བྱས་འདུག་གསུངས་ཏེ། བསྐྲུགས་པ་མཛད་  
ཚུལ། དེས་ན་སྦྱོང་འཇུག་ལས། དམ་ཆོས་འོ་མ་བསྐྱབས་པ་ལས། །མར་གྱི་  
ཉིང་ཁུ་བྱང་བ་ཡིན། །ཞེས་པ་ལྟར་ཆོས་ཀྱན་གྱི་སྦྱིང་པོའི་ཡང་སྦྱིང་ལྟ་བུ་ནི་  
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་འདི་ཡིན་པས། ཐམས་ཅད་ཀྱིས་གང་ཐུབ་ཅི་ཐུབ་ཀྱིས་  
འདི་བསྐྱེད་ཐབས་ལ་གཞིལ་བར་བྱ་ཞིང་། ཐེག་ཆེན་གྱི་བསྟན་པ་ཡོད་མེད་  
ཀྱང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཡོད་མེད་ཀྱི་རྗེས་སུ་འགྲོ་ལྷོག་བྱེད་པས། ཐམས་  
ཅད་ཀྱི་ཆོས་ཟབ་ཟབ་མོ་ཡིན་ཟེར་བ་གཞན་རྣམས་རེ་ཞིག་བཞག་ནས། འདི་

ལ་ནན་ཏན་མཛད་དགོས། འདི་ལྟ་བུའི་གནད་མ་ཤེས་པར་ས་དགེ་བཀའ་  
 ཉིང་གི་ཚོས་པ་མང་པོས་འཆང་རྒྱ་བར་འདོད་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མི་  
 དགོས་པར་གསང་སྤྲགས་ཀྱི་རིམ་གཉིས་བསྒྲོམ་སྟེ་ལམ་སྤྱར་མོར་བཀྲོད་དུ་  
 རེ་བ་ནི། འཇིག་རྟེན་གྲིམ་པའི་ཁ་སྐད་དུ། སྟེ་འདོད་ལ་ལྷ་བ་མི་འདོད་ཟེར་བ་  
 དང་འདྲ། དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
 མ་བསྐྱེད་པར་སངས་རྒྱས་པ་མེད་པས། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མི་དགོས་པའི་  
 སངས་རྒྱས་ཤིག་ཡོད་ན་སྤར་མ་གྲགས་པ་ཞིག་འོང་ཉེན་ཡོད། དེའི་ཕྱིར་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཞིག་འདོད་ཕྱིན་ཆད་བྱང་སེམས་འདི་མེད་ན་མི་  
 འབྱུང་ཞིང་། འདི་དང་བྲལ་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་འཐོབ་པའི་རེ་བ་བྲལ་  
 བ་ཡིན་པས་འདི་ལ་ནན་ཏན་བྱེད་དགོས། རེ་སྟོ་ཨ་ཅ་རས་རྗེ་སྐྱབ་ཁང་པ་  
 ལ། བྱེད་འོངས་པ་ན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་གཏམ་སྟོད་ཁོག་ཡངས་སེང་རེ་  
 བ་རེ་བྱེད་དུ་ཡོད། གཞན་དང་སང་གི་མི་ལ་གཏམ་དེ་ཤོད་ས་མེད་གསུང་།  
 དེ་བཞིན་དུ་རང་རེ་ཁ་ཅིག་གིས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དེ་དཀའ་བས་མི་སྟེ་  
 ཟེར་ནས་ཡར་སྤྱད། ཁ་ཅིག་དེ་ཐེག་ཆེན་ཐུན་མོང་བའི་ཡིན། དེ་བས་ཟབ་  
 པ་རིམ་གཉིས་སོགས་བསྒྲོམ་ཟེར་ཏེ་མར་སྤྱད་ནས་དོན་དུ་ཉམས་ལེན་བྱེད་  
 མཁན་ཉིང་། དེ་ནི་དཔེར་ན་ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་རྒྱ་མཚོར་མི་བཅའ་བར་  
 བ་སྤང་གི་མིག་རྗེས་ཀྱི་ཆུ་ལས་ཚོལ་བ་དང་འདྲ། རྗེ་སྤྲུལ་སྤྱང་། དེ་ལྟར་  
 ཤེས་ནས་རྒྱལ་སྤྲུལ་དཔའ་བོ་རྣམས། །རིན་ཆེན་སེམས་མཆོག་ཐུགས་དམ་  
 མཐེལ་དུ་འཛིན། །ཅེས་ཐུགས་དམ་གྱི་མཐེལ་དུ་བསྤྲགས་པ་བྱང་སེམས་

འདི་ཁོ་ན་ཡིན། དེར་སང་ཁ་ཅིག་ཐུགས་དམ་གྱི་མཐིལ་ལྟ་རེ་ལ་བྱེད་ཟེར།  
ཁ་ཅིག་རྒྱ་ནག་སྐག་སྒྲོག་དང་། ཁ་མཆུ་ནག་པོ་ཞི་བྱེད་གྱི་གཟུངས་སོགས་  
ལ་བྱེད་ཟེར་ཏེ། བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་པའི་སྐལ་བ་མེད་ན་སངས་རྒྱས་  
འཕྲོ་བ་དུས་མི་འོང་། རྫོ་བོས་གསེར་སྤྲིང་པ་སྒྲ་མ་རྣམས་གྱི་མཆོག་ཏུ་འཛིན་  
པ་དང་། ཐུག་བསྐྱེད་སྐབས་འབྲོམ་ལ་སྤྱོད་སེམས་བཟང་བས་འདི་ལ་བྱིན་  
རྒྱལས་གྱིས་གསུངས་པ་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་ལ་བསྐྱུགས་བརྗོད་མཛད་པ་  
ཡིན། སྒྲ་མ་རྣམས་རྒྱུ་ཏ་དང་པོར་བྱེ་སྒྲུའི་ལྟ་བུ་འཛིན་ཀྱང་། བྱང་སེམས་གྱི་  
སྒྲོལས་གྱིས་མཐར་དབྱུ་མ་པར་གྱུར་ཆུ་ལ། རྫོ་བོ་རྒྱ་བོད་གཉིས་ཀར་འཕྲིན་  
ལས་དར་རྒྱས་ཆེ་བ་ཡང་བཞེས་གཉིན་བསྟེན་ཆུ་ལ་དང་། བྱང་ཆུབ་གྱི་  
སེམས་གྱི་མཐུ་ལས་བྱུང་། བཀའ་གདམས་གོང་མའི་ཞལ་ནས། སེམས་འདི་  
མེད་ན་རྣ་རྩར་རྫོ་བོ་ཆེ་བ་རྒྱུངས་ཀྱང་མི་གོ་བའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ཡོད་ཀྱང་གར་  
ཡང་མི་བྱིན་ཞེས་དང་། སྒྲ་མ་རྣེ་ཏུ་ལ་གྱུས་ཀྱང་། ཡི་དམ་གྱི་ལྟའི་ཞལ་  
མཐོང་བ་དང་། མཛོན་ཞེས་དང་རྒྱ་འབྲུལ་ཐོབ་པ་དང་། ཉིང་རེ་འཛིན་རི་རྒྱུད་  
ཅ་མ་ཡོད་པས་གར་ཡང་མི་བྱིན། བྱམས་སྤྲིང་རྗེ་སྒྲོམས་གསུངས། གཞན་  
ཡང་མདོ་ལས་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་ནི་འཁོར་བསྐྱུར་གྱི་འཁོར་ལོ་རིན་པོ་ཆེ་  
དང་། སྒྲུབ་བྱའི་སྒོ་ག་གི་དབང་པོ་དང་། ལག་པ་དང་ཡང་འདྲ་བར་གསུངས་  
པ་དང་། རྒྱུད་སྒྲ་མ་ལས། ཐེག་མཆོག་ལ་མོས་ས་བོན་ཞེས་རབ་ནི། །སངས་  
རྒྱས་ཆོས་བསྐྱེད་མ་དང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། དཔེར་ན། བ་ནི་རིགས་  
གྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱུ་དང་། མ་ནི་ཐུན་མོང་བའི་རྒྱུ་ཡིན་པ་ལྟར། བྱང་

ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་དང་།  
 སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ནི་བྱང་ཆུབ་གསུམ་གའི་ཐུན་མོང་བའི་རྒྱ་  
 ཡིན་པས་ཤེས་རབ་སྟོང་ཉིད་ནི་ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གང་དང་མྱད་ཀྱང་དེའི་བྱང་  
 ཆུབ་ཀྱི་རྒྱར་འགྲོ། དེས་ན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མེད་པའི་ཕྱག་རྫོགས་དང་།  
 རིམ་གཉིས་བསྐྱོམ་པ། ལྷ་ཆོགས་མང་པོའི་ཞལ་མཐོང་བ་སོགས་ལས་ཀྱང་  
 བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་གོ་བ་ཅམ་ཆགས་པ་མ་འོངས་པ་ན་འཆང་རྒྱ་བ་ལ་  
 སྦྱར་བས་དེ་གལ་ཆེ་བ་ཡིན། བསྟན་པ་འདིའི་དམ་ཆོས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་  
 ཅིང་གྲུབ་པའི་ངོ་བོ་ཆེན་པོའི་གསུང་གི་མཐིལ་ལ། བྱམས་སྦྱིང་རྗེ་བྱང་ཆུབ་  
 ཀྱི་སེམས་སྒྲོམས་གསུངས་འདུག་ན། ལྷ་བསྐྱོམ་སྒྲགས་བཞུས་ཅམ་ལ་མི་རེ་  
 བར་འདི་ལ་བཙོན་པར་མཛད་དགོས། དེ་འདྲ་བའི་ཆོས་ཀྱི་སྦྱིང་པོ་འདི་རྒྱད་  
 ལ་སྦྱེ་བའི་དོན་དུ་དཀའ་བ་སྦྱད་དེ། འདི་ལ་བཙོན་ནའང་བཙོན་རིན་ཆོག་  
 པ་ཡིན་ཞིང་བསྐྱོམ་ན་མི་སྦྱེ་བའང་མིན་ཏེ་འདུས་བྱས་སོ་ན་མི་གནས་པས་  
 དེས་པར་སྦྱེ་ལ། དེ་ཡང་ངོ་བོ་ཆེན་པོ་མ་བྱོན་གོང་བོད་དུ་སེམས་བསྐྱེད་  
 མཆོད་པའི་ཆོ་ག་འབོགས་ནས། ཆོ་གའི་འགོར། མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
 ཀྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་བྱ། ཞེས་བརྗོད་པ་ཅམ་གྱིས་བྱང་སེམས་  
 ཀྱི་གོ་ཆོད་པ་བྱེད་མཁན་བྱང་ཡང་། བྱང་སེམས་རྒྱད་ལ་སྦྱེ་བར་བྱེད་པ་ལ་  
 སྒོ་སྦྱངས་དགོས་པ་ལས། སྒོ་མ་སྦྱངས་པར་སོ་ཐར་གྱི་སྒོ་མ་པ་འབོགས་  
 པ་ལྟར་བྱས་པས་སེམས་སྦྱེ་བ་ལྟ་ཅི། དེ་ཅམ་གྱིས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ངོ་  
 ཤེས་པའང་དཀའ་སྟེ། སྒོན་ངོ་བོ་ཆེན་པོས་བོད་པ་རྣམས་ལ། བྱམས་པ་དང་

སྒྲིང་རྗེ་ངོས་འཛིན་མི་ཤེས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བོད་ཀྱིས་ཤེས་པར་  
འདུག་ཅེས་མི་མཉེས་པའི་ཚུལ་གསུངས། འོན་གང་དགོས་ཁྱུས་པས། རིམ་  
ཅན་དུ་སྤྲུངས་པ་ཡིན་མོད་གསུངས། དེས་ན་རང་རེས་ཀྱང་སྒྲིང་རྗེ་ཆེན་པོ་  
ལ་སྤྱོད་བ་མ་ཐོན་པར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྐྱེ་ཐབས་མེད་པས་སྒོ་རིམ་གྱིས་  
སྤྲུངས་པ་དགོས་གསུངས།

གཉིས་པ།

བྱང་ཆུབ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་ལ་གཉིས།

བྱང་ཆུབ་དུ་སེམས་སྤྱོད་བའི་རིམ་པ་དངོས་དང་། སེམས་བསྐྱེད་ཆོ་  
གས་གཟུང་བའི་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ།

བྱང་ཆུབ་དུ་སེམས་སྤྱོད་བའི་རིམ་པ་དངོས་ལ།

རྒྱ་འབྲས་མན་ངག་བདུན་གྱི་སྒྲོན་ས་སྒོ་སྤྲུང་བ་དང་། བདག་གཞན་  
མཉམ་བཞེད་སྒྲོན་ས་སྒོ་སྤྲུང་བ་གཉིས་ལས། རྒྱ་འབྲས་མན་ངག་བདུན་གྱི་  
སྒྲོན་ས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཡིད་འོང་གི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་སྤྲུབ་པ་ནི་སྒྲོབ་  
དཔོན་ལྷ་བ་གྲགས་པ་དང་། ཅན་པོ་མི་ཞི་འཛོ་སོགས་ཀྱི་ཕྱགས་ཡིན་ལ།  
བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་སྒྲོན་ས་སྒོ་སྤྲུང་བ་ནི་ཞི་བ་ལྟའི་ཕྱགས་ཏེ། དེ་

ལྟར་སྟོན་པ་ནས་བྱམས་འཇམ་དབྱངས་སོགས་ལ་བརྒྱད་པའི་གདམས་པ་  
གཉིས་ཡོད་པ་གང་གི་སྟོན་སྐུང་ནའང་སྟེ་མོད། གདམས་པ་འདི་གཉིས་  
ཀ་མངའ་བའི་སྤྲ་མ་གསེར་སྤྱིང་པའི་མན་ངག་རྫོ་བོས་ལམ་སྟོན་སོགས་  
སྤྱ་བཟུལ་ཞིང་། བཀའ་གདམས་རྟིང་མའི་སྐབས་རྒྱ་འབྲས་བདུན་མ་ཁྲབ་  
གདལ་དུ་མཛད་ཀྱང་། མཉམ་བཞེད་མན་ངག་སྟོག་ཆོས་བཀའ་རྒྱའི་ཚུལ་  
དུ་གནང་བ་མཐའ་དག་རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་བརྒྱད་དེ། རྗེ་སྤྲ་མས་གདམས་པ་  
གཉིས་ཀ་དང་སྐུར་བའི་སྟོ་སྟོང་ཚུལ་གསུངས་པའི་མན་ངག་ལྟར་འདིར་  
ཡང་དེ་གཉིས་ཀ་གཅིག་ཏུ་བྲིལ་ནས་ཉམས་སྤྱ་ལེན་པ་དགོས། དེ་ཡང་བྱང་  
ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྟོང་བའི་སྐབས་མན་ངག་གཉིས་བསྐྱེད་ནས་བསྟོམ་དགོས་  
ཀྱང་བཤད་པའི་སྐབས་སོ་སོ་ནས་བཤད་དགོས་པས། དེ་ཡང་།

## རྒྱ་འབྲས་མན་ངག་བདུན་གྱི་སྟོན་སྟོང་སྐུང་བ་ལ།

ཆད་མེད་བཏང་སྟོམས། མར་ཤེས། རིན་པོ་ཆེ། རིན་གཞོ། ཡིད་འོང་གི་  
བྱམས་པ། སྤྱིང་རྗེ། ལྷག་བསམ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཏེ་བརྒྱད་ལས། མར་  
ཤེས་ནས་ལྷག་བསམ་བར་དུག་ནི་རྒྱ་དང་། སེམས་བསྐྱེད་ནི་འབྲས་བུ་ཡིན།  
འདི་དག་རྒྱ་འབྲས་སྤྱ་འགྲོ་ལུགས་ཀྱང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་  
སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་འདོད་པའི་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་སྟོན་དུ། གཞན་དོན་ཁྱར་  
དུ་སྤྱིར་བའི་ལྷག་བསམ་འགྲོ་དགོས་ལ། དེ་ཡང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་



སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱིས་མནར་བ་ལ་མི་བཟོད་པའི་སྤྱིང་རྩེ་མེད་ན་མི་སྤྱེ། དེ་སྤྱེ་བ་  
ལ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བྱ་ཡིད་དུ་འོང་བ་ལྟར་གཅེས་ལ་པངས་པའི་རྣམ་  
པ་ཅན་དུ་འཆར་བའི་ཡིད་འོང་གི་བྱམས་པ་བསྐྱེད་དགོས། དེ་ལྟ་བུའི་བྱམས་  
པའང་། ད་ལྟ་གཉེན་ལ་ཡིད་འོང་སྤྱེ་ཞིང་། དགྲ་ལ་མི་སྤྱེ་བས། སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་གཉེན་དུ་བསྟོན་བ་སྤྱོད་དུ་འགྲོ་དགོས་ཤིང་། གཉེན་གྱི་མཐར་ཐུག་  
ཀྱང་ཨ་མ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མར་བསྐྱབས་ནས་  
རྫིན་བྲན་པ་དང་། རྫིན་གཙོ་བ་བྱུང་ན་གཅེས་ལ་པངས་པའི་བྱམས་པའང་  
འབྱུང་ངོ་།།

དེས་ན་རྒྱ་འབྲས་ཞེས་པའང་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་སྤྱེ་བ་ལ། སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་སྤྱོན་  
དུ་འགྲོ་བ་ཞིག་དགོས། འདི་ལ་སྒོ་སྤྱོད་བྱུང་དུས་ལམ་ཐག་རིང་མོ་ཞིག་དུ་མི་  
སེམས་པར་རིམ་གྱིས་སྤྲངས་ན་ངེས་པར་སྤྱེ་རུས་ཏེ། སྤྱིར་བཀའ་གདམས་  
གྱི་མན་ངག་ཟབ་ཅིང་། ལྟག་པར་འཇམ་མགོན་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོའི་བསྟན་པ་  
འདི་ནི་རྩེ་བཙུན་འཇམ་པའི་དབྱངས་གྱི་ཞལ་ཆབ་རྫོན་མོ་ལྟར་མདོ་སྤྱགས་  
གང་ལའང་ཆ་ཆོད་ཞིང་དེ་མ་དང་བལ་ལ། སྤྱི་མ་དག་ལས་ཀྱང་ཆེས་ཆེར་  
ཟབ་དུ་སོང་བ་ཡིན་པས། བདག་གི་སྤྱབས་མགོན་སྤྱི་མ་རིན་པོ་ཆེས། བོད་  
སྤྱི་རབས་གྱི་བསྟན་པ་རྣམས་རྩེ་སྤྱི་མའི་བསྟན་པ་གསེར་སྤྲངས་བཙོ་མ་ལྟ་  
བུ་འདི་ལྟར་འབྱུང་རྒྱུའི་གྲ་སྤྱིགས་གྱི་ཚུལ་དུ་བྱུང་བ་ཡིན་གསུང་། སྤྱི་གཟུ་  
བོར་གནས་ན། ལྟག་ཆོད་ལོ་རྒྱ་བས། མདོ་སྤྱགས་མཐའ་དག་བྱུང་པར་རྫོ་  
རྩེ་ཐེག་། རྒྱུད་སྤྱི་མཐའ་དག་བྱུང་པར་སྤྱི་མེད་དོན། །རིམ་གཉིས་མཐའ་དག་

ཁྱད་པར་སྐྱུ་ལུས་ལ། །སྒྲོན་མེད་ལེགས་བཤད་གཏེར་ཆེན་བྱོད་ལ་བསྟོད། །  
 ཅེས་དང་། རྫོགས་ཆེན་དཔལ་དགའི་གསུང་ལས། མདོ་སྒྲགས་ལེགས་  
 བཤད་འབྱུང་གནས་ཙོང་ཁ་བ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ་དོན་ལ་གནས་པའི་བསྒྲགས་  
 བརྗོད་ཡིན། གཞན་དུ་ན། སངས་རྒྱས་སྤར་བཅང་བེར་བའི་ཁ་བོ་ཆེའི་ཆོས་  
 ཡོད་ཀྱང་དེས་ཆོགས་ལམ་རྒྱུད་དུ་འང་སྤར་བཅངས་སུ་གཏོད་དགལ། ལམ་  
 རིམ་འདི་ལ་བཏེན་ན་སངས་རྒྱས་སྤར་བཅངས་སུ་འབྱུང་། དེ་ཡང་ལམ་གྱི་  
 གོ་རིམ་ལྟར་མ་སྤྱངས་ན་མི་སྐྱེ་བས་དེའི་བྱིར་འདིར། དང་པོ་མར་ཤེས་ནས་  
 སྤྱང་བ་ཡིན། འདི་ལ་ནན་ཏན་མི་བྱེད་པ་ནི། གང་དག་བདེ་བ་འདོད་པས་  
 སྒྲིག་པ་སྐྱབ་ན་གོ་ལོག་ཏུ་སོང་བ་ལྟར། འདོད་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་  
 འདོད་ལ། སེམས་འདི་སྦྱོང་བ་ལ་མི་འབད་ན་ལག་ལེན་གོ་སྒྲིག་པ་ཡིན་པས།  
 གསང་སྒྲགས་ཀྱི་སྤྱར་ལམ་ལ་བཙོན་ཀྱང་། གཙང་དུ་འགོ་དགོས་པའི་མི་  
 ཞིག་ཏྟ་ལྟ་བུར་ཞོན་ནས་སོང་སོང་སྟེ་མཐར་གཙང་དུ་སྐྱེབས་སོ་སྟུམ་ཅ་ན་  
 གཙང་དུ་མ་སྐྱེབས་པར་ཀོང་པོ་རོང་དུ་སྐྱེབས་པ་ལྟར་འགྱུར་བས་བྱང་ཆུབ་  
 ཀྱི་སེམས་སྦྱོང་ཐབས་ལ་འབད་དགོས། མར་ཤེས་སྐྱེ་བ་ལའང་དཔེར་ན།  
 རི་མོ་བྱི་བ་ལ་གཞི་ཞལ་བ་འཇམ་པོར་ཁོད་མ་སྟོམས་ན་མི་འོང་བ་བཞིན་དུ་  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སེམས་མ་སྟོམས་ན། བྱམས་སྦྱིང་རྗེ་སོགས་གང་  
 བསྟོམས་ཀྱང་། བྱོགས་རིས་ཅན་ལས་མི་སྐྱེ་བས། དང་པོར་བཏང་སྟོམས་  
 ཆད་མེད་བསྐྱེད་དགོས་སོ། །

## རྒྱ་འབྲས་མན་ངག་བདུན་གྱི་སྒྲིམ་སྒོ་སྤྲུང་བ་འདི་ལ།

བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་སྒྲིམ་སྒོ་སྤྲུང་བ་མི་ཆང་ལ། བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་སྒྲིམ་སྒོ་སྤྲུང་བ་ལ་མན་ངག་བདུན་མ་ཚུར་ཆང་ནས་ཡོད། རྒྱ་འབྲས་བདུན་གྱི་ཐོག་མར་བསྒྲིམ་རྒྱུ་འབྲས་སྒྲིམ་སྒོ་འདི་ཆང་མེད་བཟང་སྒྲིམ་སྒོ་ཡིན་པས། འདི་ལ་རང་ངོས་ནས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སེམས་སྒྲིམ་སྒོ་བ་དགོས། དེ་ཡང་རང་ངོས་རྒྱུད་ལ་འགའ་ཞིག་ལ་སྤང་། འགའ་ཞིག་ལ་ཆགས་ནས་མི་སྒྲིམ་སྒོ་བར་ཡོད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་དམིགས་ལྷུ་ལ། དང་པོ་བར་མ་ལ་དམིགས་ཏེ་སྒྲིམ་སྤངས། དེ་ནས་གཉིན་དང་དགའ་སོགས་ལ་རིམ་གྱིས་དམིགས་ནས་བསྒྲིམ་བ་དང་། དགའ་གཉིན་བར་མ་གསུམ་ཀ་ལ་མཉམ་དུ་དམིགས་པའི་ལྷུགས་གཉིས་ལས། སྤྱི་མ་ཉིད་བྱུང་ཆེ་བར་སྤང་བས། མདུན་དུ་དགའ་གཉིན་བར་མ་གསུམ་བསྒྲིམ་སྒོ་ནས་དེ་ལ་དམིགས་བ་ན། ཡིད་ལ་ཆགས་བ་དང་སྤང་བ་དང་། བཟང་སྒྲིམ་སྒོ་གིས་ཡལ་བར་འདོར་སྒོ་བཅས་མི་འདྲ་བ་གསུམ་འཆར་འོང་བས། དེའི་ཆེ་རང་ངོས་ད་ལྟར་དགའ་བ་བྱུང་བ་དེ་ལ་ཁོང་ཁྱོད་སོགས་སྒྲིམ་ཏེ་མི་དགའ་བའི་དོན་གང་ཡིན་སྒྲིམ་བཟླ་ན་དེས་སྤང་རང་ལ་གཞོད་པ་བྱས་པའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བསམས་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་ཡང་། དེ་ནི་སྤང་འཁོར་བ་སྤྱི་ཉི་ལྷུག་བསྤུལ་བསམ་པའི་སྐབས་བཞུགས་པ་ལྟར་ངོས་པ་མེད་པའི་ཚུལ་བསྒྲིམ་སྒྲིམ། དགའ་དེས་སྤང་ཆེ་རབས་མང་པོར་གཉིན་བྱས་ཚུལ་བསམས་ནས་ཞེ་སྤང་དགག། །ད་ལྟ་གཉིན་དུ་བྱུང་སྒྲིམ་

དགའ་ལྟོ་ལྟོ་བ་བྱ་ས་དེའི་རྒྱ་མཚན་བཏག་ན་ཁོས་ད་ལྟ་བུས་གོས་སྒྲིན་  
 བ་སོགས་གནས་སྐབས་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་སྤྱོད་བྱ་ཞིག་གིས་བྱང་བ་རེད་མོད་  
 དེ། དེས་ཀྱང་སྤྱོད་དག་བྱས་པ་ལ་གྲངས་ཀྱིས་མི་ཆོད་སྟུང་དུ་ཆགས་པ་  
 དགག། ད་ལྟ་དག་གཉིན་གང་ཡང་མིན་པའི་བར་མའི་སེམས་ཅན་ཞེས་ཡལ་  
 བར་འདོར་བ་འདིས་ཀྱང་སྤྱོད་དག་གཉིན་གཉིས་ཀ་བྱས་པ་ཡིན་པས་ཀྱན་  
 ཀྱང་དག་བྱས་པ་དང་། གཉིན་བྱས་པ་འདྲ་ན་དེ་ཐམས་ཅད་དག་གཉིན་བར་  
 གསུམ་བྱེད་མཉམ་ཡིན་འདུག་པས་སྤྱོད་ལ་ཆགས་ཤིང་སྤྱོད་ལ་སྤྱང་། གཉིན་ལ་  
 ཆགས་དོན་མ་མཆིས་ཏེ། དེས་སྤྱོད་དག་མང་དུ་བྱས་པ་དང་། དག་ལ་འང་  
 སྤྱང་དོན་མེད་དེ། དེས་སྤྱོད་གཉིན་ཡང་མང་དུ་བྱས་པའི་ཚུལ་རྣམས་བསམ།

དེར་མ་བཟང་ད་ལྟ་རེ་ཞིག་མིག་སྤྱོད་མཐོང་བ་འདིར་དག་གཉིན་དུ་སྤྱང་  
 བ་ཅི་ལས། དུས་གཏན་དུ་དག་རེས་པ་དང་། གཉིན་དུ་རེས་པ་ནི་གཅིག་  
 ཀྱང་མེད་པས་རང་གཞན་གཉིས་ལས་རང་གི་ངོས་ལ་སྟོས་ནས་ཆགས་སྤྱང་  
 བྱེད་དོན་མེད་པར་མཉམ་པར་མ་བཟད། སེམས་ཅན་ཁོ་རང་ཆོའི་ངོས་ནས་  
 ཀྱང་མཉམ་སྟེ་ཉམ་ཐག་པར་མཉམ་པ་དང་། བདེ་བ་འདོད་ཅིང་སྤྱུག་བསྤུལ་  
 མི་འདོད་པར་མཉམ་པས་གཞན་ངོས་ལ་སྟོས་ནས་ཀྱང་སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་ལ་སྤྱོད་པ་རིས་བྱས་མེད་པར་མཉམ་པ་ཡིན། དེ་མི་འདྲ་སྟེ། འདི་དག་  
 གིས་ཆེ་འདི་ལ་པན་བཏགས་པ་དང་། གཞོད་པ་བྱས་པ་ཡིན་པས་བྱང་ཡོད་  
 སྟུང་ན། དེ་ཡང་མིན་ཏེ། སྤྱོད་པན་བཏགས་པ་དང་། ད་ལྟ་པན་བཏགས་  
 པ་གཉིས་ཀྱང་མཚུངས་ལ། སྤྱོད་གཞོད་པ་བྱས་པ་དང་། ད་རེས་གཞོད་པ་

བྱེད་པ་གཉིས་ཀྱང་མཚུངས་པ། དཔེར་ན་ན་ནིང་མགོ་ལ་དབྱུག་པས་བསྐྱུན་  
པ་དང་། ད་ལོར་མགོ་ལ་དབྱུག་པས་བསྐྱུན་པ་གཉིས་གཞོན་པ་བྱེད་པར་  
མཚུངས་ལ། ན་ནིང་ང་སྤྲུག་གཅིག་གིས་པ་དང་། འདི་ལོར་ང་སྤྲུག་གཅིག་  
གིས་པའང་མཚུངས་པ་བཞིན་དང་། དཔེར་ན་སྤྲུང་པོ་བཅུ་སྟོང་བར་འོངས་  
པ་ལ། དེ་དག་ཁོ་རང་ཆོའི་ངོས་ནས་བཀའ་སྒྲིལ་གྱིས་ཉམ་ཐག་པར་མཉམ་  
ལ། སྟོང་བར་ཡང་མཉམ་ཞིང་རང་གི་ངོས་ནས་ཀྱང་པན་གཞོན་མེད་པར་  
མཉམ་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟར་བསམས་པས་དབྱ་གཉིན་བར་མ་གསུམ་ལ་  
སེམས་སྟོམས་པ་བྱུང་ན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཁ་སྟོས་ནས་སེམས་  
སྟོམས་པ་བསྐྱབ། དེ་དག་ལ་སེམས་སྟོམས་པ་ན་དབྱ་གཉིན་རིས་སུ་མི་  
གཅོད་པས་དབྱ་འདུལ་གཉིན་སྟོང་གི་འཛིག་རྟེན་པའི་སྟོང་ཚུལ་ངན་པ་  
ཡང་གཏན་འགོག་ཏུ་འགྲོ། དེ་ལྟ་མིན་པར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཅེས་པའི་  
གསེབ་ནས་འདི་དང་འདི་མ་གཏོགས་སྐྱམ་དུ་འགའ་ཞིག་དམིགས་གྱིས་  
བསལ་ཏེ་སྤྱིར་དོར་མཁན་གྱི་རིགས་ལ་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་སྐྱེ་བའི་གནས་  
མེད། བཏང་སྟོམས་འདི་གཅིག་སུ་ལའང་ལོ་དང་ལྷ་བར་སྟེལ་ཏེ་དཀའ་ལས་  
བརྒྱུག་དགོས་ཀྱི། དམིགས་པ་ཐུན་རེ་ཅམ་གྱིས་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་གྱི་  
ཅ་བ་ཚུགས་པའི་རེ་བ་བྱེད་པས་ནི་ས་ཆོད་ཅི་ཡང་མི་འབྱུང་། བྱང་ཆུབ་  
སེམས་སྟོང་གི་སྟོར་འདི་ལྟ་སུ་ལ་དཀའ་བ་སྤྱད་དེ་འབད་ན། དོན་ཆུང་བའི་  
ལྟ་བཤོམ། སྤྲུགས་བཟླས། སེམས་ངོ་སྟོང་བ་སོགས་ལ་མི་ཆེ་བསྐྱུལ་བ་དང་  
མི་འདྲ་བར་དཀའ་ལས་བྱས་རིན་དང་བསྟོམ་རིན་ཆོག་པ་ཡོད་གསུངས་ཏེ་

སྒྲུབ་ཡང་བསྐྱུར་བ་འད་མཛད།

༥ ཉིན་བཅུ་བདུན་པར། རྒྱལ་སྤྱི་ཆེན་པོ་ཞི་བ་ལྷའི་ཞལ་ནས། གང་ལ་  
 སེམས་ཀྱི་དམ་པ་རིན་ཆེན་དེ། །སྐྱེས་པ་དེ་ཡི་སྐྱེ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ཞིང་། །གང་  
 ལ་གཞོན་པ་བྱས་ཀྱང་བདེ་འབྱེལ་བ། །བདེ་བའི་འབྱུང་གནས་དེ་ལ་སྐྱབས་  
 སུ་མཆི། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། གང་ཞིག་རྒྱུད་ལ་སྐྱེས་པ་དེ་ལ། སྐྱུར་བ་  
 འདེབས་པ་སོགས་ངན་པའི་འབྱེལ་བ་བཞག་པ་ཚུན་ཀྱང་གཏན་གྱི་བདེ་བར་  
 འགོད་པར་མཛད་པའི་ཕན་ཡོན་ཅན་ཞེས་སོགས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
 ཀྱི་ཕན་ཡོན་འགའ་ཞིག་གསུངས་ནས། མདོར་ན་སེམས་འདིས་ཟེན་པའི་  
 བྱས་ཆོད་ཆོས་དང་། དེའང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱ་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོས་སུ་འགོ་བ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྐྱབ་པ་ཉམས་ལེན་བྱེད་པ་ལ། ལྷ་བསྐྱོམ་སྤྲུགས་བཟླས་ཅམ་  
 ལས་བྱེད་རྒྱ་མེད་པ་བཞིན་མི་བྱེད་པར། སྐྱབ་པ་ཉམས་སུ་སྒྲང་བའི་གཞི་  
 མ་བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་དང་། དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་འདི་ལ་  
 བྱེད་དགོས་ཀྱི། འདི་མེད་པར་མི་ཆེ་རི་སྟོང་དུ་བསྐྱུལ་ཏེ་གཞན་རི་འབྲུ་ཞིག་  
 བསྐྱོམ་ཁུལ་བྱས་ཀྱང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་དང་ཅུང་ཟད་ཀྱང་ཉེ་རུ་མི་  
 འགོ་བས། འདི་ཉིད་ཕྱགས་དམ་གྱི་མཐེལ་དུ་གནང་དགོས་ཚུལ་དང་། དེ་ལྟ་  
 བའི་སེམས་དེ་བསྐྱེད་པ་ལའང་། སེམས་སྦྱོང་གི་མན་ངག་ལ་སྟོས་དགོས་  
 ཚུལ་སོགས། ཀུན་སྦྱོང་འཆོས་ལུགས་མདོར་བསྐྱུས་ཤིག་སྤུལ་ནས། སྟོན་  
 དུ་རི་ལྟར་སོང་བའི་ས་བཅད་ནམས་གསུངས་ཇེས། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་  
 ཕན་ཡོན་དང་བཏང་སྟོམས་བསྐྱོམ་པ་ལ་བསྐྱུར་བ་འད་མཛད།



དེ་ནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་སྒྲོང་གི་མན་ངག་བདུན་གྱི་དང་པོ་ནི་མར་  
ཤེས་ཡིན་ལ། འདི་རྒྱད་ལ་སྐྱེ་ཤིན་ཏུ་དཀའ་ཞིང་། མ་སྐྱེས་ན་འིན་འགྲུ་  
སོགས་རྒྱ་འབྲས་ཕྱི་མ་རྣམས་མི་འབྱུང་བས་འདི་ལ་ནན་ཏན་འབད་དགོས།  
དེ་ལ་རྒྱ་དང་པོ་མར་ཤེས་ནི། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གཉིན་གྱི་མཐར་ཐུག་  
མར་ཤེས་བ་སྟེ། འདི་རྒྱད་ལ་མ་སྐྱེས་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་སྐྱལ་བ་ཆད་  
བ་ཡིན། གཞན་ཟབ་མོ་སྒྲོང་བ་ཉིད་སོགས་ནི་རིགས་པའི་སྒོ་རྣམ་གྲངས་  
མང་པོ་ནས་བསམ་ཆོག་པས། དེ་ཙམ་དུ་རྟོགས་པར་མི་དཀའ་མོད། འདི་  
ལ་ལུང་ཞིག་གིས་བསམ་ནའང་། བསམ་པའི་གཏིང་ནས་ངེས་ཤེས་རྟེན་བ་  
ཞིག་འབྱུང་དཀའ་ལ། དབང་རྣམ་ཆོས་ཀྱི་རྗེས་འབྲང་ལ་རིགས་པས་བསྐྱབ་  
དགོས་ཤིང་། འདིར་རྣམ་འབྲེལ་གྱི། སྐྱེ་བ་ཡོངས་སུ་ལེན་བ་ན། །འབྱུང་རྒྱབ་  
དབང་པོ་སྒོ་དག་ནི། །རང་གི་རིགས་ལ་སྟོས་མེད་ཅན། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་  
རིགས་པ་གཅིག་ལས་མེད་པས་རྟོགས་དཀའ་ལ། འདི་ལ་དང་པོ་རིག་པའི་  
ཡ་མཐར་ཐུག་མེད་དུ་བསྐྱབ་དགོས་པས། དེ་རིང་གི་སེམས་འདི་ཁ་སང་གི་  
སེམས་ཀྱི་རྒྱན་ཡིན་ཞིང་། དེའང་ཁ་ཉིན་གྱི་རིག་རྒྱན་ཡིན་བ་ནས་བཟུང་།  
མའི་མངལ་ནས་སྐྱེས་མ་ཐག་པའི་སེམས་དེ། སྐྱེ་ཁ་མའི་རྒྱན་ཡིན་ཞིང་།  
མངལ་དུ་ཞུགས་མ་ཐག་པའི་སེམས་དེ་ཞུགས་ཁ་མའི་རིག་པའི་རྒྱན་ཡིན་  
པའི་བྱིར། འཁོར་བ་ལ་ཐོག་མའི་མཐར་མེད་པས་སེམས་ཀྱི་འགོ་བརྩམ་བ་  
འདིའོ། །ཞེས་པ་ཞིག་གང་དུའང་མི་རྟེན་པས་ན་རང་གི་སྐྱེ་བ་ལའང་ཐོག་མའི་  
མཐར་མེད་པར་བྱུང་ལ། དེ་བྱུང་བས་སྐྱེ་བ་གྲངས་ཀྱིས་མི་ཆོད་པ་ཞིག་ཡོད་

པར་གྲུབ་པས་སྐྱེ་བ་ལ་ཡ་མཐའ་མེད། དེས་ན་ཆེ་འདིའི་ཨ་མ་ཡོད་པ་བཞིན་  
 དུ་ཆེ་སྒྲ་མའི་མངལ་སྐྱེས་དང་སྒྲོང་སྐྱེས་གཉིས་ཀྱི་སྐྱབས་ཨ་མ་རེ་དགོས་  
 པས་དེ་འདྲའི་སྐྱེ་བ་གཅིག་ལེན་པ་ལ་ཨ་མ་གཅིག་དགོས་པ་བཞིན་དུ། སྐྱེ་བ་  
 བརྒྱ་ལེན་པ་ན་མ་བརྒྱ། སྒྲོང་ལེན་པ་ན་མ་སྒྲོང་སོགས་མ་གྲངས་མེད་དགོས་  
 པས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མ་མ་བྱས་པའི་ཐབས་མེད། དེ་ལ་འདི་  
 ལྟར། ཨ་མ་མང་དུ་དགོས་མོད། སེམས་ཅན་ནི་མཐའ་ཡས་པས་དེ་ཐམས་  
 ཅད་ནི་ཨ་མ་ཅང་མིན་ནོ་ཞེ་ན། སྦྱིར་རང་གི་སྐྱེ་བ་མང་བར་མ་བཟད་ཀྱི། གྲེ་  
 བྲག་རི་དྲགས་ཤིང་དགོ་བ། འབྲུ་སློན་སོགས་རེ་རེ་ནས་ཀྱི་ལྷས་སྦྲངས་  
 པའང་གྲངས་མེད་ཅིང་། དེ་ལྟར་སེམས་ཅན་གྱི་རིགས་གྲངས་མེད་པ་རེ་  
 རེའི་འང་ལྷས་གྲངས་མེད་པ་སྦྲངས་པའི་ཕྱིར། སེམས་ཅན་ལས་ཀྱང་གྲངས་  
 མང་བའི་སྐྱེ་བ་སྦྲངས་ལ། དེའི་ཆེ་ན་ཨ་མའང་གྲངས་དེ་མཚུངས་དགོས་  
 པས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཨ་མ་བྱས་པ་ཅུ་མ་མ་བཟད་ལན་གྲངས་  
 མང་པོ་རེ་མ་བྱས་ན་མི་འདང་བ་ཡིན་ནོ།

འདིར་བཤེས་སྦྱངས་ཀྱི། མ་ཡི་ཐུག་མཐའ་རྒྱ་ཤུག་ཆི་གྱུ་ཅུ་། ཞེས་  
 སོགས་ཀྱི་དངོས་བསྟན་མའི་མ། དེའི་མ་སོགས་ལ་སྦྱར་ཡང་། སྐྱབས་འདིར་  
 སྒྲ་མའི་གསུང་རྒྱན་ལྟར་ཁ་བསྦྱར་ནས། ས་ཆེན་པོ་འདི་རྒྱ་ཤུག་གི་ཆི་གྱུ་  
 ཅུ་མ་གྱི་རིལ་བྱར་བྱས་ཏེ་རང་གི་ཆེ་འདིའི་མ། སྐྱེ་བ་སྒྲོན་མའི་མ། དེའི་སྒྲོན་  
 མའི་མ་ཞེས་རིལ་རེ་བཞག་ཀྱང་རྫོགས་ཏེ། མའི་གྲངས་ཀྱི་བརྒྱ་སྒྲོང་གི་ཆར་  
 ཡང་མི་འགོ་བས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མ་མ་བྱས་ན་མི་འདང་བ་དང་།

དེར་མ་བཟང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཆང་རྒྱ་རེས་ཡིན་པས་སེམས་ཅན་ལ་  
བཟང་རྒྱ་ཡོད་ཅིང་། རང་ཉིད་ཀྱི་འཁོར་བའི་ཡ་མཐའ་མེད་པས་ན་སེམས་ཅན་  
ལས་རང་གི་སྐྱེ་བ་མང་བས་སེམས་ཅན་ཀྱན་གྱིས་མ་གྲངས་མེད་རེ་མ་བྱས་  
ན་མི་འདང་བས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རང་གི་མ་བྱས་ཤིང་། རེ་རེས་  
གྲང་མང་དུ་བྱས་ཏེ། སེམས་ཅན་འདིའི་ལུས་མ་སྤངས་བྱ་བ་མེད། སྤངས་  
པ་ལ་གྲངས་གྱིས་མི་ཆོད་ཚུལ་བསམ། དེའང་མིའི་སྐྱེ་བ་སྤངས་པ་ལྟ་བུར་  
མཆོན་ན་སྤིང་འདིའི་ས་སྤྲོགས་འདིར་མ་སྐྱེས་བྱ་བ་མེད། སྐྱེས་པ་ལ་གྲངས་  
གྱིས་མི་ཆོད། དེ་བཞིན་དུ་ཤར་སྒྲོ་རུབ་བྱང་སོགས་འདྲིལ་རྟེན་རེ་རེ་ལ་འང་  
གྲངས་མེད་པ་རེ་སྤངས་པས། སེམས་ཅན་ལས་གྲང་མང་བའི་ཕྱིར། མ་བྱས་  
པ་མ་བཟང་མིའི་རྟེན་ལ་ཨ་མ་མ་བྱས་པའང་མེད་པས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
ཨ་མ་ཅིས་གྲང་ཡིན་སྟུམ་དུ་བསམ། དེ་ལྟར་བསམས་གྲང་མ་སྐྱེས་ན་རང་ལ་  
མ་གཏན་ནས་མེད་དམ་ཟེར་ན་སྐྱེ་བ་འདིའི་མ་མཛོན་སུམ་ཡོད་སྟུམ་པ་འོང་  
བས། དེས་སྐྱེ་བ་འདིའི་སྤྲ་མ་སོགས་ཀྱི་མ་ལ་སྦྱར་ཏེ་སྤྲོགས་ཆོག་བྱ། མར་  
ཤེས་བསྐྱོམ་ཚུལ་འདི་དག་བདེ་སྦྱར་དུ་མཛོར་བསྦྱས་ཅམ་ལས་མེད་གྲང་།  
བདག་གིས་སྤྲ་མའི་མདུན་དུ་དཀའ་བ་སྦྱད་པའི་ལག་རྗེས། མན་ངག་ལྟར་གྱི་  
ས་བཅད་འདི་རྒྱས་སུ་བཏང་བ་ཡིན་པས་རྒྱན་དུ་ཉམས་ལེན་མཛད་མཁན་  
དང་། བསྟན་པའི་ཁུར་བཞེས་པ་རྣམས་ནས་ཕྱག་ལེན་མ་ཉམས་པ་བྱུང་ན་  
ལམ་གྱི་རིམ་པའི་རྟོགས་པའི་སྐྱེད་ཐོན་པ་ལ་བྱུང་ཆེ་བ་ཡོད།

འདི་བསྐྱོམ་པ་ན། དང་པོར་ཆེ་འདིའི་ཨ་མས་སྐྱེ་བ་སྤྲ་མའི་མ་མང་དུ་

བྱས་པར་བསྐྱོམ། དེ་ནས་པ་ལ་བསྐྱོམ། དེ་ནས་གཉིན་གཞན་དང་། དེ་ནས་  
 བར་མ་དང་། དེ་དག་ལ་སྒྲིང་བ་ལེགས་པར་ཐོན་ན། དགྲ་ལ་དམིགས་ནས་མ་  
 བྱས་པར་བསམས་རྗེས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་ཏེ་སྒྲིང་། འོ་ན་  
 མ་ཡིན་ན་ངོ་ཤེས་དགོས་པ་ལ། དེ་མི་ཤེས་པས་མ་མིན་ལོ་སྟུང་ན། སངས་  
 རྒྱས་ཀྱིས་ཀྱང་། མ་མ་བྱས་པའི་སེམས་ཅན་གཅིག་ཀྱང་མ་གཟིགས་པས།  
 རང་རེས་ངོ་མ་ཤེས་པ་མ་གཏོགས་མ་དངོས་གནས་ཡིན་ཏེ། ཆེ་འདིའི་མ་  
 ཡང་ཕྱིས་ཁྱིལ་བྱར་སྐྱེས་ནས་ཡོད་ཀྱང་རང་གིས་མི་ཤེས་ལ། ཆེ་འདིའི་མ་  
 དངོས་གནས་པ་ཡང་ངོ་མི་ཤེས་པ་ཡོད་པ། དག་སྒྲོང་མ་ལྷན་ལའི་མདོག་  
 གི་ལོ་རྒྱས་དང་། པ་ཤ་བ་ཞིང་མ་ལ་འཆོག་། ཅེས་པའི་ལོ་རྒྱས་ལྟར་ཡིན་  
 པས་ངོ་མི་ཤེས་པ་ཅུ་མ་མིན་པའི་རྒྱ་མཚན་དུ་མི་འགྱུར། འདས་ཟེན་པས་  
 ར་མ་མིན་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། དེ་འགྱུར་ན་ཆེ་སྟོང་གི་མ་ཡང་ཆེ་སྟོང་གི་མ་  
 མིན་པར་འགྱུར་ཞིང་། ཁ་སང་གི་མ་ཡང་དེ་རིང་གི་མ་མིན་པར་འགྱུར་ཏེ།  
 དེ་འདས་ཟེན་པས་སོ། །འདི་ནི་སྤྱི་བའི་མི་ཏྲག་པ་སྟེ། ཐོས་པ་མ་བྱས་པས་  
 ཏོགས་པར་དཀའ་མོད། དཔེར་ན། གཟན་འདི་ལྟ་བུ་ཡང་ན་ནིང་གསར་པའི་  
 སྐབས་ནི་མ་ཅན་མིན་ཞིང་། བྱག་རྒྱུ་ཡང་མེད་པ་ལ། དེའི་རྒྱན་དེང་སང་གི་  
 གཟན་འདི་ནི་མ་ཅན། བྱག་རལ་ཅན་དུ་འདུག་པས། དེ་གཉིས་ཐ་དད་པ་ལྟ་བུ་  
 ཡིན། དེ་ལྟར་འདྲ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ཕྱིའི་མ་གཉིས་ཀྱིས་ཨ་མ་བྱས་པ་ལ་བྱུང་མེད་དུ་  
 བསམ་དགོས་ཏེ། ར་ནིང་སྟོག་བསྐྱབས་ན་དེའི་དྲིན་ད་ལོ་ཡང་དུན་དགོས་པ་  
 བཞིན་ལོ། །དེ་ལྟར་ཡང་ཡང་སྤངས་པས་མར་ཤེས་རྒྱུ་ལ་སྐྱེས་པའི་ཆད་

ནི། སེམས་ཅན་གྲོག་སྒྲུབ་གཅིག་མཐོང་བ་ནའང་རང་དེའི་བྱར་གྱུར་སྐབས་  
རང་གི་སྒྱིད་སྒྱུག་ཆང་མ་དེ་ལ་རེ་དགོས་བྱུང་བ་སོགས་ལྟང་ལྟང་བྲན་བ་སྟེ།  
མར་ཤེས་རྒྱུད་ལ་འབྱུངས་པ་ངོ་བོ་རྗེ་ལྟ་བུ་དགོས་ཚུལ་བཅས་གསུངས།

གཉིས་པ་བྲན་བ་ནི། དེ་ལྟར་སེམས་ཅན་རྣམས་ཨ་མ་ཡིན་པར་  
མཉམ་ན། ཨ་མ་བྲས་སྐབས་བྲན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བར་བསམ་དགོས་པས། ད་ལྟ་  
ཆེ་འདིའི་མ་འདི་ལྟ་བུར་མཆོན་ན། ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་བྲན་ཆེ་སྟེ།  
ཐོག་མར་སྒྲིབ་དགྲུང་བཅུའི་བར་ལུས་ལ་ཁུར་བ་ན། བྱ་ལ་གཞོད་ཀྱིས་དོགས་  
ནས་མ་རང་ཉིད་ཀྱིས་བས་སྒྲོམ་འགྲོ་འདུག་ཐམས་ཅད་གཟབ་སྟེ་གཅེས་པར་  
བསྐྱུངས། དེའི་ཆེ་མས་དེ་ལྟར་བསྐྱུངས་མཁས་པ་ཞིག་མ་བྱུང་བྱིན། རང་རེ་  
ད་ལྟ་ཆོས་དང་མངལ་ཞིང་། དམ་པའི་ཆོས་ལ་སྒྲོབ་ཏུ་ཡོད་པ་འདི་མི་འབྱུང་  
ཞིང་། འདི་དག་གྲུང་རང་ཉིད་ཀློང་དགས་ནས་བྱུང་བ་མིན་གྱི། ཨ་མ་དེ་ཉིད་  
ཀྱི་བྲན་ཡིན། བར་དུ་སྒྲིལ་བ་ནའང་གང་ཡང་མི་ཤེས་པ་ཤིང་འབྲུ་ལྟ་བུ་དེ་  
སོར་བཅུའི་ཅེ་ལ་སྒྲུངས། གཏེར་རྩིད་པ་ལྟ་བུའི་དགའ་ཆོར་བྲས་ཏེ། ཤིང་  
རྩོད་ལ་བཅར། འཇམ་པའི་སྟན་ལ་བཞག། །བཅེ་བའི་འཇུ་མ་གྱིས་བསུས།  
སྐབས་ལག་པས་བྱི་ཆོག་པ་ཡང་གཞོད་དོགས་ནས་ཁས་བྱིས། མི་གཙང་  
བ་ཤིང་ལ་སོགས་པས་བྲད་ཆོག་པའང་གཞོད་དོགས་ནས་ལག་པས་བྱིས།  
དེའི་སྐབས་སུ་རང་ཉི་མ་གཅིག་གམ་ཚུ་ཆོད་གཅིག་ཅམ་རིང་ཡལ་བར་  
དོར་ནའང་། ཡང་ན་བྱིས་བ་བའམ་ཡང་ན་བྲས་འཐོག་པ། གཡང་དུ་ལྱུང་བ་  
སོགས་ཀྱིས་འཆི་བར་འགྱུར་བ་ལས་འོས་མེད་པས་ཉི་མ་རེ་རེར་ཡང་སྟོག་

མགོ་བརྒྱ་བརྒྱ་བཏོན། བྱ་ལ་སྐྱག་བསྐྱེད་བྱང་བ་ལས་རང་ལ་སྐྱག་བསྐྱེད་  
 བྱང་བ་ཞེ་ནས་འདམ་ཞིང་། ཐ་ན་གཉིད་ཀྱི་ཆོའང་བྱ་ལ་སེམས་པ་འབའ་  
 ཞིག་གིས་སྒར་རྒྱན་ལྟར་གྱི་སྒྲོད་བདེར་ཉལ་མ་མོད། དེར་མ་ཟད་རྐང་པ་  
 འཛུག་པ་ཚུན་ཆད་དང་། གཏམ་སྒྲ་བ། ཟས་བ་སྒྲངས་ཚུན་ནས་རིམ་བཞིན་  
 བསྐྱབ་པས། ད་ལྟ་འགྲོ་འདུག་དང་། གཏམ་སྒྲ་བ་སོགས་ལ་ཐོགས་པ་མེད་  
 པ་འདི་བྱང་། མཐར་རང་གི་དདུལ་ཁ་གང་ཅམ་ལའང་སྒྲིག་དང་། གཏམ་ངན།  
 སྐྱག་བསྐྱེད་བྱང་དུ་བསད་ནས་བསགས་པའི་ནོར་རང་གི་ཤ་ལས་གཅེས་  
 པར་བཟུང་ནས་ལོངས་སྤྱད་མི་བྱ་བའང་བྱིན་ཏེ། བྱ་བྱ་མོ་ལ་བྲིམ་འཕོགས་  
 བ། མནའ་མར་བརྒྱངས་པ། རབ་ཏུ་བྱང་བའི་སྒྲོར་བཅུག་པ་སོགས་མ་རང་  
 ལ་འཁོས་ཀ་གང་ཡོད་པའི་བཀའ་ངོན་གྱིས་བསྐྱངས། མདོར་ན་རང་གིས་  
 ཞེས་ཆད་དང་རྒྱས་ཆད་གྱིས་ཐན་བདེ་གང་ཡིན་འབད་པས་སྐྱབ། གཞོད་པ་  
 དང་སྐྱག་བསྐྱེད་སེལ་བར་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱི་ངོན་ཆད་མཐའ་མེད། དེ་བཞིན་  
 དུ་པ་སོགས་སེམས་ཅན་གཞན་ཐམས་ཅད་གྱིས་ཀྱང་ངོན་གྱིས་བསྐྱངས་  
 པ་འདྲ་བ་ཡིན། དེ་ལྟར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱིས་མིའི་རྟོན་ལ་རང་གི་མ་  
 བྱས་པ་གཅིག་བྱའང་གངས་གྱིས་མི་ཆོད། དེའི་ཆེ་ཡང་ད་ལྟའི་མ་བཞིན་ངོན་  
 གྱིས་བསྐྱངས། དེ་བཞིན་དུ་འགྲོ་བ་གཞན་གྱི་མ་བྱས་སྐྱབས་ཀྱང་རི་དྲགས་  
 ལྟ་བུར་སྐྱེས་པའི་ཆོ། དེའི་མར་བྱས་ཏེ་བྱམས་པའི་ལས་ཐ་ནའང་ལྷེས་  
 བཟླག་པ་ཚུན་ཆད་གྱིས་བྱམས་པར་བསྐྱངས། བྱ་ལྟ་བུའི་མ་བྱས་སྐྱབས་  
 ཀྱང་ལྷ་བ་གཅིག་ཅམ་གཤོག་པས་རུམ། མིས་དབྱུག་པ་སོགས་གྱིས་དག་



བྱས་པ་ནའང་། རང་ཉིད་གཞིག་པ་ཡོད་པས་འཕྱར་རྒྱས་མོད་ཀྱང་། བྱ་ལ་  
གཅེས་ནས་སྒོག་ཀྱང་ཡལ་བར་དོར་ནས་སྤྲུང་། བྱིས་ནས་འབྱ་གཅིག་ལས་  
མ་ཉིད་ནའང་བྱིན་ནས་གསོ་བར་བྱེད། དེ་ལྟར་ཡང་ཐང་རེ་ཐང་གཉིས་ཙམ་  
མིན་པར་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ་བྱིན་གྱིས་བསྐྱུངས་པ་ལ་གྲངས་གྱིས་  
མི་ཆོད་ཅིང་། སྤར་འགོ་ལོག་གི་ཇག་པ་ཞིག་གིས་རྟ་ཞིག་ལ་གྱི་བཏབ་པ་སྟོ་  
བ་ལ་ཐེབས་ཏེ། ཉེའུ་སར་སྤྱང་བ་ན། ཤེ་ཁ་མའི་མ་དེས་ཀྱང་ཉེའུ་ལ་ལྟེས་  
བསྐྱག་སྟེ་བྱམས་པར་བྱེད་པ་མཐོང་ནས། ཇག་པ་དེས་ཇག་ལས་གཅོད་པ་  
བྱང་བ་རེད། དེའི་དུས་ཀྱི་ཉེའུ་དེ་རང་ཡིན་ལ། རྟ་དེ་གཞན་འདི་མིན་པའི་  
དེས་པ་ཅི་ཡོད། དེ་ལྟར་ཆེ་འདིའི་མས་རང་ལ་བྱིན་གྱིས་རི་ལྟར་བསྐྱུངས་པ་  
ལྟར། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱིས་ཀྱང་བྱིན་གྱིས་དེ་བཞིན་དུ་བསྐྱུངས་པར་  
བསམ།

གསུམ་པ་བྱིན་གཟོ་བ་ནི། བསྐྱབ་བརྟམ་ལས། ཉོན་མོངས་གྱིས་སྟོ་  
གཏི་ལྷག་སྒྲོངས། །གཡང་ས་མང་པོའི་ལམ་དུ་ནི། །གོམ་པ་རེ་རེ་རྟེག་འཆའ་  
བ། །བདག་དང་གཞན་རྟག་སྤྱང་ན་གཞི། །འགྲོ་བ་རྣམས་ནི་སྤྱག་བསྐྱེལ་  
མཆུངས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། དཔེར་ན། ཆེ་འདིའི་ཨ་མ་མིག་ལོང་ཞིང་  
ལོང་བྲིད་དང་བྲལ་ནས། སེམས་སྒྲིམ་ཏེ་གཡང་ས་ཞིག་གི་ཁར་མཆོང་བར་  
ཉེ་བ་ན། བྱ་དེ་དེར་ཡོད་ན་ཨ་མ་དེས་ཀྱང་བྱ་དེ་ལ་མི་རེ་ན་སྤྱ་ལ་རེ། བྱ་དེས་  
ཀྱང་ཨ་མ་དེ་མི་བསྐྱབ་ན་སྤྱ་ལ་བསྐྱབ། དེ་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
ཀྱང་ཆོས་དང་ཆོས་མ་ཡིན་པའི་སྤང་དོར་སྟོ་བའི་མིག་དང་ནི་བྲལ། སྐད་ཅིག་

རེ་རེ་ཞིང་འདོད་པ་དང་ལག་ལེན་སྤྱོད་ཅི་ལོག་ཏུ་བྱེད་པའི་ཉེས་སྤྱོད་གྱིས་  
 གོམ་པ་རྟེན་འཆལ། འདི་བྱེད་དང་འདི་མ་བྱེད་ཟེར་བའི་སློབ་མཁན་བཤེས་  
 གཉེན་གྱི་ལོང་བྲིད་དང་ནི་བྲལ། ཉོན་མོངས་དུག་གསུམ་གྱི་གདོན་གྱིས་  
 སེམས་དགྲུགས་ནས་ཤེས་པ་ལ་རང་དབང་མ་ཐོབ་པས་སྤྱོད་ནས། བསྐྱལ་པ་  
 མང་པོར་མེད་དང་ལུས་དབྱེར་མེད་དུ་འགྱུར་བའི་ངན་སོང་གི་གཡང་ས་ཆེན་  
 པོར་མཆོངས་ནས་འགྲོ་བ་འདི་ལ། ད་ལན་རང་ཅག་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་  
 དང་མངལ། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་དང་ཤད། སྒྲུང་དོར་ཡང་ཅུང་ཟད་ཤེས་  
 ཕྱིར་དེ་དག་ལས་རང་ཆེས་ཆེར་བཟང་བས་ན། དེ་དག་དེ་ལས་སློབ་ཐབས་  
 གྱི་ཁུར་བྱེད་མཁན་རང་ལ་བབས་ཚུལ་བསམ་པ་དང་། ཡང་སློབ་སྦྱངས་  
 ལས། ཉེ་དུ་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོའི་ཁོངས་སུ་ཆུད་གྱུར་པ། །སློང་གི་ནང་དུ་  
 ལྷང་བ་ལྷ་བྱར་སྤང་བཞིན་དུ། །སླེ་ཤི་འཕོས་པས་ངོ་མ་ཤེས་པ་དེ་བོར་ནས།  
 །གཡུ་ཉེ་གཅིག་ཐར་བྱེད་ན་དེ་ལས་ཁྲིལ་བོར་མེད། །ཅེས་པ་ལྷར་མ་སེམས་  
 ཅན་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོའི་སློང་དུ་ཆུད་པ་རྣམས་ད་རེས་རང་ལ་འདོན་པའི་  
 ཐབས་ཡོད་བཞིན་དུ་མ་བཏོན་ན་མ་རབས་ཐ་ཆད་ཡིན་པས་དེ་དག་འདོན་  
 པའི་ཁུར་ད་རེས་རང་ཉིད་ལ་བབས་འདུག་སྟུང་དུ་བྲིན་གཙོ་བསྟོལ། བྲིན་  
 གཙོ་བ་དེ་ཡང་དབྱུ་མ་སྦྱང་པོ་ལས། གཞན་ཡང་སློན་ཆད་ཉོན་མོངས་པའི།  
 །གདོན་གྱིས་བརྒྱམས་པ་བདག་གིས་ནི། །མྱས་ལ་འགྱུར་བྱེད་འདེབས་པ་  
 བཞིན། །སྤྱག་བསྐྱལ་ནད་པ་གང་སྤྱག་བྲས། །སླེ་བ་གཞན་དུ་གང་དག་གིས།  
 བྱམས་དང་བསྟེན་བཀྱར་པན་པ་བྲས། །དེ་ལ་ལན་དུ་པན་གདགས་པ། །མྱ་

ངན་བརྒྱུ་ལས་གཞན་ཅི་ཡོད། །ཅེས་པ་ལྟར་ཟས་དང་གོས་སོགས་སྟེར་བ་  
ཅམ་གྱིས་ནི། གནས་སྐབས་ཀྱི་བཀའ་སྒྲིམ་ལས་གྲོལ་ཅམ་ལས་ཕྱགས་  
སྤྲུལ་བ་ཞིག་མི་འབྱུང་། བདེ་བ་ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེལ་  
ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་ཞིག་བྱུང་ན། སེམས་ཅན་དེ་དག་ལའང་ཕན་པ་བརྟན་  
ཅིང་ཆེ་ལ། དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་བཀོད་ན་བདེ་བ་ཐམས་ཅད་  
དང་ལྡན་ཞིང་། སྤྱག་བསྐྱེལ་ཐམས་ཅད་བྲལ་བའི་གནས་ཐོབ་པ་ཡིན་པས་  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་འགོད་པར་བྱའོ་སྟུམ་པ་  
དགོས། དཔེར་ན། རང་གི་ཨ་མ་སྟོན་མ་གྱི་བྱིར་ཏེ་བྱ་རང་ཉིད་གསོད་པར་  
ཚུམ་ནའང་ཨ་མ་ལ་མི་ཁྱོ་བར་སྟོན་དེ་སེལ་ཐབས་ལ་བཙོན་དགོས་པ་  
བཞིན་དུ་དགྲ་ལའང་རིན་གཙོ་བྱ་དགོས་གསུངས།

བཞི་པ་ཡིད་འོང་གི་བྱམས་པ་བསྒྲིམ་པ་ལ། དེའི་རྣམ་པ་ནི་སེམས་  
ཅན་རྣམས་སྟོང་དུ་སྤྱག་ཅིང་གཅེས་ལ་ཕངས་པའི་རྣམ་པར་འཆར་བ་ཞིག་  
སྟེ། དགོ་བཤེས་པོ་ཏོ་བས་ཨ་མ་རྒྱན་མོ་ཞིག་ལ། ཡིད་འོང་གི་བྱམས་པ་ནི་  
ཁྱོད་ཀྱི་བྱ་ཐོད་ལེ་གོར་ལ་རི་ལྟར་བྱམས་པ་དེ་ལྟར་ཡིན། གསུངས་པ་ལྟར་  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བྱ་ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་འབྲ་བར་མཐོང་བ་ལ་ཡིད་འོང་  
གི་བྱམས་པ་ཟེར། འདི་ལ་དམིགས་པ་ལོགས་སུ་མི་དགོས་པར་གོང་གི་  
མར་ཤེས་རིན་པོ་འདྲུ་གཙོ་གསུམ་ལ་སྟོན་དུ་སྟོང་བ་ཐོན་ཡོད་ན་འདི་རང་  
ཤྱགས་གྱིས་འབྱུང་བས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ཟག་མེད་ཀྱི་  
བདེ་བ་ལྟ་ག་ལ་ཡོད་དེ་ཟག་བཅས་ཀྱི་བདེ་བ་ཅམ་ཡང་མི་འདུག །ད་ལྟ་ཁོ་

རང་ཚོས་བདེ་བར་རྫོམ་པ་དེ་ཡང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་རང་བཞིན་ལས་མ་འདས་  
 པས། ད་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་ན་ཅི་མ་  
 རུང་། ལྡན་པར་གྱུར་ཅིག །དེ་ལྟ་བུ་དང་ལྡན་པ་ཞིག་བདག་གིས་བྱའོ་སྙམ་དུ་  
 བསམ། དེ་ལྟར་བྱམས་པ་བསྐྱོམས་པའི་ཕན་ཡོན་ནི། རིན་ཐང་ལས། རྗེ་ཏུ་  
 ཚོས་སྤུམ་བརྒྱའི་ཁ་བས་དག །ཉིན་རེ་དུས་གསུམ་སྦྱིན་པས་ཀྱང་། །བྱམས་  
 པ་ཡུད་ཅམ་ཐང་གཅིག་གི །བསོད་ནམས་དག་ལ་ཆར་མི་མོད། །ལྟ་མི་  
 བྱམས་པར་འགྱུར་བ་དང་། །དེ་དག་ཀྱང་ནི་སྤང་བ་དང་། །ཡིད་བདེ་བ་དང་  
 བདེ་མང་དང་། །དུག་དང་མཚོན་གྱིས་གཞོད་མེད་དང་། །འབད་པ་མེད་པར་  
 རོན་འཐོབ་དང་། །ཆངས་པའི་འཛིག་ཏེན་སྦྱེ་འགྱུར་ཏེ། །གལ་ཏེ་གྲོལ་བར་  
 མ་གྱུར་ཀྱང་། །བྱམས་ཚོས་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་འཐོབ་པོ། །ཞེས་གསུངས་པ་  
 ལྟར། བྱམས་ཚོས་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་འཐོབ་པ་སོགས་ཕན་ཡོན་ཤིན་ཏུ་ཆེའོ།  
 །བྱམས་པ་བསྐྱོམ་པ་འདིའི་དམིགས་ཡུལ་དུ་ཅི་ཅམ་བྱུང་པས། དེ་ཅམ་ལ་  
 དབང་བའི་འཁོར་བསྐྱུར་དང་ཆངས་པར་སྦྱེ་བར་འགྱུར། འདི་ལ་ཆངས་པའི་  
 གནས་ཞེས་བྱ་བའང་དེའི་ཕྱིར་ཡིན་ལ། རྣམ་མཁའི་མཐའ་བྱུང་གི་སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་པས་ནི། ཆངས་པ་ཆེན་པོ་མི་གནས་པའི་མྱང་  
 འདས་འཐོབ་པར་འགྱུར་རོ།

ལྟ་བུ་སྤྱིང་རྗེ་ཆེན་པོ་ནི། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐུན་མོང་མིན་པའི་ཉེ་རྒྱ་གྱང་  
 པོ་ཞིག་ཡིན་ལ། རྗེ་རིན་པོ་ཆེས་ཀྱང་། ལམ་རིམ་ཆེན་པོའི་ནང་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་སྦྱོང་གི་རིམ་པའི་ས་བཅད་མཛད་པ་ན། སྤྱིང་རྗེ་ཆེན་པོ་ཐེག་ཆེན་

གྱི་ལམ་གྱི་ཙ་བར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱ་འབྲས་གཞན་རྣམས་དེའི་རྒྱ་འབྲས་  
སྤྱ་འགོ་ཚུལ་ཞེས་དམིགས་གྱིས་བསལ་ཏེ་གསུངས་ལ། མདོ་ལས་ཀྱང་།  
འཁོར་བསྐྱར་གྱི་འཁོར་ལོ་དང་། མིའི་སློག་གི་དབང་པོ་ལྟར་ཐེག་ཆེན་གྱི་  
ལམ་འབྲས་བྱ་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་འདི་ལ་རག་ལས་པར་གསུངས་  
ཤིང་། དཔལ་ལྷན་ལྷ་བས་ཀྱང་འཇུག་པ་བཅུམས་པའི་ཐོག་མར། གང་ཕྱིར་  
བཅེ་ཉིད་རྒྱལ་བའི་ལོ་ཏྲོག་ཕུན་ཆོགས་འདིའི། །ས་བོན་དང་ནི་སྤེལ་ལ་ཚུ་  
འབྲ་ཡུན་རིང་དུ། །ལོངས་སྤྱོད་གནས་ལ་སྤྲོད་པ་ལྟ་བུར་འདོད་ཀྱུར་ལ། །དེ་  
ཕྱིར་བདག་གིས་ཐོག་མར་སྤྱིང་རྗེར་བསྟོད་པར་བགྱི། །ཞེས་གསུངས་པ་  
བཞིན། ཐོག་མར་ཐེག་ཆེན་དུ་ངེས་པར་བྱེད་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་  
བསྐྱེད་པའི་ཙ་བར་ཀྱུར་པས་ས་བོན་ལྟར་གལ་ཆེ་བ། བར་དུ་རྒྱལ་སྤྲས་གྱི་  
སྤྱོད་པར་མི་ཞུམ་པའི་གོ་ཆའི་བཙོན་འགྲུས་སྤྱིད་པས་ཚུ་ལུད་ལྟར་གལ་ཆེ་  
བ། ཐ་མར་སངས་རྒྱས་ཐོབ་ནས་ཀྱང་གཞན་དོན་འཕྲིན་ལས་རྒྱན་མི་འཆད་  
པར་བྱེད་པས་འབྲས་བྱ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པ་ལྟར་གལ་ཆེ་བའོ།།

བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་ཤུགས་དྲག་ལོད་ཀྱང་འདིའི་རྗེས་སྤྱ་འགོ་ཞིང་།  
བྱང་སེམས་རྣམས་ཀྱང་ས་ལམ་བགོད་ཚུལ་སྤྱར་བུལ་སྤྱ་ཆོགས་འབྱུང་བའི་  
ཙ་བ་སྤྱིང་རྗེ་ཤུགས་ཆེ་ཆུང་ལས་བྱུང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྤྲགས་ལ་  
ཞུགས་ནས་སྤྱར་ལམ་འཆོལ་ཞིང་། བགོད་པ་ཤིན་ཏུ་སྤྱར་བ་ཡང་སྤྱིང་རྗེའི་  
སྟོབས་ཏེ། བྱ་མེ་དོང་དུ་སྤྱང་ན་དེའི་པ་མས་སྤྱར་དུ་འདོན་ལ། ཉེ་འབྲེལ་གྱིས་  
དེ་མ་ཐག་འདོན་མི་རུས་པ་ལྟ་བུའི་སྤྱིང་རྗེའི་ཤུགས་དྲག་ཞན་གྱིས་བྱུང་བ་

ཡིན། སྙིང་རྩེ་འདི་བསྐྱོམ་པ་ན་ཐོག་མར་བཞུགས་པས་གསོད་བཞིན་པའི་ལུག་  
 ལྟ་བུ་ལ་དམིགས་ནས་བསྐྱོམ་ན་སྐྱེ་སྐྱེ། འདི་ལྟར་གནམ་ས་མགོ་མཇུག་  
 སྟོག་པ་ལྟར་གན་རྒྱལ་དུ་བསྐྱེལ། ཡན་ལག་ནི་ཐ་གུས་བཅེངས། ཤེད་  
 རྒྱགས་ཀྱང་མི་ཐུབ། སྟོག་ལ་བབ་པར་ནི་མདོན་སྐྱམ་དུ་ཤེས། རྩོས་པས་ནི་  
 མི་ཐར། མགོན་དང་སྐྱབས་མེད་པར་མིག་མཆི་མ་ཅ་རེར་བཞུགས་པའི་གདོང་  
 དུ་རིག་རིག་ཏུ་བལྟ་བཞིན་འདིགས་སྐྱག་དང་སྐྱག་བསྐྱེལ་མི་བཟད་པའི་  
 དང་ནས་གསོད་ལུགས་དན་པ་སྐྱ་ཆོགས་ཞིག་གིས་འཆི་ལུགས་ལ་བསམ་  
 དགོས། རང་རེས་དེ་ལྟར་གསོད་པར་མཐོང་བ་ན། ལུག་དེས་ཅང་བསམ་ཨེ་  
 ཤེས་ན་སྐྱམ་ཡང་། སྟོན་བཞུགས་པ་ཞིག་གིས་ལུག་མང་པོ་གསོད་སྐྱབས། སྐྱ་  
 མ་འགའ་བསད་ཅིན་ནས། གཅིག་གསོད་རྒྱར་ཐག་པས་བསྐྱམས་པའི་བར་  
 དེར། བཞུགས་པའི་གྲི་དེ་ལུག་གཅིག་གི་ཉི་འགམ་ན་ཡོད་པ། ལུག་དེས་གྲི་དེ་  
 ལ་ལག་པས་ས་བཀའ་སྟེ་སྐྱ་བའི་ཚུལ་བྱས་པའི་རབས་ལྟར་འདིགས་སྐྱག་  
 དང་སྐྱག་བསྐྱེལ་བཟོད་དཀའ་བ་ཡོད། དེ་ལྟར་ཅི་དྲག་ལ་ཐུག་པ་དེ་བཞིན་དུ་  
 ད་ལྟ་གསོད་སར་མ་སྐྱེབས་པར། རི་ལ་རྩ་ཁར་འགྲིམ་པའི་ལུག་དེ་དག་ཀྱང་།  
 སྐྱ་ཕྱིརི་བྱད་ཅ་མ་ལས་དེ་དང་བྱད་པར་མེད་པ་ཞིག་འོང་། དེ་དག་ཆེ་རབས་  
 སྐྱ་མའི་རང་གི་མ་བྱས་ཚུལ་བསམས་ནས་སྙིང་རྩེ་བསྐྱོམ། དེ་ལ་སྟོང་བ་  
 སྐྱེས་པ་ན། སྐྱར་རང་སྟོང་དུ་བསྐྱོམས་པའི་དན་སོང་གི་སྐྱག་བསྐྱེལ་རྣམས་  
 བསམས་ཏེ། སེམས་ཅན་གཞན་རྣམས་ཀྱང་དེ་ལྟར་སྐྱག་བསྐྱེལ་སྟོང་དང་  
 སྟོང་བཞིན་པ་རྣམས་བསྐྱོམས་ནས། ཨ་མ་དེ་དག་འགའ་ཞིག་ནི་དཔྱལ་བར་



ལྷགས་སྒྲིག་ཏུ་བསྒྲིག། །ཁོ་ཆུང་འཆོད། འགའ་ཞིག་ནི་ཡི་དྲགས་སུ་སྒྲིལ་  
ནས་བཀྲེས་སྒྲོམ་གྱིས་གདུང་བ་སོགས་བསམས་ནས་སྙིང་རྩེ་བསྒྲིད། དེ་ལ་  
སྙིང་རྩེ་སྒྲིལ་བ་ན། དཔེར་ན། རི་ལ་ཡོད་པའི་ལྷག་དང་གསོད་བཞིན་པའི་  
ལྷག་གཉིས་གསོད་པ་སྒྲིལ་བ་ཅམ་ལས་བྱུང་མེད་པ་བཞིན། ད་ལྟ་མི་ཡིས་ན་  
སྒྲིག་པ་བྱེད་པར་པོ་སྒྲིན་མདོག་ཁ་བ་རྣམས་ཀྱང་ངན་སོང་དུ་སྤྱང་བར་ངེས་  
པས་ད་ལྟ་སྤྱང་བཞིན་པ་རྣམས་དང་བྱུང་མེད་ཚུལ་བསམ།

དེ་ནས་ཆེ་འདིའི་ཨ་མས་ཀྱང་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱི་རྒྱ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པ་  
ལ་སྙིང་རྩེ་བསྒྲོམ། དེ་ནས་གཉིན་འབྲེལ་སོགས་གཞན་རྣམས་གྱིས་ཀྱང་ཆེ་  
འདིའི་སོ་ཆེས་སྒྲིག་སྤྱང་ཁོ་ན་ལ་བཅོན་ཞིང་། ད་ལྟ་མཐོ་རིས་གྱི་གནས་  
སྐབས་ནའང་སྤྱག་བསྐྱེད་གསུམ་གྱིས་མཉམ་བཞིན་དུ། ད་དུང་དེ་ལས་ཆེས་  
ཆེ་བའི་ངན་འགྲོའི་སྤྱག་བསྐྱེད་སྤྱོད་འགྱུར་གྱི་རྒྱ་ལ་བཅོན་པ་དང་། དེར་  
མ་ཟད། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱི་རྒྱ་ལ་  
སྤྱད་སྤྱད་པ་ཡིན་པས་ཨ་མ་དྲིན་ཅན་འདི་དག་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་  
གྱི་རྒྱ་དང་བྲལ་ན་ཅི་མ་རུང་། དེ་ལྟར་བདག་གིས་བྲལ། །ཞེས་སྙིང་རྩེ་ཆེན་  
པོ་བསྒྲིད་ཅིང་། སྤྱི་དཀའ་བ་རྣམས་ལ་དམིགས་སུ་བཀར་ཏེ་བསྒྲོམ། ཆངས་  
པ་སོགས་ལ་སྤྱི་དཀའ་ན་སྤྱིས་བུ་འབྲིང་གི་སྐབས་ལྟར་བསམས་པས་སྤྱི་བ་  
འོང་། སྙིང་རྩེ་ཆེན་པོ་རྒྱད་ལ་སྤྱིས་པའི་ཆད་ནི། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱག་  
བསྐྱེད་དང་བྲལ་འདོད་ཨ་མས་བུ་གཅེས་པ་ནད་དག་པོ་ལྟ་བུའི་སྤྱག་བསྐྱེད་  
ཅན་ཞིག་ལ་སེམས་པ་བཞིན་བཟུང་བརྟུང་གི་ཆེ་ཆུན་ཆད་དུ་བྱུང་ན་སྤྱིས་

བ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་སྤྱག་བསྐྱེད་ལས་བྱུང་འདོད་ཅེས་གྱི་སྒྲིང་རྒྱུ་ནི། ཉན་  
 རང་དང་སྤྱན་མོང་བའི་སྒྲིང་རྒྱུ་ཡིན་ལ། སྤྱག་བསྐྱེད་ལས་སྐྱེད་འདོད་གྱི་སྒྲིང་  
 རྒྱུ་ནི་ཐེག་ཆེན་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡིན་པས་སྤྱི་མ་འདི་བསྐྱེད་པར་བྱེད།  
 དེས་ན། འདི་དག་སྤྱི་དཀར་ཡང་སྤྱི་ཐབས་ལ་བཅོམ་པ་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་དེ་  
 འབད་དགོས། སྤར་རང་ཉིད་ན་སྤྱིང་བའི་ནད་དྲག་པོ་དེ་འདྲ་ཞིག་མི་གཞན་ན་  
 བ་མཐོང་ན་རང་ཉིད་གྱི་སྤྱིང་བ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་སྒྲིང་རྒྱུ་བ་བཞིན།  
 སྤྱིས་བྱ་རྒྱུང་འབྱིང་གི་སྐབས་སུ་འཁོར་བ་དང་རན་སོང་གི་སྤྱག་བསྐྱེད་རང་  
 ཉིད་དུ་ལེགས་པར་བསྐྱོམས་པ་ནམས་ལ་སྤྱི་སྤྱི། སེམས་ཅན་ལ་གཅེས་ཤིང་  
 བངས་པའི་ཡིད་འོང་གི་བྱམས་པ་དང་། བདེ་བ་དང་སྤྱན་འདོད་གྱི་བྱམས་  
 བ་གཉིས་བྱམས་པར་མཚུངས་ཀྱང་སྤྱི་བྱེ་བྱག་ལྟ་བུའི་བྱད་པར་རྒྱུང་བད་  
 ཡོད། ཡིད་འོང་གི་བྱམས་པ་ནི་མར་ཤེས་བྱིན་བྱིན་བྱིན་གཙོ་གསུམ་གྱིས་  
 བངས་ཤིང་། དེས་སྒྲིང་རྒྱུ་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པས་སྒྲིང་རྒྱུ་ཆེན་པོའི་སྤྱན་  
 དུ་དེས་པར་འགྲོ་དགོས། བདེ་བ་དང་སྤྱན་འདོད་གྱི་བྱམས་པ་དང་སྒྲིང་རྒྱུ་ལ་  
 རྒྱ་འབྲས་གོ་རིམ་གྱི་དེས་པ་མེད། ལམ་རིམ་ཆེན་མོར་བྱིན་གཙོའི་མཛུགས་  
 ཐོགས་དེར་བདེ་བ་དང་སྤྱན་འདོད་གྱི་བྱམས་པ་བསྐྱོམ་ཚུལ་གསུངས་པ་  
 ལྟར་འགའ་ཞིག་ལ་དེ་ལྟར་སྒྲིང་རྒྱུ་ཆེན་པོ་བསྐྱོམ་ནའང་རུང་མོད། སྤྱིང་  
 ཚུལ་མན་ངག་ལྷགས་ལྟར་བྱེད་ན་བདེ་བ་དང་སྤྱན་འདོད་གྱི་བྱམས་པ་སྒྲིང་  
 རྒྱུ་ཆེན་པོ་སྤྱི་བསྐྱོམ། དེ་ནས་སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་འཛུགས་པ་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་ན་  
 བདེ་བ་དང་སྤྱན་འདོད་གྱི་བྱམས་པ་གཙོ་བོར་མཚམས་འདིར་བསྐྱོམ་ཞིང་།

ལམ་རིམ་ཆེན་པོའི་ས་བཅད་ལྟར། སྒྲིང་རྗེའི་སྒྲོན་དུའང་ཡིད་འོང་གི་བྱམས་  
པ་དང་སྒྲུགས་ནས་རྩུང་བྱང་བསམ་དགོས་གསུངས།

དུག་པ་ལྟག་བསམ་ནི། མའི་ཁུར་བྱ་ལ་བབས་པ་བཞིན། སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲུག་བསྐྱེད་པའི་ས་བཅད་། བདེ་བ་ཐམས་ཅད་སྒྲུབ་པའི་ཁུར་  
རང་གིས་སྤྱོད་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ལ་བདག་རང་གིས་འགོད་ཅེས་ཐག་  
བཅད་པ་ནི། ཉན་རང་ལས་ལྟག་པའི་བསམ་པ་སྟེ། དཔེར་ན་མི་ཞིག་གཡང་  
དུ་ལྷུང་བ་མཐོང་བ་མ་བཟོད་ནས་དེ་འདྲོན་མཁན་བྱུང་ན་ཅི་མ་བྱུང་སྟུང་པ་  
ལྟ་བུ་ནི་བྱམས་པ་སྒྲིང་རྗེ་གཉིས་དང་མཚུངས་ཤིང་། དེ་ལྟར་མ་བཞག་པར་  
རང་གིས་འདྲོན་རྒྱར་སྒྲོ་ཐག་བཅད་པ་ནི་ལྟག་བསམ་དང་འབྲེལ་བས། སྒྲིར་  
བྱམས་པ་དང་སྒྲིང་རྗེ་ཅེས་ཉན་རང་ལ་ཡོད་ཀྱང་། ལྟག་བསམ་དེ་འབྲེལ་ཉན་  
རང་ལ་མེད། ལྟག་བསམ་འདི་དང་རྒྱུ་གཞིའི་སྐབས་ཀྱི་ཁུར་སྤྱོད་ལྟགས་ནི།  
དཔེར་ན་ཆོང་པས་ནོར་རྩ་ཉོ་བར་རྩེ་པ་དང་། ཆོང་ཐག་བཅད་པ་བཞིན་  
ཀྱི་སྒྲོ་ཐག་བཅད་པ་དང་། མ་བཅད་པའི་བྱུང་པར་ཡིན་ཞེས་སྒྲུབ་རིམ་པོ་  
ཆེས་གསུང་གསུངས།

བདུན་པ་སེམས་བསྐྱེད་ནི། དེ་ལྟར་ཁུར་དུ་སྤྱོད་བ་ན། རང་ལ་དེ་འབྲེལ་  
རྒྱས་པ་ཨོ་ཡོད་བཟླ་ན། རང་ལ་ནི་སེམས་ཅན་གཅིག་གི་དོན་བྱེད་པའི་  
རྒྱས་པ་འདྲ་མེད། འོན་ཀྱང་དོན་བྱེད་པར་རྒྱས་མཁན་ཞིག་བཅུ་ལ་ནས། དེའི་  
གོ་འཕང་ཐོབ་པར་ཨོ་རྒྱས་བསྐྱེད་དགོས་པས། རེ་ཞིག་འཛིག་རྟེན་འདིར་ཆེ་བ་  
ཆངས་པ་དང་བརྒྱ་བྱེན་སོགས་ཀྱིས་ནི། སེམས་ཅན་ཀྱི་དོན་ཆ་ཅེས་ཡང་

མི་རྒྱས་ཤིང་། ཉན་རང་དགྲ་བཅོམ་པ་ཡང་འཆིང་བ་ཐམས་ཅད་མ་སྤངས་  
 པས། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ཡང་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལས་མི་རྒྱས། བྱང་སེམས་ས་  
 དང་པོ་བ་ལྟ་བུར་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་པ་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་ཡང་དེས་སྐྱེ་བ་  
 གཅིག་ཐོགས་ཀྱི་བྱང་སེམས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་པའི་ཆ་ཙམ་  
 མི་བསྐྱེད་ལ། དེས་ཀྱང་བྱང་སེམས་སྲིད་པ་ཐ་མ་བ་བྱང་ཆུབ་ཤིང་བྱང་གི་  
 གནས་སྐབས་ཀྱི་ཉིན་གཅིག་གི་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་གྱི་ཆ་ཤས་ཙམ་ཡང་མི་  
 བསྐྱེད་ནི། །བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཤིང་བྱང་གི་སེམས་དཔའི་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་འབྱུང་  
 བ་དེས་ནི། སངས་རྒྱས་ཀྱི་དཔེར་ཡང་མི་བཟོད་པ་ནམ་མཁའ་དང་ལག་  
 མཐིལ་ཙམ་གྱི་བྱད་ཡོད་པས་དེས་ན་སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་དང་བསམ་  
 པ། རྒྱད་ཆོད་དང་མཐུན་པར་གཞན་དོན་འབད་མེད་ལྟར་བྱུང་བ་ཏུ་འབྱུང་བ་  
 འགྲན་ལྷ་མེད་པ་ནི། སངས་རྒྱས་ཉིད་ཡིན་ཞིང་། དེའི་གོ་འཕང་ཐོབ་ན་ཡོན་  
 ཏན་འདི་དང་འདི་ཞེས་སྤར་སྐབས་འགྲོའི་སྐབས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རྣམས་འདིར་  
 སྤར་ནས། གཞན་དོན་བྱེད་པ་ལ་རྣམ་མཁྱེན་ཐོབ་པ་མེད་མི་རུང་བུ་དེས་  
 པ་བསྐྱེད་དེ། གཞན་དོན་དུ་རྫོགས་བྱང་དོན་གཉེར་གྱི་སློབ་སྐྱེད། འདི་དག་  
 རས་བཏང་སྟོམས། མར་ཤེས། སྤོང་བ། སྤོང་གཞོ་རྣམས་ནི་གཞན་དོན་དོན་  
 གཉེར་གྱི་སློབ་སྐྱེད་པའི་གཞི་སྒྲུབ་པ་ཡིན་ལ། བྱམས་པ། སྤྱིང་རྩེ། ལྷག་བསམ་  
 གསུམ་ནི། གཞན་དོན་དོན་གཉེར་གྱི་སློབ་སྐྱེད་པ་དངོས་ཡིན་པས། དེ་རྣམས་  
 རྫོགས་བྱང་ཐོབ་འདོད་སྐྱེས་པ་ན། སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་གཞན་དོན་ཕྱིར།  
 །ཡང་དག་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་འདོད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་མཆོད་ཉིད་

ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་སེམས་བསྐྱེད་ལ་ནི་གཞན་དོན་ལ་དགོས་པར་མཐོང་  
བ་ཅམ་གྱིས་བྲངས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐོབ་འདོད་ཅམ་གྱིས་མི་ཆོག་པར་རང་  
ཉིད་སྤངས་རྟོགས་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་དོན་ལ་ཡང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་  
འཕང་མ་ཐོབ་ཀ་མེད་དུ་མཐོང་ནས་དེ་ཐོབ་འདོད་དང་། དེ་ཡང་རང་ཁོ་ནའི་  
དོན་མིན་པར་སྤར་བྱམས་པ་སྙིང་རྗེ་ལྷག་བསམ་རྣམས་ཀྱི་སྐབས་གཞན་  
དོན་དོན་གཉིར་གྱི་སྒོ་རི་ལྟར་བསྐྱེད་པ་ལྟར་གཞན་དོན་དུ་ཡང་རྫོགས་བྱང་  
ཐོབ་འདོད་ཀྱི་བསམ་པ་ཞིག་བསྐྱེད་དགོས། དེ་ལྟར་བསྒྲོམས་ཀྱང་འཐོབ་ཨེ་  
བྱུང་སྟམ་ན། དེ་ངེས་པར་འཐོབ་རུས་ཏེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་འདི་བསྐྱེད་པའི་  
དུས་ད་ངེས་ལས་ལྷག་པ་མེད་དེ། ཉེན་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལུས་ཉེན་  
འདི་ལ་སྐྱབ་པས་ཆོག་པའི་ཉེན་ཐོབ། ཆོས་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ། དེའི་  
ནང་ནས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་དང་། ལྷག་པར་ཆེ་གཅིག་ལ་འཆང་རྒྱ་བར་  
རུས་པའི་གསང་སྤགས་ཀྱི་བསྟན་པ་དང་མཇུག། འདི་བྱུང་མཐའ་ངེས་མེད་  
ལ་ཡོད་པའི་བྲད་ཆོས་ཡིན། རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་སྟན་བརྒྱུད་ཀྱི་བསྟན་  
པ་འདི་ལ་མི་ལོ་བརྒྱ་གཉིས་ཅམ་ལ་འཆང་རྒྱ་བར་རུས་ཤིང་། དེ་ལས་ཀྱང་  
ཆེས་སྦྱར་བ་ལོ་གསུམ་ཕྱིགས་གསུམ་ཅམ་ལའང་བྱང་འཇུག་གི་གོ་འཕང་  
ཐོབ་པ་མང་པོ་བྱང་བ་སྤར་རྒྱལ་བ་ཡབ་སྲས་སོགས་དམ་པ་གོང་མ་དུ་མའི་  
རྣམ་ཐར་ལྟར་ཡིན། ང་ཆོས་དང་སངས་སྙིགས་དུས་རེད་ཟེར་ཡང་རང་ལ་ད་  
ངེས་ལས་དུས་བཟང་བ་སྟོན་ཆད་རྟོད་མ་སྟོང་བའི་ཆོད་ཡིན་ལ། རྗེ་མིད་  
ལ་དང་དབེན་ས་པས་ཐོབ་པའི་ལུས་ཀྱང་རང་གི་ལུས་ཉེན་འདི་ལས་ལྷག་

པ་མེད་པས། བྱ་བྱ་ཞ་བོས་རྒྱང་ལ་ཞོན་པ་ལྟར་ད་རེས་འབད་དགོས། རང་  
རེས་ལམ་རིམ་བསྐྱོམ་པ་ལ་ཤི་བ་ལས་མཆོར་བ་ཙམ་བྱེད། དེ་བས་དཔེ་  
སྟོན་པ་དང་སྟོབ་གཉེར་ཁ་ཏོན་ལྟ་བུས་མི་ཆེ་བསྐྱེལ་བ་ལ་དགའ་བ་ནི་གནད་  
མ་ཤེས་པ་ཡིན། ཕྱིས་ནས་ཏེན་འདི་ལྟ་བུ་ཨེ་ཉིད་མི་ཤེས། ཉིད་ཀྱང་བསྟན་  
པ་དང་། ཡང་སྟོས་ཆང་ལ་མ་ཞོར་བའི་རྒྱལ་བ་གཉིས་པའི་བསྟན་པ་འདི་ལྟ་  
བུ་དང་མངལ་བ་ཤིན་ཏུ་དགའ་ལ། དེའི་ཕྱིར་ཏེན་འདི་དང་མ་བྲལ་རིང་དེ་ལ་  
རྫོགས་བྱང་གི་རྒྱ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་འདི་ཨེ་སྐྱེ་ཞིག་བལྟ་དགོས།

འདི་གཅིག་སྐྱེས་ན་དེས་རང་ག་ཞན་གཉིས་ཀྱི་དོན་འབྱུང་སྟེ། སྤར་  
ཡུལ་ཁམས་གཅིག་ལ་ཐུ་གོ་བྱུང་སྟེ་མི་ཆང་ཞིག་གི་པ་བྱ་ཐམས་ཅད་ཤི་  
བར་ཉེ་བ་ན། ཉིན་གཅིག་ཤ་གཟུག་ཅིག་བྱུང་བ་དང་། ས་དེས་བསམ་པར།  
དེ་ཉིད་ཐམས་ཅད་ལ་བགོས་ཏེ་ཐོས་ཀྱང་། ཉུང་དུ་རེ་ལས་མི་ཐོབ་པས་  
བགྲེས་པ་མི་སེལ་ཞིང་ཡུད་ཙམ་ལས་མི་བརྟན་པར་ཤེས་ནས། དེ་བས་འདི་  
ཆང་མ་རང་གིས་ཐོས་ནས་ཐས་ཆོལ་བར་འགོ་རྒྱས་པའི་སྟོབས་བསྐྱེད་ལ།  
དེ་ནས་ཁོང་ཆོ་གསོ་སྙམ་ནས་ཤ་ཐམས་ཅད་ས་དེས་ཐོས་ཏེ་ཐས་ཆོལ་བར་  
ཕྱིན་ནས་ཐམས་ཅད་གསོས་པ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་གསང་སྤྲགས་ཉམས་  
སྤུ་ལེན་པ་དང་། མ་ཉི་ཐེང་སྟོར་གཅིག་བགྱང་བ་ཚུན་དང་། བྱ་རྒྱང་ལྟ་བུས་  
ཆོགས་ཆོས་བྱ་ཐེངས་གཅིག་འགྲིམ་པ་ཚུན་ཀྱང་སེམས་འདིས་ཐེན་པའི་སྟོ་  
ནས་བྱེད། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་རྩོལ་བཅས་ཀྱི་  
སྟོང་བ་ཐོན་ན་བྱ་རམ་གྱི་ཤུན་པ་ལྟ་བུའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྐྱེས་པ་ཡིན།



དེ་ཙམ་དུ་མ་ཟད། སེམས་ཅན་མཐོང་ཙམ་ནས་དེའི་དོན་དུ་རྫོགས་བྱང་ཐོབ་  
འདོད་ཀྱི་སེམས་ལ་རྩོལ་མེད་ཀྱི་སྤྱོད་བ་ནམ་ཐོན་བ་ན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
དངོས་གནས་པ་རྒྱུད་ལ་སྒྲིམ་པ་ཡིན་པས། དེས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོག་གས་  
ལམ་དུ་ཞུགས་ཤིང་། བསྐྱལ་ཆེན་གྲངས་མེད་གསུམ་དུ་ཆོག་གས་གསོག་པའི་  
འགོ་རྩོམ་པ་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་སྤྱོད་བ་ཐོན་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་རྒྱལ་  
བའི་སྤྲས་ཞེས་བྱ་བའི་མིང་ཐོབ་པ་སོགས་ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་པ་འབྱུང་།  
དེའི་ཐོག་སྤྲགས་ལམ་གྱི་སྒྲོན་མ་བཏབ་ནས་ཉམས་སུ་སྒྲུང་ན་འཆང་རྒྱ་བ་ལ་  
སྤྱར་ངེས་ཤེས་པ་འོང་། སེམས་བསྐྱེད་ལ་ངོ་བོའི་སྒྲོན་སྒྲོན་འཇུག་གཉིས་  
དང་། ས་མཆམས་ཀྱི་སྒྲོན་སྒྲོན་མོས་སྤྱོད་སོགས་བཞི་དང་། སེམས་བསྐྱེད་  
ཚུལ་གྱི་སྒྲོན་སྒྲོན་རྒྱལ་པོ་ལྟ་བུ་སོགས་གསུམ་དང་། གཞན་ཡང་སེམས་  
བསྐྱེད་ཉེར་གཉིས་སོགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་གྲང་ཤེས་པ་གལ་ཆེ་གསུངས།

དེས་རྒྱུ་འབྲས་མན་ངག་བདུན་གྱི་སྒྲོན་སྒྲོན་སེམས་བསྐྱེད་པ་སོང་ནས།  
ད་ནི་རྒྱལ་སྤྲས་ཆེན་པོ་ཞི་བ་ལྟའི་ལུགས་ཀྱི་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་  
སྒྲོན་སྒྲོན་སྤྱང་བ་འཆང་པ་ལ། དེ་ཡང་རྒྱུ་འབྲས་བདུན་མའི་སྒྲོན་སྒྲོན་སྤྱར་  
བཤད་པ་ལྟར་སྤྱངས་པས་གྲང་བྱང་སེམས་སྤྱེ་མོད། འོན་ཀྱང་སྒོ་དེ་ལྷགས་  
བྲག་པའི་ཕྱིར་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་སྒྲོན་སྒྲོན་སྤྱང་བ་ལ། ཕྱི་མ་འདི་  
སྤྱར་བཀའ་དམ་པར་མཛད་ཅིང་། འདི་དང་གཏོང་ལེན་གཉིས་ཟུར་དུ་བཀོལ་  
བ་ལ། སྒོ་སྤྱོད་ཞེས་གྲགས། བདག་གཞན་བཞེད་པའི་ཆོས་འདི། སྤྱོད་འཇུག་  
ལས། གང་ཞིག་བདག་དང་གཞན་རྣམས་ནི། །སྤྱར་དུ་བསྐྱབ་པར་འདོད་

པ་དེས། །བདག་དང་གཞན་དུ་བརྟེན་བྱ་བ། །གསང་བའི་དམ་པ་སྤྱད་པར་  
བྱ། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྟོན་མིན་གྱི་སྟོང་མི་ཆུད་པས། རྫོང་པོ་ཆེན་པོ་  
ནས། མཆད་ཁ་བའི་བར་སྒྲོག་ཆོས་སུ་མཛད་ནས་བཀའ་རྒྱ་མར་གནང་། སྟོ་  
སྟོང་གི་སྟོར་ལ། མ་བྱ་དུག་འཛོམས་སོགས་མང་ཡང་སྟོ་སྟོང་གི་ལམ་གྱི་  
ལུས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ནི། དོན་བདུན་མར་གྲགས་པ་འདི་ཉིད་ཡིན་པས་  
འདི་བསྟན་ནས་ཉམས་སུ་སྤང་ན་སྤྲ་མ་བས་ཀྱང་པན་ཆ་བས་ཆེ་བའི་བྱིར་  
ད་ལམ་འདིར་དོན་བདུན་མའི་རྩ་བའི་ཡིག་རྟེན་གྱི་སྟོང་ནས་བྲིད་འབྲུལ་བ་  
ཡིན། འདི་ལ་བཤད་ལུགས་མི་འདྲ་བ་མང་ཡང་ད་དེས་འདིར་དདུལ་ཆུ་ཡབ་  
སྤུས་གྱི་བྲིད་རྒྱན་ལྟར་བྱེད་པ་ཡིན་པས། དང་པོར་མཛད་པ་པོའི་ཆེ་བ་སྟོན་  
པ་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་ནས་བརྒྱུད་དེ་རྫོང་པོ་ཆེན་པོའི་བར་དང་། དེས་འབྲོམ་  
རིན་པོ་ཆེར་བཀའ་རྒྱ་དང་བཅས་གནང་། དེས་སྟོབ་མ་རྣམས་ལ་ལམ་རིམ་  
ཆོགས་ཆོས་དང་། འདི་གསང་བའི་སྟོ་ནས་པོ་རྟོ་བ་སོགས་ལ་གནང་ཞིང་།  
པོ་རྟོ་བས་སྤང་ཤར་གཉིས་ལ་གནང་། ཤར་བས་ཁོང་གི་སྟོབ་མ་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་ཀྱི་བཀའ་བབ་པ་དག་བཤེས་མཆད་ཁ་བ་ལ་གནང་ཞིང་། མཆད་  
ཁ་བའི་སྤྱ་དུས་ནས་ཆོགས་ཆོས་སུ་བྱང་བ་ཡིན་ལ། དག་བཤེས་མཆད་ཁ་  
བ་ནི་རྟེན་མའི་སྤྲགས་འཆང་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་གདུང་རྒྱུད་དུ་འབྱུངས། རིག་  
གནས་སྤྱ་སོགས་ལ་ཤིན་ཏུ་མཁས་ཀྱང་མ་ཆིམ་པར། ཁེ་དང་རྒྱལ་ཁ་  
གཞན་ལ་བཏང་། །ཁྱོད་དང་བུ་ཁ་ཁ་རང་གིས་ལེན། །ཞེས་སོགས་སྤང་  
ཐང་པའི་སྟོ་སྟོང་ཆོགས་བརྒྱུད་མ་གཟིགས་པའི་དོན་རྩད་བཅད་པར་བྱོན་

པ་ན། སྤང་ཐང་པ་ག་ཞེགས་ཟིན་ཤུལ་ཤར་བ་དང་མཛལ་ནས། སྒོ་སྤྲུང་གི་  
གདམས་ངག་ཞུས་ཏེ་བསྒྲོམས་པས་བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་སྤྲུགས་རྒྱུད་ལ་  
འབྱུངས། མཛེན་དུ་ཅན་མང་པོར་ཡང་གདམས་པ་འདི་གནང་ནས་བསྒྲོམས་  
པས་ནད་ལས་གྲོལ་བས་མཛེ་ཆོས་སྤྱ་གྲགས་པའང་བྱུང་། སྒྲིམ་གསང་  
ཆོས་སྤྱ་བྱས་ན་ཞིན་ཏུ་པངས་པར་དགོངས་ནས་ཆོགས་བཤའ་དུ་གནང་སྟེ།  
དེ་ཉིད་ཡི་གེར་བཀོད་པ་དོན་ཆོན་བདུན་དུ་བཅད་པའི་སྒོ་སྤྲུང་དོན་བདུན་མ་  
འདི་མཛད། མན་ངག་བདུད་ཅིའི་སྒྲིང་པོ་ཞེས་པ་ནི། འཆི་བ་མེད་པ་སངས་  
རྒྱས་གྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་བྱེད་གྱི་གདམས་པའི་མཐར་སྤྲུག་སྒོ་སྤྲུང་ལ་བྱེད།  
ཆོས་གྱི་ཆེ་བ། རྫོ་རྩེ་པ་ལམ་དང་འབྲུ་ཚུལ་སྤར་པན་ཡོན་གྱི་སྐབས་ཞུས་པ་  
ལྟར་དང་། ཉི་མའི་འོད་གྱི་ཆ་ཤས་ཅམ་གྱིས་ཀྱང་ལུན་པ་སེལ་རྒྱས་པ་བཞིན་  
གཅེས་འཛིན་གྱི་ལུན་པ་སེལ་བ་དང་། ལུན་གྱི་སྒྲོན་ཤིང་ཅུང་ཟད་ཅམ་གྱིས་  
ཀྱང་ནད་སེལ་རྒྱས་པ་ལྟར་གཅེས་འཛིན་གྱི་ནད་སེལ་བ་དང་། སྒྲིགས་མ་ལྟ་  
བདོར་ཆོས་ལམ་དུ་མི་འགོ་བའི་སྐབས་སྒོ་སྤྲུང་གིས་གྲོགས་བྱས་ནས་རྒྱུན་  
ངན་གྱིས་མི་འབྲུགས་པ་སོགས་གྱི་ཆེ་བ་དུ་མ་དང་ལྡན།

འདིའི་ཐོག་མར་སྤྲུགས་རྩེ་ཆེན་པོ་ལ་སྤྲུག་འཆལ་ལོ། །ཞེས་པ་ནི་  
འཕགས་པ་སྤྲུན་རས་གཟིགས་ལ་སྤྲུག་འཆལ་བ་མིན་གྱི། སྒོ་བ་དཔོན་ལྷ་  
བ་གྲགས་པས། དབྱ་མ་འབྲུག་པའི་དབྱར་སྒྲིང་རྩེ་ལ་མཆོད་བརྗོད་མཛད་  
པ་བཞིན་འདིར་ཡང་སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོ་ལ་མཆོད་པར་བརྗོད་པའོ། །དེ་ནས་སྒོ་  
སྤྲུང་དངོས་གཞི་ལ་དོན་ཆོན་བདུན་ལས། དང་པོ་སྒྲོན་འགྲོ་རྟེན་གྱི་ཆོས་

བསྟན་པ་ཞེས་པ་སྐྱེས་བྱ་ཆུང་འབྲིང་གི་ལམ་ལ་སློ་སྦྱངས་པ་དེ་ཡིན་ལ། དེ་  
ནི་ལམ་རིམ་ལས་བཞུད་པ་དང་བྱུང་མེད་པས་གསར་དུ་བཞུད་མི་དགོས་  
སོ།།

གཉིས་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཉིས་སྦྱང་བ་ལ། དོན་དམ་སེམས་  
བསྐྱེད་དང་། གྱུན་རྒྱུ་སེམས་བསྐྱེད་གཉིས་ལས། ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་  
ཅན་དབང་རྣམས་དག་གི་དབང་དུ་བྱས་ནས། སྒྲ་རབས་ཀྱི་བྲིད་ཡིག་རྣམས་སུ་  
དང་པོར་དོན་དམ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་སློ་ནས་སློ་སྦྱང་བ་འདིར་གསུངས་གྲང་།  
སློན་དུ་ཐབས་ཀྱི་ཆ་མ་བསྟན་པར་དོན་དམ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་སློ་སྦྱང་ཚུལ་  
བཞུད་ན་བྱུང་ཆེན་སྒྲ་པོའི་ཀོ་བ་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་འགྲོ་བ་ཡང་སྤྱིད་པས།  
འདིར་ཆེ་སྒྲིང་ཡོངས་འཛིན་གྱི་ཐུག་སློལ་ལྟར་དོན་དམ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་  
སློ་སྦྱང་བ་སློན་དུ་མི་འཆད་པར་ཤེས་རབ་ཀྱི་པར་སྤྱོད་འོག་ཏུ་འབྱུང་བས་  
དོན་དམ་སེམས་བསྐྱེད་དེ་དང་སྒྲགས་ནས་འོག་ཏུ་འཆད་གསུངས། གཉིས་  
པ་གྱུན་རྒྱུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་སློ་སྦྱང་བ་ལ། འདིའི་མན་ངག་གི་བྲངས་  
ནི་མཛུ་འཕོའི་བྱ་མའི་གཏམ་རྒྱུད་ལྟར་དང་། སོགས་ཁོངས་སུ་ཡོད་པ་སློན་  
པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་སློན་སློབ་པ་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་དཔྱལ་བའི་ཤིང་རྩ་  
འབྲེན་པའི་གྲུ་དུ་འབྱུངས་སྐབས་ཐུགས་བསྐྱེད་པ་སོགས་ཡིན།

དེ་ལ་ལྷ་ལས། དང་པོ་བདག་གཞན་མཉམ་པར་བསྐྱོམ་པ་ནི། ཐོག་  
མར་སྒྲར་གོང་དུ་བཞུད་པའི་བཏང་སྟོམས་ནས་ཡིད་འོང་གི་བྱམས་པ་ལ་མ་  
ཐུག་བར་གོང་དུ་བཞུད་པ་ལྟར་སློན་དུ་བཏང་། དེ་ནས་སྒྲ་མཆོད་ལས། ཐུག་

བསྐྱེད་པ་སྒྲུབ་པའི་ཕྱི་ལོ་འདོད་ཅིང་། །སོགས་སྒྲུབ་བསམ་དགོས་པས་ད་ལྟ་  
རང་རེས་བདག་ཟེར་བ་ན། །ཞིན་ཏུ་གཅེས་ཤིང་པངས་ལ་གཞན་དེ་སྒྲུབ་དུ་མི་  
བསྐྱེད་བ་ནི། བདག་གཞན་མ་མཉམ་པ་ཡིན་འདུག་ཀྱང་། བདག་གཞན་གཉིས་  
ལ་བྱད་པར་ཆེན་པོ་དེ་ཅམ་མི་རིགས་ཏེ། བདེ་བ་འདོད་ཅིང་སྤྱད་བསྐྱེད་མི་  
འདོད་པ་རང་དང་གཞན་གཉིས་ཀ་མཚུངས་པས་སོ་སྒྲུབ་དུ་བསམ་དགོས།  
དང་པོ་འདི་ལ་དེ་ཅམ་ལས་གཞན་རིགས་པའི་རྣམ་གྲངས་མང་པོ་མེད། སྒོ་  
སྒྲོལ་གི་སྐབས་འདིར་མར་ཤེས་ཅིན་ཅན་ཅིན་གཙོ་གསུམ་དང་། མཐུག་གི་  
སྤྱད་བསམ་དང་། བྱད་སེམས་ལ་སྤྱར་རྒྱ་འབྲས་བདུན་གྱི་སྐབས་དང་བྱད་  
མེད་ཀྱང་། ཡིད་འོང་གི་བྱམས་པ་དང་སྤྱིང་རྩེ་གཉིས་ལ་སྐྱབས་ཆེ་ཆུང་གི་  
བྱད་པར་ཡོད། དེ་གཉིས་ལ་བྱད་འདོན་ཚུ་ལ་ཡང་། ཅིན་ཅན་གྱི་སྐབས་སྤྱི་  
སྒྲུབ་ལ་ཨ་མ་བྱས་པའི་སྐབས་ཀྱི་ཅིན་ཅན་ཚུ་ལ་ལས་མེད་ལ། འདིར་ནི་ཨ་  
མ་མ་བྱས་པའི་གནས་སྐབས་སྤྱིང་ཅིན་ཅན་ཚུ་ལ་ཡོད།

བདག་གཞན་བརྩེ་བ་ལ། དེའི་སྒྲོན་དུ་འགལ་རྒྱུན་བདག་གཅེས་འཛིན་  
གྱི་སྒྲོན་དང་། མཐུན་རྒྱུན་གཞན་གཅེས་འཛིན་གྱི་ཡོན་ཏན་བསམ་དགོས་  
པས། གཉིས་པ་བདག་གཅེས་འཛིན་གྱི་སྒྲོན་སྒྲོ་དུ་མ་ནས་བསམ་བ་ནི། ལྷ་  
མཆོད་ལས། རང་ཉིད་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་གཅོང་ནད་འདི། །མི་འདོད་  
སྤྱད་བསྐྱེད་བསྐྱེད་པའི་རྒྱར་མཐོང་ནས། །སོགས་དང་། སྒྲོལ་འཐུག་ལས།  
འཛིན་ཏེན་སྤྱད་བསྐྱེད་ཅི་སྤྱོད་པ། །དེ་ཀྱང་བདག་བདེ་འདོད་ལས་བྱུང་།  
།ཞེས་དང་། འཛིན་ཏེན་དག་ན་འཆེ་བ་གང་ཡོད་དང་། །འཛིན་དང་སྤྱད་

བསྐྱེད་པའི་སྒྲིབ་ཡོད་གྱུར་པ། །དེ་ཀྱན་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་ལས་བྱུང་ན། །འདྲེ་  
 ཆེན་དེས་ཀོ་བདག་ལ་ཅི་ཞིག་བྱ། །ཞེས་དང་། །འདིའི་རྩ་ཆོག་ལས་ཀྱང་།  
 །ལེ་ལན་ཐམས་ཅད་གཅིག་ལ་བདལ། །ཞེས་པ་སྟར་རང་ལ་མི་འདོད་པ་གང་  
 བྱུང་བ་ཐམས་ཅད་རང་གཅེས་འཛིན་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། མཆོན་དང་།  
 དུག་དང་། ལྷ་ལྷ་སོགས་མི་མ་ཡིན་གྱི་གནོད་པ་དང་། དཔྱལ་བ་ཡི་དྲགས་  
 དུད་འགོ་སོགས་སྐྱ་སྐྱེ་བའང་རང་བདེ་ཐབས་ཀྱི་ཁེ་ཞིག་ཐོབ་པའི་རེ་བ་  
 བྱས་ནས་གཞན་གྱི་སྒོག་བཅད་པ་དང་། སེར་སྒྲ་བྱས་པ་དང་། གཞན་ཁྱད་  
 དུ་བསད་པ་སོགས་ཀྱི་སྒྲོན་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་ད་ལྟ་སྤྱད་མཁྲིས་བད་ཀན་  
 སོགས་ན་ཆོ། དགྲའི་འཛིགས་པ་དང་། གྲོད་ཁ་མཆུ། དཔོན་པོའི་ཁྲིམས་  
 ཀྱི་འཛིགས་པ་སོགས་ཐམས་ཅད་རང་གཅེས་པར་བཟུང་ནས་བས་ཀྱི་ཆོད་  
 མ་བེན་པ་སོགས་དང་། ལྷོ་གོས་གཏམ་གསུམ་སྒྲོས་མ་ཐོངས་པ་དང་། རྒྱ་  
 མ་ཐེག་པའི་སྒྲོན་ཁོ་ན་ཡིན་ཞིང་། མཐོ་ས་ནས་འཛིག་ཏེན་གྱི་རྒྱལ་སྒྲོན་  
 དང་རྒྱལ་ཁབ་པན་ཚུན་འཐབ་པ་ནས་བཟུང་སྟེ། དམའ་ས་ནས་འབངས་མི་  
 ཁྲིམ་སོགས་མི་མཐུན་པ་དང་། གྲ་རྒྱུང་པན་ཚུན་འཐབ་པ་ཚུན་རང་གཅེས་  
 པར་བཟུང་བའི་སྒྲོན་ཏེ། གཅེས་འཛིན་མ་བྱས་པར། ང་ལ་ཁྱད་པར་མེད་  
 ཁྲོད་གང་དགའ་གྱིས་ཟེར་བ་ཞིག་བྱུང་ན། སྒྲ་མའི་སྒྲོན་དེ་དག་ཐམས་ཅད་  
 མི་འབྱུང་། རྒྱན་མ། རྒྱག་པ། ཐན་གྱི་བས་རྩམ་ཁྱུག་ལ་བྱ་ག་ཕྱག་ནས་མི་  
 བདེ་བ་བྱུང་བ་ཚུན་ཀྱང་རང་གཅེས་འཛིན་གྱིས་བྱས། དུག་གིས་ཤི་བ་དང་  
 ། བས་མ་འཕྲོད་ནས་ཤི་བའང་རང་གཅེས་པར་བཟུང་ནས་བས་མི་བ་དགྲ་བ་



མང་པོ་ཞིག་ཐོས་པ་ལས་བྱུང་བྱིར་དུག་གིས་བསད་པ་མིན་གྱི། རང་གཅེས་  
འཛིན་གྱིས་བསད་པ་ཡིན། ད་རེས་པར་གང་ཡང་མ་བྱས་པར་རྒྱན་ཁག་  
བྱུང་བ་ལྟ་བུ་ཡང་རང་གཅེས་འཛིན་གྱིས་གཞན་ལ་གཞོན་པ་བསྐྱུལ་བའི་  
འབྲས་བུ་ཡིན། དེར་མ་ཟད། མཐོ་རིས་དང་ཐར་བའི་སློག་གཅོད་པའི་བཤའ་  
པ་ལྟ་བུ། དུག་གསུམ་གྱི་རྒྱལ་བ་ཁུར་ནས་དགོ་བའི་ལོ་ཉོག་བརྒྱ་བའི་ཆོམ་  
རྒྱན་ལྟ་བུ། མ་རིག་པའི་ཞིང་ས་ལ་ལས་ངན་པའི་ས་བོན་བཏབ་ནས་འཁོར་  
བའི་ལོ་ཉོག་འབྲུབ་པར་བྱེད་པའི་སོ་ནམ་མཁན་ལྟ་བུ། མདའ་མདུང་གི་ཁ་  
འཐབ་པའི་དགྱིལ་ཚུན་ནས་ཁེ་ཞིག་ཐོབ་ཏུ་རེ་བའི་བརྒྱབ་སེམས་མཁན།  
གྲོང་འདུག་ན་སྒྲ་མ་མཁན་པོ་པ་མ་ཚུན་གྱི་ཐོག་ཏུ་འང་གཡུག་པོད་པའི་སྤྲེལ་  
མེད་གཞུང་ངན་པོ། ཐོག་མེད་ནས་ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་གང་གི་འང་དོན་མ་  
བྱུབ་པའི་སྒྲིན་མོ་ལག་སྟོང་ཅན། དེ་དོགས་མེད་པ་ལ་དེ་དོགས་བྱེད་མཁན།  
མཐོ་མཉམ་དམན་གསུམ་ལ་ཕྲག་དོག །འབྲན་སེམས། བྱུང་གསོད་བྱེད་  
ཅིང་། བསྟོད་ན་བྲེགས་ཤིང་སྤང་ན་ཁྲོ་བ། འཛིག་ཉེན་གྱི་མི་ལེགས་པ་ཐམས་  
ཅད་འགྲུགས་མཁན། མི་དགོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས། ཐོག་མེད་ནས་  
རང་ཉིད་སྤུག་བསྐྱུལ་ལ་སྒྱོར་མཁན་ཕྱང་བྱེད་ཏུག་པའི་མགོ་ཅན་དང་འབྲ་  
བའང་རང་གཅེས་འཛིན་ཡིན་པས། གཏད་རང་གི་སྤྱིང་དབུས་སུ་ཡོད་པ་  
ལ། བསྐྱུལ་དང་གཏོར་མ་བརྒྱག་ན་འདི་ཐོག་ཏུ་བརྒྱག་དགོས་པ་ལས། དེད་  
ཆོས་གཏོར་བརྒྱག་གི་སྐབས་དབྱ་ཨམ་ཞིག་ཡིན་ཟེར་ནས་མ་རྒྱན་སེམས་  
ཅན་གྱི་སྤྱིང་དུ་གཏོར་རྒྱག་བྱེད་པ་གོ་ནོར་བ་རེད།

གཅེས་འཛིན་ལ་ལྟས་ངན་གྱེའུ་མགོ་སྟོན་དང་། སྟོ་སྟོང་ལ་འགོང་པོ་  
 འགོང་རྫོང་གི་ཆོས་ཞེས་གསུངས་པའང་དེའི་གནད་གིས་ཡིན། སྒར་གཙོང་  
 པ་ཞིག་གིས་བཅན་གྱི་གནས་ས་འཕྲོགས་ཏེ་བསྐྱད་པའི་འབྲུལ་གྱིས། ཉིན་  
 གཅིག་གཙོང་པའི་སྟེན་བདག་གཉིས་འཐབ་ཚོད་བྱུང་བ་ན། གཙོང་པ་དེས་  
 སྟེན་བདག་གཉིས་ལ་བར་འདུམ་གྱེད་པར་སོང་བས་སྟེན་བདག་གཅིག་  
 གིས་མཆོན་འཕངས་པ་གཙོང་པ་ལ་ཐེབས་ཏེ་བསད་ཚུལ་བདག་གི་སྒྲ་མ་  
 རིན་པོ་ཆེས་གསུངས། དེ་ལྟ་བུའི་གིར་ཞེ་བ་སོགས་ཀྱི་རྩ་བའམ་ལན་རྩ་ཡང་  
 རང་གཅེས་འཛིན་འདི་ཁོ་ན་ལ་བྱུག་ཅིང་། སྟོང་འཇུག་ལས་ཀྱང་། ཡིད་ཁྱོད་  
 རང་དོན་གྱེད་འདོད་པས། །བསྐྱལ་པ་གངས་མེད་འདས་གྱུར་གྱང་། ། ངལ་བ་  
 ཆེན་པོ་དེ་ལྟ་བུས། །ཁྱོད་ཀྱིས་སྟུག་བསྐྱལ་འབའ་ཞིག་སྟུག། །ཅེས་གསུངས་  
 པ་བཞིན། རང་རེ་འཁོར་བ་ཐོག་མེད་ནས་སྟུག་ཏུ་འཇུག་མཁན་ནི་རང་  
 གཅེས་འཛིན་འདི་ཉིད་ཡིན། བདག་གཅེས་འཛིན་དང་བདག་འཛིན་གཉིས་  
 སོ་སོ་ཡིན་ཡང་སྟོ་སྟོང་ལས་གཅིག་ལྟ་བུར་གསུངས་པ་དེ་གཉིས་སྟོགས་  
 མཐུན་པས་ཡིན། མདོར་ན་དེ་གཉིས་ནི་ཉེས་པ་ཀྱན་གྱི་རྩ་བ་ལྟ་བུ་སྟེ།  
 གཅིག་གིས་ང་ང་སྟུམ་དུ་ང་བདེན་གྲུབ་ཏུ་བབྱུང་ཞིང་། གཅིག་གིས་ང་སྟོས་  
 མ་ཐོངས་པར་གཅེས་པར་བབྱུང་ནས་བསྐྱད་ཡོད་པ་ཡིན། མདོར་ན་ཉེས་པ་  
 ཐམས་ཅད་ང་བདེ་བ་ཞིག་དགོས་ཞེས་སྟོ་སྟུགས་སུ་བཞག་པ་དེ་ལས་བྱུང་།  
 དེ་ལྟར་རང་གཅེས་འཛིན་མ་བརྟུལ་ན་སྟེད་མི་འབྱུང་བས། དེ་སྟོན་རང་ལ་  
 སྟུག་བསྐྱལ་བྱུང་བའི་ལན་རྩ་རྩད་མ་བཅད་པས་ལན་པར་འདུག ད་ཕྱིན་

ཆད་ལན་ཅ་ཅད་ཆོད་པས་རང་གཅེས་འཇིན་འདི་ལ་དབྱར་བལྟས་ཏེ་སྒྲོང་  
ཐབས་བྱ་དགོས་གསུངས།

གསུམ་པ་གཞན་གཅེས་འཇིན་གྱི་ཡོན་ཏན་སྒོ་དུ་མ་ནས་བསམ་པ་ནི།  
ནི་བ་ལྟས། འཇིག་རྟེན་བདེ་བ་ཇི་སྟེད་པ། །དེ་ཀྱན་གཞན་བདེ་འདོད་ལས་  
བྱུང་། །ཞེས་དང་། ལྷ་མཆོད་ལས། མ་རྣམས་གཅེས་བཟུང་བདེ་ལ་འགོད་  
པའི་སྒོ། །མཐའ་ཡས་ཡོན་ཏན་འབྱུང་བའི་སྒོར་མཐོང་ནས། །ཞེས་སོགས་  
དང་། སྒོ་སྒྲོང་ལས། ཀྱན་ལ་བཀའ་ངེན་ཆེ་བར་བསྒྲིམ། །ཞེས་པ་ལྟར་མཛོན་  
མཐོའི་ལུས་ལོངས་སྟོད། འཁོར་སྤུན་ཆོགས་ཐམས་ཅད་གཞན་གཅེས་  
འཇིན་ལས་བྱུང་སྟེ། གཞན་གྱི་སློག་ལ་གཅེས་པར་བཟུང་ནས་སློག་གཅོད་  
མ་བྱས་པས་སློག་གཅོད་སྤངས་པའི་དགེ་བའི་འབྲས་བུ་རྣམས་སླིན་ཏེ་བདེ་  
འགྲོ་དང་ཆེ་རིང་བ་སོགས་འབྱུང་། གཞན་གཅེས་པར་བཟུང་ནས་སླིན་པ་  
བཏང་བ་དང་མ་བྱིན་ལེན་སྤངས་པ་སོགས་ཀྱིས་འབྱོར་པ་ཆེ་བ་སོགས་  
བསྟེན།

མདོར་ན། མང་དུ་བཤད་ལྟ་ཅི་ཞིག་དགོས། །བྱིས་པ་རང་གི་དོན་  
བྱེད་དང་། །ཐུབ་པ་གཞན་གྱི་དོན་མཛད་པ། །འདི་གཉིས་ཀྱི་ནི་ཁྱད་པར་  
སྟོས། །ཞེས་དང་། ལྷ་མཆོད་ལས། མདོར་ན་བྱིས་པ་རང་དོན་ཁོ་ན་དང་།  
།ཐུབ་དབང་གཞན་དོན་འབའ་ཞིག་མཛད་པ་ཡི། །སྒྲོན་དང་ཡོན་ཏན་དབྱེ་བ་  
རྟོགས་པའི་སྒོས། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་བཞིན། སྟོན་པ་དང་རང་གཉིས་  
དང་པོར་འཁོར་བར་འབྲམས་པ་འདྲ་མཉམ་ཡིན་ཡང་། ཐུབ་པ་མཆོག་དེས་

ནི་སྒྲོན་སྐབས་ཞིག་ནས། གཞན་གཅེས་པར་བརྒྱུད་བས་སྒྲོན་ཐམས་ཅད་  
 ཟད་ཅིང་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་རྫོགས་ནས་དོན་གཉིས་མཐར་ཕྱིན་ལ། རང་  
 རེས་འཁོར་བ་ཐོག་མེད་ནས་རང་གཅེས་འཛིན་ལ་སྟག་བྱས་ཏེ་ང་རང་བདེ་  
 བ་ཞིག་དགོས་སྟམ་དུ་བཙོན་བཙོན་ཀྱང་། ད་ལྟ་རང་དོན་སྟེ་གཅིག་ཙམ་  
 དང་། ཐ་ན་ངན་སོང་དུ་མི་འགྲོ་བའི་ཐབས་ཙམ་ཡང་བྱ་མ་ཐུབ་པ་ཙམ་དུ་  
 མ་ཟད། ད་དུང་སྟག་བསྐྱེད་ཁོ་ནས་མནར་བ་འདི་ལྟར་ཡིན། རང་རེས་དེ་  
 ལས་གོ་སྟོག་སྟེ་སྒྲོན་ཞིག་ནས་སྒྲོན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་གྱིས་མཛད་པ་བཞིན་  
 བྱས་ཡོད་ན། ད་ལྟ་རང་གི་སྟག་བསྐྱེད་ཀྱན་ཟད་ཅིང་། བདེ་བའི་མཆོག་དང་  
 ལྡན་ལ་གཞན་དོན་ཡང་ཐུན་སྟམ་ཆོགས་པར་ཐེ་ཆོམ་མེད་དེ། དེ་ལྟར་མ་  
 བྱུང་བས་དེང་སང་གི་ཁ་སྟབས་འདི་བྱུང་བ་རེད། བསྐྱང་གསོ་སོགས་ཀྱི་  
 ཆེ་དྲགས་པོ་དག་བཞེས་ཞིག་གིས་སྟོ་སྟོང་མཆོན་ཆ་འཁོར་ལོ། དེ་ལྟར་  
 ལགས་པས་དག་པོ་བདག་གིས་ཟིན། །ཞེས་པ་ནས། ཨེ་མ་བདག་འཛིན་  
 འདི་ཡིན་ཐེ་ཆོམ་མེད། །ཅེས་སོགས་ཡོད་པའི་སྟོ་སྟོང་གི་བསྐྱེད་དེ་དགོན་  
 པ་ཞིག་ཏུ་བསྐྱང་གསོའི་སྐབས་འཇུག་པར་མཛད། དེ་ལ་འཇུག་ཆེན་པོ་བྱུང་  
 བར་དག་དངོས་གནས་པ་དངོས་ཟིན་པའི་གནད་ཀྱིས་ཡིན། སྒྲོན་སྟགས་པ་  
 ཞིག་གིས་མཐུ་བྱས་ཏེ་རྒྱན་མ་མང་པོ་ཞི་བ་ན། ལབ་སྒྲོན་གྱི་སྟེན་སྟེན་པ་  
 དོན་གྱུབ་ཀྱིས་གཅེས་འཛིན་ལ་མཐུ་ཐེབས་པར་སྒྲོན་ཏེ་རང་གཅེས་འཛིན་  
 མ་བྱས་པས་སྟགས་པའི་མཐུས་གཞོད་མ་རྒྱས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་དང་།  
 འབྲུག་པ་ཀྱན་ལེགས་ཀྱིས་གཙུང་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་རིམ་གྲོ་མཛད་པ་ན་གཏོར་

ཐོར་བྱིར་མ་འཕངས་པར། གཅེས་འཛིན་ལ་བརྒྱུག་པའི་བསམ་བས་གཙུང་གི་སྒྲིལ་པར་དུ་འཕངས་པའི་རབས་གསུངས། སྟོན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་གྱིས་གཞན་གཅེས་པར་བཟུང་བ་ཡང་སྒྲུལ་པོ་བརྒྱ་ཅན་དུ་འབྱུངས་སྐབས་ནད་ཡམས་ཞི་བའི་བྱིར་ཉ་རོ་ཉི་ཉའི་སྒྲིལ་བ་བཞེས་ཏེ། དེའི་ཤས་སེམས་ཅན་མང་པོའི་ཡམས་ནད་གསོས་པ་དང་། རུས་སྒྲུལ་དུ་འབྱུངས་སྐབས་སྒྲིལ་མཆོར་ལྷུང་བའི་ཆོང་པ་ལྟ་བུ་སྒྲིལ་མཆོའི་ཚུ་རོལ་དུ་བསྒྲུལ་ཞིང་། སྒྲིལ་སྒྲུལ་འབྱུང་བརྒྱད་ཁྲི་ལ་བྱིན་པ་དང་། རྒྱལ་པོ་དཔལ་གྱི་སྒྲེས་སྒྲིལ་གྱི་ཕྱི་བྱིན་པ་དང་། གཙུག་ན་རིན་ཆེན་གྱིས་དབུའི་གཙུག་ཏྲོར་གྱི་ལྷོ་རྒྱ་སྒྲིལ་ལས་དངོས་སུ་བཅད་དེ་གཞན་ལ་གནང་བ་དང་། རྒྱལ་སྐས་སྒྲིལ་སྒྲོབས་ཆེན་པོས་སྒྲིལ་མོ་བཞེས་པ་རང་གི་བུ་ལ་ཟར་ཉེ་བ་ཞིག་ལ་ལུས་བྱིན་པ་དང་། ལྷོ་རྒྱ་གྱིས་དབུ་བྱིན་པ་སོགས་གྱི་རབས་སྒྲིལ་པར་གསུངས་ནས། སྟོན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་དེས་དེ་ལྟར་མཛད་ལ། དེད་ཆོས་རང་འབའ་ཞིག་མ་གཏོགས་བསམ་སྒྲིལ་མེད་པ་འདིས་དེ་ལྟར་དཀའ་ཡང་སྟོན་ལམ་ཚུན་བཏབ་སྟེ་སྒྲོང་དགོས།

གཞན་ཡང་། གཞན་གཅེས་པར་བཟུང་འོས་ཏེ། དཔེར་ན་འབྲས་བུ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་སྒྲིལ་བའི་ཞིང་ས་ལྟ་བུ་དང་། ཡིད་བཞིན་གྱི་ལྷོ་རྒྱ་དང་འབྲ་བར་གནས་སྐབས་གྱི་ཟས་གོས་སོགས་ཀྱང་སེམས་ཅན་ལ་བཞེན་ནས་འབྱུང་ཞིང་། སེམས་ཅན་གྱིས་རང་ཅག་ལ་ཨ་མ་བུས་པའི་ཆེ་བློན་ཆེན་པོས་བསྒྲུངས་པར་མ་ཟད། ཨ་མ་མ་བུས་པའི་གནས་སྐབས་ནའང་།

དེ་དག་གི་དྲིན་ཁོ་ནས་རང་ཅག་འཚོ་བ་སྟེ། དཔེར་ན་རྩམ་པ་ཁྲག་མ་གང་  
 ཡང་དང་པོར་སེམས་ཅན་འགའ་ཞིག་གིས་ཚོས་འདྲེན། འགའ་ཞིག་གིས་  
 ཚུ་བཏང་། འགའ་ཞིག་གིས་སྤྲུགས་བཅག་སྒྲོར་བ་སོགས་དཀའ་བ་དཔག་  
 མེད་བྱས། སྟོན་གནས་འདིའང་སེམས་ཅན་གྱི་དྲིན་ཏེ། མི་དང་དུད་འགྲོ་  
 མང་པོས་ས་བསྐྱུལ། ཅིག་པ་བཅིགས། ཤིང་བཅོས། ཚུ་བསྐྱུལ་བ་སོགས་  
 ལས་བྱུང་། གཟན་འདིའང་དང་པོར་ལྷག་མང་པོ་ཞིག་གི་བལ་བཏོན། དེ་  
 རྗེས་འགའ་ཞིག་གིས་འཐགས། འགའ་ཞིག་གིས་བཅོམ། ད་ལྟ་གྲོན་ཚོག་ཏུ་  
 གྱུར། གཞན་ཡང་གནས་སྐབས་དལ་འབྱོར་གྱི་རྟེན་རྟེན་པ་དང་། མཐར་ཐུག་  
 བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་ཅིང་། སྟོན་པ་ལ་སྟོབ་པ། སངས་རྒྱས་ཐོབ་པ་  
 མན་ཆད་སེམས་ཅན་གྱི་བཀའ་དྲིན་ཏེ་སྟོང་རྗེ་སྟེ་ཡུལ་དང་། སེམས་བསྐྱེད་  
 ཡུལ་དང་། སྦྱིན་ཡུལ་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་གཞི་དང་། བཅོད་པ་བསྐྱེད་  
 ཡུལ་སོགས་སེམས་ཅན་ཡིན་པས། དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སེམས་ཅན་གྱི་དྲིན་  
 ལས་བྱུང་། དེས་ན་སྟོན་འཇུག་ལས། སེམས་ཅན་རྣམས་དང་རྒྱལ་བ་ལས།  
 །སངས་རྒྱས་ཚོས་འབྲུག་འབྲུག་པ་ལ། །རྒྱལ་ལ་གྲུས་བྱ་དེ་བཞིན་དུ། །སེམས་  
 ཅན་ལ་མིན་ཅི་ཡི་ཚུལ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་  
 ཡང་བྱེད་སྒྲ་མའི་བཀའ་དྲིན་དང་། བྱེད་སེམས་ཅན་གྱི་དྲིན་གྱིས་ཐོབ་པ་  
 ཡིན་ཕྱིར་སྤང་ཐང་པས་ཀྱང་། བདག་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ། །ཡིད་  
 བཞིན་ནོར་བུ་ལས་སྟག་པའི། །དོན་མཆོག་སྐྱབ་པའི་བསམ་པ་ཡིས། །ཤིན་  
 ཏུ་གཅེས་པར་འཛིན་པར་ཤོག། །ཅེས་པ་ལྟར་སེམས་ཅན་ནི་རང་གི་གནས་



སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་དོན་ཐམས་ཅད་སྐབས་པ་ལ་ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་  
རིན་པོ་ཆེ་དང་འདྲ་བས་ན་གཞན་གཅེས་པར་འཛིན་འོས་པ་ཡིན་གསུངས།

༥ ཉིན་བཅོ་བརྒྱད་པར། ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་གསུང་།  
ཤུགས་དྲག་ཚུ་བོ་བཞི་ཡི་རྒྱན་གྱིས་སྤྱོད། །ཞེས་སོགས་འདྲེན་པར་མཛད་  
དེ། སྒྲོན་འགོ་ཀུན་སྒྲོང་འཆོས་པ་མདོར་བསྐྱུས་དང་། ས་བཅད་སྒྲོན་དུ་རི་  
ལྟར་སོང་བ་རྣམས་གསུངས་ཤིང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་སྒྲོང་སྒྲོར་ནས་རྒྱ་  
འབྲས་བདུན་ལ་བསྐྱར་བ་ཤད་མཛད། དངོས་གཞི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྒྲོང་  
བ་ཞེས་པའི་དོན་ཆོན་གཉིས་པ་ལ་བདག་གཞན་མཉམ་པ། བདག་གཅེས་  
འཛིན་གྱི་སྒྲོན་སྒྲོ་དུ་མ་ནས་བསམ་པ། གཞན་གཅེས་འཛིན་གྱི་ཡོན་ཏན་སྒྲོ་  
དུ་མ་ནས་བསམ་པ། བདག་གཞན་བརྗེ་བའི་བསམ་པ་དངོས། དེ་ལ་བརྟེན་  
ནས་གཏོང་ལེན་བསྒྲོམ་ཚུལ་ཏེ་ལྷ་ལས། དང་པོ་གསུམ་ལའང་བསྐྱར་བ་ཤད་  
མཛད།

བཞི་པ་བདག་གཞན་བརྗེ་བའི་བསམ་པ་དངོས་ནི། སྤར་སྒྲོན་ཡོན་ལ་  
བསམས་པ་དེ་ལྟ་བུས་བརྟགས་ནས། རང་ཉིད་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་གཙོང་  
ནད་འདི། །ཞེས་སོགས་སྒྲོ་ཀ་བཞིས་བསྟན་པ་བཞིན། སྒྲོན་ཡོན་མཐོང་བའི་  
སྒྲོ་ནས་རང་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་སྒྲོ་དང་། གཞན་ཡལ་བར་དོར་བའི་སྒྲོ་  
གཉིས་གོ་ས་སྒྲོ་བ་ནི་བདག་གཞན་བརྗེ་བ་སྟེ། དེ་ཡང་གཞན་བདག་དང་།  
བདག་གཞན་དུ་བསམ་པ་མིན་གྱི། སྤར་རང་གཅེས་པར་བརྒྱུད་ནས་གཞན་  
ཡལ་བར་དོར་བ་ཡིན་པ་ལ། ད་དེ་ཉིད་གོ་ས་སྟོགས་སྟེ། རང་གཅེས་པར་

འདྲིན་པ་དེ་གཞན་ལ་སྟོ་བ་ལ་བརྟེན་བཞེས་ཟེར་བས། སྟོན་ཆད་གཞན་ཡལ་  
བར་དོར་བ་ལྟར་དུ་སྟོན་ཆད་རང་ཡལ་བར་དོར། སྟོན་ཆད་རང་གཅེས་པར་  
འདྲིན་པ་བཞིན་དུ་སྟོན་ཆད་གཞན་གཅེས་པར་འདྲིན་པར་བྱའོ་སྟུང་དུ་སྟོ་  
སྟོང་། དེ་ལྟར་གོམས་ན་བརྟེན་རྣམས་པ་འོང་སྟེ། དཔེར་ན་པ་རི་ལ་སྟོང་པ་ན་ཚུ་  
རི་གོ་སྟོག་པའི་སྟོ་འབྱུང་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་གསུངས།

ལྟ་བུ།

དེ་ལ་བརྟེན་ནས་གཏོང་ལེན་བསྐྱོམ་ཚུལ་ནི།

སྟོང་རྗེས་དམིགས་པ་རྩལ་དུ་བརྟོན་ནས་ལེན་པ་དང་། བྱམས་པའི་  
དམིགས་པ་རྩལ་དུ་བརྟོན་ནས་གཏོང་བ་སྦྱང་བ་སྟེ། རྩ་བར། གཏོང་ལེན་  
གཉིས་པོ་སྟེལ་མར་སྦྱང་། །ཞེས་གསུངས་ལ། འདི་ནི་སྟོ་མའི་བསམ་པ་དེ་  
ཉིད་གོང་འཕེལ་དུ་བྱེད་པའོ། །གཏོང་བ་དང་ལེན་པ་གཉིས་ལས་སྟོ་མ་སྟོན་  
དུ་བྱེད་པར་བྲིད་ཡིག་མང་པོ་ལས་འབྱུང་ཡང་། ལག་ལེན་ལ་སྟོ་མ་སྟོན་དུ་  
བྱ་ཞིང་། གཏོང་བ་མི་བྱེད་པར་ལེན་པ་གཅིག་ལྟ་བུ་བྱེད་པའང་རུང་། དང་པོར་  
སྟུག་བསྐྱེད་མ་སྦྱངས་ན་བདེ་བ་བཏང་ཡང་མི་ཕན་པས་སྟོང་རྗེས་དམིགས་  
པ་རྩལ་དུ་བརྟོན་ནས་མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྟུག་བསྐྱེད་དང་བྲལ་བར་  
བྱ་སྟུང་པའི་སྟོང་རྗེས་བསྐྱེད་ནས། དེའི་སྟུག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་སྟུ་གིས་སྟོ་  
བཞུར་བ་ལྟར་འོད་ནག་པོའི་རྣམ་པར་རང་གི་སྟོང་གར་གཅེས་འདྲིན་ལ་ཐིམ་  
པར་བསམ་ཞིང་། རྒྱས་པར་ན། ཆ་དཔྱལ་བའི་ཆ་བའི་སྟུག་བསྐྱེད་མེ་དང་

བཅས་པ་རང་གི་སྒྲིང་གར་ཆ་འུབ་གྱིས་གཅེས་འཛིན་འགོང་པོར་ཐིམ་པར་  
བསམ། དེ་བཞིན་དུ་གང་དཔྱུལ་བ་དང་། ཡི་དྲགས། དུད་འགོ། ལྷ་མིན། མི། ལྷ་  
སོགས་ནས་བྱང་སེམས་ས་བརྩུ་བ་བ་མན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་། སྤྱིག་སྤྱིབ་  
སོགས་རང་སྒྲིང་དུ་ལེན་པར་བསམས་ནས། སྤྱག་བསྐྱེད་དང་བྲལ་ཞིང་སྤྱིག་  
སྤྱིབ་བྱང་བར་མོས་བ་དང་། དེ་ལྟར་བདག་ལ་སྤྱིན་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་གྱང་  
སྒོན། ལེན་པའི་སྐབས་སྒྲ་མ་དང་སངས་རྒྱས་གཉིས་ལ་ལེན་དུ་མེད། གང་  
ཟག་གི་རིགས་ལ་སྒོའི་རྒྱས་པ་མཐོ་དམན་ཅན་མང་བས་ན། ལས་དང་པོ་བ་  
ཁ་ཅིག་གཏོང་ལེན་སྒོམ་པ་མི་རྒྱས་པའང་འབྱུང་བས། དེ་ལྟ་བུའི་རིགས་ལ།  
ལེན་པའི་གོ་རིམ་རང་ནས་བརྩམས། །ཞེས་པ་ལྟར་རང་ལ་སྤྱི་ཚོ་འོང་རྒྱའི་  
སྤྱག་བསྐྱེད་དེ་སྤྱི་ཚོ་ལ་ལེན་ཅིང་བསྒོམ། དེ་ནས་སང་གི་དེ་དེ་རིང་ལ་ལེན་  
བ་དང་། དེ་ནས་སྒྲ་བ་རྗེས་མའི་དང་། ལོ་རྗེས་མའི་དང་། མི་ཆེ་འདི་དང་། སྤྱི་  
བ་སྤྱི་མ། ཆེ་རབས་གཏན་དང་། བ་མ། ཉེ་འབྲེལ། བར་མ། དག་སོགས་དང་།  
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་བར་སྤྲུང་སྟེ། སྤྱ་མ་སྤྱ་མ་ལ་འབྱོངས་བ་ན། སྤྱི་  
མ་སྤྱི་མ་ལ་དམིགས་པ་སྒོས་གྱིན་སྤྱག་བསྐྱེད་སྤྱིག་སྤྱིབ་སོགས་རང་སྒྲིང་དུ་  
སྒྲང་། དེ་ལྟར་གོ་རིམ་འདི་བཞིན་དུ་བྱས་ནས་སྤྱོད་དགོས་ཀྱི། དང་པོ་ནས་  
དག་སོགས་ཀྱི་སྤྱིག་སྤྱག་ལེན་སྒོ་མི་འབྱུང་། དེས་ན་སྐབས་རེར་རང་ནས་  
པར་བརྩམས་ནས་དེ་ལྟར་བསྒོམ། སྐབས་རེར་དཔྱུལ་བ་ནས་བྱང་སེམས་  
ས་བརྩུ་བ་བའི་བར་དང་། སྐབས་རེར་ལུང་པའི་ལུ་ནས་མར་དང་། སྐབས་རེ་  
མདའ་ནས་ཡར་རིམ་འདེད་གྱིས་དེ་ལྟར་བསྒོམ། ཐ་ན་སྤྱི་ལ་རྟོ་བརྒྱབ་པའི་

སྤྱག་བསྐྱེལ་ཚུན་སྤང་། སྤངས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱང་ཡལ་བའམ། འབྲམ་དུ་བཞག་  
 པ་ལྟ་བུ་མིན་པར། སྤྱིང་གི་དབྱས་སུ་ལེན། དེ་དག་གི་ཆེ་འཇིགས་དངངས་  
 སྤྱིས་ན་ལེགས་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་བསམས་ན། དངོས་སུ་ལེན་མ་རྒྱས་ཀྱང་  
 བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོགས་རྒྱབས་པོ་ཆེ་རྫོགས་པ་དང་། སྒོ་གོམས་ན་དངོས་  
 སུ་ལེན་རྒྱས་པའང་འབྱུང་བ་བྱམས་པའི་རྣལ་འབྱོར་པའི་ལོ་རྒྱས་ལྟར་ཡིན་  
 གསུངས།

བྱམས་པའི་དམིགས་པ་རྩལ་དུ་བཏོན་ནས་གཏོང་བ་ནི།      སེམས་  
 ཅན་རྣམས་དོན་སྦྱབ་པའི་ཕྱིར། །ཡིད་བཞིན་གྱི་ནི་ལུས་སུ་བསྐྱུར། །ཞེས་  
 དང་། སྤྱོད་བཀོད་དང་། རོ་རྩེ་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་མདོ་སོགས་ལས་ཀྱང་ལུས་  
 ལོངས་སྤྱོད་སོགས་གཏོང་བར་གསུངས་པ་བཞིན་རང་གི་ལུས་གང་འདོད་  
 གྱི་དངོས་པོར་སྤྱུལ་ནས་སྤྱོད་དང་བཅུད་ལ་བཏང་བས། དང་པོར་བཅུད་གྱི་  
 སེམས་ཅན་ཆ་དཔྱལ་བ་ལྟ་བུར་སྤྱང་ཆར་གྱི་རྣམ་པར་སྤྱུལ་ཏེ་སྤྱག་བསྐྱེལ་  
 སྤང་། ལུས་དལ་འབྱོར་གྱི་ཉིན་དུ་བསྐྱུར་ནས་དེ་འཕྲོག་པར་བྱས། དེ་ནས་  
 གནས་དང་ཁང་བཅེགས་ཡིད་དུ་འོང་བར་བསྐྱུར་ནས་བཏང་བས་དེ་ལ་བདེ་  
 བར་ལོངས་སྤྱོད་པ་དང་། ཟས་སྒོམ་ཕུན་ཆོགས་སུ་བསྐྱུར་ནས་བཏང་བས་  
 ཆིམ་པར་བྱས། གོས་སུ་བསྐྱུར་ནས་བཀོན། དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་དུ་  
 བསྐྱུར་ནས་ཆོས་བསྟན་པས་འཆང་རྒྱ་ལ་ཁད་དུ་བྱས་པར་བསམ། དེ་ནས་  
 གྲང་དཔྱལ་བ་ལ་ཉི་འོད་དང་གོས་སོགས་ཀྱི་རྣམ་པ། ཡི་དྲགས་ལ་ཟས་སྒོམ་  
 སོགས་དང་། དུད་འགོ་ལ་ཆོས་རབ་ཏུ་རྣམ་འབྱེད་གྱི་ཤེས་རབ། ལྟ་མིན་ལ་

གོ་ཆ། ལྷ་ལ་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལྡ། མི་ནི་འདོད་པ་ཆེ་བས་གང་ལ་གང་  
འདོད་དུ་བསྐྱུར་ནས་བཏང་། དེ་བཞིན་དུ་ཡོངས་སྤྱོད་དང་། དགོ་ཅ་སོགས་  
ཀྱང་གཏོང་ཞིང་། ལྷ་མ་དང་སངས་རྒྱས་ལ་འང་ལུས་མཆོད་སྤྱོད་དུ་སྤྱུ་  
ཏེ་ཕུལ་བས། ལྷ་མའི་སྤྱི་ཆེ་མཛད་འཕྲིན་རྒྱས་པར་བསམ། དགོ་ཅ་དུས་  
གསུམ་གའི་དེ་གཏོང་ཆོག་ཅིང་། ལུས་དང་ཡོངས་སྤྱོད་གཉིས་ནི་འདི་དང་  
སྤྱི་མ་གཉིས་མ་གཏོགས། འདས་ཆར་བ་གཏོང་དུ་མེད། གཏོང་བའི་སྐབས་  
སེམས་ཅན་རྣམས་སྤར་བ་ཤད་པ་ལྟར་བདེ་བས་ཡོངས་ལུགས་བསམས་  
ནས་བྱམས་པ་གཙོ་བོར་བསྐྱེད་ཅིང་། སྒོ་སྤྱོད་གི་དམིགས་པ་འདི་ཉིད་ལ་  
ཐུགས་དམ་གྱི་གཙོ་བོར་བྱེད་དགོས།

གཞན་ཡང་། དེ་ལ་དྲན་པ་བསྐྱུལ་བའི་ཕྱིར། །སྤྱོད་ལམ་ཀྱན་ཏུ་ཆོག་  
གིས་སྤྲུང་། །ཞེས་པ་ལྟར་གཏོང་ལེན་ལ་དྲན་པ་གསོ་བའི་ཕྱིར་གནས་སྐབས་  
ཐམས་ཅད་དུ་གཏོང་ལེན་གྱི་ཆོག་འདོན། འདི་ལ་གསེར་འོད་ནས་གསུངས་  
པའི་ཆོག་འགའ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་། དེ་རང་རེས་མ་ཤེས་ན། དེས་ན་རྗེ་བཙུན་  
ལྷ་མ་ཐུགས་རྗེ་ཅན། །ཞེས་སོགས་བཏོན་པས་རུང་། སྤྱོད་གྱི་ལྷ་མ་འགའ་  
རེས་འདི་ཉིད་གངས་གསོག་ཏུ་མཛད་པའི་ལོ་རྒྱས་ཀྱང་ཡོད། དེར་མ་ཟད་  
སྤྱོད་ལམ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་འཕེལ་ཐབས་སུ་འགོ་བ་བྱ་  
དགོས་ཤིང་། དེ་ནི་མདོ་པལ་ཆེན་ལས་གསུངས་པ་དང་། སྤྱོད་ལུལ་ཡོངས་  
སུ་དག་པའི་མདོ་ལས་གསུངས་པ་སོགས་ལ་བལྟ་དགོས། གཞན་ཡང་བྱང་  
ཆུབ་གྱི་སེམས་ལ་ཐུགས་དམ་གྱི་གཙོ་བོར་བྱེད་འདོད་པ་དག་གིས་འཇམ་

མགོན་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོའི་རྣམ་ཐར་ལྟར་མདོ་པལ་ཆེན་ལ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་  
 རོས་བསམ་བྱེད། དེ་གཉིས་སྤྱང་ལ་བསྐྱོན་པར་བྱ། །ཞེས་པ་ལྟར་གཏོང་ལེན་  
 གྱི་དམིགས་པ་རྩུང་བྱང་འབྱོངས་པའི་ཆེ་དབྱགས་ཕྱིར་འགོ་སྐབས་གཏོང་བ་  
 དང་། རང་དུ་འཇུག་པ་ན་ལེན་པ་དང་སྐྱར། སྤྱང་ལ་བསྐྱོན་པ་འདི་དང་པོར་  
 མི་རྒྱས་གྱང་། ཡང་ཡང་གོམས་ནས་སྤྱང་ལ་བསྐྱོན་ན་སྤྱང་སེམས་འཇུག་  
 པ་གཅིག་པས་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་ཀྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་སྐྱེ་སྐྱ་བའི་  
 འཕྲུལ་འདེགས་ཆེན་པོ་ཡིན། འདི་ནི་སྒྲགས་གྱི་སྐབས་ནས་བཞུད་པའི་རྩོ་  
 རྩེད་བཞུས་པ་དང་ཆ་འདྲ་ཞིང་། མཁས་བྱུང་རྩེས་རྩེ་སྒྲ་མར། མགོན་པོ་ཁྱོད་  
 གྱི་ཞལ་གྱི་དབྱགས་ཙམ་ཡང་། །མཐའ་དག་འགོ་ལ་སྒྲན་པའི་རྒྱར་འགྱུར་  
 བ། །ཞེས་སོགས་བསྟོད་པ་མཛད་པའང་འདི་ལ་དགོངས་པ་རེད། འདི་དག་  
 ལ་མན་དག་གཞན་ཡང་ཡོད་མོད། རྒྱན་དུ་ཆགས་མེད་མི་བྱེད་པའི་རིགས་  
 ལ་འཆད་དུ་མི་རུང་གསུངས།

གསུམ་པ་རྒྱན་ངན་བྱང་ཆུབ་གྱི་ལམ་དུ་བསྐྱར་བ་ནི། སྒྲགས་མའི་དུས་  
 འདིར་འདི་ཤིན་ཏུ་པན་ཡོན་ཆེ་སྟེ། ཆོས་བྱེད་ལ་བར་ཆད་མང་ཞིང་རྒྱན་སྤང་  
 མི་སྐབས་པའི་སྐབས་འགལ་རྒྱན་མ་སྐབས་རྒྱན་དུ་བསྐྱར་སྐབས་པ་དགོས། དེ་མེད་  
 བ་རྒྱན་བཟང་ངན་གང་བྱུང་ཡང་ཆོས་ཤོར་འགོ། དེ་ཡང་ཆོས་པ་འགའ་ཞིག་  
 ནི་གོ་ས་སོགས་བྱུང་བས་དེགས་ནས་ཆོས་ཤོར། འགའ་ཞིག་ནོར་བྱུང་བས་  
 དེའི་འཆོ་ཆོས་གྱིས་ཆོས་ཤོར། འགའ་ཞིག་ནི་རྒྱན་ངན་པ་བྱུང་བ་ན་ཡི་ཆད་  
 བས་ཆོས་ཤོར་བས། དེ་ལྟར་བྱུང་ན་ཆོས་བྱེད་པར་དགལ། ཆོས་རྩུང་བྱང་



བྱེད་ཁུལ་བྱེད་པ་ཡང་ཞོར་ན་ཞིན་ཏུ་ནས་ཐ་ཆད་པ་ཡིན་པས། དེས་ན་རྒྱུན་  
ངན་པ་གང་བྱུང་ཆོས་ལ་མི་གཞོན་པའི་ལམ་དུ་བསྐྱུར་བྱུང་པ་དགོས། དེ་  
ལ་བསམ་པས་བསྐྱུར་བ་དང་། སྒྱུར་བས་བསྐྱུར་བ་གཉིས། དང་པོ་ལ་སྒྱུར་  
པས་བསྐྱུར་བ་དང་། ལྟ་བས་བསྐྱུར་བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། སྒྲིལ་ཆོད་  
ལས། སྒྱོད་བཅུད་སྒྲིག་པའི་འབྲས་བྱས་ཡོངས་གང་སྟེ། །ཞེས་སོགས་དང་།  
སྒོ་སྒྱུར་ཅ་བར། སྒྱོད་བཅུད་སྒྲིག་པས་གང་བའི་ཆེ་། །རྒྱུན་ངན་བྱང་ཆུབ་ལམ་  
དུ་བསྐྱུར། །ཅེས་པ་ལྟར། ན་ཆ་དགྲ་འདྲེ་སོགས་ཡིད་དང་མི་མཐུན་པ་བྱུང་  
བ་ན། ད་ལྟ་རང་རེས་ལེ་ལན་གཞན་ལ་འགོལ་ཞིང་། ནད་བྱུང་བ་ཐམས་ཅད་  
ལས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པར་མི་ཤེས་པར་བས་དང་གཞོན་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པར་  
སྒྲིལ་མོད་ཀྱང་། ཅ་བའམ་ལན་ཅ་གང་ལ་ཐུག་བཟླས་པ་ན། སྒྲིལ་སྒྲིལ་བུ་ཆུང་  
དུའི་ལས་འབྲས་ཀྱི་སྐབས་སུ་བཟླན་པ་ལྟར་མི་འདོད་པ་བྱུང་ཆད་ལས་ཀྱིས་  
བྱས་པ་ཡིན་ལ། དེའང་རང་གཅེས་འཛིན་ཀྱིས་བྱས་པ་ཡིན་པས། ལེ་ལན་  
ཅ་བ་ནི་རང་གཅེས་འཛིན་ལ་ཐུག། །དེས་ན་རྒྱུན་མས་ནོར་བརྒྱས་པ་ཚུན་  
ཆད་ཀྱང་ལེ་ལན་རྒྱུན་མ་ལ་བདའ་ས་མེད་ཀྱི། རང་གི་ལས་ངན་དང་། དེ་  
སྒྱེད་བྱེད་གཅེས་འཛིན་ལ་བདའ་དགོས། དེའི་ཕྱིར་ན་ཆ་དང་སྐྱུག་བསྐྱུལ་  
རྒྱུན་ངན་སོགས་བྱུང་བ་ན། བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པའི་གྲོགས་སུ་བསམ་དགོས་ཏེ།  
ན་ཆ་སྒྲིག་སྒྲིབ་ཀྱི་ཕྱགས་ཤིང་ཡིན། །ཞེས་པ་བཞིན་ན་ཆ་སོགས་ཅི་བྱུང་  
ཡང་སྒྲོན་ཀྱི་ལས་ངན་སྒྲིག་སྒྲིབ་ངན་སོང་སྒྱུང་ངེས་རྒྱུས་ཏེན་འདི་ལ་སྒྲིན་  
པས་གོ་བཅད་སྒྲིལ་དུ་ཡིད་བདེ་སྤང་སྤང་བ་བྱ་ཞིང་། དེར་མ་ཟད། ངས་སྒྲོན་

གཏོང་ལེན་བྱས་ཏེ་སེམས་ཅན་གྱི་སྒྲིག་སྤྱད་བདག་ལ་སྦངས་པ་ཡིན་པས་  
 ད་དོན་བྱུང་སྟངས་སྤྱད་དགའ་བ་བསྐྱེད་ནས། སྤྱད་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་སྤྱད་མ་  
 རྣམས་ཀྱང་སྒྲིག་པར་སྒྲོན་ནས་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱད་བསྐྱེད་ཐོང་  
 འགྱུར་ཆང་མ་དེས་གོ་ཆོད་པར་བསྐྱོམ་ཞིང་། ད་དུང་སེམས་ཅན་གྱི་སྤྱད་  
 བསྐྱེད་དངོས་སུ་ལེན་པའི་དུས་ད་དེས་བྱུང་བས་ད་ལེགས་པོ་བྱུང་སྤྱད་དུ་  
 གཏོང་ལེན་བྱས་ནས་སྒྲོས་ཐད་ཀྱིས་བཏང་ན། ར་ཆ་ཡང་བར་ཆད་དུ་མི་  
 འགྱུར་བར། དགོ་སྒྲོར་སྤྱེད་བྱེད་དུ་འགྲོ་བ་སྤྱད་ཀྱང་སྤྱད་སྤྱད་སྤྱད་པའི་  
 སྒྲོབ་མ་མཛེ་ནད་བྱུང་བ་ཞིག་སྤྱི་མོ་རྩ་འབྲེང་ནས་ནད་སངས་པའི་ལོ་རྒྱུས་  
 ལྟར་ཡིན།

གཞན་ཡང་། རྒྱུན་པར་དགོ་བའི་བསྐྱེད་མ་ཡིན། །ཞེས་པ་ལྟར་སྤྱད་  
 བསྐྱེད་མི་འདོད་ན་སྤྱད་པ་སྒྲོངས་ཤིག་ཅེས་པའི་བརྟུར་བསམས་ནས་  
 ཆོག་གསལ་གསལ་སྤྱི་བ་སྒྲོང་ལ་འབད། རང་རེ་ལ་རྒྱུན་པར་པ་མ་བྱུང་ན་སྤྱད་བ་  
 སྤྱི་བ་ཐག་ཆོད་པས་ཆོས་མི་བྱུང་ལ། ཁ་ཉིས་གོད་ཁ་ཆ་སོགས་རྒྱུན་པར་  
 པ་བྱུང་ན། དེས་ཡིད་འབྱུང་སྤྱི་བ་ནས་སྤྱོམ་ལས་ལས་བསྐྱེད་ཏེ་དགོ་བར་  
 འཇུག་པ་འོང་། འདྲེ་གཏོན་རྒྱལ་བའི་ཆོ་འབྱུང་ཡིན། །སྤྱད་བསྐྱེད་ཆོས་ཉིད་  
 གྱི་ཡོ་ལང་ཡིན། །ཞེས་པ་ལྟར་རྒྱལ་འགོང་འདྲེ་གཏོན་སོགས་ཀྱི་གཏོན་པ་  
 བྱུང་ན། ངས་སྤྱོན་ཆོས་མ་བྱུང་པར་འདྲི་གཏོན་ལ་མགོ་འཁོར་ནས་ཡོད་པ་  
 ལ་ད་འདིས་ཆོས་ལ་བསྐྱེད་བ་བཀའ་བྱིན་ཆེ་སྤྱད་དུ་བསྐྱོམ། རང་གི་སྒྲོས་  
 འབྲེར་སྤྱད་སྤྱད་ཤེས་ན། སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱིས་ཀྱང་ཆོས་ཉིད་རྟོགས་པའི་རྒྱུན་

ལྟ་བུ་བྱེད་པ་སྤྲོད། ར་ཆ་སོགས་རང་གཅེས་འཛིན་ལས་བྱུང་བས། རྟ་  
གདོན་རྣམས་རང་གི་དགྲ་བརྟུལ་མ་བྱུང་བའི་དགྲ་པོ་གཅེས་འཛིན་ཁོ་འདུལ་  
རོགས་བྱེད་མཁན་ཡིན་པས་དྲིན་ཆེ་སྟམ་པ་དགོས། རང་ཆོས་རྒྱུན་ལྔ་པ་  
ཞིག་བྱུང་སྐབས་ཉམས་ལེན་བསྐྱར་རྒྱུ་བྱེད་མོད། དེ་ལྟ་མི་བྱ་བར་དཔེར་  
ན། འབྲུལ་པས་འཕྲང་དོག་པོར་སྒྲེབས་དུས་གཟབ་གཟབ་བྱེད་པ་ལྟར། ར་  
ཆ་རྒྱུན་ལྔ་པ་སོགས་བྱུང་སྐབས་སྟག་པར་གཟབ་སྟེ་ཉམས་ལེན་མི་བཞུགས་  
བར་གཏོང་ལེན་སོགས་ནན་ཏན་དུ་བྱེད་པ་གལ་ཆེ་གསུངས། སྒྲིང་འཇུག་  
ལས་གསུངས་པའི། གཞན་ཡང་སྟག་བསྐྱེད་ཡོན་ཏན་ནི། །སྒྲིབས་དེགས་  
པ་སེལ་བར་བྱེད། །འཁོར་བ་པ་ལ་སྒྲིང་རྩེ་སྒྲི། །སྒྲིག་ལ་འཛེམ་ཞིང་དགོ་ལ་  
དགལ། །ཞེས་སྟག་བསྐྱེད་བྱུང་བ་ན་སྒྲིན་ས་ང་རྒྱལ་སེལ་ཞིང་། རང་སྟག་  
བསྐྱེད་པ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་གཞན་ལ་སྒྲིང་རྩེ་བ་དང་། དེའི་རྒྱ་ལ་སྒྲིང་  
འདོད་སོགས་འབྱུང་། རང་རེས་སྟག་བསྐྱེད་བྱུང་བ་ལས། བདེ་ཞིང་སྒྲིང་པ་  
བྱུང་ན་ལེགས་པར་འཛིན་གྱང་། དེ་ལྟ་མི་ཡིན་ཏེ། སྒྲིང་ན་མི་དགའ་སྟག་ན་  
དགལ། །སྒྲིང་ན་སྒྲིན་བསགས་བསོད་ནམས་ཟད། །སྟག་ན་ལས་ངན་སྒྲིག་  
སྒྲིབ་བྱང་། །ཞེས་གསུངས་པས། གོ་ས་ལྟ་བུ་མཐོན་རང་གཅིག་བུ་བཟང་  
བཅོན་དུ་བརྟུག་པ་དང་འདྲ་བར་གང་འདོད་སར་འགྲོ་ས་མེད་པ་སྒྲ་ཆེན་  
དཔོན་ཆེན་ཆོ་ལྟ་སྟེ། བྱུང་མཆོག་སྒོ་བཟང་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་གྱང་། མཐོན་  
བཟང་བཅོན་དུ་འབྱུང་བར་གསུངས་པ་དང་། དམན་ས་རྒྱལ་བའི་གདན་ས་  
ཡིན། །ཞེས་པ་ལྟར་སྒྲིན་གྱི་མཁས་བྱུང་ཐམས་ཅད་དམན་ས་བཟུང་ནས་

རྒྱལ་བའི་གོ་འཕང་དུ་ག་ཞེགས་ཞིང་། འགྲོམ་རིན་པོ་ཆེས་ཀྱང་། ཞང་འཕྲང་  
 ཀ་བེར་ཆུང་ལ་ཕྱག་འཆའ་བར་མཛད་པ་བཞིན། རང་རེའང་དམན་ས་བཟུང་  
 ནས་འོག་ཏུ་འགྲོ་བ་ཆུ་ལས་མེད་པ་བྱེད་ན། གྲོགས་དང་ཡང་མཐུན་པ་འབྱུང་  
 ཆེ། བསྟོད་ན་མི་དགའ་སྤྲད་ན་དགའ། །སྤྲད་ན་རང་སྟོན་ཐེར་ལ་འབྱུང། །ཅེས་  
 པ་ལྟར་གཞན་གྱིས་བསྟོད་ར་བཏང་ན་ང་རྒྱལ་རེ་ཆེར་འབྱུར་ཞིང་། དེས་འདི་  
 ཕྱི་གཉིས་ཀར་ཕྱང་། རང་གི་སྟོན་མི་མཐོང་ལ། སྤྲད་ན་གནས་སྐབས་མི་སྟན་  
 ཡང་། ཕྱིས་ནས་རང་གི་ལས་དེ་ལ་བརྟགས་ནས་འདོར་ལེན་གཟབ་པར་བྱེད་  
 པའང་འདིས་འབྱུང་ལ། མི་ཁ་ལྟ་ཡི་པམ་པབ་ཡིན། །ཞེས་ལྟའི་དངོས་བྱུང་  
 ལྟ་བུ་ཡིན་པར་གསུངས། དེས་ན་མི་ཁ་སྤང་བ་སོགས་རྒྱུ་འབྱུང་ཏུ་འཛིངས་  
 པའི་སྐབས་འདིར་དེ་ལྟར་བསམ། རང་བདེ་ཞིང་སྦྱིད་པ་བྱུང་ན། དག་བའི་  
 འབྲས་བུ་བྱུང་སྟམ་དུ་སྟག་པར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱོམ་པ་ལ་སྟོ་ཤུགས་  
 བསྐྱེད་པ་སོགས་བྱ་གསུངས།

གཉིས་པ་ལྟ་བས་བསྐྱུར་བ་ནི། འབྲུལ་སྤང་སྐྱབ་ཞེར་ལྟ་བ་ཡི། །ཞེས་  
 སོགས་ཀྱི་གཞུང་འདི་ཡིན་ཞིང་། འདི་ནི་སྤྱི་རབས་པའི་ཤུགས་ཡིན་པས།  
 རང་རེས་བརྟགས་ན་ཆུང་མི་བདེ་སྟེ། སྟག་བསྐྱུལ་གང་བྱུང་ཡང་དེའི་ངོ་བོ་ལ་  
 བསྟམས་ན། དང་པོ་གང་ནས་མ་སྦྱེས་པ་ཆོས་སྐྱོ་སོགས་གསུངས་མོད། གནད་  
 ཆེ་བ་ཅམ་མི་སྤང་བས། མདོར་ན་རང་ལ་བདེ་སྟག་དང་རྒྱུན་བཟང་ངན་ཅི་  
 བྱུང་ཡང་རང་རང་གི་ངོ་བོ་ལ་དབྱེད་དེ་རྒྱ་རྒྱུན་རྟེན་འབྲེལ་ཆོགས་ཅམ་ལས་  
 རྒྱུན་བཟང་ངན་དང་བདེ་སྟག་ཅེས་ཐ་སྙད་ཅམ་མདོར་སྟམ་བསྟོན་མེད་དུ་

སྒྲིལ་བ་ལས་དོན་དུ་ངོ་བོས་མ་གྲུབ་པ་དང་། ང་དང་གཞན་ཞེས་པ་བདེན་  
པར་མེད་ཚུལ་ལ་བཞུས་ནས་ཡིད་མི་བདེ་བ་དང་ཆགས་པ་སོགས་དགག་  
པས་ཆོག །ལྟ་བུ་མ་ཤེས་ན། ད་ལྟ་རང་ཉིད་ལ་སྦྱིད་སྤྱུག་ཅི་བྱུང་ཐམས་ཅད་  
རང་འཆི་བའི་སྐབས་མི་ལམ་མིས་པ་ལྟར་བྱ་བའི་ཡུལ་ཙམ་དུ་འགྱུར་བས་  
ད་ལྟ་ཆེ་བྱུང་ཡུད་ཙམ་འདིར་ཆགས་སྤང་བྱེད་དོན་མི་འདུག་སྟམ་པ་དགོས་  
གསུངས།

༥ ཉིན་བཅུ་དགུ་པར། བྱམས་པའི་སྒྲོན་ལམ་ལས། ངན་འགྲོའི་ལམ་  
ནི་བསྒྲོག་བགྱིད་ཅིང་། །ཞེས་སོགས་ལས་བརྒྱམས་པའི་སྒྲོན་འགྲོ་ཀྱན་  
སྒྲོང་འཆོས་པ་མདོར་བསྐྱུས་ཤིག་མཛད་ནས། སྒྲོན་དུ་རི་ལྟར་སོང་བའི་ས་  
བཅད་རྣམས་གསུངས་ཇེས། བདག་གཞན་བརྗེ་བའི་ཚུལ་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་  
ནས་གཏོང་ལེན་བསྒྲོམ་ཚུལ་གཉིས་ལ་བསྐྱུར་བ་ཤད་དང་། དོན་ཆོན་བདུན་  
ལས། དང་པོ་གཉིས་ལའང་བསྐྱུར་བ་ཤད་དང་འབྲེལ། དེ་ལྟར་གཅེས་པར་  
འཛིན་པའི་སྒྲོ་དང་། ཡལ་བར་འདོར་བའི་སྒྲོ་གཉིས་པོ་དེ་གང་ལ་བསྐྱེད་པའི་  
གཞི། རང་དང་གཞན་གོ་ས་བརྗེ་བའམ་སྒྲོས་ནས། དེའི་ཇེས་སུ་གོང་འཕེལ་  
དུ་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྤྲར་ཁྱེས་པ་ལྟར་སྦྱིང་ཇེའི་དམིགས་པ་རྩལ་དུ་བཏོན་ནས་  
སྤྱུག་བསྐྱེལ་ལེན་པ་དང་། བྱམས་པའི་དམིགས་པ་རྩལ་དུ་བཏོན་ནས་ལྷས་  
ལོངས་སྦྱོང་དགོ་རྩ་དང་བཅས་པ་བཏང་ཞིང་། དེ་འབྲོངས་པ་ན་དབུགས་  
འགྲོ་འོང་ལ་གཏོང་ལེན་སྤྲུལ། དེ་མི་བརྗེད་པའི་ཕྱིར་དུ་སྦྱོང་ལམ་ཀྱན་ཏུ་  
ཆོག་གིས་བྱན་པ་གསོ།

དེས་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་སྐྱོང་གི་མན་ངག་གཉིས་པོ་གཅིག་ཏུ་བསྒྲིལ་  
ནས་སྐྱོང་ཚུལ་གྱི་གོ་རིམ། ས་བཅད། དབྱེ་བསྐྱེད་ཁྱད་པར་གྱིས་གངས་མང་  
ཉུང་བྱེད་ཚུལ་འགའ་རེ་ཡོད་ཀྱང་མདོར་བསྐྱུ་ན། དམིགས་སྒྲོར་བཅུ་གཅིག་  
ཏུ་བྱེད་ཚུལ་ནི། དང་པོར་བཏང་སྟོམས། མར་ཤེས། རིན་ཅན་དང་རིན་ཅན་  
ཁྱད་པར་གྱི་རིན་གཞོ་བཞི་བསམས་ཆེས། བདག་གཞན་མཉམ་པ། བདག་  
གཅེས་འཛིན་གྱི་སྒྲོན་སྒྲོ་དུ་མ་ནས་བསམ་པ། གཞན་གཅེས་འཛིན་གྱི་ཡོན་  
ཏན་སྒྲོ་དུ་མ་ནས་བསམ་པ། བདག་གཞན་བརྗེ་བའི་བསམ་པ་དངོས་དང་  
འབྲེལ་བར་སྦྱང་རྗེའི་དམིགས་པ་རྩལ་དུ་བཏོན་ཏེ་དེ་དང་སྒྲགས་ནས་ལེན་  
པ། བྱམས་པ་ལ་གཉིས་ཡོད་པའི་བདེ་བ་དང་ལྷན་འདོད་ཀྱི་བྱམས་པའི་  
དམིགས་པ་རྩལ་དུ་བཏོན་ཏེ། དེ་དང་སྒྲགས་ནས་གཏོང་བ་རྣམས་བྲ། དེའི་  
མཐུག་ཏུ། དེ་ལྟར་བདག་གིས་གཏོང་ལེན་བྱས་པ་བཞིན་དེ་ལྟར་གྱུར་འདུག་  
གམ་མི་འདུག་བཏག་པའི་ཆེ། རང་གི་མོས་པ་ཅམ་ལས། ད་ལྟ་དངོས་གནས་  
པར་ཕན་བདེ་དངོས་སུ་གྱུབ་པ་དེ་ལྟར་གྱུར་མི་འདུག་པར་མཐོང་ནས་ད་  
ནི་དེ་ལྟར་དངོས་སུ་འོང་བ་ཞིག་བྱེད་སྟམ་དུ་རང་གི་ངོས་ནས་ཁུར་དུ་བྱེར་  
བའི་ལྷག་བསམ་བསྐྱེད། དེ་ནས་དེའི་ཕྱིར་རྫོགས་བྱང་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་སེམས་  
དངོས་བསྐྱེད། དེ་ལྟར་ན་དམིགས་སྒྲོར་བཅུ་གཅིག་པོ་འདི་རྒྱ་འབྲས་བདུན་  
དང་བདག་གཞན་མཉམ་བརྗེའི་མན་ངག་གཉིས་ཀ་བསྒྲིལ་ནས་ཉམས་སུ་  
ལེན་ཚུལ་ཡིན། མཐར་གསང་སྒྲགས་ཀྱི་དགྱིལ་འཁོར་རྒྱལ་མཆོག་དང་  
མཐུན་པར་ཏེན་འབྲེལ་གྱི་གནད་དང་། མ་འོངས་པ་ན་བྲམ་བེ་རྒྱ་མཆོའི་རྒྱལ་



དང་རྒྱལ་པོ་ཅི་བས་གྱི་ཕྱ་ཁུད་གྱི་སྒྲོན་ལམ་དང་ཆ་མ་ཐུན་པར། སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་ཀྱང་བདེ་བ་ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་པར་གྱུར་སོང་སྟམ་པ་རེ་བྱས་  
ན་ཆོག་ས་རྫོགས་ཆོག་ས་ཆོག་ས་ཆོག་ཆེ། དེ་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་འབྲས་བུ་ལམ་བྱེད་  
གྱི་དམིགས་པ་བྱེད་ཚུལ་ལ། རང་བྱུང་དབང་གི་སྐྱར་གྱུར། དེ་ལས་འོད་ཟེར་  
འཕྲོས་པས་སེམས་ཅན་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་སྤྲུལ་སྤྲུང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་  
སྒྲོན་པ་བྱུང་བའི་དབང་པོའི་སྐྱར་གྱུར་པར་མོས་ལ་དགའ་སྟོབས་བསྐྱེད་པ་སྒྲོམ་།

ཡུལ་གསུམ་དུག་གསུམ་དག་ཙུག་གསུམ། །ཞེས་པ་ནི། ཡུལ་ཡིད་དུ་  
འོང་མི་འོང་བར་མ་གསུམ་ལ་དམིགས་ནས་ཆགས་སྤང་སོགས་སྐྱེ་བ་ན།  
ཡུལ་གསུམ་པོ་གང་རུང་དེ་དང་དེ་ལ་དམིགས་ནས་སེམས་ཅན་གཞན་རྒྱུད་  
ལ་ཆགས་སྤང་སོགས་གྱི་ཉོན་མོངས་གང་སྐྱེས་པ་དེ་ཐམས་ཅད་དང་། དེ་  
གསུམ་ལ་བརྟེན་པའི་ངན་འགྲོ། འཁོར་བའི་སྤྱད་བསྐྱེད་རྒྱུ་དང་བཅས་པ་  
ཐམས་ཅད་རང་སྤྲོད་དུ་སྤངས་ནས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཆགས་སྤང་  
གཏི་ཕྱག་མེད་པའི་དག་ཙུག་དང་ལྡན་པར་བྱས་སོང་སྟམ་པ་འདྲ་རེ་རེ་བཞིན་  
དུ་བྱེད། རྒྱུན་ངན་པ་འཐབ་ཚོད་དང་ན་ཆ་སོགས་ཐམས་ཅད་གྱི་ལན་ཙུ་  
གཅེས་འཛིན་དུ་མ་ཐོང་ནས། རང་གི་ལས་ངན་པའི་འབྲས་བུ་ཟད་པའི་རྒྱ་  
དང་། གཞན་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་སྤྲུལ་སྤྲུངས་པ་རྣམས་སྤོན་པར་ཤེས་ནས་ཡིད་བདེ་  
བ་འབའ་ཞིག་བྱེད་པ་དེའི་ཕྱིར་སྒོ་སྤྲོད་བསྐྱེད་པ་དེ་ལ་རྒྱུན་ངན་གྲོགས་སུ་  
ཤར་ནས་ཡིད་མི་བདེ་བ་མི་འབྱུང་བས། སྒོ་སྤྲོད་ལ་གྲོད་བྱེད་སྤྱིད་པའི་  
འབྱུང་གནས་ཞེས་པའི་ཐ་སྤྱད་མཛད། རྒྱུན་ངན་ཅུང་ཟད་ཅམ་ཡང་མི་ཐེག་

པ་མི་བྱེད་པར། དཔེར་ན་ཆོང་པ་ལམ་དུ་འགྲོ་བའི་ཆེ་ཆར་བབས་པ་རྒྱན་མ་  
 མི་འབྱུང་བ་དང་། ཁ་བ་བབས་པ་འགོལ་ཁལ་ཕྱིག་པ་མི་འཐེང་བའི་གྲོགས་  
 སུ་འབྱེར་བ་བཞིན་དགོས། སྒྲོང་འཇུག་ལས། གལ་ཏེ་བཙུགས་སུ་ཡོད་ན་ནི།  
 །དེ་ལ་མི་དགར་ཅི་ཞིག་ཡོད། །གལ་ཏེ་བཙུགས་སུ་མེད་ན་ནི། །དེ་ལ་མི་དགའ་  
 བྱས་ཅི་པར། །ཞེས་པ་ལྟར། སྤྱག་བསྐྱེད་བྱུང་བ་ན་ཡིད་མི་བདེ་བ་བྱས་ཀྱང་  
 དེས་ཅིའང་མི་པན་པས་གྲོགས་སུ་འབྱེར་དགོས། དེ་ཡང་འགའ་ཞིག་ལ་ན་  
 ཆ་སོགས་ཀྱིས་མནར་ཏེ་མ་ཤི་ཙམ་བྱུང་བ་ན། ལམ་རིམ་སོགས་ལ་ཐོས་པ་  
 བྱས་པ་ལྟ་བུ་མིན་ཀྱང་མི་རྟག་པའི་སློང་རང་འབྱུངས་ལྟ་བུར་འབྱུང་བ་མཐོང་  
 ཆོས་སུ་ཡོད། དེ་ལྟར་རྒྱུན་དུ་བྱུང་ཆེ་ང་རང་ཅི་བྱུང་ཡང་རུང་། སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆགས་ཆེ་ཉམ་ང་བདག་གི་སྒྲིང་དུ་འབབ་པར་ཤོག་སྟམ་  
 དུ་བསམ་ན་པན་ཡོན་དེ་ལས་ཆེ་བ་མེད་ཚུལ་དང་། སྒྲིང་ཡང་རྒྱུན་དུ་བྱུང་  
 ཆུབ་ཀྱི་ལམ་དུ་བསྐྱར་བའི་བསམ་པས་བསྐྱར་ཚུལ་ཡན་ཀྱི་བསྐྱར་བ་འད་  
 གནང་།

དེ་ནས་སྒྲོང་བས་བསྐྱར་བ་ལ། སྒྲོང་བ་བཞི་ནི། ཆོགས་གསོག་། སྐྱིབ་  
 སྒྲོང་། འབྱུང་པོར་གཏོར་མ་བཏང་བ། ཆོས་སྤང་ལ་འཕྲིན་ལས་བཙུགས་བ་  
 རྟེ། སློ་སྒྲོང་ལ་ལེགས་པར་གོམས་པ་དེས་ཆོས་སྤང་སོགས་ལའང་ན་ཆ་  
 སོགས་བྱུང་བའི་ཆེ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་བདག་ལ་སྒྲིན་པ་  
 འདི་ངས་གཏོང་ལེན་བྱས་པའི་དགོས་པ་གྲུབ་པ་ཡིན་པས། སྒྲིང་ཡང་ད་ལྟའི་  
 བདེ་འདི་ལས་ད་དུང་ཐུག་ཐོངས་ཤིག་ཅེས་འཕྲིན་ལས་བཙུགས་ འབྱུང་པོ་

ལ་གཏོར་མ་བཏང་བ་ན། བྱེད་གྱིས་བདག་ལ་གཞོན་པ་བྱེད་པ་དེས་བདག་  
གི་སྒྲིག་སྒྲིབ་དག །ཆོག་ས་རྫོགས། ཉམས་ལེན་ལ་ཐོག་ས་ཐོན་པས་རྩིན་ཆེ།  
ད་དུང་ཡང་གཞོན་པ་སྤར་ལས་ཀྱང་ཆེ་བ་དང་མང་བ་ཐོངས་ཞེས་བསམ།  
སྒོ་ཆེར་མ་འབྱོངས་པ་དག་གིས་དེ་ལྟར་མི་རྒྱས་ཤིང་འཇིགས་ན། ར་ཆ་  
སོགས་མི་འབྱུང་བའི་གྲོགས་བཅོལ་བ་སོགས་སྒྱི་ལྟར་བྱེད། སྤྱག་བསྐྱེད་  
བྱུང་ཆེ་རང་སྒྲོད་སར་ཆུ་ཤོར་བ་ན། ཅ་བ་ཅད་གཅོད་བྱས་ནས་འགོག་པ་  
ལྟར་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱི་རྒྱ་སྒྲིག་པ་སྒྲོང་ཞིང་བདེ་བའི་རྒྱ་ཆོག་ས་གསོག་དག་  
བ་སྤྱུག། གཏོར་མ་བརྒྱ་ཅའི་མཁུག་ཏུ་ལྷུང་བ་ཤགས་གྱི་སྒོ་ནས་བ་ཤགས་པ་  
ཞིག་བྱེད་ན། དེ་ལ་སྒྲོར་བ་བཞི་ཀ་རྒྱས་པར་ཆང་ཞིང་། བརྒྱ་ཅའི་མཁུག་སྒོ་  
སྒྲོང་སྒོན་ལམ་བྱེད་པའང་དེ་དང་བསྟུན་པ་ཡིན། འབྲལ་ལ་གང་ཐུག་སྒོམ་ལ་  
སྒྲོར། །ཞེས་པ་ནི་སྒོ་བྱར་དུ་རྒྱུན་བཟང་ངན་གང་བྱུང་ནའང་། དེ་འབྲལ་ལམ་  
དུ་བྱེད་ཏེ་སྒོ་སྒྲོང་ལ་སྤར་བ་དགོས་གསུངས།

བཞི་པ་ཆེ་གཅིག་གི་ཉམས་ལེན་བསྒྲིལ་ནས་སྒོན་པ་ལ། སྒོ་བས་ལྷ་སྟེ།  
དཀར་པོ་ས་ཐོན་གྱི་སྒོ་བས། གོམས་པའི་སྒོ་བས། འཕེན་པའི་སྒོ་བས། རྣམ་  
པར་སྟུན་འབྱེན་པའི་སྒོ་བས། སྒོན་ལམ་གྱི་སྒོ་བས་སོ། །དེའི་ནང་ནས་འཕེན་  
པའི་སྒོ་བས་འདི་གལ་ཆེ་སྟེ། རངས་པར་ལངས་མ་ཐག་ནས། སྒྱིར་ཆེ་འདི་  
དང་། ཡང་སྒོས་ལོ་འདི་དང་། བྱེད་པར་དེ་རིང་གི་ཉི་མ་འདི་དོན་མེད་དུ་མི་  
བཏང་བར་དག་པོ་བདག་གཅིས་འཇིན་བཏུལ་ཏེ་དོན་ལྡན་བྱེད་སྒྲིལ་པའི་སྒོ་  
ཤུགས་ཐག་བསྐྱེད་དགོས། འཕེན་པ་འདིས་བྱ་སྒྲོད་དག་མི་དག་དང་ཐེག་

བ་ཆེ་ཆུང་གི་ལས་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་དེ། ཐ་ན་ཤིག་གཅིག་བསང་བའམ།  
 གྲུང་ཆོག་ས་བཟོ་བ་ཚུན་འཕེན་པ་བཏང་ནས་བྱས་པ་ཡིན་ལ། རང་ཅག་ད་  
 རངས་ཡར་ལྡང་སྟེ་སྟེ་རགས་འཆིང་སྐབས་ནས་བཟུང་། སྟོ་གོས་གཏམ་སྟན་  
 སོགས་ཆེ་འདྲིའི་བདེ་ཐབས་ཤིག་ལ་འཕེན་པ་གཏོང་མོད། དེ་ལྟར་མི་བྱ་  
 བར་རང་གི་ས་མི་བརྗེད་པའི་ཕྱིར་དུ་སྟེ་རགས་ལ་མདུད་པ་ཚུན་གྱི་བརྗེད་ཐོ་  
 བཏབ་ནས་སྤར་བ་ཤད་པའི་འཕེན་པ་བཏང་སྟེ། སྟོ་ཕྱགས་ནས་ཐག་གཅོད།  
 དཀར་པོ་ས་བོན་གྱི་སྟོབས་ནི། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་འཕེལ་བའི་ཕྱིར། སྦྱོར་  
 ཆོས་སོགས་ཀྱི་སྟོན་སྟེ་ཆོག་ས་བསགས་སྒྲིབ་སྦྱང་བྱེད་པ་ཡིན། རང་ཆོས་  
 དགོ་བ་བྱས་ཆད་ཆེ་འདྲི་པ་ལ་ཤོར་བ་པལ་ཆེ་བས་དེ་ལྟར་མ་སོང་བ་གལ་  
 ཆེ། གོམས་པའི་སྟོབས་ནི། འགྲོ་འཆག་ཉལ་འདུག་གི་སྐབས་ཀྱུན་ཏུ་བྱང་  
 ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཉིས་འཕེལ་ཐབས་ལ་སྦྱངས་ཏེ་སྦྱབ་པ་རྒྱན་མི་འཆད་པ་  
 བྱེད་པ་ཡིན། བྱང་སེམས་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་རང་ཅག་གི་སྟོར་  
 མི་ཆུད་ཅིང་། ལག་ལེན་དུ་བྱེད་པར་དཀའ་བའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྦྱོད་པ་མགོ་  
 དང་རྒྱང་ལག་སྦྱིན་པར་བཏང་བ་སོགས་ཀྱང་སྟོ་གོམས་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་  
 ཏེ། དང་པོར་མི་ཤེས་པའི་ལྷགས་བཟོ། ཤིང་བཟོ་སོགས་ཀྱང་རྗེས་སུ་ཤེས་  
 པ་ན་མི་དཀའ་བ་བཞིན་དུ་རང་གི་ལུས་སྟོག་སྦྱིན་པར་གཏོང་བའང་། ཕྱིས་  
 གོམས་པ་ན་སྟོ་ཆོད་སྟེར་བ་ཙམ་དུ་ལས་སྤྲོ་བ་འབྱུང་སྟེ། གོམས་ན་སྤྲོ་བར་  
 མི་འབྱུར་བའི། །དངོས་དེ་གང་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས། སྟོན་  
 ཀྱི་སྦྱིས་ཆེན་འགའ་རེས་ཆེབས་རྟ་ལ་ཆེབས་པ་ན། ཞབས་ཡ་གཅིག་ཡོབ་

ཏུ་བཅུད་ནས། ཅིག་ཤོས་རྒྱབ་གྱི་ཡོབ་ལ་མ་བཅུད་པའི་བར་ནའང་། ལམ་  
རིམ་ལ་བཤར་སྒྲོམ་ཆར་བ་ཡོད་པར་གསུངས་པའང་གོམས་པ་ལས་བྱུང་།  
གོམས་པ་དང་བསྒྲོམ་པ་དོན་གཅིག་ཅིང་། རང་རེས་ང་ཕོར་གང་ཙམ་འབྱུང་  
བ་ལའང་མ་གོམས་ན་ལས་སྒྲ་བ་ཇི་ལྟར་འབྱུང་། རྣམ་པར་སྲུན་འབྱིན་པའི་  
སྟོབས་ནི། གཅེས་འཛིན་ཁོ་ནམ་སྒྲུབ་པ་ན་དགག་སྟེ་ཁྱི་རྒྱན་བརྟུང་བ་ལྟར་  
འབྱུང་འཛོམས་བྱས་ལ་གཅེས་འཛིན་སྲུན་དབྱུང་བ་ཡིན། སྟོན་ལམ་གྱི་  
སྟོབས་ནི། ཉིན་རེའི་དགོ་ཅ་གང་བྱས་པ་རྣམས་དོ་རྒྱབ་ཉལ་ཁར་བྱང་ཆུབ་  
གྱི་སེམས་གཉིས་འཕེལ་ཆེད་དུ་བསྟོ་བའོ། །དེ་ནི་ཆེ་འདིའི་སྟོབས་ལྔ་ཡིན་  
ལ།

འཆི་ཀ་མའི་སྟོབས་ལྔ་ནི། སྟོ་སྟོང་གི་འཕོ་བ་སྟེ། ཐེག་ཆེན་འཕོ་བའི་  
གདམས་ངག་ནི། །སྟོབས་ལྔ་ཉིད་ཡིན་སྟོང་ལམ་གཅེས། །ཞེས་གསུངས་  
པ་དེ་ཡིན། སྟོ་སྟོང་གི་འཕོ་བ་ལ་ཉི་ཀ་དང་པུ་མེད་ཀྱང་འཕོ་བ་གཞན་ལས་  
འདི་ཟབ། དེ་ལ་གྲངས་འདྲེན་སྒྲར་བཞིན་ལ། འཕེན་པའི་སྟོབས་ནི། བདག་  
གིས་འཆི་ཁ་དང་བར་དོ་སོགས་སྲུང་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་དང་མ་བྲལ་བ་  
བྱེད་སྒྲུམ་ནས་འཕེན་པ་བཏང་། དཀར་པོ་ས་པོན་གྱི་སྟོབས་ནི། གང་ལ་  
ཆགས་ཞེན་ཆེ་བའི་ཀ་ཅས་མཆོན། ཀ་ཅ་ཐམས་ཅད་ཡར་མཆོད་མར་སྦྱིན་  
བྱེད་པ་སོགས་ཞིང་བྱད་པར་ཅན་ལ་བཏང་བའམ་ཡོ་བྱད་གང་ཡོད་པར་  
བཅད་ཆུར་བཅད་གྱིས་གཏོང་རྒྱར་བསྟོས་ཏེ་ཆགས་ཞེན་མེད་པར་བྱས་ན་  
ཞི་བའི་རྗེས་སུ་གཞན་གྱིས་དགོ་ཅ་བཏང་བ་དང་མི་འདྲ་བར་དེ་ཕན་ཆ་བས་

ཆེ། དེ་ལྟར་མ་བསྐྱོས་ན། ལྷུང་བཟེད་ལ་ཆགས་པའི་དགོ་སྒྲོང་ཞིག་སྐྱུལ་དུ་  
 སྐྱེས་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ནགས་སུ་བསྐྱེད་པ་ན། ཁོ་ཁོས་ནས་ཁོང་ཁོའི་  
 མེས་ནགས་ཆལ་དང་ཁོ་རང་གཉིས་ཀ་ཆོག་སྟེ་དཔྱལ་བར་སྐྱེས་ཤིང་དགོ་  
 སྒྲོང་དེའི་སྐྱེ་བ་སྐྱ་ཕྱི་གསུམ་གྱི་ལུས་ལ་མེ་འབར་བ་གསུམ་དུས་མཉམ་དུ་  
 བྱུང་བ་དང་། ཡང་གསེར་ས་འོག་ཏུ་སྐྱས་པ་ལ་ཡིད་ཆགས་པ་ཞིག་སྐྱུལ་དུ་  
 སྐྱེས་ནས་གསེར་སངས་རྒྱས་ལ་ཕུལ་དུ་བཅུག་པའི་རབས་ལྟར་ཡིན། དེ་  
 བཞིན་དུ་རང་གི་ལུས་ལ་ཆགས་ནའང་། དེའི་ནང་གི་འབྱར་སྐྱེ་བ་སྐྱ་བྱ་འོང་  
 སྟེ། སྒོན་རྒྱ་མཆོའི་འགམ་དུ་བྱུང་མེད་ཀྱི་རོ་ཞིག་ལ་སྒོན་བྱ་སྐྱུལ་འབྲ་བ་ཞིག་  
 གིས་ཁ་སྒྲ་མིག་ན་བ་སོགས་སུ་པར་ཐལ་ཚུར་ཐལ་དུ་འཇུག་ཏེ་རོ་དེ་ལ་  
 འཁོར་ནས་སྒྲོད་པ་ཞིག་ཡོད་པ་སྐྱར་བྱུང་མེད་ཅིག་རང་གི་ལུས་ལ་ཆགས་  
 ཏེ་མེ་འོང་ལ་རྟག་ཏུ་བལྟ་བ་ཞིག་ཤི་ནས་དེ་འབྲ་ཞིག་ཏུ་སྐྱེས་པར་གསུངས་  
 པས། འཆི་ཁར་ཆོགས་གསོག་པ། བྱང་སེམས་འཕེལ་བའི་སྒོན་ལམ་ཤུགས་  
 དག་བྱེད་པ། གཙོ་བོ་ལུས་ལ་མ་ཆགས་པ་བྱེད་པ་རྣམས་གལ་ཆེ། ཡང་གྲ་  
 རྒྱང་ཞིག་དངུལ་ལ་ཤིན་ཏུ་ཆགས་པས་ཤི་ནས་སྐྱུལ་པར་གྱུར་ཏེ་དངུལ་དེ་  
 ལ་སྐྱར་མོས་འཐམ་ནས་སྒྲོད་པ་ཞིག་ཏུ་སྐྱེས་ཚུལ། འགའ་ཞིག་ནི་ཆགས་  
 པའི་དབང་གིས་འཆི་ཁར་འཆི་ཡང་མི་བྱུང་བ་སྐྱ་བྱ་བྱུང་སྟེ། ཨ་མ་དོའི་གྲ་  
 གན་ཞིག་ཞག་ལ་ཆགས་ནས་ཤི་དཀའ་བ་བྱུང་བ་ལ། བྱུང་ཐང་འཇམ་དཔལ་  
 དབྱངས་ནས་ཐབས་མཁས་ཀྱིས། དགའ་ལྡན་གྱི་ཞིང་དུ་འདུན་པ་ཐོངས་དང་  
 དེར་ང་ཆོའི་རིགས་གྲའི་ཞག་ལས་ཆེས་བཟང་བ་ཡོད་པར་གསུངས་པས་དེ་



མ་ཐག་ཏུ་དབྱགས་ཆད་ཐུབ་པ་བྱུང་། རང་ཅག་ལའང་དེ་ལྟར་འོང་ཉེན་ཡོད་  
པས་ཆགས་སོགས་སྤོང་བ་གལ་ཆེ། སུན་འབྲིན་པའི་སྟོབས་ནི། འཆི་ཁར་  
བཤགས་སྒྲོམ་སྟོབས་ཆེན་བྱེད་པ་སྟེ། གསང་སྤྲགས་པ་ཡིན་ན། རང་གིས་  
བདག་འདུག་ལེན་པའམ། དབང་བསྐྱར་ནས་ཁུས་ཏེ་བྱང་སྒྲོམ་སྤྲགས་སྒྲོམ་  
སོར་ཆུད་པར་བྱེད། དེ་མིན་ཡང་བཤགས་སྒྲོམ་གང་ཁུས་ལེགས་པར་བྱེད།  
འདི་ནི་སྒྱིར་དུས་རྒྱུན་དུ་དང་། ལྷག་པར་འཆི་ཁར་ཤིན་ཏུ་གནད་ཆེ། དེ་ལྟར་  
མ་བྱས་ན་འདིས་སྐྱིབ་ནས། དག་ཞིང་སོགས་སུ་འགོ་ཆོག་ཆོག་ཡིན་ཡང་  
འགོ་མི་ཁུས། སྟོན་ལམ་གྱི་སྟོབས་ལ། འདི་ནི་དག་ཞིང་སོགས་ལ་སྟོན་པ་  
མིན་གྱི། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་སྤྱི་བ་རང་ལ་སྟོན་པ་  
དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྐྱེ་བའི་སྟོན་ལམ་འདེབས་པ་ཡིན། གོམས་པའི་  
སྟོབས་ནི། དུས་རྒྱུན་དུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་གོམས་འདྲིས་བྱས་ཏེ་འཆི་  
ཁར་ཡང་སྒོ་གོམས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་བྱང་སེམས་བསྐྱོམ་བཞིན་པའི་ངང་  
ནས་འཕོ་ཐབས་བྱེད་པ་སྟེ། དེ་ལས་ལྷག་པ་བྱར་མེད། སྦྱོང་ལམ་ནི། སྟོན་  
པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་སྤངས་ལས་འདས་སྐབས་བཞིན་དུ་སྦྱོང་ལམ་གཞོགས་  
གཡས་ས་ལ་ཕབ་ནས་སེང་གའི་ཉལ་སྟོབས་ཀྱིས་འཕོ་བ་སྟེ། འདི་ཙམ་གྱིས་  
ཀྱང་དག་ཞིང་དུ་བགྱོད་པ་ལ་བྱུང་ཆེ།

སྒྱིར་ན་སྒྲིམ་བྱ་ཆུང་དུ་ལྟ་བུ་ནི་སྟོབས་འགོའི་ངང་ནས་འཕོ་ལ། སྒྲིམ་  
བྱ་ཆེན་པོ་ནི་བྱང་སེམས་བསྐྱོམ་བཞིན་དུ་འཕོ་བ་སོགས་དགོས། དེས་དག་  
ཞིང་དུ་བགྱོད་ལུགས་མེད་སྟམ་ན། དེ་ངེས་པར་ཡོད་དེ། མཆད་ཁ་བ་འདའ་

ཀར་ཉི་གནས་ལ་མཆོད་པ་ལ་བྱུང་ག་ཞོམས་དང་། ངས་སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་མནར་མེད་དུ་འགྲོ་བ་སློན་པར་བྱས་ཀྱང་། མི་འགྲོ་བར་འདུག  
 །དག་ཞིང་གི་སྒྲིང་བ་ཤར་བྱུང་ག་སྤངས་པ་དང་། དག་བཤེས་པོ་ཏྲོ་བས་ཀྱང་  
 དེ་བཞིན་མཛད་ཚུལ། སྤར་མ་སྤྲད་གཉིས་ཆུས་བྲེར་བའི་ཆོ། གཉིས་ཀས་  
 ཕན་ཚུན་སེམས་བཟང་པོ་བསྐྱེད་པས་དགའ་ལྡན་དུ་སྐྱེས་པ་དང་། ཡང་སྟོ་  
 ཁའི་བྱ་སའི་གོ་བ་ཐེངས་ཅིག་སྟེ་དགས་ཏེ་རྟོ་བ་པར་ཉི་བ་ན་བང་ཆེན་པ་ཞིག་  
 སེམས་བཟང་པོ་བསྐྱེད་དེ་ཆུར་མཆོངས་ཀྱང་མ་ཞི་བར་འཇའ་ཟུག་པ་བྱུང་  
 བ་ལྟར་སེམས་བཟང་ཚུལ་བྱད་པར་ཅན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བཅོས་མ་ཚུན་  
 གསལ་བཏབ་ན་ནི། གནས་བཟང་བར་སྐྱེ་བར་ཐེ་ཆོམ་མེད། ང་ཆོས་ཉི་ག་  
 དང་ཕུ་ཟེར་བའི་འཕོ་བ་ལ་འགའས་ཆེར་བྱེད་ཅིང་། འཕོ་བའི་རྟགས་ཐོན་པ་  
 ལ་རྩ་བ་ཆེ་བར་བརྩི་ཡང་། དམིགས་པ་གང་ཡང་མེད་པར་ཉི་ག་མང་དུ་སྐྱུང་  
 བ་སྐྱེ་གཙུག་ཏུ་འཕོ་རྟགས་ཐོན་པ་སོགས་འབྱུང་བས་དེ་རྒྱུ་གི་འབྲུལ་ཡིན་  
 པ་ལས་དེ་ཅུ་འོ་མཆར་ཆེ་རྒྱུ་མེད། སྟོ་སྟོང་གི་འཕོ་བ་ལ། ཉི་ག་དང་ཕུ་  
 མེད་ཀྱང་འཕོ་བ་ཐམས་ཅད་ལས་ཟབ་ཤོས་འདི་ཡིན་པས། འཕོ་བ་གཞན་  
 ཉམས་སུ་སྤངས་ཀྱང་འཆི་ཁར་ངན་སོང་གི་སྐྱེ་སྟོ་ཁེགས་མི་ཁེགས་ཐེ་ཆོམ་  
 ཡོད་ལ། འདིའི་སྟོབས་ལྡེའི་སྟོན་པ་འཕོས་ན་ནི། སྐྱེ་གནས་ངན་པར་མི་ལྟུང་  
 བ་ངེས་པ་ཅན་ཡིན་གསུངས།

དོན་ཆོན་ལྟུང་། སྟོ་འབྱོངས་པའི་ཆད་ནི། ཆོས་ཀྱན་དགོངས་པ་  
 གཅིག་ཏུ་འདུས། །ཞེས་པ་སྟེ། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཆོས་ལུང་རི་སྟེད་

ཅིག་གསུངས་པ་ཐམས་ཅད་བདག་གཅེས་འཛིན་གྱི་གཉིན་པོར་གཞིལ་ཞིང་  
འབབ་ལ། ཆོས་དང་ཆོས་མིན་པའི་གནམ་ཐིག་ཀྱང་ཉོན་མོངས་གྱི་གཉིན་  
པོར་སོང་མ་སོང་ལ་གསུངས་ཤིང་། བྱུང་ཏྟགས་གྱི་མཆོག་ཉོན་མོངས་རེ་  
ཆུང་ལ་སོང་བ་སྟེ། དེ་མིན་པར་གནམ་ལ་བྱ་གློད་སོགས་གྱིས་ཀྱང་འཕྱར།  
ས་ལ་གྱི་བའང་འཇུ་ལ། ཆུ་ལ་ཉམས་ཀྱང་འཕྱོ་བའི་ཕྱིར་ན་བྱུང་ཏྟགས་གཞན་  
ལ་ཉིག་པོ་མེད། སྒོ་སྤྲུང་འདི་ལ་ཆོས་དང་ཆོས་མིན་བཏྟགས་པའི་སྤང་དུ་  
གསུངས་པས། ཆོས་བྱས་པའི་ལག་རྩེས་ལ་བདག་གཅེས་འཛིན་ཆུང་དུ་  
སོང་བར་འདུག་ན་འགྱུངས་པའོ། །དཔང་པོ་གཉིས་གྱི་གཙོ་བོར་བཟུང་།  
།ཞེས་པ་ནི། རང་གཞན་གྱི་དཔང་པོ་གཉིས་ཏེ། རང་ལ་ཉམས་ལེན་གཤམ་  
མ་མེད་ཀྱང་ཆུ་ལ་འཆོས་བགྱིས་ཏེ། གཞན་གྱིས་ཆད་དུ་འཛིན་ཅིང་། ཆུ་ལ་  
ཁྲིམས་གཙང་མདོག་ཁ་ལ་བཟང་པོར་བརྩི་བ་ཙམ་བྱུང་ཡང་། དེ་ཙམ་ནི།  
ཨ་མའི་འབྲས་བུ་ཕྱི་ནང་སྟོན་མ་སྟོན་རིགས་བཞིར་གསུངས་པ་ལས་ཕྱི་  
སྟོན་ལ་ནང་མ་སྟོན་པ་དང་འབྲ་བས། ཕྱི་ལ་འཇུག་པའི་གཡོ་འབྲུལ་ཅན་དེ་  
ལྟ་བུ་ལ་ཆོས་གཞན་མི་ཤེས་པ་དག་གིས་བཟང་པོའི་གཤམ་དུ་འཛིན་མོད། དེ་  
འབྲ་བ་དག་མི་བྱ་ཞིང་། གཞན་ཡང་ནང་སྟོན་ལ་ཕྱི་མི་སྟོན་པའང་མིན་པར།  
ཕྱི་དུལ་བས་གཞན་གྱིས་ཁྲིལ་མ་དགོས་པ་དང་། ནང་དུལ་བས་རང་རྒྱུད་  
ཉམས་ལེན་གྱིས་སྤྱག་པའི་ཕྱི་གཙང་ནང་གཙང་བ་དགོས། བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་རྣམས་ནི། གཤགས་པ་ངན་པ་སྤོང་མི་བྱེད། །ཅེས་པ་ལྟར། ཕྱིའི་ཀྱན་  
སྤོང་ཀྱང་གཤགས་པ་ངན་པའི་གཞི་རྣམས་སྤངས་ནས་གཟབ་སྟེ་གཙོ་བོར་

རང་གིས་རང་ལ་མི་ཁྲིལ་བ་ཞིག་གལ་ཆེ་གསུངས། ཡིད་བདེ་འབའ་ཞིག་  
 རྒྱན་དུ་བསྟེན། །ཞེས་པ་ནི། འབྲེལ་པ་སོགས་བྱང་བ་ན་སྟེལ་བ་དང་སྤང་  
 བའི་རྣམ་ཏྲོག་མང་པོས་ཡིད་མི་བདེ་བ་མི་བྱེད་ཅིང་། མེད་ནའང་འཆོལ་བའི་  
 སེམས་ངལ་མེད་པར་ཡོད་པ་དག་གི་སྒྲིན་བསམས་ལ་རྒྱེན་བཟང་ངན་གང་  
 བྱང་ཡང་ལམ་དུ་འབྲེལ་ཤེས་པའི་ཡིད་བདེ་དང་། ཆོག་ཤེས་བྱ། དེ་བཞིན་  
 དུ་བསྟོད་སྤྲད་སོགས་ཆོས་བརྒྱད་མགོ་སྟོམས་པར་བྱེད་ཅིང་སྒྲིད་ནའང་དེ་  
 ལུགས་དང་། ལུག་ནའང་དེ་ལུགས་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་བརྟགས་པས་ཡིད་མི་བདེ་  
 བ་མེད་པར་འགྱུར་བ་འོང་གསུངས།

ཡེངས་ཀྱང་ཐུབ་ན་འབྲེངས་པ་ཡིན། །ཞེས་པ་ནི། ཏྲ་ཅལ་ཆེར་མེད་  
 པ་དག་སེམས་མ་ཡེངས་ན་ཏྲས་མི་བསྐྱར་ཡང་། ཡེངས་ན་བསྐྱར་ལ། ཏྲ་  
 ཅལ་ཅན་ཡེངས་ཀྱང་མི་བསྐྱར་བ་བཞིན་དུ། སྟོ་སྤྱངས་ཀྱང་མ་འབྲེངས་པ་  
 ནི། ཏྲ་ཅལ་མེད་པས་ཏྲ་ཞོན་པ་བཞིན། སེམས་ཡེངས་པའི་སྐབས་གཞན་  
 ཞིག་གིས་ཆོག་ངན་སྤྲས་ན། དང་པོར་ཁོ་བ་སྟེ་ཞིང་། ཕྱིས་ནས་དྲན་པས་  
 ཟེན་པ་ན་ཁོང་ཁོ་ཞི་འགོ་བ་ཡིན་ཞིང་། སྟོ་འབྲེངས་པས་ནི། སེམས་ཡེངས་  
 པ་ནའང་། གཞན་གྱི་བརྟེན་འཆོག་ངན་སྤྲ་སོགས་ལ་ཁོང་ཁོ་མི་སྟེ་བ་ནི་སྟོ་  
 འབྲེངས་པའི་ཆད་དོ། །བྱང་བའི་ཆད་ནི་ལོག་པ་ཡིན། །ཞེས་པ་འཆི་བ་མི་  
 ཏྲག་པ་དང་། དེས་འབྱུང་གི་སྟོ་འབྲེངས་པའི་ཆད་ཆེ་འདིའི་སྤང་ཤས་དང་།  
 འཁོར་བའི་ཕུན་ཆོགས་ལ་ཡིད་སྟོན་ལྡོག་པ་སོགས་ཡིན་པ་བཞིན་དུ་འདིར་  
 བདག་གཅེས་འཛིན་ལོག་པ་ནི་བྱང་བའོ། །འབྲེངས་ཏྲགས་ཆེན་པོ་ལྷ་ལྷན་

ཡིན། །ཞེས་པ་སྤྱད་པ་སྤྲུལ་དང་གཞི་དཔེ་སོགས་གང་སྤྲུང་ཡང་ཉོན་མོངས་  
པས་ཡིད་མི་བསྐྱོད་པས་བཟོད་རྒྱས་པའི་དཀའ་ཐུབ་པ་ཆེན་པོ། བདག་པས་  
གཞན་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ། སྐྱོད་ལམ་ཀྱན་ཏུ་ཆོས་  
སྐྱོད་བཙུའི་ཉམས་ལེན་ལས་མི་འདའ་བའི་དགོ་སྐྱོང་ཆེན་པོ། སྤྲིག་པ་མི་  
དགོ་བ་ཕྱ་མོས་ཀྱང་མ་གོས་པར་ཞི་དུལ་དུ་གནས་པའི་འདུལ་འཛིན་ཆེན་པོ།  
ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་རྣལ་མ་ལ་འབྱོར་བའི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཆེན་པོ་སྟེ་ལྷ་པོ་འདི་  
སྒོ་སྐྱོང་འདི་སྟེ་བུ་བསྐྱོམས་པ་ལ་འོང་གསུངས།

དོན་ཆེན་དུག་པ་སྒོ་སྐྱོང་གི་དམ་ཆིག་ལ་བཙེ་བརྒྱད་ལས། སྤྱི་དོན་  
གསུམ་ལ་ཏྲག་ཏུ་བསྐྱབ། །ཅེས་གསུངས་པའི། དང་པོ་སྒོ་སྐྱོང་ཁས་སྤང་དང་  
མི་འགལ་བ་ནི། སྒོ་སྐྱོང་ལ་བསྟན་བཅུགས་ནས་འདུལ་བ་སོགས་བསྐྱབ་  
པ་འོག་མ་ལ་ཁྱད་དུ་གསོད་པ་མི་བྱེད་པ་དང་། གཉིས་པ་སྒོ་སྐྱོང་ཐོ་ཅོར་མ་  
ཞོར་བ་ནི། སྒོ་སྐྱོང་ལ་བསྟན་བཅུགས་ནས་གཅེས་འཛིན་མེད་མདོག་གིས་  
མི་དང་མི་མིན་གྱི་ཕོག་ཐུག་སོགས་ལ་མི་འཇེམ་པར་ཞིང་གཉན་གཅོད་པ་  
སོགས་གྱི་ཐོ་ཅོར་སྐྱོད་པ་ཅན་མིན་པ་དགོས། གསུམ་པ་སྒོ་སྐྱོང་ཕྱོགས་  
རེ་བར་མ་སོང་བ་ནི། གཉིན་ལ་བཟོད་ཅིང་དག་ལ་མི་བཟོད་པ་དང་། མི་  
ལ་བཟོད་ཅིང་མི་མིན་ལ་མི་བཟོད་པ་སོགས་མིན་པ་སྟེ། དེ་དག་ནི་སྤྱི་དོན་  
གསུམ་མོ། །འདུན་པ་བསྐྱར་ལ་རང་སོར་བཞག །ཅེས་པ་ནི། རང་གི་རྒྱད་  
གྱི་སེམས་གྱོང་པོ་སྤྲུང་གནས་སུ་འཛོག་པ་མིན་པར་རེ་བཟང་དུ་བཅང་ནས་  
འཆོས་ཐབས་བྱེད་ཅིང་། རབ་ན་ཞག་སྐྱེད། འབྱིང་ཟླ་སྐྱེད། ཐ་མ་ལོ་སྐྱེད་

ཅམ་ཨེ་འོང་བལྟ་དགོས། དེ་ཅམ་ཡང་མེད་ན། རབ་ཏུ་བྱུང་བེན་ནས་ན་ཆོད་  
 གན་པོར་སོང་ཡང་། སྒར་རབ་ཏུ་མ་བྱུང་གོང་གི་སེམས་དེ་སོ་ན་གནས་  
 པ། ཁང་ལྟག་གི་བྲག་གོང་བཞིན་མི་བྱེད་པར་འདུན་པ་བསྐྱུར། གང་གིས་  
 བསྐྱུར་ན། བྱང་སེམས། དེས་འབྱུང་། མི་རྟག་པ་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱུར་དགོས་  
 ། སྤྱི་ལོ་ཀུན་སྤྱོད་སོ་ན་གནས་པ་ལས། བྱང་དུ་སྐྱེ་བྱུང་ཡོན་ཏན་སྐར་  
 ལྡན་ཅམ་ཡང་མེད་པར། སྤྱི་ལོ་ཀྱི་སྤྱོད་པ་མིག་སྟགས་བེད་བེད་པ་སོགས་  
 ཉམས་ལེན་ཡོད་མདོག་གི་འབྲ་གང་ཆགས་མི་བྱེད་ཅིང་། ཉམས་སྤྱོད་དང་  
 ཡར་སྤྱོད་སེམས་ཁོ་ནའི་སྤྱོད་དུ་བཏོན་ནས་མདོན་མཆན་མེད་ཅིང་ས་ཆོད་  
 ཆེ་བ་སྤྱ་གང་གིས་མ་ཤེས་པར་སྤངས་རྟོགས་མཐོན་པོར་གཤེགས་པ་རྒྱལ་  
 སྐས་ཞི་བ་ལྟ་དང་། འཕགས་པ་ལས་ཆུང་བ་ལྟ་བུ་དགོས། དཔལ་ལྷན་ལྷ་  
 བའང་བརྟེན་ཏེ་དཀྱུས་མ་ཅམ་ལས་མཐོང་ཆེན་པོ་བྱེད་པ་མ་བྱུང་ཞིང་། བྱང་  
 དུ་རི་མོའི་བ་ལས་འོ་མ་བཞོ་རུས་པའི་བྱུང་བ་བརྟེས་པའི་རབས་སོགས་  
 གསུངས། དེ་དག་གིས་ཀྱང་མདོན་ཆེ་བ་མ་མཛད་ཅིང་། བཀའ་གདམས་ཀྱི་  
 ལུགས་འདི་ལའང་སྤྲོ་མ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱིས་སྐྱབ་པ་བྱས་བྱས། བྱུང་རྟགས་  
 བསྟན་བསྟན་སོགས་ཀྱི་སྐད་གྲགས་ཆེར་མེད་པར་མཛད་པ་ལྟར་བྱ། གཞན་  
 དུ་ཡིད་བཞིན་ཀྱི་ཁོར་བུ་མི་གཞན་ལ་ངོ་མ་བ་ལྟར་བསྐྱགས་ཆེས་ན་བར་  
 ཆད་མང་། རང་རེས་ཡང་ན་འཇིག་རྟེན་པ་དང་བྱེད་མེད་དུ་ཆེ་འདི་ལ་ཤོར།  
 གལ་སྲིད་ཆོས་ཤིག་བྱས་ཀྱང་སྤོ་ལ་དར་བཞིན་དུ་འབྱར་བར་སྤང་ཡང་། དེ་  
 ལྟ་མ་ཡིན་པར་རྩོ་བོ་བཀའ་གདམས་པའི་ལུགས་འདིར་ཡོན་ཏན་བྱམ་ནང་



གི་མར་མེ་བཞིན་སྤྲོད་གོས་པར་གསུང་། ཡན་ལག་ཉམས་པ་བརྗོད་མི་བྲ།  
།ཞེས་གཞན་གྱི་སྒྲོན་ནས་མི་བརྗོད་ཅིང་། གཞན་སྤྱོད་གས་གང་ཡང་མི་བསམ་  
མོ། །ཞེས་གཞན་གྱི་སྒྲོན་གྱི་སྤྱོད་གས་གང་ལའང་མི་དཔྱོད་པར་རང་སྒྲོན་ལ་  
བརྟག་དཔྱད་བྱེད་པ་དགོས། དེ་མིན་ཆོས་གྲོགས་དང་། བྲ་ཆང་། ཁང་ཆོན་  
གྱི་བྲ་པ་སོགས་མི་གཞན་ལ་སྒྲོན་ཁོ་ན་འཆོལ་ཏེ་བལྟས་ན། སྒྲོན་པ་སངས་  
རྒྱལ་ལའང་སྒྲོན་མཐོང་བ་ཆོས་ཉིད་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལྟར་བྲས་ན་བྱུང་གསོད་  
སྒྱུར་འདེབས་སོགས་སྤེལ་བ་ལས་མ་འདས་པས་གཞན་ལ་སྒྲོན་གདགས་  
པར་མི་བྲ།

ཉོན་མོངས་གང་ཆེ་སྒྲོན་ལ་སྦྱང་། །ཞེས་རང་རྒྱུད་ལ་ཉོན་མོངས་གང་  
ཤས་ཆེ་བ་སྒྲོན་ལ་སྦྱངས་ཏེ། དེ་ཡང་འདོད་ཆགས་ཤས་ཆེ་བ་ལ་མི་སྦྱག་  
པ་བསྐྱོམ་པ་སོགས་གྱི་གཉེན་པོ་བསྐྱེན་ནས་སྦྱང་བ་ཡིན། འབྲས་བུ་རེ་བ་  
ཐམས་ཅད་སྤངས། །ཞེས་པ། དགོ་བ་ཞིག་སྦྱབ་པ་ན་འང་བཟང་ལན་འོང་དུ་རེ་  
བ་ལྟ་བུ་དང་། རྣམ་སྤྲིན་བཟང་པོ་འོང་དུ་རེ་བ་ལྟ་བུ་མི་བྱེད་པ་དང་། དུག་ཅན་  
གྱི་ཟས་སྤང་། །ཞེས་སོགས་ནི་རིམ་པ་ལྟར། བདག་གཅེས་འཛིན་གྱི་དུག་  
དང་འདྲེས་པའི་དགོ་བའི་ཟས་མི་བསྐྱེན། ཉོན་མོངས་པ་སྒྲིལ་པ་ན་གཉེན་པོ་  
མི་བསྐྱེན་པར་རྒྱན་འཁུད་པའི་གཞུང་བཟང་པོ་མི་བྱེད། དགོ་སྦྱོང་གི་བྱེད་  
ཆོས་བཞིར་གསུངས་པ་ལྟར། གཞན་གྱིས་གཤགས་ངན་སྤྲོ་བ་ན་ལན་དུ་  
གཤགས་ངན་མི་འདེབས། ཆོས་བཞིའི་བྱེད་ཆོས་མི་ལྡན་ན་དགོ་སྦྱོང་དུ་མི་  
འགྲོ་སྟེ། འདི་དག་མཁན་སློབ་གྱི་མདུན་ནས་ཁས་སྤངས་པས་སོ། །དེས་ན་

ཚུར་གྱི་ཀན་ཟེར་བ་ན། སར་རྒྱན་མ་ཟེར་བ་ལྟ་བུ་དང་། ཚུར་གཅིག་བརྟེན་  
 པ་ན། སར་གཉིས་བརྟེན་པ་སོགས་མི་བྱེད། གཞན་ལ་གཞོན་ལན་བྱེད་པའི་  
 ཕྱིར་འབྲང་ལ་བསྐྱུག་པ་བཞིན་གཞོན་པ་སྐྱེལ་བའི་དུས་སྐབས་སྐྱུག་པར་མི་  
 བྱེད། འདི་ཡང་ཁ་འཇུ་མ་གཏིང་ནག་གི་གཡོ་སྒྱ། འཇིག་རྟེན་པ་སྐྱུན་པོ་དག་  
 གིས་ལེགས་པར་བརྩི་བ་དེ་ཡིན་པས། ཆོས་དང་འཇིག་རྟེན་འགལ་བ་ཡང་  
 གནད་དེའོ། །གཞན་གྱི་སྐྱོན་ཆེན་པོ་རང་གིས་ཤེས་པ་ན། མང་པོའི་དབུས་  
 སུ་དམའ་འབེབ་པའམ་གནད་ནས་དབབ་སྟེ་སྐྱོན་མཆང་མི་སྒྲ། འདིས་མཆོན་  
 མི་མ་ཡིན་སོགས་ཆར་གཙོད་ཕྱིར་དག་སྒྲགས་འདོན་པ་སོགས་ཀྱང་མི་  
 བྱེད། རང་གིས་མ་ཡིན་པའི་ལས་བྱས་པ་གཡོ་ཐབས་ཀྱིས་གཞན་གྱི་སྟང་  
 དུ་འགོལ་བའམ། ཁག་ངན་བྱང་བ་ཐབས་ཀྱིས་གཞན་ལ་འགོལ་བར་མི་བྱེད་  
 པ་སྟེ་མཛོ་ཁལ་སྤང་ལ་མི་འགྲོ། སྟོ་སྟོང་འདི་བདག་གཅེས་འཇིན་འདུལ་  
 བའི་ཕྱིར་ཡིན་པ་ལ། མི་མིན་གྱིས་མི་གཞོན་པ་དང་རྟེན་བཀྱར་སྟན་གྲགས་  
 གྱི་ཕྱིར་བྱེད་པ་སོགས་གཅེས་འཇིན་འཕེལ་བའི་རྒྱར་བསྐྱོམ་པའི་སྟོ་བཙུགས་  
 ལོག་པ་ལྟར་མི་བྱ། ཐུན་མོང་དུ་དབང་བའི་ཀ་ཅ་ལྟ་བུ་མཁྱོགས་པོར་རང་  
 ལ་འོང་ཐབས་བྱེད་པའམ་བཟང་ཤོས་དེ་རང་ལ་སྟོན་དུ་ཐོབ་ཐབས་བྱེད་པའི་  
 མཁྱོགས་གྱི་ཅེ་མི་གཏོད། སྟོ་སྟོང་བདག་གཅེས་འཇིན་གྱི་གཉེན་པོར་མི་  
 འགྲོ་བར་གྲོགས་སུ་འགྲོ་བ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་དང་དུ་མི་དབབ། རང་གི་བདེ་སྐྱིད་གྱི་  
 ཕྱིར་དག་གུད་ན་དང་ཤིན་སྟུམ་པ་ལྟ་བུ་སྐྱིད་གྱི་ཡན་ལག་ཏུ་སྐྱུག་མི་འཆོལ་  
 བ་སྟེ། དེ་དག་ནི་དམ་ཆིག་བཙུག་བཙུག་དོ།

བདུན་པ་བསྐྱབ་བྱ་ཉིར་གཉིས་ལ། རྣམ་འབྱོར་ཐམས་ཅད་གཅིག་གིས་  
བྱ། །ཞེས་སོགས་ནི། འདི་ཉམས་སྤྱུ་ལེན་པ་པོས་དགོ་སྒྲོར་སྒྲེ་མང་པོ་མི་  
དགོས་པར་ཐམས་ཅད་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེདེ་སེམས་ཀྱི་སྒྲིང་དུ་བསྒྲིལ་  
ཏེ། ཟས་བ་བ་ཡང་རང་ལུས་སེམས་ཅན་ལ་བྱེན་བྱེན་བས། སེམས་ཅན་གྱི་  
དོན་སྐྱབ་བྱེར་ལུས་འདི་གསོ་སྦྱམ་པ་ལྟ་བུ་སྒྲོད་ལམ་གཞན་ཐམས་ཅད་ལ་  
དེ་བཞིན་སྒྲོར་ཞིང་། གཞན་དུ་རིག་སྤྲུགས་དང་བཀའ་བསྒྲོ་སོགས་ཐམས་  
ཅད་འདིའི་སྒྲིང་ནས་བྱེད། སྦྱོར་བས་སྦྱོར་གྱིས་མ་པན་ན་གཏར་སྒྲིག་བྱེད་པ་  
བཞིན་དུ། ན་ཆ་ཉོན་མོངས་ཀྱན་གྱི་གཉོན་པོར་མཉམ་བཞེདེ་སེམས་གཅིག་  
ལུ་འདིས་བརྒྱ་གོ་གཅིག་ཆོད་བྱ། ཀྱན་སྒྲོང་འཆོས་པ་དང་བསྒྲོ་བ་གཉིས་  
དགོ་བ་ཀྱན་གྱི་ཐོག་མཐར་བྱ་ཞིང་། ཉོན་མོར་ཡང་འཕེན་པ་བཏང་བ་ལྟར་  
བྱེད་ཀྱིན་འདུག་མི་འདུག་བལྟ་བ་གལ་ཆེ། སྒྲིད་སྤྲུག་གཉིས་གང་བྱུང་ཡང་  
སྒོ་སྒྲོང་གི་ཉམས་ལེན་མ་ཞོར་བ་བྱེད་དགོས་ཀྱི། འགའ་ཞིག་གོ་ས་དང་  
འབྱོར་པ་སོགས་སྒྲིད་གྱིས་ཆོས་ཞོར། འགའ་ཞིག་ནི་དབྱ་སོགས་བྱུང་སྟེ་  
སྤྲུག་བསྐྱལ་བས་ཆོས་ཞོར་བ་ཡིན་པས། དེ་གཉིས་གང་བྱུང་ཡང་སྒོ་སྒྲོང་  
གི་ཉམས་ལེན་མ་ཞོར་བ་དགོས། ཆོས་སྒྲིའི་དམ་ཆིག་དང་། སྒོ་སྒྲོང་གི་དམ་  
ཆིག་གཉིས་སྒྲིག་དང་བསྒྲོས་ཏེ་བསྐྱུང་། ཉོན་མོངས་ངོས་བྱེན་དཀའ་བ་དང་།  
གཉོན་པོ་བསྟེན་དཀའ་བ་དང་། རྒྱན་གཅོད་དཀའ་བ་གསུམ་ལ་ནན་ཏན་དུ་  
ཞེས་པར་བྱས་ནས་བསྐྱབ། ལྷ་མ་བཟང་པོ་དང་མཇལ་བ་དང་། སྒོ་ལས་  
སྤྱུ་རུང་བ། མཐུན་རྒྱུན་ཟས་གོས་ཆང་བ་སྟེ། ཆོས་བྱེད་པའི་རྒྱུད་གཙོ་བོ་

གསུམ་འཛོམ་ཐུབ་པའི་སྟོན་ལམ་འདེབས། སྒྲ་མ་ལ་མོས་གྲུས་དང་། སྟོ་སྟོང་  
 ལ་སྟོ་བ་དང་། དན་ཤེས་ཀྱིས་བསྐྱབ་བྱ་བསྐྱང་བ་གསུམ་ཉམས་པ་མེད་པར་  
 བྱ། ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་དལ་བར་མ་བཞག་པར་དགོ་བ་ལ་བཀོལ། ལུས་  
 ཀྱི་དགོ་བ་ནི་ཕྱག་སྒྲོར་སོགས་རྒྱུ་པ་མིན་གྱི། ལུས་འདུག་ལུགས་བྱང་  
 བོར་བསྐང་བ་ཚུན་ཀྱང་ལུས་ཀྱི་དགོ་བར་འགོ། སྟོ་སྟོང་བྱེད་ཡུལ་ཡང་དག་  
 དང་གཉིན་ཞེས་རིས་སུ་བཅད་པ་དང་། སེམས་ཅན་དང་སེམས་ཅན་མིན་པ་  
 སོགས་ལ་ཕྱོགས་རིས་མི་བྱེད་པར་སྟོང་བ་དང་། དེ་ལྟའི་ཡུལ་ཐམས་ཅད་  
 ལ་བྱབ་པར་སྟོ་གཏིང་ནས་འབྱོངས་པར་བྱེད་པ་མཆད་ཁ་བ་ལྟར་དགོས།  
 བྱང་པར་དག་ལ་བཟོད་པ་སོགས་སྐྱེ་དཀའ་བ་དང་། ཡུལ་གཉིན་པ་སྒྲ་མ། བ་  
 མ། འག་རོགས་ལྟ་བུ་ལ་བྱར་དུ་བཀོལ་ནས་གཏིང་འབྱོངས་པར་བསྒྲོམ། དེ་  
 ཡང་ཟས་གོས་སོགས་མ་ཐུན་རྒྱུན་འཛོམས་མ་འཛོམས་ལ་མ་བཟོས་པར་  
 བསྒྲོམ་པ་ལས། ལྟོ་འགྲངས་ཉི་མས་ངོས་ཆེ་ཆོས་པའི་གཟུགས། །རྒྱུན་ངན་  
 ཐོག་ཏུ་བབས་ཆེ་ཐ་མལ་བ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུར་མ་སོང་བ་བྱ། ད་རིས་བསྐྱེད་  
 དཀའ་ལ་དོན་ཆེ་བའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྒྲོམ་པ་སོགས་ཀྱང་རང་གཞན་  
 ཀྱི་དོན་གཉིས་སྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་བྱེད་པ་དགོས་ཀྱི། ཆེ་འདི་པའི་ཆེད་དུ་བྱ་མི་  
 རིགས་ཏེ། ཆེ་འདི་ལས་ཕྱི་མ་དང་། འཇིག་རྟེན་ལས་ཆོས། ཆོས་བཤད་སྐྱབ་  
 གཞན་བྱེད་པ་ལས་སྟོ་སྟོང་བསྒྲོམ་པ་གཙོ་བོར་བྱ་དགོས་པ་ཡིན་གསུངས།  
 གོ་ལོག་མི་བྱ། ཞེས་སོགས་ཀྱི་རིམ་བཞིན་གོ་ལོག་དྲུག་ལས། ཆོས་  
 ཀྱི་བྱ་བ་ལ་སྟོང་རུས་དཀའ་སྐྱད་མི་བཟོད་པར་འཇིག་རྟེན་ཀྱི་བྱ་བ་ལ་དཀའ་

སྤྱད་བཅོད་པའི་བཅོད་པ་གོ་ལོག་དང་། ཐོས་བསམ་སྒོམ་གསུམ་སོགས་  
ཆོས་ཀྱི་རོ་སྤྲུང་དགོས་ཀྱང་། དེ་ལ་མི་རྟོག་པར། འཇིག་རྟེན་གྱི་གཏམ་དང་  
ཆོང་དང་དམག་སོགས་རྟོག་ཅིང་དཔྱོད་ལ་དེའི་རོ་སྤྲུང་བ་རོ་སྤྲུང་གོ་ལོག་  
དང་། སྤྲིག་ཅན་ལ་སྤྱིང་རྩེ་མི་བསྒོམ་པར། ཆོས་སྤྱིར་དཀའ་བ་སྤྱོད་པ་ལ་  
སྤྱིང་རྩེ་བར་བྱེད་པ་སྤྱིང་རྩེ་གོ་ལོག་དང་། ཆོས་རྣམ་དག་སྤྱུབ་པ་ལ་ཡིད་མི་  
འདུན་པར། འཇིག་རྟེན་གྱི་བདེ་སྤྱིད་སྟོབས་འབྱོར་ལ་ཡིད་སྟོན་པ་འདུན་  
པ་གོ་ལོག་དང་། རང་ལ་རེ་སྟོས་འཆའ་བ་དག་སྤྱི་མར་པན་པའི་ཆོས་ལ་མི་  
སྤྱོར་བར། ཆོང་དང་ཁ་མཆུ་སོགས་སྤྱི་མར་གཞོད་ཆབས་ཆེ་བ་ཞིག་སྟོབ་  
པ་སོགས་གཉེར་སེམས་གོ་ལོག་དང་། རང་གཞན་གྱི་དགོ་བ་དང་གཞན་གྱི་  
བདེ་བ་ལ་ཡི་རང་མི་བྱེད་པར་མི་དགོ་བ་དང་། དག་པོར་སྤྱུག་བསྐྱུལ་བྱུང་  
བ་ལ་ཡི་རང་བ་སྟ་བུ་ཡི་རང་གོ་ལོག་སྟེ། སྤྱར་དགོ་སྟོང་ཞིག་གིས་རང་གི་  
འགྲན་ཆེ་ཞིག་ལ་པམ་བ་བྱུང་བར་གོ་ནས་ཡི་རང་བྱས་པ་དགོ་བཤེས་པོ་རྟོ་  
བས་གསན་པས་པམ་བ་བྱུང་བ་དེ་བས་ཀྱང་ཡི་རང་བྱེད་པ་དེ་སྤྲིག་ཆེ་བ་  
བྱུང་བར་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །སྤྱི་མར་ཆོས་ཐོས་པ་སོགས་ཀྱི་ཆེ་རེས་  
འབྱུང་སྤྱ་སྤྱད་སྤྱེས་ནས། ཉིན་ཁ་ཤས་བསྐྱེམས་དགས་པའི་དགོ་སྤྱོར་མི་  
བྱེད་དགུ་བྱེད་ལ་འབད་ཀྱང་སྐབས་ཞིག་ནས་ཐང་ཆད་དེ་དགོ་སྤྱོར་ལ་མི་  
འཇུག་པས། དེ་ལྟར་རེས་འཛོག་མི་བྱ་བར། སྒོམ་པ་རིན་ཆེན་སྤྱི་མས། མིག་  
རྒྱུང་བསྐྱིད་། ཡིད་རྒྱ་བསྐྱེད། ཁོང་སྤང་སྟོད་གསུངས་པ་ལྟར་དགོ་སྤྱོར་ལ་  
ཐང་སྟོད་རན་པར་བྱས་ནས་སྤྱུགས་བསྐྱིངས་ཏེ། སྤྱང་བའི་རྣལ་འབྱོར་ནས་



བཟུང་སྟེ་རང་གིས་རང་ལ་བསྐྱེག་བཟོས་ནས། བྱིས་ནས་རྒྱས་སུ་བཏང་། དེ་  
ས་ཚོད་ཆེ་སྟེ། འིག་དང་སྡེ་བའི་དཔེ་ལྟར་ཡིན་གསུངས།

དོལ་ཚོད་དུ་སྦྱང་བ་ནི། སྟོ་སྟོང་ལ་སྟོ་ལིངས་ཀྱིས་འགོལ་བ་ལ་

གསུངས་ཀྱང་། སྤོན་པས་ཁྲག་གཏར་བ་ན་ཅ་དང་ལྷགས་པ་གཏིང་ཚོད་པར་  
མཉམ་དུ་བཅད་པ་བཞིན་སྟོ་སྟོང་དང་རང་གི་རྒྱད་དོ་རུས་ཐུག་པར་བྱེད་  
ཅིང་། དེ་ཡང་སྟོ་སྟོང་ལ་ཉོག་དཔྱེད་ཀྱིས་དཔྱད་སྟོམ་བྱེད་བཞིན་དུ་མཐའ་  
ཚོད་པར་སྦྱང་། ཉོན་མོངས་གང་ཤས་ཆེ་བའི་གཉེན་པོ་བསྟེན། སེམས་ཅན་  
ཀྱི་དོན་རང་གིས་བསྐྱབ་འོས་ཤིང་། བསྐྱབ་པར་ཁས་སྐྱངས་ཟིན་པས། དེ་  
སྐྱབ་པ་ན་གཞན་སུ་ལའང་ཡུས་མི་བྱེད། མང་པོའི་དབུས་སུ་གཞན་ཀྱིས་  
དམའ་དབབ་པ་སོགས་ལ་མི་ཁྱོ་བ་སོགས་ཀོ་ལོང་མི་སྟོམ། རྒྱུན་པ་མོ་  
རེས་དགའ་ཚོགས་སྐྱབ་ཚོགས་དཔྱེད་ཀའི་གནམ་ལྟར་ཡུད་ཅམ་པ་མི་བྱ། བན་  
བཏགས་པ་ལ་ལེགས་སོའི་གཏམ་སོགས་རེ་བ་ཆེན་པོས་དོན་དུ་མི་གཉེར་  
བ་སྟེ། དེ་དག་ནི་བསྐྱབ་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཆེའི་སྟོགས་མ་སོགས་སྟོགས་  
མ་ལྟ་བུ་བཞོ་བ་ཡང་རྒྱུན་ངན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ལམ་དུ་བསྐྱར་བར་རུས་ཤིང་། བན་  
ངག་འདི་གསེར་སྤིང་བ་ནས་བརྒྱད་པ་ཡིན་ལ། མཆད་ཁ་བ་རང་ཉིད་ཀྱིས་  
བྱོད་ཉིད་པས་ཤི་ཡང་མི་འགྱོད་པར་གསུངས་སོ། །དེ་དག་གིས་ལྟ་བའི་སྟོར་  
ལས་གཞན་ཞུས་ཟིན་ལ། འདིའི་འགྲེལ་པ་མང་པོར་སྤྲ་རབས་པའི་ལྟ་བ་ལྟར་  
འདི་ཡིན་གཏད་སོ་མེད་པ་ཞིག་ཏུ་ཡོད་ལ། སྟོ་སྟོང་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་ནི་ལྟ་  
བའི་སྟོར་རྣམས་དབུ་མ་ཐལ་འགྱུར་བ་དང་མཐུན་པར་ཡོད་པས་ན། ཐལ་



འགྱུར་བ་ལྟར་བསམ་དགོས། གསེར་སྤྱིང་པ་ནི་དང་པོར་སེམས་ཅམ་པའི་  
ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བ་འཛིན་པ་ལ། སྤྱི་ལོ་དབྱུ་མ་པར་ཞུགས་པར་གསུངས་ཡོད།  
ལམ་རིམ་ཉམས་འབྲིང་འཆད་སྐབས་སེམས་བསྐྱེད་ཡན་མ་གཏོགས། དེ་  
མན་ལ་བཤད་པ་གསུམ་བཞི་བསྐྱར་བའི་ཕྱག་ལེན་མི་མཛད་གསུངས།

༥ ཉིན་ཉི་ཤུ་པར། ཡོན་ཏན་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱད་པ་ལས། རྒྱལ་བ་འདས་དང་  
མ་གྲོན་ད་ལྟར་གང་བཞུགས་པ། །ཀུན་ལམ་པ་རོལ་སྤྱོད་པ་འདི་ཡིན་གཞན་  
མ་ཡིན། །ཞེས་སོགས་འདྲེན་པར་མཛད་ནས། དུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱས་  
རྣམས་གང་ནས་གཤེགས་པའི་གཤེགས་ཤུལ་པར་སྤྱོད་དུག་གི་སྤྱོད་པ་  
ལ་མ་འདུས་པའི་ལམ་གཞན་མདོ་རྒྱད་གང་ནའང་མེད་པ་སོགས་དང་། དེ་  
འདྲ་བའི་ལམ་དེ་ཡང་གཞུང་འདི་ལྟ་བུ་ལས་སྟོན་པ་ཡིན་པས་ཞེས་སོགས་  
ཀྱི་འགྲེལ་མཛད་དེ། སྟོན་འགྲོ་ཀུན་སྟོང་འཆོས་པ་མདོར་བསྐྱུས་དང་། སྟོན་  
དུ་རི་ལྟར་སོང་བའི་ས་བཅད་རྣམས་ཀྱི་གྲངས་ཅམ་འདྲེན་པར་མཛད་ནས།  
རྒྱུན་དཔྱད་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་ལམ་དུ་བསྐྱར་བ། ཆེ་གཅིག་གི་ཉམས་ལེན་དེལ་ནས་  
བསྐྱོད་པ་མན་ལ་བསྐྱར་བཤད་མཛད། དེས་བྱང་ཚུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་  
བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་སོང་ནས།

གཉིས་པ་སེམས་བསྐྱེད་ཆོ་གས་བཟུང་བ་རྗེས་སུ་གནང་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་  
འཛིག་པར་མཛད་དེ། བྱང་སེམས་འདི་མེད་པར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་  
འཐོབ་ཏུ་རེ་བས་ཕྱག་རྒྱ་གསུང་དབྱུ་མ་བསྐྱེད་རྒྱ་གསུང་སོགས་རི་འདྲ་ཞིག་  
བསྐྱོམས་ཀྱང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་ཉི་ཤུ་མི་འགྲོ་བ་ལྟ་

ཅི། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོར་ཚུང་བ་ཙམ་ཡང་མི་འབྱུང་ལ། དེས་ན་སེམས་འདི་ལ་  
 ཐམས་ཅད་གྱིས་ཉམས་ལེན་གྱི་མཐིལ་དུ་བྱེད་དགོས་ཏེ། སངས་རྒྱས་གྱི་  
 རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་ཡེ་ཤེས་གྱིས་བསྐྱེད་པ་མང་པོར་གཟིགས་  
 གྱུར། འདི་ལས་ལྷག་པའི་ཐབས་དང་། འདི་མེད་པའི་ལམ་གྱི་འཇུག་སྒོ་  
 གཞན་མ་གཟིགས་པ་ཡིན་གསུངས།  
 གཉིས་པ།

## སེམས་བསྐྱེད་ནས་སྒྲོང་བ་ལ་སྒྲོབ་ཚུལ་ལ།

དེ་ལྟར་སེམས་བསྐྱེད་པའི་འོག་ཏུ། དཔེར་ན་འདི་ནས་རྒྱ་གར་དུ་འགྲོ་  
 མི་དེས་འགྲོ་བའི་བྱ་བ་ལ་མ་ཞུགས་ན་མི་སྒྲོབས་པ་བཞིན་དུ་སེམས་བསྐྱེད་  
 པ་ཙམ་གྱིས་མི་ཆོག་པར་སྒྲོང་བ་ལ་སྒྲོབ་དགོས། དེ་ཡང་རྒྱལ་བའི་ཆོས་  
 གཟུགས་གྱི་སྐུ་གཉིས་ཐོབ་པར་བྱེད་པ་ལ་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་གྱི་  
 ཆོག་གཉིས་བྱུང་འབྲེལ་དུ་གསོག་ཅིང་། ཐབས་ཤེས་ཡ་མ་བྲལ་བ་ལ་སྒྲོབ་  
 པ་དགོས་ལ། རྒྱལ་སྐས་གྱི་སྒྲོང་བའང་བསྐྱེད་ན་ཐབས་ཤེས་གཉིས་སུ་འདུ་  
 ཞིང་། དེའི་ཐབས་ནི་པར་བྱིན་དང་པོ་ལྟ་དང་། ཤེས་རབ་ནི་པར་བྱིན་ཐ་མ་  
 ལྷག་མཐོང་དུ་འདུ།

དེས་ན་གསུམ་པ་སེམས་བསྐྱེད་ནས་རྒྱལ་སྐས་གྱི་སྒྲོང་བ་ལ་སྒྲོབ་  
 ཚུལ་འཆད་པ་ལ་གཉིས། རང་རྒྱུད་སྒྲིན་པར་བྱེད་པ་པར་བྱིན་དུག་ལ་སྒྲོབ་

ཚུལ་དང་། གཞན་རྒྱུད་སྒྲིན་པར་བྱེད་པ་བསྐྱུ་བའི་དངོས་པོ་བཞི་ལ་སྒྲོབ་  
པའི་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལ།

རང་རྒྱུད་སྒྲིན་པར་བྱེད་པ་པར་བྱིན་དུག་ལ་སྒྲོབ་ཚུལ་ལ་གསུམ།

རྒྱལ་སྐུས་ཀྱི་སྒྲོད་པ་སྒྲི་ལ་སྒྲོབ་ཚུལ་དང་། བྱེད་པར་དུ་པར་བྱིན་ཐ་མ་  
གཉིས་ལ་སྒྲོབ་ཚུལ། རྟོ་རྩེ་ཐེག་པ་ལ་སྒྲོབ་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལ་སྒྲིན་པ། ཚུལ་  
ཁྲིམས། བཟོད་པ། བཙོན་འགྲུམ། བསམ་གཏན། ཞེས་རབ་ལ་སྒྲོབ་ཚུལ་ཏེ་  
དུག །དང་པོ།

### སྒྲིན་པ་ལ་སྒྲོབ་ཚུལ།

ལུས་ལོངས་སྒྲོད་དགེ་རྩ་བཅས་གཏོང་འདོད་ཀྱི་སེམས་པ་ནི་སྒྲིན་  
པའི་ངོ་བོ་ཡིན། དབྱེན་གསུམ་ལས། ཟང་ཟེང་གི་སྒྲིན་པ་ནི། ཆེ་བ་ལུས་  
སྒོག་ནས་ཚུང་བ་རྩམ་པ་ཐུར་མ་གང་སྒྲིན་པ་ཚུན་ཆད་ཡིན། གཏོང་མི་རུས་  
ན། སྒོན་ཆངས་པ་དང་བརྒྱ་བྱིན་འཁོར་སྐྱར་སོགས་སུ་སྒྲེས་སྐྱབས་དཔལ་  
འབྱོར་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡོད་ཀྱང་སྒྲིན་པ་མ་བཏང་བས་སྒྲིང་པོ་གང་ཡང་མ་ལོན་  
པར་བརྟེན་དེང་སང་ཁ་སྐྱབས་འདི་འདྲ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཚུལ་སོགས་བསམ་  
ནས། ད་རེས་ལན་དང་རྣམ་སྒྲིན་ལ་མི་རེ་བར་གཏོང་དགོས། དབྱལ་ལོངས་  
སོགས་དང་འབྲུ་གྲོག་མ་ཚུན་ལ་བསམ་པ་བྱང་སེམས་ཀྱིས་བཞིན་པའི་སྒོ་

ནས་ཟས་ཁམ་གཅིག་དང་སྤྱེ་ཅམ་གཅང་མ་སྤྲོ་བུ་རེ་ཅམ་སྒྲིན་པ་ཡན་ཆད་  
 སྒྲིན་པའི་པར་སྒྲིན་གྱི་ཉམས་ལེན་དང་རྒྱལ་སྤྲུལ་གྱི་སྒྲིབ་པར་འགྲོ། དེ་ཡང་  
 འབྲས་བུ་ཆུང་དུ་མི་འགྲོ་བའི་སྤྱིར་གང་གིན་པ་དེས་སྒྲིན་ཡུལ་འཆོངས་པ་  
 ཞིག་གེད། རང་རེས་དགོན་མཆོག་ལ་བསྐྱེན་བཀྱར་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་འབྲུལ་  
 ཆོངས་དགའ་རབ་གཅིག་བཏང་ཡོད་སྟེ་མ་པའི་ཁེངས་པ་འབྱུང་མོད། དེ་  
 ཡང་མ་དག་པའི་སྒྲིན་པ་ཡིན་ལ། ཡང་། བཏང་བེན་པའི་རྗེས་སུ་བཏང་ཆེས་  
 འདུག་སྟེ་མ་པ་དང་། གཏོང་ཡུལ་ནོར་འདུག་སྟེ་མ་པ་སོགས་སྤྲིས་ནས་འགྲོད་  
 པ་གེད་པ་དེ་འབྲུང་བུ་མི་རུང་། གཏོང་སྐྱབས། དང་པོ་དང་ཐ་མར་སེམས་  
 ཅན་གྱི་དོན་དུ་འབྱུར་བའི་ཀུན་སྒྲོང་ལེགས་པར་བཅོས་ཤིང་། སྒྲོན་ལམ་  
 རྒྱགས་དག་གཏད། སྒྲིན་པ་ཆེ་ཆུང་གང་གཏོང་ཡང་རྙེད་བཀྱར་སོགས་རང་  
 དོན་ལ་མི་རེ་བ་དགོས་གསུངས།

ཆོས་ཀྱི་སྒྲིན་པ་ནི་ཉན་འདོད་ཅན་ལ་པན་སེམས་ཀྱིས་ཆོས་ཆོག་བཞི་  
 པ་གཅིག་བསྐྱེན་པ་ཡན་དང་། དགེ་སྤྱུག་ལ་དཔེ་ཆ་ཁྲིད་པ་ཚུན་ཆད་ཆོས་ཀྱི་  
 སྒྲིན་པར་འབྲུབ་པ་ལས། ལྷ་མ་ཟེར་ནས་ཆོས་ཁྲིའི་སྤྱིང་དུ་འཛོགས་ཏེ་འཆད་  
 པ་ཞིག་ངེས་པར་དགོས་པ་མིན་ཅིང་། ཆོས་སྒྲིན་འདི་སྒྲིན་པ་གཞན་ལས་  
 མཆོག་ཡིན། དཔེ་ཆ་འཛིན་སྒྲོར་སྒྲུང་སོགས་ཀྱི་ཆོའང་རང་གི་མཐའ་སྒྲོར་  
 དུ་དཀར་སྒྲོགས་ཀྱི་སྤྱོད་སོགས་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཁོད་ནས་ཉན་  
 པར་བསམས་ནས་བྱས་ན་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིན་པར་འགྲོ་སྟེ། ཆོས་སྒྲོལ་པས་  
 འབྲུ་སྒྲིན་སོགས་ཀྱི་རྒྱུད་ལའང་བག་ཆགས་འཛོག་ན་གཞན་ཅི་སྟོས། འདི་

ནི་སྒྲིན་བདག་ཅེར་གསུང་རབ་སྒོ་ག་འདོན་བྱེད་པ་ཚུན་ཆད་དུ་འང་བསམ།  
གྲོང་ཆོག་སྐབས་ལྷག་པར་གཟབ་དགོས་ཏེ། སྒྲིན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་གྱིས་  
ཆོ་གཅིག་ལ་འཆང་རྒྱ་བའི་ཐབས་སུ་གསང་སྒྲགས་གསུང་བ་གྲོང་ཆོག་གི་  
ཉེད་བཀྱར་དང་བརྗེས་ན་ཞོར་སྒྲིན་ཆོས་འཆོང་བ་སྟེ། རྒྱལ་པོ་བྲི་ལས་པ་བ་  
སྟེ་གད་བདར་བྱེད་བཅུག་པ་དང་འབྲ་བས་ཀྱན་སྒྲོང་བཟང་པོས་བེན་དགོས།  
སྒྲིན་ཆོས་དངོས་སྒྲིན་པ་ལྟ་ཅི། སྐད་ཆ་སོགས་ལས་འཕྲོས་ནས་གཞན་  
དངོས་དང་བརྒྱུད་པས་ཆོས་ལ་བཀྱི་ཐབས་བྱེད་པ་འང་ཆོས་སྒྲིན་དུ་འགྲོ།  
རབ་བྱུང་གིས་ནི་ཆོས་སྒྲིན་གཙོ་བོར་བྱེད་ཅིང་། དེའི་སྟེང་འབད་མེད་འབྱོར་  
ན་ཟང་བེད་སྒྲིན་པ་འང་བྱེད་དགོས། འོན་ཀྱང་རབ་བྱུང་ལ་བཀའ་གདམས་  
དག་བཞུགས་ཤིང་བས། ངས་ནི་བྱེད་ལ་གཏོང་བའི་པན་ཡོན་མི་བརྗོད་ཀྱི།  
འཇིན་པའི་ཉེས་དམིགས་བརྗོད་པ་ཡིན་གསུངས།

གཞན་ཡང་བཙོན་རར་སྐྱབ་བསྐྱལ་བ་བཙོན་ནས་འདོན་པ་དང་། ཚུས་  
བྱེད་བ་དེ་ལས་འདོན་པ་ལྟ་བུ་དང་། དབྱར་དགུན་གྱི་དུས་སུ་འབྲ་སོགས་  
ཆ་གང་ལས་བསྐྱབ་པ་སོགས་ཀྱང་མི་འཇིགས་པའི་སྒྲིན་པ་སྟེ། མི་འཇིགས་  
པའི་སྒྲིན་པ་ཞེས་པ་རྒྱང་རིང་པོར་མི་དགོས་ཀྱི། ལུས་ཀྱི་ཤིག་ཚུན་ཆད་  
ལའང་སྒྲིན་དུ་ཡོད། སྒོ་ག་ཆགས་ཚུས་བྱེད་པ་འདོན་པ་ལྟ་བུར་ནི། ལག་  
པ་འབྲུལ་ཅེས་ལས་མི་དགོས་པས་བྲ་སྒྲ་བ་ཡོད། སྒོ་སྒྲོང་གི་ཉམས་ལེན་  
སྐབས་ཀྱི་གཏོང་བའི་དམིགས་པ་རྣམས་ཀྱང་སྒྲིན་པའི་ཉམས་ལེན་ཡིན།  
གཙོ་བོ་ནི་སྒྲིན་པའི་པར་སྒྲིན་ཞེས་པ་སྒྲོད་འཇུག་ལས། གལ་ཏེ་འགྲོ་བ་

དབུལ་བོར་བ། །སྦྱིན་པའི་པ་རོལ་བྱིན་ཡིན་ན། །ད་དུང་འགྲོ་བ་གཉེན་ཡོད་  
ན་སྟོན། །སྦྱོབ་པ་ཇི་ལྟར་པ་རོལ་བྱིན། །ཞེས་པ་ལྟར། སེམས་ཅན་དབུལ་  
བ་བོར་བ་ཙམ་ཞིག་མིན་ཅིང་། སེར་སྒྲ་མེད་པ་ཙམ་ཉན་རང་དབྱ་བཙམ་  
ལའང་ཡོད་པས་འདིར་ནི་དེ་ཙམ་ཞིག་མིན་པར། སྦྱོང་འཇུག་ལས། བདོག་  
པ་ཐམས་ཅད་འབྲས་བཙས་ཏེ། །སྦྱེ་བོ་ཀུན་ལ་བཏང་སེམས་གྱིས། །སྦྱིན་  
པའི་པ་རོལ་བྱིན་གསུངས་ཏེ། །དེ་ལྟས་དེ་ནི་སེམས་ཉིད་དོ། །ཞེས་གསུངས་  
པ་ལྟར་པན་ཡོན་དང་ཉེས་དམིགས་བསམ་པའི་སྒྲོ་ནས་རང་གི་ལུས་དང་  
ཡོངས་སྦྱོང་དགོ་ཅ་རྣམས་ལ་སེར་སྒྲ་མེད་པར་སྦྱིང་ནས་བཏང་བའི་འབྲས་  
བྱ་དང་བཙས་པ་གཞན་ལ་གཏོང་བའི་སྒྲོའི་གོམས་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་  
ལ་སྦྱིན་པའི་པར་བྱིན་དུ་གསུངས་པས་གཏོང་སེམས་སྤེལ་བར་བྱེད་པ་ནི་  
གནད་དམ་པ་སྟེ། ཆོས་གོས་གསུམ་ལྟ་བུའང་དབུལ་བོས་སྦྱོང་བ་ན། དེ་མ་  
ཐག་གཏོང་མོད་སྒྲུལ་པའི་སྒྲོ་ཐག་ཆོད་པ་ཞིག་དགོས་ཤིང་། དེའང་གོམས་  
པ་ལ་རག་ལས་བྱིར་ཆུང་རིམ་ནས་སྦྱངས་ཏེ་མཐར་ལུས་ཀྱང་གཏོང་བྱས་  
པ་ཙམ་དུ་མ་གོམས་གྱི་བར་གཏོང་སེམས་སྤེལ་བ་ཡིན་ནོ། །སྤེལ་ལུགས་  
ཀྱང་། རང་ཉིད་ཤི་བའི་སྐབས་ནོར་རྩལ་རྣམས་གཅིག་ཀྱང་འབྱེད་དུ་མེད་  
པར་སྦྱང་དུ་ལུས་ཏེ་ཆུད་ཆོས་སུ་འགྲོ་བ་སོགས་མི་རྟག་པའི་ཚུལ་བསམ་སྟེ།  
སྦྱིང་ཐག་པ་ནས་གཞན་ལ་བསྤྲོས་ན། བདག་འབྲེལ་གྱི་ལྷུང་བ་སོགས་ཅུང་  
བར་འགྱུར་ཞིང་། སྦྱིན་པའི་ཉམས་ལེན་དུ་འགྲོ་བ་ཡིན། འོན་ཀྱང་དེ་ཙམ་  
གྱིས་ཆོག་པར་མི་འཇིན་པར་དངོས་སུ་འང་གང་ཐུབ་བཏང་དགོས། དེས་ན་



སྤྲུང་པོས་སྤྲོང་བ་ཚུན་ལ་གང་ཐུབ་སྤྱིན། ཡང་སྤྱིན་རྒྱུའི་རྩ་ས་མེད་བཞིན་དུ་  
ལོག་འཆོས་བསྐྱབས་ནས་སྟེར་བ་མི་རུང་།

སྤྱིར་པར་སྤྱིན་དང་པོ་གསུམ་ནི་བྲིམ་པའི་ལག་ལེན་གྱི་གཙོ་བོ་ཡིན་  
ཏེ། སྤྱིན་སོགས་ཆོས་གསུམ་དེ་དག་པལ་མོ་ཆེ། །བདེ་བར་གཤེགས་པས་  
བྲིམ་པ་རྣམས་ལ་བསྐྱབས། །ཞེས་གསུངས། གཏོང་དུ་མི་རུང་བའང་ལུས་  
ལྟ་བུ་ནི། གཏོང་སེམས་སྟེལ་བ་ཅམ་ལས། ད་ལྟ་མ་གོམས་པས་ལུས་བཏང་  
བར་མི་བྱ་ཞིང་། བྲིས་ནས་སྤྱོད་འབྲུག་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་ཆོད་མ་བཏང་  
བ་ཅམ་ལས་དཀའ་བ་མེད་པར་བྱང་ཆེ་བཏང་ཆོག །སྤྱིན་དུ་མི་རུང་བ་  
ནི། སྤྱིན་པ་པོ་རབ་བྱང་གིས་རང་གི་ཆོས་གོས་རྣམ་གསུམ་སོགས་སྤྱིན་  
པ་དང་། རབ་བྱང་ལ་བྱི་དོའི་ཁ་ཟས་དང་། བྲམ་བེ་སོགས་གཙང་སྤྱོད་ཅན་ལ་  
སྒོག་བཙོང་སོགས་མི་གཙང་བ་དང་། སྤྱི་རབ་པའི་རིགས་སྟེར་བ་དང་། ལྷན་  
ཀ་ཆོལ་འདོད་ལ་སྐྱེགས་བམ་སྤྱིན་པ་དང་། འཆི་འདོད་པར་དུག་དང་མཆོན་  
སྤྱིན་པ་དང་། སྤྱོད་མིན་ལ་གསང་བ་སྤྱིན་པ་དང་། བསྐྱར་པ་དང་སེམས་ཅན་  
ལ་གཞོད་པ་བྱེད་ངེས་ཀྱི་ནག་ཅན་བྲིམས་ལས་བཏོན་པ་སོགས་ཡུལ་དང་  
དུས་དང་དངོས་པོ་སོགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་དམིགས་བསལ་གྱི་དགག་བྱ་ཅན་  
རྣམས་སྤྱིན་པར་མི་བྱ། སྤྱིན་པ་བྱས་པར་འབྲས་བྱ་མེད་དོ་སྦྱམ་པའི་ལོག་  
ལྟ་དང་། འགྲོ་བ་གཅིག་གི་ཆེད་དུ་སེམས་ཅན་གཞན་མང་པོ་ཡལ་བར་དོར་  
ནས་དེ་གཅིག་ཕུ་སྐྱོབ་པ་ལྟ་བུ་དོན་ཚུང་དང་། ཕྱགས་ཀྱི་མཆོད་སྤྱིན་ལྟ་བུ་  
ལྟ་ངན་དང་། བརྟམ་སྒོད། འབྲན་འདོད། ཁེངས་སེམས། གྲགས་འདོད། ལྷམ་

པ། འགྲོད་སེམས། བྱོགས་རིས་སོགས་གྱིས་མ་གོས་པར་བསྐྱབ།

གཞན་ཡང་བསྐྱབ་བརྟམ་ལས། ལུས་གཏོང་སེམས་སྤེལ་བ་དང་། ཏུས་  
ལ་མ་བབ་གྱི་བར་དུ་འགལ་རྒྱུན་ལས་ལུས་བསྐྱང་བ་དང་། མི་དགོ་བར་མི་  
བཀོལ་བར་དག་པར་བྱེད་པ་སྟེ། བཏང་སྤང་དག་པ་གསུམ་དང་། ལུས་ཏེན་  
འདིས་རྒྱ་བསྐྱབས་ནས། བྱི་མའི་རྣམ་སྤྲིན་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ལྟན་བསྐྱེད་པ་  
ནི་སྤེལ་བ་སྟེ་བཞི་གསུངས་ལ། ལོངས་སྦྱོང་ལའང་བཏང་བ་དང་། གཏོང་  
སེམས་སྤེལ་བ་དང་། ཞིང་བྱང་པར་ཅན་ལ་མ་སོང་གི་བར་དུ་བསྐྱང་བ་དང་  
། ལོག་འཆོ་དང་སྤྲིག་པས་མི་གོས་པར་བྱེད་པ་དག་པ་དང་། བྱིས་ནས་ཀྱང་  
ལོངས་སྦྱོང་འབྱུང་བའི་བྱིར་བཏང་བ་བསྐྱབས་ནས་སྤེལ་བ་སྟེ་བཞི་དང་།  
དགོ་བའང་སེམས་ཅན་ལ་སྤྲིང་ཐག་པ་ནས་བཏང་བ་དང་། ཁོང་ཁྲིས་མི་  
འཛོམས་པར་བསྐྱང་བ་དང་། ཆོ་འདིའི་བདེ་བ་དོན་གཉེར་དང་། བྱི་མ་ངན་  
སོང་སྤྲོག་ཅུ་མ་གྱི་ཆེད་སོགས་རང་དོན་ཀྱན་སློང་གི་མ་ཅན་གྱིས་མ་གོས་  
པར་དག་པ་དང་། ཡི་རང་གིས་སྤེལ་བ་སྟེ། དེ་ལྟར་བཞི་བཞི་གསུངས་པ་  
ལྟར་སློབ་དགོས།

གཉིས་པ།

ཚུལ་ཁྲིམས་གྱི་པར་བྱིན་གྱི་ཉམས་ལེན་ནི།

སྦྱོང་འཇུག་ལས། སློང་བའི་སེམས་ནི་ཐོབ་པ་ལས། །ཚུལ་ཁྲིམས་པ་  
རོལ་བྱིན་པར་བཤད། །ཅེས་པ་བཞིན། གཞན་ལ་གཞོད་པ་གཞི་དང་བཅས་

པ་ལས་ཡིད་ལོག་ནས་སྤོང་བའི་སེམས་ལ་བྱེད་ཅིང་། འདི་ལ་གོམས་པ་གོང་  
 དུ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པས་ཚུལ་བྱིམས་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་སྤྱོད་པར་འགྱུར་བ་ཡིན།  
 ཚུལ་བྱིམས་ལ་གསུམ་ལས། ཉེས་སྤྱོད་སྤོམ་པའི་ཚུལ་བྱིམས་ནི། སྤོམ་པ་  
 གསུམ་ལྟ་བུ་སྟེ། ལམ་སྤོན་ལས། སོ་སོ་ཐར་པ་རིགས་བདུན་གྱི། །ཏྲ་ཏུ་  
 སྤོམ་གཞན་ལྟར་པ་ལ། །བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་སྤོམ་པ་ཡི། །སྐལ་བ་ཡོད་  
 ཀྱི་གཞན་དུ་མིན། །ཞེས་པའི་དངོས་ཟེན་ལ། བྱང་སྤོམ་ལེན་པའི་རྟེན་ལ་སོ་  
 ཐར་གྱི་ཚུལ་བྱིམས་ཡོད་དགོས་པ་ལྟ་བུར་གསུངས་པ་ནི། སྐགས་ཀྱི་སྐབས་  
 སྐགས་སྐབ་པའི་རྟེན་ལ་དགེ་སྤོང་མཆོག་ཏུ་བཞུགས་པ་བཞིན་བྱང་སེམས་ཀྱི་  
 བསྐྱབ་པར་སྤོབ་པའི་རྟེན་མཆོག་ལ་དགོངས་པ་ལས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ལ་  
 བྱི་མ་ཡིན་ཏེ། བྱང་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་ལ་སྤོབ་པའི་རྟེན་དུ་གྱུར་པའི་ལྟ་དང་  
 ལྟ་ཡང་ཡོད། འོན་ཀང་འདྲ་ཞིག་དགོས་ཤིང་། སོ་ཐར་གྱི་སྤོམ་ལྟར་བྱང་  
 སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པར་སྤོབ་པ་ཞིག་ཡིན་ན་སོ་ཐར་གྱི་སྤོམ་པ་དེ་དང་ཐུན་  
 མོང་བའི་སྤོང་སྤོམ་དེ་སྐབས་འདིའི་སྤོམ་པའི་ཚུལ་བྱིམས་ལ་ངོས་འཛིན་  
 ཅིང་། སོ་ཐར་སྤོམ་ལྟར་མིན་ན་མི་དགེ་བཅུ་སྤོང་གི་སྤོང་སྤོམ་ལ་སྤོམ་པའི་  
 ཚུལ་བྱིམས་སུ་འཛོག། །བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་མི་དགེ་བཅུ་སྤོང་གི་ཚུལ་  
 བྱིམས་དང་། སོ་ཐར་གྱི་སྤོམ་པ་ནི། བྱང་སེམས་ཀྱི་སྤོམ་པ་ལས་ངོ་བོ་ཐ་དད་  
 པར་གསུངས་པ་རེད།

དགེ་བ་ཆོས་རྒྱུད་ཀྱི་ཚུལ་བྱིམས་ནི། བྱང་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་དང་  
 ལྟར་པས་ཞིང་བྱེད་པར་ཅན་ལ་ཕྱག་དང་མཆོད་པ། བཀྱར་སྟེ་རིམ་གྱོ། ཐོས་

བསམ་སློམ་སྒྲུབ། ཆོས་འཆད་ཉན་བྱེད་པ་སོགས་སློ་གསུམ་གྱི་དག་བའི་  
 བྱ་བ་ལ་བརྩོན་པ་ཐམས་ཅད་དང་། མདོར་ན་རང་གཞན་གྱི་རྒྱུད་སློན་པར་  
 བྱེད་པའི་ཕྱིན་དུག་གི་སྦྱོང་བ་ཀྱན་དེ་ཡིན། རྒྱལ་སྐྱུ་གྱི་སྦྱོང་བ་ཐམས་  
 ཅད་ཚུལ་བྲིམས་རྣམ་པ་གསུམ་དུ་འདུ་ཞིང་། སྦྱིར་ན་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཐམས་  
 ཅད་ཚུལ་བྲིམས་རྣམ་པ་གསུམ་ཉིད་རྩེ་འཕེལ་དུ་བཏང་བ་ཡིན། སེམས་ཅན་  
 གྱི་དོན་བྱེད་པའི་ཚུལ་བྲིམས་ནི། བསྐྱེད་བཞིའི་སྦྱོང་བ་ལ་སོགས་པ་སྟེ། དེ་  
 ལ་ཡང་དོན་བྱེད་ཚུལ། བྱ་བ་བྱེད་པ་དང་སྒྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་གྲོགས་བྱེད་པ།  
 ཐབས་ལ་སྒྲུངས་པའི་དོན་བྱེད་པ། བན་འདོགས་པས་དོན་བྱེད་པ། འཇིགས་  
 པས་ཉེན་པའི་དོན་བྱེད་པ། སྤངས་གྱིས་གཟུང་བའི་དོན་བྱེད་པ། བོངས་པའི་  
 དོན་བྱེད་པ། གནས་འཆའ་བར་འདོད་པའི་དོན་བྱེད་པ། སློ་མ་ཐུན་པར་འདོད་  
 པའི་དོན་བྱེད་པ། ཡང་དག་པར་ཞུགས་པའི་དོན་བྱེད་པ། ལོག་པར་ཞུགས་  
 པའི་དོན་བྱེད་པ། རྩ་འབྲུལ་གྱིས་དོན་བྱེད་པ་སྟེ་རྣམ་པ་བརྩུ་གཅིག་ཡོད་ལ།  
 དེའི་ནང་ནས་རྩ་འབྲུལ་གྱིས་དོན་བྱེད་པ་མ་གཏོགས་པའི་སྒྲུག་མ་བརྩུ་ནི།  
 རང་རེས་རྒྱས་པ་ཁོ་ན་སྟེ། མདོར་ན་གཞན་པར་གྱི་བསམ་པས་ཀྱན་ནས་  
 བསྐྱེད་པའི་སློ་གསུམ་གྱི་བྱ་བ་ཀྱན་གྱང་འདིར་གཏོགས་པ་ཡིན། དེས་ན་  
 སོ་ཐར་གྱི་སློམ་པ་མ་སྐྱེད་ཀྱང་མི་དག་བརྩུ་སྦྱོང་གི་ཚུལ་བྲིམས་སོགས་  
 ལ་བསྐྱེད་སྟེ། རང་རྒྱུད་སློན་པའི་ཕྱིར་ཕྱིན་དུག་ལ་སློབ་ཅིང་། དེ་ནས་གཞན་  
 ལ་གང་པར་གྱི་སྦྱོང་བ་ལ་སློབ་པ་ནི། ཚུལ་བྲིམས་གསུམ་ལ་སློབ་ཚུལ་ལོ།།  
 གསུམ་པ།

## བཟོད་པ་ལ་སྒྲོབ་ཚུལ་ལ།

བཟོད་པའི་ངོ་བོ་ནི། གཞོད་བྱེད་དང་སྤྱག་བསྐྱུལ་ལ་ཡིད་མི་འཁྱུགས་  
པའི་སེམས་སོ། དེ་ཡང་སྒྲོད་འཇུག་ལས། སེམས་ཅན་མི་བསྐྱུན་ནམ་མཁའ་  
བཞིན། དེ་དག་གཞོམ་གྱིས་ཡོངས་མི་ལང་། །སྒོ་བའི་སེམས་འདི་གཅིག་  
བཅོམ་ན། དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཆོམས་དང་འབྲ། །ཞེས་པ་ལྟར་སྒོ་བ་བཅོམ་  
པ་སྟེ། དེ་མ་བཅོམ་པར་ཁོང་སྒོས་ན་ཉེས་པ་ཆེས་སྡེ་བ། ཞེ་སྤང་ལྟ་བུའི་སྤྲིག་  
པ་མེད། །བཟོད་པ་ལྟ་བུའི་དཀའ་བྱུང་མེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། དེ་  
ལ་གསུམ་ལས། གཞོད་བྱེད་ལ་ངེ་མི་སྐྱམ་པའི་བཟོད་པ་ནི། དབྱ་སོགས་  
གཞན་གྱིས་རང་ལ་གཞོད་པར་བྱེད་པའི་ཆེ་ན། དེ་ལ་མི་སྒོ་བར་བཟོད་པ་  
བསྒྲོམ། དེ་ཡང་ཁོང་སྒོའི་ཉེས་དམིགས་ཤེས་དགོས། འདི་ནི་མི་དགེ་བའི་  
ནང་ནས་ཐབས་རྒྱག་ཤོས་ཏེ། ཁོང་སྒོ་རེ་རེས་བསྐྱུལ་པ་སྒྲོང་གི་དགེ་ཅ་ཡང་  
འཛོམས་པར་གསུངས་པས་ཁོང་སྒོ་ལ་སྒྲོན་དུ་ཤེས་པར་བྱས་ནས། རང་  
རེ་རྒྱན་དུ་བཟོད་པ་བསྒྲོམས་པ་འདི་ལ་བཅོཅ་པ་བསྐྱེད་དགོས། དུལ་བྱང་  
ཚུབ་སེམས་དཔའ་གང་ན་ཡོད་མི་ཤེས་པས། དེ་ལ་སྒོས་ན། བྱང་སེམས་  
སྒྲོབས་ཚུང་བས་ཆེ་བ་ལ་སྒོས་ཆེ་བསྐྱུལ་པ་བརྒྱའི་དགེ་བ་འཛོམས་ལ། བྱང་  
སེམས་མིན་པས་བྱང་སེམས་ལ་སྒོས་ན་བསྐྱུལ་པ་སྒྲོང་གི་དགེ་བ་འཛོམས་  
པ་དབྱ་མ་འཇུག་པ་དང་། སྒྲོད་འཇུག་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་ཉེས་དམིགས་  
ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས་ན། བཟོད་པ་བསྐྱེད་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་ཁོང་སྒོ་མ་བྱང་གོང་

ནས་དང་། བྱང་བའི་ཆེ་རྒྱུན་ཐུབ་པར་བྱས་ཏེ་ཉེས་དམིགས་བསམས་ནས་  
 བཟོད་པ་བསྒྲོམ་དགོས། དེ་མིན་རང་གཞན་ཆང་མ་མི་བདེ་བར་བྱེད་པ་དང་།  
 གཞན་ལྟ་ཞིག །རང་སྟོག་རང་གིས་བཅད་ཅིང་ལྷེབ་པ་སོགས་ཀྱང་ཁོང་ཁྱོས་  
 བྱེད་ཅིང་། དག་མང་བའང་དེས་བསྐྱེད། དེ་ལྟ་མོད་དེ་འོན་ཀྱང་ཁོང་ཁྱོས་ཡུལ་  
 མང་བས་བཟོད་པར་མི་རྒྱས་སྐྱམ་ན། སྒྲིབ་འཇུག་ལས། ས་སྟེང་འདི་དག་  
 ཀོས་གཡོག་ཏུ། །དེ་སྟེང་གོ་བས་ག་ལ་ལང་། །ལྷམ་མཐིལ་ཅམ་གྱི་གོ་བས་  
 བློ། །ས་སྟེང་ཐམས་ཅད་གཡོགས་དང་མཚུངས། །གསུངས་པ་བཞིན། དག་  
 བུལ་ནས་ཨེ་རྫོགས་བལྟས་ན་སེམས་ཅན་གྱི་མཐའ་མ་བཟང་བར་དུ་དག་  
 རྫོགས་དུས་དང་ཐུལ་དུས་མེད་ལ་ཁོང་ཁྱོ་བུལ་ན་ནི་དག་གཅིག་ཀྱང་མི་  
 འབྱུང་བར་ཐམས་ཅད་ཐུལ་བ་དང་འདྲ། བཟོད་པའི་ངོ་བོ་དང་རབ་དབྱེ་ཁོང་  
 ཁྱོས་ཉེས་དམིགས་སོགས་ཡང་དག་པར་ཤེས་པ་ཡིན་པ་ལ། ཁོང་ཁྱོས་ལུས་  
 རིལ་པོར་ཁོངས་ནས་བསྐྱེད་ན་ཅི་ཡང་མ་བྱུང་བ་ཡིན། སྒྲོན་དུ་སྒྲོབ་མ་ཞིག་  
 གིས་རྒྱན་མ་བརྒྱུང་བའི་ཆེ་སྒྲ་མས་བར་མཛད་ཀྱང་མ་ཐུབ་པ་ན་ཁོས་སྒྲ་ལ་  
 ཐུག་མཇུག་བཟུགས་ཏེ་བཟོད་པ་བཟོད་པ་ཞེས་གསུངས་པས་གདོད་ཁོས་  
 བཟོད་པ་བྱན་པ་བཞིན། ཁྱོས་ནས་ལས་ཀ་ཆར་རྒྱ་གང་པོ་བྱིན་ནས་བཟོད་  
 ལུལ་བྱས་པས་ཅི་པན། དེ་ཡང་དང་པོར་དཀའ་ཡང་སྒྲོ་སྒྲུངས་ཏེ་གོམས་ན་  
 བཟོད་པ་བསྒྲོམ་པ་སྒྲ་བར་འབྱུང་།

གཞོད་བྱེད་ལ་ཁོ་མི་འོས་པའི་རྒྱ་མཆན་ཡང་། དཔེར་ན་མི་ཞིག་  
 གིས་དབྱུག་པས་མགོ་ལ་བསྐྱེན་པ་ན། བསྐྱེན་མཁན་ལ་མི་ཁོ་བར་འདི་དག་



བསམ་སྟེ། དེ་ཞིག་ན་ཆ་དངོས་སུ་སྐྱེད་པ་པོ་ལ་ཁོ་ན་དབྱུག་པ་ལ་ཁོ་དགོས།  
དེ་ལ་དབང་མེད་པར་བསྐྱེད་པས་སོ་སྟེ་ན། བསྐྱེད་པ་པོ་ལའང་དབང་མེད་  
པར། དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་པས་བྱས་པ་ཡིན་པས་དེ་ལ་ཁོ་བ་ལས་མི་  
ཁོ་ལ་ཁོ་བར་མི་རིགས། རྣམ་པ་གཅིག་ཏུ་ན། དབྱུག་པ་པོ་ག་པ་འབྲལ་སྐྱེན་  
རང་གི་བྱེད་སྦྱོང་མ་ལེགས་པ་དང་། ཅ་བ་ནི་སྒྲོན་ཆད་གཞན་གཞོན་བྱས་པ་  
སོགས་ཀྱིས་ལས་ངན་བསགས་པས་ལན་པ་ཡིན་པས། རང་གིས་བྱས་པའི་  
ལས་འབྲས་རང་སྟེང་དུ་སྒྲིན་པ་ལ་ཅིའི་ཕྱིར་ཁོ། དེར་མ་ཟད་བཞི་བརྒྱ་པ་  
ལས། ཐུབ་པས་ཉོན་མོངས་དབྱར་གཟིགས་ཀྱིས། ཉོན་མོངས་དང་འབྲེལ་  
གང་ཟག་མིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རྟན་པ་སྦྱོ་ནས་སྒྲིན་པར་བརྟེན་  
པ་དང་། བྱ་སྦྱོ་ནས་པ་ལ་བརྟེན་པ་ཀྱང་། རྟན་པ་དང་བྱ་ལ་མི་ཁོ་བ། སྦྱོ་བ་  
སེལ་ཐབས་ལ་བརྟེན་པ་བཞིན་གཞོན་བྱེད་དེ་རྣམས་ཀྱང་ཉོན་མོངས་ཀྱིས་  
སྦྱོས་ནས་རང་དབང་མ་བྱུང་བས་ན་ཁོ་ལ་མི་ཁོ་བར་ཁོའི་ཉོན་མོངས་སེལ་  
ཐབས་ལ་བརྟེན་དགོས། གཞན་ཡང་ལག་པ་མེས་ཆིག་པ་ན་རང་གིས་པར་  
རིག་པས་ལན་པའི་ཕྱིར། མེ་ལ་ཁོ་མི་རིགས་པ་བཞིན། རང་གིས་བསྐྱེད་  
བས་ལན་པས། བ་རོལ་པོར་ཁོ་བ་མི་རིགས། མེ་རང་བཞིན་ཆ་ཞིང་སྟེག་པ་  
ལྟར་སེམས་ཅན་ཁོ་རང་གི་རང་བཞིན་ཡིན་ན། མེས་བསྟེན་ཆེ་མེ་ལ་མི་ཁོ་  
བ་ལྟར་ཁོ་ལ་ཁོ་མི་རིགས། ཁོའི་རང་བཞིན་ཡིན་ན་ཁོ་མི་རིགས་མོད་ཀྱང་  
ཁོ་ལས་སྒོ་བྱར་དུ་བྱུང་བ་ཡིན་པས་ཁོ་སྟེ་ན། འོ་ན་ནམ་མཁའ་ལས་སེར་  
བ་བྱུང་བ་ན། རྣམ་མཁའ་ལ་ཁོ་རིགས་པ་ལ་དེར་ཁོ་དོན་མེད་པ་བཞིན་ཡིན་

པས་ཁྱོ་མི་རིགས། གཞན་གྱིས་བརྟུང་བརྟེན་དང་། ཚིག་ངན་སྒྲུས་པ་སོགས་  
 གྱིས་ལུས་སེམས་ལ་མི་བདེ་བའི་སྒྲུག་བསྐྱེད་བྱུང་ན། སྒྲུང་ངན་ལན་སྒྲོག་  
 སྟེ་ངན་སོང་གི་སྒྲུག་བསྐྱེད་གྱི་རྒྱ་མི་བསྐྱེད་པར་ཁོང་ཁོའི་གཉེན་པོ་བསྟེན་  
 ཅིང་བཟོད་པར་བྱེད་དགོས་པ་སྒྲིབ་འཇུག་ལས། ད་ལྟའི་སྒྲུག་བསྐྱེད་འདི་  
 ཅུམ་ལའང་། །བདག་གིས་བཟོད་པར་མི་རུས་ན། །དེས་ན་དཔྱུལ་བའི་སྒྲུག་  
 བསྐྱེད་རྒྱ། །ཁྱོ་བ་ཅི་སྟེ་བསྒྲོག་མི་བྱེད། །ཅེས་པ་ལྟར་ཡིན། གཞོད་བྱེད་ལ་  
 རི་མི་སྒྲུམ་པའི་བཟོད་པ་འདི་གཞོད་བྱེད་ལ་བསྒྲོམས་པ་ལས། བན་བྱེད་ལ་  
 བསྒྲོམ་དུ་མེད་ཅིང་། གཞོད་བྱེད་མང་ན་བཟོད་པ་བསྒྲོམ་རྒྱ་མང་བས་གཞོད་  
 བྱེད་འདི་རྣམས་རང་གི་བཟོད་པ་འཕེལ་བའི་གྲོགས་སུ་བསམ་དགོས་པ། རོ་  
 བོའི་མདུན་དུ་རྒྱལ་པོ་ཨ་སང་ལྷ་བྱ་བའི་ཨ་ཅ་ར་གཤེས་ངན་ཞིག་རྒྱན་དུ་  
 བསྟེན་པར་འདི་འདྲ་མི་བསྟེན་པར་ཁྱུ་ཁྱས་པ་ན། འདི་ལ་བསྟེན་ནས་བཟོད་  
 པའི་ཡོན་ཏན་རྫོགས་པ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དང་། མདོར་ན་རང་དོན་  
 སྐྱབ་པའི་ཉན་ཐོས་ཀྱང་གཞོད་བྱེད་ལ་མི་ཁྱོ་ན་བདག་ཐེག་ཆེན་པར་ཁས་  
 འཆེས་པས་གལ་རིགས་སྒྲུམ་དུ་བྱང་སྟོང་བཟོད་པར་སྒྲུབ་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་  
 སྒྲོབ་དགོས་གསུངས།

སྒྲུག་བསྐྱེད་དང་ལེན་གྱི་བཟོད་པ་ནི། བདེ་བ་ལ་མ་ཆགས་པར་མ་  
 ཟད། སྒྲུག་བསྐྱེད་ལ་རྒྱན་དུ་མཐོང་ནས་སྒྲུན་ལྟར་བསྟེན་པ་ཞིག་དགོས།  
 ཚོས་ཕྱིར་དཀའ་སྒྲུབ་བཟོད་པ་དང་། གཞན་ཡང་ན་ཆ་དང་། མི་འདོད་པའི་  
 དགྲ་དང་། ཐ་ན་མི་ལམ་གྱི་སྒྲུག་བསྐྱེད་སོགས་བྱུང་ཡང་། སྒྲུབ་སྒྲོ་སྒྲིབ་གི་

སྐབས་སུ་ཁྱེས་པ་བཞིན། དེ་ཐམས་ཅད་ཆོས་ཀྱི་གྲོགས་སུ་བསྐྱར་ཏེ། ལས་  
ངན་ཟད་པའི་རྒྱར་བསམ་པ་དང་། དེས་དཔགས་ཏེ། གཞན་ལ་སྤྱིང་བཅེ་བ་  
དང་། འཁོར་བའི་སྐྱོན་བསམ་པ་སོགས་སྤེལ་ནས་བཟོད་པར་བྱེད། སྤྱག་  
བསྐྱེལ་བྱུང་བ་ནའང་སྤྱི་མ་ངན་སོང་དུ་སྤྱོད་དགོས་པའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱི་གོ་  
འདིས་བཅད་དོ་སྙམ་དུ་ཡིད་དགའ་བར་བྱ་དགོས་པ་དཔེར་ན། གསལ་བྱའི་  
མི་ལག་པ་བཅད་དེ་ཐར་བ་ལ་ཡིད་དགའ་བར་བྱ་འོས་པ་བཞིན་ཡིན། གཞན་  
ཡང་གཏར་སྤྲེག་གི་སྤྱག་བསྐྱེལ་བསྐྱེན་པས་ནད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཞི་བ་ཉྱར།  
རང་རེས་ཆོས་སྤྱིར་དགའ་བ་སྤྱད་ན་དེས་ངན་སོང་གི་སྤྱག་བསྐྱེལ་མང་པོའི་  
གོ་བཅད་པས་ལེགས་སྙམ་པ་དང་། དེའི་སྐབས་སུ་སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱི་ཡོན་ཏན་  
ཡང་བྱུང་དགོས་ཏེ། སྤྱོད་འཇུག་ལས། གཞན་ཡང་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཡོན་ཏན་  
ནི། །སྤྱོ་བས་དྲེགས་པ་སེལ་བར་བྱེད། །འཁོར་བ་པ་ལ་སྤྱིང་རྩེ་སྤྱོ། །སྤྲེག་ལ་  
འཛེམ་ཞིང་དགོ་ལ་དགའ། །ཞེས་གསུངས། དེར་མ་ཟད། རབ་ཏུ་བྱུང་བས་ནི་  
གནས་ཁང་ཟས་གོས་སོགས་དམན་པ་རེ་ལས་མ་བྱུང་ཡང་ཆོས་གོས་དང་།  
བསོད་སྙེམས་དང་གནས་མལ་སོགས་ངན་དོན་ཅུ་མ་གྱིས་ཆོག་ཤེས་པ་  
སོགས་འཕགས་པའི་རིགས་བཞི་ལ་བསྐྱབ་ཏུ་ཡོད་པ་སྐལ་བ་རེ་བཟང་སྙམ་  
དུ་དགའ་བ་སྤྱད་དེ་འདོད་ཚུང་ཆོག་ཤེས་བྱེད་པ་སོགས་ཆངས་སྤྱོད་འཕེལ་  
བའི་གནས་ལ་བརྟེན་པའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་དང་ལེན་བྱེད་དགོས། དེ་མ་བྱུང་ན་  
ཟས་ནོར་ལ་སོགས་པ་ལེགས་པ་ཞིག་འདོད་དེ། རྒྱ་ནོར་སྤེལ་བའི་ཐབས་  
བྱེད་བྱེད་ནས་ཆོས་མི་བསམ་པར་མི་ཆེ་དོན་མེད་དུ་འདའ་བ་ལས་མ་

འདས་ཏེ། སྒྲོན་ཤིང་འཛོང་ཞིག་གིས། སྒྲོན་པས་གཏེར་གཟིགས་ནས་དུག་  
 ལྷུང་དུ་བྱུང་བའོ། །དུག་དུག་པོའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ཐོས་ནས། དེའི་རྗེས་  
 ལྷུང་བལྟས་པས་གསེར་རྩྭ་དུ་སྒྲིབ་པོར་གྱུར་བས། རྒྱལ་པོས་རྒྱ་བྲིས་པ་  
 བ། རྩུན་སྦྲས་པ། རྒྱལ་པོས་ཤེས་ནས་གསོད་པར་ཉེ་བ་ན། དུག་ལྷུང་དུ་བྱུང་བའོ།  
 །དུག་དུག་པོའོ། །ཞེས་བརྗོད་པས། སྦྲར་རྒྱ་མཚན་བྲིས་པ་ན་སྦྲར་གྱི་  
 ལོ་རྒྱུས་བཤད་པས་བཏང་བའི་རབས་བཞིན་ནོར་ནི་དེ་ལྟ་བུའི་དུག་ཡིན།  
 དེས་ན། འདོད་ཚུང་ཆོག་ཤེས་བྱས་ན། རང་ཅག་གྲ་རྒྱུང་རྣམས་ཀྱང་མཐུན་  
 རྒྱུན་འགྲིགས་ནས་འོང་སྟེ། རྗེ་རིན་པོ་ཆེས་ཀྱང་བྱ་བལ་ལ་གཤེགས་སྐབས་  
 དཔོན་སྒྲོབ་དགུ་ལ་དདུལ་ཞོ་བརྒྱད་ལས་མེད་པར་འདོད་ཚུང་ཆོག་ཤེས་  
 མཛད་པ་ལྟར་དང་། གོས་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་ངན་པ་མིན་ཅམ་གྱི་གང་བྱུང་གིས་  
 ཆོག་པར་བྱེད། ཟས་གོས་སོགས་ཀྱིས་ཉམས་ལེན་ལ་མི་གཞོད་བཞིན་དུ་  
 རང་གི་བསོད་ནམས་ཀྱིས་རྩྭ་དུ་སྒྲིབ་པོར་འོངས་སྒྲིབ་ཀྱང་ཆོག །གཞན་གྱི་སྦྲད་  
 ར་སོགས་མི་སྒྲན་པ་བྱུང་བའང་བཟོད་པར་བྱེད། གཞན་ཡང་ལུས་དང་པོར་  
 བསྐངས་པའི་དཀའ་སྒྲིབ་སོགས་སྒྲིབ་ལམ་གྱི་སྒྲུག་བསྐྱེད་དང་ལེན། དཀོན་  
 མཆོག་མཆོད་པ་སོགས་ཆོས་ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་ལ་བརྟེན་པའི་སྒྲུག་བསྐྱེད་  
 དང་ལེན། གཟུགས་མི་སྒྲུག་པ་དང་གོས་ངན་པ་སོགས་རི་འདྲ་བྱུང་ཡང་དེ་  
 དག་ལ་དྲངས་འདོད་ཀྱི་ཆོས་སྤངས་ནས་འདོད་ཡོན་ལས་སྒྲོག་པ་འཛོ་བ་  
 ལ་བརྟེན་པའི་སྒྲུག་བསྐྱེད་དང་ལེན། དགོ་བ་ལ་བརྟེན་པས་དུབ་པ་ལ་བརྟེན་  
 པའི་སྒྲུག་བསྐྱེད་དང་ལེན། གཞན་སོག་གཅོད་པ་ལས་སྒྲོབ་པའི་ཕྱིར་རང་ལ་



## བཙུན་འགྲུས་སྒྲོ་བ་ཚུ་ལ་ནི།

བཙུན་གང་དགེ་ལ་སྒྲོ་བའོ། །ཞེས་དགེ་བའི་བྱ་བ་ལ་སྒྲོ་བ་ནི་བཙུན་  
 འགྲུས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཡིན། འདི་ནི་དགེ་བ་གང་ཡང་མཐར་ཕྱིན་པར་བྱེད་པའི་  
 ཐབས་མཆོག་སྟེ། མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས། དགེ་བའི་ཆོག་གས་ཀྱི་ནང་ན་བཙུན་  
 འགྲུས་མཆོག་། འདི་ལྟར་དེ་ལ་བཏེན་ནས་དེ་རྗེས་ཐོབ། །བཙུན་འགྲུས་ཀྱིས་  
 བེ་མོད་ལ་བདེ་གནས་མཆོག་། དངོས་གྲུབ་འཛིག་ཏེན་འདས་དང་འཛིག་ཏེན་  
 གཏོགས། །བཙུན་འགྲུས་ཀྱིས་ནི་སྤྱིད་སྒྱུ་དཔལ་འདོད་པ་འཐོབ། །བཙུན་འགྲུས་  
 ཀྱིས་ནི་དག་པ་རབ་འགྱུར་ལྡན། །བཙུན་འགྲུས་ཀྱིས་ནི་འཛིག་ཆོག་གས་  
 འདས་ནས་གྲོལ། །བཙུན་འགྲུས་ཀྱིས་ནི་བྱང་ཆུབ་མཆོག་སངས་རྒྱས།  
 །ཞེས་བཙུན་འགྲུས་ནི་དགེ་བ་ཀྱན་ཀྱི་མཆོག་ཡིན་པ་དང་། དེ་ལས་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་མན་ཆད་འབྱུང་བར་གསུངས་ལ། འཇུག་པར་ཡང་། ཡོན་  
 ཏན་མ་ལུས་བཙུན་འགྲུས་རྗེས་འགོ་ཞིང་། །ཞེས་གསུངས། དེས་ན་ཁ་ཏོན་  
 སོགས་ཀྱི་ཆེ་བོང་བྱ་ཆད་པ་བྱེན་དུ་འདེད་པ་ལྟར་མི་བྱེད་པར་དགེ་བ་ལ་  
 སྒྲོ་བྱུགས་དང་ལྡན་པར་འཇུག་དགོས། འདི་འང་དང་པོ་ནས་ཆུང་རིམ་དང་  
 རྒྱང་རིམ་ནས་གོམས་པར་བྱས་ཏེ་བཙུན་པ་རེ་ཆེ་རེ་ཆེར་བྱ། བཙུན་འགྲུས་  
 ཀྱི་བར་ཆད་ལེ་ལོ་རྣམས་པ་གསུམ་ལས། སྒྱུ་དཔལ་པའི་ལེ་ལོ་ནི། དགེ་བ་  
 གང་ཡང་བྱེ་བཞེས་ཀྱི་དབང་དུ་ཞོར་ནས་ཞག་འགྲུངས་ཏེན་འཕྱལ་ཀྱིས་  
 འཕྱལ་འཕྱལ་དུ་བྱེད་སྒྲིང་མི་འདོད་པ་སྟེ། དེའི་གཏེན་པོར་འཆི་བ་མི་ཏྲག་པ་



དང་། དལ་འབྱོར་དོན་ཆེ་ཆེད་དཀའ་བསྒྲུབ་དགོས། བྱ་བ་ངན་ཞེན་གྱི་ལེ་  
ལོ་ནི། ཆེད་བཀྱར་དང་འདྲ་འཛི། བྲེ་མོའི་གཏམ་དང་། ཞིང་ལས་དང་། ཆོང་  
དང་། ཆོམ་བྱ་དང་། སྤྱད་པ་འཁེལ་བ་སོགས་འཛིག་ཏེན་གྱི་བྱ་བ་དང་མི་  
དགོ་བའི་ལས་ལ་སྒྲོ་དུབ་མེད་པར་ཞེན་ཅིང་འཇུག་པ་སྟེ། དེ་དག་ལ་བཙོན་  
འགྲུས་མི་བེར་གྱི། སྤྱག་རུས་བེར་བ་ཡིན། འདིའི་གཉེན་པོར་སྒྲོད་འཇུག་  
ལས། དགའ་བའི་རྒྱ་ནི་མཐའ་ཡས་པའི། །དམ་ཆོས་དགའ་བའི་མཆོག་  
སྤངས་ནས། །སྤྱག་བསྐལ་རྒྱ་ཡི་གཡེང་བ་དང་། །འོད་སོགས་ལ་སྒྲོད་ཅི་  
ཕྱིར་དགའ། །ཞེས་པ་ལྟར་འཁོར་བའི་བྱ་བ་ལ་སྟོང་པོ་མེད་ཅིང་སྤྱག་བསྐལ་  
གྱི་རྒྱར་བསམས་ནས་བསྒྲོག་དགོས། བྱམ་པའི་ལེ་ལོ་ནི། ང་ལྟ་བུས་སངས་  
རྒྱས་ག་ནས་སྐྱབ་རུས་ཤིང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་བྱེད་པའང་ག་  
ནས་རུས། མགོ་དང་རྐང་ལག་གཏོང་བ་སོགས་ཀྱང་བདག་ལྟ་བུས་ངེ་ལྟར་  
རུས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་སྟོང་བྱམ་པ་སྟེ། དེའི་གཉེན་པོར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་རེ་  
རེ་སྟེ། དཔེར་ན། དལ་འབྱོར་ཆེད་དཀའ་ལྟ་བུའི་དམིགས་སྒྲོར་སྟེ་རེ་རེ་ལའང་  
མི་ཆེར་བསྐྱེལ་ཏེ་སྤྲུང་དགོས་པ་བྱང་ཡང་བཟོད་སྟམ་པ་དང་། འཛིག་ཏེན་  
འདིར་དོན་མིན་པ་ལ་བཙོན་པ་ཆེར་བསྐྱེད་པའི་ཆོང་པ་སོགས་གྱིས་ཀྱང་ཁེ་  
ཅུང་བཤུ་ཅམ་གྱི་ཕྱིར་དུ་དཀའ་བའི་ལས་ངེ་ལྟར་བཟོད་པར་བྱེད་པའི་ཆོད་  
ཅམ་ཞིག་བདག་གིས་ཀྱང་འབད་དེ་བྱང་ཆུབ་སྐྱབ་ཕྱིར་བཙོན་ན་ངེས་པར་  
འགྲུབ་རུས་སྟམ་པ་དང་། གཞན་ཡང་སྒྲོད་འཇུག་ལས། བདག་གིས་བྱང་  
ཆུབ་ག་ལ་ཞེས། །སྒྲིད་ལུག་པར་ནི་མི་བྱ་སྟེ། །འདི་ལྟར་དེ་བཞིན་གཤེགས་

པ་ནི། །བདེན་པར་གསུང་བས་བདེན་འདི་གསུང་། །སྤང་བུ་ཤ་སྤང་བུང་བ་  
 དང་། །དེ་བཞིན་སྤོང་བུར་གང་གྱུར་པ། །དེས་ཀྱང་བཙོན་པའི་སྟོབས་བསྐྱེད་  
 བ། །བྱང་ཆུབ་འཛོལ་དཀའ་སྤྲ་མེད་འཛོལ། །བདག་ལྟ་རིགས་ཀྱི་མིར་སྐྱེས་  
 ལ། །ཕན་དང་གཞོན་པ་དེ་ཉེས་པས། །བྱང་ཆུབ་སྐྱོད་པ་མ་བཏང་ན། །བདག་  
 གིས་བྱང་ཆུབ་ཅིས་མི་འཛོལ། །ཅིས་གསུངས་པ་བཞིན། །སྟོན་པ་བདེན་པར་  
 གསུངས་པས། །སྤང་བུས་ཀྱང་སངས་རྒྱ་བར་གསུངས་ན། །ང་ལྟ་བུའི་མིར་  
 སྐྱེས་ཤིང་སྤྲ་ཉེས་དོན་གོ་བས་བྱང་ཆུབ་ཅིས་མི་འཛོལ་སྟེ་འཛོལ་བྱས་སྟུམ་  
 དུ་བསམ། །དེ་ལྟ་མོད་དེ་མགོ་དང་རྒྱང་ལག་གཏོང་བ་སོགས་བྱ་དཀའི་སྐྱོད་  
 པ་རྣམས་མི་བྱས་སོ་སྟུམ་ན། །སྐྱོད་འཇུག་ལས་ཀྱང་། །འོན་ཏེ་རྒྱང་ལག་ལ་  
 སོགས་པ། །བཏང་དགོས་བདག་ནི་འཇིགས་ཞེ་ན། །སྤྱི་དང་ཡང་བ་མ་དབྱེད་  
 པར། །ཚོངས་པས་བདག་ནི་འཇིགས་པར་བད། །ཅིས་དང་། །ཆོད་མ་ལ་  
 སོགས་སྐྱིན་པ་ལ། །འབྲེན་པས་ཐོག་མར་སྐྱོར་བར་མཛད། །ཅིས་སོགས་  
 དང་། །གང་ཆེ་རང་གི་ལུས་ལ་ཡང་། །ཆོད་སོགས་ལྟ་བུའི་སྒོ་སྐྱེས་པ། །དེ་ཆེ་  
 ཤ་ལ་སོགས་གཏོང་བ། །དེ་ལ་དཀའ་བ་ཅི་ཞིག་ཡོད། །ཅིས་གསུངས་པ་ལྟར།  
 ཆུང་རིམ་ནས་བཏང་ན་གོམས་པར་གྱུར་ནས། །མགོ་དང་རྒྱང་ལག་གཏོང་བ་  
 ལ་ཆོད་མ་བཏང་བའི་ཆོད་ཅུམ་ལས་མི་སེམས་པ་འབྱུང་བས་དེའི་ཆེ་གཏོང་  
 བ་ལ་དཀའ་བ་མེད་སྟུམ་སྐྱོབ་བསྐྱེད། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་  
 པས་བསྐྱབ་དཀའ་སྟུམ་ན། །དེ་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་ལམ་ཡང་བཟུང་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་མཐའ་  
 ཡས་པས་རང་གིས་བསྐྱབ་ན་འཛོལ་པར་བྱས་ངེས་སུ་བསམ། །འོན་སེམས་

ཅན་གྱི་དོན་དུ་ངན་སོང་དུ་འགྲོ་བ་སོགས་ཀྱི་དགའ་ལས་ཡོད་དོ་ཞེ་ན། སྤྱོད་  
འཇུག་ལས། སྒྲིག་པ་སྤངས་སྤྱིར་སྤྱུག་བསྐྱེད་མེད། །མཁས་པའི་སྤྱིར་ན་མི་  
དགའ་མེད། །ཅེས་སོགས་ལྟར་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་མནར་མེད་དུ་གནས་  
ཀྱང་རང་གིས་སྒྲིག་པ་སྤངས་པས་ན། ལས་མ་བྱས་པ་དང་མི་འབྲུད་པར་  
གསུངས་པས། སྤྱུག་བསྐྱེད་མེད་ཅིང་མི་བདེ་བ་མེད་པས་ན། དེར་མི་དགའ་  
བ་མེད་པར་དག་ཞིང་དུ་འཇུག་པ་དང་འབྲུ་བ་ཉིད་དོ་སྟེ་སྤྱོད་དུ་བསམ།

བཙོན་འགྲུས་ལ་གསུམ་ལས། གོ་ཆའི་བཙོན་འགྲུས་ནི། ལྷ་མཆོད་ལས།  
སེམས་ཅན་རེ་རེའི་སྤྱིར་ཡང་མནར་མེད་པའི། །སོགས་ལྟར་སེམས་ཅན་  
རེ་རེའི་སྤྱིར་དུ་བསྐྱེད་པ་འབྱུང་བྱུག་མང་པོར་དཔྱུལ་མེར་གནས་དགོས་  
ཀྱང་བཟོད་པའི་བསམ་པ་སྤངས་ཤིང་། སྤྱུགས་ཀྱི་སྐྱབས། རང་དོས་ནས་  
དེ་ལྟར་བཟོད་རྒྱས་ཀྱང་། སེམས་ཅན་གྱི་དོས་ནས་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཡུན་རིང་  
བས། བྱ་སྤྱུག་པ་ཆུས་ཁྱེར་བའི་མ་བཞིན་སྤྱུག་བསྐྱེད་ལས་སྤྱུར་དུ་འདོན་  
འདོད་ཀྱི་སྒོས་འཇུག་པ་དགོས། གོ་ཆའི་བཙོན་འགྲུས་སྐྱབས་རང་སེམས་  
ཅན་གྱི་དོན་དུ་དཔྱུལ་བ་མནར་མེད་ནའང་འཇུག་བཟོད་པའི་སེམས་སྤྱང་བ་  
དང་། སྒྲུབ་བྱ་འབྲིང་སྐྱབས་རང་འཁོར་བ་ལས་ཐར་འདོད་ཀྱི་སྒོ་བསྐྱེད་པ་  
གཉིས་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། མི་འགལ་ཏེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡང་ལས་ཉོན་  
ཀྱི་དབང་གིས་ངན་འགྲོར་སྤྱོད་པ་ལ་འཇིགས་ཤིང་། དེར་ནི་གཞན་དོན་ལྟ་ཞོག  
།རང་དོན་ཡང་མི་འགྲུབ་པ་ཡིན་ལ། བྱང་སེམས་ལ་སྒོ་སྤྱངས་སྤྱངས་ཏེ་རང་  
མི་འཇིགས་པའི་གདེང་ཐོབ་ནས་སྤྱིར་རྗེ་དང་སྒོན་ལམ་གྱི་དབང་གིས་སྤྱོད་པ་

བཞེས་པ་ལ་ནི་སྒྲོ་བཞིན་དུ་འབྱུག་པ་ལས། སྐྱུ་ག་བསྐྱེད་དང་ཡིད་མི་བདེ་  
 བ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད། གཞན་གྱི་དོན་ལ་རང་གི་དཀའ་བ་དང་། ཆོས་ཉམས་  
 པ་ལ་དམིགས་ནས་མི་སྐྱུ་བ་པ་སོགས་ཀྱི་ཆོ། གོ་ཆའི་བཙོན་འགྲུས་ལ་སྒྲོ་བ་  
 པར་གསུངས། དགོ་བ་ཆོས་སྐྱུ་དུ་གྱི་བཙོན་འགྲུས་ནི། བསགས་སྐྱུང་། མཆོད་  
 འབྲུལ། ཕྱིན་དུག་གི་ཉམས་ལེན་ལ་བཙོན་པ་སོགས་དང་། སེམས་ཅན་དོན་  
 བྱེད་གྱི་བཙོན་འགྲུས་ནི། བསྐྱེད་བ་རྣམ་པ་བཞི་ལ་བཙོན་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། སེམས་  
 ཅན་དོན་བྱེད་གྱི་ཚུ་ལ་བྲིམས་དང་འདྲ་བར་སྒྲོ་བ་པ་ཡིན། བཙོན་འགྲུས་བྱི་མ་  
 གཉིས་དང་། ཚུ་ལ་བྲིམས་བྱི་མ་གཉིས་དང་། བཟོད་པ་བྱི་མ་གཉིས་སོགས་  
 བྱེད་མེད་འདྲེས་འགོ་བ་ལྟ་བུར་མཐོང་སྲིད་མོད་དེ། གཞི་གཅིག་གི་སྟེང་དུ་  
 སྒྲོ་བ་དང་། སྐྱུ་བ་འདོད་དང་། མི་མ་སྐྱུ་སྒྲོགས་སྒྲོང་འདོད་གྱི་ཆ་སོ་སོ་ནས་  
 མ་འདྲེས་པར་བཞག་ཆོག་ཅིང་། དེས་ན་བསྐྱེད་རིམ་སྐྱུ་གཅིག་བསྒྲོམ་པ་  
 ལྟ་བུར་ཡང་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱིས་ཟིན་ན་པར་ཕྱིན་དུག་ཀའི་ཉམས་ལེན་ཆང་  
 བ་ཞིག་འོང་བ་ཡིན་ལོ་གསུངས། དེ་ནས་བསམ་གཏན་དང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་  
 པར་ཕྱིན་གཉིས་ཀྱང་ངོ་བོ་ངོས་འཛིན་ཅམ་རེ་མཛད་དེ། རྒྱས་པར་པར་ཕྱིན་  
 ཐ་མ་གཉིས་ཀྱི་སྐྱབས་འོག་ཏུ་འཆད་གསུངས།

༥ ཉིན་ཉིར་གཅིག་པར། རྒྱལ་ཆ་བ་བྱམས་པ་མགོན་པོའི་གསུང་ལས།  
 འདི་ན་དང་པོར་ཐོས་ལ་བཏེན་ནས་ཚུ་ལ་བཞིན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་འབྱུང་།  
 །ཚུ་ལ་བཞིན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལས་ནི་ཡང་དག་དོན་ཡུལ་ཡེ་ཤེས་འབྱུང་། །  
 ཞེས་གསུངས་པ་འདྲེན་པར་མཛད་ནས། སྒྲོན་འགྲོའི་ཆོས་བཤད་མདོ་ཅམ་

གསུངས། དེ་ལྟར་སྒྲོན་དུ་སོང་བའི་ས་བཅད་ནམས་བྲངས་ཇེས། རྒྱལ་སྐས་  
གྱི་སྒྲོད་པ་སྒྱི་ལ་སྒྲོབ་ཚུལ་ལ་སྒྱིན་སོགས་དང་པོ་བཞི་ལ་བསྐྱར་བཤད་  
མདོར་བསྐྱས་གནང་ནས།

གཉིས་པ།

བྱུང་པར་དུ་པར་བྱེན་ཐ་མ་གཉིས་ལ་སྒྲོབ་ཚུལ་ལ་གཉིས།

བསམ་གཏན་གྱི་ངོ་བོ་ཞི་གནས་ལ་སྒྲོབ་ཚུལ་དང་། ཤེས་རབ་གྱི་ངོ་བོ་  
སྒྲུག་མཐོང་ལ་སྒྲོབ་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ།

བསམ་གཏན་གྱི་ངོ་བོ་ཞི་གནས་ལ་སྒྲོབ་ཚུལ་ལ་དུག །

ཞི་གནས་གྱི་ཚོགས་བསྟེན་པ། ཞི་གནས་སྐྱབ་ཚུལ་དངོས། དེ་ལ་  
བརྟེན་ནས་སེམས་གནས་དགུ་སྐྱབ་ཚུལ། དེ་སྒྲོབས་དུག་གིས་འབྱུང་  
ལུགས། དེ་ལ་ཡིད་བྱེད་བཞི་ཡོད་ཚུལ། དེ་ལས་ཞི་གནས་དངོས་སྒྲོབ་ཚུལ་  
ལོ། །དེ་ཡང་སྒྲུབ་བྱ་འབྲིང་སྐབས་ཉིང་དེ་འཛིན་དང་ཤེས་རབ་གྱི་བསྐྱབ་པ་  
མ་གསུངས་པ་པར་བྱེན་ཐ་མ་གཉིས་ཀྱི་སྐབས་འཆད་པའི་དབང་དུ་མཛད།  
ཞི་གནས་རང་གི་ངོ་བོ་ནི། བྱེ་རོལ་པ་དང་ཐུན་མོང་བ་སྟེ། བྱེ་རོལ་པའི་  
བསམ་གཟུགས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ནས་དམའ་ཤོས་ཡིན་ཡང་རང་རེས་འདིར་  
རེས་འབྱུང་གི་བསམ་པས་ཟེན་ན་ཐར་པའི་རྒྱ་དང་། སྐབས་འགྲོས་ཟེན་ན་

ཆོས་སུ་འགྲོ། འདི་མེད་ན་མདོ་ཕྱོགས་ཀྱི་སྟོང་ཉིད་དང་སྒྲགས་ཀྱི་བསྐྱེད་  
 རྩོགས་སོགས་སྒྲིམ་བྱུང་གི་རྟོགས་པ་ཆེན་པོ་རྣམས་མི་སྐྱེ་ལ། མདོ་སྒྲགས་  
 ཀྱི་ཉིང་དེ་འཇིན་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རི་འབྲ་ཞིག་སྐྱེ་བར་འདོད་ཀྱང་ཚུ་སྒྲགས་པ་ལ་  
 ཚུ་སྒྲིང་སའི་སྒྲིང་ལྟར་མེད་དུ་མི་རུང་བ་ནི་ཞི་གནས་ཉིད་ཡིན་པས། ཐོག་  
 མར་འདི་བརྟན་པོ་ཞིག་སྐྱབ་པ་གལ་ཆེ། དེ་ཡང་འཁོར་ཅ་གཙོད་པ་དང་།  
 ཐར་པ་ཅ་མ་ཐོབ་པ་ལ་འང་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལྷག་མཐོང་སྐྱེ་དགོས། དེ་སྐྱེ་  
 བ་ལ་ཞི་གནས་བརྟན་པོ་ཞིག་ཐོབ་དགོས་ཏེ། ཡིན་ལུགས་ཀྱི་དོན་གསལ་  
 པོར་མཐོང་བ་ལ་དང་པོར་གནས་ཆ་བརྟན་པོ་དགོས་པ་དཔེར་ན། ཐུན་པ་  
 བསལ་ནས་ལྡེབས་རིས་སོགས་བལྟ་བ་ལ་མར་མེ་གསལ་བ་དང་རྒྱང་གིས་  
 མི་བསྐྱེད་པ་གཉིས་ཆོགས་དགོས་པ་ལྟར་ཡིན། དེར་མ་ཟད་ཞི་གནས་གྲུབ་  
 ན་དལ་འབྱོར་རྙེད་དཀའ་དང་མི་རྟག་བསྒྲིམ་པའི་རྟོགས་པ་ཚུན་ལ་སྐྱེད་ཐོན་  
 པ་སྟེ། ལམ་སྒྲོན་ལས། མདོན་ཤེས་སྐྱབ་པའི་ཕྱིར་སྐྱེད་པར་གསུངས་ཀྱང་།  
 དེ་མཆོན་པ་ཅ་མ་ལས། དགོས་པའི་གཙོ་བོ་ནི། ཞི་བ་ལྷས། ཞི་གནས་རབ་  
 ཏུ་ལྡན་པའི་ལྷག་མཐོང་གིས། ཉོན་མོངས་རྣམ་པར་འཇོམས་པར་ཤེས་བྱས་  
 ནས། ཐོག་མར་ཞི་གནས་བཙུལ་བྱ། ཞེས་གསུངས་པ་འདི་ཡིན་པས་ཐོག་  
 མར་ཞི་གནས་བསྐྱབ་དགོས་ལ། དེ་ཡང་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་རྗེས་ཁོ་ནར་མི་  
 དགོས་པར་སྒྲིམ་ཕྱི་གང་དུ་བསྐྱབ་ཀྱང་ཆོག །དེ་འབྲུབ་ན། ཐོག་པ་གསུམ་ཀྱི་  
 ཉམས་ལེན་གང་བསྒྲིམས་ཀྱང་། ས་ཆོད་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་འོང་། དེ་ལ་ཐོག་མར་  
 ཞི་གནས་ཀྱི་ཆོགས་བསྟན་དགོས་ཀྱི། དེ་མེད་པར་མི་འབྲུབ་སྟེ། ལམ་སྒྲོན་



ལས། ཞི་གནས་ཡན་ལག་རྣམས་ཉམས་པས། །རབ་ཏུ་འབད་དེ་བསྒྲེས་བྲས་  
ཀྱང་། །ལོ་ནི་སྟོང་ཕྱག་དག་གིས་ཀྱང་། །ཉིང་འཛིན་འགྲུབ་པར་མི་འགྱུར་རོ།  
ཞེས་གསུངས།

དེས་ན་དང་པོ།

ཞི་གནས་གྱི་ཆོགས་བསྟེན་པ་ལ་དྲུག །

མཐུན་པའི་ཡུལ་ན་གནས་པ། འདོད་པ་ཆུང་བ། ཆོག་ཤེས་པ། བྱ་  
བ་མང་པོའི་འདུ་འཛི་ཡོངས་སུ་སྤང་བ། ཚུལ་བྲིམས་དག་པ། འདོད་པ་ལ་  
སོགས་པའི་རྣམ་ཏྲོག་ཡོངས་སུ་སྤང་བའོ། །དང་པོ་ནི། འདི་སྐབ་པའི་ཡུལ་  
ཡང་བྱད་པར་ལྷ་ལྷན་ཏེ། མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས། སྒོ་ལྷན་གང་དུ་སྐྱབ་པའི་ཡུལ།  
།ལེགས་པར་རྟེན་དང་གནས་བཟང་དང་། །ས་བཟང་བ་དང་གྲོགས་བཟང་  
དང་། །རྣལ་འབྱོར་བདེ་བའི་ཡོ་བྱད་ལྷན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དགོས།  
དེ་ཡང་། ཆོས་མཐུན་གྱི་འཆོ་བ་རྟེན་སྤྲོ་བ་ཞིག་མེད་ན། དེའི་ཕྱིར་གྲོང་དུ་  
འབབ་དགོས་པར་འགྱུར་ལ། དེ་ཡང་ཆོས་མཐུན་གྱི་རྟེན་པ་ལེགས་རྟེན་  
ཅིག་དགོས་ཀྱི། ལོག་འཆོ་དང་སྤྲིག་ཟས་ཕུལ་བའི་རྟེན་པ་བྱང་ཡང་ཉེས་རྟེན་  
ཡིན་པར་སྤྲོ་མས་གསུངས་པས་ལེགས་པར་རྟེན་ཅིས་པ་སྤྲིག་ཆེ་བ་དང་མ་  
འདྲེས་པའི་ཟས་རྟེན་སྤྲོ་བ་དགོས། སྟོང་སའི་གནས་ཀྱང་། དམ་པ་གོང་མས་  
ཞབས་གྱིས་བཅགས་པའི་ས་ལྟ་བུ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་གནས་སུ་བསྐྱད་  
ན་ལས་དང་པོ་པར་གནས་གྱིས་གང་ཟག་ཚུར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོ་བ་པར་འགྱུར་བ་

དང་། དེ་ལྟ་མ་ཉིད་ཀྱང་གནས་དེར་དམ་སེལ་ཅན་མི་གནས་པ། དག་འདུན་  
 རྟེན་གྲུག་བྱས་པའི་གཞི་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པ། གཙན་གཟན་དང་། ཚེས་རྒྱུ། མི་  
 མིན་གཏུམ་པོ་མི་གནས་པ། གྱིན་དང་ལྡན་པའི་གནས་བཟང་པོ་དགོས། དེ་  
 མིན་རང་ཉིད་མི་འཇིགས་པའི་བསམ་བས་བསྐྱེད་ཀྱང་། གྱི་ནས་གཞོན་པར་  
 འགྱུར་བ། ལྷ་རྒྱུ་མ་ཞིག་ལ་བཙན་གྱིས་གྱིས་ནས་སྒྲུགས་ཉིད་པའི་རབས་  
 ལྷ་ལྟ་ཡིན། རང་སྒྲོན་གནས་སུ་མི་མིན་གནས་ན་གྱིར་མི་སྒྲོན་པར་འཇམ་  
 པོའི་ཐབས་གྱིས་ཁོའི་རྒྱུད་འདུལ་ཐབས་བྱེད་པ་གལ་ཆེ། ས་བཟང་བ་ཞེས་  
 ཆ་གང་གི་ནད་མི་བསྐྱེད་ཅིང་ས་ཆུ་འཕྲོད་པ། གྲོགས་ཀྱང་ལྟ་སྒྲོན་མ་ཐུན་པ་  
 དང་འགྲོགས། དེ་ཡང་གྲིབ་མ་གཉིས་པའི་གྲོགས་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ། །ཞེས་  
 གསུངས་པ་གྲོགས་གཉིས་ལས་མེད་པ་དང་། གཅིག་ཕྱར་གནས་དགོས་  
 པའི་དོན་མིན་པར་རང་དང་སྒྲོ་མ་ཐུན་པ་ལ་བྱེད། ལས་དང་པོ་བ་གྲོགས་མེད་  
 གཅིག་ཕྱར་སྒྲོན་པ་སྒྲོན་ཆེ་བས་གྲོགས་གསུམ་ལས་མི་ཉུང་བ་དང་། ཚོས་  
 མ་ཐུན་བྱུང་ན་གྲོགས་མང་ཡང་ལེགས། གྲོགས་མང་ཉུང་རི་ལྟར་ཡང་མིག་  
 ཟུར་ན་སྒྲི་ཡོར་བ་རེ་ལ་བརྟེན་དགོས་ཀྱི། གྲུ་ཡངས་བག་མེད་བྱེད་པའི་  
 གྲོགས་ལ་མི་བརྟེན། བསམ་གཏན་གྱི་ཆེར་མ་ནི་སྤྱད་པ་ཡིན་པས། ཞེས་  
 གསུངས་པ་བཞིན། ཉིན་མོ་མི་དང་མཆན་མོ་བྲི་དང་ཆུ་སྤྱོད་སོགས་ཀྱང་མེད་  
 པ་དགོས། བདག་གི་སྤྱོད་མས་གསུངས་པ་ལྟར། བསྐྱོམ་རྒྱུའི་དོན་ལ་ཐོས་  
 བསམ་གྱིས་སྒྲོ་འདོགས་ཆོད་པ་དང་རྐང་གངས་འགྲིགས་པ་ནི། བདེ་བའི་  
 ཡོ་བྱེད་ལྟན་པ་སྟེ། དེ་ཡང་དབང་དང་བྲིད་དང་དཔེ་སོགས་གང་དགོས་ཀྱང་

འགྲིགས་པ་དང་། གཙུག་པོ་ནི་ཉམས་ལེན་གྱི་གནས་ལ་མཁས་པར་བྱེད་པ་  
ཡིན། དེར་སང་འཆོ་བ་སོགས་གཙུག་པོར་བྱ་བ་སྒྲིགས་ནས་ཉམས་སྲུ་སྒྲུབ་བྱ་  
དངོས་དེ་འདི་ཡིན་མི་ཤེས་པར་བྱ་བ་སྤྲོད་ཀྱི། མོ་འདེབས་དགོས་པ་སོགས་  
སྤང་མོད། དེ་ལྟར་མི་བྱེད་པར་ཉམས་སྲུ་སྒྲུབ་བྱའི་ཆོས་ལ་བྱ་སྒྲིགས་ལེགས་  
པར་བྱེད་དགོས།

གཉིས་པ་འདོད་པ་ཆུང་བ་ནི། ཟས་གོས་སོགས་བཟང་པོ་དང་མང་པོ་  
ལ་ཆགས་པ་མེད་པའི་འདོད་པ་ཆུང་བ་དང་། གསུམ་པ་ཆོག་ཤེས་པ་ནི། ཟས་  
གོས་ངན་དོན་ཅམ་རྙེད་པས་ཆོག་ཤེས་པ་སྟེ། འདོད་ཆུང་ཆོག་ཤེས་བྱེད་པ་  
ཞིག་མ་བྱུང་ན། འདོད་ཡོན་ལ་ཆགས་ཏེ་རྟོག་རྒྱས་གསོག་སྤང་སོགས་གྱི་  
དོན་ལ་གཡེངས་ན་ཏིང་འཛིན་མི་སྟེ། ཚུལ་བྱིམས་དག་པ་ལ། སྦྱིར་ཚུལ་  
བྱིམས་ནི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་གྱི་གཞི་ཡིན། རང་གི་གཡེང་བ་ཕྱ་མོ་ཞི་བ་  
ནི། ཕྱི་རོལ་གྱི་གཡེང་བ་རགས་པ་སྤོང་བ་ལ་སྟོས་ཤིང་། རྣམ་རྟོག་རགས་  
པ་ཤས་ཆེ་ན་སེམས་རྣལ་དྲུ་མི་གནས་པས་དེ་ཚུལ་བྱིམས་གྱིས་ལྷུས་ངག་  
གི་ཉེས་སྦྱོད་བསྐྱམས་ནས་ཞི་བར་བྱེད། འདུ་འཛི་མ་སྤངས་ན། དོན་མེད་  
གྱི་བྱ་བྱེད་དང་། གཏམ་སོགས་གྱིས་དུས་འདའ་བར་འགྱུར་ལ། རྣམ་གཡེང་  
མེད་པའི་དོན་ཉུང་བྱ་ཉུང་བྱེད་དགོས་པའང་བསམ་གཏན་སྦྱེ་བའི་ཆེད་ཡིན་  
པས་འདོད་ཆུང་ཆོག་ཤེས་བྱས་ན་དོན་ཉུང་བ་བྱ་བ་ཉུང་བ་ཞིག་རང་ཤུགས་  
གྱིས་འོང་། སྦྱོབ་པ་ཅེ་གཅིག་བྱེད་པ་ལ། སྐར་ཅིས་དང་། སྤྲན། མོ་འདེབས།  
གྲོང་ཆོག་སོགས་ཀྱང་འདུ་འཛི་ཡིན་པས་སྤོང་དགོས། འདིས་རང་རེ་ལྟ་

བྱའི་ལས་དང་པོ་པར་ལྟ་ཅི། སྐྱེས་བྱ་དམ་པ་ཡིན་ཡང་གཞོན་ཆ་བས་ཆེ་སྟེ།  
 བྱ་སྟོན་དང་སྒྲ་མ་དམ་པ་གཉིས་ལའང་རྒྱལ་པོ་པེ་ཀར་གྱིས་མཐོ་བཅུམས་  
 བས། ལྷགས་སྐྱུག་ཕུལ་བས་སྐྱེ་ཆེ་དེ་ལ་ལྷགས་སྐྱུག་སྟོང་ཕྱག་ཟད་ཟད་  
 ཅིས་ལ་གཡེངས་ཏེ་མཆོག་མ་འབྱུང་པར་གསུངས། རྒྱལ་སྐས་ཐོགས་མེད་  
 བཟང་པོས་བྱམས་སྟོང་རྗེ་བསྐྱོམས་ནས་བཞུགས་པས། དེ་ལ་སྐྱགས་མ་  
 ཉིད། རྗེ་རིན་པོ་ཆེས་ཀྱང་གསུང་པོད་བཙེ་བརྒྱད་པོ་ལའང་། དབྱ་ལ་སྐྱམ་  
 བབ་སོགས་མ་མཛད་པ་ཁོང་གིས་བྱིན་དང་ང་ཏེ་མ་མཐེན་པ་མིན། སྐྱབ་པ་  
 ཉམས་ལེན་ལ་གཞོན་དོགས་ཏེ་མ་མཛད་པ་ཡིན། ཁོ་བོས་ཅ་སྐྱབ་ནམ་དག་  
 གཅིག་ཕུའང་ལོ་གཅིག་ཅུ་སྐྱུངས་པས་མཛུ་བ་མོ་བྱག་ཅིང་། སམ་ཁྲའང་  
 གཉིས་གསུམ་ཅུ་སྐྱུས་པ་མེད་མེད་དུ་ཟད་མོད། དེ་དག་ཀྱང་འདྲ་འཇིར་  
 སོང་བ་ལས། ཉམས་ལེན་ལ་པན་པ་མ་བྱུང་། དེ་ལྟར་འབད་ན་བག་ཆགས་  
 ཀྱང་དེ་ཅུ་ཞིག་ལས་མཛོན་མཐོ་དང་ངེས་ལེགས་ལ་བག་ཆགས་ཐེབས་  
 པར་མི་རུས། དེས་ན་བྱ་རམ་མི་ལེན་པར་བྱར་ཤིང་ལ་ཆགས་པ་ལྟར་དོན་  
 གྱི་སྟོང་པོ་མི་སྐྱབ་པར། རིག་གནས་ཕྱན་ཆེགས་ལྟ་བུ་དོན་ཚུང་ཚུང་ཞིག་  
 ལ་བཙོན་པས་ཅི་བྱེད། ཁ་ཅིག་ཀྱས་འཁོག་ཏུ་གྱུར་སྐབས་ཀྱང་ད་དུང་འདོད་  
 ཡོན་ལ་འབད་བཙོན་བྱེད་པ་ནི་སྟོང་རྗེ་བའི་གནས་ཡིན་ཞེས་དབུལ་པོ་དེས་  
 པས་ཡིད་བཞིན་གྱི་ཁོར་བུ་ཉིད་པ་རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་ལ་སྟེར་ནས་ཁྱོད་  
 ཡུལ་སྤྱོགས་འདིར་འདོད་པ་ཆེ་ཤོས་དབུལ་ཤོས་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་ཚུལ་དང་།  
 དགོ་བ་ཤེས་འབན་གྱི་རུབ་འཆོས་གྱི་ལོ་རྒྱུས་བཅས་གསུངས། འདོད་པ་ལ་

སོགས་པའི་རྣམ་ཏྲོག་ཡོངས་སུ་སྤང་བ་ནི། འདོད་པའི་ཉེས་དམིགས་དང་མི་  
ཏྲོག་པའི་ཚུལ་བསམས་ནས་དེ་དག་ལས་སྒོ་ལོག་པ་སྟེ། དེས་ན་རྒྱ་ཚོགས་  
འདི་དག་ཆང་བ་ཞིག་གིས་བཙོན་པར་སྦྱབ་ན། ཞི་གནས་འབྱུང་པ་ལ་ལྷ་བ་  
དྲུག་ལས་མི་འགོར་བར་གསུངས།

གཉེས་པ།

## ཞི་གནས་སྦྱབ་ཚུལ་དངོས་ནི།

དབུས་མཐའ་ལས། ཉེས་པ་ལྔ་སྤོང་འདུ་བྱེད་བརྒྱད། །བསྟེན་པའི་རྒྱ་  
ལས་བྱུང་བ་ལོ། །ལེ་ལོ་དང་ནི་གདམས་ངག་རྣམས། །བརྟེན་དང་བྱེད་དང་  
ཁོད་པ་དང་། །འདུ་མི་བྱེད་དང་འདུ་བྱེད་དེ། །དེ་དག་ཉེས་པ་ལྔར་འདོད་  
དོ། །ཞེས་ཉེས་པ་ལྔའི་གཉེན་པོར་འདུ་བྱེད་བརྒྱད་བསྟེན་པར་གསུངས་ལ།  
ཉིང་འཇིན་སྦྱབ་པའི་མན་ངག་ནི། བྱམས་ཆོས་དང་ས་སྟེ་དང་དབུ་མ་སྒྲོམ་  
རིམ་སོགས་གཞུང་ཆེན་མོ་རྣམས་སུ་གསུངས་པ་ལས་ལྷག་པ་མེད་པས་  
ན། རང་ཅག་གིས་མན་ངག་འདི་ལྟ་བུ་བཙུང་ནས་བསྒྲོམ་པ་ཞིག་དགོས་ཀྱི།  
དེ་ལྟ་མིན་པར་གཞུང་ཆེན་པོ་དག་བཤད་ཆོས་སུ་བཟུང་ནས་དེ་དག་དང་  
མི་མཐུན་པའི་སྒྲ་མའི་མན་ངག་སྤྲད་དང་། བེའུ་བུམ་བེན་བྲིས་ཡིག་ཚུང་  
སོགས་ཚུང་ཚུང་ཞིག་ལ་ཕྱིས་ཆེན་པོ་བྱེད་པ་ནི། ཡོད་སར་མི་བཙུང་བར་  
མེད་སར་བཙུང་བས་རྟེན་པའི་གནས་མེད་པར་རྗེ་སྒྲ་མས་ལམ་རིམ་ཆེན་  
མོའི་ཞི་གནས་ཀྱི་བར་སྐབས་ཆོགས་བཙད་དུ་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། །དེས་

ན་གཞུང་ཆེན་པོ་འདི་ལྟ་བུར་མ་བཞེན་པར་སྒྲ་མ་གང་བྱུང་བྱུང་རེའི་གསུང་  
 དང་མན་ངག་ཡིན་ཟེར་བ་ལ་ཡིད་ཉོན་ཏེ་མི་ཆེ་རི་ཕུག་ཏུ་སྒྲེལ་ཡང་། གྱིང་  
 བ་ཕྱ་མོ་ལ་སྒྲོམ་དུ་འབྱུང་། སེམས་ལ་དམིགས་པའི་ཞི་གནས་ལ་གསང་  
 ཆེན་གྱི་ལམ་དུ་འབྱུང་བ་ཆེས་མང་བ་ཡིན་པས་གོལ་ས་ཆེན་པོ་ཞོར་བ་  
 གྲེ། དེ་འདྲེ་ལ་རྩི་ཅམ་འབད་ཀྱང་མི་ཆེ་སྒྲོང་བད་དུ་བྱེད་པ་ཉིད་ལས་གཞན་  
 མེད། བོད་གྱི་མཁས་པར་གྲགས་པ་མང་པོའི་ལྟ་སྒྲོམ་སོགས་ལ་ནོར་འབྱུང་  
 བྱུང་བ་དཔྱེད་ལྡན་རྣམས་གྱིས་རང་རང་གི་གཞུང་ལུགས་ལ་ཞིབ་ཏུ་བལྟས་  
 ན་ཤེས་པར་བྱས། རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོས་ལྟ་སྒྲོམ་སྒྱུ་དཔལ་གང་གི་ཆ་  
 ལའང་རྒྱ་གར་གྱི་པཌ་བྱུ་མཐར་ཐུག་རྣམས་གྱི་གསུང་ལ་གཏུགས་ནས་  
 དཔང་པོར་མཛད་པར་མ་བད། རྗེ་བཙུན་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་དངོས་གྱིས་  
 དོགས་སེལ་དང་བཅས་གནང་སྟེ་གཏན་ལ་ཕབ་པའི་གསུང་རབ་འབྱུང་པའི་  
 རྗེ་མ་མེད་པ་མང་པོ་འཛོག་གནང་མཛད་ཡོད་པས་རང་རེས་དེ་འདྲའི་མན་  
 ངག་ལ་བཞེན་དགོས། དེ་ལྟ་བུར་ནས་མ་གསུངས་ཤིང་མི་མཐུན་པའི་མན་ངག་  
 ཅིག་སྒྲིང་པོར་རེ་ན་སྤར་མ་གྲགས་པའི་རྟོགས་པ་ཞིག་སྒྲེ་ཉོན་ཡོད། དེས་ན་  
 གསང་སྤགས་གྱི་བསྐྱེད་རྫོགས་ནས་བཟུང་སྟེ། ཐར་ཏིང་འཇིན་ཚུང་དུ་  
 རེ་སྒྲོམ་པ་ཡན་ལ་བསྟན་བཅོས་ཁུངས་མ་ནས་གསུངས་པའི་ཞི་གནས་སྐྱབ་  
 པའི་མན་ངག་ཉེས་པ་ལྟ་སྒྲོང་ཞིང་འདུ་བྱེད་བརྒྱད་བསྟན་པ་འདི་མེད་ཐབས་  
 མེད།

དེ་ལ་ཉེས་པ་དང་པོ་ལེ་ལོའི་གཉིན་པོར། ཏིང་འཇིན་གྱི་ཡོན་ཏན་



མཐོང་བའི་དད་པ། ཉིང་ངེ་འཇིན་ལ་དོན་གཉིར་གྱི་འདུན་པ། ཉིང་ངེ་འཇིན་ལ་  
ཚོལ་བའི་བཙོན་འགྲུས། ཚོལ་བའི་འབྲས་བུ་ཤིན་སྤྲངས་ཏེ་བཞི་ལས། གང་  
བསྒོམ་བའི་ཡུལ་ནི་ཉིང་ངེ་འཇིན་ཏེ། དེ་ལ་དང་པོར་ཉིང་ངེ་འཇིན་བསྒོམ་  
པ་ལ་འཇུག་སྒྲིང་མི་འདོད་པའམ་ཞུགས་ཀྱང་རྒྱན་འབྲུད་མི་རུས་པའི་ལེ་  
ལོ་ཉེས་པ་ཡིན་པས་དེ་སྦྱོང་བྱེད་དངོས་ནི་ཤིན་སྤྲངས་ཡིན། དེ་ད་ལྟ་མེད་  
ཀྱང་དད་པ་སྟེ། ཉིང་ངེ་འཇིན་གྱི་ཡོན་ཏན་བསམ་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་སྦྱོང་  
འཇུག་ལས། བཟུངས་བཟོད་དང་ནི་དཀའ་ཐུབ་ཀྱིན། །ཡུན་རིང་དུས་སུ་སྤྲད་  
བྱས་ཀྱང་། །སེམས་གཞན་གཡེང་བས་བྱས་པ་ནི། །དེ་ཉིད་རིག་པས་དོན་  
མེད་གསུངས། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་སེམས་གཡེང་བའི་སྦྱོན་རྣམས་  
བསམས་ཤིང་ཞི་གནས་འགྲུབ་ན་དགོ་བ་ལ་འཇུག་པའི་ཆོ། ཡུལ་དམིགས་  
པ་ལ་འཇུག་པ་བཏྲན་ཅིང་། དེ་བཏྲན་པས་དངོས་གྲུབ་སྤྲུང་ལ། ཐུན་མོང་  
གི་མདོན་ཤེས་རྩ་འབྲུལ་སོགས་ཀྱང་འདིས་འགྲུབ་ཅིང་། གཉིད་ཉིང་འཇིན་  
དུ་འགོ་བ་དང་། ཉོན་མོངས་ཤས་ཆུང་དུ་འགོ་བ་དང་། བྱད་པར་དུ་བཤེས་  
གཉིན་བསྟེན་ཚུལ་ནས་བརྩམས་ཏེ་བསྐྱེད་རྫོགས་བར་གྱི་ལམ་ཐམས་ཅད་  
སྤྲུང་དུ་སྦྱེ་སྦྱ་བ་སོགས་འབྱུང་བའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་བསམས་པས་ཉིང་  
འཇིན་གྱི་ཡོན་ཏན་མཐོང་བའི་དད་པ་འབྱུང་། དེ་བྱུང་ན་འདུན་པ། བཙོན་  
འགྲུས། ཤིན་སྤྲངས་རྣམས་རིམ་བཞིན་སྤྲུལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་བྱེད་བྱེད་བྱེད་བྱེད་  
བས་འདི་བཞི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་འགོ།

ཉེས་པ་གཉིས་པ་གདམས་ངག་བཟུང་པ་ནི། དམིགས་ཏེན་བྲན་པས་

ཞོར་བ་ལ་ཟེར་ལ། དེ་ནི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་སྒྲུབ་པའི་ཆེ་སྒྲུབ་དུ་ཆེ། དེ་ཡང་  
 དབུ་མ་སྙིང་པོར། ཡིད་ཀྱི་སྒྲུང་པོ་ལོག་འགྲོ་བ། །དམིགས་པའི་ཀ་བ་བརྟན་  
 པོ་ལ། །བརྟན་པའི་ཐག་པས་ངེས་བཅིངས་ནས། །ཤེས་རབ་ལྷགས་རྒྱས་  
 རིམ་དབང་བྱ། །ཞེས་པ་ལྟར། སེམས་ཀྱི་སྒྲུང་པོ་ཆེ་དམིགས་པའི་ཀ་བ་ལ་  
 བརྟགས་དགོས་པས། གང་ལ་འདོགས་པའི་གཞི་ནི་ཞི་གནས་ཀྱི་དམིགས་པ་  
 ཞིག་དགོས་ལ། དེ་ཡང་དམིགས་ཏེན་ནི་ཆོས་གང་ལ་དམིགས་ཀྱང་འབྱུང་བ་  
 ཡིན། ཕྱི་རོལ་པ་དག་གིས་དེ་ཉུང་དང་ཤིང་བྱ་ལ་དམིགས་པ་དང་། བོན་གྱིས་  
 ཨ་ལ་དམིགས་ཏེ་ཞི་གནས་སྐྱབ་པ་རྣམས་དམིགས་ཏེན་དེ་དང་དེ་ཡིད་ཡུལ་  
 དུ་བྱེད་པ་ལས་མིག་གིས་བལྟས་ཏེ་སྐྱབ་པ་མིན། གཞན་སྒྲོགས་ཁ་ཅིག་  
 གིས་དམིགས་ཏེན་ལ་མིག་གིས་བལྟས་ཏེ་སྐྱབ་པ་ནི་སྒྲ་མ་གཉིས་ལས་ཀྱང་  
 དམན་ཏེ། ཞི་གནས་ཡིད་ཤེས་ལ་སྐྱབ་དགོས་ཀྱི། མིག་ལ་སྐྱབ་པ་མ་ཡིན་  
 པས། དེ་དག་ལ་ལྷ་པ་ཆེན་པོ་སོགས་མང་པོས་དགག་པ་མཛད་ཡོད། སྒྲོན་  
 རྒྱ་གར་ནས་གཅིག་གིས་སེམས་གནས་དམིགས་ཏེན་གཞན་ལ་མ་འབྱུང་  
 པར་བ་ལང་གི་རྩ་ལ་དམིགས་ཏེན་བྱས་ཏེ་བསྐྱབས་པས་འབྱུང་བ་བྱུང་བ་  
 བཞིན་དུ་ཡུལ་གང་གོམས་པ་ལ་དམིགས་ཏེན་བྱས་ཀྱང་འབྱུང། འོན་ཀྱང་  
 རང་ཅག་རྣམས་ཀྱིས་རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོའི་བཀའ་སློལ་ལྟར། ཞི་གནས་  
 སྐྱབ་པའི་ཆེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་ལ་དམིགས་ན་ཆོགས་གསོག་སྐྱབ་སྒྲིབ་གི་  
 ཞིང་དམིགས་པ་ལ་བྱུང་ཆེ་བ་དང་། གསང་སྒྲགས་ཀྱི་ལྟའི་རྣལ་འབྱོར་སྒོམ་  
 པ་ལ་བྱུང་ཆེ་བ་དང་། སངས་རྒྱས་རྗེས་སུ་བརྟན་པ་སོགས་ཀྱི་ཕན་ཡོན་ཆེ་

བས་ན། སྒྲི་པོའི་སྒྲ་མ་ལས་སྒྲ་མ་ལྟ་བུ་བ་མཐེབ་སོར་ཅམ་ཞིག་ཆད་དེ་  
སྒྲིན་མཆམས་ཀྱི་ཐད་དམ། རྟེ་བའི་ཐད་གང་རུང་དུ་བཞུགས་པ་ལ་དམིགས་  
པའམ། ཡང་ན་རང་ལྟ་ཀྱི་སྒྲ་བ་ལྟར་པ་ལ་དམིགས་པ་དང་། ཡང་གང་ཟག་  
འགའ་ཞིག་ལ་དམིགས་ཏེན་གཟུགས་ཅན་ལས་གཟུགས་མེད་འཆར་བདེ་བ་  
འབྱུང་བས། དེ་འདྲ་དག་གིས་ནི། རྗེའི་ལམ་རིམ་ཆུང་དུ་འདོད་ས་པ་པཎ་  
ཆེན་ཆོས་རྒྱན་གྱིས་སྟོལ་བྲེས་པ་དགའ་ལྡན་བྲག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་བྲིད་ལས་  
སེམས་ལ་དམིགས་པའི་ཞི་གནས་སྐྱབ་ཚུལ་གསུངས་པ་ལྟར་བྲ་ཆོག་ཅིང་།  
དེ་ནི་བྲུབ་མཐའ་གཞན་སྟོགས་ཀྱིས་སེམས་ངོ་བལྟ་བ་དང་སྟོགས་མཆུངས།  
ཡང་བསྐྱེད་རིམ་དང་སྒྲགས་ནས་ལྟ་སྒྲིད་དང་། རྫོགས་རིམ་དང་སྒྲགས་ནས་  
ཨ་ཤད་ལ་དམིགས་ནས་ཀྱང་སྐྱབ་ཏུ་རུང་ངོ་།།

གཞན་ཡང་ཞི་གནས་ཀྱི་དམིགས་པ་ལ་བྲུབ་པ་དང་། མཁས་པ་དང་།  
སྤྲད་པ་དང་། ཉོན་མོངས་རྣམ་སྦྱོང་གི་དམིགས་པ་རྣམས་སུ་ཡོད་པ་ལས།  
ལག་ལེན་ལ་རང་ཉིད་གང་འཆར་བདེ་བ་གཅིག་ལ་བྲས་ཏེ་མ་བྲུབ་བར་དུ་  
དམིགས་པ་ཁ་མ་སྟོས་པར་བསྟོམ་དགོས་པ་ལས་མདོ་ལས་གསུངས་པའི་  
དམིགས་པ་བཞི་པོ་ཆང་མ་བསྟོམ་དགོས་པ་མིན་པས་རང་གི་སེམས་ལ་  
གང་འཕྲོད་པ་གཅིག་ལ་སེམས་བཞག་དགོས། དེའང་དཔལ་ལྡན་དཔའ་བོས།  
དམིགས་པ་གཅིག་ལ་བརྟན་ཚུལ་དུ། །ཡིད་ཀྱི་བསམ་པ་བརྟན་པར་བྲ། །  
དམིགས་པ་མང་པོ་བརྒྱད་པ་ལས། །ཡིད་ནི་ཉོན་མོངས་འཁྲུག་པར་འབྱུང་།།  
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བསྟོམ་པའི་སྐབས་དམིགས་པ་གཅིག་ལ་བཞག་པ་

ལས། དམིགས་པ་སློས་ན་མི་འགྲུབ་སྟེ། དཔེར་ན་གཙུག་ཤིང་གཙུག་པའི་  
 ཆེ་ཤིང་སློས་པ་ན་མེ་མི་འབར་བ་དང་འདྲ། དེར་མ་ཟད་ཞི་གནས་བསློམ་པ་  
 ན་གཉིད་དང་ཟས་དང་། བཤང་གཅི་འདོར་སྐབས་ཅམ་མ་གཏོགས་གཞན་  
 གཙུག་ཤིང་བར་མ་ཆད་པར་གཙུག་པ་ལྟར་བར་མ་ཆད་དུ་ལོའམ་ཟླ་བ་དུག་  
 སོགས་ཇི་ཅམ་བསྐྱབ་པ་དེའི་རིང་རྒྱན་མི་གཅོད་པར་བྱ་དགོས་ཀྱི། གཅིག་  
 ལ་སྤྱན་ནས་ཅིག་ཞོས་ལ་སློབ་ལྟ་བུ་དང་། ཞག་རེ་གཉིས་ངལ་བསོ་བ་  
 སོགས་བྱས་ན་མི་འབྱུང་ངོ་། །དེས་ན་གདམས་ངག་སྟེ་དམིགས་རྟེན་རྒྱལ་  
 བའི་བྲིས་འབྱར་གྱི་སྐྱེ་ལྟ་བུ་དེའི་མཆན་མ་ཡིད་ལ་བཟུང་ནས་ཡིད་ཡུལ་དུ་  
 འཆར་བ་དེ་ལ་གོམས་སྲུ་གཞུག་པའམ། ཟླ་མས་ངོ་སྤྱད་པ་ལྟར་དམིགས་  
 རྟེན་གྱི་རྣམ་པ་ཡིད་ངོར་འཆར་བཅུག་སྟེ། དེའི་ཆེ་དམིགས་པའི་དོན་སྦྱི་  
 རགས་པ་ཆ་སྤེད་ཅམ་འཆར་ཐུབ་པ་བྱུང་ན་དམིགས་རྟེན་རྟེད་པ་ཡིན། དེ་  
 བླ་ཡུལ་ནས་ཞོར་བ་དེ་ལ་ཉེས་པ་གཉིས་པ་གདམས་ངག་བརྗེད་པ་ཟེར།  
 དེའི་གཉེན་པོ་འདུ་བྱེད་བརྒྱད་ལས་ལྔ་པ་བླ་བ་ཏེ། ལག་པས་སྤེང་བ་བཟུང་  
 བ་ལྟར་བླ་བ་ལྷུགས་ཆེན་པོས་དམིགས་རྟེན་ཐུ་རེ་བཟུང་བ་དགོས་ལ།  
 གང་ཟག་སོ་སོའི་བླ་བ་བརྟན་མི་བརྟན་གྱིས་ཀྱང་ཞི་གནས་འགྲུབ་དགའ་  
 སྤེའི་བྱེད་ཡོད། བླ་བ་ཡང་ཀྱན་བརྟུས་ལས། བླ་བ་གང་ཞེ་ན། འདྲིས་པའི་  
 དངོས་པོ་ལ་སེམས་ཀྱིས་བརྗེད་པ་མེད་པའི་ལས་ཅན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་  
 ལྟར། ཡུལ་གྱི་བྱེད་པར་དམིགས་རྟེན་སྤར་མཐོང་སྤྱོད་བའི་རྣམ་པ་ཡིད་ངོར་  
 གོམས་ཤིང་འདྲིས་པའི་དངོས་པོ་ལ་དམིགས་པ། འདྲིན་སྤངས་ཀྱི་བྱེད་པར་

དམིགས་ཏེན་གྱི་རྣམ་པ་མ་བརྗེད་པར་བྱ་རེ་འཆར་བ་སྟེ། དཔེར་ན་སྟོགས་  
ཆེ་བས་ལྷང་ངར་དྲན་པ་བཞིན་དང་། བྱེད་ལས་གྱི་བྱུང་པར་ནི་དམིགས་པ་  
དེ་ལས་གཞན་དུ་སེམས་མི་འགྲོ་བར་བྱེད་པ་སྟེ་བྱུང་ཆོས་གསུམ་ལྟན་ཞིག་  
དགོས། དེས་ན་ཡིད་ངོར་རྒྱལ་བའི་སྐྱེ་ལྟ་བུ་མདུན་དུ་གསལ་འདེབས་པ་  
དེ་ནི་དམིགས་པ་ཡིན། དེ་ལ་མི་གཡང་བར་འཇིན་སྟངས་དམ་སྤྱིང་ངེ་བས་  
འཇིན་ཅིང་། དམིགས་པ་དེ་ཁོ་ན་འཆར་བར་བྱེད་པ་དགོས།

དངོས་གཞིའི་ཆེ་དམིགས་ཏེན་དྲན་པས་བེན་པ་ན། ཉེས་པ་གསུམ་པ་  
བྱིང་གོད་གཉིས་འབྱུང་ལ། དེ་ཡང་བྱིང་རྒྱགས་གོད་པ་རྣམས་མ་བྱེད་ན་དགྲ་  
མི་ཤ་བོ་ངོས་མ་བེན་པ་ལྟར་སྒྲིན་ཆེ་བས་དེ་དག་ངོས་བེན་པ་དགོས། དེ་ལ་  
རྒྱགས་པ་ནི་ལུས་སེམས་སྡི་ཡོར་ཡོར་བ་གཉིད་དུ་འགྲོ་བར་རྩོམ་པ་ལྟ་བུའི་  
ཤེས་པ་སྤྱིབ་ལུང་མ་བསྟན་ནམ་མི་དགོ་བ་གང་རུང་ཞིག་ཡིན། འདི་ལ་དགོ་  
བ་མེད་ཅིང་བྱིང་བའི་རྒྱ་བྱེད་དོ། །བྱིང་བ་ལ་སྤྲ་རགས་གཉིས་ལས། དམིགས་  
ཏེན་དྲན་པས་བེན་པ་ན། གནས་ཆ་ཡོད་ཀྱང་གསལ་ཆ་མེད་པ་ནི་རགས་པ་  
དང་། དམིགས་པའི་འཇིན་སྟངས་མ་ཤོར་བའི་གནས་ཆ་དང་གསལ་ཆ་ཡོད་  
ཀྱང་། འཇིན་སྟངས་གྱི་ཤུགས་སྟོད་ནས་གསལ་ཆའི་ངར་མེད་པ་ནི་བྱིང་བ་  
སྤྲ་མོ་སྟེ། སྒོམ་བྱེད་པའི་གོགས་གྱི་གཙོ་བོ་འདི་ཡིན། ངར་མེད་པ་ཞེས་པ་ནི་  
གནས་ཆ་ཡོད་པ་ལ་སེམས་སྟོད་ཤིག་གོ་བར་སོང་བ་ལ་བེད། འདིའི་སྐབས་  
སུ་དེ་ལ་གནས་ཆ་བཟོན་དུ་སོང་ན་བྱིང་བ་སྤྲ་མོར་འགྲོ་བའི་རྒྱ་བྱེད། གསལ་  
ཆའི་ངར་དང་ལྟན་པ་ནི་དམིགས་ཏེན་ལ་སེམས་གྱིམས་སོང་ངར་གནས་

བ་དེ་ཡིན། གནས་ཆ་གསལ་ཆ་དང་གསལ་ཆ་འི་ངར་ཡོད་མེད་དཔེར་ན་  
 ལག་པས་སྤེང་བ་དང་སྔོན་པ་འཛིན་པ་ན་སྒྲིབ་པོ་དང་དམ་པོར་བཟུང་བའི་  
 བཟུང་བྱུང་ཡོད་པ་བཞིན་ནམ། རང་རེ་སྒྲ་མ་ཞིག་ལ་རྒྱན་དུ་སྦྱར་དད་པ་  
 ཡོད་ཀྱང་ཉ་ཅང་ཤྱགས་དྲག་ཅིག་མེད་པ་ལ། ནམ་ཞིག་སྐབས་སྐབས་སུ་  
 དེ་ལས་ལྷག་པའི་དད་པ་ངམ་ངམ་ཤྱགས་དྲག་པོ་རེ་སྦྱེ་བ་ན་འཛིན་སྒྲངས་  
 སྒྲ་མ་ལས་གྲིམ་དུ་སོང་བ་སྟེ། དེ་གཉིས་ལ་བྱུང་ཡོད་པ་བཞིན་ནོ། །འདི་ནི་  
 སྒྲིབ་བས་མ་བརྟགས་ན་ཉ་ཅང་གསལ་བ་ཞིག་ཆོག་གིས་འཆད་ཐབས་མེད་  
 གསུང་། གསལ་ཆ་དང་དྲངས་ཆ་ནི་ཡུལ་ལ་མི་བྱེད་པར། ཡུལ་ཅན་ཤེས་པ་  
 ལ་གསལ་ཆ་འམ་དྲངས་ཆ་ཡོད་མེད་ལ་བྱེད་གོས། གསལ་ཆ་མི་འབྱུང་བའི་  
 ཆེ་སྒྲིབ་བྱེད་ཀྱིས་སྒྲིབ་པ་ལྟར་ཡོད། དེས་ན་བྱིང་བ་སྤྲོ་མོ་དང་། ཉིང་འཛིན་  
 གཉིས་ཀ་ལ་གནས་ཆ་དང་། གསལ་ཆ་ཡོད་པ་འདྲ་བྱིར་ཉིང་རེ་འཛིན་དང་།  
 དེ་གཉིས་བྱུང་པར་དབྱེད་ཀའ་ཞིང་། བྱིང་བ་སྤྲོ་མོ་བསགས་པ་ལའང་སྒྲ་བྲག་  
 གི་རྒྱང་རྒྱ་བ་ཆད་ཅིང་ཉིན་ཞག་གི་བར་དུ་སེམས་བརྟན་པ་ཡོད་པས་ན་བོད་  
 སྒྲ་མ་འགས་དེ་ལ་འབྲུལ་ནས་སྒྲིབ་རབ་ལ་སྒྲོམ་རབ་ཅེས་སོགས་བསྐྱགས་  
 བརྗོད་བྱེད་པ་སྒྲོམ་གྱི་གནད་མ་མཐུན་པ་རེད། བྱིང་བ་སྤྲོ་མོ་ལ་སྒྲོམ་དུ་  
 འབྲུལ་ན། འབྲས་བུ་གཟུགས་གཟུགས་མེད་གྱི་རྒྱ་ཅ་མ་དུ་འང་མི་འགྲོ་ཞིང་།  
 ཆེ་འདིར་ཡང་བརྗོད་ངས་ཆེ་བ་དང་། ཤེས་རབ་མི་གསལ་དུ་འགྲོ་བས་དུད་  
 འགྲོའི་སྒྲིབ་ཐབས་ཆེད་དུ་བསྒྲོམ་པ་ལྟ་བུ་ལས་མ་བྱུང་བར་གསུངས། རྒྱུ་  
 པ་ནི། ཀུན་བདུས་ལས། རྒྱུ་པ་གང་ཞེ་ན། སྒྲིབ་པའི་མཆན་མའི་རྗེས་སུ་



འདྲུག་པའི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཆར་གཏོགས་པའི་སེམས་རྣམ་པར་མ་ཞི་བ་སྟེ་  
ཞི་གནས་ཀྱི་བར་དུ་གཅོད་པའི་ལས་ཅན་ནོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྤྲུག་པའི་  
ཡུལ་ལམ། འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཡུལ་ལ་སེམས་འཕྲོ་བ་ལ་བྱེད་པས་ཡུལ་སྤྲུག་  
པའི་མཆན་མ་དཔེར་ན། ལྟ་མོའི་སྒྲོས་གར་ལྟ་བུར་ཉིན་མོར་བལྟས་པ་ན།  
མཆན་མོའང་དེའི་སྒྲུང་བ་ལྟར་ངེར་བྱན་པ་བཞིན་དུ་འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཡུལ་  
ཡིད་དུ་འོང་བ་རྗེས་སུ་བྱན་པ་ཞིག་གོ། །འཕྲོ་བ་དང་ཁྱོད་པ་གཉིས་ལ་བྱེད་ཆེ་  
སྟེ། དབྱ་ལྟ་བུ་ཡུལ་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་ལ་མནར་སེམས་པའི་སྐབས་ཀྱི་འཕྲོ་བ་  
དང་། ཞི་གནས་བསྐྱོམ་པའི་ཆེ་སྒྱུན་པ་ཚུལ་ཁྲིམས་སོགས་དགོ་བའི་ཡུལ་  
ལ་འཕྲོ་བ་ལྟ་བུ་ནི་འཕྲོ་བ་ཡིན་ཡང་ཁྱོད་པ་མིན་ནོ།།

འོན་འཕྲོ་ཁྱོད་གཉིས་ཀ་ཞི་གནས་ཀྱི་བར་གཅོད་ཡིན་མོད། ཁྱོད་པ་ཁོ་  
ན་བར་གཅོད་དུ་འཛོག་པ་ཅི་ཡིན་ཞེ་ན། དགོ་བའི་དམིགས་པའི་ཡུལ་དང་  
ཞེ་སྒྲུང་གི་ཡུལ་ལ་འཕྲོ་བ་ནི་ཉུང་བ་དང་། རྒྱུན་སྤྲུང་ལ། རྣམ་བཞག་རྒྱུན་དུ་  
འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཡུལ་ལ་འཕྲོ་ཆེ་བས་ན། མང་བའི་ཕྱོགས་ནས་སམ། སྒྲེ་  
སྒྲ་བ་ལ་གཙོར་མཛད་དེ་ཁྱོད་པ་ཁོ་ན་གསུངས་པ་ཡིན། དེས་ན་ཞི་གནས་  
སྐྱོམ་པ་ན། ཡུལ་ཡིད་དུ་འོང་མི་འོང་ལ་འཕྲོ་བ་དང་། སྒྱུན་གཏོང་དང་། དུག་  
འཆལ་བ་སོགས་བྱན་པ་ལྟ་བུ་དགོ་བ་ལ་འཕྲོ་བ་གཉིས་ཀ་ཞི་གནས་བསྐྱོམ་  
པའི་སྐབས་སུ་སེམས་གནས་པ་ལ་བར་དུ་གཅོད་པས་ན་དེ་དག་དགག་  
དགོས་སོ། །དམིགས་རྟེན་ཡིད་ཀྱི་ཡུལ་ནས་ཤོར་ཏེ་རང་རེས་ལྟ་སྒྲུབ་སྐྱོམ་  
པ་ན་རྗེ་ཞིག་ནས་བརྗེད་འཕྲོ་བ་ལྟར་དམིགས་རྟེན་ཤོར་བ་ནི་ཁྱོད་པ་རགས་

པ་དང་། འབྲུག་ས་འོག་ནས་ཚུ་རྒྱུག་པ་ལྟར། དམིགས་ཏེན་ཡིད་ཀྱིས་མ་  
ཞོར་བར། སེམས་ཀྱི་བྱར་ཆ་ཞིག་ནས་ཏྲིག་པ་འོག་འབྲུའི་ཚུ་ལ་དུ་ཡུལ་  
ཡིད་དུ་འོང་བའི་རྣམ་པ་འཆར་ལ་ཁད་ལྟ་བུའི་ཚོད་པ་བྱང་བ་ནི་ཚོད་པ་སྤ་མོ་  
སྟེ། དེས་ན་འགལ་རྒྱུན་འདི་དག་གཅོད་པའི་གཉེན་པོ་དངོས་ནི་ཤེས་བཞིན་  
མིན་ཀྱང་། དེའི་ཆར་གཏོགས་དཔེར་ན། དམག་ལ་སོ་བྱེད་པ་བཞིན། བྱིང་  
ཚོད་འབྲུང་མི་འབྲུང་ཏྲིགས་པའི་བྱིར་འདུ་བྱེད་བརྒྱད་ཀྱི་དུག་པ་ཤེས་བཞིན་  
བསྟེན་དགོས། དེའང་ཤེས་བཞིན་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་བསྟེན་ན་གནས་པ་ལ་  
གོགས་སུ་འབྱུར་ཞིང་། ཤེས་བཞིན་གཏན་ནས་མ་བསྟེན་ན། ཉིང་ངེ་འཇིན་  
ལ་སྒྲོན་ཞུགས་ཟེན་ཀྱང་མི་ཤེས་པ་རྒྱུན་མས་ནོར་བྱིར་ཟེན་པ་བཞིན་དུ་  
འབྱུར་བས། དུག་ཆེན་ལས། འབྲུ་བ་རིག་པའི་ཤེས་བཞིན་སྟོགས། །ཞེས་  
པ་ལྟར་ཤེས་བཞིན་གྲ་བསྐྱེགས། སྐབས་སྐབས་སུ་བྱིང་ཚོད་འོང་མི་འོང་གི་  
ཏྲིག་པ་བརྟུག་ནས་བྱ་ར་བྱེད་དགོས་ཏེ། སྒྱུ་དཔལ་ལས། ལུས་དང་སེམས་  
ཀྱི་གནས་སྐབས་ལ། །ཡང་དང་ཡང་དུ་བརྟུག་བྱ་བ། །དེ་དེ་ཁོ་ན་མདོར་ན་  
ནི། །ཤེས་བཞིན་སྤང་བའི་མཆོན་ཉིད་དོ། །ཞེས་གསུངས། དེས་ན་པོར་པའི་  
ང་བབྱང་བ་ན་ལག་པས་ཟེན་པ་དང་། དམ་པོར་བབྱང་བ་དང་། དེ་ཡང་ཡོ་  
འབྲེགས་སུ་སོང་མ་སོང་མིག་གིས་བརྟགས་པ་བཞིན། དུན་པས་དམིགས་  
ཏེན་ཟེན་ཏེ་འཇིན་སྤངས་དམ་པོར་བྱེད། ཤེས་བཞིན་གྱིས་བྱིང་ཚོད་བྱང་མ་  
བྱང་བརྟགས་ནས། དམིགས་པ་སྒྲོང་དགོས། ཤེས་བཞིན་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་  
ཆར་གཏོགས་པ་ཡིན།

ཉེས་པ་བཞི་པ་ནི། བྱིང་ཁྱོད་གཉིས་གང་རྩུང་བྱུང་བ་ན་གཉིན་པོ་འདྲ་  
མི་བྱེད་པ་ཉེས་པ་ཡིན་པས་དེའི་གཉིན་པོར། བྱིང་ཁྱོད་བྱུང་བར་ཤེས་བཞིན་  
གྱིས་རིག་པ་ན། དེ་ཐོག་ཏུ་མི་འཛོག་པར་བྱུང་མ་ཐག་བྱིང་ཁྱོད་སྤྲ་རགས་  
གང་བྱུང་བ་སོ་སོའི་གཉིན་པོ་བསྟེན་དགོས་པས། འདྲ་བྱེད་བརྒྱུད་གྱི་བདུན་  
པ་གཉིན་པོ་མངོན་པར་འདྲ་བྱེད་པའི་འདྲ་བྱེད་སེམས་པ་བསྟེན་དགོས་པ་  
ཡིན། དེ་དག་ནི་སོ་པས་དགྲ་བྱུང་བ་མཐོང་བ་ན་དེ་བསྒྲོག་པ་ལ་བཙོན་པ་  
བཞིན་ནོ། །འོན་གཉིན་པོ་གང་འདྲ་བསྟེན་དགོས་ཤེ་ན། བྱིང་བ་སྤྲ་མོ་ནི་  
སེམས་ཁྱུ་མ་པས་ཡིན་ཞིང་བྱིང་ཁྱུ་མ་གཉིས་གང་བྱས་ཀྱང་འབྱུར་གཅིག་  
ཏུ་མཛད་ལ། དེས་ན་གསལ་ཆ་དང་གནས་ཆ་ཡོད་ཀྱང་འཛིན་སྟངས་གྱི་  
འཕངས་དམའ་རུ་སོང་སྟེ་གསལ་ཆའི་ངར་མེད་པའི་བྱིང་བ་སྤྲ་མོ་དེ་སྒྲིལ་ན་  
ཐུན་གྲོལ་བ་དང་དམིགས་པ་བཏང་མི་དགོས་པར་སེམས་གྱི་འཛིན་སྟངས་  
གྲིམ་དུ་བཏང་བས་ཆོག །དེ་ཡང་བསྒྲིམས་དགས་ན་ཁྱོད་པ་སྒྲིལ་བར་འབྱུར་  
བས་གྲིམ་སྟོད་རན་པོར་བྱ་སྟེ། བཙོན་ལྡན་འདས་གྱིས་ཀྱང་ཕི་ཨི་གི་རྒྱུད་  
སྒྱུད་ཏུ་ཅང་གྲིམས་དགས་པ་དང་། སྟོད་དགས་པ་མ་ཡིན་པར་གྲིམས་སྟོད་  
རན་པའི་མཆམས་ནས་སྐད་སྟན་པ་འབྱུང་བར་གསུངས་པ་ལྟར་འདི་ལྟར་  
བྱས་ན་ཁྱོད་པ་སྒྲིལ་བར་འདུག་སྟེ་པ་ལས་ཅུང་སྟོད། འདི་ཙམ་ལས་བྱིང་  
བ་སྒྲིལ་བར་འདུག་སྟེ་པ་ལས་ཅུང་གྲིམ་པར་བྱེད་དགོས། འདི་གཉིས་གྱི་  
མཆམས་དེ་ཉམས་སྟོང་ལ་བཀར་ཏེ། ཤེས་བཞིན་སྤྲུང་པོས་མ་བརྟགས་ན་  
ཏུ་ཅང་འཛོག་དཀའ་བས་སྟོབ་དཔོན་ཙུ་གོ་མིས་ཀྱང་། བཙོན་པ་བསྟེན་ན་

གོད་པ་འབྱུང་འབྱུར་ཞིང་། །དེ་སྤངས་ན་ནི་ཁྱུ་པ་སྒྲིབ་པ་འབྱུར། །འདི་ཡི་  
 རིགས་པར་སྒྲིམས་འདུག་ཉིད་དཀའ་ན། །བདག་གི་སེམས་དགྲུགས་པས་ནི་  
 ཅི་ཞིག་བགྱི། །ཞེས་ཐུགས་ངལ་བའི་ཚུལ་མཛད་ཅིང་། །འོན་ཀྱང་དགྲའི་ནང་  
 ནས་ནང་མི་དང་ཞོར་བའི་དགྲ་བྱང་ན་ངོས་ཟེན་དཀའ་བས་ཉེན་ཆེ་བ་བཞིན།  
 གྱིང་བ་ཉིད་ཉིང་འཛིན་དང་ཞོར་བའི་སྒྲིན་འབྱུང་ཉེན་ཆེ་བས་ན་གྲིམ་པ་ཉིད་  
 ཚུལ་དུ་འདོན་དགོས། །དེ་ལྟར་སེམས་གྲིམ་དུ་བཏང་ཡང་ད་དུང་གསལ་ཆའི་  
 ངར་ཞོར་ནས་སེམས་ཞིག་པ་ལྟ་བུའམ་འཛིན་སྤངས་མི་གསལ་བའི་ཉམས་  
 བྱང་ནས་མི་སེལ་ན། གྱིང་བ་རགས་པ་སླེབས་པ་ཡིན་པས་དབུ་མ་སྤྱིང་པོ་  
 ལས། །ཁྱུ་པ་དམིགས་པ་རྒྱ་ཆེན་དག །བསྒྲོམས་པས་ཡངས་པ་ཉིད་དུ་  
 བྱ། །ཞེས་པ་ལྟར་སེམས་ནང་དུ་བསྐྱུས་ཆེས་པའི་སྒྲིན་ཡིན་པས་དམིགས་  
 པ་ཅུང་ཟད་སྒྲོས་ནས་བསྒྲོམ། །དེས་ཀྱང་མ་སེལ་ན། །དམིགས་པ་བཏང་ནས་  
 སེམས་ཁྱུ་པ་དེ་གཟེངས་བསྟོད་ཐབས་སམ། །དགའ་བའི་ཐབས་དལ་འབྱོར་  
 དོན་ཆེ་ཉིད་དཀའ་འམ། །མཆོག་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་། །བཤེས་གཉེན་  
 བསྟེན་པའི་པན་ཡོན། །ཐོས་པ་དང་། །བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་གྱི་པན་ཡོན་སོགས་  
 བསམ་སྟེ་སེམས་གཟེངས་བསྟོད་པ་དང་། །སྤང་བའི་མཆོན་མ་ཡིད་ལ་བྱེད་  
 པ་དང་། །གཏོང་བའི་དམིགས་པ་སོགས་བསྒྲོམ། །དེ་ལྟར་བསྒྲོམས་པས་  
 སེམས་འཕངས་མཐོ་བར་གྱུར་ཏེ་སངས་པ་ན་སྤར་དམིགས་པ་འཛིན། །རང་  
 རེ་སྤར་སྒྲོ་ལ་མ་གོམས་པས་དེས་འཕྲལ་དུ་པན་པ་འོང་དཀའ་ཡང་། །གོམས་  
 པ་ཞིག་ཡིན་ན་དལ་ཉེན་ཉིད་དཀའ་བ་འདི་འདྲ་ཉིད་ཚུལ་སོགས་བསམས་

པས་གདོང་ལ་ཚུ་གང་མོས་བཏབ་པ་བཞིན་དུ་དགའ་ཡལ་ལེར་འགྲོ། ད་  
དུང་མི་སེལ་ན་བྱིང་བ་བཅན་ཐབས་སུ་གཙོད་ཐབས་རང་སེམས་སྙིང་གར་  
འོད་དཀར་པོའི་རྣམ་པར་གསལ་བ་པཌ་སྤྲུང་དང་བཅས་སྤྱི་གཙུག་ནས་བཏོན་  
པ་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་མཐོན་པོར་སོང་སྟེ་ནམ་མཁའ་དང་དབྱེར་མེད་དུ་  
འདྲེས་པར་བསམ་པ་ལན་རི་ལྟར་རིགས་པར་བྱ། ད་དུང་མི་སེལ་ན། ཐུན་  
བཏང་ནས་བྱིང་བ་སྤྱི་བའི་རྒྱ་རྒྱགས་པ་དང་། གཉིད་དང་། སེམས་འཐིབ་  
པོའི་རྣམ་པ་ཅན་སོགས་སེལ་བའི་ཐབས་བསེལ་བའི་སར་སྡོད་པ་དང་། ས་  
ཁད་མཐོ་ཞིང་ཡངས་པར་འགྲོ་བ་དང་། བན་ཚུན་འཆག་པ་དང་། གདོང་ཚུས་  
འཁྱུ་བ་སོགས་བྱ་ཞིང་། དེ་ལྟར་བྱས་ནས་སངས་པ་ན་སྤར་བཞིན་དམིགས་  
པ་འཛིན།

ཀོད་པ་ཕྱ་མོ་ནི། དམིགས་རྟེན་མ་ཞོར་བར་སེམས་གཡེངས་པ་སྟེ། དེ་  
བྱུང་ན་སེམས་བསྐྱེམས་ཆེས་པའི་སྒྲོན་ཡིན་པས་ཅུང་ཟད་སྟོད་པའི་འཛིན་  
སྤངས་བྱེད། ད་དུང་མ་པན་པར་གཡེངས་ན། དེ་ལས་རགས་པའི་ཀོད་པ་  
བྱུང་བ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་སེམས་དགའ་བའི་རྒྱས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་པས་དགའ་  
ཆེས་པར་མི་བྱ། དགའ་དགས་ན་རྒྱལ་པོ་ཟས་གཙང་མ་ཡང་རྒྱན་ཞུགས་མ་  
ཐོབ་པའི་རབས་བཞིན་སྒྲོན་དུ་འགྱུར། འདི་སྐབས་ཐུན་མི་གྲོལ་བར་དབྱ་མ་  
སྙིང་པོ་ལས། ཀོད་པ་མི་རྟག་ལ་སོགས་པ། །ཡིད་ལ་བྱེད་པས་ཞི་བར་བྱ། །  
ཞེས་པ་ལྟར་འཆི་བ་མི་རྟག་པ་དང་། འཁོར་བ་དང་ངན་སོང་གི་རྒྱག་བསྐྱེད་  
སོགས་སེམས་ཞུམ་པ་དང་སྒྲོ་ཤས་དང་། ཡིད་འབྱུང་བའི་རྒྱ་རྣམས་བསམ།

ད་དུང་མི་སེལ་ན་རྒྱུ་དེ་ལ་བཅན་ཐབས་སུ་གཅོད་ཐབས་ནམ་ཉིག་ལས་ཆེ་  
 བས་དབུགས་འབྱུང་རྩ་ལ་དམིགས་པར་བཤད་པ་ལྟར་བྱ་སྟེ། དབུགས་  
 འགྲོ་འོང་སོགས་ཀྱི་ཆེ་པར་འགྲོ་བ་ཡིན་ནོ་སྟེ་པ་དང་། ཚུར་འོང་སོང་སྟེ་  
 པ་དང་། འདི་དང་པོ་འོ་སྟེ་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་འགྲོ་འོང་གི་གྲངས་ཡིད་  
 ཀྱིས་བགྲངས་ན་དང་པོར་གསུམ་བཞི་ཅུ་ལས་མི་སྟབ་ཀྱང་སྤྲར་དབུ་ནས་  
 བགྲངས། དེ་འདྲ་ཉེར་གཅིག་ཅུ་ལ་སེམས་མ་གཡེངས་པར་བཟུང་སྟབ་ན།  
 སེམས་གནས་དང་པོ་བྱུང་ཆད་ཡིན། སྤྲར་ཡེར་པའི་བྱུང་ཆེན་ཕུན་ཚོགས་  
 རྒྱ་མཚོ་ཡང་། རང་གི་སྒྲུ་མཆེད་ཅིག་སྟེ་སྤྲིད་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཚོ་འེེ་ཞབས་  
 འབྲིང་ཡིན་པས། སྟེ་སྤྲིད་ཞབས་འབྲིང་བཅས་ལ་དབུ་ཉེས་བྱུང་བས་སྒྲོམ་ལ་  
 ཐུགས་མ་ཐེན་པར་བྱུར་པ་ན་དབུགས་བགྲངས་པ་འདིས་བྱུང་པའི་རབས་  
 ཡོད། དེ་ལྟར་བྱས་ཀྱང་རྒྱུ་དེ་ལ་མ་ཆོད་ན་རེ་ཞིག་ཕུན་གྲོལ་བར་བྱ། དེས་ན་  
 དང་པོར་འཕེན་པ་བཏང་ནས་ཡུན་མུང་དུ་རེ་བསྒྲོམ། ཡུན་རིང་ཆེས་ན་རྗེས་  
 སོར་བསམ་གཏན་གྱི་གདན་མཐོང་བ་ནའང་སྒྲིད་ལུག་པ་དང་སྒྲུག་གོ་བར་  
 འགྱུར་བས། བསྒྲོམ་འདོད་ཀྱིན་འཕྲོ་བཅད་ཅེས་པ་ལྟར་སྒྲོམ་དང་བཟང་གྲེས་  
 བྱེད་པ་གལ་ཆེ་སྟེ། དཔེར་ན་མི་གཉིས་བཟང་གྲེས་བྱུང་ན་རྗེས་སོར་མཐོང་  
 ཡང་དགའ་བ་ལྟར་དང་། གསལ་ན་གསལ་དུ་འཕྲོ་བཅད། མི་གསལ་ན་མི་  
 གསལ་དུ་འཕྲོ་བཅད་གསུངས་པ་བཞིན་དུ་ད་དུང་ཅུང་མ་ཐུད་ནས་བསྒྲོམ་ན་  
 ལེགས་པ་འོང་འདྲ་སྟེ་པ་ནས་མཆོམས་བཞག་ན། རྗེས་སུ་འང་བསྒྲོམ་སྟེང་  
 འདོད་པ་དང་། འཕྲོ་ཡང་དེ་ཉིད་ནས་འབྱུང་བས་དེ་ལྟར་བྱས་ཏེ་བསྒྲོམ་པ་



ལེགས་ཀྱི། མི་གསལ་བ་བྱུང་བཞིན་དུ་ད་དུང་བཅས་བཅས་ཀྱང་མ་སེལ་ན།  
སྤར་མུ་ཚུགས་བྱས་ཀྱང་ངལ་དུ་སོང་ནས། རྗེས་སུ་འདྲེ་མི་གསལ་བའི་འཕྲོ་  
ནས་འབྱུང་སྟེ་སྤར་བྱུང་མཆོག་སྒོ་བཟང་ནམ་རྒྱལ་གྱིས་བཀའ་གདམས་  
གསུང་ཐོར་བུའི་ལྷགས་ལུང་སྦྱལ་བ་ན། དེང་སང་སྟོགས་མའི་དུས་རང་  
རྒྱུད་འདུལ་བའི་དུས་ཡིན་གྱི་གཞན་རྒྱུད་འདུལ་བའི་དུས་མིན་ཞེས་བའི་  
མཆོམས་སུ་བཤུམ་ནས་གནང་མ་ཐུབ་པར་ཆོས་མཆོམས་བཞག་པས་སྤྱི་  
ཉིན་དང་ཡང་ཉིན་ཀྱང་ཆོག་མཆོམས་དེ་ཀར་བྱུང་བས་གནང་མ་ཐུབ་པའི་  
རབས་བཞིན་ཡིན། ད་ལྟ་རང་རེས་གནས་ཆ་ཡུན་རིང་བའི་རེ་བ་བྱས་ཀྱང་  
དམིགས་པ་ལ་རེག་ཅིང་ལས་གནས་མི་རྒྱས་པས་ཉིན་གཅིག་ལ་ཐུན་བཅོ་  
བརྒྱད་སོགས་སུ་གསུངས་པ་བཞིན་ཡུན་རྒྱུང་བ་ཞིག་དང་། དེའི་རིང་བྱིང་  
ཁོད་དུ་མི་ཞོར་བའི་སྤྱི་དག་པ་ཞིག་བྱས་ནས་ཐུན་ཉུང་ལ་གྲངས་མང་བ་  
བྱེད། དེ་ལྟར་བྱས་ན་སྤྱི་ནས་རང་སྟོབས་ཀྱིས་གནས་པ་ཞིག་འོང་བས་དེ་  
བྱུང་མཆོམས་ནས་ཡུན་བསྐྱིང་།

ཉེས་པ་ལྡེ་བ་བྱིང་ཁོད་གཉིས་ཆོད་པའི་ཆེན་གཉེན་པོ་མངོན་པར་འདུ་  
བྱེད་པ་ཉེས་པ་ཡིན། དེའི་གཉེན་པོར་འདུ་བྱེད་བརྒྱད་ཀྱི་བརྒྱད་པ་འདུ་མི་  
བྱེད་པའི་བཏང་སྟོམས་བསྟེན་དགོས་ཏེ། དེ་ཡང་བྱིང་ཁོད་རྒྱུན་ཆད་པ་ནི་  
སེམས་གནས་བརྒྱད་པའི་བར་དུ་མེད་ལ། དེའི་ཆེ་བྱིང་ཁོད་ཞིན་ཀྱང་།  
ད་དུང་དེ་འབྱུང་མི་འབྱུང་བཏགས་ནས། གཉེན་པོའི་འབད་རྩིས་བསྟེན་པ་  
སེམས་གནས་པ་ལ་བར་དུ་གཅོད་པའི་ཉེས་པ་ཡིན་པས། ཞེས་བཞིན་གྱི་

ཚུལ་བ་མི་བསྟེན་པར་སྒྲིང་བས་ཚོག་པས་འདུ་བྱེད་བཏང་སྟོམས་བསྟེན།  
 སྒྲིན་གྱི་དམ་པ་མང་པོས་ཀྱང་སྒྲིང་དགོས་པར་གསུངས་པ་ཐམས་ཅད་  
 སེམས་གནས་བརྒྱད་པའི་མཐར་སེམས་བྱིང་གློད་གྱི་དབང་དུ་མི་འགྲོ་བའི་  
 གནས་སྐབས་སུ་ཤེས་བཞིན་གྱི་ཚུལ་བ་སྒྲིང་བ་ལ་གསུངས་གྱི། མཚམས་  
 འདྲིར་མ་སྒྲེབས་བར་གྱི་གནས་སྐབས་གཞན་དུ་དང་། དན་པ་དང་། དམིགས་  
 པའི་འཇིན་སྟངས་གྱི་ངར་སྒྲིང་བ་ལ་གསུངས་པ་མིན་པས། བོད་སྤྱི་མ་དག་  
 གིས་སྒྲིང་རབ་ལ་བསྒྲོམ་རབ་ཅེས་སྒྲིང་མཚམས་ངོས་མ་བེན་པར་འདྲིའི་  
 གོང་དུ་དན་པ་སྒྲིང་བ་ནི་འབྲུལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དེའི་རྗེས་སུ་མི་འབྲང་ངོ་།  
 དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ན། གནས་ཆ་སྤྱར་ཡང་བྱིང་བ་སྤྱོད་མོར་ཤོར་ནས་ཉིང་འཇིན་  
 ལས་རྒྱང་རིང་བར་འབྱུང་བ་ཡིན། དེས་ན་འདི་དག་ནི་དམིགས་པ་མི་འདྲ་བ་  
 ཅུམ་ལས་སྒྲིང་ཚུལ་རྫོགས་རིམ་མན་ཆད་ལ་འདྲ།

ད་ནི་སྒྲིང་ཚུལ་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། གནས་མཚན་ཉིད་ལྟ་ལྟན་སོགས་སུ་  
 ཞི་གནས་གྱི་ཚོགས་རྣམས་ཆང་བར་བྱས་ཏེ། སྟན་བདེ་བར་རྣམ་སྤང་ཆོས་  
 བདུན་གྱིས་འདུག །སྤྱི་བོའི་སྒྲ་མ་ལས་ཤྲུག་ཐུབ་ཆོན་གང་བ་ཅུམ་ཞིག་ཆད་  
 དེ་ལྟེ་བའི་ཐད་གྱི་བར་སྤང་ལ་བཞག །དེའང་དང་པོ་ནས་དམིགས་པ་གསལ་  
 བ་ཞིག་མི་འབྲང་ཞིང་། སྤྱབ་ཀྱང་མི་དགོས་ལ། དབུ་དང་ཕྱག་ཞབས་སོགས་  
 ཆ་ཤས་སྤྱི་ཅུམ་དང་། སེར་སྒྲུལ་མེ་བ་ལྟ་བུ་ལམ་ཅུམ་ཞིག་འཆར་བྱུང་ན། དེ་  
 ལ་དན་པས་མ་བརྗེད་པར་འཇིན་སྟངས་དམ་པོར་སེམས་མ་གཡེངས་པར་  
 བསྐྱུངས་ན། དེ་འདྲའི་དན་པ་གཅིག་ཕུའི་སྒྲིང་ལུགས་དེ་ལ་བྱིང་གློད་གཙོད་

ཚུལ་ཆང་བའི་བྱིར། སྒོམ་ཆེན་རྣམས་ཀྱི་སྤྱིང་ལ་བཅང་རྒྱུའི་མན་ངག་སྒྲན་  
 མེད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་བྱིང་བ་ནི་འཇིན་སྤངས་དམ་པས་གཙོད་ལ། རྟོན་པ་ནི་  
 མ་གཡེངས་པས་གཙོད་དོ། །དེ་ལྟར་བསྒོམ་པ་ན་གནས་ཆ་བྱུང་ན་བྱིང་བ་  
 དང་ཐག་ཉེ་རུ་སོང་བས་བྱིང་ཐོན་བྱས་ནས་གསལ་ཆ་དང་། འཇིན་སྤངས་  
 དམ་དུ་དམ་དུ་བཏང་། གསལ་ཆ་བྱུང་ན་རྟོན་པ་དང་ཉེ་བས་རྟོན་ཐོན་བྱས་  
 རྣམ་གནས་ཆ་བཅའ་། དེས་ན་སྐྱབ་པ་ཞིག་བརྒྱག་ཁུལ་བྱེད་ཀྱང་སྐྱབ་རྒྱུའི་  
 ཉིང་འཇིན་ལ་གང་འདྲ་ཞིག་དགོས་པ་མི་ཤེས་པ་དེ་ལྟ་བུ་མིན་པར། སྤྱིར་  
 གནས་ཆ་དང་། གཙོ་བོར་གསལ་ཆ། དེ་ཡང་འཇིན་སྤངས་དམ་པར་བྱེད་  
 པའི་བྱུང་ཆོས་གཉིས་ལྡན་གྱི་ཉིང་དེ་འཇིན་ཞིག་དེས་པར་དུ་བསྐྱབ་དགོས།  
 དེ་ཡང་གོང་དུ་ཞིབ་རྒྱས་བཤད་པ་ལྟར་དམིགས་ཉེན་བྱས་པས་མ་ཞོར་བར་  
 བཟུང་། དེའི་ཆེ་བྱིང་རྟོན་སྤྲ་རགས་གང་བྱུང་གྲུབས་བྱས་ཀྱང་། དེ་མ་ཐག་  
 ཤེས་བཞིན་གྱིས་རིག་པར་བྱས་ཏེ། སོ་སོའི་གཉེན་པོ་འབྲལ་དུ་བསྐྱེན་ནས་  
 འགོག། །བྱིང་རྟོན་ཆོད་པ་ན་གཉེན་པོའི་རྩལ་བ་མི་བྱེད་པར་དམིགས་པ་ལ་  
 ཅེ་གཅིག་ཏུ་གནས་ཤིང་། ཤེན་ཏུ་གསལ་བ་གསལ་ཆའི་ངར་ལྡན་དུ་སྦྱོང་  
 དགོས། ལྷག་ཆེན་ལྟར་ན་ནི། དམིགས་པ་དང་། དམིགས་པ་འཇིན་པའི་  
 སེམས་གཉིས་ཀ་གཅིག་གིས་བྱས་ནས། དཔེར་ན། རྗེ་བོས་ར་ལུག་རི་ལ་  
 ཞོར་བ་དང་མི་ཞོར་བ་གཉིས་ཀ་ལ་བརྟགས་པ་བཞིན་དུ་རྣམ་ཏྲིག་སྒྲིམ་པ་  
 ན་དེའི་ངོ་བོར་བརྟགས་ནས་རང་ཞིར་བཏང་ནས་གཙོད་པ་དང་། རྣམ་ཏྲིག་  
 གཉེན་པོས་བཅད་ནས་ཞི་བ་ན་སེམས་གསལ་རིག་ལ་དམིགས་པ་སྟེ་རྣམ་

རྟོག་གཙོད་ཚུལ་གཉིས་སུ་བཤད་ལ།   རྒྱས་པར་ནི་དགོ་ལྡན་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་  
པོའི་ཁྲིད་ཀྱི་སྐབས་སུ་འབྱུང་བས།   སེམས་ལ་དམིགས་ནས་ནི་གནས་སྐབ་  
འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་ལས་ཤེས་དགོས་གསུངས།  
གསུམ་པ།

## དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་གནས་དགུ་སྐབ་ཚུལ་ནི།

སྒྲོམ་བྱེད་པར་འདོད་ན་སེམས་གནས་ལ་སྒྲིབ་བ་ཐོན་པ་དགོས། དེ་ལ་  
སེམས་གནས་དགུ་ཤེས་དགོས། དེ་ཡང་སེམས་འཛོག་པ། རྒྱན་དུ་འཛོག་པ།  
སྒྲན་ཏེ་འཛོག་པ། ཉེ་བར་འཛོག་པ། ཏུལ་བར་བྱེད་པ། ཞི་བར་བྱེད་པ། རྣམ་  
པར་ཞི་བར་བྱེད་པ། ཅེ་གཅིག་ཏུ་བྱེད་པ། མཉམ་པར་འཛོག་པ་སྟེ་དགུ་ལས།  
དང་པོ་ནི། སྒྲ་མ་ལས་དམིགས་པའི་གདམས་ངག་ཐོས་སྟོབས་ཀྱིས་འབྱུང་  
ཅིང་། དེ་ཡང་དམིགས་པ་ལ་བཞག་ཙམ་བཞག་ཙམ་ལས་ཤས་ཆེར་མི་  
གནས་པས་རྒྱན་མ་ཐུང་མི་ཐུབ་པ་སྟེ། དེའི་ཆེ་སེམས་ལ་རྟོག་དཔྱད་ཞུགས་  
པའི་སྟོབས་ཀྱིས་འཕྲོ་རྒྱུ་དེ་དབང་དུ་ཤོར་བ་རིག་པས་སྒྲར་ལས་རྣམ་རྟོག་  
ཤས་ཆེ་བའི་ཉམས་འབྱུང་ཡང་། འདི་རྣམ་རྟོག་མང་དུ་སོང་བ་མིན་གྱི། རྣམ་  
རྟོག་ངོས་ཟེན་པའི་ཉམས་ཡིན། གཉིས་པ་ནི། དེ་ལྟར་བསྒྲོམས་པས་སེམས་  
དམིགས་པ་ལ་བཞག་ཙམ་གྱིས་རྒྱན་ཅུང་ཟད་མ་ཐུང་ཐུབ་པ་ནི་དཔེར་ན་མ་  
ཉི་ཐེང་སྒྲོར་གཅིག་ཙམ་གྱི་རིང་བསྒྲོམ་ན་དེའི་རིང་མི་གཡེང་བ་འབྱུང་བ་

ལྟ་བུ་ཡིན། འདིའི་ཆེ་སྐབས་རེ་ནམ་ཏྲིག་ཞི་ཞིང་སྐབས་རེ་ནམ་ཏྲིག་སྒྲིམ་བས་  
ནམ་ཏྲིག་ངལ་བསོ་བའི་ཉམས་འོང་། འདི་བསམ་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་འབྲུག།  
སེམས་གནས་དང་པོ་དང་གཉིས་པ་འདི་གཉིས་ལ་བྱིང་ཚློད་མང་ཞིང་གནས་  
པ་ཉུང་བས་ཡིད་བྱེད་བཞིའི་དང་པོ་བསྐྱེམས་ཏེ་འཇུག་པའི་སྐབས་ཡིན་ཞིང་  
གནས་པ་ལས་གཡེང་བ་རྒྱན་རིང་བ་ཡིན་གསུངས། གསུམ་པ་ནི། གོས་ལྟ་  
བུའི་གཞི་ལ་ལྟན་པ་བརྒྱག་པ་བཞིན། རྒྱན་མ་བྱུང་པའི་གཞི་དེའི་སྟངས་  
སེམས་དམིགས་པ་ལས་གཡེངས་པ་འབྲལ་དུ་ཤེས་ནས་སྤར་དམིགས་ཏེན་  
ལ་སྤོན་ཏེ་འཇོག་པ་ལ་ཟེར་བས་འདི་དང་སྤར་མ་གཉིས་ལ་གཡེང་བ་ཡུན་རིང་  
བྱུང་ཡོད། འདིའང་བྲན་པ་སྟོབས་ལྡན་བསྐྱེད་པའི་དུས་ཡིན་གསུངས། བཞི་  
པ་ནི། བྲན་པ་ཤུགས་ཅན་དུ་བསྐྱེད་ནས་དམིགས་ཏེན་ལ་འཇོག་པ་སྟེ། འདི་  
ནས་དམིགས་ཏེན་ཤོར་མི་སྲིད་པས་སྤར་མ་གསུམ་ལས་བྱུང་བྱུགས་པ་ཡིན།  
འོན་ཀྱང་དམིགས་ཏེན་མ་ཤོར་བཞིན་དུ་བྱིང་ཚློད་ཤུགས་ཆེན་པོ་འབྱུང་  
བས་བྱིང་ཚློད་ཀྱི་གཉེན་པོ་བསྟེན་དགོས། སེམས་གནས་གསུམ་པ་དང་  
བཞི་པ་འདི་གཉིས་བྲན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་འབྲུག། འདི་ནས་ནར་སོན་པའི་མི་  
ལྟར་བྲན་པ་ནར་སོན་པའོ། བྲན་པའི་སྟོབས་ཇོགས་པ་ཡིན་གསུངས། ལྟ་  
པ་ནི། བཞི་པའི་སྐབས་སུ་སེམས་ནང་དུ་བསྐྱེས་བྲགས་པས་འདིར་བྱིང་བ་  
སྤར་མའི་ཉེན་ཆེ་བས་ཤེས་བཞིན་སྟོབས་ལྡན་བསྐྱེད་ནས། དེས་བྱ་ར་བྱས་ཏེ་  
ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་ཡོན་ཏན་བསམས་ནས་སེམས་གཟེངས་བསྟོད། འདི་དང་  
སྤར་མ་གཉིས་ལ་བྱིང་ཚློད་རགས་པ་འབྱུང་མི་འབྱུང་གི་བྱུང་ཡོད།

དུག་པ་ནི། ལྷ་པའི་སྐབས་སུ་སེམས་གཟེངས་བསྟོད་དུགས་པའི་སྐྱོན་  
 གྱིས་འདིར་ཁོད་པ་སྤྲོམ་མི་ཉེན་ཆེ་ལ། ཁོད་པ་སྤྲོམ་སྐྱེས་པ་ན། དེ་རིག་པའི་  
 ཞེས་བཞིན་སྟོབས་ལྡན་བསྐྱེད་དེ་ཁོད་པ་སྤྲོམ་ལའང་སྐྱོན་དུ་བལྟས་ནས་  
 འགོག་དགོས། ལྷ་མ་ལས་འདི་སྐབས་བྱིང་བ་སྤྲོམ་མི་ཉེན་ཆེ་བ་མེད་པའི་  
 བྱུང་ཡོད། ལྷ་པ་དང་དུག་པ་གཉིས་ཞེས་བཞིན་གྱི་སྟོབས་གྱིས་འགྲུབ། འདི་  
 རྣམ་ཞེས་བཞིན་གྱི་སྟོབས་རྫོགས་པར་གསུངས། བདུན་པའི་སྐབས་སུ་དེ་  
 ཞེས་གྱི་སྟོབས་རྫོགས་པས་བྱིང་ཁོད་སྐྱེད་ཀའ་ཡང་། དེ་རྣམ་བཙོན་འགྲུས་  
 གྱི་སྟོབས་བསྐྱེད་དེ་བྱིང་ཁོད་སྤྲོམ་ལའང་སྐྱོན་དུ་བལྟས་ནས་སྤྲོང་གང་  
 ཐུབ་བྱེད་དགོས། འདི་དང་ལྷ་མ་གཉིས་ལ་བྱིང་ཁོད་སྤྲོམ་མི་ཉེན་  
 རྣམས་ཆེར་བྱེད་དགོས་མི་དགོས་གྱི་བྱུང་ཡོད། འདིར་བྱིང་ཁོད་སྤྲོམ་ཅམ་  
 གྱི་ཉེན་ཆེར་མེད་ཀྱང་། ད་དུང་དེ་གཉིས་སྤྲོང་ཐབས་ལ་ནི་བཙོན་དགོས་པ་  
 ཡིན། ལྷ་པ་དང་དུག་པའི་སྐབས་བྱིང་ཁོད་གྱིས་ཚུར་གཏོད་པའི་དོགས་པ་  
 ཡོད་ལ། བདུན་པའི་སྐབས་འདིར་བྱིང་ཁོད་བྱུང་ཡང་བཙོན་འགྲུས་གྱིས་  
 བཀག་ཐུབ་པས་བྱིང་ཁོད་གྱིས་ཚུར་བར་དུ་ཆེར་གཏོད་མི་རུས་གསུངས།  
 སེམས་གནས་གསུམ་པ་རྣམས་བདུན་པའི་བར་གྱི་ལྷ་པོ་འདིར་ཉིང་འཛིན་  
 ཞེས་ཆེ་ཡང་བྱིང་ཁོད་སོགས་གྱིས་བར་དུ་གཏོད་པས་ཆད་ཅིང་འདུག་  
 པའི་ཡིད་བྱེད་གྱི་སྐབས་ཡིན། བརྒྱད་པའི་སྐབས་སུ་ནི། ཐོག་མར་གཉིན་  
 པོ་དེ་འཛིན་གྱི་ཚོལ་བ་ཅུང་ཟད་བསྐྱེད་ན་ཐུན་གྱི་རིང་བྱིང་ཁོད་སྤྲོམ་ལའང་  
 མེད་པར་ཐུན་འབྱོངས་ཐུབ་པ་འབྱུང་ཞིང་། འདི་དག་གི་སྐབས་རིམ་བཞིན་



དཔེར་ན་དགྲ་བོ་སྟོབས་དང་ལྡན་པ་དང་། སྟོབས་འགའ་ཞིག་ཉམས་པ་དང་།  
སྟོབས་རྫོགས་པར་ཉམས་པ་ལྟར་བྱེད་ཆོད་ཀྱི་སྟོབས་རིམ་བཞིན་ཉམས་  
པ་ཡིན་པས་བརྒྱད་པ་ནས་བཟུང་ཤེས་བཞིན་གྱི་ཚུལ་བ་བསྟེན་མི་དགོས་  
སོ། །སེམས་གནས་བརྒྱད་པའི་སྐབས་འདིར་ཚུལ་བ་བྱུང་བའདུག་ལྟར་སྟེན་ན་ཐུན་  
གྱི་རིང་བྱེད་ཆོད་སོགས་གྱིས་བར་དུ་གཙོད་པ་མེད་པས་ཆད་པ་མེད་པར་  
འཇུག་པའི་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་སྐབས་ཡིན། སེམས་གནས་བདུན་པ་དང་བརྒྱད་  
པ་བཙོན་འགྲུས་གྱིས་སྟོབས་གྱིས་འགྲུབ། དགྲ་པ་ནི་འབད་ཚུལ་དང་བྲལ་  
བར་འཇུག་པ་སྟེ། དེ་ཡང་བརྒྱད་པའི་སྐབས་ཡང་ཡང་འདྲིས་པ་ལ་བརྟེན་  
ནས་འདིར་འབད་ཚུལ་མེད་པར་ལྟུན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཡིན་པས་ཚུལ་བ་བྱུང་  
བའདུག་ལྟར་མི་དགོས་པར་ཁ་ཉོན་བྱེད་བ་ཞིག་གིས་འདོན་པ་བཙོན་པ་ལྟར་ཉིང་  
འདྲིན་ལ་ཉིལ་གྱིས་འཇུག། །དེ་ནི་འདོད་སེམས་ཅེ་གཅིག་པའི་ཞི་གནས་  
རྗེས་མ་ཐུན་པ་ཡིན། དགྲ་པ་འདི་ཡོངས་སུ་འདྲིས་པའི་སྟོབས་གྱིས་འགྲུབ།  
དེ་དག་གི་དང་པོའི་སྐབས་རྣམས་ཉོག་ངོས་ཟེན་པའི་ཉམས་དང་། གཉིས་པའི་  
སྐབས་རྣམས་ཉོག་ངོས་ངལ་བསོ་བའི་ཉམས། གསུམ་པའི་སྐབས་རྣམས་ཉོག་  
ཐང་ཆད་པའི་ཉམས་འབྱུང་། མདོར་ན་སེམས་གནས་དང་པོ་དང་གཉིས་  
པ་གཉིས་ནི་གནས་པ་རྒྱན་རིང་ཐུང་ཡོད་ལ། གཉིས་པ་དང་གསུམ་པ་ནི་  
གཡེང་བ་རྒྱན་རིང་ཐུང་ཡོད། གསུམ་པ་བཞི་པ་གཉིས་ནི་དམིགས་ཉོན་ཤོར་  
སྤིང་མི་སྤིང་གྱི་བྱུང་བར་ཡོད་ཅིང་། བཞི་པ་དང་ལྷ་པ་ནི། བྱེད་བ་རགས་པ་  
སྒྲེ་མི་སྒྲེ་དང་། ལྷ་པ་བྱུག་པ་གཉིས་ནི་བྱེད་བ་སྤྲོ་ལ་དོགས་ཟོན་དགོས་

མི་དགོས་དང་། དེར་མ་ཟད་དུག་པར་ཁྱོད་པ་སྤྲོ་མོ་སྒྲིབ་པ་ལས་ཉུང་  
 རོ། །དུག་པ་དང་བདུན་པ་གཉིས་ནི། བྱིང་ཁྱོད་སྤྲོ་མོར་ཞོར་ཉེན་གྱི་དོགས་  
 ཟོན་ཆེན་པོ་དགོས་མི་དགོས་དང་། བདུན་པ་དང་བརྒྱད་པ་ནི་བྱིང་ཁྱོད་ཡོད་  
 མེད་དང་། བརྒྱད་པ་དང་དགུ་པ་ནི། འབད་ཚུལ་ལ་སྒྲོས་མི་སྒྲོས་གྱི་ཁྱད་  
 ཡོད་དོ། །བདུན་པ་འཇིགས་སྤྲོས་བྱིང་ཁྱོད་འགོག་ཅམ་ལས། དེར་ཞོར་དོགས་  
 གྱི་ཉེན་ཆེར་བྱེད་མི་དགོས་ལ། དཔེར་ན་དགྲ་དང་འཐབ་ན། དེ་སྒྲོབས་ཞན་  
 དུ་བཏང་བེན་ནས་དོགས་ཟོན་ཆེར་མི་དགོས་པར་བཀག་ཅམ་གྱིས་ཆོག་པ་  
 བཞིན་ཡིན་པར་གསུངས།

༥ ཉེན་ཉེར་གཉིས་པར། རི་སྐད་དུ། དཔལ་ལྷན་ལྷ་བ་གྲགས་པའི་  
 གསུང་ལས། ཀུན་རྫོབ་དེ་ཉིད་གཤོག་ཡངས་དཀར་པོ་རྒྱས་གྱུར་པའི། །ངང་  
 པའི་རྒྱལ་པོ་དེ་ནི་སྒྲིབ་པོ་ངང་པ་ཡིས། །མདུན་དུ་བདར་ནས་དགོ་བའི་རྒྱུད་གི་  
 །ལྷགས་སྒྲོབས་གྱིས། །རྒྱལ་བའི་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོའི་པ་རོལ་མཆོག་ཏུ་འགྲོ།  
 ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པའི་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་  
 གཉིས་དང་ཆོགས་གཉིས་གྱི་སྒྲོ་ནས་རྒྱལ་བའི་སར་བཞོད་པར་བྱེད་པ་  
 ལ། དེ་ལྟ་བུའི་ཚུལ་ཐོས་དགོས་པ་སོགས་གྱི་གསུང་བཤད་དང་འབྲེལ་སྒྲོན་  
 འགྲོའི་ཆོས་བཤད་མདོར་བསྡུས་དང་། སྒྲོན་དུ་སོང་བའི་ས་བཅད་རྣམས་  
 གསུངས་ཏེ། ཞི་གནས་ལ་སྒྲོབ་ཚུལ་གྱི་ཆོགས་བསྐྱེད་པ་ལྷའམ་དུག་དང་།  
 སྒྲིབ་ཚུལ་དངོས་གྱི་ཉེས་པ་ལྷའི་གཉེན་པོ་འདུ་བྱེད་བརྒྱད་བསྐྱེད་ཚུལ་དང་།  
 དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་གནས་དགུ་བསྐྱེད་ལྷགས་རྣམས་ལ་བསྐྱར་བཤད་

གནང་།

བཞི་པ།

དེ་སྟོབས་དྲུག་གིས་འབྲུབ་ལུགས་ནི།

སེམས་གནས་དང་པོ་ཐོས་པའི་སྟོབས་དང་། གཉིས་པ་བསམ་པའི་  
སྟོབས། གསུམ་པ་དང་བཞི་པ་གཉིས་དྲན་པ། ལྷ་པ་དྲུག་པ་གཉིས་ཤེས་  
བཞིན། བདུན་པ་བརྒྱད་པ་གཉིས་བཙོན་འབྲུས། དགྲུ་པ་འདྲིས་པའི་སྟོབས་  
གྱིས་འབྲུབ་པ་སྟེ་ཞིབ་པ་སྤར་སེམས་གནས་དགྲུ་སོ་སོའི་སྐབས་སུ་བཤད་  
བྱེད། ལྷ་པ།

དེ་ལ་ཡིད་བྱེད་བཞི་ཡོད་ཚུལ་ནི།

སེམས་གནས་དང་པོ་གཉིས་བསྐྱེམས་ཏེ་འཇུག་པ་དང་། བར་པ་ལྷ་  
ཆད་ཅིང་འཇུག་པ། བརྒྱད་པ་ནི་རྩོལ་བ་དང་བཅས་ཏེ་ཆད་པ་མེད་པར་  
འཇུག་པ། དགྲུ་པ་རྩོལ་མེད་དུ་སྦྱོན་གྱིས་བྱུབ་པར་འཇུག་པ་ཡིན། དེ་ཡང་  
སེམས་གནས་དང་པོ་དང་གཉིས་པ་གཉིས་ཀྱི་སྐབས་བྱིང་རྒྱུ་ཤེས་ཆེ་ཞིང་  
ཏིང་འཛིན་ཉུང་ཤས་ལས་མི་འོང་བས་བྱིང་རྒྱུ་ཀྱིས་ཏིང་འཛིན་གྱི་བར་དུ་  
ཆོད་མི་ཆོད་ཀྱི་ཐ་སྙད་འཛིན་རིན་མེད་ཅིང་དྲན་ཤེས་བསྐྱེམས་དགོས་པའི་  
སྐབས་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་བཞག་ཅིང་། བར་པ་ལྷའི་སྐབས་དྲན་ཤེས་བསྐྱེམས་  
མི་དགོས་པ་མིན་ཀྱང་ཏིང་འཛིན་ལ་གནས་པ་རིམ་གྱིས་རྗེ་ཆེར་སོང་ཞིང་

བྱིང་ཁྱོད་གྱིས་བར་དུ་ཆོད་གྱིན་ཆོད་གྱིན་འཇུག་པས་ན་ཆད་ཅིང་འཇུག་  
པ་དང་། བརྒྱད་པའི་སྐབས་ཐུན་གྱི་འགོར་གཉིན་པོའི་འབད་ཚེ་ལ་རུང་བད་  
བསྟེན་ན་བྱིང་ཁྱོད་གྱིས་མ་ཆོད་པར་ཐུན་འབྱོར་པས་ཆད་མེད་དུ་འཇུག་  
པ་དང་། དགྲ་པ་ཚེ་ལ་མེད་དུ་དམིགས་པར་འཛོག་པས་ཐུན་གྱིས་བྱུབ་པར་  
འཇུག་པ་ཞེས་བྱུང་པར་སོ་སོར་བཞག་པ་ཡིན།

དུག་པ།

དེ་ལས་ཞི་གནས་དངོས་འབྱུང་ཚུལ་ནི།

སེམས་གནས་དགྲ་པ་ཐོབ་ནས་བྱིང་ཁྱོད་ཕྱ་མོ་དང་བྲལ་བར་ཉིང་  
འཛིན་ལ་འབད་མེད་དུ་ཡུན་རིང་གནས་ཐུབ་པ་རུང་ནའང་དེ་ཞི་གནས་རྗེས་  
མ་ཐུན་པ་ལས་དངོས་མིན། དངོས་ཐོབ་པ་ལ་ཉིང་འཛིན་ལ་སྦྲར་ཡང་གོམས་  
ཤིང་འདྲིས་པར་བྱས་པས་ལུས་སེམས་ཤིན་ཏྲུངས་གྱི་དགའ་བདེ་བྱུང་པར་  
ཅན་ཐོབ་དགོས་ལ། དེ་ཡང་ཤིན་ཏྲུངས་གཉིས་ལས་སེམས་ཤིན་ཏྲུངས་  
སྒྲོན་དང་། བདེ་བ་གཉིས་ལས་ལུས་ཤིན་ཏྲུངས་གྱི་བདེ་བ་སྤར་སྒྲུའོ། །དེ་  
ཡང་ལུས་གྱི་གནས་ངན་ལེན་གྱི་རྒྱུ་ཞི་བས་བདེ་ཉམས་ཅན་མགོ་བོ་ལའང་  
སྤང་བ་ལྷེ་བཅ་པ་ལྷ་བྱ་ཞེས་སྐྱབ་པའུལ་ལ་ལག་པ་ཆ་མོས་རེག་པ་ལྷ་བྱ་  
ཞིག་འབྱུང་། དེ་མ་ཐག་སེམས་ཉོན་མོངས་པའི་ཕྱོགས་སུ་གྱུར་ནས་དགོ་  
བ་ལ་གང་འདོད་དུ་བགོལ་མི་རུང་བའི་གནས་ངན་ལེན་ཞི་ནས་སེམས་ཤིན་  
ཏྲུངས་སྒྲུ། དེའི་མཐུས་ལུས་ཤིན་ཏྲུངས་འདྲེན་པའི་རྒྱུ་ལས་རུང་ལུས་ལ་

ཁྱབ་པར་བརྒྱས་པས་ན་ལུས་ཀྱི་གནས་ངན་ལེན་དང་བྲལ་ནས་ལུས་དགེ་  
བའི་བྱ་བ་ལ་འཆར་སྤང་མེད་པར་ངི་འདོད་དུ་བཀོལ་རུས་པ། ཞིང་བལ་  
བཞིན་ཡང་བའི་ལུས་ཤིན་སྤངས་སྟེ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རིག་བྱ་ཤིན་ཏུ་བདེ་  
བའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་ལུས་ཤིན་སྤངས་ཀྱི་བདེ་བའི་ཉམས་ཆེན་པོ་སྟེ། ད་  
དུང་མཉམ་པར་བཞག་པས་རང་ལུས་ལ་སོགས་པའི་སྤང་བ་གཞན་གང་ཡང་  
མི་འཆར་བར་ལུས་ཀྱང་དམིགས་རྟེན་ལ་ཐིམ་ཉམས་ཅན་གྱི་སེམས་ཤིན་  
སྤངས་ཀྱི་དགའ་བདེའི་ཉམས་ཆེན་པོ་སྐྱེས་ནས་སེམས་དགའ་ཡལ་ཡལ་བ།  
དམིགས་པར་གནས་མི་ཐུབ་པ་ལྟ་བུ་འབྱུང་། དེ་ནས་སེམས་ཤིན་སྤངས་  
ཀྱི་དགའ་ཡལ་ཡལ་བ་དེ་ཅུང་སངས་ནས། བདེ་བ་ཆུང་དུ་སོང་སྟམ་པ་ལྟ་  
བུའི་ངང་ནས་སེམས་དམིགས་པ་ལ་བརྟེན་པར་གནས་པའི་ཉིང་འཇིན་དང་  
རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཤིན་སྤངས་མི་གཡོ་བ་ཐོབ་པ་དང་དུས་མཉམ་དུ་བསམ་  
གཏན་དང་པོའི་ཉིང་བསྟོགས་མི་ལྷོགས་མེད་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་ཞི་གནས་  
ཐོབ་པ་ཡིན། འདི་ནི་འཇིག་རྟེན་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་རྟོགས་པ་  
མང་པོ་འཐོབ་པ་ལ་མེད་ཐབས་མེད་པའི་ལམ་ཡིན་པས་མི་ལྷོགས་མེད་ཟེར།  
དེ་ནས་ཉིང་བསྟོགས་ཕྱི་མ་རྣམས་བསྐྱབས་ནས་རིམ་གྱིས་བསམ་གཟུགས་  
བརྒྱད་ཀ་བསྐྱབ་ནའང་ཐོབ་རུས་མོད། འོན་ཀྱང་དགོས་པ་ཆུང་བས་རང་  
རེས་དེ་སྟེད་པ་མིན་ཞིང་། ཕྱི་རོལ་བས་ནི་ཅི་ཡང་མེད་མན་ཆད་ཀྱི་ཉོན་  
མོངས་མངོན་གྱུར་ཐམས་ཅད་སྤངས་ཏེ་སྤིད་ཅེའི་སེམས་ཐོབ་ནས་ཐར་པ་  
ཐོབ་པར་འཇིན་ཀྱང་དེ་ཙམ་གྱིས་འཁོར་བ་ལས་མི་གྲོལ་བ་བསྐྱགས་འོས་

[illegible]

དེ་ལྟར་ཞི་གནས་ལེགས་པར་གྱུ་བ་ན།      ཅིག་པ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱལ་  
 བླ་རབ་ཚུན་གྲང་བགྲང་རྒྱས་པའི་ཆོད་ཀྱི་སེམས་གསལ་ཉམས་དང་།      བྱེད་  
 ག་བྱུགས་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་ལྗེའི་མཆན་མ་ལྟ་དང་།      དུག་གསུམ་གྱི་མཆན་  
 མ་གསུམ་དང་།      སྐྱེས་པ་བྱད་མེད་དེ་མཆན་མ་བཅུ་གང་སྤང་ཡང་དེའི་ཉེས་  
 དམིགས་བྱན་ནས་མི་དགའ་བ་དང་།      ཉོན་མོངས་སྐྱེ་བ་ཅུང་ཞིང་སྐྱེས་ཀྱང་  
 རྒྱགས་ཞན་པ་དང་།      གནས་ཆ་འཕུག་པས་གཉིད་ཀྱང་ཉིང་དེ་འཛིན་དང་  
 འདྲེས་འགོ་བ་སྦྱུང་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་འབྱུང་།      དེང་སང་གཞུང་ཆེན་  
 བོ་དག་ལ་མ་བརྟེན་པར་ཆིག་ཅུང་ཞིང་ལས་སྤྲོ་བ་ཞིག་གིས་ཕྱག་རྒྱ་གསུམ་  
 སོགས་ཀྱི་ལྟ་བ་ཆོལ་བར་རྒྱུ་བ་དག་ལ།      བྱན་མོང་བའི་ཞི་གནས་ཀྱང་  
 གཞུང་ཆེན་མོ་ནས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའི་རྣལ་མ་ཞིག་འབྱུང་དགལ།      ཕྱག་ཆེན་  
 རྩ་བ་ལས་ཀྱང་།      སེམས་ངོ་བལྟ་བ་སོགས་ནི་སེམས་ཀྱི་ཀྱན་རྒྱ་བ་པའི་ངོ་



སྒྲོད་ཅམ་ཡིན་པར་གསུངས། དེས་ན་དེ་འདྲ་ལ་རང་གིས་སྒྲོམ་བཟང་པོ་ཡིན་  
བསམས་ཀྱང་། རག་གི་གོང་བུ་གསེར་དུ་བསྒྲོམ་པ་བཞིན། ལམ་གོ་ལ་ལམ་  
ལོག་ཅིག་ཏུ་འབྱུན་པར་འགྱུར་བ་ལས་གཞན་འོས་མེད། གྱིང་བ་བསགས་  
པ་ལ་སྒྲོམ་དུ་འབྱུང་ནས་བསྒྲོམ་པས་ནི། ཁམས་གོང་མར་ཡང་འཕེན་མི་  
རུས་ཤིང་། དུད་འགྲོའི་རྒྱ་སྐྱབ་པ་ལྟ་བུ་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། ས་པཎ་གྱིས། ལྷན་  
པོས་ཕྱག་རྒྱ་ཆེ་བསྒྲོམ་པ། །པལ་ཆེར་དུད་འགྲོའི་རྒྱ་རུ་འགྱུར། །ཡང་ན་ཉན་  
ཐོས་འགོག་པར་ལྷུང་། །ཡང་ན་གཟུགས་མེད་ཁམས་སུ་སྒྲེ། །ཞེས་གསུངས།  
དེས་ན་ལམ་གྱི་གཙོ་བོ་རྣམ་གསུམ་གང་རུང་གིས་མ་བེན་པར་སེམས་གྱི་ངོ་  
བོ་ཁ་དོག་དང་དབྱིབས་སུ་མེད་པར་བརྟགས་ནས། སྤྲ་མའི་རྗེས་མི་གཙོད།  
མ་འོངས་པའི་སྤྱན་མ་བསུ་ཞེས་སོགས་སུ་ངོ་སྤྲད་དེ། དེ་ཅམ་བསྒྲོམ་ཁུལ་  
བྱེད་པས་ནི་མི་ཆེ་དོན་མེད་སྟོང་ཟད་གྱི་རྒྱ་འབའ་ཞིག་ཏུ་འགྲོ་བ་ལས་ས་  
ལམ་གང་ཡང་བཟོད་མི་རུས། བྱང་སེམས་དང་། དེས་འབྱུང་དང་། ཡང་དག་  
པའི་ལྟ་བ་དང་། སྐྱབས་འགོས་བེན་ན་རིམ་བཞིན་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཉམས་ལེན་  
དང་། ཐར་པའི་ཉམས་ལེན་དང་། རང་པའི་ཆོས་སུ་འགོ་བས་ལམ་མ་རྟོར་བ་  
དེ་འདྲ་ལ་འཇུག་དགོས། དེ་འདྲ་མེད་པར་སེམས་གྱི་ངོ་བོ་གསལ་སྟོང་འཛིན་  
མེད་སོགས་རྟོགས་པ་ཅམ་གྱིས་ནི། བདག་འཛིན་ལ་ཅི་ཡང་གཞོད་མི་རུས་  
པས་རབ་ན་ལྟ་སྟེགས་ལྟག་སྒྲོད་ལྟར་འགྱུར་ཉེན་ཡོད། དེ་ལྟར་དམན་པའི་  
ལམ་ལ་བཟང་པོར་མི་འཛིན་པར། ལམ་ཡང་དག་དང་ལྟར་སྤྲང་འབྱེད་ཤེས་  
པ་དགོས་གསུངས།

གཉིས་པ།  
ཤེས་རབ་ཀྱི་ངོ་བོ་ལྷག་མཐོང་ལ་སློབ་ཚུལ་ལ་གསུམ།

གང་ཟག་གི་བདག་མེད་གཏན་ལ་འབེབས་པ།      ཚོས་ཀྱི་བདག་མེད་  
གཏན་ལ་འབེབས་པ། དེ་ལས་ལྷག་མཐོང་སྐྱེ་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལ།

གང་ཟག་གི་བདག་མེད་གཏན་ལ་འབེབས་པ་གཉིས།

མཉམ་གཞག་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའི་སྒྲིང་ཚུལ་དང་།      རྗེས་སྐྱོབ་སྐྱེ་མ་ལྟ་  
བུའི་སྒྲིང་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ།

མཉམ་གཞག་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའི་སྒྲིང་ཚུལ་ལ།

དགག་བྱ་ངེས་པའི་གནད། ཐུབ་པ་ངེས་པའི་གནད། བདེན་པའི་གཅིག་  
བྲལ་ངེས་པའི་གནད། བདེན་པའི་དུ་བྲལ་ངེས་པའི་གནད་དེ་བཞི་ཡོད། དེ་  
ལྟར་ཞི་གནས་བཏུན་པོ་ཞིག་གྲུབ་མཆམས་ཉོན་མོངས་མངོན་གྱུར་མགོ་  
གཞོན་པའི་འཇིག་རྟེན་པའི་ལམ་ཞི་རགས་རྣམ་ཅན་གྱི་ལྷག་མཐོང་སོགས་  
མི་བསྐྱོམ་པར།      རང་ངེས་དོན་དུ་གཉེར་བྱ་གཙོ་བོ་ནི་ཐར་པ་ཡིན་པས་  
འཁོར་བའི་རྩ་བ་གཙོད་བྱེད་བདག་མེད་ཀྱི་དོན་ལ་དཔྱེད་པའི་འཇིག་རྟེན་

ལས་འདས་པའི་ལྷག་མཐོང་སྐྱེད་དགོས་ཤིང་། དེ་བསྐྱེད་ན་གོང་མའི་དངོས་  
གཞི་སོགས་ཆེད་དུ་མ་བསྒྲོམས་ཀྱང་རིམ་གྱིས་སྤིང་པའི་ཉེས་པ་བསྒྲོག་  
པར་འགྱུར་བ་བསྐྱབས་འོས་བསྐྱབས་བསྟོད་ལས། བྱིད་ཀྱི་བསྟན་པའི་རྗེས་  
འགོ་བ། །བསམ་གཏན་དངོས་གཞི་མ་ཐོབ་ཀྱང་། །བདུད་ཀྱི་མིག་རས་བཙའ་  
བཞིན་དུ། །སྤིང་པ་དག་ནི་བསྒྲོག་པར་བབྱིད། །ཅེས་གསུངས་པ་རེད། དེ་  
ལ་ཟབ་མོ་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་གཏན་ལ་འབེབས་དགོས། འདི་མ་རྟོགས་ན་  
ཐར་པ་ཐོབ་པའི་ཐབས་མེད་ཅིང་། རྒྱལ་སྤྲུལ་གྱི་སྟོང་པ་གཞན་རྣམས་ཀྱང་  
མཆོན་འཛིན་དང་བཙས་པར་འགོ། གཤེག་པ་ཟུང་དང་མི་ལྡན་པའི་བྱ་བཞིན་  
ཐབས་ཤེས་སྤྱོད་པ་རེ་བས་རྒྱལ་བའི་སར་འགོ་མི་རྒྱས་པས་ཐབས་བྱང་  
ཚུབ་ཀྱི་སེམས་དང་། ཤེས་རབ་སྟོང་པ་ཉིད་གཉིས་ཡ་མ་བྲལ་བ་ལ་སྟོབ་  
དགོས་ཏེ། རྗེ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་གནས་ལྷགས་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་མི་ལྡན་ན། །ངེས་  
འབྱུང་བྱང་ཚུབ་སེམས་ལ་གོམས་བྱས་ཀྱང་། །སྤིང་པའི་རྩ་བ་གཙོད་པར་མི་  
རྒྱས་པས། །དེ་ཕྱིར་རྟོན་འབྲེལ་རྟོགས་པའི་ཐབས་ལ་འབད། །ཅེས་གསུངས་  
པ་ལྟར་ཡིན། གཞན་ཡང་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་དོན་འགྱུར་གྱི་ཐེ་ཆོམ་ཐོས་པས་  
ཀྱང་། བདག་འཛིན་གོས་རྒྱལ་པོ་ལྟ་བུ་དང་། སེར་བས་བཙམ་པའི་ལོ་རྟོག་  
བཞིན་དུ་བྱེད་པར་གསུངས་ཏེ། བཞི་བརྒྱ་པ་ལས། བསོད་ནམས་ཚུང་དུས་  
ཆོས་འདི་ལ། །ཐེ་ཆོམ་ཟབ་པ་ཡང་མི་འགྱུར། །ཐེ་ཆོམ་ཐོས་པ་ཙམ་གྱིས་  
ཀྱང་། །སྤིང་པ་རྒྱལ་པོར་བྱེད་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་རེད།  
དེས་ན་འདི་ལ་འང་ཆོགས་ལ་གནས་དགོས་པས། གསུང་རབ་ཀྱི་གནད་

ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་མཁྱེན་པའི་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲིང་ཉིད་སྟོན་  
 བྱེད་ཀྱི་གདམས་པ་ཐོབ་པ། ཚོགས་གསོག་སྐྱིབ་སྒྲིང་བྱེད་པ། སྒྲ་མ་ཡི་དམ་  
 དབྱེར་མེད་དུ་བྱས་ནས་གསོལ་བ་གདབ་པ་སོགས་ལྟ་བ་རྣམ་དག་རྒྱུད་ལ་  
 སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ཚོགས་རྣམས་ཆང་དགོས། དེ་དག་མ་ཆང་ན་རྟོགས་མི་རུས།  
 འཕགས་ཡུལ་གྱི་གྲུབ་མཐའ་སྤྱོད་བ་བཞི་སོ་སོ་ནས་ལྟ་བའི་འཛིག་མཆམས་  
 རང་གསེས་མི་མཐུན་པ་མང་ཡང་། གཙོ་བོ་ནི་དབུ་མ་ཐལ་འབྱུར་བའི་ལྟ་བ་  
 སྟེ། དེ་ནི་སྒྲིང་བ་རྟེན་འབྱུང་གི་དོན་དང་། རྟེན་འབྱུང་སྒྲིང་བའི་དོན་དུ་བཤད་  
 པ་ཞིག་ལ་བྱེད། སྟོན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་གྱིས་གདུལ་བའི་སྒྲོའི་མཆོག་དམན་  
 གྱི་རིམ་པ་བཞིན་འདི་ལྟར་གང་ཟག་གི་བདག་ལ་ཞེན་པ་བསྐྱོག་པའི་ཕྱིར་དུ་  
 དང་པོར་གང་ཟག་རང་རྒྱ་ཐུབ་པའི་རྣམས་ཡོད་ཀྱིས་སྒྲིང་བར་བསྟན་པ་དང་།  
 དེ་ནས་སྒྲོ་རབ་ཏུ་གྱུར་པ་ན། ཚོས་རྣམས་ལས་བདེན་པར་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཁྱད་  
 བྱེ་བ་དང་། དེ་ནས་སྒྲོ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ན། བདེན་པར་མེད་ཀྱང་རང་བཞིན་  
 གྱིས་གྲུབ་པར་བསྟན་པ་དང་། ཡང་རབ་ལ། ཚོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་  
 གྱིས་མེད་པར་བསྟན་པས་ན། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་དགོངས་པའི་མཐར་  
 ཐུག་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ནི་ཕྱི་མ་འདི་ཡིན། དེ་ཡང་སྟོན་པ་ཉིད་ཀྱིས། སྟོ་  
 ཕྱོགས་རྟེན་ཉིད་ཡུལ་དུ་ནི། །དགེ་སྒྲིང་དཔལ་ལྡན་ཆེར་གྲགས་པ། །དེ་མིང་སྐྱ་  
 ཞེས་འབོད་པ་སྟེ། །ཡོད་དང་མེད་པའི་ཕྱོགས་འཛིག་པ། །ཞེས་ཡོད་མཐའ་  
 དང་མེད་མཐའ་སྤངས་པའི་རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་འགྲེལ་བ་ལ་འགྲན་སྒྲུབ་དང་  
 བུལ་བར་ལུང་བསྟན་པའི་མགོན་པོ་སྐུའི་ཞབས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྱངས་ནས་ལྟ་

བ་བཅའ་ལ་དགོས་ཀྱི། དེ་མིན་སོ་སོའི་གང་འདོད་འདོད་རེ་གསལ་དུ་བྱས་པའི་  
 ལྟ་བ་ཟབ་ཟབ་མོ་མང་པོར་སྒྲུ་ཡང་། ལྷ་སྒྲུབ་ཀྱི་དགོངས་པ་དང་མཐུན་ན་ལྟ་  
 བ་མཐར་ཐུག་ཡིན་ཀྱི། དེ་ལས་གཞན་དུ་གྱུར་པ་ནི། རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་  
 ལས་ལོག་པ་ཞིག་དུ་སྒྲུས་པར་ངེས། བོད་ཀྱི་སྒྲུན་པོ་དག་ལྟ་ནི། རྒྱ་གར་གྱི་  
 མཁས་པ་ཆེན་པོ་སྒྲོ་བ་དཔོན་ལེགས་ལྷན་འབྲེད་དང་། བོད་ཀྱི་བཀ་ཆེན་རྫོ་  
 རང་པ་སོགས་མང་པོ་འང་ལྟ་བའི་གནད་འདི་ལ་འབྲུལ་ཞིང་། དེ་ལས་གཞན་  
 པ་འགའ་ཞིག་གིས་ནི། ལྷ་སྒྲུབ་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ཀྱང་། དེའི་དགོངས་པ་  
 མ་རྟོགས་པ་དང་། འགའ་ཞིག་ནི། ལྷ་སྒྲུབ་ཀྱི་རྗེས་སུ་མི་འབྲངས་པར་མ་ཟད། དེ་  
 ལ་དགག་པར་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱང་བྱུང་མོད། ལྷ་སྒྲུབ་ཡབ་སྐུ་ལྱེད་ལྟ་  
 ལ་མི་ལྟོས་པར། དེ་ལས་སྤྱི་རྣམས་དུ་གྱུར་པའི་རང་བཟོའི་ལྟ་བ་སྟོན་པ་ནི། ལྷ་  
 བས། སྒྲོ་བ་དཔོན་ལྷ་སྒྲུབ་ཞབས་ཀྱི་ལམ་ལས་ནི། །སྤྱི་རྣམས་གྱུར་ལ་ཞི་བའི་  
 ཐབས་མེད་དོ། །དེ་དག་ཀྱན་རྫོབ་དེ་ཉིད་བདེན་ལས་ཉམས། །དེ་ལས་ཉམས་  
 པས་ཐར་པ་འབྱུང་ཡོད་མིན། །ཞེས་གསུངས་པས། ཞི་བའི་སྒོ་གཉིས་པ་  
 ཞིག་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་དེ་མིན་ལྟགས་འདིའི་རྗེས་སུ་མ་འབྲངས་པར་བྱ་  
 ཐབས་མེད་དོ།

ལྷ་སྒྲུབ་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནམས་ཀྱི་ནང་ནས། རྫོ་བོ་ཆེན་པོས། ལྷ་སྒྲུབ་  
 ཉིད་གང་གིས་རྟོགས་ཤེ་ན། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་ལྷ་སྒྲུབ་བསྟན་ཅིང་། །  
 ཆོས་ཉིད་བདེན་པ་གཟིགས་པ་ཡི། །ལྷ་སྒྲུབ་སྒྲོ་བ་མ་ལྷན་གྲགས་ཡིན། །དེ་  
 ལས་བརྒྱུད་པའི་མན་ངག་གིས། །ཆོས་ཉིད་བདེན་པ་མཐོང་བར་འབྱུང་། །

གསུངས་པ་ལྟར་སློབ་དཔོན་ཟླ་བ་གྲགས་པ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་ཅིང་། བོད་དུ་  
 དེའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་པའི་བོད་སྤྱ་རབས་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་སོ་སོའི་མཁས་གྲུབ་  
 ཀྱི་སློབ་དཔོན་མང་དུ་བྱུང་བ་རྣམས་ལས་ཐོག་མའི་སློབ་དཔོན་རང་རང་གི་  
 དགོངས་པ་ཐལ་འགྱུར་དུ་གནས་པ་མང་པོ་ཡོད་ཀྱང་། གདུལ་བྱ་ལ་སློབ་  
 དང་མཐུན་པར་བྲིད་ཚུལ་སྤྲོ་ཆོགས་གསུངས་པས་ཕྱིས་ནས་རྗེས་འབྲུག་  
 མང་པོས་དགོངས་པ་དངོས་མ་ལོན་པར་རིམ་གྱིས་འབྲུལ་པར་ཞུགས་པ་  
 མང་བས། འཇམ་མགོན་ཙཱ་ཁ་བས་ཀྱང་ལྟ་བུ་མཐར་ཐུག་ཅིག་རྩད་གཅོད་  
 ས་དགོན་པ་བྱང་སྟེ་ལྟ་བུའི་སྐོར་འདིར་བོད་གཞན་པལ་ཆེར་ལ་ཐུགས་མ་  
 ཆེས་ནས། འཕགས་ཡུལ་དུ་སློབ་དཔོན་སྤྱ་བྱང་དང་གྲུབ་ཆེན་མི་ཏུ་སོགས་  
 མངལ་བཞེད་གྱིས་ཕེབས་ཅིས་མཛད་པ་ན། སྟོ་བྲག་གྲུབ་ཆེན་གྱིས་ནན་  
 གྱིས་བཞོལ་བཏབ། གྲུབ་ཆེན་ཉིད་གྱིས་ཞུ་བརྒྱད་མཛད་དེ་ལྟ་བུའི་སྐོར་  
 ཐུག་དོར་ལ་ཞུས་ནས། དེས་བསྟན་པའི་ཞུ་ལན་སྟན་མཆོག་བདུད་ཅིའི་ཐོང་  
 བ་ཞེས་པ་དེ་གནང་། འདིའང་དང་སང་གི་དཔེ་ཆ་ལྟར་ན་དོགས་གཞི་ཆེ་  
 བ་ཡོད་པས། དེས་ཀྱང་ཐུགས་ཅུང་མ་ཆིམ་པར་སྒྲ་མ་དང་འཇམ་དབྱངས་  
 དབྱེར་མེད་ལ་གསོལ་འདེབས་དང་། བསགས་སྤྱང་ཤུགས་དག་ལ་རྒྱན་རིང་  
 བ། དམིགས་རྣམ་སྐྱོང་བ་རྣམས་ལ་ཆིག་དྲིལ་མཛད་པས་ཕྱིས་སུ་འཇམ་  
 དབྱངས་དངོས་ཀྱི་ཞལ་གཟིགས། སྤྱིར་ཞལ་གཟིགས་ལ། ཅུ་ནང་དུ་རྒྱང་  
 ཞུགས་པའི་ཉམས་སྤང་ལ་མཐོང་བ་དང་། བསྐྱོམ་པའི་ཉམས་ཡིད་ཤེས་ལ་  
 ཞུར་བ་མཐོང་བ། དབང་ཤེས་གྱིས་མངོན་སུམ་དུ་མི་དང་མི་བཞིན་མཐོང་བ་



སྒྲིལ་གསུམ་ཡོད། རྗེ་རིན་པོ་ཆེས་ནི་སྒྲིལ་ལྟར་གཟིགས་ནས་འཇམ་དབྱངས་  
 དང་སྒྲིལ་སྒྲོབ་པ་བཞིན་དུ་བྱུང་བར། ལྟ་བའི་དཀའ་གནད་སྒྲོར་བྱི་བ་ཞུས་  
 པའི་གསུང་ལན་རྣམས་ཟབ་པས་མ་གོ་བའི་ཚུལ་དུ་གྱུར་བ་ན། རྗེ་བཙུན་  
 གྱིས་ལྟ་བའི་དོགས་གཙོད་གྱི་ཡུལ་རེད་མཛད་པ་ལ་གྱིས་ཞིག་པ་དང་།  
 དེས་ཀྱང་དོགས་པ་ཀུན་མི་སེལ་མོད། ངས་བསྟན་པ་འདི་གཞིར་བྱས་ནས།  
 བཙུན་འབྲས་བཙུན་ལྟམ་ན་ནམ་ཞིག་ནས་མཁས་པའི་གཞུང་ལ་བཏེན་ནས་ཟབ་  
 མོའི་ལྟ་བ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་རྟོགས་པར་ལུང་བསྟན་པ་བཞིན། ཕྱིས་ཆོགས་  
 བསགས་སྒྲིབ་སྤྲུངས་སོགས་གྱི་མཐུས་སྒྲོབ་དཔོན་སངས་རྒྱས་བསྤྲུངས་  
 གྱི་ཞལ་གཟིགས་ནས། འབྲེལ་བ་བྱསྒྲིབ་སྒྲིལ་ཏེ་གཟིགས་པས་ཐལ་འབྱུར་  
 བའི་ལྟ་བ་མཐར་ཐུག་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་འབྱུངས། སྐབས་དེ་དག་ལ་འཕགས་  
 ཡུལ་གྱི་པཎ་གྲུབ་མང་པོའི་ཞལ་གཟིགས་པའི་ཆེ་ཞལ་མཇལ་བ་དེ་དག་  
 ལ་སྤང་ཆུང་མཛད་པ་ན། རྟོགས་ལྟན་པ་བརྒྱུད་དེ་རྗེ་སྒྲིལ་ལ་འཇམ་དབྱངས་  
 གྱིས། འདི་དག་ལ་སྤང་ཆུང་མ་བྱེད་དང་། འདི་དག་གི་གཞུང་ལ་བཏེན་ནས་  
 རང་གཞན་ལ་ཕན་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་འབྱུང་བར་འབྱུར་གསུངས།

དེ་ལྟར་དབུ་མའི་ལྟ་བ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་རྟོགས་པ་ན། སྟོན་པ་ལ་  
 ཐུགས་དད་ཆེར་འབྱུངས་ནས། ཏེན་འབྱུང་གསུངས་པའི་སྒྲོན་ནས་བསྟོད་པ་  
 ལེགས་བཤད་སྒྲིབ་པོ་ཆུང་བ་ལྷགས་ཚུམ་མཛད། འདི་སྤང་པོ་གནས་བསྒྲོར་  
 བ་ཞིག་གིས་ངག་ནས་སྒྲོར་བ་པོ་དོང་སྤྱོད་ལས་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་གསན་  
 ནས། དང་པོར་ལྷ་སྤྱོད་གྱིས་མཛད་དམ་སྟུམ་པ་དང་། དེ་ནས་སྒྲིལ་གསུངས་

གྱིས་མཛད་སྟེ་ཕ་སོགས་བྱུང་བ་ན། མཐུག་ནས་རིམ་པར་སྐྱ་སྐྱབ་དང་  
 ལྷ་བའི་གཞུང་ལ་བཏེན་ཚུ་ལ་གྱི་གཞུང་ཆོག་ཐོན་པ་ན། དེ་དག་མིན་པར་  
 མཐེན་ཏེ་སྤང་པོ་དེ་ལ་བྱི་བ་མཛད་པར། རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོས་མཛད་ཟེར་  
 བས་རྗེ་ལྷ་མ་ལ་དད་པ་སྒྲོག་ཏུ་མེད་པ་སྐྱེས་ནས་མཇལ་བར་བྱོན་ཀྱང་རྗེ་ལྷ་  
 མ་གཞན་དོན་དུ་དག་ཞིང་ལ་གཤེགས་ཟེན་པ་དང་ཐུག་སྟེ་མཇལ་མ་ཐུབ་  
 ཀྱང་། མཇལ་ཏེན་གསེར་དངུལ་སོགས་ནམ་མཁར་གཏོར་ཏེ་སྒྲོན་ལམ་  
 བཏབ་པས། དེ་དག་དགའ་ལྡན་གྱི་གདན་སར་བབས་པ་སོགས་གྱི་རྣམ་  
 ཐར་ངོ་མཆར་བ་ཡོད། དེས་ན་ཟབ་མོའི་དོན་གསལ་བའི་དགོངས་འགྲེལ་  
 ལྷ་ན་མེད་པ་ནི། རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོའི་ལེགས་བཤད་འདི་རྣམས་ཡིན། རྗེ་  
 འདིས་འཕགས་ཡུལ་གྱི་བསྟན་བཅོས་ཡིན་ཟེར་ཆད་ནང་ནས་ལྟ་བ་གཏན་  
 ལ་འབེབས་པའི་གཞུང་གཞན་པལ་ཆེར་ལ་ཆད་མར་མི་མཛད་པར། རྗེ་  
 རང་གི་ཡི་དམ་འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་བཀའ་འདྲི་བྱས་པ་ན། འཇམ་དཔལ་  
 གྱིས་རྗེ་ལྷ་མར། ལྷ་བ་གྲགས་པ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་ཤིག་ནས་ས་  
 མཐོན་པོའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམ་དཔྱོད་སྣང་སྟོབས་ཅན་ཞིག་མགོན་  
 པོ་སྐྱ་སྐྱབ་གྱི་ཟབ་མོ་ལྟ་བའི་བསྟན་པ་སྤེལ་བྱིར་བསམ་བཞིན་བྱོན་པ་ཡིན་  
 པས་དེའི་གཞུང་ལ་ནོར་འབྱུང་མེད་ཚུ་ལ་གསུངས་པ་བཞིན། ལྷ་གྲགས་གྱི་  
 གཞུང་ལུགས་དང་། ལྷ་མ་འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་ཆད་མར་མཛད་པ་ཡིན།  
 རྗེའི་གསུང་རབ་ལྟ་བའི་སྐོར་སྟོན་པའི་གཞུང་རྣམས་ལ་རང་ཅག་གིས་ཐོས་  
 བསམ་སོགས་བྱེད་པའི་ཆེ་གོ་དཀའ་ཞིང་རྟོགས་དཀའ་བ་འབྱུང་བ་གཞུང་

ཏ་ཅང་བརྗེད་ཞིང་ཟབ་མོའི་གནས་ཡིན་པས་གོ་བ་སོགས་ལས་སྤྲོ་མོར་མི་  
སྒྲེ། འོན་ཀྱང་ཡང་ཡང་ཞིབ་ཏུ་མངལ་ན་གཞུང་གཞན་ན་མེད་པའི་གསལ་ཁ་  
དང་ཟབ་བྱུང་བྱུང་པར་ཅན་དུ་མ་ཡོད་པས། སྟོང་ཉིད་ལ་ཐོས་བྱུང་གི་ཤེས་  
རབ་སོགས་སྒྲེས་རིམ་བཞིན་གོ་བ་སྟེར་ཆ་བས་གཞན་ལས་ཆེ་བ་འོང་།

དེས་ན་ད་ལན་རྗེ་སྤྲོ་མོའི་དགོངས་པ་གཞིར་བཞག་སྟེ་མདོར་བསྡུས་ཏུ་  
ན། འདིར་དང་པོ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་གཏན་ལ་འབེབས་ཚུལ་གསུངས་  
པ་ནི། བཞི་བརྒྱ་པ་ལས། བསོད་ནམས་མིན་པ་དང་པོར་བརྗོད། །བར་དུ་  
བདག་ནི་བརྗོད་པ་དང་། །ཐ་མར་ལྟ་ཞིག་ཀུན་བརྗོད་པ། །གང་གིས་ཤེས་དེ་  
མཁས་པ་ཡིན། །ཞེས་པ་ལྟར་ལས་འབྲས་མེད་པར་བལྟ་བའི་ལྟ་བ་སོགས་  
སྒྲེས་བྱ་ཚུང་འབྲིང་གི་སྐབས་སུ་བརྗོད། །བར་དུ་གང་ཟག་གི་བདག་དང་། ཐ་  
མར་ཆོས་ཀྱི་བདག་བརྗོད་དགོས་པའི་གོ་རིམ་ཉམས་ལེན་དུ་འབྲེར་བའི་  
མན་ངག་དང་མཐུན་པར་མཛད་པ་ཡིན། བདག་མེད་གཉིས་པོའི་མེད་རྒྱུའི་  
བདག་ལ་བྱུང་མེད་ཀྱང་། བྱུང་གཞི་གང་ཟག་གི་སྟེང་གི་བདག་མེད་དེ་དེས་  
སྤྲོ་བས་དང་པོར་དེ་ནས་འབྲིད། དེ་ཡང་སྟོང་ཉིད་གཏན་ལ་འབེབས་བྱེད་ཀྱི་  
རིགས་པ་ལ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རིགས་པ་དང་། རྣམ་བཤུན་གྱི་རིགས་པ་སོགས་  
མང་ཡང་། ལས་དང་པོ་པས་གོ་སྤྲོ་བ་ནི་གཅིག་དུ་བྲལ་གྱི་རིགས་པ་ཉིད་  
ཡིན་པས། རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་དང་། དེའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་པ་མང་པོས་ཀྱང་སྐབས་  
འདིར་རིགས་པ་དེ་ཉིད་ལ་གནད་བཞི་སྦྱར་ནས་གསུངས་ཡོད།

དེ་ལ་དང་པོ་ནི་དགག་བྱ་དེས་པའི་གནད་དེ། སྟོང་འཇུག་ལས།

བཏགས་པའི་དངོས་ལ་མ་རེག་པར། །དེ་ཡི་དངོས་མེད་འཇིན་མ་ཡིན། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར། གང་འགོག་རྒྱུ་དང་མེད་རྒྱུའི་བདག་ངོས་མ་བློན་ན། དེ་  
བཀག་པའི་མེད་དགག་ངོ་མི་ཤེས་ཏེ། དཔེར་ན་འབེན་མ་མཐོང་བར་མདའ་  
མི་ཐོག་པ་དང་། རྒྱན་མ་ངོས་མ་བློན་ན་འཇིན་མི་ཐུབ་པ་བཞིན་དུ་འགྱུར་  
བས་འགོག་རྒྱུའི་བདག་ངོས་བློན་དགོས་ལ། དེ་ལ་བདེན་པར་མེད་ཅེས་པའི་  
བདེན་པ་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་རྒྱུའི་རང་བཞིན་དང་། རང་ངོས་ནས་  
མེད་རྒྱུའི་རང་ངོས་ནི། བཞི་བརྒྱུ་པའི་འབྲེལ་པར། དེ་ལ་བདག་ཅེས་བྱ་བ་ནི།  
གང་ཞིག་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་གཞན་ལ་རག་མ་ལས་པའི་ངོ་བོ་རང་བཞིན་ཏེ་  
དེ་མེད་པ་ནི་བདག་མེད་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན། གཞན་གྱི་རྒྱུན་ལ་  
རག་ལས་པ་མིན་པར་རང་གི་ངོས་ནས་ཡོད་པའམ། གཞན་ལ་སྟོས་པ་མེད་  
ཅིང་རག་མ་ལས་པར་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་ཚུགས་ཐུབ་པ་ལ་བཟེང་ལ། འདི་  
ལ་ཆིག་གི་བཤད་ཡམ་ཅམ་གྱིས་ནི། ཚུད་པའི་ཆེ་པ་རོལ་པོའི་ཁ་འགོག་  
བྱེད་ཅམ་དུ་རུང་མོད། ཟློང་ཐོག་ནས་མ་ངེས་ན། དགག་བྱ་ངོས་མི་བློན་ཏེ།  
དཔེར་ན་རྒྱན་མ་ནི་མའོ། །གོས་དཀར་པོ་གྲོན་པའོ། །ཞེས་སོགས་སྒྲིམ་པས་  
རྒྱན་མ་ངོས་མི་བློན་པ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་གཞན་གྱིས་བཤད་པས་གོ་བ་དང་  
ཆིག་སྒྲི་དང་། སྒྲ་སྒྲི་ཅམ་མིན་པར་དབྱེད་ནས་རང་གི་སྟོ་ངོར་ཉམས་ཟློང་  
རྒྱུ་ཅེར་དུ་ངོས་བློན་པ་དགོས་སོ། །དགག་བྱ་མ་ངེས་ན་བདེན་མེད་སྒྲུབ་  
བྱེད་ཀྱི་རིགས་པ་མང་པོ་ཞིག་བཏང་ཡང་། རྟེན་འབྲེལ་བཤེགས་པའི་ཆད་  
ལྟར་འགྱུར་ཉན་ཡོད། དཔེར་ན་བུམ་པའི་ཐ་སྙད་སྟོ་ཕྱགས་སུ་བཞག་ནས།

བྱམ་པའི་མཆུ་བྱམ་པ་མིན། བྱམ་པའི་ཞབས་བྱམ་པ་མིན་ཞེས་སོགས་བྱས་  
ནས། བྱམ་པའི་ཆ་རེ་རེ་ནས་བསིལ་བའི་མཐར་བྱམ་པ་མ་རྟེན་པ་ཅམ་སྟོང་  
ཉིད་དུ་གོ་ནས་བསྒྲུབ་ཁུལ་བྱས་ན། སྟོང་གཞི་འདིའི་སྟོང་དུ་དགག་བྱ་འདི་  
འདྲ་ཞིག་འགོག་ཟེར་བའི་རྣམ་དབྱེ་མེད་པས་བྱམ་པའི་ཐ་སྙད་བཞིགས་ནས་  
ཅང་མེད་གྱི་སྟོང་པར་ཞོར་བ་དང་། སྒྲུབ་བྱས་གྱི་སྟོང་པའི་གོལ་ས་ཆེ། དེས་  
ན་རང་རེས་དགག་བྱ་འཛོལ་བ་ན་རང་འཛིན་ལྟན་སྒྲུབ་གྱི་ང་རང་བཞིན་  
གྱིས་བྱུང་བར་འཛིན་ཚུལ་ཅད་གཅོད་དགོས་པས་སྒོ་ལྟན་སྒྲུབ་ལ་ངའི་སྒྲུང་  
ཚུལ་དང་འཛིན་ཚུལ་རི་ལྟར་འདུག་བཟླ་བ་ན། བྱང་པོའི་སྟོང་ན་སེམས་  
གྱིས་བཟླ་བས་པ་ཅམ་མིན་པར་བྱང་པོ་ཚོགས་པའི་སྟོང་ནས་ཚུར་བྱུང་བ་ལྟ་  
བུའི་ངའོ་སྟམ་པ་ཞིག་ཐ་ན་གྲོག་སྒྲུབ་ཡན་ཆོད་གྱི་རྒྱུད་ལ་མི་ལམ་ཚུན་ཆད་  
དུ་སྒོ་ཕྱགས་སུ་ཡོད་པ་དེ་ནི་ངར་འཛིན་ལྟན་སྒྲུབ་ཡིན།

སྒྲུབ་ན་གཞི་གང་ཟག་གི་སྟོང་དུ་ང་ཞེས་འཛིན་པའི་འཛིན་ཚུལ་གསུམ་  
ལས། སྟོང་ཉིད་གྱི་ལྟ་བ་རྒྱུད་ལ་སྒྲུབ་པའི་གང་ཟག་རྣམས་གྱིས་གདགས་  
གཞིའི་སྟོང་དུ་རྟོག་པས་བཟླ་བས་ཅམ་དང་། བདེན་མེད་གྱིས་བྱུང་བར་དུ་  
བྱས་ནས་ངར་འཛིན་པ་གཅིག་དང་། བྱུང་མཐས་རྒྱུད་མ་བསྐྱད་པའི་སོ་སྒྲུ་  
རྣམས་གྱིས་འཛིན་ཚུལ་ལྟར་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་མ་བྱུང་གང་གིས་བྱང་  
བྱུང་པར་དུ་མ་བྱས་པའི་ངར་འཛིན་ཚུལ་གཅིག །རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བས་  
བྱུང་པར་དུ་བྱས་ནས་ངར་འཛིན་པ་གཅིག་སྟེ་གསུམ་ཡོད་པ་ལས་གཉིས་པ་  
དེ་ངའི་ཐ་སྙད་འཛིན་པའི་སྒོ་ཆད་མ་ཡིན། འདིའི་ཡུལ་གྱི་ང་ཅམ་དེ་ཐ་སྙད་

དུ་ཡོད། ལས་འབྲས་ཀྱི་རྟེན་དུ་འདྲ་བར་། གསུམ་པ་དེ་གཉིས་པོས་འཛོམས་  
 རྒྱུ་ལྡན་ཤིང་ལས་པར་འཛིན་ཡིན། འདི་ལྟར་པའི་ཡུལ་རིགས་པའི་དགག་  
 བྱ་ཡིན། ལྟན་སྐྱེས་ཀྱི་སྒྲིབ་ཚུལ་དེའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་ངས་ཟས་ཟོས་  
 སྟམ་པ་ལྟ་བུ་དེ་ངར་ཞེན་པ་ཡིན། མ་བརྟགས་མ་དབྱེད་པའི་སྒྲོས་བརྟགས་ང་  
 ཅམ་དེས་ཆོམ་པར་བྱས་ནས་ང་འགོ། ང་སྒྲིབ་ཅེས་འགོ་སྒྲིབ་ཀྱི་བྱ་བ་བྱེད་པ་  
 དེ་མིང་རྒྱང་བརྟགས་ཡོད་ཅམ་ལ་བྱ་བྱེད་འབྲད་པའི་ཚུལ་ཡིན། ལྟན་སྐྱེས་  
 ལ་ངའི་སྒྲིབ་ཚུལ་ཀྱི་སྤྱོད་ཅམ་ཞིག་ངའི་ཐ་སྙད་འཛོག་པའི་སྒྲོ་ལའང་འོང་།  
 འོན་ཀྱང་དེ་ལ་ལྟན་སྐྱེས་ལ་སྒྲིབ་ཚུལ་རྗེ་ལྟ་བུ་བཞེན་ཡུལ་སྒྲིབ་གཞན་དང་  
 མ་འདྲེས་པར་གསལ་པོར་མི་འཆར་བས་ང་རང་བཞེན་གྱིས་ཚུགས་ཐུབ་ཏུ་  
 གྲུབ་པའི་སྒྲིབ་ཚུལ་དང་། ངའི་སྒྲིབ་ཚུལ་གཉིས་སོ་སོར་འབྱེད་ཤེས་དགོས།  
 ངར་འཛིན་ལྟན་སྐྱེས་དེ་རང་རེའི་རྒྱུ་ལ་རྒྱུ་དུ་མི་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་  
 ཚུན་ཆད་དུ་ཡོད་ཀྱང་རྒྱེན་དང་མ་འབྲད་པའི་གནས་སྐབས་སུ་ཁོའི་སྒྲིབ་  
 ཚུལ་གསལ་པོ་མི་འོང་ཞིང་། བསྒྲིབ་སྒྲིབ་སོགས་བདེ་སྤྱད་གི་རྒྱུ་ཆེན་པོ་  
 ཞིག་རྒྱང་བའི་ཆེ་གསལ་པོར་མཛོན་དུ་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན་མི་གཞན་པ་ཞིག་  
 གིས་རང་ལ་བརྒྱས་ཁག་ལྟ་བུ་བཙུགས་པ་ན། ང་ལ་ནག་མེད་ནག་འགོལ་  
 འདི་ལྟ་བུ་བྱས་བྱུང་སྟམ་ཞེ་སྒྲིབ་དཀའ་པོ་ལང་སྟེ། ང་ནད་མི་ཐེག་ཟེར་ནས།  
 བཀག་ཀྱང་མི་ཐུབ་པར་ཞོར་ཞོར་བྱེད་པའི་སྐབས་བརྒྱས་ཁག་འཇུགས་  
 ཡུལ་དང་། ང་ནད་ཐེག་གི་མ་རེད་ཟེར་སའི་ང་ང་སྟམ་པ་ཞིག་སྒྲིབ་གི་དཀྱིལ་  
 ནས་ཚུར་ལིང་ལིང་དམ་སྒྲིབ་དེ་བ་འཆར་བ་དེ་དགག་བྱའི་འཆར་ཚུལ་ཡིན།



དེ་ལྟར་དགའ་འཛིགས་དང་བདེ་སྤྱད་གི་སྒྲིམ་གང་ཡང་རུང་བ་ལ་བརྟེན་  
པའི་སྒོ་མཛོན་གྱུར་ཞིག་གིས་ངར་འཛིན་ལྟན་སྒྲིམ་ལྷགས་ཅན་བསྐྱེད་དུ་  
བརྟུག་ནས་དེའི་མཆོམས་དེར་ཁོའི་སྤང་ཚུལ་ལ་བརྟག་དགོས། དེ་ནི་དཔེར་  
ན། ལམ་དུ་མི་གཉིས་གཤེས་ནས་འགྲོ་བ་ན། མིག་བྱར་གྱིས་གྲོགས་  
དང་ལམ་གཉིས་ཀར་བརྟགས་ནས་འགྲོ་བ་ལྟར། སྒོ་བྱིངས་ལྟན་སྒྲིམ་གྱི་ངོ་  
བོར་གནས་ནས་དགག་བྱའི་སྤང་བ་འཆར་དུ་བརྟུག་ལ། སྒོའི་ཆ་ཤས་སྤ་མོ་  
ཞིག་གིས་ལྟན་སྒྲིམ་གྱི་སྤང་ཚུལ་ལ་བརྟག་དགོས། སྤང་ཚུལ་བརྟག་པའི་སྒོ་  
ལྷགས་ཆེས་ན་འཛིན་སྤངས་གྱི་ངར་ཆ་ཞིག་ནས་སྤྱོད་པར་འགྲོ་བའོ། མི་  
གསལ་བར་འགྱུར་བས་ཐབས་མཁས་པོས་བརྟག་པ་གནད་ཆེ། དེའི་ཆེ་  
ངར་འཛིན་ལྟན་སྒྲིམ་ལ་ང་འི་ལྟར་སྤང་གིན་འདུག་བལྟས་པ་ན། སྐབས་རེ་  
ལུས་གྱི་སྤྱོད་ན་ཡོད་པ་འདྲ་པོ་དང་། སྐབས་རེ་སེམས་གྱི་སྤྱོད་ན་ཡོད་པ་  
ལྟ་བུ་སོགས་འཆར་ཚུལ་སྤ་ཆོགས་འོང་ཡང་། དེ་ངར་འཛིན་ལྟན་སྒྲིམ་ལ་  
ངའི་རྣམ་པ་འཆར་ཚུལ་རྣམ་དག་མིན་ལ། གདགས་གཞི་ལུས་སེམས་དང་  
བརྟགས་ཆོས་གང་ཟག་མ་སྤེ་བའི་ཆོགས་པ་བམ་མེ་བ་ཞིག་གི་སྤྱོད་ནས་ང་  
ཡིང་དེ་བ་ཞིག་མིང་བརྟུན་པར་བརྟགས་ཅམ་མིན་པར་ཁོ་རང་གི་ངོས་ནས་  
ཚུགས་སྤུབ་དུ་སྤུབ་པའི་སྤང་བ་ཞིག་ལམ་གྱིས་ཤར་ན་དེ་དགག་བྱའི་སྤང་  
ཚུལ་འདུག་མེད་ཡིན་པས། དེ་ངོས་ཟེན་ན་འགོག་པ་ལས་སྤོའོ།

དེས་ན་གནད་འདི་སྤ་བས་འགའ་ཞིག་བྱུང་ཆེ་བྱུང་ཚུང་ལ་སོགས་པར་  
གོལ་བ་ཡིན། འདི་ངོས་འཛིན་མ་བྱས་པ་ན་རྟག་དུ་འཆར་ལ། ངོས་འཛིན་

བྱས་པ་ན། ལུས་སེམས་ཚོགས་པའི་སྟེང་དུ་ཡིབ་སྟེ་སྒྲིབ་པས་མི་རྟོན་པའི་  
 ཕྱིར། དཔེར་ན་གཡང་ས་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་ཁར་འགྲོ་བའི་ཆོ། ང་ལྟ་འོང་སྟམ་  
 པའི་སྒྲག་པ་སྒྲེ་བ་ན་ངའི་ལུས་ལྟ་འོང་སྟམ་པ་དང་། སེམས་ལྟ་འོང་སྟམ་  
 པ་མེད་ཀྱི། ལུས་སེམས་གཉིས་དབྱེར་མེད་འོ་ཆུ་འབྲེས་པ་འབྲ་བའི་སྟེང་  
 ནས་གཡང་དུ་ལྟ་རྒྱུའི་ང་ལིང་ངེ་བ་ཞིག་ཤར་འོང་བ་དེ་ཡིན། དེ་བཞིན་  
 དུ་རྟ་ལྟ་བུ་རྒྱག་པའི་ཆོ་རྟའི་ལུས་དང་སེམས་ལ་རྟ་ཞེས་མི་བརྗོད་ཅིང་། དེ་  
 གཉིས་ཚོགས་པའི་སྟེང་དུ་པར་བཏགས་ཙམ་མིན་པའི་རྟ་ཟེར་སའི་ལིང་  
 ངེ་བ་ཞིག་རྟར་བཟུང་ལ། སེ་ར། འབྲས་སྤངས་སོགས་ཟེར་བ་ན་འང་འདྲ་  
 ཁང་སོགས་ཕྱིར་ཁང་པ་དང་ནང་གི་བྲ་པ་སོགས་ཀྱི་བྲད་པར་མ་ཕྱེ་བར།  
 གདགས་གཞི་སྒྲིབ་བཅུད་ཚོགས་པའི་སྟེང་དུ་དེ་དང་རྒྱ་ཆེ་ཆུང་མཉམ་པའི་  
 སེ་ར་དང་འབྲས་སྤངས་ཟེར་སའི་ལིང་ངེ་བ་ཞིག་ཤར་འོང་བ་དེ་ཡིན། གཞན་  
 ཡང་དཀའ་བཅུ་ཟེར་བ་ན། དཀའ་བཅུའི་ལུས་སེམས་ཚོགས་པ་ཙམ་དེ་ལ་  
 གདགས་གཞིར་བྱས་ནས་གཞན་གང་ལ་འང་མ་སྟོས་པའི་ལིང་ངེ་བ་ཞིག་  
 འཆར་འོང་། མདོར་ན་སྒྲིབ་ཆེད་འཇམ་དབྱངས་སྒྲོན་ལམ་གྱིས་གསུངས་པ་  
 བཞིན་ཆོས་གང་དང་གང་ལ་འང་དེ་དང་དེ་ཞེས་ཟེར་ས། གདགས་གཞི་དང་  
 རྒྱ་ཆེ་ཆུང་མཉམ་པ་ཞིག་ཡུལ་སྟེང་ནས་འཆར་འོང་བ་དེ་ཉིད་རིགས་པའི་  
 དགག་བྱ་མཐར་ཐུག་ཡིན་ཅིང་། བདེན་འཛིན་གྱི་དམིགས་པའི་གཏད་སོ་  
 ཞེས་པ་འང་འདི་ལ་ཟེར། བདེན་སྒྲུང་འདི་ངོས་མ་བེན་པར་དགག་བྱ་བདེན་  
 བྱུང་ཟེར་བའི་འགོག་རྒྱ་ཞིག་ཟུར་དུ་ཡོད་པར་ངོས་བཟུང་ནས་ཚུགས་

ཐུབ་དང་བདེན་གྲུབ་ཅེས་སྒྲིལ་སྒྲིལ་ཅེས་ལ་དབུ་མའི་གཞུང་ནས་གསུངས་པའི་  
རིགས་པ་མང་པོ་ཞིག་གིས་ངེ་ཅེས་དཔྱད་ཁུལ་བྱས་ཀྱང་ཆོག་སྒྲིལ་ཅེས་  
དུ་སོང་ནས་བདེན་འདྲིན་ལ་ཅི་ཡང་མི་གཞོད་ཅིང་། དགག་བྱ་རང་བབ་དུ་  
འཆར་བ་མིན་པར་ངའོ་སྒྲིལ་པའི་དགག་བྱ་གསར་པ་ཞིག་སྒྲིལ་བཅོས་ནས་  
དེ་ལ་དཔྱད་པ་བྱས་ནའང་སྒྲིལ་བྱས་ཀྱི་ལྟ་བར་འགྲོ། མདོར་ན་རྗེ་བཙུན་སྒོ་  
བཟང་ཆོས་རྒྱན་གྱིས། རང་ཅག་སོ་སྒྲིལ་ལ་ད་ལྟའི་སྤང་བ་འཆར་ཚུལ་འདི་  
ལས་གཞན་པའི་རྟགས་ཀྱི་དགག་བྱའི་སྤང་ཚུལ་གཞན་མེད་དེ། སོ་སྒྲིལ་  
རྒྱད་ཀྱི་ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་མ་རིག་པས་བསྐྱད་པའི་དབང་གིས་ཡུལ་སྤང་  
ཅི་སྤང་ཡང་བདེན་པར་སྤང་བའི་བྱིར། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དེ་ལྟ་རང་ཅག་  
ཐ་མལ་བ་རྣམས་ལ་བདག་དང་ཕྱང་པོ་རི་ར་བ་ཁང་བྲིམ་སོགས་ཆོས་གང་  
དང་གང་སྤང་ཡང་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་སྤང་བ་དང་བདེན་སྤང་འདྲེས་པའི་སྤང་བ་  
འབའ་ཞིག་འཆར་ཏེ་ཆ་འདི་ཅེས་ཞིག་བདེན་པར་སྤང་ལ། འདི་ཅེས་ཞིག་  
བདེན་པར་མི་སྤང་བེད་རྒྱུའི་དབྱེ་བ་མེད་པར་ཆ་ཐམས་ཅད་ནས་བདེན་པར་  
སྤང་བས་ན་རང་རེ་སོ་སྒྲིལ་སྒོ་ལ་སྤང་བ་གང་ཤར་ཐམས་ཅད་དགག་བྱ་དང་  
མ་འདྲེས་པའི་སྤང་ཚུལ་གཅིག་ཀྱང་མེད་པས། རང་རེར་སྤང་ལུགས་འདི་  
ག་རང་དགག་བྱའི་སྤང་ཚུལ་ལམ་བདེན་གྲུབ་ཀྱི་སྤང་ཚུལ་ཡིན། འདི་ཉིད་  
རང་སོར་བཞག་ནས་གཞན་ཞིག་ན་དགག་བྱ་འཆོལ་བའི་ངལ་བ་བྱེད་པ་ནི།  
སྤང་སྒྲིལ་རོལ་པའི་དོན་རྗེས། ད་ལྟ་རང་རེ་ཡི་སྒོ་གསལ་འགའ་ཞིག་ །ཚུགས་  
ཐུབ་བདེན་གྲུབ་སོགས་བརྟུན་ལ་ཞེན་ནས། །སྤང་བ་ལིང་ལིང་དེ་རང་སོར་

བཞག་ནས། དགག་རྒྱ་རྩ་ཅན་ཞིག་འཛོལ་བར་སྒྲུང་སྟེ། སྒྲིབ་བྲལ་ཨ་མ་  
ཡི་བཞིན་རས་དེ་ན། ལང་ལང་ལིང་ལིང་དེ་ཡོད་སྐད་མི་འདུག། གནད་  
འགག་མ་ཕྱིག་ས་པའི་བཤའ་བཤའ་མང་ན། ཨ་མ་ཀླན་མོ་དེ་གྲོས་དོགས་  
འདུག་གོ། ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་དུ་འགྱུར་ཉེན་ཆེ་བས། ཕྱི་ཁྱེན་སྒྲ་མའི་  
མན་ངག་དང་། རང་གི་ཁྱེན་བསགས་སྒྲུང་བྱང་འབྲེལ་ལ་བརྟེན་ནས་ཕྱ་ཞིང་  
མཛེངས་པའི་སྒྲོས་ཞིབ་མོར་བརྟག་པ་གལ་ཆེ། དགག་བྱ་འཕྱུག་མེད་ཅིག་  
ངོས་ཟེན་ཐུབ་པ་བྱུང་ན་ཉེན་འབྲེལ་གྱི་གཏན་ཆིགས་ལྟ་བུའི་རིགས་པ་རེ་རེ་  
ཅ་མ་གྱིས་ཀྱང་བདེན་འཛིན་རི་རབ་ཅ་མ་ཐལ་བར་བྱས་ནས་སྟོང་ཉིད་ཉོགས་  
པ་ལ་དཀའ་ལས་མེད་ཆོད་རེད། ལྷང་སྒྲུ་རིན་པོ་ཆེས་ཀྱང་། འཛོལ་དགོས་  
མི་འདུག་སྟེ་འཛོལ་མཁན་རང་ཡིན། ཞེས་སྟོང་པ་ཉིད་དེ་ཐག་རིང་པོ་ནས་  
འཛོལ་དགོས་མི་འདུག་སྟེ་འཛོལ་མཁན་རང་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ་གནས་པར་  
གསུངས། དེས་ན་དགག་བྱ་ངོས་འཛིན་གཅིག་བྱར་ཡང་ལོ་ལྔ་སྟེལ་ནས་  
བསྒྲོམ་པར་བྱའོ།

གནད་གཉིས་པ་བྲབ་པ་ངེས་པ་ནི། དེ་ལྟར་སྒྲར་བཤའ་པ་བཞིན་གྱི་  
དགག་བྱའི་དོན་སྒྲིབ་འཕྱུག་མེད་སྟོང་ལམ་གྱིས་ཤར་བ་ན་དེ་འདྲི་ངར་  
འཛིན་ལྟན་སྒྲིབ་གྱིས་བབྱང་བའི་ང་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་བྱལ་ན་གདགས་  
གཞིའི་ཕྱང་པོ་དང་ངོ་པོ་གཅིག་དང་ཐ་དད་གང་རུང་དུ་བྱལ་དགོས་ཀྱི། དེ་  
གཉིས་གང་རུང་ལས་གཞན་པའི་ཕྱང་གསུམ་པ་མི་སྤྱིད་དེ། སྒྲིབ་ཆོས་དེ་  
ཡོད་ན་གཅིག་དང་དུ་མ་གང་རུང་དུ་ཡོད་དགོས་ཤིང་། སྒྲིབ་ལ་དེ་ལྟར་བྲབ་

པ་གྲུབ་ན་བྱེ་བྲག་བདེན་པར་ཡོད་ནའང་བདེན་པའི་གཅིག་དང་དུ་མ་གང་  
རུང་དུ་ཡོད་དགོས་པའི་བྱུང་པར་ཐག་ཆོད་པས། དེ་འབྲེལ་དེ་ཡོད་ཕྱིན་  
ཆད་ཕྱང་པོ་དང་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་གཅིག་དང་ཐ་དད་གང་རུང་ལས་  
འོས་མི་འདུག །དེ་གཉིས་གང་རུང་ལ་མེད་ཕྱིན་ཁོ་མེད་པར་ཐག་ཆོད་སྟམ་  
དུ་ངེས་པ་འདྲེན་པ་ནི་བྱུང་པ་ངེས་པའི་གནད་ཡིན། གནད་འདི་ལའང་ཉིན་རེ་  
གཉིས་ཙམ་མིན་པར་ངེས་པ་བཏྲན་པོ་མ་རྟེན་གྱི་བར་དུ་བསྒྲོམ་དགོས།

གསུམ་པ་བདེན་པའི་གཅིག་བྲལ་དུ་ངེས་པའི་གནད་ནི། དགག་བྱའི་  
གནས་ཚུལ་གསལ་བཏབ་སྟེ་བདག་དང་ཕྱང་པོ་གཉིས་སྤང་ཚུལ་དེ་ལྟར་  
དོན་སྟངས་གྲུབ་པའི་གཅིག་ཡིན་ན་སྒོ་ལ་ཐ་དད་དུ་སྤང་རྒྱ་མེད་པ་དང་།  
དབྱེ་བ་ཐ་དད་གཏན་མེད་གྱི་གཅིག་ཡིན་དགོས། དེའི་རྒྱ་མཚན་ངོ་བོ་གཅིག་  
ལ་ལྟོག་པ་ཐ་དད་པར་སྤང་བའི་སྤང་ཚུལ་དང་གནས་ཚུལ་མི་མཐུན་པ་ལྟ་  
བུ་ཀུན་རྫོབ་གྱི་རྩུན་ཚུལ་ཡིན་ཞིང་། བདེན་པར་གྲུབ་པ་ལ་དེ་འབྲེལ་རུང་  
ཞིང་སྤང་ཚུལ་དང་གནས་ཚུལ་མཐུན་དགོས། དེ་ལྟར་བདག་ཁས་སྤངས་  
པ་དོན་མེད་དུ་འགྱུར་ཏེ། བདག་གི་ཕྱང་པོ་ཞེས་བརྗོད་ཆེ་ཕྱང་པོའི་ཕྱང་པོ་  
དང་། བདག་གི་བདག་ཅེས་བརྗོད་པ་དང་བྱད་མེད་དུ་འགྱུར་བས་བདག་དང་  
བདག་གི་ཕྱང་པོ་ཞེས་སོ་སོར་འཛོག་པ་དོན་མེད་ཅིང་། ཅུ་ཤེས་ལས། ཉེ་  
བར་ལེན་པ་མ་གཏོགས་པའི། །བདག་ཡོད་མ་ཡིན་བྱས་པའི་ཆོ། །ཉེ་བར་  
ལེན་ཉིད་བདག་ཡིན་ན། །ཁྱོད་གྱི་བདག་ནི་མེད་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་  
པ་ལྟར། ཉེ་བར་ལེན་བྱའི་ཕྱང་པོ་ལྟ་ལས་གཞན་པའི་ཉེ་བར་ལེན་པ་པོའི་

བདག་མེད་པར་འགྱུར་བའི་སྒྲིན་དང་། དེར་མ་ཟད་འཇུག་པ་ལས། ལེན་པོ་  
 རང་ཉིད་ལེན་གཅིག་རིགས་དངོས་མིན། །དེ་ལྟ་ན་ལས་བྱེད་པོ་གཅིག་ཉིད་  
 འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཉེ་བར་སྤང་བྱ་དང་། ཉེ་བར་ལེན་པ་པོ། ལུས་  
 དང་། ལུས་ཅན། ཡན་ལག་དང་། ཡན་ལག་ཅན་རྣམས་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་བའི་  
 སྒྲིན་འབྱུང་། དེར་མ་ཟད། བདག་སྤང་པོ་དང་གཅིག་ཡིན་ན་འཇུག་པ་ལས།  
 གལ་ཏེ་སྤང་པོ་བདག་ན་དེ་སྤྱིར་དེ། །མང་བས་བདག་དེ་དག་གྲང་མང་པོར་  
 འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སྤང་པོ་ལྡོ་ཡོད་པ་བཞིན་བདག་གྲང་ལྡར་  
 འགྱུར་བ་དང་། ཡང་ན་བདག་གཅིག་ལས་མེད་པ་ལྟར་སྤང་པོ་ཡང་ལྡར་མི་  
 འཐད་ཅིང་གཅིག་ཏུ་ཐལ་བའི་སྒྲིན། བདག་སྤང་པོ་ལྡོ་ཡིན་བཞིན་དུ་མ་ཡི་  
 མངལ་དུ་ཉིང་མཆམས་སྒྲོར་བ་དོན་མེད་པའི་སྒྲིན། ཡང་ང་ལུས་དང་ངོ་པོ་  
 རང་བཞིན་གྱིས་གཅིག་ཡིན་ན་ཞི་བའི་འོག་ཏུ་ལུས་མེར་བསྐྱེད་ནས་ཐལ་  
 བར་འགྱུར་བའི་ཆེ་ང་ཡང་མེར་བསྐྱེད་ནས་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་སྒྲིན་  
 དང་། དེར་མ་ཟད། ང་སྐྱེ་བ་སྤྱི་མར་ཉིང་མཆམས་སྒྲོར་བ་བཞིན་དུ་ལུས་  
 གྲང་ཉིང་མཆམས་སྒྲོར་བར་འགྱུར་བའོ། །ཡང་ན་ལུས་དེ་སྤྱི་མར་ཉིང་  
 མཆམས་སྒྲོར་རྒྱ་མེད་པ་ལྟར་ང་ཡང་ཉིང་མཆམས་སྒྲོར་རྒྱ་མེད་པའི་སྒྲིན།  
 བདག་གཟུགས་མེད་ཁམས་སུ་སྐྱེ་བ་མི་སྤྱིད་པའི་སྒྲིན། བདག་བེམ་པོ་ཡིན་  
 པའི་སྒྲིན་བཅས་འབྱུང་། ང་སེམས་དང་གཅིག་ཡིན་ན། སེམས་ལ་འབྲུགས་  
 ལྟོགས་མི་འབྱུང་བས་ང་ལ་འབྲུགས་ལྟོགས་འབྱུང་མི་སྤྱིད་པ་དང་། ཆ་གང་  
 བཤེས་སྒྲོམ་སོགས་ཀྱི་ཆེ་ང་འབྲུགས་ང་ལྟོགས་ཞེས་ཟེར་བ་མི་འཐད་པའི་



སྒྲིལ། ང་ལུས་སེམས་གཉིས་དང་གཅིག་ཡིན་ན། ངའི་ལུས་དང་། ངའི་སེམས་  
ཞེས་བྲད་གཞི་བྲད་ཆོས་སོ་སོར་འཛིན་པ་དོན་མེད་པའི་སྒྲིལ།

གཞན་ཡང་བདག་ཕྱང་རང་ངོས་ནས་གྲུབ་པའི་གཅིག་ཡིན་ན་ཡུལ་  
དུས་དང་ཆ་ཐམས་ཅད་ནས་གཅིག་དགོས་ཞིང་། དེ་ལྟ་ན་ཅ་ཤེས་ལས། གལ་  
ཏེ་ཕྱང་པོ་བདག་ཡིན་ན། །སྒྲིལ་དང་འཛིག་པ་ཅན་དུ་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་  
པ་ལྟར། ཕྱང་པོ་སྒྲིལ་འཛིག་གེད་པ་ངེ་ལྟ་བ་བཞིན་བདག་གྲང་སྒྲིལ་འཛིག་གེད་  
པར་འགྱུར་ཞིང་། དེ་ལྟ་ན་གཟུགས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་སྒྲིལ་སྒྲིལ་ཆད་པའི་ཚུལ་  
གྱིས་སྒྲིལ་འཛིག་གེད་པ་བཞིན་དུ་བདག་གྲང་སྒྲིལ་ཆད་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྒྲིལ་  
འཛིག་གེད་པར་ཐལ་བའི་སྒྲིལ། སྒྲིལ་བ་སྒྲིལ་ཕྱི་ང་དེ་སྒྲིལ་བ་སྒྲིལ་སོ་སོའི་ཕྱང་  
པོ་དང་ངོ་བོ་རང་བཞིན་གྱི་གཅིག་ཡིན་ན། སྒྲིལ་བ་སྒྲིལ་མའི་ང་དང་ཆེ་འདིའི་  
ང་གཉིས་རང་བཞིན་གྱིས་གཅིག་ཡིན་ནམ་ཐ་དད་ཡིན། གཅིག་ཡིན་ན་སྒྲིལ་  
བ་སྒྲིལ་མ་དུད་འགོར་གྱུར་པའི་སྒྲིལ་སྒྲིལ་གྱི་སྒྲིལ་བསྐྱལ་རྣམས་གྲང་ཆེ་  
འདིར་སྒྲིལ་དགོས་པ་དང་། ད་ལྟའི་མའི་བདེ་བ་སྒྲིལ་མའི་དུད་འགོ་ལ་སྒྲིལ་  
དགོས་པར་ཐལ་བ་དང་། སྒྲིལ་བ་སྒྲིལ་ཕྱི་ང་རང་བཞིན་གྱིས་ཐ་དད་ན། འཇུག་  
པ་ལས། བྱམས་པ་ཉེར་སྤྲས་ལ་བཏེན་ཆོས་རྣམས་ནི། །གཞན་ཉིད་ཕྱིར་ན་  
རྒྱུད་གཅིག་གཏོགས་མིན་ཏེ། །གང་དག་རང་མཆོན་ཉིད་གྱིས་སོ་སོ་བ། །དེ་  
དག་རྒྱུད་གཅིག་གཏོགས་པ་རིགས་མ་ཡིན། །ཞེས་བྱམས་པ་དང་ཉེར་སྤྲས་  
རྒྱུད་ཐ་དད་པ་བཞིན་རང་བཞིན་གྱི་འབྲེལ་མེད་ཐ་དད་ཡིན་དགོས་པས་སྒྲིལ་  
བ་སྒྲིལ་མའི་ཆེ་རབས་དུ་མ་བྱན་པའི་མངོན་ཤེས་མི་འཐད་པའི་སྒྲིལ་དང་། ཅ

ཞེས་ལས། གལ་ཏེ་འདི་ནི་གཞན་འགྱུར་ན། །དེ་མེད་པར་ཡང་འགྱུར་བར་  
 འགྱུར། །དེ་བཞིན་དུ་ནི་གནས་འགྱུར་ཞིང་། །དེ་མ་ཉི་བར་སྐྱེ་བར་འགྱུར།  
 །ཆད་དང་ལས་རྣམས་ཆུད་བ་དང་། །གཞན་གྱིས་བྱས་པའི་ལས་རྣམས་  
 ནི། །གཞན་གྱིས་སོ་སོར་སྒྲོང་བ་དང་། །དེ་ལ་སོགས་པ་ཐལ་བར་འགྱུར།  
 །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ལས་བྱས་པ་ཆུད་ཐོས་པར་འགྱུར་བའི་སྒྲོན་འགྱུར་  
 ཞིང་། གལ་ཏེ་སྤྲ་མའི་བདག་དོར་ཡང་བདག་ཕྱི་མ་ཞིག་གིས་འབྲས་བུ་སྒྲོང་  
 བས་སོ་སྣམ་ན། དེ་ལྟ་ན་རང་བཞིན་གྱིས་བྱབ་པའི་གང་ཟག་གཞན་གྱིས་  
 བསགས་པའི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ། རང་བཞིན་གྱིས་བྱབ་པའི་གང་ཟག་གཞན་  
 གྱིས་སྒྲོང་བས་ལས་མ་བྱས་པ་དང་འབྲད་པར་འགྱུར་བའི་སྒྲོན་སོགས་  
 གཞོད་བྱེད་དུ་མ་འབབ་པས་བདག་ཕྱང་པོ་སྤྲ་དང་རང་བཞིན་གྱིས་བྱབ་པའི་  
 གཅིག་ཏུ་བྱབ་ཕྱགས་ཞིག་གཏན་ནས་མི་འདུག་སྣམ་དུ་ངེས་པ་རྙེད་པ་ནི་  
 བདེན་པའི་གཅིག་བྲལ་ངེས་པ་ཡིན།

གནད་བཞི་པ་བདེན་པའི་དུ་བྲལ་ངེས་པ་ནི། དེ་ལྟར་གཅིག་བྲལ་ངེས་  
 པ་ལ་བརྟེན་ནས་ད་ནི་བདག་དང་ཕྱང་པོ་གཉིས་རང་བཞིན་གྱིས་བྱབ་པའི་  
 ཐ་དད་ལས་འོས་མི་འདུག་སྣམ་ན། འོ་ན་དེ་ལྟར་རང་བཞིན་གྱིས་ཐ་དད་དུ་  
 བྱབ་ན། ཅུ་ཞེས་ལས། བདག་ནི་ཉི་བར་ལེན་པ་ལས། །གཞན་ཉིད་འཐད་པ་  
 མ་ཡིན་ཏེ། །གཞན་ཉིད་ཡིན་ན་ལེན་མེད་པར། །བཟུང་ཡོད་རིགས་ནའང་  
 བཟུང་དུ་མེད། །ཅེས་པ་ལྟར། ར་ཕྱག་སྒྲུང་གསུམ་ལས་ར་ཕྱག་གཉིས་  
 ལོགས་སུ་བཀར་བའི་ཤྱལ་དུ་སྒྲུང་འདི་ཞེས་སྒྲོན་རྒྱ་ཡོད་པ་ལྟར་གཟུགས་

ཆོར་འདུ་ཤེས་འདུ་བྱེད་རྣམ་ཤེས་ཏེ་ཕུང་པོ་ལྔ་རེ་རེ་ནས་བསལ་བའི་ཤུལ་  
 དུ་འདི་ནི་ངའོ་ཞེས་ཕུང་པོ་དང་འབྲེལ་མེད་ཅིག་ངོས་འཛིན་རྒྱ་དགོས་པ་  
 ལ་དེ་ལྟར་ངོས་བཟུང་དུ་མེད་པ་དང་། ཅུ་ཤེས་ལས། གལ་ཏེ་ཕུང་པོ་རྣམས་  
 ལས་གཞན། །ཕུང་པོའི་མཆོན་ཉིད་མེད་པར་འགྱུར། །ཞེས་པ་ལྟར། བདག་  
 ལ་ཕུང་པོ་འདུས་བྱས་སུ་མཆོན་པའི་མཆོན་ཉིད་སྐྱེ་འཇིག་སོགས་མི་ལྟན་  
 པ་དང་། ཕུང་པོ་ལ་སྐྱེ་ག་ན་འཆི་བྱུང་ཡང་བདག་ལ་སྐྱེ་ག་ན་འཆི་སོགས་མི་  
 འབྱུང་བ་དང་། ཕུང་པོ་ལ་པན་གཞོད་གྱིས་བདག་ལ་པན་གཞོད་མེད་པར་  
 འགྱུར་བ་སོགས་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་དུ་མ་དང་འགལ་བ་དང་། ཕུང་པོ་མེད་  
 པའི་གཞི་ལའང་ངའོ་སྙམ་པ་འབྱུང་བར་འགྱུར་བ་དང་། ལས་བྱས་པ་ཚུད་  
 ཟ་བ་དང་། མ་བྱས་པ་དང་འབྲུད་པར་འགྱུར་བའི་སྒྲིན་སྤར་བཞིན་འབབ་པ་  
 སོགས་གྱི་གཞོད་བྱེད་དུ་མ་འབྱུང་བས་བདག་ཕུང་པོ་དང་རང་བཞིན་གྱིས་  
 གྲུབ་པའི་ཐ་དད་དུ་མེད་ཐག་ཆོད་རེད་སྙམ་དུ་ངེས་པ་རྙེད་པ་ནི་བདེན་པའི་དུ་  
 བལ་ངེས་པའི་གནད་ཡིན།

དེ་ལྟར་དགག་བྱ་ངེས་པའི་སྤང་ཚུལ་དེ་ཞེ་ལ་བཞག་པ་མ་ཤོར་བའི་  
 ངང་ནས་གཅིག་དང་དུ་བལ་གྱི་རིགས་པས་དབྱུད་དེ་དེ་གཉིས་གང་དུའང་  
 མ་གྲུབ་པར་ངེས་པ་ན། དཔེར་ན་འགྲོ་ས་ལུང་པ་གཉིས་ལས་མེད་པ་ཞིག་ཏུ་  
 བ་ལང་བོར་བ་ན་ལུང་པ་འདིར་མེད་དོ་ཞེས་པའི་ཆིག་ཙམ་ལ་ཆ་མ་བཞག་  
 པར་སོ་སོ་རང་གིས་ལུང་པ་གཉིས་ཀྱི་ཕུ་མདའ་བར་གསུམ་དུ་བཙུལ་ནས་  
 བ་མ་རྙེད་པ་ན་བཙུལ་རྒྱུའི་བ་ཡིད་ལ་བཞག་པ་དེ་མི་འདུག་སྙམ་པ་སྤང་

གིས་སྒྲིབ་པ་ལྟར། ངར་འཛིན་ལྟན་སྒྲིབ་ཀྱི་ཞེན་ཡུལ་ང་ཞེས་ད་ལྟ་པན་ཆོད་  
 མིག་གིས་མཐོང་རྒྱ་དང་ལག་པས་བཟུང་རྒྱ་ཡོད་པ་ལྟ་བུའི་ཉེང་ཉེང་པོ་དེ་  
 ད་མི་འདུག་སྟུང་དུ་སྟོང་ཆམ་གྱིས་སོང་ནས་མེད་པར་ལྟ་དགོས་དེས་པ་ན་  
 དབུ་མའི་ལྟ་བ་ཉིད་པ་ཡིན། དེའི་ཆེ་དབང་རྣོན་གོམས་པ་ཆེ་བ་ལ་གཅེས་  
 རོར་ཉིད་པ་ལྟ་བུའི་ཉམས་དང་། དབང་རྒྱལ་ལ་གཅེས་རོར་ཞིག་སློབ་བྱར་དུ་  
 སྟོར་བ་ལྟ་བུའི་འཛིགས་སྒྲག་འབྱུང་ཡང་སྒྲིབ་མིན། སྤར་རྩེ་བདག་ཉིད་ཆེན་  
 པོས་སེ་ར་ཆོས་སྤངས་སུ་ལྟ་བུ་བྱིད་གནང་སྐབས་རྩེ་ཤེས་རབ་སེལ་སྤྲེས་ལྟ་བ་  
 རྟོགས་པ་ན་འཛིགས་སྒྲག་བྱུང་ནས་ཕྱག་གིས་ན་བཟའི་གོང་བ་ལ་རེག་པ་  
 རྩེས་མཁྱེན་ནས་དབྱེས་ཏེ། སྤར་ཐང་པས་ཀྱན་རྩོབ་གོང་བ་ལ་བཞག་པ་  
 རེད་གསུངས་པ་དང་། རྩེ་དངུལ་ཚུ་བས་ལྟ་བུ་བྱིད་གནང་སྐབས་སློབ་མ་འགའ་  
 ་ཤས་ལ་འཛིགས་སྒྲག་སྒྲིབ་པའི་རབས་ཡོད། སྟོང་ཆམ་གྱིས་སོང་བ་ན་འདི་  
 སྟོང་ཉིད་དོ། །དེ་རྟོགས་སོ་སྟུང་པ་སོགས་སློབ་པ་ཤར་ན་མ་ཡིན་དགག་དང་  
 སྒྲུབ་པ་གང་རུང་གི་རྣམ་པ་ཤར་བ་ཡིན་པས་དེའི་རྩེས་སུ་མི་འབྲངས། དེ་  
 ལྟར་དགག་བྱའི་ང་མེད་པར་དེས་པ་ན་དེས་ངོར་རང་བཞིན་མེད་པར་དེས་  
 པའི་དེས་ཤེས་དམ་སྤྱིང་དེ་བ་དང་། སྤང་ངོར་དགག་བྱ་བདེན་བྱུབ་བཀག་  
 ཅ་མ་གྱི་སྟོང་སང་དེ་བའི་བྱུང་ཆོས་གཉིས་ལྟན་གྱི་དེས་ཤེས་དེ་ཉིད་བྱན་པས་  
 མ་བརྟེན་པར་བཟུང་ནས་རྒྱན་བསྐྱུང་། འཛིན་སྤངས་ཤུགས་ཞན་དུ་སོང་བ་  
 དང་། མི་གསལ་དུ་འགྲོ་བར་རྩོམ་པ་ན། མཉམ་གཞག་དེ་ལས་ལངས་དགོས་  
 མིན་སྐབས་དང་བསྐྱེད་ཏེ་སྤར་ཡང་གནད་བཞིའི་དབྱུང་པ་སྤར་བཞིན་བྱས་

ནས་ངེས་པ་རྟེན་པ་ན་ངེས་ཤེས་དེའི་ངར་བསྐྱེད་ཅིང་། ངར་ལྡན་གྱི་རྒྱན་  
དེར་ཅེ་གཅིག་ཏུ་མཉམ་པར་བཞག་སྟེ། དེ་འདྲའི་མཉམ་གཞག་གི་ངོར་  
དགག་བྱ་བ་དེན་བྱུང་བ་ཀག་ཙམ་གྱི་སྒྲོང་སང་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུར་འཆར་བ་  
ནི་མཉམ་གཞག་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའི་སྒྲོང་ཚུལ་ཡིན་ལ། དེའི་ཆེ་དགག་བྱའི་  
བདག་ཁེགས་པའི་ཤུགས་ཀྱིས་ཐ་སྙད་པའི་ངའི་སྤང་བ་ལྡོག་སྟེ་མ་རྟེན་པ་ན།  
ཆད་ལྟར་སྤང་དོགས་ཀྱིས་ཐ་སྙད་པའི་ང་འཆོལ་བའི་ངལ་བ་བྱ་མི་དགོས་  
གསུངས།

གཉིས་པ།

## རྗེས་ཐོབ་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུར་སྒྲོང་ཚུལ་ནི།

མཉམ་གཞག་དེ་ལས་ལངས་པའི་རྗེས་ཐོབ་ཏུ་དགག་བྱ་བ་ཀག་པའི་  
ཤུལ་དུ་ལྟག་མར་ལུས་པ་གང་འདུག་བརྟགས་པ་ན་ངའི་མིང་ཙམ་ཞིག་  
ལྟག་པར་སྤང་ལ། ཐ་སྙད་པའི་ང་ཙམ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་སྐྱུ་མ་བཞིན་དུ་དགོ་མི་  
དགོའི་ལས་གསོག་ཅིང་རྣམ་སྤྲོད་དཀར་ནག་སོ་སོར་སྤྱོད་བ་ལ་ངེས་ཤེས་  
བརྟན་པོ་འདྲོངས་པ་ཡིན། དཔེར་ན་སྐྱུ་མའི་རྟ་སྤང་སྐྱུ་མ་མཁན་རང་ཉིད་ལ་  
སྤང་ཡང་རྟ་སྤང་མེད་པར་ཡིད་ཤེས་ཀྱིས་ངེས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་རྟུན་པའི་  
སྤང་བར་ངེས་བཞིན་དུ། རྟ་སྤང་གིས་འགྲོ་འོང་ལ་སོགས་པའི་བྱ་བ་བྱེད་པ་  
མངོན་སུམ་བསྟོན་མེད་དུ་མཐོང་བ་ལྟར་ང་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པ་མིང་རྒྱང་  
བརྟགས་ཡོད་ཙམ་འདིས་མི་བདེན་བཞིན་དུ་ལས་གསོག། །བདེ་སྐྱུག་སྤྱོད་།

འདི་ལྟེང་དུ་བྱ་བྱེད་རྟེན་འབྲེལ་བ་སྟོན་མེད་དུ་འབྲེད་པར་མཐོང་ནས་སྒྲིང་  
བཞིན་དུ་སྟོང་བ་དང་། སྟོང་བཞིན་དུ་སྒྲིང་བ་སྒྱུ་མ་ལྟ་བུར་འཆར་བ་ལ་སློབ་  
བ་ཡིན། རང་རེ་རྣམས་ལྟ་བུ་འཆོལ་སྐྱབས་སུ་དང་པོ་འདི་སྐྱབས་བདེན་ཞེན་  
གོམས་ཆེས་པའི་སློང་རྟེན་སྟོང་བ་འཛོག་དགའ་མོད། འདི་ཙམ་ནས་སྒྲིང་བ་  
འཛོག་དགའ་བས། ལྷ་སྒྲིབ་གྱིས། དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱིས། །  
སྟོང་བ་ཡིན་པས་དངོས་རྣམས་ཀྱི། རྟེན་འབྲུང་འདི་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས། །  
མཚུངས་པ་མེད་པས་ཉེ་བར་བསྟན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྟོང་བ་དེ་ཉིད་  
རྟེན་འབྲུང་གི་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས། སྟོང་བ་སྒྲིང་བའི་གྲོགས་སུ་ཤར་བ་  
ཞིག་དང་། རྟེན་འབྲུང་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་རྟེན་འབྲུང་སྟོང་བའི་གྲོགས་སུ་  
ཤར་བ་ཞིག་བྱ་དགོས།

འདི་ལ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་གཏན་ཆིགས་གནད་ཆེ་བས། དཔེར་ན། རྟེན་  
འབྲེལ་གྱི་རྟགས་གྱིས་སྒྱུ་གུ་ལྟ་བུ་བདེན་མེད་དུ་སྒྲིབ་པའི་ཆེ་སྒྱུ་གུ་མིང་  
བརྟེན་དབང་གིས་བཞག་ཙམ་མ་ཡིན་པར་ཡུལ་ཁོ་རང་གི་ངོས་ནས་ཡོད་  
པར་འཛིན་པའི་སློང་ལྟ་སྒྲིབ་ཀྱི་འཛིན་ཚུལ་དེ་འགོག་དགོས། ཇི་ལྟར་འགོག་  
ན་ཁོས་བཟུང་བ་ལྟར་སྒྱུ་གུ་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་ན་རྒྱ་རྒྱེན་དང་རང་ཉིད་  
འཛོག་བྱེད་གྱི་མིང་བརྟེན་སོགས་གཞན་ལ་རག་མ་ལས་པའི་ཚུགས་སྐྱབ་  
ཅིག་ཡིན་དགོས་པ་ལ། དེ་ལྟ་མིན་པར་ས་བོན་ཚུ་ལྷུང་བྲོད་གཤེར་སོགས་  
རྒྱ་རྒྱེན་དུ་མ་ཆོགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲིབ་ས་གཞན་ལ་རག་ལས་པའི་སྟོས་  
བྱུང་ཡིན་པ་རང་རེར་མཛོན་སུམ་དུ་བྱུང་བས་ན་རྟེན་འབྲུང་ཡིན་ལ། དེ་



འདྲའི་རྟེན་འབྱུང་གི་རིགས་པའམ་རྒྱ་མཚན་དེས་གང་ལའང་མི་སྟོས་པར་  
ཚུགས་ཐུབ་ཏུ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་མཐའ་དགག་པ་ནི་སྤང་བས་ཡོད་  
མཐའ་སེལ་ཞིང་རྟེན་འབྱུང་སྟོང་པའི་གྲོགས་སུ་ཤར་བ་ཞེས་པ་དེ་ཡིན། སྤྱི་  
གྲུ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་ན་རྒྱ་རྒྱེན་གྱིས་བཅོས་སུ་མི་རུང་ཞིང་། སྤྱི་གྲུའི་  
རང་བཞིན་ལས་གཞན་དུ་མི་འགྱུར་བ་ཞིག་དགོས་ནའང་། རང་བཞིན་གྱིས་  
མ་གྲུབ་པ་ཡིན་པས་ན། སྤྱི་གྲུའི་གནས་སྐབས་ནས་མཐར་སོག་མ་དང་།  
ནས་གྱི་བར་གནས་སྐབས་གཞན་དུ་རིམ་གྱིས་འགྱུར་ནས་མི་དང་དུད་  
འགྲོས་ལོངས་སྟོང་པའི་བར་གྱི་བྱ་བྱེད་གྱི་རྣམ་གཞག་ཐམས་ཅད་འཐད་པའི་  
རྟེན་འབྱུང་ལ་ངེས་པ་འདྲེན་པ་ནི་སྟོང་པས་མེད་མཐའ་སེལ་ཞིང་སྟོང་པ་རྟེན་  
འབྱུང་དུ་ཤར་བ་ཞེས་པ་དེ་ཡིན། རྟོན་འདི་དག་ལ་དགོངས་ནས་མ་རྟོས་པས་  
ཞུས་པའི་མདོ་ལས་ཀྱང་། གང་ཞིག་རྒྱེན་ལས་སྒྲིམ་པ་དེ་མ་སྒྲིམ། །དེ་ལ་  
སྒྲི་བའི་རང་བཞིན་ཡོད་མ་ཡིན། །རྒྱེན་ལ་རག་ལས་གང་དེ་སྟོང་པར་བཤད།  
།གང་གིས་སྟོང་ཉིད་ཤེས་དེ་བག་ཡོད་ཡིན། །ཞེས་དང་། ཅ་ཤེས་ལས། གང་  
ཕྱིར་རྟེན་འབྱུང་མ་ཡིན་པའི། །ཆོས་འགའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན། །དེ་ཕྱིར་སྟོང་  
པ་མ་ཡིན་པའི། །ཆོས་འགའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དང་། འཇུག་པ་ལས།  
གང་ཕྱིར་དངོས་པོ་བརྟེན་ནས་རབ་འབྱུང་བས། །རྟོག་པ་འདི་དག་བརྟག་པར་  
མི་རུས་པ། །དེ་ཕྱིར་རྟེན་འབྱུང་རིགས་པ་འདི་ཡིས་ནི། །ལྟ་ངན་བྱ་བ་མཐའ་  
དག་གཙོད་པར་བྱེད། །ཅེས་དང་། རྗེ་སྒྲ་མས་ཀྱང་། རྣམ་ཞིག་རེས་འཛོག་  
མེད་པར་ཅིག་ཅར་དུ། །རྟེན་འབྲེལ་མི་བསྐྱར་མཐོང་བ་ཅམ་ཉིད་ནས། །ངེས་

ཤེས་ཡུལ་གྱི་འཛིན་སྐྱབས་ཀྱི་འཛིན་ན། །དེ་ཆེ་ལྟ་བུ་བའི་དབྱེད་པ་རྫོགས་  
 བ་ལགས། །གཞན་ཡང་སྒྲིང་བས་ཡོད་མཐའ་སེལ་བ་དང་། །སྒྲིང་བས་མེད་  
 མཐའ་སེལ་ཞིང་སྒྲིང་བ་ཉིད། །རྒྱ་དང་འབྲས་བུར་འཆར་བའི་ཚུལ་ཤེས་ན།  
 །མཐར་འཛིན་ལྟ་བུ་འཕྲོག་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་རེད། དེ་  
 ལྟར་སྒྲིང་དང་ཉེན་འབྱུང་གཉིས་འགལ་མེད་གཅིག་གྲོགས་སུ་གཅིག་འགྲོ་  
 བའི་ཚུལ་ལ་ངེས་པ་ཉིད་ན་རྒྱ་འབྲས་སོགས་བྱ་བྱེད་ཉེན་འབྱེལ་ལ་ངེས་  
 ཤེས་དང་། ཅི་འཛོག་ཆེ་རུ་སོང་ནས། སྒྲིང་སྒྲིང་དགོ་སྒྲིང་སྒྲིང་དང་། བྱམས་  
 སྒྲིང་རྗེ་བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་བྱ་དང་བཅས་པ་ལག་ལེན་ལ་འདེབས་  
 གང་ཐུབ་བྱེད་པའི་ཐབས་ཤེས་ཡ་མ་བྲལ་བའི་ཉམས་ལེན་ལ་བརྩོན་པ་ཞིག་  
 ཡོད་། དེ་མིན། འགའ་ཞིག་གིས་ལས་འབྲས་བཅི་བ་སོགས་ལས་དང་པོ་བའི་  
 ཆོས་སུ་བརྩུང་སྟེ། རང་རང་གི་སློབ་མ་དག་ལ་མན་ངག་བྱེད་པར་ཅན་གྱི་  
 ལུགས་སུ་བྱས་ནས། ལས་འབྲས་མེད་པར་བསྟན་པ་སོགས་ནི་ཐུ་སྟེགས་  
 རྒྱུ་འཕེན་པ་དང་བྱེད་པར་མ་ཞུགས་པ་ཡིན་གསུངས།

གཉིས་པ།

ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་གཏན་ལ་འབེབས་པ་ལ་གཉིས།

འདུས་བྱས་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་གཏན་ལ་འབེབས་པ། འདུས་མ་  
 བྱས་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་གཏན་ལ་འབེབས་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ།

གཟུགས་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་གཏན་ལ་འབེབས་པ། ཤེས་པ་རང་  
བཞིན་གྱིས་མེད་པར་གཏན་ལ་འབེབས་པ། ལྷན་མིན་འདུ་བྱེད་རང་བཞིན་  
གྱིས་མེད་པར་གཏན་ལ་འབེབས་པའོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ལྟར་སྤྲུང་བ་ཤད་པ་  
བཞིན་གང་ཟག་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པའི་དོན་ལ་ངེས་ཤེས་རྟེན་པ་དེ་  
ཉིད་ཆོས་གཞན་གང་ལའང་སྤྲུང་ཆོག་སྟེ། མདོ་ལས། རི་ལྟར་བྱོད་གྱིས་  
བདག་གི་འདུ་ཤེས་ནི། །ཤེས་པ་དེ་བཞིན་ཀུན་ལ་སྒྲོས་སྤྲུང་བ། །ཞེས་དང་།  
བཞི་བརྒྱ་པ་ལས་ཀྱང་། གཅིག་གི་ལྟ་པོ་གང་ཡིན་པ། །དེ་ནི་ཀུན་གྱི་ལྟ་པོ་  
ཡིན། །གཅིག་གི་སྟོང་ཉིད་གང་ཡིན་པ། །དེ་ནི་ཀུན་གྱི་སྟོང་ཉིད་ཡིན། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། དེས་ན་དང་པོ་གཟུགས་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་  
གཏན་ལ་འབེབས་པ་ནི། རང་ཅག་སོ་སྒྲེ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་མ་རིག་པས་  
བསྐྱེད་པའི་ཤེས་པ་ལ། གཟུགས་སོགས་སྤང་བའི་ཆེ་གཟུགས་སོགས་རང་  
ངོས་ནས་གྲུབ་པའི་སྤང་ཚུལ་ཅམ་ལས་སྤང་ཚུལ་གཞན་མི་འབྱུང་བས་དེ་  
ལྟར་སྤང་བ་ནི་དགག་བྱའི་སྤང་ཚུལ་ཡིན་ཞིང་། སྤང་བ་དེ་ལྟར་དུ་གྲུབ་པ་  
འགོག་དགོས། དེ་ཡང་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་རང་གི་གདགས་གཞི་ཆ་ཤས་  
གཞན་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་གདགས་གཞི་དེའི་སྟེང་དུ་མིང་བརྟེན་བཞག་པ་  
ཅམ་གྱི་རྟེན་འབྱུང་ཡིན་ཡང་། བྱམ་པ་ལྟ་བུར་མཆོད་ན། ལྟ་བ་མ་རྟེན་པའི་  
སོ་སྒྲེ་རྣམས་ཀྱི་ཤེས་པའི་ངོར་བྱམ་པ་རང་གི་གདགས་གཞི་ལ་བཏགས་  
པའི་བཏགས་ཆོས་ཅམ་དུ་མི་སྤང་བར་གདགས་གཞི་དང་བཏགས་ཆོས་  
དབྱེར་མེད་འདྲེས་པ་ལྟ་བུའི་སྟེང་ནས་བྱམ་པ་ལིང་ངེ་བར་གྲུབ་པར་སྤང་བ་

དེ་དག་གི་བྱའི་སྒྲུང་ཚུལ་ཡིན། དེ་ལྟར་སྒྲུང་ཡང་གདགས་གཞི་དང་བཏགས་  
 ཚོས་ཐ་དད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས། བདེན་འཛིན་ལྟན་སྦྱེས་ཀྱི་འཛིན་སྒྲུང་ས་  
 ལྟར་གྱི་བྱམ་པ་དེ་རང་གི་གདགས་གཞི་དང་བདེན་པར་གྲུབ་པའི་གཅིག་ཏུ་  
 མ་གྲུབ་ལ། ཡང་བྱམ་པའི་གདགས་གཞི་ལོགས་སུ་བསལ་བའི་ཤུལ་ན་བྱམ་  
 པ་ནི་འདི་ཞེས་ཟུར་དུ་སྒྲུང་ཚུལ་མེད་པར་རང་གི་སྟོ་བ་མཆུ་ཞབས་སོགས་  
 ཚོགས་པའི་གདགས་གཞི་ཚད་མ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱམ་པ་དེ་ཉིད་ཐ་སྦྱད་པའི་  
 ཚད་མ་ལ་སྒྲུང་ཞིང་། ཀུན་རྫོབ་ཅམ་དུ་ཡོད་པར་འཛོག་དགོས་པས་བྱམ་པ་  
 རང་གི་གདགས་གཞི་དང་བདེན་པར་གྲུབ་པའི་ཐ་དད་དུ་མ་གྲུབ། དེ་ལྟར་ན་  
 སྦྱིར་ཡོད་ན་གཅིག་དང་ཐ་དད་གང་རུང་དུ་ཡོད་དགོས་པ་ལྟར་བདེན་པར་  
 གྲུབ་ནའང་བདེན་གྲུབ་ཀྱི་གཅིག་ཐ་དད་གང་རུང་ལས་མི་འདའ་བས། དེ་  
 གཉིས་གང་རུང་དུ་མེད་ན་བདེན་པར་མེད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་བྱམ་  
 པ་སོགས་བདེན་པར་མ་གྲུབ་པ་ཡིན།

མདོར་ན་བྱམ་པས་མཚོན་གཟུགས་སོགས་ཀྱི་ཚོས་ཐམས་ཅད་  
 གདགས་གཞི་ལ་བརྟེན་དགོས་ཤིང་རང་ཚུགས་མི་ཐུབ་པས་བདེན་པར་  
 མེད་དེ། བཞི་བརྒྱ་པར། འདི་ཀུན་རང་དབང་མེད་པ་སྟེ། །དེས་ན་བདག་ནི་  
 ཡོད་མ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས། གཞན་ཡང་། སྦྱིར་བྱམ་པ་དེ་གཅིག་ཡིན་  
 ཡང་། རང་གི་ཆ་ཤས་དུ་མ་ལ་བརྟེན་དགོས་པས་གཅིག་ཡིན་པར་རང་  
 བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་ཅིང་། བྱམ་པ་དེ་ཀ་བ་དང་ཐ་དད་ཡིན་ལ། དེ་གཉིས་ཐ་  
 དད་དུ་བཞག་པ་དེ་ཡང་། ཅིག་ཤོས་ལ་བརྟེན་ནས་ཅིག་ཤོས་དེ་དེ་ལས་ཐ་

དད་པར་བཞག་པ་ཙམ་ལས་ཀ་བྱམ་གཉིས་རང་གི་ངོས་ནས་ཐ་དད་ཡིན་པ་  
མ་གྲུབ་ལ། གལ་ཏེ་དེ་གྲུབ་ན། ཀ་བྱམ་གཉིས་སོ་སོ་རེ་རེ་ནས་ཀྱང་ཐ་དད་  
ཡིན་དགོས་པས། དེ་གཉིས་རེ་རེ་ནས་གཅིག་མིན་པའི་སྒྲིན་འབྱུང་། དེས་ན།  
བྱམ་པ་དེ་ཀ་བ་དང་ཐ་དད་ཡིན་ཡང་། བྱམ་པ་དེ་གཅིག་རང་ཡིན་པས་བྱམ་  
པའི་སྒྲིང་གི་གཅིག་དང་ཐ་དད་གཉིས་ཀྱང་རྟོག་བཏགས་ཙམ་ལས་རང་ངོས་  
ནས་མ་གྲུབ། དེ་ཡང་རྩ་ཤེས་ལས། གཞན་ནི་གཞན་ལ་བརྟེན་ཏེ་གཞན།  
གཞན་མེད་པར་ནི་གཞན་མི་འབྱུང་། །གལ་ཏེ་གཞན་ནི་གཞན་ལས་གཞན། །  
དེ་ཆེ་གཞན་མེད་པར་གཞན་འབྱུང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།

གཉིས་པ་ཤེས་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་གཏན་ལ་འབེབས་པ་ནི།  
ཡུལ་ལ་འཇུག་པའི་གསལ་རིག་གི་དངོས་པོ་ཞིག་ལ་ཤེས་པ་བཟུང་བ་དེ་  
ལ་སེམས་དང་། སེམས་བྱུང་སོགས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་ཆེས་ཤིན་ཏུ་མང་ལ་དེ་  
དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཡུལ་གྱི་ངོ་བོ་དང་བྱུང་པར་སྤྱོད་བའི་ཆ་ནས་དང་། སྐད་  
ཅིག་སྒྲ་ཕྱིའི་ཆ་མང་པོ་ཞིག་ཆོགས་པའི་གདགས་གཞིའི་སྒྲིང་ནས་རྟོག་པས་  
བཏགས་པ་ཙམ་མ་གཏོགས་ཤེས་པ་ཁོ་རང་གི་རང་ངོས་ནས་ཅུང་ཟད་ཀྱང་  
མ་གྲུབ་མོད། འོན་ཀྱང་རང་རེ་ལ་དེ་ལྟར་མི་སྤྲང་བར་གང་ལའང་མ་སྒྲིས་  
པར་ཡུལ་ལ་རང་དབང་དུ་སྤྱོད་པ་འདྲ་བའི་ཚུགས་སྤྲུབ་བཅ། ཡུལ་སྒྲིང་དུ་  
རྟེན་རྒྱ་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་འཆར་བ་དེ་དག་གི་བྱའི་འཆར་ཚུལ་ཡིན། དེ་ལྟར་སྤྲང་  
བ་ལྟར་གྲུབ་ན་རང་རྒྱུད་ཀྱི་དེ་རིང་གི་ཤེས་པ་ལྟ་བུ་ལ་མཆོན་ནའང་། དེའི་  
སྐད་ཅིག་སྒྲ་ཕྱིའི་ཆ་ཤས་རྣམས་དང་རང་ངོས་ནས་གཅིག་ཐ་དད་གང་ཅུང་

དུ་གྲུབ་དགོས་པ་དང་། ཐ་དད་དུ་གྲུབ་ན། སྒྲོ་དང་སྒྲིང་འེམ་པ་གཉིས་  
 བསལ་བའི་ཤུལ་ན་དེ་རིང་གི་ཤེས་པ་དེ་འདི་ཞེས་སོགས་སུ་དབྱེར་མེད་  
 བས་དེ་རིང་གི་ཤེས་པ་དེ་སྒྲིང་འེམ་པ་ལས་བདེན་པའི་ཐ་དད་དུ་མ་གྲུབ།  
 དེ་རིང་གི་ཤེས་པ་དེ་སྒྲོ་འེམ་པ་དང་སྒྲིང་འེམ་པ་གཉིས་དང་བདེན་  
 པའི་གཅིག་ཏུ་གྲུབ་ན། དེ་གཉིས་དུ་མ་ཡིན་པ་བཞིན་དུ། དེ་རིང་གི་ཤེས་པ་  
 ཉིད་ཀྱང་དུ་མར་ཐལ་བ་དང་། དེ་རིང་གི་ཤེས་པ་སྒྲོར་འབྱུང་བ་བཞིན། སྒྲི་  
 འེམ་པ་ཡང་སྒྲོར་འབྱུང་བར་ཐལ་བ། ཡང་ན། སྒྲིང་འེམ་པ་སྒྲོར་  
 མི་འབྱུང་བ་བཞིན་དུ། དེ་རིང་གི་ཤེས་པ་སྒྲོར་མེད་པར་ཐལ་བ་སོགས་  
 གྱིས། རང་ཉིད་རང་གི་ཆ་ཤས་དང་བདེན་པའི་གཅིག་ཐ་དད་གང་དུ་འང་  
 མ་གྲུབ་པའི་སྒྲིར་ན། བདེན་མེད་དུ་ངེས་པ་རྙེད་པའི་ཚུལ་ལ་འབད་དགོས།  
 གཞན་ཡང་ཤེས་པའི་འཁོར་གསུམ་བདེན་པའི་གཅིག་ཏུ་གྲུབ་ན་བྱ་བྱེད་  
 གཅིག་ཏུ་ཐལ་བའི་སྒྲིན་དུ་འབྱུང་ཞིང་། བདེན་པའི་ཐ་དད་དུ་གྲུབ་ན་ཤེས་བྱ་  
 མེད་ནའང་ཤེས་བྱེད་འཐད་པ་དང་། ཤེས་བྱེད་མེད་ཀྱང་དེའི་བྱ་བ་འཐད་པ་  
 སོགས་ཀྱི་སྒྲིན་དུ་འབྱུང་བས་ཤེས་པའི་འཁོར་གསུམ་རང་ངོས་ནས་གྲུབ་པ་  
 མེད་པ་ལ། སྐད་ཅིག་སྒྲིང་འེམ་དུ་མ་སོགས་རྟེན་འབྲེལ་ཚོགས་ཅམ་  
 ཞིག་ལ་གདགས་གཞིར་བྱས་ནས་ཤེས་པ་དང་། རིག་པ་ཞེས་ཐ་སྙད་ཆད་  
 མས་པར་བཏགས་ཅམ་གྱི་ཤེས་པ་དེ་ལ་འཁོར་འདས་ཀྱི་བྱ་བྱེད་ཐམས་ཅད་  
 འཐད་པ་ཡིན།

གསུམ་པ་ལྟན་མིན་འདུ་བྱེད་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་གཏན་ལ་



འབེབས་པ་ནི། འདིར་དུས་ལ་སྒྱུར་ན་ཟླ་བ་བཅུ་གཉིས་ཆོག་པ་ཙམ་གྱི་  
སྟེང་དུ་སྒྲུང་ཙམ་གྱི་ལོ་ཞིག་གྲུབ་པ་མ་གཏོགས་མེད་ཀྱང་དེ་ལས་སྟོན་པའི་  
དགག་བྱའི་སྒྲུང་ཚུལ་ངེས་པར་བྱས་ནས། ལོ་དེ་རང་གི་གདགས་གཞི་ཟླ་བ་  
བཅུ་གཉིས་དང་རང་བཞིན་གྱིས་གཅིག་ཏུ་མ་གྲུབ་སྟེ། དེ་གྲུབ་ན། གདགས་  
གཞི་ཟླ་བ་བཅུ་གཉིས་པ་ཡོད་པ་བཞིན་དུ་ལོ་ཡང་བཅུ་གཉིས་སུ་ཐལ་བ་  
དང་། ཡང་ན་ལོ་གཅིག་ཡིན་པ་བཞིན་ཟླ་བ་བཅུ་གཉིས་པོ་ཡང་གཅིག་ཏུ་  
ཐལ་ལ། དེ་དང་རང་བཞིན་གྱིས་ཐ་དད་དུ་གྲུབ་ན། ཟླ་བ་བཅུ་གཉིས་བསལ་  
བ་ན། དེ་ལས་ལོགས་སུ་ལོ་དེ་འདི་ཞེས་ངོས་ཟིན་དུ་མེད་པས་གདགས་  
གཞི་ཟླ་བ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་སྟེང་དུ་འདོགས་བྱེད་ཀྱི་སྒོ་ཆད་མས་ལོ་ཞེས་པར་  
བཏགས་ཙམ་ཞིག་མ་གཏོགས་དེ་ཁའི་རང་ནས་ཚུར་གྲུབ་པ་ཞིག་གཏན་  
ནས་མེད།

གཉིས་པ་འདུས་མ་བྱས་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་གཏན་ལ་འབེབས་  
པ་ནི། འགོག་པ་གཉིས་དང་ནམ་མཁའ། སྟོང་ཉིད་སོགས་ནི། རྒྱ་རྒྱུན་གྱིས་  
འདུ་བྱེད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་མ་བྱུང་བས་འདུས་མ་བྱས་ཟེར་ལ། འདིར་ནམ་  
མཁའ་ལ་མཆོན་ན། དགག་བྱ་ཐོགས་རེག་བཀག་ཙམ་གྱི་མེད་དགག་གཅིག་  
ལ་ནམ་མཁའ་ཞེས་ཐ་སྙད་ཙམ་དུ་བཞག་པ་མ་གཏོགས། ཆ་ཅན་ནམ་མཁའ་  
ཉིད་རང་གི་ཤར་སྟོན་བྱུང་གི་ཆ་ཤས་རྣམས་དང་རང་གི་མཆོན་ཉིད་གྱིས་  
གྲུབ་པའི་གཅིག་ཏུ་ཡོད་ན། ཤར་བྱུང་གྱི་ནམ་མཁའ་གཉིས་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་  
ཞིང་། དེ་ལྟ་ན། ཤར་སྟོང་ལུས་འཕགས་པོའི་ནམ་མཁའ་ནས་ཉི་མ་ཤར་བའི་

ཆོ། རུབ་སྒྲིབ་བ་ལང་སྒྲིབ་ཀྱི་ནམ་མཁའ་ནས་ཉི་མ་ཤར་བར་འགྱུར་ལ། དེ་  
 དག་དང་རང་མཆོན་གྱིས་ཐ་དད་དུ་གྲུབ་ན་ཆ་དང་ཆ་ཅན་འབྲེལ་མེད་དོན་  
 གཞན་དུ་འགྱུར་བས། སྒྲིབ་ས་མཆོམས་སྟངས་ལོག་གི་ནམ་མཁའི་ཆ་ཤས་  
 རྣམས་བསལ་བའི་ཤུལ་ན་ནམ་མཁའ་འདིའོ་ཞེས་ངོས་ཟེན་རྒྱ་ཡོད་དགོས་  
 བ་ལས། དེ་མེད་པས་ན་བདེན་པར་མེད་པ་ཡིན། འགའ་ཞིག་གིས་སྟངས་ཉིད་  
 བདེན་གྲུབ་ཏུ་བརྒྱུད་བ་ནི་ཆེས་ཤིན་ཏུ་མི་རིགས་ཏེ། མདོ་ལས། བདག་ཏུ་  
 ལྟ་བ་རི་རབ་ཅམ་དུ་འཛིན་པ་ནི་སྒྲ་ཡི། སྟངས་ཉིད་བདེན་པར་གྲུབ་པ་ནི་དེ་ལྟ་  
 མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསོར་མི་རུང་བའི་ལྟ་བ་ཡིན་པར་གསུངས་པས། དེ་ཡང་  
 སྟངས་ཉིད་ལའང་གདགས་གཞིའི་སྒྲོན་ས་ཕྱེ་བའི་ཆ་དུ་མ་དང་། སྟངས་གཞི་ལ་  
 བར་ཁྱབ་ཆེ་ཆུང་གི་སྟངས་པའི་ཆ་དུ་མ་ཡོད་པ་དེ་དག་དང་བདེན་པའི་གཅིག་  
 ཐ་དད་གང་རུང་དུ་གྲུབ་མ་གྲུབ་དང་། སྟངས་གཞི་ཆོས་ཅན་དང་པན་ཚུན་སྟོས་  
 མེད་དུ་གྲུབ་མ་གྲུབ་དབྱེད་པས་ཤེས་ཏེ། མདོ་ལས། གཟུགས་ཉིད་ཀྱང་མི་  
 དམིགས་ན། གཟུགས་ཀྱི་དེ་བཞིན་ཉིད་དམིགས་པར་ལྟ་ག་ལ་འགྱུར། ཞེས་  
 གསུངས།

གསུམ་པ།

དེ་ལས་ལྟག་མཐོང་སྒྲེ་ཚུལ་ནི།

སྒྲར་སེམས་གནས་ཐབས་ཀྱི་ཉིང་རེ་འཛིན་དགའི་སྒྲོན་ས་ཞི་གནས་  
 མཆོན་ཉིད་པ་གྲུབ་ཟེན་མ་ཉམས་པར་ཡོད་པའི་ཤིན་སྒྲུངས་དེ་ཅམ་གྱིས་

ལྷག་མཐོང་མི་ཐོབ་ཅིང་། དེའི་སྟེང་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ལྟ་བུར་མཆོན་  
ན། སྒྲུབ་པ་ཤད་པ་བཞིན་གནད་བཞིའི་དབྱུང་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྲུང་པོ་སྤེའི་  
སྟེང་དུ་རར་འཛིན་ལྟན་སྒྲུབ་གྱིས་བཟུང་བ་ལྟར་གྱི་ར་རར་བཞིན་གྱིས་བྱུང་  
པ་གཏན་ནས་མེད་པའི་ངེས་པ་ལྟར་གིས་སྤྲུང་བ་ན། དེ་ཉིད་གྱི་དམིགས་  
པ་བྱུང་པས་མ་བརྗེད་པར་བཟུང་། ཞེས་བཞིན་གྱིས་བྱིང་གོད་བཀག་ལ་  
མཉམ་པར་བཞག། །འཛིན་སྟངས་ཤུགས་ཞན་པ་དང་། མི་གསལ་བར་འགྲོ་  
བྱུངས་བྱེད་ན་སྒྲུབ་ཡང་གནད་བཞིའི་དབྱུང་པ་ལ་སོགས་པ་སྒྲུབ་བཞིན་  
བྱས་ནས་ངེས་པ་ཤུགས་ཅན་རྟེན་པའི་ཆེ་དེ་ལ་རྩེ་གཅིག་ཏུ་བཞག། །དེ་ལྟར་  
སྟོང་ཉིད་ལ་གནས་ཆ་བཙུང་། གནས་ཆ་རྟེན་པ་ན། འཛིག་སྒྲོམ་བརྟན་པོའི་  
རང་ནས་གནད་བཞི་ལ་སོགས་པས་དཔྱོད་པ་དཔེར་ན་མཆོ་ཤིན་ཏུ་དྲངས་  
པ་རྒྱུད་གིས་མི་གཡོ་བའི་ནང་ཉི་ཤུ་ཆུང་འབྲུག་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེ་ལྟར་གནས་ཆ་  
དང་། སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཞེས་རབ་ཆ་མཉམ་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཡུན་རིང་གོམས་  
པར་བགྱིས་པས་སྒྲུབ་བཞིན་སེམས་གནས་དགུ་རིམ་གྱིས་བསྐྱབས་པའི་  
མཐར་དབྱུང་པ་རང་སྟོབས་གྱིས་དྲངས་པའི་ཤིན་སྒྱུངས་བྱུང་པར་ཅན་སྒྲུབ་  
ཞི་གནས་ཐོབ་དུས་གྱི་དེ་ལས་ཀྱང་ཆེས་ལྷག་པ་ཞིག་ཐོབ་སྟེ་དབྱུང་སྒྲོམ་དེ་  
ཉིད་འཛིག་སྒྲོམ་དུ་འབད་རྩིས་མེད་པར་འགྲོ་བ་ཞིག་ནས་སྤྲུང་བའི་ཆེ་སྟོང་  
ཉིད་ལ་དམིགས་པའི་ལྷག་མཐོང་དངོས་གནས་པ་ཐོབ་ཅིང་། ཞི་ལྷག་བྱུང་  
འབྲེལ་དུ་གྱུར་པ་ཡིན་གསུངས།

༥ ཉིན་ཉིད་གསུམ་པར། ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་གསུང་།

དེ་ལྟར་ལམ་གྱི་གཙོ་བོ་རྣམ་གསུམ་གྱི། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་ལུང་འདྲེན་མཛད་  
དེ་ཀུན་སྒྲིང་འཆོས་ཚུལ་མདོར་བསྡུས་ཤིག་གསུངས་ནས། །ཁ་ས་སྒྲོན་དུ་  
སོང་བའི་ས་བཅད་རྣམས་འདྲེན་པར་མཛད་ཇེས།

གསུམ་པ།

ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་རྟོ་རྟེན་གྱི་ཐེག་པ་ལ་སློབ་ཚུལ་ཁྱེད་ཀྱི།

དེ་ལྟར་སྒྲར་བཤད་པའི་སྐྱེས་བུ་ཚུང་འབྲིང་གི་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་ངེས་  
འབྱུང་གི་སློབ་སྟོང་བ་ཐོན་པ་ན། སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོའི་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱང་  
ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་སྟོང་བ་འདོན། དེ་ལ་སྟོང་བ་ཐོན་པ་ན། སྟོང་བ་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་  
བ་ལ་ངེས་ཤེས་རྟེན་པར་བྱས་ཏེ་དེ་ནས་གསང་སྤྲུགས་ལ་འཇུག་དགོས། དེ་  
ལྟར་སྒྲོན་དུ་མ་སོང་བར་སྤྲུགས་ལ་ཁྱེད་ཀྱི་ནི། རིམ་བཤེན་ཐར་པ་དང་།  
སྒྲ་མེད་རྫོགས་བྱང་གི་ཐབས་སུ་མི་འགོ་ལ། བྱ་ཚུང་རྟོག་ལ་བསྒྲོན་པ་  
བཞིན་དུ་ཁེ་མེད་པའི་ཁར་ཉན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ཞིང་། ལམ་གྱི་གཙོ་བོ་རྣམ་གསུམ་  
ལ་སྟོང་བ་སྐྱེས་ནས་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་ལམ་ལ་ཁྱེད་ཀྱི་ནི་གསང་སྤྲུགས་  
ཀྱི་ལྟར་བྱང་ཀྱང་ངེས་པར་ཐོན་པ་འོང་། གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་བསྟན་པ་ནི་  
སངས་རྒྱས་ལས་ཀྱང་དགོན་པར་གསུངས་ཤིང་། སྒྲ་མེད་ཀྱི་ལམ་ལ་བརྟེན་  
ན་སྤྲུགས་དུས་ཀྱི་ཆེ་ཐུང་འདི་ཉིད་ལ་མི་སློབ་པའི་བྱང་འཇུག་གི་གོ་འཕང་  
ཐོབ་པར་བྱས་པས། ངེས་པར་དུ་ལམ་དེ་ལ་སློབ་དགོས། དེ་ཡང་འབྲུལ་  
ཀྱི་རྒྱན་སེལ་ཆེད་ཅམ་དུ་རྟོ་མཁྱིན་དང་ཕྱག་རྟོར་སོགས་ཀྱི་རྟེན་གནང་རེ་

ཅམ་ཞུ་བ་དེ་འབྲས་མི་ཆོག་པར། རྡོ་རྗེ་སློབ་དཔོན་མཆོན་ཉིད་དང་ལྷན་པའི་  
བྱང་ནས་ཡི་དམ་གསང་བ་དེ་འཛིགས་གསུམ་གང་བྱང་གི་དགྱིལ་འཁོར་དུ།  
སྐུ་བཞིའི་ས་བོན་ཐེབས་ངེས་ཀྱི་དབང་བཞི་རྣམ་པར་དག་པ་ལེགས་པར་  
འོས། དབང་དུས་སུ་གང་ཁས་སྐྲངས་པའི་དམ་སྟོམ་རྣམས་མིག་གི་འབྲས་  
བུ་བཞིན་དུ་བསྐྱང་བའི་ཐོག་ནས། རིམ་གཉིས་ཀྱི་ཟབ་བྲིད་ཉན་ཏེ་ཉམས་  
སུ་སྐྲངས་ན་བསྟན་པ་ཡོངས་རྫོགས་ལ་ལག་ལེན་ཐེབས་པ་ཡིན་པས་དོན་  
ཤིན་ཏུ་ཆེ། དེ་ལྟ་བུའི་ལམ་གྱི་བཟོད་ཚུལ་ལེགས་པར་ཤེས་ན། དབུ་བཤེས་  
གཉིན་བསྟེན་ཚུལ་ནས་མཇུག་མི་སློབ་པའི་བྱང་འཇུག་གི་བར་གྱི་མདོ་  
སྒྲགས་ཀྱི་ལམ་བཟང་ལ་གོ་བ་ལེགས་པར་ཆགས་པ་ཡིན། སློབ་མ་རྣམས་  
གསང་སྒྲགས་སྒྲ་མེད་ཀྱི་དབང་མ་ཐོབ་པ་མང་པོ་ཡོད་ཆེ་རྡོ་རྗེའི་ཐེག་པ་ལ་  
སློབ་ཚུལ་གྱི་སྐོར་འདི་ས་བཅད་ཅམ་ལས་ཞིབ་ཏུ་མི་གསུང་བ་ཕྱག་བཞེས་  
ཡིན་གསུངས།

གཉིས་པ།

གཞན་རྒྱུད་སྒྲིན་པར་བྱེད་པ་བསྐུ་བཞི་ལ་སློབ་ཚུལ་ནི།

མདོ་སྒྲིན་ལས། སྒྲིན་མཚུངས་དེ་སྟོན་ལེན་འཇུག་དང་། །བདག་ཉིད་  
རྗེས་སུ་འཇུག་རྣམས་ཀྱི། །སྟན་པར་སྐྱོད་དོན་སྐྱོད་དང་། །དོན་མཐུན་ཉིད་

དུ་འདོད་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ནི་  
 སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་དོན་བྱེད་པ་ལ་བརྩོན་དགོས་ཤིང་། དེ་ལ་བསྐྱེད་བ་རྣམས་  
 བ་བཞིའི་སྒྲོ་ནས་གཞན་རྒྱུད་སློན་པར་བྱེད་པ་ལ། དེ་ཡང་དང་པོ་སོ་སོའི་  
 སྐྱེ་བོ་རྣམས་ནི་ཟང་ཟིང་གིས་འབྲིད་པར་སྤྲོ་བ་ཡིན་པས། ལམ་ལ་རིམ་གྱིས་  
 བཞི་བའི་ཕྱིར་དུ་ཐོག་མར་ཟང་ཟིང་སྟེར་བ་ཚུན་གྱིས་ཡིད་མགུ་བར་བྱས་  
 རྣམས་འཁོར་དུ་བསྐྱེས། གཉིས་པ་འདུས་པ་དེ་དག་ལ་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཚུལ་  
 དང་མཐུན་པའི་གཏམ་དང་། གཙོ་བོར་དབང་པོ་དང་མོས་པ་དང་མཐུན་པར་  
 ཆོས་ཀྱི་གཏམ་བསྟན་དེ་སྟན་པར་སྤྲོ་བ་དང་། གསུམ་པ་གདུལ་བྱ་དེ་དག་ལ་  
 དབང་པོ་དང་འཆམ་པར་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་ལམ་བསྟན་པ་དེ་ལྟར་རིམ་གྱིས་  
 སློབ་ཏུ་འཇུག་པའི་དོན་སྒྲིབ་དང་། བཞི་པ་རང་གིས་ཀྱང་གཞན་ལ་རིམ་ལྔར་  
 བཤད་པ་བཞིན་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་དོན་མཐུན་པ་སྟེ་བསྐྱེད་བ་རྣམས་པ་བཞིའི་  
 སྒྲོ་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བསྐྱེད་པར་བྱ་དགོས།

དེ་དག་གིས་དངོས་གཞིའི་བཤད་པ་སོང་ནས། ད་ནི་ཁ་སང་སྟོན་དུ་  
 སེམས་བསྐྱེད་ཆོ་གས་བཟུང་ཚུལ་རྗེས་སུ་ཞུ་རྒྱུར་བཞག་པ་དེ་ཞུ་བ་ཡིན་  
 པས། གཉིས་པ།

སེམས་བསྐྱེད་ཆོ་གས་བཟུང་བའི་ཚུལ་ལ་གཉིས།

སྟོམ་པ་མ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པར་བྱེད་པ་དང་། ཐོབ་པ་མི་ཉམས་པར་བསྐྱུང་



བའི་ཚུ་ལ་ལོ། །དང་པོ་ནི། སེམས་བསྐྱེད་ཆོ་གས་བཟུང་ཞེས་པ་འང་། སེམས་  
དེ་ལ་སྒྲུང་བ་སྒྲེ་བྱེན་ཅམ་སྒྲིམ་ནས་བཟུང་ན་སྒྲོམ་པ་སྒྲེ་བ་ཡིན་གྱི། སྒྲུང་བ་  
གང་ཡང་མེད་པར་ཆོ་ག་ཅམ་རྗེས་སྒྲོམ་བྱས་པས་མི་པན། འོན་ཀྱང་སྒྲུང་བ་  
མ་སྒྲིམ་པས་ཀྱང་དེ་ལྟར་སྒྲུངས་ན་བག་ཆགས་འདྲིལ་པར་འགྱུར་བས་དེ་ལ་  
ནན་ཏན་བྱེད་པ་གནད་ཆེ། སྒྲུང་བ་སྒྲིམ་པ་དག་གིས་ནི་སང་ཉིན་དམིགས་  
པ་སོགས་ནན་ཏན་དུ་བྱས་ནས་སྒྲུངས་ན། དུལ་བྱད་པར་ཅན་ལ་བརྟེན་ནས་  
བྱང་སྒྲོམ་འཛོལ་ལ། སེམས་བསྐྱེད་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་ཞིང་བརྟན་པོར་  
འགྱུར་བ་ཡིན། དེ་ཡང་སེམས་བསྐྱེད་ཆོ་ག་ལ་སྟ་གོན་མེད་པར་བྱེད་པའི་  
བསྐྱུས་པ་དང་། ཉིན་གཅིག་ལ་སྟ་གོན་དངོས་གཞི་གཉིས་ཀ་རྫོགས་པར་  
བྱེད་པའི་འབྲིང་པོ་དང་། སྟ་གོན་ཉིན་གཅིག་དང་། དངོས་གཞི་ཉིན་གཅིག་  
སྟེ་ཉིན་སོ་སོར་བྱེད་པའི་རྒྱས་པ་བཅས་གསུམ་ལས། ད་ལམ་འདིར་སྒྲིམ་  
ལྟར་བྱེད་པ་ཡིན། དེའི་སྒྲུར་བ་ཞེས་པ་བྱང་ཚུབ་ལམ་རིམ་གྱི་བྲིད་ལྟ་བུ་  
སྒྲོན་དུ་སོང་བ་དང་མ་འབྲེལ་བར་དབང་དང་བྲིད་ལུང་ལ་སོགས་པ་གཞན་  
གྱི་མཁུག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་གྱི་སྒྲུར་བ་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་མོང་བའི་ལམ་  
རིམ་གྱི་བཤའ་པ་ཆ་ཆང་རྒྱས་པར་ཁུ་དགོས་པ་བྲུག་ལེན་ཡིན་མོད། ད་  
ལན་བྱང་ཚུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་བྲིད་དང་འབྲེལ་བ་ཡིན་པས། སྒྲུར་རྒྱས་  
པར་བཤའ་པ་དེ་ལས་ལྟག་ཏུ་སྒྲུར་ཁུ་དགོས་མེད་པས། འདིར་སྒྲོན་འགྲོའི་  
བཤའ་པ་རྒྱས་བཤའ་མི་དགོས་པ་ཡིན། རྗེས་སུ་སེམས་བསྐྱེད་མཛད་པོ་  
རྣམས་ནས་ཀྱང་ལམ་རིམ་གྱི་བཤའ་པ་དང་འབྲེལ་མ་འབྲེལ་གྱི་བྱད་པར་

དེ་ལྟར་མཛད་དགོས་གསུངས་ནས་སྒྲིང་ཆོས་སྐབས་མཆོད་ཐེང་རྒྱས་  
 ལ། མཚུལ་གྲངས་གསོག། གསོལ་འདེབས་མཚུལ་མཐུག། སྒྲོན་འགྲོའི་ཀྱན་  
 སྒྲོང་བཙུངས་པ་མདོར་བསྐྱུས་གསུངས་ཇེས། དེས་ན་སྒྲར་བཤད་པ་དེ་དག་  
 ལ་དོ་རྒྱབ་དང་སང་ཞོགས་དམིགས་པ་བསྐྱར་ཅི་ཐུབ་མཛད་དགོས། སང་  
 ཉིན་ལྷ་མ་རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་དཔང་པོར་སྐྱེན་བྲངས་ཏེ་  
 ཐུག་མཆོད་སོགས་བྱ་དགོས་པས་འཁོར་བསྐྱར་དབུལ་པོའི་བྲིམ་དང་། མི་  
 གཙང་ཐལ་རྒྱལ་ཀྱི་ཁོད་དུ་གདན་བྲངས་མི་རུང་བ་བཞིན་ད་ལྟ་ཆོགས་གྲོལ་  
 ནས་ས་གཞིར་སྒོག་ཆགས་སོགས་ལ་མི་གཞོད་པར་བྱེ་དོར་ལེགས་པར་  
 བྱས་ནས་ངེ་བཟང་གི་རྒྱས་ཆག་ཆག་གདག། མེ་ཏོག་གཙལ་དུ་དབྱམ། སྒྲོབ་  
 དཔོན་ཀྱི་བྲི་མེ་ཏོག་དང་། རིན་པོ་ཆེས་བརྒྱན་པ་བཤམ། མཆོད་པ་ཡང་  
 སྒྲར་རྩོམ་པོ་ཆེན་པོས། བོད་མཆོད་པ་ངན་པས་སེམས་བསྐྱེད་མི་སྐྱེ་གསུངས་  
 པ་བཞིན་མཆོད་པ་ངན་པ་མི་བྱེད་པར་ཡོ་བྱད་ཀྱི་རྒྱག་ཆ་གཏོང་དགོས་  
 པར་གསུངས་ཤིང་། གང་ལྟར་གྲོགས་པོའི་སྒྲོར་མི་ཤོང་བ་ལྟ་བུའི་མཆོད་པ་  
 གང་རྒྱས་བཤམ་དགོས། སང་སེམས་བསྐྱེད་དངོས་གཞིའི་སྐབས་སུ་བྱང་  
 རྒྱལ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལ་ཆོགས་གསོག་སྒྲིབ་སྒྲོང་། བར་ཆད་བསྐྱང་བ་  
 སོགས་དགོས་པས། སང་ཉིན་ཞོགས་ཆོགས་ལ་རབ་ན་བཀའ་འབྱུར་དང་།  
 དེ་མིན་མདོ་པལ་པོ་ཆེ་སྒྲོག་པ་སོགས་བྱེད་དགོས་པ་གསུངས་མོད། དེ་  
 ཅུམ་མ་སྒྲོགས་ཀྱང་སྒྲོག་བདེ་བ་དག་གིས་བརྒྱད་སྟོང་པ་དང་། མདོ་བསྐྱལ་  
 བཟང་དག་ཐོན་ངེས་པར་བྱེད་ཅིང་། གཞན་ཡང་ཆབ་གཏོར་དང་། འབྱུང་པོ་

ལ་གཏོར་མ་གཏོང་བར་གསུངས་པས་ཆ་གསུམ་སོགས་བཏང་ནས། དངོས་  
གཞི་ལ་འཇུག་དགོས། དེ་ཡང་འཇིག་རྟེན་གྱི་མ་པ་དག་ཆེ་འདིའི་དགའ་སྟོན་  
རྟེན་འབྲེལ་ལྟ་བུ་དང་། ཆེ་ཟད་པའི་ལོ་གསར་ལའང་དགའ་སྟོན་གཟབ་སྟོང་  
སོགས་བྱེད་ན། རང་རེ་སྒྲ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད། ཐེག་ཆེན་  
གྱི་ལམ་དུ་ཞུགས་ནས་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་སྤྱུ་འགྱུར་བ་ལ་དགའ་སྟོན་ཅིའི་བྱིར་  
མི་བྱེད་པས། སང་ཞོགས་གོས་ཀྱང་གསར་པ་ཞིག་བགོས། རབ་ཏུ་བྱུང་བ་  
རྣམས་ཀྱིས་ཆོས་གོས་སྒྲུབ་སྤྱར་སོགས་བཞེས། ལྷས་དང་གཙང་སྤྱོད་དང་  
ལྷན་པའི་སྟོན་སྟོན་གྱི་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་བཞིན་སེམས་  
བསྐྱེད་གྱི་རྣམ་གང་ཡང་རུང་བ་རེ་བསྐྱམས་ནས་ཕེབས་དགོས། འདིར་  
ཕེབས་སྐབས་སུའང་། གནས་ཁང་ཐ་མལ་བ་འདི་ལྟར་མིན་པར་གཞལ་ཡས་  
ཁང་གྱུ་བཞི་སྟོ་བཞི་པ། སྟོ་བཞིར་རྒྱལ་ཆེན་བཞི་རང་རང་གི་འཁོར་གཡོག་  
འབྱམ་ཐུག་དང་བཅས་པས་བསྐྱུང་བ་དང་། ཕྱིའི་མཐའ་སྟོར་དུ་དཀར་ཕྱོགས་  
གྱི་ལྟ་རྣམས་སེམས་བསྐྱེད་ནོད་པའི་བྱིར་དུ་འཁོད་པ། རང་གི་ཕྱོགས་བཞིའི་  
ཕྱེབས་རིས་ལའང་། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པས་སྟོན་སྟོན་པ་ལམ་གྱི་གནས་  
སྐབས་སུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྤྱོད་པ་སྟོན་པའི་རྣམ་ཐར་རྣམས་ད་ལྟ་མངོན་སུམ་དུ་  
མཛད་བཞིན་པ་ལྟ་བུར་གསལ་བར་བསམ་ཞིང་། དེ་མཐོང་བས་དེ་དག་ལ་  
ཡི་རངས་ཤིང་སྟོན་ལམ་འདེབས།

ཆོགས་ཐེངས་གཉིས་པར། སྒྲ་མ་གདན་བྲངས་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
སེམས་སྐྱེ་བའི་གཞིར་ཆོགས་གསོག་པ་དང་སྐྱིབ་པ་སྤྱང་བ་ལེགས་པར་བྱ་

དགོས་པས། སྒྲིང་ཆོས་རྒྱས་པར་མཛད་དེ་ཆོག་པ་གསལ་གྱིན་སྒྲིང་གི་  
 དམིགས་པ་རྣམས་ནན་ཏན་དུ་བྱེད། ལྷ་མ་ཡང་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཤྲུག་ཐུབ་  
 པ་དངོས་སུ་མོས། ལྷ་མས་དམིགས་པ་དོ་སྤྱད་པ་ན་སོ་སོའི་དམིགས་རྣམ་  
 ལེགས་པར་གསལ་འདེབས་དགོས། སྒྲིང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་  
 དུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་འདོད་ཅམ་ནི་སྒྲོན་སེམས་དང་། སེམས་བསྐྱེད་ནས་  
 སྒྲིང་བ་ལ་སྒྲོབ་འདོད་པ་ནི་འཇུག་སེམས་ཏེ། དེ་ཡང་དཔེར་ན་སྒྲུ་མ་ནི། འདི་  
 རས་རྒྱ་གར་དུ་འགོ་བར་ཚོམ་པ་དང་། བྱི་མ་ནི་ལམ་དུ་ཞུགས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན།  
 སེམས་བསྐྱེད་ཆོ་གས་བཟུང་བ་དེ་ལའང་བྱང་ས་ནས་བཤད་པ་ལྟར་སྒྲོན་  
 འཇུག་སོ་སོར་བཟུང་བ་དང་། སྒྲིང་འཇུག་ནས་བཤད་པ་ལྟར་སྒྲོན་འཇུག་  
 ཅིག་ཅར་དུ་བཟུང་བའི་ཚུལ་གཉིས་ཡོད་པ་གང་བྱས་ཀྱང་བྱེད་མེད་ཅིང་། དེ་  
 གཉིས་དབུ་སེམས་སོ་སོའི་ལུགས་སུ་ཁ་ཅིག་འཆད་མོད། སེམས་བསྐྱེད་  
 བཟུང་ཚུལ་ལ་དབུ་སེམས་མི་མཐུན་པ་མེད་ཅིང་། རང་ལུགས་སྒྲུ་མ་སེམས་  
 བསྐྱེད་པ་ཅམ་ལས་སྒྲིང་བ་ལ་སྒྲོབ་མི་རུས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ལ། བྱི་མ་ནི་  
 དེ་གཉིས་ཀ་བྱེད་རུས་པའི་དབང་དུ་བྱས་པར་བཞེད་ཅིང་། སང་ཉིན་སྒྲོན་  
 འཇུག་ཅིག་ཅར་དུ་བཟུང་བའི་ལུགས་ལྟར་བྱེད་པ་ཡིན་གསུངས་ནས་གཏང་  
 རག་གི་མཆུལ་དང་། ལམ་རིམ་སྒྲོན་ལམ་མཇུག་ཏུ། ལྷ་མ་རིན་པོ་ཆེས་དབུ་  
 བསྐྱེད་མཛད་དེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ། །ཞེས་སོགས་ལན་  
 གསུམ། བ་མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་དང་ལྡན་གྱུར་ཅིག །སོགས་དང་།  
 དཔལ་ལྡན་ལྷ་མའི་སྐྱ་ཆེ་བཏན་པ་དང་། །ཞེས་སོགས་ལན་རེ། གསུངས་

ཤིང་། དེ་རྗེས་རྒྱལ་བ་མ་ལུས་མ་གསུངས་ནས་སྟོན་གྱི་ལ།

༥ ཉིན་ཉིར་བཞི་པར། ཆོགས་ཐེངས་དང་པོར་མདོ་སྒྲིག་པ་དང་།  
གཏོར་མ་བཏང་བ་སོགས་སོང་རྗེས། ཆོས་ཐུན་གཉིས་པར། ལྷ་མ་རིན་པོ་  
ཆེ་བཞུགས་ཁྲིར་གདན་བྲངས། སྒྲོར་ཆོས་མཆོད་འཕྲེང་སོགས་རྒྱས་པར་  
བཏང་ནས། སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་སྒྲུ་མ་པ་ཁྱུ་བའི་ཡོན་དུ་མཐུལ་འབུལ་སྐྱབས་  
སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་རྩ་སྐུ་མས་སོ་སོའི་བྲག་ཏུ་བཟུང་སྟེ། མཐུལ་མཐུག་ལྷ་  
མའི་སྐུ་མདུན་དུ་བུལ་ནས་སྤྲུངས་བེན་མཆོམས། རི་སྐད་དུ། ཁམས་གསུམ་  
ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་ཞལ་ནས། སེམས་བསྐྱེད་ཐེག་མཆོག་  
ལམ་གྱི་གཞུང་ཤིང་སྟེ། །ཞེས་སོགས་འདྲེན་པར་མཛད་ནས། སེམས་  
བསྐྱེད་ཀྱི་པན་ཡོན་རྣམས་སྤར་བཞིན་གསུངས་ཤིང་། དལ་འགྱོར་རྟེན་  
དཀའ་ནས་བཟུང་སྟེ་གོ་རིམ་མཐར་ཆགས་ཡིད་འབུལ་ངེས་ཀྱིས་སྒོ་སྤྲུངས་  
ནས། དམིགས་པ་གསལ་འདེབས་ཀྱི་སྐབས་རང་གི་མཐའ་སྒྲོར་དུ་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་འཁོད་པར་མོས་དགོས་པས། དེ་ཡང་འགྲོ་བ་རིགས་ཐུག་  
ཐམས་ཅད་ཀྱང་མིའི་རྣམ་ཅན་ལ་སྟག་ཏུ་མོས་ཏེ། ཕོ་རིགས་ཀྱི་སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་རང་གི་ཕ་དང་། མོ་རིགས་ཀྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རང་གི་  
མ་ཀླན་མོའི་རྣམ་པར་གཡས་གཡོན་དུ་གསལ་འདེབས། དེ་ནས་ལྷ་མ་ཐུབ་  
པའི་དབང་པོར་གསལ་བའི་མཐའ་སྒྲོར་དུ་བསྐྱལ་བཟང་སངས་རྒྱས་སྟོང་  
སོགས་ཀྱིས་བསྒྲོར་བ་དང་། སྤྱན་དངས་པའི་ལྷ་མ་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་བཅས་  
ཀྱི་སྤྱན་སྤར་བུས་མོ་གཡས་པའི་སྤྱང་ས་ལ་བཙུགས་ཏེ། སྤྱབས་འགྲོ་དང་

སྒྲིབ་སེམས་བཟུང་བ་སྒྲིབ་ལམ་དང་སྒྲགས་ནས་བྱེད་པ། སངས་རྒྱས་ཆོས་  
 ཆོག་མ་ལན་གསུམ་དང་། འགྲོ་ཀུན་སྲིད་ཞིའི་འཇིགས་པ་ཞེས་སོགས་  
 ལན་གསུམ། དེ་ནས་དངོས་གཞི་སྒྲིབ་འདུག་ཅིག་ཅར་དུ་འཇིན་པ། ལྷ་མ་  
 རྒྱལ་བ་སྤྲས་བཅས་རྣམས། །ཞེས་སོགས་དགོངས་གསོལ་སྒྲིབ་དུ་འགྲོ་བའི་  
 སྒྲོམ་གཟུང་གི་ཆོག་ལན་གསུམ། དེར་དུས་བདག་ཆེ་འབྲས་བྱ་ཡོད། །ཅེས་  
 སོགས་སྒྲོ་བ་བསྐྱེད་པ་དང་། བསྐྱེད་བྱ་འཇིན་པ་ཆར་གཅིག་བཅས་ལྷ་མ་  
 རིན་པོ་ཆེས་ཆོག་དོན་གསུང་བ་ཤད་སྒྲགས་ཏེ་དབུ་བསྐྱེད་བཅས་གསུངས་  
 ཤིང་སྒྲོ་བ་མ་རྣམས་ཀྱིས་རྗེས་སྒྲོས་ཞུས། དེ་ནས་རང་རེས་ད་རེས་བྱང་ཆུབ་  
 ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ན། སྒྲོགས་བཅུའི་ཞིང་རབ་འབྲམས་ན་བཞུགས་པའི་  
 སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་བཞུགས་ཁྱིེ་དང་བཅས་པ་འབེར་གྱིས་  
 གཡོས་ཤིང་། འཁོར་རྣམས་ཀྱིས་དེའི་རྒྱ་རྒྱུན་ཞུས་པ་ན། བོད་ཁ་བ་ཅན་གྱི་  
 སྒྲོངས་སུ། དབེན་གནས་ཆུ་བཟང་རི་ཁྲོད་བྱ་བ་ན། ལྷ་མ་བྱམས་པ་བསྟན་  
 འཇིན་འཕྲིན་ལས་རྒྱ་མཆོ་ཞེས་བྱ་བའི་སྐུ་སྤྲུལ། སྒྲོ་བ་མ་ཆེ་གོ་མོས་བྱང་  
 ཆུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་མཐུ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་ཤིང་། སེམས་  
 དེ་མི་ཉམས་པ་དང་། སྒྲིབ་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་སྒྲིབ་ལམ་མཛད་པར་  
 གསུངས། དེ་ནས་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་རྗེས་ལས་གང་སྒྲོགས་ཤིག་ཕྱག་ཏུ་  
 བཞེས་ཤིང་། འཕྲོས་ཀྱང་མཆོད་གཡོག་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཟུང་བ་དང་བཅས།  
 རང་ཅག་རྣམས་ཀྱིས་ད་ལམ་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་འཆད་ཉན་བགྱིས་  
 པའི་དགོ་རྩ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བྱང་བ་དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་པའི་



དགེ་ཅ་འདིས་མཆོན། དུས་གསུམ་གྱི་དགེ་ཆོག་ས་རྣམས་ཚུད་མི་འཇོལ་  
བའི་ཕྱིར་རྗེ་བཙུན་བྱམས་པ་མགོན་པོ་ལ་བཅོལ་ནས། རྣམ་ཞིག་སྒྲིང་འདིར་  
བྱམས་མགོན་གྱིས་མཆོག་གི་སྒྲུལ་སྒྲུའི་མཛད་པ་སྟོན་པའི་ཆོ། དགེ་ཅ་དེ་  
དག་གི་མཐུས་རང་རེས་རྣམས་རྒྱལ་བ་བྱམས་པ་མགོན་པོའི་འཁོར་གྱི་  
ཐོག་མར་གྱུར་ནས་གསུང་གི་བདུད་རྩི་ལ་ལོངས་སྤྲད་དེ། སྒྲ་མེད་བྱང་ཚུབ་  
ཏུ་ལུང་བསྟན་ཐོབ་པའི་རྒྱུར་བསྟོ་བ་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། ལན་གསུམ་པའི་མཐར་  
འཇུག་གིས་མཆོད་རྗེས་རྣམ་མཁར་འཐོར་བ་དང་བྱེད་རང་རྣམས་གྱི་དགེ་ཅ་  
རྣམས་བཀྲ་ཤིས་ཏྲགས་བརྒྱད། རྒྱལ་སྤྱི་སྒྲ་བདུན་སོགས་གྱི་མཆོད་རྗེས་  
སྤྲ་གྱུར་ནས། དགའ་ལྡན་དུ་རྗེ་བཙུན་གྱི་ཉི་འཁོར་ལ་བབས་ཤིང་། བྱམས་  
མགོན་གྱིས་ཀྱང་དགེ་ཅ་བདག་གིར་བཞེས་ཏེ་ཐུགས་སྟོན་མཛད་སོང་སྟུང་  
པར་བྱེད་དགོས་པར་གསུངས་ཏེ། རྣམ་ཞིག་རྫོང་གདན་མ་དང་། དེ་ཆེ་རྒྱལ་  
བ་ཞེས་སོགས་སྟོོ་ག་གཉིས་ཀ་དབྱུ་བསྒྲུལ་གྱིས་ལན་གསུམ་གསུངས་ཏེ་  
གསུམ་པའི་མཐར་རྗེས་རྣམས་འཐོར་ཚུལ་མཛད།

གཉིས་པ་ཐོབ་པ་མི་ཉམས་པར་བསྐྱང་བའི་ཚུལ་ལ་སྟོན་འཇུག་གི་  
བསྐྱབ་བྱ་གཉིས་ལས། དང་པོར་ཆེ་འདིར་སེམས་བསྐྱེད་མི་ཉམས་པའི་རྒྱ་  
ལ་བསྐྱབ་པ་དང་། སྒྲེ་བ་གཞན་དུ་མི་འབྲལ་བའི་རྒྱ་ལ་བསྐྱབ་པ་གཉིས། དང་  
པོར་བཞི་ལས། དང་པོ་ནི། སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་པན་ཡོན་བྲན་པ་དང་། གཉིས་  
པ་ནི། སེམས་བསྐྱེད་མི་གཏོང་བར་སྒྲེལ་བའི་ཕྱིར་ཉིན་ལན་གསུམ་མཆོན་  
ལན་གསུམ་དུ་བཟུང་བ་དང་། གསུམ་པ་ནི། གཞན་གྱིས་ལོག་སྒྲུབ་བྱས་

པར་འདིའི་དོན་མི་བྱ་སྐྱམ་པ་ལྟ་བུའི་སློབ་པ་སྐྱེ་བ་འགོག་པ་དང་། བཞི་པ་ནི།  
 སེམས་བསྐྱེད་འཕེལ་བའི་རྒྱ་རྩ་ཆོག་པ་གསོག་པ་རྣམས་ཡིན། གཉིས་པ་ལ་  
 བཞི་ཆོན་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། རྩོམ་གྱིས་སྒྲིབ་པ་དང་མཁན་སློབ་སོགས་  
 དབུ་བསྐྱོར་བ་དང་། གཞན་དག་གི་བྱེད་པར་འགྱུར་བ་བསྐྱེད་པ། བྱང་སེམས་  
 ལ་ཞེ་སྒྲིབ་གིས་མི་སྟན་པ་བརྗོད་པ། ལྷག་བསམ་མ་ཡིན་པའི་གཡོ་སྒྲུབ་བྱེད་  
 པ་སྟེ་ནག་པོའི་ཆོས་བཞི་སློབ་པ་དང་། གཉིས་པ་ནི། ཤེས་བཞིན་རྩོམ་སྒྲིབ་  
 སློབ་པ། སེམས་ཅན་ལ་གཡོ་སྒྲུབ་མེད་པའི་བསམ་པ་དང་པོར་གནས་པ། བྱང་  
 སེམས་རྣམས་ལ་སྟོན་པའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་ཅིང་། དོན་གནས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་  
 བ་བརྗོད་པ། རང་གིས་སྟོན་པར་བྱ་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་རྗོགས་བྱང་  
 འཛིན་དུ་འཇུག་པ་སྟེ་དཀར་ཆོས་བཞི་བསྟོན་པ་ཡིན།

གཉིས་པ་འཇུག་པའི་བསྐྱེད་བྱ་ནི། ཅ་ལྟར་བཅོ་བརྒྱད་དང་། ཉེས་བྱས་  
 ཞེ་བྱུག་གིས་མ་གོས་པར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒྲིམ་པ་ཚུལ་བཞིན་དུ་  
 བསྐྱེད་པ་ལ་བསྐྱེད་དགོས་ཚུལ་སོགས་ཞིབ་པར་གསུངས་ཤིང་། དེ་ནས་  
 སྒྲིབ་ཡང་། ངས་ནི་བྱོད་ལ་ཐར་པའི་ཐབས་བསྟན་གྱི། །ཐར་པ་རང་ལ་རག་  
 ལས་ཤེས་པར་གྱིས། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་དུ། སྒྲིབ་ཞུས་པ་དེ་དག་ཕྱི་  
 བཤད་ཆོས་ཅན་དུ་མ་སོང་བར་ཉམས་ལེན་ལ་འབྱེད་ཅི་ཐུབ་དགོས་ཚུལ་  
 དང་། དཔེར་ན་ཆོང་པ་ལ་སོགས་པས་རྟ་དེལ་སོགས་ལ་སོ་སོར་འཆམས་  
 པའི་ཁལ་ཅི་རྒྱས་རེ་འགོལ་བ་ལྟར་སློབ་པ་འབྲིང་ཐ་གསུམ་གྱིས་རྒྱས་ཆོད་  
 དང་བསྟན་པའི་ཉམས་ལེན་མ་མཐའ་རེ་ཅིས་ཀྱང་གནང་དགོས་ཤིང་། གཙོ་

ཆེར་བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་ལ་བྱུགས་དམ་གྱི་མཐིལ་དུ་བྱས་ནས། དམིགས་  
 བ་གཞན་དང་གཞན་དག་དེའི་གྲོགས་སུ་ཤེས་པའི་སྒྲོ་ནས་བསྐྱེད་སྤྲུང་སྤྲོས་  
 ལ། དེ་ཡང་དང་པོར་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ལ་བསྟེན་ཚུལ་ཚུལ་བཞིན་  
 བྱས་པས། དེས་བསྟེན་པའི་གདམས་དོན་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་སྒྲོ་ནས་དལ་  
 འགྲོར་ལ་སྒྲིང་པོ་ལེན་འདོད་བསྐྱེད་ཅིང་། སྒྲིང་པོ་ལེན་པའང་ངེས་པར་ད་ལྟ་  
 ནས་བྱེད་པ་མ་བྱུང་ན། ཉེན་འདི་ཡུན་དུ་མི་གནས་པ་དང་། འཆི་བའི་རྗེས་  
 སུའང་གར་སྐྱེ་རང་དབང་མེད་ཅིང་། ངན་འགྲོར་སྐྱེས་ན་དེའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་མི་  
 བཟོད་པས། དེ་ལས་སྐྱོབ་པའི་སྐྱབས་དང་། དེ་ལས་ཐར་བའི་ཐབས་བཅའ་  
 དགོས་ཤིང་། ཐབས་དེ་དག་ལ་འབད་པས་གལ་ཏེ་ངན་འགྲོར་མི་སྐྱེ་བ་ཅམ་  
 བྱུང་ཡང་། བདེ་འགྲོའི་ཉེན་ལ་སྐྱུག་བསྐྱེད་མེད་པ་མིན་ཅིང་། སྤྲོ་ངན་སོང་  
 དུ་མི་སྐྱེ་བའང་མིན་ཚུལ་ཞིབ་དུ་བསམས་པས་ངེས་པར་འཁོར་བ་ལས་ཐར་  
 འདོད་གྱི་བསམ་པ་འབྱུང་ལ། དེ་ཡང་རང་གཅིག་བུ་ཐར་བས་མི་ཆོག་པར་  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དྲིན་ཅན་གྱི་ས་མ་ཤ་སྐྱུག་ཡིན་པས། དེ་དག་ལ་རྗེ་  
 མི་སྦྱུང་པར་འཛོག་པ་མ་རབས་གྱི་ལུགས་སུ་འགྱུར་བར་མ་ཟད། རང་ཡང་  
 འཁོར་བ་ལས་ཐར་ཅམ་གྱིས་མི་ཆོག་པར། སྤྲོ་སྤྱིར་མ་སྦྱོས་པར་ཐེག་ཆེན་  
 གྱི་ལམ་དུ་འཇུག་དགོས་པས་ན་ད་ལྟ་ནས་ཐེག་ཆེན་ལ་འཇུག་རིགས་ཤིང་།  
 འཇུག་སྒྲོ་ཡང་སེམས་བསྐྱེད་ཁོ་ན་ཡིན་པས་དེ་བསྐྱེད་པའི་ཐབས་ལ་འབད་  
 དགོས། དེ་ལྟར་བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་ལ་རྩོལ་མེད་གྱི་སྤྱོད་བཟོན་པ་ན། རང་  
 གི་ངོས་ནས་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་ཡུན་རིང་པོར་དཀའ་བ་སྤྱད་དགོས་ཀྱང་

བཟོད་མོད། དེའི་བར་མ་གྲན་ནམས་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱིས་མནར་བ་ལ་ཆེས་མི་  
 བཟོད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བྱུང་པར་ཅན་ཞིག་གི་སྒྲོན་སྒྲུབ། ཐེག་པ་ཀུན་  
 ཀྱི་མཆོག་གསང་སྐྱུག་སྐྱུག་ཀྱི་ལམ་དུ་འཇུག་དགོས་པས། རྫོང་ཆེ་སྒྲོབ་དཔོན་  
 མཆོན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་གི་བྱང་ནས་སྒྲིབ་བྱེད་དབང་བཞི་ཞེས་ཏེ། འོད་  
 གསལ་དང་སྐྱུ་ལུས་བྱང་དུ་འཇུག་པའི་བྱང་འཇུག་གི་ཉེ་རྒྱ་དངོས་སུ་སྐྱུ་བ་  
 པ་དང་། དེའི་སྒྲིབ་བྱེད་དུ་བསྐྱེད་རིམ་བསྒྲོམ་པ་སོགས་ཀྱིས་སྐྱེགས་དུས་  
 ཀྱི་ཆེ་མུང་གཅིག་ལ་མི་སྒྲོབ་པའི་བྱང་འཇུག་གི་གོ་འཕང་ཐོབ་པ་ཞིག་བྱེད་  
 དགོས། དེ་ཐོབ་པར་བྱེད་པ་ལའང་དེའི་སྒྲོན་དུ་དེ་དག་གི་ཉེ་རྒྱ་དོན་གྱི་འོད་  
 གསལ་དང་། དག་མ་དག་གི་སྐྱུ་ལུས་སྐྱུ་བ་པ་སྒྲོན་དུ་འགྲོ་དགོས་ཤིང་། དེ་  
 ལའང་དེ་དག་གི་སྒྲིབ་བྱེད་བསྐྱེད་རིམ་རགས་པ་ཙམ་མཐར་ཕྱིན་པ་ཞིག་  
 དེས་པར་དགོས་ལ། དེའི་སྒྲོན་དུ་སྐྱུ་བཞིའི་ས་བོན་ཐེབས་ངེས་ཀྱི་དབང་བཞི་  
 རྣམ་པར་དག་པ་ཐོབ་དགོས། དེ་ལའང་དེའི་སྒྲོན་རྒྱུང་བྱང་བྱང་པར་ཅན་ལམ་ཐུན་  
 མོང་བ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱིས་རྒྱུད་སྐྱུངས་པ་སོགས་སྒྲོན་དུ་འགྲོ་དགོས།  
 དེའི་ཕྱིར་སེམས་དེ་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱིས་  
 མནར་བ་ལ་མི་བཟོད་པའི་སྒྲིབ་རྗེ་དང་། དེ་སྐྱེ་བའི་གཞི་དང་པོར། རང་ཉིད་  
 འཁོར་བ་སྐྱེ་དང་བྱེ་བྲག་གི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལ་མི་བཟོད་པའི་ཡིད་འབྱུང་དང་།  
 དེའི་སྒྲོན་དུ་ངན་སོང་གི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལ་འཇིགས་ཤིང་སྐྱུག་པ་ཞིག་དགོས་  
 ལ། དེའང་ལས་འབྲས་དང་ནམ་འཆི་ངེས་མེད་མ་བསམས་པར་རྣལ་མ་ཞིག་  
 མི་སྐྱེ་བས་དེ་དག་བསྐྱེད་དགོས། ལམ་དེ་དག་ལ་འཇུག་སྒོ་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ནི་

དལ་འབྱོར་དོན་ཆེ་རྟེན་དཀའ་བསམ་པ་ཁོ་ན་ཡིན། དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་  
དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་བསམ་སྒྱུར་གཉིས་ཀྱིས་ཚུལ་བཞིན་དུ་བསྟེན་པ་ལ་  
བརྟེན་ནས་སྒྱུ་དགོས་པ་ཡིན།

དེའི་ཕྱིར་དང་པོ་ནས་མཐོ་ས་ཞིག་ཏུ་མི་སྟེགས་པར་བཤེས་གཉེན་  
བསྟེན་ཚུལ་ནས་བཟུང་རིམ་བཞིན་ཉམས་འོག་ཏུ་ཚུད་པར་བྱས་ནས་སྒོ་  
སྤྲུང་། ཉམས་འོག་ཏུ་ཚུད་པ་ཞེས་པ་དམིགས་པ་དེ་རེ་ཞིག་བར་སྤྲུང་ན་རྒྱད་  
ལ་སྒྱུ་བར་འདུག་སྟམ་པའི་བློ་རྟེན་པ་ལ་བཟུང་། དེ་ནས་དབུ་ནས་མར་ལ།  
ལམ་གྱི་རིམ་པའི་མགོ་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་ནས་བཟུང་སྟེ་དམིགས་  
སྒྱུར་རེ་རེ་བཞིན་ལ་རྩོལ་བཅས་ཀྱི་སྤྱོད་བཤུགས་ལ་འདོན། སྤྱོད་བཤུགས་ཐོན་ཐེན་པ་རྣམས་  
ལ་བཤུར་སྒྲོམ་དང་། གང་ལ་སྤྱོད་བཤུགས་ཐོན་པ་དེ་ལ་དེ་རྩལ་དུ་བརྟེན་ནས་  
སྤྲུང་། འདི་དག་གི་ཆེ་ཡང་རང་ཅག་ཆང་ལ་མ་ཞོར་བའི་མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་  
བསྟེན་པ་དྲི་མ་མེད་པ་འདི་ལྟ་བུ་དང་མཇུག་པའི་དུས་འདིར་གསང་སྒྲགས་  
ལ་བག་ཆགས་འཛིག་པ་ཅུ་མ་མ་བྱུང་ན་ཤིན་ཏུ་མངས་པ་ཡིན་པས། ཡི་དམ་  
གསང་བ་དེ་འཛིགས་གསུམ་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་གི་སྟེང་ནས་ལམ་བསྐྱེད་  
རྒྱུ་གས་གཉིས་ལའང་བཤུར་སྒྲོམ་རེ་ཅིས་ཀྱང་བྱ། དེ་ལྟར་བྱེད་པའི་གང་ཟག་  
དེས་ནི་བསྟེན་པ་ཡོངས་སུ་རྒྱུ་གས་པ་ལ་བཤུར་སྒྲོམ་བྱས་པས། ལྟན་ཐོག་  
གཅིག་ཏུ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཉམས་ལེན་དུ་འབྱེད་བཤུགས་པ་ཡིན། དེས་ན། བྱང་ཆུབ་  
ཀྱི་སེམས་ཀྱི་བར་གྱི་དམིགས་སྒྱུར་དེ་དག་ལ་རྩོལ་བཅས་ཀྱི་སྤྱོད་བཤུགས་  
ན། དེ་ནས་ཡང་དབུ་ནས་མར་ལ། དམིགས་སྒྱུར་རེ་རེ་བཞིན་ནས་རྩོལ་མེད་

གྱི་སྒྲིང་བ་འདོན། དེ་ནི་ལམ་ལྟ་བུར་མཆོན་ན་འགྲོ་གཅིག་མ་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་  
 དེ་ལྟ་བུའི་ཚུལ་གྱིས་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་གྱི་བར་ལ་སྒྲིང་བ་ཐོན་པར་བྱས་  
 པའི་ཐོག་ནས་གསང་སྤགས་གྱི་ལམ་རིམ་པ་གཉིས་ལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་འབད་  
 བ། རྒྱུད་དང་བྱུང་ཆེན་གྱི་གཞུང་ནས་བཤད་པའི་རྟོགས་པ་བྱུང་པར་ཅན་  
 རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་ཞིང་རིང་པོར་མི་ཐོགས་པར་རྒྱལ་བ་དབེན་ས་པ་ཡབ་སྲས་ལྟར་  
 སྟོགས་དུས་གྱི་ཆེ་མུང་གཅིག་ལ་བྱང་འཇུག་དོ་རྗེ་འཆང་གི་གོ་འཕང་མངོན་  
 དུ་བྱེད་པར་རུས་པ་ཡིན། ད་ནི་རང་ཅག་རྣམས་བྱང་ཆུབ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་  
 ནས་རྒྱལ་བའི་སྲས་གྱི་སྒྲིང་བ་སྒྲན་མེད་པར་འཇུག་པའི་སྤྱིར་རྣམ་མཁའི་  
 མཐའ་བྱུང་གྱི་རིགས་དུག་གི་འགྲོ་བ་ཀུན་སོ་སོའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཞི་ཞིང་། སྒྲ་  
 མེད་བྱང་ཆུབ་གྱི་གོ་འཕང་ལ་འགོད་པར་སྒྲོན་པའི་ཆེད་སྒྲིང་འཇུག་གི་སྒྲོན་  
 ལམ་འདོན་པར་མཛད་དགོས། འདི་ནི་བདག་གི་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེའི་བྱུག་  
 ལེན་ལ་མེད་ཀྱང་། སྒྲོན་ཁྱི་ཆེན་ཡབ་སྲས་སོགས་གྱི་སྐབས་མཛད་པར་སྤང་  
 བའི་བྱུག་སྒོལ་བཟང་པོ་སྤྱར་གསོ་བ་སོགས་གྱི་དགོས་པ་བྱུང་པར་ཅན་གྱི་  
 སྤྱིར་ཡིན་པས། ཆོག་དོན་དང་མཐུན་པར་མ་གཡེངས་པའི་ངང་ནས་གསུང་  
 བར་ཞུ་གསུངས་ནས། སྒྲིང་འཇུག་ཆེན་མོའི་བསྐྱོ་བ་དབྱུ་བསྐྱེད་གྱིས་ལྟན་  
 དུ་གསུངས་ཤིང་། མཇུག་དུ་གཏང་རག་གི་མཆུལ་དང་སྒྲོན་ལམ་ཤིས་པ་  
 བརྗོད་པ་སོགས་གྱིས་ཡོངས་རྫོགས་བསྟན་པའི་སྤྱིང་པོ་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་  
 རིམ་པའི་སྒོལ་བཟང་དུས་གྱི་མཐའ་ཡང་རུབ་པ་མེད་པར་ས་གསུམ་གྱི་ཕུན་  
 སེལ་མཆོག་དུ་ཆེས་ཆེར་གསལ་བའི་བཀའ་བློན་མཛད་དོ།



## མཐུག་ཏུ་དག་སྒྲུབ་ཞེས་སྒྲུབ།

སྒྲུབ་པ།

བྱམས་བཅའི་རལ་གྱིས་སྤྲོད་པ་གཞིག་པས་བདེ་གཤེགས་བསྟན་  
ལ་རྗེ་འཇིན་པའི་རྗེ་བོར་སྦྲེམས། །པ་མཐའ་མི་མངོན་སྒོ་ཆེན་རྒྱལ་བའི་  
འཕྲིན་བཟང་སྒྲོག་པས་འགྲོ་ཀུན་ཐུན་པའི་མལ་ལས་སྒྲོང་། །སྒྲོང་ཉིད་སྒྲོང་  
རྗེའི་བྱུག་རྒྱ་མཆོག་གི་རི་བོང་མཆོན་མས་གཏན་བདེའི་རོལ་མཆོ་སྤེལ་བའི་  
དབྱིད། །བདག་སྒོ་རབ་རྒྱས་པ་སྒོ་ཁ་འབྱེད་རིགས་ཀུན་བདག་པོ་སྤྱི་བོའི་  
རྒྱན་དུ་སྦྲར་ཡང་བསྟན། །མགོན་དེའི་ཞལ་ལྷང་རིན་ཆེན་འབྱམ་གྱི་དབྱིག་  
།སྤྲོད་དང་ཞི་བའི་འདོད་པ་ཀུན་འཇོ་བ། །སྐལ་བཟང་སྤྱི་བོའི་སྒྲོང་གི་གཅེས་  
འོར་དུ། །རིག་གཞིགས་གཏེར་གྱི་སྒྲོམ་བྱ་འདི་ན་གཏམས། །རྗེས་བསྟན་  
རིམ་པ་དུ་མའི་འདུ་འགོད་ནི། །ཐམས་ཅད་གཞིགས་པའི་འགལ་ལྷ་འགོག་  
པའི་གར། །ལྷ་མེད་དཔལ་དུ་ཆེ་བའི་ལྷང་རྟོགས་ཀྱིས། །དབང་པོའི་ཁམས་  
བཞིན་ཐེག་པ་མཆོག་ལ་གཞོལ། །བྱུང་གསུང་རབ་འབྱམས་མ་སྦྲད་ལུས་  
ཅན་འོར། །གདམས་པའི་མན་ངག་མཆོག་ཏུ་རྟོགས་པའི་སྒོས། །སྦྲང་སྤྲོད་  
ལྷ་མར་ཤར་བའི་གཞིགས་མོ་ལ། །ལོངས་སྤྱི་སྒྲོད་འདི་རྒྱལ་བ་དབྱེས་པའི་  
ལམ། །བདུད་བཞི་བཅོམ་པས་རྒྱལ་རྩ་བདུང་བའི་དབྱངས། །བྱུང་དགོངས་  
ཟབ་མོའི་བརྗོད་པ་མ་འབྲུལ་བར། །དོན་གཉིས་བདེ་ལྷག་སྟེར་བའི་འཕྲིན་  
ཡིག་ཏུ། །སྤེལ་བས་སྟེད་དཀའི་ལམ་ལ་སྒྲོད་པ་མང། །ཉིས་པས་མ་རྟོག་

ཀུན་སྒྲིབ་ཀྱི་ཆེན་མཆོར། །ལམ་གྱི་སྒྲིབ་པོ་སྒྲིབ་པའི་རང་རིག་ཁམས། །སྒྲིབ་  
 འགག་བདག་ཏུ་མེད་པའི་རྟེན་འབྱུང་དོན། །འགྲོ་ལ་གསལ་བ་ལམ་བཟང་  
 འདི་ལས་གང་། །བསམ་འཕེལ་ཡོད་ཀྱས་མི་མཆོན་རྟེན་དཀའི་རྟེན། །འདི་  
 སྒྲིབ་གྱི་ནའི་གར་ལ་མི་རོལ་བར། །རང་གི་གཏན་འདུན་བདེ་བའི་མཐའ་རྟོག་  
 བ། །ལམ་མཆོག་འདི་ལས་གཞན་དུ་སྤྱུ་ཞིག་སྒྲིབ། །དེས་ན་ཐར་པ་འདོད་  
 པའི་ཡིད་ཅན་ནམས། །ལྟར་སྒྲིབ་ལམ་གྱིས་མཆོག་ཏུ་མི་རྫོལ་བར། །ཡོངས་  
 རྫོགས་མན་ངག་གཅིག་ཏུ་འབྲེལ་བའི་བཅུད། །འདི་ལ་བསྟེན་དང་རེ་བའི་ཡི་  
 ག་འདོ། །ཚུལ་འདིར་འབད་པའི་དགོ་ཆོགས་གསྐྱེའི་ཁྱུང་། །ཟླ་བའི་མཛེས་  
 མ་སྤྱི་གཏེ་འཕེལ་བྱེད། །ཕྱོགས་གྱི་སྤྱུ་ཁྱུང་ཀུན་དུ་རིང་བ་ཡི། །རྟེན་འབྱུང་  
 སྤྱི་མའི་ངོ་མཆར་འབྱམས་སྒྲིབ་པས། །དེ་བྲལ་ཀྱུལ་བའི་རིང་ལུགས་བསེལ་  
 སྒྲིབ་དབང་། །སྤྱི་མའི་གཙུག་ཏྲར་ཅེ་ལ་ཞོར་བུའི་མཆེད། །སྐལ་བཟང་ཀུན་འཛི་  
 དཔལ་དུ་ཀྱི་ཆེ་བས། །ཁམས་གསུམ་གདུང་བ་ཡུན་དུ་སེལ་གྱུར་ཅིག །  
 བཤད་སྒྲིབ་ཐད་པ་མེད་པའི་རྒྱབས་གྱི་སྒྲོ། །ཀུན་གསལ་པ་མཐར་སྒྲེ་བའི་  
 གཏེར་གྱི་མཛོད། །གསེར་གྱི་མེ་རྟོག་འཇུ་མ་གྲོལ་བསྐྱེའི་མཆོ། །དགོ་ལྟན་  
 ལུགས་བཟང་རིང་དུ་གནས་གྱུར་ཅིག །ཀྱུལ་ཀུན་མཁྱེན་བཅེ་རུས་པའི་རིན་  
 ཆེན་རྒྱལ། །སྤྱི་མའི་ཅེ་མོར་སྤངས་པའི་ལྷན་པོའི་དབང་། །བསྟན་འཛིན་  
 ཀྱི་མཆོ་བསྐལ་བསྐྱུར་མི་གཡོ་ཞིང་། །འཕྲིན་ལས་ཉི་ཟླའི་རྒྱ་ཆ་གསལ་གྱུར་  
 ཅིག །མཛོན་དགའ་རབ་ཀྱས་སྐབས་གསུམ་གྲོང་གི་དཔལ། །སྤྱིངས་འདིར་  
 འཕོས་པའི་རྫོགས་ལྟན་དབྱར་སྤྱིས་སྤྱིན། །བསོད་ནམས་མཁའ་ལ་སྤྱེ་རེར་

གྲེས་པའི་གཡང་། །ཕན་བདེ་བདུད་ཅིའི་ཆར་དུ་འཛོལ་རྒྱུར་ཅིག །བདག་ཅག་  
རྣམས་ཀྱང་རིན་ཅན་སྒྲུབ་མ་མཆོག །སྒྱི་བོར་རིན་ཐང་མེད་པའི་ཐིག་ལེ་དུ། །  
འབྲུལ་མེད་ཚུལ་བཞིན་བསྟེན་པས་ཐེག་མཆོག་ལམ། །རྒྱ་བས་ཆེན་མཁའ་  
ལྷིང་འབྲུལ་གྱིས་བགྲོད་རྒྱུར་ཅིག །མདོར་ན་མཁའ་མཉམ་འགྲོ་བ་མ་ལུས་  
པ། །པ་ར་མི་ཏའི་སྒྲོད་བཟང་ཡོངས་རྫོགས་ཤིང་། །ཤིང་དབང་དུང་དུ་སྟོབས་  
བརྩུ་མངའ་བའི་དཔལ། །དཔལ་ལྷན་བྱང་ཚུབ་དོ་རྩེ་སྒྱུར་ཐོབ་ཤོག

ཅེས་པ་འདི་ཡང་དུས་གསུམ་གྱི་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཁྱེན་བཅེ་རུས་  
གསུམ་མཛད་པ་འཕྲིན་ལས་དང་བཅས་པ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་པའི་རང་གཟུགས་གཅིག་ལྟ། བཅེ་བས་  
བསྒྲོད་པའི་ཐབས་མཁས་ཀྱི་མཛད་པ་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་བས་བདག་དང་བདག་འདྲའི་སྒྲུབ་མོངས་  
རྣམས་ཀྱང་ཐེག་པ་མཆོག་གི་སྐལ་བཟང་ལ་སྒྱུར་བར་མཛད་པའི་བཀའ་རིན་མཚུངས་རྒྱ་མ་མཆིས་  
པའི་རྩ་བའི་རྒྱ་མ་བྲལ་བདག་དོ་རྩེ་འཆང་པ་བོང་ཁ་པ་དོན་གྱི་སྤྲད་དུ་མཆོན་ནས་སྒྲོས་ཏེ་རྩེ་བཙུན་  
བྱམས་པ་བསྟན་འཛིན་འཕྲིན་ལས་རྒྱ་མཆོ་དཔལ་བཟང་པོའི་ཞལ་སྤྱན་ལ་གཟིམ་ལྟ་སྒྱུ་དགའ་ཆལ་  
བའི་སྒྱུ་རོ་དད་དམ་མཚུངས་པ་མེད་པའི་ཡོན་གྱི་བདག་མོ་ལྟ་སྒྱུམ་དབྱངས་འཛོམས་ཆེ་རིང་ནས་སྒྱུ་  
གཤེགས་གྱུང་འཛིགས་མེད་རྣམ་རྒྱལ་དང་། ལྟ་སྤྲུལ་གྱུང་ཕྱན་ཆོགས་རབ་རྒྱས་གཉིས་ཀྱི་དགེ་རྩར་  
ཆེད་དམིགས་རྩེ་ལྟར་གསོལ་བ་བཏབ་པ་བཞིན་རབ་བྱུང་བཅོ་ལྔ་པའི་ལྷགས་བྱ་ལོར་དཔེན་གནས་  
ཉང་བྱན་ཚུ་བཟང་རི་ཁྲིད་ཀྱི་ཆོས་རབ་བྱང་ཚུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་དམར་ཁྲིད་སྒྱུར་ལམ་དང་། འཇམ་  
དཔལ་ཞལ་ལུང་དབྱས་བརྒྱད་དང་། ལྟོ་བརྒྱད་བཅས་གསུམ་སྒྲགས་ཐོག །སྒོ་སྒྲོང་སྐབས་སྒོ་སྒྲོང་  
དོན་བདུན་མ་དང་བཅས་ཀྱི་ཉམས་ཁྲིད་ཐབ་མོ་སྟེན་རྒྱས་སུ་བཀའ་རིན་སྤུལ་ཏེ་མོངས་རྒྱལ་གྱི་ན་བ་  
བདག་ཀྱང་ཐབ་རྒྱས་གསུང་གི་བདུད་ཅིར་ཡོངས་སུ་སྒྲོད་པའི་སྐལ་བཟང་ཐོབ་སྐབས། རུ་སྟོད་བྲག་

གཡལ་གདོང་ཀོང་སྐྱལ་སྐྱེ་རིན་པོ་ཆེ་ནས་ཉིན་རེ་ཉིན་རེའི་གསུང་བཤད་ནམས་ཟིན་གྱིས་ལམ་རིམ་  
 ཅམ་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བཀོད་འདུག་པ་ལྟར་རྗེ་བཙུན་སློབ་མ་མཆོག་ནས་ལྷགས་ཁྱུས་དང་འབྲེལ་སྦྱོར་  
 ཆོས་བཞི་པ་ཆོག་མཁུ་ཞིང་གསལ་འདེབས་པའི་མཛུགས་ཡན་ཆད་ལ་འཕྲི་སྟོན་བཀའ་བཅོས་སོགས་  
 མཛད་ཟིན་ཀྱང་། དེ་མན་ཆད་སློབ་མ་རིན་པོ་ཆེ་གཞན་དོན་འཕྲིན་ལས་ནམ་མཁའ་ལྟར་རྒྱ་ཆེ་བའི་  
 ལྷགས་ཀྱིས་གཟིགས་ཞིབ་མཛད་མ་གྲུབ་པའི་སྤྱི་འཕྲོ་ཅན་ཏུ་བཞུགས་པར་བརྟེན་པ་སློབ་མ་བཀའ་  
 བློན་ཅན་གྱི་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་ཞབས་འདེགས་སུ་བསམས་ཏེ་འཕྲོ་སྦྱོར་ཞིག་སྐབས་ན་ཅི་མ་རུང་སྐྱམ་  
 པ་ཡིད་ལ་གཅགས་སུ་སྤྲོད། །མགོན་པོ་གང་གི་གསུང་ལས་སྦྱེས་པའི་སློབ་བྱ་བསྟན་པའི་སྐབས་  
 འཁུངས་འཛིན་པའི་སློབ་སྐྱེལ་ཁག་དང་། གཞུང་བརྒྱ་སྤྱོད་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཕྱོགས་དང་ཕྱོགས་  
 བཞུགས་པ་ཏུ་མས་ཡང་ཡང་བསྐྱེལ་མ་མཛད་པར་བརྟེན་ཅ་བའི་ཟིན་གྱིས་སྟོན་མའི་ཐོག་སློབ་མ་རྣོ་རྗེ་  
 འཆང་ནས་ལམ་རིམ་སྤྲུ་རྗེས་སུ་སྐྱེལ་བའི་གསུང་ཟིན་ཁྱུངས་དག་འགའ་ཤས་གོ་བསྐྱེད་ཏེ་ལེགས་ཆ་  
 འཆོལ་ཞིབ་སྤྱོད་བྱ་བྱ་སོགས་སྤྲོད་རང་ཉིད་ནམ་གཡོང་ལུ་གྱུ་བརྒྱུད་ཀྱི་གཞན་དབང་ཏུ་སོང་བས་  
 ཁོམ་མིན་སྐབས། མཚུངས་མེད་རྗེ་བཙུན་སློབ་མ་བཀའ་བཞིན་སྐྱབ་པའི་མཆོད་པས་ཡུན་རིང་ཏུ་བསྟོན་  
 ཅིང་། ཐོས་པ་འཛིན་པ་ཀྱན་དགའ་བོ་དང་མཚུངས་པ་འདན་མ་རུང་ཡིག་དགེ་སྦྱོང་སྦྱོ་བཟང་རྣོ་རྗེ་  
 ལགས་ལ་ཟིན་གྱིས་ནམས་སྤྲོད་ནས་ཞིབ་འཛུགས་བདེ་བྱུང་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེད་ཏེ་གོང་འོག་འཁྲུག་  
 སྤྱོད་དང་། ས་བཅད་སོ་སོའི་ཐད་ཀར་སྦྱེལ་རྒྱུར་བསྐྱེལ་བ་བཞིན་རུང་ལགས་ནས་ཀྱང་ཡུན་རིང་ངལ་  
 བ་བྱུང་བསད་ཀྱིས་ཕྱོགས་དན་ཡང་དག་པར་མཛད་པ་ལ། སྤྱི་ཡང་རང་ཉིད་ནས་བྲེལ་བའི་གསེང་  
 དབར་ནམ་རུང་ལ་ཞིབ་ཏུ་དབྱེད་དེ་སློབ་མའི་གསུང་དང་མཐུན་མིན་སྤྲོད་ཡོད་རིགས་ལ་དག་བཅོས་  
 བྱ་བྱ་དང་། ཟིན་གྱིས་ནམས་སུ་མ་འཁོད་པའི་གསུང་རྒྱུན་མན་ངག་རང་སྦྱོར་ངེས་རིགས་ནམས་  
 གསར་འགོད་སོགས་སྟོན་འཕྲི་བྱ་འོས་རིགས་གང་ལུ་སྤྱོད་ཀྱིས་ཏེ་ཟིན་ཅན་སློབ་མ་མཆོག་གི་ཞལ་  
 ཆོབ་ལྟ་རུང་ཀྱན་ལ་སྤྲོད་ཏེ་བའི་ལྷག་བསམ་གྱི་ངལ་བ་འདུ་བྱེད་པ་པོ་ནི། རང་ལོ་བདུན་བརྒྱུད་ཀྱི་

སྐབས་ནས་བཟུང་མགོན་པོ་མཆོག་དེས་མཉེས་བཞིན་རྗེས་སུ་བཟུང་སྟེ་བྱིན་རྒྱལ་ས་སྒྲ་ན་མེད་པའི་  
ཐུགས་རྗེའི་ཞོ་གས་འཆོ་བའི་བཀའ་འབངས་ཀྱི་ཐ་གཤམ། ཁ་བཤད་ལག་ལེན་འགལ་བའི་ཆོས་མེད་  
སྟོམས་ལས་མཁན་ཡོངས་འཛིན་དགའ་ལྡན་ཁྱི་བྱང་སྟེ་མིང་པ་སྒོ་བཟང་ཡེ་ཤེས་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་  
མཆོར་འཕོད་པས་རབ་བྱུང་བཅུ་དྲུག་པའི་མེ་བྱ་ལོ་ཉོར་ཟླ་ ༡༠ ཆོས་ ༡༥ སྟེན་པ་སྤར་མའི་འབྲུག་  
སྟོར་སོགས་གཟའ་ཆོས་མཆོག་ཏུ་དགོ་བའི་ཉིན་མཇུག་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བགྱིས་པ་སྟེ། འདིས་  
ཀྱང་བྱང་རྒྱལ་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་སྟོགས་དུས་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ་དར་  
ཞིང་རྒྱས་ལ་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པར་གྱུར་ཅིག །

༥ ཨོ་སྤྲེ། རྒྱལ་ཀྱན་དགོངས་བཅུད་ཀེ་ལ་ཤ་རིའི་རྒྱན། །ཤེར་བྱིན་  
ཟབ་དོན་ནོར་བུས་གང་བའི་མཆོ། །མན་ངག་ལྷ་ཏིག་དབྱ་བའི་དོ་གཤམ་ཅན།  
།སྐལ་བཟང་ཡེ་ག་འཛོ་བའི་དབྱིད་དུ་སྒྲན། །ཐར་འདོད་ཞི་བའི་ལམ་སྟོན་ཟླ་  
གཞོན་མ། །དཔར་གྱི་རྗེང་བུའི་ཁབ་ཏུ་མདོན་བསུས་ཏེ། །ཀྱན་པན་བདུད་  
ཅིའི་བསེལ་བ་འབྲུམ་འགྱེད་པའི། །ལེགས་བྲས་འཇུག་དཀར་མཁའ་དང་  
མཉམ་འཇུག་པས། །མཐའ་ཡས་བྱབ་པའི་གསུང་རབ་རྒྱ་མཆོའི་བཅུད། །སྒོ་  
བཟང་རྒྱལ་བའི་རིང་ལུགས་བསམ་འཕེལ་དབང་། །དྲི་བལ་ལྷ་སྟོན་སྟོད་པའི་  
འོད་སྤང་གི། །ཅེ་དགས་འཛིག་ཏེན་ཡུན་དུ་སྤྲུང་གྱུར་ཅིག །རྒྱལ་ཀྱན་བཅེ་  
ཆེན་ནོར་བུའི་སྟོང་པོའི་ཁམས། །འདོད་རྒྱ་ཆར་དུ་བསྟེལ་བའི་རྫོགས་ལྡན་  
སྟོན། །སྤྲོངས་འདིའི་བསོད་ནམས་སྒྲ་རེར་ཏྲག་གཏིབས་པའི། །ངོ་མཆར་  
སྟོད་པའི་ཁོང་ལས་བཀལ་གྱུར་ཅིག །སྤྲུག་ཀྱན་མི་བཟང་ལག་ལྡན་བྱེ་བའི་  
སྟོག །འཕྲོག་བྱེད་བསྐྱབ་གསུམ་སྤར་མའི་ཤུགས་འཆང་ཞིང་། །བཤད་སྒྱུ་

གཡུ་རལ་གསེག་པའི་གདོང་ལྗེ་ལྟ། །ཐུབ་བསྟན་གངས་རིའི་རྒྱ་དུ་བརྩེད་  
གྱུར་ཅིག །རྒྱ་སྒྲོར་འབྲེལ་ཐོགས་དག་པའི་བཤེས་གཉེན་གྱི། །ཁྱེན་ཆབས་  
སྙིང་གི་ཉི་མ་རྟག་འཆར་བས། །རྒྱལ་བ་དབྱེས་པའི་ལུགས་བཟང་གདམས་  
པའི་ཕུལ། །ཉམས་སུ་སྒྲོང་བའི་དག་མཆན་འཛིན་གྱུར་ཅིག །དེ་ལས་ས་  
ལམ་དབྱིག་གི་ཐེམ་སྐྱས་ལ། །གྲུས་རྟག་བཙོན་པའི་འདེགས་འཛོག་སྒྱུར་  
བའི་གར། །སྒྲིག་སྒྱུལ་ཞོར་བུའི་བྱིམ་དུ་ལེགས་བསྐྱར་ནས། །དོན་གཉིས་  
འཕྲོ་འདྲའི་འཇུག་པ་རྒྱས་གྱུར་ཅིག །ཆོགས་གཉིས་ཡོངས་རྫོགས་སྒྲོ་གྲོས་  
ཉི་གཞོན་གསར། །མ་སྤང་ཀྱན་བཟང་རྒྱལ་བའི་མཆན་ཉིད་དུ། །བྱུང་བས་  
བདུད་གྱིས་མི་ཐུབ་བསྟན་པའི་གཉེན། །ཀྱན་དགའི་མཁྱེན་རབ་འོད་སྤང་  
གྲོལ་གྱུར་ཅིག

ཅས་པ་འདི་ཡང་སྒྲོ་བཟང་ཐུབ་དབང་དོ་རྗེ་འཆང་དང་དབྱེར་མ་མཆིས་པའི་རྩ་བའི་སྒྲ་མ་  
བཀའ་ཐིན་འཁོར་མེད་རྗེ་པ་ཐོང་ཁ་བ་དཔལ་བཟང་པོའི་ཞལ་སྒྲ་ནས་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་  
ཉམས་ཁྲིད་སྒྲུལ་སྐྱབས་གྱི་གསུང་བཤད་ཟིན་གྱིས་གདམས་ངག་བདུད་ཅིའི་སྙིང་པོ་འདི་ཉིད་ལོག་  
གངས་བརྒྱ་ཐམ་པའི་བར་དད་ལྡན་ཡོན་བདག་སྒྲོམ་མདའ་ལས་ཆན་ཉི་མ་རྒྱལ་མཆན་ནས་རྒྱ་སྒྱུར་  
ཏེ་བར་བཞོ་སྒྲོན་ཟེན་ཐོག །དེ་མན་ཡོངས་རྫོགས་ཕུན་ཆོགས་ལུགས་བརྒྱའི་དཔལ་གྱིས་མངོན་བར་  
མཐོ་ཞིང་དག་པའི་བཤེས་གཉེན་ལ་མི་བྱེད་པའི་དད་གྲུས་མཆོག་ཏུ་བརྟན་པ་གཟིམ་རམ་པ་བའི་སྒྱུ་རོ་  
བཀའ་བྱུར་སྒྲ་མ་དག་སྒྲོང་སྒྲོ་བཟང་ཐུབ་བསྟན་ཀྱན་མཁྱེན་མཆོག་ནས་འཇུངས་པ་མེད་པའི་གཏོང་  
བའི་སྒྲོ་འཕར་ཡངས་པོར་བྱེ་སྟེ་བར་བཞོ་མཛད་པའི་དག་བསྐྱེད་སྒྲོན་ཆོག་ཏུ་ཡོངས་འཛིན་ཁི་བྱང་སྒྲི་  
མིང་བས་སྒྲོན་པ་མི་རྟོ་རྒྱུ། །



## ལམ་རིམ་སྒོན་ལམ།

༡༡། །དེར་ནི་རིང་དུ་འབད་ལས་ཆོགས་གཉིས་ནི། །མཁའ་ལྟར་  
ཡངས་པ་གང་ཞིག་བསགས་པ་དེས། །སྒོ་མིག་མ་རིག་གིས་སྒྲོངས་འགྲོ་བ་  
ཀྱན། །རྣམ་འཛེན་རྒྱལ་བའི་དབང་པོར་བདག་གྱུར་ཅིག། །དེར་མ་སོན་པའི་  
ཆེ་རབས་ཀྱན་ཏུ་ཡང་། །འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱིས་བཅེ་བས་རྗེས་བབྱང་  
སྟེ། །བསྟན་པའི་རིམ་པ་ཀྱན་ཆང་ལམ་གྱི་མཆོག། །རྟེན་ནས་སྐྱབ་པས་རྒྱལ་  
རྣམས་མཉེས་བྱེད་ཤོག། །རང་གིས་རི་བཞིན་རྟོགས་པའི་ལམ་གྱི་གནད། །  
ཤུགས་དག་བཅེ་བས་དངས་པའི་ཐབས་མཁས་ཀྱིས། །འགྲོ་བའི་ཡིད་གྱི་  
ལྷན་པ་བསལ་བྱས་ནས། །རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་ཡུན་རིང་འཛིན་གྱུར་ཅིག། །  
བསྟན་པ་རིན་ཆེན་མཆོག་གིས་མ་བྱུང་པའམ། །བྱུང་ཀྱང་ཉམས་པར་གྱུར་  
པའི་ཕྱོགས་དེར་ནི། །སྒྲིང་རྗེ་ཆེན་པོས་ཡིད་རབ་བསྐྱེད་པ་ཡི། །པན་བདེའི་  
གཏེར་དེ་གསལ་བར་བྱེད་པར་ཤོག། །སྤྲུལ་བཅས་རྒྱལ་བའི་མད་བྱང་སྟོན་  
ལས་ལས། །ལེགས་བྱུང་བྱང་ཚུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པས་ཀྱང་། །ཐར་འདོད་  
རྣམས་ཀྱི་ཡིད་ལ་དབལ་སྟེར་ཞིང་། །རྒྱལ་བའི་མཛད་པ་རིང་དུ་སྒྲིང་གྱུར་  
ཅིག། །ལམ་བཟང་བསྐྱབ་པའི་མཐུན་རྒྱུན་སྐྱབ་བྱེད་ཅིང་། །འགལ་རྒྱུན་སེལ་  
བྱེད་མི་དང་མི་མིན་ཀྱན། །ཆེ་རབས་ཀྱན་ཏུ་རྒྱལ་བས་བསྐྲགས་པ་ཡི། །  
རྣམ་དག་ལམ་དང་འབྲལ་བར་མ་གྱུར་ཅིག། །གང་ཆེ་ཐེག་པ་མཆོག་ལ་ཆོས་  
སྒྲིང་བཅུའི། །ཚུལ་བཞིན་སྐྱབ་ལ་བཅོན་པ་དེ་ཡི་ཆོ། །མཐུ་ལྷན་རྣམས་ཀྱིས་

རྟག་དུ་གྲོགས་བྱེད་ཅིང་། །བཟ་ཤིས་རྒྱ་མཚོས་སྒྲོགས་ཀྱན་བྱུང་བྱུང་  
ཅིག །། ཅེས་པ་འདི་ནི་ལྟ་ཅོད་ཁ་བ་ཆེན་པོས་མཛད་པ་ལོ།

## སློབ་བཟང་རྒྱལ་བ་སྟན་མ།

༡༡། །རྒྱལ་བ་མ་ལུས་སྐྱེད་པའི་ཡབ་བྱུང་ཀྱང་། །རྒྱལ་སྐས་ཚུལ་  
གྲིས་ཞིང་ཁམས་རབ་འབྱམས་སུ། །རྒྱལ་བའི་ཆོས་འཛིན་ཐུགས་བསྐྱེད་  
བདེན་པའི་མཐུས། །སློབ་བཟང་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་རྒྱས་བྱུང་ཅིག །སྒྲོན་ཆེ་  
དབང་པོའི་རྟག་གི་སྒྲུན་སྤྲུ། །དམ་བཅས་ཆེ་ན་སྦྱིང་སྦྱོབས་ཆེན་པོ་ཞེས།  
སྐས་བཅས་རྒྱལ་བས་བསྐྱབས་བཞེད་བདེན་པའི་མཐུས། །སློབ་བཟང་རྒྱལ་  
བའི་བསྟན་པ་རྒྱས་བྱུང་ཅིག །ལྟ་སྒྲིབ་གཙང་མའི་བརྒྱུད་པ་སྤེལ་བའི་  
ཕྱིར། །ཐུབ་པའི་བྱང་དུ་ཤེལ་དཀར་གླེང་བ་ལུ། །ཆོས་དྲུང་གནང་ཞིང་ལུང་  
བསྟན་བདེན་པའི་མཐུས། །སློབ་བཟང་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་རྒྱས་བྱུང་ཅིག །ལྟ་  
བ་རྣམ་དག་རྟག་ཆད་མཐའ་ལས་གྲོལ། །སློམ་པ་རྣམ་དག་བྱིང་ཐུགས་ཐུན་  
པ་སངས། །སྒྲིབ་པ་རྣམ་དག་རྒྱལ་བའི་བཀའ་བཞིན་སྐྱབ། །སློབ་བཟང་རྒྱལ་  
བའི་བསྟན་པ་རྒྱས་བྱུང་ཅིག །མང་དུ་ཐོས་པ་རྒྱ་ཆེར་བཅའ་བས་མཁས།  
ཐོས་དོན་རི་བཞིན་རྒྱུད་ལ་སྦྱར་བས་བཅུན། །ཀྱན་ཀྱང་བསྟན་འགྲོའི་དོན་  
དུ་བསྒྲོ་བས་བཟང་། །སློབ་བཟང་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་རྒྱས་བྱུང་ཅིག །བང་  
ངེས་གསུང་རབ་མ་ལུས་འགལ་མེད་དུ། །གང་ཟག་གཅིག་གི་ཉམས་ལེན་

གདམས་པ་རུ། །ངེས་པ་རྟེན་པས་ཉེས་སྦྱོད་མཐའ་ དག་འགག། །སློབ་བཟང་  
རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་རྒྱས་གྱུར་ཅིག། །ལུང་ཆོས་སྡེ་སྦོད་གསུམ་གྱི་འཆད་ཉན་  
དང་། །རྟོགས་པའི་བསྟན་པ་བསྐྱབ་གསུམ་ཉམས་ལེན་ཏེ། །མཁས་ཤིང་གྲུབ་  
པའི་རྣམ་ཐར་མད་དུ་བྱུང་། །སློབ་བཟང་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་རྒྱས་གྱུར་ཅིག། །  
ཕྱི་རུ་ཉན་ཐོས་སྦྱོད་པས་ཞི་ཞིང་དུ་ལ། །ནང་དུ་རིམ་གཉིས་རྣལ་འབྱོར་  
གདེང་དང་ལྡན། །མདོ་སྒྲགས་ལམ་བཟང་འགལ་མེད་གྲོགས་སུ་འབྱེད། །སློབ་  
བཟང་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་རྒྱས་གྱུར་ཅིག། །རྒྱ་ཡི་ཐེག་པར་བཤད་པའི་སྟོང་  
པ་ཉིད། །འབྲས་བུའི་ཐབས་ཀྱིས་སྐྱབ་པའི་བདེ་ཆེན་དང་། །མཉམ་སྦྱོར་ཆོས་  
ལུང་བརྒྱད་ཁྲིའི་སྟོང་པོའི་བཅུད། །སློབ་བཟང་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་རྒྱས་གྱུར་  
ཅིག། །སྒྲེས་བྲུ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་སྤང་མའི་གཙོ། །སྦྱར་མཛད་མགོན་དང་  
རྣམ་སྲས་ལས་གཤེན་སོགས། །བསྟན་སྤང་དམ་ཅན་རྒྱ་མཚོའི་མཐུ་སྟོབས་  
ཀྱིས། །སློབ་བཟང་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་རྒྱས་གྱུར་ཅིག། །མདོར་ན་དཔལ་ལྡན་  
ལྷ་མའི་སྐྱ་ཆེ་བཏྲ། །མཁས་བཙུན་བསྟན་འཛིན་དམ་པས་ས་སྟེང་གང་།  
།བསྟན་པའི་སྦྱིན་བདག་མངའ་ཐང་དར་བ་ཡིས། །སློབ་བཟང་རྒྱལ་བའི་བསྟན་  
པ་རྒྱས་གྱུར་ཅིག། །ཅེས་པ་འདི་ནི་གྲང་ཐང་བསྟན་པའི་སྦྱོན་མེས་མཛད་པའོ།

## རྗེ་རིན་པོ་ཆེའི་བསྟན་པ་དང་མངལ་བའི་སྒྲོན་ལམ།

༡༡། །ན་མོ་མཆོ་ལྟོ་ལ། རབ་འབྱམས་རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་མཁའ་བཙུང་འཕེལ་བ་ལྟར། །གཅིག་ཏུ་བསྐྱེད་པ་རྗེ་བཙུན་འཇམ་དཔལ་དབྱངས། །དམར་སེར་མདངས་འབྱུང་གསལ་རྫོགས་མཆོན་དཔེའི་འབྲས། །རྒྱན་ལྷན་ཟུར་ཕྱད་ལྷ་པས་དག་ལེགས་སྒྲོལ། །ཕྱལ་བྱང་ཕྱང་རྫོགས་བསྟན་པའི་མཛོད་འཛིན་པར། །སངས་རྒྱས་སྤྱད་བཅས་ཀུན་གྱིས་མཁའ་གཅིག་ཏུ། །རབ་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱལ་བ་ཏུ་ལེགས་བྱོན་པ། །མཁས་དབང་ཙོང་ཁ་པ་དེ་གཙུག་ན་རྒྱལ། །ཐར་འདོད་དཔྱེད་ལྷན་རྣམས་ཀྱི་མིག་གཅིག་ལ། །དཔལ་ལྷན་སྤྱོད་མས་ཆེ་རབས་ཀུན་ཏུ་བདག །འབྲལ་མེད་མཉེས་བཞིན་རྗེས་སུ་ལེགས་བཟུང་སྟེ། །གསུང་གི་བདུད་ཅིས་དབྱགས་དབྱང་ཐོབ་པར་ཤོག །གང་དེའི་བཞེད་གཞུང་མདོ་སྤྱད་ཀྱིས་གནད་འདུས་པ། །བསྟན་པ་རིན་ཆེན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་འདིའི། །སྒྲོ་རུ་བདག་སོགས་ཡིད་ཅན་ཀུན་ཞུགས་ཏེ། །ལམ་སྒྲོན་དག་བའི་བཤེས་དང་རྟག་འགྲོགས་ཤོག །མདོར་ན་མཁའ་མཉམ་སེམས་ཅན་མ་ལུས་པའི། །སྒྲིབ་གཉིས་བྱང་ཞིང་ཆོགས་གཉིས་ཟུར་རྫོགས་ནས། །རང་གཞན་དོན་གཉིས་འབད་མེད་ལྷན་གྲུབ་པའི། །སྒྲིབ་ཞེས་གོ་འཕང་མཐོན་པོ་མདོན་འགྱུར་ཤོག

ཅེས་པ་འདི་ནི་དད་ལྷན་དག་བཤེས་འོད་ཟེར་རྒྱ་མཚོ་ནས་བསྐྱེད་པར། །ལྷ་ཀྱའི་བཙུན་པ་དག་དབང་སྒྲོ་བཟང་གྲུབ་བསྟན་རྒྱ་མཚོར་འཕོད་པས་སྤྱས་པའོ། །

## ཐུབ་བསྟན་རིས་མེད་རྒྱས་པའི་སློབ་ལམ།

༡༡། །སྐྱེ་བཞིའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་མཁའ་མཁེ་ཉི་མའི་གཉིན། །ཆེ་འོད་  
དཔག་མེད་འཕགས་མཆོག་སྐྱོན་རས་གཟིགས། །འཇམ་དབྱངས་གསང་  
བདག་སློལ་མ་ཁྱོ་གཉིར་ཅན། །རྒྱལ་དང་རྒྱལ་སྤྱི་སེམས་དཔའི་ཆོགས་  
ནམས་དང་། །གཏད་རབས་ཆེ་བདུན་རྒྱུ་ལྷག་མཆོག་གཉིས་པོ། །བྲུབ་ཆེན་  
བརྒྱུད་ཅུ་གནས་བརྟན་བཅུ་ལྷག་སོགས། །བསྟན་དང་འགྲོ་ལ་གཅིག་ཏུ་པན་  
བཞེད་པ། །སྐྱེས་མཆོག་སེམས་དཔའ་མ་ལུས་དགོངས་སུ་གསོལ། །ཐུབ་  
པ་མཆོག་གིས་གངས་མེད་བསྐྱལ་བ་རུ། །བསོད་ནམས་ཡེ་ཤེས་ཆོགས་  
གཉིས་རབ་རྫོགས་ཏེ། །མཁའ་བཙུན་ལྷ་ས་པ་མཐར་སོན་བདེན་པའི་མཐུས། །  
ཡོངས་རྫོགས་རྒྱལ་བསྟན་ཡུན་རིང་འབར་གྱུར་ཅིག །གངས་རིའི་སྤྲོངས་  
སུ་ཐུབ་བསྟན་སྤང་བའི་སྟོ། །ཐོག་མར་འབྱེད་མཛད་མཁན་སློབ་ཆོས་རྒྱལ་  
གསུམ། །ལོ་བཅའ་རིག་འཛིན་རྗེ་འབངས་ཐུགས་བསྐྱེད་མཐུས། །གངས་  
སྤྲོངས་རྒྱལ་བསྟན་ཡུན་རིང་འབར་གྱུར་ཅིག །རྒྱ་ཆེན་བཀའ་ཡི་ནོར་བུའི་  
སྤྲིང་ཁང་དུ། །ཟབ་མེད་སྐྱབ་སྤེ་ཆོས་ཀྱི་གཏེར་ཆེན་པོ། །ཟབ་ཡངས་སྤྲིང་  
ཏིག་འོད་ནོན་རབ་ཏུ་འཆེད། །གངས་སྤྲོངས་རྒྱལ་བསྟན་ཡུན་རིང་འབར་  
གྱུར་ཅིག །ཀ་དག་འོད་གསལ་སྤྲིང་པོའི་སྤྲོང་ཆེན་པོར། །འཁོར་འདས་  
ཆོས་ཀྱི་ཕྱུ་ཕྱུ་ཐེག་པའི་ཅེ། །ཀྱི་བཟང་གདོད་མའི་རྒྱལ་སར་བསྐྱོད་  
པའི་ཐབས། །གངས་སྤྲོངས་རྒྱལ་བསྟན་ཡུན་རིང་འབར་གྱུར་ཅིག །ཟབ་མེད་

ལྷ་དང་རྒྱ་ཆེན་སྤྱོད་པའི་བརྒྱད། །ཡོངས་རྫོགས་གདམས་པའི་མངོན་མངའ་  
 ཨ་ཉི་ཤ། །རྒྱལ་བའི་འབྲུང་གནས་ལས་འོངས་གདམས་པའི་སྟོལ། །གངས་  
 ལྷོངས་རྒྱལ་བསྟན་ཡུན་རིང་འབར་གྱུར་ཅིག །སྤེ་སྤོད་གསུམ་གྱིས་བསྐྱུས་  
 པའི་རྒྱལ་བའི་བཀའ། །གདམས་པ་སྦྱེས་བྱ་གསུམ་དུ་ལེགས་བསྐྱིགས་པ།  
 ལྷ་ཆོས་བདུན་ལྟན་བཀའ་གདམས་གསེར་གྱི་ཐེང་། །གངས་ལྷོངས་རྒྱལ་  
 བསྟན་ཡུན་རིང་འབར་གྱུར་ཅིག །སྦྱ་སྦྱར་མར་པ་བཞད་པ་དོ་རྩེ་སོགས། །  
 གྱིན་རྒྱབས་འབྲུང་གནས་བཀའ་བརྒྱད་ལོར་བུའི་མངོན། །མཚུངས་མེད་  
 རིམ་བྱོན་བཀའ་སྟོལ་མད་བྱུང་བ། །གངས་ལྷོངས་རྒྱལ་བསྟན་ཡུན་རིང་  
 འབར་གྱུར་ཅིག །འཁོར་འདས་ཆོས་ཀུན་ལྟན་སྦྱེས་སེམས་གྱི་མདངས། །  
 སེམས་ཉིད་སྟོས་བྲལ་ཆོས་སྐྱའི་ངོ་བོར་རྟོགས། །སྤང་སྤིད་འཁོར་འདས་  
 ཀུན་ཁྲབ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེ། །གངས་ལྷོངས་རྒྱལ་བསྟན་ཡུན་རིང་འབར་གྱུར་  
 ཅིག །གསུང་ངག་སྟན་བརྒྱད་ཆད་མ་བཞི་ལྟན་གྱི། །རྒྱལ་མ་འབྲས་བུའི་  
 ཉམས་ལེན་ཆེས་ཟབ་གནད། །རྣལ་འབྱོར་དབང་ཕྱག་ཁྲད་ཆོས་གདམས་  
 པའི་སྟོལ། །གངས་ལྷོངས་རྒྱལ་བསྟན་ཡུན་རིང་འབར་གྱུར་ཅིག །ཟབ་མོ་  
 དབུ་མའི་ལྷ་དང་ཉེར་འབྲེལ་བའི། །གསང་ཆེན་དོ་རྩེ་ཐེག་པའི་རིམ་གཉིས་  
 ལམ། །ཟབ་གསལ་སྤེལ་མཁས་སློབ་ཟབ་རྒྱལ་བའི་བསྟན། །གངས་ལྷོངས་  
 རྒྱལ་བསྟན་ཡུན་རིང་འབར་གྱུར་ཅིག །སྤེ་སྤོད་གསུམ་དང་རྒྱད་སྤེ་བཞི་ཡི་  
 དོན། །ཡོངས་རྫོགས་ལམ་གྱི་ངོ་བོ་གོ་རིམ་རྣམས། །མ་ལོར་ཉམས་སུ་ལེན་  
 པའི་ལུགས་བཟང་མཆོག །གངས་ལྷོངས་རྒྱལ་བསྟན་ཡུན་རིང་འབར་གྱུར་



ཅིག །མདོ་རྒྱུད་གཞན་དང་བཤད་སྟོལ་མི་མཚུངས་པའི། །ཕྱི་ནང་གཞན་  
གསུམ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ཡི། །ལུང་རྟོགས་བཀའ་བབས་བྱ་ངོ་ལུགས་བྱང་གི  
གངས་སྒྲོངས་རྒྱལ་བསྟན་ཡུན་རིང་འབར་གྱུར་ཅིག །མདོར་ན་བཤད་པའི་  
ཀ་ཆེན་རྣམ་བཅུ་དང་། །སྤྱབ་བརྒྱུད་ཤིང་ཏྲ་སྤྱི་དང་ཞི་བྱེད་སོགས། །མདོ་  
སྤྲལས་བྱང་འབྲེལ་མན་ངག་དུ་མས་བྱུག །གངས་སྒྲོངས་རྒྱལ་བསྟན་ཡུན་  
རིང་འབར་གྱུར་ཅིག །བསྟན་འཛིན་ཞབས་བཏོན་སྤྲལས་མཐུན་དགོ་འདུན་  
རྣམས། །བསྟན་པ་འཁོར་ལོ་གསུམ་གྱིས་སྦྱོང་བ་དང་། །བསྟན་ལ་དད་པའི་  
སྒྲེས་བྲུས་ས་སྟེང་བྲལ། །རིས་མེད་རྒྱལ་བསྟན་ཡུན་རིང་འབར་གྱུར་ཅིག །  
འཛིན་ཏེན་ཀུན་ཏུ་དམག་འབྲུག་ཟུ་གོ་དང་། །གདུག་རྩལ་བསམ་སྦྱོར་མིང་  
ཡང་མི་གྲགས་ཤིང་། །ཡིད་ཅན་བྲམས་ལྡན་སྦོད་བཅུད་དགོ་མཆོན་འཕེལ། །  
བདེ་དགའ་རྒྱ་མཚོས་སྤྲལས་ཀུན་བྲལ་གྱུར་ཅིག །བདག་གྲང་དེང་ནས་  
ཡོངས་རྫོགས་བསྟན་པའི་ལམ། །རྒྱ་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཟབ་མོ་ལྟ་བུ་ལ། །  
ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་པས་གཅིག་ཏུ་བཅོམ་པ་ཡིས། །འབྲལ་ཡུན་གཏན་བདེའི་  
ས་ལ་ཟུར་རིག་ཤོག །ནམ་མཁའི་མཐས་གཏུགས་གྱུར་པའི་སེམས་ཅན་  
ཕྱིར། །ཐུབ་དབང་རྒྱལ་སྤྲལ་ཡིད་འོང་སྦྱོད་པ་ལ། །ཁྱམ་དང་ངན་ཞེན་ལེ་ལོ་  
མེད་པ་དང་། །ཡིད་ཆེས་འདུན་པའི་སྦོད་གས་འཇུག་པར་ཤོག །བདག་གི་  
ལུས་དང་ལོངས་སྦྱོད་དགོ་བ་རྣམས། །མ་རྣམས་བདེ་བའི་རྒྱ་རུ་འགྱུར་བ་  
དང་། །དེ་དག་ཀུན་གྱི་སྤྱལ་ཀུན་གང་མཆིས་པ། །དེ་ཀུན་བདག་ལ་ཡོངས་  
སྤྲོ་སྤྲོ་བར་ཤོག །བདག་ནི་མཐོང་ཐོས་བྲན་དང་མོས་བྱེད་པ། །ཀུན་གྲང་

བདེ་དགའི་དཔལ་ལ་སྒྲིང་བ་དང་། །སྒྲིང་དང་དེག་འཛོག་མི་སྟན་སྒྲིག་གྲེད་  
 བའང་། །ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་སྐལ་ལྷན་ཤོག། །མདོར་ན་རི་སྤྱོད་ནམ་  
 མཁའ་གནས་བ་དང་། །འགྲོ་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་གནས་བ་དེ་སྤྱོད་དུ། །བདག་  
 གྲུང་གནས་ཏེ་དངོས་དང་བརྒྱད་བ་ཡིས། །པན་བདེའི་གྲེད་པོ་ཉིད་དུ་འགྱུར་  
 བ་ཤོག།

ཅེས་བ་འདི་ཡང་སྟོན་པའི་ཆོས་ཚུལ་ལ་ཤེས་ནས་དད་བ་ཐོབ་ཅིང་། རིས་མེད་རྒྱལ་བའི་  
 བསྟན་པར་དག་སྤང་མོས་གྲུས་ཐོབ་སྟེ་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་པའི་བརྩོན་པ་ལྷུར་ལེན་པ་ཤུགས་ཤིག་སྒྲིང་  
 བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོས། ཡོངས་གྲགས་སྟོན་པ་ཐུ་དན་ལས་འདས་ལོ་ ༡༥༣༣ རོད་རྒྱལ་ལོ་ ༡༡༢༩  
 རབ་བྱུང་བཅུ་བདུན་པའི་ས་ལོས་ལྷ་ ༡ ཆེས་ ༡ བྱེ་ལོ་ ༡༩༩༩ ལྷ་ ༡ ཆེས་ ༡༩ ཉིན་འཕགས་  
 ཡུལ་ཏི་མ་ཅལ་མངའ་སྡེ་ཀང་ར་རྫོང་ཁོངས་རྫ་རམ་ས་ལ་ཐེག་ཆེན་ཆོས་སྤྱི་དུ་བྲིས་བ་དེ་དེ་བཞིན་  
 དུ་འགྱུར་བ་རྒྱལ་བ་སྤྲས་དང་བཅས་པས་བྲིན་བྲིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ། དག་ལེགས་འཕེལ། །

## བདེན་ཆོག་སྒྲོན་ལམ།

༡༡། །ན་མོ་རྩ་ཏུ་ཡུ་ཡ། ཆད་མེད་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོའི་དཔལ་  
མངའ་ཞིང་། །ཉམ་ཚུང་འགྲོ་ལ་བྱ་གཅིག་ལྟར་དགོངས་པའི། །དུས་གསུམ་  
བདེ་གཤེགས་སྤུས་དང་སྒྲོབ་མར་བཅས། །དག་གི་བདེན་པའི་སྒྲེ་དག་འདི་  
དགོངས་ཤིག། །སྤྲོད་ཞིའི་གདུང་སེལ་ཡོངས་རྫོགས་བྱུང་པའི་བསྟན། །འཛམ་  
གླིང་ཡངས་པའི་ཕན་བདེའི་དཔལ་དུ་རྒྱས། །དེ་འཛིན་མཁས་དང་གྲུབ་པའི་  
སྒྲུབ་བྱ་རྣམས། །ཆོས་སྤྱོད་རྣམ་བཅུའི་བྱ་བ་འཕེལ་བར་མཛོད། །མི་བཟང་  
ལས་ངན་དག་པོས་ཡོངས་རྫོགས་པས། །བར་མེད་དུམས་མནར་བའི་ཉམ་  
ཐག་འགྲོ། །བཟོད་དགའ་ནད་མཚོན་ཕྱ་གའི་འཛིགས་པ་ཀྱན། །ཞི་ནས་བདེ་  
དགའ་རྒྱ་མཚོར་དབྱགས་དབྱུང་མཛོད། །བྱུང་པར་གངས་སྒྲོངས་ཆོས་ལྟན་  
སྒྲེ་འགྲོ་རྣམས། །ནག་ཕྱོགས་སྒྲ་སྒྲའི་དབྱུང་གིས་བཅེ་མེད་དུ། །ངན་དབྱས་  
འཛོམས་པའི་ཁྲག་དང་མཆི་མའི་རྒྱན། །ལྷུང་དུ་ཆོད་པའི་ཐུགས་རྗེའི་མཐུ་  
དབྱུང་བསྐྱེད། །ཉོན་མོངས་གདོན་གྱིས་སྒྲོས་པའི་བརྒྱུད་སྤྱོད་ཀྱིས། །རང་  
གཞན་གཉིས་སྤུང་བགྱིད་པའི་སྤྲོད་རྗེའི་ཡུལ། །མི་བསྟན་སྒྲེ་བོའི་ཆོགས་  
རྣམས་སྤང་དོར་མིག། །ཡོངས་ཐོབ་བྱམས་བཅེས་མཛའ་བའི་དཔལ་ལ་  
སྤྱོད། །རིང་ནས་སྤྲོད་དུ་བཞག་པའི་འདོད་པའི་དོན། །ཡོངས་རྫོགས་བོད་  
སྒྲོངས་རང་དབང་གཙང་མའི་དཔལ། །ལྷན་འབྲུབ་ཆོས་སྤྲོད་བྱུང་འབྲེལ་  
དགའ་སྟོན་ལ། །སྤྱོད་པའི་སྐལ་བཟང་ལྷུང་བ་ཉིད་དུ་སྤྱོད། །བསྟན་དང་

དེ་འཇིན་ཆབ་སྲིད་རང་རིགས་སྤང། །གཅེས་པའི་ལུས་སྟོག་ཡོངས་སྐྱོད་  
 ཡོངས་བཏང་སྟེ། །དཀའ་བ་བརྒྱ་ཐུག་སྐྱབ་པའི་སྐྱེ་པོ་ནམས། །བྱ་འཇིན་  
 མགོན་དེས་ཐུགས་རྗེས་སྐྱོང་བར་མཛོད། །མདོར་ན་མགོན་པོ་སྐྱུན་རས་  
 གཟིགས་དབང་གིས། །སྤྲས་བཅས་རྒྱལ་བའི་སྐྱུན་སྤར་གངས་ཅན་ཞིང་། །  
 ཡོངས་བཟུང་རྒྱ་ཆེན་སློན་ལམ་གང་མཛད་པའི། །འབྲས་བཟང་དེང་འདིར་  
 སྐྱར་དུ་འཆར་བར་གསོལ། །སྤང་སྟོང་ཆོས་ཉིད་ཟབ་མོའི་རྟེན་འབྲེལ་དང་། །  
 མཆོག་གསུམ་ཐུགས་རྗེའི་མཐུ་དང་བདེན་ཆོག་སྟོབས། །ལས་འབྲས་བསྐྱེ་  
 མེད་བདེན་མཐུས་བདག་ཅག་གི། །བདེན་པའི་སློན་ལམ་གཤམ་མེད་སྐྱར་  
 འབྱུང་ཤོག །

ཅེས་པ་འདི་ནི་ཡལོང་ས་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་སྐྱེ་སྤང་བཅུ་བཞི་པ་ཆེན་པོའི་གསུང་ངོ་།

## བསྟན་འབར་མ།

༡༡། །སངས་རྒྱས་རྣམ་གཟིགས་གཙུག་ཏྲར་ཐམས་ཅད་སྐྱོབ། །  
འཁོར་བ་འདིག་དང་གསེར་ཐུབ་འོད་སྤྲུང་དང་། །ཤྲུག་ཐུབ་པ་གོ་ཁྱ་ཏྲི་ལྷ་  
ཡི་ལྷ། །སངས་རྒྱས་དཔའ་བོ་བདུན་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །སེམས་ཅན་དོན་  
དུ་བདག་གིས་སྡོམ། །དཀའ་བ་གང་ཞིག་སྤྱད་གྱུར་དང་། །བདག་གི་བདེ་  
བ་བཏང་བ་ཡིས། །བསྟན་པ་ཡུན་རིང་འབར་གྱུར་ཅིག །ངས་སྡོམ་ནད་པའི་  
ཆེད་དག་ཏུ། །རང་གི་འཆོ་བ་ཡོངས་བཏང་བས། །སེམས་ཅན་ཕོངས་པ་  
བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར། །ཡུན་རིང་བསྟན་པ་འབར་གྱུར་ཅིག །བྱ་དང་བྱ་མོ་ཆུང་  
མ་དང་། །འོར་དང་སྤང་ཆེན་ཤིང་ཏྲ་དང་། །རིན་ཆེན་བྱང་ཆུབ་ཕྱིར་བཏང་  
བས། །བསྟན་པ་ཡུན་རིང་འབར་གྱུར་ཅིག །བདག་གིས་སངས་རྒྱས་རང་  
སངས་རྒྱས། །ཉན་ཐོས་པ་དང་མ་དང་ནི། །བྱང་སྤྱོད་དག་ལ་མཆོད་བྱས་  
པས། །བསྟན་པ་ཡུན་རིང་འབར་གྱུར་ཅིག །བསྐྱལ་པ་བྱེ་བ་དུ་མར་བདག །  
སྤྱུག་བསྐྱལ་སྣ་ཆོགས་སྤྱོད་གྱུར་ཅིང་། །བྱང་ཆུབ་དོན་དུ་ཐོས་བཅའ་བས། །  
བསྟན་པ་ཡུན་རིང་འབར་གྱུར་ཅིག །བདག་གིས་ཚུལ་ཁྲིམས་བརྟུལ་ཞུགས་  
དང་། །དཀའ་ཐུབ་ཡུན་རིང་བསྟོན་བྱས་ཤིང་། །སྤྱོགས་བཅུའི་སངས་རྒྱས་  
ངས་མཆོད་པས། །བསྟན་པ་ཡུན་རིང་འབར་གྱུར་ཅིག །བདག་སྡོམ་བཙོན་  
འགྲུས་དང་ལྷན་པས། །ཏྲ་ཏུ་བཏན་ཅིང་པ་རོལ་གཞོན། །སེམས་ཅན་ཐམས་  
ཅད་བསྐྱལ་དོན་དུ། །བདག་བསྟན་ཡུན་རིང་འབར་གྱུར་ཅིག །བཟོད་བརྟུལ་

རྟག་ཏུ་བསྐྱེན་བྱས་ཤིང་། །སེམས་ཅན་ཉོན་མོངས་སྟོགས་མ་ཡི། །སེམས་  
 ཅན་ངན་བཟོད་བྱས་གྱུར་པས། །བསྟན་པ་ཡུན་རིང་འབར་གྱུར་ཅིག །བསམ་  
 གཏན་རྣམ་ཐར་གཟུགས་མེད་དང་། །ཉིང་འཛིན་གསྐྱེའི་བྲེ་སྟེད་པ། །བསྐྱོམས་  
 པས་དེ་མཐུས་བདག་གི་ནི། །བསྟན་པ་ཡུན་རིང་འབར་གྱུར་ཅིག །ཡེ་ཤེས་  
 རོན་དུ་བདག་གིས་སྒྲེན། །དཀའ་ཐུབ་ནགས་དག་བསྐྱེན་བྱས་ཤིང་། །བསྟན་  
 བཅོས་དུ་མ་ཉེར་བསྟན་པས། །བདག་གི་བསྟན་པ་འབར་གྱུར་ཅིག །བཅེ་བའི་  
 རྒྱ་ཡིས་ཤུགས་དང་། །འཆོ་བ་ཡོངས་སུ་བཏང་གྱུར་ཅིག །ཡན་ལག་ཉིང་  
 ལག་བཏང་བ་ཡིས། །ཆོས་ཚུལ་རྣམ་པར་འཕེལ་གྱུར་ཅིག །བདག་སྒྲེན་སྟོན་སྟེག་  
 པའི་སེམས་ཅན་རྣམས། །བྱམས་པས་གསལ་བར་སྟོན་བྱས་ཤིང་། །ཐེག་པ་  
 གསུམ་ལ་རབ་བཀོད་པས། །ཆོས་ཀྱི་མཆོད་སྦྱིན་རྒྱས་གྱུར་ཅིག །བདག་  
 སྒྲེན་ཐབས་ཤེས་གྱུར་པ་ན། །སེམས་ཅན་ལྟ་ངན་ལས་བསྐྱལ་ཅིང་། །ཡང་  
 དག་ལྟ་ལ་བཀོད་བྱས་པས། །ཆོས་ནི་རྣམ་པར་འཕེལ་གྱུར་ཅིག །བདག་  
 གིས་སེམས་ཅན་བསྐྱེད་དངོས་བཞིས། །ཉོན་མོངས་མེ་ལས་ཐར་བྱས་ཤིང་། །  
 བདག་གིས་འཕེལ་སྟེག་པམ་བྱས་པས། །བདག་འཁོར་ཡུན་རིང་གནས་  
 གྱུར་ཅིག །བདག་གིས་ལྷ་སྟོགས་ཅན་གཞན་དག །ལྟ་བའི་ཚུ་ལས་བསྐྱལ་  
 བྱས་ཏེ། །ཡང་དག་ལྟ་ལ་བཀོད་གྱུར་པས། །བདག་འཁོར་རྟག་ཏུ་གྱུས་གྱུར་  
 ཅིག །ཡུན་རིང་བསྟན་པ་འབར་གྱུར་ཅིག

ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཅོང་ཁ་པའི། །ཆོས་ཚུལ་རྣམ་པར་འཕེལ་བ་ལ། །



གོགས་གྱི་མཆན་མ་ཞི་བ་དང་། །མ་སྒྲུབ་སྒྲིམ་མ་ལུས་ཆང་བར་ཤོག། །བདག་  
དང་གཞན་གྱི་དུས་གསུམ་དང་། །འབྲེལ་བའི་ཆོགས་གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས། །  
རྒྱལ་བ་སྒོ་བཟང་གྲགས་པ་ཡི། །བསྟན་པ་ཡུན་རིང་འབར་གྱུར་ཅིག།

སྤྱིར་སྤྱབ་བསྟན་ཡུན་རིང་གནས་པ་དང་། །  
སྒོས་ཞུ་སེར་ཅོད་པན་འཆང་བ་ཡི། །  
དཔལ་མཉམ་མེད་རི་བོ་དགའ་ལྡན་བ། །  
སྤྱོགས་ཀྱན་ཏུ་དར་ཞིང་རྒྱས་གྱུར་ཅིག། །  
མད་བྱང་རྣམ་ཐར་གཙང་མའི་བྲིམས་དང་ལྡན། །  
རྒྱབས་ཆེན་རྒྱལ་སྤྲས་སྤྱོད་པའི་སྤྱིང་སྤྱོད་པས་ཅན། །  
བདེ་སྤྱོད་མཆོག་གི་རིམ་གཉིས་རྣལ་འབྱོར་སྤྱོད། །  
སྒོ་བཟང་རྒྱལ་བའི་བསྟན་དང་མཇལ་བར་ཤོག། །

ཚུལ་བྲིམས་གཙང་ཞིང་མང་དུ་སྒོས་པ་དང་། །  
བྱང་སེམས་འབྱོར་ཤིང་ལྟ་སྤྱོད་གཙང་བ་སོགས། །  
སྒོ་བཟང་རྒྱལ་བ་གཉིས་པའི་བསྟན་པ་ལ། །  
བསྐྱེས་སྤྱད་མེད་པའི་རྣམ་ཐར་འབྱོར་པར་ཤོག། །

སྟོང་ཉིད་སྟོང་རྗེ་བྱང་འཇུག་མ།

སྟོང་ཉིད་སྟོང་རྗེ་བྱང་དུ་འཇུག་པའི་ལམ། །

ཆེས་ཆེར་གསལ་མཛད་གངས་ཅན་བསྟན་འགྲོའི་མགོན། །

ཕྱག་ན་བད་མོ་བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཚོ་ལ། །

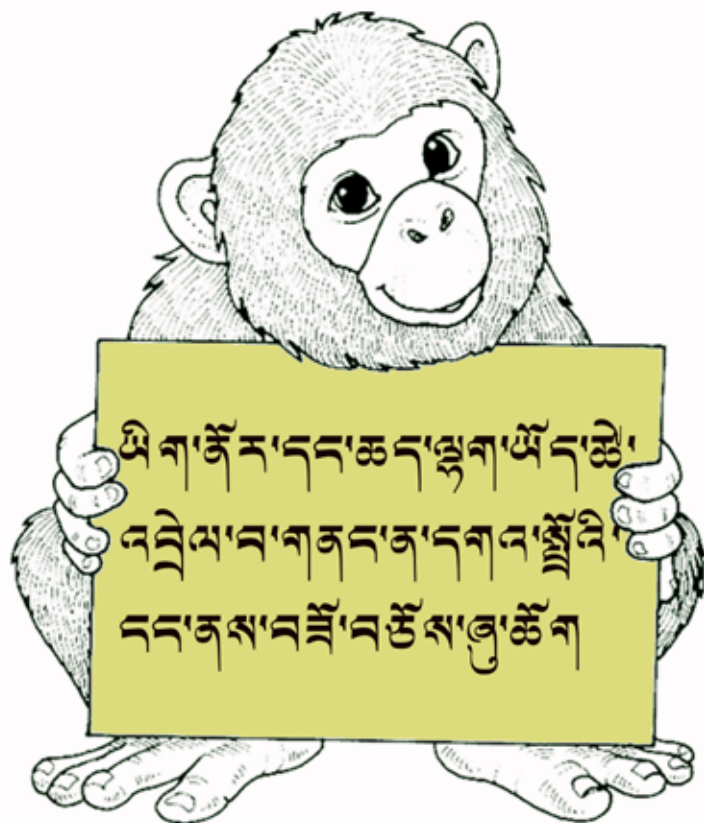
གསོལ་བ་འདེབས་སོ་བཞེད་དོན་ལྷན་འབྲུབ་ཤོག །

ཅེས་བ་འདི་ནི་ཡ་སྟུབས་རྗེ་དེལ་མགོ་མཁྱེན་བཅེ་རིན་པོ་ཆེས་ཡ་སྟན་སྟུལ་གསོལ་  
འདེབས་ཁྱས་གནང་ལྟར་ཡགོང་ས་ཡ་སྟུབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་ཞལ་གསུང་བྱིན་རྒྱལ་ཅན་  
ལགས་སོ། །

# དཔར་བྱང་སྒྲོན་ཆིག

ནམ་གྲོལ་ཞི་བའི་རྒྱ་མཚོར་རོ་གཅིག་ཏུ།  
གཞོལ་བའི་མཐའ་ཡས་ཆོས་ཚུལ་དལ་འབབ་ཟུང་།  
ཆིག་གི་གཟེགས་མ་རེས་ཀྱང་དུག་གསུམ་གྱི།  
དྲི་མ་ཡོངས་འབྱུང་ལེགས་བཤད་བདུད་ཅི་འདི།  
དཔར་དུ་བསྐྱུན་པའི་ནམ་དཀར་ཕྱང་པོའི་མཐུས།  
ཡང་དག་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོ་མོ་སྒྲོང་ཕྱག་བརྒྱ།  
གདངས་ཏེ་རྒྱད་ལྗེའི་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པ།  
རེས་ལེགས་ནོར་བུའི་མངོན་ལ་དབང་འབྱོར་ཤོག།

ཅེས་པ་འདི་ཡང་དེར་དུས་ཡིད་སྐྱབས་ཀྱིས་རྒྱད་བརྒྱམས་པའི་ཁྲ་སྒྲོའི་སྤྲིག་སྒྲོད་མི་བཟད་པས་གངས་ལྗོངས་  
ཆོས་ལུན་གྱི་ཞིང་དུ་བྱུང་པའི་བསྐྱེད་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཉིན་མོའི་སྤང་བ་ལྟར་འབར་བ་དེ་ནི་མིང་གི་ལྷག་མ་ཅམ་དུ་ཉམས་ཉེས་  
པར་བྱས། ཕྱོགས་དང་ཕྱོགས་ན་རྩལ་སྤྲོ་མཚོན་ཆ་སོགས་གདུག་པའི་གནོད་འཆེ་བྱ་བུའི་སྒྲོར་བ་ནི་ཉིན་རེ་བཞིན་དུ་  
དར་བ་སོགས་སྒྲོ་ཀྱན་ནས་ལྷ་བདོའི་རྒྱད་ཆོགས་མཚོ་ལྟར་བརྗོལ་བ་འདི་དག་ལྷག་མེད་དུ་ཞི་ཞིང་། བྱང་ཕྱོགས་བོད་  
ཁ་བ་ཅན་དུ་བསྐྱུན་པའི་མེ་རོ་སྤར་ཡང་སྤར་བཞིན་གསོས་ཏེ་རྒྱ་གར་འབགས་པའི་སྒྲོངས་འདིར་ཡང་བྱུང་པའི་བཞེད་  
དགོངས་དྲི་མ་མེད་པ་དར་རྒྱས་སུ་འཕེལ་བ་དང་། འཛམ་གླིང་ཡངས་པའི་ཁྱོན་ལ་འཆེ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སྒྲོན། ནམ་འབྲེན་  
ལྷ་སྒྲོའི་རིང་ལུགས་སྒྲོ་ཀྱན་ནས་རྒྱས་པ་སོགས་འབྲལ་ཡུན་ལེགས་ཆོགས་དུ་མའི་ཆེད་དུ་དམིགས། བར་བསྐྱེད་  
བྱུང་མཐའ་རེས་མེད་ཀྱི་གསུང་རབ་དཔར་དུ་བསྐྱུན་དང་བསྐྱུན་འབྱུར་གང་ལའང་སྒྱར་ཆོག་པའི་དགེ་བསྐྱེད་སྒྲོན་ཆིག་ཏུ་  
ལྷ་ཀྱའི་དགེ་སྒྲོང་ཆོས་སྤྲོ་བ་དག་དབང་སྒྲོ་བཟང་བསྐྱེད་འཛིན་རྒྱ་མཚོས་སྒྱར་བཤོ། དགོའོ། །



ཐུ་ཁྱེད་ཀྱི་ཁྱེད་ཀྱི་

[marjamson618@gmail.com](mailto:marjamson618@gmail.com)