



# ཚད་མ་སྡེ་བདུན་བཅུགས་སོ།

མཛད་པ་པོ་

ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པ།

## དཀར་ཆག

- ༡ ཚད་མ་རྣམ་འབྲེལ། ..... ༣
- ༢ ཚད་མ་རྣམ་ངེས། ..... ༣༠༠
- ༣ ཚད་མ་རིགས་ཐིགས། ..... ༡༠༢
- ༤ གཏན་ཆོག་ཐིགས་པ། ..... ༡༤༠
- ༥ འབྲེལ་བ་བརྟག་པ། ..... ༡༣༤
- ༦ ཚུད་པའི་རིགས་པ། ..... ༡༤༠
- ༧ རྒྱུད་གཞན་གྲུབ་པ། ..... ༤༤༤

༡༡། །ཚད་མ་རྣམ་འགྲེལ་གྱི་ཆེ་ག་ལེ་ཏུར་

བྱས་པ་བཞུགས་སོ།

༡༡༡། །ཁྱ་གར་སྐད་དུ། བླ་མ་ཏུ་བླར་ཉི་ཀླ་ཀླ་རི་ཀླ། བོད་  
སྐད་དུ། ཚད་མ་རྣམ་འགྲེལ་གྱི་ཆེ་ག་ལེ་ཏུར་བྱས་པ། འཕགས་  
པ་འཇམ་དཔལ་གཞོན་རྒྱུར་གྱུར་པ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །ཉི་ག་  
པའི་བླ་བ་རྣམ་བསལ་ ཞིང་། །ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་འུ་མངའ་  
བ། །ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་འོད་ཟེར་དག། །ཀུན་ནས་འཕྲོ་ལ་ཕྱག་  
འཆལ་ལོ། ༥ །སྐྱེ་བོ་པལ་ཆེར་པལ་ལ་ཆགས་ཤིང་ཤེས་རབ་

ཅུལ་མེད་པས་ན་ལེགས་བཤད་རྣམས། །དོན་དུ་མི་གཉེར་ཁོ་  
ནར་མ་ ཟད་ཐུག་དོག་ངི་མ་དག་གིས་སྒྲུང་བར་  
ཡང་། །ཡོངས་གྱུར་དེས་ན་བདག་ལ་འདི་ནི་གཞན་ལ་ཕན་པ་  
ཡིན་ཞེས་བསམ་པའང་མེད། །སེམས་ནི་ཡུན་རིང་ལེགས་  
བཤད་གོམས་པ་སྒྱུར་ལེན་བསྐྱེད་ཕྱིར་འདི་ལ་དགའ་བ་  
སྐྱེས། ༥ །ཕྱོགས་ཆོས་དེ་ཆས་བྱབ་པ་ཡི། །གཏན་ཆིགས་དེ་  
ནི་རྣམ་གསུམ་ཉིད། །མེད་ན་མི་འབྱུང་ངེས་ཕྱིར་རོ། ༥ །གཏན་  
ཆིགས་ལྟར་སྒྲུང་དེ་ལས་གཞན། །རྒྱ་ལ་རང་བཞིན་ངི་སྟེད་  
ཅིག །མེད་ན་མི་འབྱུང་འབྲས་བུ་ནི། །གཏན་ཆིགས་རང་  
བཞིན་ཡོད་ཅེས་ དང་། །འབྲེལ་པ་ཅན་གྱི་ངོ་བོ་ཡང་། །ཆོད་མ་  
རྣམས་ནི་མི་འཇུག་པ། །མེད་ལ་མི་འཇུག་འབྲས་བུ་  
ཅན། །གཏན་ཆིགས་བྱེ་བྲག་ལ་སྟོས་ནས། །འགའ་ཞིག་མེད་



ཕྱིར་རོ། རྩ། །ཆོག་ས་པ་གཅིག་ལ་རག་ལུས་པའི། །གཟུགས་  
ལ་སོགས་པ་རོས་ཏྱིགས་པ། །རྒྱ་ཆོས་རྗེས་སུ་དཔག་པ་  
སྟེ། །དུ་བས་བྱད་ཤིང་འགྱུར་བ་བཞིན། རྩ། །རུས་པ་འཇུག་པ་  
མེད་པར་ནི། །རོ་མེད་དེ་ཉིད་གཞན་གྱི་རྒྱ། རྩ། །དེ་ལྟར་འདས་  
དུས་གཅིག་རྣམས་ཏྱིགས། །དེ་ནི་འབྲས་བུའི་རྟགས་ལས་  
སྟེས། རྩ། །རྒྱ་མ་ཆོག་ས་པས་འབྲས་བུ་ནི། །རྗེས་སུ་དཔོག་པ་  
གང་ཡིན་དེ། །ལྟག་མ་དང་ལྟན་རུས་མེད་ ཕྱིར། །ལུས་ལས་  
འདོད་ཆགས་རྗེས་དཔོག་བཞིན། རྩ། །མི་མཐུན་སྟོགས་ལ་མ་  
མཐོང་བ། །ཅམ་གྱིས་འབྲས་སྟེ་མཐོང་བ་ལས། །གཏན་  
ཆོག་ས་ཤེས་པ་ཆད་ལྟར་སྒྲང་། །ཆོག་ལས་ཆགས་ཅན་ལ་  
སོགས་བཞིན། །མི་མཐུན་སྟོགས་ལ་མ་མཐོང་བ། །ཅམ་གྱིས་  
འབྲུལ་པ་མེད་པ་མིན། །འབྲུལ་པ་སྤིད་པ་ཅན་ཉིད་ཕྱིར། །སྟེ་

བའི་འབྲས་ནི་ཆོས་པ་བཞིན། ༥། གང་ཞིག་མ་མཐོང་བ་ཅམ་  
གྱིས། །ཕྱོག་པ་རབ་ཏུ་སྟོན་བྱེད་པ། །དེ་ནི་ཐེ་ཆོམ་རྒྱ་ཡིན་  
ཕྱིར། །དེ་ལ་ལྷག་མ་ལྡན་ཞེས་བཟློད། ༥། གཏན་ཆེགས་ཀྱི་ནི་  
ཚུལ་གསུམ་ལའང་། །དེ་ཡིས་མ་ གྲུབ་བསྐྱོག་དོན་  
དང་། །འབྲུལ་པ་ཅན་གྱི་གཉེན་པོར་ནི། །ངེས་པ་བཟློད་པར་  
མཛད་པ་ཡིན། །འབྲུལ་པ་ཅན་གྱི་གཉེན་པོར་ནི། །མི་མཐུན་  
ཆོས་བཟློད་གང་ཡིན་པ། །གལ་ཏེ་མ་མཐོང་འབྲས་ཅན་  
དེ། །དེ་མ་སྒྲོས་ཀྱང་རྟོགས་པར་འགྱུར། །མེད་ཅེས་བྱ་བའི་  
ཆེག་གིས་ཀྱང་། ། དེ་མེད་ཁོ་ན་མིན་གལ་ཏེ། །རི་ལྟར་མེད་  
རིགས་དེ་བཟློད་ན། །དེ་ཆེ་མེད་ཅེས་བྱ་བར་རྟོགས། །གལ་ཏེ་  
མ་མཐོང་བས་ཕྱོག་འགྱུར། །ཅི་སྟེ་ལྷག་ལྡན་འབྲུལ་ཅན་  
ཡིན། །ཕྱོག་པ་ཅན་ཡང་གཏན་ཆེགས་འགྱུར། །མ་གྲུབ་སྒྲིབ་

བ་བརྗོད་བྱ་མིན། །ཁྱད་པར་རྣམ་པར་གཅོད་པ་ཡི། །གཏན་  
ཆེགས་སུ་འགྱུར་མ་མཐོང་སྤྱིར། །ཚད་མ་གཞན་གྱིས་གཞོད་  
ཅེ་ན། །ད་ནི་མ་མཐོང་ལས་མེད་མིན། །དེ་བཞིན་དུ་ནི་གཞན་  
ལ་ཡང་། །ཚད་མ་གཞན་གྱིས་གཞོད་པ་སྤིད། །མ་མཐོང་སྤྱིར་  
རིག་མཐོང་བ་ལ། །མི་ལྡན་འབྲུལ་པ་མེད་པ་ཅན། །ཡུལ་ལ་  
སོགས་པའི་ཁྱད་པར་ལས། །རྗེས་ལ་རྒྱས་པ་ཐ་དད་  
སྒྲུང་། །དེ་ལ་གཅིག་མཐོང་གཞན་ལ་དེ། །ཡོད་པར་ངེས་པ་  
རིགས་མ་ཡིན། །བདག་དང་ས་ལ་ཤེས་ཡོད་སོགས། །མེད་  
པར་རབ་སྐྱབ་བྱེད་མིན་པའི། །མ་དམིགས་གང་ཡིན་དེ་ཁོ་  
ན། །གཏན་ཆེགས་མེད་སྐྱབ་ཡིན་ནམ་ཅི། །དེ་སྤྱིར་དེ་ཙམ་  
དང་འབྲེལ་བའི། །ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་ངོ་བོ་ཉིད། །ལྡོག་པར་འགྱུར་  
བའམ་རྒྱ་ཡིས་ནི། །འབྲས་བུ་འབྲུལ་པ་མེད་པའི་སྤྱིར། །དེ་ལྟ་



མིན་ན་གཅིག་ལོག་པས། །རི་ལྷར་གཞན་ནི་ལྷོག་པར་  
འགྱུར། །མི་ལ་རྟ་མི་བདོག་ཅེས་ཏེ། །ལྷགས་ཀྱང་བདོག་པ་  
མིན་ནམ་ཅི། ། དེ་བཞིན་གཅིག་གཅིག་ཉེ་བའི་ཕྱིར། །རི་ལྷ་  
གཞན་ནི་ཉེ་བར་འགྱུར། །མི་ལ་ལྷགས་ནི་བདོག་ཅེས་ཏེ། །དེ་  
བཞིན་རྟ་ཡང་བདོག་གམ་ཅི། །དེ་ཕྱིར་ཆོས་མི་མཐུན་དཔེ་  
ལ། །ངེས་པར་འདི་ལ་གཞི་མི་འདོད། །དེ་དག་མེད་ནའང་དེ་  
མེད་ཅེས། །བརྗོད་པ་ལས་ཀྱང་དེ་རྟོགས་ ཕྱིར། །དཔེ་ལ་དེ་  
ཡི་ངོ་བོ་དང་། །རྒྱ་དངོས་དེ་དག་མི་ཤེས་ལ། །སྟོན་ཏེ་མཁས་  
པ་རྣམས་ལ་ནི། །གཏན་ཆོགས་འགའ་ཞིག་བརྗོད་པར་  
ཟད། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་འབྲེལ་ཤེས་ན། །གཉིས་ལས་གང་ཡང་  
རུང་སྤྲས་པས། །དོན་གྱིས་གོ་བས་ཅིག་ཤོས་ལ། །དྲན་པ་  
ཡང་དག་སྟེ་བར་འགྱུར། །དེ་ཕྱིར་རྒྱ་དང་རང་བཞིན་

དག། །མེད་པས་འགའ་ཞིག་བསྐྱབ་པའི་ཡང་། །གཏན་ཆེགས་  
ཡིན་ཏེ་དམིགས་པར་ནི། །རིགས་ལྡན་དེ་མི་དམིགས་པ་  
ཡང་། །དེ་ལྟར་མི་དམིགས་འདི་རྣམ་གསུམ། །བཤད་ཀྱང་  
རྣམ་པ་དུ་མ་སྟེ། །དེ་དང་དེ་འགལ་ལ་སོགས་པ། །མ་རྟོགས་  
རྟོགས་དབྱེའི་སྒྲུབ་སྒྲོ་ནས། །རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་  
པོའམ། །རང་བཞིན་ངེས་པར་བྱེད་པ་ལས། །མེད་ན་མི་འབྱུང་  
ངེས་པ་སྟེ། །མ་མཐོང་ལས་མིན་མཐོང་ལས་མིན། །གཞན་དུ་  
གཞན་ནག་གཞན་དག་དང་། །ངེས་པར་ཡོད་པའི་ངེས་པ་  
གང་། །དོན་གཞན་རྒྱ་མཆན་ཅན་གྱི་ཆོས། །ཡིན་ན་གོས་ལ་  
ཆོན་བཞིན་ནོ། །ཆོས་དོན་གཞན་གྱི་རྒྱ་མཆན་ཅན། །ཡིན་  
པར་གྱུར་ན་དེ་བཞིན་ཉིད། །ཕྱིས་འབྱུང་ཕྱིར་ན་རྒྱ་ཉིད་  
མིན། །འབྲས་བུ་ན་ཡང་གལ་ངེས། །མེ་ཡི་འབྲས་བུ་དུ་བ་

སྟེ། །འབྲས་བུས་ཆོས་ཀྱི་ རྗེས་འཇུག་ཕྱིར། །དེ་མེད་པར་ནི་  
དེ་ཡོད་ན། །རྒྱ་དང་ལྡན་པ་ལས་འདས་འགྱུར། །རྒྱ་མེད་  
གཞན་ལ་མི་སྟོས་ཕྱིར། །རྟག་ཏུ་ཡོད་པའམ་མེད་པར་  
འགྱུར། །དངོས་པོ་རྣམས་ནི་རེས་འགའ་ཞིང་། །འབྱུང་བ་སྟོས་  
པ་ལས་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་བརྒྱ་བྱེན་སྟེ་བོའི་མེའི། །རང་བཞིན་  
ཡིན་དེ་ཉིད་མེ། །འོན་ཏེ་དེ་མེའི་རང་བཞིན་མིན། །རི་ལྟར་དེ་  
ལས་དུ་བ་འབྱུང་། །དུ་བའི་རྒྱ་ཡིན་རང་བཞིན་མེ། །དེ་ཡི་  
བུས་བའི་བྱེ་བྲག་ལྡན། །དུ་བ་དུ་བའི་རྒྱ་མིན་ལས། །འབྱུང་ན་  
དེ་ནི་རྒྱ་མེད་འགྱུར། །རྗེས་སུ་འགྲོ་དང་ལྡོག་པ་ལས། །གང་  
ཞིག་གང་གི་རྗེས་འགྲོར་ མཐོང་། །དེ་ཡི་རང་བཞིན་དེ་རྒྱ་  
ཅན། །དེ་ཕྱིར་མི་མཐུན་ལས་མི་འབྱུང་། །བསྐྱུ་བའི་ཆོགས་སུ་  
བཅད་པའོ། །༥། །རང་བཞིན་ལ་ཡང་མེད་མི་འབྱུང་། །ཡོད་པ་

ཅམ་དང་འབྲེལ་བ་ཡིན། །དེ་མེད་ན་ནི་ཡོད་པའི་བདག །མེད་  
འགྱུར་ཐ་དད་མེད་ཕྱིར་རོ། །གང་ཕྱིར་དངོས་ཀྱན་ རང་བཞིན་  
གྱིས། །རང་རང་ངོ་བོ་ལ་གནས་ཕྱིར། །མཐུན་དངོས་གཞན་  
གྱི་དངོས་དག་ལས། །ལྡོག་པ་ལ་ནི་བརྟེན་པ་ཅན། །དེ་ཕྱིར་  
གང་དང་གང་ལས་དོན། །ལྡོག་པ་དེ་ཡི་རྒྱ་ཅན་གྱི། །རིགས་  
དབྱེ་དེ་ཡི་ཁྱད་པར་གྱིས། །རྟོགས་འགྱུར་བ་དག་རབ་ཏུ་  
བྱེད། །དེ་ཕྱིར་ཁྱད་པར་གང་ ཞིག་ཆོས། །གང་གིས་གོ་བར་  
འགྱུར་བ་དེ། །དེ་ལས་གཞན་གྱིས་རྒྱས་མ་ཡིན། །དེས་ན་ཐ་  
དད་རྣམ་པར་གནས། །དོན་གྱི་རང་གི་ངོ་བོ་གཅིག །བདག་  
ཉིད་མངོན་སུམ་ཡིན་པ་ལ། །ཚད་མ་རྣམས་གྱིས་བརྟག་བྱ་  
གང་། །མ་མཐོང་ཆག་གཞན་ཅི་ཞིག་ཡོད། །གཟུགས་ཆོས་  
མཐུན་པ་མཐོང་བ་ལས། །ཉ་ཕྱིས་ལ་དདུལ་རྣམ་པ་

ཆོས་ཀྱི་བྲག་པ་འི་ཚད་མ་ལྟེ་བདུན།

ཡིད། །གཞོན་བྱ་གཞོན་ བྱེད་ངོ་བོའི་བྱིར། །འདི་ནི་སྒྲོ་  
འདོགས་དབེན་པ་ལ། །འཇུག་ཅེས་བྱ་བར་ཤེས་པ་ཡིན། །ཆ་  
ཤས་སྒྲོ་འདོགས་ཇི་སྟེད་པ། །དེ་བསལ་བྱིར་ན་ངེས་པ་  
དང་། །སྒྲ་ཡང་དེ་སྟེད་ཁོ་ན་ངེས། །དེ་དག་སྒྲོད་ཡུལ་ཐ་དད་  
ཅན། །གཞན་དུ་དངོས་པོ་གཅིག་བྱ་བ། །སྒྲའམ་སྒྲོ་གཅིག་  
གིས་བྱབ་ན། །གཞན་ཡུལ་མ་ཡིན་དེ་ཡི་བྱིར། །རྣམ་གྲངས་  
པ་ནི་ཉིད་དུ་འགྱུར། །གང་གི་སྟར་ན་སྒྲོས་བྱེད་པར། །སྒྲ་  
ཆོགས་ཅན་དོན་ཐ་དད་འཛིན། །བྱེད་པར་སྒྲ་ཆོགས་ལ་པན་  
པའི། །ཡན་ལག་རྒྱས་ལས་དབྱེར་མེད་པའི། །བདག་ཉིད་  
བདག་ཉིད་ཀྱན་བཟུང་ན། །པན་བྱའི་བྱེ་བྲག་གང་མ་  
ངེས། །༎དེ་དག་བདག་ཉིད་ལ་འབྲེལ་བྱིར། །གཅིག་ཤེས་ན་ནི་  
གཉིས་ཀ་བཟུང་། །༎ཆོས་པན་རྒྱས་རྣམས་ཐ་དད་ན། །དེ་དག་

དེའི་ཅི་ཡིན་གལ་ཏེ། །དེ་ཡིས་དེ་དག་ལ་ཕན་མེད། །དེ་སྟ་  
ཡིན་ན་ཐུག་མེད་འགྱུར། །།གཅིག་ལ་ཕན་བྱེད་བཟུང་ན་  
ནི། །དེ་ལ་མཐོང་ན་མ་མཐོང་བ། །ཕན་པ་གཞན་མིན་དེ་ཡི་  
བྱིར། །དེ་བཟུང་ན་ནི་ཐམས་ཅད་བཟུང་། །།གལ་ཏེ་འབྲུལ་པ་  
བསྒྲིག་པའི་བྱིར། །བཟུང་བ་ལ་ཡང་གཞན་འདོད་ན། །།དེ་ནི་  
རྣམ་གཅོད་ཡུལ་ཅན་གྱུ་བ། །དེ་ལས་གཞན་པའང་དེ་དང་  
འདྲ། །སྒྲོ་འདོགས་མེད་པའི་ཡུལ་ལ་ནི། །འཇུག་བྱིར་གཞན་  
ཡང་ངོ་བོ་གང་། །ངེས་པ་རྣམས་ཀྱིས་མ་ངེས་བ། །དེ་ནི་ངེ་  
ལྟར་དེ་ཡུལ་ཡིན། །།བྱུང་པར་ཆ་ཤས་རྣམ་སྤངས་  
བ། །མདོན་སུམ་གྱིས་ནི་བཟུང་བ་ལའང་། །བྱུང་པར་གང་ལ་  
རྟོགས་པ་ཡི། ། རྒྱུན་ཡོད་དེ་ནི་རྟོགས་པར་འགྱུར། །དེ་ལའང་  
གཞན་ལས་སྒྲིག་པ་དང་། །གཞན་ལས་ལོག་པ་ཞེས་བྱ་

བའི། རྒྱ་སྐད་དང་ངེས་པ་ཉིད་དག་ནི། །བརྟ་ཡི་རྗེས་སུ་བྱེད་པ་  
ཡིན། རྒྱ་གཉིས་ཀས་གཅིག་གཅིག་བརྟོད་མེད་ཀྱི། །བརྟོད་  
བྱའི་གཞན་གྱི་བྱེད་པར་གྱིས། །རྣམ་དབྱེ་ཐ་དད་འབྱེད་པ་  
ཡིས། །ཐ་དད་དོན་བཞིན་སྐྱབ་པར་བྱེད། རྒྱ་བྱེད་པར་གཞན་  
ནི་སྦྱང་བ་དང་། །མི་སྦྱང་བ་དག་དེ་གཉིས་ཀྱི། །བརྟ་ཡི་བྱེ་  
བྲག་ཉོགས་པ་པོའི། །འདོད་པའི་རྗེས་སུ་བྱེད་པའི་  
གཞི། རྒྱ་ཀུན་ལ་རྟེན་དང་དངོས་བརྟོད་པའི། །སྐྱ་ཡི་བྱེད་པར་  
འདི་ཉིད་དོ། ། དེ་བྱིར་དེ་དག་བརྟོད་བྱ་ལ། །བྱེད་པར་འགའ་  
ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། རྒྱ་དོན་དེ་ཤེས་པར་བྱེད་འདོད་པས། །དེ་  
ལ་ཕན་བའམ་བྱེད་ལྡན་ནམ། །གལ་ཏེ་གཞན་གྱིས་བརྟོད་ཀྱང་  
རུང་། །དེ་ལས་བྱེད་པར་གཞན་མེད་དོ། རྒྱ་དེ་བྱིར་གཞན་  
སེལ་ཡུལ་ལ་ནི། །དེ་ལྡན་སྤྱོད་ཀས་ལ་བརྟོད་པ་



བསལ། །རིགས་དང་དེ་དང་ལྡན་པ་དག །ཐ་དད་ཉིད་ན་ཉེས་  
པར་འགྱུར། །གང་དག་གི་ཆེག་དངོས་པོའི་དབང་། །སྒྱར་  
བརྗོད་བརྗོད་འདོད་མི་བརྟེན་པ། །དེ་དག་ལ་ནི་དྲུག་པ་  
དང་། །ཆེགས་དབྱེ་ལ་སོགས་སྐྱན་ཀ་རིགས། །སྤྱི་རོལ་དོན་  
ལ་མི་སྟོས་པའི། །ཆེག་གང་སྤྱོད་པོས་ངེ་ལྟ་བུར། །རྗོད་བྱེད་  
ཉིད་དུ་ངེས་བྱེད་པ། །དེ་དེ་བཞིན་དུ་རྗོད་བྱེད་ཡིན། ༥ །བཙུན་  
མོ་རྣམས་གྲོང་དྲུག་ལ་སོགས། །ཐ་དད་དངོས་མིན་བཞག་  
པའམ། །ནམ་མཁའི་རང་བཞིན་མཁའ་ཉིད་ཅེས། །བྱ་བ་འདི་  
ལ་རྒྱ་ཅི་ཡོད། ༥ །ཐ་དད་དངོས་རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས། །དོན་  
གཅིག་ཏུ་ནི་སྒྲུང་བའི་སྒོ། །གང་གི་རང་གི་ངོ་བོ་ཡིས། །གཞན་  
སྤྱི་ངོ་བོ་སྒྲིབ་བྱེད་པ། །སྒྲིབ་བྱེད་དེས་བདག་ཐ་དད་ཀྱང་། །ཐ་  
དད་པ་ཉིད་བསྒྲིབས་པ་ཡིས། །དངོས་རྣམས་ངོ་བོ་འགའ་ཞིག་

གིས། །ཐ་དད་མིན་པ་ལྟ་བུར་སྒྲང་། ༥ །དེ་ལ་བསམ་པའི་  
དབང་གིས་ན། །སྤྱི་ཡོད་ བར་ནི་རབ་ཏུ་བསྐྱབས། །དེ་ཡིས་  
རི་ལྟར་ཀུན་བརྟགས་པ། །དེ་ནི་དམ་པའི་དོན་དུ་  
མེད། །གསལ་བ་རྣམས་ནི་རྗེས་མི་འགོ། །རྗེས་འགོ་གཞན་ནི་  
སྒྲང་བ་མེད། ༥ །ཤེས་ལས་ཐ་དད་མ་ཡིན་པ། །རི་ལྟར་དོན་  
གཞན་འབྲང་བར་འགྱུར། །དེས་ན་དོན་ལ་བདག་གཅིག་  
ཏུ། །འཇིན་པའི་རྣམ་རྟོག་འདི་ལོག་པ། །མིང་དོན་གང་ལྟན་  
པན་ཚུན་དུ། །ཐ་དད་འདི་ཡི་ས་བོན་ཡིན། །གཅིག་རྟོགས་  
དོན་ཤེས་ལ་སོགས་པ། །དོན་གཅིག་སྐྱབ་ལ་འགའ་ཞིག་  
ནི། །ཐ་དད་ཡིན་ཡང་རྣག་བཞིན་གྱིས། །དེས་ཏེ་དབང་པོ་ལ་  
སོགས་བཞིན། །དཔེར་ སྒྲན་ཁ་ཅིག་ཐ་དད་ཀྱང་། །ལྟན་ཅིག་  
པའམ་སོ་སོ་ཡིས། །རིམས་ལ་སོགས་པ་ཞི་བྱེད་

པར། །མཐོང་གི་གཞན་གྱིས་མ་ཡིན་བཞིན། །།ཁྱད་པར་མེད་  
ཕྱིར་སྤྱིས་མ་ཡིན། །དེ་དག་ཞིང་སོགས་ཐ་དད་ཀྱང་། །ཁྱད་  
པར་མེད་པར་ཐལ་འགྱུར་ཕྱིར། །བརྟན་པས་ཕན་འདོགས་  
མེད་ཕྱིར་ཡང་། །།རང་བཞིན་དེ་འཇིན་ནམ་ཉིག་སྟོ། །དོན་  
མེད་ཀྱང་དེ་དོན་ཅན་འདྲ། །དེ་ཡི་འབྲས་ཅན་མིན་དོན་  
ལས། །།ཐ་དད་མཐར་ཐུག་སྟེ་བ་གང་། །དེ་ལ་ངོ་བོ་སྤྱི་རོལ་  
དང་། །གཅིག་ལྟ་གཞན་ལས་ལོག་ལྟ་བུར། །སྤང་བ་གང་ཡིན་  
བརྟག་པ་ཡི། །ཡན་ལག་མེད་ཕྱིར་དེ་ཉིད་ མིན། །།ཞེས་ལ་  
ཡོད་པའི་དོན་དེ་ནམས། །འདི་ལྟར་སྟོག་པའི་ངོ་བོ་  
ཅན། །དེས་ན་ཐ་དད་མིན་ལྟ་བུར། །།དེ་ཉིད་གཞན་ལས་  
ལོག་པར་ཡང་། །སྤང་སྟེ་དེ་ལ་སྤྱི་དང་ནི། །གཞི་མཐུན་སྟེད་  
ཡུལ་ཅན་དག་གི། །ཞེས་པ་དང་ནི་བརྗོད་པ་ཡིས། །ཐ་སྙད་

ནོར་དོན་ཅན་རྒྱས་བྱེད། ༥། དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་དེ་ཀྱན་  
ཡང་། །པན་ཚུན་མེད་ལ་བརྟེན་པ་སྟེ། །དེས་ན་གཞན་སེལ་  
ཡུལ་ཅན་དང་། །གང་ལ་དངོས་དང་འབྲེལ་ཡོད་པ། །དངོས་  
པོ་རྟེན་པའི་རྟེན་ཡིན་ཏེ། །རྗེས་དཔག་ངེ་སྐད་བཤད་ངེ་  
བཞིན། ༥། །འབྲུལ་པར་འདྲ་ཡང་གཞན་ལས་མིན། །མར་མེའི་  
འོད་ལས་ ནོར་བུར་བཞིན། ༥། །དེ་ལ་དུ་མའང་འབྲས་གཅིག་  
ཅན། །དེ་འབྲས་ཅན་མིན་གཞན་རྟེན་ཅན། །བརྗོད་དང་ཤེས་  
པས་གཅིག་ཉིད་དུ། །ཐ་སྙད་རབ་ཏུ་འཇུག་པར་བྱེད། །དེ་  
བཞིན་གཅིག་ཀྱང་དུ་མ་བྱེད། །དེ་དངོས་ཡོངས་སུ་བསྟན་པའི་  
བྱིར། །དེ་འབྲས་ཅན་མིན་དོན་ལས་ནི། །ཐ་དད་པས་ཆོས་སྣ་  
ཆོགས་ཤེས། །སྐྱ་དོན་འདི་དང་གཞི་མཐུན་ཉིད། །ཡོད་པ་  
མིན་ཡང་ངེ་སྟུ་བུར། །གཤམ་པ་བཞིན་དུ་བརྗོད་པ་

སྟེ། །དངོས་ལ་འདི་ནི་མི་སྲིད་དོ། ༥ །ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་རྣམ་  
གཞག་དང་། །ཐ་དད་ཐ་དད་མིན་ཅི་འདྲ། །དེ་ཉིད་དོན་ནི་མ་  
བརྟགས་པར། །འཇིག་རྟེན་ངི་ལྟར་གྲགས་དེ་ལ། །དེ་བཞིན་  
ཁོ་ནར་བརྟེན་ནས་ནི། །བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་པ་ཀྱན་གཞག་  
པ། །དམ་པའི་དོན་ལ་འཇུག་བྱའི་བྱིར། །མཁས་པ་རྣམས་  
ཀྱིས་བྱས་པ་ཡིན། ༥ །དམ་པའི་དོན་གྱི་དོན་རྣམས་ནི། །རང་  
གིས་འདྲེ་དང་ཐ་དད་མེད། །དེ་ལ་ངོ་བོ་གཅིག་པ་དང་། །དུ་  
མ་སྒོ་ཡིས་བསྐྱད་པ་ཡིན། ༥ །དེ་སྤྱི་བྱུང་པར་ཞེས་བྱ་  
བའི། །བྱེ་བྲག་འདི་ནི་སྒོ་དོན་ལ། ༥ །དེ་ཉིད་ལ་གཞན་ལས་  
ཕྱོག་པས། །ཆོས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་རབ་དུ་བརྟག་ཤ། །བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་  
པར་རྟོག་པ་ལ། །དངོས་པོ་མཐོང་བ་ཉམས་པའི་  
བྱིར། ༥ །བྱུང་པར་སྤྱི་དང་འདྲེས་པ་འདིར། །རང་གི་མཆོན་

ཉིད་གཟུང་བྱ་མིན། །དེ་ནི་སྤྱི་དང་ཁྱད་པར་གྱི། །ནམ་སོགས་  
ཅིར་ཡང་གཟུང་བྱ་མིན། །བྱེ་བྲག་ཁྱད་པར་མང་པོ་  
ནམས། །དེ་གཅིག་ལ་ནི་མི་རུང་བྱིར། ༥ །དེ་ཡི་ངོ་བོ་ཀྱན་  
ལས་ལོག། །དེ་དེ་བཞིན་རྟོགས་བྱེད་པའི། །སྤྱོ་ཡོད་མ་ཡིན་  
རྟོག་པ་ཡང་ སྤྱི་ཉིད་དུ་ནི་འཇུག་བྱིར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསྐྱུ་  
བའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ། ༥ །སྤྱོ་ནམས་གྱིས་ནི་བརྟར་  
བཏགས་སྟོན། །དེ་ནི་ཐ་སྙད་ཆེད་དུ་བྱས། །དེ་ཆེ་རང་གི་  
མཆན་ཉིད་མེད། །དེས་ན་དེ་ལ་བརྟར་མ་ཡིན། །ཅི་ནས་སྤྱེས་  
བྱ་དོན་བྱེད་པར། །རྒྱས་པ་ཞེས་ནས་དེ་བསྐྱུབ་བྱིར། །འཇུག་  
པར་འགྱུར་ཞེས་དོན་ནམས་ལ། །རྫོད་པར་བྱེད་པ་སྦྱོར་བར་  
བྱེད། ༥ །དེ་ལ་རིགས་དོན་བྱེད་རུང་མིན། ༥ །དེ་ལྟར་རྒྱས་པ་  
དེ་ཡང་ནི། །ཅི་བྱིར་དངོས་སུ་སྦྱོར་མི་བྱེད། །གལ་ཏེ་མཐའ་

ཡས་བྱིར་འདི་མཚུངས། །དེ་བྱེད་དེ་བྱེད་མ་ཡིན་ལས། །ལོག་  
 བར་མཚུངས་ལ་ཅིས་མ་བྱས། །དེ་ ལྷན་ཉེས་མཚུངས་བྱིར་ཞེ་  
 བ། །ཟླ་ཉེ་རིགས་གཞན་མི་དགོས་སོ། །དེ་ལས་གཞན་པ་  
 ཡོངས་སྤངས་ནས། །འདུག་འགྱུར་ཞེས་ཀྱང་སྤྱོད་  
 དེ། །དེ་ཡིས་དེ་དག་རྣམས་ལས་འདི། །མི་གཙོད་ན་ནི་དེ་  
 རི་ལྟར། །གལ་ཉེ་འདི་ལ་རྣམ་གཙོད་ཡོད། །སྤྱོད་རྣམས་  
 དགོས་པ་ དེ་ཙམ་དུ། །ཟད་པ་མིན་ནམ་བྱེད་ལ་དེར། །སྤྱི་  
 གཞན་གྱིས་ནི་ཅི་ཞིག་བྱ། །གསལ་བ་རྣམས་ནི་ཐ་དད་  
 ཀྱང་། །བྱ་བ་དེ་དང་བྱེད་པའི། །དོན་རྣམས་མཐོང་ནས་གཞན་  
 མཐོང་ཡང་། །དེ་ལས་གཞན་དང་བྲལ་བ་ཡི། །ཡུལ་ཅན་གྱི་ནི་  
 སྤྱོད་རྣམས་གྱིས། །ལྷན་ཅིག་སྤྱར་ནས་ངོ་ཤེས་ བྱེད། །གཞན་  
 གྱི་ལྟར་ནའང་སྤོ་དེ་ནི། །སྤྱི་ནི་འབའ་ཞིག་ཉིད་ལས་





གྲུབ་གསལ་བ་ལ། །རི་ལྟར་ཡང་ནི་ དེ་ལྟར་མིན། ༥ །གལ་ཏེ་  
དེ་དག་གང་རུང་ལ། །སྟོས་ནས་དེས་རུས་འབའ་ཞིག་  
མིན། ༥ །དེ་དག་དེ་གཅིག་ལ་ཕན་ན། །རི་ལྟར་སྟོ་གཅིག་ཉིད་  
ལ་མིན། ༥ །འདི་དེ་རྣམས་ཀྱི་འབྲས་བུར་འགྱུར། །ཕན་  
འདོགས་གང་ཡིན་སྐྱེད་བ་ཡིན། །གལ་ཏེ་ཐ་དད་མིན་སྣང་  
སྟོ། །ཐ་དད་རྣམས་ ལ་མི་འདོད་ན། ༥ །སྟོ་ཡི་སྣང་བ་ཐ་དད་  
དེ། །དེ་དག་མཚུངས་ཞེས་འཛིན་སྤྱིར་རོ། ༥ །གལ་ཏེ་དེ་དག་  
མཚུངས་ན་ནི། །རི་ལྟར་ཐ་དད་སྟོས་གཟུང་བྱ། ༥ །འབྲས་བུ་  
གཅིག་འདྲ་དེ་དག་གི་ །འབྲས་སྟོ་དེ་ཡང་ཐ་དད་དོ། །ཞེ་ན་  
གཅིག་ཏུ་ཉོགས་རྒྱུ་ལྟེ་སྤྱིར། །སྟོ་ནི་ཐ་དད་མེད་བ་ ཡིས། །སྟོ་  
གཅིག་རྒྱ་ཡིད་དངོས་པོ་ཡིས། །གསལ་བ་རྣམས་ཀྱང་ཐ་མི་  
དད། ༥ །དེ་ཡང་དེ་འབྲས་ཅན་མིན་བྲལ། ༥ །དེ་ལས་གཞན་

པ་རྗེས་འགྲོ་བའི། །དངོས་མ་མཐོང་བྱིར་བཀག་བྱིར་  
ཡང་། ༥ །བར་ནི་དེ་རིག་དོན་ཅན་ཡིན། ༥ །དེ་བྱེད་མིན་ལ་དེ་  
བྱེད་དང་། །འདྲ་བའི་ངོ་བོར་སྒྲུང་བ་ཅན། །དངོས་པོ་ཐ་དད་  
དངོས་ཅམ་གྱི། །ས་བོན་ཅན་དོན་མེད་པའི་སྒོ། །སྐྱེད་པར་  
བྱེད་པའང་དེ་མི་བྱེད། །ཡོངས་སྤངས་ཡན་ལག་ངོ་བོའི་  
བྱིར། །དངོས་པོ་ཐ་དད་རྟེན་ཅན་བྱིར། །དོན་ལ་མི་སྦྱ་ཡོད་  
པར་འདོད། ༥ །དེ་བྱིར་གཞན་སེལ་ཡུལ་ཅན་རྟེ། །དེ་བྱེད་  
བརྟེན་པའི་ ངོ་བོའི་བྱིར། །འཁོར་མ་ཡིན་ལས་ལྷོག་པ་  
ཡིས། །འཁོར་དོན་འཇིན་ན་གཉིས་པོ་དག །ཕན་ཚུན་བརྟེན་  
པས་གཅིག་འཇིན་པ། །མེད་ན་གཉིས་ཀ་མི་འཇིན་  
འགྱུར། །དེ་ཡི་བྱིར་ན་བརྒྱར་བཏགས་པ། །མི་སྤྱིད་དོ་ཞེས་ཁ་  
ཅིག་སྒྲ། ༥ །དེ་དག་གི་ནི་བརྒྱར་འདོགས་ལ། །འཁོར་མིན་རྣམ་

པར་གཅོད་དམ་མིན། །གལ་ཏེ་རྣམ་གཅོད་ཤིང་གི་  
དོན། །འཛིན་པ་མེད་ན་ངེ་ལྟར་ཤེས། །བརྟེན་ལས་དེ་དག་མི་  
སེལ་ན། །ཐ་སྙད་འདོགས་པར་བྱེད་པ་རྣམས། །དེ་ཡོངས་  
སྤངས་ནས་འཇུག་པར་ནི། །མི་འགྱུར་ཤིང་གི་བྱེད་པར་  
བཞིན། ༥ །གལ་ཏེ་གཞན་བཀག་མི་སྤྱབ་པར། །མདུན་  
གནས་གཅིག་གཅིག་རབ་བསྟན་ནས། །འདི་ཤིང་ཡིན་ཞེས་  
བརྟེན་ལ། །ཐ་སྙད་འདོགས་པའི་ཆེ་ན་ཡང་། །དེ་རྟོགས་  
འགྱུར་ལ་དེ་ཡི་བྱེད། །ཉེས་པ་འདི་ནི་མེད་སྟུང་ན། །འདི་ཡང་  
ཤིང་ཡིན་འདི་ཁོ་ན་། །ཞེས་བྱའི་ཐལ་བ་ལྟོག་པ་  
མེད། ༥ །གཅིག་རྟོགས་ཞེས་བྱའི་ཤེས་པ་ནི། །གཅིག་ལ་  
གནས་པའི་རྟོགས་པ་པོས། །དེ་དང་དེ་མིན་རྒྱ་དོན་  
རྣམས། །བདག་ཉིད་རྣམ་པར་འབྱེད་པར་བྱེད། ༥ །སྟོ་དེ་ལ་ནི་

ཡོད་པའི་དངོས། །སློ་རྒྱ་ཉིད་དུ་སྒྲུབ་བ་དང་། །རྒྱ་མིན་ངོ་བོ་  
 བྲལ་བ་དང་། །ངོ་བོ་གཅིག་འདྲར་བདག་ཉིད་ཀྱིས། །ཐ་དད་  
 བར་ནི་ཤེས་ འགྱུར་བས། །ཐ་དད་པ་ལ་སྐད་སྒྱུར་ཏེ། །དེ་  
 ལས་དེ་ཉིགས་འགྱུར་བའི་སློ། །འབྲུལ་པས་དངོས་པོ་གཅིག་  
 ལྟར་ཉིགས། ༥ །སློ་དོན་འགའ་ལས་རྣམ་བཞེས་ནས། །དོན་  
 འགའ་ཞིག་ལ་འདུག་བྱའི་སྒྱུར། །སྒྱུ་མི་རབ་དུ་སྒྱུར་བྱེད་  
 དེ། །དེ་དོན་ངེས་པར་གཟུང་སྒྱུར་རོ། །གཞན་ དུ་སྒྱུར་བ་དོན་  
 མེད་འགྱུར། ༥ །དེས་ན་ཤེས་བྱ་ལ་སོགས་ཆིག ༥།ཐ་སྐད་དུ་  
 བྱི་འཛོག་རྣམས་ལ། །རྣམ་པར་གཅོད་པ་འགའ་ཞིག་  
 ཡོད། ༥ །གང་ཞིག་གང་ལས་ཐ་དད་པ། །དེ་རྣམ་བཞེས་ནས་  
 དེ་དག་ལས། །ཐ་དད་བྱེད་པར་མཚུངས་པའི་རྒྱ། །རྣམ་པ་  
 སྒྲུབ་བ་ཅན་ལ་འགོད། ། དེ་ཉིད་གཞན་ལས་སྒྲོག་པ་

ཡིས། །དངོས་པོ་དེ་ཡི་ཆ་འགའ་ཞིག །རྟོགས་འགྱུར་ཞེས་  
བས་རབ་ཏུ་བཤད། །འདི་ལའང་ངོ་བོ་ཅུང་ཟད་མེད། །སྤྱི་  
ནམས་ལས་དེ་རྟོགས་ཉིད་ཀྱིས། །གཞན་བསྒྲོག་རྟོགས་འགྱུར་  
དེ་ལ་ནི། །འགའ་ཡིས་བྱད་པར་དུ་བྱས་པ། །རྟོགས་པར་  
འགྱུར་བ་གཞན་འགའ་མེད། ༥ །སྤྱི་གཉིས་བྱེད་པའང་མ་ཡིན་  
ཏེ། །ཕན་ཚུན་ཡོད་པ་མིན་སྤྱིར་འདི། །དངོས་མེད་དངོས་པོ་  
ལྡན་ཉིད་དུ། །མཐོང་བ་སྒྲོ་ཡིས་བསྐྱད་པ་ཡིན། །དེ་ཉིད་སྤྱིར་  
འདི་དོན་དམ་མིན། ༥ །གཞན་དུ་དངོས་པོ་ལས་ལྡོག་  
པ། །དངོས་པོར་མི་འགྱུར་འདི་འདི་ ལས། །ཐ་དད་ཅེས་ནི་  
བརྗོད་སྤྱིར་རོ། ༥ །འདྲེས་པའི་དོན་གཅིག་གཅོད་པ་  
ན། །སྤྱིའམ་རྟགས་ནི་གཅིག་སུ་ཡིས། །བྱ་བྱེད་དེ་ལ་བཅད་པ་  
ཡི། །དངོས་པོའི་བརྗོད་བྱ་ཅི་ཡང་མེད། །གང་གིས་རྗོད་པར་

བྱེད་པ་ལས། །མ་ལུས་པར་ནི་རྟོགས་འགྱུར་བ། །དངོས་པོའི་  
རྒྱས་པ་ ཡིན་ངེས་ན། །འབྲས་བུ་དུ་མ་རྟེན་གཅིག་  
འགྱུར། ༥ །རྣམ་གཅོད་གཅིག་གཅིག་སྟོན་པ་ན། །གང་ཆེ་  
གཞན་མི་སྤྱོད་བར་གནས། །དེས་ནི་དེ་བྱུང་གཅིག་ཕྱལ་  
སྤང་། །དེ་ཆེ་སྟོ་ཡི་དོར་བྱས་ནས། །གཞི་མཐུན་པ་ནི་ཉིད་དུ་  
འགྱུར། ༥ །སྤྱི་ནི་རྣམ་གཅོད་བྱེད་པ་ན། །དངོས་པོའི་ཆོས་ལ་  
རེག་འགྱུར་བ། །དེ་ནི་དེ་ལ་ཡོད་ཅེས་བྱའོ། ༥ །དངོས་པོ་  
གཅིག་ནི་རྫོད་བྱེད་མིན། །སྟོ་ལ་སྤང་མིན་སྤང་རུང་  
ལ། །དངོས་པོ་མེད་པས་ངེས་བྱུང་རོ། ༥ །དེ་བྱུང་གཞན་སེལ་  
ཡུལ་ཅན་གྱི། །སྤྱི་རྣམས་དང་ནི་སྟོ་ཉིད་ཀྱང་། །སྤྱི་ཡི་ཡུལ་  
ཅན་དུ་བསྟན་ཏེ། །དངོས་ ལ་དེ་དག་མི་སྤྱིད་བྱུང་། ༥ །དངོས་  
པོའི་ངོ་བོ་གཅིག་ཉིད་བྱུང་། །ངོ་བོ་ཐ་དད་སྟོ་གང་

ལས། །གཅིག་ནི་རྗེས་སུ་འགྲོ་ལྷོག་གི་ །དོན་གཅིག་སྦྱོང་ཡུལ་  
 ཅན་མ་ཡིན། ༥ །ཐ་དད་གྱུར་ན་དབྱེར་མེད་པའི། །ཐ་སྙད་དག་  
 གྱུར་ཆུ་མེད་འགྱུར། ༥ །ལྷོག་པ་ཀུན་ལ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། །  
 ཐལ་འགྱུར་ཉེས་པ་དེ་དག་མེད། །དེ་ཡི་འབྲས་བུ་ཡོངས་  
 བསྟན་ཕྱིར། །ཐ་དད་འབྲས་བུ་གཅིག་དག་ལ། །ཆན་པོས་སྒྲ་  
 གཅིག་བརྒྱུ་བྱས་པ། །དེ་ཡི་འབྲས་བུ་མེད་པ་ཅན། །ལྷོག་པ་  
 ཡི་ནི་ཆུ་ཅན་ཡིན། ༥ །ཐ་དད་པ་དག་བསྟན་པ་ནི། །དཀའ་  
 དང་མི་རྣམས་འབྲས་མེད་ཕྱིར། །དངོས་པོ་ལ་མིན་དངོས་པོ་  
 ཀུན། །རང་རང་ངོ་བོ་ལ་གནས་ཕྱིར། །ཁ་བོ་ཡི་ནི་ངོ་བོ་  
 གང་། །དེ་ནི་སེར་སྒྲ་ལ་ཡོད་མིན། ༥ །དེ་འབྲས་ཡིན་མིན་  
 ལས་བསྒྲོག་པ། །གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་ཡོད་པ་མིན། ༥ །དོན་ལ་  
 ཐ་དད་མེད་པར་ཡང་། །སྒྲ་ཡི་ཐ་དད་མི་རིགས་སོ། ༥ །དེ་

སྒྱུར་དེ་འབྲས་འདོད་ན་ཡང་། །དེ་འབྲས་མེད་ལས་ཐ་དད་  
ཉིད། ༥ །དཔེར་ན་མིག་ལ་སོགས་པས་གཟུགས། །རྣམ་ཤེས་  
གཅིག་གི་འབྲས་བྱ་ཅན། །གང་སྒྱུར་བྱུང་པར་མེད་འབྲས་  
དེ། །སྟོན་པ་དག་ནི་སྤྲིད་པར་འགྱུར། ༥ །འགའ་ཞིག་ཅིག་  
ཅར་ཀུན་རྟོགས་སྒྱུར། །དེ་ཡི་ངོ་བོ་སྤྱི་ལས་ནི། །ཐ་དད་མེད་  
དུ་བེན་ན་ཡང་། །བརྒྱུ་ལས་བྱུང་བ་སྟེད་པར་བྱ། །གལ་ཏེ་  
གཅིག་གནས་པ་ཡི་སྒྱུར། །མང་པོ་དག་ལའང་མཉན་པ་  
གཅིག །གནས་པ་རྟོན་ནམ་གསལ་བ་ཡིན། །དེ་སྟར་དེ་ལ་མི་  
རིགས་སོ། །རྟགས་ལ་པན་འདོགས་མེད་པའི་སྒྱུར། །རྟོན་  
མིན་སྟངས་བའི་ཚུལ་ཅན་གྱི། །གྲུ་བྱག་སོགས་ལའང་དེ་ཡི་  
ཡུལ། །སྤྲེད་པ་འཁར་གཞོང་སོགས་པས་རྒྱས། །དེ་ཡང་དེ་  
ལ་མི་སྤྲིད་དོ། །དེ་མེད་ན་ཡང་གནས་པའི་སྒྱུར། །གནས་མིན་



དེ་ཡང་མི་རིགས་ཏེ། རྩ་མཉམ་པ་དང་མཉམ་པ་ཡི། ། རྩ་མཉམ་པ་  
 དཔྱད་པས་མི་རིགས་ཉིད། ། བདག་ལ་རྩ་མཉམ་པའི་སྐྱེད་རུང་  
 བའི། ། རྩ་མཉམ་པ་གཞན་གྱི་རྩ་མཉམ་པ་ཡི། ། གསལ་བྱ་ཡིན་ལ་  
 རུང་ཉིད་ཀྱི། ། རྩ་མཉམ་པ་པོ་ཡང་རྩ་མཉམ་པ་ཡི། ། རྩ་མཉམ་པ་  
 རུང་ཉིད་ན། ། དེ་ལ་སྐྱེས་པ་མི་རུང་སྐྱེ། ། རྩ་མཉམ་པ་མཉམ་པ་  
 རྩ་མཉམ་པ་ཡི། ། རྩ་མཉམ་པ་ལས་གང་ལས་ཡིན། ། མིག་སྐྱེས་  
 སྐྱེས་པ་མཉམ་པ་ལས་ལས། ། དབང་པོ་ཡང་ཡང་མཉམ་པ་ཡིན་  
 ཏེ། ། དེ་མི་ཡོད་མཉམ་པ་ལས་ལས། ། རྩ་མཉམ་པ་མཉམ་པ་ཡི།  
 རྩ་མཉམ་པ་ཡི། ། རྩ་མཉམ་པ་ཡི་མི་གསལ་མཉམ་པ་ཡི། ། གསལ་ཏེ་  
 རྩ་མཉམ་པ་ཡི་མི་ཡོད་མཉམ་པ་ཡི། ། རྩ་མཉམ་པ་ཡི་མི་ཡོད་མཉམ་  
 ཡི། ། བ་ལང་ཉིད་སྐྱེས་པ་ཡི་མི་ཡོད་མཉམ་པ་ཡི། ། རྩ་མཉམ་པ་  
 ཡི་གསལ་པ་ལས། ། གཞན་ནམ་གཞན་མིན་ཡོད་ཉིད་

དེའི། །སྒྲོན་མེད་གསལ་བ་རྣམས་ལ་ནི། །སྤྱི་ཡི་སྒོ་གྲོས་ངེ་  
ལྟར་ཡིན། །གཅིག་ལ་ཡོད་པ་མཐོང་བ་ནི། །གཞན་ལ་མཐོང་  
བ་མི་སྤྲོད་ཕྱིར། ༥། །གཞན་ཉིད་མིན་ན་རྗེས་འགྲོ་  
མེད། །གཞན་ཉིད་ན་ཡང་རྟོན་མིན་ཕྱིར། ༥། །མི་འགྲོ་དེ་ན་  
ཡོད་པའང་མིན། །སྤྱིས་ཡོད་ཆ་དང་ལྟན་པའང་མིན། །རྟོན་སྒྲ་  
མ་ནི་ཡོངས་མི་འདོར། །ཀྱེ་མ་ཐོངས་པའི་རྒྱ་ཉིད་  
ཡིན། ༥། །གཞན་ལ་གནས་པར་འགྱུར་བ་ནི། །རང་གི་གནས་  
ལས་མི་གཡོ་ཞིང་། །དེ་ལས་གནས་གཞན་སྤྱེ་བ་ལ། །གནས་  
ན་ཞིན་ཏུ་རིགས་པར་ལྟན། །གང་ན་དངོས་དེ་གནས་གྱུར་  
པ། །དེར་ནི་འབྲེལ་པའང་མ་ཡིན་ལ། །དེ་དག་ཡུལ་ཅན་ལ་  
ཁུབ་པ། །ཅིག་དེ་ནི་ངོ་མཆར་ཆེ། ༥། །གལ་ཏེ་ཀུན་ན་རིགས་  
ཡོད་ན། །གཅིག་ཏུ་གསལ་བས་དེ་གསལ་ཉིད། །ཐ་དད་མེད་

ཕྱིར་ཀུན་དུ་མཐོང་། ༥། །དེ་ཡང་གསལ་བ་ལ་ལྟོས་  
 མིན། །གསལ་བྱེད་རྟོགས་པ་མ་ཡིན་ན། །གསལ་བྱ་ཡང་དག་  
 རྟོགས་པ་མིན། །སྤྱི་དང་དེ་དང་ལྡན་པ་དག །ཅི་ཡི་ཕྱིར་ན་  
 བསྐྱོག་པར་འདོད། ༥། །ཐ་དད་མེད་དོན་མེད་པར་ཡང་། །འཆོད་  
 པ་པོ་སོགས་བརྗོད་པ་ ཡིན། ༥། །ཐ་དད་ཕྱིར་ན་ལས་རྒྱ་  
 མིན། ༥། །འདི་ཡི་རིགས་མིན་ལས་འབྲེལ་ཕྱིར། ༥། །མཉན་པ་  
 གཞན་གྱི་རྒྱ་མཆན་ཕྱིར། ༥། །ལས་ཀྱང་གནས་པ་ཡོད་མ་  
 ཡིན། ༥། །འབྲེལ་པ་མེད་ཕྱིར་སྐྱ་ཡི་རྒྱ། །སྤྱི་ཡིན་མི་རིགས་  
 མིན་པ་མིན། །ཏ་ཅང་ཐལ་ཕྱིར་ལས་མེད་ནའང་། །ཞེས་རྗོད་  
 དག་གི་ མ་ཡིན་ཏེ། །རྒྱ་མཆན་ཅན་མིན་ཐོབ་ཕྱིར་  
 རོ། ༥། །རྗེས་འགྲོ་མེད་ཕྱིར་རྒྱས་པའང་མིན། །གལ་ཏེ་འཆོད་  
 པོ་ཉིད་སོགས་སྤྱི། །དང་པོ་ཉིད་དུ་དེ་ཡོད་སོགས། །བཞིན་དུ་

གསལ་འགྱུར་མིན་ན་ནི། །ཁྱད་པར་མེད་ཕྱིར་ཕྱིས་མི་  
འགྱུར། ༥ །བྱ་བས་པན་འདོགས་སྟོས་གསལ་བྱེད། ། ཡིན་ན་  
འགྱུར་མེད་སྟོས་པ་མེད། །འདི་ནི་སྤུལ་བྱུང་ཡོད་ན་  
ཡང་། །སྐད་ཅིག་ཉིད་ཕྱིར་བྱ་གང་ལས། ༥ །ཐ་དད་མཚུངས་  
པ་ཡིན་ན་རིགས། །ཉེ་བ་གང་འགའ་ཞིག་ལ། །རབ་འཇུག་  
གཞན་ལ་མིན་དེ་ཉིད། །སྤྱོད་པ་ཤེས་པའི་རྒྱ་ཡིན་ནོ། ༥ །གལ་  
ཉེ་སྟོག་པ་སྤངས་པ་ཡིས། ། དངོས་པོའི་རྗེས་འགོ་གཞན་མེད་  
ན། །གཅིག་གི་འབྲས་བུ་གཞན་གྱི་ར་མིན། །ཞིན་ཏུ་ཐ་དད་  
ཕྱིར་ཞེ་ན། ༥ །གལ་ཉེ་བདག་ཉིད་གཅིག་པ་ཡིས། །དུ་མ་  
འབྲས་བུ་གཅིག་བྱེད་ན། །བདག་ཉིད་གཅིག་ལའང་དེ་ཡོད་  
ཕྱིར། །ལྟན་ཅིག་བྱེད་པ་ཡོད་མེད་འགྱུར། །ཐ་དད་མེད་པའི་ངོ་  
བོ་དེ། །མི་འགོ་ཁྱད་པར་རྣམ་ངེས་བྲལ། ༥ །གཅིག་དང་བྲལ་

ན་འབྲས་མེད་ཕྱིར། ༥། །བྱེ་བྲག་རྣམས་ལས་དེ་དག་  
འབྱུང་། །དོན་བྱེད་རུས་པ་གང་ཡིན་པ། །དེ་ཉིད་དོན་དམ་  
ཡོད་པ་ཡིན། །དེ་ཡང་རྗེས་འགོ་མེད་གང་ཞིག །རྗེས་འགོ་དེ་  
ལས་འབྲས་མི་ འབྱུང་། ༥། །དེ་ན་བདག་ཉིད་ཐ་དད་  
ཀྱང་། །འགའ་ཞིག་རྒྱ་ཡིན་གཞན་པ་མིན། །རང་བཞིན་འདི་  
ཡིན་ཐ་དད་པ། །མེད་ན་ཅིག་ཅར་སྐྱེ་འཇིག་འགྱུར། ༥། །དེ་  
ལས་ཐ་དད་པས་དེ་ལྟར། །མི་འགྱུར་ཞེ་ན་གཅིག་འཇིག་  
ཆོ། །བདག་གནས་ན་ནི་དེ་ཡི་མིན། །དེས་ན་སྐྱེ་བྱུང་སྒོར་མི་  
འགྱུར། །སྒྲིག་པ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་ཕྱིར། །གནས་དང་མི་གནས་  
ཉོག་པ་མིན། །སྐྱེ་ཡི་སྒོ་ཡང་བསྐྱེད་པ་ཡིན། །དེ་ཕྱིར་སྐྱེ་  
དབྱུང་བ་ཡང་མེད། ༥། །དེ་ཡི་སྐྱེད་བྱེད་ངོ་བོ་གང་། །དེ་ལས་  
གཞན་པས་ངི་ལྟར་སྐྱེད། ༥། །ཐ་དད་བྱུང་པར་ཉིད་སྐྱེད་

བྱེད། ༥། དེ་ལ་ཐ་དད་མིན་ བའང་ཡོད། ། ཅེ་ན་དེས་དེ་སྐྱེད་  
མིན་བརྗོད། ༥། །སྤང་བའང་གཞན་ལ་མི་བཏེན་པས། །ཐ་དད་  
བྱེད་ཡིན་དེ་ཉིད་དོན། །དེ་ནི་གཞན་ལས་ལོག་པ་ཡིན། །དེ་ནི་  
རྒྱ་དང་འབྲས་བུར་བཤུད། །དེ་ནི་རང་གི་མཚན་ཉིད་  
འདོད། །དེ་ནི་སྤང་དོར་འབྲས་ཅན་པས། །སྐྱེས་བུ་ཐམས་  
ཅད་འཇུག་པ་ཡིན། ༥། །རི་ལྟར་ཐ་དད་མེད་བྱེད་མེད། །ན་  
ཡང་ཐམས་ཅད་ཀུན་སྐྱབ་མིན། །དེ་བཞིན་ཐ་དད་བྱེད་མེད་  
ནའང་། །ཐམས་ཅད་ཀུན་གྱི་སྐྱབ་བྱེད་མིན། ༥། །ཐ་དད་ན་ཡང་  
དངོས་པོ་ཡི། །ཆོས་ཉིད་གྱིས་འགའ་བྱེད་པོར་འགྱུར། ༥། །ཐ་  
དད་མེད་ནའང་གཅིག་ཉིད་ གྱི། །བྱེད་དང་མི་བྱེད་འགལ་བར་  
འགྱུར། །ཐ་དད་ཡོད་དེའི་བྱིར་བྱ་མེད། །ཅེ་ན་ལྟན་ཅིག་བྱེད་  
མི་བྱེད། །འོན་ཏེ་རིམ་བཞིན་བྱེད་པོ་ཉིད། །དེ་ཅི་དངོས་དེ་ཉིད་

གྱི་འཕ། ༥ ། དེ་ལྷན་དངོས་པོ་ཞིན་ཏུ་ནི། ། ཐ་དད་ཐ་དད་མེད་  
འགྱུར་བའཕ། ། འདྲ་དང་མི་འདྲའི་བདག་ ཉིད་ཅན། ། རྣམ་  
གངས་པན་ཚུན་ཐ་དད་འགྱུར། ༥ ། དེ་ཡང་ཐ་དད་འགྱུར་ཞེ་  
ན། ། བདག་ཉིད་གང་གིས་དེ་དག་གི ། བྱད་པར་སྦྱི་ཞེས་བྱ་བ་  
དེ། ། གལ་ཏེ་དེ་དག་ཐ་དད་ན། ། ཐ་དད་ཉིད་འགྱུར་དེ་ལྷ་  
ནའང་། ། རི་ལྷར་བྱམ་སོགས་པན་ཚུན་བཞིན། ། སྦྱི་དང་བྱད་  
པར་ དུ་འདོད་པའང་། ། སྦྱི་དང་བྱད་པར་ཅན་མི་འགྱུར། ། གང་  
གི་བདག་ཉིད་མདུན་བྱས་ནས། ། བསྐྱབ་བྱ་དེ་འབྲས་འདོད་པ་  
ཅན། ། སྦྱིས་བྱ་འདི་ནི་འཇུག་པར་འགྱུར། ། དེ་ཉིན་ཐ་དད་ཐ་  
དད་མེད། ། དབྱད་བྱ་རང་བདག་ཉིད་ཐ་དད། ། ལྡོག་པ་  
མཚུངས་པ་འདི་དག་ནི། ། ཡོད་ཉིད་དངོས་པོ་རྗེས་འགོ་  
མེད། ། འཇུག་པ་ལ་སོགས་ཐལ་འགྱུར་བྱིར། ༥ ། དེ་ཉིད་གྱིས་

ནི་འཛེམ་མེད་པ། །ཐུན་སྐྱལ་གང་ཅིའང་རུང་སྐྱ་བ། །དེ་དག་  
ཀྱང་ནི་བསལ་བ་ཡིན། །མཐའ་གཅིག་པ་ནི་སྲིད་ཕྱིར་  
རོ། །ཐམས་ཅད་གཉིས་ཀའི་ངོ་བོ་ཉིད། །དེ་ཡི་བྱད་པར་  
བསལ་བའི་ཕྱིར། །ཞོ་འཐུང་ཞེས་ནི་བསྐྱལ་བ་ན། །ཅི་ཕྱིར་ར་  
མོ་ལ་མི་རྒྱལ། །འོན་ཏེ་སྐལ་བྱུང་འགའ་ཞིག་ཡོད། །གང་གིས་  
བྱད་པར་འཇུག་འགྱུར་ན། །དེ་ཉིད་ཞོ་ཡིན་དེ་གཞན་  
ལ། །མེད་ཕྱིར་གཉིས་ཀ་མིན་གཞན་མིན། །ཐམས་ཅད་ཀྱན་  
བདག་ཉིད་ཡིན་ན། ༥ །སྒོ་སྒྲ་ཐ་དད་པར་མི་ འགྱུར། །ཐ་དད་  
བསྐྱས་པར་སྐྱ་བ་ལ། །དེ་མེད་ཕྱིར་ན་མི་སྲིད་  
འགྱུར། ༥ །དངོས་མེད་ངོ་བོ་མེད་པའི་ཕྱིར། །ངོ་བོ་བརྗོད་པ་  
དབྱེད་བྱ་ཉིད། །མ་ཡིན་སྐྱ་ནི་དེ་དག་ཉིད། །རྣམ་གཅོད་རྗོད་  
པར་བྱེད་པར་གྲུབ། །རང་བཞིན་བྱད་པར་བྱེ་བྲག་ལ། །སྟོས་



པའམ་འོན་ཏེ་འབའ་ཞིག་པ། ། བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་པའི་བྱིར་བཟོད་  
དེ། །འཇིག་ལ་འབྲས་དང་ཡོད་ཉིད་བཞིན། །གལ་ཏེ་གཏན་  
ཆིགས་ཡོད་རང་བཞིན། །ཡོད་པ་ངེ་ལྟར་བསྐྱབ་བྱ་  
མིན། །ཁྱད་པར་རྗེས་འགྲོ་མེད་པ་ནི། །གཏན་ཆིགས་བསྐྱབ་  
བྱ་དག་ལས་ཉམས། །ཡོད་པའི་ཁྱད་པར་ཅམ་དུ་ནི། །བསྐྱབ་  
བྱ་སྐྱེ་ཡི་ ཆོས་ཅན་ལ། །དོན་འགའ་ཞིག་ཡང་འགྱུར་མི་  
འགྱུར། །འདི་འདྲ་བ་ཡང་བཀག་པ་མེད། ༥ །ཁྱད་པར་བསྐྱབ་  
བྱར་བཟུང་ན་འདིར། །གཏན་ཆིགས་རྗེས་འགྲོ་མེད་ཅན་  
འགྱུར། །ཡོད་པ་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་ན་དེས། །ཁྱད་པར་དག་ནི་  
བསྐྱབ་བྱར་འགྱུར། ༥ །དེ་ཡི་ཁྱད་པར་ གཟུང་མེད་  
པར། །དངོས་པོ་ཅམ་ན་སྐྱབ་པ་ན། །དེ་ཅམ་ཁྱབ་བྱེད་བསྐྱབ་  
བྱ་ཡི། །རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་ཉམས་པ་མེད། །མ་གྱུར་པ་ལ་ཡོད་

ཆོས་མེད། །གཉིས་ཀ་ལ་བརྟེན་འཁྲལ་པ་ཅན། །མེད་པའི་  
ཆོས་ནི་འགལ་ཡིན་ན། །ཡོད་དེ་རི་ལྟར་བསྐྱབ་བྱར་  
འགྱུར། །རང་བཞིན་སྐྱབ་པ་གོ་བྱེད་ཡིན། །དེ་ལ་ཁུབ་བྱེད་  
ངེས་པ་ཡིན། །རང་བཞིན་ངེས་པ་གོ་བྱ་ཡིན། །འདི་ལྗོག་པ་ན་  
དེ་ལྗོག་བྱེད། །དཔེར་ན་མི་རྟག་ཉིད་བྱས་པའམ། །མ་བྱས་  
པས་ན་མི་འཇིག་བཞིན། ༥ །རྒྱ་མེད་སྤྱིར་ན་འཇིག་པ་  
ན། །རང་གི་ངོ་བོས་རྗེས་ འབྲེལ་ཉིད། །དངོས་པོ་ལྟོས་དང་  
བཅས་རྣམས་ནི། །ངེས་པར་འགྱུར་བ་མེད་པར་མཐོང་། །དེ་  
རྒྱ་མང་པོ་ཡོད་ན་ཡང་། །འགའ་ཞིག་ལ་ནི་མི་སྲིད་  
འགྱུར། ༥ །དེས་ན་འབྲས་གནས་མེད་པའི་སྤྱིར། །འཇིག་པ་  
རྒྱ་ལྡན་སྐྱ་རྣམས་ཀྱི། །འཇིག་པའི་རྒྱ་ནི་ཐམས་ཅད་དག །  
འཁྲལ་པ་ཉིད་དུ་བཤད་པ་ཡིན། ༥ །དེ་རྒྱ་རུས་པ་མེད་སྤྱིར་

ཡང་། །འདི་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་འགྱུར། །གང་ལ་འགྱུར་ཞེས་བྱ་  
དེ་ལས། །གཞན་ལའང་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་འགྱུར། །དེས་ན་དངོས་  
པོའི་ཡུལ་ཅན་གྱི། །རྗེས་སུ་དཔོག་གང་རྣམ་གཉིས་  
ཏེ། །འབྲས་དང་ངོ་བོ་དེ་དག་ལས། །རང་བསྐྱབ་བྱ་ལ་འབྲེལ་  
དེས་སྒྲིབ། །འཇུག་པ་སྒྲོ་སྒྲོན་ཅན་ཉིད་སྒྲིབ། །དེ་ཡི་ངོ་བོ་མི་  
དམིགས་ན། །འཇུག་པར་མི་བྱེད་ཅེས་བྱ་བས། །མི་དམིགས་  
པ་ནི་ཚད་མར་བཞག། །བསྟན་བཅོས་སྐབས་དང་འབྲེལ་མེད་  
དང་། །དོན་རྣམས་དབང་པོ་ལས་འདས་ བ། །རྟགས་མེད་པ་  
ཅན་དེ་རྣམས་ནི། །མི་དམིགས་སྒྲིབ་ན་ངེ་ལྟར་མེད། །ཡོད་  
མེད་ངེས་པའི་འབྲས་ཅན་མིན། །སྒྲིབ་ན་ཚད་མ་ཉིད་མི་  
འགྱུར། །རྟགས་ཀྱི་ཕུལ་བྱུང་ཡོད་པ་ཅན། །ལ་ལ་ཚད་མ་དག་  
ཏུ་འགྱུར། །རང་བཞིན་ཤེས་བྱེད་མི་ཤེས་ལ། །རིགས་པ་ འདི་

ནི་བརྗོད་པ་ཡིན། ༥ །རྒྱ་མི་ཤེས་ན་འབྲས་བུ་ནི། །མེད་པ་ཉིད་  
དུ་སྐྱབ་པར་བྱེད། །དོན་གྱི་རང་བཞིན་རྟགས་ཅན་ལ། །རང་  
བཞིན་མི་དམིགས་པ་ཡང་ཡིན། །གལ་ཏེ་གཏན་ཆེགས་འགའ་  
ཞིག་གིས། །དེ་མེད་པར་ནི་རྟགས་པར་འགྱུར། །སྤང་བུང་  
མཐོང་བ་མེད་པའི་རྒྱ། །མི་སྲིད་པར་ནི་གྱུར་པ་ན། །སྤང་བུང་  
དངོས་པོ་མ་དམིགས་པའི། །དངོས་པོ་མེད་པ་རྟགས་པར་  
འགྱུར། ༥ །འགལ་བའི་དངོས་པོ་ཡོད་ན་ཡང་། །དེ་ཡོད་པ་ལ་  
གཞོད་བྱེད་སྒྱུར། །དེ་དང་འགལ་བ་དམིགས་པ་ནི། །མེད་པ་  
ཉིད་དུ་ངེས་པར་འགྱུར། ༥ །ཐོག་མེད་ བག་ཆགས་ལས་བྱུང་  
བའི། །རྣམ་པར་རྟག་པས་ཡོངས་བསྐྱབས་པ། །ཡོད་མེད་  
གཉིས་ཀ་ལ་བརྟེན་པ། །སྤྱོད་ཆོས་ནི་རྣམ་པ་  
གསུམ། ༥ །དེ་དངོས་ཉེར་ལེན་མེད་པ་ཅན། །སྐྱབ་ལ་དེ་མི་

དམིགས་པ་ནི། །དེ་ལྟར་གཏན་ཆིགས་དེ་ཉིད་ནི། །མེད་པ་མ་  
ཡིན་སྐྱོར་གྱི་ཕྱིར། ༥ །དོན་དམ་གཅིག་ཏུ་འཇུག་ཉིད་  
ཅན། །མཐོང་བའི་བྱེ་བྲག་ཐ་དད་པའི། །དོན་རྣམས་ལ་ནི་སྐྱོ་  
རྣམས་ནི། །རྒྱ་མེད་ཅན་འཇུག་མི་འགྱུར་དང་། །འདས་དང་མ་  
སྐྱེས་པ་ལ་ཡང་། །ཆིག་འགའ་ཞིག་ཀྱང་བརྟན་པ་ཡི། །དོན་  
ཅན་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་བྱིར། ། །དེ་དག་སྣོ་དོན་ཡུལ་ཅན་  
འདོད། ༥ །སྐྱོ་དོན་བསྟོན་པ་སྐྱབ་པ་ལ། །ཆོས་ཀྱི་རྟེན་ནི་  
བསལ་བའི་བྱིར། །ཆོགས་པ་བསྐྱབ་བྱུར་མི་འགྱུར་ལ། །ཡན་  
གར་ཆོས་ནི་བྱབ་པ་ཡིན། །སྐྱོ་དོན་བསྟོན་པ་མེད་རྣམས་  
ཀྱིས། །ཡོད་མེད་སྟོགས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་གིས། །དངོས་པོ་ཉིད་ནི་  
དབྱེད་བྱ་ ཟློ། །འདི་ལས་འབྲས་འབྱུང་རག་ལས་  
བྱིར། ༥ །དོན་བྱེད་རྣམས་པ་མ་ཡིན་ལ། །དོན་གཉེར་བརྟགས་

བས་ཅི་ཞིག་བྱ། །མ་ནིང་གཟུགས་བཟང་མི་བཟང་  
ཞེས། །འདོད་ལྡན་རྣམས་ཀྱིས་བརྟགས་ཅི་པན། ༥ །རྟོག་པའི་  
ཞེས་པའི་ཡུལ་ཉིད་ཀྱིས། །སྤྱི་ཡི་དོན་ནི་བརྟགས་པ་  
ཡིན། །དངོས་ཉིན་མ་གྲུབ་འདི་ཆོས་སུ། །རིག་པ་སྤྱི་བས་  
གསུངས་པ་ཡིན། ༥ །སྤྱི་རྣམས་དངོས་དང་ལྡན་ཅིག་  
ཏུ། །མེད་ན་མི་འབྱུང་ཉིད་མེད་ཐྱིར། །དེ་ལས་དོན་གྲུབ་མིན་  
དེ་དག །སྤྱི་བོའི་བསམ་པ་སྟོན་པར་བྱེད། ༥ །ཡིད་ཆེས་ཆོག་  
ནི་མི་སྤྱི་བའི། །སྤྱི་ལས་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ཉིད། །འབྲེལ་པ་དང་  
ནི་རྗེས་མཐུན་ཐབས། །སྤྱིས་བུའི་དོན་ནི་རྫོང་བྱེད་  
དག །ཡོངས་བརྟགས་དབང་དུ་བྱས་ཡིན་གྱི། །དེ་ལས་གཞན་  
པའི་དབང་བྱས་མིན། །མཐོང་དང་མ་མཐོང་དངོས་པོ་  
ཡི། །དོན་དེ་དག་ལ་མདོན་སུམ་དང་། །རྗེས་སུ་དཔག་རྣམ་

གཉིས་ཀྱིས་གྲང་། །གཞོད་མེད་ འདི་ཡི་མི་སྤྱ་བའོ། ༥ །ཡིད་  
ཆེས་ཆོག་ནི་མི་སྤྱ་བའོ། །སྤྱི་ལས་འདི་ཡུལ་སྒྲོག་གྲུང་  
ནའང་། །གོ་སྐབས་མེད་པའི་ཕྱིར་སྒྲོ་ནི་།རྗེས་སུ་དཔག་པ་ཉིད་  
དུ་གསུངས། ༥ །སྤང་དང་དོར་བྱའི་དེ་ཉིད་ནི། །ཐབས་བཅས་  
རབ་དུ་ངེས་པ་ཡིས། །གཙོ་བོའི་དོན་ལ་མི་སྤྱའི་ཕྱིར། །གཞན་  
ལ་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ཡིན། ༥ །སྤྱིས་བྱ་བུལ་བྱང་ལ་སྒྲོས་  
པ། །རི་བཞིན་དོན་དུ་གཞན་གྱིས་ཤེས། ༥ །གལ་ཏེ་སྤྱལ་དུ་  
བྱང་བ་དེ། །ཤེས་པར་རུས་ན་དོན་འདི་འདོད། ༥ །འདི་ནི་འདི་  
སྤྱལ་མིན་ལོ་ཞེས། །གཞན་ལ་སྤྱོན་ལྟན་སྤྱོན་མེད་  
པའམ། །ཚད་མ་རྣམས་ནི་རྟེན་ དཀའི་ཕྱིར། །རྟོགས་དཀའ་  
ཞེས་ནི་གཞན་གྱིས་ཤེས། །འབྲིབ་དང་སྤྱལ་བྱང་བརྟེན་པ་  
ཀུན། །མི་མཐུན་སྤྱོགས་དང་བཅས་ཉིད་ཕྱིར། །དེ་གོམས་པ་

ལས་བདག་འགྱུར་བས། །ལ་ལ་བྲག་པ་བྲད་པར་  
འགྱུར། ༥།འཆེ་བ་མེད་དང་ཡང་དག་དོན། །ངོ་བོ་ཉིད་ལ་ཕྱིན་  
ལོག་གིས། །འབད་དུ་བེན་ཀྱང་མི་བསྒྲུག་སྟེ། །སྒྲོ་ནི་དེ་ཕྱོགས་  
འཇིན་ཕྱིར་རོ། །ཉེས་པ་རྣམས་པ་ཐམས་ཅད་དག །འཇིག་  
ཆོགས་ལྟ་ལས་སྐྱེས་པ་ཡིན། །དེ་མ་རིག་དེར་དེ་ལ་  
ཆགས། །དེ་ལས་ཞེ་སྒྲུང་ལ་སོགས་འབྱུང་། །དེ་ཉིད་ཀྱིས་ན་  
ཉེས་རྣམས་ཀྱི། །རྒྱ་ནི་གཏི་ཐུག་ཡིན་པར་གསུངས། །གཞན་  
ལས་འཇིག་ཆོགས་ལྟ་བ་སྟེ། །དེ་སྒྲུངས་པ་ན་སྒྲོང་ཕྱིར་  
རོ། ། ༥། །ཆོག་རྣམས་ལོག་པ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱ། །ཉེས་རྣམས་སྐྱེས་  
བྱ་ལ་བརྟེན་ཕྱིར། །སྐྱེས་བྱས་མ་བྱས་བདེན་དོན་ཅན། །ཞེས་  
ནི་ལ་ལ་རྫོད་པར་བྱེད། །ཆོག་རྣམས་བདེན་པ་ཉིད་ཀྱི་  
རྒྱ། །ཡོན་ཏན་སྐྱེས་བྱ་ལ་བརྟེན་ཕྱིར། །སྐྱེས་བྱས་མ་བྱས་



ལོག་པའི་དོན། །ཅིས་མིན་ཞེས་ནི་གཞན་དག་བརྗོད། ༥ །དོན་  
ཤེས་བྱེད་པ་དག་གི་ཀླ། །བར་ནི་སྐྱེས་བྱ་ལ་བརྟེན་  
བས། །ཆོག་རྣམས་སྐྱེས་བྱས་བྱས་མིན་ཡང་། །དེ་སྤྱིར་ལོག་  
པ་ཉིད་དུ་སྤྲིད། ༥ །འབྲེལ་པ་སྐྱེས་བྱས་བྱས་མིན་ན། །བར་  
རིག་མེད་པར་རྟོགས་ བར་འགྱུར། །བར་ལས་དེ་ནི་གསལ་  
ཡིན་ན། །བརྟགས་པ་གཞན་དག་རྒྱས་མེད་འགྱུར། ༥ །ཆོག་  
རྣམས་དོན་གཅིག་ལ་ངེས་ན། །དོན་གཞན་རྟོགས་པར་མི་  
འགྱུར་རོ། ༥ །དོན་དུ་མ་དང་མཛོན་འབྲེལ་ན། །འགལ་བ་  
གསལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན། །སྐྱེས་བྱས་མ་བྱས་པ་ཉིད་ཀྱང་། །  
ཀྱན་དུ་བརྟགས་པ་དོན་མེད་འགྱུར། །ཐ་དད་རྣམས་ལ་འབྲེལ་  
པ་ཡང་། །རྣམ་པར་གཞག་སྤྱིར་གཏན་ཆོགས་  
བརྗོད། ༥ །སྐྱེས་བྱས་ལེགས་པར་མ་བྱས་པ། །རྣམ་པ་ཀྱན་དུ་

དོན་མེད་འགྱུར། །ལེགས་བྱས་ཁས་ལེན་ན་འདི་ནི། །དངོས་  
སུ་སྒྲང་ཆེན་ཁྱས་འདྲར་འགྱུར། ༥། །འབྲེལ་པ་ཅན་རྣམས་མི་  
རྟག་ཕྱིར། །འབྲེལ་པ་ལ་རྟག་ཡོད་མ་ཡིན། ༥། །དེ་ཕྱིར་དོན་  
དང་སྒྲ་ཡི་དེ། །སྐྱེས་བུའི་སྒོ་ཡིས་ལེགས་པར་བྱས། ༥། །དོན་  
དང་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་ན་ནི། །སྒྲ་རྣམས་ལ་ནི་རང་བཞིན་  
དག། །རྣམ་པར་བསྐྱོད་པར་མི་རིགས་སོ། ༥། །རྣམ་བརྟགས་  
འབྲེལ་ལ་ཉེས་འདི་ མེད། །གལ་ཏེ་རྟོན་འདི་འཇིག་ན་  
ཡང་། །འཇིག་མིན་རྟག་ཕྱིར་རིགས་དང་འདྲ། །རྟག་རྣམས་ལ་  
བརྟོན་རྒྱས་པ་གང་། །གང་གིས་དེ་རྟོན་འདོད་པ་ཡིན། །ཤེས་  
པ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིས། །ལྷན་ཅིག་བྱེད་རྒྱ་རྣམས་ཆོགས་  
ན། །དེ་སྐྱེད་པར་ནི་རུང་ཉིད་ཕྱིར། །རིག་པ་ཤེས་ པས་བྱམ་  
སོགས་གྲང་། །སྐྱེ་བ་ལ་ནི་གསལ་བར་འདོད། །འགྱུར་བ་མེད་

ནམས་བྱད་མེད་པས། །གསལ་བྱེད་རང་གིས་དོན་ཅི་  
བྱས། །གང་ཕྱིར་དེས་དེ་གསལ་འདོད་པ། །འབྲེལ་བ་དངོས་  
པོ་ཉིད་གྱུར་མོད། །ཐ་དད་ཕྱིར་སྒོ་སྒྲ་ཆོགས་འགྱུར། ༥ །དེ་  
ལས་ཐ་ དད་མེན་དེ་ཉིད། །འདི་ལས་གཞན་དངོས་ཡོད་མ་  
ཡིན། །དངོས་པོའི་ངོ་བོ་ཐ་དད་ཕྱིར། །འབྲེལ་བ་རྟོག་པས་  
བྱས་བ་ཡིན། །ཡོད་རྗེས་གཞན་ལ་རག་ལུས་པའམ། །གཞན་  
ཀྱི་འབྲེལ་བར་རི་ལྟར་འགྱུར། །ཡི་གེ་དོན་མེད་ཅན་འགྱུར་  
ཞིང་། །ཆོག་སོགས་ཀུན་ བརྟགས་དངོས་མེད་ལ། །དངོས་པོ་  
ཡི་ནི་འབྲེལ་བ་འདི། །རི་ལྟ་བུར་ནི་འཇུག་པར་  
འགྱུར། ༥ །བྱེད་བ་པོ་ནམས་མི་བླན་ཕྱིར། །སྐྱེས་བུས་མ་བུས་  
ཀྱང་འདོད་ལོ། །འདི་ལའང་རྗེས་སུ་བརྗོད་བ་ཡོད། །དེས་ན་  
ངན་པའི་ལུན་པས་བྱབ། །རི་ལྟར་སྐྱེས་བུ་འདི་གཞན་

ལས། །མ་ རྩོས་པར་ནི་ཡི་གེ་དང་། །ཆིག་བཀོད་པ་ནི་བརྗོད་  
རྒྱས་མེད། །དེ་ལྟར་གཞན་ལའང་འགའ་ཞིག་སྟེ། ༥ །སྤེལ་བ་  
ཡི་ནི་གཞུང་གཞན་ཡང་། །མན་ངག་ལས་གཞན་གཞན་དག་  
གིས། །འདོན་པ་གང་མཐོང་གང་གིས་ན། །དེ་ཡང་དེ་ལྟར་  
རྗེས་མི་དཔོག་༥ །རིགས་གང་གང་ ལས་གྲུབ་པ་དེ། །ཁྱད་  
པར་མེད་དེ་མེ་ཤིང་བཞིན། །རྒྱ་མ་མཐོང་བ་ཅན་གཞན་  
ཡང་། །དེ་ལས་འགྱུར་བར་ཡང་དག་ཤེས། །དེ་ལ་འབྲས་  
མཚུངས་མཐོང་བའི་ཕྱིར། །ཁྱད་པར་དག་ནི་མ་བསྟན་  
པར། །གཏན་ཆིགས་རབ་ཏུ་སྒྲིམ་པ་གང་། །དེ་དག་ཐམས་  
ཅད་འབྲུལ་པ་ཅན། །ནམ་གུན་ཐོག་མེད་གྲུབ་གྱུར་མོད། །དེ་  
ལྟར་སྒྲིམ་མིན་རྟེན་ཅན་མིན། །དེ་ཕྱིར་སྒྲིམ་བྱས་མ་བྱས་  
ཉིད། །གཞན་ཡང་མི་ལ་མི་བརྟེན་འགྱུར། ༥ །ལྷ་སྟོ་ལ་སོགས་

ཐ་སྙད་དང་། །མེད་པར་སྤྲོ་བའི་ཆོག་རྣམས་ཀྱང་། །ཐོག་མེད་  
ཕྱིར་ན་དེ་བཞིན་འགྱུར། །སྒྲོན་ འདུས་བྱས་པའི་རྒྱ་ཡིན་  
ཕྱིར། །དེ་འདྲའི་སྤྲེས་བྱས་མ་བྱས་ཉིད། །གྲུབ་ནའང་ཡོན་ཏན་  
ཅི་ཞིག་ཡོད། །དོན་གྱི་འདུ་བྱེད་བྱད་པར་རྣམས། །མཐོང་ཕྱིར་  
ཐེ་ཆོམ་དག་ཀྱང་ཡིན། ༥ །ཡིག་རྣམས་གཞན་དང་བྱད་མེད་  
ཕྱིར། །སྤྱོད་པར་བྱེད་ན་འབྲས་ཅིར་འགྱུར། །དག་ནི་ཡི་གེ་  
ལས་ཐ་དད། །ཡོད་པ་མིན་ཏེ་མ་དམིགས་ཕྱིར། །ཡན་ལག་དུ་  
མའི་བདག་ཉིད་ཡིན། །དེ་རྣམས་ཐ་དད་དོན་མེད་ཉིད། །དེ་  
དངོས་ཅན་མིན་དེ་དངོས་ཅན། །བརྟགས་པ་སེང་གེ་ཉིད་  
སོགས་བཞིན། །རེ་རེ་དོན་བཅས་ཉིད་ཡིན་ནམ། །དུ་མ་ཉིད་  
བརྟགས་ལོག་པ་ཡིན། །ཡན་ ལག་གཅིག་ནི་རྟོགས་པས་  
ཀྱང་། །དག་གི་དོན་དག་རྟོགས་པར་འགྱུར། ༥།ཐམས་ཅད་

ཅིག་ཅར་རྟོགས་པ་ནའང་། །དུས་ཀྱི་བྱང་པར་མི་རུང་  
རོ། ༥ །གཅིག་ཉིད་ན་ཡང་ཐ་དད་མེད། །རིམ་གྱིས་རྟོགས་པ་  
མི་སྲིད་ཕྱིར། ༥ །མི་རྟག་ན་ནི་ཚེ་ལ་བྱུང་ཕྱིར། །དེ་ཅི་སྐྱེས་  
བྱས་བྱས་པ་ མིན། །རྟག་ཉིད་ཡིན་ཡང་རྟག་པར་  
ནི། །དམིགས་འགྱུར་སྒྲིབ་གཡོགས་མེད་ཕྱིར་རོ། ༥ །གལ་ཏེ་  
ལྷན་ཅིག་བྱེད་འགའ་ཞིག །མ་ཚང་ཐོས་པ་མིན་ཞེ་  
ན། ༥ །ཅིས་ཀྱང་གཞན་ལྟོས་ཡིན་སྟེ། །དེས་པ་དག་ནི་  
འགལ་བ་ཡིན། །གལ་ཏེ་དེ་དག་བྱབ་བྱེད་མིན། །ཐམས་ ཅད་  
དུ་ནི་དམིགས་མི་འགྱུར། ༥ །གལ་ཏེ་བྱབ་ན་ཐམས་ཅད་  
གྱིས། །ཅིག་ཅར་དམིགས་པ་དག་ཏུ་འགྱུར། ༥ །འདུས་བྱས་  
དམིགས་པ་ཡིན་ན་ཡང་། །འགྱུར་མེད་གང་གིས་འདུ་བྱེད་  
འགྱུར། ༥ །དབང་པོ་ལེགས་པར་བྱས་ཀྱུར་ན། །དེས་ཀྱང་མ་

ལྷས་ཐོས་པར་འགྱུར། །གལ་ཏེ་ ལེགས་བྱས་བྱང་པར་  
ལས། །ཐ་དད་ཕྱིར་དོན་གཅིག་ངེས་ཡིན། ༥། སྒྲ་ཡི་ཚོགས་པ་  
དུ་མ་ཡི། །ཅ་ཅོ་ཇི་ལྟར་ཐོས་པར་འགྱུར། ༥། །དེ་ལ་གལ་ཏེ་སྒྲ་  
ཡན་གར། །ཐོས་འགྱུར་རྫོང་བྱེད་མ་ཡིན་ན། ༥། །སྒྲ་ལས་ཐ་  
དད་ཡོད་དོ་ཞེས། །འདི་ལ་ཤིན་ཏུ་ཆེས་དད་བྱ། ༥། །སྒྲ་གཞན་  
དག་ནི་གནས་ པ་ན། །རྫོང་བྱེད་ཇི་ལྟར་ཐོས་པ་  
ཡིན། ༥། །ཡང་ན་རྒྱས་པ་ངེས་པའི་ཕྱིར། །ཇི་ལྟར་ཐ་དད་སྒྲ་  
རྟོགས་འགྱུར། ༥། །ཉེས་པ་གང་དང་གང་གིས་གྱང་། །སྒྲ་ཙམ་  
རྫོང་བྱེད་མི་འདོད་པ། །སྒྲ་ཙམ་དག་གིས་གསལ་བ་ནི། །ཇི་  
ལྟར་རྫོང་བྱེད་ལ་དེ་མེད། ༥། །གལ་ཏེ་ཡི་གེ་རིམ་པ་དག །  
ཡིག་རྣམས་ཐ་དད་མེད་ཕྱིར་མིན། །དེ་དག་རྣམ་པར་གཞག་  
པའང་མེད། །གོ་རིམས་གཞན་ནི་འགལ་ཕྱིར་རོ། ༥། །བྱུང་དང་

རྟག་པར་བརྗོད་པའི་ཕྱིར། །ཡུལ་དང་དུས་ཀྱི་གོ་རིམས་  
མེད། །མི་རྟག་བྱེད་མ་ཡིན་པའི། །སློན་ཡང་སྤར་ནི་  
བརྗོད་པ་ཡིན། ། །གསལ་བའི་རིམ་ བའང་དག་མིན་  
ཏེ། །རྟག་ལ་གསལ་བ་གསལ་ཕྱིར་རོ། ། །བྱེད་པ་རྣམས་ཀྱི་  
བྱ་ཉིད་ལས། །དེ་བྱུང་ཕྱིར་ན་འབྲས་ཉིད་ཡིན། ། །བྱུང་པའི་  
དོན་ལ་རབ་ཤེས་པས། །གཞན་སློའི་རྒྱ་ནི་གསལ་བྱེད་  
འདོད། །དཔེར་ན་སློན་བཞིན་གཞན་དུ་ནའང་། །བྱེད་པོ་ལས་  
འདི་བྱེད་པར་ཅི། བྱེད་པ་རྣམས་ཀྱི་ཆོགས་པ་ཡི། །བྱ་བ་ལས་  
ནི་ངེས་པར་ཡང་། །དམིགས་ཕྱིར་འབྲས་བྱ་ཉིད་ཡིན་  
ཏེ། །གསལ་བྱེད་ལ་དེ་མི་སྤྱིད་ཕྱིར། །གལ་ཏེ་བྱེད་ཀྱི་དེ་ངོ་  
བོའི། །སྤྱིབ་བྱེད་བྲལ་བ་གསལ་ཡིན་ན། །ཅི་ཕྱིར་མེད་པ་ལ་  
བྱེད་པའི། །ཆོགས་ཀྱི་རུས་པ་དེ་རུང་འགྱུར། །སྤྱི་ དང་བྱེད་



བར་མེད་པའི་ཕྱིར། །གཞན་དག་གྲང་གསལ་ཐོབ་པར་  
 འགྱུར། །དེ་བཞིན་དུ་ནི་ཁས་ལེན་ན། །རྒྱ་རྣམས་ཀུན་ནི་དོན་  
 མེད་ཉིད། ༥ །དོ་ཤེས་པ་དང་ཡོད་སྒྱུར་སོགས། །གང་ཡིན་  
 སྐྱབ་བྱེད་འདོད་ན་ནི། །དཔེ་མེད་ཅན་ཡིན་དངོས་རྣམས་  
 བློ། །སྐྱད་ཅིག་གིས་ནི་འཇིག་ ཕྱིར་རོ། །རྟགས་ངན་གཞན་  
 ཡང་སུན་དབྱུང་བ། །སྒོ་ནི་སྐྱེས་བུའི་རྟེན་ཅན་མིན། །ཁས་  
 སྒྲངས་མཛོན་སུམ་གྲགས་པ་དང་། །རྗེས་སུ་དཔག་པས་ཅིག་  
 ཅར་གཞོད། ༥ །ཡི་གེ་རྣམས་ལས་ཐ་དད་པའི། །རིམ་པའང་  
 གསལ་བར་དབྱུང་བེན་རྟོ། ༥ །དེ་ནི་རྟོག་པས་སྒྲོ་བརྟགས་  
 བ། །རི་ལྟར་སྐྱེས་བུའི་རྟེན་ཅན་མིན། ༥ །འཇིག་པ་ཡོད་ཅུ་  
 འབྲེལ་པ་ཅན། །ཉིད་ཕྱིར་སྒྲ་ནི་མི་རྟག་ཉིད། ༥ །མེ་ལས་དོན་  
 གཞན་གྱུར་པ་དག་༥ །སྐྱེ་ན་འཇིག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། །ཤིང་ནི་

མཐོང་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར། ༥། །དེ་ཉིད་འདི་ཡིས་འཇིག་ཅེ་ན། །རི་  
 ལྟར་གཞན་ནི་གཞན་འཇིག་འགྱུར། །ཟླ་སྟེ་ཅི་སྤྱིར་ཤིང་མི་  
 ལྟར། །དེས་གཟུང་སྤྱིར་མིན་ཞེ་ན་མིན། །གང་སྤྱིར་དེ་ཡིས་མི་  
 སྤྱིབ་སྟེ། །སྤྱི་སྤྱིར་འཇིག་པ་འཇིག་ཅན་འགྱུར། །དེ་ལྟ་ན་ཡང་  
 ཤིང་མཐོང་འགྱུར། །གལ་ཏེ་གསོད་བྱེད་བསང་པ་ན། །ནག་  
 པ་སྤྱིར་འགྱུང་མིན་ངེ་བཞིན། །འདི་ལའང་དེ་བཞིན་ཡིན་ཞེ་  
 ན། །གསོད་བྱེད་བསང་པ་ཉིད་མ་ཡིན། ༥།འཇིག་པ་གཞན་  
 ཉིད་མ་ཡིན་ན། །ཤིང་ཉིད་འཇིག་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །དེ་མེད་  
 སྤྱིར་ན་རྒྱ་མིན་ཉིད། །འདི་ལས་གཞན་པའི་རྣམ་པའང་  
 མེད། །འཇིག་པ་རྒྱ་མེད་ཅན་ཡིན་ནའང་། །རྟག་སྤྱིར་དངོས་  
 སོ་འཇིག་པ་ དག །ལྟན་ཅིག་ཡོད་པར་འགྱུར་ཞེ་ན། །མེད་པ་  
 རྟག་ཉིད་གང་ལས་ཡིན། །མེད་ལ་དངོས་འཇིག་མེད་ཉིད་

ཀྱི། །ཐལ་བར་འགྱུར་བ་མི་རུང་སྟེ། །གང་ཕྱིར་དངོས་པོ་  
འཇིག་པ་ཡིས། །འཇིག་པ་དག་ནི་མི་འདོད་དོ། །དངོས་འཇིག་  
གཞན་ལ་སྟོས་མེད་ཕྱིར། །དེ་ཤེས་དོན་དུ་སེམས་གྱིས་  
ནི། །དེ་ཡི་ཐ་དད་སྒྲོ་བཏགས་ནས། །གནས་སྐབས་དེ་རྒྱ་མེད་  
ཅན་བཤད། ༥། །མེད་པ་རང་ཉིད་ལས་ཡོད་ནའང་། །རྣམ་རྟོག་  
འདི་ནི་མཚུངས་ཤེ་ན། །དེ་ཡི་རུང་བཅད་འགྱུར་མེད་དེ། །མེད་  
པར་གྱུར་པ་ཙམ་ཞིག་ཡིན། ༥། །ཡོད་ལ་རྣམ་རྟོག་འདི་འགྱུར་  
ཏེ། །བསྐྱབ་པ་ དངོས་དང་འབྲེལ་ཕྱིར་རོ། ༥། །མེད་པ་ཡིན་  
ཞེས་གསུངས་པ་ནི། །དངོས་པོ་མིན་ཞེས་བྱ་བའང་  
ཡིན། །གལ་ཏེ་བྱ་བ་རུང་བཅད་ཅིག །ཡོད་ན་གཞན་ལ་སྟོས་  
འགྱུར་གྱི། །དངོས་གང་རུང་བཅད་མི་བྱེད་ལ། །ཅི་སྟེ་འགའ་  
ཞིག་གིས་སྟོས་འགྱུར། ༥། །དེས་ནི་རྒྱ་མེད་ཅན་ཡིན་

ནའང་། །མ་སྐྱེས་པ་ལས་འཇིག་འགྱུར་བྱེད། །ཡོད་པ་ཉིད་དང་  
 འཇིག་ཡིན་སྐྱོན། །ཏ་ཅང་ཐལ་བ་བསལ་བ་ཡིན། །རི་ལྟར་སྐྱེ་  
 ལྟན་འགའ་ཞིག་ཉིད། །ཐོགས་བཅས་ཉིད་འདོད་དེ་བཞིན་  
 དུ། །ཡོད་ནམས་འཇིག་པའི་རང་བཞིན་ཡིན། །སྐྱེ་ལྟན་མིན་  
 པ་མིན་ཅེ་ན། ༥། །རྒྱ་ཡི་རང་བཞིན་ངེས་པ་ལས། །འབྲས་  
 བུའི་རང་བཞིན་ངེས་པ་སྟེ། ༥། །ཐ་དད་རྒྱ་ནམས་མེད་ཉིད་  
 བྱེད། །མི་ཏྲག་ངོ་བོ་ཐ་དད་མེད། ༥། །དེ་བྱིར་དེ་ནམས་འབྲེལ་  
 པ་ཡང་། །ཏྲག་པ་ཉིད་ནི་བསལ་བ་ཡིན། ༥། །སྐྱ་ཡི་རྒྱས་པའང་  
 ལྟར་བཤད་པའི། །འབྲེལ་པའི་སྐྱོན་གྱིས་བསལ་བ་ཡིན། ༥། །  
 སྐྱེས་བྱས་མ་བྱས་ཞེས་བྱ་ཉིད། །རི་བཞིན་དོན་ཤེས་སྐྱབ་བྱེད་  
 མིན། །སྐྱེས་བུའི་ཉེས་པས་སྐྱོན་མེད་པའི། །མེ་སོགས་ནམ་པ་  
 གཞན་དུ་མཐོང་། ༥། །དེ་ནི་མ་བྱས་པར་འདོད་ན། །ཤེས་པ་

ཉིད་ཀྱི་རྒྱུར་མི་འགྱུར། །རྟག་པ་དག་ལ་དངོས་རྒྱས་  
པ། །འགའ་ཡང་སྐྱེ་བ་ཡོད་ མ་ཡིན། ༥ །ནམ་རྟོག་བག་  
ཆགས་ལས་བྱུང་བའི། །སྒྲོ་བཏགས་སྒྲོད་ཡུལ་ཅན་སྒོ་  
དག །འགའ་ཞིག་དེ་ལས་སྐྱེ་འགྱུར་གྱི། །དོན་གྱི་སྒྲོད་ཡུལ་  
ཅན་མ་ཡིན། ༥ །གལ་ཏེ་བྱས་དག་ལོག་ཉིད་དུ། །མཐོང་ཉིད་  
སྒྱུར་ན་མ་བྱས་པའི། །ཆོག་ནི་བདེན་དོན་ཅན་ཡིན་ཏེ། །  
བསྒྲོག་པས་འགལ་བ་བྱབ་སྒྱུར་རོ། ༥ །མེད་སྒྱུར་གཏན་  
ཆོགས་མ་བསྟན་ནའང་། །དེ་ནི་ཡོད་པར་དོགས་འགྱུར་  
ཏེ། །དངོས་པོ་འགལ་བ་དག་ལ་ཡང་། །བྱབ་པར་བྱེད་པ་  
མཐོང་སྒྱུར་རོ། ༥ །ཀུན་ལ་མེད་པ་དམིགས་པས། །མི་འགྱུབ་  
ཅས་ནི་བཤད་ཟིན་ཏོ། །མེད་པ་ ཉིད་ནི་མ་གྱུབ་ན། །ལྟོག་པ་  
ཉིད་ལ་ཐེ་ཆོམ་ཟ། །གལ་ཏེ་རྗེས་འགོ་ལྟོག་པ་དང་། །བསྐྱབ་

བྱའི་ཆོས་ཅན་ལ་ཡོད་ཉིད། །དེ་དེས་འབྲས་ཅན་ཞེས་པ་  
ཡིས། །བྱུང་པར་གྱུར་ན་སྐྱབ་བྱེད་ཡིན། ༥ །གང་ལ་བསྐྱབ་  
བྱའི་མི་མཐུན་ཕྱོགས། །བསྐྱོག་པ་ཉིད་བཟོད་དེ་ཉིད་ བོ། །འདི་  
ཡི་ཆོས་མཐུན་འགྱུར་དེས་ན། །གཏན་ཆོགས་ཐམས་ཅད་རྗེས་  
འགོ་ཅན། ༥ །འགའ་ཡིས་བརྟ་བྱས་ཉིད་ཡིན་ན། །སྒྲགས་  
ནམས་འབྲས་བྱ་སྐྱབ་བྱེད་ཡིན། ༥ །ཅི་སྟེ་དངོས་པོའི་རྒྱས་  
ཡིན་ན། ༥ །བྱད་པར་མེད་ཕྱིར་གཞན་ལའང་འགྱུར། །དོན་  
གཞན་ཉིད་དུ་གྱུར་པ་ཡི། །བཀོད་པའང་སྒར་ནི་བསལ་བ་  
ཡིན། ༥ །དེ་དོན་ཉག་ཏུ་འགྱུར་འགྱུར་ཏེ། །སྟོས་པ་ཡིན་ན་  
རྒྱས་མེད་འགྱུར། །གལ་ཏེ་དངོས་རྒྱས་དེ་འདྲ་ན། །དེ་ནི་ཀུན་  
ཀྱི་སྐྱབ་བྱེད་འགྱུར། ༥ །ལེགས་བྱས་མིན་ཕྱིར་བྱེད་པ་  
པོའི། །བྱད་པར་ལ་ཡང་སྟོས་མི་རུང་། །དངོས་ པོ་འདུས་

བྱས་པ་ཡི་ཡང་། །དངོས་པོའི་ཐ་དད་ཐ་དད་བྱེད། །བྱེད་པོའི་  
 བྱེད་པར་ལས་རྒྱས་པ། །དེས་པ་མ་ཡིན་བརྟུན་ལས་  
 འགྱུར། །བྱེད་པར་བྱར་མེད་ཅན་ཡིན་ན། །ཅི་ཞིག་བྱེད་ནས་  
 བྱེད་པོར་འགྱུར། །༥།གལ་ཏེ་མངོན་གསལ་སྒྱུར་ཡིན་ན། །དེ་ནི་  
 གོང་དུ་བསལ་བེན་ཏོ།༥།གང་ལས་སྒྲོ་དེ་གསལ་ཡིན་ལ། །དེ་  
 ནི་འབྲས་བུར་གལ་ཏེ་སྒྱུར། །༥།སྒྲོ་བ་པོ་གསལ་བྱ་ཡིན་  
 པས། །ཉན་པ་པོ་ཡང་འབྲས་འབྲེལ་འགྱུར། །༥།མངོན་པར་  
 གསལ་མིན་སྒྲ་དག་གི་ །བྱེད་པ་རྣམས་ཀྱི་སྒྱུར་བའམ། །ཡིད་  
 ཀྱི་བཞུས་པ་དོན་མེད་འགྱུར། །སྒྲ་ ནི་ན་བའི་སྒྱུད་ཡུལ་  
 ཡིན། །༥།བརྒྱད་པས་དེ་ལས་བསྐྱེད་ཉིད་བྱིར། །སྒྲོ་དེའང་  
 གསལ་བ་ཡིན་ཞེ་ན། །གལ་ཏེ་དོན་ཅན་ཡིན་མི་འགྱུར། །ཉོག་  
 པའི་རྗེས་སུ་འགོ་བྱིར་རོ། །རང་དང་སྤྱི་ཡི་རང་བཞིན་

ནམས། །རོ་བོ་གཅིག་ཏུ་བརྗོད་འདོད་ནས། །བར་བྱེད་ནམས་  
ཀྱིས་བརྗོད་པའི་བྱིར། །མི་འགལ་དངོས་པོ་ལ་མ་  
ཡིན། ༥ །གལ་ཏེ་གོ་རིམས་མེད་ན་ནི། །རོ་དང་མཆོ་ཞེས་  
ཐོས་པ་ལས། །འབྲས་ཐ་དད་མེད་འགྱུར་ཞེ་ན། ༥ །དེ་ནི་སྐྱེས་  
བུའི་རྟེན་ཅན་ཡོད། །ཡི་གེ་ཀུན་སྦྱང་ཤེས་པ་ལས། །སྐྱེས་ལ་  
ཤེས་ལས་སྐྱ་སྐྱེའོ། ༥ །དེ་ཡི་བྱུང་པར་ཅན་དེ་ནི། །ན་བས་  
ངས་པར་འགྱུར་བ་ ཡིན། །ཤེས་ངས་སྐྱེད་པའི་ཤེས་པ་  
ཅན། ༥ །དེ་ཐོས་སྦྱར་མིན་ཐོས་པ་ཅན། །དེ་བླན་པ་ལ་སྦྱོས་  
ནས་ནི། །བྱིས་ནི་བདག་ཉིད་ལ་བླན་བྱེད། །དེ་ནི་རྒྱ་དང་  
འཛིན་སེམས་ཀྱི། །ཡིག་ནམས་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་ཡི། །གོ་  
རིམས་དག་ནི་ཡིན་ཞེས་བརྗོད། །དེ་དག་སྐྱེས་བུས་བུས་པ་  
ཉིད། ༥ །དེ་ བྱིར་ཡི་གའི་ངོ་བོ་དེ། །ཆོག་དང་ཆོག་ལས་



གཞན་ཉིད་དེ། །བྱེད་པོའི་འདུ་བྱེད་ལས་ཐ་དད། །སྟོན་ཅིག་  
 འབྲས་བུས་ཁུད་པར་བྱེད། །ཡི་གེ་རྣམས་ཀྱི་གོ་རིམས་  
 དེའང་། །སྤེལ་བར་བྱེད་ལ་འཇུག་ཡིན་ཏེ། །འདོད་དང་མི་  
 འགལ་གྱུ་བ་ཅན་གྱི། །གོ་རིམས་གནས་པ་འགལ་བྱིར་རོ། །  
 གླེས་བྱ་དད་ནི་ཡི་གེ་རྣམས། །རྒྱ་འབྲས་ཉིད་དུ་གྱུ་བ་པའི་  
 བྱིར། །ཡི་གེའི་རིམ་ཀྱན་གླེས་བྱ་ལས། །མེ་དང་ཤིང་གི་  
 རིགས་པ་བཞིན། །ཤེས་མཐུ་དག་གིས་སྤྲགས་ཞེས་  
 པའི། །གོ་རིམས་བྱེད་ཚུལ་ཅན་གླེས་བྱ། །ཐུན་མོང་མིན་པ་  
 ཉིད་གྱུ་བ་སྟེ། །གཞན་ལ་དེ་དག་མེད་བྱིར་རོ། ། ། །གང་ཡང་  
 རྒྱད་རིག་འགའ་ཞིག་གིས། །གསང་སྤྲགས་འགའ་ཞིག་བྱེད་  
 འགྱུར་བ། །དེ་དག་གིས་དེ་གཙོ་བོའི་མཐུ། །དེ་བཤད་རིགས་  
 པ་འཇུག་བྱིར་རོ། །འབྲས་བུ་འདོད་པས་སྤྲགས་རྣམས་

ནི། །བྱས་དང་སྐྱེས་བྱས་བྱས་བརྗོད་བྱ། ༥ །སྐྱེས་བྱ་བྱས་  
མེད་སྐྱབ་བྱེད་ནི། །འདི་ཉིད་ཀྱིས་ ནི་གསལ་བ་ཡིན། །སྒོ་  
དབང་སྐྱ་དང་སྐྱེས་བྱ་ཉིད། །ལ་སོགས་སྐྱབ་བྱེད་གང་བརྗོད་  
བ། །ཚད་ལྟར་སྒྲུང་ཡིན་ལྟག་ལྟར་བས། །རི་བཞིན་དོན་  
རྟོགས་ཡོད་མ་ཡིན། །སྐྱ་ནི་དོ་བོ་འདི་དོན་དང་། །འདི་དོན་  
མིན་ཞེས་རྗོད་མི་བྱེད། ༥ །སྐྱེས་བྱས་དོན་འདི་བརྟགས་བ་  
སྟེ། །དེ་ཡང་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་ལྟར། ༥ །དེ་གཅིག་དེ་  
ཉིད་རིག་གཞན་མིན། །བྱེད་བར་ཡང་ནི་སྐྱ་ཡིས་བྱས། །དེ་  
བཞིན་སྐྱེས་ཉིད་རྣམ་འགས་ཀྱང་། །བྱེད་ཅི་ཤེས་ལྟར་འགའ་  
མི་འདོད། ༥ །གལ་ཏེ་གང་ཆོག་ཚད་མ་ཡིས། །མི་སྐྱ་དེ་དོན་  
རིག་ཡིན་ན། །ཤིན་ཏུ་སྒྲོག་ཏུ་གྱུར་རྣམས་ ལ། །ཚད་མ་ཡོད་  
བ་སྤིད་མ་ཡིན། ༥ །གང་གི་ཆོག་ནི་ཚད་མ་ཡི། །མི་སྐྱ་དེ་

ཡིས་བྱས་པའི་ཆེག་། །དེ་ལྟར་ཞེས་ཐོབ་དེ་ཡི་ཕྱིར། །སྐྱེས་  
བྱས་བྱས་མིན་དོན་མེད་ཡིན། །གལ་ཏེ་ཤིན་ཏུ་སྒྲིག་གྱུར་  
དོན། །ལྟར་མེད་པར་ནི་ཤེས་སྤྱིད་ན། །དབང་པོ་ལས་འདས་  
དོན་རིག་འགའ། ། ཡོད་དོ་ཞེས་ནི་མངོན་འདོད་  
འགྱུར། ༥། །བདག་ཉིད་འདོད་ཆགས་སོགས་ལྟན་  
པའམ། །གཞན་ལས་རིག་བྱེད་དོན་རིག་མིན། །རིག་བྱེད་  
རིག་པར་བྱེད་མིན་ན། །རིག་བྱེད་དོན་ནི་གང་ལས་  
རྟོགས། །དེས་ན་མཐོ་རིས་འདོད་མེ་ལ། །སྐྱེན་སྐྱེག་སྐྱེན་ཞེས་  
ཐོས་པ་ལས། །སྤྱི་ལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་དེ། །དོན་མིན་ཞེས་འདི་  
ཚད་མ་གང་། །འཇིག་རྟེན་ཆེག་རབ་གྲགས་ཤེ་ན། །དེ་ལ་སྣ་  
ཆོགས་དོན་ཅན་སྤྱི། །གང་གི་དོན་འདི་རྣམ་དབྱེ་བ། །དབང་  
པོ་ལས་འདས་དོན་མཐོང་གང་། །གྲགས་མིན་དོན་བརྗོད་མཐོ་

རིས་གང་། །སྟ་མོ་ལ་སོགས་སྟ་མཐོང་ངོ་། །དེ་ འབྲེ་སྟ་  
གཞན་དག་ལ་ནི། །དེ་འབྲེ་ནམ་ཉོག་ཉིད་དུ་  
འགྱུར། ༥ །གྲགས་པ་དག་ཀྱང་མི་ནམས་ཆོག །དེ་ཡང་ཆད་  
མར་མི་འདོད་ན། །སྟར་ཡང་དེ་ལས་དོན་ཉོགས་པ། །སྟར་  
འདོད་འདི་ནི་ཅི་ཞིག་ཡིན། ༥ །གལ་ཏེ་གྲགས་པ་ལས་འགལ་  
བའི། །ཉོག་ལ་རྒྱ་ཅི་ཡོད་ཅེ་ན། །རབ་གྲགས་ཆད་མ་ཉིད་  
མིན་སྟེ། །དེར་འཇོན་པ་ལ་རྒྱ་ཅི་ཡོད། །གྲགས་པ་ཉིད་ཀྱི་སྟ་  
དོན་གྱི། །དེས་ལ་དོགས་པ་བསྐྱེད་པ་ནི། །གང་སྟེར་དེ་ལ་སྟ་  
ནམས་དོན། །སྟ་ཆོགས་འཇུག་པ་ཅན་ཉིད་མཐོང་། །དེས་བྱེད་  
མ་མཐོང་བ་དག་གིས། །སྟ་ཆོགས་རུས་ཅན་སྟ་རང་  
ཉིད། །དེས་པར་དོགས་པ་འགྱུར་བ་སྟེ། །གཞན་དུ་མི་སྟེད་  
མེད་སྟེར་རོ། ༥ །འགའ་ཞིག་ལམ་ནི་འདི་ཡིན་ཞེས། །སྟར་

དུམ་འདི་ནི་སྤྲ་འགྱུར་ཞེས། །གཞན་ནི་བདག་ཉིད་སྤྲ་དེ་  
ལྟར། །དེ་དག་གྲེ་བྲག་བརྟག་པར་གྱིས། ༥ །ཐམས་ཅད་ལ་  
རུང་དོན་གཅིག་གི། །གསལ་བྱེད་ངེས་པ་གང་ལས་  
ཡིན། ༥ །བརྗོད་འདོད་ངེས་པ་མ་གཏོགས་པ། །གང་གིས་  
དབང་པོ་ལས་འདས་ཤེས། ༥ །བརྗོད་འདོད་ངེས་པའི་རྒྱ་ཡིན་  
ཞིང་། །བརྗོད་ནི་དེ་ཡི་གསལ་བྱེད་ཡིན། ༥ །དེ་ནི་སྤྲེས་མིན་ལ་  
མེད་ན། །དེ་དོན་གཅིག་ཅན་དེ་གང་ལས། ༥ །རང་བཞིན་  
གྱིས་ནི་ངེས་ཡིན་ན། །གཞན་ལ་དེས་ཀྱང་མི་རུང་ངོ་། །བརྗོད་  
ཡང་དོན་མེད་ཅན་ཉིད་འགྱུར། །བརྗོད་ལས་རང་བཞིན་བྱུང་པར་  
གྱི། །གསལ་བའི་ངེས་པ་གང་ལས་ཡིན། ༥ །གང་ལ་འདོད་པ་  
རང་རྒྱུད་པ། །དེ་ལ་ངེས་པ་ཞེས་བྱ་གང་། །དེས་ན་བརྗོད་ནི་  
རུང་བ་ཉིད། །འདོད་ པ་ཁོ་ན་གསལ་མི་འགྱུར། །བར་སྐབས་

ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་དག་གོ། །གང་ཕྱིར་རིག་བྱེད་སྟོགས་  
གཅིག་ཕྱིར། །གཞན་ཡང་དེ་འདྲ་ཡིན་ཏེ་དཔེར། །མེས་གང་  
བསྐྱོག་དག་བདེན་པ་བཞིན། །དེ་སྐད་གཞན་དག་ཟེར་རོ་  
ལོ། །རོ་འདྲ་ངོ་བོ་མཚུངས་ཉིད་ཕྱིར། །སྟོན་གཅིག་ལ་ཡང་  
ཆོས་པ་བཞིན། །ལྷག་ལྷན་འབྲུལ་པ་ཅན་ཉིད་ཕྱིར། །རིག་པ་  
ཤེས་པས་འདི་འདྲ་བཀག། །སྐྱེས་བུ་རྟག་པ་བྱེད་པོ་  
ཉིད། །དངོས་རྣམས་རྟག་དང་དབང་པོ་འདས། །དབང་པོས་  
གཟུང་བྱ་དང་དངོས་རྣམས། །རྒྱ་དང་གནས་འཇིག་མི་མཉམ་  
དང་། །གཞན་ཡང་ཆད་མ་རྣམས་གཉིས་ཀྱིས། །རྣམ་པར་  
གསལ་བའི་སྟོན་ཡུལ་ལམ། །ལུང་ལ་སྟོས་པ་རྗེས་དཔག་  
དང་། །འགལ་བ་དག་ནི་རྫོད་བྱེད་པ། །འགལ་བ་ཀུན་ཏུ་མ་  
བསལ་ཞིང་། །བསྟན་བཅོས་སྟོན་ཡང་མ་བསྟན་ལ། །དེ་

བདེན་དོན་བཅས་ཁས་ལེན་པ། །གཡེམ་མ་མུ་ཅོར་གྱིས་  
 རྒྱལ་ལོ། ༥། །གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་ཚད་གྲུབ་ན། །འོ་ན་འདི་ལ་ཚད་  
 མིན་ཅི། །སྐྱེས་བུ་མང་དུ་སྐྱ་བ་ལ། །བདེན་པའི་དོན་གཅིག་  
 མེད་པ་མིན། །རྫོང་པ་པོ་ལ་སྐྱ་གནས་པས། །འདི་དངོས་རང་  
 བཞིན་ནམ་འབྲས་མིན། །འདི་ལས་རྣམ་པར་བསྐྱོག་པས་  
 གྲང་། །འཁྲལ་བ་མེད་པ་ཡོད་མ་ཡིན། །རྫོང་བྱེད་རྣམས་གྱིས་  
 འཇུག་པ་ནི། །བརྫོང་བྱ་མཐོང་བས་བྱེད་ཅེ་ན། །པན་ཚུན་དག་  
 ནི་འགལ་བའི་དོན། །དེ་ནི་གཅིག་ལ་རི་ལྟར་འགྱུར། ༥། །དེས་  
 ན་ལྟང་དང་དངོས་པོ་རྣམས། །རྟོགས་པ་པོ་ཡི་རྣམ་འགའ་  
 ཡང་། །མེད་ན་མི་འབྱུང་མི་འགྱུར་ན། །དེ་ལས་དོན་གང་ངེས་  
 པ་ཡིན། །དེ་ཕྱིར་དེ་ནི་ལོག་ན་ཡང་། །དངོས་པོ་མེད་པར་  
 འགྱུབ་མི་འགྱུར། ༥། །དེས་ན་མེད་ངེས་འབྲས་བུ་ཅན། མི་

དམིགས་པས་ནི་མི་འབྱུང་བོ། ། རིག་བྱེད་ཚད་མ་དང་ནི་  
 འགལ་བྱེད་སྒྲ། ། ཁྱུས་ལས་ཆོས་འདོད་དང་ནི་རིག་སྒྲས་  
 རེགས། ། རིག་པ་གཞོམ་སྤྱིར་གདུང་བ་ཚུམ་ཞེས་པ། །  
 ལྷན་པོ་ཤེས་རབ་འཆལ་བའི་རྟགས་ལྟ་ཡིན། ། ཚད་མ་རྣམ་  
 འབྲེལ་གྱི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པ་ལས་རང་དོན་རྗེས་སུ་དཔག་པ་  
 ལྟེ་ལེའུ་དང་པོ་འོ། ། །

༥ ཚད་མ་བསྒྲུ་མེད་ཅན་ཤེས་པ། ། དོན་བྱེད་རྒྱས་པར་  
 གནས་པ་ནི། ། མི་སྒྲུ་སྒྲུ་ལས་བྱུང་བ་ཡང་། ། མདོན་པར་འདོད་  
 པ་སྟོན་ སྤྱིར་དོ། ། སྒྲུ་བ་པོ་ཡི་བྱེད་པའི་ཡུལ། ། དོན་གང་སྟོ་  
 ལ་རབ་གསལ་བ། ། དེ་ལ་སྒྲུ་ནི་ཚད་མ་ཉིད། ། དོན་གྱི་དེ་ཉིད་  
 རྒྱ་ཅན་མིན། ། ། གཟུང་བ་འཛིན་སྤྱིར་ཀུན་རྫོབ་ནི། ། མི་འདོད་  
 སྟོ་ནི་ཚད་མ་ཉིད། ། ལྷང་དང་དོར་བྱའི་དངོས་པོ་ཡི། ། འཇུག་



ལ་དེ་གཙོ་ཡིན་ཕྱིར་དང་། ། ཡུལ་རྣམ་ཅན་ནི་ཐ་དད་  
 བས། ། རྩོམ་ཡི་རྟོགས་པ་ཐ་དད་ཕྱིར། ། དེ་ཡོད་ན་འདི་ཡོད་ཕྱིར་  
 རོ། ༥ ། རང་ལས་རང་གི་ངོ་བོ་རྟོགས། ། ཐ་སྙད་ལས་ནི་ཚད་  
 མ་ཉིད། ། བསྟན་བཅས་ཚད་ས་པ་རྩོག་བྱེད་ཡིན། ༥ ། མ་ཤེས་  
 རོན་གྱི་གསལ་བྱེད་ཀྱང་། ། རང་གི་ངོ་བོ་རྟོགས་འོག་ཏུ། ། རྩོམ་  
 ཡི་རྣམ་ བར་ཤེས་པ་ཐོབ། ། རང་གི་མཚན་ཉིད་མི་ཤེས་  
 བ། ། ཤེས་པ་གང་ཡིན་ཞེས་དགོངས་ཕྱིར། ། རང་གི་མཚན་  
 ཉིད་དབྱེད་ཕྱིར་རོ། ༥ ། དེ་ལྟན་བཅས་ལྟན་ཚད་མ་ཉིད། ༥ ། མ་  
 རྩོས་པ་ནི་བརྩོག་དོན་དུ། ། གྱུར་བ་ཉིད་གསུངས་དེ་ཡི་  
 ཕྱིར། ། རྩུབ་བྱེད་ལ་ལྟོས་ཚད་ཡིན་རིགས། ༥ ། ཚད་མ་རྟག་པ་  
 ཉིད་ཡོད་མིན། ། དངོས་ཡོད་རྟོགས་པ་ཚད་ཕྱིར་དང་། ། ཤེས་  
 བྱ་མི་རྟག་པ་ཉིད་ཀྱིས། ། དེ་ནི་མི་བརྟན་ཉིད་ཕྱིར་རོ། ། རིམ་

བཞིན་སྐྱེ་བ་ཅན་དག་ནི། །རྟག་ལས་སྐྱེ་བ་མི་འབྲང་  
སྟེ། །སྟོས་པ་མི་རུང་བ་ཡི་སྟེ། ༥ །རྣམ་འགས་པན་  
གདགས་བྱ་མིན་སྟེ། །མི་རྟག་ན་ཡང་ཆད་མེད་  
ཉིད། ༥ །སྟོང་འཇུག་དབྱིབས་ཀྱི་བྱང་པར་དང་། །དོན་བྱེད་པ་  
ལ་སོགས་པ་དག །འདོད་པ་གྲུབ་པའམ་དཔེ་མ་གྲུབ། །ཡང་ན་  
ཐེ་ཆོམ་བ་བ་ཡིན། ༥ །བྱིན་རྒྱབས་ཡོད་མེད་རྗེས་འཇུག་  
ཅན། །དབྱིབས་སོགས་ཅི་འདྲ་རབ་གྲུབ་པ། །དེ་ལས་རྗེས་  
སྟུང་པོག་གང་ཡིན། །དེ་ནི་རིགས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཐ་དད་  
དངོས་ལ་རབ་གྲུབ་པ། །སྐྱེ་མཚུངས་ཐ་དད་མེད་པའི་  
སྟེ། །རྗེས་དཔོག་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །སྐྱེ་བོའི་རྗེས་ལས་  
མེ་བཞིན་ནོ། ༥ །དེ་ལྟ་མིན་ན་རྩ་མཁན་གྱིས། །བུམ་པ་ལ་  
སོགས་འཛིམ་པ་ཡི། །རྣམ་འགྱུར་འགའ་ཞིག་བྱེད་པའི་

སྤྱིར། །གྲོག་མཁར་ཡང་དེས་བྱས་བྱབ་འབྱར། ༥ །བསྐྱབ་  
བྱའི་རྗེས་འགོ་སྤྱིར་འབྲས་བྱ། །སྤྱིས་ཀྱང་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་  
ལ། །འབྲེལ་པ་ཅན་ཉིད་ཐ་དད་སྤྱིར། །ཐ་དད་སྦྱོན་བརྗོད་  
འབྲས་མཚུངས་འདོད། ༥ །རིགས་ཀྱི་བྱད་པར་ལ་བྱབ་  
པ། །སྐྱ་ཡི་སྤྱི་ནི་མཐོང་བ་ལས། །སྐྱབ་བྱེད་མི་རིགས་ངག་ལ་  
སོགས། །གོ་ཉིད་སྤྱིར་ན་རབ་ཅན་བཞིན། ༥ །རྗོད་པར་འདོད་  
པའི་གཞན་དབང་སྤྱིར། །སྐྱ་རྣམས་གང་ལའང་མེད་མ་  
ཡིན། །དེ་ཡོད་པས་ནི་དོན་བྱབ་ན། །ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ནི་  
ཐམས་ཅད་བྱབ། ༥ །འདིས་ནི་སེར་སྐྱ་ལ་སོགས་ཀྱི། །མི་  
རྟག་སོགས་སྤྱིར་ཡང་སེམས་མེད། །སོགས་དང་ཤུན་པ་  
བཤུས་ན་ནི། །འཆི་སྤྱིར་སེམས་ལྟན་དབྱེད་པ་ཡིན། ༥ །དངོས་  
པོའི་ངོ་བོ་མ་བྱབ་ན། །ཚུལ་འདི་བྱབ་ན་མ་བྱབ་ཀྱང་། །བྱད་

པར་གཞོན་བྱེད་མ་ཡིན་ཏེ། །སྐྱ་ཡི་ནམ་མཁའ་ལ་བརྟེན་  
བཞིན། །སྐྱ་མ་གྲུབ་ཀྱང་དངོས་པོ་ནི། །གྲུབ་ན་གྲུབ་པར་  
འགྱུར་ཏེ་དཔེར། །འུག་པ་པ་ལ་སངས་རྒྱས་པས། །ལུས་  
སོགས་སྐྱབ་བྱེད་བཤད་པ་བཞིན། །དེ་ཉིད་འབྲུལ་ལ་སོགས་  
ཡིན་ན། །སྐྱ་ནི་འབྲུལ་པ་མེད་ན་ཡང་། །སྐྱབ་བྱེད་སྐྱེད་ལྡན་  
ཤེས་བྱ་སྟེ། །དངོས་ལས་དངོས་པོ་གྲུབ་ བྱིར་རོ། །འགོ་བའི་  
བྱིར་དང་ལག་ལྡན་བྱིར། །རྩ་ཅན་སྒྲང་པོ་ཞེས་སྐྱབ་  
བྱེད། །འདི་ཡི་སྐྱ་ཡི་བརྗོད་བྱ་ནི། །གྲགས་པ་ཡིན་གྱིས་བརྗོད་  
འདོད་མིན། ༥ །རི་ལྟར་དངོས་དེ་རྒྱ་ཡིན་པ། །དེ་ལྟ་དེ་ཉིད་  
གང་གི་ཆོ། །རྒྱ་མིན་གང་གིས་དེ་ནི་རྒྱར། །འདོད་ལ་རྒྱ་མ་  
ཡིན་མི་འདོད། ༥ །མཆོན་དང་སྒྲན་ སོགས་འབྲེལ་བ་  
ལས། །ནག་པའི་ཆ་དང་འབྲུབས་ཡིན་ན། །འབྲེལ་མེད་སྟོང་

དུམ་ཅི་ཡི་ཕྱིར། །རྒྱ་ཉིད་དུ་ནི་རྟོག་མི་བྱེད། །རང་བཞིན་ཁྱད་  
 བར་མེད་པར་ནི། །བྱེད་པར་ཡང་ནི་མི་རུང་ངོ་། ༥། རྟག་ལ་  
 རྟོག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། །རྣམ་པ་ཉིད་ཀྱང་རྟོགས་པར་  
 དགའ། ༥། །གང་དག་ཡོད་ན་ གང་འགྱུར་ཉིད། །དེ་དག་ལས་  
 གཞན་དེ་ཡི་རྒྱ། །རྟོག་པ་ཡིན་ན་ཐམས་ཅད་ལ། །རྒྱ་རྣམས་  
 ཐུག་པ་མེད་པར་འགྱུར། ༥། །སྤྱ་གུ་སྦྱེད་ལ་ས་ལ་  
 སོགས། །རང་བཞིན་ཡོངས་སུ་གྱུར་ནས་ནི། །རྒྱ་ཡིན་དེ་  
 ལེགས་བྱས་པ་ན། །དེ་ཡི་ཁྱད་པར་མཐོང་བྱིར་ངོ་། ༥། །གལ་  
 ཏེ་ངེ་ལྟར་ཡུལ་ དབང་པོ། །ཆོགས་པ་ཁྱད་མེད་སྟོ་རྒྱ་  
 ཡིན། །དེ་ལྟར་འདི་ཡིན་ཞེ་ན་མིན། །དེ་ལས་ཁྱད་པར་ཡོད་  
 བྱིར་ངོ་། །སོ་སོ་སོ་སོར་རྣམ་མེད་རྣམས། །རང་བཞིན་ཁྱད་  
 བར་མེད་པས་ན། །ཆོགས་ཀྱང་རྣམ་པ་མེད་འགྱུར་བས། །དེ་

སྤྱིར་བྱུང་པར་གྲུབ་པ་ཡིན། །དེ་སྤྱིར་སོ་སོར་གང་ ལུས་  
མེད། །ཆོག་གས་ན་ཡོན་ཏན་སྤྱིད་འགྱུར་བ། །དེ་དག་རྒྱ་ཡིན་  
དབང་ཕྱུག་སོགས། མ་ཡིན་བྱུང་པར་མེད་སྤྱིར་རོ། ༥ །ཆད་  
མ་སྒྲོག་གྱུར་དོན་ཤེས་ཡིན། །དེ་སྦྱབ་བྱེད་ཀྱང་མེད་པའི་  
སྤྱིར། །ནན་ཏན་བྱེད་པ་ཡོད་མ་ཡིན། །ཞེས་ནི་ཁ་ཅིག་རབ་ཏུ་  
བརྗོད། །མི་ཤེས་སྟོན་པར་ བྱེད་པ་ལ། །འཁྱུལ་པར་དོགས་བ་  
ཅན་རྣམས་ཀྱིས། །དེས་བཤད་ནན་ཏན་བྱ་བའི་སྤྱིར། །ཤེས་  
ལྡན་འགའ་ཞིག་ཆོལ་བར་བྱེད། །དེ་སྤྱིར་དེ་ཡིན་བསྒྱུབ་བྱ་  
རུ། །གྱུར་པའི་ཡེ་ཤེས་རྣམ་དབྱུང་བའི། །འདི་ཡིས་སྤྱིན་བའི་  
གངས་མཁུན་པ། །དེད་ལ་འགར་ཡང་ཉེར་མཁོ་མེད། ༥ །  
སྤང་དང་དོར་བའི་དེ་ཉིད་ནི། །ཐབས་དང་བཅས་པ་རིགས་  
མཛད་པ། །གང་དེ་ཆད་མ་ཉིད་འདོད་ཀྱི། །ཐམས་ཅད་རིགས་

མཛད་མ་ཡིན་ནོ། །རིང་པོ་མཐོང་བའམ་མིན་ཡང་  
 རུང་། །འདོད་པའི་དེ་ཉིད་མཐོང་བ་ཡིན། ༥ །གལ་ཏེ་རིང་  
 མཐོང་ཚད་ཡིན་ན། །ཚུར་ཞོག་བྱ་གོད་བསྟེན་པར་  
 གྱིས། ༥ །སྐྱབ་བྱེད་བྱགས་རྗེས་གོམས་ལས་དེ། ༥ །སློ་ནི་  
 ལུས་ལ་བརྟེན་པའི་ཕྱིར། །གོམས་པས་བྱབ་པ་མེད་ཅེ་  
 བ། ༥ །མ་ཡིན་ཏེན་ནི་བཀག་ཕྱིར་རོ། །སྐྱེ་བ་ཡོངས་སུ་ལེན་  
 པ་ན། །འབྱུང་རྒྱུ་དབང་པོ་སློ་དག་ནི། །རང་གི་རིགས་ལ་  
 ལྟོས་མེད་ཅན། །ལུས་ཉིད་འབའ་ཞིག་ལས་སྐྱེ་མིན། །ཏ་ཅད་  
 ཐལ་ཕྱིར་མཆམས་སྦྱར་པར། །རུས་ལྡན་མཐོང་བ་གང་དེ་  
 ལ། །ཅི་ཞིག་ཡོད་འགྱུར་གང་མེད་པ། །གང་གིས་སྐྱེ་ནས་  
 མཆམས་སྦྱར་མེད། ༥ །གང་དུ་རྫོད་གཤེར་ལ་སོགས་  
 པ། །སྐྱེ་བོ་སྐྱེ་བར་མི་འགྱུར་བའི། །ས་སོགས་ཆ་དེ་འགའ་

ཡང་མེད། ། དེ་བྱིར་ཐམས་ཅད་ས་བོན་བདག ། དེ་བྱིར་དབང་  
 སོགས་རང་རིགས་ལ། ། ལྟོས་པ་མེད་པར་འབྱུང་ཡིན་ན། ། རི་  
 ལྟར་གཅིག་ནི་ཡོངས་འགྱུར་བཞིན། ། ཀྱན་འགྱུར་བྱུང་པར་  
 མེད་བྱིར་རོ། ༥ ། དབང་རྣམས་རེ་རེ་ལ་གཞོད་ན། ། ཡིད་སློ་ལ་  
 གཞོད་ཡོད་མ་ཡིན། ། འདི་བསྐྱར་ན་ནི་དེ་དག་གྲང་། ། འགྱུར་  
 བ་དག་ཏུ་མཐོང་བ་ཡིན། ༥ ། དེ་བྱིར་སློ་གནས་པ་ཡི་རྟེན། ། སློ་  
 ཉིད་ལ་ནི་བརྟེན་པ་འགའ། ། དབང་པོ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་  
 པས། ། དེ་བྱིར་སློ་ལས་དབང་པོ་ཡིན། ། དེ་འདྲའི་འཕེན་གྱེད་  
 ཡོད་གྱུར་ན། ། བྱིས་གྲང་དེ་འདྲར་འགྱུར་བ་ཡིན། ། དེ་ཡི་ཤེས་  
 པས་ བན་འདོགས་བྱིར། ། ཡིད་ནི་ལུས་ལ་བརྟེན་པར་  
 བཤད། ། གལ་ཏེ་དབང་པོ་མེད་པར་སློ། ། མ་ཡིན་དེ་ཡང་དེ་  
 མེད་པར། ། དེ་ལྟར་པན་ཚུན་རྒྱ་ཉིད་པས། ། དེ་བྱིར་པན་ཚུན་



རྒྱ་ཅན་ཡིན། ༥། །རིམ་ཅན་མིན་ལས་རིམ་ཅན་མིན། །འབྲང་  
 བར་ཅན་མིན་སྟོས་པའང་མེད། ༥། །ལྷས་ལས་རིམ་གྱིས་སྟོ་  
 འགྱུར་ན། ༥། །དེའི་ཡང་རིམ་པ་གསལ་བར་བྱེད། ༥། །སྐད་  
 ཅིག་སྒྲ་མ་སྒྲ་མ་ནི། །སྐད་ཅིག་རེ་རེ་སྟོན་མེད་དེའི། །རྒྱ་ཡིན་  
 དེ་ཡི་སྤྱིར་ན་རྒྱ། །ཐམས་ཅད་ཆེ་ན་མཐོང་བ་ཉིད། ༥། །ཐ་མའི་  
 སེམས་ནི་སེམས་གཞན་དང་། །མཆོམས་སྟོར་བ་ལ་འགལ་ཅི་  
 ཡོད། །དག་བཙུམ་སེམས་གང་ཡིན་དེ་ཡང་། །གང་ལས་  
 མཆོམས་སྟོར་མེད་པར་འདོད། ༥། །ཆད་མས་མ་གྲུབ་དོན་ཅན་  
 གྱི། །གྲུབ་མཐའི་རྗེས་སུ་འབྲང་ངམ་ཅི། །གལ་ཏེ་དེ་རྒྱ་བལ་  
 སྤྱིར་ན། །དེ་ཉིད་འདིར་ནི་ཅིས་མ་བརྗོད། །དེ་སྟོ་བཞིན་དུ་  
 འཛིན་འགྱུར་སྤྱིར། །དབང་པོ་བཅས་ལས་ཡིད་ཤེས་  
 མིན། །ཤེས་སྐྱེད་རྣམས་པ་ཐ་དད་སྤྱིར། །ཀྱན་ལས་ཀྱང་ནི་མ་

ཡིན་ནོ། །སེམས་མེད་ཉིད་ཕྱིར་གཞན་ལས་མིན། །རྒྱ་གཅིག་  
 ཕྱིར་ན་ལྟན་ཅིག་གནས། །དབང་བཞིན་གཟུགས་དང་རོ་  
 བཞིན་ནོ། །དོན་གྱི་སྒོ་ནས་འགྱུར་བ་ཡིན། ༥ །རྟག་ཏུ་དེ་ཡི་  
 རྗེས་འཇུག་ཕྱིར། །གང་ ཞིག་ཡོད་པས་པན་འདོགས་  
 བྱེད། །དེ་རྒྱ་དེ་ཕྱིར་བདུན་པ་དང་། །སྐྱེས་ཕྱིར་ཞེས་ནི་བཤད་  
 པ་ཡིན། །འགའ་ཞིག་ཆེ་ན་སེམས་རྒྱན་ལ། །པན་འདོགས་  
 བྱེད་པའང་ཡིན་སྟེ། །བུམ་སོགས་ལ་ནི་མེ་སོགས་  
 བཞིན། །དེ་ཙམ་གྱིས་ནི་ལྟོག་པ་མིན། ༥ །ལྷས་ནི་གནས་པ་  
 ཉིད་ན་ སེམས་༥ །ལྟོག་པ་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར། ༥ །དེ་  
 ཡོད་ཡོད་དང་དབང་གྱུར་ཕྱིར། །དེ་ལས་འབྱུང་རྟུབ་དེ་མ་  
 ཡིན། །རྒྱང་འབྱེན་པ་དང་འཕྲེན་པ་ནི། །འབད་རྩིས་མེད་པར་  
 གང་ལས་ཡིན། ༥ །དེ་དག་ཡུལ་བྱང་འབྱིབ་པ་ལས། །ལྷལ་

བྱང་འགྲིབ་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར། །དེ་དག་ལ་ཡང་ཐལ་བ་  
 མཚུངས། །སེམས་རྒྱ་ཡིན་ན་མཚུངས་མ་ཡིན། །གནས་པའི་  
 འཕེན་བྱེད་གཞན་དག་ཀྱང་། །གང་སྤྱིར་རྒྱ་ནི་ཡིན་པར་  
 འདོད། ༥ །གལ་ཏེ་སྒྲོང་བྱ་ལ་སོགས་བཞིན། །ཉེས་པས་མི་  
 མཐུན་ལུས་རྒྱ་མིན། ༥ །ཞི་བས་ཉེས་པ་ཉམས་གྱུར་  
 ཆོ། །སྤར་ཡང་འཆོ་བ་དག་ཏུ་ འགྱུར། ༥ །གལ་ཏེ་མེ་ནི་ལྗོག་  
 ན་ཡང་། །ཞིང་གི་འགྱུར་བ་མི་ལྗོག་བཞིན། །དེ་ནི་ལྗོག་པ་  
 མེད་ཅེ་ན། ༥ །མ་ཡིན་གསོ་སྦྱར་ཡོད་སྤྱིར་རོ། ༥ །སྤར་མི་  
 འབྱུང་བར་འགའ་ཞིག་ནི། །ལ་ལར་འགྱུར་བ་སྦྱེད་པར་  
 བྱེད། །འགའ་ཞིག་ལྗོག་པ་ཡིན་སྤྱིར་དཔེར། །ཞིང་དང་གསེར་  
 ལ་མེ་བཞིན་ནོ། །དང་པོ་ཆུང་ཡང་ལྗོག་པ་མིན། །སྤར་ལྗོག་  
 བྱང་བར་འགྱུར་བུས་གང་། །དེ་ནི་སྤར་ཡང་འབྱུང་འགྱུར་

ཏེ། །གསེར་གྱི་སྒ་བ་ཉིད་བཞིན་ནོ། །ཅུང་ཟད་གསོ་བྱ་མིན་  
བརྗོད་པ། ༥ །འཆོས་བྱེད་རྟེན་པར་དཀའ་ཕྱིར་རམ། །ཆེ་ཟད་  
ཕྱིར་རོ་ཉེས་འབའ་ཞིག །ཡིན་ན་ གསོ་མིན་མེད་པ་  
གཉིས། །ཞི་བའི་དུག་སོགས་སྟོག་ཕྱིར་རམ། །དེ་ཡི་སོས་  
ཟེན་བཅད་ལས་ཀྱང་། །འགྱུར་བའི་རྒྱ་དང་བྲལ་བས་ན། །དེ་  
ཅིས་སྒྲར་ཡང་འཆོ་མི་འགྱུར། །ཉེར་ལེན་འགྱུར་བ་མེད་པར་  
ནི། །ཉེར་ལེན་ཅན་དག་འགྱུར་བར་ནི། །བྱེད་པར་མི་རུས་  
དཔེར་འཇིམ་པ་ འགྱུར་བ་མེད་པར་བྱམ་སོགས་  
བཞིན། ༥ །དངོས་གང་འགྱུར་བ་མེད་པར་ནི། །དངོས་པོ་གང་  
ཞིག་རྣམ་འགྱུར་བ། །དེ་དེའི་ཉར་ལེན་མི་རིགས་ཏེ། །བ་སྒྲང་  
བ་མེན་ལ་སོགས་བཞིན། །སེམས་དང་ལུས་ཀྱང་དེ་བཞིན་  
ནོ། ༥ །དེ་རྒྱ་ལྟན་ཅིག་བྱེད་པ་ལས། །སྐྱེ་བའི་འབྲས་བུ་ལྟན་

85

ཡིན་སྐར་དེ་རྟེན་ཡིན། །དེ་ལྟ་མིན་ན་རིགས་མ་ཡིན། ༥། །འཁོ་  
 བ་ཡིས་ནི་གོགས་ བྱེད་སྐར། །ཁུ་སོགས་ཀྱི་ནི་རྟེན་འགྱུར་  
 གྱི། །འགྲོ་བ་མེད་ཅན་ཡོན་ཏན་སྤྱི། །ལས་རྣམས་ལ་ནི་རྟེན་ཅི་  
 དགོས། །འདིས་ནི་འཕྲོད་པ་འདུ་བ་དང་། །འཕྲོད་པ་འདུ་བ་  
 ཅན་རྒྱ་དང་། །རིགས་ལ་སོགས་པ་རྣམ་གནས་ཉིད། །རྟེན་  
 མེད་སྐར་ན་གསལ་བ་ཡིན། ༥། །གལ་ ཉེ་གཞན་ལས་དངོས་  
 འཛིག་ན། །དེ་ཡི་གནས་རྒྱས་ཅི་ཞིག་བྱ། །དེ་གཞན་མེད་པར་  
 འཛིག་ན་ཡང་། །གནས་པའི་རྒྱ་རྣམས་རྒྱས་མེད་  
 ཡིན། ༥། །རྟེན་བཅས་ཐམས་ཅད་གནས་ལྡན་དང་། །སྤྱི་བ་ཅན་  
 གུན་རྟེན་བཅས་ཡིན། །དེ་སྐར་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་  
 བྱི། །འགའ་ ཞིག་ཆེ་ནའང་འཛིག་མི་འགྱུར། ༥། །གལ་ཉེ་རང་  
 འཛིག་དང་ཚུལ་བདག །ཡིན་ན་དེ་གནས་བྱེད་གཞན་

གང་། །གལ་ཏེ་རང་འཇིག་དང་ཚུལ་བདག །མིན་ན་དེ་གནས་  
 བྱེད་གཞན་གང་། ༥ །ལུས་ཀྱི་སྤུལ་སྤྱང་འགྲིབ་མེད་པར། །སྒོ་  
 ཡི་བྱེད་པའི་བྱེད་པར་གྱིས། །ཤེས་རབ་ཁ་སོགས་སྤུལ་སྤྱང་  
 དང་། །འགྲིབ་པ་དག་ཏུ་འགྱུར་བ་ཡིན། ༥ །འདི་ནི་མར་མེའི་  
 འོད་ལ་སོགས། །རྟེན་པ་རྣམས་ལ་ཡོད་མ་ཡིན། ༥ །དེ་ལས་  
 གྱང་འདི་བྱེད་འགྱུར་ཏེ། །སེམས་ལ་ཕན་འདོགས་མེད་པར་  
 མིན། །འགའ་ཆེ་ཆགས་སོགས་རྒྱས་སོགས་ཀྱི། །འཕེལ་བ་  
 བདེ་སྤྱག་ལས་སྦྱེས་ཡིན། །དེ་ཡང་ཁམས་སྟོམས་ལ་སོགས་  
 བ། །ནང་གི་དོན་ནི་ཉེ་བ་ལས། །འདིས་ནི་འདུས་པ་ལ་སོགས་  
 བ། །བྲན་པ་ཉམས་སོགས་བཤད་པ་ཡིན། །ནང་དོན་བྱེད་པར་  
 ལས་སྦྱེས་པའི། །སྒོས་ནི་འགྱུར་བར་བྱེད་ཕྱིར་རོ། ༥ །དཔེར་  
 རྒྱད་བྱེད་པར་འགའ་ཞིག་ལ། །སྤྱག་ཉིད་དང་ནི་ཁྲག་ལ་

སོགས། །ཐོས་པ་དང་ནི་མཐོང་བ་ལས། །ཆོངས་པ་ལ་སོགས་  
འབྱུང་འགྱུར་བཞིན། ༥ །དེ་སྤྱིར་ངེས་པར་གང་ཉིད་ཀྱི། །འདྲ་  
བྱེད་གྱིས་ནི་རྗེས་འཇུག་པའི། །སེམས་ནི་དེ་མེད་མི་འབྱུང་  
བ། །དེ་སྤྱིར་སེམས་ལ་བརྟེན་པ་ ཡིན། ༥ །རི་ལྟར་སེམས་ལ་  
བརྟེན་བྱས་ནས། །ཐོས་སོགས་འདྲ་བྱེད་སེམས་ལ་ནི། །དུས་  
གསལ་ཐ་དད་མེད་པའི་སྤྱིར། །དེ་ལྟར་ལྷས་ལ་ཡོན་ཏན་  
འགྱུར། །བདག་ལ་ཆགས་པ་དང་ལྡན་པས། །སེམས་ཅན་  
གཞན་གྱིས་བགྱི་མིན་པར། །བདེ་སྤྱུག་དེར་ཐོབ་འདོད་ བས་  
ན། །དམན་པའི་གནས་ནི་ཡོངས་སུ་ལེན། ༥ །སྤྱུག་བསྐྱལ་  
སྤྱིན་ཅི་ལོག་སློ་དང་། །སྤེད་པ་ཀུན་ནས་འཆིང་བ་ནི། །སྦྱེ་རྒྱ་  
གང་ལ་དེ་མེད་པ། །དེ་ནི་སྦྱེ་བར་མི་འགྱུར་རོ། ༥ །གལ་ཏེ་  
འགྲོ་འོང་མ་མཐོང་ན། །དབང་པོ་མི་གསལ་སྤྱིར་མ་



མཐོང་། །དཔེར་ན་མིག་མི་ གསལ་བ་ཡིས། །དུ་བ་ཆུང་དུ་མི་  
མཐོང་བཞིན། ༥ །ལུས་ཅན་ཡིན་ཡང་སྤ་བའི་སྤྱིར། །འགའ་  
ཞིག་ལ་ལར་ཐོགས་མེད་དེ། །ཆུ་བཞིན་གསེར་ལ་དདུལ་ཆུ་  
བཞིན། །མ་མཐོང་སྤྱིར་ན་མེད་པ་མིན། ༥ །ལག་སོགས་གཡོ་  
ན་ཐམས་ཅད་དག །གཡོ་བར་འགྱུར་སྤྱིར་འགལ་བ་  
ཅན། ༥ །ལས་ནི་གཅིག་ལ་མི་རུང་སྤྱིར། །གཞན་དུ་ཐ་དད་  
གྲུབ་པར་འགྱུར། ༥ །གཅིག་བསྐྱེབས་པ་ན་ཐམས་ཅད་  
དག །བསྐྱེབས་པར་འགྱུར་བའམ་མ་བསྐྱེབས་ན། །མཐོང་  
འགྱུར་གཅིག་ཆོན་གྱིས་བསྐྱུར་ན། །བསྐྱུར་བའམ་མ་བསྐྱུར་  
ཉོགས་པར་འགྱུར། ༥ །དེ་སྤྱིར་ཆོགས་ བ་གཅིག་ཡོད་  
མིན། ༥ །དུ་མ་ཉིད་ན་སྤ་མ་བཞིན། །ཁུད་མེད་སྤྱིར་དང་སྤ་  
རབ་སྤྱིར། །ཉོགས་མིན་ཞེ་ན་ཁུད་མེད་པར། །མ་གྲུབ་ཁུད་

པར་ཅན་རྣམས་ནི། །དབང་ཡུལ་དེ་ཕྱིར་རྟུལ་སྤོང་  
མིན། །འདིས་ནི་སྤྱིབ་བྱེད་ལ་སོགས་པ། །མེད་པ་དག་གྲང་  
བསལ་བ་ཡིན། ༥ །དདུལ་ཁྱ་གསེར་དང་འབྲེས་པའམ། །རྩོ་  
ཆོན་ལ་སོགས་ཇི་ལྟར་སྤྱང་། ༥ །དབང་སོགས་སོ་སོར་རྟུས་  
མེད་རྣམས། །རྟོགས་པ་དག་ནི་ཇི་ལྟར་ཡིན། །ལྡན་ལས་ཞེ་ན་  
འདིར་ཐལ་མཚུངས། །གལ་ཏེ་གསེར་དང་དདུལ་ཁྱ་ནི། །ལྡན་  
པས་སྤྱང་བ་ཡིན་ཞེ་ན། ། རྟེན་མཐོང་མེད་པར་གང་ལས་  
རྟོགས། །རོ་གཟུགས་ལ་སོགས་ལྡན་པར་འགལ། །གལ་ཏེ་ཉེ་  
བར་བཏགས་པ་ལས། །འདོད་ན་སྟོ་ཐ་དད་པར་འགྱུར། །ཇི་  
ལྟར་འབྲེང་རིང་ཞེས་བྱར་འགྱུར། །དེ་ལྡན་རང་གི་ངོ་བོ་  
དང་། །བརྗོད་པ་དག་ལས་ཐ་དད་པར། །བྱངས་ལྡན་ ལས་ལ་  
སོགས་པ་ཡི། །ངོ་བོ་སྟོ་ལ་མི་སྤྱང་ངོ། ༥ །སྤྱེཤེས་དངོས་པོ་

ཐ་དད་པའི། །རྗེས་འབྲང་རྣམ་ཏྲོག་བཏགས་དོན་ཅན། །དཔེར་  
 བ་ཡོན་ཏན་ལ་སོགས་པ། །ཞིག་དང་མ་སྐྱེས་དག་ལ་  
 བཞིན། །གལ་ཏེ་འདིར་ནི་བཏགས་འདོད་ན། །རྒྱ་མཚན་གང་  
 གིས་དེ་འདོད་པ། །དེ་ནི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ལ། །དེ་དག་  
 གི་རྒྱས་ཅིས་མི་འདོད། ༥ །གལ་ཏེ་ཀུན་ལ་ཉིར་བཏགས་  
 མིན། །ཐ་དད་བྱད་པར་གཙོ་བོ་ཞེས། །བྱ་ཉིད་གང་ལས་ཐ་  
 དད་པ། །མེད་ལ་ཐ་དད་དོན་མེད་ན། །དོན་གཞན་རྒྱ་མཚན་  
 ཅན་མིན་ཡང་། །དཀར་ལ་སོགས་པ་གངས་སོགས་དང་། །  
 ལྡན་པའི་སྐྱ་ནི་རྣམ་གངས་མིན། །གལ་ཏེ་དེ་ལའང་དོན་གཞན་  
 བ། །ཡོན་ཏན་རྣམ་ནི་བྱད་མེད་འགྱུར། ༥ །དོན་གཞན་མིན་  
 ཡང་ལྡོག་པ་ཡི། །དབྱེ་བས་ཐ་དད་པ་ཡིན་ཏེ། །ལས་རྣམ་  
 མིན་པའི་སྐྱ་བཞིན་ནོ། ༥ །དངོས་པོ་བརྗོད་པའི་སྐྱ་རྣམས་

གྱིས། །བྲངས་སོགས་དེ་དང་ལྡན་པ་ལས། །ཐ་དད་བཞིན་དུ་  
བསྟན་གང་དེའང་། །ཆོས་གཞན་བྱད་པར་བྱེད་པ་  
ཡིན། ༥ །དེ་ཙམ་ཤེས་པར་འདོད་པ་ལ། །གཞན་ཀྱན་འཕངས་  
བ་མེད་པར་ནི། །ལ་ལར་སོར་མོའི་ལྡན་པ་ཞེས། །ཐ་དད་ཆོས་  
བཞིན་རྫོད་པར་བྱེད། །དོན་གཅིག་བརྫོད་ཀྱང་ཐམས་ཅད་  
ནི། །འཕེན་བྱིར་སོར་མོ་ལྡན་ འགྱུར་ཞེས། །ཆོས་ཅན་བརྫོད་  
པར་གྲགས་ཡིན་ཏེ། །དེ་ལྟར་བཤར་ནི་བྱས་པ་  
ཡིན། །གཟུགས་སོགས་རྒྱས་པའི་བྱད་པར་ནི། །སྤོང་བས་དེ་  
མཚུངས་འབྲས་བུ་ཡི། །རྒྱ་མིན་པ་ནི་རྣམ་གཅོད་ལ། །བུམ་  
པའི་སྤྱ་ནི་འཇུག་པར་འགྱུར། །དེས་ན་བུམ་པ་གཟུགས་སོ་  
ཞེས། །གཞི་གཅིག་པ་ཅན་སྤྱ་མ་ཡིན། ༥ །དེས་ན་འདི་ནི་  
རིགས་དང་ནི། །ཆོགས་པ་བརྫོད་པའི་བྱད་པར་ཡིན། །དེ་སྤྱི་

ཡན་ལག་ཏུ་བྱས་ཏེ། །བུམ་པ་ཡི་ནི་གཟུགས་སོགས་  
ཞེས། །དེ་རྒྱས་ཁྱད་པར་སྟོན་པར་བྱེད། ༥། ཐོགས་འདིས་  
གཞན་ལའང་བརྗོད་པར་བྱ། ༥། །མ་ལུས་རྒྱ་ཉིད་ཡིན་ན་ནི། །  
ཡན་ལག་གཅིག་དང་བྲལ་ནའང་མིན། །རེ་རེ་རྒྱས་པ་ཉིད་  
ཡིན་ནའང་། །ཅིག་ཅར་མང་པོ་འབྱུང་བར་འགྱུར། ༥། །དུ་མ་  
ཉིད་དུ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར། །འབྱུང་རྒྱབ་དག་ནི་དེས་བྱེད་  
མིན། ༥། །གཅིག་ཉིད་ན་ཡང་མང་གསལ་འགྱུར། །དེ་རྒྱ་ཏྱག་  
ཏུ་ཉེ་ཕྱིར་རོ། ༥། །གལ་ཏེ་དུ་མའི་རྒྱ་ མིན་ན། །རིམ་གྱིས་ཀྱང་  
མིན་ཁྱད་མེད་ཕྱིར། ༥། །དབུགས་གཅིག་ལ་ཡང་དོན་དུ་  
མ། །འཛིན་ཕྱིར་དེ་ལས་དེས་མ་ཡིན། །དུ་མ་སྟོ་གཅིག་གིས་  
ཤེས་ན། །དེ་ནི་ཅིག་ཅར་ཉིད་འགྱུར་ཏེ། །འགལ་བ་མེད་ཕྱིར་  
རིམ་གྱིས་ཀྱང་། །མི་འགྱུར་ཁྱད་པར་མེད་ཕྱིར་རོ། ༥། །རང་

རིགས་ མིན་པའི་དུས་ཅན་གྱི། །དབུགས་ཀྱི་སྐད་ཅིག་མང་པོ་  
 དག། །གལ་ཏེ་དེ་འབྲེ་སེམས་ཉིད་གྱི། །རྒྱ་ཡིན་པར་ནི་  
 རྟོགས་བྱེད་ན། །གོ་རིམས་ལྡན་པའི་རྒྱ་མེད་པར། །དེ་དག་  
 རིམ་ལྡན་ཇི་ལྟར་འགྱུར། ༥། །རང་རིགས་སྤྲ་མ་རྒྱ་ཉིད་  
 བ། ༥། །དང་པོ་འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། །དེ་རྒྱ་ དེ་འབྲ་ཡོད་མ་  
 ཡིན། །དབུགས་འབྱུང་ཐ་དང་ཡུལ་ཅན་སྤྱིར། །ཡོད་ཀྱང་དུ་མ་  
 ཉིད་དུ་ངེས། །དེ་སྤྱིར་སྣོ་ནི་ཅིག་ཅར་སྒྲེ། ༥། །གལ་ཏེ་དུ་མའང་  
 གཅིག་དུས་ཅན། །སེམས་གཅིག་གི་ནི་རྒྱ་ཡིན་  
 བ། ༥། །དབུགས་རྒྱ་ཞན་པ་ལ་སོགས་སུ། །གཅིག་མ་ཆང་  
 ནའང་མི་འབྱུང་འགྱུར། །ཅི་སྟེ་ ཇི་ལྟར་ཡོད་རྒྱ་ཡིན། །ཤེས་  
 པ་ལ་ཡང་བྱད་ཡོད་འགྱུར། །གང་ཞིག་གང་གི་ཐ་དད་  
 ལས། །ཐ་དད་མིན་དེ་དེ་འབྲས་མིན། ༥། །རྣམ་ཤེས་རྒྱས་པ་

དེས་པའི་ཕྱིར། །གཅིག་ནི་གཅིག་གི་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། །རྣམ་ཞེས་  
 རོན་གཞན་ཆགས་པ་ཡིས། །རྒྱས་མེད་རོན་གཞན་མི་འཛིན་  
 ཕྱིར། །གལ་ཏེ་ལུས་ལས་ཅིག་ཅར་སྒོ། །སྐྱེས་ཤིང་ཕྱིས་ནི་  
 རང་རིག་ལས། །དེས་ན་ལུས་ཀྱིས་རྒྱས་པ་ནི། །ཅི་ཡི་ཕྱིར་ན་  
 ལྷོག་པ་ཡིན། །གལ་ཏེ་ལུས་ནི་ལྷོག་པ་ན། །ཏེན་མིན་ཕྱིར་ན་  
 སེམས་འབའ་ཞིག །གནས་འགྱུར་ཞེ་ན་གལ་ཏེ་དེའི། །རྒྱ་  
 འཇུག་ཐོབ་ཕྱིར་སེམས་ཀྱི་རྒྱན། །གནས་རྒྱ་ཡན་ལག་མི་  
 འགྱུར་ན། ༥ །ཆེ་འདི་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་ལ། །ལུས་གཞན་སྐྱེད་  
 པའི་རྒྱ་ཉིད་ཡིན། ༥ །དེ་ཡི་ཡན་ལག་དངོས་པོ་དང་། །རྒྱ་ཉིད་  
 འགོག་ལ་མི་དམིགས་པ། །དེས་འབྱེད་མིན་པར་རབ་ཏུ་  
 བཤད། །དབང་སོགས་ཀྱང་ནི་ལྷག་ལྷན་ཡིན། །དབང་པོ་སྔ་  
 མ་རང་རིགས་ལས། །རྒྱས་པ་དག་ནི་མཐོང་བ་

ཡིན། ༥། འགྱུར་བ་མཐོང་ཕྱིར་གཞན་དང་གཞན། །སྐྱེ་བ་དག་  
 གྱང་འགྱུར་བ་ཉིད། ༥། །གལ་ཏེ་ལུས་ལས་དེ་སྐྱེ་ན། །སྒྲ་མ་  
 བཞིན་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར། ༥། །སེམས་ལས་ཞེ་ན་ལུས་གཞན་  
 ཡང་། །འདི་ཉིད་ལས་ནི་སྐྱེ་བར་འགྱུར། །དེས་ན་རྒྱ་དང་བྲལ་  
 པའི་ཕྱིར། །ཐ་མ་ཡི་ནི་སེམས་རྣམས་ཀྱིས། །མཆོམས་སྦྱོར་  
 མེད་པ་མིན་དེའི་ཕྱིར། །དེ་འདྲའི་སྦྱབ་བྱེད་ལྷག་ལྷན་  
 འདོད། ༥། །གོམས་ལས་བྱུང་བར་འགྱུར་ན་ཡང་། །མཆོངས་  
 དང་རྒྱ་ཡི་རྫོད་བཞིན་དུ། །རང་བཞིན་ལས་འདས་མིན་ཞེ་  
 བ། །བྱས་ཏེ་གལ་ཏེ་སྦྱར་ཡང་ནི། །འབད་ཚེ་ལ་ལ་ནི་སྦྱོས་  
 འགྱུར་རམ། །རྟེན་མི་བརྟན་པ་ཉིད་འགྱུར་ན། །བྱུང་བར་དག་  
 ནི་མི་འཐེལ་ན། །རང་བཞིན་དེ་འདྲའང་མ་ཡིན་ཏེ། ༥། །དེ་ལ་  
 བན་འདོགས་རྒྱས་པ་རྣམས། །བྱུང་བར་ཕྱི་མ་དག་ལ་



བོ། །སྐྱབ་པའི་རྒྱས་པ་མེད་ བྱིར་དང་། །རྟག་ཏུ་རྟེན་གནས་  
 མ་ཡིན་བྱིར། །བྱད་པར་འཕེལ་ཡང་རང་བཞིན་ཉིད། །མིན་  
 བྱིར་གང་ཆེ་བྱས་གྱུར་པ། །ཡང་ཚུལ་ལ་ལྟོས་མི་འགྱུར་  
 བ། །ཚུལ་གཞན་བྱད་པར་བྱེད་པར་འགྱུར། ༥ །སེམས་ལ་  
 བརྟེ་སོགས་གོམས་སྦྱེ་བ། །རང་གི་ངང་གིས་འཇུག་འགྱུར་  
 ཏེ། །མེ་ལ་སོགས་པས་ཤིང་དག་དང་། །དུལ་ཁུ་དང་ནི་  
 གསེར་སོགས་བཞིན། ༥ །དེ་བྱིར་དེ་དག་ལས་སྦྱེས་ཏེ། །ངོ་  
 བོ་ཉིད་སྦྱེས་ཡོན་ཏན་མིན། ༥ །དེས་ན་ཚུལ་བ་བྱི་མ་  
 དང་། །བྱི་མ་བྱད་པར་བྱེད་པ་ཡིན། །གང་བྱིར་རིགས་མཐུན་  
 ལྷ་མ་ཡི། །ས་བོན་ལས་ནི་འཕེལ་བ་ཅན། །བརྟེ་བ་ལ་  
 སོགས་སྦྱོ་དེ་དག །གོམས་པར་གྱུར་ན་གང་ལ་གནས། ༥ །དེ་  
 ལྟར་མཆོངས་ཉིད་ལ་མཆོངས་མིན། །དེ་རྒྱ་སྟོབས་དང་འབད་

ཚུལ་དག། ཁུས་པ་ངས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། །མཆོངས་པ་ངས་  
པའི་བདག་ཉིད་ཡིན། ༥། དེ་ནི་དང་པོ་ཕྱིས་ཉིད་དུ། །མཆོངས་  
མིན་ལུས་མི་མཐུན་ པའི་ཕྱིར། །ཚུལ་བས་རིམ་གྱིས་མི་  
མཐུན་པ། །བསལ་ན་རང་སྟོབས་ཉིད་དུ་གནས། ༥། བཅེ་རང་  
ས་བོན་ལས་བྱུང་བ། །གལ་ཏེ་རང་ས་བོན་རྒྱ་ཅན། །མི་མཐུན་  
སྟོགས་གྱིས་གཞོད་མེད་ན། །སེམས་ལ་དེ་བདག་ཉིད་དུ་  
འགྱུར། །འདི་ལྟར་གོམས་པ་སྒྲ་མ་དང་། །སྒྲ་མའི་སེམས་  
ཆོས་བཅེ་བ་དང་། །ཆགས་བྲལ་སྒྲོ་སོགས་གཞན་དག་  
གི། །གསལ་བ་ཡི་ནི་རྩ་བ་ཡིན། ༥། གོམས་ལས་བཅེ་བའི་  
བདག་ཉིད་དེ། །ཆགས་བྲལ་ཆགས་དང་ཡིད་ལོག་  
བཞིན། ༥། བཅེ་ལྟར་སྟུག་བསྐྱེད་གཞོམ་པའི་ཕྱིར། །ཐབས་  
ནམས་ལ་ནི་མངོན་སྟོར་མཛད། ། ཐབས་བྱུང་དེ་རྒྱ་སྒྲོག་གྱུར་

པ། །དེ་འཆད་པ་ནི་དཀའ་བ་ཡིན། ༥། ལུང་དང་རིག་པས་ནམ་  
དཔྱོད་པ། །སྤྱག་བསྐྱེལ་ཉིད་ཀྱི་བྱད་པར་གྱིས། །སྤྱག་བསྐྱེལ་  
རྒྱ་དང་དེ་མི་ཉག །ལ་སོགས་རང་བཞིན་རྟོགས་པར་  
མཛད། །གང་སྤྱིར་དེ་ཉར་རྒྱ་གནས་ན། །འབྲས་སྒྲོག་  
གཟིགས་ པ་མེད་སྤྱིར་རོ། ༥། །དེ་རྒྱ་གཞོམ་སྤྱིར་དེ་ཡི་ནི། །མི་  
མཐུན་སྒྲོགས་ལ་བརྟག་པ་མཛད། །རྒྱ་ཡི་ངོ་བོ་རྟོགས་པའི་  
སྤྱིར། །དེ་མི་མཐུན་སྒྲོགས་ཀྱང་ངེས་འགྱུར། །བདག་དང་  
བདག་གིར་འཛིན་བྱས་པ། །འདུས་བྱས་སྒྲིད་ཡུལ་ཅན་  
ཆགས་ནི། །རྒྱ་ཡིན་དེ་ཡི་གཞོད་བྱེད་ནི། །བདག་ མེད་མཐོང་  
བ་འགལ་བ་ཡིན། ༥། །ནམ་པ་དུ་མར་ཐབས་མང་པོ། །ཡུན་  
རིང་དུས་སྤྱ་གོམས་པ་ལས། །དེ་ལ་སྒྲུན་དང་ཡོན་ཏན་  
དག །རབ་ཏུ་གསལ་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར། ༥། །དེས་ན་སྤྱགས་ཀྱང་

གསལ་བའི་ཕྱིར། །རྒྱ་ཡི་བག་ཆགས་སྤངས་པ་ཡིན། ༥ །ཐུབ་  
 ཆེན་གཞན་དོན་འདུག་ ཅན་གྱི། །བསེ་རུ་ལ་སོགས་བྱང་འདི་  
 ཡིན། ༥ །དེ་དོན་ཕྱིར་ན་ཐབས་གོམས་པ། །དེ་ཉིད་སྟོན་པ་  
 ཡིན་པར་འདོད། །ཐུབ་ལས་དང་པོ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། །གཉིས་  
 པོ་འདི་ནི་རྒྱ་རུ་བཤད། ༥ །རྒྱ་སྤངས་ཡོན་ཏན་གསུམ་བདེ་  
 གཤེགས། །ཉིད་ཡིན་སྐྱབ་བསྐལ་ཉེན་མིན་ཕྱིར། །ལེགས་  
 ཡིན་དེ་ནི་བདག་མེད་པ། །མཐོང་བའམ་སྦྱོར་བ་ལས་ཡིན་  
 འོ། །སྦྱེ་དང་སྦྱོན་ནི་ཀུན་འབྱུང་དག །སྦྱར་ཡང་ལྷོག་ཅེས་  
 བཤད་པ་ཡིན། །བདག་ལྟའི་ས་བོན་སྤངས་པའི་ཕྱིར། །སྦྱར་  
 མི་གཤེགས་པ་ཉིད་ཡིན་འོ། །དེ་བདེན་ཐ་དད་བདག་ཉིད་  
 གྱིས། ༥ །ལུས་ངག་སེམས་ཀྱི་གནས་ངན་ལེན། །ཉོན་མོངས་  
 མེད་དང་ནད་མེད་དང་། །ལམ་བཤད་མི་གསལ་ཉིད་ལུས་

ཡིན། །གོམས་ཕྱིར་མ་ལུས་སྤངས་པ་ཉིད། ༥ །ཁ་ཅིག་སྤྲོ་  
 སོགས་ཕྱིར་ན་སྤྱོད། །ཟད་མིན་ཞེས་ཟེར་འདི་ལྟོག་ལ། །ཐེ་  
 ཆོམ་བ་བ་དེ་ཕྱིར་འབྱུལ། །ཏྲག་ཉིད་ཕྱིར་ རམ་ཐབས་མེད་  
 ཕྱིར། །ཡང་ན་ཐབས་ནི་མི་ཤེས་ཕྱིར། །སྤྱོད་ནམས་མི་ཟད་པ་  
 ཉིད་ཅེས། །བྱ་བར་ཡོངས་སུ་ཏྲོག་གང་ན། ༥།རྒྱ་ཡོད་ཕྱིར་  
 དང་རྒྱ་ཡི་ནི། །གཉེན་པོ་གོམས་པས་ཟད་ཕྱིར་དང་། །རྒྱ་ཡི་  
 རང་བཞིན་ཤེས་པ་ཡིས། །དེ་ཤེས་པ་ཡང་གྲུབ་པ་  
 ཡིན། ༥ །སྤྱོད་པ་ ཉིད་གཟེགས་ལམ་གསུངས་པ། །འབྲས་  
 མེད་ཕྱིར་ན་བརྟུན་མི་གསུང་། །ཐུགས་བཅེ་ལྟན་ཕྱིར་ཚུམ་  
 གུན་ཡང་། །གཞན་གྱི་དོན་དུ་སྤྱོད་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཕྱིར་ཆད་ཡིན་  
 ཡང་ན་སྤྱོད། །བདེན་པ་བཞི་ནི་སྟོན་མཛད་པའོ། །ཐུག་  
 བསྐྱེད་འཁོར་བ་ཅན་སྤང་པོ། །གོམས་ལས་འདོད་ ཆགས་

སོགས་གསལ་བ། །མཐོང་ཕྱིར་འདོད་རྒྱལ་ཉིད་མིན་ཏེ། །རྒྱ་  
མེད་སྐྱེ་བ་འགལ་ཕྱིར་རོ། །འབྲལ་ཕྱིར་རྒྱུད་སོགས་ཆོས་མ་  
ཡིན། །གལ་ཏེ་རང་བཞིན་འདྲེས་པའི་ཕྱིར། །སྐྱོན་མེད་ཅེ་ན་  
དེ་ཡི་ཆོས། །དེ་ལས་གཞན་ཡང་ཅིས་མ་མཐོང་། །ཐམས་ཅད་  
འདོད་ ཆགས་མཚུངས་པར་ནི། །ཐལ་ཕྱིར་ཀུན་གྱི་ཆོས་མ་  
ཡིན། །གཟུགས་སོགས་བཞིན་སྐྱོན་མེད་ཅེ་ན། །གལ་ཏེ་དེ་ལ་  
ཁྱད་པར་ཅན། །ལས་རྣམས་བདག་པོ་མ་ཡིན་ན། །དེར་ཡང་  
ཚིང་བ་མཚུངས་པ་ཡིན། །ཆགས་སོགས་རང་བཞིན་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི། །ཆོས་ཡིན་པར་ཡང་ འདོད་ན་གོ། །རྒྱས་མེད་རང་  
བཞིན་མེད་པས་ན། །འབྲས་བུ་མི་མཚུངས་གང་ལས་  
ཡིན། །སྐྱོན་རྣམས་ཁྱད་པར་ཡོད་ན་ཡང་། །ཁྱད་པར་མེད་  
ཕྱིར་མ་གྲུབ་ཉིད། །མ་ཡིན་ཐམས་ཅད་འགྱུར་བ་

ཡིས། །འགྱུར་ཕྱིར་ཀུན་ལས་སྐྱེ་བའང་མིན། །རྒྱ་ནི་འཕེལ་  
 བར་གྱུར་བ་ན། །འབྲས་ བྱ་འགྲིབ་བར་མི་རུང་སྟེ། །ཆ་བ་  
 སོགས་བཞིན་ཆགས་སོགས་ཀྱི། །འགྱུར་བ་བདེ་སྐྱག་ལས་  
 སྐྱེས་ཡིན། །ཆ་མི་མཉམ་སྐྱེས་སྐྱག་བསྐྱེལ་གྱིས། །གལ་ཏེ་  
 འདོད་ཆགས་མི་སྐྱེད་ན། ༥ །ཅིས་སྐྱེད་སྐྱོས་ཤིག་ཆ་མཉམ་  
 ལས། །ཁུ་འཕེལ་དེ་ལས་འདོད་ཆགས་ཡིན། ༥ །ཆ་མིན་  
 མཉམ་ལ་ཆགས་ཅན་མཐོང་། །གཞན་ནི་ཆ་མཉམ་ན་ཡང་  
 ཡིན། །གཞན་ནི་ཟད་ནས་ཁྲག་འཇག་ཀྱང་། ༥ །བྱད་མེད་  
 གཅིག་ལ་ཁུ་ངེས་མེད། །དེ་གཅིག་ལ་ཆགས་དྲག་མི་  
 འགྱུར། །གལ་ཏེ་གཟུགས་སོགས་ཀྱང་ཡན་ལག །མ་ཡིན་  
 ཀུན་མ་ངེས་ཕྱིར་རོ། །ངེས་པ་མེད་པར་འབྱུང་བའང་  
 མིན། །ཡོན་ཏན་མི་འཇིན་པ་ལའང་འགྱུར། །གལ་ཏེ་ཡོན་ཏན་

འཛིན་དེ་ཡང་། །ཡན་ལག་ཡིན་ན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། །ཡོན་  
ཏན་འཛིན་པ་ཅན་འགྱུར་ཏེ། །རྒྱ་ལ་བྱང་པར་མེད་ཕྱིར་  
རོ། ༥། །གནས་སྐབས་གང་ལ་ཆགས་ཅན་འདོད། །དེ་འདྲ་ཞེ་  
སྒང་ཅན་མི་འགྱུར། །དེ་གཉིས་ངོ་བོ་མི་མཚུངས་ཕྱིར། །འདི་  
ལ་ངེས་པར་མཐོང་བའང་མེད། །གང་གི་འདོད་ཆགས་ལ་  
སོགས་པ། །རིགས་མཐུན་བག་ཆགས་བྱང་པར་ལ། །རག་  
ལས་པས་ནི་འདུག་འགྱུར་བ། །དེ་ལ་སྒྲིན་འདིར་ཐལ་བ་  
མེད། ༥། །འདིས་ནི་འབྱུང་བའི་ཆོས་ཉིད་བཀག་ཤིང་། །རྟེན་ཡང་  
བཀག་པ་ཉིད་ཕྱིར་རོ། །དཀར་པོ་ལ་སོགས་ས་སོགས་  
ལ། །བརྟེན་པ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ནོ། ༥། །དེ་རྟེན་སྤྱི་ཡང་རྒྱ་དོན་  
ནམ། །ཡང་ན་རང་གི་རྟེན་དག་དང་། །དབྱེར་མེད་པར་ནི་  
གནས་པའི་ཕྱིར། །རྟེན་ཡིན་གཞན་དུ་འཐད་མ་ཡིན། །གལ་ཏེ་



སྤྱིས་སོགས་རྒྱས་པ་བཞིན། ། དབྱེར་ཡོད་ཅེ་ན་དངོས་པོ་  
ལས། །རྒྱས་པ་དོན་གཞན་ཉིད་མ་ཡིན། །དངོས་པོ་འཇིག་  
འགྱུར་རྟེན་ཆད་པར། །གནས་ན་རྟེན་པ་འཇིག་པ་ཡིན། །གལ་  
ཏེ་དེ་མཚུངས་ཞེ་ན་མིན། །སྒྲུང་བ་ཐ་དད་ཅན་རྟོགས་  
པས། །འགྱུར་སེམས་ཐ་དད་ཉིད་བྱེར་རོ། །རི་སྤྱིད་ལྷས་ནི་  
འགྱུར་བར་དུ། །གཟུགས་སོགས་བཞིན་དུ་ཡོད་རོ་  
ལོ། །མཚུངས་འགྱུར་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ནི། །དོན་གྱི་གཞན་  
དབང་ཅན་ཉིད་གང་། །གང་ཆེ་ལྷས་ལ་སྟོས་མེད་པར། །ཤེས་  
པ་འགའ་ཞིག་འགའ་ཞིག་གིས། །བག་ཆགས་སད་པའི་རྒྱར་  
འགྱུར་བ། །དེས་ན་འགའ་ཞིག་ལས་འགའ་ཡིན། །རྣམ་ཤེས་  
མིན་པ་རྣམ་ཤེས་ཀྱི། །ཉེར་ལེན་མིན་པའི་བྱེར་ཡང་  
འགྲུབ། ༥། །གལ་ཏེ་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ནི། །རྣམ་ཤེས་རྒྱས་

ལྟན་ཕྱིར་འདོད་ན། ༥། །ཅ་སོགས་ཅེ་ན་སྒང་ཆེན་བརྒྱ། །སྟོན་  
 ཆེ་མ་མཐོང་ཡོད་དོ་ཞེས། །དེ་སྐད་གངས་ཅན་སྟུགས་ལས་  
 གཞན། །དོ་མཚར་བཅས་པ་སྟུ་བརྗོད་ཚེ་ལ། ༥། །རྒྱ་ནི་ལན་  
 བརྒྱར་ནམ་སྟེ་ཡང་། །དོ་བོ་གང་ཞིག་སྒང་གྱུར་པའི། །དོ་བོ་དེ་  
 ནི་སྒར་མི་སྒང་། །རི་ལྟར་དེ་ནི་ཡོད་པར་འགྱུར། །སྟེ་ན་མེད་  
 པ་འགྱུར་བ་ལས། །ཆགས་སོགས་ངེས་མེད་ཐལ་བར་  
 འགྱུར། ༥། །འགྱུར་བའི་བདག་ལས་མ་ འདས་ཕྱིར། །གལ་ཏེ་  
 ཀུན་ཆགས་སོགས་ལྟན་ན། ༥། །ཐམས་ཅད་འདོད་ཆགས་  
 མཚུངས་པར་འགྱུར། ༥། །གལ་ཏེ་འགྱུར་བྱུང་ལས་ཡིན་  
 བ། །འགྱུར་ནམས་སྟོག་ཆགས་བྱུང་མེད་ཀྱང་། ༥། །བྱུང་པར་  
 འདི་ཏེན་གང་ཡིན་པ། །དེ་ནི་སྟལ་གྱུང་འགྲིབ་པ་བཞིན། །དེ་  
 ཡོད་ པ་ལས་དེ་མེད་འགྱུར། ༥། །གལ་ཏེ་ཆགས་སོགས་ཐ་

དང་ཀྱང་། །རྒྱ་མཚུངས་བདག་ཉིད་མི་ལྟོག་སྤྱིར། །མིན་ན་  
བདག་ཉིད་འདྲ་རྒྱུ་ལྟེ་སྤྱིར། །ཀྱན་ལ་འདོད་ཆགས་འདྲ་བར་  
འགྱུར། ༥ །མཚུངས་བདག་ལས་བྱུང་བ་སྦྱང་གི །ཤེས་པའང་  
འདིར་ཡང་ས་སོགས་ལ། །སྟོག་ཆགས་ཉིད་སོགས་བྱུང་  
བར་གྱི། །རིམ་པ་ལ་ལར་ཡོད་མ་ཡིན། ༥།རྫོ་རིམ་བྱུང་བར་  
ཡོད་ན་ཡང་། །རྫོ་མེད་མེ་འགའ་ཡོད་མིན་པ། །དེ་བཞིན་  
འདིར་ཡང་ཞེ་ན་མིན། །རྫོ་ལས་མེ་གཞན་བཀག་སྤྱིར་  
རོ། ༥།གང་ཞིག་གཞན་ཡོད་ཡོན་ཏན་ནི། །བྱུང་བར་རིམ་པ་  
དང་ལྡན་པ། །དེ་དག་དེ་ཡི་བྱུང་བར་ནི། །ལ་ལར་འཆད་  
འགྱུར་དཀར་སོགས་བཞིན། །གཟུགས་སོགས་བཞིན་དུ་ངེས་  
མིན་ཏེ། །དེ་དག་འབྱུང་དང་དབྱེར་མེད་སྤྱིར། ༥ །གལ་ཏེ་དེ་  
མཚུངས་ཤེ་ན་མིན། །ཆགས་སོགས་ལྡན་ཅིག་སྦྱེས་ཐལ་

ཕྱིར། རྩོམ་པར་བརྟགས་པ་ཡུལ་ཡིན་ཕྱིར། ། ཡུལ་ཡང་  
ངེས་བྱེད་མ་ཡིན་ནོ། །སྐལ་མཉམ་རྒྱ་དང་བྲལ་བའི་  
ཕྱིར། །ཆགས་སོགས་ངེས་པ་མེད་པའམ། རྩོམ་ཉི་ཉེ་ཕྱིར་  
སྒྲོ་རྣམས་ཀྱིས། །ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆེ་སྐྱེ་བར་འགྱུར། རྩོམ་ཉི་  
ངེས་འགའ་དམིགས་པའི་ཕྱིར། །མི་རྟག་ཉེས་པའི་རྟོན་ཕྱིར་  
དང་། །རྒྱ་དབང་ཕྱིར་ཡང་སྤྱག་བསྐྱལ་ ཡིན། །བདག་མིན་  
བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའང་མིན། །རྒྱ་མིན་བྱིན་གྱིས་སྒྲོ་བ་པ་  
མིན། རྩོམ་ཉི་ཉེ་སྤྱི་ལོ་སྐྱེད་བྱེད་ཡིན། །ངེ་ཕྱིར་གཅིག་ལས་  
དུ་མ་ནི། །དུས་ཐ་དད་པར་སྐྱེ་མི་འགྱུར། རྩོམ་གཞན་དག་ནི་  
ཆོགས་ན་ཡང་། །འབྲས་བུ་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། །རྩོམ་གཞན་  
རྩོམ་སྤྱོད་ལོག་ འགྱུར་ན། །ངེ་ནི་རྟག་རྣམས་ལ་ཡོད་  
མིན། །ངེས་འགའ་བ་ཉིད་ཡིན་པས་ན། །སྤྱག་བསྐྱལ་ཉིད་རྒྱ་

བཅས་ཉིད་གྲུབ། །རྒྱ་མེད་གཞན་ལ་མི་སྟོས་སྤྱིར། །རྟག་ཏུ་  
ཡོད་པའམ་མེད་པར་འགྱུར། ༥ །དེ་ལྟར་ཆེར་མ་ལ་སོགས་  
ཀྱི། །རྣོ་བ་ཉིད་སོགས་རྒྱ་མེད་པ། །དེ་ལྟར་ འདི་དག་རྒྱ་མེད་  
འགྱུར། །ཞེས་ནི་ཁ་ཅིག་རབ་ཏུ་བརྗོད། །གང་ཡོད་ཉིད་ནའང་  
གང་སྐྱེ་བའམ། །གང་འགྱུར་ན་ཡང་རྣམ་འགྱུར་བ། །དེ་ནི་དེ་  
རྒྱ་རབ་ཏུ་བརྗོད། །དེ་ནི་དེ་རྣམས་ལ་ཡང་ཡོད། །རེག་པ་  
གཟུགས་རྒྱ་ཉིད་ཡིན་སྤྱིར། །མཐོང་བ་ལ་ནི་རྒྱ་མཚན་  
ཡིན། །རྟག་ རྣམས་བཀག་ཅིང་དབང་ལྷུག་ལ། །སོགས་པ་  
ལས་ཀྱང་སྤྱིད་མིན་ཏེ། །རྒྱས་མེད་སྤྱིར་རོ་དེ་ཡི་སྤྱིར། །སྤྱིད་  
འདོད་རྒྱ་ཡིན་གང་གི་སྤྱིར། །མི་རྣམས་ཡུལ་གྱི་བྱད་པར་  
ནི། །ཡོངས་འཛིན་དེ་ཐོབ་བསམ་པས་བྱས། ༥ །དེ་ནི་སྤྱིད་  
འདོད་གང་སྤྱིར་ཡང་། །སྟོག་ཆགས་བདེ་ ལྷུག་ཐོབ་པ་

དང་། །འདོར་འདོད་འཇུག་པ་དེ་དག་ནི། །འདོད་དང་འཇིག་  
 སྲིད་ཡིན་པར་འདོད། །བདག་ཏུ་ཆགས་པའི་རྒྱ་ཉིད་  
 ལས། །བདེ་མིན་བདེ་བར་འདུ་ཤེས་པས། །ཀུན་ལ་རབ་ཏུ་  
 འཇུག་འབྱུང་བ། །དེ་ཕྱིར་སྲིད་པ་སྲིད་ཉིན་ཡིན། །ཆགས་  
 བྲལ་སྐྱེ་བ་མ་མཐོང་ཕྱིར། །ཞེས་ནི་སློབ་དཔོན་རྣམས་ཀྱིས་  
 གསུངས། །ལུས་མེད་ཆགས་པ་མ་མཐོང་ཕྱིར། །ལུས་ལས་  
 གྲུང་ནི་འདོད་ཆགས་འབྱུང་། ༥ །རྒྱ་མཚན་ཁས་སྦངས་ཕྱིར་  
 ན་འདོད། ༥ །ཉིར་ལེན་ཉིད་ནི་བསལ་བ་ཡིན། ༥ །རིགས་འདི་  
 རྗེས་སུ་འདོད་ན་ནི། །རང་ཉིད་རང་འདོད་ལ་གཞོད་འབྱུང་།  
 གལ་ཏེ་སྐྱེ་ལ་ཆགས་མཐོང་ཕྱིར། །སྐྱེ་དང་སྙན་ཅིག་འབྱུང་ཞེ་  
 བ། །སྐལ་མཉམ་སྐྱེ་ཕྱིར་སྤར་བྱུང་ཡིན། ༥ །མི་ཤེས་སྲིད་  
 པའི་རྒྱ་ཡིན་ཡང་། །མ་བཟོད་སྲིད་པ་ཉིད་བཤད་པ། །རྒྱན་ནི་

འཕེན་པ་བྱེད་ཕྱིར་དང་། །དེ་མ་ཐག་ཕྱིར་ལས་གྲང་མིན། །དེ་  
 ཡོད་ན་ཡོད་མེད་ཕྱིར་རོ། ༥། །དེ་ནི་གཏན་དུ་བ་ཡིན་ཏེ། །རྒྱ་  
 ལ་གོགས་སོགས་སྲིད་ཕྱིར་རོ། །འཁོར་ཕྱིར་ཐར་པ་མེད་ཅེ་  
 བ། །མ་ཡིན་འདོད་དང་མ་གྲུབ་ཕྱིར། །ཇི་སྲིད་བདག་ཆགས་  
 མ་བཅོམ་ཞིང་། །དེ་ནི་ཡོངས་སུ་གདུང་འགྱུར་བ། །དེ་སྲིད་  
 སྐྱག་བསྐྱལ་སྒྲོ་བཏགས་ནས། །རང་བཞིན་དུ་ནི་གནས་པ་  
 མེད། །གྲོལ་བ་པོ་ནི་མེད་ན་ཡང་། །ལོག་པར་སྒྲོ་འདོགས་  
 གཞོམ་ཕྱིར་བཅོན། ༥། །འདོད་ཆགས་བྲལ་བའི་གནས་པ་  
 ནི། །བརྩེ་བའམ་ཡང་ན་ལས་ཀྱིས་ཡིན། །འཕངས་ལས་སྒྲོག་  
 མེད་འདོད་ཕྱིར་རོ། །སྲིད་པའི་སྲིད་ལས་རྣམ་བཞུལ་  
 བའི། །ལས་གཞན་འཕེན་རུས་མ་ཡིན་ཏེ། །ལྟན་ཅིག་བྱེད་པ་  
 ཟད་ཕྱིར་རོ། ༥། །སྐྱག་བསྐྱལ་ཤེས་ལ་འགལ་མེད་པས། །འདུ་

བྱེད་སྒྲ་མ་འདུག་པ་ཅན། །དངོས་ཆོས་བརྟེ་བ་སྐྱེ་བ་  
དེ། །སེམས་ཅན་རྗེས་འབྲེལ་ཅན་མ་ཡིན། ༥ །དེ་བདག་མིན་  
པའི་ཆོས་ལ་ནི། །བདག་གཞན་སྒྲོ་འདོགས་ བ་ལས་  
ཆགས། །སྐྱུག་བསྐྱེལ་རྒྱན་རིག་ཅམ་ལས་ནི། །བརྟེ་བ་སྐྱེ་  
བར་འགྱུར་བ་ཡིན། ༥ །གཏི་ཐུག་ཉེས་པའི་རྩ་བ་སྟེ། །དེ་ཡང་  
སེམས་ཅན་འཛིན་བ་ཡིན། །དེ་མེད་ཉེས་རྒྱ་ལས་ཁྲོ་  
མིན། །དེས་ན་བརྟེ་བ་ཉེས་མེད་འདོད། ༥ །ཁྲོལ་མེད་མ་ཡིན་  
མཛོན་འདུ་བྱེད། །ཟད་ ནས་གཞན་མཆམས་མི་སྒྲོར་  
བྱེད། ༥ །འདུ་བྱེད་རུས་པ་མ་ཟད་ན། །གང་དེ་གནས་པ་ཉེས་  
མེད་ཉིད། ༥ །སྒྲིང་རྗེ་དམན་པ་ཉིད་བྱེད་ཡང་། །གནས་པའི་  
འབད་རྩལ་ཆེན་པོ་མེད། །གང་དག་བརྟེ་བ་ཆེན་པོ་  
པ། །གཞན་གྱི་ངོར་ནི་བཞུགས་པ་ཡིན། །གལ་ཏེ་འཛིག་



ཆོགས་ལྟ་ བྲལ་བྱིར། །ལམ་དང་པོར་ནི་སྲིད་མེད་  
འགྱུར། །ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་པ་མ་སྤངས་བྱིར། །སྤངས་ནའང་སྲིད་  
པ་ག་ལ་ཡོད། །བདེ་བར་གྱུར་པའམ་སྤྱག་བསྐྱལ་བར། །མ་  
གྱུར་ཅིག་ཅེས་འདོད་པ་ན། །ངའོ་སྙམ་པའི་སྒོ་གང་  
དེ། །སེམས་ཅན་ལ་བལྟ་སྟན་ཅིག་སྐྱེས། ༥ །ང་ཞེས་ མཐོང་  
བ་མེད་པར་ནི། །འགའ་ཡང་བདག་ལ་ཆགས་མ་  
ཡིན། །བདག་ལ་སྲིད་པ་མེད་པར་ཡང་། །བདེ་བ་འདོད་པས་  
མངོན་རྒྱག་མིན། ༥ །སྤྱག་བསྐྱལ་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ཉིད་ནི། །འཆིང་  
ཡིན་ཏྱག་ལ་དེ་གང་ལས། །སྤྱག་བསྐྱལ་མི་སྐྱེ་རྒྱ་ཉིད་  
ནི། །ཐར་ཡིན་ཏྱག་ལ་དེ་གང་ལས། ༥ །མི་ཏྱག་ཉིད་དུ་བརྗོད་  
མེད་གང་། །དེ་ནི་འགའ་ཡིའང་རྒྱ་མ་ཡིན། ༥།བརྗོད་བྱ་མིན་  
ལའང་བཅིངས་དང་ཐར། །རི་ལྟ་བུར་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །གང་

གི་རང་བཞིན་འཇིག་མེད་པ། །དེ་ལ་མཁས་ནམས་རྟག་ཅེས་  
 བརྗོད། །དེས་ན་ངོ་ཚའི་ལྟ་བ་འདི། །སྤྲོངས་ལ་དེ་ནི་རྟག་པར་  
 སྤྲོས། ༥ བཤད་ཟིན་ལམ་དེ་གོམས་པ་ལས། །གནས་གྱུར་  
 གལ་ཏེ་གནས་གྱུར་གྱང་། །ལམ་བཞིན་སྦྱོར་ནི་འབྱུང་ཞེ་  
 བ། །མ་ཡིན་རྒྱས་པ་མེད་ཕྱིར་རོ། ༥ །ནམ་ཤེས་ཡུལ་འཇིན་  
 པ་ཡི་ཚེས། །རི་ལྟར་ཡོད་དེ་འཇིན་པ་དང་། །ཡོད་པ་ཡི་ནི་  
 བདག་ཉིད་དེ། །འདི་ཡིས་སྦྱེད་པར་ བྱེད་པའང་ཡིན། །རང་  
 བཞིན་འདི་ཡིན་འདི་ལས་དེ། །རྒྱུན་གཞན་གྱིས་ནི་གོལ་  
 འགྱུར་ཞིང་། ༥ །ལྟོག་པ་ལ་ནི་རྒྱུན་ལ་སྤྲོས། །མི་བརྟན་སྤྱུལ་  
 གྱི་སྒོ་བཞིན་ནོ། །སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་འོད་གསལ་ཏེ། །རི་མ་  
 ནམས་ནི་སྒོ་བྱར་བ། །དེ་ཕྱིར་སྒར་ཡང་རྒྱས་མེད་ནམས། །  
 དེ་བདག་གྱུར་ལ་བྱིས་རྒྱས་མེད། ༥ །རྒྱས་ཡོད་ན་ཡང་གཞོད་

བ་ཅན། །སྐྱེད་རྒྱས་སྤྱིང་པོ་ཅན་དངོས་ལ། །ཡུན་དུ་གནས་  
 རྒྱས་ཡོད་མིན་ཏེ། ས་སྒྲོན་ལ་ནི་མེ་བཞིན་ནོ། །འཆེ་བ་མེད་  
 དང་ཡང་དག་དོན། །རང་བཞིན་ལ་ནི་སྤྱན་ལོག་གིས། །འབད་  
 དུ་ཟིན་ཀྱང་མི་སྒྲོགས་ཏེ། །སྒྲོ་ནི་དེ་སྤྱོད་ཀྱིས་འཛིན་སྤྱིར་  
 རོ། །བདག་འཛིན་རྒྱ་གཅིག་ཅན་ཉིད་དང་། །རྒྱ་དང་འབྲས་  
 བུའི་དངོས་པོའི་སྤྱིར། །འདོད་ཆགས་ཁོང་ཁྱོ་པན་ཚུན་དུ། །ཐ་  
 དད་ན་ཡང་གཞོད་མ་ཡིན། །བྱམས་སོགས་སྒྲོངས་དང་འགལ་  
 མེད་སྤྱིར། །ཞིན་ཏུ་ཉེས་པ་ཆར་གཙོད་མིན། ༥། །ཉེས་ཀྱན་དེ་  
 ཡི་རྩ་བ་ཅན། །དེ་ཡང་འཇིག་ཆོགས་ལྟ་བ་ཡིན། །རིག་པའི་  
 མི་མཐུན་སྤྱོད་ཀྱིས་སྤྱིར་དང་། །སེམས་བྱུང་ཉིད་ཀྱིས་དམིགས་  
 པའི་སྤྱིར། །ལོག་པར་དམིགས་ཉིད་མ་རིག་པར། །གསུངས་  
 སྤྱིར་གཞན་ནི་རིགས་མ་ཡིན། །འགལ་བ་གང་ཡིན་འདིར་

བཤད་བྱ། །སྟོང་ཉིད་ལྟ་དང་དེ་འགལ་བྱིར། །དེ་ཡི་རང་བཞིན་  
 ཉེས་ཀྱན་དང་། །འགལ་བར་རབ་ཏུ་གྱུབ་པ་ཡིན། ༥། །ཟད་  
 མིན་སྟོག་ཆགས་ཆོས་ཉིད་བྱིར། །གཟུགས་སོགས་བཞིན་  
 མིན་མ་གྱུབ་བྱིར། །གཉེན་པོའི་ཕྱོགས་དང་འབྲེལ་པ་  
 བ། །སྟོག་པ་དག་ཀྱང་ མཐོང་བྱིར་རོ། ༥། །ཉེས་པ་རྣམ་པར་  
 འགགས་པ་ནི། །སྤྲིང་སྤྲིང་ཡང་སྟེ་མེད་དེ། །དེ་བདག་ཉིད་  
 གྱིས་འབྲེལ་མེད་དང་། །ཐལ་བ་བཞིན་དུ་མ་ངེས་  
 བྱིར། ༥། །གང་ཞིག་བདག་མཐོང་དེ་ལ་ནི། །ང་ཞེས་ཏྱག་ཏུ་  
 ཞེན་པར་འགྱུར། །ཞེན་པས་བདེ་ལ་སྟེད་འགྱུར་ཏེ། །སྟེད་  
 པས་སྟོན་རྣམས་སྟོབ་པར་བྱེད། །ཡོན་ཏན་མཐོང་བས་ཡོངས་  
 སྟེད་པ། །ང་ཡི་ཞེས་དེའི་སྟུབ་བྱེད་ལེན། །དེས་ན་བདག་ལ་  
 མངོན་ཆགས་པ། །དེ་སྟེད་དེ་ནི་འཁོར་བར་འགྱུར། ༥། །བདག་

ཡོད་ན་ནི་གཞན་དུ་ཤེས། །བདག་གཞན་ཆ་ལས་ འཛིན་དང་  
སྒྲུང་། །འདི་དག་དང་ནི་ཡོངས་འབྲེལ་ལས། །ཉེས་པ་ཐམས་  
ཅད་འབྱུང་བར་འགྱུར། ༥ །ངེས་པར་བདག་ལ་ཆགས་པ་  
ནི། །བདག་གི་ལ་ཆགས་མི་འབྲེལ་ཞིང་། ༥ །ཉེས་མེད་བདག་  
ལ་ཆགས་པ་དང་། །བྲེལ་བའི་རྒྱ་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། ༥ །གལ་  
ཏེ་ཆགས་པ་ སྦྱོན་བཅས་ན། །ངེ་ལས་ཅིར་འགྱུར་ངེ་སྦྱོང་  
འགྱུར། །འདི་ཡུལ་སྐྱེས་སྐྱུང་མེད་པར་ནི། །ངེ་སྦྱོང་བར་ནི་  
རྒྱས་མ་ཡིན། ༥ །ཡོན་ཏན་སྦྱོན་དང་རྗེས་འབྲེལ་བའི། །འདོད་  
དང་སྒྲུང་སོགས་སྦྱོང་བ་ནི། །ངེ་དག་ཡུལ་ལ་མ་མཐོང་  
བས། །ཡིན་གྱི་བྱི་ཚུལ་གང་གིས་མིན། ༥ ། ཆགས་ཡོན་ཏན་  
གྱིས་ཆགས་མིན་གྱི། །དོན་གྱི་ཡོན་ཏན་མཐོང་བས་ཡིན། །མ་  
ཚང་མེད་རྒྱ་ངེ་ལ་ནི། །འབྲས་བུ་གང་གིས་སྒྲོག་པར་

བྱེད། རྩྭ་ཆགས་ལ་སྐྱོན་ཡང་གང་ཞིག་མཐོང་། རྩྭ་གལ་ཏེ་  
སྐྱག་བསྐྱལ་ཏེན་ཞེ་ན། །དེ་ལྟར་འདི་ལ་ཆགས་བྲལ་  
མིན། །བདག་གིར་མཐོང་ བྱིར་དཔེར་བདག་བཞིན། རྩྭ་གལ་  
ཏེ་དེ་མེད་བདག་སྐྱག་བསྐྱལ། །རྒྱ་མིན་དེ་ཡང་དེ་དང་  
འདྲ། རྩྭ་དེ་ལྟར་གཉིས་ཀའང་སྐྱོན་མེད་པ། །དེ་བྱིར་གཉིས་  
ལ་ཆགས་བྲལ་མིན། རྩྭ་གལ་ཏེ་སྐྱལ་བཟུང་ཡན་ལག་  
བཞིན། །སྐྱག་བསྐྱལ་བསྐྱོམས་པས་སྤོང་འགྱུར་ན། །བདག་  
གི་བ་སྐྱོ་བཅོམ་པས་འདི། །འདོར་བ་ཡིན་གྱི་བསྐྱོག་ལ་  
མིན། རྩྭ་དབང་པོ་ལ་སོགས་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱི། །ཏེན་ཉིད་དུ་ནི་  
བཟུང་བ་ལ། །རང་སྐྱོ་གང་གིས་བསྐྱོག་འགྱུར་ཏེ། །དེ་ལ་  
ཆགས་བྲལ་དེ་གང་ལས། རྩྭ་ལས་ལས་བོག་པའི་སྐྱ་སོགས་  
ལ། །ཡིད་བྱུང་སྐྱོ་ནི་སྐྱེ་འགྱུར་ ཞིང་། །གཞན་ལ་ཞེན་བཅས་

སྐྱེ་འགྱུར་བ། །ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནི་མངོན་སུམ་ཡིན། ༥ །དེ་ལ་  
 འདུ་སོགས་འབྲེལ་བ་ལས། །རང་གི་སྒོ་ནི་སྐྱེ་འགྱུར་  
 བའི། །འབྲེལ་ཏེ་དེ་བཞིན་ཉིད་གནས་ཕྱིར། །མཐོང་དུ་བེན་  
 གྲང་སྤྲོད་མི་འགྱུར། ༥ །འདུ་བ་ལ་སོགས་མེད་ན་ཡང་། །པན་  
 འདོགས་ཉིད་ནི་ཀུན་ལ་ཡོད། ༥ །སྤྱག་བསྐྱེད་བསྐྱེད་ཕྱིར་  
 སོར་མོ་བཞིན། །རང་གི་སྒོ་ནི་མི་འགྱུར་ན། །གཅིག་ཏུ་དེ་ནི་  
 སྤྱག་བསྐྱེད་མིན། ༥ །པལ་ཆར་དུག་བཅས་བས་བཞིན་  
 བོ། །བྱུང་པར་ཅན་བདེ་ལ་ཆགས་པས། །དེ་འགལ་བ་ལ་  
 ཆགས་བྲལ་འགྱུར། ༥ །བྱུང་པར་ཅན་བདེ་ལ་སྤྲོད་  
 པས། །བདེ་བ་ཅུང་བད་ཡོངས་སུ་སྤྲོད། ༥ །བསམ་མེད་  
 བདག་ལ་ཆགས་པ་ཡིས། །རི་ལྟར་རྙེད་བཞིན་ལ་འཇུག་  
 རྟེ། །བྱུང་མེད་དག་ནི་མ་རྙེད་པར། །དུང་འགོ་ལ་འདོད་སྤྲོད་

མཐོང་བཞིན། ༥། བདག་ནི་འདོད་པ་གང་ཡིན་ཏེ། །རི་ལྷར་དེ་  
ནི་འཇིག་པར་འདོད། ༥། ། ཟླང་བ་དང་ནི་ཐ་སྟད་དང་། །ཡོན་  
ཏན་ཀུན་གྱི་ཏེན་ལོག་པ། །རི་ལྷར་ཞེན་པ་ཡིན་འདོད་  
དེ། །ཞེན་པའི་རང་བཞིན་དེ་འབྲ་མིན། ༥། །རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་  
བདག་འཇིན་ནི། །བདག་ལ་ཆགས་པ་བསྟན་པར་བྱེད། །དེ་ནི་  
བདག་གིར་ཞེན་པ་ཡི། །ས་བོན་གནས་སྐབས་དེ་ ཉིད་  
གནས། ༥། །བཙོན་ཡང་ཡོན་ཏན་ཆ་བཏེན་ནས། །འཇུག་ལྷན་  
བདག་གི་བ་ལ་ནི། །ཆགས་བྲལ་གོགས་བྱེད་པ་ཉིད་  
དང་། །དེ་ཡི་སྦྱོན་ཡང་སྦྱིབ་པ་ཡིན། ༥། །གལ་ཏེ་བདག་ལ་འང་  
ཆགས་བྲལ་ན། །ད་ནི་ཆགས་བྲལ་གང་ཡིན་མེད། །དེ་ནི་རི་  
ལྷར་བདག་འདོད་ པ། །སྤྱག་བསྐྱལ་བསྒྲོམ་པ་དོན་མེད་  
འགྱུར། ༥། །དེ་དག་སྤྱག་བསྐྱལ་བསྒྲོམས་པས་ཀྱང་། །སྤྱག་



བསྐྱེད་ཅིང་ནི་རྣམ་ཤེས་བྱེད། །དེ་ནི་སྒྲར་ཡང་མངོན་སྲུང་  
 ཅིང། །དེ་སྟོན་ཡང་ཆགས་བྲལ་མེད། །གལ་ཏེ་དེ་ལ་ཉེས་པ་  
 ཡིས། །སྐད་ཅིག་དེ་ཡི་སྒྲོ་ལྟོག་ །ཀྱང་། །དེ་ལ་ཆགས་བྲལ་མི་  
 འགྱུར་ཏེ། །འདོད་ལྡན་བྱད་མེད་གཞན་ལ་བཞིན། ༥ །སྤང་  
 དང་དོར་བྱའི་བྱད་ཡོད་ན། །གཅིག་ལས་བྱད་བའི་ཆགས་གང་  
 ཡིན། །དེ་ཉིད་རྣམ་གངས་ཀྱིས་བསྐྱེད་ཆོ། །ཆགས་པ་ཀྱན་གྱི་  
 ས་བོན་ཡིན། །སྐྱོན་མེད་ཡུལ་ཅན་ ཆགས་པ་དང་། །སྐྱབ་  
 བྱེད་ཀྱང་ནི་སྐྱོན་མེད་ཡིན། །འགྲོ་བའང་དེ་ཅུ་ཉིད་ཡིན་  
 བ། །ད་ནི་གང་ལ་ཆགས་བྲལ་འགྱུར། །དེར་དེ་སྐྱོན་བཅས་  
 ཀྱང་ཡིན་ན། །དེ་ནི་བདག་ལའང་མཚུངས་པ་ཡིན། །དེར་དེའི་  
 སྐྱོན་ལ་ཆགས་བྲལ་མེད། །ད་ནི་གང་ལ་དེ་ཆགས་  
 བྲལ་༥ ༥ །ཡོན་ཏན་མཐོང་བ་ལས་བྱད་བའི། །ཞེན་པ་ཉེས་པ་

མཐོང་བས་འཇིག་ལྟ་། །དེ་ལྟར་དབང་སོགས་ལ་དེ་མིན། །བྱིས་  
 སོགས་ལ་ཡང་མཐོང་བྱིར་དང་། །སྟོན་ལྟར་ལ་ཡང་ཡོད་བྱིར་  
 དང་། །ཡོན་ཏན་ལྟར་ཡང་གཞན་དག་ལ། །མེད་བྱིར་འདས་  
 བ་ ལ་སོགས་བ། །བདག་གི་བ་ལ་མེད་བྱིར་རོ། ། །དེ་ཉིད་  
 བྱིར་ན་བདག་གི་བའི། །སྟོ་རྒྱུའང་ཡོན་ཏན་མཐོང་བས་  
 མིན། །དེ་བྱིར་ཡོན་ཏན་མིན་མཐོང་བས། །དེ་ཡང་སྟོང་བ་མ་  
 ཡིན་ནོ། ། །གཞན་ཡང་ཡོད་མིན་ཡོན་ཏན་ནི། །སྟོ་འདོགས་  
 ཆགས་བས་དེར་ཡང་མཐོང་། ། །དེས་ན་དེ་ རྒྱ་གཞོད་མེད་  
 ཅན། །བསྐྱབས་བས་དེ་ལ་ཇི་ལྟར་གཞོད། ། །མཆོག་གཞན་  
 རོན་དུ་གཉེར་བྱིར་དང་། །སྟེ་འཇིག་སྟོ་ཅན་ཉིད་ཀྱི་བྱིར། །སྟེ་  
 བོ་འདི་ཡིས་དབང་སོགས་ལས། །བདག་ནི་ཐ་དད་གྱུར་བར་  
 ཞེས། ། །དེ་བྱིར་གཅིག་ཉིད་མཐོང་བས་ཀྱང་། །ཆགས་མིན་

བདག་ལ་ཆགས་ པ་དེ། །དམིགས་པའི་ནང་གི་ཡན་ལག་  
 ལ། །དོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་རྗེས་ཆགས་འགྱུར། ༥། །གང་ཞིག་ད་ལྟར་  
 ལྷག་བསྐྱེད་བས། །ཡིད་འབྱུང་དེ་འདྲ་སྤང་ཡིན་གྱི། །ཆགས་  
 བྲལ་མ་ཡིན་དེ་ཆེ་ཡང་། །ཆགས་ཡོད་སྐབས་གཞན་ཆོལ་  
 བྱིར་རོ། ༥། །ཞེ་སྤང་སྤྱག་བསྐྱེད་རྒྱ་ཅན་བྱིར། །དེ་ནི་དེ་ སྤྱང་  
 ཅམ་དུ་གནས། །དེ་ལོག་ན་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི། །རང་བཞིན་ཉིད་  
 ལ་སྤྱར་བཏེན་འགྱུར། ༥། །སྤང་དང་དོར་བྱ་སྤངས་པའི་  
 བྱིར། །ཐམས་ཅད་ལ་ནི་མཉམ་སྦྱོམས་ཅན། །ཅན་སྦྱེད་  
 མཚུངས་པ་ལ། །ཆགས་བྲལ་ཞེས་ནི་བརྗོད་པ་ཡིན། ༥། །འདྲ་  
 བྱེད་སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་དགོངས་ནས། །སྤྱག་བསྐྱེད་བསྐྱོམ་པར་  
 གསུངས་པ་ཡིན། ༥། །དེད་ཀྱི་དེ་ཡང་རྒྱེན་ལས་སྦྱེས། །དེ་ནི་  
 བདག་མེད་ལྟ་བཏེན་ཡིན། །སྦྱང་ཉིད་ལྟ་བས་གྲོལ་བར་

འགྱུར། །སྒྲིམ་པ་སྟག་མ་དེ་དོན་ཡིན། ༥ །དེ་བྱིར་མི་རྟག་  
ལས་སྟག་བསྐྱལ། །སྟག་བསྐྱལ་ལས་ནི་བདག་མེད་  
གསུངས། །ཆགས་ བྲལ་མིན་དང་སྟེད་སྟེན་དང་། །ཚུམ་པ་  
ཀུན་ལ་བརྟེན་པ་དེ། ༥།ཉོན་མོངས་ལས་ལས་གྲོལ་མ་  
ཡིན། །དེའང་འཁོར་བ་པ་ཞེས་བྲ། ༥།བདག་གི་ཉིད་ནི་མི་  
འདོད་ན། །དེ་ཡི་བྱ་བ་པོ་ཡང་མེད། །བྱ་དང་ལོངས་སྟོང་  
མཆོན་ཉིད་ཅན། །དེ་ཆེ་དེ་ཡི་བདག་ཀྱང་མེད། ༥ །དེ་བྱིར་  
གྲོལ་འདོད་ ཐོག་མེད་པའི། །རྒྱ་ཅན་རིགས་མཐུན་ས་བོན་  
ལས། །བྱང་བའི་འཇིག་ཆོགས་སྟ་བ་དག །རྩ་བ་ཉིད་ནས་  
དབྱུང་བར་གྱིས། ༥ །ལུང་ནི་དེ་སྟེང་དངོས་ཡིན་པའི། །རྒྱ་མ་  
མཐོང་བ་རྣམས་ལ་ནི། །ལུང་ཅམ་གྱིས་ནི་གྲོལ་བར་  
ཡང་། །སྟ་བ་ཡོངས་སུ་མགྱ་བྱེད་མིན། ༥ ། ས་བོན་སོགས་

བྱ་བ་ཆོ་ག་ནི། །སྐྱེས་བུ་མི་སྐྱེད་པར་རུས་མིན། །ཉིལ་མར་  
 བསྐྱས་དང་མེས་བསྐྱེགས་སོགས། །བདག་ཀྱང་གྲོལ་བར་  
 ཐལ་བྱིར་རོ། ༥ །སྒར་ཁྱི་བ་དག་བྱིས་ཡང་བྱིར། །སྒྲིག་པ་  
 བཅོམ་པར་བྱས་པ་མིན། །འདི་ཡི་ཁྱི་ཉིད་མེད་འགྱུར་  
 གྱི། །ལུས་ཅན་མིན་བྱིར་སྒྲིག་ཁྱི་མིན། ༥ །ལོག་ཤེས་དང་ནི་  
 དེ་ལས་བྱུང་། །སྐྱེད་པ་སེམས་པའི་དབང་དག་གིས། །དམན་  
 གནས་འགོ་བ་སྐྱེ་བ་ཡིན། །དེ་བྱིར་དེ་བཅད་འགོ་མི་  
 འགྱུར། །དེ་ཅམ་ལས་ནི་འབྱུང་བའི་བྱིར། །སྐྱེ་ལ་དེ་དག་ཉིད་  
 རུས་ཡིན། ༥ །སེམས་པ་དེ་དག་རང་ཉིད་ལས། །ཡིན་བྱིར་  
 སྐྱེ་བྱ་ཉམས་པ་མེད། །འགོ་དང་རྟོགས་རྟེན་བྱེད་པ་ཡིན། །དེ་  
 ནི་མ་མཐོང་བ་ལས་འགྱུར། །མ་མཐོང་ཞིག་བྱིར་འགོ་བ་  
 མེད། །དེས་ན་འདྲ་བྱེད་སེམས་པ་མིན། ༥ །ཡོད་དང་མེད་

པའི་རྗེས་འཇུག་ཕྱིར། །བྱེད་པ་སྐྱེད་ལ་སྒོ་ཡི་ནི། །རུས་མཐོང་  
 གཞན་གྱིས་མ་ཡིན་ན། ། དེ་ཡོད་དེ་དག་ཅིས་མི་  
 འགྲོ། ༥ །གལ་ཏེ་དེ་དག་རུས་མེད་ན། །དབང་སོགས་བྱས་མ་  
 ཐག་དེ་དག །སེམས་པའི་དབང་གིས་འཛིན་དང་  
 འཇུག །གཡེང་དང་འགོག་པ་མེད་པར་འགྱུར། ༥ །ཅི་སྟེ་དེ་ཆེ་  
 སྒོ་མེད་ཕྱིར། །མི་འགྱུར་ངི་མ་རྣམས་ཀྱི་སྒོ། །མཚམས་སྦྱར་  
 དེ་རྣམས་ རུས་མེད་ན། །གསོན་པ་ཉིད་ནའང་རུས་མེད་  
 འགྱུར། ༥ །གཉེན་པོ་དང་ནི་རང་གི་སྦྱོགས། །འཕེལ་ན་འགྲིབ་  
 དང་འཕེལ་བའི་ཕྱིར། །ཉེས་རྒྱན་རང་གི་ས་བོན་ཅན། །དབང་  
 བསྐྱར་བ་ལས་སྒོག་པ་མེད། །ཉག་པ་སྟོས་པ་མེད་པའི་  
 ཕྱིར། །རིམ་གྱིས་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ དང་། ༥ །བྱེད་དང་མི་བྱེད་  
 པ་དག་ནི། །འདྲ་བའི་བདག་ཉིད་བྱེད་པ་འགལ། ༥ །རྒྱ་དང་

འབྲས་བྱའང་གཅིག་པར་འགྱུར། །དེ་དག་དེ་ལས་ཐ་དད་  
ན། །བྱེད་པོ་ཟ་བོ་ཉམས་པར་འགྱུར། ༥ །རྒྱས་པ་ཡང་ནི་  
འགྱུབ་མ་ཡིན། ༥ །གཞན་གྱིས་བྱ་དང་མོངས་སྟོད་  
སོགས། །ཐལ་བ་གཞོད་བྱེད་མ་ཡིན་ཏེ། །འགའི་ཡང་བྱ་བ་  
མེད་པའི་བྱིར། །དེས་ན་སྟོང་ལས་བྱ་བ་འབྱུང་། ༥ །བདེན་  
པ་བཞི་ལ་བརྟེན་པ་དང་། །བདེ་དང་ང་དང་ངའི་ཞེས་  
སོགས། །ཡང་དག་མིན་པ་རྣམ་བཅུ་དུག །སྟོ་བཏགས་ནས་  
ནི་ཡོངས་སུ་སྟེད། ༥ །དེ་ཉིད་ ལས་ནི་དེ་འགལ་དོན། །དེ་ཉིད་  
རྣམ་པ་རྗེས་ཏོགས་ཅན། །ལེགས་བསྟོམས་ཡང་དག་ལྟ་བ་  
ཡིས། །སྟེད་པ་རྗེས་འབྲང་བཅས་འཛོམས་བྱེད། ༥ །ལས་དང་  
ལྷས་དག་གནས་ན་ཡང་། །གཅིག་མེད་བྱིར་ན་རྒྱ་གསུམ་  
ཅན། །སྟེ་བ་སྟོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །ས་བོན་མེད་པར་སྟུ་གུ་

བཞིན། རྩེ། །ལས་དང་ལུས་དག་སྤྱོད་མིན་ཏེ། །གཉིན་པོ་དག་  
 བྱི་མེད་ཕྱིར་དང་། །རྒྱས་མེད་ཕྱིར་རོ་སྤེད་པ་ནི། །ཡོད་ན་  
 སྤྱིར་ཡང་འགྱུར་ཕྱིར་རོ། རྩེ། །གཉིས་ཟད་དོན་དུ་འབད་ན་  
 ཡང་། །ལས་ཟད་དུ་བ་པ་དོན་མེད་ཡིན། །འབྲས་བུ་སྣ་ཚོ་གས་  
 མཐོང་བའི་ཕྱིར། །ལས་རྣམས་ རྒྱས་པ་ཐ་དད་དུ། །རྗེས་  
 དཔོག་དེས་ན་དཀའ་ཐུབ་ཀྱི། །ཉོན་མོངས་དངོས་གཅིག་གིས་  
 མི་མཛད། རྩེ། །རྣམ་འགས་དེ་བསྐྱེད་འབྲས་བུ་ནི། །ཅུང་འགྱུར་  
 རིགས་མི་མཐུན་ཅན་མིན། རྩེ། །འབྲས་བུ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བ་  
 ནི། །ཅི་སྟེ་དཀའ་ཐུབ་རྒྱས་པ་ཡིས། །རྒྱས་པ་འདྲེས་པ་ཟད་པ་  
 ན། །ཉོན་མོངས་ཆ་ འགའ་སྤྱོད་བའམ། །ཉོན་མོངས་མེད་པར་  
 གུན་སྤང་འགྱུར། །གལ་ཏེ་དཀའ་ཐུབ་ཉོན་མོངས་  
 ལས། །གཞན་འདོད་ཉོན་མོངས་ཉིད་ཅེ་ན། །དེ་ནི་ལས་འབྲས་



ཡིན་ཕྱིར་འདིས། །རྒྱས་པ་འདྲེས་སོགས་འགྱུར་མ་  
 ཡིན། ༥། སྐྱེ་འདོད་ཉེས་པ་བཅོམ་པའི་ཕྱིར། །གང་ཡང་སྐྱོན་  
 རྣམས་འགོག་ བྱེད་པ། །དེས་སྐྱེད་ལས་ལ་རྒྱས་འགྱུར་  
 གྱི། །རི་ལྟར་བྱས་པ་ཉམས་པར་འགྱུར། ༥། །ལས་ལས་ཉེས་པ་  
 མ་ཡིན་ཏེ། །སྐྱོན་ལྡན་བྱེད་འགྱུར་བསྐྱོག་ལས་མིན། ༥། །ལོག་  
 པའི་རྣམ་ཏྟག་མེད་པར་ནི། །བདེ་བ་ལས་ཀྱང་འདོད་མི་  
 འགྱུར། ༥། །སྐྱོབ་ལས་དེ་ཉིད་དང་བརྟན་དང་། །མ་ལུས་བྱང་  
 པར་མཐུན་པར་གྱུབ། །གཤེགས་པ་ཏྟགས་པའི་དོན་ཕྱིར་  
 ཏེ། །དེ་ཕྱིར་ཕྱི་རོལ་པ་དང་སྐྱོབ། །མི་སྐྱོབ་ལས་ལྷག་དེ་ཡི་  
 ཕྱིར། །གཞན་དོན་མཐུན་སྦྱར་དེ་སྟོན་པ། ༥། །དེ་ལས་བརྩེ་  
 ཡིན་གཞན་དོན་དོར། །དོན་གྱུབ་མཛད་པ་མི་འདོར་  
 ཕྱིར། ༥། །བརྩེ་བས་ལེགས་ དང་ཡེ་ཤེས་ལས། །བདེན་པ་

གསུང་མཛད་སྐབ་བྱེད་བཅས། །དེ་གསུང་བར་ཡང་མངོན་  
སྒྱུར་ལྟ། །གང་སྤྱིར་དེས་ན་ཚད་མ་ཉིད། ༥ །དེ་ལྟའི་དངོས་  
དོན་བསྟོད་པ་ནི། །དེ་ཡི་བསྟན་པ་ཉིད་ལས་ནི། །ཚད་མའི་དེ་  
ཉིད་གྲུབ་དོན་དེ། །རྗེས་སུ་དཔག་པ་མ་བསྒྲིག་ཕྱིར། ༥ ། ཅུང་  
ཟད་སྐྱེ་བའི་བདག་ཉིད་ཅན། །གང་དེ་ཐམས་ཅད་འགག་ཆོས་  
ཅན། །ཞེས་སོགས་རྣམ་པ་དུ་མར་ནི། །འདི་ཡི་སྒྱུར་བའང་  
མཐོང་ཕྱིར་རོ། །མེད་ན་མི་འབྱུང་མཆོན་ཉིད་ཅན། །རྟགས་ནི་  
རྗེས་དཔག་རྟེན་ཡིན་ནོ། །བསྐྱབ་བྱས་གཏན་ཆིགས་བྱུང་བ་  
ནི། །བསྟན་ ཕྱིར་དེ་ཡང་གསལ་བར་བཤད། །ཚད་མ་རྣམ་  
འགྲེལ་གྱི་ཆིག་ལེའུར་བྱས་པ་ལས་ཚད་མ་གྲུབ་པ་ཞེས་བྱ་བ་  
ལེའུ་གཉིས་པའོ།། །།

༥ གཞལ་བྱ་གཉིས་སྤྱིར་ཚད་མ་གཉིས། །དོན་བྱེད་རྒྱས་དང་  
 མི་རྒྱས་སྤྱིར། །སྤྱི་ཤད་ལ་སོགས་དོན་མིན་ཏེ། །དོན་དུ་མོས་  
 པ་མེད་སྤྱིར་ རོ། །འདྲ་དང་མི་འདྲ་ཉིད་སྤྱིར་དང་། །སྤྱི་ཡི་ཡུལ་  
 དང་ཡུལ་མིན་སྤྱིར། །རྒྱ་མཚན་གཞན་ནི་ཡོད་པ་ན། །སྤྱི་ནི་  
 ཡོད་དང་མེད་སྤྱིར་རོ། ༥ །དོན་དམ་དོན་བྱེད་རྒྱས་པ་  
 གང་། །དེ་འདིར་དོན་དམ་ཡོད་པ་ཡིན། །གཞན་ནི་ཀྱན་རྫོབ་  
 ཡོད་པ་སྟེ། །དེ་དག་རང་སྤྱི་ཉི་མཚན་ཉིད་ བཤད། ༥ །གལ་ཏེ་  
 ཐམས་ཅད་རྒྱས་མེད་ན། །ས་བོན་སོགས་ནི་སྤྱི་གསོགས་  
 ལ། །རྒྱས་མཐོང་གལ་ཏེ་དེ་ཀྱན་རྫོབ། །འདོད་ན་ཅི་སྟེ་དེ་ལྟར་  
 འགྱུར། ༥ །གལ་ཏེ་ཀྱན་ལ་དེ་ཡོད་ན། །སྤྱི་ཡི་མཚན་ཉིད་རྗེས་  
 འགོ་ལྟོག །སྤྱི་ལ་མ་མཐོང་སྤྱིར་མིན་ཏེ། །མིག་དང་གཟུགས་  
 སོགས་ །སྤྱི་བཞིན་ནོ། ༥ །དེས་ནི་བད་དང་རྩེ་ལ་བ་

སོགས། །ནང་གི་ཡན་ལག་རྗེས་འཇུག་ཕྱིར། །བུམ་པ་  
 འདེགས་དང་སྦྱི་དང་ནི། །གངས་སོགས་སྒོ་ནི་བཤའ་པ་  
 ཡིན། ༥ །སྐྱེ་ཤང་སོགས་ནི་སྦྱི་མིན་ཏེ། །དོན་དུ་ཞེན་པ་མེད་  
 ཕྱིར་རོ། ༥ །ཤེས་བྱར་འཇིན་ཕྱིར་མེད་པ་ལ། །ཉེས་པ་དག་ཏུ་  
 ཐལ་ མི་འགྱུར། ༥ །དེ་དག་གི་ཡང་དེ་ལྟའི་དངོས། །བཀག་  
 མེད་གསལ་བར་སྒྲུང་བ་ཉིད། །ཤེས་པའི་ངོ་བོའི་དོན་ཉིད་  
 ཕྱིར། ༥ །སྐྱེ་སོགས་ཞེས་བྱའི་སྒོ་དག་ནི། །སྦྱི་ཡི་སྦྱོད་ཡུལ་  
 ཅན་ཡིན་ལ། །སྐྱར་སྒྲུང་དོན་མེད་ཅན་ཡིན་ནོ། ༥ །གལ་ཏེ་སྦྱི་  
 ནི་ཤེས་ངོ་བོའི། །དོན་ཉིད་ཡིན་ན་ཐལ་བར་འགྱུར། །དེ་ལྟར་  
 འདོད་ཕྱིར་སྦྱོན་ཡོད་མིན། ༥ །དོན་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་གྱི་སྦྱི། །ཀུན་ལ་  
 ངོ་བོ་མཚུངས་ཕྱིར་དང་། །དེ་ལྟོག་པ་ལ་བརྟེན་ཕྱིར་  
 རོ། ༥ །བརྗོད་བྱ་ཉིད་ཕྱིར་དེ་དངོས་མིན། ༥ །དབང་སོགས་

འབྲས་བཅས་ཉིད་ཕྱིར་རོ། ༥། །མིང་སོགས་ བརྗོད་ན་འཆད་པོ་  
དང་། །ཉན་པོ་བརྗོད་བྱ་རྗེས་འབྲེལ་ཅན། །མིང་སོགས་འབྲེལ་  
པ་མེད་པ་ཅན། །དོན་ལ་འཇུག་པར་མི་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་  
དོན་ལ་ཚུལ་འདྲ་ལས། །འཁྱུལ་འཇུག་གྱུར་ན་དུས་ཀྱན་  
དང་། །ཡུལ་ལ་འཁྱུལ་མིན་ཤེས་པ་ལ། །མཚུངས་མིན་ རྣམ་  
པ་དེ་འདྲའི་སྒོ། །སྐྱེ་ཕྱིར་གཞན་ལ་དེ་མེད་དེ། །སྐྱེ་རོལ་དོན་དུ་  
སྒྲུང་བ་ཡི། །སྒྲོ་ནི་ཁས་ལེན་མེད་ཕྱིར་རོ། ༥། །བྲིས་ལེན་ན་  
ཡང་རྣམ་ཤེས་ལས། །ཐ་དད་པ་ན་ཆད་ཅན་མིན། །སྒྲོག་པ་  
གྲུབ་པ་མེད་ཕྱིར་རོ། ༥། །ཤེས་ཀྱན་དོན་ལྡན་ཕྱིར་ཞེ་  
ན། །འཐད་མིན་མི་སོགས་ རྣམ་གཞན་དུ། །མཐོང་ཕྱིར་འདུ་  
བྱེད་ལས་ཀྱང་མིན། །སྒྲོ་ལ་སོགས་པར་སྒྲུང་ཕྱིར་  
རོ། ༥། །ཐོགས་མེད་ཕྱིར་ན་སྒྲོ་སོགས་མིན། ༥། རུང་ཡུལ་

གནས་པས་མི་ཤེས་པ། །རང་ཉིད་ཤེས་ཕྱིར་དེ་ཤེས་  
 ཡིན། །དེས་ནི་མིང་སོགས་བརྗོད་པ་ཡིན། ༥ །མིག་ལ་  
 སོགས་པའི་སྒྲོ་འདོད་པ། །དེ་ཉིད་དོན་ལྡན་གང་གིས་  
 འདོད། །གལ་ཏེ་དོན་རྒྱས་མཐོང་ཕྱིར་ན། །གཞན་པ་དོན་མེད་  
 ཅན་ཐོབ་འགྱུར། ༥ །འབྲེལ་མེད་ན་ཡང་འཇུག་མི་  
 འགྱུར། །གལ་ཏེ་དོན་དང་འབྲེལ་ལྡན་ན། །འདས་དང་མ་  
 འོངས་བརྗོད་བྱ་མིན། །དོན་དང་དེ་ནི་བད་ཕྱིར་རོ། ༥ །སྒྲ་  
 ཡིས་སྒྲི་ནི་བརྗོད་པའི་ཕྱིར། ༥ །གལ་ཏེ་ཐལ་བར་མི་འདོད་  
 ན། །དེ་མིན་སྒྲི་ནི་ཡན་གར་བ། །བརྗོད་མེད་ཕྱིར་རོ་བརྗོད་ན་  
 ཡང་། །དེ་མཚུངས་མིན་དང་གསལ་བ་མིན། །དེས་ན་ཏྲག་ཏུ་  
 དམིགས་འགྱུར་ཏེ། །ཏྲག་ཉིད་ཕྱིར་རོ་གལ་ཏེ་ཡང་། །གསལ་  
 ལས་མདོན་སྤྲུལ་ལ་གསལ་ཡིན། །བདག་ལ་ཤེས་པ་སྐྱེད་པ་

བ། །རྒྱས་པ་གང་དེ་རྒྱས་ཉིད་ཡིན། །གལ་ཏེ་འགའ་ཆེ་རྒྱས་  
 མེད་ན། །དེ་ནི་ཀུན་ཆེ་རྒྱས་མེད་འགྱུར། །དེ་ཡིས་རྒྱས་  
 བའམ་རྒྱས་མེད་པ། །དོ་བོ་ཉིད་གྱིས་གང་གནས་པ། །ཏྲག་  
 བྱིར་བཅོས་སྤྱོད་མིན་ན། །དེ་བཅད་བྱ་བྱིར་རྒྱས་པ་  
 གང་། །སྤྱི་ཡི་རྣམ་ བར་ཤེས་དེ་དང་། །རྗེས་འབྲེལ་སྒྲོན་པོ་  
 ལ་སོགས་པའི། །རྣམ་པའི་ཆ་ནི་རྣམ་ངེས་གང་། །དེ་ནི་དེ་ལ་  
 གང་གིས་སྦྱུལ། །གལ་ཏེ་མངོན་སུམ་ཤེས་དོན་ཉིད། །བྱིར་ན་  
 དབང་པོ་དོན་མེད་མིན། །དེ་དངོས་གཅིག་བྱིར་སྦྱ་སོགས་  
 ལས། །ཐ་དད་སྤང་སྒྲོ་གང་ལས་ཡིན། །དེ་གས་ ལྷན་  
 དེགས་མིན་གང་གི་བྱིར། །གསལ་བའི་དོ་བོ་གཞན་ཉིན་  
 མེད། །གལ་ཏེ་ཐ་དད་གྲུབ་ཅེ་ན། །ལྷོས་བྱིར་འབྲས་བྱ་ཉིད་དུ་  
 བརྗོད། །རང་གི་རྒྱ་ལས་གྲུབ་པའི་བྱིར། །འབྲས་བྱ་རག་ལས་

མེད་པར་ཡང་། །རྟོག་པ་ཡིས་ནི་འབྲེལ་པར་བྱེད། །འབྲས་  
 མིན་ངེ་ལྟར་ཡང་ཅི་ །ཞིག །གཞན་ཉིད་ཡིན་ན་དེ་འབྲེལ་  
 མེད། །དེ་སྤྱིར་རང་བཞིན་མེད་པར་གྱུ་བ། ༥ །མེད་པའི་རིགས་  
 སུ་ཐལ་མི་འགྱུར། །དེ་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པའི་སྤྱིར། ༥ །དེ་སྤྱིར་  
 རོ་བོ་ལ་བརྟེན་ནས། །རོ་བོ་མེད་པའི་རིགས་བརྟགས་  
 བ། །བྱད་པར་དེ་ལ་འཇུག་དོན་ཅན། །སྤྱོད་མཁས་ཀྱིས་ནི་རབ་  
 ཏུ་བསྟན། །དེ་ལ་རོ་བོར་སྤང་བའམ། །དོན་ལ་དེ་ཉིད་དུ་འཇོག་  
 བ། །གང་དེ་འབྲེལ་པ་ཐོག་མེད་པའི། །དུས་ཅན་མཐོང་གོམས་  
 ཀྱིས་སྦྱལ་ཡིན། ༥ །དོན་མཁས་ཀྱི་ནི་སྦྱི་གང་ཡིན། །གཞན་  
 ལས་ལོག་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན། །སྤྱོད་འདི་དག་གིས་གང་བརྗོད་  
 བ། །དེ་ལ་ རོ་བོ་ཅུང་ཟད་མེད། ༥ །རོ་བོ་མེད་ཅན་སྦྱི་སྒོ་  
 ལ། །སྦྱི་ཉིད་དུ་ནི་མཐོང་སྤྱིར་དང་། །དོན་ལ་འབྲེལ་བའམ་



མེད་པ་ནི། །སྤྱིར་འདོད་དེ་ཡང་བསྐྱེད་ཕྱིར་དང་། །དེ་ཉིད་དུ་ན་  
 དོན་དངོས་སུ། །མེད་ཕྱིར་ངོ་བོ་ཅན་མ་ཡིན། །ངོ་བོ་མེད་པས་  
 བཟོད་བྱ་མིན། །གལ་ཏེ་བཟོད་བྱ་འགའ་ཞིག་ལས། །དངོས་  
 འདོད་དངོས་ནམས་ཇི་ལྟར་ཡང་། །བཟོད་བྱ་མིན་པ་ཉིད་མ་  
 ཡིན། །ཉིད་ལེན་ཐ་དད་ཕྱིར་གཞན་དུ། །བཟོད་པར་བྱ་མིན་  
 ཉིད་བརྟགས་ཕྱིར། །འདས་པ་དང་ནི་མ་འོངས་པའི། །དོན་  
 ལའང་སྤྱི་ཡི་རྒྱ་ཅན་གྱི། །མཉན་པ་དག་ནི་འཇུག་འགྱུར་  
 བ། །ཡོད་པ་མེད་ཆོས་ཇི་ ལྟར་འགྱུར། ༥ །གལ་ཏེ་ཉིད་  
 བརྟགས་ལས་དེ་འདོད། །གང་ཞིག་སྒྲུལ་སོགས་ལ་མེད་  
 ལ། །ད་ལྟར་བ་ཡི་བྱམ་པ་ཡི། །དངོས་མེད་དང་ནི་ཉི་བ་  
 གང་། ༥ །སྒྲོ་ནི་འཁྱལ་པ་མེད་འཇུག་པ། །རྟག་ཏུ་དངོས་དང་  
 སྒྲོ་འདོགས་ལ། །སེང་གེ་བྲམ་ཟེའི་སྤྱུ་ལ། །དེ་ལྟར་བཟོད་

བའང་འཇིག་རྟེན་ཡོད། ༥། །དོན་མེད་ན་ཡང་འགྲོ་བ་  
 ཡིས། །གང་ལ་གྲགས་པས་སྒྲ་བཀོད་པ། །དེ་ལ་དེ་དངོས་དེ་  
 མཚུངས་སྟེར། །འབྲུལ་རྟོག་ཅན་གཞན་པལ་བ་ཡིན། ༥། །རི་  
 ལྟར་དངོས་པོ་རྒྱས་མེད་ལ། །མེད་ཅེའམ་རྟོག་པ་རི་བཞིན་  
 དུ། །རྒྱས་ལའང་གཙོ་བོ་ལ་སོགས་པའི། །མཉན་པ་སྒྲེ་བོས་  
 བྱས་པ་ཡིན། ༥། །ཞིག་ལ་སྒྲ་ལས་སྒྲོ་རི་འདྲ། །སྒྲ་བ་དེ་འདྲ་  
 མ་ཞིག་ལའང་། ༥། །རྣ་བ་ལ་སོགས་རྣམ་པར་ཤེས། །དོན་  
 ཡོད་ཅན་ལ་དེ་དག་མེད། ༥། །སྒྲི་ཅམ་འཇིན་པར་བྱེད་པའི་  
 སྟེར། །སེམས་གཉིས་དག་ནི་མཚུངས་པ་ཡིན། །དེ་འབའ་  
 ཞིག་ནི་འཇིན་བྱེད་པ། །སྒྲར་ནི་རྣམ་པར་བསྒྲོག་ཅིན་  
 ཏོ། ༥། །པན་ཚུན་བྱེད་པར་ཅན་རྣམས་ནི། །བྱེད་མེད་ངོ་བོ་རི་  
 ལྟར་འགྱུར། །ངོ་བོ་ཉིད་གཉིས་ཡོད་ན་ཡང་། །དེ་དངོས་

གཅིག་ཏུ་རི་ལྟར་འགྱུར། །གལ་ཏེ་དེ་དག་མཚུངས་པ་  
 ཡི། །དངོས་དེ་དེ་དག་ལས་ གཞན་ཉིད། །དེ་དག་གི་ཞེས་  
 འབྲེལ་མེད་འགྱུར། །ཚྭ་ག་པ་ལ་ནི་སྤྱན་དབྱུང་མེད། །དེ་ཕྱིར་  
 མཚུངས་ཉིད་སྤྱི་འདི་ལ། །དངོས་པོ་མེད་པའི་མཚན་ཉིད་  
 ཡིན། །དེ་འབྲས་ཤེ་ན་དུ་མ་དང་། །འཇིག་འགྱུར་དེ་ཡང་  
 འདོད་མ་ཡིན། །འཇིག་པ་དངོས་པོ་ཅམ་དང་ནི། །རྗེས་  
 འབྲེལ་ཕྱིར་ན་རྟག་ཉིད་མིན། །རིགས་རྣམས་འབྲས་བྱ་མིན་  
 ཕྱིར་ན། །མ་འབྲེལ་པ་དང་དངོས་མེད་འགྱུར། ༥ །དངོས་པོའི་  
 ལྟ་བུ་གྱིས་སྤྱེས་པ་ཡིན། །ཤེས་པ་གང་དེ་བརྟ་དག་  
 ལ། །ལྟོས་པ་མ་ཡིན་སྤྱི་ཡི་ནི། །སྟོ་ལ་དེ་ལྟར་སྤང་བ་  
 མེད། ༥ །དངོས་གཉིས་མཐོང་ལ་སྟོ་འགའ་ ཞིག །བརྟ་མེད་ན་  
 ཡང་ཐ་དད་མེད། །རྗེས་སུ་འཇུག་པ་གང་ཡིན་དེ། །དོན་ཉི་བ་

དང་འབྲེལ་བ་ཡིན། །རི་ལྟར་རིགས་མེད་ཤེས་བ་ཡི། །འབྲས་  
 ཅན་མིག་སོགས་ཉི་འདོད་བཞིན། ༥ །གང་གིས་རྣམ་པར་སྐྱེ་  
 བ་ཡིས། །རིགས་ཀྱང་རྗེས་སྤྱ་འགོ་བ་ཡིན། ༥ །རྣམ་པ་  
 འགས་ཀྱང་རྣམ་ཤེས་ལ། །དེ་དངོས་སྤང་བ་མེད་ཕྱིར་  
 རོ། །གཟུགས་ཅན་ཡིན་ཕྱིར་དབང་རྣམས་ལ། །གལ་ཏེ་ལྟ་བ་  
 གོ་ཡོད་ན། །དེ་ལུས་སྤང་འགྱུར་རིགས་རྣམས་ནི། །མ་ཡིན་  
 ཡན་གར་མཐོང་མིན་ཕྱིར། །གསལ་འཛིན་ཆེ་ནའང་དེ་སྒྲ་  
 དང་། །དོ་བོ་ལས་གཞན་སྤང་བ་མེད། ༥ །དེ་ཕྱིར་དེ་ནི་ཤེས་  
 ཅམ་གྱི། །དོན་བྱེད་པར་ཡང་མི་རུང་ངོ་༥ ༥ །དེ་མི་རུང་ཕྱིར་རང་  
 བཞིན་མེད། །དེ་ནི་དངོས་མེད་མཆོན་ཉིད་ཡིན། ༥ །རི་སྐད་  
 བཤད་ལས་བསྒྲིག་གང་ཡིན། །དེ་ནི་རང་གི་མཆོན་ཉིད་  
 འདོད། ༥ །དངོས་དང་དངོས་མེད་གཉིས་ཀ་ལ། །བཏེན་ཕྱིར་

སྤྱི་དེའང་རྣམ་པ་གསུམ། ༥། གལ་ཏེ་དངོས་བརྟེན་དངོས་  
 འབྲེལ་སྤྱིར། །དངོས་པོ་ཤེས་འགྱུར་ཞེ་ན་མིན། །ལན་བཏབ་  
 སྤྱིར་དང་འདས་སོགས་ལ། །རྣམ་པ་གཞན་དུ་མཐོང་སྤྱིར་  
 རོ། ༥། གལ་ཏེ་དངོས་ཆོས་ཉིད་ཉམས་ན། །དངོས་པོར་འཇིན་  
 པ་སྒྲེན་ འགྲོ་ཅན། །དེ་ཤེས་ཡིན་སྤྱིར་ཉེས་འདི་མེད། ༥། །རང་  
 གི་མཆོན་ཉིད་གཅིག་གཞལ་བྱ། །ཡོད་མེད་ཉིད་དུ་དཔྱེད་  
 རྣམས་ཀྱི། །དོན་བྱ་དེ་ལས་གྲུབ་སྤྱིར་རོ། །དེ་ནི་རང་གཞན་ངོ་  
 བོ་ཡིས། །རྟོགས་སྤྱིར་གཞལ་བྱ་གཉིས་སུ་བཞེད། །ངི་བཞིན་  
 མངོན་ཞེན་མིན་པའི་ སྤྱིར། །གཉིས་པ་འབྲུལ་པ་ཡིན་པར་  
 བཞེད། །གལ་ཏེ་གཞན་གྱི་ངོ་བོས་ནི། །རྟོགས་ན་འབྲུལ་པ་  
 ཆད་མ་མིན། ༥། །བསམ་པ་ལ་ནི་བསྒྲུ་མེད་སྤྱིར། །འབྲུལ་པ་  
 ཡིན་ཡང་ཆད་མ་ཉིད། །རྣམ་གཞན་གྱིས་ཀྱང་རྟོགས་པ་

མཐོང་། །སྤྱུགས་འདི་ལ་ནི་ལན་བཏབ་ཟིན། ༥། ། རོར་བུ་སྒྲོན་  
 མེའི་འོད་དག་ལ། །རོར་བུའི་སྒྲོ་ཡིས་མངོན་རྒྱག་པ། །ལོག་  
 པའི་ཤེས་པར་ཁྱད་མེད་ཀྱང་། །རི་ལྷར་དོན་བྱེད་ལ་ཁྱད་  
 ཡོད། ༥། །དེ་ལྷར་རི་བཞིན་དོན་མེད་ནའང་། །རྗེས་དཔག་དང་  
 བྱི་དེར་སྒྲུང་དག །དོན་བྱེད་པ་དང་རྗེས་འབྲེལ་བས། །ཆད་མ་  
 ཉིད་དུ་རྒྱུ་པར་གཞག་ལྟ། །གང་ལ་དོན་གྱི་རྒྱས་པ་  
 ལས། །རྗེས་འགྲོ་ལྷོག་པ་ཅན་གྱི་སྒྲོ། །དེ་ལ་འཛིན་པ་རང་  
 དབང་ཅན། ༥། །དེ་ལས་གཞན་དངོས་དབང་པོ་འདས། །མ་  
 མཐོང་བདག་ཉིད་ངོ་བོ་དེ། །རྟོག་པའི་རྟོན་ནི་དོན་གཞན་  
 ཡིན། །གལ་ཏེ་དེ་རྟོན་དང་འབྲེལ་ཅན། །ཡིན་ ན་དེ་ཆེ་གོ་  
 བྱེད་ཉིད། ༥། །དེ་ཆེ་གོ་བྱེད་རྗེས་འགྲོ་བ། ༥། །སྤྱི་ཡི་ངོ་བོ་ཉིད་  
 དུ་རྟོགས། །དེས་ན་སྒྲོག་གྱུར་དོན་ཐམས་ཅད། །ཁྱད་པར་དུ་

རི་རྟོགས་མི་འགྱུར། །འབྲེལ་བ་ཅན་གྱི་ཆོས་ལས་ནི། །ཆོས་  
 ཅན་ལ་རྟོགས་སྐྱེ་བ་གང་། །དེ་ནི་རྗེས་དཔག་སྒྲོག་གྱུར་  
 གྱི། །སྐྱབ་བྱེད་གཅིག་ཏུ་ངེས་པ་ཡིན། ༥ །མངོན་སུམ་སྒྲོག་ཏུ་  
 གྱུར་བ་ལས། །གཞལ་བྱ་གཞན་ནི་ཡོད་མ་ཡིན། ༥ །དེ་སྤྱིར་  
 གཞལ་བྱ་གཉིས་ཉིད་ཀྱིས། །ཆད་མ་གཉིས་སུ་བཞེད་པ་  
 དང་། ༥། གཞལ་བྱ་གཉིས་ནི་མཐོང་བའི་སྤྱིར། །གསུམ་གཅིག་  
 གངས་ནི་གསལ་བ་ཡིན། ༥ །མེད་པ་གཞལ་བྱ་མ་ཡིན་  
 སྤྱིར། །གཅིག་ཉིད་ཅེ་ན་ཁོ་བོའང་འདོད། ༥ །མེད་པའང་ངེས་  
 སྤྱིར་གཞལ་བྱ་ནི། །མིན་ལ་མ་ངེས་པ་ཉིད་དམ། ༥ །དེ་ངེས་  
 ཆད་མ་གཉིས་པ་ཉིད། ༥ །མེད་ལ་དབང་སྐྱེས་སྒོ་མིན་  
 ཏེ། །དོན་གྱི་སྟོབས་ལས་སྐྱེས་པའི་སྤྱིར། །དོན་གྱི་རུས་ལ་  
 སྟོས་མེད་ན། །བར་ཆད་ལ་སོགས་ཡོད་ན་ཡང་། །དབང་

གླེས་སྒྲོ་ནི་སྒྲེ་བར་འགྱུར། །གལ་ཏེ་མངོན་སུམ་ཉིད་ལྡོག་  
 ལས། །མེད་པར་ངེས་པ་ཡིན་ཞེ་ན། །འགལ་བའམ་དེ་ཉིད་  
 ལྡོག་པ་དང་། །རྗེས་འགོ་ཅན་གྱི་རྟགས་ཡིན་ན། །གཞན་  
 སེམས་དག་ནི་རྟགས་སྤྱིར་ཡང་། ། ཚད་མ་གཉིས་ནི་གྲུབ་པ་  
 ཡིན། །སྤྱོད་སྤྱོད་ལ་ནི་འཇུག་པའི་སྤྱིར་། །དེ་ཡི་ངོ་བོ་ངེས་  
 པར་གྲུབ། །བསྐྱེད་མེད་སྤྱིར་དེ་ཚད་མ་ཉིད། ༥། གལ་ཏེ་ལ་ལ་  
 དག་ཏུ་ནི། །འབྲུལ་སྤྱིར་ཡིད་བརྟན་མེད་ཅེ་ན། ༥། རྟགས་ལོག་  
 མཐོང་སྤྱིར་དེ་དེ་འདྲ། ༥། གང་ལས་འགའ་ཆེ་དངོས་འགའ་ལ། །  
 དེ་ཡི་རྟགས་པ་གྲུབ་གྱུར་པ། །དེ་ནི་དེ་ལས་སྒྲེས་བའམ། །དེ་  
 ཡི་ངོ་བོར་གདོན་མི་བ། །རང་གི་རྒྱུའམ་ངོ་བོ་དག །མེད་པར་  
 དོན་ནི་སྤྱིད་མིན་པ། །དེ་དག་རང་བཞིན་མཐོང་གང་ཡིན། །དེ་  
 ཉིད་གཞན་དུ་འང་མཆོན་ཉིད་ཡིན། ༥། །ལྟར་རུང་རང་གི་ངོ་



བོའམ། །རང་རྒྱ་མཐོང་བའི་ རྒྱ་གཞན་དག་༥ །ཡོད་པར་སྒང་  
 བ་མེད་ན་ནི། །དེ་དང་ལྷན་པའང་ཅི་ལྟར་ཡོད། ༥ །སྤྱི་ཡི་སློ་ནི་  
 ཚད་མིན་ན། །མེད་པ་ཐོབ་འགྱུར་པ་རོལ་གྱི། །དངོས་བཞིན་  
 གལ་ཏེ་དབང་རྣམས་གྱིས། །དུས་གཞན་དུ་ནི་རྟོགས་ཤེ་  
 བ། །དེ་མིན་དབང་དང་རྒྱས་སོགས་ལ། །དབང་སྤྱིས་ སློ་ནི་  
 མི་སྤྱིད་ཕྱིར། །མེད་པ་རྟོགས་པ་ཡིན་ན་ནི། ༥ །སློ་དང་སྤྱི་བ་  
 རྒྱ་མེད་འགྱུར། ༥ །རྣམ་རྟོག་མེད་པ་ཉིད་གྱིས་ན། །རང་གི་  
 མཚན་ཉིད་ལ་མངོན་སུམ། །རྣམ་རྟོག་མེད་པར་སྤྱི་འཛིན་  
 མིན། །དེ་ཕྱིར་དེ་ལ་རྗེས་དཔག་ཉིད༥ །གཞལ་བྱ་ངེས་ན་ཁ་  
 རོག་ནི། །མི་རྟོག་ཉིད་དུ་རྟོགས་ མི་འགྱུར། །དེ་སློ་ཚད་མ་  
 གཞན་འགྱུར་ཏེ། །རྟོགས་མེད་པར་ནི་ཡོད་ཕྱིར་རོ། ༥ །ཁྱད་  
 པར་མཐོང་ལ་རྟོགས་དང་ནི། །འབྲེལ་པ་རྟོགས་པ་མེད་པའི་

སྤྱིར། །དེ་ནི་ཚད་མ་གཞན་ཡིན་ནོ། །གཞལ་བྱ་མེད་སྤྱིར་ཚད་  
 མ་རྣམས། །མང་པོ་ཉིད་དམ་གཅིག་ལ་ཡང་། ། དུ་མ་ཉིད་ནི་  
 འཇུག་སྤྱིར་ཏེ། །གཅིག་གསུམ་གྲངས་ཀྱང་སེལ་མི་  
 འགྱུར། །དཔེར་ན་བྱད་པར་མཐོང་བ་བཞིན། །ཡུལ་ངེས་བ་ནི་  
 མེད་སྤྱིར་དང་། །གཞལ་བྱ་གཞན་ནི་ཡོད་སྤྱིར་རོ། ༥ །སྒྲིན་  
 འདིར་ཐལ་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། །ཁ་དོག་སྤྱི་ལ་སྤྱིར་སྤྱིར་  
 རོ། །དངོས་མེད་ངོ་བོ་ མིན་དེ་ཉིད། །དེ་ལྟར་གྲུབ་པས་བསྐྱབ་  
 སྤྱིར་རོ། །གཞན་ལས་གཞན་གྲུབ་མིན་ཞེ་ན། ༥ །མིན་ཏེ་དེ་  
 ཉིད་གྲུབ་སྤྱིར་རོ། ༥ །དངོས་གང་ཅི་ལྟ་བུར་གྱུར་པ། །དེ་འདྲ་  
 དེ་ནི་རྟགས་སེམས་ཀྱི། །རྒྱ་ཡིན་དེ་ལས་དེ་ལྟ་ཡི། །དངོས་ལ་  
 དེས་བསྐྱེད་རྟགས་ཅན་སྒྲོ། །དེ་ལྟར་རྟགས་ དང་རྟགས་ཅན་  
 སྒྲོ། །བརྒྱད་པ་ཡིས་ནི་དངོས་པོ་ལ། །འབྲེལ་སྤྱིར་དེར་སྒྲུང་བ་

ཡིས་ནི། །སྟོང་ཡང་སྟུ་བྱེད་ཉིད་མ་ཡིན། ༥ །དེ་ཡི་ངོ་བོས་  
 སྟོང་དེ་དག། །དེ་ཡི་ངོ་བོར་ཞེན་པའི་བྱིར། །དེ་དངོས་སྟུ་བྱེད་  
 ཉིད་མིན་ཡང་། །འབྲུལ་པར་རྣམ་གཞག་བྱས་པ་ཡིན། །དེ་  
 བྱིར་དངོས་ བོ་རྟོགས་བྱ་ལ། །བྱབ་བྱེད་དེ་ཡི་ངོ་བོའམ། །རྒྱ་  
 དག་བྱབ་པར་བྱ་སེམས་ཀྱི། །རྒྱ་མཚན་དེ་ཡང་དེ་སྟོའི་  
 ཡིན། ༥ །དགག་པ་ཉིད་ནི་ཐམས་ཅད་དུ། །མི་དམིགས་པ་  
 ལས་འབྱུབ་པ་ཡིན། །ཚད་མས་བྱབ་པར་སྟུ་རྣམས་ཀྱི། །དོན་  
 གྱི་བསྟོག་པ་ཉིད་ལས་ཡིན། ༥ །དགག་ལ་ དེའམ་དེ་རྒྱ་  
 དང་། །འགལ་པར་བརྗོད་པ་མཐོང་གང་ཡིན། །དེ་ཡང་དེ་ཡི་  
 ཚད་མ་ཉིད། །མེད་པ་འཕེན་པར་བྱེད་པ་ཡིན། ༥ །གཞན་དུ་  
 དངོས་གཅིག་ཡོད་བརྗོད་པས། །གཞན་མེད་དེ་ནི་གང་ལས་  
 རྟོགས། ༥།འགལ་བྱིར་ཞེན་དེ་ཉིད་ཀྱང་། །ཅིས་འབྱུབ་ལྟན་

ཅིག་མི་གནས་ཕྱིར། ཞེ་ན་དེ་ཡང་གང་ལས་འདོད། །སྒྲུང་བ་  
མཐོང་མེད་ཕྱིར་ཞེ་ན། །དེ་ནི་ཚད་མ་ཉིད་མ་ཡིན། །དེ་ཕྱིར་  
རང་སྒྲུས་བརྗོད་ན་ཡང་། །དེ་ཉིད་མེད་པའི་སྒྲུབ་བྱེད་  
ཡིན། །གང་ལ་དེ་ནི་ཚད་མིན་དེས། །དགག་པ་རྣམ་ཀུན་  
བརྗོད་བྱ་མིན། །དེས་ན་དེ་དང་འགལ་དོན་གྱི། །འབྲས་བྱ་  
བརྗོད་པ་བཤད་པ་ཡིན། །ཀུན་ལ་སྒྲུབ་བ་ཐ་དད་ཉིད། །ཡིན་  
གྱི་དོན་ལ་ཐ་དད་མེད། ། །འགལ་དང་དེ་ནི་ཐབས་བཅས་  
པ། །བྱུང་དང་བཀག་པ་མེད་པར་ནི། །དགག་ལ་ཚད་སྒྲུབ་གང་  
ཡིན་དེ། །རིག་པའི་རྗེས་འབྲང་ཅན་མིན་དེ། ། །སྒྲུབ་ལ་སོགས་  
པས་ ཀུན་མཁྱེན་དང་། །འཇིག་རྟེན་གཞན་སོགས་མེད་སྒྲུབ་  
བཞིན། ། །དབང་པོ་ལས་འདས་དོན་རྣམས་དང་། །འགལ་བ་  
བྱུང་བ་མེད་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་སྒྲུབ་པོ་རིག་ཡིན་ན། །གཞོད་བྱ་

གཞོན་བྱེད་ངོ་བོ་གང་། ༥། །དེ་འདྲ་མི་དམིགས་ཕྱིར་ཞེ་ན། །དེ་  
 ཉིད་སྐྱབ་བྱེད་ཡིན་པར་བཟོད། མི་དམིགས་པ་ནི་དེ་ལྟ་  
 ཟུ། །ངེས་བྱེད་མིན་པར་རབ་ཏུ་བཟོད། །དེ་ཕྱིར་ཞེན་ཏུ་སྒྲིག་  
 གྱུར་ལ། །ཡོད་མེད་ངེས་པ་ཡོད་མ་ཡིན། ༥། །འགལ་དེ་ཆོས་  
 ནི་ཐ་དད་དམ། །ཐ་དད་མེད་ལ་རབ་སྦྱར་ཏེ། །ཁ་ལ་མེད་པར་  
 སྐྱབ་པ་ལ། །མེ་དང་སྦྱེ་ལ་ཡོད་གཞོན་བཞིན། །རི་ལྷར་དངོས་  
 ཉིད་སྐྱབ་པ་ལ། །དངོས་སོ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱབ་བྱེད་འདོད། །དེ་  
 བཞིན་དངོས་ཉིད་རང་སྒྲིག་ན། །དངོས་རྣམས་སྒྲིག་པར་བྱེད་  
 པ་ཡིན། ༥། །དེས་ནི་རྟོག་པས་སྦྱར་བའི་ཆོས། །སྒྲིགས་དང་  
 མཐུན་པའི་སྒྲིགས་དག་ལས། །གང་རུང་ཉིད་སོགས་བསལ་  
 ཡིན་ཏེ། །ཅི་ཡང་རུང་ལ་སྲིད་ ཕྱིར་རོ། ༥། །དེ་ལའང་ཁྱབ་  
 པར་བྱེད་པའི་ཆོས། །ཁྱབ་བྱ་སྒྲིག་པའི་གོ་བྱེད་འདོད། །གལ་

ཏེ་རང་གི་ལྷོག་པ་ནི། །རྣམ་འགར་ཡོངས་སུ་བཅད་  
ནའོ། ༥། མེད་པ་ལ་ནི་དེ་ཉིད་ཀྱི། །ཆད་མེད་རྟགས་སུ་བཟློད་  
གང་ཡིན། །དེ་ནི་ཤིན་ཏུ་ཚོངས་དོན་ཏེ། །གནག་རྩི་མོ་བར་  
གྲགས་སྤྱིར་ རོ། ༥། །མི་དམིགས་པ་ནི་འདི་ཙམ་ཞིག། །མེད་  
ལ་ངེས་པའི་འབྲས་ཅན་ཡིན། །དེ་ཡང་སྤང་བར་འདོད་པ་  
ཡི། །རྒྱུའམ་རང་བཞིན་སྤང་མེད་ཉིད། ༥། །རྩིས་སུ་དཔག་པས་  
མི་རྟག་སོགས། །འཛིན་པ་ལ་ནི་ཚུལ་འདིར་འདོད། །གཞན་དུ་  
གཟུང་བ་འཛིན་པའི་སྤྱིར། །ཆད་མ་ ཉིད་དུ་འདོད་མ་  
ཡིན། །དངོས་ལས་མི་རྟག་གཞན་དུ་མེད། །དེ་ཡང་དབང་པོ་  
ལས་སྤར་གྲུབ། ༥། །དུ་མའི་དངོས་དེ་བཟློད་བྱ་མིན། །རྟོག་  
པས་བསྐྱེད་ཆོས་བཟློད་བྱ་ཡིན། ༥། །སྤྱི་ཡི་རྟོན་ནི་གྲུབ་པ་  
ན། །སྤྱི་དེ་ཉིད་ནི་གྲུབ་པ་ཡིན། ༥། །དེ་མ་གྲུབ་ན་དེ་ལྟར་

དེ། །རབ་ཏུ་གྲུབ་ཕྱིར་རྗེས་ དཔོག་ཡིན། ༥ །འདྲ་བ་གཞན་ནི་  
 ཡོད་པའི་ཕྱིར། །ལ་ལར་ཡོངས་སུ་མི་ཤེས་ཏེ། །འབྲུལ་ཕྱིར་  
 སྒོང་གི་ཐ་དད་བཞིན། །ཐ་དད་མཐོང་བ་མེད་ཕྱིར་རོ། ༥ །འདི་  
 ལྟར་ཉགས་མེད་བྱིས་པར་གྱུ། །སྐྱེ་བོས་ཕྱིས་འབྱུང་བ་དང་  
 བྱི། །འབྲེལ་མེད་མར་མེ་ལ་སོགས་གྱུ། །འཇིག་པ་ མཐོང་  
 བས་ཡོངས་གཙོད་ཉིད། ༥ །རྒྱས་པ་དངོས་པོའི་རང་བཞིན་  
 དུ། །གྲུར་གྱང་དེ་མ་ཐག་མེད་པས། །འབྲས་སུ་མཐོང་བ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར། །ཚོངས་གྲུར་ངེས་གསལ་མེད་ཕྱིར་རོ། ༥ །དེ་ཉིད་  
 བསྐྱོག་པའི་ཆེད་དུ་ནི། །རྗེས་སུ་དཔག་པ་བརྗོད་པ་  
 ཡིན། ༥ །སྒྲོ་གྲོས་ཆེན་པོས་ མཐོང་ཉིད་ལས། །རྣམ་པ་ཐམས་  
 ཅད་ངེས་པར་བྱེད། ༥ །ཐམས་ཅད་ལས་ནི་ལྡོག་པ་ཡིས། །ཐ་  
 དད་མེད་དོན་དེ་ལ་ནི། །ལྡོག་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅན་སྒོ་དང་། །རི་

ལྟར་བརྟར་བཏགས་པ་ཡི་སྒྲ། །ཐ་དད་རྟེན་ཅན་བཞིན་འཇུག་  
 འགྱུར། ༥། །འབྲུལ་རྒྱ་མེད་ན་དེ་ཡིས་ནི། ། རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་  
 རང་དང་ནི། །རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་སྒོ་སྦྱེད་བྱེད། ༥། །ཡང་ན་  
 འདིར་ནི་མི་དམིགས་པའི། །རྟགས་ལས་འཇིག་པ་བྱུབ་པ་  
 ཡིན། ༥། །སྒར་བྱང་དངོས་པོ་མེད་གྱུར་པ། །མི་རྟག་ཅེས་ནི་  
 བརྗོད་པ་ཡིན། ༥། །གང་གི་མཐའ་གཉིས་ཚོད་ཡོད་  
 པའམ། །འབྲེལ་ པ་བརྗོད་པའི་ངང་ཚུལ་ཅན། །མི་རྟག་ཉིད་ཀྱི་  
 སྒྲ་ཡིན་པ། ༥། །དེ་མཐའ་དེ་དག་གང་ལ་བརྗོད། །གལ་ཏེ་སྒྲ་  
 བྱུར་མེད་ཡིན་ན། །དེ་ཉིད་མི་རྟག་ཅེས་མ་ཡིན། །འཇུག་པ་  
 སྟགས་སྦྱོར་མི་རུང་བྱེད། །ཞེ་ན་མཐའ་ལ་དེ་ཅི་ལྟར། །ཡོད་  
 ཉིད་དང་འབྲེལ་རྟག་པའི་བྱེད། ། མཐའ་ཡིས་བྱུང་པར་འགྱུར་  
 པ་མིན། ༥། །གལ་ཏེ་རྒྱ་འབྲས་མཐའ་ཡིན་ན། །བྱུང་པར་མེད་



པ་ཉིད་འགྱུར་ཏེ། །འབྲེལ་མེད་སྤྱིར་རོ་དེ་ཡིས་ནི། །དངོས་པོ་  
སྤར་མེད་འདོད་མིན་པས། །དེ་ལ་དེ་ཡི་བྱད་པར་  
ཅན། །བརྗོད་པ་དེ་ཡང་མི་འགྱུབ་སྤྱིར། ༥ །ཡོད་པ་ཉིད་དང་  
རང་རྒྱ་དང་། །འབྲེལ་བྱེད་སྤྱིར་ན་རྒྱ་ཞེས་གྲག། །ཡོད་ཉིད་དེ་  
དང་འབྲེལ་དེ་ཡང་། །རྟག་ན་འོ་ན་འདི་འབྲས་གང་། ༥ །གང་  
ཞེག་མེད་པ་དེ་བྱེད་ནི། །དངོས་པོ་སྤར་མེད་སྤྲན་མིན་  
ཏེ། །འབྲེལ་པ་ཁས་ལེན་མེད་སྤྱིར་རོ། ༥ །དེ་སྤྱིར་རིལ་འདི་  
རྟག་པར་འགྱུར། །དེ་སྤྱིར་མེད་དོན་སྒྲོ་འདོགས་པ། །བརྗོད་བྱ་  
ཐ་དད་ཅན་སྒྲོ་ནི། །ཐ་དད་མེད་དོན་མངོན་འདོད་ཅན། །སྒྲོ་  
ལའང་སྒྲོག་བའི་རྟན་ཡིན་ནོ། ༥ །སྐད་ཅིག་སོ་སོར་ཐ་དད་  
སྤྱིར། །བྱད་པར་ངོ་ཞེས་མ་ཡིན་ནོ། །མཐོང་དང་མཚུངས་པར་  
དེ་འཛིན་སྤྱིར། །བྱད་པར་ཡུལ་ཅན་ཉིད་ཀྱང་མིན། ༥ །གལ་

ཏེ་དེ་ཉིད་དཔེ་ཡིན་པའི། །ཕྱིར་ན་སྤྱི་འཛིན་མིན་ཞེ་ན། །དཔེ་  
ཉིད་ཡིན་ཕྱིར་གྲུབ་དེ་ལ། །ཚད་མ་གཞན་གྱིས་ཅི་ཞིག་  
བྱ། །གལ་ཏེ་བརྗེད་ཕྱིར་སྤྱོད་མེད་ན། །དེ་ཉིད་ཕྱིར་ན་དཔེ་མ་  
ཡིན། །༥།གལ་ཏེ་མཐོང་ལ་དེ་དངོས་ནི། །ཚད་མས་གྲུབ་ན་  
དངོས་གཞན་ལ། །དེ་ཉིད་ སྤྱི་འདོགས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ །དེས་  
གྲུབ་ཚད་ཅན་ཉིད་མ་ཡིན། །མདོན་སྤུམ་ཅིག་ཤོས་གཅིག་  
ཡིན་ཕྱིར། །གཅིག་གྲུབ་པ་ན་གཉིས་ཀ་གྲུབ། །གཞན་དང་  
མཚམས་ནི་སྤྱིར་བ་ཡི། །ཞེན་པ་མཁས་པས་བླན་པར་  
ཤེས།༥།གལ་ཏེ་དེ་རྟགས་ལ་སྟོས་ཕྱིར། །བླན་མིན་མ་ཡིན་  
ལསྟུལ་ ཕྱིར་རོ།༥།མདོན་སྤུམ་རྟོག་དང་བྲལ་བར་ནི། །མདོན་  
སྤུམ་ཉིད་གྱིས་འགྲུབ་པར་འགྱུར། །ཀྱན་གྱི་ནུམ་རྟོག་མིང་རྟོན་  
ཅན། །སོ་སོ་རང་གིས་རིག་བྱ་ཡིན། །ཐམས་ཅད་ལས་ནི་

སེམས་བསྐྱུས་ནས། །ནང་གི་བདག་ཉིད་གཡོ་མེད་  
པར། །གནས་ནང་མིག་གིས་གཟུགས་ དག་ནི། །མཐོང་  
བའི་སྒོ་དེ་དབང་སྐྱེས་ཡིན། ༥ །སྒྲར་ཡང་ཅུང་བད་ནམ་ཉོག་  
ན། །ཁོ་བོའི་ནམ་ཉོག་འདི་འདྲར་གྱུར། །ཅེས་རིག་སྒར་བཤད་  
གནས་སྐབས་ཀྱི། །དབང་བོའི་ཉོགས་པ་ལ་མེད་དོ། ༥།གཅིག་  
ཏུ་མཐོང་བའི་བྱད་པར་ནི། །གཞན་འགའ་ཞིག་ཏུ་མཐོང་མི་  
འགྱུར། ། དེ་ལས་སྤྱི་གཞན་ཐ་དད་པ། །ཡོད་མིན་ཐ་དད་སྒོ་  
མེད་ཕྱིར། ༥།དེ་ཕྱིར་དབང་བོ་ལས་སྐྱེས་སྒོ། །ཐམས་ཅད་  
བྱད་པར་ཡུལ་ཅན་ཡིན། ༥ །བྱད་པར་ནམས་ལ་སྒྲ་དག་  
ནི། །འཇུག་པ་སྤིང་བ་ཡོད་མིན་ཏེ། །བྱད་པར་རྗེས་འགོ་མེད་  
པས་ན། ༥ །བད་འཇུག་པ་ནི་མེད་ཕྱིར་རོ། །སྒྲ་ ནམས་ཡུལ་  
ཡང་གང་དེ་ཉིད། །དེ་ནམས་ཉིད་ནི་སྦྱར་བར་བྱེད། ༥།དེའི་

འདི་ཞེས་ནི་འབྲེལ་བ་ལ། །དོན་སྣང་བ་ནི་གང་ཡིན་པ། །དེ་  
 དག་ཉིད་ནི་འབྲེལ་ཡིན་ན། །དེ་ནི་དབང་པོའི་སྟོང་ཡུལ་  
 མིན། །དེ་ཆེ་གསལ་བར་སྣང་བ་ཡི། །དོན་སྣང་བ་ནི་མེད་ཕྱིར་  
 རོ། །ཞེས་སྣང་ཐ་དད་པ་ ཡིས་ནི། །དོན་རྣམས་ཁྱད་པར་བྱེད་  
 པ་ཡིན། །མིག་ལ་དོན་སྣང་བ་ན་ཡང་། །འདི་ཞེས་གཞན་  
 གྱིས་བསྟན་པ་གང་། །དེ་ཉིད་སྤྱི་ཡིས་སྟོར་བྱེད་ཀྱི། །དབང་  
 པོའི་སྟོང་ཡུལ་མ་ཡིན་ནོ། །དབང་པོའི་བྱ་བ་མེད་པ་  
 ལ། །གཞན་དག་ཙམ་གྱིས་སྣང་མེད་ཕྱིར། །འབྲེལ་བ་ མ་  
 བྱས་ཅན་མིན་ཏེ། །རང་ཉིད་ཞེས་པར་ཐལ་ཕྱིར་རོ། ༥ །རྟོག་  
 བཅས་རྟོག་པ་མེད་པའི་ཡིད། །ཅིག་ཅར་དུ་ནི་འཇུག་ཕྱིར་  
 རམ། །འཇུག་པ་སྟུར་ཕྱིར་སྟུན་པོ་དག །དེ་དག་ལ་ནི་གཅིག་  
 ཏུ་ཞེན། །གལ་ཏེ་རྣམ་རྟོག་གིས་བཅད་པས། །མཐོང་བ་རྒྱན་

ཆད་འགྱུར་ཞེ་ན། གཞན་གྱི་འང་རིགས་ནི་ཐ་དད་པའི། །རྣམ་  
པར་རྟོག་ཆེ་ངེ་ལྟར་མིན། ༥ །གལ་ཏེ་མ་གལ་མེ་མཐོང་བ་  
བཞིན། །དངོས་སྟོགས་སྟོབས་དང་ལྡན་འདོད་ན། ༥ །དེ་ནི་  
གཞན་ལ་འང་མཚུངས་པ་ཡིན། ༥ །ཡི་གེ་འང་ཅིག་ཅར་ཐོས་  
པར་འགྱུར། ༥ །འདིར་དོན་ཀུན་དང་ཅིག་ ཅར་དུ། །འདུས་  
ཅན་དབང་རྣམས་ཡོད་པ་ན། །ལྡོ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ཆོད་ན་  
ཡང་། །ཆོད་མེད་བཞིན་དུ་སྒྲུང་བའི་སྟོ། །གང་དེ་མིང་གི་  
མཐར་ཐུག་པའི། །ཞེས་པ་སྐད་ཅིག་དང་འདྲེས་ཕྱིར། །ཆོད་  
པར་སྒྲུང་བ་དེ་ངོ་མཆར། །དེ་ཕྱིར་སྟོ་ནི་ཅིག་ཅར་  
འགྱུར། ༥ །སྒྲུང་བ་ལ་ཡང་ཁྱད་མེད་ན། །བར་བཅས་བར་མེད་  
ངེ་ལྟར་ཡིན། ༥ །ཡིད་ཀྱི་རྟོག་པ་འབའ་ཞིག་ལ་འང་། །ལམ་དུ་  
འཇིན་པར་མི་འགྱུར་རོ། ༥ །ལ་ལར་ཀུན་ཏུ་ཆགས་སེམས་

ཅན། །དོན་ཉི་ལ་ལའང་འཛིན་མེད་གང་། །ཆགས་པས་གཞན་  
 གྱེས་ཀྱས་ཉམས་ཕྱིར། །གཉིས་ ཀ་ལ་ཡང་ཚུད་འདི་  
 ཡོད། ༥ །མགལ་མེ་ལ་སོགས་སྒྱར་འཇུག་པའི། །རྗེས་སུ་  
 འགྲོ་བས་གཞོད་པ་ཅན། །མིག་ལས་འཁོར་ལོར་འབྲུལ་སྒྱེ་  
 ཡི། །དེ་མཐོང་མཆམས་སྒྱུར་ལས་མ་ཡིན། ༥ །ལ་ལ་དབང་  
 གྱེས་ལ་སོགས་ཕྱིར། །བྱིས་པའི་སྒོ་བཞིན་རྟོག་མེད་དང་། །  
 བྱིས་པའི་རྟོག་མེད་ཉིད་ཀྱི་རྒྱ། །བར་ཉམས་པ་ཉིད་ཡིན་སྒྲ་  
 བ། །དེ་དག་གི་ནི་རྟོག་མེད་ཕྱིར། །བྱིས་པའི་མཛོན་སུམ་ཉིད་  
 དུ་འགྱུར། ༥ །བར་ཡི་རྒྱ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར། །དེ་ནི་བྱིས་ཀྱང་  
 མི་འགྱུར་རོ། ༥ །གལ་ཏེ་བར་ལ་མ་བྱང་བའི། །ཡིད་ཡོད་དེས་  
 བ་དེ་འདོད་ན། ༥ །དེ་བཞིན་དབང་གྱེས་ལ་ཡང་འགྱུར། །འདི་  
 འདྲ་འདི་ཡང་ལྷག་ལྷན་ཡིན། ༥ །བྱིས་ལ་སྒྲུབ་པར་བྱེད་གང་

ཡིན། །དེ་ཉིད་འདིར་ཡང་བརྗོད་བྱ་སྟེ། །དབང་པོའི་སྒོ་ནི་  
མཚུངས་སྤྱིར་རོ། ༥ །འདིས་ནི་སྤྱིར་སོགས་བཤའ་བ་  
ཡིན། ༥ །ཁྱད་པར་ དང་ནི་ཁྱད་པར་གཞི། །འབྲེལ་དང་འཇིག་  
རྟེན་གཞུང་ལུགས་ནི། །བཟུང་ནས་དེ་དག་སྒྲུལ་བྱས་ཏེ། །དེ་  
ལྟར་རྟོགས་ཀྱི་གཞན་དུ་མིན། །དཔེར་དབྱུག་ཅན་བཞིན་  
རིགས་སོགས་ཀྱི། །བྱེ་བྲག་རྟོགས་པ་མེད་པའི་སྤྱིར། །དེ་  
ལྟར་སྒྱུར་བ་ཡོད་མིན་པ། །དེས་ན་འདི་ ལ་རྟོག་པའང་  
མེད། ༥ །རྗེས་འགོ་ཅན་གྱི་རྣམ་ཤེས་གང་། །དེ་ཡང་སྒྲུ་དང་  
གསལ་བར་སྒྲུང་། །ཁ་དོག་དབྱིབས་ཡིག་རྣམ་པ་ཡིས། །སྒྲོང་  
པ་བ་ལང་ཉིད་དུ་བརྗོད། ༥ །དེ་ཉིད་མཚུངས་པ་ཉིད་ཡིན་  
ཀྱང་། །མིག་གི་ཡུལ་ལ་མཐོང་མེད་དེ། །སྒྲུང་བ་གཉིས་ནི་  
མེད་སྤྱིར་ རོ། །སྒོ་ཐ་དད་པའང་རྟེན་པར་དཀའ། །དབང་པོས་

འཕྲོད་འདུ་འཛིན་མེད་ཕྱིར། །འབྲེལ་པ་མཐོང་བ་མེད་པར་  
གནས། ༥ །སྣལ་མ་འདི་ལ་སྣམ་བྱ་ཞེས། །སྦྱ་འདི་དག་གྲང་  
རང་གིས་བྱས། །བ་ལང་ལ་རུ་ཞེས་འཛིག་ཏེན། །རུ་ལ་བ་  
ལང་འཛིག་ཏེན་མིན། །བ་ལང་ཞེས་བྱ་ ཡན་ལག་ནི། །ལྟག་  
མ་རྣམ་བཅད་དམིགས་མེད་ཕྱིར། །སྣལ་མ་དེ་རྣམས་ཀྱི་སྣམ་  
བྱ། །འདི་ཞེས་སྣལ་མ་འདུས་བྱས་ལས། །ཕྱིས་འབྱུང་འབྲས་  
བྱར་བརྗོད་ཡིན་གྱི། །དི་ལྟ་བུར་ཡང་དུས་གཅིག་  
མིན། ༥ །འགའ་ཡིས་རྒྱ་སྒོ་བཏགས་པའམ། །སྦྱ་མི་ཏེན་ནི་  
སྟོན་པ་ན། །སྣལ་མ་གཅིག་ནི་བཀར་བྱས་ལ། །འབྲས་ལ་  
སྣལ་མ་ཞེས་འབྲུག་འབྱུར། ༥ །ཕན་གདགས་ཕན་འདོགས་  
བྱེད་ཉིད་དམ། །རྣམ་པར་ཆད་མེད་སྣང་བ་ཉིད། །འབྲུལ་མེད་  
ཅན་ཤེས་དང་པོ་ཡི། །བརྟུ་ལ་སྦྱོད་ཡུལ་གང་ཡིན་





ནི་ཆེ་ག་དོན་སྒྲ། །རྒྱ་གཞན་གང་ལ་སྟོས་པར་མཐོང་། ༥ །རི་  
ལྷར་གྲགས་ལས་བྱུང་གང་ཡིན། །དངོས་དང་དེ་དང་མཚུངས་  
པའི་སྤྱིར། །གང་ལ་དེ་སྐད་བརྗོད་པལ་བ། །དངོས་ལ་དངོས་  
མེད་བཏགས་སྤྱིར་རོ། ༥།གྲགས་པ་བརྟ་ཡི་རྗེས་འགྲོ་  
ཅན། །དེ་ཡང་བརྗོད་འདོད་རྗེས་འགྲོ་ཅན། །ཐ་སྙད་དོན་དུ་  
བྱས་པ་སྟེ། །སྟེན་སྟོར་མིང་དང་སྒྲ་ཆ་བཞིན། ༥ ། ཐ་དད་ཀྱང་  
གང་དངོས་ཆོས་ཀྱིས། །དེ་འབྲའི་རྣམ་ཤེས་རྒྱ་ཡི་ནི། །དོན་  
དེ་དག་ལ་ཤེས་པ་དེས། །དེ་ལྷར་རྟོགས་པར་འགྱུར་བ་  
ཡིན། ༥ །ཐ་དད་ཐ་དད་མིན་པར་ནི། །རྟོགས་ལ་ཤེས་པའང་དེ་  
བཞིན་ནོ། །དེ་སྤྱིར་དེ་འབྲས་མེད་བལ་བ། །རྗེས་འགྲོ་དངོས་  
གཅིག་ཡོད་མ་ཡིན། །དངོས་རྣམས་ལ་ཡོད་དེ་ཡི་སྤྱིར། །  
དངོས་ལ་མཉན་པ་དེ་མཐའ་ཅན། ༥ །སྤྱི་རོལ་རྣམས་པ་རྣམ་

གཙོང་ལ། །རེག་པ་མེད་ཀྱང་སྒྲ་དེ་ནི། །རྣམ་པར་རྟོག་པའི་  
 གཟུགས་བརྟན་ནི། །དེ་ཡི་མཐར་ཐུག་རྣམས་དང་  
 འབྲེལ། །དེས་ན་གཞན་སེལ་མཐར་ཐུག་གིར། །མཉན་པ་  
 གཞན་སེལ་བྱེད་པར་བརྗོད། ༥ །ལྟོག་ བ་བཞིན་དུ་སྒྲ་དག་  
 ལས། །ཤེས་ལ་གཞན་གྱི་གཟུགས་བརྟན་སྒྲ་། །གང་དེའང་  
 དོན་གྱི་བདག་ཉིད་མིན། །དེ་འབྲུལ་བག་ཆགས་ལས་བྱུང་  
 ཡིན། ༥ །དེ་ནི་མཉན་པས་བརྗོད་པ་ན། །དོན་གྱི་ཆ་གང་  
 རྟོགས་པར་འགྱུར། །དེ་མ་རྟོགས་ན་དེ་དོན་ཅན། །བརྗོད་བྱེད་  
 པ་ནི་ དོན་མེད་འགྱུར། །སྒྲས་དོན་ཆ་ནི་ཅི་བརྗོད་ཅེས། །དེ་  
 ལ་གཞན་སེལ་བརྗོད་པར་བྱ། །རྣམ་པ་དེ་ཡང་དོན་ལ་  
 མེད། །དེ་བརྗོད་ཅི་ལྟར་དོན་བཞེན་ཡིན། ༥ །རྗེས་འགོ་ཅན་  
 སྒྲས་རྗེས་འགོ་ཅན། །དོན་གྱི་འབྲས་ཡིན་མཐོང་གོམས་

བས། །སྤྱལ་དེའང་རྗེས་འགྲོ་མེད་པ་ཅན། །སྒོ་ལས་ཐ་དད་  
མེད་ཕྱིར་རོ། ༥ །དེ་དངོས་སྒོ་བཏགས་ཉོགས་པ་  
ཡིས། །གཞན་ལས་བསྒྲིག་པ་ཉོགས་ཕྱིར་ཡང་། །སྒྲ་དོན་གང་  
ཡིན་དེ་ཉིད་ཅེས། །བརྗོད་པ་ལ་ནི་འགལ་བ་མེད། ༥ །ཤེས་པ་  
སྒྲ་ཡིས་ངེས་སྤྱལ་བ། །དེ་དག་ལོག་པར་སྤང་བ་ཉིད། ། དོན་  
གྱི་ཆ་ལ་འདི་རྗེས་འགྲོ། ༥ །དེ་ལྟར་མཉན་པ་གཞན་སེལ་  
བྱེད། ༥ །དེ་ཕྱིར་བརྟེན་ཡི་དུས་ན་ཡང་། །རང་ཉིད་མཐོང་བའི་  
འབྲས་བྱ་ཅན། །བསྟན་པའི་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་  
ཕྱིར། །གཞན་སེལ་སྒྲ་དང་འབྲེལ་པར་འགྱུར། ༥ །གཞན་དུ་མ་  
མཐོང་ལ་ལྟོས་དང་། །ལ་ལར་དེ་མཐོང་ ལ་ལྟོས་  
ཕྱིར། །གཞན་སེལ་སྒྲ་དང་འབྲེལ་འགྱུར་གྱི། །དེ་ནི་དངོས་ལ་  
མི་རུང་ངོ། །དེ་ཕྱིར་རིགས་སོགས་དེ་ལྟན་ནི། །ཡོད་མིན་

རོན་དང་དེ་དག་ལ། །མཉན་པ་འབྲེལ་མེན་གཞན་ལས་  
 བློ། །ཕྱོག་པ་ཉིད་ལ་སྒྲ་སྒྲུར་བྱེད། །བར་བར་པ་ཡི་རྒྱ་ཅན་  
 གྱི། །མཐོང་པ་སྟེ་བྱེད་བདག་ཉིད་ཅན། །སྒྲ་བྱི་འཛིན་པས་  
 སྒྲུང་པ་ཡི། །མིག་ཤེས་ལ་ནི་དེ་ཅི་ལྟར། ༥ དེ་ཅི་  
 ལྟར། ༥ །གཞན་ལ་འཇུག་སེམས་ཅན་གྱི་ཡང་། །མིག་གིས་  
 གཟུགས་དག་མཐོང་གྱུར་པ། །དེར་ནི་གསལ་བར་དེ་ཡི་  
 བར། །མི་འཛིན་དེས་བསྐྱེད་རྟོག་པའང་མེད། ༥ །གང་ལ་སྒྲ་  
 ནི་དེས་འགོད་ བ། །དེ་ལ་རྟོག་པ་སྐྱེ་བར་འགྱུར། །དེས་ན་  
 དབང་སྐྱེས་འདོད་པ་ཡིས། །འཇུག་འགྱུར་བྱི་རོལ་མཐོང་མི་  
 འགྱུར། །གཟུགས་ལ་གཟུགས་ཞེས་མཐོང་བ་ན། །དེ་སྟོ་ཞེས་  
 ནི་ངེ་ལྟར་མཐོང་། །དེ་ཡིས་ཉམས་སུ་སྒྲུང་བའང་ཡོད། །དེ་ནི་  
 རྟོག་མེད་ཅི་ལྟར་ཡིན། །དེ་ཉིད་ཀྱིས་སྒྲུང་ཡིན་ ན་ནི། །རྟོག་

གཉིས་ཅིག་ཅར་མཐོང་བ་མེད། །དེས་ནི་དུས་མཚུངས་ནམ་  
 བར་ཤེས། །གཞན་གྱིས་སྤྱོད་བ་བསྟན་པ་ཡིན། ༥ །འདས་པ་  
 ལ་ནི་བློ་བར་འགྱུར། །སྤྱོད་བ་མེད་ལ་དེ་ཅི་ལྟར། ༥ །རང་  
 སྤོའི་སྤོ་དང་གཞན་གྱི་སྤོ། །ཡོངས་གཙོ་དེ་ལོ་གཅིག་པར་  
 འགྱུར། ༥ །དོན་རིག་ འདས་པ་དཔེ་དག་དང་། །ཕྱལ་ཁིང་  
 ཏྲགས་ནི་ཡོད་མིན་ཏེ། །ཅིས་གྲུབ་གང་སྤྱིར་དེ་ལ་ནི། །མདོན་  
 སྤུམ་མ་ཡིན་ཏྲགས་ཅན་མིན། ༥ །གལ་ཏེ་དེ་ཡི་དོ་བོར་  
 བྱི། །སྤང་ཅན་དེ་མ་ཐག་པའི་སྤོས། །གཟུགས་སོགས་བཞིན་  
 དུ་འཛིན་འགྱུར་ན། །སྤོ་སྤོ་དེ་ནི་འཛིན་མི་འགྱུར། ། རི་ལྟར་  
 རང་གི་ཡུལ་ཅན་གྱི། །ནམ་ཤེས་ཉམས་སྤྱོད་དེ་རྟོག་མེད། །དེ་  
 བཞིན་བརྟུ་བྱ་མི་རུས་པ། །གཞན་ཡང་རྟོག་པ་མེད་པར་  
 འགྱུར། ༥ །སྤྱི་བཟོད་དང་ཚུལ་ཅན་སྤྱོད་དང་། །རྟོག་པའང་དེ་

དང་དོན་གཅིག་ན། །རྟོག་པ་མེད་པ་མེད་ན་ནི། །ཁྱད་པར་  
 གང་གིས་རྟོགས་པར་འགྱུར། །གལ་ཏེ་རྟོག་མེད་འགའ་ཞིག་  
 གྱུར། །ཡོད་ན་དེ་དང་མཚུངས་རྒྱ་ཅན། །ཐམས་ཅད་དེ་བཞིན་  
 འབྲས་བདག་ཉིད། །ཐ་དད་རྒྱ་ཐ་དད་ལས་ཡིན། ༥ །སྤྱི་རོལ་  
 དོན་ལ་སྟོས་མེད་པར། །བརྟ་བླ་པ་ལས་སྦྱར་བ་ཡིན། །དེ་  
 བཞིན་བརྟ་ལ་སྟོས་མེད་པར། །དངོས་ཀྱས་ཉིད་ལས་མིག་  
 སྦྱར་འགྱུར། །གལ་ཏེ་གཟུགས་ནི་བརྟ་བླ་ལ། །སྟོས་ནས་  
 དབང་པོའི་སྟོང་ག་ལ། །རྒྱས་འགྱུར་སྟོས་མེད་མ་ཡིན་  
 བ། །རྟགས་བཞིན་བླ་པ་ཉིད་ལ་འགྱུར། ༥ །དེ་ནི་དེ་འབྲེལ་  
 སྦྱེ་བའི་སྤྱིར། །བླ་ལས་དབང་སྟོང་འགྱུར་བའམ་མིན། །དེ་  
 ལས་དུས་གཞན་དུས་ཡང་འགྱུར། །ལ་ལར་རྣམ་གཡེང་སྤྱིད་  
 སྤྱིར་རོ། ༥ །གལ་ཏེ་རིམ་གྱིས་གཉིས་རྒྱ་ཡིན། །ཐ་དད་མེད་

བྱིར་སྒྲུབ་ཉིད་འགྱུར། ༥། །དབང་པོའི་སྒོ་རྒྱ་གཞན་ཡིན་ན། །དེ་  
 ལ་བླན་པ་དོན་མེད་འགྱུར། །བར་བླན་རི་ལྟར་བར་བཏགས་  
 བ། །གྲུབ་པའི་དོན་དུ་འདོད་པ་དང་། །བྱུང་པར་བར་  
 བཏགས་མེད་འཛིན་ན། །དེ་ལ་བླན་པ་དོན་ཅི་ཡོད། །སྦྱི་ཙམ་  
 འཛིན་པ་ཡིན་ན་ནི། །བྱུང་པར་ལ་སྦྱོས་མི་རུང་ངོ་། ༥། །དེ་  
 བྱིར་མིག་དང་གཟུགས་དག་ལ། །བརྟེན་ནས་མིག་སྒོ་སྦྱེ་བར་  
 འགྱུར། ༥། །གལ་ཏེ་མཛོན་སྐྱམ་ཤེས་བསྐྱེད་ལ། །དབང་པོ་  
 བཞིན་དུ་ཡུལ་རྒྱས་ཡིན། ། འོ་ན་ཅི་བྱིར་གཉིས་རག་  
 ལས། །སྦྱེ་བ་དེ་ནི་ངེས་མི་བརྗོད། ༥། །གོ་བར་བྱེད་པ་ཉིད་  
 མཐོང་ནས། །ཐ་སྙད་ངེས་པར་སྒྲུབ་བ་ཡིན། ༥། །དབང་པོའི་ཐ་  
 སྙད་ལ་དེ་ཡོད། །སྒྲུབ་བར་བྱ་བའང་དེ་ཆོས་ཡིན། ༥། །དེ་བྱིར་  
 ཐ་སྙད་འདི་ལ་ནི། །སྒྲུབ་བྱ་རང་བཞིན་ཏྲགས་ཡིན་ཏེ། ། བྱབ་



བར་བྱེད་པའི་རང་བཞིན་ནི། །ལོག་པའི་སྤྱིར་ནི་སྒྲིག་པར་  
 འགྱུར། །བསགས་པ་དག་ནི་ཆོགས་པ་ཡིན། །དེ་སྤྱི་དེ་ལ་  
 དབང་པོའི་སྒྲོ། །སྤྱི་སྒྲོ་གདོན་མི་བ་བར་ཡང་། །རྣམ་པར་རྟོག་  
 དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ། ༥ །དོན་གཞན་དང་ནི་མངོན་འབྲེལ་  
 སྤྱིར། །རྟུལ་སྤོང་གཞན་གང་སྤྱི་འགྱུར་བ། །དེ་དག་བསགས་  
 བཤད་དེ་དག་ནི། །ཤེས་པ་སྤྱི་བའི་རྒྱ་མཚན་ཡིན། ༥ །རྟུལ་  
 སྤོང་གཞན་དག་མེད་པར་ནི། །རྟུལ་སྤོང་ཁྱད་པར་དེ་ཡང་  
 མེད། །ཤེས་དེ་གཅིག་ལ་ངེས་མིན་སྤྱིར། །སྤྱི་ཡི་སྤྱོད་ཡུལ་  
 ཅན་དུ་བཤད། ༥ །གལ་ཏེ་སྤྱི་ མཆེད་གཅིག་ཡིན་  
 ཡང་། །ཅིག་ཅར་དུ་མ་འཛིན་མ་ཡིན། ༥ །ཏིལ་སོགས་ཐ་དད་  
 ལ་ངེ་ལྟར། །ཅིག་ཅར་འཛིན་པར་སྤྲང་བ་ཡིན། ༥ །འདི་ལ་  
 མཁྱོགས་པ་བཤད་ཟིན་ཏོ། ༥ །རིམ་བཞིན་འབབ་པ་དེ་ཉིད་

ལ། །རི་ལྟར་རིམ་མིན་འཛིན་མི་འགྱུར། ༥ །སྒྲོ་རྣམས་དག་ནི་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱང་། །དུས་མཚུངས་ཅི་ལྟར་དེ་དག་ལ། །འགའ་  
 ཞིག་རིམ་མིན་སྒྲུང་བ་དང་། །གཞན་ནི་རིམ་ལྡན་སྒྲུང་བར་  
 འགྱུར། །དེ་ཕྱིར་དོན་ཀྱན་འཛིན་པ་ལ། །འདི་ནི་རིམ་མིན་ཐལ་  
 བར་འགྱུར། ༥ །སྒྲེ་མ་ལེབ་ཁྲ་ལ་སོགས་གཟུགས། །དུ་མའང་  
 ཅི་ཡང་སྒྲུང་བར་འགྱུར། །གལ་ཏེ་སྒྲ་ཆོགས་དེ་གཅིག་ན། །དེ་  
 བས་ཆོས་འདི་ངོ་མཆར་ཆེ། ༥ །སྒྲ་ཆོགས་གཅིག་པའི་རང་  
 བཞིན་མིན། །དཔེར་ན་ནོར་བུའི་གཟུགས་དེ་བཞིན། ༥ །སྒྲོ་  
 སོགས་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་ནི། །སྒྲུམ་ཁྲ་ལ་སོགས་དག་ལའང་  
 མཚུངས། ༥ །གལ་ཏེ་དེ་ལ་ཡན་ལག་གཟུགས། །འབའ་ཞིག་  
 དེ་ལྟར་མཐོང་ཞེ་ན། །གལ་ཏེ་སྒྲོ་སོགས་སྒྲུངས་པ་ཡི། །ཁ་པོ་  
 གཞན་མཐོང་ངོ་མཆར་རོ། ༥ །དུས་དང་དོན་གྱི་རྣམ་པ་

ནི། །མཚུངས་པར་རྟོགས་པའི་སྒོ་དག་ལས། །གཅིག་ནི་རིམ་  
ལྔ་ན་དོན་མང་དང་། །གཅིག་ནི་རིམ་ཅིན་དོན་གཅིག་  
གིས། ༥ །སྒོ་རྣམས་སྒྲ་ཆོགས་ངོ་བོའི་ བྱིར། །དོན་རྣམས་སྒྲ་  
ཆོགས་ངོ་བོ་ཉིད། ༥ །གལ་ཏེ་དེ་རྒྱ་མིན་ཞེ་ན། །ཐ་དད་བཞག་  
འདི་གང་གིས་འགྲུབ། ༥ །རིགས་མི་མཐུན་རྣམས་ཚུམ་མེད་  
བྱིར། །རི་མོ་སོགས་སྒོ་སྒྲ་ཆོགས་མིན། །གཟུགས་མེད་བྱིར་  
ལྔ་སྒྲ་ཆོགས་མིན། །ཉེ་བར་བརྟགས་ལ་བརྟེན་པའང་མིན། །  
རེ་རེ་སྒྲ་ཆོགས་མིན་བྱིར་རོ། ༥ །རིམ་བཞིན་དུ་ནི་བཟུང་བ་  
ལ། །སྒྲ་ཆོགས་སྒོ་ཡིས་བསྐྱེས་མིན་ཏེ། །གཅིག་གིས་དུ་མ་  
མི་འཇོན་བྱིར། ༥ །དེ་བྱིར་གཅིག་དོན་དུ་མ་ཅན། །གང་བྱིར་  
དོན་གཅིག་རྟོག་པ་ནའང་། །གཞན་དག་མཐོང་བ་དེ་བྱིར་  
ཡང་། །རྟོག་པ་མེད་པར་གྲུབ་པ་ཡིན། ༥ ། །སྒྲ་ཆོགས་སྒྲང་

ཅན་དོན་རྣམས་ལ། །གལ་ཏེ་གཅིག་ཉིད་མི་རིགས་ན། །དེ་  
ཞིག་གཅིག་ཕྱི་ལོ་དེ་ཉིད། །སྒྲ་ཆོག་སྒྲ་མི་ཅི་ལྟར་  
སྒྲར། ༥ །རི་ལྟ་རི་ལྟར་དོན་བསམས་པ། །དེ་ལྟ་དེ་ལྟར་རྣམ་  
འབྲེལ་ཞེས། །མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་གང་གསུངས་པ། །དེ་ནི་  
དངོས་སྟོབས་ འོངས་པ་ཡིན། ༥ །གཅིག་ལ་སྒྲ་ཆོག་སྒྲ་དེ་ཅིར་  
འགྱུར། ༥ །སྒྲ་དེ་ལ་ཡང་མི་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་དོན་རྣམས་  
བདག་ཉིད་འདིར། །འདོད་ན་དེ་ལ་ངས་ཅི་བྱ། །དེ་སྤྱིར་དོན་  
དང་ཤེས་པ་ལ། །རགས་སྒྲ་ཡོད་མིན་དེ་བདག་  
ཉིད། །གཅིག་ལ་བཀག་པ་ཉིད་སྤྱིར་དང་། །མང་ བོ་ལ་ཡང་  
ཡོད་མ་ཡིན། ༥ །ཡོངས་གཅོད་ནང་ཡིན་སྤྱི་རོལ་  
ལྟར། །གནས་པ་འདི་ནི་ཆ་གཞན་ཡིན། ༥ །ཐ་དད་མེད་ཅན་  
ཤེས་པ་ཡི། །ཐ་དད་སྒྲ་བ་བསྐྱད་པ་ཉིད། །དེ་ལ་གཅིག་ནི་

མེད་པས་ཀྱང་། །གཉིས་ཀའང་ཉམས་པར་འགྱུར་བ་  
ཡིན། ༥ །དེ་ཕྱིར་གཉིས་སྟོང་གང་ཡིན་པ། །དེ་ནི་དེ་ཡིའང་དེ་  
ཉིད་ཡིན། །དངོས་རྣམས་ཐ་དད་གནས་པ་འདི། །དེ་ཐ་དད་ལ་  
བརྟེན་པ་ཡིན། །དེ་ནི་བསྐྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་ན། །དེ་དག་ཐ་དད་  
ཀྱང་བསྐྱེད་འགྱུར། ༥ །གཟུང་དང་འཇོན་པའི་རྣམ་པ་  
ལས། །མཆོན་ཉིད་གཞན་ནི་ཡོད་མ་ཡིན། །དེས་ན་མཆོན་  
ཉིད་སྟོང་པའི་ཕྱིར། །རང་བཞིན་མེད་པར་རབ་ཏུ་  
བཤད། ༥ །སྤང་པོ་ལ་སོགས་བྱེ་བྲག་གིས། །མཆོན་ཉིད་  
ཐམས་ཅད་བྱེད་པ་ཡི། །བྱེད་པར་ཅན་དེའང་དེ་ཉིད་  
མིན། །དེས་ཀྱང་དེ་དག་མཆོན་ཉིད་བྲལ། ༥ །མ་རིག་གིས་  
བསྐྱེད་བདག་ཉིད་ལ། །རི་ལྟའི་རང་རྒྱུན་ལ་སྟོས་ནས། །རྣམ་  
རིག་དེ་བཞིན་མིན་རྣམ་པ། །སྐྱེ་འགྱུར་རབ་རིབ་ལ་སོགས་

བཞིན། ༥། །པ་རོལ་མཐོང་མིན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས། །དེ་ཉིད་དེ་ནི་  
 རིག་མ་ཡིན། །གཟུང་དང་འཇིན་པའི་བསྐྱེད་པ་དག། མེད་ན་  
 དེ་ནི་མེད་ཕྱིར་རོ། ༥། །དེས་དེ་ཉིད་དོན་བཏང་སྟོམས་  
 ཅན། །སྤང་ཆེན་གཟེགས་སྤངས་ཉིད་མཛད་ནས། །འཇིག་  
 ཏེན་ཐུགས་ནི་འགའ་ཞིག་གིས། །སྤྱི་རོལ་དཔྱེད་ལ་འཇུག་  
 པར་མཛད། །ཤེས་པ་སྡོ་སོགས་སྡོ་ཆོགས་པ། །ཤེས་པའི་  
 བྱད་པར་གཞན་ཏེན་མེད། །མཐོང་རྒྱས་མ་ཡིན་དེ་ཡི་  
 ཆོ། །རྣམ་དབྱེ་དོན་ལ་འཇུག་པར་འགྱུར། །ཤེས་གང་ཇི་ལྟར་  
 སྤང་བ་དེ། །དེ་ལྟ་ཉིད་དུ་སྤྱང་བ་ཡིན། །དེ་ལྟར་སེམས་ཀྱི་  
 རྣམ་པ་ནི། །སྡོ་ཆོགས་གཅིག་གི་ངོ་བོར་འགྱུར། ༥། །རས་  
 སོགས་གཟུགས་ནི་གཅིག་ཡིན་ན། །དེ་བཞིན་རྣམ་དབྱེ་མེད་  
 པར་འགྱུར། །ཐ་དད་ཅན་ནི་རྣམ་བསལ་བ། །ཐ་དད་མེད་པ་

གཞན་མཐོང་མེད། ༥། གལ་ཏེ་དབང་པོ་ལ་སོགས་  
 བཞིན། །ཁྱད་པར་སྐྱེས་གྱུར་མང་པོ་དག །ཅིག་ཅར་སྒོ་ཡི་  
 རྒྱར་འགྱུར་ཡང་། །འགལ་བ་དག་ནི་ཅི་ཞིག་ཡོད། ༥། རྒྱ་ཡི་  
 དངོས་པོ་མ་གཏོགས་པ། །གཟུང་བ་ཞེས་བྱ་གཞན་ཅིའང་  
 མེད། །དེ་ལ་སྒོ་ནི་གང་དུ་སྒྲུང་། ། དེ་ནི་དེ་ཡི་གཟུང་བར་  
 བརྗོད། ༥། ཇི་ལྟར་རང་གི་ཡན་ལག་བཅས། །ཅིག་ཅར་ཡན་  
 ལག་ཅན་བཟུང་ཡིན། ༥། རྒློག་ཤལ་སོགས་མཐོང་མེད་པར་  
 བྱི། །བ་སྒྲུང་ཤེས་པ་མཐོང་བ་མེད། ༥། གལ་ཏེ་ཡོན་ཏན་གཙོ་  
 པོ་དག །ཅིག་ཅར་རྟོགས་པར་འདོད་ན་ཡང་། །ཅིག་ཅར་ཡན་  
 ལག་རྗོགས་འཛིན་མིན། །ཡོན་ཏན་ལ་སོགས་ལྡན་པའང་  
 མིན། ༥། ཁྱད་པར་དང་ནི་ཁྱད་པར་ཅན། །བརྗོད་པར་འདོད་  
 པའི་གཞན་དབང་སྤྱིར། །ཡན་ལག་ཉིད་དུ་ཉེར་བཟུང་

གང་། །དེ་ཉིད་གྱིས་ནི་དེ་འཛིན་འགྱུར། ༥ །རང་གིས་དངོས་  
པོ་གཞན་དག་ལས། །ཐ་དད་ མེད་སྤྱིར་ཡོན་ཏན་སོགས། །ཐ་  
དད་བྱེད་པའང་མ་བཟུང་སྤྱིར། །གཞན་གཞན་མཐོང་ཡང་སྒོ་  
གཅིག་འགྱུར། ༥ །ཡོན་ཏན་ལ་སོགས་བྱུང་པར་ནི། །གཟུང་  
སྤྱིར་དུ་མ་རྟོགས་འགྱུར་ན། །འགྱུར་མེད་དེ་ལྟ་ཡིན་ན་  
ཡང་། །འདི་དག་གི་འབྲེལ་འཆོལ་བར་འགྱུར། ༥ །སྒྲ་ སོགས་  
དུ་མ་ཉིད་ཡིན་སྤྱིར། །ཅིག་ཅར་དུ་མ་འཛིན་པར་གྲུབ། །བཀོད་  
པ་ཅན་ནི་མ་བཟུང་བར། །བཀོད་པ་འཛིན་པ་མི་རུང་  
སྤྱིར། ༥ །ཆོས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལས་སྒྲིག་པ། །གང་དང་གང་  
ལས་ལོག་དེ་ལས། །ཐ་དད་བརྟགས་པའི་ཐ་དད་ཅན། །དེ་ནི་  
དུ་མའི་ངོ་བོ་ཉིད། །བརྟགས་པའི་རང་བཞིན་ཐ་དད་པ། །སྒྲ་  
ཆོགས་སྒྲུང་བ་དེ་དག་ནི། །རྟོག་པ་མེད་སེམས་སྒྲ་ཆོགས་



མིན། །རེས་འགའ་པ་ཡི་སྟོང་ཡུལ་མིན། །གལ་ཏེ་དཀར་  
 སོགས་ཡོད་གྱུར་གྱང་། །དབང་པོའི་སྟོང་ཡུལ་ཅི་འདྲ་བ། །དེ་  
 བྱི་སྒྲ་ཡིས་བཟོད་མིན་ཏེ། །ཞེས་པའི་རང་བཞིན་ཐ་དད་  
 བྱིར། ༥། །སྟོ་ནམས་དོན་གཅིག་ཉིད་ཡིན་ཡང་། །ཉེན་སྒྲ་  
 ཆོགས་པས་དེར་འགྱུར་ན། །ད་ནི་ན་བ་ལ་སོགས་  
 སེམས། །ཐ་དད་དོན་ཅན་དེ་གང་ལས། །སེམས་ཀྱི་ཉེན་ནི་  
 གཞན་དང་གཞན། །སྟེས་སུ་ཆུག་གྱང་གཅིག་ཉིད་  
 ཀྱི། །དངོས་དེ་རང་བཞིན་སྒྲ་ཆོགས་ སུ། །སྒྲ་བ་དེ་ནི་གང་  
 ལས་ཡིན། ༥། །མཐོང་བ་ཉགས་པ་མེད་པར་ནི། །བཟོད་དང་  
 ནམ་ཉོག་འཇུག་པའི་བྱིར། །མཐོང་ལས་བ་སྒྲ་ལ་སོགས་  
 པའི། །དོ་ཞེས་པ་ནི་བསྟོགས་པ་ཡིན། ༥། །བ་ལང་ལ་སོགས་  
 མཐོང་བ་ལ། །རིགས་སོགས་བཟོད་དང་ནམ་ཉོག་དག །རྗེས་

སུ་ འགྲོ་ལས་རྗེས་དཔོག་གང་། །དེ་ཡང་འདི་ཡིས་སུན་ཕྱང་  
 རོ། ༥། མཐོང་བ་ཐ་དད་ཉིད་ཡིན་ཡང་། །དོ་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་  
 ཡི། །རྣམ་རྟོག་གཅིག་ནི་རང་བཞིན་གྱིས། །བྱེད་པ་ཡིན་ཞེས་  
 བརྗོད་ཟིན་ཏོ། ༥། །སྤར་སྤྱང་བ་ནི་འཇིན་པ་ན། །ཡིད་ནི་ཆད་  
 མ་ཉིད་མ་ཡིན། །མ་མཐོང་ འཇིན་ན་ལོང་བ་ལ། །སོགས་པ་  
 ཡིས་ཀྱང་དོན་མཐོང་འགྱུར། ༥། །སྐད་ཅིག་ཉིད་སྤྱར་འདས་པ་  
 ཡི། །དོན་མཐོང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཞིང་། །སྐད་ཅིག་མིན་ན་  
 མཆན་ཉིད་ནི། །བྱེད་པར་བཅས་པ་བརྗོད་བྱར་འགྱུར། ༥། །བྱ་  
 བ་བསྐྱབས་ཅན་ལས་ལ་ནི། །བྱེད་པར་ཅུང་ཟད་མི་བྱེད་  
 ལ། །དབང་པོ་ཅན་ནམ་གཞན་དག་ནི། །སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་རི་  
 ལྟར་འདོད། ༥། །དངོས་པོ་དེ་ལས་སྐྱེ་བའི་སྒོའང་། །ཐམས་ཅད་  
 ཅིག་ཅར་འགྱུང་བར་འགྱུར། །གཞན་གྱིས་བྱེད་པར་བྱ་མིན་

ན། །དེ་ལ་སྟོས་པ་འགལ་བྱེད་རོ། །དེ་བྱེད་དབང་པོའི་རྣམ་  
 བར་ཤེས། །དེ་མ་ ཐག་རྒྱན་ལས་བྱུང་ཅན། །ཡིད་ནི་ཡུལ་  
 གཞན་ཉིད་འཛིན་བྱེད། །དེ་བྱེད་ལོང་བས་མཐོང་བ་  
 མིན། ༥ །རང་དོན་རྗེས་འགྲོའི་དོན་སྟོས་ཅན། །དབང་སྐྱེས་སྟོ་  
 བྱེད་ཡིན་ནོ། །དེ་བྱེད་འདི་གཞན་འཛིན་ན་ཡང་། །ངེས་པ་  
 འཛིན་པར་འདོད་པ་ཡིན། །དེ་དང་བྱེད་དུས་མཚུངས་ མེད་  
 ཅན། །རང་ཤེས་དུས་ཅན་དོན་དག་ནི། །ཅི་ལྟར་དབང་པོའི་  
 ཤེས་པ་ཡི། །ལྟན་ཅིག་བྱེད་པ་ཡིན་ཞེ་ན། །མེད་པ་སྤར་རུས་  
 མེད་བྱེད་དང་། །བྱེས་ཀྱང་ཉེ་བར་མི་སྦྱར་བྱེད། །རྒྱ་རྣམས་  
 ཐམས་ཅད་སྤར་ཡོད་ཡིན། །དེ་བྱེད་རང་སྟོ་བཅས་དོན་  
 མིན། ༥ །དུས་ཐ་དད་པས་ངེ་ལྟར་འཛིན། །ཞེ་ན་རིག་པ་ཤེས་  
 པ་ཡིས། །ཤེས་པའི་རྣམ་པ་འཛིན་གྱུས་པའི། །རྒྱ་ཉིད་ལ་ནི་

གཟུང་བར་ཤེས། ༥ ། རྒྱ་དུ་མ་ཉིད་ཡོད་ན་ཡང་། ། འབྲས་བུ་  
 རྗེས་བྱེད་སྐྱེ་བ་གང་། ། དེ་ནི་དེ་ཡི་ངོ་བོ་དེ། ། བཞག་དང་  
 གཟུང་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན། ༥ ། བདེ་སོགས་བདག་ཉིད་གཞན་  
 མི་བསྟོན། ། བརྗོད་པར་ནི་རྣམས་མ་ཡིན། ༥ ། དེ་སྤྱིར་དེ་དག་  
 རང་རིག་ནི། ། བརྗོད་དང་རྗེས་འབྲེལ་ཅན་མ་ཡིན། ༥ ། གཞན་  
 ཡང་རིག་བྱེད་མིན་དེ་དག ། རང་གི་ངོ་བོ་ཅི་ལྟར་རིག་ ། དོན་  
 གཅིག་ལ་བརྟེན་ནམ་ཤེས་ཀྱི། ། རིག་བྱ་ཡིན་ཞེས་འགའ་ཞིག་  
 ཟེར། ༥ ། དེ་ དང་དེ་མིན་རང་བཞིན་ཅན། ། དེ་དང་དེ་མིན་  
 དངོས་རྒྱུས་བསྐྱེད། ༥ ། རྣམས་ཤེས་རྒྱ་ལས་གཞན་མིན་  
 སྐྱེས། ། བདེ་སོགས་དེ་ཅིས་ཤེས་མ་ཡིན། ༥ ། དོན་བཅས་  
 དབང་པོ་རུང་བ་དང་། ། བདག་ཉིད་རྗེ་ལྟའི་སེམས་ཡོད་  
 ན། ། བདེ་བ་ལ་སོགས་སྐྱེ་བར་མཐོང་། ། ཡིད་ཀྱང་དེ་དང་

མཚུངས་པ་ ཡིན། །དེ་དག་མེད་དང་ཡོད་པ་ན། །འགའ་ལ་  
 བདེ་ལ་སོགས་དང་སྟོ། །སྟེ་དང་མི་སྟེ་མཐོང་དེའི་ཕྱིར། །དེ་  
 ལས་དེ་སྟེ་གཞན་ལས་མིན། ༥ །དེ་དག་ཉིད་ཀྱི་ཁྱད་པར་  
 ལས། །བདེ་སྐྱུག་ལ་སོགས་ཐ་དད་ཡིན། །དཔེར་ན་སྟོ་དེ་ཉིད་  
 གྱིས་ནི། །གསལ་དང་མི་གསལ་ཐེ་ཆོམ་བཞིན། ༥ །དོན་གང་  
 ཉེ་ བས་སྟོ་དང་ནི། །བདེ་སོགས་དེ་དག་སྟེ་འགྱུར་བ། །དེ་  
 བོར་ནས་ནི་བདེ་སོགས་ཉིད། །དེས་ནི་ཅི་ལྟར་ཉོགས་པར་  
 འགྱུར། ༥ །རིམ་གྱིས་འཛིན་ན་དེ་སྟོང་བ། །རྣམ་ཆད་མེད་  
 པར་སྒྲུང་མི་འགྱུར། །མགྲོགས་ཕྱིར་ཞེ་ན་དེ་མཚུངས་  
 ཕྱིར། །སྟོང་བ་མེད་པར་ཅིས་མ་ཡིན། ༥ །གཅིག་གིས་གཉིས་  
 ཞེས་ མ་ཡིན་ཏེ། །དབང་པོའི་སེམས་ནི་ངས་ཕྱིར་  
 དང་། ༥ །བདེ་སོགས་མེད་ཀྱང་དོན་དག་ལས། །སྟེ་ཕྱིར་དེ་

རྒྱས་གྲུབ་མེད་ཕྱིར། ༥། ། གཉིས་ཀྱིས་སོ་སོ་སོ་སོར་  
 ཡང་། ། རྒྱས་པ་ཡིན་ན་སྡོ་སོགས་བཞིན། ། བདེ་སོགས་འབའ་  
 ཞིག་འཛིན་པར་འགྱུར། ། དེ་རྒྱུའི་དོན་ནི་མ་བཟུང་བར། ། དེ་  
 ཟློང་བར་ནི་མི་ རིགས་སོ། ༥། ། དོན་དང་ལྷན་ཅིག་ཉིད་འཛིན་  
 བ། ། བདེ་སོགས་ཀྱི་ནི་རྒྱས་པ་ཅི། ། གང་ཕྱིར་དེས་བསྐྱེད་སྒོ་  
 མི་འདོད། ༥། ། དོན་མེད་པར་ནི་བདེ་ལ་སོགས། ། མིག་སོགས་  
 རྣམས་ཀྱིས་ཟློང་ན་ནི། ། གཟུགས་སོགས་བྱད་མེད་སོགས་  
 བྱད་པར། ། རྣམ་ཡང་མིག་གིས་འཛིན་མི་འགྱུར། ། རང་གི་  
 ཡན་ལག་རྒྱས་པའི་དོན། ། ཡོད་ན་ཕྱི་རོལ་མཐོང་མི་  
 འགྱུར། ། དོན་འཛིན་ན་ནི་དེ་ལས་སྐྱེས། ། བདེ་བ་ལ་སོགས་  
 ཟློང་མི་འགྱུར། ༥། ། ཡུལ་དེ་དང་ནི་དེ་ཡོད་ལས། ། སྒོ་ནི་ཅིག་  
 ཅར་སྐྱེ་ན་ནི། ། ཅིག་ཅར་དོན་ནི་ཡོད་པ་ན། ། བདེ་སྐྱུག་དག་ནི་

རིག་པར་འགྱུར། ༥། །ནང་གི་ཉེར་ལེན་ཤེས་པ་ ཡང་། །ཡོད་ན་  
 སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་སོགས་འགྱུར། །གཅིག་པོ་དེ་ནི་འགལ་བ་  
 ཡི། །ཉེར་ལེན་མིན་པར་འདོད་ཅེ་ན། །གང་གིས་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པ་ནི། །མི་ཤེས་པ་ཡི་ཉེར་ལེན་རྒྱ། ༥། །བདག་པོ་ཉིད་དུ་  
 འགྱུར་ཡིན་ན། །དེ་ནི་འགལ་བ་དག་ལའང་མཐོང་། །དཔེར་ན་  
 སྒྲང་གཅིག་ མཚན་རྒྱ་དང་། །དེ་ལས་གཞན་པའི་དབང་པོ་  
 དག །གཟུགས་མཐོང་བ་དང་མི་མཐུན་དང་། །མཐུན་པ་ཅིག་  
 ཅར་བྱེད་པ་བཞིན། ༥། །དེ་ཕྱིར་བདེ་སོགས་རང་ཉིད་  
 ལ། །འཕྲོས་པའི་དོན་ནི་སྒྲང་བ་དང་། །དེ་སྤྱིང་ཕྱིར་ན་འཛིག་  
 ཉེན་འདོགས། ༥། །སྤྱི་རོལ་དོན་ནི་དངོས་སུ་མིན། །རང་བདག་  
 རིག་བྱེད་འདི་དག་ནི། །དོན་ལས་སྦྱེས་པ་ཅམ་དུ་ཟད། །དོན་  
 སྤྱི་བདག་ཉིད་དེ་དག་གི། །རང་གི་བདག་གྱུར་དེས་སྤྱིང་

ཡིན། །དེས་ན་དོན་སྤྱིང་བར་བཤད་དེ། །དམིགས་པ་ཉིད་ནི་  
 དེར་སྒྲུང་བའོ། ༥ །འགའ་ཞིག་བདེ་སོགས་སྤྱི་རོལ་  
 བ། །གནས་ཉིད་དང་ནི་སེམས་མེད་དང་། །གཟུང་བར་སྒྲུ་སྟེ་  
 དེ་ཡི་ཡང་། །ཅིག་ཅར་གཉིས་འཇིན་མི་རིགས་སོ། །སྒྲུ་  
 སོགས་རང་བཞིན་བདེ་སོགས་དང་། །གཅིག་སྤྱིར་ཅིག་ཅར་  
 འཇིན་ཞེ་ན། ༥ །ཐ་དད་སྒྲུང་ཅན་སེམས་ཀྱིས་ནི། །གཟུང་དེ་  
 ཅི་ལྟར་ཐ་མི་དད། །སྤྱི་དེར་བྱུང་པར་ཡོད་མིན་ཡང་། །གོམས་  
 པ་ཡི་ནི་བྱུང་པར་ལས། ། སྒྲོ་ལ་དགའ་དང་ཡོངས་སུ་  
 གཏུང་། །བྱུང་པར་དུ་ནི་མི་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་སྒྲོ་ཡང་བདེ་  
 སོགས་ཀྱི། །བདག་ཉིད་ཡིན་པས་མི་འགལ་ན། །ད་ནི་སྤྱི་དེ་  
 བདེ་སོགས་ཀྱི། །བདག་ཉིད་ཡིན་ཞེས་ཅི་ལྟར་  
 ཏོགས། ༥།གལ་ཏེ་རིགས་ནི་ཐ་དད་དག །གཟུང་འཇིན་མིན་



ན་སྐྱེས་བྱ་ནི། ཀུན་གྱི་ འཛིན་བྱེད་མི་འགྱུར་ཏེ། །དེས་ན་ཟ་བ་  
 བོ་ཉིད་ཉམས། ༥ །འདིས་ནི་རྒྱ་དང་འབྲས་བྱ་བསལ། །རྒྱ་དང་  
 འབྲས་བྱ་མ་ཡིན་ཏེ། །གཟུང་དང་འཛིན་པ་ཉིད་མེད་  
 ཕྱིར། །ཡོད་ན་དེ་ནི་གཞན་ལ་འང་འགྱུར། །དེ་ཕྱིར་དེ་ནི་ནང་  
 ཉིད་དང་། ༥ །སྤྱིང་བྱ་ཉིད་ཕྱིར་སེམས་ ༢༡། །ཡིན་  
 བོ། ༥ །གང་གི་རང་བཞིན་སྤྱིང་བ་ཡིན། །དེ་ནི་དེ་ཡིས་སྤྱིང་  
 མ་ཡིན། ༥ །གལ་ཏེ་དེ་རང་བཞིན་མིན་པ། །སྤྱིང་བས་སྒོ་  
 གནས་དེ་རིག་ན། །མངོན་སུམ་བྱན་པའི་རྣམ་པ་ཅན། །སྤྱིང་  
 བ་མ་གཏོགས་འདི་སྒོ་གང་། །དེ་དང་དེ་དོན་ལ་བརྟེན་ནས། །  
 བདེ་དང་སྤྱུག་བསྐྱེད་སོགས་སྤྱིང་བ། །གཅིག་ཉིད་འབྱུང་བར་  
 འགྱུར་མཐོང་གི། །བར་དུ་གཞན་ནི་མ་མཐོང་ངོ་། ༥ །ལྷགས་  
 གོང་དང་ནི་མེ་བཞིན་དུ། །འདྲེས་པས་རྣམ་དབྱེར་མེད་ཅེ་

བ། རྩེ་ལྷ་ཡིན་ན་དངོས་ཀྱི་ལ། །ཐ་དད་ཐ་དད་མིན་  
 བཞག་ཉམས། རྩེ་ལྷ་མེད་མྱོང་གཅིག་ཡིན་ན། །དེ་ལྷ་  
 གང་མིན་དེ་ཐ་དད། །ཅན་གྲུབ་འདི་སྐྱབ་བྱེད་མིན་ན། །ཐ་དད་  
 སྐྱབ་བྱེད་འགྲུབ་མ་ཡིན། རྩེ་ལྷ་བསྐྱེད་པ་དཀར་སོགས་ཐ་  
 དད་སྒྲིང་། །ཐ་དད་མ་ཡིན་སྒྲིང་ནི། །ཐ་དད་མེད་སྒྲིང་ཐ་  
 དད་ན། །ཐ་དད་ཐ་དད་མེད་ཉེན་ཅི། རྩེ་གཅིག་ ཆེ་གསལ་  
 བས་བསྐྱེད་མ་ན་ཡང་། །སེམས་ཀྱི་བྱེད་པར་རྒྱན་དག་  
 ལ། །ཐ་དད་པར་ནི་མཐོང་བའི་བྱེད། །ཐ་དད་རྣམ་གཞག་གྲུབ་  
 པ་ཡིན། རྩེ་ལྷ་འབྱོར་ཤེས་པ་སྒྲིང་བ་འད་པ། །དེ་དག་གི་དེ་  
 བསྐྱེད་མས་བྱེད་ཡིན། །ཉོག་པའི་བྱེད་པ་རྣམ་བསལ་  
 བས། །གསལ་ བ་ཉིད་དུ་སྒྲིང་བ་ཡིན། རྩེ་ལྷ་འདོད་འཇིགས་སྐྱ་  
 ངན་གྱིས་བསྐྱེད་པ་དང་། །རྒྱན་པོ་མི་སོགས་གྱིས་བསྐྱེད་

བས། །མདུན་ན་གནས་པ་བཞིན་དུ་ནི། །ཡང་དག་མིན་པ་  
 མཐོང་བར་འགྱུར། །རྣམ་པར་རྟོག་དང་རྗེས་འབྲེལ་ནི། །དོན་  
 གསལ་སྒྲུང་བ་ཅན་མ་ཡིན་ཟེ། །མི་ལམ་ན་ཡང་བྱན་པ་དེ། །དེ་  
 འདྲའི་དོན་ལྡན་མིན་པར་བྱ། །མི་གཙང་བད་པར་ས་ལ་  
 སོགས། །ཡང་དག་མིན་པའང་བསྒྲུལ་ས་པ་ཡི། །སྟོབས་ཀྱིས་  
 སྒྲུལ་པ་རྟོག་མེད་དང་། །གསལ་བར་སྒྲུང་བ་ཅན་དུ་  
 མཐོང་། །དེ་ཕྱིར་ཡང་དག་ཡང་དག་མིན། །གང་གང་ཤིན་  
 ཏུ་བསྒྲུལ་ས་གྱུར་པ། །བསྒྲུལ་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ན། །དེ་  
 གསལ་མི་རྟོག་སྟོ་འབྲས་ཅན། །དེ་ལ་སྒྲུར་བ་འད་དངོས་པོ་  
 བཞིན། །བསྒྲུ་བ་མེད་ཅན་གང་ཡིན་དེ། །བསྒྲུལ་ས་གྱུར་མཛོན་  
 སུམ་ཚད་མར་འདོད། །ལྷག་མ་ཉེ་བར་བསྒྲུད་པ་  
 ཡིན། །ཞེས་གང་གང་ལ་སྒྲུ་དོན་འཛིན། །དེ་ནི་དེ་ལ་རྟོག་

བ་ཡིན། །རང་གི་ངོ་བོ་སྤྲོད་ན་མིན། །དེ་ཕྱིར་དེ་ལ་ཀྱན་མཛོན་  
 སུམ། ༥། །མཛོན་སུམ་ལྟར་སྤང་ན་མ་པ་བཞི། །ཉོག་པའི་ཤེས་  
 བ་རྣམ་གསུམ་དང་། །ཉིན་བསྐྱང་ བ་ལས་བྱུང་བ་ཅན། །ཉོག་  
 བ་མེད་པ་གཅིག་ཡིན་ནོ། །དབང་སྐྱེས་མིན་པར་གྲུབ་དོན་  
 དུ། །གཉིས་བཤའ་འཁྲུལ་བ་མཐོང་ཕྱིར་རོ། ༥། །རྗེས་དཔག་  
 སོགས་གྲུབ་བརྗོད་པ་ནི། །སྤྲ་མ་གཉིས་ཉིད་བསྐྱབ་ཕྱིར་  
 རོ། ༥། །བཅ་ཉིན་ཅན་དང་དོན་གཞན་ལ། །སྒྲོ་འདོགས་རྣམ་  
 བར་ཉོག་པ་དག །མཛོན་སུམ་ཉིད་འཇུག་ཅན་ཉིད་  
 ཕྱིར། །འགའ་ཆེ་འཁྲུལ་པའི་རྒྱ་ཡིན་ནོ། ༥། །རི་ལྟར་སྒྲོག་ཏུ་  
 གྱུར་དོན་ཅན། །བྲན་པ་ལ་སོགས་ཉོག་པ་འདི། །བཅ་ལ་སྟོས་  
 པའི་ངང་ཚུལ་ཅན། །མཛོན་སུམ་དོན་ལ་འཛིན་མི་ བྱེད། །དེ་  
 ལྟར་ཉམས་སྦྱོང་བྲན་མེད་བར། །བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་དག་

ལ། །ཤེས་ཡོད་མིན་པས་དེ་ཡང་ནི། །མངོན་སུམ་ལས་ནི་  
 ཡོངས་ཉམས་འགྱུར། ༥ །འདིར་ནི་བཞི་པ་དམིགས་བསལ་  
 ཏེ། །དེར་ནི་ཉེར་གཞོད་ལས་སྐྱེས་བཟོད། །དེ་ལ་རབ་རིབ་  
 འབའ་ཞིག་ ནི། །ཉེར་གཞོད་མཆོན་པར་བྱེད་པ་ཡིན། ༥ །དེ་  
 ཡང་ཡོད་ཀྱི་ཞེས་ཁ་ཅིག །སྔ་དང་ཆེ་གཉིས་ལ་སོགས་  
 ཆོའི། །དབང་པོ་འང་རྒྱ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བའི། །གཞུང་འདི་དང་ནི་  
 དེ་དག་འགལ། ༥ །གལ་ཏེ་བརྒྱད་པས་རྒྱ་ཡིན་ན། །དབང་  
 པོའི་ཤེས་པའི་སྔོན་ཡུལ་ དག །དབྱེད་པ་འདི་ལ་ཡོད་ཀྱི་  
 ནི། །སྐབས་སུ་ཅི་ཉླར་འགྱུར་བ་ཡིན། ༥ །དབང་རྟེན་གང་  
 ཡིན་གལ་ཏེ་གང་། །དབང་པོ་ཡོད་མེད་རྗེས་འཇུག་ཅན། །དེ་  
 མཚུངས་གལ་ཏེ་འགྱུར་ལྡན་ན། །དེ་འདི་ཉིད་ན་ཅི་སྤྱིར་  
 འགོག་༥ །འདིར་ཡང་སྐྱུལ་སོགས་འཁྱུལ་པ་ བཞིན། །དབང་

བོའི་འགྱུར་བ་ཡོད་ན་ཡང་། །ཕྱོག་འགྱུར་དབང་བོའི་བསྐྱེད་པ་  
 བློ། །ལོག་ཀྱང་ཕྱོག་པར་མི་འགྱུར་ཞིང་། །དེ་བཞིན་གཞན་གྱི་  
 རྒྱུད་ལ་ནི། །བརྗོད་པ་དག་གིས་འགའ་ཆེ་འཇོག་། །མཐོང་བ་  
 རྒྱུད་ལ་ལྟོས་འགྱུར་ཞིང་། །ཡོངས་སུ་གསལ་བར་སྤྲང་མི་  
 འགྱུར། །གཉིད་ལོག་པའམ་སད་པ་ན། །གསལ་བར་སྤྲང་བ་  
 ཅན་སྟོ་གང་། །དེ་ནི་རྟོག་མེད་གཉི་གར་ཡང་། །དེ་ལྟ་མིན་ན་  
 རྟོག་པ་ཡིན། །དེ་ཕྱིར་དེ་རྟོག་མེད་ན་ཡང་། །ཆད་མ་ཉིད་ནི་  
 བཀག་པ་སྟེ། །བསྐྱུ་བའི་ཕྱིར་རོ་དེ་དོན་དུའང་། །མངོན་སུམ་  
 ལྟར་སྤྲང་གཉིས་སུ་བཤམ། ༥ །བྱ་བ་སྐྱབ་པར་བྱེད་ཅེས་  
 ཉེ། །ལས་ཀྱན་གྱི་ནི་སྐྱབ་བྱེད་དག་། ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་གང་  
 ལས་འབྲས། །གང་ཡིན་དེ་ནི་དེ་སྐྱབ་བྱེད། །དེ་ལ་ཉམས་སྦྱོང་  
 ཅམ་དུ་ནི། །འདྲ་བའི་བདག་ཅན་ཤེས་པ་ནི། །གང་གི་ལས་ནི་

སོ་སོ་ལ། །རྣམ་འབྱེད་དེ་བདག་འགྱུར་བ་ཡིན། ༥། །བདག་  
 ཉིད་འགྱུར་མིན་རྒྱ་དག་ལ། །ཐ་དད་ཡོད་ཀྱང་ཐ་དད་  
 གྱི། །ལས་ལ་ཐ་དད་མེད་པ་འདི། །ཐ་དད་པར་ནི་ངེས་བྱེད་  
 མིན། ༥། །དེ་ཕྱིར་འདི་བདག་ཐ་དད་པ། །གང་ལས་འདི་འདིའི་  
 རྟོགས་པ་ཞེས། །བྱེད་པ་ཡི་ནི་ལས་ངེས་ཏེ། །དེ་ཡི་སྐྱབ་  
 བྱེད་ཅན་དུ་གྱུབ། ༥། །རྣམ་འགས་ཤེས་པའི་རང་བཞིན་ནི། །ཐ་  
 དད་པར་ནི་བྱེད་ན་ཡང་། །འདི་ནི་དོན་དང་འབྲེལ་བྱེད་  
 པ། ༥། །དོན་གྱི་ངོ་བོ་ལས་གཞན་མིན། ༥། །དེ་ཕྱིར་གཞལ་བྱ་  
 རྟོགས་པ་ཡི། །སྐྱབ་བྱེད་གཞལ་བྱའི་རང་བཞིན་ཉིད། །སྐྱབ་  
 བྱེད་གཞན་ཡིན་ན་དེ་ནི། །དེ་ལས་དང་འབྲེལ་མི་འགྱུབ་  
 བོ། ༥། །དེ་ཡང་དེ་ཡི་བདག་ཉིད་ཡིན། །དེས་ན་འབྲས་བུ་དོན་  
 གཞན་མིན། ༥། །དེ་ཡི་བདག་ཉིད་འཇིན་པ་དེ། །དོན་རྟོགས་པ་

ཡི་བདག་ཉིད་ཀྱི། །བྱེད་པས་རང་གི་ ལས་ལ་ནི། །བྱེད་དང་  
 བཅས་པ་ལྟ་བུར་སྒྲུང་། །བདག་ཉིད་བྱེད་པོ་མིན་ན་ཡང་། །དེ་  
 ཡི་དབང་གིས་དེར་བཞག་སྟེར། །དཔེར་ན་འབྲས་བུ་རྒྱ་  
 རྒྱུ་སྟེ། །བདག་ཉིད་འབྲ་བར་འབྱུང་བའི་སྟེར། །བྱ་བ་  
 བདག་ཉིད་མ་ཡིན་ཡང་། །འཛིག་ཏེན་རྒྱ་གཟུགས་འཛིན་ཞེས་  
 བརྗོད། ༥ །དེ་སྟེར་མཐོང་དང་དབང་འབྲེལ་དང་། །ཁྱད་པར་  
 གྱི་ནི་སྟོ་དེ་དག །བྱ་བ་ལ་ནི་ཆོད་པའི་སྟེར། །ཆོད་མ་ཉིད་དུ་  
 མི་འདོད་དོ། །བྱ་བ་ལ་ནི་བྱེད་པ་རྒྱུ་སྟེ། །ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་  
 སྟེར་ན་ཡང་། །ཐ་མའི་ཐ་དད་བྱེད་གང་དེ། །དེ་ཡི་སྦྱབ་བྱེད་  
 དམ་པར་འདོད། ༥ ། ཀུན་གྱི་མཚུངས་རྒྱ་ཡིན་པའི་  
 སྟེར། །འདི་འབྲ་དབང་པོ་ལ་ཡོད་མིན། །དེ་ཐ་དད་ཀྱང་ཐ་དད་  
 མེད། །འདི་འདི་ཞེས་བྱ་དེ་གང་ལས། །འདིས་ནི་ལྟག་མ་



བཤད་པ་ཡིན། ༥། །དེ་དངོས་མེད་ན་བྱད་པར་གྱེ། །སྒོ་ཡང་ཐ་  
 དད་མེད་འགྱུར་ཏེ། །སྒོ་གཞན་དག་ གྱང་དེ་བཞིན་ནོ། ༥། །བྱ་  
 བ་དང་ནི་སྐྱབ་བྱེད་གཉིས། །ཡུལ་ཐ་དད་པའང་མི་འདོད་  
 རོ། །དོན་གཅིག་ཡིན་ན་གཉིས་དོན་མེད། །རིམ་བཞིན་འབྱུང་  
 བ་མེད་པར་འགྱུར། །སྒོ་ནི་ཅིག་ཅར་འབྱུང་འགྱུར་ན། །བསྐྱབ་  
 བྱ་སྐྱབ་བྱེད་མེད་པར་འགྱུར། །དེ་ནམ་གཞག་ལ་བརྟེན་ ནས་  
 བྱི། །ཆ་དག་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་བྱེད་གཞག་ ༥། །བདག་ཉིད་ཀྱན་  
 གྱིས་འབྲེལ་ན་ཡང་། །ཆོས་འགའ་ཞིག་ནི་རྟོགས་འགྱུར་  
 བའི། །ངེས་པ་དེར་ནི་མི་འགྱུར་ཏེ། །འབྲེལ་པ་བྱེ་བྲག་མེད་  
 ཕྱིར་རོ། ༥། །དེ་ཐ་དད་མེད་གྱང་གང་ལས། །ཐ་དད་དེ་འདིའི་  
 ཚད་མ་ཉིད། ༥། ། འདུས་བྱས་ལས་ནི་མིན་དེའི་དངོས། །མིད་  
 ན་དེ་ཡང་གཞག་མེད་ཕྱིར། ༥། །གལ་ཏེ་བྱ་བྱེད་གཅིག་ཡིན་

བར། རྩེ། འགལ་ལོ་ཞེ་ན་མི་བདེན་ཏེ། ཆོས་ཐ་དད་པ་ཁས་  
 ལེན་ཕྱིར། དངོས་སུ་ཐ་དད་མེད་པར་འདོད། བྱ་བ་བྱེད་པའི་  
 ཐ་སྙད་དག། ཐམས་ཅད་དེ་ལྟར་རྣམ་པར་གནས། རྩེ། ཐ་དད་  
 འདོད་པའི་དངོས་རྣམས་ལ། རྒྱུ་འདོགས་པས་ནི་འདུག་ཕྱིར་  
 རོ། དོན་རིག་གང་ཡིན་སོ་སོར་རིག། མངོན་སུམ་གང་ཡིན་  
 འདི་ཉིད་དོ། དེ་ནི་གང་གིས་དོན་རིག་ཡིན། དེ་འདྲ་ལས་  
 ཡིན་འཁྲུལ་པར་འགྱུར། རྩེ། འོན་ཏེ་འདི་ཕྱིར་དེ་གང་  
 ལས། འདི་ནི་དེ་ཉིད་རྣམ་དཔྱོད་ ཡིན། རྩེ། ཐམ་ཐམ་དེ་དག་  
 གང་གིས་ན། རགས་པར་སྒྲུང་བ་དེ་འདྲར་བྱེད། དེ་ཕྱིར་དེ་  
 ནི་དོན་དངོས་མིན། རྩེ། ཡིན་ཡང་འཁྲུལ་པ་ཅན་ཡིན་  
 བས། དེ་ཕྱིར་བ་ཡི་ངོ་བོ་ཉིད། རྒྱུ་བ་པར་བྱེད་པར་རྒྱས་མ་  
 ཡིན། དེ་འདྲ་བ་དང་དེ་ལས་བྱུང་། གཤམ་ཏེ་ཕྱིར་བའི་མཆོན་

ཉིད་ཡིན།། རོན་མཚུངས་ཅན་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས། །མཚུངས་པ་  
 དེ་མ་ཐག་སྟོང་འགྱུར། ༥ །འདི་མཐོང་འདི་ཐོས་ཞེས་བྱ་  
 བར། །གང་ལ་སྟོ་ནི་དེས་པ་དེ། །དེས་སྟོང་ཡིན་ན་གང་གིས་  
 དེ། །དེ་ཡི་སྐྱབ་བྱེད་ཡིན་འདོད་པ། །སྒྲུང་དང་མཐོང་བ་དེ་དག་  
 གི། །ཉེ་བ་དེ་ཉིད་དབྱུང་བྱ་ཡིན། །དེ་དག་འབྲེལ་པ་ལ་བརྟེན་  
 བས། །ལྟ་བ་པོ་ཡི་དེས་དེ་ཡིན། ༥ །དེ་ཡི་སྟོང་དེ་བདག་ཉིད་  
 དེ། །དེ་ཡང་གཞན་འགའ་ཞིག་གི་མིན། །མདོན་སྐྱམ་སོ་སོ་  
 རིག་བྱ་ཡིན། །དེ་ཡི་དེ་ནི་བདག་ཉིད་ཡིན། ༥ །དེས་ན་ཉམས་  
 སྟོང་བྱ་གཞན་མེད། །དེ་ལའང་སྟོང་བ་གཞན་ཡོད་  
 མིན། །དེར་ཡང་བརྩད་པ་མཚུངས་སྤྱིར་ཏེ། །དེ་ནི་རང་ཉིད་  
 གསལ་བ་ཡིན། །དེ་ཡི་དངོས་དེ་སྟོ་སོགས་སྤྱིར། །རང་བཞིན་  
 ཉམས་སྐྱ་སྟོང་བའང་དེ། །རང་གི་ངོ་བོ་སྟོང་གྱུར་གྱང་། །སྟོ་

སོགས་མྱོང་བར་སྒྲུང་བ་ཡིན། ༥ །རི་ལྟར་དེ་ ཡི་བདག་ཉིད་  
ཕྱིར། །གསལ་བྱེད་རབ་ཏུ་གསལ་བ་ན། །རང་གི་ངོ་བོ་  
གསལ་བྱེད་འདོད། །དེ་ལྟར་སྒྲོ་བདག་རིག་ཅན་ཡིན། །དེ་ཡི་  
རིག་བྱ་དོན་གཞན་ན། །ཆོར་བྱ་ཆོར་བྱེད་འཐད་པར་  
དཀའ། ༥ །རིག་བྱ་རིག་བྱེད་རྣམ་པ་མེད། །སྐྱ་སོགས་ཤེས་  
པའི་ ཐ་དད་བཞིན། །གང་ཆེ་གཟུང་འཛིན་རྣམ་བྱེ་  
བའི། །མཚན་ཉིད་རྣམ་པར་བསྐྱེད་པ་ཅན། །རི་ལྟར་འབྲུལ་  
པས་མཐོང་གྱུར་བ། །དེ་ལྟར་འདི་རྣམ་གཞག་བྱས་བ། །དེ་ཆེ་  
གཟུང་དང་འཛིན་པ་ཡི། །མཚན་ཉིད་ལ་ནི་བརྩད་བྱ་  
མིན། ༥ །དེས་ན་གཞན་རིག་མེད་ པའི་ཕྱིར། །རང་གི་འབྲས་  
བུ་ཡིན་པར་འདོད། ༥ །གལ་ཏེ་སྤྱི་རོལ་མྱོང་གྱུར་ན། །ཉེས་པ་  
ཅི་ཡོད་ཅི་ཡང་མེད། །སྤྱི་རོལ་དོན་ནི་མྱོང་གྱུར་བ། །འདི་ཉིད་

གྱིས་ནི་ཅི་བརྗོད་འགྱུར། །གལ་ཏེ་སློ་ནི་དེ་རྣམ་ཅན། །རྣམ་པ་  
 རེས་ཞུགས་ཅན་དེ་ཡོད། །དེ་ནི་སྤྱེའམ་གཞན་ལས་  
 ཞེས། །འདི་ནི་དབྱུང་པར་རིགས་པ་ཡིན། ༥། །མཐོང་བའི་བྱང་  
 པར་དང་བྲལ་བ། །མི་འཇིན་དེ་འཇིན་ན་འཇིན་སྤྱིར། །སྤྱོན་  
 བོར་སྦྱང་བ་མཐོང་བ་ཡིན། །སྤྱི་རོལ་ཡན་གར་དོན་ཡོད་  
 མིན། ༥། །འདིར་འགའ་ཞིག་ནི་འགའ་ཞིག་གི། །བག་ཆགས་  
 རབ་ཏུ་སད་བྱེད་པ། །དེ་ སྤྱིར་སློ་ནི་རྣམ་ངེས་ཀྱི། །སྤྱི་རོལ་  
 དོན་སྟོས་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་སྤྱིར་གཅིག་ལ་ཚུལ་གཉིས་  
 ཡོད། །གང་སྤྱིར་དེ་ལྟར་སྤྱོད་བ་དང་། །བྲན་པས་འདི་ཡི་རྣམ་  
 པ་གཉིས། །སྤྱོད་བ་ཉིད་ནི་འབྲས་བུ་ཡིན། ༥། །གང་ཆེ་རྣམ་  
 རིག་རྒྱ་ཡི་ཡུལ། །གཞན་འདོད་པའམ་མི་ འདོད་པ། །དེ་ཡི་  
 དངོས་པོར་མ་བྱུབ་པ། །དེ་ནི་དེ་ལྟར་སྤྱོད་བ་ཡིན། ༥། །གང་ཆེ་

ཤེས་ཆ་དོན་དུ་ནི། །གཞག་ཕྱིར་ཤེས་པ་ཡུལ་བཅས་པ། །དེ་  
 ཆེ་བདག་ཉིད་ཉམས་སྤྱོད་གང་། །དེ་ཉིད་དོན་དུ་རྣམ་པར་  
 དེས། ༥། །གལ་ཏེ་འདི་བདག་འདོད་རྣམ་དང་། །རྣམ་པ་གཞན་  
 དུ་སྤྱོད་གྱུར་ན། །འདོད་པའམ་མི་འདོད་པ་དེས་གྱང་། །དོན་  
 རིག་པར་ནི་འགྱུར་བ་མིན། །སྤྱི་རོལ་དོན་ནི་ཡོད་ན་  
 ཡང་། །རི་ལྟར་ཉམས་སྤྱོད་ཉིད་དེ། །ཤེས་པའི་བདག་ཉིད་  
 རང་ངོ་བོས། །མ་ཡིན་དུ་མའི་བདག་སྟོན་ཕྱིར། །ཁས་སྒྲངས་  
 ན་ཡང་གཉིས་པོ་དག །ཐ་དད་པར་ནི་སྤྱོད་ མི་འགྱུར། ༥། །མ་  
 མཐོང་བསྐྱེབས་ཕྱིར་མིན་ཞེ་ན། །དོན་གྱི་དབང་གིས་རྟོགས་  
 མི་འགྱུར། །དུ་མའི་བདག་ཉིད་དངོས་དེ་ལ། །གཅིག་གི་བདག་  
 ཏུ་མཐོང་བྱེད་པ། །མ་མཐོང་བ་དེ་ཅི་ལྟར་ན། །དོན་མཐོང་བྱེད་  
 པར་འགྱུར་བ་ཡིན། ༥། །གལ་ཏེ་འདོད་དང་མི་འདོད་

པར། །སྒྲུང་བ་རྟོག་ཡིན་དོན་སྒྲོ་མིན། ། དེ་ལའང་འཆི་ལྟས་ལ་  
སོགས་པར། །མཆམས་སྒྲུང་མེད་སེམས་མཐོང་བ་  
ཡིན། ༥ །དེ་སྤྱིར་སྤྱི་རོལ་གཞལ་བྱ་ལའང་། །རང་ཉིད་ཉམས་  
སྒྲུང་འབྲས་ཡིན་རིགས། །གང་སྤྱིར་རི་ལྟར་འདི་རང་  
བཞིན། །དེ་ལྟར་དོན་ནི་རྣམ་པར་ངེས། ༥ །དེའི་ཆེ་དོན་སྒྲུང་  
འདི་ཉིད་ནི། །ཆད་ཡིན་ཡོད་དུ་ཟེན་གྱང་ནི། །དོན་གཞན་  
མིན་སྤྱིར་སྤྱི་རོལ་ལ། །འཛིན་བདག་སྒྲོས་པར་བྱ་བ་  
མིན། ༥ །གང་སྤྱིར་རི་ལྟར་དོན་བདག་དེ། །ཤེས་ལ་གནས་པ་  
དེ་ལྟ་བུར། །འདི་ནི་དེ་ལྟར་གནས་སོ་ཞེས། །ངེས་བྱེད་བདག་  
ཉིད་རིག་པ་ཡིན། །དེ་སྤྱིར་དེ་ཉིད་དོན་རིག་འདོད། །འདི་ལྟར་  
དོན་བདག་སྒྲུང་མ་ཡིན། །དེ་ཡི་སྒྲུབ་བྱེད་སྒྲོ་ལ་ནི། །གནས་  
དོན་དེ་ཡི་ བྱ་བ་དེ། །གང་སྤྱིར་རི་ལྟར་དོན་དེ་ནི། །གནས་པ་

དེ་ལྟར་དེ་རབ་གསལ། ༥ །དོན་འཛོག་དེ་ཡི་བདག་ཉིད་  
 གྱིར། །རང་རིག་ཡིན་ཡང་དོན་རིག་འདོད། །དེ་གྱིར་ཡུལ་ཐ་  
 དད་པའང་མིན། །རང་གི་ངོ་བོ་དཔྱེད་པ་ན། །རང་རིག་འབྲས་  
 གུ་ཡིན་པར་བཤད། །དོན་རིག་དེ་བདག་ཉིད་གྱིར་རོ། ༥ །དེ་  
 དང་ འདྲ་བའམ་གཞན་འདྲའང་རུང་། །ཤེས་པ་དེ་ལྟར་སྒྲུང་བ་  
 ཡིན། །རྒྱ་ནི་དོན་ཡང་ཡིན་པས་ན། །དོན་ནི་གཞལ་བྱ་ཉིད་དུ་  
 འདོད། ༥།རི་ལྟར་རྣམ་པ་འགའ་ཞིག་ལྟར། །དོན་དངོས་མེད་  
 པར་སྒྲུང་ཅན་དེ། །རི་ལྟར་དོན་འཛོན་ཞེ་ན་བདེན། །དེ་འདྲ་  
 ངས་ཀྱང་མི་ཤེས་སོ། །སྒྲོ་བདག་རྣམ་པར་དབྱེར་མེད་  
 ཀྱང་། །མཐོང་བ་གྱིན་ཅི་ལོག་རྣམས་ཀྱིས། །གཟུང་དང་འཛིན་  
 པ་སྒྲོང་བ་དག །ཐ་དད་ལྡན་བཞིན་རྟོགས་པར་  
 འགྱུར། ༥ །དཔེར་ན་དབང་པོ་སྒྲགས་སོགས་ཀྱིས། །བསྐྱེད་



པ་རྣམས་ལ་འཛིམ་དུམ་སོགས། ། དེ་ཡི་གཟུགས་དང་བྲལ་  
བ་ཡང་། །རྣམ་པ་གཞན་དུ་སྒྲུང་བཞིན་ན། །དེ་དག་མ་བསྐྱད་  
མིག་ཅན་གྱིས། །དེ་ལྟར་མཐོང་བ་མེད་ཕྱིར་རོ། །དཔེར་ན་  
ཐག་རིང་མྱ་ངམ་ན། །ཆུང་དུ་ཆེན་པོར་སྒྲུང་བ་བཞིན། །གཟུང་  
བ་འཛིན་པ་རིག་པ་དག །ཡོད་པ་མིན་ ཡང་གཞལ་བྱ་  
དང་། །འཇལ་བྱེད་འབྲས་བུར་གནས་པ་འདི། །རི་ལྟར་རྗེས་  
སྒྲུང་བཞིན་བྱས། ། ༥ །དེ་ལྟ་མིན་ན་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱི། །ངོ་བོར་  
སྒྲུང་ཅན་དངོས་གཅིག་ལ། །རྣམ་པ་རི་ལྟར་བདེན་འགྱུར་  
ཏེ། །གཅིག་པ་ཉིད་དེ་ཉམས་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ལ་གཞན་ཉིད་  
ཉམས་ཕྱིར་དང་། ། ༥ །རང་བཞིན་མཐོང་མེད་ཕྱིར་གཅིག་  
མིན། །སྒྲོ་དངོས་ཐ་དད་མེད་མཐོང་ཕྱིར། །ཐ་དད་མེད་པར་  
ངེས་པར་འགྱུར། །གང་གིས་དངོས་པོ་རྣམ་དབྱེད་ན། །དེ་ཉིད་

དུ་ན་དེ་དངོས་མེད། །གང་གི་ཕྱིར་ན་དེ་དག་ལ། །གཅིག་དང་  
དུ་མའི་རང་བཞིན་མེད། ། ཆོས་མཐུན་པ་ཉིད་མཐོང་བ་  
ལས། །དེ་བདག་མིན་ལ་དེ་བདག་ཏུ། །ཞེན་པས་འཇིག་རྟེན་  
པ་དག་གི། །འབྱུང་སྐྱེ་འདི་ལ་དེ་མེད་དེ། །འགྲོ་བ་འདི་ལ་དེ་  
བདག་ཉིད། །གཅིག་ཀྱང་མཐོང་བ་མེད་ཕྱིར་རོ། །ནང་གི་  
བསྐྱེད་པ་ལས་བྱུང་གང་། །དེ་ནི་ཉེས་པ་ལས་བྱུང་བས། །རང་  
བཞིན་གྱིས་ནི་ཕྱིན་ལོག་ཏུ། །སྒྲུང་བ་ཅན་འདིའང་ཡོད་པ་  
ཡིན། །ཆོས་མཐུན་མཐོང་སོགས་ཅན་ཉིད་ལ། །སྟོས་མེད་  
རབ་རིབ་ལ་སོགས་བཞིན། །དེ་ལ་སྟོ་ནི་ཡོངས་གཙོ་ད་  
པ། །འཇིན་པའི་རྣམ་པར་འདོད་པ་དེ། །དེ་ཡི་བདག་ཉིད་ཕྱིར་  
བདག་རིག་ །དེ་ཕྱིར་དེ་ཡི་སྐྱབ་བྱེད་ཡིན། ༥། །དཔེར་ན་འདོད་  
ཆགས་སོགས་སྤྱོད་བཞིན། །རང་བདག་ཡུལ་དུ་བཞག་པ་

ན། །གཞལ་བྱ་འཇལ་བྱེད་འབྲས་གནས་པ། །འདི་ནི་ཀུན་ལ་  
 སྐྱར་བར་བྱ། །དེ་ལ་འང་ཉམས་སྦྱོང་བདག་ཉིད་སྤྱིར། །དེ་དག་  
 རང་བདག་སྦྱོང་བར་རུང་། །དེ་ལྟར་རུང་ཉིད་དེ་ཆད་  
 བདག །གཞལ་བྱ་རང་རིག་འབྲས་བྱ་ཡིན། ༥ །བདག་ལ་  
 འཛིན་པའི་རྣམ་པ་ཞེས། །ཡོངས་སུ་གཙོད་པའི་བདག་ཉིད་  
 དེ། །རུང་ཉིད་ཅེས་བྱ་ཆད་མ་དང་། །རང་རིག་ཅེས་ནི་རབ་ཏུ་  
 བཤད། །ཡུལ་རྣམས་ལས་ནི་བྱུང་བ་ཡི། །རྣམ་པར་ཞེས་པ་  
 ཐམས་ཅད་དག །དེ་ལས་གཞན་རྒྱ་ཡིན་ ན་ཡང་། །རྣམ་  
 འགས་ཡུལ་གྱི་རྣམ་པར་འགྱུར། ༥ །དཔེར་ན་ཟས་དང་དུས་  
 ལ་སོགས། །བྱ་སྤྱོད་བ་ཡི་རྒྱ་ཡིན་ཡང་། །དེ་ནི་པ་མ་གཅིག་གི་  
 གཟུགས། །འཛིན་འགྱུར་གཞན་འགའི་མ་ཡིན་བཞིན། །དེ་  
 ལས་གཞན་དང་ཡུལ་དག་ནི། །དེ་རྒྱ་ཉིད་དུ་མཚུངས་ན་

ཡང་། །དེ་ཆས་ཡུལ་ཉིད་ཡིན་འདོད་དེ། །དེ་མེད་པར་ནི་དེར་  
 མི་འགྱུར། ༥ །དོན་དང་ལྡན་པའི་སེམས་ལ་ནི། །དོན་ནམས་  
 མེད་པར་དོགས་ན་ཡང་། །འདས་པའི་དོན་ནི་འཇིན་པ་  
 ལ། །ཚུལ་གཉིས་རང་རིག་གྲུབ་པ་ཡིན། ༥ །སྒྲོ་སོགས་ཐ་དད་  
 ཅན་སྒྲུང་བྱེད། ། དེ་ལྡན་མིན་རིགས་དོན་མ་ཡིན། །རིགས་  
 དེའང་མི་རྟག་མི་འགྱུར་ཞིང་། །རྟག་ནའང་ངེ་ལྟར་སྐྱེད་བྱེད་  
 ཡིན། ༥ །མིང་སོགས་སྒྲུབ་ནི་བཀག་ཅིན་ཏོ། ༥ །ཚུལ་འདི་  
 དོན་ལྡན་མ་ཡིན་ཏེ། །འདོད་པ་ཅམ་དང་རྗེས་འབྲེལ་  
 བྱེད། །དོན་གྱི་རྒྱས་པ་གྲུབ་མ་ཡིན། །ནམ་པ་ འདི་འདྲའི་ཤེས་  
 པ་ནི། །འདྲན་ཡིན་དེ་ཡང་སྒྲོང་ལས་བྱུང་། །དེ་ཡང་དོན་ནམས་  
 སྒྲོང་ན་དེ། །དེ་ནི་ཅི་ལྟར་དེ་ལྡན་འགྱུར། ༥ །དེ་ཆེ་མེད་བྱེད་  
 དོན་ལས་མིན། །དེ་ལྟར་སྒྲོང་ལའང་དེར་འགྱུར་རོ། །ནམ་པ་

དེ་ནི་དོན་གྱི་མིན། །གསལ་བའི་རྣམ་པས་དབེན་སྤྱིར་རོ། ༥།  
 རྣམ་པ་དེ་ནི་ཐ་དད་ན། །གཞན་གྱིས་དེ་བཞིན་རྟོགས་པར་  
 འགྱུར། ༥།བདག་ལ་རྟག་ཏུ་འབྲེལ་ཡིན་ན། །བརྗོད་ཀྱང་  
 རྟོགས་པར་མི་འགྱུར་རོ། ༥།རེ་རེ་དག་དང་འབྲེལ་ན་  
 བྱི། །མཆམས་སྦྱར་བར་ནི་མི་འགྱུར་རོ། །དོན་གཅིག་མངོན་  
 ཞེན་བདག་ཉིད་ཅན། །འཆད་པོ་ཉན་པོའི་སེམས་དག་  
 གོ། །གལ་ཏེ་འདྲ་ལས་དེ་གཅིག་པར། །ཐ་སྙད་ཡོད་ན་དེར་  
 སྒྲུང་མིན། །ཐ་དད་བདག་ཉིད་རི་ལྟར་གཟུང་། །དེ་ཆེ་སྒྲོ་དོན་  
 མེད་ཅན་འགྱུར། །ཉམས་སྦྱང་རྣམ་ཤེས་དེ་ཡང་ནི། །ཆ་  
 གཉིས་ལ་ནི་བརྟེན་གྱུར་པ། །རྣམ་པ་གཅིག་གིས་བྱུང་པར་  
 ཅན། །དེ་ཤེས་པ་ཡིས་དམིགས་པར་འགྱུར། ༥།གཞན་དུ་དེ་  
 རྣམས་ཅན་མིན་ན། །ཅི་ལྟར་ཤེས་ལ་གནས་པར་

འགྱུར། ༥། འདི་ལྟར་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་ཡི། །ཤེས་པ་རྣམ་གཅིག་ལྟག་  
 པ་ཉིད། །དོན་གྱི་ངོ་བོས་རྣམ་གཉིས་དང་། ། བདག་གི་རྣམ་པ་  
 འགའ་ཞིག་ཏུ། །གཉིས་པ་དེ་ནི་གསུམ་པ་ཡི། །ཤེས་པ་ཡིས་  
 བེ་རྟོགས་པར་འགྱུར། ༥། དོན་འབྲས་ཉིད་ཀྱིས་ཤེས་ཏན་  
 བ། །དོན་ཏན་སྤྱིར་ན་འབྲུལ་པ་ཡིས། །གལ་ཏེ་སྤེལ་ན་སྒྲུང་བ་  
 དང་། །ཡིད་བྱེད་ལ་ཡང་དེར་འགྱུར་རོ། །དེ་བཞིན་འབྲས་བུ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱང་། །རྒྱ་དང་ལྟན་ཅིག་འཛིན་པར་འགྱུར། །དེ་  
 སྤྱིར་རྣམ་མཁན་ལ་སོགས་པ། །མེད་པར་བུམ་པ་ཏན་མི་  
 འགྱུར། ༥། །བྱད་པར་གང་ལས་ཤེས་པ་ནི། །དོན་དང་འདྲེ་བ་  
 བསྟེན་པ་དེ། །འདྲ་བ་ལས་གཞན་ཅིར་འགྱུར་ཏེ། མཆོ་མ་  
 སོགས་ལ་མཐོང་སྤྱིར་སྤྱིར་རོ། ༥། །དང་པོའི་རང་བཞིན་  
 གཉིས་མིན་ན། །གཉིས་པའི་རང་བཞིན་གཅིག་ལ་ནི། །རྣམ་

གནས་ངེས་པར་འཛིན་པ་ཡི། །སེམས་ཀྱིས་འབྱེད་པར་  
 འགྱུར་མ་ཡིན། ༥ །དེ་བྱིར་སྡོ་སོགས་ངོ་བོ་རུ། །མདུན་ན་  
 གནས་པར་འགྱུར་བའི་སྒོ། །དོན་སྡེ་བ་དང་འབྲེལ་བ་  
 ཅན། །སྒོ་གཉིས་པས་ནི་དམིགས་པར་འགྱུར། ༥ །གཞན་དུ་  
 དང་བོ་གཅིག་ཕུ་ཉིད། །དོན་ལས་བྱུང་བྱིར་འབྲེལ་འགྱུར་  
 གྱི། །སྡོ་མའི་དོན་དང་འབྲེལ་མཐོང་མེད། །ཤེས་བ་བྱི་མ་བྱི་  
 མ་མིན། ༥ །ངེས་པར་སྒོ་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ། །ཅིག་ཅར་དུ་ནི་  
 ཟློང་འགྱུར་བའི། །ཡུལ་ནི་དེ་ལས་གཞན་ཉིད་དུ། །རྣམ་གང་  
 གིས་ན་འགྱུར་པར་འགྱུར། །རྣམ་ཤེས་འཁྲུལ་པས་སྒྲ་བ་  
 གཉིས། །མེད་པར་ཐ་དད་མཐོང་བ་བཞིན། །སྡོ་སེར་ཐ་དད་  
 དག་ལ་ནི། །ཟློང་བའི་ངེས་པ་ཡོད་མ་ཡིན། ༥ །ཟློང་བ་མེད་  
 པར་དོན་འགའམ། །དོན་མེད་པ་ཡི་ཟློང་བ་ཡང་། །ཟློང་བར་

འགྱུར་བ་མ་མཐོང་བ། །དེས་ན་དེ་དག་ཐ་དད་མིན། ༥ །དེ་  
 ཕྱིར་ཤེས་དུས་སྒྲུང་བ་ཡི། །དོན་ནི་ཤེས་ལས་གཞན་མིན་  
 བ། །བསྐྱོག་པར་རབ་ཏུ་དཀའ་བ་ཉིད། ༥ །རྒྱ་གཞན་དག་ནི་  
 ཡོད་ན་ཡང་། །དབང་པོའི་སྒོ་རྣམས་མེད་པའི་ཕྱིར། །ཐ་དད་  
 རྒྱ་ནི་རྗེས་དཔོག་འགྱུར། །གལ་ཏེ་མཚུངས་པ་དེ་མ་  
 ཐག། །རྒྱུན་ལས་ངེས་པར་མི་སྦྲེན་འོ། །ས་བོན་ལས་ནི་སྤྲུག་  
 སྐྱེ་དང་། །དུ་བ་ལས་མེ་གྲུབ་པ་ཞེས། །དེ་འདྲ་ཕྱི་རོལ་དོན་  
 ཉེན་ཅན། །བྱེད་པོ་ཤེས་བྱེད་གནས་པ་གང་། ༥ །དེ་ཡང་གལ་  
 ཏེ་དེའི་ངོ་བོར། །སྒྲུང་བ་དེ་ལྟར་ ངེས་འབྲེལ་བའི། །སྒོ་ལ་  
 བརྟེན་ནས་ཉོག་བྱེད་ན། །འགལ་བ་དག་ནི་ཅི་ཞིག་  
 ཡོད། ༥ །དུ་བ་མེས་བསྐྱེད་འགྱུར་བ་མིན། །དེ་ཕྱིར་འབྲས་  
 ལས་རྒྱ་ཉོག་ས་མིན། །དེ་རྒྱ་དག་ནི་ཡོན་ན་ཡང་། །གང་ལས་



དེས་པར་རྟོགས་པར་འགྱུར། ༥ །དེ་ལ་འང་དུ་བར་སྒྲུང་བའི་  
 གྲོས། ། བག་ཆགས་གསལ་བར་སད་པ་ཅན། །མེར་སྒྲུང་བ་  
 ཡི་སྒྲོ་ཉིད་ནི། །རྟོགས་འགྱུར་མེ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། ༥ །སེམས་  
 རྒྱད་དེར་རུང་བག་ཆགས་ཀྱི། །སྒྲིང་པོ་ཅན་ཉིད་དུ་བར་  
 ནི། །སྒྲུང་བའི་སྒྲོ་དག་གསལ་བྱེད་པ། །དེས་ན་མེ་ལས་དུ་བ་  
 ཡིན། །མཁས་པ་རྣམས་ལ་ བརྗོད་འདི་ཡོད། །བྱི་རོལ་ལ་ནི་  
 བརྟེན་ནས་སུ། །ཚུལ་གཉིས་བརྗོད་ཡིན་དེ་ཡང་ནི། །ལྟན་  
 ཅིག་སྤྱོད་བའི་དེས་པས་འགྱུར། ༥ །དབང་པོའི་བྱུང་པར་གྱིས་  
 གསལ་དང་། །མི་གསལ་འདྲེན་མ་ལ་སོགས་པ། །སྒྲུང་བ་ཐ་  
 དད་འཛིན་པ་ཡི། །ཤེས་པ་དོན་ གཅིག་ལ་དམིགས་  
 སོ། ༥ །དེ་དོན་ལ་དེར་སྒྲུང་མིན་ན། །དོན་གྱི་རང་བཞིན་  
 གཅིག་པའི་བྱིར། །དེ་ཡི་དོན་ཅན་ཡིད་ཀྱན་ནི། །རང་བཞིན་

གཅིག་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར། ༥ ། འོན་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་འགྱུར་  
 ཞིང་། ། དེ་ཡི་ངོ་བོའི་རྗེས་བྱེད་པ། ། དེ་ནི་གཞན་འགའ་ཞིག་  
 ལས་ཀྱང་། ། ཆ་འགའ་ཡིས་ནི་ཐ་དད་འགྱུར། ། འདི་ལྟར་པ་ལ་  
 བརྟེན་ནས་བྱ། ། པ་དེ་ཡི་ནི་གཟུགས་ཡིན་ཡང་། ། འགའ་ཞིག་  
 ལས་ནི་ཆ་འགའ་ཡིས། ། ཐ་དད་པར་ནི་དམིགས་པ་  
 ཡིན། ༥ ། མར་མེ་ལ་སོགས་དགྱེལ་འཁོར་ནི། ། མ་བྱའི་  
 མདོངས་ཀྱི་རྣམ་པ་ ཅན། ། རྩོད་དང་དམར་དང་མདངས་གསལ་  
 བར། ། མིག་མི་གསལ་བས་མཐོང་བར་འགྱུར། ༥ ། དེ་དེ་བྱེ་  
 རོལ་དངོས་ཡིན་ན། ། དབང་པོ་གསལ་ལ་ཅི་རྒྱས་  
 མེད། ༥ ། ཡང་དག་མཐོང་ན་དེ་མཐོང་བ། ། དབང་པོ་ཉམས་  
 པའང་ངེ་ལྟར་ཡིན། ། རབ་རིབ་ཀྱིས་སྦྱངས་གསལ་བའི་  
 མིག ། དབང་པོ་ལས་འདས་མཐོང་དེ་ལ། ། གཞན་གྱིས་མཐོང་

བའི་དོན་དེ་ཡང་། །རི་ལྷ་བྱར་ན་གསལ་མ་ཡིན། ༥ །སྤང་  
 དབང་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལས། །གཞན་ནི་གཅིག་གི་རུས་ཏྲིགས་  
 བ། །དེས་ན་གཞན་ནི་རྒྱ་མ་ཡིན། །རྒྱ་མིན་ཡུལ་ཡང་རི་ལྷར་  
 ཡིན། ༥ །གལ་ཏེ་དེ་ཉིད་སྒོ་རྒྱ་ཡིན། །རི་ལྷར་མར་མེ་ལ་  
 ལྷོས་འགྱུར། ༥ །མར་མེ་ཅམ་གྱིས་ཡོད་པའི་བྱིར། །གཉིས་ཀ་  
 དག་ཀྱང་རྒྱ་མ་ཡིན། །ཉེ་རིང་ལ་སོགས་བྱུང་བར་  
 གྱིས། །གསལ་དང་མི་གསལ་མི་རུང་ངོ་། ༥ །གལ་ཏེ་སྤང་བྱུང་  
 ལས་དེར་འགྱུར། །དེ་ནི་ཆོད་དང་མ་ཆོད་དག །མཐོང་ངམ་མི་  
 མཐོང་མཚུངས་བར་འགྱུར། ༥ །གལ་ཏེ་སྤང་བ་མི་གསལ་  
 བས། །དེ་ཆ་སྤ་མོ་འགའ་ཞིག་ནི། །མ་མཐོང་དེ་བྱིར་ཐ་དད་  
 བ། །སྤྱི་རོལ་དོན་གཅིག་མཐོང་བ་དང་། །མི་མཐོང་ཐ་དད་གང་  
 ལས་ཡིན། །སྤ་རུལ་དུ་མ་ཐ་དད་མཐོང་། །མི་མཐོང་ཐ་དད་

གང་ལས་ཡིན། ༥།གལ་ཏེ་སྒྲང་བ་གསལ་མི་གསལ། །ཁྱད་  
བར་གྱིས་སྒྲོ་བ་དད་ན། །གཞན་ཐ་དད་པས་ཐ་དད་མེད། །གང་  
ལས་ཐ་དད་བར་སྒྲང་འགྱུར། །སྒྲང་བ་དེ་ཡང་ཅིས་མི་  
གསལ། །སྒྲིབ་བྱིར་དེ་འདིར་ཅིས་མ་ཡིན། །སྒྲིབ་བྱིར་སྒྲང་  
བའང་དེ་སྟ་ཉིད། །གཞན་དུ་སྒྲིབ་མིན་ཡོད་པ་ཉིད། །ཤེན་ཏུ་ཉེ་  
ལ་སྒྲང་བ་ནི། །ཆེར་གསལ་དེ་ཡང་སྒྲང་བར་འགྱུར། ༥།གལ་  
ཏེ་དེར་ཡང་མཐོང་མེད་ལ། །བཏེན་ནས་གཟུགས་གཞན་  
འགྱུར་འགྱུར་ན། །དེ་དག་ནམས་ནི་པན་ཚུན་དུ། །བསྒྲིབ་  
འགྱུར་དེ་བྱིར་སྒྲང་བ་ནི། །སྒྲིབ་བྱེད་དེ་ལ་གཅིག་སྒྲང་  
འགྱུར། །དེ་མ་བསྒྲིབས་ན་ཅིག་ཅར་ནི། །གསལ་ དང་མི་  
གསལ་རང་བཞིན་དག །མཐོང་འགྱུར་མཐོང་མེད་གྱིས་གཅིག་  
བསྒྲིབས། །གང་གིས་དོན་དང་དོན་མིན་མེད། །དེ་ལ་མ་མཐོང་

བས་ཅི་བྱེད། །དེ་ཕྱིར་དོན་བཏེན་སྐྱེས་གྱུར་པའི། །སྤྱོད་བ་ཇི་  
 ལྟའི་རྒྱ་བཞིན་དུ། །རྣམ་པ་ཐ་དད་འཛིན་བྱེད་དེ། །ལྷག་མ་སྒོ་  
 ངན་ལུགས་ངན་ཡིན། ༥། །ཤེས་པ་སྐྱོད་དང་མར་མེ་  
 རྣམས། །མངོན་སུམ་དང་ནི་ཅིག་ཤོས་ཀྱི། །སྐྱེད་བྱེད་ཉིད་  
 ཀྱིས་སྒྲ་མ་ཡི། །སྐྱོད་ཅིག་རྣམས་ནི་ཞིག་པའི་ཕྱིར། །གང་  
 གིས་ཤེས་ལ་མེད་གསལ་འགྱུར། །ཕན་འདོགས་བྱེད་པ་མ་  
 ཡིན་གཞན། །གསལ་ན་དོན་ཀྱན་གསལ་བར་  
 འགྱུར། ༥། །གལ་ཏེ་དེ་རྒྱ་ལས་ངེས་ན། །ཤེས་ལ་རྟོག་པ་འདི་  
 ཡང་མེད། །ངེས་བྱས་ཤེས་ལ་དེ་མེད་ཀྱང་། །དོན་དུ་སྒྲ་བ་  
 ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། །དེ་གསལ་བ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན། །ལྷན་ཅིག་  
 སྐྱེས་པའི་དོན་གཞན་ནི། །ཕན་འདོགས་མིན་ཕྱིར་རྣམ་མི་  
 བྱེད། །ཤེས་ལ་རང་གི་རྣམ་པ་ཡིས། །རྣམ་འབྱེད་མིན་

གསལ་ཇི་ལྟར་འགྱུར། ༥། །བརྟན་གང་དོ་རྗེ་དོ་སོགས་  
གྱི། །དོན་ཡང་གཞན་ལ་སྟོས་མེད་སྟེ། །འགོ་བ་ཀུན་གྱི་  
ཤེས་པ་ནི། །ཅིག་ཅར་རང་ཉིད་སྐྱེད་པར་འགྱུར། ༥། །ལྟན་  
ཅིག་བྱེད་པས་པན་འདོགས་སྟེ། །འདི་ཡི་དེ་དག་རིམ་འགྱུར་  
ན། །སྐད་ཅིག་སོ་སོར་གཞན་ཡིན་བརྗོད། ། །འདིར་ཡང་སྐྱོན་  
ནི་སྒར་བཞིན་ནོ། །དེ་བདག་ཉིད་གྱིས་སྟོང་བ་ལ། །བཅད་པ་  
འགའ་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། ༥། །དེ་དོན་རང་བཞིན་ཉིད་མ་  
གྲུབ། །དེ་ཡང་ཡང་དག་པར་ལས་གྲུབ། །རང་སྟོད་ཡུལ་གྱིས་  
སྟེ་མེད་ཅིང་། །ཐ་དད་པར་སྟོང་མེད་དེ་ལ། །འདི་ནི་འདི་  
ལྟམ་འདི་ལྟར་ནི། །མིན་ཞེས་ ཐ་དད་འདི་མེད་  
འགྱུར། །ཉམས་སྟེ་སྟོང་བ་ཅམ་གྱིས་ནི། །ཐ་དད་འགའ་ཞིག་  
ནམ་འབྱེད་མིན། །ཐ་དད་གསལ་བ་མེད་པ་ལ། །ནམ་འབྱེད་

སྒོ་མེད་ཆེ་སོགས་བཞིན། ༥ །ཚུལ་གཉིས་སྐྱབ་པར་བྱེད་པས་  
 གྲང་། །རང་རིག་པལ་ཆེར་གྲུབ་པ་ཡིན། །རང་གི་ངོ་བོར་གྱུར་  
 སྒྲང་བ། །དེ་ཆེ་ སྦྱང་བར་གྲུབ་ཕྱིར་རོ། ༥ །དེ་དངོས་ཅན་གྱི་  
 སྒོ་ཡིས་ནི། །ཤེས་འགགས་ངེ་ལྟར་སྦྱང་བ་ཡིན། ༥ །དེས་  
 རང་ངོ་བོ་འང་སྦྱང་མེད་ཕྱིར། །ཉམས་སྦྱང་མ་ལུས་སྒྲིག་པར་  
 འགྱུར། །དོན་དུ་སྒྲང་བ་དང་ལྡན་ཤེས། །དེ་ནི་སྦྱི་རོལ་མངོན་  
 སྦྱགས་སྒྲང་། །སྒོ་ལ་འཛིན་པར་བྱེད་པའི་སྒོ། ། ཏག་ཏུ་བདག་  
 ལ་ནང་མངོན་སྦྱགས། །ཡུལ་གང་གི་ནི་སྒྲང་བ་གང་། །དེས་དེ་  
 སྦྱང་མིན་ཞེས་པའང་འཇོབ། །གལ་ཏེ་དེ་དང་འབྲ་བ་  
 ལས། །སྦྱང་གཞན་ཅི་ཡོད་ཅེས་འདོད་ན། །འབྲ་བ་ཐམས་ཅད་  
 བཅ་ཚུན་དུ། །སྦྱང་བ་ཉིད་ནི་ཐོབ་པར་འགྱུར། ༥ །གལ་ཏེ་སྒོ་  
 འབྲ་དེ་སྦྱང་ན། །ད་ནི་འབྲ་ལས་ སྦྱང་མ་ཡིན། །དེ་ཡི་སྦྱང་དེ་

རང་ཉིད་དེ། །དེ་ནི་འདྲ་བའི་རྒྱ་ཅན་མིན། ༥ །བྱ་བ་ལས་ཀྱི་  
 རྣམ་གཞག་གི། །འདི་ནི་འཇིག་རྟེན་ན་རྒྱར་འགྱུར། །རང་གི་  
 རོ་བོའི་རང་བཞིན་དེའི། །སྤྱང་བ་སྡོམ་འདོགས་འཁྱུལ་བ་  
 ལས། །སྡོམ་སྟགས་སྤྱང་བར་གྲགས་ཡིན་གྱི། །གཞན་གྱི་  
 བདག་ཉིད་སྤྱང་ལས་མིན། ༥ །སྡོམ་སྡོམ་སྟགས་དངོས་ཡིན་  
 བ། །སྤྱི་རོལ་དོན་ལ་ཚད་མ་གང་། །སྡོམ་སྡོམ་སྟགས་དངོས་  
 མིན་ན། །དེ་ནི་རི་ལྟར་དོན་སྤྱང་ཡིན། ༥ །གང་ཆེ་སྤྱང་བའི་  
 བདག་ཉིད་ནི། །འདྲ་བའི་རྒྱ་ཅན་མ་ཡིན་ན། །འདི་དེ་རང་ཉིད་  
 གྲུབ་པས་ན། །དོན་གྱིས་ཅི་ཞིག་ཉེ་བར་སྦྱབ། ༥ །བདག་ཉིད་  
 ཀྱན་གྱིས་འདྲ་ན་ནི། །ཤེས་པ་ཤེས་པ་ཉིད་མིན་འགྱུར། །ཆ་  
 འགའ་ཞིག་གིས་མཚུངས་ན་ནི། །ཐམས་ཅད་ཐམས་ཅད་གྱིས་  
 སྤྱང་འགྱུར། །རི་ལྟར་སྡོམ་སྟགས་རོ་བོའི་སྤྱིར། །སྡོམ་སྟགས་



ཉམས་སྲུ་སྤྱོད་བར་འདོད། །དེ་བཞིན་ ཉམས་སྤྱོད་ངོ་བོའི་  
བྱིར། །དེ་ཡང་ཉམས་སྲུ་སྤྱོད་བར་འགྱུར། །ཉམས་སྤྱོད་ཉམས་  
སྲུ་སྤྱོད་ངོ་ཞེས། །དོན་བཞིན་དུ་ནི་ངེས་མིན་པ། །དེ་བྱིར་ཉེས་  
པ་མེད་ཅེ་ན། །དོན་ལའང་དེ་ནི་རྟག་ཏུ་མེད། །ཡོད་པ་ཉིད་གྱི་  
རྒྱ་ཡོད་ན། །སྤྱོད་ལ་མེད་པའང་ཅི་ཡི་བྱིར། །།གཞན་ཡང་  
དཀར་སོགས་མཐོང་བ་ན། །དཀར་སོགས་མངོན་པར་གསལ་  
བ་ཡི། །རང་བཞིན་རིག་པ་གསལ་བ་ནི། །སྤྱེས་པའི་སྣང་བ་  
འདི་གང་ཡིན། །དེ་ཅི་དཀར་སོགས་མངོན་གསལ་  
ལས། །གཞན་དངོས་འོན་ཏེ་བདག་གྱུར་ཡིན། །།གཞན་  
དངོས་ཡིན་ན་གསལ་བ་ནི། །གསལ་མིན་ཅི་ ལྟར་དཀར་  
གསལ་འགྱུར། །།ཤེས་པ་གསལ་ཡིན་དེ་གསལ་མིན། །འགྲོ་  
བ་མ་ལུས་གསལ་མ་ཡིན། །གསལ་བ་གསལ་གཞན་གྱིས་

གསལ་ནའང་། །ཐུག་པ་མེད་པར་ཐལ་འགྱུར་ཕྱིར། །མཐོང་  
 དང་འབྲེལ་པ་ཤེས་མེད་པ། །ཅི་ལྟར་དེ་ཡིས་བྱད་པར་  
 འགྱུར། ༥། །གང་ ཕྱིར་གཉིས་ལས་གཅིག་ཉོགས་ཆོ། །གཉིས་  
 པ་མཐོང་བ་ཡོད་མ་ཡིན། །གཉིས་དག་འབྲེལ་པར་མཐོང་བ་  
 བ། །མཐོང་ཞེས་བྱ་བར་ངེས་པར་འགྱུར། །གང་གིས་མཐོང་བ་  
 འདྲ་བ་ནི། །སེམས་གཞན་གྱིས་ནི་མཐོང་གྱུར་པ། །དེ་ལ་  
 མཐོང་ཞེས་བརྗོད་ཅེ་ན། །འདི་འདྲ་བས་ན་ རང་རིག་  
 གྲུབ། །ཅི་སྟེ་རང་དངོས་མི་རིག་ན། །ཅི་ལྟར་གཞན་གྱི་ངོ་བོ་  
 རིག་ །འདྲ་བ་ལས་ནི་ཕྱོང་ཞེས་བའང་། །སྒར་ཉིད་རྣམ་པར་  
 གསལ་བ་ཡིན། །མཐོང་བ་དག་ནི་འདྲར་འཛིན་ན། །དོན་ནི་  
 སྒར་མཐོང་ཡོད་མིན་པས། །ཅི་ལྟར་དེ་ནི་མཐོང་བ་  
 དང་། །འདྲ་བ་ཡིན་པར་ དེས་ངེས་འགྱུར། །འདྲ་བ་ཉིད་ཀྱང་

མི་འདོད་པ། །གང་ཡིན་དེ་ལ་གཉིས་མཐོང་མེད། །དེ་ཆེ་དོན་  
 དང་ཤེས་པ་ཞེས། །དེ་དག་སྒྲིམ་སྒྲུག་ལ་ཡོད། ༥ །ཅི་སྟེ་རབ་  
 དངོས་འོན་དེ། །རང་ཉིད་རབ་ཏུ་གསལ་བར་འགྱུར། ༥ །གང་  
 ཕྱིར་དེ་མི་གསལ་ན་ནི། །དོན་མི་གསལ་བ་ཉིད་ ཏུ་  
 འགྱུར། །བདག་རིག་མིན་པའི་སྒྲིགས་དག་ལ། །དོན་ཀྱན་  
 མཐོང་མེད་འདི་ཡིས་ནི། །སྒྲོ་ནི་མངོན་སུམ་མིན་སྒྲིབ་པ། །གང་  
 ཡིན་དེ་ལའང་ལན་བཏབ་པོ། ༥ །རྟེན་དམིགས་གོམས་པའི་  
 བྱད་པར་ལས། །ཐ་དད་པར་ནི་འཇུག་པ་ཅན། །བདེ་སྒྲུག་  
 འདོད་པ་ལ་སོགས་པའི། །བྱད་ པར་མངོན་སུམ་དེ་དག་  
 ནི། །སྒྲོ་ཉིད་དེ་ལས་ཐ་དད་གཞན། །དེ་ཤེས་གང་ཡིན་ཅུང་  
 ཟད་ཀྱང་། །རྟོགས་མེད་གཞན་གྱིས་རིག་ཡིན་ན། །གཞན་  
 གྱིས་ཀྱང་ནི་དེ་སྦྱོང་འགྱུར། །གལ་ཏེ་དེས་བསྐྱེད་པ་དང་

དེར། །སྒྲུང་བའི་སྒྲོ་རིགས་གཞན་མིན་ན། །དམིགས་པར་བྱེད་  
 བ་གཞན་ལ་ཡང་། །གཉིས་འདི་གདོན་མི་བ་བར་ཡོད། །ཅི་སྟེ་  
 དེ་ལས་སྐྱེས་མིན་ཞིང་། །དེར་སྒྲུང་ཅན་ཡང་མ་ཡིན་ན། །སྒྲོ་  
 དེ་ཡུལ་མེད་ཅན་དུ་འགྱུར། །དེ་མ་བཟུང་ན་སྐྱེ་དག་ཀྱང་། །མི་  
 འཛིན་དེ་ནི་ཅུང་བད་ཀྱང་། །དངོས་མིན་ཞེས་ཀྱང་སྒྲུང་བ་འད་  
 ཏོ། ། །དེ་བྱིར་དོན་སྒྲུང་བ་དེ་ནི། །སྒྲོ་དེ་ལས་གཞན་མིན་དེས་  
 བ། །མངོན་སུམ་དང་ནི་བདག་རིག་གྲུབ། །གལ་ཏེ་དེ་ལ་  
 འཛིན་བྱེད་ཀྱང་། །མངོན་སུམ་ཉིད་ནི་མིན་ཞེ་ན། །དོན་  
 མཚུངས་ཐ་དད་དེ་གང་ལས། ། །མ་མཐོང་དོན་གཅིག་ལྡན་  
 སོགས་ཀྱིས། །གལ་ཏེ་སྐྱོང་བ་དེས་ཡིན་ན། །གཞན་ནི་རྣམ་  
 ཀྱན་འཛིན་མི་འགྱུར། །སྐྱོང་བའི་དབྱེ་བའང་གསལ་བེན་  
 ཏོ། ། །གང་དག་རྣམ་འབྱོར་མངོན་སུམ་གྱིས། །གཞན་གྱི་

བདེ་བ་ལ་སོགས་པ། །སྤྱིང་ལ་ཉམས་སྤྱིང་མཚུངས་པས་  
 བ། །དེ་ཡང་དེ་བཞིན་གདུང་བར་འགྱུར། ༥ །གལ་ཏེ་ཡུལ་  
 དབང་འདུས་མེད་པས། །དེ་ལས་ བྱང་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་  
 བེ། །དེ་དག་ལ་ནི་སྤྱེ་མིན་ན། །སྤྱག་བསྐྱེལ་སྤྱེས་པར་གྱུར་  
 ཉིད་ནི། །སྤྱག་བསྐྱེལ་སྤྱིང་མིན་འོན་ཀྱང་ནི། །སྤྱག་བསྐྱེལ་  
 ཤེས་པ་སྤྱེས་པ་ཡིན། ༥ །སྤྱག་བསྐྱེལ་ལ་སོགས་སྤྱིང་མིན་  
 པར། །གདུང་དང་ཕན་འདོགས་རྒྱ་མ་ཡིན། །གང་ཆེ་རང་ཉིད་  
 སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱི། །རང་གི་ངོ་བོར་སྤང་བ་ནི། །གདུང་ཡིན་དེ་  
 དམིགས་ཤེས་མིན་པ། །དེ་ཆེ་དེ་ལྟར་ཐལ་མི་འགྱུར། ༥ །དེས་  
 བཤེས་པ་ཐམས་ཅད་གྱི། །དམིགས་སྤྱིང་དག་ནི་ཐ་དད་  
 ཡིན། །དོན་དང་འདྲ་བ་དམིགས་པ་ རྟེ། །རང་ཉིད་གསལ་བ་  
 བདག་སྤྱིང་ཡིན། ༥ །གཞན་ཡང་མངོན་སུམ་མེད་པས་

བ། །སྒྲོ་ནི་རྟགས་ལས་རྟགས་པར་འགྱུར། ༥ །དེ་ཡང་དབང་  
 བོ་དོན་ནམ་སྒྲོ། །ཡང་ན་ཡིད་བྱེད་སྒྲ་མར་འགྱུར། །རྒྱ་འབྲས་  
 ཆོགས་པ་འདི་དག་ལས། །འབྲེལ་ བ་ཅན་གཞན་ཡོད་མིན་  
 ཏེ། །རྒྱས་པ་མཐོང་བ་མེད་ཕྱིར་རོ། ༥ །དེ་ལ་འབྲེལ་ཕྱིར་  
 དབང་བོ་མིན། །དོན་ཡང་དེ་བཞིན་སྒྲོ་ཡིད་བྱེད། །ཞེས་ཡིན་  
 དེ་ཡང་མ་གྲུབ་ཉིད། །མ་གྲུབ་པ་ནི་རྟགས་ཉིད་མིན། ༥ །གལ་  
 ཏེ་དོན་གསལ་རྟགས་ཡིན་པར། ། །འདོད་ན་དེ་ཉིད་ཞེས་མིན་  
 ནམ། །འདིས་ནི་གསལ་གྱུར་དོན་གསལ་ཏེ། །གསལ་བ་  
 ཉམས་སྲུ་སྦྱང་མིན་ན། །དེ་ཡིས་གསལ་འགྱུར་མི་ངེས་  
 ཕྱིར། །འོན་ཏེ་གསལ་ཏེ་དོན་ཉིད་ཀྱི། །ཁྱད་པར་འགའ་ཞིག་  
 ཡིན་འདོད་ན། །སྒྲེ་བ་དང་ནི་འཇིག་མེད་པའི། ། །དོན་ལ་ཁྱད་  
 པར་འགའ་ཡང་མེད། །དེ་འདོད་ན་ཡང་ཞེས་སོ་སོར། །སྐད་

ཅིག་འཇིག་པར་ཐལ་བར་འགྱུར། ༥། །དེའང་དེས་པའམ་ཤེས་  
 མ་གྱུར། །གལ་ཏེ་ཤེས་པ་རྟགས་ཡིན་ན། །ཤེས་པར་ཡོངས་  
 སུ་བཅད་མེད་པར། །དེས་ཤེས་ཞེས་བྱ་དེ་གང་  
 ལས། ༥། །ཤེས་གྱུར་ཉིད་དུ་བཅད་མེད་ཀྱང་། །དེ་ནི་ཅི་ལྟར་གོ་  
 བྱེད་ཡིན། ༥། །མཐོང་བ་མཐོང་གྱུར་མིན་གཞན་གྱུར། །མཐོང་  
 གྱུར་འགར་ཡང་མཐོང་འགྱུར་མེད། །ཁྱད་པར་དེ་གཞན་མཐོང་  
 བ་ལའང་། །ཡོད་ཕྱིར་རང་སློ་རྟགས་པར་འགྱུར། ། དེ་ཕྱིར་  
 རང་ཆོས་སྟོས་མེད་ཅན། །དོན་ཆོས་ཡན་གར་བ་ལས་  
 བོ། །སློ་ནི་རྗེས་སུ་དཔོག་མ་ཡིན། ༥། །སློ་རྟགས་མངོན་སུམ་  
 གང་ཡིན་པ། །རང་ཆོས་རང་སློ་ལས་གཞན་ཅི། །རྒྱ་མཚུངས་  
 བ་ལས་སྐྱེས་པ་དེ། །སློ་ལས་ཐ་དད་གང་ལས་ཡིན། །གཞན་  
 སྐྱེས་དེ་ཡང་འཁྲུལ་བ་ཅན། ༥། །གཟུགས་སོགས་ཡུལ་ནི་ལྷ་

ཐོ་དང་། །དབང་ཐོ་དང་ནི་དམིགས་པ་དག །མ་གཏོགས་དེ་  
 ཡི་འབྲས་བྱ་གཞན། །ཉི་བར་མཆོན་པ་མ་ཡིན་ནོ། ༥ །དེ་ལ་  
 གཉིས་ནི་དབང་ཐོ་འདས། །དོན་ལྡན་དག་ལ་གཟུགས་མཐོང་  
 ལས། །སྐྱེས་པ་གཞན་དུ་སྤྱིད་བྲལ་བ། །གང་ཡིན་གཅིག་གྲང་  
 རྟགས་པ་མེད། །དེ་ལྟར་ཤེས་མེད་གང་ཡིན་ཏེ། །རྟགས་ཞེས་  
 བྱ་བ་བབ་ཆོལ་ཡིན། །རྟགས་ཡོད་ན་ཡང་དེ་དང་ནི། །ལྟན་  
 ཅིག་འབྲེལ་པ་མཐོང་མེད་པར། །ཅི་ལྟར་རྟགས་འགྱུར་  
 རྟགས་དག་ནི། །མ་མཐོང་བ་ཡི་གསལ་བྱེད་མིན། ༥ །རྟགས་  
 དེ་ཉིད་ལས་སྤར་དེ་ནི། །གྲུབ་པ་ཉིད་དུ་བརྗོད་ན་ནི། །དེ་ལ་  
 ཡང་ནི་དཔེ་གཞན་ཞིག །བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་སྤར་ཐུག་མེད་  
 འགྱུར། ༥ །དེ་སྤར་སྒོ་ལས་དོན་གྲུབ་ཀྱི། །དོན་ལས་ངེ་ལྟར་  
 ཡང་དེ་མིན། དེ་མ་གྲུབ་པར་དོན་རང་ཉིད། །རབ་ཏུ་གྲུབ་པ་



མེད་ཕྱིར་རོ། ། མཛོན་སྐྱུལ་སྒོ་དང་དེ་ལས་ནི། ། བརྗོད་དང་  
 གཡོ་འགྲུལ་སོགས་མཐོང་ནས། ། གཞན་སེམས་རྗེས་དཔག་  
 མི་འགྱུར་ཏེ། ། བདག་ལ་འབྲེལ་བ་མཐོང་མེད་ཕྱིར། ། ། ཡིད་  
 གྱི་སྒོ་ལ་དོན་གྱི་ཏགས། ། རབ་ཏུ་གྲུབ་པ་ཡིད་མིན་  
 ཕྱིར། ། ། ཁྱིད་གྱི་སྒོ་ནི་སྒོ་གཞན་གྱིས། ། ཅི་ལྟར་རབ་ཏུ་  
 གསལ་བར་འགྱུར། ། གསལ་མིན་བདག་ཏུ་མཚུངས་པའི་  
 ཕྱིར། ། གསལ་བྱ་གསལ་བྱེད་གང་ལས་ཡིན། ། ། ཡུལ་ནི་ཅི་  
 ལྟར་གསལ་བ་ཡིན། ། གསལ་ལ་ངོ་བོ་འཕོ་ཕྱིར་རོ། ། གསལ་  
 དེའང་དེ་ཡི་ངོ་བོ་ཉིད། ། རང་ཉིད་རབ་ཏུ་གསལ་བ་ཡིན། ། ། དེ་  
 ལྟར་སྒོ་ལ་སྒོ་འདོད་ན། ། སྒོ་ནི་རང་ཉིད་རིག་པར་གྲུབ། ། དེ་ལྟ་  
 མིན་ན་ཡུལ་ཡང་ནི། ། སྒོ་དང་ལྟན་ཅིག་ཆོས་མཚུངས་  
 ཉིད། ། ། དེའི་ཕྱིར་དེད་གྱི་སྒོ་རང་ཉིད། ། གསལ་བའི་ངོ་བོས་

རབ་གསལ་ཞིང་། །གཞན་དེར་ངོ་བོ་འཕོ་བ་ཡིས། །གསལ་  
བ་ན་ནི་རབ་གསལ་ཉིད། ༥ །འདྲ་བ་ཡིན་ཡང་དེ་ཡིས་ནི། །སྒོ་  
གཞན་རབ་ཏུ་གསལ་མི་འདོད། །རང་ཉིད་རབ་ཏུ་གསལ་སྤྱིར་  
དོན། །དེ་ཡི་ངོ་བོས་རབ་གསལ་ཡིན། ༥ །དཔེར་སྒྲོན་གཉིས་  
བཞིན་མར་མེ་དང་། །བུམ་པ་དག་ཀྱང་དེར་བརྟེན་  
ནས། །གསལ་བྱ་གསལ་བྱེད་ངོ་བོ་ཡིས། །ཐ་སྙད་རབ་ཏུ་  
རྒྱས་པར་བྱེད། ༥ །ཡུལ་དང་དབང་པོ་ཙམ་གྱིས་ནི། །མཐོང་  
ཞེས་བྱ་བར་ངེས་མ་ཡིན། །དེས་ན་གང་ལས་འདིར་འགྱུར་  
བ། །གཞན་དེའང་མཐོང་བར་གདོན་མི་བ། ༥ །དྲན་པ་ལས་  
ཀྱང་བདག་རིག་གྱུབ། །ཞེས་པ་གཞན་གྱིས་རིག་ན་  
ནི། ༥ །རིང་སོགས་འཛིན་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། །ཡུན་རིང་  
གནས་པ་མེད་སྤྱིར་རོ། །གནས་ན་གོ་རིམས་མེད་པས་

བ། །སྒོ་ལ་ཅིག་ཅར་སྒྲུང་བའི་བྱིར། །ཡི་གེ་རིམ་མེད་རིང་མི་  
 འགྱུར། །ཕན་ཚུན་འདྲེ་བ་མེད་པ་ཡི། །ཡིག་ཆ་རིམ་ལྡན་ཅི་  
 ལྟར་ན། །རིམ་མེད་པ་ནི་སྐྱེད་པར་བྱེད། ༥ །སྤྲ་མ་མཐའ་ཡི་  
 བར་གནས་ན། །འོག་ཏུ་སྐྱ་ནི་འཕེལ་བར་འགྱུར། །རིམ་མིན་  
 འཛིན་བྱིར་ཐ་མར་ནི། །རིམ་ལྡན་སྒོ་ཡང་མེད་པར་  
 འགྱུར། །དེ་འོག་ཡུལ་ནི་གནས་མེད་བྱིར། །སྒོ་ནི་རང་ཉིད་  
 གནས་མ་ཡིན། །རང་ཉིད་གནས་ན་བྱིས་ཀྱང་དེ། །མི་འཛིག་  
 བྱད་པར་མེད་བྱིར་རོ། །ཡི་གེ་རིམ་མེད་ཅིག་ཅར་ནི། །སྐྱེས་  
 པ་ལ་ཡང་སྐྱོན་འདི་ཡོད། །ལན་ཅིག་བརྩམ་སྐྱེས་བྱིར་ཚུལ་  
 བ། །བྱི་མ་བྱི་མ་དོན་མེད་ འགྱུར། །ཡི་གེ་རྣམས་ནི་གསལ་བ་  
 ལའང་། །སྐྱོན་འདི་རྗེས་སུ་གནས་པ་ཉིད། །དུ་མ་ཡིས་ནི་དེ་  
 འཛིན་ན། །ཐ་མའི་སྒོ་གང་དེ་སྤྱང་ལ། །དེ་ཡང་རིང་པོར་

འཛིན་མིན་པ། །དེས་ན་རིང་སྟོང་པ་མི་འགྱུར། །སྟོང་ནམས་སོ་  
 སོ་ཐ་དད་དུ། །སྟོང་ན་དེ་སྟོང་ཐོས་པ་ནི། །ཆོད་པ་མེད་པར་སྒྲུང་  
 མི་འགྱུར། ༥ །སྟོར་བར་བྱེད་པའང་གསལ་བ་ཡིན། །གལ་ཏེ་  
 ཆོད་པ་མཐོང་ཡང་འདི། །ནམ་ཆད་མེད་པར་འཁྱུལ་འགྱུར་  
 བ། །ཐུང་དུ་གཉིས་ནི་བཟོད་ན་ཡང་། །ནམ་ཆད་མེད་པར་  
 འཁྱུལ་པར་འགྱུར། ༥ །དབང་པོས་ནམ་བཅད་མཐོང་ན་  
 ཡང་། །དབང་པོ་ལས་ཆད་མེད་སྟོང་འདོགས། །མི་རུང་དབང་  
 པོའི་སྟོང་ནམས་ཀྱི། །སྟོན་ཅི་ལོག་ཏུ་ཐལ་སྟོར་རོ། ༥ །ཡི་  
 གེའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་མཐའ་ཡང་། །མིག་འཇུགས་ཆད་དུ་  
 གནས་པ་ཡིན། །དེ་ཡང་རིམ་གྱིས་རྟུལ་སྟོན་ནི། །དུ་མ་དག་  
 དང་འབྲེལ་བས་རྟོགས། ༥ །རྟུལ་གཅིག་བསྐྱེས་དུས་ཆུད་པ་  
 ཡི། །མཐར་ཐུག་དུས་ཀྱང་སྐད་ཅིག་འདོད། ༥ །སྟོང་ཡང་སྐད་

ཅིག་དེ་ཡི་སྤྱིར། །ཡི་གེ་རིམ་གྱིས་རྟོགས་པར་འགྱུར། །དེ་  
སྤྱིར་ཡི་གེ་གཟུགས་སོགས་ལ། །སྒྲོ་གཞན་གྱིས་ནི་ཆོད་ན་  
ཡང་། །ཆོད་པ་མེད་པར་སྒྲུང་བ་ཅན། །ཐམས་ཅད་ལོག་ པའི་  
དོན་ཅན་འགྱུར། །དབང་པོའི་འཁྲུལ་པ་ལས་གཞན་  
དུ། །དངོས་པོ་རྣམས་ནི་སྦྱར་བྱེད་པ། །ཐ་དད་མཆོན་མེད་  
འཁྲུལ་པ་ཅན། །བྲན་ཡིན་དེ་ནི་རྣམ་རྟོག་ཅན། །བརྗོད་དང་  
རྗེས་འབྲེལ་དེ་ལ་ནི། །གསལ་བར་སྒྲུང་ཉིད་ག་ལ་  
ཞིག །དབང་པོས་བཟུང་ལ་ སྦྱ་སྦྱར་བ། །ཡོད་པ་མིན་ཞེས་  
བཤད་ཅིན་ཏི། ༥ །དབང་པོས་ཆོད་པ་མཐོང་ན་ཡང་། །གལ་  
ཏེ་རྟོག་པས་སྦྱར་བྱེད་ན། །དོན་དང་དེ་ཡི་སྤྱིར་བ་ནི། །རྒྱན་མི་  
འཆད་པར་སྒྲུང་བ་དག །རིགས་དམ་གཞོད་པ་ཅན་མེད་  
ན། །ཆོད་པ་ཞེས་བྱ་དེ་གང་ལས། །གལ་ཏེ་སྒྲོ་རྒྱས་ངེས་པའི་

བྱིར། །ཞེ་ན་དེ་ནི་གང་ལས་འདོད། །ཅིག་ཅར་སྒོ་མཐོང་མེད་  
 བྱིར་ན། །དེ་ཉིད་འདི་ལྟར་དབྱུང་བྱ་ཡིན། །དེ་ནམས་རིགས་  
 མཐུན་པ་ཉིད་ལ། །རྒྱས་པ་ངེས་པར་གྱུར་པ་ཡིན། །འདི་ལྟར་  
 རྣམ་པར་རྟོག་པ་རྣམས། །རིམ་ གྱིས་འབྱུང་བར་ཡང་དག་  
 རྟོགས། །༥ །འདིས་ནི་གང་ཞིག་མཐོང་དོན་ལ། །ངོ་ཞེས་བྱེད་  
 པའི་རྟོག་པ་དག །གསལ་བར་སྒྲུང་བས་མངོན་སུམ་དུ། །རྟོག་  
 པ་དེ་ཡང་བསལ་བ་ཡིན། །སྐྱོད་སྒྲོང་དང་མར་མེ་  
 སོགས། །ཐ་དད་རྟོགས་པ་དག་ལ་ཡང་། །གསལ་ སྒྲུང་ཡོད་  
 བྱིར་དེ་འདྲའི་སྒོ། །ཅི་ལྟར་མངོན་སུམ་ཡིན་པར་འགྱུར། །དེ་  
 བྱིར་ངོ་ཞེས་པ་ལས་ནི། །ཡིག་སོགས་གཅིག་ཏུ་ངེས་པ་  
 མེད། །༦། ལྷོན་ལྷོང་དུན་ལས་དེ་ཡི་ཆོས། །སྒྲོ་འདོགས་མེད་  
 པར་དེ་ཉིད་ནི། །འདི་ཞེས་བྱ་བར་ཞེས་པ་མེད། །དེ་ཡང་རི་

ལྟར་ དབང་སྐྱེས་ཡིན། །དོན་དང་ཤེས་པ་སྤྱིང་བ་དག །ཅིག་  
 ཅར་འབྱུང་བར་འདོད་མིན་ཞིང་། །དོན་དང་ཤེས་པའི་སྣང་བ་  
 དག །སོ་སོར་རྟོགས་པའང་ཡོད་མ་ཡིན། །དོན་དུ་སྣང་བའི་  
 རྣམ་ཤེས་དང་། །ཕྱི་རིམ་གྱི་ནི་དོན་འབའ་ཞིག །སྒྲོ་རྣམས་  
 གཅིག་གིས་གཟུང་མིན་ཏེ། །ཐ་དད་མེད་པར་ཐལ་བྱེད་  
 རོ། །ལེགས་པར་རྟོགས་པའི་བྱད་པར་གྱིས། །སྤྱིང་བ་ལེགས་  
 པར་རྟོགས་མེད་པའི། །དོན་དང་དོན་ཤེས་གང་དེ་དག །ཕྱི་  
 རྣམ་ངེ་ལྟར་སོ་སོར་བྱན། །དོན་དང་དོན་གྱི་ཡིད་དག་གི། །  
 སྤྱིང་བ་རིམ་བཞིན་སྐྱེ་བ་ལའང་། །སྣང་བ་སྣ་ཆོགས་པ་ཉིད་  
 གྱི། །བཅད་པའི་སྐྱོན་འདི་གདོན་པར་དཀའ། །འདི་ལྟར་སྐྱོན་  
 གོ་ལ་སོགས་པའི། །རྣམ་གཅིག་ཉིད་དམ་སྤྱིང་བ་  
 གཅིག །རྟོགས་གྱི་སྐྱོན་པོར་སྣང་བ་ནི། །སྤྱིང་ལ་སྤྱིང་བ་

ཆོས་ཀྱི་བྲག་པ་འི་ཚད་མ་ལྟེ་བདུན།



མིན་པའི་གནས་སྐབས་འགའ། །ཡོད་མིན་དེས་ན་ ཅ་བ་  
 བྱི། །མེད་ན་སྒོ་ཡི་བྲན་པ་ཡང་། །མེད་ཕྱིར་འདོད་པ་ཨ་རེ་  
 མཛེས། ༥། །འདས་སོགས་རྣམ་རྟོག་གང་དག་ལ། །དོན་ཉི་བ་  
 བྱི་ཡོད་མིན་ལ། །འཕོ་བའི་རྒྱ་ནི་མེད་པའི་ཕྱིར། །དོན་ལ་སྦྱོད་  
 པ་མི་སྤྱད་འགྱུར། །གལ་ཏེ་བདག་ལ་ཤེས་བསྐྱེད་པའི། །རྒྱས་  
 པ་རིམ་གྱིས་བྱང་པ་ན། །ཡུལ་གཞན་ལ་ནི་འཕོ་འགྱུར་  
 བ། ༥། །དོན་སྒོ་དེ་ནི་གང་ལས་ཡིན། །སྤར་གྱི་སྒོ་ནི་རྒྱས་བྱང་  
 བ། །དོན་ལ་འཕོ་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། །སྒོ་སྤོན་མེད་པར་སྒོ་མ་  
 ཡིན། །དོན་གཞན་ཆགས་ཞེས་རྒྱས་ཉམས་ན། །ཤེས་པ་སྦྱེ་  
 བ་ མ་གཏོགས་ཕྱིར། །ཅིག་ཅར་རིགས་མི་མཐུན་སྦྱེ་  
 ཡང་། །ཤིན་ཏུ་གསལ་བའི་སེམས་གཅིག་གིས། །རྒྱས་པ་  
 ཉམས་པར་བྱས་པའི་ཕྱིར། །ཀུན་གཞི་ལས་གཞན་འབྱུང་བ་

མིན། །དེ་ལྟ་མིན་ན་ཡིད་འཇུག་ནི། །མཚུངས་ལ་ཡིད་གཞན་  
 ལྟོས་མི་འགྱུར། །ཡེ་ཤེས་རིམ་བཞིན་སྐྱེ་བས་ཀྱང་། །ལྟོས་པ་  
 རབ་ཏུ་གྱུབ་པ་ཡིན། ༥། །ཡིད་གཅིག་ཡིན་སྐྱེར་གཞན་ལ་  
 རི། །ཆགས་པ་གཞན་ལ་མི་འགྲོའི་སྐྱེར། །ཤེས་གཞན་མི་སྐྱེ་  
 ཞེ་ན་མིན། །ལ་ལར་ཅིག་ཅར་འབྱུང་སྐྱེར་རོ། །འཇུག་པ་  
 མཚུངས་ལ་མཚུངས་པའི་སྐྱེར། །ཐམས་ཅད་ཆེ་གཞན་རྟོགས་  
 མི་འགྱུར། །བདག་ཡིད་ལྡན་པ་ཅུ་ལས་ནི། །སྐྱེ་ནའང་ཅིག་  
 ཅར་སྐྱེ་བར་འགྱུར། །གཅིག་ལས་བྱ་བ་གཅིག་ཡིན་  
 ནའང་། །ཅི་ལྟར་མར་མེ་དུ་མས་མཐོང་། ༥། །རིམ་གྱིས་ཀྱང་  
 ལུས་མེད་འགྱུར་ ཏེ། །སྐྱིས་ཀྱང་བྱེ་བྲག་མེད་སྐྱེར་རོ། །འདིས་  
 ལུས་སྐྱེས་བྱ་བ་ཤད་པ་ཡིན། ༥། །གལ་ཏེ་འདུ་བྱེད་ལས་དེས་  
 བ། །དེ་སྐྱིས་གང་ལས་སློ་ཉིད་ལས། །ཞེ་ན་ཡིན་མོད་འདོད་པ་

ཉིད། རྩྱུང་ལ་གཟུང་ཉིད་སྐྱེད་བྱེད་ལ། །གཞན་མིན་སྐྱེད་  
 བྱེད་ཉིན་མཆོན་ ཉིད། །སྒྲུང་བ་གཟུང་བ་མ་ཡིན་མེད། །ཆ་  
 མེད་པ་ལ་སྤྱ་སོགས་མེད། རྩྱུང་བའི་རྒྱས་པ་ཉམས་  
 འགྱུར་གྱི། །སྐྱེད་བྱེད་བདག་ཉིད་གཞན་མིན་ན། །གཟུང་བའི་  
 མཆོན་ཉིད་ཅན་ལ་ནི། །གཟུང་ལས་སྐྱེད་བྱེད་གཞན་མེད་  
 དེ། །གཟུགས་སོགས་དེ་ལྟ་མིན་པར་ ནི། །སྒྲོ་ལ་དངོས་སྤྱུ་  
 བན་འདོགས་མེད། རྩྱུང་བའི་མཆོན་ཉིད་ལས་འདི་  
 ཡི། །དེ་དངོས་ངེས་པ་གཞན་ཅི་ཡོད། །སྒྲོ་ལའང་དེ་ཡོད་དེ་ཡི་  
 བྱེད། །དེ་ཡང་དེ་ཉིད་དུ་རྒྱུ་གནས། །འཛིན་པ་ཡི་ནི་ཉེར་  
 ལེན་དང་། །སྒྲུང་བ་སེམས་ཀྱི་གཟུང་མཆོན་  
 ཉིད། རྩྱུང་གས་ སོགས་དང་ནི་སེམས་དེ་ལྟར། །གཟུང་  
 བའི་མཆོན་ཉིད་དཔྱེད་པ་འདི། །མ་དག་སྒྲོ་ཅན་ལ་ཡིན་

གྱི། །རྣལ་འབྱོར་རྟོགས་པ་བསམ་མི་བྱའ། །དེ་ལ་སྤྱ་སོགས་  
 རོ་བོ་ཡིས། །གཟུང་བ་གཟུང་མིན་ཉིད་འགྱུར་ན། །གཟུགས་  
 སོགས་སྒོ་ལ་སྤར་མེད་གང་། །ཕྱིས་སྐྱེས་པ་ནི་ཅི་ཞིག་  
 ཡོད། ༥ །དེ་ཕྱིར་རང་སྒོ་འཛིན་འགྱུར་ན། །དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱ་  
 ཡི་སེམས། །གང་ཡིན་དེ་ཉིད་འཛིན་འགྱུར་བ། །དེས་ན་དོན་  
 གཞན་རྟོགས་མི་འགྱུར། ༥ །རྒྱས་པ་དུ་མ་གཅིག་མེད་  
 གྱང་། །དངོས་རྣམས་ རོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་འབྲས། །གཅིག་དང་དུ་མ་  
 བྱེད་ཅེས་བརྗོད། ༥ །གལ་ཏེ་གཅིག་ལས་དུ་མ་མིན། །མ་ཡིན་  
 འགའ་ཞིག་གཅིག་ལས་གཅིག །འབྲས་བྱ་ཆོགས་པ་དག་  
 ལས་བྱུང་། །གཅིག་གྱང་ཆོགས་པ་གཉིས་འགྱུར་བྱེད། །དེ་ནི་  
 དུ་མ་བྱེད་ཅེས་ བརྗོད། ༥ །གལ་ཏེ་སྒོ་གཞན་དོན་དང་ནི། རྣམ་  
 ཞེས་སྤྱ་མ་འཛིན་འགྱུར་ན། །སྤྱ་ཕྱིར་སྤྱང་བ་ཅན་ཉིད་

ཕྱིར། །དཔྱོད་པ་ལ་སོགས་དོན་གཅིག་ལ། །རྟག་ཏུ་རིམ་གྱིས་  
མཐོང་བ་ཡི། །བརྗོད་ཉིད་རིམ་མིན་ཉིད་འགྱུར་ཞིང་། །གཅིག་  
ཀྱང་གཉིས་ གཉིས་སྒྲུང་བར་འགྱུར། །བདག་དང་དེ་རིག་སྒྲུང་  
བའི་ཕྱིར། ༥ །གལ་ཏེ་ཡུལ་གཞན་འཕོ་བ་ན། །ཐ་མ་ཉམས་སུ་  
སྤྱང་མིན་ན། །གཞན་གྱིས་ཉམས་སུ་སྤྱང་བ་བཞིན། །ཐམས་  
ཅད་སྤྱང་མེད་ཐལ་བར་འགྱུར། ༥ །གལ་ཏེ་བདག་སྤྱང་མཛོན་  
སུམ་ཡིན། ། གཞན་གྱིས་སྤྱང་འགྱུར་མ་ཡིན་ན། །གང་གིས་  
དེ་སྐད་བརྗོད་འགྱུར་བ། །བདག་གིས་སྤྱང་དེ་གང་ལས་  
བྱུང། ༥ །གསལ་རྒྱ་མ་བྱུང་བར་འགྱུར་གྱི། །གསལ་བར་  
འདོད་པའི་གསལ་བ་མིན། །གལ་ཏེ་གསལ་བར་མ་བྱུང་  
ཀྱང་། །གསལ་ན་འགྲོ་འདི་གསལ་ བར་འགྱུར། །ཆོད་མ་རྣམ་

འགེལ་གྱི་ཆེ་ག་ལེའུར་བྱས་པ་ལས་མངོན་སུམ་གྱི་ལེའུ་སྟེ་  
གསུམ་པའོ།། །།

༥ གཞན་ལ་བསྟན་པར་བྱ་ཉིད་ཕྱིར། །བདག་མཐོང་མིན་  
ཡང་གཞན་དག་གིས། །མཐོང་བ་སྐྱབ་བྱེད་ཅེས་ཁ་ཅིག །དེ་  
སྤང་ཕྱིར་བདག་མཐོང་བའི་ཆེ་ག་ ༥ །ཡོངས་བརྟགས་ཡོངས་  
སུ་ལེན་པའི་ཕྱིར། །རྗེས་སུ་དཔག་པའི་ཡུལ་ལ་ཆེ་ག་ །ཆད་  
མ་ཉིད་དུ་འདོད་མ་ཡིན། །དེར་ནི་རྗེས་དཔག་འདུག་མི་  
འགྱུར། །ལུང་ལ་གཞོད་ཕྱིར་གཞན་ལ་ནི། །སྐྱབ་བྱེད་བཟོད་  
ཕྱིར་དེ་ཡི་ཆོ། །དེ་ནི་ཆད་མིན་དེ་བས་ན། །དེས་གྲུབ་མ་  
ལུས་གྲུབ་མ་ཡིན། ༥ །གལ་ཏེ་ལུང་དེ་ལྟར་ལ་གྲུབ། །ཅེ་ན་  
གང་གི་ལུང་གང་ཡིན། ༥ །ཆད་མས་གཞོད་པར་གྱུར་པ་

ཡི། །ལུང་དེ་རི་ལྟར་གྲུབ་པ་ཡིན། ༥ །དེ་དང་འགལ་བ་ཁས་  
 ལེན་པ། །དེ་ཉིད་གྱིས་ནི་རི་ལྟར་འགྱུར། ། དེ་ལས་གཞན་པ་  
 ཁས་ལེན་ན། །དེ་དོར་ཡན་ལག་ཚད་མ་མིན། ༥ །རང་རྟོགས་  
 གང་ལས་བྱུང་གྱུར་པ། །སྐྱབ་བྱེད་དེས་ནི་ཅིས་མ་  
 བརྗོད། །རིག་པ་གང་གིས་ལུང་འཛིན་པ། །དེ་ནི་འདིས་ཀྱང་  
 ཅིས་མི་འཛིན། །སྒར་ནི་སྐྱབ་བྱེད་གང་དག་གིས། །ཐ་མལ་  
 བར་གྱུར་རྟོགས་པ་དང་། །དབང་པོ་འབྱུང་བའི་སྐྱབ་དེ་  
 དག །དེའི་དོན་རྒྱས་ཤེས་ལ་རྒྱས་ཡིན། ༥ །གང་ཡང་འབྲེལ་  
 བ་རྣམ་ཆད་ཅན། །སྦྱིས་ཀྱང་སྦྱོད་ཡུལ་མ་ཡིན་པའི། །དོན་དེ་  
 དག་ལ་བསྐྱབ་བྱ་དང་། །སྐྱབ་བྱེད་དཔྱོད་པ་ཅུང་བད་  
 མེད། །སྦྱིས་བུའི་བསམ་ བའི་དབང་གིས་ནི། །དེ་ཉིད་དེ་ཉིད་  
 མིན་འཛོག་ན། །གཏན་ཆིགས་དེར་སྒྲུང་མེད་འགྱུར་ཏེ། །དེ་ནི་

དངོས་ཉེན་མིན་ཕྱིར་རོ། །དོན་ཡོད་ཤེས་ལ་སྟོས་བཅས་  
 ཡིན། །མེད་པ་ཤེས་པས་སྐྱབ་བྱེད་མིན། ༥ །ཡོད་ཀྱང་དངོས་  
 དང་འབྲེལ་མེད་པའི། །རྟོགས་ པ་རྟོགས་པ་མེད་དང་  
 མཚུངས། ༥ །རང་བཞིན་དང་ནི་འབྲས་བུའམ། ༥ །སྒྲིང་བ་  
 མཐོང་བ་མེད་ཉིད་རྟགས། ༥ །འབྲེལ་དེ་དངོས་ལ་གྲུབ་ཡིན་  
 བ། །རང་ལ་ཅི་ཡི་ཕྱིར་མ་གྲུབ། །གཞན་གྱིས་ཀྱང་གཞན་ལས་  
 རྟོགས་པར། །མི་རིགས་གཞན་གྱིས་བརྟགས་པ་ཡིས། །ཐལ་  
 བ་སྐྱབ་པ་ གཉིས་འབྲེལ་ཕྱིར། །གཅིག་མེད་ན་གཞན་དགག་  
 ཕྱིར་ཡིན། ༥ །དོན་སྟོས་དེ་ནི་སྒྲ་དག་དང་། །རྟོག་པས་སྒྲ་  
 བརྟགས་བདག་ཉིད་ཅན། །རྟགས་ཉིད་མིན་པར་སྐྱབ་དོན་  
 ཉེ། །དོན་ལས་དོན་ནི་གྲུབ་ཕྱིར་རོ། །རྟོག་དང་ལྷང་དག་བྱེད་  
 པ་པོའི། །འདོད་པ་ཅམ་དང་རྗེས་འབྲེལ་ དང་། །དངོས་ལས་



གཞན་དུ་སྤྱིད་པའི་ཕྱིར། །བཏགས་པ་དག་ནི་འབྲུལ་པ་  
 ཡིན། ༥ །དོན་གྱིས་དོན་ཉོགས་ཕྱིར་དོན་ལ། །སྤྱོད་པ་དང་  
 གཏན་ཆེགས་བརྗོད་རྒྱས་མེད། །དེས་ན་དེ་དག་རང་ཉིད་  
 ལས། །སྐྱབ་པར་བྱེད་པར་གནས་མ་ཡིན། ༥ །སྤྱོད་པ་གྱི་  
 ཆེག་དེ་སྤྲོ་བ་པོའི། །བསམ་པ་སྟོན་པར་བྱེད་པ་ན། །ཆད་ཡིན་  
 དེ་ལས་ཐེ་ཆོམ་དག །སྤྱེ་ཕྱིར་དངོས་སུ་སྐྱབ་བྱེད་  
 མིན། །བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་བརྗོད་པ་ཡིས། །བརྒྱད་པ་ཡིས་ཀྱང་  
 རྒྱས་པ་མེད། །གཏན་ཆེགས་བརྗོད་པ་རང་ཉིད་ལ། །རྒྱས་པ་  
 མེད་ཀྱང་རྒྱས་སྟོན་བྱེད། ༥ །གཏན་ཆེགས་དོན་གྱི་ཡུལ་ཉིད་  
 གྱིས། །རྒྱས་མེད་དེ་ནི་བརྗོད་པར་བཤད། ༥ །གལ་ཏེ་དེ་  
 ལའང་རྒྱས་ཡོད་དེ། །གཏན་ཆེགས་ཆེག་ནི་འཇུག་ཕྱིར་  
 ན། །དེ་ནི་ཐེ་ཆོམ་གྱིས་ཤེས་པར། །འདོད་པས་སྐྱབས་ལ་

བརྟེན་པ་ཡིན། ། མི་མཐུན་སྟོགས་ཁས་ལེན་ན་ཡང་། ། དེ་  
 མཚུངས་སྤྱིར་ན་ཐུག་མེད་འགྱུར། ། རང་གི་ཡན་ལག་རྒྱས་པ་  
 བློ། ། ཚུལ་གསུམ་དག་ལ་ཡང་དག་གནས། ། དེ་ལ་བླན་པ་  
 བསྐྱེད་པ་ནི། ། དེ་ཉིད་ཆེག་ལ་ཡང་དག་གནས། ། གལ་ཏེ་ཡུལ་  
 བསྟན་མེད་པར་ནི། ། གཏན་ཆེགས་འཇུག་པ་མེད་པའི་  
 སྤྱིར། ། ཡུལ་བསྟན་པ་དག་ཉིད་ལས་ནི། ། རྒྱས་པ་སྦྱབ་པར་  
 འདོད་ཅེ་ན། ༥ ། བྱུང་སྟོན་ཅན་ལ་དེ་མེད་ཀྱང་། ། སྦྱོར་གྱིས་  
 ཡིན་འདི་འདྲ་ཀུན། ། མི་རྟག་ཅེས་ནི་བརྗོད་པས་ཀྱང་། ། དོན་  
 གྲིས་དེ་ནི་འཇིག་སྒོར་འགྱུར། ༥ ། སྟོགས་ བསྟན་པ་ནི་མེད་ན་  
 ཡང་། ། འགྱུར་པ་ལ་ནི་གོགས་མེད་སྤྱིར། ། གསུམ་ལས་ཚུལ་  
 གང་རུང་བ་ཉིད། ། མ་བསྟན་མ་ཚད་ཡིན་པར་  
 བརྗོད། ༥ ། བསྦྱབ་བྱ་བརྗོད་པར་དམ་བཅས་ནའང་། ། སྦྱོར་དེ་ལ་

སྒྲིན་འཐད་མིན་ཏེ། །སྐྱབ་བྱེད་དབང་དུ་བྱས་ཉིད་  
གྱིས། །གཏན་ ཆོགས་ལྟར་སྒྲུབ་ཐལ་མིན་བྱིར། །བྱད་པར་  
མེད་པར་བརྗོད་ན་ཡང་། །རིགས་གཅིག་གི་ཆོམ་སྒྲེ་འགྱུར་  
ཏེ། །གཞན་དུ་བསྐྱབ་བྱ་བརྗོད་པ་ཀུན། །དམ་བཅའ་བར་ནི་  
ཐལ་བར་འགྱུར། །གལ་ཏེ་བྱབ་བརྗོད་སྐྱབ་བྱེད་བྱིར། །གཞན་  
དག་ལ་ཡང་སྒྲིན་མེད་ན། །ད་ ནི་བསྐྱབ་བྱ་བསྟན་པ་དག །ཅི་  
ལྟར་སྐྱབ་བྱེད་ཡན་ལག་ཡིན། ༥། ལྟར་སྒྲུབ་བཅས་སོགས་  
བཀོད་པ་དང་། །གཞན་ནི་འབྲེལ་མེད་བཞད་གད་དེ། །འདི་  
ལྟར་དེ་ནི་རིགས་པ་ཉིད། །མ་ཡིན་ལོ་ཞེས་བཤད་ཟེན་  
ཏི། ༥།སྐྱབ་བརྗོད་ཉོགས་པའི་དོན་ཅན་ཉིད། །ཡིན་ཡང་སྒྲོངས་  
མེད་བྱིར་མཆན་ཉིད། །དོ་ལོ་ཆོག་སྤང་བདག་ཉིད་  
འདོད། །ཆོག་གིས་དེ་ཡི་མཆན་ཉིད་བཞི། །མ་གྲུབ་སྐྱབ་བྱེད་

མིན་དོན་བརྗོད། །ཆོལ་བས་ཁས་སྒྲངས་པ་བཟུང་ངོ་། །མ་  
བརྗོད་ན་ཡང་འདོད་པས་བྱས། །བདག་གི་དོན་བཞིན་བསྐྱབ་  
བྱར་འདོད། །གཞན་འདོད་ ཐམས་ཅད་བསྐྱོག་ན་  
ཡང་། །འགྲེལ་པར་བདག་ཉིད་སྐྱ་བཤའ་པ། །དོགས་པའི་  
གནས་ནི་བསྐྱོག་པ་སྟེ། །འདི་ནི་དེ་དོན་བྱས་པ་ཡིན། །དེ་ནི་  
སྟོས་ནས་ཆོས་དག་དང་། །ཆོས་ཅན་བྱད་པར་ཡིན་པར་  
བརྗོད། །མ་བརྗོད་ན་ཡང་འདོད་པ་ནི། །སྐབས་ལས་ཉོགས་  
པར་འགྱུར་བ་ཡིན། །དེ་དཔེར་རྗེས་འགྲོ་མེད་པ་ཡི། །སྐྱོན་  
ཡང་རི་སྐད་བདག་གཞན་ན། །དེ་མ་གྱུབ་ཅེས་བཤའ་བཞིན་  
ཏེ། །དེར་ནི་འདོད་ལ་གཞོད་བྱེད་ཡིན། ༥ །གལ་ཏེ་གང་ལ་  
ཚོད་པ་ཡིན། །སྐྱབ་བཀོད་དེ་བསྐྱབ་བྱ་མིན་ན། །བསྐྱབ་བྱ་ཅི་  
ཡིན་གཞན་ ཏུ་ན། །མི་འདོད་པའམ་འབྲས་མེད་

འགྱུར། ༥། །འདིས་ནི་གཉིས་བཅས་སྒྱུར་བ་ལ། །རྗེས་འགོ་  
 མེད་དང་འགལ་བ་དག། །བསྟན་པ་ཡིན་ནོ་ཅི་སྟེ་  
 ཡང་། །བསྒྱུབ་པར་བྱ་བ་སྒྱུར་འདོད་ན། །དེ་ཉིད་དོན་གཞན་  
 མེད་པའི་ཕྱིར། །ལུས་མི་འགྱུར་ན་གྲུབ་མ་ཡིན། ། །བརྗོད་བྱས་  
 སྟོང་བ་བརྗོད་རྣམས་ཀྱི། །འདི་དེ་མི་ཤེས་ཀྱིས་བསྐྱད་  
 ཡིན། ༥། །སྒྲ་དང་བྱམ་པའི་ཁྱད་པར་གྱིས། །རྟོག་ན་འཇིག་  
 ལའང་མཚུངས་ཤེ་ན། །མ་ཡིན་འཇིག་པ་སྒྱུབ་པ་ཡིས། །སྒྲ་ནི་  
 དེ་ལྟར་གྲུབ་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དོན་གཞན་ཡོད་ཀྱུར་  
 བ། །བྱམ་པའང་ དེ་དང་ལྡན་པར་འགྱུར། ༥། །།མི་རྟག་སྒྲ་ཡི་  
 ཁྱད་པར་ཅན། །རྗེས་འགོ་མེད་ན་མ་འབྲེལ་བ། །བསྒྲོག་ཕྱིར་  
 མ་ཡིན་མི་ལྡན་དང་། །གཞན་ལྡན་རྣམ་གཅོད་རྣམ་པ་  
 གཉིས། །མི་ལྡན་གཅོད་ཕྱིར་གཞན་དང་ནི། །རྗེས་འགོ་མེད་

པར་འགྱུར་མ་ཡིན། ༥། །དེ་སྤྱི་བསྐྱབ་པར་བྱ་ཡིན་  
པས། །བྱབ་པ་སྐྱབ་པ་ཉིད་མ་ཡིན། ༥། །ཆོས་ཅན་བྱད་པར་  
ཅན་དེ་ནི། །རྗེས་འགྲོ་མེད་པའི་སྤྱོན་ལྡན་མིན། །འདིས་ནི་  
ཆོས་ཅན་ཆོས་དག་གིས། །ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་བྱད་པར་  
ཅན། །འགོག་པ་དག་ནི་བསལ་ཡིན་ཏེ། །ཆོས་ཅན་དེ་ལྟར་མི་  
བསྐྱབ་ཕྱིར། །ཆོས་ཅན་ལ་ནི་ཆོག་པས་པ་དག །བསལ་བ་  
འགལ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། །གང་ཕྱིར་དེ་ལྟར་སྐྱབ་འདོད་  
མིན། །འདིར་ཆོས་འབའ་ཞིག་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན། །ཆོས་ཅན་  
གཅིག་ལ་བསྟན་བཅོས་ལས། །ཆོས་རྣམས་དུ་མ་རྣམ་གཞག་  
ཀྱང་། །བདག་ཉིད་འདོད་པ་བསྐྱབ་བྱ་ཞེས། །བདག་ཉིད་ཀྱི་  
ནི་སྐྱ་སྐྱོས་སོ། ༥། །གལ་ཏེ་བསྟན་བཅོས་ཁས་སྦངས་  
ཕྱིར། །ཐམས་ཅད་བཟུང་བས་དེ་གཅིག་ལ། །རབ་ཏུ་གནོད་

ནའང་གཏན་ཆེགས་དང་། །དམ་བཅའ་བ་དག་སྐྱོན་འགྱུར་  
 བ། །སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པ་ན། །དེ་བའི་ ཡོན་ཏན་བསྐྱེད་པའི་  
 བྱིར། །གཏན་ཆེགས་འགལ་འགྱུར་སྐབས་མིན་བྱིར། །མིན་ན་  
 དེ་ནི་གཞན་ལའང་མཚུངས། །ཅི་སྟེ་ཆོས་ཅན་འདིར་སྐབས་  
 ཡིན། །དེ་ལ་བསྟན་བཅོས་དོན་གཞི་དེ་ཉིད། ༥ །ཆོས་ཅན་  
 ཆོས་སོགས་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱིས། །ཅི་སྟེ་གོལ་འདོད་ཡིན་ བཟོད་  
 བ། ༥ །གནས་སྐབས་འགའ་ཡིས་འདོད་འགྱུར་ཞིང་། །དེ་  
 རྟོགས་པ་ཡང་དེ་དག་གིས། །ནན་གྱིས་བྱོད་འདི་འདོད་ཅེས་  
 བ། །གསལ་བར་དབང་ཕུག་སྐྱོད་པ་ཡིན། །འབྲས་བུའི་  
 རྟགས་ཅན་མིན་བཟོད་དེ། །འབྲུལ་བ་ཡིས་ནི་གཞི་དཔར་  
 འགྱུར། ༥ །མེད་ན་མི་འབྱུང་མིན་དོན་ལ། །གཞི་དཔར་གཞན་  
 ལ་ཅི་ཞིག་གཞི་དཔར། ༥ །རྗེས་དཔག་རང་གི་སྐྱོད་ཡུལ་ལ། །ལུང་

ལ་སྟོས་པ་མེད་པར་བཤད། །དེས་གྲུབ་དེ་ནི་ལེགས་པར་  
 གྲུབ། །དེ་ཆེ་བསྟན་བཅོས་སྟོས་མ་ཡིན། ༥ །དེ་ཆེ་ཚུད་ངོར་  
 འགྱུར་ཞེ་ན། །དེ་ཆེ་ཁས་སྦངས་མེད་ཕྱིར་ མིན། །འདི་ནི་ཁས་  
 ལེན་ཐབས་ཡིན་ཏེ། །དེ་ཆེ་ཡོད་ཀྱང་ཡན་ལག་མིན། ༥ །དེ་  
 ལྟར་ཡུལ་གཉིས་རྣམ་དག་ན། །དེ་ནི་བསྟན་བཅོས་ཡོངས་  
 འཛིན་པར། །འདོད་པའི་དུས་ཡིན་དེ་ཡི་ཆོ། །བསྟན་བཅོས་  
 གྱིས་ནི་གཞོད་པར་འགྱུར། །དེས་གྲུབ་དོན་ལ་དེ་དང་ནི། །  
 འགལ་བར་སེམས་པ་མི་རུང་ཕྱིར། ༥ །གནས་གསུམ་པར་ནི་  
 འཕོ་བ་ནི། །བསྟན་བཅོས་ལེན་པར་རིགས་ལྡན་  
 ཡིན། ༥ །དེར་ཡང་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་དང་ནི། །མེད་ན་མི་འབྱུང་  
 ལ་གཞོད་ཉིད། །སྦང་བར་བྱ་ཡི་གཞན་མིན་ཏེ། །ཐུག་པ་མེད་  
 པར་ཐལ་ཕྱིར་རོ། ༥ །དབྱེད་ པ་ཀྱན་ལ་བསྟན་བཅོས་



དག། །གཟུང་ཞེས་ལུགས་འདི་གང་གིས་བྱས། །དེ་ནི་གྲུབ་  
 མཐའ་མེད་རྣམས་ཀྱིས། །དུ་བས་མེ་ནི་རྟོགས་མི་འགྱུར། །སྐྱེ་  
 བོ་རིང་པོར་སྐྱེས་གྱུར་ཞིང་། །ཡོན་ཏན་ཉེས་པ་མ་མཐོང་  
 ལ། །གྲུབ་མཐའ་མི་ཟད་གཏོན་འདི་ནི། །ཀྱེ་མ་སྤྱ་ཡིས་བསྐྱོས་  
 པ་ཡིན། ༥། །གལ་ཏེ་དཔེ་ལ་བསྟན་བཅོས་ཀྱན། །སྐྱབ་པར་  
 བྱེད་པ་གཅིག་ཉིད་ལ། །བསྟན་པ་སྐྱབ་བྱེད་འགྱུར་ཞེ་  
 བ། ༥། །འདི་ནི་འཇིག་རྟེན་འདས་ལུགས་ཡིན། ༥། །འབྲེལ་མེད་  
 ཆོས་ནི་མ་གྲུབ་པས། །མ་གྲུབ་པར་ནི་རི་ལྟར་འགྱུར། །དེ་  
 གྲུབ་ཡིན་ན་དེ་ སྐྱབ་བརྗོད། །གཏན་ཆོགས་སྐྱོན་ལྡན་རི་ལྟར་  
 ཡིན། ༥། །ཆོས་ཅན་ཆོས་ནི་མ་ལུས་པ། །དཔེར་སྤངས་མེད་པ་  
 ཁོ་ནར་ནི། །སྐྱེ་བོས་ཆོག་དང་དུང་སོགས་ལས། །སེམས་  
 ལྡན་མེ་སོགས་རྗེས་དཔོག་བྱེད། ༥། །མི་འབྲུལ་པས་ན་རང་

བཞིན་དང་། །རྒྱ་དག་སྐྱབ་པར་ བྱེད་པའི་དོན། །འགའ་ཡི་སྐྱ་  
 བ་ལ་གཞིན་པས། །དོ་བོ་ཉིད་ལས་སྒྲིག་མ་ཡིན། །དེ་ནི་འདོད་  
 པའི་བསྐྱབ་བྱ་ཡི། །དོན་དང་མེད་ན་མི་།འབྱུང་བར། །རྟོགས་  
 བ་གཞན་དག་གཏན་ཆིགས་ངེས། །ཅི་ལྟར་རྟོགས་པར་འབྱུར་  
 མ་ཡིན། ༥ །གཏན་ཆིག་བརྗོད་དམ་མ་ བརྗོད་གྲང་། །འགའ་  
 ན་ཆོལ་བས་འདིར་ཅི་བྱས། །ངེས་བརྗོད་ཉེས་པས་བསྟན་  
 བཅོས་ལ། །གཞིན་བྱེད་དུ་ནི་དེ་སྐྱེས་མིན། །གཞིན་བྱེད་  
 བརྗོད་སྤྱིར་སྐྱོན་ཞེ་ན། །གལ་ཏེ་མ་བརྗོད་ན་དེ་ཅི། །གཞིན་པ་  
 མིན་ནམ་མི་རིགས་བྱེད། །མིན་ཏེ་ཅིས་ན་སྐྱོན་ཅན་ཡིན། །  
 གཏན་ཆིགས་ལྟར་སྤང་གཞན་དག་ལ། །རང་འདོད་ཉིད་ནི་  
 སྐྱབ་བྱེད་སྤྱིར། །དོན་མེད་བརྗོད་པས་སྐྱོན་འབྱུར་ན། །དེ་སྐྱབ་  
 སྤྱིར་ན་འདིར་མ་ཡིན། ༥ །གལ་ཏེ་བསྟན་བཅོས་ལ་ལར་

འགའ། །རིགས་མིན་པས་ན་རིགས་སྒྲ་བ། །གཞན་པ་དག་  
 གྲང་འགོག་བྱེད་ཅེས། ། བྱ་བ་རྒྱལ་རིགས་ལུགས་ཡིན་  
 བོ། །དོན་ཀྱན་མཚུངས་པར་བྱས་ནས་ནི། །སྒྲུབ་བྱེད་བརྗོད་  
 པར་རྒྱས་མ་ཡིན། །དེས་ན་ཀྱན་ཏུ་བསྒྲུབ་བྱ་དང་། །སྒྲུབ་བྱེད་  
 རྣམ་གཞག་འདི་ཉམས་འགྱུར། ༥ །ཆོས་ཅན་གཅིག་ལ་འགལ་  
 བ་དག །མི་རུང་སྤྱིར་ན་འགལ་ངེས་ལ། །གཞོད་འགྱུར་འདིར་  
 ནི་དེ་འབྲ་བའི། །འགལ་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ༥ །དེ་དག་  
 གཞོད་བྱ་གཞོད་བྱེད་ནི། །མིན་ཡང་བསྟན་བཅས་དོན་སྤང་  
 སྤྱིར། །འབྲེལ་བ་མེད་གྲང་གཞོད་ཅེ་ན། ༥ །ཐམས་ཅད་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱིས་གཞོད་འགྱུར། ༥ །འབྲེལ་ཡོད་དེས་ན་ དེ་ཉིད་  
 ལ། །གཞོད་འགྱུར་ཞེ་ན་མ་ཡིན་ཏེ། །ཏགས་ཀྱན་རང་གི་  
 བསྒྲུབ་བྱ་ལ། །སྒྲོན་དང་ཡོན་ཏན་དབྱེད་སྤྱིར་རོ། ༥ །མེད་ན་

བསྐྱབ་བྱ་མི་འབྱུང་བའི། །འབྲེལ་བ་དེ་ནི་འདིར་རྟོགས་  
 མེད། །འདིར་ནི་བསྟན་བཅོས་གཞི་དཔལ་ཞིག། །སྟོན་ཡིན་  
 དེ་གཞན་བྱས་ལའང་ མཚུངས། ༥ །གལ་ཏེ་བསྟན་བཅོས་  
 ཁས་སྤངས་སྟེར། །བསྟན་བཅོས་མཐོང་བ་མ་ལུས་  
 བསྐྱབ། །དཔེ་དང་གཏན་ཆེགས་མ་གྲུབ་སྟེ། །དམ་བཅའ་བར་  
 ནི་ཐལ་བར་འགྱུར། ༥ །གལ་ཏེ་སྐྱབ་བྱེད་ཉིད་བརྗོད་པ། །མ་  
 ཡིན་འདོད་པ་སྟོས་སྟེར་ན། །བསྐྱབ་བྱ་རིག་པས་ ཐོབ་པ་  
 ནི། །ཆེག་ལས་ལྟོག་པ་མ་ཡིན་ནོ། །མི་འདོད་བསྐྱབ་བྱ་མིན་  
 ཞེ་ན། །ཁོལ་བ་མི་འདོད་ཆོས་གཞན་ཡང་། །བསྐྱབ་མིན་དེ་  
 ཆེ་བསྐྱབ་བྱ་བ། །མིན་ལ་གཞི་དཔལ་ཅི་ཞིག་  
 འགལ། ༥ །སྟོགས་མཆན་སྟེ་རོལ་དོན་ཅན་ཡིན། །རང་ཉིད་  
 སྐྱ་ཡང་དོན་མེད་འགྱུར། ༥ ། བསྟན་བཅོས་འདོད་འཇུག་དོན་

ཞེ་ན། །འོ་ན་དོགས་འདི་གང་ལས་ཡིན། །༥།དེ་ནི་ཚད་མས་  
བཀག་མེད་ན། །འཛིན་པ་གང་གིས་བསྐྱོག་པར་བྱས། །གལ་  
ཏེ་ཚད་མས་བཀག་ན་ཡང་། །ཆོག་ལས་གང་གིས་འཇུག་པར་  
འགྱུར། །དེ་དག་སྒར་ཡང་གྲུབ་མཐའ་ནི། །རང་གི་འདོད་པ་  
ཉིད་ཀྱིས་འཛིན། །དེ་ནི་ཕྱིས་ཀྱང་ངེ་ཞིག་སྟར། །གཞན་འཛིན་  
པ་ནི་ཅིས་མི་ཐོབ། །འདོད་གཞོད་མེད་དང་བསྐྱབ་བྱ་  
མིན། །ཐུག་པ་མེད་པར་བསྟན་པས་ན། །ལོག་པར་རྟོགས་པ་  
བསལ་བའི་ཕྱིར། །འདིར་ནི་རང་ཉིད་སྒྲ་མཛད་དོ། །༦།གཞུང་  
ལུགས་ ཀྱིས་བྱས་ཁྱད་པར་དག །ཡོངས་སུ་སྤངས་ནས་རབ་  
ཐགས་པའི། །ཆོས་ཅན་དག་ནི་གཟུང་དོན་དུ། །གཞན་ནི་རང་  
ཉིད་སྒྲ་བརྗོད་ཟེར། །༧།དབྱུང་པ་ཉིད་ཀྱི་སྐབས་ཀྱིས་ནི། །རབ་  
ཐགས་ཏེན་ནི་གྲུབ་གྱུར་ཏེ། །རང་འདོད་བཏགས་པའི་ཁྱད་

བར་ཅན། །དངོས་པོ་རྣམས་ཚུད་མེད་ཕྱིར་རོ། ༥ །ཅི་སྟེ་གྲུབ་  
 བར་བསྟན་པ་ཡིས། །ཆོས་ཅན་བསྐྱབ་བྱ་མིན་བརྗོད་  
 བ། །རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་བསྟན་པ། །ཞེས་བྱ་འདི་ཉིད་གྱིས་དེ་  
 རྟོགས། ༥ །གྲུབ་དང་སྐྱབ་པའི་ངོ་བོར་ནི། །བསྟན་པ་དག་ནི་  
 ཡོད་ཡིན་ན། །བསྐྱབ་བྱ་ཉིད་དུ་བསྟན་པ་ཞེས། །བྱ་བ་འདི་ནི་  
 འབྲས་ལྗན་འགྱུར། །རྗེས་སུ་དཔག་པ་སྟེ་ཡི་ནི། །ཡུལ་ཅན་  
 ཉིད་དུ་བཤད་པ་ཡིན། །འདིར་ནི་དེ་སྐད་མ་བསྟན་  
 གྱུར། །སྟོགས་ལ་འགལ་བ་ཅུང་ཟད་མེད། །གལ་ཏེ་ཆོས་ཅན་  
 བསྐྱབ་བྱར་བྱས། །དེ་ལས་ཅིར་འགྱུར་དེ་མི་རུས། །ཅི་ཕྱིར་  
 བརྟགས་རྗེས་འགོ་མེད་ ཕྱིར། །འདི་དེ་དག་གི་སྟོན་མིན་  
 ནམ། །ཡན་ལག་ཕྱི་མ་ལ་སྟོས་པ། །སྟོགས་སྟོན་འདོད་མིན་  
 དེ་སྟོན་ནའང་། །གཏན་ཆོགས་ལ་སོགས་ཉེས་པ་

ཡང་། །སྟོགས་ཀྱི་སྟོན་དུ་ཐལ་འགྱུར་ཏེ། །ཐམས་ཅད་སྟོགས་  
 ལ་གཞིན་སྟེར་རོ། ༥ །དེ་སྟེར་དེ་ཙམ་དང་འབྲེལ་བ། །སྟོགས་  
 ཀྱི་སྟོན་འདོད་གཞན་མིན་ཏེ། །མདོན་སྟུམ་ལ་སོགས་འགལ་  
 བ་བཞིན། ༥ །རྒྱ་སོགས་མཆན་ཉིད་བསལ་བྱ་ལ། །སྟོས་པ་  
 མེད་བར་མ་བྱབ་དང་། །སྟོག་པ་དག་ནི་སྤང་བའི་  
 སྟེར། །སྟོགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་བཤད་པ་ཡིན། །རང་ཉིད་ཆོག་  
 སྤང་ངོ་བོའི་སྒྲ། །མ་བསལ་བ་དང་བཅས་པ་དག །སྟོག་པ་  
 སེལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན། །འདོད་སྒྲས་མ་བྱབ་སེལ་བར་  
 བྱེད། །བསྐྱབ་བྱར་ཁས་སྤངས་སྟོགས་མཆན་ཉིད། །དེ་རྣམས་  
 ལ་ནི་སྟོགས་ཉིད་མེད། །བསལ་བ་གཞིན་དང་སྟག་མ་  
 ལ། །མཆན་ཉིད་འཇུག་པ་མེད་སྟེར་རོ། །རང་ཉིད་འདོད་པ་  
 བརྗོད་པ་ཡིས། །ངས་བཟུང་དོན་ནི་རྟོགས་ན་ཡང་། ༥ །བྱེད་

པའི་མཐའ་དང་འབྲེལ་པའི་ཕྱིར། །དུས་གཞན་གཅད་ཕྱིར་  
བཤད་པ་ཡིན། ༥། །འདོད་རྒྱུན་འདིར་ནི་ཡན་ལག་  
ཅིན། །འདོད་པར་གྱུར་པའི་ཆོག་དག་ལ། །ཡན་ལག་ཉིད་  
ཡིན་དེ་ཡིས་ནི། །གཏན་ཆོགས་མ་གྲུབ་ལ་སོགས་  
འགོག་༥ །རྫོད་བྱེད་ཅིན་ཕྱིར་ཡང་མི་རིགས། །དེས་ན་རང་  
ཉིད་བདག་ཉིད་འདོད། །བསྟན་བཅོས་ཀྱན་ལ་ལྟོས་མེད་  
པར། །དེ་འདོད་པ་ནི་བསྐྱབ་བྱ་ཉིད། །དེས་ན་མི་འདོད་དང་  
འབྲེལ་བའི། །འདོད་པ་ལ་ཡང་གཞོད་པ་ན། །རི་ལྟར་སྐྱབ་ལ་  
གཞོད་མེད་ཕྱིར། །ཁྱོགས་དང་གཏན་ཆོགས་སྐྱོན་མེད་  
ཉིད། ༥།ཁས་སྦངས་དེ་ཡང་ཚད་མ་ནི། །དག་གིས་བཀག་  
མེད་ཡིན་པར་འདོད། །གཏན་ཆོགས་ཐེ་ཆོམ་ལ་བརྫོད་  
ཕྱིར། །བསལ་བ་གཏན་ཆོགས་ཉེན་མ་ཡིན། །རྗེས་སུ་དཔག་



པའི་དབྱེ་བ་ཡིས། །གཞོད་ པ་དེ་ནི་རྣམ་བཞིར་བཤད། །དེ་ལ་  
ཁས་སྦངས་འབྲས་རྟགས་ཏེ། །འགྲོ་ལ་གྲགས་པ་རང་བཞིན་  
རྟགས། ༥། །ཡང་དག་ངེས་ལྷན་བརྗོད་འདོད་པ། །བདག་  
གཞན་ཡིད་ཆེས་མཚུངས་པ་ཡི། །སྤྱིར་ན་རང་གི་ཆོག་དང་  
ནི། །བསྟན་བཅོས་གཅིག་ཏུ་བཤད་པ་ཡིན། །རི་ལྟར་ བདག་  
ནི་ཆད་མིན་ན། །ཆོག་ནི་འཇུག་པར་མི་འགྱུར་བ། །དེ་བཞིན་  
བསྟན་བཅོས་མི་བརྟན་ན། །དེར་གྲགས་དོན་ལ་དཔྱེད་པ་  
ཡང་། །མཚུངས་པར་བསྟན་སྤྱིར་བསྟན་བཅོས་དེའི། །སྐབས་  
རྟོན་ཉིད་ལ་གཞོད་བྱེད་ཅེས། །དོན་འདི་བསྟན་པའི་ཆད་དུ་  
འདི། །རང་གི་ཆོག་ དང་ལྷན་ཅིག་བཤད། །དེས་ན་འདི་ལ་  
དཔེ་དག་གྱང་། །མཚུངས་པ་ཉིད་དུ་བསྟན་པ་ཡིན། །ཆད་མ་  
རྣམས་ནི་ཡོད་མིན་ན། །བསྟན་བཅོས་ཆོག་མི་རུང་སྤྱིར་

རོ། །རང་ཆེག་འགལ་ལ་གསལ་བའི་དཔེ། །ལུང་ལ་སྟོགས་  
 ཅམ་བསྟན་པ་ཡིན། ༥། །དེ་ལ་མ་འོངས་པ་ན་ ཆོས། །བདེ་བ་  
 མི་འགྲུབ་ཅེས་བྱ་ཡིན། ༥། །དེ་ལ་རྟེན་མིན་དངོས་པོ་  
 ལ། །བསྟན་བཅོས་དང་འགལ་བརྗོད་ན་ཡང་། །གཞོད་པ་མ་  
 ཡིན་གཉིས་པོ་དག །རྒྱས་པ་མཚུངས་སྤྱིར་གོགས་བྱེད་  
 འགྱུར། །དཔེར་ན་རང་གི་ཆེག་བཞིན་ཏེ། །དེ་ཡང་དེ་ཆེ་རང་  
 ཆེག་བདག་༥ །དེ་དག་ གང་ལ་ཆད་མ་ཡོད། །དེ་ནི་གཞན་ལ་  
 གཞོད་བྱེད་འགྱུར། །དེ་ལྟ་མིན་ན་རིགས་བྲལ་གྱི། །དམ་བཅའ་  
 རྒྱས་པ་མཚུངས་པ་ཡི། །དམ་བཅའ་ཇི་བཞིན་དོན་ཅན་  
 གྱི། །རྗེས་དཔག་ལ་ནི་ཇི་ལྟར་གཞོད། །ལུང་རྣམས་ཆད་མ་  
 ཡིན་པ་ནི། །སྤར་ཉིད་རྣམ་པར་བསྐྱོག་པ་ཡིན། ༥། ། དེ་ཡི་  
 སྤྱིར་ན་ཁས་སྦངས་ནས། །དཔྱོད་པ་དག་ལ་སྟོན་འདི་



འདོད་དཔྱེད་པ་ཉིད་མི་འཇུག ༥། །འདི་ལ་བརྟག་པ་པལ་ཆེར་  
 བློ། །འགལ་བ་བརྗོད་ཡིན་འདི་ལྟ་སྟེ། །ཆགས་སོགས་ཆོས་  
 མིན་ཅ་བ་དང་། །ཁྱུས་ཀྱིས་ཆོས་དག་འགྱུར་བའོ། ༥། མཐོང་  
 དང་མ་མཐོང་བ་དག་ལ། །རིགས་པས་གྲུབ་དང་རང་ཆོག་  
 གིས། །གཞོད་མེད་བསྟན་བཅོས་གང་ཡིན་དེ། །གཟུང་བར་བྱ་  
 བྱེད་དཔྱེད་འཇུག་འགྱུར། ༥། །སྐྱེས་བུའི་འདོད་དང་རྗེས་  
 འབྲེལ་བ། །འདོད་སྐྱེའི་བརྗོད་བྱ་ཉིད་དོན་ལ། །བཀག་མེད་  
 བྱེད་ན་གཞོད་མེད་དག །སྐྱེ་བོ་རྣམས་འདོད་ཡིད་ཆོས་  
 ཡིན། ༥། །ཐ་སྙད་ལས་ནི་སྐྱེས་པ་ཡི། །ཆོས་དེ་གྲགས་པའི་སྐྱ་  
 ཡིས་བརྗོད། །མདོན་སྙམ་སོགས་ཀྱི་གཞལ་བྱ་ ཡང་། །འཇལ་  
 བྱེད་སྐྱ་སྐྱོ་བཏགས་ནས་བརྗོད། ༥། །དེ་ལ་བརྟེན་ནས་འགྱུར་བ་  
 ཅན། །འདོད་པས་འཇུག་བྱེད་དགག་མེད་པ། །བྱས་དང་མ་

བྱས་པ་རྣམས་སུ། །སྣ་ཆོགས་རང་བཞིན་ཉིད་ཀྱིས་  
རུང་། ༥ །དོན་ཅམ་དང་ནི་རྗེས་འབྲེལ་ཅན། །བྱང་བའམ་ནི་  
འབྱང་འགྱུར་བ། །སྣ་ཡི་རུང་བ་ཉིད་དེ་ཡིས། །མི་མཐུན་པ་  
དག་གཞོད་པར་འགྱུར། །གཤམ་པ་མེད་ཀྱང་དངོས་པོ་  
ལ། །རུང་ཉིད་དེ་ཡི་སྟོབས་ཉིད་ལས། །དེ་ལ་སྣ་ཀུན་འབྲེལ་  
དེས་ན། །དེ་ལ་དེ་ནི་གྲུབ་པ་ཡིན། །གཞན་དུ་འདིར་ནི་གཞོད་  
པ་ཡི། །གཏན་ཆོགས་ཐུན་མོང་ཉིད་མི་འགྱུར། ༥ ། །དེ་འགོག་  
རྗེས་དཔག་ལས་འགྱུར་ཏེ། །སྣ་དོན་ལ་དབང་འཇུག་མེད་  
ཕྱིར། །གང་ལ་ཡོད་རྗེས་འགྲོ་མེད་དེ། །ཏགས་རྣམས་ཐུན་  
མོང་མིན་ཉིད་ཅེས། །དེ་ལྟར་གཏན་ཆོགས་དཔེར་བརྗོད་  
བ། །འབྲས་བུ་དང་ནི་ལྡན་པར་འདོད། ༥ །སྣ་ནི་བར་ལ་བརྟེན་  
པ་ཅན། །དེ་ཡང་འདོད་ཅམ་བརྟེན་པ་ཡིན། །སྣ་ཡིས་གྲུབ་པ་

མི་འབྲུབ་མིན། །དེ་ལྟར་སྒྲུབ་བྱུང་གྲགས་པ་གསུངས། ༥ །རྗེས་  
 སུ་དཔག་པས་བསྐྱབ་ནམས་ལ། །འགལ་བ་འཁྱལ་བ་མེད་པ་  
 ཅན། །མེད་པར་སྟོན་ཡིན་དེ་ལྟ་བུའི། །གྲགས་པའི་རྗེས་  
 དཔོག་ཡིན་ཕྱིར་རོ། ༥ ། ཡང་ན་འཇིག་རྟེན་བརྗོད་པ་  
 ལ། །རྗེས་དཔག་མེད་པར་བརྗོད་པ་ཡིན། །དེས་ན་རྗེས་སུ་  
 དཔག་པ་ལས། །གྲགས་པ་ཐ་དད་ཡུལ་ཅན་ཉིད། །དེས་ན་  
 དངོས་ནམས་ཡོད་མེད་པའི། །རྗེས་སུ་འཇུག་ཅན་རྗེས་དཔག་  
 ལས། །ཐ་དད་དེ་དབང་མི་འཇུག་པ། །དེ་འདོད་ལས་སྐྱེས་  
 ཡིན་ཞེས་བསྟན། ༥ །རི་བོང་ཅན་ལྷར་མི་འདོད་པ། །དེ་  
 གྲགས་གང་ཞིག་འདོད་པར་འགྱུར། །དེ་ཕྱིར་དེ་ལ་དཔེ་མེད་  
 ཅན། །དེ་ནི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་འདོད། ༥ །དཔེ་འདི་ཉིད་དབང་  
 བྱས་ནས་ནི། །དེ་སྐད་བཤད་མིན་མཚན་ཉིད་ཕྱིར། །དེ་བཞིན་

ད་ཉིག་ཤིང་མིན་ཞེས། །བརྗོད་ བ་ལ་ཡང་གཞོད་ཕྱིར་  
 རོ། །འདིར་ཡང་ག་བྱར་དངུལ་སོགས་ལ། །འཇིག་རྟེན་ན་ནི་  
 མཐོང་བའི་ཕྱིར། །བརྟ་ལས་འདུག་པར་འགྱུར་བ་ལ། །ཐུན་  
 མོང་མིན་པ་ཉིད་ཀྱང་ཅི། །གལ་ཏེ་ལ་ལར་དེ་གྲུབ་ན། །དེ་ནི་  
 དངོས་སྟོབས་ལས་གྲུབ་ཡིན། །གྲགས་གྲུབ་ཁས་ལེན་རི་བོང་  
 ཅན། །མ་ཡིན་པ་ལའང་བསྐྱོག་མེད་ཕྱིར། །དངོས་པོ་ལ་ནི་  
 གྲུབ་པ་དེ། །རི་བོང་ཅན་ལའང་བསྐྱོག་པ་མེད། །དངོས་དེ་མེད་  
 ན་རི་ཅན་ལ། །བསྐྱོག་ཀྱང་ཉེས་པ་ཡོད་མ་ཡིན། ༥ །དེའི་ཕྱིར་  
 དངོས་དེས་མེད་བརྟ་ཅན། །སྐྱ་ལས་བྱུང་བའི་ཆོས་རྣམས་  
 གྱི། །རུང་བ་དོན་ རྣམས་ཉིད་ཡིན་ཏེ། །འདོད་ལ་གོགས་བྱེད་  
 མེད་ཕྱིར་རོ། ༥ །གལ་ཏེ་ལ་ལར་དེ་གྲུབ་ན། །དེ་ནི་དངོས་  
 སྟོབས་ལས་གྲུབ་ཡིན། །གྲགས་པས་གྲུབ་པར་ཁས་ལེན་

ན། །རི་བོང་ཅན་ལའང་བསྒྲིག་མེད་ཕྱིར། ༥། རུང་བ་ཉིད་དེ་  
 འགོག་པ་ལ། །བར་འགོག་མེད་ལས་སྐྱེས་པ་ཡི། །གྲགས་པ་  
 ཞེས་བྱའི་རྗེས་སུ་དཔག་། རུང་བ་ཡུལ་ཅན་གྱིས་གཞོད་  
 བྱེད། ༥། །འདིས་ནི་བར་རྗེས་འཇུག་པ་ཡི། །སྐྱ་ནམས་ལ་ནི་  
 རོན་ངེས་པ། །ཡོད་མིན་ཅེས་བརྗོད་དེ་དག་ནམས། །དེར་  
 འགོག་པ་ནི་འགལ་བ་ཡིན། ༥། །དེས་ནི་རྒྱ་མཚན་ཅན་སྐྱ་  
 ཡི། །དོན་ནམ་སྐྱ་ནམས་ཀྱི་ནི་དོན། །དོན་དམ་པ་ཉིད་འགོག་  
 པ་ལ། །གཞོད་པ་མེད་པར་བསྟན་པ་ཡིན། །དེས་ན་ཡུལ་གྱི་  
 བྱེད་པར་ནི། །བསྟན་ཕྱིར་གྲགས་པ་རྗེས་དཔག་ལས། །ཕྱི་  
 རོལ་གྱུར་པ་མ་ཡིན་ཡང་། །ཐ་དད་བྱས་ཡིན་སྡུ་མ་  
 བཞིན། ༥། །གྲུབ་པ་ཐ་དད་བཤའ་པ་ལ། །དགོས་པ་བསྟན་  
 ཕྱིར་འདི་གཉིས་ནི། །རྒྱ་དང་བཅས་པར་རབ་བརྗོད་



དེ། །མངོན་སུམ་རྗེས་དཔག་གཞི་དུ་ལ་མིན། །མངོན་སུམ་  
 གྱིས་གཞི་དུ་འདི་ལ་ཡང་། །སྒྲི་ནི་དུ་མའི་དངོས་ཉིད་  
 དུ། །གྲགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་གང་ཞིག །སྒྲི་ཆོགས་སུ་ནི་སྒྲི་བ་  
 ཡི། །སྒྲི་ནི་སྒྲི་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། །ཉན་ལ་གཉིས་མེད་སྒྲི་  
 གྲུང་པ། །དེ་དོན་དོན་བཤད་འདི་ཉིད་ནི། །སྒྲི་བ་མངོན་སུམ་  
 གྱིས་གཞི་དུ་འགྱུར། ༥ །ངོ་བོ་དེ་ཉིད་དེ་ལ་དོན། །ལྷག་མ་ལྷོག་  
 པའི་མཆོན་ཉིད་ཅན། །སྒྲི་ནི་དངོས་མེད་ངོ་བོ་ཡིན། །དེ་ཕྱིར་  
 དེ་དབང་སྒྲི་དུ་ཡུལ་མིན། ༥ །དེས་ན་སྒྲི་ཡི་ཆོས་རྣམས་  
 ནི། །མངོན་སུམ་མིན་པར་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། །སྒྲི་ཡང་གཞི་དུ་  
 བ་ཡོད་མིན་ཞེས། །མཉན་བྱ་སྒྲི་ས་པས་བསྟན་པ་  
 ཡིན། ༥ །རྣམ་ཀུན་བརྗོད་བྱའི་དངོས་མིན་ཕྱིར། །གྲུབ་པས་དེ་  
 ལ་བཏེན་ཕྱིར་དང་། །དེ་ཡི་སྟོབས་གྱིས་གཞི་དུ་པའི་

སྟེར། །མཉན་བྱས་དབང་པོའི་སྟོང་ཡུལ་བཤད། ༥། །ཀུན་ཏུ་  
 སྟོལ་བ་བདག་ཉིད་ཀྱི། །བསྐྱབ་བྱར་འདོད་པའི་ཆོས་གང་  
 ཡིན། །ཆོས་དེ་ལྟན་ལ་གཞོད་འགྱུར་ཀྱི། །ཆོས་གཞན་ཀྱི་ནི་  
 ཆོས་ཅན་མིན། །གཞན་དུ་ཆོས་ཅན་གཞན་ལ་ནི། །གཞོད་  
 གྲང་འདི་ལ་ཅི་ཞིག་བཀག། །དོན་འདི་མཆན་ཉིད་ཀྱིས་རྟོགས་  
 གྲང་། །རང་གི་ ཆོས་ཅན་སྟོས་པས་ནི། །ཆོས་ཅན་ལ་ནི་  
 གཞོད་པས་གྲང་། །གཞོད་འགྱུར་ཞེས་ནི་གྲུབ་དོན་ཏེ། །རྟོན་  
 ནི་འགལ་བར་གྱུར་པ་ཡིས། །དེ་བརྟོན་པ་ནི་འགལ་བའི་  
 སྟེར། ༥། །གཞན་དུ་དེ་ལྟའི་ནམ་ཅན་ཆོས། །བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་  
 ཞེས་བརྗོད་པའི་སྟེར། །དེ་གཞོད་ཉིད་ཡིན་པར་སེམས་  
 པ། །དེས་ན་རང་གི་ཆོས་ཅན་སྟོས། ༥། །འདི་ཡང་དོན་ཀྱིས་  
 གྲུབ་མིན་ནམ། །བདེན་དེ་འགལ་ཞིག་ཆོས་ཅན་ནི། །འབའ་

ཞིག་བཀག་པ་ལ་ཡང་ནི། །སྒྲིན་དང་ལྡན་པར་ཁས་ལེན་  
 ཏོ། །དཔེར་ན་མཁའ་སོགས་གཞན་དག་གིས། །སྒྲིན་མེད་རང་  
 བཞིན་སྐྱེད་མེད་མིན། །ཅིག་ཅར་སྒྲི་སོགས་རྒྱ་མིན་  
 ཕྱིར། །ཞེས་བཤད་པ་ལ་སྤྲོན་འབྱེན་པ། །དེ་བཞིན་མཁའ་  
 སོགས་ཆོས་ཅན་གྱི། །ངོ་བོའང་དངོས་མེད་ཅེས་བརྗོད་  
 བཞིན། །དེ་ལྟར་འདོད་པའི་བསྐྱབ་བྱ་ལ། །གཞོད་པ་འགའ་  
 ཡང་མེད་པ་ཉིད། ༥། །འདིས་ནི་གཉིས་ཀ་བསྐྱབ་བྱ་  
 ཉིད། །ཡིན་ན་ཆོས་ཅན་ལ་གཞོད་གང་། །བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་  
 ཆོས་འགོག་པས། །དེ་ལ་གཞོད་ཅེས་བསྟན་པ་ཡིན། །དེ་ལྟ་  
 ཉིད་དུ་ཆོས་ཅན་ཡང་། །བསྐྱབ་བྱ་ཉིད་ཕྱིར་འབའ་ཞིག་  
 མིན། ༥། །གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་འདིར་གཞོད། །ཅིག་ཅར་སྒྲི་སོགས་  
 རྒྱ་མིན་ཕྱིར། །བདེ་སོགས་གཞན་གྱིས་བསྐྱེད་རུས་

མིན། །མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་སྒྲ་མ་བཞིན། ༥ །གལ་ཏེ་འདི་ལ་གཏན་  
 ཆེགས་ནི། །དེས་ན་འགལ་བར་འགྱུར་བ་ཉིད། །རིམ་བཞིན་  
 བྱེད་དང་མི་རྟག་ཉིད། །འགལ་བ་མེད་ཕྱིར་མི་མཐུན་  
 སྟོགས། །སྟོག་ལ་ཐེ་ཆོམ་བ་བས་ རྟོ། །འདི་ནི་སྟག་སྟན་བྱང་  
 བར་འདོད། ༥ །གང་ཕྱིར་རང་ཉིད་འདོད་པའི་ཆོས། །བསྐྱབ་  
 བྱ་དེ་ཕྱིར་དེ་རྟེན་ནི། །གཞོད་ཡིན་འབའ་ཞིག་པ་ཉིད་  
 དམ། །གཞན་རྟེན་ལ་མིན་ཞེས་བསྟན་ཏོ། ༥ །རང་ཉིད་སྒྲ་  
 ཡིས་ཆོས་གཞན་ལ། །གཞོད་པས་གཞོད་མིན་ཞེས་བསྟན་  
 བ། །དེ་བཞིན་རང་གི་ཆོས་ཅན་གྱིས། །ཆོས་ཅན་གཞན་ལ་  
 ཡང་ཞེས་བརྗོད། ༥ །སྐྱབ་བྱེད་སྟོན་ནི་ཐམས་ཅད་  
 གྱིས། །སྟོགས་ཉིད་ལ་ནི་གཞོད་འགྱུར་བ། །དེ་སྟ་ན་ཡང་དམ་  
 བཅའ་བ། །ཅམ་དང་འབྲེལ་བ་སྟོགས་སྟོན་ཡིན། །ཡན་ལག་

བྱི་མ་ལ་ལྟོས་སྐྱོན། །གང་ཡིན་དེ་ནི་ དེ་ཉིད་དང་། །རྗེས་  
 འབྲེལ་ཞེས་བཤད་དེ་ཡི་བྱིར། །རྟེན་སོགས་མ་གྲུབ་སྟོགས་  
 སྐྱོན་མིན། ༥ །འདིས་སྐྱབ་ཡན་ལག་གྱུར་པ་ཡི། །ཆོས་ཅན་  
 ཆོས་ཀྱི་བྱང་པར་དང་། །ཆོས་ཅན་རང་གི་ངོ་བོ་ལ། །གཞོན་  
 པ་དག་ནི་བསྟན་པ་ཡིན། །དེ་ལ་དོན་ནི་བསྟན་པ་ཡི། །དོན་དུ་  
 དཔེ་ནི་ སྟོགས་ཅམ་བཟོད། ༥ །ལྡན་དོན་རྫས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་  
 ཅན། །མཐོང་བ་ལ་བརྟེན་གཞན་ཡོད་མིན། །མ་མཐོང་བྱང་  
 པར་ཅན་མིན་ལ། །དམ་བཅའ་བ་ལ་དགོས་པ་མེད། ༥ །མ་  
 མཐོང་བ་ལ་འབྲས་མེད་པ། །མཐོང་ན་ཡན་ལག་ཅན་སྐྱབ་  
 འདོད། །བྱང་པར་ཅན་མིན་གཞན་ཡོད་ ནི། །སྐྱབ་ན་གྲུབ་པ་  
 སྐྱབ་པ་ཉིད། ༥ །གལ་ཏེ་འདི་ལྟ་འོག་འགྲོར་འགྱུར། །སྤང་ནི་  
 དམའ་བ་དག་ཏུ་འགྱུར། །དེས་ན་ཡོན་ཏན་བྱ་མེད་པ། །དེ་

ཕྱིར་འདུ་བ་ཅན་རྒྱ་མིན། ༥། །དེ་ཕྱིར་འབྲས་བུ་ངོ་བོ་  
 དག། །མཐོང་བ་མེད་ཕྱིར་དེ་མཐོང་མིན། །དེས་ན་མེད་ན་མི་  
 འབྱུང་ བ། །ཁྱད་པར་གཞན་ལ་གཞོན་གྱེད་ཡིན། ༥། །སྤ་མོ་  
 ནས་བརྩམས་རྫས་འབྲེང་དག། །གཙལ་ཉིད་ཕྱིར་ན་རྫས་  
 གཞན་གྱི། །སྤྱི་ཉིད་མི་རྟོགས་རས་བལ་གྱི། །འདབ་བཞག་  
 བཞིན་ཞེས་གཞན་དག་ཟེར། ༥། །དེ་ཡི་ཅིག་ཅར་ལྡན་པ་  
 དང་། །སོ་སོར་ལྡན་པའི་རྩལ་ཆོགས་དག། །སོ་སོར་ལྡན་ཅིག་  
 གཙལ་བ་ན། །དེ་ཕྱིར་སྤྱད་ནི་ཐ་དད་འགྱུར། །མ་ཤ་ལ་སོགས་  
 རིམ་པ་ཡིས། །གངས་མཚུངས་པ་ནི་མི་རུང་ངོ་། ༥། །གལ་ཏེ་  
 ཡུངས་ཀར་ནས་བརྩམས་ཏེ། །ཆོགས་ཆེན་གོང་ནས་གོང་དུ་  
 བློ། །འཕེལ་ལྡན་འབྲས་བུའི་འབྲེང་བ་ཡི། །སྤྱི་ བ་རྟོགས་པ་  
 མ་ཡིན་ན། །ཡུངས་ཀར་བར་གྱི་སྤྱད་དག་ཀྱང་། །རྩུང་དུ་ཤིན་

ཏུ་རྟོགས་དཀའ་བས། །འབྲས་བུའི་སྦྱང་ནི་མི་རྟོགས་  
 བྱིར། །དེ་ཡི་རྒྱ་ཉིད་གཞལ་བྱར་འགྱུར། ༥ །དོན་དེ་མཐོང་མེད་  
 རས་འདབ་བཞིན། །དེ་ཡི་འབྲས་བུའང་རྟོགས་པ་  
 མེད། ༥ །སྦྱང་ཉིད་ རྟོགས་མེད་བཞིན་དུ་དེའི། །ཡོན་ཏན་  
 ཐམས་ཅད་རྟོགས་མེད་བྱིར། །མ་ཤ་ལ་སོགས་ལྷག་ཡོད་  
 མིན། །དམའ་མེད་དེ་ནི་ཉར་མཆོན་ཏེ། །གཟུགས་སོགས་  
 ལྷག་དང་ལྷག་ཅི་བཞིན། །རང་གི་དབང་སྒོས་མཐོང་མེད་  
 བྱིར། །ཁས་སྦྱངས་རང་གི་ཆོག་སོགས་ གྱིས། །གཞོད་པ་  
 དག་ནི་སྤྱིད་པས་ན། །རི་རྒྱུད་བཤའ་པའི་ཕྱོགས་གྱིས་  
 བྱི། །དཔེར་བརྗོད་གཞན་ཡང་རྟོགས་པར་བྱ། །བྱ་བ་དུས་  
 གསུམ་ཡུལ་ཅན་བྱིར། །དེ་ལྟའི་བདག་མིན་གཞན་དག་  
 ལ། །དེ་ལྟར་བཀོད་དེ་དེ་ཡི་ཆོ། །མི་འདོད་ན་ཡང་བསྐྱབ་བྱར་

འགྱུར། ༥ །ཤེས་བྱེད་སྐབས་ཀྱིས་མ་གྲུབ་པ། །ཐམས་ཅད་  
ཉོགས་པར་བྱེད་པ་ཡིན། །དེ་ཕྱིར་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་  
སྒྲ། །འདོད་པའི་བྱེད་པར་ལ་བཏེན་མིན། ༥ །དེས་ན་དཔེ་དང་  
གཏན་ཆེགས་དག །མ་གྲུབ་དཔེར་ནི་བྱས་པ་ཡིན། །གཞན་དུ་  
རི་བོང་རྒྱ་ལ་སོགས། །མ་གྲུབ་ཀྱན་ཀྱང་བསྐྱབ་བྱར་  
འགྱུར། །ཐམས་ཅད་ནམ་འགས་མ་གྲུབ་ཕྱིར། །དེས་ན་ལས་  
ལ་སོགས་པ་ཡི། །བྱེད་པར་ཉེ་བར་བཀོད་པ་ཡི། །ལན་གྱིས་  
ནམ་འབྱེད་རྒྱས་མ་ཡིན། ༥ །སྒར་མ་གྲུབ་པའི་རང་བཞིན་  
ཕྱིར། །བསྐྱབ་བྱའི་ ཡན་ལག་ཅེས་རུང་མིན། ༥ །གང་གིས་  
ཁས་སྦངས་མཚན་ཉིད་འགྱུར། །དེ་ཡང་བསྐྱབ་བྱ་ཉིད་དུ་  
མཚུངས། ༥ །ཆོགས་པ་བསྐྱབ་བྱ་ཉིད་ཡིན་ནའང་། །གཉིས་  
པོ་ཕན་ཚུན་བྱེད་པར་ཅན། །བསྐྱབ་བྱ་དེ་ཆེ་གཏན་ཆེགས་



དང་། །དཔེ་ཡི་མཆན་ཉིད་མ་གྲུབ་ འགྱུར། ༥ །མི་སྲིད་སྤྱིར་ནི་  
 བསྐྱབ་བྱའི་སྒྲ། །གལ་ཏེ་ཆོས་ཅན་ལ་འཇུག་འདོད། །བསྟན་  
 བཅོས་ཅི་བྱ་ཅི་རིགས་པར། །རང་ཉིད་འཇུག་པར་འགྱུར་བ་  
 མིན། ༥ །སྐྱབ་བྱེད་བསྟན་པའི་ཤུགས་ཉིད་ལས། །དོན་དེ་  
 བསྐྱབ་བྱ་ཉིད་དུ་རྟོགས། ༥ །གཏན་ཆེགས་སོགས་ མཆན་  
 གྱིས་བྱབ་སྤྱིར། །སྐྱབ་པར་བྱེད་ལ་དོགས་པའང་མེད། །སྤར་  
 དེས་བཟུང་ན་དེ་ཡིས་ནི། །དམ་བཅའི་མཆན་ཉིད་བརྗོད་དོན་  
 མེད། །དེ་སྤྱིར་ཤུགས་གྱིས་དེར་བརྗོད་པས། །བྱབ་པའི་  
 འབྲས་ཅན་ཡིན་པར་རྟོགས། ༥ །འགལ་བ་འདོད་དང་འབྲེལ་  
 མེད་ དེ། །པན་མེད་སྟན་ཅིག་མི་གནས་པ། ༥ །དེ་སྟན་ནི་  
 ཏྲགས་ཀྱི་སྒྲོན། །ཐམས་ཅད་དམ་བཅའི་སྒྲོན་དུ་  
 འགྱུར། །སྤྱོད་སྒྲོན་གཞན་ལ་སྟོས་པ་ནི། །མ་ཡིན་ཞེས་གྲང་

བསྟན་ཟིན་ཏོ། ༥ །འདོད་པ་མེད་ན་མ་གྲུབ་ཡིན། །མི་རྟགས་  
 གཏན་ཚིགས་དང་ལྡན་ པས། །སྤྱི་ལ་དེ་ལྟར་རྫོང་བྱེད་ན། །དེ་  
 ལྟར་དེ་ནི་བསྐྱོག་པར་འགྱུར། ༥ །འདི་ལ་དཔེ་བསྟན་པ་ཉིད་  
 ལས། །དོན་གཞན་ཅི་ཞིག་མཐོང་བ་ཡོད། ༥ །བྱད་པར་ལ་ནི་  
 གཞན་བརྫོང་ནས། །སྤྱི་ཡི་རྗེས་སུ་འཇུག་པས་ན། །དེ་བྱུང་མ་  
 ཡིན་སྤྱི་རྗེས་སུ། །འཇུག་ ལ་འབྲས་བུའང་ཅི་ཞིག་  
 ཡོད། ༥ །དེ་བྱིར་སྤྱི་ལ་གནས་པ་ཡི། །མི་རྟག་ཉིད་གྱིས་སེལ་  
 ཞེས་གསུངས། ༥ །ཡུལ་གཞན་ལ་ནི་འགལ་སྤྱི་བས། །སྤྱི་ནི་  
 གཞན་དུ་བརྫོང་བ་ཡིན། །སྤྱི་ནི་བྱད་པར་མི་སྤྱོད་བྱིར། །དེ་  
 ཡང་འཐད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ༥ །དཔེར་ན་ སྐབས་འགར་ཤིང་ཤ་  
 བ། །ཉིད་ནི་ཤིང་མིན་ཞེས་པ་བཞིན། །ཐམས་ཅད་མཉན་པ་  
 གཅིག་ཉིད་ལ། །འཇུག་པ་འགོག་འགྱུར་དེ་ཙམ་

གྲིས། །ཐམས་ཅད་མིན་མིན་བྱད་པར་ཀྱན། །དེ་མེད་ན་དེ་  
མེད་འགྱུར་སྤྱིར། །ཤེས་བྱ་ཤེས་བྱེད་ཐ་དད་ སྤྱིར། །ཆོས་ཅན་  
གཏན་ཆེགས་དངོས་གྱུར་ནི། །ཤེས་བྱེད་ཉིད་དུ་མ་གྲུབ་  
སྤྱིར། །ཆོས་ཅན་རང་སྦྱབ་བྱེད་མ་གྲུབ། །དངོས་པོ་ཀྱན་ལ་  
ཆོས་དང་ནི། །ཆོས་ཅན་རྣམ་དབྱེ་མེད་པའི་སྤྱིར། །ཀྱན་ལ་  
ཉེས་མཚུངས་ཤེ་ན་མིན། །ཐོག་པ་བྱད་པར་ ཡོད་སྤྱིར་  
རོ། །དོན་དམ་པར་ནི་རྣམ་དབྱེད་ནི། །དེ་ལྟ་བུར་གྱུར་མ་གྲུབ་  
སྤྱིར། །ཀྱན་རྫོབ་པ་ཡི་དངོས་རྣམས་ལ། །དེ་ཉིད་གཞན་ཉིད་  
འགོག་པར་འགྱུར། ༥ །དཔག་བྱ་དཔོག་པར་བྱེད་པ་ཡི། །དོན་  
གྱི་ཐ་སྙད་གནས་པ་འདི། །ཤེས་པ་ལ་གྲུབ་ཐ་དད་ལ། །  
བརྟེན་ནས་རྣམ་པར་བརྟགས་པ་ཡིན། ༥ །བདག་ཉིད་ཅི་ལྟའི་  
ཐ་དད་ཀྱི། །མཐར་ཐུག་ཤེས་ལ་ཐ་དད་པར། །ཆོས་དང་ཆོས་

ཅན་སྣང་གྱུར་པ། །དེ་ནི་ཐ་སྣང་རྟེན་ཡིན་ནོ། ༥ །འདི་ནི་ཐ་  
 སྣང་གྱིས་བཞག་པ། །ཐ་དད་སློང་དང་འབྲེལ་མེད་ཅན། །ཆོས་  
 ཅན་དེ་ཉིད་སྐྱབ་བྱེད་དུ། །བྱས་པ་དེས་ན་མ་གྲུབ་  
 བསྟན། ༥ །དེས་ན་བྱེ་བྲག་སྤྱི་ཆོས་ཐ། །དད་ཕྱིར་རྟགས་དང་  
 རྟགས་ཅན་ཉིད། །དཔེར་ན་ཚེལ་བྱུང་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། །ཚེལ་བྱུང་  
 སྤྱི་ནི་མི་རྟག་བཞིན། །སྤྱོད་པ་ཡན་ལག་ནའང་གཞོད་མེད་  
 ཕྱིར། །ཆོས་ཅན་ཐ་དད་མ་གྲུབ་མིན། །དཔེར་ན་གོང་གྲ་རྩ་  
 ཅན་འདི། །རྩ་ཅན་ཉིད་ཕྱིར་རྟེན་མིན་བཞིན། །ཡང་ན་དེ་རྟོགས་  
 བས་སྤྱོད་ཕྱིར། །བསྐྱབ་བྱའི་དུས་སུ་ཡན་ལག་མིན། །ཆོས་ཐ་  
 དད་ཕྱིར་བྱུང་བར་ཡང་། །དམ་བཅའི་དོན་དུ་འཐད་མ་  
 ཡིན། ༥ །གཏན་ཆོགས་རབ་ཏུ་དབྱེ་བའི་དོན། །བདེ་བར་  
 བཟུང་བ་གྲུབ་བྱའི་ཕྱིར། །སྤྱོད་པ་ཆོས་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་

ཡིས། །མདོར་བསྐྱུས་པ་ནི་གསུངས་པ་ཡིན། ༥ །ཆོས་ཀྱི་  
ཆོག་ལྷན་ཐ་དད་པར། །བྱེད་པས་མི་ལྷན་གཞན་ལྷན་  
པ། །ཞིན་ཏུ་མི་སྤྲོད་ནམ་གཅོད་བྱེད། །ཁྱད་པར་ཁྱད་པར་  
ཅན་དག་དང་། །བྱ་བ་དག་ནི་ལྷན་ཅིག་བཟོད། ༥ །དེ་སྦྱར་  
མེད་ཀྱང་བཟོད་འདོད་ལས། །དེ་དོན་ཉིད་ནི་རྟོགས་པར་  
འགྱུར། །གང་སྤྱིར་དག་འབྲས་ནམ་གཅོད་སྤྱིར། །དཔེར་ན་  
ནག་པ་འཕོང་སྦྱོན་པའམ། །སྤྲོད་སྦྱབ་འཕོང་སྦྱོན་ཞེས་  
པའམ། །སྦྱོན་པོ་མཆོ་སྦྱེས་འགྱུར་ཞེས་བཞིན། །དེར་ཡང་ཟླ་  
བོ་ནམ་གཅོད་པ། །དོན་ནམས་ལ་ནི་རྟོགས་འགྱུར་ཏེ། །དེ་  
ལྟར་གྲགས་དང་རྒྱས་པ་དང་། །སྦྱ་ནི་བཟོད་འདོད་རྗེས་འབྲང་  
སྤྱིར། ༥ །དེས་ན་མི་ལྷན་ནམ་གཅོད་པས། །ཆོས་ ཅན་ཆོས་  
ཀྱི་ཁྱད་པར་ཡིན། །དེ་ཡི་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་ཆོས། །རྗེས་འགོ་

མེད་པའི་སྐྱོན་ཉེན་མིན། ༥ །རང་བཞིན་འབྲས་བུ་གྲུབ་དོན་  
 དུ། །གཏན་ཆེགས་གཉིས་དང་ལྗོག་པ་གཉིས། །ཅོད་ཕྱིར་  
 གྲད་པར་སྦྱི་དག་སྟེ། །ལྷག་མ་ལྗོག་པའི་སྦྱབ་བྱེད་ཡིན། ༥ །  
 རང་བཞིན་ཉིད་ལས་གཞན་གྱིས་ནི། །གོ་བྱ་ལ་ཁྲབ་ཡོད་མིན་  
 ཏེ། །རྒྱ་ནི་འཁྲལ་པ་སྤེད་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཕྱིར་འབྲས་ནམས་  
 གཉིས་སུ་འཇུག་ཤིང་། །སྤར་ཡོད་པ་ཡི་ཤེས་པ་ནི། །རྩ་ལ་མ་ཐག་  
 བྱང་ངེས་མིན་ཏེ། །སྦྱིབ་བྱེད་དབང་པོ་སྦྱ་ལ་དེ། །རྣམ་ཀུན་  
 ཉེར་སྦྱར་མིན་ཕྱིར་རོ། ༥ །སྟོས་པ་མེད་པར་འགའ་ཞིག་  
 ཆོ། །འབྲས་མི་བྱེད་པ་འགའ་བའི་ཕྱིར། །ཤེས་པ་འདི་འདྲ་  
 རེས་འགའ་བའི། །འབྲས་བུར་གྲུབ་པས་དེ་རྟགས་  
 ཡིན། ༥ །འདི་ཉིད་གྱིས་ནི་རང་བཞིན་ཉིད། །གྲུབ་ཀྱང་ཐ་དད་  
 བྱས་པ་ནི། །འབྲས་ དང་ལྷན་ཅིག་བསྟན་པ་ན། །ཐམས་ཅད་

དེ་འབྲུག་ཞེས་མི་འགྱུར། །རྗེས་སུ་དཔག་པར་བཤད་ཟིན་  
 ཏོ། །གཏན་ཆོག་ས་བརྗོད་བྱས་ཏོགས་དོན་དུ། །རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་  
 ཅམ་བཤད་དེ། །མཚན་ཉིད་ལ་ནི་ཐ་དད་མེད། ༥ །དེས་འདིས་  
 འབྲས་བུའི་ཏོགས་ཀྱིས་ ནི། །རང་བཞིན་སྟོགས་གཅིག་བཏེན་  
 པའི་བཤད། །དེས་ན་རྩོལ་ལས་གསལ་བ་དང་། །སྐྱེ་བ་འབྲ་  
 བར་དཔེར་བརྗོད་དོ། ༥ །ཡོད་པ་གང་མེད་མི་འབྱུང་  
 བའམ། །རང་བདག་རྣམ་དབྱེར་མེད་ཅན་གང་། །དེ་ནི་དེ་དང་  
 འཁྲལ་མི་འགྱུར། །ཞེས་བུའི་དོན་དུ་ འདི་རབ་བྱེ། །ལྷན་པ་  
 ཅན་སོགས་གང་དག་ལ། །དེ་འབྲའི་འབྲེལ་པ་ཡོད་མིན་  
 པ། །དེ་དག་འཁྲལ་པ་སྤིད་པའི་བྱིར། །གཏན་ཆོག་ས་མིན་  
 ཞེས་བཤད་པ་ཡིན། །འབྲེལ་པ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ཡང་། །དེ་ཉིད་  
 ཏོགས་པའི་སྐྱབ་བྱེད་ཡིན། །དེས་པ་ མེད་ན་མི་འབྱུང་

ཡིན། །དེས་པ་མེད་པ་སྐྱབ་བྱེད་མིན། ༥ །ཕྱོག་པ་ཉིད་ནི་དེས་  
 པ་ཉིད། །མེད་ན་མི་འགྱུར་ཡིན་པར་བརྗོད། །དེ་ཡང་འབྲེལ་པ་  
 མེད་ལ་མེད། །དེ་ཉིད་སྤྱིར་ན་རྗེས་འགོ་གནས། །རང་གི་  
 བདག་གམ་རྒྱ་དངོས་ནི། །བྱུང་ན་ཕྱོག་པ་བྱུང་འགྱུར་བ། །དེ་  
 ཡི་སྤྱིར་ན་བྱེད་པར་ནི། །ཕྱོག་མེད་རྗེས་འགོ་འང་ཡོད་མ་  
 ཡིན། །མ་མཐོང་བ་ཙམ་ལ་བརྟེན་ནས། །ཕྱོག་པ་འང་འབའ་  
 ཞིག་ཅན་དུ་བཤད། །དེ་ཡི་སྤྱིར་ན་མ་དེས་པ། །གཞན་དུ་གོ་  
 བར་བྱེད་པར་འགྱུར། ༥ །གལ་ཏེ་བདག་ནི་ཕྱོག་ པ་  
 ཡིས། །སྤྱོག་སོགས་དག་ནི་ཕྱོག་འགྱུར་ན། །སྤྱོག་སོགས་  
 མེད་པས་བདག་མེད་ལ། །བྱུང་འགྱུར་དེ་ཡང་ཡོད་མ་  
 ཡིན། །གཞན་ཕྱོག་པར་ནི་གྱུར་པ་ཡིས། །གཞན་ཕྱོག་པར་ནི་  
 མི་རུང་སྤྱིར། ༥ །དེ་བདག་དེ་ལས་བྱུང་ཞེ་ན། །གལ་ཏེ་བདག་



བྱི་དམིགས་པས་ན། །དེ་དམིགས་རྟོགས་པ་མེད་པར་  
 ཡང་། །མ་རྟོགས་ན་འདི་གྲུབ་པར་འགྱུར། །ཞིན་ཏུ་སྒྲིག་ཏུ་  
 གྱུར་པ་ལ། །མཐོང་དང་མ་མཐོང་དེ་གྲུབ་མེད། ༥ །གཞན་ལ་  
 མཐོང་མེད་ངོ་བོ་ཅན། །བྱམ་སོགས་ལ་མེད་ཅེས་གང་  
 ལས། །སྒྲིག་པ་ །ཤེས་པ་མེད་པ་ཡི། །སྒྲིག་པའི་བྱུང་པའང་ཅི་  
 ལྟར་ཡིན། །སྒྲིག་སོགས་ལ་ལར་མཐོང་བ་ཡིས། །གལ་ཏེ་དེ་  
 ལྟར་བདག་མཐོང་ན། །ཡོད་མེད་ཉིད་ནི་རྟོགས་པར་  
 འགྱུར། ༥ །རྒྱ་གང་ཞིག་ནི་མེད་པ་ཡིས། །བྱམ་པ་ལ་སོགས་  
 མཐོང་ མེད་པ། །ལྷུས་ལའང་གལ་ཏེ་དེ་མེད་ན། །ལྷུས་ལ་  
 མེད་པར་རིགས་པ་ཡིན། ༥ །གལ་ཏེ་ཅུང་ཟད་ཆོས་མཐུན་  
 བྱིར། །ཐ་དད་པར་ཡང་དེར་རྟོག་ན། །གཞལ་བྱ་ཉིད་བྱིར་བྱམ་  
 སོགས་རྣམས། །བདག་དང་བཅས་པར་ཅིས་མི་དཔོག །མི་

འདོད་ཅེ་ན་ཆད་མ་ཉིད། །འདོད་པ་ཀྱན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། །དེ་  
 མེད་པར་ནི་དངོས་པོ་དང་། །དངོས་མེད་ནམ་གཞག་གང་  
 གིས་རུས། ༥ །སྟོག་དང་མིག་འབྱེད་ལ་སོགས་ནི། །དེ་  
 འདོད་ཚུལ་བ་ལས་སྐྱེས་ཡིན། །དེ་དག་ཡུལ་དབང་སྟོ་ལས་  
 བྱང་། །དེ་ཡང་པན་ཚུན་རྒྱུན་ལ་ནི། །སྟོས་པ་རང་གི་རིགས་  
 ལས་བྱང་། །དེ་ཙམ་ལས་འདི་བདག་དངོས་འདི། །རྗེས་འགོ་  
 སྟོག་པ་ལ་བརྟེན་ཡིན། །གཞན་དུ་རྟོག་ན་ཐུག་པ་  
 མེད། །འབྲུལ་པ་ཉིད་གྱིས་མཉན་བྱ་དང་། །སྟོག་སོགས་འདི་  
 ནི་མཚུངས་པར་འགྱུར། ༥ །མ་ཡིན་སྟོག་པ་ཅན་ཡིན་  
 ཡང་། །འདི་ནི་འབྲུལ་པའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། །ཅི་ལྟར་སྐྱབ་མིན་ཉིད་  
 ལས་དེ། །སྟོག་མིན་འོ་ན་དོན་གྱིས་དེ། །བསྐྱབ་བྱའི་རྗེས་  
 འཇུག་མིན་དེ་ལྟར། །བརྗོད་འགྱུར་དེ་ནི་གཞན་ལའང་

མཚུངས། ༥། །སྐྱབ་མིན་ཉིད་ལས་རྣམ་བཅད་ཅེས། །བསྐྱབ་བྱ་  
 ལ་གནས་བརྗོད་པ་ཡིན། །དེ་ཉིད་སྤྱིར་ན་དོན་གོ་  
 བས། །གཅིག་གིས་གཉིས་ཀ་བསྟན་པར་བརྗོད། །དེ་སྤྱིར་  
 རྗེས་འགོ་མེད་པ་ལས། །འདི་འདྲའི་མི་འབྱུང་གྲུབ་མ་  
 ཡིན། །བཀག་པ་ འགོག་པར་བྱེད་པ་ནི། །སྐྱབ་པ་ལས་གཞན་  
 ཅི་འདྲ་ཞིག་༥ །བསྐྱབ་བྱ་མེད་ལས་ལྡོག་མེད་པ། །དེས་ན་  
 སྐྱབ་མིན་ཉིད་ལ་མེད། ༥། །མེད་ཅེས་ལྡོག་པ་དེ་ཉིད་ནི། །ཅི་  
 ལྟར་མེད་ལས་ལྡོག་པར་འདོད། །ལྡོག་པ་མེད་པ་སྐྱབ་པ་  
 ཡིན། །དངོས་ཡོད་མེད་ བཤང་ཡོད་ཡིན་ལ། །དངོས་པོ་མེད་  
 བཤང་ཡོད་མིན་ཞེས། །སྤྱིར་པོ་ཡི་ནི་དཔྱད་ལ་སྟོས། །གལ་ཏེ་  
 དེ་ལས་ལྡོག་མེད་ན། །གཏན་ཆོག་ས་འདུག་པར་འདོད་དམ་  
 ཅི། །དེ་ཡང་མིན་ན་ལྡོག་བཀག་ནི། །འདི་ཉིད་ཡིན་ན་ཅི་སྟེ་

འགོག་པ། ༥ །སྐྱབ་དང་ དགག་པ་མ་གཏོགས་པར། །སྐྱ་ལས་  
 བྱང་བའི་ཐ་སྙད་གཞན། །ཡོད་མིན་དེ་ཡང་མེད་པ་  
 ལས། །མེད་ཕྱིར་འདིར་ནི་མི་སྐྱ་ཐོབ། ༥ །ཡོད་པ་ནམས་ལ་  
 དགག་པ་མེད། །དེ་ནི་མེད་ལའང་ཡོད་མ་ཡིན། །རིག་པ་འདི་  
 ཡིས་འགྲོ་བ་ལ། །དགག་པའི་དོན་ ནི་མེད་པར་  
 འགྱུར། ༥ །གལ་ཏེ་ཡུལ་དུས་འགོག་ཅེ་ན། །ཅི་ལྟར་དེ་ཡོད་དེ་  
 ལྟར་ནི། །མི་འགོག་ཅི་ལྟར་དེ་མེད་པ། །དེ་ལྟར་ཡང་ནི་འགོག་  
 མི་འགྱུར། ༥ །དེ་ཕྱིར་དངོས་དངོས་མེད་ཏེན་ཅན། །ཕྱི་རོལ་  
 ཏེན་མིན་སྐྱ་དོན་ལ། །བཏེན་ནས་འདིར་ནི་སྐྱབ་པ་  
 དང་། །དགག་པ་ཐམས་ཅད་འདོད་པ་ཡིན། །དེ་འདྲ་མེད་ནའང་  
 ཆོས་ཅན་དེ། །དེ་དག་དང་ནི་འབྲེལ་བར་སྒྲུང་། །དེ་ཡང་སྐྱ་  
 འཇུག་པ་ཉིད་ལས། །ཡོད་ཅེས་ཐ་སྙད་ཏེན་པར་འདོད། ༥ །དེ་

ལྟ་མིན་ན་དོན་རྣམས་ཀྱི། །ཆོས་གཅིག་བསྐྱབས་སམ་བཀག་  
 པ་ན། །བདག་ཉིད་ཐམས་ཅད་བསྐྱབས་པ་དང་། །བཀག་  
 འགྱུར་བདག་ཐ་དད་མེད་ཕྱིར། །ཐ་དད་ཡིན་ན་གཞན་དང་  
 གཞན། །བཀག་པ་དང་ནི་བསྐྱབས་པ་བཞིན། །བསྐྱབ་པ་དང་  
 ནི་དགག་པ་དག །ཆོས་ཅན་གཅིག་ལ་འདྲ་མི་འགྱུར། ༥ །སྣ་  
 ཆོགས་ ཆོས་ཀྱི་གཞིར་གྱུར་པ། །ཆོས་ཅན་གཅིག་གི་དབང་  
 གུས་ཏེ། །གཅིག་སྐྱབ་པ་ན་དེ་བཞིན་དང་། །གཞན་རྣམས་  
 བཏང་སྟོམས་ལྟ་བུ་དང་། །འགོག་ན་དེ་ཡིས་དབེན་པ་  
 དང་། །དེ་ལས་གཞན་ལ་སྟོས་ལྟ་བུར། ༥།མེད་པ་ཡི་ནི་དོན་  
 ཅན་གྱི། །ཐ་སྙད་ ཇི་ལྟར་སྟོས་བསྟན་པ། །དེ་བཞིན་ཉིད་དེ་མ་  
 བཏགས་པར། །ཐ་དད་དོན་ཏེན་ཁས་ལེན་པ། །ཐོག་མེད་བག་  
 ཆགས་ལས་བྱུང་བའི། །འཇིག་ཏེན་དོན་ལ་གཞོད་མི་

འགྱུར། །དེ་འབྲས་ཅན་དང་དེ་འབྲས་མེད། ༥ །དེ་དེ་ལས་ཐ་  
 དད་དོན་གཅིག་། ཐ་དད་ཉེན་ཅན་འཕེལ་བ་དང་། །འགྲིབ་པ་  
 ལྟ་བུར་བྱེད་པ་ཡི། །བསྐྱད་པ་དེ་དང་དེ་དག་གིས། །འབྲེལ་པ་  
 འགལ་ལས་དེ་ལྡན་ཉིད། །མིན་ཡང་མཐོང་བས་སྒྱུར་དེས་  
 བ། །དེ་དག་བསྐྱད་པའང་ཤེས་མ་ཡིན། །ཡོད་ཉིད་སྐྱབ་བྱེད་  
 འཇུག་པའི་སྒྱུར། །དེ་མེད་ མ་ཡིན་ཐེ་ཆོམ་འགྱུར། །ཁས་  
 སྒྲངས་ཚད་མ་མིན་པ་ལས། །མེད་པ་ཉིད་ཀྱང་རིགས་མ་  
 ཡིན། །མེད་ལས་ལྡོག་པ་མེད་ན་ཡང་། །མཐུན་སྒྲིགས་ལས་  
 ལྡོག་ཐེ་ཆོམ་བ། །དེ་ལ་ཐེ་ཆོམ་བ་སྒྱུར་ཏེ། །མི་མཐུན་སྒྲིགས་  
 ལས་ལྡོག་པར་ཡང་། །སྤང་པོ་གཉིས་ལས་གཅིག་ལ་  
 བློ། །ངེས་པར་གྲུབ་ན་གཞན་ལས་བློ། །ལྡོག་གྲུབ་མ་མཐོང་བ་  
 ཡིན་ཡང་། །མཐོང་མེད་དག་ལ་ཐེ་ཆོམ་བ། །གསལ་ལ་བྱུང་

བྱེད་མ་ཡིན་ཡང་། །དེ་ཡི་རིགས་གྱུར་དོན་ཡོད་པས། །མ་  
 མཐོང་བས་འགར་ངས་མེད་ དེ། །མཐེགས་པ་མཆོན་གྱིས་མི་  
 ཆོད་བཞིན། ༥ །ཡོད་ལ་འགལ་བ་མ་མཐོང་ན། །ཐེ་ཆོམ་གང་  
 ལས་ལྷོག་པར་འགྱུར། །དེ་ཡང་ལ་ལར་དེ་འབྲས་  
 དང་། །བདག་ཏུ་ངས་ལས་གཞན་ཅི་ཡོད། །དེས་ན་བདག་  
 མེད་པ་ལས་གྱུར་། །འདི་ནི་ལྷོག་པར་ཐེ་ཆོམ་ཟ། ༥ །ལྷོག་ ཏུ་  
 རྒྱག་པ་དེ་ལྟ་ནའང་། །བདག་མེད་མེད་ལས་བདག་མི་  
 འགྱུར། །གང་གིས་དེ་ནི་ལྷོག་མེད་ལ། །ངས་པར་དངོས་པོར་  
 འདོད་མ་ཡིན། །དཔེར་ན་སློག་སོགས་མཐུན་སློགས་  
 ལ། །ལྷོག་པ་མེད་གྱུར་ཡོད་མིན་བཞིན། །གལ་ཏེ་གཏན་  
 ཆིགས་མཐུན་སློགས་ལས། །ལྷོག་ མེད་དེ་རྒྱས་རྗེས་འགྲོ་  
 ཅན། །རྗེས་འགྲོ་ཅན་མིན་ལྷོག་མིན་ན། །བདག་མེད་མ་ཡིན་

བདག་བཅས་མིན། ༥ །འཇུག་ལ་གང་གི་རང་བདག་  
 ཉིད། །གང་མེད་མི་འབྱུང་ཅན་གྱུ་བ་པ། །དེ་ཕྱིར་དེ་ཉིད་ལྟོག་  
 བྱེད་དེ། །འཇུག་པ་ན་ཡང་འཇུག་བྱེད་ཡིན། ༥ །མེད་ན་མི་  
 འབྱུང་དེ་ཡང་ནི། །སྐྱབ་པར་བྱེད་ལ་ལྟོས་པ་ཡིན། ༥ །འབྲས་  
 བྱ་མཐོང་དང་མ་མཐོང་བ། །དེ་དག་རྒྱ་དང་འབྲས་བྱ་ཉིད། །དེ་  
 ཡོད་ན་ཡོད་ངེས་མེད་ཕྱིར། །དོན་གཞན་རྟོགས་པ་ཡོད་མ་  
 ཡིན། །རྟག་ཏུ་ཡོད་པའམ་མེད་པ་ན། །དེ་དག་མེད་པར་མི་  
 སྲིད་ཕྱིར། ། །འབྲས་བྱའི་རང་བཞིན་ཐ་དད་རྣམས། །རྒྱ་  
 རྣམས་ལས་ནི་བྱུང་བའི་ཕྱིར། །དེ་དག་མེད་པར་གཞན་ལས་  
 བྱུང་། །ཅི་ལྟར་དེས་བསྐྱེད་རང་བཞིན་ཡིན། །ཆོགས་པའི་  
 ལུས་པ་ཐ་དད་ཕྱིར། །དངོས་རྣམས་སྣ་ཆོགས་ངོ་བོ་  
 ཉིད། །གལ་ཏེ་ཐ་དད་བྱེད་མིན་ན། །འགྲོ་ །འདི་ངོ་བོ་གཅིག་ཏུ་



འགྱུར། ༥། །འདི་ཐ་དད་བྱེད་ཐ་དད་བྱེད། །མིན་ན་རང་བཞིན་  
 གཅིག་ཉིད་ཉམས། ༥། །གཅིག་ནི་རང་བཞིན་དུ་མ་ན། ༥། །མེ་  
 དང་མེ་མིན་རང་བཞིན་གཉིས། ༥། །དེས་ན་གཞན་ནི་དེས་  
 བསྐྱེད་པའི། །རང་བཞིན་ཡིན་ན་དེ་དེ་ཉིད། །དེས་བསྐྱེད་རང་  
 བཞིན་མ་ཡིན་ན། །དེ་ནི་དེ་ལས་ཅི་ལྟར་འབྱུང་། ༥། །དེ་ལྟར་  
 རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་དག །ཕན་ཚུན་རང་བཞིན་དེས་པ་  
 ཉིད། །དེས་ན་རང་བཞིན་མཐོང་བ་བཞིན། །འབྲས་མཐོང་ན་  
 ཡང་དེ་ཉིད་གས་འགྱུར། ༥། །ཚུ་དང་འོ་མ་རུལ་འགྱུར་  
 བཞིན། །དུ་མ་ལས་གཅིག་ ཇི་ལྟར་འགྱུར། ༥། །གཤེར་རུས་  
 གང་ལས་རུལ་འགྱུར་ཏེ། །གཉི་གའང་གཅིག་ཉིད་ཅི་འདི་  
 ནི། །ཐ་དད་གཅིག་པའི་བདག་ཉིད་དམ། །ཐ་དད་གཤེར་ཉིད་  
 ཇི་ལྟར་ཡིན། །རང་རང་ངོ་བོ་ལ་གནས་ཕྱིར། །དེ་ཡི་རང་

བཞིན་ཅན་གྱི་སྒོ། །ཐ་དད་མེད་ཕྱིར་ གཅིག་ཅེས་  
 བརྗོད། ༥ །དེ་བཞིན་མེ་ནི་ཐ་དད་ཀྱང་། །ཆ་གང་གིས་ནི་མེར་  
 རྟོགས་པའི། །རྟོན་ཡིན་དེས་ནི་དུ་བསྐྱེད་པ། །དེས་ནི་དེ་ལྟར་  
 རྟོགས་པ་ཡིན། །མེར་ཤེས་ཡན་ལག་གཞན་ལས་ནི། །སྟོས་  
 པ་ཉིད་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར། །དུ་བ་དེ་ལ་འབྱུང་མེད་ཅན། །དེ་  
 ལྟར་འབྲས་གཞན་དེ་བཞིན་འབྲུག། ༥ །དུ་བ་བྱུང་ཤིང་འབྲུར་  
 བ་ཡི། །ཡན་ལག་རྟོན་ལ་མེར་འཛོག་ཕྱིར། །གལ་ཏེ་མེ་མིན་  
 དེ་དུ་མིན། །གལ་ཏེ་དེ་དུ་མེ་དེ་ཉིད། ༥ །ཅི་ལྟར་རང་རྒྱ་ལ་  
 སྟོས་ནས། །རང་བཞིན་མེད་ན་མི་འབྱུང་བར། །ཤེས་བྱ་  
 འཛོག་དང་བྱས་ པ་ཉིད། །གོང་དུ་རྗེ་སྐད་བཤད་བཞིན་  
 བོ། ༥ །སྟོག་ཅན་མཚུངས་པར་བསྟན་པའི་ཕྱིར། །མཉན་བྱ་  
 ཉིད་ནི་བརྗོད་མཛད་ལས། །གཏན་ཆིགས་མིན་ཉིད་རྟོགས་པ་

ཡི། །ཚུ་ལ་འདིས་ཐམས་ཅད་དཔག་པར་བྱ། ༥ །རྒྱ་དང་ངོ་བོ་  
 ལྟོག་ཉིད་ཀྱིས། །དོན་ལྟོག་པར་ནི་ བརྗོད་པ་ལས། །མི་  
 དམིགས་དཔེ་ནི་གྲུབ་པའི་བྱིར། །ཐ་དད་པར་ནི་མ་བཤད་  
 རོ། ༥ །དེ་ལའང་སྐྱེས་བུ་མཐོང་མེད་ལས། །སྟོག་སྟོགས་  
 ལྟོག་པ་མེད་པའི་བྱིར། །གཏན་ཆེགས་ཐེ་ཆོམ་བཟ་བཤད་  
 པས། །བསྟར་རུང་དོན་ལ་དེ་ཞེས་བསྟན། ༥ །འདིས་ནི་དངོས་  
 ལའང་ དངོས་པོའི་ཆ། །ཁས་སྒྲངས་མེད་པར་དགག་པ་  
 ཉིད། །སྐྱབ་བྱེད་སྤྲ་མ་དག་གིས་ནི། །མ་ཡིན་སྐྱབ་པར་བྱེད་  
 བྱིར་རོ། ༥ །དེ་ལ་དམིགས་རུང་ནམས་ཀྱི་ནི། །ཡོད་པ་  
 དམིགས་པ་ལས་གཞན་མིན། །དེ་བྱིར་མི་ཤེས་ཤེས་བྱའི་  
 བྱིར། །མི་དམིགས་དཔེ་གཅིག་བཞེད་པ་ཡིན། ༥ །ཡུལ་མེད་  
 བྱིར་དེར་ཡུལ་ཅན་ནི། །ཤེས་བརྗོད་ཐེ་ཆོམ་འགོག་འགྱུར་

ཏེ། །དཔེར་ན་སྤྲེག་པར་བྱེད་མིན་སྤྲེག། །མེ་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་  
 བ་བཞིན། །དམིགས་སྤྱ་རླང་བའི་མེད་པ་ནི། །མི་དམིགས་པ་  
 ལས་གཞན་མ་ཡིན། །དེ་སྤྲེག་དེ་ ཡོད་པ་ལས་དེའི། །རྒྱ་  
 མཚན་ཅན་གྱི་སྤྲ་ཤེས་སྤྲུབ། ༥། །སྤང་བ་མ་མཐོང་ན་མེད་  
 ཅེས། །བྱ་བའི་ཐ་སྤྱད་འདི་བྱུང་བས། །དེ་འབྲས་ཡིན་ཡང་དེ་  
 ལས་ནི། །སྤྲོ་སྤྲ་ཐེ་ཆོམ་མེད་པར་འབྱུབ། །ཡུལ་ཡོད་ན་ཡང་  
 མོངས་པས་འདིར། །གཞན་དག་རྗེས་སྤྱ་མི་བརྗོད་ བ། །བྱུང་  
 བ་དང་ནི་ཆོས་མཐུན་ལས། །བར་བྱེད་བྱེད་པ་འབའ་ཞིག་  
 གོ། །ཅི་ལྟར་མཐོང་དང་མ་མཐོང་ལས། །རྒྱ་དང་འབྲས་ཉིད་  
 སྤྲུབ་བཞིན་ཏེ། །དེ་གཉིས་ལ་ནི་འབྲས་སོགས་སྤྲ། །ཐ་སྤྱད་  
 རོན་དུ་བཀོད་པ་ཡིན། ༥། །རྒྱ་ལས་འབྲས་བྱ་བསྤྲུབས་པས་  
 བ། །འདི་ནི་རང་བཞིན་ནང་འདུས་སྤྲེག། །གཏན་ཆོགས་རབ་

དབྱེ་བ་འད་པ་ལས། །ཐ་དད་པར་ནི་དཔེར་མ་བསྟན། །གཅིག་  
 དམིགས་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བ་ལས། །འདི་ནི་དམིགས་སོ་ཞེས་  
 བྱའམ། །མ་དམིགས་སོ་ཞེས་རྟོག་ཅན་གྱི། །སྟོ་ནི་སྟེ་བར་  
 འགྱུར་བ་ཡིན། ༥ །སྤྱོད་བ་བྱད་པར་ཅན་ཉིད་ལས། །དོན་  
 རྣམས་བྱད་པར་ཅན་དུ་རྟོགས། །དེ་ལྟའི་བདག་ཉིད་ཅན་སྤྱོད་  
 བོ། །འདི་ནི་ཐ་དད་སྟོ་རྒྱ་ཡིན། ༥ །དེ་བྱིར་སྟོ་དབྱེ་རང་ཉིད་  
 ལས། །གྲུབ་འགྱུར་དེ་དག་གིས་དེའི་དོན། །དེ་ལྟ་མིན་ན་ཐུག་  
 མེད་བྱིར། །འགའ་ཡང་ཐ་དད་གྲུབ་མི་འགྱུར། ༥ །རང་བཞིན་  
 བྱད་པར་ཅན་སྤྱོད་ལས། །གཞན་བསལ་བ་ནི་གཞན་མ་  
 ཡིན། །དེ་བྱིར་དེ་མི་དམིགས་པ་ཡང་། །དེ་ལས་བྱད་པར་ཅན་  
 དམིགས་ཉིད། །དེས་ན་མི་དམིགས་པ་འདི་ནི། །རང་ཉིད་  
 མངོན་སུམ་ལས་རྟོགས་པས། །རང་ཉིད་ཅམ་གྱིས་འཇུག་པ་

ཅན། །དེ་མེད་ནམ་གཞག་གོ་བྱེད་ཡིན། ༥ །གཞན་དུ་དོན་གྱི་  
མེད་པ་ཉིད། །མི་དམིགས་པ་ལས་རྟོགས་པར་  
འགྱུར། །གཞན་གྱིས་དམིགས་པ་མེད་པ་ཉིད། །ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
ན་ཐུག་མེད་འགྱུར། ༥ །མི་སྣང་ངེས་པ་མི་རུང་ཕྱིར། །གཞན་  
དུ་གཞག་པ་འགོག་ འགྱུར་དཔེར། །སེམས་ཅན་གཞན་ལ་  
རྟགས་མེད་པའི། །ནམ་རྟོག་ལ་སོགས་མི་འགྲུབ་  
བཞིན། །འབྲས་བུ་ངེས་མེད་ཅན་འདིས་ནི། །ཚྭ་པ་སྐྱབ་  
པར་རྒྱས་མ་ཡིན། །ངེས་པ་བསྐྱབ་ཕྱིར་གཏན་ཆེགས་  
ལ། །དང་པོའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན། །རང་གི་སྦྱར་བ་དག་ལ་  
དེའི། །རང་གི་ངོ་བོའི་སྦྱར་བའམ། །དོན་ལ་གཞོད་བྱེད་ངོ་བོ་  
སྟེ། །ཡོད་ན་ཡོད་པས་མེད་ཕྱིར་རམ། །པན་ཚུན་ཐ་དད་གྲུབ་  
ཕྱིར་ཏེ། །བརྟན་དངོས་དང་ནི་འཇིག་པ་བཞིན། །ཚད་མ་

གཞན་གྱིས་གཞོད་ཕྱིར་ཡང་། །དེས་གྱུར་དང་ནི་ལྟོས་བཅས་  
 བཞིན། །རྒྱ་གཞན་ལས་སྐྱེ་ཉི་བར་ནི། །གདོན་མི་བྱ་བར་ག་ལ་  
 ཡོད། །དངོས་པོའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་ཡིན་ན། །བརྒྱད་པའི་དུབ་  
 བས་ཅི་ཞིག་བྱ། །གལ་ཏེ་རྒྱ་དེས་འཇིག་པ་གཞན། །བསྐྱེད་  
 བས་དེ་ནི་འཇིག་འགྱུར་ན། །དངོས་པོ་དེ་ཉིད་འཇིག་པ་  
 ཡི། །ངང་དུ་བསྐྱེད་ན་ཅི་ཞིག་འགྱུར། །དེ་ནི་བདག་ཉིད་གྲུབ་  
 གྱུར་ན། །བདག་ལ་ཕན་འདོགས་བྱེད་པ་གང་། །བདག་ལ་  
 ཕན་འདོགས་བྱེད་མིན་ན། །དེ་ཡིས་ལྟོས་བྱ་གང་ཅི་  
 ཞིག་ །ལྟོས་མེད་དངོས་པོ་ནམ་ཡང་ནི། །དེ་ལྟ་མིན་པར་ཅི་  
 ལྟར་འགྱུར། །དཔེར་ན་དེ་ཉིད་འཇིག་ཀ་མར། །སྔོན་ལ་བརྟེན་  
 བར་མི་འདོད་བཞིན། །ལྟོས་པ་མེད་ན་སྐད་ ཅིག་  
 གྲང་། །དངོས་པོ་ཡོད་མིན་འགྱུར་ཞེ་ན། །དེ་ལྟར་གྱུར་ཏེ་

དངོས་ཉིད་ཡིན། །དངོས་མེད་དེ་ལྟར་ཅི་ལྟར་འགྱུར། །གང་  
 དག་དེ་ཡོད་གཞན་སྟོས་མེད། །དེ་དག་དེ་ཡོད་ལ་དེས་  
 ཡིན། །འབྲས་བུའི་ལས་ལ་གོགས་བྱེད་པ། །མེད་པ་ཅན་གྱི་  
 ཆོགས་པ་བཞིན། །༥ །སྟོ་ཡི་རྒྱས་པ་ཚུང་བ་མེད་པ་དེ་དག་  
 གིས་ཀྱང་ཟབ་མའི་དེ་ཉིད་རྟོགས་མེད་ཅན། །བཙུན་འགྲུས་  
 ཞིན་ཏུ་སྟག་པར་གྱུར་པ་དེ་དག་གིས་ཀྱང་མཆོག་གི་དེ་ཉིད་  
 མཐོང་མེད་ ལྟན། །འགྲོ་བ་རྣམས་ལ་མཚུངས་པར་ལེགས་  
 བཤད་སྤར་འཛིན་བྱེད་པ་མི་ཉིད་པ་ཅན་ཁོ་བོའི་ གཞུང་། །ཀྱི་  
 མཆོ་ལ་ནི་ཆུ་བོ་བཞིན་དུ་རང་གི་ལུས་ལ་ཐེམ་ཞིང་རྒྱབ་པ་  
 ཉིད་དུ་འགྱུར། །ཚུལ་དང་ཚུལ་མིན་རྣམ་པར་འབྱེད་མཁས་སྟ་  
 བ་ངན་པའི་ཚད་ཆེད་བསྟེན། །འཕགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་རྗེས་སུ་  
 བཟུང་བས་ཡང་དག་རིག་པའི་ལམ་སྟོན་པ། །གཞུང་ལུགས་



ཉིན་བྱེད་ཡོན་ཏན་བརྒྱ་ལྟན་སྟོང་ན་ཉིད་སྟོང་འཇིགས་པ་  
 སྤངས། །དེ་ལྟ་མོད་ཀྱི་སྟོང་མིག་ནམ་དག་མཁས་པའི་བརྟོ་རྒྱས་  
 བྱེད་ཡོན། །ཚད་མ་ནམ་འགེལ་ལས་གཞན་ཀྱི་དོན་ཀྱི་ཆིག་  
 ལེའུར་བྱས་པ་སྟེ་ལེའུ་བཞི་བའོ།། ༥ །།      ཚད་མ་ནམ་  
 འགེལ་ཀྱི་ཆིག་ལེའུར་བྱས་པ་འདི་ནི་ཡུལ་སྟོང་སྟོང་གས་ཀྱི་རྒྱད་  
 ཏུ་ བྱང་བ་གཞུང་ལུགས་ངན་པ་ཐམས་ཅད་ཆེས་ཤིན་ཏུ་  
 འཁྱུལ་པར་འཇུག་པ་སྟན་པའི་གྲགས་པས་སའི་སྟོང་མ་ལུས་  
 བར་བྱབ་པ་འགྲན་ལྷ་མེད་པའི་ མཁས་པ་ཆེན་པོ། དཔལ་  
 ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པས་མཛད་པ་རྫོགས་སོ།། །།      རྒྱ་  
 གར་ཀྱི་མཁན་པོ་སུ་བླ་ཏི་ཤྱི་ཤེས་དང་། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་དག་  
 སྟོང་དག་བའི་སྟོང་གྲོས་ཀྱིས་བསྐྱར། དཔལ་ལྷན་དམ་པའི་ལས་  
 ལ་མངོན་དགས་པ། །སྤྲད་མེད་ཆེ་བའི་བདག་ཅན་རྒྱལ་པོ་

མཆོག། །དགོ་བའི་ཐུགས་མངའ་ངེས་པ་ས་སྐྱོང་བ། །མི་ཡི་  
 བདག་པོ་དབང་སྡེའི་བཀའ་བསྐྱུལ་ནས། །བཙུན་ལྷན་ལྷག་  
 བར་དཔྱོད་ལྷན་འཆད་པོ་དང་། །ཉན་པོ་ཚོལ་དང་ཕྱིར་ཚོལ་  
 དོན་ངེས་དང་། །འབྲེལ་གཏམ་དགའ་སྟོན་རྒྱ་ཆེན་སྤྱང་བྱའི་  
 ཕྱིར། །འཇམ་སྤིང་མཁས་པའི་རྒྱན་གྱུར་རྒྱན་འདི་  
 བསྐྱར། །ལྷ་ངན་ཀུན་སེལ་གཉིས་སུ་མེད་པ་ཡི། །དོན་དམ་  
 རྣམ་དཔྱོད་ལྷུང་ལེན་བསྟན་བཙུགས་འདི། །གཞུང་མང་དོན་  
 དགའ་སྐྱབ་པར་དགའ་ན་ཡང་། །འབྲས་བུ་ཆེ་ཕྱིར་འབད་པར་  
 དིགས་པ་ཡིན། །ལོག་པའི་རྒྱན་སྤྱོད་ཤེས་སུ་གཞོལ་གྱུར་  
 བ། །ལྷ་བ་ཚུ་བོ་བསྐྱོད་པར་དགའ་མོད་ཀྱི། །ཡང་དག་དིག་  
 བས་ལེགས་པར་བདེ་སྤྱད་ན། །འགའ་ཡི་ཡིད་ལ་ཅི་སྟེ་འབབ་  
 མི་འགྱུར། །སྤྱོད་དོན་གཉི་ག་ཉམས་སུ་བདེར་ལོན་ཏེ། །ལུན་

སྐྱལ་གྱིས་ནི་མ་བསྐྱད་ལེགས་བསྐྱར་བ། །སྒོན་གྱི་སྐྱར་བྱེད་  
 དམ་པ་དེ་དག་གི། །དྲི་ཙམ་བློ་བ་ད་ལྟ་ཁོ་བོར་ཟད། །དཔལ་  
 ལྡན་ཁ་ཆེའི་རིག་པ་བའི། །གཙུག་གི་འོར་བུ་སྐལ་ལྡན་  
 བེ། །རྒྱལ་པོ་ཞེས་བྱ་ལ་ཐོས་ནས། །སྒོ་ལྡན་བཟང་པོས་འདི་  
 བསྐྱར་རོ། །གྲོང་བྱེད་ཆེན་པོ་དཔེ་མེད་ཀྱི་ཤར་བྱེད་གས་ན་ཡུལ་  
 འཁོར་ལོ་འཛིན་པ་ཞེས་བྱ་བ། །བྱུང་བའི་གནས་སུ་གྲགས་  
 པའི་འདབས། རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་ཞིང་ཞེས་བྱ་བར། ཁ་ཆེའི་  
 པ་རྒྱུ་ཏ་ཆེན་པོ་སྐལ་ལྡན་རྒྱལ་པོ་དང་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་ཆེན་པོ་  
 དགེ་སློང་སྒོ་ལྡན་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བསྐྱར་བའོ། །དུས་བྱིས་སའི་  
 སྟེང་ན་འགྲན་ཆེ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་མཁས་པ་བསོད་  
 སྟོམས་པ་ཆེན་པོ་ཤུག་གྱི་ལྷ་བླ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་དང་།

ཤྱུ་ཀྱའི་དགོ་སྒོང་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཆན་བཟང་པོས་བསྐྱར་  
ཅིང་ཁྱས་ཏེ་གཏན་ལ་ཕབ་པའོ།། །།

༡༡། །ཚད་མ་རྣམ་པར་ངེས་པ་  
བཞུགས་སོ།

༡༡༡། །རྒྱ་གར་སྐད་དུ། བྲ་སྐ་ཏ་བི་ནི་ཕུ་ཡ། བོད་སྐད་དུ།  
ཚད་མ་རྣམ་པར་ངེས་པ། འཇམ་དཔལ་གཞིན་རྒྱར་གྱུར་པ་ལ་

ཕྱག་འཆའ་ལོ། །གང་ལ་འཕགས་པ་ཉིད་བྱོན་རྗེས་གཟུང་དེ་  
 བྱི་དཔལ་ལྡན་བྱི་མེད་སྒོ་མངའ་སྟེ། ། འཇིག་རྟེན་སྒོ་གྲོས་སྒྲོན་  
 སོ་འདིས་ནི་དེ་ཆོག་བསྐྱེད་བ་གསལ་བར་མི་ཤེས་པས། །ཉེར་  
 བསྟེན་འཇིག་རྟེན་རྒྱལ་མཛད་དེ་ལ་སྒྲོངས་པས་ཅུང་ཟད་སྦྱད་  
 བྱས་ནའང་། །དོན་མིན་སྦྱེ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་པས་བརྟེ་བས་  
 དེ་ཡི་ལྷགས་ནི་གསལ་བར་བྱ། །ཕན་ བ་དང་མི་ཕན་པ་ཐོབ་  
 བ་དང་སྦྱོང་བ་ནི་ངེས་པར་ཡང་དག་པའི་ཤེས་པ་མངོན་དུ་  
 འགྲོ་བ་ ཅན་ཡིན་པས་ན་དེ་མི་མཁས་པ་རྣམས་ལ་བསྟན་པའི་  
 དོན་དུ་འདི་བརྟེན་མོ། །ཡང་དག་པའི་ཤེས་པ་དེ་ནི་རྣམ་པ་  
 གཉིས་ཏེ། མངོན་སུམ་དང་ནི་རྗེས་སུ་དཔག ། ཅེས་བྱ་  
 བའོ། །འདི་དག་གིས་དོན་ཡོངས་སུ་བཅད་ནས་འཇུག་པ་ན་  
 དོན་བྱ་བ་ལ་བསྐྱེད་བ་མེད་པའི་སྤྱིར་ རོ། །གལ་ཏེ་སྦྱ་ལས་བྱུང་

བ་དང་ཉི་བར་འཇལ་བ་ལ་སོགས་པ་ཚད་མ་གཞན་ཡང་ཡོད་  
 བ་མ་ཡིན་ནམ་ ཞེ་ན། ཚད་མ་ཡིན་ན་ནི་འདི་གཉིས་ཁོ་ནར་  
 འདུས་ པའི་ཕྱིར། །ཚད་མ་རྣམ་གཉིས་ཁོ་ན་སྟེ། །འབྲེལ་བ་  
 བྱི། གཞན་ལས་མངོན་སུམ་མ་ཡིན་པ། །འདྲ་བའི་བདག་ཏུ་  
 རྟོགས་ཕྱིར་རོ། །དོན་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་ཉིད་དེ་མངོན་སུམ་  
 དང་། རྟོག་ཏུ་གྱུར་བའོ། །དེ་ལ་གང་ཞིག་ཤེས་པའི་སྒྲུང་བ་  
 བདག་ཉིད་ཀྱི་རྗེས་སུ་འགོ་བ་དང་ལྟོག་པའི་རྗེས་སུ་མཐུན་  
 བར་བྱེད་པ་དེ་ནི་མངོན་ སུམ་སྟེ། དེ་ནི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་  
 དངོས་པོའི་རང་བཞིན་ཏེ་རང་གི་མཆོན་ཉིད་དོ། །གཞན་ནི་སྟོ་  
 ལ་དངོས་སུ་རང་གི་ངོ་བོ་འཛོག་པའི་རྒྱས་པས་སྟོང་པའི་ཕྱིར་  
 རྟོགས་ བར་མི་འཐད་པ་ཉིད་དོ། །གཞན་མཐོང་ བ་ན་གཞན་  
 རྟོགས་པ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཏ་ཅང་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་

བྱིར་རོ། །དེ་ཡང་མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་ཉིད་ཡིན་ན་ནི་འགྱུར་  
 རོ། །དེ་ནི་རི་ལྷ་བྱའི་རྣམ་པ་དང་རང་བཞིན་འབྲེལ་བ་གྲུབ་པ་  
 དེ་ལྷ་བྱའི་རྣམ་པ་ཉི་བ་ ཉིད་དུ་གོ་བར་བྱེད་ལ་འབྲེལ་བ་ལས་  
 སྤྱིའི་ཚུལ་དུ་རྟོགས་པ་ཡང་རྗེས་སུ་དཔག་ པ་ཡིན་པའི་བྱིར་  
 ཚད་མ་གཉིས་ཁོ་ན་སྟེ། གཞན་དུ་ན་རྟོགས་པར་མི་འཐད་པའི་  
 བྱིར་རོ། །དེའི་འབྲེལ་བ་ཁོ་ན་ནི་རྟགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་མ་ཡིན་  
 གྱི། །འོན་ཀྱང་གཟུང་བའི་ཆོས་དང་ལྡན་པའི་ཆོས་ཅན་ལ་  
 མཐོང་བ་ཡང་ཡིན་ལ། དེ་ནི་སྐྱ་ལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར་རི་  
 ལྟར་ཚད་མ་གཞན་མ་ཡིན་ཞེ་ བློ་ དེ་དག་དེ་ལ་མཐོང་ན་འོ་ན་  
 དོན་ཅི་ཞིག་སྐྱབ་པའམ་འགོག་པར་བྱེད། གང་སྤར་མཐོང་བ་  
 དེ་ལ་དྲན་པར་བྱེད་དོ་ཞེ་ན། སྐྱ་དང་རྟགས་མེད་པར་དེ་རང་  
 ཉིད་རི་ཞིག་ལྟར་ཡང་དྲན་པར་མི་འགྱུར་རམ་ཅི། གནས་

སྐབས་འདི་ཉིད་ལ་བྱེ་བྲག་ཀྱང་ཡོད་དམ། དེའི་ཕྱིར་འདི་དག་  
 འགའ་ ཞིག་ཏུ་མ་གྲུབ་པ་འགའ་ཞིག་ཏུ་སྐྱབ་པའམ་འགོག་  
 པར་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར། རི་ལྟར་འགའ་ཞིག་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་  
 ཡིན། དེ་དག་ལས་དོན་འགྲུབ་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་དེར་  
 འབྲེལ་པ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྐྱ་བ་པོའི་མངོན་པར་འདོད་  
 པའི་དོན་གོ་བར་རུང་བའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་ལྟར་ རྟོགས་པར་བྱ་  
 བའི་གཞི་ནི་དེ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་དེ་ཡོད་ན་ཡོད་པ་དང་། མི་  
 དམིགས་པ་ལས་རབ་ཏུ་སྐྱེ་བ་དང་མེད་པ་སྐྱབ་པ་ལ་རྗེས་སུ་  
 དཔག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྗེས་སུ་འགོ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་  
 ལ་དཔེ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་གཞན་མེད་པའི་  
 ཕྱིར་དང་། དེ་ཉིད་སྐྱབ་པར་ བྱེད་པ་ཡིན་ན་ཡང་ཐུག་པ་མེད་  
 པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེ་ན་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་



ཡུལ་བསྟན་པས་ཞུགས་པའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་འབྲེལ་བ་དྲན་པའི་  
 ཕྱིར་ཏེ། རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་དག་གི་ངོ་བོ་ཉིད་ནི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་  
 དང་ཕྱོག་པ་དག་ལས་གཞན་མ་ ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་  
 དམིགས་པར་རིགས་པ་མི་ དམིགས་ན་ཡང་མེད་དོ་ཞེས་  
 བརྗོད་དེ། དེའི་ཕྱིར་མི་དམིགས་ན་མེད་དོ་ཞེས་རྒྱ་མཆན་ཉི་  
 བར་བསྟན་པས་ཚེངས་པ་ལ་ཐ་སྙད་ སྒྱབ་པར་བྱེད་དོ། རྒྱེད་  
 བར་བྱེད་པ་བརྗོད་པ་ལ་པ་ཉིད་བཞིན་ནོ། །མི་སྒྲིང་བ་མི་  
 དམིགས་པ་ཡང་རྒྱ་མཆན་གཞན་མེད་པའི་ཕྱིར་ཡོད་པའི་ཐ་  
 སྙད་འགོག་པ་ ཡིན་ཏེ། རྒྱེད་ བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པར་བརྗོད་  
 པ་ལ་པ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་རང་གི་གྲུབ་པ་མ་  
 ཡིན་པ་ཐམས་ཅད་ནི་བདག་ཉིད་དང་འབྲེལ་བའི་གྲུབ་པར་  
 བྱེད་པ་མི་འཁྲུལ་བ་གཞན་ལ་སྟོས་པའི་ཕྱིར་མངོན་སུམ་མ་

ཡིན་པའི་ཚད་མ་ནི་རྗེས་ སུ་དཔག་པ་ལས་གཞན་ཡོད་པ་མ་  
 ཡིན་ནོ། །གཞན་དག་ མངོན་སུམ་མ་ཡིན་པའི་ཚད་མ་ནི་མེད་  
 ནོ། །ཞེས་ཟེར་བ་དེ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་སྒྱིར་ཚད་  
 དང་ཅིག་ཤོས་སྒྱི་གཞག་དང་། །གཞན་སྒྲོ་ཉོགས་པར་བྱེད་  
 སྒྱིར་དང་། །འགའ་ཞིག་འགོག་པར་བྱེད་སྒྱིར་ཡང་། །ཚད་མ་  
 གཞན་ནི་སྤྱིད་པ་ཉིད། །དེ་ཤེས་པའི་གསལ་བ་འགའ་ཞིག་ གི་  
 འཇུག་པ་ལ་སྒྲིབ་དང་མི་སྒྲིབ་དག་དམིགས་ནས་རི་ལྟར་ཉེ་  
 བར་བསྟན་པ་ལ་འཇུག་པ་ མི་འཁྱུལ་བར་བྱ་བའི་སྒྱིར་མངོན་  
 སུམ་ཁོ་ན་ཚད་མ་ཡིན་གྱི་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ནི་མ་ ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་དེའི་མཚན་ཉིད་ལ་བྱུང་པར་སྒྲིབ་ན་ཆོས་མཐོང་བ་ལས་  
 ཅི་ལྟ་བ་དེ་ལྟར་ རབ་ཏུ་བསྐྱབ་པ་དེ་ནི་རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱ་  
 བ་ ལས་མ་འདས་སོ། །དེ་ཡང་མ་གྲུབ་པའི་སྒྱིར་ཡུལ་ཉམས་

སུ་ཕྱོང་བ་བསྟན་དུ་མེད་པའི་ཤེས་པའི་གསལ་བ་ རྣམས་  
 ལས་མ་གཏོགས་པར་ཅུང་ཟད་ཀྱང་ཚད་མའམ་ཚད་མ་མ་  
 ཡིན་པར་མི་འགྱུར་ལ། རང་གི་རྒྱད་ལ་ཡོད་པ་མཆོན་པར་བྱ་  
 བ་མ་ཡིན་པ་དེ་དག་གིས་ཀྱང་འདི་གཞན་ལ་ཐ་སྙད་ ཏུ་བྱེད་  
 པར་མི་དབང་བའི་ཕྱིར་བསྟན་བཅོས་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་  
 རོ། །བྱེད་ན་ཡང་རང་གི་འཇུག་པ་ལ་རང་གི་ཆོག་གིས་ཅོ་འདྲི་  
 བར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཁོང་དུ་ཅུད་པར་བྱ་བའི་དོན་དུ་  
 བསྟན་བཅོས་ཀྱང་བྱེད་ལ། རེས་སུ་དཔག་པ་ཡང་འདོར་རོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་མི་རིགས་ཏེ། རེས་སུ་དཔག་པ་དེ་སྤངས་ ན་  
 འཇུག་པ་འབྲས་བུ་མེད་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །ལུས་ཉིད་  
 བྱི་སྟོ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་གྲུབ་ཀྱང་སྟོའི་རྣམ་པར་བརྟགས་པ་ལ་ཐེ་  
 ཆོམ་བ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་གཞན་དང་འབྲེལ་བ་ནི་སྦྱེས་བྱ་ཅམ་

གྲིས་མངོན་སུམ་དུ་མི་རྟོགས་སོ། །འདི་འགའ་ཞིག་ཏུ་དགག་  
 པ་བྱེད་པ་ཡང་མངོན་སུམ་གྲིས་ནི་བྱ་བར་འོས་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 རོན་གྲིས་རྒྱས་པ་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པས་དེའི་ཡུལ་ཉིད་དུ་འགལ་  
 བའི་ཕྱིར་རོ། །མི་ལྟོས་ན་ནི་ཆོས་པ་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོ་  
 ལ་ཡང་སྐྱེ་བར་བལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ལོག་པ་ལས་མངོན་སུམ་  
 ཉིད་གྲིས་དངོས་པོ་མེད་པར་ངས་པ་ཡིན་ནི་ཞེ་ན། དེ་མེད་པ་  
 ཡང་ཡིན་ལ་དེས་རྟོགས་སོ། །ཞེས་ཀྱང་བྱ་བ་འདི་ནི་ཉམས་  
 སོ། །དེ་ལོག་ན་ནི་གང་ལས་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བར་འགྱུར་ཏེ།  
 ངས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡོད་ན་ཡང་དེ་ཉིད་མི་འཁྲུལ་བའི་  
 དམིགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ནི་དེས་དངོས་པོ་མེད་པའི་  
 རྟགས་ཉིད་དོ། །འགའ་ཞིག་མི་སྐྱེ་ཡང་དེའི་རང་བཞིན་ཅན་  
 ལ་འཁྲུལ་བ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་ཡིད་བརྟན་དུ་ མེད་དོ་ཞེ་ན་མ་

ཡིན་ཏེ་དེའི་རང་བཞིན་མ་མཆོན་པའི་སྤྱིར་ཏེ། རང་བཞིན་  
 འབྲེལ་བ་ནི་རྟགས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་ལ། དེ་ལ་ནི་འཁྲུལ་བ་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ་དེ་མེད་ན་རང་གི་ངོ་བོ་མེད་པར་འགྱུར་བའི་  
 སྤྱིར་རོ། ། འདི་ལྟར་མངོན་སྲུང་ཡང་ནི་དོན་མེད་ན། མི་འབྱུང་  
 བ་ལས་ཚད་མ་ཉིད། །འབྲེལ་བ་ཡི་ནི་རང་བཞིན་དེའི། །རྒྱ་  
 ཡིན་པས་ན་གཉིས་ཀ་མཚུངས། །མངོན་སྲུང་ཡང་དོན་ལ་མི་  
 སྲུ་བ་ཉིད་ལས་ཚད་མ་ཡིན་ནོ། །མི་སྲུ་བ་ཡང་དེ་ལས་བདག་  
 ཉིད་ཐོབ་པའི་སྤྱིར་ཏེ། གཞན་ལས་བྱུང་ བའམ་མ་བྱུང་བའི་  
 ཡོད་པ་དེ་ནི་དེ་ལ་ངེས་པར་མི་སྲུ་བ་མི་རིགས་པའི་སྤྱིར་  
 རོ། །གལ་ཏེ་མངོན་སྲུང་གི་དོན་ལ་མི་སྲུ་བ་ནི་དོན་མེད་ན་མི་  
 འབྱུང་བ་ལས་མ་ཡིན་གྱི། འོན་ཀྱང་དོན་མཐོང་བ་ལས་ཡིན་ནོ་  
 ཞེ་ན། དོན་མཐོང་བ་དེ་ཡང་དོན་ཡིན་ནམ་ཤེས་པ་ཡིན། དོན་

ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་དོན་ཐམས་ཅད་ མངོན་སུམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མཐོང་བར་འགྱུར་རོ། །ཤེས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་  
 རི་ལྟར་གཞན་ཡོད་ན་འབྲེལ་བ་མེད་པ་གཞན་ངེས་པར་ཡོད་  
 པར་ འགྱུར་བ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་ཡོད་པར་འགྱུར་བོ་ཞེ་ན།  
 མཐོང་བ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཅི་ཞིག་ཅེས་དེ་ཉིད་བཀལ་ཞིང་བརྟག་  
 པ་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ནམ། དེའི་ཕྱིར་ཤེས་པ་ཡོད་པ་ལས་དོན་  
 ཡོད་པར་འདོད་པས་ཤེས་པ་དེ་དང་འབྲེལ་བར་བརྗོད་ པར་བྱ་  
 བ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་འབྲས་བུ་དང་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་དག་  
 ལས་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ལ་ཡང་མཚུངས་པའི་ ཕྱིར་རྗེས་སུ་  
 དཔག་པ་ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་དང་མི་ལྟན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
 ལ་མངོན་སུམ་རྟོག་ བྲལ་མ་འབྲུལ་བ། །རབ་རིབ་དང་སྦྱར་དུ་  
 བསྐྱོར་བ་དང་། བྱར་ཞུགས་པའི་འབྲུག་པ་ལ་སོགས་པས་

འཁྱུལ་བ་མ་བསྐྱེད་ཅིང་རྣམ་པར་རྟོག་པ་མེད་ པའི་ཤེས་པ་ནི་  
 མངོན་སུམ་མོ། །རྟོག་པ་དེ་ཡང་གང་ཞེ་ན། རྟོག་པ་མངོན་  
 པར་བརྗོད་ཅན་གྱི། །ཤེས་པ་རྟོག་པ་ནི་བརྗོད་པ་དང་འབྲེལ་  
 རུང་བ་ སྣང་བའི་ཤེས་པ་སྟེ། དེ་དང་བྲལ་བའོ། །དབང་པོའི་  
 ཤེས་པ་ལ་ནི་དེ་སྤིང་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རོན་གྱི་མཐུ་ཡིས་ནི།  
 ཡང་དག་སྟེ་བ་ཡིན་ཕྱིར་རོ། །གང་གི་ཕྱིར་དེ་རོན་གྱི་རུས་པ་  
 ལས་སྐྱེས་པ་ན་དེའི་རང་བཞིན་ཁོ་ནའི་རྗེས་སུ་ བྱེད་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །གང་གིས་དེ་སྣང་བ་ན་དེ་ཡང་སྣང་བར་ འགྱུར་བ་དོན་ལ་  
 སྒྲ་ཡོད་པའམ། དེའི་བདག་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །རིག་པའི་ཆོས་  
 འདི་ནི་དོན་ལ་རེག་པ་དང་མི་ལྡན་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དོན་  
 རྟག་ཏུ་སྒྲུབ་པའི་ཕྱིར་དང་། དེ་ལས་ཀྱང་དོན་རྣམས་མི་རྟོགས་  
 པར་ཐལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་འདི་ཉི་བར་གྱུར་པས་རྣམ་

བར་ཤེས་པ་བསྐྱེད་པ་ན་ བདག་ཉིད་མ་ཡིན་པ་མེད་ན་མི་  
 འབྱུང་བ་ནི་མདུན་དུ་བྱེད་པར་རིག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རོ་ལ་  
 སོགས་པ་པན་ཚུན་བཞིན་ནོ། །དེའི་སྟོབས་ཀྱིས་སྐྱེས་པའི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡང་དོན་གཞན་གྱི་རྗེས་སུ་འབྱང་བ་མ་ ཡིན་  
 ཏེ། རོ་ལ་སོགས་པའི་ཤེས་པ་བཞིན་ནོ། །དེའི་བདག་ཉིད་  
 ཡིན་དུ་ཚུགས་ གྲང་དབང་པོ་གཞན་གྱི་ཤེས་པ་བསྐྱེད་པར་མི་  
 རུས་པའི་སྤྱིར་དང་། ཏ་ཅང་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཡང་སྤྱིར་  
 རོ། །རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཅན་ནི་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྟེ།  
 དོན་གྱི་རུས་པ་ཉི་བ་ལ་སྟོས་པ་མེད་པར་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་  
 བག་ཆགས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་ བསྐྱངས་པ་ལས། དབང་པོའི་དོན་  
 མ་ངེས་པར་འཛིན་པ་ཅན། ཉམས་སུ་སྤྱོད་བ་འགའ་ཞིག་དང་  
 འབྲེལ་བ་ལས་ལྷན་ཅིག་གསུམ། སོ་སོར་འཛིན་པར་བྱེད་



རོ། །གཞན་ཡང་། རོན་ནི་ཉེ་བར་སྐྱོར་བ་ནའང་། །གཞན་ཡང་  
 སྐྱོར་བར་བ་ལ། །གལ་ཏེ་དབང་པོའི་སྒོ་སྟོས་ན། །རོན་དེ་  
 ཚོད་པར་འགྱུར་བ་ཡིན། །གང་གི་ཕྱིར་བཟའི་དུས་ན་གོམས་  
 པའི་བརྗོད་པའི་སྤྱི་མ་བར་བ་ནི་དེ་སྐྱོར་བ་མི་ སྤྱིད་དེ་སྐྱོ་  
 གཞན་བཞིན་ནོ། །རོན་གྱིས་ཉེ་བར་སྐྱོར་བས་བྱས་པའི་ནང་  
 གི་འདུ་བྱེད་སད་པ་མེད་པར་ཡང་སྐྱའི་ བྱད་པར་བར་བ་མི་  
 རིགས་ཏེ། དེ་དེས་མ་བྱས་ན་དེའི་མིང་མི་འཛིན་པར་ཐལ་བའི་  
 ཕྱིར་རོ། །དེས་ ན་བར་པས་བར་དུ་ཚོད་པའི་ཕྱིར་རོན་གྱི་ཉེ་  
 བར་སྐྱོར་པའི་དེ་མ་ཐག་པའི་བྱེད་ པའི་འབྲས་བུར་མི་འགྱུར་  
 རོ། །དེའི་ཕྱིར་གང་སྒོན་སྒོ་ཡི་སྐྱེད་བྱེད་མིན། །ཉེར་སྐྱོར་བྱད་  
 པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར། །དེ་ནི་ཕྱིས་ཀྱང་འགྱུར། བདག་ཉིད་ཐ་  
 དད་པ་མེད་པས་རྒྱས་པ་བྱད་ པར་མེད་པའི་ཕྱིར་གཅིག་ཉིད་

གཅིག་ལ་བྱེད་པ་དང་མི་བྱེད་པར་ནི་མི་འགྱུར་རོ། །དེས་ན།  
 དོན་མེད་ན་ཡང་མིག་སྒྲོར་འགྱུར། །དོན་སྒྲོ་ལ་དངོས་སུ་མི་  
 སྒྲོར་བའི་ཕྱིར་དང་། དུན་པས་སད་པར་བྱེད་པ་ལ་སྒྲོར་བའི་  
 ཕྱིར་སྒྲོ་ནི་པན་པ་མེད་པ་དེ་ཡོད་པ་ལ་མི་ ལྟོས་པ་ཉིད་  
 རོ། །དོན་གྱི་ ཉེ་བར་སྒྲོར་བས་སྒྲོ་སྐྱེད་པར་བྱེད་ན་ནི་བརྗོད་  
 པ་དུན་པའི་བར་ཆད་མེད་པའི་ ཕྱིར་མངོན་སུམ་རྟོགས་པ་  
 མེད་པར་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་། བྱད་པར་དང་ནི་བྱད་  
 པར་ཅན། །འབྲེལ་དང་འཇིག་རྟེན་ཆོས་ལུགས་ནི། །གཟུང་སྟེ་  
 དེ་ལྟར་བསྐྱེམས་བྱས་ན། །དེ་ལྟར་རྟོགས་ཀྱིས་ གཞན་དུ་  
 མིན། །བྱད་པར་དང་བྱད་པར་ཅན་དང་དེའི་འབྲེལ་བ་དང་  
 འཇིག་རྟེན་པའི་རྣམ་པར་གཞག་པ་ཤེས་ ན་ནི་དེ་བསྐྱེམས་  
 ནས་འཇིན་པས་འགའ་ཞིག་གིས་བྱད་པར་ཅན་དུ་འཇིན་པ་

ཡིན་ཏེ། དབྱིག་པ་ཅན་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །དོན་དང་  
 འབྲེལ་བ་དང་རྫོད་པར་བྱེད་པའི་གཙུག་ ལག་རྣམས་མི་ཤེས་  
 ན་མི་འགྱུར་བའི་བྱིར་གཞན་དུ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །རིགས་དང་  
 ཡོན་ཏན་དང་བྱ་བ་དང་ལྡན་པ་དག་ནི་འདི་ལ་མི་སྲིད་པ་ཉིད་  
 ནི། རང་བཞིན་ཐ་དད་པ་དང་འབྲེལ་བ་དག་མི་སྣང་བས་སྦྱོར་  
 བ་མི་རིགས་པའི་བྱིར་དང་། དེ་ལྟར་རྟོགས་པ་མེད་པའི་བྱིར་  
 ཟུ་དང་འོ་མ་དག་བཞིན་ནོ། །གང་ལ་ཐ་དད་པར་རྟོགས་པ་  
 ཡོད་པ་དེ་ལ་ཡང་འཛིན་པ་ནི། བརྟ་བླན་པ་ཡི་རྒྱ་ཅན་  
 གྱི། །མཐོང་བ་སྤྱད་པའི་བདག་ཅན་དེ། །སྤྱི་ལྟེན་པས་  
 སྦྱོང་བ་ཡི། །མིག་ཤེས་ལ་ནི་ངེ་ལྟར་འགྱུར། །གང་གི་བྱིར་  
 འདི་ལ་འདི་ཅུ་བྱེད་པའི་རྣམས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཡུལ་གྱི་  
 དོན་ཉི་ བའི་སྟོབས་ལས་སྦྱེས་པས་དཔྱོད་པ་མེད་པའི་བྱིར་

རོ། །དབྱེད་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ནི་ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པ་དང་  
 དབང་པོའི་ཤེས་པ་དག་ཐ་དད་པ་ མེད་པར་ཐལ་བའི་བྱིར་  
 རོ། །ཐ་དད་པ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ནི་འདས་པ་དང་མ་འོངས་  
 པ་དང་དངོས་པོའི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ འཛིན་པ་དང་མི་འཛིན་པ་  
 དང་དཔོག་ པ་དང་མི་དཔོག་པ་དང་དོན་ཡོད་པ་ལ་སྟོས་པ་  
 དང་མི་ སྟོས་པ་ལ་སོགས་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །ཡིད་ཀྱི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པས་མཛོན་པར་འདུས་བྱས་པ་ལ་དབང་པོའི་  
 ཤེས་པར་འཛིན་པར་ བྱེད་དོ་ཞེ་ན་མ་ཡིན་ཏེ། ཇི་སྐད་བཤད་  
 པ་མི་འཛིན་པས་དེ་ལྟར་རྟོགས་པ་མི་རིགས་པའི་བྱིར་  
 རོ། །ཡུལ་མ་ ཡིན་པ་ལ་མི་འཇུག་པའི་བྱིར་ཏེ། རིགས་ལ་  
 སོགས་པ་དང་། འབྲེལ་བ་དང་། འདས་པ་དང་། སྤྱི་ཐ་སྙད་  
 ལས་སོགས་པ་རྣམས་ནི་དབང་པོའི་ཤེས་པའི་ཡུལ་མ་ཡིན་

བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་དབང་པོའི་ཤེས་པ་ནི་དོན་སྦྱར་བར་  
 བྱེད་པའི་རྟོག་པ་རྣམས་ཀྱི་ནང་ དུ་གཏོགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །  
 དེ་ནི་རྟོགས་པས་སྒྲངས་ན་ཡང་། །འདོད་པས་ལྟོག་དང་ཉེ་བ་  
 ཡི། །དོན་ལ་སྒྲོ་ནི་སྟོས་མེད་འགྱུར། །གཞན་ཡང་འདི་བྱེད་  
 བར་ལ་སོགས་པའི་རྟོགས་པས་བསྒྲང་བ་ཡིན་ན་ཆོགས་པ་  
 ཚང་བ་ཅན་གྱི་ འཇུག་པ་ཡང་འདོད་པས་ལྟོག་པར་འགྱུར་ཏེ།  
 དེ་ལས་གཞན་པའི་རྣམ་པར་རྟོགས་པ་བཞིན་ རོ། །རྣམ་པར་  
 རྟོགས་པ་རྣམས་ནི་སོ་སོར་བརྟགས་པས་བསྒྲོག་པར་བྱས་པ་  
 ཡིན་གྱི། དབང་པོའི་སྒྲོ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཆོགས་པ་ཚང་བ་ལ་བ་  
 ལང་གི་སྒྲོ་བསྒྲོག་ཅིང་རྟར་རྣམ་པར་བརྟགས་ཀྱང་བ་ལང་དུ་  
 མཐོང་ བའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་དོན་ཉེ་བ་ལས་མི་སྟོས་པར་ཡང་  
 འགྱུར་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་ བ་ལང་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་

བ་ནི་དོན་ཉི་བ་ཉིད་ལས་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནོ། །འདི་ཉིད་གྱིས་  
 གཞན་མིན་ཞེ་ན། གང་གི་སྤྱིར་འདི་བ་ལང་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཉི་  
 བ་མ་ཡིན་པ་ལ་མི་འགྱུར་ལ། ཁོ་བོ་ཅག་གི་མངོན་སྲུང་ཡང་  
 འདི་ཉིད་ཡིན་ཏེ། དོན་ཉི་བ་ངེས་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་ཡིན་པའི་  
 སྤྱིར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ་གང་གི་སྤྱིར། དེ་དབང་  
 སྤྱོད་ཡུལ་མ་ཡིན་སྤྱིར། །མེད་དང་ཐ་དད་མེད་པ་  
 ལའང་། །རིག་པ་ལས་ཀྱང་སྒོ་དེར་འགྱུར། །དབང་པོའི་སྤྱོད་  
 ཡུལ་མ་ཡིན་པའི་དོན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དེ་དབང་པོའི་ཤེས་པ་  
 སྤྱོད་ བར་བྱེད་པ་ལ་མེད་པ་ལས་ཐ་དད་པ་ཅི་ ཡོད། དེའི་  
 རྒྱས་པ་ནི་དེ་ལས་དངོས་སྲུ་ཐམས་ཅད་དུ་ལོགས་པ་ཡིན་ལ།  
 བརྒྱད་པ་ཉི་བར་སྤྱོད་ན་ནི་འདས་པ་ལས་ཀྱང་མཐོང་བའི་སྤྱིར་  
 རོ། །དེའི་སྤྱིར་ཡུལ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་གྱིས་མེད་པ་དང་བྱེད་པར་

མེད་པ་ལ་ཡང་རེག་པ་ལས་འདི་ བྱམ་པ་ཞེས་རྟོགས་པས་ནི་  
 འདི་མངོན་སྲུང་དང་ལྡན་པར་རེགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་  
 རེག་དེ་རྫས་ཡིན་ན། དེ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། རྫས་ནི་རེག་པ་ཡང་  
 ཡིན་པས་རེག་ནས་འཇིན་ཏོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་འདི་ནི་བྱམ་པ་  
 ཞེས། །ཤེས་ལ་ཁ་དོག་སྒྲུང་བྱེར་རོ། །འདི་བྱམ་པའོ་སྒྲུང་པའི་  
 ཤེས་པ་ནི་རེག་པའི་དབང་པོ་ལས་ སྐྱེས་པར་མི་རེགས་ཏེ།  
 དེ་ལྟར་སེམས་པ་ན་ཁ་དོག་སྒྲུང་བའི་བྱེར་རོ། །དེས་ན་འདྲ་  
 པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་འདི་ནི་གཟུགས་དང་རེག་པའི་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པ་དག་གི་ རྒྱ་ཅན་གྱི་ཡིད་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་། གང་  
 ཞེག་ཡོད་ལ་གང་མཐོང་བ། །དེ་མཐོང་བ་ལས་དེ་ཡི་སྒྲ། །འདྲ་  
 རེགས་དེ་རྟོགས་ མེད་ན་ནི། །སྒྲ་ཡི་བྱུང་པར་རི་ལྟར་  
 འདྲ། །དེ་མ་འདྲ་ན་དེ་དང་དོན། །བསྐྱེས་ནས་རེག་པ་དེ་རི་

ལྟར། །གལ་ཏེ་རང་གི་རྫོད་པར་བྱེད་པའི་བྱེད་པར་ལ་སྟོས་  
 པའི་དོན་ཉིད་ཤེས་པས་ངེས་པར་ བྱ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་  
 ལྟར་ངེས་པ་ཡིན་ན། ད་ནི་དབང་པོའི་ཤེས་པའི་བརྫོད་པ་ཡང་  
 རྟོགས་པར་འགྱུར་ཏེ། རྫོད་པར་བྱེད་པའི་བྱེད་པར་བྱན་པར་མི་  
 རིགས་པའི་སྤྱིར་རོ། །གང་གི་སྤྱིར་དོན་མཐོང་བ་ཡོད་ན་ནི་དེ་  
 ལས་དོན་གྱི་བྱེད་པར་ཉེ་བ་ལ། མཐོང་བའི་སྐྱ་བྱན་པར་འགྱུར་  
 བ་ཡིན་ཏེ་མེ་དང་དུ་བ་བཞིན་ནོ། །འདིས་སྐྱ་མེད་པར་དོན་མི་  
 མཐོང་ཞིང་མ་མཐོང་ན་ཡང་སྐྱའི་བྱེད་ པར་མི་བྱན་ལ་མ་བྱན་  
 ན་སྦྱར་བར་མི་བྱེད་དོ། །མ་སྦྱར་ན་རྟོགས་པར་མི་འགྱུར་བའི་  
 སྤྱིར་འགོ་བ་མ་ལུས་པ་ལོང་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ རོ། །དོན་ཉེ་བ་  
 ཉིད་ཀྱི་ནང་གི་འདུ་བྱེད་སད་པར་བྱས་པ་དེས་བྱན་པར་འགྱུར་  
 གྱི་དོན་ མཐོང་བས་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། བཟ་མ་



མཐོང་བ་ལ་མེད་ བས་དེའི་འབྲེལ་བ་ནི་རང་གི་ངོ་བོ་མེད་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །སྐྱེས་བུའི་འདོད་བས་ནི་དོན་རྣམས་ཡོངས་སུ་  
 འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བརྟའི་དུས་སུ་སྐྱེས་པའི་རང་གི་  
 ངོ་བོ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཡོངས་སུ་འགྱུར་ན་ནི་དེ་དེའི་  
 བདག་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་གཞན་བརྟ་མ་མཐོང་བ་རྣམས་ ལ་  
 ཡང་ འགྱུར་རོ། །སྐྱེས་བུ་སོ་སོ་ལ་དོན་རྣམས་བདག་ཉིད་ཐ་  
 དད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། བདག་ཉིད་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་  
 བའི་ཕྱིར་ཏེ། བདག་ཉིད་གནས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་  
 ཕྱིར་མཐོང་བས་ན་འདི་སྐྱ་མ་སྐྱར་བའི་དོན་ཉིད་མཐོང་བ་ཡིན་  
 ནོ། །ཡང་ན་དབང་པོའི་སྒོ་རྟོག་ བ་དང་བྲལ་བར་སྐྱབ་པར་  
 བྱེད་པ་ནི་མཛོན་སྐྱམ་ཉིད་ རོ། །གང་གི་ཕྱིར། ཐམས་ཅད་  
 ལས་ནི་སེམས་བསྐྱུས་ནས། །ནང་གི་བདག་ཉིད་གཡོ་མེད་

བར། །གནས་ནའང་མིག་གིས་གཟུགས་དག་ནི། །མཐོང་བའི་  
 སྒོ་དེ་དབང་སྐྱེས་ཡིན། །བརྗོད་པའི་སྒྲུང་བ་མེད་པའི་སྒྲུང་ བ་  
 ནི་སྒོག་ཆགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མངོན་སུམ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 འདི་ལ་སྐྱབ་པར་བྱེད་ བ་གཞན་གྱིས་ཅི་ཞིག་བྲ། གང་གིས་  
 ཡོད་ཀྱང་མི་རྟོགས་པར་འགྱུར་བ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་འདི་དག་  
 གི་སྐྱེ་བ་དང་ འགག་པར་རིག་པར་མི་འགྱུར་བ་ཡང་མ་ཡིན་  
 ཉེ། འདི་ལྟར་སྒྲུར་ཡང་ཅུང་ ཟད་རྣམ་རྟོག་ན། །ཁོ་བོའི་རྣམ་  
 རྟོག་འདི་འདྲར་འགྱུར། །ཞེས་རིག་སྒྲུར་བཤད་རང་བཞིན་  
 གྱིས། །དབང་པོ་ལས་རྟོགས་ལ་མིན་ནོ། །ཡང་དེ་བསྐྱུས་པ་  
 ལས་སེམས་ལངས་ཉེ། །ཅུང་ཟད་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ན། །ཁོ་  
 བོའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་འདི་དང་འདི་འདྲ་བར་གྱུར་རྟོ་ ཞེས་རང་  
 གི་སེམས་ཀྱི་རྒྱན་སྒྲོམ་པར་བྱེད་དོ། །དེའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་རྟོག་

བ་འདི་དག་མངོན་སུམ་ཡིན་ན་ངེ་ལྟར་རྣམ་པར་རྟོག་པ་  
 བསྐྱུས་པའི་མཐོང་བ་ལ་རྟོགས་པར་མི་འགྱུར་ཞེས་བྲ། དེས་ན་  
 མཐོང་བའི་བདག་ཉིད་རྟོག་པ་དང་མ་འདྲེས་པ་ནི་མངོན་སུམ་  
 ཡིན་པའམ། མཐོང་བ་ལ་སྒྲུང་བའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པར་  
 རྟོག་པ་མི་སྒྲུང་བས་ནི་དབང་པོའི་ཤེས་པ་ ལ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་  
 སྒྲུངས་པ་ཡིན་ནོ། །གང་གིས་དབང་པོའི་ཤེས་པ་རྣམ་པར་  
 རྟོག་པར་ཁས་སྒྲུངས་པ་ལ་གཞོད་པར་འགྱུར་བའི་སྒོ་ མངོན་  
 སུམ་དུ་གྱུར་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་ན་ རེ་ཞིག་སྐྱེ་བ་  
 དང་འགག་པར་རིག་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་འདི་དོན་ནམ། སྒོ་  
 གང་གི་ནང་དུ་འདུ། དོན་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ནང་དུ་ཡོངས་སུ་  
 གསལ་བའི་ཕྱིར་དང་། འདོད་པའི་དབང་གིས་སྐྱེ་བ་དང་  
 འགག་པར་རིགས་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྒོ་ནི་འདིར་

འགྱུར་བ་ ཡིན་ན་མངོན་སུམ་མ་ཡིན་པ་དེ་ནི་འཇུག་ཏུ་ཟིན་  
 གྱང་གསལ་བ་མ་ཡིན་ལ། གསལ་བའི་དོན་གྱང་དེ་ལྟར་  
 འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ཞིང་། འདི་གཞན་འགའ་ཞིག་དང་རྗེས་སུ་  
 འབྲེལ་བ་ཡང་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དོན་དང་བརྗོད་པའི་ རྗེས་སུ་  
 བྱེད་པ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ནི་  
 མེད་པར་འགྱུར་རོ། །བདེ་བ་ལ་སོགས་པ་སྤྱོད་བ་ཡང་སློ་ཡིན་  
 ལ། དེ་ཡང་སློག་ཏུ་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་དེ་ལས་ཕན་པ་དང་གཞོན་  
 པར་མི་འགྱུར་ཏེ། སྤྱིས་བྱ་གཞན་གྱིས་སྤྱོད་བ་བཞིན་  
 བོ། །འདི་དག་མངོན་སུམ་གྱིས་ཤེས་པ་མ་ ཡིན་ན་བདག་ཉིད་  
 ལ་རྟོགས་པར་ཡང་ངེ་ལྟར་འགྱུར། དོན་མ་ཤེས་པར་སློ་མི་  
 འགྱུར་པས་ན་དེ་ཤེས་པ་ནི་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ལས་ཁོང་དུ་ཆུད་  
 པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། གང་གིས་འདི་སྐད་སྤྱོད་བའི་ཆོག་ལ་ཡང་

འཇིག་རྟེན་ན་ན་གཏོང་པར་བྱེད་པ་ནི་རྒྱལ་ བའི་སྤྱོད་བསྐྱབས་  
 བས་སྤྱོད་པོ་རྒྱལ་བ་ཡིན་ནོ། ། རོན་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྤྱོད་  
 སྤྱོད་པར་བྱེད་པ་ནི་རྟོགས་པ་ཡིན་ལ་སྤྱོད་ནི་མ་ཡིན་ རོན་ཞེས་  
 ཟེར་བ་ནི་བསྐྱབས་པར་འོས་པའི་ཤེས་རབ་ཅན་ལྟ་རྒྱུ་མས་  
 དགའ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ བའི་སྤྱོད་རོ། ། རོན་ཤེས་པ་ནི་སྤྱོད་  
 རྟོགས་མ་ཡིན་གྱི་འོན་ཀྱང་དབང་པོ་དང་རོན་དག་ཡིན་ནོ་ཞེ་  
 བ། མི་འབྱུང་ན་གཏན་ ཆོགས་ཡིན་ནོ། ། ཡིད་ཡིན་ནོ་ཞེ་བ།  
 དེ་ཡང་བར་དུ་མ་ཆོད་པའི་ཤེས་པའི་རྒྱར་རྒྱར་བ་རྒྱུ་པར་  
 ཤེས་པ་སྤྱོད་མ་ཉིད་ཡིན་པར་ རིག་སྟེ། དེ་ཡུལ་གཞན་ལ་  
 སེམས་གཏད་ཅིང་རྒྱས་པ་ཉམས་པར་རྒྱར་ན་གཞན་ལ་ཤེས་  
 པ་མི་སྤྱོད་བའི་ སྤྱོད་རོ། ། དེ་ཡང་མ་གྲུབ་པོ། ། ཡུལ་ གསལ་བ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེ་བ། གསལ་བ་དེ་ཉིད་སྤྱོད་མ་ཡིན་ནམ། དེའི་བྱེད་པར་

ཅན་དེ་ཡང་མ་གྲུབ་པོ། །གསལ་བ་ནི་སྒོ་མ་ཡིན་ཏེ། རོན་གྱི་  
 བདག་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། སྒོ་ས་མ་བསྐྱེད་ན་ངེ་ལྟར་སྒོ་འི་གོ་  
 བར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། འབྲེལ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རོན་གྱི་  
 བདག་ཉིད་ཀྱང་ ཐུན་མོང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་གཞན་གྱི་སྒོ་ཡང་  
 རེས་སུ་དབག་པར་བལ་ལོ། །རྟགས་གྲུབ་ཀྱང་མ་གྲུབ་པས་ནི་  
 སྒོ་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རེས་སུ་དབག་པ་མ་ ཡིན་  
 ནོ། །དེའི་ཕྱིར་འདིའི་བརྗོད་པ་མེད་པ་ཡང་མངོན་སུམ་དུ་སྒྲུང་  
 བ་ཡིན་ནོ། །དབང་པོའི་བྱ་བ་མེད་པ་ལ། །སྒྲུ་ཡིས་དོན་ནི་  
 མཐོང་བ་བཞིན། །སྒོ་ལ་སྒྲུང་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། །དེ་ནི་བརྗོད་  
 མེད་ཉོགས་བྱེད་ཡིན། །ཡང་མངོན་སུམ་དེ་ནི་རྗོད་དུ་མེད་པའི་  
 ཡུལ་ཅན་ཡིན་ཏེ། དབང་པོའི་བྱ་བ་མེད་པ་ལ་མཐོང་བ་བཞིན་  
 དུ་སྒྲུས་སྒོ་ལ་སྒྲུང་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་གི་ཕྱིར་སྒྲུ་ལས་

བྱང་བའི་ཤེས་ བ་ལ་མི་སྣང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སྤྱི་དོན་མ་  
 ཡིན་ འོ། །སྤྱི་ཡུལ་ཉིད་ནི་དངོས་པོ་མ་ཡིན་ཏེ། མཐོང་བ་ལ་  
 རྣམ་པ་གཞན་དུ་སྣང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་  
 མཚན་འདི་ཙམ་དུ་བྱད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དངོས་པོ་མེད་ཀྱང་སྤྱི་  
 ལས་བྱང་བའི་སྣང་བ་མི་ཉམས་པས་མེད་པའི་དོན་ སྣང་བ་  
 དང་ཁྱད་པར་མེད་པའི་ཕྱིར། ཡོད་ཀྱང་ཤེས་པ་དེ་ནི་དེའི་  
 བདག་ཉིད་འཛིན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡོད་པ་དང་མེད་པའི་རྗེས་  
 སུ་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར། ཇི་ལ་རོའི་སྒོ་བཞིན་དང་། གཟུགས་ལ་  
 མིག་གི་སྒོ་བཞིན་འོ། །རྣམ་པར་གཏོད་པར་རུས་པའི་ཕྱིར་  
 ཤེས་པའི་ཡུལ་ནི་ རྒྱ་ཡིན་ན་རྗེས་སུ་འགོ་བ་དང་ཕྱོག་པའི་  
 རྗེས་སུ་མི་བྱེད་པ་ནི་རྒྱ་མ་ཡིན་ འོ། །རྒྱ་མ་ཡིན་པ་ནི་ཡུལ་མ་  
 ཡིན་འོ། །དེའི་ཕྱིར་སྤྱི་ལས་བྱང་བའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ནི་

དངོས་པོའི་ཡུལ་ཅན་མ་ཡིན་ནོ། །སྒྲ་སྒྲུར་བ་ཡང་དོན་རྟོགས་  
 བར་བྱ་བའི་བྱིར་ཡིན་ན། གང་ལ་སྒྲ་དང་འབྲེལ་ བར་མཐོང་བ་  
 ཐ་སྙད་ཀྱི་ཆེ་རྟོགས་པར་འགྱུར་བ་དབང་པོའི་དོན་ནི་རྗེས་སུ་  
 འགྲོ་བ་ དང་ལྡན་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་གཅིག་ཏུ་མཐོང་  
 བའི་བྱུང་པར་ནི། གཞན་འགའ་ཞིག་ཏུ་མ་མཐོང་བའི་བྱིར།  
 གང་གི་བྱིར་གསལ་བའི་བདག་ཉིད་རྣམས་ནི་པན་ཚུན་རྗེས་  
 སུ་འགྲོ་བ་མ་ཡིན་ ཏེ། རུས་པ་དང་སྒྲུང་བ་ལ་སོགས་པ་ཐ་  
 དད་བའི་བྱིར་རོ། །དེ་ལས་སྒྲི་གཞན་ཐ་དད་ནི། །ཡོད་མིན་ཐ་  
 དད་སྟོ་མེད་བྱིར། །གང་ལས་སྒྲ་འདུག་པར་འགྱུར་བ་གསལ་  
 བའི་བདག་ཉིད་རྣམས་ལས་ཐ་དད་པའི་རྗེས་སུ་ འགྲོ་བའི་དོན་  
 ནི་མ་མཐོང་བའི་བྱིར་རོ། །དོན་ཐ་དད་པ་ཉིད་ ལ་ནི་སྟོ་ཐ་དད་  
 པ་མཐོང་སྟེ། འགྱུར་པོ་དང་མགུལ་ཆིངས་བཞིན་ནོ། །དེ་ལ་ཐ་



དད་པ་མེད་ཀྱང་དོན་ཐ་དད་པར་རྟོགས་ན་ནི་ཏ་ཅང་ཐལ་བར་  
 འགྱུར་ཏེ། ཐམས་ཅད་ཀྱི་བདག་ཉིད་ལ་གཅིག་ངེས་པ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར་ཐ་དད་པ་མ་རྟོགས་པས་འགྲོ་བ་ གཅིག་དང་དུ་མ་ར་  
 མི་འགྱུར་རོ། ། དེ་ལྟ་མོད་ཀྱི་སྤྱི་སྒྲུང་དུ་བེན་ཀྱང་མ་རྟོགས་  
 པའི་ཕྱིར་ཐ་དད་པར་ངེས་པར་མི་ འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་མི་  
 རིགས་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར། དེ་ལ་གཞན་ལ་སློ་དང་ནི། །སྤྱི་  
 འཇུག་ཕྱིར་ན་མི་རྟོགས་མིན། །སློ་དང་སྤྱི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བའི་མི་  
 ཉིན་པའི་བྱད་པར་འདི་སྤྱི་མཐོང་བའི་སྟོབས་། །ཀྱིས་རྗེས་སུ་  
 འགྲོ་བ་ནི་ཅི་ལྟར་མི་རྟོགས་ཞེས་བྲ། གང་ལས་གང་ལ་སྤྱི་དང་  
 སློ་འཇུག་པ་དེ་མ་རྟོགས་པར་ནི་དེ་དེ་ལྟར་རྟོགས་པར་མི་  
 འགྱུར་ཏེ། དབྱུག་པ་ཅན་ལ་སོགས་པ་བཞིན་བདག་ཉིད་ལས་  
 རི་ལྟར་ཐ་སྤྱད་དུ་འགྱུར། དུལ་ ཅན་ཉིད། །དེ་ལ་སྤྱི་མི་སྒྲུང་

བའི་ཕྱིར་དང་། གསལ་བ་རྣམས་ཀྱང་རྗེས་སུ་མི་འགྲོ་བའི་  
 ཕྱིར་དབང་པོའི་སློ་ནི་བརྗོད་དུ་མེད་ བའི་དངོས་པོའི་རང་  
 བཞིན་ཁྱད་པར་ཅན་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་  
 ད་ནི་མངོན་སུམ་མ་ཡིན་མ་ངེས་པའི་བདག་ཉིད་ལས་ངེ་ལྟར་  
 ཐ་སྙད་དུ་འགྱུར། འདིའོ་ཞེས་བྱ་བར་ངེས་ན་ནི་བདེ་བ་དང་  
 སྤྱག་བསྐལ་གྱི་སྤྱབ་པར་བྱེད་པ་དག་ཐོབ་ བ་དང་སྤྱོད་བའི་  
 རོན་དུ་འཇུག་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། སྤྱོན་ནི་མེད་དེ། གང་གི་ཕྱིར།  
 རོན་མཐོང་བ་ཉིད་མཐོང་རྣམས་ལ། །སྤྱོད་བའི་མཐུ་ལས་བྱུང་  
 བ་ཡི། །བྱན་པས་མངོན་པར་འདོད་པ་ཡིས། །ཐ་སྙད་ རབ་ཏུ་  
 འཇུག་པ་ཡིན། །མངོན་སུམ་རོན་ལ་ལྟ་བ་ཅམ་ཡིན་ཡང་  
 ཉམས་སུ་སྤྱོད་བའི་མཐུ་ལས་བྱུང་བ་སྤྱོད་བ་ མཚམས་སྤྱོད་  
 བའི་བྱན་པ་ལས། དེ་མཐོང་བ་ཉིད་ན་མཐོང་བ་རྣམས་ལ་

མངོན་པར་འདོད་པ་དང་ཅིག་ཤོས་དག་གིས་ཐ་སྙད་དུ་ འགྱུར་  
 བ་ཡིན་ནོ། །གསལ་བར་ཉམས་སུ་སྒྱུང་བ་ལས་ དྲན་པའི་ས་  
 བོན་འཛོག་པ་གང་ཡིན་པ་འདི་ནི་དངོས་པོའི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་  
 ལ། དེ་དང་འདྲ་བ་མཐོང་བ་ལས་འདི་སད་པས་མངོན་པར་  
 འདོད་པའི་བག་ཆགས་འཇུག་ཅིང་དེ་ལས་ གྲང་འཇུག་པ་  
 ཡིན་ནོ། །དབང་ཤེས་དེ་མ་ཐག་རྒྱུན་ལས། །བྱང་ཞིང་དེ་དོན་  
 དེ་མ་ཐག །འཛིན་པར་བྱེད་པའི་ ཡིད་གྲང་ངོ་། །མངོན་སུམ་  
 ཞེས་བྱ་བར་སྒྱུར་རོ། །རང་གི་ཡུལ་གྱི་དེ་མ་ཐག་པའི་སྐད་  
 ཅིག་མ་སྟན་ཅིག་བྱེད་པ་ཅམ་གྱི་དབང་པོའི་རྣམ་ བར་ཤེས་པ་  
 མཚུངས་པ་དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུན་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་ཡིད་གྲང་  
 མངོན་སུམ་ཡིན་ ནོ། །དེ་ཉིད་གྱི་སྒྲིབ་དབང་པོ་མེད་པར་  
 མཐོང་བ་མ་ཡིན་ཞིང་། ཡུལ་གཞན་པ་ཉིད་གྲང་མ་ཡིན་

བོ། །རང་གི་ཤེས་པའི་དུས་ན་ཡོད་པ་དེ་དང་བྱེད་པའི་དུས་  
 མཚུངས་པ་ཡིན་པའི་དོན་ནི་ ལྷན་ཅིག་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ནི་ཞེ་ན་  
 མ་ཡིན་ཏེ། གཉིས་ཀ་ཡང་དུས་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །མེད་  
 པས་ལྡར་རྒྱས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། རྒྱས་པའི་དུས་ན་ཡང་  
 འབྲས་བུ་རྫོགས་ཅིན་པས་ཉེ་བར་སྒྲུབ་བ་མེད་པའི་ ཕྱིར་ཤེས་  
 པའི་རྒྱ་ཡུལ་ནི་ལྷན་ཅིག་འབྱུང་བར་འགལ་ལོ། །དུས་ཐ་དད་  
 པ་ཇི་ལྟར་གཟུང་། །ཞེ་ན་ཤེས་ལ་ནམ་པ་ནི། །འཇོག་པར་  
 རྒྱས་པའི་རྒྱ་ཉིད་ལ། །གཟུང་བར་འཐད་པ་ཤེས་པས་  
 རིག་ །ཅེས་བྱ་བ་ནི་བར་སྐབས་ཀྱི་ ཆོགས་སུ་བཅད་  
 པའོ། །འདི་ཚད་མ་སྒྲ་མའི་ཡུལ་འཇིན་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ།  
 ཚད་མ་ནི་མ་རྫོགས་པའི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ཏེ།  
 གཞན་དུ་ན་ཏ་ཅང་ཐལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །མཐོང་བའི་འདུ་བྱེད་མ་

ཉམས་པའི་གཟུང་བ་འཛིན་པ་ནི་བླ་པ་ལས་བྱུང་པར་མེད་  
 པའི་ བྱིར་རོ། །བྱ་བ་རྫོགས་པའི་ལས་ལ་བྱུང་པར་དུ་བྱེད་པ་  
 མ་ཡིན་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་ཡང་སྐྱབ་  
 པར་བྱེད་པའི་ཚུལ་ལས་འདས་པ་ཡིན་ནོ། །དོན་དེ་རྒྱར་རྒྱར་  
 པ་ཅན་གྱི་སྒོ་རྣམས་རིམ་གྱིས་འབྱུང་བ་འགལ་བ་ཡང་ཡིན་  
 ནོ། །གཞན་གྱི་བྱུང་པར་དུ་བྱ་བ་མེད་ པ་ནི་སྟོས་པར་མི་  
 འཐད་པའི་བྱིར་དང་། མི་སྟོས་ན་ཡང་རིམ་གྱིས་སྐྱེ་བ་མི་  
 འཐད་པའི་བྱིར་རོ། །བྱུང་པར་དུ་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་ན་ནི་གཞན་  
 ཉིད་ཡིན་ནོ། །དོན་རྣམས་སྐད་ཅིག་མ་ཉིད་གྱིས་འདས་པའི་  
 བྱིར་མེད་པ་ནི་འཛིན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་བྱིར་རྒྱེན་གྱིས་  
 བསྐྱེད་པའི་བྱིར་དོན་ གཞན་ཉིད་ཡིད་གྱིས་རྫོགས་པ་ཡིན་  
 ནོ། །བདེ་བ་ལ་སོགས་རང་རིག་རྣམས། །བདེ་བ་ལ་སོགས་

བ་རང་རིག་པ་རྣམས་ཀྱང་མངོན་སུམ་མོ། །བདེ་བ་ལ་སོགས་  
 བ་སྒྲོས་པ་ནི་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བ་གསལ་བ་བསྟན་པའི་དོན་ཏེ།  
 ཞེས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བདག་ཉིད་རིག་པ་ནི་མངོན་སུམ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །བདེ་བ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་རིག་  
 པ་ལ་ནི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་སྤྱིད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར།  
 གཞན་ལ་བརྟེན་མིན་བདག་ཉིད་ཕྱིར། །བདེ་སོགས་རྣམས་ལ་  
 བརྟེན་ཅིང་མིན། །བདེ་བ་ལ་སོགས་པ་སོ་སོར་ངེས་པའི་བདག་  
 ཉིད་མ་སྒྲེས་པ་རྣམས་མ་རིག་པས་ཡུལ་དུ་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 དེ་ནི་དེའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་  
 དག་ལ་འདི་རྫོང་པར་བྱེད་པ་སྒྲུབ་བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། བདག་ཉིད་  
 ལ་དེ་ལྟར་འཇུག་པ་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་རང་བཞིན་སྟོན་  
 མ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་དང་། བརྫོང་པར་གཞོ་བ་ན་ཡུལ་དང་དེ་ཐ་

དད་པ་མེད་པས་ན་རིག་པ་ཡང་འགགས་པའི་སྤྱིར་གཟུང་བ་  
 དང་འཛིན་པ་མེད་པའི་བརྟུང་མེད་པའི་ཡང་སྤྱིར་རོ། །གཞན་  
 གྱིས་ཀྱང་འདས་པའི་རང་བཞིན་རིག་པ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་  
 རོ། །ཡང་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་པ་ནི་བརྟུང་མེད་པའི་ཡང་སྤྱིར་  
 རོ། །དེ་སྤྱིར་དེ་དག་རང་རིག་ནི། །བརྟུང་དང་རྟེན་འབྲེལ་  
 ཅན་མ་ཡིན། །བརྟུང་མི་རྒྱས་པའི་སྤྱིར་ན་བདེ་བ་ལ་སོགས་པ་  
 རྣམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་རིག་པ་བརྟུང་པ་དང་མ་འབྲེལ་པ་དེ་ནི་  
 མངོན་སྲུང་གི་ཚད་མ་ཡིན་ནོ། །ཁ་ཅིག་ན་རེ། བདེ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་རྣམས་ནི་རིག་པའི་རང་བཞིན་ཉིད་མ་ཡིན་གྱི། འོན་  
 ཀྱང་དོན་གཅིག་ལ་འདྲ་བ་ཅན་གྱི་ཤེས་པས་རིག་པར་བྱ་བ་  
 ཡིན་ནོ། །ཞེས་ཟེར་བ་དེ་དག་གི་ཡང་། །དེ་དང་དེ་མིན་རང་  
 བཞིན་ཅན། །དེ་དེ་མིན་དངོས་རྒྱ་ལས་སྦྱེས། །དེས་ཤེས་ཐ་

དང་མེད་རྒྱས་བསྐྱེད། །བདེ་སོགས་ཅི་ཕྱིར་ཤེས་མ་ཡིན། །དེ་  
 དག་ཀྱང་དེ་དང་དེ་མ་ཡིན་པའི་རང་ གི་ངོ་བོ་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་  
 རྣམས་ཀྱི་དེའི་རང་བཞིན་ཅན་དང་དེ་མ་ཡིན་པའི་རང་ བཞིན་  
 ཅན་ལ་བརྒྱལ་ཞིང་བརྟགས་པ་ན། དེའི་རང་བཞིན་གྱི་རྒྱ་ལས་  
 སྐྱེས་པ་ནི་དེའི་རང་བཞིན་དང་དེའི་རང་བཞིན་མ་ཡིན་ པའི་  
 རྒྱ་ལས་སྐྱེས་པ་ནི་དེའི་རང་བཞིན་མ་ཡིན་པ་ཞེས་རྒྱུའི་རང་  
 བཞིན་ལ་བརྟེན་ ཏེ། དཔེར་ན་ སྤྱ་ལུང་ས་བོན་ལ་སོགས་པ་  
 དག་ལས་ནི་དེ་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལས་གཞན་པ་དག་ལས་  
 ནི་གཞན་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུའོ། །སྒོ་བྱར་བ་ཉིད་ལ་ནི་  
 ཡུལ་དང་དུས་དང་རང་བཞིན་ངེས་པ་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །དེ་ལ་བདེ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡུལ་མེད་པར་ནི་སྐྱེ་བ་མ་  
 ཡིན་ཏེ། བདག་ ཉིད་ངི་ལྟ་བུའི་ཡུལ་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བའི་



བདེ་བ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་དེ་ཆོགས་པ་ མེད་པར་མི་འབྱུང་  
བའི་ཕྱིར་རོ། །དབང་པོ་མེད་པར་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་ལ་  
སོགས་པ་དང་རྗེས་སྤྱོད་འབྲེལ་བ་ཅན་རྣམས་དེའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་  
དབང་པོ་དང་བྲེལ་བ་ལ་མ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་ལ། དབང་པོ་  
ཉམས་པ་མེད་པ་ཉི་བར་གནས་པ་ན་ཡང་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་  
རོ། །ཡིད་ལ་བྱེད་པ་མེད་པར་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། གཉིས་ཀ་  
ཆོགས་ཀྱང་གཉིད་ལ་སོགས་པས་བསྐྱེད་པའི་སྒོ་ཅན་ལ་མེད་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྐྱེ་བ་ལ་ཡང་རྒྱའི་ཆོགས་པ་  
འདི་དག་ཅུ་ཁྲི་ཉེ་ཅུ་ལྟ་བུ་དོ། ། དེས་ན་རང་གི་ངོ་བོས་དེའི་  
འབྲས་བུའི་རང་གི་ངོ་བོ་ངེས་པ་ན་བདེ་བ་ལ་སོགས་པ་  
དམིགས་པ་མེད་པའི་བདག་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །འདུས་བྱས་པ་  
ལ་ངེས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་རྒྱས་པ་མ་མཐོང་བའི་

ཕྱིར་རོ། །དེ་ཙམ་ལས་བྱུང་བ་ལ་གཞན་རྒྱུར་བརྟགས་ན་ནི་ཉ་  
 ཅང་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །འདུས་བྱས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་རྣམ་  
 པར་ཤེས་པའི་རྒྱུར་རུང་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྤྲ་མ་ ཉིད་ཡིན་  
 པར་ཁོ་བོས་རྟོགས་ཏེ། ནང་གི་བྱེད་པ་ཉིད་ལས་བྱུང་བའི་བདེ་  
 བ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གོམས་པ་ གཡེར་བ་  
 དང་གཞན་ པ་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་བྱེད་པར་གྱི་རྗེས་སུ་བྱེད་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་བདེ་བ་ལ་སོགས་པའི་  
 བྱེད་པར་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན་ མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་  
 ཆོགས་པ་ཉིད་ཀྱི་ནང་གི་བྱེད་པར་གྱིས་བྱས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་བེ་  
 ཆོམ་དང་གཏན་ ལ་ ཐེབས་པ་ལ་སོགས་པ་བཞེན་  
 བོ། །གཞན་དག་བདེ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་ནང་མ་ཡིན་ལ།  
 སེམས་པ་ཅན་ཡང་མ་ཡིན་གྱི། དེའི་བདག་ཉིད་དུ་གྱུར་པའི་སྤྱོད་

ལ་སོགས་པ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བ་ལས་དེ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་ བར་  
རྟོགས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་ཟེར་བ་དེའི་ ལྟར་ན་ཡང་། །སྤྱི་རོལ་  
བྱུང་པར་མེད་ན་ཡང་། །དགའ་དང་ཡོངས་སུ་གཏུང་བ་  
དང་། །གོམས་པས་བྱུང་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། །བདེ་སོགས་  
དོན་གྱི་རང་བཞིན་མིན། །གང་གི་ཕྱིར་གལ་ཏེ་བདེ་བ་ལ་  
སོགས་པ་སྤྱོད་ལ་སོགས་པའི་བདག་ཉིད་ཡིན་ན་བྱུང་པར་ མེད་  
པ་ལ་གོམས་པའི་བྱུང་པར་ལས་དགའ་བ་དང་ཡོངས་སུ་  
གཏུང་བའི་བྱུང་པར་དུ་མི་འགྱུར་ ཏེ། སྤྱོད་པོ་ལ་སོགས་པའི་  
སྤང་བའི་བྱུང་པར་བཞིན་ནོ། །དེའི་བྱུང་པར་ལ་མི་སྟོས་པར་  
གོམས་པའི་བྱུང་པར་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་དེ་དག་ནི་ རྩོམ་ཉིད་  
ཡིན་ཏེ། །ཤེས་རབ་ལ་ སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །སྤྱོད་ཕྱིར་  
སེམས་པ་དེའི་རང་བཞིན། །མ་ཡིན་སྤྱོད་བ་མིན་ཕྱིར་

རོ། །བདེ་བ་ལ་སོགས་པ་འདི་དག་ནི་སེམས་པ་ཅན་ཡང་ཡིན་  
 ཏེ། ཟླང་བར་བྱ་བ་ཡང་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །གང་གི་སྤྱིར་གང་  
 ཞིག་ཡུལ་གང་གི་རྣམ་པ་ཟླང་བ་ ༡༡། །མ་ཡིན་པ་དེ་ནི་  
 དེའི་ཟླང་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། བན་ཚུན་རང་བཞིན་མེད་  
 པའི་བདེ་བ་ལ་སོགས་པ་ཟླང་བ་མེད་པ་བཞིན་ནོ། །འདི་  
 འདིའི་ཟླང་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་འབྲེལ་པའི་རྒྱ་  
 མཚན་ནི་མངོན་ བར་གསལ་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དབང་པོ་  
 ལ་སོགས་པ་ཡང་ཐལ་བར་འགྱུར་བས་དེ་ཟླང་བའི་མཚན་  
 ཉིད་ནི་འདྲ་བ་ཉིད་ཡིན་ རོ། །སྤར་དེའི་བདག་ཉིད་མ་ཡིན་ན་  
 ནི་དེ་སྤྱིས་ཀྱང་དེའི་བདག་ཉིད་ཉམས་པ་མེད་པའི་ སྤྱིར་དེ་དང་  
 འདྲ་བ་ཡང་སེམས་ལ་ཅི་ལྟར་འགྱུར་ཞེ་ན། འདི་ནི་འདིའི་ཉེས་  
 པ་གཞན་ཡིན་ཏེ། འདྲ་བ་མེད་པར་ནི་ཟླང་བ་མ་ཡིན་

བོ། །གང་གི་ཕྱིར་རིག་པ་ཡོད་པ་ཉིད་ནི་དེའི་སྤྱིང་བར་རིགས་  
 པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཐམས་ཅད་ལ་བྱུང་པར་མེད་པས་ན་ཐམས་ཅད་  
 རིག་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་འདྲ་བ་ཡོད་ན་  
 ནི་འདྲ་བར་བྱེད་པ་ལ་སྦྱར་བ་ཡིན་ནོ། །སེམས་པར་སྤྱིང་བ་  
 གང་ཡིན་པ་འདི་ཉིད་ཀྱང་ཁོ་བོ་ཅག་གི་བདེ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 བདེ་བ་ ལ་སོགས་པ་ནི་སེམས་པ་ཅན་ཡིན་པར་གྲུབ་  
 བོ། །ཡུལ་དང་འདྲ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྤྱིང་བ་དེའི་བདག་ཉིད་  
 ཡིན་ན་བདེ་བ་ལ་སོགས་པ་ སྤྱིང་བ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་  
 བ། མ་ ཡིན་ཏེ། བྱེད་ཀྱི་ཕྱོགས་ལ་ཡང་བདེ་བ་ལ་སོགས་པ་  
 སྤྱིང་བ་ནི་ཡོད་པ་དེ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་ པའི་དོན་དུ་བཀོད་པ་  
 ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་ཡང་དགའ་བ་དང་ཡོངས་སུ་གདུང་བར་  
 གཅིག་ཏུ་ནང་ན་ཉམས་སུ་སྤྱིང་བ་ཉིད་དུ་ མཐོང་ངོ། །འདིའི་

བདག་ཉིད་འདི་འཇོག་པར་ བྱེད་པ་གཞན་ཡིན་པར་ནི་རིགས་  
 བ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་བྱེད་པར་མེད་བྱེད་པར་དུ་བྱུབ་པའི་བྱིར་  
 རོ། །བྱེད་པར་དང་ལྡན་པ་ནི་བྱེད་པར་དུ་བྱུབ་པའི་བྱིར་  
 རོ། །བྱེད་པར་དང་ལྡན་པ་ནི་སློ་ཡིན་གྱི་སྤྱང་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེ་ན། སློ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཅི་ཞིག །ཞེ་ན་ པའོ། །སྤྱང་བ་ཞེས་  
 བྱ་བ་འདི་ཅི་ཞིག །ཉམས་སྤྱ་སྤྱང་བའོ། །འདི་གཉིས་ལ་བྱེད་  
 པར་ཅི་ཞིག་ཡོད། ཡུལ་གྱི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་དོན་ནི་སྤྱང་བ་མེད་  
 བ་ཡིན་ལ། གཞན་ནི་སྤྱང་བ་ཡིན་ནོ། །སྤྱང་བ་མེད་པའི་འདྲ་  
 བ་སློའོ་མཆན་ཉིད་ཡིན་ན་ནི་འདྲ་བ་ གཞན་ཡང་དེར་འགྱུར་  
 རོ། །བྱེད་པར་ཡོད་ན་ཡང་བཟོད་དགོས་སོ། །ནང་གི་བྱེད་པ་  
 ཉིད་ལ་སོགས་པ་ཡང་དེའི་རྒྱ་མཆན་ཅན་ཡིན་པའམ། རྟོགས་  
 པའི་ཡན་ལག་མ་ཡིན་པའི་བྱིར་བསྐྱགས་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཏེ།

རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་ཤིན་ཏུ་དང་བ་ལ་སོགས་པའི་བྱད་པར་  
 གཞན་ལ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཡུལ་རྣམ་པར་འཛོག་པ་ཡང་  
 ཟློང་བར་མཐར་ཐུག་པའི་སྤྱིར་སེམས་པ་མེད་པ་དེས་དོན་རྣམ་  
 པར་འཛོག་པར་ངེ་ལྟར་འགྱུར་ཏེ། ཏ་ཅང་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་  
 སྤྱིར་རོ། །སྤྱི་ལ་སོགས་པའི་བདེ་བ་བྱད་པར་མེད་ །ཀྱང་། སྤྱིའི་  
 བདེ་བ་བྱད་པར་ཅན་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་ཆོག་ཅམ་ཡིན་ཏེ།  
 འདི་དག་གཅིག་ལ་ཅིག་ཅར་འགལ་བའི་སྤྱིར་རོ། །དེའི་སྤྱིར་  
 སེམས་པ་ཡོད་པ་ལས་གཞན་བྱད་པར་ཅན་གྱི་སྤྱི་ནི་ཡོད་པ་  
 མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡི་རང་བཞིན་ལས་ལྡོག་པའི། །སྤྱི་ནི་རྟོགས་  
 པ་མེད་སྤྱིར་རོ། །འདི་ནི་དགའ་བ་དང་ཞུམ་པ་ལ་སོགས་པ་  
 རྣམ་པར་འགྱུར། རྣམ་པ་དུ་མར་གཅིག་ཏུ་ཟློང་བ་ཉིད་ཡིན་  
 པར་མཐོང་སྟེ། དེ་ལ་མིང་ནི་ངེ་ལྟར་འདོད་པར་བྱེད་ལ་རག་

གོ། །སྤྱང་བ་ནི་མངོན་སུམ་མ་ཡིན་ལ་སྒྲོའི་རྣམ་པར་འགྱུར་བ་  
 ནི་མངོན་སུམ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། ཡུལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པ་ནི་མངོན་  
 སུམ་ཡིན་ཏེ། དེ་མངོན་སུམ་མ་ཡིན་ན་གཞན་གྱི་མངོན་སུམ་  
 བཞིན་དུ་ཐམས་ཅད་མངོན་སུམ་ཡིན་པར་ཐལ་ བར་འགྱུར་  
 རོ། །ཡུལ་ཡོད་པ་ལས་ཡུལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པར་ཡང་འགྱུར་  
 རོ། །དེའི་ལོངས་སྤྱོད་པ་ནི་མངོན་སུམ་མ་ཡིན་པས་བྱད་པར་  
 མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཡོད་ཀྱང་མེད་པ་དང་བྱད་པར་མེད་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །རྟགས་ཅན་གྱི་ཉི་བར་ལོངས་སྤྱོད་པ་ཡང་ཉི་བར་  
 ལོངས་སྤྱོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། གཞན་གྱིས་ལོངས་སྤྱོད་  
 པ་བཞིན་ནོ། །རྟགས་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་དེ་ལས་ཀྱང་མི་འགྲུབ་  
 པ་ཉིད་དེ། སྒར་ཇི་སྐད་བཤད་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟ་ན་ཡང་  
 ཡུལ་དམིགས་པ་མངོན་སུམ་ཡིན་པ་ན་ཐ་སྙད་རྫོགས་པའི་



ཕྱིར་ཞེས་པ་ཡོད་ བ་གཞན་ནི་དོན་མེད་དོ། །དེ་ཡང་རང་  
 བཞིན་གཅིག་ཉིད་དུ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་སྒོ་གཞན་ལ་ཉམས་སུ་  
 མྱོང་བ་ཡང་གཞན་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ལྷགས་གོང་དང་ནི་མེ་  
 བཞིན་དུ། །འདྲེས་པས་རྣམ་དབྱེར་མེད་ཅེ་ན། །སེམས་པ་དང་  
 ནི་ཞེན་པ་དག་ཐ་དད་ཀྱང་འདྲེས་པས་རྣམ་པར་བསྐྱེད་པ་ལ་  
 བྱེ་བྲག་ཏུ་ ཉོགས་པར་མི་འགྱུར་ ཉེ། ལྷགས་ཀྱི་གོང་བྱ་དང་  
 མེ་བཞིན་ཉེ། དེའི་གཟུགས་དང་རེག་པ་ནི་ངེས་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་  
 ན། དེ་ལྟར་ཡིན་ན་དངོས་ཀྱི་ལ། །ཐ་དད་ཐ་དད་མེད་གཞག་  
 ཉམས། །དོན་དམིགས་པ་ཐམས་ཅད་ལ་འདྲེས་པར་དོགས་  
 པར་གཅིག་ཏུ་ངེས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། བདེ་ བ་དང་སྒྲོན་  
 སོ་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པ་ཐ་དད་པར་དམིགས་པ་དག་ཀྱང་ཐ་  
 དད་པ་མ་ཡིན་པའི་ ཕྱིར། ཨོ་མའོ་ཐ་དད་པ་དང་ཐ་དད་པ་མ་

ཡིན་པ་དེ་དག་རྒྱ་ཅི་ལ་བརྟེན་ནས་རྣམ་པར་འཛོག་། བ་དད་  
 མེད་རིག་གཅིག་ཡིན་ན། །དེ་ལྟར་གང་ཡིན་དེ་བ་  
 དད། །འགྲུབ་པར་འགྱུར་ དེ་སྐྱབ་བྱེད་མིན། །བ་དད་སྐྱབ་བྱེད་  
 འགྲུབ་མི་འགྱུར། །དཀར་སྐྱུག་ལ་སོགས་བ་དད་སྒྲང་། །བ་  
 དད་མ་ཡིན་སྒྲོ་སྒྲིང་ནི། །བ་དད་མེད་སྒྲང་བ་དད་ན། །བ་དད་བ་  
 དད་མེད་རྟེན་ཅིང་། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསྐྱབ་བའི་ཆོགས་སྐྱ་བཅད་  
 པ་དག་གོ། །ལྷགས་ཀྱི་གོང་ ལུ་ལ་ཡང་མེ་དང་འབྲེལ་བ་ལས་  
 དེ་ལྟར་སྐྱེས་པའི་དོན་གཅིག་ཉིད་མཐོང་བ་ཡིན་གྱི། རང་  
 བཞིན་བ་དད་པའི་རྣམ་དག་འདྲེས་པའི་བྱིར་རྣམ་པར་མ་བྱེད་  
 པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཡང་རྣམ་དེའི་རྒྱན་རྣམ་པར་གནས་པའི་རྒྱ་  
 རྒྱན་ཆད་པའི་བྱིར་དེ་ལྟོག་ཅིང་ དེའི་ཉེ་བར་ལེན་པ་ལ་ ལྟོས་  
 པ་ཅན་གྱི་གང་བའི་རིག་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ལས་ཀྱང་རྣམ་

གཞན་སྐྱེ་བ་ཡིན་ཏེ། དེའི་བྱིར་བདེ་བ་ལ་སོགས་པ་ནང་ཡིན་  
ཞིང་སྤྱིང་བ་ཡང་ཡིན་ནོ། །འཇིགས་སོགས་བཞིན་དུ་  
བསྐྱོམས་པ་ཡི། །སྟོབས་ཀྱིས་གསལ་བར་སྤང་གུར་  
པའི། །ཤེས་གང་སྤྱི་བ་ཅན་མིན་པ། །རྟོག་མེད་དེ་ནི་མངོན་  
སུམ་མོ། །ཐོས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཤེས་པས་གཟུང་བ་ངེས་པའི་  
དོན་རིགས་པ་སེམས་ལས་བྱུང་བས་རྣམ་པར་གཞག་ནས་  
སྐྱོམ་པར་བྱེད་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་རྫོགས་པ་ན།  
འཇིགས་པ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་གསལ་བར་སྤང་ཞིང་རྣམ་  
པར་རྟོག་པ་མེད་པ་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་ཡུལ་ཅན་གང་ཡིན་  
པ་དེ་ཡང་མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མ་ཡིན་ནོ། །འཕགས་པའི་  
བདེན་པ་མཐོང་བ་བཞིན་ཏེ། ཇི་ལྟར་ཁོ་བོས་ཚད་མ་རྣམ་  
འགྲེལ་དུ་གཏན་ལ་ཐབ་པ་བཞིན་ནོ། །འདོད་འཇིགས་སྤང་ན་

གྲིས་བརྒྱམས་དང་། །ཆོམ་རྒྱན་མི་སོགས་གྲིས་བསྐྱད་  
བས། །ཡང་དག་མིན་པའང་མདུན་ན་ནི། །གནས་པ་བཞིན་དུ་  
མཐོང་འགྱུར་ཏེ། །བསྐྱད་པ་ངེ་བཞིན་གྲུས་པ་ནི། །སྐྱབ་པ་  
རབ་དུ་མཐོང་ཕྱིར་རོ། །སྒྲོག་གྱུར་ཏོགས་པའི་ འདུ་ཤེས་  
ལ། །དེ་ལྟའི་འདུག་པ་མ་མཐོང་ཕྱིར། །དེ་ཕྱིར་ཡང་དག་ཡང་  
དག་མིན། །གང་གང་ཤིན་དུ་བསྒྲོམས་གྱུར་བ། །སྒྲོམ་པ་  
ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ན། །དེ་གསལ་མི་ཏོགས་སྒོ་འབྲས་  
བྱ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་ སུ་བཅད་  
བའོ། །འདི་ལྟར་མི་སྐྱབ་པ་དང་བྱད་པར་ས་ལ་སོགས་པ་ཡང་  
དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ཅན་ལ་ཡང་ བསྒྲོམས་པའི་སྟོབས་  
གྲིས་གསལ་བར་སྒྲུང་བ་དང་རྣམ་པར་ཏོག་པ་མེད་པར་གྲུབ་  
པར་འདོད་ བ་ཡིན་ནོ། །བསྒྲོམས་པའི་ སྟོབས་གྲིས་གསལ་

བར་སྒྲུང་བ་ཡིན་དུ་ཟིན་ཀྱང་རྟོག་པ་མེད་པར་ངེ་ལྟར་འབྱུང་  
 ཞེ་ན། གང་གི་སྤྱིར། རྣམ་རྟོག་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་ལ། །དོན་  
 གསལ་སྒྲུང་བ་ཡོད་མ་ཡིན། །རྣམ་པར་བསྐྱད་པའི་སྒྲོ་ཡང་  
 རུང་སྟེ་བརྗོད་པ་དང་འབྲེས་པའི་ཤེས་པ་ ཐམས་ཅད་ལ་ནི་  
 དོན་གསལ་བ་ཉིད་ལྟོག་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེས་ན་རྣམ་པར་རྟོག་  
 པ་ཅན་འདི་ནི་གསལ་བར་སྒྲུང་བར་འོས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འདི་  
 ལྟར། མི་ལམ་ན་ཡང་བྲན་པ་སྟེ། །དེ་འབྲེལ་དོན་ལྡན་མི་བྲན་  
 པར། །གཉིད་གྲིས་བསྐྱད་ པ་རྣམས་ལ་ཡང་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བ་  
 བྲན་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ནི་འབྱུང་ལ། དེ་དག་  
 དེ་ལྟར་སྒྲུང་བ་ཅན་དུ་ནི་བྲན་པ་མེད་དོ། །དེའི་སྤྱིར་བསྐྱད་  
 པའམ་གཞན་གྲིས་ཀྱང་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ནི་གསལ་བར་བྱེད་  
 པ་མ་ཡིན་ གྱི། གསལ་བར་སྒྲུང་བ་ནི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་མེད་

བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་ནི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་  
 གསལ་བར་སྒྲུང་བའི་མི་ལམ་གྱི་ཤེས་པ་ མངོན་སུམ་དུ་འགྱུར་  
 རོ་ཞེ་ན་མ་ཡིན་ཏེ། མ་འབྲུལ་བ་ཞེས་བསྟན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་  
 ཉིད་ གྱི་ཕྱིར། རྣམ་རྟོག་དངོས་མི་སྒྲུང་ཕྱིར་དང་། །ཉེ་བར་  
 བསྐྱད་པ་སྒྲུ་བའི་ཕྱིར། མངོན་སུམ་ལྟར་སྒྲུང་། རྣམ་པར་  
 གཉིས་སུ་བརྗོད་དོ། །གང་གི་ཕྱིར་མངོན་སུམ་ནི་དངོས་པོ་  
 སྒྲུང་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་མེད་ན་དེའི་སྒྲུང་བ་ཉམས་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 ཞེས་ཀྱང་བརྗོད་ཟིན་ཏོ། །རྣམ་པར་རྟོག་པ་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 དེའི་སྒྲུང་བ་དངོས་པོ་དང་མཐུན་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་  
 ཕྱིར་མངོན་སུམ་ལྟར་སྒྲུང་བའོ། །ཉེ་བར་བསྐྱད་པ་ཡང་སྟེ།  
 དབང་སྐྱེས་ཀྱང་། གཞན་ལས་དེས་བྱད་མེད་ཕྱིར་ རོ། །ཉེ་  
 བར་བསྐྱད་པ་གང་ཡིན་པ་འགའ་ཞིག་ནི་དབང་པོ་ལས་སྐྱེས་

བ་ཡང་ཡིན་ཏེ། དེ་ལས་གཞན་པའི་དབང་པོ་ལས་སྐྱེས་པ་  
 དང་ཁྱད་པར་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །འདི་ཡང་སྤྱི་བའི་བྱིར་དངོས་  
 པོ་དང་མཐུན་པར་སྤང་བ་མ་ཡིན་པས་མངོན་སུམ་ ལྟར་སྤང་  
 བའོ། །འདིས་ནི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་བསྐྱེད་པ་ཡང་བཤད་པ་  
 ཡིན་ནོ། །ཁ་ཅིག་ཟླ་བ་གཉིས་ལ་སོགས་པར་འབྱུལ་བ་ནི་  
 དབང་པོ་ལས་སྐྱེས་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དོ། ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་ནི་  
 མ་ཡིན་ཏེ། དབང་པོ་ལས་བྱུང་བ་ནི་ཡོད་པ་དང་མེད་པའི་  
 རྗེས་སུ་བྱེད་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་དུ་གནས་པའི་བྱིར་ལ།  
 དེ་ནི་འདི་ལ་ཡང་མཚུངས་པའི་བྱིར་དང་། དབང་པོ་གྱུར་ན་  
 འགྱུར་བའི་ཡང་བྱིར་ཏེ། ཉེན་དུ་འཛོག་པའི་རྒྱ་མཆན་ནི་འདི་  
 ཅམ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །ཡིད་ལས་སྐྱེས་པའི་འབྱུལ་བ་ཡིན་  
 ན་སྤྱི་ལ་ལ་སོགས་པའི་འབྱུལ་བ་ལྟར་དབང་པོའི་རྣམ་པར་

འགྱུར་བ་ཡོད་ཀྱང་ཕྱོག་པར་ ཐལ་བའི་ཕྱིར་དང་། དེ་བཞིན་དུ་  
 དབང་པོའི་རྣམ་པར་འགྱུར་བ་ཡོད་ཀྱང་ཕྱོག་པར་ཐལ་བའི་  
 ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་འབྲུལ་པ་འདི་ནི་དབང་པོ་ལས་སྐྱེས་ ཀྱང་  
 མངོན་སུམ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དམིགས་ཀྱིས་བསལ་  
 བ་དང་བཅས་པར་བསྟན་པའི་དོན་དུ་འོ་ཞེས་བྱ་བས་ རྣམ་པར་  
 རྟོག་པའི་སྡེ་ཆོན་ལས་ལོགས་ཤིག་ཏུ་རྣམ་པར་བཅད་དེ། རབ་  
 རིབ་ཀྱིས་མཆོན་པའི་བསྐྱེད་པ་མངོན་སུམ་ལྟར་སྤང་བར་  
 གསུངས་སོ། །གཞན་དུ་ཡང་མིག་ལ་སོགས་པའི་རྒྱལ་མ་རབ་  
 རྣམས་ལྷ་བ་གཉིས་དང་སྟོན་པོ་ལ་སོགས་ པར་སྤང་བའི་རྣམ་  
 པར་ཤེས་པའི་རྒྱ་ཉིད་དུ་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ཆད་མ་  
 འདིའི་འབྲས་བུ་གང་ཡིན། གཞལ་བྱ་རྟོགས་པའོ། །དེ་ནི་  
 ཤེས་པ་ཡིན་པ་དེ་ཡང་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ད་ནི་ཆད་མ་



གང་ཞིག་ཡིན། །གང་ལས་བར་ཆད་མེད་པར་གཞལ་བུ་  
 རྟོགས་པ་འདིའི་དེ་ཉིད་འགྲུབ་པའོ། །དེ་ལ་འདིའི་དོན་དང་  
 འབྲེལ་བྱེད་པ། །དོན་གྱི་རང་བཞིན་མིན་པ་མེད། །དེ་སྤྱིར་  
 གཞལ་བུ་རྟོགས་པ་ཡིས། །ཆད་མ་གཞལ་བུའི་རང་བཞིན་  
 ཉིད། །གང་གི་སྤྱིར་བསྐྱབ་པར་བུ་བ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་  
 པའི་སྤྱིར་ཐམས་ཅད་བུ་བ་ཐམས་ཅད་གྱི་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ནི་  
 མ་ཡིན་གྱི། འོན་ཀྱང་གང་ལས་གང་འགྲུབ་པའོ། །དེ་ལ་  
 ཉམས་སུ་སྤྱོད་བ་ཅམ་དུ་ལས་ཐམས་ཅད་ལ་འདྲ་བའི་བདག་  
 ཉིད་གྱི་ཤེས་པ་ནི་གང་གིས་འདི་ ནི་འདིའོ་ཞེས་ལས་སོ་སོ་  
 ལས་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་དེའི་བདག་ཉིད་དུ་འགྱུར་བར་བུ་  
 དགོས་སོ། །དེའི་བདག་ཉིད་མ་ཡིན་པ་ཡང་དབང་སོ་དང་དོན་  
 དང་སྤྲད་པ་ལ་ སོགས་པ་རྒྱ་རྣམས་ལ་བྱེ་བྲག་ཡོད་དུ་བེན་

གྲང་ལས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ལ་བདག་ཉིད་ཐ་དད་ བ་མེད་པའི་ཤེས་  
 བ་བྱེ་བྲག་ཏུ་ངེས་པར་བྱེད་པ་པོ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། བྱེད་པའི་དེ་  
 ཉིད་ནི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་རྒྱ་མཚན་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་  
 རོ། །དེ་བྱེད་པར་མེད་ན་ཡང་དེའི་ བྱེད་པར་ཡང་མི་འགྲུབ་  
 རོ། །ཡོད་གྲང་དེའི་ཡན་ལག་མ་ཡིན་པས་དེའི་བྱེད་པ་མ་ཡིན་  
 པའི་སྤྱིར་རོ། །དེའི་སྤྱིར་འདིའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་བྱེ་བྲག་གང་ལས་  
 འདིའི་རྟོགས་པ་ནི་འདི་ཡིན་ནོ། ཞེས་འདིའི་ལས་ལ་ངེས་པ་  
 འདིར་འགྱུར་བ་དེ་ནི་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །ཤེས་པའི་  
 དོན་དང་འབྲེལ་བ་འདི་དོན་དང་འབྲ་བ་ལས་གཞན་ལ་ནི་སྤྱིར་  
 བ་མ་ཡིན་ནོ། །དབང་པོ་ལ་སོགས་པ་གསལ་བ་དང་མི་  
 གསལ་བ་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་རང་གི་བྱེ་བྲག་གིས་བྱེ་ བྲག་ཏུ་  
 བྱེད་པ་པོ་ཡིན་ཡང་དེ་ ལྟར་དོན་དང་འབྲེལ་བར་བྱེད་པ་ནི་མ་

ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་ལ་ཉེ་བའི་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དོན་  
 གྱིས་བྱས་པའི་ཉམས་སྲུ་མྱོང་བའི་བྱེ་བྲག་གང་ལས་རྟོགས་པ་  
 འདིར་འགྱུར་བ་ ཡིན་གྱི། དོན་དང་འབྲ་བ་ལས་ནི་མ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེ་ན། ད་ནི་ཡོད་ པའི་རང་བཞིན་ངེ་ལྟར་མི་སྟོན། དེ་ནི་འདིའོ་  
 ཞེས་བསྟན་པར་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། འདིའི་བདག་ཉིད་  
 ངེས་པར་རྟོགས་པ་མེད་པས་འདི་ནི་འདིའི་ཡིན་གྱི་འདིའི་མ་  
 ཡིན་ནོ་ ཞེས་དངོས་པོ་རྣམ་པར་འཛོག་པར་བྱེད་པ་ནི་ལེགས་  
 པར་རྣམ་པར་གཞག་ པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་གཞལ་བྱ་རྟོགས་  
 པ་ཡི། །སྐྱབ་བྱེད་གཞལ་བྱའི་རང་བཞིན་ཉིད། །སྐྱབ་པར་བྱེད་  
 པ་གཞན་ཡིན་ན། །དེ་ཡི་ལས་དང་འབྲེལ་མི་འགྲུབ། །དེ་ཡང་  
 དེ་ཡི་བདག་ཉིད་ཡིན། །དེས་ན་འབྲས་བྱ་དོན་གཞན་མིན། །  
 དེ་ཡི་བདག་ཉིད་འཛིན་དེ་ནི། །དོན་རྟོགས་པ་ཡི་བདག་ཉིད་

གྱི། །བྱེད་པས་རང་གི་ལས་ལ་ནི། །བྱེད་དང་བཅས་པ་ལྟ་  
 བྱར་སྒྲིང་། །རང་ཉིད་བྱེད་པོ་མིན་ན་ཡང་། །དེ་ཡི་དབང་གིས་  
 དེར་གཞག་ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བར་སྐྱབས་ གྱི་ཆོགས་སུ་  
 བཅད་པའོ། །འདིས་ནི་དབང་པོ་དང་ཕྱད་པ་དང་། དོན་ལ་ལྟ་  
 བ་དང་། བྱད་པར་གྱི་ཞེས་པ་ཡང་སྒྲིངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལས་  
 ལས་དང་འབྲེལ་བ་མི་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །བར་དུ་མ་ཆོད་པ་  
 མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱེད་པ་ པོ་བྱད་པར་ཅན་དུ་མ་གྲུབ་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །བྱེད་པ་པོ་ཐམས་ཅད་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ལ་ཉེ་བར་  
 སྦྱོར་ཡང་ཐ་མའི་བྱེ་བྲག་ཏུ་བྱེད་ པ་པོ་འདི་ཉིད་སྐྱབ་པར་བྱེད་  
 པ་དམ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དབང་པོ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་ཀྱང་  
 ཡུལ་སོ་སོ་ལ་བྱེ་བྲག་མེད་པ་ན་ འདིའི་བྱེ་བྲག་ཏུ་བྱེད་པ་པོ་  
 ནི་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་ ནོ། །དབང་པོ་ནི་བྱེ་བྲག་ཏུ་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ།

རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དོན་ལ་  
 ལྟ་བུ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་རང་བཞིན་མ་ཡིན་ཏེ་དེའི་དོན་ལ་  
 ལྟ་དེ་ཉིད་མ་གྲུབ་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་བྱུང་བར་གྱི་  
 ཤེས་པ་ཡང་ཡུལ་གྱི་བྱུང་བར་དུ་མ་བྱས་ན་བྱུང་བར་གྱི་ཤེས་  
 པ་དང་བྱུང་བར་མེད་པའི་སྤྱིར་རྣམ་པར་གཞག་པ་མི་འབྱུང་  
 པའི་སྤྱིར་དང་། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དང་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་དག་  
 ཡུལ་ཐ་དད་པ་འགལ་བའི་ཡང་སྤྱིར་རོ། །ཡུལ་ཐ་དད་པ་མེད་  
 པ་ཉིད་ཡིན་ན་ནི་གཉིས་དག་དོན་མེད་དོ། །རྒྱ་ཐ་དད་པ་མེད་  
 པ་དག་ནི་རིམ་གྱིས་འབྱུང་བ་བཀག་པ་ཡང་ཡིན་ནོ། །ཅིག་  
 ཅར་འབྱུང་བ་ལ་ནི། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དང་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་  
 ཉིད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཤེས་པའི་ཆ་དག་ནི་རྣམ་པར་  
 གཞག་པ་ལ་བརྟེན་པའི་སྤྱིར་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དང་སྐྱབ་པར་

བྱེད་པའི་དངོས་པོ་ ཡིན་ནོ། །དངོས་པོ་ཐ་དད་པ་མེད་པའི་  
 བྱིར་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དང་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་དག་གཅིག་ བས་  
 འགལ་ལོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ་ཆོས་ཐ་དད་པ་ཁས་སྦངས་པའི་  
 བྱིར་ རོ། །ཐ་སྙད་འདི་དངོས་པོ་ལ་གནས་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 དངོས་པོ་ཐ་དད་པ་མེད་ཀྱང་རྒྱས་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་ནམ་པར་  
 གཞག་པ་ཐ་དད་མཐོང་བའི་ བྱིར་རོ། །སྤང་བ་ཡང་ཚད་མ་  
 ཡིན་ཏེ། བདག་ཉིད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤང་ཀྱང་ཆོས་འགའ་ཞིག་  
 ཁོ་ན་ ཉོགས་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་བྱེད་པར་མེད་ན་ཡང་བྱེད་པར་  
 འདི་ནི་སྒྲིའི་སྤང་བས་བྱས་པའི་བྱིར་དེ་ཁོ་ན་ཚད་ མར་རིགས་  
 མོ། །དེ་ནས་གང་ཚད་མའི་འབྲས་བུ་དོན་རིག་པ་འདི་གང་  
 ཞིག །མདོན་སྙམ་དུ་གྱུར་པའི་རིག་པ་གང་ཡིན་པ་འདི་ཉིད་  
 རོ། །སྤྱིང་ བ་ཡོད་པ་འདིའི་དོན་དེ་རིག་པ་ཡིན་པར་གང་གིས་

སྐྱེས་པ་དང་འདྲ་བ་དག་གིས་སོ། །འོ་ན་ནི་ཡུལ་མཚུངས་པའི་  
 ཞེས་པ་དེ་མ་ཐག་ཡུལ་དུ་འགྱུར་རོ། །འོ་ན་ད་འདིས་གང་ཞིག་  
 ཉམས་སུ་སྤྱོད་། ཁོ་བོ་ཅག་གྲང་ཚུལ་འདི་ཉིད་རྗེས་སུ་རྟོགས་  
 པར་འདོད་པ་མ་ཡིན་ནམ། འདི་བལྟས་པའམ་མཉན་ནོ་ཞེས་  
 མཐོང་བའམ་ཐོས་པ་དག་ལས་གང་ལ་ངས་པའི་ཞེས་པར་  
 འགྱུར་བ་དེ་དག་ནི་དེའི་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། ཇི་  
 ལྟར་དེ་དེའི་མཐོང་བ་ཡིན་ཞེས་དེ་དག་གི་ཉི་བ་དེ་ཉིད་དཔྱོད་  
 པ་མ་ཡིན་ནམ། ལྟ་བ་པོའི་ངས་པ་འདི་ནི་དེ་དག་གི་འབྲེལ་བ་  
 ལ་བརྟེན་ནས་འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་མེད་ན་ནི་དེར་མི་འགྱུར་  
 རོ། །ནམ་པར་ཞེས་པ་ཡུལ་དང་འདྲ་བ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་  
 སྒྲུང་བ་རགས་པའི་ནམ་པར་ནི་རྩལ་སྤྲ་རབ་སོ་སོ་བ་ནམས་ལ་  
 མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཞེས་པ་ལ་གནས་པ་འདི་ཡང་གཅིག་

ཡིན་པའི་ཕྱིར། རང་བཞིན་མང་པོའི་ཆོགས་པ་རྣམས་ལ་ཡང་  
 དེ་ལྟར་སྤང་བ་ཡིན་ནི་ཞེས་བྱ་བར་ཡང་རིགས་ བ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 རང་བཞིན་གཅིག་ནི་དུ་མ་དང་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །མང་པོ་  
 རྣམས་ལ་ཡང་ རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དེ་  
 དག་འདྲ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །ཡུལ་རགས་པ་གཅིག་དེ་ལྟར་སྤང་བ་  
 ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། ལག་པ་ལ་སོགས་པ་གཅིག་གཡོ་ན་ཐམས་  
 ཅད་གཡོ་བར་འགྱུར་རོ། །མི་གཡོ་ན་ཡང་གཡོ་བ་དང་མི་  
 གཡོ་བ་དག་སོ་སོར་གྲུབ་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་ཏེ། རས་དང་  
 རྩ་བཞིན་ནོ། །གཅིག་བསྐྱེབས་ན་ཡང་ཐམས་ཅད་བསྐྱེབས་  
 བར་ཐལ་ཏེ། ཐ་དད་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ན་ནི་འགལ་ཡང་  
 མ་བསྐྱེབས་པའི་ཕྱིར་མ་ཆང་བ་མེད་པར་མཐོང་བར་འགྱུར་  
 རོ། །ཡན་ལག་བསྐྱེབས་ཀྱི་ ཡན་ལག་ཅན་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།



སྤེད་བསྐྱབས་ཀྱང་མ་བསྐྱབས་པའི་སྤྱིར་འདི་སྤྲ་མ་ཁོ་ན་  
བཞིན་དུ་མཐོང་བར་ཐལ་ལོ། །ཡན་ལག་གི་སྒོ་ནས་དེ་མཐོང་  
བའི་སྤྱིར་ཡན་ལག་མ་མཐོང་བ་ལ་དེ་རྟོགས་པར་མི་འགྱུར་ རོ་  
ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། ཐ་དད་པ་མེད་ བས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་  
མི་རྟོགས་པར་ཐལ་བའི་སྤྱིར་རོ། །ཡན་ལག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་  
ཅིག་ཅར་མཐོང་བར་མི་རུས་པའི་སྤྱིར་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆེ་འདི་  
མི་ མཐོང་བར་ཐལ་ལོ། །ཡན་ལག་ཅུང་ཟད་གཅིག་མཐོང་བ་  
ཡིན་ན་ནི་ཡན་ལག་ཅུང་ཟད་གཅིག་མཐོང་ བ་ཡང་དེ་བཞིན་  
དུ་རངས་པ་མཐོང་བར་འགྱུར་རོ། །གཅིག་ཁ་བསྐྱར་ན་ཡང་  
ཐམས་ཅད་ཁ་བསྐྱར་བའམ་མ་བསྐྱར་བར་རྟོགས་པར་འགྱུར་  
རོ། །ཡན་ལག་ཁ་བསྐྱར་ན་ཡང་ཡན་ལག་ཅན་ཁ་མ་བསྐྱར་  
བའི་སྤྱིར། བསྐྱར་བ་དང་མ་བསྐྱར་བར་ སྤང་བར་འགྱུར་

རོ། །དེའི་ཕྱིར་གང་ཞིག་ཤེས་པ་ལ་འདྲ་བར་བྱེད་པའི་དོན་  
 གཅིག་སྤྱི་ནི་འགའ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ ཡིན་ནོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར།  
 གློ་ཡིས་ཉམས་སྤྱོད་བྱ་གཞན་མེད། །དེ་ཡི་སྤྱོད་བ་གཞན་ཡོད་  
 མིན། །གཟུང་དང་འཇོན་པ་མེད་ པའི་ཕྱིར། །དེ་ནི་དེ་ལྟར་རང་  
 ཉིད་བསལ། །ཡུལ་གྱི་མཆོན་ཉིད་བཀག་པའི་ཕྱིར། །འགའ་  
 ཞིག་ཀྱང་ཉམས་སྤྱོད་བ་མ་ཡིན་ལ། འདིའི་ཡང་འགའ་ཞིག་  
 མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་ཡང་གཟུང་བ་དང་འཇོན་པའི་མཆོན་ཉིད་  
 མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་ཉམས་སྤྱོད་བ་ནི་གློའི་བདག་  
 ཉིད་ཁོ་ན་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་གཞན་འགའ་ཞིག་ནི་མ་ཡིན་  
 རོ། །འདིའི་མཇོན་སྤུམ་དུ་སོ་སོར་རིག་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཀྱང་  
 དེའི་བདག་ཉིད་ཁོ་ན་ལོ། །དེ་ནི་དེའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 རང་ཉིད་རབ་ཏུ་གསལ་བ་ ཡིན་པ་དེས་ན་བདག་ཉིད་གསལ་

བར་བྱེད་པ་ཞེས་གྲང་བརྗོད་དེ། གསལ་བ་བཞིན་ནོ། །སྒྲོན་པོ་  
 ལ་སོགས་པ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བ་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་དེའི་རང་གི་ངོ་  
 བོ་ཉིད་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །རིག་བྱ་རིག་བྱེད་རྣམ་  
 པ་མེད། །སྒྲོ་སོགས་ཤེས་པའི་ཐ་དང་བཞིན། །གང་ཆེ་གཟུང་  
 འཛིན་རྣམ་སྤྱེ་བའི། །མཆོན་ཉིད་རྣམ་པར་བསྐྱེད་པ་ཅན། །རི་  
 ལྟར་འབྲུལ་པས་མཐོང་བྱུར་པ། །དེ་ལྟར་འདི་ནི་གཞག་བྱས་  
 པ། །དེ་ཆེ་གཟུང་དང་འཛིན་པ་ཡི། །མཆོན་ཉིད་ཅན་ལ་བརྟེན་  
 བྱ་མིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བར་སྐྱབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་  
 པའོ། །དེ་ཆེ་གཞན་རིག་མེད་པའི་སྤྱིར། །རང་ཉིད་རིག་པ་  
 འབྲས་བུར་འདོད། །གང་དག་གི་སྒྲོ་ཉིད་གཟུང་བ་དང་འཛིན་  
 པའི་རྣམ་པ་ཉི་བར་སྒྲོན་པར་སྐྱེ་བ་དེ་དག་ལ་ ནི་རིག་པར་བྱ་  
 བ་གཞན་མེད་པའི་སྤྱིར། རང་རིག་པ་འབྲས་བུ་ཡིན་ཏེ། དེའི་

རྟོགས་པ་ནི་དེའི་ངོ་བོ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །གང་གི་བྱིར་གཤ་  
 ཉེ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བ་དེ་འདོད་པའི་རྣམ་པའམ་མི་འདོད་པའི་  
 རྣམ་པར་ གྱུར་ན། འདོད་པ་དང་མི་འདོད་པའི་ཡུལ་སོ་སོར་  
 རིག་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ རོ། །བྱི་རོལ་གྱི་དོན་ཡོད་ཀྱང་རང་  
 རིག་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དོན་འགྱུར་པའི་བྱིར་དེ་ ཉིད་འབྲས་  
 བྱར་རིགས་སོ། །དོན་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་རྣམ་པར་  
 འཛོག་པ་ནི་མ་ཡིན་ཉེ། །ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་རྣམ་པ་གཅིག་ཏུ་  
 ཐལ་བའི་བྱིར་རོ། །རྣམ་པ་ནི་དུ་མར་རྣམ་ པར་རིག་པ་སྟེ།  
 གང་གི་བྱིར་རང་བཞིན་གཅིག་ཉིད་གཅིག་གི་ཡིད་དུ་འོང་ལ་  
 གཞན་གྱི་ནི་ཡིད་དུ་མི་ འོང་བར་མཐོང་བའི་བྱིར་རོ། །འདོད་  
 པ་དང་མི་འདོད་པར་སྒྲུང་བ་ནི་རྟོག་པ་ཡིན་གྱི་དབང་པོའི་སྒོ་  
 ནི་མ་ཡིན་ནོ། ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཉེ། དེ་ལ་ཡང་འཆི་ ལྟས་ལ་

སོགས་ཆེ་མཆམས་སྒྲུབ་བ་མེད་པར་མཐོང་བའི་ཕྱིར་དང་།  
 གཞན་ལ་ཡང་ཐ་དད་བ་མེད་པའི་སྒྲུབ་དང་བྱི་དང་རོ་ལ་སོགས་  
 པའི་བྱུང་པར་གྱིས་སྟོག་ ཆགས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་རྣམས་གྱིས་  
 དབང་པོ་ཉིད་ཀྱི་བདེ་བ་དང་མི་བདེ་བ་བསྐྱེད་པའི་ ཕྱིར་  
 རོ། །དེའི་ཕྱིར་ རོན་རྟོགས་པ་ནི་རང་རིག་པ་ཁོ་ནའི་རང་  
 བཞིན་ནོ། །འདིའི་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པ་ནི་ཡུལ་གྱི་རྣམ་པ་ཉིད་  
 ཡིན་ཏེ། རྣམ་པ་རི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་འདི་སྒྲུབ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དོན་  
 གནས་པ་ནི་རང་རིག་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རང་  
 རིག་པ་ཡིན་ཡང་ འབྲས་བུ་ ལས་འདི་ནི་དོན་རིག་པ་ཡིན་  
 པར་བལྟ་འོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ཚད་མ་དང་འབྲས་བུ་དང་། ཡུལ་  
 ཐ་དད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །རང་བཞིན་སེམས་པ་ཡིན་ན་  
 བྱི། །དོན་རིག་དེ་ཡི་བདག་ཉིད་ཕྱིར། །རང་ཉིད་རིག་པ་འབྲས་

བྱར་བ་ཤད། །དེ་དང་འབྲ་པའམ་ གཞན་འབྲའང་རུང་། །ཞེས་  
 བ་དེ་ལྟར་སྒྲུང་བ་ཡི། །རྒྱ་ནི་དོན་ཡང་ཡིན་པས་ན། །དོན་ནི་  
 གཞལ་བྱ་ཉིད་དུ་འདོད། །ཇི་ལྟར་རྣམ་པ་འགའ་ཞིག་  
 ལྟར། །དོན་དངོས་མེད་པར་སྒྲུང་ཅན་དེ། །ཇི་ལྟར་དོན་འཇིན་  
 ཞེན་བདེན། །ངས་ཀྱང་དེ་འབྲ་ མི་ཞེས་སོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ། །སྤྱི་རྒྱུ་ཀྱི་དོན་མེད་ན་  
 འོ་ན་ཇི་ལྟར་ཆད་མ་དང་གཞལ་བྱ་དང་འབྲས་སུ་རྣམ་པར་  
 གནས་ ཞེ་ན། འདི་ལ་རྣམ་པར་གཞག་པ་འདི་ནི་ཇི་ལྟར་སྒྲུང་  
 བ་བཞིན་ཡིན་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཇི་ལྟར་བ་ བཞིན་དུ་ནི་མ་ ཡིན་  
 བོ། །ཞེས་བཤད་ཟིན་ཏོ། །ཡུལ་གྱི་རྣམ་པ་འགའ་ཞིག་དང་  
 ནང་དུ་ཡོངས་སུ་གཙོད་པ་ནི་རང་རིག་པའི་རང་བཞིན་དུ་ རྒྱེ་  
 བ་ན་མཆོན་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལ་ཆད་མ་དང་གཞལ་བྱ་དང་

འབྲས་བུ་རྣམ་པར་གཞག་པ་འདི་ནི་རི་ལྟར་མཆོན་པ་ཁོ་ན་  
 ལྟར་ཡིན་ རོ། །སློ་བདག་རྣམ་པར་དབྱེར་མེད་ཀྱང་། །མཐོང་  
 བ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་རྣམས་ཀྱིས། །གཟུང་བ་འཛིན་པ་རིག་པ་  
 རྣམས། །ཐ་དད་བཅས་བཞིན་རྟོགས་འགྱུར་ཏེ། །དཔེར་ན་  
 དབང་པོ་སྒྲགས་སོགས་ཀྱིས། །བསྐྱད་པ་རྣམས་ལ་འཛིམ་  
 དུམ་སོགས། ། དེ་ཡི་གཟུགས་དང་བྲལ་ན་ཡང་། །རྣམ་པ་  
 གཞན་དུ་སྒྲུང་བ་བཞིན། །མིག་མ་བསྐྱད་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
 རི། །དེ་དག་དེ་ལྟར་མ་མཐོང་ཕྱིར། །རི་ལྟར་ཐག་རིང་སྤྱང་མ་  
 བ། །ཆུང་དུ་ཆེན་པོར་སྒྲུང་བ་བཞིན། །གཟུང་བ་འཛིན་པ་རིག་  
 པ་རྣམས། །ཡོད་ པ་མིན་ཡང་གཞལ་བྱ་དང་། །འཇལ་བྱེད་  
 འབྲས་བུར་གནས་པ་འདི། །རི་ལྟར་སྒྲུང་བ་བཞིན་དུ་  
 བྱས། །གཞན་དུ་གཅིག་གི་ངོ་བོ་ལ། །རང་བཞིན་དུ་མར་སྒྲུང་

བ་ཡི། །རྣམ་པ་རི་ལྟར་བདེན་འགྱུར་ཏེ། །གཅིག་པ་ཉིད་དེ་  
 ཉམས་སྐྱེར་དང་། །གཞན་ གྱིས་གཞན་ཉིད་ཉམས་སྐྱེར་  
 རོ། །དངོས་མཐོང་མེད་སྐྱེར་གཅིག་མ་ཡིན། །སྒོ་དངོས་ཐ་དད་  
 མི་མཐོང་བས། །ཐ་དད་མེད་པར་ངེས་པར་འགྱུར། །གང་གིས་  
 དངོས་པོ་རྣམ་དབྱེད་ན། །དེ་ཉིད་དུ་ནི་དེ་དངོས་མེད། །གང་གི་  
 སྐྱེར་ན་དེ་དག་ལ། །གཅིག་དང་ དུ་མའི་རང་བཞིན་  
 མེད། །ཆོས་མཐུན་པ་ནི་མཐོང་བ་ལས། །དེ་བདག་མིན་ལ་དེ་  
 བདག་ཏུ། །ཞེན་པ་ཡིས་ནི་འཇིག་རྟེན་ན། །འབྲུལ་སྐྱེ་འདིར་  
 ནི་དེ་མེད་དེ། །འགྲོ་བ་འདི་ལ་དེའི་བདག་ཉིད། །གཅིག་གྲང་  
 མཐོང་བ་མེད་སྐྱེར་རོ། །དེ་ཡང་ཡོད་ན་ནང་གི་ནི། །བསྐྱེད་པ་  
 ལས་བྱུང་གང་ཡིན་དེ། །ཉེས་པས་བསྐྱེད་སྐྱེར་རང་བཞིན་  
 གྱིས། །སྐྱེན་ཅི་ལོག་ཏུ་སྒྲུང་འགྱུར་ཏེ། །ཆོས་མཐུན་མཐོང་



སོགས་ཅན་ཉིད་ལ། །སྟོས་མེད་རབ་རིབ་ལ་སོགས་  
བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་  
པའོ། །འདི་རྣམ་ བར་རིག་པ་ཅམ་ཉིད་ཡིན་ན་ནི་ཆད་མ་ལ་  
སོགས་པའི་རྣམ་པར་གཞག་པ་ཅི་ལྟར་སྒྲུང་བ་བཞིན་ ཏུ་  
འགྱུར་ན་དེ་ཉིད་ཅི་ལྟར་གྲུབ་ཅེ་ན། འདི་ལ་གཟུང་བ་དང་  
འཇོན་པའི་མཆན་ཉིད་དང་མི་ལྟན་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་བཤད་  
ཟིན་ཏོ། །གཞན་ཡང་། ལྟན་ཅིག་དམིགས་པ་ངེས་པའི་  
སྤྱིར། །སྟོ་ དང་དེ་སྟོ་གཞན་མ་ཡིན། །གང་གི་སྤྱིར་ཐ་དད་  
པར་སྒྲུང་བ་ཉིད་ཡིན་ཡང་སྟོན་པོ་ནི་ཉམས་སུ་སྟེང་བ་ལས་  
དོན་ གཞན་པའི་རང་བཞིན་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ལྟན་ཅིག་  
དམིགས་པ་ངེས་པའི་སྤྱིར། རྒྱ་བ་གཉིས་ལ་སོགས་པ་བཞིན་  
ནོ། །འདི་དག་ལས་རྣམ་པ་གཅིག་མ་དམིགས་ན་གཞན་

དམིགས་པ་མེད་དོ། །རང་བཞིན་ཐ་དད་པ་ལ་ནི་འདི་འཐད་པ་  
 མ་ཡིན་ཏེ། འབྲེལ་པའི་རྒྱ་མཚན་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །གཟུགས་  
 དང་སྒྲུང་བ་དག་ལ་ནི་དེའི་ཤེས་པ་བསྐྱེད་པར་རུང་བའི་མཚན་  
 ཉིད་དམ། དབང་པོ་རུང་བར་བསྐྱེད་པའི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་འབྲེལ་  
 པ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་སྒྲུང་བ་མེད་པར་ གཟུགས་ དམིགས་པར་མི་  
 འགྱུར་ཏེ། འབྲས་བུ་རྒྱ་ལས་འབྲུལ་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །སྒྲུང་  
 བ་བར་ཆད་མེད་པའི་གཟུགས་དང་སྟན་ཅིག་གཟུང་བའི་  
 མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ གཟུང་བར་འགྱུར་རོ། །ཡང་ན་སྒྲུང་  
 བ་འགའ་ཞིག་ཀྱང་མཐོང་བའི་སྤྱིར་དང་། སྒྲུང་བ་མེད་པའི་  
 གཟུགས་ཀྱང་སློག་ཆགས་ཀྱི་བྱེ་ བྲག་འགའ་ཞིག་གིས་མཐོང་  
 བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དེ་དག་ལ་ནི་སྟན་ཅིག་དམིགས་པ་ངེས་པ་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཀྱི་སྟོན་པོའི་རྣམ་པ་དང་རིག་པ་དག་ངེས་པ་

ཉིད་དོ། །ཐ་དད་པ་ལ་ནི་དེ་རིག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྒྲིན་པོ་དང་  
 སེར་པོ་བཞིན་ནོ། །ཡུལ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྒྱར་ཉེ་བར་  
 གནས་པའི་སྤྱིར། སྤར་ དམིགས་ལ་རིགས་པ་ནི་སྤྱིས་ཡིན་ནོ་  
 ཞེ་ན། དམིགས་པ་མངོན་སུམ་མ་ཡིན་ན། །དེ་མཐོང་རབ་ཏུ་  
 འགྲུབ་མི་འགྱུར། །ཡུལ་ཡོད་པས་ནི་ཡུལ་དམིགས་པ་མ་ཡིན་  
 གྱི། འོན་ཀྱང་དེའི་དམིགས་པ་ཡོད་པས་སོ། །དེ་ཡང་ཚད་མ་  
 དང་མི་ལྡན་པས་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཆན་ཅན་གྱི་ཐ་སྙད་འདུག་  
 བར་ མི་འགྱུར་རོ། །དེ་རབ་ཏུ་མ་གྲུབ་ན་དོན་རབ་ཏུ་མི་འགྲུབ་  
 པའི་སྤྱིར། ཐམས་ཅད་རྒྱབ་པར་འགྱུར་རོ། །ཡོད་ཀྱང་མ་གྲུབ་  
 པ་ལ་ཡོད་པའི་ཐ་སྙད་མི་དམིགས་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེའི་སྤྱིར་  
 རིག་པ་འགའ་ཡང་མི་དམིགས་ན་རིག་པར་བྱད་པ་ཞེས་བྱ་བ་  
 ཅུང་ཟད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །རིག་ པ་གཞན་གྱི་དམིགས་སོ་

ཞེ་ན། རེ་ཞིག་ཡུལ་དེ་རང་དམིགས་པའི་ཆེ་ན་ནི་སྐྱབ་པར་མ་  
 གྲུབ་པས་མ་གྲུབ་ལ། གཞན་དམིགས་པའི་དུས་སུ་ནི་གྲུབ་  
 པའི་སྤྱིར་དམིགས་ཀྱང་དེའི་ཆེ་ནི་མ་གྲུབ་ལ། སྤྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་  
 གཞན་གྱི་ཆེ་ན་ནི་གྲུབ་པོ་ཞེས་ལེགས་པར་བ་སྙད་དུ་བྱས་  
 སོ། །རིག་པ་ ཡང་གཞན་གྱིས་དམིགས་ལ་དེ་ཡང་མ་གྲུབ་ན་  
 ནི་རིག་པའི་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པའི་ སྤྱིར་དམིགས་པ་  
 གཞན་གྱི་རྗེས་སུ་འབྱང་ངོ་། །དེའི་སྤྱིར་རེ་ཞིག་དམིགས་པ་  
 མཐར་ཐུག་པ་ལ་སྔོན་པ་ནི་སྐྱེས་བུ་འདིས་དོན་འགའ་ ཡང་  
 རྟོགས་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། གཅིག་མ་གྲུབ་ན་ ཐམས་ཅད་མི་  
 འགྲུབ་པའི་སྤྱིར་རོ། །དམིགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱེ་བ་ལ་ཡང་  
 མཐར་ཐུག་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་འགོ་བ་ལོང་བ་དང་ རྟོགས་པར་  
 འགྱུར་རོ། །འགའ་ཞིག་ཏུ་མཐར་ཐུག་པ་ཡིན་ན་ནི་དེ་རང་གི་

བདག་ཉིད་དང་ཡུལ་གྱི་རྣམ་པ་ཅིག་ཅར་ དམིགས་པའི་སྤྱིར་  
 གཞན་ཡང་དེ་ བཞིན་དུ་འགྱུར་ཏེ། བྱེ་བྲག་གི་རྒྱ་མེད་པའི་  
 སྤྱིར་རོ། །དེའི་སྤྱིར་ལྷན་ཅིག་དམིགས་པ་ངེས་པ་འགྲུབ་སྟེ།  
 གཅིག་གི་བྱ་བ་ལ་རིག་པ་མི་རིགས་པའི་སྤྱིར་ཏེ། དེ་ནི་བྱད་  
 བར་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །རིག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་དེའི་བདག་  
 ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དེ་ལྟར་གསལ་བའོ། །དེ་ གཞན་འགའ་  
 ཞིག་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། བདག་ཉིད་རིག་པ་བཞིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་  
 ཡང་དེ་ནི་དོན་གཞན་དུ་རིག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྟོན་པོ་ལ་སོགས་  
 པ་སྟོང་བ་ལས་དོན་གཞན་མ་ཡིན་ན་ནི་དེའི་བདག་ཉིད་དུ་  
 གྱུར་པ་དེ་ ལྟར་གསལ་བའི་སྤྱིར་སྟོན་པོ་ལ་སོགས་པ་སྟོང་  
 བར་འགྱུར་རོ། །དེའི་བདག་ ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་  
 བ་ན་ཡང་རང་དང་གཞན་གསལ་བར་བྱེད་པར་འགྱུར་ཏེ།

གསལ་བ་བཞིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་འཇིན་པའི་རྣམ་པ་རང་རིག་  
 པའི་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་འདོད་དེ། དེ་ལས་དེའི་དངོས་པོ་རྣམ་  
 པར་འཇོག་པའི་ཕྱིར་རོ། །དཔེར་ན་འདོད་ཆགས་སོགས་ཆོར་  
 བཞིན། །དེར་བདག་ཡུལ་དུ་བཞག་པ་ན། །གཞལ་བྱ་འཇལ་  
 བྱེད་འབྲས་གནས་པ། །འདི་ནི་ཀུན་ལ་སྦྱར་བར་བྱ། །དེ་  
 ལ་འང་ཉམས་སྦྱོང་བདག་ཉིད་ཕྱིར། །དེ་དག་རང་བདག་སྦྱོང་  
 བར་རུང་། །དེ་ཕྱིར་རུང་ཉིད་དེ་ཆད་བདག །གཞལ་བྱ་རང་  
 རིག་འབྲས་བྱ་ཡིན། །འཇིན་ བ་ཡི་ནི་རྣམ་པ་དང་། །བདག་  
 ལ་རུང་བར་བཟོད་པ་ཡིས། །ཡོངས་སུ་གཙུག་པའི་བདག་ཉིད་  
 དེ། །ཆད་མ་རང་བདག་རིག་པར་བཟོད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་བར་  
 སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ། །དེ་ཕྱིར་སྒྲུང་དོན་སྒྲོ་དེ་  
 དག །ཕྱི་དོན་ཡོད་ཀྱང་ཐ་དད་མིན། །སྟན་ཅིག་དམིགས་ བ་

དང་རིག་པ་དག་གིས་སྤྱི་རྒྱུ་ཡོད་ཀྱང་སྤྱོད་པོ་ལ་  
 སོགས་པ་སྤྱང་བ་དང་དེ་རིག་པ་དག་ཐ་དད་མེད་པར་གྱུ་བ་  
 བོ། །དེས་ན་སྤྱོད་ཅུལ་གཉིས་པ། དེའི་སྤྱིར་ཡུལ་དང་ཤེས་  
 པའི་རང་བཞིན་དག་གིས་སྤྱོད་ཅུལ་གཉིས་སུ་གྱུ་བ་པ་ཡིན་  
 བོ། །གལ་ཏེ་སྤྱང་བའི་ཡུལ་གྱིས་ནམ་པ་སྤྱོད་ལ་ཐ་མི་དད་ན།  
 དེ་ལས་ཐ་དད་པ་ཡོད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་གང་ལས་ཤེས་ཤེ་ན། སྤྱི་  
 རྒྱུ་ཡོད་ཀྱང་ལས་གྱུ་བ་འགྱུར། །རུས་པའི་རྒྱ་གཞན་ཡོད་ཀྱང་  
 འབྲས་བུ་ཤེས་པ་མི་སྤྱོད་རྒྱ་གཞན་མ་ཚད་བར་སྤྱོད་པ་ཡིན་  
 ལ་དེ་ཡང་སྤྱིའི་དོན་ཡིན་ལོ། །གལ་ཏེ་འདིར་འགའ་ཞིག་ཉེ་བར་  
 ལེན་པའི་བྱུང་པར་མེད་པས་འབྲས་བུ་སྤྱོད་པར་མི་སྤྱོད་ན་ནི་  
 འགྱུར་རོ། །དེ་ཡང་ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡུལ་བསྐྱོད་པ་ན་  
 བསྐྱེད་པ་དང་ཅིག་ཤོས་སུ་རི་ལྟར་སྤྱོད་སྟེ། བྱུང་པར་མེད་པའི་

ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། ཉེ་བར་བསྐྱད་པའི་བག་ཆགས་མཆམས་སྒྱུར་  
 བ་མེད་པའི་སྒྱུན་གྱིས་མི་མཁས་པས་ཀྱང་ཐ་ སྙད་ལ་ ཡིད་  
 བརྟན་དུ་མེད་པར་མཐོང་བས་གཅིག་ནི་ཚད་མ་མ་ཡིན་པར་  
 བརྗོད་ལ། གཞན་ནི་བག་ཆགས་བརྟན་པའི་ཕྱིར་འཁོར་བ་ངེ་  
 སྤྱད་པར་མི་འབྲལ་བར་རྗེས་སུ་འབྲེལ་ པ་ནི་ཐ་སྙད་ལ་མི་སྒྱུ་  
 བ་ལ་སྒྲོས་ནས་འདིར་ཚད་མ་ཡིན་ནོ། །འདི་ནི་ཀུན་དུ་ཐ་སྙད་  
 པའི་ཚད་མའི་རང་བཞིན་བརྗོད་ པ་ཡིན་ནོ། །འདི་ལ་ཡང་པ་  
 རོལ་སྒྲོངས་པས་འདིག་རྟེན་སྒྱུ་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །བསམས་པ་ལས་བྱུང་བ་ཉིད་ཀྱི་ཤེས་རབ་གོམས་པར་  
 བྱས་པས་རྣམ་པར་འབྲུལ་པས་དབེན་ ཞིང་ངེ་མ་མེད་ལ་སྒྲོག་  
 བ་མེད་པའི་དོན་དམ་པའི་ཚད་མ་མཛོན་སུམ་དུ་བྱེད་དོ། ། དེ་



ཡང་ཆ་ཅམ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །མདོན་སྤུམ་གཏན་ལ་དབབ་  
པ་ལ་འཇུག་པ་སྟེ་ལེའུ་དང་པོའོ།། །

༥ རྗེས་དཔག་རྣམ་གཉིས་ཏེ། རང་གི་དོན་དང་གཞན་གྱི་  
དོན་ནོ། །ཤེས་པ་དང་བརྗོད་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་སྤྱར་  
གཞན་མ་ཡིན་པའི་རྟོགས་པའི་རྒྱ་མ་ཡིན་ནོ། །བྱད་པར་མེད་  
པའི་སྤྱར་སྤྱོད་ལོགས་ཤིག་ཏུ་མི་བརྗོད་དོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ་  
འཇུག་པ་ཐ་དད་པའི་སྤྱར་རོ། །དོན་ནི་རྟོགས་ཅན་གོ་བར་བྱེད་  
པ་ཡིན་ལ། དེའི་རྟོགས་འདི་སྤྱས་ཡིན་ནོ། །མ་ཡིན་ཏེ་མཚན་  
ཉིད་གཞན་བརྗོད་པར་བྱར་མེད་པའི་སྤྱར་ཏེ། གང་འགའ་  
ཞིག་ཏུ་མཐོང་བ་དེ་གང་དང་འབྲེལ་བ་དེ་ཤེས་པ་ལ་དེ་དེས་དེ་  
ཉིད་དུ་གོ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དངོས་པོ་རྟོགས་པ་  
ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་གོ་བར་བྱེད་པའི་མཚན་ཉིད་བརྗོད་པས་

རྟོགས་པར་འདོད་པའི་དག་གི་ཚུལ་ བསྟན་པར་བྱས་པ་ཉིད་  
 དེ། གཞན་དུ་བརྗོད་ན་གོ་བར་བྱེད་པའི་ཆོས་མ་བསྟན་པར་  
 འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དོན་གང་ཇི་ལྟར་ཤེས་པའི་ཆོག་ཤེས་པ་  
 དེ་དག་ནི་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཡང་ཉེ་བར་ བསྟན་པ་  
 གཞན་ལ་སྟོས་པ་ནི་མ་ཡིན་ཅོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་བདེན་མོད་ཀྱི་  
 འོན་ཀྱང་འདི་ནི་བྱིས་ བས་རྟོགས་པའི་རྒྱར་བརྩམས་པ་ཡིན་  
 ཅོ། །དངོས་པོ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་རྟོགས་ཀྱང་ཆོས་མ་བྱུང་པ་དང་  
 རྟོག་པ་དག་གིས་སྒྲ་བ་མཐོང་ སྟེ། མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་མི་  
 བརྗོད་པའི་ཕྱིར་དང་། ཉེ་བར་རྟོགས་པ་དང་། བསྐྱབ་པར་བྱ་  
 བ་དང་། དེ་སྒྲོས་ པའི་ཆོག་དག་སྦྱར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ།  
 རང་དོན་ནི། ཚུལ་གསུམ་རྟགས་ལས་དོན་མཐོང་ཡིན། མཚན་  
 ཉིད་གསུམ་པའི་རྟགས་ལས་རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱ་བ་རྟོགས་

ས་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་རང་གི་དོན་གྱི་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ཡིན་  
ནོ། །འདིའི་འབྲས་ བྱའི་ནམ་པར་རྟོག་པ་ནི་མངོན་སུམ་བཞིན་  
དུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་ནི་དེ་མ་ཡིན་ལ་དེར་འཇིན་  
སྟེ། །འཁྲུལ་ཀྱང་འབྲེལ་སྟེར་ཆད་མ་ཉིད། །རང་གི་སྣང་བ་  
དོན་མེད་པ་ལ་དོན་དུ་མངོན་པར་ཞེན་ནས་འཇུག་པའི་སྟེར་  
འཁྲུལ་པ་ ཡིན་ཡང་དོན་དང་འབྲེལ་པ་དེ་ལ་མི་འཁྲུལ་བའི་  
སྟེར་ཆད་མ་ཡིན་ནོ། །འདིར་སྟར་རང་བཞིན་ནམ་འབྲས་བྱ་ནི་  
ངོ་བོ་རྒྱ་མེད་ན་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། ཐ་མི་དད་པའི་སྟེར་དང་།  
བདག་ཉིད་གྲུབ་པ་ཡིན་པའི་སྟེར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་དེ་དག་མེད་  
ན་དེ་ལས་སྦྱེས་པའི་ཤེས་པ་འཇམ། དེ་ ལས་བྱུང་བའི་ངོ་བོ་དང་  
རྒྱ་རྟོགས་པ་མེད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྣང་བའི་དངོས་པོ་ཡོད་ན།  
དེ་ལས་གཞན་པའི་རྒྱ་མ་ཆད་བ་མེད་པ་ཅན་གྱི་མཐོང་བ་སྟོན་ག་

བ་མི་སྤྱིད་དོ། །སྒྲུང་བ་དེ་ཉིད་ནི་དོན་དང་ལྡན་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 དེ་ནི་མངོན་སུམ་གྱིས་གཞན་དུ་མཐོང་བའི་སྤྱིར་ རོ། །འདི་  
 ལྟར་དངོས་གང་ཇི་ལྟ་བུ། །དེ་ནི་དེ་འབྲེལ་རྟགས་སེམས་  
 གྱིས། །རྒྱ་ཡིན་དེ་ལས་དེ་ལྟ་ཡི། །དངོས་ལས་ངེས་བསྐྱེད་  
 རྟགས་ཅན་སྟོ། །དེ་ལྟར་རྟགས་དང་རྟགས་ཅན་སྟོ། །བརྒྱད་པ་  
 ཡིས་ནི་དངོས་པོ་དང་། །འབྲེལ་སྤྱིར་དེར་སྒྲུང་བ་ཡིས་ནི། །  
 ལྟར་ཡང་སྤྱི་བྱེད་ཉིད་མ་ཡིན། །དེ་དངོས་སྤྱི་བྱེད་ཉིད་མིན་  
 ཡང་། །དེ་ཡི་ངོ་བོས་སྟོང་དེ་ལ། །དེ་ཡི་ངོ་བོ་ཞེན་པའི་  
 སྤྱིར། །འབྲེལ་པར་རྣམ་གཞག་བྱས་པ་ཡིན། །ནོར་བུ་སྟོན་  
 མའི་འོད་དག་ལ། །ནོར་བུ་སྟོ་ཡིས་མངོན་རྒྱག་པ། །ལོག་པའི་  
 ཞེས་པར་བྱད་མེད་ཀྱང་། ། ཇི་ལྟར་དོན་བྱེད་ལ་བྱད་  
 ཡོད། །དེ་བཞིན་རྗེས་དཔག་དེར་སྒྲུང་དག །ཇི་བཞིན་དོན་ཅན་

མ་ཡིན་ཡང་། །དོན་བྱེད་པ་དང་རྗེས་འབྲེལ་པས། །ཆད་མ་  
 ཉིད་དུ་རྣམ་པར་གཞག། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོག་ས་  
 སུ་བཅད་པའོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར། མངོན་སུམ་དང་རྗེས་སུ་  
 དཔག་པའི། །ཆད་མ་གཉི་ག་དངོས་པོ་ཡི། །ཡུལ་ཅན་ཡིན་ཏེ།  
 དཔྱེད་པ་ནི་དོན་བྱེད་པར་རུང་བའི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་  
 རོ། །རྟོག་པ་སྒྲོན་དུ་གཏོང་བ་ཅུང་ཟད་ཡོངས་སུ་རྟོག་པ་ནི་  
 བདེ་བ་དང་སྦྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་ སྦྱབ་པར་བྱེད་པ་ཤེས་ནས་རི་  
 ལྟར་འོས་པ་སྦྱབ་པར་འདོད་ པས་ཡིན་ཀྱི་ཞེན་པས་ནི་མ་  
 ཡིན་ནོ། །རྗེས་སུ་དཔག་པའི་སྦྱང་བ་དེ་ཉིད་ནི་དོན་སྦྱབ་པར་  
 བྱེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དོན་སྦྱབ་པར་བྱེད་པའི་དངོས་པོ་  
 འགགས་ཀྱང་དེ་མ་འགགས་པའི་སྤྱིར་དང་། དེ་ལས་ཀྱང་དོན་  
 ཅུང་ཟད་འབྱུང་བ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་ཡོད་ཀྱང་

སྤྱི་ནི་དོན་མ་ཡིན་ རོ། །དེ་ལས་དངོས་པོའི་རང་བཞིན་ལ་མི་  
 སྤྱི་བ་ཉིད་ནི་འདིའི་ཡང་ཚད་མ་ཡིན་རོ། །དེ་དང་འབྲེལ་བའི་  
 དངོས་པོའི་རྟགས་ལ་སྟོས་པའི་ཡང་ཕྱིར་རོ། །སྟོབ་དཔོན་གྱི་  
 ནི་སྣང་བ་ཐ་དད་པས། །གཅིག་ལ་དེ་མི་འཐད་པའི་  
 ཕྱིར། །དོན་གྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ་ཡིན། །ཕན་ཚུན་རྣམ་པ་མི་  
 མཐུན་པ་དེ་དག་ ནི་གཅིག་པར་འཐད་པ་ཡིན་རོ། །དེའི་ཕྱིར་  
 དམིགས་པའི་ཡུལ་ཐ་དད་པར་ཚད་མའི་ཡུལ་ཐ་དད་དུ་བཤད་  
 གྱི་ཚད་མའི་བྱ་བའི་ཡུལ་ཐ་དད་པ་ལས་ནི་མ་ཡིན་རོ། །ཐ་  
 དད་ཅེས་བྱ་བ་ཡང་འདིར་ཐ་མི་དད་པ་ཡིན་པ་བཀག་པ་ཉིད་  
 དུ་བལྟའི། ཡུལ་དུ་མ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། མངོན་སུམ་ བཞིན་དུ་  
 དེའི་སྣང་བ་རང་གི་ཡུལ་དུ་འདོད་པའི་རྗེས་སུ་འགོ་བ་དང་  
 ལྟོག་པའི་ རྗེས་སུ་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དང་། སྤྱི་ཡང་དངས་པོ་

ལས་གཞན་དུ་བརྗོད་དུ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རྗེས་སུ་དཔག་  
 པའི་ རྣམ་པར་རྟོག་པ་ནི་ཡུལ་མེད་པ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །གལ་ཏེ་གཉིས་ཀའི་ཚད་མའི་ཡུལ་ དངོས་པོ་ཡིན་ན། ད་  
 ནི་ངེ་ལྟར་རྟགས་ལས་སྤྱི་རྟོགས་ལ། །གཞན་ལས་ནི་རང་གི་  
 མཚན་ཉིད་ཡིན་ཞེ་ན། བཤད་པ། དེ་བཞིན་རང་བཞིན་ལ་  
 ལྟོག་པའི། །དངོས་པོ་ཅམ་ཞིག་རབ་སྐྱབ་ཕྱིར། །རྟགས་སྤྱིའི་  
 ཡུལ་ཅན་དུ་བཤད་དེ། །བྱད་པར་གནས་པ་མེད་ཕྱིར་  
 རོ། །དགོས་པ་གང་དང་ ལྟན་པའི་དོན་ཤེས་པར་འདོད་པས་  
 དེ་ལས་ལྟོག་པ་ལས་ཐ་དད་པའི་དོན་ཅམ་རྟགས་ཀྱིས་ཉེ་ བར་  
 འཛོག་པའི་ཕྱིར་སྤྱིའི་ཡུལ་ཅན་དུ་བཤད་དེ། དེ་ལས་ཐ་དད་པ་  
 གནས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཡིན་གྱི། དངོས་པོ་ཡོད་པ་བསྐྱལ་  
 པའི་ཕྱིར་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །རྟགས་རྟོགས་པ་ཡང་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་

པའི་ བྱིར་དང་། རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་ལ་སྟོས་པའི་བྱིར་རོ། །ཅིག་  
ཞོས་ནི་བྱུང་པར་གཞན་འཛིན་པས་དབེན་པས་ན་སོ་སོར་  
གནས་པའི་རང་བཞིན་གྱི་རྣམ་ པ་ཅན་ཡིན་པའི་བྱིར་རང་གི་  
མཚན་ཉིད་གྱི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་ཏེ། རང་ལས་དོན་རྟོགས་པ་ཡིན་  
པའི་བྱིར་རོ། །ཡང་ལག་གཞན་ལ་རྟོགས་པ་ནི་དེ་ལྟ་མ་ ཡིན་  
ཏེ། དེ་ལ་རྒྱས་པ་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །དོན་ལ་མི་སྤྱོད་བར་ནི་གཉི་  
ག་ཡང་མཚུངས་པའི་བྱིར་ཚད་མ་ནི་དངོས་པོའི་ཡུལ་ཅན་  
ཉིད་དོ། །ཚུལ་གསུམ་པ་ནི། རྗེས་དཔག་བྱ་དང་དེ་མཚུངས་  
པ། །ཡོད་དང་མེད་ལ་མེད་པར་ནི། །ངེས་པ། རྗེས་སུ་དཔག་  
པར་བྱ་བ་ནི་འདིར་ཤེས་པར་འདོད་པའི་བྱེ་བྲག་དང་ལྡན་པའི་  
ཆོས་ཅན་ ཏེ། དེ་ལ་མདོན་སུམ་མམ་རྗེས་སུ་དཔག་པས་  
མཐོང་བའོ། །དེ་བཞིན་དུ་དེ་དང་མཐུན་པ་ཉིད་ལ་ཡང་



རོ། །ཆོས་ཅན་གྱིས་བྱད་པར་དུ་བྱས་པ་གཞན་ན་ཡོད་པར་  
 འགལ་ལ། བྱད་པར་དུ་མི་བྱེད་ན་ཡང་རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱ་  
 བའི་ཆོས་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ ན། མ་ཡིན་ཏེ་མི་ལྡན་པ་རྣམ་པར་  
 གཙོད་པས་བྱད་པར་དུ་བྱས་པའི་བྱིར་རོ། །ཆོས་ཀྱི་ཆོག་ལྷད་  
 ཐ་དད་པར། །བྱེད་པས་མི་ལྡན་པ་དང་ནི། །གཞན་པ་དག་དང་  
 ལྡན་པ་དང་། །གཏམ་མི་ལྡན་ཉིད་རྣམ་གཙོད་བྱེད། །བྱད་པར་  
 བྱད་པར་ཅན་དག་དང་། ། བྱ་བ་དང་ནི་ལྡན་ཅིག་བརྗོད། །དེ་  
 སྐྱར་མེད་ཀྱང་བརྗོད་འདོད་ལས། །དེ་ཡི་དོན་ནི་རྟོགས་པར་  
 འགྱུར། །གང་བྱིར་དག་འབྲས་རྣམ་གཙོད་བྱིར། །དཔེར་ན་  
 ནག་པ་འཕོང་སྐྱེན་པའམ། །སྤིད་སྐྱབ་འཕོང་སྐྱེན་ཞེས་  
 བྱའམ། །སྤོན་པོ་མཆོ་སྐྱེས་འགྱུར་ཉིད་བཞིན། །དེར་ ཡང་ཟླ་  
 པོ་རྣམ་གཙོད་པའི། །དོན་རྣམས་ལ་ནི་རྟོགས་འགྱུར་ཏེ། །དེ་

ལྟར་གྲགས་དང་རྒྱས་པ་དང་། །སྤྱི་ནི་བརྗོད་འདོད་རྗེས་འབྲང་  
 བྱིར། །དེས་ན་མི་ལྟན་ནམ་གཅོད་པ། །ཆོས་ཅན་ཆོས་ཀྱི་བྱུང་  
 པར་ཡིན། །དེ་ཡི་བྱུང་པར་ཅན་གྱི་ཆོས། །རྗེས་འགྲོ་མེད་པའི་  
 སྐྱོན་ཉེན་ མིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོག་གས་སུ་  
 བཅད་པ་དག་གོ། །གཞན་ཡང་ལྟན་པ་ནམ་པར་གཅོད་པས་  
 བྱུང་པར་ཡིན་ན་གཅིག་དེར་འགྱུར་ན། གཞན་དེ་ཉིད་མ་ཡིན་  
 པར་འགྱུར་ལ། བྱུང་པར་དང་བྱུང་པར་ཅན་དང་འབྲེལ་པའི་  
 ཆོག་སྤང་དང་ཡང་བྱུང་པར་མེད་པར་ འགྱུར་རོ། །འདིས་ནི་  
 བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ལ་ཡང་བྱུང་པར་དང་བྱུང་པར་ཅན་  
 གྱི་དངོས་པོ་ངེས་ པར་བྱའོ། །དེས་ན་བྱུང་པར་ཡོད་ཀྱང་རྗེས་  
 སུ་འགྲོ་བ་མེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྤྱི་བསྐྱབ་པར་བྱ་  
 བ་ཡིན་ཡང་གྲུབ་པ་ལ་སྐྱབ་པ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དང་མི་

ལྷན་པ་རྣམ་ བར་བཅད་པ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་དང་  
 མཚུངས་པ་ཉིད་ལ་ཞེས་ངེས་གཟུང་བའི་ཕྱིར་ཆོས་ཅན་ལ་  
 མེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན་མ་ཡིན་ཏེ། གཞན་དགག་པའི་དོན་  
 གྱི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་ཡོད་པར་གྲུབ་པ་སྤྱད་པའི་ངེས་པར་གཟུང་  
 བས་ནི་གཞན་རྣམ་པར་གཅོད་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། དང་པོ་  
 རང་ལ་བྱ་གཉིས་སྒྲིམ་འགྱུར་ཏེ། ན་ར་དང་ནི་སྤེད་མེད་བྱ་ཉིད་  
 དོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དང་རིགས་མཐུན་  
 པ་ལ་ཡོད་པའི་གཏན་ཆིགས་དེའི་མེད་པ་ལ་མེད་པ་ལ་ མེད་  
 པ་ཉིད་ནི་ཚུལ་གཟུང་པ་སྟེ། དེ་ཡང་ངེས་པ་ཡིན་ནོ། །ཐ་མར་  
 སྒྲིམ་པའི་ ངེས་པ་ཉིད་ནི་ཚུལ་གསུམ་ག་ལ་བལྟའོ། །དོན་  
 གཞན་དང་རང་བཞིན་དག་རབ་ཏུ་སྒྲིེ་བ་དང་དེ་ཙམ་དང་རྗེས་  
 སུ་འབྲེལ་བ་གྲུབ་ན་ བཟླར་རུང་བའི་ཡུལ་ཅན་རྒྱ་དང་ཁྲབ་

བར་བྱེད་པའི་ངོ་བོ་མི་དམིགས་པས་འགྲུབ་པར་ འགྱུར་གྱི།  
 གཞན་གྱིས་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ ནོ། །མི་དམིགས་  
 བ་ཡང་བསྐྱོག་པ་ལ་མངོན་སུམ་འཇུག་པ་ལྟོག་པ་ངེས་པ་ཡིན་  
 ནོ། །དེ་དང་མཐུན་པ་ཉིད་ལ་ཡོད་པ་ཞེས་བྱ་བས་ལྟོག་པ་  
 འགྲུབ་མོད་གྱི། མེད་པ་ལ་མེད་པ་ཉིད་བརྗོད་པ་ནི་མེད་པ་ཁོ་  
 ན་ལ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་གྱི། གཞན་པ་ལ་ཡང་མ་ཡིན་ལ།  
 འགལ་བ་ལ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ངེས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་ལ་མི་སྲིད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ཆོས་གཞན་ལ་  
 ཡོད་པ་འགོག་པར་དོགས་པ་ནི་མེད་དོ། །འགལ་བ་ལ་འགོག་  
 བ་ཡང་དེ་ཁོ་ན་ལ་འགོག་ན་ནི་སྒྲིན་དུ་འགྱུར་ན། གང་གིས་དེ་  
 ཁོ་ན་ལས་ལྟོག་པའི་ ཕྱིར་མེས་ཏྲོ་བ་རྟོགས་པར་མི་འགྱུར་བ་  
 དེ་དང་མཐུན་པ་ཁོ་ན་ལ་ཡོད་པ་ཞེས་བྱ་བས་ འགལ་བ་ཁོ་ན་

དེ་དང་མཐུན་པ་མ་ཡིན་པར་ནི་མི་འགྱུར་ཏེ། འོན་ཀྱང་དེ་དང་  
 མཐུན་པ་ལས་ལྡོག་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་འདི་ལ་སྒྲིན་མེད་པའི་  
 ཕྱིར་ཚུལ་གསུམ་པ་འདི་མི་བརྗོད་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ རོ། །རྗེས་  
 སུ་འགོ་བ་དང་ལྡོག་པ་དག་ལས་བྱུང་པ་ངེས་པ་དང་ལྡན་པའི་  
 ཚུལ་གྱིས་སྒྱུར་བས་ གྱང་དོན་གྱིས་གོ་བ་གཉིས་པ་རྟོགས་  
 བར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སྒྱུར་བ་བསྟན་པའི་ དོན་དུ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་ན་སྒྲིན་མེད་དོ། །དེའི་ཕྱིར་གཅིག་གྱང་སྒྱུར་བར་འགྱུར་  
 བ་ཡིན་ནོ། །གལ་ ཏེ་མཉན་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ལྡོག་པ་ཡིན་ཡང་  
 གོ་བར་བྱེད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ་ལྡོག་པ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །མཉན་པར་བྱ་བ་ཉིད་ནི་འགའ་ལས་གྱང་ལྡོག་  
 པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཐེ་ཆོམ་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ལྡོག་པ་  
 དང་ལྡན་པ་ལ་ནི་ཐེ་ཆོམ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། བྱས་པ་ཉིད་ལས་

མི་རྟག་པ་ཉིད་བཞིན་ནོ། །དངོས་པོའི་ཆོས་དང་དངོས་པོ་  
 ཐམས་ཅད་ལས་ལྷོག་པ་ནི་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་ཡོད་  
 པར་དོགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཐེ་ཆོམ་དུ་འགྱུར་རོ། །རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་  
 མ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་ལྷོག་པ་དང་ལྟན་ པར་བཤད་པ་ཡིན་  
 ནོ། །ལྷོག་པའི་རྣམ་པ་འདི་ལྟ་བུ་ནི་གོ་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 གོ་བར་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་བརྗོད་ཅིན་ཏོ། །དེ་ཡང་རྗེས་  
 སུ་འགྲོ་བ་མེད་པ་བསྟན་པར་མི་རུས་ཏེ། དེའི་ངོ་བོ་དང་རྒྱུའི་  
 དངོས་པོ་མཐོང་བ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོ་ན་  
 རྟགས་ ཚུལ་གཉིས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན་མ་ཡིན་ཏེ། རྗེས་སུ་  
 འགྲོ་བ་དང་ལྷོག་པ་དག་ཚུལ་ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་དག་ནི་  
 དག་གཅིག་གིས་ཀྱང་བསྟན་པར་རུས་པའི་ཕྱིར་སྒྲུབ་བ་  
 བསྐྱས་ཏེ་བརྗོད་ གྱི། ཚུལ་བསྐྱས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་སྐད་

དུ། ཡང་ན་དོན་གྱིས་གོ་བས་གང་ཡང་རུང་ བས་གཉིས་ཀ་  
 རབ་ཏུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བཤད་དོ། །གཞན་དག་མེད་  
 བ་ལ་མེད་པ་ཉིད་ནི་མི་འབྱུང་སྟེ། མེད་པ་ནི་གཞི་ལ་སོགས་  
 བར་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེའོ། །རེ་ཞིག་ཕྱགས་དག་ཀྱང་  
 གང་མི་རིག་པ་མཐོང་བ་དེའི་ཆེ་དེ་ལ་མི་སྟོང་ན་འདི་ནི་  
 ཕྱགས་བས་ཀྱང་ ཕྱགས་ཡིན་ནོ། །ཆེན་པོའི་ཆེན་པོ་ལ་སྟོང་  
 པའི་ཕྱིར་ན་བདག་ཉིད་མི་ཤེས་པ་གཞན་ཅི་ཡོད། འདི་ལྟོག་  
 པའི་དོན་སྟོན་བར་བྱེད་པའི་ཆོག་འདི་ཉིད་གྱིས་མེད་པ་ལ་ཐ་  
 སྟད་མི་འཐད་ བར་སྟོན་ཅིང་གཞན་དག་འགོག་པར་བྱེད་པའི་  
 ཕྱིར་འདི་ནི་གསལ་བར་རྒྱལ་པོའི་ཆོས་ ཕྱགས་ཡིན་  
 ནོ། །བདག་ཉིད་མི་སྟོན་ན་ནི་གཞན་རྟོགས་བར་མི་རུས་ལ། སྟོན་  
 ན་ཡང་སྟོན་འདི་སྤང་བར་མི་རུས་སོ། །མེད་པ་ལ་གཏན་

ཆེགས་མི་འགོག་ན་སྐྱབ་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་ཏེ། དེའི་མཆན་  
 ཉིད་ནི་དངོས་པོ་མེད་པ་ལས་ལྷོག་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྐྱར་  
 རོ། །མེད་པ་ལས་ལྷོག་པ་མེད་དོ་ཞེས་ ལྷོག་པ་དེ་ཉིད་རེ་ཞིག་  
 རི་ལྟར་འདོད། དངོས་ཡོད་མེད་ལའང་ཡོད་ཡིན་ལ། །དངོས་  
 པོ་མེད་པ་ཡོད་མིན་ཞེས། །སྐྱབ་པོ་ཡི་ནི་སྤྱད་ལ་ལྷོས། །གལ་  
 ཏེ་དེ་ལས་ལྷོག་མེད་ན། །གཏན་ཆེགས་འཇུག་པར་འདོད་དམ་  
 ཅི། །དེ་ཡང་མིན་ན་འདི་ཉིད་ནི། །དགག་ཡིན་ལྷོག་པ་ཅི་སྟེ་  
 འགོག་ །སྐྱབ་ དང་དགག་པ་མ་གཏོགས་པ། །སྐྱ་ལས་བྱང་  
 བའི་ཐ་སྙད་གཞན། །ཡོད་མིན་དེ་ཡང་མེད་པ་ལ། །མེད་སྐྱར་  
 འདི་ལ་མི་སྐྱ་འཐོབ། །ཡོད་པ་རྣམས་ལ་དགག་པ་མེད། །དེ་ནི་  
 མེད་པ་ལའང་ཡོད་པ་མིན། །རིགས་པ་འདི་ཡིས་འགོ་བ་  
 ལ། །དགག་པའི་དོན་ནི་མེད་པར་ འགྱུར། །གལ་ཏེ་ཡུལ་དུས་



འགོག་ཅེ་ན། །རི་ལྷར་དེ་ཡོད་དེ་ལྷར་ནི། །མི་འགོག་རི་ལྷར་  
 དེ་མེད་པ། །དེ་ལྷར་ཡང་ནི་འགོག་མི་འགྱུར། །དེ་བྱིར་དངོས་  
 དངོས་མེད་བརྟེན་པ། །བྱི་རོལ་རྟེན་མིན་སྐྱ་སོན་ལ། །བརྟེན་  
 ནས་འདིར་ནི་སྐྱབ་པ་དང་། །དགག་པ་ཐམས་ཅད་ འདོད་པ་  
 ཡིན། །དེ་འདྲ་མེད་ཀྱང་ཆོས་ཅན་དེ། །དེ་དག་དང་ནི་འབྲེལ་  
 བར་སྒྲང་། །དེ་ཡང་སྐྱ་འབྲུག་པ་ཉིད་བྱིར། །ཡོད་ཅེས་ཐ་སྙད་  
 བརྟེན་པར་འདོད། །དེ་ལྷ་མིན་ན་དོན་རྣམས་ཀྱིས། །ཆོས་  
 གཅིག་སྐྱབ་དང་འགོག་པ་ན། །བདག་ཉིད་ཐམས་ཅད་  
 བསྐྱབས་པ་དང་། །བཀག་འགྱུར་བདག་ཐ་དད་མེད་བྱིར། །ཐ་  
 དད་མིན་ན་གཞན་དང་གཞན། །བཀག་པ་དང་ནི་བསྐྱབས་པ་  
 བཞིན། །བསྐྱབས་པ་དང་ནི་བཀག་པ་དག །ཆོས་ཅན་གཅིག་  
 ལ་འདྲ་མི་འགྱུར། །སྒྲ་ཆོགས་ཆོས་ཀྱི་གཞིར་གྱུར་པ། །ཆོས་

ཅན་གཅིག་གིས་དབང་བྱས་ཏེ། །གཅིག་ བསྐྱབ་པ་ན་དེ་རྟེན་  
 དང་། །གཞན་རྣམས་བཏང་སྟོམས་ལྟ་བུ་དང་། །འགོག་ན་དེ་  
 ཡིད་དབེན་པ་དང་། །དེ་ལས་གཞན་ལ་སྟོས་ལྟ་བུར། །མེད་པ་  
 ཡི་ནི་དོན་ཅན་གྱི། །ཐ་སྙད་ངེ་ལྟར་སྟོས་བསྟན་པ། །དེ་བཞིན་  
 ཉིད་དེ་མ་བརྟགས་པར། །ཐ་དད་དོན་བརྟེན་ཁས་ལེན་  
 པས། །ཐོག་ མེད་བག་ཆགས་ལས་བྱུང་བ། །འཇིག་རྟེན་དོན་  
 ལ་གཞོན་པ་མེད། །དེ་འབྲས་ཅན་དང་དེ་འབྲས་མེད། །དེ་དེ་  
 ལས་ཐ་དད་དོན་གཅིག་ །ཐ་དད་རྟེན་ཅན་འཕེལ་བ་  
 དང་། །འགྲིབ་པ་ལྟ་བུར་བྱེད་པ་ཡི། །བསྐྱད་པ་དེ་དང་དེ་དག་  
 གི། །འབྲེལ་པ་འགའ་ལས་དེ་ལྟར་ཉིད། ། མིན་ཡང་མཐོང་  
 བར་སྟོར་དེས་ན། །དེ་དག་བསྐྱད་པའང་ཤེས་མ་ཡིན། །ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་བར་སྐྱབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་དག་གོ། །མཚན་

ཉིད་དེ་དང་ལྡན་པ་པའི། །གཏན་ཆེགས་དེ་ནི་མི་དམིགས་  
 དང་། །བདག་དང་འབྲས་བུ་ཞེས་བྱ་གསུམ། །ཁོ་  
 བའོ། །རྟགས་ནི་གསུམ་སྟེ། །མི་དམིགས་པ་དང་རང་བཞིན་  
 དང་འབྲས་བུའོ། །དཔེར་ན། རྩྱགས་ཀྱི་བྱང་པར་འགའ་ཞིག་  
 ན་བུམ་པ་མེད་དེ། དམིགས་པའི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་གྲུར་པ་མི་  
 དམིགས་པའི་སྤྱར་རོ། །གལ་ཏེ་ཡོད་ན་དམིགས་པའི་ཡོད་པ་  
 ཅན་ཉིད་དུ་འགྱུར་གྱིས་གཞན་ དུ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཞིང་ཤ་པ་  
 ཡིན་པའི་སྤྱར་འདི་ནི་ཞིང་ངོ། །དུ་བ་ལས་ནི་འདི་ན་མེ་ཡོད་  
 ངོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ལ་གཉིས་ནི་དངོས་པོ་སྦྱབ་པ་ཡིན་  
 ལ་གཅིག་ནི་དགག་པའི་གཏན་ཆེགས་སོ། །རང་བཞིན་འབྲེལ་  
 པ་ཡོད་ན་ནི་དོན་གྱི་འབྲུལ་པ་མེད་དེ། དེ་ནི་དེའི་བདག་ཉིད་  
 ཡིན་པའི་སྤྱར་རོ། །དེའི་ བདག་ཉིད་ཡིན་ན་བསྦྱབ་པར་བྱ་བ་

དང་། སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་བྱད་པར་མེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན་མ་  
 ཡིན་ཏེ། ཆོས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ཀྱན་བརྟགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་སྐད་  
 དུ་ཡང་རྗེས་སུ་དཔག་པ་དང་། རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱ་བའི་ཐ་  
 སྙད་འདི་ཐམས་ཅད་ནི་སྒོ་ལ་ཡོད་པའི་ཆོས་དང་ཆོས་ ཅན་གྱི་  
 བྱེ་བྲག་ཁོ་ནས་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཤད་དོ། །ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་  
 ཉིད་དུ་ཐ་དད་པ་སྒོས་ཀྱན་བརྟགས་པ་ཡིན་གྱི་དོན་ཀྱང་ནི་མ་  
 ཡིན་ ཏེ། སྒོའི་བྱེ་བྲག་རང་དགའ་བ་ནམས་ནི་དོན་གྱི་ཉེན་མ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་དག་གིས་བརྟགས་པའི་ཡུལ་གྱི་དོན་གོ་  
 ན་ནི་མི་འཕྲོག་པ་ཁོ་ ནར་འགྱུར་རོ། །གང་ཕྱིར་དངོས་ཀྱན་  
 རང་བཞིན་གྱིས། །རང་རང་ངོ་བོ་ལ་གནས་སྤྱིར། །མཐུན་  
 རྒྱུགས་གཞན་གྱི་དངོས་དག་ལས། །ལྡོག་པ་ལ་ནི་བརྟེན་པ་  
 ཅན། །དེ་ཕྱིར་གང་དང་གང་ལས་དོན། །ལྡོག་པ་དེ་ཡི་རྒྱ་ཅན་

གྱི། །རིགས་དབྱེ་དེ་ཡི་བྱད་པར་ནི། །རྟོགས་ གྱུར་བ་དག་  
རབ་ཏུ་དབྱེ། །དེས་ན་བྱད་པར་གང་ཞིག་ཆོས། །གང་གིས་གོ་  
བར་གྱུར་པ་དེ། །དེ་ལས་གཞན་གྱིས་རྒྱས་མ་ཡིན། །དེས་ན་  
ཐ་དད་རྣམ་པར་གནས། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་  
སྲ་བཅད་པ་དག་གོ། །འབྲས་བུ་ཡང་རང་བཞིན་འབྲེལ་བ་  
ཡིན་ཏེ། དེའི་རང་བཞིན་དེ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པའི་བྱིར་  
རོ། །རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱ་བ་ཤེས་པ་འདི་གཉིས་ནི་དངོས་  
ལས་མ་སྐྱེས་པའི་བྱིར་དེར་སྒྲུང་ བ་ཉིད་མ་ཡིན་ཡང་དེ་ལས་  
སྐྱེས་པའི་བྱིར་དེར་འབྲུལ་བ་མེད་པ་དག་ཡིན་ཏེ། དེས་ན་  
ཚད་མ་ཡིན་ཏེ་མངོན་སུམ་བཞིན་ནོ། །མེད་པར་ངེས་ པའི་  
འབྲས་བུ་ཅན་མ་དམིགས་མེད་པའི་ཐ་སྙད་འདུག་ པའི་འབྲས་  
བུ་ཅན་གྱི་མི་དམིགས་པ་ནི་དེ་ལ་མི་འབྲུལ་བ་ཡིན་ཏེ། ཐ་སྙད་

གྲུབ་པ་ལ་ཡུལ་ཡོད་པ་འབྲུལ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །མི་  
 དམིགས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་མེད་པ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་ན།  
 དམིགས་པ་ མེད་པ་ཡང་མི་དམིགས་པ་གཞན་གྱིས་བསྐྱབ་  
 པར་བྱ་དགོས་པས་བྱག་པ་མེད་པར་འགྱུར་ བའི་ཕྱིར། མི་  
 རྟགས་པར་འགྱུར་རོ། །ཅི་སྟེ་དམིགས་པ་མེད་པ་མི་དམིགས་  
 པ་མེད་པར་འགྱུར་ན་ནི། དེ་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་མེད་པར་ཡང་  
 འགྱུར་ བས་མི་དམིགས་པ་དོན་མེད་དོ། །ཅི་སྟེ་གཞན་  
 དམིགས་པས་མི་དམིགས་པ་འབྲུབ་པའི་ཕྱིར། མངོན་སུམ་  
 གྱིས་གྲུབ་པ་ཡིན་གྱིས་མི་དམིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་  
 བཞིན་དུ་གཞན་ཡོད་པས་མེད་པ་ཅི་སྟེ་མི་འབྲུབ། གང་གི་ཆེ་  
 རྣམ་པ་འདི་ལྟ་བུ་མི་ དམིགས་པ་ཉིད་མེད་པ་རྣམས་ཀྱི་མེད་  
 པ་ཡིན་པ་དེའི་ཆེ་ཡུལ་གྲུབ་པས་ཡུལ་ཅན་ཤེས་པ་ དང་། སྒྲ་

དང་ཐ་སྙད་དག་རྟོགས་པའམ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། ཡུལ་  
 རབ་ཏུ་བསྟན་པས་བརྟེན་ལ་འཇུག་པའི་ཕྱིར་རོ། །དཔེར་ན་འདི་  
 རི་བ་ལང་ཡིན་ཏེ། རྒྱུག་ཤལ་ལ་སོགས་ བ་འདུས་པའི་བདག་  
 ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ལྟ་ཡིན་དང་དཔེ་མ་  
 བྱུང་པར་རྟོགས་བ་ཡང་བསལ་བ་ཡིན་ཏེ། ཡུལ་རྟོགས་ཀྱང་  
 ཡུལ་ཅན་མ་རྟོགས་པ་དག་སྒྲུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་དངོས་  
 བོ་ལོག་པ་ནི་དངོས་བོ་མེད་པ་ཡིན་ལ། མི་དམིགས་པ་ནི་  
 དམིགས་པ་ལོག་པ་ཡིན་ན་ངེ་ལྟར་དངོས་བོ་མེད་པ་ཡིན་  
 དམིགས་པ་ལོག་པས་དངོས་བོ་མེད་ བར་ཡང་ངེ་ལྟར་འགྱུར་  
 ཏེ། འབྲས་བུ་ལོག་ཀྱང་རྒྱ་མེད་པར་མི་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་  
 བ། དེ་འདྲ་བའི་ཡོད་པ་ནམ་པར་གཞག་པ་ནི་དམིགས་པའི་རྒྱ་  
 མཚན་ཅན་ཡིན་པ་དང་། རྒྱ་ གཞན་ཚང་བ་ན་དམིགས་པར་

རུང་བའི་རང་བཞིན་ཡོད་པ་ནི་དེ་ལ་མི་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་  
 དམིགས་པ་ནི་ཡོད་པ་ཡིན་པར་བརྗོད་དོ། །ཆོགས་པ་ཡོངས་  
 ལྷ་འགྱུར་བ་ལ་ལྷོས་པའི་ཕྱིར་འབྱུང་པར་འགྱུར་ཞེ་ན། མ་  
 ཡིན་ཏེ། འབྲས་བུའི་དུས་ན་མེད་པར་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་ཏེ།  
 གཞན་དམིགས་པ་ན་དེ་མི་དམིགས་པར་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །མཐུ་དང་ལྷན་པས་བྱེན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་ཕྱིར་ཡོད་  
 གྱུང་དམིགས་པར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེ་ ན། །མ་ཡིན་ཏེ། ལྷལ་དང་  
 དབང་པོ་དག་ལས་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་གམ། གཉི་ག་གཞན་  
 དུ་འགྱུར་བ་ མེད་པར་བྱེན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཉིད་མི་འཐད་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །དེ་འདུས་བྱས་ན་ནི་མི་དམིགས་པར་འགྱུར་ཏེ། དེའི་  
 ཆེ་ཡང་ནམ་པ་དེ་ལྷ་བུའི་དབང་པོས་གཟུང་བར་བྱ་བའི་མེད་  
 པ་ནི་ཡོད་པ་ཉིད་ དོ། །དེའི་ཕྱིར་ཤེས་པ་དང་འབྲེར་རུང་བ་



ཉིད་ནི་འདིའི་ཡོད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལས་ བསྐྱོག་པའི་མི་  
དམིགས་པ་ནི་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། །དེས་ཀྱང་ཡུལ་ཅན་སྐྱབ་པར་  
བྱེད་དོ། །འདིས་ནི་འདིར་རྒྱ་འབྲས་བྱ་ལ་འབྲུལ་པ་ཡང་  
བསལ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་ཡང་ཐ་སྙད་དེའི་མཆན་ཅན་ཡིན་  
པར་བྱབ་ཀྱང་དེའི་རྒྱ་ཡོད་པའི་སྒྲི་ནས་ཀྱང་ མི་དམིགས་པས་  
བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ ཡིན་ཏེ། རྒྱ་མཆན་ཅན་གཞན་བཞིན་  
ནོ། །རེ་ཞིག་མི་དམིགས་པ་དེ་ཉིད་རི་ལྟར་འབྱུང་ཅེ་ན། འདི་  
ནི་འོག་ཏུ་འཆད་པར་འབྱུར་རོ། །མི་དམིགས་པ་དེ་ཡང་།  
འཇུག་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་རྣམ་བཞི་དགག་པ་གང་རི་སྙེད་པ་དེ་  
ཐམས་ཅད་ནི་མི་དམིགས་པ་ ལས་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་དེ་ནི་  
རྣམ་པ་གཉིས་ཀྱིས་བྱེད་དེ། འགའ་ཞིག་བསྐྱབ་པས་སམ་  
འགག་པས་སོ། །སྐྱབ་ན་ཡང་འགལ་བའམ་མི་འགལ་བ་ཞིག་

སྐྱབ་གང་ན། མི་འགལ་བ་ནི་ལྷན་ཅིག་ཡོད་པར་འགལ་བ་མེད་  
 བས་འགོག་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འགལ་བ་ཡང་མི་དམིགས་པ་མེད་  
 བར་འགལ་བ་མི་ རྟོགས་ཏེ། འདི་ལྟར་རྒྱ་མ་གཏུགས་པ་ཅན་  
 འབྱུང་བ་ལ་གཞན་ཡོད་ན་མེད་པའི་ཕྱིར་འགལ་བར་རྟོགས་  
 ལ། དེ་ཡང་མི་དམིགས་པ་ལས་ཡིན་ནོ། །པན་ཚུན་སྤངས་ཏེ་  
 གནས་པའི་མཆོན་ཉིད་ཀྱང་འགལ་བ་ཡིན་ཏེ། རྟག་པ་དང་མི་  
 རྟག་པ་ཉིད་བཞིན་ནོ། །དེ་ལ་ཡང་ གཅིག་དམིགས་པས་  
 གཞན་མི་དམིགས་པར་བརྗོད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་  
 དམིགས་པ་མ་བཀག་པ་ཅན་མེད་པར་མི་འབྱུང་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །གཅིག་བཀག་པས་གཞན་མེད་པར་བསྐྱབ་པ་ལ་མི་  
 དམིགས་པ་བྱུང་ཉིད་དེ་དགག་པ་ནི་མི་ དམིགས་པའི་ངོ་བོ་  
 ཡིན་པའི་ ཕྱིར་རོ། །དོན་གཞན་དགག་པ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དེ་

ལ་ཡང་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་དག་གམ། གཉི་ག་མ་ཡིན་པ་བཀག་  
 པ་གཏན་ཆེགས་ཡིན་གང་ན། དེ་ལ་གཉི་ག་མ་ཡིན་པ་ནི་  
 འབྲེལ་པ་མེད་པའི་བྱིར་དེ་མེད་པའི་བྱིར་མེད་པས་གཞན་  
 མེད་པར་མི་རིགས་སོ། །འབྲས་བུ་མི་དམིགས་ཀྱང་རྒྱ་ནི་  
 གདོན་མི་བ་བར་དེ་དང་ལྡན་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་དེ་མེད་པར་ག་  
 ལ་འགྱུར། རྒྱས་པ་རྒྱ་ཡིན་གྱི་མི་རྒྱས་པ་ནི་རྒྱ་མ་ཡིན་  
 བོ། །རྒྱས་པ་ལས་ནི་གོགས་བྱ་བར་ཡང་མི་གནས་ཏེ། ཐ་མའི་  
 གནས་སྐབས་ན་ཡོངས་སུ་འགྱུར་བ་མེད་པའི་བྱིར་ཏེ། སྐད་  
 ཅིག་ལ་ཆ་ཤས་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །འབྲས་བུ་སྐྱེ་བ་དང་མི་  
 མཐུན་པ་བསྐྱེད་པ་ནི་གོགས་གྱི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་  
 རོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་ཅུང་ཟད་མི་བྱེད་པ་ནི་གོགས་མ་ཡིན་  
 པའི་བྱིར་རོ། །དེ་འདྲ་བའི་རྒྱ་ནི་འབྲས་བུ་མེད་པ་ལས་མེད་

བར་རྟོགས་པར་འགྱུར་ བ་ཉིད་དེ། དཔེར་ན་འདི་ན་དུ་བའི་རྒྱ་  
 རྒྱས་པ་ཐོགས་པ་མེད་པ་དག་མེད་དེ། དུ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །འབྲས་བུ་དེ་ནི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་དང་ཕྱོག་  
 བ་མེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དེའི་རང་བཞིན་ གྱི་ངོ་མོ་དང་བྱུང་  
 བར་མེད་པས་དེ་མི་དམིགས་པ་ནི་རང་བཞིན་མི་དམིགས་  
 བར་བཤད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་དེ་དང་འགལ་བ་དམིགས་པ་ནི་  
 དཔེར་ན་འདི་ན་གང་བའི་རྒྱ་རྒྱས་པ་ཐོགས་པ་མེད་པ་དག་  
 མེད་དེ། མེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །རྒྱའི་རྗེས་  
 གྱི་ལ་བསམས་ནས་འབྲས་བུ་མི་དམིགས་པ་གོ་བར་བྱེད་པ་  
 མ་ཡིན་པར་ བརྗོད་དེ། དཔེར་ ན་འདི་ན་མེ་མེད་དེ། དུ་བ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །རྒྱ་མི་དམིགས་པ་ནི་  
 དངོས་པོ་མེད་པ་གོ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། རང་བཞིན་མི་

དམིགས་པ་ནི་རང་ཉིད་མེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་ནི་ཡུལ་  
 ཅན་སྐྱབ་པ་འབའ་ཞིག་ཏུ་བད་དོ། །དེའི་ངོ་བོ་བྱུང་པའི་  
 འབྲས་བྱ་མེད་པས་ནི་མེད་པར་ཡང་ཡིན་ནོ། །གང་གི་ཆེ་བྱུང་  
 པར་བྱེད་པའི་ཆོས་མི་དམིགས་པས་བྱུང་པར་བྱ་བའི་མེད་  
 པར་སྐྱ་བ་ དེའི་ཆེ་ཡང་དངོས་པོ་མེད་པར་ཡང་ཡིན་པ་ཉིད་  
 དོ། །དེས་ན་དེ་ལྟར་སྐྱབ་པ་དང་དགག་པའི་སྒོ་ནས་འགའ་  
 ཞིག་འགོག་པ་ལ་ནི་གོ་བར་བྱེད་པ་ཐམས་ཅད་མི་དམིགས་  
 པའི་རང་བཞིན་ཡིན་གྱི། དགག་པའི་གཏན་ཆེགས་གཞན་ནི་  
 མེད་དོ། །དགག་པའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་མི་དམིགས་པ་དེ་ནི་སྒྱུར་  
 བའི་བྱེ་བྲག་གི་རྣམ་པ་བཞིར་ འགྱུར་ཏེ། འགལ་བ་བྱུང་པ་ནི་  
 དཔེར་ན་འདི་ན་གང་བའི་རེག་པ་ མེད་དེ། མེ་ཡོད་པའི་སྒྱུར་  
 རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །འདིས་ནི་བྱུང་པར་བྱེད་པ་འགལ་བ་

གྲུབ་པ་ཡང་བཤད་པར་རིག་པར་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན་འདི་ན་བ་  
 མའི་རིག་པ་མེད་དེ་མེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་  
 བུའོ། །འགལ་བའི་འབྲས་བྱ་གྲུབ་པ་ནི་དཔེར་ན་འདི་ན་ གང་  
 བའི་རིག་པ་མེད་དེ། དུ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་  
 བུའོ། །རྩ་མ་གྲུབ་པ་ནི་དཔེར་ན་འདི་ན་དུ་བ་མེད་དེ། མེ་མེད་  
 བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །རང་བཞིན་མ་གྲུབ་པ་ནི་  
 དཔེར་ན་འདི་ན་དུ་བ་མེད་དེ། དམིགས་པའི་རིག་བྱར་གྱུར་བ་  
 ལས་མ་ དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །འདིས་ནི་  
 བྱུང་པར་བྱེད་པའི་རང་བཞིན་མ་གྲུབ་པར་ཡང་བཤད་པ་ཡིན་  
 ཏེ། དཔེར་ན་འདི་ན་ཞིང་ཤ་བ་མེད་དེ་ཞིང་མེད་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །མེད་པ་དང་ཐ་སྙད་སྐྱབ་པའི་མ་  
 དམིགས་པ་འདི་ཐམས་ཅད་ ལ་ཡང་བལྟར་རུང་བའི་བདག་

ཉིད་ཁོ་ནའི་དེ་དག་དང་དེ་འགལ་བ་དག་དམིགས་པའི་རྒྱ་  
 གཞན་ཉེ་བ་ལས་མ་གྲུབ་པ་དང་གྲུབ་པ་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱ་  
 གྱེ། གཞན་དག་ལ་ནི་རྒྱ་དང་འབྲས་བྱ་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་དང་  
 འགལ་བ་དག་མི་འབྲུབ་པའི་ ཕྱིར་རོ། །སྒྲིང་བ་མཐོང་བ་མེད་  
 པ་དང་། །དངོས་པོ་མི་དམིགས་པ་ལ་ནི། །རྒྱ་མི་སྤྲོད་པར་  
 གྱུར་པ་ན། །དངོས་པོ་མེད་པར་རྟོགས་པར་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་  
 བ་ནི་བསྐྱུ་བའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ། །གལ་ཏེ་འགལ་བའི་  
 འབྲས་བྱ་དམིགས་པས་ཀྱང་མེད་པར་གྲུབ་ན། དེའི་རྒྱ་  
 དམིགས་པས་ཅི་སྟེ་མི་འབྲུབ་ཅི་ན། མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་འཁྲུལ་  
 པའི་ཕྱིར་ཏེ། དཔེར་ན་འདི་ན་གང་བའི་རིག་པ་མེད་དེ། ཞིང་  
 ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །གང་ལས་དེ་མེད་པར་  
 གོ་བར་འགྱུར་བ་རྒྱ་རྣམས་ནི་འབྲས་བྱ་ཚུལ་པར་མ་ངེས་པས་

ན་ གང་བ་བསྒྲེག་པའི་མེ་གདོན་མི་བ་བར་འགྱུར་ བ་ནི་མ་  
 ཡིན་ནོ། །ཐ་མའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་བྱད་པར་ལ་འབྱུང་བ་མེད་  
 རོ་ཞེ་ན་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལས་འབྲས་བུ་སྐྱེ་བ་ནི། གདོད་མ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །མཐའི་སྐད་ཅིག་གི་བར་དུ་ནི་སྐྱེ་བ་ལ་གོགས་  
 སྤེད་ཀྱི། མཐའི་སྐད་ཅིག་ལ་གོགས་མེད་པས་རྟགས་དེ་མཐོང་  
 བ་ལས་ འབྲས་བུ་བྲན་བ་ལ་ལྟོས་ཏེ། རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱ་  
 བ་རྟོགས་པ་ན་མཐའི་སྐད་ཅིག་བར་ཆད་མེད་པའི་ཕྱིར། དེའི་  
 སྒོན་རོལ་དུ་འབྲས་བུ་སྐྱེས་པ་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་འགྱུར་  
 རོ། །གང་གིས་རྒྱ་ལས་དེ་རྟོགས་པར་འགྱུར་བ་འབྲས་བུ་  
 མངོན་སུམ་མ་ཡིན་པ་ལ་ནི་ རྒྱའི་དངོས་པོ་ རྟོགས་པ་མེད་དེ།  
 དེའི་ཕྱིར་རྒྱ་ལས་འབྲས་བུ་མི་འགྱུར་བོ། །རྒྱ་མཚན་དག་  
 འགལ་ན་ནི་གོ་བར་བྱེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་འདི་ན་སྐྱེ་



ལོང་ཞེས་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་བྱེ་བྲག་མེད་དེ། གདུང་བར་  
 བྱེད་པའི་བྱེ་བྲག་ཉི་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །སྤྱི་  
 ལོང་ཞེས་ བྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་བྱེ་བྲག་དང་འགལ་བ་  
 ཡོངས་སུ་གདུང་བའི་རྒྱ་མེ་ནི་གང་བ་དང་ འགལ་བའི་ཕྱིར་  
 གང་བ་རྒྱན་ཆད་ན་དེའི་འབྲས་བུ་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །འདིས་ནི་དེའི་འབྲས་བུ་ལས་ཀྱང་དེ་དང་འགལ་བའི་  
 འབྲས་བུ་མེད་པར་རྟོགས་པར་བཤད་ པར་རིག་པར་བྱ་སྟེ།  
 དཔེར་ན་སྤྱོགས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་འདི་ནི་སྤྱི་ལོང་ཞེས་བྱེད་པ་ལ་  
 སོགས་པའི་བྱེ་བྲག་ དང་ལྡན་པའི་མེ་དང་ལྡན་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 དུ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །དེ་དང་འགལ་བ་  
 གྲུབ་པ་འདི་ཡང་སྤར་བསྟན་པའི་རྒྱ་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་ཡིན་  
 བོ། །དེ་སྟར་ན་མི་དམིགས་པ་ འདི་ནི་སྤྱིར་བའི་བྱེ་བྲག་གིས་

རྣམ་པ་བརྩ་ཡིན་ནོ། །འགལ་འབྲས་ལ་ཡང་ཡུལ་དང་  
 བོ། །དུས་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པར་འདོད། །གཞན་དུ་འབྲུལ་  
 འགྱུར་མི་གང་བ། །སྐྱབ་པ་ལ་ནི་ཐལ་བ་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་  
 ནི་བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ། །བསྐལ་ བ་རྣམས་  
 ལ་ནི། མེད་པར་ངེས་པ་ཡོད་མ་ཡིན། །ཡུལ་དང་དུས་དང་  
 རང་བཞིན་གྱིས་བསྐལ་པས་ན་བསྐལ་བ་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ།  
 དེ་དག་ལ་ནི་མི་དམིགས་པའི་གོ་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་  
 བོ། །གལ་ཏེ་ཡོད་པ་ནི་གདོན་མི་བ་བར་འགའ་ཞིག་གིས་  
 དམིགས་པའམ། ༢༡། །འདས་པའམ་འོངས་པ་ནི་དམིགས་  
 པ་ཡིན་ན། དེ་རི་ལྟར་མ་དམིགས་པའི་སྤྱིར་མེད་པ་ལ་མ་ཡིན་  
 ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། ཐམས་ཅད་ཀྱི་དམིགས་པ་ལོག་པ་ནི་འདི་  
 ཏྲགས་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཏེ། བདག་དང་གཞན་ལ་མ་གྲུབ་པའི་

བྱིར་རོ། དེའི་བྱིར་འདི་དག་ཉིད་ཀྱི་དམིགས་པ་ལོག་པ་ཉིད་  
 ཚད་མར་བྱེད་པ་ན་སྒྲོང་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ནི་བསྐྱེད་པ་བདག་  
 ལས་ཡང་ཡོད་ན་དེ་དག་མེད་པ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་  
 ཡོད་ན་ནི་མངོན་སྲུང་དང་རྗེས་སྲུ་དཔག་པ་དང་ལུང་རྣམས་  
 ལས་གཅིག་ཏུ་འཇུག་ པའི་བྱིར་རོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། འགའ་  
 ཞིག་ལ་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་མེད་པའི་བྱིར་  
 རོ། །བསྟན་བཅོས་འཇུག་པ་ནི་སྐྱེས་བུའི་དོན་སྐྱབ་པར་བྱེད་  
 པའི་ཐབས་འགའ་ཞིག་ལ་ བརྟེན་ནས་འཇུག་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟ་  
 མ་ཡིན་ན་འབྲེལ་པ་མེད་པ་བརྗོད་པ་ནི་ཚད་མར་མི་འགྱུར་  
 པའི་བྱིར་རོ། །སྐབས་དེར་ཡང་དོན་མང་པོ་དག་གཞོན་མི་བ་  
 བར་བསྟན་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་བདག་ཉིད་སོ་སོ་  
 ལ་ངེས་པ་སྐྱེས་བུ་རྣམས་ཀྱིས་སེམས་ཀྱི་འཇུག་པ་རྒྱ་ མཚན་

དེས་པ་ལས་བྱུང་བ་མ་ཡིན་ཅན་འགའ་ཞིག་གསལ། ཡུལ་དང་  
 དུས་ཀྱིས་ཚད་པ་སྐབས་སུ་ཉེ་བར་མཁོ་བ་མེད་པའི་ རྗེས་ཀྱི་  
 བྱུང་པར་ལྟ་བུ་སྟེ། དེ་དག་ནི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་བྱེད་པ་  
 མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་བསྐྱལ་བ་དག་ལ་ནི་རང་གི་མཐུས་ཉེ་བར་  
 གནས་པའི་ཤེས་པ་བསྐྱེད་པའི་རྒྱས་པ་ ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
 ལ། གང་གིས་རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱ་བར་འགྱུར་བ་དེ་དག་གི་  
 འབྲས་བུ་ གཤོན་མི་བླ་བར་དམིགས་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
 དག་ནི་ཚད་མ་གསུམ་ལོག་ཏུ་བེན་ཀྱང་མེད་དོ་ཞེས་ངེས་པར་  
 རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གང་ཡང་ཤེས་པར་བྱེད་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་  
 དབང་པོ་ལས་འདས་པའི་དོན་ནམ། རང་བཞིན་གྱི་བྱུང་པར་  
 དག་སྤོང་བར་བྱེད་པ་དཔེར་ན་སེམས་ འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་  
 བའམ། ལྟའི་བྱུང་པར་དག་མེད་པའམ། སྤྱིན་པ་དང་འཆེ་བ་ལ་

སོགས་པ་སྤྱོད་བའི་སེམས་ནི་མངོན་པར་མཐོ་བའི་རྒྱ་མ་ཡིན་  
 བོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །མངོན་སུམ་གྱི་དོན་ལ་ཡང་འབྲས་བུ་  
 དེ་མ་ཐག་པ་ཉིད་མེད་པའི་ཕྱིར་འབྲས་བུ་དེ་དང་ ལྷན་པ་མ་  
 ཡིན་ པ་དང་ཆོས་མཚུངས་པས་ན་དེ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་ཡིན་  
 བོ། །རྒྱ་ལས་འབྲས་བུ་ཆོད་པ་དག་ཀྱང་སྐྱེ་བ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་  
 ཉེ། བྱེ་བ་དང་བྱི་སྟོན་པའི་དུག་གི་འགྱུར་བ་བཞིན་ནོ། །དེ་  
 འགྱུར་བ་ལ་འགལ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་འདི་ལ་མི་དམིགས་པ་  
 ཅམ་ནི་ཆད་མ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་འགྱུར་བ་ལ་ ཆད་མ་ཅི་ཡོད་ཅེ་  
 བ། དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ཐེ་ཆོམ་བ་བར་འགྱུར་བའམ། ཡང་ན་ཆད་  
 མ་སྤིད་པས་མི་སྤྱོད་ངོ་། །དེའི་ཕྱིར་འདི་ལ་རང་བཞིན་ནམ་  
 དོན་འགའ་ཞིག་མཐོང་བ་གསལ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། རྒྱ་  
 རྣམས་ནི་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པའི་ངེས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཤེས་

བར་བྱེད་པ་མ་གྲུབ་ བ་ཡིན་ཡང་དེ་ཙམ་གྱིས་དེ་མེད་པར་  
 དེས་བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཡང་རིམ་གྱིས་འགའ་ཞིག་གསལ་བར་  
 འགྱུར་བའི་སྤྱིར་རོ། །གང་གི་སྤྱིར་དེ་དག་ལས་དོན་གྱི་རང་  
 བཞིན་དེས་པར་འགྱུར་བ་སྒྲ་རྣམས་དངོས་པོ་ཇི་ ལྟ་བ་བཞིན་  
 དུ་འཇུག་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ནི་སྒྲ་བ་པོའི་བརྗོད་ བར་  
 འདོད་པས་འཇུག་པའི་སྤྱིར་དེ་ལ་འབྲུལ་བ་མེད་པས་དེ་ཉིད་  
 གྱིས་གོ་བར་བྱེད་པ་ ཡིན་ནོ། །སྐྱེས་བུའི་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་  
 ནི་དངོས་པོ་ཇི་ལྟ་བ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་དང་འབྲེལ་བའི་རང་  
 བཞིན་གྱི་དངོས་པོས་ནི་གཞན་གོ་བར་བྱེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་  
 ནོ། །གལ་ཏེ་དོན་ཇི་ ལྟ་བ་བཞིན་དུ་མཐོང་བ་ལ་སོགས་པའི་  
 ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པའི་སྐྱེས་བུ་ནི་ཡིད་ཆེས་པ་ ཡིན་  
 ལ། །དེས་བསྟན་པའི་ལུང་ནི་མི་སྒྲ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་

བྱང་པར་ཅན་དེ་ཉིད། །ཤེས་པར་རྒྱས་ན་དོན་འདི་  
 འདོད། །རྟོག་པ་སྒྲིན་དུ་གཏོང་བ་ཅན་ལུང་ངམ་ལུང་མ་ཡིན་པ་  
 ཆོལ་ བ་ཐམས་ཅད་ནི་འཇུག་པར་འདོད་པས་ཡིན་གྱི་ཞེན་  
 བས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་སྐྱེས་བྱ་བརྟགས་ནས་འཇུག་ན་ནི་  
 འཇུག་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལྟ་བུ་ནི་ཤེས་པར་མི་རྒྱས་པའི་  
 ཕྱིར། མི་འདོད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་འདྲ་བ་ནི་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་  
 པ་ཉིད་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ལྟར་གཞན་གྱི་ སྐྱོན་དང་  
 ཡོན་ཏན་ངེས་པའི་རྟགས་ནི་མེད་དེ་དེ་དག་ནི་སེམས་ཀྱི་ཆོས་  
 ཡིན་པས་དབང་ བོ་ལས་འདས་པའི་ཕྱིར་རང་ལས་སྐྱེས་པའི་  
 ལུས་དང་ངག་གི་ཐ་སྙད་ལས་རྗེས་སུ་དཔོག་ གང་ན། ཐ་སྙད་  
 གྲང་པལ་ཆེར་སློ་སྒྲིན་དུ་བཏང་ནས་གཞན་དུ་བྱ་བར་རྒྱས་  
 ཏེ། །སྐྱེས་བུའི་འདོད་པས་འཇུག་པའི་ཕྱིར་དང་། དེ་དག་གྲང་

བསམ་པ་སྣ་ཆོགས་པ་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེས་ན་འདི་  
 ཏྲགས་འཆོལ་བའི་སྤྱིར་རིམ་ལྟར་ངེས་པ་མེད་པར་ཏྲགས་པར་  
 གྱེད། གལ་ཏེ་གྱེད་པ་པོ་ཞེས་པར་དཀའ་བའི་སྤྱིར་སྐྱེས་བྱ་ལ་  
 བཏེན་པའི་ཆོག་ནི་ལུང་མ་ ཡིན་གྱི། སྐྱེས་བྱས་མ་བྱས་པ་ ནི་  
 སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་མི་འཐད་  
 པའི་སྤྱིར་དང་། དོན་བརྗོད་པ་ནི་སྐྱེས་བྱའི་ཉེ་བར་བསྟན་པ་ལ་  
 ལྟོས་པའི་ཡང་སྤྱིར་རོ། །དམིགས་པར་རུང་བ་དང་མི་རུང་པ་  
 བཞིན་ནོ། །དེ་ལས་རུང་བ་ཡིན་པས་ནི་དེ་ཏྲགས་པ་ སྐྱེ་བ་  
 དང་ཉམས་པ་མེད་ན་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཏྲག་ཏུ་དེའི་བདག་  
 ཡིན་ནི་ངེས་འགའ་དམིགས་པ་དང་མི་དམིགས་པ་མེད་པར་  
 ཐལ་བའི་ སྤྱིར་རོ། །གཞན་ལ་ལྟོས་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། དེས་་  
 དེ་ལ་རུང་བ་དང་ཀྱང་མ་བྱས་པའི་སྤྱིར་རོ། །གཞན་གྱེད་ན་ནི་དེའི་



ཞེས་འབྲེལ་པ་མི་འཐད་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཕན་པ་དེ་དང་འབྲེལ་པ་  
 ཡིན་ན་ཕན་ གདགས་བྱ་འདོགས་བྱེད་མ་ཡིན་པ་དག་ཅི་ཞིག་  
 འབྲེལ། གལ་ཏེ་ཏེན་དང་བཏེན་པའི་དངོས་པོ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།  
 དེའི་བདག་ཉིད་ཀྱིས་ཕན་པ་མེད་ན་དེ་ཡང་མི་འགྲུབ་  
 བོ། །བདག་ཉིད་གཞན་ཡིན་ན་ནི་བཀལ་ཞིང་བཏགས་པ་  
 མཚུངས་པ་དང་ཐུག་པ་མེད་པར་ཡང་འགྱུར་ རོ། །བསྐྱེད་བྱ་  
 སྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་ དངོས་པོ་ཡིན་ན་ནི་སྟོས་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་དེ་  
 ཏག་ཏུ་འགྱུར་རོ། །སྟོས་ན་ནི་ཐལ་སྒྲ་མར་འགྱུར་རོ། །དེའི་  
 སྤྱིར་སྒྲ་དང་དམིགས་སྒྲ་རུང་བའི་བདག་ཉིད་རེས་འགའ་བ་  
 སྐྱེས་བུའི་བྱེད་ པའི་རྗེས་སྒྲ་འགོ་བ་དང་ལྗོག་པའི་རྗེས་སྒྲ་  
 བྱེད་པ་ཅན་དེ་ནི་སྐྱེས་བུས་བྱས་པ་ ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་  
 ན་མེད་ན་ མི་འབྱུང་བ་མེད་པའི་སྤྱིར་དོན་གཞན་ཏོགས་པར་

ཡང་མི་འགྱུར་རོ། །སྤྱི་ཡོད་པ་ཉིད་ནི་དོན་གྱི་བྱད་པར་རང་  
 འབྲེལ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་ཐམས་ཅད་ལ་བྱད་པར་མེད་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་དབང་དང་ཡུལ་བཞིན་དུ་ཕན་ཚུན་རུང་བ་  
 ཉིད་ངེས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ་དེ་ལ་ ཡང་  
 གཅིག་ལ་སོ་སོར་ངེས་པ་ནི་དེས་བསྐྱེད་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེས་ཕན་བཏགས་པའི་དབང་པོས་རྣམ་པར་  
 ཞེས་པ་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་ཕན་མི་འདོགས་  
 པ་ནི་ལྟོས་པར་བྱ་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། ཡུལ་གཞན་བཞིན་  
 བོ། །གལ་ཏེ་ཅིའི་ཕྱིར་དེ་ཁོ་ནས་ཕན་འདོགས་པར་ བྱེད་ཅེ་  
 བ། དེ་ལ་གང་དེ་ལྟ་བུར་གྱུར་པའི་དངོས་པོའི་རང་བཞིན་ཉིད་  
 ལན་འདེབས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ བོ། །འདི་ལྟར་སྒྲ་ལུའི་ས་བོན་  
 ལས་ནི་ནས་ཀྱི་ཐུ་གྲུ་མི་འབྱུང་གི། །འོན་ཀྱང་ནས་ས་བོན་ལ་

ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་གལ་ཏེ་སྤྱོད་ཆ་མས་ཀྱང་དོན་ལས་སྐྱེ་བ་  
 ཡིན་ན་ནི་རུང་བ་ངེས་པར་ འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་མེད་ན་  
 འདིའོ་ཞེས་བྱ་བའི་འབྲེལ་བ་མི་འགྱུར་བོ། །དོན་དང་ལྡན་པར་  
 ཡང་མི་འགྱུར་ཏེ། དོན་ལས་ནི་ཤེས་པར་འདོད་པ་ཡིན་ལ།  
 དེས་ནི་དོན་ཤེས་པའི་ཕྱིར་རབ་དུ་སྐྱུར་བས་ན་དེས་དེ་དང་  
 ལྡན་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། ལུས་ཀྱི་རིག་བྱེད་ལ་ སོགས་པ་  
 བཞིན་ནོ། །དེ་ལས་རུང་བ་ཡིན་པས་ནི་དེ་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་  
 མ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་མཁས་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །གལ་  
 ཏེ་གང་གི་ཕྱིར་དེ་ལས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་སྤྱི་རང་བཞིན་ནི་  
 དོན་རྣམས་ལ་ངེས་ པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་འདི་ནི་འདི་ཁོ་  
 ན་ རྟོགས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཤེས་བྱེད་རྣམས་པའི་ངེས་  
 པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། ཡོད་པ་དང་མེད་པ་དག་གིས་དེར་འབྲེལ་བ་

ཡང་འབྲས་བུ་ཉིད་ལས་མ་འདས་ཏེ། གཞན་དག་ལ་ཡང་དེའི་  
 མཚན་ཉིད་ནི་དེ་ཙམ་དུ་བད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལས་འདས་ནས་  
 ནི་ངེས་པ་ཉིད་མི་ འཐད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱས་པ་ཡང་དོན་  
 གཞན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དེ་ཉིད་རང་གི་ངོ་བོས་ངེས་པ་ཡིན་  
 བོ། །དོན་གཞན་ཉིད་ཡིན་ན་ནི་དེ་ལས་དོན་རྣམས་ལ་ཤེས་པ་  
 རྒྱུ་བའི་ཕྱིར་སྤྲོ་ནི་རྫོད་ བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ཏེ།  
 དེའི་ཞེས་འབྲེལ་པ་ཡང་མི་འགྱུར་ བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་  
 རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་འགའ་ཞིག་ཏུ་ངེས་པའི་རང་བཞིན་དེ་  
 ཐམས་ཅད་ནི་རང་ གི་རྒྱུའི་ངོ་བོ་ཉིད་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པས་  
 ངེས་པར་བྱེད་པ་བསྐྱེད་པ་ཉིད་དུ་གསལ་ བར་བྱེད་དོ། །གལ་  
 ཏེ་མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་ཉིད་ཀྱིས་སྤྲོ་ལས་དོན་རྟོགས་པ་ནི་མ་  
 ཡིན་ གྱི། འོན་ཀྱང་སྒྲོན་མས་གཟུགས་བཞིན་དུ་རུང་བ་ཉིད་

གྱིས་ཡིན་ཏེ། དེས་ན་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་སྤྱིར་རྟོགས་པར་མི་  
 འགྱུར་རོ། །ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲིན་འདི་མེད་དོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ།  
 གཟུགས་ལ་སྒྲིན་མ་བཞིན་དུ་རང་གི་ངོ་བོ་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་  
 མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །སྤྱོད་རྟོགས་དག་ནི་དེ་ཡོད་པ་དང་  
 མེད་པ་ལ་མཐོང་བ་དང་མ་མཐོང་བ་དྲན་པ་ལ་སྟོས་ ནས་རང་  
 གི་ཡུལ་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། མ་མཐོང་བ་དང་རྗེད་པ་  
 དག་གིས་རྟོགས་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་དང་། ཐེ་ཆོམ་བ་བ་དང་  
 མང་པོ་དག་ལ་མཐོང་བ་ལ་ནི་ཐེ་ཆོམ་དུ་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་དང་།  
 གཅིག་ལ་མཐོང་བ་ལ་མེད་པའི་སྤྱིར་དང་། ཡང་མཐོང་ན་  
 འགྱུར་བའི་སྤྱིར་རོ། །ཁྱད་པར་གཞན་ལ་མཐོང་ན་ནམ་པ་  
 གཞན་དུ་སྒྱུར་ཡང་ལོག་པར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་དང་། མཐོང་བ་  
 གཞན་དུ་གྱུར་ ན་དོན་གཞན་ཡོངས་སུ་འཇིན་པའི་སྤྱིར་ན་

མཐོང་བ་རི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་ ཉེ། ཀ་ལི་དང་མ་  
 རི་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲ་དག་ལ་འགོ་ཕྱིང་བ་དང་།  
 ཡུལ་དབུས་པ་དག་གིས་བསྟོ་]?) བ་དང་། ཏུས་ཀྱི་བྱང་པར་  
 དང་། ཆར་འབབ་པ་དང་། གསོད་ པ་ལ་སོགས་དག་ཏུ་  
 རྟོགས་པ་བཞིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་འདི་དག་མཐོང་བ་དང་མ་  
 མཐོང་བ་ལ་ལྟོས་པ་ན། རྟགས་བཞིན་དུ་དེའི་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པ་  
 ཅན་མི་འབྱུལ་བ་ཉིད་རྟོགས་པ་ལ་བརྟེན་པ་ ཡིན་ནོ། །ཉེ་བར་  
 བསྟན་པ་མེད་ན་ནི་མི་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་དང་། ཉེ་བར་ བསྟན་  
 ན་ནི་སྒྲ་རྣམས་དོན་ལ་བཀག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་  
 དེ་ལྟར་སྒྲེས་བྱའི་འདོད་པའི་རང་དབང་ཉིད་ཀྱིས་རྣམ་པར་  
 གནས་པ་སེལ་ བ་ཡིན་ནོ། །རྩོད་པ་འདི་རྒྱས་པར་ནི་ཁོ་བོས་  
 ཚད་མ་རྣམ་འགྲེལ་དུ་བཀག་པའི་ཕྱིར་འདིར་མི་

སྒྲོའོ། །བདག་ཉིད་ཆགས་སོགས་ལྟན་པའམ། །གཞན་ལས་  
 རིག་བྱེད་དོན་རིག་མིན། །རིག་བྱེད་རིག་པར་བྱེད་མིན་  
 བ། །རིག་བྱེད་དོན་ནི་གང་ལས་ཉོགས། །དེས་ན་མཐོ་རིས་  
 འདོད་མེ་ལ། །སྒྲིན་སྒྲེག་སྒྲིན་ཞེས་ཐོས་པ་ན། །ཁྱི་ལ་བོ་ཞེས་  
 བྱ་བ་འདི། །དོན་མིན་ཞེས་འདིར་ཚད་མ་གང་། །འཇིག་ ཉེན་  
 ཆོག་གྲགས་ཞེ་ན་འདིར། །དབང་པོ་ལས་འདས་དོན་མཐོང་  
 གང་། །སྒྲ་ཆོགས་དོན་ཅན་སྒྲ་རྣམས་ལ། །གང་གིས་དོན་འདི་  
 རྣམ་འབྱེད་རུས། །མཐོ་རིས་ལྟ་མོ་ལ་སོགས་སྒྲ། །གྲགས་པ་  
 མ་ཡིན་དོན་བརྗོད་མཐོང་། །དེ་འབྲེེ་སྒྲ་གཞན་དག་ལ་  
 བོ། །དེ་འབྲེེ་རྣམ་ཉོག་ཉིད་ ཏུ་འགྱུར། །དོན་དང་ལྟན་བར་མ་  
 གྲུབ་པ། །དེ་རབ་འགྲུབ་པའི་སྒྲུབ་བྱེད་ལ། །རང་དོན་མ་གྲུབ་  
 རུས་མེད་དེ། །བཀྲལ་ཞིང་བརྟགས་པ་མཚུངས་སྤྱིར་

རོ། །གྲགས་པའང་མི་ཡི་བརྗོད་པ་ཡིན། །དེ་ནི་ཚད་མར་མི་  
 འདོད་དང་། །དེ་ལས་དོན་ཡང་རྟོགས་བྱེད་པའི། །སྤང་འདོད་  
 འདི་ནི་ ཅི་ཞིག་ཡིན། །གལ་ཏེ་གྲགས་པ་ལས་བཞུལ་  
 བར། །རྟོག་ལ་རྒྱ་ཅི་ཡོད་ཅེ་ན། །རབ་གྲགས་ཚད་མ་ཉིད་མིན་  
 བྱིར། །དེར་འཛིན་པ་ལ་རྒྱ་ཅི་ཡོད། །གྲགས་པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱོད་དོན་  
 བྱི། །ངེས་ལ་དོགས་སྤྱོད་བྱེད་པ་དེ། །གང་བྱིར་དེ་ལ་སྤྱོད་  
 ཆོགས་ཀྱི། །དོན་ལ་སྤྱོད་འདུག་མཐོང་བྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་  
 འཛིག་ཏེན་པ་གང་ལ། །རིགས་པས་གཞོད་མེད་དེ་བཟུང་  
 བ། །རིགས་ལས་གཞོད་པ་ཡོད་མིན་པའི། །རྒྱུད་གི་བྱ་དེ་ཅིས་  
 མི་འཛིན། །དབང་པོ་འདས་ལ་ལུང་དོན་ཀྱི། །ཏེན་ཅན་ལས་  
 གཞན་རིགས་པ་མེད། །དེ་ཡི་དོན་ཡང་གནས་མེད་  
 བྱིར། །འདི་ལ་རིགས་པ་སྤིང་མ་ཡིན། །རྣམ་གཞན་མི་སྤིང་



མེད་པའི་བྱིར། །རང་ཉིད་སྣ་ཆོག་གས་རྒྱས་ཅན་སྐྱས། །ངེས་  
 བྱེད་མཐོང་བ་མེད་པ་རྣམས། །གཏོན་མི་བ་བར་ཐེ་ཆོམ་  
 འགྱུར། །འགའ་ཞིག་ལམ་ནི་འདི་ཡིན་ཞེས། །སྒྲོམ་དུམ་འདི་  
 སྐྱ་ཞེས་ཟེར་དང་། །གཞན་དག་བདག་ཉིད་སྐྱ་དེ་ལྟར། །དེ་  
 གཉིས་བྱེ་བྲག་བརྟགས་ བར་བྱིས། །ཐམས་ཅད་ལ་རུང་དོན་  
 གཅིག་གི། །གསལ་བྱེད་ངེས་པ་གང་ལ་ཡིན། །བརྗོད་འདོད་  
 རྗོད་བྱེད་མ་གཏོགས་པས། །གང་གིས་དབང་པོ་ལས་འདས་  
 ཞེས། །བརྗོད་འདོད་ངེས་པའི་རྒྱ་ཡིན་ཞིང་། །བར་ནི་དེ་ཡི་  
 གསལ་བྱེད་ཡིན། །དེ་ནི་སྐྱེ་མིན་ལ་མེད་ན། །དེ་དོན་གཅིག་  
 ཅན་དེ་ གང་ལས། །ངོ་བོ་ཉིད་བྱིས་ངེས་ན་དེས། །གཞན་དུ་  
 སྐྱོར་བའང་མེད་འགྱུར་ཞིང་། །བར་ཡང་དོན་མེད་འགྱུར་བ་  
 ཡིན། །གསལ་ནའང་ངེས་པ་གང་ལས་ཡིན། །གང་ལ་འདོད་

བས་རང་རྒྱད་པ། །དེ་ལས་ངས་བ་ཞེས་བྱ་གང་། །དེས་ན་  
 འདི་ལ་མི་འདོད་པའི། །རུང་བ་ཉིད་ཀྱང་ གསལ་བྱེད་  
 འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་དག་  
 གོ། །སྟོགས་གཅིག་ལ་མི་སྦྱ་བས་ཀྱང་ལུང་གི་མཆན་ཉིད་  
 སྒྲུའོ། །མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་ལ་མ་མཐོང་བ་ཅམ་གྱིས་མི་  
 འཁྱལ་བ་མི་འགྱུབ་པའི་སྤྱིར་དེའི་ རོན་ནི་མ་ངས་བ་ཉིད་  
 རོ། །གལ་ཏེ་སྦྱང་བའི་ཤུགས་ཉིད་སྒྲ་ཐམས་ཅད་ནི་རོན་དང་  
 འབྲེལ་བར་གྱུབ་པ་ཡིན་ཏེ། ཡུལ་མེད་ན་མི་སྦྱར་བའི་སྤྱིར་རོ་  
 ཞེ་ན། དེ་ལྟར་རིགས་མེད་ཀྱི། རོན་ཀྱང་དེ་ལྟ་བུ་ཉིད་རབ་ཏུ་  
 འགྱུབ་ཀྱང་འདོད་པ་འདོགས་པ་མེད་པས་འཇིག་རྟེན་ན་  
 གཞན་དུ་ཐ་སྦྱད་བྱེད་པ་མཐོང་ བའི་སྤྱིར་ཐེ་ཆོམ་བ་བ་ཉིད་  
 རོ། །དེའི་སྤྱིར་ལུང་ལོག་ཀྱང་རོན་མེད་པར་རྟོགས་པ་མ་ཡིན་

བོ། །མངོན་སུམ་ལོག་པའི་མི་དམིགས་པ་ཉིད་དངོས་པོ་མེད་  
 པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། དོན་ཡོད་ན་རྒྱ་མ་ཚད་བ་མེད་པ་  
 དེ་མེད་པ་མི་སྲིད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལ་ཚུ་རོལ་མཐོང་ བ་  
 བདག་ཉིད་ཀྱི་མངོན་སུམ་ལོག་པ་ཚད་མར་བྱེད་པ་ནི། དེས་  
 གཟུང་བར་འོས་པ་ཉིད་དགག་པར་རིགས་ཀྱི་ཐམས་ཅད་ནི་དེ་  
 ལྟ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ ཐམས་ཅད་འགོག་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འཇུག་  
 པ་སྒྲོ་སྒྲོན་ཅན་ཉིད་སྤྱིར། །དེ་ནི་མེ་འཇུག་འབྲས་ཅན་  
 འདོད། །བསྐྱལ་བའི་ཡུལ་ལ་མངོན་ སུམ་དང་རྗེས་སུ་དཔག་  
 པ་མེད་པ་དེ་ནི་ཡོད་པའི་ཤེས་པ་དང་། སྐྱ་དང་། ཐ་སྙད་  
 འགོག་པའི་འབྲས་བུ་ཅན་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ནི་དམིགས་པ་སྒྲོན་  
 དུ་འགྲོ་བ་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །གཞན་ནི་འཇུག་པའི་འབྲས་  
 ཅན་ཏེ། །དེ་ནི་རྒྱ་མཚན་མཐོང་སྤྱིར་རོ། །མི་ དམིགས་པ་སྐྱ་

མ་ནི་མེད་པའི་ཤེས་པ་དང་སྒྲ་དང་ཐ་སྙད་འཇུག་པའི་འབྲས་བུ་  
 ཅན་ཡང་ ཡིན་ཏེ། ཡུལ་རབ་ཏུ་བསྟན་པས་རབ་ཏུ་བྱུང་པའི་  
 ཐ་སྙད་བསྒྲུབ་པའི་སྤྱིར་རོ། །མི་དམིགས་པ་འདི་གཉིས་ནི།  
 རང་སྟོན་པའི་རྒྱ་མེད་པ་དང་། ཡོད་པ་དག་གིས་ཡོད་པའི་ཐ་  
 སྙད་ དགག་པའི་འབྲས་བུ་ཅན་ཉིད་དུ་ནི་འདྲ་སྟེ། གཅིག་ལ་ཐེ་  
 ཆོས་བྱ་བའི་སྤྱིར་ལ། གཞན་ལ་ནི་ལོག་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལ་  
 གཉིས་པ་ནི་ཡོད་པའི་ཐ་སྙད་དགག་པ་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་  
 སྤྱིར་ཚད་མར་བཞག་གི། སྟོན་པ་མཐོང་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཉེ་  
 བར་སྦྱར་བ་ནི་མ་ཡིན་ ཏེ། །ཐེ་ཆོས་བྱ་བའི་སྤྱིར་ཏེ། ཤེས་  
 བར་བྱེད་པའི་ཡན་ལག་མ་ངེས་པ་ལས་ནི་མ་རྟོགས་པའི་སྤྱིར་  
 རོ། །དང་པོ་ནི་དེ་ལ་ཚད་མ་ཡིན་ཏེ། ངེས་པའི་འབྲས་བུ་ཅན་  
 ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ཡོད་ཅུང་དང་རྗེས་འབྲེལ་ཅན། །བདག་

ཉིད་གཏན་ཆོག་ས་རང་བཞིན་ཡིན། ། འདི་ལྟར་དོན་གྱི་དེའི་  
 བདག་ཉིད་ནི་དེ་ཙམ་དང་ རྗེས་སྤྱ་འབྲེལ་པ་ཅན་ཁོ་ན་ཡིན་གྱི།  
 གཞན་ལ་རག་ལས་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡོད་ན་ཡོད་པར་མ་  
 གྱུར་པ་སྤྱིས་འབྱུང་བ་ནི་དེའི་བདག་ཉིད་དུ་འགལ་བའི་སྤྱིར་  
 རོ། ། རྒྱ་ནམས་ཀྱང་འབྲས་བུ་ལ་འཁྱུལ་པའི་སྤྱིར་རོ། ། དེའི་  
 སྤྱིར་དེ་ཡོད་པ་ཙམ་དང་རྗེས་སྤྱ་འབྲེལ་བ་ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་  
 ནི་ཐོ་བར་བྱེད་པ་ ཡིན་ནོ། ། དེ་ཡང་གཏན་ཆོག་ས་ཉིད་དུ་ཉི་  
 བར་འགོད་པ་ན། རྒྱད་པར་སྟོས་དང་དག་པ་སྟེ། ། འཇིག་ལ་  
 འབྲས་དང་ཡོད་ཉིད་བཞིན། ། ཉི་བར་འགོད་པ་ཡིན་ནོ། ། རང་  
 གི་ངོ་བོ་འགྱུར་པར་བྱ་ བའི་སྤྱིར་གཞན་གྱི་བྱེད་པ་ལ་ཉི་བར་  
 སྟོས་པའི་དངོས་པོ་ནི་བྱས་པ་ཡིན་ནོ། ། དེས་ན་བྱས་པའི་སྤྱིར་  
 འདི་ནི་རང་གི་ངོ་བོ་བརྗོད་པ་ཡིན་ཡང་རྒྱད་པར་གཞན་དེ་དག་

འཕེན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །འདིས་ནི་རྒྱུན་གྱི་བྱེ་བྲག་གིས་ཐ་  
 དད་པ་ཉིད་ཅན་ལ་སོགས་པ་ཡང་བཤད་པ་ཡིན་ ནོ། །དེ་ལྟར་  
 ཁ་ཅིག་ཏུ་ནི་ཁྱད་པར་ལ་སྟོས་ནས་རང་བཞིན་གྱི་གཏན་  
 ཆེགས་བརྗོད་ལ། ཁ་ཅིག་ཏུ་ནི་མ་སྟོས་པར་ཏེ། དཔེར་ན་མི་  
 ཏག་པ་ཉིད་ལ་ཡོད་པ་བཞིན་ནོ། །ཁ་ཅིག་ཏུ་ནི་རང་བཞིན་དུ་  
 གྱུར་པའི་ཆོས་ཡོངས་སུ་བཟུང་ནས་ཏེ། དཔེར་ན་དེ་ཉིད་ལས་  
 སྟེས་པ་བཞིན་ནོ། །སྟོགས་འདིས་གཞན་དུ་ཡང་རང་བཞིན་  
 གྱི་གཏན་ཆེགས་གྱི་དབྱེ་བ་བལྟ་བར་བྱའོ། །རང་བཞིན་དེ་  
 ཡང་གལ་ཏེ་རང་གི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ཀྱིས་བྱུང་བ་ཆད་  
 མས་ངེས་པ་ ནི་དེའི་ཆེ་གོ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །བྱུང་བའམ་  
 ཆོས་ཅན་ལ་བརྟེན་ བ་མ་ངེས་ན་དེའི་རང་བཞིན་གྱིས་གོ་བར་  
 བྱ་བ། གོ་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ཏེ། གསལ་བ་ཉིད་

གྱིས་གསལ་བར་བྱེད་པའི་སྒྲོན་མ་ནི་དེའི་རང་བཞིན་མ་  
ཉོགས་ན་རང་གི་ རྟོན་བྱ་བ་མི་བྱེད་དོ། །དེའི་སྤྱིར་ངེས་པ་ཉིད་  
གྱིས་བྱབ་པར་བྱ་བ་ནི་གོ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ ལ། བྱབ་པར་  
བྱེད་པ་ནི་གོ་བར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །བྱབ་པར་བྱེད་པའི་ཆོས་དེ་  
ནི་རང་ལོག་པ་ན་བྱབ་པར་བྱ་བ་དེ་ལྡོག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་  
ནོ། །གལ་ཏེ་འདི་མེད་ན་བྱེད་པ་ཡིན་ན་དེ་ལྟ་ན་འདི་དེའི་བྱབ་  
པར་བྱེད་པ་གྲུབ་པ་ཡིན་ ནོ། །དེའི་སྤྱིར་འདིས་ནི་གཏན་  
ཆོགས་རྣམ་པ་གཉིས་གྱིས་གོ་བར་བྱ་བ་དང་། གོ་བར་བྱེད་པ་  
ཉིད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཀྱང་བཤད་པར་རིག་པར་བྱའོ། །སྦྱར་བའི་  
དབང་གིས་གཏན་ཆོགས་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། ཆོས་མཐུན་པ་  
ཉིད་ཅན་དང་། ཆོས་མི་མཐུན་པ་ཉིད་ཅན་ནོ། །སྦྱར་བའི་ བྱེ་  
བྲག་མ་གཏོགས་པར་འདི་གཉིས་དོན་དུ་ནི་བྱེ་བྲག་ཅི་ཡང་

མེད་དོ། །དེ་མཐོང་བ་ལས་རང་ཉིད་རྟོགས་པ་ན་ཡང་དེ་ལྟར་  
 འགྱུར་བའི་ཕྱིར། རང་གི་དོན་གྱི་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ལ་ཡང་  
 དབྱེ་བ་བསྟན་ཏོ། །ཆོས་མཐུན་པ་ཉིད་ཅན་གྱི་སྦྱོར་བ་ལ་ཡང་  
 དོན་གྱིས་ཆོས་མི་མཐུན་པ་ཉིད་རྟོགས་ཏེ། དེ་མེད་ན་བསྐྱབ་  
 པར་བྱ་བས་གཏན་ཆེགས་གྱི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཆོས་མི་མཐུན་པ་ལ་ཡང་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་  
 རྟོགས་ཏེ། དེ་མེད་ན་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་མེད་པ་ལ་གཏན་  
 ཆེགས་མེད་པར་ཐེ་ཆོམ་བ་བའི་ཕྱིར་རོ། ཞེས་འཆད་པར་  
 འགྱུར་རོ། །གཏན་ཆེགས་དེ་དག་ཀྱང་གང་ཅུང་ཟད་བྱས་པ་  
 དེ་ཐམས་ཅད་ནི་མི་ཏྲག་པ་སྟེ། དཔེར་ན་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་  
 བཞིན་ནོ། །སྤྱི་ཡང་བྱས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྗེས་སུ་འགྲོ་  
 བ་ཅན་ནོ། །འདིར་ཤུགས་གྱིས་སྤྱི་མི་ཏྲག་པའི་ཞེས་འགྱུར་བ་



ཡིན་ཏེ། དེས་ན་ཕྱོགས་ནི་ གདོན་མི་བ་བར་བསྟན་པར་མི་  
 བྱའོ། །ཕྱོག་པ་ཅན་ཡང་མི་རྟག་པ་ཉིད་མེད་ན་བྱས་པ་ཉིད་དུ་  
 འགྱུར་བ་ཡིན་ན་སྒྲ་ནི་བྱས་ པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱའོ། །དེའི་ངོ་  
 བོར་གྱུར་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་བྱས་པ་དེ་མེད་ན་མེད་པ་ཉིད་དང་།  
 སྒྲ་ལ་ཡང་ཡོད་པར་བསྟན་པ་ན་དངོས་པོ་དེའི་བདག་ ཉིད་དུ་  
 ཡོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཤུགས་ཀྱིས་འགྱུར་པའི་སྤྱིར་རྗེས་སུ་  
 དཔག་པར་བྱ་བ་མ་ བརྗོད་དོ། །རྗེས་སུ་འགོ་བ་ཡང་དོན་  
 ཀྱིས་གོ་བས་འགྱུར་སྟེ། འདི་ལྟར་དེའི་བདག་ཉིད་དུ་མ་ངེས་པ་  
 ནི་དེ་ལོག་པས་ཕྱོག་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དེས་ན་ངེས་པ་རབ་  
 ཏུ་བསྐྱབས་ནས་ཕྱོག་པ་ བརྗོད་པར་བྱའོ། །ད་ནི་གང་གིས་དེ་  
 སྐད་དུ་བརྗོད་པར་འགྱུར་བ་བྱས་པ་གདོན་མི་བ་བར་མི་རྟག་  
 པའོ་ ཞེས་ངེ་ལྟར་བཤད་པར་བྱ་ཞེ་ན། འདི་ལྟར་རྒྱ་མེད་སྤྱིར་

ན་འཇིག་པ་ནི། རང་གི་ངོ་བོས་རྗེས་དངོས་པོ་འཇིག་པ་དེའི་ངོ་  
 བོ་རྒྱུ་ལས་སྟོས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རང་གི་རྒྱུ་ཁོ་ན་ ལས་འཇིག་  
 པའི་དང་ཅན་དུ་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་གང་ཅུང་ཟད་  
 བྱས་པ་དེ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་འཇིག་པའི་དང་ཅན་ཡིན་  
 བོ། །རྗེ་ལྟར། སྟོས་དང་བཅས་པའི་ཆོས་རྣམས་ནི། །དེས་  
 པར་འགྱུར་བ་མེད་པར་མཐོང་། །དངོས་པོ་འཇིག་པ་ནི་སྟོས་  
 པ་མེད་པ་ཡིན་ ཏེ། སྟོས་པ་དང་བཅས་པ་ཉིད་ཡིན་ན་བྱམ་པ་  
 ལ་སོགས་པ་འགའ་ཞིག་རྟག་པར་ཡང་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་  
 འཇིག་པ་རྒྱུ་མང་པོ་ཡོད་ཀྱང་དེ་དག་ཀྱང་རང་གི་རྒྱུ་ལ་རག་  
 ལས་ནས་ཉེ་བ་ ཡིན་པའི་སྤྱིར། གདོན་མི་བ་བར་ཉེ་བ་མ་ཡིན་  
 པས་འགའ་ཞིག་མི་འཇིག་པར་ ཡང་འགྱུར་རོ། །རྒྱ་རྣམས་ནི་  
 གདོན་མི་བ་བར་འབྲས་བུ་དང་ལྡན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། མ་ཆང་བ་

དང་གོགས་བྱེད་པ་སྤྱིད་པའི་བྱིར་རོ། །དེས་ན་འབྲས་བུ་  
 གནས་མེད་བྱིར། །འཇིག་པ་རྒྱ་ལྡན་སྤྲོ་ནམས་ཀྱི། །འཇིག་  
 པའི་རྒྱ་ནི་ཐམས་ཅད་དག། །འབྲུལ་པ་ཉིད་དུ་བཤའ་ད་ བ་  
 ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་  
 པའོ། །དེའི་བྱིར་དངོས་པོ་དེའི་ངོ་བོར་འགྱུར་བ་གཞན་ལ་  
 ལྟོས་པ་མེད་པ་དེ་ནི་དེའི་ངོ་ བོར་ངེས་པ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་ཆོགས་  
 པ་ཐ་མས་རང་གི་འབྲེས་བུ་བསྐྱེད་པ་ལ་གོགས་བྱེད་པ་མི་  
 སྤྱིད་པ་བཞིན་ འོ། །གལ་ཏེ་འགའ་ ཞིག་འགའ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་  
 བ་ལ་ལྟོས་པ་མེད་དུ་བྱིན་ཀྱང་། དེའི་ངོ་བོར་མ་ངེས་པ་མ་ཡིན་  
 ནམ། ས་དང་ས་བོན་དང་རྩའི་ཆོགས་པ་དག་ཀྱང་ངེས་འགའ་  
 སུ་གྱ་བསྐྱེད་པའི་བྱིར་རོ་ཞེ་ན་ མ་ཡིན་ཏེ། དེར་ཡང་རྒྱ་  
 ཡོངས་སུ་འགྱུར་བ་ལ་ལྟོས་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་དངོས་པོ་ནི་

འགའ་ལ་ཡང་སྟོས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་ཡང་རྒྱ་ཚོགས་པ་ཐ་  
 མས་འབྲས་བྱ་བ་སྐྱེད་པ་ལ་བར་དུ་ཚོད་པ་མེད་པ་གང་ཡིན་པ་  
 དེ་ནི་འབྲས་བྱ་དང་ལྡན་པ་ཉིད་དོ། །དེ་ལ་སྤྱ་གུའི་རྒྱ་ནི་དེ་ཉིད་  
 ཡིན་ལ། ཡོངས་སུ་འགྱུར་བ་སྤྲ་མ་དག་ནི་དེའི་དོན་དུ་ཡིན་  
 ནོ། །དེར་ནི་དེ་ལ་ གོགས་བྱེད་པར་རྒྱས་པ་འགའ་ཡང་ཡོད་  
 པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་མང་དུ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །གལ་ཏེ་ནས་ཀྱི་  
 ས་བོན་ལ་སོགས་པ་ཡང་སྤྱ་ལུའི་སྤྱ་གུ་བ་སྐྱེད་པར་བྱ་བ་ལ་  
 སྟོས་པ་ མེད་པ་མ་ཡིན་ནམ། དེ་སྐྱེད་པའི་རྒྱུ་དག་ནི་རེས་  
 འགའ་དེ་ལ་ཡང་ཉེ་བའི་བྱུར་རོ་ཞེ་ན། ཇི་ལྟར་སྟོས་པ་མེད་པ་  
 ཡིན་ཏེ། གང་གི་བྱུར་དེ་དག་ལ་ནི་སྤྱ་ལུའི་ས་བོན་གྱི་དེ་སྐྱེད་  
 པར་བྱེད་པའི་རང་གི་ངོ་ བོ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་མེད་པའི་རང་  
 གི་ངོ་བོ་ལ་སྟོས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ནི་འོ་ན་བྱས་པའམ་ཡོད་

བ་འགའ་ཞིག་ལ་ཡང་འཇིག་པའི་རང་གི་ངོ་བོ་གང་ཡིན་པ་དེ་  
 ཉིད་མེད་པས་དེའི་རང་གི་ངོ་བོ་ལ་སྟོས་པའི་སྤྱིར་ན། འཇིག་  
 བ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། སྤྱི་ལུ་འཇིག་པའི་སྟོགས་པའི་རང་གི་ངོ་  
 བོ་ཡང་རང་རང་གི་རྒྱ་ལས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། གང་ཞིག་དེའི་རྒྱ་  
 ཅན་མ་ཡིན་པ་དེ་ནི་དེའི་རང་བཞིན་དུ་མི་འགྱུར་རོ། །རྒྱའི་  
 རྒྱས་པ་ངེས་པ་དེ་ ཡང་རང་གི་ངོ་བོས་རྟོག་པ་ཉིད་དོ། །དོན་  
 རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ངེས་པ་ཡང་སྟོ་བྱར་བར་ནི་མི་རིགས་ཏེ།  
 སྟོས་པ་མེད་པ་ནི་ཡུལ་དང་དུས་དང་རྣམས་ངེས་པར་མི་འཐད་  
 པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་འདི་ལ་ཡང་གང་གིས་འདི་དག་  
 འགའ་ཞིག་འཇིག་པའི་བདག་ཉིད་དུ་སྟེ་བར་ འགྱུར་ བ་ངེས་  
 པའི་རྒྱ་འགའ་ཞིག་བརྗོད་དགོས་སོ། །འདིར་ངེས་པར་བྱེད་  
 པའི་རང་བཞིན་ནི་འགའ་ཡང་མེད་དོ། །སྟེ་བ་ཅན་ཐམས་ཅད་

བེ་འཇིག་པ་དང་ལྡན་པར་བྱལ་བའི་སྤྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་སྐྱེ་བ་  
 ཅན་གྱི་རང་བཞིན་འཇིག་པ་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེའི་སྐྱེ་  
 བ་ནི་འཇིག་པ་དང་ ལྡན་པའི་རང་བཞིན་གྱི་རྒྱ་མ་ཡིན་ལ། རྒྱ་  
 མེད་པ་ལ་ཡང་རང་བཞིན་ངེས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་  
 སྤྱིར་འདི་ལ་རྒྱུའི་རང་བཞིན་གྱི་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་འགའ་ཡང་  
 མེད་ལ་དེ་མེད་ བའི་སྤྱིར་འབྲས་བུ་ལ་ཡང་མེད་པས་མི་  
 མཚུངས་སོ། །གལ་ཏེ་ཆོག་གས་པ་ལས་སྐྱེ་བ་ཐམས་ཅད་ནི་  
 འཇིག་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡང་ངེས་པ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ།  
 དེ་དག་ལ་ནི་མ་ལུས་པར་མཐོང་བ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །འདི་  
 ལྟར་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་ཆོག་གས་པ་ནི་རྣམས་པ་སྣ་ཆོག་གས་པར་  
 མཐོང་སྟེ། དེ་ལ་འགའ་ཞིག་མི་འཇིག་པའི་བདག་ཉིད་དུ་  
 བསྐྱེད་པ་གང་ཡིན་པར་ཡང་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ།

དངོས་པོའི་མཚན་ཉིད་ནི་དོན་བྱེད་རྒྱས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཏེ།  
 རྒྱས་པ་བརྗོད་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་ནི་ཉེ་བར་བརྗོད་པ་  
 མེད་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་ནི་མཐའི་སྐད་ཅིག་ཉེ་བར་  
 བརྗོད་པ་མེད་པར་ཐལ་ལོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། སེམས་ཅན་དུ་  
 བགྲང་བའི་སྐད་ཅིག་གཞན་ ཉེ་བར་ལེན་པ་མེད་པ་ནི་མཐའི་  
 མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་ སྤྱིར་རོ། །དེ་ཡང་ཐ་ན་ཤེས་བྱ་ལ་བྱབ་  
 པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་ནི་གཟུགས་མེད་པའི་ཁམས་སུ་ཡང་རྒྱས་པ་  
 ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཁམས་གཞན་དུ་ནི་དུ་མ་ལ་པན་འདོགས་པར་  
 འགྱུར་རོ། །སྤྱི་མ་པ་མེད་ན་མི་རྒྱས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། མ་  
 ཡིན་ཏེ། སྤྱི་མ་པ་མེད་པ་ མི་སྤྱིད་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཆོས་གཅིག་  
 ཡོངས་སུ་མ་ཤེས་ན་གཞན་གྱི་དོན་ལ་འཇུག་པ་ན་བྱ་བ་དང་  
 བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་ མི་རྟོགས་པར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་རོ། །ཐམས་

ཅད་དུ་ཐེ་ཆོམ་སྐྱེ་བའི་སྤྱིར་ཏེ། འགའ་ཞིག་ཏུ་ངེ་ཞིག་ལྟར་ཉེ་  
 བར་མཁོ་བའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་མ་ཤེས་ན་དེའི་ཡན་ལག་མ་ཆང་  
 བས་ ན་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་མ་ཆང་བ་མེད་པ་མི་འཐད་པའི་སྤྱིར་  
 རོ། །ཐ་མ་རྒྱས་པ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ཏེ། འགའ་ཞིག་  
 བྱེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །མི་བྱེད་ཀྱང་རྒྱུན་དང་བྲལ་བས་ཡིན་གྱི།  
 མ་བྲལ་ན་ནི་བྱེད་པ་ཉིད་དོ། །སྐྱད་ཅིག་མ་མ་ཡིན་པ་ནི་དེ་  
 ལྟར་མ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མི་སྤྱིད་པའི་ སྤྱིར་  
 རོ། །སྐྱད་ཅིག་མ་མ་ཡིན་པ་དེ་ནི་དོན་བྱེད་པར་སྤྱིད་པ་མ་  
 ཡིན་ཏེ། དེས་དང་ཅིག་ཅར་འགལ་བའི་སྤྱིར་རོ། །དེས་གྱིས་  
 ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ལྟོས་པ་མེད་པར་རང་ཡོད་ཅུ་མ་གྱིས་བྱེད་པ་  
 གོར་གྱུར་པ་ནི་སྤྱོད་པར་མི་རིགས་པའི་ སྤྱིར་རོ། །སྤྱར་བྱེད་  
 པ་པོ་མ་ཡིན་པ་ནི་སྤྱིས་ཀྱང་མི་འགྱུར་ཏེ། རང་གི་ངོ་བོ་



འགྱུར་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྟོས་པ་ཡིན་ན་ཡང་བཤའ་བའི་ཐེན་  
 ཏོ། །ཅིག་ཅར་བྱེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་རང་གི་ངོ་བོ་ནི་  
 ཕྱིས་ཀྱང་མི་བྱེད་པར་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་རྒྱས་པ་  
 ཐམས་ཅད་སྟོག་པ་དེ་ནི་ཡོད་པའི་མཆན་ཉིད་ལས་འདས་པ་  
 ཡིན་ནོ། །དོན་བྱེད་རྒྱས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་འདིར་ དོན་དམ་  
 ཡོད་པ་ཡིན། དེ་ལ་རིམ་དང་རིམ་མ་ཡིན། །འགལ་ཕྱིར་སྐད་  
 ཅིག་མ་ཡིན་མེད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་བསྐྱུ་བའི་ཆོག་ས་སྟུ་བཅད་  
 པའོ། །ཡང་ན་སྤང་པོ་དང་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་  
 ཀྱི་བྱས་པ་མི་ཏྲག་པ་ཉིད་དུ་ སྐྱབ་པའི་ཕྱིར་སྐྱོན་མེད་  
 ཏོ། །དེའི་རང་བཞིན་མ་ཡིན་པ་ལ་ནི་ཆད་མ་མེད་པས་མི་  
 འགྱུར་པའི་ ཕྱིར་རྗེས་སྟུ་འགོ་བ་སྐྱབ་པ་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །ཁོ་བོ་ཅག་གིས་བྱས་པ་ནི་དེ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། རི་སྐད་དུ་

ཆོས་མངོན་པ་ལས་འདུས་བྱས་གང་ཞེ་ན། སྤང་པོ་ལྷའོ་ཞེས་  
 གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་དབང་པོ་ལྷ་ནི་འཕོ་བའི་རང་  
 བཞིན་ཅན་ཡིན་ཏེ། དེའི་འབྲས་བུ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམ་པར་  
 ཆད་པ་དང་རྣམ་པར་འགྱུར་བ་མཐོང་བའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་དག་གི་  
 རང་བཞིན་དེ་ཉིད་ཡིན་ན་ནི་དེ་མི་འཐད་པའི་སྤྱིར་དང་། ལྷོས་  
 པ་ཡང་འགལ་བའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཡུལ་དང་། བདེ་བ་  
 དང་སྤྱལ་བསྐྱེད་པ་དང་། མཚན་མ་ཉེ་བར་རྟོགས་པ་དང་།  
 འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་དང་། ཡུལ་ལ་ཉེ་བར་དམིགས་པ་  
 ནི་སྐྱེ་བ་དང་འགག་པར་སོ་སོར་རིག་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་  
 མི་རྟག་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུའི་རང་བཞིན་ཅན་དེ་དག་ནི་རང་  
 གི་རྒྱུའི་རང་བཞིན་དེ་ལྟ་བུའི་ངོ་བོར་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་  
 ལ། རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་སྐྱེ་བ་ཅན་གཞན་དག་གྲང་རང་གི་ངོ་བོ་

དེ་ལ་སྒྲུབ་བ་བྱེད་བ་ ཡིན་ནོ། །འདིས་ནི་ཁམས་ དང་སྐྱེ་  
 མཆེད་ཀྱང་བཤམ་བ་ཡིན་ཏེ། ཚེས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་དང་། ཁམས་  
 ཀྱང་སྤང་པོ་གསུམ་གྱི་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་འགལ་བ་  
 མེད་དོ། །འདིས་ནི་ཡོད་བ་ཡང་བཤམ་བ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་ད་ནི་  
 འཇིག་བ་སྟོས་བ་མེད་བ་ལ་རྒྱས་བ་ཅི་ཞིག་ཡོད་དེ། གང་གི་  
 སྤྱིར་སྤང་པོ་ལ་སོགས་བ་དག་ནི་གཏན་ཆེགས་བ་གཞན་ཁོ་  
 ནས་མི་ཏྲག་པར་གྲུབ་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེ་ན། འགའ་ཞིག་མི་ཏྲག་  
 པར་གྲུབ་ཀྱང་རྣམ་བ་དེ་སྟ་བུ་དག་དེས་བྱབ་བ་ནི་སྟོས་བ་མེད་  
 བ་ ལས་ཡིན་ནོ། །འཇིག་བ་ལ་རྒྱ་ཡོད་བ་ཉིད་ཡིན་ན་ནི་  
 འགའ་ཞིག་བ་ནི་གཞན་ལ་སྟོས་བ་མེད་པར་རྒྱ་ བ་རྒྱ་ལྟར་  
 འགྱུར་ཞེ་ན། སྐྱེས་བ་དེའི་ངོ་བོ་གཞན་ལ་མ་ཆང་བས་མི་  
 འཇིག་པར་ བ་མེད་བ་ཉིད་འདིས་ནི་འཇིག་བ་འགའ་ཞིག་ལ་

འགའ་ཞིག་གི་ཆེ་འགྱུར་བ་འགའ་བས་ན་དེ་ མེད་པའི་རང་གི་  
 རོ་བོ་ཉིད་དུ་སྐྱབ་པར་བྱེད་དོ། །སྟོས་པ་མེད་པའི་རང་བཞིན་  
 གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་གལ་ཏེ་རེས་འགའམ་འགའ་ཞིག་ལ་འགྱུར་  
 ན་ ནི་དུས་དང་རྣམ་དེ་ལ་སྟོས་པའི་སྒྱུར་སྟོས་པ་མེད་པ་ཉིད་  
 དུ་མི་འགྱུར་ རོ། །འོ་ན་ནི་འཇིག་པའི་རང་གི་རོ་བོ་དེ་སྟོས་པ་  
 མེད་པའི་སྒྱུར་རྒྱ་མེད་པ་ཅན་དུ་ འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། རྒྱ་མེད་པ་  
 ཅན་དུ་མི་འགྱུར་རོ། །ཡོད་པའི་རྒྱའི་དངོས་པོ་ཉིད་ལས་དེ་  
 ལྟར་སྐྱེ་བའི་སྒྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་ཡོད་པ་ནི་གདོན་མི་བྱ་བར་  
 འགའ་ཞིག་ལས་འགྱུར་བ་མ་ གྱུན་ལོ་ཞེ་ན། འོ་ན་ནི་ཡོད་པ་སྟོ་  
 བྱར་བ་ཡིན་པའི་སྒྱུར་འདི་འགའ་ཞིག་གི་ཆེ་སྟོག་པར་མི་  
 འགྱུར་ རོ། །གང་འགའ་ཞིག་ལ་ཉེ་བར་བརྟེན་པའམ་མ་ཡིན་  
 པ་དེ་གང་ལ་རྩུང་བད་འབྲེལ་པའམ་མ་ཡིན་ཏེ། གལ་ཏེ་ཡོད་

བ་འདི་འབྲེལ་བ་མ་ཡིན་ན་ནི། དེས་བ་དང་ལྡན་པར་མི་འགྱུར་  
 རོ། །དེའི་ཕྱིར་འདི་ནི་ འགའ་ཡང་སྒོ་བྱར་བ་མ་ཡིན་ནོ། །འོ་  
 ན་ད་ནི་འཇིག་པ་རྒྱ་མེད་པར་ངི་སྟར་འགྱུར་ཞེ་ན། སྐྱེས་པ་  
 དེའི་ངོ་བོ་གཞན་ལ་མི་སྟོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་འཇིག་  
 བ་ཞེས་བྱ་བ་དངོས་པོ་ལས་གཞན་དུ་གྱུར་བ་ནི་འགའ་ཡང་  
 མེད་ཀྱི། དངོས་པོ་ཉིད་འཇིག་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་སྐད་ཅིག་  
 མར་གནས་པར་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་པ་ རྣམས་ཀྱིས་  
 འདིའི་རང་བཞིན་དེ་ཕྱིས་དེས་པར་འགྱུར་གྱི་སྟར་ནི་མ་ཡིན་  
 ཏེ། མཐོང་ཡང་གསལ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་ཕྱིས་དེའི་  
 དབང་གིས་རྣམ་པར་འཇོག་སྟེ། མི་ཤེས་པ་རྣམ་པར་འགྱུར་བ་  
 མཐོང་བས་དུག་ཏུ་རྣམ་པར་འཇོག་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་བས་ན་  
 འཇིག་པ་འདི་ནི་ཡོད་པ་མ་གཏོགས་པར་གཞན་འགའ་ ཞིག་

ལ་སྟོས་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་དེ་ལ་བྱབ་པ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ངེ་ལྟར་  
ན་འཇིག་པ་སྟོས་པ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་རྟོགས་པར་བྱ་ཞེ་  
ན། དེ་རྒྱ་རྒྱས་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་ཡང་། ཡང་གི་སྤྱས་ནི་དངོས་  
པོ་མེད་པ་བྱེད་པའི་བྱ་བ་བཀག་པའི་ཡང་སྤྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་  
བའོ། །ངེ་ལྟར་རྒྱས་པ་མེད་ཅེ་ན། དངོས་པོ་བྱབ་ན་ནི་དེ་རྒྱས་  
བྱེད་པ་ མ་ཡིན་ནོ། །གཞན་བྱེད་ན་དེ་ལ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་བྱས་པ་  
མེད་དོ། །དེས་ན་འཇིག་པར་བྱེད་པས་གཞན་བྱེད་པ་ནི་མ་  
ཡིན་ནོ། །དེས་ན་འདི་དེ་དང་དེ་མ་ཡིན་པའི་རང་བཞིན་མི་  
བྱེད་པས་ན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་བྱེད་པ་ ནི་སྟོས་པར་བྱ་བ་མ་  
ཡིན་ནོ། །ངེ་ལྟར་བྱ་བ་འགོག་ཅེ་ན། འདི་ལྟར་འཇིག་པ་ཞེས་  
བྱ་བ་ནི་དངོས་པོ་ མེད་པར་གྱུར་པ་ཡིན་པར་སེམས་ཏེ། དེས་  
ན་འཇིག་པའི་རྒྱ་འདི་ནི་མེད་པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་བྱ་བར་

འགྱུར་རོ། །དེ་ལ་གལ་ཏེ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ངོ་བོ་འགའ་ཞིག་  
 འབྲས་བུར་འགྱུར་ན་ནི་དེ་ཉིད་ དངོས་པོ་ཡིན་པས་དངོས་པོ་  
 མེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ན་མེད་པ་བྱེད་དོ་ཞེས་པ་ནི་  
 དངོས་པོ་མི་བྱེད་ དོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་པས་བྱ་བ་དགག་པར་  
 བྱས་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟ་ན་ཡང་ཅུང་ཟད་མི་བྱེད་པ་འདི་  
 ལྟོས་པར་བྱ་བར་ངེ་ལྟར་འགྱུར་ཏེ། དེས་ན་དངོས་པོ་འཇིག་པ་  
 བྱི་གཞན་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པར་གྱུབ་སོ། །དེའི་ཕྱིར། གང་ལ་  
 འགྱུར་བ་གྱུབ་པ་དེ། །ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་འགྱུར་དེ་ལས། །གཞན་  
 ལའང་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་ འགྱུར། །འགའ་ཞིག་ལ་འགྱུར་བ་མཐོང་  
 བ་འདི་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། ལྟོས་པ་མེད་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཞན་ལ་ཡང་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་འགྱུར་བ་  
 ཡིན་ཏེ། བྱེད་པར་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་རང་བཞིན་

གྱི་གཏན་ཆེགས་གཞན་དག་ཀྱང་བདག་ཉིད་རི་ལྟ་བུའི་ཚད་མ་  
 དག་གིས་དེ་ཙམ་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་བྱུང་བ་ཁོ་ནའི་བསྐྱུབ་  
 བྱ་གོ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །དངོས་པོའི་དེ་  
 ཙམ་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བའི་རང་བཞིན་གང་ཡིན་པ་ནི་དེ་ཉིད་  
 ལ་མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་ངེས་པ་ཡིན་ཏེ། དངོས་པོ་ཙམ་དང་  
 རྗེས་སུ་འབྲེལ་བའི་རང་བཞིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་ཉིད་རང་གི་  
 དངོས་སུ་ཡོད་པ་ཡིན་ན། དེས་ཡང་བདག་ཉིད་བོར་ནས་རི་  
 ལྟར་ཡོད་པར་འགྱུར། དོན་གཞན་ཏོགས་པར་བྱ་བ་ལ་ནི་  
 འབྲས་བུ་གཏན་ཆེགས་ཡིན་ཏེ། འཁྲུལ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །དེ་ལས་སྐྱེས་པ་མ་ཡིན་པ་ནི་མི་འཁྲུལ་བ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 རག་མ་ལས་པའི་ངོ་བོ་རྣམས་ནི་ལྟན་ཅིག་འབྱུང་བར་ངེས་པ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་དོན་གཞན་གཏན་ཆེགས་ཡིན་ན་



འོ་ན་དེ་དེའི་ཆོས་སུ་རི་ལྟར་འགྱུར་ཞེ་ན། དེ་ལ་བརྟེན་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །རི་ལྟར་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་པོ་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་  
 ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་རྟེན་མི་འགྱུར་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །གལ་ཏེ་དུ་བའི་རྟེན་ནི་ས་སྟོགས་ཡིན་ལ། རྒྱ་ནི་མེ་མ་  
 ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་ཡང་དུ་བའམ། དེའི་རྒྱ་རྣམས་ཀྱི་གཞི་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་རྒྱ་ཉིད་དོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལས་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར་འབྲས་བུ་  
 གོ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ན་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ གོ་བར་བྱེད་པའི་  
 དངོས་པོ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་དང་  
 སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། དེ་མེད་  
 པར་འབྱུང་བ་ནི་དེ་ལས་སྐྱེ་བར་ངེས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །དེའི་ཕྱིར་རྒྱ་ལ་རང་བཞིན་རི་སྟེང་ཅིག །མེད་ན་མི་འབྱུང་  
 འབྲས་བུ་ནི། །དེ་དག་ནི། གཏན་ཆིགས་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་གི་

འབྲས་བུ་ཉིད་དུ་ངེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་དག་དེ་དག་མེད་ན་  
 མི་འབྱུང་བའི་ཆོས་དེ་དག་ཁོ་ནས་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཆ་ཤས་  
 གྱིས་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་དང་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཐལ་བར་  
 འགྱུར་རོ་ཞེ་ན་མ་ཡིན་ཏེ། དེས་བསྐྱེད་པར་བྱ་བའི་བྱུང་པར་  
 དང་རྟགས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་གི་བྱུང་པར་ཅན་གྱི་སྤྱི་ རྣམས་བཟུང་ན་  
 འདོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྤྱི་བྱུང་པར་དུ་མ་བྱས་པ་རྫོད་པར་འདོད་  
 ན་ནི་འཁྱལ་པའི་ཕྱིར་མི་འདོད་དོ། །གལ་ཏེ་དུ་བ་མེ་ལ་མི་  
 འཁྱལ་ ལོ། །ཞེས་བྱ་བ་འདི་རི་ལྟར་རྟགས་པར་བྱ་ཞེ་ན། དེ་  
 ལ་འཁྱལ་ན་འདི། རྒྱ་དང་ལྡན་པ་ལས་འདས་འགྱུར། །དེའི་  
 མཚན་ཉིད་དུ་གྱུར་པའི་མི་དམིགས་པ་ལས་གང་ཞིག་གང་  
 དག་དམིགས་ན་དམིགས་ལ། དེ་ལས་གཅིག་མ་ཚད་ན་མི་  
 དམིགས་པ་དེ་ནི་དེའི་འབྲས་བུ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་དུ་བ་ལ་ཡོད་

རྟོ། ། ལན་ཅིག་དེ་ལྟར་མཐོང་བ་ལས་ཀྱང་དེ་དེའི་འབྲས་བུར་  
 འབྱུང་སྟེ། འབྲས་བུ་མ་ཡིན་པ་ནི་རྒྱ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལན་ཅིག་  
 ཀྱང་མི་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་གཙུག་ཤིང་གཙུག་པ་  
 ལ་སོགས་པ་དག་ལ་མེ་མེད་ཀྱང་འབྱུང་བས་འབྲས་བུ་མ་ཡིན་  
 རོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ་བྱད་ཤིང་འབྱུར་བའི་རྒྱ་ཁྱོད་བའི་རེག་ བའི་  
 བྱད་པར་ནི་མེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འབྲས་བུ་ཡང་རྒྱ་མེད་པར་  
 འབྱུང་ན་ནི་རྒྱ་མེད་པ་ཅན་དུ་འགྱུར་རོ། །གང་ཞིག་གང་མེད་  
 པར་འབྱུང་བ་དེ་ནི་དེའི་རྒྱ་ཅན་མ་ཡིན་ནོ། །དུ་བ་ཡང་མེ་མེད་  
 པར་འབྱུང་སྟེ། དེས་ནི་དེའི་རྒྱ་ཅན་དུ་མི་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་  
 གཞན་གྱི་རྒྱ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྒྱ་མེད་པ་ཅན་མ་ཡིན་ རོ་ཞེ་  
 ན། མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་ཡང་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་མེད་ཀྱང་  
 མེ་ཡོད་ན་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ན་དེའམ་གཞན་ཡང་རུང་

སྟེ། དེ་སྐྱེད་པའི་རང་བཞིན་མ་ཡིན་པ་ལས་ངེ་ལྟར་འབྱུང་བར་  
 འགྱུར་ཏེ། རང་གིས་དེའི་རང་བཞིན་མ་ཡིན་པ་ནི་དེ་བསྐྱེད་པ་  
 མ་ཡིན་པའི་སྒྲིབ་རྒྱ་མེད་པ་ཅན་ ཏེ་འགྱུར་ རོ། །གལ་ཏེ་དེ་  
 ཉིད་འབྱུང་བ་ནི་མ་ཡིན་གྱི། དེ་དང་འདྲ་བ་འབྱུང་བའི་སྒྲིབ་རོ་  
 ཞེ་ན། མི་འདྲ་བ་ལས་འབྱུང་བ་ངེ་ལྟར་དེ་དང་འདྲ་བ་ཡིན་  
 རོ། །དེ་དང་འདྲ་བ་ལས་བྱུང་བའི་སྒྲིབ་དེ་དང་འདྲ་བར་འགྱུར་  
 བའི་སྒྲིབ་རོ། །གལ་ཏེ་མི་འདྲ་བ་ལས་ཀྱང་དེ་དང་འདྲ་བ་  
 འབྱུང་ན་ནི་དེ་དག་གི་རྒྱས་པ་མ་ངེས་ བས་རྒྱུའི་ཐ་དད་པ་ཐ་  
 དད་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པའི་སྒྲིབ་མཐའ་དག་གི་སྣ་ཆོག་གས་ཀྱི་  
 རང་ བཞིན་རྒྱ་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལ་ཡང་ཉེས་པ་བཤད་  
 ཟེན་ཏོ། །ཐམས་ཅད་ཐམས་ཅད་ལས་སྐྱེ་བར་ཡང་འགྱུར་  
 རོ། །དེའི་སྒྲིབ་རྒྱ་ཐ་དད་པ་དང་། ཐ་དད་པ་མིན་པ་ལས་

འབྲས་བུ་ཐ་དད་པ་དང་། ཐ་དད་པ་མ་ ཡིན་པར་འགྱུར་  
 རོ། །དེའི་ཕྱིར་དུ་བ་ནི་མཐོང་བའི་རྣམ་པ་དང་རིགས་མི་མཐུན་  
 པའི་དོན་ལས་མི་འབྱུང་ རྟེ། རྒྱ་མེད་པ་ཉིད་དུ་ཐལ་བའི་ཕྱིར་  
 རོ། །དེ་ལྟ་ན་ཡང་། རྒྱ་མེད་གཞན་ལ་མི་སྟོས་ཕྱིར། །ཏག་ཏུ་  
 ཡོད་པའམ་མེད་པར་འགྱུར། །དངོས་པོ་རྣམས་ནི་རེས་འགའ་  
 ཞིག །འབྱུང་བ་སྟོས་པ་ལས་ ཡིན་ནོ། །དུ་བ་དེ་རྒྱ་མེད་པ་  
 ལས་འབྱུང་ན་ནི། སྟོས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ནམ་ཡང་མི་འབྱུང་  
 བར་མི་འགྱུར་ཏེ། དེ་འབྱུང་བ་ལ་མ་ཆང་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་  
 འདོད་པའི་དུས་བཞིན་ནོ། །ཡང་ན་ནི་དེའི་ཆེ་ཡང་འབྱུང་བར་  
 མི་འགྱུར་ཏེ། མེད་པའི་དུས་དང་ཁྱད་པར་མེད་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །དངོས་པོ་སྟོས་པ་དང་བཅས་པ་རྣམས་ནི་རེས་འགའ་  
 བར་འགྱུར་ཏེ། ཡོད་པ་དང་མེད་པའི་དུས་དག་ན་དེ་འབྱུང་བ་

རུང་བ་ཉིད་དང་ལྡན་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཡུལ་དང་དུས་རུང་བ་དང་  
 མི་རུང་བ་ཉིད་འདྲ་བ་ཅན་དག་ནི་དེ་དང་ལྡན་པ་དང་ཡང་ཅིག་  
 འོས་དག་ཏུ་ངེས་པ་མི་རུང་བའི་སྤྱིར་རོ། །རུང་བ་ཉིད་དེ་ཡང་  
 རྒྱུའི་དངོས་པོ་ ལས་གཞན་ནམ་ཅི། དེའི་སྤྱིར་ཡུལ་དང་དུས་  
 འགའ་ཞིག་སྤངས་ནས་ཡུལ་དང་དུས་གཞན་དག་ན་ཡོད་པའི་  
 དངོས་ པོ་ནི་དེ་དག་ལ་སྟོས་པ་དང་བཅས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་  
 ཏེ། འདི་ལྟར་དེ་ལྟར་ཡོད་པ་ཉིད་སྟོས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་  
 གིས་བྱས་པའི་ཕན་པ་ལ་མི་སྟོས་པ་ནི་དེར་ངེས་པར་མི་རུང་  
 བའི་སྤྱིར་རོ། ། དེ་བས་ན་ཡུལ་དང་དུས་ངེས་པའི་སྤྱིར་གང་ན་  
 དུ་བ་དེ་ལན་ཅིག་མཐོང་ལ། མ་ཚད་ན་མ་མཐོང་བ་ནི་འདིའི་  
 དེས་བསྐྱེད་པར་བྱ་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། གཞན་དུ་ན་ལན་  
 འགའ་ཡང་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་དེར་ངེས་པ་ཡིན་ན་ངི་ལྟར་

གཞན་ལས་འབྱུང་བར་འགྱུར། འབྱུང་ན་ནི་དུ་བ་མ་ཡིན་པར་  
 འགྱུར་ ཏེ། དུ་བ་ནི་དེས་བསྐྱེད་པའི་རང་བཞིན་གྱི་བྱང་པར་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་རྒྱ་ཡང་འབྲས་བུ་དེ་ལྟ་བུ་  
 བསྐྱེད་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་ནོ། །དེ་གཞན་ལས་ཀྱང་འབྱུང་ན་  
 ནི་དེ་དེའི་རང་བཞིན་མ་ཡིན་པས་ལན་འགའ་ཡང་བསྐྱེད་པར་  
 མི་འགྱུར་རོ། །ཡང་ན་དེ་དུ་བ་མ་ཡིན་ཏེ་དུ་བ་བསྐྱེད་པའི་རང་  
 བཞིན་མ་ཡིན་པ་ལས་ བྱང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་རང་བཞིན་  
 ཉིད་ཡིན་ན་ནི་དེ་ཉིད་མེ་ཡིན་པས་འབྲུལ་པ་མེད་དོ། །གལ་ཏེ་  
 བརྒྱ་བྱིན་སྒྲི་བོ་མེད། །རང་བཞིན་ཡིན་ན་དེ་ཉིད་མེ། །འོན་ཏེ་  
 དེ་མེའི་རང་བཞིན་མིན། །ཇི་ལྟར་དེ་ལས་དུ་བ་འབྱུང་། །དུ་  
 བའི་རྒྱ་ཡི་རང་བཞིན་མེ། །དེ་ཡི་རྒྱས་པའི་བྱེ་བྲག་ལྟར། །དུ་  
 བ་དུ་བའི་རྒྱ་མིན་ལས། །འབྱུང་ན་དེ་ནི་རྒྱ་མེད་

འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསྐྱ་བའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་དག་  
 གོ། །འོ་ན་ད་ནི་རི་ལྟར་ལྟན་ཅིག་བྱེད་པ་ཐ་དད་པ་ལས་འབྲས་  
 བྱ་འབྱུང་སྟེ། དཔེར་ན་མིག་དང་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལས་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལྟ་བུའོ་ཞེ་ན། གཅིག་བྱ་སྐྱེད་པར་བྱེད་  
 པའམ། དེའི་རང་བཞིན་ཡིན་པ་ནི་འགའ་ཡང་མེད་དོ། །འོ་ན་  
 གྲང་ཆོགས་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་དང་དེའི་རང་བཞིན་ཡིན་ཏེ། དེ་  
 ཁོ་ན་རྗེས་སུ་དཔག་གོ། །ཆོགས་པ་དེ་ཉིད་འབྲས་བུའི་རང་གི་  
 རོ་བོ་གནས་པའི་ཉིན་ཡིན་ནོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ལྟན་ཅིག་བྱེད་  
 པ་རྣམས་གྲང་རྣམ་གྲངས་མེད་པར་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་  
 ནོ། །གང་ཡང་རྩང་བད་སྟེ་བ་ལ་སོགས་པའི་རིགས་མི་མཐུན་  
 པ་ལས་ཉུང་ལ་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་བར་མཐོང་བ་ལ་དེ་ལ་  
 ཡང་དེ་སྐད་དུ་བརྗོད་གྲང་རང་གི་ས་བོན་ལས་རབ་ཏུ་སྐྱེ་བ་



ཅན་ལས་རང་གི་ངོ་བོ་ཐ་དད་པ་ཡོད་པ་ཁོ་ན་སྟེ། རྒྱའི་རང་  
 བཞིན་ཐ་དད་པའི་བྱིར་དཔེར་ན་ས་བོན་དང་སྟོང་བྱ་ལས་སྟེ་  
 བའི་ཚུ་ཤིང་ ལྟ་བུའོ། །དེ་ལྟ་བུ་ནི་འཇིག་རྟེན་ན་གསལ་བ་ཁོ་  
 ནར་རྣམ་པ་ཐ་དད་པའི་སྟོན་ས་རྣམ་པར་འབྱེད་ རོ། །འབྲས་  
 བྱ་ རྗེས་སྟུ་དཔོག་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཡང་དེ་མ་ཐག་པ་ཡིན་  
 བོ། །དེ་ནི་འབྲས་བྱའི་རྗེས་རང་བཞིན་མཚུངས་པ་རྣམས་ལ་  
 འདྲ་བ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་རྗེས་སྟུ་འབྲེལ་པའི་ཚུ་ཤིང་སྟོང་བྱ་  
 ལས་སྟེ་བ་དག་བཞིན་ནོ། །གང་ལ་དངོས་ཀྱི་རྒྱ་ཐ་དད་པ་དེ་  
 ལ་ནི་རང་བཞིན་ཐ་དད་པ་ཡང་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ས་  
 བོན་དང་སྟོང་བྱ་ལས་སྟེ་བ་ ཅན་དེ་དག་ཉིད་བཞིན་ནོ། །དེས་  
 ན་གང་ལ་ཅི་འདྲ་བ་མཐོང་བ་དེ་ལས་ནི་དེ་འདྲ་བ་རྗེས་སྟུ་  
 དཔོག་པ་ཡིན་ནོ། །བར་དུ་ཚུད་པའི་རྒྱ་བརྒྱད་པ་དག་ནི་རྗེས་

སུ་དཔོག་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་པས་འབྲུལ་ པ་མེད་དོ། །རྣམ་པ་  
 ཐ་དད་པ་འབའ་ཞིག་ནི་དེ་དང་དེ་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་  
 མ་ཡིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་རང་བཞིན་གཞན་ཡང་ཡིན་ཏེ། བཅོས་  
 མ་དང་བཅོས་མ་མ་ཡིན་པའི་ནོར་བུ་དང་ཕྱ་ཏིག་དང་གྱི་རུ་ལ་  
 སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །ཁ་ཅིག་ཏུ་ནི་མེ་ཏོག་ཐ་དད་པ་སྟེ། སྟོན་  
 པོ་དང་ཅིག་ཞོས་ཀྱི་མེ་ཏོག་ཅན་གྱི་ཤུར་པ་ཀ་བཞིན་ནོ། །ཁ་  
 ཅིག་ཏུ་ནི་འབྲས་བུ་སྟེ། །འབྲས་བུ་མེད་པ་དང་ཅིག་ཞོས་ཀྱི་  
 ཀར་གོ་ཏ་བཞིན་ནོ། །ཁ་ཅིག་ཏུ་ནི་རོ་ལས་ཏེ། །ནགས་དང་  
 ཅིག་ཞོས་ཀྱི་རྒྱལ་ མོ་ག་གོན་བཞིན་ནོ། །ཁ་ཅིག་ཏུ་ནི་རུས་  
 པ་སྟེ། །རེག་པ་དང་ཐུངས་པས་འབྲུ་བའི་ཨ་རུ་ར་བཞིན་  
 ནོ། །དེའི་ཕྱིར་ཞིན་ཏུ་རྣམ་པར་སྤྱེ་བའི་འབྲས་བུ་ནི་རྒྱ་ལ་  
 འབྲུལ་པ་མེད་དོ། །རྒྱ་བྱད་པར་ཡོད་ཀྱང་འབྲས་བུ་བྱད་པར་

མེད་ན་སྐྱོན་དུ་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་རོ། །རྗེས་སུ་འགྲོ་དང་ཕྱོག་པ་  
 ལས། །གང་ཞིག་གང་གི་རྗེས་འགྱོར་ མཐོང་། །དེ་ཡི་རང་  
 བཞིན་དུ་རྒྱ་ཅན། །དེ་སྤྱིར་མི་མཐུན་ལས་མི་འབྱུང་། །རྒྱ་དང་  
 འབྲས་བུ་དངོས་པོ་འཇམ། །རང་བཞིན་ངེས་པར་བྱེད་པ་  
 ལས། །མེད་ན་མི་འབྱུང་ངེས་པ་སྟེ། །མ་མཐོང་ལས་མིན་  
 མཐོང་ལས་མིན། །གཞན་དུ་གཞན་ནི་གཞན་དག་དང་། །ངེས་  
 པར་ཡོད་པའི་ངེས་པ་གང་། །དོན་གཞན་རྒྱ་མཆན་ཅན་གྱི་  
 ཆོས། ། ཡིན་ན་གོས་ལ་ཆོན་བཞིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསྐྱུ་  
 བའི་ཆོག་ས་སུ་བཅད་པའོ། །གཞན་ཡང་། ཆོས་དོན་གཞན་གྱི་  
 རྒྱ་མཆན་ཅན། །ཡིན་པར་གྱུར་ན་དེ་གཞན་ཉིད། །དེ་གྲུབ་ན་  
 མ་གྲུབ་པའཇམ་རྒྱ་ཐ་དད་པ་ནི་དེའི་རང་བཞིན་དུ་རིགས་པ་མ་  
 ཡིན་ནོ། །དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་ཐ་དད་པའཇམ། རྒྱ་ཐ་དད་པ་ནི་

འདི་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། ཆོས་འགལ་བར་གནས་པའམ་རྒྱ་ཐ་དད་  
 པའོ། །དེས་ཀྱང་ཐ་དད་པར་མི་འགྲུབ་ན་ནི་འགའ་ཡང་གང་  
 ལས་ཀྱང་ཐ་དད་པ་མེད་པས་རིལ་རྫས་ གཅིག་ཏུ་འགྱུར་  
 རོ། །དེས་ན་ལྷན་ཅིག་སྐྱེ་བ་དང་འཇིག་པ་དག་དང་། ཐམས་  
 ཅད་ཐམས་ཅད་ལ་ཉེ་བར་སྦྱར་བར་འགྱུར་རོ། ། དེ་ལྟར་མ་  
 ཡིན་ན་ཅིག་ཅེས་བྱ་བ་ཉིད་ཏུ་མི་འགྱུར་བའམ། མིང་ཐ་དད་  
 པར་ཟད་དེ། དོན་ཁས་སྒངས་ནས་དེ་སྐད་ཏུ་བརྗོད་པའི་བྱིར་  
 རོ། །རྒྱ་དོན་ཐ་དད་པ་ཉིད་མེད་ཀྱང་དངོས་པོའི་དུས་ན་མི་རྟག་  
 ཉིད་མ་གྲུབ་པའི་བྱིར་ དེའི་རང་བཞིན་མ་ཡིན་པར་མཚུངས་པ་  
 མ་ཡིན་ ནམ་ཞེ་ན། མི་རྟག་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་གང་བྱིས་འགྲུབ་  
 བར་འགྱུར་བ་གཞན་ནི་འགའ་ཡང་མེད་དེ། དངོས་པོ་སྐད་  
 ཅིག་མར་གནས་པའི་ཆོས་ཅན་དེ་ཁོ་ན་མི་རྟག་པ་ཡིན་ནོ་

ཞེས་མང་དུ་བཤད་ ཟེན་རྟོ། །ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་གྱི་ཆེ་ག་ཐ་  
 དད་པ་ལ་ཡང་རྒྱ་མཚན་བྱད་པར་ གཞན་སྤོང་བ་དང་མི་སྤོང་  
 བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྐབས་ནི་ཚད་མ་རྣམས་འགྲེལ་དུ་  
 བསྟན་ཟེན་རྟོ། །འདིའི་རང་བཞིན་དེ་ནི་མཐོང་བཞིན་དུ་ཡང་སྒོ་  
 ཞན་པ་ཡོད་པ་དམིགས་པས་རྟག་ཏུ་དེ་ ལྟར་ཡོད་པར་དོགས་  
 པས་བསྐྱུས་བཤམ། འདྲ་བ་གཞན་འབྱུང་བས་བསྐྱུས་ པས་མི་  
 རྟོགས་སོ། །སྐད་ཅིག་མ་ཐ་མ་མཐོང་བ་རྣམས་ལ་ངེས་པའི་  
 ཕྱིར་འདི་མི་དམིགས་པས་མི་གནས་པར་ རྟོགས་པའི་ཕྱིར་  
 དེའི་ཆེ་ངེས་པའི་དུས་ཡིན་པས་མི་རྟག་པ་ཉིད་དུ་རྣམས་པར་  
 གཞག་གོ་ ཞེས་གྲང་བཤད་ཟེན་རྟོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་གཞན་  
 གྱི་རྒྱ་མཚན་ཅན་ཡིན་ བཤ། རྒྱ་མཚན་མེད་པ་ཅན་ཉིད་ཡིན་  
 ཡང་རུང་སྟེ་མི་རྟག་པ་ཉིད་དོན་གཞན་ཁོ་ནར་འགྱུར་ རོ། །དེ་

ལྟ་ཡིན་ན་ནི་དངོས་པོ་དེ་དང་ལྡན་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལ་མི་  
 དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དགོས་ན་ནི་དེ་ཉིད་འདིའི་རང་གི་བདག་  
 ཉིད་དུ་གྱུར་པའི་མི་རྟག་པ་ཡིན་པས་གཞན་ གྱིས་ཅི་ ཞིག་གྲ།  
 རང་བཞིན་གྱིས་མི་གཡོ་ན་ནི་དོན་གཞན་དང་ལྡན་ཡང་དེའི་ངོ་  
 བོར་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར་ རོ། །མི་རྟག་པ་ཉིད་དམ་ཆོས་གཞན་  
 དེ་ཡང་དོན་གཞན་ལས་བྱུང་བ་ན་རྒྱ་ཡིན་པའམ་འབྲས་བུ་  
 ཡིན་པ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་གང་། རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་མ་ཡིན་པ་ནི་  
 འབྲེལ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེ་ ལ་ཡོད་པར་རྗེས་སུ་དཔག་པ་མི་  
 སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་ཕྱིས་འབྱུང་ཕྱིར་ན་རྒྱ་ཉིད་  
 མིན། །འབྲས་བུ་ན་ཡང་ག་ལ་ངེས། །དེ་དངོས་པོ་གྲུབ་ནས་  
 ཕྱིས་དོན་གཞན་ལས་འབྱུང་ན་ངེ་ལྟར་དེའི་རྒྱ་ཡིན། གཞན་གྱི་  
 བན་པ་ལ་ལྟོས་པའི་འབྲས་བུ་ཡང་རྒྱ་ལ་གདོན་མི་བ་བར་ཡོད་

བ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར་དེ་ཡོད་པའི་གཏན་ཆེགས་མ་ངེས་པ་ཉིད་  
 རོ། །དངོས་པོ་ཙམ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ན་ཡང་གཞན་ལ་སྟོས་པ་  
 མེད་པའི་བྱིར་རྒྱ་མེད་པ་དང་ དེ་ཙམ་གྱིས་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བར་  
 གྲུབ་པོ། དེ་ལས་འགའ་ཞིག་བྱུང་ཡང་དེ་ལ་མི་དགོས་པས་  
 ཉམས་པ་མེད་པའི་བྱིར་ ཐལ་བ་སྤྲ་མ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་མི་  
 འཇིགས་པའི་རང་བཞིན་གྱི་དངོས་པོ་ལ་རྗེས་སུ་དཔོག་པ་མ་  
 ཡིན་ནོ། །རི་ལྟར་རྗེས་སུ་མི་དཔོག་ །འདི་ལྟར་མི་ཉག་པ་མ་  
 ཡིན་པའི་དངོས་པོ་ལ་ནི་འགར་ཡང་སྟེ་བ་མ་མཐོང་ལ། མ་  
 མཐོང་བ་ལས་ནི་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་ལས་སྟོག་ བ་དེས་ན་  
 འཁྲུལ་བ་མེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། མི་མཐུན་སྟོགས་ལ་མ་མཐོང་  
 བ། །ཙམ་གྱིས་འཁྲུལ་བ་མེད་པ་མིན། །འཁྲུལ་བ་སྲིད་པ་ཙམ་  
 ཉིད་བྱིར། །སྤུ་བའི་འབྲས་ནི་ཆོས་པ་བཞིན། །མང་པོ་ཞིག་

ཆོས་པར་མཐོང་། ཡང་སྤྱ་བའི་ནང་དུ་ཅུད་པ་ཅམ་གྱིས་ནི་  
 ཆོས་པར་མི་འགྱུབ་སྟེ། འཁྲུལ་པ་མཐོང་བའི་སྤྱིར་རོ། །འདི་  
 ལྟར་འདི་ལྟ་བུའི་རང་བཞིན་ཡིན་ལ་འདི་དང་ཆོས་པའི་རྒྱ་འབྲ་  
 བ་དག་ཆོས་སོ་ ཞེས་བྱ་བར་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་  
 རྗེས་སུ་དཔག་པ་དེ་ལྟག་མ་དང་ལྟན་པའི་འཁྲུལ་པ་ཅན་ཡིན་  
 བོ། །ཡང་ལྟག་མ་དང་ ལྟན་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཅི་ཞིག་ཡིན་ཞེ་  
 བ། གང་ཞིག་མ་མཐོང་བ་ཅམ་གྱིས། །ལྟོག་པ་རབ་དུ་སྟོན་  
 བྱེད་པ། །དེའི་ལྟོག་པ་དེ་ནི་མ་ངེས་པ་མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་གས་  
 ལ་འཇུག་པར་ཐེ་ཆོམ་བྱ་བར་ འགྱུར་ཏེ། ལྟོག་པ་སྤྱོད་པ་མ་  
 མཐོང་ཅམ། །དེ་ནི་ཐེ་ཆོམ་རྒྱ་ཡིན་སྤྱིར། ། དེ་ལ་ལྟག་མ་ལྟན་  
 ཞེས་བརྗོད། །མི་དམིགས་པ་ཐམས་ཅད་ནི་མེད་པ་རྟོགས་  
 པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་གཅིག་ལོག་པས་གཞན་



ལྷོག་པར་འདོད་པས་ནི་དེ་གཉིས་རང་བཞིན་འབྲེལ་བ་ འགའ་  
 ཞིག་ཀྱང་འདོད་པར་བྱ་དགོས་སོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་གཏན་  
 ཆེགས་གོ་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། །གཏན་ཆེགས་  
 གྱི་ནི་ཚུལ་གསུམ་ལའང་། །དེ་ཡིས་མ་གྲུབ་ལྷོག་དོན་  
 དང་། །འབྲེལ་བ་ཅན་གྱི་གཉིན་པོར་ནི། །ངེས་པ་བརྗོད་པར་  
 མཛད་པ་ཡིན། །འབྲེལ་བ་མེད་པར་ནི་རྗེས་སུ་འགོ་བ་དང་  
 ལྷོག་པ་ ངེས་པ་མེད་དེ། དེས་ན་དེ་ཉིད་སྟོན་པར་མཛད་པ་ནི་  
 གཉིས་ཀ་ལ་རབ་ཏུ་གྲུབ་པ་ནི་སྐྱབ་པ་ཡིན་ནོ། ཞེས་ངེས་པ་  
 བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་རྗེས་སུ་འགོ་བ་ངེས་པས་ནི་འགའ་  
 བ་དང་དེའི་ལྷོགས་དང་མཐུན་པ་རྣམས་བསལ་ ལོ། །ལྷོག་པ་  
 ངེས་པས་ནི་མ་ངེས་པའོ། །གཉིས་ ཀ་ལ་ཞེས་བྱ་བས་ནི་  
 གཅིག་ལ་གྲུབ་པ་འགོག་པའོ། །རབ་ཏུ་གྲུབ་པ་ཞེས་བྱ་བས་ནི་

མཐུན་པའི་སྤྱོད་གས་དང་མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་གས་དག་ལ་ཐེ་ ཆོས་  
 ཟ་བ་ལྷག་མ་དང་ལྷན་པ་དང་། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་དག་  
 གོ། །འབྲེལ་པ་མེད་པར་མ་མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་སྤྱོད་ན་ནི་རེ་  
 ཞིག་འགལ་ བ་དང་མ་ངེས་པའི་གཉེན་པོར་གཉི་ག་བརྗོད་  
 པར་བྱ་བ་གང་ཡིན་པ་འདི་ནི་རིགས་སོ་ཞེས་ བཤད་པ་གང་  
 ཡིན་པ་སྟེ། ཆོས་མི་མཐུན་པ་སྣོས་པ་ནི་མ་ངེས་པའི་གཉེན་  
 པོར་རོ། །གལ་ཏེ་དེས་མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་གས་ལ་མ་མཐོང་བ་  
 སྟོན་པར་བྱེད་ན་ནི་དེ་མ་སྣོས་ཀྱང་ རྟོགས་ པར་འགྱུར་  
 རོ། །དེ་ལ་སྒར་བརྗོད་པས་སྤྱོད་པར་འགྱུར་བ་མཐོང་བའི་  
 འཁྱུལ་པ་གང་ཡིན་པ་ནི་མེད་དོ། །གལ་ཏེ་ཆོག་གིས་མ་མཐོང་  
 བ་ལ་དྲན་པར་བྱེད་དོ་ཞེ་ན། མཐོང་བ་མ་རྟོགས་པར་ནི་ཡན་  
 ལག་མ་ཡིན་པས་དེ་ལ་ནི་དྲན་པའི་དོན་དུ་བརྗོད་པར་ རིགས་

ན། མ་མཐོང་བ་ནི་མཐོང་བ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་ནི་མཐོང་  
 བས་གཞིན་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་མེད་ན་གྲུབ་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པས་  
 དེ་གྲུབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བཟོད་པ་དོན་མེད་དོ། །གལ་ཏེ་མ་  
 དམིགས་པ་དེ་ཙམ་གྱིས་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་  
 བས་དེའི་དོན་དུ་བཟོད་དོ་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་མ་དམིགས་ཀྱང་  
 མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བར་མི་རྟོགས་ན་བཟོད་པས་ཀྱང་མི་རྟོགས་  
 བར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ཡང་མི་དམིགས་པ་ཁོ་ན་རྟོན་པར་བྱེད་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །གཅིག་མི་དམིགས་པ་ནི་གཞན་མེད་པ་སྐྱབ་པར་  
 བྱེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། ཏ་ཅང་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་  
 རོ། །དེས་སྐྱབ་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། འོན་ཀྱང་རང་ཉིད་མ་  
 དམིགས་པས་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། སྒྲིང་བ་མ་མཐོང་ན་ནི་མེད་པར་  
 རིགས་གྱི། དེ་མེད་ན་ནི་མི་རིགས་ཏེ། ལ་ལར་འདོད་ཀྱལ་དུ་

དེ་ལྟར་གྱུར་ཀྱང་དེ་དག་འབྲེལ་བ་མེད་པས་བྱབ་པ་མི་འགྲུབ་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་མེད་དོ་ཞེས་བརྗོད་པས་ ཀྱང་དེ་ལྟར་  
 འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ཏ་ཅང་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་  
 བས་ན་ལྷོག་པར་འདོད་པས་དེ་ལ་གང་གིས་ན་འདི་ལྷོག་པ་  
 ཞེས་བྱ་བར་འགྱུར་བའི་ རིགས་པ་བརྗོད་དགོས་སོ། །མེད་  
 ཅས་བྱ་བའི་ཆོག་གིས་ཀྱང་། །དེ་མེད་ཁོ་ན་མིན་གལ་ཏེ། །རི་  
 ལྟར་མེད་རིགས་ དེ་བརྗོད་ན། །དེ་ཆེ་མེད་ཅས་བྱ་བར་  
 ཏོགས། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསྐྱུ་བའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ། །དེ་  
 མེད་པ་ལ་མི་དམིགས་པས་ལྷོག་པ་བྱབ་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན།  
 འདི་ལ་ཅུང་ཟད་བརྗོད་ཟིན་ཏོ། །གཞན་ཡང་། གལ་ཏེ་མ་  
 མཐོང་བས་ལྷོག་འགྱུར། །རི་ལྟར་ལྟག་ ལྟན་འབྲུལ་ཅན་  
 ཡིན། །དཔེར་ན་འབྲས་བུ་འདི་དག་ནི་སྒྲིན་པའམ་རོ་འདི་གྲོ་

བ་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་ཁྱད་པར་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། གཅིག་  
 ལས་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར་བོས་པ་དང་འདྲ་བའོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་  
 བུའོ། །འདི་ལ་ཡང་བོས་པས་ལས་གཞན་ཕྱོགས་སུ་བྱས་ནས་  
 བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ མེད་པ་ལས་གཞན་ཆོགས་མི་དམིགས་པ་  
 ཡོད་པའི་ཕྱིར་ངེ་ལྟར་འབྱུང་བ་ཡིན། ཁ་ཅིག་ན་རེ་མངོན་  
 སུམ་གྱི་གཞོན་པར་དོགས་པའི་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བེད་  
 རོ། །མ་ཡིན་ཏེ། ཕྱོགས་སུ་བྱས་པའི་ཡུལ་ལ་མེད་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །གལ་ཏེ་ན་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་བུར་ དོགས་མེད་ན་ནི་  
 ཏ་ཅང་ཐལ་བར་འགྱུར་ཏེ། གཞན་ལ་ཡང་མེད་པར་ངེས་པ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཚད་མ་ཞུགས་པས་གཞོན་པར་བྱེད་པ་  
 ཡིན་གྱི། མ་ཞུགས་པར་གཞོན་ན་ནི་ཐམས་ཅད་ལ་ཡིད་བརྟན་  
 དུ་མེད་དོ། །ཕྱོག་པ་ནི་བྱུང་བ་ཁོ་ན་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ།

དེའི་ཕྱིར་ དེ་ལྟ་བུའི་ངོ་བོ་ནི་ངེས་པ་ལ་སྟོས་སོ། །མི་དམིགས་  
 བས་འགའ་ཞིག་ལ་མེད་པར་བྱུང་བ་ཀྱང་འབྲེལ་བ་མེད་པ་ནི་དེ་  
 མེད་པ་ཐམས་ཅད་ ལ་མེད་པར་མི་འབྱུང་བས་ཐེ་ཆོམ་བ་བའི་  
 ཕྱིར་སྟོག་པ་མེད་པ་ནི་སྟོག་མ་དང་ལྡན་པའི་ འབྲུལ་བ་ཡིན་  
 བོ། །གཞན་ཡང་། སྟོག་པ་ཅན་ཡང་གཏན་ཆིགས་  
 འབྱུར། །གསོན་པའི་ལུས་འདི་ནི་བདག་མེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 སྟོག་ལ་སོགས་པ་དང་ལྡན་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་  
 འབྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །བདག་མེད་པ་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་  
 མཐོང་བ་དག་ལ་སོགས་པ་མེད་པས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་  
 ལོག་ན་བྱུང་བར་བྱ་བ་སྟོག་པས། བདག་ཡོད་པར་རྟོགས་  
 པར་འབྱུར་རོ། །བལྟར་མི་རུང་བ་མི་དམིགས་པས་མེད་པ་མ་  
 བྱུང་ན་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་བདག་མེད་པར་ བྱུང་བའི་ཕྱིར་

སྟོག་ལ་སོགས་སྟོག་པ་མེད་དོ། །གལ་ཏེ་ཁས་སྦངས་པའི་  
སྤྱིར་འགྱུབ་པོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་ངེ་ལྟར་ བདག་འགྱུབ་གཞན་བདག་  
མེད་པ་ཚད་མ་ཅན་མ་ཡིན་པ་ཡང་ངེ་ལྟར་འགྱུབ་པ་ཡིན།  
ཁས་སྦངས་པས་བདག་དང་བཅས་པ་དང་བདག་མེད་པ་དག་  
ནམ་པར་བྱེ་ནས་དེ་ལ་མེད་པས་ཉོགས་ པར་བྱེད་པ་ཉིད་དུ་  
རྫོང་པར་བྱེད་པས་ནི། བདག་ལྷང་ལས་གྲུབ་པར་ཁས་སྦང་  
བར་ འགྱུར་གྱི། རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱ་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གང་  
ཡང་། མ་གྲུབ་སྤྱར་བ། དེ་བཞིན་དུ་མཐུན་པའི་སྟོགས་ལ་ཡོད་  
པ་དང་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡང་ཅི་ རིགས་པར་  
བརྫོང་པར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཡང་། བརྫོང་བྱ་མ་ཡིན། མི་  
དམིགས་པ་ཁོ་ ནར་ཟད་ན་ཐེ་ཚོམ་ཟ་བའི་སྤྱིར་ཏེ། དམིགས་  
ན་དེ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །སྟོག་པ་ཡང་མི་དམིགས་པ་ཉིད་ལས་

ཡིན་ཏེ། དེས་ན་ཐེ་ཆོམ་དུ་གྱུར་པ་ཡང་མ་བསྒྲིག་པར་འགྱུར་  
 རོ། །གལ་ཏེ་ཅི་རིགས་པར་ཞེས་སྒྲིམ་པའི་ཕྱིར་མ་བསྒྲིག་པ་  
 ཁོ་ནའོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། གང་ཞིག་གཉིས་ ཀ་ལ་ངེས་པ་  
 བརྗོད་པ་དེ་ཁོ་ན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །དེའི་ཕྱིར་མི་དམིགས་ཀྱང་ཐེ་ཆོམ་བྱ་བས་ལྷོག་པ་མེད་  
 པར་དགོངས་ཏེ། དེ་དགག་པར་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །མཉན་  
 པར་བྱ་བ་ཉིད་ཀྱང་རྟག་པ་དང་མི་རྟག་པ་དག་ལ་མ་མཐོང་  
 པའི་ཕྱིར་དེ་ལས་སྒྲིག་ པས་དེ་དག་རྣམ་པར་གཅོད་པའི་  
 གཉན་ཆེགས་སུ་འགྱུར་རོ། །དེ་རྣམ་པར་གཅོད་པ་ནི་དེ་དག་  
 ལས་སྒྲིག་པ་ལས་གཞན་མ་ཡིན་ནོ། །རྣམ་པར་གཅོད་པ་མ་  
 ཡིན་པ་ནི་གང་ལས་ཀྱང་ལྷོག་པ་ཉིད་དུ་མ་ངེས་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །གང་ཞིག་གང་ལ་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བར་ངེས་པ་དེ་ཡོད་ན་



ཇི་ ལྟར་དེ་མེད་པར་རྟོགས་པར་མི་བྱེད། གལ་ཏེ་གཉི་ག་རྣམ་  
 པར་གཅོད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཚད་མ་གཞན་གྱིས་གཞོད་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །པན་ཚུན་རྣམ་པར་གཅོད་པའི་ངོ་བོ་ཅན་རྣམས་ནི་  
 གཅིག་རྣམ་པར་བཅད་པས་གཞན་སྐྱབ་ པའི་ཕྱིར་དགག་བ་  
 མ་ཡིན་ཏེ། སྐྱབ་པ་དང་དགག་པ་ དག་ནི་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ་  
 ཞེ་ན། ད་ནི་མ་མཐོང་བ་ཚད་མ་ཡིན་ཏེ། གཞོད་པ་སྲིད་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཞན་ལ་ཡང་ཚད་མ་གཞན་གྱིས་  
 གཞོད་པ་སྲིད་དེ། མཆན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ལ་གཞོད་པ་སྲིད་ན་  
 དེའི་མཆན་ཉིད་ཉིད་སྲུན་སྦྱང་བ་ཁོ་ནར་ འགྱུར་བས་ཐམས་  
 ཅད་ལ་ཡིད་ བརྟན་དུ་མེད་དོ། །རྗེས་སུ་དཔག་པའི་ཡུལ་ལ་  
 ཡང་མངོན་སྲུལ་དང་རྗེས་སུ་དཔག་པ་དང་འགལ་བ་མཐོང་  
 བས་ ཡིད་བརྟན་དུ་མེད་པར་ཐལ་ལོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། ཇི་

སྐད་བཤད་པ་ལྟ་བུ་ལ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འགལ་བ་འཁྱལ་  
 པ་མེད་པ་ཅན་མི་བརྗོད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། རྗེས་ སྐྱད་པ་ག་  
 པའི་ཡུལ་ལ་མ་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་འདོད་པ་ཡིན་ནོ། །འདིའི་  
 ཡུལ་ནི་བསྟན་པར་བྱའོ། །གང་ཡང་གལ་ཏེ་མ་མཐོང་བ་ཙམ་  
 གྱིས་སྤང་བ་དག་ལ་འགོག་པར་བྱེད་ན་དེ་ཡང་རིགས་པ་མ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་བཤད་པ་རི་ལྟར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། མི་  
 དམིགས་པས་མེད་པར་གྱུ་བ་ པའི་ཕྱིར་རོ། །རིག་པ་དམིགས་  
 པའི་མཚན་ཉིད་ཀྱིར་གྱུར་པའི་ཕྱིར་དགག་པར་རིགས་པ་ཁོ་ན་  
 མ་ཡིན་ནམ་ ཞེ་ན། རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྤང་བ་དང་དེའི་  
 རང་བཞིན་གྱི་ཡུལ་ལ་ཡོད་པ་ཙམ་ནི་འགོག་པ་མ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་ས་ལ་སོགས་པ་སྤྱིར་བཟུང་ནས་དགག་པ་  
 སྤྲུལ་ སོ། །དེ་ལ་ཡང་ཤིང་བལ་དང་རྩོ་བ་དང་ལོ་མ་ལ་སོགས་

བ་ལ་དེ་ཡོད་ཀྱང་རེག་བ་ཐ་དད་བ་ མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཁྱད་  
 བར་འགའ་ཞིག་ལ་སྲིད་པར་དོགས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་  
 ཐམས་ཅད་ལ་མ་མཐོང་བ་ཙམ་ གྱིས་དགག་པར་རིགས་པ་མ་  
 ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་གལ་ཏེ་ཅི་ ཞིག་ལྟར་མི་མཐུན་པའི་  
 སྟོགས་ལ་མ་མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་འབྲེལ་བ་མེད་པ་ཡང་དེ་  
 འབྲུལ་ བ་མེད་དོ་ཞེ་ན། དུལ་འགའ་ཞིག་ན་རྫས་ཁ་ཅིག་རི་  
 ལྟར་མཐོང་བ་གཞན་ན་གཞན་དུ་ཡང་སྒྲུང་དོ། །དཔེར་ན་སྦྲན་  
 ཁ་ཅིག་ཞིང་ཁྱད་པར་ཅན་ལས་ནི་རོ་དང་རུས་བ་དང་སྦྲན་  
 བར་བྱེད་བ་ཁྱད་པར་ཅན་དུ་འགྱུར་ལ། གཞན་ལས་ནི་མ་ཡིན་  
 བ་ལྟ་བུ་རོ། །དུས་དང་ལེགས་པར་བྱ་བའི་ཁྱད་པར་ལས་ཀྱང་  
 དེ་དང་འབྲེལ་རོ། །དུལ་དེ་བ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་མཐོང་ཞེས་ཏེ།  
 དེ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་པར་ནི་མི་འགྱུར་ཏེ། རྒྱ་ཁྱད་པར་

སྲིད་པ་རྣམས་ལ་ཡོན་ཏན་གཞན་དུ་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱ་  
 བྱང་པར་མེད་ན་ནི་རྗེས་སུ་དཔག་ཏུ་རུང་སྟེ། དཔེར་ན་བྱེད་པ་  
 སོ་མཐོང་བ་ཅན་གྱི་ཆོག་གྲང་སྐྱེས་བུའི་འདུ་བྱེད་པ་སྟོན་དུ་  
 འགྲོ་བ་ཅན་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །ཆོག་ལ་བྱང་པར་  
 མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་སྐྱེས་བུ་དག་གིས་བྱེད་  
 པར་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །གང་གིས་ན་ཆོག་ལ་སོགས་པ་རུང་  
 ཟད་ཅེས་ཆོས་མཐུན་པས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པར་རྗེས་  
 སུ་དཔོག་པར་འགྱུར་བ་དེ་ལྟར་སྐྱེས་བུ་དག་ནི་རྒྱ་བྱང་པར་  
 མེད་པ་ཅན་མ་ཡིན་ཏེ། ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ལ་བྱང་པར་  
 མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །ལེགས་པར་བྱ་བའི་བྱེ་བྲག་ལས་བྱང་  
 པར་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཞན་དུ་ཡང་སྲིད་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །མི་སྲིད་པ་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ལས་ཡང་གཞོན་པར་

བྱེད་པའི་གཏན་ཆེགས་མེད་པའི་ཕྱིར་ ཉེ། འདོད་ཆགས་དང་  
 བྲལ་བ་མ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་ ལ། མ་མཐོང་བ་དང་ནི་གཞོད་པར་  
 བྱ་བ་དང་། གཞོད་པར་བྱེད་པ་མི་བྱེད་འབྲུག་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་འབྲས་བུ་འབྲུལ་བ་མེད་པ་  
 ཅན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྤྱིད་ཀྱང་བྲལ་བ་རྣམས་བཟླར་མི་  
 རུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་བུ་དག་ནི་སྤང་བར་འོས་པ་ཡང་མ་  
 ཡིན་ནོ། །ཆེག་རྣམས་ནི་དེ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་ཉེ། བྱད་པར་བ་ལྟར་  
 རུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །བཟླར་མི་རུང་བ་ཉིད་གཅིག་ཡིན་ན་ཡང་  
 བྱད་པར་མ་མཐོང་བ་རྣམས་རིགས་མི་མཐུན་པ་ ཉིད་དུ་ཁས་  
 ལེན་པ་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་བྱད་པར་རྣམས་ནི་གཞན་  
 ལ་ ཡང་བྱ་བར་རྒྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྤྱི་མདོན་སྤྱུལ་པ་རྣམས་  
 ལ་མདོན་སྤྱུལ་མ་ཡིན་པའི་ངོ་བོ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འབྲུལ་

པའི་རྒྱ་མཚན་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། གཞོད་པར་བྱེད་པ་མེད་པས་  
 འབྲུལ་པ་མི་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྐྱེས་བུ་དག་ལ་ནི་བྱད་པར་  
 མཐོང་བ་གཞོད་པར་བྱེད་པ་ ཡིན་པའི་ཕྱིར། མཚུངས་པ་མ་  
 ཡིན་ནོ། །ཆོག་གི་བྱད་པར་གཞན་གྱི་ངོ་བོར་གྱུར་པ་ནི་དེའི་ངོ་  
 བོ་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་བྱད་པར་མེད་པའི་རང་བཞིན་ཐམས་  
 ཅད་སྐྱེས་བུས་བྱེད་དོ། །ཡང་ན་ནི་འགའ་ཡང་མ་ཡིན་  
 ནོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་ཅུ་དང་འབྲེལ་བའི། །ངོ་ བོ་ཉིད་གྱིས་ངོ་བོ་  
 ཉིད། །ཚྭ་པར་བྱེད་པའམ། དཔེར་ན་ཤིང་གིས་ཤིང་ཤ་བ་ལྟ་  
 བུའོ། །ཡལ་ག་ལ་སོགས་པ་དང་ལྡན་པའི་བྱད་པར་འགའ་  
 ཞིག་ཁོ་ན་ལ་དེ་སྐད་དུ་གྲགས་པའི་ཕྱིར། དེ་ནི་དེའི་རང་གི་ངོ་  
 བོ་ཡིན་ན་རང་གི་ངོ་བོ་ཡོངས་སུ་བོར་ནས་ཀྱང་ངི་ལྟར་ཡོད་  
 པར་ འགྱུར་རོ། །རང་བཞིན་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར་དེ་ལ་ནི་འབྲུལ་

བ་མེད་དོ། །རྒྱ་ཡིས་ཀྱང་། འབྲས་བུ་ལྗོག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་  
 ཏེ། འཁྱུལ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱ་ལོག་པ་ན་ཡང་འབྲས་བུ་  
 ལྗོག་པར་བྱེད་དོ། །གཞན་དུ་ན་དེ་དེའི་འབྲས་བུ་ཉིད་དུ་མི་  
 འགྱུར་རོ། །དེས་ན་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་པོ་ཡང་རང་  
 བཞིན་ངེས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་གཉི་གར་ཡང་རང་  
 བཞིན་འབྲེལ་བ་ཁོ་ནས་ལྗོག་གོ། །དེ་ལྟ་མིན་ན་གཅིག་ལོག་  
 པས། །རི་ལྟར་གཞན་ནི་ལྗོག་པར་འགྱུར། །མི་ལ་ཏྲ་མི་བདོག་  
 ཅེས་ཏེ། །ལྷགས་ ཀྱང་བདོག་པ་མིན་ནམ་ཅི། །དེ་བཞིན་  
 གཅིག་གཅིག་ཉི་བའི་ཕྱིར། །རི་ལྟར་གཞན་ནི་ཉི་བར་  
 འགྱུར། །མི་ལ་ལྷགས་ནི་བདོག་ཅེས་ཏེ། །དེ་བཞིན་ཏྲ་ཡང་  
 བདོག་གམ་ཅི། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་  
 བཅད་པ་དག་གོ། །དེའི་ཕྱིར་རང་བཞིན་འབྲེལ་ བ་ཁོ་ནས་

གཏན་ཆེགས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་གོ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
 ཡང་དེའི་ཆེ་ངོ་བོའི་མཆན་ཉིད་དམ་དེ་ལས་བྱུང་བའི་མཆན་  
 ཉིད་ཡིན་ནོ། །མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་དེ་ཉིད་དཔེ་དག་གིས་རབ་  
 ཏུ་སྟོན་ཏོ། །དེའི་ཕྱིར་ཆོས་མི་མཐུན་དཔེ་ལ། །ངེས་པར་འདི་  
 ལས་གཞི་མི་འདོད། །དཔེ་ལ་ནི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་དེའི་  
 རོ་བོར་དེ་ཅམ་དང་འབྲེལ་བས་སྟོན་ཏེ། བྱས་པའི་རོ་བོ་ཉིད་  
 སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་མི་རྟག་པའི་རོ་བོར་གྱུར་  
 བར་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བའི་ཆད་མ་དཔེས་རབ་ཏུ་  
 སྟོན་ཏོ། །ཆད་མ་ངེས་ཀྱང་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་དེ་ཅམ་  
 དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བར་རྟོགས་པར་འགྱུར་རོ། །ཡང་ན་རྒྱ་ཡི་  
 དངོས་པོར་ཏེ། །དེ་ཡོད་པ་ཉིད་ན་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་དོན་  
 གཞན་རབ་ཏུ་སྟོན་ཏོ། །དེ་ལྟར་དེའི་རོ་བོ་དང་རྒྱའི་དངོས་པོ་



རབ་ཏུ་བྱུང་ན་མི་རྟག་པ་ཉིད་མེད་ན་ བྱས་པ་ཉིད་ མེད་ལ།  
 མེ་མེད་ན་ཡང་དུ་བ་སྟེ། འདི་ལྟར་དེ་ནི་རང་གི་ངོ་བོ་དང་རྒྱ་  
 ཡིན་ན་ངེ་ལྟར་རང་གི་ངོ་བོ་རྒྱ་མེད་པར་ ཡོད་པར་འགྱུར་  
 ཞེས་གཞི་མེད་པར་ཡང་ཆོས་མི་མཐུན་པའི་དཔེ་ལ་ལྟོག་པ་  
 རབ་ཏུ་འགྱུར་ བོ། །དེའི་སྤྱིར་རྒྱ་དང་རང་བཞིན་དང་། །མེད་  
 པ་འགའ་ཞིག་དགག་པའི་ ཡང་། །གཏན་ཆོག་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་  
 དག་ཁོ་ན་ལྟོག་པ་ན་རང་དང་འབྲེལ་བ་ལྟོག་པར་བྱེད་  
 ཏོ། །དེའི་སྤྱིར་དོན་འགའ་ཞིག་དགག་པ་སྐྱབ་པར་འདོད་པས་  
 གྲང་རྒྱུ་འཕ་རང་བཞིན་བྱུང་པར་ བྱེད་པ་ལྟོག་པ་གཏན་  
 ཆོག་མ་ཉིད་དུ་བརྗོད་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་འབྲེལ་ བ་  
 མེད་པ་ལོག་པས་གཞན་ལོ་ག་བར་མི་འགྱུར་པའི་སྤྱིར་  
 རོ། །དམིགས་པར་ནི་རིགས་ལྡན་དེ་མི་དམིགས་པར་ཡང་

དགག་པའི་གཏན་ཆེགས་ཡིན་ནོ། །དགག་པའི་ཡུལ་ཅན་ཐ་  
 ལྷན་གྱི་གཏན་ཆེགས་ལ་དེའི་གཏན་ཆེགས་ཞེས་བཤམ་དེ། དེ་  
 ལྷ་བྱའི་མི་དམིགས་ བ་ནི་རང་ཉིད་དགག་པའི་ངོ་བོ་ཡིན་པའི་  
 སྤྱིར་རོ། །རྒྱ་དང་བྱུང་པར་བྱེད་པ་མི་དམིགས་པ་ནི་གཉི་གའི་  
 ཡང་གཏན་ཆེགས་ཡིན་ནོ། །དགག་པའི་གཏན་ཆེགས་འདི་ནི་  
 རྣམ་པ་གསུམ་ཁོ་ན་སྟེ། དམིགས་སུ་ཡོད་པའི་རྒྱ་དང་། བྱུང་  
 པར་བྱེད་པ་དང་རང་གི་བདག་ ཉིད་དེ་ལྷར་ངེས་པར་མི་  
 དམིགས་པའི་དེ་ནི་འགལ་བ་ལ་སོགས་པ་མ་རྟོགས་པ་དང་  
 རྟོགས་ པའི་སྦྱར་བ་དབྱེ་བ་དེ་དང་དེ་དག་གིས་རྣམ་པ་དུ་མར་  
 བཤམ་དོ། །རང་གི་དོན་གྱི་རྗེས་སུ་དཔག་པ་རྣམ་པར་ངེས་པ་  
 སྟེ་ལེ་བྱ་གཉིས་པའོ། ། །

༥ གཞན་དོན་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ནི། །རང་གིས་མཐོང་དོན་  
 རབ་གསལ་བྱེད། །རི་ལྟར་རང་ཉིད་ཚུལ་གསུམ་པའི་རྟགས་  
 ལས་རྟགས་ཅན་ལ་ཤེས་པ་སྐྱེས་པ་ཁོ་ན་ལྟར་གཞན་ལ་  
 རྟགས་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་བསྐྱེད་པར་འདོད་པས་ཚུལ་གསུམ་  
 པའི་རྟགས་སྟོན་པར་བྱེད་པ་ནི་གཞན་གྱི་དོན་གྱི་རྗེས་སུ་  
 དཔག་པ་སྟེ། རྩུ་ལ་འབྲས་བུ་བརྟགས་པའི་བྱིར་རོ། །འདིར་  
 རང་གིས་མཐོང་དོན། ཞེས་སྟོས་པ་ནི། ལུང་ལས་གཞན་གྱིས་  
 མཐོང་བ་ནི། །སྐྱབ་མིན་དོན་མེད་ལས་ཀྱང་འབྲུབ་པ་  
 མིན། །ཞེས་ཤེས་པར་བྱེད་པའི་བྱིར། རི་ལྟར་ཁ་ཅིག་ན་རེ།  
 གཞན་གྱིས་རྟགས་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར། རང་གིས་  
 མཐོང་བ་མ་ཡིན་ཡང་། །གཞན་གྱིས་མཐོང་བ་སྐྱབ་པར་བྱེད་  
 པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་སྟོ་དང་བདེ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི་སེམས་པ་

མེད་པ་ཡིན་ཏེ། སྐྱེ་བ་ཅན་ནམ་མེ་རྟག་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་  
 གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའོ་ཞེས་ཟེར་བ་དེ་  
 ནི་མི་རིགས་ཏེ། རྗེས་སྤྱད་པག་པའི་ཡུལ་ལ་ཆོག་གི་ཚད་མ་  
 མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཚད་མ་ཡིན་ན་ནི་རྗེས་སྤྱད་པག་པ་མི་  
 འཇུག་པར་འགྱུར་ཏེ། ཆོག་ཙམ་གྱིས་དོན་གྲུབ་པས་གཏན་  
 ཆོགས་ལ་སོགས་པ་དོན་མེད་པའི་ སྤྱིར་རོ། །ཆོག་གི་བྱུང་  
 བར་ཚད་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཉེས་པ་མེད་དོ་ཞེ་ན། འདི་ལ་ལྷུང་  
 གི་ཚད་མ་བསམ་པར་བཤའ་བྱེད་ཏོ། །འདི་ལ་མི་སྤྱི་བའི་ཚད་  
 མ་མེད་ན་བྱུང་པར་འགའ་ཞིག་ཡོད་པར་ཡང་མི་འགྱུར་  
 རོ། །མི་སྤྱི་བ་ཡོད་ན་ནི་དེས་གྲུབ་པ་པ་རོལ་འགའ་ ཞིག་ལ་  
 གྲུབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་ཁས་སྦངས་ནས་བརྟག་པ་འཇུག་  
 པ་ནི་མ་ཡིན་གྱི། འོན་ཀྱང་བརྟགས་ནས་ཁས་ལེན་པ་ཡིན་ཏེ།

དེའི་ཕྱིར་གཞན་གྱིས་ཁས་སྤངས་པས་ནི་འགྲུབ་པ་ཡིན་  
 བོ། །ལུང་དེ་ལ་གཞོད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་གཞན་ལ་སྐྱབ་པར་  
 བྱེད་པ་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་དེའི་ཆེ་འདི་ཚད་མ་མ་ཡིན་པས་དེ་  
 གྲུབ་པ་ནི་གྲུབ་པ་མ་ ཡིན་པའི་ཕྱིར་དེ་ལས་འགྲུབ་པ་ཇི་ལྟར་  
 འགྱུར། ལུང་དེ་དང་ལྡན་པ་ལ་དེས་འགྲུབ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།  
 གང་གི་ལུང་གང་ཡིན། ཚད་མས་གཞོད་པ་ལུང་ཉིད་དུ་ཡང་ཇི་  
 ལྟར་འགྱུར། སྐྱེ་བོ་རང་ བྱར་སྐྱེས་གྱུར་ཅིང་། །ཡོན་ཏན་ཉེས་  
 པ་མ་མཐོང་ལ། །ཀྱེ་མ་གྲུབ་མཐའ་མི་བཟད་པའི། །གདོན་དེ་  
 སུ་ཡིས་དགོས་པ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བར་སྐྱབས་ཀྱི་ཆོགས་  
 སུ་བཅད་པའོ། །ལུང་དེ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་དང་འགལ་བ་ཁས་ལེན་  
 པར་ཡང་ཇི་ལྟར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ཁས་སྤངས་ནས་སྤང་བའི་ཡན་  
 ལག་གི་ལུང་ཚད་མ་མ་ཡིན་པས་ན་རྟོགས་པར་མི་རུང་བའི་

ཕྱིར་རོ། །དེས་ཁས་སྦངས་པ་ལུང་ཡིན་ལ། དེ་ལས་ཀྱང་སྐྱབ་  
 བར་བྱེད་པའི་ཆོས་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལས་ནི་དངོས་པོ་འཛོག་  
 པའི་ཕྱིར་ན། དངོས་པོ་ལེགས་ བར་རྣམ་པར་གནས་པ་ཡིན་  
 བོ། །སྐྱེས་བྱས་འདོད་པས་གཏན་ཆེགས་དང་དེར་སྦང་བ་དག་  
 གིས་དེ་ཉིད་རྣམ་པར་འཛོག་པ་ན། ད་ནི་དངོས་པོ་ལ་གཏན་  
 ཆེགས་དང་གཏན་ཆེགས་མ་ཡིན་པ་ཡང་ཅི་ཡོད་དེ། དེ་ནི་  
 དངོས་པོ་ལ་འཇུག་པར་ཡང་མ་ངེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡོད་ པའི་  
 དོན་ནི་རྟོགས་པ་ལ་ལྟོས་ནས་སྐྱབ་པར་བྱེད་པར་འགྱུར་བ་  
 ཡིན་གྱི། གང་ལས་གཞན་གྱིས་ཁས་སྦངས་པ་ཅམ་གྱིས་  
 འགྱུར་པར་འགྱུར་བ་མེད་པར་རྟོགས་པ་ཅམ་ གྱིས་ནི་མ་ཡིན་  
 བོ། །ཡོད་ཀྱང་དངོས་པོས་མ་བྱས་པའི་རྟོགས་པ་ནི་མེད་པར་  
 རྟོགས་པ་དང་བྱེད་པར་ ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཡིད་ཆེས་པ་

མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འབྲས་བུ་དང་རང་བཞིན་དང་མི་དམིགས་  
 པའི་བྱུང་པར་དག་ལས་རྟོགས་པའི་ཡན་ལག་གཞན་ནི་ མེད་  
 རོ་ཞེས་བཤད་ཅིན་ཏོ། །དེ་དངོས་པོ་ལ་གྲུབ་པའི་མཚན་ཉིད་  
 ཡིན་ན་ངེ་ལྟར་བདག་ཉིད་ལམ་གྲུབ་པར་འགྱུར། གཞན་གྱིས་  
 ནི་པ་རོལ་ཡང་རྟོགས་པར་མི་འཐད་པ་ཉིད་དོ། །གཞན་གྱིས་  
 ཀུན་བརྟགས་པས་ཐལ་བ་བསྐྱབ་པ་དཔེར་ན་དུ་མ་ལ་ཡོད་  
 པའི་གཅིག་པོ་ནི་ ཡུལ་ལ་སོགས་པའི་བྱུང་པར་གཞན་དང་  
 ལྡན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཡུལ་དང་དུས་དང་གནས་སྐབས་ཀྱི་བྱུང་  
 པར་ངེས་ པའི་གསལ་བ་གཅིག་དང་འདྲེས་པས་རྣམ་པར་མ་  
 བཅད་པ་རང་བཞིན་གཞན་གྱིས་སྟོང་པའི་ ཕྱིར་ཏེ། དེ་ལྟ་བུའི་  
 རང་བཞིན་ནི་ཡུལ་ལ་སོགས་པ་ཐ་དད་པ་ཅན་དང་ལྡན་པར་  
 འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཆོས་

གཅིག་ཁས་སྤངས་ན་ཆོས་གཞན་ ཁས་སྤངས་པར་བསྟན་  
 པའི་ཕྱིར་ཡིན་ཏེ། དེ་ཁས་མི་ལེན་ན་ནི་ཆོས་གཉི་ག་ལྟོག་པར་  
 འགྱུར་རོ། །རྣམ་པར་དབྱེ་བར་བྱ་བ་མི་རྣམས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་  
 ནི་གཞན་དུ་དེ་ལྟ་ཡང་དངོས་སུ་འབྲེལ་པའི་ཕྱིར་རོ། །ད་ནི་རི་  
 ལྟར་མི་སྲིད་པའི་དོན་གྲུབ་པར་འགྱུར་ཞེ་ན། གང་ཞིག་ མི་  
 སྲིད་པས་ཁྱབ་པ་དེ་ཡང་དེ་ལ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་ རོ། །དེ་ཁས་  
 ལེན་ན་གཞན་གཤོན་མི་བྱ་བར་འགྱུར་པའི་ཕྱིར་བསྐྱོག་པར་  
 དཀའོ། །དེ་ལྟ་ན་ཡང་རང་གིས་ཁས་སྤངས་པ་གཞན་དུ་  
 གནས་པའི་ཕྱིར་གཏན་ཆིགས་མ་གྲུབ་པ་དང་། དམ་བཅས་པ་  
 ལ་ཁས་སྤངས་པ་ལ་ སོགས་པས་གཞོད་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན་  
 མ་ཡིན་ཏེ། བརྟག་པའི་དུས་ན་འགའ་ཡང་ཁས་སྤངས་པ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །དོན་གང་ཉོགས་པར་བྱེད་པ་དེས་ནི་དེ་ཉོགས་



བའི་ཤུགས་ཀྱིས་འོངས་བའི་དོན་གཞན་ ཡང་ཁས་སྦངས་པ་  
 ཡིན་ཏེ། འོད་ཁས་སྦངས་ན་སྟོན་མ་ ཁས་སྦངས་པ་བཞིན་  
 བོ། །དེའི་སྤྱིར་དེ་ནི་རྟོགས་པ་ཉིད་ཡིན་གྱི། ལྟ་བ་གཞན་དུ་  
 གནས་པས་སྟོན་བརྗོད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ནི་དེའི་ཁས་ལེན་  
 བའི་དུས་ཡིན་པས་དེར་དོན་ངེ་སྟེད་རིགས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་  
 ཉེ་བར་གནས་པ་དེ་མཐའ་དག་ཁས་སྦང་བར་བྱ་བའམ། ཡང་  
 ན་ནི་འགའ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་མ་གྲུབ་པ་ལ་སོགས་པར་  
 འགྱུར་བ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་ཡིན་ན་འདི་ཡང་  
 འགྱུར་བའམ། མ་ཡིན་ན་ནི་གཉི་ག་ཡང་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་  
 ཆོས་གཉིས་འབྲེལ་བ་ཉེ་བར་སྟོན་པ་ཡིན་ བའི་སྤྱིར་རོ། །ངེས་  
 པ་ཉིད་དུ་ཡོངས་སུ་ འཛིན་པ་སྟོན་འདིར་འགྱུར་བའམ།  
 གཏན་ཆེགས་ཡོད་ན་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །རིགས་པས་ཐོབ་པ་ནི་

གདོན་མི་བ་བར་ཁས་སྒྲང་བར་འོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཁས་  
 སྒྲངས་པས་རིགས་པ་ལ་གཞོན་པར་མི་རུས་སོ་ཞེས་བཤད་  
 པར་བྱའོ། །ཆོས་གཅིག་ཁས་ལེན་པས་ གདོན་མི་བ་བར་  
 གཞན་ཁས་སྒྲངས་པ་ནི་རིགས་པས་བྱས་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །གཏན་ཆེགས་མེད་ཀྱང་འདི་ནི་རྩ་བའི་གཏན་ཆེགས་ཀྱི་  
 ཁྱབ་པར་བྱ་བ་དང་ཁྱབ་པར་བྱེད་ པའི་དངོས་པོ་སྐྱབ་པར་  
 བྱེད་པའི་རྣམ་པ་ཡིན་གྱི། བསྐྱོག་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ནི་མ་  
 ཡིན་ཏེ། གཏན་ ཆེགས་ལ་ཚད་མ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་  
 འདིར་ཡང་བསྐྱོག་པ་ཉིད་ཀྱིས་མི་རྟག་པ་ཉིད་དང་སྐྱེ་བ་དང་  
 ལྡན་པ་འགོག་པར་ བྱེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་བྱེད་པ་ནི་  
 ལྷ་ཡང་མེད་དོ། །དེ་ལྟར་བྱེད་པར་རུས་པ་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ཏེ།  
 སེམས་པ་ཅན་དང་དེ་གཉིས་འགལ་བ་མ་གྱུབ་པས་ཐལ་བ་

དང་བསྒྲོག་པའི་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་དག་གོ་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་  
 པའི་ ཕྱིར་རོ། །སྒྲར་རྒྱ་མ་ཚད་བ་མེད་པ་ཅན་འབྱུང་བ་ལས་  
 གཅིག་ཡོད་པས་མེད་པའི་ཕྱིར་རམ་པན་ཚུན་ སྤངས་ཏེ་  
 གནས་པའི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་འགལ་བར་རྟོགས་པ་ཡིན་ན། སྐྱེ་  
 བ་ཅན་དང་མི་རྟག་པ་དག་དང་སེམས་པ་ཡོད་པ་ལ་ནི་དེ་གྲུབ་  
 པ་མ་ཡིན་ནོ། །གཅིག་ལ་ནི་རི་སྐད་བཤའ་པའི་རང་བཞིན་  
 གཞན་དང་བྲལ་བར་ཁས་སྤངས་པ་ཁོ་ནའི་ཕྱིར་ ཡུལ་ལ་  
 སོགས་པ་ཐ་དད་པ་ཅན་དང་ལྡན་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་  
 མེད་པ་དང་དེ་ཡོད་པ་ནི་པན་ ཚུན་སྤངས་ཏེ་གནས་པའི་  
 མཚན་ཉིད་ཀྱིས་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །སྒྲོབ་དཔོན་དག་གིས་  
 གྲང་ཡན་ལག་ཅན་དགག་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་སྤྱོད་ན་འདི་  
 ཉིད་རྣམ་པ་ ཏུ་མའི་སྒྲོ་ནས་ཉེ་བར་བཀོད་པས་རྣམ་པ་དེ་ལྟ་

བྱའི་རང་བཞིན་འགོག་པར་མཛད་པ་ཡིན་ ཏེ། གཅིག་ ཉིད་  
 དང་དུ་མ་ཡོད་པ་ནི་འགལ་བའི་སྤྱིར་རོ། །གཞན་དག་ནི་  
 གཅིག་ཁས་སྤངས་པ་བཏང་བ་མེད་ན་མེད་པའི་སྤྱིར་ཆོས་  
 གཉིས་ཀ་ཡོད་པ་མ་ ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །གྲུབ་པའི་མཐའ་ཁས་  
 ལེན་པའི་རྒྱ་མཚན་དབྱེད་པའི་སྐབས་སུ་བབ་པའི་ཆེ་ཡིན་ཏེ།  
 དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་ནི་ཁས་ སྤངས་ནས་རྣམ་པར་དཔྱེད་པ་མི་  
 འཐད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དོན་མེད་པར་རྟོག་པ་སྒྲོ་བཏགས་པ་ཡང་  
 ཏྲག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་སྒྲ་མི་ཏྲག་པའམ་མི་ཏྲག་པ་ཡིན་  
 ཏེ། སྤྱོད་པ་དང་མཐུན་པའི་སྤྱོད་པ་དག་ལས་གང་ཡང་རུང་བ་  
 ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་ བུའོ། ། འདིར་དངོས་པོ་ལ་ནི་  
 སྒྲ་དང་བུམ་པ་གཉིས་སམ། སྒྲ་དང་ནམ་མཁའ་གཉིས་ཉི་བར་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་གྱི། འོན་ཀྱང་སྒྲ་བ་པོའི་བརྗོད་པར་འདོད་པས་

བྱས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་མེད་ན་བརྗོད་པར་འདོད་པ་དང་ཅིག་ཞོས་  
 དག་གིས་ཉེ་བ་དང་བསྐྱལ་པ་ཉིད་མེད་པའི་ བྱིར་རོ། ། དངོས་  
 པོའི་རང་བཞིན་ཡིན་ན་ནི་ཡང་གཞན་དུ་བརྗོད་པར་འདོད་  
 པས། གཞན་དུ་འགྱུར་བ་མི་རིགས་པའི་བྱིར་དང་། གཅིག་ལ་  
 ཅིག་ཅར་ཡོན་ཏན་འགལ་བ་བསྐྱུ་བ་མི་རིགས་པའི་བྱིར་  
 རོ། །དེའི་བྱིར་ཆོས་འདི་དག་ནི་བྱེད་པ་པོའི་འདོད་པའི་རྗེས་  
 སྐྱབྱེད་པ་ཡིན་ གྱི། དངོས་པོའི་རང་བཞིན་གྱི་རྗེས་སྐྱབྱེད་པ་  
 ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་དེ་ལྟར་མི་འཇུག་པའི་བྱིར་རོ། །དེའི་བྱིར་  
 དེ་ལས་ནི་དོན་མི་འགྱུབ་སྟེ། དངོས་པོའི་རང་བཞིན་དག་ཉེ་བ་  
 དང་བསྐྱལ་པར་མ་གྱུབ་པའི་བྱིར་རོ། །གྱུབ་ན་ནི་འགྱུར་ཏེ།  
 དཔེར་ན་འགའ་ ཞིག་ཏུ་དེ་འདྲ་བའི་རང་བཞིན་གྱི་ཆོས་མཐུན་  
 པ་མཐོང་ནས་གོང་བུ་འདི་ནི་རྣ་ཅན་ ཡིན་ཏེ། བ་ལང་དང་བ་

མིན་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བརྗོད་པ་  
བཞིན་ནོ། །ཅི་སྟེ་ཡང་ངས་དེ་ལྟར་བརྗོད་པར་འདོད་པ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་སྒྲས་པ་དེའི་ཆེ་དོན་ གྱིས་སྟོང་པའི་བརྗོད་  
པར་འདོད་པ་ཙམ་ཞིག་འགྲུབ་ཀྱི། དེ་ལས་དོན་འགྲུབ་པ་ནི་མ་  
ཡིན་ནོ། །དེའི་འདོད་པ་ནི་དངོས་སོ་ལ་འཇུག་པར་ངེས་པ་  
མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ལྟར་གང་ལ་དེའི་འདོད་པ་ཡོད་པ་དེར་  
དངོས་སོ་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་དེ་ལྟར་ནི་ བལྟ་བར་རྒྱས་པ་མ་  
ཡིན་པས་བྲུབ་པ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་འབྲུལ་པར་འགྱུར་  
རོ། །འདིས་ནི་ངས་སྒྲངས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
པའི་གཏན་ཆོག་གས་ཀྱི་སྒྲུར་བ་དང་། ལུང་ལས་གྲུབ་པ་ཡང་  
བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །ཆོག་ནི་སྒྲ་བ་པོའི་འདོད་པ་ཙམ་གྱིས་  
འཇུག་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྟོག་དང་ ལུང་དག་བྱེད་པ་པོའི། །འདོད་

བ་ཅམ་དང་རྗེས་འབྲེལ་དང་། །དངོས་པོ་ལ་ཡང་སྲིད་པའི་  
 ཕྱིར། །དེས་བྱས་པ་ནི་འབྲུལ་བ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསྐྱ་  
 བའི་ཆོགས་སྐྱ་བཅད་པའོ། །ཚུལ་གསུམ་པའི་རྟགས་བསྟན་  
 བར་བྱེད་པ་གཞན་གྱི་དོན་གྱི་རྗེས་སྐྱ་དཔག་པ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། དོན་གྱིས་ན་སྦྱོགས་གྱི་ཆོག་ནི་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་  
 བོ་ཞེས་བཤད་པར་རིག་པར་བྱའོ། །རི་ལྟར་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་  
 མ་ཡིན་ནོ། །ཞེ་ན། དངོས་སམ་བ་རྒྱད་པས་དེ་ལ་གྲུབ་པ་མི་  
 སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་རོ། །རེ་ཞིག་དངོས་སྐྱ་ནི་དོན་གྱི་དོན་རྟོག་ཕྱིར་  
 དོན་ལ། །སྦྱོགས་དང་གཏན་ཆོགས་བརྗོད་ཀྱས་མེད། །དེས་  
 བ་དེ་དག་རང་ཉིད་ལས། །སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་གནས་མ་  
 ཡིན། །དོན་ཉིད་གྱིས་དོན་གོ་བར་བྱེད་དེ། འབྲུལ་བ་མེད་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །བརྗོད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །འབྲེལ་བ་ངེས་པ་མེད་ཕྱིར་

རོ། །དེས་ན་སྤྱོད་གས་དང་གཏན་ཆེགས་ཀྱི་ཆེག་རང་ཉིད་ཀྱིས་  
 དོན་གྲུབ་པའི་སྤྱིར་ནི་སྦྱབ་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །སྤྱོད་གས་  
 ཀྱི་ཆེག་ལས་ནི་དོན་ལ་ཐེ་ཆོམ་བ་བར་མཐོང་གི། དེས་པ་ནི་  
 མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དངོས་སུ་སྦྱབ་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་  
 ནོ། །བསྦྱབ་བྱ་བཟོད་སྤྱིར་སྤྱོད་གས་ཀྱི་ཆེག་།བརྒྱད་པ་ཡིས་  
 གྲང་རྒྱས་པ་མེད། །གཏན་ཆེགས་བཟོད་པ་རང་ཉིད་  
 ལ། །རྒྱས་པ་མེད་གྲང་རྒྱས་སྟོན་བྱེད། །བརྒྱད་པས་གྲང་མ་  
 ཡིན་ཏེ། བསྦྱབ་པར་བྱ་བ་བཟོད་པའི་སྤྱིར་རོ། །གཏན་ཆེགས་  
 ཀྱི་ཆེག་ནི་རང་ཉིད་རྒྱས་པ་མེད་གྲང་རྒྱས་པ་བཟོད་པར་བྱ་བ་  
 ཡིན་སྤྱིར་ཉེ་བར་བཏགས་ནས་སྦྱབ་པར་བྱེད་པ་འདོད་པ་ཡིན་  
 ནོ། །དེ་ལས་གཏན་ཆེགས་ཀྱི་ཆེགས་སུ་འཇུག་པའི་  
 སྤྱིར། །དེ་ཡང་རྒྱས་པ་ཉིད་དོ་ཞེ་ན། ཐེ་ཆོམ་ལས་ཤེས་པར་



འདོད་པ་དང་། སྐབས་འཇུག་པའི་སྤྱིར་དེ་དག་ལས་ཐལ་བར་  
 འགྱུར་རོ། ། མི་མཐུན་པའི་ཆོག་ཙམ་ལས་ཀྱང་ཐེ་ཆོམ་བ་  
 བས་གཉེན་པོ་གཏན་ཆོགས་ཀྱི་ཆོག་འཇུག་པས་ སྤྱིད་པའི་  
 སྤྱིར་དེ་ཡང་དེ་དང་ལྟན་ཅིག་སྐྱབ་པར་བྱེད་པར་འགྱུར་  
 རོ། །དེའི་སྤྱིར་ནང་གི་ཡན་ལག་གི་དོན་འགྱུར་པའི་རྒྱས་པ་ནི་  
 ཚུལ་གསུམ་ཉིད་ལ་གནས་པ་ ཡིན་ ལ། དེ་ལ་བླན་པ་འཛོག་  
 པར་བྱེད་པ་ནི་དེའི་ཆོག་ལ་གནས་པའི་སྤྱིར། དེ་ཉིད་སྐྱབ་པར་  
 བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །ཡུལ་མ་བསྟན་ན་གཏན་ཆོགས་འཇུག་པ་མི་  
 སྤྱིད་པས་ཡུལ་སྟོན་པ་ཉིད་ཀྱིས་རྒྱས་པ་ཡིན་ རོ་ཞེ་ན། འདི་  
 ལ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །གཞན་ཡང་དེ་ མེད་ཀྱང་གང་ཅུང་བད་  
 བྱས་པ་དེ་ཐམས་ཅད་ནི་མི་ཏྲག་པ་ཡིན་ལ། སྐྱ་ཡང་བྱས་པ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་པས་ཀྱང་སྐྱ་མི་ཏྲག་པའོ་ཞེས་དོན་གྱིས་གོ་

བ་ ཉིད་དོ། །དེའི་ཕྱིར་འདི་ནི་གདོན་མི་བ་བར་བསྟན་པར་བྱ་  
 བ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་ཕྱོགས་ནི་མ་བཟོད་ཀྱང་འགྲུབ་ བ་ལ་  
 གེགས་མེད་པའི་ཕྱིར། གསུམ་ལས་ཚུལ་གང་ཡང་རུང་བ་  
 ཞིག་མ་སྐྱས་ན་སྐྱབ་པ་མ་ཚང་བའི་སྒྲིན་དུ་འགྱུར་རོ་ ཞེས་  
 བཤད་པར་རིག་པར་བྱའོ། །འོ་ན་ད་ནི་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་དེ་  
 བསྟན་པ་མེད་ན་མེད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཕྱོགས་ གྱི་མཚན་  
 ཉིད་བཟོད་པར་མི་བྱའོ་ཞེ་ན། བཟོད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ།  
 བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དང་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་ལ་བྱིན་ཅི་  
 ལོག་ཏུ་ལོག་པར་རྟོགས་ བ་མཐོང་བའི་ཕྱིར། དེ་བསྐྱོག་པའི་  
 དོན་དུ་ཡིན་ནོ། །རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱ་བ་དེ་ཡང་། རོ་བོ་ཁོ་  
 ནར་བསྟན་པར་བྱ། །རང་ཉིད་འདོད་དང་མ་ བསལ་  
 བའོ། །འདིར་རང་གི་རོ་བོ་དང་། ཆིག་ལྷད་དང་། འདོད་པ་

དང་། རང་ཉིད་ཀྱི་ཆེ་ག་བཞིས། མ་གྲུབ་སྐྱབ་བྱེད་མིན་དོན་  
 བརྗོད། །ཞོལ་བས་ཁས་སྦངས་པ་བཟུང་ངོ་། །ཞེས་རིག་པར་  
 བྱའོ། །དེས་ན་གྲུབ་པ་དཔེར་ན་སྐྱ་ནི་མཉན་པར་བྱ་བའོ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ལྟ་བུ་དང་། མ་གྲུབ་ཀྱང་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཉིད་དུ་འདོད་  
 པ་དཔེར་ན་མ་གྲུབ་པའི་གཏན་ཆེགས་དང་། དཔེ་དག་དང་།  
 སྐབས་ཀྱི་རྟེན་མ་ཡིན་པ་དང་། བསྟན་བཅོས་ཁས་སྦངས་ཀྱང་  
 མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་པ་ཞོལ་བའི་ཁས་སྦངས་པ་མ་ཡིན་  
 པ་བསལ་བ་ ཡིན་ནོ། །ད་ནི་ངེ་ལྟར་མ་ཐོས་ན་བསྐྱབ་པར་བྱ་  
 བ་ཉིད་དུ་འདོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་རྟོགས་ཤེ་ན། སྐབས་ཀྱིས་  
 མོ། །དཔེར་ན་འདུས་པ་རྣམས་གཞན་གྱི་དོན་ཡིན་པར་གྲུབ་  
 པ་ན་བདག་གི་དོན་ཉིད་བཞིན་ནོ། །དེ་ནི་མ་སྐྱས་སུ་བེན་ཀྱང་  
 འདོད་པས་བྱུབ་པའི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་

པའི་ཕྱིར་འདོད་པ་སྟོས་སོ། །དེ་ཉིད་སྟོས་པ་ལས་ཆོས་དང་  
ཆོས་ཅན་གྱི་བྱད་པར་དུ་བཤད་པ་ཡིན་ཏེ། འདི་དག་ནི་འདུས་  
པ་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ཅན་གཞན་གྱི་དོན་ཡིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་  
པས་ན། ཆོས་ཀྱི་བྱད་པར་དུ་ཉེ་བར་གཟུང་བའི་ཕྱིར་དེ་དེའི་  
བྱད་པར་ཡིན་ནོ། །མིག་ལ་སོགས་པ་འདུས་པ་མ་ཡིན་པའི་  
དོན་དག་ནི། །གཞན་གྱི་དོན་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
ཆོས་ཅན་གྱིས་བྱད་པར་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་རྣམ་པར་གཞག་པ་  
ཙམ་ཞིག་ཐ་དད་པར་བད་གྱི་དོན་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །བྱད་པར་དུ་  
གྱུར་པའི་བསྐྱབ་བར་བྱ་བ་སྐབས་སུ་བབ་པ་ལས་དོན་གཞན་  
ཡིན། གང་གིས་དེ་ལྟར་སྦྱས་པའི་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ཀྱིས་པན་  
པར་འགྱུར་བ་འབྲེལ་བ་ཅི་ཞིག་ཡོད་དེ། ཏ་ཅང་ཐལ་བར་  
འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་ཡིན་དང་གཏན་ཆེགས་འགལ་བ་

དང་དཔེ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པས་སྟོང་པར་འགྱུར་ཏེ། ཆོས་ཀྱི་  
 ཆོགས་དེ་ཉིད་ནི་འགར་ཡང་རྗེས་སུ་འགོ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །དེའི་ཕྱིར་གང་ལས་ཀྱང་རྟོགས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །སྤྲུམ་  
 པའི་ཆོས་རྗེས་སུ་འགོ་བ་མེད་ན་སྟོན་འདིར་འགྱུར་གྱི། གཞན་  
 ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཉིད་དུ་  
 ཁུབ་པར་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྟོན་མེད་ན་ནི་འདོད་པ་ལ་  
 གཞོད་པ་བྱེད་པར་ཡང་མི་འགྱུར་ཏེ། དེ་ནི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་  
 མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་ཉིད་ལ་འཇུག་པས་དེ་ལས་བསྐྱོག་པ་  
 བསྐྱབ་པ་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཇི་སྐད་བཤད་པའི་  
 ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་གྱི་ཁྱད་པར་ལ་ནི་རྗེས་སུ་འགོ་བ་མེད་པའི་  
 སྟོན་འདོད་པ་ཉིད་ དེ། ཇི་སྐད་དུ་བདག་གཞན་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་ནི་  
 དེ་མ་གྲུབ་པོ་ཞེས་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །འགལ་བའི་ཆོས་ཀྱང་

འདོད་པ་དེ་ཉིད་ལ་གཞི་དཔར་བྱས་པ་ཡིན་ནོ། །མ་བརྗོད་པའི་  
 བྱིར་དེ་ཡང་བསྐྱབ་ པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་གང་  
 ལ་ཚུད་པས་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་བཞོད་པ་དེ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་མ་  
 ཡིན་ན་ བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཅི་ཡིན། དེ་ལྟ་ཡིན་ན་བྱིན་ཅི་ལོག་  
 ཏུ་བྱུང་བ་པའམ་དོན་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན་སྤྱི་ལོ་བོ་ནི་  
 མིང་ཅན་དང་འབྲེལ་པའི་སྤྱི་ལོ་ནས་དོན་ དང་ལྡན་པ་ཡིན་  
 ཏེ། རྣམ་པར་དབྱེ་བ་དང་ལྡན་པར་མཐོང་བའི་བྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་  
 བ་ལ་རང་གི་རོ་བོ་ཅམ་གྱིས་ དོན་དང་ལྡན་པར་ནི་བསྐྱབ་པར་  
 བྱ་བ་མ་ཡིན་ལ། དོན་དང་ལྡན་པར་ཡང་མཐོང་བ་དེའི་བྱིར་བྱི་  
 རོལ་གྱི་དོན་དང་ལྡན་པ་ཉིད་མི་འདོད་ པ་བྱུང་བར་འགྱུར་  
 བའམ། དེ་ བཞིན་དུ་མིག་ལ་སོགས་པ་ནི་གཞན་གྱི་དོན་ཡིན་  
 ཏེ། འདུས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལ། གཞན་གྱི་དོན་ཅམ་

བྱང་པར་མེད་པར་བྱུང་བྱང་བདག་གི་དོན་ནི་མ་ཡིན་པ་བཞིན་  
 བོ། །དེ་དག་འདུས་པ་གཞན་གྱི་དོན་བྱེད་པར་ནི་ཁས་སྦངས་  
 པའི་ཕྱིར། སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་འབྲས་བུ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
 ཕྱིར་མ་སྦྱས་བྱང་འདོད་པས་བྱུང་པ་ནི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་  
 ཞིང་། དེ་མ་ཚང་བ་ལ་སོགས་པ་ཡང་དཔེ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བས་  
 སྟོང་པ་ལ་སོགས་པའི་ཉེས་པ་ཡིན་ནོ། །འདིས་ནི་གཉིས་པ་  
 དང་བཅས་པའི་སྒྲོར་བ་རྣམས་ལ་ཡང་རྗེས་སུ་འགོ་བ་མེད་  
 པའི་ཉེས་པ་བཤད་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་བུམ་པ་ནི་མངོན་པར་  
 གསལ་བའི་སེམས་པ་ཅན་ལུས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེས་བུ་  
 དང་བུམ་པ་གང་ཡང་རུང་བས། གཉིས་པ་དང་བཅས་པས་  
 ཡིན་ཏེ། ལྷུང་ལ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཅིག་པ་བཞིན་ནོ། ཞེས་བྱ་བ་  
 ལ། ཅིག་པ་ནི་དེ་ལྟ་བུར་བྱུར་པའི་སྐྱེས་བུས་གཉིས་པ་དང་

བཅས་པ་མ་གྲུབ་པ་བཞིན་ནོ། །འོན་ཏེ་སྤྱི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་  
 འདོད་པའི་སྤྱིར་བྱུང་པར་འཕེན་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། འདི་ལ་ནི་  
 དེ་མི་འཕེན་ན་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་འབྲས་བྱ་ཅི་ཡིན། ཡང་ན་ནི་  
 མི་ འདོད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བཤད་ཟིན་ཏོ། །གལ་ཏེ་སྐྱབ་  
 པར་བྱེད་པས་ཡུལ་དུ་བྱས་པ་མ་ཡིན་ན་ངེ་ལྟར་དེས་དེ་  
 འགྲུབ། འགྲུབ་ན་ཡང་ངེ་ལྟར་ཡུལ་མ་ཡིན། ཡུལ་ཡིན་ནོ་ཞེ་  
 ན་ནི་རང་ལ་བརྟེན་པའི་ཉེས་པའི་རྣམ་པས་ངེ་ལྟར་མ་རེག་  
 པར་འགྱུར། དེས་དེ་ ལ་བརྟེན་པའི་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ལས་ཉིད་  
 པར་འགྱུར་ཞིང་། གཞན་སུན་འབྱེན་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་  
 བ་འདི་ནི་གསལ་བར་རྒྱལ་པོའི་གྲ་སའི་རྣམ་ པར་གཞག་པ་  
 ཡིན་ནོ། །དེས་ན་གྲུབ་པ་འཕེན་པའི་སྤྱིར་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་  
 རུས་པས་བྱབ་པའི་དོན་གྱིས་ རྣམ་པ་ ངེ་སྟེད་པ་དེ་ཐམས་



ཅད་ནི་སྤྲོན་འབྲེན་པས་ཀྱང་ཡིན་ནོ། །རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་ལྷས་  
 བྱམ་པ་ལས་དོན་གཞན་གྱི་ངོ་བོར་ཁས་མི་ལེན་ན་སྒྱི་ སྒྱུབ་པ་  
 ཡང་མི་སྲིད་དེ། གང་ཡང་རུང་བའི་དོན་གཞན་གྱི་ངོ་བོ་མེད་  
 པའི་སྤྱིར་རོ། །གཉི་ག་དེ་ལྟ་བུའི་དངོས་པོར་སྲིད་ན་གང་ཡང་  
 རུང་བ་བརྗོད་པར་རྒྱས་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ལྟ་སྒྱིན་དང་  
 མཆོད་སྒྱིན་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་པའོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་  
 གྱི། །གང་ཡང་རུང་བ་གཅིག་ཟ་མི་སྲིད་པའམ་འདོད་པ་མེད་  
 ན་མ་ཡིན་ནོ། །འདི་ལས་ཀྱང་གང་ཡང་རུང་བ་དོན་གཞན་གྱི་  
 ངོ་བོ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ་བྱམ་པ་ རང་ཉིད་ཀྱིས་དོན་གཞན་གྱི་ངོ་  
 བོར་ཁས་མ་སྒྲངས་པའི་སྤྱིར་དང་འགལ་བའི་སྤྱིར་  
 རོ། །ཤྭགས་ཀྱིས་ལྷས་ཉིད་ཀྱི་དོན་གཞན་དུ་གྱུར་བ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་ངག་གི་དོན་དུ་རྣམ་པར་ གནས་པའི་སྤྱིར་གང་ཡང་རུང་

བ་ཞེས་སྟོས་པ་ནི་དོན་མེད་དོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་ཆེག་འདི་  
 འགལ་པར་འགྱུར་ཏེ། ལུས་པ་བདག་ཉིད་ནི་དེ་མ་ཡིན་པ་དོན་  
 གཞན་གྱི་ངོ་བོར་འགལ་བའི་སྤྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་ལུས་ཉིད་ཀྱིས་  
 དོན་གཞན་གྱི་ངོ་བོ་ཡིན་ན་ནི་དེ་ཉིད་དེ་སྐད་དུ་བརྗོད་ བར་  
 འགྱུར་ན། གང་ཡང་རུང་བ་སྟོས་པའི་ཤུགས་ཀྱིས་ལུས་པ་  
 ཡང་ དེ་ལྟར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་འགལ་བ་ཡིན་ནོ། །འདིའི་སྤྱིར་  
 ཡང་སྤྱི་ལ་བརྟེན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གསལ་བ་ཐམས་ཅད་ཡོད་  
 བར་མི་སྤིད་ན་དེའི་སྤྱི་མི་འཐད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དཔེར་ན་བྲམ་  
 ཟེ་ལ་སོགས་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ལ་རིག་ཉིད་དམ། རྟོག་པའི་  
 ཞེས་པ་ལ་དབང་པོ་ལ་ བརྟེན་པ་ཉིད་བཞིན་ནོ། །འདི་ལྟར་དེ་  
 མིག་ལ་བརྟེན་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཞེས་པ་བཞིན་དུ་དེའི་དོན་  
 རྟོགས་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་དང་། དེ་འགྱུར་བའི་རྗེས་སུ་མི་བྱེད་

བའི་བྱིར་དང་། དེ་མེད་ཀྱང་ཡོད་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་  
 སྒྲུང་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་ལོག་ བ་ལས་བྱུང་བ་ཡང་མ་ཡིན་པའི་  
 དབང་པོ་ལ་བརྟེན་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་དེ་གཉིས་  
 དེ་ལྟར་ཁས་ལེན་ན་བྱམ་པ་དང་ལྷས་དག་ལས་གང་ཡང་རུང་  
 བའི་ རོན་གཞན་དུ་གྱུར་བ་ཞེས་སྒྱུར་གང་ཡང་རུང་བའི་རོན་  
 གཞན་གྱི་ངོ་བོ་འགྱུར་བ་ཡིན་ བ། དེ་ལྟ་མ་ ཡིན་ཏེ། ལྷས་  
 རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་མེད་པར་དོགས་པ་བྱམ་པ་དང་ཡང་འགལ་  
 བའི་བྱིར་རོ། །དེའི་བྱིར་ཡང་སྒྱུ་སྲིད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ལྷ་སྒྱུན་  
 དང་མཆོད་སྒྱུན་དག་ལས་གང་ཡང་རུང་བ་གཅིག་ལ་བས་  
 སྒྱུན་པར་བྱ་བ་ཡིན་ ཏེ། ལྷ་སྒྱུན་ལ་མ་ཡིན་ཞིང་མཆོད་སྒྱུན་  
 ལ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལྷ་བྱ་ཡོད་པ་སྲིད་དམ། ལྷ་སྒྱུན་  
 འབའ་ཞིག་ལ་མ་ཡིན་ནོ་སྟུང་དུ་བསམས་པའི་བྱིར་སྒྱུན་མེད་

རོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། གང་ཡང་རུང་བ་སྒྲོས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཐལ་  
 བ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེའི་སྤྱིར་གཅིག་ཡོངས་སུ་གཟུང་ཡང་  
 མི་འགལ་ བ་ཡིན་ན་གང་ཡང་རུང་བ་སྒྲོས་པ་འདི་རྒྱས་པར་  
 འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན་གཅིག་ཟ་ཡང་གང་ཡང་རུང་བ་ཟའོ་ཞེས་  
 བརྗོད་པ་བཞིན་ནོ། །འདིའི་ཡུལ་ནི་རྣམ་པར་བརྟག་པ་ཡིན་  
 པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལ་བྱམ་པ་ཁོ་ན་འམ་ལུས་ཁོ་ནས་གཉིས་པ་  
 དང་བཅས་པར་ནི་མི་ འདོད་དོ། །སྐྱབ་པ་མི་འཐད་པའི་ཡང་  
 སྤྱིར་ཏེ། གཉིས་གཅིག་ལ་བསྐྱབ་པ་ལ་ཡང་རྣམ་པར་བརྟག་པ་  
 དང་བསྐྱབ་པ་ཡང་མི་འཐད་པ་ཡིན་ན་ད་ ཅི་ཞིག་སྐྱབ་པར་རྒྱས་  
 ཏེ། དེའི་སྤྱིར་ཆོག་གི་ཚུལ་ནི་གསོག་ཡིན་ནོ། །འདིས་ནི་  
 རྩོགས་དང་མཐུན་པའི་རྩོགས་ དག་ལས་གང་ཡང་རུང་བ་  
 ཉིད་ཀྱང་གསལ་བ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་གཉི་གར་ཡང་སྤིད་

བ་མི་འགལ་ན་དེ་དེ་ལྟར་འགྱུར་གྱི། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་ནི་དེ་སྒྲ་  
 ལ་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་དོ། །འདི་ལྟར་ནམ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲ་དེ་ནི་  
 སྟོགས་ཉིད་ཡིན་ཏེ། སྟོགས་དང་མཐུན་པའི་ སྟོགས་དག་ལས་  
 གང་ཡང་རུང་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ནམ་པར་བརྟག་པ་དང་  
 གཅིག་ཏུ་སོ་སོར་ངེས་པ་འགལ་བའི་སྤྱིར་རོ། །དོན་ནམས་ལ་  
 ཡང་སྤྱིར་བརྗོད་ཀྱང་ཤྱགས་ཀྱི་བྱད་པར་གནས་པའི་སྤྱིར་ཡང་  
 ལུས་ཉིད་ རྟོགས་པར་འགྱུར་གྱི་བུམ་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །  
 དཔེར་ན་འགའ་ཞིག་འོངས་སོ་ཞེས་བྱ་བས་རིམ་ཤིང་ལ་ནི་  
 དོགས་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པ་ བཞིན་ནོ། །བྱད་པར་གྱི་སྒྲ་ཉི་  
 བར་བུས་པ་ཉིད་ནི་སྤྱིའི་སྒྲ་ནམས་ཀྱི་བྱད་པར་ནམ་པར་  
 འཛོག་པའི་རྒྱ་མ་ཡིན་གྱི། འོན་ཀྱང་སྐབས་དང་ཤྱགས་ལ་  
 སོགས་པ་གང་ཡང་ ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་གང་ཡང་རུང་བའི་སྤྱི་

རོན་གཞན་དུ་གྱུར་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། རོན་གཞན་དུ་གྱུར་པ་གཉི་  
 གའི་མི་འཐད་པའི་སྤྱིར་རོ། །རོན་གཞན་དུ་གྱུར་པ་འགའ་ཞིག་  
 ཡོད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། གཉིས་ལས་གཅིག་གྱུར་ཁས་མ་  
 སྒངས་པའི་སྤྱིར་རོ། །སྤྱོད་དང་ བུམ་པའི་བྱུང་པར་གྱིས་རྟོགས་  
 ན་ནི་མི་རྟག་པ་ལ་ཡང་མཚུངས་སོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། མི་རྟག་  
 པ་ཉིད་གྲུབ་པས་ན་སྤྱོད་དང་ལྡན་པར་སྤྱུབ་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་  
 པ་ཞིན་དུ་འགའ་ཞིག་རོན་གཞན་དུ་གྱུར་པས་ཁས་ལེན་ན་གང་  
 ཡང་རུང་བ་རོན་གཞན་གྱི་ རོ་བོར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །འདོད་  
 པ་བསྤྱུབ་བྱར་བརྗོད་པ་འདིས་ནི་ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་དག་གིས་  
 བྱུང་པར་དུ་བྱས་པའི་ཆོས་ དང་ཆོས་ཅན་དག་འགོག་པ་ཡང་  
 བསལ་བ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་སྤྱོད་ནི་མི་རྟག་པའི་སྤྱོད་དང་ལྡན་པ་  
 མ་ཡིན་པའམ་སྤྱོད་ནི་མི་རྟག་པ་དང་ལྡན་པ་ མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་

བ་ལྟ་བུ་སྟེ། ཆོས་ཅན་ལ་སྦྱི་བཀག་བ་ནི་འགལ་བ་མེད་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །སྒྲ་དེ་མི་ཏྲག་བ་ཡིན་གྱི། སྒྲ་མི་ཏྲག་པའི་སྒྲ་དང་  
 ལྟན་བ་མ་ཡིན་ནོ་དེ་ལྟར་གྱུར་པར་འདོད་ན་ནི་སྒྲ་ལ་མི་ ཏྲག་  
 པའི་སྒྲ་སྒྲུབ་པའི་ཕྱིར་སྒྲ་མི་ཏྲག་པར་མི་འགྱུར་གྱི། སྒྲ་མི་ཏྲག་  
 པའི་སྒྲ་དང་ལྟན་པར་ འགྱུར་རོ། །དེ་ཡང་འདོད་བ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 དེའི་ཕྱིར་འདོད་བ་ལ་གཞོད་བ་འགའ་ཡང་མེད་དོ། །དེའི་ཕྱིར་  
 ཆོས་འབའ་ཞིག་ཁོ་ན་ཆོས་ཅན་ལ་སྒྲུབ་པའམ། ཕྱིན་ཅི་ལོག་  
 ཏུ་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་འདོད་པའི་སྦྱི་གྲུབ་བ་མ་གཞོད་  
 པར་བྱས་བ་ཡིན་ནོ། །འགལ་བ་ནི་ ཐམས་ཅད་ཏུ་སྦྱི་དེ་ཕྱིན་  
 ཅི་ལོག་ཏུ་བྱེད་པ་ཁོ་ནའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ནི་རེས་འགའ་ཆོས་ཀྱི་  
 སྒོ་ནས་སམ། ཆོས་ཅན་གྱི་སྒོ་ནས་སམ། དེའི་བྱེད་པར་གྱི་སྒོ་  
 ནས་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དེས་ཐ་སྙད་ཏུ་བྱེད་དོ། །རང་ཉིད་གྱི་སྒྲ་ནི་

ཆོས་ཅན་གཅིག་ལ་བསྟན་བཅོས་ལས་ཆོས་དུ་མ་རྣམ་པར་  
 གཞག་ཀྱང་རང་ཉིད་བདག་ཉིད་འདོད་པ་ཁོ་ན་བསྐྱབ་པར་བྱ་  
 བ་ཡིན་གྱི། བསྟན་བཅོས་ཁས་སྒྲངས་སུ་ཟེན་ཀྱང་གཞན་ནི་མ་  
 ཡིན་ལོ་ཞེས་བསྟན་པའི་བྱིར། དེར་གཞན་གྱི་འདོད་པ་ཐམས་  
 ཅད་བསྐྱོག་ཏུ་ཟེན་ཀྱང་མདོ་མཛད་པས་རང་གི་འབྲེལ་པར་  
 རང་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་བསྟན་བཅོས་ལ་མ་སྟོས་པར་ཁས་  
 སྒྲངས་པས་སྟོན་པར་བྱེད་པའོ་ཞེས་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྲུལ་དགོས་  
 པའི་གནས་བསྐྱོག་པར་བཤད་དོ། །བསྟན་བཅོས་ཁས་སྒྲངས་  
 པའི་བྱིར་དེ་ལ་མཐོང་བ་ཐམས་ཅད་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་ལོ་  
 ཞེས་དོགས་པ་སྤིད་པར་འགྱུར་རོ། །ལོག་པར་རྟོགས་པ་ཡང་  
 མཐོང་བ་ཉིད་དེ། ཁ་ཅིག་ན་རེ་བསྟན་བཅོས་ལས་མཐོང་བ་ནི་  
 བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཁོ་ན་ཡིན་ལ། དེ་གཞོན་ན་ཡང་གཏན་



ཆེགས་དང་དམ་བཅའ་བ་དག་གི་སྒྲིན་ཡིན་ནོ་ཞེས་བེད་  
 རོ། །དེ་དག་གི་ལྟར་ན་བྱས་པ་ཉིད་ཀྱི། སྒྲ་མི་རྟག་པར་སྒྱུ་  
 པ་ཐི་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་བསྒྲིག་པའི་སྤྱིར་གཏན་ཆེགས་  
 འགལ་བར་འགྱུར་རོ། །སྐབས་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་  
 ན་དེ་ནི་གཞན་ལ་ཡང་མཚུངས་སོ། །མི་མཚུངས་ཏེ་འདིར་  
 ཆོས་ཅན་གྱི་སྐབས་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ་ཆོས་  
 ཅན་གྱི་སྐབས་སུ་བབ་པ་ཡིན་ཡང་དངོས་པོ་ལ་འབྲེལ་བ་  
 མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །འོན་ཀྱང་འདི་དག་ནི་བསྟན་བཅོས་ཁས་  
 གླུངས་པའི་སྒྲོ་ཁོ་ན་ནས་འབྲེལ་བ་ཡིན་ན་དེ་ནི་ཐམས་ཅད་  
 ལ་མཚུངས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་འདི་གཉིས་ལ་བྱེ་བྲག་མེད་  
 རོ། །འོན་ཏེ་ཆོས་བས་ཀྱང་འདོད་པས་སྒྱུ་བ་པར་བྱེད་  
 རོ། །བསྒྱུ་བ་པར་བྱ་བ་སྤྱིའི་སྤྱོད་པ་གཅིག་ཏུ་གྱུར་བའི་བྱེད་

བར་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་བཞིན་ནོ་ཞེ་ན།  
 སྤྱིའི་སྤྱོད་པ་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པའི་ཁྱད་པར་ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་  
 ཅམ་གྱིས་ནི་སྐབས་མ་ ཡིན་པ་འདོད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། དོན་  
 ནི་དེའི་ངོ་བོ་མི་ འདོར་བའི་ཕྱིར་འདོད་པ་དང་འཇུག་པ་དག་  
 སྤྱོད་པ་མེད་པར་ཐལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་ན་འདི་ནི་  
 སྐབས་འགའ་ཞིག་ལས་འགྱུར་བ་དང་དེ་ཉིད་གྱིས་ཤེས་པར་  
 བྱ་བ་ ཡིན་ནོ། །བསྐྱོད་པ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བས་དགག་པ་  
 འཇུག་ཀྱང་སྒྲ་སྟེ། སྐབས་དང་མི་ལྡན་པ་དེ་ བློ་གྱིས་ཡོད་དོ་  
 ཞེས་བསྐྱབ་པ་མངོན་སུམ་དང་འགལ་བར་སྤྱོད་དོ། །གནས་  
 སྐབས་འགའ་ཡི་འདོད་འགྱུར་ཞིང་། །དེ་རྟོགས་པ་ཡང་དེ་དག་  
 གིས། །བློ་གྱིས་སྤྱོད་འདི་འདོད་ཅེས་པ། །གསལ་བར་དབང་  
 སྤྱོད་པ་ཡིན། །འབྲས་བུའི་རྟགས་ཅན་མིང་ བརྗོད་

དེ། །འབྲུལ་པ་ཡིས་ནི་གཞོད་པར་འགྱུར། །མེད་ན་མི་འགྱུར་  
 མིན་དོན་ལ། །གཞོད་ཀྱང་གཞན་ལ་ཅི་ཞིག་གཞོད། །རྗེས་  
 དཔག་རང་གི་སྦྱོད་ཡུལ་ལ། །ལུང་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པར་  
 བཤད། །དེས་གྲུབ་དེ་ནི་ལེགས་པར་གྲུབ། །དེ་ཆེ་བསྟན་  
 བཅོས་ལྟོས་མ་ ཡིན། །དེ་ཆེ་གཅོད་དོར་འགྱུར་ཞེ་ན། །དེ་ཆེ་  
 ཁས་སྦྱངས་མེད་ཕྱིར་མིན། །འདི་ནི་ཁས་ལེན་ཐབས་ཡིན་  
 པས། །དེ་ཆེ་ཡོད་ཀྱང་དེ་རྒྱ་མིན། །དེ་ལྟར་ཡུལ་གཉིས་རྣམ་  
 དག་ན། །དེ་ཆེ་བསྟན་བཅོས་ཡོངས་འཛིན་པར། །འདོད་པའི་  
 དུས་མིན་དེ་ཡི་ཆོ། །བསྟན་བཅོས་ཀྱིས་ ནི་གཞོད་པར་  
 འགྱུར། །དེས་གྲུབ་དོན་ལ་དེ་དང་ནི། །འགལ་བར་སེམས་པ་  
 མི་རུང་ཕྱིར། །གནས་གསུམ་པར་ནི་འཕོ་བ་ན། །བསྟན་  
 བཅོས་ལེན་པ་རིགས་ལྡན་ཡིན། །དེར་ཡང་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་

དང་ནི། །མེད་ན་མི་འབྱུང་ལ་གཞོན་ཉིད། །སྤང་པར་བྱ་ཡི་  
 གཞན་མིན་ཏེ། །ཐུག་པ་མེད་པར་ཐལ་སྤྱིར་རོ། །དཔྱོད་པ་  
 ཀྱན་ལ་བསྟན་བཅོས་དག །གཟུང་ཞེས་ལུགས་འདི་གང་གིས་  
 བྱས། །ད་ནི་གྲུབ་མཐའ་མེད་རྣམས་ཀྱིས། །དུ་བས་མེ་ནི་  
 འཛིན་མི་འགྱུར། །གལ་ཏེ་དཔེ་ལ་བསྟན་བཅོས་ཀྱན། །སྐྱབ་  
 པར་བྱེད་པ་གཅིག་ ཉིད་ལ། །བསྟན་པ་སྐྱབ་བྱེད་འགྱུར་ཞེ་  
 བ། །འདི་ནི་འཛིག་རྟེན་འདས་ལུགས་ཡིན། །འབྲེལ་མེད་ཆོས་  
 ནི་མ་གྲུབ་པས། །མ་གྲུབ་པར་ནི་ངེ་ལྟར་འགྱུར། །དེ་སྐྱབ་ཡིན་  
 བ་དེ་སྐྱབ་བཟོད། །གཏན་ཆེགས་སྒྲིན་ལྡན་ངེ་ལྟར་  
 ཡིན། །ཆོས་ཅན་ཆོས་ནི་མ་ལུས་པ། །དཔེར་ བསྟན་མེད་པ་  
 ཁོ་ནར་ནི། །འགྲོ་བ་སོགས་དང་དུས་སོགས་ལས། །སེམས་  
 ལྡན་མེ་སོགས་རྗེས་དཔོག་བྱེད། །མི་འཁྲུལ་བས་ན་ངོ་བོ་

དང་། །རྒྱ་དག་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་དོན། །འགའ་ཡིས་སྐྱབ་ལ་  
 གཞོད་ཀྱང་། །དོ་བོ་ཉིད་ལ་ལྟོག་མི་འགྱུར། །དེ་ནི་འདོད་པའི་  
 བསྐྱབ་བྱ་ཡི། །དོན་དང་མེད་ན་མི་འབྱུང་བར། །རྟོགས་པ་  
 གཞན་དག་གཏན་ཆེགས་དེས། །ཅི་སྟེ་རྟོགས་པར་འགྱུར་མ་  
 ཡིན། །གལ་ཏེ་བསྐྱབ་བཅོས་ལ་ལར་འགའ། །རིགས་མིན་  
 པས་ན་རིགས་སྐྱབ་བ། །གཞན་པ་དག་ཀྱང་དགག་བྱ་ཞེས། །བྱ་  
 བ་རྒྱལ་རིགས་ལྷགས་ཡིན་ རོ། །དོན་རྣམས་ཐམས་ཅད་  
 མཚུངས་བྱས་ནས། །སྐྱབ་བྱེད་བརྗོད་པ་རྣམས་མ་ཡིན། །དེས་  
 ར་ཀྱུན་ལ་བསྐྱབ་བྱ་དང་། །སྐྱབ་བྱེད་གཞག་པ་འདི་ཉམས་  
 འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བར་སྐབས་ཀྱི་ཆེགས་སྲུ་བཅད་པ་དག་  
 གོ། །དེའི་ཕྱིར་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ལ་གཞོད་པར་བྱེད་པ་ ཁོ་ན་  
 འགལ་བ་ཡིན་ལོ། །གཞོད་བྱ་གཞོད་བྱེད་མ་ཡིན་པ་དག་

གཅིག་ལས་བྱུང་བ་འགལ་བ་མེད་ཀྱང་། གལ་ཏེ་བསྟན་  
 བཅོས་ལ་གཞོད་པས་འགལ་བར་འདོད་ན། དེ་ནི་ཡུལ་གཞན་  
 ལ་ཡང་མཚུངས་པའི་སྤྱིར་འགལ་བར་འགྱུར་རོ། །དེས་ན་དེ་  
 ཉིད་ལ་གཞོད་ འགྱུར་གྱི། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་ནི་འགྱུར་རེ་ཞེ་ན།  
 མ་ཡིན་ཏེ། གཏན་ཆེགས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྟོན་དང་ཡོན་ཏན་  
 ནི་རང་གི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ལ་སྟོས་ནས་ བསམ་པར་བྱ་བ་  
 ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ནི་རང་གི་སྐྱབ་པར་བྱ་བ་འགོག་པ་མ་  
 ཡིན་ཡང་བསྟན་བཅོས་ལ་གཞོད་པའི་སྤྱིར་ འགལ་བ་ཡིན་ན།  
 དེ་ནི་གཞན་གྱིས་བྱས་ན་ཡང་མཚུངས་པའི་སྤྱིར་འགལ་ བར་  
 འགྱུར་རོ། །གཞན་གྱིས་བྱས་ན་ཡང་དམ་བཅའ་བའི་སྟོན་དུ་  
 འགྱུར་བ་ཁོ་ནའོ་ཞེ་ན། འགྱུར་མོད་ཡུལ་ལ་དེ་ཅི་སྟེ་མི་འགྱུར།  
 གཞོད་པར་བྱ་བའི་ཆོས་དང་ལྡན་པའི་ཆོས་ཅན་གྱི་རྗེད་པའི་

ཕྱིར་འདི་ཉིད་ ལ་གཞན་གྱི་གཞན་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། མ་  
 ཡིན་ཏེ། གཞོད་པར་བྱ་བའི་དོན་ཅན་གྱི་བསྟན་བཅོས་ཁས་  
 སྒངས་པས་ན་གཞན་དུ་ཡང་འགྱུར་རོ། །དེས་ན་འདི་ནི་དམ་  
 བཅའ་བའི་སྟོན་གྱི་མཆན་ཉིད་དུ་མི་རིགས་ཏེ། ཏ་ཅང་ཐལ་  
 བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ ཡང་གལ་ཏེ་བསྟན་བཅོས་  
 ཁས་སྒངས་པའི་ཕྱིར་བསྟན་བཅོས་ལ་མཐོང་བ་ཐམས་ཅད་  
 བསྟུབ་བྱ་ ཉིད་དུ་འདོད་པ་ཡིན་ནམ་གྲུབ་པའི་གཏན་ཆིགས་  
 རྫོད་པ་ཡང་དམ་བཅའ་བར་འགྱུར་རོ། །ཆིག་སྒྲུབ་སྟོས་པས་  
 སྟུབ་བྱེད་དུ་འདོད་པ་སྒངས་པའི་ཕྱིར་སྟོན་མེད་དོ་ཞེ་ན། མ་  
 ཡིན་ཏེ། རིགས་པས་ཐོབ་པ་ནི་ཆིག་གིས་བསྟོན་པར་མི་ཐུས་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །ཕྱོགས་གྱི་མཆན་ཉིད་ལས་ཕྱི་རོལ་དུ་གྱུར་པའི་  
 དོན་ཅན་རང་ཉིད་གྱི་སྒྲས་ཀྱང་ དོན་ཅུང་ཟད་རྒྱས་པར་མི་བྱེད་

རོ། །གལ་ཏེ་བསྟན་བཅོས་ལ་འཇུག་པས་འདོད་དུ་ཡིན་  
 བོ། །གང་གིས་ དེའི་དོན་དུ་འབད་པར་བྱེད་པར་དགོས་པས་  
 འདི་ག་ལས་ཡིན། གལ་ཏེ་ཚད་མས་མ་བསྒྲིག་ན་དེ་འཇུག་པ་  
 སྤྱས་བསྒྲིག་ཅིང་། ཚད་མས་བསྒྲིག་ན་ཡང་སྤྱས་ཆེག་གིས་  
 འཇུག་པར་བྱེད་ཀྱང་། གཞན་དག་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱོད་གཞུང་  
 ལྷགས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་བསྐྱེད་ པའི་བྱེད་པར་གྱི་ཆོས་ཅན་  
 ཡོངས་སུ་སྤངས་ནས་རབ་ཏུ་གྲགས་པའི་ཆོས་ཅན་ཡོངས་སུ་  
 གཞུང་བའི་སྤྱོད་རོ་ཞེས་འཛེར་རྟོ། །དེ་ལ་ཡང་རྣམ་པར་དཔྱེད་  
 པའི་སྐབས་ཉིད་ཀྱིས་གཞི་རབ་ཏུ་གྲགས་པ་ཡིན་པར་གྲུབ་  
 པའི་སྤྱོད་འདི་ནི་ཅི་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །རང་གི་འདོད་པས་  
 བརྟགས་པ་བྱེད་པར་ཅན་དོན་ལ་གཙོ་བོ་ཉེ་བར་སྦྱོར་བ་མེད་  
 པའི་དོན་དག་ལ་ཉེ་བར་བཀོད་ པའི་རྣམ་པར་གཞག་པ་ནི་



འགའ་ཡང་བསྒྲིག་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་རབ་ཏུ་  
 བཀོད་པའི་ངོ་བོ་མཚུངས་པར་མ་གྲུབ་ཅན་དག་ནི་ཁྱད་པར་གྱི་  
 རྟེན་ ཅན་གྱི་ཐ་སྙད་རྟེན་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །འོན་ཏེ་རབ་ཏུ་  
 གྲགས་པ་ཉི་བར་བསྟན་པའི་སྒྲོ་ནས་གྲུབ་པའི་ཆོས་ཅན་  
 བསྐྱབ་པར་བྱ་ བ་མ་ཡིན་བཤད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ།  
 རང་གི་ངོ་བོ་ཁོ་ནར་བསྟན་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་རྟོགས་  
 པའི་སྤྱིར་རོ། །གྲུབ་པ་དང་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་ངོ་བོར་ བསྟན་  
 པ་ཡིན་པར་དགོས་ན་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཁོ་ནར་བསྟན་པར་བྱ་  
 བ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ འབྲས་བུ་བཅས་པར་འགྱུར་རོ། །རང་ཉིད་  
 གྲུབ་པའི་ཆོས་ཅན་ཡོངས་སུ་བབྱང་བར་མ་བརྗོད་ན་ཆོས་ཅན་  
 ཉིད་དུ་སྐྱབ་ བྱར་བྱེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། རེས་  
 སུ་དཔག་པ་སྤྱིའི་ཡུལ་ ཅན་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་དོན་རྟོགས་པའི་

ཕྱིར་རོ། །ཆོས་ཅན་ཡོད་པར་འགྱུར། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་ན་  
 རང་གི་མཆོན་ཉིད་བསྐྱབ་བྱར་འགྱུར་ན་དེ་ཡང་སྤངས་ཅིན་  
 ཏོ། །དེའི་ཕྱིར་འདིར་དེ་སྐད་མ་བརྗོད་ཀྱང་སྟོགས་ལ་འགལ་བ་  
 ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་དོ། །ཅི་སྟེ་ཆོས་ ཅན་ཉིད་བསྐྱབ་བྱར་བྱས་  
 ན་དེ་ལས་ཅིར་འགྱུར། དེ་ནི་མི་རྣམས་སོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།  
 གཏན་ཆེགས་ནི་བྱད་པར་དང་རྗེས་སུ་འགོ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་  
 རོ་ཞེ་ན། འདི་ནི་གཏན་ཆེགས་དང་དཔེ་དག་གི་སྐྱོན་ཡིན་གྱི།  
 སྟོགས་གྱི་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཡན་ལག་ ཕྱི་མ་ལ་སྟོས་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་གཏན་ཆེགས་ལ་སོགས་པའི་སྐྱོན་མཐའ་  
 དག་སྟོགས་གྱི་སྐྱོན་ཡིན་པར་ འགྱུར་ཏེ། ཐམས་ཅད་དུ་  
 སྟོགས་ཉིད་ལ་གཞོན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་ཅམ་དང་རྗེས་  
 སུ་འབྲེལ་བ་ཁོ་ན་སྟོགས་གྱི་སྐྱོན་ཡིན་ཏེ། མངོན་ སུམ་ལ་

སོགས་པ་དང་འགལ་བ་བཞིན་ནོ། །རྒྱ་སོགས་མཆན་ཉིད་  
གསལ་བྱ་ལ། །ལྟོས་པ་མེད་པར་མ་བྱུང་དང་། །ལྟོག་པ་དག་  
ནི་སྤང་བའི་བྱིར། །སྟོགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་རྫོང་པ་  
ཡིན། །བདག་ཉིད་ཆིག་སྤང་ངོ་བོའི་སྒྲ། །མ་གསལ་བ་དང་  
བཅས་པ་ རྣམས། །ལྟོག་པ་སེལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན། །འདོད་  
སྒྲས་མ་བྱུང་སེལ་བར་བྱེད། །བསྐྱབ་བྱ་ཁས་སྤངས་སྟོགས་  
མཆན་ཉིད། །དེ་རྣམས་ལ་ནི་སྟོགས་ཉིད་མེད། །བསལ་བ་  
གཞོད་དང་ལྟག་མ་ལ། །མཆན་ཉིད་འཇུག་པ་མེད་བྱིར་  
ངོ། །ལོག་པར་ ཉོགས་པ་མཐོང་བའི་བྱིར། །འདིར་ནི་བདག་  
ཉིད་སྒྲ་མཛད་པ། །འདོད་གཞོད་མེད་དང་བསྐྱབ་བྱ་  
མིན། །ཐུག་པ་མེད་པ་སྟན་པ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་དག་ནི་བར་  
སྐབས་ཀྱི་ཆིགས་སུ་བཅད་པ་དག་གོ། །འདིར་རང་ཉིད་དང་

འདོད་པའི་སྐྱ་དག་གི་ངེས་པར་གཟུང་ བའི་དོན་རྟོགས་ཀྱང་།  
 བྱེད་པ་དང་ལྷན་པའི་མཐའ་ཅན་དང་འབྲེལ་པའི་ཕྱིར་སྟོན་པར་  
 འགྱུར་བ་ལ་ཡང་ཐལ་བར་ འགྱུར་བས་དེ་བཅས་པའི་ཕྱིར་  
 བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །འདིར་ནི་འདོད་པའི་སྐྱ་དེ་གི་དབྱིངས་ལ་  
 རྟེན་ཡན་ལག་མ་ཡིན་ནོ། །འདོད་པའི་ཆེག་ལ་ ཡན་ལག་ཉིད་  
 ཡིན་པས་དེས་གཏན་ཆེགས་མ་བྱུབ་པ་ལ་སོགས་པ་འགོག་  
 པར་བྱེད་དོ། །ཁོ་ལ་བ་བདག་ཉིད་ཀྱིས་འདོད་པ་རྗེས་སུ་  
 དཔག་པར་བྱ་བ་ཉིད་དུ་རྫོང་པ་འདིས་ནི་ མི་འདོད་པ་དང་  
 འབྲེལ་པའི་འདོད་པ་ཡང་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལ་  
 གཞོད་ན་ ཡང་སྟོགས་དང་གཏན་ཆེགས་ཀྱི་སྟོན་དུ་འགྱུར་བ་  
 མེད་པར་རིག་བར་བྱ་སྟེ། རི་ལྟར་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་པ་  
 བཀག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དཔེར་ན་ནམ་མཁའི་ཡོན་ཏན་

ཉིད་དང་དོན་གཅིག་ལ་འདུ་བ་ཅན་མི་རྟག་པ་ཉིད་མེད་པར་  
 ཡང་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་བཞིན་ནོ། ། རྗེས་སུ་དཔག་པའི་དུས་སུ་  
 བསྟན་བཅོས་ལ་མི་བརྟེན་པར་རྫོང་པ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་སྐབས་  
 སུ་གཏོགས་པ་མ་ཡིན་པ་སྟོགས་སུ་བྱེད་པ་ཡང་གསལ་བ་  
 ཡིན་ལ། དཔེར་ན་སྐྱ་མི་རྟག་པ་འཕམ་རྟག་པ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བའི་  
 སྐབས་སུ་ཐ་དད་པ་དབང་པོས་གཟུང་བར་བྱ་བའི་སྤྱི་དང་  
 དོན་གཅིག་ལ་འདུ་བ་ཅན་གྱི་མི་རྟག་པ་ཉིད་དང་། སྐྱ་ལྟན་པ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །བསྟན་བཅོས་ལ་བརྟེན་པ་འཕམ་  
 བྱེད་ཆོལ་བ་དེ་རྟོགས་པ་དོན་དུ་གཉེར་བ་ཡིན་ན་ནི་ དོན་ཏེ་  
 སྟོགས་སུ་བྱེད་པར་འགྱུར་གྱི། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་འདི་མ་འབྲེལ་  
 པ་ བརྫོང་པ་ཉིད་ཡིན་པས་ན་གཏད་པར་མི་བྱ་བར་འགྱུར་  
 རོ། །གཉི་ག་བསྟན་བཅོས་ལ་མི་བརྟེན་པར་འགའ་ཞིག་

ཡོངས་སུ་རྟོག་པ་ན་སྐབས་མ་ཡིན་པ་ བྱོགས་སུ་བྱེད་པའི་  
 སྐབས་ཅི་ཞིག་ཡོད། གལ་ཏེ་བྱད་པར་གྱི་སྤྱི་འཐེན་པའི་བྱིར་  
 དེ་གྲུབ་ན་འདོད་པ་ཉིད་འགྲུབ་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་  
 ཏེ། རྟོགས་པ་པོ་འདོད་པ་ནི་སྐབས་སུ་བབ་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་  
 བྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་གྱི་བྱིར་སྐབས་ཀྱིས་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་སུ་  
 འདོད་པ་ལྟོག་པ་ཡིན་ནི་ཞེས་ བརྗོད་དོ། །སྤྱི་དོན་དུ་གཉེར་བ་  
 ནི་གདོན་མི་བྱ་བར་སོ་སོར་ དེས་པའི་བྱད་པར་དོན་དུ་གཉེར་  
 བར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནོ། །བྱད་པར་གཞན་ལ་ཚུད་པ་མེད་པ་  
 ཡང་སྤྱིད་པའི་བྱིར་རོ། །བསྟན་བཅས་ཀྱི་སྒོ་ནས་ནི་ཚུད་པ་  
 ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཆེ་དེ་མེད་ན་མེད་པ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར་  
 རོ། །ནམ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་ཆོས་ནི་འགར་ཡང་གཞུང་ ལྷགས་  
 ལས་མི་གནས་པ་ལ་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་ཞིང་མི་

འབྲུལ་པ་ཅན་གྱི་ གཏན་ཆེགས་ཀྱང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
ནོ། །གཉིས་པ་དང་བཅས་པའི་སྒྲིབ་བ་དག་ཀྱང་བསལ་བེན་  
ཏོ། །བསྟན་བཅོས་ལ་བརྟེན་ཀྱང་སྐབས་ལས་འདས་ན་ཏ་ཅང་  
ཐལ་བ་བཤད་ ཟེན་ཏོ། །དེའི་ཕྱིར་སྐབས་སུ་ཉོགས་པ་བྱུང་  
མེད་པའི་ཆོས་ཙམ་ཉིད་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དང་སྣ་ བསྟན་པར་  
འོས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་དོན་གཞན་དུ་འགྲོ་བའི་ཕྱིར་  
ཆར་གཅད་པར་འགྱུར་རོ། །ཁས་སྦངས་པ་དེ་ཡང་། མངོན་  
སུམ་དོན་དང་རྗེས་ དཔག་དང་། །ཡིད་ཆེས་གྲགས་པས་མ་  
བསལ་བ། །བསྟན་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་བསྟན་པར་བྱ་  
བ་ཡིན་དུ་ཆུག་ན་མངོན་སུམ་གྱི་དོན་དང་། རྗེས་སུ་དཔག་པ་  
དང་། ཡིད་ཆེས་པ་དག་དང་། གྲགས་པས་མ་བསལ་བའི་  
ཁས་སྦངས་པ་གཏན་ ཆེགས་ལ་སྟོས་པ་ཡིན་ནོ། །མངོན་

སུམ་ལ་དོན་སྒྲིམ་པ་ནི་དབང་པོའི་ཤེས་པ་ཁ་ཅིག་དོན་བྱིན་ཅི་  
 ལོག་ཡིན་པའི་ བྱིར་དེ་སྤངས་ནས་ཚད་མའི་ཡུལ་ཡོངས་སུ་  
 དག་པ་གཟུང་བའི་བྱིར་རོ། །ཡང་ཅིའི་བྱིར་གསལ་བ་སྟོགས་  
 མ་ཡིན་ཞེ་ན། གཏན་ཆེགས་ཐེ་ཆོམ་ ལ་རྫོད་བྱིར། །གསལ་  
 བ་གཏན་ཆེགས་རྟེན་མ་ཡིན། །གསལ་བ་ནི་ཚད་མ་དག་གིས་  
 བསྐྱོག་པ་ཡིན་པས་སྒྲ་བོའི་ཚད་མའི་རྟེན་མ་ཡིན་ཏེ། བསྐྱོག་  
 པ་ལ་ཚད་མ་ཞུགས་པའི་བྱིར་རོ། །འགལ་བ་དག་ནི་གཅིག་  
 ལ་ཡང་དག་པའི་ཤེས་པར་མི་འཐད་པའི་བྱིར་ རོ། །ཡུལ་རབ་  
 ཏུ་བསྟན་པའི་བྱིར་སྟོགས་རྫོད་པ་ཡིན་ན་གསལ་བ་ལ་ནི་ཡུལ་  
 ཅན་མི་སྤྲོད་ པའི་བྱིར་དེ་སྟོགས་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དོ། །དེའི་བྱིར་  
 ཐེ་ཆོམ་གྱི་ཡུལ་ནི་གཏན་ཆེགས་ཀྱི་བྱེད་པའི་ཡུལ་ཡིན་  
 བོ། །རྗེས་སུ་དཔག་པའི་དབྱེ་བ་ཡིས། །གཞོན་ བ་དེ་ནི་



རྣམས་བཞིར་བཤད། །རྗེས་སུ་དཔག་པ་རྣམ་པ་གསུམ་དུ་བྱེ་  
 བས་ན་ཕྱོགས་ཀྱི་གཞོན་པ་དེ་བཞིར་བསྟན་ཏོ། །དེ་ལ་ཁས་  
 སྒྲངས་འབྲས་ཏྲགས་ཏེ། །འགྲོ་ལ་གྲགས་པ་རང་བཞིན་རང་  
 ཏྲགས་ཡིད་ཆེས་པའི་ཆེག་ནི་འབྲས་བུའི་མཆན་ ཉིད་ཅན་གྱི་  
 ཏྲགས་ཡིན་ལ། གྲགས་པ་ནི་རང་བཞིན་གྱི་མཆན་ཉིད་ཡིན་  
 བོ། །བདག་གམ་གཞན་དོན་རི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་མཐོང་བའི་སྒྲོ་  
 རས་ངག་འཇུག་པར་འདོད་པ་ནི་ ཡིད་ཆེས་པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་  
 ཆེག་ནི་དེ་ལྟ་བུའི་དོན་གྱི་དངོས་པོ་མེད་ན་མི་ འཇུག་པའི་  
 ཕྱིར་དེའི་འབྲས་བུ་ཡིན་ནོ། །རང་གི་འབྲས་བུ་ཡང་དག་པར་  
 བསྟན་པ་དེ་ནི་རང་ལས་བྱེན་ཅི་ལོག་ཏུ་ཁས་སྒྲངས་པའི་  
 གོགས་བྱེད་དོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་ལྟ་མཚུངས་པས་ན་རང་གི་ཆེག་  
 དང་བསྟན་བཅོས་བསྐྱུས་ཏེ་གཅིག་ཏུ་ བརྗོད་དོ། །སྟོབས་ཀྱི་

ཉེན་ཉིད་ལ་བསྟན་བཅོས་གནོད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་  
 བའི་དོན་འདི་ བརྗོད་པའི་དོན་དུ་རྩི་ལྟར་བདག་ཉིད་ཚད་མ་མ་  
 ཡིན་ན་ཆེག་མི་འཇུག་པ་དེ་བཞིན་དུ་ བསྟན་བཅོས་ལ་མ་  
 བཉེན་པར་དེས་གྲགས་པས་ལ་དཔྱོད་པ་མི་འཇུག་གོ་ཞེས་  
 མཚུངས་པར་ བསྟན་པའི་སྤྱིར་འདི་རང་གི་ཆེག་དང་སྟན་ཅིག་  
 ཏུ་བརྗོད་པར་མཛད་དོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་གཞལ་བའི་དོན་ཅན་  
 གྱི་ཚད་མ་དག་མེད་དོ་ཞེས་འདི་ལ་དཔེར་ བརྗོད་པ་ཡང་འདྲ་  
 བར་མཛད་དེ། ཚད་མ་རྣམས་མེད་ན་བསྟན་བཅོས་དང་ཆེག་  
 དག་མི་རུང་བའི་སྤྱིར་ རོ། །རང་གི་ཆེག་དང་འགལ་བ་ལ་  
 གསལ་བའི་དཔེར་བརྗོད་པ་ཡིན་ལ། ལུང་ལ་ནི་འདི་སྤྱོད་གས་  
 ཅམ་ཞིག་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །འདི་ལ་དཔེར་བརྗོད་པ་ནི་ཆོས་  
 འཕོས་ནས་བདེ་བ་སྟོར་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་ བ་

ཡིན་ནོ། །ཆོས་ཅན་རྣམ་པར་གཞག་པ་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་ཕྱིར།  
 དེ་ལ་གཞོད་ན་གཞི་མེད་པས་ཁྱད་པར་ལ་དཔྱེད་པ་མི་འཇུག་  
 པའི་ཕྱིར་རྣམ་པ་དེ་ལྟ་ བུའི་ཡུལ་ལ་ནི་གཞོན་མི་བ་བར་བསྟན་  
 བཅོས་ཚད་མར་འགྱུར་དགོས་སོ། །ད་ནི་ངེ་ལྟར་འཇུག་  
 རོགས་སུ་ཁྱས་བྱས་པ་ལ་སོགས་པ་ཆོས་མ་ཡིན་པ་དག་པར་  
 བྱེད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ ཁས་སྦངས་པའི་གཞོད་པ་མ་  
 ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། མ་མཐོང་བ་རྟོགས་པར་བྱེད་པའི་བསྟན་  
 བཅོས་ཐམས་ཅད་དེ་སྐད་མ་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་བཀག་ བ་ལ་  
 སྐྱོན་ཡོད་པ་མ་ ཡིན་ནོ། །རང་གི་ཁས་ལེན་པའི་རྟེན་གྱིས་  
 བསྟན་བཅོས་དང་འགལ་བ་གཞོད་པར་འགྱུར་གྱི། གཞན་ནི་  
 མ་ཡིན་ཏེ། ཁས་མ་སྦངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཁྱས་གྱི་དག་པར་སྦྱ་  
 བའི་བསྟན་བཅོས་དེའི་རང་གི་ཆོག་གིས་ཀྱང་དོན་དེ་ལ་གཞོད་

པའི་ཕྱིར་རོ། ། ཆོས་མ་ཡིན་པ་ནི་བསྟན་བཅོས་ཐམས་ཅད་  
 ལས་ཆགས་པ་ལ་སོགས་པའི་རྩ་བ་ཅན་དུ་རྒྱུ་པར་ གཞག་  
 པ་ཡིན་ཏེ། མ་ཆགས་པ་དང་། སྒྲ་བ་མེད་པ་དང་། མ་སྒྲིངས་  
 པ་རྒྱུ་ལ་ནི་སྒྲིག་པར་ཁས་མི་ལེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱུ་པར་  
 གཞག་པ་ དེས་ནི་ཁྱུས་ལ་སོགས་པ་སྒྲིག་པ་དག་པར་བྱེད་  
 པར་སྒྲ་བ་ལ་གཞོད་པ་ཡིན་ནོ། །རྒྱ་མ་བཟད་ན་འབྲས་བུ་མི་  
 རྒྱུ་པའི་ཕྱིར་རོ། མངར་བ་དང་། བསེལ་བ་དང་། སྒྱུ་མ་པ་  
 དག་གིས་བད་ཀན་ལས་རྒྱུར་པའི་ནང་བཞིན་ནོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་  
 ཕྱིར་ ལུང་གིས་མཐོང་བའི་དོན་དག་ལ་ནི་འགལ་བ་བརྗོད་པ་  
 བལ་ཆེར་སེམས་པ་ཡིན་ཏེ། བསྟན་བཅོས་གང་ཞིག་མཐོང་བ་  
 དང་མ་མཐོང་བའི་ཡུལ་དག་ལ་དངོས་པོའི་སྟོབས་ཀྱིས་  
 ཞུགས་པའི་ཚད་མ་དང་། རང་གི་ཆོག་གིས་མི་གཞོད་པ་དེ་

གཟུང་བར་ བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་མི་བརྟེན་པའི་དངོས་པོ་ལ་  
 བྱི་བསྟན་བཅོས་དང་ལྡན་པས་འགལ་བ་རྗེད་ཀྱང་གཞོད་ བ་  
 མ་ཡིན་ཏེ། གེགས་བྱེད་པར་འགྱུར་རོ། །གཉི་ག་སྟོབས་  
 མཚུངས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དཔེར་ན་རང་གི་ཆོག་བཞིན་ནོ། །དེའི་  
 ཆེ་ནི་དེའི་རང་ གི་ཆོག་དང་འགལ་བ་ཡིན་གྱི། བསྟན་བཅོས་  
 དང་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་ལས་གང་ལ་ཆད་མ་ཡོད་པ་དེ་ནི་  
 གཞན་ལ་གཞོད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་དམ་  
 བཅའ་བ་སྟོབས་མཚུངས་པའམ། རྗེས་སུ་དཔག་པ་དང་ལྡན་  
 པ་དོན་ཇི་ ལྟ་བ་བཞིན་དུ་འཇུག་པ་ལ་རིགས་པ་མེད་པའི་དམ་  
 བཅས་པས་ཇི་ལྟར་གཞོད་པར་འགྱུར། ལྷང་ནམས་ཆད་མ་  
 ཡིན་པ་ཡང་བཀག་བྱིན་ཏོ། །དེའི་ཕྱིར་ཁས་སྦངས་ནས་གཅོད་  
 པ་དག་ལ་སྟོན་འདིར་འགྱུར་རོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་གཞོད་པས་

བྱེད་ བས། ཁས་སྦངས་བས་ན་རྗེས་སུ་དཔག་བ་ལས་སྤྱི་  
 རོལ་ཏུ་གྱུར་བ་མ་ཡིན་ཡང་ཁས་སྦངས་བ་ལོགས་ ཞིག་ཏུ་  
 བྱས་བ་ནི་ཡུལ་གྱི་དབྱེ་བ་བསྟན་པའི་སྤྱིར་ཏེ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་  
 ཏེ་ཅང་ཐལ་བའམ་ལོགས་ཞིག་ཏུ་བྱས་བ་དོན་མེད་པར་འགྱུར་  
 ཏེ། རང་གི་ཆོག་ལོགས་ཞིག་ཏུ་བྱེད་པའི་རྒྱ་མཆན་ཡང་ཆོག་  
 ཅམ་རྗེད་བ་ལ་གོགས་བྱེད་བ་ ཡིན་ནོ། །ཆད་མ་མ་ཡིན་བ་  
 ཉིད་ནི་བསྟན་བཅོས་ལ་ཡང་མཚུངས་པའི་སྤྱིར་དེར་ཡང་  
 གོགས་བྱེད་པར་ འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། གཞི་ཡོད་ན་གོགས་སུ་  
 འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་གྲུབ་པའི་ཆོག་ལ་ཆད་མ་དང་ཅིག་  
 ཞོས་དག་པན་ཚུན་དང་། གྲུབ་པའི་བྱད་མེད་ལ་ཆོས་ལ་བརྟེན་  
 བ་བྱ་སྦྱེད་བ་དང་ཅིག་ཞོས་ཀྱི་ཆོས་དག་བཞིན་ ནོ། །གང་དུ་  
 ཆོས་ཅན་ཉིད་མ་གྲུབ་པ་དེར་གང་ལ་གང་གིས་གོགས་བྱ་སྟེ།

སྐབས་ཉིད་ མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་ཆོས་ཅན་རྣམ་པར་  
 འཇོག་པས་ནི་བསྟན་བཅོས་ཚད་མར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། དེས་ན་  
 དེ་ནི་གཞོད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །བསྟན་བཅོས་དེ་ཚད་མ་མ་  
 ཡིན་ན་འོ་ན་ནི་ངེ་ལྟར་ཆོས་ཅན་རྣམ་པར་འཇོག་པར་བྱེད་པ་  
 ཡིན་ཞེ་ན། ཚད་ མར་ཁས་སྤངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོ་ན་ནི་ཚད་  
 མར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཁས་སྤངས་པ་ཉིད་ཆོས་ཅན་རྣམ་པར་  
 འཇོག་པར་བྱེད་པ་ ཡིན་ལ། ཆོས་གཞན་ཡང་དེ་ཉིད་གྱིས་  
 འཇོག་པའི་ཕྱིར། བསྟན་བཅོས་དང་འགལ་བ་རང་གི་ཆོག་  
 དང་འགལ་བ་ལས་ཐ་མི་དད་པ་དེས་ན་གོགས་བྱེད་པ་ཡིན་གྱི་  
 གཞོད་པར་བྱེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་ད་འདི་ལ་དབྱེ་བ་ཅི་  
 ཡོད། ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་དོ། །འོ་ན་ངེ་ལྟར་སོ་སོར་རྫོད་ཅི་  
 བ། །དག་གི་དབྱེ་བས་དེ་ལྟར་འགྱུར་རོ། །སྤྲ་མས་བཞག་པ་

ཕྱི་མས་ཉམས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཁས་སྦངས་པ་དང་འགལ་  
 བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་སྒར་ཁས་སྦངས་པ་དང་ཞེས་  
 བཤད་དོ། །ངག་དེ་ཉིད་ཀྱིས་རང་གི་དོན་དང་འགལ་བ་ནི་རང་  
 གི་ཆོག་དང་འགལ་བ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་རྗེས་སུ་དཔོག་པ་  
 ཚད་མ་མ་ཡིན་ནོ། ཞེས་བྱ་བ་བཞིན་ནོ། །ཚད་མ་མ་ཡིན་ན་  
 གེགས་བྱེད་པར་ཡང་ངེ་ལྟར་འགྱུར་ཞེ་ན། དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་  
 ལྟོབས་མཚུངས་པས་སོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལ་གཅིག་ཚད་མ་མ་  
 ཡིན་ན་གྲུབ་པ་ཁོ་ནར་འགྱུར་གྱི་གེགས་བྱེད་པར་ནི་མི་  
 འགྱུར་ཏེ། ཚད་མས་ཚད་མ་ མ་ཡིན་པ་ལ་གཞོད་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །དེ་ཁས་སྦངས་པའི་ཕྱིར་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ལ་བསྟན་  
 བཅོས་ཚད་མ་ཡིན་པས་གཞོད་པར་ བྱེད་པ་ཁོ་ནའོ་ཞེ་ན།  
 ཁས་སྦངས་པར་བྱེད་པར་མེད་ཀྱང་ངེ་ལྟར་གཅིག་ནི་ཚད་མ་



དང་གཞོན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། གཞན་ བྱི་མ་ཡིན་ཏེ། དེས་ནི་  
 འདི་ན་གྱི་ནའོ། །འདི་ནི་ཚད་མ་ཉིད་སྐྱེས་བྱའི་འདོད་པས་  
 བྱས་པ་ཡང་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་རང་གི་  
 ཆོག་དང་བསྟན་བཅོས་དང་འགལ་བ་ལ་གོགས་བྱེད་པའི་སྐྱོན་  
 ཡོད་པ་དེ་ ལྟ་ན་ཡང་དེ་ལས་དོན་ལ་ཐེ་ཆོམ་དུ་འགྱུར་ བ་ཁོ་  
 ནར་ཟད་ལ། དེ་ནི་སྤྱོད་པ་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་མེད་པར་བསྟན་པ་ལ་  
 ཡང་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་ཇི་ལྟར་སྤྱོད་པ་ གྱི་སྐྱོན་ཡིན་ཞེ་ན།  
 དེའི་ཆོག་ལས་ངས་པ་མི་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་ཆོག་སྐྱོན་ཡོན་ཆགས་  
 པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་ཇི་ལྟར་ཞེ་ན། གང་ཞིག་ཆོག་ ཇི་ཅམ་  
 གྱིས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དེ་མི་འགྱུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །དམ་བཅའ་  
 བའི་ཆོག་གིས་ནི་རང་གིས་བསམ་པ་སྤྱིད་པར་བསྟན་པར་བྱ་  
 བ་ཡིན་ན། དེ་ནི་ཇི་ལྟར་ཚད་མས་གཞོན་ན་མི་སྤྱིད་པ་བཞིན་

དུ་གཅིག་ལ་འགལ་བ་ཉི་བར་སྐྱད་ན་ ཡང་སྲིད་པ་མ་ཡིན་  
 བོ། ། གཞན་གྱི་དོན་གྱི་རྗེས་སུ་དཔག་པར་ནི་ཆོག་གི་ སྒྲོན་  
 གཙོར་བྱེད་པ་ཡིན་གྱི་དོན་གྱི་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དོན་རི་ལྟ་བ་  
 བཞིན་མ་ཡིན་པར་རྫོང་པས་སྐྱ་བ་པོ་ལ་སྐྱན་ཀར་འབྱར་བའི་  
 ཕྱིར་རོ། ། གལ་ཏེ་རང་གི་ཆོག་དང་ཁས་སྦྱངས་པ་དང་འགལ་  
 བ་དག་ལ་བྱེ་བྲག་ཅི་ ཡང་མེད་ན། འོ་ན་སྤར་ཁས་སྦྱངས་པ་  
 དང་འགལ་བའི་ཡུལ་ལ་བྱེ་བྲག་ཅི་ཞིག་ཡོད་ཅེ་ན། གཞུང་  
 ལུགས་འགའ་ཞིག་ལ་མ་བཟེན་པར་གང་ལ་སྒྲོད་པ་མི་འཇུག་  
 པ་དེ་ནི་མེད་ན་མི་ འབྱུང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་གདོན་མི་བ་བར་  
 བཟེན་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། ། དེས་ན་འདིའི་གོགས་བྱེད་པའི་  
 ཡུལ་ནི་དེ་ཉིད་ཡིན་ལ། རང་གི་ཆོག་དང་འགལ་བའི་ཐམས་  
 ཅད་དུ་བརྫོད་པ་ཡིན་ནོ། ། འདི་ལ་ཡང་གཞན་ལ་གདོན་མི་བ་

བར་བཏེན་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད་དེ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་དོན་དེ་གཞན་གྱི་  
 ཁ་ནས་རྣམ་པར་གཞག་ནས་ཡང་ འགོག་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །གྲགས་པ་ཡང་འགལ་བའི་དོན་གྱི་དམ་བཅའ་བ་ལ་  
 གཞོད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། སྐྱེས་བུའི་འདོད་པ་འདོད་པ་ཙམ་  
 དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བས་འདོད་པའི་སྐྱས་བཅོལ་པར་ བྱ་བ་ཉིད་  
 བྱི་དོན་རྣམས་ལ་དགག་པར་མི་རུས་པའི་ ཕྱིར་རོ། །ཐ་སྙད་  
 ལས་སྐྱེས་པའི་ཆོས་དེ་མི་གྲགས་པའི་སྐྱས་བཅོལ་དོ། །འདོད་  
 པ་ཙམ་གྱིས་འཇུག་པའི་ཕྱིར་ཐམས་ཅད་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་བྱས་  
 པ་དང་མ་བྱས་པའི་ སྐྱར་རུང་བ་ཡིན་ལ། རུང་བའམ་འབྱུང་  
 བར་འབྱུར་བའི་སྐྱའི་རུང་བ་ཉིད་དོན་ཙམ་དང་རྗེས་ སུ་འབྲེལ་  
 པ་དེས་ནི་དེ་འགོག་པ་ལ་གཞོད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་རུང་བའི་  
 ལྟོབས་ཉིད་ཀྱིས་དངོས་སུ་ན་སྐྱ་ཐམས་ཅད་དེ་ལ་འབྲེལ་བ་

ཡིན་པའི་ བྱིར་དེ་ལ་གྲགས་པ་མེད་ཀྱང་དེ་གྲུབ་པར་བཤད་  
 དེ། གང་ལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱིར་རྗེས་སུ་དཔག་པ་མེད་  
 ལ། སྐྱ་ལས་བྱུང་བའི་གྲགས་པ་དང་འགལ་བའི་དོན་གྱིས་ན་  
 བསལ་བ་དེ་ཡང་སྤྱོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ཞེས་སོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་བྱིར་  
 གཞོད་པའི་གཏན་ཆེགས་ནི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཡིན་ཏེ། གང་  
 ལ་ཡང་ཟླ་བོ་མ་ཡིན་པ་མ་གྲུབ་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་སྐད་དུ་རྫོང་  
 པ་ནི་འདི་དགག་པར་མི་རུས་པ་ཉིད་དམ། ཟླ་བོའི་ཚད་མ་མེད་  
 པས་ངེས་པར་བསྟན་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་འགོག་པ་ནི་རྗེས་སུ་  
 དཔག་པ་ལས་འགྱུར་ཏེ། མངོན་སུམ་གྱིས་ནི་རུང་བ་ཉིད་མི་  
 ངེས་པའི་བྱིར་རོ། ། གང་ལ་ཡོད་པ་ཉིད་རྗེས་སུ་འགོ་བ་མེད་  
 པ་དེ་ལ་ནི་གཏན་ཆེགས་ཐམས་ཅད་ཐུན་མོང་མ་ ཡིན་པ་ཡིན་  
 ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་དཔེར་བརྗོད་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན་

བོ། །སྒྲིའི་བརྟ་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་ལ་དེ་ཡང་འདོད་པ་ཅམ་ལ་  
 བརྟེན་པ་ཡིན་ཏེ། དེས་ན་ སྒྲས་བྱུབ་པ་དག་ནི་མ་བྱུབ་པ་མ་  
 ཡིན་ལོ་ཞེས་བསྟན་པའི་བྱིར་སྒྲ་ལས་བྱུང་བའི་ གྲགས་པ་དང་  
 ཞེས་གསུངས་སོ། །གོགས་ཡོད་པར་དོགས་པ་རྣམས་ནི་ཐེ་  
 ཆོམ་བ་བས་མི་འབྱུབ་པའི་བྱིར་ཏེ། དུན་རིང་པོར་མ་མཐོང་བ་  
 རྣམས་ལ་ཡང་བྱིས་ སྒྲ་བ་སྒྲེ་བ་མཐོང་བའི་བྱིར་སྲིད་པ་  
 ཡིན་ན་སྒྲེས་བྱ་ཅམ་གྱིས་དེ་མེད་པ་མི་ དེས་པའི་བྱིར་  
 རོ། །དེས་ན་ཆད་མས་དེས་པར་བརྗོད་པའི་བྱིར། དོན་གྱིས་  
 གོ་བས་རྗེས་སུ་དཔག་པའི་ཡུལ་ལ་འགལ་བ་ལ་མི་འཁྱུལ་བ་  
 ཅན་མེད་པར་སྟོན་ པ་ཡིན་ནོ། ། འདིས་ནི་མངོན་སུམ་དང་  
 རྗེས་སུ་དཔག་པ་དག་བཤད་པ་ཡིན་ཏེ། གཉི་ག་ཡང་ཆད་  
 མར་ཁྱད་པར་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །མཆན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་

གཅིག་ལ་འགྲན་ཟླ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་མངོན་སུམ་ཡང་དེ་ལྟར་  
 འགྱུར་ རོ། །གང་ཞིག་ངེས་པར་སྒྱབ་ པར་བྱེད་པར་འཛོག་པ་  
 ཚད་མའི་མཆན་ཉིད་ལས་ཐ་དད་པའི་བྱེད་པར་ནི་ཡོད་པ་མ་  
 ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་བྱེད་པར་དེ་ལས་ཕྱི་རོལ་དུ་གྱུར་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ཚད་ མ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། །རྗོད་  
 པར་འདོད་པའི་གངས་གཅིག་པ་ ཅན་ཉིད་ཀྱིས་འགྲན་ཟླ་མ་  
 བསྟན་པ་ཚད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉེས་པ་མེད་དོ་ཞེ་ན། འདི་ལ་  
 འགྲན་ཟླ་མེད་དོ་ཞེས་འདི་འདྲ་བའི་ངེས་པ་སྤིད་པ་ཡོད་དམ།  
 མཆན་ཉིད་བྱེད་པར་མེད་པ་ལ་མཐོང་བ་ནི་གཞན་ལ་སྟོག་པ་  
 ངེས་པར་བྱེད་མི་རུས་ པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བཤའ་བྱེད་  
 ཏོ། །སྤྱེས་བུའི་སྟོབས་པའི་དབང་གིས་ཚད་མ་དག་གི་མཆན་  
 ཉིད་རྗོད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། དངོས་སོ་གནས་

བས་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་དེ་ལྟར་ངེས་པར་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་  
 ནོ། །དེས་ ན་མཆན་ཉིད་ལ་ཐེ་ཆོམ་བ་བ་དེ་ནི་ཐ་སྙད་དུ་མི་  
 རུང་སྟེ། ལྷོགས་ཀྱི་ཆོས་ལ་སོགས་པ་ལ་ཐེ་ཆོམ་བ་བ་བཞིན་  
 ནོ། །མཆན་ཉིད་ལ་ཤེས་པ་སྒྲིམ་པའི་ཡང་ཕྱིར་རོ། །དེ་སྐད་  
 བཤད་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་གྱིས་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ལ་ནི་དེའི་  
 མཆན་ཉིད་ཅན་གྱི་ འབྲན་ལྷ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རྗེས་སུ་ དཔག་  
 པ་ལ་འགལ་བ་མི་འབྱུང་བ་ཅན་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་  
 རྗེད་པར་འདོད་པའི་གངས་གཅིག་པ་ཅན་ཉིད་ཀྱང་ཡུལ་འདི་  
 ལ་མི་འདོད་པ་ ཉིད་དོ། །འདིའི་ཡུལ་ནི་བཤད་པར་  
 བྱའོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་ཆད་མ་དག་གཞིད་པར་བྱེད་པར་རྗེད་  
 པ་ནི་དེ་ལས་ངས་པར་རྗེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་གཉེན་པོ་  
 བཅས་པ་སྲིད་པ་སེལ་བར་བྱེད་དོ། །དེའི་ཕྱིར་རྗེས་སུ་དཔག་

བའི་ཡུལ་ལ་འགལ་བ་མི་འབྱུང་བ་ཅན་མེད་པར་སྟོན་པ་ཡིན་  
 བོ། །ཡང་ན་འཇིག་རྟེན་གྱི་རྫོད་པ་ལ་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ མེད་  
 བར་རྫོད་པ་ཡིན་མོ། །དེས་ནི་གྲགས་པ་རྗེས་སུ་དཔག་པ་  
 ལས་ཡུལ་ཐ་དད་པ་ཡིན་མོ།ཞེས་རྫོད་པར་འགྱུར་རོ། །དེས་ན་  
 དངོས་པོ་ཡོད་པ་དང་མེད་པའི་རྗེས་སུ་བྱེད་པའི་རྗེས་སུ་  
 དཔག་པ་ལས་གྲགས་ བ་ཡུལ་ཐ་དད་པ་ཅན་ཉིད་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། དེ་དངོས་པོའི་དབང་གིས་འཇུག་པ་མ་ཡིན་མོ།ཞེས་  
 བསྟན་པ་ཡིན་མོ། །རི་བོང་ཅན་ལྷ་བར་མི་འདོད་པ་དེ་གྲགས་  
 པ་གཞན་གང་ཞིག་འདོད་པར་འགྱུར་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་དེ་ལ་རྗེས་  
 སུ་དཔག་པའི་དཔེ་མེད་པ་ཡིན་མོ། །དེས་ ན་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་  
 བར་བཤད་དོ། །གང་གི་ཕྱིར་དཔེ་གཅིག་པོ་དེ་ཉིད་གྱི་དབང་  
 དུ་བྱས་ནས་དེ་སྐད་བཤད་པ་ནི་མ་ཡིན་ ཏེ། མཚན་ཉིད་ཡིན་



བའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ལྟར་ཤིང་ཤ་བ་ཤིང་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་  
 ལ་ཡང་གཞོན་བའི་ཕྱིར་རོ། །འཇིག་རྟེན་ན་ག་ཕྱར་དང་དུལ་  
 ལ་སོགས་པ་ལ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་འདིར་ཡང་ཐུན་མོང་མ་ ཡིན་  
 བ་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་རོ། །བརྟུ་ལ་འཇུག་པ་ལ་ནི་ཐུན་མོང་མ་  
 ཡིན་པ་འགའ་ཡང་མེད་དོ། ། གལ་ཏེ་དེ་ལ་འགའ་ཞིག་ཏུ་གྱུབ་  
 ན་དངོས་པོའི་དབང་གིས་གྱུབ་པ་ཡིན་ཏེ། གྲགས་པས་གྱུབ་  
 བར་ཁས་ལེན་ན་ནི་རི་བོང་ཅན་ལ་ཡང་མི་བསྒྲོག་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །དངོས་པོ་ལ་དེ་གྱུབ་ན་རི་བོང་ཅན་ལ་ཡང་བསྒྲོག་ཏུ་མེད་  
 བ་ཡིན་ལ། དངོས་ པོ་ལ་དེ་མེད་ན་རི་བོང་ཅན་ལ་བསྒྲོག་ཀྱང་  
 སྒྲོན་འགའ་ཡང་མེད་དོ། །དེའི་ཕྱིར་དངོས་པོ་ལ་ངེས་པ་མ་  
 ཡིན་པའི་བརྟུ་དང་ལྟན་པའི་སྒྲ་ལས་བྱུང་བའི་ཆོས་ རྣམས་ཀྱི་  
 རུང་བ་ནི་དོན་ཐམས་ཅད་ཡིན་ཏེ། འདོད་པ་ལ་གོགས་བྱེད་པ་

མེད་པའི་བྱིར་ རོ། །འདིས་ནི་སྤྱ་རྣམས་ནི་བརྟའི་རྗེས་སུ་བྱེད་  
 བས་དོན་ལ་ངེས་པ་འགའ་ཡང་མེད་ལ། འདི་དག་དེ་ལ་འགོག་  
 ན་ཡང་འགལ་བ་ཡིན་ལོ་ཞེས་བཤད་པ་ཡིན་ལོ། །དེས་ནི་རྒྱ་  
 མཚན་ཅན་སྤྱ་ཡི། །དོན་རྣམས་སྤྱ་རྣམས་ཀྱི་ནི་དོན། །དོན་དམ་  
 པ་ཉིད་འགོག་པ་ལ། །གཞོད་པ་མེད་པར་རྗོད་པ་ཡིན། །དེས་  
 ན་ཡུལ་གྱི་བྱེད་པར་ནི། །བསྟན་བྱིར་གྲགས་པ་རྗེས་དཔག་  
 ལས། །སྤྱི་རོལ་གྱུར་པ་མ་ཡིན་ཡང་། །ཐ་དད་བྱས་ཡིན་སྒྲ་མ་  
 ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བར་ སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་དག་  
 གོ། །མདོན་སུམ་དང་འགལ་བ་ཡང་རང་བཞིན་སྤྱ་ཆོགས་ཅན་  
 གྱིས་རང་བཞིན་གང་ཞིག་འདྲེས་པར་ སྤྱང་བའི་སྒྲོ་མཐོང་བ་  
 མེད་པའི་བྱིར་འདྲེལ་པ་ཅན་གཞན་མེད་པས་ཉན་པ་ལ་གཉིས་  
 མེད་ བར་སྤྱང་བ་དེ་ཉིད་སྤྱོད་ ན་འགལ་བ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་

སྒྲ་ནི་མཉན་པར་མི་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །དེའི་  
 བྱིར་ཡང་དོན་ཞེས་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །རང་བཞིན་དེ་ཉིད་དེ་  
 ལ་དོན། །ལྟག་མ་ལྟོག་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན། །སྤྱི་ནི་དངོས་  
 མེད་ རོ་བོ་ཡིན། །དེའི་བྱིར་དེ་དབང་སྤྱོད་ཡུལ་མིན། །དེས་ན་  
 སྤྱི་ཡི་ཆོས་རྣམས་ནི། །མདོན་སུམ་མིན་པར་གྲུབ་པའི་  
 བྱིར། །སྤྱོད་ཡང་གཞོད་པ་མེད་དོ་ཞེས། །མཉན་བྱ་སྒྲོས་པས་  
 བསྟན་པ་ཡིན། །རྣམ་ཀུན་བརྗོད་བྱའི་དངོས་ མིན་བྱིར། །དེ་  
 ལ་བཏེན་ནས་གྲུབ་པས་ན། །དེ་ཡི་སྟོབས་ཀྱིས་གཞོད་པའི་  
 བྱིར། །མཉན་བྱས་དབང་པོའི་ཡུལ་དུ་བཤད། །ཅེས་བྱ་བ་ནི་  
 བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་དག་གོ། །རྗེས་སུ་དཔག་  
 པ་དང་འགལ་བ་ཡང་ དཔེར་ན་བུམ་པ་རྟག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་  
 བུའོ། །བརྗེད་པ་བཟོད་པར་མཐོང་བ་དག་ལས་འབྲུལ་པས་

དེ་ལྟར་འགྱུར་རོ། །དེ་ཡང་མཐོང་བས་འགགས་པའི་བུམ་པ་  
 བཞིན་དུ་སྐྱེ་བ་དང་ལྟན་པ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱིར་ མི་སྤྱིད་དོ། །  
 གལ་ཏེ་མི་རྟག་པའི་བུམ་པ་ནི་འགའ་ཡང་མེད་དོ། །དེར་ཡང་  
 གསལ་བ་བསྐྱལ་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེ་ན། དེའི་གནས་  
 སྐབས་མ་ཡིན་པ་ནི་མི་རྟག་པ་ཡིན་པར་སྒྲི་ལ། དེའི་གནས་  
 སྐབས་ནི་དེ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དེ་ནི་འགགས་ བ་ལ་ཡོད་པ་མ་  
 ཡིན་པས་ཞིག་པའི་སྤྱིར་རམ། བསྐྱལ་པའི་སྤྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 ནི་མངོན་པར་ཞེན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འདིའི་དམིགས་པར་བྱ་བ་  
 དབུས་ཀྱི་རང་བཞིན་དེ་ཡང་སྒྲོན་དང་སྤྱི་མའི་མཐར་ཡང་ཡོད་  
 རོ་ཞེས་བྱ་བས་ནི་ཆོག་གི་དོན་ རྣམ་པར་བཞག་པ་ལ་གཞོད་  
 དོ། །དེ་ལྟར་ནི་སྤྱིར་སྤྱི་བས་དང་རྩལ་དང་ལྟན་པ་དང་སེམས་  
 བ་ཡོད་པ་དག་པན་ཚུན་རང་ བཞིན་ཐ་དད་པ་རྣམ་པར་གཞག་

བ་མི་རྒྱས་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལ་ཡང་མི་དམིགས་པ་ལས་མ་  
 གཏོགས་པ་རྣམ་ བར་གཞག་པའི་རྟེན་གཞན་ནི་འགའ་ཡང་  
 མེད་དོ། །དེའི་སྤྱིར་དོན་ལྟར་དམིགས་པའི་མཆན་ཉིད་དུ་གྱུར་  
 བའི་ཞོ་ལ་སོགས་པ་འོ་མ་ལ་ སོགས་པ་དག་ལ་མ་དམིགས་  
 བ་ནི་མེད་ལ། འོ་མ་ཡང་དེ་ལ་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་  
 རིགས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞོ་ལ་སོགས་པ་འོ་མ་ལ་སོགས་པ་དག་  
 ལ་དམིགས་པའི་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ཡོད་པ་ཉིད་དེ། མི་རྒྱས་པ་  
 ལས་མི་འབྱུང་བའི་སྤྱིར་རོ་ཞེ་ན། དེ་འདྲ་བའི་དངོས་པོ་ནི་རྗེས་  
 སུ་དཔག་པའི་ཡུལ་ མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ནི་ཡོད་ན་བཟླར་རུང་བ་  
 ཉིད་ཡིན་ཏེ། གལ་ཏེ་ཡོད་ན་དབྱས་ཀྱི་གནས་སྐབས་བཞིན་དུ་  
 དམིགས་པར་འགྱུར་རོ། །དེའི་མཆན་ཉིད་བཏང་བ་ཉིད་དེའི་  
 འཇིག་པ་ཡིན་ལ། མཆན་ཉིད་མི་མཐུན་པ་ཡང་གཞན་ ཡིན་

ཏེ། ཐ་དད་པ་ནི་འགལ་བའི་རང་བཞིན་གྱི་མཚན་ཉིད་ཅན་  
 ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་མང་དུ་བཤད་ ཟེན་ཏོ། །དེ་ལས་སྦྱེས་  
 བས་ནི་རྒྱ་དེ་དེ་སྦྱེད་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་པར་འགྲུབ་གྱི། དེའི་  
 རོ་བོར་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་མེད་ བ་ལས་སྦྱེ་ན། །ཅིའི་སྤྱིར་  
 རོ་མ་ལས་རི་བོང་གི་རྩ་མ་ཡིན་ཏེ། མེད་པར་བྱད་པར་མེད་པ་  
 ལ་བྱད་པར་ཅི་ཞིག་ཡོད་ཅེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱའི་རང་བཞིན་ཐ་  
 དད་པའི་སྤྱིར་རོ། །འོ་མ་དེའི་བདག་ཉིད་མ་ཡིན་ཡང་ཞོ་སྦྱེད་  
 བར་བྱེད་ལ་རི་བོང་གི་རྩ་སྦྱེད་པར་མི་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་  
 ནི་དེའི་རང་བཞིན་ ནོ། །དེའི་དེ་གང་ལས་ཤེ་ན། རང་གི་རྒྱས་  
 སྦྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་རྒྱའི་རང་བཞིན་ཐོག་མ་མེད་པ་བརྒྱད་  
 པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་སྦྱེད་པར་བྱེད་ པའི་རང་བཞིན་གྱི་རྒྱ་  
 ཉིད་མེད་པའི་སྤྱིར་རི་བོང་གི་རྩ་མི་སྦྱེ་ལ། གཞན་ལ་ནི་དེ་ཡོད་

བའི་ཕྱིར་རོ། །ཅི་སྟེ་ཡང་རྒྱས་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཅི་  
 ཞེག། །དངོས་པོ་དེ་ཉིད་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་གཞན་ཅུང་ཟད་ཅིག་  
 ཡིན། དེ་ཉིད་ རོ་ཞེ་ན། དེ་ཁོ་ན་ལྟར་དམིགས་པར་འགྱུར་ཏེ།  
 བྱད་པར་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །བྱད་པར་ཡོད་ན་ཡང་བཟོད་ཟིན་  
 ཏོ། །གཞན་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། ཇི་ལྟར་གཞན་ཡོད་ན་དེ་ཡོད་པར་  
 འགྱུར་ཏེ། ཉེ་བར་བཏགས་ བ་ཙམ་དུ་མི་འགྱུར་རོ། །འདིས་  
 བྱི་ཕྱི་མ་ལ་ཡོད་པ་ཡང་བསལ་བ་ཡིན་ནོ། །བདེ་ལྷག་ཏུ་  
 གཟུང་བའི་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བས་གཏན་ཆེགས་  
 ཀྱི་སྐབས་ ཀྱི་མདོར་བསྐྱུས་ནས་བཟོད་པ། ཕྱོགས་ཆོས་  
 མཐུན་ཕྱོགས་ཡོད་མེད་དང་། །རྣམ་གཉིས་རེ་རེ་དག་ལ་  
 ཡང་། །རྣམ་གསུམ་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ལ་ཡང་། །ཡོད་མེད་  
 རྣམ་པ་གཉིས་ཕྱིར་རོ། །ཕྱོགས་ནི་ཆོས་ཅན་ནོ། །དགོས་པ་

མེད་པའི་ཕྱིར་ཉེ་བར་གདགས་ པར་མི་བྱའོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ།  
 ཆོས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆོས་དགག་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེའི་ཕྱོགས་  
 གཅིག་པས་དེར་གཅིག་ཡིན་པས་དེར་ཉེ་བར་གདགས་སུ་  
 རུང་བའི་ཆོས་ཅན་ ཉོགས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་ཡིན་  
 དང་མིག་གི་གཟུང་བའི་ཕྱིར། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྤངས་  
 པ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཆོས་ཞེས་རྗོད་པས་ཀྱང་ཆོས་ཅན་ཡིན་  
 པར་གཞི་ལྟ་འབྱུང་སྟེ། ཆོས་ཅན་ཞེས་སྒྲིབ་པའི་ཤུགས་ཀྱིས་  
 ཉེ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བསྐྱབ་ པར་བྱ་བའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་པར་  
 འབྱུང་པོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། དཔེའི་ཆོས་ཅན་ཡང་ཉེ་བའི་ཕྱིར་  
 རོ། །མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ལ་ཡོད་པར་བརྗོད་པས་དཔེའི་ཆོས་  
 ཅན་ལ་ཡོད་པར་བྱུང་བའི་ཕྱིར། ཆོས་ཅན་གྱི་ཆོས་ཞེས་  
 བརྗོད་པས་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་པར་ཡོངས་སུ་བཟུང་ངོ་



ཞེ་ན། དེ་ལྟར་བཤད་པར་བྱ་བ་ལ་འབད་བ་དེ་ནི་སྟོགས་ཞེས་  
 བརྗོད་པས་སྤངས་པ་ཡིན་ནོ། ། རྒྱགས་ཀྱིས་དོན་གོ་ན་རྟོགས་  
 པར་དཀའ་བ་ཡོངས་སུ་སྤང་བའི་ ཡང་སྤྱིར་རོ། ། གལ་ཏེ་  
 སྟོགས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་ན་དེའི་བྱད་པར་ལ་སྟོས་པ་གཞན་ལ་  
 མི་འཇུག་པའི་ སྤྱིར་སྤྱོད་མོང་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དོ་ཞེ་ན་ཡིན་ཏེ།  
 དཔེར་ན་ནག་པ་འཕོང་སྟེན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུར་མ་འབྲེལ་པ་  
 རྣམ་པར་གཅོད་པས་བྱད་པར་དུ་བྱས་པའི་སྤྱིར་ཏེ། དཔེར་ན་  
 སྤིད་སྐྱབ་འཕོང་སྟེན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུར་གཞན་དང་ལྡན་པ་  
 རྣམ་པར་ གཅོད་པས་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་མང་དུ་བཤད་ཅིན་  
 ཏོ། ། སྟོགས་ཀྱི་ཆོས་དེ་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་དུ་དབྱེ་སྟེ། མཐུན་  
 པའི་སྟོགས་ལ་ཡོད་པ་དང་། མེད་པ་ དང་རྣམ་པ་གཉི་  
 གའོ། ། རྣམ་པ་གསུམ་པོ་དེ་ནི་རེ་རེ་ཡང་རྣམ་པ་གསུམ་དུ་

འགྱུར་ཏེ། །འདི་ལྟར་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་ལ་ཡོད་པ་དང་མེད་  
 པ་དང་ནམ་པ་གཉི་གའོ། །མཐུན་པའི་སྟོགས་ནི་བསྐྱབ་པར་བྱ་  
 བའི་ཆོས་ཀྱི་སྤྱིས་དོན་མཐུན་པའོ། །དེ་མེད་པ་ནི་མི་མཐུན་  
 པའི་སྟོགས་ སོ། །ད་ནི་ངེ་ལྟར་མེད་པ་ལ་ཡོད་དོ་ཞེས་བརྗོད་  
 ཅེ་ན། དེ་བཀག་པ་ཅམ་ནི་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་མ་ཡིན་  
 བོ། །འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། བསྐྱབ་པ་མེད་པ་དང་མ་ཡིན་པ་ཐམས་  
 ཅད་དེ། མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་  
 མཆན་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ནི་བརྗོད་པར་འདོད་ པའི་  
 བསྐྱབ་པ་ཐམས་ཅད་ལ་མཚུངས་པ་ཡིན་ཏེ། དངོས་སམ་  
 །ཤུགས་ཀྱིས་སྟོག་པར་རྟོགས་པ་ཐམས་ཅད་ལ་མཚུངས་པའི་  
 སྤྱིར་རོ། །སྟོགས་ཀྱི་ཆོས་འདིའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དང་མཐུན་པའི་  
 སྟོགས་དང་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་ ལ་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་ནི་

གཏན་ཆེགས་ལ་སོགས་པ་དག་ ལ་ཇི་ལྟར་རིགས་པར་རང་  
 ཉིད་ཉོགས་པར་བྱེད་པའི་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཇི་ལྟར་བ་དག་ གིས་  
 དེས་པར་གཟུང་སྟེ། ཐེ་ཆོམ་དང་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་རང་བཞིན་  
 འདོད་པ་དང་མི་འདོད་པ་གསལ་བར་བྱེད་པ་དག་ བྱི་ཉོགས་  
 པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཕྱིན་ཅི་ལོག་དང་ཐེ་  
 ཆོམ་གྱི་ཉོགས་ པ་ཅན་གྱི་སྐྱབ་བཞིན་ནོ། །མ་དེས་པ་ནི་སྟོགས་  
 གྱི་ཆོས་ཉིད་དེ། མ་འབྲེལ་པ་ལས་ཉོགས་པར་མི་རུང་བའི་  
 ཕྱིར་རོ། །མ་ཐུན་པའི་སྟོགས་དང་མི་མ་ཐུན་པའི་སྟོགས་ལ་  
 ཡོད་པའམ་མེད་པ་ཉིད་དུ་དེས་པ་ལ་ ལྟོས་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ།  
 དེས་པ་ལ་ཐེ་ཆོམ་བ་བ་ཉིད་གྱི་སྒྲོ་ནས་སྒྲོན་དུ་འགྱུར་ ལ། དེ་  
 ནི་མ་དེས་པ་ལ་ཡང་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུ་  
 བརྗོད་པ་ཡང་འདིར་སུན་འབྱིན་པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་དུ་ནི་གཉི་

གཤམ་གཅིག་ལ་ཐེ་ཆོ་མ་བ་བཤམ། གཅིག་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་  
 གྱུར་པ་ནི་སྐྱབ་པ་མ་ཡིན་ཞིང་། སྐྱན་འབྱེན་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ།  
 སྐྱབ་པའི་ཡན་ ལག་དེ་ལྟ་བུ་ནི་རྒྱས་པ་མེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །སྐྱན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཡང་གཉི་ག་ལས་ཕྱི་རོལ་དུ་གྱུར་  
 པའི་མི་སྲིད་པས་གཉི་ག་ལས་ ལྷོག་པ་དེས་མི་འཐད་པའི་  
 ཕྱིར་དང་། གཉིས་ལས་གཅིག་ལ་ཡང་ཡོད་པར་རྟོགས་པའི་  
 སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ན་འཇུག་ པ་དང་ ལྷོག་པ་དག་  
 ལ་ཐེ་ཆོ་མ་གྱི་རྒྱ་ཉིད་དེ། སྐྱེས་བུ་རྣམས་ལས་གཞན་ལས་མ་  
 བྱུང་བར་ངེས་ཤིང་ཡོན་ཏན་མཚུངས་པའི་སྐྱེས་བུ་དག་ ལས་  
 སྲིད་པའི་བུད་མེད་ཀྱི་མངལ་བཞིན་ནོ། །ཇི་སྐད་བསྐྱབ་པར་  
 བྱ་བའི་ཆོས་སྐྱན་མོང་མ་ཡིན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་བྱུང་པར་ཇི་  
 སྟེད་ཀྱིས་ཐམས་ཅད་ བསྐྱས་པ་དེ་ལ་ཐེ་ཆོ་མ་བ་བའི་རྒྱ་ཡིན་

ཏེ། དེ་དང་ལྡན་པ་དེས་བསྐྱུས་པའི་སྤྱིར་དང་། གཅིག་ཏུ་དེས་  
 བ་ལྟོག་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་བཤད་པ་ལྟ་བུའོ། །དེ་དང་ལྡན་པ་  
 དེས་བསྐྱུས་པའི་སྤྱིར་ཞེས་བྱ་བས་ནི་གསུམ་པ་གང་ལ་དངོས་  
 བོ་ཆོས་ འདི་གནས་པར་འགྱུར་བ་རྣམ་པའི་བྱད་ བར་ལས་  
 སྤྱི་རོལ་དུ་གྱུར་པ་མེད་པར་བཤད་པ་ཡིན་ལ། གཅིག་ཏུ་དེས་  
 བ་ལྟོག་པས་ནི་གཅིག་གི་དངོས་པོར་རྟོགས་པའི་སྐྱབ་པར་  
 བྱད་པ་མེད་ བར་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །གཏན་ཆེགས་གཉིས་པོ་  
 འདི་གཅིག་ལས་བསྐྱུས་པས་ནི་རྣམ་པའི་བྱད་པར་ཐམས་ཅད་  
 ལ་ཐེ་ ཆོས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། ། ལྟོག་པ་དེས་ན་བྱད་པར་གཅོད་  
 པའི་གཏན་ཆེགས་ཉིད་ཡིན་པ་གང་གིས་བསྐྱོག་ཅེས་བཤད་  
 ཟེན་ཏོ། །དེས་པའི་གཏན་ཆེགས་ལ་ཡང་སྐྱབས་པ་མེད་པའི་  
 སྤྱིར་ཐེ་ཆོས་དུ་འགྱུར་ན། དེ་ཡང་གཅིག་ཏུ་དེས་པར་མ་དེས་

བ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་དེའི་ངོ་བོ་ངེས་པ་ནི་བསྟན་  
 བའི་ ཡོན་ཏན་ངེས་པ་ཉིད་ལས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ངེས་པ་མེད་པ་  
 ནི་མ་ངེས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། གཞན་གྱི་དོན་གྱི་རྗེས་སུ་  
 དཔག་པར་དངོས་པོའི་ཆོས་ཉིད་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱབ་པའི་ སྐྱོན་  
 བརྗོད་པར་ནི་མ་བཤད་དེ། འོན་ཀྱང་སྐྱབ་པ་པོའི་སྐྱོན་ཡང་ཡིན་ཏེ།  
 མ་ཚང་བ་དང་རྗེས་སུ་འགོ་བ་མེད་པ་དང་ རྗེས་སུ་འགོ་བ་  
 ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་བཞིན་ནོ། །དེས་ངེས་པར་བརྗོད་པར་བྱ་བའི་  
 ཡོན་ཏན་གཞན་དུ་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་ན་སྐྱོན་ཉིད་དོ། །འོ་ན་  
 སྤྱུགས་ཀྱི་ཆོས་ལ་ཐེ་ཆོམ་བཤད་པ་དང་། གང་ཡང་རུང་བ་ལ་མ་  
 བྱུང་བ་ཡང་སྐྱོན་འབྱེན་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་དེ་ལྟ་ཡིན་  
 ཏེ། འདོད་པ་མ་བྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་བྱུང་བ་  
 ཡང་མེད་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་བྱུང་བས་ནི་

སུན་འབྱེན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་  
 ལྷུས་པ་བཅོམ་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ལྟར་གཞལ་བྱ་ཉིད་ལ་  
 སོགས་པ་དག་ལ་ཡང་ ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་གྲུབ་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
 ལ། མིག་གིས་གཟུང་བ་ཉིད་ལ་ཡང་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་གྲུབ་པ་ཅི་  
 ཞེག་ཡོད། གཉི་ག་ལ་གྲུབ་པར་བསྟན་པར་བྱ་བ་གཉི་ག་ལ་མ་  
 གྲུབ་པ་ནི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཡིན་ནོ་ཞེ་ བ། འོ་ན་ནི་འདིར་ཡང་ངེས་  
 པར་བསྟན་པར་བྱ་བ་མ་ངེས་པ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ ཡིན་ནོ། །དེའི་  
 ཕྱིར་གཏན་ཆོགས་དང་འགལ་བ་ཁོ་ན་ངེས་པ་ལས་སྐྱབ་པ་  
 དང་སུན་འབྱེན་པར་ འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །སྤྱོད་པ་ཀྱི་ཆོས་དགྲུ་  
 བསྟན་པ་དེ་དག་ནི་གཞལ་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྟག་གོ། །བྱས་  
 པའི་ཕྱིར་མི་རྟག་གོ། །མི་རྟག་པའི་ཕྱིར་རྩིས་པ་ལས་བྱུང་  
 བའོ། །བྱས་ བའི་ཕྱིར་རྟག་གོ། །གསོན་པའི་ལུས་ནི་བདག་

དང་བཅས་པ་ཡིན་ཏེ། རྟོག་ལ་སོགས་པ་དང་ལྡན་པའི་སྤྱིར་  
 རོ། །ཚུལ་བ་ལས་བྱུང་བའི་སྤྱིར་རྟག་གོ། །མི་རྟག་པའི་སྤྱིར་  
 ཚུལ་བ་ལས་མ་བྱུང་བའོ། །མི་རྟག་སྟེ་ཚུལ་བ་ལས་བྱུང་བའི་  
 སྤྱིར་རོ། །རྟག་སྟེ་ལུས་ཅན་མ་ཡིན་ པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་  
 བུའོ། །དབྱེ་བ་ལ་ནི་མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་པ་ལ་སྟོས་ནས་ཡོད་  
 པའམ་མེད་པར་ངེ་ལྟར་འགྱུར་ཏེ། མེད་པ་ནི་གཞི་མ་ཡིན་པའི་  
 སྤྱིར་རོ་ཞེ་ན། འདི་ལ་མེད་པ་ལ་ངེ་ལྟར་འགོག་པ་དང་། མི་  
 མཐུན་པའི་སྤྱོད་པ་ནི་དེ་མ་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 བཤད་ཅིན་ ཏོ། །གལ་ཏེ་འདི་མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་པ་ཡིན་ན་  
 གཏན་ཆོགས་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་ཏེ། ཐམས་ཅད་ཆོས་  
 གཞན་དང་ལྡན་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེ་ན། མི་འགྱུར་ཏེ། བྲམ་ཅེ་མ་  
 ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་བཞིན་ནོ། །དེའི་རིགས་དང་ལྡན་པའི་སྤྱིར་



དེ་ཉིད་བྱམ་བེ་ཡིན་ལ། ཆོས་གཞན་དང་ འབྲེལ་པའི་བྱིར་དེ་  
 ཉིད་བྱམ་བེ་མ་ཡིན་པ་ཡང་ཡིན་པར་ནི་འཇིག་རྟེན་ན་རྟོགས་  
 པ་ མེད་དོ། །འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། བརྗོད་པར་འདོད་པའི་ཆོས་མི་  
 རྟེན་པའི་དངོས་པོ་ཡིན་ནོ། །དགག་པའི་ཡུལ་གཞན་ཡིན་ཡང་  
 སྦྱར་བ་ནི་རྣམ་པར་བྱེ་ནས་འཇུག་པའི་བྱིར་རོ། །མཐུན་པའི་  
 རྟོགས་ཀྱི་མཚན་ ཉིད་འགལ་བའི་བྱིར་ཡང་དེ་ལྟར་རྟོགས་པ་  
 མ་ཡིན་ཏེ། བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་ས་མཚུངས་པ་ཞེས་  
 བྱ་བ་འདི་ལ། གལ་ཏེ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་ཁོ་ནས་  
 ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ན་མཐུན་པའི་རྟོགས་ འགའ་ཡང་མེད་པར་  
 འགྱུར་ཏེ། རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུ་ནི་མི་སྤྱིད་པའི་ བྱིར་རོ། །དེའི་བྱིར་  
 ཆོས་གཞན་མ་སྤངས་པ་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ཀྱི་སྤྱི་དང་འབྲེལ་  
 པའི་བྱམ་པ་ ལ་སོགས་པ་ནི་མཐུན་པའི་རྟོགས་སུ་བྱེད་

འོ། །དེས་མི་མཐུན་པའི་སྤྱུགས་ཞེས་བྱ་བས་ནི་ཆོས་གཞན་  
 དང་ལྡན་པ་ཐམས་ཅད་རྟོགས་པ་ནི་ མ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་ཅི་ཞེ་  
 བ། ཆོས་དེས་ ལྟོང་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་གཞན་གཟུང་ཡང་སྤྱོན་  
 མེད་དོ། །ཡང་རྒྱ་ཅིའི་སྤྱིར་དེ་ལྟར་སྤྱུགས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་  
 དགྲར་བྱེ་ཞེ་ན། རང་བཞིན་འབྲས་བུ་བསྐྱབ་དོན་དུ། །གཏན་  
 ཆེགས་གཉིས་གཉིས་བསྒྲེག་པ་གཉིས། །ཅོད་སྤྱིར་བྱུང་པར་  
 སྤྱི་དག་སྟེ། །ལྟག་མ་སྤྱོག་པའི་སྐྱབ་བྱེད་ཡིན། ། རང་བཞིན་  
 དང་འབྲས་བུ་དག་ཁོ་ན་བདག་ཉིད་འབྲེལ་པའི་སྤྱིར་གོ་བར་  
 བྱེད་པ་དང་། བསྒྲེག་ན་སྤྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 བསྟན་པའི་སྤྱིར། མི་རྟག་སྟེ་བྱས་པའི་སྤྱིར་དང་། བརྩམ་མ་  
 ཐག་ཏུ་བྱུང་བའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བའི་གཏན་ཆེགས་གཉིས་  
 དང་། རྟག་སྟེ་བྱས་པའི་སྤྱིར་དང་བརྩམ་ མ་ཐག་ཏུ་འབྱུང་བའི་

ཕྱིར་རོ་ཞེས་འགལ་བ་གཉིས་བསྟན་ཏོ། །རང་བཞིན་ལས་  
 གཞན་ནི་མཐུན་པའི་སྟོགས་ཐམས་ཅད་ལ་ཡོད་པ་མི་སྲིད་དེ།  
 རྒྱ་ནི་འབྲས་བུ་ལ་འབྲུལ་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་འབྲས་བུ་ནི་  
 མཐུན་པའི་སྟོགས་ལ་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་འཇུག་པ་ཡིན་ནོ། །མི་  
 ཏྲག་པ་ཡིན་ ཅམ་གྱིས་ནི་ཐམས་ཅད་འབྲས་བུ་བརྩལ་མ་ཐག་  
 ཏུ་འབྱུང་བ་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་རྩལ་པ་མ་ ཡིན་ཏེ། དེས་ན་དེ་ནི་  
 མཐུན་པའི་སྟོགས་ལ་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་གནས་སོ། །བརྩལ་མ་  
 ཐག་ཏུ་འབྱུང་བའི་ཤེས་པ་སྐྱ་མི་ཏྲག་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན་  
 ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་འདི་རི་ལྟར་ཏྲགས་ཤེ་ན། སྒར་ ཡོད་པའི་  
 ་ཤས་པ་ནི་དེས་པར་བརྩལ་མ་ཐག་ཏུ་འབྱུང་བར་རིགས་པ་མ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། སྐྱབ་བྱེད་དང་དབང་པོ་དང་སྐྱ་དག་ལ་རྩལ་  
 བ་ཉེ་བར་སྦྱར་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་དམིགས་པའི་སྐྱབ་

བ་ནི་སྤྱིད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འགའ་ཞིག་ཡོད་དུ་ཅུག་གྱང་དེའི་  
 བདག་ཉིད་ཉམས་པར་མ་བྱས་པར་རྒྱས་པ་བསྐྱོག་པར་མི་རུང་  
 བའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལ་ཁྱད་པར་སྤྱི་བ་མེད་པར་ནི་རུང་བད་བྱེད་  
 བ་ཞེས་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །རུང་བད་མི་བྱེད་པ་ཡང་ངེ་ལྟར་  
 གང་གི་སྤྱིབ་པར་བྱེད་པའམ་གཞན་ཡིན། གང་གིས་སྤྱིབ་པར་  
 བྱེད་པར་འདོད་པ་ཅིག་པ་ལ་སོགས་ བས་བྱམ་པ་ལ་སོགས་  
 བ་དག་ལ་ཁྱད་པར་ཅི་ཞིག་བསྐྱེད་པའམ་ཉམས་པར་བྱས་ཤེ་  
 བ། དེ་དག་ཁྱད་པར་རུང་བད་བྱེད་པར་ནི་མི་སྤྱིའི། འོན་གྱང་  
 བྱམ་པའི་སྐད་ཅིག་ཐམས་ཅད་ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དབང་པོའི་  
 ཤེས་པའི་རྒྱ་མ་ ཡིན་ནོ། །པན་ཚུན་ལྟན་ཅིག་ཏུ་གྱུར་པའི་  
 ཡུལ་དང་དབང་པོ་ དང་སྤྱང་བ་དག་པན་ཚུན་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་  
 སྐད་ཅིག་གཞན་སྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་སྤྱིར་རྣམ་ བར་ཤེས་པའི་

རྒྱ་ཡིན་ཏེ། བན་གདགས་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་སྟོས་པར་མི་  
 རུང་བའི་བྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ཏེ་རྒྱས་པའི་རང་བཞིན་ཏྲག་  
 ཏུ་སྐྱེད་པའམ་མི་སྐྱེད་པར་འགྱུར་རོ། དེ་དག་གྲང་ཐོགས་ བ་  
 བྱེད་པ་གཞན་གྱིས་བར་དུ་མཆོད་ན་པན་ཚུན་པན་འདོགས་པ་  
 ཡིན་ཏེ། བར་དུ་མཆོད་པའི་ཡུལ་རུང་བ་དེ་དག་གི་སྟན་ཅིག་  
 བྱེད་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །བར་ཆད་ཡོད་ན་རྒྱ་མེད་པས་རྒྱས་  
 པའི་སྐྱེད་ཅིག་གཞན་མི་སྐྱེ་བའི་བྱིར་ཡུལ་དེའི་ རྣམ་པར་ཤེས་  
 པ་མི་སྐྱེ་བའི་བྱིར་རྣམ། བར་ཆོད་ ཞུགས་ན་སྤར་སྐྱེས་པའི་  
 རྒྱས་པ་འགགས་པའི་བྱིར་དང་། རྒྱ་མེད་པས་སྐྱེ་བར་འདོད་  
 པ་གཞན་ཡང་མ་སྐྱེས་པའི་བྱིར་ན་རྒྱ་མ་ཆོད་པས་ཤེས་པ་ མི་  
 སྐྱེ་བའི་བྱིར་ཅིག་པ་ལ་སོགས་པ་སྐྱིབ་པར་བརྗོད་གྱི། རུང་  
 བའི་གོགས་བྱེད་པའི་བྱིར་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་རང་གི་ངོ་བོ་

ལས་མི་འཕོ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ན་དངོས་པོ་སྐད་ཅིག་མ་  
 རྣམས་ནི་པན་ཚུན་འདོགས་པར་སྤིང་བ་ཡང་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་དང་  
 རྒྱུ་གྱི་རྒྱས་པ་ནི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་མ་ཡིན་པས་བསམ་  
 གྱིས་མི་ཁྱབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་གལ་ཏེ་དབང་པོ་དང་  
 ཡུལ་གྱི་བར་ན་གནས་པའི་སྤྱི་བ་པས་དེ་གཉིས་ལ་རྣམ་པར་  
 ཞེས་པ་བསྐྱེད་པ་དང་མི་མཐུན་པའི་ཁྱད་པར་ཆེས་ཆེར་བྱེད་  
 པ་ཡང་ཡིན་ཏེ། སྤྱི་བ་པའི་བྱེ་བྲག་གི་སྒྲ་ལ་སོགས་པ་གསལ་  
 བ་དང་མི་གསལ་བར་ཐོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་གང་  
 ལ་ཡང་རུང་བད་ཀྱང་མི་བྱེད་པ་ནི་ཡོད་ཀྱང་མེད་པ་དང་  
 མཚུངས་པའི་ཕྱིར། འདིའི་འདི་ཞེས་ཉེ་བར་བསྐྱུ་བ་ནི་རྣམ་  
 པར་རྟོག་པས་སྒྲུལ་པ་ཉིད་ ཏུ་འགྱུར་གྱི། དངོས་པོ་ལ་བརྟེན་  
 པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །སྒྲོ་བཏགས་པའི་རྗེས་སུ་བྱེད་པ་ཅན་གྱི་དོན་

བྱེད་པ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །མེར་ཉི་བར་བཏགས་པས་ནི་  
 བྲམ་ཟེའི་སྤྱུ་མཆོད་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པར་མི་འགྱུར་ རོ། །  
 དེའི་སྤྱིར་རྟོག་པ་དེ་ཡོད་ཀྱང་དེས་དངོས་པོ་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་  
 གྱི་རང་གི་ངོ་བོ་ ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་གནས་པ་ཉིད་དོ། །དེས་ན་  
 སྐྱབ་པ་ཡོད་ཀྱང་དབང་པོ་ལ་སོགས་པ་ཤེས་པ་བསྐྱེད་པར་  
 འགྱུར་ན་དེ་ལྟར་ ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་དེས་བྱེད་པར་  
 བྲས་པར་རྟོགས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་སྐྱབ་རྟོག་པ་ རྣམས་ནི་  
 འགའ་ཞིག་ཡོད་ན་བྱེད་པར་ཉམས་པའམ་སྐྱེ་བ་མ་ཡིན་  
 རོ། །དེས་ན་གལ་ཏེ་དེ་དག་སྐྱེད་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་ན་  
 ཐམས་ཅད་ལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆེ་རང་གི་ ཡུལ་ཅན་ཤེས་པ་  
 ཐམས་ཅད་སྐྱེད་པའམ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་ནམ་ཡང་གང་ལ་ཡང་  
 འགའ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ འདི་ནི་གཅིག་ཏུ་ངེས་པ་

ཡིན་ནོ། །འདི་སྟམ་དུ་སྒྲིབ་པས་ཏྲག་དུ་སྒྲི་ཐམས་ཅད་མ་ཐོས་  
 པ་ནི་མ་ཡིན་གྱི། འོན་ཀྱང་དེ་དག་ཏྲིགས་པ་ལ་དབང་པོ་ལ་  
 ཐན་འདོགས་པའམ་གཞན་ཡང་རུང་སྟམ་ཅིག་བྱེད་པ་ སོ་  
 སོར་ངེས་པ་རུང་བད་ཡོད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ངེས་འགའ་འགའ་  
 ཞིག་ལ་འགྱུར་ པའི་བྱིར། འདི་དག་གི་ངེས་འགའ་འགའ་ཞིག་  
 དུ་ཐོས་པ་ནི་ངེས་བྱས་པ་ཡིན་ནོ་སྟམ་ན། ཁོ་བོ་ཅག་རྒྱ་  
 རྒྱུ་ཀྱི་སྟམ་ཅིག་བྱེད་པ་སྒྲོང་བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། འོན་ཀྱང་རྒྱ་  
 རྒྱུ་ཀྱི་དེའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཐན་འདོགས་པའི་དོན་ལ་སྟོས་  
 པ་ཉིད་དེ། དེ་ལས་ཁྱད་པར་ཐོབ་པ་དག་འབྲས་ བུ་ལ་ཉེ་བར་  
 སྒྱུར་བའི་བྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་གལ་ཏེ་སྒྲི་ཡང་འགའ་ཞིག་ལ་  
 སྟོས་ནས་འབྲས་བུ་བྱེད་ན་ནི་བྱེད་ལ་རག་ རྟེ། སྒྲར་གྱི་རང་  
 བཞིན་ལ་ངེས་པ་ཞེས་བུ་བ་དེ་སྟར་ནི་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་ནི་



ཉམས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ལྟོས་པར་བྱ་བའི་རྩལ་བའམ། རྩལ་བའི་  
ལེགས་པར་བྱས་པའི་དབང་པོའམ། གཞན་ལས་རང་བཞིན་  
གཞན་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཕན་འདོགས་པ་མ་ཡིན་པ་ནི་ལྟོས་  
པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེའི་ཕན་པ་དོན་གཞན་  
ཉིད་ཡིན་ན་དེའི་ཞེས་འབྲེལ་བ་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་ཡང་  
བཤད་ཅིན་ ཏོ། །དེ་ཤེས་བྱ་མ་ཡིན་པར་ཡང་འགྱུར་ཏེ། ཕན་  
པ་ཉིད་ལས་ཤེས་པ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་སྐྱེ་འདི་ནི་  
དབང་པོའམ་སྤང་བའམ་བདག་གམ་གཞན་ཡང་རུང་སྟེ་རང་  
གི་ཤེས་པ་བསྐྱེད་པ་ལ་ཤེས་པ་བསྐྱེད་པའི་རྒྱུ་འགའ་ཞིག་ལ་  
ལྟོས་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཐམས་ཅད་དེ་ལ་རུང་བད་ཀྱང་མི་བྱེད་  
པའི་ཕྱིར་ རོ། །འདིས་ནི་དབང་པོ་དང་སྐྱེ་ལ་ཉེ་བར་སྦྱར་བའི་  
ཕྱིར་རྩལ་བ་དང་འབྲས་བྱ་དང་བཅས་ བ་ཡང་བསལ་བ་ཡིན་

བོ། །དབང་པོ་ལ་པན་བཏགས་པས་ཀྱང་སྤྱི་ལྟན་ཅིག་བྱེད་  
 པར་འགྱུར་ན་སྟོས་པ་མེད་པའི་ བྱིར་དེ་ཡང་བསལ་བ་ཡིན་  
 བོ། །དེའི་བྱིར་དམིགས་པར་བྱ་བའི་རང་བཞིན་དེ་ རང་གི་  
 རང་བཞིན་ལས་མ་འཕྲོས་པའི་བྱིར་ཏྲག་ཏུ་དམིགས་པར་  
 འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་འགའ་ཞིག་ལ་རྒྱས་པ་འཕྲོབ་པའམ་ཉམས་  
 པར་མི་འགྱུར་བ་དེ་སྟོན་དེ་ཏྲག་པར་ འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། ཤེས་  
 པ་སྐྱེད་པའི་རྒྱས་པ་དེ་ལས་དོན་གཞན་མ་ཡིན་པའི་བྱིར་  
 རོ། །དོན་གཞན་ཡིན་ན་ ཡང་སྒྲིན་དུ་འགྱུར་བའི་བྱིར་  
 རོ། །འདི་ཚེ་ལ་བ་མ་བརྩམས་པ་དང་ཆད་པ་ན་ནི་ནམ་ཡང་མ་  
 དམིགས་ཏེ། དེས་ན་དེའི་བདག་ཉིད་ལ་འདི་ཅུང་ཟད་བྱེད་པར་  
 ཏྲགས་པ་ཡིན་ཏེ། བྱེད་པ་པོའི་ཆོས་མཐོང་བའི་བྱིར་རོ། །དེའི་  
 བྱིར་བརྩལ་མ་ཐག་ཏུ་འབྱུང་བའི་ཤེས་པ་རྒྱ་མི་ཏྲག་པའི་ རང་

བཞིན་ཅན་གྱི་འབྲས་བུར་འགྱུབ་པོ། །སྤར་ཡོད་པ་ཡི་ཤེས་པ་  
 བློ། །བརྩལ་མ་ཐག་འབྱུང་ངེས་མིན་ཏེ། །སྤྱིབ་བྱེད་དབང་པོ་  
 སྤྱོད་ལ་དེ། །རྣམ་ཀུན་ཉིད་སྦྱོར་མེད་ཕྱིར་རོ། །སྦྱོས་པ་མེད་པ་  
 རེས་འགའི་ཆོ། །འབྲས་བུ་མི་བྱེད་འགལ་བའི་ཕྱིར། །ཤེས་པ་  
 འདི་འདྲ་རེས་འགའ་བའི། །འབྲས་བུར་གྱུབ་པས་དེ་རྟགས་  
 ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསྐྱུ་བའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་དག་  
 གོ། །དཔེར་བརྗོད་པ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་གཏན་ཆོགས་ཀྱི་མཆོན་  
 ཉིད་ཀྱི་ཡུལ་བསྟན་པ་ཡིན་ཡང་ འབྲས་བུའི་དཔེར་བརྗོད་པ་  
 ལས་རང་བཞིན་ལོགས་ཤིག་ཏུ་བྱས་པ་ནི་ཐམས་ཅད་དེའི་  
 བདག་ ཉིད་དུ་རྟོགས་པར་མི་འགྱུར་བར་བྱས་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །དོན་བཤམ་གྱང་རྗེས་སུ་དཔག་པར་གཏན་ཆོགས་བརྗོད་  
 པའི་དབང་དུ་བྱ་བ་ནི་བྱེ་བྲག་ ཏུ་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་

རོ། །དེས་ན་འདིར་དབྱེ་བ་ཅམ་ཞིག་བཤད་དེ། མཆན་ཉིད་ནི་  
 འདི་ཉིད་ཡིན་ནོ། །འབྲས་བུའི་གཏན་ཆེགས་ཀྱི་དཔེར་བཟོད་  
 པ་འདིས་ནི་ཚྭ་གས་གཅིག་ལ་བརྟན་པའི་རང་བཞིན་ཡང་  
 བཤད་པར་རིག་པར་བྱའོ། །དེ་ཉིད་ཀྱིས་ནི་དཔེར་བཟོད་པ་  
 འབྲ་བར་གསུངས་ཏེ། བརྩལ་མ་ཐག་ཏུ་བྱུང་བའི་གསལ་བ་  
 དང་སྐྱེ་བ་དག་ལ་དེ་ལྟར་བཟོད་པའི་སྒྲིབ་རོ། །ཡོད་པ་གང་  
 མེད་མི་འབྱུང་བའམ། །རང་བདག་རྣམ་དབྱེར་མེད་ཅན་  
 གང་། །དེས་ནི་དེ་དང་འབྲུལ་མི་འབྱུར། །ཞེས་བུའི་དོན་དུ་དེ་  
 རབ་བྱེ། །ལྡན་པ་ཅན་སོགས་གང་དག་ལ། །དེ་འབྲའི་འབྲེལ་  
 པ་ཡོད་མིན་པ། །དེ་དག་འབྲུལ་པ་སྤིད་པའི་སྒྲིབ། །གཏན་  
 ཆེགས་མིན་ཞེས་བཤད་པ་ཡིན། །འབྲེལ་པ་ཡོད་པ་ཡིན་ན་  
 ཡང་། །དེ་ཉིད་རྟོགས་པའི་སྒྲིབ་བྱེད་ཡིན། །དེས་པ་མེད་ན་མི་

འབྱུང་ཡིན། །དེས་པ་མེད་ན་སྐྱབ་བྱེད་མིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་དག་གོ། །གལ་ཏེ་ངེས་སྒྲིང་  
 བཤད་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་གྱི་མི་དམིགས་པ་འགའ་ཞིག་ཀྱང་  
 གཏན་ཆོགས་ གསུམ་པ་མ་ཡིན་ནམ་དེ་ཅིའི་སྤྱར་དཔེར་མ་  
 བརྗོད་ཅེ་ན། དེ་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་གཏན་ཆོགས་ཀྱི་ཁོངས་  
 སུ་འདུས་པའི་སྤྱར་དཔེར་བརྗོད་པ་ཁོ་ན་ ཟླ། འདི་ལྟར།  
 དམིགས་རུང་མེད་པ་དག་ལ་ནི། །མི་དམིགས་པ་ལས་གཞན་  
 མེད་ཉིད། །དེས་ན་དེ་ཡོད་པ་ལས་དེའི། །རྒྱ་ མཆན་ཅན་གྱི་  
 སྐྱེལ་བསྐྱབ། །བལྟར་རུང་བའི་རང་བཞིན་མེད་པ་ནི་མི་  
 དམིགས་པ་ལས་གཞན་མ་ཡིན་ལ། དེ་བྱུང་བས་ནི་དེའི་རྒྱ་  
 མཆན་ཅན་མེད་པའི་ཤེས་པ་དང་སྐྱབ་སྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་ རོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་བཤད་ཟེན་ཏོ། །རྒྱ་མཆན་ཡོད་ཀྱང་རྒྱ་

མཚན་ཅན་ཡོད་པར་ངས་པ་ མེད་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་རྟོགས་  
 པར་ངེ་ལྟར་འགྱུར་ཞེ་ན། བལྟར་རུང་མ་མཐོང་ལ་མེད་  
 ཅས། །བྱ་བའི་ཐ་སྙད་འདི་གྲུབ་པས། །དེ་འབྲས་ཡིན་ཡང་དེ་  
 ལས་ནི། །སློ་སྤྱོད་ཐེ་ཆོམ་མེད་པར་འགྱུར། །གང་གིས་ངས་པ་  
 མེད་པར་འགྱུབ་བ་ཐ་སྙད་ལ་གདོད་གཞུག་པར་བྱ་བ་ནི་ མ་  
 ཡིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་བལྟར་རུང་བའི་དངོས་པོ་མ་མཐོང་བ་ལ་  
 མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བར་གྲུབ་ཟིན་པ་ ཉིད་དོ། །ཉེ་བར་བརྗོད་པ་  
 མེད་པར་གྲུབ་པ་དག་ལ་ཐ་སྙད་དེ་རྟོགས་ཀྱང་རྣམ་པ་ངེ་ཞེ་ག་  
 ལྟར་ ཡུལ་ཡོད་ན་ཡང་ཡུལ་ཅན་མི་བཟོན་པར་བྱེད་དོ། །མེད་  
 པའི་ཐ་སྙད་ལ་གང་དུ་ཡང་རྒྱ་མཚན་གཞན་ནི་འགའ་ཡང་ཡོད་  
 པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་འདིས་སྤར་ལན་ཅིག་མ་ཡིན་པར་སྤྱད་  
 ཟིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་དག་གི་འབྲེལ་པ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ནི་

མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་བལྟར་རུང་བ་མ་མཐོང་བར་བྱུབ་ན་  
 དེའི་རྒྱ་མཚན་ཅན་མེད་པའི་ཤེས་པ་ དང་སྒྲ་དག་གི་ རུང་བ་  
 དེ་ཉིད་ལ་ཡང་ཐེ་ཆོམ་མེད་པ་ཉིད་དེ། ལྷོག་ཤེས་ལ་སོགས་པ་  
 བྱུབ་ན་བ་ཡང་གི་ཐ་སྙད་བཞིན་ནོ། །ཡུལ་ཡོད་ན་ཡང་སྒྲིངས་  
 པས་འདིར། །གཞན་དག་རྗེས་སུ་མི་བརྗོད་པ། །བྱུབ་པ་དང་  
 བྱི་ཆོས་མཐུན་པས། །བར་བསྟན་བྱེད་པ་འབའ་ཞིག་གོ། །རི་  
 ལྟར་མཐོང་དང་མ་མཐོང་ ལས། །རྒྱ་དང་འབྲས་ཉིད་སྒྲུབ་པ་  
 བཞིན། །དེ་གཉིས་ལ་ནི་འབྲས་སོགས་སྒྲ། །ཐ་སྙད་དོན་དུ་  
 བཀོད་པ་ཡིན། །རྒྱ་ལས་འབྲས་བྱ་རབ་བསྒྲུབ་པ། །འདི་ནི་  
 རང་བཞིན་ནང་འདུས་ཕྱིར། །གཏན་ཆོགས་རབ་དབྱེ་བཤེད་  
 པ་ལས། །ཐ་དད་པར་ནི་དཔེར་མ་བརྗོད། །ཅེས་བྱ་བ་ ནི་བར་  
 སྒྲུབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་དག་གོ། །མི་དམིགས་པ་ལས་ནི་

བྱེད་པར་བྱེད་པའི་རང་བཞིན་མེད་པའི་ཐ་སྙད་དུ་རུང་བ་ཉིད་  
 བསྐྱབ་བོ། ། བྱེད་པ་ཡང་གཞན་དུ་ཐ་སྙད་དེ་ཙམ་ལས་གྲུབ་པ་  
 ཉེ་བྱེད་པར་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། ། མི་དམིགས་པའི་བདག་ཉིད་དུ་  
 གྱུར་པའི་མེད་པ་གྲུབ་པས་མེད་པའི་ ཐ་སྙད་དུ་བསྐྱབ་པ་ཡིན་  
 རོ་ཞེས་བཤད་ཟིན་ཏོ། ། མི་དམིགས་པ་དེ་ཉིད་རི་ལྟ་བུ་གྲུབ་  
 ཅིང་མེད་དེ་འགའ་ཞིག་གི་རྒྱད་ཡང་རི་ལྟར་ འགྱུར་ཞེ་ན།  
 ཉེས་པ་དེ་ནི་མེད་དེ་འདི་ལྟར། གཅིག་དམིགས་ཉམས་སུ་སྤྱོད་  
 བ་ལས། ། འདི་ནི་དམིགས་སོ་ཞེས་བྱའམ། ། མི་དམིགས་སོ་  
 ཞེས་ ཏོག་ཅན་གྱི། ། ལྟོ་ནི་སྤྱི་བར་འགྱུར་བ་ཡིན། ། གང་ལས་  
 མེད་པའི་ཐ་སྙད་དུ་འགྱུར་བ་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རང་གི་ཡུལ་  
 ཅན་གྱི་ཞེས་པ་ མེད་པ་ཙམ་གྱིས་ནི་འདི་མི་དམིགས་སོ་ཞེས་  
 བྱ་བ་དེ་ལྟར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནོ། ། འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། རང་ལས་



བྱད་པར་ཅན་གྱི་ཞེས་པ་ཡོད་པ་ལས་ཏེ། འགའ་ཞིག་ཏུ་  
 ཐམས་ཅད་མ་རྟོགས་ན་དངོས་པོ་མེད་པར་མི་རྟོགས་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་འགའ་ཞིག་མངོན་སུམ་དུ་གྱུར་ན་དེའི་ཚད་  
 མའི་སྟོབས་གྱིས་འདི་ནི་ དམིགས་སོ་ཞེའམ། གཞན་  
 དམིགས་སོ་ཞེས་བྱ་བའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གཉིས་འབྱུང་བར་  
 འགྱུར་རོ། །གང་གི་ཕྱིར་དོན་གྱི་ བྱད་པར་རྟོགས་པ་ནི་སྤྱིར་  
 བའི་བྱད་པར་ལས་ཡིན་ལ། སྤྱིར་བའི་བྱད་པར་རྟོགས་པ་ནི་  
 རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་བདག་ཉིད་ཉམས་སུ་སྤྱིར་བ་ལས་ ཡིན་  
 བོ། །དེས་ན་རང་ཉིད་གྲུབ་པའི་བྱད་པར་ནི་དོན་གྱི་དོན་བྱད་  
 པར་དུ་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་ནི་སྤྱིར་བའི་བྱད་པར་  
 ཡང་སྤྱིར་བ་ གཞན་གྱི་བྱད་པར་ལས་ཡིན། དེའི་ཡང་གཞན་  
 ལས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཐུག་པ་མེད་པར་འགྱུར་བས་བྱད་པར་

འགའ་ཡང་འགྲུབ་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དོན་ནི་རང་གི་ཡོད་པ་  
 དང་ཁྱད་པར་དག་གི་དེ་བསྐྱབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན།  
 རང་གི་ཤེས་པའི་ཡོད་པ་དང་ཁྱད་པར་དག་གིས་ཉེ། དེས་ན་  
 རང་དབང་དུ་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ད་བཞིན་དུ་སྤྱོད་བ་ན་སྤྱོད་  
 བ་གཞན་གྱི་ཡོད་པ་དང་ཁྱད་པར་དག་ལས་དེ་གྲུབ་པ་མ་  
 ཡིན་ཉེ། ཐམས་ཅད་མི་རྟོགས་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་  
 རོ། །དེའི་སྤྱིར། རང་བཞིན་ཁྱད་པར་ཅན་སྤྱོད་ལས། །གཞན་  
 གསལ་བ་ནི་གཞན་མ་ཡིན། །དེ་སྤྱིར་དེ་མི་དམིགས་པ་  
 ཡང་། །དེ་ལས་ཁྱད་པར་ཅན་དམིགས་ཉིད། །དེས་ན་མི་  
 དམིགས་པ་འདི་ནི། །མངོན་སུམ་ཉིད་གྲིས་གྲུབ་པ་  
 ཡིན། །གང་གི་སྤྱིར་མ་འབྲེལ་བ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བ་རྣམ་པ་  
 གཅིག་ཏུ་སོ་སོར་ངེས་པ་ལས་གཞན་གསལ་བ་ནི་གཞན་མ་

ཡིན་ནོ། །དེ་ཉིད་ནི་ངེས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དེ་ཉིད་ཡོད་  
 རོ། །ཞེས་ངེས་པར་བྱེད་པ་ཤུགས་གྱིས་གཞན་ནམ་གཞན་  
 མྱོང་བ་མེད་དོ་ཞེས་ངེས་པར་བྱེད་ རོ། །དེའི་སྤྱིར་གཅིག་ཏུ་  
 ངེས་པ་དམིགས་པ་ནི་གཞན་མི་དམིགས་པ་དང་དེ་མེད་པའི་  
 ཐ་སྙད་ འགྲུབ་པའི་རྒྱ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་རང་རིག་ པའི་མངོན་  
 སུམ་གྱིས་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་རང་ལས་བྱུང་པར་ཅན་  
 གྱི་ཤེས་པ་མེད་ཀྱང་མེད་པའི་སྒྲོར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནམ།  
 དཔེར་ན་ཐུན་ཁུང་དུ་ལག་པ་བྱུག་པ་བཞིན་ནོ་ཞེ་ན་མ་ཡིན་ཏེ།  
 དེར་ཡང་དེ་ལྟར་བྱུག་པའི་ལག་པའི་ནང་གི་རིག་པའི་བྱུང་  
 པར་དམིགས་པ་ལས་ གཞན་མེད་པར་རྟོགས་པའི་སྤྱིར་  
 རོ། །ནང་གི་རིག་པའི་བྱུང་པར་དམིགས་པ་གང་ལས་རྩོལ་བ་  
 ཡོད་དམ་མེད་ཀྱང་སྒྲ་སྟེ། ངའི་ལག་པ་བྱུགས་སོ་ཞེས་བྱ་བར་

འགྱུར་བ་དེ་ཉིད་ལས་མེད་པར་རྟོགས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་མེད་ན་  
 མེད་པར་མི་རྟོགས་པའི་སྤྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་དམིགས་པའི་རྒྱུན་  
 རྣམས་ཡོད་པ་ན་དམིགས་སུ་རུང་བ་མ་དམིགས་པས་མེད་  
 པར་འགྱུར་བོ། །དེའི་སྤྱིར་གཉིད་ལོག་པ་ལ་སོགས་པའི་  
 གནས་སྐབས་སུ་འགའ་ཞིག་མེད་པར་རྟོགས་པར་མི་ འགྱུར་  
 ཏེ། དེ་ན་དབང་པོ་རྒྱས་པ་མ་ཉམས་པ་ལ་སོགས་པ་དམིགས་  
 པའི་རྒྱུན་ཉིད་མེད་ པའི་སྤྱིར་རོ། །དེས་ན་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་  
 དམིགས་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་ན་དེར་འགའ་ཡང་མེད་པར་རྟོགས་  
 པ་ བློ་མ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། དེ་འདྲ་བའི་མི་དམིགས་པ་  
 ཉིད་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེ་ན། འདིར་ཡང་དམིགས་པའི་རྒྱ་ཡོད་  
 པ་ན། ཞེས་བྱ་བས་དབང་པོ་ལ་སོགས་པ་དེ་ དག་ཞེས་པ་ལ་  
 རྒྱས་པ་ཉམས་པ་མེད་པས་དམིགས་པའི་འཇུག་པ་བསྟན་པར་

གྲེད་པ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཆེ་དེ་དག་གི་འབྲས་བུ་འཇུག་པ་དེའི་  
 ཆེ་དེ་དག་རྒྱས་པ་ཉམས་པར་འགྱུར་བའི་ ཕྱིར་རོ། །དེ་ཡང་  
 དམིགས་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དམིགས་སུ་རུང་བ་མ་དམིགས་  
 བས་ཀྱང་བྱུང་ བར་ཅན་དམིགས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པ་གཅིག་  
 ཏུ་ངེས་པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་བྱུང་བར་ཅན་དམིགས་པ་དེ་ཉིད་  
 གཞན་མི་དམིགས་པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་དུ་དོན་མེད་པ་ཉིད་  
 བྱི། །མི་དམིགས་པ་ལས་རྟོགས་པར་འགྱུར། །གཞན་གྱིས་  
 དམིགས་པ་མེད་པ་ཉིད། །ཡིན་པའི་ཕྱིར་ བ་ཐུག་མེད་  
 འགྱུར། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ཏེ། གལ་ཏེ་རང་གི་ཡུལ་ཅན་གྱི་ཤེས་  
 བ་མེད་བས་དངོས་པོ་མེད་པར་འགྱུར་ན་དེ་མེད་པར་ཡང་ མི་  
 དམིགས་པ་གཞན་གྱིས་བསྐྱབ་དགོས་པའི་ཕྱིར་ཐུག་པ་མེད་  
 བར་འགྱུར་བས་དངོས་པོ་ མེད་པ་མི་རྟོགས་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་

རོ། །སྤྱོད་བ་མེད་པ་ནི་ རང་ཉིད་འགྲུབ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དང་  
 བྱུང་པར་མེད་པས་ཡུལ་ལ་ཡང་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་  
 རོ། །སྤྱོད་བ་ནི་བདག་ཉིད་ཀྱི་བྱུང་པར་ལ་སྦྱབ་པར་བྱེད་པ་  
 གཞན་མེད་པ་ཡིན་གྱི། མེད་པ་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་  
 གང་ལས་སྦྱོན་འདིར་འགྱུར་བ་རང་གི་ཡུལ་ཅན་གྱི་ ཞེས་པ་  
 མེད་པས་དངོས་པོ་མེད་པ་གྲུབ་པ་ཡིན་ལ། རང་ལས་བྱུང་  
 བར་ཅན་གྱི་ཞེས་པ་ཡོད་པ་ལས་ཀྱང་མ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་ཅི་ཞེ་  
 བ། བྱམ་པ་དམིགས་པ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་དངོས་པོ་མེད་པ་ལ་  
 དམིགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ལས་ ཡིན་ལ་དེ་ཡང་ཚད་མ་  
 རང་རྒྱད་པ་ཡིན་ནོ། ཞེ་ན། དེ་ལྟ་ན་འོ་ན་དངོས་པོ་མེད་པ་  
 ཉོགས་པ་དེ་གང་ལས་འགྱུར་ཏེ་དངོས་པོ་མེད་པ་འགའི་ཡང་  
 རྒྱ་མ་ཡིན་ནོ། །རྒྱས་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་ཏེ། །རྒྱས་པ་ནི་དངོས་

པོའི་མཆན་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་དང་། དེ་ཉམས་པ་མེད་པས་དེ་  
 དེ་ལས་སྐྱེ་བ་རྟག་ཏུ་འབྱུང་བར་ཐལ་བའི་བྱིར་རོ། ། ལྟོས་པ་  
 མེད་པའི་བྱིར་ཏེ། ལྟོས་པ་ནི་བྱུང་བར་ཐོབ་པའི་མཆན་ཉིད་  
 ཡིན་པའི་བྱིར་དང་། དེ་ཡང་དངོས་པོའི་མཆན་ཉིད་ཡིན་པའི་  
 བྱིར་དངོས་པོ་མེད་པར་མི་འགྱུར་རོ། ། དངོས་པོ་མེད་པ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ཡང་དངོས་པོ་བཀག་པ་ཡིན་ཏེ། དེས་ན་དངོས་པོ་མེད་  
 པ་ལས་སྐྱེའོ་ཞེས་བྱ་བས་ ནི་དངོས་པོ་ལས་མི་སྐྱེའོ་ཞེས་རྒྱ་  
 བཀག་པ་བྱས་པར་འགྱུར་རོ། ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་ནི་དངོས་པོ་  
 མེད་པ་ཞེས་དངོས་པོ་མེད་པ་ཞེས་དངོས་པོ་ཉིད་འགའ་ ཞིག་  
 མིང་གཞན་གྱིས་བརྗོད་པར་འགྱུར་རོ། ། དེའི་བྱིར་རྟོགས་པ་དེ་  
 ནི་སྲིད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། མཐོང་བའི་དེ་མ་ཐག་པ་ཡང་རང་རྒྱུད་  
 པར་མི་འགྱུར་རོ། ། དེའི་ ལྟོབས་ལས་སྐྱེས་པ་ཡིན་ན་ནི་དེ་

ཉིད་དེ་ལ་རྒྱབ་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དེ་ཉིད་ཚད་མར་ འགྱུར་  
 རོ། །དེའི་རྣམ་པ་ངས་པའི་ཤུགས་ཀྱིས་གཞན་སྤོང་བའི་སྤྱིར་  
 ཉི་རྣམ་པ་གཞན་དང་འདྲེས་ན་ དེ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེའི་  
 སྤྱིར་ཚད་མ་གཞན་གྱི་སྟོབས་ལས་སྐྱེས་པ་དབང་པོ་དང་  
 ཏྲགས་ལ་མི་བརྟེན་ པའི་མི་དམིགས་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་  
 འདི་ནི་ཚད་མ་མ་ཡིན་ནོ། །གང་གི་དེ་མ་ཐག་པར་སྐྱབ་པ་  
 དང་། དགག་པ་རྣམ་པར་རྟོག་པར་འགྱུར་བ་དེ་ལྟར་སྐྱེས་པ་  
 དེ་ནི་མཐོང་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དཔེར་ན་སྟོན་པོ་མཐོང་བ་ནི་འདི་  
 ནི་སྟོན་པོ་ཡིན་གྱི་སེར་པོ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ བྱ་བ་ལྟ་  
 བུའོ། །དེའི་ སྤྱིར་དེ་དག་ནི་ཚད་མ་མ་ཡིན་ནོ། །མི་སྤྲང་ངས་  
 པ་མི་རུང་སྤྱིར། །གཞན་དུ་གཞག་པ་འགོག་འགྱུར་  
 དཔེར། །སེམས་ཅན་གཞན་ལ་ཏྲགས་མེད་ཀྱི། །རྣམ་རྟོག་ལ་



སོགས་མི་འགྲུབ་བཞིན། །འབྲས་བྱ་ངེས་མེད་ཅན་དེ་  
 དག། །ཕྲོག་པ་སྐྱབ་པར་རུས་མ་ཡིན། །ངེས་པ་བསྐྱབ་ཕྱིར་  
 གཏན་ཆེགས་ལ། །དང་པོ་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་  
 བེ་བར་སྐབས་ཀྱི་ཆེགས་སུ་བཅད་པ་དག་གོ། །རང་གི་སྦྱར་བ་  
 དག་ལ་དེའི། །རང་གི་ངོ་བོ་སྦྱར་བའམ། །དོན་ལ་གཞོད་བྱེད་  
 ངོ་བོ་སྟེ། །ཡོད་ན་ཡོད་ལས་མེད་ཕྱིར་རམ། །གང་གི་ཆེ་མེད་  
 བར་ངེས་པའི་འབྲས་བྱ་ཅན་ཕྲོག་པ་བསྐྱབ་པའི་མི་དམིགས་  
 བ་དེ་རང་ཉིད་མེད་པ་བསྐྱབ་པའི་ ཕྱིར་རབ་ཏུ་སྦྱར་བ་དེའི་ཆེ་  
 རང་གི་ངོ་བོས་སྦྱར་ཏེ། དཔེར་ན་འདི་ན་དུ་བ་མེད་དེ་མ་  
 དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ན་ཤིང་ཤ་བ་མེད་དེ་ཤིང་མེད་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ན་དུ་བ་མེད་དེ་མེ་ མེད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ལྟ་བུའམ། ཡང་ན་དགག་པར་བྱ་བའི་དོན་ལ་གཞོད་པར་

བྱེད་པའི་ངོ་བོ་ཉི་ལྔ་བར་བཀོད་པའི་སྒྲིག་སྒྲིག་རབ་ཏུ་སྒྲིག་ཏེ།  
 དཔེར་ན་འདི་ན་གྲང་བའི་རེག་པ་མེད་དེ། མེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་སྟེ། ལྟར་དཔེར་བརྗོད་པ་བཞིན་ནོ། །འགལ་  
 བ་དེ་ ཡང་ངེ་ལྟར་རྟོགས་ཤེ་ན། འགལ་ཞིག་ཏུ་རྒྱ་མ་ཚད་བ་  
 མེད་པར་འབྱུང་བ་ལས་གཞན་ཡོད་ན་མེད་པའི་ཕྱིར་འགལ་  
 བར་ རྟོགས་ཏེ། དཔེར་ན་གྲང་བ་དང་རྩོ་བའི་རེག་པ་བཞིན་  
 ནོ། །ཕན་ཚུན་ཐ་དད་བྱུང་ཕྱིར་ཏེ། །བརྟན་དངོས་དང་ནི་  
 འཇིག་པ་བཞིན། །ཡང་ན་ཕན་ ཚུན་སྤངས་ཏེ་གནས་པའི་  
 མཚན་ཉིད་ཀྱིས་འགལ་བ་ཡིན་ཏེ། ཏྲག་པ་དང་མི་ཏྲག་པ་  
 བཞིན་ནོ། །ཚད་མས་གཞོད་པའི་ཕྱིར་ཡང་སྟེ། །སྟོས་བཅས་  
 དང་ནི་ངེས་དངོས་བཞིན། །ཡང་ན་གལ་ཏེ་དེ་ཉིད་ལ་ཚད་  
 མས་གཞོད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ན་དེའི་ཏྲགས་དང་འགལ་བར་

འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན་ལྟོས་པ་དང་ངེས་པའི་དངོས་པོ་བཞིན་  
 བོ། །ཚད་མ་ཡང་དེའི་རྒྱ་སྒྲ་བ་ནམས་ཀྱི་སྒྲེ་བ་དང་ལྡན་པར་  
 ཁས་སྒྲངས་པ་དག་ནི་འཇིག་པར་ངེས་པ་མེད་དོ། །དེའི་ངོ་  
 བོར་འགྱུར་བ་གཞན་ལ་ལྟོས་པར་ཁས་སྒྲངས་པའི་སྤྱིར་  
 རོ། །གང་ཞིག་གང་ངོ་བོར་འགྱུར་བ་གཞན་ལ་ལྟོས་པར་  
 ཁས་སྒྲངས་པ་དེ་ནི་དེའི་ངོ་བོར་ངེས་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 དཔེར་ན་གོས་ལ་ཚོན་བཞིན་ལོ། །དེའི་རྒྱ་ནམས་ཀྱང་དེར་  
 ངེས་པའི་སྤྱིར་སྒྲོན་མེད་དོ་ཞེ་ན་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ཚང་བ་  
 དང་གོགས་མེད་པར་མ་ངེས་པའི་སྤྱིར། དེ་ཡོད་ན་རང་གི་རྒྱའི་  
 ཚོགས་པ་ལ་རག་ལས་པ་དེ་ལ་མངོན་དུ་སྤྱོད་པ་གཞན་  
 དག་ཀྱང་ཡོད་པར་འགྱུར་བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། རག་མ་ལས་པའི་  
 སྤྱིར་རོ། །དེའི་ཆོས་མ་ཡིན་ན་ཡང་དེ་ཉིད་ལས་དེ་སྐད་ཅིག་

མ་ཉིད་དུ་འདོད་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ཉིད་དུ་བྱད་པར་མེད་པའི་  
 བྱིར་སྤྲུང་མེད་པ་ནི་བྱིས་ཀྱང་མེད་པར་ཐལ་བའི་བྱིར་  
 རོ། །དེའམ་དེའི་རྒྱ་མི་ ཏྲག་པ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་ངེས་པར་བྱེད་པའི་  
 རང་བཞིན་ ཡིན་ན་དེའི་ངོ་བོའམ་དེ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པར་ཅི་སྟེ་  
 མི་འདོད། བརྒྱད་པས་ཅི་ཞིག་བྱ་སྟེ། མཐར་དེའི་རང་གི་ངོ་བོ་  
 ཉིད་དེའི་ངོ་བོར་རྒྱས་པའི་བྱིར་རོ། །འདིས་ནི་ངེས་འགའ་བའི་  
 ངོ་བོ་ཉིད་ལྟོས་པ་མེད་པ་དང་འགའ་བ་ཡང་བཤད་པ་ཡིན་  
 བོ། ། གལ་ཏེ་འགའ་བ་དེ་ལྟ་བུ་དག་ཀྱང་ཕན་ཚུན་སྤངས་ཏེ་  
 གནས་པའི་མཆན་ཉིད་ཁོ་ནས་འགའ་བ་ ཡིན་ཏེ། ངེས་པ་  
 མེད་པས་ངེས་པ་ལ་གཞོད་པའི་བྱིར་རོ། །ཚད་མས་ནི་འགའ་  
 རྩ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། གཞོད་པ་ནི་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཡིན་ཏེ།  
 དེའི་བྱིར་ཚད་མས་གཞོད་པས་འགའ་ བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་

བདེན་ཏེ། འགལ་བས་བྱད་པའི་རང་བཞིན་གྱིས་ཀྱང་དོན་དུ་  
 འགལ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེ་ཉི་བར་བཀོད་པས་མི་དམིགས་  
 པའི་སྒྱུར་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བསྟན་པའི་བྱིར་དེ་ སྐད་བརྗོད་  
 དེ། དཔེར་ན་དཔེར་བརྗོད་མ་ཐག་པའི་སྒྱུར་བ་དེ་ཉིད་བཞིན་  
 བོ། །ཅི་སྟེ་གཙོ་ བོ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 མི་དམིགས་པའི་བྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལ་རི་ལྟར་མེད་པའི་ཐ་  
 སྐད་བསྐྱབ་པའམ་ཡོད་ པའི་ཐ་སྐད་བཀག་པར་འགྱུར། རི་  
 ལྟར་མི་འགྱུར་ཞེ་ན། དོན་དེ་དགག་པ་ལ་ཆོས་ཅན་བརྗོད་པའི་  
 ཆོག་སྒྱུར་བ་མེད་པའི་བྱིར་ཏེ། དེ་མ་བཀག་པའི་ བྱིར་ཡུལ་  
 མེད་པའི་བཀག་པ་མི་རུང་བའི་བྱིར་རོ་ཞེ་ན། སྒྱུན་འདི་ནི་  
 མེད་དེ། འདི་ལྟར། ཐོག་མེད་བག་ཆགས་ལས་བྱུང་  
 བའི། །རྣམ་པར་རྟོག་པས་ཡོངས་བསྐྱབ་པ། །ཡོད་མེད་གཉི་

ག་ལ་བཏེན་པ། །སྤྱོད་ཆོས་ནི་རྣམ་པ་གསུམ། །དེ་དངོས་  
 ཉེར་ལེན་ཅན་ མིན་པར། །སྤྱོད་ལ་དེ་ནི་དེ་ལྟ་བུར། །མི་  
 དམིགས་གཏན་ཆོགས་དེ་ཉིད་ནི། །མེད་པ་མ་ཡིན་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 བྱེད། །སྤྱོད་འདི་དག་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་ཡུལ་ཅན་ནི་མ་ཡིན་  
 ཏེ། རོགས་མ་མེད་པའི་དུས་ཅན་གྱི་བག་ཆགས་ལས་བྱུང་བའི་  
 རྣམ་པར་རྟོག་པ་ལ་སྤྱང་བའི་དོན་ ཉིད་དུ་ བདག་གིར་བྱེད་  
 རོ། །དེ་ནི་འཆད་པ་པོ་དང་ཉན་པ་པོའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་བསྟན་  
 པ་ཡིན་ཏེ། རི་ལྟར་སྤྱང་བའི་དངོས་པོ་བསྟན་པར་འདོད་པས་  
 སྤྱོད་པའི་བྱེད་དང་། དེའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་  
 བསྐྱེད་པའི་བྱེད་རོ། །ཉེ་བར་ལེན་པ་དང་འབྲས་བུའི་ཤེས་པ་  
 ལ་སྤྱང་བ་མ་ཡིན་པའི་རང་བཞིན་ནི་དེའི་ཡུལ་ཉིད་དུ་ངེས་  
 པར་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །རྣམ་པར་རྟོག་པ་དེ་ནི་ཡོད་པ་དང་

མེད་པ་དང་གཉི་གའི་ཤེས་པས་བསྐྱེད་པའི་བག་ཆགས་ ལས་  
 བྱང་བའི་སྤྱིར་དེ་ལ་སྤང་བའི་རྣམ་པར་ཞེན་པའི་དབང་གིས་  
 དངོས་པོ་དང་དངོས་པོ་ མེད་པ་དང་གཉི་ གའི་ཆོས་ཞེས་  
 བརྗོད་དོ། །དེའི་སྤྱིར་ཆོས་ཅན་དེ་ལ་གནས་པ་རྣམས་ཀྱི་གཙོ་  
 བོའི་སྐྱ་ལས་སྤང་བའི་དོན་འདི་ དངོས་པོའི་ཉི་བར་ལེན་པ་ཅན་  
 ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་མ་ཡིན་ཞེས་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་ཉིད་དུ་  
 སེམས་པར་བྱེད་དོ། །དེ་དངོས་པོའི་ཉི་བར་ལེན་པ་ཅན་མ་  
 ཡིན་པར་སྐྱབ་པ་ལ་སོ་སོ་ རང་གིས་རིག་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་  
 སྤང་བར་འོས་པ་མ་ཡིན་པའི་དོན་དེ་ནི་ཆོས་ཅན་ཡིན་  
 བོ། །དོན་དེ་ནི་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་ནི་བརྗོད་པར་  
 མི་རྒྱས་ཏེ། མ་ཐོབ་པ་དང་འགགས་པའི་དོན་དག་ལ་ཡང་དེ་  
 མི་ལྟོག་པའི་སྤྱིར་དང་། དངོས་པོ་ལ་སྤྱིན་ཅི་ལོག་གི་རྣམ་པར་

མངོན་པར་ ཞེན་པ་མུ་སྟེགས་བྱེད་གཞན་གྱི་ཤེས་པ་ལ་ཡང་  
 སྒྲང་བའི་བྱིར་རོ། །གཅིག་དུ་དོན་དམ་ལ་འཇུག་ན། །ལྟ་བའི་  
 བྱེ་བྲག་གཞན་དག་གོ། །དོན་རྣམས་ལ་ནི་སྒྲ་རྣམས་དག །རྒྱ་  
 མེད་ཅན་འཇུག་མི་འགྱུར་ཞིང་། །འདས་དང་མ་སྐྱེས་པ་ལ་  
 ཡང་། །ཆོག་འགའ་ཞིག་གྱང་ བརྟུན་པ་ཡི། །དོན་ཅན་ཉིད་དུ་  
 མི་འགྱུར་བྱིར། །འདི་དག་སྟོ་དོན་ཡུལ་ཅན་འདོད། །ཅེས་བྱ་  
 བ་ནི་བསྐྱུ་བའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་དག་གོ། །དེ་ལ་ངེ་ལྟར་  
 འདོད་པའི་རང་བཞིན་གྱི་ཉེ་བར་ལེན་པ་ཅན་མ་ཡིན་པར་  
 བསྐྱབ་པར་བྱ་ བ་ལ་དེ་ལྟར་མི་དམིགས་པའི་ཆོས་ཡོད་པའི་  
 བྱིར་ སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་ཆོས་མ་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འདིར་  
 སྒྲའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ལ་སྒྲང་བའི་དོན་དེ་ཉིད་ལ་བསྟེན་པ་ཡང་  
 མ་ཡིན་ཏེ། དེ་སྟོ་ལ་བཞག་པའི་དོན་དུ་སྒྲ་སྐྱར་བའི་བྱིར་དང་།



དེ་མེད་ན་དེ་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་། སྐྱོན་  
 བསྟོན་པ་མེད་ནམས་ཀྱིས། །ཡོད་ མེད་སྟོགས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་  
 གིས། །དངོས་པོ་ཉིད་ནི་དབྱུང་བྱ་སྟེ། །དེ་ལ་འབྲས་འབྱུང་  
 རག་ལས་ཕྱིར། །སྐྱའི་དོན་ནི་ཡོད་དམ་མེད་ཀྱང་རུང་སྟེས་  
 བྱའི་དོན་ཅུང་ཟད་ཉམས་པའམ་འབྲུབ་པ་ མ་ཡིན་ཏེ། ཇི་ལྟར་  
 མངོན་པར་ཞེན་པ་བཞིན་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་།  
 དེ་ཁོ་ ན་ཉིད་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་འདོད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་  
 ཕྱིར་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆེ་འདི་ཡོད་པ་དང་མེད་པར་སྟོད་པ་འདུག་  
 པ་ན་ནམ་པར་ ཉོག་པའི་སྤང་བ་སྤངས་ཏེ་གང་ལ་སྟེས་བྱའི་  
 དོན་འདི་འབྲེལ་བ་དངོས་པོ་ཉིད་ལ་ གནས་པར་བྱེད་དེ། ཇི་  
 ལྟར་གང་བ་སེལ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་ མེ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལ་  
 སྐྱའི་དོན་ནི་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་པར་གྱུར་

གྲང་དེ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་དོན་བྱ་བ་དོན་དུ་གཉེར་  
 བ་འདི་དེ་མི་རྒྱས་པ་ལ་ཆེད་དུ་གཉེར་བར་རིགས་ བ་མ་ཡིན་  
 ཏེ། འདོད་པ་དང་ལྡན་པ་དག་མ་ནིང་གཟུགས་བཟང་བ་དང་  
 ངན་པ་ བརྟགས་པ་ལ་ལྟར་གཉེར་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གང་ཡང་  
 དེ་སྐད་དུ་བརྟགས་པའི་ཆོས་མི་དམིགས་པ་ཞེས་བཤད་པའི་  
 དོན་ཅི་ཡིན་ཞེ་ན། རྟོག་པའི་ཤེས་པའི་ཡུལ་ཉིད་ཀྱིས་སྒྲུབ་དོན་  
 ཉིད་བརྟགས་པ་ཡིན་ལ། དངོས་པོ་ལ་བརྟེན་པར་མི་དམིགས་  
 པ་ཉིད་ནི་དེའི་ཆོས་ཡིན་ རོ་ཞེས་དགོངས་པ་ནི་འདི་ཡིན་  
 རོ། །རང་བཞིན་མི་དམིགས་པ་རང་བཞིན་གྱི་གཏན་ཆེགས་  
 གྱི་ནང་དུ་འདུས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་ བ་འདི་ནི་གནས་པ་ཡིན་  
 ཏེ། དེའི་ཕྱིར་དེ་ནི་དཔེར་བརྗོད་པ་ཉིད་གྱི་དཔེར་བརྗོད་པ་ཡིན་  
 རོ། །དེ་ཡང་འཇིགས་པ་ལ་བྱས་པ་དང་ཡོད་པ་ཉིད་བཞིན་དུ་

བྱེད་པར་གྱི་བྱེ་བྲག་ལ་སྟོས་པའམ་འབའ་ཞིག་བསྟན་པར་བྱ་  
 བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་ཟིན་ ཏོ། །དེ་ལ། གལ་ཏེ་གཏན་ཆིགས་  
 ཡོད་རང་བཞིན། །ཡོད་པ་རི་ལྟར་བསྐྱབ་བྱ་མིན། །བྱེ་བྲག་  
 རྗེས་འགོ་མེད་པ་ནི། །གཏན་ཆིགས་བསྐྱབ་བྱ་དག་འགལ་  
 ཉིད། །གལ་ཏེ་ཡོད་པའི་ མི་རྟག་པ་ཉིད་དམ་གཞན་ལ་གཏན་  
 ཆིགས་ཡིན་ན་བསྐྱབ་པར་བྱ་བར་ཡང་ཅི་སྟེ་མི་འདོད། དེ་དེ་  
 ལྟར་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་ན་བྱེད་པར་ཅན་དུ་འགྱུར་ན། བྱེད་  
 པར་ནི་བསྐྱབ་པར་རུས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྗེས་སུ་འགོ་བ་མེད་  
 པའི་བྱིར་རོ། །ཞེས་གྲགས་ཏེ། རི་སྐད་དུ་ཚད་མའི་ཡུལ་མི་  
 ཞེས་པའི་བྱིར་རོ་ཞེས་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །བྱེད་པར་དེ་བསྐྱབ་  
 པར་བྱ་བ་ཉིད་དུ་འགལ་བར་ནི་མ་ཟད་དོ། །འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན།  
 གཏན་ཆིགས་སུ་ཡང་སྟོན་མཚུངས་པའི་བྱིར་རོ། །གཏན་

ཆེགས་རྗེས་སུ་འགོ་བ་མེད་པ་ནི་གྲུབ་པའི་ཡན་ལག་མ་ཡིན་  
 ཏེ། དེ་ལས་ཐེ་ཆོམ་བ་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེན་སྦྱོན་འདི་ནི་མེད་དེ།  
 འདི་ལྟར། དངོས་པོའི་བྱད་པར་ཅམ་ཞིག་ནི། །སྤྱི་ཡི་ཆོས་ཅན་  
 ལ་བསྐྱབས་ན། །དོན་འགའ་ཞིག་ཀྱང་འགྲུབ་མི་འགྱུར། །དེ་  
 འདྲ་བ་ནི་བཀག་པ་མེད། །ཐམས་ཅད་དུ་ཡོད་པ་བསྐྱབས་ན་  
 བྱད་པར་བསྐྱབ་པར་ གྱུར་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཆོས་འགའ་ཞིག་  
 ཡོད་དོ་ཞེས་དངོས་པོ་ཅམ་གྱི་བྱད་པར་སྐྱབ་པའི་རང་བཞིན་  
 གྱི་བྱད་ བར་མ་བསྟན་པར་འགའ་ཞིག་ཡོད་པ་ཅམ་ལ་འགལ་  
 བ་མེད་པའི་ཕྱིར། འདིར་རེ་ཞིག་ཡོད་པའི་སྐྱབ་བྱེད་འགོག་པ་  
 ནི་མ་ཡིན་གྱི། འོན་ཀྱང་དེ་ལྟར་འགའ་ཞིག་ ཡོད་དོ་ཞེས་  
 འདིའི་བྱད་པར་འགལ་བ་ཡང་མ་རེག་པར་སྐྱབས་རང་གི་  
 དོན་ཅི་ཟེག་རྒྱས་ བར་འགྱུར། དེའི་ཕྱིར་བྱད་པར་གྱིས་ཟེན་པ་

ཉིད་འདིས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །ཁྱད་པར་གྱིས་ཟིན་  
 བསྐྱབ་བྱ་འདིར། །གཏན་ཆེགས་རྗེས་འགྲོ་མེད་པར་  
 འགྱུར། །དེས་ན་ ཡོད་པ་བསྐྱབ་བྱ་ན། །ཁྱད་པར་བསྐྱབ་བྱར་  
 འགྱུར་བ་ཡིན། །ཆོས་ཅན་གཙོ་བོའི་མཆན་ཉིད་དེ་གཅིག་ཕུ་  
 དང་ཉག་པ་དང་བདེ་བ་ལ་སོགས་པའི་བདག་ ཉིད་དམ་གཞན་  
 ཡང་རུང་སྟེ། དེའི་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་ནམ་པ་ཇི་ལྟར་ཡང་རུང་  
 བས་ཁྱད་པར་དུ་གྱུར་པ་བསྐྱབ་པར་ འགྱུར་ ན་དེ་ནི་ད་ལྟར་  
 རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་མེད་དོ། །གང་ཡང་ཡོད་པ་ཙམ་རྗེས་སུ་འགྲོ་  
 བ་གྲུབ་པས་ནི་རུང་ཟད་ཀྱང་བྱར་མེད་དོ། །གལ་ཏེ་དེ་བཞིན་  
 དུ་མེ་ལ་སོགས་པ་ཡང་ཐལ་བར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནམ། དེ་ལ་  
 ཡང་མེ་ཡོད་པ་ལ་ནི་ཚུད་པ་འགའ་ཡང་མེད་དེ། མངོན་པར་  
 འདོད་པའི་ཁྱད་ པར་ཅན་གྱི་གཞིའི་ཁྱད་པར་དང་ལྡན་པ་ནི་

རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་མི་འབྱུང་། བོ་ཞེ་ན། གཞི་དེས་  
 དེ་བྱད་པར་དུ་བྱེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། མི་ལྡན་པ་རྣམས་པར་  
 གཙུག་པས་བྱད་པར་དུ་བྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བཤད་ཟིན་  
 ཏོ། །དེའི་ཕྱིར་དེར་ནི་དེ་དང་མི་ལྡན་པ་རྣམས་པར་ གཙུག་པས་  
 སྤྱི་ཉིད་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་འདིར་ཡང་  
 འགའ་ཞིག་ལ་ཡོད་པ་བསྐྱབ་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། གཙོ་བོ་ལ་  
 སོགས་པའི་སྐྱས་བརྗོད་པར་བྱ་བའི་དེན་ཉིད་འགའ་ཡང་མེད་  
 པའི་ཕྱིར། དེ་ནི་བྱད་པར་མེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །རྗེས་མེད་  
 དེ་དེ་ཡང་ཤེས་ བྱ་དང་གཞལ་བྱ་དང་བརྗོད་བྱ་ཉིད་དུ་བྱུང་བ་  
 ཁོ་ན་ ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། ཅི་དེ་ནི་ཤེས་བྱ་ཡོད་དོ་ཞེས་ཏེ་དེ་བསྐྱབ་  
 པར་འགྱུར་རམ། དེ་ལྟ་ན་ཡང་ཅི་ཞིག་འབྱུང་པར་འགྱུར།  
 གལ་ཏེ་སྒྲོས་བསྐྱེད་པ་རྣམས་པར་ཏྲོག་པ་ལ་སྒྲུང་བ་ནི་སྤྱི་དོན་

ཡིན་ལ། དེ་ནི་རང་གི་མཆན་ཉིད་ གྱི་ཉེ་བར་ལེན་པ་ཅན་ཉིད་  
 ཏུ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཏུ་  
 ཟད་མོད། འོན་ཀྱང་གཙོ་བོ་ལ་སོགས་པའི་མཆན་ཉིད་གྱི་ཁྱད་  
 བར་གྱི་ཉེན་མ་ཡིན་པས་ན་དེ་ཡང་ སྐྱའི་དོན་ཅམ་ཏུ་ནམ་པར་  
 གནས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་ཡིན་དང་སྤྲ་མ་བཞིན་ཏུ་བརྗོད་པར་  
 བྱ་བ་འགའ་ཞིག་ཡོད་དོ་ཞེས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བར་འགྱུར་  
 རོ། །སྐྱའི་དོན་རང་ཉིད་ནི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཁྱད་པར་འགའ་ཞིག་ལ་  
 བཟེན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཉེ་བར་ལེན་པའི་ཆོས་དེ་དག་ལ་འདོགས་  
 པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་ཉེ་བར་ལེན་པ་མ་གྲུབ་པ་དག་ལ་མི་  
 སྤེད་དོ། །དེས་ན་འདི་དག་ནི་ ཁྱད་པར་མེད་པ་ཡིན་པས་དེ་  
 དག་ལ་དོན་གྱི་ཉེ་བར་ལེན་པ་ཅན་ཉིད་སྐྱབ་པ་ནི་དོན་ ཡོད་པ་  
 ཅམ་ཉིད་བསྐྱབ་པ་ཡིན། ཁྱད་པར་སྐྱབ་པ་ནི་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་

རོན་མེད་དོ། །གཞན་དུ་ནི་མེད་སྤྱི་དེ་ཉིད་དེར་མ་གྲུབ་པའི་  
 ཕྱིར་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་དེར་ཡང་དེ་དང་མི་  
 ལྟན་པ་མ་ཡིན་པའི་ སྤྱི་དང་རྗེས་སུ་འགོ་བ་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་མ་  
 ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་བུས་ནི་འགའ་ཡང་རྗེས་སུ་འགོ་བ་བྱེད་  
 པ་མེད་དོ། །གཞན་ལ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པས་ནི་གང་ན་དུ་བ་ཡོད་  
 པ་དེ་ན་མེ་ཡོད་དོ་ཞེས་དུ་བ་མེ་ མེད་ན་མི་འབྱུང་བར་བསྟན་  
 པར་བྱ་བ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་མེ་ཅ་མ་གྱིས་ཁྲབ་པ་གྲུབ་པ་དེ་ནི་  
 གང་དུ་རང་ཉིད་སྒྲུང་བ་དེ་ཉིད་དུ་མེད་སྤྱི་སྤྱི་དང་པར་བྱེད་དོ། །དེ་  
 ལ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་བསྟན་པས་ནི་ཅི་ཡང་མི་དགོས་ཏེ། དེ་ལ་  
 མཐོང་བ་དང་འབྲེལ་བ་བསྟན་པ་ཅ་མ་གྱིས་འདོད་པ་འབྱུབ་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་མ་བསྟན་ན་ཡང་ངེ་ལྟར་དེའི་ཁྲད་པར་  
 ཅན་གྱི་རྗེས་སུ་འགོ་བ་ཡིན། དེའི་ཕྱིར་འདི་ མེ་མེད་ན་མི་



འབྱུང་བར་གྲུབ་པའི་ཤུགས་ཉིད་ཀྱི་མེ་ཕྱོགས་དེ་དང་མི་ལྡན་  
 པ་རྣམ་ པར་གཙོད་པའི་བྱིར་དེ་དེ་ལྟར་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་པར་  
 བརྗོད་དོ། །འདིའི་བྱིབ་པ་ནི་དེ་ལྟར་ཉེ་བར་བཀོད་པ་སྒྲིན་དུ་  
 འགྲོ་བ་ཅན་མ་ཡིན་ཏེ། བསྐྱབ་བྱ་བརྗོད་པ་འདི་ལ་ཡན་ལག་  
 མ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་སྒྲིན་དུ་འགྲོ་བ་ཅན་ཡིན་ན་ཡང་དམ་  
 བཅའ་བ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ལས་སུས་ཆོག་པར་བྱེད། དེ་སྐད་དུ་  
 ཡང་། ཏྲགས་ནི་ཆོས་དང་མི་འབྲུལ་བར། །གཞན་དུ་བསྐྱན་  
 པར་བྱ་བ་སྟེ། །དེ་ལ་རབ་གྲུབ་དེ་ལྡན་པར། །ཆོས་ཅན་ཏྲགས་  
 པར་འབྱུར་བ་ཡིན། ། ཞེས་བཤད་དོ། །དེའི་བྱིར་མེ་ལ་  
 སོགས་པ་བསྐྱབ་པ་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་བསྐྱབ་པ་ཡང་ཁ་ན་མ་ཐོ་  
 བ་ མེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡི་བྱིད་པར་གཟུང་མེད་  
 པར། །དངོས་སོ་ཅམ་ཞིག་སྐྱབ་བྱེད་ལ། །དེ་ཅམ་བྱིབ་བྱེད་

བསྐྱབ་བྱ་ཡི། །རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་ཉམས་པ་མེད། །རང་བཞིན་  
 གྱི་ཁྱབ་པར་ཡོངས་སུ་མ་གཟུང་བར་དངོས་པོ་ཅམ་ཁྱབ་པ་  
 བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ལ་ ཡོད་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ལ་  
 བློ་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་ཉམས་པ་མེད་དོ། །དེ་ལ་གདོན་མི་བླ་བར་  
 ཡོངས་སུ་གཟུང་བར་བྱ་བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཡོད་པ་ཅམ་ལ་  
 བཏེན་ན་ཡང་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་རུས་པ་ ཡོད་པའི་སྤྱིར་  
 རོ། །བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། འབྲས་སུ་མེད་པའི་  
 སྤྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་། མ་གྲུབ་པ་ལ་ཡོད་ཆོས་མེད། །གཉི་  
 ག་ལ་བཏེན་འཁྱལ་པ་དང་། །མེད་པའི་ཆོས་ནི་འགལ་འགྱུར་  
 བ། །ཡོད་དེ་རི་ལྟར་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན། །ཡོད་པ་བསྐྱབ་པར་བྱ་  
 བ་ལ་དེའི་གཏན་ཆེགས་ཐམས་ཅད་སྒྲོན་གྱི་རིགས་གསུམ་  
 ལས་མི་འདའ་སྟེ། མ་གྲུབ་པ་དང་། འཁྱལ་པ་དང་། འགལ་

བའོ། །དེ་ལ་གཤམ་ཏེ་དངོས་པོའི་ཆོས་གཏན་ཆེགས་སུ་འདོད་  
 བ་དེ་དེ་ཇི་ལྟར་དང་དངོས་པོར་ མི་འདོད་དེ། འགའ་ཞིག་ལ་  
 ལྟོས་ནས་རང་གི་ངོ་དང་དངོས་པོར་མི་འདོད་དེ། འགའ་ཞིག་  
 ལ་ལྟོས་ནས་རང་གི་ངོ་ ལས་ཐ་དད་པ་ལྟ་བུར་བསྟན་པ་ཡིན་  
 བོ། །ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་བརྗོད་པའི་སྐད་དག་གིས་བརྗོད་པར་  
 བྱ་བ་ལ་ནི་བྱད་པར་འགའ་ཡང་ ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་འདི་  
 ནི་ཆད་མ་ནམ་འགྲེལ་དུ་བསྟན་ཟེན་ཏོ། །ཅི་སྟེ་གཉི་གའི་ཆོས་  
 བརྗོད་དོ་ཞེ་ན་ཡང་མ་ཡིན་པ་མ་ཡིན་པས་ན་དངོས་པོ་ལ་མི་  
 བརྟེན་པའི་ལྟོག་པ་ཅམ་ནི་མེད་པ་ལ་ཡང་མི་འགའ་བའི་སྤྱིར་  
 ཏེ། དཔེར་ན་ལུས་ཅན་མ་ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ལུས་མེད་པ་  
 ཉིད་ནི་ཉེ་བར་བརྗོད་པ་མེད་པ་ལ་ ཡང་འགྱུར་བ་བཞིན་  
 བོ། །ཉེ་བར་བརྗོད་པ་མེད་པ་ནི་མེད་པའི་སྤྱིར་དགག་པའི་

ཡུལ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། ཅི་ད་ནི་དེ་སྐྱབ་པའི་ ཡུལ་ཡིན་ནམ།  
 དེ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། ད་ནི་ཇི་ལྟར་དགག་པའི་ཡུལ་མ་ཡིན་  
 ཏེ། དགག་པ་ནི་སྐྱབ་པ་ལོག་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །གལ་ཏེ་དགག་པ་ནི་ཡོངས་སུ་ཆད་པ་ཁོ་ན་ལ་གནས་  
 བར་འདོད་པ་དེའི་ཕྱིར་ཉེ་བར་བརྗོད་ བ་མེད་པ་ལ་ནི་ལུས་  
 ཅན་ཉིད་མ་ ཡིན་པ་ལ་སོགས་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། གྲེ་མ་བརྒྱ་  
 ལས་བྱུང་པ་འདོད་པ་ཅམ་གྱི་རྗེས་སུ་བྱེད་པའི་དོན་ངེས་པར་  
 འདོད་པའི་ ཉོན་མོངས་པ་འདི་ནི་དཀའ་བས་འཆོ་སྟེ། དེའི་  
 བྲང་བརྟུངས་ཤིང་ཆོ་ངེས་བཟབ་ཀྱང་འཇིག་རྟེན་མི་ལྡོག་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །བརྒྱ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་རྟོགས་པའི་ ཕྱིར་དང་། སྐྱ་སྐྱར་  
 བའི་དགོངས་པ་ཡང་དེ་ཅམ་དུ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདོད་པ་  
 དང་བྱུང་པར་མེད་པའི་ཕྱིར་གཉི་གར་ཡང་མི་རྟོགས་པར་བལ་

བར་འགྱུར་བའི་ བྱིར་རོ། །དེ་ལས་རྟོགས་པ་ཡང་བརྟུལ་  
 བཞེན་པའི་བྱིར་ཡིན་ལ། དེ་ནི་གཞན་དུ་ཡང་མཚུངས་པའི་  
 བྱིར་རོ། ། དེས་ན་དེ་རྣམ་པར་བཅད་པ་ཙམ་དེ་ནི་གཉི་ག་ལ་  
 ཡང་ཡོད། སྲིད་པས་མི་མཐུན་པའི་སྲོགས་ལ་འཇུག་པ་སྲིད་  
 པའི་དགོས་པ་རྣམ་པར་ཆད་པས་ཐོབ་པའི་ གོ་བར་བྱེད་པ་  
 ཉིད་བདག་གིར་བྱེད་པར་ངེ་ལྟར་འགྱུར། ཤེས་བྱ་ཉིད་ལ་  
 སོགས་པའི་ཆོས་རྣམ་པར་བཅད་པའི་རང་བཞིན་མ་ ཡིན་པ་  
 དག་ཀྱང་ཅི་ཞིག་ལྟར་དངོས་པོ་མེད་པ་དག་ལ་ཡང་སྒྲོས་རྣམ་  
 པར་འཇོག་པའི་བྱིར་ ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པས་དེ་དག་ཀྱང་  
 འདིས་བཤའ་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་རང་གི་ཆོག་གིས་གཉི་གའི་ཆོས་  
 ལྷ་སྒྲུས་པས་འདི་ཡོད་པ་ལས་གཞན་ལ་ཡང་འཇུག་པ་ དང་།  
 ཡོད་པ་ལ་ཡང་མི་འཁྲུལ་ པའི་བྱིར་ངེ་ལྟར་བསྟོན་པ་མ་ཡིན།

འཁྲུལ་པ་ནི་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་ལ་འཇུག་པས་ཡིན་ཏེ།  
 དེས་ན་སྟོགས་དང་མཐུན་པའི་སྟོགས་གང་ཡང་རུང་བ་ལ་  
 སོགས་པ་དག་ནི་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་ལ་མི་འཇུག་པའི་  
 ཕྱིར་གཉི་གའི་ཆོས་ཡིན་ཡང་སྟོན་མེད་དོ། །སྟོགས་ཉིད་ནི་  
 འཁྲུལ་པའི་ཡུལ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། འདིར་གང་ཞིག་མི་མཐུན་  
 པའི་སྟོགས་སུ་གཏོགས། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་མེད་པའོ། །འོ་ན་  
 ད་ཇི་ལྟར་གཏན་ཆེགས་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་ལ་མི་འཇུག་པ་  
 གཉི་གའི་ཆོས་སུ་ འབྱུང་། གཏན་ཆེགས་ཀྱི་མི་འཁྲུལ་པ་  
 སྟོགས་དང་མཐུན་པའི་སྟོགས་ཀྱི་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་ལ་སྟོས་པ་  
 ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དངོས་པོར་གནས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །སྟོགས་མ་གཏོགས་པའི་བྱས་པ་མི་ཉག་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 གཏན་ཆེགས་ཀྱི་མེད་ན་མི་ འབྱུང་བ་རྣམ་པར་གཞག་པས་

བསྟན་པར་བྱ་བ་ནི་མ་ཡིན་གྱི། འོན་ཅི་ཞེ་ན། བྱས་པ་ཐམས་  
 ཅད་མི་རྟག་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་དངོས་པོའི་སྟོབས་ཀྱིས་འོངས་  
 པའི་བྱབ་པ་ ཉིད་ཚད་མས་བསྟན་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་  
 གྲུབ་ན་ཆོས་དེའི་གོ་བར་བྱེད་པར་འགྱུར་གྱི་གཞན་དུ་ནི་མ་  
 ཡིན་ནོ། །གང་ཞིག་སྦྱེས་བྱས་བསྐྱབ་པར་འདོད་པ་དེ་སྟོགས་  
 ཡིན་པས་ན་གང་ འབྲུལ་པའི་ཡུལ་དུ་མཐོང་བ་དེ་ཉིད་ངེས་  
 སྟོགས་སུ་བྱེད་པར་འགྱུར་ཏེ། སྦྱེས་བྱའི་འཇུག་པ་ནི་དངོས་  
 པོ་གཞན་གྱི་དབང་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །རྗེས་སུ་དཔག་པའི་  
 ཡུལ་ལ་ནི་མངོན་སུམ་ལ་སོགས་པས་གཞོད་པ་ཡོད་པ་མ་  
 ཡིན་ཏེ། ཚད་མ་ལ་ཚད་མ་གཞན་གྱིས་གཞོད་ན་ དེ་ཚད་མ་  
 མ་ཡིན་པར་ཐལ་བའི་སྤྱིར་རོ། །མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ལ་  
 གཞོད་ན་དེའི་མཚན་ཉིད་སུན་སྤང་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་

བཤད་ཟེན་ཏོ། །གཞོན་པ་མེད་པ་ཡང་མཚན་ཉིད་ཡིན་ན་དེའི་  
 མཚན་ཉིད་མི་ངེས་པ་ཅན་ཉིད་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་ཡང་གོ་བར་  
 གྱེད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ གང་གི་དོན་དུ་མི་འབྱུང་། བསམ་པ་  
 གང་ཞིག་གང་གིས་སྐྱབ་པར་གྱེད་པ་ཡིན། དེའི་ཕྱིར་དངོས་པོ་  
 ལ་གང་ཞིག་གང་གས་བྱབ་པའམ་མ་བྱབ་པ་དེའི་གོ་བར་བྱ་  
 བའམ་གོ་ བར་གྱེད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྐྱེས་བུའི་འདོད་པས་  
 དངོས་པོའི་ཆོས་རྣམ་པར་གནས་པ་ མ་ཡིན་ནོ། །གང་གི་ ཆེ་  
 འདི་ཕྱོགས་སུ་གྱེད་པ་དེའི་ཆེ་མི་འབྱུང་ལ་ལ་གཞན་གྱི་ཆེ་དེས་  
 འབྱུང་པའི་ཕྱིར་ ཞེན་ཏུ་རྣམ་པར་དག་པའི་ཚད་མ་ཡིན་  
 ནོ། །དངོས་པོ་ཅམ་བྱབ་པའི་དོན་རྣམ་པར་བཅད་པ་མེད་པའི་  
 ཆོས་ཡོད་པ་ལ་གཏན་ཆིགས་སུ་ བརྗོད་ན་ནི་དེའི་གཏན་  
 ཆིགས་འགལ་བར་འགྱུར་ཏེ། རྣམ་པར་ བཅད་པ་དེ་ནི་དངོས་



བོ་འགའ་ལ་ཡང་མི་སྲིད་པའི་སྤྱིར་དང་། དངོས་པོ་མེད་པ་  
 མཐའ་དག་ལ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེའི་སྤྱིར་ཆོས་རྣམ་པ་འདི་  
 གསུམ་ཀ་ཡང་ཡོད་པ་བསྐྱབ་པ་ལ་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་མཆན་  
 ཉིད་བསྟན་པ་མ་ཡིན་ལ་རྣམ་པ་གཞན་ཡང་མི་སྲིད་དོ། །དེས་  
 ན་ཡོད་ན་ བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཙམ་བྱུང་པའི་  
 དངོས་པོའི་ཆོས་ལ་འདི་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་པ་ལ་ནི་  
 ཡོད་ བར་བྱུང་པའི་ཆོས་ཙན་ལ་སྤྱི་མ་བྱུང་པ་མ་ཡིན་ལ།  
 གལ་ཏེ་རྣམ་པ་རི་ཞིག་ལྟར་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་དེས་བྱུང་  
 བ་དེས་ན་འགལ་བ་དང་མ་ དེས་པ་ཡང་མ་ ཡིན་པའི་སྤྱིར་  
 ཐལ་བ་དེར་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་རང་བཞིན་གྱི་མཆན་ཉིད་  
 རྣམ་པ་འདི་གཉིས་ནི་གཏན་ཆིགས་ཡིན་ལ། དེ་ཉིད་རང་གི་  
 བྱུང་པར་བྱེད་པ་ལས་བསྐྱོག་པ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ལ་འགལ་བ་

ཡིན་ནོ་ཞེས་ བསྟན་པའི་ཕྱིར་སྟོགས་ཀྱི་ཆོས་རྣམ་པ་བཞི་  
 བཤད་དོ། །ཁྱད་ བར་དད་སྦྱིན་མ་ངེས་པ་དག་ཀྱང་ངེས་པར་  
 སྦྱ་བ་བསལ་བའི་བའི་ཕྱིར་གཉིས་ཏེ། དེ་ཡང་གཏན་ཆེགས་  
 ལྟར་སྒྲུང་བའི་སྐབས་སུ་བབ་པ་ན་བཤད་པར་བྱའོ། །གཏན་  
 ཆེགས་ཀྱིས་སྟོག་པ་གཙོར་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་སྟོགས་ཀྱི་ཆོས་  
 རྣམ་པ་གསུམ་བཤད་ དོ། །འདི་ལྟར་རྗེས་སུ་འགོ་ བའི་སྒོ་  
 རས་ནི་གཏན་ཆེགས་གོ་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། མི་རྟག་པ་  
 ཉིད་ལས་ཚུལ་བ་ལས་བྱུང་བ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་མི་རྟོགས་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །འདི་ལས་ནི་རྟོགས་པར་མི་འགྱུར་ཏེ་སྟོག་པ་མེད་  
 བས་རྗེས་སུ་འགོ་བ་འབའ་ཞིག་ ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། འོ་ན་  
 རེག་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ རྟག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལ་  
 འགྱུར་རོ། །མ་ཡིན་ཏེ་དེ་ལ་ཡང་རྗེས་སུ་འགོ་བ་གཙོ་བོ་མ་

ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། མཐུན་པའི་སྟོགས་ལ་བྱུང་པའི་ཕྱིར་  
 དང་། མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་འགའ་ལ་མེད་པའི་ཕྱིར་ན་འདིར་  
 རྗེས་སུ་འགོ་བ་སྟོབས་དང་ལྡན་ ཞིང་སྟོག་པ་སྟོབས་ཆུང་བ་  
 ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་བཙུལ་མ་ཐག་ཏུ་འབྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། མི་རྟག་  
 པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྲ་བ་ལྟ་བུའོ། །མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་མཐའ་  
 དག་ལས་མ་ལོག་པའི་ཕྱིར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་ན་འོ་ན་  
 བྱི་གང་བས་བདེ་བྱི་མི་རྟག་པ་ཉིད་དོ་ཞེས་རྟག་པ་རྣམ་པར་  
 བཅད་པས་གོ་ བར་བྱེད་པ་ཡིན་པར་འདོད་ བར་འགྱུར་ཏེ།  
 དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་མཐའ་དག་ལས་སྟོག་  
 པར་བསྟན་པར་མི་རྒྱས་པའི་ ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་འདི་ཡོད་པ་  
 ཅུམ་དང་མཉམ་པ་དང་གཙོ་ཆེ་བས་རྟོགས་པ་མ་ཡིན་  
 བོ། །རྗེས་སུ་འགོ་བ་གཙོ་བོ་མ་ཡིན་ཡང་བསྟོགས་པས་བྱུང་ན་

ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ་དཔེར་ན་སྤྱི་མི་རྟག་སྟེ། ཚེ་ལ་བ་ལས་བྱུང་བའི་  
 ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །དེའི་ཕྱིར་གང་ཚེ་ལ་བ་ལས་བྱུང་  
 བ་དེ་ནི་མི་རྟག་པ་ཉིད་དོ་ཞེས་དེ་ལྟར་རྟག་པ་ རྣམ་པར་བཅད་  
 པ་ཉིད་ཀྱིས་གཏན་ཆེགས་གོ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྱི་དང་ས་  
 སྤྱོགས་ལ་སོགས་པར་རྟོགས་པ་དང་ མེ་མེད་ལ་སོགས་པ་  
 རྣམ་པར་བཅད་པས་སྤྱོག་པ་རྟོགས་ན་ངག་འདིའི་རྒྱས་པ་  
 ཡོངས་སུ་ རྫོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་དག་ལས་ཐ་དད་པ་ཙམ་  
 ནི་གོ་བར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། འོན་ཀྱང་འདི་ལ་འདི་ཉིད་ཡིན་གྱི་  
 གཞན་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྤྱི་དེ་ཉིད་མི་མཐུན་པ་ དང་མ་འདྲེས་  
 པར་གོ་བར་བྱ་ བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་དེ་དག་གཞོན་མི་ཟ་  
 བར་གཞན་དང་མ་འདྲེས་པར་གོ་བར་བྱ་བ་ཡིན་ན་དེ་ཙམ་  
 གྱིས་ འབྲས་བུ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་ཕྱིར་དེ་དག་གི་གཞན་

དང་མ་འདྲེས་པ་དེ་ཉིད་གོ་བར་ བྱ་བར་འགྱུར་མོད། བར་གྱི་  
 སྤྱིས་ཅི་ཞིག་བྱ་ཞེས་ལྟོག་པ་བསྐྱབས་པས་སྟོན་པར་བྱེད་  
 རོ། །འོ་ན་རྒྱ་རྒྱས་པས་འབྲས་བུ་སྐྱེ་བར་རྗེས་སུ་དཔོག་པར་  
 བྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་རི་ ལྟར་གཏན་ཆིགས་རྣམ་པ་གསུམ་  
 གྱི་ནང་དུ་འདུ་ཞེ་ན། རྒྱས་པའི་རྒྱ་ཡིས་འབྲས་སྐྱེ་བར། །རྗེས་  
 སུ་དཔོག་པ་གང་ཡིན་པ། །དོན་གཞན་ལ་ནི་མི་སྟོས་  
 བྱིར། །དེ་ནི་རང་བཞིན་ཡིན་པར་བརྗོད། ། །འདི་ཡང་རི་ལྟར་  
 ཉེ་བ་ལས་གཞན་ལ་མི་སྟོས་པས་ནི་ངོ་བོ་དེ་ཙམ་དང་འབྲེལ་  
 པའི་རང་བཞིན་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་ནི་རྒྱ་ཆོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་  
 འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པར་རུང་བ་ཉིད་འགའ་ཞིག་རྗེས་སུ་དཔོག་  
 ལ། རུང་བ་ཉིད་ཀྱང་ཆོགས་པ་ཙམ་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་  
 ཡིན་པས་ན་རང་བཞིན་དུ་གྱུར་ པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །ཡང་ཅིའི་

ཕྱིར་རྒྱ་ཆོག་གས་པ་ལས་འབྲས་བུ་ཁོ་ན་རྗེས་སུ་དཔོག་པར་མི་  
 བྱེད་ཅེ་ན། གང་གི་ཕྱིར་རྒྱའི་རྗེས་ཆོག་གས་པ་དག་ཁོ་ནས་རང་  
 གི་འབྲས་བུ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ནི་ མ་ཡིན་ཏེ། འབྲས་བུ་སྐྱེ་བ་  
 ནི་ཆོག་གས་པ་ལས་སྐྱེ་བ་ཅན་གྱི་རྒྱས་པ་རྣམས་ཀྱི་འགྱུར་བ་ལ་  
 ལྟོས་ པའི་ ཕྱིར་རོ། །བར་འདིར་གོགས་བྱེད་པ་སྤིང་པའི་  
 ཕྱིར་འབྲས་བུ་རྗེས་སུ་དཔོག་པ་མ་ཡིན་ནོ། །རུང་བ་ཉིད་ནི་  
 རྗེས་གཞན་ལ་མི་ལྟོས་པའི་ཕྱིར་རྗེས་སུ་དཔོག་པ་ལ་འགལ་  
 བ་མེད་དོ། །རྒྱ་ཆོག་གས་པ་འདི་རྒྱས་པ་བྱི་མ་བྱི་མར་འགྱུར་  
 བས་འབྲས་བུ་སྐྱེད་པར་རྒྱས་པ་ཡིན་ ཏེ། རྒྱས་པ་ འགྱུར་བའི་  
 རྒྱུ་ལྟོས་པར་བྱ་བ་གཞན་མེད་པའི་ ཕྱིར་རོ། །རྒྱས་པ་སྐྱེ་བ་  
 ནི་རང་གི་རིགས་སྒྲ་མ་ཙམ་གྱི་རྒྱ་ཅན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 ཆོག་གས་ པའི་རུང་བ་ཉིད་ནི་གཞན་ལ་མི་ལྟོས་པ་ཞེས་

བྱའོ། །རུང་བ་ཉིད་ཀྱང་རྒྱ་ཆོགས་པ་དག་ཁོ་ནས་རྗེས་སུ་  
 དཔོག་པར་བྱེད་དེ། མ་ཆོགས་པ་ ལ་ནི་ཞིན་ཏུ་རུས་པ་མེད་  
 པའི་བྱིར་དེ་ལས་འབྲས་བུ་དཔོག་པ་མ་ཡིན་ནོ། །མི་མཐུན་  
 པའི་སྟོགས་ལ་འཇུག་པ་མ་མཐོང་ཡང་ལྷག་མ་དང་ལྷན་པ་  
 ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ལུས་དང་དབང་པོ་དང་སྟོ་དག་ལས་འདོད་  
 ཆགས་ལ་སོགས་པ་རྗེས་སུ་དཔོག་པ་བཞིན་ ནོ། །འདོད་  
 ཆགས་ ལ་སོགས་པ་ནི་བདག་དང་བདག་གིར་མངོན་པར་  
 ཞིན་པ་སྟོན་ཏུ་འགྲོ་བ་ཅན་ཡིན་ཏེ། ང་དང་ངའི་ཞེས་མ་མཐོང་  
 བ་ལ་རྗེས་སུ་ཆགས་པ་དང་ཁོང་སྟོ་བ་མེད་པའི་བྱིར་  
 རོ། །ཚུལ་བཞིན་མ་ཡིན་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་མེད་པར་ཉེས་པ་  
 རྣམས་མི་སྐྱེ་བའི་བྱིར་རོ། །ལུས་ལ་སོགས་པ་རྒྱ་ ཉིད་ཡིན་  
 ཡང་འབའ་ཞིག་པ་རྣམས་ལ་རུས་པ་མེད་པས་མི་མཐུན་པའི་

སྤྱིགས་ལ་འཇུག་པ་མ་ མཐོང་དུ་བེན་ཀྱང་རྟགས་འདི་ལྟག་མ་  
 དང་ལྟན་པའི་འབྲུལ་པ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་རྒྱ་དང་འབྲས་བུར་མ་  
 གྱུར་པ་གཞན་རོ་ལ་སོགས་པས་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་  
 རྟགས་པ་ གང་ཡིན་པ་དེ་ རི་ལྟར་ཞེ་ན། དེ་ཡང་། ཆོགས་པ་  
 གཅིག་ལ་རག་ལས་པའི། །གཟུགས་ལ་སོགས་པ་རོས་  
 རྟགས་པ། །རྒྱ་ཆོས་རྗེས་སུ་དཔག་པ་སྟེ། །དུ་བས་བུད་ཤིང་  
 འགྱུར་བ་བཞིན། །དེ་ཡང་རྒྱ་དེ་ལྟ་བུ་ཁོ་ན་རྗེས་སུ་དཔོག་པར་  
 བྱེད་དོ། །རོའི་རྒྱ་ནི་གཟུགས་ཀྱི་ཉེ་བར་ལེན་ པའི་རུས་པ་  
 རྟགས་པའི་ལྟན་ཅིག་བྱེད་པའི་རྒྱུན་ཡིན་ཞིང་རོ་སྦྱེད་པར་བྱེད་  
 དེ། མེ་བུད་ཤིང་འགྱུར་བའི་བྱེད་པར་ཀྱི་ཉེ་བར་ལེན་པའི་རྒྱ་  
 ལྟན་ཅིག་བྱེད་པའི་ རྒྱུན་ཡིན་ཞིང་དུ་བ་བསྦྱེད་པ་བཞིན་  
 ནོ། །འདི་ལྟར་རང་གི་རྒྱ་འབྲས་བུ་བསྦྱེད་པར་བྱ་བ་ལ་མངོན་



དུ་སྟོབས་པ་མེད་ན་རོ་ མེད་པ་ཉིད་ གཟུགས་ཀྱི་ཉེ་བར་ལེན་  
 པ་རྣམས་ཀྱི་འཇུག་པའི་རྒྱ་ཡིན་ནོ། །རོའི་ཉེ་བར་ལེན་པའི་རྒྱ་  
 འཇུག་པ་དེ་ཡང་གཟུགས་ཀྱི་ཉེ་བར་ལེན་པའི་རྒྱ་འཇུག་ པའི་  
 ལྷན་ཅིག་བྱེད་པ་ཅན་ཡིན་ཏེ། དེའི་སྤྱིར་རྒྱ་རི་ལྟ་བུ་ལས་བྱུང་  
 པའི་རོས་དེ་ལྟ་བུ་རྗེས་སུ་དཔོག་པར་བྱེད་པ་ ན་གཟུགས་  
 རྗེས་སུ་དཔོག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་ཡང་འདས་པ་དང་  
 དུས་གཅིག་པ་རྣམས་ཉོགས་ཀྱི། མ་འོངས་པ་རྣམས་ནི་མ་  
 ཡིན་ཏེ་འཁྲུལ་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེའི་སྤྱིར་དེ་ཡང་འབྲས་བུའི་  
 ཉུགས་ལས་སྐྱེས་པ་ཡིན་ནོ། །འདིས་ནི་གྲོག་མ་མཐོང་བ་དང་  
 ཉ་འཕར་བ་ལ་སོགས་པ་ལས་ཆར་བ་ལ་སོགས་པ་རྗེས་སུ་  
 དཔོག་པ་ ཡང་བཤད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་ཡང་ཆར་པའི་རྒྱ་  
 འབྱུང་བ་འགའ་ཞིག་གི་ནི་གྲོག་མ་ལ་སོགས་འཁྲུག་པ་ལ་

སོགས་ པའི་རྒྱ་ཡིན་ནོ། །གཟུགས་ལས་རེག་པ་རྗེས་སུ་  
དཔོག་པ་ནི་འབྲས་བུའི་རྟགས་ལས་སྐྱེས་པ་ཡིན་ཏེ།  
གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ནི་འབྱུང་བ་ལ་བརྟེན་པའི་སྤྱིར་རོ། ། འོ་  
ན་བ་ལང་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རྩ་ཅན་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་གང་ཡིན་  
པ་དེ་རི་ལྟར་ཞེ་ན། དེ་ལ་ཡང་། ཆོགས་པ་རྣམ་པར་གཞག་པ་  
ཡི། །རྒྱ་ནི་ཆོགས་པ་ཅན་ཡིན་པས། །དེ་དག་མེད་ན་དེ་མེད་  
སྤྱིར། །བ་ལང་ཉིད་ལས་རྩ་ཅན་ཡིན། །སྒྲོག་ཤལ་དང་རྩ་ལ་  
སོགས་པའི་ ཆོགས་པ་ནི་བ་ལང་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་ཆོགས་  
པ་རྣམ་པར་གཞག་པ་འདི་ནི་ཆོགས་པ་ཅན་གྱི་རྒྱ་མཚན་ཅན་  
ཡིན་པའི་ སྤྱིར་དེ་མེད་ན་མི་འབྱུང་ལ། ཡོད་ན་རང་གི་རྒྱ་  
མཚན་ཉི་བར་སྟོན་པར་བྱེད་པའི་སྤྱིར་བ་ལང་ཉིད་ལས་རྩ་ཅན་  
ལ་ སོགས་པ་རྟོགས་པ་ནི་འབྲས་བུའི་རྟགས་ལས་ སྐྱེས་པ་

ཡིན་ནོ། །ཚུ་ཡི་བདག་ཉིད་དེ་འདྲ་བ། །གཞི་ལས་མངོན་པར་  
 གྲུབ་པའི་ཕྱིར། །དེའི་འབྲས་ཡིན། ཚུ་བརྟན་པ་མཐོང་ནས་  
 གཉིང་མ་མཐོང་ཡང་གཞི་ཡོད་པར་རྗེས་སུ་དཔོག་པར་བྱེད་པ་  
 གང་ ཡིན་པ་དེ་ཡང་འབྲས་བུའི་རྟགས་ལས་སྐྱེས་པ་ཉིད་དེ།  
 ཚུའི་བདག་ཉིད་དེ་ འདྲ་བ་ནི་གཞི་དེ་ལས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །དེ་ལས་ཕན་པ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བ་མེད་པར་ནི་དེ་ལས་  
 གནས་སྐབས་ཀྱི་བྱེད་པར་ཐོབ་པར་མི་ འཐད་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །ཕན་པ་དོན་གཞན་ཉིད་ཡིན་པ་ལ་ཡང་བཤད་ཅིན་  
 ཏོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལས་བདག་ཉིད་ཀྱི་བྱེད་པར་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར་ཚུ་  
 དེ་ལྟར་ གནས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། ལྷན་པ་ལས་  
 ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། ཇི་ལྟར་དེ་དེ་དག་གི་ལྷན་པ་ཡིན། དེ་དག་ལས་  
 སྐྱེས་པའམ་འཕྲོད་པ་འདྲ་བའི་ཕྱིར་ཡིན་གང་ན། དེ་ཇི་ལྟར་

གཅིག་ཉིད་ལ་འཕྲོད་པ་འདྲའམ་སྐྱེ་བར་མི་འགྱུར། དེ་ལ་རྒྱས་  
 པ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ ལ་སོ་སོར་རྒྱས་པ་མེད་པ་དེ་ནི་  
 ཆོག་མ་གྱུར་དེ་འདྲ་ བ་ཁོ་ན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ལྡན་པས་དེ་དང་  
 ལྡན་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། སན་འདོགས་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པའི་  
 སྤྱིར་རོ། །ལྡན་ཅིག་པ་ནི་དེ་ལས་གཞན་པའི་སན་འདོགས་  
 པར་བྱེད་པ་ལས་བྱེད་པར་སྐྱེ་བའི་སྤྱིར་ རྒྱས་པ་ཡིན་  
 བོ། །བསྐྱེད་ པར་བྱ་བ་དང་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པ་རྣམས་  
 གྱི་སན་པ་དེ་གང་ཞིག་ཡིན་ཏེ། གང་གི་ངོ་བོ་གྲུབ་ཟིན་པས་བྱ་  
 བ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །གཞན་གྱི་ངོ་བོ་བྱེད་ན་ཡང་དེ་ལ་  
 སན་བཏགས་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །གཉི་ག་ལྟར་བྱེད་པ་པོ་མ་  
 ཡིན་པ་ནི་ཅུང་ཟད་མི་བྱེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ སན་འདོགས་པར་  
 བྱེད་པ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་མང་དུ་བཤམ་ཟིན་ཏོ། །དེའི་

སྐྱེར་དངོས་པོའི་འབྲེལ་པ་ཐམས་ཅད་ནི་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ཉིད་  
 ཀྱི་ཉི་བར་ སྐྱེར་བའི་བྱེད་པར་གྱི་དབང་གིས་རྣམ་པར་དབྱེ་  
 བས་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་པོ་ ལས་རྣམ་པར་གཞག་པ་  
 ཡིན་ནོ། །དེས་ན་ མཁར་གཞོང་དང་ས་གཞི་ལ་སོགས་པ་  
 རྣམས་ཀྱི་གཞིའི་དངོས་པོ་འདི་ཡང་རྒྱ་ཤུག་དང་རྩ་ ལ་སོགས་  
 པ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་རྣམ་པ་ཉིད་དོ། །དེའི་སྐྱེར་འདི་དག་ལ་  
 དེའི་བདག་ཉིད་གྱིས་ཐ་སྙད་ལ་སོགས་པ་ནི་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་  
 དང་སྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་དངོས་པོ་ཉིད་གྱིས་བྱས་པ་ཡིན་ཏེ།  
 ལྡན་པ་ཡོད་ཀྱང་དེ་དག་མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་ཅན་ཡིན་པའི་  
 སྐྱེར་དང་། བརྒྱད་པས་རྟོག་པ་དོན་མེད་པའི་སྐྱེར་རོ། །གནས་  
 པར་བྱེད་པའི་སྐྱེར་གཞི་ཡིན་གྱི་སྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་སྐྱེར་ནི་མ་  
 ཡིན་ནོ། །གནས་པ་དོན་གཞན་དང་གཞན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ནི་

བན་པས་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །ལྷུང་བའི་གོགས་བྱེད་པའི་བྱིར་  
 གནས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། གོགས་ཞེས་བྱ་བ་ཅི་ཞིག་  
 གནས་པར་བྱེད་པ་པོས་དེའི་ལྷུང་བའི་གོགས་བྱས་པ་གང་  
 ཡིན་ བ་དེ་ནི་དོན་གཞན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དོ། །དོན་གཞན་ཉིད་  
 ཡིན་ན་ནི་དེ་ཉིད་ལ་ཉེ་པར་སྦྱར་བའི་བྱིར་ངེ་ལྷུང་ལྷུང་བའི་  
 གོགས་ཡིན་ནོ། ། གོགས་ཀྱི་མི་ལྷུང་བ་ལ་ཡང་དེས་གོགས་  
 ཞེས་བྱ་བའི་དངོས་པོ་བྱས་སྤྱིན་ཀྱང་དངོས་ པོ་འགྲོ་བའི་  
 ཆོས་ཅན་བདག་ཉིད་དུ་གྱུར་པའི་བྱེད་པར་ཉམས་པ་དང་སྦྱེས་  
 པ་མེད་པ་དེ་ གོ་ཅི་སྟེ་མི་ལྷུང་ཞེས་བཤམ་ཞིང་བརྟག་པ་  
 མཚུངས་སོ། །གོགས་ལས་བྱེད་པར་གྲུབ་ན་དེ་ཡང་བདག་  
 ཉིད་གཞན་ཡིན་པའི་བྱིར་དངོས་པོ་དེའི་ཁོ་ན་ཡིན་པས་ལྷུང་  
 བའམ་ཐུག་པ་མེད་པར་འགྱུར་ རོ། །གཞན་དག་དེ་ལྟ་བུར་

གྱུར་པའི་བདག་ཉིད་བྱས་པ་ལ་ནི་གོགས་སྲུ་ཁས་མི་ལེན་  
 ཏོ། །དེའི་སྤྱིར་སྤྱད་བ་མེད་པ་གོགས་ཡིན་ན་དེ་ངེ་ལྟར་འགའ་  
 ཞིག་གིས་བྱེད། དེ་རྣམ་ བ་འགའ་ཞིག་ལྟར་བྱ་བ་ཡིན་ན་  
 དངོས་པོ་མེད་པར་མི་འཐད་པའི་སྤྱིར་དང་། སྤྱི་མ་བཞིན་དུ་  
 ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་འགའ་ཞིག་ཡོད་  
 པ་ནི་མ་ཡིན་ རོ། །དེའི་སྤྱིར་མེད་པ་བྱེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་  
 དངོས་པོའི་བྱ་བ་འགོག་པ་ཡིན་ཏེ། དངོས་པོ་མི་བྱེད་དོ་ཞེས་  
 བྱ་བའི་ དོན་ཏོ། །དེས་ན་དེ་སྤྱད་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 དེ་ལྟར་བརྗོད་པར་བྱ་བར་འགྱུར་ལ། དེ་ཡང་འདོད་པ་ཉིད་  
 རོ། །དེའི་སྤྱད་བ་དེས་བྱས་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། སྤྱད་བའི་ཆོས་  
 ཅན་ཉིད་ཡིན་པས་རང་ཉིད་སྤྱད་བའི་སྤྱིར་ཏེ། གནམ་དུ་  
 འཕངས་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་སྤྱི་ཡིན་དང་དེ་ ལ་ཅུང་ཟད་མི་བྱེད་

བ་དེ་རི་ལྷར་དེའི་གནས་པར་བྱེད་པ་ཡིན། དེའི་ཕྱིར་འདི་གང་  
 གིས་ཀྱང་གོགས་བྱས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ནམ་ཡང་གནས་པར་  
 མི་འགྱུར་ རོ། །དེའི་ཕྱིར་ལྷང་བའི་གོགས་ཞེས་བྱ་བས་ཀྱང་  
 དངོས་པོ་སྐད་ཅིག་མ་རྣམས་ཀྱི་ཉི་བར་ ལེན་པ་དང་ཡུལ་  
 མཚུངས་པར་སྐྱེ་བར་ བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་ཆུའི་དེ་  
 འབྲ་བ་ནི་གཞི་ལས་སྐྱེ་བར་གྲུབ་པོ། །ཆུ་སྐྱར་ཡང་གནས་པ་  
 ཆུ་ལ་བརྟེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་འབྲས་བུ་ཞེས་རྗེས་སུ་འཇུག་  
 པོ། །ཆུ་སྐྱར་གྱི་གནས་པ་ནི་ཆུ་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལས་  
 ལུས་གནས་པ་ཐོབ་པས་དེའི་འབྲས་བུ་ཉིད་དུ་འབྲེལ་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །ཡུལ་ལ་སོགས་པ་ལ་ལྟོས་ནས་ཆུ་གོ་བར་བྱེད་པ་  
 ཡིན་ནོ། །ཚྭ་གས་འདིས་གོ་བར་བྱེད་པ་གཞན་ལ་ཡང་འབྲེལ་  
 པ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །དེའི་ཕྱིར་གཏན་ཆིགས་རྣམ་པ་གསུམ་



ལས་གཞན་པའི་གོ་བར་བྱེད་པ་ནི་མེད་དེ། འབྲེལ་པ་མེད་པའི་  
 རང་བཞིན་ནི་མེད་ན་མི་འགྱུར་ བར་ངེས་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་  
 རོ། །ཤེས་བྱེད་ཡན་ལག་མ་གྲུབ་ལ། །ཤེས་བྱེད་རྣམས་པ་ཡོད་  
 མིན་སྤྱིར། །ཚུལ་གསུམ་མ་གྲུབ་ཐེ་ཆོམ་བ། །རྟོགས་པ་པོ་ཡི་  
 སྒྲུབ་བྱེད་མིན། །ཤེས་པར་བྱེད་པའི་གཏན་ཆེགས་བདག་ཉིད་  
 གང་གིས་ཤེས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པ་དེ་མ་གྲུབ་ བཤམ་ཐེ་ ཆོམ་  
 བ་ན་ཤེས་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ་སྒྲ་བཞིན་ནོ། །གཏན་ཆེགས་  
 ནི་ཚུལ་གསུམ་གྱི་དོན་གོ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། ཆང་བང་དུ་  
 མཐོང་བའི་དུ་བ་ལས་རྒྱ་མཆོར་མེ་བཞིན་དུ་མ་འབྲེལ་བ་ལས་  
 མི་རྟོགས་པའི་ སྤྱིར་དང་། ཐམས་ཅད་ལས་ཐམས་ཅད་རྟོགས་  
 པར་ཐལ་བར་ འགྱུར་བའི་སྤྱིར་ན་འབྲེལ་པ་མེད་པ་ལས་ཀྱང་  
 མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེའི་སྤྱིར་ཆོས་ཅན་དང་འབྲེལ་པ་དང་

རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་དང་ཕྱོག་པ་དང་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དང་སྐྱབ་  
 པར་བྱེད་པ་དག་ལ་མ་གྲུབ་པའམ་ཐེ་ཆོམ་བཟ་བའི་ཆོས་ནི་  
 གཏན་ཆིགས་ ལྟར་སྒྲུང་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ། གཅིག་རབ་ མ་  
 གྲུབ་ཐེ་ཆོམ་ན། །མ་གྲུབ་པ་དང་འབྲུལ་པ་ཅན། །གཉིས་མ་  
 གྲུབ་པམ་ཐེ་ཆོམ་ན། །འགལ་བ་དང་ནི་འབྲུལ་པ་ཅན། །ཚུལ་  
 རེ་རེ་མ་གྲུབ་པའམ་ཐེ་ཆོམ་བཟ་ན་མ་གྲུབ་པ་དང་མ་ངེས་པའི་  
 གཏན་ཆིགས་ལྟར་སྒྲུང་ བར་འགྱུར་རོ། །ཆོས་ཅན་དང་འབྲེལ་  
 པ་མ་གྲུབ་ནམ་ གྲུབ་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་སྐྱ་མི་རྟག་སྟེ། མིག་  
 གིས་གཟུང་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །ཤིང་  
 རྒྱུ་ས་ནི་སེམས་པ་ཅན་ཡིན་ཏེ། རྒྱན་པ་ཐམས་ཅད་བཤུས་  
 ན་འཆི་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཕྱིར་གྲོལ་བས་ཁས་མ་  
 གྲུངས་ཏེ། རྒྱུ་ས་པར་ཤེས་པ་དང་ དབང་པོ་དང་ཆེ་འགགས་པ་

འཆི་བའི་མཆན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འཆི་བ་ཁས་ལེན་ན་  
 སེམས་པ་ཅན་དུ་ངེ་ལྟར་ཁས་མི་ལེན། འཆི་བའི་སྐྱ་འཇུག་པ་  
 གྲུབ་པ་ཉིད་དོ་ཞེ་ན། སྐྱ་ནི་འདོད་པས་འཇུག་པས་དེའི་དབང་  
 གིས་དངོས་པོ་རྣམས་པར་གནས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཏ་ཅང་ཐལ་  
 པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་འདི་སྐྱམས་ལ་འཆི་བར་  
 བརྗོད་པ་བཞིན་ནོ། །སློག་ཆགས་ཀྱི་འཆི་བ་ནི་དེ་ལྟ་བུ་མ་  
 ཡིན་ཏེ། དེས་ན་འདི་ནི་ཤིང་དག་ལ་མ་གྲུབ་པོ། །དངོས་པོ་ལ་  
 ལྟོས་པ་མེད་པ་འདོད་པས་འཇུག་པའི་སྐྱ་ཅམ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་  
 དངོས་པོས་ གོ་བར་བྱ་བའི་དངོས་པོ་ འགྲུབ་པ་ནི་མ་ཡིན་  
 ནོ། །འདིས་ནི་སློ་དང་གནས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་སེམས་པ་  
 མེད་པ་དང་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པའི་ སློ་སྣོན་དུ་འགོ་བ་ཅན་  
 ཉིད་ལ་སོགས་པར་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་མི་ཏྲག་པ་ཉིད་དང་།

དབྱིབས་ཀྱི་བྱང་པར་ལ་སོགས་པ་དག་ཀྱང་བཤད་པ་ཡིན་  
 བོ། །དེར་ཡང་སྤྱོད་ཅམ་འབའ་ཞིག་གྲུབ་ཀྱི་དོན་ནི་མ་ཡིན་  
 བོ། །ཉམས་པ་མེད་པའི་བདག་ཉིད་ཉེ་བར་ཞི་བ་ནི་མི་རྟག་པ་  
 ཉིད་དུ་གཞན་དག་མི་འདོད་དོ། །གལ་ཏེ་བྱང་པར་བརྗོད་པར་  
 འདོད་པ་མེད་པའི་སྤྱི་གྲུབ་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནམ། དེ་གྲུབ་ན་བྱང་  
 པར་ནམ་པར་རྟག་པའི་སྒོ་ནས་མ་གྲུབ་པར་ཚུད་པ་ ནི་ལན་  
 ལོག་པ་ཉིད་ཡིན་ལོ་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་བྱས་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་  
 ལྟར་མི་རྟག་པའི་སྤྱོད་འདི་གང་དང་འབྲེལ་པའི་དངོས་པོ་ ཅུང་  
 ཟད་གཅིག་གཅི་གས་ཀྱང་སྤྱིར་འདོད་པ་ཡིན་ན་ལན་ལོག་པར་  
 འགྱུར་བ་ཉིད་དོ། །བསྐྱལ་བ་ཉིད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན།  
 དེ་ལ་ནི་གཞན་དག་མི་རྟག་ པར་མི་བརྗོད་དོ། །འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན།  
 འཇིག་པ་ལའོ། །གལ་ཏེ་ཞིག་པ་དང་བསྐྱལ་བ་དག་མི་གསལ་

བ་ཉིད་དུ་འདྲ་བའི་བྱིར་གཉི་ག་ལ་ཡང་སྤྱི་ ཡོད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་  
 ནམ་ཞེ་ན། ཅི་སྟེ་མི་གསལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཅི་ཞིག །མི་  
 མཐོང་བའི་བདག་ཉིད་དོ་ཞེ་ན། མཚན་ཉིད་འདིས་ གཙོ་བོ་  
 དང་སྤྱེས་བྱ་ལ་སོགས་པ་ཡང་མི་རྟག་པར་ཡང་ཐལ་བར་  
 འགྱུར་རོ། །སྤྱིར་ཆོས་གཞན་ཡིན་པ་མི་གསལ་བ་མི་རྟག་པ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། སྤྱིར་ཆོས་གཞན་ཡང་ཡིན་ལ་ཉམས་པ་མེད་  
 པའི་བདག་ཉིད་ཀྱང་ཡིན་ནོ། །ཞེས་ལེགས་པར་ཐ་སྙད་བྱས་  
 སོ། །འདིས་ནི་དེའི་གནས་སྐབས་ ལྷོག་པ་ཡང་བཤད་པ་ཡིན་  
 བོ། །གང་ཞིག་གནས་སྐབས་ལྷོག་པ་བསྐལ་པ་དང་འདྲ་བ་  
 སྤྱིར་དོན་དུ་སྤྱི་བ་དེ་ལ་ཡང་ཡིན་ ལ་ཉམས་པ་མེད་པ་ཡང་  
 ཡིན། གནས་སྐབས་ལྷོག་གི་གནས་སྐབས་ཅན་ནི་མ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེ་ན། གནས་སྐབས་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཅི་ཞིག །ཁུ་འཛིན་པ་ལ་

སོགས་དོན་ བྱེད་པ་ཉི་པར་བསྐྱབ་པ་གང་ཡིན་པ་སྟེ། འདི་  
 བུམ་པའོ་ཞེས་འཇིག་རྟེན་པ་འདི་གང་ལ་མངོན་སུམ་དུ་སྟག་  
 པར་ཞེན་པ་འདི་ཡིན་ ཏེ། དེ་ལོག་ན་གཞན་མ་ལོག་ཀྱང་འདི་  
 ཐམས་ཅད་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེ་ན། དེ་སྟེ་ན་ནི་འོ་ན་གནས་  
 སྐབས་དེ་ཉིད་བུམ་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་ངེ་སྐད་བཤད་པའི་  
 མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ཡང་ལོག་པའི་སྤྱིར་གནས་  
 སྐབས་ཅན་མ་ལོག་པར་གནས་པ་ནི་བཤམ་ཞིང་བརྟག་པར་  
 བྱ་བ་ ཡིན་ནོ། །ཡོད་ཀྱང་བུམ་པའི་དངོས་པོར་ནི་མི་འགྱུར་  
 ཏེ། དེའི་མཚན་ཉིད་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དངོས་པོ་གཅིག་ཉིད་  
 གནས་སྐབས་གཞན་དང་འབྲེལ་པའི་ སྤྱིར། ཐ་དད་པར་མངོན་  
 པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། གནས་སྐབས་ཐ་དད་པ་དེ་ཉིད་དངོས་པོ་ཐ་  
 དད་པའི་མཚན་ཉིད་དུ་ཅི་སྟེ་མི་འདོད། དེ་སྟེ་ཡིན་དང་བདེ་བ་

ལ་སོགས་པ་རྣམས་པ་ཐ་དད་པར་འགྱུར་བར་གདོན་མི་  
 ཟེའོ། །རང་བཞིན་འགའ་ཞིག་རྗེས་སུ་བྱེད་པའི་སྤྱིར། གནས་  
 སྐབས་ཐ་ དད་ཀྱང་ཐ་མི་དད་དོ་ཞེ་ན། འདི་ནི་བདེ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་རྣམས་དང་སྦྱེས་བྱ་རྣམས་ལ་ཡང་མཚུངས་པ་མ་  
 ཡིན་ནམ། ཐ་དད་ན་རིམ་གྱིས་མངོན་པར་གསལ་བ་འགལ་  
 བའི་སྤྱིར་གཅིག་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ཅི་ད་ནི་རིམ་མ་ཡིན་པར་  
 མངོན་པར་གསལ་བས་བྱམ་པ་དང་ཞོ་ལ་སོགས་པ་ ཏུ་མ་  
 ཡིན་ནམ་ཅི། རིམ་གྱིས་མངོན་པར་གསལ་བ་ལ་ཐ་མི་དད་  
 བས་བྱུང་བ་མ་གྱུར་ན་འགལ་བ་ཡང་ཅི་ཡིན། རིམ་པ་དེ་ནི་  
 དེའི་འབྲས་བུ་ཡིན་པས་དེ་མ་གྱུར་པར་དེ་མི་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་  
 རོ། །ཐ་དད་པ་མེད་པ་ཉིད་ནི་ཆེར་རིམ་པ་མེད་པར་ཐལ་བ་  
 ཡིན་ཏེ། གཅིག་གི་བདག་ཉིད་ བཞིན་ནོ། །འབྲས་བུ་ཉིད་ཀྱི་

སྤྱིར་ཐ་མི་དད་པ་བཞིན་ནོ་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་འབྲེལ་པ་གྲུབ་ན་  
 རིགས་པ་ཡིན་ན་དེ་ནི་རྗེས་སྤྱི་འགོ་བ་མེད་པ་ལ་མི་འགྲུབ་ པ་  
 ཞེས་བཤད་པར་བྱའོ། །རི་ལྟར་འབྲེལ་པའི་བྱད་པར་སྤངས་  
 གྲང་རྒྱ་དག་ལས་སྦྱེས་པ་ལ་བྱས་པའི་སྦྱ་ཡིན་ པ་ལྟར་གང་ལ་  
 མི་ ཏྲག་པའི་སྦྱ་འདི་འཇུག་པར་འགྱུར་བ་ཐ་དད་པར་རྟོག་པ་  
 མེད་གྲང་ཞིག་པ་དང་ཅིག་ཤོས་ དག་ལ་ཐུན་མོང་གི་ཆོས་ནི་  
 རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཤིང་དང་སྦྱེས་བྱ་  
 དག་ལ་འཆི་བའི་སྦྱི་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ། གལ་ཏེ་གང་ཞིག་མཐོང་  
 བས་སྟོག་ཆགས་གཞན་ལས་ཤི་བར་ ཏྲག་པ་དེ་འདྲ་བར་ཤིང་  
 དག་ལ་དམིགས་ནས་དེ་ལྟར་འགྱུར་རོ། །ཅི་སྟེ་སྐྱམ་པ་ལ་  
 སོགས་པ་ཉིད་འཆི་བའི་སྦྱར་བརྗོད་ན་དེ་ལ་ཡང་གང་ལས་  
 འགྲུབ་པར་ འགྱུར་བ་སེམས་པ་ཅན་ལ་སོགས་པ་མེད་པར་



བརྟག་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་དབྱིབས་ཀྱང་གལ་ཏེ་ཅི་  
 འདྲ་བ་ཞིག་སྟོ་ སྟོན་དུ་འགྲོ་བ་ཅན་དུ་མཐོང་བ་ཁང་བཟངས་  
 ལ་སོགས་པའི་བྱེ་བྲག་དུ་འཇུག་པ་ཅན་གང་ ཞིག་མཐོང་ན་  
 བྱེད་པ་པོ་མ་མཐོང་བ་རྣམས་ལ་ཡང་བྱས་པའི་སྟོར་འགྱུར་བ་  
 དེ་འདྲ་བ་ ཡིན་ན་ཡང་གཏན་ཆེགས་ཐམས་ཅད་དེ་ལྟར་  
 འགྱུར་རོ། །གཞན་ཡང་། དབྱིབས་སོགས་ཅི་འདྲ་བྱིན་སྟོབ་  
 བོ། །ཡོད་མེད་རྗེས་འཇུག་ཅན་གྱུབ་པ། །དེ་ལས་རྗེས་སུ་  
 དཔོག་གང་ཡིན། །དེ་ནི་རིག་པ་ཅན་ཡིན་ནོ། །དངོས་ཐ་དད་  
 ལས་རབ་གྱུབ་པ། །སྤྱོད་ཐ་དད་ལས་མ་གྱུབ་བོ། །རྗེས་དཔོག་  
 རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །སྤྱོད་པོའི་རྗེས་ལ་མེ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟར་  
 མིན་ན་རྗེ་ མཁན་གྱིས། །བྱམ་པ་ལ་སོགས་འཛིམ་པ་  
 ཡི། །རྣམ་འགྱུར་གཞན་ཞིག་བྱེད་པའི་བྱིར། །གྲོག་མཁར་

ཡང་དེས་བྱས་བྱུང་བོ། །བསྐྱབ་བྱ་རྗེས་འགོ་ཕྱིར་འབྲས་  
བྱ། །སྤྱིས་ཀྱང་བསྐྱབ་པར་བྱས་ཡིན་ན། །འབྲེལ་པ་ཅན་ནི་ཐ་  
དད་ཕྱིར། །ཐ་དད་སྒྲོན་བརྗོད་འབྲས་ མཚུངས་  
འདོད། །རིགས་གཞན་ལ་ནི་རབ་བྱུང་པ། །སྐྱ་ཡི་སྤྱི་ནི་མཐོང་  
བ་ལས། །སྐྱབ་བྱེད་མི་རིགས་དག་ལ་སོགས། །གོ་ཉིད་ཉིད་  
ན་རྩ་ཅན་བཞིན། །བརྗོད་པར་འདོད་པའི་གཞན་དབང་  
ཕྱིར། །སྐྱ་རྣམས་གང་ལའང་མེད་མ་ཡིན། །དེ་ཡོད་པས་ནི་  
དོན་བྱུང་ན། ། ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ནི་ཐམས་ཅད་འབྱུང། །དངོས་  
པོའི་རང་བཞིན་མ་བྱུང་ན། །ཚུལ་འདི་བྱུང་ན་མ་བྱུང་  
ཀྱང་། །ཁྱད་པར་གཞོད་བྱེད་མ་ཡིན་ཏེ། །སྐྱ་ཡི་རྣམ་མཁའ་ལ་  
བརྟེན་བཞིན། །སྐྱ་མ་བྱུང་ཀྱང་དངོས་པོ་ནི། །བྱུང་ན་བྱུང་  
པར་འབྱུང་ཏེ་དཔེར། །ཁྱད་པ་པ་ལ་སངས་ རྒྱས་པ། །ལུས་

སོགས་སྐྱབ་བྱེད་བཤད་པ་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བར་སྐབས་  
 ཀྱི་ཆོགས་སྐྱབ་བཅད་པ་དག་གོ། །དཔེར་ན་མངོན་པར་གསལ་  
 བར་སྐྱབ་བ་ལ་བྱས་པ་ཉིད་མ་གྲུབ་པོ། །ཞེས་བསྟན་བཅོས་ལ་  
 བརྟེན་ནས་གང་ཡང་རུང་བ་ལ་མ་གྲུབ་པར་བརྗོད་པ་གང་ཡིན་  
 པ་དེ་ ནི་རྗེས་ སྐྱད་པག་པ་ཐམས་ཅད་ལ་མ་ཡིན་ཏེ། ཆད་  
 མས་མཐོང་བ་ལ་ཁས་སྦངས་པས་མ་གྲུབ་པར་ཚོད་པ་མི་  
 འཐད་པའི་ཕྱིར་དང་རྗེས་སྐྱད་པག་པ་ལ་བསྟན་བཅོས་སྐབས་  
 མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཆད་མ་ཉིད་ཀྱིས་གཞོད་པའམ་དེའི་ངོ་  
 བོ་ཆད་མས་མ་རྟོགས་ན་མངོན་པར་གསལ་བར་སྐྱབ་བ་ ཅི་  
 ཞིག་ བྱ། དེའི་ཕྱིར་བསྟན་བཅོས་ལ་བརྟེན་པའི་རྗེས་སྐྱད་པག་  
 པ་ཉིད་ལ་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་སྒོ་ ནས་གང་ཡང་རུང་བ་ལ་མ་  
 གྲུབ་པར་འགྱུར་རོ། །གཞན་ལ་ནི་མ་ཤེས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེས་

ན་དཔེར་བརྗོད་པ་མ་སྒྲས་སོ། །སྒྲོབ་དཔོན་གྱིས་ནི་དཔེར་  
 བརྗོད་པའི་སྒྲོགས་ཅམ་ཞིག་བཤད་དོ། །གང་ཡང་དཔེར་ན་  
 སྒྲས་མི་ཉག་སྟེ། སྒྲ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་དམ་  
 བཅའ་བའི་དོན་གྱི་སྒྲོགས་གཅིག་མ་གྲུབ་ བ་ཡིན་པར་བརྗོད་  
 པ་དེ་ཡང་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དང་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་དག་ནི་ཐ་དད་  
 པ་ ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ཅན་རང་ཉིད་  
 བསྐྱབ་པ་ལ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ ཉིད་དུ་མ་གྲུབ་པའི་སྤྱིར་གཏན་  
 ཆེགས་གྱི་ངོ་བོར་མ་གྲུབ་པར་བརྗོད་དོ། །དེ་ཉིད་དེའི་སྐྱབ་  
 པར་བྱེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ངོ་བོ་ཅམ་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་  
 བ་ཡིན་ན་ཡང་དེ་བསྟན་པ་དོན་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལ་བྱད་  
 པར་གཞན་བསྟན་པ་ནི་མེད་དོ། །དེ་སྒྲ་ཉིད་གྱིས་དེ་ལྟར་  
 འགྱུར་ན་སྒྲོགས་བསྟན་པ་ཉིད་ན་དེ་ལྟར་འགྱུབ་པར་འགྱུར་ཏེ།

བྱིས་ཀྱང་རང་ཉིད་ཁོ་ནས་དེ་ལྟར་འགྱུར་བའི་བྱིར་རོ། །དེའི་  
 བྱིར་དེ་རང་ཉིད་ཀྱི་གཏན་ཆེགས་སུ་མ་གྲུབ་པོ། །སྤྱི་ཅི་ལྟར་  
 མ་གྲུབ་ཅི་ན་སྤྱི་གྲུབ་སྟེ་དེ་བདག་ཉིད་ཀྱི་གཏན་ཆེགས་ཀྱི་རང་  
 བཞིན་དུ་མ་གྲུབ་པའི་བྱིར་མ་གྲུབ་པར་བརྗོད་དོ། །སྤྱི་དེ་ནི་  
 སྤྱོད་ཀས་སུ་བྱས་པ་གང་ཞིག་གཏན་ཆེགས་སུ་འགྱུར་བའི་སྤྱི་  
 གཞན་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཉིད་གཏན་ཆེགས་ཡིན་ན་  
 ཡང་བསྟན་པར་མི་བྱའོ་ཞེས་བརྗོད་ཅིན་ཏོ། །ཏག་ཏུ་དེའི་ངོ་བོ་  
 གྲུབ་པའི་བྱིར་ཚུད་པ་མེད་པར་ཡང་འགྱུར་རོ། །རྗེས་སུ་འགྲོ་  
 བ་མ་མཐོང་བའི་བྱིར་མི་འགྲུབ་པོ་ཞེ་ན་དེ་ད་ཅི་ཆོས་ཅན་  
 གཞན་ལ་རྗེས་སུ་འགྲོ་འཇམ། སྟོན་མ་ལ་སོགས་པ་ནི་རང་གི་ངོ་  
 བོར་རུང་བ་ཉིད་ཀྱིས་བདག་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཞེས་པ་བསྐྱེད་  
 ན་དེ་ལྟར་གསལ་བས་རང་གི་བདག་ཉིད་གསལ་བར་བྱེད་

བས་ཞེས་བརྗོད་དོ། །རྟགས་དང་རྟགས་ཅན་ནི་དེ་ ལྟར་མ་  
 ཡིན་ཏེ། དེའི་དངོས་པོ་ལ་ཐ་དད་པ་བརྟེན་པའི་སྤྱིར་  
 རོ། །རྟགས་རང་ཉིད་རྣམ་པར་ཞེས་པའི་ཡུལ་དུ་གྱུར་བས་ནི་  
 རྟགས་ཅན་རྟོག་པར་བྱེད་པ་ ཡིན་ནོ། །ཆོས་ཅན་གྱི་རང་གི་  
 སྤྱབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ན་ནི་ཐལ་བ་འདིར་འགྱུར་རོ། །དངོས་  
 པོ་ཐམས་ཅད་ལ་ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་གྱི་ དབྱེ་བ་མ་གྲུབ་པའི་  
 སྤྱིར་སྐྱོན་འདི་ཐམས་ཅད་ལ་མཚུངས་སོ་ཞེ་ན། འདི་ལ་དངོས་  
 པོ་རྣམས་ཀྱི་ལྟོག་པ་ལ་བརྟེན་པའི་ཐ་སྙད་ཐ་དད་པའི་བསྐྱབ་  
 པར་བྱ་བ་ དང་སྤྱབ་པར་བྱེད་པ་ཐ་དད་དེ་བཤད་ཅིན་  
 ཏོ། །དོན་དམ་པ་རྣམ་པར་དབྱེད་ན་ནི་དེ་ལྟ་བུར་གྱུར་པ་མ་  
 གྲུབ་པའི་སྤྱིར། ཀྱན་རྫོབ་པའི་དོན་རྣམས་ལ་དེ་ཉིད་དང་གཞན་  
 ཉིད་འགོག་པ་ཡིན་ནོ། །རྗེས་སུ་དཔག་པ་དང་རྗེས་སུ་དཔག་

བར་བྱ་བའི་ཐ་སྙད་ནི་ཤེས་པ་ལ་གྲུབ་པའི་ཐ་དད་ བ་ལ་བརྟེན་  
 ནས་འཇོག་པ་ཡིན་ནོ། །བདག་ཉིད་ངེ་ལྟའི་ཐ་དད་ཀྱི། །མཐར་  
 ཐུག་ཤེས་ལ་ཐ་དད་པར། །ཆོས་ དང་ཆོས་ཅན་སྒྲུང་  
 བ། །དེ་ནི་ཐ་སྙད་རྟེན་ཡིན་ནོ། །འདི་ནི་ཐ་སྙད་ཀྱིས་གཞག་  
 བ། །ཐ་དད་སྒྲོ་དང་འབྲེལ་མེད་ཅན། །བསྐྱབ་བྱ་དེ་ཉིད་སྐྱབ་  
 བྱེད་དུ། །གཞག་པ་དེས་ན་མ་གྲུབ་བསྟན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 བསྐྱབ་པའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་དག་གོ། །དེའི་ཕྱིར་ཆོས་ཅན་ནི་  
 གཏན་ ཆོགས་སུ་གཉི་ག་ལ་མ་གྲུབ་བོ། །འདིས་ནི་ཆོས་ཀྱང་  
 བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་གལ་ཏེ་དེ་ཉིད་ལས་གྲུབ་ན། དེ་ནི་  
 སྒྲ་མ་ཁོ་ནར་བསྟན་པའི་ཕྱིར་སྒྲ་མ་བཞིན་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་  
 བར་བརྗོད་དོ། །རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་མ་གྲུབ་པར་བརྗོད་པ་ཡང་  
 འབྲེལ་བ་མེད་དོ། །དེ་ཉིད་བདག་ཉིད་ལ་ རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་མེད་

བའི་བྱིར་རོ། །འོ་ན་གང་གི་ཆེ་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་ལས་  
 གཞན་པ་གཏན་ཆོགས་སུ་བརྗོད་པ་དེའི་ཆེ་ ཇི་ལྟར་ཞེ་ན། དེ་  
 ལ་ཡང་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་མེད་པ་ནི་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་ཡིན་  
 བས་དེ་ལས་གཞན་པ་ནི་ བསྐྱབ་བྱ་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་མ་གྲུབ་  
 བོ། །གལ་ཏེ་ སྟོགས་ལ་སོགས་བ་རྣམས་པན་ཚུན་ཐ་དད་  
 བའི་བྱིར་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ སྟོགས་ལ་ཡོད་  
 བ་ཁོ་ན་མ་ཡིན་ཞེ་ན། སྟོགས་གང་ཞིག་ཡིན་ལ་མི་མཐུན་པའི་  
 སྟོགས་ཀྱང་གང་ཞིག་བསྐྱབ་པར་འདོད་པ་དེ་ནི་ སྟོགས་ཡིན་  
 ལ་དེ་མེད་པ་ནི་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་སོ། །འོ་ན་ནི་དེ་ འདོད་  
 བས་གཞག་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པས་དངོས་པོའི་དབང་གི་  
 རྣམ་བར་གནས་པའི་མི་མཐུན་ བའི་སྟོགས་སེལ་བ་ཇི་ལྟར་  
 འགྱུར། དེ་ལྟ་ན་ནི་གཏན་ཆོགས་འགའ་ཡང་མ་ངེས་པར་མི་



འགྱུར་རོ། ། མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་ཀྱང་འདོད་པས་བྱས་པའི་  
 ཕྱིར་རོ་ཞེས་མང་དུ་བཤད་ཟིན་ཏོ། ། གལ་ཏེ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་  
 མ་ཡིན་པ་ནི་མཐུན་པའི་སྟོགས་ཡིན་ལ་དེ་ལས་གཞན་པ་ཡང་  
 ཆོས་ ཅན་ལ་གྲུབ་ན་གང་གི་དོན་དུ་གཏན་ཆིགས་བརྗོད་པ་མ་  
 གྲུབ་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་མ་གྲུབ་ཅམ་གྱིས་ནི་  
 ཐམས་ཅད་དུ་མ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། དེ་མེད་པར་གཉི་ག་  
 ལ་ངེས་པ་ ཡིན་ནོ། །མ་ངེས་པའི་ཆོས་ཅན་ལ་ནི་མི་མཐུན་  
 པའི་སྟོགས་མ་ཡིན་པ་ཉིད་གྲུབ་པོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་ན་བསྐྱབ་པར་  
 བྱ་བའི་ཆོས་ལ་ཐེ་ཆོམ་བ་བ་ཡང་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་མ་  
 ཡིན་པར་ འགྱུར་ཏེ། དེས་ན་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་མ་ཡིན་པ་  
 ཉིད་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་མེད་པ་ལས་ལྟོག་པར་མ་ ངེས་ པའི་  
 རང་བཞིན་འདི་ངི་ལྟར་སྐྱབ་པར་བྱེད་པར་འགྱུར་ཏེ། དེའི་

མཚན་ཉིད་མ་ངེས་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ངེས་པར་བྱེད་དོ་  
 ཞེ་ན་ངེ་ལྟར་མ་ངེས་པ་ལ་ངེས་པར་འགྱུར། མི་མཐུན་པའི་  
 ལྷོགས་ལ་ཡིན་པའི་སྒྲ་ནི་ལྷོག་པ་མ་ངེས་པར་བརྗོད་པའི་བྱིར།  
 ངེ་ལྟར་དེ་ཉིད་ཀྱིས་བསྐྱབ་བྱ་མེད་པ་ ལ་ལྷོག་པར་ངེས་གང་  
 གི་བྱིར་འདི་འདིར་ཐེ་ཆོམ་བ་བའི་བྱིར་འདི་ན་མེད་དོ། །ཞེས་  
 བྱ་བ་ཡང་ལེགས་པར་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་བྱིར་ཆོས་  
 རྣམས་ཀྱི་འཇུག་པ་དང་ལྷོག་པར་ལྷོགས་རྣམས་པར་གཞག་པ་  
 ལ་མི་ལྷོས་ པ་དེ་དག་ནི་པན་ཚུན་སྤངས་ཏེ་གནས་པའི་མཚན་  
 ཉིད་ཡིན་པས་ སྤང་པོ་ལྷོག་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་  
 ལས་གཅིག་ལྷོག་པ་ནི་གཞན་འཇུག་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་ངེ་ལྟར་  
 མི་ཏྟག་པ་མེད་པ་ ལ་ལྷོག་མི་ཏྟག་པར་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་  
 ཆོས་ཅན་ལ་གྲུབ། དེ་ཅི་ད་ནི་ལྷོགས་ཀྱང་མི་མཐུན་པའི་

རྩོགས་སུ་འགྱུར་རམ་ཞེན་རྣམ་གངས་ཀྱིས་ བྱི་འགྱུར་བ་ཡང་  
 ཡིན་ནོ། །མཆན་ཉིད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ནི་བརྗོད་ཟེན་བ་ཉིད་དོ། །མི་  
 མཐུན་པའི་རྩོགས་སུ་ཐེ་ཆོམ་མི་བ་ན་ནི་བསྐྱབ་བྱ་མེད་པ་རྣམ་  
 པར་གཅད་པའི་ དོན་དུ་གཏན་ཆེགས་བརྗོད་པ་མ་ཡིན་  
 ནོ། །གང་ལས་སྦྱོན་འདིར་འགྱུར་བ་གཏན་ཆེགས་ཀྱིས་འབྲེལ་  
 བ་སྦྱོན་པའི་དུས་ན་རྩོགས་ལ་ སོགས་ པའི་རྣམ་པར་གཞག་  
 བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འདི་འབའ་ཞིག་ཉིད་འགའ་ཞིག་ཡོད་པ་  
 དང་མེད་པ་དག་ཏུ་འཇུག་པ་དང་ལྡོག་པ་དག་ཏུ་ བསྟན་ན་  
 རང་ཉིད་ཡོད་པ་དང་ཤུགས་ཀྱིས་དེ་དེ་ལྟ་བུར་སྐྱབ་པར་བྱེད་  
 དོ། །དེའི་སྤྱིར་དེའི་ཤུགས་ཀྱི་ཡུལ་རྗེས་སོགས་པ་དེ་ནི་རྩོགས་  
 ཞེས་བརྗོད་དོ། ། དེས་ན་དེའི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་འོངས་  
 པའི་ཆོས་ནི་སྦྱོན་པར་བྱེད་པའི་དུས་ན་ མེད་པའི་སྤྱིར་ཡན་

ལག་མ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་དེ་ལས་བསྒྲིག་པ་གཞན་ལས་རྣམ་  
 བར་གྲོལ་བའི་སྤྱིར་ཞེས་བྱ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ འདི་ཡིན་  
 ནོ། །དེ་ལ་ནི་སྒྲིན་འདི་མེད་དེ། གཞན་སྒྲིས་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་  
 ལས་བསྒྲིག་པ་དང་བྲལ་བ་འབའ་ཞིག་ནི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་  
 ཆོས་སུ་འགྱུར་གྱི་མེད་པ་ འབའ་ཞིག་དང་བྲལ་བ་ནི་མ་ཡིན་  
 ནོ། །དེས་ན་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དང་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་དག་ཁྱད་  
 བར་ཡོད་དོ་ཞེ་ན། འདི་ལ་ཡང་ཁྱད་པར་ཉི་བར་གཟུང་བ་ནི་  
 འདོད་པ་ཉིད་ལ་ གཞོད་པར་བྱེད་དོ། །དེ་མེད་པར་ཁས་ལེན་  
 ན་ནི་གཞན་སྒྲིས་པར་རུས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་མ་ཐ་རའི་  
 བྱ་ལས་གཞན་པའི་བྲམ་བེ་ལ་ཟན་གྱིན་ཅིག་ཅེས་བྱ་བ་ལྟ་  
 བུའོ། །མ་ཐ་རའི་བྱ་བྲམ་བེ་མ་ཡིན་ན་ནི་བྲམ་བེ་ལ་ཟན་གྱིན་  
 ཅིག་ཅེས་བྱ་བ་ཉིད་བཟོད་ བར་འགྱུར་རོ། །མེད་པ་ ཅེས་བྱ་

བ་འདི་ནི་ས་རོལ་པོའི་བསམ་བ་ཡིན་ཏེ། དེའི་བསམ་པའི་  
 དབང་གིས་དེ་སྐད་བརྗོད་དོ། །དེས་ན་མེད་པ་གཞན་དང་བྲལ་  
 བར་སྟོང་གྱིས་ཁས་སྦངས་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་  
 ཏོ། །ཞེ་ན། དེ་ལ་ཡང་དོན་དམ་པར་མེད་པ་ལ་སན་ཚུན་རྣམ་  
 པར་དབྱེ་བ་ཅི་ཞིག་ཡོད། གཅིག་གི་རང་བཞིན་གཞན་ལ་མ་  
 མཐོང་བས་འདི་ལ་ཐ་དད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲིབ་ཏེ་གསུང་བ་ཡིན་  
 ན་དངོས་ པོ་མེད་པ་དེ་དག་ལ་ཡོད་ཡོད་ན་ཡང་མེད་པར་མི་  
 འགྱུར་ཏེ་དེ་ནི་ཡོད་པའི་མཚན་ཉིད་ ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །རྣམ་  
 པར་རྟོག་པས་བཀོད་པ་འདི་དག་བདག་ཉིད་མེད་པ་ཡིན་ཡང་  
 སྒྲིབ་པ་པོ་དག་ བརྗོད་པ་གཞན་དང་གཞན་གྱི་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་  
 དང་ལྡན་པ་ལྟ་བུར་སྟོན་པར་བྱེད་པ་འབའ་ ཞིག་ཏུ་བྱུང་  
 དོ། །དེས་བྱས་པའི་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་ནི་དངོས་པོ་རྣམ་པར་

འཛིག་པའི་རྟོན་མ་ཡིན་ཏེ། ཉ་ཅང་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་  
 རོ་ཞེས་བཤད་ཟིན་ཏོ། །གཅིག་ལ་གཅིག་ཐ་ དད་པ་ཡོད་པ་  
 དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བར་སྟོན་པ་འདིས་ནི་ཐམས་ཅད་མེད་པ་  
 འཛིག་པར་ འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟ་ན་ཡང་མེད་པ་གཞན་དང་བྲལ་  
 བའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་འདི་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་དམ་ འཁྱུལ་བར་  
 འགྱུར་རོ། །ཅི་སྟེ་ཡང་དེའི་མདོན་པར་འདོད་པ་འགའ་ཞིག་ལ་  
 ཐ་དད་པ་ཡིན་ན་ དེ་ལྟར་འགྱུར་ན་འོ་ན་ནི་དེ་ལས་ཐ་དད་པ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་དེ་ཉིད་འདོད་པ་ལས་ཡིན་ ཏེ། ཡང་འདོད་པ་  
 གཞན་དུ་འགྱུར་ན་གཞན་ལ་ཡང་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་པར་འདོད་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་འདིར་འདོད་པ་ཉིད་ལ་རུས་པ་རྣམ་པར་  
 གནས་པའི་ཕྱིར་དེ་ཉིད་འདོད་པའི་ དངོས་པོའི་རང་ བཞིན་གྱི་  
 སྐབ་བྱེད་དུ་བརྗོད་པར་འགྱུར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་འདི་དག་གི་ཕན་

ཚུན་དབེན་པས་ཅི་ཞིག་བྱ་སྟེ། དེ་ཉིད་གཏན་ཆིགས་སུ་བརྗོད་  
 བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལ་དངོས་པོ་དང་འབྲེལ་བ་བརྗོད་པར་བྱ་  
 སྟེ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་མི་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདིས་ནི་བདག་  
 དང་ གཞན་གྱིས་ཁས་སྦངས་པ་ལ་སོགས་པ་དང་། སྦྱིས་  
 བྱས་ནམ་པར་གཞག་པ་ལ་བརྟེན་པའི་གཏན་ཆིགས་ཐམས་  
 ཅད་བརྗོད་པ་ཡིན་ཏེ། དབེར་ན་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །སྦྱི་དེའི་སྟོགས་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་  
 བ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུའོ། །སྟོགས་ དེའི་འདིས་སྦྱོར་བ་ཐམས་  
 ཅད་ལ་བརྗོད་པ་ཡོངས་སུ་འགྱུར་བས་བྱས་པའི་འཁྲུལ་བ་  
 སྦངས་ཏེ། དོན་ནམ་པར་གནས་པའི་ཚུལ་གྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་  
 བར་བུའོ། །ཚོལ་བ་ལས་བྱུང་བའི་སྐྱ་ནི་མི་ཏྲག་སྟེ། ཚོལ་བ་  
 ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལྟར་དམ་བཅས་པའི་

འོན་ཀྱི་ རྩོགས་གཅིག་མ་ཡིན་ཞེ་ན། རྩོག་པ་ལས་ཐ་དད་པ་  
 བཏེན་པའི་སྤྱིར་སློ་ཐ་མི་དད་པའི་ཡུལ་ཐ་སྤྲད་ཀྱིས་ཉེ་བར་  
 གཞག་པའི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ཅན་དེ་ཉིད་སྐྱབ་པར་བྱེད་  
 པ་ཡིན་ན་དམ་བཅས་པའི་ འོན་ཀྱིས་རྩོགས་གཅིག་ཉིད་ཡིན་  
 པར་བརྗོད་དོ། །ཁྱད་པར་བསྐྱབ་པར་བྱ་ བའི་ཆོས་ཅན་དུ་  
 བྱས་ཏེ་གཏན་ཆེགས་སུ་བརྗོད་པ་ལ་ནི་ཆོས་ཐ་དད་པའི་སྤྱིར་  
 ཏྲགས་དང་ ཏྲགས་ཅན་མི་འགལ་ལོ། །ཁྱད་པར་སྤྱི་ཆོས་ཐ་  
 དད་སྤྱིར། །ཏྲགས་དང་ཏྲགས་ཅན་ཡིན་པར་འདོད། །དཔེར་ན་  
 རྩེ་ལ་བ་ལས་བྱུང་སྤྱ། །རྩེ་ལ་བྱུང་ཉིད་སྤྱིར་མི་ཐ་དད་སྤྱིར་  
 རོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བར་སྐྱབས་ཀྱི་ཆེགས་སུ་ ལག་ནའང་  
 གཞོད་མེད་སྤྱིར། །ཆོས་ཅན་ཐ་དད་མ་གྲུབ་མིན། །དཔེར་ན་  
 གོང་བྱ་རྩ་ཅན་བཞིན། །རྩ་ཅན་ཉིད་སྤྱིར་ཏྲ་མིན་བཞིན། །ཡང་



ན་དེས་མཆོན་ནས་ལྷོག་ཕྱིར། །བསྐྱབ་བྱའི་དུས་སུ་ཡན་ལག་  
མིན། །དེ་ཕྱིར་བྱུང་བར་དམ་བཅའ་ཡི། །དོན་མིན་ཆོས་ཐ་  
དད་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བར་སྐྱབས་ཀྱི་ཆོག་ས་སུ་བཅད་  
པའོ། །དེ་བཞིན་དུ་རང་ཉིད་དམ་དེའི་གཞི་ལས་ཐེ་ཆོམ་བ་ན་  
གཏན་ཆོག་ས་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་མེ་བསྐྱབ་པ་ལ་  
རྒྱངས་པ་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོར་ཐེ་ཆོམ་བ་བའི་འབྱུང་བ་  
འདུས་པ་ལྟ་བུ་དང་། ཡང་དཔེར་ན་རི་སུལ་འདི་ན་མ་བྱའི་སྒྲ་  
གྲག་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་དེ་གྲག་པའི་ཡུལ་ཅན་མི་རྟོག་  
པ་ལྟ་བུ་རུ་འོ། །ཆོས་ཅན་མ་གྲུབ་ན་ཡང་སྟེ། །དཔེར་ན་བདག་  
ནི་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། །བདེ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཐམས་  
ཅད་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་འོ། །དེ་ལྟར་  
གཏན་ཆོག་ས་ཀྱི་ཚུལ་གཅིག་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་མ་གྲུབ་

བའམ་ཐེ་ཆོམ་ཟ་ན་མ་གྲུབ་ པའི་གཏན་ཆིགས་ལྟར་སྒྲུབ་བ་  
 ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཅིག་མ་གྲུབ་པའམ་ཐེ་ཆོམ་ཟ་ན་མ་  
 དེས་པ་ཡིན་ནོ། །གཅིག་པོ་གང་ཞེ་ན་ལྟོག་པའོ། །མ་གྲུབ་པ་  
 བྱི་དཔེར་ན་ཕྱོགས་ཆོས་ཀྱི་རབ་ ཏུ་དབྱེ་བར་བསྟན་པ་ཐུན་  
 མོང་གི་མ་དེས་པ་རྣམ་པ་བཞི་ལྟ་བུའོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཐེ་ཆོམ་  
 ཟ་ན་བྱི་དཔེར་ན་བརྗོད་པར་འདོད་པའི་སྐྱེས་བུ་འགའ་ཞིག་  
 ཐམས་ ཅད་མཐུན་པ་མ་ཡིན་ནམ། འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་  
 བ་དང་ལྟན་པ་ཡིན་ཏེ་སྤྲོ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་  
 ལྟ་ བུའོ། ། འདིར་ལྟོག་པ་ལ་ཐེ་ཆོམ་ཟ་བ་ཡིན་ཏེ། ཐམས་  
 ཅད་མཐུན་པ་སྤྲོ་བ་མ་དམིགས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་མི་དམིགས་  
 པའི་རྣམ་པ་འདི་ལྟ་བུ་ བྱི་ཡུལ་བསྟར་མི་རུང་བའི་བདག་ཉིད་  
 ཀྱིས་ཐེ་ཆོམ་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་ བཤད་ཟེན་

ཏོ། །གལ་ཏེ་སྤྲ་བའང་ཡིན་ལ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ ཡང་  
 འགྱུར་མོད། འདི་ལ་འགལ་བ་ཅི་ཞིག་ཡོད། གལ་ཏེ་འདིར་སྤྲ་  
 དང་མི་གཞན་པ་བྱེད་གྱིས་མ་དམིགས་པའི་དོན་སྤང་ན་འོ་ན་  
 སའི་ཐ་ སྤྲ་གྱི་རྒྱ་མཚན་ལྗོག་པར་ཐལ་བའི་སྤྲ་བྱེད་ཉམས་  
 བར་འགྱུར་རོ། །སྤྲ་བ་དང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་གཉིས་ལ་  
 འགལ་བ་རྣམ་པ་ གཉི་ག་གང་ཡང་མེད་པའི་སྤྲ་རོ། །མ་  
 མཐོང་དུ་ཟིན་ཀྱང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་སྤྲ་བ་མ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་ ལྗོག་པ་ནི་མི་འགྲུབ་སྟེ་ཐེ་ཚོམ་བ་བའི་  
 སྤྲ་རོ། །གཞོད་པར་བྱེད་པ་ཡོད་ན་ནི་གཞན་མེད་པར་ངེས་  
 བར་བྱེད་དོ། །མཚན་ཉིད་མི་འགལ་བ་དབང་པོ་ལས་ འདས་  
 སའི་རྣམ་པ་ནི་ཞེས་པར་སྤྲ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་སྤྲ་སྤྲ་བ་  
 ཐམས་ཅད་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་པ་མ་

བྱུང་བོ། །སྤྱོད་བ་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་དང་ཡོངས་སུ་  
 བཅད་པར་ཡང་མི་རྒྱས་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་ན་ནི་ཐམས་ཅད་  
 མཁྱེན་པར་འགྱུར་བས་ དགག་པ་མ་ཡིན་ནོ། །བདག་ཉིད་ལ་  
 རང་གིས་རིག་པ་དེས་གཞན་ལ་ཡོངས་སུ་བཅད་དོ་ཞེ་ན།  
 གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་བདག་ལ་མཐོང་བ་གཞན་ལ་བསྐྱབས་ན་ཏེ་  
 ཅང་ཐལ་བར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནམ། མཐོང་བ་དང་འགལ་བ་  
 བྱི་མི་བསྐྱབ་པོ་ཞེ་ན། རིགས་པ་མཚུངས་ན་ཅི་སྟེ་ མི་  
 སྐྱབ། །ཡང་ན་དེ་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་  
 ལ་གཞོད་པ་སྤིད་པའི་སྤྱིར་རོ། །མཐོང་བ་ཅམ་གྱིས་ནི་མ་ཡིན་  
 ནོ། །འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན་ལྟོག་པ་ལས་ཀྱང་ཡིན་ཏེ། དེ་མེད་པའི་སྤྱིར་  
 གཞན་མི་བསྐྱབ་པོ་ཞེ་ན། ལྷགས་པ་དང་དེར་ཐེ་ཆོམ་ཟ་བ་  
 དག་གིས་མེད་ བར་མ་གྱུབ་པའི་སྤྱིར་སྐྱབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་

དག་ནི་བདག་ཉིད་བལྟར་རུང་བ་ཉིད་གྱིས་འགལ་བར་  
 དམིགས་པའི་ཕྱིར་བསྐྱབ་པར་ བྱ་བ་མ་ཡིན་གྱི། གང་གི་མི་  
 མཐུན་པའི་ཕྱོགས་བསལ་ནས་གཅིག་ཏུ་ངེས་པར་བྱེད་པ་  
 བལྟར་མི་རུང་བ་རྣམས་ ནི་རང་གི་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་དག་  
 དང་ཡང་འགལ་བར་ཡང་མི་འགྱུར་རོ། །བདག་ཉིད་ནང་གི་  
 ཆོས་གཞན་གྱིས་རིག་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །འགའ་ཞིག་དང་  
 ལྟན་པར་རིགས་པས་ཐམས་ཅད་དུ་དེ་ཉི་བར་བསྐྱབས་པས་ཐ་  
 སྟད་བྱེད་པའི་ བུམ་པ་འདི། བུད་མེད་དང་དམངས་རིགས་  
 རྣམས་དང་ཐུན་མོང་བའི་བྱད་པར་ཡང་མི་ རྟོགས་པ་ནི་རིག་  
 པ་ངལ་པའི་འབྲས་བུ་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པ་གྲུབ་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་  
 བདག་ལ་མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་ནི་ཉི་བར་འགྲུབ་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 དེ་ཙམ་གྱིས་བྲུབ་པ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་ལྟོག་པ་

ལ་ཐེ་ཆོས་བ་བ་ཡིན་ནོ། །སྒར་བ་ཤད་པའི་མི་དམིགས་པའི་  
 མཚན་ཉིད་ ལས་ཀྱང་འདི་འདྲ་བའི་སྤྱད་པ་རྣམས་ཐེ་ཆོས་ཀྱི་  
 རྒྱ་ཡིན་པར་རྟོགས་པར་བྱའོ། །རྗེས་སུ་དཔག་པའི་མཚན་ཉིད་  
 ཀྱི་འདོད་ཆགས་དང་ལྡན་པ་ཡང་དོན་གཞན་ཡིན་པའི་སྤྱར།  
 ཆོག་ལས་མི་རྟོགས་པ་རྟོགས་པར་བྱ་སྟེ། འབྲེལ་པ་མེད་པའི་  
 སྤྱར་རོ། །འདོད་ཆགས་མེད་ ན་ཆོག་མེད་དོ་ཞེས་ལྟོག་པ་  
 དེས་པ་ནི་མེད་དོ། །གཡོ་བ་དང་ཆོག་ལ་སོགས་པ་ནི་འདོད་  
 ཆགས་ལ་སོགས་པ་ཉིད་ཀྱི་འབྲས་བུ་མ་ཡིན་ཏེ། བརྗོད་པར་  
 འདོད་པ་སྤྱིར་རྒྱ་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱར་རོ། །དེ་འདོད་ཆགས་ཡིན་  
 ནོ་ཞེ་ན། འདོད་པའི་སྤྱར་སྦྱོན་མེད་དོ། །རྟག་པ་དང་བདེ་བ་  
 དང་བདག་དང་བདག་གིར་ལྟ་བས་འཕངས་པ་བྲག་པ་དང་  
 བཅས་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཡུལ་ཅན་ཡང་དག་པ་མ་ ཡིན་པའི་ཡོན་

ཏན་ལ་མངོན་པར་དགའ་བ་ནི་འདོད་ཆགས་ཞེས་བརྗོད་  
 རོ། །དགའ་བ་དེའི་ཡུལ་ཅན་མི་མཐུན་པ་ལ་དེས་བྱས་པའི་  
 སེམས་ཀྱིས་འབྱུག་པ་ནི་ཞེ་སྤང་རོ། །གཉི་གའི་སྟོན་དུ་འགོ་  
 བ་ཅན་གྱི་ཏེན་སྟེན་ཅི་ལོག་དེ་ཉིད་ནི་གཉི་ཕྱག་གོ། །སྟོང་རྗེ་  
 ལ་སོགས་དེ་ལྟ་བུ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། གཞན་དུ་སྟོང་པའི་སྟེར་རོ་  
 ཞེས་རྣམ་འགྲེལ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །དེ་ལ་རྗེ་ལྟར་འདོད་ཆགས་  
 དང་བཅས་པ་སྟོབ་ལྟར་ཞེས་འདོད་ཆགས་དང་ བྲལ་བ་ཡང་  
 སྟོབ་པས་ཆོག་ཙམ་ལས་ནི་མི་རྟོགས་སོ། །བྱུང་པར་ལས་ཀྱང་  
 མ་ཡིན་ཏེ། བསམ་པ་རྟོགས་པར་དགའ་བའི་སྟེར་ཐ་སྟོང་  
 འཆོལ་བས་ཐམས་ཅད་འབྱུལ་པའི་སྟེར་རོ། །དོགས་པ་མེད་  
 པའི་སྟེར་མི་སྟོལ་ཞེ་ན་མ་ཡིན་ཏེ། གཞན་གྱི་དོན་ཡིན་པའི་  
 སྟེར་རོ། །འདོད་ ཆགས་དང་བྲལ་བའི་སྟེར་མི་འཐད་དོ་ཞེ་ན་

མ་ཡིན་ཏེ། སྙིང་རྗེས་ཀྱང་འཇུག་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་འདོད་  
 ཆགས་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། མིང་དུ་འདོད་པ་མི་དགག་གོ། །རང་  
 བཞིན་ནི་ཐ་མི་དད་དོ། །མི་སྤྱུག་པ་ལ་མངོན་པར་དགའ་བ་  
 ཉིད་མཆམས་འབྲེལ་པར་བྱེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་  
 སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ལས་བྱུང་བ་དེ་ནི་སྦྱོན་མེད་དོ། །སྙིང་རྗེ་ནི་  
 བདག་ཏུ་འཛིན་པ་མེད་ཀྱང་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་བྱེད་པར་མཐོང་བ་  
 ཅམ་ཀྱི་གོམས་པའི་སྟོབས་ལས་སྦྱེ་བ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་མདོ་  
 ལས། བྱམས་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་པ་  
 ལ་སོགས་པ་བསྟན་ ཏོ། །དེ་དག་ཀྱང་རིགས་མཐུན་པ་  
 གོམས་པ་ལས་འཇུག་པ་ཅན་ཡིན་ནོ། །འདོད་ཆགས་ལ་  
 སོགས་པ་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ཏེ། སྤྱིན་ཅི་ལོག་མེད་ན་མེད་པའི་  
 སྤྱིར་རོ། །སྙིང་རྗེ་ཅན་ཀྱི་ཚུམ་པ་འབྲས་བུ་མེད་པ་ཡང་སྤྱིན་ཅི་



ལོག་ལས་ཡིན་ནོ་ཞེན་མ་ ཡིན་ཏེ། གཞན་གྱི་དོན་ ཉིད་  
 འབྲས་བུ་ཉིད་དུ་འདོད་པའི་སྤྱིར་ཏེ་འབྲས་བུའི་མཆན་ཉིད་ནི་  
 དེ་ཡིན་པའི་ སྤྱིར་རོ། །སྤྱི་བ་པོ་བདག་ཉིད་ལ་འདོད་ཆགས་ལ་  
 སོགས་པ་མཐོང་བས་གཞན་ལ་དེ་རྗེས་སུ་དཔོག་ན་ཏེ་ ཅང་  
 ཐལ་བར་འགྱུར་བ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །འབྲུལ་པའི་སྤྱིར་གཞན་  
 རྗེས་སུ་མི་དཔོག་ན་ འདི་ལ་མི་འབྲུལ་ལོ་ཞེས་བྱ་བའི་ངེས་པ་  
 ཅི་ཞིག་ ཡོད། མ་མཐོང་བ་ལ་ནི་བརྗོད་ཟིན་ཏོ། །ཚུ་རོལ་  
 མཐོང་བ་འདི་ལྟར་རུང་བའི་བདག་ཉིད་ནི་སྟོན་ཅིག་ཏུ་འགྱུར་  
 བའམ་དེ་ལྟ་མ་ ཡིན་པར་མཐོང་གི་གཅིག་ཏུ་ངེས་པར་སྒྲོག་ཏུ་  
 གྱུར་པའི་དོན་ནི་མེད་པར་ངེས་པ་མ་ ཡིན་ནོ། །དེའི་ སྤྱིར་  
 ཆོག་གིས་ནི་བྱེད་པའི་ཡོན་ཏན་དང་རྗེས་སུ་དཔོག་པར་བྱེད་  
 དོ། །འདིར་ཡང་བདག་ལས་མཐོང་བས་རྗེས་སུ་དཔོག་པ་མ་

ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐལ་བ་འདི་ མཚུངས་སོ་ཞེ་ན་མ་ཡིན་ཏེ།  
 དེ་དག་འདིར་རྗེས་སྤྱ་འགྲོ་བ་དང་ཕྱོག་པ་དག་ལས་རྒྱ་དང་  
 འབྲས་བུའི་དངོས་པོ་ ཉིད་དུ་གྲུབ་པས་གཞན་ལ་རྗེས་སྤྱ་  
 དཔོག་པའི་ཕྱིར་རོ། །མི་སྤྱུག་པ་ལ་མངོན་པར་དགའ་བ་དང་།  
 ཕྱིན་ཅི་ལོག་དང་ཆེག་ནི་དེ་ལྟར་དེ་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། བདག་  
 ཉིད་ལ་གཞན་དུ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །འདོད་ཆགས་སྦྱེས་པར་  
 རུང་བ་ཉིད་དང་བྲལ་བ་ལ་ཆེག་མ་ མཐོང་བའི་ཕྱིར་དེ་རྗེས་སྤྱ་  
 དཔོག་ན་ཕྱོག་པ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་ ཉིད་དུ་མ་  
 གྲུབ་པོ། །སེམས་པ་མེད་པ་ཕྱོག་པའི་ཡུལ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། རྣམ་  
 པ་འདི་ལྟ་བུའི་ཕྱོག་པས་ནི་རྒྱའི་རྒྱས་པ་མི་གྲུབ་པོ། །དེ་ལས་  
 གཞན་པའི་རྒྱས་པ་དག་ཡོད་པ་ན་འབྲས་བུ་མི་སྦྱེ་ བས་རྒྱ་  
 གཞན་རྗེས་སྤྱ་དཔོག་པར་བྱེད་དོ། །རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་ཕྱོག་པ་

རི་སེམས་པ་མེད་པ་དག་ལ་མི་སྲིད་དེ། དེ་དག་ལ་རི་སེམས་  
 པ་དང་བྱེད་པའི་ཡོན་ཏན་ལ་སོགས་པ་རྒྱས་པ་མཐོང་བའི་རྒྱ་  
 ཉིད་ མེད་པའི་སྤྱར་ཐེ་ཚོམ་བཤོ། །འདོད་ཆགས་ཀྱིས་པན་མི་  
 འདོགས་ བ་རི་ལྟར་དེའི་རྒྱས་པས་པན་འདོགས་པར་འགྱུར་  
 ཏེ། རང་གི་ངོ་བོའི་ཡོན་ཏན་རྒྱས་པ་ལ་ཉི་བར་བཏགས་པའི་  
 སྤྱར་རོ། །གང་ལ་དེས་མི་རྒྱས་པ་དེ་ལ་རྒྱས་པས་རྒྱས་པ་མ་  
 ཡིན་ནོ། །དེ་མེད་ན་དེ་མི་འབྱུང་བའི་འབྲས་བུ་ཁོ་ནས་རྒྱ་རྗེས་  
 སུ་དཔོག་པར་བྱེད་དེ་ དེར་འབྲེལ་ པའི་སྤྱར་རོ། །གཞན་ནི་  
 མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་ཀས་ལ་མ་མཐོང་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །ཐམས་  
 ཅད་གཟིགས་པའི་གཟིགས་པ་ལོག་པས་ནི་ཐམས་ཅད་ན་མེད་  
 པ་གོ་བར་བྱེད་དོ། །ལ་ལ་ན་དེ་ལྟར་མཐོང་བ་རྣམས་ཀྱང་ཡུལ་  
 དང་དུས་དང་འདུ་བུ་བའི་ཁྱད་པར་ལས་གཞན་དུ་སྤང་བའི་

ཕྱིར་ཏེ། དཔེར་ན་སྐྱུ་རུ་རའི་ཤིང་དག་འོ་མས་བརྩས་ན་འབྲས་  
 རུ་མངར་པོ་ཆགས་ལ་པལ་ཆེར་ནི་ དེ་ལྟར་མི་སྒྲུང་བ་ལྟ་  
 རུའི། །དེས་ན་འདི་སྐད་རུ་བདག་ལྟ་རུའི་སྐྱ་བ་པོ་ནི་འདོད་  
 ཆགས་ཅན་ཡིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་ པར་རིགས་པ་ཡིན་ ཏེ།  
 འདོད་ཆགས་སྐྱེ་བའི་སྐྱེན་གྱི་བྱང་པར་བདག་རུ་ལྟ་བ་དང་།  
 ཚུལ་བཞིན་མ་ཡིན་པའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །དེའི་ཆེ་ཡང་སྐྱ་བ་པོ་དཔེར་བརྗོད་པ་ནི་མེད་དོ། །དེའི་  
 ཕྱིར་འདི་ཡང་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་ལ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཚུལ་  
 གཉིས་མ་གྲུབ་པ་ ཡིན་ཏེ། ཕྱིན་ཅི་ལོག་རུ་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། །དེས་ན་འདི་དག་ཕྱིན་ཅི་ལོག་རུ་སྐྱབ་  
 པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་འགལ་བ་ཡིན་ནོ། །འདོད་པ་ལ་གཞོན་པར་  
 བྱེད་པ་འགལ་བ་གསུམ་པ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནམ། དཔེར་

ན་མིག་ལ་སོགས་པ་ནི་གཞན་གྱི་དོན་ ཡིན་ཏེ། འདུས་པ་ཡིན་  
 པའི་སྤྱིར་མལ་ཆ་དང་སྟན་ལ་སོགས་པའི་ཡན་ལག་བཞིན་ནོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་ བུ་ལོ། །དེ་ནི་འདོད་པ་འདུས་པ་མ་ཡིན་པ་  
 གཞན་གྱི་དོན་བྱེད་པ་སྤྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་བསྐྱབ་ པའི་སྤྱིར་འགལ་  
 བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཅིའི་སྤྱིར་མ་སྒྲོས་ཤེས་ན། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་  
 ཉིད་དུ་བྱུང་ པར་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་དག་ལས་འདི་བསྐྱབ་  
 པར་བྱ་བའི་ཆོས་སྤྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་བསྐྱབ་པ་ཉིད་དུ་ནི་ བྱེ་བྲག་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འདོད་པ་དང་སྒྲོས་པ་དག་བསྐྱབ་པར་བྱ་  
 བ་ཉིད་དུ་ནི་བྱུང་པར་འགའ་ཡང་མེད་དོ་ཞེས་ བཤད་ཅིན་  
 ཏོ། །བྱུང་པར་ཡོད་ན་ནི་འགལ་བ་བཞིན་དུ་ འདོད་པ་བསྐྱབ་  
 པའི་སྤྱིར་གཏན་ཆོགས་སུ་བརྗོད་པར་འགྱུར་རོ། །གཅིག་ཉིད་  
 གྱི་ཆོག་གིས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཉིད་དུ་བྱུང་པར་མེད་པར་

བསྟན་ཏོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དེ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་བསྐྱབ་པ་ཡང་  
 གཅིག་ཉིད་དོ། །དེའི་ཐ་དད་མ་ནི་སྒྲིབ་བའི་བྱེ་བྲག་ལས་ཏེ་ལ་  
 ལར་ནི་བརྗོད་པ་དང་ཤྱགས་དག་གིས། ལ་ལར་ནི་བརྗོད་  
 བར་འདོད་པས་ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་གྱི་བྱད་པར་དུ་ཉེ་བར་  
 གཞག་པས་ཡིན་ལ། འགལ་བ་བཞིན་དུ་གཏན་ཆེགས་ཀྱང་ཅི་  
 སྟེ་ཐ་མི་དད་ཅེ་ན། རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལ་སྤྱ་འགོག་ །དོན་གྱིས་  
 འཕངས་པའི་འདོད་པ་མ་ བརྗོད་པ་པ་རོལ་པོའི་འདོད་པ་ཡིན་  
 བའི་ཕྱིར་དེའི་ བསམ་པའི་དབང་གིས་འདོད་པ་ལ་གཞོད་པར་  
 བྱད་པ་ཞེས་བརྗོད་ཀྱི། མཚན་ཉིད་ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་ནི་མ་ཡིན་  
 བོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ལོགས་ཤིག་ཏུ་བསྟན་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་  
 བར་བཤད་དོ། །གལ་ཏེ་འདུས་པ་རྣམས་འདུས་པ་ མ་ཡིན་  
 བར་གཞན་ལ་པན་འདོགས་པར་ངེས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་འགལ་

བ་མ་ཡིན་ནམ། འདུས་པ་གཞན་ལ་ཕན་འདོགས་པར་བྱེད་པ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལ་ངེས་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད། གལ་ཏེ་ཡང་  
 འབྲས་བུ་འགའ་ཞིག་ལ་མདོན་དུ་སྤྱོད་གས་པའི་དོན་རྣམས་  
 ཆོགས་ བ་འདུས་པ་ཡིན་པ་དེ་ལྟ་ན་ཡང་གཤམ་བྱེད་པ་  
 ལོགས་པ་སྤྱིད་པའི་བྱིར། རྒྱ་རྣམས་གདོན་མི་བ་བར་འབྲས་  
 བུ་དང་ལྡན་པ་མ་ཡིན་པས་འཁྲུལ་བ་ཉིད་དོ། །ཐོགས་པ་མེད་  
 པའི་ཕན་འདོགས་པའི་མིག་ལ་སོགས་པ་གཞན་ལ་ཕན་  
 འདོགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ བ། དེ་ལ་ཡང་འདུས་པ་གཞན་ལ་ཕན་  
 འདོགས་པ་ཉིད་དོ་ཞེས་འབྲེལ་བ་ངེས་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད་ཅེ་ བ།  
 དེ་དག་ལས་ཉེ་བར་སྦྱོར་བ་རྣམས་རང་བཞིན་དུ་མའི་ཕན་པ་  
 སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་འདི་ཡིན་ གྱི། དུས་གཅིག་ཏུ་དུ་མའི་རང་  
 བཞིན་མ་ཡིན་ནོ། །ཕན་པ་ དོན་གཞན་ཉིད་ཡིན་ན་དེའི་ཕན་

བ་མ་ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡང་བཤད་ཟིན་  
 ཏོ། །གཉི་ག་མ་ཡིན་པའི་བྱེད་པ་ནི་དོན་མེད་པ་ཡིན་པའི་བྱིར།  
 དེའི་དོན་དུ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་འགལ་བ་ཡིན་ནོ། །དེའི་བྱིར་  
 མིག་ལ་སོགས་པ་ཕན་འདོགས་པ་ནི་བྱེད་པར་སྐྱེད་པ་ཉིད་  
 གྱི་ཕན་འདོགས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ན་དེ་རང་བཞིན་གཅིག་  
 ཏུ་མི་འགྱུར་བའི་བྱིར་འགལ་བ་ཡིན་ནོ། །ངང་གི་སྐྱས་ནི་  
 གཉིས་ལས་གཅིག་མ་གྲུབ་ན་གཞན་ལ་ཐེ་ཆོམ་བ་ན་འབྱུལ་པ་  
 ཅན་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བསྟན་པའི་བྱིར་ཏེ། དཔེར་ན་འདོད་  
 ཆགས་དང་བྲལ་བའམ། ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཡིན་ཏེ། སྐྱ་བའི་  
 བྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །འདི་ལ་ལྷོག་པ་མ་གྲུབ་པ་ལ་རྗེས་  
 སུ་འགྲོ་བ་ལ་ནི་ཐེ་ཆོམ་བ་བ་ཡིན་ཏེ། ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་  
 འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་དག་བསྐྱུལ་པའི་བྱིར་དེ་ལ་ཆོག་ལ་



སོགས་པ་ཡོད་པའམ་མེད་པ་ཉིད་དུ་ཐེ་ཆོམ་བཤོ། །ཐེ་ཆོམ་བ་  
 ན་འབྱུལ་པ་ཅན་གཉིས་ཞེས་སྟེགས་སོ། །གང་ལ་རྗེས་སྟུ་  
 འགྲོ་བ་དང་སྟོག་པ་ལ་ཐེ་ཆོམ་བ་བ་སྟེ། དཔེར་ན་གསོན་པའི་  
 དུས་ན་བདག་དང་བཅས་པ་ཡིན་ཏེ། སྟོག་ལ་སོགས་པ་དང་  
 ལྡན་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། །གང་ལ་སྟོག་ལ་སོགས་  
 པ་གནས་པར་འགྱུར་བ་བདག་དང་བཅས་པ་དང་། བདག་  
 མེད་པ་ལས་སྤང་པོ་བཞིན་ནི་མེད་དེ་བདག་རྣམ་པར་གནས་  
 པ་དང་། རྣམ་པར་གཅོད་པ་དག་གིས་ཐམས་ ཅད་བསྐྱུས་པའི་  
 སྤྱིར་རོ། །འདི་གཉིས་ལས་གཅིག་ལ་རྣམ་པར་གནས་པ་ངེས་  
 པ་མེད་དེ་དེའི་བདག་ཉིད་ལས་མ་གྲུབ་ པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་བས་  
 ན་གསོན་པོའི་ལུས་དང་འབྲེལ་པ་ཅན་གྱི་སྟོག་ལ་སོགས་པ་  
 ནི་གཉིས་ཀྱི་བདག་ ཉིད་ལས་སྤྱི་རོལ་དུ་གྱུར་པ་མེད་པའི་

བྱིར་དེ་དག་ལས་ལྷོག་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་  
 དང་ལྷོག་པ་དག་ལས་ཐེ་ཆོམ་བ་བའི་བྱིར་མ་ངས་པ་ཡིན་ཏེ།  
 དེ་ལས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དང་ཅིག་ཤོས་དག་ཏུ་ངས་པ་མེད་  
 པའི་བྱིར་རོ། །མི་རྟོགས་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། འགའ་ཞིག་དང་  
 འབྲེལ་པའི་བྱིར་རོ། །མ་འབྲེལ་པ་ལས་ནི་དཔྱོད་པ་མི་སྐྱེ་སྟེ།  
 དཔེར་ན་སྐྱ་ལ་མིག་གིས་གཟུང་བྱ་བ་ཞིན་ནོ། །འབྲེལ་པ་ལས་  
 ནི་འདི་ཅི་ཞིག་དང་འབྲེལ་ཞེས་ཅི་ཞིག་དཔྱོད། དཔེར་ན་མ་  
 འབྲེལ་པར་མི་རུང་བའི་བྱིར། འབྲེལ་པ་ཡོངས་སུ་ཤེས་ པ་  
 མེད་པར་མངལ་ཆགས་པ་ལས་སྐྱེས་བུའི་བྱུང་པར་དང་  
 འབྲེལ་པར་ཐེ་ཆོམ་བ་བ་དེ་བ་ཞིན་ ཏུ་འདིར་ཡང་ཐམས་ཅད་  
 ནང་ཏུ་འདུས་པར་མི་རུང་བའི་བྱིར་ཐེ་ཆོམ་བ་འོ། །མི་རྟོགས་  
 པ་གཉི་གར་རྟོགས་པ་དང་ཐེ་ཆོམ་མེད་པའི་རང་བཞིན་དེ་ནི་

གཉིས་ལས་སྤྱི་ རོལ་དུ་ འགྱུར་བ་ཡོད་ན་འགྱུར་གྱི། བང་དུ་  
 འདུས་ན་རི་ལྟར་མི་རྟོགས་པར་འགྱུར། དེ་ལྟ་ནི་ཁོ་ན་མིག་  
 གིས་གཟུང་བ་ཉིད་ལས་ཀྱང་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན་མ་ཡིན་ཏེ། མ་  
 འབྲེལ་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་བཤད་ཅིན་ཏོ། །དེའི་སྤྱིར་བྱུན་མོང་མ་  
 ཡིན་པ་ནི་ཐེ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་ནོ། །སློག་ ལ་སོགས་པ་ནི་བྱད་  
 པར་དུ་ཡིན་ཏེ། བདག་བསྐྱེད་པས་འཇུག་པ་དང་སློག་པ་མི་  
 འགྱུར་པའི་སྤྱིར་སློག་ལ་སོགས་པ་ཡང་དེ་ལ་ འཇུག་པ་དང་  
 སློག་པ་མ་གྱུར་པའི་སྤྱིར་རོ། །དོན་གཞན་འབྲས་བུ་མ་ཡིན་པ་  
 ལས་མི་འགྱུར་པའི་ཡང་སྤྱིར་རོ། །སློག་ལ་སོགས་ པ་དང་  
 བདག་ནི་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་པོར་མི་འགྱུར་སྟེ། དེ་ནི་  
 དམིགས་པ་དང་མི་དམིགས་པ་ལ་བརྟེན་པའི་སྤྱིར་  
 རོ། །འབྲེལ་པ་མེད་པ་ཡོད་ན་ཡོད་པ་ཡང་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཐེ་

ཆོས་ཟེལ། །གཞན་དག་སྟོག་ལ་སོགས་པ་ནི་བདག་གོ་བར་  
 བྱེད་པ་ཉིད་ ཡིན་ཏེ། དེའི་ཕྱོག་པ་ནི་གཅིག་ཏུ་ངེས་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །སྟོག་ལ་སོགས་པ་ནི་མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཁོ་ན་ཕྱོག་པ་  
 ཡིན་གྱི། མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ལས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། མེད་པ་ལས་  
 ཕྱོག་པར་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་  
 གཅིག་ཏུ་ངེས་པ་ལྟར་ ཕྱོག་པ་གཅིག་ཏུ་ངེས་པ་ཡང་གོ་བར་  
 བྱེད་དོ། །མཉན་བྱ་ཉིད་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ཏེ། གཉི་ག་ལས་ཕྱོག་  
 པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས། །ཕྱོག་པའི་རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲ་བ་དེས་ནི་  
 མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་ཉིད་བརྗོད་པར་ འགྱུར་རོ། །འདི་ལྟར་  
 བདག་མེད་པ་ཉིད་ལ་མེད་པ་ཉིད་དོ་ཞེས་ དོན་གྱིས་བདག་ལ་  
 གནས་པ་གཞན་དང་མ་འབྲེལ་པར་བསྟན་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་  
 ཉིད་གྱིས་ནི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་ཕྱོག་པ་ཅན་ཞེས་

བརྗོད་པ་ཅན་ ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་ཡང་  
 འབྲེལ་བ་ཡིན་ན་ཡང་དེའི་བདག་ཉིད་དང་དེ་ལས་བྱུང་བ་ལས་  
 གཞན་མེད་ རོ་ཞེས་བཤའ་བེན་ཏོ། །དེ་དག་ཀྱང་མཐོང་བ་  
 མེད་པར་མི་འགྱུབ་པའི་སྤྱིར་སྟོག་ལ་སོགས་པ་མེད་ན་མི་  
 འབྱུང་ བ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཉིད་གྱིས་གང་ལས་སྟོག་པ་ཅན་  
 ཞེས་བརྗོད་པ་ཡང་བདག་མ་ལོགས་ཀྱང་འབྲེལ་པར་ སྟོག་པ་  
 ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ན་བྱུང་པར་ནི་སྟོག་ བ་མེད་པ་དང་  
 རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །མ་མཐོང་བ་ཅམ་ལ་བརྟེན་  
 ནས་སྟོབ་དཔོན་གྱིས་མཉན་པར་བྱ་བ་ཉིད་སྟོག་པ་ཅན་དུ་  
 བཤའ་ རོ། །དེ་ཅམ་གྱིས་མེད་པར་རྟོགས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་བཤའ་བེན་ཏོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་ཐེ་ཆོམ་གྱི་རྒྱ་ཉིད་དུ་མི་  
 འགྱུར་ཏེ། གང་ཞིག་གང་ལ་མི་སྤྱིད་པ་དེ་དམིགས་པས་དེ་ལ་

ཐེ་ཆོ་མ་བ་བར་ནི་མི་རིགས་སོ། །སྟོག་ལ་སོགས་པ་མེད་པས་  
 བདག་མེད་པ་ལ་བྱབ་པའི་ཕྱིར་བདག་ལོག་ན་སྟོག་ལ་སོགས་  
 པ་ སྟོག་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན་མ་ཡིན་ཏེ་མ་འབྲེལ་པ་མེད་པས་  
 ཉེ་བར་མི་སྦྱོར་བ་མེད་པ་ ལ་བྱབ་པ་མ་གྱུབ་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །གལ་ཏེ་སྟོག་ལ་སོགས་པ་དེའི་བདག་ཉིད་དམ། དེ་ལས་  
 བྱང་བ་བདག་དང་འབྲེལ་པ་ཡིན་ན། དེ་དག་དེ་ལོག་ན་སྟོག་  
 པར་འགྱུར་པས་དེའི་ཆེ་སྟོག་ལ་སོགས་པ་མེད་པས་བདག་  
 མེད་པ་ ལས་བྱབ་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་མེད་ན་མེད་ པར་གྱུབ་  
 པས་བྱབ་པ་གྱུབ་པའི་ཕྱིར་དེ་ཡང་མི་འགྱུབ་སྟེ། བསྟོག་པ་ལ་  
 འབྲེལ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་དག་གི་འབྲེལ་པ་ནི་དམིགས་  
 པ་དང་མི་དམིགས་པ་དག་ལས་ཤེས་པ་ཡིན་ན་དེ་དག་ནི་  
 ཤེས་ཏུ་སྟོག་ཏུ་གྱུར་པ་ལ་མི་འགྱུབ་བོ། །སྟོག་ལ་སོགས་པ་

མེད་པས་ བྱུང་པའི་བདག་མེད་པ་ཡང་གང་ཡིན། བྱམ་པ་ལ་  
 སོགས་པའོ་ཞེ་ན། གཞན་དུ་མཐོང་བ་མེད་པས་བྱམ་པ་ལ་  
 སོགས་པ་ལ་མེད་དོ་ཞེས་གང་ལས་ཡིན། དེས་ན་ལྷོག་པ་  
 ཞེས་པ་མེད་པའི་ལྷོག་པས་བྱུང་པ་ཡང་མི་འགྲུབ་པོ། །སློག་  
 ལ་སོགས་པ་ཡང་མཐོང་བ་ ཉིད་ལས་ལ་ལར་ཡོད་པ་དང་  
 མེད་པར་རྟོགས་པ་ཡིན་ནོ། །བདག་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་  
 དེ་ཡོད་པ་དང་མེད་པར་མི་རྟོགས་སོ། །གང་ཡང་གལ་ཏེ་  
 གསོན་པོའི་ལུས་བདག་དང་བཅས་པ་མ་ཡིན་ན་སློག་ལ་  
 སོགས་པ་དང་མི་ལྟན་ བར་ཐལ་བར་འགྱུར་ཏེ་བདག་མེད་  
 པའི་སྤྱིར་ བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་པ་དེ་  
 ཡང་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་པོ་མེད་ བར་མི་འགྲུབ་པོ། །རྒྱ་  
 དང་འབྲས་བུ་མ་ཡིན་པ་བཀག་པ་ནི་གོ་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་

རོ་ཞེས་མི་དམིགས་པར་ བཤད་ཟིན་ཏོ། །རྒྱ་ཡི་དངོས་པོ་དེ་  
 ཡང་བདག་མཐོང་བ་མེད་ པའི་ཕྱིར་མི་འགྲུབ་པོ་ཞེས་ལན་  
 ཅིག་མ་ཡིན་པར་བཤད་ཟིན་ཏོ། །མཐོང་ཡང་ལྟོག་པ་མ་  
 འགྲུབ་པའི་ཕྱིར་མི་འགྲུབ་པོ། །བྱམ་པ་ལ་སོགས་པ་ལྟོག་པའི་  
 ཡུལ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་ལྟོག་པ་ལས་ནི་རྒྱ་ཡི་  
 རྒྱས་པ་མི་འགྲུབ་ཀྱི་རྒྱས་པ་ གཞན་དག་ཡོད་ཀྱང་འབྲས་བུ་  
 མི་སྐྱེ་བས་རྒྱ་གཞན་ ཡོད་པར་རྟོགས་པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་  
 ལན་ཅིག་མ་ཡིན་པར་བཤད་ཟིན་ཏོ། །སྟོག་ལ་སོགས་པར་རྒྱ་  
 སྟོ་ལ་སོགས་པ་ཡང་བྱམ་པ་ལ་སོགས་པར་མི་སྲིད་དོ། །དེ་  
 བས་ན་བདག་ལྟོག་པ་ནི་རྒྱས་པར་ཐེ་ ཆོམ་བ་བ་ཡིན་ནོ། །སྟོ་  
 ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ཀྱང་བདག་མེད་པ་ལ་མི་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན་  
 མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་གཞན་ཉིད་ཀྱི་རྒྱས་པ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་



རོ། །རེ་ཞིག་མིག་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་སྒོ་ལ་སོགས་པ་བདག་  
 ཉིད་ཇི་ལྟ་བའི་དབང་པོ་དང་ ཡུལ་དང་། རུས་པ་ཉམས་པ་  
 མེད་ པའི་བདག་ཉིད་སྒྲ་མ་ཡང་ཡིན་ཏེ། ཡུལ་གཞན་ལ་  
 ཡེངས་སམ་འབྲུག་པ་ལ་སོགས་པར་གྱུར་ན་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 བྱི་མ་མི་སྐྱེ་བ་ དང་། འཆོལ་པ་ལ་སོགས་པ་མཐོང་བའི་བྱིར་  
 རོ། །ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྒྱ་ནི་རུས་པ་ཉམས་པ་མེད་  
 པའི་རྣམ་པར་ཤེས་ པ་སྒྲ་མ་ཡིན་ནོ། །དབང་པོ་ལ་སོགས་  
 པའི་ཉི་བར་ལེན་པའི་རྒྱ་ཡང་སྐལ་བ་མཉམ་པའི་གནས་སྐབས་  
 ཀྱི་བྱད་ པར་སྒྲ་མ་སྒྲ་མ་ཡིན་ལ་སྒོ་ནི་རྒྱུན་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་  
 འདིའི་བདག་ཉིད་འབྲུག་པ་ནི་དེ་ཙམ་དང་རྗེས་སུ་འགོ་བ་ལྗོག་  
 པ་ལ་བརྟེན་ པ་ཡིན་པའི་བྱིར་དེ་ཉིད་རྒྱ་ ཡིན་པའི་བྱིར་གཞན་  
 ཏིག་ན་ཐུག་པ་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །གང་ཡིན་ཏེ་དེ་ནི་ལྗོག་པ་

འཁྲུལ་པའི་བྱིར་རོ་ཞེ་ན་ངེ་ལྟར་། རྟོགས་པ་ཡིན་ན་ བམས་  
 ཅད་ལ། །རྒྱ་ནམས་བྱུག་པ་མེད་པར་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 བསྐྱ་བའི་ཚིགས་སུ་བཅད་པའོ། །སྟོག་ལ་ སོགས་པ་མཉན་  
 བྱ་ཉིད་དང་འཁྲུལ་པར་ཡང་མཚུངས་སོ། །མ་ཡིན་ཏེ་དེ་ནི་  
 སྟོག་པ་འཁྲུལ་པའི་བྱིར་རོ་ཞེ་ན་ངེ་ལྟར་འཁྲུལ། དེ་ནི་མི་  
 མཐུན་པའི་སྟོགས་མ་ཡིན་པ་ཁོ་ན་ལས་སྟོག་པ་མ་ཡིན་པའི་  
 བྱིར་རོ་ཞེ་ན། དེས་ནི་འདི་མཐུན་པའི་སྟོགས་ལ་འཇུག་པ་  
 མེད་ པར་བརྗོད་པ་མ་ཡིན་ནམ། དེ་ནི་གཞན་ལ་ཡང་མཚུངས་  
 པའི་བྱིར། ངེ་ལྟར་སྟོག་ལ་སོགས་པ་དང་མི་མཚུངས། མཐུན་  
 པའི་སྟོགས་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ལ་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བས་འདི་མཐུན་  
 པའི་སྟོགས་ལ་ཡོད་ པར་བརྗོད་པ་ཡིན་ཏེ། དགག་པ་གཉིས་  
 གྱི་རྣལ་མ་གོ་བའི་བྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་རྣམ་པར་གཅད་པར་

བྱ་བ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ངེས་པར་གཟུང་བའི་འབྲས་བྱ་ ཅིར་  
 འགྱུར། གཅིག་ལ་ངེས་པར་གཟུང་བ་མེད་ན་ནི། ལྷོག་པ་མི་  
 འཁྲུལ་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་མཐུན་པའི་སྤྱོད་གས་ཉིད་ལ་  
 ཡོད་པ་དང་མཐུན་པའི་སྤྱོད་གས་མ་ཡིན་པ་ ཉིད་ལ་མེད་པ་ཞེས་  
 རོན་གོ་བས་དེ་གཉིས་ལས་གང་ཡང་རུང་བ་གཉི་ག་བསྟན་  
 བར་བརྗོད་དོ། །དེའི་སྤྱིར་ལྷོག་པ་མི་འཁྲུལ་བ་འདི་འདྲ་བ་ནི་  
 རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་མེད་པར་མི་ འགྱུར་གོ། །གྲུབ་ན་ནི་ནན་གྱིས་  
 རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་འགྲུག་པར་བྱེད་དོ། །དེ་དག་ག་པ་བཀག་པའི་  
 རོ་བོ་ནི་སྦྱབ་པའི་ རང་བཞིན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །མཐུན་པའི་  
 སྤྱོད་གས་མེད་པ་ལས་ལྷོག་པའི་སྤྱིར་མཐུན་པའི་སྤྱོད་གས་མ་ཡིན་  
 པ་ཉིད་ལ་མེད་ པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། མེད་ཅེས་ལྷོག་པ་དེ་ཉིད་མེད་  
 པ་ལས་ལྷོག་པ་ཇི་སྟར་འདོད། མེད་པ་བཀག་པ་དངོས་པོ་ནི་

མེད་པ་ཡང་ཡོད་ལ་དངོས་པོ་བཀག་པ་ནི་མི་སྲིད་ རོ་ཞེས་བྱ་  
 བ་ནི་ལྟ་ནམས་དགའ་བ་ཞེས་རབ་འབྱུང་པ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ།  
 ཡུལ་དེ་ལ་དགག་པ་མི་འདོད་པ་དང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དང་  
 དངོས་པོ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་ཐ་སྙད་བྱེད་  
 པ་གང་ཡིན་པའོ། །དོན་འདི་ནི་མེད་པ་ལ་མེད་ཅེས་བྱ་བ་དེའི་  
 རང་དུ་བསལ་བེན་པ་དེས་ན་འདིར་མི་ སྟོའོ། །ཡོད་པའི་སྐྱབ་  
 བྱེད་འཇུག་པའི་སྤྱིར་བདག་མེད་པ་ནི་མ་ཡིན་གྱི་ཐེ་ཆོམ་དུ་  
 འགྱུར་རོ། །གཞན་གྱི་དེ་ལྟར་ཁས་སྦངས་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་ན།  
 ཁས་སྦངས་པ་ཚད་མ་མ་ཡིན་པ་ལས་དེ་ལྟར་བ་ཡང་མ་ཡིན་  
 ཏེ། ཏ་ཅང་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་རོ། །ལྟས་སྦངས་པའི་  
 སྟོབས་ཀྱིས་མཐུན་པའི་སྟོགས་དང་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་རྣམ་  
 པར་གཞག་ནས་ཆེད་མ་འཇུག་ པར་ནི་མི་རིགས་ཏེ། དེ་ལྟ་ན་

བེ་བདག་ལྷང་གིས་གྲུབ་པར་འགྱུར་གྱི། རེས་སུ་དཔག་པས་  
 གྲུབ་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་བདག་ཐེ་ཆོམ་བ་བས་མཐུན་  
 པའི་སྟོགས་མེད་པ་ལས་ལྟོག་པ་མེད་ གྲང་སྟོག་ལ་སྟོགས་པ་  
 ལྟོག་པར་ཐེ་ཆོམ་བ་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་མི་མཐུན་  
 པའི་སྟོགས་གྲང་ལྟོག་པ་ཐེ་ཆོམ་བ་སྟེ། གཅིག་ལ་ངེས་པར་  
 གྲུབ་ན་གཞན་ལ་ལྟོག་པར་འགྱུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་  
 ན་མཐོང་བ་འགའ་ཞིག་ལ་མེད་པར་གྲུབ་གྲང་མ་མཐོང་བ་  
 རྣམས་ལ་ཐེ་ ཆོམ་དུ་འགྱུར་རོ། །འདི་ལྟར་གསལ་བའི་བྱེ་  
 བྲག་མཐའ་དག་ལ་བྱུབ་པ་མ་ཡིན་པའི་དོན་ཡང་དེའི་རིགས་  
 པ་ཅན་ འགའ་ཞིག་ལ་སྲིད་པ་མཐོང་སྟེ། །དཔེར་ན་སྤྲ་བ་ལ་  
 མཆོན་གྱིས་མི་ཆོད་པ་བཞིན་ནོ། །འགལ་བ་མཐོང་བ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར་ཡང་ཐེ་ཆོམ་ཉིད་དོ། ། བདག་མེད་པ་དང་སྟོག་ལ་

སོགས་པ་བཤད་ཟེན་པའི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་འགལ་བ་མ་གྲུབ་  
 པའི་ སྤྱིར་བདག་མེད་པ་ལས་ལྷོག་པར་ཐེ་ཆོམ་ཟེེ། །སྤྱིག་  
 ལ་སོགས་པ་དེའི་འབྲས་བྱའམ་བདག་ཉིད་ཀྱིས་བདག་ལ་  
 དེས་པ་ཡིན་ན་བདག་མེད་པ་ དང་ལྷན་ཅིག་འགལ་བར་  
 འགྱུར་ན་དེ་ནི་ མ་གྲུབ་པོ་ཞེས་བཤད་ཟེན་རྟོ། །སྤྱིག་ལ་  
 སོགས་པ་བདག་མེད་པ་ལས་ལྷོག་པ་དང་། དེ་ཡོད་པ་བདག་  
 མེད་པར་ལྷོག་ཏུ་ཆུག་པ་དེ་ལྷན་ཡང་བདག་མེད་པ་མེད་པས་  
 གསོན་པོའི་ ལྷས་བདག་དང་བཅས་པར་མི་འགྱུབ་པོ། །གང་  
 གིས་ན་བདག་མེད་པ་མེད་པས་བདག་ ཡོད་པར་འགྱུར་བས་  
 འདི་ལྷོག་པ་མེད་པ་དངོས་པོར་འདོད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་  
 ན་ལྷོག་པ་མེད་ཀྱང་མཐུན་པའི་སྤྱིགས་ལ་སྤྱིག་ལ་སོགས་པ་  
 མི་འདོད་པ་བཞིན་ནོ། །གལ་ཏེ་གཏན་ཆིགས་མཐུན་སྤྱིགས་

ལས། །ཕྱོག་མེད་དེ་བྱིར་རྗེས་འགྲོ་ཅན། །གལ་ཏེ་ ཕྱོག་མེད་  
 རྗེས་འགྲོ་མིན། །བདག་མེད་མ་ཡིན་བདག་བཅས་  
 མིན། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསྐྱབ་པའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ། །གལ་ཏེ་  
 སློག་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པས་བདག་མེད་པས་ཕྱོག་པའི་བྱིར་  
 བདག་རྟོགས་པ་ནི་མ་ ཡིན་ནོ། །འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། སློག་ལ་  
 སོགས་པ་ནི་ བསྐྱབ་པའི་སློ་ཁོ་ན་ནས་བདག་རྟོགས་པར་བྱེད་  
 པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་བདག་མེད་པ་ལས་ཕྱོག་པ་ལ་འབྲས་  
 བྱ་ཅི་ཡོད། དེ་དེ་ལ་མི་སྲིད་པས་རང་ཡོད་ན་དེ་མེད་པར་སྐྱབ་  
 པར་བྱེད་པའི་བྱིར་དེ་ལས་ཕྱོག་ པ་ཅན་དུ་བརྗོད་པ་ཡིན་ཏེ།  
 དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་བདག་མེད་པ་ལས་ཕྱོག་པ་ བདག་འབྲུབ་པ་  
 ལ་ཅི་པན། ཡང་ན་བདག་ཉིད་ངེས་པར་མ་གྲུབ་པའི་སློག་ལ་  
 སོགས་པས་བདག་ངི་ལྟར་སྐྱབ་ཅེས་ བརྗོད་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟ་

ན་ནི་ཉ་ཅང་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་བས་ན་སྟོག་ལ་སོགས་  
 པ་ནི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མ་ངེས་པ་ཉིད་དོ། །གཞལ་བྱ་ཉིད་  
 ཐུན་མོང་བ་ཡང་འདུས་མ་བྱས་ལ་སྐྱར་པའི་མེད་པ་ལ་རྗེས་སུ་  
 འགྲོ་བ་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་ རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་འཁྱལ་བ་མེད་པ་  
 མཐུན་པའི་སྟོགས་ཉིད་ལ་ཡོད་པ་ཡིན་པས་རྗེས་སུ་ འགྲོ་བ་  
 དང་ལྡན་པ་ཉིད་ཀྱིས་གཏན་ཆོགས་སུ་སྦྱོར། །དེ་ལ་ཡང་རི་  
 ལྟར་མི་ མཐུན་པའི་སྟོགས་ལས་སྟོག་པ་མེད་པའམ། རི་ལྟར་  
 མཐུན་པའི་སྟོགས་ཉིད་ལ་ཡོད་པ་ཡིན། གལ་ཏེ་མི་མཐུན་པའི་  
 སྟོགས་ལ་ཡོད་པ་ཉིད་ནམ་པར་བཅད་པ་མ་ཡིན་ན་ངེས་པར་  
 གཟུང་བ་ འདིའི་འབྲས་བུ་ཅི་ཡིན། ནམ་པར་གཙོད་ན་ཡང་རི་  
 ལྟར་མི་སྟོག་སྟེ། སྟོག་པ་ནི་ཡོད་པ་ནམ་པར་བཅད་པ་ལས་  
 གཞན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་ཡང་མ་ཡིན་ལ་



ལྷོག་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་འགལ་བ་ཡང་ ཡིན་  
 ཏེ། མེད་དོ་ཞེས་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་དགག་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་  
 ལྷོག་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་ནི་ མེད་པ་ལས་ལྷོག་པ་མི་རུང་  
 བའི་བྱིར་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཉིད་ཡང་འོངས་པ་ཡིན་པས་རི་ ལྟར་  
 མེད་པ་ལ་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་དགག་ཅེས་འདིར་ཡང་དེ་ཉིད་བརྗོད་  
 བར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །དངོས་པོའི་རང་བཞིན་འཕེན་པའི་དགག་  
 པ་མེད་པ་ལ་མི་སྲིད་ཀྱང་མ་ཡིན་པར་དགག་པ་ གཅིག་ཤུ་ ནི་  
 དགག་པའི་ཡུལ་མ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། མེད་པར་དགག་  
 པ་ཡང་ཡིན་ལ་དེ་ནི་མེད་པ་ལའང་མི་འགལ་ལོ། །གཞི་ལ་  
 སོགས་པའི་དོན་ཅན་དགག་པའི་ཡུལ་སྟོན་པའི་རྣམ་པར་དབྱེ་  
 བ་རྣམས་དང་མི་ ལྟར་པའི་བྱིར་དེ་ཡང་མི་སྲིད་དོ་ཞེ་ན། འདི་  
 ལ་ལེན་ བཏབ་ཅིན་ཏོ། །དེའི་བྱིར་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་ཅན་ཞེས་བྱ་

བའི་གཏན་ཆེགས་ནི་འགའ་ཡང་མེད་དོ། །གཞལ་བྱ་ཉིད་ནི་མི་  
 མཐུན་བའི་ཕྱོགས་ལ་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་དང་ལྡན་པ་ཡང་མ་ཡིན་  
 ཉེ། དངོས་པོ་དང་དངོས་པོ་མེད་པ་དང་གཉི་ག་ལ་བརྟེན་བའི་  
 ཆོས་རྣམ་པ་ གསུམ་ཞེས་བཤད་ཟིན་ཏོ། །མེད་པ་ལ་ནི་ཆོས་  
 འགའ་ཡང་མེད་དོ་ཞེ་ན། ཆོས་དང་བྲལ་བ་དེ་ཉིད་དེའི་ཆོས་མ་  
 ཡིན་ན། དངོས་པོའི་རང་བཞིན་ཉིད་ནི་ཆོས་མ་ཡིན་ཉེ། མེད་  
 དུ་ཟིན་ཀྱང་རྣམ་པ་འགའ་ཞིག་གིས་དེའི་ཐ་སྙད་དུ་བྱེད་པ་ཡིན་  
 བོ། །དེ་ལྟ་མ་ ཡིན་ན་ནི་དེ་ལ་ཐ་སྙད་མེད་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་  
 རོ། །དོན་དམ་པར་ནི་ཡོད་པ་ལ་ཡང་ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་གྱི་  
 དངོས་པོ་འགའ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ ཉེ། འབྲེལ་པ་འདི་དག་  
 ནི་སྒྲོས་བཀོད་པ་འབའ་ཞིག་ཏུ་བྱེད་དོ་ཞེས་རྣམ་འབྲེལ་དུ་  
 བཤད་ཟིན་ ཏོ། །འབྲེལ་པ་ སྒྲོས་བྲས་པ་ནི་མེད་པ་ལ་ཡང་

གང་གིས་བསྐྱོད་པ། །དེ་དང་དེ་མ་ཡིན་པའི་བརྟ་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་  
 ཡོད་པ་དང་མེད་པ་དང་གཉི་ག་མ་ཡིན་པའི་ རྣམ་པར་གནས་  
 བ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་མ་ངེས་པས་གཅིག་ཏུ་ངེས་པར་འཛིན་  
 བར་ཡང་མི་ འགྱུར་རོ། །དེའི་སྤྱིར་མེད་ བ་ངེས་པར་བྱེད་པ་  
 དེས་དེ་རི་ལྟར་ཡང་རུང་སྟེ། གཞལ་བྱར་བཟོད་པར་བྱ་བ་  
 ཡིན་ནོ། །དངོས་པོའི་ཡུལ་ཅན་ཉིད་ནི་ཚད་མ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 ཚད་མའི་མཚན་ཉིད་ནི་མི་སྤྱི་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ནི་གལ་  
 ཏེ་རང་གི་ཡུལ་ལ་གཞོད་པ་མེད་ན་ཡོད་པ་དང་ མེད་པ་དེའི་  
 རོ་བོར་འཛིན་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ན་འདི་ལ་ཚད་མའི་མཚན་  
 ཉིད་ཡོད་པས་མེད་པ་གཞལ་བྱ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཐམས་ཅད་  
 རྣམ་པ་འགའ་ཞིག་ལྟར་ཡོད་པའི་སྤྱིར་འགའ་ཡང་དངོས་པོ་  
 མེད་པ་མ་ཡིན་ ནོ་ཞེ་ན། དེ་དག་གིས་རི་ལྟར་མེད་ པའི་རྣམ་

བ་དེ་དངོས་པོ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །རི་བོང་དང་རྩ་དག་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར་རི་བོང་གི་རྩ་མེད་པར་སྦྱ་བ་ལ་བཞད་གད་བྱེད་པ་ དེ་ནི་  
 བདག་ཉིད་ལ་བཞད་གད་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །རི་བོང་གི་ཡན་  
 ལག་ཏུ་གྱུར་པའི་རྩ་མེད་དོ་ཞེས་བརྗོད་པ་ལ་རི་བོང་དང་རྩ་  
 ཡང་ ཡོད་དོ་ཞེས་བྱ་བའི་ལན་གྱི་སྐབས་ཅི་ཞིག་ཡོད། གང་  
 གིས་གཞོད་པར་འགྱུར་བ་དེ་རྩ་ཅམ་ལ་བསྟོན་པ་ནི་མ་ཡིན་  
 ནོ། །འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། རི་བོང་དང་འབྲེལ་པ་ཅན་ནོ། །གལ་ཏེ་དེ་  
 ལྟ་ན་འབྲེལ་པ་མེད་ཅེས་བརྗོད་པར་བྱ་བའི་རྩ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་  
 ན། ཅི་རྩ་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་རྩ་ལ་འབྲེལ་པ་ཅམ་བྱུང་པར་ཡོད་  
 ཀྱི་རྗེས་ཀྱི་རང་བཞིན་མ་ཡིན་ ནམ། རང་བཞིན་ཡང་ཐ་དད་དེ་  
 འབྲས་བུ་སོ་སོ་ལ་རྒྱུའི་རང་བཞིན་ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་  
 ཕྱིར་འབྲེལ་པ་མེད་ཅེས་བརྗོད་པར་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲན་ཀ་

འདི་ག་ལ་ཡོད། གལ་ཏེ་རྩ་ཅན་རྣམས་ཀྱི་རྩ་རང་བཞིན་ཐ་དད་  
 བ་དེ་བཞིན་དུ་རི་བོང་གི་རྩ་རང་བཞིན་ ཐ་དད་བ་ནི་མེད་དོ་ཞེ་  
 བ། ཁོ་བོ་ཡང་དེ་ཉིད་སྤྲོད། །ཡང་ན་མེད་པའི་སྤྱིར་དགག་པར་  
 བྱ་བའི་འབྲེལ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ དངོས་པོ་མེད་པ་ཡིན་  
 བོ། །འབྲེལ་བ་ཅན་ཡོད་པ་ལ་འབྲེལ་བ་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བའི་  
 ཆོག་གི་ཚུལ་ཡང་བརྟགས་པ་ཡིན་ བོ། །ཁས་སྤངས་པའི་  
 འབྲེལ་བ་ཅན་གྱི་རྣམས་ཀྱང་མེད་དོ་ཞེ་བ། འདོད་པ་བསྐྱབས་ཏེ།  
 གལ་ཏེ་འདི་ཉིད་དང་པོར་བརྗོད་ན་ཉོན་ མོངས་པར་མི་བྱ་བ་  
 ཞིག་གོ། །འགལ་བ་མི་འཁྱུལ་བ་ཅན་ཡང་ཐེ་ཆོམ་གྱི་རྒྱར་  
 བ་འད་ན་དེ་འདིར་མ་བ་འད་དེ་རྣམས་སུ་ དཔག་པའི་ཡུལ་མི་  
 སྤྲིད་པའི་སྤྱིར་རོ། །རི་སྐད་བ་འད་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་རང་  
 བཞིན་དང་འབྲས་བྱ་དག་གམ། མི་དམིགས་པ་ ལ་ནི་འགལ་

བ་མི་འབྲུལ་བ་ཅན་མི་སྲིད་ལ། མི་འབྲུལ་བ་ཅན་གཞན་ནི་  
 མེད་དོ། །དེའི་སྤྱིར་དངོས་པོ་མ་མཐོང་བའི་སྟོབས་ཀྱིས་  
 བྱུགས་པ་ལུང་ལ་བརྟེན་པའི་རྗེས་སུ་ དཔག་པ་ལ་བརྟེན་ཏེ་  
 དེའི་དོན་དཔྱེད་པ་ན་འགལ་བ་མི་འབྲུལ་བ་ཅན་བསྐྱབ་པའི་  
 སྟོན་དུ་བཤད་ དེ། བསྟན་བཅོས་བྱེད་པ་རྣམས་ནི་འབྲུལ་བས་  
 དོན་རྣམས་ལ་རང་བཞིན་ལོག་པར་སྟོན་པ་སྲིད་ པའི་སྤྱིར་  
 རོ། །དངོས་པོ་རྗེ་ལྟར་གནས་པ་བཞིན་དུ་འདུག་པ་བདག་དང་  
 འབྲས་བུ་དང་མི་དམིགས་པ་རྣམས་ ལ་མི་སྲིད་དོ། །འདི་ལ་  
 དཔེར་བརྗོད་པ་ནི་སྤྱི་ནི་ ཐམས་ཅད་ན་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། ཡུལ་  
 ཐམས་ཅད་ན་གནས་པ་རང་དང་འབྲེལ་བ་ཅན་དག་དང་ཅིག་  
 ཅར་མདོན་པར་འབྲེལ་པའི་སྤྱིར་ རྣམ་མཁའ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་  
 བ་འདི་དང་འབྲེལ་བ་ཅན་གྱི་རང་བཞིན་ཙམ་དང་རྗེས་སུ་

འབྲེལ་པ་དེའི་ཡུལ་ན་འདུག་པའི་རང་བཞིན་ཉིད་ རོ། །གང་  
 ཞིག་གང་ན་མེད་པ་དེ་ནི་དེའི་ཡུལ་ཅན་བདག་ཉིད་བྱུང་པར་  
 གྱེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ནམ་མཁའ་  
 ལ་མེད་ཀྱང་དེའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་བྱུང་པ་ལ་སོགས་པ་ བྱུང་པར་  
 གྱེད་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། ལྷན་པ་དང་འདུ་བ་དག་ལས་ ཡུལ་  
 དང་ཡུལ་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་རེ་ ཞིག་གཞན་  
 ཉེ། རྣམ་པར་ཆད་པ་དང་རྣམ་པར་མ་ཆད་པར་སྒྲུང་བའི་རྣམ་  
 པར་ཤེས་པ་བསྐྱེད་པར་རུང་བའི་ མཚན་ཉིད་འཇིག་རྟེན་པའི་  
 ཡུལ་ལ་བརྟེན་ནས་བརྗོད་དོ། །སོ་སོ་བ་དང་སོ་སོ་བ་མ་ཡིན་  
 པར་ བྱུང་པ་དག་ལ་ནི་ལྷན་པ་དང་འདུ་བའི་འབྲེལ་པ་དག་གོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་ ཡང་རྣམ་པར་གཞན་པ་ཡིན་  
 རོ། །དེའི་སྤྱིར་རང་ཡོད་པ་ཙམ་དང་འབྲེལ་པ་ཅན་དེའི་ཡུལ་

ལ་གནས་པ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ལ། དེ་དང་འབྲེལ་བ་ཉིད་འདི་ནི་  
 གཏན་ཆེགས་ ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་རང་གི་རྟེན་ལ་བྱབ་པར་སྤྱི་  
 བས་ཀྱང་དེའི་ཡུལ་ལ་གནས་པར་འདོད་པ་ཉིད་མ་ ཡིན་ནམ།  
 དེའི་སྤྱིར་མི་འདོད་པ་ཅི་ཡོད་ཅེ་ན། བྱ་བ་མེད་པ་གཅིག་དང་  
 འབྲེལ་བ་ཅན་སྟོན་དེ་ན་མེད་པ་ན། ཡུལ་གཞན་དུ་སྡེ་ན་མེད་  
 པ་ནི་གསལ་བ་ རྟེན་པ་ན་དེ་དང་འབྲེལ་པར་མི་རུང་བ་དེའི་  
 སྤྱིར། ཡུལ་ཐ་དད་པ་དག་དང་ཅིག་ཅར་འབྲེལ་བ་ནི་ཐམས་  
 ཅད་དུ་བྱབ་པ་མ་ཡིན་པར་མི་འགྲུབ་སོ། །དེས་ན་གཅིག་དང་  
 འབྲེལ་བ་གཅིག་གི་ཡུལ་གཞན་དུ་མ་སོང་བར་དེའི་ཡུལ་ཅན་  
 མ་ཡིན་པ་ སྡེ་མ་ནི་མེད་པ་དག་ དང་མཛོན་པར་འབྲེལ་བ་ནི་  
 དེའི་བར་བྱབ་པ་མེད་ན་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། བུམ་པ་ལ་སོགས་པ་  
 དག་དང་ཉི་མ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །སྦྱོར་བ་གཉིས་པ་ཡང་



སྤྱི་ནི་ཐམས་ཅད་དུ་སོང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། དམིགས་པའི་མཚན་  
 ཉིད་དུ་གྱུར་བ་ལས་གསལ་བའི་ བར་དག་དུ་མ་དམིགས་པའི་  
 སྤྱིར་རོ། །དམིགས་པའི་མཚན་ཉིད་དུ་གྱུར་བ་ནི་མངོན་པར་  
 གསལ་བ་སྟེ། ཐ་དད་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་གཅིག་ལ་གསལ་བས་  
 ཐམས་ཅད་གསལ་བའི་སྤྱིར། མི་གསལ་བའི་རང་བཞིན་དང་  
 བྲལ་བའོ། །མཚོད་པ་ དང་། ཐག་རིང་པོར་གནས་པ་མ་ཡིན་  
 པ་དང་། བཟླར་རུང་བའི་བདག་ཉིད་དང་། རང་གི་རྟེན་དང་  
 དབང་པོ་འབྲེལ་བ་དང་། རྟེན་དང་འདུ་བ་མེད་པའི་རང་བཞིན་  
 དང་བྲལ་བ་ཡང་ཐ་དད་པ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་རོ། །ཡུལ་  
 མཚུངས་པའི་རྟེན་དབང་པོ་དང་སྦྱར་བ་ལ་སྟོས་པ་ཡིན་ན་ནི་  
 རྟེན་དང་ཡུལ་མཚུངས་པ་དང་། མཚུངས་པ་མ་ཡིན་པའི་རང་  
 བཞིན་ནི་ཐ་དད་མེད་པར་འགལ་ལོ། །བཟླར་རུང་བ་དང་མི་

རུང་བའི་བདག་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་འགལ་བ་ཡང་བརྗོད་པར་  
 བྱའོ། ། དེ་བས་ན་མི་དམིགས་པ་འདི་དང་རང་བཞིན་ནི་ཕན་  
 ཚུན་འགལ་བའི་དོན་བསྐྱབས་པས་གཅིག་ ལ་ཐེ་ཆོམ་སྐྱེད་  
 པར་བྱེད་དོ། །བསྟན་བཅས་བྱེད་པས་ནི་གཉིས་པོ་དག་གི་  
 འགལ་བའི་ཆོས་མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་མ་མཐོང་ བས། དེ་དག་  
 མི་འགལ་བར་ མཐོང་ནས་བཤུད་པའི་ཕྱིར། འགལ་བ་མི་  
 འབྱུང་བ་ཅན་སྤིང་བ་ཡིན་ནོ། །དངོས་པོ་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་  
 པའི་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ལ་ནི་རི་ལྟར་འགལ་བ་དག་གཅིག་ལ་  
 མི་སྤིང་བ་དེ་བཞིན་དུ། དེས་བྱབ་པ་དག་ཀྱང་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 དེ་དག་གཅིག་ལ་ ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེས་ན་དེ་ལ་འགལ་བ་  
 མི་འབྱུང་བ་ཅན་མི་སྤིང་དོ། །དེ་བས་ན་འདི་ནི་ཁས་སྦངས་  
 པའི་སྟོབས་ཀྱིས་འཇུག་པ་ཡིན་ནོ། །སྟོབ་དཔོན་གྱིས་ནི་

སྟོགས་ཅམ་བསྟན་པའི་ཕྱིར། དཔེར་བརྗོད་པ་འདི་གསུངས་  
 ཏེ། སྤྱི་མི་རྟག་སྟེ་བྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྟག་སྟེ་མཉན་བྱ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བྱ་བའོ། །འདི་ལ་ནི་ཚད་མ་ཅན་མ་ཡིན་  
 པ་གསུམ་ཁས་སྒྲང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། སྤྱི་སྤྱི་ཉིད་ཐ་དད་པ་  
 དང་། དབང་པོས་རྟོགས་པར་བྱ་བ་དང་། རྟག་པ་སྟེ་དེ་ལ་ཚད་  
 མ་འདི་ལ་འཇུག་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ན་འདི་ནི་དངོས་པོའི་  
 སྟོབས་ཀྱིས་འོངས་པའི་བྱས་པ་ཉིད་ཀྱི་གོགས་བྱེད་པ་ མ་  
 ཡིན་ནོ། །བྱས་པ་ཉིད་ཀྱི་སྐབས་སུ་ནི་ལུང་ཉེ་བར་དགོད་པ་མ་  
 ཡིན་ཏེ། ལུང་ལ་བརྟན་པ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། །གང་ན་  
 མཉན་བྱ་དེ་ ནི་རྟག་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བསྒྲུབ་བྱ་དང་འབྲེལ་པ་  
 མི་འབྲུལ་པ་ཡང་མ་གྲུབ་པོ། །གཏན་ཆིགས་མཆན་ཉིད་  
 གསུམ་ཡིན་ཕྱིར། །དཔེ་ནི་ལོགས་ཤིག་བརྗོད་བྱ་

མིན། །གཏན་ཆེགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ནི་གསུམ་བཤད་པ་དེ་  
 ཅམ་གྱིས་དོན་རྟོགས་པས་ དཔེ་ཞེས་བྱ་བ་སྐྱབ་པའི་ཡན་  
 ལག་གཞན་ནི་ཡོད་པ་མ་ ཡིན་ནོ། །དེས་ན་འདིའི་མཆན་ཉིད་  
 ལོགས་ཤིག་ཏུ་མ་བཤད་དེ། དེས་དོན་གོ་བའི་ཕྱིར་  
 རོ། །གཏན་ཆེགས་ནི་མཐུན་པའི་སྟོགས་ལ་ཡོད་པ་དང་། མི་  
 མཐུན་པའི་སྟོགས་ལས་སྟོག་ པའི་ཚུལ་དུ་བྱེ་བྲག་མེད་པར་  
 བཤད་ལ། ཡང་བྱེ་བྲག་ཏུ་ནི་འབྲས་བུ་དང་། རང་བཞིན་དག་  
 སྟེ་བ་དང་། དེ་ཅམ་གྱིས་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བར་བཤད་དོ། །དེ་  
 ཡང་སྟོན་པར་བྱེད་པས་གང་ན་དུ་བ་ཡོད་པ་དེ་ནི་མེ་ཡོད་ལ།  
 མེ་མེད་ན་ནི་གང་ ན་ཡང་དུ་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་  
 ཆང་བང་དང་གཞན་པ་དག་བཞིན་ནོ། །གང་བྱས་པ་དེ་ནི་མི་  
 ཏྲག་པ་ཉིད་ལ་མི་རྟོག་པ་ཉིད་མེད་ན་ནི་བྱས་པ་མི་སྲིད་དེ།

དཔེར་ན་བྱམ་པ་དང་ནམ་མཁའ་བཞིན་ནོ། ། ཞེས་བསྟན་པར་  
 བྱ་བ་ཡིན་ནོ། ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་ནི་མཐུན་པའི་སྟོགས་དང་མི་  
 མཐུན་པའི་སྟོགས་དག་ལ་ཡོད་པ་དང་མེད་ པ་ཇི་སྐད་བཤད་  
 པའི་རྣམ་པ་དག་གམ། དེའི་འབྲས་བྱ་ཉིད་དུ་ངེས་པ་དང་།  
 རང་གི་ངོ་བོའི་བྱ་བ་པ་བསྟན་པར་མི་རུས་སོ། ། རོན་འདི་  
 བསྟན་ན་ཡང་དཔེ་བསྟན་པ་ཉིད་ དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། དེའི་  
 ཚུལ་ནི་དེ་ཙམ་དུ་ཟད་པའི་བྱུང་རོ། ། འདིས་ནི་དཔེའི་ཉེས་པ་  
 རྣམས་ཀྱང་བསལ་བ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་སྒྲ་ཏྲག་སྟེ། ལུས་ཅན་  
 མ་ཡིན་པའི་བྱུང་ལས་བཞིན་དང་། རྩལ་སྤྲ་རབ་བཞིན་དང་།  
 བྱམ་པ་བཞིན་ནོ། ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
 པས་སྟོང་པ་ཡིན་ནོ། ། འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་དང་ལྡན་  
 པའི་ཡིན་ཏེ། སྤྲ་བའི་བྱུང་ལས་པོ་ཆེའི་མི་བཞིན་ནོ། ། ཞེས་བྱ་

བ་ལ་སོགས་པ་ནི་ཐེ་ཆོམ་བ་བ་ཡིན་ནོ། །རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་མེད་  
 བ་དང་། རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་རབ་རྩ་མ་བསྟན་པ་ནི་དཔེར་ན།  
 གང་སྤྱི་བ་དེ་ནི་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་དང་ལྡན་པ་སྟེ།  
 འདོད་པའི་མི་བཞིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། སྤྱི་མི་རྟག་སྟེ་བྱས་  
 པའི་བྱིར། །བྱམ་པ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །དེ་བཞིན་དུ་  
 རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་བྱིན་ཅི་ལོག་ནི་གང་མི་རྟག་པ་དེ་ནི་བྱས་པ་སྟེ།  
 བྱམ་པ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་སྟེ། ཆོས་མཐུན་པས་ཡིན་  
 ནོ། །ཆོས་མི་མཐུན་པས་ཀྱང་རྩལ་སྤྲོ་རབ་བཞིན་དང་། ལས་  
 བཞིན་དང་། རྣམ་མཁའ་བཞིན་ ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསྐྱབ་པར་བྱ་  
 བ་ལ་སོགས་པ་ལྟོག་པ་མེད་པའོ། །དེ་བཞིན་དུ་ལྟོག་པ་ལ་ཐེ་  
 ཆོམ་བ་བ་དང་། ལྟོག་པ་རབ་རྩ་མ་བསྟན་པ་ལ་སོགས་པ་ཡང་  
 བརྗོད་པར་བྱའོ། །འདི་དག་གིས་ནི་གཏན་ཆེགས་ཀྱི་སྤྱིའི་

མཆན་ཉིད་དམ། བྱེ་བྲག་གི་མཆན་ཉིད་བསྟན་པར་མི་རྒྱས་  
 ཏེ། དེའི་ཕྱིར་དོན་གྱི་གོ་བས་འདི་དག་གསལ་བར་རིག་པར་  
 བྱའོ། །གལ་ཏེ་གཏན་ཆོགས་ཀྱི་ཚུལ་ལ་མ་རིག་པར་རང་རྒྱད་  
 ཉིད་དུ་དཔེ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་ཡན་ལག་ཡིན་ན་ནི་དེའི་ཆོ།  
 དེའི་ཚུལ་ལ་མ་རིག་ནའང་། །མ་འབྲེལ་ཕྱིར་ན་དོན་མེད་  
 འགྱུར། །གལ་ཏེ་དཔེས་གཏན་ཆོགས་ཀྱི་མི་འབྲུལ་བ་ཉིད་  
 ལྟོན་པ་མ་ཡིན་ན་བསྐྱབ་བྱ་བྱབ་པ་ལ་དེ་ཉི་བར་མཁོ་བ་ཅི་  
 ཞིག་ཡོད་དེ། འབྲེལ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་གིས་ན་ཉི་  
 བར་འཇལ་བ་ལས་སྐྱབ་བྱེད་དུ་འགྱུར་བ་དོན་འགའ་ཞིག་དང་  
 རྣམ་པ་འགས་འདྲ་བ་ཙམ་གྱིས་ནི། བདག་ཉིད་གཞན་དུ་ངེས་  
 པ་མ་ཡིན་ནོ། །འགའ་ཞིག་དང་རྣམ་པ་འགས་མི་མཚུངས་པའི་  
 དོན་ནི་མེད་དེ། དེས་ན་དེའི་བདག་ཉིད་ཡིན་ན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་

བདག་ཉིད་དུ་འགྱུར་ན་དེ་ལྟར་ནི་མི་ རིགས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་  
 དེས་བྱུང་བའི་ ཆོས་དང་ལྡན་པ་ཉིད་ལ་དངོས་པོ་དང་། དེ་  
 དང་ལྡན་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། འདིའི་བྱུང་བ་དེས་བསྟན་པར་  
 གྲུབ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་འདི་རང་རྒྱད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་དང་མ་  
 འབྲེལ་བའི་ཕྱིར། དོན་མེད་པ་ནི་དེ་ཉིད་ཀྱིས་དོན་ཡོངས་སུ་  
 རྫོགས་པའི་ ཕྱིར་རོ། །མ་ཚང་སོགས་བརྗོད་སུན་འབྱིན་  
 ཡིན། །མ་ཚང་ཉིད་ལ་སོགས་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་ཉེས་པ་  
 སྒར་བཤད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ བརྗོད་པ་ནི་སུན་འབྱིན་པ་  
 ཉེ། དེས་པ་རོལ་པོའི་འདོད་པའི་དོན་གྲུབ་པའི་གོགས་བྱེད་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ ཉེ་སྒྱུན་མ་བརྗོད་ཀྱང་དོན་ཉིད་རྒྱས་པ་  
 མེད་པས་ འགྲུབ་པར་མི་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་ནི་དེ་  
 ལྟར་ཡིན་མོད་ཀྱི། །འོན་ཀྱང་དོན་རྣམས་ཀྱི་གྲུབ་པ་དང་མ་



གྲུབ་པ་བསྐྱབ་པ་དང་། སུན་འབྲེན་པ་དག་གིས་བྱེད་པ་ནི་མ་  
 ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ནི་ཐམས་ཅད་ ཏུ་དེའི་རང་བཞིན་ཉིད་ཡིན་  
 པའི་སྤྱིར་རོ། །འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། སྐྱེས་བུའི་རྒྱས་པ་བསྐྱབ་པ་ཡིན་  
 བོ། །དེ་ནི་ཆོག་མེད་པར་མི་འགྲུབ་པའི་སྤྱིར། དེ་ལྟ་བུ་ཉིད་ཏུ་  
 གྲུབ་པ་དེ་རྣམས་པར་འཛོག་པ་ན། དེའི་བྱེད་པ་པོར་བཟོད་  
 བོ། །གལ་ཏེ་ཉེས་པ་བཟོད་པ་ན་ ཡང་མ་ཆང་བ་མེད་པ་ལ་  
 སོགས་པའི་ཆོག་གིས་ཡང་ལན་བཏབ་པ་དེ་ནི་འདོད་པའི་  
 གོགས་མ་ ཡིན་པས། སུན་འབྲེན་པར་མི་འགྲུབ་རོ་ཞེ་ན། མ་  
 ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་གཞན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་  
 རོ། །གལ་ཏེ་དག་མ་རྫོགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱོགས་སྒྲ་ མ་སྐྱས་པ་  
 ལྟོས་པ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ན། སུན་འབྲེན་པའི་སྐྱབས་མ་ཡིན་  
 བོ། །རྫོགས་པ་ན་དེ་ལ་སྐྱོན་རྫོད་པར་བྱེད་པ་ནི་སྐྱབ་པར་བྱེད་

བ་དེ་སྐྱུན་འབྲེན་པར་ བྱེད་པ་ཉིད་དོ། །དེར་སྒྲང་བ་ནི་ལྷག་  
 ཚོད་དོ། །སྐྱུན་འབྲེན་པར་སྒྲང་བ་ནི་ལྷག་ཚོད་དོ། ། ལོག་པའི་  
 ལན་ལ་མཐའ་མེད་བྱིར། །དེ་དག་འདིར་ནི་སྟོ་བྱ་མིན། །ལན་  
 ལོག་པ་ནི་ལྷག་ཚོད་ཡིན་ལ། དེ་དག་ནི་མཐའ་མེད་དེ། ཚུལ་  
 བཞིན་མ་ཡིན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་རྣམས་གནས་པ་མེད་པའི་  
 བྱིར་རོ། །དཔེར་ན་བདག་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། དམ་ བཅས་  
 བ་དང་འགལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་དམ་བཅའ་བའི་སྟོན་ཡིན་ཏེ། དོན་  
 ལ་སྐྱུར་བ་འདེབས་པ་ན་སྐྱུར་མི་སྲིད་པའི་བྱིར། སྐྱུར་བས་  
 ནི་དོན་ཉི་བར་འཛོག་པ་ཡིན་ལ། སྐྱུར་བ་ཡང་ཡིན་པའི་བྱིར་  
 དམ་བཅས་པའི་ཆོག་དག་འགལ་བས། དམ་བཅའ་བའི་སྟོན་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་ བརྗོད་པ་དང་། དཔེར་ན་ཚུལ་བ་ལས་བྱུང་བའི་  
 སྐྱུ་ནི་མི་ཏྲག་སྟེ། ཚུལ་བ་ལས་བྱུང་བའི་བྱིར། ཞེས་བྱ་བ་ནི་

དམ་བཅའི་དོན་གྱི་ཕྱོགས་གཅིག་ཡིན་ཏེ། ཆོས་ཅན་གྱི་ཁྱད་  
 བར་ཉིད་དུ་ཉེ་བར་བཀོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་ཟེར་བ་ལྟ་  
 བུའོ། །དེ་ལྟ་བུ་ལ་ལ་སོགས་པ་ནམས་ནི། རི་སྐད་བརྗོད་པའི་  
 མཚན་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་ཆོད་ཀྱི་ནང་དུ་འདུ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །སུན་  
 འབྲེན་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། སྒྲིའི་དོན་ལ་མི་བསྟོན་པར་རང་གི་  
 མཚན་ཉིད་འགོག་པའི་ཕྱིར་དང་། བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ཅན་ལས་  
 ཕྱི་རོལ་དུ་གྱུར་པ་ཡིན་ པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བཤད་ཟེན་  
 ཏོ། །གལ་ཏེ་དེ་དག་གྲང་ཆ་འགས་འདི་དག་ཉིད་ཀྱི་ནང་དུ་  
 འདུའོ་ཞེ་ན། འདི་དག་གྲང་པན་ཚུན་དེ་ལྟར་ཐལ་བར་འགྱུར་  
 རོ། །དེའི་ཕྱིར་སྒྲིའི་མཚན་ཉིད་གཅིག་ཉིད་ཅུང་ཟད་བརྗོད་པར་  
 བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། ཁྱད་པར་ཡིན་ན་ ནང་དུ་མི་འདུ་བའི་ཕྱིར་  
 རོ། །སྒྲིའི་མཚན་ཉིད་དེ་ནི་སུན་འབྲེན་པར་སྐད་བ་ནི་ལྟ་ག་

ཆོད་དོ། །ཞེས་བརྗོད་ཅིན་པ་ཉིད་དོ། །དེ་ནི་སྐྱབ་པ་དང་སྐྱན་  
 འབྱེན་པའི་མཆོན་ཉིད་ཤེས་པ་ཉིད་ལས་འགྱུར་ཏེ། དུལ་མ་  
 ཡིན་པ་ལ་མི་འཇུག་པའི་སྤྱིར་དང་། རྟོགས་པའི་གོགས་མ་  
 ཡིན་པ་དང་། གོགས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་དང་མི་ལྡན་པའི་སྤྱིར།  
 ལན་ལྟར་སྒྲུང་བ་བདེ་སྒྲག་ཏུ་ཤེས་སོ། །རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ནི་  
 བསྐྱར་བར་མི་རྒྱས་པའི་སྤྱིར་མ་བསྐྱར་ཏོ། །དོན་ཡོད་ལུགས་  
 གཞིགས་མདོ་དོན་འདི་རིགས་ཤེས། །ལུང་ཡང་དོར་ནས་ངས་  
 བཤད་ངེས་པར་ནི། །རྣམ་དག་ཐུགས་དེའི་དགོངས་པའང་  
 འདི་ཉིད་དེ། །མི་གསལ་སྒྲོ་ཅན་སྐྱེ་བོས་རྟོགས་མ་  
 ཡིན། །གཞན་གྱི་དོན་གྱི་རྗེས་སུ་དབག་པ་སྟེ། ལེའུ་གསུམ་  
 པའོ། ། །ཆོད་མ་རྣམ་པར་ངེས་པ་ཞེས་བྱ་བ། དུལ་སྟོ་སྟོགས་  
 ཀྱི་རྒྱུད་དུ་བྱུང་བ། གཞུང་ལུགས་ངན་པ་ཐམས་ཅད་ཆེས་ཤིན་

དུ་འབྱུལ་པར་འཇུག་པ། ལྷན་པའི་གྲགས་པས་སའི་སྟེང་མ་  
ལུས་པར་བྱལ་པ། འགྲན་ལྷ་མེད་པའི་མཁས་པ་ཆེན་པོ།  
དཔལ་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པས་མཛད་པ་རྫོགས་སོ།། །། རྒྱ་གར་  
ཀྱི་ཁ་ཆའི་པཱེ་ཏ་གཞན་ལ་པན་པ་བཟང་པོ་ལ་སོགས་པ་  
དང་། ལོ་རྒྱ་བ་ལྷོ་ལྷན་ཤེས་རབ་ཀྱིས། ཁ་ཆའི་གྲོང་བྱེར་དཔེ་  
མེད་དུ་བསྐྱར་བའོ། །

༡༡། །རིགས་པའི་ཐིགས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་  
རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བཞུགས་སོ།།

༡༡། །ཁྱ་གར་སྐད་དུ། རྒྱ་ཡ་བེན་དུ་ན་རྒྱ་མ་ཕྱ་ཀ་ར་ཏ།  
བོད་སྐད་དུ། རིགས་པའི་ཐིགས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་རབ་ཏུ་བྱེད་  
པ། འཇམ་དཔལ་གཞིན་རྒྱར་གྱུར་པ་ལ་ཕྱག་འཆིལ་ལོ། །ཡང་  
དག་པའི་ཤེས་པ་ནི། སྤྲེས་བུའི་དོན་ཐམས་ཅད་འགྲུབ་པའི་  
སྡོན་དུ་ འགོ་བ་ཅན་ཡིན་པས་ན་དེ་བསྟན་ཏོ། །ཡང་དག་པའི་

ཤེས་པ་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། མངོན་སུམ་དང་རྗེས་སུ་དཔག་  
 པའོ། །དེ་ལ་མངོན་སུམ་ནི་རྟོག་པ་དང་བྲལ་ཞིང་མ་འཁྲལ་  
 པའོ། །རྟོག་པ་ནི། ཤེས་པ་ལ་བརྗོད་པ་དང་འདྲེར་རྒྱུ་བ་སྒྲིབ་  
 བ་སྟེ་དེ་དང་བྲལ་བའོ། །རབ་རིབ་དང་། ལྷུང་དུ་བསྐྱོར་བ་  
 དང་། ལྷུང་ཁྱུགས་པ་དང་། འཁྲལ་པ་ལ་སོགས་པས་འཁྲལ་  
 བ་མ་སྐྱེས་པའི་ཤེས་པ་ནི་མངོན་སུམ་མོ། །དེ་ནི་རྣམ་པ་བཞི་  
 རྟེན། དབང་པོའི་ཤེས་པ་དང་། རང་གི་ཡུལ་གྱི་དེ་མ་ཐག་པ་  
 ཡུལ་ལྷན་ཅིག་བྱེད་པ་ཅན། དབང་པོའི་ཤེས་པ་མཚུངས་པ་དེ་  
 མ་ཐག་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ བསྐྱེད་པའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 དང་། སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་རིག་  
 པ་དང་། ཡང་དག་པའི་དོན་བསྐྱོམ་པའི་རབ་ཀྱི་མཐའ་ལས་  
 བྱུང་བ་རྣམ་འགྱུར་པའི་ཤེས་པའོ། །དེའི་ཡུལ་ནི་རང་གི་

མཚན་ཉིད་དེ། རོན་གང་ཉེ་བ་དང་མེ་ཉེ་བ་དག་ལས་ཤེས་པ་  
 ལ་སྒྲུང་བ་ཐ་དད་ པ་དེ་ནི་རང་གི་མཚན་ཉིད་དོ། །དེ་ཉིད་རོན་  
 དམ་པར་ཡོད་པ་སྟེ་དངོས་པོའི་མཚན་ཉིད་ནི་རོན་གྱེད་མཚན་  
 ཉིད་ཁོ་ན་ ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །གཞན་ནི་སྤྱིའི་མཚན་ཉིད་དེ།  
 དེ་ནི་རྗེས་སུ་དཔག་པའི་ཡུལ་ཡིན་ནོ། །མངོན་སུམ་གྱི་ཤེས་  
 པ་དེ་ཉིད་ཚད་མའི་འབྲས་བུ་སྟེ། རོན་རྟོགས་པའི་ངོ་བོ་ཁོ་ན་  
 ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །རོན་དང་འདྲ་བ་ཉིད་དེའི་ཚད་མ་སྟེ། དེའི་  
 དབང་གིས་རོན་རྟོགས་པ་འགྲུབ་པའི་སྤྱིར་རོ། །རིགས་པའི་  
 ཐེགས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་རབ་ཏུ་གྱེད་པ་ལས། མངོན་སུམ་གྱི་  
 ལེའུ་སྟེ་དང་པོའོ། །

༥ རྗེས་སུ་དཔག་པ་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། རང་གི་རོན་དང་  
 གཞན་གྱི་ རོན་ནོ། །དེ་ལ་རང་གི་རོན་གྱི་རྗེས་སུ་དཔག་པར་



བྱ་བ་ལ་ཚུལ་གསུམ་པའི་རྟགས་ལས་ཤེས་པ་གང་ ཡིན་  
 པའོ། །འདིར་ཡང་ཚད་མའི་འབྲས་བུ་རྣམ་པར་གཞག་པ་ནི་  
 མངོན་སུམ་དང་འབྲའོ། །ཚུལ་གསུམ་པ་ཉིད་ཀྱི་རྟགས་ནི་རྗེས་  
 སུ་དཔག་པར་བྱ་བ་ལ་ཡོད་པ་ཉིད་དང་། མཐུན་པའི་སྟོགས་  
 ཉིད་ལ་ཡོད་པ་དང་། མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་ལ་མེད་པ་ཉིད་དུ་  
 དེས་པའོ། །རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱ་བ་ནི་འདིར་ཤེས་པར་འདོད་  
 པའི་བྱེ་བྲག་དང་ལྡན་པའི་ཆོས་ཅན་ འོ། །མཐུན་པའི་སྟོགས་  
 ནི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ཀྱི་སྦྱི་དང་དོན་མཐུན་པའོ། །མི་  
 མཐུན་ པའི་སྟོགས་ནི་མཐུན་པའི་སྟོགས་མ་ཡིན་པ་སྟེ། དེ་  
 ལས་གཞན་པ་དང་། དེ་དང་འགལ་བ་དང་། དེ་མེད་  
 པའོ། །ཚུལ་གསུམ་པོ་དག་ནི་རྟགས་གསུམ་ཁོ་ན་དང་ལྡན་པ་  
 སྟེ། མི་དམིགས་པ་དང་། རང་བཞིན་དང་། འབྲས་བུའོ། །དེ་

ལ་མི་དམིགས་པ་ནི་དཔེར་ན་སྤྱོད་གས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ འགའ་ཞིག་  
 ན་བྱུམ་པ་མེད་དེ། དམིགས་པའི་རིག་བྱར་གྱུར་པ་ལས་མི་  
 དམིགས་པའི་སྤྱར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །དམིགས་པའི་རིག་  
 བྱར་གྱུར་པ་ནི་དམིགས་པའི་རྒྱུན་གཞན་ཚང་བ་ཉིད་དང་རང་  
 བཞིན་ བྱུང་པར་ཅན་ཏེ། རང་བཞིན་གང་ཡོད་ལ་དམིགས་  
 པའི་རྒྱུན་གཞན་དག་གྱང་ཡོད་ན་ མངོན་སུམ་ཁོ་ནར་འགྱུར་  
 བའོ། །རང་བཞིན་ནི་རང་ཡོད་པ་ཅུ་ཉུ་བྱུར་པ། བསྐྱུབ་པར་  
 བྱ་བའི་ཆོས་ཀྱི་གཏན་ཆིགས་ཏེ། དཔེར་ན་ཤིང་ཤ་པ་ཡིན་  
 པའི་སྤྱར། འདི་ནི་ཤིང་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །འབྲས་བུ་ནི་  
 དཔེར་ན་དུ་བ་ཡོད་པའི་སྤྱར། དེ་ན་མེ་ཡོད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་  
 བུའོ། ། འདི་ལ་གཉིས་ནི་དངོས་སོ་སྐྱུབ་པའོ། །གཅིག་ནི་  
 དགག་པའི་གཏན་ཆིགས་སོ། །རང་བཞིན་འབྲེལ་པ་ཡོད་ན།

རོན་གྱིས་རོན་གོ་བར་བྱེད་དེ། དེ་དང་མ་འབྲེལ་ན་དེར་མི་  
 འཁྱུལ་བར་ངེས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་རོན་  
 ལ་རྟགས་འབྲེལ་པ་དེ་ཡང་། དངོས་སུ་ན་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་  
 རོན་གྱི་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་  
 རོན་ལས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་ཏེ། དེའི་རང་བཞིན་མ་ཡིན་པ་དང་།  
 དེ་ལས་བྱུང་བ་མ་ཡིན་པ་ནི་དེ་དང་འབྲེལ་པ་མེད་པའི་རང་  
 བཞིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་བདག་ཉིད་དང་དེ་ལས་བྱུང་བ་  
 དེ་གཉིས་ཀྱང་། རང་བཞིན་དང་འབྲས་བུ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། དེ་  
 གཉིས་ཁོ་ནས་དངོས་པོ་བྱུང་པོ། །དགག་པ་སྐྱབ་ཀྱང་མི་  
 དམིགས་པ་ཇི་སྐད་སྒྲོས་པ་ཁོ་ན་ལས་འབྱུང་ཏེ། དངོས་པོ་  
 ཡོད་ན་ནི་དེ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་དུ་ནི་ཡུལ་དང་།  
 དུས་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་རོན་དམིགས་པའི་

རིག་བྱར་མ་ བྱར་པ་རྣམས་ལ། རང་གི་མངོན་སུམ་ལོག་ཀྱང་  
 དངོས་པོ་མེད་པར་ངེས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །མི་ཚོངས་པར་  
 བྱ་པའི་འདུ་བྱེད་སྐྱབ་པ་པོའི་མངོན་སུམ་འདས་པ་དང་། ད་  
 ལྟར་གྱི་ལོག་ན་དངོས་པོ་མེད་པའི་ཐ་སྙད་འཇུག་སྟེ། དེ་ཉིད་  
 གྱི་དངོས་པོ་མེད་པར་ངེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ནི་སྦྱར་བའི་ བྱེ་  
 བྲག་གིས་རྣམ་པ་བརྩ་གཅིག་སྟེ། རང་བཞིན་མི་དམིགས་པ་  
 ནི་དཔེར་ན་འདི་ན་དུ་བ་མེད་དེ་དམིགས་པའི་རིག་བྱར་བྱར་  
 པ་ ལས་མི་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་  
 བུའོ། །འབྲས་བུ་མི་དམིགས་པ་ནི། དཔེར་ན་འདི་ན་དུ་བའི་རྒྱ་  
 རྒྱས་པ་ཐོགས་པ་མེད་པ་དག་མེད་དེ། དུ་བ་མེད་པའི་ ཕྱིར་རོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །ཁྱབ་པར་བྱེད་པ་མི་དམིགས་པ་ནི།  
 དཔེར་ན་འདི་ན་ཞིང་མེད་པའི་ཕྱིར་ཞིང་ཤ་པ་མེད་དོ། །ཞེས་

བྱ་བ་ལྟ་བུ་རྟོ། །རང་བཞིན་འགལ་བ་དམིགས་པ་ནི་དཔེར་ན་  
 འདི་ན་མེ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་གང་བའི་རེག་པ་ མེད་དོ་ཞེས་བ་ལྟ་  
 བུ་རྟོ། །འགལ་བའི་འབྲས་བུ་ དམིགས་པ་ནི་དཔེར་ན་འདི་ན་  
 དུ་བ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། གང་བའི་རེག་པ་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་  
 བུ་རྟོ། །འགལ་བ་སྤྱི་བ་དམིགས་པ་ནི་དཔེར་ན་དངོས་པོ་  
 བྱང་བ་ཡང་འཇིག་པར་ངེས་པར་འགྱུར་བ་ མེད་དེ། རྒྱ་གཞན་  
 ལ་ལྟོས་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་རྟོ། །འབྲས་བུ་འགལ་བ་  
 དམིགས་ པ་ནི་དཔེར་ན་འདི་ན་མེ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་གང་བའི་  
 རྒྱའི་རྒྱས་པ་ཐོགས་པ་མེད་པ་དག་ མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་  
 བུ་རྟོ། །སྤྱི་བ་པར་བྱེད་པ་འགལ་བ་དམིགས་པ་ནི་དཔེར་ན་འདི་  
 ན་མེ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་བ་མོའི་རེག་ པ་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་  
 བུ་རྟོ། །རྒྱ་མི་དམིགས་པ་ནི་དཔེར་ན་འདི་ན་མེ་མེད་པའི་སྤྱིར་

དུ་བ་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །རྒྱ་འགལ་བ་དམིགས་པ་ནི་  
 དཔེར་ན་འདི་ན་སྤྱ་ཡོང་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་བྱེ་བྲག་  
 མེད་དེ། གཤམ་བར་བྱེད་པའི་བྱེ་བྲག་ཉི་ལ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །རྒྱ་འགལ་བའི་འབྲས་བུ་དམིགས་པ་ནི་དཔེར་  
 ན་སྤྱོགས་འདི་ན་དུ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། སྤྱ་ཡོང་ཞེས་བྱེད་པ་ལ་  
 སོགས་པའི་བྱེ་བྲག་དང་ལྡན་པའི་མི་དང་ལྡན་པ་མ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །དོན་གཞན་ཡོད་པ་དང་དགག་པ་དག་  
 གིས་སྦྱར་བ་ཐ་དད་ཀྱང་། བརྒྱད་པའི་སྒོ་ནས་འབྲས་བུ་མི་  
 དམིགས་པ་ལ་སོགས་པ་མི་དམིགས་པའི་སྦྱར་བ་བཅུ་ བོ་དེ་  
 དག་ཐམས་ཅད་ནི་རང་བཞིན་མི་དམིགས་པའི་ནང་དུ་བསྐྱ་  
 བར་འགྱུར་རོ། །སྦྱར་བ་མཐོང་བ་གོམས་པ་ལས་བདག་ཉིད་  
 ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་རྣམ་པར་གཅོད་པ་རྟོགས་པར་ འགྱུར་བས།

བདག་གི་དོན་གྱི་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ལ་ཡང་བྱེ་བྲག་བསྟན་  
ཏོ། །མེད་པའི་ཐ་སྙད་སྐྱབ་པའི་མི་དམིགས་པ་དེ་དག་ ཐམས་  
ཅད་ལ་ཡང་རང་བཞིན་འགལ་བ་ལ་སོགས་པ་དམིགས་པ་  
དང་། རྒྱ་ལ་སོགས་པ་མི་དམིགས་པས། དགག་པ་བཤད་པ་  
གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་དམིགས་པའི་རིག་བྱར་བྱུར་པ་ཁོ་ན་  
དག་ལས་དམིགས་ པ་དང་། མི་དམིགས་པར་ཡང་རིག་པར་  
བྱའོ། །གཞན་དག་ལ་ ནི་འགལ་བ་དང་། །རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་  
ཡོད་པ་དང་། མེད་པ་མི་འབྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །བསྐྱལ་པའི་  
ཡུལ་མི་དམིགས་པའི་མངོན་སུམ་དང་རྗེས་སུ་དཔག་པའི་  
མཚན་ཉིད་ནི་ཐེ་ ཆོས་གྱི་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། ཚད་མ་ལོག་ཀྱང་དོན་  
མེད་པར་མི་འབྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །རིགས་པའི་ཐིག་པ་ཞེས་བྱ་

བའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ལས། བདག་གི་དོན་རྗེས་སུ་དཔག་པའི་  
ལེའུ་སྟེ་གཉིས་པའོ།། །།

༥ གཞན་གྱི་དོན་གྱི་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ནི་ཚུལ་གསུམ་པའི་  
ཏགས་བརྗོད་པ་སྟེ། རྒྱུ་ལ་འབྲས་བུ་བཏགས་པའི་བྱིར་  
རོ། །སྦྱར་བའི་བྱེ་བྲག་གིས་དེ་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། ཆོས་  
མཐུན་པ་ཉིད་ ཅན་དང་། ཆོས་མི་མཐུན་པ་ཉིད་ཅན་ནོ། །སྦྱར་  
བའི་བྱེ་བྲག་མ་གཏོགས་པར་འདི་གཉིས་དོན་དུ་ནི་བྱེ་བྲག་ཅི་  
ཡང་མེད་དོ། །དེ་ལ་ཆོས་མཐུན་པ་ཉིད་ཅན་ནི་དམིགས་པའི་  
རིག་བྱར་གྱུར་པ་གང་མ་དམིགས་པ་དེ་ནི་ མེད་པའི་ཐ་སྙད་  
གྱི་ཡུལ་དུ་གྱུབ་སྟེ། དཔེར་ན་རི་བོང་གི་རྒྱལ་སོགས་པ་  
གཞན་འགའ་ཞིག་མཐོང་བ་བཞིན་ཏེ། སྦྱགས་གྱི་བྱེ་བྲག་གང་  
ན་དམིགས་པའི་རིག་བྱར་གྱུར་པ་བུམ་པ་མི་དམིགས་སོ་ཞེས་



བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །དེ་བཞིན་དུ་རང་བཞིན་གྱི་གཏན་ཆེགས་ཀྱི་  
 སྒྲུབ་བ་ནི་གང་ཡོད་པ་དེ་ཐམས་ཅད་ནི་ མི་རྟག་སྟེ། དཔེར་ན་  
 བུམ་པ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུའོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རང་ བཞིན་དག་  
 པའི་སྒྲུབ་བའོ། །གང་སྟེ་བ་དང་ལྡན་པ་དེ་ནི་མི་རྟག་པའོ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་རང་བཞིན་དུ་གྱུར་པའི་ ཆོས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་གིས་རང་  
 བཞིན་གྱི་སྒྲུབ་བའོ། །གང་བྱས་པ་དེ་ནི་མི་རྟག་པའོ་ཞེས་བྱ་  
 བ་དེ་ནི་བྱད་པར་གྱི་བྱེ་བྲག་གིས་ཏེ། རང་གི་ངོ་བོ་འགྲུབ་པར་  
 བྱ་བའི་སྒྲུབ་གཞན་གྱི་བྱེད་པ་ལ་སྟོས་པའི་ ངོ་བོ་ནི་བྱས་པའོ་  
 ཞེས་བུའོ། །བརྩམ་མ་ཐག་ཏུ་བྱུང་བ་དང་། རྒྱུན་གྱི་བྱེ་བྲག་  
 གིས་ཐ་དད་པ་ཅན་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་བལྟ་  
 བར་ བུའོ། །ཡོད་པའམ་སྟེ་བ་དང་ལྡན་པ་འམ་བྱས་པ་ཞེས་  
 བྱ་བའི་སྒྲུབ་ནི་སྒྲུབ་ཀྱི་ཆོས་ཉི་བར་ རྟོན་པའོ། །སྒྲུབ་པའི་

ཆོས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ བྱི་རང་གི་ངོ་བོ་སྐྱབ་པ་ཅི་ལྟ་བུ་དག་  
 གིས་སྐྱབ་པའི་ཆོས་ཙམ་དང་བསྐྱབ་པར་བྱ་ བའི་ཆོས་རྗེས་  
 སུ་འབྲེལ་པར་བྱལ་པ་ཁོ་ནར་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱ་སྟེ། དངོས་  
 སུ་ན་དེ་ཉིད་དེའི་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་བྱིར་དང་། རང་བཞིན་  
 ཡང་གཏན་ཆེགས་ཡིན་པའི་བྱིར་ཏེ། དེ་བྱལ་ལ་དེ་མ་བྱལ་ན་  
 བྱི་དེའི་རང་ བཞིན་ཉིད་མེད་པའི་བྱིར་དང་། འཁྲལ་པ་ཡང་  
 སྤྲིད་པའི་བྱིར་རོ། །འབྲས་བུའི་གཏན་ཆེགས་ཀྱི་སྒྲིབ་བ་ནི་  
 གང་ན་དུ་བ་ཡོད་པ་དེ་ན་མེ་ཡོད་དེ། དཔེར་ན་ཆང་བང་ལ་  
 སོགས་པ་བཞིན་ཏེ། འདི་ན་ཡང་དུ་བ་ཡོད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་  
 བུའོ། །འདིར་ཡང་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་པོར་བྱལ་པ་ཁོ་ན་  
 ལ་རྒྱ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ལ་འབྲས་བུའི་གཏན་ཆེགས་སུ་བརྗོད་  
 པར་བུའོ། །ཆོས་མི་མཐུན་པ་ཉིད་ཅན་གྱི་སྒྲིབ་བ་ནི་གང་ཡོད་

ལ་དམིགས་པའི་རིག་བྱར་གྱར་པ་ དེ་ནི་དམིགས་པ་ཁོ་ནར་  
 འགྱར་ཏེ། དཔེར་ན་སྒྲོན་པོ་ལ་སོགས་པའི་བྱེ་བྲག་ལྟ་བུ་ཡིན་  
 ན་འདི་ན་ནི་དམིགས་པའི་རིག་ བྱར་གྱར་པ་ བུམ་པ་དེ་ལྟར་  
 མི་དམིགས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མི་དམིགས་པའི་སྒྱུར་བའོ། །མི་  
 ཏྲག་པ་ཉིད་མེད་ན་ཡོད་པའམ་སྒྱེ་བ་དང་ལྡན་པའམ་བྱས་པ་  
 མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ན། སྒྲ་ནི་ཡོད་པའམ་སྒྱེ་བ་དང་ལྡན་པའམ།  
 བྱས་པའོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་སྒྱུར་བའོ། །མེ་མེད་  
 ན་དུ་བ་མི་འབྱུང་བ་ཉིད་ ལ། འདི་ན་ནི་དུ་བ་ཡོད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་  
 ནི་འབྲས་བུའི་གཏན་ཆེགས་ཀྱི་སྒྱུར་བའོ། །དོན་གྱིས་ན་ཆོས་  
 མཐུན་པས་ཀྱང་སྒྱུར་བ་ལ་ཆོས་མི་མཐུན་པ་ཉིད་ཏྲོགས་ཏེ།  
 དེ་མེད་ན་ནི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་གཏན་ཆེགས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འགོ་བ་  
 མེད་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཆོས་མི་མཐུན་པས་ཀྱང་རྗེས་

སུ་ འགྲོ་བ་རྟོགས་ཏེ། དེ་མེད་ན་ནི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་མེད་ན་  
 གཏན་ཆེགས་མེད་པར་མི་འགྱུབ་པའི་སྤྱིར་རོ། །རང་བཞིན་  
 འབྲེལ་བ་མེད་ན་ནི་ཅིག་ལོག་པས་གཞན་ངེས་པར་ལྡོག་པ་མ་  
 ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། དེའི་བདག་  
 ཉིད་དང་དེ་ལས་བྱུང་བ་ཞེས་སྒྲིམ་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་ལྡོག་  
 པ་བརྗོད་པས་འབྲེལ་བ་བསྟན་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་ལྡོག་  
 པའི་ཆོག་གིས་ནི་འབྲེལ་བ་བསྐྱས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ལ། འབྲེལ་བ་  
 བསྟན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟ་  
 བས་ན་རྗེས་སུ་འགྲོ་བའི་སྒྲོ་ཡང་རུང་ལྡོག་པའི་སྒྲོ་ཡང་ རུང་  
 སྟེ། ཆོག་གཅིག་བརྗོད་པས་ཀྱང་། མཐུན་པའི་སྤྱོད་པ་དང་མི་  
 མཐུན་པའི་སྤྱོད་པ་ལ་རྟགས་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་བསྟན་པར་  
 འགྱུར་ བས་དེ་ལྟར་ན་ཆོག་གཉིས་ཀྱིས་སྒྲུར་བ་བསྟན་པར་

དེས་པ་མེད་དོ། །མི་དམིགས་པ་ལ་ཡང་གང་ཡོད་ལ་དམིགས་  
 པའི་རིག་བྱར་གྱར་པ་དེ་ནི། དམིགས་ པ་ཁོ་ནར་འགྱར་རོ་  
 ཞེས་བསྟན་པར་མི་དམིགས་ན། དེ་ལྟ་བུ་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བར་  
 རྟོགས་པའི་ཕྱིར་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་བྱུང་ངོ། །སྦྱར་བ་འདི་གཉི་ག་  
 ལ་ཡང་སྦྱོགས་བསྟན་པར་དེས་པ་མེད་དེ། འདིར་ཆོས་མཐུན་  
 པ་ཉིད་ཅན་གྱི་སྦྱར་བ་ལ་ཡང་དམིགས་པའི་རིག་བྱར་གྱར་པ་  
 གང་ དམིགས་པ་དེ་ནི་ མེད་པའི་ཐ་སྙད་གྱི་ཡུལ་ཡིན་ལ།  
 འདི་ན་ཡང་དམིགས་པའི་རིག་བྱར་གྱར་པ་བྱམ་པ་མི་  
 དམིགས་སོ་ཞེས་བསྟན་པར་བྱུགས་ གྱིས་འདི་ན་བྱམ་པ་མེད་  
 དོ་ཞེས་བྱ་བར་འགྱར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཆོས་མི་མཐུན་པ་ཉིད་  
 ཅན་གྱི་སྦྱར་བ་ལ་ཡང་ཡོད་པའི་ཐ་སྙད་གྱི་ཡུལ་ གང་ཡོད་ལ།  
 དམིགས་ པའི་རིག་བྱར་གྱར་པ་དེ་ནི་དམིགས་པ་ཁོ་ནར་

འགྱུར་ན། འདི་ན་དེ་འདྲ་བའི་བྱམ་པ་དེ་ནི་མི་དམིགས་སོ་  
 ཞེས་བསྟན་པས་ཤུགས་ཉིད་ཀྱིས་འདིར་ ཡོད་པའི་ཐ་སྟད་ཀྱི་  
 ཡུལ་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བར་འགྱུར་རོ། །སྟོགས་ངེ་ལྟ་བུ་ཞིག་  
 བསྟན་པར་བྱ་ཞེ་ན། རང་གི་ངོ་བོ་ཁོ་ན་དང་། བདག་ཉིད་དང་།  
 འདོད་པ་དང་། མ་བསྐྱལ་བར་བསྟན་པར་བྱ་བ་ནི་སྟོགས་སོ་  
 ཞེས་བསྟན་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། རང་གི་ངོ་བོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 བསྐྱལ་བར་བྱ་བ་ཁོ་ནར་འདོད་པའོ། །རང་གི་ངོ་བོ་ཁོ་ན་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་བསྐྱལ་བར་བྱ་བ་ཁོ་ན་འདོད་པ་ཡིན་གྱི་སྐྱལ་ པ་ཉིད་  
 ཡིན་ཡང་རུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་སྐྱ་མི་རྟག་ པ་ཉིད་དུ་  
 བསྐྱལ་བར་བྱ་བ་ལ་གཏན་ཆོགས་མིག་གིས་གཟུང་བ་ཉིད་ནི་  
 སྐྱ་ལ་མ་གྲུབ་ པའི་ཕྱིར་བསྐྱལ་བར་བྱ་བ་ཡིན་ན། དེ་འདིར་ནི་  
 སྐྱལ་བ་ཁོ་ནར་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་བསྐྱལ་བར་བྱ་བ་ཉིད་ཁོ་ནར་ནི་

མི་ འདོད་དོ། །བདག་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་དེའི་ཆེ་ཆོལ་བས་  
 བསྐྱབ་བ་སྦྱས་བ་གང་ཡིན་པའོ། ། དེས་ན་གལ་ཏེ་བསྟན་  
 བཅོས་འགའ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ཏེ་ སྐྱབ་བ་སྦྱས་ན་ཡང་། བསྟན་  
 བཅོས་དེ་བྱེད་པས་ཆོས་ཅན་དེ་ལ་ཆོས་མང་ཞིག་ཁས་ལེན་དུ་  
 ཟེན་གྲང་དེའི་ཆེ་ ཆོལ་བ་དེས་ཆོས་གང་སྐྱབ་པར་འདོད་པ་དེ་  
 ཉིད་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་གྱི། ཅིག་ཤོས་ན་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 བསྟན་པར་འགྱུར་རོ། །འདོད་ པ་ཞེས་བྱ་བ་དོན་གང་ལ་ཚུད་  
 པས་སྐྱབ་བ་བཞོད་པ་དེ་སྐྱབ་པར་འདོད་པའོ། །དེ་ནི་ཆོག་ཏུ་  
 མ་སྦྱས་གྲང་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་ཚུད་པའི་གཞི་  
 ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དཔེར་ན་འདུས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། མིག་ལ་  
 སོགས་པ་ནི་གཞན་གྱི་དོན་བྱེད་དེ། མལ་ཆ་དང་སྟན་ལ་  
 སོགས་པའི་ཡན་ལག་ བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་སྟ་བུའོ། །འདིར་

བདག་གི་དོན་ཞེས་མ་བརྗེད་ཀྱང་བདག་གི་དོན་ཉིད་དུ་བསྐྱབ་  
 བར་བྱ་བ་ཡིན་ ཏེ། དེས་ན་སྤྲུལ་པ་ཙམ་ཁོ་ན་ནི་བསྐྱབ་པར་  
 བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་པར་འགྱུར་རོ། །མ་བསལ་བ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་མཚན་ཉིད་དེ་དག་དང་ལྡན་དུ་ཟེན་ཀྱང་སྐྱབ་པར་  
 འདོད་པའི་ དོན་གང་ཞིག་ལ་མངོན་སུམ་དང་། རྗེས་སུ་དཔག་  
 པ་དང་། གྲགས་པ་དང་། རང་གི་ཆོག་རྣམས་ཀྱིས་བསལ་བ་  
 གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སྤྱོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་པའི་ ཕྱིར་ཏེ།  
 དེ་ལ་མངོན་སུམ་གྱིས་བསལ་བ་ནི། དཔེར་ན་སྤྲི་ནི་མཉན་དུ་  
 མི་རུང་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །རྗེས་སུ་དཔག་པས་ བསལ་བ་  
 ནི་དཔེར་ན་བུམ་པ་ནི་རྟག་པའོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །གྲགས་  
 པས་བསལ་བ་ནི། དཔེར་ན་རི་བོང་ཅན་ནི་ལྷ་བ་མ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །རང་གི་ཆོག་གིས་བསལ་བ་ནི། དཔེར་ན་



རྗེས་སུ་དབག་པ་ནི་ཚད་མ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་སྟེ།  
 རྩོགས་ལྟར་སྒྲུབ་བ་བཞི་བསལ་བ་ ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་གྲུབ་  
 པ་དང་མ་གྲུབ་ཀྱང་སྒྲུབ་པ་ཉིད་དུ་འདོད་པ་དང་། དེའི་ཆེ་ཆོལ་  
 བ་བདག་ཉིད་ཀྱིས་སྒྲུབ་པར་མི་འདོད་པ་དང་། སྒྲས་པ་ཙམ་  
 དང་བསལ་བ་ལས་བསྒྲེག་པ་ནི་བསྒྲུབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
 ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་དང་། ཆོལ་བའི་འདོད་པ་དང་། མ་བསལ་བ་ནི་  
 རྩོགས་ ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་རྩོགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཁ་ན་མ་བོ་  
 བ་མེད་པར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་གྱི་དོན་གྱི་རྗེས་སུ་  
 དབག་པ་ནི་ཚུལ་གསུམ་པའི་རྟགས་བརྗོད་པ་སྟེ་ཞེས་ སྒྲས་པ་  
 དེ་ལས། ཚུལ་གསུམ་ལས་གཅིག་མ་སྒྲས་ན་ཡང་སྒྲུབ་པ་ལྟར་  
 སྒྲུབ་བ་ཡིན་ནོ། །སྒྲས་ཀྱང་གོ་བར་བྱ་བ་དང་གོ་བར་བྱེད་པ་  
 གཉིས་ལས་མ་གྲུབ་པའམ། ཐེ་ཆོམ་བ་ན་ཡང་ངོ་། །ཆོས་ཅན་

དང་འབྲེལ་པའི་ཚུལ་གཅིག་མ་གྲུབ་པའམ། ཐེ་ཆོམ་བ་ན་མ་  
 གྲུབ་པའི་གཏན་ཆེགས་སྟར་སྟངས་བ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་སྤྱི་མི་  
 ཏྲག་པའོ་ཞེས་སྤྱི་བ་པ་ལ། མིག་གིས་གཟུང་བ་ཉིད་ནི་གཉི་ག་  
 ལ་མ་གྲུབ་པ་ལྟ་བུའོ། །ཤིང་རྒྱམས་ལ་སེམས་ཡོད་པར་སྤྱི་བ་  
 པ་ལ། རྒྱན་པ་ཐམས་ཅད་བཤུས་ནས་འཆི་བ་ནི་བྱིར་གྲོལ་བ་  
 ལ་མ་གྲུབ་སྟེ། དེ་ནི་རྒྱམ་པར་ཤེས་པ་དང་། དབང་པོ་དང་།  
 ཆེ་འགགས་པའི་མཆན་ཉིད་ལ་འཆི་བ་ཡིན་པར་ཁས་ལེན་  
 པའི་བྱིར་རོ། །དེ་ཡང་ཤིང་ དག་ལ་མི་སྤྱིད་པའི་བྱིར་  
 རོ། །བདེ་བ་ལ་སོགས་པ་སེམས་པ་མེད་པར་སྤྱི་བ་པ་ལ་སྤྱི་བ་  
 ཅན་ནམ། མི་ཏྲག་པ་ཉིད་ནི་གངས་ཅན་གྲོལ་བ་བདག་ཉིད་ལ་  
 མ་གྲུབ་པའོ། །དེ་བཞིན་དུ་བདག་ཉིད་དང་དེའི་གཞི་ལ་ཐེ་ཆོམ་  
 བ་ན་ཡང་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་མི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ལ་

རྒྱངས་པ་ལ་ སོགས་པའི་དངོས་པོར་ཐེ་ཆོམ་བ་བའི་འབྱུང་བ་  
 འདུས་པ་ལྟ་བུ་དང་། དཔེར་ན་མ་གྱུའི་སྐྱ་གྲག་པའི་སྤྱིར་རི་  
 སྤྱལ་འདི་ན་མ་གྱུ་ཡོད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ། དེ་གྲག་པའི་ཡུལ་མི་  
 རྟོགས་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །ཆོས་ཅན་མ་གྱུ་བ་ན་ཡང་མ་གྱུ་བ་བ་ཡིན་  
 ཏེ། དཔེར་ན་བདག་ཐམས་ཅད་ན་གནས་པར་སྐྱབ་པ་ ལ་  
 ཐམས་ཅད་ན་དམིགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཉིད་ལྟ་བུ་ལོ། །དེ་བཞིན་  
 དུ་མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་པ་ལ་མེད་པའི་ཚུལ་གཅིག་མ་གྱུ་བ་ན་  
 ཡང་མ་ངེས་པའི་ གཏན་ཆེགས་ལྟར་སྒྲུང་བ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་  
 ན་སྐྱ་ཏྲག་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་སུ་སྐྱབ་པ་ལ། གཞལ་  
 བྱ་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ནི་ མཐུན་པའི་སྤྱོད་པ་དང་མི་  
 མཐུན་པའི་སྤྱོད་པ་ཐམས་ཅད་ལའང་། སྤྱོད་པ་གཅིག་ལ་ཡོད་  
 པ་ལྟ་བུ་ལོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཚུལ་དེ་ཉིད་ལ་ཐེ་ཆོམ་བ་ན་ཡང་མ་

དེས་པ་ཁོ་ན་སྟེ། དཔེར་ན་བརྗོད་པར་འདོད་པའི་མི་ལ་ལ་  
 ཞིག་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་མ་ཡིན་པའམ། འདོད་ཆགས་ལ་  
 སོགས་པ་དང་ལྡན་པ་སྦྱབ་པ་ལ་སྦྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་སྟེ།  
 བྱ་སྟེ། མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་ལས་ལྡོག་པ་ལ་ཐེ་ཆོམ་བ་བ་  
 ཡིན་ནོ། །ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ལ་སྦྱ་བ་མ་དམིགས་སོ་ཞེས་  
 བྱ་བའི་མི་དམིགས་པའི་རྣམ་པ་དེ་སྟེ། བྱ་ནི་ཡུལ་སྟར་མི་སྣང་  
 བ་ཉིད་ཀྱིས་ཐེ་ཆོམ་གྱི་རྒྱ་ཡིན་ པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་བས་ན་  
 ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་མ་ཡིན་པ་ལས་ལྡོག་པ་ལ་སྦྱ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་ལྡོག་པ་ནི་ཐེ་ ཆོམ་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། སྦྱ་བ་ཉིད་  
 དང་། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་གཉིས་ལ་འགལ་བ་མེད་པའི་  
 སྤྱིར་རོ། །མ་མཐོང་དུ་བེན་ཀྱང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་གང་ཡིན་  
 པ་དེ་སྦྱ་བ་མ་ ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་ལྡོག་པ་ནི་མི་འགྱུབ་སྟེ། ཐེ་

ཆོས་བ་བའི་སྤྱིར་རོ། །དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་འགལ་བ་ནི་རྣམ་པ་  
 གཉིས་ཏེ། རྒྱ་མ་ཚད་བ་མེད་པར་འབྱུང་བ་ལ་གཞན་ཡོད་ན་  
 མེད་པའི་སྤྱིར་འགལ་བ་སྟེ། གྲང་བ་དང་ཆ་བའི་རེག་པ་ལྟ་  
 བུའོ། །གཅིག་གིས་གཅིག་སྤངས་ཏེ་གནས་པའི་ མཚན་ཉིད་  
 ཁོ་ན་སྟེ་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་ལྟ་བུའོ། །འགལ་བ་རྣམ་པ་དེ་གཉི་  
 ག་ཡང་སྤྱོད་བ་ཉིད་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ལ་མི་སྤྱིད་པའི་  
 སྤྱིར་མི་འགལ་བ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་དམིགས་ཀྱང་མེད་པར་  
 ཉོགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་དང་ཆེགས་  
 ལ་སོགས་པ་ཡང་རྒྱ་དང་འབྲས་ བུའི་དངོས་པོར་མ་གྲུབ་པའི་  
 སྤྱིར། དོན་གཞན་རྒྱ་མ་ཡིན་པ་ལོག་པས་ཆེག་ལ་སོགས་པ་  
 ལྟོག་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ཆེག་ལ་སོགས་པ་ལྟོག་པ་ལ་ཐེ་  
 ཆོས་བ་བ་དང་ལྡན་པའི་མ་ངས་པ་ཡིན་ནོ། །ཚུལ་གཉིས་ཀྱི་

ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་གྲུབ་པ་ནི་འགལ་བ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་པོ་གང་  
 ཞེ་ན། མཐུན་པའི་སྟོགས་ལ་ཡོད་པ་དང་། མི་མཐུན་པའི་  
 སྟོགས་ལ་མེད་པའོ། །བྱས་པ་ཉིད་དང་བརྩམ་མ་ཐག་ཏུ་འབྱུང་  
 བ་ཉིད་ནི་རྟག་པ་ཉིད་སྐྱབ་པ་ལ་འགལ་བའི་གཏན་ཆེགས་  
 ལྟར་སྒྲུང་བ་ཡིན་ཏེ། འདི་གཉིས་ཀྱི་མཐུན་པའི་སྟོགས་ལ་མེད་  
 པ་དང་། མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་ལ་ཡོད་པས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་  
 གྲུབ་པ་ཡིན་ལ། དེ་གཉིས་ནི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་  
 སྐྱབ་པའི་བྱིར་འགལ་བ་དག་ཡིན་ནོ། །འདོད་པ་ལ་གཞོད་པ་  
 བྱེད་པའི་བྱིར་འགལ་བ་གསུམ་པ་ཡང་བ་མ་ཡིན་ནམ། དཔེར་  
 ན་འདུས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་མིག་ལ་སོགས་པ་ནི་གཞན་གྱི་དོན་  
 བྱེད་པ་ཉིད་དེ་མལ་ཆ་དང་སྟན་ལ་སོགས་པའི་ཡན་ལག་  
 བཞིན་ནོ་ཞེས་པ་སྟ་བུའོ། །དེ་ནི་འདུས་པ་མ་ཡིན་པ་གཞན་གྱི་

འོན་ཀྱང་པར་འདོད་དེ། བྱེན་ཅི་ལོག་ཏུ་སྐྱབ་པའི་བྱེར་འགལ་  
 བའོ། །དེ་ཅིའི་བྱེར་མ་སྐྱས་ཤེ་ན། འདི་གཉིས་ཁོ་ནའི་ནང་དུ་  
 འདུས་པའི་བྱེར། དེ་ནི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ལོག་པར་བསྐྱབས་  
 བས་འདི་གཉིས་དང་ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འདོད་པ་དང་སྐྱས་  
 བ་གཉིས་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཉིད་དུ་ནི་བྱེ་བྲག་ཅི་ཡང་མེད་  
 འོ། །ཚུལ་གཉིས་ལས་གཅིག་ནི་མ་གྲུབ་ལ། ཅིག་ཤོས་ལ་ནི་  
 ཐེ་ཆོམ་བ་བ་ཡང་མ་ངས་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་སྐྱ་བའི་བྱེར་  
 འདོད་ཆགས་དང་ བྲལ་བའམ། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་སྟེ། འདི་ལ་ལྟོག་པ་ནི་མ་གྲུབ་ལ། རྗེས་སུ་  
 འགྲོ་བ་ལ་ནི་ཐེ་ཆོམ་བ་བ་ཡིན་ཏེ། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་དང་  
 འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ནི་བསྐྱལ་བ་ཡིན་པའི་བྱེར། དེ་ལ་  
 ཆོག་ལ་སོགས་པ་ཡོད་དམ་མེད་པར་ཐེ་ཆོམ་བ་བའི་ བྱེར་

རོ། །ཚུལ་དེ་ཉིད་ལ་ཐེ་ཆོམ་བ་ན་མ་ངེས་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་  
 སློག་ལ་སོགས་པ་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར། གསོན་པོའི་ལྷས་ནི་  
 བདག་དང་བཅས་པ་ཡིན་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་སྟེ། བདག་དང་  
 བཅས་པ་དང་བདག་མེད་པ་ལས་གང་ལ་སློག་ལ་སོགས་པ་  
 གནས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱང་པོ་ གཞན་ནི་མེད་དེ། བདག་  
 གནས་པ་དང་རྣམ་པར་གཅོད་པ་དག་གིས་ཐམས་ཅད་བསྐྱུས་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་གཉིས་ལས་གཅིག་ལ་གནས་པར་ཡང་  
 ངེས་པ་མེད་དེ། བདག་དང་བཅས་པའམ་བདག་མེད་པར་སྐྱབ་  
 པ་ལ་སློག་ལ་སོགས་པ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བས་ ན་  
 གསོན་པོའི་ལྷས་དང་འབྲེལ་བ་ཅན་གྱི་སློག་ལ་སོགས་པ་ནི་  
 བདག་དང་བཅས་པ་དང་བདག་ མེད་པ་ཐམས་ཅད་ལས་སློག་  
 པ་ཉིད་དུ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་དེ་གཉིས་དང་མ་བྲལ་བའོ། །བདག་



གཅིག་ལ་ཡང་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་དེ་ལ་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་མེད་  
 རོ། །བདག་དང་བཅས་པ་དང་བདག་མེད་པ་དེའི་རྗེས་སུ་  
 འགྲོ་བ་དང་། ལྷོག་པ་གཉིས་མེད་པར་ངེས་པ་མེད་དེ། རྗེས་  
 སུ་འགྲོ་བ་དང་ལྷོག་པ་གཉིས་ནི་ཕན་ཚུན་གཅོད་པའི་ངོ་བོ་ཁོ་  
 ན་ཡིན་པའི་ ཕྱིར་རོ། །གཅིག་མེད་པར་ངེས་པ་ནི་ཅིག་ཤོས་  
 ཡོད་པར་གདོན་མི་བྱ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རྗེས་སུ་  
 འགྲོ་བ་དང་ལྷོག་པ་གཉིས་ལ་ཐེ་ཆོམ་བྱ་བའི་མ་ངེས་པ་ཡིན་  
 ཏེ། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དང་ཅིག་ཤོས་ལ་ངེས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །དེ་ལྟར་ན་ཚུལ་གསུམ་པོ་དེ་དག་ལས་ཚུལ་རེ་རེ་ཡང་  
 གཉིས་གཉིས་ལ་མ་གྲུབ་པའམ། ཐེ་ཆོམ་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། ཅི་  
 རིགས་པར་གཏན་ཆིགས་ལྟར་སྒྲུབ་པ་གསུམ་པོ་མ་གྲུབ་པ་  
 དང་འགལ་བ་དང་། མ་ངེས་པ་དག་ཡིན་ནོ། །འགལ་བ་མི་

འབྲུལ་པ་ཅན་ཡང་ཐེ་ཆོམ་གྱི་རྒྱར་བ་འད་ན། དེ་འདིར་མ་  
 སྒྲོས་ཏེ། རྗེས་སུ་དཔག་པའི་ཡུལ་ལ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །འབྲས་བུའམ་རང་བཞིན་ནམ་མི་དམིགས་པའི་མཆོན་  
 ཉིད་སྒྲོས་པ་ལ་འགལ་བ་མི་འབྲུལ་ པ་ཅན་མི་སྲིད་ལ། མི་  
 འབྲུལ་པ་ཅན་གཞན་ནི་མེད་དོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་དངོས་པོ་མ་  
 མཐོང་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཞུགས་པ་ཡིན་པས་ན་ལུང་ལ་བརྟེན་  
 པའི་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ལ་བརྟེན་ཏེ། དེའི་དོན་དབྱུང་པ་དག་ལ་  
 འགལ་བ་མི་འབྲུལ་པ་ཅན་ནི་སྐྱབ་པའི་སྒྲོན་དུ་བའད་  
 དོ། །བསྟན་བཅོས་བྱེད་ པ་རྣམས་ནི་དོན་རྣམས་ལ་འབྲུལ་  
 པས་རང་བཞིན་ལོག་པར་སྟོན་པ་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དངོས་  
 པོ་ཅི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་གནས་པར་འདུག་པ་བདག་དང་འབྲས་བུ་  
 དང་མི་དམིགས་པ་དག་ ལ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདིར་དཔེ་

རི་གང་ཞིག་ཡུལ་ཐམས་ཅད་ན་གནས་པ་རང་དང་འབྲེལ་བ་  
 ཅན་ དག་དང་། གཅིག་ཕྱར་མངོན་པར་འབྲེལ་བ་དེ་ནི་ཐམས་  
 ཅད་ལ་གནས་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ནམ་མཁའ་ལ་སོགས་པ་  
 བཞིན་ནོ། །སྤྱི་ཡང་ཡུལ་ཐམས་ཅད་པ་རང་དང་འབྲེལ་བ་ཅན་  
 དག་དང་ཅིག་ཅར་དུ་མངོན་པར་འབྲེལ་ཏོ། །དེ་དང་འབྲེལ་བ་  
 ཅན་གྱི་རང་བཞིན་ཙམ་གྱི་རྗེས་ སུ་འདུག་པའི་རང་བཞིན་  
 ཅན་དེའི་ཡུལ་ན་འདུག་པའི་རང་བཞིན་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གང་ན་  
 གང་མེད་པ་དེ་ནི་དེའི་ཡུལ་བདག་ཉིད་བྱབ་པར་བྱེད་པ་མ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ རི་རང་བཞིན་གྱི་གཏན་ཆེགས་གྱི་སྦྱར་བ་  
 ཡིན་ནོ། །སྦྱར་བ་གཉིས་པ་ཡང་དམིགས་པའི་རིག་བྱར་བྱར་  
 པ་གང་ཞིག་གང་ན་མི་ དམིགས་པ་དེ་ནི་དེ་ན་མེད་དེ། དཔེར་  
 ན་འགའ་ཞིག་ན་བྱམ་པ་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་ལ་

གསལ་བའི་བར་རྣམས་ལ་ཡང་ དམིགས་པའི་རིག་བྱར་བྱར་  
 བ་སྦྱི་མི་དམིགས་སོ་ཞེས་བྱ་བའོ། །མི་དམིགས་པ་འདི་དང་  
 རང་བཞིན་དེ་ནི་པན་ཚུན་འགལ་བའི་དོན་དུ་བསྒྱབས་པ་ཡིན་  
 བས་ གཅིག་ ལ་ཐེ་ཆོམ་སྦྱིད་པར་བྱེད་དོ། །གཏན་ཆེགས་ཀྱི་  
 མཆན་ཉིད་གསུམ་སྒྲིམ་པ་དེ་ཙམ་གྱིས་དོན་རྟོགས་པས་དཔེ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ སྦྱབ་པའི་ཡན་ལག་ནི་ལོགས་ཤིག་ཏུ་ཅི་ཡང་མེད་  
 དོ། །དེས་ན་དེའི་མཆན་ཉིད་ལོགས་ཤིག་ཏུ་མ་བརྗོད་དེ་དོན་  
 གོ་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཏན་ཆེགས་ནི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་ཉིད་ལ་  
 ཡོད་པ་དང་། མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་ཉིད་ཐམས་ཅད་ལས་སྤྱོད་པའི་  
 ཚུལ་དུ་བྱེ་བྲག་མེད་པར་བཤད་པ་ལ། ཡང་བྱེ་བྲག་ཏུ་ནི་  
 འབྲས་བུ་དང་རང་བཞིན་གཉིས་ཀྱི་སྦྱེ་བ་དང་དེ་ཙམ་གྱི་རྗེས་  
 སུ་འཇུག་པ་ཡིན་པར་བསྟན་པ་ཤེས་པར་བྱ་བར་བཤད་དེ།

དེ་ཡང་སྟོན་པར་ བྱེད་པས་གང་ན་དུ་བ་ཡོད་པ་དེ་ན་མི་ཡོད་  
 ལ། མི་མེད་ན་དུ་བ་ཡང་མེད་དེ། དཔེར་ན་ཚང་བང་དང་  
 གཞན་པ་ལྟ་བུའོ། །གང་ན་བྱས་པ་ཉིད་ཡོད་པ་དེ་ན་མི་རྟག་པ་  
 ཉིད་ཡོད་ལ། མི་རྟག་པ་ཉིད་མེད་ན་བྱས་པ་ཡང་མི་སྲིད་དེ།  
 དཔེར་ན་བྱམ་པ་དང་ནམ་མཁའ་དག་ལྟ་བུའོ་ཞེས་བཤད་པར་  
 བུའོ། །གཞན་དུ་ན་མཐུན་པའི་སྟོགས་དང་མི་མཐུན་པའི་  
 སྟོགས་དག་ལ་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་ཇི་ སྐད་སྟོས་པའི་རྣམ་པ་  
 དག་བསྟན་པར་མི་རྒྱས་སོ། །འབྲས་བུའི་རྟགས་ནི་དེའི་  
 འབྲས་བུ་ཉིད་དུ་ངེས་པའམ་རང་བཞིན་གྱི་རྟགས་ནི་རང་  
 བཞིན་གྱིས་བྲབ་པ་ཡིན་ལ། དེའི་ཚུལ་ནི་དེ་ཙམ་ དུ་བྱད་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །འདིས་ནི་དཔེའི་ཉེས་པ་རྣམས་ཀྱང་བསལ་བ་ཡིན་  
 ཏེ། དཔེར་ན་སྐྱ་ནི་རྟག་པ་ཡིན་ཏེ་ལུས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ལས་དང་རྩལ་ཕྱ་རབ་དང་། བྱམ་པ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི།  
བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དང་། སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་ཆོས་དག་གཉིས་  
ཀ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ལ་ཐེ་  
ཆོས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡང་། དཔེར་ན་སྤྲ་བའི་སྤྱར་ན།  
འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ཏེ། ལམ་པོ་ཆེའི་  
མི་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། མི་འདི་ནི་འདོད་ཆགས་ལ་  
སོགས་པ་དང་ལྡན་པའི་སྤྱར། འཆི་བའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་ཏེ་  
ལམ་པོ་ཆེའི་མི་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། འདོད་ཆགས་ལ་  
སོགས་པ་དང་ལྡན་པའི་སྤྱར་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
ལམ་པོ་ཆེའི་མི་བཞིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །རྗེས་སུ་འགྲོ་  
བ་མེད་པ་དང་། རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་རབ་ཏུ་མ་བསྐྱན་པ་ནི་དཔེར་  
ན་ གང་སྤྲ་བ་དེ་ནི་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་དང་ལྡན་པ་སྟེ།

འདོད་པའི་མི་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། བྱས་པའི་སྤྱིར་སྤྱོད་  
 མི་རྟག་པ་སྟེ། བྱས་པ་བཞིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །དེ་བཞིན་  
 དུ་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་སྤྱིན་ཅི་ལོག་ནི་གང་མི་རྟག་པ་དེ་ནི་བྱས་  
 པའོ་ཞེས་ བྱ་བ་ལྟ་བུ་སྟེ། ཆོས་མཐུན་པས་ཡིན་ནོ། །ཆོས་མི་  
 མཐུན་པས་ཀྱང་རྟུལ་སྤྱོད་རབ་དང་ལས་དང་ནམ་མཁའ་བཞིན་  
 ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ལས་མི་སྟོག་  
 པ་ཅན་དག་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ལས།  
 སྟོག་པ་ལ་ཐེ་ཆོམ་བ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི། དཔེར་ན་སེར་སྒྱུ་ལ་  
 སོགས་པ་ནི་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའམ་ཡིད་ཆེས་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་དང་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་རྟགས་  
 སུ་གྱུར་པ་ཆད་མ་སྤུལ་དུ་སྤྱིན་པ་ བསྐྱན་པ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་  
 སྤྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །འདིར་ཆོས་མི་མཐུན་པའི་དཔེ་ནི་

གང་ཞིག་ཐམས་ཅད་མཐུན་ བའམ། འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་  
 བ་ཡིན་པ་དེས་ནི་སྐར་མའི་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་བསྟན་ཏེ།  
 དཔེར་ན་ཁྱུ་མཆོག་དང་སྟོང་རིས་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུའོ། །ཆོས་  
 མི་མཐུན་པའི་དཔེ་ལས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
 མཐུན་པ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་ དང་། ཡིད་ཆེས་པ་མ་ ཡིན་པ་  
 གཉིས་ལྟོག་པ་ལ་ཐེ་ཆོམ་བ་བ་ཡིན་ནོ། །བསྐྱབ་པ་ལས་ལྟོག་  
 པ་ལ་ཐེ་ཆོམ་བ་བ་ནི། དཔེར་ན་གསུམ་རིག་པའི་བྲམ་བེས་ནི་  
 མི་འགའ་ཞིག་གི་བརྗོད་པར་འདོད་པའི་ཆོག་གཟུང་ བར་མི་  
 བྱ་སྟེ། འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་དང་ལྟན་པའི་བྱིར་རོ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །འདིར་ཆོས་ མི་མཐུན་པའི་དཔེ་ནི་ཆོག་གཟུང་  
 བར་བྱ་བ་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་ནི་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་  
 དང་མི་ལྟན་པ་སྟེ། དཔེར་ན་གོ་ཏ་མ་ལ་སོགས་པ་ཆོས་ཀྱི་



བསྟན་བཅོས་རྣམས་བྱེད་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། གོ་ཏ་མ་ལ་སོགས་པ་  
 ལས་སྐྱབ་པའི་ཆོས་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་དང་ལྡན་པ་  
 ལྟོག་པ་ ལ་ཐེ་ཆོམ་བ་བ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་ཀ་ལས་ལྟོག་པ་ལ་  
 ཐེ་ཆོམ་བ་བ་ནི། དཔེར་ན་སེར་སྐྱ་ལ་སོགས་པ་ནི་ཡོངས་སུ་  
 འཛིན་པ་དང་ཀུན་ཏུ་འཛིན་པ་དང་ལྡན་པའི་ བྱིར་འདོད་  
 ཆགས་དང་བྲལ་བ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་ལོ། །འདིར་  
 ཆོས་མི་མཐུན་པའི་དཔེ་ནི། གང་ཞིག་འདོད་ ཆགས་དང་བྲལ་  
 བ་དེ་ལ་ནི། ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་དང་། ཀུན་ཏུ་འཛིན་པ་མེད་  
 དེ། དཔེར་ན་ཁྱུ་མཆོག་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། བསྐྱབ་པར་བྱ་  
 བ་དང་སྐྱབ་པའི་ཆོས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ཉིད་དང་།  
 ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་དང་ཀུན་ཏུ་འཛིན་པ་ཁྱུ་མཆོག་ལ་སོགས་  
 པ་ལས་ལྟོག་པ་ལ་ཐེ་ཆོམ་བ་བ་ཡིན་ནོ། །ལྟོག་པ་མེད་པ་ནི་

དཔེར་ན་སྤྲོ་བའི་སྤྲོ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་མ་ཡིན་ནོ།  
 ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །གང་ལ་འདོད་ཆགས་དང་མ་བྲལ་བ་ཉིད་  
 མེད་པ་དེ་ནི་སྤྲོ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་དྲོའི་དུམ་བུ་བཞིན་ནོ།  
 ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་སྟེ། གལ་ཏེ་དྲོའི་དུམ་བུ་ལས་གཉི་ག་ལྗོགས་པ་  
 ཡོད་མོད་ཀྱི། འོན་ཀྱང་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ཐམས་ཅད་  
 སྤྲོ་བ་མ་ཡིན་ནོ། ཞེས་བྱ་བར་བྱབ་པར་ལྗོགས་པ་ མ་གྲུབ་པའི་  
 སྤྲོ་བ་ལྗོགས་པ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །ལྗོགས་པ་རབ་རྒྱ་མ་བསྟན་པ་ནི།  
 ཆོས་མི་མཐུན་པ་དཔེར་ན་སྤྲོ་ནི་བྱས་པའི་མི་རྟག་པ་སྟེ།  
 དཔེར་ན་ནམ་མཁའ་བཞིན་ནོ། ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །ལྗོགས་པ་  
 སྤྲོ་ཅི་ལོག་ནི། དཔེར་ན་གང་མ་བྱས་པ་དེ་ནི་རྟག་པ་ཡིན་ནོ།  
 ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །དཔེ་ལྟར་སྤྲོ་བ་དེ་དག་གིས་ནི་གཏན་  
 ཆོག་གས་ཀྱི་སྤྲོའི་མཆན་ཉིད་མཐུན་པའི་སྤྲོ་གས་ ཉིད་ལ་ཡོད་པ་

དང་། མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཐམས་ ཅད་ལ་མེད་པ་ཉིད་དམ།  
 བྱེ་བྲག་གི་མཚན་ཉིད་བསྟན་པར་མི་རུས་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་དོན་  
 གྱི་དབང་གིས་དེ་དག་བསལ་བར་རིག་པར་བྱའོ། །མ་ཚང་བ་  
 ཉིད་ལ་སོགས་པ་སྤྲས་པ་ནི། སུན་འབྱེན་པ་དག་ཡིན་  
 བོ། །སྤར་སྒྱབ་པའི་རྒྱུན་མ་ཚང་བ་ལ་སོགས་པ་སྤྲས་པ་གང་  
 ཡིན་པ་དེ་ དག་བརྗོད་པ་ནི་སུན་འབྱེན་པ་ཡིན་ཏེ། དེས་པ་  
 རོལ་པོ་འདོད་པའི་དོན་འགྲུབ་པ་ལ་གོགས་བྱེད་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །སུན་འབྱེན་པ་སྤར་སྤང་བདག་ནི་ལྷག་ཆོད་ནམས་ཏེ།  
 ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་སྒྱུན་བརྗོད་པ་དག་ནི་ལྷག་ཆོད་  
 ནམས་ཡིན་ལོ། །གཞན་གྱི་དོན་གྱི་རྗེས་སུ་དཔག་ པའི་ལེའུ་  
 རྟེ་གསུམ་པའོ། །།རིགས་པའི་ཐིགས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་རབ་རྩ་  
 བྱེད་པ་རྗོགས་སོ། །།བརྗེ་ཏ་གཞན་ལ་ཕན་པ་བཟང་པོ་ལ་

སོགས་པ་དང་། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་སྒྲོ་ལྡན་ཤེས་རབ་ཀྱིས་  
བསྐྱར་ཅིང་ཞུས་ཏེ་གཏན་ལ་ཐབ་པའོ།། །།

༡༡། །གཏན་ཆེགས་ཀྱི་ཐིགས་པ་ཞེས་བྱ་  
བའི་རབ་རྩ་བྱེད་པ་  
བཞུགས་སོ།

༡༡༡། །ཁྱུ་གར་སྐད་དུ། ཏེ་རྩ་བོན་དུ་རྒྱ་མ་ཐ་ཀ་ར་ཏ།  
བོད་སྐད་དུ། གཏན་ཆེགས་ཀྱི་ཐིགས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་རབ་རྩ་

བྱེད་པ། འཇམ་དཔལ་གཞིན་རྒྱུ་རྒྱུ་པ་ལ་བྱུག་འཆལ་  
 ལོ། །དོན་སྒྲིག་ཏུ་རྒྱུ་པ་སྐྱབ་པའི་ཉེན་ནི། རེས་སུ་དཔག་པ་  
 ཉིད་ཡིན་པས། དེ་བྱེ་བྲག་ཏུ་ཉོགས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། མདོར་  
 བསྐྱས་ནས་འདི་བཙམ་མོ། །སྟོགས་ཆོས་དེའི་ཆས་བྲབ་པ་  
 ནི། །གཏན་ཆེགས་དེ་ནི་རྣམ་གསུམ་ཉིད། །མེད་ན་མི་འབྱུང་  
 དེས་ཕྱིར་རོ། །གཏན་ཆེགས་ལྟར་སྒྲུང་དེ་ལས་  
 གཞན། །སྟོགས་ནི་ཆོས་ཅན་ཏེ། ཡན་ལག་ལ་སྟེ་ཉེ་བར་  
 བརྟགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་དགོས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཉེ་  
 བར་གདགས་པར་མི་བྱའོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ་ཉེ་བར་གདགས་  
 པ་ནི་ཆོས་ཅན་གྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་དགག་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་  
 ལྟར་ན་མིག་གིས་གཟུང་བར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་  
 ལ་སོགས་པ་ཡོངས་སུ་སྒྲུངས་པ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཆོས་ནི་

གཞན་ ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་པས་ཀྱང་། རྟེན་ཆོས་ཅན་འབྲུག་ལ།  
 ཆོས་ཅན་སྟོས་པས་ཀྱང་ཉེ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བསྐྱབ་པར་བྱ་  
 བའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་པར་འབྲུག་པོ་ཞེ་ན། དཔེའི་ཆོས་ཅན་ཡང་  
 ཉེ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཆོས་བྱབ་པས་དཔེའི་ཆོས་ཅན་  
 ལ་ཡོད་པར་བྱུང་བའི་ ཕྱིར། ཆོས་ཅན་གྱི་ཆོས་སྟོས་པས་ནི།  
 བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ཅན་ཡོངས་སུ་བསྐྱས་སོ། །བསྐྱབ་  
 ཀྱང་ངེས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཡང་སྟོས་སུ་དོགས་པར་འགྱུར་ཏེ།  
 མཐུན་པ་ལ་ཡོད་པ་ཁོ་ནས་སྟོག་པ་ལ་དེ་མེད་པར་བྱུང་མོད་  
 གྱི། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་མེད་པ་ལ་མེད་པ་ཞེས་སྟོས་པ་བཞིན་དུ།  
 དེའི་ཆོས་བྱབ་པ་སྟོས་པས། དཔེའི་ཆོས་ཅན་ལ་ཡང་ཡོད་  
 པར་བྱུང་མོད་གྱི། དེ་ཉིད་ལ་ཡོད་པར་ངེས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར།  
 ཆོས་ཅན་སྟོས་སུ་དོགས་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་བས་ན་ཤུགས་

གྱིས་དོན་གོ་ཡང་ཉེ་བར་བརྟགས་པ་ཅམ་ཡི་གེ་མཉམ་པས་  
 སྐྱབ་དཀའ་བ་ ཡང་ཡོངས་ སུ་སྤངས་པ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་  
 ལྷོགས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་ན། དེའི་བྱད་པར་ལ་སྟོས་པ་གཞན་  
 དུ་མི་འཇུག་གོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ་མ་འབྲེལ་བ་རྣམ་པར་བཅད་  
 པས་བྱེ་བྲག་ཏུ་བྱས་པའི་སྤྱིར་དཔེར་ན་ནག་པ་ གཞུ་ཐོགས་  
 སོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་གྱི། དཔེར་ན་སྤིད་སྐྱབ་གཞུ་ཐོགས་  
 པ་ལྟ་བུ་འོ། ཞེས་གཞན་དང་འབྲེལ་བ་རྣམ་པར་བཅད་པས་ནི་  
 མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཆ་ནི་དེའི་ཆོས་སོ། །བྱབ་པ་ནི་དེ་ལ་བྱབ་  
 པར་བྱེད་པ་ཡོད་པ་ཁོ་ན་འཇ། ཡང་ན་དེ་ཁོ་ན་ལ་བྱབ་པར་བྱ་  
 བ་ཡོད་པ་འོ། །འདིས་རྗེས་སུ་འགྲོ་བའཇ། ལྷོག་པ་དང་ལྷོགས་  
 ཀྱི་ཆོས་རང་གི་ཚད་མ་ཇི་ལྟ་བུ་དག་གིས་ངེས་པར་བཤད་པ་  
 ཡིན་ཏེ། གཏན་ཆིགས་ཐམས་ཅད་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་

མེད་ན། བྱ་བ་པ་མི་འགྲུབ་པའི་བྱིར་རམ། ཡང་ན་བྱ་བ་པ་  
 བྱེད་པ་ལོག་ན་ལྡོག་པ་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །རྗེས་སུ་འགོ་བ་  
 དང་། ལྡོག་པ་ངེས་པ་དག་གིས་ནི། དེའི་ཆོས་བྱ་བ་པ་ངེས་པ་  
 ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ཅན་ལ། ལྷོགས་ཀྱི་  
 ཆོས་མངོན་སུམ་མམ། རྗེས་སུ་དཔག་པའི་སྒོ་ནས་རབ་ཏུ་  
 བྱ་བ་པ་ནི་ངེས་པ་སྟེ། དཔེར་ན་ལྷོགས་ན་ཏུ་བའམ། སྒྲ་ལ་  
 བྱས་པ་ཉིད་ལྟ་བུའོ། །དུ་བ་དང་བཅས་པའི་ལྷོགས་དོན་གཞན་  
 གྱིས་དཔེ་ན་པའི་ངོ་བོ་ཅན་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་ ཉིད་  
 ཏུ་མངོན་སུམ་གྱིས་མཐོང་བ་ལ། རི་ལྟར་མཐོང་བ་ཐ་དད་པའི་  
 ཡུལ་ཅན་དྲན་པ་རྟགས་ཤེས་པ་སྟེའོ། །དེ་ལ་དང་པོ་ཡུལ་ཐུན་  
 མོང་མ་ཡིན་པ་མཐོང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཁོ་ན་ཚད་མ་ཡིན་  
 ནོ། །དེ་དེ་ལྟར་མཐོང་ནས་མངོན་སུམ་གྱི་སྟོབས་གྱིས་དེ་དང་



དང་གང་གིས་ཐུན་མོང་མ་ ཡིན་པ་དེའི་ ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་  
 ཉིད་དེ་ལས་ཐ་དད་པ་མངོན་པར་བརྗོད་པ་དེ་མ་ཡིན་པ་ལས་  
 འོག་པའི་ དུལ་ཅན་གྱི་བླན་པ་སྐྱེས་པ་ནི། རི་ལྟར་ཡོངས་སུ་  
 མཐོང་བའི་རྣམ་པ་འཇིན་པའི་ཕྱིར་ཚད་མ་མ་ཡིན་ཏེ། སྒར་  
 ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་མཐོང་ནས། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའོ་ཞེས་  
 མངོན་པར་བརྗོད་པས་ནི། སྒོན་མ་རྟོགས་པའི་དོན་རྟོགས་པ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དོན་བྱེད་པ་སྐྱབ་པ་མཐོང་བེན་པའི་ཕྱིར།  
 རྣམ་པར་རྟོག་པས་ནི་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ནི་དེ་སྐྱབ་པའི་རང་གི་  
 རོ་བོ་མ་མཐོང་བ་ཡང་ རྟོགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དོན་བྱེད་  
 པ་དོན་དུ་གཉེར་བ་རྟོགས་པ་དང་ལྡན་པ་ཐམས་ ཅད་ནི་ཚད་  
 མའམ། ཚད་མ་མ་ཡིན་པ་ཚོལ་ན། སྤྱི་ནི་དོན་བྱེད་ཅུང་ཟད་  
 གྲང་མི་རུས་ཏེ། རང་གི་མཆན་ཉིད་རྟོགས་པའི་འོག་དུ་དེའི་

མཐུ་ལས་སྐྱེས་པ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཅན་གྱི་ རྣམ་པར་ཤེས་  
 པའི་གཟུང་བ་ཡིན་པས། དཔེར་ན་སྔོན་པོ་མཐོང་ནས་སྔོན་  
 པོའོ་མཐོང་ནས་སྔོན་པོའོ་སྟམ་པའི་རྣམ་པར་ ཤེས་པ་ལ་སྦྱང་  
 བ་བཞིན་ཏེ། སྔོན་པོའི་རང་གི་མཆོན་ཉིད་དེ་ཉིད་དེ་ལྟ་བུས་  
 བསྐྱབ་པར་བྱ་བ། འོན་བྱ་བ་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་དེའི་  
 བདག་ཉིད་དུ་མངོན་སུམ་གྱིས་མཐོང་བ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །དེའི་  
 རང་གི་མཆོན་ཉིད་གཟུང་བའི་འོག་ཏུ་འབྱུང་བ་སྔོན་པོ་རྣམ་  
 པར་རྟོག་པའི་ཡུལ་ གྱིས་ནི། སྔོན་པོ་འོན་གྱིས་བསྐྱབ་པར་བྱ་  
 བའི་འོན་བྱ་བ་སྐྱབ་པར་མི་བྱེད་དེ། དེ་ལྟ་བུས་ན་འོན་མ་  
 རྟོགས་པའི་ཡུལ་ཅན་ཚད་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་རང་གི་  
 མཆོན་ཉིད་མ་ རྟོགས་པ་ཞེས་བྱུང་པར་དུ་བྱའོ། །རང་གི་  
 མཆོན་ཉིད་རྟོགས་ནས་དེའི་མཐུ་ལས་སྐྱེས་པ་ཅན་རྣམ་པར་

རྟོག་པ་དེ་དང་ མཐུན་པར་བྱེད་པ་ནི་བྱ་བའི་སྒོ་ནས་དེའི་ཡུལ་  
 ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་བཏགས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ གྱི། ཚད་མ་ནི་མ་ཡིན་  
 ཉེ། དངོས་པོའི་ངོ་བོ་མ་རྟོགས་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཚད་མ་  
 རྣམ་པར་གཞག་པ་ནི་དངོས་པོ་ལ་བརྟེན་པ་ཅན་ཉིད་ཡིན་པའི་  
 སྤྱིར་རོ། །དེའི་དོན་དུ་འཇུག་པ་ནི་དོན་བྱེད་པར་རུང་བའི་  
 ཡུལ་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དངོས་པོ་ནི་དོན་བྱེད་པར་རུང་  
 བའི་མཚན་ཉིད་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །རྣམ་པར་རྟོག་པ་དེ་  
 ལས་ཀྱང་དེ་ལ་སྒྲག་པར་ཆགས་པས། དངོས་པོ་ཁོ་ན་ལ་  
 འཇུག་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཞུགས་ནས་མངོན་དང་རྣམ་པར་རྟོག་པ་  
 གྲུབ་པ་དང་བདེ་བ་མི་དད་པའི་སྤྱིར་རོ། ། གལ་ཏེ་མངོན་སུམ་  
 སྒྲ་མ་དང་སྤྱི་མ་རྣམས་སུ་འགའ་ཞིག་ལ་ཉེ་བར་སྦྱོར་བ་ཐ་མི་  
 དད་ པའི་སྤྱིར་རོ། །ཚད་མ་ཉིད་མ་ཡིན་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་

རོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ་སྐད་ཅིག་མའི་བྱེ་བྲག་གིས་བསྐྱབ་པར་བྱ་  
 བའི་དོན་དུ་འདོད་པ་ལ་གྲུབ་པ་དང་། བདེ་བ་ཐ་དད་པའི་སྤྱིར་  
 རོ། །འབྲས་བུ་ཐུན་མོང་བ་ ཟམ་གྱི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་དོན་ལ་  
 དུ་བ་གཞན་དང་གཞན་གྱིས་གཞལ་བའི་མེ་ཉེ་བ་བཞིན་  
 བོ། །འདིས་ནི་ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་དང་རྟགས་ལ་སོགས་པའི་  
 རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཆད་མའི་རྗེས་ལ་ འབྱུང་བ་ཆད་མ་ཉིད་དུ་  
 བསལ་བ་ཡིན་ནོ། །རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་ དེས་པ་ཡང་རང་བཞིན་  
 གྱི་གཏན་ཆེགས་གྱི་ནི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་དངོས་སུ་ན་  
 དེའི་ངོ་བོ་ཅན་ཉིད་ཡིན་པས། སྐྱབ་པའི་ཆོས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཅམ་དང་  
 རྗེས་སུ་འབྲེལ་པར་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ནི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་  
 ལས་བསྐྱོག་པ་ལ་གཏན་ཆེགས་གྱི་གཞོད་པ་ཅན་གྱི་ཆད་མ་  
 འཇུག་ པ་ཡིན་ཏེ་ དཔེར་ན་གང་ཡོད་པ་དེ་ནི་སྐད་ཅིག་མ་ཁོ་

ན་ཡིན་ནོ། །སྐད་ཅིག་མ་ཉིད་མ་ཡིན་ན་དོན་བྱེད་པ་དང་  
 འགལ་བའི་བྱིར་དེའི་མཚན་ཉིད་དངོས་པོ་ ཉིད་ཉམས་པར་  
 འགྱུར་བལྟ་བུའོ། །འབྲས་བུའི་ཆོག་ས་ཀྱི་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་ངོ་  
 བོ་གྲུབ་པ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟ་སྟེ་འདི་དམིགས་ན་དམིགས་པའི་  
 རིག་བྱར་གྱུར་པ་སྒྲོན་པོ་མི་དམིགས་པ་འདི་དམིགས་པ་ཡིན་  
 བོ། །རྒྱ་གཞན་དག་ཡོད་ཀྱང་འདི་མེད་ན་མེད་པའི་བྱིར། དེ་  
 ཡོད་ན་ནི་ཡོད་མེད་ན་ནི་མེད་བས། རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་ངོ་བོ་  
 ནི་མངོན་སུམ་དང་མི་དམིགས་པའི་གྲུབ་པ་ཅན་ཡིན་ཏེ། དེ་  
 གྲུབ་པའོ། །དེ་ལྟར་ན་རྒྱ་ དང་འབྲས་བུའི་ངོ་བོ་ནི་དོན་ཐ་དད་  
 པ་ཁོ་ནར་འགྱུར་ལ། གང་ན་དུ་བ་ཡོད་པ་དེ་ན་གདོན་མི་ཟ་  
 བར་མེ་ཡོད་དེ། མེ་ཡོད་ན་ཡོད་པ་ཁོ་ན་དེའི་འབྲས་བུ་ཉིད་དུ་  
 བ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །མི་དམིགས་པའི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་ངེས་

བ་ཡང་མེད་པའི་ཐ་སྙད་དམིགས་པའི་རིག་བྱར་ བྱར་བ་མི་  
 དམིགས་པ་ཙམ་ འཇིག་པའི་སྐྱབ་པ་ཅན་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་མཚན་  
 གཞན་མེད་པར་མཐོང་བའི་སྤྱིར་རོ། །ཕྱོག་པ་ངེས་པ་ཡང་  
 འབྲས་བུ་དང་རང་བཞིན་གྱི་གཏན་ཆིགས་དག་གིས་ནི་རྒྱ་དང་  
 འབྲས་ བུ་དང་ཁབ་པར་བྱ་བ་དང་། ཁབ་པར་བྱེད་པའི་ངོ་བོ་  
 བྱབ་ན་ཡུལ་བསྟར་རུང་བ་རྒྱ་དང་ཁབ་པར་བྱེད་པ་དག་མི་  
 དམིགས་ བས། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་མེད་ན་གཏན་ཆིགས་འབྱུབ་  
 པའོ། །ཡུལ་བསྟན་པ་ཅན་མེད་པར་ཉེ་བར་སྟོན་པ་ལ། དེ་ལྟ་  
 མ་ཡིན་ན་དམིགས་པའི་རིག་བྱར་མ་བྱར་བ་གང་དུ་ཡང་མེད་  
 པར་མི་འབྱུབ་པའི་ སྤྱིར་རོ། །ཡུལ་མ་བསྟན་པ་ཅན་ནི་བསྐྱབ་  
 པར་བྱ་བ་མེད་ན་མེད་པར་སྟོན་པ་ཡིན་ཏེ། འབྲེལ་པ་ཙམ་  
 བྱབ་ན་འབྱུབ་པས་དེ་ལས་ནི་ཕྱོག་པ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་མི་

དམིགས་པ་ ཡུལ་ལྟར་རུང་བ་སྟོས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །མི་  
དམིགས་པའི་ལོག་པ་ངེས་པ་ནི་དམིགས་པའི་རིག་བྱར་གྱུར་  
པ་མི་དམིགས་པ་མེད་པ་ ཉེ་བར་སྟོན་པའོ། །མཆན་ཉིད་དེ་ལྟ་  
བྱ་ཅན་དེ་ནི་རྣམ་པ་གསུམ། གཏན་ཆེགས་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་  
ཁོ་ན་སྟེ། རང་བཞིན་དང་འབྲས་བྱ་དང་། མི་དམིགས་པ་ཡིན་  
ཏེ། དཔེར་ན་འགའ་ཞིག་མི་རྟག་པ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ལ་ཡོད་  
པ་ལྟ་བུ་དང་། མེ་དང་ལྡན་པའི་སྟོགས་ལ་དུ་བ་ལྟ་བུ་དང་།  
མེད་པ་ལ་དམིགས་པའི་རིག་བྱར་གྱུར་པ་མི་དམིགས་པ་ཞེས་  
བྱ་བ་ ལྟ་བུའོ། །རྣམ་པ་གསུམ་པོ་འདི་ཁོ་ནར། མེད་ན་མི་  
འབྱུང་ངེས་སྤྱིར་རོ། །སྟོགས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་ཁྱབ་པ་རི་སྐད་དུ།  
བཤད་པ་ནི་མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་གཏན་ཆེགས་  
རྣམ་པ་གསུམ་ལས་མེད་པས་འདི་ཉིད་དུ་ངེས་པ་ཞེས་

བྱའོ། །དེ་ལ་སྐྱབ་པའི་ཆོས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཅམ་དང་ལྡན་ པ་ཅན་ནི་  
 བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ཀྱི་རང་བཞིན་གྱི་ གཏན་ཆེགས་ཡིན་  
 བོ། །ཕན་ཚུན་ལྟོག་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་ཆོས་ཐ་དད་པ་ཡིན་  
 ཡང་། དངོས་སུ་ན་གཏན་ཆེགས་ནི་རྟགས་ཅན་གྱི་རང་བཞིན་  
 ཁོ་ན་ཡིན་ལོ། །རང་བཞིན་ལ་རྗེས་སུ་འགོ་བ་འབྱུང་པ་མེད་པ་  
 ལས་མཆན་ཉིད་ལ་ གཞན་གྱི་ལུགས་ལ་ལྟོས་ནས། དེ་ཅམ་  
 དང་ལྡན་པ་ཅན་གྱིས་བྱད་པར་དུ་བྱས་སོ། །གཞན་དག་ནི་  
 འོན་གཞན་གྱི་རྒྱ་མཆན་ཅན་དེའི་ངོ་བོ་ཅམ་དང་ལྡན་པ་མ་  
 ཡིན་པའི་ཆོས་ གྲང་རང་བཞིན་དུ་འདོད་པས། བྱད་པར་གྱིས་  
 དེ་ལྟ་བུ་རང་བཞིན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ དང་། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དེ་  
 ལ་གཏན་ཆེགས་འབྱུང་པར་བསྐྱར་དེ། དཔེར་ན་འཇིག་པ་རྒྱ་  
 དང་ལྡན་པ་ལ་བྱས་པ་ལྟ་བུའོ། །དེའི་སྒྲིབ་བ་ནི་རྣམ་པར་



གཉིས་ཏེ། ཆོས་མཐུན་པ་ཉིད་ཅན་དང་། །ཆོས་མི་མཐུན་པ་  
 ཅན་གཉིས་གྱིས་སོ། །དཔེར་ན་ གང་ཡོད་པ་དེ་ཐམས་ཅད་ནི་  
 སྐད་ཅིག་མ་སྟེ། དཔེར་ན་བུམ་པ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུའོ། །སྒྲ་  
 ཡང་ཡོད་པ་ཡིན་པས་ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་སྐད་ཅིག་  
 མ་ཉིད་མེད་ན་ཡོད་པ་ཡང་མེད་པ་ཡིན་ན། སྒྲ་ནི་ཡོད་པས་  
 ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་སྟེ། རེས་སུ་འགྲོ་བའམ། ལྟོག་པས་ ཐམས་  
 ཅད་ཉི་བར་བསྐྱུས་ནས། བྱབ་པ་རབ་ཏུ་སྟོན་པའི་མཆན་ཉིད་  
 ཅན་གྱིས་ཆོས་མཐུན་པ་ཅན་དང་། ཆོས་མི་མཐུན་པ་ཅན་གྱི་  
 སྦྱར་བ་དག་ཡིན་ནོ། །འདིར་ནི་ཤུགས་ཁོ་ནས་དམ་བཅས་  
 པའི་དོན་རྟོགས་པའི་སྦྱར་དམ་བཅས་པའི་སྦྱར་བ་མི་  
 བུའོ། །གལ་ཏེ་གཞལ་བུའི་ དོན་རབ་ཏུ་མ་བསྟན་ན། དེ་ཅི་  
 ལྟར་རྟོགས་ཤེ་ན། བདག་ཉིད་གྱིས་རྟོགས་པ་ལ་གཞན་བྱ་ཉི་

བར་སྟོན་པར་བྱེད་པ་སྲུ་ཞིག་ཡོད་དེ། སྟོགས་ན་ཡོད་པའི་དུ་  
 བ་ཉི་བར་དམིགས་པས་དེ་ལ་མེས་བྱུང་པ་དྲན་ན། དེའི་མཐུ་  
 ཁོ་ནས་འདི་ན་མེ་ཡོད་དོ་སྟུམ་དུ་ཤེས་སོ། །དེ་ན་འདི་ལ་  
 འགའ་ཡང་འདི་ན་མེ་ཡོད་དོ་ཞེས་སྟོན་པར་ཡང་མི་བྱེད་ལ།  
 བདག་ཉིད་གྱིས་ཀྱང་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་རྟོགས་ཏེ། ཚད་མ་མ་  
 རྟོགས་པར་དེ་སྟར་རྟོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་མེད་པའི་སྤྱིར་  
 རོ། །རྟོགས་ན་ནི་རྟོགས་དོན་མེད་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་  
 རོ། །བདག་ཉིད་གྱིས་བབ་ཅོལ་དུ་འདི་ན་མེ་ཡོད་དོ་སྟུམ་དུ་  
 གཞལ་བྱ་རྣམ་པར་བཞག་ནས། སྤྱིས་དེ་རབ་ཏུ་སྐྱབ་པའི་ཡན་  
 ལག་གི་རྗེས་སྲུ་འབྲང་དོ་སྟུམ་ན། རྟོགས་པའི་རིམ་པ་འདི་ནི་  
 ཅི་ཞིག་ཡིན། དེ་གཞན་གྱིས་བརྗོད་ན་ཡང་དགོས་པ་མེད་པའི་  
 སྤྱིར་ཆ་ཅུང་དོ། །གལ་ཏེ་དགོས་པ་ཡུལ་བསྟན་པ་ ཡིན་ནོ་ཞེ་

ན། རེ་ཞིག་བསྟན་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཅི་ཞིག་པན། གལ་ཏེ་གཞན་  
 ཏུ་ན་རྟོགས་པར་མི་འགྱུར་ན་ནི། ཐམས་ཅད་ལེགས་པར་  
 འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་འདིས་བདག་ཉིད་ཀྱིས་རྟོགས་པ་ན།  
 ཡུལ་ཉེ་བར་འགོད་པ་འགའ་ཡང་མེད་པར་རྟོགས་ལ། ཁོ་བོ་  
 རོན་ཏུ་གཉེར་བ་མཐོང་ནས། ཏུས་སྟོན་གྱི་བྲམ་བེ་བཞིན་ཏུ།  
 གསལ་བར་རྒྱ་བ་སྒྲུགས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །ཁོ་བོས་  
 བརྗོད་ཀྱང་བདག་ཉིད་གྲུབ་ཟིན་པའི་རྟགས་ཁོ་ནའི་རྗེས་སུ་  
 འབྲངས་ན་ རྟོགས་པར་འགྱུར་བས་གནས་སྐབས་འདི་གཉིས་  
 ལ་བྱད་པར་ཅི་ཞིག་ཡོད། དམ་བཅའ་བ་སྟོས་པ་མེད་པར་ཡང་  
 རྟོགས་ཀྱི་ཆོས་དང་འབྲེལ་བ་སྟོས་པ་ཙམ་གྱིས་རྟོགས་པ་  
 ཡང་མཐོང་བའི་ཕྱིར་དེ་དགོས་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད། རང་ལ་ངེས་པ་  
 བཞིན་ཏུ་གཞན་དག་ལ་ངེས་པ་བསྐྱེད་པར་འདོད་པའི་ཕྱིར་

སྐྱབ་པ་ཞེས་ བྱའོ། །དེ་ལ་འདི་དག་ཉིད་གྱིས་གཞལ་བྱ་ཉི་བར་  
 བསྟན་པ་མེད་པར་ཡང་རྟོགས་ལ། གཞན་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་  
 བྱེད་པ་ན། རོན་གྱི་རིམ་པ་སྟོན་མ་བྱུང་བ་མ་བསྟན་ཏི་ཞེས་བྱ་  
 བ་འདི་ལ་རྒྱ་ཅི་ཞིག་ཡོད། དེ་ལྟ་བུས་ན་གཞན་དུ་ན་ཡང་  
 རྟོགས་པ་སྐྱེ་བའི་བྱེད། གཞལ་བྱ་སྟོས་པ་ནི་ཅུང་ཟད་ཀྱང་  
 ཀྱང་མི་དགོས་སོ། །འདིས་ནི་ཉི་བར་གཏོད་པ་དང་། མཇུག་  
 སྐྱད་པ་ལ་སོགས་པ་ཡང་སྤངས་པ་ཡིན་ཏེ། སྦྱར་བ་འདི་ཙམ་  
 ཁོ་ནས་རྟོགས་པར་བརྟུབ་པའི་བྱེད་རོ། །རེ་ཞིག་ཁ་བྱའི་  
 ཆགས་པ་ཡོངས་སུ་བོར་ལ་མིག་ཚུམས་ཏེ། ཅི་འདི་ཙམ་གྱིས་  
 རྟོགས་པར་བརྟུབ་བམ། འོན་ཏེ་མི་བརྟུབ་ཅེས་ སོམས་  
 ཞིག །བརྟུབ་པ་ལྟར་ན་ནི་སྟོས་པའི་བྲེང་བས་ཅི་ཞིག་བྱ།  
 སྐྱབ་པའི་ཆོག་ལ་སྦྱར་བ་འདི་ཙམ་ཁོ་ན་ཞིག་སྦྱར་བར་

བྱའོ། །འདི་ལ་ཡང་སྤྱོད་གས་ཀྱི་ཆོས་དང་འབྲེལ་བ་སྒྲོས་བ་དག་  
གི་རིམ་བ་ངེས་བ་ནི་འགའ་ཡང་ མེད་དེ་ངེ་ལྟར་ཡང་ཉོག་གས་  
བར་བྱེད་པའི་བྱུར་རོ། ། འབྲེལ་བ་སྒྲོས་བ་ལ་ཡང་སྒྱུར་བ་  
འབའ་ཞིག་ཐ་དད་བར་ ཟད་དེ། གཉི་ག་ལྟར་ཡང་ཆོས་ཐ་དད་  
ཀྱང་དེའི་ངོ་བོ་ཁོ་ན་སྟོན་པའི་བྱུར་རོ། །དེའི་རང་བཞིན་མ་  
ཡིན་བ་ཡོད་ན་གཞན་ཡོད་པར་ངེས་བ་མེད་དེ། བྱས་བ་ཉིད་  
ཡོད་ན་བརྩལ་ནས་འབྱུང་བའི་ཆོས་ཉིད་བཞིན་ནོ། །དེའི་རང་  
བཞིན་མ་ཡིན་བ་ལོག་ན་ཡང་འབྲས་བུ་མ་ཡིན་བ་དེ་ལྷོག་བ་  
མེད་དེ། དཔེར་ན་ཆོས་འདི་གཉིས་ཁོ་ན་བསྒྲོག་བ་བཞིན་  
ནོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་དང་ལྷོག་བ་དག་ལས་  
མཚན་ཉིད་ངེ་ལྟ་བ་གཅིག་རབ་ཏུ་ སྒྱུར་བས་ཀྱང་གཉིས་བ་  
འཕེན་པས་སྒྱུབ་པའི་ཆོག་གཅིག་ལ་གཉི་ ག་སྒྱུར་བར་མི་

འདོད་དེ། དོན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་རང་བཞིན་ཡིན་པ་ཉིད་  
 གྱིས་རྗེས་སུ་འགོ་བ་གྲུབ་ན། དེ་མེད་ན་མེད་པ་འགྲུབ་པའི་  
 ཕྱིར་ལ། དེ་མེད་ན་མེད་པ་གྲུབ་ན་དེའི་རྗེས་སུ་འགོ་བ་གྲུབ་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །ཕྱོག་པ་སྦྱར་བ་ནི། རི་ལྟར་ན་དེ་མེད་པ་ཁོ་ན་  
 ལ་མེད་པ་ཡིན་པར་སྟོན་པར་འགྱུར་བ་སྟེ། གཞན་ལ་ཡང་མ་  
 ཡིན་ལ་འགལ་བ་ལ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ངེས་པར་བསྟན་པའི་  
 དོན་དུ་ཡང་ངེས་པ་མ་ཡིན་ ཏེ། གཞན་དང་འགལ་བ་དག་གྱང་  
 མི་མཐུན་པའི་ཕྱོགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་གིས་ན་རྗེས་སུ་  
 འགོ་བ་དང་ཕྱོག་པ་དག་ཏུ་འགྱུར་བ་ཡོད་པ་གཤོན་མི་བྱ་བར་  
 འཇིག་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་ན་ ཞེས་བྱ་བ་འདི་རི་ལྟར་ཁོང་དུ་  
 ཟུང་ཅེ་ན། འཇིག་པའི་རྒྱ་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དངོས་པོ་  
 རྣམས་ནི་རང་གི་ངོ་བོ་ཁོ་ཁོ་ནས་འཇིག་པ་ཡིན་གྱི་གྲུབ་པ་རྣམས་

གཞན་ལས་ འཇིག་པ་འབྱུང་བ་འདི་ནི་མེད་དེ། དེ་ལ་རྒྱས་པ་  
 མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །འཇིག་པའི་རྒྱས་དངོས་པོའི་རང་གི་ངོ་བོ་  
 ཁོ་ན་བྱེད་པ་ ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་གྲུབ་ཟེན་པའི་སྤྱིར་རོ། །ངོ་བོ་  
 ཉིད་གཞན་ཞིག་བྱེད་ན་ཡང་དངོས་པོ་དེའི་སོ་ན་འདུག་པ་ལ་  
 ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་ བྱེད་པས། དེ་བཞིན་དུ་དམིགས་པ་ལ་  
 སོགས་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །ངོ་བོ་ཉིད་གཞན་ནི་འདིའི་  
 སྤྱིབ་པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་སོ་ན་འདུག་ན་དེ་ལ་སྤྱིབ་པར་ཡང་ མི་  
 ཅུང་བའི་སྤྱིར་རོ། །འཇིག་པའི་རྒྱས་དངོས་པོ་མེད་པར་བྱེད་  
 པར་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། མེད་པའི་ཚུལ་དུ་ཁས་ལེན་ན་ཐ་དད་པ་  
 དང་། ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་པར་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ལས་མ་འདས་  
 པའི་སྤྱིར་རོ། །དངོས་པོ་དགག་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་གཅིག་ཡིན་ན་  
 ནི། དངོས་པོ་མི་བྱེད་ཅེས་བྱ་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟ་ན་བྱེད་པ་

ཐོ་མ་ཡིན་པ་ནི་རྒྱ་ཉིད་མ་ཡིན་པས་འཇིག་པའི་རྒྱ་འགའ་ཡང་  
 མེད་དོ། །དོན་མེད་པའི་ཡང་སྤྱིར་ཏེ། གལ་ཏེ་དངོས་པོ་རང་གི་  
 རོ་བོས་འཇིག་པ་ཡིན་ན། དེ་ལ་འཇིག་པའི་རྒྱ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་  
 དགོས་ཏེ། དེའི་རོ་བོ་ཉིད་ཡིན་པ་ཁོ་ནས་བདག་ ཉིད་འཇིག་  
 པའི་སྤྱིར་རོ། །གང་ཞིག་གང་གི་རོ་བོ་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་ནི་རང་གི་  
 རྒྱ་ཁོ་ན་ལས་སྐྱེ་བ་ན་དེ་ལྟ་ བྱར་འགྱུར་གྱི། དེ་རོ་བོར་བྱ་བ་  
 ལ་རྒྱ་གཞན་ལ་ནི་མི་སྟོས་ཏེ། གསལ་བ་དང་། གཤེར་བ་  
 དང་། རྩོ་བ་དང་། སྤྲ་བ་ལ་སོགས་པའི་རྣམས་དང་  
 འབྲེལ། །གསལ་བ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་གི་ བདག་ཉིད་དུ་བྱུང་  
 བ་རྣམས་ནི་ཡང་གསལ་བ་ལས་རོ་བོར་བྱ་བའི་སྤྱིར། རྒྱ་  
 གཞན་ལ་མི་སྟོས་ཏེ། དེའི་བདག་ཉིད་ལ་དེའི་བདག་ཉིད་མེད་  
 ན་བདག་ཉིད་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་དང་འབྲེལ་བར་



གལ་ཏེ་མི་གནས་པའི་ཆོས་ཅན་ཞིག་ཡིན་ན་ནི། རོ་བོ་ཉིད་  
 གྱིས་གྲུབ་པ་ཡང་ དེའི་བདག་ཉིད་དུ་བྱ་བའི་ཕྱིར་རྒྱ་གཞན་ལ་  
 མི་ལྟོས་སོ། །གལ་ཏེ་ས་བོན་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་མ་ངེས་པ་  
 ཡིན་ནོ་སྙམ་སྟེ། འདི་སྙམ་དུ་ས་བོན་ལ་སོགས་པ་སྟུ་གྲུ་ལ་  
 སོགས་པ་བསྐྱེད་པའི་རང་བཞིན་ཡང་། ཅུ་ལ་སོགས་པ་རྒྱ་  
 གཞན་ལ་ལྟོས་པའི་ཕྱིར་འབའ་ཞིག་གིས་ནི་ སྐྱེད་པར་མི་བྱེད་  
 རོ། །དངོས་པོ་འཇིག་པ་ཡང་དེ་དང་འདྲ་བར་འགྱུར་རོ་སྙམ་དུ་  
 སེམས་ན་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་རོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་ལ། སྐྱེད་  
 པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པ་ཡང་དེའི་རོ་བོ་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་གནས་སྐབས་དེ་གཉིས་པོ་ཐ་དད་པར་  
 ངེས་ཏེ། དངོས་པོ་ རྣམས་ཀྱི་རོ་བོ་ཉིད་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་ཉིད་  
 མེད་པས། དེའི་རོ་བོ་ཉིད་ནི་ཕྱིས་བཞིན་དུ་སྒྲོན་པོ་ཡང་སྐྱེད་

བར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ རོ། །དེ་ལྟ་བུ་བས་ན་གནས་  
 སྐབས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ཐ་མ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་སྤྱ་གྲུ་ལ་སོགས་པ་  
 སྐྱེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །སྒྲོན་གྱི་གནས་སྐབས་ན་ ཡོད་  
 བའི་བྱེ་བྲག་རྣམས་ནི་རྒྱའི་རྒྱུད་ཉིད་ཡིན་པས་མ་ངེས་པ་ཉིད་  
 ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུ་བས་ན་དངོས་པོ་སྐད་ཅིག་མ་རྣམས་ལ་གཞན་  
 དང་གཞན་སྐྱེ་བས་གཅིག་པ་ཉིད་མེད་ བའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་  
 ཐ་མ་དག་རྒྱས་པ་ཡིན་ན་ཅིའི་ཕྱིར་སྐྱེད་པར་མི་བྱེད་ཅེ་ན།  
 སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ཁོ་ནའོ། ། འདི་ལ་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་མེད་དེ་  
 ངོ་བོ་ཉིད་བསྒྲེག་ པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་སྒྲོན་ཅིག་བྱེད་  
 བ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་རྒྱས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་པ་ལ། གཞན་  
 གྱི་ཉི་བར་སྒྱུར་བ་ཅི་ཞིག་དགོས་ཤེ་ན། དངོས་པོ་རྣམས་ལ་ནི་  
 གང་གིས་ན་འདི་གཅིག་སྤུས་ཀྱང་རྒྱས་ན་བདག་གིས་ཅི་

ཞིག་བྱ་ཞེས་གཞན་དག་ལྟོག་པར་འགྱུར་བ་རྟོག་པ་སྟོན་དུ་  
 གཏོང་ཞིང་བྱེད་པ་ཅན་དག་ བེ་འགའ་ཡང་མེད་པ་ཁོ་ན་སྟེ།  
 སེམས་པ་མེད་པར་བྱེད་པ་ཅན་རང་གི་རྒྱ་ཡོངས་སུ་གྱུར་པས་  
 འདུ་བའི་ཆོས་ཅན་དག་ ཡིན་ལ། དེའི་རང་བཞིན་ལས་དེ་ལྟ་  
 བུར་འགྱུར་བ་ལ་སྐྱོན་ཀ་བཙལ་བར་ འོས་པ་མ་ཡིན་  
 བོ། །གལ་ཏེ་རྒྱས་པ་དག་ཅིའི་ཕྱིར་གཞན་དང་གཞན་སྦྱེད་  
 པར་མི་བྱེད་ཅེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ་དེ་ཁོ་ན་ལ་རྒྱས་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །གཅིག་ཕུ་དེ་ཉིད་བསྦྱེད་པར་བྱ་བར་རྒྱས་ཀྱི། གཞན་ལ་  
 བེ་མ་ཡིན་པས། གཞན་དང་གཞན་སྦྱེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་  
 ཏེ་མིག་ལ་སོགས་པ་ ལྟན་ཅིག་བྱེད་པ་ངོ་བོ་ཉིད་ཐ་དད་པ་  
 དག་ལས་འབྲས་བུ་གཅིག་སྦྱེ་ན་རྒྱུའི་བྱེ་ བྲག་ལས་འབྲས་  
 བུའི་བྱེ་བྲག་ཏུ་མི་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ་བདག་ཉིད་ངེ་ལྟ་

བའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་བྱེ་བྲག་གིས་དེའི་བྱུང་པར་ལ་ཉེ་བར་སྦྱར་  
 བའི་ཕྱིར། དེའི་ཉེ་བར་སྦྱར་བས་བྱ་བའི་བྱུང་པར་འཆོལ་བ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དཔེར་ན་འཇི་བའི་གོང་བྱ་དང་། རྩ་མཁན་  
 དང་སྦྱང་བ་ལ་སོགས་པ་དག་ལས་བྱམ་པར་འགྱུར་བ་ལ།  
 འཇི་བའི་གོང་བྱ་ལས་ནི་འཇི་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་ཤིང་ལ་  
 སོགས་པ་ལས་གཞན་པའི་ ངོ་བོ་ཉིད། རྩ་མཁན་ལས་ནི་འཇི་  
 བའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་དབྱེ་བས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་གི་བདག་  
 ཉིད་ཀྱིས་དེ་ལས་གཞན་པ་དག་ལས་ཐ་དད་པ། སྦྱང་བ་ལས་  
 ནི་འཇི་བ་དང་དབྱེ་བས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་གི་བདག་ཉིད་ཅན་དེ་ཉིད་  
 འཁོར་ལོ་ལ་སོགས་པ་ལས་རྣམ་པར་བྱེ་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་  
 འགྱུར་བ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་རྩ་མཁན་ལས་ནི་འཇི་བའི་ངོ་བོ་  
 ཉིད་མ་ཡིན་ལ། འཇི་བ་ལས་ཀྱང་དབྱེ་བས་ཀྱི་ བྱེ་བྲག་མ་

ཡིན་ནོ། །དེ་གཉིས་ཀྱི་རྒྱས་པའི་བྱེ་བྲག་གི་ཡུལ་ཐ་དད་ཀྱང་  
 དེས་བསྐྱེད་པའི་བྱེད་པར་གྱི་བྱེ་བྲག་གི་འབྲས་བུའི་ངོ་བོ་ཉིད་  
 དེ་ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འཇི་བ་དང་དབྱིབས་དག་པམ་ཚུན་གྱི་  
 བདག་ཉིད་ཅན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས། དེ་གཉིས་དབྱིབས་དང་  
 འཇི་བའི་ངོ་བོ་དག་ཏུ་མི་སྒྲུང་བར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་སྤྱར་  
 རོ། །གལ་ཏེ་ཡོན་ཏན་དབྱིབས་ནི་རྩལ་ལས་གཞན་པ་ཁོ་ན་  
 ཡིན་ཏེ། དེས་ན་རྩལ་ཁན་དང་། འཇི་བའི་ཉེ་བར་སྦྱར་བའི་  
 ཡུལ་ངོ་བོ་ཉིད་ཐ་དད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་འདི་ལས་བཤའ་བྱེད་  
 ཏོ། །གཞན་ཡང་འཇི་བ་ལ་དབྱིབས་ཐ་དད་པ་ཞིག་ཡིན་ན། རྩལ་  
 ཁན་གྱིས་ཅིའི་སྤྱར་ལོགས་ཞིག་ཏུ་མི་བྱེད། གལ་ཏེ་ཡོན་  
 ཏན་ནི་རྩལ་གྱིས་གཞན་གྱི་དབང་ཡིན་པས་ལོགས་ཞིག་ཏུ་མི་  
 བྱེད་དོ། །གལ་ཏེ་རང་བཞིན་གྱི་རྩལ་དེ་དབྱིབས་དེའི་རྟེན་གྱི་

བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་པའམ། དབྱིབས་དེ་དེ་ལ་རག་ལས་པའི་  
 བདག་ཉིད་ཅན་ཞིག་ཡིན་ན། རྩ་མཁན་ལ་སྟོས་ཅི་དགོས་ཤེ་ན་  
 མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལས་པན་ཚུན་འབྲེལ་དུ་རུང་བ་ཉིད་ཐོབ་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ཏེ་དངོས་པོའི་ཆོས་ཉིད་རུང་བ་ཁོ་  
 ནས། སྟོན་ཡང་འཇི་བའི་གོང་བུ་དབྱིབས་ཀྱི་བྱང་པར་དང་  
 འབྲེལ་དུ་རུང་བ་ཉིད་གཅིག་ཡིན་ ན་ནི་དབྱིབས་ཀྱི་བྱབ་པ་  
 དང་འབྲེལ་པའི་བྱང་ པར་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟ་ཡིན་  
 ན་ནི་འོ་ན་རྩ་མཁན་ལས་འབྱུར་བས་  
 འདི་གཉིས་ རོ་བོ་ཉིད་ཐ་དད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །ཐ་དད་པ་  
 ཡིན་ན་ནི། སྒྲ་མ་བཞིན་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །རེ་  
 ཞིག་རོ་བོ་ཉིད་གཅིག་པ་ཉིད་ལ་ཡང་རྒྱུན་དུ་མས་པར་དུ་བྱ་བ་  
 འགའ་ཡོད་པས། འཇི་བ་དང་དབྱིབས་དག་རོ་བོ་ཉིད་གཅིག་ཏུ་

བསྐྱབ་པར་མི་འདོད་དོ། །དེས་ན་དངོས་སུ་འབྲས་སུ་ངོ་བོ་  
 ཉིད་གཅིག་པ་ཉིད་ཡིན་ཡང་། ལྷན་ཅིག་བྱེད་པའི་རྒྱུན་དག་ཉི་  
 བར་སྦྱོར་བའི་ཡུལ་གཅིག་པ་ཅན་མ་ཡིན་ན། རི་ལྷར་འདིར་  
 རྒྱ་ཐ་དད་པའི་ཉི་བར་སྦྱོར་བའི་ཡུལ་གཅིག་པ་ ཅན་མ་ཡིན་  
 བོ། །རི་ལྷར་འདིར་རྒྱ་ཐ་དད་པའི་ཉི་བར་སྦྱོར་བའི་ཡུལ་ཐ་དད་  
 པའི་བྱིར་འབྲས་བྱ་ གཅིག་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ། མིག་ལ་  
 སོགས་པ་ལ་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྦྱེ་བ་ལ་ཡང་རིག་པར་  
 བྱ་སྟེ། འདི་ལྷར་མཚུངས་པ་དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུན་ལས་ནི་མིག་  
 གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དམིགས་པའི་བདག་ཉིད་ཡིན་ལ་  
 དམིགས་པའི་བདག་ཉིད་མིག་གི་དབང་པོ་ལས་ནི་གཟུགས་  
 འཛིན་དུ་རུང་བ་ཉིད་དུ་སོ་སོར་ངེས་པ་ཡིན། ཡུལ་ལས་ནི་དེ་  
 དང་འབྲ་བའི་ངོ་བོ་ཅན་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །དངོས་སུ་

འབྲས་བུ་ཐ་དད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་ཡིན་ཡང་། རྒྱུ་འདྲི་ངོ་བོ་ཉིད་ཐ་  
 དད་པ་དག་ལས་བྱུང་པར་ཐ་དད་པ་ཁོ་ན་དག་ཏུ་འགྱུར་བས།  
 རྒྱུ་ཐ་དད་པ་ཡིན་ཡང་དེས་བྱ་བའི་བྱུང་པར་ཐ་མི་དད་པ་ཡིན་  
 བོ། །རྒྱུ་འདྲི་རྒྱས་པ་ཐ་དད་པ་དེ་དག་ཁོ་ན་སྐད་ཅིག་པ་ཡིན་པའི་  
 བྱེད། བདག་ཉིད་ངེ་ལྟ་བ་བཞིན་སོ་སོའི་བྱུང་པར་ཅན་གྱི་  
 འབྲས་བུ་སྐྱེད་པར་རྒྱས་པ་ཆོད་པ་ མེད་པ་ཉིད་དུ་ཉེ་བར་  
 གནས་པ་ནི་ཆོག་པས་པའི་འབྲས་བུ་འདྲི་ངོ་བོ་ཉིད་གནས་པའི་  
 གཞི་དག་ཡིན་ཞེས་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟར་དེ་ནི་དེ་མཐའ་དག་ལས་  
 དམིགས་པའི་བདག་ཉིད་དང་། གཟུགས་འཛིན་པར་སོ་སོར་  
 དེས་པ་དང་། ཡུལ་དང་ངོ་བོ་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་སོ་སོའི་བྱུང་པར་  
 ཅན་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་གཅིག་སྐྱེས་སོ། །གལ་ ཉེ་རྒྱས་པ་འགོག་པ་  
 མེད་པ་འབྲས་བུ་མཐུག་ཐོགས་པ་སྐད་ཅིག་པ་བྱུང་པར་དུ་



བོགས་ དབྱང་དུ་མེད་པ་དག་གི་རྒྱུ་རྣམས་ལ། སན་ཚུན་  
 ལྷན་ཅིག་བྱེད་པའི་དོན་ཅི་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། ལྷན་ཅིག་བྱེད་པ་  
 རི་ཐམས་ཅད་དུ་བོགས་འབྱེན་པ་སྐྱེད་པ་འབའ་ཞིག་ཀྱང་མ་  
 ཡིན་ནོ། །འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། མང་པོ་དག་དོན་གཅིག་བྱེད་པ་གང་  
 ཡིན་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ཆོགས་ཐ་མ་ལྷ་བུ་འོ། །འདི་ཉིད་  
 དངོས་སུ་ལྷན་ཅིག་བྱེད་པ་རྣམས་ཀྱི་ལྷན་ཅིག་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ།  
 ཐ་མ་དེ་ཉིད་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྐད་ཅིག་མ་དེ་ལ་ངོ་བོ་  
 ཉིད་གཅིག་ལ་དབྱེ་བ་མེད་པས་བྱེད་པར་དུ་བྱ་བར་མི་རུས་  
 པའི་ཕྱིར་ཏེ། བྱེད་པར་འབྱུང་བའི་མཆན་ཉིད་ནི། རོ་བོ་ཉིད་  
 གཞན་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །རོ་བོ་ཉིད་གཞན་འབྱུང་ན་ནི་ཐ་  
 མར་མི་འགྱུར་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་མདོན་སུམ་གྱི་རྒྱར་མི་འགྱུར་  
 རོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་ལྷན་ཅིག་བྱེད་པ་རྣམས་ལས་རྒྱུའི་བྱེད་པར་

འབྱུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །གང་དག་ལ་སྒྲོན་དང་བྱིས་དང་ཐ་དད་  
 པའི་ རོ་བོ་མེད་པ། གང་གི་མཐུག་ཐོག་སྤྱི་འབྲམ་བྱ་འབྱུང་  
 པའི་རྒྱུ་ཐ་མ་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་རྒྱས་པར་ སྐད་ཅིག་པ་དེ་དག་  
 ལྟན་ཅིག་སྐྱེ་སྐྱེ། དེ་ལ་བྱ་བ་གཅིག་པ་ཁོ་ན་ལྟན་ཅིག་བྱེད་པ་  
 ཉིད་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་རྒྱས་པ་དེ་དག་ག་ལས་བྱུང་ཞེ་ན། རང་  
 གི་ངག་ལས་སོ། །གལ་ཏེ་དེ་དག་གིས་འདི་རྒྱུན་གཞན་ དང་  
 ཉེ་བ་མེད་པ་ཁོ་ནར་ཅི་སྟེ་མི་སྐྱེད་དེ་རེས་འགའ་གཞན་དུ་ཡང་  
 འབྱུང་རོ། །དེའི་བྱིར་ལ་ལར་གཅིག་བྱས་ཀྱང་སྐྱེ་བར་འབྱུང་  
 རོ་ཞེ་ན། འདུ་བྱེད་རྒྱ་མ་གཞན་དང་གཞན་གྱི་རྒྱུན་དང་ལྟན་  
 པས། སྐད་ཅིག་མ་རེ་རེ་ལ་རྒྱས་པ་ཐ་དད་པ་ཅན་དག་འགའ་  
 ཞིག་གིས་མཚུངས་པས་རོ་བོ་འདྲ་བར་ཤེས་མོད་ཀྱི། དེ་ལ་  
 འདི་དག་གི་རོ་བོ་ཉིད་ཐ་དད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། དེས་ན་འགའ་

ཞིག་ཁོ་ན་འགའ་ཞིག་གི་རྒྱ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་གཟུགས་དང་  
 དབང་པོ་ལ་སོགས་པའི་ཆོགས་ཡུལ་ཆོད་པ་མེད་པ་ལ་  
 སོགས་པ་དང་ལྡན་པ་ ཅན་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི། རྣམ་པར་ཤེས་  
 པ་སྐྱེད་པར་རུས་པའི་རྒྱ་ཡིན་ནོ། ། དེ་དག་པན་ཚུན་ཉེ་བར་  
 འགོ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཉེན་རྒྱུན་གྱི་བྱང་པར་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་  
 དེའི་རྒྱ་སྐྱེད་པར་རུས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་ཀྱང་སྡོན་ཡང་མེད།  
 བྱིས་ཀྱང་མེད། སོ་སོ་ན་ཡང་མེད་པས་རུས་ཀྱང་སྡོན་དང་  
 བྱིས་ཀྱང་སོ་སོ་ན་ཡོད་པ་ལས་འབྱུང་བའི་ ཉེས་པ་དག་གིས་  
 མི་གོས་སོ། །དེ་དག་ན་འདི་དག་པན་ཚུན་ཉེ་བར་འགོ་བ་ལ་  
 སོགས་པའི་རྒྱ་གང་ཡིན་པ་དེ་རུས་པའི་རྒྱ་ཡིན་པས། དེ་ལ་  
 རྣམ་ཡང་གཞན་དུ་འབྱུང་བ་མེད་དོ། །ཚུལ་འདིས་ཐམས་ཅད་  
 ལ་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་ངོ་བོ་སོ་སོར་ངེས་པ་ཁོང་དུ་རྒྱད་པར་

བྱའོ། །དངོས་པོའི་རྒྱས་པ་སྐད་ཅིག་མ་རེ་རེ་ལ་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་  
 བྱེ་བྲག་གཞན་དང་གཞན་ ཀྱི་རྗེས་སུ་འགོ་བ་ཅན་དག་ལ་ཡིན་  
 ཀྱི་དངོས་པོ་བསྟན་པ་གཅིག་ཕྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ ཅན་དག་ལ་ནི་མ་  
 ཡིན་ཏེ། ངོ་བོ་ཉིད་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་མེད་པས་རྒྱས་པ་དང་མི་  
 རྒྱས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དག་ལ་བྱེད་པ་དང་མི་བྱེད་པ་མི་རུང་བའི་  
 ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་སྟན་ཅིག་བྱེད་ཀྱི་འགའ་ཞིག་ནི་མ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེ་ན། ཅི་འབའ་ཞིག་ གིས་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པར་རྒྱས་སམ།  
 མི་རྒྱས་སོ། །ཅིའི་ཕྱིར་མི་བསྐྱེད། མི་བསྐྱེད་ན་ངེ་སྟར་རྒྱས།  
 གལ་ཏེ་ཐ་ག་ལ་སོགས་པ་རས་ཡུག་ལ་སོགས་པ་བྱ་བར་  
 རྒྱས་མོད་ཀྱི། ཐམས་ཅད་དུ་ནི་མི་བྱེད་དོ་ཞེ་ན། བཙེ་བའི་དང་  
 ཚུལ་ཅན་སྟུན་པོ་ནམས་དགའ་བ་སྐྱེད་དེ་བར་བསྐྱེད་པ་ནི་  
 བྱས་ཤིང་ བྱས་ བ་ལ་ཡང་དང་ཡང་བྱེད་དུ་གཞུག་སྟེ། འདི་

ལྟར་འདི་ནི་ས་བོན་ལ་སོགས་པ་ཉི་བར་འགོད་པར་དབྱུང་བེན་  
 ཏོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་ངོ་བོ་ཉིད་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །དེའི་ཆོས་ཅན་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་དེ་ལྟ་བུ་ནི་ཐ་མའི་གནས་  
 སྐབས་བཞིན་དུ་བསྒྲེག་ཏུ་མི་རུང་ངོ་། །ཐ་མའི་གནས་སྐབས་  
 ན་སྔོན་རྒྱས་པ་མེད་པ་ལས་རྒྱས་པ་སྐྱེ་ན། རྒྱས་པ་དེའི་ངོ་བོ་  
 ཉིད་ཡིན་ན་ནི། སྔོན་མེད་པ་སྐྱེ་བ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །དེའི་ངོ་བོ་  
 ཉིད་མ་ཡིན་ན་ནི་བྱེད་པ་པོ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དེ། རྒྱས་པ་ཞེས་བྱ་  
 བའི་དངོས་པོ་ལས་འབྲས་བུ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་རེ་  
 ཞིག་དེ་ཉིད་ལྟན་ཅིག་བྱེད་པ་མཐའ་ དག་དང་ལྟན་པ་འབྲས་བུ་  
 རི་སྟེ་སྟེད། བསྐྱེད་པ་མཐོང་སྟེ། དེས་ན་བསྐྱེད་དོ་ཞེས་  
 སྒྲུའོ། །མཐུ་ཆེན་པོ་ཅན་གྱི་མཐོང་བ་དངོས་པོ་དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་  
 མ་ཡིན་པ་དག་ཀྱང་། རང་གི་ངོ་བོ་ཅམ་གྱིས་བྱ་བ་སྣ་ཆོགས་

བ་རྣམས་ལ་སྒྱུར་བ་ནི་རྣམས་པ་ཆེན་པོ་ཅན་ཡིན་ནོ། །བརྒྱ་  
 ཞིག་ལ་འགའ་ཞིག་ངེ་ཞིག་ ལྟར་འདིར་སྤྱོད་ཀྱི་མཐོང་བའི་  
 ལམ་ལས་འདས་ན། ཀྱེ་མ་མི་སྦྱེད་པའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་  
 མེད་པ་ཅན་དུ་འགྱུར་བས་བསམ་པ་འདི་ནི་སེམས་ལ་གཏུང་  
 རོ། །ཁོ་བོ་ནི་དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་ལས་བདག་གིས་  
 མཐོང་བས་འབྲས་བུ་བསྦྱེད་དོ་ ཞེས་མི་བེར་རོ། །འོ་ན་ཅི་ཞེ་  
 བ་དེ་དག་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་སྦྱེད་པའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་ལ། དེ་  
 དག་མཐོང་ན་འདི་དག་ནི་སྦྱེད་པ་པོ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་ཞེས་  
 བར་བཅད་དོ། །འདི་ཡང་ཡོད་པར་བདེན་ན་དེ་དག་འབྲས་བུ་  
 བསྦྱེད་པའི་ཆོས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་པ་དེས་ན། རྒྱུ་མཐའ་དག་  
 དང་ལྡན་པ་རྣམས་མ་བསྦྱེད་པར་བཏང་སྟོམས་སུ་འཁོད་དོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཅི་དེ་དག་གི་མི་སྦྱོད་པར་བསྦྱེད་

པའི་ཆོས་ཅན་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་དེ། ཐ་མའི་གནས་སྐབས་དེ་ཁོ་  
 ནའི་ཆེ་འབྱུང་ངམ། འོན་ཏེ་སྒྲིན་ཡང་ཡོད་དེ་མ་ཉམས་མ་བྱུང་  
 བ་བརྟན་པ་གཅིག་ཕྱའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཅན་ནམས་ལ་ངོ་བོ་ཉིད་  
 འགའ་མེད་བ་འགལ་བའི་སྤྱིར་རོ། ། དེ་ནི་ཅི་དེ་མ་ཡང་ཡིན་  
 མོ་གཤམ་ཡང་ཡིན་ནམ། མི་སྒྲིད་པར་སྒྱེད་པའི་ཆོས་ཀྱི་ངོ་བོ་  
 ཉིད་ཀྱང་ཡིན་ལ། མི་སྒྱེད་པ་ཡང་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲིས་པ་འདིའི་  
 དོན་ཅི་ཡིན། གཤམ་ཏེ་དེའི་ངོ་བོ་ནི་སྟན་ཅིག་པ་ཡིན་གྱི། འབའ་  
 ཞིག་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། འོ་ན་ནི་འབའ་ཞིག་ཀྱང་གཞན་ལ་  
 སྟན་ཅིག་པ་ཡང་གཞན་ཡིན་ཏེ། དངོས་པོ་ཐ་དད་པའི་མཚན་  
 ཉིད་ནི། ངོ་བོ་ཉིད་ཐ་དད་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །སྟན་ཅིག་པ་  
 ཉིད་ཡིན་ཡང་གཞན་གྱི་ངོ་བོས་བྱེད་པ་པོ་ནི་མ་ཡིན་ལ།  
 འདིའི་རང་གི་ངོ་བོ་ནི་སྒྲིན་ཡང་དེ་ཁོ་ནར་བད་ན། ཇི་ལྟར་

རེས་འགའ་སྐྱེད་པ་དང་འབྲུལ། གང་གི་དངོས་པོ་སྐྱད་ཅིག་པ་  
 ཡིན་པ་དེའི་ལྟར་ན་ཡང་ངེས་པར་འབྲུལ་ཞིག་གིས་མི་སྐྱེད། གཤམ་  
 ཏེ་ཡིན་ན་ནི་སྐྱེད་པ་ཁོ་ནའོ། །མ་ཡིན་ན་སྐྱད་ཅིག་མ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །ངེས་པར་བྱ་ཞིག་བསྐྱེད་པ་ནི་བཤའ་བེན་ཏེ། སྐྱད་  
 ཅིག་མ་འབྲུང་བ་ཅན་དེ་ངེས་པར་གཞན་དུ་འབྲུང། གང་ཞིག་  
 འབྲུང་བ་དེ་ནི་དེ་ཉིད་མ་ཡིན་པས་ཐལ་བ་འདྲིར་མི་འབྲུང་ཏེ།  
 བྱེད་པ་པོ་དང་། བྱེད་པ་པོ་མ་ཡིན་པ་དག་གི་ངོ་བོ་ཉིད་དང་  
 དེའི་རྒྱ་དག་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །གང་ཞིག་དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་དེ་  
 ནི་མི་སྐྱེད་པར་སྐྱེ་བའི་ཆོས་ཅན་ཁོ་ན་ཡིན་པས། དེ་ནི་ལྟན་  
 ཅིག་པ་ཉིད་ལ་མི་སྟོས་སོ། །འབྲས་བུ་ནི་རྒྱུན་ གཞན་ལ་སྟོས་  
 པས། ལྟན་ཅིག་པ་ཁོ་ན་ལས་སྐྱེའི་འབྲུལ་ཞིག་ལས་ནི་མ་ཡིན་  
 རོ་སྟུང་དུ་སེམས་ན། དེ་ལྟར་ན་ཡང་ཅི་ལྟར་དེ་འབྲུལ་ཞིག་



གིས་ཀྱང་སྐྱེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ལ་འབྲས་བུ་ཡང་དེ་ལས་མི་སྐྱེ་  
 ཞེས་བྱ་སྟེ། གནས་སྐབས་དེ་ནི་འགལ་ལོ། །གལ་ཏེ་འབའ་  
 ཞིག་གིས་སྐྱེད་པ་ཁོ་ནི་མ་ ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། ད་ནི་ངེ་ལྟར་ན་མི་  
 འདོད་པར་སྐྱེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། འདི་སྐད་དུ་སྐྱེད་པ་ཁོ་  
 ནའོ་ཞེས་ཡོངས་སུ་བསྟན་པ་མ་ཡིན་ནམ། འདི་འབའ་ཞིག་  
 ཀྱང་རྒྱས་པ་ཡིན་ན། འབྲས་བུ་གཞན་ལ་སྟོས་ན་ཡང་ངེ་ལྟར་  
 བཏང་སྟོམས་སུ་འཛོག་སྟེ། གཞན་ལ་མི་འཆོལ་བར་འདི་  
 གསལ་བར་སྐྱེད་པར་ འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་འདིས་བདག་ཉིད་  
 ཀྱི་རྒྱས་པ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །འབྲས་བུ་གཞན་ལ་སྟོས་སོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེ་འབའ་ཞིག་ལས་མི་སྐྱེ་བར་སྐྱ་བ་ཡིན་ལ། དེ་  
 འབའ་ཞིག་ཀྱང་རྒྱས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། དེ་  
 ལས་སྐྱེ་བར་སྐྱས་པ་ཡིན་ན། འདི་དག་གཅིག་ལ་ངེ་ལྟར་

འགྱུར་ཏེ། དེ་ལྟ་བུས་ ན་ཐག་དོག་གི་ཟུག་རྩས་གནད་དུ་  
 བརྒྱབ་པ་ཅན་འདི་འཆལ་ཞིང་འཁང་བར་བད་པས། བཏང་  
 ལྟོམས་སྤྱོད་ར་བར་འོས་སོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་གཅིག་སྐྱེད་པའི་  
 མཚན་ཉིད་ཀྱི་ལྟན་ཅིག་བྱེད་པ་ཉིད་ནི། དངོས་པོ་སྐྱད་ཅིག་པ་  
 རྣམས་ཁོ་ནའི་ཡིན་གྱི་སྐྱད་ཅིག་པ་མ་ཡིན་པ་སོ་སོ་ན་ཡོད་པ་  
 སྤྱིད་པ་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། སོ་སོར་སྐྱེད་པར་སྤྱིད་  
 པས་ལྟན་ཅིག་བྱེད་པ་ཉིད་དུ་ངེས་པ་མི་རུང་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །གང་དུ་རྒྱུན་གྱིས་པན་འདོགས་པས་དངོས་པོ་རྣམས་  
 རྒྱུན་ཉིད་དུ་སྟོན་པ་དཔེར་ན་ འབྲས་ཐུག་པོ་ཆེ་དང་ས་བོན་ལ་  
 སོགས་པ་ལས་འབྲས་ཆན་དང་ལྷ་གྲུ་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་པ་  
 ལས། མེ་དང་ཆུ་དང་ས་ལ་ སོགས་པ་ལྟ་བུ་དེ་ལ་ནི། རྒྱ་ལ་  
 བཏེན་ནས་བྱེད་པར་འབྱུང་བ་ལ། རྒྱུན་རྣམས་ཀྱི་ལྟན་ཅིག་

བྱེད་པར་བཤད་གྱི། རྩམ་ལ་བཏེན་ནས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། རྩམ་  
 སྐད་ཅིག་པ་ལ་བྱེད་པར་འབྱུང་བ་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །འབྲས་  
 ཐུག་པོ་ཆེ་ལ་སོགས་པ་མེ་ལ་སོགས་པ་ལ་རིམ་གྱིས་ངོ་བོ་  
 ཉིད་བྱེད་པར་གྱུར་པ་མི་འབྱུང་ བ། འབྲས་ཆན་ལ་སོགས་པ་  
 འབྱུང་བའམ། སྒྲིང་བ་ནས་ཐུན་ཁང་དུ་ཞུགས་པའི་དབང་པོ་  
 ལ་རང་གིས་པན་འདོགས་པ་དག་ལས་རྒྱན་གྱི་ བྱེད་པར་མི་  
 འབྱུང་ན་དོན་རྟོགས་པ་སྐྱེ་བ་མེད་དོ། །ཐོགས་པ་མེད་པར་  
 སྐྱེད་པའི་དབང་པོ་ལ་སོགས་པ་ནི། པན་ཚུན་ལས་བྱེད་པར་  
 འབྱུང་བ་མེད་དེ། དེར་ནི་པན་ཚུན་ཉི་བར་འགོ་བ་ལ་སོགས་  
 པའི་ཏེན་བདག་ཉིད་ཇི་ལྟ་བའི་རྒྱན་རྣམས་ གྱིས་རུང་བའི་  
 དུལ་ལ་སོགས་པར་གནས་པ་ཅན་སྐྱེད་པ་དེ་དག་ལྟན་ཅིག་ངོ་  
 བོ་ཉིད་གྲུབ་པས། །ཤེས་པའི་རྒྱན་ཉིད་དུ་ཤེས་པས་དོན་



འགྱུར་རོ། །དེས་ན་སྐད་ཅིག་པ་མ་ཡིན་པ་ལྟན་ཅིག་བྱེད་པ་ལ་  
 མི་ལྟོས་པ་ནམས་ཀྱང་རྒྱ་ཉིད་ ཏུ་འགྱུར་ལ། ལྟོས་པར་བྱ་བ་  
 ནམས་ལས་ངོ་མོ་ཉིད་བྱེད་པར་ཏུ་གྱུར་པ་འབྱུང་བ་ནི་མེད་  
 རོ། །འོན་ཏེ་བྱེད་པར་འབྱུང་ན་ཡང་ལྟན་ཅིག་བྱེད་པས་བྱས་  
 པའི་བྱེད་པར་ཁོ་ན་ཉི་ བར་གནས་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལྟ་ན།  
 ཐུག་པ་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །ལྟན་ཅིག་བྱེད་པ་ནམས་ནི་གང་  
 གིས་ན་འདི་དག་པན་ཚུན་བྱས་པའི་བྱེད་པར་དང་རྟག་ཏུ་  
 རེས་སུ་འབྲེལ་བར་འགྱུར་བ་པན་ཚུན་ནས་འབྲས་བུ་སྐྱེ་བ་  
 དང་། མཐུན་པའི་བྱེད་པར་སྐྱེད་པར་རུང་བར་རྟག་ཏུ་གནས་  
 པ་ཅན་ཡང་མ་ཡིན་ ཏེ། དེ་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་དག་གི་འབྲས་  
 བུ་གསལ་བ་དང་། བྲལ་བ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་བྱེད་  
 པར་དང་པོ་ནི་ལྟན་ཅིག་ཅིག་བྱེད་པ་དག་གིས་པན་མ་

བཏགས་པ་ཡིན་པར་མི་ འཐད་དོ་ཞེ་ན། ཁོ་བོ་ནི་ཡང་དང་  
 ཡང་དུ་སྒྲ་བ་ལ་སྒྲོ་བ་འགའ་ཡང་མེད་དེ། གལ་ཏེ་དེ་ལྟ་ན་ཡང་  
 འཇིག་ཏེན་གྱིས་རིགས་པ་གོ་བར་འགྱུར་བ་ལྟར་ན་ད་དུང་  
 ཡང་སྒྲ་བར་བྱའོ། །ལྟ་ན་ཅིག་བྱེད་པ་རྣམས་ནི་གང་གིས་ན་དེ་  
 མེད་པའི་བྱིར། བྱེད་པར་སྒྲེད་པ་ལ་ལྟ་ན་ཅིག་བྱེད་པ་དག་ཏུ་  
 མི་འགྱུར་བ་བྱེད་པར་སྒྲེད་པ་ཁོ་ནས་ ལྟ་ན་ཅིག་སྒྲེད་པ་ཉིད་  
 ཡིན་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན་དོན་གཅིག་ བྱེད་པས་  
 གྲང་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་པན་ཚུན་ནས་བྱེད་པར་མེད་པ་རྣམས་  
 ལ་དེ་ཡང་མེད་དོ། །འོན་ཏེ་ཡོད་ན་ནི་སོ་སོ་ལ་ཡང་འགྱུར་  
 རོ། །དེ་ལྟ་ན་ནི་བྱེད་པར་དེ་ལས་འབྱུང་བ་ཅན་གྱི་འབྲས་བུ་  
 ཡང་འབའ་ཞིག་ལས་འབྱུང་བར་ འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། སྐད་ཅིག་རེ་  
 རེ་ལ་རྒྱུན་གཞན་དང་གཞན་དག་གིས་ངེ་ལྟར་ དངོས་པོའི་རྒྱ་

ན་ལ་བྱད་པར་སྐྱེ་བ་དང་། ཡུལ་རུང་བ་ཅན་ཉིད་ལ་སོགས་  
 པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་པ་དག་འབྲས་བུ་སྐྱེད་པ་དང་།  
 དེ་དག་ཀྱང་གང་ལས་སྐྱེ་བ་དང་། སོ་སོར་རྒྱས་ཀྱང་ངེ་ལྟར་  
 འབའ་ཞིག་གིས་མི་སྐྱེད་དེ། བྱེད་པ་པོའི་བྱད་པར་སོ་སོ་ན་  
 ཡོད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། འབྲས་བུ་རྣམ་པ་གཉིས་ པོ་ལྟན་  
 ཅིག་བྱེད་པས་སྐྱེད་པའི་བྱད་པར་བརྒྱད་པ་ལས་བྱུང་བའི་  
 ཆོས་ཅན་དང་། གཞན་ཏེ་མྱ་གུ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་དང་། མི་  
 སྐྱོད་པར་སྐྱེད་པའི་དབང་པོའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ།  
 འབྲས་བུ་དང་། རྒྱུ་འོ་བོ་ཉིད་ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་  
 ཐམས་ཅད་བཤད་ཅིན་ཏོ། །དེ་ལ་ལྟན་ཅིག་བྱེད་པ་དག་ལས་  
 རྒྱན་གྱིས་པན་འདོགས་པ་ལ་ལྟོས་པའི་འབྲས་བུའི་རྒྱ་སྐྱེ་བ་  
 ལ་ལྟན་ཅིག་བྱེད་པའི་བྱད་པར་དང་པོ་ནི་ལྟན་ཅིག་བྱེད་པས་

བྱེད་པའི་བྱེད་པར་ལས་སྐྱེ་བ་ཅན་མ་ཡིན་ཏེ། འབྲས་བུ་  
 མཐུག་ཐོགས་ཅན་ལྟ་བུའོ། །དེ་མན་ཆད་ཀྱི་བྱེད་པར་གང་  
 ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་དེ་ལས་སྐྱེ་བ་ཅན་ཡིན་ཏེ། དེ་དང་ དེ་དག་  
 ནི་དེའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཐུག་པ་མེད་པ་མ་ཡིན་  
 བོ། །གལ་ཏེ་བྱེད་པར་དང་པོའི་རྒྱ་བཞིན་དུ་སྐྱད་ཅིག་པ་མ་  
 ཡིན་པའི་དངོས་པོ་བྱེད་པར་ དུ་གྱུར་པ་མ་བསྐྱེད་པས་ཀྱང་  
 འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། བསྐྱེད་ལ་ནི་རག་སྟེ།  
 གལ་ཏེ་འདིའི་ངོ་བོ་ཉིད་དེ་མི་སྟོང་པར་སྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་  
 ཆོས་ཅན་ཞིག་ཡིན་ན་ནི། སོ་སོ་ན་ཡོད་པ་སྤིང་པས་འབའ་  
 ཞིག་གིས་ཀྱང་དེ་ལྟར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བཤའ་བེན་ཏོ། །དེའི་ངོ་  
 བོ་ཉིད་མ་ཡིན་ན་ནི་དེའི་ཆེ་ཡང་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པ་  
 ཉིད་དོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་སྐྱད་ཅིག་པ་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་དག་ལས།



རོན་གཅིག་བྱེད་པས་འགའ་ཡང་ལྷན་ ཅིག་བྱེད་པ་ཉིད་དུ་ངེས་  
 པ་མེད་དོ། །རྒྱན་གྱིས་པན་འདོགས་པས་ཀྱང་མ་ཡིན་པས།  
 དེའི་ལྷན་ཅིག་བྱེད་པ་འགའ་ཡང་མེད་དེ། དེའི་སྤྱིར་འབའ་ཞིག་  
 གིས་ཀྱང་བསྐྱེད་པར་འགྱུར་རོ། །དངོས་པོའི་རྒྱན་ཚོགས་པ་  
 ལ་གནས་པ་ཅན་ནི། བལ་ཆེར་ལྷན་ཅིག་བྱེད་པའི་རྒྱན་གྱི་  
 བྱེད་པར་བསྐྱེད་པས་ རང་གི་འབྲས་བུ་སྐྱེད་པ་མཐོང་སྟེ། ས་  
 བོན་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །རྒྱ་རྟག་པར་སྤྱོད་པའི་ལྷན་ན་རྒྱན་  
 ལ་སྟོས་པ་ཡིན་ན་ནི། སྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་གཞན་  
 ཞིག་འབྱུང་ངོ་ཞེས་བྱ་བར་གསལ་བ་ཡིན་ཏེ། འབྲས་བུ་ལ་  
 ལྷོས་པ་ཞེས་བྱའོ། །སྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྟོན་ཡང་  
 ཡོད་ན་ནི། མི་བསྐྱེད་པ་མི་རུང་ངོ་། །དེ་ལྟ་བུས་ན་གང་གི་  
 བདག་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི། ཡོད་པ་ཅམ་གྱིས་དེ་ལྟ་བུར་

འགྱུར་གྱི། གྱུར་ནས་ཡང་དེའི་དངོས་པོར་བྱ་བའི་སྤྱིར་གཞན་  
 གྱིས་མངོན་པར་འདུ་བྱ་བ་ལ་སྟོས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དངོས་  
 པོ་ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་མི་གནས་པའི་ཆོས་ཅན་ལ་ནི། འཇིག་པའི་  
 རྒྱ་དག་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་དགོས་སོ། །དངོས་པོ་གནས་པའི་  
 ཆོས་ཅན་ལ་ཡང་སྤྱི་ཀྱང་ངོ་བོ་ཉིད་གཞན་དུ་བྱ་བར་མི་རྒྱས་  
 པའི་སྤྱིར། འཇིག་པའི་རྒྱ་དག་གིས་ཅི་ཞིག་བྱ། འོན་ཏེ་གཞན་  
 ཉིད་དུ་འགྱུར་ན་ནི་དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཁོ་ནར་མི་འགྱུར་བས་བརྟག་  
 པ་སྟེ་མར་ཟད་དེ་དེ་ལ་ཡང་བཤད་ཟིན་ཏོ། །པ་རོལ་ལས་  
 གཞན་དུ་འགྱུར་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི། གཞན་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཡིན་  
 ལ། གང་ཞིག་གཞན་ཡིན་པ་དེ་རི་ལྟར་དེའི་ཡིན་ཏེ། དངོས་པོ་  
 ཐ་དད་པ་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་ཐ་དད་པའི་མཆན་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་  
 རོ། །དེ་ལྟར་ན་དངོས་པོ་སྟེ་མ་འཕོ་བ་མེད་པའི་ཆོས་ལ་གནས་

བས་དེས་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་མེད་ རོ། །འདིས་ བྱི་བྲངས་ལ་  
 སོགས་པའི་སྤྱ་བ་ལ་སོགས་པ་མེ་ལ་སོགས་པ་ལས་སྟེ་བ་ལ་  
 སོགས་པའི་ངོ་བོ་ ཉིད་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་བསལ་བ་ཡིན་ཏེ།  
 དེ་ལ་ཡང་སྤྱ་མ་རང་གི་རང་གིས་འཇིག་པ་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱར་  
 ཞིག་ན། མེ་ལ་སོགས་པ་དང་། ཉེ་བར་ལེན་པ་ལས་སྟེ་བ་ལ་  
 སོགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་གཞན་ཁོ་ བྱི་ཞིག་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
 བྱི་རང་གིས་གནས་པའི་ཆོས་ཅན་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། འཇིག་པའི་  
 རྒྱ་མི་སྤྱིད་ན་གནས་པའི་སྤྱར་རོ། །དེ་བྱི་གཞན་གྱིས་འཇིག་  
 ལ་འཇིག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ངོ་བོ་ཉིད་གཞན་ཡང་མེད་དེ། དངོས་  
 གོ་འཕོ་བ་ཁོ་ན་འཇིག་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། ལན་འདི་ནི་རྣམ་པར་  
 བརྟག་པ་གཉིས་ལས་མི་འདའོ། །ཅི་དངོས་གོ་ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་  
 བརྟག་པ་ཞིག་གམ་མི་རྟག་པ་ཞིག་ཅེས་བརྟག་པར་བྱ་བ་ ལ།

སྒར་རྟག་པར་གྱུར་ནས་སྤྱིས་མི་རྟག་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་སྒྲ་ན་  
 བོ། རྟག་པར་འདོད་པ་སྒྲ་མ་ཐམས་ཅད་དུ་རྟག་པ་དང་མི་རྟག་  
 པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཐ་དད་པ་ཅན་ གྱི་དངོས་པོ་ གཉིས་དང་། རང་  
 གིས་འཇིག་པ་དང་། མི་འཇིག་པར་རབ་ཏུ་སྒྲ་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་  
 ལྟར་ན་སྒྲ་མ་ལ་འཇིག་པའི་རྒྱ་བྱས་པ་མེད་དོ། །སྒར་རྟག་  
 པར་གྱུར་ནས་སྤྱིས་མི་རྟག་པར་འགྱུར་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་  
 ཅི་ཞེ་ན། སྤྱིས་ཀྱང་རྟག་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། ངོ་བོ་ཉིད་གཅིག་  
 པའི་སྤྱིར་རོ། །འོ་ན་དངོས་ པོ་དེ་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་འཇིག་པ་དང་  
 མ་འབྲེལ་ན་འཇིག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཇི་ལྟ་བུ་ཡིན་ ཏེ། དེའི་ངོ་བོ་  
 ཉིད་དང་འཇིག་པ་དག་ནི་སྐྱེ་ཚུན་གྱི་ངོ་བོ་ཅན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་  
 གྱི་སྤྱིར་ རོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་འདི་ལ་འཇིག་པ་ཡོད་པ་དང་།  
 འདི་འཇིག་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་འགྱུར་དགོས་ཏེ། དེ་ལྟ་ན་ཡང་

འཇིག་པའི་ རྒྱ་དོན་མེད་དོ་ཞེས་བཤད་ཟིན་ཏོ། །དེས་ན་  
 དངོས་པོའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་འཇིག་པ་ཡིན་ཡང་རུང་། མི་འཇིག་  
 པ་ཡིན་ཡང་རུང་སྟེ། འཇིག་པའི་རྒྱ་དགོས་པ་མེད་དོ། །དེ་ལྟ་  
 བས་ན་དངོས་པོ་འཇིག་པ་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པས་དེའི་ངོ་བོར་  
 དེས་པ་ཡིན་ནོ། །ཡོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་འཇིག་པ་ཡིན་ ལ།  
 འཇིག་པ་ལོག་ན་ཡོད་པ་ལྟོག་པས་རྗེས་སུ་འགོ་བ་དང་ལྟོག་  
 པ་གྲུབ་པའོ། །གལ་ཏེ་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་འཇིག་པ་ཉིད་ཡིན་ན་  
 ཡང་། ལ་ལ་དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་ཡིན་པར་ཡང་འགྱུར་ཏེ། ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཐམས་ཅད་ཡིན་པ་ནི་མེད་པས་རྗེས་སུ་འགོ་  
 བ་དང་། ལྟོག་པ་མ་གྲུབ་པོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། སྐད་ཅིག་པ་  
 ཉིད་མ་ཡིན་ན་དངོས་པོ་མེད་པ་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་  
 ཕྱིར་རོ། །དངོས་པོའི་མཚན་ཉིད་ནི་རྒྱས་པ་ཡིན་ནོ། །རྒྱས་པ་

ཐམས་ཅད་བྲལ་བ་ནི་དངོས་པོ་མེད་པའི་མཆན་ཉིད་ཡིན་  
 བོ། །སྐྱད་ཅིག་པ་མ་ཡིན་པ་ནི་འགའ་ཡང་གང་དུ་རྒྱས་པ་མེད་  
 དེ་རིམ་དང་ཅིག་ཅར་དག་གིས་དོན་བྱེད་པར་ འགལ་བའི་  
 ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་གང་ཡོད་པ་དེ་ནི་སྐྱད་ཅིག་པ་ཁོ་ན་  
 ཡིན་པས་ཁྱབ་པ་བྱུབ་པོ། །དོན་གཞན་ཤེས་པར་བྱ་བ་ལ་  
 འབྲས་བུ་གཏན་ཆོག་ས་ཡིན་ཏེ་འཁྱལ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །གལ་ཏེ་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་པོ་རྟགས་ཤེས་པར་  
 བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་ན། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཤེས་པར་བྱ་ བ་  
 དང་། ཤེས་པར་བྱེད་པའི་དངོས་པོ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་པ་ཐམས་  
 ཅད་དུ་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་དང་། སྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་དངོས་པོ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ་དེ་མེད་པར་འབྱུང་བ་ནི་དེ་  
 ལས་འབྱུང་བ་ངེས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་རྒྱུའི་ངོ་

བོ་ཉིད་རི་སྟེད་གཅིག་མེད་པར་འབྲས་བུ་མི་འབྱུང་བ་དེ་ དག་  
 རྒྱ་ཡིན་ཏེ། དེའི་འབྲས་བུ་ཉིད་དུ་ངེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་དག་  
 དེ་དག་མེད་ན་མི་འབྱུང་བའི་ཆོས་དེ་དག་ཉིད་ཀྱིས་སོ། །གལ་  
 ཏེ་ཆ་ཤས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་དང་། སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ཉིད་  
 དུ་ཐལ་བར་འབྱུར་རོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ་ངེས་བསྐྱེད་པར་བྱ་  
 བའི་ཁྱད་པར་དང་། ཏྲགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་གྱི་བྱེ་བྲག་ཅན་གྱི་སྐྱེ་  
 རྣམས་འཛིན་ན། འདོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཁྱད་པར་ཅན་མ་ཡིན་  
 པའི་སྐྱེའི་བརྗོད་པར་འདོད་ན། འབྲུལ་པའི་ཕྱིར་མི་འདོད་  
 རོ། །གལ་ཏེ་འགའ་ཞིག་ངེས་འགའ་ཞིག་ལས་འབྱུང་ཡང་དེ་  
 དང་འབྲ་བ་ཐམས་ཅད་དེ་ལས་སྐྱེའོ་ ཞེས་བྱ་བ་གོ་ག་ལས། དེ་  
 ལྟ་ན་རྗེས་སུ་འགོ་བ་དང་། ལྟོག་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། མ་  
 ཡིན་ཏེ། དེ་ལས་འབྱུང་བ་ ཅན་མ་ཡིན་པ་དེ་ནི། ལན་འགའ་

ཡང་དེ་ལས་མི་འབྱུང་བའི་སྤྱིར་ཏེ། བན་ཚུན་སྟོས་པས་བསྐྱེད་  
 བར་བྱ་བ་དང་། སྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་  
 ཅན་གྱི་འབྲས་བུ་དག་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་གཤམ་ཏེ་དུ་བ་མེ་ལ་  
 སོགས་པའི་ཆོགས་པ་ལས་གཞན་པ་ལས་ཀྱང་འབྱུང་བར་  
 འགྱུར་ན། དེ་ནི་དེས་ བསྐྱེད་པར་བྱ་བའི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་ཡིན་  
 བས། ལན་འགའ་ཡང་འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། དོན་གཞན་  
 བཞིན་ནོ། །ཆོགས་པས་ཀྱང་དེ་སྐྱེད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། དེ་  
 སྐྱེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཆོགས་པ་གཞན་བཞིན་  
 ནོ། །དུ་བ་ནི་དེ་དང་དེ་མ་ཡིན་པས་བསྐྱེད་པར་བྱ་བའི་ངོ་བོ་  
 ཉིད་དུ་ཡང་རིགས་ བ་མ་ཡིན་ཏེ། ངོ་བོ་ཉིད་གཅིག་པའི་སྤྱིར་  
 རོ། །དུ་བ་དང་དུ་བ་མ་ཡིན་པ་བསྐྱེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ལས་  
 འབྱུང་ན་ནི། དུ་བ་དང་དུ་བ་མ་ཡིན་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཏེ།



འབྲས་བུའི་ངོ་བོ་ཉིད་ནམས་ནི་རྒྱུའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་བྱས་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །རྒྱ་ལ་མི་ལྟོས་ན་ཡང་རྒྱ་མེད་པ་ཉིད་ཐལ་བར་འགྱུར་  
 བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་དུ་བ་སྦྱེད་པར་བྱེད་པ་གང་ཡིན་  
 པ་དེ་ནི། མེ་ལ་སོགས་པའི་ཆོགས་པའི་བྱད་པར་ཡིན་ལ་མེ་  
 ལ་སོགས་པའི་ཆོགས་པའི་བྱད་པར་གྱིས་བསྦྱེད་པ་གང་  
 ཡིན་པ་དེ་ནི་དུ་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་དག་གི་  
 ངོ་བོ་ཉིད་ངེས་པའི་ཕྱིར་རིགས་མི་མཐུན་པ་ལས་བྱུང་བ་མ་  
 ཡིན་ནོ། དེ་ལྟ་བུས་ན་འབྲས་བུས་རྒྱ་འབྲུལ་པ་མེད་དོ། །དེས་  
 རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་པོ་གྲུབ་ན་འབྲས་བུ་ལ་རྒྱས་བྱུང་  
 བར་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །རིགས་མི་མཐུན་པ་ལས་ཀྱང་ཅུང་ཟད་  
 འབྱུང་བ་མཐོང་སྟེ། དཔེར་ན་པ་ལང་གི་སྡེ་བ་ལ་སོགས་པ་  
 ལས་ལྷ་ལཱ་ཀ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། རིགས་

མི་མཐུན་པ་ལས་འབྱུང་བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟ་བུ་ཁོ་ན་དེ་འདྲ་  
 བའི་དང་པོའི་རྒྱ་མཚན་ཡིན་པས། རྒྱ་ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་  
 བོ། །རྒྱན་གྱིས་འབྱུང་ན་ནི། འདམ་བུ་ལས་འབྱུང་ངོ་། །ཡང་  
 ན་བ་ལང་གི་སྤྱི་བ་དང་། ཅིག་ཤོས་སྤྱི་བ་ཅན་དག་གཟུགས་ཐ་  
 མི་དད་ཀྱང་ངོ་བོ་ཐ་དད་པ་ཡོད་དོ། །དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་  
 པ་མཚུངས་པ་ཁོ་ན་ནི་དེ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་མ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་པ་ཐ་དད་  
 པ་མ་ཡིན་པ་རྣམས་ཀྱང་ཁ་ཅིག་བྱུང་པར་གཞན་གྱི་སྒྲོ་ནས་  
 རིགས་ཐ་དད་པ་ མཐོང་བའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 ཆོག་པ་པ་མཚན་ཉིད་མི་འདྲ་བ་ལས་ཀྱང་མཚན་ཉིད་མི་འདྲ་  
 བ་མ་ཡིན་པ་འབྱུང་ན་ནི། རྒྱའི་ཐ་དད་པ་ དང་ཐ་དད་པ་མ་  
 ཡིན་པ་དག་ལས་འབྲས་བུའི་ཐ་དད་པ་དང་། ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་  
 པ་དག་མ་ཡིན་པས། ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐ་དད་པ་དང་། ཐ་དད་པ་

མ་ཡིན་པ་དག་རྒྱ་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ། འདི་ལྟར་ཐ་དད་པ་ལས་  
 ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་པ་ལས་ཀྱང་ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་མ་  
 གཏོགས་པའི་དངོས་པོའི་ངོ་བོ་ཉིད་ ཀྱང་འགའ་ཡང་མེད་པས།  
 དངོས་པོ་རྣམས་རྒྱ་མེད་པ་ཅན་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཏྲག་ཏུ་ཡོད་  
 པའམ། མེད་པ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་ཏེ། ལྟོས་པར་བྱ་བ་མེད་པའི་  
 སྤྱིར་རོ། །དངོས་པོ་རྣམས་ནི་ལྟོས་པའི་སྤྱིར་རེས་འགའ་བ་  
 ཡིན་ནོ། །བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དག་ལ་སྐྱབ་པ་ཉི་བར་སྦྱོར་བ་རྣམ་  
 པར་གནས་པ་དང་ལྡན་པར་ ཡང་མི་འགྱུར་ཏེ། རྒྱའི་རུས་པ་  
 སོ་སོར་རེས་ན་འགའ་ཞིག་འགའ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པར་གཟུང་གི་  
 གཞན་ནི་མ་ ཡིན་ནོ། །དེ་ཁོ་ན་དེ་ལ་རུས་པའི་སྤྱིར་ལ།  
 གཞན་ནི་མི་རུས་པའི་སྤྱིར་ཏེ། དེ་གཉིས་ནི་བསྐྱེད་པ་དང་ཅིག་  
 ཞོས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་ཐ་དད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་བསྐྱེད་པའི་ངོ་

བོ་ཉིད་དང་མཚན་ཉིད་མི་ འདྲ་བ་ལས་ཀྱང་དེ་འབྱུང་ན་ནི་དེ་  
 བསྐྱེད་པར་རྒྱས་ན་ངེས་པ་མེད་པས་ཅི་ཡང་རུང་ ཟླ། གང་  
 ཡང་རུང་བ་ལས་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་བསྐྱེད་རྒྱས་པར་  
 མཚུངས་ན་ནི་དེ་ཉིད་ཡིན་པས་འབྲས་བུ་རྒྱ་འབྲུལ་པ་མ་  
 མཐོང་ རོ། །དམིགས་པའི་རིག་བྱར་གྱུར་པ་མི་དམིགས་པ་  
 བློ། དངོས་པོ་མེད་ བར་ཐ་སྙད་གདགས་པའི་གཏན་ཆེགས་  
 ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་དམིགས་པ་དམིགས་པར་བྱེད་པའི་ཆོས་ཉིན་  
 ན་ནི། དེའི་ཤེས་པ་དམིགས་པ་ཡིན་ནོ། །བརྗོད་པར་འདོད་  
 པའི་དམིགས་པ་ལས་གཞན་ཡིན་པའི་བྱིར། དེ་ལས་གཞན་  
 པའི་དམིགས་པ་ནི་མི་དམིགས་པ་ཡིན་ཏེ། མ་ཡིན་པར་  
 འཇུག་པས་བཟར་མི་རུང་བ་དང་རེག་ཏུ་མི་རུང་བ་བཞིན་  
 ནོ། །དམིགས་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་ན་ནི། དམིགས་པ་

ཡུལ་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་རང་གི་ཡུལ་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་སྐྱེད་པར་རུང་  
 བ་ཉིད་གྱི་ མཚན་ཉིད་ཅན་ཡིན་ཏེ། རུང་བ་ཉིད་ནི་དངོས་པོའི་  
 ངོ་བོ་ཡིན་པའི་སྒྲིབ་རོ། །དེ་ལས་གཞན་པའི་དམིགས་པར་  
 རུང་ པ་ཁོ་ན་ཉིད་མི་དམིགས་པ་སྟེ། སྒྲ་མ་བཞིན་ནོ། །རུང་  
 པ་ཉིད་དུ་བྱུང་པར་མེད་པའི་སྒྲིབ། གང་དུ་གང་ཞིག་དམིགས་  
 བ། གང་ཞིག་ངེས་པར་དམིགས་པར་འགྱུར་བ་དེ་ནི་དེ་དང་  
 འབྲེལ་པ་ཡིན་ཏེ། ཤེས་པ་གཅིག་དང་འབྲེལ་པའི་སྒྲིབ་  
 རོ། །དེ་གཉིས་ཡོད་ན་ངོ་བོ་གཅིག་ངེས་པར་གཏོགས་པ་མ་  
 ཡིན་ ཏེ། མི་སྲིད་པའི་སྒྲིབ་རོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་འདིར་གཞན་  
 ཉིད་ནི་རུང་བ་ཉིད་གྱི་ངོ་བོ་བྱུང་པར་མེད་པ་ཅན་ཤེས་པ་ དང་  
 འབྲེལ་པ་ཅན་དག་ཕན་ཚུན་སྟོས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པར་འདོད་  
 རོ། །དེ་འབའ་ཞིག་དེ་ལ་སྟོས་ནས་གཞན་ཡིན་པས། དེའི་ངོ་

བོ་ཉིད་དེ་ཤེས་པར་བྱེད་པའམ། ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ཀྱི་  
 མཚན་ ཉིད་ནི་མི་དམིགས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་ཟླ་བོ་དངོས་པོ་  
 མེད་པའམ། དངོས་པོ་མེད་པར་ཐ་སྙད་གདགས་པར་སྐྱབ་པ་  
 ཡིན་ནོ། །རི་ལྟར་ན་གཞན་ཡོད་པ་དེ་མེད་པ་ཡིན། གང་གིས་  
 ན་དངོས་པོ་མེད་པའི་ངོ་བོའི་མི་དམིགས་པས་དངོས་པོ་མེད་  
 པར་ཐ་སྙད་གདགས་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་ཅེ་ན། འདིར་ཅི་ལྟར་མ་  
 ཡིན་ པར་འདུག་པ་ལ་ལྟོས་པའི་སྒྲོ་ནས་དངོས་པོ་མེད་པ་དང་  
 མི་དམིགས་པ་དག་མི་དམིགས་པ་ཡིན་པར་བཤད་ཅིན་  
 ཏེ། །དེ་སྐྱབ་པར་མ་གྱུབ་པའི་སྤྱིར་རོ། །དངོས་པོ་མེད་པར་ཐ་  
 སྙད་གདགས་པ་མི་འགྱུབ་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་  
 རོ། །འབྲེལ་པ་མེད་པའི་ངོ་བོ་དེ་ཡོད་པར་གྱུབ་པ་ཉིད་གཞན་  
 མེད་པར་གྱུབ་པ་ཡིན་པས། གཞན་ཡོད་པ་ཡང་དེ་མེད་པ་མ་

ཡིན་ནོ་ཞེས་ཐ་སྙད་གདགས་སོ། །གཞན་ཡོད་པའི་མཚན་  
 ཉིད་ཀྱི་དངོས་པོ་མེད་པར་རང་གི་ཚད་མས་འགྲུབ་པའམ། དེ་  
 གྲུབ་པས་དེ་མེད་པར་གྲུབ་པ་དེ་དངོས་པོ་མེད་པར་ཐ་སྙད་  
 གདགས་པ་སྐྱབ་པར་ བྱེད་པ་ལ་བྱེད་པར་འགའ་ཡང་མེད་ན་  
 གང་གིས་ན་མི་དམིགས་པས་དངོས་པོ་མེད་པར་ཐ་སྙད་  
 གདགས་པར་འགྲུབ་པ་འགའ་བར་འགྱུར། གཞན་ཡོད་པ་དེ་  
 ཉིད་དང་དེའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་ཤས་པ་དངོས་པོ་མེད་པའི་སྐྱབ་པ་  
 ཅི་སྟེ་ མ་ཡིན། ཅིའི་བྱིར་གཞན་ཡོད་པར་གྲུབ་པ་ཉིད་དེ་མེད་  
 པར་གྲུབ་པ་ཡིན་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན། སོ་སོར་མ་གྲུབ་པའི་བྱིར་  
 དང་། འབྲེལ་པ་མེད་པའི་བྱིར་ཏེ། རེ་ཞིག་ གཞན་ཡོད་པ་ནི་  
 སྐྱབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གང་ཞིག་གྲུབ་པ་ན་གང་མི་འགྲུབ་པ་ནི་  
 དེའི་ཉྐྱགས་ཡིན་ཏེ། མེ་དང་དུ་བ་སྟ་བུ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡོད་

བར་གྲུབ་པ་ཉིད་ཀྱིས། དེ་མེད་པར་གྲུབ་སྟེ་དེ་ལས་གཞན་པ་  
 དང་འབྲེལ་པ་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཅན་དེའི་དེ་ཉིད་ རྣམ་པར་འཛོག་  
 བར་བྱེད་པའི་ཚད་མ་ཁོ་ནས་གཞན་རྣམ་པར་བཅད་ བ་འགྲུབ་  
 པའི་སྤྱིར་རོ། །འབྲེལ་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་དང་། དེ་དེའི་རྟགས་  
 ཡིན་ན་དེ་དང་དེར་འབྲེལ་པ་འགའ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན་  
 བྱས་པ་ཉིད་དང་། མི་རྟག་པ་ཉིད་དག་དོན་གཅིག་ལ་འདུ་བ་  
 དང་རྟགས་དོན་གཅིག་ལ་འདུ་བའམ། རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་  
 དངོས་པོ་འམ་བསྐྱེད་པར་བྱ་ བ་དང་། སྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་  
 དངོས་པོ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་གང་ན། དངོས་པོ་ཡོད་པ་དང་། མེད་  
 པ་དག་ལ་ནི་གང་གིས་ན་འདིའི་བསྐྱུབ་པར་འགྱུར་བའི་འབྲེལ་  
 པ་དེ་ལྟ་བུ་འགའ་ ཡང་མེད་དོ། །གལ་ཏེ་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་  
 གྱི་དངོས་པོ་ཡོད་དེ། སྐྱ་དང་དོན་འབྲེལ་པ་བཞིན་ནོ་ཞེ་ན། སྐྱ་



དང་དོན་དག་ནི་དེ་སྟོན་ན་སྦྱར་བས་དེ་དང་ལྟན་ཅིག་གི་རྒྱ་  
 དང་འབྲས་བུའི་མཚན་ཉིད་དམ་མེད་ན་མི་འབྱུང་བའི་མཚན་  
 ཉིད་ཀྱི་འབྲེལ་བར་འགྱུར་ན། རྣམ་པ་འདི་ཡང་འདི་ལ་མེད་  
 བས་ངེ་ལྟར་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་ཡིན། དེ་གཉིས་  
 བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དང་། སྐྱབ་པའི་དངོས་པོར་གྲུབ་ན་ནི། དེའི་  
 སྟོན་པ་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་གྱི་དངོས་པོར་འགྱུར་ན། དེ་ཉིད་  
 ནི་འབྲེལ་བ་མེད་ན་མི་འབྱུང་པོ། །དེ་མ་གྲུབ་ན་ཡུལ་དང་ཡུལ་  
 ཅན་གྱི་དངོས་པོ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་འདི་གཅིག་  
 ལ་གཅིག་བརྟེན་པ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། །གཞན་ཡོད་པ་ལས་  
 མེད་པ་གྲུབ་ན་སྦྱི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་  
 ལྟ་ན་ནི་དེ་ལས་གཞན་པ་ཡོད་པའི་སྒྱུར་བུམ་པ་མེད་དོ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ལས་བུམ་པ་ཐམས་ཅད་ན་ཐམས་ཅད་དུ་མེད་པར་

འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་མ་ཡིན་ཏེ་སྟོགས་ལ་སོགས་པ་ཆོས་ཅན་  
 མེད་པར་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་སྤྱིར་རོ། སྙམ་སྟེ། འདི་སྙམ་དུ་  
 སྟོགས་ལ་སོགས་པ་ཆོས་ཅན་ཁྱད་པར་དུ་གྱུར་པའི་མེད་པ་  
 སྐྱབ་པར་བྱེད་ གྱི། འབའ་ཞིག་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་སྤྱི་མི་  
 སྐྱབ་པ་ཡང་མ་ཡིན་ལ། ཡོད་པ་དང་སྟོགས་ལ་སོགས་པ་  
 ཆོས་ཅན་དུ་འབྲེལ་པའི་སྤྱིར་རྟགས་དང་རྟགས་ཅན་འབྲེལ་ པ་  
 མེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ་སྙམ་དུ་སེམས་ན་མ་ཡིན་ཏེ། སྟོགས་  
 ལ་སོགས་པ་ཉིད་དེ་གཞན་པ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་རོ། །སྟོགས་གང་  
 ཁོ་ན་ ན་གང་ཞིག་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཉིད་དེ་དང་འབྲེལ་པ་  
 མེད་པའི་གཞན་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་མཐོང་བ་ཁོ་ནས་འདི་བྱམ་  
 པ་མེད་དོ་སྙམ་དུ་སེམས་ན། ཇི་ལྟར་དེ་ཁོ་ན་རྟགས་དང་  
 རྟགས་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་ཡིན། འདིར་གང་གིས་ན་སྤྱི་ནི་གཏན་

ཆོག་ས་སུ་འགྱུར་ལ་བྱུང་པར་ནི་ཆོས་ཅན་དུ་འགྱུར་ཞེས་ བྱ་  
 བ་སྟེ་ དང་བྱུང་པར་གྱི་དངོས་པོ་རྣམ་པར་བརྟག་པ་ཡང་མི་  
 སྤྱད་དེ། དེའི་བྱུང་པར་རྟོགས་པ་ཁོ་ནས་དེ་མེད་པར་རྟོགས་  
 པའི་སྤྱིར་ལ། དེ་ལ་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་ཡང་མེད་པའི་སྤྱིར་  
 རོ། །དམ་བཅས་པའི་སྟོགས་གཅིག་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཡང་  
 རྟགས་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །གང་ན་སྟོགས་ཅམ་ཡོད་པ་དེ་ན་བྱམ་  
 པ་མེད་པ་ ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་སྟོགས་འབའ་ཞིག་ཡིན་  
 པ་དེ་ལྟ་བུ་ནི་མེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་འབའ་ཞིག་ཅེས་  
 བྱ་བ་བྱམ་པ་དང་བྲལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནམ། འདིར་  
 རྟགས་སུ་གྱུར་པ་དེ་ཡང་སྟོགས་རྟོགས་པ་ཁོ་ནར་གྲུབ་པ་ཡིན་  
 བ། དེ་དེ་གང་གི་རྟགས་ཡིན། རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་སྟོས་པ་ཡང་  
 དོན་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་གཞན་ཡོད་པ་ནི་དངོས་པོ་

མེད་པའི་སྐྱབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་འགལ་བའི་འབྲེལ་པ་  
 ཡོད་དེ་དེའི་སྤྱིར་གཞན་ཡོད་པ་ལས་དངོས་པོ་མེད་པ་ འགྱུར་  
 པོ་ཞེ་ན། གང་ཞིག་གང་དང་འགལ། གཞན་ཡོད་པ་དང་སྒྲོ་  
 བོར་རོ། །ཅི་གང་གིས་རྟགས་དང་རྟགས་ཅན་འགལ་བའི་  
 འབྲེལ་པར་འགྱུར་བ་སྒྲོ་བོ་གཞལ་བར་འདོད་དམ། དངོས་པོ་  
 མེད་པ་ནི་སྒྲོ་བོ་བྱམ་པ་ཡོད་པ་དང་འགལ་བ་མེད་དེ། ལྟན་  
 ཅིག་གཞན་པའི་སྤྱིར་རོ། །གཞལ་བྱ་དེ་ལ་རྟགས་དང་རྟགས་  
 ཅན་དག་ངེ་ལྟར་འགལ། དེ་བས་ན་འབྲེལ་པ་མེད་དོ། །འདི་  
 ལ་ཡང་སྤྱི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཉིད་མ་ཡིན་བདེའི་སོ་ན་འདུག་  
 བོ། །དེ་མེད་པ་དང་། གཞན་ཡོད་པ་དག་འབྲེལ་པ་མེད་ན།  
 གཞན་ཡོད་པར་རྟགས་ཀྱང་དེ་རྟགས་པར་མི་འགྱུར་བ་ཡིན་  
 ནམ་ཞེ་ན། འབྲེལ་པ་གང་ལས་ཀྱང་གཞན་ཡོད་པ་དེ་མེད་པའི་

ཤེས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པར་མི་འདོད་ཀྱི། འོན་ཀྱང་གཞན་ཡོད་  
 པ་ཉིད་དེ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། རི་སྐད་སྒར་བཤའ་པ་ཡིན་  
 བོ། །གཞན་དང་འབྲེལ་པ་མེད་པའི་ངོ་བོ་འབའ་ཞིག་པ་བདག་  
 ཉིད་གཅིག་ཕུ་རྣམ་པར་གནས་པ་དེ། དེའི་བདག་ཉིད་དུ་  
 ཡོངས་སུ་གཙོད་པ་ཉིད་གཞན་རྣམ་པར་གཙོད་པ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། འབའ་ཞིག་ཉིད་གཞན་དང་བྲལ་བ་ཡིན་པས། དེ་ལས་  
 གཞན་པ་ཡོད་པ་ཉིད་དེ་མེད་ པ་ཡིན་ལ། དེ་ལས་གཞན་པ་  
 རྟོགས་པ་ཉིད་དེ་མེད་པར་རྟོགས་པ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་  
 ཏེ་ཡོངས་སུ་བཅད་པས་དེ་ལས་གཞན་རྣམས་མི་གཙོད་ན། དེ་  
 ཡོངས་སུ་བཅད་པ་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་ཏེ། དེ་དང་དེ་མ་ཡིན་པའི་  
 ངོ་བོ་དག་རྣམ་པར་མ་བྱེ་བའི་ཕྱིར་རོ། །ལ་ལར་འགའ་ཞིག་  
 མཐོང་ནས་ཐོབ་པ་དང་། ཡོངས་སུ་སྤང་བར་བྱ་བའི་དོན་གྱི་ཐ་

སྒྲིག་གང་ཡིན་པ་དེར་མི་འགྱུར་ཏེ། མེ་མཐོང་ཡང་གང་གིས་ན་  
 ཚུ་དོན་དུ་གཉེར་བ་འཇུག་པར་འགྱུར་བ་མེ་འབའ་ཞིག་ཁོ་ན་ནི་  
 མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་མི་དམིགས་པས་ཚུ་མེད་པར་རྟོགས་པར་  
 འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། མི་དམིགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཅི་ཡིན། །གལ་  
 ཏེ་ཚུ་དམིགས་པ་ མེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་ནི། མེད་པ་དེ་རི་ལྟར་  
 འབའ་ཞིག་རྟོགས་པའམ། རྟོགས་པའི་རྒྱ་ཡིན། དེ་ཡང་རི་  
 ལྟར་རྟོགས། དེའམ་དེ་ལས་གཞན་པ་ཡང་རུང་འབའ་ཡང་མ་  
 རྟོགས་པར་ཡང་ཡིན་ན་ནི། གཉིད་ལོག་པ་དང་སྤྱོད་པ་དང་  
 བརྒྱལ་བ་དང་། ཆོས་པ་དང་། རྒྱལ་གྱིས་སྤྱོད་པ་ལ་སོགས་  
 པའི་གནས་ སྐབས་དག་ཏུ་ཡང་ཅི་སྟེ། དངོས་པོ་མེད་པ་མ་  
 རྟོགས། གཞན་ཡང་ཆོད་མ་རྣམ་པར་གཏན་ལ་དབབ་པར་  
 དབྱུང་བེན་ཏོ། །དེ་ལྟར་བས་ན་འདིས་མི་མཐོང་ཡང་འདི་ནི་མེ་

ཡིན་གྱི། ལྷ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་མི་ཞེས་པས། འདུག་པར་  
 ཡང་མི་བྱ། འགྲོ་བར་ཡང་མི་བྱ་བའི་ཕྱིར། བཀལ་ དཀའ་བའི་  
 སྐབས་སུ་ལུང་པར་གྱུར་རྟོ། །གལ་ཏེ་གཅིག་མཐོང་བ་དེ་ཁོ་  
 ནས་གཞན་མེད་པར་རྟོགས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་  
 གཅིག་མཐོང་བས་གཞན་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བར་རྟོགས་པར་  
 འགྱུར། གལ་ཏེ་འབའ་ཞིག་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། འདི་ཉིད་  
 ཁོ་བོས་བཤུད་པ་ན། ཅི་སྟེ་བྱིད་འདི་ ལ་མ་རངས་པ་ལྟར་  
 ལྟོན། དེ་ལྟ་བས་ན་འགྲམ་མ་མཐོང་བའི་བྱ་བ་ཞིན་དུ་རིང་དུ་  
 སོང་ཡང་ཕྱིར་འོང་དགོས་པས། གཏིང་མི་ལྷགས་པ་ཅན་གྱི་  
 ཕྱོགས་སྐྱབ་པས་ནི་ཆོག་གོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་གཅིག་ཡོངས་  
 སུ་བཅད་པ་ཁོ་ནས་གཞན་རྣམ་པར་བཅད་པ་འགྱུར་ན། དེ་ན་  
 བྱད་པར་མེད་པར་ གཞན་ཐམས་ཅད་མེད་པར་འགྱུར་པར་

འགྱུར་བས། དམིགས་པའི་རིག་བྱར་གྱུར་པ་རུང་བར་  
 མཚུངས་པར་གནས་པ་ཁོ་ན་མི་དམིགས་པ་དངོས་པོ་མེད་  
 པའི་སྐྱབ་པ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་བྱ་བའི་བྱད་པར་ཡང་བརྗོད་མི་  
 དགོས་ཏེ། དེར་དམིགས་པའི་རིག་བྱར་མ་གྲུབ་པ་རྣམས་ཀྱང་  
 རྣམ་པར་བཅད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེའི་བདག་ཉིད་གཅིག་ཡོངས་  
 སུ་བཅད་པས་དེ་ལས་གཞན་པའི་བདག་ཉིད་རྣམ་པར་བཅད་  
 པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་བདག་ཉིད་དུ་ངེས་པར་སྤང་བ་ཞེས་པའི་སྤྱིར་  
 རོ། །དེའི་བདག་ཉིད་ནི་དེ་ལས་གཞན་པའི་བདག་ཉིད་མ་ཡིན་  
 ཅོ། །གཞན་གྱི་བདག་ཉིད་རྣམ་པར་མ་བཅད་ན། འཇུག་པ་  
 དང་ལྗོག་པ་དག་མེད་ པས་ཐལ་བ་སྤྲ་མར་འགྱུར་རོ། །ཡུལ་  
 དང་དུས་དང་ངོ་བོ་ཉིད་དང་གནས་སྐབས་སུ་ངེས་པ་དེ་སྒྲོས་  
 དེའི་བདག་ཉིད་དུ་ དམིགས་པ་ན་འདིའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མེད་པ་



རྣམ་པར་གཅོད་དོ། །གལ་ཏེ་གཞན་གྱི་དངོས་པོ་རྣམ་པར་  
 བཅད་པར་གྱུར་ན། དེ་ལྟར་ན་གདོང་དེ་དེས་ཡོངས་སུ་བཅད་  
 པ་དང་། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱང་དེ་དེ་ཁོ་ནའི་ཡིན་གྱི་གཞན་གྱི་མ་  
 ཡིན་ལོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། གཞན་དུ་གྱུར་པ་རྣམ་པར་གཅོད་  
 པ་ཉིད་དེ་ཡོངས་སུ་གཅོད་པ་ཡིན་ལོ། །དེ་བས་ན་ཚད་མ་  
 གཅིག་འཇུག་པ་ནི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་སྤང་པོ་གཉིས་སུ་  
 རྣམ་པར་འཇོག་པར་བྱེད་དེ། དེ་ནི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་དང་ལྷོག་  
 པའི་སྒྲིའི་རྒྱ་ཉིད་ཁོ་ནས་འབྲས་བུ་དང་བཅས་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །དེ་ལས་མ་གཏོགས་པ་མ་ལུས་པ་རྣམ་པར་བཅད་  
 པས་ཁྲབ་པ་སྐྱབ་པ་ཁོ་ནས་རྣམ་པ་གཞན་ མེད་པར་གྲུབ་  
 པོ། །དེ་དེ་ལས་གཞན་པ་ཉིད་གྱིས་མ་ཁྲབ་པར། དེས་དོན་དེ་  
 རྣམ་པར་མ་བཅད་པའི་ཕྱིར་ཡང་དངོས་པོ་ཡོངས་སུ་མ་བཅད་

བར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟ་བུ་ན། ཚད་མའི་བྱེད་པ་ནི་  
 འགའ་ཞིག་ལ་ཚད་མ་འཇུག་པ་དེ་ནི། ཡོངས་སུ་གཙུག་ཅིང་དེ་  
 ལས་གཞན་པ་ནི་རྣམ་པར་གཙུག་ལ། རྣམ་པ་གསུམ་པ་གཞན་  
 ནི་མེད་པར་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡིན་ནོ། །འདི་  
 ལྟར་འགའ་ཞིག་ལ་ཚད་མར་འཇུག་པ་ནི། དེ་ལས་གཞན་པ་  
 ལས་རྣམ་པར་གཙུག་དེ། དེ་ཉིད་ཡོངས་སུ་གཙུག་པ་དང་དེ་  
 ལས་གཞན་པ་ཉིད་དེ་ལས་རྣམ་པར་གཙུག་པ་དང་དེ་ལས་  
 ཡོངས་སུ་མི་གཙུག་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེའི་སྤྱིར་ཚད་མ་དེ་ཉིད་  
 རྣམ་པ་གཞན་མེད་པར་སྐྱབ་པར་བྱེད་དེ། དེ་སྒྲུང་ན་མི་སྒྲུང་པ་  
 ཐམས་ཅད་ནི་དེ་ལས་གཞན་པ་ཉིད་ཏུ་རྣམ་པར་འཇོག་པའི་  
 སྤྱིར་ལ། དེ་ལས་གཞན་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ནི་དེ་ཉིད་ཏུ་རྣམ་  
 བར་འཇོག་པའི་སྤྱིར་རོ། །འདིས་ནི་རིམ་དང་རིམ་མ་ཡིན་པ་

ལ་སོགས་པ་པན་ཚུན་རྣམ་པར་གཅོད་པའི་ངོ་བོ་ཅན་དག་  
 གྲང་རྣམ་པར་བཅད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་དེ་ ལྟར་གཅིག་  
 དམིགས་པས་དེའི་དེ་ལས་གཞན་པའི་བདག་ཉིད་རྣམ་པར་  
 གཅོད་པ་ཡིན་གྱི། དེའི་ཡུལ་དང་དུས་དག་ཏུ་གཞན་ཡོད་པ་  
 ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་གཅོད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་  
 དེའི་བདག་ཉིད་མ་ཡིན་པར་ཡང་འགྱུར་ལ། དེའི་ཡུལ་དང་  
 དུས་དག་ཏུ་འང་འགྱུར་ཏེ། རོ་དང་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་  
 བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་ངེ་སྐད་བཤད་པའི་མི་དམིགས་པ་ཁོ་  
 ན་ལས་རེས་འགའ་ལ་ལ་ཞིག་ཏུ་འགའ་ ཞིག་དངོས་པོ་མེད་  
 པར་འགྱུར་བོ། །གཞན་ཡོད་པའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་དམིགས་པ་  
 ཡང་དེ་མེད་པའི་སྐབ་པར་བྱེད་པར་འདོད་པ་ ཁོ་ན་ཡིན་གྱི་  
 ཏགས་ཉིད་དུ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེར་ཡང་དངོས་པོ་ མེད་པ་

ལོགས་ཤིག་ཏུ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་ལ། འབྲེལ་པ་མེད་  
 པར་མཚུངས་པའི་སྤྱིར་རོ། །རྟགས་འབྱུང་བའི་དུས་སུ་ཁོ་ན་  
 ན་དེ་མེད་པར་འབྱུབ་པའི་སྤྱིར་ཏེ། གཞན་ཡོད་པ་རྟགས་ནས་  
 འདོད་དེ་རྟགས་པའི་རྗེས་སུ་འགོ་བ་དང་ཕྱོག་པ་དག་རབ་ཏུ་  
 བསྐྱབས་ནས་དེ་མེད་པར་རྟགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་ ཅི་ཞེ་  
 བ། དེ་ལས་གཞན་པ་རྟགས་པ་ཁོ་ན་ནི་དེ་མེད་པ་རྟགས་ཏེ།  
 མཐོང་མ་ཐག་ཏུ་ཆོད་པ་མེད་པར་འདི་ནི་ཡོད་དོ། །འདི་ནི་  
 མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བར་ཤེས་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ནི་གང་ཞིག་གང་  
 གིས་རྗེས་སུ་འགོ་བ་དང་ཕྱོག་པ་དེའི་རྟགས་ཡིན་པའི་དཔེ་མ་  
 བྱུབ་པའི་སྤྱིར་རོ། །འདི་སྐད་དུ། གང་ན་གཞན་ཡོད་པའི་  
 དམིགས་པ་ཡོད་པ་དེ་ན་དེ་མེད་དོ་ཞེས་བསྟན་པར་ནི་མི་རྒྱས་  
 ཏེ། དམིགས་པ་གཅིག་དུ་དེ་ནི་གང་ན་ཡང་མེད་པའི་སྤྱིར་

རོ། །སྒྱིར་རབ་ཏུ་བསྟན་པའི་དཔེ་ལ་ཡང་ཚད་མ་གཞན་མེད་  
 པའི་ཕྱིར་དེ་ལས་གཞན་པ་ཡོད་པ་དམིགས་པ་དེ་ཉིད་བསྐྱབ་  
 པར་བྱ་བའི་ཆོས་ཀྱི་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པས། དཔེ་བྱག་པ་  
 མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རྟོགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་  
 རྟགས་གང་ལས་ཀྱང་དངོས་པོ་མེད་པ་མི་འབྱུང་བོ། །མངོན་  
 སུམ་གྱི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་མི་དམིགས་པས་བྱུང་པ་གཞན་ཡོད་པ་  
 དེ་ནི་རྟོགས་པ་ལ་དངོས་པོ་མེད་པར་བྱ་སྟངས་གདགས་པ་སྐྱབ་  
 པར་བྱེད་པ་ཡིན་པས་ཞར་ལ་འོངས་པས་ཆོ་ག་ གོ། །མི་  
 དམིགས་པ་དེ་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ། རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་  
 པོ་བྱུང་ལ། དངོས་པོ་མེད་པར་བྱུང་པའི་རྒྱ་མི་དམིགས་པ་  
 དང་། བྱེད་པར་བྱ་བ་དང་། བྱེད་པར་བྱེད་པ་བྱུང་ལ། དངོས་  
 པོ་མེད་པར་བྱུང་པའི་བྱེད་པར་བྱེད་པའི་མི་དམིགས་པ་དང་།

རང་བཞིན་མི་དམིགས་པའོ། །དེ་ལ་རྒྱ་དང་ཁྱབ་པར་བྱེད་པ་  
 དག་གི་ངོ་བོ་ཉིད་དངོས་པོ་མེད་པར་ཐ་སྙད་གདགས་པ་འགྱུབ་  
 པ་ཡང་གཞན་ཡོད་པ་གྲུབ་པ་ཁོ་ན་ལས་ཡིན་ནོ། །དེ་སྟར་  
 གྲུབ་པ་དེ་ནི་འབྲས་བུ་དང་། ཁྱབ་པར་བྱ་བ་དག་དངོས་པོ་  
 མེད་པའམ། དངོས་པོ་མེད་པར་ཐ་སྙད་གདགས་པ་གྲུབ་པར་  
 བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །རང་བཞིན་ མི་དམིགས་པ་ལ་ནི་མི་  
 དམིགས་པ་རྟགས་སུ་གྱུར་པས་ཐ་སྙད་གདགས་པ་ཁོ་ན་སྐྱབ་  
 པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་རྒྱ་དང་ཁྱབ་པར་བྱེད་པ་དེ་ལས་  
 གཞན་ཡོད་པར་གྲུབ་པའི་ངོ་བོ་མི་དམིགས་པས་གྲུབ་པ་  
 དག །གཞན་དངོས་པོ་མེད་པའམ་དངོས་པོ་མེད་པར་ཐ་སྙད་  
 གདགས་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་ལ། དེ་ཡང་མི་དམིགས་པའི་རིག་  
 བྱར་གྱུར་པ་དེ་གཉིས་ཁོ་ནའི་མེད་པར་ཐ་སྙད་གདགས་པའི་

སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ན། དེ་གཉིས་ཇི་ལྟར་སྒོ་བ་ཏུ་སྦྱར་བ་  
 ཡིན། ཏྲགས་མ་ངེས་པའི་སྤྱིར་ཚད་མ་ཉིད་ཀྱིས་ནི། སྦྱར་བ་  
 མ་ཡིན་པ་ཁོ་ནའི་རྒྱ་དང་ཁྲབ་པར་བྱེད་པ་འབྲེལ་བ་གྲུབ་པ་  
 དག་གལ་ཏེ་མེད་ན་གཞན་གཤོན་མི་བ་བར་མེད་པར་ངེས་སོ་  
 ཞེས་བསྟན་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་འདི་དག་སྦྱར་བ་འབའ་ཞིག་ཏུ་  
 ཟད་དོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་སྤྱོད་པ་ཀྱི་ཆོས་འདི་རྗེས་སུ་འགོ་བ་  
 དང་། སྤྱོད་པ་དང་ལྡན་པ་ཡིན་པས། དེའི་ཆས་ཁྲབ་པ་མཚན་  
 ཉིད་གསུམ་པའི་གཏན་ཆེགས་རྣམ་པ་གསུམ་ཁོ་ན་ཤེས་པར་  
 བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། རང་གི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ལ་འབྲེལ་བ་  
 མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །གཞན་དག་ནི་གཏན་ཆེགས་མཚན་ཉིད་  
 རྒྱག་པའོ་ཞེས་ཟེར་ཏེ། གསུམ་པོ་དེ་དག་དང་། གཤོད་པར་མ་  
 བྱས་པའི་ཡུལ་ཅན་ཉིད་དང་། གངས་གཅིག་པ་བརྗོད་པར་

འདོད་པ་ཅན་ཉིད་དང་། ཤེས་པ་ཉིད་ཅས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
ལ་རེ་ཞིག་གཞོན་པར་མ་བྱས་པའི་ཡུལ་ཅན་ཉིད་ནི་མཚན་  
ཉིད་ཐ་དད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ ཏེ། གཞོན་པ་དང་མེད་ན་མི་འབྱུང་  
བ་དག་འགལ་བའི་བྱིར་རོ། །མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་ནི་བསྐྱབ་  
པར་བྱ་བའི་ཆོས་ཡོད་པ་ཁོ་ན་གཏན་ཆེགས་ཡོད་པ་ཡིན་ ནོ།  
ཇི་ལྟར་ཆོས་ཅན་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་གཏན་ཆེགས་  
ཀྱང་ཡོད་པར་འགྱུར་ལ། འདི་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ཀྱང་  
མེད་པར་འགྱུར། མངོན་སུམ་དང་། རྗེས་སུ་དཔག་པ་བསྐྱབ་  
པར་བྱ་བའི་ཆོས་ལ་གཞོན་པར་ཞུགས་པ་དག་ནི། དེ་ཆོས་  
ཅན་དེ་ལས་ལྗོག་པར་བྱེད་ལ། དེ་ཡོད་པ་ཁོ་ནས་ གཏན་  
ཆེགས་ཡོད་པ་ནི། དེ་ཆོས་ཅན་དེ་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་པས།  
ཀྱི་མ་དངོས་པོ་ནམས་རབ་ཏུ་ཉམ་ང་བར་གྱུར་ཏོ། །གལ་ཏེ་



གཞན་ལ་གཏན་ཆེགས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་མེད་ན་ནི་མི་  
 འབྱུང་བ་ཡིན་གྱི། ཆོས་ཅན་ཁོ་ན་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ཅི་  
 སྟེ་ཉོན་མོངས་འདི་མ་ནིང་བཅེབས་ ནས་དུ་ཆོལ་བར་བྱེད་  
 དམ། གང་ཞིག་ཆོས་ཅན་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་མེད་ཀྱང་ཡོད་  
 པ་དེ་ཉི་བར་བསྟན་ནས། ཆོས་ཅན་དེ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་  
 དང་ལྡན་པ་ཞེས་ངེས་ཤིང་དུ་བྱ། གལ་ཏེ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་གཞོད་  
 པ་མེད་པ་སྒྲོས་ཏེ། འདི་སྙམ་དུ་གང་གི་ཕྱིར། ཁོ་ནར་གཏན་  
 ཆེགས་ གཞན་དུ་ཡང་ཡོད་པར་འགྱུར་བ་དེ་ཁོ་ནའི་ཕྱིར་ཆད་  
 མ་དག་གིས་གཞོད་པར་མ་བྱས་པའི་ ཆོས་དང་ལྡན་པའི་ཆོས་  
 ཅན་ཞེས་བྱའོ་སྙམ་དུ་སེམས་ན། དེ་དག་གཞོད་པ་མེད་པ་ཁོ་  
 ནས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་བྱུང་བའི་ཕྱིར་གཏན་ཆེགས་ལ་རུས་པ་  
 ཅི་ཞིག་ཡོད། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་མེད་པས་གཞོད་པར་བྱེད་པའི་

ཚད་མ་འབྲུག་པར་ངེས་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ནི་གཞོད་པ་མེད་ན་  
 བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་འབྱུང་བས་ གཏན་ཆེགས་དོན་མེད་  
 དོ། །གཞོད་པ་ཡོད་ན་ཡང་སྐྱབ་པ་རུས་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་  
 རོ། །མ་ངེས་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ནི། གཞོད་པར་བྱེད་པའི་ཚད་མ་  
 ཡང་མེད་པར་འབྱུང་ལ། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་མེད་པ་ཡང་སྤྱིད་  
 བས་གཞོད་ བ་མེད་པ་ལ་རུས་པ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །གཞོད་པ་  
 མེད་པ་ནི་གཞོད་པ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། གཞོད་པ་  
 མི་དམིགས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་ལ་ལར་གཞོད་པ་སྤྱིད་ཀྱང་  
 སྤྱིས་བྱ་ལ་ཡོད་པར་འབྱུང་བས། དེ་ནི་གཏན་ཆེགས་སྤྱིར་  
 བའི་ཡུལ་ཡིན་ནོ། །གཏན་ཆེགས་གཞོད་པ་དམིགས་པ་ལའང་  
 འཇིགས་ཀྱི། གཞོད་པ་ལ་མི་འཇིགས་སམ་ཅི་ན་གང་གིས་ན་  
 གཞོད་པ་ཚོད་ཡོད་པར་བྱས་ཏེ་མི་དམིགས་པ་ལའང་སྤྱིར་

བར་འདོད། གཏན་ཆེགས་དེ་ནི་དོན་དམ་པར་གཞོད་པ་ཡོད་  
 དམ་མེད་ཀྱང་རུང་སྟེ། མི་སྟོས་པར་གཞོད་པ་མི་དམིགས་པ་  
 ལ་སྐྱར་བར་བྱ་བའམ། ཅིའི་སྤྱིར་སྐྱར་བར་བྱ། བསྐྱབ་པར་བྱ་  
 བ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་རོ། །དེས་ལ་ལར་གཞོད་པ་ཡིན་  
 བཞིན་དུ་ཡང་བསྐྱབ་པར་བྱ་བསྐྱབ་པར་བྱེད་དམ་ཅི་གང་  
 གིས་ན་འདི་མེད་པར་ངེས་པར་བྱ་བ་ལ་འབད་པར་ཡང་མི་  
 བྱེད་ལ། གཏན་ཆེགས་ཀྱང་སྒྱུར། དེ་སྟོན་ཡང་གཞོད་པར་  
 བྱས་པའི་ཡུལ་ཅན་ཉིད། གཏན་ཆེགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་མ་  
 ཡིན་ཏེ། གཞོད་པ་ཡོད་བཞིན་དུ་ཡང་འདིས་རྒྱས་པའི་སྤྱིར་  
 རོ། །དེ་སྟོན་ཡང་ཐེ་ཚོམ་ཅན་ལ་ཁས་མ་སྒྲངས་ན། འཇུག་པ་  
 མི་རུང་བའི་སྤྱིར། ཇི་སྟར་མི་དམིགས་པ་ལ་གཞོད་པ་ཡོད་པ་  
 སྤིན་ན་ཡང་ཁས་སྒྲངས་ནས། སྒྱུར་བ་དེ་བཞིན་དུ། གཞོད་པ་

མི་དམིགས་པ་ལ་ཡང་སྒྱུར་བར་འགྱུར་རོ། ། ཁས་ལེན་ན་  
 བྱད་པར་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། ། གལ་ཏེ་གཞོན་པ་ཡོད་ན་མི་རྒྱས་  
 སོ་ཞེ་ན། ། གལ་ཏེ་དེ་ལྟ་ན་སྒྱུར་གྱང་མི་རྒྱས་པར་འགྱུར་དུ་  
 འོང་བས། གཞོན་པ་མི་སྲིད་པར་གཏན་ལ་མ་བབ་པར་སྒྱུར་  
 བར་འོས་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། གལ་ཏེ་གཞོན་པ་མི་དམིགས་ན།  
 རྒྱས་སོ་སྒྱུམ་ན། དམིགས་པས་གཞོན་པ་ལ་བྱབ་བམ་ཅི་ན།  
 གང་གིས་ན་འདི་ལྟར་གཏན་ཆེགས་གཞོན་པ་སྲིད་པས་བྱས་  
 པའི་རྒྱས་པ་མེད་པར་མི་འགྱུར་ བ་དེ་ལོག་ན། གཞོན་པ་  
 ལྷོག་ ། དེ་ལྟ་ན་ཡང་གཞོན་པ་མི་དམིགས་པ་ཁོ་ན་ལས་བསྐྱབ་  
 པར་བྱ་བ་འགྱུར་པའི་ཕྱིར། གཏན་ཆེགས་དོན་མེད་པ་ཡིན་ཏེ།  
 མི་དམིགས་ན་གཞོན་པ་མི་ སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། ། དམིགས་པ་  
 ལོག་གྱང་གཞོན་པ་མི་ལྷོག་ན་ནི། གཏན་ཆེགས་རྒྱས་པ་མེད་

བ་དེའི་སོན་འདུག་པས་སྒྲིབ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་  
 ཆོས་ཅན་ལ་རང་གིས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡོད་པ་དང་། མེད་པ་  
 དག་ལས་གཞན་དུ་ཡང་ཡོད་པ་ནི་ཅུང་ཟད་ཀྱང་སྐྱབ་པར་མི་  
 བྱེད་འཇིག་པར་ཡང་ མི་ བྱེད་པས། དེ་ཉི་ལམ་བཀོད་པ་ནི་  
 རུས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་གཞོད་པ་དང་མེད་ན་མི་  
 འབྱུང་བ་དག་ནི་ལྟན་ཅིག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེས་ན་གཞོད་  
 བ་མེད་པའི་ངོ་བོ་གཞན་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་དེ་ལས་བྱེད་པར་  
 གཞན་ནམ་མཁོན་ཉིད་གཅིག་ཏུ་སྒྲོས་པར་འོས་པར་འགྱུར་ན།  
 གང་ཞིག་ ཡོད་བཞིན་དུ་ཡང་གང་ཞིག་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་སྟེ།  
 དཔེར་ན་སྤྱོད་པས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་དང་མཐུན་པའི་སྤྱོད་པས་ལ་ཡོད་  
 བ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་ ཡིན་གྱང་ན། མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་  
 ཡོད་བཞིན་དུ་གཞོད་པ་སྤིད་པ་འདི་ནི་མེད་པས་བསྐྱབ་པར་བྱ་

བ་ དང་། བསྐྱོག་པ་མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་གཏན་ཆིགས་དང་  
 འགལ་བ་དག་གི་ཡུལ་ལ་གཞོད་པ་མི་སྲིད་པའི་སྤྱིར། དེ་མེད་  
 པ་ནི། ལོགས་ཞིག་ཏུ་འདི་གཉིས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཉིད་དུ་བརྗོད་  
 པར་བྱའོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་གཏན་ཆིགས་སྦྱར་བ་ལ་དམ་བཅས་  
 པའི་ཉེས་པ་རྣམས་མི་སྲིད་དོ། །དམ་བཅས་པ་འབའ་ཞིག་  
 སྦྱར་བ་ཡང་མེད་པས་ དམ་བཅས་པའི་ཉེས་པ་བརྗོད་པར་མི་  
 བྱའོ། །འདིས་ནི་གངས་གཅིག་བརྗོད་པར་འདོད་པ་ཅན་ཡང་  
 བསལ་བ་ཡིན་ནོ། །ཅི་ལྟ་བུ་གཅིག་ནི་རང་གིས་བསྐྱབ་པར་བྱ་  
 བ་ཡོད་པ་ཁོ་ནས་ཡོད་པའི་སྤྱིར། དེར་འབྱུལ་བ་མེད་པ་ཅན་  
 ཡིན་ནོ། །དེ་ཉིད་ལ་དེ་ལས་གཞན་པ་དེ་གཞོད་པར་ བྱེད་པ་  
 ཁོ་ན་ཡང་ཡོད་པའི་སྤྱིར་དེ་དང་འགལ་བས་འདིར་གཞོད་པ་  
 དང་མཚུངས་སོ། །གཞན་ཡང་ཅི་དངོས་སུ་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་

ཟླ་བོ་མི་སྲིད་པ་དེ་ཡང་དག་པའི་ཤེས་པ་ལས། བསྟོན་པའི་རྒྱ་  
 ཡིན་ནས། འོན་ཏེ་གཏན་ཆེགས་ཀྱི་ཟླ་བོ་རབ་རྩ་མ་བསྟན་པ་  
 ཞིག་ཡིན། ཅིར་འགྱུར། གལ་ཏེ་གཏན་ཆེགས་ཀྱི་ཟླ་བོ་མ་  
 བསྟན་པ་ཞིག་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་ནི། དེས་པར་བྱ་བར་མི་རྣམས་པའི་  
 སྤྱིར། འདི་མཆན་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །གཏན་ཆེགས་མེད་པ་ཡང་  
 མ་ཡིན་ཏེ། སྐྱབ་བར་བྱེད་པའི་ཆོས་མ་དེས་པའི་བདག་ཉིད་  
 ནི། དེའི་མཆན་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། རྟོགས་ཀྱི་ཆོས་ཐེ་ཆོམ་ཅན་  
 བཞིན་ནོ། ། ཐེ་ཆོམ་ཅན་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ནི། གཏན་ཆེགས་ཀྱང་  
 མ་ཡིན་པས། འགའ་ཡང་གཏན་ཆེགས་སུ་མི་འགྱུར་ཏེ།  
 མཆན་ཉིད་མཚུངས་པ་ལ་ཟླ་བོ་སྲིད་པ་མཐོང་ན། ཟླ་བོ་མ་  
 མཐོང་བ་ལ་ཡང་དོགས་པ་སྐྱེད་པར་བྱེད་དེ་ཁྱད་པར་མེད་པའི་  
 སྤྱིར་རོ། །ཁྱད་པར་ཡོད་ན་ནི་གཏན་ཆེགས་ ཀྱི་མཆན་ཉིད་

ཡིན་ཏེ། དེས་གཉིན་པོ་གཅིག་ཏུ་བསལ་བའི་གཏན་ཆིགས་  
 གྱིས་རང་གི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དེས་པར་ བྱེད་བས་དེའི་མཆན་  
 ཉིད་ཅན་མ་ཡིན་པ་གཏན་ཆིགས་སུ་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟ་ན་  
 གངས་གཅིག་བརྗོད་པར་འདོད་པ་ཅན་དོན་མེད་པ་ཡིན་  
 བོ། །འདིའི་བྱིར་འགལ་བར་འཁྱུལ་པ་ མེད་པའི་མཆན་ཉིད་  
 ཉམས་པར་འགྱུར་ཏེ། རང་གི་མཆན་ཉིད་དང་ལྡན་པའི་གཏན་  
 ཆིགས་དག་ཆོས་ཅན་གཅིག་ལ་འགལ་བར་འདུ་ན་འགལ་བ་  
 འཁྱུལ་པ་མེད་པ་ཞེས་བྱའོ། །གང་ཞིག་རྟོགས་ནས་ཟླ་བོ་སྲིད་  
 དམ་མི་སྲིད་པ་དག་བལྟ་བར་བྱ་བ་བྱེད་པར་དེའི་ངོ་ བོ་ཡང་  
 མི་སྟོན་ཏམ། དེ་ལྟ་བས་ན་བྱེད་ པར་མེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པས།  
 ཐམས་ཅད་དུ་དོགས་པར་འགྱུར་རོ། །ཟླ་བོའི་གཏན་ཆིགས་  
 མཐོང་བའི་གཏན་ཆིགས་ཀྱང་། དང་པོར་ཅིག་ཤོས་དང་།



བྱང་པར་རུང་བད་ཀྱང་མི་དམིགས་སོ། ། རྩ་བོའི་གཏན་ཆེགས་  
 སྲིད་པ་རྣམས་ཀྱི་ཡང་དེ་ཐམས་ཅད་དུ་མི་དམིགས་པ་ནི་མ་  
 ཡིན་ རོ། ། ཞེས་ རབ་ཕུལ་དུ་བྱུང་བ་དང་ལྡན་པས་བརྟགས་  
 ན་མཐོང་སྟེ། དེས་ན་སྲིད་པ་དང་མི་སྲིད་པ་དག་མ་ངེས་པས་  
 མཚན་ཉིད་མ་ངེས་པའི་བྱེད། འགའ་ཡང་གཏན་ཆེགས་སུ་  
 འགྱུར་རོ། ། འོན་ཏེ་རྩ་བོའི་གཏན་ཆེགས་རབ་ཏུ་མ་བསྟན་པ་  
 ཞིག་ཡིན་ཏེ། རི་སྐད་དུ་འོ་ན་ནི་གང་གི་ཆེ་སྒྲིལ་ཉིད་ཏྲག་པར་  
 ཁས་ ལེན་པ་དེའི་ཆེ་འདིའི་གཏན་ཆེགས་ཁོ་ནར་འགྱུར་  
 རོ། ། གལ་ཏེ་འདི་ལ་མི་ཏྲག་པ་ཉིད་ཀྱི་གཏན་ཆེགས་བྱས་པ་  
 ཉིད་ལ་སོགས་པ་འགའ་ཞིག་ཀྱང་ བསྟན་པར་མ་གྱུར་ནའོ་  
 ཞེས་བཤད་པ་ལྟ་བུའོ་ཞེ་ན། འདི་ནི་བསྒྲགས་སུ་ཡང་མི་རུང་  
 ལ། བཅའ་ཏུ་ཡང་མི་རུང་བས་མི་བཟད་པའི་སྐབས་སུ་ཆུད་

བ་ ཡིན་ན། རི་ལྷ་ཞིག་དུ་བཀལ་བར་རུས། གཏན་ཆེགས་  
 འདིས་རེ་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱང་རང་གིས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་དེ་  
 ཉིད་ཀྱི་རང་ བཞིན་དུ་བྱས་ཤིང་། དེའི་ཚད་མ་ཅན་གྱི་སྐྱེས་བུ་  
 རྣམས་ཀྱང་། མངོན་པར་མཐོ་བ་དང་། དེས་པར་ལེགས་པ་  
 དག་ལ་ཡང་དག་པར་སྐྱར་ནས། ཡང་སྤྱིར་བྱོད་ཀྱིས་ སྐྱེས་  
 བུས་གཏན་ཆེགས་གཞན་བསྟན་པས་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་རུས་  
 བ་མེད་པར་བྱས་ཏེ། དངོས་པོ་དེ་དག་དང་། སྐྱེས་བུ་དེ་དག་  
 ཀྱང་དེའི་དངོས་པོ་དང་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་ལས་ཉམས་པར་  
 བྱས་ནས། རྒྱལ་པོ་རྒྱལ་སྤིང་ཤོར་བ་ལྟར་དཀའ་ཐུབ་ཀྱི་  
 རགས་ཚལ་དུ་འགོ་བས་འདིར་རི་སྐད་ སྐྱ་བར་བྱ། སྐྱབ་ བ་  
 ཉིད་སྐྱེས་བུའི་སྒོ་བས་པས་བྱས་པ་ཡང་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་དངོས་  
 སུ་སྐྱ་བའམ། སྐྱབ་པ་མ་ཡིན་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད། གཏན་ཆེགས་

གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་ཆོས་དེ་ཡོད་པ་ཅན་ཞིག་ཡིན་ན་ནི། རི་ལྟར་  
 གཞན་དུ་བྱེད་པར་འགྱུར་ཏེ། དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་  
 གཞན་དུ་འགྱུར་བ་དང་། རི་བོ་ཉིད་འགལ་བ་གཉིས་ཀྱང་མེད་  
 པའི་སྤྱིར་རོ། །ཆོས་དེའི་ཡོད་པ་ཅན་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ཡིན་ན་  
 ཡང་གཞན་དུ་ཡང་རི་ལྟར་འགལ་ཞིག་གིས་ སྐྱབ་པ་ཡིན། དེ་  
 ལྟ་བུས་ན་རི་བོ་ཉིད་ཀྱིས་རང་གིས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་མེད་ན་མི་  
 འབྱུང་བར་བཤད་ པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་འབྲས་བུ་དང་རང་  
 བཞིན་དག་གི་དེའི་མཆན་ཉིད་ལ་ ལྷ་བོའི་གཏན་ཆེགས་མི་སྲིད་  
 པའི་སྤྱིར་རོ། །གངས་གཅིག་བརྗོད་པར་འདོད་པ་ཅན་ནི་  
 མཆན་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་པར་གཅད་པར་བྱ་བ་མེད་པའི་  
 སྤྱིར་རོ། །ཞེས་པ་ཉིད་ནི་རྟགས་ཀྱི་ཆོས་མ་ཡིན་ན་རི་ལྟར་  
 རྟགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་དུ་འགྱུར། རྟགས་ངོ་བོ་རི་ལྟ་བུ་ཞིག་

ལས་ འོན་ཏྲོགས་པར་བྱ་ཞེས་བསམ་པར་བྱ་བ་ལ། ཏྲོགས་  
 པར་བྱེད་པ་ལ་སྐྱ་བར་མི་བྱེད་པའི་ངོ་བོ་ལ་བྱ་སྟེ། གང་ཞིག་  
 མཐོང་ནས་འདིས་སྐྱབ་པ་དང་། སྐྱབ་པ་མ་ཡིན་པ་དག་རྣམ་  
 པར་བྱེ་ནས། དེ་ལ་འདོད་པའི་དོན་ཉི་བར་འཛོག་པར་བྱེད་པ་  
 ལ་ཡིད་ཆེས་ནས་འཇུག་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ འོ། །དེ་ ལ་  
 འདིའི་བདག་གི་ངོ་བོ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་གྱི་  
 གཞན་གྱི་ངོ་བོ་ནི་མ་ ཡིན་འོ། །ཏྲོགས་པ་སྐྱེ་བ་ལ་ཉི་བར་  
 སྐྱར་བ་ཙམ་གྱིས་དེའི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་ན་ནི། ཏ་ཅང་ཐལ་བར་  
 འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟ་ན་ནི་གཞལ་བྱ་དང་སྐྱེས་བྱ་ལ་སོགས་པ་  
 ཡང་དེའི་མཆོན་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཏེ། དེ་དག་མེད་པར་ནི་ ཏྲགས་  
 ཅན་ལ་ཞེས་པ་མི་སྐྱེའོ། །འོ་ན་ནི་ངེས་པ་སྒྲིས་པར་མི་བྱའོ་ཞེ་  
 བ། མི་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་གཞན་གྱི་དོན་དུ་ཡིན་པའི་བྱར་

རོ། །མཐོང་བ་དང་མ་མཐོང་བ་དག་གིས་གཏན་ཆིགས་ཤེས་  
 བ་བྱེད་པ་ཡིན་པར་འདོད་པ་དག་གིས་ གཏན་ཆིགས་རུས་  
 བར་མི་འགྱུར་བ་ཁོ་ན་སྟེ། མཐོང་བ་དང་། མ་མཐོང་བ་དག་  
 ཡོད་བཞིན་དུ་ཡང་ཤེས་པར་བྱེད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་མཐོང་བའི་  
 ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་དག་གིས་ཤེས་པར་བྱེད་  
 བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཤེས་པར་བྱ་བའི་ ཕྱིར་དེས་པ་སྟོས་སོ། །དེས་  
 ན་གཞན་གྱི་ངོ་བོ་ནི་མཆོན་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། དེས་རྟགས་གྱི་ངོ་  
 བོའི་བྱེད་ བར་མི་སྟོན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡོད་པ་དང་མེད་པ་དེ་  
 དག་ནི་དེའི་ངོ་བོ་སྐྱབ་པ་འཇུག་པས་ཁོང་དུ་ཅུད་པར་བྱ་ སྟེ།  
 ཐབས་གཞན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་ཡོད་པ་དང་། མེད་པ་  
 སྟོས་པ་ཅམ་གྱིས་ཀྱང་དེ་བསྐྱབ་པའི་ཚད་མ་འཕེན་མོད་གྱི།  
 འདི་གཉིས་གསལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར། མཆོན་ཉིད་ལ་ ལས་

དེས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྱི་རབ་ཏུ་སྦྱོར་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་  
 བ་ཞེས་བྱ་ཡོད་པར་རྣམ་པར་གཞག་པ་ནི་ཞེས་པ་ཡོད་པའི་  
 རྒྱ་རྒྱུན་ ཡིན་པའི་བྱིར། དེ་གཉིས་ཉིད་ཡོད་པར་རབ་ཏུ་མི་  
 འབྱུང་བ་པས་ཐམས་ཅད་ལ་ཡོད་པ་རྣམ་པར་གཞག་པ་ཉིད་དེ་  
 སྤྱི་བ་པ་དང་ལྡན་པའི་ཚད་མ་འདྲེན་པ་ཡིན་ནོ།། བསྟན་བཅོས་  
 གྲེད་པ་ནི་གཞན་གྱི་དོན་ཡིན་པའི་ཡང་ བྱིར་ཏེ། ཚུལ་གསུམ་  
 པའི་རྟགས་ཡོད་པ་ནི། དོན་འདོམས་པར་གྲེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ལ། གང་དག་ཚུལ་དེ་མི་ཞེས་པ་དེ་དག་ནི། དེས་མི་  
 འཇུག་པས་གཞན་ཤས་པར་གྲེད་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་ཞེས་པ་  
 བྱུང་མོད་གྱི། འོན་ཀྱང་ཁ་ཅིག་ ཡོད་པ་དང་། མེད་པ་དེ་དག་  
 ཁོ་ན་མཐོང་བ་དང་། མ་མཐོང་བ་ཅམ་གྱིས་རྣམ་པར་འཇོག་  
 པར་གྲེད་པས། དེ་དག་ག་པའི་བྱིར་དེས་པའི་སྤྱི་སྦྱོས་

སོ། །ཡོད་པ་དང་མེད་པ་དག་ཡོད་ཀྱང་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་དང་།  
 ལྷོག་པ་དག་ཡོད་པ་ལ་ཐེ་ཆོམ་བྱ་བའི་ཕྱིར། ཡོད་པར་རབ་ཏུ་  
 འགྲུབ་པ་ནི་ཚད་ མ་གང་ལས་འདི་གཉིས་ངེས་པ་དེ་ལ་རག་  
 ལུས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཞེས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། ཁོ་བོས་སྒྲོས་  
 པར་བྱས་པ་ཡིན་ནོ། །གང་གི་ཕྱིར་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་སྒྲོས་  
 པ་ཅམ་གྱིས་དེ་སྒྲུབ་པའི་ཚད་མ་འཕེན་པར་ འགྲུབ་པ་དེའི་  
 ཕྱིར་ཡང་ཞེས་པ་ནི་མཚན་ཉིད་ཐ་དད་པར་གྱུར་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 དེ་ཉིད་ཀྱི་དོན་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། ལྷོགས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ལས་ཉི་  
 བར་གཏོད་པའི་དོན་བཞིན་ནོ། །འོ་ན་ནི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་དང་  
 ལྷོག་པ་དག་ཀྱང་སོ་སོ་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། གཅིག་སྐྱར་བས་གཉི་  
 ག་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན་མ་ཡིན་ཏེ། མཐུན་པའི་ལྷོགས་  
 དང་མི་མཐུན་པའི་ལྷོགས་དག་ལ་གཏན་ཆིགས་ ཡོད་པ་དང་།

མེད་པ་དག་ནི་པན་ཚུན་སྟོས་ནས་ཆེག་གཅིག་གིས་གཉི་ག་  
 གོ་བར་བྱེད་དོ་ཞེས་བྱའི། གཉིས་པ་དང་དོན་གཅིག་པ་ནི་མ་  
 ཡིན་ནོ། །དེ་ཁོ་ན་ལ་ཡོད་པ་དང་མེད་པ་ལ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་  
 བའི་ཆེག་པན་ཚུན་འཕེན་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེས་པ་སྟོན་  
 པ་གཅིག་ཀྱང་འཕེན་པ་གཉིས་པ་མེད་ན་ མེད་པའི་སྤྱིར་ཆེག་  
 འདིས་ནི་ཤྱགས་ཀྱིས་གཉི་ག་འཕེན་པར་བྱེད་ཀྱི། ཡོད་པ་དང་  
 མེད་པ་འབའ་ཞིག་འཕེན་པར་བྱེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེས་པ་  
 དང་ལྡན་པ་དག་ནི་འབའ་ཞིག་པ་དག་མ་ཡིན་ཏེ། དེས་པ་ནི་  
 གཉི་གའི་ངོ་བོ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་གང་གིས་ན་  
 ཡོད་པའམ། མེད་པ་གཉིས་པ་ འཕེན་པར་འགྱུར་བ་དེ་ལ་ཡོད་  
 པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ཡང་ཡོད་པ་འབའ་ཞིག་ལ་མི་བྱ་ལ། ཅིག་  
 ཞོས་ཀྱིས་ཀྱང་མེད་པ་འབའ་ཞིག་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པ་ནི་དེ་



ལྟར་གཞན་ཤེས་པར་བྱེད་པའི་མཆན་ཉིད་གསུམ་པ་ལས་ཐ་  
དད་པ་མ་ཡིན་པས། མཆན་ཉིད་གཞན་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་  
བས་ན་གཏན་ཆིགས་ནི་མཆན་ཉིད་དུག་པ་མ་ཡིན་  
ནོ། །གཏན་ཆིགས་ཀྱི་ཐིགས་པ་སྟོབ་དཔོན་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་  
པས་མཛད་པ་རྫོགས་སོ། ། །ཀྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་བླ་མ་ར་  
མ་དང་ཁྱ་ཆེན་གྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་དག་སྟོང་དཔལ་བཅེགས་རྟེན་  
བསྐྱར་ཅིང་ཁྱས་ཏེ་གཏན་ལ་ཕབ་པ། ། །

# ༡༡༡། །འབྲེལ་པ་བརྟག་པའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ བཞུགས་སོ།།

༡༡༡། །ཁྱ་གར་སྐད་དུ། སྟོ་བརྒྱ་པ་རྩེ་གྲི་བྲ་ཀ་ར་ཏ། བོད་  
སྐད་དུ། འབྲེལ་པ་བརྟག་པའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ། འཇམ་དཔལ་  
གཞོན་རྒྱུར་གྱུར་པ་ལ་བྱག་འཆལ་ལོ། །གཞན་དབང་ཁོ་ནར་  
འབྲེལ་པ་ནི། །གྲུབ་པ་ན་གཞན་དབང་ཅི་ཞིག་ཡོད། །དེ་བྱིར་  
དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །འབྲེལ་པ་ཡང་དག་ཉིད་དུ་མེད། །དོ་  
བོ་འབྲེས་པ་འབྲེལ་ཡིན་དུ། །གཉིས་ཉིད་ཡིན་ན་རི་ལྟར་  
འགྱུར། །དེ་བྱིར་རང་བཞིན་ཐ་དད་པ། །འབྲེལ་པ་ཡང་དག་

ཉིད་དུ་མེད། །གཞན་སྟོས་པ་ནི་འབྲེལ་པར་ཡང་། །མེད་ན་དེ་  
 ནི་ཇི་སྟར་སྟོས། །ཡོད་ནའང་ཀུན་ལ་རག་མ་ལས། །དངོས་པོ་  
 ཇི་སྟར་སྟོས་པ་ཡིན། །གཉིས་ ནི་འབྲེལ་པ་གཅིག་ཕྱ་  
 ཡིས། །ཅི་སྟེ་འབྲེལ་ན་དེ་དང་གཉིས། །འབྲེལ་པ་གང་ཡིན་  
 ཐུག་པ་མེད། །དེ་བཞིན་འབྲེལ་མེད་ཤེས་པར་བྱ། །དངོས་པོ་  
 དེ་གཉིས་དེ་ལས་གཞན། །དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་ཉིད་  
 གནས། །དེ་བས་རང་དངོས་མ་འབྲེས་ལ། །དེ་དག་རྟོགས་  
 པས་འབྲེས་པར་བྱེད། ། དངོས་པོ་ཐ་དད་རྟོགས་བྱའི་  
 བྱིར། །དེ་ཡི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་ཡིས། །བྱ་དང་བྱེད་པ་པོ་ཡི་  
 ཆོག །སྤྱོད་པ་པོ་དག་འགོད་པར་བྱེད། །རྒྱ་དང་འབྲས་བྱའི་  
 འབྲེལ་པ་ཡང་། །དེ་གཉིས་སྟན་ཅིག་མི་གནས་པས། །གཉིས་  
 ལ་གནས་པ་ཇི་སྟར་བྱུང། །གཉིས་ལ་མི་གནས་ཇི་སྟར་

འབྲེལ། །རིམ་ལས་དངོས་པོ་གཅིག་ལ་གནས། །གཞན་ལ་རེ་  
 བ་མེད་བ་ཡིན། །དེ་མེད་བར་ཡང་ཡོད་པའི་སྒྱུར། །གཅིག་ལ་  
 གནས་པ་འབྲེལ་བ་མེད། །གཞན་དུ་འདི་ནི་འདུག་པ་ན། །ཅི་  
 སྟེ་དེ་ནི་གཅིག་ལ་སྟོས། །སྟོས་པ་ཕན་བ་བྱེད་པར་  
 འགྱུར། །མེད་ན་ངེ་སྟར་ཕན་བར་བྱེད། །ཅི་སྟེ་དོན་གཅིག་  
 འབྲེལ་པའི་སྒྱུར། །དེ་གཉིས་རྒྱ་འབྲས་ཉིད་ཡིན་ན། །གཉིས་  
 ཉིད་ལ་སོགས་འབྲེལ་པའི་སྒྱུར། །གཡས་གཡོན་རྒྱ་ཡང་དེ་  
 ཉིད་འཛོམ། །འགའ་ཞིག་གཉིས་གནས་འབྲེལ་བ་ཡིན། །དེ་  
 མཚན་དེ་ལས་གཞན་དུ་མིན། །ཡོད་དང་མེད་པའི་བྱེ་བྲག་  
 ཅན། །སྒྱུར་བ་ཅི་སྟེ་རྒྱ་འབྲས་ ན། །སྒྱུར་བའི་བྱེ་བྲག་ཅན་དེ་  
 ཉིད། །འདིར་ནི་རྒྱ་འབྲས་ཅི་སྒྱུར་མིན། །ཐ་དད་ཅེས་བྱའི་སྒྱ་  
 འདི་ནི། །སྒྱ་བྱེད་ལ་བརྟེན་མ་ཡིན་ནམ། །གང་ཞིག་མཐོང་ན་

མ་མཐོང་མཐོང་། །དེ་མ་མཐོང་ན་མ་མཐོང་བ། །འབྲས་བུ་  
 ཡིན་པ་ཉིད་དུ་ནི། །སྟོན་པའི་སྐྱེ་བོ་མེད་པར་ཤེས། །མཐོང་  
 དང་མ་མཐོང་མ་གཏོགས་པར། །འབྲས་བུའི་སྒོ་ནི་མི་སྲིད་  
 ཕྱིར། །འདི་ལ་འབྲས་བུ་ལ་སོགས་སྒྲ། །ཐ་སྙད་སྒྲ་བའི་ཕྱིར་  
 བཏོད་དོ། །དེ་ཡོད་ཡོད་ཕྱིར་དེ་འབྲས་ཏོགས། །གང་ཡང་  
 རེས་སུ་སྒྲ་བ་ཡི། །བད་ཡི་ཡུལ་དུ་དེ་བརྗོད་དེ། །སྒྲིག་ཤལ་ལ་  
 སོགས་སྒྲ་ཏོགས་བཞིན། །ཡོད་འགྱུར་ ཡོད་ན་དེ་ཡོད་  
 ཅིང་། །ཡོད་པ་ཉིད་ནའང་ཡོད་འགྱུར་བ། །དོན་སྒྲུལ་མི་  
 དམིགས་པ་དག་ལས། །རྒྱ་འབྲས་ཁོ་ནར་རབ་ཏུ་གྱུབ། །རེ་  
 ཞིག་དེ་ཙམ་ཡང་དག་དོན། །རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་སྒྲོད་ཡུལ་  
 རྣམས། །རྣམ་པར་རྟོག་པས་སྟོན་པ་ནི། །དོན་ལོག་པ་ཡི་དོན་  
 བཞིན་སྟོན། ། ཐ་དད་ཡིན་ན་ཅི་ཞིག་འབྲེལ། །ཐ་དད་མིན་ན་

རྒྱ་འབྲས་གང་། །གཞན་ཞིག་ཡོད་ན་མ་འབྲེལ་གཉིས། །དེ་  
 གཉིས་འབྲེལ་པ་རི་ལྟར་བྱེད། །སྦྱོར་དང་འདུ་བ་ལ་སོགས་  
 བ། །ཐམས་ཅད་དེས་ཀྱང་དབྱེད་པ་ཡིན། །ཕན་ཚུན་ཕན་པ་མི་  
 བྱེད་ཕྱིར། །དེ་འདྲ་བ་ལ་འབྲེལ་པ་མེད། །འདུ་བ་ཅན་ནི་  
 འགའ་ཞིག་གིས། །འབྲས་བུ་སྦྱེད་པར་བྱེད་ན་ཡང་། །དེ་ཆེ་  
 འདུ་བ་ཅན་འདི་མེད། །ཞིན་ཏུ་ཐལ་བྱིར་དེ་གཉིས་མིན། །དེ་  
 གཉིས་དང་ནི་འདུ་བ་དང་། །གཞན་ཡང་ཕན་པ་མི་བྱེད་  
 བར། །ཅི་སྟེ་འབྲེལ་ན་མཐའ་དག་ཀྱང་། །ཕན་ཚུན་འབྲེལ་པ་  
 ཅན་དུ་འགྱུར། །ལ་སོགས་སྦྱོར་བ་ཅན་གྲུབ་ཕྱིར། །སྦྱོར་བ་  
 སྦྱེད་ཀྱང་དེས་དེ་གཉིས། །སྦྱོར་བ་ཅན་དུ་མི་འདོད་  
 དེ། །གནས་པར་བྱེད་པའང་རབ་ཏུ་བརྗོད། །སྦྱོར་བ་ལ་  
 སོགས་པ་ཡི་གནས། །རུང་བའི་དངོས་པོ་དེ་འགྱུར་ན། །རུང་

བའི་དངོས་པོ་ཉག་ན་ནི། །དེ་དང་བྲལ་བར་འགལ་བྱིར་  
རོ། །དེ་བས་བྲལ་དང་ལྡན་པ་དང་། །འགྲོ་སོགས་རུང་བ་  
བརྗོད་པ་ན། །ངོ་བོ་འདི་ལ་ངེས་པར་བརྗོད། །འགྲོ་སོགས་  
གཞན་ཉགས་ཅི་ཞིག་བྱ། །དེ་དག་རྣམས་ལ་ཡོད་ན་  
ཡང་། །འདིའི་ཞེས་འབྲེལ་བ་མི་འབྱུང་བྱིར། །སྐད་ཅིག་སོ་  
སོར་སྐྱེ་བ་ཡི། །དངོས་པོ་ཐ་དད་འདི་ཡིན་རིགས། །འབྲེལ་བ་  
བཟླ་བའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ། །སྟོབ་དཔོན་མཁས་པ་ཆེན་པོ་ཆོས་  
ཀྱི་གྲགས་པས་མཛད་པ་རྫོགས་སོ། ། །ཀྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་  
རྩོན་གཞུང་དང་། །ལོ་རྒྱ་བ་བརྩེ་ནམ་མཁས་བསྐྱུར། །སྐད་གྱི་བརྩེ་  
ཏ་རབ་འབྱོར་ཞི་བ་དང་། །ལོ་རྒྱ་བ་ཉིང་ངེ་འཛིན་བཟང་པོས་  
བཅོས་ཤིང་གཏན་ལ་ཕབ་པ། །

༡༡༡། །ཚུ་ད་པའི་རིགས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་རབ་  
ཏུ་བྱེད་པ་བཞུགས་སོ།།

༡༡༡། །ཁྱུ་གར་སྐད་དུ། ལྷ་ད་བྱ་ཡ་རྒྱ་མ་སྤ་ཀ་ར་ཏ།  
བོད་སྐད་དུ། ཚུ་ད་པའི་རིགས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ།  
བཅོམ་ལྷན་འདས་འཇམ་པའི་དོ་རྩེ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །ཚུ་ད་  
པ་དག་ལ་རིགས་པ་སྤྱི་བ་རྣམས་ཀྱང་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་  
རྣམ་པར་གཞག་པ་ཉི་བར་དགོད་པའི་སྒོ་ནས་གཡོ་སྒྱུ་ཅན་



ཚར་གཙོད་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དེ་སྤྱན་དབྱུང་བའི་ རོན་དུ་འདི་  
 བཅུམས་སོ། །སྐྱབ་པའི་ཡན་ལག་མི་བཟོད་ཅིང་། །སྐྱོན་ མི་  
 བཟོད་པ་གཉིས་པོ་དག །ཚར་གཙོད་པ་ཡི་གནས་ཡིན་  
 གྱི། །གཞན་ནི་མི་རིགས་ཕྱིར་མི་འདོད། །སྐྱབ་པ་ནི་འདོད་  
 པའི་རོན་སྐྱབ་པའོ། །དེའི་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ནི་ཡན་ལག་  
 གོ། །དེ་བཟོད་པ་ནི་སྐྱབ་པའི་ཡན་ལག་བཟོད་པའོ། །དེ་མི་  
 བཟོད་པའི་ཚོལ་བ་ནི་ཚར་བཅད་པའི་གནས་ཡིན་ནོ། །དེ་  
 ཁས་སྒངས་ནས་ཚོལ་བ་ནི་སྒྲོབས་པ་མེད་པས་མི་སྐྱ་བར་  
 འདུག་པའི་ཕྱིར་རམ། སྐྱབ་པའི་ཡན་ལག་ལ་རྒྱས་པ་མེད་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །རྟགས་རྣམ་པ་གསུམ་ཉིད་ནི་མདོན་སུམ་མ་ཡིན་པ་  
 སྐྱབ་པའི་ཡན་ལག་སྟེ། རང་བཞིན་དང་། འབྲས་བྱ་དང་། མི་  
 དམིགས་པའོ། །དེ་ལ་རྒྱས་པ་ནི། བསྐྱབ་པར་བྱ་བས་བྱབ་པ་

རབ་ཏུ་བསྐྱབས་ནས། ཆོས་ཅན་ལ་ཡོད་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་  
 ཉེ། འདི་ལྟར་གང་ཡོད་པའམ་བྱས་པ་དེ་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པ་  
 ཉེ། དཔེར་ན་བུམ་པ་ལ་སྟོགས་པ་ལྟ་བུའོ། །སྐྱ་ཡང་ཡོད་  
 པའམ་བྱས་པའོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །འདི་ལ་ ཡང་གོ་རིམས་  
 གྱི་ངེས་པ་འགའ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདོད་པའི་དོན་སྐྱབ་  
 པར་གཉི་ག་བྱེ་བྲག་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །ཆོས་ཅན་ལ་དང་པོར་  
 ཡོད་པ་ཉིད་རབ་ཏུ་བསྐྱབས་ནས། བྱིས་ཀྱང་བྱབ་པ་རབ་ཏུ་  
 བསྐྱབས་པ་ཉིད་ནི། དཔེར་ན་སྐྱ་ནི་ཡོད་པའམ་བྱས་པ་ཡིན་ལ་  
 དེ་ལྟ་བུ་གང་ ཡིན་པ་དེ་ཐམས་ཅད་ནི་མི་རྟག་པ་ཡིན་ཏེ།  
 དཔེར་ན་བུམ་པ་ལ་སྟོགས་པ་ལྟ་བུའོ། །འདིར་བྱབ་པ་སྐྱབ་  
 པར་བྱེད་པ་ནི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ལ་བསྐྱོག་པ་ལ་གཞོན་པ་ཅན་  
 གྱི་ ཆད་མ་ཉི་བར་བསྟན་པ་ཉེ། གལ་ཏེ་དངོས་པོ་ཡོད་པའམ།

བྱས་པ་ཐམས་ཅད་སྐད་ཅིག་མ་རེ་རེ་ལ་འཛིག་པར་མ་གྱུར་  
 བ། སྐད་ཅིག་མ་མ་ཡིན་པ་ནི་རིམ་དང་ཅིག་ཅར་གྱིས་དོན་  
 བྱེད་པ་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར། ཡོད་པ་ཉིད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ནི་དོན་  
 བྱེད་རྒྱས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལས་ལྷོག་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཁོ་ནར་  
 འགྱུར་ཏེ། རྒྱས་པ་ཉི་བར་བརྗོད་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་  
 མཆན་ཉིད་ནི། ཉི་བར་བརྗོད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་  
 སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ལས་བསྒྲིག་པ་ལ་གཞོན་  
 པ་ཅན་གྱི་ཚད་ མ་ཉི་བར་མ་བསྟན་ན། འདི་བསྒྲིག་པ་ལ་ཡོད་  
 པ་མ་མཐོང་དུ་ཟིན་ཀྱང་ཡོད་པའམ། བྱས་པ་ཏྲག་ཅེས་བྱ་བ་  
 ལ་འགལ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། ལྷོག་པ་མེད་པ་ཉིད་དུ་ཐེ་ཆོམ་བ་  
 ལ། དེ་ལས་ལྷོག་པ་ལ་ཐེ་ཆོམ་བ་བའི་ཕྱིར་མ་ངེས་པར་འགྱུར་  
 ཏེ། གཏན་ཆིགས་ལྟར་སྤང་བའོ། །མ་མཐོང་བ་ཅམ་གྱིས་ཀྱང་

ལྷོག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། བསྐྱལ་པ་དག་ལ་ཐམས་ཅད་གཞིགས་པ་  
 མ་ཡིན་པའི་མ་མཐོང་བ་ནི་མེད་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ མ་ཡིན་  
 པའི་སྒྱུར་ཏེ། ལྷོ་རྩལ་མཐོང་ བས་ནི་ཡོད་པ་ཡིན་དུ་ཟིན་ཀྱང་  
 རྟོན་འགའ་ཞིག་མ་མཐོང་བའི་སྒྱུར་རོ། །གཞོད་པ་ཅན་གྱི་ཆད་  
 མ་ཡང་གང་ལ་རིམ་དང་ཅིག་ཅར་འབྲེལ་བ་མེད་པ་དེ་ནི་  
 འགའ་ཞིག་ ཏུ་ཡང་རྒྱས་པ་མེད་དེ། དེ་ནི་སྐད་ཅིག་མ་མ་ཡིན་  
 པ་ལ་ཡོད་པའི་སྒྱུར་འདི་ལྟར་རབ་ཏུ་འཇུག་པས་རྒྱས་པ་མེད་  
 པ་ཡོད་པ་ མ་ཡིན་པའི་མཆོན་ཉིད་འབྲེན་པར་བྱེད་དོ། །དེའི་  
 སྒྱུར་གང་ཡོད་པའམ་བྱས་པ་དེ་ནི་མི་རྟག་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་གྲུབ་པོ། །དེ་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་ཆོས་ཙམ་  
 གྱི་རྗེས་སུ་འགོ་བ་ཡིན་ཏེ། བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ཀྱི་རང་  
 བཞིན་གྱི་གཏན་ཆོག་གས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་འབྲེན་པར་ འབྱུང་རོ།།

གལ་ཏེ་འདིར་ཡང་མ་མཐོང་བ་ཚད་མ་མ་ཡིན་ན་གང་གི་ཕྱིར་  
 རིམ་དང་ཅིག་ཅར་མི་རིགས་པ་ ཉིད་ལ་རྒྱས་པ་མེད་པས་  
 བྱུང་བ་མི་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར། སྤར་གྱི་གཏན་ཆིགས་ལ་ཡང་  
 བྱུང་བ་མེད་དོ། །འདི་ལ་ཡང་གཞན་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཉེ་བར་  
 སྤྱོད་ན་ནི་ཐུག་པ་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་ རོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་  
 ཏེ། མེད་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ལ་མ་མཐོང་བ་ནི་བཀག་པ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར་ཏེ། མ་མཐོང་བས་ནི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་བསྐྱོག་པ་ལ་  
 གཏན་ཆིགས་སྒྲིག་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ གང་ཡིན་པ་དེ་ནི།  
 འདིར་འགལ་བ་ཉེ་བར་འགོད་པའི་ཕྱིར། གཞོད་པ་ཅན་གྱི་  
 ཚད་མ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ ལྟར་ན་ནི་གཏན་ཆིགས་དེ་བསྐྱབ་བྱ་  
 མེད་པ་ལ་གང་གི་ཆེ་ཚད་མ་དང་ལྡན་པ་རང་འགལ་བས་  
 གཞོད་པའི་ཕྱིར་མེད་པ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །རྣམ་པ་གཞན་དུ་ན་

དེ་ལ་འདི་གཞོན་པ་ཅན་མ་གྲུབ་ན་ཐེ་ཆོམ་བ་བ་ནི་བསྒྲུབ་པར་  
 དགའོ། །དངོས་པོ་མ་དམིགས་པ་ཐམས་ཅད་ནི་གཞོན་པ་ཅན་  
 མ་ ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་རྒྱས་པ་ནི་རིམ་དང་ཅིག་ཅར་གྱིས་ཁྲབ་པ་  
 གྲུབ་པ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་པ་གཞན་ནི་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་  
 ཁྲབ་པར་བྱེད་པའི་ཆོས་མ་དམིགས་པས་སྐྱད་ཅིག་མ་མ་ཡིན་  
 པ་ལ་རྒྱས་པ་ལ་ གཞོན་པ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རིམ་དང་ཅིག་  
 ཅར་མི་རིགས་པ་ལ་ནི། རྒྱས་པ་མེད་པས་ ཁྲབ་པར་གྲུབ་པའི་  
 ཕྱིར། ཐུག་པ་མེད་པར་ཐལ་བར་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་རང་  
 བཞིན་གྱི་གཏན་ཆེགས་གྱི་སྒྲུབ་བ་དག་ནི་སྒྲུབ་པའི་ཡན་ལག་  
 བསྒྲུབས་པ་ཡིན་གྱི། དེ་ལ་བསྒྲུབས་པ་མེད་པ་ནི་སྒྲུབ་པའི་  
 ཡན་ལག་མི་སྒྲུབ་པའི་གྲོལ་བ་དེ་ནི་ཐམ་པའི་ གནས་ཡིན་ཏེ།  
 ཅོམ་པའི་ དོན་རབ་ཏུ་མ་བསྒྲུབས་པ་ཉིད་གྱི་ཕྱིར་རོ། །དངོས་

ཐོ་ལ་སྐྱབ་པའི་གཏན་ཆེགས་ཁས་ལེན་དུ་ཟེན་གྲང་རུས་པ་  
 རབ་ཏུ་མ་བསྟན་པའི་ ཕྱིར་རོ། །འབྲས་བུའི་གཏན་ཆེགས་  
 གྲང་སྐྱབ་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་བསྐྱབས་པ་ནི། འབྲས་བུའི་རྟགས་  
 རྒྱ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། ཉེ་བར་སྤངས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་  
 དང་ལྟན་ཅིག་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་པོར་སྐྱབ་པ་ནི།  
 དངོས་པོ་དང་དངོས་པོ་མེད་པ་དག་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་ཚད་མ་  
 དག་གིས་རབ་ཏུ་བྱུང་ རྟེ། དཔེར་ན་འདི་ཡོད་ན་འདི་འབྱུང་  
 བར་འབྱུང་ལ། དེ་ལས་གཞན་པའི་རུས་པའི་རྒྱ་དག་ཡོད་དུ་  
 ཟེན་གྲང་དེ་མེད་ན་མེད་ བར་འབྱུང་བ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ལྟར་ན་ནི་  
 འདིའི་འབྲས་བུ་ཉིད་དུ་ཐེ་ཚོམ་མེད་པར་བསྐྱབས་པར་འབྱུང་  
 རོ། །རྣམ་པ་གཞན་དུ་ན་དེ་མེད་ན་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་འགའ་  
 ཞིག་ཉེ་བར་བསྟན་ན། དེ་ལས་གཞན་ཡོད་ན་ཡང་འདི་ཡོད་དོ་

ཞེས་བྱ་བ་འདིའི་རྒྱས་པ་ལ་ཐེ་ཆོམ་བཟུང་དེ་ལ་ གཞན་གྱི་  
 རྒྱས་པ་མེད་ ན་དེ་མི་འབྱུང་བ་ནི། དེ་ཕྱོག་ན་ཡང་ཕྱོག་པ་  
 འདོད་རྒྱལ་བར་འབྱུར་ཏེ་མ་བག་མར་ལེན་པའི་ཡུལ་དུ་ཕིན་  
 མ་ ཁར་]?) རྩུར་སྐྱེའོ། མ་བག་མར་ལེན་པ་མེད་པའི་ཡུལ་  
 གཞན་དུ་མེད་པ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ལྟར་བསྐྱབས་ན་དེ་དེའི་འབྲས་  
 བྱར་བྱབ་པ་ཡིན་ནོ། །བྱབ་པ་ཡང་རང་ཡོད་ན་དེ་ཡོད་བར་  
 སྐྱབ་ པར་བྱེད་པ་ནི། རྩུ་དང་འབྲས་བུ་འབྲུལ་པ་མེད་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །མ་འབྲུལ་པར་ཡང་རང་གི་རྩུ་དང་འབྲས་བུ་ཐམས་  
 ཅད་འབྲ་བ་ནི་རིགས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་མ་བསྐྱབས་ན་  
 འབྲས་བུའི་གཏན་ཆེགས་ཀྱི་འང་སྐྱབ་པའི་ཡན་ལག་ཀྱང་མི་  
 བརྗོད་པའི་གྲོལ་བ་དེ་ནི་ཐམས་པའི་གནས་ཡིན་ནོ། ། མ་  
 བསྐྱབས་ཤིང་འབྲས་བུ་མ་བྱབ་པར་དེ་ནི་འབྲས་བུའི་གཏན་



ཆོགས་དེར་མ་གྲུབ་པས། འོན་གཞན་དེའི་དངོས་པོ་དང་  
 འབྲེལ་བ་མེད་པའི་རང་བཞིན་ལ་ནི། ཡོད་ན་དེ་ཡོད་པའི་ངེས་  
 པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །བརྩམས་པའི་དོན་མ་གྲུབ་པས་དངོས་  
 སུ་འབྲས་བུའི་རྟགས་ཁས་སྤངས་པ་ཡང་མ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །མི་དམིགས་པ་ལ་ཡང་རྟོགས་པ་པོས་དམིགས་པའི་རིག་  
 བྱར་གྱུར་པའི་དོན་མ་དམིགས་པ་ ནི་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་  
 བསྐྱབས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་འདྲ་བ་ཁོ་ནའི་མི་དམིགས་པ་ལས་ནི་  
 མེད་པ་འགྲུབ་པ་ཡིན་གྱི། དམིགས་པའི་རིག་བྱར་མ་གྲུབ་པ་  
 སྐྱབ་པ་པོའི་མངོན་སུམ་ལོག་པས་ཀྱང་མེད་པ་མི་འགྲུབ་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་དམིགས་པའི་རིག་བྱར་གྱུར་པའི་དོན་ནི། རང་  
 བཞིན་ཁྱད་པར་ཁྱད་པར་ཅན་དང་རྒྱ་གཞན་ཆོགས་  
 པའོ། །རང་བཞིན་ཁྱད་པར་ཅན་ནི་གང་བསྐྱལ་པ་རྣམས་པ་

གསུམ་གྱིས་མ་བསྐྱལ་བ་བདག་ཉིད་ཀྱི་ངོ་ བོ་མ་ཡིན་པའི་  
 ལྷང་བ་དང་བྲལ་ བ། ལྷུ་བ་བ་པོའི་མངོན་དུ་ལྷང་བའི་ངོ་བོ་དེ་  
 འདྲ་བ་ཡོད་པ་དམིགས་པའི་རྒྱར་རྒྱར་ བ་གཞན་དག་དེ་ལྟར་  
 མ་དམིགས་པ་ནི་མེད་པའི་ཐ་སྙད་ཀྱི་ཡུལ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལས་  
 རྣམ་པ་གཞན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་རྟགས་ནི་ཐེ་ཚོམ་ཡིན་ལ།  
 འདིར་ཡང་རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་ནི་ མེད་པའི་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡུལ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བས་ཁྲབ་བ་ཡིན་ཏེ།  
 འགའ་ཞིག་མེད་པར་ཁས་སྦངས་པ་ལ་གཞན་དེའི་མཚན་ཉིད་  
 ཁྲད་པར་མེད་པ་ཅན་ཡིན་པའི་ ཕྱིར་རོ། །རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་  
 མེད་པ་ཁས་མི་ལེན་ན་གཞན་དུ་དེའི་འབྲེལ་བ་མེད་དེ། དེ་ལྟ་  
 བུའི་རྣམ་པ་ཡོད་ཅིང་གཞན་དམིགས་པའི་རྒྱུན་དག་ཡོད་ན་མ་  
 དམིགས་པ་མེད་དོ། །འདི་འདྲ་བ་མ་དམིགས་པ་ནི་མེད་པ་

ཡིན་པའི་ཕྱིར། མེད་པའི་ཐ་སྙད་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་ནི་དེ་ཙམ་ཡིན་  
 ཏེ། གཞན་དེའི་རྒྱ་མཚན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་རྒྱས་པ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དབེན་པ་རྒྱ་མཚན་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་དེ་  
 ལྟར་ཡིན་ན་རྒྱས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དབེན་པ་དེ་དེ་ལྟར་  
 རྟོགས་པ་ཡིན་གྱི། དེ་རྟོགས་པའི་ཐབས་གཞན་མེད་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །དེ་རྟོགས་པ་ཡང་ཡོད་ན་མེད་པའི་ཐ་སྙད་དུ་འགྱུར་བའི་  
 ཕྱིར་འདི་ནི་དེའི་རྒྱ་མཚན་དུ་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་སྒྲོ་  
 དང་སྒྲོ་དང་དོན་བྱེད་པ་དག་ཡོད་པའི་ཐ་སྙད་ཡིན་ལ། བསྒྲོག་  
 པ་ནི་མེད་པའི་ཐ་སྙད་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། ཅི་སྐད་དུ་བཤད་པའི་སྒྲོའི་  
 ལྟར་བ་ལས་ནི་ཡོད་པའི་ཐ་སྙད་ཡིན་ལ། བསྒྲོག་པ་དེའི་ཡུལ་  
 ནི་མེད་པའི་ཐ་སྙད་ཡིན་ནོ། །མདོན་སུམ་གྱི་ཡུལ་མ་ཡིན་པ་  
 རྟོགས་འགའ་ཞིག་ལས་སྐྱེས་པ་ལས་ཀྱང་ཡོད་པའི་ཐ་སྙད་ དུ་

འགྱུར་ལ། མེད་པའི་ཐ་སྙད་ནི་དེ་བསྒྲེག་པ་ལམ་ངེས་པ་ཡིན་  
ཏེ། བསྐྱལ་པའི་དོན་ལ་རྟོགས་པ་པོའི་མངོན་སྲུང་མཐུ།  
གཞན་གྱི་ཚད་མ་ལོག་ན་ཐེ་ཆོས་ཡིན་ནོ་སྟོ་དང་སྒྲ་ཐམས་ཅད་  
གྱི་དེ་ཐ་དད་པའམ་ཐ་དད་ པ་མེད་པས། དངོས་པོ་ཡོད་པའམ།  
དངོས་པོ་ཐ་དད་པའམ། ཐ་དད་པ་མེད་པ་ཡོད་པ་སྐྱབ་པར་  
བྱེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཅི་ལྟར་ཡང་འདས་པ་དང་མ་འོངས་བ་  
ལ་སོགས་པ་མེད་པ་དག་དང་། ལྷ་ཆོགས་པའི་དོན་གྱི་བྱ་བ་  
དང་། གཅིག་གི་དོན་གྱི་བྱ་བ་བྱེད་པ་དག་ལ། ལྷ་ཆོགས་པ་  
དང་། གཅིག་གི་བདག་ཉིད་གྱི་དངོས་པོ་མེད་ཀྱང་དེ་ཉིད་  
གསལ་བར་བྱ་བའི་དོན་དུ། ལྷ་ཆོགས་པ་དང་གཅིག་པའི་  
བདག་ཉིད་གྱི་དངོས་པོ་མེད་ཀྱང་དེ་ཉིད་གསལ་བར་བྱ་བའི་  
དོན་དུ། ལྷ་ཆོགས་པ་དང་གཅིག་པའི་བདག་ཉིད་གྱི་རང་

བཞིན་དག་འདུག་པའི་སྤྱིར་རོ། །དཔེར་ན་རྒྱལ་པོ་མང་པོས་  
 བཀྱར་བ་རྒྱལ་རིགས་རབ་ཏུ་སྐྱོན་པར་བྱེད་ པ་མང་པོས་  
 བཀྱར་བས་སྐྱལ་པའི་མཆོད་སྡོང་འཁོར་ལོས་སྐྱར་བ་དུང་  
 གིས་འདེགས་པར་ འགྱུར་བ་ཉིད་དང་། རི་བོང་གི་རྩ་དག་  
 དང་། གཟུགས་བསྟན་དུ་ཡོད་པ་དང་། རོགས་པ་དང་བཅས་  
 པ་དང་། བུམ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །བསྟན་དུ་ཡོད་པ་ལ་  
 སོགས་པའི་སྒྲི་ནི། དངོས་པོ་ སྒྲ་ཆོགས་པའི་ཡུལ་ཅན་མ་  
 ཡིན་ཏེ། གཅིག་ལ་ཉེ་བར་འདུས་པའི་སྤྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་ཡུལ་  
 སྒྲ་ཆོགས་སུ་བྱིན་ཀྱང་གཅིག་ལ་ཉེ་བར་བསྐྱ་བ་དེའི་རྒྱ་མཆོན་  
 བྱི། དེ་དང་འབྲེལ་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེ་ན། ཨེ་མའོ་དཀའ་ཐུབ་སྐྱག་  
 བསྐྱལ་གྱི་དངོས་པོ་ལ་ཞེན་པས་འབྲེལ་བ་ཅན་དུ་མ་ཉེ་བར་  
 བྱེད་ ཅིང་བདག་ཉིད་ཀྱི་སྒྲ་སྒྲ་ཆོགས་པ་དེ་དག་ལས་འདོད་

ཅིང་དེ་རྒྱས་པའི་བྱེ་བྲག་གང་ གིས་འབྲེལ་བ་ཅན་སྣ་ཆོགས་  
 བྱེད་པ་བས་དེ་ཉིད་ཀྱིས་སྣ་སྣ་ཆོགས་ཅིའི་བྱིར་ སྐྱེད་པར་མི་  
 བྱེད། དེ་ལྟར་ན་འདིས་བརྒྱད་པས་འདྲུག་པའི་དུ་བ་བ་ཡོངས་  
 སུ་སྤངས་པར་འགྱུར་རོ། །སྣ་སྣ་ཆོགས་སྐྱེད་བར་བྱེད་པའི་  
 རྒྱས་པ་མེད་ན་ནི། འབྲེལ་བ་ཅན་སྣ་ཆོགས་ཉེ་བར་བྱེད་པར་  
 ཡང་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་དག་ལ་ཉེ་བར་བྱེད་པ་མེད་པ་ཡིན་ན་  
 ཡང་དེའི་འབྲེལ་བ་ཅན་ཉིད་ཀྱང་མི་འགྱུར་ བོ། །བུམ་པ་ཞེས་  
 བྱ་བ་འདི་ལ་ཡང་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཉིད་དོན་གྱི་བྱ་བ་  
 གཅིག་བྱེད་པ་ལ་བུམ་པའི་སྣ་གཅིག་བརྗོད་པར་ འགྱུར་པ་  
 ཡིན་ཏེ་དོན་གཞན་ལ་རྟོག་པ་ཅི་ཞིག་དགོས། མང་པོ་ཡིན་དུ་  
 ཟེན་ཀྱང་དོན་གྱི་བྱ་བ་གཅིག་བྱེད་པར་འགྱུར་ཏེ། མིག་ལ་  
 སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །དེའི་རྒྱས་པ་བསྟན་པའི་བྱིར་དེ་ལ་སྣ་

གཅིག་ངེས་པར་སྒྱུར་བར་ཡང་འགྱུར་རོ་ཞེས་ བྱ་བའི་རིགས་  
 བ་ཡང་མཐོང་ངོ་། །འཇིག་རྟེན་བ་ནི་ དགོས་པ་མེད་པར་དོན་  
 ལ་སྒྲ་སྒྱུར་བར་མི་བྱེད་དོ། །དེ་ལ་དོན་གང་ཡིན་པ་སྟན་ཅིག་  
 གམ་ཐ་དད་པ་དེ་དག་གི་དགོས་པ་གཅིག་པ་དེའི་དངོས་ ཐོ་  
 གསལ་བར་བྱ་བའི་སྤྱིར་གང་གི་ཆེ་སྒྲ་གཅིག་སྒྱུར་བ་ན་ཅིར་  
 འགྱུར། དེ་རྣམས་ཀྱི་དོན་གཅིག་བྱེད་པའི་རུས་པ་བསྟན་པའི་  
 སྤྱིར། སྒྲ་དེ་རྣམས་ངེས་པར་ སྒྱུར་བ་སྤྱིའི་སྒྲ་ཆོག་གཅིག་པ་  
 འགལ་བ་ཡོད་པ་མ་ ཡིན་ནོ། །སྟན་ཅིག་པ་དེ་དག་གི་རུས་པ་  
 དེ་ཡང་གཅིག་ཡིན་གྱི། སོ་སོའི་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། ཆོགས་  
 པའི་སྒྲ་འམ། ཆོགས་པ་གཅིག་གི་བརྗོད་བྱ་ལ་ཆོག་གཅིག་པ་  
 ཡིན་ཏེ། བུམ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །རིགས་ཀྱི་སྒྲ་རྣམས་ལ་  
 དོན་རྣམས་རེ་རེ་དང་སྟན་ ཅིག་པའི་རུས་པ་སྟེ། གཅིག་དང་

དུ་མའི་རུས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་གཅིག་དང་དུ་མའི་རུས་པ་བརྗོད་  
 བར་འདོད་ན་མང་ བོའི་ཆེག་ཅན་དང་། གཅིག་གི་ཆེག་ཅན་  
 འདོད་པས། ཞིང་རྣམས་ཞེས་བྱ་བར་འགྱུར་རོ། །གང་ལ་  
 འདིའི་ངེས་པ་ནི་མང་པོ་དག་ལ་མང་པོའི་ཆེག་དང་གཅིག་ལ་  
 གཅིག་གི་ཆེག་སྐྱར་ཉ་བར་བྱ་ན། ཁོ་པོ་ཅག་གི་བརྒྱར་  
 བཏགས་པའི་དོན་དག་ལ་བརྒྱའི་དབང་གིས་རབ་ཏུ་འཇུག་  
 པའི་ཕྱིར་ མངོན་པར་ཞེན་པ་མེད་པ་ཁོ་ནའོ། །གལ་ཏེ་  
 གཟུགས་ལ་སོགས་པ་གཅིག་དང་སྣ་ཆོགས་པ་ལ་སྦྱ་གཅིག་  
 ཀྱན་ནས་སྦང་བའི་རུས་པ་ ཡོད་དོ་ཞེ་ན། སྦྱེས་བུའི་འཇུག་པ་  
 ལ་སྦྱོས་པ་མེད་པར་དོན་གྱིས་ སྦྱ་ཀྱན་ནས་སྦང་བར་བྱེད་པ་  
 ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་སྦྱེས་བུ་དག་གིས་དོན་དག་ལ་ཐ་སྦྱད་གྱི་  
 དོན་དུ་སྦྱ་སྦྱོར་བ་ཡིན། རང་ཀྱན་ནས་སྦྱང་བར་བྱེད་པ་ནི་



དངོས་པོ་ལ་རྒྱས་པ་ཡོད་དམ་མེད་བསམ་པར་བྱ་བ་ཡིན་ བ།  
 དེ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །སྐྱེས་བུས་དེ་དག་ལ་ཉེ་བར་  
 སྐྱོར་ན་དེ་དག་ཇི་ལྟར་འདོད་པས་ དེས་པར་སྐྱོར་བ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་དེ་ལ་སྐྱོན་ཅི་ཡོད། རྒྱ་མཚན་ཡང་དེས་པར་སྐྱོར་བ་  
 བསྟན་པ་ཉིད་དོ། །གཞན་ཡང་འདི་ལྟར་གཟུགས་ལ་སོགས་  
 པ་དག་སྐྱ་གཅིག་དང་འབྲེལ་པ་མ་ཡིན་ན། དེ་དག་གི་ཉེན་དུ་  
 མངོན་པར་འདོད་པའི་རྗེས་གཅིག་དང་ཇི་ལྟར་འབྲེལ་བ་ཡིན་  
 ཏེ། དོན་མེད་པའི་ཞེ་ན་ པ་ཁོ་ནའོ། །ཁོ་བོ་ནི་གཅིག་དང་  
 འབྲེལ་པ་འགལ་བའི་ཕྱིར་སྐྱ་གཅིག་མི་འདོད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ།  
 འོན་ཀྱང་བུམ་པ་དང་ལ་བལ་སྟོགས་པ་གཟུགས་ལ་སོགས་  
 པར་ཐ་དད་པ་མེད་པ་དག་ནི་དོན་ཐ་ དད་པ་བྱེད་པ་དང་སྐྱ་  
 འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་རྣམས་རང་བཞིན་གཅིག་པ་རྣམས་

ཆོགས་པ་གཞན་ ཡོད་པ་ལ་དོན་གྱི་བྱ་བ་བྱེད་བའི་མ་ཡིན་  
 བོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་བསྟན་པའི་ཆེད་དུ་སྤྲོ་གཅིག་གིས་བརྗོད་པར་  
 མི་བྱའོ་ཞེ་ན། ཆོགས་པ་ཐམས་ཅད་དག་གི་གཟུགས་ལ་  
 སོགས་པ་རང་བཞིན་གཅིག་དག་ཏུ་འགྱུར་རོ་ཞེས་འདིར་  
 འགའ་ཞིག་འདོད་པར་འགྱུར་ན། སན་ཚུན་འགལ་བ་ཆོགས་  
 པའི་གཟུགས་སྒྲུབ་བ་མཛོན་སུམ་དུ་མཐོང་ན་ཅི་སྟེ་བཏང་  
 སྟོམས་སུ་བྱེད། འདི་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་ལ་  
 སོགས་པ་དག་གི་ཆོགས་པ་སོ་སོའི་རང་བཞིན་ཐ་དད་པར་  
 ཁས་སྐྱངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ལྟར་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་  
 དག་ལས་གཞན་སུམ་པ་ཞེས་ བྱ་བ་གཅིག་ཉིད་དུ་འགྱུར་ན་  
 ཅིར་འགྱུར། འགྱུར་ན་དེ་མཛོན་སུམ་དུ་ཡོད་དེ། གཟུགས་ལ་  
 སོགས་པ་མ་ཡིན་པའི་རང་བཞིན་ཐ་དད་པ་སྟོ་ལ་རང་གི་ངོ་

བོར་སྒྲང་ལ་རག་ན་ཅིས་བསྐྱབས་པ་ཡིན། སོ་སོར་སྒྲང་བ་ཐ་  
 དད་པར་མངོན་སུམ་ལ་ཡུལ་ཐ་དད་པ་མེད་ཀྱང་ངེ་དང་རོ་ལ་  
 སོགས་ པའི་དོན་དང་། དེ་བཞིན་དུ་གང་བ་དང་ཆ་བའི་རེག་  
 བྱ་ལ་སོགས་པ་དབང་པོ་གཅིག་གི་ཡུལ་ཡིན་དུ་ཟིན་ཀྱང་ཐ་  
 དད་པར་སྒྲང་བར་འགྱུར་ཏེ། བདག་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་མ་ཡིན་པ་ཐ་  
 དད་པས་རང་གི་ངོ་བོ་སྟོ་ལ་གཞག་པ་འདི་ཉིད་ཀྱང་ མངོན་  
 སུམ་གྱིས་མངོན་སུམ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །སུམ་པ་འདི་ཡང་རིན་  
 གྱིན་པ་མེད་པར་འཆང་བ་ནི་རང་གི་ངོ་བོ་སྟོན་པ་མེད་པར་  
 ཡང་མངོན་སུམ་ཉིད་དུ་ཁས་ལེན་པར་འདོད་དོ། །དེ་དག་གིས་  
 སྟོ་དང་སྒྲ་ཐ་དད་པ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ཡང་སྒྲར་བཤད་པ་ཡིན་  
 ནོ། །གལ་ཏེ་དེ་དག་གིས་དེ་སྒྲུབ་པར་འདོད་ན། མངོན་སུམ་  
 ཉམས་པ་མེད་པར་གཟུགས་མ་མཐོང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གིས་

དེ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་རྟགས་བརྗོད་པར་བྱའོ། །མངོན་སུམ་  
 ཉིད་མེད་པ་ལ། མངོན་སུམ་ཉིད་མེད་དུ་ཟེན་གྲང་སྟོང་དང་སྐྱ་ཐ་  
 དད་པ་དང་ལྡན་པའི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ དག་ལ་གཞན་  
 བུམ་པ་དག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། སྒར་སུན་ཕྱང་བ་ཉིད་ཀྱི་  
 ཕྱིར་རོ། ། དེ་སྒར་ན་དེ་སྤིད་དུ་སྟོང་དང་སྐྱ་དག་གིས་ཡོད་པའི་  
 ཐ་སྙད་དམ། ཡོད་པ་ཉིད་ཐ་དད་པ་དང་། ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་  
 པའི་ཐ་སྙད་དུ་མི་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལྟོག་པ་ལས་དེ་ལྟོག་པ་ནི་མ་  
 ཡིན་ནོ། །དོན་བྱེད་པ་ལས་ནི་ཡོད་པའི་ཐ་སྙད་དུ་འགྱུར་གྱི།  
 དེ་ཐ་དད་པ་དང་ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཐ་སྙད་ དུ་མི་འགྱུར་ཏེ།  
 གཅིག་ལ་ཡང་དོན་དུ་མ་བྱེད་པ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་ཏེ། དཔེར་ན་  
 མར་མེ་གཅིག་གིས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་། ལྟོད་བུའི་རྣམ་  
 པར་འགྱུར་བ་དང་། འབར་བ་གཞན་བསྐྱེད་པ་སྟ་བུ་དང་།

མིག་ལ་སོགས་པ་དུ་མས་ཀྱང་རྣམ་པར་ཞེས་པ་གཅིག་བསྐྱེད་  
 བ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དོན་བྱེད་པ་ཐ་དད་པ་ཙམ་གྱིས་ཡོད་  
 བ་ཉིད་ཐ་དད་པ་ཞེས་སྒྲ་བར་ནི་མི་བྱའི། འོན་ཀྱང་མཐོང་བའི་  
 དོན་བྱེད་པ་ཐ་དད་པའི་སྒྲོ་ནས་དོན་བྱེད་པ་དེ་ལ་མ་མཐོང་བ་  
 ཡང་ དེ་ལས་གཞན་དུ་མཐོང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཡོད་པ་ཉིད་  
 ཐ་དད་པ་སྒྲུབ་པར་བྱེད་དེ་ དཔེར་ན་སྒྲུལ་བྱ་ལ་ཆུ་འཛིན་པ་ལ་  
 སྒྲུགས་པའི་དོན་གྱི་བྱ་བ་མ་མཐོང་ལ། བྱམ་པ་ལ་མཐོང་བ་  
 དང་སྒྲུལ་མ་དག་ལ་གོས་ལ་སོགས་པའི་བྱ་བ་མ་མཐོང་ལ།  
 སྒྲུལ་བྱ་ལ་མཐོང་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡོད་པ་ཉིད་ཐ་དད་པའི་ཞེ་ན།  
 དེ་ལྟར་དོན་གཞན་གྱུབ་པ་ནི་ཡོད་མོད་གྱི། དེ་ལྟར་ཡང་ཡན་  
 ལག་ཅན་ནི་གྱུབ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་རྒྱུན་གྱིས་འདུས་  
 བྱས་པའི་རྒྱུན་གྱི་རང་བཞིན་ཐ་དད་པ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་

རོ། །དོན་བྱེད་པ་ཐ་དད་པ་ཡིན་ཏེ། གཙུབ་ཤིང་གཙུབས་པའི་  
 གནས་སྐབས་ཐ་དད་པ་ལས་མེ་སྤྱོད་བ་དང་། ཏྲ་སྤངས་དང་།  
 ལྷ་དང་། ཤིང་བསྐྱེད་པའི་རྒྱས་པ་ཐ་དད་པ་དེ་བཞིན་དུ་རྒྱུན་  
 རིམ་ལྷོ་བ་བཞིན་དུ་རང་བཞིན་ཐ་དད་པ་སྤྱེད་པའི་བྱིར། ལྷ་ལ་  
 མ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་གི་དོན་གྱི་བྱ་བ་ཐ་དད་པའོ། །དེ་དག་  
 གིས་སྒོ་དང་སྤྱི་ཐ་དད་པ་བཤམ་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་དོན་བྱེད་  
 པ་ལས་ཡོད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཐ་སྤྱོད་སྤྱོད་པར་སྤྱོད་པ་གང་ཡིན་པ་  
 ལ་ལོག་པས་ཀྱང་སྤྱོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ནི་བདེན་  
 ནོ། །ལོག་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་དམིགས་པའི་རིག་བྱར་མ་གྱུར་པ་  
 དག་གིས་མ་གྱུར་པར་འགྱུར་རོ། །དེར་འདི་ཡོད་དུ་ཟེན་ཀྱང་  
 མི་འདོད་ན་ཡང་གྱུར་པ་ཡིན་ཏེ། རྒྱས་པ་འདི་དམིགས་པའི་  
 རིག་བྱར་གྱུར་པ་དམིགས་པར་མ་གྱུར་ན་དེ་ནི་མེ་དཔའི་ཐ་

སྙད་ཀྱི་ཡུལ་ཡིན་ཏེ། ཡོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། རུས་པའི་མཆོན་  
 ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་ཡང་སྤྲ་མ་ལས་འདི་བྱད་  
 པར་ཅི་ཡོད། དེ་རང་བཞིན་ལས་དོན་གཞན་ནི་རུས་པ་མ་ཡིན་  
 བོ། །དེ་དམིགས་པའི་རིག་བྱར་གྱུར་པ་དེ་མི་དམིགས་པ་གང་  
 ཡིན་ཏེ། སྤྲ་མ་ཁོ་ན་མི་དམིགས་པ་འདི་ཡིན་ལོ། །དེའི་ཕྱིར་  
 འདིས་འགའ་ཞིག་ཏུ་མེད་པའི་ཐ་སྙད་ཁས་ལེན་ན། མ་  
 དམིགས་པ་ལས་ཁས་སྤང་བར་བྱ་བའམ། འགའ་ཞིག་ཏུ་ཡང་  
 མ་ཡིན་ཏེ་བྱད་པར་མེད་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་གཞན་དུ་ཡང་དེ་ལྟ་  
 བུའི་རྣམ་པའི་བྱད་པར་མེད་པའི་ཕྱིར་དེ་ཡང་དེ་ལྟར་ཡོད་ དོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱབ་པ་སྟེ། མི་དམིགས་པའི་རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུ་  
 ཐམས་ཅད་ནི་མེད་པའི་ཐ་སྙད་ཀྱི་ཡུལ་ཡིན་ལོ་ཞེས་  
 བྱའོ། །གལ་ཏེ་འགའ་ཞིག་ཏུ་རྣམ་པ་ངེ་ལྟར་མ་དམིགས་སུ་

ཟེན་ཀྱང་། མེད་པའི་ཐ་སྙད་ཀྱི་ཡུལ་མ་ཡིན་ལོ་ཞེ་ན། ཐམས་  
 ཅད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆེ་གཟུགས་ཐམས་ཅད་ཐམས་ཅད་དུ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆེ་དོན་བྱེད་པ་ ཡིན་ཏེ། འདི་ནི་འདི་ལས་ཡིན་  
 ལ་འདི་ལས་མ་ཡིན། འདི་ནི་འདི་ན་ཡིན་གྱི་འདི་ན་མ་ཡིན་  
 འདི་འེ་ཆེ་ཡིན་གྱི་འདི་འེ་ཆེ་མ་ཡིན། འདི་ནི་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་གྱི།  
 འདི་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་འདིར་ཡང་མི་འགྱུར་ཏེ། གཟུགས་  
 འགའ་ཞིག་ཏུ་འགའ་ཞིག་གི་ཆེ་རྣམ་པ་ངེ་ལྟར་ཡང་ཐ་དད་པའི་  
 རྒྱ་མེད་པའི་སྤྱིར་ཐམས་ཅད་རྗེས་སུ་འགོ་བ་དང་ལྷོག་པ་མེད་  
 པར་འགྱུར་ཏེ། དངོས་པོ་ལ་ཐ་དད་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་  
 རོ། །གནས་སྐབས་ལྷོག་པ་དང་། རབ་ཏུ་འཇུག་པ་ཐ་དད་པ་  
 བདག་གིས་རྣམ་པར་གཞག་པ་ཡིན་ལོ་ཞེ་ན་དེ་ཉིད་ཡུལ་  
 ཐམས་ཅད་ ལ་མེད་པའི་ཐ་སྙད་མེད་པའི་སྤྱིར་དེ་ཡང་མེད་



བར་འགྱུར་བ་སྟེ། གང་གི་སྤྱིར་དེ་དག་ལས་རྣམ་པར་གཞག་  
 བར་འགྱུར། ཡུལ་འགའ་ཞིག་ལ་མེད་པའི་ཐ་སྟོད་ཁས་ལེན་ན།  
 དེ་གང་གིས་བྱས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱ། མི་དམིགས་  
 བ་ལས་གཞན་རྣམ་པར་གཅོད་པའི་གཏན་ཆེགས་ནི་ཡོད་པ་  
 མ་ཡིན་ནོ། །བསྐྱབ་པ་དང་དགག་པ་དག་གིས་རྣམ་པར་  
 གཅོད་པ་ནི་ཐམས་ཅད་མི་དམིགས་པ་ཁོ་ནས་ སྐྱབ་པར་བྱེད་  
 བ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་རོ། །མི་དམིགས་པ་ཉིད་ལས་དེ་ཁས་ལེན་པ་  
 དེ་གང་ན་ཡོད་པ་དེ་ཐམས་ཅད་མེད་པའི་ཐ་སྟོད་ཀྱི་ ཡུལ་ཡིན་  
 ནོ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། བྱད་པར་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །གལ་  
 ཉེ་ཆད་མ་ཐམས་ཅད་ལོག་པའི་མི་དམིགས་པ་དེ་གང་ན་ཡོད་  
 བ་དེ་མེད་པའི་ཐ་སྟོད་ ཀྱི་ཡུལ་ཡིན་པར་འདོད་དོ་ཞེ་ན། ཤེས་  
 རབ་ཤིན་ ཏུ་གཞོན་པ་སྟ་རྣམས་དགའ་བ་ཆད་མ་རྣམ་པར་

དཔྱེད་པའི་ཉོན་མོངས་པ་མི་བཟོད་པ་གང་ གིས་འདི་ལ་གྲུས་  
 བར་མི་བྱེད་པ་ཅན་གྱི་རྗེས་སུ་དབག་པ་ལ་སོགས་པ་ལྗོགས་  
 བས་མེད་པ་ ཁོང་དུ་ཆུད་པ་མེད་དེ་འབྱུང་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །ཐམས་ཅད་ཀྱི་མངོན་སུམ་ལོག་པ་ནི་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་  
 རམ། བདག་ ཉིད་ཀྱི་མངོན་སུམ་ལོག་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ།  
 བསྐྱལ་པ་དག་ལ་ཡང་ཐེ་ཆོམ་བྱ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་རང་  
 བཞིན་གྱི་བྱུང་པར་དེ་ཚད་མ་གང་ལས་མངོན་སུམ་དུ་ཡོད་  
 པའི་ཐ་སྙད་ ཐོབ་པར་འགྱུར་ལ། དེ་ལྗོགས་པ་ཉིད་ནི། དེ་ལྗོགས་  
 པ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་མེད་པའི་ཐ་སྙད་སྐྱབ་པར་བྱེད་དོ། །དེའི་རང་  
 བཞིན་ ཡོད་པ་དེ་ལ། ཚད་མ་ཡོད་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །དམིགས་པའི་རིག་བྱར་གྱུར་པའི་དོན་གྱི་མངོན་སུམ་  
 ལས་གཞན་གྱིས་དམིགས་པ་ཡིན་ཏེ། གང་གིས་ན་རྗེས་སུ་

དཔག་པའི་དམིགས་པས་ཡིན། དེའི་རང་བཞིན་གཞན་དུ་མ་  
 གྱུར་ན་མངོན་སུམ་དུ་མི་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་གྱི། རྣམ་པ་གཞན་  
 དུ་ཡོད་ན་ཡང་དེ་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་རོ། །གཞན་ཡང་སྒྲན་དང་  
 སྒྲགས་མེད་པར་མིག་འཕྲུལ་མཁན་གྱིས་འདི་དངོས་པོར་སྟོབ་  
 པ་ནི་གང་གི་འདིར་མ་སྐྱེས་ཤིང་འཇིག་པ་མེད་པའི་ངོ་བོའི་  
 བྱུང་པར་ཚོད་པ་མེད་པ་དང་། རིང་པོ་མ་ཡིན་པ་གནས་པ་  
 ཅན་ཉིད་ནི་སྐྱེས་བྱ་དེ་ཉིད་ཀྱི་དབང་པོ་ལ་སོགས་པ་དེ་བཞིན་  
 དུ་གནས་པ་འགའ་ཞིག་གི་ཆེ་མངོན་སུམ་དང་། མངོན་སུམ་  
 མ་ཡིན་པར་འགྱུར། གང་གིས་འགའ་ཞིག་གི་ཆེ། འདི་རྗེས་སུ་  
 དཔག་པས་དམིགས་ཤིང་འགའ་ཞིག་ཏུ་མངོན་སུམ་ཡིན་ལ།  
 འགའ་ཞིག་གི་ཆེ་ལུང་ཡིན་ན་བྱུང་པར་མེད་པ་དེ་ཉིད་ལ།  
 རྣམ་པ་དེ་དག་འགལ་བའི་སྤྱིར་རོ། །བྱུང་པར་མེད་པ་ནི་མ་

ཡིན་ཏེ། བྱད་པར་གཅིག་ལྟོག་པ་དང་བྱད་པར་གཞན་སྐྱེ་བས་  
 ཐ་སྙད་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ཉི་ལྔ་ཁས་ལེན་ པའི་སྤྱིར་རོ། །བྱད་པར་  
 དེ་དེའི་བདག་ཉིད་དུ་གྱུར་པ་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་མེད་པ་ལྟོག་པ་  
 དང་། འཇུག་པ་ཡིན་ན། རི་ལྟར་དངོས་པོའི་རང་བཞིན་ ལྷ་  
 ཆོག་ས་པ་འདྲེན་པར་མི་བྱེད། བདེ་བ་དང་སྤྱུག་བསྐྱེད་ལྷ་  
 བུའོ། །རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་དང་བཅས་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ཡང་། གང་  
 གི་ཅི་རབ་དུ་འཇུག་པའམ། ལྟོག་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་  
 བྱི་གང་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་འདི་ལྟར་རང་བཞིན་  
 འགའ་ཞིག་རང་ཉིད་རབ་དུ་འཇུག་པ་ དང་། ལྟོག་པ་རྗེས་སུ་  
 ཤེས་པ་ཡིན་པ་དེའི་ཆོ། གཞན་དེ་ཉིད་སྤྱོད་པ་ལ་ཅིའི་སྤྱིར་ཁས་  
 མི་ལེན། གལ་ཏེ་དེའི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་མེད་པ་སྐྱེ་བ་དང་འཇིག་  
 པར་ཁས་ལེན་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེ་ ན། འདིར་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་གང་

གང་ཡིན། །དངོས་པོ་སྐྱེ་དང་འཇིག་པ་དག་ལ་འོ། །རྒྱས་པའི་  
 སྟེ། དེ་སྐྱེ་ པའི་སྤར་དང་འཇིག་པའི་སྤྱིས་ཀྱང་ཡོད་པ་དེའི་  
 སྤྱིར། སྤ་ན་མེད་པ་སྐྱེ་བ་ཡང་མ་ཡིན་པས། སྤ་ན་མེད་པ་  
 འཇིག་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་ཐམས་ཅད་དུ་བྱུང་  
 པར་མེད་པ་ཡིན་ན་འདིར་བྱུང་པར་དང་ལྡན་པ་གང་ཡིན། ཐ་  
 སྟོང་གི་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་འདི་གང་གིས་བྱས། གལ་ཏེ་གནས་  
 སྐབས་བྱུང་པར་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། གནས་སྐབས་དེ་  
 དང་རྒྱས་པ་དེ་ཡང་། ཅི་ངོ་བོ་གཅིག་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་དུ་མ་  
 ཡིན། གལ་ཏེ་གཅིག་ཡིན་ན་འདིར་སྐྱེ་བ་དང་མི་སྐྱེ་བ་དང་།  
 འཇིག་པ་དང་། མི་འཇིག་པ་དང་། གཅིག་ཉིད་དང་དུ་མ་དང་  
 མངོན་སྲུང་ཉིད་དང་མངོན་སྲུང་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དང་། རོན་  
 བྱེད་པ་དང་འབྲེལ་པ་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པ་དག་ལ་སྦྱོགས་པ་

གཅིག་ལ་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་མེད་པའི་བདག་ཉིད་ལ། རྣམ་  
 བྱངས་མེད་པ་ལ། བན་ཚུན་འགལ་བ་དག་ཅི་ལྟར་རིགས་པར་  
 འགྱུར། གལ་ཏེ་གནས་སྐབས་དང་། རྒྱས་པ་ལ་དབྱེ་བ་ཡོད་  
 པ་དེའི་ཕྱིར་འགལ་བ་མེད་དོ་ཞེ་ན། བརྗེད་ངས་པའི་ངང་ཚུལ་  
 ཅན་ལྟ་དགའ་བ་གནས་སྐབས་མི་ཤེས་པ་ཡིན་ནོ། །རྒྱས་པ་  
 དང་གནས་སྐབས་ཞེས་བྱ་བ་དོ་བོ་གཅིག་པ་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་  
 མེད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཕྱོགས་འདི་ལ་འགལ་བ་བརྗེད་པ་ཡིན་  
 ནོ། །འོན་ཏེ་འདི་ལ་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་ཡོད་ན་འགལ་བ་འགའ་  
 ཡང་མེད་ལ། དངོས་པོ་རྗེས་སུ་འགོ་བ་དང་བཅས་པ་སྐྱེ་བ་  
 དང་། འཇིག་པ་དག་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་འབའ་ཞིག་ཏུ་མི་འགྱུར་  
 རོ། །གང་གི་ཕྱིར་གང་ལ་རྗེས་སུ་འགོ་བ་དེའི་སྐྱེ་བ་དང་འཇིག་  
 པ་དག་མ་ཡིན་པ་དག་ལ། གང་དེ་དག་རྗེས་སུ་འགོ་བ་མ་ཡིན་

བོ། །གལ་ ཉེ་དེ་དག་ལ་ཐ་དད་པ་མེད་པའི་བྱིར་སྐྱོན་མེད་དོ་  
 ཞེ་ན། ཨེ་མའོ་ལན་མེད་པར་སྐྱོན་དཀའ་ཞིང་དོག་པ་བྱིད་ལྟ་  
 བ་ལ་ཞེན་པས་འཇུག་པས་ཀྱང་བདག་ ཉིད་ཡང་དག་པར་  
 རིག་པ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །ཐ་དད་པ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 གཅིག་ཉིད་ཡིན་ལ་དེ་དག་ཅེས་བྱ་བ་ཐ་དད་པ་བརྟེན་པ་ ནི་  
 ཡོད་པའི་ཐ་སྐྱད་ཡིན་ བོ། །ལྗོག་པ་དང་རབ་ཏུ་སྐྱེ་བ་དག་ལ།  
 ལྗོག་པ་མེད་པ་དང་། རབ་ཏུ་སྐྱེ་བ་མེད་པ་དག་གི་གནས་པ་  
 དང་མི་གནས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྣ་ཚོ་གསུམ་པའི་  
 བདག་ཉིད་རི་ལྟར་ན་རིགས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ནི་དངོས་པོ་  
 རྣམས་ཀྱི་ཐ་དད་པ་དང་། དེ་དག་དང་བྲལ་བ་ནི་ཐ་དད་པ་མེད་  
 པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ ན་བདེ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་། ལུས་པའི་  
 གནས་སྐྱབས་དག་བདག་ཉིད་གཅིག་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ལ། རྣམ་པ་

གཞན་དུ་ན་ནི་ཐ་དད་པ་དང་ཐ་དད་པ་མེད་པའི་མཚན་ཉིད་  
 མེད་པའི་སྒྱིར་དང་། ཐ་དད་པ་དང་ཐ་དད་པ་མེད་པ་དག་གི་  
 རྣམ་པར་གཞག་པ་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ། གལ་ཏེ་དེའི་བདག་  
 ཉིད་ཀྱི་རབ་ཏུ་ སྐྱེ་བ་ནི་ཐ་མི་དད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལས་བསྒྲིག་  
 པ་དག་ནི་ཐ་དད་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་བྱམ་པ་ནི་འཇི་བའི་  
 བདག་ཉིད་ལས་སྐྱེ་བ་དེའི་སྒྱིར་ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་པ་དང་།  
 བསྒྲིག་པ་ཐ་དད་པ་ཡིན་ནོ། །བདེ་བ་དང་སྦྱག་བསྐྱེད་ལྟ་བུའོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་ཐ་དད་པ་དང་ཐ་དད་པ་མེད་པའི་ མཚན་  
 ཉིད་ཡིན་པ་དེ་བས་ན་འགལ་བ་ མེད་དོ་ཞེ་ན། བྱམ་པའི་རབ་  
 ཏུ་སྐྱེ་བ་འཇི་བའི་བདག་ཉིད་མ་ཡིན་གྱི། འོན་ཀྱང་འཇི་བའི་  
 བདག་ཉིད་འགལ་ཞིག་བྱམ་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་ནོ། །འཇིག་  
 ཏེན་གསུམ་ན་འཇི་བའི་བདག་ཉིད་གཅིག་མ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་



བར་རིག་པ་སོ་སོར་སྒྲུང་བ་ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་དང་། གནས་  
 སྐབས་ཐ་དད་པ་དང་སོ་སོའི་དོན་གྱི་བྱ་བ་ཐ་དད་པའི་སྒོ་ནས་  
 རྗེས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་ནི་འདི་ཡང་  
 བདེ་བ་ལ་སོགས་པ་དག་དང་། སེམས་དང་ལྡན་པ་དག་ཐ་  
 དད་པར་ཁས་སྒྲུངས་པར་འགྱུར་བར་འགྱུར་ཏེ། ཅི་སྟེ་དེ་ལྟར་  
 ཐ་དད་པ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་བདེན་མོད་ཀྱང་བདག་  
 ཉིད་འགའ་ཞིག་རྗེས་སུ་འགོ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་གཞན་གཅིག་  
 ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། བདེ་བ་ལ་སོགས་པ་དག་དང་། སེམས་  
 དང་ལྡན་པ་དག་ལ་ཡང་འདིར་ཐལ་བར་འགྱུར་བ་སྟེ། ལུས་པ་  
 ལ་སོགས་པ་དག་ཀྱང་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བདག་ཉིད་དུ་གྱུར་པའི་  
 རྗེས་སུ་འགོ་བ་མ་ ཡིན་ཏེ། རང་བཞིན་སྒྲ་ཆོགས་པ་མིན་པ་  
 དང་ལྡན་ཅིག་སྟེ། བ་ལ་སོགས་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་

རོ། །བུམ་པ་དང་འཇི་བའི་བདག་ཉིད་ཐ་དད་པ་འཇིག་རྟེན་  
 བས་ཉེ་བར་མཆོན་པ་མེད་དེ། གང་གིས་འདི་ལྟར་འདིར་འདི་  
 རབ་ཏུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བར་འགྱུར། རྟེན་དང་རྟེན་པའི་  
 ཐ་དད་པ་མི་དམིགས་པ་ནི་དེ་ལྟར་ མི་འགྱུར་ཏེ། རུས་པ་ལས་  
 རུས་པའི་བདག་ཉིད་རབ་ཏུ་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་བྱིར་དེའི་རང་གི་  
 བདག་ཉིད་ ལས་ཐ་དད་པ་མེད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་དག་  
 གིས་ནི་ཡོངས་སུ་འགྱུར་བའི་ལན་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །གང་  
 ཡང་ཀུན་དུ་རྟོག་པར་འགྱུར་བ་གང་གང་གི་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་  
 དེ་དེ་ལས་ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། རུས་པའི་བདག་ཉིད་ནི་  
 ཡོངས་སུ་མ་གྱུར་པ་མ་ཡིན་ན། ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ཞེས་བྱ་བ་  
 འདིས་ཅི་ཞིག་བསྟན་པར་འགྱུར། རྩས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ཀྱི་  
 ཆོས་གཞན་ལྟོག་པ་དང་། ཆོས་གཞན་རབ་ཏུ་འཇུག་པ་

ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། ཆོས་གཞན་གང་ཡིན་པ་དེ་  
 ལྟོག་པ་དང་རབ་ཏུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་དེ་རྩམ་དེ་ཉིད་ཀྱི་གནས་  
 སྐབས་ཡིན་ནམ། དེ་ལས་དོན་གཞན་ཡིན། རྣམ་པར་བརྟག་  
 པ་གཞན་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་དེ་དེ་ཉིད་ཡིན་ན་དེ་  
 གནས་པས་ལྟོག་པའམ། རབ་ཏུ་འགྱུར་བ་མེད་པ་དེ་ནི་དེ་དག་  
 ཡིན་པ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། གནས་ སྐབས་ཅན་གྱི་ཆོས་གཞན་  
 ཞེས་བྱ་བ་ཡང་འགྲུབ་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་ཉིད་ལྟོས་པ་མེད་  
 པ་དེ་ནི་དེའི་ལྟོས་པ་ཐ་དད་པའི་ཆོས་གཞན་དུ་མི་འགྱུར་  
 རོ། །ཡང་ན་རྩམ་ལས་ཆོས་དོན་གཞན་ཡིན་ན་ཆོས་དེའི་ལྟོག་  
 པ་དང་རབ་ཏུ་སྐྱེ་བ་དག་རྩམ་གྱི་ཡོངས་སུ་འགྱུར་པ་མ་ཡིན་  
 བ། དོན་གཞན་དུ་གྱུར་པ་ལྟོག་ པ་དང་རབ་ཏུ་སྐྱེ་བ་དག་ནི།  
 དོན་གཞན་གྱི་ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སེམས་དང་ལྡན་

བ་ལ་ཡང་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །རྫས་ཀྱི་ཆོས་ཞེས་  
 བྱ་བའི་འབྲེལ་པའི་སྒྲུའི་ཐ་སྙད་མི་འགྲུབ་སྟེ། འབྲེལ་བ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་འབྲེལ་བ་ལས་དངོས་པོའི་  
 འབྲེལ་བ་གཞན་ ཡོད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ་འདི་ལ་ཡང་རྒྱ་དང་  
 འབྲས་བུ་ཉིད་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། རང་ཉིད་དེའི་བདག་ཉིད་མ་ཡིན་  
 བ་དེའི་རྒྱ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར་དང་། རྫས་ལས་ཆོས་ཀྱང་  
 དོན་གཞན་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དོན་གཞན་ཉིད་ཡིན་དུ་  
 ཟེན་ཀྱང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱ་ཉིད་ཡིན་ན། ཆོས་གཞན་འབྲས་བུ་སྟེ་  
 བས་རྫས་ཡོངས་སུ་གྱུར་བ་ ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཡང་འདོད་པར་  
 འགྱུར་ན། གཞན་ལ་ཡང་དེ་འགལ་བ་མེད་དེ། རྒྱ་དང་འབྲས་  
 བུའི་རྒྱུན་ནི། རྒྱ་འཛི་བའི་གོང་བུའི་རྫས་སྒྲ་མ་ལས་འབྲས་བུ་  
 བུམ་པའི་རྫས་སྟེ་མ་སྟེ་བ་ན་ འཛི་བའི་རྫས་ཡོངས་སུ་གྱུར་བ་

ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་སྙད་ཁས་ལེན་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཆོས་ལ་རྫས་དེ་  
 ཉིད་དང་གཞན་དག་ལས་གཞན་རྣམ་པར་བརྟག་པར་ཡོད་པ་  
 མ་ཡིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་རྫས་ཀྱི་བཀོད་པ་ནི་གནས་སྐབས་  
 གཞན་ཡིན་ཏེ། ཐ་དད་པ་ཉིད་དུ་མི་དམིགས་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེ་ན།  
 མ་ཡིན་ཏེ། སུ་ཚུར་ནི་སོར་མོ་དག་གི་བྱད་པར་ཅན་ཡིན་པའི་  
 སྤྱིར་རོ། །སོར་མོ་ཁོ་ན་འགའ་ཞིག་སུ་ཚུར་ཡིན་གྱི། ཐམས་  
 ཅད་ནི་མ་ཡིན་ཞིང་། །སུ་ཚུར་ནི་སོར་མོ་བརྒྱུད་པ་ལས་བྱད་  
 པར་མེད་པའི་རང་བཞིན་མ་ཡིན་ཏེ། སུ་ཚུར་དང་སོར་མོའི་  
 གནས་སྐབས་གཉིག་ལ་ཡང་། གཉི་གར་གཏོགས་པར་ཐལ་  
 བར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་རོ། །ཐ་དད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་རང་  
 བཞིན་དུ་གྱུར་པ་དེ་ཉིད་དངོས་པོའི་ཐ་དད་པའི་ མཚན་ཉིད་  
 ཡིན་ཏེ། བདེ་བ་དང་སྦྱག་བསྐྱེལ་ལྟ་བུའོ། །གཞན་དུ་གྱུར་པའི་

བྱང་པར་སྐྱེན་ཡང་བརྒྱུད་པའི་སོར་མོ་ཉིད་དམིགས་པར་  
 འགྱུར་ཏེ། རང་བཞིན་འཕོ་བ་མེད་པའི་དོན་གཞན་བསྐྱེད་ན་ནི།  
 རྣམ་པ་གཞན་དམིགས་པ་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །རྗེས་ཁོ་ན་ཐ་དད་པ་མེད་པའི་གནས་སྐབས་མ་ཡིན་ཞིང་  
 རྗེས་ལས་དོན་གཞན་ཡང་མ་ཡིན་ན་ཞེས་སྒྲས་པ་མ་ཡིན་  
 བཅ། སྒྲས་སུ་བྱིན་ཀྱང་འདི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཡོད་པ་ཉིད་  
 གྱི་དངོས་པོ་དེ་ཉིད་གཞན་ཉིད་དང་བྲལ་པའི་རྣམ་པ་གཞན་  
 ཡོད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་ནི་དངོས་པོ་པན་ཚུན་སྤངས་  
 པས་གནས་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཅིག་  
 སྤངས་པ་གཞན་མེད་ན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྐད་ཅིག་མ་རེ་  
 རེར་འཇིག་པའི་སོར་མོ་དག་གི་བརྒྱུད་པ་ཉིད་ཀྱང་གཞན་ཡིན་  
 ལ། བྱ་ཚུར་ཡང་གཞན་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་བྱ་ཚུར་ལ་སོགས་པའི་

སྒྲ་ནི་བྱང་པར་གྱི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་ལ། སོར་མའི་སྒྲ་ནི་སྤྱིའི་  
 ཡུལ་ཅན་ཡིན་ཞིང་། ས་བོན་དང་སྒྱ་གུ་ལ་ སོགས་པའི་སྒྲ་  
 དང་། འབྲུ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲ་ལྟ་བུ་ཡང་ངོ་། །དེའི་ཕྱིར་སོར་  
 མོ་བརྒྱུད་པ་ཉིད་ནི་ཁུ་ཚུར་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་གལ་ཏེ་སྒྲ་མ་  
 མེད་པ་ཉིད་རྒྱ་ལས་འབྲས་བུར་འགྱུར་ན། ཅིའི་ཕྱིར་ཐམས་  
 ཅད་ལས་ཐམས་ཅད་མ་ཡིན། འགའ་ཞིག་ཏུ་མེད་པ་ཉིད་དུ་བྱེ་  
 བྲག་མེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། ཐམས་ཅད་ལ་ཐམས་ཅད་ཡོད་པ་  
 ཉིད་ཡིན་ན་ཡང་སྒྲོན་འདི་མཚུངས་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནམ། འགའ་  
 ཞིག་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་བྱེ་བྲག་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །བྱེ་བྲག་ཡོད་ན་  
 ཡང་བྱང་པར་དེ་ཡོན་ཏན་གསུམ་ལས་ཆ་ཐ་དད་པར་འགྱུར་  
 ཏེ། དེ་ཡོད་དུ་ཟིན་ཀྱང་བྱང་པར་རྗེས་སུ་འགོ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །ཡོད་པ་ཉིད་ཀྱིས་ ཡིན་ན་ཡང་བདག་ཉིད་ཐམས་ཅད་

གྲུབ་པའི་གནས་སྐབས་བཞིན་དུ་ཅི་ཞིག་སྐྱེ་བར་འགྱུར་  
 རོ། །སྐྱུབ་པར་བྱེད་པ་འབྲས་བུ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། བསྐྱུབ་པར་  
 བྱ་བ་འགའ་ཡང་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཁྱད་པར་འགའ་ཞིག་གི་  
 དེར་ཅི་ཞིག་ལྟར་མེད་པ་སྐྱེ་བ་ཡིན་ན་འདིར་མེད་པའི་ཁྱད་  
 པར་དེ་ཅི་ལྟར་སྐྱེ་བར་འགྱུར། སྐྱེ་ན་ཡང་ཐམས་ཅད་ལས་  
 ཐམས་ཅད་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་བཏགས་ཞིང་བརྟག་པ་  
 མཚུངས་པ་ ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཁྱད་པར་དེ་ལ་རྣམ་པ་ཐམས་  
 ཅད་དུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་པ་འགའ་ཞིག་ཡོད་  
 པ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེ་ན། འདི་ལྟར་མེད་པའི་རྣམ་པ་དེ་དེ་  
 ལ་མེད་པའི་སྤྱིར་རྣམ་པ་ཅི་ལྟར་སྐྱེད་པར་འགྱུར། རྣམ་པ་  
 ཐམས་ཅད་དུ་ཡོད་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ནི་སྐྱེ་བ་དོན་མེད་པ་ཉིད་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་བརྟན་ཏོ། །རྒྱ་ལས་འབྲས་བུ་མེད་པ་སྐྱེ་བ་ཡང་



གང་ཡང་གང་གི་སྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་རང་བཞིན་ བ། དེ་ཉིད་  
 ལས་དེ་སྐྱེ་བ་ཡིན་གྱི། གཞན་ལས་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 དེས་པའོ། །དེ་ཡང་རང་བཞིན་མེད་པ་དེར་རང་གི་རྒྱ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་དངོས་པོའི་རང་བཞིན་གྱིས་  
 དེས་པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་ཇི་ལྟར་འཇི་བའི་གོང་བྱ་ལ་བྱང་  
 བ་ཡོད་པ་ཡིན་ན། ཇི་ལྟར་དའི་གནས་སྐབས་ན་སྤྲིས་བཞིན་  
 དུ་དམིགས་པའམ་དོན་བྱེད་པ་མེད། གལ་ཏེ་གསལ་བར་རབ་  
 ཏུ་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ཉིད་ཀྱི་བྱ་བ་བྱེད་ པའི་  
 བུམ་པ་ཡོད་པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་དང་། དའི་གཟུགས་སྤར་མེད་པ་  
 ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་ཇི་ལྟར་བུམ་པ་ཡོད་པ་ཡིན། དངོས་པོའི་རང་  
 བཞིན་གཞན་གཞན་ལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རང་བཞིན་གྱི་སྤྱང་  
 བ་ཐ་དད་པ་ཡོད་ན། དངོས་པོའི་ཐ་དད་པ་མེད་པ་རིགས་པ་མ་

ཡིན་ནོ་ཞེས་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་གང་གང་  
 ཏུ་དམིགས་པའི་རིག་བྱར་གྱུར་པའི་རང་བཞིན་མི་དམིགས་  
 བ་དེ་ནི། ཡོད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ལ། དེ་དེའི་རང་བཞིན་ཏུ་གནས་  
 བ་དག་ལ་མི་དམིགས་པ་མེད་ལ་མི་གནས་པ་དེ་ཉིད་མ་ཡིན་  
 ཏེ། རང་བཞིན་པན་ཚུན་ཏུ་གནས་པ་དག་མ་ཡིན་པ་ནི་བདེ་བ་  
 དང་། སྤྱག་བསྐལ་ལྟ་བུའོ་ཞེས་བྱ་བ་མི་དམིགས་པའི་བྱང་  
 བར་མེད་པའི་ཐ་སྙད་ངེས་པས་བྱབ་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་མི་  
 དམིགས་པ་འགའ་ཞིག་རྣམ་པར་གཙོད་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པས་  
 རི་སྐད་བཤའ་ད་པའི་དམིགས་པའི་རིག་བྱར་གྱུར་པ་ཉི་བར་  
 བསྟན་པར་བྱ་བ་བསྟན་ནས། རང་བཞིན་མི་དམིགས་པ་  
 བསྟན་པར་བསྐྱབས་པ་ཡིན་ནོ། །བྱབ་པར་བྱེད་པ་མི་  
 དམིགས་པ་ཡང་བྱབ་པར་བྱ་བ་དང་། བྱབ་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཏུ་

ཆོས་དག་རབ་ཏུ་བསྐྱབས་ནས་བྱེད་པར་བྱེད་པ་ལྟོག་པ་སྐྱབ་  
 པར་ཡིན་ནོ། །རྒྱ་མི་དམིགས་པ་ཡང་། རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་ཉིད་  
 དུ་རབ་ཏུ་བསྐྱབས་ན། རྒྱ་ལྟོག་པ་སྐྱབ་པར་བསྐྱབས་པ་ཡིན་  
 ནོ། །དེ་དང་འགལ་བ་མི་དམིགས་པ་ དག་ཀྱང་། འགལ་བ་  
 གཉིས་པོ་དག་ལས་འགལ་བ་གཅིག་ཉི་བར་བསྟན་པས་  
 བསྐྱབས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་མི་དམིགས་པའི་སྐྱབ་པའི་  
 ཡན་ལག་མ་བསྐྱབས་པ་ནི། སྐྱབ་པའི་ཡན་ལག་མི་བརྗོད་པའི་  
 སྐྱོལ་པ་དེ་དག་ཆར་བཅད་པའི་གནས་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་མ་  
 བསྐྱབས་ན། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་མི་ འབྲུབ་པའི་བྱིར་རོ། །ཡང་  
 ན་འདིས་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་སྟེ། རང་གིས་ཉོགས་པའི་དོན་  
 གཞན་དག་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ཚུལ་གསུམ་པའི་ཆོག་གི་ཆོགས་ནི་  
 སྐྱབ་པར་བྱེད་པའོ། །དེའི་ཡན་ལག་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆོས་ལ་

སོགས་པའི་ཆོག་ལས་དེ་གཅིག་མ་བཟོད་ན་ཡང་སྐྱབ་ པར་  
བྱེད་པའི་ཡན་ལག་མ་བཟོད་ པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་ཁྱོལ་བ་ཆར་  
བཅད་པའི་གནས་ཡིན་ཏེ། མ་བཟོད་པ་ནི་གཏན་ཆོགས་ཀྱི་  
རང་བཞིན་མ་བཟོད་པ་ཡིན་པས་སྐྱབ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་  
རོ། །ཡང་ན་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཡན་ལག་མ་ཡིན་པ་  
དམ་བཅའ་བ་དང་། ཉེ་བར་སྦྱར་བ་དང་། མཐུག་བསྐྱབ་པ་ལ་  
སོགས་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་ཡན་ལག་མ་ཡིན་པ་སྟེ། སྐྱབ་  
པའི་ངག་ཏུ་ཉེ་བར་སྦྱར་བའི་ཁྱོལ་བ་དག་ཆར་བཅད་པའི་  
གནས་ཡིན་ཏེ། དོན་མེད་བཟོད་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྗེས་  
སྤྱ་འགོ་བའམ། ལྟོག་པ་དག་གི་ཆོས་མཐུན་པ་ཉིད་ཅན་སྐྱབ་  
པར་བྱེད་པའི་སྦྱར་བ་ལ་རེ་རེ་བཟོད་ ན་གྲུབ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར།  
གཉིས་པ་ཡང་དོན་མེད་ པའི་ཕྱིར། དེ་ཡང་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་

ཡན་ལག་མ་ཡིན་པ་བརྗོད་པའི་རྒྱལ་བ་ཚར་བཅད་པའི་  
 གནས་ ཡིན་ཏེ། རོན་མེད་པ་ཉིད་རྗོད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་  
 བྱིར་རོ། །ཡུལ་བསྟན་པའི་བྱིར་དམ་བཅའ་བའི་ཆོག་སྐྱབ་པར་  
 བྱེད་པའི་ཡན་ལག་མ་བེན་ཏུ་བེན་ གྲང་སྒང་བར་བྱ་བ་ཁོ་ན་མ་  
 ཡིན་ན་མ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ་ རོན་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །དམ་  
 བཅའ་བའི་ཆོག་མེད་ཏུ་བེན་གྲང་ཇི་སྐད་ཏུ་བཤའ་པའི་སྐྱབ་  
 པར་བྱེད་པའི་ལས་ འདོད་པའི་རོན་ཉིད་འགྲུབ་པར་འགྱུར་  
 བའི་བྱིར། དེ་འགོད་པ་རོན་མེད་དོ། །གལ་ཏེ་འདི་ལྟར་ཡུལ་ཉི་  
 བར་བསྟན་པ་མེད་པས་རྟོགས་པ་མི་སྐྱེ་བ་ཡིན་ན། ཅི་ལྟར་  
 དམ་བཅའ་བ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་ཡན་ལག་མ་ཡིན། བྱིགས་ཀྱི་  
 ཆོས་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་ལ་ཡང་རྟོག་པའི་རྒྱ་ཉིད་ལས་ཡིན་  
 པའི་བྱིར་ སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་རོན་གཞན་ནི་མ་ཡིན་ན། དམ་

བཅའ་བའི་ཆིག་དེ་ཡང་མཚུངས་པ་ཅི་ལྟར་ན་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་  
 མ་ཡིན། ཡན་གར་བ་ལ་རྒྱས་པ་མེད་པའི་བྱིར། སྐྱབ་པར་  
 བྱེད་པའི་ཡན་ལག་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། སྟོགས་ཀྱི་ཆོས་ལ་  
 སོགས་པ་ལ་ཡང་དེ་མཚུངས་པའི་བྱིར་དེ་ཡང་སྐྱབ་པར་བྱེད་  
 པའི་ ཡན་ལག་རྩ་མི་འགྱུར་ཏེ། སྟོགས་ཀྱི་ཆོས་བརྗོད་པ་  
 འབའ་ཞིག་གིས་རྟོགས་པ་མི་བསྐྱེད་དེ། དེ་དག་གིས་ནི་ཐེ་  
 ཆོམ་བསྐྱེད་པའི་ལན་ཡང་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། འབྲེལ་བ་མ་  
 བསྟན་པར་སྟོགས་ཀྱི་ཆོས་འབའ་ཞིག་བརྗོད་པས་ཀྱང་ཐེ་ཆོམ་  
 སྐྱེ་བའི་ བྱིར་རོ། །དེའི་བྱིར་དམ་བཅའ་བའི་ཆིག་ལ་ཡང་  
 རྟོགས་པའི་རྒྱ་ཉིད་ལས་ཡིན་པའི་བྱིར། སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་  
 རོན་གཞན་ནི་མ་ཡིན། དམ་བཅའ་བའི་ཆིག་དེ་ཡང་མཚུངས་  
 པའི་བྱིར་ཅི་ལྟར་ན་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན། ཡན་གར་བ་ལ་

ལྷུས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་ཡན་ལག་ཉིད་ནི་མ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། སྤྱོད་པའི་ཆོས་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡང་དེ་  
 མཚུངས་པའི་ཕྱིར་དེ་ཡང་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་མི་  
 འགྱུར་ཏེ། སྤྱོད་པའི་ཆོས་བརྗོད་པ་འབའ་ཞིག་གིས་རྟོགས་པ་  
 མི་བསྐྱེད་དེ། དེ་དག་གིས་ནི་ཐེ་ཆོས་བསྐྱེད་པའི་ཡན་ཡང་  
 བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། འབྲེལ་པ་མ་བསྟན་པར་སྤྱོད་པའི་ཆོས་  
 འབའ་ཞིག་བརྗོད་པས་ཀྱང་ཐེ་ཆོས་སྐྱེ་བའི་ ཕྱིར་རོ། །དེའི་  
 ཕྱིར་དམ་བཅའ་བའི་ཆོག་ཉེ་བར་འགོད་བསྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་  
 ངག་ལ་ནི་དོན་མེད་ བ་ ཡིན་ཏེ། དེ་ཉེ་བར་འགོད་པའི་གྲོལ་བ་  
 ཡང་ཆར་བཅད་པའི་གནས་ཡིན་ནོ། །ཡང་ན་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་  
 གྲུབ་པའི་ཡན་ལག་མ་ཡིན་པ་ནི། མ་གྲུབ་པའམ། འགལ་  
 བའམ། མ་ངེས་པའི་གཏན་ཆོག་སྟར་སྟངས་བའོ། །དེ་བརྗོད་

བའི་ཁྲོལ་བ་ཡང་ཆར་བཅད་པའི་གནས་ཡིན་ཏེ། རུས་པ་མེད་  
 བ་ ཉེ་བར་འགོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་  
 ལ་སོགས་པ་མེད་པ། རྗེས་སུ་འགོ་བ་མེད་པ། རྗེས་སུ་འགོ་བ་  
 མ་བསྐྱན་པ་ལ་སོགས་པ་ཡང་དཔེ་ལྟར་སྒྲུབ་པར་བྱེད་  
 བའི་ཡན་ ལག་མ་ཡིན་པ་བརྗོད་པའི་ཁྲོལ་བ་ཆར་བཅད་པའི་  
 གནས་ཡིན་ཏེ། རུས་པ་མེད་པ་ཉེ་བར་འགོད་པ་ ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་  
 རོ། །དེ་དག་གིས་གཏན་ཆེགས་ཀྱི་འགྲེལ་བ་བསྐྱན་པར་མི་  
 རུས་ཏེ། རུས་པ་རབ་དུ་བསྐྱན་པའི་ཕྱིར་ཡང་ན་སྐྱབ་པར་བྱེད་  
 བའི་བྱུབ་པ་དེའི་ཡན་ལག་ཆོས་ འོན་གང་གི་ཚུད་པའི་གཞི་  
 ཚུད་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་རྒྱ་བྱུབ་པར་བྱེད་པ་ཡན་ལག་ གོ་  
 བར་ནས་གཞན་ཤེས་པར་འདོད་ བ་མ་ཡིན་པའི་བྱུད་པར་  
 བསྐྱན་བཅོས་ལ་བརྟེན་པའི་གཡོ་ལ་སོགས་པ་དག་གིས་ཉེ་



བར་འགོད་ པ་དང་། རྫོང་པར་བྱེད་པ་ཡང་གཞན་ཚྲིངས་པ་  
 དང་། རྗེས་སུ་བརྫོང་པའི་རྒྱས་པ་རྣམ་པར་བཅུམ་པ་ལ་  
 སོགས་པའི་ཕྱིར་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་ ཡན་ལག་བརྫོང་པ་མ་  
 ཡིན་པ་དེ་ཡང་ཚར་བཅད་པའི་གནས་ཡིན་ ཏེ། སྐབས་སུ་  
 བབ་པའི་དོན་མ་ཡིན་བརྫོང་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དང་། དེ་ལ་  
 ཞིན་དུ་དོན་བྱུང་པར་ཅན་དང་བཅས་པའི་ཕྱིར་གྲོལ་བས་ཤེས་  
 བར་འདོད་པ་ཉིད་མ་ ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཤེས་པར་འདོད་པ་  
 སྐྱོན་མེད་ལ། །ཤེས་པར་འདོད་པའི་དོན་བཀོད་ནས་ཞར་ལ་  
 བྱུང་བ་གཞན་དང་གཞན་བརྫོང་པ་དག་ནི་ཕྱིར་གྲོལ་བ་དང་།  
 རིགས་པ་སྐྱབ་པའི་དབང་པོ་དག་གིས་གཟུང་བར་འོས་པ་མ་  
 ཡིན་ཏེ། དེ་དག་གིས་སྐྱབ་རྣམ་པར་གཙོད་པར་བྱེད་པ་ཁོ་ན་  
 ཡིན་ནོ། །དོན་འགའ་ཞིག་ཏུ་བྱེད་པ་ན་ཞར་ལ་འོངས་པ་མ་

ཡིན་ཏེ། བདག་མེད་པར་སྤྱོད་བ་དེ་སྤྱོད་པར་བྱེད་པ་ན་དེ་ལ་སྤྱོད་  
 དང་གར་ལ་སོགས་པ་དག་ གྲང་དེར་ཞར་ལ་འོངས་པའི་བྱིར་  
 རོ། །དཔེར་ན་དམ་བཅའ་བ་བརྗོད་པ་སྤྱོད་དུ་འགྲོ་བ་འགའ་  
 ཞིག་སྤྱོད་བ་ནི། ཁོ་བོ་ཅག་སངས་རྒྱས་པ་བདག་ཡོད་པ་མ་  
 ཡིན་ཅོ་ཞེས་སྤྱོད་བར་འགྱུར་བ་ལ། སངས་རྒྱས་པ་གང་ཡིན།  
 སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བསྟན་པ་ཁས་ལེན་པ་  
 གང་ཡིན་པའོ།། སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་གང་ཡིན།  
 གང་གི་བསྟན་པ་ལ་བཙུན་པ་རྟ་དབྱངས་རབ་རྟ་བྱང་  
 བའོ། །བཙུན་པ་རྟ་དབྱངས་གང་ཡིན། གང་ཡུལ་འཁོར་སྐྱོང་  
 ཞེས་བྱ་བའི་སྤྱོད་གར་མཁན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཞར་ལ་འོངས་པ་  
 བྱས་ ནས། དགའ་བྱེད་མའི་མཐར་བྱས་ཏེ། །དེ་ནས་མདོ་  
 འཛིན་པ་ཞེས་ བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་འདོན་པ་དང་། གར་བྱེད་པ་

དང་། ལྷ་ཡིན་པ་ལ་རབ་ཏུ་འཇུག་པར་འགྱུར་རོ། །ཕྱིར་གྲོལ་  
 བས་ཀྱང་ཞར་ལ་འོངས་པ་དེ་ཐམས་ཅད་རྗེས་སུ་སྒྲོ་བར་རུས་  
 པ་མ་ཡིན་པའི་ ཕྱིར་ཐམ་པར་འགྱུར་རམ། ཨེ་མ་འོ་མཁས་པ་  
 དམ་པར་འདོད་པ་དག་གི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་འདི་ལྟ་བུ་བརྟག་ པ་ནི་  
 རྣམ་པ་འདི་འདྲ་བ་དེ་ལྟར་ན་ཡང་གྲོལ་བའི་གཉུག་མ་མཐར་  
 ཐུག་པ་རུས་པ་མེད་པ་ཡིན་ནི་ཞེས་བྱ་བ་འབྲས་བུ་ངེས་པ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར། ཅོད་པ་བརྩམ་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ན་  
 ཡང་གྲོལ་བ་རྒྱལ་བ་དང་ཐམ་པ་དག་མ་ཡིན་ཏེ། ཕྱིར་གྲོལ་བ་  
 མི་སྤྲོ་བ་ཉིད་ཀྱང་གྲོལ་བ་རྣམ་པ་འདི་ལྟ་བུ་རྒྱས་པ་ ཞར་ལ་  
 འོངས་པ་ཐོལ་གྱི་རྗེས་སུ་སྤྲོ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་དང་། མཐར་  
 ཐུར་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་དམ་བཅའ་བའི་ཆོག་  
 ཉིད་དེ་སྤྱིད་དུ་མི་རིགས་པ་དང་། ཅིའི་རྒྱས་ཡང་འདི་ཞེས་

བར་འདོད་པའི་བྱད་པར་མ་ཡིན་པ་ཞར་ལ་འོངས་པ་བཀོད་  
 ཅིང་ དེ་འཆད་པ་ཞར་ལ་འོངས་པ་དང་། དེ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་  
 བརྗོད་པ་འདི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སློ་གྲོས་ངན་པ་གཡོ་  
 གྱུས། རིགས་པས་བྱུབ་པའི་དོན་སྟོན་པས་མི་རྣམས་པའི་སློ་  
 རས་འཇུག་པ་ཡིན་ནོ། །དཔེར་ན་སྐྱེས་བུའི་བྱད་པར་སློན་དུ་  
 འགྲོ་བ་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ལུས་དང་དབང་པོ་དང་། གནས་ཞེས་བྱ་  
 བ་དམ་བཅས་ནས་ ལུས་དང་དབང་པོ་དང་། གནས་  
 དག །ཐོལ་གྱིས་བྱེ་བྲག་པའི་བསྟན་བཅོས་འབའ་ཞིག་སྤྲོ་བ་ལྟ་  
 བུའོ། །སྤྲོ་ཉིད་པ་དང་། མི་ཉིད་པ་ཞེས་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ལ་  
 མཚན་ཉིད་བཅུ་གཉིས་རྒྱས་པར་བསྟན་བཅོས་རྩམ་པ་ པོ་  
 རྒྱལ་དཔོག་པས་དམ་བཅས་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཉིད་པ་ཉིད་ཀྱི་  
 ཉིན་སྤྲོད་ བུམ་པ་ལས་གང་ཡང་རུང་བ་དེ་བུམ་པ་གཉིས་པ་

དང་བཅས་པའོ་ཞེས་བྱ་བ། དམ་བཅའ་པ་ཁས་སྦྱངས་ནས་  
 མཚན་ཉིད་བཅུ་གཉིས་ལ་སོགས་པ་འཆད་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། འདི་  
 ཐམས་ཅད་སྒོ་གྲོས་ངན་པ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱས་པ་མེད་པ་སྐྱབ་པའི་  
 ཐབས་ལ་གཟུ་པོ་བཏང་སྟོམས་སུ་བྱ་བ་མི་རིགས་སོ། །དེ་ཁོ་  
 ན་ཉིད་བརྟག་པ་ལ་ནི་དོར་ཐབས་ལ་སོགས་པ་རྗེས་སུ་འབྲང་  
 བར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ པའི་སྤྱིར་དང་། གཡོ་སྐྱུ་དང་གཞན་ལ་  
 བརྟེན་པ་དང་དམ་པའི་སྦྱར་པ་ལ་སོགས་པ་དག་ནི་རིགས་པ་  
 མ་ཡིན་ པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་སྒྲོས་གར་མཁན་ལ་  
 སོགས་པ་བརྗོད་པ་ན། དོན་གཞན་ཁོང་དུ་ཆུད་པའི་སྤྱིར་པམ་  
 པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། གཞན་ཤེས་པར་འདོད་པ་མ་ཡིན་པའི་  
 བྱད་པར་བརྗོད་པ་ལས་ཀྱང་ཅིའི་སྤྱིར་མི་འགྱུར། དེ་ཡང་  
 འགའ་ཞིག་བརྗོད་པར་འདོད་པའི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་

གྲུབ་པ་ལ་མེད་ན། མེད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། རི་ལྟར་རྒྱ་དང་  
 རྒྱེན་ གྲིས་གཞན་གྱི་དབང་གི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་འདུ་བྱེད་གྱི་  
 སྤྱག་བསྐྱེད་ཉིད་དུ་གྲུབ་པ་ མེད་པར་མི་རྟག་པ་ཉིད་དུ་གྲུབ་པ་  
 མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་ཡང་དངོས་པོའི་ཆོས་ལོགས་ཤིག་ཏུ་  
 མ་སྤྲུལ་སུ་བེན་ཀྱང་། བསྐྱེད་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ཀྱི་ནང་དུ་  
 འདུས་པའི་སྤྱིར་དང་། སྤྱོད་པ་ཉིད་དུ་བྱས་པ་ཉིད་ཡིན་པས།  
 ལོགས་ཤིག་ཏུ་འདི་ཉི་བར་འགོད་པའམ། བཤད་པ་མ་ཡིན་  
 ནོ། །དེའི་སྤྱིར་རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཡང་དེའི་ཆེ་སྤྱིར་གྲོལ་བས་  
 ཤེས་པར་འདོད་པའི་དོན་མ་ ཡིན་པ། དམ་བཅས་པ་དངོས་པོ་  
 གཞན་ཉི་བར་འགོད་པ་དང་འཆད་པ་ནི་དོན་གཞན་གོ་པར་  
 བྱེད་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཆར་བཅད་པའི་གནས་ཉིད་ཡིན་པ་ དེ་  
 བས་ན་ཤེས་པར་འདོད་པའི་ཆོས་ཅམ་ཁོ་ན་སྐྱབ་པར་བྱེད་

པའི་ཡན་ལག་ཏུ་བཟློད་ གྱི་ཞར་ལ་འོངས་པ་ཁས་སྦང་བར་མི་  
 བྱ་སྟེ། དེ་ཁས་ལེན་ན་ནི་ཤིན་ཏུ་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་  
 རོ། །དེ་ལྟར་སྦྱབ་པར་བྱེད་པའི་ཡན་ལག་མི་བཟློད་པའི་ཚེ་  
 བ་ནི་ཆར་བཅད་པའི་གནས་ཡིན་ན། །སྤྱིར་ཚེ་བས་དེའི་  
 དངོས་པོ་གོ་བར་བྱས་ན་འགྱུར་གྱི། གཞན་དུ་ན་གཉིས་པོ་  
 གཅིག་ཀྱང་རྒྱལ་བ་དང་པམ་པར་མི་འགྱུར་རོ། །སྤྱིར་ཚེ་  
 བསྐྱོན་མི་བཟློད་པ་ནི་ཆར་བཅད་པའི་གནས་ཡིན་ནོ། །ཚེ་  
 བས་སྦྱབ་པར་བྱེད་པ་རབ་ཏུ་སྦྱོར་བ་ལ། རྩོགས་སྤྱི་མ་ཁས་  
 སྦངས་པའི་ཡུལ་གང་ལ་གང་གི་ཆེ་སྤྱིར་ཚེ་བ་སྐྱོན་མི་བཟློད་  
 པ་ དེའི་ཆེ་པམ་པར་བཟློད་པར་བྱའོ། །སྦྱབ་པར་བྱེད་པའི་  
 སྐྱོན་ཡང་མ་ཆང་བ་ཉིད་དང་། མ་གྲུབ་པ་དང་། མ་ངེས་པ་ཉིད་  
 དང་། ཚེ་བ་སྦྱབ་པར་བྱེད་པ་ཉིད་དུ་འདོད་པའི་དོན་ལས་

བསྐྱོག་ བའི་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་དང་། དཔེའི་སྐྱོན་དེ་དག་མི་  
 བརྗོད་པ་སྟེ། མི་སྐྱོན་ཅིང་གཞན་ནམས་ལ་གོ་བར་མི་བྱེད་  
 པའི་ཕྱིར་ཤོལ་བ་ནི་པམ་པའི་ཉེན་ཡིན་ རོ། །དེ་ཡང་སྐྱབ་པར་  
 བྱེད་པ་ལ་སྐྱོན་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དང་། སྐྱོན་དང་བཅས་པ་  
 ཉིད་ཡིན་ན་ཡང་། ཕྱིར་ཤོལ་བས་སྐྱོན་མ་བསྟན་ན་པམ་ བའི་  
 རྣམ་པར་གཞག་པ་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ཉིད་པན་ཚུན་  
 རྒྱས་པ་ཉི་བར་འཛོམས་པ་ལ་སྟོས་ནས་རྒྱལ་པ་དང་པམ་པར་  
 རྣམ་པར་ འཛོག་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་  
 ལྟར་སྒྲུང་བ་འབའ་ཞིག་ལས་ཀྱང་ཡོད་པ་རྟོགས་པ་མེད་པའི་  
 ཕྱིར་རབ་ ཏུ་སྐྱོན་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པའི་རྒྱལ་ བ་ཡང་ཡོད་  
 པ་ཉིད་མ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དཔྱེད་པ་ལ་ནི་ཆེག་གི་དོར་  
 ཐབས་ཀྱི་ཐ་སྙད་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་དོ། །གང་གི་ཆེ་དེ་ལྟར་



ཡིན་ཅིའི་ཕྱིར་པམ་པ་མ་ཡིན། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གྲུབ་པ་ལས་  
 ཉམས་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ་སྤྱན་མ་སྤྱང་བའི་ཕྱིར་  
 རོ། །སྤྱན་སྤྱང་བ་ན་དེ་བཞིན་གྱིས་ པམ་པ་ཡིན་ཞིང་མ་གྲུབ་  
 པ་ཙམ་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། ཕྱིར་ཚོལ་བ་ལ་སྟོས་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །སྐྱབ་པ་ཉིད་མེད་པ་ནི། སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་དངོས་པོ་ཉིད་  
 མེད་པ་སྟེ། ཕྱིར་ཚོལ་བ་མེད་ཀྱང་ཡོད་པའི་ཕྱིར་དང་། ཕྱིར་  
 ཚོལ་བས་ཀྱང་དེ་སྤྱན་འབྱེན་པར་རྒྱས་པའི་ཕྱིར་དང་། པམ་པ་  
 མ་སྤྱང་བའི་ཕྱིར་པམ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་སྐྱབ་པར་བྱེད་  
 པ་རྒྱས་པ་མེད་པར་བརྗོད་པ་ཡང་གཞན་གྱིས་དེ་ཉྱར་གྱུར་ པ་  
 མ་བསྟན་པ་ནི་པམ་པ་ཡིན་པར་བརྗོད་པར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་  
 གཡོ་སྐྱའི་ཐ་སྙད་ཡིན་ན་ཡང་རྒྱལ་བར་འདོད་པ་ནམས་ཀྱི་  
 ཚིད་པ་ཡིན་ནོ་ ཞེ་ནམ་ཡིན་ཏེ། སྐྱེ་བོ་ངན་བའི་ལོག་པར་

རྟོགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་དམ་པ་དག་གི་བསྟན་བཅོས་ལ་མི་  
 འདུག་པའི་སྤྱིར་ རོ། །གཞན་རྗེས་སུ་འཛིན་པ་ལ་འདུག་པ་  
 བརྟེན་སྤྱི་བ་དང་། དམ་པ་དང་། བདག་བསྟོད་ཅིང་གཞན་ལ་  
 སྟོད་པ་ལ་སོགས་པ་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཐ་སྙད་སྟོན་པར་  
 མི་ བྱེད་དོ། །གཞན་ལ་སྟོད་པའི་སྒྲི་ནས་ཆེད་པ་དང་། བཀྱར་  
 སྟེ་དང་། ཆོགས་སུ་བཅད་པ་དང་། ཉེ་བར་མཆོན་པའི་དམ་པ་  
 དག་གི་སྟོད་པ་མ་ཡིན་ཉེ། དམ་པས་བསྐྲགས་པ་རྣམས་ཀྱི་  
 བསྟན་བཅོས་བྱེད་པའི་ཆོགས་ཀྱི་ནང་ན་འདུག་པ་དག་ལ་ནི།  
 དེ་ལྟར་འདུག་པ་དག་ལ་གནང་བ་གསོལ་པའི་སྒྲི་ནས་སྟོག་  
 ཆགས་རྣམས་ ཉེ་བར་གདུང་བར་བྱེད་པ། དམ་པས་བསྐྲགས་  
 པ་མ་ཡིན་པ་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཞིང་། དམ་པ་རྣམས་ནི་ཆེད་པ་  
 ལ་སོགས་པ་ཉེ་བར་བསྐྲགས་པའི་སྤྱིར་རིགས་པའི་བསྟན་

བཅོས་བྱེད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་རིགས་པས་བྱེད་པ་  
 མ་ཡིན་པ་འབའ་ཞིག་རྒྱལ་བར་འདོད་པ་དག་གི་ཚུད་པ་ཡིན་  
 བོ་ཞེས་བྱའོ། །དམ་པ་གཞན་རྗེས་སུ་འཛིན་པས་འཇུག་པ་  
 དག་ནི་ལོག་པར་རྟོགས་པ་དག་གིས་ཁོང་དུ་ཆུད་ བར་བྱེད་པ་  
 བ། ཡང་དག་པའི་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་བརྗོད་པའམ། ཡང་དག་  
 པའི་སྒྲོན་བརྗོད་པའི་སྒྲོ་ནས། རིགས་པའི་རྗེས་སུ་འཇུག་པར་  
 འགྱུར་ཏེ། དབང་པོའི་ མཛོན་སུམ་ཉིད་དུ་གོ་ལ་བྱ་བའི་ཕྱིར་  
 རོ། །དེ་ལྟར་ན་དམ་པ་རིགས་པའི་རྗེས་སུ་འབྲང་བའི་ཚུད་  
 པའོ། །གང་གི་ཆེ་རིགས་པས་བསྟན་པ་ན་དེ་ཁོ་ནའི་དོན་  
 རྟོགས་པར་འདོད་ན། དེས་རྟོགས་ཏེ། དེ་རྟོགས་པ་མེད་པ་  
 གཞན་གྱིས་ཀྱང་མི་རྟོགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་དེ་ཁོ་ན་  
 ཉིད་བསྐྱང་ བའི་དོན་དུ་དམ་པ་ནམས་ཀྱང་རྒྱལ་བར་འདོད་པ་

གྲུ་ལ་སོགས་པ་དག་གིས་ཆར་གཅད་པར་ བྱ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་  
 བ། མ་ཡིན་ཏེ་ཁུ་ཚུར་དང་། ཐལ་ལྷག་དང་། མཆོན་ཆས་  
 བསྐྱུན་པ་དང་། མེ་ལ་སོགས་པ་དག་གིས་ཀྱང་ཞེས་བརྗོད་  
 པར་བྱ་ན། འདི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བསྐྱུང་བའི་ཐབས་དམ་ པ་མ་  
 ཡིན་ཏེ། དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་རབ་ཏུ་སྟོན་པར་  
 བྱེད་པ་དང་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ ལྷར་སྐྱང་བ་སུན་འབྱེན་པར་  
 བྱེད་པ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བསྐྱུང་བའི་ཐབས་ཡིན་ནོ། །དེ་མེད་  
 པར་བརྟུན་པ་དང་། དམ་པ་དང་། གཞན་གཏུང་པར་བྱེད་པ་  
 བརྗོད་དུ་ཟིན་ཀྱང་། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རབ་ཏུ་གནས་པ་ མེད་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །རྣམ་པ་གཞན་དུ་མཁས་པ་དག་ལ་རིགས་པ་སྟོན་པ་  
 དག་ནི་རབ་ཏུ་གནས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ རོ། །དེའི་ཕྱིར་གློལ་  
 བས་གཞན་རྗེས་སུ་གཟུང་བའི་ཕྱིར། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རབ་ཏུ་སྟོན་

བ་ནི་རྒྱལ་བ་ཡིན་ལ། ཡང་དག་པའི་སྐྱོན་བརྗོད་པའི་སྒྲི་ནས་  
 ལོག་པའི་འདུག་པ་ལྟོག་ བ་ནི་ཕྱིར་གྲོལ་བ་རྒྱལ་བ་ཡིན་  
 བོ། །ཡང་ན་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ལ་སྐྱོན་མ་ཡིན་པ་བརྗོད་པ་གང་  
 ཡིན་པ་དེ་ཡང་། གྲོལ་བས་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཉིད་དུ་འདོད་པའི་  
 དོན་གྲུབ་པ་ལ་གཞོན་པ་མེད་པའི་ ཕྱིར་རོ། །དེ་རྗོད་པར་བྱེད་  
 པའི་ཕྱིར་གྲོལ་བ་ཚར་གཅད་པའི་རྟོན་ཡིན་ཏེ། ལོག་པའི་ལན་  
 རྗོད་པར་ བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དཔེར་ན་གྲོལ་བའི་ཆོས་བསྐྱབ་  
 པར་བྱ་བ་ཉིད་དུ་འདོད་པ་མ་ཡིན་པ་ཡང་བསྟན་བཅོས་ ཁས་  
 གླངས་པའི་ཕྱིར་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་བཞེད་ག་  
 པའི་སྒྲི་ནས་འགལ་བ་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །བདག་མེད་དོ་ཞེས་  
 བྱ་བའི་དམ་བཅའ་བའི་ཆོག་འགལ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་ བ་དམ་  
 བཅའ་བའི་སྐྱོན་བརྗོད་པའོ། །བརྩལ་མ་ཐག་ཏུ་བྱུང་བ་ཉིད་ཀྱི་

ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བའི་གཏན་ཆིགས་ཆོས་ཅན་གྱི་བྱེ་བྲག་ཉིད་ཡིན་  
 བའི་ཕྱིར་དམ་བཅས་པའི་སྐྱོན་གྱི་ཕྱོགས་གཅིག་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་རྫོང་པར་བྱེད་པ་ལྟ་བུ་སྟེ་སྐྱབ་བྱེད་  
 དང་ཆོས་མཐུན་པ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ ཏུ་ལན་ལྟར་སྒྲུང་  
 བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་སྐྱོན་ལྟར་སྒྲུང་བ་བརྗོད་པ་  
 བྱི་སྐྱོན་མི་བརྗོད་པའོ། །ཁོ་ལ་བས་དེའི་སྐྱོན་ལྟར་སྒྲུང་བ་  
 བརྗོད་པ་ཉིད་ཏུ་རབ་ཏུ་སྟོན་པ་ནི། ཕྱིར་ཁོ་ལ་བ་ཐམ་པར་  
 བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། ཕྱོགས་སྒྲ་མའི་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་སྐྱོན་མེད་  
 པ་ཉིད་ལའོ། །སྐྱོན་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ན་ཡང་ སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་  
 ལ་གཉི་ག་ལས་གཅིག་ཀྱང་རྒྱལ་བ་དང་ཐམ་པ་དག་མ་ཡིན་  
 ཏེ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཁོང་ཏུ་ཆུད་པར་བྱེད་པ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་  
 དང་། སྐྱོན་བརྗོད་པ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། །གཉེན་པོའི་

ཕྱོགས་མེད་ཅིང་རང་གི་ཕྱོགས་གྲུབ་པར་བྱས་པ་དག་ནི་རྒྱལ་  
 བ་ཡིན་པར་ འགྱུར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་ཤེས་པར་འདོད་པས་རང་  
 གི་ཕྱོགས་སྐྱབ་པ་དང་། གཞན་གྱི་ཕྱོགས་སུན་དབྱུང་བར་  
 བྱའོ། །ཁོལ་བས་སྐྱོན་མེད་པའི་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་བརྗོད་པ་ལ།  
 ཕྱིར་ཁོལ་བས་སྐྱོན་ལྟ་བུར་སྒྲུང་བར་བརྗོད་ན་སུན་འབྱེན་པ་  
 ལྟར་སྒྲུང་བ་ཉིད་ བརྗོད་པའི་ཕྱིར་རྒྱལ་བ་དང་ཕམ་པ་དག་  
 ཡིན་གྱི་ནམ་པ་གཞན་དུ་ནི་མི་འགྱུར་རོ། །དངོས་པོའི་དེ་ཁོ་ན་  
 ཉིད་བརྗོད་དུ་ཟེན་ཀྱང་གཉེན་པོའི་ཕྱོགས་ཀྱིས་སུན་དབྱུང་  
 བའི་སྒྲོ་ནས་དེ་ཁོ་ན་བསྟན་པར་མི་རུས་པའི་ཕྱིར། ཕྱིར་ཁོལ་  
 བ་ཡང་འདིར་རྒྱལ་བར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ཏེ་དངོས་པོ་ལོག་  
 པར་སྐྱོན་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ནི་མི་རིགས་ཕྱིར་མི་  
 འདོད། །གང་དུ་འདིར་ཇི་སྐད་བཤད་པའི་ཚར་བཅད་པའི་

གནས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་མེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཆར་བཅད་  
 པའི་གནས་ཉིད་དུ་རིགས་པ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཁོ་བོ་ཅག་  
 གིས་མ་བསྟན་ཏོ་ཞེས་སྒྲིམ་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་མི་མཐུན་པའི་  
 དཔེའི་ཆོས་རང་གི་དཔེ་ལ་ཁས་ལེན་ན་དམ་བཅའ་བ་ལ་  
 གཞོད་པ་ཡིན་ཏེ། ཆར་བཅད་པའི་གནས་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་  
 འདི་ལ་འགྲེལ་བ་བྱེད་པའི་བསམ་པ་སྟུན་སྦྱང་ནས། རྣམ་  
 འགྲེལ་བྱེད་པ་ལ་གནས་པའི་སྟོགས་ལ་སྒྲིམ་པ་དེ་ཉིད་བསྟན་  
 པར་བྱའོ། །མི་མཐུན་པའི་དཔེའི་ཆོས་གང་ཡིན་པ་དེ་གང་གི་  
 ཆེ་རང་གི་དཔེ་ལ་ཁས་ལེན་པར་བྱེད་ པ་དེའི་ཆེ། ཆར་གཅད་  
 པར་བྱ་བ་ཡིན་པར་བརྗོད་དོ། །དེ་ལ་མཐོང་བ་ཡང་དེ་ཡིན་  
 ལ། །མཐར་ཡང་རྣམ་པར་གནས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་མཐོང་བའི་  
 མཐའ་སྟེ། མཐོང་བའི་མཐའ་ནི་རང་གི་སྟོགས་སོ། །མི་མཐུན་



པའི་དཔེ་ནི་མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་པ་ཏེ། མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་པ་ཀྱི་  
 ཆོས་རང་གི་སྤྱོད་པ་ལ་ཁས་ལེན་པ་ཕམ་ པ་སྟེ། དཔེར་ན་སྤྱོད་  
 མི་ཏྲག་སྟེ། དབང་པོས་གཟུང་བར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ་  
 ཞེས་སྤྱོད་པ་ལ་སྤྱིར་རོ་ལ་བ་ སྤྱིར་སྤྱོད་པ་སྤྱིར་བསྐྱོད་པ་ན།  
 གལ་ཏེ་དེ་ཆེ་སྤྱི་དབང་པོས་གཟུང་བར་བྱ་བ་ཡིན་པས། སྤྱོད་  
 ཡང་ཏྲག་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་སྤྱོད་པ་ནི། དམ་བཅའ་བ་ལ་  
 གཞོད་པ་སྟེ། སྤྱོད་པ་ཏྲག་པ་ཉིད་དུ་དམ་བཅའ་བ་བཏང་  
 བའི་སྤྱིར་རོ། །འདིར་དམ་བཅས་པ་ཁས་སྤངས་པ་བཏང་པའི་  
 སྤྱིར། དམ་བཅས་པ་ལ་གཞོད་པ་ཡིན་ན། རྣམ་པ་འདི་ལྟ་བུའི་  
 སྤྱོད་པ་དམ་བཅས་པ་བཏང་བ་ལས། དམ་བཅའ་ལ་གཞོད་པ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་བྱུང་པར་ངེས་པ་འདི་ལྟས་ བྱས། རྣམ་པ་  
 གཞན་གྱི་སྤྱོད་པ་ཀྱང་གཏན་ཆོག་གས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ལ་

སྟོགས་པ་དང་སྤྱིད་པ་ ཉིད་དེ། གཉེན་པོའི་སྟོགས་སྐྱབ་པར་  
 བྱེད་པ་བརྗོད་པས་ཀྱང་རང་གི་སྟོགས་བཏང་བ་དང་། གཞན་  
 གྱི་སྟོགས་ཁས་སྦངས་པར་འགྱུར་རོ། །འདི་ཉིད་ཀྱང་དམ་  
 བཅས་པ་ལ་གཞོན་པའི་གཙུག་པོའི་རྒྱ་མཚན་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དེ་  
 ལྟར་བསྟན་པས་དམ་བཅས་པ་ལ་གཞོན་པར་བྱས་པ་ཉིད་ཡིན་  
 ལ། གཞོན་པ་ཡང་ཐམ་པའོ། །འདི་ཡང་སྤྱི་ཏྲག་སྟེ། དབང་  
 པོས་གཟུང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་པ་ལ། སྤྱི་ཡང་  
 འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་འབྲེལ་བ་ཉིད་དེ་རང་བཞིན་དུ་གནས་པ།  
 རང་ཉིད་དབང་པོས་གཟུང་བར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྤྱི་ནི་  
 མི་ཏྲག་སྟེ། བུམ་པ་ལྟ་བུ་ཞེས་སྤྱི་བ། གང་གིས་སྤྱི་ནི་བར་  
 བསྟན་པ་ཙམ་གྱིས་སྟོན་སྤྱི་ཏྲག་པ་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱེད།  
 སྤྱི་ཏྲག་པ་ཉིད་ཀྱང་དབང་པོས་གཟུང་བར་བྱ་བ་ཉིད་དེ་ནི།

བུམ་པ་མི་རྟག་པ་ཉིད་ལ་ཡང་མཐོང་བའི་ཕྱིར་ཐེ་ཆོམ་བསྐྱེད་  
 བར་ འགྱུར་གྱི། འདི་ནི་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་ཁས་སྤངས་པ་  
 མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་མི་ཤེས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ཁོང་དུ་ཅུད་པ་  
 ཉིད་ཀྱང་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་ཡིན་ན་ཡང་། སྤྱི་བསྟན་པས་  
 ཅི་ཞིག་བྱ། འདི་ལྟར་སྤྱ་རྟག་པ་ཡིན་པར་གཟུང་བར་བྱ་སྟེ་  
 ཞེས་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། མི་ཤེས་པའི་རྟོགས་པ་ དག་ལ་ནི།  
 རྣམ་པར་དཔྱོད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྟག་པར་སྤྱི་ཉི་བར་  
 བསྟན་པའི་སྒྲོ་ནས། དེའི་ཆོས་སྤྱ་ལ་ཁོང་དུ་ཅུད་པར་བྱེད་པ་  
 སྟེ། གཉེན་པོའི་སྟོགས་ཁས་སྤངས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །སྤྱ་མི་  
 རྟག་ཅེས་བྱ་བ་བརྗོད་པ་ལ། སྤྱ་རྟག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་གཉེན་པོའི་  
 སྟོགས་ཀྱི་གཙོ་བོར་འགྱུར་བ་ཡིན་ གྱི། སྤྱི་རྟག་པ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་དབང་པོས་གཟུང་བར་བྱ་

བ་ཉིད་ནི། ཏྲག་པ་དང་མི་ཏྲག་པའི་སྤྱོད་གས་ལ་འཇུག་པས་  
 འཁྱུལ་པའི་སྤྱིར་རོ། །སྤྱོད་པར་བྱེད་པའི་ཡན་ལག་མ་ཡིན་པ་  
 ཁས་ལེན་པ་ཚར་བཅད་པའི་གནས་ཡིན་གྱི། མི་མཐུན་པའི་  
 སྤྱོད་གས་ཁས་ལེན་པ་ནི། མ་ ཡིན་ཏེ། རྣམ་པ་འདིས་ནི་དམ་  
 བཅས་པ་ལ་གཞོན་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དམ་བཅས་པའི་  
 རོན་བཀག་པ་ལ། ཆོས་རྣམ་པར་བརྟགས་ནས་དེའི་དོན་སྟོན་  
 པ་ནི། དམ་བཅས་པ་གཞན་ནོ། །དམ་བཅས་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ནི་  
 སྤྱི་མི་ཏྲག་སྟེ། དབང་པོས་གཟུང་བར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་  
 ཞེས་བྱ་བའི་གཏན་ཆེགས་དེ་ཉིད་འཁྱུལ་པར་བསྟན་ནས།  
 དགག་པ་བྱས་པ་ལ་ཆོས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་རྣམ་པར་བརྟགས་ནས།  
 སྤྱི་དང་བྱམ་པ་དག་ནི་ཐམས་ཅད་དུ་འགྲོ་དང་ཐམས་ཅད་དུ་  
 འགྲོ་བ་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་ ཆོས་རྣམ་པར་བརྟགས་པའི་སྟོན་ནས་

དམ་བཅས་པ་གཞན་བྱེད་དེ། དཔེར་ན་བྱམ་པ་ཐམས་ཅད་  
 འགྲོ་བ་མ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་སྒྲ་དང་ཐམས་ཅད་དུ་འགྲོ་བ་མ་  
 ཡིན་པས་མི་རྟག་པ་ཞེས་པའོ། །དེ་ནི་དམ་བཅས་པ་གཞན་  
 ཞེས་བྱ་བ་ཚར་བཅད་པའི་གནས་ཡིན་ཏེ། སྒྲ་བ་པར་བྱེད་པའི་  
 རྒྱས་པ་ཡོངས་སུ་མི་ཤེས་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་ནི་དམ་བཅས་པ་  
 སྒྲ་མི་རྟག་ཅེས་བྱ་བ་དམ་བཅས་པ་སྒྲ་བ་པའི་བྱིར། སྒྲ་ནི་  
 ཐམས་ཅད་དུ་འགྲོ་བ་མ་ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་དམ་བཅས་པ་བྱི་  
 མ་དེའི་དོན་སྟོན་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲས་པ་ཡིན་ཏེ། སྒར་བསྟན་  
 པའི་བསྒྲ་བ་པར་བྱ་བ་སྒྲ་བ་པའི་དོན་གྱིས་དམ་བཅས་པ་སྟོན་པ་  
 བྱི། དེའི་དོན་སྟོན་པ་ཡིན་ཏེ། དམ་བཅས་པ་དམ་བཅའ་  
 གཞན་གྱི་སྒྲ་བ་པར་བྱེད་པ་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་པ་ནི་ཚར་བཅད་  
 པའི་གནས་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། འདིར་ཡང་དེ་སྐད་དུ་སྒྲས་པས་དམ་

བཅས་པ་གཞན། སྒར་དམ་བཅས་པ་སྐྱབ་པའི་ཕྱིར་  
རོ། །བསྟན་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་གྱི། །འོན་ཀྱང་གཏན་  
ཆིགས་ཁུད་པར་དུ་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། དབང་པོས་གཟུང་བར་བྱ་  
བའི་གཏན་ཆིགས་སྤྱི་ལ་འཇུག་པས་འབྲུལ་པར་བརྗོད་པ་ལ་  
ཐམས་ཅད་དུ་འགྲོ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། དབང་པོས་གཟུང་བར་བྱ་བ་  
ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཏན་ཆིགས་ཁུད་པར་བྱེད་  
པ་ཁས་སྒྲངས་པས་འབྲུལ་པ་སྒྲངས་པ་ཡིན་གྱི། དམ་བཅས་  
པ་གཞན་ཡང་སྐྱས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཐམས་ཅད་དུ་འགྲོ་བ་མ་  
ཡིན་པ་ནི་སྐྱ་ལ་བྱབ་པའི་ཕྱིར་དང་། དམ་བཅའ་བ་ཡང་བསྐྱབ་  
བྱ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་ཡང་སྒར་དམ་བཅས་པ་བསྐྱབ་  
པའི་ཕྱིར། ཕྱིས་ཀྱི་དམ་བཅས་པ་སྐྱས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་དམ་  
བཅས་པ་བསྟན་པ་དེ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ ཏེ་དམ་བཅས་

བས་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་བརྗོད་པ་ཡིས། དམ་  
 བཅས་པ་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་གྱི། འོན་ཀྱང་གཏན་  
 ཆིགས་ལ་སོགས་པ་གཞན་དུ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་པའི་ཆེད་དུ་  
 ཁས་སྐྱབས་པའི་ ཕྱིར། སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་བསྟན་པར་འགྱུར་  
 གྱི། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་བསྟན་པ་ བློ་མ་ཡིན་ནོ། །དཔེར་བརྗོད་  
 བ་དང་ཆོས་མཐུན་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་གཏན་ཆིགས་ཀྱི་  
 མཚན་ཉིད་ཐམས་ཅད་ དུ་འགྲོ་བ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་ལ་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར་དང་། ཐམས་ཅད་དུ་འགྲོ་བ་མ་ཡིན་པ་གཏན་ཆིགས་ཉིད་  
 དུ་རིགས་གྱི། དམ་བཅའ་བ་ཉིད་དུ་མ་ཡིན་ནོ། །ཤིན་དུ་ཡང་  
 དམ་བཅས་ བ་དམ་བཅས་པས་སྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་སྐྱས་པ་ཡིན་  
 ནོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་འབྲེལ་བ་མེད་པ་ ཉིད་དོ། །གང་གིས་སྤར་  
 དམ་བཅས་པ་སྐྱས་ནས། གཏན་ཆིགས་དང་དཔེ་ལ་སོགས་པ་

དག་བརྗོད་ཅེས་པ་གང་ཡིན་པ་དེས་རྣམ་པ་འགའ་ཞིག་གིས་  
 སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་གོ་རིམ་སེལ་པ་ཡིན་ན་ནང་གི་དབང་པོ་  
 ཉམས་པ་མེད་པར་དམ་བཅས་པ་ཁོ་ན། དམ་བཅས་པ་སྐྱབ་  
 པར་བྱེད་པའི་ཆེད་དུ་ཁས་སྦྱངས་པའི་སྒོ་ནས་འདིར་དམ་  
 བཅས་པ་ཙམ་གྱིས་བྱབ་པར་འདོད་པ་དེའི་ཕྱིར་དང་པོར་  
 གཏན་ཆེགས་སྐྱབ་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟ་བུའི་རྣམ་པར་  
 འབྲེལ་པ་ཡོངས་སུ་བགྲང་བར་མི་རུས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། དམ་  
 བཅས་པ་གཞན་རྗོད་པར་བྱེད་པ་ལ་དམ་བཅས་པ་གཞན་  
 མཚན་ཉིད་ངེས་པའི་འབྲེལ་པ་མེད་པ་ཉིད་དེ། ཚར་བཅད་  
 པའི་གནས་ཡིན་ནོ་ཞེས་པ་ཡང་། རིགས་པ་མེད་པར་རྗོད་  
 བྱེད་པ་ཚར་བཅད་པའི་གནས་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་རྣམ་པ་དེ་ལྟ་  
 བུའི་མཚན་ཉིད་གཅིག་བརྗོད་པར་བྱའི། མཁས་པའི་གྲོལ་བ་



དག་ནི་དེ་ལྟ་བུའི་རྣམ་པའི་ཐ་སྙད་འགའ་ཞིག་ཀྱང་སྤར་མ་  
 མཐོང་བ་ གང་གིས་དེའི་དོན་རྩིས་བས་བྱེད། བྱིས་པའི་བརྗོད་  
 པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཀྱང་བསྟན་བཅོས་ལ་འཇུག་པར་མི་འགྱུར་  
 ལ། འཇུག་ན་ཡང་མཐར་ཐུག་པ་མེད་དེ། དེ་དག་ལ་མཐར་  
 ཐུག་པ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་ བྱིར་རོ། །མཁས་པ་དག་གིས་ཀྱང་  
 ཞིན་དུ་རྣམ་པར་དབྱེད་པ་མ་བྱས་པའི་བྱིར། མ་གྲུབ་པ་ལ་  
 སོགས་པ་རྗོད་པར་བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་མཐོང་ཞིང་ཐ་སྙད་དུ་  
 བྱེད་དེ་ཐ་སྙད་ཀྱང་མཐོང་བའི་བྱིར་དེ་འདྲ་བའི་པམ་པའི་རྟེན་  
 དུ་རྣམ་པར་འཛོག་པར་བྱེད་དོ། །དེའི་བྱིར་འདིར་ཁོ་ལ་བའི་  
 འདོད་པ་ལྡོག་པ་གང་གི་ཆེ་གཞན་མ་ངེས་པ་ཉིད་དུ་བརྗོད་  
 པར་འགྱུར་བ་དེའི་ཆེ་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པའི་ཡན་ལག་མ་ ཡིན་པ་  
 མ་ངེས་པ་རྗོད་པར་བྱེད་པའི་བྱིར་ཁོ་ལ་བ་ཆར་བཅད་པའི་

གནས་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཕྱིར་ཁོལ་བས་སྤྱི་ཡོད་པ་དང་།  
དབང་པོས་གཟུང་བར་བྱ་བ་ཡིན་པ་དང་། ཏྲག་པར་ཚད་མས་  
སྤྱབ་པར་རྒྱས་ན་འགྱུར་རོ། །ཚད་མ་མ་ཡིན་པའི་བསྟན་  
བཅོས་ལ་བརྟེན་ནས་ཁས་ལེན་པའི་དོན་དེ་དག་ཚད་མས་མ་  
བསྟན་པ། ཡང་དག་པའི་སྦྱོན་བརྗོད་པ་མེད་པས་འགའ་ཞིག་  
པམ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཁས་སྦངས་པ་ཅམ་གྱིས་དངོས་པོ་གྲུབ་པ་  
ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། ཕྱིར་ཁོལ་བའི་སྦྱོན་མ་ བསྟན་པ་  
ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། ཚད་མས་མ་བསྤྱབས་པའི་སྤྱབ་པར་བྱེད་པ་  
རྗོད་པ་ལས་རྒྱལ་བར་ཡང་མི་འགྱུར་རོ། །ཁོལ་བའི་འདོད་  
པའི་དོན་མ་ལོག་ན་ཡང་སྦྱོན་འགའ་ཡང་མེད་དོ། བྱད་པར་  
བརྗོད་པའི་སྦྱོ་ནས་གཏན་ཆིགས་རྒྱས་པ་ཉེ་བར་མ་བསྤྱབས་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །དམ་བཅའ་བ་དང་གཏན་ ཆིགས་འགལ་བ་ནི།

དམ་བཅའ་བ་དང་འགལ་བ་སྟེ། དཔེར་ན་ཡོན་ཏན་ལས་མ་  
 ཉོགས་པའི་རྣམ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དམ་བཅའ་བའོ། །གཟུགས་ལ་  
 སོགས་པ་ལས་དོན་མི་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 གཏན་ཆེགས་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་འདིར་དམ་བཅའ་བ་དང་གཏན་  
 ཆེགས་དག་ཏུ་འགལ་བའོ། །དེ་ཉིད་ཀྱིས་ནི་དམ་བཅས་པ་  
 དང་འགལ་བ་ཡང་བསྟན་ཏེ། གང་ལ་དམ་བཅའ་བ་རང་གི་  
 ཆེག་དང་འགལ་བར་འགྱུར་བ་ནི་དཔེར་ན་དགེ་སྦྱོང་མ་སྦྱུང་  
 མའམ། བདག་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །གཏན་ཆེགས་ལ་  
 འགལ་བ་ཡང་། གང་ལ་དམ་བཅས་པ་གཏན་ཆེགས་ལ་གཞོན་  
 པ་ ནི་དཔེར་ན་ཐམས་ཅད་ཐ་དད་པ་ཡིན་ཏེ། ཆོགས་པ་ལ་  
 དངོས་པོའི་སྦྱ་སྦྱར་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །དེ་དག་  
 གིས་ནི་དམ་བཅའ་བ་དང་དཔེའི་འགལ་བ་དང་། གཏན་

ཆེགས་དང་དཔེ་ལ་སོགས་པའི་འགལ་བ་དང་། ཚད་མའི་  
 འགལ་བ་དམ་བཅའ་བ་དང་གཏན་ཆེགས་དག་ལ་ཡང་བཟློད་  
 པར་བྱའོ། །གཞན་གྱི་ཕྱོགས་ལ་བ་ལ་ལང་ཉིད་ལ་སྟོགས་པ་  
 རང་ལ་གྲུབ་པའི་སྟོན་ས་མ་ངེས་པར་ བསྟན་པའི་ཕྱིར་འགལ་  
 བ་སྟེ། གཞན་གྱི་ཕྱོགས་ལ་རང་ལ་གྲུབ་པའི་བ་ལང་ཉིད་ལ་  
 སོགས་པས་འབྲུལ་པར་བཟློད་པ་གང་ ཡིན་པ་དེ་ནི་འགལ་བ་  
 ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །རང་གི་ ཕྱོགས་ལ་སྟོན་པ་མེད་པ་  
 ཡང་སྟེ། གང་རང་གི་ཕྱོགས་ལ་སྟོན་པ་མེད་པར་ཡང་གཏན་  
 ཆེགས་སྒྱུར་བ་སྟེ། སྒྲ་མི་རྟག་སྟེ་དབང་པོས་གཟུང་བར་བྱ་བ་  
 ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ། དེའི་རང་ལ་གྲུབ་པ་བ་  
 ལང་ཉིད་ལ་སོགས་པ་མི་རྟག་པ་དང་འགལ་བའི་ཕྱིར་འགལ་  
 བ་ཡིན་ ཞིང་གཉི་གའི་ཕྱོགས་ཀྱིས་ཁས་སྐྱངས་པ་ཡིན་ན་ནི་

མ་ངེས་པ་ཡིན་ཏེ། གང་གཉི་གའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཁས་སྦྱངས་  
པའི་དངོས་པོ་ཡིན་པ་དེའི་སྤྱིར་མ་ངེས་པར་ བརྗོད་  
དོ། །འདིར་ཡང་དམ་བཅས་པ་ལ་སྦྱབ་པར་བྱེད་པའི་ཆེག་  
སྦྱར་བ་བཀག་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ཉིན་ནམ་དེས་བྱས་པའི་  
གཏན་ ཆེགས་དང་དཔེ་དག་ལ་འགལ་བ་མེད་པས་དམ་བཅའ་  
བ་དང་གཏན་ཆེགས་དག་འགལ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ ཆར་བཅད་  
པའི་གནས་ཅུང་ཟད་ཀྱང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་  
ནི་འགྱུར་བ་སྦྱར་བ་མེད་དུ་ཟེན་ཀྱང་གོ་བར་བྱ་བ་ཡིན་ན་དམ་  
བཅའ་ བ་དང་། གཏན་ཆེགས་དང་འགལ་བར་འགྱུར་ཏེ།  
དཔེར་ན་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དག་ལས་དོན་གཞན་རྗེས་མ་  
དམིགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི། ཡོན་ཏན་ལས་ཐ་དད་པ་  
གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དག་ལས་དོན་གཞན་རྗེས་མ་དམིགས་

སོ་ཞེས་བསྟན་ ཟིན་ཀྱང་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དང་སྐྱབ་པར་བྱེད་  
 བ་དག་འགལ་བ་ཉིད་དུ་ཁོང་དུ་ཅུད་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལས་  
 རོན་གཞན་མི་དམིགས་པ་དང་། དེ་ཐ་དད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་  
 བར་ཇི་ལྟར་འགྱུར་ཞེ་ན། བདེན་མོད་ཀྱི་གལ་ཏེ་གཏན་ཆིགས་  
 ཀྱི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ལས་བསྒྲེག་པ་སྐྱབ་ བར་བྱེད་པ་  
 ན་འགལ་བར་འགྱུར་ཏེ། འདི་ལྟར་དམིགས་པའི་རིགས་བྱར་  
 གྱུར་པ་ ཉིད་ཀྱིས། རྣམ་ཡོད་པ་ཉིད་ཁས་སྒྲངས་པ་གཟུགས་  
 ལ་སོགས་པའི་སྒྲང་བ་ལས་ཐ་དད་པ་རང་གི་སྒྲང་བ་མི་  
 དམིགས་པ་དེ་ནི། དེ་ལས་ཐ་དད་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཐ་དད་  
 བ་འདོད་པ་ལས་བསྒྲེག་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དང་།  
 འགལ་བའི་གཏན་ཆིགས་སུ་ཁོ་བོ་ཅག་གིས་སྐྱས་ བ་ཉིད་ཀྱི་  
 ཕྱིར། འདི་ལྟར་དམ་བཅའ་བ་དང་། གཏན་ཆིགས་ཀྱི་འགལ་བ་

དེ་ལྟ་བུ་འདོང་ན། འདི་ཚར་བཅད་པའི་གནས་སུ་འགྱུར་  
རོ། །ཡང་ན་དམིགས་པའི་རིག་བྱར་གྱུར་པ་མི་འདོད་པ་དེའི་  
ཆོ། དམ་བཅའ་དང་གཏན་ཆིགས་འགལ་བ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་ཡོད་  
པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཐ་དད་པ་དག་ཀྱང་དངོས་པོ་འགའ་ཞིག་ལས་  
བསྐལ་བ་དག་ཐ་དད་པས་མི་དམིགས་པ་ཡང་ཐ་དད་པའི་  
དངོས་པོ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། །གང་དེ་སྐད་དུ་དམ་བཅའ་བ་རང་  
གི་ཆིག་དང་འགལ་བ་ཡང་འདི་ཉིད་དམ་བཅའ་བ་དང་འགལ་  
བ་ ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་པ། དེ་ལ་འདི་ཉིད་ཚར་བཅད་པའི་རྟེན་  
དུ་གྱུར་པ་ཡིན་ཏེ་སྐྱབ་པའི་ཡན་ལག་མ་ཡིན་པ་དམ་བཅའ་  
སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་ ཆིག་གི་སྦྱར་བའོ། །འགལ་བ་མེད་དེ་དེའི་  
རྟེན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་དེ་དམ་བཅའ་ལ་མ་སྟོས་  
པར་ཡང་འགལ་བ་ཡིན་ན་རྟེན་ དུ་ཡང་འགྱུར་རོ། །དམ་བཅའ་

བའི་ཉེན་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་། སྦྱར་བ་བྱས་པ་དེ་ཉིད་  
 གྱིས་པམ་པ་སྦྱེས་ཏེ། སྐབས་སུ་བབ་པ་ཉེ་བར་བསྐྱབ་བའི་  
 མཐའ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འགལ་བ་བརྗོད་པ་དོན་མེད་པ་ཅན་  
 ཉིད་ཡིན་ཏེ། པམ་པ་ལ་པམ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཐལ་བར་བྱས་  
 པ་རབ་ཏུ་སྦྱར་བ་བཞིན་ནོ། །གང་དུ་གང་ཞིག་རྣམ་པར་དབྱེད་  
 པའི་ཞར་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་གཅིག་ལ་གཏན་ཆེགས་མང་པོ་  
 བརྗོད་པ་དག་ནི། རྣམ་པར་རྟོག་པའི་སྒོ་ནས་དེ་བསྐྱབ་པར་བྱ་  
 བ་སྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་འདུག་པའི་ཕྱིར་ རུས་པ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་པ་  
 གཞན་དུ་ན་གཉིས་པོ་དོན་མེད་ པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལ་  
 ཡང་སྦྱར་བ་གཅིག་མེད་པར་གཞན་དུ་ཡང་མི་འགྱུར་པ་དེའི་  
 ཆོ། གཉིས་པ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་འགའ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་པ་མ་  
 ཡིན་ཏེ། ཁོང་དུ་མ་ཆུད་པ་བསྟན་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་



ཕྱིར་དམ་བཅའ་བ་དང་རང་གི་ཆེ་ག་དང་འགལ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་  
 ཚར་བཅད་པའི་གནས་འགའ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །བདག་  
 མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལ་ཡང་འགལ་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། མེད་  
 དོ་ཞེས་བྱ་བའི་བདག་གི་སྤྱི་དོན་དངོས་པོ་ཉི་བར་ལེན་པ་  
 ཉིད་བཀག་པའི་ཕྱིར་ རོ། །སྤྱི་དོན་འགོག་ན་ནི་འགལ་  
 བར་འགྱུར་ན། རང་གི་མཆོན་ཉིད་སྤྱི་དོན་ཡང་མ་ཡིན་  
 རོ། །གང་ཡན་གདམ་བཅས་པས་གཏན་ཆེ་གས་ལ་གཞོད་པའི་  
 ཕྱིར་གཏན་ཆེ་གས་དང་འགལ་བར་སྟོན་ཏེ། དཔེར་ན་ཐམས་  
 ཅད་ཐ་དད་པ་ཡིན་ཏེ། ཆེ་གས་པ་ལ་དངོས་པོའི་སྤྱི་རབ་ཏུ་  
 སྦྱོར་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་འདི་ལ་དམ་ བཅའ་ བའི་  
 སྦྱོར་བ་ཡང་མེད་ཅིང་གཏན་ཆེ་གས་ཅི་ཡང་མེད་ན་ཅི་ཡིས་  
 འགལ་བར་འགྱུར། འོན་ཀྱང་བསྟན་པའི་དོན་ཉི་བར་བཤུད་

བའི་སྒྲོ་ནས་ཉེ་བར་བསྐྱ་བའི་ཆེག་ནི་དེ་ཡིན་ ཉེ། གཏན་  
 ཆེགས་གཞན་དག་ཉིད་ཀྱིས་སྒྲ་ནི་བྱང་པར་ཅན་གཅིག་པར་  
 རྫོད་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ བ་དང་། སྒྲ་ཆོགས་པའི་དོན་གྱི་སྒྲི་  
 བརྫོད་པར་ཡང་བསྐྱན་པས། སྒྲི་དོན་ཐམས་ཅད་སྒྲ་ཆོགས་  
 བའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་དངོས་པོ་གཅིག་གི་རང་བཞིན་མེད་ བར་  
 བསྐྱན་ནས་འགའ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་ཐམས་ཅད་ཐ་དད་པ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲས་སོ། །དེ་དག་གིས་ནི་འགའ་བ་བསལ་  
 བའོ། །གཞན་ ཡང་དཔེ་ཉེ་བར་སྒྲོན་པ་ཡང་ཡིན་ཉེ། དཔེར་ན་  
 སྒྲ་ནི་མི་ཏྲག་སྟེ། བྱས་པ་དག་ནི་མི་ཏྲག་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་  
 བ་སྟེ་བྱའོ། །དོན་འགའ་ཞིག་ལ་ལོག་པར་རྟོགས་པ་ལ་དོན་སྒྲ་  
 ཆོགས་པའི་སྒྲི་རབ་ཏུ་གྲགས་པའི་སྒྲ་ སྒྲིར་བ་ཉེ་བར་བསྐྱན་  
 ནས། ལོག་པར་རྟོགས་པའི་གནས་བསྐྱན་ནས་ སྒྲིར་ཐམས་

ཅད་ཐ་དད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་མཐུག་སྐྱད་པར་བྱེད་  
 རོ། །གལ་ཏེ་དཔེའི་སྒྲུབ་བ་སྒྲུའི་བྱུར་དང་པོ་ཁོ་ནར་དེའི་སྒྲུབ་  
 པའི་གོ་རིམ་ས་བཞིན་དུ་མི་སྒྲུབ་བ་དང་། ལོག་པར་རྟོགས་  
 པའི་ཡུལ་ཡང་མི་སྟོན་ཞེས་ན། མ་ཡིན་ཏེ་བསྐྱུས་ནས་བསྐྱན་  
 པའི་བྱུར་དང་། སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་ ཆོག་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་ཡང་  
 བྱུར་རོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་བྱུར་དམ་བཅའ་བས་གཏན་ཆོགས་ལ་  
 གཞོད་པ་མེད་པ་དང་། གཅིག་ཉིད་ནི་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་དོ་  
 ཞེས་འགའ་ཞིག་སྒྲ་བ་ན། དེ་བསྐྱུས་པའི་རང་བཞིན་གྱི་  
 ཆོགས་པ་གཅིག་མི་འདོད་ན། གང་གིས་ན་འགལ་བར་འགྱུར།  
 གང་ཡང་ རྟུག་གིས་ཅིག་ཅར་སྒྲུབ་བ་ལ་སྒྲིགས་པས་རྟུལ་ཐ་  
 རབ་ཐ་དད་སྒྲ་བ་ཡིན་ཏེ། དེའི་གཅིག་ཆོགས་པའི་རང་བཞིན་  
 དུ་བསྐྱབ་པར་འདོད་པ་མ་ཡིན་གྱི། འོན་ཀྱང་དངོས་པོའི་རང་

བཞིན་མེད་པ་ཉིད་ལ་གཅིག་དང་དུ་མ་དགག་པའི་སྒྱུར་  
རོ། །དེའི་སྒྱུར་དེ་ཡང་དེའི་ཆོག་མཁེད་པ་མ་ཡིན་ཞིང་།  
དེ་ལ་སྒྲུ་ཡང་མ་ཡིན་པའི་སྒྱུར་འགལ་བ་མེད་དོ། །འདི་སྒྲུར་གྱི་  
དམ་བཅའ་དང་གཏན་ཆོག་མཁེད་པ་ལས་ཐ་དད་པ་མེད་ན་  
གང་གིས་ཐ་དད་པར་བརྗོད། གལ་ཏེ་དེར་ནི་གཏན་ཆོག་མཁེད་  
དང་། དམ་བཅའ་བ་ལ་གཞོན་པ་ཡིན་ནོ། །འདིར་དམ་བཅའ་  
བ་དང་གཏན་ཆོག་མཁེད་པ་ལ་ཡིན་པས་ཐ་དད་པ་ཡོད་དོ་ཞེ་ན།  
དོན་ལ་འགལ་བ་ཡོད་ན་ནི་གཏན་ཆོག་མཁེད་དང་། དམ་བཅའ་བ་  
དག་གཞོན་བྱེད་གྱི་དངོས་པོར་འགྱུར་ན། དོན་འགལ་བ་དེ་  
ཡང་གཉིས་ལ་བརྟེན་པའི་སྒྱུར་རོ། །གཉི་ག་ལ་ཡང་ཕན་ཚུན་  
གཞོན་བྱེད་ཡིན་ཏེ། དོན་གཅིག་ཡོད་ན་དོན་གཞན་མེད་པའི་  
སྒྱུར་རོ། །དེ་ལ་གཏན་ཆོག་མཁེད་དང་དམ་བཅའ་བདག་གིས་

འགལ་བའི་དཔེ་བཟོད་པ། ལྷན་ཅིག་གམ་ཐ་དད་པ་དག་ལ་  
 འོན་ཐ་དད་པ་ནི་ཅུང་ཟད་མེད་དོ། །གཞན་ཡང་འདི་ལ་འགལ་  
 བ་དང་མི་འགལ་བ་སེམས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གཏན་  
 ཆེགས་ཀྱི་སྒྲུབ་བ་ཡོད་ ན་ཏེན་ཐ་དད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་  
 བ་ཞེས་བྱ་བ་གཏན་ཆེགས་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་ནི་འདིར་ཆར་  
 བཅད་པའི་གནས་ཡིན་ནོ། །དེ་ངས་པར་བཟོད་པར་འགྱུར་བ་  
 ཉིད་དེའི་ཆོས་གཞན་གྱིས་ཆོས་དེ་ཉིད་ཏྲོགས་པར་ བསྟན་  
 བས་པམ་པ་འདྲན་པར་བྱེད་དོ། །པམ་པ་དེ་ལ་དེའི་དོན་དང་  
 འགལ་བའི་དབྱེད་པ་ཅུང་ ཞིག་ཀྱང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
 ནོ། །གཞན་ཡང་ཐམས་ཅད་དུ་དམ་བཅའ་བ་དང་། གཏན་  
 ཆེགས་ཀྱི་འགལ་བ་འདིར་འགྱུར་ན། གཏན་ཆེགས་ཀྱི་སྒྲུབ་  
 ཀྱི་རིགས་རྣམ་པ་གཉིས་པོ་འགལ་བ་ཉིད་དང་མ་གྲུབ་བ་དེ་

ལས་ མི་འདའོ། །ཆོས་ཅན་ལ་ཡོད་པའི་གཏན་ཆེགས་འགལ་  
བ་གྲུབ་པ་དེས། བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ཏེ།  
དམ་བཅའ་བའི་དོན་དང་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །བསྐྱབ་པ་ཉིད་  
ཀྱང་ཆོས་ཅན་ལ་དམ་བཅའ་བའི་དོན་གྲུབ་ན་གཅིག་དེ་ལ་  
འགལ་བའི་རང་ བཞིན་དག་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྣམ་པ་  
གཞན་ལྟར་ན་ནི་འགལ་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཆོས་  
ཅན་རང་ བཞིན་མ་གྲུབ་པ་ལ་གཏན་ཆེགས་དང་དམ་བཅས་  
པ་བརྗོད་པ་དག་ལ་འགལ་བ་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ བ། ཆོས་ཅན་  
ལ་ཚད་མ་དང་འབྲེལ་བ་མེད་ན་ཡང་། གཉི་ག་ཐེ་ཆོམ་དུ་གྱུར་  
པ་དེ་ལྟར་ན་ཡང་། ཆོས་ཅན་ལ་གཏན་ཆེགས་ཡོད་པར་ཐེ་  
ཆོམ་བྱ་བའི་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་ཀྱང་གཏན་ ཆེགས་ཀྱི་སྒྲིན་མ་  
ཡིན་ནོ། །མ་གྲུབ་པ་དང་འགལ་བ་དག་ལས་གཞན་དམ་

བཅས་པ་གཏན་ཆེགས་འགལ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་པམ་པའི་ རྒྱ་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །མ་གྲུབ་པ་དང་འགལ་བ་ནི། གཏན་  
 ཆེགས་ལྟར་སྒྲུང་བར་བརྗོད་པ་ཉིད་དུ་བསྟན་པའི་སྤྱིར། དམ་  
 བཅས་པ་ དང་གཏན་ཆེགས་ཀྱི་འགལ་བ་ཐ་དད་དུ་བརྗོད་པར་  
 མི་བྱའོ། །གལ་ཏེ་འགལ་བ་གཉི་ག་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་པ་དེའི་  
 སྤྱིར། སྤྱོད་པར་འདོད་པས་ཅིག་ཤོས་སྟོན་པར་འདོད་པ་ཡིན་ཞེ་  
 བ། དམ་བཅའ་བ་དང་གཏན་ཆེགས་འགལ་བ་ཞེས་བྱ་བ།  
 དམ་བཅའ་བ་དང་གཏན་ཆེགས་ལ་ བརྟེན་པ་གཉི་ག་ལ་ཡང་  
 བརྟེན་པར་འགྱུར་བ་དེ་ནི་ བདེན་ཏེ། དེ་ལ་གང་གི་ཆེ་དམ་  
 བཅའ་བ་དང་འགལ་བར་འདོད་པ་དེའི་ཆོ། གཏན་ཆེགས་  
 འགལ་བ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་བས་ན་དམ་བཅའ་བ་དང་འགལ་བ་  
 དང་གཏན་ཆེགས་འགལ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་སྟོན་ མེད་

བར་བརྗོད་ བར་བྱའོ། །དེ་ལ་གཏན་ཆིགས་དཔེ་ནི། སྤྱི་ཏྲག་  
 སྟེ་སྟེ་བའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། དམ་  
 བཅའ་བ་དང་འགལ་བ་ནི་བདག་མེད་ཅེས་བྱ་བ་དང་། དམ་  
 བཅའ་བ་དང་གཏན་ཆིགས་པན་ཚུན་འགལ་བའི་དཔེ་ནི། ཡོན་  
 ཏན་ལས་ཐ་དད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་ སོགས་པ་དང་། དམ་བཅས་  
 པ་གཏན་ཆིགས་ལ་འགལ་བའི་དཔེ་ནི་དངོས་པོ་གཅིག་ཡོད་  
 པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུའོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་  
 ཏེ། ཇི་སྐད་དུ་སྤར་བ་ཤད་པའི་གཏན་ཆིགས་ལ་སྟོས་པའི་  
 འགལ་བ་ནི། ཐམས་ཅད་ལ་གཏན་ཆིགས་ལྟར་ སྤང་བ་ལས་  
 མ་འདས་པའི་སྤྱིར་རོ། །སྟོས་པ་མེད་པ་རང་ཉིད་འབའ་ཞིག་  
 དམ་བཅའ་བ་དང་འགལ་བར་འདོད་པ་ལ། དམ་བཅའ་བས་  
 གཏན་ཆིགས་འགལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་གཏན་ཆིགས་སྟོས་པ་དང་



འབྲེལ་བ་མེད་ཅིང་། སྐྱེ་བའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྟག་པའོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལ་ཡང་གཏན་ཆེ་གས་འགལ་བར་རིགས་པ་  
 མ་ཡིན་ཏེ། དམ་བཅས་པས་གཏན་ཆེ་གས་ལ་གཞོད་པ་ནི།  
 གཏན་ཆེ་གས་འགལ་བ་ཡིན་པ་ཡིན་ན། འདིར་ནི་གཏན་  
 ཆེ་གས་ཀྱི་དམ་བཅའ་བ་ལ་གཞོད་པའི་ཕྱིར། དམ་བཅའ་བ་  
 དང་འགལ་བར་མི་རིགས་སོ། །གཉིས་ཀ་ལ་བརྟེན་པའི་  
 འགལ་བ་ཡང་། གཞོད་པར་བྱ་བ་ལ་སྟོས་ནས། འགལ་བར་  
 གཞུགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །རི་སྐད་དུ་བཤད་པ་དེ་དག་གིས་ཀྱང་  
 བཤད་གོད་]?) བ་རི་མོ་འདྲི་བའི་ཚུལ་དུ་དམ་བཅའ་བ་དང་  
 དཔེ་འགལ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡང་བརྗོད་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་ཡང་  
 རྟོགས་སུ་བྱས་པའི་ཆོས་བརྒྱུག་པ་དང་ལྟན་པས་དཔེ་ལ་  
 འགལ་བར་འགྱུར་ན། འགལ་བའི་དཔེ་ལ། རྟོགས་ཀྱི་ཆོས་

ཡོད་ཅིང་གཞན་དང་ཐུན་མོང་དུ་མ་གྱུར་པ་རབ་ཏུ་བསྐྱབས་པ་  
 དེའི་ ཆེ་འགལ་བའི་གཏན་ཆེགས་ལྟར་སྒྲུབ་བ་ཡིན་ནོ། །རབ་  
 ཏུ་མ་བསྐྱབས་པ་ཉིད་ཐུན་མོང་དུ་འཇུག་པའི་ངེས་པའམ།  
 འཇུག་པ་མེད་ན་ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མ་ངེས་  
 པའོ། །གལ་ཏེ་འགལ་བའི་དཔེ་ལ་མི་འཇུག་ཅིང་ལྷོག་པ་ལ་  
 འཇུག་པའི་གཏན་ཆེགས་ལ། གཏན་ཆེགས་ཀྱི་སྒྲིན་ཅུང་ཟད་  
 གྱུར་མེད་ཅིང་དམ་བཅའ་བ་དང་དཔེའི་འགལ་བ་ཅུང་ཟད་  
 ཡོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་ཐེ་ཆོམ་བ་བའི་  
 གཏན་ཆེགས་ཉིད་ལྷོག་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དཔེ་དང་འགལ་  
 བའི་དམ་བཅའ་བ་དང་མཐུན་པའི་སྒྲིན་ཡིན་གྱི། ཆོས་མི་  
 མཐུན་པའི་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། མངོན་པར་འདོད་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་  
 སྤྱིར་རོ། །ཆོས་མཐུན་པ་ཉིད་ཅན་གྱི་དཔེ་ལ་སྤྱིན་ཅི་ལོག་པའི་

ཆོས་དང་ལྟན་པ་ནི། དངོས་པོ་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ལ་འབྱུང་  
 བ་མ་ཡིན་པ་དང་། གཏན་ཆེགས་འབྱུང་བ་མེད་པའི་ཆོས་ཉིད་  
 ལྟོན་པར་མི་རུས་པའི་བྱིར། གཏན་ཆེགས་འབྱེལ་བ་མ་བསྐྱབ་  
 པ་ལས་ངེས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་བས་ན། དམ་བཅའ་བ་དང་  
 དཔེའི་འགལ་བ་ཡང་། གཏན་ཆེགས་སྟར་སྟངས་བ་ལས་འདས་  
 བ་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་རྣམ་པ་གཉི་ག་སྟར་ན་ཡང་སྐྱོན་ཡོད་  
 པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། བྱད་པར་དུ་བསྐྱབ་པའི་ཡན་ལག་  
 གི་གོ་རིམས་ཀྱི་ངེས་པའི་སྒོལ་བ་ནི་གཏན་ཆེགས་ ཀྱི་སྐྱོན་  
 སྟར་ཆགས་པའི་སྒོ་ནས་པམ་པ་ནི་སྐྱོན་གཞན་ལ་སྟོས་པ་  
 མེད་པའི་བྱིར་རོ། །དཔེ་དང་ཆོས་མཐུན་པ་ཉིད་ གཏན་  
 ཆེགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཡིན་ལ། འགལ་བ་དཔེ་ལ་ཡོད་པ་མ་  
 ཡིན་པས། སྟར་བསྐྱབ་པའི་གཏན་ཆེགས་ཀྱི་སྐྱོན་གྱིས་པམ་

བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཕྱིས་དཔེ་ལ་སྟོས་པའི་འགལ་བ་དཔྱེད་པ་  
 རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གཏན་ཆེགས་ཀྱང་དཔེ་དང་འགལ་བ།  
 གལ་ཏེ་ཐུན་མོང་མ་ ཡིན་པ་ནི་གཉི་ག་ལ་མི་འཇུག་པ་དང་  
 འགལ་བ་ཉིད་ཀྱང་། གལ་ཏེ་ཆོས་མི་མཐུན་པ་ལ་འཇུག་  
 བ་འོ། །གཏན་ཆེགས་ཚད་མ་དང་འགལ་བ་ནི། དཔེར་ན་མི་  
 སྲིག་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གྲང་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་མ་  
 བྱུང་པའི་གཏན་ཆེགས་ལྟར་སྒྲུང་པ་འོ། །དམ་བཅའ་བ་དང་  
 ཚད་མ་ འགལ་བ་ནི། རང་གི་ཆེག་གི་སྒྲོ་ནས་བཤད་པ་ཡིན་  
 བོ། །སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་གཏན་ཆེགས་ལྟར་  
 སྒྲུང་བ་དག་གི་ནང་དུ་འདུས་པའི་ ཕྱིར་རོ། །གཏན་ཆེགས་  
 ལྟར་སྒྲུང་བའི་ཆེག་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་བསྟན་ཏོ། །གང་ཡང་ཚོལ་  
 བའི་ལན་གཞན་གྱི་སྟོགས་ལ། བ་ལང་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ རང་

ལ་གྲུབ་པའི་སྒོ་ནས་མ་ངེས་པ་དེ་ནི། འབྲེལ་ཡོད་པ་ཉིད་མ་  
 ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཆེ་བ་ལང་ཉིད་ལ་སོགས་པ་རང་ལ་གྲུབ་པའི་  
 སྒོ་ནས་གཞན་ལ་འབྲུལ་བར་སྒྲུབ་པར་ འདོད་པར་འགྱུར་ན།  
 དེ་རང་གི་སྒྲིགས་དང་འགལ་བར་མི་འདོད་པའི་ཕྱིར། འགལ་  
 བར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ།། གང་གི་ཕྱིར་དེ་རང་ཉིད་ཁས་ལེན་  
 པའི་བ་ལང་ཉིད་ལ་གཏན་ཆེ་གས་འཇུག་པའི་ཕྱིར། ཐེ་ཆོམ་དུ་  
 གྱུར་པའི་བདག་ཉིད་ཀྱིས་རྟོགས་པ་མེད་པ་དེ་ལྟར་སྟོན་པར་  
 བྱེད་དོ། །གཏན་ཆེ་གས་དེ་ཡང་། བ་ལང་ཉིད་ལ་སོགས་པ་  
 ཡོད་པའམ། མེད་པ་གང་ཡང་རུང་བ་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པའི་རྒྱས་  
 པ་རབ་ཏུ་མ་བསྒྲུབས་པ་ནི། ཐེ་ཆོམ་གྱི་རྒྱ་ཉིད་ཡིན་པ་དེའི་  
 ཕྱིར། མ་ངེས་པ་ཉིད་ཡིན་ལ། རྒྱས་པ་རབ་ཏུ་བསྒྲུབས་ན་ནི།  
 བ་ལང་ཉིད་ལ་གཏན་ཆེ་གས་རབ་ཏུ་མི་འཇུག་པས་ཐེ་ཆོམ་

མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། ཐེ་ཆོམ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་བསལ་བའི་  
 གློ་ནས་བསྐྱབས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་དག་གིས་རང་གི་སྤྱོད་པ་  
 ལ་མི་སྟོས་པའི་གཏན་ཆེགས་ཀྱི་སྒྱུར་བ་ནི་མ་ངེས་པ་ཉིད་དུ་  
 བཤད་པ་ཡིན་ རོ། །དེ་ཡང་རང་མངོན་པར་འདོད་པ། ཏྲག་པ་  
 བ་ལང་ཉིད་ལ་འཇུག་པའི་གཏན་ཆེགས་མི་ཏྲག་པ་ཉིད་དུ་  
 བརྗོད་པ་ན། སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་ཡན་ལག་བསྐྱབས་པ་མེད་  
 པས། གཏན་ཆེགས་ཐེ་ཆོམ་བ་བ་ ཉིད་སྐྱས་པ་ཡིན་རོ། །གང་  
 ཡང་གཉི་གའི་སྤྱོད་པ་ཁས་ལེན་པའི་གློ་ནས་དངོས་པོ་ལ་མ་  
 ངེས་པ་བརྗོད་པར་བྱེད་ པ་ཡིན་ནི་ཞེས་བསྟན་པ། དེ་ལ་ཡང་  
 གཤོན་མི་བ་བར་གཏན་ཆེགས་ལ་ཐེ་ཆོམ་བ་བའི་གློ་ནས་མ་  
 ངེས་པ་བརྗོད་པར་ བྱའོ། །དེ་མ་བསྐྱབས་པ་ཡིན་ན་གཞན་ལ་  
 མཚུངས་པའི་ཕྱིར་ གཉི་ག་ལ་གྲུབ་པ་དང་གང་ཡང་རུང་བ་ལ།

མ་ངེས་པ་ཉིད་ཡིན་པར་བྱད་པར་མེད་དེ། གང་ཡང་དཔེ་ལྟར་  
 ལྷང་བ་ནི་གཏན་ཆེགས་ལྟར་ལྷང་བ་སྒྲོན་དུ་འགྲོ་བ་ཅན་ཉིད་  
 ཡིན་པའི་ ཕྱིར། དེ་བརྗོད་པ་ཉིད་ཀྱིས་བསྟན་པའི་ཕྱིར།  
 ལོགས་ཤིག་ཏུ་ཆར་བཅད་པའི་གནས་སུ་མ་བརྗོད་དོ་ཞེས་  
 བསྟན་ བ། དེ་ཡང་ཡན་ལག་གཞན་སྤྲོ་བས་རིགས་པ་མ་ཡིན་  
 ལ། གང་ཡང་གཏན་ཆེགས་ལས་དཔེ་ཡན་ལག་ལོགས་ཤིག་  
 ཏུ་སྤྲོ་བ་དེ་ནི་གཏན་ཆེགས་ལྟར་ལྷང་བར་ བསྟན་པས། དཔེ་  
 ལྟར་ལྷང་བ་བསྟན་པར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཆེག་གི་སྒྲོ་  
 ནས་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱ་བ་དེ་བས་སྤྲོ་བ་པར་བྱེད་པ་གཞན་  
 མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །དཔེ་ལྟར་ལྷང་བ་དག །གཏན་  
 ཆེགས་ལྟར་ལྷང་བ་དག་གི་ནང་དུ་འདུས་ན། དཔེ་ཡང་གཏན་  
 ཆེགས་ཀྱི་ནང་དུ་འདུས་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་ཡང་དཔེ་

ལོགས་ཤིག་ཏུ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་མི་འགྱུར་ ཏེ།  
 ལོགས་ཤིག་ཏུ་འཇུག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དཔེས་བསྐྱབ་  
 པར་བྱ་བའི་དོན་གྱི་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་གཏན་ཆེགས་གྱི་ནང་དུ་  
 འདུས་ པའི་ཕྱིར་གཏན་ཆེགས་བསྐྱབས་པས། དཔེ་ལོགས་  
 ཤིག་ཏུ་བསྐྱབས་པ་ནི་མེད་དོ། །གཞན་ཡང་གློ་ལ་བ་ཕྱོགས་སྒྲ་  
 མ་གཏན་ཆེགས་ལྟར་སྒྲང་བ་འབྲེལ་ པ་མེད་པ་ཆར་བཅད་  
 པའི་གནས་སུ་རིགས་པ་ནི་ཅུང་ཟད་ཀྱང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། གཏན་ཆེགས་ལྟར་སྒྲང་བ་དེ་དང་འབྲེལ་པ་ཐམས་ཅད་  
 ཆེག་གི་སྒྲོ་ནས་བསྐྱར་པས་ལོགས་ཤིག་ ཏུ་བཞག་པར་བྱ་བ་  
 མ་ཡིན་ནོ། །དོན་གཞན་གོ་བར་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་གཏན་  
 ཆེགས་ལ་རྒྱས་པ་ མེད་པ་ཉིད་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འགའ་ཞིག་  
 གཏན་ཆེགས་ལ་རྒྱས་པ་ཉིད་ཀྱང་། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ལ་དོན་



གཞན་ཁོང་དུ་ཆུད་པ་ཚུམ་པར་མི་བྱེད་དེ། ལུས་པ་མེད་པའི་  
 ལོག་པའི་འཇུག་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །སྤྱོད་པ་དགག་པ་ལ་  
 དམ་བཅའ་བའི་དོན་སེལ་བ་ནི། དམ་བཅའ་བའི་ དོན་སེལ་བ་  
 ཟླ། གང་གི་དམ་བཅའ་བའི་དོན་ནི་སྤྱི་མི་རྟག་པ་ཟླ། དབང་  
 སོས་གཟུང་བར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཞེས་བྱ་བ། སྤྱི་ལ་  
 འཇུག་པས་འཁྱུལ་པར་བསྟན་པས་དགག་པ་བྱ་བ་ལ། སྤྱི་  
 ཞིག་འདི་ལྟར་མི་རྟག་པར་སྤྱི་ཞེས་ནས། ཡོངས་སྤྱི་དོར་བར་  
 བྱེད་པ་དེའི་དམ་ བཅའ་བ་བསལ་བ་དེ་ནི་ཆར་གཅད་པའི་  
 གནས་མ་ཡིན་ནོ། །འདིར་ཡང་གང་གི་ཆེ་གཏན་ཆེ་གས་  
 འཁྱུལ་པ་བརྗོད་པས་ཀྱང་མཐུན་པའི་སྤྱོད་པ་ཡོངས་སྤྱི་ བཏང་  
 བ་མ་ཡིན་ནམ། ཅིའི་སྤྱིར་ཆར་བཅད་པའི་གནས་མ་ཡིན།  
 གལ་ཏེ་གཏན་ཆེ་གས་ལྟར་སྤྱིར་བ་བརྗོད་པས་ཆར་ བཅད་

བའི་གནས་ཡིན་ནི་ཞེ་ན། འདིར་ད་ནི་དམ་བཅའ་བ་བསལ་  
 བའི་ལན་ལ་སྟོས་པས་ཅི་ཞིག་བྱ། དེའི་དེ་ཉིད་ཐོག་མར་ཆར་  
 བཅད་པའི་གནས་ཡིན་པའི་སྤྱིར། གཞན་ཡོངས་སུ་བགྱང་མི་  
 ལུས་ཤིང་། རྫོངས་པ་རབ་ཏུ་སྤྲོ་བའི་བྱེད་པ་ཉི་བར་འདོད་པ་  
 དག་གིས་ཅི་དེ་ལྟ་བུ་བྱེད་པ་ནི་ ཤིན་ཏུ་ཐལ་བར་འགྱུར་ཏེ།  
 སྤྱོད་པས་བཀག་པ་ལ་མི་སྤྲོ་བར་གྱུར་ན། མི་སྤྲོ་བ་ཞེས་བྱ་བ་  
 ཆར་བཅད་པའི་གནས་དང་། སྤོས་པར་གྱུར་པ་ལ། རབ་ཏུ་  
 སྤོས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆར་གཅད་པའི་གནས་སུ་འགྱུར་རོ་ཞེས་  
 བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་ སོགས་པ་ཡང་བརྗོད་པར་འགྱུར་ཏེ། དེའི་  
 སྤྱིར་འདི་ཡང་ འབྲེལ་བ་མེད་པའོ། །གཏན་ཆོག་སྤྲོད་པར་  
 མེད་པ་བཀག་པ་བསྟན་ནས། སྤྲོད་པར་འདོད་པ་ཉིད་ནི་གཏན་  
 ཆོག་སྤྲོད་པའི་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་གསལ་བ་འདི་དག་ནི་རང་

བཞིན་གཅིག་པ་ཡིན་ལ། ཚད་ཡོད་པའི་སྤྱིར་ཏེ། འདི་ལྟ་བུའི་  
 འཁྱུལ་བ་སྤྱན་དབྱུང་བ་ལ་གནས་པས་ སྤྱོད་པ། རང་བཞིན་  
 གཅིག་དང་འབྲེལ་བའི་ཡོངས་སྤྱ་གྱུར་པའི་ཚད་མཐོང་བའི་  
 སྤྱིར་རོ། །འཇི་བའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་ཁམ་ཕོར་ལ་སོགས་པ་  
 དག་ལ་ཚད་མཐོང་བའི་སྤྱིར། བདེ་དང་སྤྱག་བསྐྱེལ་དང་། མ་  
 རིག་པ་དང་འབྲེལ་བའི་རང་བཞིན་གཅིག་དང་འབྲེལ་བ་  
 ཡོངས་སྤྱ་ འགྱུར་བའི་ཚད་ཡོད་པའི་སྤྱིར་རོ། །གསལ་བ་འདི་  
 དག་ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་པ་འཇིན་པར་འགྱུར་རོ། །དེའི་རང་  
 བཞིན་སྤྱ་ཆོགས་པ་དེ་རང་བཞིན་གཅིག་དག་ལ་ཚད་མཐོང་  
 བའི་བྱ་བས། རང་བཞིན་གཅིག་དང་འབྲེལ་བ་ཡོངས་སྤྱ་གྱུར་  
 པའི་ཚད་མཐོང་བའི་སྤྱིར་རོ། །འཁྱུལ་པ་དེ་ལྟ་བུ་སྤྱན་དབྱུང་  
 ནས། དེའི་རང་བཞིན་གྱི་ངོ་བོ་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་རང་

བཞིན་གཅིག་ཡིན་ཞེས་སྒྲུབ་ལ། དེ་འདིར་བྱད་པར་མེད་པར་  
 བསྟན་ནས། གཏན་ཆེགས་དགག་པ་ལ་བྱད་པར་སྒྲུབ་ནི།  
 གཏན་ཆེགས་གཞན་ཡོད་ན་ཡང་གཏན་ཆེགས་སྒྲུབ་མ་སྒྲུབ་  
 པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་ པའི་ཕྱིར། ཆར་བཅད་པའི་གནས་ཡིན་  
 རོ་ཞེ་ན། འདི་ལ་ཡང་གཏན་ཆེགས་སྒྲུབ་མ་ཉིད་མ་ངེས་པར་  
 བརྗོད་པའི་ཕྱིར། སུན་བྱུང་བའི་གློ་བ་ལ་གཏན་ཆེགས་  
 གཞན་དཔྱོད་པའི་ཉེ་བར་སྒྱུར་བས་ཅི་ཞིག་བྱ། འདི་སྟར་གློ་བ་  
 བ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པ་གཏན་ཆེགས་མ་ངེས་པ་ ཉིད་དུ་  
 བསྟན་པ། ལན་གྱི་སྒྲུབས་འབྱེད་པ་དེ་ཉིད་གྱིས་སུན་བྱུང་བར་  
 འགྱུར་ལ། འོན་ཏེ་སྒྲུབས་མི་འབྱེད་དེ་གཏན་ཆེགས་གཞན་  
 རྗོད་པར་བྱེད་ན་ཡང་ཆར་གཅད་པའི་འོས་ ཡིན་ཏེ། རྗོགས་པ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྣལ་མའི་དོན་ལས་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་དོན་

གཞན་ཡིན་ཏེ། རི་སྐད་དུ་བཤད་པའི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་ཕྱོགས་  
 དང་གཉིན་པོ་ཡོངས་སུ་གཟུང་ཞིང་གཏན་ཆེགས་ཀྱིས་བསྐྱབ་  
 བྱ་སྐྱབ་པར་བྱེད་ན་ཡང་སྤར་སྤྲོ་བ་ནི་སྤྲོ་ཏྲག་སྟེ་རིག་པར་བྱ་  
 བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཏན་ཆེགས་

སོ། །གཏན་ཆེགས་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་སྐད་ཀྱི་བྱིངས་ ལ་ཉོ་ཁོ་སྟེ་  
 ཏུའོ་རྒྱུན་བྱ་བའི་མཐའ་ཅན་ཀྱི་ཆེག་ནི་མིང་དང་། ལྷ་ལྷ་ཏ་དང་  
 ཉེ་བར་བསྐྱར་བ་དང་། ནི་བ་ཏ་ཞེས་བྱ་བ་སྐབས་མ་ཡིན་པའི་  
 མིང་ལ་སྟོགས་བ་འདི། དོན་གཞན་ཞེས་བྱ་བ་ཆར་བཅད་པའི་  
 གནས་ཡིན་ལོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཁས་སྤངས་པའི་དོན་ འབྲེལ་བ་  
 མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ཕྱོགས་སྤྲ་མ་དང་། ཕྱི་མའི་གྲོལ་བ་ཆར་  
 གཅད་པའི་གནས་ཡིན་ལོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་རིགས་པ་ཡིན་ཏེ།  
 སྐྱོན་སྐྱོན་པར་བྱེད་པ་གཉེན་མ་བོར་ནས་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་

ཡན་ལག་བརྗོད་པ་མེད་ པའི་ཕྱིར་དང་། སྟོན་བརྗོད་པ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །སྐྱབ་བ་སྐྱ་བས་སྐྱབ་པ་བཀོད་པ་སྟེ། བསྐྱབ་  
 པར་བྱ་བ་ཡིན་པ་ལ་དེ་མ་བྱས་པར་ གཞན་ཞར་ལ་འོངས་  
 པའམ། ཞར་ལ་འོངས་པ་མ་ཡིན་པས། དེ་མེད་ན་མེད་པ་མ་  
 ཡིན་པ་ཅན་རྗོད་པར་བྱེད་པ་ནི་ཕམ་པའི་གནས་སོ། །ཞོལ་བ་  
 ཕྱི་མའི་སྟོན་བརྗོད་པ་ཅམ་ལས་གཞན་ཉི་བར་བརྗོད་པ་ཡང་  
 རོ། །ཡི་གའི་གོ་རིམས་སྟོན་པ་དང་འདྲ་བར་དོན་མེད་པ་ཡིན་  
 ཏེ། དཔེར་ན་སྐྱ་ཏག་སྟེ། ར་པ་ག་ཁ་ད་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། །རྩ་རྩ་  
 རྩ་རྩ་ ལྟ་བུའི་ཞེས་བྱ་བ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་མ་བསྟན་པའི་  
 ཕྱིར། ཚར་གཅད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །འབྲེལ་བ་མེད་པ་ཉིད་དེ་  
 འདི་ཡང་ཡི་གའི་གོ་རིམས་བསྟན་པ་ཉིད་འདོད་པའི་དོན་གྲུབ་  
 པ་ལ་དོན་མེད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། གང་ལ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་

ཡན་ལག་མ་ཡིན་པ་བརྗོད་པ་དེ་ཉིད་ཀྱང་དོན་མེད་པ་ཡིན་ཏེ།  
 བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་པ་ལ་ཉེ་བར་སྒྱུར་བ་བརྗོད་པར་བྱ་བ་དོན་མེད་  
 པའི་ཕྱིར་དང་། དགོས་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། བྱུང་བར་གྱི་  
 རྣམ་པ་ཁས་ལེན་པ་ནི་འབྲེལ་བ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་འདྲ་  
 བ་ཁས་སྦངས་པའི་ཕྱིར་སྒྱུར་ཡོད་པ་མ་ ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། ཡི་  
 གའི་གོ་རིམས་བསྟན་པ་དང་འདྲ་བ་འདིར་ཁས་སྦངས་པས་དེ་  
 གཞན་ལས་ཀྱང་མེད་པ་ འདྲིན་པའི་ཕྱིར་སྒྱུར་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་  
 བ་དེ་ལྟར་ནི་འགྱུར་ཏེ། དོན་གཞན་ལ་སོགས་པ་ཚར་གཅད་  
 པར་བྱ་བའི་གནས་སུ་མ་བརྗོད་པར་བལ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་  
 པས་དེ་ལྟར་ནི་ལོགས་ཤིག་ ཏུ་བརྗོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 དོན་མེད་པ་ཉིད་ཏུ་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་བསྐྱབ་པར་བྱ་  
 བ་སྐྱབ་པ་ལ། འདི་དོན་མེད་པ་ཅན་མ་ཡིན་ཏེ། གང་ལ་དོན་

ཅུང་ཟད་མེད་པ་དེ་ཉིད་དོན་མེད་པར་འདོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།  
 གང་གོལ་བ་མ་ཡིན་པ་འགའ་དོན་མེད་པར་བརྗོད་པ་ཅིའི་ཕྱིར་  
 ཚར་གཅད་ པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ཚར་གཅད་པའི་རྒྱ་མཚན་  
 དུ་བྱེ་བྲག་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་དེ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། འདིར་  
 གནས་སྐབས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། འདི་དོན་མེད་པར་  
 སྒྲ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཚར་གཅད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །སྒྲ་བ་པའི་ཡན་ལག་མི་བརྗོད་  
 པའི་གོལ་བ་ཐམས་ཅད་ཅེས་བྱ་བ་དེ་དང་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་  
 དོན་མེད་པར་སྒྲ་བ་ཐམས་ཅད་ ཚར་བཅད་པའི་གནས་ཡིན་  
 ནོ། །ཡི་གེའི་གོ་རིམས་བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་དུ་དོན་མེད་པ་  
 ཉིད་མ་ཡིན། རྣམ་པ་འགའ་ཞིག་ལ་ཡང་དོན་དང་ལྡན་པ་ཉིད་  
 ཀྱི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་འདིར་འདི་ཉིད་ཀྱི་དོན་མེད་ པའི་ངང་



ཚར་གཅད་པའི་གནས་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་ཡི་གེའི་གོ་  
 རིམས་བསྟན་པ་ཚར་གཅད་པའི་གནས་ཡིན་ནོ། །ཡི་གེ་ཞེས་  
 བྱ་བ་འདི་ཤིན་ཏུ་མྱུར་བར་རྫོང་པར་བྱེད་དེ། མཁུར་ཆོས་ལ་  
 དེག་པ་དང་། མཆན་ཁུང་འཆིར་བ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་  
 སོགས་པ་དག་ཀྱང་བརྫོང་པར་བྱ་བ་ ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །ཆོགས་དང་ཕྱིར་ཁོ་ལ་བ་དག་ལ་ལན་གསུམ་བརྫོང་ཀྱང་།  
 མི་ཤེས་པ་ཉིད་ནི་དོན་མི་ཤེས་པ་ཉིད་དེ། ཆོགས་དང་ཕྱིར་  
 ཁོ་ལ་བ་ལ་ལན་གསུམ་བརྫོང་ན། རྣམ་པར་མི་ཤེས་ཏེ་ངི་མ་  
 ཅན་གྱི་ཤེས་ཤིག་གྱི་སྒྲ་སྒྲིར་བ། རྟོགས་པ་མ་ཡིན་པ། ཤིན་ཏུ་  
 མྱུར་བྱ་བརྫོང་པ་ཞེས་ བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱས་ངག་  
 སྒྲིར་བ་གང་ཡིན་པ་དེའི་དོན་མི་ཤེས་པའི་ ཕྱིར་རྒྱས་པ་མེད་  
 པ་སྒྲིབ་པའི་ཕྱིར། རབ་ཏུ་སྒྲིར་བ་ནི་ཚར་གཅད་པའི་གནས་

ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལ། འདི་ནི་དོན་མེད་པ་ཉིད་ལས་ཐ་དད་  
 པ་མེད་དེ་གང་གི་ཆེ་དེའི་རྣལ་མ་དང་འབྲེལ་པའི་ གོ་བར་བྱེད་  
 པ་ཉིད་སྤྱོད་བར་འགྱུར་གྱི། འདི་ལ་རྒྱས་པ་མེད་པ་ནི་མ་ཡིན་  
 རོ། །དེ་ལ་ཆོགས་བ་ལ་སོགས་པ་སྤྱན་པོ་དག་གིས་ཁོང་དུ་  
 ཟུང་པ་མེད་པའི་བྱིར་མཁས་པ་ཆར་གཅད་པའི་འོས་མ་ཡིན་  
 རོ། །གལ་ཏེ་ཆོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཡོངས་སུ་ཆོད་པ་མེད་  
 པར་སྤྱོད་བའི་བྱིར་ཆར་གཅད་པར་བྱ་བ་ ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།  
 རྒྱལ་བས་རིགས་པ་བསྟན་པས་སྤྱན་པོ་མི་ཤེས་པ་ལ་ཅིའི་  
 བྱིར། བྱིར་རྒྱལ་བ་ཆར་གཅོད་པར་མི་བྱེད། སྤྱན་པོས་ཆོགས་  
 ལ་སོགས་པས་མི་ཤེས་པའི་བྱིར་དང་། རྒྱལ་བས་བསྟན་པར་  
 མི་རྒྱས་པའི་བྱིར་རྒྱལ་བར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་གྱི། ཆར་གཅད་  
 པར་འོས་པ་ ནི་མ་ཡིན་ནོ། །འབྲེལ་བ་མེད་པར་དོན་བརྗོད་པ་

ནི། རྟོན་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར། རྟོན་མི་ཤེས་པ་ཉིད་ཅེས་  
 བྱ་བ་ལོགས་ཤིག་ཏུ་ཆར་གཅད་པའི་གནས་མ་ཡིན་ནོ། །སྤྱི་  
 སྤྱི་འབྲེལ་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་འབྲེལ་པ་མེད་པ་ནི་རྟོན་དང་བྲལ་  
 བ་ཡིན་ཏེ། གང་ལ་ཆོག་དང་དག་དུ་མ་སྤྱི་སྤྱི་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་  
 མ་ ཡིན་པའི་སྤྱིར། འབྲེལ་པ་མེད་པའི་རྟོན་ཉིད་དུ་གཟུང་བར་  
 བྱ་སྟེ། དེ་ནི་ཆོགས་པའི་རྟོན་དང་བྲལ་བའི་སྤྱིར་རྟོན་དང་  
 འབྲེལ་བ་སྟེ། སེུ་བཅུ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་དག་ལྟ་  
 བྱའོ། །འདི་ནི་ཡི་གེ་མ་འབྲེལ་པ་རྟོན་མེད་པ་དག་ལས་  
 ལོགས་ཤིག་ཏུ་བསྟན་ཏེ། ཆོག་དག་ལ་འབྲེལ་པ་མེད་པའི་  
 སྤྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་ནི་འབྲེལ་པ་མེད་པའི་དག་གྲང་ལོགས་  
 ཤིག་ཏུ་བརྗོད་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ ནམ། གཉི་ག་བསྐྱུས་  
 པའི་སྤྱིར་རྟོན་དང་བྲལ་བ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། རྟོན་མེད་པ་ཡང་

བསྐྱུས་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ནམ་པའི་  
 བྱང་པར་ལ་བརྟེན་པའི་ཕྱིར། ལོགས་ཤིག་ཏུ་ཆར་གཅད་པའི་  
 གནས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་དུ་བསྟན་ན། ཤིན་ཏུ་ཐལ་བར་འགྱུར་བ་  
 ཡང་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །གང་དུ་བསྐྱུས་པ་བསྟན་པ་ལ་སྒྲིན་  
 ནམ། རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ལ་ཡོན་ཏན་གཞན་མ་མཐོང་བའི་ཕྱིར།  
 གང་དེ་ནི་ཅི་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །ཡན་ལག་གོ་བསྒྲེག་པས་བཟོད་  
 ན་དུས་ ལ་མ་བབ་པ་ཡིན་ཏེ། དམ་བཅའ་བ་ལ་སོགས་པ་དག་  
 གི་མཆོན་ཉིད་རི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་དོན་གྱི་དབང་གིས་རིམ་པ་  
 ཡིན་ལ། དེ་ལ་ཡན་ལག་གོ་བསྒྲེག་པའི་སྒྲིན་ནས་བཟོད་པ་ཆར་  
 གཅད་པའི་གནས་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་དེ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟ་  
 བུས་ཀྱང་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ་སྐྱའི་སྒྲིབ་ བ་དང་  
 བྲལ་བར་མཚུངས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། །དཔེར་ན་བ་ལང་ཞེས་

བྱ་བའི་ཆིག་འདིའི་དོན་ལ། གོ་ནི་ཞེས་བྱ་བའི་ཆིག་རབ་ཏུ་  
 སྒྱུར་བར་བྱེད་པ་ན། འོག་ལ་སོགས་པ་དང་ལྡན་པའི་དོན་སྟོན་  
 བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར། སྐྱ་རྗེས་སུ་འཆད་པ་དོན་མེད་པ་མ་ཡིན་  
 ཏེ། ཆིག་འདིས་བ་ལང་གི་ སྐྱ་ཉིད་ཁོང་དུ་ཅུད་པར་འགྱུར་  
 ཞིང་། བ་ལང་གི་སྐྱ་ལས་འོག་ལ་སོགས་པ་དང་ལྡན་པའི་དོན་  
 ཡང་། དེ་བཞིན་དུ་དམ་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡན་ལག་བསྐྱེད་  
 བས་གོ་རིམས་དང་། གོ་རིམས་ལས་དོན་ཁོང་དུ་ཅུད་པར་  
 འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་ཡང་འཇིག་རྟེན་ན་དང་པོ་ལས་དང་། དེ་  
 ནས་ དབྱུག་པ་ལ་སོགས་པའི་བྱེད་པ་ཉི་བར་སྟོན་པ་ལྟ་བུའོ་  
 ཞེ་ན། སྐྱའི་སྒྱུར་བ་དང་བྲལ་བ་མཚུངས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ཞེས་  
 བྱ་བ་དང་། དེ་ནི་སྒྱུན་པས་སྒྱུན་པ་ལ་བསྟོད་པའོ། །གལ་ཏེ་གོ་  
 བའི་སྐྱ་ལས། འོག་ལ་སོགས་པ་དང་ལྡན་པའི་དོན་ཁོང་དུ་

ཅུད་ན། སྤྱི་ཐེས་སུ་སྤྱིར་བའི་རྩ་ལ་བ་ལས་ རོན་མཐོང་བ་མེད་  
 རོ། །གོ་ནིའི་སྤྱི་རོན་བསྟན་པར་མི་རྒྱས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། སྟོན་  
 པར་བྱེད་པ་པོ་བསྟན་པར་བྱ་བའི་རོན་དུ་བཤད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་  
 བ། གོ་ནིའི་སྤྱི་ལས་ཀྱང་འཇིག་རྟེན་པ་ཁོང་དུ་ཅུད་པ་མཐོང་བ་  
 མ་ཡིན་ནམ། མཐོང་བ་བདེན་ཏེ། དངོས་སུ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
 བསྟན་དུ་ཟེན་ཀྱང་ རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། བྱད་མེད་དང་  
 དམངས་རིགས་དག་ལ་གཉི་ག་རྟོགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །སྤྱི་དང་བྱུར་ཆག་གཉི་ག་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ནི་ཤེས་པར་  
 འགྱུར་ན། ར་ཀའི་སྤྱི་དང་། ལུ་ཀའི་སྤྱི་རིག་པས་ནི། ལུ་འི་སྤྱིར་  
 ཤེས་པ་མ་ཡིན་པ་གང་ཡིན་པ་དེས། རི་ལྟར་ན་སྤྱི་བྱུར་ཆག་  
 པ་ལས་སྤྱི་ ཁོང་དུ་ཅུད་ཅིང་དེ་ལས་རོན་ཁོང་དུ་ཅུད་པར་  
 འགྱུར། གཉི་ག་རིག་པ་མ་ཡིན་པས་ཀྱང་རྟོགས་པ་མཐོང་བའི་

བརྒྱུད་པས་རྟོགས་པ་ཡང་མ་ཡིན་པ་ དང་། རོན་ལ་རྒྱས་པ་  
 མེད་པ་སྤྱི་ཡང་རྟོགས་པ་བསྐྱེད་པ་རྒྱས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །རོན་ཡང་རྫོད་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་གཞན་ ཉིད་མ་  
 ཡིན་ཏེ། གཞན་དེའི་ཡུལ་ཁོང་དུ་ཆུད་པ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་  
 ལས་སོ། །གལ་ཏེ་སྤྱི་བྱར་ཆག་གིས་སྤྱི་ཁོང་དུ་ཆུད་པ་བསྐྱེད་  
 པར་འགྱུར་ན། ཅིའི་ཕྱིར་རོན་སྐྱེད་པར་མི་བྱེད། འདི་རོན་ལས་  
 འཇིགས་པ་ཅུང་ཟད་མ་མཐོང་ན་གང་གིས་དེ་ཡོངས་སུ་འདོར་  
 པར་བྱེད། བརྟར་མ་བྱས་པའི་སྤྱི་ཡང་རྟོགས་པ་བསྐྱེད་པ་མ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྤྱི་བྱར་ཆག་གིས་སྤྱི་འདི་ལ་ཡང་རང་  
 བཞིན་གྱིས་རྟོགས་པ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ ཏེ། མཐོང་བ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །བརྟར་བྱས་པ་ཉིད་ཡོད་ན་ཡང་བསྐྱེད་པར་  
 འགྱུར་རོ། །བརྟའི་དབང་གིས་འཇུག་པ་ཡིན་ན་ཅིའི་ཕྱིར་རོན་

ཉིད་ལ་འཇུག་པར་མི་འགྱུར། དེ་ལྟར་ན་རྟོག་པ་པོའི་བརྒྱུད་  
 བས་དུབ་པ་ཡོངས་སུ་སྤངས་པ་ཡིན་ཏེ། བསྒྲོག་པ་མཐོང་བའི་  
 ཕྱིར་རོ། །སྤྲ་དག་གིས་དོན་བསྟན་པ་མེད་པ་ལ། སྤྲ་བྱར་ཆག་  
 ཉིད་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་མང་པོས་རྟོགས་པར་གྱུར་པ་ མཐོང་བའི་  
 ཕྱིར་སྤྲ་རྗེས་སུ་འཆད་པ་དོན་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་དོན་  
 མེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྤྲ་ལེགས་པར་སྦྱར་བ་སྦྱབ་པའི་དོན་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། སྤྲའི་ལེགས་པར་སྦྱར་བ་འདི་གང་ཡིན། དེ་  
 དག་ལ་ཤེས་རབ་དང་། མང་དུ་ཐོས་པ་ལ་སོགས་པ་ལེགས་  
 པར་སྦྱར་བ་ ནི་མ་མཐོང་ངོ་། །དེ་དག་ལ་ཡང་གཅིག་ཏུ་ཐོས་  
 པ་ལ་སོགས་པ་མེད་ཅིང་སྟོན་པར་བྱ་བ་བྱད་པར་འགའ་ཞིག་  
 མེད་པ་དང་། ཆོས་སྦྱབ་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ལོག་  
 པར་འཇུག་པའི་བསྐྱལ་བ་ནམས། ལེགས་པར་སྦྱར་བ་ཡིན་པ་



དག་ལས་ཆོས་མ་ཡིན་པ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་གཞན་ལས་ གྲང་  
 བསྐྱོག་པའི་ཆོས་སྐྱེ་བས། སྤྱི་སྤྱིར་བ་ཁོ་ན་མཐོ་རིས་སྐྱབ་  
 བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་ཆོག་ཏུ་བརྗོད་པ་ཅམ་ཉིད་  
 རོ། །རིགས་པ་ཞེས་པ་ནི། དེ་ལྟ་བུའི་རྣམ་པའི་ལུས་ལ་གྲུས་  
 བར་མི་འགྱུར་ཞིང་། སྤྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་སྐྱབ་པར་  
 བྱེད་པ་བསྐྱལ་བས་སྟོང་པ་ སྐྱ་འབའ་ཞིག་རབ་ཏུ་སྤྱིར་བའི་  
 ཕྱིར། དཔྱལ་བར་ལྷུང་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་སྐྱ་བ་འགའ་ཞིག་ཁ་ཡོན་  
 བོར་མི་འགྱུར་བ་དེའི་ཕྱིར་ ལེགས་པར་སྐྱར་བ་ཞེས་བྱ་བའི་  
 སྐྱ་ནི་ཅུང་ཟད་གྲང་མེད་དོ། །གལ་ཏེ་བྱད་པར་ཅན་གྱི་སྤྱིར་བ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལེགས་པར་སྐྱར་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། བྱད་པར་  
 ཅན་གང་ཡིན། གང་རིག་པར་བྱ་བ། རིག་པ་ལ་སོགས་པའི་  
 ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པའོ། །གང་ཡང་དེ་དག་ཡོན་ཏན་རབ་གྱི་

མཐར་ཐུག་པ་ལ་སྟོས་པ་མེད་པ་བརྟུན་ལ་ཞེན་པ་གང་ ཡིན་  
 པ་དེ། དེ་ལྟ་བུ་ཉིད་ཀྱིས་སྦྱོར་བར་བྱེད་ཀྱི་གཞན་མ་ཡིན་  
 བོ། །འདིར་དད་པར་བྱ་བ་འགའ་ཞིག་གི་ངག་ལ་དབང་པོ་མེད་  
 བ། གང་ལས་འདི་དེ་ལྟ་བུའི་ངེས་པ་བྱ། བྱད་པར་ཅན་རབ་ཏུ་  
 སྦྱོར་བར་བྱེད་ཅེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུ་ངེད་ཅག་གིས་ཡོན་ཏན་གྱི་  
 བྱད་པར་མཐོང་བར། ལེགས་པར་སྦྱོར་བའི་སྒྲ་ཞེས་བྱ་བ་  
 འགའ་ཞིག་ལ་ཡང་གྲུས་པར་མི་བྱེད་པ་དེ་བས་ན་དེའི་རྗེས་སུ་  
 བཤད་པར་རིགས་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། ཡོན་ཏན་བྱད་པར་དུ་  
 བྱེད་པ་ ཉིད་མེད་པའི་བྱེད་རོ། །རིག་བྱེད་བསྐྱེད་པ་ལ་སོགས་  
 པ་ཡང་དོགས་པ་མེད་པ་ཉིད་དེ། དེའི་བརྒྱུ་བྱས་པ་གནས་པ་  
 མ་ཡིན་པ་ལའོ། །ཡོན་ཏན་གྱི་བྱད་པར་ཡོད་དུ་བེན་གྱང་དེ་ལྟ་  
 བུའི་རྗེས་སུ་བཤད་པའི་རྩ་ལ་བ་མི་ བྱ་སྟེ། དེའི་རང་བཞིན་

གཞན་ལས་ཀྱང་བྱུང་བའི་བྱིར། ཐ་མལ་པ་ དང་། ཟུར་ཆག་  
 པ་དང་། འགོ་ལྗོང་བ་དང་། ཨ་འབྲེ་སྐད་བཞིན་ནོ། །ཡུལ་སོ་  
 སོའི་སྐད་དག་ནི། མཆན་ཉིད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འོན་ཀྱང་  
 བརྒྱད་པའི་ཆེག་གི་དབང་གིས་དེ་དག་འཇིག་རྟེན་པས་དེ་  
 བཞིན་དུ་ཤེས་ཤིང་ དེའི་སྒྲུབ་བ་དང་ཉམས་པ་ཡང་ཤེས་པ་དེ་  
 བཞིན་དུ་ལེགས་པར་སྒྱུར་ བའི་སྒྲ་ཡང་ཤེས་པར་འགྱུར་  
 རོ། །སྒྲའི་མཆན་ཉིད་ལ་འཇུག་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ནི་  
 རྫོངས་པའི་འཇུག་པ་ཡིན་ནོ། །ཡན་ལག་གོ་བསྟོན་པ་ལ་ཡང་  
 གང་གི་ཆོ། ཆེག་དག་གི་འབྲེལ་པ་ཤེས་ན་ནི་བསྟོན་པ་མ་  
 ཡིན་ལ། རོན་རྟོགས་པའི་རྒྱས་པ་མེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ།  
 འདིའི་ངེས་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་ ཅིང་། ཤེས་པར་བྱེད་པའི་  
 བྱེད་པར་ཡང་དེ་ལྟ་བུ་ཉིད་ཀྱི་ཡན་ལག་རབ་ཏུ་སྒྱུར་བར་

བྱའོ། །དེ་དག་གི་རིམ་པ་ཉིད་རི་ལྟར་གནས་པ་དག་ལས་དོན་  
 རྟོགས་པར་འགྱུར་རོ། །བརྒྱུག་པ་ལས་ནི་རྟོགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 དེ་ལས་གོ་རིམས་རྟོགས་པ་ཁོང་དུ་ཆུད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།  
 འབྲེལ་པ་ཞེས་པ་མེད་པ་ལས་ གྱུང་གོ་རིམས་རྟོགས་པར་མི་  
 འགྱུར་ཏེ། སྐྱ་དེ་དག་གི་འབྲེལ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་ཞེས་པ་  
 མེད་པ་དེ་དག་གོ་རིམས་གང་གིས་ སྐྱ་མ་དང་སྤྱི་མ་གང་དང་  
 གང་ནམ་པར་འཇོག་པར་འགྱུར། འབྲེལ་པ་རྟོགས་ན་དེ་དག་  
 གི་འབྲེལ་པ་ཉིད་རི་ལྟར་གནས་པ་བཞིན་དུ་འབྲེལ་པ་རྟོགས་  
 པར་འགྱུར་ གྱི། དག་ལ་ནི་ཆེག་གི་གོ་རིམས་ཀྱི་ངེས་པ་ཅུང་  
 ཟད་གྱུང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་རྒྱལ་པོའི་སྤྱེས་བུའི་  
 འཇམ། སྤྱེས་བུའི་རྒྱལ་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །རི་སྤྱིད་དུ་ཆེག་  
 གི་ས་བོན་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པར་གྱུར་པའི་བར་དེར་ནི་དག་

གཅིག་ ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ལྷ་སྦྱིན་པ་ནག་མོ་བྱེད་ཏེ་འོག་ཅེས་  
 བྱ་བ་ལྷ་བུ་འོ། །འདིར་ཆེག་དག་གི་གོ་རིམ་ས་ཇི་ལྷ་བ་བཞིན་  
 སྦྱོར་བ་མེད་ན་ཡང་། དོན་རྟོགས་པ་བྱུང་པར་མེད་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །གོ་རིམ་ས་ཀྱི་མངོན་པར་ཞེན་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་ཡོད་པ་མ་  
 ཡིན་ཏེ། དམ་བཅའ་བའི་ཆེག་མེད་པར་ཡང་དོན་ཇི་ལྷ་བ་  
 བཞིན་དུ་རྟོགས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བསྟན་ ཏོ། །རྟོགས་པར་  
 བྱ་བའི་དོན་གྱི་སྒྲ་ཡང་རབ་ཏུ་སྦྱོར་ན་ཤིན་ཏུ་ཐལ་བར་འགྱུར་  
 ཞིང་། ལྷག་མ་དག་གི་ཡང་འབྲེལ་བ་ཉི་བར་བསྟན་ནས། ཆོས་  
 ཅན་ལ་ཡོད་པ་ཉིད་བསྟན་པར་བྱ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ངེས་པ་ཅུང་  
 ཟད་ཀྱང་མེད་དེ། གཉི་ག་ལྟར་ཡང་རྟོགས་པ་སྦྱེ་བར་འགྱུར་རོ་  
 ཞེས་བསྟན་ཏོ། །ཆེག་གི་འབྲེལ་བ་ཤེས་པ་མེད་པ་ལ་ཡང་།  
 དེ་དག་ལས་གོ་རིམ་ས་ཤེས་པར་མི་འགྱུར་བས། འདིའི་དོན་

མེད་པ་ལས་ཐ་དད་པ་མེད་པའི་སྤྱིར། དུས་ལ་མ་བབ་པ་  
 ལོགས་ཤིག་མི་བཟོད་དོ། །ཡན་ལག་གང་ཡང་རུང་བ་མེད་ན་  
 མ་ཚང་པ་ཡིན་ཏེ། ངག་གང་ལ་ དམ་བཅའ་བ་ལ་སོགས་པ་  
 རྣམས་ཀྱི་ཡན་ལག་གཅིག་མེད་ན་ངག་དེ་ནི་མ་ཚང་བ་ཡིན་  
 ཏེ། སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་མེད་ན། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་མི་འགྲུབ་པའི་  
 སྤྱིར་རོ། །དམ་བཅའ་བདེ་ན་མ་ཚང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་མེད་ན་  
 ཡང་རྟོགས་པ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་བསྟན་ཏོ། །གཞན་ན་རེ་  
 མེད་པ་ དེ་ཉིད་མཚན་ཉིད་ཡིན་ན་ཡང་ཚར་གཅད་པར་བྱ་བ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། རྟོགས་པར་བྱ་བའི་དོན་གྱི་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ལ།  
 སྐྱ་མེད་པར་སྦྱར་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཚར་བཅད་པར་འོས་  
 པར་འགྱུར་རོ། །དོན་དང་ལྡན་པར་བཟོད་པ་དག་ནི་མ་ཡིན་  
 པའི་སྤྱིར་རོ། །ཡང་དག་པར་མ་དབྱེད་པར་ཟོད་པར་ བྱེད་པ་

དེ་ཉིད་ནི། དམ་བཅའ་བ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་ཡན་ལག་མ་ཡིན་  
 བོ། །གཏན་ཆེགས་དང་དཔེ་ལྷག་པ་ནི་ལྷག་པ་སྟེ། བྱས་པ་  
 ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་གཅིག་ལས། ཅིག་ཞོས་ནི་དོན་མེད་  
 པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ། དེས་པ་ཁས་སྒྲངས་པ་ཡོད་ན་དེ་དང་  
 དེ་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་ངག་གཅིག་  
 སྤྱིར་བ་སྟོན་དུ་འགོ་བ་ཅན་གྱི་རྣམ་པར་དཔྱེད་པ་གང་ཡིན་ བ་  
 ལ་དོན་མེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་ཆར་གཅད་པའི་གནས་  
 ཡིན་གྱི། གཏམ་རྒྱུད་སྣ་ཆེགས་པ་དག་ལ་ནི་སྟོན་ཅུང་ཟད་  
 གྲང་མེད་དེ། དེས་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །རྗེས་སུ་སྐྱབ་པ་ལས་  
 གཞན། སྐྱ་དང་དོན་ ཡང་ཡང་སྐྱ་བ་ནི། ཡང་བརྗོད་པ་སྟེ། སྐྱ་  
 ཡང་བརྗོད་པ་ནི། སྐྱ་མི་རྟག་སྐྱ་མི་རྟག་ཅེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་དང་།  
 དོན་ཡང་ཡང་བརྗོད་པ་ནི་སྐྱ་མི་རྟག་ །སྐྱ་འགོག་པའི་ཆོས་ཅན་

ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །འདིར་སྒྲ་ཡང་ཡང་བརྗོད་པ་  
 ལོགས་ཤིག་མི་བྱ་སྟེ། དོན་ཡང་ཡང་བརྗོད་པའི་ཆོག་ ཉིད་  
 ལས་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དོན་ཐ་དད་ལ་སྒྲ་མཚུངས་པ་ལ་  
 སྒྲིན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་དེ། དཔེན་ན། བདག་པོ་སྟོན་པར་གྱུར་  
 བ་བྲག་པོར་སྟོན་འགྱུར་དུ་ནི་ཤིན་ཏུ་འགྱུར། །ཆས་སུ་ཞུགས་  
 ཤིང་རྩལ་གྱིས་སྒྱུག་ལྡན་རྒྱག་ན་རབ་ཏུ་རྒྱག་པར་  
 འགྱུར། །ཡོན་ཏན་ལྡན་ཞིང་སྒྲིན་བྲལ་ཅན་ལ་གཞོན་ན་རབ་  
 ཏུ་སྟོན་པར་འགྱུར། །འབྲལ་འཁོར་ནོར་ཅུང་བ་ཡིས་ཉོས་ནས་  
 གར་བྱེད་ན་ནི་གར་བྱེད་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའམ། གང་  
 གང་ལ་ཡོད་ན་ཡོད་པར་འགྱུར་ཞིང་མེད་ན་མེད་པར་འགྱུར་བ་  
 དེ་ནི་དེའི་རྒྱ་ཡིན་ ལ། ཅིག་ཤོས་ནི་འབྲས་བུ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་  
 བ་ལྟ་བུའོ། །རྟོགས་པའི་དོན་ཡང་བཞུས་པ་ནི་ ཡང་བཞུས་པ་



སྟེ། དཔེར་ན་དམ་བཅའ་པའི་ཆེག་ལྟ་བུའོ། །དོན་ཡང་བཟོད་  
 པ་ཉིད་ཀྱིས་ཁོང་དུ་ཆུད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ལོགས་ཞིག་བཟོད་པ་  
 མི་བུའོ། །འདིར་ཡང་ངེས་བསྟན་པར་བྱེད་པའི་ངག་གི་སྟོན་  
 དུ་བཟོད་པར་བུའོ། །གཏམ་རྒྱུད་རྒྱས་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། འཆད་  
 པར་བྱེད་པས་ནི་ འགའ་ཞིག་གི་ཆེ་ཐོས་པ་དང་རྟོགས་པ་ཡང་  
 དག་པ་མ་ཡིན་པར་དོགས་པ་ན། དབང་པོ་ལ་སོགས་པ་ལ་  
 ཡང་བཟོད་དུ་ཐིན་ཀྱང་དོར་ཐབས་མ་ཡིན་ནོ། །མ་ཡིན་ཏེ་  
 ཡུལ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ཞེ་ན། འདི་ནི་སྤྲ་མ་ཡང་མ་ཡིན།  
 སྤྲོ་བ་མ་ཡང་མ་ཡིན་པས་ན། གང་གིས་ཡང་ཡང་བཟོད་ཅིང་  
 འབད་པས་བསྟན་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པས་ཡང་སྒྲིས་པ་ཆར་  
 གཅད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ་དབང་པོ་རྣམས་ལ་  
 འབད་པས་བསྟན་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དང་། དེ་མ་བསྟན་ན་

གློན་དུ་རྫོང་པར་བྱེད་པའི་བྱིར་དང་། བསྟན་པར་བྱ་བ་སློབ་མ་  
 ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར་དང་། ཅོད་པ་རྒྱལ་བར་ འདོད་པ་དག་  
 དགག་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར་དང་། ལན་གསུམ་གྱི་བར་དུ་  
 བརྫོང་པའི་ཆེག་ཡོད་པའི་བྱིར་དང་ཡང་སྒྲོས་པ་ཞར་ལ་འོངས་  
 པ་ལ་ བརྟར་བྱས་པའི་ངས་པ་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །འདི་ནི་ལྷག་  
 པ་ལས་ཐ་དད་པ་མེད་པའི་བྱིར། ལོགས་ཤིག་ཏུ་མི་བརྫོང་  
 རོ། །སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་ ངག་ལ་ཆེག་ངས་པར་སྐྱུར་བ་ལ་ནི་  
 ལྷག་པའི་སྐྱོན་ཡོད་དོ། །ཡང་སྒྲོས་པ་ལ་ཡང་ཉོགས་པའི་དོན་  
 གྱི་ཆེག་ལྷག་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །གཏམ་རྒྱུད་སྣ་ཆོགས་པའི་དོན་  
 གཅིག་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་ཉོན་དཔྱོད་པ་མེད་པའམ་ དོན་སྣ་  
 ཆོགས་སྐྱབ་པར་འདོད་པ་ན། སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་སྣ་ཆོགས་  
 འདོད་པའི་ཉན་པ་པོ་ལ། གཏན་ཆེགས་ལ་སོགས་པ་ཡང་

བརྗོད་པ་མང་པོ་ལ་སྐྱོན་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དང་། རྟོགས་པ་  
 ལ་རྟོགས་པར་བྱ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། གཏན་ཆེགས་ལ་  
 སོགས་པ་མང་པོ་དང་། ཆེག་ཁང་པོ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་དག་  
 གི་སྐྱོན་ཡིན་པས་ ལྷག་པ་ཡང་སྒྲུབ་པའི་སྐྱོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 ལྷག་པ་དང་། ཡང་སྒྲུབ་པ་དག་ནི་སྐྱོན་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་  
 འདུས་པ་ཉིད་དུ་རིགས་པ་ཡིན་ཏེ། སྐྱོན་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་།  
 ཐ་དད་པ་ལ་ཡང་ཡོན་ཏན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་ཐ་  
 དད་པའི་རྣམ་པ་དག་གི་ཆེག་ནི་ཤིན་ཏུ་ཐལ་བར་ འགྱུར་རོ་  
 ཞེས་བསྟན་ཅིན་ཏོ། །རྣམ་གངས་ཀྱི་སྐྱ་བཞིན་དུ་བརྗོད་པ་ནི་  
 གཏན་ཆེགས་གཅིག་བསྟན་པའི་ཡུལ་ལ། གཏན་ཆེགས་  
 གཞན་འདུག་པ་བསྟན་པ་བྱེ་བྲག་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དོན་  
 ཡང་བསྒྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །དོན་ཡང་བསྒྲུབ་པའི་ཕྱིར་ཐ་དད་

བར་འགྱུར་བ་མེད་དོ། །གང་ཡང་བརྗོད་པའི་རྗེས་སུ་སྤྲོ་བ་ནི་  
 ཡང་བརྗོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྤྲོ་གོམས་པ་ཡོད་ན་དོན་ལ་བྱད་  
 བར་སྤྲོད་པའི་སྤྱིར་ཏེ། རི་ལྟར་གཏན་ཆེགས་བསྟན་པ་ལས་  
 དམ་བཅས་པ་ཡང་སྤྲོ་བ་ནི་མཐུག་བསྟུ་བའོ་ཞེ་ན། དེ་ལ་དམ་  
 བཅས་བ་ཉིད་ཉོགས་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་དོན་གྱི་ཆེག་ཡིན་ན། ཅི་  
 ཡང་འདི་ཡང་གི་ཆེག་ཡིན་ནོ་ཞེས་མཐུག་བསྟུ་བའི་རིགས་  
 བ་མ་ཡིན་ནོ། །ཆོགས་པ་ལན་གསུམ་བརྗོད་པ་ཤེས་ཤིང་ལན་  
 བརྗོད་པ་དེ་མེད་པ་དེ་ནི་རྗེས་སུ་སྤྲོ་བ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ།  
 ཆོགས་པས་གློལ་བ་ལན་གསུམ་བརྗོད་པའི་ངག་གི་དོན་ཤེས་  
 བཞིན་དུ་སྤྱིར་གློལ་བས་ལན་བརྗོད་པ་མེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་  
 ནི་རྗེས་སུ་སྤྲོ་བ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཚར་གཅད་པའི་གནས་  
 ཡིན་ནོ། །ལན་བརྗོད་པ་མེད་པར་ཅི་ལ་བརྟེན་ནས་གཞན་གྱི་

སྤྱིགས་དགག་པ་སྤྱི་བར་བྱེད། གལ་ཏེ་ལན་གྱི་སྒྲོ་ནས་ངེས་  
 པའི་བྱིར་འདི་ནི་ཚར་གཅད་པའི་གནས་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་  
 ལྟར་ནི་འགྱུར་ན། ལན་གྱི་སྒྲོ་ནས་ཡོན་ཏན་དང་སྒྲོན་དང་ལྡན་  
 པ་སྒྲོངས་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་ཤེས་ པའི་བྱིར་བརྗོད་པས་ཅི་  
 ཞིག་བྱ། མ་ཡིན་ཏེ་ལམ་གྱི་ཡུལ་མི་ཤེས་པའི་བྱིར་ཏེ། གལ་  
 ཏེ་འདི་ལན་རྗོད་པར་མི་བྱེད་ན་ལན་གྱི་ཡུལ་མེད་པ་ཡིན་ལ།  
 འོན་ཏེ་ལན་བརྗོད་ན་ངེ་ལྟར་ལན་རྗོད་པར་མི་བྱེད། བརྗོད་པ་  
 མེད་པ་ལ་ཡང་ལན་བརྗོད་པ་དེ་དང་། འདི་ནི་འགལ་བར་སྤྱི་བ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། འགའ་ཞིག་ལ་ལན་གྱི་རྒྱས་པ་ཡོད་ན་ཡང་ལན་  
 བརྗོད་པ་ མེད་ན། དེ་དེ་སྤྱིད་དུ་ཚར་གཅད་པའི་འོས་པ་མ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དམ་བཅས་པ་མེད་པའི་བྱིར་། འདི་ཡང་དང་  
 བོར་ཐམས་ཅད་བརྗོད་པར་བྱ་ཞིང་། ཕྱིས་ལན་བརྗོད་པར་

བྱའོ་ཞེས་བྱ་བའི་དམ་བཅས་པ་ནི་དེ་མེད་དོ། །འོན་ཀྱང་རི་ལྷ་  
 རི་ལྷར་ ཡང་རུང་ལན་བརྗོད་པར་བྱའོ། །ལན་ཡང་རྟེན་མེད་  
 པར་རིགས་པ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ལན་མ་བརྗོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་  
 ཚར་གཅད་པའི་གནས་སུ་རིགས་པ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཤོལ་བ་  
 རང་གི་སྐྱབ་པ་དོན་གྱི་རྟེན་བཤད་པ་ན་ཟོལ་གྱི་ཞར་ལ་འོངས་  
 པ་ གཞན་དང་གཞན་སྤྱི་བར་འགྱུར་བ་ནི། རྩོད་པའི་རྟེན་  
 ཞེས་པར་འདོད་པའི་དོན་ཙམ་བརྗོད་ནས་དམ་བཅའ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་དོན་གྱི་བྱད་པར་བརྒྱད་ ཅིང་གཞན་དོན་མེད་པ་  
 ཁས་སྦངས་ནས་བརྗོད་པ་རྒྱས་པར་བྱེད། གང་གི་ཆེ་དེ་ཡང་  
 བྱིར་ཤོལ་བས་ཐམས་ཅད་སྒྲོས་མི་རྒྱས་པ་དེའི་རྩོད་པའི་རྟེན་  
 གྱི་ དོན་ཙམ་ལ་ལན་གྱི་ཆོག་གི་རྒྱས་པ་ལ་ གཞོད་པ་ཅི་ཡོད།  
 གང་གིས་ན་ཤོལ་བའི་ཆོག་ལ་རྗེས་སུ་སྤྱི་བ་མེད་པ་ཚར་

གཅད་པའི་གནས་ཡིན་ནོ་ཞེས་ བཟློག། དེའི་ཕྱིར་གྲོལ་བའི་  
 ཆོག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྗེས་སུ་སྐྱབ་མེད་པ་ལན་ལ་རུས་པ་མེད་  
 པ་ མ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཆོག་མེད་ན་མི་འགྱུར་བས་ཤེས་པར་  
 འདོད་པའི་དོན་གྲུབ་པ་སྟེ་ དེ་ཉིད་དཔེར་ན་སྤྲུགས་ཀྱི་ཆོས་  
 ཉིད་དང་བྱུང་པ་རབ་ཏུ་སྐྱབ་པ་ཙམ་སྟེ། སྤྲུགས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་  
 ཀྱི་བཟློག་པ་ནི་གཏན་ཆོག་མ་གྲུབ་པ་བསྐྱུང་བའི་ཕྱིར་དང་  
 བྱུང་པ་རབ་ཏུ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་ཆོག་ནི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་དང་  
 སྤྲུག་པ་བསྐྱུན་པའི་ ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་སྐྱབ་  
 བར་བྱ་བ་ཉིད་ ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་ཡང་ཞར་ལས་བྱུང་བ་གཞན་  
 བསྐྱུན་པར་མི་བྱ་ཞིང་དེ་གཞོན་མི་ཟ་བར་སྐྱབ་པར་ བྱེད་པའི་  
 ཡན་ལག་ཡུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སུན་འབྱེན་པས་ཉེ་བར་བསྐྱུན་  
 བར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལ་ཡང་ཐམས་ཅད་གོང་དུ་གོ་

རིམས་བཞིན་དང་། སྤྱིས་སྤྱ་ན་འབྱེན་པའི་ཆེག་བརྗོད་ བར་  
 མི་བྱ་སྟེ། ལན་གཉིས་བརྗོད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་སྤྱར་  
 རོ། །སྤྱན་འབྱེན་པའི་ཡུལ་ཉེ་བར་བསྟན་པའི་དོན་དུ་རྗེས་སྤྱ་  
 སྤྱ་བ་ལ་ཁོ་ལ་བའི་ཆེག་ གིས་གོ་རིམས་བཞིན་དུ་བརྗོད་པ་ནི་  
 དོན་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། དགོས་པ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །སྤྱན་  
 འབྱེན་པར་བྱེད་པའི་ཡང་འདི་སྤྱོན་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ། མེད་ན་  
 མི་འགྱུར་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱར་རོ། །སྤྱོན་གྱི་ཆེག་རེ་རེའི་ཡུལ་  
 བསྟན་པར་བྱ་བར་ཉིད་ཡིན་གྱི། ཡུལ་ཐམས་ཅད་བསྟན་པར་  
 བྱས་ནས། ཅིག་ཅར་སྤྱོན་བརྗོད་པར་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །དོན་  
 སོ་སོའི་སྤྱེ་བ་ཐ་དད་པའི་ སྤྱར་རོ། །དེའི་སྤྱར་དོན་སྤྱན་འབྱེན་  
 བར་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་སྤྱན་འབྱེན་པར་བྱེད་ པའི་  
 ཡུལ་ཡིན་པས་དེའི་ཆོ། བསྟན་པར་བྱ་བ་ཡིན་གྱི་གཞན་མ་



ཡིན་ཏེ། དེ་སྟུན་འབྲེན་པ་ན་གཞན་བསྟན་པ་ནི་འབྲེལ་པ་མེད་  
 པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་སྟུན་འབྲེན་པ་དེ་ལ་ཡང་དོན་གཞན་གྱི་  
 སྟོན། །གཞན་གྱི་ཡུལ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །རྗེས་སུ་སྟོན་བ་དང་།  
 སྟུན་འབྲེན་པ་འདི་ཉིད་ནི་རིགས་པའོ། །ཐམས་ཅད་ཅིག་ཅར་  
 རྗེས་སུ་སྟོན་བར་བྱེད་པ་ན་ཡང་སྟོན་བརྗོད་པའི་དུས་སུ་ཡུལ་  
 བསྟན་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། ཡུལ་མ་བསྟན་པའི་སྟོན་ནི་  
 བརྗོད་པར་མི་རྒྱས་པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་ཡང་རྗེས་  
 སུ་སྟོན་བ་ལན་གཉིས་བྱས་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལ་ཐོག་མར་  
 ཐམས་ཅད་གོ་རིམས་བཞིན་དུ་སྟོན་པ་ནི་དགོས་པ་མེད་པ་ཉིད་  
 ཡིན་ནོ། །སྟུན་འབྲེན་པར་བྱེད་པའི་གྲོལ་བས་སྟུན་འབྲེན་པ་  
 བརྗོད་པར་བྱ་བ་གང་དེ་ལ་རིགས་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་རྗོད་པར་  
 བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ་སྟོན་བརྗོད་པ་མེད་པར་ལན་གཉིས་བརྗོད་པའི་

སྒྱུར། ཅིག་ཅར་ཐམས་ཅད་རྗེས་སུ་སྦྲ་བ་ནི། བམ་པའི་རྟེན་  
 ཅན་དུ་བརྗོད་པར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་  
 བྱི་འགྱུར་ན་དོན་གཞན་ཆར་གཅད་པའི་གནས་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་  
 བ་དེ་བསྟན་ཅིན་ ཏོ། །དེ་ལ་ཞར་ལ་འོངས་པ་འགའ་ཞིག་ལ་  
 གོ་ལ་བས། སྦྱབ་པར་བྱེད་པ་མེད་ན་མི་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་པ་  
 བརྗོད་པ་ནི། དོན་གཞན་གོ་བར་བྱེད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་སྒྱུར་  
 ཆར་གཅད་པར་འོས་པ་ཡིན་གྱི། འགའ་ཞིག་འགའ་ཞིག་ཏུ་  
 ཞར་ལ་འོངས་པ་བྱེད་པ་མེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེས་ དེའི་  
 རྗེས་སུ་སྦྲ་བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཁོ་བོ་ཅག་གིས་ཐམས་ཅད་ཐོག་  
 མར་བརྗོད་པར་བྱ་ཞིང་སྒྲིས་སུན་དབྱུང་བར་བྱའོ་ཞེས་ བྱ་བ་  
 ཁས་སྒྲུངས་པ་ནི་མེད་གྱི་འོན་ཀྱང་སུན་འབྱིན་པར་བྱེད་པའི་  
 ཆོག་གི་ཡུལ་བསྟན་ བར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་པ་གཞན་དུ་ན་ནི་

སུན་འབྱེན་པ་མི་འདུག་པའི་ཕྱིར་ རོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་ཡིན་ན་ནི་  
 རྗེས་སུ་སྤྲོ་བ་མེད་པ་སྤྲོ་བས་པ་མེད་པ་ལས་ལོགས་ཤིག་ཏུ་  
 ཚར་གཅད་ བར་བྱ་བའི་གནས་སུ་བརྗོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 སྤྲོ་བས་པ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་ནང་དུ་འདུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ལན་  
 རྟོགས་པ་མེད་པ་ནི་སྤྲོ་བས་པ་མེད་པ་ཡིན་ཏེ། ལན་གྱི་ཡུལ་  
 མ་བསྟན་པ་ན་ཡང་། ལན་བསྟན་ བར་རུས་པ་མ་ཡིན་  
 བོ། །ལན་རྟོགས་པ་མེད་པ། འདྲན་པ་མ་ཡིན་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 དེ་བས་ན་རྗེས་སུ་སྤྲོ་བ་མེད་པའི་བྱེད་པར་བྱེད་པའི་སྤྲོ་བས་པ་  
 མེད་པར་ཚར་གཅད་པའི་ གནས་སུ་བརྗོད་པས། རྗེས་སུ་སྤྲོ་  
 བ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། བ་ལང་ལ་བརྗོད་པ་བཞིན་དུ་སྒྲོག་ཤིང་  
 ལ་སོགས་པ་ དང་ལྡན་པའི་བྱ་བ་ཉིད་དོ། །དེའི་ཕྱིར་སྤྲོ་བས་  
 པ་མེད་པ་ཉིད་ཚར་གཅད་པའི་གནས་ཉིད་ཡིན་པར་བརྗོད་

བར་བྱ་བའི་ རྗེས་སྤྲོ་སྤྲོ་བ་མེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ལན་གསུམ་  
 བརྗོད་པ་ལ་རྗེས་སྤྲོ་སྤྲོ་བ་མེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་བཅའི་  
 དེས་པ་ འདི་སྤྲོས་བྱས། གལ་ཏེ་རེ་ཞིག་གཞན་ལ་བསྟན་  
 བར་བྱ་བའི་དོན་དུ་འཇུག་པ་ལ་ལན་གསུམ་བརྗོད་པར་བྱ་བ་  
 ཅི་ཡིན། རི་ལྟར་འདིས་རྟོགས་པར་འགྱུར་བ་དེ་ལྟར་དེ་གཟུང་  
 བར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་གཞན་ཉི་བར་གཏུང་བར་བྱེད་  
 པའི་དོན་ཡིན་ན་ཡང་ཅིའི་སྤྲོ་ལན་གསུམ་རྗོད་ བར་བྱེད།  
 དབང་པོ་དག་གི་ན་བ་ལ་གཤམ་]?) བ་དང་། དཀའ་བས་  
 རྟོགས་པ་མེད་པ་སྤྲོ་བ་མེད་པ་བསྤྲོས་པ་ལ་སོགས་སྤྲོ་  
 གོལ་བ་ལ་ཉི་བར་འཆེ་ བར་བྱ་སྟེ། འདི་ལྟར་ལན་རྟོགས་པར་  
 བྱེད་པ། རྗོངས་པས་མི་སྤྲོ་བར་འགྱུར་བའོ། །གཞན་ཉི་བར་  
 གཏུང་བར་བྱེད་པའི་རིམ་པ་རིགས་པ་ནི་ཅུང་ཟད་ཀྱང་ཡོད་པ་

མ་ཡིན་ནོ། །གང་གིས་ ངི་མ་ཅན་ཉོགས་པ་མེད་པའི་སྒྲིབ་བ་  
 དང་། ལྷུང་དུ་བརྗོད་པ་བསྒྲིག་ཅིང་ལན་གསུམ་རྗོད་པར་བྱེད་  
 པ་ཡིན་ཏེ། གཞན་ཉི་པར་གདུང་པར་བྱ་བའི་བྱིར་དམ་པ་  
 འདུག་པའམ། བསྟན་བཅས་བྱེད་པར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་  
 ལ་སོགས་པ་ཡང་བསྟན་ཟིན་ཏོ། །དེའི་བྱིར་ངི་སྤྱིད་འདིས་མ་  
 བཟུང་པ་དེ་ སྤྱིད་དུ་བརྗོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་གྱི། ལན་གསུམ་  
 ཉིད་དུ་མ་ཡིན་ཏེ། ལྷུང་ཉིད་དུ་འཛིན་པའི་རྒྱས་པ་ཡོད་པ་  
 ཡོངས་སུ་བཅད་པས་རྒྱས་པ་མེད་པ་གཞན་ལ་ཁོང་དུ་ ཟུད་  
 པར་བྱས་ནས་དོར་བར་བྱའོ། །དོན་རྣམ་པར་མི་ཤེས་པ་ཡང་  
 མི་ཤེས་པ་ཡིན་ཏེ། དབང་པོས་རྣམ་པར་ཤེས་ན་ཡང་བྱིར་  
 སྒྲིག་པས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི། མི་ཤེས་པ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ཚར་གཅད་པའི་གནས་སོ། །དོན་རྣམ་པར་མི་ཤེས་

བ་དེ་ལ། དགག་བ་སྤྲ་བར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་རྗེས་སུ་  
 མི་སྤྲ་བ་དང་འདྲ་བར་སྤྲོབས་བ་མེད་པའི་ནང་དུ་ འདུས་པའི་  
 བྱིར། བརྗོད་བར་མི་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན་རྗེས་སུ་སྤྲ་བ་མེད་བ་  
 ཡུལ་མ་བསྟན་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར། དེ་ལ་ལན་ཁོང་དུ་ཆུད་  
 བར་མི་རུས་བ་ལན་རྟོགས་བ་མེད་བ་ཉིད་ཆར་གཅད་པའི་  
 གནས་ཡིན་ ཏེ། ལན་གྱི་ཡུལ་བསྟན་པའི་ཞར་ལ་འོངས་བ་  
 མེད་བར་རྗེས་སུ་ སྤྲ་བ་དོན་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་  
 མི་ཤེས་བ་ཉིད་ཀྱང་ལན་ཁོང་དུ་ཆུད་བ་མེད་བ་ཉིད་ཆར་  
 གཅད་པའི་གནས་ ཉིད་དོ། །རི་ལྟར་ན་ལན་དང་ལན་གྱི་ཡུལ་  
 མི་ཤེས་བ་ལ་ལན་སྤྲ་བར་འགྱུར། ཡུལ་མི་ཤེས་བ་དང་ལན་  
 མི་ཤེས་བ་ཆར་གཅད་པའི་གནས་ཉིད་ཡིན་ཏེ། རྣམ་བ་གཞན་  
 དུ་ན་སྤྲོབས་བ་མེད་བ་ཅན་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །དོན་ངེས་བར་

གཟུང་བ་མེད་པ་ནི་རྗེས་སུ་སྤྲོ་བ་མེད་པ་ཡུལ་མ་བསྟན་པས་  
 ལན་ཁོང་དུ་ ཅུད་མི་རུས་པའི་སྤྱིར། ལན་ཁོང་དུ་ཅུད་པ་མེད་  
 དེ། ལན་དང་དེའི་ཡུལ་ཤེས་པ་ཅན་ལ་ལན་ཁོང་དུ་ཅུད་པ་མི་  
 སྤྱིད་པའི་སྤྱིར་ རོ། །གཉི་ག་ལ་ཡང་དེའི་ལན་དེ་མི་རྟོགས་  
 པའི་རྒྱ་ཡིན་ནོ། །དེ་མེད་པ་ལ་ལན་རྟོགས་པར་འགྱུར་བའི་  
 སྤྱིར་དེ་དག་ཐ་དད་པའི་ཆོག་ཡོད་ན། སྤྲོ་བས་བ་མེད་པའི་  
 ཡུལ་གང་ཡིན་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱ་ཞིང་། ཡུལ་མེད་པ་ཅན་ཉིད་  
 ཡིན་པའི་སྤྱིར། བརྗོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། ལན་  
 མི་ཤེས་པ་ནི་མི་ཤེས་པ་མ་ཡིན་གྱི། འོན་ཀྱང་ཡུལ་མི་ཤེས་པ་  
 མི་ཤེས་པ་ཡིན་ཏེ། ཡུལ་ཤེས་པ་ལ་ལན་ཤེས་པ་མེད་པའི་  
 སྤྱིར་རོ། །དེ་རྟོགས་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་སྤྲོ་བས་བ་མེད་པ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེ་ན། དེ་ལྟར་ཡིན་ན་ནི་རྗེས་སུ་སྤྲོ་བ་མེད་པའི་ཡུལ་མེད་པ་

ཡིན་ཏེ། མི་ཤེས་པའི་ནང་དུ་འདུས་པའི་བྱིར་རོ། །ཡུལ་ཡང་  
 དག་པར་ཁོང་དུ་ཅུད་པ་སུ་ཞིག་རྗེས་སུ་སྤྲོ་བ་མེད་པ་དེས་ན་  
 རྗེས་སུ་སྤྲོ་བ་མེད་པ་ལོགས་ཤིག་ཏུ་བརྗོད་པར་མི་བྱ་སྟེ།  
 ལན་མི་ཤེས་པའི་ནང་དུ་འདུས་པའི་བྱིར་རོ། །ཡུལ་མི་ཤེས་པ་  
 ཉིད་ཀྱིས་ལན་མི་ཤེས་པ་ཡང་ ནང་དུ་འདུས་བ་ཡིན་ཏེ། ཡུལ་  
 ཤེས་པ་མེད་པར་ལན་ཤེས་པ་མེད་པས་སྟོབས་པ་མེད་པ་ཉིད་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཡུལ་ཤེས་པ་ཡོད་ན་ཡང་། ལན་  
 ཤེས་པ་མེད་ན་ཡང་སྟོབས་པ་མེད་པའི་ཡུལ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་  
 ལྟ་ན་ཡང་ཡུལ་དང་ལན་མི་ཤེས་བ་དག་གི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་  
 ཡང་ཆར་གཅད་པའི་གནས་གཞན་དུ་བརྗོད་ན། དཔེར་ན་མི་  
 ཤེས་པ་ལ་ཡུལ་མི་ཤེས་པ་དང་། ལན་མི་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་  
 རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ལ་ཡོན་ཏན་གྱི་བྱུང་པར་མེད་ན་ཆར་གཅད་



བའི་གནས་གཞན་དུ་བཞག་པ་ཡིན་ན། དེ་ལྟར་མི་ཤེས་པ་  
 དག་ལ་ཡང་། ཐམས་ཅད་ མི་ཤེས་པ་དང་། བྱེད་མི་ཤེས་པ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་རབ་ཀྱང་མེད་ལ། ཡོན་ཏན་ནི་ཡོད་  
 བར་གྱུར་བའི་བྱིར་འདུས་པར་གཉིག་ཡང་མི་ཤེས་པར་འདུས་  
 བར་བཟོད་ བ་ལ་སྐྱོན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་ལ། ཡོན་ཏན་ནི་ཡོད་  
 བར་གྱུར་བའི་བྱིར་འདུས་པར་བཟོད་པར་རིགས་པ་ཡིན་ནོ།  
 དེའི་བྱིར་ཐེས་སུ་བཟོད་པ་མེད་པ་མི་ཤེས་པ་དག་ནི་སྟོབས་པ་  
 མེད་པའི་ཡུལ་ཉིད་ ཡིན་པའི་བྱིར། ལོགས་ཤིག་ཏུ་མ་བཟོད་  
 དེ། གཞན་ཡང་སྟོགས་སྲ་མ་དང་བྱི་མའི་གློལ་བ་དག་གཏན་  
 ཆིགས་ལྟར་སྒྲུང་བ་དང་། སྟོབས་པ་མེད་པ་དག་ལས་གཞན་  
 ཚར་གཅད་པའི་གནས་ཡིན་ བ་ལ་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
 གཉི་གའི་ཆིག་ཉིད་ཀྱིས་ཐམས་ཅད་བསྟན་པའི་བྱིར། དེ་གཉི་

གར་འདུས་པའི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ཡོད་ན་ཡོན་ཏན་གྱི་བྱང་པར་  
 མེད་པའི་ཆོག་ལས་ ཞིན་ཏུ་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་བྱིར། རབ་  
 ཏུ་སྒྲོས་པ་དོན་མེད་ཡིན་ནོ། །ལན་རྟོགས་པ་མེད་པ་ནི་  
 སྒྲོབས་པ་མེད་པ་སྟེ། གཞན་གྱི་སྤྱོད་ཀྱིས་འགགས་པ་ལ་ཡང་  
 གང་གི་ཆེ་ལན་ཤེས་པར་མི་འགྱུར་བ་དེའི་ཆེ་ཆར་གཅད་  
 པར་བྱ་བ་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ་ཞེ་ན། སྒྲུབ་པར་བྱེད་པའི་  
 ཆོག་གི་དེ་མ་ཐག་པ་ཡུལ་སོ་སོའི་ལན་བརྗོད་པར་བྱ་བ་ལ་  
 དོན་ མེད་པ་དང་། དེ་ཉིད་གོ་རིམས་ བཞིན་དུ་སྒྲུབ་དང་།  
 ཆོག་སྒྲུབ་ཅད་པ་འདོན་པ་ལ་སོགས་པས་དུས་འདའ་བར་  
 བྱེད་ཅིང་། བྱ་བ་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱེད་པ་ནི་ཆར་གཅད་པའི་  
 འོས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་རིགས་པས་ ཆར་གཅད་པའི་  
 གནས་སོ། །བྱ་བ་ལ་ཆགས་ནས་ཚོད་པ་རྣམ་པར་གཅོད་པ་

རྣམ་པར་གཡེང་པར་བྱེད་པ་སྟེ། དེའི་ཆེ་ཡང་གང་རུང་ཟད་བྱ་  
 བ་ལ་ཆགས་ནས། རྩོད་པ་རྣམ་པར་གཅོད་པར་བྱེད་པ་ནི་  
 བདག་གི་བྱ་བ་འདི་ཡིན་ན་ཡོངས་སུ་འདོར་ཞིང་། འདིར་  
 གནས་པས་སྤྱིས་བྱའི་ནད་ལ་སོགས་པའི་ཐོལ་དང་། བདག་  
 གི་རྒྱ་འདི་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པས་གཏམ་གཅོད་པས་དེ་ནི་  
 རྣམ་པར་གཡེང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ཆར་གཅད་པའི་གནས་  
 སོ། །གང་ཡང་རུང་བ་ཅིག་ཆར་གཅད་པར་བྱ་བའི་མཐའི་རྩོད་  
 པ་རང་ཉིད་ཀྱིས་མཐའ་རྟོགས་པར་ འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་འདི་  
 ཡང་ཆོལ་བ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་ན་གཡོ་སྤྱོད་པ་ཅམ་གྱི་སྒོ་  
 རྣམ་ ཡིན་གྱི། ཡང་དག་པའམ་ཇི་ལྟ་བར་རྩོད་པའི་དོར་བྱས་  
 པའི་དགོས་པའི་དངོས་པོ་ལ་མ་ཡིན་ལ། རང་གིས་སྤྱོད་པར་  
 བྱེད་པ་རྣམས་པ་ཡོངས་སུ་གཅོད་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར།

རྣམ་པར་གཡེང་བར་འགྱུར་ན། དེ་ལྟར་ན་འདི་ནི་གཏན་  
 ཆེ་གས་ལྟར་སྒྲུང་བའམ། དོན་གཞན་གྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་བའི་  
 རང་དུ་འདུས་པར་འགྱུར་ཏེ། སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་རུས་པ་མེད་པ་  
 རྗེད་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྐྱབ་བར་བྱེད་པའི་རང་བཞིན་གྱི་  
 འབྲེལ་བ་རྟོགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། དོན་མེད་པ་དང་དོན་དང་  
 བྲལ་བ་དག་ལས་ཐ་དད་པ་མེད་པ་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་འབྲེལ་བ་  
 རྟོགས་པ་མེད་པའི་རྣམ་པ་དག་ ལོགས་ཤིག་ཏུ་ཆར་གཅད་  
 པར་བྱ་བ་རྣམ་པར་གཞག་པ་ནི། ཤིན་ཏུ་ཐལ་བར་འགྱུར་བ་  
 རབ་ཏུ་སྐྱས་པ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ན་གློལ་བའི་སྤྱོད་པ་སྤྱི་མ་རྣམ་  
 པར་གཡེང་བར་བྱེད་པ་དེས་ཀྱང་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་དེ་མ་  
 ཐག་ཏུ་ལན་བསྟན་པར་བྱ་བ་དེ་རྟོགས་པ་མེད་པར་རྣམ་པར་  
 གཡེང་བ་ སྟོན་པར་བྱེད་པ་ནི་སྤྱོད་པ་མེད་པའོ། །དོན་

གཞན་གྱི་ནང་དུ་འདུས་པར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་དོན་མི་བྱ་བར་  
 གྲུབ་པར་བྱེད་པ་དང་སྤྱན་འབྱེན་པ་དག་ཁོ་ན་ལ་རྩོད་པ་  
 ཐམས་ཅད་འཇུག་པ་མ་ཡིན་ལ། རྒྱལ་བ་དང་བྱིར་རྒྱལ་བ་  
 ཐམས་ཅད་ཡང་དག་པར་འཇུག་པ་མ་ཡིན་པ་ གཏན་ཆེགས་  
 ལྟར་སྒྲུང་བའམ། སྤྱོད་པ་མེད་པའི་ནང་དུ་འདུས་པར་མི་  
 འགྱུར་གྱི་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་རྩོད་པ་སྤྱི་ ཆོགས་པའི་སྒྲོ་ནས་  
 གྲང་རྣམ་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ་མི་སྤྱིད་པའི་བྱིར་  
 རོ། །གཅིག་གི་ཏེན་ལ་འགལ་བར་ཁས་ལེན་ན། རྣམ་པར་  
 འགྱུར་གྱི། འགལ་བར་ཁས་ མི་ལེན་པ་དང་། ཁས་སྒྲངས་པ་  
 མེད་པ་དག་ལ་ནི་རྣམ་པར་རྩོད་པ་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་ལ་  
 གདོན་མི་བྱ་བར་གཅིག་སྒྲུང་བརྗོད་ན་འཇུག་པར་འགྱུར་གྱི།  
 ཅིག་ཅར་ཏྟགས་པ་པོ་པན་ཚུན་སྤྲས་བ་ཉན་པ་དང་ངེས་པར་

འཛིན་པ་དང་། ལན་དག་ནི་མི་སྲིད་པའི་སྤྱིར། འཇུག་པ་  
 འབྲས་བྱ་མེད་པ་ཉིད་དོ། །རང་བཞིན་དུ་གནས་པའི་བདག་  
 ཉིད་མི་འཇུག་པས་ན། དེ་རང་གིས་ཁས་སྒྲངས་ཤིང་བཀོད་པ་  
 དེས་པར་སྐྱབ་པར་བྱེད་པར་བརྗོད་པར་བྱའི། རྣམ་པ་གཞན་  
 དུ་ན་གཞན་དག་གིས་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་མི་འགྱུར་ཞིང་། གཞན་  
 གྱིས་ཀྱང་དེ་དང་འབྲེལ་ པ་སྤྲོད་འབྲེན་པའོ། །གཉི་ག་དག་གི་  
 ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པ་གཏན་ཆོག་ས་ལྟར་སྒྲང་བ་དང་།  
 སྤྱོད་ས་པ་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་སྒྲང་བའི་ནང་དུ་  
 འདུས་པར་བཀོད་པ་གཉིས་པོ་དག་ བེ་ཤིན་ཏུ་གྲལ་བ་མ་ཡིན་  
 བོ། །དེ་དག་གིས་ནི་སྐྱབ་པ་དམན་པ་གྲོལ་བའི་ལན་བསྟན་པ་  
 ཡིན་ཏེ། ཁས་སྒྲངས་པ་མེད་པར་ཚུད་པ་མི་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་  
 རོ། །གང་གི་ཆེ་ཚུད་པ་ཁས་སྒྲངས་ནས་ཁྱམ་པའི་སྒྲོ་ནས་ཅུང་

ཞིག་མི་སྤྱོད་བཤམ། གཞན་ཅུང་ཟད་སྤྱོད་བར་བྱེད་པ་དེའི་ཆེ་རི་  
 ལྟར་གཏན་ཆོག་སྤྱོད་སྤྱང་བའི་ནང་དུ་འདུས་ བར་ འགྱུར་  
 ཞེ་ན། བསྐྱབས་པ་མེད་པའི་སྤྱོད་བྱེད་དུ་བརྗོད་པ་ནི། དེ་སྐད་  
 དུ་བསྐྱར་པ་བརྗོད་པ་མེད་པ་དང་། གཞན་བརྗོད་པ་དག་གྲང་  
 བམ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྐྱར་པ་ནི་ཅོད་པ་ཁས་སྤངས་པ་ལ་སྤྱོད་  
 བར་བྱེད་པའི་ཡན་ལག་མ་བརྗོད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་དག་གིས་  
 ནི་སྤྱོད་པ་དང་། ཡང་ཡང་བརྗོད་པ་དང་། དམ་བཅའ་བ་ལ་  
 སོགས་པའི་ཆོག་ཚར་གཅད་པའི་གནས་ཉིད་དུ་བཤམ་པ་ཡིན་  
 བོ། །སྤྱོད་བར་བྱེད་པ་ནི་མ་ཉོགས་པ་ཉོགས་བར་བྱེད་པའི་  
 མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་ པའི་སྤྱིར། སྤྱོད་བར་བྱེད་པའི་  
 ཡན་ལག་མ་བརྗོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཚར་གཅད་པའི་གནས་ཉིད་  
 ཡིན་ནོ། །རང་གི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཁས་སྤངས་ནས། གཞན་གྱི་

ཕྱོགས་གྱི་སྐྱོན་ཞར་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་པ་ནི་འདོད་པ་ཁས་  
 ལེན་པ་སྟེ། གཞན་གྱིས་བརྗོད་པའི་སྐྱོན་སུན་འབྱིན་པ་མེད་  
 པར་བྱེད་གྱི་འདི་ཡང་སྐྱོན་ཡིན་ རོ་ཞེས་སྒྲ་བར་བྱེད་དེ།  
 དཔེར་ན་བྱེད་གྱི་རྒྱན་མ་ཡིན་ཏེ། སྐྱེས་བུ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 རོ་ཞེས་སྒྲས་ལ། དེས་དེ་ལ་སྒྲར་བྱེད་ཀྱང་ངོ་ཞེས་སྒྲ་བ་ལྟ་  
 བུའོ། །དེས་རང་གི་ཕྱོགས་གྱི་སྐྱོན་ཁས་སྒྲངས་ནས་གཞན་གྱི་  
 ཕྱོགས་གྱི་སྐྱོན་དེ་ལ་རབ་ཏུ་སྒྱུར་བར་བྱེད་པ་ནི། གཞན་གྱི་  
 འདོད་པ་ཁས་ ལེན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདོད་པ་  
 ཁས་ལེན་པ་སྟེ། ཚར་གཅད་པའི་གནས་ཡིན་ནོ། །འདིར་ཡང་  
 གང་གི་ཆེ་སྐྱེས་བུ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བྱེད་ཀྱང་འགྱུར་ལ།  
 བྱེད་བདག་ཉིད་དེ་ལྟར་མི་འདོད་པ་དེའི་ཕྱིར་འདི་ནི་རྒྱན་མ་ལ་  
 གཏན་ཆིགས་མ་ཡིན་ རོ་ཞེས་བྱ་བའི་བསམ་པ་ འདི་ཡིན་པ་



དེའི་ཆེ་སྐྱོན་ཅུང་ཟད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། བདག་ཉིད་རྒྱན་མ་  
 ཉིད་དུ་མངོན་པར་འདོད་པ་མེད་ཅིང་གཏན་ཆེགས་རབ་དུ་  
 སྟོན་པའི་ སྒྲོ་ནས་སུན་འབྱེན་པར་བྱེད་པའི་བྱིར་རོ། །རབ་དུ་  
 སྐྱོར་བ་མེད་པར་འགལ་བ་དང་པོ་ཉིད་ཀྱིས་ཅིའི་བྱིར་འབྲུལ་བ་  
 མ་ཡིན་ནོ། །གང་དེ་ནི་ཅིར་ཡང་ མི་རུང་སྟེ། དེ་ལྟ་བུའི་རྣམ་  
 པའི་ཐ་སྙད་ནི་འཇིག་རྟེན་ན་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་དེ་ནི་  
 བར་འཇོག་པ་ཁས་ལེན་པ་ཡིན་ན་ཡང་དེའི་ཆེ་ལན་མི་ཤེས་  
 པ་སྐྱབ་ བར་བྱེད་པ་ལ་དེ་ཉིད་ཆར་གཅད་པར་འོས་པ་ཡིན་ཏེ།  
 གཞན་ལ་རང་གི་སྐྱོན་ནི་ནི་བར་འཇོག་པའི་བྱིར་ནི་མ་ཡིན།  
 སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ དེ་སྐྱོན་མེད་པ་ཉིད་དུ་དེ་ཁས་ལན་པ་ཉིད་  
 ལན་མི་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེ་ཉིད་ནི་སྤར་ཆར་གཅད་པར་  
 བྱ་བ་ཐོབ་པ་ཡིན་ཏེ། གཞན་གྱི་སྐྱོན་ནི་བར་འཇོག་པ་ལ་སྟོས་

བ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། །ཆར་བཅད་པར་ཐོབ་པ་ལ་ཆར་མི་  
 གཙོད་པ་ནི་བཀལ་ཞིང་བརྟག་པ་འདོར་བར་བྱེད་པ་སྟེ།  
 བཀལ་ཞིང་བརྟག་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆར་གཙད་པའི་རིགས་པ་  
 བསྟན་པ་ཡིན་ལ། དེ་འདོར་བར་བྱེད་པ་ནི་ཆར་གཙད་པ་ཐོབ་  
 བར་འགྱུར་བ་ལ་རྗེས་སུ་སྦྱར་བ་མི་བྱེད་ པའོ། །དེ་ཡང་  
 འཁོར་དག་ལ་གང་ཕམ་པ་ཡིན་ཞེས་འདྲི་བ་བརྗོད་པར་བྱ་བ་  
 ཡིན་གྱི། རང་གི་སྦྱོན་ཆར་གཙད་པ་ཐོབ་པར་ འགྱུར་བ་ནམ་  
 བར་འགྲེལ་པར་ནི་མི་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་འདིར་ཡང་སྒྲིལ་  
 པའི་སྐབ་པར་བྱེད་པ་ཆར་གཙད་པ་ཐོབ་པ་ལ་ཕྱིར་སྒྲིལ་བ་  
 བཀལ་ཞིང་བརྟག་པ་མི་སྦྱར་བ་ནི་སྦྱོབས་པ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་  
 ཏེ། འདིའི་ལན་མི་ཤེས་པའི་ཕྱིར་བཀལ་ཞིང་བརྟག་པ་འདོར་  
 བ་ནི་ལོགས་ཤིག་ཏུ་ཆར་གཙད་པའི་གནས་མ་ཡིན་ཏེ།

རིགས་པས་དབྱད་ན་ཡང་གཉིས་ལས་གཅིག་ལ་ཡང་འདིར་  
 རྒྱལ་བ་དང་ཐམས་པ་དག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ བོ། །སྐྱབ་པར་བྱེད་  
 བ་ལྟར་སྒྲུང་བས་མ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་དང་། ཡང་དག་པའི་སྒྲིན་  
 བརྗོད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྒྲིན་ཅུང་ཟད་རྗོད་པར་བྱེད་ཅིང་།  
 ཅུང་ཟད་མ་ ཡིན་པ་དེའི་ཆེ་ཆར་གཅད་པར་འོས་པ་མ་ཡིན་ཏེ་  
 ལན་ཉིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་འོས་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ་སྒྲིན་  
 ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་མ་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། ཡོད་དོ་ཞེས་  
 བྱས་ནས་གཤོན་མི་བ་བར་སྒྲིན་ཐམས་ཅད་བརྗོད་པར་བྱ་  
 བའམ། མ་བརྗོད་པས་ཆར་གཅད་པར་བྱ་བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ།  
 གཅིག་ཀྱང་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་དེ་ལ་གཞོད་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་གཅིག་ལྟ་བུའོ། །དཔེར་ན་  
 རོན་གཅིག་ལ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་གཅིག་ཁོ་ནས་དེ་འགྲུབ་པའི་

བྱིར། ཐམས་ཅད་སྒྲང་བར་མི་བྱའོ། །སྐྱོན་བརྗོད་པ་ཉིད་ཀྱིས་  
 གཞན་གྱི་མི་བརྗོད་ པ་མེད་པའི་བྱིར་ཚང་གཅད་པར་བྱ་བ་མ་  
 ཡིན་ནོ། །དེ་བས་ན་སྤྱོད་གས་སྒྲ་མ་སྒྲ་བ་དང་སྤྱོད་གས་སྤྱི་མ་སྒྲ་བ་  
 ཆར་བཅད་པ་ཐོབ་པ་ཆར་གཅོད་ པར་མི་བྱེད་པ་དེ་ལྟར་ན་  
 ཡང་རིགས་པས་བྱས་ན་དེ་དག་ལས་གཅིག་ཀྱང་སྒྲ་མ་བཞིན་  
 ཏུ་ རྒྱལ་བ་དང་ཐམས་པ་དག་མ་ཡིན་ནོ། །ལན་སྒྲ་ བ་སྐྱོན་ལྟར་  
 སྒྲང་བར་བྱེད་ལ་རང་གི་སྒྲ་བ་པར་བྱེད་པས་སྒྲངས་པ་མེད་པ་  
 ཡིན་ཏེ། སྒྲ་བ་པར་བྱེད་པ་ཉིད་སྒྲ་བ་པར་མི་རུས་པའི་བྱིར།  
 རྒྱལ་བ་རྒྱལ་བ་མ་ཡིན་ལ། སྐྱོན་ཐམས་ཅད་མེད་པར་རབ་ཏུ་  
 བསྟན་པས་སྒྲ་བ་པར་བྱེད་པའི་ཡན་ལག་མ་བསྒྲ་བས་པ་ ཡིན་  
 པའི་བྱིར་རོ། །བྱིར་རྒྱལ་ བ་ཡང་ཡང་དག་པའི་སྐྱོན་སྐྱོན་པར་  
 བྱེད་པ་མེད་པའི་བྱིར་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་བྱིར་དེ་ལྟ་བུ་ཡང་

བཀྲལ་ཞིང་བརྟག་པ་དོར་བ་ཞེས་བྱ་བ་པམ་པའི་ཉེན་མ་ཡིན་  
 བོ། །གནས་མ་ཡིན་པ་ལ་ཆར་གཅད་པའི་གནས་སུ་རྗེས་སུ་  
 སྦྱར་བ་ནི། རྗེས་སུ་སྦྱར་བ་མེད་པ་ལ་རྗེས་སུ་སྦྱར་བ་སྟེ།  
 ཆར་གཅད་པའི་གནས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ལ་ལོག་པར་ངེས་པའི་  
 ཕྱིར། གཞན་ཆར་གཅད་པའི་གནས་མ་ཡིན་པ་ལ་ཆར་གཅད་  
 པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པར་བྱེད་སྒྲིབ་བ་ནི་རྗེས་སུ་སྦྱར་བ་སྟེ། ཆར་  
 གཅད་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །འདིར་ཡང་  
 གལ་ཏེ་ཕྱི་ལ་བ་ལས། ཕྱིར་ཕྱི་ལ་བས་སྒྲིབ་པར་བྱེད་པ་ཡང་  
 དག་པ་མ་ཡིན་པའི་སྦྱོན་མངོན་པར་སྦྱར་བར་བྱེད་ཅིང་། དེས་  
 གནས་མ་ཡིན་པ་དང་སྦྱོན་མ་ཡིན་པ་ལ་ཆར་གཅོད་པའི་  
 གནས་མངོན་པར་སྦྱར་ཞིང་རྗེད་པར་བྱེད་པར་འགྱུར་ན། དེ་  
 ལྟར་ན་ཡང་དག་པའི་སྦྱོན་བརྗོད་པའི་མཆན་ཉིད་ཀྱི་ལན་

རྟོགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཅིག་ཤོས་ཀྱི་ལན་ལྟར་སྒྲུང་བ་ཉིད་  
 བསྟན་པ་ན་སྟོབས་པ་མེད་པ་ཉིད་ཆར་གཅད་པར་བྱ་བ་ ཉིད་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ། འདི་ལས་འདི་ཆར་གཅད་པའི་གནས་  
 གཞན་མ་ཡིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་ཕྱིར་གློལ་བ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་  
 ཡང་ དག་པའི་སྟོན་བརྗོད་པ་ལ་གཞན་གྱིས་སྟོན་ལྟར་སྒྲུང་  
 བའི་ཆོག་གིས་མངོན་པར་སྟུར་ཞིང་དེ་ཡང་དག་པའི་སྟོན་  
 བསྟན་པ་ལ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ལྟར་སྒྲུང་བའི་ཆོག་ཉིད་ གྱིས་  
 ཆར་གཅད་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་བུ་འདི་ཡང་  
 གཏན་ཆོགས་ལྟར་སྒྲུང་བ་དག་ལས་ ཐ་དད་པ་མེད་པ་སྟེ་ངེས་  
 པར་ཡུལ་གཞན་བྱེད་པར་བདེ་བའི་དོན་དུ་གཏན་ཆོགས་ལྟར་  
 སྒྲུང་ བ་ཆར་གཅད་པའི་གནས་ཉིད་དུ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་  
 བསྟན་ན་གཞན་སྟོན་པར་བྱེད་པ་དོན་མེད་པ་ཅན་ཡིན་

འོ། །གྲུབ་པའི་མཐའ་ཁས་སྒྲངས་ནས་ངེས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 ཆོག་ཞར་ལ་འོངས་པ་ནི་གྲུབ་པའི་མཐའ་མེད་པ་སྟེ། དེའི་དོན་  
 འགའ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་པར་དམ་བཅས་ནས། དམ་བཅས་པའི་  
 དོན་གྱི་ཡུལ་ལས་སྒྲོག་པའི་ཆོག་ཞར་ལ་འོངས་པ་བྱེད་པ་གྲུབ་  
 པའི་མཐའ་ མེད་པར་བྱེད་པ་ནི། གྲུབ་པའི་མཐའི་མེད་པར་  
 ཞེས་པ་སྟེ། དཔེར་ན་ཡོད་པ་ནི་འཇིག་པར་མི་འགྱུར་ཞིང་།  
 མེད་པའམ་སྐྱེ་བར་མི་འགྱུར་རོ། །གྲུབ་པའི་མཐའ་ཁས་སྒྲངས་  
 ནས་སྟོགས་རྣམ་པར་འཇོག་པར་བྱེད་དེ། རང་བཞིན་གཅིག་  
 གིས་གསལ་བ་འདི་འགྱུར་བའི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་མཐོང་བའི་  
 ཕྱིར་ཏེ། འཇི་བའི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་ ཁམ་པོར་ལ་སོགས་པ་  
 མཐོང་བ་ནི་རང་བཞིན་གཅིག་ཉིད་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་ཡང་  
 བདེ་བ་དང་སྦྱག་བསྐྱེད་དང་སྦྱན་པའི་གསལ་བ་འདིའི་དབྱེ་བ་

འཛིན་པ་ན། དེ་བདེ་བ་ལ་སོགས་པ་དག་གི་སྒོ་ནས་རང་  
 བཞིན་གཅིག་ཡིན་ནོ། །དེས་དེ་སྐད་དུ་བཀལ་ཞིང་བརྟག་པ་  
 རྗེད་པར་བྱེད་དོ། །དེ་ལ་གཞན་དུ་རང་བཞིན་གྱི་འགྱུར་བ་  
 ཞེས་ངེ་ལྟར་མཆོན་པར་བྱ། ཆོས་གཞན་ལྟོག་པ་ན་ཆོས་  
 གཞན་འཇུག་པར་འགྱུར་བའི་གནས་སྐབས་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་  
 དེའི་རང་བཞིན་ཡིན་ནོ། །ཆོས་གཞན་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དེའི་  
 འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །དེའི་རང་བཞིན་གྱི་དོན་ལྟོག་པ་ལས་ངེས་  
 པ་མེད་པའི་ཆོག་ལ་སྦྱར་བའི་ཕྱིར་རོ། །འདིས་དམ་བཅས་པ་  
 མེད་པ་སྦྱེ་བར་མི་འགྱུར་ཞིང་། ཡོད་པར་འཛིག་པར་མི་འགྱུར་  
 བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སོ། །ཡོད་པ་དང་མེད་པ་དག་གྲང་མི་མངོན་པ་  
 དང་མངོན་པ་དག་མེད་པར་ བར་འགའ་ཞིག་གིས་འཇུག་པ་  
 ཆད་པ་མེད་པ་དང་། འཇུག་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་



བ་དེ་ལྟར་རྣམ་པར་གཞག་ནས། འདི་ལྟར་ཡོད་པའི་བདག་  
 ཉིད་འཇིག་པ་དང་། མེད་པའི་ཡང་བདག་ཉིད་ཐོབ་པ་ཁས་  
 སྒངས་པས་འགྲུབ་པའི་མཐའ་མེད་པར་ འགྱུར་རོ། །འོན་ཏེ་  
 ཁས་མི་ལེན་ན་ནི་ཕྱོགས་འགྲུབ་པར་མི་འགྱུར་རོ། །འདི་ལ་  
 ཡང་རུང་བཤད་ངེས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཆོག་ཞར་ལ་འོངས་པ་གང་  
 དེས་མེད་བ་ནི་ གྱེ་བར་མི་འགྱུར་ཞིང་། ཡོད་པ་ནི་འཇིག་པར་  
 མི་འགྱུར་ཞེས་སྒྲས་པ་དེ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རང་བཞིན་  
 གཅིག་པོ་གསལ་བ་འདི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་འདི་སྒྲས་པ་ དེ་ལ་བདེ་བ་དང་སྐྱག་བསྐྱེལ་དང་།  
 གཏི་ཕྱག་ནི་རང་བཞིན་གཅིག་གྱེ་གནས་ཐ་དད་བ་མད་པ་དེའི་  
 གསལ་བ་འདིའི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་མཐོང་བའི་ཕྱིར། གསལ་བ་  
 དེའི་རང་ བཞིན་ཐ་མི་དད་པ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །བདེ་བ་

ལ་སོགས་པ་དག་ལ་ནི་སྐྱེ་བ་དང་འཇིག་པ་མེད་པའི་བྱིར།  
 དེའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སྐྱེ་འཇིག་མེད་པ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་སྐྱབ་པར་འགྱུར་ རོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལ་གཏན་  
 ཆིགས་ཀྱི་སྐྱོན་དེ་མི་བརྗོད་པར་བདག་ཉིད་འདིར་རང་བཞིན་  
 འགྱུར་བའི་མཚན་ཉིད་འབྲ་ཞིང་། རང་བཞིན་དང་འབྲེལ་བ་  
 མེད་པས་ངེས་པ་མེད་པའི་བྱིར། ཆིག་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་  
 རོ། །དེ་ལ་གསལ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་འཇུག་པ་དང་ལྗོག་པའི་  
 ཆོས་ཅན་འདིར་འགྱུར་བར་བརྗོད་པར་ བྱ་བ་ཡིན་ན་བདེ་བ་  
 ལ་སོགས་པ་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ནོ། །གསལ་བ་དང་བདེ་བ་ལ་  
 སོགས་པའི་རྗེས་སུ་འགོ་བ་བདེ་བ་ལ་སོགས་པའི་རང་བཞིན་  
 ཡིན་ བ། འཇུག་པ་དང་ལྗོག་པའི་ཆོས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཉམས་  
 པར་འགྱུར་རོ། །དེ་དང་བྲལ་བ་ཡིན་ན་ནི། བདེ་བ་ལ་སོགས་

བའི་རང་བཞིན་མ་ཡིན་ཏེ། གསལ་བའི་མཆན་ཉིད་འགལ་  
 བའི་ཕྱིར་རོ། །བདེ་བ་ལ་སོགས་པའི་རྗེས་སུ་འགོ་བ་མཐོང་  
 བའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བའི་གཏན་ཆོགས་མ་ བྱུང་བ་ཡིན་ན་ནི་  
 དེས་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་སྒྲིན་བརྗོད་པའི་ཕྱོགས་སུན་འབྲེན་  
 བར་འབྱུང་རོ། །སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་སྒྲིན་ཉི་བར་བརྗོད་པ་མེད་  
 བར་བརྗོད་པ་རྒྱས་པར་བྱས་ནས་རང་ གི་སྒྲིན་གཞན་ལ་  
 འགལ་བར་བྱེད་དོ། །གལ་ཏེ་ནམ་པ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་སྒྲིན་འདི་  
 བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་སྐྱུ་སྐར་མཁན་གྱི་ཡུལ་ཡིན་གྱི།  
 འཇིག་རྟེན་པ་སྐྱས་མ་ བསྟན་པའི་དོན་རྟོགས་པར་མི་རུས་  
 བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་ནི་འདིར་སྐྱ་གར་མཁན་གྱི་རི་མོ་འདྲི་  
 བའི་ཚུལ་ཡིན་ནོ། །འདི་ཡང་འདི་སྐད་དུ་བཤད་པའི་རིགས་  
 བས། སྐར་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་ཡན་ལག་མ་བྱུང་བའི་གཏན་

ཆེགས་འདི་བཟོད་པ་ཉིད་ཀྱི་ བྱིར་ཆར་ གཅད་པར་འོས་པ་  
 ཡིན་གྱི་ངེས་པ་མེད་པའི་བྱིར་ཆེག་ཞར་ལ་འོངས་པའི་བྱིར་ནི་  
 མ་ཡིན་ རོ། །འདི་ཡང་གཏན་ཆེགས་ལྟར་སྒྲུང་བ་དག་ཉིད་ཀྱི་  
 ནང་དུ་འདུས་པའི་བྱིར་རོ། །ལོགས་ཤིག་ཏུ་བཟོད་པར་བྱ་བ་  
 མ་ཡིན་རོ། །ཇི་སྐད་དུ་བཤའ་པའི་གཏན་ཆེགས་ལྟར་ སྒྲུང་བ་  
 ཡང་ཆར་གཅད་པའི་གནས་ཡིན་རོ། །མཆན་ཉིད་གཞན་དང་  
 འབྲེལ་བས་གཏན་ཆེགས་ལྟར་སྒྲུང་བ་ཆར་གཅད་པའི་གནས་  
 སུ་འགྱུར་བའམ། དཔེར་ན་ཆད་མ་དགག་མ་གཞལ་བྱ་ཉིད་  
 གྱིས་འགྱུར་བ་ལྟ་བུའོ། །དེའི་བྱིར་ཇི་སྐད་དུ་བསྟན་པ་གཏན་  
 ཆེགས་ལྟར་ སྒྲུང་བའི་མཆན་ཉིད་ཁོ་ན་ཆར་གཅད་པའི་  
 གནས་སུ་འགྱུར་རོ་ཞེས་སྒྲུས་སོ། །འདིར་ཡང་ཇི་སྐད་དུ་  
 བཤའ་བ་སྒྲོས་པ་དབྱེད་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། ཅི་དེ་དག་ཇི་

སྐད་དུ་མཆོན་པར་བྱེད་པའི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་དེ་ལྟ་བུ་ཉིད་དམ།  
 འོན་ཏེ་རྣམ་པ་གཞན་ཡིན་ཞེས་ཏེ་དབྱེད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ན་  
 ཡང་། འདི་ཞིན་ཏུ་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་དེ་མ་སྟོས། ཅི་  
 ལྟར་རིགས་པར་གཏན་ཆིགས་ལྟར་སྒྲུང་བ་ཚར་གཅད་པར་བྱ་  
 བའི་གནས་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཙམ་འདིར་འདོད་པར་བྱ་བ་  
 ཡིན་ནོ། །དེ་ཉིད་མཐོང་ལ་འཇིག་རྟེན་དག་གི་མ་རིག་རབ་  
 རིབ་ཆོགས་དག་གཅོད་བྱེད་པའི། །ཚུད་པའི་རིགས་པ་འདི་ནི་  
 དམ་པ་གཞན་ལ་ཕན་པར་དབྱེས་པ་དག་གིས་  
 གསུངས། །གང་སྤྱིར་འགྲོ་བ་མི་ཤེས་པ་ཡིས་དེ་ཉིད་མཐོང་བ་  
 དག་ལ་སྒྲིབ་བྱེད་པའི། །དེ་སྤྱིར་དེ་ལ་ཡང་དག་གསལ་བར་བྱ་  
 སྤྱིར་བདག་གིས་འབད་པས་འདི་བྱས་སོ། །སྟོབ་དཔོན་ཆེན་  
 པོ་རྣམ་གྱི་རྟེན་ཞལ་སྒྲ་ནས་ཀྱིས་མཛད་པ་ཚུད་པའི་རིགས་པ་

ཞེས་བྱ་བའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་རྫོགས་སོ།། །།དཔལ་ལྷ་བཙུན་པ་  
ཞེས་འོད་ཀྱི་ཞལ་སྤྲ་ནས་དང་། དཔལ་ལྷ་བཙུན་པོ་ཁྱི་བཟ་  
ཤེས་མངའ་བདག་ཅེ་ལྷེ་བཙུན་ཀྱི་ཞལ་སྤྲ་ནས་ཀྱི་བཀའ། རྒྱ་  
གར་ཀྱི་མཁན་པོ་ཆེན་པོ་རྩོན་ཤྱེ་ལྷ་བཙུན་པོ་ཞེས་སྤྲ་ནས་དང་  
དགེ་སྦྱོང་དགེ་བའི་ སྦྱོ་གོས་ཀྱིས་བསྐྱར་ཅིང་ཁུས་ཏེ་གཏན་ལ་  
ཕབ་པ། སྤྲ་ཀྱིས་ཀྱང་པཱེ་ཏ་ཆེན་པོ་དྲི་པི་ཀ་ར་དང་། ལོ་རྒྱ་  
བ་དགེ་སྦྱོང་དར་མ་གྲགས་ཀྱིས་ཁུས་ཤིང་གཏན་ལ་ཕབ་  
བའོ།།

༡༡། །རྒྱུད་གཞན་གྲུབ་པ་ཞེས་བྱ་བའི་རབ་  
ཏུ་བྱེད་པ་བཞུགས་སོ།།

༡༡། །རྒྱ་གར་སྐད་དུ། སུ་རྒྱ་ཏུ་ར་སི་རྒྱེ་རྒྱ་མ་སྤ་ཀ་ར་  
ཏ། བོད་སྐད་དུ། རྒྱུད་གཞན་གྲུབ་པ་ཞེས་བྱ་བའི་རབ་ཏུ་བྱེད་  
པ། འཇམ་དཔལ་གཞོན་རྒྱུ་རྒྱུ་པ་ལ་བྱག་འཆལ་ལོ། །རང་  
ལུས་སློ་སློན་འགོ་བ་ཡི། །བྱ་བ་མཐོང་ནས་གཞན་ལ་  
དེ། །འཛིན་ཕྱིར་གལ་ཏེ་སློ་ཤེས་འགྱུར། །སེམས་ཅམ་ལ་ཡང་

ཚུལ་འདི་མཚུངས། །གལ་ཏེ་བདག་ཉིད་ལ་བྱ་བ་དང་། བཟོད་  
བ་སེམས་ཀྱི་གཡོ་བ་སྒྲོན་དུ་འགྲོ་བ་ཅན་དག་མཐོང་ནས།  
གཞན་ལ་དེ་དག་མཐོང་བས་གཡོ་བ་རྗེས་སུ་དཔོག་པར་བྱེད་  
ན། ཚུལ་འདི་ནི་སེམས་ཅམ་ལ་ཡང་མཚུངས་བས། སེམས་  
ཅམ་དུ་སྒྲ་བས་ཀྱང་གཞན་གྱི་སེམས་རྗེས་སུ་དཔག་པར་བྱ་  
བྱས་ཏེ། དེ་ཡང་ཤེས་བ་གཞན་གྱིས་གཡོ་བའི་བྱད་པར་མེད་  
པར་ལུས་ངག་གི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་དུ་སྒྲ་བའི་ཤེས་བ་དེ་ལྟ་  
བྱ་དག་ཡོད་པར་མི་འདོད་དོ། །གལ་ཏེ་གཞན་གྱི་ཤེས་པའི་  
བྱེད་པ་མ་དཔྱད་པས་པའི་ཕྱིར་གཞན་གྱི་རྗེས་སུ་དཔག་པར་མི་  
རུང་ངོ་ཞེ་ན། འདྲ་བའི་ཕྱིར་མ་ཡིན་ཏེ། བ་རོལ་པོས་ཀྱང་  
གཞན་གྱི་ཤེས་བ་སྒྲོན་དུ་འགྲོ་བ་ཅན་དེ་དག་རྣམ་ཡང་མ་  
མཐོང་བས་དེས་ཀྱང་དེ་ཤེས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་



བདག་ཉིད་ཀྱི་སེམས་གཞན་ལ་ཡོད་པ་དག་གི་རྒྱ་མཚན་ཉིད་  
 དུ་མི་རུང་བའི་ ཕྱིར་རོ། །གཞན་ཀྱི་སེམས་ཤེས་པར་འགྱུར་  
 རོ་ཞེ་ན། རི་ལྟར་མི་རུང་། རང་གི་ཀུན་ནས་སྤོང་བའི་སེམས་  
 སོ་སོར་ཡང་དག་པར་སྤོང་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། བདག་ཉིད་  
 ཀྱི་སེམས་ཀྱི་རྟེན་ཅན་ཡང་བདག་ཉིད་ལ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་ཏེ།  
 དེ་དག་གྲང་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་ན་ནི་དེ་དང་འདྲ་བར་དམིགས་པར་  
 འགྱུར་བ་ཞིག་ན། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་པར་མཐོང་བས། རྒྱ་མཚན་  
 གཞན་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། གཞན་ལ་ཡང་རང་གི་ཀུན་ནས་  
 སྤོང་བར་བྱེད་པའི་སེམས་ཡང་དག་པར་སྤོང་བ་མེད་པས་འདྲ་  
 ལ། རྣམ་པར་རིག་བྱེད་དུ་སྒྲུང་བའི་ཤེས་པ་རང་གི་སེམས་ཀྱི་  
 གཡོ་བའི་རྒྱ་མཚན་ཅན་དག་ གྲང་ཁ་ནང་དུ་བལྟས་པའི་སྒྲུང་  
 བས་ཡིན་པར་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་ཁ་ཕྱིར་བ་ལྟས་པའི་ སྒྲུང་བ་

དག་རྒྱ་མཆན་གཞན་ལས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་རོ། །ཁ་ཕྱིར་བལྟས་  
བའི་སྣང་བ་དག་རྒྱ་མཆན་མེད་པ་ཁོ་ནར་ཅི་སྟེ་མི་འདོད་ཅི་ན།  
རྒྱ་མཆན་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ཐམས་ཅད་རྒྱ་མཆན་ཉིད་དུ་ཐལ་  
བར་འགྱུར་རོ། །རྣམ་པར་ཆད་པ་དང་རྣམ་པར་མ་ཆད་པར་  
སྣང་བས་ བྱས་པའི་བྱད་པར་ནི་ཤེས་པ་དག་པའི་རྒྱ་མཆན་  
གཡོ་བ་ཉིད་ཐ་དད་པར་རྣམ་པར་འབྱེད་ པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེས་  
ན་རྣམ་པར་མ་ཆད་པར་སྣང་བ་དག་ཀྱང་རྒྱ་མཆན་མེད་པ་ཉིད་  
དུ་འགྱུར་ཏེ། བྱད་པར་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་སྣང་  
བའི་བྱད་པར་རྣམ་པར་མ་ཆད་པའི་བྱད་པར་ཅན་ནི་གཡོ་བ་  
སྟོན་དུ་འགྲོ་བ་ཅན་མ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། རྣམ་པར་ཆད་  
པ་ལ། ཡང་བྱ་བའི་བྱད་པར་དུ་སྣང་བ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །མདའ་  
དང་རྩོམ་པ་དང་། སྒྲིགས་དང་སྒྲུལ་པ་དང་། གཞན་

གྲིས་རབ་ཏུ་བསྐྱོད་པ་ལ་སོགས་ པའི་བྱ་བའི་བྱང་པར་དུ་སྒྲུང་  
བ་ཅན་རྣམས། དུལ་ཆད་པར་སྒྲུང་ཡང་གཡོ་བ་སྒྲོན་དུ་འགོ་  
བ་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ལ། གཞན་གྲིས་བྱས་པའི་གཡོ་བ་ལ་  
སོགས་པ་རྣམ་པར་མ་ཆད་པ་ཡིན་ཡང་དེ་སྒྲོན་དུ་འགོ་བ་  
ཅན་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་འདིར་བྱ་བའི་བྱང་  
པར་ཅམ་གྲིས་གཡོ་བ་རྟོགས་པ་ཡིན་པར་རིགས་སོ། །དེ་ལ་  
འགའ་ཞིག་སྒྲོན་དུ་འགོ་བ་ཅན་མ་ཡིན་བ་ཉིད་ཡིན་ན། འགའ་  
ཡང་དེ་སྒྲོན་དུ་འགོ་བ་ཅན་དུ་མི་འགྱུར་ཏེ། བྱང་པར་མེད་པའི་  
སྤྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་བྱ་བའི་བྱང་པར་གྱི་སྤྱི་ནི་གཡོ་བའི་སྤྱི་  
རྟོགས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་ངེ་ལྟར་བྱ་བ་དམིགས་ལ་  
བ་དག་ཉིད་ལ་གཡོ་བ་མི་དམིགས་པའི་སྤྱིར། གཞན་ལ་གཡོ་  
བ་རྟོགས་པ་ལྟར། བྱ་བར་སྒྲུང་བ་དམིགས་པ་ལ་ཡང་དེ་དང་

འདྲའོ། །ས་རོལ་པོ་ཡང་གཞན་གྱི་བརྗོད་པ་དང་བྱ་བ་དག་རྒྱ་  
མཚན་མེད་པར་ཅི་སྟེ་མི་འདོད་དེ་འདི་ནི་མཚུངས་སོ། །དེས་  
ན་གདོན་མི་བྱ་བར་དེ་གཉིས་ནི་གཡོ་བའི་རྒྱ་མཚན་ཅན་ཡིན་  
པའི་སྤྱིར་དེ་མེད་ ན་མི་འབྱུང་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་བརྗོད་དགོས་  
སོ། །ས་རོལ་པོ་ཡང་དེར་སྒྲུང་བ་དག་ལ་དེ་དང་འདྲ་པར་སྒྲ་  
བར་འབྱུང་བས་འདི་དག་ནི་ བན་ཚུན་བྱུང་པར་མེད་  
དོ། །གལ་ཏེ་དེར་སྒྲུང་བ་དག་གཡོ་བའི་རྒྱ་མཚན་ཅན་ཉིད་  
ཡིན་པར་སྒྲ་བ་ན། མི་ལམ་གྱི་ལ་ཡང་ཅིའི་སྤྱིར་མི་སྒྲ་ཞེ་ན།  
ཐམས་ཅད་མཚུངས་ཏེ། ས་རོལ་པོ་ཡང་མི་ལམ་ན་གཞན་གྱི་  
བྱ་བ་དང་ཆོག་དམིགས་པ་དག་གཡོ་བའི་རྒྱ་མཚན་ཅན་ ཡིན་  
པར་ཅི་སྟེ་མི་སྒྲ། གལ་ཏེ་དེ་དག་མེད་པའི་སྤྱིར་ངོ་ཞེ་ན། དེ་  
བཞིན་དུ་དམིགས་པ་མཚུངས་ན་ཅི་སྟེ་མེད། གལ་ཏེ་མི་གཉིད་

གྲིས་ཟེལ་གྲིས་ནོན་པའི་ཕྱིར། དོན་གྲིས་སྟོང་པའི་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པ་འབྱུང་ངོ་ཞེ་ན། ས་རོལ་པོའི་ལྟར་ན་ཡང་། དེ་ཁོ་ནའི་  
 ཕྱིར་ གཞན་གྱི་དབང་གིས་སྟོང་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འབྱུང་  
 བར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་མི་ལམ་ན་ཡང་ཤེས་པ་དོན་དང་ལྡན་  
 ས་ཡིན་ལ། དེའི་ཆེ་དམིགས་ས་རྣམས་ཀྱང་རྒྱད་གཞན་ཉིད་  
 ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་ས་རོལ་པོ་ལ་བསྡོ་བའི་ཕྱིར། ལུང་དང་  
 རིགས་ས་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་གློལ་བ་དམ་ས་མ་ཡིན་པ་དེ་ལྟ་  
 གྱུ་ལ་ཉེན་པར་བྱེད་ན་ནི། ས་རོལ་པོ་ཡང་དེ་གཞན་གྱི་དབང་  
 ཅན་དུ་འདོད་པ་ལ་སྤུ་ཡང་སྒྲིག་པར་མི་བྱེད་དོ། །འདི་འབའ་  
 ཞིག་གི་ལྟར་ན་དེ་ལྟ་གྱུའི་ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་རྒྱད་གཞན་  
 དབང་ཅན་ཡོད་པ་ ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། ལྷན་པར་ནི་མངོན་སུམ་དང་  
 བརྒྱད་པ་འདི་ཡོད་དོ། །རེས་འགའ་ནི་མི་ལམ་ན་ཡང་ཡོད་པ་

མངོན་སུམ་དེ་རྒྱད་གཞན་གྱི་དབང་ཅན་དུ་འདོད་ བ་ཁོ་ན་སྟེ།  
 ལྷ་ལ་སོགས་པའི་བྱིན་གྱི་རྒྱབས་ཀྱིས་མི་ལམ་མཐོང་བའི་སྤྱིར་  
 རོ། །དེ་བས་ན་འདིའི་ འདི་ནི་རྟོག་བ་དམ་བ་མ་ཡིན་པ་ལ་  
 བརྟེན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །རེ་ཞིག་བྱ་བ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་སེམས་  
 དེ་ཅི་སྟེ་རྟོགས་པར་བྱེད། སེམས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་  
 རོ། །དེའི་འབྲས་བུ་ཡིན་པ་ནི་སེམས་གཞན་ལ་ཡང་འབྲས་བས་  
 ཅི་སྟེ་རྟོགས་པར་མི་བྱེད། གཞན་ཡང་གལ་ཏེ་བྱ་བ་ དེ་རང་  
 ཡོད་པ་ཅམ་གྱིས་རང་གི་རྒྱད་རྟོགས་པར་བྱེད་ན་ནི། མི་  
 དམིགས་པས་ཀྱང་དེ་ལྷ་བུ་རྟོགས་པར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་  
 རྟོགས་ནི་ཤེས་པ་ལ་སྟོས་པའི་སྤྱིར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ལ་  
 དེའི་ཆེ་གཞན་གྱི་སེམས་ལས་ནི་བྱ་བ་འོ། །བྱ་བ་ལས་ནི་ཤེས་  
 པ་འོ། །ཤེས་ པ་ལས་ནི་དེ་རྟོགས་པའོ་ཞེས་བྱ་བ་བརྒྱད་པ་

འདིས་ཅི་ཞིག་བྱ། བྱ་བར་སྒྲུང་བ་གཞན་གྱི་སེམས་ལས་རབ་  
 ཏུ་སྐྱེ་བའི་ཆོས་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་ཁོ་ན་འདི་ རྟོགས་པར་བྱེད་པ་  
 ཡིན་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་རྟོགས་པ་ནི་ཐ་མར་ཡང་དེ་ལ་བརྟེན་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །གཡོ་བ་ཙམ་ གྱིས་སྐྱེ་ནི་བྱ་བ་དང་བརྗོད་པའི་  
 ཤེས་པ་སྐྱེའི་རྒྱ་ཡིན་པས་འབྲས་བུའི་རྒྱ་ རྟོགས་པ་ཡིན་  
 བོ། །དེ་ལ་བདག་ཉིད་གྱི་གཡོ་བའི་རྒྱ་མཚན་ཅན་ནི་ཁ་ནང་དུ་  
 བལྟས་པར་འཇུག་ལ། གཞན་ནི་གཞན་དུ་ཡིན་ཏེ། བྱད་པར་  
 འདི་ནི་པལ་ཆེ་བའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ལོ། །འདི་དག་གི་རྒྱ་  
 དང་འབྲས་བུའི་ངོ་བོ་དེ་ནི་གཉིད་ལོག་པ་ལ་སོགས་པའི་  
 གནས་སྐབས་ དང་གཞན་ན་ཡང་མཚུངས་སོ། །འབྲུལ་པའི་  
 གནས་སྐབས་ན་ནི་བདག་ཉིད་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་གྱི་རྒྱུན་གྱི་བྱད་  
 པར་ལ་ཉི་ བར་བརྟེན་པའི་ཕྱིར་གཞན་གྱི་ གཡོ་བ་ལ་སོགས་

པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་འབྱུང་བའི་རྣམ་ པར་ཤེས་པའི་བག་  
ཆགས་དེ་དག་ཁོ་ན་རེས་འགའ་གཞན་གྱིས་ཉེ་བར་སྦྱར་བ་ལ་  
སོགས་པས་བར་ དུ་ཆོད་ཀྱང་འཇུག་པ་རྙེད་པར་འགྱུར་གྱི།  
ཉེ་བར་སྦྱར་བ་གཏན་མེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་ན་  
གནས་ སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་  
རིག་བྱེད་གྱིས་སེམས་ཀྱི་གཡོ་བ་རྗེས་ སུ་དཔག་པར་བྱ་བ་  
ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །བྱ་བས་གཡོ་བ་རྟོགས་ན་ནི། གཉིད་ལོག་པ་  
དང་། གཞན་ན་རྟོགས་པར་འགྱུར་རོ། །ཡང་ན་ནི་ནམ་ཡང་མི་  
འགྱུར་ཏེ། གཞན་གྱི་གཡོ་བ་མེད་པར་ཡང་བྱ་བ་དམིགས་པ་  
འབྱུང་བའི་སྤྱིར་རོ། །དམིགས་པ་འབྱུང་བར་འགྱུར་གྱི་བྱ་བ་ནི་  
མ་ཡིན་ནོ། །བྱ་བས་ནི་གཡོ་བ་རྟོགས་པར་བྱེད་ན་འཁྱུལ་བའི་  
གནས་སྐབས་ན་ནི་བྱ་བ་ཡང་མེད་དོ། །དོན་གྱིས་སྟོང་པའི་



ཤེས་པ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་ཉེས་པ་མེད་དོ། །རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་  
དུ་ཐ་སྟོད་གདགས་པ་མཚུངས་པ་ལས་རེས་འགའ་ནི་ཤེས་པ་  
དོན་གྱིས་སྟོང་དོ། །གཞན་ནི་གཞན་དུ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་  
དབང་འདི་ག་ལས་ཐོབ། གལ་ཏེ་གཉིད་ལ་སོགས་པས་གནས་  
སྐབས་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་འདི་ལྟ་བུ་སྤྱིད་པ་ཡོང་  
ན་མ་རིག་པས་དཀྱགས་པའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་འབྱུང་དུ་ཟད་མོད།  
དེ་ལྟ་ན་ནི་དོན་གཞན་དུ་སྒྲ་བ་ཉམས་པར་འགྱུར་བས་སྒྲགས་  
དུ་མ་སྒྲ་བར་མི་རྒྱས་པ་ཅན་ཆོགས་ཆེན་པོ་ཅན་འདི་ལན་  
གདབ་བ་གཅིག་གིས་ངེས་པར་ཆོམས་པར་འགྱུར་རོ། །ཅི་ག་  
དེ་དག་མཐོང་བས་ལུས་དང་ངག་གི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་དག་  
ལས་རབ་ཀྱན་ནས་སྟོང་བར་བྱེད་པའི་རྗེས་སུ་དཔག་པར་  
རིགས་པ་མ་ཡིན་ནམ། རྒྱད་གཞན་དང་འབྲེལ་བའི་རྣམ་པར་

རིག་བྱེད་དུ་སྒྲུང་བའི་ཤེས་པ་དག་ནི་གཞན་གྱི་རྣམ་པར་  
 རིག་བྱེད་དག་ཡིན་པར་འོས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ནི་ཉེ་བར་  
 ལེན་པ་དང་ཉེ་བར་ལེན་པ་ལས་བྱུང་བ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེ་  
 བ། གཞན་གྱི་སེམས་ཀྱིས་ཀྱན་ནས་བསྒྲུང་བའི་རྣམ་པར་རིག་  
 བྱེད་གྱི་ངོ་བོ་ཅན་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེར་སྒྲུང་བའི་ཤེས་  
 པས་ཀྱན་ནས་སྒྲོང་བར་བྱེད་པའི་སེམས་ཉོགས་པར་བྱེད་དོ་  
 ཞས་ནི་མི་ཐེར་རོ། །འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། དེའི་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་  
 སྤྱིར་རོ། །རྣམ་པར་རིག་བྱེད་དག་ནི་བྱ་བ་དང་ཆོག་གི་རྣམ་པ་  
 ཅན་གྱི་ཤེས་པ། ཀྱན་ནས་སྒྲོང་བར་བྱེད་པའི་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་  
 ལས་སྦྱེས་པ་དག་ཁོ་ན་ཡིན་ རོ། །ཀྱན་ནས་སྒྲོང་བར་བྱེད་  
 པའི་སེམས་ཀྱང་དེ་དག་གི་ནི་ཉེ་བར་ལེན་པའི་རྒྱ་ཁོ་ན་ ཡིན་  
 ལ། རྒྱུད་གཞན་གྱི་ཤེས་པ་དག་ནི་བདག་པོའི་རྒྱུན་ཡིན་

རོ། །རྣམ་པར་རིག་བྱེད་གྱི་ཉེ་བར་ཡིན་པས་བསྐྱེད་པ་དེ་དག་  
 ལ་འབྲེལ་བ་དེས་ཀྱང་ཉེ་བར་གདགས་པས་རྣམ་པར་རིག་  
 བྱེད་དག་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། །བདག་དང་གཞན་ལ་རང་རང་  
 གི་སྒྲིང་བ་ཉམས་སྲུ་སྟོང་མོད་གྱི། རབ་རིབ་ཅན་ཉིད་གྱིས་ཟླ་  
 བ་གཉིས་མཐོང་བ་བཞིན་དུ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་ལྟ་བུའི་ རྒྱུའི་  
 བག་ཆགས་སྐྱེ་བའི་རང་བཞིན་གྱི་བྱེད་པར་ཐོག་མ་མེད་པའི་  
 དུས་ལས་དོན་གཅིག་ འཛིན་པར་ངེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱ་  
 གཅིག་ལས་སྐྱེས་པས་རང་དང་གཞན་གྱི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་  
 གྱི་ཤེས་པ་དག་ལ་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་དུ་ཉེ་བར་འདོགས་  
 སོ། །ཅི་སྟེ་བྱ་བ་ལ་སོགས་པར་སྒྲིང་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 འབྲས་བུའི་རྟགས་ལས་སྐྱེས་པ་ གཞན་གྱི་སེམས་ཤེས་པ་དེ་  
 དག་གཞན་གྱི་སེམས་ཡུལ་དུ་བྱེད་དམ། འོན་ཏེ་མ་ཡིན་ཏེ།

ཡུལ་དུ་བྱེད་ན་ནི་དོན་གཞན་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། ། ཡུལ་དུ་མི་  
 བྱེད་ན་ནི་ཤེས་པས་ས་རོལ་གྱི་སེམས་ཡོད་པ་རི་ལྟར་ཤེས་ཏེ།  
 དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་མ་ཤེས་པར་དེ་འགྲུབ་པ་མི་སྲིད་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེ་  
 བ། འདི་ཡང་ཐལ་བར་འགྱུར་བར་མཚུངས་ཏེ། བྱ་བ་དང་ཆེག་  
 དག་གིས་གཞན་གྱི་སེམས་རྟོགས་པ་ལྟར་ན་ཡང་དེའི་ངོ་བོ་  
 ཉིད་ཡུལ་དུ་བྱེད་ན་ནི། དེའི་ཆེ་རང་གི་སེམས་ཤེས་པ་བཞིན་  
 དུ་དེའི་རྣམ་པ་ཡང་ཤེས་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། ། དེ་མི་ཤེས་  
 ན་ནི་དེས་དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་རི་ལྟར་འཇིན། གལ་ཏེ་རྟགས་གྱིས་  
 བེ་སྤྱི་རྟོགས་པའི་སྤྱིར་རྣམ་པར་རྟོགས་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།  
 སྤྱི་དེ་ཅི་གཞན་གྱི་སེམས་ཉིད་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་གཞན་ཞིག་  
 གམ། འོན་ཏེ་བརྗོད་དུ་མི་རུང་བ་ཞིག་ཡིན། གཞན་ཉིད་དང་  
 བརྗོད་དུ་མི་རུང་བ་ཉིད་དག་ཅིག་ཡིན་ན་ནི་འདིས་སྤྱི་དེ་ཁོ་ན་

གཟུང་གི། །གཞན་གྱི་སེམས་ནི་མ་ཡིན་ན། རི་ལྟར་འདིས་དེ་  
 རྟོགས་པར་འགྱུར། སྤྱི་གཞན་གྱི་སེམས་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ཏེ།  
 དེ་ཡོད་ན་དེའི་རྣམ་པ་ཡང་ཤེས་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་  
 བཤད་ཟེན་ཏེ། འདི་ནི་རྗེས་སྤྱད་པའི་ཚུལ་ཡང་མ་ཡིན་  
 བོ། །རྗེས་སྤྱད་པའི་ཉི་དོན་གྱི་རང་གི་ངོ་བོ་འཛིན་པར་བྱེད་  
 པ་མ་ཡིན་ཏེ། མངོན་སུམ་དང་འདྲ་བར་སྒྲུང་པ་བྱུང་བར་མེད་  
 པ་ལ་སོགས་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་  
 འདི་ནི་ཚད་མ་ཉིད་མ་ཡིན་མོ། །དེའི་རང་གི་ངོ་བོ་མི་འཛིན་  
 ཀྱང་མངོན་པར་འདོད་པའི་དོན་ལ་མི་སྤྱོད་བས་ཚད་མ་ཉིད་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །དུ་བ་ལ་སོགས་པའི་རྟགས་ལས་སྐྱེས་པ་ཡང་  
 མེ་ལ་སོགས་པའི་རང་གི་ངོ་བོའི་ ཡུལ་ཅན་མ་ཡིན་ཏེ། མཐོང་  
 བ་དང་བྱུང་བར་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །རྗེས་

སྤྱ་དཔག་པ་འདས་པ་ལ་སོགས་པ་དང་། རོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་  
དག་ལ་ཡང་འཇུག་པར་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་དང་། རོན་བྱེད་  
པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཡང་ཕྱིར་རོ། །གཞན་གྱི་སེམས་  
རྗེས་སྤྱ་དཔག་པ་ལ་ཡང་མངོན་པར་འདོད་པའི་དོན་ལ་མི་སྤྱ་  
བ་ཡོད་པ་ཁོ་ན་སྟེ། འཇུག་པར་བྱེད་པ་དེའི་སྒོ་ནས་སྟོག་  
ཆགས་གཞན་ཡོད་པར་རྟོགས་ནས་ཡང་ནས་ཡང་དུ་ཐ་ སྟང་  
དག་ལ་འཇུག་ན། དེའི་དབང་གིས་འབྱུང་བའི་དོན་ཐོབ་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །འཇིག་རྟེན་ནི་འབྲས་བུ་དེ་ཙམ་ལ་སེམས་ཤིང་སྟོག་  
ཆགས་གཞན་རྗེས་སྤྱ་དཔག་པ་ལ་འཇུག་པའི་ཡང་ཕྱིར་ཏེ།  
སྤྱེས་བུ་དོན་གྱི་མའི་བྱད་པར་དུ་སྤྲང་བའི་ཤེས་པ་སྤྱིང་བ་ཙམ་  
གྱིས་རེ་བ་མེད་པ་ ཉིད་གྱི་ཕྱིར་རོ། །ཤེས་པ་སྤྲ་མས་ཐ་སྟང་  
རྟོགས་པས་དོན་བྱས་པ་ཉིད་ཚད་མ་ཉིད་དུ་བྱུབ་པའི་ཕྱིར་

རོ། ། མི་ལམ་ན་ཡང་ཤེས་པ་སྤྲུལ་ལས་དོན་བྱི་མར་སྤང་བའི་  
 ཤེས་པ་སྤྱེ་བ་མ་ཡིན་ན་མ། དེ་ཙམ་གྱིས་ནི་ཤེས་པ་སྤྲུལ་  
 ཚད་མ་ཡིན་པར་འོས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཆེ་ཤེས་པ་ཐམས་  
 ཅད་འབྱུང་བ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ་ཞེ་ན། འདིར་རྣམ་པར་རིག་  
 བྱེད་གྱི་ཤེས་པ་ནི་རྣམ་ཡང་སེམས་ཀྱི་གཡོ་བའི་དབང་མེད་  
 པར་མི་ འབྱུང་བས། དེ་དག་གིས་ཀྱང་དེ་དག་རྗེས་སུ་དཔོག་  
 པར་བྱེད་དོ། །འབྱུང་པའི་དབང་གིས་ནི་རེས་འགའ་བར་དུ་  
 ཚོད་ཀྱང་འབྱུང་སྟེ། དེ་དག་གི་དབང་གིས་སྟོང་པ་ནི་མ་ཡིན་  
 གྱི་མངོན་སུམ་དང་བརྒྱད་པ་ཞེས་པའི་བྱེད་ པར་འདི་ནི་ཡོད་  
 དོ་ཞེས་བཤད་ཟིན་ཏོ། །དེ་ལ་ངེ་ལྟར་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་གྱི་  
 ཤེས་པ་སྤྲུལ་རྣམས་བརྒྱད་དེ་གཡོ་བའི་དབང་གིས་སྤྱེ་བ་  
 ལྟར། དེའི་འག་རོལ་གྱི་གནས་སྐབས་ན་ཡོད་པ་དག་ཀྱང་དེ་

དང་འབྲེལ། །རྣམ་པར་རིག་བྱེད་གྱི་ཤེས་པའི་རྟེན་གཡོ་བའི་  
 གནས་སྐབས་སྤྱི་མའི་སེམས་ཀྱི་རྒྱད་ཁོ་ན་ལས་བརྒྱད་དེ་  
 སྐྱེའོ། །དེ་ཡང་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ཅི་འདྲ་བ་དེ་ལྟ་བུའི་མི་སྤྱི་བ་  
 དང་། ཐ་སྙད་ཀྱང་ཡོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པས་ཅིས་ཀྱང་མི་གཟུང་  
 རོ། །གཞན་གྱི་སེམས་ཀྱི་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ནི་དེའི་རང་གི་ངོ་  
 བོ་མི་འཇིན་ཀྱང་མི་སྤྱི་བའི་སྤྱིར་དེ་ལྟར་ཚད་མ་ཉིད་ཡིན་དུ་  
 ཚུགས་ན་གཞན་གྱི་སེམས་མངོན་སུམ་དུ་ཤེས་པ་ རྣམས་ཀྱིས་  
 གོ། །རི་ལྟར། གལ་ཏེ་གཞན་གྱི་སེམས་ཀྱིས་རང་གི་ངོ་བོ་  
 མངོན་སུམ་དུ་ཤེས་པར་གྱུར་ན་ནི་དེའི་གཟུང་བ་དོན་གཞན་  
 ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། །མི་ཤེས་ན་ནི་དེ་དག་རི་ལྟར་མངོན་སུམ་  
 དུ་ཤེས་པ་ཡིན། རི་ལྟར་མངོན་སུམ་གྱི་དོན་གྱི་རང་གི་ངོ་བོ་  
 མི་འཇིན་པར་ཡང་འགྱུར། འོན་ཏེ་མི་འཇིན་ན་ནི་རི་ལྟར་ཚད་



མ་ཡིན་ཞེ་ན། གནས་མ་གྱུར་བའི་བྱིར་རྣལ་འབྱོར་པ་གཟུང་བ་  
དང་འཛིན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་མ་སྤངས་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
གཞན་གྱིས་སེམས་ཤེས་པ་ཡང་། བ་སྟོད་ལ་མི་སྟུ་བ་ཉིད་  
གྱིས་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་མཐོང་བ་བཞིན་དུ་ཚད་མ་ཉིད་  
ཡིན་ནོ། །རྣལ་འབྱོར་གྱི་སྟོབས་ཀྱིས་ནི་དེ་དག་ལ་ཤེས་པ་  
གཞན་གྱི་སེམས་ཀྱི་རྣམ་པའི་བྱེ་ བྲག་གི་ཤེས་ སྟུ་བྱེད་པ་  
གསལ་བར་སྤང་བ་འབྱུང་བར་འགྱུར་ཏེ། ལས་དང་སྟོ་ལ་  
སོགས་པའི་བྱིན་གྱི་རྒྱབས་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་མི་ལམ་བདེན་པ་  
མཐོང་བ་ བཞིན་ནོ། །དེ་དག་ལ་ཡང་གཞན་གྱི་སེམས་ཀྱི་  
ཡུལ་ཅན་ཉིད་ཀྱི་ཤེས་པ་འབྱུང་བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་གྱུང་  
རང་གི་སེམས་སྤང་བ་དེ་དང་། རྣམ་པ་མཚུངས་པ་ཁོ་ན་ཉིད་  
ཤེས་པ་ལས། གཞན་གྱི་སེམས་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ངེས་པར་

གཟུངས་བས་ཐ་སྙད་འདོགས་སོ། །མདོན་སྲུང་དུ་ནི་དེའི་རྣམ་  
པའི་རྗེས་སུ་བྱེད་པ་གསལ་བར་སྒྲུང་བའི་བྱིར་དང་། མི་སྲུ་  
པའི་ཚད་མ་ཞེས་བྱ་བར་འདོད་དོ། །བཙམ་ལྡན་འདས་གྱིས་  
དོན་ཐམས་ཅད་བྱགས་སུ་ཆུང་བ་ནི་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་སྟེ།  
རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཤེས་པ་དང་བརྗོད་པའི་ཡུལ་ལས་འདས་  
པའི་བྱིར་དོ། །རྒྱད་གཞན་གྲུབ་པ་ཞེས་བྱ་བའི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་  
སྟོབ་དཔོན་རྣམས་ཀྱི་ཉིས་མཛད་པ་རྫོགས་སོ། ། །རྒྱ་གར་གྱི་  
མཁན་པོ་བེ་བྲུག་སོ་ཏ་དང་། ལུ་ཆེན་གྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་དགེ་སྟོང་  
དཔལ་བཙེགས་གྱིས་བསྐྱར་ཅིང་ལུས་ཏེ་གཏན་ལ་ཐབ་  
པའོ། ། །