

དབལ་གསང་ག་འདྲུས་པ་ཡི་ལྷོ་གས་ཏི་ཨ་ཏི་ཨ་ལྷོ་ག་དེ་ལྷོ་པ་ཏཱ།



ཨ་ཏི་ཏི་ཏི། ལྷོ་ལྷོ་ཏི་ཏི་ཏི་ཏི་ཏི་ཏི་ཏི་ཏི།



དང་པོ་(གདམས་ངག་གི་ཚུན་དུ་འགྲོ་བ།)ལ་གཉིས། .....	23
དང་པོ་(སྤྱི་ལོ་ཚུན་འགྲོ།)ནི། .....	23
གཉིས་པ་(བྱད་པར་གྱི་ཚུན་འགྲོ།)ལ་གཉིས། .....	25
དང་པོ་(སྤྱི་གསལ་དག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རྗེ་རྗེ་སེམས་དཔའི་བསྐྱོམ་བསྐྱེས་བྱ་བ།)ནི། ....	25
གཉིས་པ་(སྤྱི་ཚུལ་འདུག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྤྱི་མཐོང་ལ་འབྱོར་བསྐྱོམས་ནས་མཆེད་པ།)ལ་གཉིས།	29
དང་པོ་(ཆོག་ས་ཞིང་དུ་སྐྱེས་པ་བསྐྱོམ་པ།)ནི། .....	29
གཉིས་པ་(དེ་ལ་མཆོད་ནས་གསོལ་བ་གདབ་པ།)ནི། .....	31
གཉིས་པ་གདམས་པ་དངོས་ལ་གསུམ། .....	35
དང་པོ་(གཞི་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ།)ལ་གསུམ། .....	35
དང་པོ་(ལུས་སེམས་ཀྱི་གཞི་སོ་སོའི་གནས་ཚུལ།)ལ་གཉིས་ལས། .....	36
གཉིས་པ་(སྤྱི་མོང་གི་གནས་ཚུལ།)ནི། .....	36
གསུམ་པ་(ལུས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་གྱི་བྱ་བ་ཉུང་པ་འདད་པ།)ནི། .....	36
གཉིས་པ་(ལམ་བཟོད་པའི་རིམ་པ།)ལ་གཉིས། .....	39
དང་པོ་(རྫོགས་རིམ་གྱི་རིམ་པ་སོ་སོའི་བསྐྱེད་ཚུལ།)ལ་གཉིས། .....	39

དང་པོ་(རྫོང་གསུམ་གྱི་རྫོགས་རིམ།)ལ་གསུམ། .....	39
དང་པོ་(ལུས་དབེན་སྐྱོད་རྫོང་ཉིང་པེ་འཛིན་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ།)ལ་གསུམ། .....	39
དང་པོ་(བསྐྱེད་རིམ་རྫོགས་ནས་ལུས་དབེན་ལ་འཇུག་ཚུལ།)ནི། .....	39
གཉིས་པ་(འཇུག་ཚུལ་དེ་ཉིད་ལ་གོམས་པར་བྱེད་ཚུལ།)ལ་བཞི། .....	41
དང་པོ་(འག་སྒྲར་ཕྱ་མོ་སྒྲུབ་པའི་ཚུལ།)ནི། .....	41
གཉིས་པ་(དེ་ལྟར་བསྒྲུབ་པས་ཕྱོད་བསྐྱེད་ཚུལ།)ནི། .....	45
གསུམ་པ་(དེ་ལ་གཤགས་བྱུང་ན་སེལ་ཚུལ།)ནི། .....	49
བཞི་པ་(རེ་ཞིག་སྒྲོང་ཉིད་མི་སྒྲུབ་པར་ཕྱ་མོ་སྒྲུབ་པའི་རྒྱ་མཚན།)ནི། .....	51
གསུམ་པ་(དེ་ལྟར་གོམས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ལུས་དབེན་དངོས་སྒྲོང་ཚུལ།)ལ་གསུམ། .....	53
དང་པོ་(ལུས་དབེན་གྱི་དོས་འཛིན།)ནི། .....	53
གཉིས་པ་(ལུས་དབེན་གྱི་དབྱེ་བ།)ནི། .....	54
གསུམ་པ་(ལུས་དབེན་སྒྲུབ་པའི་ཚུལ།)ནི། .....	56
གཉིས་པ་དག་དབེན་གསུང་རྫོང་ཉིང་པེ་འཛིན་ལ་བསྐྱབ་པ་ནི། ....	60

དང་པོ་(སྐབས་འདིར་སྣ་ཅེ་གསུམ་དུ་ཐིག་ལེ་གསུམ་གྱི་སྟོག་ཚེལ་གསུམ་དགོས་པའི་ཚུལ།)ནི། ...	60
གཉིས་པ་(སྟོག་ཚེལ་གསུམ་སྟོམ་པའི་རིམ་པ་ཉིད་བཤད་པ།)ལ་གསུམ། ....	61
དང་པོ་(སྟོང་ཁའི་སྣ་ཅེར་ཐུགས་གྱི་ཐིག་ལེའི་སྟོག་ཚེལ་བསྟོམ་པ།)ལ་གཉིས།	61
དང་པོ་(སྟོང་ཁར་ཐུགས་གྱི་འཁོར་ལོ་བསྟོམ་པ།)ནི། .....	62
གཉིས་པ་(དེ་ལ་གོགས་བྱུང་ན་སེལ་ཚུལ།)ནི། .....	66
གཉིས་པ་(གདོང་གི་སྣ་ཅེར་འོད་གྱི་ཐིག་ལེའི་སྟོག་ཚེལ་བསྟོམ་པ།)ལ་གསུམ།	68
དང་པོ་(རྒྱང་གི་དེ་ཉིད་མདོར་བསྐྱུས་ཏེ་བསྟན་པ།)ནི། .....	68
གཉིས་པ་(དེ་ལ་དོར་བཞུས་བྱ་བའི་ཚུལ།)ལ་གཉིས། .....	70
དང་པོ་(རྩ་བའི་རྒྱང་གི་དོར་བཞུས།)ལ་གཉིས། .....	70
དང་པོ་(དངོས་ཀྱི་དོན།)ནི། .....	70
གཉིས་པ་(དེ་བསྟོམས་པས་སྟོང་བ་སྟེ་ཚུལ།)ནི། .....	75
གཉིས་པ་(ཡན་ལག་གི་རྒྱང་གི་དོར་བཞུས།)ནི། .....	77
གསུམ་པ་(གོགས་བྱུང་ན་སེལ་ཚུལ།)ནི། .....	81



གསུམ་པ་(གསང་བའི་སྒྲ་ཅེར་རྒྱུ་གི་ཐེག་ལའི་སྒྲ་ཅེར་བསྐྱེད་པ།)ནི། .....	83
གསུམ་པ་སེམས་དབེན་ཐུགས་རྫོ་རྫེའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་	
བསྐྱེད་པ་ལ་གསུམ། .....	84
དང་པོ་(སེམས་དབེན་སྐྱེད་པའི་ཐབས།)ནི། .....	85
གཉིས་པ་(ཐབས་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་དབེན་སྐྱེད་ཚུལ།)ནི། .....	90
གསུམ་པ་(སེམས་དབེན་གང་གི་དོན་དུ་སྐྱེད་པ་བསྟན་པ།)ནི། .....	93
གཉིས་པ་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་རྫོགས་རིམ་ལ་གསུམ། .....	93
དང་པོ་(ཀུན་རྫོབ་སྐྱེ་མའི་རྫོགས་རིམ།)ལ་གཉིས། .....	94
དང་པོ་(སྐྱེ་ལུས་དངོས།)ནི། .....	94
གཉིས་པ་(དེའི་ཡན་ལག་གི་གདམས་པ།)ལ་གསུམ། .....	95
དང་པོ་(མཉམ་གཞག་སྐྱེ་མ།)ནི། .....	95
གཉིས་པ་(མི་ལམ་སྐྱེ་མ།)ལ་གཉིས། .....	97
དང་པོ་(མི་ལམ་གྱི་སྒྲ་དུ་གཉིད་ཀྱི་སྒྲ་བ་འཛིན་ཚུལ།)ནི། .....	97

གཉིས་པ་(དེ་ཟེན་ནས་མི་ལམ་གྱི་དག་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཚུལ།)ལ་གསུམ། .....	103
དང་པོ་(མི་ལམ་བཟུང་བ།)ལ་གཉིས། .....	104
གཉིས་པ་(མི་ལམ་འཛིན་པ་དངོས་)ནི། .....	106
གཉིས་པ་( མི་ལམ་འཛིན་པ་དངོས་)ལ་གཉིས། .....	110
དང་པོ་(མི་ལམ་གྱི་དག་སྒྲུབ་གཙོ་བོར་གང་ལ་སྒྲུབ་བ།)ནི། .....	110
གཉིས་པ་(སྒྲུབ་སྐབས་གཞན་ཡང་བསྟན་བ།)ནི། .....	111
གསུམ་པ་(གཅིག་ཏུ་བྱེད་པའི་བསམ་གཏན།)ནི། .....	112
གཉིས་པ་བར་དོ་སྒྲུ་མ་ལ་གསུམ། .....	115
དང་པོ་(བཟུང་བ།)ལ་གཉིས། .....	115
དང་པོ་(འཛིན་པ་པོའི་གང་ཟག་གི་དབྱེ་བ།)ནི། .....	116
གཉིས་པ་(དེ་ནས་སྐྱེས་ཇི་ལྟར་འཛིན་པའི་ཚུལ།)ནི། .....	118
གཉིས་པ་(སྒྲུབ་བ་)ནི། .....	122
གསུམ་པ་(གཅིག་ཏུ་བྱེད་པའི་བསམ་གཏན།)ནི། .....	124

གཉིས་པ་དོན་དམ་འོད་གསལ་གྱི་རྫོགས་རིམ་ལ་གཉིས། .....	125
དང་པོ་ལ་(སྐུ་ལུས་དངོས་ལ་བརྟེན་ནས་དོན་གྱི་འོད་གསལ་གྱི་ཡེ་ཤེས་དངོས་སྤྱེད་ཚུལ།)གཉིས། .....	125
དང་པོ་(སྐུ་ལུས་དང་འོད་གསལ་གྱི་གོ་རིམ་ངེས་ཚུལ།)ནི། .....	125
གཉིས་(དེ་ལ་འོད་གསལ་གྱི་གདམས་ངག་བཤད་བ།)པ་ལ་གཉིས། .....	127
དང་པོ་(ཕྱི་ནང་གི་བྱང་ཆུབ་པ་གཉིས་བཤད་བ།)ནི། .....	127
གཉིས་པ་(དེ་མཛོན་དུ་བྱེད་པའི་ཐབས་བསམ་གཏན་གཉིས་བཤད་བ།)ནི། .....	130
གཉིས་པ་(སྐུ་ལུས་རྗེས་མ་ཐུན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་དོན་གྱི་འོད་གསལ་རྗེས་མ་ཐུན་པ་བསྐྱོམ་ཚུལ།)ནི། .....	135
གསུམ་པ་དབྱེར་མེད་བྱང་འཇུག་གི་རྫོགས་རིམ་ནི། .....	136
གཉིས་པ་ལམ་ལ་བོགས་འབྱེན་པའི་ཐབས་སྤྱོད་པ་ནི། .....	139
གསུམ་པ་འབྲས་བུ་མཛོན་དུ་བྱེད་པའི་ཚུལ་ནི། .....	141

༢ གོང་ས་༢ སྐབས་མགོན་ཆུལ་བའི་དབང་པོ་མཆོག་གི་ཐུགས་རྗེ་  
བཀྲིན་འོག་ཕྱན་གྱིས་གཞོན་སྐྱེས་སློབ་གསར་དོན་གཉེར་ཅན་རྣམས་ལ། ཀྱི་  
ཤུ་ཉ་གས་ཅན་གྱི་ལག་ཐོག་ཁ་པར་དང་ iPad སློབ་མྱོད་སོགས་བརྒྱུད་  
ནས་དཔེ་དེབ་འདི་བཞིན་བོད་ཡིག་ལམ་ནས་གཟིགས་བདེ་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་  
བཅོས་པ་ཡིན། སླད་ནས་ཀྱང་རིམ་པས་དཔེ་དེབ་དོ་བཤུས་ལག་ཏུ་འགྱུར་  
ཆེ་དེབ་གྲངས་མང་དུ་གཏོང་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་འོང་གི་དེར་སློབ་པའི་ལམ་  
སྟོན་བཀའ་སློབ་དགོངས་འཆར་ལྟག་སྟེ་ལ་ཡོང་བར་རེ་བསྐྱེལ་ཞུ་རྒྱུ་དང་།  
ཞུ་དག་བསྐྱར་མ་སོགས་ལ་རང་རྒྱས་གང་ཡོད་གྱིས་འབད་ཚུལ་གྱིས་ཁུལ་  
བྱས་ཀྱང་ཆུད་ཆེད་ཞན་སྐབས་ནོར་འབྲུལ་གང་ཞོར་རྣམས་བཅོད་གསོལ་  
ཞུ་རྒྱུ་བཅས།

སེར་སླད་དམར་འཇམ་དབྱངས་བསོད་ནམས་གྱིས།

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



༡༡། །རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་  
རྫོགས་རིམ་རིམ་ལྔ་གདན་རྫོགས་ཀྱི་  
དམར་ཁྲིད་བཞུགས་སོ།།

༡༡། །རྗེ་བཙུན་དམ་པ་དམིགས་པ་མེད་པའི་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་  
དང་ལྷན་པ་རྗེ་བཙུན་འཇམ་པའི་དབྱངས་དང་གཉིས་སུ་མ་མཆིས་པ་རྣམས་  
དང་། རྗེ་རྗེ་འཇིན་པའི་ས་བརྟེས་པ་འཕགས་མཆོག་ལྷ་སྐྱབ་ཡབ་སྤྲས་བརྒྱུད་  
པ་དང་བཅས་པའི་ཞབས་ཀྱི་བརྩོལ། དུས་ཐམས་ཅད་དུ་གྲུས་པ་ཆེན་པོས་  
ཐུག་འཆལ་ཞིང་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །བཙེ་བ་ཆེན་པོས་སྐྱེ་བ་ཐམས་ཅད་དུ་  
རྗེས་སུ་བཟུང་དུ་གསོལ་ལོ། །

རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་ཅ་རྒྱུད་བཞུད་རྒྱུད་ཆེན་  
པོ་དུག་གིས་བཟུལ་བའི་དོན་འཕགས་པ་ཡབ་སྤྲས་ཀྱིས་རྒྱུད་དོན་མདོན་དུ་  
གྱུར་ནས་ལེགས་པར་གཏན་ལ་ཐབ་པའི་ལམ་ལ་འཇུག་པའི་རིམ་པ་ལ།  
དང་པོར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་པའི་བསམ་པ་ལ་བསྐྱབ་པའི་ཚུལ། ཐེག་པ་  
ཆེན་པོ་གཉིས་ཐུན་མོང་གི་ལམ་ཀྱི་རིམ་པ་ལ་བསྐྱབ་པས་དབང་རྣམས་ཀྱི་  
སྟོན་རུང་དུ་སྐྱབ་པ་དང་། དེ་ནས་རྣམ་པར་དག་པའི་དབང་བཞིས་ལམ་རིམ་  
པ་གཉིས་ཉན་པ་དང་སྟོམ་པ་སོགས་ཀྱི་སྟོན་རུང་དུ་བྲ་བ་དང་། དེ་ལྟར་སྟོན་

དུ་རུང་ནས་ཁས་སྒྲངས་པའི་དམ་ཚིག་དང་སྡོམ་པ་དག་པར་བྱེད་པའི་ཚུལ་  
དང་། དེ་ནས་ཐོག་མར་ཐུན་བཞིའི་རིམ་པས་རགས་པ་བྲན་པ་གཅིག་པའི་  
ནལ་འབྱོར་ལ་བསྐྱབ་པ་དང་། དེ་ལ་ལོབས་ནས་ཕྱ་པ་ཉིག་པའི་ནལ་འབྱོར་  
ལ་ཇི་ལྟར་བསྐྱབ་པ། ཡབ་སྐུ་གི་སྐྱབ་ཐབས་ནམ་པ་བཞིའི་དོན། ལས་དང་  
པོ་པའི་ཉིང་རེ་འཇིག་གི་རིམ་པ་ནམས་ནི་གཞན་དུ་བཤད་ཅིན་པ་ལྟར་བྱའོ། །

དེ་ལྟར་བསྐྱེད་པའི་རིམ་པ་ལ་ལེགས་པར་གནས་པ་དེས། རིམ་པ་  
གཉིས་པ་རྫོགས་པའི་རིམ་པ་ལ་བསྐྱབ་པའི་བྱབ་ཆེན་གི་མན་ངག་མཐར་  
ཐུག་པ་ནི། རིམ་ལྔ་དང་སྟོད་བསྐྱས་དང་། རྣམ་གཞག་གི་སྟོགས་གཅིག་དང་  
ལས་མཐའ་རྣམ་འབྱེད་དང་། རྒྱུད་འབྲེལ་གི་སྟོར་བ་ཡན་ལག་དུག་དང་།  
རྫོགས་རིམ་གི་རིམ་ལྔའི་བཤད་པ་མཛད་པ་རྣམས་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་ནའང་གཞུང་དེ་རྣམས་ཤེན་ཏུ་བརྗེད་བས་སྤྱི་རབས་གི་གདུལ་  
བྱས། དེ་རྣམས་ལས་ཤེན་ཏུ་གསལ་བའི་སྒྲ་མ་དམ་པའི་མན་ངག་མཛད་ན།  
མན་ངག་གི་གནད་རྫོགས་པར་མི་རྟོག་པས། འཕགས་ཡུལ་གི་མཁས་པ་དུ་  
མ་ལ་གདུགས་ནས་ལེགས་པར་མཛོས་པའི་ལོ་རྒྱུ་བ་ཆེན་པོ་རྣམས་གི་མན་  
ངག་ཤེན་ཏུ་གསལ་ཆེའོ། །དེ་ལ་ནི་རྗེ་མར་པ་དང་རྗེ་འགོས་གི་ཐུགས་གཉིས་  
མཆོག་ཏུ་གྱུར་བ་ཡིན་ལ། འདིའི་མན་ངག་རྒྱུད་དང་འཕགས་སྟོར་གི་གཞུང་  
ལ་ལེགས་པར་གདུགས་ནས་ངས་པ་བསྐྱེད་པ་ལ་ནི། རྗེ་འགོས་ནས་བརྒྱུད་

པའི་མན་ངག་གི་བཤའ་བ་རྣམས་དགོས་ཤིང་། གཞུང་ནས་དངོས་སུ་བེན་པ་  
ཅ་མ་དུ་མ་བཟང་ཁོང་ན་གནས་པ་དུ་མ་གསལ་དུ་བཏང་ནས། དེ་ལྟར་གྱི་གང་  
ཟག་གི་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་དམིགས་རིམ་བྱུང་པར་ཅན་མང་པོའི་སློན་ནས་  
ངས་པ་རྟེན་པ་ལ་ནི། རྗེ་མར་པའི་གདམས་ངག་རྣམས་དགོས་སོ།།

རྗེ་མར་པའི་གདམས་ངག་པལ་མོ་ཆེ་ལ་རྒྱ་གཞུང་གི་རྩ་ཆོག་རེ་ཡོད་  
ལ། རིམ་ལྔའི་མན་ངག་གི་རྩ་ཆོག་ནི་རིམ་ལྔ་བསྐྱས་པ་གསལ་བ་ཉིད་ཡིན་  
གྱི། ཁ་གཡར་གཞན་འདུག་པ་ནི་སྦྱོང་བསྐྱས་དང་འགལ་བ་ཆེན་པོ་ཡོད་པས་  
རྣམ་དག་མིན་ནོ། །

རིམ་ལྔ་བསྐྱས་པའི་མཁུག་ཏུ། དཔལ་ལྷན་གསང་བ་འདུས་པའི་རྒྱད།  
འཕགས་པ་ཡབ་སྐུ་རིམ་བཤའ་བ། །དེ་ཉིད་དགོངས་པ་རྣམས་རྟེན། །  
འགྲེལ་བ་མཁན་གྱིས་མི་ཤེས་པས། །རྒྱད་རྒྱུད་བཤའ་བ་བསྐྱས་པ་ཉིད། །  
བྱིན་བརྒྱབས་ལམ་འདི་ཐུན་མོང་མིན། །ཞེས་སློན་གསལ་ལ་བྱར་བ་བའི་  
ཆོག་འབྱུང་བ་ནི་རྣམས་པ་ལ་བསྟོད་ར་གཏོང་འདོད་ཀྱང་གཏོང་མི་ཤེས་པ་  
གཅིག་གིས་བརྟག་པར་སྤང་སྟེ་རྒྱད་ཕྱེ་མའི་འགྲེལ་པར་རྣམས་པས། ཕྱི་མའི་  
རྒྱད་ཀྱི་དོན་གསལ་འདི། །སློན་མ་གསལ་བའི་རྗེས་འགྲངས་ནས། །སྤྱི་སྤྱོད་  
མན་ངག་བཤའ་བ་ཡིན། །ཞེས་པ་དང་། སློབ་དཔོན་སྤྱི་སྤྱོད་འཕགས་པ་  
སྟེ། །སྤྱི་ཡི་བྱང་ཆུབ་ཤུགས་འཕྱུར་བ་ཤེས། །ཆོས་ཀྱི་གསལ་བ་ལ་སོགས་པའི། །མན་

ངག་རིམ་པ་ལ་བརྟེན་ནས། །བདག་གིས་བགྱིས། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར་  
རོ། །རྩི་མར་པས་རྒྱ་གར་དུ་ལན་གསུམ་བལ་པོར་ལན་བཞི་བྱོན་ཏེ། རྒྱ་གར་  
ཤར་བྱུང་ཁ་ཆེ་བལ་པོ་རྣམས་སྤྱ་མཁས་པ་དང་རྣལ་འབྱོར་པའི་སྒྲ་མ་སྦྱིར་  
བརྒྱ་ཅ་བརྒྱད། བྱད་པར་དུ་བརྒྱད་པ་འཛིན་ངེས་ལྟ་བུ་ཅ་བརྒྱད། ལྷང་བ་  
འབྱུར་ངེས་བུ་གསུམ། གཙོ་བོར་གྱུར་པ་གསུམ་ལ་གཏུགས་ཤིང་། བྱེ་  
བྲག་དུ་འདུས་པ་འཕགས་ལུགས་དང་ཡེ་ཤེས་ཞབས་ལུགས་སོགས་ལ་  
མཁས་པའི་སྒྲ་མ་བདུན་བསྟེན་ནོ། །

སྒྲ་མ་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་མཆོག་དུ་གྱུར་བ་ནི་དཔལ་རྣམས་ལོ་པ་ཡིན་ལ།  
ངེས་རྒྱད་བྱད་པར་དུ་འཕགས་པ་བཞི་ལ་བརྟེན་ནས་གདམས་པ་བྱད་པར་  
ཅན་བཞི་ལྷང་བའི་ནང་ནས། དཔལ་གསང་བ་འདུས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་རིམ་  
ལྟ་གདན་ཐོག་གཅིག་དུ་རྫོགས་པར་བསྒྲོམ་པའི་མན་ངག་གནང་ཞེས་བ་ནི།  
རིམ་ལྟ་བསྐྱུས་པ་གསལ་བ་ནས་འབྱུང་བ་ལྟར་དུ་འབྲིད་པའི་མན་ངག་  
རྣམས་སོ། །

སྒྲ་མའི་གསུང་གི་འོད་ཟེར་བསྟན་པ་ཞེས་པའི་རིམ་ལྟའི་བྲིད་ཡིག་  
གཉིས་མེད་རྣམ་རྒྱལ་གྱི་རྒྱད་རྩུས་མ་ཆད་མར་བྱེད་ཅིང་། རྒྱད་རྒྱད་གི་  
བཤད་པ་བྱེད་པ་རྣམས་དང་མཐུན་ལ། མར་ལུགས་ཀྱི་གདམས་པ་བྲུངས་  
མ་རྣམས་དང་མི་མཐུན་པ་ཅིག་སྤང་བ་ནི། སྒྲ་མ་མར་པས་མཛད་ཟེར་བ་སྤང་

ཡང་ཁ་གཡར་འབའ་ཞིག་གོ། །རྗེ་མར་པའི་འདུས་པའི་གདམས་ངག་གི་བཀའ་  
བབས་པ་ནི་མཚུར་སྟོན་དབང་པོ་ཡིན་ལ། དེའི་སློབ་མའི་གཙུག་པོ་གསུམ་ནི།  
འཁོན་གདབ་གྲི་རྟེ་དང་། ཁམས་པ་རོ་མཉམ་རྫོ་རྗེ་དང་། འཆོས་སྟོན་བསོད་  
ནམས་རྒྱལ་མཚན་ནོ། །འཁོན་ལ་བྱར་ལྷ་བའི་མཁན་པོ་བྱ་སྒྲུང་པ་དང་། བྱ་བ་  
ཐོབ་ཞང་ཞུང་པ་ལ་སོགས་མང་དུ་བྱུང་ལ། བྱ་སྒྲུང་བ་ནས་གསེར་སྒྲིངས་  
པའི་བར་དུ་རིམ་གྱིས་བརྒྱད་ཅིང་། ཞང་ཞུང་པ་ནས་པོ་བ་ལྷུང་པའི་བར་དུ་  
རིམ་པ་བཞིན་བརྒྱད་དོ། །

བྱ་སྒྲུང་པ་མ་ཕྱོགས་གྱི་སྟུན་ཡང་ཡིན། སློབ་དཔོན་ཡང་ཡིན་པས། དེ་  
ལ་འཁོན་གྱིས་དབུ་སྒྲུང་བཞེས་ནས་གནང་བའི་མན་ངག་གི་གངས་དོན་བཞི་  
མར་སློས་པ་ལ། རིམ་ལྔ་གདན་རྫོགས་གྱི་དམར་ཁྲི། འཁོར་བ་ལྷོག་འཇུག་  
ལ་བཏེན་ཏེ་མ་རིག་པ་རྩད་ནས་གཙུག་པ་དང་། སྒྲུ་མ་གསུམ་རྒྱད་དང་། སྒྲུ་  
མ་བཅན་ཐབས་གྱི་མན་ངག་དང་། སྒྲིང་ཁའི་མི་ཤེགས་པའི་ཐེག་ལེ་ལ་བཏེན་  
ཏེ་འོད་གསལ་ངོས་བཟུང་བ། མཁྱོགས་འགྲོ་པོ་ཉའི་ལམ་ལས་རྒྱ། གསེབ་  
ལམ་ཆེ་ཆུང་། འཕོ་བ་གྲོང་འཇུག་གཏུམ་མོ། བསྐྱེ་བ་དུག་པ། བཅན་ཐབས་  
སངས་རྒྱས། འབྲས་བུ་སངས་རྒྱས་གྱི་བཞུགས་ཆུང་སོགས་མ་ལུས་པ་  
གནང་ཞེས་འབྱུང་ལ། གསེར་སྒྲིངས་པ་ཉིད་གྱིས་རིམ་ལྔའི་གདམས་ངག་གི་  
སྟོར་ལ། གཞུང་ཆོས་ཉིད་གསུམ་མཛད་པའི་རིམ་ལྔ་དོན་ལྔ་མ་དང་། དོན་



བཞི་མ་དང་། གདན་རྫོགས་དང་། འཁོར་ལོ་ཅན་ཏེ་ཆེ་བ་བཞི་ནི་རིམ་ལྔ་  
གདན་རྫོགས་ཀྱི་དམར་ཁིད་ཉིད་དུ་སྤང་ཞིང་། རིམ་ལྔ་འཁོར་ལོ་མེད་པ་དང་།  
སེམས་དཔའ་གསུམ་ཅེགས་དང་། རིམ་ལྔ་ཅིག་ཅར་བ་སྟེ། རིམ་ལྔ་ཆུང་བ་  
གསུམ་ནི་སྒྲགས་འཁོར་ཀྱི་སྒྲོར་མེད་པའི་དབང་དུ་བྱས་ལ། གསང་བ་བྱགས་  
རྒྱུད་ཀྱི་རིམ་ལྔ་ནི་རིམ་ལྔ་དངོས་དང་། ཆ་མ་བྱུན་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་རེ་རེ་ལ་བྱི་ནང་  
གསང་བ་གསུམ་གསུམ་དུ་བྱེ་བ་ཅ་མ་ཞིག་སྟེ་འབྲིད་རིམ་སྟོན་པ་ནི་མིན་  
ནོ། །ཆུང་བ་བཞི་པོ་དེ་སྤར་དངོས་སུ་སྒྲོས་པའི་གདམས་ངག་ནམས་ཀྱི་ནང་  
དུ་མ་བྱུང་ངོ། །སྤར་བ་ཤད་པའི་སྒྱུ་མ་གསུམ་རྒྱུད་ལ་གཞུང་གསུམ་དང་།  
འཕྲོ་བ་ལ་སྒྱུ་གསུམ་ཀྱི་འཕྲོ་བ་དང་། བཅན་ཐབས་ཀྱི་འཕྲོ་བ་གཉིས་སུ་བྱས་  
ལ། འོག་སྒྲོ་བདེ་ཆེན་ཞེས་པ་དང་ཕོ་ཉའི་ལམ་གཉིས་གཅིག་གོ།

དེ་ལ་དོན་ལྔ་མའི་དོན་ཆེན་དང་པོ་བཞི་ལ་ནི་མན་ངག་བྱར་ན་ཡོད་  
ཅིང་། གཞུང་དེར་ས་བཅད་བཏབ་པ་ཅ་མ་མ་གཏོགས་པ་མི་འཆད་པས། དོན་  
ཆེན་ལྔ་པ་རིམ་ལྔ་གདན་ཐོག་གཅིག་དུ་སྒྲོམ་པ་ལམ་རྟགས་དང་འབྲེལ་བའི་  
གདམས་པ་སྟོན་ནོ། །དོན་བཞི་མ་ནི་སྒྱུ་བ་པ་པོ་དང་གནས་དང་གྲོགས་དང་  
གདངས་པ་དངོས་ཏེ་བཞི་སྟོན་ལ། རིམ་ལྔ་གདན་ཐོག་གཅིག་དུ་སྒྲོམ་པའི་  
ཁོག་སྒྲུ་མ་དང་འདྲའོ། །རིམ་ལྔ་གདན་རྫོགས་ཞེས་པ་པ་རྒྱུད་ཡང་སྟོང་དུ་  
གྲགས་པ་ནི་དེ་ཉིད་ལས། གདམས་པ་ལ་ནི་དོན་དྲུག་ཡིན། །བསྐྱེད་རྫོགས་

གདན་གཅིག་སྟེང་བསྒྲུབ་དང་། །འཇུག་ཕྱོག་མ་རིག་ཅད་བཅད་དང་། །བདེ་  
བ་ལམ་དུ་བསྐྱང་བ་དང་། །གཏུམ་མོ་གྲོང་འཕོ་གྲོང་འཇུག་གོ། །ཞེས་བཤད་  
པ་དུག་དང་། རྒྱ་མ་བཅན་ཐབས་དང་། །གཉིད་ཀྱི་འོད་གསལ་འཛིན་པ་སྟེ་  
བརྒྱད་སྟོན་གྱང་། །གཙུག་པོ་རིམ་ལྔ་སྟེང་གཅིག་གི་སྟེང་དུ་སྒྲུབ་པའོ། །འཁོར་  
ལོ་ཅན་ལས་གྱང་། །རིམ་ལྔ་སྟེང་གཅིག་གི་སྟེང་དུ་སྒྲུབ་པ་ལ་སྤྱར་བཤད་པའོ་  
དོན་བཞིར་བྱས་ནས་སྟོན་པས་ན། །དེ་བཞི་ཀ་རིམ་ལྔ་གདན་ཐོག་ཅིག་ཏུ་  
རྫོགས་པར་སྒྲུབ་པའི་རིམ་ལྔ་གདན་རྫོགས་ཡིན་ནོ། །

མིང་དེ་ལྟར་འདོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། །རིམ་ལྔ་བསྐྱས་པ་ལས། །ཐེག་  
པ་སྣ་ཆོགས་པ་རོལ་བྱིན། །སྤྱི་པ་སྤྱི་དང་གནས་པ་སོགས། །དུས་ཀྱི་དབྱེ་  
བའི་བྱང་པར་གྱིས། །སྟེང་གཅིག་སྟེང་དུ་སྤྱར་ཏེ་བསྒྲུབ། །ཞེས་རིམ་ལྔ་སྟེང་  
གཅིག་གི་སྟེང་དུ་བསྒྲུབ་པར་གསུངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱས་སོ། །གདན་  
གཅིག་གི་སྟེང་དུ་རྫོགས་ཚུལ་ནི་འཁོར་ལོ་ཅན་ལས། །སྟེང་གཅིག་སྟེང་དུ་  
རིམ་པ་ལྔ། །འཁོར་ལོ་ཅན་དུ་རྫོགས་པ་ཡི། །མན་ངག་འདི་སྤྱར། །ཞེས་འབྱུང་  
བ་ལྟར་ཅ་ཆོག་ནས་འབྱུང་བ་བཞིན་དུ། །སྟེང་ཁར་སྤྱགས་འཁོར་བཀོད་ནས་  
སྒྲུབ་པ་དེའི་སྟེང་ནས་རིམ་པ་ལྔ་ཀའི་གདམས་ངག་གི་གནང་རྫོགས་པར་  
འགྱུར་བ་ལ་བཟུང་བ་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་གདན་རྫོགས་ལས། །རིམ་ལྔ་སྟེང་གཅིག་གི་སྟེང་དུ་སྒྲུབ་པ་

རྩོགས་པའི་མཐར། དེ་རྣམས་འཁོར་ལོ་ཅན་ཡིན་ནོ། །ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་དེ་  
བཞི་ཀ་འཁོར་ལོ་ཅན་ཡང་ཡིན་པས། རིམ་ལྡན་འཁོར་ལོ་ཅན་ཞེས་པའི་མན་  
ངག་བྱུང་དུ་འབྱུང་བ་ནི་སྤྱི་མིང་སྒྲོས་ལ་བཏགས་པའོ། །རིམ་ལྡན་སེམས་  
དཔའ་གསུམ་ཅེགས་དང་། རིམ་ལྡན་ཅིག་ཅར་བ་ལ་ཡང་སྤྱིང་ཁར་སྤྲགས་  
འཁོར་སྒྲོམ་པ་མེད་པས། རྩུང་བ་གསུམ་ག་ལ་འཁོར་ལོ་མེད་པ་ཞེས་བྱའི་  
གཅིག་ལ་འཁོར་ལོ་མེད་པ་ཞེས་པ་ནི་སྤྱི་མིང་སྒྲོས་ལ་བཏགས་པ་ཡིན་ཏེ།  
གདན་རྩོགས་ལས། སེམས་དཔའ་གསུམ་ཅེགས་ཀྱང་འཁོར་ལོ་མེད་པར་  
བཤད་པ་བཞིན་ནོ། །གསེར་སྤྱངས་པའི་མན་ངག་འདི་རྣམས་སྒྲ་མ་ཐ་དད་  
དམ། ལྡན་སྤྱིའི་གསུང་འགྲོས་མི་འདྲ་བ་ཡིན་ནམ། ཚུམ་པ་པོའི་སྤྱིའི་བྱང་པར་  
སྤྱིའི་དབང་གིས་ཡིན་པ་འདྲ་སྟེ། མི་མཐུན་པ་མང་དུ་སྤྱང་ཞིང་གིས་ནོར་  
རིང་དུ་བརྒྱད་པ་ཡང་མང་བར་སྤྱང་ངོ། །

དེས་ན་དེ་དག་གིས་རིམ་ལྡན་བསྐྱུས་པའི་དོན་བཤད་པ་རྣམས་ཙ་ཆིག་  
གི་དོན་དུ་སོང་མ་སོང་དང་། ད་ཀྱན་ཀྱང་ཙ་བཤད་ཀྱི་རྒྱད་དང་། ཡབ་སྐུས་  
ལྡེ་གཞུང་ཚོད་མེད་རྣམས་ལ་ལེགས་པར་གཏུགས་ནས། དེ་དག་ནས་  
དངོས་སུ་ཟེན་མ་ཟེན་དང་མ་ཟེན་པའི་རྣམ་དག་རྣམས་ཀྱང་དོན་ཐེབ་ལ་ཡོད་  
ལུགས་དང་། བརྒྱད་པ་རིངས་པའི་དབང་གིས་དང་པོའི་གདམས་ངག་གི་  
དགོངས་པ་ཅུང་ཟད་མ་འཁྱོར་བ་རྣམས་ཀྱི་མ་དག་པའི་རྒྱ་མཆན་རྣམས་

འདི་ལྟར་རོ། །ཞེས་བཤད་ན། མར་ལུགས་ཀྱི་འདུས་པའི་མན་ངག་གི་རྣམ་  
པ་རྫོགས་པར་ཐོན་པ་ཅིག་འོང་བར་མཐོང་བས་དེ་བཞིན་དུ་བཤད་པར་  
བྱའོ། །

འདི་ལ་རྩ་ཆེན་ཏུ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་རིམ་ལྔ་བཤད་པ་ངས་དགོས་པས་  
དེ་བཤད་ན། དེར་གཞི་ལུས་སེམས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་དང་། ལམ་བཟོད་པའི་  
རིམ་པ་དང་། འབྲས་བུ་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་རིམ་པ་གསུམ་དུ་བསྐྱུས་ནས།  
དང་པོ་ལ་ལུས་སེམས་སོ་སོ་བ་དང་། ཐུན་མོང་གི་གནས་ཚུལ་དང་། ལུས་  
ཀྱི་འཁོར་ལོ་བཞིའི་གནད་བཞི་དང་། སྒྲིམ་པའི་གནད་བཞི་དང་། བྱད་པར་དུ་  
སྦྱང་ཁ་གནད་ཆེ་བ་བསྟན་ཏེ། དེ་ཉིད་ལས། དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་ལམ་  
དང་ནི། །འབྲས་བུ་སྐྱེ་བའི་རིམ་པའོ། །དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་གཉིས་ཡིན་  
ཏེ། །སེམས་དང་ལུས་ཀྱི་གནས་ཐབས་ལས། །རགས་དང་སྤ་དང་ཤིན་ཏུ་  
སྤ། །ཐུན་མོང་དབྱེར་མེད་རིམ་ཤེས་བྱ། །གཉིད་དང་མི་ལམ་སྦྱོམས་འཇུག་  
པ། །ཐ་མལ་དུས་དང་རྣམ་པ་བཞི། །འཁོར་ལོ་བཞི་ཡི་བདག་ཉིད་ཀྱི། །རྩ་  
དང་ཐེག་ལེ་སེམས་ཤེས་པས། །ལུས་དང་དུས་དང་ཡུལ་རྒྱུད་གི་གནད་ནི་  
རྣམ་པ་བཞིར་ཤེས་བྱ། །བྲན་པ་སྣ་ཆོགས་རྣམ་ཏོག་རྣམས། །སེམས་ལས་  
ཡང་དག་འབྱུང་བས་ན། །རྣམ་ཤེས་སྟོག་ནི་འདུ་བའི་ཏེན། །སྦྱང་ཁར་སྤགས་  
ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྒྲིམ། །ཞེས་སོ། །

ལམ་ལ་གོང་འོག་ཏུ་རིམ་ལྔ་བཤད་ཐབས་ཁ་ཡེར་ཡོད་ཀྱང་སྟོགས་  
 གཅིག་ཏུ་བཤད་ན། དེ་ཉིད་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་ལྡན་སྒྲིམ་དང་། །ལྷག་  
 པའི་ལྷ་ཡི་རྣལ་འབྱོར་དང་། །ཤིན་ཏུ་རྣལ་འབྱོར་རྣལ་འབྱོར་ཆེ། །རྗེས་སུ་  
 རྣལ་འབྱོར་བཅས་པ་དག། ཉིང་འཛིན་རིམ་པ་ལྡན་པ་ཉིད། །བསྟེན་པ་ཉིང་  
 སྐྱབ་སྐྱབ་པ་ཆེ། །སྐྱབ་པའི་ངོ་བོ། །ཞེས་དང་། བསྐྱེད་པའི་རིམ་འདི་ལྷ་ཡི་  
 སྒྲ། །རྩོགས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་དགྱེལ་འཁོར་མཆོག། །རྣམ་པ་མངོན་དུ་བྱེད་པ་  
 གང་། །ལེགས་པར་བསྐྱབས་པས་མཐར་ཕྱིན་འགྱུར། །ལུས་དབེན་སྒྲང་བ་  
 སེམས་དང་ལུས། །རྒྱ་དང་མི་རྒྱའི་འཛིག་རྟེན་བཅས། །རིམ་པས་ལྷ་ཡི་  
 བདག་ཉིད་སྟོར། །རྩི་རྩི་འཆང་ཆེན་ལམ་དུ་བྱེད། །མོས་པ་ལས་བྱུང་ཉིང་ངེ་  
 འཛིན། །རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བའོ། །ཞེས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྐྱང་བ་  
 དང་། །སྒྲིམ་པའི་རྣལ་འབྱོར་སྒྲིམ་པ་སྟོན་དུ་བཏང་ནས་བསྐྱེད་རིམ་ལ་དགྱེལ་  
 འཁོར་གྱི་འཁོར་ལོ་ཆང་བ་ཅིག་བསྒྲིམས་ནས་མཐར་དབྱུང་བར་བཤད་  
 ཅིང་། དེ་ལྟར་བྱས་པའི་འོག་ཏུ་ལུས་དབེན་ལ་སྟོན་པར་བཤད་པས། ལུས་  
 དབེན་ལ་བསྐྱེད་རིམ་གྱི་ཆ་གཅིག་ཀྱང་ཡོད་མོད་ཀྱང་། ལུས་དབེན་ཐམས་  
 ཅད་བསྐྱེད་རིམ་དུ་འདོད་པ་དང་། །དོན་ལྡུ་མར་དགྱེལ་འཁོར་གྱི་འཁོར་ལོ་  
 བསྒྲིམ་པ་ལས་ཆོགས་སྐྱབ་པའི་ཐབས་ཡིན་པས། དེ་མི་སྒྲིམ་པར་དཔའ་བོ་  
 གཅིག་པ་བསྒྲིམ་ཞེས་པ་དང་། །དོན་བཞི་མར་དཔའ་བོ་གཅིག་པ་དང་།



དགྲིལ་འཁོར་གྱི་འཁོར་ལོ་སྒྲོམ་པ་གདམ་ངར་བྱས་པའི་སྤྲ་མའི་ལུགས་  
གཉིས་རང་གི་ཙྰ་ཆིག་དང་། རྒྱུད་དང་ཡབ་སྲས་ཀྱི་གཞུང་ཀྱན་དང་འགལ་  
བས་ཡིད་བརྟན་པར་མི་བྱ་ལ། ཡང་སྤྲགས་ཀྱི་སྐྱེ་ལ་བསྐྱེད་རིམ་དང་ཡེ་  
ཤེས་ཀྱི་སྐྱེ་གཉིས་སུ་འབྱེད་པ་དང་། ངག་དབེན་སྒྲོམ་པའི་རྟེན་གྱི་སྤྲ་སྐྱེ་  
པ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐྱར་བྱེད་པ་ཡང་ཡབ་སྲས་ཀྱི་གཞུང་དང་མི་མཐུན་ནོ། །སྦྱོང་  
བསྐྱས་ལས། རིགས་བརྒྱ་ལ་སོགས་པའི་ལུས་དབེན་བཞི་བཤད་ཀྱང་། ཙྰ་  
ཆིག་ལས། གསང་ཆེན་རིགས་གཅིག་གི་ལུས་དབེན་གཅིག་སུ་བཤད་པ་ནི།  
སྒྲོམ་པའི་ཆེ་དེ་བཞི་འཛིན་ནང་ནས་དེ་གཅིག་སུ་སྒྲོམ་པའི་དབང་དུ་བྱས་ལ།  
མན་ངག་བཞི་ལས་ཀྱང་། སྦྱོན་དུ་རྫོ་རྫོ་འཆང་ཡབ་ཡུམ་བྱུང་གཅིག་བསྒྲོམ་  
པར་བཤད་པ་ཡང་རིགས་གཅིག་གི་ལུས་དབེན་ནོ། །

དེ་ནས་ངག་དབེན་ལ་སྦྱོན་དུ་སྤྲགས་འཁོར་བསྒྲོམས་ནས་དེའི་འོག་  
ཏུ། འབྱུང་བ་བཞི་ཡི་རྒྱང་ནམས་ཉིད། །རྒྱང་དང་སྤྲགས་སུ་རབ་སྦྱོར་བས། །  
རྫོ་རྫོ་བཟུང་པ་སྦྱང་བར་བྱ། །འབྱུང་འཇུག་གནས་པ་ཉིད་དུ་བཤད། །ཅེས་  
དང་། རྒྱང་གི་འབྱུང་འཇུག་གནས་པ་གསུམ། །སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་རྫོ་རྫོ་  
ལས། །རྒྱང་སྤྲགས་མཉམ་པར་རབ་སྦྱོར་གང་། །རྫོ་རྫོ་བཟུང་པའི་རིམ་  
པའོ། །ཞེས་འཁོར་ལོའི་མི་ཤིགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡི་གེ་གསུམ་གྱི་རྫོར་  
བཟུང་ཉིད་བྱ་བར་བཤད་པའི་སྐབས་སུ་པད་འདབ་གསུམ་རིམ་དང་། དེ་ལ་

ཡི་གེ་འགོད་པ་རྒྱད་དང་འཕགས་སྒྲོར་གྱི་རྒྱ་གཞུང་གཞན་ནས་མ་བྱུང་  
ཡང་། རྒྱུང་འབྲུ་སྤྲ་བའི་དགོས་པའི་དོན་དུ་མཛད་པར་སྤྲང་བས་མན་ངག་ལ་  
མི་ཐོབ་པ་མིན་ནོ། །དོན་ལྡན་མ་དང་། གདན་རྫོགས་དང་། འཁོར་ལོ་ཅན་ལས་  
ངག་དབེན་གྱི་སྐབས་སུ་སྤྲགས་འཁོར་སྒྲོམ་པར་བཤའ་བ་རྩ་ཆོག་གི་  
ལུགས་ཡིན་གྱི།

དོན་བཞི་མར་སེམས་དབེན་གྱི་སྐབས་ཁོ་ནར་སྒྲོམ་པར་བཤའ་བ་  
མིན་ནོ། །དོར་བཞེས་བྱེད་ཚུལ་ནི་དོན་བཞི་མ་དང་འཁོར་ལོ་ཅན་བཞིན་དུ།  
ཡི་གེ་གསུམ་གྱི་དོར་བཞེས་ཉིད་བྱའི། དོན་ལྡན་མ་དང་གདན་རྫོགས་ལས།  
རྒྱུང་འབྲུང་འཇུག་ཉིར་གཅིག་རེ་ཅམ་སྤྲངས་པའི་འོག་དུ། རྒྱུང་ཁ་སྒྲོར་ཉིད་  
འཛིན་པ་དོར་བཞེས་དངོས་གཞིར་བྱེད་པ་དང་པོའི་མན་ངག་གི་དོན་མིན་  
ནོ། །

སེམས་དབེན་སྐྱེད་ཚུལ་ནི། རྩ་ཆོག་ལས། གསང་སྤྲགས་ལས་བྱུང་  
ནམ་པར་ཤེས། །སྤྲང་བ་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་ནི། ཡེ་ཤེས་འཇུག་ལྷོག་ངེས་  
པ་གང་། །སེམས་ལ་དམིགས་པའི་རིམ་པའོ། །ཞེས་དོར་བཞེས་གྱི་སྤྲགས་  
བཞེས་པ་དང་། འཁོར་ལོ་ལ་བཀོད་པའི་སྤྲགས་གྱི་ཡི་གེ་ལ་དམིགས་པ་  
ལས་སེམས་དབེན་གྱི་ཡེ་ཤེས་འཇུག་པ་ལུགས་མཐུན་དང་། ལྷོག་པ་  
ལུགས་བརྒྱུག་དུ་སྐྱེ་བར་བཤའ་ལ། ཡང་དེ་ཉིད་ལས། མཉམ་པ་ཉིད་དུ་

སེམས་བསྐྱམས་ཏེ། །མཉམ་གཞག་འཁོར་ལོའི་ལྷེ་བ་ཡི། །ཡེ་ཤེས་མཉམ་  
 བར་མཐོང་འགྱུར་བ། །ཉེ་བར་ཐོབ་པ་སྟོང་བ་ཆེ། །ཞེས་འཁོར་ལོ་ལ་བཀོད་  
 པའི་ཡི་གེ་ལ་དམིགས་པའི་སེམས་ལྷུ་ལ་གཞན་དུ་གཡེང་བ་བསྐྱམས་ཏེ།  
 སེམས་ཡི་གེ་ལ་ཞུགས་པ་ལྟ་བུའི་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་བྱས་ཏེ། མཉམ་པར་  
 བཞག་པ་གོམས་པ་ལས། འཁོར་ལོའི་ལྷེ་བའི་མི་ཤིགས་པ་ཨ་ཐུང་དང་  
 བཅས་པ་ལ་སེམས་ཞུགས་ནས་རོ་མཉམ་དུ་སོང་བ་ལས་སྟོང་བ་ཆེན་པོ་སྐྱེ་  
 བར་བཤད་ཅིང་། སྐྱེ་ཚུལ་ནི་དེ་ཉིད་ལས། དང་པོ་སྒྲིག་རྒྱ་ལྟ་བུའི་ཉམས། །  
 འོད་ཟེར་ལྟ་དང་བཅས་པ་འཆར། །གཉིས་པ་ལྷ་བ་ལྟ་བུ་དང་། །གསུམ་པ་ཉི་  
 མའི་འོད་གྱིས་འབྲིགས། །མཆོམས་སྤང་ལས་ནི་ཐོབ་པ་སྟེ། ཞེས་བཤད་པ་  
 རྣམས་ཡབ་སྐུ་གི་གཞུང་དང་ཤིན་ཏུ་མ་ཐུན་ནོ། །

གསེར་སྤྲངས་པའི་མན་ངག་ལས། སེམས་དབེན་སྐྱེད་པ་ན་གདམས་  
 ངག་ཆེ་བ་བཞི་ལས། རྒྱང་ཁ་སྐྱོར་འཛིན་པ་དང་། འཁོར་ལོའི་སྤྱད་རིམ་རེ་  
 སྒྲགས་ནས་བྱེད་པ་གཉིས་ཙ་ཆིག་ན་དངོས་སུ་མེད་ཀྱང་། མཐའི་ཡི་གེ་  
 རྣམས་དབུས་སུ་སྤྱད་པ་ནི་བྱ་དགོས་ལ། སྐབས་འདིར་རྒྱང་ཁ་སྐྱོར་འཛིན་  
 པ་འཕགས་སྐྱོར་གྱི་རྒྱ་གཞུང་རྣམས་ན་མེད་ཀྱང་མན་ངག་གིས་བྱེད་ནའང་  
 བྱར་བྱང་ངོ། །རིག་མ་ལ་བརྟན་ནས་སེམས་དབེན་སྐྱེད་ཐབས་ཙ་ནས་དངོས་  
 སུ་མ་བྱང་ཡང་། འོག་སྒོ་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ལམ་ཞེས་པ་མན་ངག་ལས་འབྱུང་

བ་དེ་ལ་ཡང་སྒྱུར་དུ་རུང་སྟེ། ཡབ་སྲས་ཀྱི་དགོངས་པས་ཕྱག་རྒྱ་ལ་བརྟེན་  
ནས་ཀྱང་སྐྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །མན་ངག་ཆེ་བ་བཞི་ལ་སྒྲགས་འཁོར་སྒྲོམ་པའི་  
སྐབས་དང་སྒྱུད་རིམ་སོགས་ལ་མི་མ་ཐུན་པ་འགའ་ཞིག་སྤང་བ་ནི་སྒྲ་མའི་  
གསུང་བཅོས་སྒྲ་ཕྱིའམ། ཅུ་མ་བ་པོའི་གོ་ལུགས་སྡེ་ཕྱིའི་བྱང་པར་དུ་སྤང་གི་  
དང་པོའི་མན་ངག་ལ་མི་མ་ཐུན་པ་བྱང་བ་མིན་ནོ། །མན་ངག་རྒྱུང་བ་གསུམ་  
ལ་སྒྱུད་རིམ་མི་མ་ཐུན་པ་གསུམ་འདུག་པ་ནི་མན་ངག་མི་གཅིག་པའི་  
ལུགས་སྒྲ་སྤང་ལ། དེ་གསུམ་དང་གསང་བ་ཕྱགས་རྒྱུད་ནི། ཡབ་སྲས་ཀྱི་  
གཞུང་ནའང་མི་སྤང་ལ། ཅ་ཆིག་ནའང་དེའི་གཞི་མི་སྤང་དོ། །སྒྲ་ལུས་ཀྱི་  
རིམ་པ་ནི་ཅ་ཆིག་ལས། རྒྱུང་དག་པས་ནི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི། །ཀྱན་རྫོབ་སྒྲ་མ་  
མའོན་དུ་བྱེད། ཅས་དང་། རྒྱུང་སེམས་ཅམ་ལས་བྱང་བ་ཡི། །སྒྲ་མའི་ལུས་  
ནི་སྤང་བར་བཅས། ཞེས་ཀྱན་རྟག་གི་རྒྱུང་དག་པ་ལས་ཀྱན་རྫོབ་སྒྲ་མ་ཡེ་  
ཤེས་ཀྱི་སྒྲ་སྒྲུབ་པ་དང་། དེ་ཡང་སྤང་པོ་རགས་པ་ལས་མིན་པར་སྤང་བའི་རྒྱུང་  
སེམས་ཅམ་ལས་སྒྲུབ་པར་བཤད་ལ། དེའི་མན་ངག་རྣམས་ལས་དེ་དང་  
མ་ཐུན་པ་དང་མི་མ་ཐུན་པར་བཤད་པ་གཉིས་སྤང་བ་རྣམས་དབྱེ་བར་བྱ་སྟེ།  
དེ་ནི་སྒྲ་ལུས་ཀྱི་དངོས་གཞི་དང་མཉམ་གཞག་སྒྲ་མའོ། །ཅ་ཆིག་ལས། ལམ་  
མཆོག་རིམ་པ་ལྟ་པོ་ཉིད། །པ་རོལ་ཕྱིན་དང་ཐེག་སྒྲ་ཆོགས། །སྤིད་པ་སྐྱེ་དང་  
ཉིན་ཞག་གཅིག །སྟན་གཅིག་སྟེང་དུ་སྒྱུར་ཏེ་བཤད། ཅས་ཉིན་ཞག་གཅིག་

དང་རིམ་ལྔ་སྐྱར་བའི་སྐབས་སུ་གཉིད་དང་མི་ལམ་དང་བསྐྱེ་བའི་གཞི་  
བསྟན་ལ། སྤྱི་བ་སྐྱེ་འཆིའི་རིམ་པ་དང་རིམ་ལྔ་སྐྱར་བའི་སྐབས་སུ་འཆི་བ་  
དང་བར་དོ་བསྐྱེ་བའི་གཞི་བསྟན་ནོ། །

ཡང་དེ་ཉིད་ལས། མི་ལམ་ལུས་ནི་རྣམ་སྐྱར་གྱིས། སྐྱེ་མར་མཆོན་  
པའི་དུས་གང་ལས། །ཡུལ་སྐྱར་ཀུན་རྫོབ་གང་འབྱུང་བ། །ཀུན་རྫོབ་སྐྱེ་མའི་  
རིམ་པའོ། །ཞེས་དང་། མི་ལམ་སྐྱེ་མ་གཅིག་ཏུ་སྐྱར་། །བར་དོ་རྣམ་གསུམ་  
བསྐྱེ་བར་བྱ། །ཞེས་མི་ལམ་དང་བསྐྱེ་བའི་གདམས་ངག་རྣམས་སྐྱེ་ལུས་ཀྱི་  
གདམས་ངག་ཏུ་བསྐྱུས་ལ། །བར་དོ་དང་བསྐྱེ་བ་ཡང་དེར་བསྐྱུས་སོ། །ཡང་  
གཉིད་དང་མི་ལམ་སྟོམས་འབྱུག་པ། །ཞེས་སོགས་སྐྱར་བྱངས་པ་རྣམས་  
ཀྱིས་གཉིད་དང་བསྐྱེ་བའི་གནད་སྟོང་ཁའི་འཁོར་ལོ་དང་། མི་ལམ་དང་བསྐྱེ་  
བའི་གནད་མགྱེན་པའི་འཁོར་ལོ་ན་ཡོད་པར་བཤའ་ནས། རི་ལྟར་བསྐྱེ་བའི་  
ཚུལ་གསལ་བར་མ་བཤའ་དོ། །མན་ངག་སྒྲ་མ་ལ་རག་ལས་པར་བྱ་བའི་  
སྐྱེ་བ་དུའོ། །དེ་ལྟར་བཤའ་བ་ལ་ནི་མི་ལམ་སྐྱར་སྟོབས་ཀྱིས་འཛིན་པ་དང་  
འདུན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་འཛིན་པའི་བྱང་པར་རྣམས་སྐྱེད་དགོས་སོ། །

གཞུང་དེ་རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེ་མ་གསུམ་རྒྱུད་ཀྱི་གཞུང་གསུམ་  
དང་། སྐྱེ་མ་བཅོན་ཐབས་དང་བཞིར་བྱས་པའི་དང་པོ་མཉམ་གཞག་སྐྱེ་མ་ལ་  
འཆད་ཚུལ་སྒྲ་ཆོགས་ཤིག་སྐྱར་ཡང་། སྐྱར་བཤའ་བ་ལྟར་སྐྱེ་མེམས་ཅམ་



ལས་བྱུང་པའི་སྐྱེ་ལ་བྱ་དགོས་སོ། །སྐྱེ་མ་བཅོན་ཐབས་ནི་མི་ལམ་སྐྱེ་མའི་  
ནང་ཆོན་ནོ། །

སྐྱེ་ལུས་ཀྱི་མན་ངག་ཏུ་བཤད་པའི་བར་དོ་སྐྱེ་མ་དང་བསྐྱེ་བ་ལ་ནི།  
བར་དོའི་སྒྲོན་དུ་འོང་བའི་འཆི་བའི་སྒྲོང་པ་རྣམས་དང་བསྐྱེ་དགོས་པ་  
གདམས་ངག་རྣམས་ཀྱི་དོན་དུ་ཡང་སྤང་ལ། དེ་ལྟར་དགོས་པ་ཡང་ཡིན་  
པས། འཆི་བའི་འོད་གསལ་དང་བསྐྱེ་བའི་མན་ངག་བཅོན་ཐབས་སངས་  
རྒྱས་སོགས་ཀྱང་བར་དོ་སྐྱེ་མའི་མན་ངག་གི་ཡན་ལག་ཏུ་བྱའོ། །མི་ལམ་ཀྱི་  
ལུས་སྐྱེ་ལུས་བཞིན་དུ་སྤང་བ་ལ་དེའི་སྒྲོན་དུ་སེམས་དབེན་དང་འབྲེ་བའི་  
སྒྲོང་པ་གསུམ་སྐྱེད་དགོས་ལ། དེ་ལ་མི་ལམ་ཀྱི་སྤྲོལ་གྱི་གཉིད་ཀྱི་སྒྲོང་པ་  
བཞི་འཛིན་པའི་གཉིད་ཀྱི་འོད་གསལ་སྒྲོན་དུ་བཏང་དགོས་པས། སྤྲོང་ཁར་  
མི་ཞེགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་མ་རིག་པ་རྩད་ནས་གཙོད་པ་སོགས་གཉིད་ཀྱི་  
འོད་གསལ་འཛིན་པའི་གདམས་ངག་རྣམས་ཀྱང་མི་ལམ་སྐྱེ་མའི་མན་ངག་  
གི་ཡན་ལག་ཏུ་བྱའོ། །

དེས་ན་དོན་སྤྲོ་མར་མི་ལམ་ཀྱི་སྒྲོན་དུ་གཉིད་ཀྱི་སྒྲོང་པ་བཞི་བཟུང་  
བའི་མཐར་མི་ལམ་ལ་འཇུག་པར་བཤད་པ་ལེགས་ལ། མགོན་པའི་བད་  
འདབ་ཀྱི་ཡི་གེ་བཞི་ལ་རིམ་པ་བཞིན་དུ་དམིགས་ནས། གཉིད་ཀྱི་སྒྲོང་པ་  
བཞི་འཛིན་ཞེས་པ་ནི། ལུགས་འདིའི་གཉིད་ཀྱི་འོད་གསལ་འཛིན་པའི་

གདམས་ངག་གཞན་དང་མི་མཐུན་ཞིང་མི་རིགས་སོ། །གཉིད་དང་འཆི་བའི་  
འོད་གསལ་འཛིན་པ་རྣམས་འོད་གསལ་འཛིན་པའི་གདམས་པ་ཡིན་པས།  
རིམ་པ་བཞི་པའི་མན་ངག་ཏུ་བྱ་དགོས་ཀྱི་རིམ་པ་གསུམ་པའི་མན་ངག་མིན་  
ནོ་སྟེ་ཏུ་མི་བཟུང་སྟེ། སྐྱུ་ལུས་མན་ཆད་ཏུ་དེ་འདྲ་བའི་དཔེའི་འོད་གསལ་  
ཏུ་མ་ཞིག་འོང་བའི་ཕྱིར་དོ། །དེས་ན་བཤད་པའི་སྐབས་སྐྱུ་ལུས་ཀྱི་སྐབས་  
སྐྱུ་བྱང་བས་དེར་བསྐྱུས་ཀྱི། དོན་དབང་བཅན་པར་བྱས་ན་དཔེན་པ་གསུམ་  
གའི་སྐབས་དང་འབྲེལ་ས་ཡོད་དོ། །རྩ་ཆོག་ལས། ལམ་སྐྱར་གཅོད་པ་འཕོ་  
བ་སྟེ། །ཁྲོང་ཏུ་འཇུག་པ་ཡན་ལག་གོ། །ཞེས་འབྱུང་བའི་མན་ངག་ཏུ་བྱས་  
ནས་སྐྱར་བའི་སྐྱུ་གསུམ་ཀྱི་འཕོ་བའི་ཆོས་སྐྱུ་དང་། འོངས་སྐྱུའི་འཕོ་བ་ནི་  
མིང་འཕོ་བར་བཏགས་ཀྱང་། དོན་འཆི་བ་དང་བར་དོ་དང་བསྐྱེ་བའི་ནང་ཏུ་  
འདུ་བས་ཟུར་ཏུ་མ་བཤད་ཀྱང་ཆོག་པར་སྤང་དོ། །སྐྱུ་ལ་སྐྱུའི་འཕོ་བ་དང་།  
བཅན་ཐབས་ཀྱི་འཕོ་བ་དང་། གསེབ་ལམ་ཀྱི་འཕོ་བ་གསུམ་ནི། འཕོ་བ་མང་  
ཉུང་མི་འདྲ་ཅུ་གསུམ་ཏུ་སྤང་ལ། གསེབ་ལམ་ཀྱི་མན་ངག་ལྷག་མ་རྣམས་  
ཀྱང་འཆི་བ་དང་བསྐྱེ་བ་དང་བར་དོ་དང་བསྐྱེ་བའི་ཁོངས་སུ་འདུས་ཀྱི་རྒྱས་  
པ་ལྷག་པོ་མི་སྤང་དོ། །ཁྲོང་འཇུག་གི་མན་ངག་སྐྱུ་བ་ལ་ནི་སྡོན་ཏུ་ཁྲོང་  
འཇུག་རྒྱས་པའི་རྒྱང་གི་རྒྱས་པ་རི་ཅུ་ཞིག་ཐོབ་པའི་སྐྱོང་ཚུལ་མི་སྤང་  
བས་དེ་ཟུར་ནས་བཅུ་དགོས་པར་སྤང་དོ། །རྩ་ཆོག་ལས། གཏུམ་མོའི་རྣལ་

འབྲེལ་སྒྲུབ་གིས་ཏེ། །བདེ་ཆེན་སེམས་ལ་དམིགས་པའོ། །མི་ལམ་སྒྲུ་མ་  
གཅིག་ཏུ་སྒྲུབ་། །བར་དོ་རྣམ་གསུམ་བསྐྱེད་བར་བྱ། །ཉོན་མོངས་ཡེ་ཤེས་  
ལམ་དུ་འགྱུར། །ཞེས་སོགས་བཤའ་པའི་མན་ངག་ཏུ་བྱས་ནས་གཏུམ་མོ་  
སྒྲིལ་བ་རིམ་ལྔ་དང་སྒྲུབ་བ་བྱས་སོ། །དེའི་དོན་ནི་དོར་བཞེས་ཀྱི་སྒྲུབ་གི་  
རྣམ་འབྲེལ་གྱིས་སེམས་དམིགས་འདྲན་པའི་དོད་གཏུམ་མོའི་རྣམ་འབྲེལ་  
དང་། དོར་བཞེས་ཀྱིས་དངས་པའི་སེམས་དམིགས་ཀྱི་དོད་གཏུམ་མོ་ལ་  
བརྟེན་ནས་དགའ་བཞི་སྒྲིལ་བ་ལ་བྱས་ནས། རིམ་བཤུག་མ་གསུམ་པ་རྒྱད་  
ནས་འབྲུང་བ་མ་རྒྱད་ཀྱི་གཏུམ་མོའི་ལམ་ལ་སྒྲོན་པའི་དོན་དུ་འདུག་གི། ལྷང་  
འདུག་གནས་གསུམ་ཡི་གོ་གསུམ་དང་སྒྲུབ་བ་དོར་བཞེས་དང་། ལྷེ་བར་  
དམིགས་ཤིང་ཉམས་བདེ་བ་སེམས་དམིགས་དང་། བདེ་དོད་ཉམས་སུ་སྒྲོང་  
ཡང་ཞེན་པ་མད་པ་སྒྲུ་ལུས་དང་། སྒྲུ་མ་ཅམ་དུ་ཡང་མི་དམིགས་པ་འོད་  
གསལ་དང་། བདེ་སྒྲོང་གཉིས་མེད་དུ་ཤར་བ་བྱང་འདུག་ཡིན་ཞེས་པ་དོན་  
དུ་མ་མཐོང་ངོ། །

དེ་ལྟར་ན་གཏུམ་མོ་ནི་མ་རྒྱད་ཀྱི་གདམས་ངག་ཡིན་ལ། ས་རྒྱད་ཁ་  
ཅིག་ལས་ཀྱང་འཕོ་བ་དང་གྲོང་འདུག་གི་རྣམ་གཞག་ཅུང་ཟད་བཤའ་བྱང་།  
རྣམ་ཤེས་འདོན་པའི་དམིགས་བཞི་བ་ཏུ་བཤའ་བ་མེད་པས། སྒྲུབ་བཤའ་  
པའི་འཕོ་བ་དང་གྲོང་འདུག་གི་མན་ངག་རྣམས་ནི་མ་རྒྱད་ལ་བརྟེན་པའོ། །ས་

རྒྱུད་ཀྱི་རིམ་ལྔ་བཤད་པའི་སྐབས་སུ་མ་རྒྱུད་ཀྱི་གདམས་མོ་སྒྲིམ་པ་ལ་རིམ་  
 ལྔ་སྦྱར་བ་ནི། རིམ་ལྔ་དངོས་དང་དེའི་དོད་ཐུབ་ཀྱི་ལམ་དུ་རྒྱུད་གཉིས་ཀྱི་  
 རྫོགས་རིམ་ཀྱན་འདུ་བར་བསྟན་པའི་སྤྱི་ཡོན་ལ། མ་རྒྱུད་ཀྱི་འཕོ་བ་དང་  
 གྲོང་འཇུག་འདིར་བསྟན་པ་ནི་མ་རྒྱུད་ཀྱི་གདམས་ངག་ལ་ཡང་དགོས་པར་  
 ལྟོན་པའོ། །བསྐྱེ་བ་དུག་གི་གཉིད་དང་མི་ལམ་དང་བསྐྱེ་བ་དང་འཆི་བ་དང་  
 བར་དོ་དང་བསྐྱེ་བ་བཞི་ནི་བསྐྱེ་བ་དེ་བཞིའི་གདམས་ངག་སྦྱར་བཤད་པ་དེ་  
 རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་འདུས་པས་ལོགས་སུ་མ་བཤད་ཀྱང་ཆོག་པར་སྒྲུང་ལ།  
 འདིའི་གཉིད་དང་འཆི་བ་དང་བསྐྱེ་བ་དང་། གསེབ་ལམ་ཀྱི་འཆི་ཁའི་གདམས་  
 ངག་ཡེ་ཤེས་ངོ་སྤྲོད་ཅེས་པའི་ཕྱག་རྒྱ་བཞི་ལྟར་ལ་ནི། རྒྱུད་གི་སྟོབས་ཀྱིས་  
 བསྐྱེ་བའི་སྒྲགས་ཀྱི་ལམ་ཐུན་མོང་མེད་པ་དང་། ཉིང་ངེ་འཛིན་ཐུན་མོང་བའི་  
 རྣམ་གཞག་གཉིས་སྤྱེད་དགོས་པར་སྒྲུང་ངོ། །སྟོབས་འཇུག་དང་བདེ་སྟོང་  
 བསྐྱེ་བ་དང་། ལོངས་སྤྲོད་དང་བདེ་སྟོང་བསྐྱེ་བ་ཞེས་པ་ལ་ཡང་རྒྱས་པ་ལྟག་  
 པོ་མི་སྒྲུང་ངོ། །འཁོར་བ་སྤོག་འཇུག་ལ་བརྟེན་ནས་མ་རིག་པ་རྩད་ནས་  
 གཙོད་པ་དང་། འབྲས་བུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཞུགས་ཚུལ་གཉིས་ཀྱི་མན་ངག་  
 གི་གཞི་ནི་རྩ་ཆོག་ལ་མེད་ལ། སྤྱི་མ་ནི་སྦྱུ་ལུས་ཀྱི་མན་ངག་གི་ཡན་ལག་  
 དང་སྤྱི་མ་ནི་བསྐྱེད་རིམ་དང་བཅས་པའི་རིམ་པ་དུག་གིས་སྦྱུ་བཞི་གང་  
 འབྲུབ་སྟོན་པས་རིམ་པ་རྣམས་ཀྱི་འབྲས་བུའོ། །

རིམ་པ་ཐ་མ་གཉིས་ནི་རྩ་ཆོག་ལས།      རང་བཞིན་ཤེས་པའི་བསམ་  
 གཏན་ལས། །ཐབས་ལས་མ་བསྐྱེད་ཏིང་ངེ་འཛིན། །རང་གསལ་ངོ་བོ་མི་རྟོག་  
 པ། འོད་གསལ་དོན་དམ་རིམ་པའོ། །བསམ་གཏན་མེས་སྐྱེད་ས་ལྟ་ཡི་སྒྲ། །  
 རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་དག་པའི་ལུས། །སྐྱེད་གཞི་སྦྱོང་བྱེད་བྲལ་བར་གནས། །  
 ཟུང་དུ་འཇུག་པའི་རིམ་པའོ། །ཞེས་དང་། བྱི་ནང་མདོན་པར་བྱང་ཆུབ་ཆུ་ལ།  
 རྣལ་འབྱོར་ཐོབ་པས་བསམ་གཏན་གནས། །འཇུག་དང་འབྱུང་བ་མ་བརྟགས་  
 པར། །སྦྱོར་ཆུ་ལ་ཡེ་ཤེས་དེས་འཐོབ་པོ། །ལྟ་དང་ཉམས་སྦྱོང་ལུས་དང་ངག། །  
 བསམ་གཏན་མཉམ་རྗེས་སྦྱོང་པ་དང་། །སྦྱོབ་དང་མི་སྦྱོབ་གཉིས་མེད་  
 ཅིང་། །རབ་ཏུ་མི་གནས་ཟུང་དུ་འཇུག །ཅེས་བྱི་ནང་གི་བྱང་ཆུབ་པ་གཉིས་  
 དང་། དེ་འདྲེན་པའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་མན་ངག་ཐོབ་པས། བསམ་གཏན་གཉིས་  
 ལ་གནས་ནས་སྦྱོང་པའི་ཆུ་ལ་དེས་འོད་གསལ་གྱི་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་པ་དང་། སྦྱོ་  
 ལུས་འོད་གསལ་གྱི་བསམ་གཏན་གྱི་མེས་སྐྱེད་ས་པའི་དག་པའི་ལྟ་སྦྱོར་རང་  
 བྱུང་གི་ཡེ་ཤེས་ལུས་རགས་པ་ལས་ལོགས་སུ་བྱེ་བ་ཟུང་འཇུག་ཏུ་བསྟན་  
 ཏེ། ཡབ་སྲས་གྱི་གཞུང་དང་ཤེན་ཏུ་མཐུན་པས་དེ་ལྟར་བྱ་དགོས་སོ། །  
 ཐབས་ལས་མ་བསྐྱེད་པ་ནི་འབྱུང་འཇུག་མ་བརྟགས་པར་ཐོབ་པའི་དོན་ཡིན་  
 ལ། དེ་ནི་དོན་གྱི་འོད་གསལ་མདོན་དུ་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་སྣ་བྱུག་གི་ཆུང་གི་  
 འབྱུང་འཇུག་མ་བརྟགས་པའམ།      ཡང་ན་ལུགས་མཐུན་དུ་འཇུག་པ་དང་



ལུགས་བརྒྱུག་ཏུ་འབྱུང་བ་སྒྲོས་བརྟགས་ནས་འཐོབ་པ་མིན་པའོ། །ལྟ་དང་  
ཞེས་སོགས་ནི་གཉིས་ཆོས་སུ་འབྱེད་པའི་བདེན་འཛིན་གྱི་རྟོག་པ་རྣམས་  
ཟད་ནས། རྟོག་པ་དེ་དག་གིས་མི་བྱེད་པའི་གཉིས་མེད་ཀྱི་བྱང་འཇུག་ཏུ་  
སོང་བ་རིམ་ལྔ་ལས་མང་དུ་གསུངས་པའོ། །ཅ་ཆིག་ཏུ་རྒྱད་ཀྱི་མ་ལས་  
གསུངས་པའི་ཡན་ལག་དྲུག་གི་དབྱེ་བ་ཅ་མ་ཞིག་བཤའ་བ་ནི་དེ་དང་རིམ་བ་  
དྲུག་པོ་དོན་གཅིག་ཏུ་བཤའ་དགོས་པའི་དོན་ནོ། །

དེ་ལྟར་ན་རིམ་ལྔའི་གདམས་ངག་ཆེ་བ་བཞི་བྲིད་རིམ་གཅིག་ཏུ་བྲིལ་  
ནས་རྒྱུད་བ་བཞི་དང་། མ་རྒྱུད་ཀྱི་གདམས་ངག་རྣམས་མ་གཏོགས་པའི་ཁ་  
འཐོར་བ་རྣམས་གཅིག་ཏུ་བྲིལ་བ་དེའི་ཐད་ཀ་གང་དུ་འོང་ལེགས་པར་  
བསྐྱེགས་ནས། བྲིད་ཡིག་གཅིག་ཏུ་བྲས་ན་ཤིན་ཏུ་ལེགས་པར་སྒྲུང་ལ། དེ་  
ལྟར་བྲས་པའི་ཆེ་གདམས་ངག་གི་ཡི་གེ་རྣམས་ལ་ཐན་ཚུན་མི་མ་ཐུན་པ་  
འགའ་རེ་སྒྲུང་བ་རྣམས་གང་ལ་ཆོད་མར་བྱ་རྒྱུ་ཡིན་དང་། ཅ་ཆིག་དང་ཡབ་  
སྲས་ཀྱི་གཞུང་དང་འགའ་བའི་མ་དག་པ་ཐན་ཐུན་སྒྲུང་བ་རྣམས་ལེགས་  
པར་དབྱེད་པ་དང་། ཐན་ཐུན་འགའ་ཞིག་མ་གཏོགས་པ་རྣམས་ཅ་ཆིག་གི་  
དོན་ཉིད་དུ་སྒྲུང་ཞིང་། དེ་རྣམས་ཅ་བཤའ་ཀྱི་རྒྱུད་དང་ཡབ་སྲས་ཀྱི་གཞུང་  
ཅེད་མེད་རྣམས་དང་གཏུགས་ཏེ་གསལ་དུ་བཏང་ནས། ཅ་ཆིག་གི་སྟོང་ནས་  
བྲིད་ཡིག་གཅིག་ཏུ་བྲས་ན། སྟོན་ཀྱི་གདམས་ངག་རྟོང་བ་རྣམས་ཁ་མི་

འཛོམ་བར་རིང་དུ་གནས་པ་དང་། མར་ལུགས་ཀྱི་གདམས་ངག་གི་གནད་  
ཐམས་ཅད་རྫོགས་ཤིང་། རིམ་ལྡེའི་གདམས་ངག་ཚུང་བ་རྣམས་ཀྱི་གནད་  
ཀྱང་ལྟག་དང་བཅས་པ་ཆང་བ་ཅིག་འོང་བས་རིམ་ལྡེའི་བྲིད་ཡིག་རྒྱས་པ་  
གཅིག་ཏུ་བསྒྲིག་པར་བྱའོ། །མར་ལུགས་ཀྱི་འདུས་པའི་གདམས་ངག་ཐོར་  
བུ་བ་རྣམས་བྲིད་ཡིག་གཅིག་ཏུ་སྒྲིག་ལུགས་བསྟན་པའོ།

༥ རྩེ་བཙུན་དམ་པ་ཐུགས་རྩེ་ཆེན་པོ་དང་ལྷན་པ་རྣམས་ཀྱི་

ཞབས་ལ་གྲུས་པས་ཐུག་འཆའ་ལོ། །

༡༡། །རྒྱད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་རྫོགས་པའི་  
རིམ་པ་རིམ་ལྔ་གདན་རྫོགས་ཀྱི་དམར་བྲིད་ལ་གཉིས། གདམས་ངག་གི་  
སྟོན་དུ་འགྲོ་བ་དང་། གདམས་པ་དངོས་སོ། །

དང་པོ་(གདམས་ངག་གི་སྟོན་དུ་འགྲོ་བ།)ལ་གཉིས།

སྤྱི་ལོ་སྟོན་འགྲོ་དང་། བྱད་པར་ཀྱི་སྟོན་འགྲོ་ལོ། །

དང་པོ་(སྤྱི་ལོ་སྟོན་འགྲོ་)ནི།

ལམ་ཐུན་མོང་བས་རྒྱད་ལེགས་པར་སྦྱོང་བ་དང་། རྣམ་པར་དག་པའི་  
དབང་རྫོགས་པས་སྟོན་རུང་དུ་སྦྱབ་པ་དང་། དེའི་དུས་སུ་ཁས་སྤངས་པའི་  
དམ་ཆིག་དང་སྟོམ་པ་རྣམ་པར་དག་པར་བྱེད་པ་ནི། རྫོགས་རིམ་ཀྱི་སྟོན་  
འགྲོའི་མཆོག་ཏུ་ཤེས་པར་བྱས་ལ། ཉམས་འོག་ཏུ་ཆུད་པར་བྱའོ། །

དེ་ནས་བསྐྱེད་རིམ་སྤྲ་རགས་མཐར་ཕྱིན་པ་ཡིན་ན། མཆོམས་འདི་  
ནས་ལུས་དབེན་ཉིད་ལ་འབྲེལ་བ་ཡིན་ལ་དེ་ལྟ་མིན་ན་བསྐྱེད་རིམ་རྒྱས་  
བསྐྱས་གཉིས་གཞན་དུ་བཤད་པ་བཞིན་དུ་གང་རུང་རོ་སྟོམ་པ་སྟོན་དུ་

གཏང་ཡིན་བྲ། ལམ་ཐུན་མོང་བའི་དལ་འབྱོར་ཐོབ་པ་དོན་ཆེ་བ་དང་། འེན་  
 ཏུ་ཉིད་དཀའ་བའི་ཚུལ་བསྐྱོམས་ལ་སྤྱིང་པོ་ལེན་འདོད་ཆེན་པོ་བསྐྱེད། དལ་  
 འབྱོར་ཐོབ་པ་སྐྱུར་དུ་འཛིག་པའི་ཆེ་བ་རྗེས་སུ་བྱན་པ་དང་། འེན་ས་ངན་  
 འབྱོར་སྤང་ན་རི་ལྟར་འབྱུར་གྱི་ངན་འབྱོའི་སྤྱག་བསྐྱེད་བསམས་ལ། ཆོས་  
 མིན་པ་བྱ་རྒྱ་མེད་པར་ཐག་བཅད་ཅིང་འཛིགས་པ་བྱན་པས་རྒྱ་བྱས་པའི་  
 སྤྱབས་སུ་འགོ་བ་རྒྱད་དང་འདྲེས་ངེས་པ་དང་། དགོ་སྤྱིག་ལས་བདེ་སྤྱག་  
 འབྱུང་བའི་ལས་འབྲས་ལ་ངེས་པ་བརྟན་པོ་བསྐྱེད། འཁོར་བ་མཐའ་དག་གི་  
 ཉེས་དམིགས་བསམས་ལ་སྤྱིད་པ་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་འདོད་བྲག་པོ་  
 བསྐྱེད། རང་ཉིད་སྤྱིད་འཆོར་སྤང་བ་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱང་དེ་དང་  
 འབྲ་བར་བལྟ་ཞིང་། དེ་རྣམས་ཀྱང་རང་གི་མ་ཡིན་པ་དང་། མ་བྱས་ངེས་  
 གྱིས་ཕན་པ་བསྐྱབས་ཞིང་། གཞོད་པ་བསལ་བའི་བྱིན་ཆེ་བ་དང་། དེ་ལ་ལན་  
 ཏུ་ཕན་འདོགས་པའི་བྱིན་དུ་གཞོ་བའི་སྒོ་བརྟན་པོ་བསྐྱེད་ནས། དེ་ནས་དེ་  
 རྣམས་བདེ་བས་ཐོངས་པའི་ཐོངས་ལྷགས་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱིས་མནར་  
 བའི་མནར་ལྷགས་རྣམས་བསམ་ལ། དེ་རྣམས་ཅི་ནས་ཀྱང་བདག་གིས་བདེ་  
 བ་མཐའ་དག་ལ་དགོད་པ་དང་སྤྱག་བསྐྱེད་མཐའ་དག་ལས་བསྐྱེད་བར་བྱའོ་  
 སྤམ་པའི་འདུན་པ་བྲག་པོ་བསྐྱེད། དེ་ནས་དོན་དེ་གཉིས་རྫོགས་པར་སྐྱབ་པ་  
 བྱི་སངས་རྒྱས་ཉག་གཅིག་དུ་མཐོང་ནས། དེ་རྣམས་ཀྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་

ཐོབ་འདོད་གི་སྒྲིའི་འགྱུར་བ་དག་པོའི་སྒྲོན་ས་བྱང་ཚུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད། དེ་  
འདྲ་བའི་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པའི་དོན་དུ་ལམ་འདི་དང་འདི་ལ་བསྐྱབ་པར་  
བྱའོ། །སྙམ་པའི་ལམ་ལ་བརྟེན་པའི་ཡི་དམ་བརྟེན་པོ་ཡང་དང་ཡང་དུ་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(ཐུད་པར་གི་སྒྲོན་འགྲོ།)ལ་གཉིས།

སྤྲིག་སྐྱབ་དག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དོ་རྗེ་སེམས་དཔའི་བསྐྱོམ་བཞུས་བྱ་  
བ་དང་། ཕྱིན་རྒྱབས་འཇུག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་བསྐྱོམས་  
ནས་མཆེད་པའོ། །

དང་པོ་(སྤྲིག་སྐྱབ་དག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དོ་རྗེ་སེམས་དཔའི་བསྐྱོམ་བཞུས་བྱ་བ།)ནི།

སྤྱིར་པོ་རྒྱན་ལས། སངས་རྒྱས་ཀུན་གྱི་སྐྱེ་གཅིག་ལྟ། །པད་དཀར་ཆ་  
བའི་དབྱས་གནས་ཤིང་། །དོ་རྗེ་བྲིལ་བྱ་རྒྱན་སྤྲས་པའི། །དོ་རྗེ་སེམས་དཔའ་  
ལེགས་དམིགས་ཤིང་། །ཡི་གེ་བརྒྱ་པ་ཆོ་ག་བཞིན། །ཉི་ཤུ་ཅ་ནི་རེ་རེ་  
བཞུས། །ལྷུང་སོགས་ཕྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་གྱུར་པས། །འཕེལ་བ་རུ་ནི་མི་  
འགྱུར་ཞེས། །གྲུབ་པ་མཆོག་རྣམས་ཀྱིས་བཤད་པས། །ཐུན་མཆོམས་སུ་ནི་  
སྤྱད་པར་བྱ། །འབྱམ་སྤྲག་ཏུ་ནི་བཞུས་གྱུར་ན། །རྣམ་པར་དག་པའི་བདག་  
ཉིད་འགྱུར། །ཞེས་ཐུན་མཆོམས་སུ་དོར་སེམས་བསྐྱོམས་ནས་ཡིག་བརྒྱ་  
ཉིད་གཅིག་རེ་མ་ཆག་པར་བཞུས་ན་ལྷུང་བ་མི་འཕེལ་བ་དང་། །འབྱམ་སྤྲག་  
གཅིག་བཞུས་ན་ཉིས་པ་རྣམས་འདག་པར་གྲུབ་པར་མཆོག་བརྟེན་པ་རྣམས་



གྱིས་གསུངས་པས་དེ་ལྟར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་དུ་དགོས་པ་དེ་  
གཉིས་ཀྱི་ཕྱིར་དུ་རྟོག་སེམས་ཀྱི་བསྐྱོམ་བཞུས་བྱའོ། །

འདི་ལ་རང་ཉིད་རྟོག་སེམས་སུ་བསྐྱོམས་ནས་བྱས་པས་ཆོག་མོད་  
གྲང་སྒྲ་མ་རྣམས་ཀྱི་ཕྱག་བཞེས་ལ་སྦྱི་བོར་བསྐྱོམས་ནས་མཛད་པས་དེ་  
ལྟར་བྱ་བའི་རིམ་པ་ནི། རང་གི་སྦྱི་བོར་ཕི་ལས་པད་མ་དཀར་པོ། ཞུམ་ལས་  
སྒྲ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཀྱི་སྟེང་དུ། རྩྱུ་ལས་རྟོ་རྩེ་ཅེ་ལྷ་པ་དཀར་པོ་སྟེ་བ་ལ་རྩྱུ་  
གིས་མཆན་པ། དེ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་དོན་གཉིས་བྱས། ཚུར་འདུས་  
ཡོངས་སུ་གྱུར་པ་ལས། རྟོ་རྩེ་སེམས་དབང་སྦྱུ་མདོག་དཀར་པོ་གཡས་རྟོ་  
རྩེ། གཡོན་དེལ་བྱ་འཛིན་པ། དུམ་རྟོ་རྩེ་དབྱིངས་ཀྱི་དབང་ཕྱག་མ་སྦྱུ་མདོག་  
དཀར་མོ་རྟོ་རྩེ་དང་དེལ་བྱ་འཛིན་པས་འབྱུང་པ། རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་སྒྲ་  
ཆོགས་པས་སྦྱས་པ། མཆན་དང་དཔེ་བྱད་དང་ལྗན་པ། རྟོ་རྩེ་སྦྱིལ་གྱུང་གིས་  
བཞུགས་པ་བསྐྱེད་ལ། དེའི་ཕྱགས་ཀར་སྒྲ་བའི་སྟེང་དུ་རྩྱུ་དཀར་པོ་བསམ།  
དེ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་རང་འདྲའི་ཡེ་ཤེས་སེམས་དབང་སྦྱུན་བྲངས་པ་ལ་  
མཆོད་པ་ལྡས་མཆོད། རུམ་རྩྱུ་ཕི་རྟོམ་དབྱགས་གཞུག་བཅིང་མཉེས་པར་བྱ།  
ཡང་ཕྱགས་ཀའི་རྩྱུ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། དབང་བསྦྱར་གྱི་ལྷ་རྣམས་སྦྱུན་  
བྲངས་པ་ལ་མཆོད་ནས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་གྱིས་མདོན་པར་  
དབང་བསྦྱར་དུ་གསོལ་ཞེས་གསོལ་བ་བཏབ་པས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་

རྣམས་ཀྱིས་དབང་བསྐྱར་བའི་དགོངས་པ་མཛད། དུམ་རྣམས་ཀྱིས་རིན་པོ་  
 ཆེའི་བུམ་པ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདུད་ཅིས་གང་བ་ཐོགས་ནས། རི་ལྷར་བལྟམས་པ་  
 སོགས་དང་། ཞོ་སར་ཏ་སྤྲ་ག་ཏ་ཨ་ཉེ་ཤེ་ཏ་ས་མ་ཡ་ཤྱེ་ཡེ་རྩྱུ་ཞེས་པས་  
 དབང་བསྐྱར་ལུས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདུད་ཅིས་གང་། མི་བསྐྱོད་པས་དབུ་བརྒྱན་  
 པར་བསམ། དེ་ནས་སྒོ་གསུམ་གྲུས་པ་ཆེན་པོས། བཙམ་ལྷན་འདས་དོ་རྩེ་  
 སེམས་དཔའ་བདག་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྡིག་སྒྲིབ་དང་དམ་ཆོག་ཉམས་  
 ཆགས་ཐམས་ཅད་དག་པར་མཛད་དུ་གསོལ། ཞེས་གསོལ་བ་བཏབ་པས་  
 ཐུགས་ཀའི་རྩྱུ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཕོག། །དེ་  
 དག་གི་སྡིག་སྒྲིབ་ཉེས་ལྷུང་ཐམས་ཅད་དག་པར་བྱས། ཐུགས་བརྩེ་སངས་  
 རྒྱས་སྤྲས་བཙས་ཐམས་ཅད་ལ་མཉེས་པའི་མཆོད་པ་ལུལ། དེ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེ་  
 གསུང་ཐུགས་ཡོན་ཏན་འཕྲིན་ལས་ཐམས་ཅད་འོད་ཟེར་གྱི་རྣམ་པར་བསྐྱུས་  
 བས། ཐུགས་ཀའི་རྩྱུ་ལ་ཐེམ་པས་གཟི་བརྒྱུད་དང་མཐུ་སྟོབས་ལུན་སུམ་  
 ཆོགས་པར་གྱུར་པར་བསམས་ལ། རྩྱུ་གི་མཐའ་མར། ཞོ་བཟླ་སར་ས་མ་ཡ།  
 མ་རུ་སྤ་ལ་ཡ། བཟླ་སར་རྩེ་ལོ་པ་ཉིལ། རི་རྩོ་མེ་རྩ་བ། སུ་ཏོ་ཕྱོ་མེ་རྩ་བ། ཨ་  
 རུ་རྩ་མེ་རྩ་བ། སུ་པོ་ཕྱོ་མེ་རྩ་བ། སར་སི་རྩི་སྡེ་པ་ཡ་ཙུ། སར་ཀམ་སུ་ཙ་  
 མེ། ཅི་རྩྱུ་ཤྱི་ཡི་ཀུ་རུ་རྩྱུ། ཏ་ཏ་ཏ་ཏ་ཏོ། རྩ་ག་ཕ་ན་སར་ཏ་སྤྲ་ག་ཏ། བཟླ་མ་  
 མེ་ལུལ། བརྩི་རྩ་བ་མར་ས་མ་ཡ་སར་ལྷུང་། རྩྱུ་པལ། ཅེས་པས་བསྐྱོར་བ་ལ་

དམིགས་ཏེ་བཞུས་པས་ཡིག་འབྲུ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་སེམས་ཅན་གྱི་སྒྲིག་  
 སྒྲིབ་སྤྲུངས། སངས་རྒྱས་སྤྲུལ་བཅས་ལ་མཆོད་པ་བསམ་གྱིས་མི་བྲུབ་པ་  
 ལུལ། སྐྱོ་གསུང་ཐུགས་གྱི་བྱིན་བརྒྱབས་བསྐྱུས་ནས་ཡིག་འབྲུ་ལ་བེམ་པས།  
 ཡིག་འབྲུ་ལས་བདུད་ཅིའི་རྒྱན་དཀར་པོ་བྱུང་། ཡབ་ཡུམ་གྱི་སྦྱོར་མཆོམས་  
 ལས་བབས་ནས། རང་གི་སྦྱི་པོ་ཆངས་པའི་བྱ་ག་ནས་ཞུགས་ཏེ་སྒྲོ་གསུམ་  
 གྱི་སྒྲིག་སྒྲིབ་ཐམས་ཅད་དབང་པོའི་སྒྲོ་དང་བ་སྦྱའི་བྱ་ག་ནས་ནག་སྤྲུངས་  
 གྱིས་འཐན། སྒྲིག་སྒྲིབ་སངས་གྱིས་དག །ལུས་ཐམས་ཅད་ཡེ་ཤེས་གྱི་བདུད་  
 ཅིའི་རྒྱན་གྱིས་དཀར་མེར་གྱིས་གང་། རྟོགས་པ་དང་ཡོན་ཏན་བདག་གཞན་  
 ཐམས་ཅད་ལ་སྦྱེས་པར་བསམ་ཞིང་བཞུས་སོ། །ཐུན་འཛོག་ཁར་སྟོབས་  
 བཞིའི་བཤའ་གས་པ་བྱས་ལ། སྒྲིག་སྒྲིབ་གྱི་འཁོར་གསུམ་མི་དམིགས་པར་  
 བསྒྲོམ་ཞིང་། བདག་ནི་མི་ཤེས་སྒྲོངས་པ་ཡིས། །དམ་ཆིག་ལས་ནི་འགལ་  
 ཞིང་ཉམས། །སྒྲ་མ་མགོན་པོས་སྐྱབས་མཛེད་ཅིག །གཙོ་བོ་རྩི་རྩི་འཛིན་པ་  
 རྟེ། །ཐུགས་རྩི་ཆེན་པོའི་བདག་ཉིད་ཅན། །འགྲོ་བའི་གཙོ་ལ་བདག་སྐྱབས་  
 མཆི། ཞེས་གསོལ་བ་བཏབ་པས། རྩི་རྩི་སེམས་དཔའི་ཞལ་ནས་རིགས་གྱི་  
 བྱ་ཁྲིད་གྱི་སྒྲིག་སྒྲིབ་དང་། དམ་ཆིག་ཉམས་ཆགས་ཐམས་ཅད་དག་གོ། །ཞེས་  
 གསུང་ནས་རང་ལ་བེམ་པས་རང་གི་སྒྲོ་གསུམ་དང་རྩི་རྩི་སེམས་དཔའི་སྐྱོ་  
 གསུང་ཐུགས་དབྱེར་མེད་དུ་གྱུར་པར་བསམས་ལ། དགོ་བའི་རྩ་བ་བསྐྱོ་བ་

དང་སྟོན་ལམ་གདབ་བོ། །

གཉིས་པ་(ཕྱིན་རྒྱལས་འདུག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་སྒྲ་མའི་ནལ་འབྱོར་བསྟོམས་ནས་མཆོད་པ།)ལ་གཉིས།

ཆོགས་ཞིང་དུ་སྒྲ་མ་བསྟོམ་པ་དང་། དེ་ལ་མཆོད་ནས་གསོལ་བ་  
གདབ་པའོ། །

དང་པོ་(ཆོགས་ཞིང་དུ་སྒྲ་མ་བསྟོམ་པ།)ནི།

མདུན་གྱི་ནམ་མཁར་རིན་པོ་ཆའི་ཁྲི་སང་གོས་བཏེག་པའི་སྟོང་ན་  
པར་དང་ཉི་མའི་གདན་ལ། རོ་བོ་རང་གི་སྒྲ་མ་ལ་ནམ་པ་རིགས་དུག་པ་དོ་རྩེ་  
འཆང་སྐྱ་མདོག་སྟོན་པོ་ཞལ་གསུམ་ཕྱག་དུག་པའམ། ཞལ་གཅིག་ཕྱག་  
གཉིས་གྱི་གཡས་དོ་རྩེ་གཡོན་དེལ་བྱ་འཛིན་པས། རང་དང་འབྲ་བའི་ཡུམ་  
རེག་བྱ་དོ་རྩེ་མ་ལ་འབྱུང་པ། ལྷ་རྩལ་གྱི་གོས་གྱི་སྟོང་གཡོགས་དང་སྦྲད་  
གཡོགས་ཅན་རིན་པོ་ཆའི་རྒྱན་བརྒྱད་གྱིས་བརྒྱན་པ། ཞབས་དོ་རྩེ་སྦྱེལ་  
ཁྱུང་གིས་བཞུགས་པ། འོད་ཟེར་ནམ་པ་ལྷ་རབ་ཏུ་འབར་བར་བསྟོམ། བསྐྱ་  
ན་དེས་ཆོག །རྒྱས་པར་བྱེད་ན་བཤད་རྒྱད་ལས་དོ་རྩེ་སྟོན་དཔོན་གྱི་ལུས་  
ལ་དགྱེལ་འཁོར་བའི་ལྷ་ཆོགས་འགོད་པར་གསུངས་པའི་དོན་ལུས་དགྱེལ་  
བཞིན་དུ་བསྟོམས་པའི་སྦྱི་བོར་སྒྲ་བ་ལ་ཨོ་དཀར་པོ། མགྱིན་པར་པར་ལ་  
ཞུམ་དམར་པོ། སྟོང་ཁར་ཉི་མ་ལ་རྩྱ་སྟོན་པོ་འོད་ཟེར་ལྷ་འཕྲོ་བ་བསྟོམ། རྩྱ་  
ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་པས་དོ་རྩེ་འཆང་ནས་བཟུང་སྟེ་སྒྲ་མ་བརྒྱད་པ་ནམས་

དང་། ཡི་དམ་གྱི་ལྷ་ཚོགས་ནམས་སྦྱན་བྲངས་ཏེ་བསྐྱེམས་ལ། སྒོ་མ་འབྱུང་  
 ལས། སྒྲ་མ་སངས་རྒྱས་སྒྲ་མ་ཚོས། །དེ་བཞིན་སྒྲ་མ་དག་འདུན་ཉིད། ཅེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར་སྦྱབས་གསུམ་ཀུན་འདུས་གྱི་ངོ་བོར་བསྒྲོམ། རིམ་ལྡེ་ལས།  
 འདི་ནི་རང་བྱུང་བཅོམ་ལྡན་འདས། །ལྷག་པའི་ལྷ་ནི་གཅིག་ཕུ་ཉིད། །མན་  
 དག་རབ་ཏུ་སྟེར་བའི་ཕྱིར། །རྗེ་རྒྱལ་དཔོན་དེ་བས་ལྷག་ །ཅེས་གསུངས་པ་  
 ལྟར་རང་ལ་པན་འདོགས་པའི་ཞིང་དུ་ནི་རྗེ་རྒྱལ་འཆང་ལས་ཀྱང་ཆེས་ལྷག་པ་  
 ཡིན་སྟུང་དུ་བསམ། ཞལ་ལུང་ལས། འདི་ཡི་དོན་ལྡན་འགའ་ཞིག་ལ། །ང་ནི་  
 དེ་ཡི་ལུས་གནས་ཏེ། །སྦྱབ་པོ་གཞན་ལ་མཆོད་པ་ལེན། །དེ་ཡིས་དེ་མཉེས་  
 རང་གི་རྒྱད། །ལས་གྱི་སྦྱིབ་པ་དག་བྱེད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡང་དག་  
 པའི་གདམས་དག་གི་དོན་སྟོན་པའི་སྒྲ་མ་སྦྱོབ་མས་མཆོད་པའི་དུས་སྟུ།  
 སངས་རྒྱས་ནམས་བྱོན་ཏེ་སྒྲ་མའི་ལུས་ལ་ཞུགས་ཏེ་མཆོད་པ་བཞེས་ནས་  
 སྦྱོབ་མའི་རྒྱད་དག་པར་བྱེད་ལ། མཆོད་པ་གཞན་གྱི་ཆེ་རང་གིས་སངས་  
 རྒྱས་ལ་བཏང་བའི་བསོད་ནམས་འཕྲོག་ཀྱང་། སངས་རྒྱས་ཉིད་གྱི་དེ་ལྟར་  
 བཞེས་པའི་ངེས་པ་མེད་པའི་ཚུལ་ཞེས་པར་བྱས་ལ། མཆོད་པའི་ཞིང་གོང་  
 ན་མེད་པའི་ངེས་པ་བསྐྱེད། རྗེ་རྒྱལ་པོ་རྒྱན་གྱི་རྒྱད་དང་། རྒྱ་འབྲུལ་བ་བ་  
 ལས། ཏྲག་ཏུ་སྒྲ་མ་ལ་གྲུས་པའི། །སྦྱོབ་མས་སྒྲ་མ་འདི་ལྟར་བཟླ། །སྒྲ་མ་  
 སངས་རྒྱས་ཀུན་དང་མཉམ། །དེ་ཉིད་ཏྲག་ཏུ་རྗེ་རྒྱལ་འཆང་། །དེ་བཞིན་



གཤེགས་པ་རིན་ཆེན་འབྱུང་། །དེ་ནི་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཚོ་ཆེ། །ཡིད་བཞིན་ནོར་  
བུའི་རིན་ཆེན་སྦྱིན། །དེ་ཡི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་བཟུང་། །སྦྱོན་ཀུན་སེམས་  
གྱིས་ཀྱང་མི་བསམ། །ཡོན་ཏན་བཟུང་ན་དངོས་གྲུབ་འཕྲོག། །སྦྱོན་གྱིས་  
དངོས་གྲུབ་ཉམས་པར་བྱེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
རིགས་དྲུག་གི་ངོ་བོར་བལྟས་ལ། །སྦྱོན་རྟོག་པའི་སྒོ་ལ་སྒྲུལ་སེམས་མང་པོ་  
དང་། ཡོན་ཏན་རྣམས་བརྟགས་ནས་དེ་ལ་དམིགས་པའི་དད་པ་སྦྱོང་བ་མང་  
དུ་བྱ་སྟེ། །སྦྱོན་གྱི་ངོས་ནས་བརྟགས་ན་དངོས་གྲུབ་གྱི་གོགས་བྱེད་ལ། ཡོན་  
ཏན་གྱི་ངོས་ནས་བརྟགས་ན་དངོས་གྲུབ་སྤྱར་དུ་འབྱུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྒྲུལ་པ་དེ་ཉིད་ལ་དམིགས་པའི་དད་  
པ་དང་། བཀའ་ངེན་རྗེས་སུ་བློ་ཏེ་གྲུས་པ་ཆེན་པོ་མང་དུ་སྦྱང་རོ། །

གཉིས་པ་(དེ་ལ་མཆོད་ནས་གསོལ་བ་གདབ་ལ།)ནི།

རིམ་ལྔ་ལས། མཆོད་པ་ཐམས་ཅད་རྣམས་སྤངས་ནས། །སྒྲུལ་ལ་  
མཆོད་ཡང་དག་བཅུ། །དེ་མཉིས་པས་ནི་ཀུན་མཁྱེན་པའི། །ཡེ་ཤེས་མཆོག་  
ནི་ཐོབ་པར་འབྱུང་། །སྒྲུལ་པ་བྱེད་པ་སྒྲོབ་དཔོན་གྱི། །རྫོ་རྗེ་སེམས་དཔའ་  
མཆོད་བྲས་པས། །དེ་ཡིས་བསོད་ནམས་མ་བྲས་ཅི། །དཀའ་ཐུབ་མ་བསྟེན་  
གང་ཞིག་ཡོད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་མཆོད་པ་ཀུན་གྱི་ནང་ནས་སྒྲུལ་ལ་  
མཆོད་པ་ཉིད་སྤྱར་སྒྲང་བའི་ཚུལ་ལ་ངེས་པ་དྲག་པོ་བསྐྱེད་ནས་སྒྲུལ་ལ་

མཆོད་པར་བྱའོ། །

དེ་ཡང་ཙྰ་རྒྱུད་ལེ་འུ་བརྒྱད་པ་ལས། ཞིང་འདི་རིན་པོ་ཆེ་སྣ་བདུན་  
 གྱིས་བཀའ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱི་ནང་གི་མཆོད་པས་སྒྲ་མ་ལ་མཆོད་པར་  
 གསུངས་པ་བཞིན་བྱ་བ་ལ་མཐུལ་གྱི་མཆོད་པ་ནི། སའམ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་  
 སོགས་པའི་མཐུལ་བ་བྱུང་གིས་བྱུགས་པ་ལ། གྱི་བཟང་དང་བདུད་ཅི་ལྟ་དང་  
 བཅས་པའི་ཚུས་བྱུག་ཅིང་། ཨོ་བཟླ་བྱ་མི་ཤྲུལ་ རྩྱ། ཞེས་པས་དབང་ཆེན་  
 གསེར་གྱིས་གཞི་དང་ཨོ་བཟླ་རེ་ཁེ་ཤྲུལ་ རྩྱ། ཞེས་པས་ལྷགས་རིའི་ལྷ་བྱུང་།  
 གྱི་བཟང་དང་བཅས་པའི་བདུད་ཅི་ལྟ་ས་སྤགས་པའི་མེ་ཉོག་གི་ཆོམ་བྱ་  
 དབུས་སྤྱ་འགོད་ཅིང་། ཨོ་ཉི་སྤྱ་མ་རྩྱ་མི་ར་མེ་རྒྱ་མ། ཞེས་པས་དབུས་སྤྱ་རི་  
 རག། འཁར་དུ་མེ་ཉོག་འགོད་ཅིང་། ཨོ་ཡི་སྤྱ་བེ་དེ་རྒྱ་ཡ་རྒྱ་མ། ཞེས་པས་  
 འཁར་ལུས་འཕགས། ལྷར་འགོད་ཅིང་། ཨོ་རི་རྩྱ་བྱི་སྤྱ་ཡ་རྒྱ་མ། ཞེས་པས་  
 ལྷོ་འཛམ་བྱ་སྤྱིང་། རུབ་རྩྱ་འགོད་ཅིང་། ཨོ་ལི་ཨ་བ་ར་གོ་ཅུ་རྒྱ་མ། ཞེས་  
 པས་རུབ་བ་ལང་སྤྱོད། བྱང་དུ་འགོད་ཅིང་། ཨོ་མི་ལྷུད་ཉ་ར་ཀྱ་ར་མེ་རྒྱ་མ།  
 ཞེས་པས་བྱང་སྤྱ་མི་སྤྱན། འཁར་གྱི་གཡས་གཡོན་གཉིས་སྤྱ་འགོད་ཅིང་། ཨོ་  
 ཡི་ལྷུ་བ་བྱི་སྤྱ་ཡ་རྒྱ་མ། ཞེས་པ་ལན་གཉིས་གྱིས་ལུས་དང་ལུས་འཕགས།  
 ལྷོ་རི་གཡས་གཡོན་གཉིས་སྤྱ་འགོད་ཅིང་། ཨོ་རི་ལྷུ་བ་བྱི་སྤྱ་ཡ་རྒྱ་མ། ཞེས་  
 པ་ལན་གཉིས་གྱིས་རྩ་ཡབ་དང་རྩ་ཡབ་གཞན། རུབ་གྱི་གཡས་གཡོན་

གཉིས་སུ་འགོད་ཅིང་། ཞོ་ལོ་ལྷ་བ་དྲི་སྒྲ་ཡ་རྒྱ་མ། ཞེས་བ་ལན་གཉིས་ཀྱིས་  
 གཡོ་ལྷན་དང་ལམ་མཆོག་འགོ་། བྱང་གི་གཡས་གཡོན་གཉིས་སུ་འགོད་  
 ཅིང་། ཞོ་ལོ་ལྷ་བ་དྲི་སྒྲ་ཡ་རྒྱ་མ། ཞེས་བ་ལན་གཉིས་ཀྱིས་སྒྲ་མི་སྟན་དང་སྒྲ་  
 མི་སྟན་གྱི་ལྷ། དེ་ནས་སྒྲིང་གི་ནང་གི་ཤར་དུ་འགོད་ཅིང་། ཞོ་ལོ་ག་ཇ་རྒྱ་  
 རྒྱ་མ། ཞེས་བས་སྒྲིང་པོ་རིན་པོ་ཆེ། ལྷོར་འགོད་ཅིང་། ཞོ་རི་བུ་རུ་ཤར་རྒྱ་ཡ་  
 རྒྱ་མ། ཞེས་བས་སྒྲིང་པོ་རིན་པོ་ཆེ། ལྷོར་འགོད་ཅིང་། ཞོ་ལོ་ལྷ་ཤར་  
 རྒྱ་ཡ་རྒྱ་མ། ཞེས་བས་ཏྲ་རིན་པོ་ཆེ། བྱང་དུ་འགོད་ཅིང་། ཞོ་ལོ་སྟོ་རྒྱ་ཡ་  
 རྒྱ་མ། ཞེས་བས་བཅུན་མོ་རིན་པོ་ཆེ། ཤར་ལྷོར་འགོད་ཅིང་། ཞོ་ལོ་ཁྲ་ག་  
 རྒྱ་ཡ་རྒྱ་མ། ཞེས་བས་དམག་དཔོན་རིན་པོ་ཆེ། ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་འགོད་ཅིང་། ཞོ་  
 རི་རྒྱ་ཡ་རྒྱ་མ། ཞེས་བས་འཁོར་ལོ་རིན་པོ་ཆེ། ལྷོ་བྱང་དུ་འགོད་ཅིང་།  
 ཞོ་ལོ་མ་ཉི་རྒྱ་ཡ་རྒྱ་མ། ཞེས་བས་ཞོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ། བྱང་ཤར་དུ་འགོད་  
 ཅིང་། ཞོ་ལོ་མ་ཉི་རྒྱ་ཡ་རྒྱ་མ། ཞེས་བས་གཏེར་ཆེན་པོ། ནང་གི་ཤར་  
 དུ་འགོད་ཅིང་། ཞོ་སུའུ་ཡ་རྒྱ་མ། ཞེས་བས་ཉི་མ། ནང་གི་ལྷོ་ལྷོ་འགོད་  
 ཅིང་། ཞོ་ཅ་རྒྱ་ཡ་རྒྱ་མ། ཞེས་བས་ལྷ་བ་རྒྱལ་ས་སོ་སོ་འཛིན་པ་ཇི་བཞེན་དུ་  
 གསལ་གདག། རིན་པོ་ཆེ་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱིས་བཀའ་བར་དམིགས་ཏེ། བདག་  
 གཞན་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་ལོངས་སྤྱོད་དུས་གསུམ་དགེ་བ་རྒྱལ་། །རིན་  
 ཆེན་མཁྲལ་བཟང་པོ་ཀུན་བཟང་མཆོད་པའི་ཆོགས་བཅས་པ། །སྒྲོ་ཡིས་

སྒངས་ནས་སྒྲ་མ་ཡིད་དམ་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་འབུལ། ། ཐུགས་རྗེའི་  
དབང་གིས་བཞེས་ནས་བདག་ལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ། ཞེས་བརྗོད་  
དེ་སྒྲ་མ་ལ་འབུལ། མེ་ཏོག་སོགས་བྱི་དང་ནང་བདུད་ཅིའི་མཆོད་པ་དང་  
གསང་བའི་མཆོད་པས་ཀྱང་མཆོད། བསྟོད་པས་བསྟོད་ལ། སྒྲ་མའི་སྤྱན་  
སྒར་སྤྱི་དང་བྱད་པར་གྱི་སྒྲིམ་པ་གཟུང་བར་བྱའོ། །

དེ་ནས་གྲུས་པ་ཆེན་པོས་ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལམ་  
ནམས་སྤྱར་དུ་རྒྱད་ལ་སྦྱེ་བ་དང་། དེ་དག་གི་འགལ་རྒྱུན་ཞི་ཞིང་མཐུན་རྒྱུན་  
ཡིད་བཞིན་དུ་འབྱུང་བའི་གསོལ་པ་བཏབ་པས་དབྱེས་ཏེ་སྒྲ་མའི་གནས་  
གསུམ་གྱི་ཡི་གེ་ལས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་འོད་ཟེར་དཀར་དམར་མཐེང་གསུམ་  
འཕྲོས་པ་རང་གི་གནས་གསུམ་དུ་རིམ་པ་བཞིན་ཞུགས་པས། ལུས་ཀྱི་ནང་  
ཐམས་ཅད་འོད་ཟེར་གསུམ་གྱིས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་ཁེངས། སྒོ་གསུམ་གྱི་དྲི་  
མ་སྦྱངས། དུམ་པ་དང་གསང་བ་དང་ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དབང་རིམ་པ་  
བཞིན་ཐོབ། སྐྱོད་རྗེ་སོགས་གསུམ་གྱི་དངོས་གྲུབ་རིམ་པ་བཞིན་ཐོབ་པར་  
བསམ།

དེ་ནས་སྤྱིའི་གནས་ཐམས་ཅད་ལས་འོད་ཟེར་སྒྲ་ཆོགས་འཕྲོས། རང་  
གི་ལུས་ཀྱི་སྒོ་ཐམས་ཅད་ནས་ཞུགས་སྒོ་གསུམ་གྱི་སྦྱིབ་པ་སྤྱོད་པ་དང་ཤེས་  
སྦྱིབ་སྦྱངས། དབང་བཞི་པ་ཐོབ་དོན་རྗེ་གསུམ་དབྱེར་མི་བྱེད་པའི་དངོས་གྲུབ་

ཐོབ་པར་བསམ་མོ། །

ཡི་གེ་གསུམ་ནི་དོ་རྩེ་གསུམ་གྱི་མཚོན་བྱེད་ཡིན་ལ། དེ་གསུམ་གྱིས་  
སྐྱེ་བ་པ་གསུམ་སྦྱོང་བ་བཞིན་དུ། དབང་གསུམ་གྱིས་ཀྱང་སྦྱོང་བ་འདྲ་བ་  
ཅམ་དང་། དོན་གྱི་དབང་བཞི་པ་དོ་རྩེ་གསུམ་མི་བྱེད་པས་སྤྲ་བའི་སྐྱེ་བ་པ་  
སྦྱོང་བ་ལ་བསམས་ནས། སྤར་བ་འདྲ་པའི་དབང་བཞི་ཐོབ་པར་བ་སྙད་བྱས་  
པ་ཅམ་ཡིན་གྱི། དེས་དབང་དངོས་ཐོབ་པ་མིན་ནོ། །

དེ་ནས་མདུན་གྱི་སྒྲ་མ་རང་གི་སྦྱི་བོར་དོ་རྩེ་བསྐྱེད་བའི་ཐུགས་རྒྱས་  
སམ་དམིགས་པས་སྦྱན་བྲངས་ཏེ་སྦྱི་བོ་ནས་བསྐྱེད་པས། རང་གི་ལུས་ངག་  
ཡིད་གསུམ་དང་། སྒྲ་མའི་སྦྱི་གསུང་ཐུགས་དབྱེར་མི་བྱེད་པར་བསམས་ལ་  
ཡི་གེ་བརྒྱ་པས་བརྟན་པར་བྱ་སྟེ། དེ་རྣམས་ནི་ཐུན་སྦྱི་འེ་བར་དང་ཐུན་  
མགོ་རྣམས་སུ་བྱའོ། །

གཉིས་པ་གདམས་པ་དངོས་ལ་གསུམ།

གཞི་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ། ལམ་བཟོད་པའི་རིམ་པ། འབྲས་བུ་  
མངོན་དུ་བྱེད་པའི་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་(གཞི་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ།)ལ་གསུམ།

ལུས་སེམས་ཀྱི་གཞི་སོ་སོའི་གནས་ཚུལ་དང་། ཐུན་མོང་གི་གནས་  
ཚུལ་དང་། ལུས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་གྱི་བྲག་ཏུ་བཞག་པའོ། །



དང་པོ་(ལུས་སེམས་ཀྱི་གཞི་སོ་སོའི་གནས་ཚུལ།)ལ་གཉིས་ལས།

ལུས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་རགས་པ་ནི།      འབྱུང་བ་དང་འབྱུང་གྱུར་གྱི་  
གཟུགས་ལུས་རགས་པ་འདིའོ། །ལུས་སྤྱ་བ་ནི།    དེ་ལ་བརྟེན་པའི་གནས་པ་  
ཅ་བདུན་ཁྱི་ཉིས་སྟོང་པ་དང་། གཡོ་བ་སྐྱུང་སྟོག་འཛིན་རགས་པ་དང་བཅས་  
པའི་བརྟུ་དང་། བཀོད་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཐེག་ལེ་དཀར་དམར་རོ། །ལུས་  
ཤེན་ཏུ་སྤྱ་བ་ནི།    སྦྱིར་སྟོང་པ་བཞིའི་གཞོན་པའི་སྐྱུང་དང་།    བྱང་པར་དུ་  
ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་འོད་གསལ་གྱི་སྐྱུང་རོ། །སེམས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ལ་རགས་  
པ་ནི།    དབང་པོའི་ཤེས་པ་རྣམས་སོ། །སྤྱ་བ་ནི་ཀུན་རྟོག་བརྒྱུད་ཏུ་དང་ཉོན་  
མོངས་སོགས་སོ། །ཤེན་ཏུ་སྤྱ་བ་ནི་སྦྱིར་སྟོང་པ་བཞིའི་སེམས་དང་།    བྱང་  
པར་དུ་ཐམས་ཅད་སྟོང་པའི་སེམས་སོ། །

གཉིས་པ་(སྤྱན་མོང་གི་གནས་ཚུལ།)ནི།

རགས་པ་གནས་སྐྱབས་པའི་ལུས་དང་།    སྤྱ་བ་གཉུག་མའི་སྐྱུང་གི་  
ལུས་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་སྦྱི་མ་དང་།    ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པ་གཉིས་མར་ལ་མར་  
བརྟུག་པ་བཞིན་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་པར་འདྲེས་ནས་འཁོར་འདས་ཀྱི་བྱ་བ་  
ཀུན་རྟོགས་པར་བྱེད་པའོ། །

གསུམ་པ་(ལུས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་གྱི་ཐག་ཏུ་བཞག་པ།)ནི།

སྟེ་བ་སྤྱལ་པའི་འཁོར་ལོ་ལ་སོགས་པ་ཅ་འཁོར་གང་ན་ཡོད་པའི་

དབུས་དང་། ཨ་བ་རྩུ་རྩེའི་ཡར་སྒྲ་མར་སྒྲ་སོགས་ནི། ལུས་ལ་གནད་དུ་  
བསྐྱུན་པའི་ཐབས་ལམ་ཟབ་མའི་གནད་དུ་བསྐྱུན་ས་ཡིན་ནོ། །མར་ལུགས་  
ཀྱི་གདམས་ངག་པ་ཀུན་གྱི་ལུགས་ཀྱིས་གང་དུ་དམིགས་པ་གཏོང་པའི་  
སྒྲུལ་ས་ལྟལ་གྱི་གནད་ཤེས་པའི་ཕྱིར་དུ། ལུས་ཀྱི་དངོས་པོའི་གནས་  
ཚུལ་གཏན་ལ་འབེབས་ཤིང་། བསྒྲུལ་རྒྱུའི་དོན་གྱི་ངོ་བོ་ཤེས་པའི་ཕྱིར་དུ་  
སེམས་ཀྱི་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་གཏན་ལ་འབེབས་པ་དང་། དེ་ཡང་གཉིད་  
ལོག་པ་དང་སད་པའི་དུས་གཉིས་ལས། དང་པོའི་སྐབས་སུ་དག་སྒྲོར་སྒྲོར་  
བ་ལ་ནི་སྒྲིང་ཁ་དང་མགྱུན་པའི་གནད་ཤེས་དགོས་ཤིང་། སད་པའི་སྐབས་  
སུ་གཏུམ་མོ་སྒྲུལ་པ་ལ་ནི་ཉེ་བ་དང་། ལས་རྒྱ་དང་སྒྲུལ་ས་པར་འཇུག་པ་ལ་  
སྒྲི་བོའི་གནད་ཤེས་དགོས་པར་འདོད་དེ། དུས་དེ་དག་གི་ཆེ་སེམས་ཀྱི་རྟེན་  
གྱི་ཐེག་ལེ་གནས་དེ་བཞིར་གནས་པར་འདོད་པའི་ལུགས་སོ། །

འདི་ནི་དུས་འཁོར་གྱི་སྒྲོར་ནས་དཔྱལ་བ་དང་ཉེ་བ་ན་སད་པའི་  
གནས་སྐབས་སྒྲིད་པ་དང་། མགྱུན་པ་དང་གསང་གནས་ན་མི་ལམ་གྱི་  
གནས་སྐབས་དང་། སྒྲིང་ཁ་དང་ནོར་བུ་ན་གཉིད་འཇུག་གི་གནས་སྐབས་  
དང་། ཉེ་བ་དང་གསང་གནས་ཀྱི་ཅེ་ན་བཞི་པའི་གནས་སྐབས་སྒྲིད་པའི་ཐེག་  
ལེ་ཡོད་པར་གསུངས་པ་དང་མཐུན་ཤིང་། །གཉིད་དུ་འགྲོ་བའི་དུས་སུ་  
སྒྲིང་ཁ་དང་ནོར་བུར་རྒྱུང་འདུ་ཆ་བས་ཆེ་ལ། དེ་འཇུག་པའི་རིང་ལ་མི་ལམ་

མེད་པའི་གཉིད་རྒྱན་རིང་དོ། །

དེ་ནས་གནས་དེ་གཉིས་ནས་རྒྱང་ཅུང་ཟད་སྒྲུབ་ཏུ་སོང་ནས་མགིན་  
 བ་དང་གསང་གནས་སུ་འོངས་པ་ན་མི་ལམ་འཆར་ལ། དེར་འདུས་པའི་རིང་  
 ལ་མི་ལམ་ཉིད་འབྱུང་དོ། །དེ་ནས་རྒྱང་གནས་དེ་གཉིས་ནས་གྲེས་ཏེ་དཔྱལ་  
 བ་དང་ལྟེ་བར་སོང་བ་ན་སད་པར་འགྱུར་དོ། །སྤྱི་བོ་ནས་བྱང་སེམས་བབས་  
 བ་ལྟེ་བ་དང་ནོར་བུའི་ཅེར་སྒྲེབ་པ་ན། རང་གི་གནས་གོང་མ་རྣམས་ལས་  
 འགྱུར་བའི་བདེ་བ་ཆེ་བ་རེ་རེ་འབྱུང་བ་ནི་བཞི་པའི་གནས་སྐབས་ཡིན་ལ། །  
 དེ་ཉིད་རྒྱང་སྒྲོབས་གྲེས་ལམ་དུ་བསྐྱངས་པ་ན་འང་། ཡས་བབས་གྱི་ལྷན་  
 སྒྲེས་གྱི་མགོ་ཚུམ་པ་ལྟེ་བ་ནས་དང་། མཚན་ཉིད་རྫོགས་པ་ནོར་བུའི་ཅེར་  
 ཟེན་པ་ན་འཆར་དོ། །དེ་ལྟར་གནས་བཞིར་གཉིད་དང་མི་ལམ་གྱི་དགོ་སྒྲོར་  
 སྒྲོང་བའི་གནད་ཆེ་མོད་ཀྱང་གནས་དེ་དག་ཏུ་སད་དུས་སུ་སེམས་བབས་ན་  
 གནད་དུ་མི་འགོ་བ་ཡང་མིན་ནོ། །འཁོར་ལོ་རྣམས་གྱི་ནང་ནས་ཀྱང་ལུགས་  
 འདི་ལ་སྒྲིང་ཁ་གནད་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བར་རྩ་ཆོག་ལས་བཤད་པ་ནི་ལེགས་པར་  
 བཤད་པ་ཆེན་པོ་ཡིན་ཏེ་འཆད་པར་འགྱུར་དོ། །དེས་ནི་རྩ་འཁོར་སོ་སོར་  
 དམིགས་པ་གཏད་ནས་སྒྲོང་བ་ལ། རང་རང་གི་ལག་རྩེས་སུ་མོང་མ་ཡིན་  
 པ་ཇི་ལྟར་འོང་གཞན་ཡང་ཤེས་དགོས་པ་རྫོགས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(ལམ་བཟོད་པའི་རིམ་པ།)ལ་གཉིས།

རྫོགས་རིམ་གྱི་རིམ་པ་སོ་སོ་ལ་བསྐབ་ཚུལ་དང་། ལམ་ལ་བོགས་  
འབྲེན་པའི་ཐབས་སྟོན་པའོ།།

དང་པོ་(རྫོགས་རིམ་གྱི་རིམ་པ་སོ་སོ་ལ་བསྐབ་ཚུལ།)ལ་གཉིས།

དོ་རྩེ་གསུམ་གྱི་རྫོགས་རིམ་དང་། བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་རྫོགས་རིམ་ལ་  
བསྐབ་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་(དོ་རྩེ་གསུམ་གྱི་རྫོགས་རིམ།)ལ་གསུམ།

ལུས་དབེན་སྐྱ་དོ་རྩེ་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་བསྐབ་ཚུལ་དང་། ངག་དབེན་  
གསུང་དོ་རྩེ་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་བསྐབ་ཚུལ་དང་། སེམས་དབེན་ཐུགས་དོ་  
རྩེ་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་བསྐབ་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་(ལུས་དབེན་སྐྱ་དོ་རྩེ་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་བསྐབ་ཚུལ།)ལ་གསུམ།

བསྐྱེད་རིམ་རྫོགས་ནས་ལུས་དབེན་ལ་འཇུག་ཚུལ། འཇུག་ཚུལ་དེ་  
ཉིད་ལ་གོམས་པར་བྱེད་ཚུལ། དེ་ལྟར་གོམས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ལུས་དབེན་  
དངོས་སྟོང་ཚུལ་ལོ།།

དང་པོ་(བསྐྱེད་རིམ་རྫོགས་ནས་ལུས་དབེན་ལ་འཇུག་ཚུལ།)ནི།

བསྐྱེད་རིམ་རགས་པ་བྲན་པ་གཅིག་པ་དཀྱིལ་འཁོར་རྒྱལ་མཆོག་  
ཡན་ཆད་ལ་གསལ་སྒྲུང་རྫོགས་པར་བརྟོན་པའི་འོག་ཏུ། སེམས་དེ་བརྟན་

པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ་སྒྲུང་སྒྲིའི་ཕྱག་མཆན་སྤྲོ་མོ་ལ་སེམས་བརྟན་པ་གནས་པ་  
 དང་། དེ་བརྟན་ནས་དང་པོར་ཕྱག་མཆན་གྱི་སྒྲོ་བསྐྱུ་དང་། དེ་ནས་སྒྲིའི་སྒྲིའི་  
 སྒྲོ་བསྐྱུ་ལ་བསྐྱབས་ཏེ་ལོབས་པའི་འོག་ཏུ། འོག་སྒྲོར་ཕྱག་མཆན་ནམ་ཐེག་  
 ལེ་སྤྲོ་མོ་ལ་སེམས་བརྟན་པར་བྱེད་པ་དང་། དེ་ནས་ཐེག་ལེ་དོ་རྩེའི་ལམ་ནས་  
 ཡིད་གྱིས་རིག་མའི་བསྐྱར་སྐྱུང་སྟེ་དེར་བཞག་པའི་ནང་དུ། རྟན་དང་བརྟན་  
 པའི་དགྱིལ་འཁོར་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ལ་གསལ་སྒྲུང་རྫོགས་པ་དང་།  
 སེམས་བརྟན་པར་བྱས་པའི་སྒྲོ་ནས་རྟོག་པའི་རྣལ་འབྱོར་སྒྲོམ་པ་མཐར་ཕྱིན་  
 པའི་འོག་ཏུ། ལུས་དབེན་སྒྲོམ་པ་ལ་འཇུག་པ་ནི། ལུགས་འདི་ཤེས་པའི་  
 མཁས་པ་རྣམས་ལ་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་ཡིན་ནོ། །

འོག་སྒྲིའི་སྤྲོ་མོ་འདིའི་སྟངས་བསྐྱེད་རིམ་དང་རྫོགས་རིམ་དུ་འགྲོ་  
 ཚུལ་གཉིས་ཡོད་དེ། དང་པོ་ནི་སྤྱར་བཤད་པ་ལྟར་རོ། །གཉིས་པ་ནི་ནོར་  
 བུའི་དབུས་ན་རྩ་འཁོར་གཅིག་ཡོད་པ་དང་། ནོར་བུའི་ཅེ་ན་རྒྱ་ཏིའི་མར་སྒྲ་  
 ཡོད་པའི་ལུས་ལ་གནད་དུ་སྒྱུན་ས་ལེགས་པར་ཤེས་ནས། དེ་གཉིས་གང་  
 རུང་དུ་སྤྲོ་མོ་ལ་སེམས་བརྟན་བཟང་བའི་གནད་ལ་བརྟན་པས། རྒྱ་ཏིར་རྒྱང་འདུས་  
 པ་དང་དེར་ཐེམ་པའི་དབང་གིས་སྒྲན་སྒྲེས་གྱི་ཡེ་ཤེས་སྒྲེད་པ་ཡིན་ཏེ། འོག་  
 སྒྲིའི་སྤྲོ་མོ་བསྒྲོམས་པས་རོ་རྒྱང་གི་རྒྱང་ཕྱིར་རྒྱ་བ་བསྒྲོག་ནས་རྒྱ་ཏིར་  
 འཇུད་པའི་སྒྲོ་ནས་དེ་སྒོག་རྩིས་དུ་འབྱུང་ཚུལ་ཡིད་ཆེས་པའི་ཁུངས་དང་



བཅས་པ་རྒྱས་པར། མན་ངག་འདིའི་ངོ་སྤྲོད་རྒྱས་པ་རིམ་ལྔ་གསལ་སྒྲོན་དུ་  
གཏན་ལ་ཐབ་ཟིན་པས་དེར་ཞེས་པར་བྱའོ། །

དེས་ན་མཆམས་འདི་ནས་སྤྲ་མོའི་སྒོ་ནས་ལྟན་སྐྱེས་འདྲན་པའི་  
ཐབས་མི་བྱེད་པར། ལུས་དབེན་རིགས་གཅིག་ལ་སོགས་པ་སྒོམ་པ་ལ་  
འཇུག་ན་གདམས་ངག་གི་གནད་ལེགས་པར་མ་རྟོགས་པ་ཡིན་པས། སྤར་  
ཡང་འོག་སྒོར་སྤྲ་མོ་སྒོམས་ནས་རྩུ་རྩེར་རྩུང་བསྐྱས་པ་ལས་ལྟན་སྐྱེས་  
བསྐྱེད་ནས་ལུས་དབེན་དངོས་གཞི་སྒོམ་དགོས་སོ། །

གཉིས་པ་(འཇུག་ཚུལ་དེ་ཉིད་ལ་གོམས་པར་བྱེད་ཚུལ།)ལ་བཞི།

འོག་སྒོར་སྤྲ་མོ་སྒོམ་པའི་ཚུལ་དང་། དེ་ལྟར་བསྒོམས་པས་སྤྲོང་བ་སྐྱེ་  
ཚུལ་དང་། དེ་ལ་གོགས་བྱུང་ན་སེལ་ཚུལ་དང་། དེ་ཞིག་སྤྲོང་ཉིད་མི་སྒོམ་  
པར་སྤྲ་མོ་སྒོམ་པའི་རྒྱ་མཆན་ནོ། །

དང་པོ་(འོག་སྒོར་སྤྲ་མོ་སྒོམ་པའི་ཚུལ།)ནི།

ཉིང་རེ་འཛིན་སྐྱེ་བ་དང་རྗེས་སུ་མ་བྱུན་པའི་གནས་མཆན་ཉིད་དད་  
ལྟན་པར་སྐྱད་ཅིག་གིས་རང་རྗེ་རྗེ་འཆང་ཞལ་གསུམ་བྱུག་དུག་པ་ཡབ་ཡུམ་  
དུ་སྒོམ་པ་སྒྲོན་དུ་བཏང་ནས། སྤྲ་མོ་སྒོམ་པ་ལ་གནད་བཞི་ཆད་དགོས་པའི་  
དུས་ཀྱི་གནད་ནི། སྤྲིར་རྒྱན་ལྟན་པ་ཡིན་མོད་ཀྱང་། བྱེད་པར་དུ་ཐོ་རངས་  
སོགས་དབེན་ཞིང་རིག་པ་དངས་པའི་དུས་དང་སྤྱི་ཚེའི་དུས་སུ་བསྒོམ་

[illegible]

ཁྱད་པར་གསུམ་དང་ལྔ་པ་ཅིག་བསྐྱེམས་ཏེ་ཁ་དོག་ནི་སྒྲོན་པོ་འོ། །  
 དབྱིབས་ནི་ལྷུ་པོ་འོ། །ཆོད་ནི་ནས་འབྱུང་དང་ཡུངས་ཀར་གང་རུང་གི་ཆོད་  
 ཅམ་ཞིག་རང་གི་ལྷའི་ངོ་བོར་བལྟ་ཞིང་། ཞེན་ཏུ་འཆར་ལ་འོད་ཟེར་ལྔ་འབར་  
 བ་གཅིག་བསྐྱེམ་མོ། །སེམས་ཟིན་པར་སྒྲུང་ན་དམིགས་ཡུལ་ཅི་ཅམ་སྤྲ་བ་  
 ཅམ་གྱིས་ཀུན་རྟོག་དང་དེའི་བཞུགས་པའི་རྒྱུད་ལྷོག་སྤྲ་ལ། ཞེན་ཏུ་འཆར་བ་  
 བསྐྱེམས་ན་བྱིང་བ་གཅོད་སྤྲ་ཞིང་། ཏིང་ངེ་འཛིན་ལ་གསལ་ཉམས་ཆེ་འོ། །

དམིགས་པ་དེ་ལ་སེམས་འཛིན་ཚུལ་ནི། དམིགས་ཏེན་སྤྲ་མོའི་ནང་དུ་  
 སེམས་ཞུགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་འཛིན་པར་གསུངས་པས། ཚུར་ངོས་ནས་  
 བར་ལ་བལྟ་བ་འདྲ་བའི་རྣམ་པར་མི་བྱའི། ཡུལ་ཅན་གྱི་སེམས་ཡུལ་དེའི་  
 རང་དུ་སེམ་པ་བཞིན་དུ་བྱ་སྟེ། སྐྱོང་ཚུལ་འདི་ལྟར་བྱས་ན་ད་གཞོད་སེམས་  
 ཐེག་ལེ་དང་འདྲེས་པར་འགྱུར་བའི་ཉམས་སྐྱེས་ནས་རྒྱུད་འདུ་བར་ཞེན་ཏུ་  
 སྤོ། །དེ་ལྟར་སེམས་འཛིན་པ་ན་ཏ་ཅང་སྐྱེམས་དགས་པ་དང་ཏ་ཅང་སྒྲོད་  
 དགས་པས་བྱིང་གོད་སྐྱེད་པས་དེ་གཉིས་སྤངས་ནས་སེམས་གཟུང་བར་  
 བྱའོ། །

འདི་ཡང་གཞུང་ནས་བཤད་པ་ལྟར་གྱི་བསྐྱེད་རིམ་སྤྲ་རགས་ལ་  
 བཏྲ་བ་རྟེན་པ་ཡིན་ན། ཅའི་གནད་ཆེ་སར་གནད་དུ་བསྐྱེན་ལུགས་དང་། དེ་  
 ལ་བཏྲ་ནས་རྒྱུད་འདུ་རིམ་སྐྱབ་པ་ཡིན་གྱི། དམིགས་པ་གསལ་མི་གསལ་

དང་དེ་ལ་སེམས་ཟིན་མི་ཟིན་གྱི་གཏམ་བྱེད་དོན་མེད་མོད་ཀྱང་། ད་ལྟ་རང་  
 ཅག་རྣམས་འོག་མ་ལ་བཤད་པ་ལྟར་གྱི་སྤྱིང་བ་སྦྱེས་པའི་བར་དུ་འབྲིང་མོང་  
 མེད་པར་གོང་མ་ལ་རྒྱག་པ་རྣམས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་ཡིན་ཏེ། ཚུལ་དེ་  
 གཉིས་ནི་རིམ་པ་གཞན་ཀྱན་ལ་འང་ཤེས་དགོས་སོ། །

ལྷགས་འདི་ལ་འོག་སྒོའི་ཕྱ་མོ་སྒོམ་པ་ལ་རྫོགས་རིམ་དུ་འགོ་ལྷགས་  
 ཞེག་ཡོད་པ་དེ་མ་བསྒོམ་པར་བཞག་ན། ཕྱ་མོའི་རུས་པ་མི་རྫོགས་ཞེང་  
 ལྷས་དབེན་སྒོམ་པའི་གནད་སྟོར་ནས་འགོ་བ། དེའི་གོ་བ་བསྐྱེད་ལྷགས་  
 བྱས་པ་ཅམ་མ་གཏོགས་པ། གང་ལ་དམིགས་པའི་ཕྱ་མོ་གདན་བཅས་དང་།  
 དེ་ལ་སེམས་འཛིན་པ་རྣམས་ནི་སྤར་བསྐྱེད་རིམ་གྱི་སྐབས་ཉིད་དུ་བཤད་པ་  
 དེའི་སྟོང་ནས་བྱེད་པས་འཕགས་ལྷགས་ལ་དམིགས་པ་དེ་སྟོན་པའི་  
 གདམས་པ་ཆད་པ་ནི་མིན་ནོ། །ཕྱ་མོའི་དམིགས་པ་གསལ་དཀའ་ན།  
 དམིགས་པ་གཏོད་པའི་གནས་མ་འཕྱགས་པར་བྱས་ལ་སེམས་བཟུང་བ་  
 ཉིད་ལ་འབད་ཅིང་། བར་བར་དུ་གསལ་གདབ། དམིགས་པ་གསལ་ཡང་  
 གནས་གཞན་དུ་སྤང་བའམ། ཡལ་ནས་འགོ་ནའང་སྤུ་མ་བཞིན་དུ་བསྐྱེད་།  
 རང་ལྷགས་ཀྱིས་གནས་པ་རྟེན་པའི་མཆམས་ནས་སེམས་ཀྱི་རར་བསྐྱེད་  
 ནས་བཟུང་། དེ་ལྟར་མ་བྱས་ན་སེམས་དངོས་པོ་བྱུང་ཡང་བྱིང་བ་ཕྱ་མོ་མི་  
 ཆོད་ལ་དེ་མ་ཆོད་ན་སེམས་བརྟན་པོ་རྟེན་ཀྱང་རྒྱུང་འདུ་དཀའ་བས་

དམིགས་པ་འཆར་ལ་འོད་ཟེར་ཆེན་པོ་ཅན་དང་། སེམས་ཀྱི་ངར་སྐྱེད་པ་  
གཉིས་ཀ་བྱའོ། །ཞོད་པ་བཅད་དཀའ་ན་ཅུང་ཟད་སྟོད། གྱིང་བ་བཅད་དཀའ་  
ན་སྟེང་གི་སྒྲ་ཅིའི་ཕྱག་མཆན་སྤྲ་མོ་ལ་སེམས་སྐྱེམས་པར་བཟུང་ལ་གྱིང་བ་  
སངས་པ་དང་འོག་སྒྲོར་བསྒྲོམ་མོ། །

གཉིས་པ་(དེ་ལྟར་བསྒྲོམས་པས་སྟོང་བ་སྐྱེ་ཚུལ།)ནི།

དེ་ལྟར་སྒྲོམ་པ་དེ་ལ་སྟོང་བ་བསྐྱེད་པའི་རིམ་པ་ནི། སེམས་བྱིང་ཞོད་  
དང་བྲལ་བར་བསྐྱེད་ས་པས་ཉིང་དེ་འཛིན་རྒྱུ་དེས་ཐུན་དེའི་བར་དུ་  
འཁྱོངས་པ་བཟླ་བར་སོང་སོང་གི་བར་དུ་བསྐྱེད་དོ། །དེའི་ཆེ་ཆུང་གི་ལྟས་  
རིམ་ལྟར་འོང་ཚུལ་ནི། དང་པོར་རྩ་ཁྲིར་ཚུད་པའི་རྟགས་དང་དེ་ནས་རྩ་ཁྲིར་  
ཐེམ་པའི་རྟགས་འབྱུང་བའི་དང་པོ་ནི་མ་བསྒྲོམས་པའི་སྟོན་དུ་གཡས་གཡོན་  
རེ་རེ་བར་རྒྱ་བ་ན། སྤྲ་མོ་བསྒྲོམས་སྟོབས་ཀྱིས་ལྷུང་པོར་མཉམ་རྒྱུར་དེས་  
ཅན་དུ་ཐེངས་ཀྱིན་འདུག་ན། སྤྲ་མོའི་རྣལ་འབྱོར་གྱིས་རྩ་ཁྲིར་འཇུག་ཅུས་པ་  
ཙམ་དུ་འཛོག་མོད་ཀྱང་། ལན་ཅིག་ཚུད་ཕྱིན་ཆད་ནས་གཡས་གཡོན་རེ་རེ་  
བར་མི་འཕོ་བ་མིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ནི་མཆམས་འདི་ནས་བྲིལ་ཏེ་བསྒྲོམས་པས་སྒྲ་བྲུག་གི་རྒྱ་  
བ་གཞན་དུ་སོང་བའི་མཐར་ཞིབ་ཏུ་བཟླས་པ་ནི། རྒྱ་བ་སྤྲ་མོ་ཡང་སྟོག་པ་  
ཅིག་འོང་། རྟོག་ཚུལ་དེ་དེས་དཀའ་བར་བྱུང་ན་ལུས་བྱང་པོར་གཡོ་འགྲལ་



མེད་པར་བདེ་མོར་གནས་པའི་དུས་སུ། ལྷེ་བ་འགྲུལ་མི་འགྲུལ་བརྟག། ཅུང་  
 ཟད་འགྲུལ་བར་སྒྲུང་ན་མ་ལོག་པའི་རྟགས་ཡིན། བརྟག་པ་འདི་བྱད་པར་དུ་  
 ལྷེ་བ་མན་ཆད་ཀྱི་ཐུར་སེལ་འོག་གི་སྒྲ་སྒྲོར་འབྱུང་འཇུག་བྱེད་མི་བྱེད་རྟོག་  
 པ་ལ་གཤམ་ཆེ་བ་ཡིན། སྒྲ་བྲུག་གི་རྒྱ་བ་སྤྲ་མོ་ཡང་ལོག་པ་ལ་ཐེམ་དཀའ་སྒྲ་  
 གཉིས་ལས། ཐེམ་དཀའ་ན་ཡུད་ཅིག་ལ་ལྷོ་བ་རྒྱུད་གིས་ཁེངས་པ་འདྲ་བ་  
 ཅིག་འབྱུང་ཞིང་དེ་ནས་ཞི་བར་འགྱུར་ལ། ཞི་མ་ཐག་ལྷོ་བ་དང་གསང་གནས་  
 ཀྱི་མེ་གནས་པའི་ཐད་ནས་ངོད་བྱད་པར་ཅན་སྟེ། དེ་ནས་རིམ་གྱིས་ཁྱུ་བདེ་  
 འདྲེན་ནོ། །སྒྲ་བྲུག་གི་རྒྱ་བ་སྤྲ་མོ་ཡང་ལོག་པ་འདི་བྱེད་པ་སྤྲ་མོ་མཆོད་པར་  
 བསགས་པས་བྱིང་ཤས་ཆེ་བ་ཅིག་ལ་ཡང་ཡང་འོང་སྟེ། དེ་ནི་རྒྱ་རྒྱུར་ཚུད་པ་  
 དང་དེར་ཐེམ་པ་གང་ཡང་མིན་པས་བྱད་པར་བྱེད་པར་བྱའོ། །རྒྱ་རྒྱུར་ཐེམ་པ་  
 བྱུང་ཡང་འཛིག་རྟོན་ལས་འདས་པའི་ལམ་གྱིས་ས་བོན་སྤངས་པ་བཞིན་དུ་  
 མི་འགོ་བས། སྤར་ཡང་རྒྱུད་ལངས་ནས་ཅ་གཉིས་ལ་རྒྱ་བ་ནི་དུ་མ་ཞིག་འོང་  
 འོ། །སྤྲ་མོ་བསྒྲོམས་པ་གནད་དུ་འགོ་བའི་མཐོང་ཉམས་ཀྱི་རྟགས་ལ། དང་  
 བོར་སྟེག་རྒྱ་ལྟ་བུ་དང་། དེ་ནས་དུ་བ་ལྟ་བུ་དང་། དེ་ནས་མེ་བྱེར་ལྟ་བུ་དང་།  
 དེ་ནས་མར་མེ་རྒྱུད་གིས་མ་བསྐྱོད་པ་ལྟ་བུའི་ཉམས་འཆར་ཏེ། བྲངས་མང་  
 ཅུང་དང་རྒྱ་ཆེ་རྒྱུད་ནི་ཅི་རིགས་སུ་འཆར་འོ། །རྟགས་འདི་ནམས་དབང་པོ་  
 ལྷེ་རྒྱུད་ནང་དུ་ལྷོག་པར་ཅོམ་པ་དང་། ཅུང་ཟད་ལོག་པ་དང་། རྒྱུད་རྒྱ་རྒྱུར་

ཚུད་པ་དང་། ཐེམ་པར་ཚུམ་པའི་སྐབས་སུ་འབྱུང་བ་མང་དུ་ཡོད་པ་ལས།  
 སྐབས་འདིར་འབྱུང་བའི་གཙོ་བོ་ནི་རྒྱ་ཁྲིར་ཚུད་ནས་ཐེམ་པར་ཚུམ་པའི་  
 སྐབས་སུ་འབྱུང་སྟེ། ཏྲགས་བཞི་པའི་སྐབས་སུ་ནམ་མཁའི་སྤྱོན་མེད་དང་  
 འབྲུ་བའི་སྟོང་པ་བཞི་འཆར་བར་བཤད་པའི་གནད་ཀྱིས་ཤེས་སོ། །ཏྲགས་  
 འདི་ནམས་སྐབས་འདིར་འཆར་བ་ནི་འཇམ་དཔལ་གྱི་ཞལ་གྱི་ལུང་ལས་  
 གསུངས་སོ། །

སྒར་བཤད་པའི་ཚུལ་དེས་རྒྱུད་རྒྱ་ཁྲིར་ཐེམ་པ་དང་གཏུམ་མོ་འབར་  
 བའི་མཐུས་བྱང་སེམས་ཁྱུ་ནས་གསང་གནས་ཀྱི་སྒྲ་ཅེར་སྒྲེབ་པ་ན་ལྟན་  
 སྤྱོད་ཀྱི་དགའ་བ་མཆན་ཉིད་ཆང་བ་འཆར་རོ། །བྱང་སེམས་ཁྱུ་བ་སྤྱི་བོ་  
 ནས་མགྱུན་པར་སྒྲེབ་པའི་བར་ལ་དགའ་བ་དང་། མགྱུན་པ་ནས་སྟོང་ཁའི་  
 བར་ལ་མཆོག་དགའ་དང་། དེ་ནས་སྟེ་བའི་བར་ལ་བྱུང་དགའ་དང་། དེ་ནས་  
 ལྟན་སྤྱོད་ཚུམ་པར་བཤད་རྒྱུད་རྫོང་རྫོང་གི་སྤང་བ་ལས་བཤད་ལ། རྫོང་རྫོང་རྫོང་བར་  
 དགའ་བ་དང་། དེ་ནས་རྫོང་རྫོང་མགྱུན་པའི་བར་ལ་མཆོག་དགའ་དང་། ཁོར་  
 བྱར་སྒྲེབ་པ་ན་བྱུང་དགའ་དང་། ཅེ་མོར་ལྟན་སྤྱོད་སྤྱོད་བར་ཡང་བཤད་དོ། །  
 རྒྱུད་རྒྱ་ཁྲིར་ཚུད་ནས་ཐེམ་པ་ལས་བྱུང་བའི་དགའ་བཞི་ལ་ནི། དེའི་རྟེན་བྱང་  
 སེམས་ཁྱུ་བ་ཁོར་བྱའི་ཅེར་ཡིན་ཀྱང་འཛིན་པར་ཤིན་ཏུ་སྤྲོ་ལ། བྱུང་པར་དུ་  
 ཁོར་བྱའི་དབུས་སམ་ཅེར་སྤྲོ་མོ་བསྐྱོམ་པ་ལ་ནི། དེར་བྱང་སེམས་ཁྱུ་བས་

སྒྲེབ་པ་རིང་དུ་གནས་པའི་གནད་ཡོད་པས། འཛིན་པར་སྦྲ་ཞིང་གནས་ཡུན་  
 རིང་བས་ལྟན་སྐྱེས་ལེགས་པར་མཆོན་རུས་སོ། ། རྒྱུང་འདུ་སྦྲ་བ་མིན་པར་  
 ཟུ་བ་དེའི་ཉམས་སྐྱེ་སྦྲ་བ་འགའ་ཞིག་ལ་འབར་འཇག་བསྐྱོམས་ན་བྱུང་པར་  
 དུ་དང་། དེ་མིན་ཡང་འོག་སྒྲིའི་སྤྲ་མོ་ལ་སོགས་པ་བསྐྱོམས་པ་ལ་ཡང་བྱུང་  
 སེམས་ཟུ་བ་འབབ་པ་འོངས་བས། དེ་ལ་ནི་ཟུ་བ་ཤས་ཚུང་ན་མ་གཏོགས་  
 པ་གནས་མཐོན་པོ་ནས་མ་བསྒྲེག་ན། དམའ་མོ་ནས་བསྒྲེག་ཤིན་ཏུ་དཀའ་བ་  
 དང་བསྒྲེགས་ཡང་མཐོ་དགོས་ལ་བསྒྲེག་ནས་ཀྱང་མ་བགམ་ན་ནད་དུ་འགྱུར་  
 བས་འགྲེམས་དགོས་མོད་ཀྱང་། སྤར་བ་ཤད་པ་ལྟར་གྱི་རྒྱུང་ཐིམ་པ་ལ་ནི་དེ་  
 རྣམས་ཡེ་མི་དགོས་སོ། །

འོན་ཀྱང་ནོར་བུའི་ཅེར་ལྟན་སྐྱེས་མཆོན་ཟེན་ནས། མས་བརྟན་ཉམས་  
 སུ་མྱོང་བའི་ཕྱིར་སྒྲེག་ན་ནི་བསྒྲེག་ཐབས་བྱ་སྟེ། འདི་ལ་ནི་ཐབས་དེ་ཡུན་  
 རིང་དུ་མི་དགོས་ཀྱི་ལན་ཁ་ཡར་སྐྱུངས་པའི་མཆོམས་ནས། རང་ཤྱགས་  
 གྱིས་སྒྲོག་པར་འགྱུར་ཏེ། ལུས་ལ་གནད་དུ་བསྐྱུན་ཐབས་ཨ་ན་ཚུགས་སུ་མ་  
 བྱས་བར། མན་ངག་གི་གནད་ལ་མཁས་པའི་འཇམ་སྒྲོར་གྱིས་སྤྲ་མོ་སོགས་  
 བསྐྱོམས་པའི་བྱུང་ཆོས་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་སྤྲ་མོ་བསྐྱོམས་པ་འགའ་ཞིག་ལ་  
 རྒྱུང་ཐིམ་རིམ་མ་བྱུང་བར་ཟུ་བ་དེ་ཆེ་བར་བྱུང་ན་བསྒྲེག་པ་དང་འགྲེམས་  
 པའི་མཐར་བྱ་སྒྲུམ་ན། འདི་ལ་ཟུ་བ་རིམ་ཅན་དུ་དལ་བུས་འོང་བ་ལ་ནི་རྩོལ་

བ་ཤུགས་དྲག་པོ་མིན་པར་དམིགས་པས་སྤྱི་གཙུག་ཏུ་བསྒྲུབ་ཅིང་། དེ་ནས་  
ཙ་གནས་ཀྱན་ཏུ་བཟུང་བ་བྱས་ན་དེ་གོམས་པའི་མཐར། ལྷ་བ་ཆེན་པོ་ཡང་  
བསྒྲུབ་པ་དང་བཟུང་པར་རུས་སོ། །དེ་ལྟ་མིན་པའི་ལྷ་བ་ཆེན་ལྷ་ར་བར་  
འབབ་པ་ལ་ནི། རང་ལྟར་གསལ་བའི་ངང་ནས་ཁྱེད་ལ་གྱུར་དང་། ལག་  
པ་གཉིས་བྱང་གི་ཐད་དུ་བསྐྱོལ། མིག་གཉིས་དྲག་ཏུ་གྱེན་ལ་བསྒྲུབ། །ཁྱེད་  
ལག་གི་སོར་མོ་རྣམས་ལེགས་པར་བསྐྱུལ། སེམས་སྤྱི་གཙུག་གི་ཉི་ཡིག་  
མགོ་གྱེན་དུ་བསྐྱུར་བ་ལ་དམིགས། རྒྱ་ཏུ་རྩྭ་རིང་པོ་དྲག་ཏུ་བརྫོད་པ་ཉིར་  
གཅིག་ཙམ་གྱི་བར་དུ་བརྫོད་ནས། གང་ནས་བསྒྲུབ་པའི་གནས་དེ་ནས་རྒྱབ་  
གཞུང་ལ་ཉེ་བའི་ངོས་སུ་རྩྭ་རྩྭ་རྩྭ་རྩྭ་ནས་སྤྱི་གཙུག་ཏུ་སོང་བར་བསམས།  
མཐར་འཇམ་རྒྱུད་བྱམ་པ་ཅན་བཟུང་ལ་ལུས་མི་དྲག་བར་སྐྱུག་ཅིང་། སེམས་  
ཀྱིས་བྱང་སེམས་རྣམས་ཙ་གནས་ཀྱན་ཏུ་དཔུང་པར་བསམ་པ་ལན་མང་དུ་  
བྱའོ།

གསུམ་པ་(དེ་ལ་གོགས་བྱུང་ན་སེལ་ཚུལ།)ནི།

དེ་ལྟར་བསྐྱོམ་པའི་དུས་སུ་འོག་སྒོ་གཉིས་ཀའམ་གང་རུང་སྐྱངས་པ་  
དང་། ཟུག་གཟེར་བསྐྱེད་པ་དང་། བྱི་རྩ་འདོར་དཀའ་རུ་སོང་བ་དང་། ཉ་ཅང་  
སྤྱ་རུ་སོང་ན་གནས་དེར་རྒྱུད་རྒྱུད་ཟད་འདུས་པ་ཡིན་ཀྱང་། འདུ་ལུགས་  
ལེགས་པོ་མིན་པས་དེའི་སེལ་ཐབས་ནི། གོགས་དེ་ཞི་བ་རྒྱུད་པས་མི་

མཆོག་གི་སྒྲ་རིས་རྒྱང་ཅུང་ཟད་འདུས་པ་དེས་རྒྱང་རྒྱ་རྒྱུ་འདུ་བ་ལ་ཕན་པ་  
 དང་། ཕྱི་རིས་ནས་ཀྱང་རྒྱང་རྒྱ་རྒྱུ་འདུ་བ་སྤྱད་ཀྱང་མ་སོང་བ་ཅིག་གལ་ཆེན། །  
 དེ་ནམས་ལ་དང་པོ་དགེ་སྦྱོར་སྦྱོར་བ་ན་དལ་བྱས་སེམས་བརྩུང་བར་  
 གསུངས་པ་ལྟར་མ་བྱས་པར་སྦྱོར་བ་དམ་ཅགས་པ་སོགས་སྦྱོང་ཚུལ་མ་  
 ཞེས་པ་ལས་འབྱུང་བ་ཡང་ཡོད་པས། དེའི་སྦྱོར་དུ་སྒྲུང་ན་འཇམ་པོའི་སྦྱོང་  
 ཐབས་མཁས་པར་བྱ། དེ་ལྟ་མིན་ན་དེ་ཀྱང་བསྐྱུངས་པས་དགེ་སྦྱོར་ལ་དེ་ཅམ་  
 མི་གཞོན་པར་ཞི་འགོ་བར་སྒྲུང་ན་དེ་ཀྱང་ལ་བཞག། །དེས་ཀྱང་ཞི་མ་ཉན་པར་  
 དགེ་སྦྱོར་གྱི་གོགས་བྱེད་ན། རོ་སྒྲུང་གི་རྒྱང་ཀྱན་དམིགས་པས་བསྐྱུས་ལ་  
 སྤྱོད་པར་དུ་སྦྱོར་བའི་ཐད་ཀ་དེར་བེམ་པར་བསམ་པ་མང་དུ་བྱ། བྱུང་བར་  
 དུ་བྱི་ཚུ་འདོར་དཀའ་བ་ལ་འཆད་པར་འབྱུང་བ་ལྟར་གྱི་འོག་སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱུ་  
 བསྐྱུས་མང་དུ་བྱས་པས་ཀྱང་ཕན་ནོ། །འོག་སྦྱོར་དམིགས་པ་གཏད་པ་ན་  
 རྒྱང་གི་རྒྱ་འདུགས་པ་པ་དང་ལྷན་འབར་བ་སོགས་གྱིས་གོགས་སུ་སོང་  
 བ་ལྟར་བ་ཡན་ཆད་རང་ལྷན་པར་བཞག་ལ། སྒྲུང་གི་བྱེད་བཅེངས་དམ་པར་  
 བྱ་བ་དང་། དམིགས་ཉན་ལ་སེམས་བྱུག་པ་བཞིན་བྱས་ལ་སེམས་བརྩུང་  
 རོ། །སྤྱོད་ལ་དམིགས་པ་བྱུག་ལ་སྦྱོངས་པ་བཞིན་པོ་བྱུང་ཡང་རྒྱང་དེ་ཅམ་  
 འདུ་མ་ཉན་པ་སོགས་བྱུང་ན། དམིགས་པ་གཏད་སའི་ཅའི་གནད་ལེགས་  
 པར་བེན་པར་བྱས་ལ་དམིགས་པ་ཅག་ཏུ་གཏད། སྦྱོང་སྒྲུང་ཀྱན་ནས་དམིགས་



པས་རྒྱང་བསྐྱས་ཏེ་དེར་བསྐྱེམ་ནས་བདེ་བ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བའི་དམིགས་པ་  
མང་དུ་བྲ། སྤྱི་མ་འདི་སྤྱིར་ཡང་མང་དུ་བྲས་ན་གནད་ཆེའོ། །

བཞི་པ་(རེ་ཞིག་སྟངས་ཉིད་མི་སྒྲོམ་པར་སྤྲོས་སྒྲོམ་པའི་རྒྱ་མཚན།)ནི།

སྤྱིར་རྫོགས་རིམ་གྱི་སྐབས་སུ་གཙོ་བོར་སྟངས་ཉིད་སྒྲོམ་རྒྱ་ཡིན་ཅིང་  
ལམ་ལ་སྒྲོབ་པའི་གང་ཟག་མཚན་ཉིད་ཆང་བས་ཀྱང་། བསྐྱེད་རིམ་གྱི་དུས་  
ནས་ཀྱང་སྟངས་ཉིད་གྱི་ལྟ་བ་ལུ་ཐག་ཆོད་པར་སྒྲོམ་པ་ཡིན་ཀྱང་། མཚམས་  
འདི་ནས་རེ་ཞིག་སྟངས་ཉིད་མི་སྒྲོམ་པར་ལུས་ལ་གནད་དུ་བསྐྱུན་ཐབས་གྱི་  
ཐེག་ལེ་སོགས་སྒྲོམ་པ་ནི། ཐེག་པ་སྤྲོད་ན་མེད་པའི་ལུགས་གྱིས་སྟངས་ཉིད་སྒྲོམ་  
ལུགས་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པ་ནི། བདེ་བ་ཆེན་པོས་ལུལ་ཅན་བྲས་ནས་ལུལ་  
སྟངས་པ་སྤྲོད་ལུ་ཐག་ཆོད་པར་བྲས་པ་སྒྲོམ་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་སེམས་བྱིང་  
གོད་དང་བྲལ་བའི་མི་རྟོག་པ་བསྐྱངས་པའི་བདེ་གསལ་མི་རྟོག་པའི་བདེ་བ་  
ནི། ཆོས་འདི་པ་དང་གཞན་པ་དང་། ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་དང་། རྒྱུད་སྤྱེ་གོང་འོག་  
སྤྱན་མོང་བ་ཡིན་པས། ལུས་ལ་གནད་དུ་བསྐྱུན་པ་ལས་བྱུང་བའི་བྱ་བ་དེའི་  
བདེ་ཆེན་མིན་ལ། བསྐྱེད་རིམ་གྱི་ལམ་ལ་ཡང་ཡེ་རྒྱ་ལ་བརྟེན་པའི་བྱ་བ་དེ་  
མང་དུ་འབྱུང་ཡང་། རྒྱང་ཐིམ་པའི་བདེ་ཆེན་མིན་པས་རྫོགས་རིམ་པའི་སྤྱན་  
སྤྱེས་གྱི་བདེ་ཆེན་ལ་རྒྱང་རྒྱ་རྒྱུ་ཐིམ་པའི་བདེ་ཆེན་དགོས་པས། འདིར་སྤྲོ་  
མོ་སོགས་ལ་དམིགས་ནས་ལུས་ཀྱི་གནད་དུ་མ་བསྐྱུན་པར་སྟངས་པ་ཅམ་

བསྐྱོམས་པས། རྒྱུགས་རིམ་པའི་བདེ་ཆེན་མི་རྟེན་པས་སྤྲོ་མོ་སོགས་ཀྱི་ནལ་  
འབྱོར་བསྐྱོམས་པའི་མཐུས་བདེ་ཆེན་བྲངས་ནས་བདེ་སྟོང་སྦྱར་ཏེ་སྐྱོམ་པ་  
ཡིན་པ་འདྲི། འདི་འདྲ་བའི་སྐབས་ཀྱི་ཏུ་ཤེས་པར་གྱིས་ཤིག། དེའི་ཕྱིར་  
འོག་སྒྲིའི་ཐིག་ལེ་སོགས་ལ་དམིགས་ནས་སྐྱོམ་པ་ནི། བྱིང་གློད་དང་བྲལ་  
བའི་ཉིང་རེ་འཛིན་བརྟན་པོ་ཙམ་ཞིག་སྦྱེད་པའི་ཕྱིར་ཡང་མིན་ལ། དེ་ལྟར་  
སྐྱོམ་པ་དེས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་དོན་བསྐྱོམས་པར་འདོད་པ་ཡང་མིན་ཏེ། དེས་  
བྲངས་པའི་ལྟན་སྦྱེས་ཀྱི་བདེ་བ་རྟེན་ཀྱང་དེས་སྟོང་ཉིད་ལུ་ཐག་ཆོད་པའི་ལྟ་  
ཐོག་ཏུ་བཞག་ནས་མ་བསྐྱོམས་ན་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་དོན་སྐྱོམ་པ་མིན་ན། སྤྲོ་མ་  
དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་དོན་སྐྱོམ་པ་མིན་པ་ལྟ་སྦྱོས་ཀྱང་ཅི་དགོས་པའི་ཕྱིར་  
རོ། །འོན་ཀྱང་དེ་འདྲ་བའི་བདེ་བ་སྤྱོད་པ་གཅིག་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་ཡང་།  
ཟབ་པར་འདོད་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་གཞན་དང་། བྱད་པར་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡང་  
ཤེས་པར་བྱའོ། །

འདི་ལ་ཡང་ཡུལ་ཅན་གཞན་གྱིས་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་ནས་སྐྱོམ་པ་དང་།  
ལྟན་སྦྱེས་ཀྱི་བདེ་ཆེན་གྱིས་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་ནས་བསྐྱོམ་པ་གཉིས་ནས་  
མཁའ་དང་ལག་མཐིལ་ལྟར་གྱི་བྱད་པར་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་བདེ་སྟོང་སྦྱོར་བ་ལ་  
དེས་པ་ཆེན་པོ་རྟེན་པ་གལ་ཆེ་བ་ནི། རིམ་པ་ལྷ་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེར་རྒྱས་  
པར་གཏན་ལ་ཐབ་ཐིན་ཏོ། །

གསུམ་པ་(དེ་ལྟར་གོམས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ལུས་དབེན་དངོས་སྐྱོང་ཚུལ།)ལ་གསུམ།  
 ལུས་དབེན་གྱི་ངོས་འཛིན། ལུས་དབེན་གྱི་དབྱེ་བ། ལུས་དབེན་སྒོམ་  
 པའི་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་(ལུས་དབེན་གྱི་ངོས་འཛིན།)ནི།

སྐྱོད་བསྐྱས་ལས། དབེན་གཞིའི་ལུས་ངོས་བཟུང་ནས་དེའི་ལུས་  
 དབེན་འཆད་པ་ན། ལུས་ཀྱི་སྐྱ་དོན་ནི་བསགས་པ་དང་། སྐྱངས་པ་དང་།  
 ཆོགས་པའི་དོན་ཡིན་ལ། དེ་ལ་ཡང་གསུམ་ལས། རང་གི་གཟུགས་ལུས་ཐ་  
 མལ་པ་འདིའི་སྐྱངས་ཚུལ་ནི། འཁྱེད་ཁམ་ཆད་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཆོགས་པ་  
 ཡིན་པར་བསྟན། དེ་ནས་ཕྱང་པོ་ལྔ་དང་། ཁམས་བཞི་དང་། རང་གི་སྐྱེ་མཆེད་  
 རྩལ་དང་། ཡུལ་ལྔ་དང་། ཡེ་ཤེས་ལྔ་སྟེ་ཉེར་ལྔའི་ལུས་ཀྱི་སྐྱངས་ཚུལ་ནི་  
 འབྲས་དང་ནས་ལ་སོགས་པ་མང་པོ་ལ་སྐྱངས་བ་ཞེས་བརྗོད་པ་བཞིན་དུ།  
 ལུས་ཀྱི་ཡན་ལག་དང་ཉིང་ལག་ཏུ་གཏོགས་པ་ཆོགས་པ་ལ་སྐྱངས་པར་  
 བསྟན་ཏོ། །

ཉེར་ལྔ་ལ་ནི་སེམས་སེམས་བྱང་ཡང་ཡོད་ལ། དེའི་སྐྱངས་ཚུལ་ནི་  
 འབྲས་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་ཡུལ་གྱི་གོ་ས་སོ་སོར་གཞོན་པའི་གཟུགས་  
 ཅན་གྱི་སྐྱངས་ཚུལ་དང་མི་འདྲ་བས། མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་དང་།  
 གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་གྱི་ཁམས་རྣམས་སྤང་པ་ལས། ཡིད་དེ་

སེམས་ཀྱི་ཚོགས་ཏུག ཤེས་རབ་ལ་སོགས་པའི་སེམས་བྱུང་རྣམས་འབྱུང་  
ལ། དེ་རྣམས་ཀྱི་བསགས་པའམ་ཚོགས་པའམ་སྤངས་ཚུལ་ནི། དུས་སྤྱི་  
བར་མ་ཆད་པའི་རྒྱན་གྱི་ཆ་དུ་མ་འདུས་པ་ཡིན་གྱི། དུས་གཅིག་ཏུ་ཡུལ་གྱི་  
གོ་ས་སོ་སོར་གཞོན་པའི་དུ་མ་འདུས་པ་མིན་ཏེ། རྣམ་ཤེས་ལུས་ཅན་མིན་  
པས་ཤར་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་ན་མི་གནས་པའི་སྤྱིར་རོ། །

འདི་ནི་ཤེས་པའི་ལུས་ཀྱི་སྤངས་ཚུལ་ཏེ། དབེན་གཞིའི་ལུས་ཀྱི་  
སྤངས་ཚུལ་གསུམ་གསུངས་ཀྱི་ལུས་དབེན་གསུམ་བསྟན་པ་མིན་ནོ། །དེ་  
འདྲ་བའི་དབེན་གཞིའི་ལུས་དེ་གང་ལས་དབེན་པ་ནི། ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ཐ་  
མལ་པའི་ང་རྒྱལ་གྱིས་གནས་པ་ཞེས་པས་བསྟན། དེའི་གཉིན་པོར་གང་  
སྟོམ་པ་ནི། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩལ་སྤྱོད་རབ་ལས་བསྐྱབས་  
པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་བསྟན་ཏེ། ཞེས་པས་བསྟན་པས་དབེན་ལུགས་གཞན་མང་  
པོ་འཆང་པ་ནི་དོན་དུ་མ་མཐོང་ངོ། །

གཉིས་པ་(ལུས་དབེན་གྱི་དབྱེ་བ།)ནི།

ལུས་དབེན་དེ་ལ་དབྱེ་ན་རྣམ་པ་བཞི་སྟེ། དམ་བ་རིགས་བརྒྱའི་ལུས་  
དབེན་དང་། དེ་ཉིད་རིགས་སྤའི་ལུས་དབེན་དང་། གསང་བ་རིགས་གསུམ་  
ཀྱི་ལུས་དབེན་དང་། གསང་ཆེན་རིགས་གཅིག་གི་ལུས་དབེན་ནོ། །

དང་པོ་ནི་སྤང་པོ་སྤྱོད་དང་། ཁམས་བཞི་དང་། ནང་གི་སྦྱེ་མཆེད་ཏུག་

དང་། ཕྱིའི་ཡུལ་ལྔ་སྟེ་ཉི་ཤུ་པོ་རྣམ་སྤང་སོགས་རིགས་ལྔ་དང་། སྤྱན་མ་  
སོགས་ཡུམ་བཞི་དང་། ས་སྟོང་ནས་འཇམ་དབྱངས་ཀྱི་བར་སེམས་དཔའ་  
བྱུག་དང་། གཟུགས་དོ་རྩེ་མ་སོགས་སེམས་མ་ལྔར་བཞག་པ་རེ་རེ་ལ། རྣམ་  
སྤང་གི་རྣམ་སྤང་ནས་རིག་བྱ་དོ་རྩེ་མའི་རྣམ་སྤང་སོགས་རིགས་ལྔ་ལྔར་སྟེ་  
བས་བརྒྱ་སྟེ། ལྔ་རེ་རེ་ལ་ཡང་རིགས་ལྔ་ལྔ་ཡོད་པས་རིགས་ལྔའི་རིགས་  
དང་རིགས་ཅན་སོ་སོར་མ་ངེས་པར་བསྟན་ཏོ། །

གཉིས་པ་ནི་རྣམ་སྤང་དང་རིན་འབྱུང་དང་འོད་དཔག་མེད་དང་། དོན་  
གྲུབ་དང་། མི་བསྐྱོད་པའི་རིགས་ཅན་ཉི་ཤུ་པོ་ཆེན་པོ་རེ་རེ་ནི་སའི་ཁམས་  
ནས་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ཁམས་ཀྱི་རིགས་སུ་བསྟན་ནས་ལྔར་བྱས་པ་སྟེ། རིགས་  
བརྒྱ་ཡང་ཁམས་ལྔའི་རིགས་སུ་བསྟན་ནས་དེ་ལྔའི་རིགས་སུ་བསྟུས་པའོ། །

གསུམ་པ་ནི་རིགས་ལྔར་བསྟུས་པ་དེ་ཡང་དོ་རྩེ་གསུམ་དུ་འགྱུར་ཏེ།  
འདི་ལྟར་རིན་འབྱུང་ནི་སྐྱེ་དོ་རྩེ་དང་དོན་གྲུབ་ནི་གསུང་དོ་རྩེ་དང་། རིགས་  
བྱུག་པ་ནི་བྱུགས་དོ་རྩེའི་ནང་དུ་བསྟུས་པ་སྟེ། དེ་གསུམ་ཡང་རང་གི་ལུས་  
དང་རག་དང་ཡིད་གསུམ་གྱི་ངོ་བོར་འདུའོ། །

བཞི་པ་ནི་དོ་རྩེ་གསུམ་ཡང་གསང་ཆེན་དོ་རྩེ་འཆང་གི་སྐྱེ་གསུང་  
བྱུགས་སུ་བསྟུས་ནས་རིགས་གཅིག་དུ་བསྟུས་པའོ། །



གསུམ་པ་(ལུས་དབེན་སྒོམ་པའི་ཚུལ།)ནི།

འདིར་དབེན་གཞིའི་ལུས་བརྒྱ་དང་ལྔ་ལ་སོགས་པ་དེ་ནམས་སྟ་དེ་  
 དང་དེའི་ངོ་བོར་སྒོམ་པ་ཅམ་དང་། སྟོང་ཉིད་ཉོགས་པའི་གཟུང་ནམ་སྟ་དེ་  
 དག་ཏུ་ཤར་བ་ཅམ་དང་། རྒྱུང་ཐེམ་པ་ལས་བྱུང་བ་མིན་པའི་ཁྱུ་བདེས་སྟོང་  
 ཉིད་ཉོགས་པ་སྟའི་ནམ་པར་ཤར་བ་ནི། བསྐྱེད་རིམ་གྱི་ལམ་ལ་ཡང་དུ་མ་  
 ཞིག་ཡོད་ཅིང་། ཐུན་སྒྲ་ཕྱིའི་བར་དུ་ཡང་གང་སྒྲང་ཐམས་ཅད་དོ་རྩི་འཆང་གི་  
 ནམ་པར་སྒོམ་པ་བསྐྱེད་རིམ་གྱི་ལམ་དུ་སྦྱངས་ཟིན་པ་དང་། ཡུངས་འབྱུ་  
 ཅམ་གྱི་ཐིག་ལའི་ནང་དུ་ཡང་། ལྟ་སོ་གཉིས་ཀྱི་རྟོན་དང་བརྟོན་པའི་དགྱིལ་  
 འཁོར་ཡོངས་སུ་རྩོགས་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ཤིན་ཏུ་བརྟན་པ་རིམ་པ་དང་པོར་  
 བསྐྱབས་ཟིན་པས། བསྐྱེད་རིམ་སྤྲ་རགས་གཉིས་ཀ་མཐར་ཕྱིན་པའི་འོག་ཏུ་  
 ལུས་དབེན་ལ་བསྐྱབ་པར་གསུངས་པ་ནི། བསྐྱེད་རིམ་གྱི་ལུས་དབེན་མིན་  
 གྱི་རྩོགས་རིམ་གྱི་ལུས་དབེན་ཡིན་ལ། དེ་ལ་ནི་སྤར་སྤར་སྤོ་མོ་བསྒོམས་  
 བསྐྱེད་རིམ་སྤྲ་རགས་གཉིས་ཀ་མཐར་ཕྱིན་པའི་འོག་ཏུ་གང་སྒྲང་  
 ཐམས་ཅད་དེའི་ནམ་རོལ་དང་སྤར་སྒོམ་པ་ཅིག་མེད་ན། བསྐྱེད་རིམ་གྱི་ལམ་  
 ལས་འོགས་པའི་བོགས་ཅི་ཡང་འདོན་རྒྱ་མེད་དེ། རྩོགས་རིམ་པའི་ཡེ་ཤེས་  
 གྱི་སྒྱུའི་སྤར་སྤྱེད་པ་ནི་ལུས་དབེན་གྱི་སྤར་སྒོམ་པ་ལ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་།  
 རྩོགས་རིམ་པའི་སྤར་སྤྱེད་རྒྱུད་ལ་བསྐྱེད་ཟིན་པའི་སྒོ་ནས་སྤར་སྒོམ་པ་ཡང་

མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེས་ན་སྒྲར་བ་འད་པ་ལྟར་ཕྱ་མོ་སྒྲོམ་པ་རྒྱང་རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱུ་པའི་སྒོག་  
ཚོལ་དུ་འགོ་བ་ཤེས་ནས། དེ་བསྒྲོམས་ནས་རྫོགས་རིམ་པའི་ལྷན་སྐྱེས་  
བླངས་ཏེ་ལུས་དབེན་སྒྲོམ་པ་ནི་གདོན་མི་བ་བར་བྱ་དགོས་སོ། །

འདི་ལ་ལུས་དབེན་མཉམ་གཞག་ཏུ་སྒྲོམ་ཚུལ་ནི་སྒྲར་བ་འད་པ་ལྟར་  
ཡས་བབས་དང་། མས་བཟླ་གྱི་ལྷན་སྐྱེས་གྱི་དགའ་བ་ཉིད་པའི་ཆོ། ལྟོང་པ་  
ཉིད་གྱི་ལྷ་བ་བླ་པར་བྱས་ལ་བདེ་སྟོང་དབྱེར་མེད་བསྐྱེད་། ལུས་དབེན་རྗེས་  
ཐོབ་ཏུ་སྟོང་ཚུལ་ནི། སྐྱིར་ལྷན་སྐྱེས་གྱི་དགའ་བ་སྐྱེས་ན། དེ་ལས་ལངས་  
པའི་དུས་སུ་ཡུལ་སྤང་བདེ་བར་འཆར་བ་རེ་འོང་ལ། བྱེད་པར་དུ་སྒྲར་བ་འད་  
པ་ལྟ་བུའི་ལྷན་སྐྱེས་གྱི་དགའ་བའི་བདེ་སྟོང་སྐྱར་བ་མཉམ་གཞག་ཏུ་  
བསྐྱེདས་པ་ལས་ལངས་པའི་ཆོ། རང་ཤྱགས་གྱིས་ཀྱང་ཡུལ་སྤང་བདེ་བར་  
འཆར་བ་འོང་མོད་ཀྱང་དེ་ཙམ་གྱིས་མི་ཆོག་གི། རྗེས་གྱི་སྐབས་སུ་མཉམ་  
གཞག་གི་བདེ་སྟོང་བློ་ནས་དེས་ཡུལ་སྤང་ལ་རྒྱས་བཏབ་ནས་བསྒྲོམས་ན།  
བདེ་བ་འབར་བ་བྱེད་པར་ཅན་དུ་འགྱུར་རོ། །དེ་བྱེད་ཚུལ་ནི་རྒྱང་ཐིམ་ནས་  
སྐྱར་ཡང་མ་ལངས་གྱི་བར་དུ་ལྷན་སྐྱེས་ཉིད་བསྐྱེདས་པའི་མཐར་རྒྱང་  
གཡོས་ཏེ་ལྷང་བར་ཚོམ་པ་དང་ལྷན་སྐྱེས་གྱི་འོད་གསལ་གྱི་ངང་ལས་དོ་རྗེ་  
འཆང་ཡབ་ཡུམ་གྱི་སྐྱར་ཐོལ་གྱིས་ལངས་ལ། རང་གཞན་གྱི་ཆོས་ཐམས་

ཅད་ལ་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པའི་རང་བཞིན་རྩལ་ཙམ་ཡང་མེད་པར་  
 ཐག་བཅད་དེ། ཆོས་ཅན་མི་འདྲ་བ་སྣ་ཆོག་གས་པ་ཅིག་ཡོད་ཀྱང་། དེ་རྣམས་  
 ཀྱི་རང་བཞིན་མེད་པ་ལ་བྱུང་པར་མེད་པ་ངེས་པར་བྱ། དེའི་ཆེ་ཡིན་ཚུལ་གྱི་  
 ངོ་བོ་རང་བཞིན་སྟོང་པ་དེ་ཉིད་ཆོས་ཅན་གྱི་རྣམ་པ་མི་འདྲ་བ་དུ་མར་ཤར་  
 བའི་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་འགྱུར་དུ་བསྟུན། དུ་མ་རོ་གཅིག་དང་། རོ་གཅིག་དུ་  
 མར་ཤར་བའི་ཚུལ་ལོ། །དེ་ལྟར་སྟོང་པའི་རྣམ་འགྱུར་ཡིན་ན་རང་རྒྱུད་ཀྱི་  
 བདེ་བས་དེ་ཆོག་གས་པ་ན། ཚུལ་ཚུ་བཞག་པ་བཞིན་དུ་རོ་གཅིག་དུ་སྟོང་བར་  
 མོས་པ་བྱེད་དགོས་པས། མོས་པའི་དབང་གིས་བདེ་བའི་རྣམ་འགྱུར་དུ་ཡང་  
 བསྐྱོམ་པར་བྱའོ། །

དེ་ལྟར་སྒྲིན་ནང་གི་ཆོས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་རྣམ་རོལ་དུ་  
 བསྟུ་བ་ལ་དང་པོར་བསྐྱབ། དེ་བརྟན་ནས་བདེ་བའི་རྣམ་རོལ་དུ་ཤར་བ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱང་རྗེ་རྗེ་འཆར་དུ་འཆར་བ་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །མཉམ་གཞག་  
 གི་ལུས་དབེན་ལ་ལྟའི་ཞལ་ཕྱག་གི་རྣམ་པ་སྐྱོམ་པ་མེད་ཀྱང་། ལྟན་སྐྱེས་  
 ངེས་དོན་གྱི་ལྟ་ཡིན་པས་དེ་བསྐྱོམས་པས་ཐ་མལ་གྱི་ཞེན་པ་འགོག་པའི་  
 ལྟར་སྐྱོམ་པ་མེད་པ་ནི་མིན་ལ། རྗེས་ཀྱི་དུས་སུ་དང་པོར་ལྟན་སྐྱེས་ཀྱི་རྣམ་  
 རོལ་ཙམ་དུ་བསྟུ་བ་ལ་ཡང་ལུས་དབེན་གྱི་དོན་མེད་པ་ཡང་མིན་ནོ། །ཐེག་  
 པ་སྒྲན་མེད་པ་འདི་ལ་རིམ་པ་དང་པོར་གང་སྒྲང་ཐམས་ཅད་ལྟར་འཆར་བ་

ཅིག་དགོས་པ་བཞིན་དུ། རིམ་པ་གཉིས་པར་གང་སྒྲུང་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་  
འབར་བའི་ཐོགས་སུ་འགོ་བ་ཅིག་དགོས་པ་ལ། ལྷགས་འདི་ལ་ནི་ལུས་  
དབེན་ནས་དེ་སྐྱབ་པ་ཡིན་པས་གནད་ཤིན་ཏུ་ཆེ་སྟེ་རྒྱས་པར་རིམ་ལྔ་  
གསལ་སྒྲོན་དུ་བཤད་ཅིན་ཏོ། །

དེ་ལྟར་མཉམ་རྗེས་སུ་བསྐྱེད་ས་པའི་མཐར་སྐྱར་ཡང་འོག་སྒྲོའི་སྤ་མོ་  
བསྒྲོམས་ལ་ལྟན་སྐྱེས་གཉིས་བསྐྱེད་དོ། །དེ་སྐྱེས་པ་དང་ཡང་སྤར་བཞིན་  
མཉམ་རྗེས་སུ་བསྐྱེད་བ་སྤེལ་མར་བུའོ། །དེ་ལྟར་རུས་པ་བྱུང་ན་མཆམས་  
འདི་ནས་ཀྱང་སང་དུས་ཀྱི་དགོ་སྒྲོར་གྱི་གནད་ཀྱིས་གཉིད་དང་མི་ལམ་དང་  
བསྐྱེ་བ་རྣམས་བྱས་པས་ཆོག་གོ། །དེ་ལ་མི་ལམ་གྱི་སྐྱེ་ལུས་ལ་སོགས་པའི་  
སྐྱེ་ལུས་རྗེས་མ་བྱུན་པ་བྱུང་ཡང་། གང་ཤར་ཐམས་ཅད་ལྟར་སྒྲོམ་པའི་ལུས་  
དབེན་དང་མི་གཅིག་གོ། །བསྐྱེད་རིམ་སྤར་གས་ཐམས་ཅད་བརྟན་པར་མ་  
བྱས་པ་ལའང་རྒྱང་འདུས་པ་ལས་དགའ་བཞི་སྐྱེ་བ་འབྱུང་ཡང་། རིམ་པ་དང་  
པོ་བརྟན་པར་བྱས་པ་ལ་འབྱུང་བ་འདྲ་བའི་ལྟན་སྐྱེས་སྐྱེ་མི་རུས་པའི་བྱད་  
པར་ཡང་ཤེས་པར་བུའོ། །རྒྱང་ཐེམ་པ་ལས་བྱུང་བའི་བདེ་ཆེན་སྐྱེད་མི་རུས་  
ཀྱང་། ལྷ་བདེ་སྐྱེད་རུས་ན་ནི་དེའི་སྟེང་ནས་བསྒྲོམ། དེ་ཡང་མེད་ན་བདེ་སྟོང་  
སྒྲོར་ཚུལ་ལ་སོགས་པའི་གོ་བ་ལེགས་པར་བཅའ་ནས། སྒྲོས་ཡང་ནས་  
ཡང་དུ་དེའི་སྤྱགས་བབྱང་བའི་གོ་བའི་སྟེང་ནས་ཀྱང་བསྐྱེད་ས་ལ། ལམ་

འདི་འདྲི་རིགས་ཀྱི་རྒྱས་པ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་བརྟམས་པར་བྱའོ།།

གཉིས་པ་ངག་དབེན་གསུང་རྫོ་རྩེ་འདྲི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་བསྐྱབ་པ་ནི།

༥ ལྷས་དབེན་དང་ངག་དབེན་གཉིས་ཀྱི་གོ་རིམ་ངེས་ཚུལ་ནི། ངག་  
དབེན་གྱིས་ནི་གཙོ་བོར་སྟོང་ཁའི་རྒྱ་ཁྲིའི་ནང་དུ་རྒྱུད་སྤྱད་པ་ཡིན་ལ། བཤད་  
རྒྱུད་རྫོ་རྩེ་སྟོང་བ་ལས་སྟོང་ཁའི་རྒྱ་མདུད་འགྲོལ་བ་འཁོར་ལོ་གཞན་གྱི་རྒྱ་  
མདུད་འགྲོལ་བ་ལས་དཀའ་བར་གསུངས་པས། རྒྱ་ཁྲིའི་གནས་གཞན་དུ་  
རྒྱུད་འཛུད་པ་སྟོན་དུ་བྱས། དེ་ནས་སྟོང་ཁར་རྒྱུད་བསྐྱས་ན་སྐྱབས་སྐྱབས་པའི་  
གོ་རིམས་སོ། །

འདི་ལ་གཉིས། སྐབས་འདིར་སྐྱ་ཅེ་གསུམ་དུ་ཐེག་ལེ་གསུམ་གྱི་སྟོག་  
ཅོལ་གསུམ་དགོས་པའི་ཚུལ་དང་། སྟོག་ཅོལ་གསུམ་སྟོམ་པའི་རིམ་པ་ཉིད་  
བཤད་པའོ། །

དང་པོ་(སྐབས་འདིར་སྐྱ་ཅེ་གསུམ་དུ་ཐེག་ལེ་གསུམ་གྱི་སྟོག་ཅོལ་གསུམ་དགོས་པའི་ཚུལ།)ནི།

རྒྱུད་ཕྱི་མར་སྦྱོར་བ་ཡན་ལག་དུག་གི་སྟོག་ཅོལ་གྱི་ཡན་ལག་  
ཆིགས་སུ་བཅད་པ་གཉིས་ཀྱིས་གསུངས་པ་རིམ་ལྡར་རྫོང་བཟམས་ཀྱི་  
སྐབས་སུ་བྲངས་ལ། དེའི་དོན་སྟོན་གསལ་ལས། སྟོང་ཁར་མི་ཞིགས་པ་  
སྟོམ་པ་དང་། སྟོང་གི་སྐྱ་སྟོར་རྫོང་བཟམས་བྱེད་པ་དང་། གསང་བའི་སྐྱ་ཅེར་  
རྩས་ཀྱི་ཐེག་ལེ་སྟོམ་པ་གསུམ་དུ་བཀའ་བས་སྐབས་འདིར་དེ་གསུམ་ག་



བསྐྱོམ་དགོས་སོ། དེ་ཡང་སྣ་ཅེ་གསུམ་དུ་ཐིག་ལེ་གསུམ་སྐྱོམ་པའི་ཐ་སྟད་  
 གྱིས་རྫོ་རྫེ་འབྲེང་བ་ལས་གསུངས་ཏེ། སྣ་ཅེ་གསུམ་གྱི་མཆན་ཉིད་ནི། །  
 གསང་བ་སྟོང་ཁ་གདོང་སྣའི་མིང་། །ཞེས་དང་། །རྒྱུང་དང་སྒྲགས་དང་རྫས་  
 རྣམས་གྱི། །ཐིག་ལེ་གསུམ་སྟེ་སྒྲ་ན་མེད། །ཅེས་སོ། །སྒྲགས་གྱི་ཐིག་ལེ་  
 སྐྱོམ་པ་ནི་སྟོང་ཁར་མི་ཞེགས་པ་སྐྱོམ་པ་དང་དོན་གཅིག་གོ། །འདི་ལ་མར་  
 ལུགས་གྱི་གདམས་ངག་ལས་སྟོང་ཁར་མི་ཞེགས་པ་སྐྱོམ་པ་ནི་སྒྲགས་  
 འཁོར་དང་བཅས་པ་རྒྱས་པར་ཡོད་ལ། རྫོར་བརྒྱས་འདིར་བྱེད་པ་ནི་ཞིན་ཏུ་  
 ཡང་གྲགས་ཆེའོ། །གསང་བའི་སྣ་ཅེར་རྫས་གྱི་ཐིག་ལེ་སྐྱོམ་པ་སྐྱབས་འདིར་  
 བྱ་དགོས་པ་ནི། རིམ་ལྔ་དང་སྟོན་གསལ་གཉིས་ལས་གསལ་བར་གསུངས་  
 པ་ད་དུང་མ་ཆད་པར་ཡོད་པས། དེ་ཡང་སྐྱབས་འདིརི་མན་ངག་ཏུ་འབྱེར་  
 དགོས་ཏེ་རྒྱས་པར་རིམ་ལྔ་གསལ་སྟོན་དུ་བཤད་ཐིན་ཏོ། །

གཉིས་པ་(སྟོག་ཚུལ་གསུམ་སྐྱོམ་པའི་རིམ་པ་ཉིད་བཤད་པ།)ལ་གསུམ།

སྟོང་ཁའི་སྣ་ཅེར་སྒྲགས་གྱི་ཐིག་ལེའི་སྟོག་ཚུལ་བསྐྱོམ་པ་དང་།  
 གདོང་གི་སྣ་ཅེར་འོད་གྱི་ཐིག་ལེའི་སྟོག་ཚུལ་བསྐྱོམ་པ་དང་། གསང་བའི་སྣ་  
 ཅེར་རྫས་གྱི་ཐིག་ལེའི་སྟོག་ཚུལ་བསྐྱོམ་པའོ། །

དང་པོ་(སྟོང་ཁའི་སྣ་ཅེར་སྒྲགས་གྱི་ཐིག་ལེའི་སྟོག་ཚུལ་བསྐྱོམ་པ།)ལ་གཉིས།

སྟོང་ཁར་སྒྲགས་གྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོམ་པ། དེ་ལ་གེགས་བྱུང་ན་སེལ་

ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་(སྒྲིང་ཁར་སྒྲགས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྒྲུལ་པ།)ནི།

གསང་ཆེན་རིགས་གཅིག་གི་ལྷ་ཡབ་ཡུམ་དུ་གསལ་བའི་ངང་ནས་  
བསྒྲུལ་པ་དང་། གནད་གཞན་གསུམ་སྒྲར་དང་འབྲེལ། །དམིགས་པ་གང་དུ་  
གཏོང་བའི་ཡུལ་གྱི་གནད་ཀྱི་གཙོ་བོ་ནི་སྒྲིང་ཁ་ཡིན་པས། རུ་མ་གཉིས་ཀྱི་  
དབུས་བྱང་པོ་ནས་ཐད་བྱང་དུ་སྐལ་པ་ངོས་ལ་ཉེ་བར་སྒྲིང་ཁའི་རྩ་འཁོར་རྒྱ་  
རྒྱ་དང་བཅས་པ་ཡོད་པས་དེར་སྒྲུལ་པ་ཡིན་ནོ། །སྒྲིང་ཁ་དེར་བརྒྱ་འདབ་  
བརྒྱད་ཁ་དོག་དམར་པོ་རིམ་པ་གསུམ་པ་ཅིག་བསམ་མོ། །འདི་ལ་རྩའི་  
འདབ་མ་ཉིད་ལ་བད་འདབ་ཏུ་བྱས་པ་དང་། མེ་ཏོག་བརྒྱའི་འདབ་མ་བཞིན་  
དུ་སྒྲུལ་པ་གཉིས་འབྱུང་བ་ནི། གཞུང་ཁུངས་ཐུབ་གཞན་ནས་ཀྱང་འདི་འདྲ་  
སྒྲུལ་པ་རྣམས་ལ་ལུགས་གཉིས་ཆར་འབྱུང་བས་གང་བྱས་ཀྱང་འབྲེལ། །སྒྱི་  
མ་ལྷར་བྱེད་ན་བརྒྱའི་དབུས་སུ་མི་ཞེགས་པའི་ཐིག་ལེ་དཀར་ལ་དམར་བའི་  
མདངས་ཆགས་པའོ། །འོག་ཏུ་ཐིག་ལེ་དམར་པོ་སྒྲིང་དུ་དཀར་པོ་སྐྱ་མ་  
བྱེད་གཞེགས་ཅམ་ཁ་སྒྲར་བའི་ནང་དུ། ཨ་ཐུང་ཤད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་མགོ་  
བྱེན་ལྟ། ཁ་དོག་མཐིང་ཁ་འོད་ཟེར་རྣམ་པ་ལྷ་འབར་བ་ཞིན་ཏུ་འཆར་བ་ཅིག་  
བསྒྲུལ་མོ། །དེ་ཡང་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་རང་བཞིན་བདུད་རྩི་འཇག་པའི་རྣམ་པ་  
ཅན་དུ་བསྒྲུལ་ས་ན་ལེགས་སོ། །

དེ་ལ་ནི་ཅ་གསལ་བཏབ་པའི་གསལ་སྒྲུང་བསྐྱེད་ནས་མི་སྒྲོམ་ཡང་།  
 ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་དབུས་སུ་རྩུ་རྩུ་ལ་རོ་རྒྱུད་གི་མདུད་པ་བཅིངས་པའི་ཐད་  
 ཀྱི་རྩུ་རྩུའི་ནང་ཉིད་ན་ཡོད་པར་མོས་ནས་བསྒྲོམ་དགོས་སོ། །

འདིར་བཤད་རྒྱུད་ལས་སྒྲགས་ཀྱི་ཐིག་ལེ་རྩུ་ཡིག་ཏུ་གསུངས་ལ། ཟླ་  
 མ་རྒྱུ་མས་ཀྱིས་ཨ་ཐུང་དུ་མཛད་པ་ནི་སྤྱོད་བསྐྱུས་སུ་རྩོ་རྩོ་དཀྱིལ་འཁོར་  
 རྒྱན་ཀྱི་རྒྱུད་བྲངས་པ་དང་མཐུན་ནོ། །མི་ཞིགས་པའི་ཐིག་ལེ་ལ་ནི། སེམས་  
 ཀྱི་རྟེན་སྣང་ཁའི་ཁམས་དཀར་དམར་དང་། སྒོག་འཛིན་ཀྱི་རྒྱུད་ཞིན་ཏུ་སྤྲ་བ་  
 དང་སེམས་ལ་སོགས་པ་རྒྱུ་མས་ཡོད་དོ། །ནང་སྒྲོར་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་འདབ་མ་  
 ལ་ནི་ཤར་དུ་རྩི། སྒྲོར་རྩི། རུབ་ཏུ་ལི། ཐུང་དུ་སྤྱི་འགོད་ཅིང་མཚམས་བཞི་  
 སྒྲོང་པར་བཞག། བར་ཀྱི་འདབ་མ་ལ་ཤར་དུ་ཀ་ཁ་ག་ཟ། སྒྲོར་ཅ་ཆ་ཇ་རྩི།  
 རུབ་ཏུ་ཁ་ཐ་ཁ་རྩི། ཐུང་དུ་ཏ་ཐ་ད་རྩི། ཤར་སྒྲོར་པ་པ་བ་རྩི། སྒྲོར་རུབ་ཏུ་ཡ་ར་ལ་  
 ཟ། རུབ་ཐུང་དུ་ཤ་ཤ་ས་ཏ། ཐུང་ཤར་དུ་ང་ཏ་ཏ་ན་བཞི་བཞི་འགོད། ཡང་ན་  
 ཤར་ནས་བཅུ་མས་ཏེ་ཐིགས་ཆགས་སུ་འགོད། ཐྱི་རོལ་ཀྱི་འདབ་མ་ལ་ཤར་  
 དུ་ཨ་ཨ། སྒྲོར་ཨི་ཨི། རུབ་ཏུ་ཨུ་ཨུ། ཐུང་དུ་ཨེ་ཨེ། ཤར་སྒྲོར་ཨོ། སྒྲོར་རུབ་  
 ཏུ་ཨོ། རུབ་ཐུང་དུ་ཨོ། ཐུང་ཤར་དུ་ཨེ་ཨེ་འགོད་དེ། ཨི་མ་གཏོགས་པ་བཅུ་  
 གཅིག་ལ་འགོར་བ་སྤྱིའི་ཐ་མའི་མ་ཡིག་ཐིག་ལེ་རེ་བཞག་གོ། །ཡང་ན་ཤར་  
 རས་རིམ་པ་བཞིན་འགོད་དོ། །

ཡི་གེ་དེ་རྣམས་ཐམས་ཅད་མོག་གྱེན་ལྟ།      རེ་རེ་བ་མ་གཏོགས་པ་  
རྣམས་འབྲེང་ལ་བསྒྲིགས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་བདེ་བའི་ངོ་བོར་མེར་རེ་ཡོད་པ་  
ཕྱི་རིམ་གྱི་ཡི་གེའི་ཁ་དོག་དཀར་པོ།    བར་མའི་ཁ་དོག་དམར་པོ།    རང་གི་ཁ་  
དོག་སྒོ་ནག་ཏུ་བྱའོ། །འདི་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་རིམ་ལྔ་གསལ་སྒོན་ཏུ་བཤད་  
ཟིན་ཏོ། །

ཅ་འདབ་ཏུ་བྱེད་ན་ཅའི་སྐབས་ཀྱི་ནང་ན་ཚུར་བྱི་ནང་ཏུ་བསྒྲིགས་  
པའི་རྣམ་པ་ཅན་ཏུ་བྱ་ཞིང་། ཡི་གེ་ཚན་པ་གསུམ་སྒྲུང་མཆེད་ཐོབ་གསུམ་གྱི་  
མཆོན་བྱེད་ཏུ་བཤད་དོ། །འདི་ལ་ཐོག་མར་བད་འདབ་ཉེར་བཞི་ལྟེ་བ་དང་  
བཅས་པ་གསལ་གདབ་ལ་སེམས་བཟུང་དེ་ནས་བྱི་ནས་རིམ་པ་བཞིན་  
སྒྲིགས་མཆམས་ཀྱི་ཡི་གེ་གསལ་གདབ་ལ་རིམ་གྱིས་སེམས་བཟུང་བའི་  
མཐར། དབུས་ཀྱི་མི་ཤིགས་པ་ཨ་བྱང་དང་བཅས་པའི་ནང་ཏུ་སེམས་ཁྱུགས་  
པ་ལྟར་བྱས་ལ་ཡུན་རིང་ཏུ་སེམས་བཟུང་ཞིང་། ལྟར་བཞིན་བྱི་ནས་རིམ་པ་  
བཞིན་དབུས་ཀྱི་བར་ཏུ་སེམས་བཟུང་བ་སྟེ་ལ་མར་བྱས་ལ།    གསལ་སྒྲུང་  
ལེགས་པོར་བྱང་བ་དང་།    དེ་ལ་སེམས་བརྟན་པ་གཉིས་ཀ་བྱང་བྱང་ཏུ་སྒྱུར་  
དོ། །དེ་ལྟར་བྱེད་པ་ནི་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལའི་སྒྲིགས་མཆམས་ནས་རིམ་གྱི་  
རིམ་གྱིས་རྒྱང་ནང་ཏུ་འདུ་བ་ཉེ་རུ་སོང་ནས།    མཐར་སྟིང་ཁའི་རྒྱ་ཁྲིའི་ནང་ཏུ་  
སྒྱུད་པའི་ཆེད་ཡིན་ཏེ།    རྒྱང་སེམས་འཇུག་པ་གཅིག་པའི་གནད་ཀྱིས་སེམས་

གང་དུ་བཟུང་བའི་ལུས་ཀྱི་གནས་དེར་རྒྱང་ཡང་འདུ་བའི་སྤྱིར་རོ། །

འདི་ལ་ཡུན་བསྐྱངས་པས་འཆར་དུ་བརྟལ་ཅམ་སྤང་ན་ཡི་གེ་ཀུན་ལ་  
 དམིགས་ལ་བསྐྱོམ། ཅི་བྱས་ཀྱང་མི་འཆར་བར་སྤང་ན་མེད་མི་རུང་དབུས་  
 ཀྱི་ཐིག་ལེ་ཨ་ཐུང་དང་བཅས་པ་ཡིན་པས། དེ་ཁོ་ན་ལ་གསལ་སྤང་དང་གནས་  
 པ་གཉིས་ཀ་བཅའ་ལོ། །འདི་ལ་ཡང་ཡེ་མི་གསལ་བ་དང་། གསལ་ཡང་ཡལ་  
 རྒྱུན་པ་ལ་ངེ་ལྟར་བྱ་བ་དང་། སྤྲགས་ཀྱི་ཐིག་ལེའི་ནལ་འབྱོར་གྱིས་རྒྱང་རྒྱ་  
 རྒྱར་ཚུད་པའི་ཏྲགས་དང་། ཐིམ་པའི་ཏྲགས་དང་། ཐུན་ཆད་ནི་སྤ་མོ་སྐྱོམ་  
 པའི་སྐབས་སུ་བཤད་པས་ཤེས་པར་བྱའོ། །སྤྱིང་ཁའི་མི་ཤིགས་པ་སྐྱོམ་པ་  
 ལ་ནི་བསྐྲགས་པ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་སྟེ། མངོན་བརྗོད་ལས། ཏྲག་ཏུ་སྤྱིང་ལ་གནས་  
 པ་ཡི། ཐིག་ལེ་གཅིག་ལ་འགྱུར་མེད་པ། དེ་སྐྱོམ་བྱེད་པའི་སྤྱི་བོ་ལ། དེས་  
 པར་ཡེ་ཤེས་སྤྱི་བར་འགྱུར། ཞེས་དང་། བདེ་མཆོག་རིམ་ལྔ་ལས་ཀྱང་། སྤྱི་  
 དང་ཐིག་ལེར་ལྡན་པའི་སེམས། སྤྱིང་ཁར་གཞག་བྱ་དེ་ནས་འདིའི། མྱོངས་  
 པའི་རབ་རིབ་འཛོམས་མཛད་པའི། མངའ་བདག་བཅོམ་ལྡན་འབྱུང་འགྱུར་  
 ཏེ། ཞེས་སྤྱིང་ཁའི་མི་ཤིགས་པ་བསྐྱོམས་པས་མ་རིག་པ་རྩད་ནས་གཅིད་  
 པའི་ལྡན་སྤྱིས་འཆར་བར་གསུངས་ཏེ། དེས་པར་ཡེ་ཤེས་སྤྱི་ཞེས་པ་ཡང་  
 དེའོ། །ཁྱོལ་བའི་ཐིག་ལེ་ལས་ཀྱང་། དེ་གསལ་མི་ཤིགས་ཐིག་ལེའི་གཟུགས།  
 ཡུངས་ཀར་གྱི་ནི་འབྱུ་ཆོད་ཅམ། འོད་ཟེར་སྤ་ལྔ་འབར་འཛག་པའི། ཁྱུ་ལ་



ཅན་སྒྲིང་དབུས་ཏྲག་ཏུ་གནས། །དེ་ལ་བསྐྱུས་པས་ཡེ་ཤེས་ཆེ། །སྐད་ཅིག་ཅམ་  
 གྱིས་རྣལ་འབྱོར་ལ། །འབར་བ་འདི་ལ་ཐེ་ཆོམ་མེད། །ཅེས་གསུངས་པ་ནི་སྒྲིང་  
 སྒྱེས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་སོ། །འདི་དང་འོག་སྒྲིང་གི་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་གསུངས་པ་ཆེ་ཞིང་། །འཕྱག་  
 མེད་པའི་སྒོག་ཅེས་ཀྱི་གདམས་པ་བྲུང་པར་ཅན་ཡིན་པས་འབད་པར་  
 བྱའོ། །འདི་བསྒྲོམས་པ་ལ་ཡང་སྒྲིག་རྒྱ་ལ་སོགས་པའི་ཏྲགས་རྣམས་འཆར་  
 བར་གསུངས་ཤིང་། ཏྲགས་བཞི་པའི་མཐར་སྒྲིང་པ་བཞི་ཡང་འཆར་རོ། །

གཉིས་པ་(དེ་ལ་གོགས་བྱུང་ན་སེལ་ཚུལ།)ནི།

འོག་སྒྲིང་གི་སྤྱོད་པ་སྐྱབས་སུ་རྒྱུང་བེམ་པས་དགའ་བཞི་ལེགས་པར་  
 སྐྱེད་ཀྱས་པ་བྱུང་ན། །འདིར་རྒྱུང་འདུ་ཡང་སྤྲ་ལ། །འདུ་བའི་དུས་སུ་བྱུག་སྐྱེད་  
 པ་སོགས་ཀྱི་གོགས་རྒྱུང་། །དེ་ལྟ་མིན་ནའང་འཇམ་པོའི་སྒྲིང་ལུགས་ལེགས་  
 པར་ཤེས་ནས་བསྐྱུངས་པ་ལ་གོགས་འགངས་ཅན་མི་འབྱུང་ངོ། །སེམས་  
 ཟེན་རབ་བྱུང་ནས་རྒྱུང་རེ་འགའ་འདུས་པའི་ཆེ་བྱུག་ཅུང་ཟད་སྐྱེད་པ་སོགས་  
 བྱུང་ནའང་། །དེ་ཀ་ལ་བཞག་པས་དང་པོར་བྱུག་བྱུང་ཡང་། །དེའི་འཕྲོ་ནས་  
 བདེ་བ་བྱངས་པ་ཅིག་བྱུང་ན་ལེགས་པས་དེ་ཀ་ལ་བསྐྱུང་བྱུག་མ་བསལ་ན་  
 དགོ་སྒྲོར་གྱི་གོགས་སུ་འགོ་བར་སྤང་ན། །འཁོར་ལོའི་དབུས་སུ་མ་བསྐྱུས་  
 པར་བྱུག་སྐྱེད་པའི་ཐད་ནས་རྒྱུང་བྱིར་འབྱེན་པ་སོགས་ཀྱི་སེལ་ཐབས་བྱས་  
 བ། །སྤྱོད་པའི་རྒྱུང་བསྐྱུས་པ་བྱིར་ལ་གཏོར་བས་རྒྱ་ཁྲིར་སྐྱེད་པ་ལ་མི་པན་

ཞིང་། ཕྱི་རེས་ནས་ཀྱང་རྒྱུ་དཀའ་བར་འགྱུར་བས་བྱུག་ཞི་བྱུག་པ་  
 ཅེས་གྱི་གོགས་སེལ་ཐབས་ཀྱིས་མི་ཚོག་གོ། དེས་ན་སྙིང་ཁའི་སྟོང་སྟོང་གི་  
 རྒྱུ་ཀྱན་དམིགས་པས་ལེགས་པར་བསྐྱུས་ནས་མི་ཞེགས་པ་ཡོད་ས་དེར་  
 བསྟེན་པ་ཡང་ཡང་བྱས་པས་བྱུག་ཀྱང་ཞི་བ་དང་། ལྔ་མའི་རྒྱུ་བསྐྱུས་པ་  
 ཡང་དོན་མེད་དུ་མི་འགྱུར་ཞིང་། ཕྱི་རེས་ནས་ཀྱང་སྟུང་པ་ལ་མི་གཞོད་དོ། །  
 སྙིང་ཁའི་མི་ཞེགས་པ་ལ་སེམས་ཐེམ་པ་ལྟ་བུའི་ཐེན་པོ་བྱུང་བ་འགའ་ཞིག་  
 ལ་མིག་ལོང་བ་ལྟ་བུ་འབྱུང་ལ། དེ་བཞིན་དུ་དབང་པོ་གཞན་བཞིས་ཀྱང་རང་  
 གི་ཡུལ་འཛིན་པའི་རྒྱས་པ་མེད་པ་བྱུང་ན། རྒྱུ་ཐེམ་ནས་སྟོང་པ་བཞི་ཤར་  
 བའི་དུས་སུ་ནི་དབང་ཤེས་ཐེམ་དགོས་པས་སེལ་ཐབས་མི་དགོས་ལ། དེ་  
 འདྲ་མིན་པའི་སྐབས་སུ་རྒྱན་རིང་རབ་པ་འོང་བ་ནི་བཤད་རྒྱུ་ལས། སྙིང་  
 ཁ་ན་དབང་པོའི་སྒྲོར་འཇུག་པའི་འཛིན་པའི་རྒྱུ་བྱུག་དང་། གཟུང་བའི་རྒྱུ་  
 བྱུག་སྟེ་བཅུ་གཉིས་གནས་པར་གསུངས་པ་ནུས་ལ། སྙིང་ཁར་མཐེམ་པར་  
 རུང་ཐད་རེངས་པ་ཡིན་པས། དེ་ལ་ནི་འཆད་པར་འགྱུར་བ་ལྟར་སྙིང་ཁ་ནས་  
 དབང་པོ་སོ་སོའི་སྒྲོར་རྫོར་བཞུས་བྱས་པས་སལ་ལ། རྒྱུ་བསྐྱུས་ཏེ་སྙིང་  
 ཁར་མི་ཞེག་པ་ལ་གོམས་ནའང་སེལ་རྒྱས་སོ། །རྒྱ་མཚན་ལྔ་མ་དེས་ཀྱང་  
 སྙིང་ཁའི་རྩ་འཁོར་གྱི་དབུས་སུ་གནད་དུ་བསྐྱུན་པ་ལས། གཟུང་འཛིན་གྱི་  
 རྩ་རྟོག་གིས་མི་བསྐྱོད་པའི་འོད་གསལ་ཕུལ་དུ་བྱུང་བ་འཆར་བ་ཡིན་ནོ། །

འདི་ལ་ཡང་གོགས་མ་བྱུང་བྱུང་སྐབས་སྐབས་སུ་སྡིང་ཁའི་ཡི་གེ་ལས་འོད་  
ཟེར་ལྷགས་རྒྱ་ལྷ་བྱ་འཕྲོས་པའམ། ཡང་ན་དམིགས་པ་རྒྱུང་པས་ཀྱང་སྟོད་  
སྟོད་ཀྱི་རྒྱུང་ཀྱན་བསྐྱུས་ནས་མི་ཞིགས་པ་ལ་བསྟེམ་ཞིང་དེའི་དབང་གིས་  
བདེ་བ་བྱུང་བར་བསམས་ན་རྒྱུང་འདུ་སྤྱོད་པ་དང་མཉེན་དུ་འགོ་བ་སོགས་ཀྱི་  
གནད་ཀྱང་ཆེན་པོ།

གཉིས་པ་(གདོང་གི་སྒྲ་ཅེར་འོད་ཀྱི་ཐིག་ལའི་སྟོག་ཚེལ་བསྒྲུལ་པ།)ལ་གསུམ།

རྒྱུང་གི་དེ་ཉིད་མདོར་བསྐྱུས་ཏེ་བསྟན་པ་དང་། དེ་ལ་དོར་བསྐྱུས་བྱ་  
བའི་ཚུལ་དང་། གོགས་བྱུང་ན་སེལ་ཚུལ་ལོ།

དང་པོ་(རྒྱུང་གི་དེ་ཉིད་མདོར་བསྐྱུས་ཏེ་བསྟན་པ།)ནི།

མི་ཞིགས་པ་ལ་སེམས་བརྟན་པོ་རྟེན་རྟེན་བར་དུ་སྦྱངས་ནས་བརྟན་  
པ་ན། དོར་བསྐྱུས་བྱེད་པ་སྟོན་གསལ་གྱི་དགོངས་པ་ཡིན་པས། དེ་བརྟན་པ་  
ན་དོ་རྗེ་བསྐྱུས་པ་བྱ་བ་ལ་བསྐྱུས་པའི་ཡུལ་རྒྱུང་ནི། ཅ་བའི་རྒྱུང་ལྷ་ལས་ནམ་  
མཁའི་རྒྱུང་ཁྱབ་བྱེད་ནི་འཆི་བའི་དུས་སུ་སྒྲ་སྒྲོར་རྒྱུའི་དེ་ལྷ་མི་རྒྱུའོ། །ཁྱེན་  
རྒྱ་མའི་རྒྱུང་གིས་གཙོ་བོ་བྱས་ཏེ་གཞན་གསུམ་འཁོར་དུ་རྒྱན་སྒྲ་བྱག་  
གཡས་ནས་དང་། མཉམ་གནས་རྒྱུང་གི་རྒྱུང་གིས་གཙོ་བོ་བྱས་ནས་རྒྱ་ན་  
སྒྲ་བྱག་གཡོན་ནས་དང་། བྱར་སེལ་སའི་རྒྱུང་དང་། སྟོག་འཛིན་ཚུའི་རྒྱུང་  
གིས་གཙོ་བོ་བྱས་ནས། རྒྱན་སྒྲ་བྱག་གཉིས་ཀ་ནས་མཉམ་པོར་རྒྱ་སྟེ། བཞི་

ཀ་ཡང་ཐུན་ཕྱེད་རེར་དགུ་བརྒྱ་རེ་རྒྱ་ལ། གནས་ནི་རིམ་པ་བཞིན་མགིན་པ་  
དང་། ལྷེ་བ་དང་། གསང་གནས་དང་། ལྷིང་ཁ་ན་གནས་སོ། །རང་དབང་གི་  
ཁ་དོག་ནི་རིམ་པ་བཞིན་དམར་ནག་སེར་དཀར་བའོ། །ཞག་གཅིག་གི་རྒྱང་  
གི་ཕྱེད་མཉམ་རྒྱར་གསུངས་པས། ལྷགས་འདི་ལ་གཞི་དུས་ཀྱི་མཉམ་རྒྱ་ནི་  
རྒྱ་ཁྲི་ནས་རྒྱ་བ་མིན་ཀྱང་། བསྐྱེམས་སྟོབས་ཀྱིས་མཉམ་རྒྱར་བཏང་བ་ནི་རྒྱ་  
ཁྲི་ནས་རྒྱ་འོ། །ཅ་བའི་རྒྱང་ལྔ་མགོན་པོ་ལྔ་འི་རྒྱང་དུ་དོ་རྩེ་ཕྱེད་བ་ལས་  
གསུངས་ཀྱང་ལྔ་མའི་རྒྱང་དུ་མ་གསུངས་སོ། །

དགོངས་པ་ལྷང་སྟོན་ལས། དམར་ནག་སེར་དཀར་བའི་མེ་དང་། རྒྱང་  
དང་དབང་ཆེན་དང་། རྩེ་དཀྱིལ་འཁོར་བཞི་རིམ་པ་བཞིན་དུ། གོས་དཀར་  
མོ་དང་། སྒྲོལ་མ་དང་། སྦྱན་མ་དང་། ལྷ་མ་གྱི་འི་རྒྱང་དང་། གོས་དཀར་མོ་ལ་  
སོགས་པའི་རྒྱང་བཞི་རིམ་པ་བཞིན་སྒྲ་བྲག་གི་སྟེང་དང་། བསེགས་དང་ཐད་  
ཀ་དང་འོག་ཏུ་རྒྱ་བ་དང་། ལྷ་མོ་བཞི་འི་རྒྱང་ཉིས་བརྒྱ་ཉེར་ལྔ་པ་བཞི་བསྐྱེམས་  
པས་དགུ་བརྒྱ་རེ་གསུངས་སོ། །

དེའི་ལྷགས་ལ་ནི་གུན་རྒྱ་སོགས་བཞིས་གཙོ་བོ་བྱས་ནས་རྒྱ་བ་ལ།  
ལྷ་མོ་བཞི་འི་རྒྱང་དུ་བཞག་པ་དང་། དགུ་བརྒྱ་པ་རེའི་བཞི་ཆ་ལ་ལྷ་མོ་རེའི་  
རྒྱང་དུ་བྱས་པའི་ཚུལ་གཉིས་ཤེས་དགོས་ཤིང་། དགུ་བརྒྱ་རེའི་བཞི་ཆ་ནི་  
རིམ་པ་བཞིན་སྒྲ་བྲག་གི་སྟེང་ལ་སོགས་པ་བཞི་རིམ་གྱིས་རྒྱ་འོ། །

བསོགས་ནི་ཆག་གིས་ལོགས་སུ་བསྐྱར་བ་ལྟར་སྒྲ་བྱག་གི་ལོགས་དང་།  
ཐད་ཀ་ཞེས་པ་ནི་སྒྲ་བྱག་གི་དབུས་ཀྱི་ཐད་བྱང་དང་། ལོག་ནི་སྒྲ་བྱག་གི་ལོག་  
ངོས་མཚུ་ལ་བདར་ནས་རྒྱུ་ལོ། །རྒྱ་བ་དང་། རྒྱ་པར་རྒྱ་བ་དང་། ཡང་དག་  
པར་རྒྱ་བ་དང་། རབ་ཏུ་རྒྱ་བ་དང་། དེས་པར་རྒྱ་བ་ཞེས་པའི་ཡན་ལག་གི་  
རྒྱང་ལྔ་ནི་རིམ་པ་བཞིན་མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་ལྔ་ལ་གནས་ནས་  
འབྲུག་ལྔ་སོགས་བྱེད་དོ།

གཉིས་པ་(དེ་ལ་དོར་བཞེས་བྱ་བའི་ཚུལ།)ལ་གཉིས།

ཅ་བའི་རྒྱང་གི་དོར་བཞེས་དང་། ཡན་ལག་གི་རྒྱང་གི་དོར་བཞེས་སོ།

དང་པོ་(ཅ་བའི་རྒྱང་གི་དོར་བཞེས།)ལ་གཉིས།

དངོས་ཀྱི་དོན་དང་། དེ་བསྐྱོམས་པས་ཁྱོང་བ་སྐྱེ་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་(དངོས་ཀྱི་དོན།)ནི།

སྒྲ་རྒྱང་གིས་པའི་ལྟན་སྐྱེས་སྐྱེད་ཀྱས་པ་ཡོད་ན། འདི་དང་སྒྲགས་  
ཀྱི་ཐིག་ལེ་སྐྱོམ་པ་གཉིས་ཀའི་སྐབས་སུ་སྒྲ་སྐྱོམ་པ་ནི་ལྟན་སྐྱེས་ཀྱི་འོད་  
གསལ་ཀྱི་ངང་ནས་བསྐྱོམ། དེ་ལྟ་མིན་ན་སྐད་ཅིག་གིས་བསྐྱེད་ལུས་དང་  
དུས་དང་རྒྱང་གི་གནད་གསུམ་སྒྲ་དང་འབྲེལ། །

འདིར་རྒྱང་ལ་དོར་བཞེས་བྱེད་པའི་གཙུག་པོ་ནི། ཅ་བའི་རྒྱང་བཞིའི་  
དོར་བཞེས་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་བྱེད་པའི་དགོས་པ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ནི། ལྟོང་



ཁ་ན་གནས་པའི་རྩུ་རྩིའི་རྩ་མདུད་བཀོལ་ནས། དེའི་ནང་གི་མི་ཞིགས་པ་ལ་  
 སློག་བྱར་ལ་སོགས་པའི་སློགས་མཆམས་ཀྱི་རྩུང་བསྐྱས་ནས་ཐེམ་པར་  
 བྱས་པ་ལས། སྟོང་བ་བཞིའི་རིམ་གྱིས་འོད་གསལ་ཕྱལ་དུ་བྱང་བ་འཆར་  
 བའི་ཆེད་ཡིན་ནོ། །དེའི་གནད་ཀྱིས་རྩུང་བཞི་ཀའི་རྫོང་བཞུས་བྱེད་པ་ནི།  
 སྟོང་ཁའི་མི་ཞིགས་པ་ལས་འབྱུང་བ་དང་། འདྲུག་པ་ལ་སོགས་པའི་ཚུལ་  
 ཀྱིས་བྱེད་པ་ནི་བཤད་པའི་རྩུང་ལྟ་མོ་བཞིས་ཁྱས་དང་སྟོན་གསལ་ལས་  
 གསུངས་ལ། དེ་ལྟར་བྱ་དགོས་པའི་རྩུ་མཆན་རྫོང་བཞུས་ཀྱིས་སྟོང་ཁའི་རྩ་  
 མདུད་འབྱེད་པ་དང་། དེ་ཉིད་རྩ་མདུད་འབྱེད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དཀའ་ཤོས་  
 ཡིན་པ་དང་། དེ་འབྱེད་ཀུས་ན་རྩ་མདུད་གཞན་ཅམས་དེའི་སྟོབས་ཀྱིས་  
 འགྲོལ་བ་ལ་སོགས་པ་དག་དབེན་གྱི་ནམ་གཞག་རྩུས་པར་ནི་ངོ་སྟོན་རིམ་  
 ལྔ་གསལ་སྟོན་དུ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

དེའི་སྒྱུར་སྒྲར་བཤད་པའི་འོག་སྒྲིའི་སྤྱོད་དང་། སྟོང་ཁའི་སྒྲགས་ཀྱི་  
 ཐིག་ལེ་བསྟོམས་ནས་རྩུང་རྩུ་རྩིར་འཇུག་པ་དང་། ཐེམ་པར་བྱས་པའི་དབང་  
 གིས་དགའ་བཞི་དང་སྟོང་བ་བཞི་འདྲན་ཀུས་ཀྱང་། སྤྱར་ཡང་དོ་རྩེ་བཞུས་པ་  
 བྱ་དགོས་སོ། །

དེ་ལ་རྩུང་གི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དང་། སྒྲགས་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཤེས་པ་སྟོན་  
 དུ་བཏང་ནས་རྫོང་བཞུས་བྱ་བར་རིམ་ལྔ་ལས་གསུངས་པའི་དང་པོ་ནི། སྒྱུར་

གསལ་སྒྲོན་དུ་བཤད་པ་ལྟར་སྤྲོད་བཅུ་གཞི་གནད་མཐའ་དག་པར་ཤེས་དགོས་  
ལ། བྱད་པར་དུ་སྤྲོད་ནམས་ཀྱི་དང་པོར་སྤྱོད་བྱ་དང་། འཆི་ཁར་སྤྱད་པའི་ཙུ་  
བའི་གནས་མཐར་ཐུག་པ་སྤྱོད་ཁའི་མི་ཤེས་པ་ཡིན་པ་དང་། དེར་ཐེམ་  
ནས་འཆི་བའི་སྤྱོད་པ་བཞི་འཆར་བའི་ཚུལ་དང་། སྤྲོད་ནམས་དེར་འདུ་བ་ལ་  
གནས་དེའི་མདུད་པ་དབྱེ་དགོས་པ་དང་། དེ་རྒྱུ་བཟུངས་ཀྱིས་འབྱེད་པའི་  
ཚུལ་ནམས་ལེགས་པར་ཤེས་པའོ། །

གཉིས་པ་ནི་དབྱངས་གསལ་ལས་བརྟམ་པའི་སྤྱལ་ལ་སོགས་པའི་  
སྤྱལ་པ་རྒྱུད་ཅིག་གསུངས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཙོ་བོ་ཡི་གེ་གསུམ་ཡིན་  
པས། སྤྱལ་པ་བཟུངས་པར་གསུངས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཙོ་བོ་ཡང་དེ་ཡིན་པ་  
དང་། སྤྱལ་པ་བཟུངས་པའི་ངེས་དོན་མཐར་ཐུག་པ་ཡང་། སྤྲོད་གི་རང་གདངས་  
ཡི་གེ་གསུམ་ཀྱི་གདངས་སུ་འཆར་བའི་ཚུལ་ཀྱི་སྒྲོ་བ་ཉིད་ཡིན་པ་དང་།  
བཟུངས་པ་དེས་སྤྱལ་པ་བཟུངས་པ་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་སྤྱལ་  
བཅས་ཀྱི་ཐུགས་རྒྱུད་བསྐྱེད་ནས། སྤྱལ་པ་པོ་ལ་བྱིན་ཀྱིས་སྒྲོ་བ་པའི་བྱ་བ་  
ཐམས་ཅད་ལྟག་དང་བཅས་པར་བྱེད་པར་གསུངས་པའི་དོན་ལ་ངེས་པ་ཉིད་  
པ་ཡིན་ཏེ། སྤྲོད་གི་ནམས་འབྱོར་འདི་ལ་རོ་རྒྱུད་གི་སྤྲོད་ཀྱི་རྒྱུ་སྤྱལ་ནས་  
ཐེམ་པའི་དབང་གིས་སྤྱོད་སྤྱོད་འཆར་བའི་རྒྱས་པ་ཡོད་པར་མ་ཟད། སྤྱལ་པ་  
བཟུངས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དགོས་པ་ལྟག་དང་བཅས་པ་འབྱུང་པའི་བྱད་ཆོས་

ཡོད་པས། རྒྱུད་གི་རྣལ་འབྱོར་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་མད་དུ་བྱུང་བར་ཡང་ཤེས་  
དགོས་སོ། །

དེ་ལྟར་ན་ཅ་བའི་རྒྱུད་བཞི་ལ་རྫོར་བཞེས་བྱེད་པའི་ཡུལ་གྱི་གནད་ནི་  
རྒྱུད་དེ་རྣམས་དོན་སྤངས་ནས་ཅ་གང་གི་ནང་དུ་རྒྱ་ཡང་རུང་། མོས་བ་ལ་བྱིར་  
ལྡང་བ་དང་ནང་དུ་འཇུག་པའི་ཆེ་རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱུ་ནང་ནས་ལྡང་འཇུག་བྱེད་པར་མོས་  
དགོས་ཤིང་དེ་ཡང་སྤྱིང་ཁའི་རྒྱ་རྒྱུ་ནང་གི་མི་ཤིགས་པའི་ནང་ནས་བྱེད་  
པར་བསམས་ལ། གནས་པའི་ཆེ་ནི་མི་ཤིགས་པའི་ནང་དུ་གནས་པར་བསམ་  
སོ། །གནས་པའི་ཆད་ནི་ལྡང་འཇུག་གང་རུང་རེའི་ཡུན་ཆད་ཀྱིས་ཆོག་  
གོ། །དེ་ཡང་སྤྲུགས་དང་སྦྱོར་ཚུལ་ནི་ཡིག་འབྲུ་བྲིས་པའི་རྣམ་པར་བྱེད་པ་  
མིན་གྱི། ཡི་གེ་གསུམ་གྱི་གདངས་དང་སྦྱོར་བ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་རྒྱུད་ལྡང་  
འཇུག་གནས་གསུམ་གྱི་རང་གདངས་ཉིད་དེ་གསུམ་དུ་ཤར་བར་སེམས་  
པའོ། །འདི་ཡིད་བཞེས་སུ་སྒྲོན་གསལ་ལས་གསུངས་ཀྱང་བསྐྱེད་རིམ་པའི་  
ཡིད་བཞེས་དང་མི་འདྲ་བའི་བྱེད་པར་ལེགས་པར་བྱེད་པར་དགོས་  
སོ། །རྫོར་བཞེས་འདི་ལ་ལུས་ཀྱི་ཅ་འཁོར་གྱི་གནད་དུ་བསྐྱུན་པ་མེད་པར་  
ཁོང་པའི་ནང་ནས་འགོ་འོད་ཅེས་བྱེད་པའི་བཞེས་པ་བྱེད་ན། ཉན་ས་དང་  
མཛོད་ཅ་འགྲེལ་ནས་བཤུད་པའི་རྒྱུད་བཟང་བ་དང་གཉིས་པོ་ལ། སྤྲུགས་  
དང་སྦྱར་མ་སྦྱར་གྱི་བྱེད་པར་ཅེས་ཡོད་ཀྱང་། རྒྱུད་རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱུ་མི་རྒྱུ་ལ་

བྱད་པར་ཅི་ཡང་མེད་པས་ལུས་ཀྱི་གནད་དུ་བསྐྱུན་པར་དགོས་ལ། འདིར་ནི་  
 སྙིང་ཁའི་གནད་ལེགས་པར་ཤེས་ནས་དེར་གཏད་དེ་བཞུགས། །འདི་ལ་ཡང་  
 ཅུལ་དགོས་སུ་གསལ་སྒྲུང་འདོན་པའི་གསལ་འདེབས་མི་དགོས་ཀྱི་མོས་པ་  
 ཅམ་གྱིས་ཆོག་གོ། །གསང་གནས་ན་གནས་པའི་ཐུར་སེལ་ལ་སྙིང་གི་སྒྲ་  
 སྒོར་འབྱུང་འཇུག་བྱད་པ་ཅིག་དང་། འོག་སྒོ་གཉིས་སུ་འབྱུང་འཇུག་བྱེད་པ་  
 གཉིས་གསུངས་པའི་སྤྱི་མ་འདིའི་རྫོང་བཞུས་ཀྱང་བྱེད་ཤེས་ན་སྙིང་སྒོའི་  
 རྫོང་བཞུས་གྱིས་འབྱུང་མོད་ཀྱང་། དེ་ལ་དམིགས་གྱིས་བཀར་ནས་བྱེད་  
 འདོད་ན། སྒོག་རྒྱུང་སྙིང་གི་སྒྲ་སྒོར་སྤྱིར་འབྱུང་བ་ན་འོག་གི་ཐུར་སེལ་རྟགས་  
 ཀྱི་ཅི་ནས་སྙེ་བ་བར་དུ་འབྱུང་ཞིང་། སྙིང་གི་སྒོག་རྒྱུང་སྙིང་གི་སྒྲ་སྒོར་ནས་ནང་  
 དུ་འཇུག་པ་ན། འོག་གི་ཐུར་སེལ་རྟགས་ཀྱི་ཅིའི་བར་དུ་འགོ་སྟེ། ནི་ཆེན་གྱི་  
 ལམ་ལས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་བྱེད་དོ། །དེ་ལ་དེ་ཆུའི་ལམ་ནས་རྫོང་བཞུས་བྱེད་  
 བ་རྟགས་ཀྱི་ཅི་ནས་ནང་དུ་འཇུག་པའི་གདངས་ཨོ་དང་། རྟགས་ཀྱི་ཅིའི་བར་  
 དུ་སྤྱིར་འབྱུང་བའི་གདངས་རྒྱུ་དང་། སྙེ་བའམ་སྙིང་ཁར་གནས་པའི་གདངས་  
 གྲུ་ ཡིག་གདངས་དང་སྐྱར་ལ་རྫོང་བཞུས་བྱའོ། །འདིས་ནི་བྱོད་སྐྱར་དུ་  
 བསྐྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། དམིགས་བསལ་ཅན་གྱི་དགོས་པ་སྐྱབ་ན་མ་གཏོགས་པ་  
 འདིའི་གནས་པ་ཡང་སྙིང་ཁར་བྱ་སྟེ། ལམ་གཞན་ལ་བྱེད་ན་ཡང་དེ་བཞིན་  
 དུ་འོ། །རྒྱ་རྒྱུའི་ཡར་སྒྲ་བྱེ་ན་བདེ་བ་ལ་བྱད་ཆེ་ཞིང་མར་སྒྲ་བྱེ་ན་གཏུམ་མོ་

འབར་བ་ལ་བྱད་ཆེ་བ་ལ་འདི་ནི་སྤྱི་མ་ལ་བསྐྱགས་སོ། །རྫོང་བཞུས་ལ་ཡང་  
རིག་པ་ལ་ངར་ཐོན་པ་རྒྱན་ལྟན་པ་མེད་ན་བྱིང་བ་འཕེལ་བར་འགྱུར་ལ།

དེར་སོང་ན་སྒྲ་སྒྲིའི་རྒྱང་འབྱུང་འཇུག་མི་བྱེད་པ་བྱུང་ཡང་སྒྲིན་སྒྲིད་  
པ་མིན་ལ། ཡོན་ཏན་མི་སྒྲིབ་ས་བྱིང་བ་གཅོད་པ་གལ་ཆེའོ། །

གཉིས་པ་(དེ་བསྐྱོམས་པས་སྤྱོད་བ་སྒྲིལ་ལ།)ནི།

དེ་ལྟར་རྫོང་བཞུས་བྱས་པ་ན་རེ་ཤིག་རྒྱང་གི་གདངས་ལ་སྐྱགས་སུ་  
མོས་པ་ཅམ་ལས་མི་འོང་ཡང་། གོམས་པའི་མཐར་ཐར་ལ་མོས་པ་བྱས་པ་  
ཅམ་མིན་པར། ཚུར་ལ་རང་གི་གདངས་ཡི་གེ་གསུམ་གྱི་གདངས་སུ་འཆར་  
བའི་གསུང་གི་ང་རྒྱལ་འཕོས་པ་འབྱུང་སྟེ་བསྒྲིད་རིམ་དང་འདྲོའོ། །འདི་ལ་  
ཡང་དང་པོར་སྒྲ་བྲག་རེ་རེ་བར་རྒྱ་བཞིན་པ་ན། རྫོང་བཞུས་བྱས་པའི་  
མཐུས་སྒྱུར་པོར་མཉམ་རྒྱུར་ངེས་ཅན་དུ་ཐེངས་གྱི་ན་འདུག་ན། རྫོང་བཞུས་  
གྱིས་རྒྱང་རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལྟར་པ་ནི་ཡིན་ལ། མཆམས་དེ་ནས་འབད་པ་ཆེན་པོས་  
སྒྲིང་ཁའི་འབྱུང་འཇུག་ལ་བྲིལ་ན་སྒྲིད་ཆེའོ། །དེ་ཡང་དང་པོར་རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་  
ནས་འབྱུང་འཇུག་བྱེད་པར་མོས་པ་ཅམ་ཡིན་ཀྱང་། གདམས་ངག་གི་གནད་  
ལེགས་པར་ཤེས་ནས་གོམས་པ་བསྐྱངས་ན་རྒྱང་སེམས་འཇུག་པ་གཅིག་  
པའི་གནད་གྱིས་རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ནས་དངོས་སུ་འབྱུང་འཇུག་བྱེད་པ་འོང་ངོ། །དེ་  
བྱུང་ན་སྒྲ་ག་མ་ལ་སོགས་པའི་སྐབས་འགགས་པ་བྱུར་མས་དགྲགས་པས་



དེ་སེལ་རྒྱས་པ་བཞིན་དུ། མདུད་པའི་ནང་གི་རྒྱ་རྒྱུ་འབྱུང་འཇུག་གི་རྫོང་  
བཟླས་གོམས་པའི་མཐུས་དངོས་སུ་མདུད་པ་འགོ་ལ་རྒྱས་ཏེ། སྤྱིར་རྒྱ་རྒྱུ་འི་  
ནང་དུ་ཚུད་པས་མི་ཆོག་པར་སྤྱིར་ཁའི་མདུད་པའི་ནང་ནས་འགོ་འོང་གནས་  
གསུམ་གྱི་ད་པ་གནད་ཀྱི་དོན་དུ་གཟུང་བར་བྱའོ། །འབྱུང་འཇུག་གང་རུང་  
རེའི་ཡུན་ཆད་ཀྱི་གནད་པ་ནི་དང་པོར་ཆེད་དུ་བྱ་དགོས་ལ། དེ་གོམས་པ་  
ཡུན་བསྐྱངས་པ་ན་མཆོམས་གཅིག་ནས་ཆེད་དུ་བྱ་མི་དགོས་པར་རང་གི་  
ངང་གིས་གནས་པ་ཅིག་འོང་དོ། །དེ་བྱུང་བ་ན་སྤར་ཡང་གོམས་པ་བསྐྱངས་  
པས་གནས་པ་རྗེ་རིང་རྗེ་རིང་རྗེ་རིང་དུ་འགོ། དེའི་གནད་ཀྱིས་ལྷང་འཇུག་  
གཉིས་རྗེ་བྱུང་དུ་སོང་ནས། མཐར་རྒྱུང་འབྱུང་འཇུག་གི་རྒྱ་བ་སྤ་མོ་ཡང་  
ལོག་ནས་གནས་པ་འབའ་ཞིག་པར་འགོ་འོ། །དེ་ནས་གནས་པ་ཡང་རྒྱུང་རྒྱ་  
རྒྱུ་འི་ཐིམ་ནས་སྤོང་བ་རྣམས་འཆར་བ་ཅིག་འོང་སྟེ། འདིར་ཡང་སྤྲིག་རྒྱ་ལ་  
སོགས་པའི་ཉགས་རྣམས་འཆར་དོ། །

དོན་གྱི་དབང་འདི་གཟིགས་ནས་འཕགས་པ་ཡབ་སྐུས་ཀྱིས་རྫོགས་  
རིམ་གྱི་སྐབས་ཀྱི་རྒྱུང་གི་རྣལ་འབྱོར་བཤད་པ་ན། སྤྱིར་འོག་གི་རྒྱུང་ཁ་སྤོར་  
ཀྱིས་ནང་དུ་འཛིན་པ་མ་བཤད་པར་རྫོང་བཟླས་ཉིད་བཤད་པ་ཡིན་ཏེ། རྫོང་  
འབྲེང་བ་ལས་ལན་དུ་མར་སྤྲགས་ཀྱི་དེ་ཉིད་གཅིག་བྱས་འབྲུབ་ཅེས་  
གསུངས་པ་ཡང་དེ་ལ་དགོངས་སོ། །

གཉིས་པ་(ཡན་ལག་གི་རྒྱུ་གི་དོར་བཞེས།)ནི།

རང་སྒྲུང་བསྐྱེད་པ་དང་གནད་གཞན་གསུམ་ནི་སྒྲུང་དང་འདྲ། ཡན་  
ལག་གི་རྒྱུ་གི་དོར་བཞེས་འདི་ལ་ངག་དབེན་གྱི་སྐབས་དང་། མིག་གི་  
མཛེན་ཤེས་སོགས་སྐབས་པའི་སྐབས་གཉིས་ཡོད་པ་ལས། ངག་དབེན་གྱི་  
སྐབས་སུ་བྱེད་པ་ནི་སྒྲོན་གསལ་མ་གཏོགས་པ་ཡབ་སྐུ་གྱི་གཞུང་གཞན་  
ནས་གསལ་བར་མ་བཤད་ལ། སྒྲོན་གསལ་གྱི་དགོངས་པ་ནི་རྩ་བའི་རྒྱུ་གི་  
དོར་བཞེས་གྱིས་མ་ཞིགས་པ་ལ་རྒྱུ་ཐིམ་པར་བྱས་པའི་འོག་ཏུ་ལྷང་བ་ན་  
སྒྲིང་ཁའི་མི་ཞིགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །འདི་བྱེད་པ་ལ་ཡུལ་  
གྱི་གནད་ནི་འབྱུང་བ་ན་སྒྲིང་ཁའི་མི་ཞིགས་པ་ལས་བྱུང་ནས། དབང་པོ་སོ་  
སོའི་སྒྲོར་འབྱུང་བ་དང་འཇུག་པ་ན་སྒྲོ་སོ་སོ་ནས་ནང་དུ་ཁྱུགས་ཏེ། མི་  
ཞིགས་པ་ལ་འཇུག་པ་དང་། གནས་པ་ན་དེར་གནས་པ་དང་། རྒྱུ་སྒྲགས་  
སྒྲོར་ཚུལ་སོགས་ནི་སྒྲུང་དང་འདྲའོ། །དབང་པོ་གཞན་གྱི་སྒྲོར་བྱེད་པ་ནི་  
ཤེས་པར་སྒྲིལ། སྒྲིལ་སྒྲོར་བྱེད་པ་ལ་སྒྲ་སྒྲོར་རྒྱ་བའི་རྩ་བའི་རྒྱུ་མིན་པའི་  
ཡན་ལག་གི་རྒྱུ་གཅིག་ནི་ཡོད་དེ། གཉིད་དུ་སོང་ནས་དབང་ཤེས་ལྔ་ཐིམ་  
པའི་དུས་སུ་སྒྲ་བྱུག་གི་འབྱུང་འཇུག་ནི་ཡོང་ལ། སྒྲ་ཤེས་ཐིམ་ན་དེའི་བཞེན་  
པ་ཡང་དག་པར་རྒྱ་བའི་རྒྱུ་ལྷོག་དགོས་པའི་བྱིར་རོ། །དེས་ན་གཉིས་ཡོད་  
པའི་ཡང་དག་པར་རྒྱ་བའི་རྒྱུ་ལ་བསམས་ནས་བྱ་དགོས་སོ། །དེས་པར་

རྒྱ་བའི་རྒྱུང་གི་བཟླས་པ་བྱེད་པ་ན་ལུས་ཀྱི་བ་སྦྱུང་སྒོ་ཐམས་ཅད་ནས་  
 འབྱུང་འབྱུག་བྱེད་པར་བསམ་ཞེས་རྗེ་འགོས་གསུང་ངོ། ། ཅ་བའི་རྒྱུང་ལ་དོར་  
 བཟླས་བྱས་པས་སྒྲ་བྱུག་རྒྱུང་གི་རྒྱ་བ་རྒྱ་རྒྱུར་ཚུད་ནས་ཐེམ་ན་དབང་ཤེས་  
 ལྷ་བཞེན་པ་དང་བཅས་པ་ལྷོག་དགོས་པ་བཞེན་དུ། ཡན་ལག་གི་རྒྱུང་གི་  
 དོར་བཟླས་བྱས་ནས་ཡན་ལག་གི་རྒྱུང་རྒྱ་རྒྱུར་ཐེམ་ན་འང་ཅ་བའི་རྒྱུང་ནམས་  
 རྒྱ་རྒྱུར་ཐེམ་དགོས་སམ་སྒྲམ་ན། དབང་ཤེས་རྒྱུང་གི་གཞེན་པ་དང་བཅས་པ་  
 ཐེམ་པ་ཡིན་ལ། ཡིད་ཤེས་ཀྱི་རང་བཞེན་བརྒྱུད་ཅུང་ཉོག་པ་རགས་པ་མ་  
 ཐེམ་པ་གཞི་མ་ཐུན་པ་འོང་ཞིང་། ཅ་བའི་རྒྱུང་བཞི་རྒྱ་རྒྱུར་ཐེམ་ན་ཀྱན་ཉོག་  
 རགས་ཤོས་ནམས་ངེས་པར་ཐེམ་དགོས་པས་སྦྱིར་ངེས་པ་མེད་མོད་ཀྱང་།  
 ཡན་ལག་གི་རྒྱུང་ཐེམ་པ་རུས་པ་མ་ཐུ་ཅན་དུ་སོང་བ་ན་ཅ་བའི་རྒྱུང་ནམས་  
 ཀྱང་རྒྱ་རྒྱུར་ཐེམ་པར་འགྱུར་ངོ། ། བྱང་སེམས་ཁྱེ་བ་སྦྱིང་ཁར་པབ་ནས། སྦྱིང་  
 ཁ་ནས་ཡན་ལག་གི་རྒྱུང་གི་དོར་བཟླས་བྱས་ཏེ་རྒྱུང་གི་ཡུལ་སྤང་བྱུང་པར་  
 བྱས་ནས། ཡུལ་ནམས་རང་གི་རྒྱུང་སེམས་བདེ་སྟོང་དུ་སྟོང་བའི་རང་སྤང་དུ་  
 གོམས་པར་བྱས་ན། ཡུལ་སྤང་རབ་འབྱིང་ཐ་མ་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་ཆེན་པོ་  
 འབང་ཞིག་གི་རྒྱུན་དུ་འཆར་བར་འགྱུར་ངོ། ། ཞེས་མཁས་པ་དག་གསུངས་  
 པ་ནི། དོ་རྗེ་འཕྲུང་བའི་དགོངས་པ་དམ་པར་སྤང་ངོ། ། དེ་ལྟར་ན་ཅ་བའི་རྒྱུང་  
 གི་དོར་བཟླས་མཐར་ཐུན་པའི་ཆད་ནི་སྦྱིང་ཁའི་ཅ་མདུད་ལེགས་པར་གྲོལ་

བ་ཡིན་ལ། ཡན་ལག་གི་རྒྱུད་གི་རྫོང་བཟུངས་མཐར་ཕྱིན་པའི་ཆད་ནི་བཤད་  
མ་ཐག་པ་ལ་བྱས་ན་ལེགས་སོ། །རྫོང་བཟུངས་བྱས་པས་རྒྱུད་རྒྱ་རྡོལ་ཐེམ་  
ནས་སྟོང་པ་བཞི་འཆར་བ་ནི། རྫོང་བཟུངས་མཐར་མ་ཕྱིན་པའི་དམའ་མོ་ནས་  
ཀྱང་འབྱུང་ལ། ལུས་དབེན་དང་། སྤྱིང་ཁར་སྤྲུགས་ཀྱི་ཐིག་ལེ་སྒྲོམ་པ་དང་།  
རྫོང་བཟུངས་ཀྱི་སྐབས་གསུམ་གར་རྒྱུད་ཐེམ་པའི་སྟོང་པ་བཞི་འཆར་བ་སྤྱི་  
ཙམ་ཞིག་འདྲ་མོད་ཀྱང་། རྒྱུ་འབྱུང་པར་མི་འདྲ་བའི་གནད་ཀྱིས་ནང་ཆོན་ཀྱི་  
འབྱུང་པར་ཆེན་པོ་ཡོད་པའང་ཤེས་པར་བྱའོ། །

རྫོང་བཟུངས་འདྲ་བ་གཅིག་གིས་སྟོང་པ་འདྲེན་ཐེབས་ཀྱི་སྤྱི་ཕྱི་སྟོང་  
པ་ནམས་ལ་ཡང་རྒྱུད་བྱང་མ་བྱང་དང་། རྒྱུད་འདུ་ཆ་བས་ཆེ་ཆུང་གིས་ཐེམ་  
པ་ཤས་ཆེ་ཆུང་དང་། བདེ་སྟོང་སྤྱར་ནས་བསྒྲོམ་པ་སྟོན་དུ་བཏང་བ་མང་ཅུང་  
སོགས་ཀྱི་འབྱུང་པར་ལས། རིམ་ཀྱི་རིམ་ཀྱིས་འབྱུང་ཞུགས་པར་འགོ་ཚུལ་དུ་  
མ་ཞིག་འབྱུང་བ་ཡང་ཤེས་པར་བྱའོ། །རྒྱ་རྡོལ་ནང་གི་གཏུམ་མོ་ཐོག་མར་ཉེ་  
བ་དང་། གསང་གནས་འབར་བ་དང་། རྒྱ་རྡོལ་ཕྱི་གཏུམ་མོ་པལ་པ་འབར་  
བའི་འབྱུང་པར་དང་། རྫོང་འབར་ཚུལ་ལ་ལུས་ཀྱི་གཏིང་ནས་འབར་བ་དང་།  
ཤ་སྤྲུགས་ཀྱི་བར་ལྟ་བུ་ཁ་ནས་འབར་བ་དང་། དང་པོར་འབར་བའི་རྫོང་ཀྱི་  
རྒྱ་ཆེ་ཆུང་དང་། རྫོང་ཕྱོད་དུ་འབྱུག་བ་སྤྱར་བུལ་དང་། སྤྱི་ཕྱི་སྟོང་སོགས་  
ཀྱི་འབྱུང་པར་ལས་བདེ་བ་སྤྱི་ལུགས་ཀྱང་དེ་དང་འདྲ་བ་རིམ་པ་དུ་མ་ཞིག་

འོང་བའི་སྟེང་ནས། གཏུམ་མོ་བྱད་པར་ཅན་འབར་བ་དང་། རྫོད་པལ་བ་འབར་  
བ་དང་། ལྷུང་ཙམ་གྱིས་བྱངས་པའི་བདེ་བ་དང་། ཁམས་ཁྱུ་བའི་བདེ་བའི་བྱད་  
པར་ལ་སོགས་པ་ཤེས་དགོས་སོ། །གཏུམ་མོ་བྱད་པར་ཅན་འབར་ན་དེ་དང་  
མ་ཐུན་པའི་བྱང་སེམས་ཁྱུ་བ་རེ་འོང་བས། ཁམས་མི་མཉམ་བར་སོང་བའི་  
ནད་མི་སྦྱེད་ཀྱང་། དེ་མིན་པའི་རྫོད་འབར་བ་ལ་བྱང་སེམས་འཇུ་བའི་ངེས་པ་  
མེད་པས་ཤེས་ཆེར་འབྲིག་པ་འཕེལ་བ་དང་། བདེ་ཉམས་མི་ཆེ་བར་རྫོད་གྱིས་  
གདུང་བ་སོགས་འབྱུང་ལ། གཏུམ་མོ་འབར་བ་གནད་དུ་སོང་ན་དེས་བྱང་  
སེམས་དཀར་པོ་ཁྱུ་བས་འཕེལ་བར་མ་ཟད། བྱང་སེམས་ཁྱུ་བ་བབས་པ་དེས་  
ཀྱང་བྱང་སེམས་དམར་པོའི་གཏུམ་མོ་རྒྱས་པར་བྱེད་པར་གསུངས་སོ། །

མདོར་ན་རྫོགས་རིམ་གྱི་ལམ་བྱད་པར་ཅན་སྒྲ་མས་སྟོང་ཉིད་  
བསྐྱེམས་ནས། རྫོགས་རིམ་གྱི་ལམ་བྱེ་མ་མཐོན་པོར་བགྱོད་བ་ལ་ལུས་ལ་  
གནད་དུ་བསྐྱུན་པའི་ཐབས་སྒྲར་བཤད་པའམ། དེ་འདྲ་བ་རྣམས་གྱིས་རྒྱང་རྒྱ་  
རྒྱུར་ཐིམ་པ་དང་། དེར་ཁྱགས་པའི་རྒྱང་གིས་གཏུམ་མོ་སྒྲར་ཏེ་ལྷན་སྦྲེས་གྱི་  
བདེ་ཆེན་བསྐྱེད་པ་དེས། བདག་མེད་པའི་དོན་སྒྲོམ་པའི་བདེ་སྟོང་སྦྱོར་བ་  
མེད་ན། རྒྱུད་སྡེ་འོག་མ་གསུམ་དང་བསྐྱེད་རིམ་མན་ཆད་གྱི་སྟོང་ཉིད་སྒྲོམ་  
ཚུལ་ལས་བྱད་པར་དུ་འཕགས་པའི་བདེ་སྟོང་སྦྱོར་བ་མི་འབྱུང་བས། བདག་  
མེད་པའི་གོ་བ་རྣ་པར་དག་པ་འཆེལ་བ་དང་། ལུས་ལ་གནད་དུ་བསྐྱུན་པའི་



ཐབས་ལམ་ཐབ་མོ་ལེགས་པར་ཤེས་པར་བྱས་ནས་སྒོམ་པ་ཅིག་མེད་མི་  
རུང་དུ་ཤེས་པར་བྱ་བ་དང་། ལྷན་སྦྲེས་ཀྱི་བདེ་བ་མ་མཐའ་ཅིག་ཉིད་ནས་  
བདེ་སྟོང་སྦྱར་ཏེ་བསྒོམ་པ་དང་། རྒྱུད་གཡོས་ཏེ་དེ་ལས་ལངས་པ་ན་སྦྲར་  
ཡང་ལུས་ལ་གནད་དུ་བསྐྱུན་པའི་ཐབས་སྒོམ་པ་སྤེལ་མར་བྱ་དགོས་སོ། །

གསུམ་པ་(གོགས་རྒྱུད་ན་སེལ་ཚུལ།)ནི།

སྒར་བ་ཤད་པའི་སྣ་ཅེ་གཉིས་སུ་ཐིག་ལེ་གཉིས་ཀྱི་སྟོག་ཚུལ་  
བསྒོམས་པས་རྒྱུད་ཐིམ་པ་རྒྱུད་ན་དོར་བཞེས་ལ་གོགས་ཤིན་ཏུ་རྒྱུད་། དོར་  
བཞེས་བྱེད་པའི་ཆེ་ཡང་དལ་བྱས་བྱ་བར་ཞལ་ལུང་ལས་ལན་མང་དུ་  
གསུངས་པས། རྒྱུད་སྤྱི་ནང་དུ་གཏོང་ལུགས་དང་རྒྱུད་ཐད་རེ་འཛིན་པའི་  
གནད་ལ་མཁས་ན་ཡང་གོགས་ཏེ་ཅང་ཐལ་བ་མི་སྤྱེད། །

རྒྱུད་སྒོམས་པ་ལ་གོགས་ཆེན་པོ་སྤྱི་བ་པལ་ཆེ་བ་ནི། དང་པོའི་སྦྱོང་  
ཚུལ་ཀྱི་གནད་ལ་མི་མཁས་པའི་སྦྱོན་ཉིད་དུ་སྒྲུང་བས་སྦྱོང་ཚུལ་ལེགས་  
པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །འོན་ཀྱང་སྦྱོན་དུ་རྒྱུད་ཐིམ་པ་མ་རྒྱུད་ན་དོར་བཞེས་  
ཡུན་རིང་དུ་བྱད་པ་ཡིན་ན། ཐམས་ཅད་ལ་འོང་བར་མ་ངེས་ཀྱང་། གོགས་  
ཐེན་ཐུན་འོང་བ་སེལ་ཚུལ་ནི་རྒྱུད་རེ་འགའ་འདུས་པའི་མཆོམས་ནས་བྱག་  
སྦྱེད་པ་ལ་ངེ་ལྟར་བྱ་བ་ནི་སྒར་བ་ཤད་པས་ཤེས་པར་བྱའོ། །ལུས་ཀྱི་གནས་  
ནམས་ནས་སྦྱག་པའམ། འོད་ཟེར་གྱི་ནམ་པའམ་སྐྱའི་སྤྱེ་མ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་

པ་སྒྱུར་ལ་མང་དུ་འཛོལ་བའི་སྒྲིང་བ་བྱུང་ན། སྒྲིང་གཞན་དུ་འདུ་དཀའ་བ་ཡིན་  
པས་སྒྲིང་བསྐྱུས་ནས་མི་ཞིགས་པ་ལ་སྐྱུད་པ་མང་དུ་བྱ། རྣམ་པ་དེ་འདྲ་མང་  
པོ་སྒྱེ་ནས་བྱུང་ནས་ལུས་ལ་འཇུག་པར་སྒྲིང་ན་སྒྲིང་འདུ་ཉགས་ཡིན་པས་  
སྒྲོན་མིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་མགོ་ལ་སོགས་པའི་བགས་པ་ཞིན་ཏུ་འཐུག་པ་སྙམ་བྱེད་  
ཅིང་། སྒྲིའི་རྩ་བ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་རྩེ་བ་དང་། འག་སྒྲགས་ཀྱི་བར་བ་བ་དང་།  
ཆ་བ་དང་། གང་བ་དང་། འཕྲིག་པ་སོགས་དང་། སྒོག་ཆགས་མང་པོས་བ་བ་  
དང་། འབྱུད་པ་དང་། འབྱར་བའི་ཉམས་བྱུང་ན། སྒྲིང་ཅུང་ཟད་འདུ་བའི་ཉགས་  
ཡིན་ཀྱང་འདུ་ལུགས་འདོད་པ་སྒྲིང་མིན་པས། གནས་གང་ཡིན་དུ་དམིགས་  
པས་བསྐྱུས་ནས་མི་ཞིགས་པ་ལ་བསྒྲིམ་པ་མང་དུ་བྱས་པ་ཉིད་དགའོ། ། སྒྲུལ་  
ཁ་བོའི་རྣམ་པ་སྒྱེ་ནས་ནང་དུ་འཇུག་པ་དང་། ནང་ནས་བྱའི་ འབྱུང་བར་རྩེ་  
བ་དང་། ལུས་ལ་འབྱུད་པ་སོགས་ཀྱི་ཉམས་བྱུང་ན་སྒྲིང་འདུ་ཚུལ་སྒྲར་དང་  
འདྲ་བས་སྒྲིང་གི་རྣལ་འབྱོར་ལ་དྲག་ཏུ་བརྩོན་པ་དང་། བསྐྱུས་ནས་བཞིག་པ་  
བྱས་པས་སེལ་ལོ། །སྒྲུལ་ཁ་བོའི་རྣམ་པ་རྩེ་ནང་དུ་འཆང་བ་སོགས་ཀྱི་སྒྲིང་  
བ་བྱུང་ན་སྒྲིང་འདུ་ཉགས་ལེགས་པོ་ཡིན་པས་སྒྲིང་གི་རྣལ་འབྱོར་ཉིད་  
བསྐྱུངས་པས་ཆོག་གོ། སྒྲིང་ཐིམ་པའི་སྐབས་སུ་སྐྱུག་པ་དང་འདར་བ་བྱུང་བ་  
མ་བསལ་ན་ཁམས་འབྱུག་པར་གསུངས་པས། སྒྲིའི་སྐྱར་ལངས་ཏེ་འོད་ཟེར་

སྒྲོ་བའི་སྒྲོར་བས་བསལ་བར་གསུངས་སོ། །མདོར་ན་སྒོག་ཚེལ་བསྒྲོམས་  
བས་རྒྱུད་ཤིན་ཏུ་མཉེན་པར་མ་སོང་གི་བར་དུ་སྒྲོར་བ་འཇམ་པ་ཁོ་ན་གྱ། ཤིན་  
ཏུ་ལས་རུང་དུ་སོང་བའི་སྐབས་སུ་སྒྲོར་བ་དག་པོ་བྱས་ན་རྒྱུད་འདུ་སྒྲ་བར་  
སྒྱུར་ན་མི་མང་ཙམ་རེ་བྱས་པས་ཆོག་གོ། །སྒྲོར་བ་འཇམ་པོས་ལུས་ལ་གནད་  
དུ་བསྐྱུན་པ་བྱས་པའི་སྒྲོ་ནས་རྒྱུད་ཐིམ་པ་བྱུང་ན་ཉམས་སྤྱོད་དེ་བརྟན་པ་དང་།  
བོགས་ཆེ་བ་དང་། ལུས་ཀྱི་འབྱུང་བ་མི་འབྱུག་པས་ལུས་ལ་བརྟན་པའི་ཡོན་  
ཏན་སྒྲེ་བ་ནམས་གནད་དུ་འགྲོ་ལ། བརྒྱུག་སྒྲེ་བྱས་ན་ཉམས་སྤྱོད་ཅུང་ཟད་སྒྱུར་  
བ་འདྲ་བ་ཅིག་འོད་ཀྱང་སྒྲོན་མང་པོ་སྒྲེད་པས་མི་ལེགས་སོ། །

གསུམ་པ་(གསང་བའི་སྒྲ་ཅེར་རྫས་ཀྱི་ཐིག་ལའི་སྒོག་ཚེལ་བསྒྲོམ་པ།)ནི།

སྒྲར་སྒྲོམ་པ་དང་། གནད་གཞན་གསུམ་སྒྲར་དང་འདྲ། དུལ་གྱི་གནད་  
ནི་ཡབ་ཡུམ་གྱི་རྩི་རྩེ་དང་བརྒྱུ་འདུ་བྱས་ཏེ་སྒྲོམས་པར་ཞུགས་པས་བྱང་  
ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཞུ་བ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་ནས་རིམ་གྱིས་བརྒྱུད་དེ། རྩི་རྩེ་ཅེས་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་  
མར་སྒྲ་དང་། དུལ་གྱི་རྩི་རྩེ་དབྱེད་ས་ཀྱི་དབང་ལུག་མའི་ཅེས་སྒྲ་ཅེ་གཉིས་  
སྒྲུད་ནས་འབྱུར་བའི་སྒྲུད་མཆམས་ཀྱི་ནང་དུ་བྱང་སེམས་ཀྱི་ཐིག་ལེ་ཡུངས་  
འབྱུ་ཙམ་པ་ཅིག །རང་གི་སྒྲའི་ཁ་དོག་ཅན་འོད་ཟེར་ལྔ་འབར་བ་ཤིན་ཏུ་  
འཆེར་བ་ཅིག་བསམས་ལ། དེ་ལ་སྒྲར་བ་ཤད་པ་སྒྲར་སེམས་བརྒྱུད་། དེ་ལ་  
སེམས་ལེགས་པར་བཞུགས་པའི་ཏྲགས་བྱུང་པར་ཅན་བྱུང་བ་ན། དེ་ནས་རྒྱུད་

ནང་དུ་འཇུག་པའི་ཉམས་སྒྲི། དེའི་རྩིས་སུ་བློན་ཁྲིད་པར་ཅན་འབར་ཞིང་དེས་  
བཞུ་བའི་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་འབབ་སྟེ། རྒྱ་རྒྱུ་འུ་མར་སྒྲ་བྱེ་ནས་ལྷན་སྒྲིས་  
འཆར་བའི་གནད་ཤེན་དུ་ཆེད། །ཐུན་འཛོག་པ་ན་ཐེག་ལེ་སྟོང་ཁར་བྲངས་ལ་  
བཞག་གོ། །སྟོག་ཚུལ་བསྟོམས་པས་རྒྱང་ཐིམ་རྒྱས་པའི་མཆམས་ནས་ཡེ་  
ཤེས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་དང་མཉམ་པར་སྦྱར་བས་ཀྱང་། དེ་ལྟར་བྱེད་རྒྱས་པའི་  
གདམས་ངག་གི་གནད་ཀྱང་ཤེས་པར་བྱའོ། །

ཐེག་ལེ་གསུམ་ཀྱི་སྟོག་ཚུལ་སྟོམ། །འདི་གསུམ་གའི་སྐབས་སུ་བྱང་  
སེམས་ཞུ་བ། སྟེ་བོ་ནས་གསང་གནས་ཀྱི་སྒྲ་ཅེའི་བར་དུ་གཏོང་བ་དང་།  
སྟོན་སྟོན་ནས་སྟོང་ཁ་ཉིད་དུ་སྟུང་པའི་གནད་གཉིས་ཡོད་པ་ནི་སྒྲ་མས་  
བསྟན་པར་བྱའོ། །འདི་གསུམ་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཡང་རྒྱང་ཐིམ་པས་སྟོང་བ་བཞི་  
འབྲ་ན་རྒྱས་པའི་མཆམས་ནས། རྒྱང་སྟོབས་ཀྱིས་གཉིད་ཀྱི་སྟོང་བ་བཞི་  
བཟུང་ནས་མི་ལམ་ཀྱི་སྒྱུ་མ་ལ་འཇུག་པའི་ཚུལ་ཡང་ཤེས་པར་བྱའོ། །རྩི་རྩི་  
བཞུས་པ་དང་ངག་དབེན་ན་སྟོག་ཚུལ་ཀྱི་སྟོགས་གཅིག་གི་མིང་གིས་  
བཏགས་པ་ཡིན་པས། འདིར་སྟོག་ཚུལ་གསུམ་མེད་པ་ནི་མིན་ནོ། །ངག་  
དབེན་ཀྱི་གནད་རྒྱས་པར་ནི་རིམ་ལྔ་གསལ་སྟོན་དུ་བཤད་ཐེན་ཏོ། །

གསུམ་པ་སེམས་དབེན་ཕྱགས་རྩི་རྩི་ཉིང་རེ་འཛིན་ལ་བསྐྱབ་པ་ལ་གསུམ།  
སེམས་དབེན་སྒྲིད་པའི་ཐབས། ཐབས་དེ་ལ་བཏེན་ནས་སེམས་དབེན་

སྐྱེད་ཚུལ། སེམས་དབེན་གང་གི་དོན་དུ་སྐྱེད་པ་བསྟན་པའོ། །

དང་པོ་(སེམས་དབེན་སྐྱེད་པའི་ཐབས།)ནི།

༥ དེ་ལྟར་སྟོང་ཁའི་སྣ་ཅེ་སྒྲགས་ཀྱི་ཐེག་ལེ་བསྐྱོམས་པས་སྟོང་ཁར་  
རྒྱང་བསྐྱས། དེ་ནས་གདོང་གི་སྣ་ཅེར་འོད་ཀྱི་ཐེག་ལེ་བསྐྱོམས་པ་རྒྱང་དོ་རྗེའི་  
བཟུངས་པ་བྱས་པས། སྟོང་ཁའི་རྒྱ་ཁྲིའི་མདུང་པའི་ནང་ནས་རྒྱང་གིས་འགྲོ་  
འོང་གནས་གསུམ་བྱས། དེ་རྗེས་གསང་བའི་སྣ་ཅེར་རྫས་ཀྱི་ཐེག་ལེ་བསྐྱོམས་  
ཏེ། ཕྱག་རྒྱ་ལ་བརྟེན་ནས་སྔ་མའི་བོགས་འདོན་པ་གསུམ་གོམས་པར་བྱས་  
པས་མཐར་སྟོང་ཁའི་རྩ་མདུད་ལེགས་པར་གྲོལ་བ་ན། མདུད་པའི་ནང་གི་མི་  
ཞིགས་པ་ལ་རྒྱང་ལེགས་པར་བསྐྱས་ཏེ་ཐེམ་པ་ལས་སེམས་དབེན་སྐྱེད་པ་  
ལ་གཉིས། རང་གི་ཐབས་དང་། ཕྱིའི་ཐབས་སོ། །

དང་པོ་ནི་ལྟར་སྐྱོམ་པ་དང་གནད་གཞན་གསུམ་སྔར་ལྟར་སྟོན་དུ་  
བཏང་ནས་དང་བསྐྱད་པའི་རྣལ་འབྱོར་ནི། རང་ལྟར་བསྐྱེད་པ་འཁོར་ལོ་ལ་  
བསྐྱས། འཁོར་ལོའི་ཡི་གེ་བད་འདབ་དང་བཅས་པ་ཕྱི་མ་བར་མ་ལ་བསྐྱ།  
བར་མ་གཉིས་ནང་མ་ལ་བསྐྱས། རང་མ་གཉིས་དབུས་ཀྱི་མི་ཞིགས་པ་ལ་  
སྐྱད་པར་མན་དག་ལས་བཤད། ཡང་དོན་སྔ་མ་ལས་བསམ་གཏན་གཉིས་  
ཀྱིས་ཉམས་སྲུ་ལེན་པ་ཡིན་ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་བསམ་གཏན་གཉིས་གང་  
རུང་གིས་བསྐྱས་ནའང་ཆོག་ལ། དེ་ལྟར་བྱེད་ན་འཁོར་ལོའི་སྐྱད་རིམ་ཟུར་



པ་མ་བྱས་ཀྱང་ཆོག་སྟེ་བསམ་གཏན་གཉིས་ནི་འཆད་པར་འགྱུར་རོ། །སྤང་  
པའི་ཆེ་སྟོང་འོག་གི་རྒྱང་ཁ་སྤྱོད་དང་སྒྲགས་ནས་བྱེད་པ།      གསེར་སྒྲིངས་  
པའི་མན་ངག་ཆེ་ཆུང་རྣམས་ལས་བཤད་དོ། །

འདི་ལ་སྟེང་འོག་གི་རྒྱུ་ཁ་སྦྱར་ཏེ་ནང་དུ་འཛིན་པ་ཅིག་མེད་ན། རྡོར་  
བཟུངས་ཀྱིས་རྒྱུ་རྒྱ་ཁྲིལ་ཚུད་པ་མི་འོང་སྟེ་པ་འཕམ། ཚུད་ཀྱང་དེར་ཐིམ་པ་མི་  
འོང་སྟེ་ནས་བྱེད་ན་ནི། རྡོར་བཟུངས་ཀྱི་གནད་རྡོག་པ་འཕམ་ཏེ་གསུངས་པ་ཡིན་  
པས་མི་འཐད་ལ། དེ་སྟེང་མིན་པར་དེ་ཡང་མན་ངག་གིས་བྱེད་ན་འགལ་བ་  
མེད་དོ། །སྐབས་འདིར་བུམ་པ་ཅན་བྱེད་པའི་ཡུལ་གྱི་གནད་ནི་དོན་ལྡན་མར་  
སྟེང་ཁར་བྱེད་པར་བཞད་པ་ལེགས་སོ། །དེའི་ཚུལ་ནི་རྒྱུ་རེ་བས་ལ་བ་སྟོན་  
དུ་བཏང་བའོ། །དེ་མ་བྱས་ཀྱང་ཆོག་པས་སྟེང་རྒྱུ་འོག་དུ་འཛིན་པ་དང་། འོག་  
རྒྱུ་ཀྱེན་དུ་འཛིན་པ་ནི་གཉིས་ཀ་བྱས་དགོས་ཏེ། སྟོན་དང་ཐུར་སེལ་གཉིས་  
ཀ་སྟེང་ཁར་བྲངས་ནས་མི་ཤིགས་པ་ལ་བསྐྱུད་དགོས་པའི་བྱིར་དོ། །སྟོན་འབྱུང་  
ལས་ཀྱང་། འཁོར་བའི་སྟེང་དུ་བཞོད་པའི་རྒྱུ་། བྱུངན་འདས་པའི་འོག་དུ་  
བཞོད། །རབ་དུ་མི་གནས་བྱུངན་འདས། །སྟེང་ཁའི་ཚུ་སྟེས་ཟེ་བྱུ་འབྱར་  
གནས། །སྟེང་དང་འོག་དུ་འགོ་བའི་རྒྱུ་། །ཡིད་ཀྱིས་ཁ་སྦྱར་དུ་བྱ་སྟེ། །དེ་ཡི་  
ནལ་འབྱོར་གོམས་པ་ཡིས། །དས་ནི་བརྟན་པའི་གོ་འཕང་འཛོལ། ཅེས་སྟེང་  
འོག་གཉིས་ཀའི་རྒྱུ་ཁ་སྦྱར་ཏེ་སྟེང་ཁར་འཛིན་པར་གསུངས་སོ། །

རིམ་པ་ནི་དང་པོར་སྟོང་རྒྱུ་སྒྲོ་ནས་སྟོང་ཁའི་བར་དུ་འཐེན། དེ་  
 རྗེས་འོག་སྒྲོ་གཉིས་ནས་འོག་རྒྱུ་སྟོང་ཁའི་བར་དུ་འཐེན་ནས་མི་ཞེགས་  
 པའི་ནང་དུ་ཚུད་པར་བྱས་ཏེ་སེམས་དེར་གཏད་ལ་བཟུང་། དེ་ཡང་ཡིད་  
 གྱིས་ཁ་སྐྱོར་དུ་བྱས་ཏེ། ཞེས་གསུངས་པས་ལུས་ཀྱི་ཚོལ་བ་དྲག་པོ་མི་བྱ་  
 བར་གཙོ་ཆེར་དམིགས་པས་བྱ། འཛིན་པའི་ཆད་ནི་བྱག་མི་སྐྱེད་ཅམ་དུ་  
 བཟུང་ལ། བྱག་སྐྱེད་པ་ན་ཁ་ནས་མ་ཞོར་བར་སྒྲ་ནས་དལ་བྱས་བཏང་། དེ་  
 ནས་ཡང་དེ་མ་ཐག་སྒར་ལྟར་བཟུང་ངོ། །རྒྱུ་རེ་མཉེན་དུ་མ་སོང་བར་ལ་  
 ལྟག་མ་མི་བཞག་པར་བཏང་། རེ་མཉེན་དུ་སོང་བའི་ཆེ་ལྟག་མ་རི་ཅམ་  
 འཆམ་པར་བཞག་གིན་བཟུང་ངོ། །འཆི་སྤྱི་བྱམ་པ་ཅན་ལ་རྟེན་མཐེལ་གྱི་  
 བར་གྱི་ལུས་ཀྱན་རྒྱུ་གིས་བཀང་ནས་བྱེད་པར་སྒྲམ་འབྱུང་ལས་གསུངས་  
 པ་དེ་ལྟ་བུའི་དམིགས་བསལ་ཅན་མ་གཏོགས་པ། འདི་འདྲའི་སྐབས་སུ་རྒྱ་  
 རྒྱུ་འཛིན་གི་མི་ཞེགས་པའི་ནང་ལྟ་བུ་དམིགས་པ་རྒྱ་རྒྱུང་བ་གཅིག་ཏུ་  
 སེམས་གཏད་ནས་དེར་རྒྱུ་ཁ་སྐྱོར་འཛིན་པ་ཡིན་གྱི། དེ་ལྟར་མ་བྱས་པར་  
 དམིགས་པ་དེས་པ་མེད་པའམ་ལུས་ཀྱི་ནང་ཀྱན་ཏུ་གང་བའི་དམིགས་པས་  
 བཟུང་ན། གང་འདོད་པའི་འཁོར་ལོའི་དབྱས་སུ་འདུ་བར་དཀའ་ལ། རྒྱུ་རང་  
 རྟུགས་ཀྱིས་སྒྲོད་པའི་མགོ་མ་བཅམས་བར་དུ་ཚོལ་བ་རྒྱུང་པས་བཟུང་བ་  
 དེ། གནས་དེར་རིང་དུ་མི་སྒྲོད་པར་འབྱུག་པ་ཡིན་ལ། རིང་དུ་འབྱུགས་ན་

དེར་བཅན་འཛིན་བྱས་ཀྱང་། རྒྱ་རྒྱུ་འདུ་བ་ལ་ཕན་དཀའ་ཞིང་གོགས་སྐྱེད་  
པས། དང་པོ་ནས་འཛིན་པ་ཡུན་རིང་བ་ལ་རྩལ་དུ་འདོན་པ་མིན་ནོ། །དེ་ལྟར་  
གོམས་པས་རྒྱང་བཟུང་རྒྱུ་འདི་ཡིན་ཀྱང་མེད་ལ། ལྷ་སྒོར་འབྱུང་འབྱུག་  
བྱེད་རྒྱ་ཡང་མེད་པ་ཅིག་བྱུང་ན། སྒྲོར་བ་ཡིན་ན་ནི་སྒྲར་བ་ཤད་པ་ལྟར་གྱི་  
གཏུམ་མོ་བྱེད་པར་ཅན་འབར་བ་དང་། བདེ་བ་བྱེད་པར་ཅན་སྐྱེ་རྒྱ་མེད་ལ།  
དེ་ནམས་འོང་བར་སྒྲུང་ན་རྒྱང་རྒྱ་རྒྱུ་འདུ་ཚུད་ནས་ཐིམ་པ་ཡིན་ནོ། །

འོ་ན་དེ་འདྲ་བ་དེ་ལ་རྒྱང་འཛིན་རྒྱ་མེད་ན་རི་ལྟར་བྱ་སྒྲུམ་ན། རྒྱང་  
འཛིན་རྒྱ་མེད་ཀྱང་སྒྲིང་ཁའི་མི་ཤིགས་པ་ཉིད་ལ་གཏད་ལ་སེམས་གཡོ་  
མེད་དུ་བཟུང་ན། རྒྱང་འཛིན་པ་དང་གནད་གཅིག་པས་ལྷན་སྐྱེས་འཆར་སྒྲ་  
ལ་ཤར་བ་ཡུན་རིང་། དེ་ལྟར་མ་བྱས་པར་རྟོག་པའི་འཕྲོ་འདུ་མངས་ན་སྒྲར་  
ཡང་ལས་རྒྱང་ལྡང་སྒྲ་བས་ལྷན་སྐྱེས་ཡུན་བྱུང་ངོ། །བྱམ་པ་ཅན་གྱི་ཡུན་ཆད་  
ནི། སྒྲོམ་འབྱུང་ལས། །བྱམ་པ་ཅན་སྒྲར་ཤེས་བྱས་ནས། །བདག་ཉིད་སྐྱེལ་  
མོ་ཀྱང་བཅས་ཏེ། །ལག་པ་ལན་གསུམ་མཉེས་ནས་ནི། །དེ་ནས་ལན་དུག་  
སེལ་གོལ་བརྒྱུ། །རི་སྤྱོད་སུམ་ཅུ་རྩ་དུག་ཅུ། །དེ་སྤྱོད་བྱམ་པ་ཅན་བྱ་  
སྟེ། །སུམ་འགྱུར་མཆོག་གིས་གཞོམ་པར་ནི། །བརྒྱད་ལྷག་པ་ཡི་བརྒྱ་ཅུ་  
མོ། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར། རབ་བརྒྱ་རྩ་བརྒྱད། འབྲིང་དོན་གཉིས།  
ཐ་མ་སོ་དུག་གིས་འཆི་བ་འཛོམས་པར་བཤད་པ་ལྟར་ངོ། །

ཁ་ཅིག་སྙིང་ཁའི་བུམ་པ་ཅན་ཐོག་མར་བྱེད་པ་ཤིན་ཏུ་གཉན་ཞེས་  
 ཟེར་མོད་ཀྱང་། སྙིང་འོག་ནས་འདྲེན་པ་འཇམ་སྦྱོར་དང་། འཛིན་པའི་ཡུན་  
 ཆད་སོགས་སྒྲོམ་ཚུལ་ལེགས་པར་ཤེས་ན་གོགས་ཆེན་པོ་སྦྱེད་པ་མིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ནི་སྐབས་འདིར་ནང་གི་ཐབས་དེ་ཙམ་གྱིས་སེམས་དབེན་  
 རྫོགས་པར་སྦྱེད་མི་རུས་པས། དེ་སྦྱེད་པ་ལ་ཕྱི་འཁྱུག་གྱུ་གྲོགས་སུ་དགོས་  
 པར་གསུངས་ཏེ། རིམ་ལྔ་ལས། སྦྱ་མ་དག་ནི་ཐམས་ཅད་ལས། །བྱུང་མེད་  
 སྦྱ་མ་བྱུང་པར་འཕགས། །ཡེ་ཤེས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་ནི། །གསལ་བར་འདི་  
 ལས་མཆོན་པར་འགྱུར། །འདོད་ཆགས་ཉིད་དང་ཆགས་བྲལ་དང་། །དེ་ཡི་  
 བར་ཏེ་གསུམ་པོ་ནི། །དབང་པོ་གཉིས་ནི་མཉམ་སྦྱོར་བའི། །རྫོ་རྩེ་བརྒྱ་འདུས་  
 ལས་སོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །འདིར་སེམས་དབེན་ནི་སྙིང་ཁའི་སྦྱད་རིམ་  
 ལས་འབྱུང་བ་ཡིན་ལ། དེ་ཕྱག་རྒྱ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་དང་། ཡེ་ཤེས་རྫོ་  
 རྩེ་ཀྱན་ལས་བཏུས་ལས་སྦྱ་མའི་སྦྱ་འགྲུབ་པ་ཕྱག་རྒྱ་ལ་སྟོས་པར་གསུངས་  
 ཏེ་ཆེ་འདིར་སྦྱ་ལུས་འགྲུབ་པའོ། །དེ་གཉིས་ལ་ནི་སྦྱིར་ཕྱག་རྒྱ་སྟོག་ཅོལ་དུ་  
 འགོ་ཚུལ་ཤེས་དགའ་ན། བྱུང་པར་དུ་ཐབས་དེ་སྙིང་ཁའི་རྒྱུད་སྦྱད་ཐབས་སུ་  
 འགོ་བའི་ཚུལ་རྫོགས་དགའ་བ་ལྟ་ཅི་སྟོས་དེས་ན་དེ་རྣམས་ཤིན་ཏུ་རྫོགས་  
 དགའ་བའི་ཚུལ་རྣམ་དཔྱོད་ཅན་གྱིས་ལེགས་པར་ཤེས་ནས་རྒྱུད་དོན་  
 བཅའ་བར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་(ཐབས་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་དབེན་སྐྱེད་ཚུལ།)ནི།

སྟོང་པ་བཞི་ནི་ནམ་མཁའ་གཡའ་དག་གི་དབེས་མཆོན་ནས་སྟོན་པ་  
ལ། དབྱར་གྱི་ཆར་གྱིས་སའི་རྩལ་བར་སྤང་ལ་ལྷང་བ་ལེགས་པར་མནན་པ་  
དང་། སྟོན་གྱི་སྟོབ་བྱེད་དང་བྲལ་བ་གཉིས་ཆོགས་པ་མང་དུ་འབྱུང་བ་སྟོན་  
གྱི་དུས་ཡིན་པས་སྟོན་གྱི་ནམ་མཁའ་དབེར་བཟུང་དོ། །དེའི་ནམ་མཁའ་  
གཡའ་དག་པ་ནི། ཉིན་པར་ཉི་འོད་གྱིས་བྲབ་པ་དང་། ནམ་སྟོས་ནས་སྟོད་གྱི་  
སྒྲག་འཐུག་པོ་མ་སངས་གྱི་བར་གྱི་བྱན་མཆོམས་ལ་སྒྲག་ནག་པོ་འཐུག་  
པོས་བྲབ་པ་དང་། དེ་སངས་པའི་འོག་ཏུ་ཟླ་འོད་ཤར་ནས་ཐོ་རངས་ལ་མ་  
སྟོབ་པའི་བར་དུ་ཟླ་འོད་གྱིས་བྲབ་པ་དང་། ཟླ་འོད་ཀྱང་ཡལ་ཉི་འོད་གྱིས་  
ཀྱང་མ་སྟོབ་པའི་ཐོ་རངས་གྱི་དུས་ནམ་མཁའི་རང་མདོག་ངེ་བཞིན་དུ་མི་  
ཐོན་པའི་རྒྱ་གསུམ་དང་བྲལ་བའི་སྐབས་གཅིག་སྟེ་བཞི་ཡོད་དོ། །དེ་ལ་སྤར་  
བཤའ་པའི་ཐབས་ནམས་ལ་བརྟེན་ནས། ཀྱན་ཏོག་གཡོ་བའི་སྤྱང་ཐེམ་པ་ན་  
མར་མེ་འབར་བ་ལྟ་བུའི་རྟགས་འཆར་ལ། དེའི་རྗེས་སུ་འཆར་བའི་སྤང་བ་ནི་  
སྟོན་གྱི་ནམ་མཁའ་གཡའ་དག་པའི་ཆེ་མཆོན་མོ་ཟླ་བ་ཤར་བའི་འོད་གྱིས་  
བྲབ་པའི་ནམ་མཁའ་བཞིན་དུ་ཤིན་ཏུ་དངས་ཤིང་སྟོང་སང་དེ་བ་ལ་འོད་གྱི་  
སྤང་བ་དཀར་པོའི་ནམ་པ་གཅིག་འཆར་ལ། དེ་མ་གཏོགས་པའི་གཉིས་སྤང་  
རགས་པ་གང་ཡང་མི་འཆར་དོ། །དབེར་ན་ནམ་མཁའ་ལ་ཟླ་འོད་གྱིས་བྲབ་



ཀྱང་། དེས་ནམ་མཁའ་མི་སྒྲིབ་པར་མཐོང་བ་བཞིན་དུ། འདིར་ཡང་འོད་སྣང་  
དགར་པོའི་རྣམ་པ་ཤར་བ་དེས་ནམ་མཁའ་དག་པ་ལྟ་བུའི་སྟོང་གསལ་དེ་མི་  
སྒྲིབ་པར་འཆར་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ནས་སྣང་བ་དེ་བསྐྱུས་པའི་འོག་ཏུ་སྣང་བ་  
མཆེད་པ་ཤར་བ་ན། སྟོན་གྱི་ནམ་མཁའ་གཡའ་དག་ལ་ཉི་འོད་གྱིས་བྱུང་བ་  
བཞིན་དུ། སྤྲ་མ་ལས་ཀྱང་ཆེས་དངས་པའི་སྟོང་སང་ངེ་བ་ལ་དམར་པོའམ་  
དམར་སེར་གྱི་རྣམ་པ་འཆར་ཏེ་ལྷག་མ་ནི་སྤྲ་མ་བཞིན་ནོ། །

དེ་ནས་སྣང་བ་དེ་ཡང་བསྐྱུས་པའི་འོག་ཏུ་ཉར་ཐོབ་ཤར་བ་ན། རྒྱང་  
འགག་པ་ཆེར་སོང་བས་ཡུལ་སྣང་ནི། སྟོང་སྣང་ལ་མཆོམས་གྱི་སྒྲག་གིས་  
བྱུང་བ་འདྲ་བའི་ནག་པོའི་རྣམ་པ་དྲན་པ་མ་ཉམས་པ་ཅིག་ཐོག་མར་འཆར་  
ལ། བར་དུ་ཡུལ་ཅན་གྱི་དྲན་པ་ཉམས་ནས་དྲན་མེད་དུ་འགྲོ། དེའི་རྗེས་སུ་  
དྲན་པ་ཉམས་པ་སངས་པའི་ནམ་མཁའ་སྒྲིན་མེད་འདྲ་བ་ཅིག་འཆར་ཏེ། རིམ་  
པ་གསུམ་པ་མན་ཆད་དུ་བྱི་མ་དེ་ཡང་ཉར་ཐོབ་ཏུ་བསྐྱུས་ནས་སྟོང་བ་  
གསུམ་དུ་བཤད་ཀྱང་། དཔེའི་འོད་གསལ་དེ་ལོགས་སུ་བྱས་ན་སྟོང་བ་  
བཞིར་འགྱུར་རོ། །ལུགས་མཐུན་གྱི་ཆེ་ཉར་ཐོབ་དྲན་མེད་དུ་སོང་བ་ནི་ལྟར་  
འཐུག་པ་ཙམ་གྱིས་དཔེའི་འདུག་གི་འོད་གསལ་བརྟན་ལ་རྒྱན་རིང་རོ། །

དཔེའི་འོད་གསལ་ནས་ལུགས་སྒྲིག་ཏུ་འཆར་ཚུལ་ནི། དཔེའི་འོད་  
གསལ་དེ་བསྐྱུས་པ་ན་ཉར་ཐོབ་དང་། དེ་བསྐྱུས་པ་ན་མཆེད་པ་དང་། དེ་

བསྐྱུས་པ་ན་སྒྲང་བ་རྣམས་སྟོན་བཞིན་དུ་འཆར་རོ། །སྟོང་པ་བཞི་ཀའི་ཆེ་  
 བདེ་སྟོང་སྟོར་བ་ཡིན་མོད་ཀྱང་། གཙོ་བོ་ནི་ཐམས་ཅད་སྟོང་པའི་དུས་སོ། །  
 སྟོང་པ་བཞི་ནི་འཆི་བའི་དུས་སུ་རྫོགས་པར་འཆར་ལ། གཉིད་ཀྱི་དུས་སུ་སྒྲ་  
 བྱག་གི་རྒྱ་བ་མི་ལྟོག་པས་ཆ་འདྲ་ཅམ་འཆར་རོ། །ལམ་དུས་སུ་ནི་སྟོང་ཁའི་  
 རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱུ་བཟུང་ནས་ཐེམ་པ་ལ་མཆོན་ཉིད་རྣམས་ཆང་བར་འཆར་ལ།  
 གཞན་དུ་ཐེམ་པ་ལ་དེའི་ཆོད་ཅམ་མི་འཆར་རོ། །དེ་གསུམ་ལ་ཡང་གོམས་  
 བ་ཤས་ཆེ་ཆུང་དང་། ཆུང་འདུ་ཕུལ་དང་ཐེམ་པ་ཤས་ཆེ་ཆུང་གི་དབང་གིས་  
 ཡུལ་སྒྲང་རྒྱ་ཆེ་ཆུང་དང་སྒྲ་བ་འབྱུང་དང་། གནས་ཡུན་རིང་ཐུང་སོགས་མི་  
 འདྲ་བ་དུ་མ་ཞིག་འབྱུང་རོ། །ཆུང་སྟོམ་པ་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་སྒྲང་བ་དང་པོ་  
 གཉིས་སྟོན་དུ་མ་ཤར་བར། ཉག་ཐོམ་གྱིས་འགོ་བའི་བྲན་མེད་འོང་བ་ནི་ཉིད་  
 ཐོབ་མིན་ལ། དབང་ཤེས་མ་ཐེམ་པར་ཡིད་དོར་ནམ་མཁའ་ལ་ལྷ་འོད་སོགས་  
 ཤར་བ་བཞིན་དུ་སྒྲང་བ་དང་དབང་ཤེས་ལོག་ཀྱང་ཡིད་དོར་གོར་ལེ་རེར་ལྷ་  
 འོད་སོགས་ཤར་བ་བཞིན་དུ་སྒྲང་བ་དང་། དེ་གཉིས་ཀའི་སྐབས་སུ་སྒྲར་  
 བ་ཤད་པ་ཉྱར་གྱི་སྟོང་པ་གསུམ་སྟོན་དུ་སོང་བ་མིན་པའི་ནམ་མཁའ་གཡའ་  
 དག་ལྟ་བུའི་རྣམ་པ་ཤར་བ་རྣམས་འདིར་བཤད་པའི་སྟོང་པ་བཞི་མིན་  
 བོ། །དེ་འདྲ་བའི་སྟོང་པ་གསུམ་ནི་སྐྱུ་ཕུས་ཐོབ་ནས་དོན་གྱི་འོད་གསལ་སྟོན་  
 དུ་མ་བྱས་པར་དང་། དོན་གྱི་འོད་གསལ་ལས་ཕྱགས་སྟོག་དུ་ལངས་པའི་

སྐུ་བཅོམ་དང་། སྒྲིབ་པའི་བྱང་འཇུག་ཐོབ་ནས་མི་སྒྲིབ་པའི་བྱང་འཇུག་མ་ཐོབ་  
པའི་བར་དུ་ཡང་འབྱུང་མོད་ཀྱང་། སེམས་དབེན་མིན་པ་དེ་བཞིན་དུ། སེམས་  
དབེན་མ་ཐོབ་པའི་གོང་དུ་ཡང་སྟོང་པ་གསུམ་གྱི་ཡེ་ཤེས་འབྱུང་བ་ཡིན་  
པས། སྟོང་པ་གསུམ་གྱི་ཡེ་ཤེས་དང་། སེམས་དབེན་གྱི་སྟོང་པའི་ཡེ་ཤེས་  
གྱི་བྱུང་ཆེ་ཆུང་རྣམས་སྟེད་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་(སེམས་དབེན་གང་གི་དོན་ཏུ་སྐྱེད་པ་བསྟན་པ།)ནི།

གྱིར་རྒྱུང་རྒྱ་རྩིར་བསྐྱས་པ་དང་ཁྱད་པར་དུ་སྙིང་ཁའི་མདུད་པ་གྲོལ་  
 ནས་དེའི་ནང་གི་མི་ཞིགས་པ་ལ་རྒྱུང་བསྐྱས་ནས་བེམ་པ་ལས་སེམས་  
 དབེན་བསྐྱེད་པའི་དགོས་པ་ནི། གཞུང་གཞན་ནས་འབྱུང་བ་ལྟར་ལྟན་སྦྲེས་  
 གྱི་དགའ་བ་ཁྱད་པར་ཅན་བསྐྱེད་དེ་དེ་དང་སྟོང་བ་སྦྱར་ནས་གོམས་པར་  
 བྱེད་པ་ཙམ་གྱི་ཆེད་མིན་གྱི། བར་དོ་རིམ་ཞིན་པ་དེ་འདྲ་བའི་སྦྱ་མའི་སྦྱ་སྦྱབ་  
 པར་འདོད་ནས་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་ནི་འཆི་རིམ་རིམ་ཞིན་དུ་རྒྱུང་སེམས་བསྐྱས་  
 ནས་སྟོང་བ་བཞི་སྐྱེད་དགོས་པའི་ཕྱིར་དང་། དེ་ལ་སྙིང་ཁའི་མི་ཞིགས་པ་  
 ཉིད་དུ་སྦྱད་གནས་མཐར་ཐུག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །སེམས་དབེན་གྱི་  
 བཤད་པ་མཐའ་དག་པར་ནི་རིམ་ལྡན་གསལ་སྟོན་དུ་བཤད་བྱིན་ཏོ། །

གཉིས་པ་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་རྫོགས་རིམ་ལ་གསུམ།

ཀུན་རྫོབ་སྐྱེ་མའི་རྫོགས་རིམ།    དོན་དམ་འོད་གསལ་གྱི་རྫོགས་རིམ།

དབྱེར་མེད་ཟུང་འཇུག་གི་རྫོགས་རིམ་མོ། །

དང་པོ་(ཀུན་རྫོབ་སྐྱ་མའི་རྫོགས་རིམ།)ལ་གཉིས།

སྐྱ་ལུས་དངོས་དང་། དེའི་ཡན་ལག་གི་གདམས་པའོ། །

དང་པོ་(སྐྱ་ལུས་དངོས།)ནི།

དེ་ལྟར་བྱི་ནང་གི་ཐབས་གཉིས་ལས་སེམས་དབེན་གྱི་ཡེ་ཤེས་  
རྫོགས་པར་བསྐྱེད་པའི་ལུགས་མཐུན་དུ་ཞུགས་པའི་སྟོང་པ་དང་པོ་གཉིས་  
དང་། ཉེར་ཐོབ་གྱི་ཐོག་མ་དང་བར་གྱི་རྒྱང་སེམས་ལས་བརྒྱད་ནས་དང་།  
མཐའི་དབེན་འོད་གསལ་ལས་ལུགས་སྒྲིག་དུ་འཇུག་པའི་རྒྱང་སེམས་ཅམ་  
ལས་དངོས་སྐྱ་དོ་རྗེ་འཆང་གི་སྐྱ་མཆོན་དབེས་བརྒྱན་པར་འབྱུངས་པ་ནི།  
བདག་གིན་རྒྱབས་དང་། ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་དང་། སྐྱ་མའི་སྐྱ་དང་དོ་རྗེའི་སྐྱ་  
ཞེས་བྱ་ལ། རྗེ་བའི་སེམས་ཅན་བར་དོའི་ཐ་སྙད་གྱིས་ཀྱང་གསུངས་སོ། །དེ་  
ཡང་རིམ་ལྔ་ལས་མེ་ལོང་ནང་གི་གཟུགས་བརྟན་གྱིས། །སྐྱ་མའི་ལུས་ནི་  
ཤེས་པར་བྱ། །ཁ་དོག་རྣམས་ནི་འཇའ་ལྟ་བུ། །བྲབ་པ་ཆུ་ཡི་ལྷ་བས་སོ། །  
ཞེས་ཡན་ལག་དང་ཉིང་ལག་ཐམས་ཅད་ཅིག་ཅར་དུ་རྫོགས་པ་མེ་ལོང་ལ་  
བྱིས་སྐྱ་ཤར་བ་ལྟ་བུ་དང་། ལུས་དངས་ཤིང་ཐོགས་པ་མེད་པ་བར་སྒྲིང་གི་  
འཇའ་ཆོན་ལྟ་བུ་དང་། སྐྱ་གཅིག་ལས་འཕྲོས་པའི་བཞོད་པས་ཡུལ་དུ་མ་ལ་  
བྲབ་པ་ནམ་མཁའི་ལྷ་བ་ཆུ་སྒོད་དུ་མར་ཤར་བ་ལྟ་བུའི་དབེས་མཆོན་པར་

གསུངས་ཏེ། སྤྱིར་ན་སྐྱུ་མའི་དཔེ་བཅུ་གཉིས་ཀྱིས་མཆོན་ནས་གསུངས་སོ།།  
འདི་ཆེས་ཁྱོད་ཀྱིས་དཀའ་ལ་གནད་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས་མཐའ་གཅིད་པ་རྒྱས་པར་  
ནི་རིམ་ལྔ་གསལ་སྒྲོན་ཏུ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

གཉིས་པ་ (དེའི་ཡན་ལག་གི་གདམས་པ།) ལ་གསུམ།

མཉམ་གཞག་སྐྱེ་མ་དང་། མི་ལམ་སྐྱེ་མ་དང་། བར་དོ་སྐྱེ་མའོ། །

དང་པོ་(མཉམ་གཞག་སྒྲུ་མ།)ནི།

མཉམ་བཞག་སྐྱེ་མའི་གཙོ་བོ་ནི་སྤར་བཤད་པ་སྤར་གྱི་རྒྱང་སེམས་  
 ཅམ་ལས་བྱལ་བའི་སྐྱེ་སྐྱེ་མ་ལྟ་བུའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཞེས་ཀྱང་གསུངས་པ་དེ་  
 ལ་མཉམ་བར་བཞག་པའོ། །རྗེས་མཐུན་པ་ནི་སྤྱད་པའི་ནལ་འགྱོར་གྱིས་  
 རིམ་གྱིས་བསྐྱས་ནས། མི་ཤིགས་པ་ལ་ཐེམ་བ་དངོས་སུ་བསྐྱོམས་པའམ།  
 དེ་སྤར་མ་བྱས་ཀྱང་མཐའི་རྒྱང་ནམས་རྒྱ་ཁྲིར་འདུས་ནས་ཐེམ་བ་ལས་བྱང་  
 བའི་སེམས་དབེན་རྗེས་མཐུན་པའི་སྟོང་བ་ནམས་ཤར་བའི་མཐར། རོ་རྗེ་  
 འཆང་གི་སྤྱར་ལངས་ཉེ་དེའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་མཉམ་བར་བཞག་པའོ། །འདི་  
 བེ་ལུས་དབེན་ནས་ཀྱང་འཐོབ་མོད་ཀྱང་། སྟོང་ཁའི་རྒྱ་ཁྲིར་འདུས་ནས་ཐེམ་  
 བ་ལས་བྱང་བའི་མཆམས་ནས། སྐྱེ་ལུས་དངོས་དང་མཐུན་ཆབས་ཆའོ། །  
 དེ་སྤར་བྱས་ན་རིམ་བ་ལྟ་རྗེས་མཐུན་པ་ནི་ལུས་དབེན་ནས་ཀྱང་བཞག་ཏུ་  
 རུང་ལ། དེ་ནམས་དང་རིམ་ལྟ་དང་སྟོད་བསྐྱས་ནས་གསུངས་པའི་རིམ་ལྟ་



དངོས་གཉིས་ཀྱི་བྱང་པར་ལེགས་པར་བྱེད་པ་ཅིག་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེའོ། །རིམ་  
ལྔ་ལས། རྩི་རྩི་སེམས་དཔའ་ལེགས་བྲིས་པ། །མེ་ལོང་བྲི་མ་མེད་པ་ལ། །  
གཟུགས་བརྟན་གསལ་བར་སྒྲུང་དང་མཚུངས། །རྣམ་པ་ཀུན་གྱི་མཆོག་ལྡན་  
ཞིང་། །སྐྱེ་བལྟ་བས་མི་ངོམས་པ། །སྒྲོབ་མ་བཟང་པོ་དེ་ལ་བསྟན། །བདག་  
བྱིན་བརྒྱབ་ཅེས་དེ་བཤད་དོ། །ཞེས་རྩི་རྩི་འཆང་གི་སྐྱེ་བྱི་འདྲ་བ་བྲིས་པའི་  
བྲིས་སྐྱེ་མེ་ལོང་གཡའ་དག་པ་ལ་ཤར་ཏེ་གསལ་བར་སྒྲུང་བ་དང་མཚུངས་  
པའི་སྐྱེ་དེ་ནི། མཆོན་གྱི་རྣམ་པ་ཀུན་གྱི་མཆོག་དང་ལྡན་པ་དང་ལྟ་བས་ཆོག་  
མི་ཤེས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སྒྲོབ་མ་ལ་བསྟན་པའི་དོན་དེ་བདག་བྱིན་བརྒྱབ་  
བོ་ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་ནི། གཟུགས་བརྟན་དང་སྐྱེ་མའི་སྐྱེ་གཉིས་དཔེ་  
དོན་དུ་སྒྱུར་ནས། སྒྲོབ་མའི་མན་ངག་གིས་སྒྲོབ་མ་ལ་སྟོན་པའི་དོན་ཡིན་གྱི།  
མེ་ལོང་ལ་གཟུགས་བརྟན་ཤར་བ་སྒྲོབ་མའི་མིག་ལ་སྟོན་པ་དང་། དེ་ལ་  
བསྟན་ནས་སྒྲོམ་པ་དང་། དེ་ནས་སྒྲོས་བཏོན་ནས་རང་ལ་བསྟུས་པའི་ལྟ་སྐྱེ་  
སྐྱེ་ལུས་སྐྱེ་སྟོན་པ་མིན་ཏེ། དཔེ་གཞན་རྣམས་དང་ཡང་མཚུངས་པར་སྒྲོབ་  
མ་ལ་སྟོན་པར་གསུངས་ཀྱང་། དེ་རྣམས་ལ་སྐྱེ་མ་སོགས་ཀྱི་དཔེ་མིག་ལ་  
སྟོན་མི་དགོས་པ་དང་འདྲའོ། །སྐྱོད་བསྟུས་ལས་ཀྱང་། བྲིས་པའམ་རས་བྲིས་  
མེ་ལོང་གི་ནང་དུ་སྒྲུང་བ་བཞིན་དུ། ཞེས་གསུངས་པས་ཀྱང་ཤེས་ལ། རིམ་  
ལྔའི་འགྲེལ་པ་ལ་སོགས་འཕགས་སྒྲོར་གྱི་བྱ་གཞུང་གང་ནས་ཀྱང་དེ་ལྟར་

མ་བཤད་དོ། །

བསྐྱེད་རིམ་མི་གསལ་ན་མེ་འོང་གི་ནང་དུ་གྲིས་སྐྱ་ཤར་བ་ལ་བལྟས་ཀྱིན་  
སྒྲོམ་པའི་གདམས་ངག་འགའ་ཞིག་སྤང་བ་དང་། རིམ་ལྔའི་གཞུང་དེའི་དོན་  
ལེགས་པར་མ་གོ་བ་དང་། སྐྱ་མའི་ལུས་ཀྱི་སྐྱ་མ་ཞེས་པའི་དོན་གཟུགས་བརྟན་  
བཞིན་ཀྱི་བརྟུན་སྤང་དང་། དེ་ལྟར་རྫོགས་པའི་ཞེན་མེད་གཅིག་ལ་བརྩུང་ནས།  
སྐྱ་ལུས་ཀྱི་གནད་ཁོང་དུ་མ་ཚུད་པར་སྐབས་འདིར་མེ་འོང་གི་ནང་དུ་སྐྱ་སྐྱར་  
ཤར་བ་ལ་སེམས་གཏད་ནས་སྒྲོམ་བ་སོགས་བྱེད་པར་སྤང་ཡང་། མར་ལུགས་  
ཀྱི་དང་པོའི་གདམས་ངག་གི་དོན་མིན་པ་ནི་སྤར་བཤད་ཟིན་ཏོ།

གཉིས་པ་(མི་ལམ་སྐྱ་མ།)ལ་གཉིས།

མི་ལམ་ཀྱི་སྡོན་དུ་གཉིད་ཀྱི་སྟོང་པ་འཛིན་ཚུལ་དང་། དེ་ཟིན་ནས་མི་  
ལམ་ཀྱི་དགོ་སྟོར་སྟོང་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་(མི་ལམ་ཀྱི་སྡོན་དུ་གཉིད་ཀྱི་སྟོང་པ་འཛིན་ཚུལ།)ནི།

༥ གཞི་ལ་འཆི་བའི་སྟོང་པ་བཞི་སྡོན་དུ་འབྱུང་བའི་མཐར་བར་དོ་  
འབྱུབ་པ་དང་། གཉིད་ཀྱི་སྟོང་པ་ནམས་བྱུང་བའི་མཐར་མི་ལམ་འཆར་བ་  
དང་། ལམ་ལ་བསྐྱེད་རིམ་ལ་ལྷག་མོས་འོད་གསལ་དུ་སྐྱེད་པ་སྡོན་དུ་བཏང་  
ནས། དང་པོའི་མགོན་པོར་སྐྱེད་པ་པ་དང་། རྫོགས་རིམ་ལ་སེམས་དབེན་ཀྱི་  
སྟོང་པ་ནམས་སྡོན་དུ་བཏང་བའི་སྐྱ་མའི་སྐྱ་འབྱུབ་པ་དང་། དོན་ཀྱི་འོད་

གསལ་སྒྲོན་དུ་བཏང་བའི་མཐར་ཟུང་འཇུག་གི་ལྷ་སྐྱེ་འབྱུང་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
གོ་རིམ་དེ་ལྟར་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་མི་ལམ་གྱི་ལུས་སྐྱེ་ལུས་སྐྱེ་ལྡང་བ་ལ་ཡང་། སེམས་དབེན་  
དང་འབྲེ་བའི་གཉིད་ཀྱི་སྒྲོང་བ་བཞི་སྒྲོན་དུ་བཟུང་དགོས་པ་ཡིན་ཏེ། འདིས་  
འཆི་བའི་འོད་གསལ་འཛིན་པ་དང་བར་དོ་སྐྱེ་མའི་གོ་རིམས་ཀྱང་ཤེས་པར་  
བྱའོ། །སྦྱར་གཉིད་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་དོ་བོར་སྦྱེད་པ་ལ་སང་དུས་སྐྱེ་སེམས་  
གནས་བརྟན་པོ་ཡོད་ན། དེས་གཉིད་དུ་འགོ་ཁར་སང་དུས་ཀྱི་ཏིང་ངེ་འཛིན་  
དེ་བློ་ནས་དེ་ལ་ཡིད་སྦྱོགས་པར་བྱས་ན། གཉིད་དུ་སོང་བ་ན་མི་ལམ་མེད་  
པར་གཉིད་ཏིང་ངེ་འཛིན་དུ་མེར་གྱིས་འགོ་བ་ཅིག་འབྱུང་། འདི་ནི་ཐེག་པ་ཆེ་  
ཆུང་དང་། ལྷགས་དང་པར་བྱིན་གྱི་ཐེག་པ་གཉིས་ཀའི་ཐུན་མོང་བ་ཡིན་པས།  
དེ་ལ་གཉིད་ཀྱི་འོད་གསལ་འཛིན་པ་བཟུང་བ་མིན་ནོ། །ཉན་ཐོས་ཀྱི་སར།  
གཉིད་དུ་འགོ་ཁར་ཉིན་མའི་དགོ་སྦྱོར་བྱས་པ་རྣམས་མངོན་དུ་བྱས་ནས།  
ཡིད་གཞན་དུ་མ་གཡངས་ན་གཉིད་དུ་སོང་བའི་ཆེ་དགོ་སྦྱོར་དེ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱན་  
སྦྱོང་བ་འོང་བར་བཞག་པས། ཏིང་ངེ་འཛིན་ཁོ་ནར་མ་བཟད་ཉིན་པར་གྱི་དགོ་  
སྦྱོར་གྱི་གོམས་པ་གང་བརྟན་པ་ཐམས་ཅད་ལ་གཉིད་དུ་འགོ་ཁར་བློ་ནས་  
དེ་ཉིད་ལ་གནས་བཞིན་པའི་དང་ནས་གཉིད་ལོག་པ་གོམས་ན་སྐྱེ་མའི་རྒྱན་  
དེ་སྦྱོང་བ་འོང་ངོ། །

དེས་ན་སང་དུས་སྤྱ་སེམས་གནས་ཤིན་ཏུ་བརྟན་པ་ཡོད་པ་ལ་གཉིད་  
ཐུན་གངས་པོ་ལ་མི་ལམ་མེད་པར་ཉིང་དེ་འཛིན་ཐུན་གཅིག་ཏུ་འགྲོ་བ་ཡང་  
འོང་ལ། ཁ་ཅིག་ལ་མི་ལམ་ཤར་ཡང་སང་པའི་ཆེ་བ་ཤད་མི་ཤེས་པ་ཡང་  
འོང་ངོ། །གཉིད་ཀྱི་འོད་གསལ་འཛིན་པ་ནི་རྒྱད་སྡེ་འོག་མ་གསུམ་ལ་འང་  
མེད་པར་སྤྲགས་སྒྲ་མེད་ཀྱི་བྱད་ཆོས་ཡིན་པས། དེ་འཛིན་ཚུལ་ཐུན་མོང་མ་  
ཡིན་པ་ཤེས་དགོས་སོ། །

འདི་ལ་ལུས་ལ་གནད་དུ་བསྐྱུན་པའི་ཐབས་རྣམ་དག་གང་ཡང་རུང་བ་  
གཅིག་བསྐྱེམས་ནས། རྒྱང་རྒྱ་ཁྲིར་ཚུད་དེ་ཐིམ་པ་ལས་བྱུང་བའི་སྟོང་བ་བཞི་  
སང་དུས་སྤྱ་ལེགས་པར་འཛིན་ཀུས་པ་ཅིག་དགོས་ལ། བྱད་པར་དུ་སྟོང་  
ཁར་གནད་དུ་བསྐྱུན་པའི་ཐབས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་ཀུས་པ་ཅིག་བྱུང་ན་བྱད་པར་  
ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་འདྲ་བའི་ཀུས་པ་མཐོབ་པས་ནི་གཉིད་དུ་འགྲོ་ཁར་  
གཉིད་ཀྱི་མགོ་ཚུམ་པ་ནས་རི་ལྟར་འཆར་བ་ལ་སེམས་ཀྱི་བྲན་པ་བསྐྱེན་ན་  
སྒྲིང་མཆེད་གཉིས་དང་ཉེར་ཐོབ་ཀྱི་སྟོད་ཅམ་ངེས་པ་སྤིད་ཀྱང་། ཉེར་ཐོབ་ཀྱི་  
དངོས་གཞི་དང་། གཉིད་ཀྱི་སྟོང་བ་བཞི་པ་མི་ངེས་སོ། །གཞི་དུས་ཀྱི་གཉིད་  
ཀྱི་སྐབས་སྤྱ་སྤྱ་བྱག་གི་རྒྱ་བ་སྤྱ་མོ་ཅིག་མི་སྤྲོག་པར་འབྱུང་འཇུག་བྱེད་པའི་  
གནད་ཀྱིས། སྟོང་བ་རྣམས་ཆ་མ་ཐུན་ཅམ་མ་གཏོགས་པ་མཆན་ཉིད་རྫོགས་  
པར་མི་འཆར་ལ། སྟོང་བ་བཞི་པ་ནི་ཡུན་ཤིན་ཏུ་བྱུང་ངོ། །

སྒྲུང་བ་འད་པ་ལྟར་གྱི་རྒྱས་པ་སང་བའི་སྐབས་སུ་ཐོབ་པས་ནི། རང་  
 ལྟར་སྒྲོམ་པ་སྒྲུང་དང་འདྲ། ལྷན་གྱི་གནད་ནི་གཉིད་གྱི་དུས་སུ་ཉལ་བའི་སྒྲོད་  
 ལམ་འབྲེས་པ་དང་། ཅོག་བྱ་སོགས་གང་རུང་དོ། །དུས་ནི་གཉིད་དུ་འགྲོ་བའི་  
 སྒོན་རོལ་ཙམ་ནས་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་སྒྲོད་ལ་སོགས་པ་གཉིད་འཐུག་པའི་དུས་  
 སུ་མ་གོམས་པས་ཟེན་པར་དཀའ་བས་ཐོ་རངས་སོགས་གཉིད་སྤྲུལ་པའི་དུས་  
 སུ་ལོ། །རྒྱང་གི་གནད་ནི་ཉིན་མོ་བུམ་པ་ཙན་བྱང་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་ན། དེས་བྱས་  
 བས་ཀྱང་ཟེན་ལ། དེ་ལྟ་མིན་ན་རྒྱང་འབྱུང་འདུག་རང་ལུགས་པར་བྱའོ། །ཡུལ་  
 གྱི་གནད་ནི་སྒྲུང་བ་འད་པ་ལྟར་མི་ལམ་མ་འདར་བའི་གཉིད་དུ་འགྲོ་བ་ལ་ནི།  
 སྒྲིང་ཁར་རྒྱང་རང་འུགས་གྱིས་འདུ་བའི་གནད་གྱིས་སྒྲིང་ཁའི་མི་ཞེགས་པ་  
 ལ་དམིགས་པ་གཏད་ན་གནད་དུ་འགྲོ་སྟེ། སྒྲིང་ཁར་རང་འུགས་གྱིས་མི་འདུ་  
 བའི་སང་དུས་སུ་ཡང་སྒྲིང་ཁར་དམིགས་པ་གཏད་ན་དེར་རྒྱང་བསྐྱུས་ནས་  
 ཐེམ་པར་བྱེད་རྒྱས་པ་དེས། གཉིད་དུ་འགྲོ་ཁར་རང་འུགས་གྱིས་སྒྲིང་ཁར་  
 འདུ་བ་ལ། དེར་དམིགས་པ་གཏད་ན་དེར་རྒྱང་འདུ་བ་ལྟ་བུ་ཅི་སྒྲོས་པའི་བྱིར་རོ། །

འདི་ལ་བརྟེན་ནས་སང་དུས་གྱི་སྒྲོང་པ་དང་གཉིད་དུས་གྱི་སྒྲོང་པ་  
 བསྐྱེ་བ་ཡང་ཞེས་པར་བྱའོ། །སྒྲིང་ཁར་བརྒྱ་འདབ་མ་བཞི་པའི་ལྟེ་བར་ཐེག་  
 ལེ་དཀར་དམར་ལ་དམིགས་པར་བ་འད་དེ་དེ་ལྟར་རམ། ཡང་ན་སྒྲུང་བ་འད་  
 པ་ལྟར་གྱི་སྒྲུགས་འཁོར་སྒྲོམ་པ་ལ་བྱང་ན་དེས་བྱ་བ་དང་མི་ཞེགས་པ་རྒྱང་



པ་ལ་དམིགས་ནའང་འགྲུབ་སྟེ། བསྐྱའི་ཁ་དོག་དཀར་དམར་སྟོ་བ་གསུམ་ག་  
བཤད་པས་གང་རུང་གིས་ཚོག་གོ། སྒྲགས་འཁོར་སྒྲིམ་ན་དང་པོར་སྟོགས་  
མཆམས་ཀྱི་རིམ་པས་དམིགས་ལ། དེ་ནས་སྤྱི་ནས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་བསྐྱས་  
ཏེ་མི་ཤིགས་པ་ལ་ཐེམ་པར་བྱས་ལ་དེ་ཉིད་ལ་སེམས་བབྱང་དོ། །

གཞན་ཡང་རིམ་ལྔ་གདན་རྫོགས་ལས། རྫོ་རྩེ་བསྐྱས་པ་བྱས་ནས་  
ཀྱང་འཇིན་པ་ཅིག་བཤད་དེ་འཇིན་ཐབས་དེ་གཉིས་ནི་རྒྱད་དང་ཡབ་སྐུས་  
ཀྱི་དགོངས་པ་སྒྲ་ན་མེད་པར་མཐོང་དོ། །གཉིད་ཀྱི་འོད་གསལ་སྟོང་ཁར་  
འཇིན་པའི་རིགས་པའི་འདིས་ནོར་བུའི་ནང་དུ་འཇིན་པ་ཡང་གོ་བར་རུས་  
སམ་སྟམ་མོ། །དེ་ལྟར་བབྱང་བས་སྟོག་རྒྱ་ལ་སོགས་པའི་ཏྲགས་བཞི་འཆར་  
ལ། དེ་ནས་ནམ་མཁའ་གཡའ་དག་ལ་སྒྲ་འོད་དང་ཉི་འོད་ཤར་བ་དང་མཆམས་  
ཀྱི་སྒྲག་གིས་བྱབ་པ་དང་འདྲ་བའི་སྟོང་པ་གསུམ་སྟོན་དུ་ཤར་བའི་མཐར།  
ནམ་མཁའ་སྟོང་བྱེད་ཀྱི་རྒྱན་གསུམ་དང་བྲལ་བའི་རང་མདོག་ཐོན་པའི་ཐོ་  
རངས་ཀྱི་དུས་དང་འདྲ་བའི་ནམ་མཁའ་གཡའ་དག་ལྟ་བུའི་རྣམ་པ་འཆར་བ་  
ནི། གཉིད་ཀྱི་འོད་གསལ་དངོས་གཞིའོ། །སྒྲར་བཤད་པའི་ཉིང་དེ་འཇིན་ཐུན་  
མོང་བའི་སྟོན་ནས་གཉིད་ཉིང་དེ་འཇིན་དུ་འགྲོ་བ་ལ་ནི། ཏྲགས་དེ་རྣམས་དང་  
སྟོང་པ་སྒྲ་མ་གསུམ་མི་འཆར་བས། །ནམ་མཁའ་སྟོན་མེད་འདྲ་བ་ཅིག་ཤར་  
ཡང་གཉིད་ཀྱི་འོད་གསལ་ཀྱི་དོན་མེད་དོ། །

འདི་ལ་ལན་འགའ་བྱང་མཚན་མ་རྣམས་ཁྲིགས་ཆགས་སྟུང་འཁར་ཡང་  
དེ་ནས་སྟུར་པོར་འཆར་རོ། །ལྷགས་སྒྲིག་གི་སྟོང་པ་རྣམས་ནི་ལྷགས་མ་ཐུན་  
ལས་འཆར་དགའ་བས། དེ་བྱེད་པའི་མཚམས་ནས་ལན་འགའ་བྱང་འཕེན་པ་  
བྱང་ནས་འཆར་བར་བྱས་ན། དེ་ནས་འཕེན་པ་ལ་མི་སྟོས་སོ། །སང་དུས་སྟུ་  
སྟུར་བཤད་པའི་རྒྱང་རྒྱས་མ་ཐོབ་པས་ཀྱང་གཉིད་དུ་འགྲོ་ཁར་དམིགས་པ་སྟུ་  
མ་གཉིས་བྱས་ན་ཉིན་མོ་སྒྲིམ་པ་ལ་ཐན་ཐོགས་པས་བྱས་ན་ལེགས་  
སོ། །གཉིད་ཀྱི་འོད་གསལ་འཁར་བ་ན་ལྟ་བུ་བར་བྱས་ལ། རི་སྤྱིད་དུ་རྒྱང་  
གིས་མ་གཡོས་བ་དེ་སྤྱིད་དུ་དེ་འབར་ཞིག་སྒྲིམ་དགོས་སོ། །འདི་ལ་གཉིད་  
འཐུག་དགས་ན་བར་པ་ཉམས་པ་ལུལ་ཆེ་བས་འོད་གསལ་མི་ཐེན་ལ། གཉིད་  
མ་བྱང་ན་ནི་གཞི་སྟོར་བས་མི་ཐེན་པས། གཉིད་དུ་ཡང་འགྲོ་བ་དང་གཉིད་ཅུང་  
ཟད་སྟབ་པ་གཉིས་ཆོགས་ཅིག་དགོས་པ་ལ། གཉིད་མ་བྱང་ན་ཁ་ཟས་དོད་  
བཅུད་ཅན་བསྟེན་པ་དང་། བསྐྱ་མཉེ་སོགས་གཉིད་འོང་བའི་རྒྱ་བསྟེན་ཏེ། འདི་  
ལ་སྟོང་འབྲམས་གཙོད་པ་ཞེས་ཁ་ཅིག་ཟེར་རོ། །གཉིད་འཐུག་དགས་ན་སྟོང་  
ཁའི་ཐིག་ལེ་ཤིན་ཏུ་འཆར་བ་དང་། འོད་ལུང་ཆེན་པོ་འཕྲོས་ཏེ་གནས་ཁང་  
ཅམ་མམ། མལ་གྱེ་ཁྲོན་ཅམ་དུ་ཉི་མ་འཁར་བ་ལྟ་བུ་བསམས་ཏེ། འདི་ལ་སྟུག་  
འབྲམས་གཙོད་པ་ཞེས་ཁ་ཅིག་ཟེར་རོ། །གཉིད་སྟབ་ཀྱང་མི་ཐེན་ན་དོད་  
འབྲམས་གཙོད་པ་བྱ་ཞེས་ཟེར་མོད་ཀྱང་། སྟུར་བཤད་པ་ལྟ་བུས་འཛིན་པ་ལ་

དེ་མི་འོང་དོ། །གཉིད་གྱི་འོད་གསལ་ཤར་ནས་རིང་དུ་སྒྲོང་དགོས་པ་ལ། དེ་ལ་  
 སང་སྒྲིན་ན་སང་འབྲམས་གཙོད་པའི་མན་ངག་གཞན་འགའ་རེ་སྤང་ཡང་།  
 མན་ངག་དམ་པ་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། འོད་གསལ་གྱི་ཉིང་རེ་འཛིན་སྤང་ཏུ་སང་ནས་  
 ལྷང་བར་ཚུམ་པར་སྤང་ན། དེ་མ་ཐག་སྤྲོད་ཁའི་མི་ཞེགས་པ་ལ་དམིགས་པ་  
 གཏང་ན། སྤྲོད་ཁ་ནས་རྒྱང་ཅུང་ཟད་གྲེས་པ་སྤྲར་ཡང་དེར་འདུས་ནས་འོད་  
 གསལ་བཏན་པར་འགྱུར་དོ། །ཉིན་མོ་བྱམ་པ་ཅན་ལ་བྱང་ནའང་། གཉིད་དུ་  
 འགྲོ་ཁར་སྤྲོད་ཁའི་བྱམ་པ་ཅན་བྲས་ལ་བཟུང་ཞིང་། སང་འབྲམས་ཀྱང་དེས་  
 གཙོད་དོ། །སང་དུས་དྲོར་བཞུས་སོགས་བྲས་པས་རྒྱང་རེ་འགའ་འདུས་ཀྱང་།  
 ཏྲགས་བཞི་དང་སྟོང་པ་རྣམས་ཁྲིགས་ཆགས་མིན་པར་འཆར་བ་དང་། སྟོང་  
 པའི་ངོ་བོ་འདོད་པ་བཞིན་མ་ཤར་ན། དེས་གཉིད་གྱི་སྟོང་པ་བཞི་འཛིན་པ་ལ་  
 འབད་ནས། དེའི་ཉམས་སྟོང་སྒྲེས་རུས་ན་སང་དུས་གྱི་དྲོར་བཞུས་སོགས་  
 སྟོམ་པ་ལ་ཚུར་བོགས་འདོན་པ་དང་། བར་ལ་བོགས་འདོན་པ་གཉིས་ཀ་ཞེས་  
 པ་གནད་ཆེད། །འདིའི་སྟོར་ཡང་ཡིད་ཆེས་པའི་ཁུངས་དང་བཅས་པ་རིམ་ལྔ་  
 གསལ་སྟོན་དུ་རྒྱས་པར་བཤད་ཟིན་ཏོ།

གཉིས་པ་(དེ་ཟིན་ནས་མི་ལམ་གྱི་དགེ་སྟོར་སྟོང་ཚུལ།)ལ་གསུམ།

མི་ལམ་བཟུང་བ་དང་། མི་ལམ་སྤྲོད་བ་དང་། གཅིག་ཏུ་བྱེད་པའི་  
 བསམ་གཏན་ནོ། །

དང་པོ་(མི་ལམ་བཟུང་བ།)ལ་གཉིས།

མི་ལམ་འཛིན་ཐབས་ཀྱི་དབྱེ་བ་དང་། མི་ལམ་འཛིན་བ་དངོས་སོ། །

༥ དང་པོ་ནི། མི་ལམ་འཛིན་བ་འདི་ལ་རྒྱུང་སྟོབས་ཀྱིས་འཛིན་བ་དང་།  
འདུན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་འཛིན་བ་གཉིས་ཡོད་པ་སོ་སོར་བྱེད་དགོས་སོ། །དེ་  
ལ་དང་པོ་ནི་སད་དུས་སུ་རྒྱུང་རྒྱ་ཁྲིར་ཚུད་ནས་ཐེམ་བ་ལས་སྟོང་བ་བཞི་  
འཛིན་རུས་བ་གཅིག་གིས་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། བྱེད་ཚུལ་ནི་སྒར་བ་ཤད་བ་སྒར་  
གཉིད་ཀྱི་འོད་གསལ་ལ་ཐོག་མར་བཟུང་བའི་ཆོ། གཉིད་ཀྱི་སྟོང་བ་བཞི་ལེགས་  
པར་ངོ་ཤེས་ནས་སྟོང་བ་ན། དེའི་ཕྱི་ལོགས་སུ་མི་ལམ་འཆར་བ་ངེས་པར་  
ཤེས་པས། དེ་ལ་ནི་གཉིད་ཀྱི་སྟོང་བ་རྣམས་འཛིན་པའི་ཐབས་ལས་གཞན་  
པའི་མི་ལམ་འཛིན་ཐབས་མི་དགོས་སོ། །

གཉིས་པ་ནི་དེ་འདྲ་བའི་རུས་བ་མེད་པ་གཅིག་གིས་སད་དུས་སུ་མི་  
ལམ་ཐེན་ཐབས་ཀྱི་འདུན་བ་སྟོང་བ་དང་། མགིན་བ་ལ་སོགས་པར་དམིགས་  
བ་གཏོད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་སྒྲགས་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མི་ལམ་འཛིན་  
ལུགས་གཙོ་བོ་ནི་སྒར་མ་ཡིན་ལ། ཕྱི་མ་ནི་ཐུན་མོང་བ་པལ་པའོ། །

འདི་ལ་དོན་ལྡན་མར་མཚུར་ཀྱི་ལུགས་ཀྱིས་སྟོང་ཁར་དམིགས་བ་  
གཏད་ནས་མི་ལམ་འཛིན་བ་དང་། མེས་མཆོན་ཀྱི་ལུགས་ཀྱིས་མགིན་པར་  
དམིགས་བ་གཏད་ནས་མི་ལམ་འཛིན་པའི་ཚུལ་གཉིས་བ་ཤད་ནས། སྟོང་

ཁར་གཏོད་པ་འོད་གསལ་དང་འབྲེལ། མགིན་པར་གཏོད་པ་མི་ལམ་དང་  
 འབྲེལ་ཞེས་ཟེར་མོད་ཀྱང་། མི་ལམ་རྒྱང་སྟོབས་ཀྱི་ཟིན་པ་ཅིག་ཡིན་ན། གཉིད་  
 ཀྱི་སྟོང་པ་བཞི་སྟོན་ལ་བརྩུང་ནས་བྱེད་ལ། དེ་ལ་ནི་སྟོང་ཁར་དམིགས་པ་  
 གཏོད་པ་ཡིན་ནོ། །འདུན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་འཛིན་དགོས་པ་ཅིག་ཡིན་ན། མི་  
 ལམ་ཟིན་པའི་སྟོན་དུ་གཉིད་ཀྱི་སྟོང་པ་བཞི་མི་ཟིན་པས་མགིན་པར་གཏོད་  
 ནོ། །འོ་ན་རྩ་ཆེ་ག་ལས་མགིན་པར་མི་ལམ་འཛིན་པའི་གནད་ཡོད་པར་  
 བཤད་པ་དེ། འདུན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་འཛིན་དགོས་པ་ཁོ་ན་ལ་ཡིན་ནམ་སྟམ་  
 ན། རྒྱང་སྟོབས་ཀྱིས་མི་ལམ་འཛིན་ནས་པས་ཀྱང་། གཉིད་དུ་འགོ་ཁར་  
 མགིན་པར་དམིགས་པ་གཏད་ན། གནས་དེའི་རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱང་ཐེམ་ནས་སྟོང་པ་  
 བཞི་སྟོན་དུ་འཆར་བ་ཅིག་ཡོད་མོད་ཀྱང་། སྟོན་དུ་སྟོང་ཁར་རྒྱང་མ་འདུས་  
 པར་མགིན་པར་མི་འདུ་ལ། སྟོང་ཁར་འདུས་ནས་ཐེམ་པ་ལས་བྱུང་བའི་སྟོང་  
 པ་བཞི་འདྲ་བ་གནས་གཞན་དུ་འཆར་མི་བྱུང་བས། གཉིད་དུ་འགོ་ཁར་སྟོང་  
 ཁར་དམིགས་པ་གཏོད་དགོས་སོ། །འོན་ཀྱང་མི་ལམ་ཤར་ཟིན་པའི་འོག་དུ་  
 གཉིད་ཀྱི་དུས་སུ་མི་ལམ་ཡུན་རིང་བ་ཅིག་འདོད་ན་སྟོན་ལ་མགིན་པར་  
 དམིགས་པ་གཏད་དེ་སེམས་ཡུད་ཅིག་བརྩུང་ན་མི་ལམ་གྱི་ངང་ནས་དགེ་  
 སྦྱོར་སྦྱོང་བ་རྒྱན་རིང་བ་ཅིག་འབྱུང་བའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། མི་ལམ་གྱི་  
 དགེ་སྦྱོར་གྱི་གནད་མགིན་པར་ཡོད་པར་བཤད་དོ། །



གཉིས་པ་(མི་ལམ་འཛིན་པ་དངོས་)ནི།

སྒྲིང་སྟོབས་ཀྱིས་བེན་པ་ཡིན་ན། མི་ལམ་མ་ཤར་བའི་སྟོན་ནས་སྤྱི་  
ལོགས་སུ་མི་ལམ་འཆར་བ་ཤེས་ཏེ། དེ་ཡང་ལུགས་མ་ཐུན་གྱི་གཉིད་ཀྱི་  
སྟོང་པ་བཞི་བའམ། ཡང་ན་གཉིད་ཀྱི་ལུགས་སྒྲིག་གི་སྟོང་པ་ཐ་མ་ནས་མི་  
ལམ་འབྱུང་བར་འབྱུར་བ་ཤེས་པ་དེས་མི་ལམ་བཟུང་བས་ཆོག་གོ། འདུན་  
པའི་སྟོབས་ཀྱིས་འཛིན་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །སྤྱིར་ལམ་སྟོམ་པ་ལ་མི་སྟོས་  
པར་གཞི་དུས་ནས་ཀྱང་མི་ལམ་གསལ་བའི་རིགས་འགའ་ཞིག་ལ། མི་ལམ་  
བེན་པ་མང་པོ་འོང་བས་མི་ལམ་བེན་པ་ཅ་མ་ཞིག་ལམ་བསྟོམས་ནས་བསྐྱབ་  
མི་དགོས་ལ། དེ་བཞིན་དུ་བྱ་བ་འགའ་ཞིག་ལ་སད་དུས་སུ་འདུན་པ་དྲག་པོ་  
ཡོད་ན། མི་ལམ་ན་དེ་འབྱུང་བ་ཡང་མང་བའི་གནད་ཀྱིས། ཉིན་པར་མི་ལམ་  
བེན་པའི་དྲན་འདུན་དྲག་པོ་རྒྱན་ཆགས་པ་བཏང་ནའང་མི་ལམ་བེན་པ་སྐྱེད་  
རུས་པས། དེ་ཅ་མ་ཞིག་སྐྱེད་དཀའ་བ་མིན་ནོ། །

འདི་ལ་མི་ལམ་མ་ཤར་ན། མི་ལམ་གྱི་དགེ་སྦྱོར་གྱི་གཞི་སྟོར་བས་  
འཆར་བ་ཅིག་དགོས་ལ། མི་ལམ་བྱུང་ཡང་མི་གསལ་བའི་རིགས་ཡིན་ན་  
བེན་དཀའ་བས། མི་ལམ་གསལ་པོ་འཆར་བ་ཅིག་དགོས་ཏེ། མི་ལམ་གསལ་  
བ་ན་སད་རྗེས་སུ་མི་ལམ་ཀུན་མི་བརྗེད་པར་བཤའ་རྒྱ་འོང་བའོ། །དེས་ན་  
དང་པོ་ནས་མི་ལམ་ཞིན་ཏུ་གསལ་བ་དང་། དེ་མིན་ཀྱང་གནས་དབེན་པ་ལ་

སོགས་པ་རིག་པ་དངས་པའི་རྒྱའི་བྱུང་པར་ཚོགས་པའི་སྐབས་དང་། མཚན་  
གཅིག་གི་འང་ཐོ་རངས་ཀྱི་དུས་ལྟ་བུ་རིག་པ་ནམ་གསལ་བའི་དུས་སུ་མི་  
ལམ་ཟེན་པར་སྦྲ་བ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་ཉིན་པར་ཀྱི་བྱ་འདུན་དག་པོ་དེས་  
བཞག་པའི་བག་ཆགས་མི་ལམ་ཀྱི་དུས་སུ་སད་བྱུང་བ་ལ་ནི། མི་ལམ་ཀྱི་  
དུས་ཀྱི་ཤེས་པ་ཤིན་ཏུ་གསལ་བ་ཅིག་དགོས་པས། དེའི་ཐབས་ཀྱང་ཉིན་མོ་  
བསྐྱབ་དགོས་སོ། །དེ་ནི་མན་ངག་རྣམས་ལས་བཤད་པ་ལྟར་མགྱོན་པ་དང་  
སྒྲིན་མཚམས་སུ་ཤེས་པ་གཏོད་པ་དང་། དམིགས་ཡུལ་ཤིན་ཏུ་འཆར་བའི་  
རྣམ་པ་ཅན་སྒྲོམ་པ་དང་། རྒྱང་སྒྲོར་བྱས་ནས་རིག་པ་དངས་སྟོགས་འབྱེད་  
པ་སོགས་ཡིན་ནོ། །ཉལ་ཁར་མགྱོན་པ་དང་དཔྱལ་བ་སོགས་སུ་དམིགས་པ་  
གཏད་ན། སྒྲིང་ཁར་རྒྱང་འདུ་ཆབས་ཚུང་བས་གཉིད་སྤང་བའི་གནད་ཀྱིས་  
རིག་པ་གསལ་བར་སྦྲ་བ་དང་། ཉལ་ཁར་མགྱོན་པར་སེམས་བབྱང་བ་གོམས་  
པས་ཀྱང་དག་ཅོད་མི་ལམ་ཤར་བ་ན་མི་ལམ་ཡུན་རིང་ངོ། །དེ་ལྟར་སྒྲར་  
བཤད་པ་ལྟར་དུ་མི་ལམ་ཀྱི་གདམས་ངག་གི་གནད་རྣམས་ལ་གོ་བ་ལེགས་  
པར་བཅའ་ནས་བྱས་ན། རྣམ་པར་དག་པའི་སྤྱོད་བ་ཅན་མཁས་པར་འགོ་ཡི་  
གཞན་དུ་ན་སྤྱོད་བ་ཅུང་ཟད་སྦྱིས་ཀྱང་ཐོམས་སེ་བ་ལས་མི་འོང་སྟེ། མན་  
ངག་གཞན་རྣམས་ལའང་དེ་དང་འབྲེལ། །མི་ལམ་འཛིན་པ་ལའང་རང་ལྟར་  
སྒྲོམ་པ་དང་། གནད་བཞི་ཆང་བ་དང་། ལྷ་མའི་རྣལ་འབྱོར་བསྒྲོམས་ཏེ་

མཆོད་ནས་མི་ལམ་མང་པོ་དང་། གསལ་པོ་དང་། བཟང་པོ་མི་བ་དང་། མི་  
ལམ་ཟེན་པ་དང་། ཟེན་ནས་ཀྱང་མི་ལམ་གྱི་དགོ་སྒྲོར་རྣམས་རྒྱུད་ལ་སྦྱེ་བའི་  
འགལ་རྒྱུན་ཞི་ཞིང་མ་སྤུན་རྒྱུན་ཆང་བའི་གསོལ་བ་དྲག་པོ་མང་དུ་འདེབས་  
པ་དང་། ཡི་དམ་དང་བཀའ་སློང་ལའང་གཏོར་མ་ཕྱལ་ནས་འཕྲིན་ལས་དྲག་  
ཏུ་བཅོལ་ཞིང་མཆོམས་དམ་པར་བྱའོ། །

དེ་ནས་ཉིན་པར་དྲན་པ་རྒྱུན་ཆགས་གྱིས་བཟུང་བ་ནི། ད་ལྟར་གྱི་སྤང་  
བ་འདི་རྣམས་མི་ལམ་གྱི་སྤང་བར་འདུག་སྟུང་པ་དང་། དེ་མི་ལམ་ལ་མི་ལམ་  
དུ་ངོ་ཤེས་པར་བྱ་སྟུང་པའི་འདུན་པ་དྲག་པོ་ཡང་ཡང་སྤྱང་། གཞན་ཡང་ད་  
གཞི་དེ་མི་ལམ་རྒྱུང་བའི་དུས་སུ་ཅི་ནས་ཀྱང་མི་ལམ་དུ་ངོ་ཤེས་པར་བྱས་ལ་  
མི་ལམ་གྱི་དགོ་སྒྲོར་བསྐྱུང་པར་བྱའོ་སྟུང་པའི་འཕྲུན་པ་དྲག་པོ་མང་པོ་  
སྤྱང་། བྱུང་པར་དུ་ཉལ་ཁར་རྒྱུན་ལྡན་དུ་སྤྱང་སྟེ། མི་ལམ་གསལ་ན་འདི་  
གཅིག་ཕྱིས་ཀྱང་ཟེན་པར་འགྱུར་རོ། །མཆོན་མོ་མན་ངག་བཅོན་ཐབས་གྱིས་  
བཟུང་བ་ལ་གཉིས་ལས། ཉེན་ཅན་ནི་མགྱིན་པར་བརྒྱུ་འདབ་མ་བཞི་པའི་ལྟེ་  
བ་ལ་ཨ་ཤད་གྱི་རྣམ་པ་ཅན་གསལ་གདབ་དེ་ནས་མི་ལམ་ལ་མི་ལམ་དུ་ངོ་  
ཤེས་པར་བྱའོ་སྟུང་པའི་འཕྲུན་པ་བཏང་ལ། ཨ་ལ་དམིགས་པ་གཏད་པའི་  
ངང་ནས་གཉིད་ལོག་པར་བྱའོ། །འདབ་མ་བཞི་ལ་ཨ་རུ་ཏ་ར་བཀོད་ནས་  
རིམ་པ་བཞིན་དུ་དམིགས་པའི་མན་ངག་ནི་གཉིས་མེད་རྣམ་རྒྱལ་རྩུས་མ་

ལས་འབྲུང་མོད་ཀྱང་། དེ་ལ་རྒྱས་པ་ལྷག་པོ་མི་སྤང་བས་མ་བྲིས་སོ། །

སད་པ་ན་བལྟས་པས་མ་བྲིན་པར་འདུག་ན་ཡང་སྤར་བཞིན་དུ་བྱེད་  
བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་རྒྱབ་གཅིག་དང་སོ་སོ་ལ་མང་དུ་བྱའོ། །ཆི་ལམ་བྲིན་པ་ན་  
སྤར་པོར་སད་པའི་སད་འབྲམས་གཙོད་པ་མང་དུ་བཤད་ཀྱང་། གཙོ་བོ་ནི་  
སྤར་སྟོབས་གྱིས་བྲིན་པ་ཡིན་ན། མགྱོན་པའི་ཨ་ལ་གཏོད་པ་ཉིད་གནད་ཆེ།  
དེ་ལྟ་མིན་ནའང་དེར་དམིགས་པ་གཏོད་པའི་སྟོན་ས་སེམས་འཛིན་པ་ལ་  
གོམས་པ་ཡོད་ན་དེ་ཀ་བྱ་ཞིང་། སྤར་གོམས་པ་མེད་ནའང་གོམས་སུ་གཞུག་  
གོ། །ཏྲེན་མེད་ནི་འཕེན་པ་བཏང་ནས་མགྱོན་པའམ་སྟོང་ཁ་གང་རུང་དུ་སྤར་  
བྱས་པ་ཅན་བཟུང་སྟེ། སེམས་ཀྱང་དེར་གཏོད་པ་ཡིན་གསུང་ངོ། །མགྱོན་  
པའི་གནད་ལ་བཏྲེན་ནས་ཆི་ལམ་བཙན་ཐབས་སུ་བཟུང་བ་ནི། རང་རྫོང་  
འཆང་དམ་ཆོག་པར་གསལ་བའི་མགྱོན་པར་བསྐྱེད་ལྟེ་བ་ལ་རང་འདྲའི་ཡེ་  
ཤེས་སེམས་དཔའ་མཆོན་གང་པ་གཅིག་བསྟོམ། དེའི་ཐུགས་ཀར་ཐིག་ལེ་  
ཡུངས་འབྲུ་ཅམ་ཅིག་བསམ། ཐིག་ལེ་ལས་བདུད་ཅི་ཟགས་པས་ལུས་  
ཐམས་ཅད་བདེ་བས་ཁེངས་ཏེ། སེམས་དཔའ་གཉིས་ཐིག་ལེ་ལ་བསྐྱུས་ལ་  
ཆི་ལམ་ལ་ཆི་ལམ་དུ་ངོ་ཤེས་པར་བྱའོ་སྟུང་དུ་བསམས་ཏེ། ཐིག་ལེ་ལ་  
དམིགས་པ་གཏད་ནས་གཉིད་ལོག་གོ། །སྤེམ་ཁ་ཅིག་ནི་རྒྱ་རོ་ཆོས་དུག་ལས་  
འབྲུང་བའི་ཆི་ལམ་གྱི་འབྲམས་གཙོད་མང་པོ་འདྲིའི་གདམས་ངག་ཏུ་མཛད་

པར་སྒྲུང་དོ།

གཉིས་པ་( མི་ལམ་འཛིན་པ་དངོས་)ལ་གཉིས།

མི་ལམ་གྱི་དགོ་སྒྲོར་གཙོ་བོར་གང་ལ་སྒྲུང་བ་དང་།   སྒྲུངས་ཐབས་  
གཞན་ཡང་བསྟན་པའོ། །

དང་པོ་(མི་ལམ་གྱི་དགོ་སྒྲོར་གཙོ་བོར་གང་ལ་སྒྲུང་བ།)ནི།

༩   སྒྲུང་སྟོབས་ཀྱིས་འཛིན་ཀུས་པ་ཡིན་ན་ལྷགས་མཐུན་གྱི་སྟོང་པ་  
བཞི་པ་ལས་ལྡང་བར་ཚུམ་པ་ན། ངས་གཉིད་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་ལས་མི་ལམ་ལོངས་  
སྒྲུར་ལྡང་བར་བྱའོ་སྟུང་དུ་བསམས་ལ། འོད་གསལ་གྱི་ངང་ནས་དྲོ་ཆེ་འཆང་  
ཡབ་ཡུམ་གྱི་སྐྱར་ཡུད་ཅམ་གྱིས་ལྡང་བར་བྱའོ། །མི་ལམ་མ་ཤར་བའི་  
གཉིད་ཀྱི་དགོ་སྒྲོར་གྱི་གཙོ་བོ་ནི། གཉིད་ཀྱི་འོད་གསལ་ཉིད་སྐྱོང་བ་ཡིན་པ་  
དེ་བཞིན་དུ། མི་ལམ་གྱི་དགོ་སྒྲོར་གྱི་གཙོ་བོ་ཡང་འོད་གསལ་གྱི་ངང་ནས་  
མི་ལམ་གྱི་སྐྱེ་ལས་དྲོ་ཆེ་འཆང་གི་སྐྱར་ལྡང་བ་དང་།   ལངས་ནས་སྐྱེ་མ་ལྟ་  
བུའི་སྐྱེ་ཉིང་དེ་འཛིན་སྒྲོམས་པ་སོགས་ཡིན་ཏེ། སད་དུས་སུ་སྒྲུང་ཐེམ་པ་  
ལས་བྱུང་བའི་སྟོང་པ་བཞི་སྒྲོམ་པ་དང་།   དེའི་མཐར་ལྟེན་སྐྱར་ལྡང་བའི་  
བདེན་གཉིས་དང་ཆེས་སུ་མཐུན་པའི་རྫོགས་རིམ་སྒྲོམ་པའི་ལམ།   ཆེས་  
ཆེར་བྱད་ཞུགས་པར་བྱ་བའི་དོན་དུ་གཉིད་དུས་སུ་སྟོང་པ་བཞི་དང་མི་ལམ་  
གྱི་སྐྱེ་ལས་སྒྲོམ་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་དོ། །



དེས་ན་སད་དུས་སྐྱུ་ཚུལ་དེ་གཉིས་ལན་དུ་མར་སྒྲོམ་པ་བཞིན་དུ།  
 གཉིད་དུས་སྐྱུ་ཡང་དང་པོར་གཉིད་ཀྱི་སྒྲོང་པ་བཞི་བསྒྲོམས་པའི་མཐར་མི་  
 ལམ་འཆར་བ་ན། མི་ལམ་ཀྱི་ལུས་སྐྱུ་མའི་སྒྲར་ལྷང་། སྒྲར་ཡང་གཉིད་ཀྱི་  
 འོད་གསལ་འཛིན་པའི་མན་ངག་བྱས་ནས་དེ་གཉིས་སྐྱེལ་མར་སྒྲོམ་པ་ཡིན་  
 བོ། །སད་དུས་ཀྱི་ཚུལ་གཉིས་བསྒྲོམས་པས་ཀྱང་གཉིད་དུས་ཀྱི་ཚུལ་གཉིས་  
 སྒྲོམ་པ་ཆེས་བྱད་ཞུགས་ཏེ། སན་ཚུན་དུ་རུས་པ་བྱད་པར་ཅན་འདེན་བ་  
 ཞེས་པར་བྱའོ། །མི་ལམ་འདུན་པའི་སྒྲོབས་ཀྱིས་འཛིན་དགོས་པས་ནི་སྒྲར་  
 ལྷང་བྱེད་མི་རུས་པས། ཐོག་མར་མི་ལམ་བེན་པར་བྱས་པའི་མཐུག་ཏུ་སྒྲིའི་  
 སྒྲར་ལྷང་བ་ལ་བསྐྱབ་བོ། །

གཉིས་པ་(སྒྲོངས་ཐབས་གཞན་ཡང་བསྟན་པ།)ནི།

སྐྱུ་མའི་རྣམ་ཐར་སྒྲོང་བ་ལ་གཉིས་ལས། འཛིག་རྟེན་པའི་རྣམ་ཐར་ལ་  
 སྒྲོང་བ་ནི། སྒྲར་མེད་པ་གསར་དུ་སྐྱུ་པ་དང་། སྒྲར་ཡོད་པ་རྣམ་པ་གཞན་  
 དུ་བསྐྱར་བའི་སྐྱུ་པ་སྐྱུ་རྣམས་ལ་སྒྲོབ་པ་དང་། མེ་དང་ཚུ་དང་གཡང་ལ་  
 མཆོང་བ་སོགས་བྱས་ནས་ཉམ་ང་བ་དང་། བག་ཆབ་མེད་པར་བྱེད་པ་དང་།  
 ལྷ་དང་མིའི་ཡུལ་ལ་སོགས་པའི་གནས་བཟུ་བའི་འཕེན་པ་བཏང་ནས་དེར་  
 འགྲོ་བ་དང་། རྣམ་མཁའ་ལ་འཕྱར་ནས་འགྲོ་བ་སོགས་སྒྲོལ་བའི་རྩལ་  
 སྒྲོང་བའོ། །འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་རྣམ་ཐར་ལ་སྒྲོང་བ་ནི་བདེ་བ་ཅན་

དང་། མདོན་དགའ་དང་། འོག་མིན་སོགས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་དག་པ་དང་།  
དེར་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་བཟླ་བ་དང་། མཆོད་པ་དང་།  
ཆོས་ཉན་པ་སོགས་ཀྱི་འཕེན་པ་བཏང་ནས་དེ་རྣམས་སྦྱབ་པའོ། །འདི་དང་  
གོང་མ་གཉིས་ཀར་ཕྱག་རྒྱ་མ་དང་མཉམ་པར་སྦྱར་ནས་དགའ་བ་བཞི་སྟེད་  
པ་སོགས་བྱེད་པར་ཡང་མན་ངག་ལས་འབྱུང་ངོ། །

འདི་རྣམས་ལ་རྒྱང་སྟོབས་ཀྱིས་མི་ལམ་བེན་པ་ཡིན་ན། །རྒྱང་ལེགས་  
པར་བྱང་བའི་གནད་ཀྱིས། འདུན་པ་གང་བཏང་པལ་མོ་ཆེ་འདོད་པ་བཞིན་བྱ་  
བར་སྦྱ་ལ། དེ་འདྲ་བའི་རྒྱས་པ་མ་ཐོབ་པས་ནི་གོམས་པ་མང་དུ་དགོས་སོ། །  
དེ་གཉིས་ཀས་དག་པའི་སྟོད་བཅུད་མཐོང་བ་སོགས་ནི་དེ་དག་དང་རྣམ་པ་  
འདྲ་བ་ཙམ་འགའ་ཞིག་ཤར་བར་བཟད་ཀྱི་དངོས་མཐོང་བ་སོགས་སུ་བཞག་  
པར་དགའོ། །ལྷང་སྟོན་ལ་ཡང་བྱི་མའི་ལྷང་སྟོན་འགའ་རེ་བདེན་པར་སྦྱང་  
ཡང་པལ་མོ་ཆེ་ངེས་པ་མེད་ལ། སྤྲ་མ་ཡིན་ན་མི་ལམ་ཀྱི་དགོ་སྦྱོར་ཀྱི་གནད་  
གཞན་འགའ་ཞིག་དང་། རྒྱང་བྱང་བའི་གནད་གཞན་འགའ་ཞིག་ལ་བརྟེན་  
ནས་མི་འབྱུང་བ་བྱ་བའི་ཐབས་ཤིག་ཡོད་པར་སྦྱང་ངོ། །

གསུམ་པ་(གཅིག་ཏུ་བྱེད་པའི་བསམ་གཏན།)ནི།

དེ་ལྟར་སྦྱངས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རང་བཞིན་མེད་པར་རྟགས་པའི་ལྟ་  
བའི་སྟངས་མི་ལམ་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སྒྲིམ་པ་ཅིག་དགོས་ལ། དེའི་ཚུལ་ནི་

མི་ལམ་གྱི་བུམ་པ་དང་སྒྲུལ་བུ་སོགས་དེ་དག་ཏུ་སྒྲུང་ཡང་། དེའི་ངོ་བོས་སྟོང་  
པར་རྫོགས་པ་ནི། མི་ལམ་ལ་མི་ལམ་དུ་ངོ་ཉེས་པ་ན་འབྱུང་ཡང་། དེ་ཙམ་  
གྱིས་མི་ལམ་གྱི་རང་བཞིན་མེད་པ་རྫོགས་པ་ནི་མིན་ཏེ། དཔེར་ན་སང་དུས་  
སྤུ་མེ་ལོང་ལ་ཤར་བ་བཞིན་དུ་སྒྲུང་བ་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པར་རྫོགས་ཀྱང་  
གཟུགས་བརྟན་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྫོགས་པ་མིན་པ་བཞིན་ནོ། །

དེས་ན་མི་ལམ་ལ་མི་ལམ་དུ་མ་ཉེས་པར་འབྱུང་བ་ནི། གྱིས་པ་ཆུང་  
དུས་བྱད་བཞིན་གྱི་གཟུགས་བརྟན་ལ་བྱད་བཞིན་དངོས་ཡིན་པ་དང་འཛིན་  
པ་དང་འདྲ། མི་ལམ་ལ་མི་ལམ་དུ་ཉེས་པ་ནི་ཀན་པོ་བརྟུ་ལ་བྱད་པས་བྱད་  
བཞིན་དུ་སྒྲུང་ཡང་བྱད་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པར་ཉེས་པ་དང་འདྲ། བྱད་བཞིན་  
གྱི་གཟུགས་བརྟན་བྱད་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ་དཔེར་བྱས་ནས་ཆོས་གཞན་  
རྣམས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་གྲུབ་པའི་རང་བཞིན་མེད་པར་  
ཉེས་པར་བྱེད་པ་བཞིན་དུ། མི་ལམ་ལ་མི་ལམ་དུ་ཉེས་པ་དེ་དཔེར་སྤངས་  
ནས། ཆོས་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་འདི་དང་འདྲ་བར་བདེན་པར་གྲུབ་པ་ཅུང་  
ཟད་ཀྱང་མེད་དོ་སྒྲུལ་དུ་ངེས་པར་བྱ་སྟེ། བདེན་འཛིན་གྱིས་ངེ་ལྟར་བཟུང་བ་  
ལེགས་པར་ཉེས་ནས། དེས་བཟུང་བ་ལྟར་མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་དག་  
རྣམས་ཉེས་དགོས་སོ། །དེ་ནི་མི་ལམ་ནའང་ཆོས་ཐམས་ཅད་མི་ལམ་ལྟ་  
བུར་བལྟ་བར་གསུངས་པའི་དོན་ཏེ། སྤྲགས་དང་མཚན་ཉིད་གཉིས་ཀའི་ཐུན་

མོང་བའོ། །འདིར་དེ་གཞིར་བཟུང་ནས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ནི་འོད་གསལ་  
དང་གཅིག་ཏུ་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་རང་རྗེ་རྗེ་འཆང་ཡབ་ཡུམ་དུ་གསལ་  
བར་བསྐྱོམས་ལ། དེ་ནས་རྗེས་གཞིག་གི་བསམ་གཏན་གྱིས་ཆི་ལམ་གྱི་  
སྣོད་བཅུད་གྱི་སྒྲིབ་བ་ཐམས་ཅད་སྤྱད་པ་དང་། རང་ཡང་འོད་གསལ་དུ་  
འཇུག་པ་འཆད་པ་སྟར་བྱས་ན། སད་དུས་གྱི་ཡིད་ངོའི་སྒྲིབ་བ་དང་ཆི་ལམ་  
གྱི་ཡིད་ངོའི་སྒྲིབ་བ་གཉིས་སྤྱི་མ་སྤྱད་པ་ཆེས་སྤྲོ་བ་དང་། དེའི་དུས་སུ་སྒྲིབ་  
ཞིན་ཏུ་རགས་པ་འགའ་ཞིག་ཀྱང་ཐིམ་ཡོད་པའི་གནད་གྱིས་སྤྲོ་བ་ཡང་སྒྲིབ་  
སྒྲིབ་ཁར་འདུ་ཞིང་ཆི་ལམ་གྱི་སྒྲིབ་བ་མི་འཆར་བར་གཉིད་དུ་འགྲོ་འོ། །དེའི་  
ཆེ་གཉིད་གྱི་སྒྲིབ་བ་རྣམས་ཅུང་ཟད་ངེས་ཀྱས་ལ། ལན་འགའ་བྱང་ལ་ངེས་  
མ་རྟུས་ནའང་། དེ་གོམས་པར་བྱས་པ་ན་རྣམ་པ་གསལ་པོར་གཉིད་གྱི་སྒྲིབ་  
བ་རྣམས་ངེས་ཀྱས་པ་ཅིག་འོང་ངོ། །དེའི་སྤྱད་རིམ་དང་སྒྲིབ་བ་རྣམས་རེ་  
བཟོན་བྱུང་ན། ཉིན་མོ་སྒྲིབ་ཁར་མི་ཞེགས་པ་སྒྲོམ་པ་སོགས་ལའང་བོགས་  
ཐོན་པར་འགྱུར་ཞིང་། མཆན་མའི་གཉིད་གྱི་སྒྲིབ་བ་རྣམས་གཉིད་དུ་ཐོག་  
མར་འགྲོ་བའི་མཆམས་ནས་མ་ཟེན་ཀྱང་། ཆི་ལམ་ཟེན་པའི་རྗེས་ནས་སྤྲོ་  
བཞིན་བྱས་པས་སྤྱད་པར་ཅན་ཟེན་པར་འགྱུར་ངོ། །དེའི་མཐར་འོད་གསལ་  
གྱི་ངང་ནས་ཆི་ལམ་གྱི་ལུས་སྒྲིབ་མའི་སྤྱོད་སྤྱང་བ་སྤྲོ་བ་འདད་པ་བཞིན་དུ་  
བྱའོ། །དེ་བཟོན་ནས་འདི་དང་སྤྲོ་མ་གཉིས་ཀ་ལ་ཆི་ལམ་གྱི་ལུས་སྒྲིབ་མའི་

སྐྱར་ལྔ་ལུགས་ཁྱད་པར་ཅན་ཅིག་སྐྱར་བ་དེ་སྒྲ་མས་ཞིབ་ཏུ་བསྟན་པར་བྱ་  
སྟེ། དེ་ནི་མི་ལམ་གྱི་གདམས་ངག་གི་ཡང་སྟོང་པོ་ཡིན་ལ་ཁྱད་པར་དུ་མི་  
ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་བར་དོ་སྐྱུ་མ་བེན་པའི་ཐབས་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་ཡིན་ནོ། །

དེས་ན་མི་ལམ་སྐྱར་གི་སྟོབས་ཀྱིས་མི་བེན་པས་ཀྱང་། འདུན་པའི་  
སྟོབས་ཀྱིས་བེན་པ་བརྟན་པ་དང་། སད་འབྲམས་ལེགས་པར་བཅད་དེ་མི་  
ལམ་རིང་དུ་འོང་བ་བྱ་རྒྱས་པའི་མཆམས་ནས། མི་ལམ་དང་འོད་གསལ་  
གཅིག་ཏུ་བྱེད་པའི་གདམས་ངག་འདིའི་གནད་ཤེས་ནས་གོམས་པར་བྱས་  
ན། ཉིན་པར་གྱི་སྐྱར་འདུ་བ་སྐྱར་དུ་འགོ་བའི་ཐབས་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པ་  
ཅིག་ཏུ་མཐོང་ངོ། །གཉིད་ཀྱི་སྟོད་ལ་གཉིད་ཆོས་སྐྱུ་དང་བསྐྱེ་བ་དང་། བར་དུ་  
མི་ལམ་ལོངས་སྐྱུ་དང་བསྐྱེ་བ་དང་ཐ་མར་སང་བ་སྐྱུ་ལ་སྐྱུ་དང་བསྐྱེ་བ་སྟེ།  
གཉིད་ཀྱི་སྒྲོར་གྱི་བསྐྱེ་བ་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་མང་པོ་ཞིག་ནི་རིམ་ལྔ་  
གསལ་སྒྲོན་དུ་བཤད་བེན་ལ། སྒྲ་མས་ཞིབ་ཏུ་བཤད་དགོས་པ་འགའ་ཞིག་  
ཀྱང་ཡོད་དོ།

གཉིས་པ་བར་དོ་སྐྱུ་མ་ལ་གསུམ།

བཟུང་བ་དང་། སྐྱར་བ་དང་། གཅིག་ཏུ་བྱེད་པའི་བསམ་གཏན་ནོ། །

དང་པོ་(བཟུང་བ།)ལ་གཉིས།

འཛིན་པ་པོའི་གང་ཟག་གི་དབྱེ་བ། དེ་རྣམས་ཀྱིས་ངེ་ལྟར་འཛིན་པའི་



ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་(འཛིན་པ་པོའི་གང་ཟག་གི་དབྱེ་བ།)ནི།

༥ བར་དོ་སྐྱུ་མ་འཛིན་པ་འདི་ལ་གང་ཟག་རྣམ་པ་གསུམ་ཡོད་དོ། །  
རབ་ནི་ཞལ་ལྷང་དང་སྦྱོད་བསྐྱུས་དང་སྦྱོན་གསལ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་  
འཆི་བའི་མཐར་བར་དོ་དེ་འོང་བའི་དོད་ལ་སྐྱུ་མའི་ལོངས་སྐྱ་བྱུ་བ་ནས། ཉེན་  
དེ་ལ་འཆང་རྒྱ་བ་གཅིག་སྟེ། འདི་ལ་བོད་ཀྱི་མཁས་པ་སྤྲུལ་རྣམས་ལེ་ལོ་  
ཅན་བར་དོར་འཆང་རྒྱ་བ་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་མཛད་དེ། ལེ་ལོ་མེད་ཀྱང་ཆེ་  
འདིར་སྦྱོད་པ་བྱེད་པའི་ཡོ་བྱད་མ་ཆང་བ་བར་དོར་འཆང་རྒྱ་བ་གཅིག་ཀྱང་  
ཡོད་པས། མིང་དེ་ནི་སྦྱོགས་གཅིག་གིས་བཏགས་པའོ། །འདི་ལ་ཆེ་འདིར་  
ལམ་གྱི་ཉོགས་པ་ཇི་ཅམ་ཞིག་ཐོབ་པ་དགོས་སྟུམ་ན། དེམ་པ་དང་པོ་སྤྲ་  
རགས་གཉིས་མཐར་སྐྱང་། དེ་ནས་ལྷས་དབེན་དང་ངག་དབེན་མཐར་སྦྱིན་  
ནས་སེམས་དབེན་ཐོབ་པ་ཅིག་དགོས་ཏེ། རྒྱས་པར་དེམ་ལྷ་གསལ་སྦྱོན་དུ་  
བཤད་ཅིན་ཏོ། །

གང་ཟག་འབྲིང་ནི་རྒྱང་རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཚུད་ནས་ཐིམ་པ་ལས་བྱང་བའི་སྟོང་པ་  
བཞི་སྦྱོད་པ་བྱེད་པ་ཅིག་ཡིན་ནོ། །འདི་ལ་ཡང་འོག་སྒྲིའི་སྤྲ་མོ་བསྒྲུམས་  
སྟོབས་ཀྱིས་དེ་རྒྱས་པ་ལྷས་དབེན་གྱི་སྐབས་ལྟ་བུ་དང་། ངག་དབེན་གྱི་  
སྐབས་ལྟར་སྟོང་ཁའི་རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཐིམ་སྟོབས་ཀྱིས་རྒྱས་པ་སོགས་མང་དུ་ཡོད་

ལ། དེ་ལྟར་རུས་པའི་སྟོང་ནས་གཉིད་ཀྱི་སྟོང་པ་དང་ལེགས་པར་བསྟེ་རུས་  
ན་ནི་ཤིན་ཏུ་བསྐྱགས་ཏེ། གཉིད་ཀྱི་སྟོང་པ་དང་བསྟེ་བ་ནི་རྒྱང་སྟོབས་ཀྱིས་  
འཆི་བའི་སྟོང་པ་དང་བསྟེ་བའི་ཆད་འཛིན་ལྟ་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལ་ནི་  
གཉིད་ཤིན་ཏུ་འཐུག་པའི་སྐབས་སུ་ཡང་དེའི་སྟོང་པ་དང་བསྟེ་རུས་ན་  
ལེགས་པར་མངོན་ནོ། །

ཐ་མ་ནི། དབང་རྫོགས་པར་ཐོབ་ཅིང་དམ་ཆོག་དང་སྟོམ་པ་བསྐྱུང་བ།  
རིམ་པ་དང་པོའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་བརྩོན་ཞིང་རྫོགས་པའི་རིམ་པ་སྟོམ་པ་ཞིག་  
གིས་འཆི་བའི་དུས་སུ་ས་རྒྱ་ལ་ཐིམ་པའི་རྟགས་ནས་འཆི་བའི་འོད་གསལ་  
དངོས་གཞི་འཆར་བའི་རིམ་པ་དང་། དེ་ལས་ལངས་པའི་དེ་མ་ཐག་ཏུ་བར་དོ་  
འགྲུབ་པའི་རིམ་པ་ལེགས་པར་ཤེས་ནས། ད་ལྟ་ཉིན་རེ་བཞིན་དེའི་གདམས་  
ངག་རྣམས་སྟོང་བ་ཡིན་ཏེ། འདི་ནི་མི་ལམ་འདུན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་འཛིན་པ་  
དང་འབྲས་ཏེ། འཆི་བའི་འོད་གསལ་རྒྱང་སྟོབས་ཀྱིས་མི་ཐེན་ཀྱང་། དེའི་  
གདམས་ངག་ལ་གོམས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་འཇུག་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་རྣམས་  
མིན་པའི་ཆེ་འདིར་སེམས་གནས་བརྟན་པོའི་གོམས་པ་ཤས་ཆེ་བས་ཀྱང་།  
འཆི་བ་ལ་ཉེ་བའི་ཆེ་ཏིང་ངེ་འཛིན་དེ་ཡིད་ལ་བྱས་ན། དེའི་རྒྱན་འབྱུང་བར་  
མངོན་ཏེ། ཆེ་འདིར་གང་གོམས་པ་བརྟན་ཆ་ཆེ་བའི་དགོ་བའི་སེམས་བྱན་ན།  
འཆི་སྲིད་ཀྱི་སྒྲ་ལོགས་བར་དུ་འཇུག་པར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོན་ཀྱང་

འདི་ནི་གཉིད་གྱི་འོད་གསལ་གྱི་སྐབས་སུ་བཤད་པ་ལྟར་ཉིང་དེ་འཛིན་ཐུན་  
མོང་བ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་(དེ་རྣམས་ཀྱིས་རི་ལྟར་འཛིན་པའི་ཚུལ།)ནི།

གང་ཟག་དང་པོས་ནི་ཆེ་འདིར་སྟོང་པ་བཞི་འདྲེན་པའི་གདམས་ངག་  
བསམ་གཏན་གཉིས་གང་རུང་གི་རྣལ་འབྱོར་བྱེད་ཅིང་། འཆི་བའི་འོད་  
གསལ་དོན་དམ་དང་བསྐྱེད་པ་དང་། དེ་ལས་ལངས་པའི་དེ་མ་ཐག་འོད་གསལ་  
གྱི་རྒྱུང་སེམས་ལས་གཞན་ལ་བར་དར་སྐྱེ་བའི་དོད་ལ་ལོངས་སྐྱེ་སྐྱེ་མའི་  
ལུས་སུ་ལྡང་བར་བྱའོ་སྟུང་པའི་འཕེན་པ་བཏང་ན། རི་ལྟར་འཕེན་པ་བཏང་  
བ་བཞིན་དུ་འབྱུང་བར་གསུངས་སོ། །གང་ཟག་འདིས་སྟོན་ལ་བར་དོ་རང་  
ཀ་བ་བྱུང་ནས་དེའི་ཉིན་ལ་ལམ་བསྐྱོམས་ནས་འཆང་རྒྱ་བ་མིན་གྱི་ལྟར་  
ལྟར་ཡིན་ལ། འཆི་བའི་འོད་གསལ་མངོན་དུ་བྱས་པ་ན། དོན་དམ་བདེན་པ་  
མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་མིན་པ་སོགས་ཀྱང་གཞན་དུ་རྒྱས་པར་བཤད་ཟིན་  
ཏོ། །དེ་ལྟར་ཉིང་བར་དོར་འཆང་རྒྱ་བའི་ཐ་སྙད་བྱེད་པ་མི་འགལ་ཏེ། རིམ་  
ལྡར་ཆེ་འདིར་བྱུང་བའི་སྐྱེ་ལུས་ལ་བར་དོར་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །

འདི་ལ་བར་དོའི་ཆེ་ཆད་ཞག་ཞེ་དགུ་སོགས་ཅི་བའི་དོན་མེད་དོ། །  
གང་ཟག་སྤྱི་མ་གཉིས་ཀྱིས་ནི་འཆི་བ་ལ་ཉི་བའི་སྟོན་རིག་པ་གསལ་བ་ན།  
ཟང་ཟིང་ཡོངས་སུ་བཟུང་བ་ཐམས་ཅད་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཞིང་གི་ཕྱོགས་སུ་

སྟོས་པ་མེད་པར་སྟོས་ལེངས་གྱིས་བཏང་ལ། ཅི་ལ་ཡང་མ་ཆགས་པར་བྱ།  
ཁས་སྦངས་པའི་སྟོམ་པ་དང་འགལ་བའི་ཉེས་ལྟར་རྣམས་ལ་བཞགས་བསྐྱམ་  
དང་། དམ་ཚིག་ཉམས་ཆགས་སོར་གཞུག་ལ། ད་ནི་ཤི་ནའང་ཤི་མོང་སྟམ་  
དུ་ཡིད་ལ་གཙགས་པ་མེད་པར་བྱ། འཆི་བ་དང་བར་དོའི་གདམས་ངག་  
གོམས་པ་རྣམས་ལ་དེ་གཉིས་དག་སྦྱོར་གྱི་གསལ་འདེབས་སུ་འགོ་བའི་  
ཚུལ་བྱ་བར་བྱས་ལ། འཆི་བ་ལ་བྱ་བ་བྱིམ་དུ་འགོ་བ་ལྟར་དགའ་བར་བྱ།  
དེ་ནས་རང་ལྟར་གསལ་འདེབས་པ་དང་། མདུན་དུ་སྦྱ་མ་དང་ཡི་དམ་གྱི་ལྟ་  
ཆོགས་བསྟོམས་ནས་མཆོད་དེ། འཆི་བ་འོད་གསལ་དང་བསྐྱེ་བྱས་པ་དང་།  
བར་དོ་སྦྱ་ལུས་དང་བསྐྱེ་བྱས་པའི་གསོལ་བ་བྲག་པོ་མང་དུ་གདབ་བོ། །དེ་  
ནས་གང་ཟག་གཉིས་པས་ནི་འཆི་བའི་དུས་སུ་འབྱུང་བའི་འཆི་ཉགས་མ་  
ཞལ་བའི་སྟོན་ནས་ཀྱང་། སྒར་བསྟོམ་པའི་སྟོང་ཁའི་མི་ཤིགས་པ་བསྟོམ་པ་  
དང་། རྫོང་བཟླས་སོགས་སྟོང་ཁར་གནད་དུ་བསྐྱུན་པའི་གདམས་ངག་རྣམས་  
ཡང་དང་ཡང་དུ་སྦྱངས་ལ་སྟོང་བ་བཞི་འདྲན་པ་དང་། དེའི་མཐར་ལྟ་སྦྱར་  
ལྟར་ལུགས་བྱུང་བར་ཅན་དང་གཉིད་གྱི་སྟོང་བ་རྣམས་འཛིན་པ་དང་། མི་  
ལམ་གྱི་ལུས་སྦྱ་ལུས་སུ་ལྟར་ལུགས་བྱུང་བར་ཅན་རྣམས་བྱ་ཞིང་། སྒར་  
བཞིན་འཕེན་པ་ཡང་དང་ཡང་དུ་བཏང་སྟེ། འདི་ནི་སྤྲ་མོ་ནས་ཀྱང་མང་དུ་  
སྦྱང་དགོས་སོ། །

དེ་ནས་འཆི་རྟགས་སོགས་བརྟག་པ་ནི་རྟགས་པ་ནི་ཤུ་འོད་གསལ་དུ་  
 འབྱུག་པའི་རྟགས་ནམས་ནི་ནམ་གཞག་གི་ནམ་བཤམ་དུ་བཤམ་པ་བཞིན་  
 ཞེས་པར་བྲ། མདོར་བསྡུས་པའི་རྟགས་ནི་ས་ཚུ་ལ་ཐེམ་པ་ནི་ཕྱི་རྟགས་  
 ལུས་བསྐྱལ་སྒྲོད་མི་རུས་ཤིང་། ཟུངས་མི་ཐུབ་པར་སྒྲོད་སྒྲོད་པོར་འགྲོ།  
 ལུས་ས་ལ་བྱིང་བ་སྒྲམ་བྱིང་ཅིང་། ང་ཐེན་ཐེར་བ་འབྱུང་། བྱང་རྟགས་ནི་སྒྲིག་  
 རྒྱ་ལྟ་བུའི་ཉམས་འབྱུང་། ཚུ་མེ་ལ་ཐེམ་པའི་ཕྱི་རྟགས་ནི། ཁ་སྒྲའི་མཚུ་སྒྲམ་  
 ཞིང་ལྷེ་ཐུང་དུ་འགྲོ། བྱང་རྟགས་ནི་དུ་བ་ལྟ་བུ་འབྱུང་། མེ་རྒྱང་ལ་ཐེམ་པའི་ཕྱི་  
 རྟགས་ནི། རྫོང་རྒྱང་དུ་འགྲོ་ཞིང་ལུས་ཀྱི་རྫོང་མཐའ་ནས་སྤྱད། བྱང་རྟགས་ནི་  
 སྒྲིན་བུ་མེ་ཁྱིར་ལྟ་བུ་འབྱུང་། ཀུན་རྟོག་གི་རྒྱང་སེམས་ལ་ཐེམ་པའི་ཕྱི་རྟགས་  
 ནི། དབུགས་ཕྱིར་རིང་དུ་རྒྱ་ཞིང་བྱང་དུ་སྤྱད་མི་ཞེས། ཟུང་བྱང་སྤྱད་ཀྱང་  
 རྒྱབ་ལ་ཐུང་བར་སྤྱད། བྱང་རྟགས་ནི་མར་མེ་རྒྱང་གིས་མ་སྒྲོད་པ་ལྟ་བུ་  
 འབྱུང་། དེ་ནས་སྒྲོང་པ་ཞེས་པ་སྤྱང་བ་དང་པོ་འཆར་ཏེ། བམ་མཁའ་སྒྲིན་  
 མེད་ལ་ཟླ་བའི་འོད་ཤར་བ་ལྟ་བུ་འབྱུང་། དེ་ནས་སྤྱང་བ་དེ་བསྡུས་པའི་རྗེས་  
 སུ་ཞེན་ཏུ་སྒྲོང་པ་ཞེས་པ་སྤྱང་བ་མཆེད་པ་འཆར་ཏེ། བམ་མཁའ་གཡའ་དག་  
 པ་ལ་ཉི་འོད་ཤར་བ་བཞིན་དུ་དམར་པོ་འམ་དམར་སེར་གྱི་སྤྱང་བ་འཆར། དེ་  
 ནས་སྤྱང་བ་དེ་ཡང་བསྡུས་པའི་རྗེས་སུ་སྒྲོང་པ་ཆེན་པོ་ཞེས་པ་སྤྱང་བ་ཉིར་  
 ཐོབ་འཆར་ཏེ། བམ་མཁའ་གཡའ་དག་པ་ལ་མཆོམས་ཀྱི་སྒྲག་གིས་བྱུང་བ་



བཞིན་དུ་ནག་ལམ་པ་འབྱུང་ཞིང་བློ་པ་ཡང་ཉམས་ནས་འགྲོ།

དེ་ནས་ནག་ཐེབ་གྱིས་སོང་བའི་བློ་མེད་དེ་སངས་པ་ན་ཐམས་ཅད་  
 ལྟོང་བ་ཞེས་པ་འཆར་ཏེ། རྣམ་མཁའི་ཁ་དོག་སྟོང་བྱེད་གྱི་ཆེན་གསུམ་དང་  
 བྲལ་བའི་ཐོ་རངས་གྱི་རྣམ་མཁའ་གཡའ་དག་ལྟ་བུ་ཅིག་འཆར་ཏེ་འཆི་བའི་  
 འོད་གསལ་དངོས་གཞིའོ། །འདི་ནི་སྤང་བ་གསུམ་རིམ་གྱིས་ཐེམ་ནས་སྤང་  
 རྣམས་སྟོང་ཁའི་མི་ཤེགས་པ་ལ་ཐེམ་པ་དང་། སྤྱི་བོའི་ཐེག་ལེ་དཀར་པོ་མར་  
 ལ་བབས། ལྟེ་བའི་དམར་པོ་ཡར་འོངས་ཏེ་སྟོང་ཁའི་ཐེག་ལེ་ལ་འདུས་པའི་  
 སྐབས་ཡིན་ནོ། །ཁམས་དུག་ལྡན་མིན་པའི་སེམས་ཅན་གཞན་འཆི་བ་ལ་  
 ཡང་། སྤང་བ་ཤད་པའི་འོད་གསལ་བྱེམ་པ་ཅིག་འཆར་མོད་ཀྱང་དོས་མི་ཟེན་  
 ནོ། །འབྱུང་བའི་ཐེམ་རྟགས་དེ་རྣམས་ནི་སྤང་ཆད་ནས་ཀྱང་འོང་བས་ལེགས་  
 པར་ཤེས་པར་བྱས་ལ། རྟགས་དང་པོ་བྱུང་བ་ནས། སྟོང་ཁའི་མི་ཤེགས་  
 པའམ། སྟོང་ཁའི་དྲོར་བཟླས་སམ། བསམ་གཏན་གཉིས་གང་རུང་གིས་སྤྱད་  
 པའི་རྣལ་འབྱོར་བྱ་ཞིང་། རྟགས་བཞི་ཤར་བ་ན་རྟགས་དེ་དང་དེ་ཡིན་ནོ་སྟུང་  
 དུ་ངེས་པར་བྱ་ཞིང་ལྟ་བ་བློ་པར་བྱ། ལྟག་མ་རྣམས་གྱི་འཆར་རིམ་རྣམས་  
 དག་སྟོར་དང་བསྐྱེད་བའི་འཕེན་པ་བཏང་། དེ་ནས་སྟོང་བ་དང་པོ་ཤར་བ་ན་  
 དོས་ཟེན་པར་བྱ་ཞིང་ལྟ་ཐོག་ཏུ་བཞག་སྟེ། ལྟོང་བ་གཉིས་པ་དང་ཉེར་ཐོབ་  
 བློ་བྱུང་བ་རྣམས་ལའང་དེ་ལྟར་བྱ། འོད་གསལ་ཤར་བ་ན་ལྟ་ཐོག་ཏུ་བཞག་

ལ་མཉམ་པར་འཛོག་ཅི་ཐུབ་བྱ། དེ་ནས་འོད་གསལ་ལས་ལྷང་བར་རྩོམ་པ་  
ན་སྒར་གྱི་གོམས་པ་དང་འཕེན་པའི་གནད་གིས་བར་དོ་ལོངས་སྒྱུར་ལྷང་  
བའི་ཐབས་བྱའོ། །

གང་ཟག་གསུམ་པས་ཀྱང་ལྷར་གསལ་བའི་ངང་ནས་སྒྲ་ཆད་ནས་  
ལྷགས་འབྱུང་དང་། ལྷགས་སྒྲོག་གི་འཆར་རིམ་རྣམས་ཡིད་ལ་བྱས་ལ།  
ཉགས་ཤར་བ་ན་སྒར་བཞིན་འཕེན་པ་བཏང་ལ་སྒྲིང་ཁའི་སྤྱད་རིམ་གོམས་  
པ་གལ་ཆེ་བ་ཅིག་གི་དམིགས་པ་སྤྱད་སྟེ། ལྷག་མ་ནི་སྒྲ་མ་བཞིན་དུ་བྱའོ། །  
བྱད་པར་དུ་སྤྱི་མ་འདིས་བསྐྱེ་བ་གཉིས་པོ་འདི་རྒྱས་པ་ལ། སྒྲ་མོ་ནས་ཆི་  
ལམ་དང་འོད་གསལ་གཅིག་ཏུ་བྱེད་པའི་བསམ་གཏན་དང་། ཆི་ལམ་གྱི་  
ལྷས་སྒྲ་མའི་སྒྱུར་ལྷང་ལྷགས་བྱད་པར་ཅན་ལ་འབད་པར་བྱའོ། །ཆི་ལམ་གྱི་  
ལྷས་སྒྲ་ལྷས་སྒྲ་ལྷང་བའི་སྒྲིང་ནས་རྒྱང་སྟོབས་དང་འདུན་པའི་སྟོབས་གིས་  
བར་དོ་ཟེན་པའི་ཆད་འཛིན་གཉིས་ཀྱང་ཤེས་པར་བྱའོ། །

### གཉིས་པ་(སྤྱང་བ་)ནི།

གང་ཟག་དང་པས་ནི་རིམ་པ་གསུམ་པའི་སྒྲ་ལྷས་འབྱུང་བ་ཡིན་པས་  
བསམ་གཏན་གཉིས་ཀྱི་སྤྱད་རིམ་གིས་འོད་གསལ་བསྒྲོམས་ཏེ་སྤྱིང་བ་ཡིན་  
ལ། དོན་གྱི་འོད་གསལ་མཛོན་དུ་འགྱུར་ཚུལ་དང་། དེའི་མཐར་ཟུང་འཇུག་  
འགྱུར་ཚུལ་སོགས་པལ་ཆེ་བ་ནི་གཞུང་ནས་འབྱུང་བ་དང་འདྲོ། །གང་ཟག་

སྤྱི་མ་གཉིས་ལ་ནི་བར་དོ་མཆན་ཉིད་པ་འགྲུབ་ལ། བར་དོ་ནི་གཟུགས་མེད་  
ཁམས་སྤྱི་སྤྱོད་མ་གཏོགས་པ་འདོད་གཟུགས་གཉིས་ཀར་སྤྱོད་བ་ལ་འོང་  
མོད་ཀྱང་། འདིར་ནི་འདོད་པར་སྤྱོད་བའི་དབང་དུ་བྱའོ། །དེ་ཡང་སྤྱོད་གནས་  
བཞི་ཀར་སྤྱོད་བ་ལ་འོང་བས་མངལ་སྤྱོད་ཀྱང་པའི་ཅིས་བྱར་མི་རུང་  
དོ། །འདི་ནི་འཆི་བའི་འོད་གསལ་གྱི་རྒྱ་སེམས་ལས་ཡན་ལག་དང་ཉིད་  
ལག་ཐམས་ཅད་དུས་གཅིག་ཏུ་འགྲུབ་སྟེ། འཆི་སྤྱིད་གྱི་འོད་གསལ་འགགས་  
པ་དང་། བར་དོ་འགྲུབ་པ་གཉིས་སྤང་མདའི་མཐོ་དམའ་བཞིན་འོང་དོ། །

དེ་ཡང་དབང་པོ་ཀུན་ཆང་བ། གང་དུ་སྤྱོད་འགྱུར་གྱི་ལུས་དབྱེ་བས་  
ཅན། ལས་གྱི་རྩ་འབྲུལ་གྱི་ཤུགས་དང་ལྡན་པ། སྤྱོད་གནས་མ་གཏོགས་པ་ལ་  
ཐོགས་པ་མེད་པ། བར་དོའི་ལུས་སྤངས་པ་དེའི་ཆེ་ཆད་ནི་རིང་མཐའ་ཞག་  
བདུན་ཡིན་ཞིང་ཚུན་ཆད་མ་ངེས་ལ། དེ་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་དུ་སྤྱོད་མ་བྱུང་ན་སྤྱོད་  
ཡང་བར་དོར་སྤྱོད་ནས་ཞག་བདུན་གྱི་ཚུལ་གྱིས་སྤྱོད་བའི་རྒྱུ་གྱི་ཆོགས་པ་  
མ་རྟེན་ན་ཞག་ཞེ་དགུ་བར་དུ་གནས་ལ་ད་ཚུན་ཆད་གྱིས་ངས་པར་སྤྱོད་བ་  
ལེན་པའོ། །བརྩམས་ཏེ་སྤྱོད་གནས་ལ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད། རྫོད་ཤེར་ལས་སྤྱོད་ན་བྱི་རོ་  
ལ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད། སྤོང་ལས་སྤྱོད་བ་དང་མངལ་ནས་སྤྱོད་བ་ཡིན་ན། བ་མ་ཉལ་པོ་  
བྱེད་པ་ལ་ཆགས་སྤང་སྤྱོད་སྟེ། མོར་སྤྱོད་ན་པ་ལ་ཆགས་མ་ལ་སྤང་། བར་སྤྱོད་ན་  
པ་ལ་སྤང་མ་ལ་ཆགས་པའི་ཞེ་སྤང་དང་། གཞན་རྣམས་ཀྱང་སྤྱོད་གནས་ལ་ཞེ་

སྒྲུང་སྒྲེས་པས་འཆི་རྒྱུ་བྱས་ནས་སྒྲེ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་གང་ཟག་གཉིས་  
 བས་ནི་བར་དོར་རང་སྒྱུ་མའི་སྒྱུ་རྗེས་མ་ཐུན་པར་བསྒྲེད་པ་དེ་ཉིད་བསམ་  
 གཏན་གཉིས་གང་རུང་གིས་འོད་གསལ་དུ་གཞུག་པ་དང་། དེའི་མཐར་སྒྱུ་  
 མའི་སྒྱུར་ལྡང་བ་སྟེ་ཚུལ་གཉིས་ཀྱིས་སྒྱུར་དོ། །གང་ཟག་གསུམ་པས་བར་དོ་  
 ཟེན་པ་ན། སྒྲོང་ཚུལ་ནི་གང་སྒྲུང་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པར་གཏན་ལ་  
 བབ་ལ་བསྒྲོམ་པ་དང་། སྒྲུང་བ་དེ་རྣམས་དོ་རྗེ་འཆང་གི་རྣམ་པར་འཆར་བ་ལ་  
 བསྐྱབ་ཅིང་། སྒྲེ་གནས་ལ་ཆགས་སྒྲུང་སྒྲེ་བའི་ཆེ་སྒྱུ་མ་ལྟ་བུར་གཏན་ལ་  
 དབབ་པ་དང་། དེ་ཡང་ཡི་དམ་གྱི་ལྟར་བསྒྲོམ་མོ། །

གསུམ་པ་(གཅིག་ཏུ་བྱེད་པའི་བསམ་གཏན།)ནི།

གང་ཟག་དེ་གཉིས་ཀྱིས་གཅིག་ཏུ་བྱེད་ཚུལ་ནི། དེ་ལྟར་སྒྱུངས་པའི་  
 མཐར་སྒྲགས་སྒྲོད་པའི་གནས་བྱུང་པར་ཅན་དུ་སྒྲེ་བའི་འཕེན་པ་མང་དུ་  
 བཏང་ནས། འཕོ་བའི་གདམས་ངག་གང་རུང་དང་གཅིག་ཏུ་བྱས་ཏེ་འཕོ་  
 བའམ། བར་དོ་འཆི་བའི་སྒྲོང་པ་རྣམས་ལ་བསྟེ་ཚུལ་སྒྲུར་ལྡང་དང་། དེའི་  
 མཐར་སྒྲུལ་པའི་སྒྱུར་ལྡང་བའི་འཕེན་པ་སྒྲུ་མ་བཞིན་བྱས་ལ་སྒྲེ་གནས་སུ་སྒྲེ་  
 བ་སྒྲུང་བར་བྱའོ། །འདི་ལ་ཡང་ཐོག་མར་འཆི་བ་ཆོས་སྒྱུ་དང་བསྟེ་བ་དང་།  
 དེ་ནས་བར་དུ་བར་དོ་འོངས་སྒྱུ་དང་བསྟེ་བ་དང་། མཐར་སྒྲེ་བ་སྒྲུལ་སྒྱུ་དང་  
 བསྟེ་བ་གསུམ་ཡོད་དེ། རྒྱས་པར་ནི་རིམ་ལྡན་གསལ་སྒྲོན་དུ་བཤད་ཟེན་ལ།

ཆེ་འདིར་ཡང་བསྐྱེ་བ་གསུམ་སྟེ་བསྐྱེ་ན་བསྐྱེ་བསྐྱོར་གསུམ་དང་། བྱེ་ན་བསྐྱེ་  
བསྐྱོར་དགའི་ཚུལ་རྣམས་ཀྱང་ལེགས་པར་ཤེས་པར་བྱའོ།

གཉིས་པ་དོན་དམ་འོད་གསལ་གྱི་རྫོགས་རིམ་ལ་གཉིས།

སྐྱུ་ལུས་དངོས་ལ་བརྟེན་ནས་དོན་གྱི་འོད་གསལ་གྱི་ཡེ་ཤེས་དངོས་  
སྐྱེད་ཚུལ་དང་། སྐྱུ་ལུས་རྗེས་མ་ཐུན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་དོན་གྱི་འོད་གསལ་  
རྗེས་མ་ཐུན་པ་བསྐྱོར་ཚུལ་ལོ། །

དང་པོ་ལ་(སྐྱུ་ལུས་དངོས་ལ་བརྟེན་ནས་དོན་གྱི་འོད་གསལ་གྱི་ཡེ་ཤེས་དངོས་སྐྱེད་ཚུལ།)གཉིས།

སྐྱུ་ལུས་དང་འོད་གསལ་གྱི་གོ་རིམ་ངེས་ཚུལ། དེ་ལ་འོད་གསལ་གྱི་  
གདམས་ངག་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་(སྐྱུ་ལུས་དང་འོད་གསལ་གྱི་གོ་རིམ་ངེས་ཚུལ།)ནི།

༩ སྐྱུ་ལུས་ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པ་སྟོན་དུ་མ་སྐྱེད་ན་འདིའི་འོད་གསལ་  
མངོན་དུ་བྱ་མི་རུས་པར་གསུངས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་སྟུང་ན། སྤྱིར་  
འཕགས་པ་ཡབ་སྐུ་གྱི་ལུགས་ཀྱིས། ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
ཀྱི་དོན་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་ནི་ཉན་རང་འཕགས་པ་དང་ཡང་ཐུན་མོང་བ་  
ཡིན་ན། སར་བྱིན་གྱི་ཐེག་པའི་ས་རབ་ཏུ་དགའ་བ་ཐོབ་པས་དོན་དམ་དེ་  
མངོན་སུམ་དུ་འགྱུར་བ་ལྟ་སྟོས་ཀྱང་ཅི་དགོས། སྐྱུ་ལུས་སྐྱབ་པ་ནི་སྤྱགས་  
སྒྲ་མེད་ཀྱི་བྱད་པར་གྱི་ཆོས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཡིན་པས། དོན་དམ་བདེན་



བའི་འོད་གསལ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་ཅམ་ཞིག་ལ་སྡོན་དུ་སྐྱུ་ལུས་སྐྱེད་  
 དགོས་པར་མི་འདོད་དོ། དེ་བཞིན་དུ་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས་པའི་བདེ་བས། དེ་ཁོ་ན་  
 ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་ཅམ་གྱི་ཡེ་ཤེས་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་དུ་འང་སྐྱུ་  
 ལུས་སྐྱེད་པ་མིན་གྱི་དོན་གྱི་འོད་གསལ་གྱི་ཡེ་ཤེས་གྱིས་ཤེས་སྟོང་བ་  
 ལ་རུས་པ་བྱུང་བར་ཅན་དུ་འགྱུར་བའི་དོན་དུ་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་སྐྱེའི་ཐུན་  
 མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱུའི་གཙོ་བོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དོ། །ལྷན་སྐྱེས་གྱི་བདེ་བས་  
 སྟོང་ཉིད་ཡུལ་དུ་བྱས་པ་ལ་ཡུལ་ཅན་གྱི་སྟོན་ས་ཤེས་སྐྱེད་སྟངས་ལ་རུས་  
 པ་བྱུང་བར་ཅན་དུ་སྐྱེ་བའི་སྟོན་གཅིག་ཀྱང་ཡོད་མོད་ཀྱང་། ཐེག་པ་གཞན་གྱི་  
 བསོད་ནམས་གྱི་ཆོགས་མཐའ་ཡས་པའི་དོད་ནི། རྟོགས་རིམ་གྱི་སྐབས་  
 འདིར་སྐྱུ་མའི་སྐྱུ་ཡིན་པས་དེ་གཉིས་སྐྱུ་ལ་ཤེས་པ་གནད་མཐར་ཐུག་པ་ཡིན་  
 བོ། །དེ་ལྟར་ན་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱེའི་རྒྱུའི་གཙོ་བོ་དེ་ཤེས་སྐྱེད་སྟོང་བ་ལ་རུས་  
 པ་བྱུང་བར་ཅན་དུ་འགྲོ་བའི་དོན་དུ་གཟུགས་སྐྱེའི་རྒྱ་སྐྱབ་པ་ནི་འདི་དང་  
 ལམ་གཞན་འདྲ་མོད་ཀྱང་སྐྱུ་གཉིས་གྱི་རྒྱུའི་གཙོ་བོ་གང་ལ་བྱེད་བྱུང་བར་  
 ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་རིམ་པ་གསུམ་པའི་སྐྱུ་མའི་སྐྱུ་སྐྱབ་པ་ནི།  
 དེ་ལ་སྐྱུ་འདྲིན་གྱི་དྲི་མ་གཅིག་ཡོད་པ་སྟོང་བ་ལ་འོད་གསལ་དུ་འབྱུག་པ་  
 མིན་གྱི། དོན་གྱི་འོད་གསལ་གྱི་ཡེ་ཤེས་ཤེས་སྟོང་བ་ལ་རུས་པ་མཐུ་  
 ཅན་དུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་དུ་སྐྱུ་ལུས་སྐྱབ་པ་ཡིན་ཏེ། རྒྱས་པར་ངོ་སྟོན་

དུ་བཤད་ཟིན་ཏོ།

གཉིས་(དེ་ལ་འོད་གསལ་གྱི་གདམས་ངག་བཤད་པ།)པ་ལ་གཉིས།

ཕྱི་ནང་གི་བྱང་ཆུབ་པ་གཉིས་བཤད་པ་དང་། དེ་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་  
ཐབས་བསམ་གཏན་གཉིས་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་(ཕྱི་ནང་གི་བྱང་ཆུབ་པ་གཉིས་བཤད་པ།)ནི།

སྐྱུ་ལུས་ཐོབ་པས་བསམ་གཏན་གཉིས་དང་སྦྱོད་པ་ལ་བསྐྱབས་པས་  
དོན་གྱི་འོད་གསལ་མངོན་དུ་འགྱུར་བ་ལ་ཉི་བར་སྐྱེབ་པའི་ཆོ། ཉི་མ་དམར་  
ཐག་ཆད་པ་ན་ཆོགས་གྱི་མཆོད་པ་དང་། ལེགས་པར་བསྐྱབས་པའི་ཕྱག་རྒྱ་  
ལུས་ནས་སྒྲ་མ་མཉེས་པར་བྱས་པས། སྒྲ་མས་མཆོན་བྱེད་ན་ལས་རྒྱ་ལ་  
བརྟེན་པའི་དབང་གསུམ་པའི་དངོས་དབང་བསྐྱར་ནས་འོད་གསལ་མཆོན་  
པར་བྱེད་དོ། །དེ་ནས་ཐོ་རངས་འོད་གསལ་སྒྲིམ་ཚུལ་གྱི་གདམས་ངག་ཕོག་  
པ་བསྒྲུམས་པས། གཉིས་སྒྲ་མོ་ཡང་དག་ནས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་དོན་བདེ་  
བ་ཆེན་པོའི་ཡེ་ཤེས་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་དོན་གྱི་འོད་གསལ་གྱི་ཡེ་  
ཤེས་མངོན་པར་བྱང་ཆུབ་པའི་རིམ་པ་འཐོབ་པོ། །དེ་ཉིད་ཕྱིའི་མངོན་པར་  
བྱང་ཆུབ་པར་འཛོག་པ་ནི། སྒྲ་བ་ཉིར་ཐོབ་མཆོན་པའི་དུས་ཉི་མ་དམར་  
ཐག་ཆད་པ་ནས་སྐྱག་འཕྱག་པོ་མ་སངས་ཚུན་གྱི་མཆོམས་དང་། སྒྲ་བ་  
མཆོན་པའི་དུས་སྐྱག་འཕྱག་པོ་སངས་ནས་ཐོ་རངས་ལ་མ་སྐྱེབ་པའི་བར་གྱི་

མཆན་མོ་གཉིས་འདས་ཤིང་། སྒྲང་བ་མཆེད་པ་མཆོན་པའི་དུས་ཉི་མ་ཤར་  
ནས་དམར་ཐག་མ་ཆད་ཀྱི་བར་དང་། ཉིན་མོས་མ་སྒྲེབ་པའི་བར་ཀྱི་ཕྱིའི་  
དུས་ཁྱད་པར་ཅན་ཐོ་རངས་ཀྱི་དུས་ལ་སྟོས་ནས་མངོན་དུ་འགྱུར་བས་ན་  
ཕྱིའི་མངོན་པར་བྱང་ཆུབ་པའོ། །

ཡང་དེ་ཉིད་ནང་གི་མངོན་པར་བྱང་ཆུབ་པར་འཛོག་པ་ནི། ལྷགས་  
མཐུན་ཀྱི་སྒྲང་བ་གསུམ་འདས་ཤིང་། ལྷགས་སྒྲོག་གི་ཉིར་ཐོབ་མ་ཤར་བའི་  
ནང་གི་དུས་དེར་མངོན་དུ་འགྱུར་དགོས་པས་ན་ནང་གི་མངོན་པར་བྱང་ཆུབ་  
པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། རིམ་ལྡེ་ལས། མཆན་མོ་སྒྲང་བའི་ཆ་སྟེ་གསལ་བ་ཉི་མའི་ཟེར་  
འགྱུད་སྒྲང་བ་མཆེད་པ་ཡིན། །མཆམས་ནི་སྒྲང་བ་ཐོབ་པ་རང་གི་རང་བཞིན་  
རྣམས་ཀྱིས་ལན་ཅིག་མིན་པར་འགྲོ། །མཆན་མིན་ཉིན་བར་མ་ཡིན་  
མཆམས་མིན་གང་ཞིག་རང་བཞིན་རྣམས་དང་རྣམ་བཤམ་བ། །དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་  
སྐད་ཅིག་ཡིན་པར་སྒྲ་མ་མཆོག་བཤམ་ཤིང་ལྟོར་བ་ཉིད་ཡུལ། །མཆམས་  
ཀྱི་མཐའ་ནི་འཛིག་མིན་ཐུན་ནག་ཆོགས་ནི་མ་ལུས་གང་དུ་འདས་པ་  
དང་། །རི་སྒྲིད་ཉི་མ་མ་ཤར་སྐད་ཅིག་འདིར་ནི་དེ་མེད་ཡང་དག་མཐའ་རུ་  
བཤམ། །སྒྲོབ་དཔོན་མཆོག་ནི་རབ་རིབ་བཤམ་བས་སྒྲོབ་མ་ལ་ནི་ཕྱི་རོལ་བྱང་  
ཆུབ་བསྟན། །ནང་གི་བདེ་བ་རྟོག་བཤམ་སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་སྐད་ཅིག་དག་  
གིས་ཐོབ་པར་འགྱུར། །ཞེས་ཕྱི་ནང་གི་བྱང་ཆུབ་པ་གཉིས་གསུངས་སོ། །

ཆག་འགྱུར་ལས། དེ་དག་རང་གི་རང་བཞིན་རྣམས་དང་ལན་ཅིག་མིན་པར་  
ལྟ། ཞེས་དང་། ལུན་པའི་མཐའ་ནི་རྣམ་པར་བད་ཅིང་མཆོམས་ཀྱི་གཟི་  
བརྗིད་མ་ལུས་གང་དུ་འདས་གྱུར་ཅིང་། །རི་སྤྱོད་ཉི་མ་མ་ཤར་སྐད་ཅིག་རི་  
མ་མེད་པ་འདི་ལ་ཡང་དག་མཐའ་ནི་བསྟན་ཞེས་འབྱུང་ངོ། །

སྤྱོད་བསྐྱུས་ལས་ཀྱང་མངོན་པར་བྱང་ཆུབ་པ་ལ་གཉིས་ལས་ཕྱི་  
མངོན་བྱང་ནི་ཐོ་རངས་ཀྱི་ལུན་མཆོམས་སུ་མ་རིག་པའི་སྤྱང་བ་འདས་ནས་  
རི་སྤྱོད་ཉི་མ་གསལ་བར་མ་གྱུར་བ་སྟེ། འདི་ལ་ནི་འོད་གསལ་ཐམས་ཅད་  
སྤྱང་བའོ་ཞེས་བཤད་པའི་དོན་ནི་རིམ་ལྔ་ལས། ཐོབ་པ་དང་སྤྱང་བའི་མཆོན་  
ཀྱི་དུས་གཉིས་འདས་ཤིང་ཉི་མ་མ་ཤར་བའི་བར་ལ་བཤད་པའི་ཐོ་རངས་  
སོ། ཉི་མ་ཤར་བ་ན་སྤྱང་བ་མཆེད་པ་དང་། ཉི་མ་རྒྱབ་པའི་མཆོམས་སུ་མ་  
རིག་པ་དང་། ལྷ་བ་ཤར་བའི་ཆེ་སྤྱང་བའོ་ཞེས་བཤད་ནས། རང་གི་མངོན་  
བྱང་སྟོན་པ་ན་དང་པོར་སྟེག་རྒྱ་ལྟ་བུ་ལ་འོད་ཟེར་ལྟ་བུའི་ཆོགས་དང་ལྟན་པར་  
མཐོང་ངོ། །གཉིས་པ་ནི་སྤྱང་བ་སྟེ་ལྷ་བའི་འོད་ཟེར་ལྟ་བུའོ། །གསུམ་པ་ནི་  
སྤྱང་བ་མཆེད་པ་སྤྱང་བའི་འོད་ཟེར་ལྟ་བུའོ། །བཞི་པ་ནི་སྤྱང་བ་ཐོབ་པ་སྟེ་  
ལུན་པ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ནས་ལུན་པ་དང་བྲལ་བའི་སྐད་ཅིག་ལ་འོད་གསལ་བ་སྟེ་  
ཤིན་ཏུ་གསལ་བ་ཉག་ཏུ་སྤྱང་བའི་མཆོན་ཉིད་ཅན་དོན་དམ་པའི་བདེན་པའི་  
རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མིག་གིས་མཐོང་བ་ཞེས་གསུངས་ཤིང་། ཅ

རྒྱུད་ལེ་འུ་བཙུ་ལྷ་པའི་འགྲེལ་པ་སྒྲོན་གསལ་ལས་སྤྱི་ནང་གི་དུས་གཉིས་  
གསལ་བར་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་(དེ་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་ཐབས་བསམ་གཏན་གཉིས་བཤད་པ།)ནི།

སྐྱུ་ལུས་ཐོབ་པས་དོན་གྱི་འོད་གསལ་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་ཐབས་སུ་  
སྦྱོད་པ་ཡང་བྱ་དགོས་མོད་ཀྱང་། འདིར་བསམ་གཏན་གཉིས་སྒྲོན་ལ་དེ་ནི་  
རིམ་ལྡེ་ལས། མན་ངག་ཐོབ་པའི་སྒྲོབ་མ་ཡིས། །དེ་ནས་རྣལ་འབྱོར་རྣམ་  
གཉིས་བསྐྱབ། །རིམ་པོར་འཇིན་པའི་རིམ་པ་དང་། །རི་བཞིན་རྗེས་སུ་གཞིག་  
པའོ། །མགོ་པོ་ནས་ནི་རྒྱང་བའི་བར། །རི་སྤྱིད་སྤྱིད་ཁར་སྤྱིན་གྱི་བར། །རྣལ་  
འབྱོར་ཡང་དག་མཐའ་ལ་འཇུག། །རིམ་པོར་འཇིན་པ་ཞེས་བཤད་དེ། །རྒྱ་བ་  
དང་ནི་མི་རྒྱ་ཉིད། །དང་པོར་འོད་གསལ་བར་བྱས་ཏེ། །སྤྱི་ནས་དེ་བཞིན་  
བདག་ཉིད་བྱེད། །རྗེས་སུ་གཞིག་པའི་རིམ་པ་ཡིན། །དབུགས་ཀྱི་རྒྱུད་ནི་མེ་  
ལོང་ལ། །རི་ལྷར་ཀུན་ཏུ་ཐིམ་འགྱུར་བ། །དེ་བཞིན་རྣལ་འབྱོར་ཡང་དག་  
མཐར། །ཡང་དང་ཡང་དུ་འཇུག་པར་བྱེད། །ཅེས་གསུངས་སོ། །

སྦྱོད་བསྐྱུས་ལས་ཀྱང་། ལུ་བོའམ་ལྷེང་ཀའི་རྒྱ་ནི་དེ་མེད་དག་ལ་གོང་  
བྱ་གནས་པ་ལྟར། །དེ་བཞིན་དེ་ལ་རིམ་གྱིས་རྗེས་སུ་འཇིག་པར་བྱེད་པར་  
རྣལ་འབྱོར་པས་ནི་ཏྲ་ཏུ་བསམ། །མེ་ལོང་ལ་ནི་རྒྱུད་དག་རིམ་གྱིས་བྱེད་  
པར་བྱེད་པ་བཞིན་དུ་འང་བལྟ་བྱ་སྟེ། །རིམ་པོར་འཇིན་པ་ལའང་བྱ་བའི་རིམ་



བ་འདི་ནི་དེ་བཞིན་ཡང་དག་བཟླ། །ཅེས་གསུངས་སོ། །དེ་ལ་རིམ་འཛིན་ནི་  
 རང་གི་མགོ་བོ་ནས་མར་སྐྱད་པ་དང་།      རྒྱུད་པའི་མཐའ་  
 གཉིས་ཀ་སྟོང་ཁ་ཡིན་པ་ནི་སྟོང་ཁར་སྐྱེན་གྱི་བར་ཞེས་པའོ། །ནག་པོ་བས་  
 མགོ་བོ་ནས་རྒྱུད་པའི་བར་རྣམས་སྟོང་ཁའི་ས་བོན་དང་། དེ་ཐེག་ལེ་དང་། དེ་  
 སྟོང་བར་སྐྱད་པ་ལ་བཤད་དོ། །དེ་ལྟར་སྟོང་ཁར་བསྐྱུས་ནས་རྣལ་འབྱོར་པ་  
 ཡང་དག་པའི་མཐའ་འོད་གསལ་དུ་འཇུག་གོ། །དེའི་དཔེ་ནི་དབྱུགས་ཀྱི་ཞེས་  
 བ་བཞིས་སྟོན་ཏེ།      མེ་ལོང་ལ་ཉམ་བཟླ་བའི་ཁ་རྒྱངས་དེ་མཐའ་ཀྱན་ནས་  
 དེའི་དབྱུགས་སུ་འདུ་བ་ལྟར།      རང་གི་ལུས་ཀྱི་སྟོང་འོག་དང་རྒྱབ་མདུན་དང་  
 གཡས་གཡོན་ཀྱན་ནས་སྟོང་ཁའི་དབྱུགས་སུ་སྐྱད་པའོ། །རྗེས་གཞིག་ནི་དང་  
 བོར་སྟོང་བཟུང་འོད་གསལ་དུ་བསྐྱུས་པ་དེའི་རྗེས་སུ་རང་ཉིད་འོད་གསལ་  
 དུ་སྐྱད་པའོ། །བདག་ཉིད་དེ་བཞིན་ཞེས་པ་ནི་ནག་པོ་བས་རིམ་འཛིན་བཞིན་  
 དུ་བྱེད་པར་བཤད་པ་ལེགས་སོ། །ཡང་དང་ཡང་དུ་ཞེས་པ་ནི་དེ་གཉིས་ལན་  
 དུ་མར་དགོས་པའི་དོན་ནོ། །རྗེས་གཞིག་གི་དཔེ་ནི་སྟོང་ཀའི་ཆུ་ལ་ཁ་བའི་  
 གོང་བྱ་གནས་པ་དེ་རིམ་གྱིས་ཞུ་བའོ། །འདི་ལ་ཆགས་འགྱུར་ལས། ཐེགས་  
 བ་ཞེས་འབྱུང་ཡང་འགྱུར་རྟོང་བའོ། །རང་གི་སྤང་བོ་རིམ་གྱིས་འཛིག་པ་  
 གཉིས་ཀ་ལ་ཡོད་ཀྱང་།      སྟོན་དུ་སྟོང་བཟུང་གཞན་བསྐྱུས་པ་ཡོད་མེད་ཀྱི་  
 བྱེད་པར་ཅམ་མོ། །རྗེས་གཞིག་གི་སྒྲ་དོན་ནི་བཤད་པ་ལྟར་ཡིན་ལ། རིམ་པོ་

ནི་རང་གི་ལུས་དང་དེ་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱིས་འཇིན་པ་ནི་རིལ་འཇིན་གྱི་དོན་དུ་ཨ་  
བྱུས་བཤད་དེ། ལུས་འོད་གསལ་དུ་བརྟུག་སྟེ་འཇིན་པ་འོ། །བསམ་གཏན་  
གཉིས་ཀྱིས་སྤྱད་པའི་གནས་མཐར་ཐུག་པ་སྟོང་ཁར་བྱས་ནས་དོན་གྱི་འོད་  
གསལ་མངོན་དུ་བྱེད་པ་འདི་ནི་འཕགས་པ་ཡབ་སྐུ་གྱི་བཞེད་པ་འོ། །

སྤྱད་རིམ་གྱི་དམིགས་པ་འདི་ལ་དངོས་སུ་རྒྱུད་སྤྱད་པ་གསལ་བར་མ་  
བཤད་ཀྱང་། དམིགས་པ་དེ་བྱས་ན་དོན་ལ་རྒྱུད་གི་སྤྱད་རིམ་སྒྲ་ན་མེད་པར་  
འགོ་ཚུལ་ནི། རག་དབེན་གྱི་སྐབས་སུ་སྟོག་ཅོལ་སྟོམ་པ་གསུམ་ག་སྟོང་  
ཁར་རྒྱུད་དང་བྱང་སེམས་བསྐྱས་ནས་སྟོད་པ་བཞི་འདྲེན་པའི་ཐབས་ཡིན་  
པས་ཤེས་དགོས་ཤིང་། དེ་ལ་གོམས་པའི་མཐུས་སྐབས་འདིར་དམིགས་  
པའི་སྤྱད་རིམ་གྱིས་ཀྱང་རྒྱུད་དང་བྱང་སེམས་སྟོང་ཁར་བསྐྱས་ནས་འོད་  
གསལ་དུ་འཇུག་པར་བྱེད་པས། སྐྱེ་ལུས་པས་འོད་གསལ་དུ་འཇུག་པའི་  
ཐབས་སྟོམ་པ་ལ་བསམ་གཏན་གཉིས་གསུངས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི་དེ་ཡིན་  
ནོ། །དེར་མ་ཟད་ཕྱི་འུག་རྒྱ་དང་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་དགོས་པར་ཡང་ཡེ་  
ཤེས་དོན་རྗེ་ཀུན་ལས་བརྟུས་ལས་གསུངས་ཏེ། དེའི་བྱེད་ལས་ཀྱང་དེ་དང་  
འདྲའོ། །བསམ་གཏན་གཉིས་ཀྱིས་སྐྱེ་ལུས་འོད་གསལ་དུ་འཇུག་པར་  
གསུངས་པ་ཡང་། རྒྱུད་སེམས་སྟོང་ཁར་བསྐྱས་ཏེ་སྟོང་པ་བཞི་ཡང་དང་ཡང་  
དུ་བསྐྱེད་དེ་གོམས་པར་བྱས་པ་ལས། དོན་གྱི་འོད་གསལ་མངོན་དུ་གྱུར་

པའི་ཆོ། སྐྱུ་ལུས་ཀྱང་དག་ནས་འགྲོ་བའི་དོན་ནོ། །སྐྱུ་ལུས་པས་བསམ་  
གཏན་གཉིས་སྒྲོམ་པ་ལ། དོ་རྩེ་གསུམ་གྱི་སེམས་དཔའ་སུམ་ཅེག་སྒྲོམ་པ་ཅ་  
རྒྱུད་ལེའུ་བཅུ་གཅིག་པ་དང་། དེའི་འགྲེལ་བ་སྒྲོན་གསལ་ལས་གསུངས་པ་  
བཞིན་མཛད་པ་ནི། རྒྱུད་འགྲེལ་ན་བཞུགས་པ་མན་ངག་ཏུ་ཐོན་པ་ཡིན་པས་  
ཞིན་ཏུ་ལེགས་སོ། །

དེའི་ཚུལ་ནི་དང་པོར་རང་གི་ལུས་དང་སེམས་ཅན་གྱི་ལུས་གཉིས་  
དང་། རང་གི་ངག་དང་སེམས་ཅན་གྱི་ངག་གཉིས་དང་། རང་གི་ཡིད་དང་  
སེམས་ཅན་གྱི་ཡིད་གཉིས་དབྱེར་མེད་དུ་མོས་པར་བྱ། དེའི་འོག་ཏུ་རིམ་བ་  
བཞིན་དབྱེར་མེད་དུ་བྱས་པ་གསུམ་པོ་རྣམ་སྤྱང་དང་འོད་དཔག་མེད་དང་མི་  
བསྐྱོད་པར་སྒྲོམ་པ་ནི་དམ་ཆོག་སེམས་དཔའོ། །དེ་ལྟར་བསྒྲོམས་པ་གསུམ་  
གྱི་ཐུགས་ཀ་གསུམ་དུ་རིམ་བ་བཞིན་ཨོ་དང་། ཨྱུང་དང་རྩྱུ་གསུམ་སྒྲོམ་པ་ནི་  
ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའོ། །ཡི་གེ་གསུམ་ལ་རང་གི་སེམས་ཐེག་ལེར་གྱུར་པ་  
འཛོག་པ་ནི་ཉིང་རེ་འཛིན་སེམས་དཔར་སྒྲོན་གསལ་ལས་གསུངས་པའི་དོན་  
ནི། ཡི་གེ་གསུམ་གྱི་ཐེག་ལེའི་ནང་དུ་ཨ་ཐུང་འཛོག་པར་སྒྲ་མ་མཁས་པ་  
གོང་མ་རྣམས་བཞེད་དོ། །དེ་ལྟར་སེམས་དཔའ་སུམ་ཅེག་བསྒྲོམས་ནས་  
རིལ་འཛིན་སྒྲོམ་ཚུལ་ནི། ཐུགས་ཀའི་ས་བོན་གང་ཡིན་ལས་འོད་ཟེར་སྒྲོས་  
པས་དམ་ཆོག་སེམས་དཔའི་མགོ་བོ་ནས་ཡས་རིམ་དང་། ཀྱང་མཐེལ་ནས་

མས་རིམ་གྱིས་སྟོང་ཁའི་ཡེ་ཤེས་སེམས་དབང་ལ་བསྟུ། ཡེ་ཤེས་སེམས་  
དབང་རྣམས་ཀྱང་རིམ་གྱིས་ཉིང་ངེ་འཇིན་སེམས་དབང་མི་ཤེགས་པའི་ཐིག་  
ལེ་ཨ་ཐུང་ལ་བསྟུ་ཞིང་། དེ་ཡང་འོད་གསལ་དུ་བསྟུས་པ་ལ་སེམས་གཡོ་  
མེད་དུ་འཇིན་པ་སྟེ། སྟུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་རིམ་འཇིན་གསུམ་མོ། །

རྗེས་གཞིག་སྒོམ་ཚུལ་ནི་རང་གི་སྟོང་ཁའི་ས་བོན་ལས་སྟོས་པའི་  
འོད་ཟེར་གྱིས་ཐོག་མར་རང་མ་གཏོགས་པའི་སྟོང་བཅུད་ཐམས་ཅད་འོད་དུ་  
བཞུས་པའི་འོད་ཐུང་རིམ་གྱིས་རང་ལ་གཞུག། །དེའི་རྗེས་སུ་རིམ་འཇིན་ལྟར་  
བྱེད་པའོ། །སྟེར་ཨོ་ཡིག་སྟེ་བོ་དང་། ཨྵེ་ ཡིག་མགྱེན་པར་སྒོམ་པ་ཡིན་  
ཀྱང་། འདིར་ནི་ཡི་གེ་གསུམ་ག་སྟོང་ཁར་སྒོམ་པར་གསུངས་པའི་རྒྱ་མཚན་  
ནི། འོད་གསལ་འཆར་བའི་ཐབས་ཀྱི་སྟུང་གནས་མཐར་ཐུག་པ་ནི་སྟོང་ཁ་  
ཡིན་པའི་གནད་ཀྱིས་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་མང་དུ་བསྒོམས་པས་རང་གི་སེམས་  
འགོག་པའི་དོ་རྗེ་འོད་གསལ་དུ་འབྱུག་པའི་ཏྲགས་དང་པོར་སྟེག་རྒྱ་ལྟ་བུ་  
དང་། དེ་ནས་དུ་བ་ལྟ་བུ་དང་། དེ་ནས་མཁའ་སྒྲང་སྟེ་མེ་ཁྲིར་ལྟ་བུ་དང་། དེ་  
ནས་མར་མེ་ལྟར་འབར་བ་བཞི་འབྱུང་སྟེ། རིམ་པ་བཞིན་དུ་ས་ཚུལ་དང་། ཚུ་  
མེ་ལ་དང་། མེ་རྒྱང་ལ་དང་། རྒྱང་རྣམ་ཤེས་གསུམ་གྱི་དང་པོ་སྒྲང་བ་ལ་ཐིམ་  
པ་ལས་འབྱུང་ངོ། །དེ་ནས་སྒྲར་བ་འད་པ་ལྟར་སྒྲང་མཆེད་ཐོབ་གསུམ་སྒྲ་མ་  
བྱི་མ་ལ་ཐིམ་པའི་ཉམས་འཆར་ངོ། །དེ་ནས་ཉེར་ཐོབ་འོད་གསལ་དུ་ཐིམ་པ་

ན་སྟོན་གྱི་ནམ་མཁའ་སྟོན་མེད་ལ་སྟོང་བྱེད་གྱི་སྟོན་གསུམ་དང་བྲལ་བ་ཐོ་  
རངས་གྱི་དུས་གྱི་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ་གཅིག་འབྱུང་ངོ། །གཉིས་སྒྲུང་སྤྱོད་མོ་མ་  
དག་པས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གྱི་དོན་མངོན་སུམ་དུ་མ་གྱུར་ཚུན་ཆད་དཔེའི་འོད་  
གསལ་གྱི་དུས་སུ། སྒྲུང་བཤད་པའི་ནམ་མཁའི་ཁ་དོག་འདྲ་བ་འཆར་ཡང་།  
མངོན་སུམ་དུ་གྱུར་པའི་ཡེ་ཤེས་གྱི་ངོར་ནི་ཁ་དོག་གི་ནམ་པ་མི་འཆར་གྱི།  
སྟོས་ཆོགས་གྱི་གཡའ་དག་པ་ལ་དེ་སྒྲུང་བཤད་གསུམ་པ་ཅམ་སྟེ། འདི་ནམས་  
ཀྱང་རྒྱས་པར་རིམ་ལྔ་གསལ་སྟོན་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་( ལྷ་ལུས་རྗེས་མ་ཐུན་པ་ལ་བཞེན་ནས་དོན་གྱི་འོད་གསལ་རྗེས་མ་ཐུན་པ་བསྟོམ་ཚུལ། )ནི།

དེ་སྒྲུང་རིགས་གསུམ་གྱི་སེམས་དཔའ་སུམ་ཅེག་བསྟོམས་ནས་  
བསམ་གཏན་གཉིས་གྱི་འོད་གསལ་དུ་འཇུག་པའི་རིམ་པ་བསྟོམ་པ་འདི་ནི་  
སྐབས་འདི་ཁོ་ནར་མ་བཟད་སྤྱོད་མོ་སོགས་བསྟོམས་པའི་སྟོབས་གྱིས་རྒྱུར་རྒྱུ་  
ཏྲིར་བསྐྱུས་ནས་ཐེམ་པར་བྱས་པ་ལས་བྱུང་བའི་སྟོང་པ་བཞི་འདྲེན་རྒྱས་  
ཤིང་། སད་པའི་དུས་དང་མི་ལམ་གྱི་དུས་སུ་ལྷ་ལུས་རྗེས་མ་ཐུན་པ་སྐྱབ་  
རྒྱས་པའི་མཆོམས་ནས་ཀྱང་བསྟོམ་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་སྦྱིར་སྟོང་པ་བཞི་  
ཀའི་དུས་སུ་ལྷ་བ་བྲན་པར་བྱས་ནས་བདེ་སྟོང་སྦྱར་ཏེ་བསྟོམ་ལ། བྱུང་བར་  
དུ་སྟོང་པ་བཞི་པ་འོད་གསལ་གྱི་དུས་སུ་ལུན་ཅི་རིང་གི་ཐབས་བྱས་ལ། ལྷ་  
བ་ལུ་ཐག་བཅད་པའི་དོན་བྲན་པར་བྱས་ནས་བདེ་སྟོང་སྦྱོར་བའི་ཉིང་དེ་



འཇིན་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་བྱིལ་ཏེ་བསྒྲོམ་པར་བྱའོ། །དེའི་དུས་སུ་ཡང་སྒར་  
བཤའ་བ་ལྟར་གྱི་རྟགས་བཞི་ཤར་ནས་སྟོང་བ་བཞིའི་རིམ་གྱིས་འོད་གསལ་  
དུ་འཇུག་པ་འོང་ངོ།།

གསུམ་པ་དབྱེར་མེད་བྱང་འཇུག་གི་རྫོགས་རིམ་ནི།

༥ སྒར་བཤའ་བ་ལྟར་ཐོ་རངས་འོད་གསལ་བསྒྲོམ་པ་དང་། དེ་ལས་  
བྱང་འཇུག་སྐྱབ་པའི་ཚུལ་གྱི་གདམས་ངག་ཕོག་ནས་བསྒྲོམས་པས་དོན་གྱི་  
འོད་གསལ་སྟོན་དུ་བྱས་པའི་འཇུག་ཐོགས་སུ་སྟོབ་པའི་བྱང་འཇུག་འགྲུབ་  
པོ། །དེའི་འགྲུབ་ཚུལ་ནི་འོད་གསལ་ལས་ལྷགས་སྒྲོག་གི་རིམ་པས་ཉེར་ཐོབ་  
དང་། དེ་ལས་ཉི་འོད་ཆ་བ་ལྟ་བུའི་མཆེད་པ་དང་། དེ་ལས་སྒྲུ་འོད་བསིལ་བ་  
ལྟ་བུའི་སྒྲུང་བ་ནམས་འབྱུང་ངོ། །སྒར་ལྷགས་མཐུན་གྱི་དུས་སུ་སྟོང་བ་བཞི་  
སྒམ་སྒྱིམ་ལ་ཐིམ་ནས་མཐར་འོད་གསལ་དུ་གཅིག་ཏུ་སོང་བའི་འོད་གསལ་  
གྱི་ཡེ་ཤེས་དང་དེའི་བཞོན་པའི་རྒྱང་ཁམས་སྤ་བ་དང་ལྟན་ཅིག་པ་ལས་  
སྐྱབས་པ། གྱིབ་མ་དང་འདྲ་བར་བཅད་དུ་མེད་པ་དང་། གཞིག་ཏུ་མེད་པའི་རྫོ་  
རྗེའི་སྐུ་འཕོ་བ་མེད་ཅིང་ཟག་པ་མེད་པ་ཉོན་མོངས་པའི་ས་བོན་ཐམས་ཅད་  
ལས་གྲོལ་བ་ཚུ་ལས་ཉ་སྒྲུང་བའམ། གཉིད་ལོག་པ་ལས་སད་པ་བཞིན་དུ་  
བཞེངས་པའི་སྐུ་ནི་བྱང་འཇུག་གི་སྐུ་འོ། །

དེ་ནི་འོད་གསལ་གྱི་མཇུག་ཐོགས་ཉེར་ཐོབ་གྲུབ་པ་དང་མཉམ་དུ་

འགྲུབ་སྟེ། ཞི་བའི་འོད་གསལ་ལས་ལྷགས་སྒྲིག་ཏུ་ལངས་པའི་ཉེར་ཐོབ་  
གྲུབ་པ་ན་བར་དོ་འགྲུབ་པ་བཞིན་ནོ། །འདིར་རིམ་ལྔ་ལས། འཁོར་བ་དང་ནི་  
ཟུང་ན་འདས། རྟོག་པ་གཉིས་པོ་སྤངས་པས་ན། །གང་དུ་དངོས་པོ་གཅིག་  
གྱུར་པ། །ཟུང་དུ་འཇུག་ཅེས་དེ་ལ་བཤད། །ཅེས་པ་ནས། གཟུགས་ཅན་དང་  
ནི་གཟུགས་མེད་ཅེས། རྟོག་པ་གཉིས་པོ་སྤངས་པས་ནི། །གང་ཞིག་ཞི་  
རྟོགས་ནས་འགྱུར་དབང་། །དེ་ནི་ཟུང་འཇུག་ཐོབ་པའོ། །ཞེས་པའི་བར་གྱིས་  
ཟུང་འཇུག་ཉེར་གསུམ་གསུངས་སོ། །

དེ་ལ་ཟུང་འཇུག་གི་སྐད་དོད་ཡུག་ན་དུའི་ཡུ་ག་ནི་ཟུང་། བ་དུ་ནི་  
གཉིས་མ་ཡིན་པ་སྟེ་གཉིས་གཉིས་མ་ཡིན་པར་གྱུར་བ་ཡིན་ལ། དེའི་དོན་ལ་  
གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི་འཁོར་འདས་ལ་སོགས་པའི་གཉིས་ཆོས་རྣམས་ལ་  
གཉིས་སུ་འབྱེད་པའི་བདེན་འཛིན་གྱི་ཀུན་རྟོག་སྤར་བཤད་པའི་སྤྲུགས་གྱི་  
ལམ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་འོད་གསལ་བདེ་བ་ཆེན་པོའི་ཡེ་ཤེས་ལ་བརྟེན་  
ནས་སྤངས་པས། རྟོག་པ་དེས་མི་བྱེད་པའི་གཉིས་མེད་དུ་སོང་བའི་དོ་རྗེའི་  
སྐྱེ་ཐོབ་པའི་ཟུང་འཇུག་དང་། གཉིས་པ་ནི་ལུས་སྐྱེ་མའི་སྐྱར་སོང་བ་དང་།  
སེམས་དོན་གྱི་འོད་གསལ་གྱི་ཡེ་ཤེས་གྱི་ངོ་བོར་སོང་བ་གཉིས་རེས་  
འཛོག་ཏུ་མ་སོང་བར་དུས་གཅིག་ཏུ་ཐུགས་དང་སྐྱར་ཆོགས་པའི་ཟུང་  
འཇུག་གོ། །སྤྱི་མ་ནི་རིམ་ལྔ་ལས། དེ་ཉིད་ཤེས་པས་རིམ་པ་བཞིན། །རང་

བྱིན་བརྒྱབས་དང་འོད་གསལ་ཤེས། །དེ་དག་ཁོ་ན་འདུས་པ་གང་། །འདི་ནི་  
 ཟུང་འཇུག་རིམ་པའོ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ་དེའི་དང་པོ་ནི་དོན་གྱི་འོད་གསལ་  
 གྱི་དེ་མ་ཐག་ཏུ་འབྱུང་ལ། གཉིས་པ་ནི་ཟུང་འཇུག་ཐོག་མར་ཐོབ་པ་དེས། ད་  
 གཞོད་སྒྲར་ཡང་དོན་གྱི་འོད་གསལ་དུ་ཞུགས་པ་ན་འཐོབ་པོ། །སློབ་པའི་  
 ཟུང་འཇུག་ཐོབ་པའི་ཆེ་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས་པར་སྐྱོད་བསྐྱས་  
 ལས་བཤའ་ལ། བདག་གཉིས་སུ་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་ཐམས་ཅད་ཉོན་  
 མོངས་སུ་འཛོག་པ་ནི་འཕགས་པ་ཡབ་སྐུས་ཀྱི་ལུགས་ཏེ། གཞན་དུ་རྒྱས་  
 བར་བཤའ་བྱེད་ཏོ། །

རིམ་ལྔ་ལས། ཟུང་འཇུག་གོ་འཕངས་ལ་གནས་པའི། །སློབ་བཞིན་པ་  
 ཡི་རྣལ་འབྱོར་ཆེ། །ཟུང་དུ་འཇུག་པ་བསྒྲུལ་སྐྱར་བས། །སྐྱོད་པའང་དེ་  
 དང་གཉིས་སུ་མེད། །ཅེས་སློབ་པའི་ཟུང་འཇུག་ཀྱང་གསུངས་ལ། དེ་ལ་  
 གནས་བཞིན་པའི་ངང་ནས་སྐྱོད་པ་བྱེད་པར་ཡང་གསུངས་སོ། །

སྒྲར་བཤའ་པ་བཞིན་དུ་སྐྱུ་ལུས་རྗེས་མ་ཐུན་པ་ཐོབ་པ་བསམ་གཏན་  
 གཉིས་ཀྱི་དཔེའི་འོད་གསལ་དུ་བརྟུག་པའི་མཐར་སྐྱུ་མའི་སྐྱུ་རྗེས་མ་ཐུན་  
 པར་ལངས་པ་ཡང་ཟུང་འཇུག་རྗེས་མ་ཐུན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །སྒྲར་བཤའ་  
 པའི་ཟུང་འཇུག་གི་རྣལ་འབྱོར་དེ་མ་ཐོབ་གོང་དུ་རྫོགས་རིམ་གྱི་ལམ་མི་འདྲ་  
 བ་ལ་གསར་དུ་བསྐྱབ་དགོས་ཀྱང་། དེ་ཐོབ་ནས་ནི་རྫོགས་རིམ་གྱི་ལམ་གྱི་

གནད་མཐར་ཐུག་པ། སྤྱིར་གསུང་རབ་ཀྱི་མཐར་ཐུག་པའི་སྤྱིར་པོ་བྱང་  
 པར་དུ་གཉིས་སུ་མེད་པའི་རྒྱུད་ནལ་འབྱོར་སྒྲ་མེད་ཀྱི་རྒྱུད་སྡེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 དེས་དོན་མཐར་ཐུག་པ་ཡིན་ཞིང་། སྤྱིར་ཐོབ་པ་ནམས་གོམས་པར་བྱེད་པ་  
 ཡིན་ཀྱི་གསར་དུ་བསྐྱབ་ཏུ་མེད་པར་གསུངས་ཏེ། རིམ་ལྔ་ལས། ཟུང་འཇུག་  
 ཏིང་འཇིན་ལ་གནས་ནས། །སྤྱིར་ཞིང་གང་ལའང་མི་སློབ་པོ། །ཞེས་གསུངས་  
 སོ། །འདི་ཡང་རྒྱས་པར་རིམ་ལྔ་གསལ་སློན་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ།

གཉིས་པ་ལམ་ལ་བོགས་འབྱེན་པའི་ཐབས་སྤྱོད་པ་ནི།

༥ རྫོགས་རིམ་ཀྱི་སྐབས་སུ་ལམ་ལ་བོགས་འབྱེན་པའི་སྤྱོད་པ་བྱེད་  
 པའི་དུས་གསུམ་སྟེ། འདི་ལྟར་སེམས་དབེན་ཐོབ་ནས་སྐྱུ་ལུས་འབྱུབ་པའི་  
 དོན་དུ་བྱེད་པ་དང་། སྐྱུ་ལུས་ཐོབ་ནས་འོད་གསལ་ཀྱི་དོན་དུ་བྱེད་པ་དང་།  
 སློབ་པའི་ཟུང་འཇུག་ཐོབ་ནས་ཤེས་སྒྲིབ་བད་པའི་བྱིར་དུ་བྱེད་པའོ། །དེ་རེ་  
 རེའི་སྐབས་སུ་ཡང་གང་ཟག་གི་བྱེ་བྲག་གིས་སློས་བཅས་དང་། སློས་མེད་  
 དང་། ཤེས་ཏུ་སློས་མེད་ཀྱི་སྤྱོད་པ་གསུམ་གང་རུང་ལ་སློབ་པོ། །དེ་ལ་སྤྱོད་  
 པ་དང་པོ་གཉིས་ནི་ལས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱེད་ལ། གསུམ་པ་ནི་ཡེ་  
 ཤེས་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་ཙམ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱེད་དོ། སྤྱོད་པའི་ངོ་བོ་ནི་འདོད་ཡོན་  
 སྤྱི་དང་བྱང་པར་དུ་རིག་མའི་འདོད་ཡོན་ལྔ་ལ་རང་བཞིན་ཤེས་པའི་སློན་ནས་  
 སྤྱད་དེ་བདེ་སྟོང་བསྐྱེད་པའོ། །

དེ་ལ་སྒྲོས་བཅས་ནི་དགྲིལ་འཁོར་གྱི་ལྷ་གངས་དང་མཉམ་པའི་རྣལ་  
 འབྱོར་པ་པོ་མོ་ལྷ་དེ་དང་དེའི་ཆས་སུ་ཞུགས་པའི་ཚོགས་གྱི་དགྲིལ་འཁོར་  
 ལ་གནས་ནས། དང་པོ་སྒྲོར་བ་ལ་སོགས་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་གསུམ་གྱིས་  
 སྒྲུབ་ཅིང་། ལས་རྒྱལ་མཆོག་གི་དུས་སུ་ཕྱག་དང་ཕྱག་གི་ལན་དང་། སྒྲུ་གར་  
 དང་སྒྲུ་གར་གྱི་ལན་ལ་སོགས་པའི་བྱ་བའི་སྒྲོས་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞག་གཅིག་  
 ལ་དུས་བཞིར་སྒྲོད་པའོ། །སྒྲོས་མེད་ནི་ལས་རྒྱལ་མཆོག་གི་དུས་སུ་གར་  
 དང་དེའི་ལན་ལ་སོགས་པའི་བྱ་བའི་སྒྲོས་པ་རྣམས་བཞག་གནས་འདོད་  
 ཡོན་ལྷ་ལ་ལོངས་སྒྲོད་པའོ། །དེ་ལ་རྒྱས་པ་དགྲིལ་འཁོར་བའི་ལྷ་གངས་དང་  
 མཉམ་པ་དང་། འབྲིང་ལས་གྱི་ཕྱག་རྒྱ་ལྷ་དང་། བསྐྱུས་པ་ལས་གྱི་ཕྱག་རྒྱ་  
 གཅིག་དང་བཅས་པའི་ཚོགས་གྱི་དགྲིལ་འཁོར་ལ་བརྟེན་ནས་བྱེད་དོ། །  
 ཞིན་ཏུ་སྒྲོས་མེད་པས་ནི་བཟང་བཏུང་དང་བཤའ་གཅི་འདོར་བ་ལ་འགོ་བའི་  
 སྐབས་མ་གཏོགས་པ་ཡེ་རྒྱལ་བརྟེན་ནས། རྒྱན་དུ་གཉིད་དང་འོད་གསལ་  
 བསྐྱེས་ཏེ། སྒྲོམ་པར་བྱེད་པས་དུས་འདའ་བར་བྱེད་དོ། །སྒྲོད་པ་དེ་རྣམས་ཟླ་  
 བ་དུག་ལ་སོགས་པར་སྒྲུད་པས་མཆོག་འགྲུབ་པའི་མཆོན་མ་དབང་ཕྱག་གི་  
 ཡོན་ཏན་ཐོབ་པར་འགྱུར་ཏེ། རྒྱས་པར་ནི་རིམ་ལྷ་གསལ་སྒྲོན་དུ་བཤའ་བེན་  
 པ་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །



གསུམ་པ་འབྲས་བུ་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་ཚུལ་ནི།

༥ དེ་ལྟར་ལམ་བུ་མོང་བ་ནས་བཅམས་ཏེ་བསྐྱེད་རིམ་སྤྱར་གསལ་ལ་  
མཐར་ཕྱིན་པར་བསྐྱབ་པའི་བར་གྱི་ལམ་དང་། ལུས་དབེན་གྱི་སྐབས་སུ་  
བསྐྱེམས་སྟོབས་ཀྱིས་སྤྱང་རྩུ་ཏྲིར་བཅུད་པ་ཐེམ་པ་ལས་བྱང་བའི་སྟོང་པ་  
བཞི་འདྲན་རྒྱས་པ་ནས་བཅམས་ཏེ་སྤྱུ་ལུས་ཐོབ་པ་ནས་དོན་གྱི་འོད་གསལ་  
མ་ཐོབ་པའི་བར་གྱི་ལམ་རྣམས་ནི། ཐེག་པ་འདིའི་སོ་སོ་སྐྱེ་བའི་ལམ་ཡིན་  
ལ། དོན་གྱི་འོད་གསལ་མངོན་དུ་བྱས་པ་ནས་བཅམས་ཏེ། མི་སྟོབ་པའི་བྱང་  
འཇུག་མ་ཐོབ་པའི་བར་གྱི་ལམ་ནི། ཐེག་པ་འདིའི་འཕགས་པའི་སྟོབ་པའི་  
ལམ་སོ། །དེ་འདྲའི་ལམ་རིམ་གྱིས་བགྱོད་ཅིང་། བྱང་པར་དུ་སྟོབ་པའི་བྱང་  
འཇུག་ཐོབ་ནས་སྟོད་པ་ལ་བསྐྱབས་པའི་མཐར་མི་སྟོབ་པའི་བྱང་འཇུག་  
འབྱུང་ལུགས་ནི་སྤྱར་བ་ཤད་པ་ལྟར་ཕྱི་ནང་གི་བྱང་ཆུབ་པ་གཉིས་ཀྱི་སྟོ་  
ནས་ཐོ་རངས་འོད་གསལ་བསྐྱེམས་ཏེ། གཉིས་སྤང་འབྲུལ་པའི་བག་ཆགས་  
ཀྱི་ལྷག་མ་མ་ལུས་པར་སྤྱངས་ནས། ཆོས་ཀྱི་སྤྱུ་མཐར་བུག་པ་མངོན་དུ་  
གྱུར་པའི་ཆེ་སྟོབ་པའི་བྱང་འཇུག་སྤྱུ་མའི་སྤྱུ་མི་སྟོབ་པའི་བྱང་འཇུག་གི་སྤྱུར་  
འབྱུར་ཞིང་། འཁོར་བ་ཇི་སྟེད་པར་སྤྱེད་གཉིས་ལས་མི་གཡོ་བར་བཞུགས་སོ། །  
དེ་འདྲ་བའི་དག་པ་གཉིས་ལྡན་གྱི་ཡུལ་གྱི་འོད་གསལ་ནི་འདུས་མ་བྱས་པའི་  
ཆོས་ཀྱི་སྤྱུ་དང་། ཡུལ་ཅན་གྱི་འོད་གསལ་ནི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཀྱི་སྤྱུ་དང་། བདེ་

བ་ཆེན་པོའི་སྐུ་ཞེས་ཀྱང་བྱའོ། །དེའི་རྟེན་གཟུགས་ཀྱི་སྐུ་རྒྱང་སེམས་ཙམ་  
ལས་འགྲུབ་པ་ནི་ལོངས་སྐུ་ཡིན་ལ། སྐུ་དེ་གཉིས་ངོ་བོ་གཅིག་ལ་ལྗོག་པ་ཐ་  
དད་ཙམ་ཡིན་པས་གཟུགས་སྐུ་དེ་ལ་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐུ་  
ཞེས་ལན་དུ་མར་གསུངས་སོ། །དེ་འདྲ་བའི་བྱང་འདུག་གི་སྐུ་དེས་མཆོག་  
གི་སྐུ་ལ་པའི་སྐུ་ལ་སོགས་པའི་སྐུ་ལ་བ་དུ་མ་ཞིག་མཛད་ལ། སྐུ་ལ་སྐུའི་བྱང་  
འདུག་གཅིག་ཀྱང་བྱས་ནས་བྱང་འདུག་གི་སྐུ་ལ་སྐུ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་  
བྱས་ན་ལེགས་སོ། །ཆེ་འདིར་སྦྱོད་པ་བྱེད་པ་མ་བྱུང་བས་བར་དོར་མཆོག་  
འགྲུབ་ཚུ་ལ་དང་། ལམ་གཞན་ཀྱི་མཐར་ལམ་འདིའི་འོད་གསལ་དང་བྱང་  
འདུག་གི་རིམ་པ་བསྐྱེད་ནས་འཆང་རྒྱ་ཚུ་ལ་སོགས། ས་དང་ལམ་དང་འབྲས་  
བུའི་རྣམ་གཞག་རྒྱས་པར་ནི་གསལ་སྒྲོན་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །

མདོར་ན་དཔའ་བོ་དང་རྣལ་འབྱོར་མའི་དབང་ལྷག་བགྱང་ལས་འདས་  
པ་རྣམས་གང་ནས་གཤེགས་པའི་མཐར་ལྷག་པའི་ལམ་ཀྱི་རིམ་པ་འདིའི་  
དོན་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱས་ནས། ཁ་སྤྱི་ལྟར་མ་སོང་བར་ལམ་ལྷན་མོང་བ་  
ནས་བཟུང་སྟེ། འབྲས་བུའི་བར་རྣམས་རང་གི་རྒྱུད་ལ་བསྐྱོར་ཏེ། མདོན་  
རྟོགས་ཡིད་ལ་བྱ་བའི་རིམ་པ་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་རྒྱན་ལྡན་དུ་གོམས་པར་བྱས་  
ན། དལ་བ་ཐོབ་པའི་རྟེན་ལ་སྦྱང་པོ་དམ་པ་ལོན་པ་ཡིན་ནོ། །འདི་དག་གི་  
ཤེས་བྱེད་མཐའ་གཅོད་རྣམས་རྒྱས་པར་ནི་རྩ་བའི་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དང་།

དེའི་བཤའ་པའི་རྒྱུད་ལྔ་དང་། ཡབ་སྲས་ཀྱི་བསྐྱེད་རྫོགས་ཀྱི་གཞུང་ཐོན་ལྔ་  
དང་། རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱ་ཆེར་བཤའ་བ་འགྲེལ་བ་སྟོན་མ་གསལ་བ་དང་། དེའི་འགྲེལ་  
བཤའ་ལྔ་དང་། མདོར་བྱས་དང་རིམ་ལྔའི་འགྲེལ་བ་དགྲུ་དང་། རྒྱུད་ཕྱི་མ་  
དང་རྫོ་རྫེ་འཕྲེང་བའི་འགྲེལ་བ་གཉིས་དང་བཅས་བ་ལ་ཡུན་རིང་དུ་ལེགས་  
པར་སྦྱངས་ཤིང་། མར་འགོས་ཀྱི་གདམས་ངག་ཀུན་ལ་འདྲིས་པར་བྱས་  
ནས་སྦྱར་བ་དོ་སྟོན་རིམ་ལྔའི་གནད་ཐམས་ཅད་གསལ་བའི་སྟོན་མེ་ལས་  
ཤེས་པར་བྱའོ།

༥ གསུང་རབ་མཐར་ཐུག་དཔལ་ལྷན་འདུས་པའི་དོན། །དགོངས་  
འགྲེལ་མཐར་ཐུག་སྦྱ་སྦྱབ་ཀྱིས་བཀལ་བའི། །ལམ་གྱི་མཐར་ཐུག་རིམ་བ་ལྔ་  
ཡི་ཁྲིད། །འཆད་ཚུལ་མཐར་ཐུག་འདི་འདྲས་བཤའ་བ་འདི། །ཡབ་སྲས་  
གཞུང་ལ་ལེགས་པར་སྦྱངས་པ་ཡིས། །ཅ་རྒྱུད་བཤའ་རྒྱུད་ལེགས་པར་མ་  
འགྱུར་ཞིང་། །ཚུལ་བཞིན་སྦྱབ་པའི་རྣལ་འགྱུར་དམན་པ་ཡིས། །ཡང་དག་  
ལམ་དང་ལྟར་སྦྱང་མི་ཕྱེད་པས། །རིང་དུ་འབད་ཀྱང་རི་བཞིན་མི་ཤེས་  
པར། །མཐོང་ནས་གསོལ་བ་རིང་དུ་བཏབ་པའི་ཆོ། །འདོད་པའི་མཆན་མ་  
བཟོན་པོ་ཉིད་པ་ན། །རང་དང་གཞན་གྱི་དོན་དུ་བདག་གིས་སྦྱར། །ཚུལ་དེར་  
འབད་ལས་ཐོབ་པའི་བསོད་ནམས་དེས། །ལམ་བཟང་འདི་དང་ནམ་ཡང་མི་  
འབྲལ་ཞིང་། །བསྟན་པའི་སྦྱང་པོ་ཡུན་རིང་གནས་པ་དང་། །དེར་བཅོན་འདོད་

བ་ཡིད་བཞིན་འགྲུབ་པར་ཤོག།

ཅེས་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དཔལ་གསང་བ་འདུས་པའི་རྫོགས་རིམ་རིམ་ལྔ་གདན་  
རྫོགས་ཀྱི་དམར་ཁྲིད་ཅེས་བྲ་བ་འདི། ལྷོན་གྱི་སྒྲ་མ་རྣམས་ཀྱིས་ཁྲིད་ཡིག་ཁ་འཐོར་བ་མང་  
དུ་མཛད་པ་རྣམས་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་སྒྲིགས་ཏེ། རྒྱུད་དང་ཡབ་སྐུ་གྱི་གཞུང་གིས་གསལ་  
དུ་བཏང་དགོས་པ་རྣམས་ཁ་བསྐྱངས་ནས་གནད་ཀྱི་དོན་རྣམས་རྫོགས་པར་དཔལ་གསང་  
བ་འདུས་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཤར་ཙོང་ཁ་བ་སྒོ་བཟང་གྲགས་པའི་དཔལ་གྱིས། འབྲོག་རི་བོ་  
ཆེ་དགོ་ལྷན་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་སྤྲོད་དུ་སྦྱར་བའི་ཡེ་གོ་བ་ནི། གསང་བ་འདུས་པའི་ཚུལ་ལ་  
སྦྱངས་པ་དཀའ་བཞི་བ་རིན་ཆེན་དཔལ་ལོ།

འདིས་ཀྱང་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཕྱོགས་ཀྱན་ཏུ་རྒྱས་པར་བྱེད་ཀྱས་  
པར་གྱུར་ཅིག། །

མཆོད་ལོ། །