

དེབ་བཞི་པ།

# ཕྱེད་དང་འབྲེལ།



ཕྱེད་པ་ཡི།      ཕྱེད་དཔོན་དབྱིག་གཉིན།

## གནས་བདུན་པ་ཡེ་ཤེས་བསྟན་པ།

བཟོད་པ་དང་ཤེས་པ་དང་སྟོབས་པའི་བྱེད་པར་བཤད་པ། .....	1
ཤེས་པ་གྱེ་བླ་ཁྱེད་པའི་བྱེད་པར་བཤད་པ། .....	2
ཤེས་པའི་ངོ་བོའི་དབྱེ་བ། .....	2
ཤེས་པའི་གྲངས་ངེས། .....	7
ཤེས་པའི་རྣམ་པ། .....	11
ས་དང་བརྟེན་པ། .....	24
བྱ་པ་ཉེར་གཞག་ཁྱེད་པའི་བྱེད་པར་བཤད་པ། .....	25
དམིགས་པ། .....	26
ལྟོས་པའི་ཚུལ། .....	28
ཐོབ་པའི་ཚུལ། .....	31
སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ། .....	39
སྟོབས་བརྟེན་པའི་བྱེད་པར་བཤད་པ། .....	40
མི་འཇིགས་པ་བཤད་པ། .....	43

བྱ་པ་ཉི་བར་བཞག་པ། .....	44
ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་བཤད་པ། .....	45
ཐུན་མོང་གི་ཡོན་ཏན། .....	49
འཕགས་པ་ཁོ་ན་དང་ཐུན་མོང་པ། .....	50
སྒྲིན་ནས་ཤེས་པ། .....	51
སོ་སོ་ཡང་དག་པའི་རིག་པ། .....	52
ཕལ་ཆེར་གྱིས་པ་དང་ཐུན་མོང་པ། .....	56

## གནས་བརྒྱད་པ་སྟོམས་འཇུག་བསྟན་པ།

བསམ་གཏན་གཟུགས་མེད་བཤད་པ། .....	71
ངོ་བོ། .....	71
དབྱེ་བ། .....	80
ཡན་ལག་རྣམ་པར་བཞག་པ། .....	81
འཛོལ་པའི་ཚུལ། .....	91

---

ཁུད་པར་གྱི་ཆོས། .....	93
ཉིང་བསྐྱོགས། .....	100
ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ། .....	102
ཆད་མེད་བཞི། .....	106
རྣམ་ཐར་བརྒྱད། .....	111
ཐེལ་གཞོན་བརྒྱད། .....	115
ཟད་པར་བཅུ། .....	116
ཁུད་པར་གྱི་ཆོས། .....	117
བསྐྱོན་པ་དང་དེ་འཛིན་པ་བཤད་པ། .....	118



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

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

དེབ་བཅོས་ཐོན་བ་རྣམས་སྤུ་ལ་དགོས་ན་བྲུ་རྒྱུ་དཔེ་དེབ་མེད་དུ་ཕུལ་ཆོག  
བྲུ་རྒྱུ་ཁ་བྲང་། [marjamson618@gmail.com](mailto:marjamson618@gmail.com)

## གནས་བདུན་པ་ཡེ་ཤེས་བསྟན་པ།

བཟོད་པ་རྣམས་ཞེས་ཀྱང་འབྱུང་། ཤེས་པ་རྣམས་ཞེས་ཀྱང་འབྱུང་།  
 ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་ཞེས་ཀྱང་འབྱུང་། ཡང་དག་པའི་ཤེས་པ་ཞེས་ཀྱང་  
 འབྱུང་ན་ཅི་བཟོད་པ་དག་ཡིན་ལ་ཤེས་པ་མ་ཡིན་ནམ། ཡང་དག་པའི་ཤེས་  
 པ་ཡིན་ལ་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན།

བཟོད་པ་དང་ཤེས་པ་དང་ལྟ་བའི་བྱད་པར་བཞད་པ།

དེ་མེད་བཟོད་རྣམས་ཤེས་པ་ཡིན། །དེས་སྤང་བར་བྱ་བའི་སྤྱུ་རྒྱས་  
 ཐེ་ཆོམ་མ་སྤངས་བའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་དག་ཡང་དག་པར་རྟོག་པའི་བདག་ཉིད་  
 ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ལྟ་བ་དག་ཡིན་རོ། །དེ་ལྟར་བཟོད་པ་རྣམས་ལྟ་བ་ཡིན་  
 གྱི་ཤེས་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ། ཟད་དང་མི་སྦྱེའི་སྦྱོ་ལྟ་མིན། །ཟད་པ་  
 ཤེས་པ་དང་མི་སྦྱེ་བ་ཤེས་པ་ནི་ཡང་དག་པའི་རྟོག་པ་མེད་པ་དང་། ཡོངས་  
 སྤྱུ་འཆོལ་བའི་བསམ་པ་ཅན་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ལྟ་བ་མ་ཡིན་རོ། །

དེ་ལས་གཞན་འཕགས་སྒོ་གཉི་ག། །བཟོད་པ་དང་ཟད་པ་དང་མི་སྦྱེ་བ་  
 ཤེས་པ་དག་ལས་གཞན་པ་ཟག་པ་མེད་པའི་ཤེས་རབ་ནི་ལྟ་བ་དང་ཤེས་པ་  
 ཡང་ཡིན་རོ། །གཞན་ཤེས་འཇིག་རྟེན་པའི་ཤེས་རབ་ཐམས་ཅད་ནི་ཤེས་པ་  
 ཁོ་ན་ཡིན་རོ། །དུག་ནི་ལྟ་བའང་ཡིན། ལྟ་བ་ལྟ་དང་། འཇིག་རྟེན་པའི་ལྟ་བ་  
 ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་སྟེ། འཇིག་རྟེན་པའི་ཤེས་པ་རྣམས་པ་དུག་ནི་ལྟ་བ་ཡིན་གྱི་

གཞན་ནི་ལྟ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །

ཤེས་པ་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཞད་པ།

འདི་དག་དང་གཞན་དག་ཀྱང་ཤེས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། ། །རི་སྒྲིབ་ཅིག་  
གིས་ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་བསྐྱས་ཤེ་ན། ཤེས་པ་བརྩམ་བསྐྱས་སོ། །

ཤེས་པ་འཛིན་པའི་དབྱིག་ག།

མདོར་བསྐྱུ་ན་ནི་གཉིས་ཏེ། ཤེས་པ་ཟག་བཅས་ཟག་པ་མེད། ། དེ་  
གཉིས་ལས་ཀྱང་། དང་པོ་ཀུན་རྫོབ་ཅེས་བྱའོ། །ཟག་པ་དང་བཅས་པ་གང་  
ཡིན་པ་དེ་ནི་པལ་ཆེར་བྱམ་པ་དང་སྒྲུལ་བྱ་དང་སྒྲེས་པ་དང་བྱད་མེད་ལ་  
སོགས་པ་ཀུན་རྫོབ་འཛིན་པའི་ཕྱིར་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་ཡིན་ནོ། །

ཟག་མེད་རྣམ་གཉིས་ཆོས་དང་ནི། །རྗེས་སུ་ཤེས་པ་ཁོ་ན་ཡིན། །  
ཟག་པ་མེད་པའི་ཤེས་པ་ལ་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་དབྱེ་སྟེ། ཆོས་ཤེས་པ་དང་།  
རྗེས་སུ་ཤེས་པ་འོ། །དེ་ལྟར་ན་ཤེས་པ་འདི་གཉིས་ནི་གསུམ་ཡིན་ཏེ། ཀུན་  
རྫོབ་ཤེས་པ་དང་། ཆོས་ཤེས་པ་དང་། རྗེས་སུ་ཤེས་པ་འོ། །དེ་ལ། ཀུན་  
རྫོབ་ཡུལ་ནི་ཐམས་ཅད་དོ། །ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པའི་དམིགས་པ་ནི་ཅི་རིགས་  
པར་འདུས་བྱས་དང་འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཡིན་ནོ། །ཆོས་ཤེས་  
བྱ་བའི་སྒྲོན་ཡུལ་ནི། །འདོད་པའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ལ་སོགས་པ། ཆོས་ཤེས་

པའི་དམིགས་པ་ནི་འདོད་པ་ན་སྟོད་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་། དེ་ཀྱན་འབྱུང་བ་  
དང་། འགོག་པ་དང་ལམ་རྣམས་ཡིན་ནོ། །

རྗེས་སུ་ཤེས་པའི་སྟོད་ཡུལ་ནི། །གོང་མའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་སོགས་  
ཡིན། རྗེས་སུ་ཤེས་པའི་དམིགས་པ་ནི་གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པ་  
ན་སྟོད་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་། དེ་ཀྱན་འབྱུང་བ་དང་། འགོག་པ་དང་ལམ་  
རྣམས་སོ། །དེ་དག་ཉིད་བདེན་བྱེ་བྲག་གིས། །བཞི་སྟེ། ཆོས་ཤེས་པ་དང་  
རྗེས་སུ་ཤེས་པ་དེ་དག་ཉིད་བདེན་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་། ཀྱན་  
འབྱུང་བ་དང་། འགོག་པ་དང་། ལམ་ཤེས་པ་རྣམས་དང་ཤེས་པ་བཞི་ཡིན་  
ཏེ། དེ་དག་ལ་དམིགས་པའི་སྤྱིར་རོ། །རྣམ་བཞི་དེ་དག་ནི། །མི་སྦྱེ་བ་དང་  
ཟད་པ་ཤེས། །ཆོས་དང་རྗེས་སུ་ཤེས་པ་ལྟ་བུའི་རང་བཞིན་མ་ཡིན་པ་རྣམས་པ་  
བཞི་པོ་དེ་དག་ཁོ་ནར་ཟད་པ་ཤེས་པ་དང་མི་སྦྱེ་བ་ཤེས་པ་ཞེས་བྱའོ། །

དེ་གཉིས་དང་པོ་སྦྱེས་པ་ནི། །སྤྱག་བསྐྱེད་རྒྱ་རྗེས་ཤེས་པ་ཡིན། །  
ཟད་པ་དང་མི་སྦྱེ་བ་ཤེས་པ་དང་པོ་སྦྱེས་པ་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་། ཀྱན་འབྱུང་  
ལ་རྗེས་སུ་ཤེས་པ་ཡིན་ཏེ། སྤྱིད་པའི་ཅེ་མོའི་ཕྱང་པོ་ལ་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་  
ཀྱན་འབྱུང་ལ་རྗེས་སུ་ཤེས་པའི་རྣམ་པར་དམིགས་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཡང་ཅི་རྟོ་  
རྗེ་ལྟ་བུའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱང་དེ་གཉིས་དང་དམིགས་པ་གཅིག་པ་ཞིག་ཡིན་  
ནམ་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་ཀྱན་འབྱུང་ལ་དམིགས་ན་ནི་ཡིན་ནོ། །  
འོན་ཏེ་འགོག་པ་དང་ལམ་ལ་དམིགས་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ནི་དམིགས་པ་གཅིག་  
པ་མ་ཡིན་ནོ། །



བཞི་ལས་པ་རོལ་སེམས་རིག་པ། །རིག་པར་བྱེད་པས་ན་རིག་པ་སྟེ་  
ཤེས་པ་ལོ། །པ་རོལ་གྱི་སེམས་ཤེས་པ་ནི་ཤེས་པ་བཞི་ལས་སྐྱེ་བར་བལྟ་  
བར་བྱ་སྟེ། ཆོས་ཤེས་པ་དང་རྗེས་སུ་ཤེས་པ་དང་ལམ་ཤེས་པ་དང་། ཀུན་  
རྫོགས་ཤེས་པ་རྣམས་ལས་སོ། ། དེའི་ངེས་པ་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། དེས་ནི་ས་  
དབང་གང་ཟག་འདས། །ཞིག་དང་མ་སྐྱེས་མི་རིག་གོ། །ས་འདས་པ་མི་ཤེས་  
པ་ནི་བསམ་གཏན་འོག་མའི་ས་པས་བསམ་གཏན་གོང་མའི་ས་པ་མི་ཤེས་  
པ་ལོ། །དབང་པོ་འདས་པ་མི་ཤེས་པ་ནི་དད་པས་མོས་པ་དང་དུས་ཀྱིས་རྣམ་  
པར་གྲོལ་བའི་ལམ་ཀྱིས་མཐོང་བས་ཐོབ་པ་དང་དུས་དང་མི་སྦྱོར་བར་རྣམ་  
པར་གྲོལ་བའི་ལམ་མི་ཤེས་པ་ལོ། །

གང་ཟག་འདས་པ་མི་ཤེས་པ་ནི་ཕྱིར་མི་འོང་བ་དང་དབྱ་བཅོམ་པ་  
དང་། ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་དང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་རྣམས་འོག་  
མས་གོང་མ་མི་ཤེས་པ་ལོ། །ཞིག་པ་དང་མ་སྐྱེས་པ་མི་ཤེས་པ་ནི་འདས་པ་  
དང་མ་འོངས་པ་མི་ཤེས་པ་སྟེ། ད་ལྟར་གྱི་པ་རོལ་གྱི་སེམས་ཡུལ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །

གཞན་ཡང་ཆོས་རྗེས་སྒོ་ཕྱོགས་པན་ཚུན་མིན། །པ་རོལ་གྱི་སེམས་  
ཤེས་པ་ཆོས་ཤེས་པའི་ཕྱོགས་དང་མཐུན་པས་ཀྱང་རྗེས་སུ་ཤེས་པའི་  
ཕྱོགས་དང་མཐུན་པའི་སེམས་མི་ཤེས་ལ། རྗེས་སུ་ཤེས་པའི་ཕྱོགས་དང་  
མཐུན་པས་ཀྱང་ཆོས་ཤེས་པའི་ཕྱོགས་དང་མཐུན་པའི་སེམས་མི་ཤེས་ཏེ།  
དེ་གཉིས་ནི་འདོད་པའི་ཁམས་དང་ཁམས་གོང་མའི་གཉིན་པོ་ལ་དམིགས་

བའི་ཕྱིར་དོ། །མཐོང་བའི་ལམ་ལ་པ་རོལ་གྱི་སེམས་ཤེས་པ་མེད་དོ། །དེའི་  
 དམིགས་པ་ནི་ཡོད་དེ། དེ་ལ་པ་རོལ་གྱི་སེམས་ཤེས་པས་མཐོང་བའི་  
 ལམ་ཤེས་པར་འདོད་པས་སྒྱོར་བ་བྱས་ན། ཉན་ཐོས་མཐོང་བའི་སྐད་ཅིག་  
 གཉིས། །རིག་སྟེ་བསེ་རུ་ལྟ་བུས་གསུམ། །སངས་རྒྱས་སྒྱོར་བ་མེད་པར་  
 ཀུན། །ཉན་ཐོས་ཀྱིས་ནི་པ་རོལ་གྱི་སེམས་ཤེས་པས་མཐོང་བའི་ལམ་ལས་  
 སྐད་ཅིག་མ་གཉིས་ཤེས་ཏེ། སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་ཆོས་ཤེས་པའི་བཟོད་པ་དང་།  
 ཆོས་ཤེས་པའོ། །ཇེས་སུ་ཤེས་པའི་ཕྱོགས་དང་མཐུན་པ་ལ་དམིགས་པ་ནི་  
 སྒྱོར་བ་གཞན་གྱིས་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དེ་རི་སྤྱོད་ཀྱིས་སྒྱོར་བ་  
 ཚོམ་པ་དེ་སྤྱོད་ཀྱིས་དེས་སེམས་བཅུ་དྲུག་ཇེས་སུ་འཐོབ་པར་འགྱུར་བས་  
 བར་དུ་ནི་མི་ཤེས་སོ། །

རང་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ནི་དང་པོ་གཉིས་དང་བརྒྱད་པ་ཀུན་འབྱུང་ལ་  
 ཇེས་སུ་ཤེས་པ་དང་། གསུམ་ཤེས་ཏེ། སྒྱོར་བ་ཆུང་བའི་ཕྱིར་དོ། །གཞན་  
 དག་ན་རེ་དང་པོ་དང་གཉིས་པ་དང་བཙུ་བ་རྣམས་ཤེས་སོ་ཞེས་ཟེར་  
 དོ། །སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ནི་སྒྱོར་བ་མེད་པར་མཐོང་བའི་ལམ་གྱི་སྐད་ཅིག་མ་  
 ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ཏོ། །

ཡང་ཟད་པ་ཤེས་པ་དང་མི་སྐྱེ་བ་ཤེས་པ་དག་ལ་བྱད་པར་ཅི་ཡོད་ཅི་  
 ན། ཟད་པ་ཤེས་པ་བདེན་རྣམས་ལ། །ཡོངས་ཤེས་ལ་སོགས་ངེས་པའོ། །  
 ཡོངས་ཤེས་བྱར་མེད་ཅེས་ལ་སོགས། །མི་སྐྱེ་བ་ཡི་སྒྲོར་འདོད་དོ། །བསྟན་  
 བཙུ་བ་ལས། ཟད་པ་ཤེས་པ་གང་ཞེ་ན། བདག་གིས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཡོངས་

སུ་ཤེས་སོ་ཞེས་བྱ་བར་ཤེས་པ་དང་། གུན་འབྱུང་སྤངས་སོ། །འགོག་པ་  
མངོན་དུ་བྱས་སོ། །ལམ་བསྐྱོམས་སོ་ཞེས་བྱ་བར་ཤེས་པའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་  
བའི་ཤེས་པ་དང་མཐོང་བ་དང་རིག་པ་དང་སྒྲོ་དང་རྟོགས་པ་དང་ཤེས་རབ་  
དང་སྤང་བ་དང་མངོན་པར་རྟོགས་པ་གང་ཡིན་པ་འདི་ནི་ཟད་པ་ཤེས་པ་ཞེས་  
བྱའོ། །མི་སྐྱེ་བ་ཤེས་པ་གང་ཞེ་ན། བདག་གིས་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཡོངས་སུ་ཤེས་  
ཏེ། ཡང་ཡོངས་སུ་ཤེས་པར་བྱར་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བར་ཤེས་པ་ནས་བདག་  
གིས་ལམ་བསྐྱོམས་ཏེ་ཡང་བསྐྱོམ་དུ་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བའི་བར་དུ་ཤེས་པ་  
དེའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བའི་ཞེས་བྱ་བ་རྒྱས་པར་འབྱུང་དོ། །

རི་ལྟར་ན་ཟག་པ་མེད་པའི་ཤེས་པས་དེ་ལྟར་ཤེས་ཤེ་ན། ཁ་ཆེ་བ་  
རྣམས་ན་རེ། བསྟན་བཅོས་ལས། དེའི་རྗེས་ལ་ལངས་པས་དེ་ལྟར་ཤེས་  
ཏེ། དེའི་ཕྱིར་དེའི་བྱེ་བྲག་གིས་དེ་གཉིས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་བསྟན་ཏོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །  
གཞན་དག་ན་རེ། ཟག་པ་མེད་པས་ཀྱང་དེ་ལྟར་ཤེས་ཏེ། མཐོང་བ་སྒྲོས་པ་  
ནི་བཤད་པ་འཕངས་པའི་ཕྱིར་རམ། ཡང་ན་མངོན་སུམ་དུ་འཇུག་པའི་ཕྱིར་  
རོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རེ་ཞིག་ཤེས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་མཐོང་བ་ཡང་ཡིན་ནོ་  
ཞེས་འབྱུང་དོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །

དེ་ལྟར་ན་དེ་དག་ནི་ཤེས་པ་བརྒྱ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟ་སྟེ་ཆོས་ཤེས་པ་དང་  
རྗེས་སུ་ཤེས་པ་དང་། གུན་རྫོབ་ཤེས་པ་དང་། ས་རོལ་གྱི་སེམས་ཤེས་པ་  
དང་། སྤྱག་བསྐྱེལ་ཤེས་པ་དང་། གུན་འབྱུང་ཤེས་པ་དང་། འགོག་པ་ཤེས་  
པ་དང་། ལམ་ཤེས་པ་དང་། ཟད་པ་ཤེས་པ་དང་། མི་སྐྱེ་བ་ཤེས་པ་འོ། །དེ་

ལ་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་ནི་ཤེས་པ་གཅིག་ཡིན་ལ་གཅིག་གི་ཆ་ཡང་ཡིན་ནོ། །  
 ཆོས་ཤེས་པ་ནི་ཤེས་པ་གཅིག་ཡིན་ལ་བདུན་གྱི་ཆ་ཡང་ཡིན་ཏེ། རྗེས་སུ་  
 ཤེས་པ་ཡང་དེ་དང་འདྲའོ། །སྤྱག་བསྐྱེད་ཤེས་པ་ནི་ཤེས་པ་གཅིག་ཡིན་ལ་  
 བཞིའི་ཆ་ཡང་ཡིན་སྟེ། ཀུན་འབྱུང་བ་དང་འགོག་པ་ཤེས་པ་དེ་དང་འདྲའོ། །  
 ལམ་ཤེས་པ་ནི་ཤེས་པ་གཅིག་ཡིན་ལ་ལྟའི་ཆ་ཡང་ཡིན་ནོ། །པ་རོལ་གྱི་  
 སེམས་ཤེས་པ་ནི་ཤེས་པ་གཅིག་ཡིན་ལ་བཞིའི་ཆ་ཡང་ཡིན་ནོ། །ཟད་པ་ནི་  
 ཤེས་པ་གཅིག་ཡིན་ལ། རྟག་གི་ཆ་ཡང་ཡིན་ཏེ། །མི་སྐྱེ་བ་ཤེས་པ་ཡང་དེ་  
 དང་འདྲའོ། །

### ཤེས་པའི་བྱངས་ངེས།

ཅིའི་ཕྱིར་དེ་དག་གསུམ་ཡོད་ལ་བཅུར་རྣམ་པར་བཞག་ཅེ་ན། རང་  
 བཞིན་དང་ནི་གཉེན་པོ་དང་། །རྣམ་པ་རྣམ་པ་སྦྱོད་ཡུལ་དང་། །སྦྱོར་དང་བྱ་  
 བ་བྱས་ཉིད་དང་། །རྒྱ་རྒྱས་པ་ལས་བཅུ་ཡིན་ནོ། །རྒྱ་བདུན་གྱིས་ཤེས་པ་  
 བཅུར་རྣམ་པར་བཞག་གོ་ཞེས་གྲགས་སྟེ། རང་བཞིན་ལས་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་  
 པ་སྟེ། དོན་དམ་པ་མི་ཤེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉེན་པོ་ལས་ནི་ཆོས་དང་རྗེས་  
 སུ་ཤེས་པ་དག་སྟེ། འདོད་པའི་ཁམས་དང་ཁམས་གོང་མའི་གཉེན་པོ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །རྣམ་པ་ལས་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་ཀུན་འབྱུང་བ་ཤེས་པ་དག་སྟེ།  
 དམིགས་པ་ཐ་མི་དད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྣམ་པ་དང་དམིགས་པ་ལས་ནི་འགོག་  
 པ་དང་། ལམ་ཤེས་པ་དག་སྟེ། རྣམ་པ་དང་དམིགས་པ་ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་

རོ། །སྒྲོར་བ་ལས་ནི་པ་རོལ་གྱི་སེམས་ཤེས་པ་སྟེ། དེས་ནི་སེམས་ལས་  
བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱང་མི་ཤེས་པ་མ་ཡིན་མོད་ཀྱི་སེམས་ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་  
སྒྲོར་བ་བྱས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་པ་རོལ་གྱི་སེམས་ཤེས་པ་ཞེས་བཤད་  
དོ། །བྱ་བ་བྱས་པ་ལས་ནི་ཟད་པ་ཤེས་པ་སྟེ། བྱ་བ་བྱས་པའི་རྒྱུ་ལ་དང་  
པོ་ཉིད་དུ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱ་རྒྱས་པ་ལས་ནི་མི་སྐྱེ་བ་ཤེས་པ་སྟེ། ཟག་  
པ་མེད་པའི་ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཐམས་ཅད་  
ཀྱི་གཉེན་པོ་ཐམས་ཅད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཆོས་ཤེས་པ་འདོད་པའི་ཁམས་ཀྱི་  
གཉེན་པོ་ཞེས་བཤད་པར་ཟད་ཀྱི་གཞན་ཡང་། བསྐྱོམ་པའི་ལམ་ལ་འགོག་  
པའམ། །ལམ་ལ་ཆོས་ཤེས་གང་ཡིན་པ། །ཁམས་གསུམ་གྱི་ནི་གཉེན་པོ་  
ཡིན། །འགོག་པ་དང་ལམ་ལ་ཆོས་ཤེས་པ་བསྐྱོམ་པའི་ལམ་གྱིས་བསྐྱུས་པ་  
དག་ནི་ཁམས་གསུམ་ཆར་གྱི་གཉེན་པོ་ཡིན་ནོ། །

འདོད་པའི་ཁམས་ཀྱི་རྗེས་མ་ཡིན། །འདོད་པའི་ཁམས་ཀྱི་གཉེན་པོ་  
རྗེས་སུ་ཤེས་པ་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མེད་དོ། །ཤེས་པ་བརྩུ་པོ་དེ་དག་  
ལས། །ཆོས་ཤེས་པ་དང་རྗེས་སུ་ཤེས། །རྣམ་པ་བརྩུ་བྱུག་ །དེ་དག་ནི་འོག་  
ནས་བཤད་པར་བྱའོ། །ཀྱུན་རྫོབ་ནི། །དེ་བཞིན་གཞན་དུ་འང་། ཀྱུན་རྫོབ་  
ཤེས་པ་ནི་རྣམ་པ་བརྩུ་བྱུག་ཅན་ཡང་ཡིན་ལ་གཞན་གྱི་རྣམ་པ་ཅན་ཡང་ཡིན་  
ཏེ། ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་དང་སྤྱི་འཇམ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་འཛིན་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །རང་རང་གི་བདེན་པའི་རྣམ་པས་བཞི་ཡིན་ནོ། །སྤྱུག་བསྐྱེལ་དང་  
ཀྱུན་འབྱུང་དང་། འགོག་པ་དང་ལམ་ཤེས་པ་རྣམས་ནི་རང་རང་གི་བདེན་



པའི་རྣམ་པ་དག་ཏུ་འཇུག་པས་རེ་རེ་ཞིང་རྣམ་པ་བཞི་བཞི་ཡིན་ནོ། །པ་རོལ་  
 ཡིད་ཤེས་ངི་མེད་ཀྱང་། །དེ་བཞིན་པ་རོལ་གྱི་སེམས་ཤེས་པ་བྲག་པ་མེད་  
 པ་ཡང་དེ་བཞིན་ཁོ་ནར་རང་གི་བདེན་པའི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རྣམ་པ་  
 བཞི་ཅན་ཡིན་ཏེ། ལམ་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །

ངི་མ་དང་བཅས་ནི། །ཤེས་བྱའི་རང་གི་མཆོན་ཉིད་རྣམས། །པ་རོལ་  
 གྱི་སེམས་ཤེས་པ་བྲག་པ་དང་བཅས་པ་ནི་ཤེས་བྱ་སེམས་དང་སེམས་ལས་  
 བྱུང་བ་རྣམས་གྱི་རང་གི་མཆོན་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེའི་རྣམ་པ་འཛིན་ཏེ། རང་  
 གི་མཆོན་ཉིད་འཛིན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །གཉིས་གཡང་། རྩས་  
 རེ་རེ་ཞིག་སྤྱོད་ཡུལ་ལོ། །གང་གི་ཆེ་སེམས་འཛིན་པ་དེའི་ཆེ་སེམས་ལས་  
 བྱུང་བ་རྣམས་མི་འཛིན་ལ། །གང་གི་ཆེ་ཆོར་བ་འཛིན་པ་དེའི་ཆེ་འདུ་ཤེས་  
 མི་འཛིན་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་ལོ། །འོ་ན་བཙུམ་ལྟན་འདས་ཀྱིས་  
 འདོད་ཆགས་དང་བཅས་པའི་སེམས་ལ་ཡང་འདོད་ཆགས་དང་བཅས་པའི་  
 སེམས་ཞེས་བྱ་བར་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་རབ་ཏུ་ཤེས་སོ་ཞེས་བྱ་  
 བ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་གང་གསུངས་པ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། དེ་གཉིས་གཅིག་  
 ཅར་དུ་འཛིན་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། །གོས་དང་ངི་མ་གཅིག་ཅར་དུ་མི་འཛིན་  
 པ་བཞིན་ནོ། །འདོད་ཆགས་དང་བཅས་པའི་སེམས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདོད་  
 ཆགས་དང་བཅས་པ་ཉིད་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། འདྲེས་པའི་འདོད་ཆགས་དང་  
 བཅས་པ་ཉིད་དང་། ལྟན་པའི་འདོད་ཆགས་དང་བཅས་པ་ཉིད་དོ། །དེ་ལ་  
 འདོད་ཆགས་དང་མཚུངས་པར་ལྟན་པའི་སེམས་ནི་གཉིས་ཀྱིས་འདོད་

ཆགས་དང་བཅས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལས་གཞན་པ་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་ནི་  
ལྡན་པའི་འདོད་ཆགས་དང་བཅས་པས་ན་འདོད་ཆགས་དང་བཅས་པ་ཡིན་  
ནོ། །ཁ་ཅིག་ན་རེ་མདོ་འདིར་ནི་འདོད་ཆགས་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་  
སེམས་ནི་འདོད་ཆགས་དང་བཅས་པ་ཡིན་ལ། འདོད་ཆགས་ཀྱི་གཉེན་པོ་  
ནི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བར་བཞག་པ་ཡིན་ཏེ། གལ་ཏེ་འདོད་ཆགས་དང་  
མཚུངས་པར་མི་ལྡན་པ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ཡིན་ན་ནི་ཉོན་མོངས་པ་  
གཞན་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་ཡང་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །

གཞན་དག་ན་རེ་དེ་ལྟར་ན་ནི་འོ་ན་དེའི་གཉེན་པོ་མ་ཡིན་པའི་སེམས་  
ཉོན་མོངས་པ་ཅན་མ་ཡིན་པ་འདོད་ཆགས་དང་བཅས་པ་ཡང་མ་ཡིན་  
ལ། འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ཡང་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་  
པར་འགྱུར་བས། དེ་ལྟ་བུས་ན་མདོ་འདིར་འདོད་ཆགས་དང་ལྡན་པས་ཀྱང་  
འདོད་ཆགས་དང་བཅས་པའི་སེམས་སུ་འདོད་པར་བྱ་སྟེ། གཏི་ཐུག་དང་  
བཅས་པ་དང་གཏི་ཐུག་དང་བྲལ་བའི་བར་དུ་ཡང་དེ་དང་འདྲ་བར་ཤེས་པར་  
བྱའོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །

བྱེ་བྲག་ཏུ་སྦྲ་བ་རྣམས་ན་རེ་ཀུན་ཏུ་བསྐྱས་པ་ནི་དམིགས་པ་ལ་  
མདོན་པར་སྐྱད་པའི་བྱིར་དགོ་བ་ཡིན་ནོ། །རྣམ་པར་གཡེང་བ་ནི་རྣམ་  
པར་གཡེང་བ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་བྱིར་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་ཡིན་ནོ་  
ཞེས་ཟེར་རོ། །རྒྱབ་སྟོགས་པ་རྣམས་ན་རེ་ཀུན་ཏུ་བསྐྱས་པ་ནི་གཉིད་དང་  
མཚུངས་པར་ལྡན་པ་ཡིན་ནོ། །རྣམ་པར་གཡེང་བ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་

གཞན་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་སྐད་དུ་མི་བཟོད་དེ། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་  
གཉིད་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་སྤྱིར་སེམས་དེ་ཉིད་བསྐྱུས་པ་ཡང་ཡིན་  
ལ་རྣམ་པར་གཡེངས་པ་ཡང་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། །བསྟན་བཅོས་ལས།  
སེམས་ཀྱན་ཏུ་བསྐྱུས་པ་ཡང་དག་པ་རིམ་བཞིན་དུ་རབ་ཏུ་ཞེས་སོ། །

### ཞེས་པའི་རྣམ་པ།

དེ་ཞེས་པའི་ཞེས་པ་ནི་བཞི་སྟེ། ཆོས་ཞེས་པ་དང་། རྗེས་སུ་ཞེས་  
པ་དང་། ཀྱན་རྫོབ་ཞེས་པ་དང་། ལམ་ཞེས་པའོ་ཞེས་འབྱུང་བ་དང་ཡང་  
འགལ་བར་འགྱུར་རོ། །སེམས་ཁྱུ་པ་ནི་ལེ་ལོ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་  
པའི་སྤྱིར་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་ཡིན་ནོ། །རབ་ཏུ་བཟུང་བ་ནི་བཙོན་འགྲུས་དང་  
མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་སྤྱིར་དགེ་བ་ཡིན་ནོ། །ཆུང་དུ་ནི་རྣམ་པར་བྱང་བ་  
ཆུང་དུ་དག་གིས་བསྟན་པའི་སྤྱིར་ཉོན་མོངས་པ་ཡིན་ནོ། །ཆེན་པོར་གྱུར་  
པ་ནི་དེ་ལས་བསྒྲིག་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དགེ་བ་ཡིན་ནོ། །རྩ་བ་དང་། རིན་  
དང་། འཁོར་དང་། རྗེས་སུ་འབྱང་བ་དང་། སྟོབས་ཆེ་ཆུང་གི་ཡང་སྤྱིར་  
ཏེ། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་ནི་མི་དགེ་བའི་རྩ་བ་གཉིས་ཀྱིས་རྩ་བ་དང་བཅས་པ་  
ཡིན་ནོ། །དགེ་བ་ནི་དགེ་བའི་རྩ་བ་གསུམ་གྱིས་སོ། །ཉོན་མོངས་པ་ཅན་  
ནི་འབད་པས་བསྐྱུབ་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རིན་ཆུང་བ་ཡིན་ནོ། །དགེ་  
བ་ནི་ཆེ་གས་ཆེན་པོས་བསྐྱུབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རིན་ཆེ་བ་ཡིན་ནོ། །

ཉོན་མོངས་པ་ཅན་ནི་དེ་དང་འདྲ་བ་མ་འོངས་པ་འཛོལ་པའི་ཕྱིར་འཁོར་མང་  
བ་མ་ཡིན་ལ་སྤང་པོ་གསུམ་གྱིས་རྗེས་སུ་འབྱང་བ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ནོ། །  
དགོ་བ་ནི་འཁོར་མང་བ་ཡིན་ལ་སྤང་པོ་བཞིས་རྗེས་སུ་འབྱང་བ་དང་བཅས་  
པ་ཡིན་ནོ། །

ཡང་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་ནི་སྟོབས་ཆུང་བ་ཡིན་ནོ། །དགོ་བ་ནི་སྟོབས་  
ཆེ་བ་ཡིན་ནོ། །སྤྱག་བསྐལ་ལ་ཆོས་ཤེས་པའི་བཟོད་པ་གཅིག་གིས་ཀྱང་ཕྱ་  
རྒྱས་བཅུ་གཏན་དུ་འཛོམས་པར་བྱེད་པས་དེའི་ཕྱིར་ཡང་ཉོན་མོངས་པ་ནི་  
ཆུང་བ་ཡིན་ལ་དགོ་བ་ནི་ཆེན་པོར་གྱུར་པ་ཡིན་ནོ། །ཁྲོད་པ་ནི་ཁྲོད་པ་དང་  
མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་ཕྱིར་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་ཡིན་ནོ། །ཁྲོད་པ་མ་ཡིན་པ་  
ནི་དེའི་གཉེན་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དགོ་བ་ཡིན་ནོ། །

རྣམ་པར་མ་ཞི་བ་དང་། རྣམ་པར་ཞི་བ་ཡང་དེ་དང་འདྲའོ། །མཉམ་  
པར་མ་བཞག་པ་ནི་རྣམ་པར་གཡེང་བ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་ཕྱིར་ཉོན་  
མོངས་པ་ཅན་ནོ། །མཉམ་པར་བཞག་པ་ནི་དེའི་གཉེན་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
དགོ་བ་ཡིན་ནོ། །མ་བསྐྱོམས་པ་ནི་འཛོལ་པ་དང་བསྐྱེན་པའི་བསྐྱོམ་པ་དག་  
གིས་མ་བསྐྱོམས་པའི་ཕྱིར་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་ནོ། །བསྐྱོམས་པ་ནི་དེ་གཉིས་  
ཀྱིས་བསྐྱོམས་པའི་ཕྱིར་དགོ་བ་ཡིན་ནོ། །རྣམ་པར་མ་གྲོལ་བ་ནི་རང་བཞིན་  
དང་རྒྱུད་རྣམ་པར་མ་གྲོལ་བ་དག་གིས་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ཕྱིར་ཉོན་མོངས་  
པ་ཅན་ཡིན་ནོ། །རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ནི་དེ་གཉིས་ཀྱིས་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ཕྱིར་  
དགོ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་ནི་མདོ་དང་མི་མཐུན་པར་བྱས་པ་

ཡང་ཡིན་ལ། ཆིག་དེ་རྣམས་ཀྱི་དོན་གྱི་བྱང་པར་ཡང་མ་བཤད་པ་ཡིན་  
 བོ། །དེ་ལྟར་ན་མདོ་དང་མི་མཐུན་པར་བྱས་པ་ཡིན་ཞེ་ན། མདོ་ལས་དེ་ལྟར་  
 ན་སེམས་ནང་དུ་ཀུན་དུ་བསྐྱུས་པ་ཡིན་ཞེ་ན། སེམས་གང་ཟུགས་པ་དང་  
 གཉིད་དང་ལྟན་ཅིག་པར་གྱུར་ཅིང་ནང་དུ་ཀུན་དུ་འགོག་པ་དང་ལྟན་ཅིག་  
 པར་གྱུར་ལ་ལྟག་མཐོང་དང་མཚུངས་པར་མི་ལྟན་པ་ཡིན་ལོ། །དེ་ལྟར་ན་ཕྱི་  
 རོལ་དུ་རྣམ་པར་གཡེངས་པ་ཡིན་ཞེ་ན། སེམས་གང་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་  
 ལྟ་རྣམས་ལ་རྗེས་སུ་གཡེངས་པ་ཡིན་ཞིང་རྣམ་པར་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལོ་ཞེས་  
 གསུངས་སོ། །སེམས་དེ་ཉིད་ཀུན་དུ་བསྐྱུས་པ་ཡིན་ལ་རྣམ་པར་གཡེངས་  
 པ་ཡང་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་གྲང་བཤད་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་སྐད་དུ་  
 བེ་བཤད་མོད་ཀྱི་རིགས་པར་བཤད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་  
 གཉིད་དང་ལྟན་ཅིག་པར་གྱུར་པ་རྣམ་པར་གཡེངས་པ་ཉིད་དུ་དམ་མ་བཅས་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །

བསྟན་བཅོས་དང་འགལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་གྲང་བཤད་པ་མ་ཡིན་  
 ནམ། བསྟན་བཅོས་དང་འགལ་བ་ནི་སྒྲིའི་མདོ་དང་འགལ་བ་ནི་མ་ཡིན་  
 ལོ། །དེ་ལྟར་ན་ཆིག་དེ་རྣམས་ཀྱི་དོན་གྱི་བྱང་པར་མ་བཤད་པ་ཡིན་ཞེ་ན།  
 སེམས་རྣམ་པར་གཡེངས་པ་དང་། བྱམ་པ་དང་། རྟོག་པ་དང་རྣམ་པར་མ་  
 ཞེ་བ་དང་། མཉམ་པར་མ་བཞག་པ་དང་། མ་བསྐྱོམས་པ་དང་། རྣམ་པར་མ་  
 གྲོལ་བ་རྣམས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་གྲང་ཐ་མི་དད་པར་བཤད་པའི་ཕྱིར་ལ། ཀུན་  
 དུ་བསྐྱུས་པ་དང་། རབ་དུ་བཟུང་བ་ལ་སོགས་པའི་མཆན་ཉིད་གྲང་ཐ་མི་



དད་པར་བཤད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཆིག་རྣམས་ཀྱི་དོན་གྱི་བྱད་པར་ནི་མ་བཤད་  
 བ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དེ། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་དུ་མཚུངས་ཀྱང་འདི་ལྟར་སེམས་  
 ཉོན་མོངས་པ་ཅན་འདི་ནི་རྣམ་པར་གཡེངས་པ་ཡིན་ནོ། །འདི་ནི་ཁྱུ་པ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་རྒྱས་པར་དེའི་ཉེས་པའི་བྱད་པར་ཡང་དག་པར་བསྟན་  
 པའི་ཕྱིར་ལ། དེ་བཞིན་དུ་དག་པ་ཡང་ཡོན་ཏན་གྱི་བྱད་པར་ཡང་དག་པར་  
 བསྟན་པའི་ཕྱིར་དོན་གྱི་བྱད་པར་བཤད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །མདོ་དང་འགལ་  
 བ་མ་སྤངས་པའི་ཕྱིར་དེ་ནི་ཆིག་དེ་རྣམས་ཀྱི་དོན་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་མདོ་  
 ལས་སེམས་དེ་ཉིད་ཁྱུ་པ་ཡང་ཡིན་ལ་དེ་ཉིད་ཚོད་པ་ཡང་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་  
 བར་བཤད་ན་ནི་གང་གི་ཆེ་སེམས་ཁྱུ་པ་དང་ཁྱུ་པར་དོགས་པ་དེའི་ཆེ་  
 ཞིན་ཏུ་སྤངས་པ་དང་། ཉིང་ངེ་འཛིན་དང་། བཏང་སྟོམས་ཡང་དག་བྱང་  
 ཚུབ་གྱི་ཡན་ལག་རྣམས་བསྒྲོམ་པའི་དུས་མ་ཡིན་ནོ། །

གང་གི་ཆེ་སེམས་ཚོད་པ་དང་ཚོད་པར་དོགས་པ་དེའི་ཆེ་ཆོས་རབ་  
 ཏུ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་དང་། བཙོན་འགྱུས་དང་། དགའ་བ་ཡང་དག་བྱང་  
 ཚུབ་གྱི་ཡན་ལག་རྣམས་བསྒྲོམ་པའི་དུས་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་དག་  
 གསུངས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ཅི་འདི་ལ་བྱང་ཚུབ་གྱི་ཡན་ལག་རྣམས་སོ་  
 སོར་བསྒྲོམ་མམ་ཞེ་ན། འདི་དག་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་བསྒྲོམ་པ་ཡིན་པར་འདོད་  
 གྱི་མདོན་སུམ་དུ་གྱུར་པ་ནི་མ་ཡིན་པས་ཉེས་པ་མེད་པ་ཉིད་དོ། །འདི་ལས་  
 ལེ་ལོ་ལྷག་པའི་སེམས་ནི་ཁྱུ་པ་ཞེས་བཤད་ལ། ཚོད་པ་ལྷག་པ་ནི་ཚོད་  
 པ་ཞེས་བཤད་པས་འགལ་བ་མེད་དེ། དེ་གཉིས་ཀྱང་ལྟན་ཅིག་པ་ཡིན་

པའི་ཕྱིར་སེམས་དེ་ཉིད་ཞུས་པ་ཡང་ཡིན་ལ་དེ་ཉིད་ཀློང་པ་ཡང་ཡིན་ཞེས་  
སྒྲུའོ། །བསམ་པ་ཅན་གྱི་ཆིག་ལ་ནི་བསྒྲོག་པ་མེད་གྱི་མདོའི་དགོངས་པ་ནི་  
འདི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲུའོ། །འདོད་ཆགས་དང་ལྡན་པའི་སེམས་ཐམས་ཅད་  
འདོད་ཆགས་དང་བཅས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གང་བཤད་པ། འདོད་ཆགས་དང་  
ལྡན་པའི་སེམས་གང་ཞིག་ཡིན། གལ་ཏེ་འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཐོབ་པ་དང་ལྡན་  
ཅིག་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་ནི་སྒྲོབ་པའི་སེམས་ཟག་པ་མེད་པ་ཡང་འདོད་ཆགས་  
དང་བཅས་པར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་འདོད་ཆགས་ཀྱི་དམིགས་པ་ཡིན་ནོ་  
ཞེ་ན་ནི་དག་བཅོམ་པའི་སེམས་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་ཡང་འདོད་ཆགས་དང་  
བཅས་པ་ཞེས་བྱ་བར་གཟུང་བར་འགྱུར་ཏེ། འདོད་ཆགས་ཀྱི་དམིགས་པ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཡང་ན་ངེ་ལྟར་དེ་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་ཡིན། གལ་ཏེ་ཉོན་མོངས་པ་  
སྒྱི་བའི་དམིགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན་ནི། དེ་ལྟར་ན་ཡང་གཏི་ཟུག་  
དང་བཅས་པར་གཟུང་བར་འགྱུར་ཏེ། གཏི་ཟུག་གི་དམིགས་པ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །གཞན་གྱི་སེམས་ཤེས་པ་ནི་ཐོབ་པ་ལ་དམིགས་པ་ཡང་མ་ཡིན་  
ལ། སེམས་དེ་ལ་དམིགས་པའི་འདོད་ཆགས་ལ་དམིགས་པ་ཅན་ཡང་  
མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་བས་ན་འདིར་འདོད་ཆགས་དང་ལྡན་པས་འདོད་ཆགས་  
དང་བཅས་པའི་སེམས་སུ་འདོད་པར་མི་བྱའོ། །འོ་ན་ངེ་ལྟར་ཞེ་ན། མདོའི་  
དགོངས་པ་ནི་འདོད་ཆགས་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་སེམས་ནི་འདོད་  
ཆགས་དང་བཅས་པ་ཡིན་ལ། འདོད་ཆགས་དང་མཚུངས་པར་མི་ལྡན་པའི་

སེམས་ནི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་སྤང་ངོ་། །གང་  
ལས་འདིའི་སེམས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ཡིན། ཞེ་སྤང་དང་བྲལ་བ་  
དང་། གཏི་ཐུག་དང་བྲལ་བ་ཡིན། འདོད་པའི་སྲིད་པ་དང་། གཟུགས་ཀྱི་  
སྲིད་པ་དང་། གཟུགས་མེད་པའི་སྲིད་པར་བྱེར་མི་ལྟོག་པའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་  
ཞེས་གསུངས་པ་དེར་ནི་དེའི་ཐོབ་པ་དང་བྲལ་བ་ལས་དགོངས་ཏེ་གསུངས་  
པ་ཡིན་ནོ། །ཉོན་མོངས་པ་གཞན་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་སེམས་ཀྱང་  
འདོད་ཆགས་དང་མཚུངས་པར་མི་ལྡན་པའི་བྱེར་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་  
ཡིན་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བཤད་པ་མ་ཡིན་ནམ་དགོངས་པ་འདི་ནི་ཉེས་པ་  
མེད་དེ། དེ་ནི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ཞེས་བྱ་བར་མི་གཟུང་ངོ་། །འོ་ན་  
ཅི་ལྟ་ཞེ་ན། ཞེ་སྤང་དང་བཅས་པ་དང་། གཏི་ཐུག་དང་བཅས་པ་ཞེས་བྱ་བ་  
དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པར་གཟུང་ངོ་། །ཞར་ལ་འོངས་པས་ཆོག་གོ། །

གྲུབ་པའི་མཐའ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། ཅི་པ་རོལ་གྱི་སེམས་ཤེས་པ་པ་  
རོལ་གྱི་སེམས་ཀྱི་རྣམ་པའམ་དམིགས་པ་འཇིན་ཞེ་ན། མི་འཇིན་ཏོ། །དེ་  
ནི་རྣམ་པ་དང་དམིགས་པ་ལ་མི་བསྟོས་པ་ཡིན་ཏེ། སེམས་འདི་ཆགས་པ་  
ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་ཤེས་ཀྱི་གཟུགས་ཆེ་གོ་མོ་ཞིག་ལ་ཆགས་སོ་ཞེས་བྱ་  
བར་ནི་མི་ཤེས་སོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན། དེ་གཟུགས་ལ་དམིགས་པར་ཡང་  
འགྱུར་ལ། དེ་ལ་དམིགས་པའི་པ་རོལ་གྱི་སེམས་འཇིན་པ་ནི་རང་གི་ངོ་བོ་  
ཉིད་འཇིན་པར་ཡང་འགྱུར་རོ། །གཞན་གྱི་སེམས་ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་ནི་  
སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་དང་། རྫས་ཀྱི་རང་གི་མཆོན་ཉིད་དང་། ད་

ལྟར་བྱང་བ་དང་། ས་རོལ་གྱི་རྒྱད་དང་འདོད་པ་དང་། གཟུགས་དང་ལྡན་པ་  
 དང་། ལྡན་པ་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ཅན་མཐོང་བའི་ལམ་བཀག་པ་དང་། བསྐྱེམ་  
 པའི་ལམ་ལ་དམིགས་པ་དང་། སྟོང་པ་ཉིད་དང་མཚན་མ་མེད་པ་དང་མི་ལྡན་  
 པ་དང་། ཟད་པ་དང་མི་སྐྱེ་བ་ཤེས་པས་མ་བསྐྱུས་པ་དང་། །བར་ཆད་མེད་  
 པའི་ལམ་བཀག་པ་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །ས་རོལ་གྱི་སེམས་ཤེས་པ་  
 བཤད་ཅིན་རྟོ། །

ལྟག་མ་རྣམ་པ་བཅུ་བཞི་ཅན། །སྟོང་དང་བདག་མེད་མ་གཏོགས་སོ།།  
 ལྟག་མ་ནི་ཟད་པ་དང་མི་སྐྱེ་བ་ཤེས་པ་དག་སྟེ། དེ་གཉིས་ནི་སྟོང་པ་དང་  
 བདག་མེད་པའི་རྣམ་པ་དག་མ་གཏོགས་པ་རྣམ་པ་བཅུ་བཞི་ཅན་ཡིན་ལོ། །  
 དོན་དམ་པ་པ་དག་ཡིན་ཡང་དེ་དག་གི་སྟོབས་ཀྱི་རྗེས་སུ་ཐ་སྙད་འདོགས་  
 པའི་སྐྱོན་ས་བདག་གི་སྐྱེ་བ་ཟད་དོ། །འདི་ལས་སྲིད་པ་གཞན་རབ་རྩ་མི་  
 ཤེས་སོ་ཞེས་ཀུན་རྫོབ་ལ་སྟོན་པའི་བྱིར་རོ། །ཅི་ཟག་པ་མེད་པ་ལ་རང་གི་  
 མཚན་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཡོད་དམ། འོན་ཏེ་མེད་ཅེ་ན། དེ་ཞིག་ཁ་ཆེ་བ་རྣམས་  
 ཀྱི་ལྟར་ན། ཇི་མེད་བཅུ་དྲུག་གཞན་རྣམས་མེད། །རྣམ་པ་བཅུ་དྲུག་ལས་  
 མ་གཏོགས་པ་ཟག་པ་མེད་པའི་རྣམ་པ་མེད་དོ། །གཞན་ཡོད་ཅེས་བྱ་བསྟན་  
 བཅོས་ལས། །

གཞན་ཉི་འོག་པ་རྣམས་ན་དེ། ཡོད་དོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །རི་ལྟར་ན་  
 ཁོང་དུ་ཆུད་ཅེ་ན། བསྟན་བཅོས་ལས་ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ། བསྟན་བཅོས་  
 ལས་འདི་སྐད་དུ། མི་ལྡན་པའི་སེམས་ཀྱིས་འདོད་པ་དང་ལྡན་པའི་ཆོས་

རྣམས་ཤེས་པར་འགྱུར་བ་ཡོད་དམ་ཞེ་ན། ཤེས་པར་འགྱུར་ཏེ། རིགས་  
པས་བསྐྱེད་པའི་སྒྲོ་ནས་མི་རྟག་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེད་པ་དང་། སྦྱང་པ་དང་།  
བདག་མེད་པ་དང་། རྒྱ་དང་། གུན་འབྱུང་པ་དང་། རབ་ཏུ་སྐྱེ་བ་དང་། རྒྱུན་  
དང་། འདི་ནི་གནས་ཡོད་དོ། །འདི་ནི་གཞི་ཡོད་དོ་ཞེས་བྱ་བར་ཤེས་པར་  
འགྱུར་རོ་ཞེས་འབྱུང་རོ། །གལ་ཏེ་གང་ལས་འདི་ནི་གནས་ཡོད་དོ། །འདི་  
ནི་གཞི་ཡོད་དོ་ཞེས་དེ་སྦྱུང་དུ་ཤེས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་འདྲི་དོན་ནི་  
འདི་མ་ཡིན་ཏེ། འོན་ཀྱང་མི་རྟག་པ་ལ་སོགས་པ་ཤེས་པར་འགྱུར་བ་གང་  
ཡིན་པ་འདི་ནི་གནས་ཡོད་དོ། །

འདི་ནི་གཞི་ཡོད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། གཞན་  
ནས་མི་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་འདི་བསྐྱེད་བཅོས་ཀྱི་དོན་ཡིན་པར་  
འགྱུར་ན། འདི་སྐྱད་དུ་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བའི་སེམས་ཀྱིས་འདོད་པ་  
དང་སྤྲོད་པའི་ཆོས་རྣམས་ཤེས་པར་འགྱུར་བ་ཡོད་དམ་ཞེ་ན། ཤེས་པར་  
འགྱུར་ཏེ། རིགས་པ་མ་ཡིན་པས་བསྐྱེད་པའི་སྒྲོ་ནས་བདག་དང་། བདག་  
གི་དང་། རྟག་པ་དང་། ཆད་པ་དང་། རྒྱ་མེད་པ་དང་། བྱེད་པ་མེད་པ་དང་།  
སྐྱར་པ་འདེབས་པ་དང་། མཆོག་དང་། གཙོ་བོ་དང་། བྱེད་པར་དུ་འཕགས་  
པ་དང་། དམ་པ་དང་། དག་པ་དང་། གྲོལ་བ་དང་། དེས་པར་འཛིན་པར་  
བྱེད་པ་དང་། རེམ་རྒྱུར་དང་། ཡིད་གཉིས་དང་། ཐེ་ཆོམ་དུ་ཤེས་པར་འགྱུར་  
ཞིང་། ཆགས་པ་དང་། སྤང་བ་དང་། རྣོམ་པ་དང་། རྣོངས་པར་འགྱུར་  
རོ་ཞེས་གང་གསུངས་པ་དེར་ཡང་འདི་སྐྱད་དུ་འདི་ནི་གནས་ཡོད་དོ། ། འདི་



ནི་གཞི་ཡོད་དོ་ཞེས་འབྱུང་བར་འབྱུར་བ་ཞིག་ན། དེ་སྐད་ཀྱང་མི་འབྱུང་སྟེ།  
 དེ་ལྟ་བུས་ན་འདི་ནི་དེའི་དོན་མ་ཡིན་ནོ། །ཅི་རྣམ་པ་བཅུ་དྲུག་པོ་འདི་དག་  
 མིང་གི་སློན་ས་སམ། འོན་ཏེ་རྣམ་སྲུ་ཞེ་ན། ཁ་ཅིག་ན་རེ་རྣམ་སྲུ་ནི་བདུན་  
 ཡིན་ལ་མིང་གི་སློན་ས་ནི་བཅུ་དྲུག་ཡིན་ཏེ། ཀྱན་འབྱུང་དང་། འགོག་པ་  
 དང་། ལམ་རྣམས་རྣམ་སྲུ་རེ་རེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །

འདི་སྐད་དུ་བཛོད་དེ་རྣམ་སྲུ་རྣམ་པ་བཅུ་དྲུག་གོ། །དེ་ལ་རྒྱུན་ལ་རག་  
 ལུས་པའི་ཕྱིར་མི་རྟག་པའོ། །གཞོད་པའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྐྱུག་  
 བསྐྱལ་བའོ། །བདག་གིར་ལྟ་བའི་མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་ས་ཀྱིས་སྟོང་བའོ། །  
 བདག་ཏུ་ལྟ་བའི་མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་ས་ཀྱིས་བདག་མེད་པའོ། །ས་བོན་གྱི་  
 ཆོས་ཀྱི་ཚུལ་གྱིས་རྒྱུའོ། །འབྱུང་བའི་ཆོས་ཀྱི་ཚུལ་གྱིས་ཀྱན་འབྱུང་བའོ། །  
 འབྲེལ་བའི་ཚུལ་གྱིས་རབ་ཏུ་སྦྱེ་བའོ། །

མདོན་པར་སྐྱབ་པའི་དོན་གྱིས་ནི་རྒྱུན་ཏེ། དཔེར་ན་འཇིམ་པའི་གོང་  
 བྱ་དང་ཐལ་ཞར་དང་འཁོར་ལོ་དང་ཐག་གུ་དང་ཚུ་རྣམས་འདུས་པ་ལས་བྱམ་  
 པ་མདོན་པར་གྲུབ་པ་དེ་བཞིན་ནོ། །ཡུང་པོ་ཞིག་པའི་ཕྱིར་འགོག་པའོ། །མེ་  
 གསུམ་ཞི་བའི་ཕྱིར་ཞི་བའོ། །འཆེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་གྲལ་མེད་པའོ། །སྦྱོན་  
 ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་ངེས་པར་འབྱུང་བའོ། །བཟོད་པའི་དོན་གྱིས་  
 ལམ་མོ། །རིགས་པ་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་རིགས་པའོ། །ཡང་དག་པར་བསྐྱབ་  
 པའི་དོན་གྱིས་སྐྱབ་པའོ། །ཞིན་ཏུ་ཡང་དག་པར་འདའ་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་  
 ངེས་པར་འབྱེན་པར་བྱེད་པའོ། །ཡང་ན་གཏན་དུ་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མི་

རྟག་པའོ། །ཁུར་ལྷ་བྱར་གྱུར་བའི་ཕྱིར། སྐྱག་བསྐྱལ་བའོ། །ནང་གི་སྐྱེས་  
བྱ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་སྟོང་པའོ། །འདོད་དགྱུར་བྱེད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་བདག་  
མེད་པའོ། །འོང་བའི་ཚུལ་གྱིས་རྒྱུའོ། །འབྱུང་བའི་ཚུལ་གྱིས་ཀྱན་འབྱུང་  
བའོ། །འཕེལ་བའི་ཚུལ་གྱིས་རབ་ཏུ་སྐྱེ་བའོ། །སོ་སོར་འབྲང་བའི་ཚུལ་  
གྱིས་རྒྱེན་ནོ། །འབྲེལ་བ་མེད་པས་འབྲེལ་བ་ཞིག་པའི་ཕྱིར་འགོག་པའོ། །  
འདུས་བྲས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་གསུམ་དང་འབྲལ་བའི་ཕྱིར་ཞི་བའོ། །

དགེ་བའི་ཕྱིར་གྲུ་ལོ་མ་པའོ། །ཡིད་བརྟན་པའི་མཚོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
ངེས་པར་འབྱུང་བའོ། །ལམ་ངན་པའི་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་གྱིས་ལམ་མོ།།  
རིགས་པ་མ་ཡིན་པའི་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་གྱིས་རིགས་པའོ། །སྤྱ་ངན་  
ལས་འདས་པའི་གྲོང་དང་། མི་འགལ་བའི་དོན་གྱིས་སྐྱབ་པའོ། །སྤྱིད་པ་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཉེན་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ངེས་པར་འབྱེན་པར་བྱེད་པའོ། ། ཇི་  
ལྟར་འདོད་པ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ་སྟེ་བ་དང་འཇིག་པའི་ཚོས་ཅན་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར་མི་རྟག་པའོ། ། མི་མཐུན་པར་གྱུར་པའི་ཕྱིར་སྐྱག་བསྐྱལ་བའོ། །བདག་  
དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་སྟོང་པའོ། །བདག་ཉིད་གྱིས་བདག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
བདག་མེད་པའོ། །རྒྱ་དང་། ཀྱན་འབྱུང་བ་དང་། རབ་ཏུ་སྐྱེ་བ་དང་། རྒྱེན་  
ཉིད་ནི་གང་མདོ་ལས། ཉེ་བར་ལེན་པའི་ཕྱང་པོ་ལྷ་པོ་འདི་དག་ནི་འདུན་པའི་  
རྩ་བ་ཅན་། འདུན་པ་ལས་ཀྱན་འབྱུང་བ། འདུན་པ་དང་འབྲེལ་བ། འདུན་པ་  
ལས་རབ་ཏུ་སྐྱེ་བ་དག་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། རབ་ཏུ་སྐྱེ་  
བ་ཞེས་བྱ་བའི་སྐྱ་ཐ་མར་གདོན་པ་འབའ་ཞིག་ཏུ་བྱེད་དོ། །ཡང་འདི་དག་ལ་

ཁྱད་པར་ཅི་ཡོད་ཅི་ན། འདུན་པ་ནི་རྣམ་པ་བཞི་སྟེ། ངའོ་སྟམ་པ་ནི་བྱེ་བྲག་  
མེད་པར་ལུས་ལ་འདུན་པ་ཡིན་ནོ། །གྲུར་ཅིག་སྟམ་པ་ནི་བྱེ་བྲག་མེད་པར་  
ཡང་སྲིད་པ་ལ་འདུན་པ་ཡིན་ནོ། །འདི་ལྟ་བུར་གྲུར་ཅིག་སྟམ་པ་ནི། བྱེ་  
བྲག་ཏུ་ཡང་སྲིད་པ་ལ་འདུན་པ་ཡིན་ནོ། །བཞི་པ་ནི་ཉིང་མཆམས་སྒྲོར་བའི་  
འཆིང་བ་ལ་འདུན་པ་ཡིན་ནོ། །

ཡང་ན་ལས་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་ལ་འདུན་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་དང་  
པོ་ནི་སྟུག་བསྐལ་གྱི་དང་པོའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྩ་བའི་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། འབྲས་  
བུའི་ས་བོན་བཞིན་ནོ། །གཉིས་པ་ནི་ཀུན་འབྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། དེས་དེ་ཡང་  
དག་པར་འབྱུབ་པའི་ཕྱིར་འབྲས་བུའི་སྟུ་གུ་ལ་སོགས་པ་སྐྱེ་བ་བཞིན་ནོ། །  
གསུམ་པ་ནི་དེ་དང་འབྲས་བུའི་སྟུག་བསྐལ་གྱི་རྒྱུན་ཡིན་ཏེ། འབྲས་བུའི་ཞིང་  
དང་ཆུ་དང་ལུང་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །ཞིང་ལ་སོགས་པའི་དབང་གིས་ནི་  
འབྲས་བུའི་བྱི་དང་རྡོ་དང་། རུས་པ་དང་། སྒྲིན་པ་དང་མཐུ་དང་ལྷན་པར་  
འབྱུར་རོ། །བཞི་པ་ནི་རབ་ཏུ་སྐྱེ་བ་སྟེ། དེ་ཁོ་ན་ལས་དེ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་འབྲས་  
བུའི་ཐ་མ་མེ་ཏོག་བཞིན་ནོ། །

ཡང་ན་སྲིད་པ་རྣམ་པར་སྦྱད་པ་རྣམས་ཀྱི་འདུན་པ་བཞི་ནི་སྲིད་པའི་  
བྱེ་བྲག་རྣམས་ལས་ལྷ་ཆེན་གཉིས་དང་། བཞི་ཆེན་གཉིས་ཡིན་ཏེ། དག་  
སྟོང་དག་ངའོ་སྟམ་པ་ཡོད་ན་ང་འདི་ལྟ་བུའོ་སྟམ་པ་འབྱུང་བར་འབྱུར་ཞིང་།  
ང་ནི་འདི་འབྲའོ་སྟམ་པ་དང་། ང་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ནོ་སྟམ་པ་དང་། ང་བཟང་  
རོ་སྟམ་པ་དང་། ང་ངན་ནོ་སྟམ་པ་འབྱུང་བར་འབྱུར་རོ། །དེ་ལ་འབྱུང་བར་

འགྱུར་བར་བྱའོ་སྙམ་པར་འགྱུར་ཞིང་། དེ་ལ་འབྱུང་བར་འགྱུར་བར་མི་བྱའོ་  
 སྙམ་པ་དང་། འདི་ལྟ་བུར་འབྱུང་བར་འགྱུར་བར་བྱའོ་སྙམ་པ་དང་། འདི་  
 འདྲ་བར་འབྱུང་བར་འགྱུར་བར་བྱའོ་སྙམ་པ་དང་། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པར་  
 འབྱུང་བར་འགྱུར་བར་བྱའོ་སྙམ་པ་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལ་གྱུར་ཅིག་  
 སྙམ་པ་འབྱུང་བར་འགྱུར་ཞིང་། དེ་ལ་འདི་ལྟ་བུར་གྱུར་ཅིག་སྙམ་པ་དང་།  
 དེ་འདྲ་བར་གྱུར་ཅིག་སྙམ་པ་དང་། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པར་གྱུར་ཅིག་སྙམ་པ་  
 དང་། གྱུར་ཀྱང་ཅི་མ་རུང་སྙམ་པ་དང་། འདི་ལྟ་བུར་གྱུར་ཀྱང་ཅི་མ་རུང་  
 སྙམ་པ་དང་། འདི་འདྲ་བར་གྱུར་ཀྱང་ཅི་མ་རུང་སྙམ་པ་དང་། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་  
 པར་གྱུར་ཀྱང་ཅི་མ་རུང་སྙམ་པ་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་  
 བོ། །འཇུག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་འགོག་པའོ། །སྤྱག་བསྐུལ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཞི་  
 བ་སྟེ། དགོ་སྒོར་དག་དེ་ལྟར་ན་འདུ་བྱེད་རྣམས་ནི་སྤྱག་བསྐུལ་བའོ། །ཟླ་  
 ངན་ལས་འདས་པ་ནི་ཞི་བའོ་ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གོང་ན་མེད་པའི་  
 ཕྱིར་གྱུ་ཞོམ་པའོ། །

ཡང་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་ཕྱིར་ངེས་པར་འབྱུང་བའོ། །ལམ་ལྟ་བུར་གྱུར་  
 བའི་ཕྱིར་ལམ་མོ། །ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ཞུགས་པའི་ཕྱིར་རིགས་  
 བའོ། །སོ་སོར་ངེས་པའི་ཕྱིར་སྐྱབ་པ་སྟེ། ཇི་སྐད་དུ་མཐོང་བ་རྣམ་པར་དག་  
 པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་འདི་ལམ་ཡིན་གྱི་གཞན་ནི་མེད་དོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་  
 བའོ། །གཏན་དུ་ངེས་པར་འབྱུང་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ངེས་པར་འབྱེན་པའོ། །  
 ཡང་ན་རྟག་པ་དང་། བདེ་བ་དང་། བདག་གི་དང་། བདག་ཏུ་ལྟ་བ་སྤྱད་པ་

རྣམས་ཀྱི་གཉེན་པོར་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་མི་རྟག་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེད་པ་དང་།  
 སྟོང་པ་དང་། བདག་མེད་པའི་རྣམས་པ་དག་ཡིན་ནོ། །རྒྱ་མེད་པ་དང་། རྒྱ་  
 གཅིག་ཕུ་དང་། འབྱུར་བ་དང་། སྒོ་སྤར་བཏང་བ་དང་ལྟ་བ་སྤྱད་པ་རྣམས་ཀྱི་  
 གཉེན་པོར་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་རྒྱ་དང་། ཀྱན་འབྱུང་བ་དང་། རབ་ཏུ་སྐྱེ་བ་དང་།  
 རྒྱུན་ཀྱི་རྣམས་པ་དག་ཡིན་ནོ། །ཐར་པ་མེད་དོ་སྟུང་དུ་ལྟ་བ་སྤྱད་པ་རྣམས་ཀྱི་  
 གཉེན་པོར་འགོག་པའི་རྣམས་པ་ཡིན་ནོ། །སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་ཐར་པ་ཡིན་ནོ་སྟུང་  
 དུ་ལྟ་བ་སྤྱད་པ་རྣམས་ཀྱི་གཉེན་པོར་ཞི་བའི་རྣམས་པ་ཡིན་ནོ། །བསམ་གཏན་  
 ཀྱི་བདེ་བ་བྱ་ནོམ་པ་ཡིན་པར་ལྟ་བ་སྤྱད་པ་རྣམས་ཀྱི་གཉེན་པོར་བྱ་ནོམ་  
 པ་ཡིན་ནོ། །ཡང་དང་ཡང་ཡོངས་སུ་ཉམས་པར་འབྱུར་བའི་སྒྲོ་ནས་ཐར་བ་  
 བྱི་གཏན་དུ་མ་ཡིན་ནོ་སྟུང་དུ་ལྟ་བ་སྤྱད་པ་རྣམས་ཀྱི་གཉེན་པོར་ངེས་པར་  
 འབྱུང་བའི་རྣམས་པ་ཡིན་ནོ། །

ལམ་མེད་དོ་སྟུང་པ་དང་། ལམ་འདི་ཡིན་ནོ་སྟུང་པ་དང་། གཞན་  
 ཡང་ལམ་ཡིན་ནོ་སྟུང་པ་དང་། ལམ་འདི་ཡང་ལྗོག་གོ་སྟུང་དུ་ལྟ་བར་སྤྱད་  
 པ་རྣམས་ཀྱི་གཉེན་པོར་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་ལམ་དང་། དེགས་པ་དང་། སྤྱབ་  
 པ་དང་། ངེས་པར་འབྱེན་པའི་རྣམས་པ་དག་ཡིན་ནོ། །རྣམས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་  
 ཆོས་འདི་ཅི་ཞེ་ན། རྣམས་པ་ཤེས་རབ། དེ་ལྟར་ནི་འོན་ཤེས་རབ་གཞན་  
 དང་མཚུངས་པར་མི་ལྟན་པའི་བྱིར། ཤེས་རབ་རྣམས་པ་དང་བཅས་པར་མི་  
 འབྱུར་བྱི། འདི་ལྟར་རྣམས་པ་ནི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཐམས་ཅད་  
 ཀྱི་དམིགས་པ་འཛིན་པའི་བྱེ་བྲག་ནི་རྣམས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེགས་



པར་འགྱུར་རོ། །

ཡང་ཅི་ཤེས་རབ་ཁོ་ནས་འཛིན་པར་བྱེད་དམ་ཞེ་ན། སྤྲུལ་པ་མ་ཡིན་  
ནོ། །ཁོ་ན་ངེ་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། དེ་དང་བཅས་པའི་དམིགས་དང་བཅས་པས་འཛིན་  
པར་བྱེད། ཤེས་རབ་དང་། དམིགས་པ་དང་བཅས་པའི་ཚོས་གཞན་ཐམས་  
ཅད་གྱིས་ཀྱང་འཛིན་པར་བྱེད་དོ། །ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་གཟུང་བྱ་ཡིན། །  
གང་ཅི་ཡོད་ཀྱང་རུང་ཐམས་ཅད་གཟུང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་བྱས་ན་  
ཤེས་རབ་ནི་རྣམ་པ་ཡང་ཡིན། འཛིན་པར་བྱེད་པ་ཡང་ཡིན། གཟུང་བར་  
བྱ་བ་ཡང་ཡིན་ནོ། །དམིགས་པ་དང་བཅས་པ་གཞན་ནི་འཛིན་པར་བྱེད་པ་  
དང་། གཟུང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །དམིགས་པ་མེད་པ་རྣམས་ནི་གཟུང་བར་  
བྱ་བ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །འདི་མན་ཆད་ནི་ཤེས་པ་བརྩ་པོ་འདི་དག་གི་དགོ་བ་  
ལ་སོགས་པའི་བྱེ་བྲག་བསྟན་པར་བྱ་སྟེ། དང་པོ་རྣམ་གསུམ་གཞན་རྣམས་  
དགོ། །ཀྱུན་རྫོབ་ཤེས་པ་ནི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའི་དང་པོ་ནི་ཡོད་པའི་ཕྱིར་  
དང་པོ་སྟེ། དེ་ནི་དགོ་བ་དང་མི་དགོ་བ་དང་། ལྷུང་དུ་མ་བསྟན་པ་དང་རྣམ་  
པ་གསུམ་ཡིན་ནོ། །ཤེས་པ་གཞན་དགུ་ནི་དགོ་བ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །

ས་དང་བརྟེན་པ།

དང་པོ་ས་རྣམས་ཐམས་ཅད་ན། །འདོད་པའི་ཁམས་ནས་སྤིད་པའི་ཅེ་  
མོའི་བར་ན་ཡོད་དོ། །

ཐུག་ན་ཆོས་ཤེས་བྱ། ཆོས་ཤེས་པ་ནི་བསམ་གཏན་བཞི་དང་། མི་  
 ལྷོགས་པ་མེད་པ་དང་། བསམ་གཏན་བྱང་པར་ཅན་ན་ཡོད་དོ། །དགུ་ན་  
 རྗེས་ཤེས་བྱ་བ། རྗེས་སྤྱུ་ཤེས་པ་ནི་ས་ཐུག་པོ་དེ་དག་ཉིད་དང་གཟུགས་  
 མེད་པ་གསུམ་ན་ཡོད་དོ། །དེ་བཞིན་ཐུག །སྤྱུག་བསྐྱལ་དང་། ཀུན་འབྱུང་  
 དང་། འགོག་པ་དང་། ལམ་དང་། ཟད་པ་དང་། མི་སྦྱེ་བ་ཤེས་པ་རྣམས་ཀྱང་  
 གྲེ་བྲག་མེད་པར་ནི་ས་དགུ་པོ་དེ་དག་ཉིད་ན་ཡོད་དོ། །དབྱེ་བ་ནི་ཆོས་ཤེས་  
 བས་བསྐྱུས་པ་རྣམས་ནི་ས་ཐུག་ན་ཡོད་དོ། །རྗེས་སྤྱུ་ཤེས་པས་བསྐྱུས་པ་  
 རྣམས་ནི་ས་དགུ་ན་ཡོད་དོ། །གཞན་ཡིད་ཤེས་པ་བསམ་གཏན་བཞི། །པ་  
 རོལ་གྱི་སེམས་ཤེས་པ་ནི་བསམ་གཏན་བཞི་ཁོ་ན་ན་ཡོད་ཀྱི་གཞན་ན་མེད་  
 དོ། །དེ་ན་འདོད་དང་གཟུགས་རྟེན་ཅན། །པ་རོལ་གྱི་སེམས་ཤེས་པ་དེ་ནི་  
 འདོད་པ་དང་གཟུགས་ཀྱི་ཁམས་དག་ཏུ་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་དོ། །ཆོས་ཤེས་  
 བྱ་བ་འདོད་རྟེན་ཅན། །ཆོས་ཤེས་པ་ནི་འདོད་པའི་ཁམས་ཀྱི་རྟེན་ཅན་ཁོ་ན་  
 ཡིན་གྱི། གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པའི་ཁམས་དག་ཏུ་ནི་མངོན་སུམ་དུ་  
 མི་བྱེད་དོ། །ཁམས་གསུམ་པ་ཡི་རྟེན་ཅན་གཞན། །གཞན་གང་ཞེ་ན། པ་  
 རོལ་གྱི་སེམས་ཤེས་པ་དང་། ཆོས་ཤེས་པ་མ་གཏོགས་པའོ། །ས་དག་དང་  
 རྟེན་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

དན་པ་ཉི་ལྔ་གཞན་ཏུ་བཞག་པ།

དན་པ་ཉི་ལྔ་བར་བཞག་པ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པ་བཛོད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་

སྒྲིམ་པ། འགོག་སྒོ་བྱ་བ་ཉེར་བཞག་པ། །གཅིག་སྒྲོ་བྱ་བ་ཤེས་རབ་དང་།  
ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྣམ་གངས་ཡིན་ནོ། །འགོག་པ་ཤེས་པ་ནི་གཅིག་སྒྲོ་  
ཆོས་བྱ་བ་ཉེ་བར་བཞག་པ་ཡིན་ནོ། །པ་རྩལ་གྱི་སེམས་སྒོ་ནི་གསུམ་མོ། །  
པ་རྩལ་གྱི་སེམས་ཤེས་པ་ནི་གསུམ་སྒྲོ། ཆོར་བ་དང་། སེམས་དང་། ཆོས་  
བྱ་བ་ཉེ་བར་བཞག་པ་རྣམས་ཡིན་ནོ། །སྒྲིག་མ་བཞི་ཡིན་ནོ། །འགོག་པ་  
དང་། པ་རྩལ་གྱི་སེམས་ཤེས་པ་དག་ལས་གཞན་པའི་ཤེས་པ་རྣམས་ནི་བྱ་  
བ་ཉེ་བར་བཞག་པ་བཞི་ཆར་ཡིན་ནོ། །

དམིགས་པ།

ཤེས་པ་གང་གིས་དམིགས་པ་ཤེས་པ་དུ་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། ཆོས་སྒོ་འི་  
སྒྲིབ་ཡུལ་དགྲུ་ཡིན་ནོ། ། ཆོས་ཤེས་པའི་དམིགས་པ་ནི་ཤེས་པ་དགྲུ་ཡིན་  
ཏེ། རྗེས་སུ་ཤེས་པ་མ་གཏོགས་སོ། །ལམ་རྗེས་སྒོ་ཡི་དགྲུ་ཡིན་ནོ། །  
རྗེས་སུ་ཤེས་པའི་དམིགས་པ་ཡང་ཤེས་པ་དགྲུ་ཡིན་ཏེ། ཆོས་ཤེས་པ་མ་  
གཏོགས་སོ། །ལམ་ཤེས་པའི་དམིགས་པ་ཡང་དགྲུ་ཡིན་ཏེ། གྲུན་རྫོབ་  
ཤེས་པ་མ་གཏོགས་སོ། །

སྒྲིག་བསྐྱེད་རྒྱ་སྒོ་འི་གཉིས་ཡིན་ནོ། །སྒྲིག་བསྐྱེད་དང་གྲུན་འབྱུང་  
ཤེས་པ་དག་གི་དམིགས་པ་དག་ནི་གཉིས་ཏེ། གྲུན་རྫོབ་དང་གཞན་གྱི་  
སེམས་ཤེས་པ་ཡིན་ནོ། །བཞི་ཡི་བརྩུ་ཡིན། གྲུན་རྫོབ་ཤེས་པ་དང་། གཞན་  
གྱི་སེམས་ཤེས་པ་དང་། ཟད་པ་ཤེས་པ་དང་། མི་སྐྱེ་བ་ཤེས་པ་རྣམས་གྱི་

དམིགས་པ་ནི་ཤེས་པ་བརྩུ་ཆར་ཡིན་ནོ། །གཅིག་གི་མིན། །འགོག་པ་ཤེས་  
 པ་ནི་གཅིག་ཕྱི་དམིགས་པ་ནི་ཤེས་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དོ། །ཆོས་བརྩུ་དག་  
 རི་སྒྱར་བར་བྱ། །བརྩུ་གང་དག་ཅེ་ན། །ཁམས་གསུམ་པ་དང་ངི་མེད་ཆོས།  
 འདུས་མ་བྱས་རྣམས་གཉིས་གཉིས་སོ། །ཆོས་འདུས་བྱས་རྣམས་ལ་འདོད་  
 པ་དང་། གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པ་ན་སྒྲིད་པ་དང་། ཟག་པ་མེད་པ་  
 རྣམས་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་དང་ལྡན་པ་མ་ཡིན་པའི་བྱེ་བྲག་གིས་རྣམ་པ་  
 བརྒྱད་དུ་བྱའོ། །འདུས་མ་བྱས་རྣམས་ལ་དགོ་བ་དང་། ལུང་དུ་མ་བསྟན་  
 པའི་བྱེ་བྲག་གིས་རྣམ་པར་གཉིས་སུ་བྱའོ། །

ཆོས་བརྩུ་པོ་འདི་དག་ངི་ལྟར་སྒྱར་བར་བྱ་ཞེ་ན། ཤེས་པ་གང་གིས་  
 དམིགས་པ་དུ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་སྒྱར་བར་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པའི་  
 དམིགས་པ་ནི་ཆོས་བརྩུ་པོ་ཐམས་ཅད་ཡིན་ནོ། །ཆོས་ཤེས་པའི་ནི་ལྟ་སྟེ།  
 འདོད་པ་ན་སྒྲིད་པ་དང་། ཟག་པ་མེད་པ་དང་། བཞི་དང་། འདུས་མ་བྱས་  
 དགོ་བ་ཡིན་ནོ། །རྗེས་སུ་ཤེས་པ་ནི་བདུན་ཏེ། གཟུགས་དང་གཟུགས་  
 མེད་པ་ན་སྒྲིད་པ་དང་། ཟག་པ་མེད་པ་དང་། རྒྱག་དང་། འདུས་མ་བྱས་  
 དགོ་བ་ཡིན་ནོ། །སྒྱུག་བསྐྱལ་དང་། ཀུན་འབྱུང་ཤེས་པ་དག་གི་ནི་རྒྱག་སྟེ།  
 འདོད་པ་དང་། གཟུགས་དང་། གཟུགས་མེད་པ་ན་སྒྲིད་པ་རྣམས་ཡིན་  
 ནོ། །འགོག་པ་ཤེས་པའི་ནི་གཅིག་སྟེ། འདུས་མ་བྱས་དགོ་བ་ཁོ་ན་ཡིན་  
 ནོ། །ལམ་ཤེས་པའི་ནི་གཉིས་ཏེ། ཟག་པ་མེད་པ་དག་ཡིན་ནོ། །གཞན་གྱི་  
 སེམས་ཤེས་པའི་ནི་གསུམ་སྟེ། འདོད་པ་དང་། གཟུགས་ན་སྒྲིད་པ་དང་།

ཟག་པ་མེད་པ་དང་མཚུངས་པར་ལྟན་པ་རྣམས་ཡིན་ནོ། །ཟད་པ་དང་མི་སྐྱེ་  
བ་ཤེས་པ་དག་གི་དམིགས་པ་ནི་ཆོས་དགུ་ཡིན་ཏེ། འདུས་མ་བྱས་ལུང་དུ་  
མ་བསྟན་པ་མ་གཏོགས་སོ། །ཤེས་པ་གཅིག་གིས་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཤེས་  
པར་འགྱུར་བ་ཡོད་དམ་ཞེ་ན། མེད་དོ། །

འོན་ཀྱང་། ཀུན་རྫོབ་གཅིག་སྤུས་རང་ཆོགས་ལས། །གཞན་ནི་  
བདག་མེད་ཉིད་རིག་འགྱུར། །ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པས་ནི་རང་གི་ཆོགས་ལས་  
གཞན་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་བདག་མེད་པའོ་ཞེས་བདག་མེད་པ་ཉིད་དུ་  
ཤེས་པར་འགྱུར་རོ། །དེའི་རང་གི་ཆོགས་ནི་རང་གི་ངོ་བོ་དང་དེ་དང་ལྟན་  
ཅིག་ཏུ་འབྱུང་བའི་ཆོས་རྣམས་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ནི་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་ཐ་དད་  
པའི་སྤྱིར་དང་། དམིགས་པ་གཅིག་པའི་སྤྱིར་དང་། ཏ་ཅང་ཉེ་བའི་སྤྱིར་མི་  
འཇིན་ཏོ། །དེ་ཡང་འདོད་པ་ན་སྤྱོད་པ་ནི་ཐོས་པ་དང་། བསམ་པ་ལས་བྱུང་  
བ་ཡིན་ནོ། །གཟུགས་ན་སྤྱོད་པ་ནི་ཐོས་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །བསྐྱོམ་  
པ་ལས་བྱུང་བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་ས་རྣམ་པར་ཆད་པ་ལས་དམིགས་པའི་  
སྤྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་ཐམས་ཅད་ལས་གཅིག་ཅར་འདོད་ཆགས་དང་  
བྲལ་བར་འགྱུར་རོ། །འདི་ནི་རྫོགས་སོ། །

ལྟན་པའི་ཚུལ།

གང་ཞིག་ཤེས་པ་དུ་དང་ལྟན། །ཞེས་བྱ་བ་འདི་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ།  
རེ་ཞིག་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་གཅིག་སྤུ་དང་ལྟན་ནོ། །འདོད་



ཆགས་དང་བྲལ་བ་ཞིག་ཡིན་ན་ནི་པ་རོལ་གྱི་སེམས་ཤེས་པ་དང་ཡང་ལྟན་  
 རོ། །འཕགས་པ་ནི། ཟག་མེད་སྐད་ཅིག་དང་པོ་ལ། །ཆགས་ཅན་ཤེས་  
 པ་གཅིག་དང་ལྟན། །འདོད་པ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་མ་བྲལ་བ་ཞིག་ཡིན་  
 ན་སྟུག་བསྐྱལ་ལ་ཆོས་ཤེས་པའི་བཅོད་པ་ལ་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་གཅིག་ཁོ་ན་  
 དང་ལྟན་པ་ཡིན་རོ། །གཉིས་པ་ལ་གསུམ། སྟུག་བསྐྱལ་ལ་ཆོས་ཤེས་པ་  
 ལ་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་དང་། ཆོས་ཤེས་པ་དང་། སྟུག་བསྐྱལ་ཤེས་པ་སྟེ་  
 གསུམ་དང་ལྟན་རོ། །ཡན་ཆད་ནི། །བཞི་ལ་རེ་རེ་འཕེལ་དང་ལྟན། །དེ་  
 ཡན་ཆད་གྱི་སྐད་ཅིག་མ་བཞི་ལ་ནི། དེ་ལ་ཤེས་པ་རེ་རེ་འཕེལ་བར་ཤེས་  
 པར་བྱ་སྟེ། སྟུག་བསྐྱལ་ལ་རྗེས་སུ་ཤེས་པ་ལ་ནི་རྗེས་སུ་ཤེས་པ་འཕེལ་ལ།  
 ཀུན་འབྱུང་དང་། འགོག་པ་དང་། ལམ་ལ་ཆོས་ཤེས་པ་རྣམས་ལ་ནི་ཀུན་  
 འབྱུང་དང་། འགོག་པ་དང་། ལམ་ཤེས་པ་རྣམས་འཕེལ་བས་ལམ་ལ་ཆོས་  
 ཤེས་པ་ལ་ཤེས་པ་བདུན་དང་ལྟན་པ་ཡིན་རོ། །འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་  
 ཞིག་ཡིན་ན་ནི་ཐམས་ཅད་དུ་གཞན་གྱི་སེམས་ཤེས་པ་སྟུག་པར་ལྟན་པར་  
 རིག་པར་བྱའོ། །

ཡང་གནས་སྐབས་གང་དུ་ཤེས་པ་དུ་དག་ཅིག་འཛོལ་ཅེ་ན། མཐོང་  
 བའི་ལམ་ལ་བཅོད་པ་དང་། །ཤེས་པ་རི་ལྟར་སྐྱེས་པ་རྣམས། །མ་འོངས་པ་  
 འཛོལ། མཐོང་བའི་ལམ་ལ་བཅོད་པ་འཕམ། ཤེས་པ་གང་དང་གང་སྐྱེས་པ་དེ་  
 དང་འབྲ་བ་མ་འོངས་པ་དེའི་རྣམ་པ་བཞི་ཁོ་ན་འཛོལ་པར་འབྱུང་རོ། །ཅིའི་  
 སྐྱེར་མཐོང་བའི་ལམ་ལ་ཤེས་པ་དང་། རྣམ་པ་འབྲ་བ་ཁོ་ན་འཛོལ་ཅེ་ན།

རིགས་རྣམས་མ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་ལས། རྗེས་གསུམ་ལ་ནི་ཀུན་  
 རྫོང་གྲང་། །མཐོང་བའི་ལམ་དེ་ཉིད་ལ་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་། ཀུན་འབྱུང་དང་།  
 འགོག་པ་ལ་རྗེས་སུ་ཤེས་པ་གསུམ་ལ་ཀུན་རྫོང་ཤེས་པ་ཡང་འཐོབ་པོ། །  
 ཆོས་ཤེས་པ་ལ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། བདེན་པ་བྱད་པར་མངོན་པར་མ་རྟོགས་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་མངོན་རྟོགས་མཐའ་ཞེས་བྲ། དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་  
 ཀུན་རྫོང་ཤེས་པ་དེ་ནི་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་མཐའ་ལས་བྱུང་བ་ཞེས་བྲ། སྟེ།  
 བདེན་པ་རེ་རེ་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྗེས་ལ་འཐོབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅིའི་  
 ཕྱིར་ལམ་ལ་རྗེས་སུ་ཤེས་པ་ན་འཐོབ་པར་མི་འགྱུར་ཞེ་ན། ལམ་གྱི་བདེན་  
 པ་ནི་སྟོན་འཇིག་རྟེན་པའི་ལམ་གྱིས་མངོན་པར་མ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་དང་།  
 བྱད་པར་མངོན་པར་མ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

སྤྱག་བསྐྱེད་བྱད་པར་ཡོངས་སུ་ཤེས་པར་བྲ་བ་དང་། ཀུན་འབྱུང་  
 སྤང་བར་བྲ་བ་དང་། འགོག་པ་མངོན་དུ་བྲ་བར་ནི་རྒྱས་ཀྱི། ལམ་ནི་བྱད་  
 པར་བསྐྱོམ་པར་མི་རྒྱས་པས་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་མཐའ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 དེ་ན་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་མཐའ་ལས་བྱུང་བ་མི་འཐོབ་པོ། །དེའི་ཆེ་ཀུན་  
 འབྱུང་བ་ལ་ཡང་ཐམས་ཅད་སྤངས་པ་མ་ཡིན་པས་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་  
 མཐའ་ལས་བྱུང་བར་མི་འགྱུར་རེ་ཞེ་ན། དེའི་བདེན་པ་མཐོང་བས་སྤང་བར་  
 བྲ་བ་ཐམས་ཅད་སྤངས་པ་ཡིན་ནོ། །ལམ་ནི་རིགས་མང་བའི་ཕྱིར། མཐོང་  
 བས་སྤང་བའི་གཉིན་པོར་ཐམས་ཅད་བསྐྱོམ་པར་མི་རྒྱས་པས་བྱུང་བར་  
 ཆེར་ཡོད་དོ། །

གཞན་དག་ན་རེ། མཐོང་བའི་ལམ་གྱི་འཁོར་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་  
 ཟེར་རོ། །འདི་ནི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཤེས་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་  
 བོ། །ཅི་ཀྱན་རྫོབ་ཤེས་པ་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་མཐའ་ལས་བྱུང་བ་དེ་རེས་  
 འགའ་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་དམ་ཞེ་ན། རྣམ་ཡང་མི་བྱེད་དེ། གཅིག་ཁོ་རྣམ་  
 དེ་ནི་མི་སྐྱེ་བའི་ཆོས་ཅན་ཡིན། ཇི་ལྟར་ན་དེ་ཐོབ་པ་ཡིན་ཏེ། མ་རྟེན་པ་  
 ལས་རྟེན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ནི་གལ་ཏེ་དེ་མངོན་སུམ་དུ་བྱ་བ་མི་རྣམས་པ་ཁོ་  
 བ་ཡིན་ན་ཇི་ལྟར་ན་དེ་རྟེན་པ་ཡིན། ཐོབ་པའི་སྒོ་ནས་སོ། །གང་གི་སྤྱིར་  
 རྟེན་པ་དེའི་སྤྱིར་རྟེན་དོ་ཞེས་སྟོན་པ་འདི་ནི་སྟོན་མ་བྱུང་བའི་རྣམ་པ་ཡིན་ལོ། །  
 དེ་ལྟ་བུས་ན་དེ་ལྟར་ན་ནི་ཐོབ་པ་མི་འབྱུང་བ་ཉིད་ཀྱིས་སྟོན་གྱི་སྟོབ་དཔོན་  
 དག་ཇི་སྐད་ཟེར་བ་དེ་ལྟ་ན་འབྱུང་བར་འབྱུང་རོ། །

སྟོན་གྱི་སྟོབ་དཔོན་དག་ཇི་སྐད་ཟེར་ཞེ་ན། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་  
 པའི་ལམ་གྱི་མཐུས་དེ་ལས་ལངས་ནས་འཇིག་རྟེན་པའི་ཤེས་པ་ཆེས་ཁྱད་  
 པར་དུ་འཕགས་པ་བདེན་པ་ལ་དམིགས་པ་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་པར་འབྱུང་  
 བ་ཀྱན་རྫོབ་ཤེས་པ་སྐྱེ་བར་འབྱུང་རོ། །དེ་མངོན་སུམ་དུ་འབྱུང་བར་རྣམས་  
 པའི་རྟེན་རྟེན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་རྟེན་པ་ཡིན་ཏེ། རིགས་རྟེན་ན་རིགས་  
 ལས་བྱུང་བ་ཡང་རྟེན་པ་ཡིན་ལོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །

ཐོབ་པའི་ཚུལ།

བྱེ་བྲག་ཏུ་སྐྱབ་བ་རྣམས་ནི་འདི་མི་འདོད་དོ། །ས་དུ་པའི་ཀྱན་རྫོབ་

ཤེས་པ་དེ་འཐོབ་ཅེ་ན། མཐོང་བའི་ལམ་གྱིས་ནི། རང་དང་འོག་ས། མཐོང་  
བའི་ལམ་ལས་ས་གང་ཡིན་པ་ས་དེ་པ་དང་། ས་འོག་མ་བའི་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་  
པ་འཐོབ་པ་སྟེ། གལ་ཏེ་མཐོང་བའི་ལམ་མི་སྟོགས་པ་མེད་པའི་ས་པ་ཞིག་  
ཡིན་ན་ནི། མི་སྟོགས་པ་མེད་པའི་ས་པ་དང་། འདོད་པ་ན་སྦྱོད་པ་དང་། ས་  
གཉིས་པ་ཐོབ་ལ། དེ་བཞིན་དུ་མཐོང་བའི་ལམ་བསམ་གཏན་བཞི་པའི་ས་  
པ་ཡིན་ན་ས་བདུན་པའི་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་ཐོབ་པའི་བར་དུ་འོ། །དེ་ཡང་དྲན་  
པ་ཉི་བར་བཞག་པ་དུ་དག་ཅིག་ཡིན་ཞེ་ན། འགོག་པའི་མཐའ། འགོག་པའི་  
མངོན་པར་རྟོགས་པའི་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དྲན་པ་ཉི་བར་  
བཞག་པ་ཐ་མ་སྟེ། ཆོས་དྲན་པ་ཉི་བར་བཞག་པ་ཡིན་ནོ། །གཅིག་གྲངས་  
བཅད་པས་ལྷག་མ་ནི་དྲན་པ་ཉི་བར་བཞག་པ་བཞི་ཆར་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་  
གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་མཐའ་ལས་བྱུང་  
བ་དེ་ནི་རང་བདེན་རྣམ་ཅན། བདེན་པ་གང་ཞིག་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་  
འཐོབ་པ་བདེན་པ་དེའི་རྣམ་པ་ཅན་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །དེའི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་ནོ།  
ཞེས་སྟོས་པས་འདིའི་དམིགས་པ་ཡང་བདེན་པ་དེ་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཤད་  
པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ནི་མཐོང་བའི་ལམ་གྱིས་འཐོབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་འབད་  
ལས་བྱུང་བ་སྦྱོར་བ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་གོ། །འཁོར་  
དང་བཅས་པ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་པའི་ཕྱིར། འདོད་པ་དང་གཟུགས་ན་སྦྱོད་  
པ་ནི་སྤང་པོ་བཞི་དང་ལྷའི་རང་བཞིན་ཡིན་ནོ། །ཆགས་བཅས་བཙུ་བྱུག་པ་

ལ་དུག །འཛོལ་ཅེས་བྱ་བར་སྦྱར་རྟེ། འདོད་ཆགས་དང་མ་བུལ་བ་ནི་བཅུ་  
 དུག་པ་ལམ་ལ་རྗེས་སུ་ཤེས་པ་ལས་ཤེས་པ་གཉིས་ད་ལྟར་བྱུང་བ་ཡིན་  
 ལ། མ་འོངས་པ་དུག་འཛོལ་སྟེ། ཚོས་ཤེས་པ་དང་། རྗེས་སུ་ཤེས་པ་དང་།  
 སྦྱག་བསྐྱལ་དང་། ཀུན་འབྱུང་དང་། འགོག་པ་དང་། ལམ་ཤེས་པ་རྣམས་  
 སོ། ། འདོད་ལ་ཆགས་དང་བུལ་བས་བདུན། །འདོད་ཆགས་དང་བུལ་བས་  
 ནི་བདུན་པ་པ་རོལ་གྱི་སེམས་ཤེས་པ་འཛོལ་བོ། །དེ་ཡི་གོང་མ་ཆགས་  
 བཅས་ཀྱི། །བསྐྱོམ་པའི་ལམ་ལ་བདུན་འཛོལ་བོ། །སྐད་ཅིག་མ་བཅུ་དུག་གི་  
 གོང་མའི་བསྐྱོམ་པའི་ལམ་ལ་ནི་རི་སྤྱིད་དུ་འདོད་པ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་  
 བུལ་བ་མ་ཡིན་པ་དེ་སྤྱིད་དུ་སྦྱོར་བ་དང་། བར་ཆད་མེད་པ་དང་། རྣམ་པར་  
 གྲོལ་བ་དང་། བྱུང་བར་ཅན་གྱི་ལམ་ཐམས་ཅད་ལ་ཤེས་པ་བདུན་འཛོལ་སྟེ།  
 ཚོས་ཤེས་པ་དང་། རྗེས་སུ་ཤེས་པ་དང་། སྦྱག་བསྐྱལ་དང་། ཀུན་འབྱུང་  
 བ་དང་། འགོག་པ་དང་། ལམ་དང་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་རྣམས་སོ། །

གལ་ཏེ་བསྐྱོམ་པའི་ལམ་འཇིག་རྟེན་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་  
 པ་ད་ལྟར་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་ཞིག་ཡིན་ན་  
 ནི། ཚོས་ཤེས་པ་བཞི་ལས་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་ད་ལྟར་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །

ས་བདུན་ལས་རྒྱལ་མདོན་ཤེས་དང་། །མི་གཡོ་འཛོལ་དང་སྟེལ་  
 བསྐྱོམས་པའི། །བར་ཆད་མེད་པའི་ལམ་དག་དང་། །གོང་མའི་གྲོལ་བའི་  
 ལམ་བརྒྱད་ལའང་། །ཤེས་པ་བདུན་འཛོལ་བོ་ཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་རྟེ། ས་  
 བདུན་ནི་བསམ་གཏན་བཞི་དང་། གཟུགས་མེད་པ་གསུམ་སོ། །དེ་དག་



ལས་རྒྱལ་བ་ནི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་སྟེ། སློབ་པ་ས་བདུན་པོ་དེ་དག་  
 ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་དང་། མངོན་པར་ཤེས་པ་ལྟ་དང་། མི་གཡོ་  
 བ་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་དང་། བསམ་གཏན་སྟེལ་མར་བསྒྲིམ་པའི་བར་ཆད་  
 མེད་པའི་ལམ་ངི་སྟེད་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ་ཤེས་པ་བདུན་འཛོལ་སྟེ། དེ་  
 དག་ཉིད་དོ། །གལ་ཏེ་བསྒྲིམ་པའི་ལམ་འཇིག་རྟེན་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ནི། གུན་  
 རྫོབ་ཤེས་པ་ད་ལྟར་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་ཞིག་ཡིན་ན་  
 ནི་རྗེས་སུ་ཤེས་པ་བཞི་དང་ཆོས་ཤེས་པ་གཉིས་ལས་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་  
 ད་ལྟར་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །མི་གཡོ་བ་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་ལ་ནི་གུན་རྫོབ་ཤེས་  
 པ་མི་འཛོལ་སྟེ། སྟིད་པའི་རྩེ་མོའི་གཉེན་པོ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེར་ནི་  
 ཟད་པ་ཤེས་པ་བདུན་པ་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །

ས་བདུན་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་ཡང་གོང་མ་སྟིད་པའི་རྩེ་  
 མོ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ལམ་བརྒྱུད་ལ་ཡང་  
 ཤེས་པ་བདུན་ཁོ་ན་འཛོལ་སྟེ། ཆོས་ཤེས་པ་དང་། རྗེས་སུ་ཤེས་པ་དང་།  
 སྤྲུག་བསྐྱེད་དང་། གུན་འབྱུང་དང་། འགོག་པ་དང་། ལམ་དང་། བརྡོལ་  
 གྱི་སེམས་ཤེས་པ་རྣམས་སོ། །གུན་རྫོབ་ཤེས་པ་ནི་མི་འཛོལ་སྟེ། སྟིད་པའི་  
 རྩེ་མོའི་གཉེན་པོ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྗེས་སུ་ཤེས་པ་རྣམ་པ་བཞི་དང་།  
 ཆོས་ཤེས་པ་རྣམ་པ་གཉིས་ལས་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་ད་ལྟར་བྱུང་བ་ཡིན་  
 ནོ། །

སློབ་པ་སྦྱོང་བའི་གྲོལ་བ་ལ། །ཤེས་པ་དུག་དང་བདུན་འཛོལ་བཅ།།

སྟོབ་པ་འདོད་ཆགས་དང་བཅས་པས་ནི་དབང་པོ་སྟོང་བའི་རྣམ་པར་གྲོལ་  
 བའི་ལམ་ལ་དུག་འཐོབ་སྟེ། ཆོས་ཤེས་པ་དང་། རྗེས་སུ་ཤེས་པ་དང་། སྤྱག་  
 བསྐྱལ་བ་དང་། ཀྱན་འབྱུང་བ་དང་། འགོག་པ་དང་། ལམ་ཤེས་པ་རྣམས་  
 སོ། །འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བས་ནི་པ་རོལ་གྱི་སེམས་ཤེས་པ་བསྟན་ཏེ།  
 བདུན་འཐོབ་པོ། །ལམ་ཞེས་བྱ་བའི་སྦྲ་ནི་ཁ་ཅིག་ན་རེ་གཉི་གས་ཀྱན་རྫོབ་  
 ཤེས་པ་ཡང་འཐོབ་པོ་ཞེས་ཟེར་བའི་ལུགས་ཐ་དད་པ་ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་  
 རོ། །སྟོང་བའི་ལམ་ལ་ནི་དེ་གཉིས་ཀྱིས་ཀྱན་རྫོབ་ཤེས་པ་ཡང་འཐོབ་པོ། །

བར་ཆད་མེད་པའི་ལམ་ལ་དུག་ །སྟོབ་པ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་  
 ཡང་རུང་། འདོད་ཆགས་དང་མ་བྲལ་བ་ཡང་རུང་། དབང་པོ་སྟོང་བའི་བར་  
 ཆད་མེད་པའི་ལམ་ལ་དུག་འཐོབ་སྟེ། སྤྲ་མ་བཞིན་ནོ། །ཀྱན་རྫོབ་ཤེས་པ་  
 ནི་མ་ཡིན་ཏེ། མཐོང་བའི་ལམ་དང་འབྲ་བའི་ཕྱིར། པ་རོལ་གྱི་སེམས་ཤེས་  
 པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། བར་ཆད་མེད་པའི་ལམ་ཐམས་ཅད་ལ་བཀག་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། ཅིའི་ཕྱིར་བཀག་པ་ཅི་ཞེ་ན། གཉིན་པོ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་བཞིན་སྲིད་ཅེའི་རྣམ་རྒྱལ་ལ། །སྲིད་པའི་རྩེ་མོ་ལས་འདོད་ཆགས་  
 དང་བྲལ་བའི་བར་ཆད་མེད་པའི་ལམ་རྣམས་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་དུག་འཐོབ་  
 པོ། །ཟད་པ་ཤེས་པ་ལ་དགུ་འོ། །སྲིད་པའི་རྩེ་མོ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་  
 བྲལ་བ་ལ་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ལམ་དགུ་པ་ནི་ཟད་པ་ཤེས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་  
 ལ་མི་སྦྱེ་བ་ཤེས་པ་མ་གཏོགས་པ་ཤེས་པ་དགུ་འཐོབ་པོ། །མི་གཡོ་བས་  
 ནི་བརྩ་འཐོབ་པོ། །མི་གཡོ་བའི་ཆོས་ཅན་གང་ཡིན་པ་དེས་ནི་བརྩ་འཐོབ་

སྟེ། མི་སྐྱེ་བ་ཤེས་པ་འཕྲོ་བ་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེར་འཕོ་བའི་གྲོལ་བའི་ཐ་མ་  
ལའང་། །གང་ཞིག་མི་གཡོ་བ་ཉིད་དུ་འཕོ་བ་དེའི་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ལམ་ཐ་  
མ་ལ་ཡང་བརྟུ་འཕྲོ་བ་ལོ། །བཤའ་པའི་ལྷག་མ་ལ་བརྟུད་འཕྲོ་བ་ལོ། །ལྷག་  
མ་ཡང་གང་ཞིག་ཅེ་ན། །འདོད་པའི་ཁམས་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་  
བའི་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ལམ་དགུ་པ་དང་། ས་བདུན་ལས་འདོད་ཆགས་དང་  
བྲལ་བ་དང་། མངོན་པར་ཤེས་པ་དང་སྤེལ་མར་བསྒྲོམ་པ་དག་གིས་རྣམ་  
པར་གྲོལ་བའི་ལམ་རྣམས་དང་། མི་གཡོ་བ་རྟོགས་པར་བྱེད་པའི་རྣམ་པར་  
གྲོལ་བའི་ལམ་བརྟུད་དང་། འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་སྦྱོར་བ་དང་། བྱད་  
པར་ཅན་གྱི་ལམ་ཐམས་ཅད་དེ། དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ་ནི་བྱད་པ་དང་། མི་  
སྐྱེ་བ་ཤེས་པ་མ་གཏོགས་པ་ཤེས་པ་བརྟུད་མ་འོངས་པ་འཕྲོ་བ་པས་འཕྲོ་བ་པ་  
སྟེ། སློབ་པ་ནི་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། །མི་སློབ་པའི་མངོན་པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་  
པའི་སྦྱོར་བ་དང་། རྣམ་པར་གྲོལ་བ་དང་། བྱད་པར་ཅན་གྱི་ལམ་རྣམས་ལ་  
ཤེས་པ་དགུ་འམ་བརྟུ་འཕྲོ་བ་ལོ། །མངོན་པར་ཤེས་པ་དང་སྤེལ་མར་བསྒྲོམ་  
པའི་བར་ཆད་མེད་པའི་ལམ་རྣམས་ལ་ན་བརྟུད་དམ་དགུ་འཕྲོ་བ་ལོ། །མངོན་  
པར་ཤེས་པའི་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ལམ་གཉིས་ནི་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་  
མ་འོངས་པ་ཅུང་བྱང་མི་འཕྲོ་བ་ལོ། །སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་ནི་འདོད་པ་དང་།  
བསམ་གཏན་གསུམ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་  
ལམ་ཐ་མ་རྣམས་དང་། བསམ་གཏན་གྱི་ས་པ་དག་གི་སྦྱོར་བ་རྣམས་དང་།  
མངོན་པར་ཤེས་པ་གསུམ་གྱི་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ལམ་རྣམས་དང་། ཆད་

མེད་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་མངོན་པར་སྐྱབ་པ་རྣམས་ལ་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་  
པ་མ་འོངས་པ་དང་། དེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་དག་གི་སྒྲིབ་བ་  
རྣམས་དང་། མངོན་པར་ཤེས་པ་གསུམ་གྱི་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་མ་གཏོགས་པ་  
པ་རོལ་གྱི་སེམས་ཤེས་པ་ཡང་འཐོབ་པོ། །

དེ་དག་ལ་ནི་གཞན་གྱི་སེམས་ཤེས་པ་ཡང་མི་འཐོབ་སྟེ། མཐོང་བའི་  
ལམ་གྱི་འཁོར་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ། སྒྲིན་མེད་པའི་ལམ་ཐོབ་པ་གཞན་ལ་ནི་  
ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་ཁོ་ན་མ་འོངས་པ་འཐོབ་པོ། །ཡང་ལམ་གང་ལ་ས་དུ་བའི་  
ཤེས་པ་ཐོབ་ཅེ་ན། དེ་ཞིག་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་ནི་ལམ་ས་གང་བའི་ཡིན་པ་  
དང་། དང་པོ་ཉིད་དུ་ས་གང་འཐོབ་པ་ས་དེ་བའི་མ་འོངས་པ་འཐོབ་པོ། །ཟག་  
པ་མེད་པའི་ལམ་གང་ཡིན་པ་འབའ་ཞིག་ཏུ་ཡང་མ་བཟད་དོ། །འོ་ན་རི་ལྷ་བྱ་  
ཞེ་ན། གང་ལས་ཆགས་བྲལ་བྱ་ཕྱིར་གང་། །འཐོབ་པ་དེར་ཡང་འོག་མའང་  
འཐོབ། །ས་གང་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ལ་ཡང་ལམ་ཡང་སྒྲིབ་བའི་  
ལམ་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པ་གཉིས་ཡིན་ལ། འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བས་ས་  
གང་ཞིག་ཐོབ་པ་དེའི་ས་པ་དང་ས་འོག་མ་བའི་ཟག་པ་མེད་པའི་ཤེས་པ་  
རྣམས་འཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །

ཟད་པ་ཤེས་ལ་ཟག་བཅས་ཀྱང་། །ས་ཀུན་ཟད་པ་ཤེས་པ་ལ་ནི་  
ཟད་པ་ཤེས་པས་འཐོབ་པ་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་ཡོན་ཏན་མི་སྐྱུག་པ་དང་།  
དབུགས་འབྱུང་བ་དང་། རྩབ་པ་རྗེས་སུ་བྲན་པ་དང་། བྲན་པ་ཉི་བར་བཞག་  
པ་དང་། ཆོད་མེད་པ་དང་། རྣམ་པར་ཐར་པ་ལ་སོགས་པ་ས་ཐམས་ཅད་

སྒོ་ག་མ་ཐག་པ་བཅད་དེ། དབྱུགས་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་དང་། ཆོས་མ་ཐུན་པ་  
འཐོབ་སྟེ། རྒྱལ་སྤྱི་དུ་ཆེན་པོ་ཐོབ་ན། དུལ་གྱི་མི་རྣམས་ཀྱིས་དབྱུག་བར་  
བྱ་བས་བསྐྱུ་བ་བཞིན་དུ་རང་གི་སེམས་ལ་རྒྱལ་སྤྱི་དུ་ཆེན་པོ་ཉིད་འཐོབ་པ་  
ལ་དགོ་བའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་འཐོབ་པ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱུ་བའི་སྤྱིར་རོ། །

གང་ཅི་རྙེད་པ་དེ་ཐམས་ཅད་འཐོབ་བམ་ཞེ་ན། སྤྲུལ་པ། གང་སྒྲོན་  
མེད་པ་ལས་རྙེད་པ་ཡིན་པས། དེ་ཐམས་ཅད་ནི་འཐོབ་ཀྱི། སྒྲོན་རྙེད་ཟེན་  
པ་ནི་མི་འཐོབ་བའོ། །གང་རྣམ་པར་ཉམས་པ་ལས་ཡང་རྙེད་པ་དེ་ཡང་མི་  
འཐོབ་སྟེ། ཐོབ་པ་བཏང་བའི་སྤྱིར་རོ། །ཅི་འཐོབ་པ་རྙེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནམ་  
ཞེ་ན། སྤྲུལ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འཐོབ་པ་ནི་རྣམ་པ་བཞི་སྟེ། ཉེན་པ་འཐོབ་པ་  
དང་། བསྟེན་པ་འཐོབ་པ་དང་། གཉེན་པོ་འཐོབ་པ་དང་། ཐག་བསྐྱིང་བ་  
འཐོབ་བའོ། །

དེ་ལ་རྙེད་པ་དང་བསྟེན་ཅེས་བྱ་བ་ནི། །དགོ་བ་འདུས་བྱས་  
འཐོབ་པོ། །གཉེན་པོ་དང་ནི་ཐག་བསྐྱིང་བའི། །འཐོབ་པ་ཟག་དང་བཅས་  
པའི་ཡིན། །རྙེད་པ་དང་བསྟེན་པ་འཐོབ་པ་དག་ནི་དགོ་བ་འདུས་བྱས་རྣམས་  
ཀྱི་ཡིན་ཏེ། མ་འོངས་པ་རྣམས་ཀྱི་ནི་གཅིག་གོ། །ད་ལྟར་བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱི་  
ནི་གཉི་གའོ། །གཉེན་པོ་དང་ཐག་བསྐྱིང་བ་འཐོབ་པ་དག་ནི། ཟག་པ་དང་  
བཅས་པའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་དགོ་བ་ཟག་པ་དང་བཅས་  
པ་རྣམས་ཀྱི་ནི་འཐོབ་པ་བཞི་ཡིན་ནོ། །ཟག་པ་མེད་པ་རྣམས་དང་། ཉོན་  
མོངས་པ་ཐམས་ཅད་དང་། ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་རྣམས་ཀྱི་ནི་གཉིས་ཡིན་



ནོ། །ཆོས་མངོན་པ་པ་ཉི་འོག་པ་རྣམས་ཀྱི་ལྟར་ན་འཐོབ་པ་དུག་སྟེ། བཞི་  
པོ་དེ་དག་དང་། སྒྲོམ་པ་འཐོབ་པ་དང་། རྣམ་པར་འཛིག་པ་འཐོབ་པའོ། །སྒྲ་  
མ་ནི་དབང་པོ་རྣམས་ཀྱི་ཡིན་ལ། སྤྱི་མ་ནི་ལུས་ཀྱི་ཡིན་ཏེ། དབང་པོ་དུག་  
པོ་འདི་དག་ཤིན་ཏུ་དུལ་བ་དང་། ཤིན་ཏུ་བསྒྲོམས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་བར་དང་།  
དེ་བཞིན་དུ་ལུས་འདི་ལ་སྐྱ་ཡང་ཡོད་ཅེས་བྱ་བ་རྒྱས་པར་གསུངས་པ་ཡིན་  
ནོ། །

གང་དག་ཁ་ཆེ་བ་རྣམས་ན་རེ་དེ་གཉིས་ནི་གཉིན་པོ་དང་ཐག་བསྐང་  
བ་འཐོབ་པའི་ཁོངས་སུ་འདུས་སོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །

སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ།

གང་ཐག་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཟད་པ་ཤེས་པའི་ཆོ། ཡོན་ཏན་འཐོབ་པའི་  
སྤྱིར་བཤད་ཀྱི། སངས་རྒྱས་ཆོས་ནི་མ་འདྲེས་པ། །སྟོབས་ལ་སོགས་པ་  
བཙོ་བརྒྱད་དོ། །གང་དག་སངས་རྒྱས་ཁོ་ནས་ཟད་པ་མཐའུན་པའི་ཆོ་བརྟེས་  
པར་འགྱུར་གྱི་གཞན་གྱིས་ནི་མ་ཡིན་པའོ། །བཙོ་བརྒྱད་གང་ཞེ་ན། སྟོབས་  
བརྩ་དང་། མི་འཛིགས་པ་བཞི་དང་། དྲན་པ་ཉི་བར་བཞག་པ་གསུམ་དང་།  
ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའོ། །ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པས་ན་མ་འདྲེས་པ་ཞེས་བྱའོ། །  
དེ་ལ་གནས་དང་གནས་མིན་ཤེས་པ་བརྩ། །གནས་དང་གནས་མ་ཡིན་པ་  
མཐའུན་པའི་སྟོབས་ནི་ཤེས་པ་བརྩ་ཡིན་ནོ། །ལས་འབྲས་ལ་བརྒྱད། ལས་  
དང་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའམ་མཐའུན་པའི་སྟོབས་ནི་ཤེས་པ་བརྒྱད་དེ། འགོག་

པ་དང་ལམ་ཤེས་པ་དག་མ་གཏོགས་སོ། །བསམ་གཏན་སོགས། དབང་  
པོ་མོས་དང་ཁམས་ལ་ནི། དགྲའོ། །བསམ་གཏན་དང་། རྣམ་པར་ཐར་པ་  
དང་། ཉིང་ངེ་འཇིན་དང་། སྟོམས་པར་འཇུག་པ་མཐུན་པའི་སྟོབས་ནི་ཤེས་  
པ་དགྲ་ཡིན་ཏེ། འགོག་པ་ཤེས་པ་མ་གཏོགས་སོ། །

སྟོབས་བརྩ་བཤད་པ།

དབང་པོ་མཆོག་དང་མཆོག་མ་ཡིན་པ་མཐུན་པའི་སྟོབས་དང་།  
མོས་པ་སྣ་ཆོགས་མཐུན་པའི་སྟོབས་དང་། ཁམས་སྣ་ཆོགས་མཐུན་པའི་  
སྟོབས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་རིག་པར་བྱའོ། །ལམ་དག་ལ་བརྩམས། །འམ་  
ཞེས་བྱ་བའི་སྤྱི་ནི་དགྲའམ་ཞེས་ལུགས་ཐ་དད་པའི་དོན་ཏེ། གལ་ཏེ་ལམ་  
དེ་འབྲས་བྱ་དང་བཅས་པར་གཟུང་ན་ནི་ཐམས་ཅད་དུ་འགྲོ་བའི་ལམ་མཐུན་  
པའི་སྟོབས་ཤེས་པ་བརྩའོ། །གལ་ཏེ་མ་ཡིན་ན་ནི་དགྲ་སྟེ། འགོག་པ་ཤེས་  
པ་མ་གཏོགས་སོ། །གཉིས་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་ཡིན། །སྟོན་གྱི་གནས་  
རྗེས་སུ་བྲན་པ་མཐུན་པའི་སྟོབས་དང་། ཤེ་འཕོ་བ་དང་། སྐྱེ་བ་མཐུན་པའི་  
སྟོབས་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་ཡིན་ནོ། །ཟད་པ་དུག་གམ་བརྩ་ཡིན་ནོ། །གལ་  
ཏེ་ཟག་པ་ཟད་པ་ཤེས་པ་འགོག་པ་ཤེས་པ་ཁོ་ན་ཞིག་ཡིན་ན་ནི་ཟག་པ་ཟད་  
པ་མཐུན་པའི་སྟོབས་ཤེས་པ་དུག་ཡིན་ཏེ། ཆོས་ཤེས་པ་དང་། རྗེས་སུ་  
ཤེས་པ་དང་། འགོག་པ་ཤེས་པ་དང་། ཟད་པ་ཤེས་པ་དང་། མི་སྐྱེ་བ་ཤེས་  
པ་དང་། ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་རྣམས་སོ། །འོན་ཏེ་ཟད་པ་ཤེས་པ་ཟག་པ་ཟད་

པའི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་ཤེས་པ་ཡིན་ན་ནི། དེས་ན་ཤེས་པ་བརྩ་ཡིན་ནོ། །  
རང་བཞིན་བཤམ་ཅིང་རྟོ། །

ད་ནི་ས་བཛོད་པར་བྱ་སྟེ། སྟོན་གནས་ཤི་འཕོ་སྟེ་བའི་སྟོབས། །  
བསམ་གཏན་དག་ན། འཆི་འཕོ་བ་ནི་འཆི་འཕོ་བ་ཁོ་ན་སྟེ། སྟོན་གྱི་གནས་  
དང་། ཤི་འཕོ་དང་སྟེ་བ་མཁུན་པའི་སྟོབས་ནི་བསམ་གཏན་བཞིའི་ས་པ་  
ཡིན་ནོ། །ལྷག་མ་ནི་ས་རྣམས་ཀྱུན་ན། སྟོབས་ལྷག་མ་ནི་ས་ཐམས་ཅད་  
ཀྱིས་བསྐྱས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་གྲང་འདོད་པའི་ཁམས་དང་། མི་སྟོགས་  
པ་མེད་པ་དང་། བསམ་གཏན་བྱུང་པར་ཅན་དང་། བསམ་གཏན་དང་།  
གཟུགས་མེད་པའོ། །ཐམས་ཅད་གྲང་འཇུག་བྱའི་སྒྲིང་གི་སྟེས་པའི་རྟེན་ཅན་  
ཡིན་ཏེ། གཞན་དུ་སངས་རྒྱས་མི་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཤེས་པ་རྣམས་པ་བརྩ་  
པོ་འདི་ཉིད་གཞན་གྱི་ནི་སྟོབས་ཞེས་མི་བྱའི། སངས་རྒྱས་ཁོ་ནའི་སྟོབས་  
ཞེས་བྱའོ། །ཅིའི་ཕྱིར། འདིའི་སྟོབས་གང་ཕྱིར་ཐོགས་མི་མངའ། །གང་གི་  
ཕྱིར་འདིའི་མཁུན་པ་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ལ་ཐོགས་པ་མི་མངའ་བར་འཇུག་  
པ་དེའི་ཕྱིར་སྟོབས་ཡིན་ནོ། །

གཞན་དག་གི་ཤེས་པ་ནི་ལ་ལར་འདོད་གྲང་མི་འཇུག་པའི་ཕྱིར།  
ཐོགས་པ་ཡིན་པས་དེ་ནི་སྟོབས་ཞེས་བྱ་བའི་མིང་ཐོབ་པར་འོས་པ་མ་ཡིན་  
ཏེ། འདིར་དཔེ་ནི་གནས་བརྟན་ལྷ་རིའི་བྱས་རབ་ཏུ་འབྱུང་བར་འདོད་པའི་  
མི་ཕྱིར་བཏང་བ་དང་། བྱ་ཞིག་ཁྲས་གཙུག་པ་སྟེ་བ་ལ་སོགས་པའི་མཐའ་  
མ་ཤེས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། །རེ་ཞིག་དེ་ལྟར་ན་མཁུན་པ་ལ་ཐོགས་པ་མི་མངའ་

བའི་ཕྱིར། སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱི་སྟོབས་ནི་ཤེས་བཞིན་དུ་མཐའ་  
ཡས་པ་ཡིན་ནོ། །སྟེ་ལ་སྟེད་མེད་བྱ་ཡི་སྟོབས། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྟེ་ལ་ནི་  
སྟེད་མེད་བྱའི་སྟོབས་མངའ་ཞེས་བརྗོད་དོ། །གཞན་དག་ཆིགས་ན། གཞན་  
དག་ན་རེ་ཆིགས་དང་ཆིགས་ན་སྟེད་མེད་ཀྱི་བྱའི་སྟོབས་མངའ་ཞེས་ཟེར་  
དོ། །

བཅུན་པ་ན་རེ། སྟེ་སྟོབས་ཀྱང་ཐུགས་ཀྱི་སྟོབས་བཞིན་དུ་མཐའ་  
ཡས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་མཐའ་ཡས་པས་  
བཟོད་པར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་ཟེར་དོ། །སངས་རྒྱས་དང་རང་སངས་རྒྱས་  
དང་འཁོར་ལོས་སྐྱར་བ་རྣམས་ཀྱི་ཆིགས་ཀྱི་མདུད་པ་དང་། ལུ་གུ་བརྒྱད་  
དང་། གཟེར་བུས་བཏབ་པ་ལྟ་བུ་དག་ཡིན་ནོ། །

སྟེད་མེད་ཀྱི་བྱའི་སྟོབས་ཀྱི་ཆད་ངེ་ཅ་མ་ཞེ་ན། སྤང་ཆེན་སོགས། །  
བདུན་ཅུས་སྤྲགས་པའི་སྟོབས་ཡིན་ནོ། །སྤང་པོ་ཆེ་པལ་པ་བཅུའི་སྟོབས་  
གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སྟོས་ཀྱི་སྤང་པོ་ཆེ་གཅིག་གི་སྟོབས་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་  
ཆན་པོ་ཆེ་ཆེན་པོ་དང་། རབ་གཞོན་དང་། ཡན་ལག་མཆོག་དང་། སྟོབས་  
མཆོག་རྣམས་གོང་ནས་གོང་དུ་བཅུ་འགྱུར་དུ་བསྐྱེད་དེ་བརྗོད་པར་བྱའོ། །

གཞན་དག་ན་རེ་སྤང་པོ་ཆེ་པལ་པ་དང་། སྟོས་ཀྱི་སྤང་པོ་ཆེ་དང་།  
ཆན་པོ་ཆེ་ཆེན་པོ་དང་། རབ་གཞོན་དང་། ཡན་ལག་མཆོག་དང་། སྟོབས་  
མཆོག་རྣམས་གོང་ནས་གོང་དུ་བཅུ་འགྱུར་དུ་བསྐྱེད་པ་ནི་སྟེད་མེད་ཀྱི་བྱའི་  
སྟོབས་ཀྱི་བྱེད་ཡིན་ལ། དེ་གཉིས་སུ་བསྐྱར་བ་ནི་སྟེད་མེད་ཀྱི་བྱའི་སྟོབས་

ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་ཏེ། ཇི་ལྟར་ཆེས་ཆེ་བ་དེ་ལྟར་རུང་ངོ་། །དེ་ནི་རེག་བྱའི་  
 སྐྱེ་མཆེད་དོ། །ལུས་ཀྱི་སྟོབས་དེ་ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རེག་བྱའི་སྐྱེ་མཆེད་  
 ཀྱི་རང་བཞིན་འབྱུང་བ་ཆེན་པོའི་ཁྱད་པར་ཁོ་ན་ཡིན་པར་རེག་པར་བྱའོ། །  
 གཞན་དག་ན་རེ་བདུན་ལས་དོན་གཞན་དུ་གྱུར་པ་རྒྱུར་བྱས་པའི་གཟུགས་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །སྟོབས་རྣམས་བཤད་ཅིན་ཏོ། །

### མི་འཇིགས་པ་བཤད་པ།

མི་འཇིགས་པ་ནི་རྣམ་པ་བཞི། །མདོ་ལས་ཇི་སྐད་འབྱུང་བ་བཞིན་  
 འོ། །མི་འཇིགས་པ་བཞི་པོ་དེ་དག་ཀྱང་། ཇི་ལྟར་སྟོབས་ནི་དང་པོ་དང་། །བཙུ་  
 པ་གཉིས་པ་བདུན་པ་བཞིན་འོ། །གནས་དང་གནས་མ་ཡིན་པ་མཁྱེན་པའི་  
 སྟོབས་ཇི་ལྟ་བུ། གྱེ་མ་ང་མདོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་པར་གྱུར་  
 པ་ལ་ཞེས་བྱ་བའི་མི་འཇིགས་པ་འདི་ཡང་དེ་དང་འདྲ་བར་རེག་པར་བྱའོ། །  
 ཟག་པ་ཟད་པ་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་ཇི་ལྟ་བུར་གྱེ་མ་ང་ཟག་པ་ཟད་པར་གྱུར་པ་  
 ལ་ཞེས་བྱ་བའི་མི་འཇིགས་པ་འདི་ཡང་དེ་དང་འདྲའོ། །ལས་བདག་གིར་  
 བྱ་བ་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་ཇི་ལྟ་བུར་ངས་གང་དག་ཉན་ཐོས་རྣམས་ལ་བར་དུ་  
 གཙོད་པའི་ཆོས་སུ་གསུངས་པ་ལ་ཞེས་བྱ་བའི་མི་འཇིགས་པ་འདི་ཡང་དེ་  
 དང་འདྲའོ། །ཀུན་ཏུ་འགྲོ་བའི་ལམ་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་ཇི་ལྟ་བུར་ངས་གང་  
 ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱི་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་ལམ་དུ་གསུངས་པ་ལ་ཞེས་བྱ་བའི་



མི་འཇིགས་པ་འདི་ཡང་དེ་དང་འདྲ་བར་རིག་པར་བྱའོ། །རི་ལྟར་ན་མཁྱེན་  
པ་ཉིད་མི་འཇིགས་པ་ཡིན་ཞེ་ན། མི་འཇིགས་པ་ནི་མི་སྐྱག་པ་ཡིན་ལ། འདི་  
དག་གིས་ཀྱང་མི་སྐྱག་པར་འགྱུར་རོ། །ཤེས་པས་བྱས་པ་ནི་མི་འཇིགས་  
པར་རུང་གི་ཤེས་པ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

དྲན་པ་ཉི་བར་བཞག་པ།

དྲན་པ་ཉི་བར་བཞག་པ་ནི་འཁོར་གྱི་བྱེ་བྲག་ལས་གསུམ་ཡིན་ཏེ།  
མདོ་ལས་རི་སྐད་འབྱུང་བ་བཞིན་ནོ། །དེ་ཡང་དྲན་པ་ཤེས་རབ་དག་ཉིད་  
གསུམ། །དྲན་པ་ཉི་བར་བཞག་པ་གསུམ་པོ་འདི་དག་ནི་དྲན་པ་དང་། ཤེས་  
བཞིན་གྱི་རང་བཞིན་དག་ཡིན་ནོ། །

གང་གི་ཆེ་ཉན་ཐོས་དག་ཀྱང་གྲུས་པར་ཉན་པ་དང་། གྲུས་པར་མི་  
ཉན་པ་དང་། གཉི་ག་ལ་ཀྱན་དུ་དགའ་བའམ། ཀྱན་ནས་མནར་སེམས་མི་  
འབྱུང་བ་ན། ཅིའི་ཕྱིར། འདི་དག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་མ་འདྲེས་པ་རྣམས་  
ཞེས་བྱ་ཞེ་ན། བག་ཆགས་དང་བཅས་པར་སྤངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ན་  
ཉན་ཐོས་རྣམས་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་ནི་གྲུས་པར་ཉན་པ་དང་། གྲུས་པར་མི་  
ཉན་པ་དང་། གཉིས་པོ་དེ་དག་ལ་ཤིན་ཏུ་ཡང་ཡིད་བདེ་བ་ལ་སོགས་པའི་  
གོ་སྐབས་སུ་མི་འགྱུར་གྱི། གཞན་ལ་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་པས་དེ་ཁོ་ན་ལ་དེ་མི་  
འབྱུང་བ་ལ་མཆོད་དུ་རྣམ་པར་བཞག་གི་གཞན་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

## ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་བཤད་པ།

ད་ནི་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་བཛོད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་སྤྲུལ་པ། ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཀུན་རྫོབ་སྟོ། ། ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པའི་བདག་ཉིད་ཡིན་པོ། ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་པར་ཡང་མི་འབྱུང་ལ། སྙིང་རྗེ་བཞིན་དུ་སྤྱད་བསྐྱེད་པ་གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་ཡང་མི་འབྱུང་པོ། ། འདི་ཅིའི་ཕྱིར་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན། ཆོགས་དང་རྣམ་པ་སྟོད་ཡུལ་དང་། ། མཉམ་པའི་ཕྱིར་དང་ཆེས་ཆེའི་ཕྱིར། ། ཆོགས་ནི་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་ཆེན་པོས་ཡང་དག་པར་འབྱུང་པའི་ཕྱིར་རོ། །

རྣམ་པ་ནི་སྤྱད་བསྐྱེད་པ་གསུམ་ལ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། ། དམིགས་པ་ནི་ཁམས་གསུམ་པའི་སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། ། མཉམ་པ་ཉིད་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་འདྲ་བར་འཇུག་པའི་ཕྱིར་རོ། ། ཆེས་ཆེ་བ་ཉིད་ནི་དེ་བས་ཆེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

སྙིང་རྗེ་དང་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་གཉིས་ལ་ཐ་དད་དུ་བྱ་བ་ནི་ཅི་ཞིག་ཡོད་ཅེ་ན། ཐ་དད་བྱ་བ་རྣམ་པ་བརྒྱད། ། རོ་བོ་ཉིད་ལས་ནི་ཞེ་སྤང་མེད་པ་དང་། གཏི་ཐུག་མེད་པའི་རོ་བོ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ། རྣམ་པ་ལས་ནི་སྤྱད་བསྐྱེད་པ་གཅིག་དང་། གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ། དམིགས་པ་ལས་ནི་ཁམས་གཅིག་དང་། གསུམ་གྱི་སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་

རོ། །ས་ལས་ནི་བསམ་གཏན་བཞི་དང་། བསམ་གཏན་བཞི་པའི་ས་པ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱུད་ལས་ནི་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
རྒྱུད་ལས་སྐྱེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཐོབ་པ་ལས་ནི་འདོད་པའི་ཁམས་  
དང་། སྤྲོད་པའི་ཅེ་མོ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བས་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
ཡོངས་སུ་མི་སྐྱོབ་པ་དང་། ཡོངས་སུ་སྐྱོབ་པ་དང་། མི་འདྲ་བ་དང་འདྲ་བར་  
ཐུགས་རྗེ་མཛད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཅི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མཉམ་པ་ཡིན་  
ནམ་ཞེ་ན། སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཆོགས་དང་ནི། །ཆོས་སྐྱེ་འགྲོ་བའི་དོན་  
སྦྱོང་པས། །མཉམ་པ་ཉིད་དེ་སྐྱེ་ཆེ་དང་། ། རིགས་དང་སྐྱེ་བོང་ཆོད་ཀྱིས་  
མིན། །སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ནི་རྒྱ་གཞུང་པོ་སྟོན་གྱི་བསོད་ནམས་དང་  
ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་ཀྱིས་ཡང་དག་པར་འབྱུང་བ་དང་། ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་ཡོངས་  
སུ་འབྱུང་བ་དང་། འཇིག་རྟེན་གྱི་དོན་སྦྱོང་པས་མཉམ་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །སྐྱེ་  
ཆེ་དང་། རིགས་དང་། གདུང་དང་། སྐྱེ་བོང་ཆོད་དུ་མཛད་པ་ལ་ནི་བྱེ་བྲག་  
ཡོད་དེ་དུས་རིམ་ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་ཡུན་ཤིན་ཏུ་རིང་བ་དང་། རྒྱུ་རྒྱུར་འཆོ་བའི་  
ཕྱིར་དང་། རྒྱལ་རིགས་དང་། བྲམ་ཟེའི་རིགས་ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་དང་། འོད་  
སྤངས་དང་འཁྱུ་ལ་སོགས་པ་གདུང་ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་དང་། སྐྱེ་བོང་ཆོད་  
ཆུང་བ་དང་། ཆུང་བ་མ་ཡིན་པ་ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཐུན་སུམ་ཆོགས་པ་རྣམ་པ་གཞུང་པོ་འདི་ཁོ་ན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་  
མཁས་པས་ནི། སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྡན་འདས་རྣམས་ལ་དགའ་བ་དང་།

གྲུས་པ་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་པར་རྒྱས་ཏེ། འདི་ལྟ་སྟེ། རྒྱ་ཕུན་སུམ་ཆོག་གས་  
 པ་དང་། འབྲས་བུ་ཕུན་སུམ་ཆོག་གས་པ་དང་། བན་འདོགས་པ་ཕུན་སུམ་  
 ཆོག་གས་པ་དང་། ཡེ་ཤེས་ཕུན་སུམ་ཆོག་གས་པ་ལོ། །དེ་ལ་རྒྱ་ཕུན་སུམ་  
 ཆོག་གས་པ་ནི། རྣམ་པ་བཞི་སྟེ། བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོག་གས་ཐམས་  
 ཅད་ལ་གོམས་པ་དང་། ཡུན་རིང་པོ་ནས་གོམས་པ་དང་། བར་ཆད་མེད་  
 བར་གོམས་པ་དང་། གྲུས་པར་བྱས་ཏེ་གོམས་པ་ལོ། །འབྲས་བུ་ཕུན་སུམ་  
 ཆོག་གས་པ་ཡང་རྣམ་པ་བཞི་སྟེ། ཡེ་ཤེས་ཕུན་སུམ་ཆོག་གས་པ་དང་། སྤངས་  
 བ་ཕུན་སུམ་ཆོག་གས་པ་དང་། མ་བུ་ཕུན་སུམ་ཆོག་གས་པ་དང་། གཟུགས་ཀྱི་  
 རྒྱ་ཕུན་སུམ་ཆོག་གས་པ་ལོ། །པན་འདོགས་པ་ཕུན་སུམ་ཆོག་གས་པ་ཡང་རྣམ་  
 པ་བཞི་སྟེ། ངན་སོང་གསུམ་དང་འཁོར་བའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་ལས་གཏན་དུ་ཐར་  
 བར་མཛད་པ་ཕུན་སུམ་ཆོག་གས་པ་ལོ། །ཡང་ན་ཐེག་པ་གསུམ་དང་བདེ་འགྲོ་  
 ལ་འགོད་པར་མཛད་པ་ཕུན་སུམ་ཆོག་གས་པ་ལོ། །

ཡེ་ཤེས་ཕུན་སུམ་ཆོག་གས་པ་ཡང་རྣམ་པ་བཞི་སྟེ། མ་བསྟན་པར་  
 མཁྱེན་པ་དང་། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་དང་། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་  
 དང་། མ་འབད་པར་མཁྱེན་པ་ལོ། །སྤངས་པ་ཕུན་སུམ་ཆོག་གས་པ་ཡང་རྣམ་  
 པ་བཞི་སྟེ། ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས་པ་དང་། གཏན་དུ་སྤངས་པ་  
 དང་། བག་ཆགས་དང་བཅས་ཏེ་སྤངས་པ་དང་། ཉིང་རེ་འཛིན་དང་སྟོམས་  
 བར་འཇུག་པའི་སྐྱིབ་པ་ཐམས་ཅད་སྤངས་པ་ལོ། །མ་བུ་ཕུན་སུམ་ཆོག་གས་  
 པ་ཡང་རྣམ་པ་བཞི་སྟེ། ཕྱི་ལྟ་སྟེ་སྤྲུལ་པ་དང་། །ཡོངས་སུ་བསྐྱུར་བ་

དང་། སྐྱ་ཆེ་གཏོང་བ་དང་། གྱིན་གྱིས་སྟོབ་པའི་མངའ་ཕུན་སུམ་ཆོག་གས་  
 པ་དང་། སྐྱིབ་པ་དང་ནམ་མཁའ་དང་ཤིན་ཏུ་རིང་བ་ལ་སྦྱར་དུ་གཤེགས་པ་  
 དང་། རྩུང་དུར་མང་པོ་འཇུག་པར་མཛད་པའི་མངའ་ཕུན་སུམ་ཆོག་གས་པ་  
 དང་། ཡ་མཆན་གྱི་ཆོས་ནར་མ་རྣམས་པ་སྐྱ་ཆོག་གས་ཕུན་སུམ་ཆོག་གས་པའོ། །

གཟུགས་ཀྱི་སྐྱ་ཕུན་སུམ་ཆོག་གས་པ་ཡང་རྣམས་པ་བཞི་སྟེ། མཆན་ཕུན་  
 སུམ་ཆོག་གས་པ་དང་། དཔེ་བྱད་བཟང་པོ་ཕུན་སུམ་ཆོག་གས་པ་དང་། སྟོབས་  
 ཕུན་སུམ་ཆོག་གས་པ་དང་། སྐྱ་གདུང་དོ་རྩེ་ལྟར་སྤྲོ་བ་ཉིད་ཕུན་སུམ་ཆོག་གས་  
 པའོ། །དེ་ལྟར་ན་དེ་དག་ནི་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ཆེ་བའི་བདག་ཉིད་མདོར་  
 བསྐྱས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་དབྱེ་ན་ནི་མཐའ་ཡས་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ཡང་བཙམ་  
 ལྟན་འདས་རྣམས་ཁོ་ན་ནས་གཤེགས་ཏེ་སྐྱ་ཆེ་བསྐྱལ་བ་གངས་མེད་པ་དུ་མར་  
 གྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པར་གྱུར་ན་མཐའ་དག་མཁྱེན་པ་དང་བརྗོད་པར་སྦྱོད་  
 ཏོ། །རེ་ཞིག་དེ་ལྟར་ན་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་ནི་ཡོན་ཏན་དང་ཡེ་  
 ཤེས་དང་མཐུ་དང་པན་འདོགས་པ་མཐའ་ཡས་ཤིང་མདུ་དུ་བྱུང་བ་ནི་རིན་  
 པོ་ཆེ་ཆེན་པོའི་འབྱུང་གནས་ཡིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་གྱིས་པ་རང་ཉིད་ཡོན་ཏན་  
 དབྱུལ་བས་མོས་པ་བཙམ་པ་རྣམས་ནི་ཡོན་ཏན་འབྱོར་བ་དེ་ལྟ་བུ་དེ་ཐོས་  
 སུ་ཟེན་གྱང་སངས་རྒྱས་དང་དེའི་ཆོས་ལ་གྱུས་པར་མི་བྱེད་ཀྱི། མཁས་  
 པ་རྣམས་ནི་རྟེན་ཡན་ཆད་ནས་གྱང་། བཙམ་ལྟན་འདས་དེ་དང་དེའི་ཆོས་  
 ལ་མདོན་པར་རབ་ཏུ་དང་བར་འགྱུར་ཏེ། གཅིག་ཏུ་རབ་ཏུ་དང་བ་དེ་དག་  
 ནི་དང་པ་ཙམ་གྱིས་གྱང་རྣམས་པར་སྦྱིན་པར་མ་ངེས་པའི་སྤྲིག་པའི་ཆོག་གས་



རྣམས་ཟིལ་གྱིས་མཉན་ཏེ་ལྷ་དང་མིའི་ལེགས་པ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་ནས་བཟོད་  
 པར་བྱ་བའི་མཆོག་ཟུང་ན་ལས་འདས་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་ནི་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཞིང་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ།  
 འབྲས་བུ་མེད་པ་མ་ཡིན་པ་དང་། ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་། མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་  
 དང་། སྦྱར་བ་དང་། མཐའ་བཟང་བའི་སྤྱིར་རོ། །

བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་གྲང་། གང་དག་རྒྱལ་བ་རྣམས་འདྲེན་ལ། །བྱ་  
 བ་ཚུང་དུ་བྱེད་འགྱུར་བའང་། །དེ་དག་མཐོ་རིས་སྣ་ཆོགས་དག །བཟོད་  
 རྣམས་བདུད་རྩི་ལོ་འཕང་འཐོབ། །ཅེས་གསུངས་སོ། །རེ་ཞིག་དེ་དག་ནི་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་མ་འདྲེས་པ་བཅོ་བརྒྱད་ཅེས་བྱའོ། །

### ཐུན་མོང་གི་ཡོན་ཏན།

ཆོས་གཞན་སློབ་དང་ཐུན་མོང་མིན། །སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ཡོན་  
 ཏན་གཞན་དག་ནི་ཉན་ཐོས་དང་ཐུན་མོང་ཡིན་ནོ། །

ཁ་ཅིག་སོ་སོའི་སྤྱེ་བོ་དང་། །དེ་དག་གྲང་གང་ཞེ་ན། ཅི་རིགས་པར།  
 ཉན་མོངས་མེད་དང་སློན་ནས་ཤེས། །སོ་སོ་ཡང་དག་རིག་སློན་སོགས། །  
 ཉན་མོངས་པ་མེད་པ་དང་། སློན་ནས་ཤེས་པ་དང་། སོ་སོ་ཡང་དག་པར་  
 རིག་པ་དང་། མངོན་པར་ཤེས་པ་དང་། བསམ་གཏན་དང་། གཟུགས་  
 མེད་པ་དང་། ཆོད་མེད་པ་དང་། རྣམ་པར་ཐར་པ་དང་། ཟིལ་གྱིས་མཐོན་

པའི་སྐྱེ་མཆེད་དང་། ཟད་པར་གྱི་སྐྱེ་མཆེད་ལ་སོགས་པའོ། །དེ་ལ་ཉོན་  
མོངས་པ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དགྲ་བཅོམ་པ་ལ་ལ་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་  
སྤྱལ་བསྐྱེད་ལ་ཉོན་མོངས་པ་ལས་རབ་ཏུ་སྐྱེ་བ་དང་། བདག་ཉིད་ཀྱང་ཡོན་  
གནས་ཀྱི་བྱུང་པར་ཡིན་པར་རིག་ནས་པ་རོལ་པོ་དག་དེ་ལ་དམིགས་ནས།  
ཉོན་མོངས་པ་སྐྱེ་བ་ཡོངས་སུ་སྤངས་པར་འདོད་དེ། གང་གིས་ན་པ་རོལ་  
པོ་དག་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཉོན་མོངས་པ་སྐྱེ་བར་མི་བྱེད་ཅིང་འགའ་ཡང་  
དེ་ལ་དམིགས་ནས་འདོད་ཆགས་སམ། ཞེ་སྤང་ངམ། ང་རྒྱལ་སྐྱེ་བར་མི་  
འགྱུར་བ་དེ་ལྟ་བུའི་ཤེས་པ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་སྟེ། ལམ་དེ་ནི་འགའ་ཡང་ཉོན་  
མོངས་པ་སྐྱེད་པར་མི་བྱེད་པས་ན་ཉོན་མོངས་པ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །

འཕགས་པ་ཁོ་ན་དང་ཐུན་མོང་བ།

ཉོན་མོངས་མེད་པ་དེ་ནི། ཀུན་རྫོབ་ཤེས། དེའི་རང་བཞིན་ནི་འདི་  
ཡིན་ནོ། །བསམ་གཏུན་མཐའ་ན་བསམ་གཏུན་བཞི་པའི་ས་པ་ཡིན་ཏེ།  
ལམ་སྐྱབ་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །མི་གཡོ་བའི་ཆོས། །དགྲ་  
བཅོམ་པ་གཞན་གྱིས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། གཞན་ནི་རེས་འགའ་རང་གི་རྒྱུད་ལས་  
ཀྱང་ཉོན་མོངས་པ་མཐའ་དག་ཡོངས་སུ་སྤང་བར་མི་རུས་སོ། །མིས་སྐྱེད།  
སྤིང་གསུམ་དུ་མི་དག་གི་ནང་ཁོ་ནར་སྐྱེད་པར་བྱེད་དོ། །ཉོན་མོངས་འདོད་  
གཏོགས་པ། མ་སྐྱེད་གཞིར་བཅས་སྐྱོད་ཡུལ་ཅན། འདིའི་དམིགས་པ་

ནི་ཉོན་མོངས་པ་འདོད་པ་ན་སྟོད་པ་མ་འོངས་པ་གཞི་དང་བཅས་པ་རྣམས་  
 ཡིན་ཏེ། ས་རོལ་པོ་དག་ཉོན་མོངས་པ་སྟེ་བར་མ་གྱུར་ཅིག་ཅེས་བྱ་བ་དེ་  
 ལྟར་ཞུགས་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཉོན་མོངས་པ་གཞི་མེད་པ་རྣམས་ནི་ཡོངས་སུ་  
 སྤང་བར་མི་རུས་ཏེ། ཐམས་ཅད་དུ་འགྲོ་བ་རྣམས་ནི་རང་གི་ས་མཐའ་དག་  
 ལ་དམིགས་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཉོན་མོངས་པ་མེད་པ་རི་རྒྱུད་དུ་བཞུགས་པ། སྟོན་  
 རྣམས་ཤེས་པའང་དེ་བཞིན་ནོ། །

དེ་ཡང་ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་དང་། བསམ་གཏན་མཐའ་ན་ཡོད་པ་དང་།  
 མི་གཡོ་བའི་ཆོས་ཅན་གྱི་ཡིན་པ་དང་། མིའི་རྟོན་ཅན་ཡིན་ནོ། །དེའི་  
 དམིགས་པ་ཐམས་ཅད་དོ། །

### སྟོན་རྣམས་ཤེས་པ།

སྟོན་རྣམས་ཤེས་པའི་དམིགས་པ་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཡིན་པས་འདི་ནི་  
 གྲེ་བྲག་ཡིན་ནོ། །གྲེ་བྲག་ཏུ་སྤྲོ་བ་རྣམས་ན་རེ་སྟོན་རྣམས་ཤེས་པ་གཟུགས་  
 མེད་པ་རྣམས་མངོན་སུམ་དུ་མི་ཤེས་སོ། །འོ་ན་རི་ལྷ་བྱ་ཞེ་ན། རྒྱ་མཐུན་  
 པ་དང་སྟོད་པའི་གྲེ་བྲག་ལས་ཤེས་ཏེ། འདིར་དཔེ་ནི་ཞིང་པ་ལྷ་བྱའོ་ཞེས་  
 ཟེར་རོ། །སྟོན་པ་སྤར་བཏང་བའི་ཤེས་པ་ནི་སྟོན་རྣམས་ཤེས་པ་སྟེ། འདི་ཤེས་  
 པར་བྱའོ་སྤམ་དུ་སྟོན་རྣམས་རབ་གྱི་མཐའི་བསམ་གཏན་བཞི་པ་ལ་སྟོམས་  
 པར་འཇུག་ཅིང་། ཉིང་རེ་འཛིན་དེའི་ཡུལ་དུ་རི་ཙམ་ཞིག་གྱུར་པ་གང་ཡིན་  
 པ་དེ་ཡང་དག་པ་རི་ལྷ་བྱ་བཞིན་དུ་རབ་ཏུ་ཤེས་པའོ། །

སོ་སོ་ཡང་དག་པའི་རིག་པ།

དེ་བཞིན་ཆོས་དོན་ངེས་ཆིག་དང་། །སློབས་པ་སོ་སོ་ཡང་དག་རིག་  
སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་ནི་བཞི་སྟེ། ཆོས་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་  
དང་། དོན་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་དང་། ངེས་པའི་ཆིག་སོ་སོ་ཡང་  
དག་པར་རིག་པ་དང་། སློབས་པ་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་ལོ། །དེ་དག་  
ཀྱང་ཉོན་མོངས་པ་མེད་པ་རི་ལྟ་བུ་དེ་དང་འབྲེལ། །དེ་དག་གི་དེ་དང་འབྲེལ་  
ཅི་ཞེ་ན། མི་གཡོ་བའི་ཆོས་ཅན་གྱི་ཡིན་པ་དང་། མིའི་རྟེན་ཅན་ཉིད་ཡིན་  
ལོ། །འདི་དག་གི་དམིགས་པ་དང་། ས་དང་། རང་གི་ངོ་བོའི་བྱེ་བྲག་ནི་ཐ་  
དད་པར་བརྗོད་དེ། གསུམ་ནི་གོ་རིམ་བཞིན་མིང་དང་། །དོན་དང་ངག་ལ་  
ཐོགས་མེད་ཤེས། །ཆོས་དང་དོན་དང་ངེས་པའི་ཆིག་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་  
རིག་པ་རྣམས་ནི་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་མིང་དང་ཆིག་དང་ཡི་གེའི་ཆོགས་རྣམས་  
དང་། དོན་དང་ངག་ལ་ཐོགས་པ་མེད་པར་ཤེས་པ་ཡིན་ལོ། །

བཞི་པ་རིགས་པ་ཐགས་ཐོགས་མེད། །མངོན་བརྗོད་ལམ་ལ་དབང་  
ཉིད་དང་། །ཐོགས་པ་མེད་པར་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་རྟེ། སློབས་པ་  
སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་ནི་རིགས་པ་དང་། ཐགས་ཐོགས་མེད་པར་  
མངོན་པར་བརྗོད་པ་ཉིད་དང་། ཉིང་ངེ་འཇིན་ལ་དབང་གསལ་བར་བྱ་བ་ལ་

ཐོགས་པ་མེད་པར་ཤེས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡི་དམིགས་པ་ངག་དང་ལམ། །  
 དེའི་དམིགས་པ་ནི་ངག་གྲང་ཡིན་ལ་ལམ་ཡང་ཡིན་ནོ། །ཤེས་པ་དགུའོ། །  
 སྟོབས་པ་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་ནི་ཤེས་པ་དགུའི་རང་བཞིན་ཡིན་ཏེ།  
 འགོག་པ་ཤེས་པ་མ་གཏོགས་སོ། །ས་ཐམས་ཅད། འདི་ནི་ངག་དང་ལམ་  
 གཉིས་ལས་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་ལ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་འདོད་པའི་ཁམས་  
 རྣམས་སྲིད་པའི་ཅེ་མོའི་བར་ས་ཐམས་ཅད་པ་ཡང་ཡིན་ནོ། །ཡང་དག་དོན་  
 རིག་བཅུའམ་དུག །དོན་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་ནི་གལ་ཏེ་དོན་ཆོས་  
 ཐམས་ཅད་ཡིན་ན་ནི་ཤེས་པ་བཅུ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་དོན་སྟངས་ལས་འདས་  
 པ་ཡིན་ན་ནི་ཤེས་པ་དུག་སྟེ། ཆོས་ཤེས་པ་དང་། རྗེས་སྟེ་ཤེས་པ་དང་།  
 འགོག་པ་དང་། ཟད་པ་དང་། མི་སྦྱེ་བ་དང་། གུན་རྫོབ་ཤེས་པ་རྣམས་སོ། །  
 དོན་ནི་གུན་ན། དོན་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་དེ་ནི་ས་ཐམས་ཅད་པ་ཡིན་  
 ནོ། །

གཞན་གུན་རྫོབ། གཞན་ཆོས་དང་ངེས་པའི་ཆིག་སོ་སོ་ཡང་དག་  
 པར་རིག་པ་གཉིས་ནི་གུན་རྫོབ་ཤེས་པའི་རང་བཞིན་དག་ཡིན་ཏེ། མིང་  
 གི་ཆོགས་ལ་སོགས་པ་དང་། ངག་ལ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཆོས་རིག་  
 འདོད་དང་བསམ་གཏན་ན། །ཆོས་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་ནི་ས་ལྟ་སོ་  
 འདོད་པའི་ཁམས་དང་། བསམ་གཏན་བཞིས་བསྐྱུས་པ་ཡིན་ཏེ། ཡན་ཆད་  
 ན་མིང་གི་ཆོགས་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ངག་ནི་འདོད་པ་དང་སོ་ན། །ངག་དང་  
 ངེས་པའི་ཆིག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་དོན་གཅིག་གོ། །ངེས་པའི་ཆིག་སོ་སོ་ཡང་དག་



པར་རིག་པ་ནི་འདོད་པའི་ཁམས་དང་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ས་པ་དག་ཡིན་  
 ཏེ། ཡན་ཆད་ན་ཉོག་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །བཏགས་པ་ནི་སོ་སོ་ཡང་དག་  
 པར་རིག་པ་རྣམས་འདི་སྐད་དུ་ཆིག་དང་ཡི་གེ་དང་། དེ་ཉིད་ཀྱི་དོན་དང་།  
 དེ་ཉིད་ཀྱི་གཅིག་དང་གཉིས་དང་མང་པོ་དང་ཕོ་དང་མོ་ལ་སོགས་པའི་ཆིག་  
 ཟུང་དགས་དང་། དེ་ལ་ཐགས་ཐོགས་མེད་པར་བྱ་བ་ལ་ཐོགས་པ་མེད་པར་  
 ཞེས་པ་ནི་ཆོས་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིགས་པ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ལོ་ཞེས་  
 སྟོན་ཏེ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་འདི་དག་གི་གོ་རིམ་གྲུབ་པ་ཡིན་ལོ། །ཆིག་ངེས་པ་ནི་  
 ངེས་པའི་ཆིག་སྟེ། དཔེར་ན་གཟུགས་སུ་རུང་བས་ནི་དེའི་སྤྱིར། གཟུགས་  
 ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ལོ། །གཞན་དག་ན་རེ་ལན་དང་ལན་ལ་  
 སྒོ་བས་པས་ན་སྒོ་བས་པ་ཡིན་ལོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །

སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་འདི་དག་གི་སྟོན་གྱི་སྒྱུར་བ་ནི་གོ་རིམ་  
 བཞིན་དུ་ཅིས་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་དང་། སྤྱི་རིག་པ་དང་། གཏན་  
 ཆིགས་རིག་པ་དག་ཡིན་ཏེ། འདི་དག་ལ་མཁས་པར་མ་བྱས་པར་དེ་དག་  
 བསྐྱེད་པར་མི་རྒྱས་སོ་ཞེས་གྲག་གོ། །ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྱུར་བ་སངས་རྒྱས་  
 ཀྱི་བཀའ་ཁོ་ན་ཡིན་ལོ་ཞེས་བརྗོད་དོ། །གང་ལ་གཅིག་ཡོད་པ་དེ་ལ་གཞོན་  
 མི་བ་བར་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་བཞི་ཆར་ཡོད་དོ། །མ་ཆང་བར་ནི་དེ་  
 ཐོབ་མེད། །དེ་དག་མ་ཆང་བར་ནི་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་འཕྲོག་པ་མ་  
 ཡིན་ལོ། །ཉོན་མོངས་པ་མེད་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་བསྟན་པ་གང་དག་  
 ཡིན་པ། རྒྱག་པོ་དེ་དག་རབ་མཐའ་བས། །དེ་དག་ནི་རབ་ཀྱི་མཐའ་བའི་

བསམ་གཏན་གྱི་སྟོབས་ཀྱིས་འཐོབ་པོ། །

དེ་ནི་རྣམ་དུག །བསམ་གཏན་བཞི་པ་རབ་ཀྱི་མཐའ་པ་དེ་ཡང་ཉོན་  
མོངས་པ་མེད་པ་དང་། སྟོན་ནས་ཤེས་པ་དང་། སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་  
པ་གསུམ་དང་། རབ་ཀྱི་མཐའ་པ་དེ་ཉིད་དང་དུག་གི་བདག་ཉིད་ཡིན་ནོ། །  
ངེས་པའི་ཆོག་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་ནི་དེའི་སྟོབས་ཀྱིས་འཐོབ་པ་  
ཡིན་གྱི་དེ་བསམ་གཏན་བཞི་པའི་ས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །རབ་ཀྱི་མཐའ་པ་  
ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཅི་ཞེ་ན། བསམ་གཏན་མཐའ། བསམ་གཏན་བཞི་པ་ཡིན་  
ནོ། །དེ་ནི་ས་ཀྱན་གྱིས་མཐུན་པས། །འཕེལ་བའི་རབ་ཏུ་བྱིན་པ་ཡིན། །རི་  
ལྟར་ན་ས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མཐུན་པར་བྱས་པ་ཡིན་ཞེ་ན། འདོད་པ་ན་སྟོད་  
པའི་སེམས་ལས་བསམ་གཏན་དང་པོ་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་ལ། དེ་ལས་ནི་  
བསམ་གཏན་གཉིས་པ་སྟེ། དེ་བཞིན་དུ་རིམ་གྱིས་འདུ་ཤེས་མེད་འདུ་ཤེས་  
མེད་མིན་གྱི་སྒྲུ་མཆེད་ཀྱི་བར་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་གོ །མི་མཐུན་པ་ནི་  
ཡང་འདོད་པ་ན་སྟོད་པའི་སེམས་ཀྱི་བར་ལ་འོ། །དེ་ལས་ཡང་བསམ་གཏན་  
བཞི་པའི་བར་དུ་མཐུན་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་ས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མཐུན་  
པར་བྱས་པ་ཡིན་ནོ། །

རི་ལྟར་ན་འཕེལ་བའི་རབ་ཏུ་བྱིན་པའི་བར་དུ་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་  
བསྟོམས་པ་ཆུང་དུ་ལས་འབྲིང་། འབྲིང་ལས་ཆེན་པོ་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་  
པ་སྟེ། འཕེལ་བའི་མཆོག་ནི་འཕེལ་བའི་རབ་ཡིན་ནོ། །བསམ་གཏན་འདི་  
ལྟ་བུ་འདི་ནི་རབ་ཀྱི་མཐའ་པ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལ་མཐར་རབ་ཏུ་བྱིན་པ་ཡོད་

པའི་ཕྱིར་རོ། །འདིར་མཐའ་ནི་འཕེལ་བའམ་རྣམ་པ་ཡིན་ཏེ། ཟུ་བཞི་པ་  
བཞིན་ནོ། །ཡོན་ཏན་དུག་པོ་དེ་དག་གྱང་། །སངས་རྒྱས་ལས་གཞན་སྦྱོར་  
ལས་སྦྱེས། །སངས་རྒྱས་ལས་གཞན་པ་ནི་སྦྱོར་བ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་གྱི་  
འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བས་ཐོབ་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་ནི་སྦྱོར་  
བ་ལས་བྱུང་བ་ཅུང་ཟད་གྱང་མེད་དེ། འདོད་ཆགས་ཅན་གྱི་དབང་ཕྱུག་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། དེའི་ཡོན་ཏན་ཕུན་སུམ་ཆོག་པ་པ་ཐམས་ཅད་མངོན་དུ་གྱུར་པ་  
ནི་བཞེད་པ་ཅམ་ལ་རག་ལས་པ་ཡིན་ནོ། །

པལ་ཆེར་བྱིས་པ་དང་ཐུན་མོང་བ།

རེ་ཞིག་དེ་དག་ནི་ཉན་ཐོས་དང་། ཐུན་མོང་པའི་ཡོན་ཏན་དག་ཡིན་  
ནོ། །མངོན་པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་སོ་སོའི་སྦྱེ་བོ་དག་དང་ཡང་ཐུན་  
མོང་ཡིན་ནོ། །མངོན་པར་ཤེས་པ་ཞེས་བྲ་བ་འདི་ཅི་ཞེ་ན། རྩ་འབྲུལ་ན་བ་  
ཡིད་དང་ནི། །སྒྲོན་ཆེ་འཆི་འཕོ་སྦྱེ་བ་དང་། །ཟད་ཤེས་མངོན་དུ་བྲ་བ་ཡི། །  
མངོན་ཤེས་རྣམ་པ་དུག །རྩ་འབྲུལ་གྱི་ཡུལ་ཤེས་པ་མངོན་དུ་བྲ་བའི་མངོན་  
པར་ཤེས་པ་དང་། །ལྟའི་ན་བ་དང་། །སེམས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་དང་། །སྒྲོན་གྱི་  
གནས་རྗེས་སུ་བྲན་པ་དང་། །འཆི་འཕོ་དང་། །སྦྱེ་བ་དང་། །ཟག་པ་ཟད་པ་  
ཤེས་པ་མངོན་སུམ་དུ་བྲ་བའི་མངོན་པར་ཤེས་པ་སྟེ། དེ་དག་ནི་མངོན་པར་  
ཤེས་པ་དུག་ཡིན་ནོ། །

དེ་དག་ལས་ལྷ་ནི་སོ་སོའི་སྦྱེ་བོ་རྣམས་དང་ཐུན་མོང་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་

དག་ཐམས་ཅད་ནི། རྣམ་གྲོལ་སྟོ། །དག་སྦྱོང་གི་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་བཞིན་  
 དུ། རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ལམ་གྱི་ཤེས་རབ་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡིན་ནོ། །བཞི་ནི་  
 ཀུན་རྫོབ་ཤེས་པ་སྟེ། །སེམས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་དང་། ཟག་པ་བྱང་པ་ཤེས་  
 པའི་མངོན་པར་ཤེས་པ་མ་གཏོགས་སོ། །སེམས་ལ་ཤེས་པ་ལྔ་ཡིན་ནོ། །  
 སེམས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་མངོན་པར་ཤེས་པ་ནི་ལྔ་ཡིན་ཏེ། ཆོས་ཤེས་པ་དང་།  
 རྗེས་སྤྱུ་ཤེས་པ་དང་། ལམ་དང་ཀུན་རྫོབ་དང་། བ་རོལ་གྱི་སེམས་ཤེས་  
 པ་རྣམས་སོ། །ཟག་པ་མངོན་ཤེས་སྟོབས་བཞིན་ནོ། །འདི་ནི་ཟག་པ་བྱང་  
 པ་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་ཇི་སྐད་དུ་བཤད་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཤེས་པ་དུག་གམ་བཅུ་  
 ཡིན་པ་དེ་ཡང་རིག་པར་བྱ་ལ། དེ་བཞིན་དུ་འདི་ནི་ས་ཐམས་ཅད་པ་ཡིན་  
 པར་ཡང་ཤེས་པར་བྱའོ། །ལྷག་མ། ལྔ་ནི་བསམ་གཏན་བཞི་དག་ན། །  
 མངོན་པར་ཤེས་པ་ལྔ་ནི་བསམ་གཏན་བཞིའི་ས་པ་དག་ཡིན་ནོ། །

ཅིའི་ཕྱིར་གཟུགས་མེད་པའི་ས་པ་དག་མེད་ཅེ་ན། དེ་ཞིག་གསུམ་  
 ནི་མེད་དེ། གཟུགས་ལ་དམིགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །སེམས་ཀྱི་རྣམ་  
 གྲངས་མངོན་པར་ཤེས་པ་ཡང་མེད་དེ་གཟུགས་ལ་སྟེགས་བཅས་ནས་  
 མངོན་པར་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྟོན་གྱི་གནས་རྗེས་སྤྱུ་བྱན་  
 པ་ཡང་མེད་དེ་མཐར་གྱིས་སྟོན་གྱི་གནས་གཞན་རྗེས་སྤྱུ་བྱན་པས་མངོན་  
 པར་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་དང་། གནས་དང་རུས་ལ་སོགས་པ་ལ་དམིགས་པ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། གཞན་གྱི་སེམས་ཤེས་པར་འདོད་པ་ནི་བདག་གི་ལུས་  
 འདི་འདྲ་བ་ཞིག་ལས་སེམས་ནི་འདི་འདྲ་བ་ཞིག་ཡིན་ནོ་ཞེས་ལུས་དང་

སེམས་ཀྱི་མཚན་མ་འཛིན་ཅིང་དེ་བཞིན་དུ་པ་རོལ་པོ་དག་ལ་ཡང་གཏོང་དེ།  
 སེམས་ཤེས་པ་ལས་མངོན་པར་འགྱུབ་པར་འགྱུར་རོ། །མངོན་པར་ཤེས་པ་  
 མངོན་པར་གྱུབ་ན་ནི་གཟུགས་ལ་མི་སྟོས་པར་མངོན་པར་ཤེས་སོ། །སྒྲོན་  
 ཀྱི་གནས་རྗེས་སུ་བྱམ་པར་འདོད་པ་ནི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འགགས་  
 མ་ཐག་པའི་མཚན་མ་བརྒྱུད་ནས་དེའི་ལུགས་ལས་བསྒྲོག་སྟེ། མཚན་མས་  
 སྒྲོར་བའི་སེམས་ཀྱི་བར་དུ་དེ་མ་ཐག་པའི་གནས་སྐབས་གཞན་རྣམས་ཡིད་  
 ལ་བྱེད་དོ། །དེ་ནས་སྤིད་པ་བར་མའི་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་བྱམ་ན་ཡང་གྱུབ་  
 པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཞན་གྱི་ཡང་བྱམ་ནོ། །མངོན་པར་གྱུབ་ནས་ནི་  
 རོང་ཀལ་དུ་ཡང་བྱམ་ནོ། །སྒྲོན་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བཞུགས་བྱམ་ནོ། །གནས་  
 གཙང་མ་རྣམས་ངེ་ལྟར་བྱམ་ཞེ་ན། རོས་པས་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བའི་བྱིར་རོ། །  
 གཟུགས་མེད་པ་ནས་ཤི་འཕོས་ནས་འདིར་སྐྱེས་པ་ན་པ་རོལ་པའི་རྒྱུད་  
 ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེད་དེ། གཞན་དག་ནི་རང་གི་རྒྱུད་ལ་བརྟེན་ནས་སོ། །རྩ་  
 འབྲུལ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲོར་བ་ནི་ཡང་པ་དང་། སྤྱོད་དང་། སྤྱོད་བའི་ཡིད་ལ་བྱེད་  
 པ་ཡིན་ནོ། །

མངོན་པར་ཤེས་པ་ལྷ་པོ་འདི་དག་ནི། རང་དང་འོག་སའི་ཡུལ་ཅན་  
 ཡིན། །རྩ་འབྲུལ་གྱི་མངོན་པར་ཤེས་པ་གང་ཡིན་པ་དེས་ས་དེའམ་འོག་  
 མར་འགོ་བའམ་སྐྱུལ་པར་བྱེད་ཀྱི་གོང་དུ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྟེ་  
 རྣ་བའི་མངོན་པར་ཤེས་པས་ཀྱང་རང་གི་ས་ཁོ་ནའམ་ས་འོག་མ་པའི་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 ཀྱི་ས་གོང་མ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །སེམས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་མངོན་པར་ཤེས་པས་



ཀྱང་ས་གོང་མ་པའི་སེམས་ནི་མི་ཤེས་སོ། །སྒྲོན་གྱི་གནས་ཐེས་སུ་བྱ་  
 པས་ཀྱང་མི་བྱ་ནོ། །འཆི་འཕོ་བ་དང་། སྐྱེ་བ་མངོན་པར་ཤེས་པས་ཀྱང་  
 མི་མཐོང་ངོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་གཟུགས་མེད་པའི་ས་པའི་སེམས་ནི་ས་གོང་  
 མ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སེམས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་དང་། སྒྲོན་གྱི་གནས་མངོན་  
 པར་ཤེས་པ་གཉིས་ཀྱིས་མི་འཇིག་ཏོ། །འདི་དག་རི་ལྟར་འཕྱོང་ཅེ་ན། མ་  
 འདྲེས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲོར་བས། ཐོབ་བྱ་འདྲེས་པ་ཆགས་བྲལ་བས། །མངོན་  
 པར་ཤེས་པ་ཆེ་རབས་གཞན་ན་གོམས་པ་རྣམས་ནི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་  
 བས་འཕྱོང་གོ། །བྱེ་བྲག་ཅན་རྣམས་ནི་སྒྲོར་བས་སོ། །ཐམས་ཅད་ཀྱང་  
 སྒྲོར་བས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་བྱ་བ་ཉེར་གཞག་གསུམ། །སེམས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་མངོན་  
 པར་ཤེས་པ་ནི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ལ་དམིགས་པ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། ཆོར་བ་དང་། སེམས་དང་། ཆོས་དང་བྱ་བ་ཉེ་བར་བཞག་པ་  
 གསུམ་གྱི་རང་བཞིན་ནོ། །དང་པོ་རྩ་འབྲུལ་ན་བ་མིག་ །མངོན་པར་ཤེས་པ་  
 ཞེས་བྱ་བར་སྒྱུར་ཏེ། རྩ་འབྲུལ་དང་ལྟའི་ན་བ་དང་ལྟའི་མིག་གི་མངོན་པར་  
 ཤེས་པ་ནི་གཟུགས་ལ་དམིགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་བྱ་བ་ཉེ་བར་བཞག་པ་  
 དང་པོ་ཡིན་ཏེ། ལུས་བྱ་བ་ཉེ་བར་བཞག་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་གོ། །

རྩ་འབྲུལ་གྱི་དམིགས་པ་ནི་ཕྱི་རི་སྐྱེ་མཆེད་བཞི་ཡིན་ཏེ། སྐྱ་མ་  
 གཏོགས་སོ། །ལྟའི་ན་བ་དང་མིག་གི་མངོན་པར་ཤེས་པའི་དམིགས་པ་ནི་སྐྱ་  
 དང་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་ཡིན་ནོ། །འདི་རི་ལྟར་ན། འཆི་འཕོ་བ་དང་སྐྱེ་

བཤེས་པས་འདི་ལྟར་སེམས་ཅན་འདི་དག་ནི་ལུས་ཀྱི་ཉེས་པར་སྦྱང་བ་དང་  
ལྡན་ལོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པར་ཤེས་ཤེས། དེ་ནི་དེས་མི་ཤེས་  
ཀྱི་འཕགས་པ་རྣམས་ལ་དེ་ལས་གཞན་པ་གང་གིས་ན་དེ་ལྟ་བུར་ཤེས་པར་  
འགྱུར་བ་མངོན་པར་ཤེས་པའི་འཁོར་དུ་གྱུར་པའི་ཤེས་པ་སྐྱེའོ། །ལྟག་མ་  
ནི་དམིགས་ཀྱིས་མ་སྤེ་བའི་སྤྱིར་བློན་པ་ཉི་བར་བཞག་པ་བཞི་ཆར་གྱི་རང་  
བཞིན་ཡིན་ལོ་ཞེས་བྱ་བར་གྲུབ་ལོ། །

མིག་དང་རྣ་བའི་མངོན་ཤེས་ནི། །ལུང་དུ་མ་བསྟན་ལྟག་རྣམས་  
དགོ །ལྟའི་མིག་དང་རྣ་བའི་མངོན་པར་ཤེས་པ་ནི་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་ཡིན་  
ལོ། །དེ་དག་གྲང་མིག་དང་རྣ་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་  
པའི་ཤེས་རབ་ཡིན་ལོ། །འོ་ན་དེ་དག་ཇི་ལྟར་བསམ་གཏན་བཞིའི་ས་པར་  
གྲུབ་ཅེ་ན། ཉེན་གྱི་དབང་གིས་དེའི་ས་བསྟན་པའི་སྤྱིར་ཉེ། དེའི་ཉེན་མིག་  
དང་རྣ་བ་ནི་བསམ་གཏན་བཞིའི་ས་པ་ཡིན་ལོ། །ཡང་ན་བར་ཆད་མེད་པའི་  
ལམ་གྱི་དབང་གིས་སོ། །གཞན་བཞི་ནི་དགོ་བ་དག་ཡིན་ལོ། །

འོ་ན་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ལས་མངོན་པར་ཤེས་པ་གང་ཞེ་ན། ཤེས་པ་  
དགོ་བ་ཡིན་ལོ་ཞེས་གང་བཤད་པ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། དེ་ནི་གཙོ་བོ་འམ་པལ་  
ཆེ་བ་བསྟན་པ་ཡིན་ལོ། །མངོན་པར་ཤེས་པ་འདི་རྣམས་ལས། །གསུམ་ནི་  
རིག་པ། སྟོན་གྱི་གནས་དང་། འཆི་འཕོ་བ་དང་སྐྱེ་བ་དང་། ཟག་པ་བྱད་  
པ་ཤེས་པ་མངོན་སུམ་དུ་བྱ་བ་རྣམས་ནི་མི་སློབ་པའི་རིག་པ་གསུམ་ཞེས་  
བྱའོ། །ཅིའི་སྤྱིར་དེ་དག་ཁོ་ན་ཡིན་གྱི་གཞན་དག་མ་ཡིན་ཞེ་ན། སྟོན་མཐའ་

སོགས། །མ་རིག་པ་ནི་བསྟོག་ཕྱིར་དོ། །འདི་དག་གིས་ནི་གོ་རིམ་བཞིན་  
 དུ་སྟོན་གྱི་མཐའ་དང་། ཕྱི་མའི་མཐའ་དང་། བར་ལ་ཀུན་དུ་སྟོངས་པ་སྟོག་  
 པར་བྱེད་དོ། །དེ་དག་ལས་ཀྱང་དོན་དམ་པར། མི་སྟོབ་ཐ་མ། ཟག་པ་བྱད་  
 པ་མངོན་དུ་བྱ་བ་ཁོ་ན་མི་སྟོབ་པའི་རིག་པ་ཡིན་ནོ། །གཉིས་ནི་དེའི། རྒྱད་  
 ལས་སྟེས་ཕྱིར་དེ་ཞེས་བྱ། །གཞན་གཉིས་ནི་མི་སྟོབ་པའི་རྒྱད་ལས་སྟེས་  
 པའི་ཕྱིར་མི་སྟོབ་པ་ཞེས་བྱའི་དེ་གཉིས་ནི་སྟོབ་པ་ཡང་མ་ཡིན་ལ་མི་སྟོབ་པ་  
 ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །

མངོན་པར་ཤེས་པ་འདི་དག་སྟོབ་པའི་ཡིན་པར་མི་འདོད་དམ་ཞེ་  
 ན་གང་གི་ཕྱིར་སྟོབ་པའི་རིག་པ་དག་ཅེས་མི་བྱ་ཞེ་ན། སྟོབ་ལ་འདོད་དེ་  
 མ་རིག་དང་། །བཅས་རྒྱད་ཕྱིར་ན་རིག་མ་བཤད། །རྒྱད་མ་རིག་པ་དང་  
 བཅས་བཞིན་དུ་རིག་པ་རྣམ་པར་གཞག་ཏུ་ནི་མི་རུང་སྟེ། ཡང་མ་རིག་པས་  
 ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པའི་ཕྱིར་དོ། །མངོན་པར་ཤེས་པ་འདི་དག་ལས། །དང་  
 བོ་གསུམ་པ་དྲུག་པ་ནི། །ཆོ་འབྲུལ་རྣམས་ཡིན་རྒྱ་འབྲུལ་དང་། །སེམས་  
 གྱི་རྣམ་གྲངས་དང་། ཟག་པ་བྱད་པའི་མངོན་པར་ཤེས་པ་རྣམས་ནི་གོ་རིམ་  
 བཞིན་དུ་ཆོ་འབྲུལ་གསུམ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་འབྲུལ་དང་ཀུན་རྫོབ་པ་དང་རྗེས་སུ་  
 བསྟན་པའི་ཆོ་འབྲུལ་རྣམས་ཡིན་ནོ། །དང་པོ་ཉིད་དུ་གདུལ་བྱའི་ཡིད་ཤེས་  
 ཏུ་འཕྲོག་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཆོ་འབྲུལ་དག་ཡིན་པའམ། འདི་དག་གིས་ཞེ་  
 འགྲས་པ་དང་། བར་མར་གནས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཡིད་འཕྲོག་པར་བྱེད་པས་ན་  
 ཆོ་འབྲུལ་དག་ཡིན་ནོ། །

འདི་དག་གི་ནང་ན། བསྟན་པ་མཆོག་། །རྗེས་སུ་བསྟན་པའི་ཆོ་  
འཕྲུལ་ནི། །མི་འབྲུལ་ཕྱིར་དང་པན་པ་དང་། །ཡིད་འོང་འབྲས་ལ་སྒྱུར་བྱེད་  
ཕྱིར། །མཆོག་ཡིན་ནོ། །རྩུ་འཕྲུལ་དང་ཀུན་རྫོབ་པ་དག་ནི་རིགས་སྒྲགས་  
ཀྱིས་ཀྱང་། བྱེད་དེ། ལྷན་རྒྱ་རི་ཞེས་བྱ་བའི་རིག་སྒྲགས་གང་གིས་ན་ནམ་  
མཁའ་ལ་འགོ་བ་དང་། རྟོག་བྱེད་ཅེས་བྱ་བའི་རིག་སྒྲགས་གང་གིས་ན་པ་  
རོལ་གྱི་སེམས་ཤེས་པ་ཡང་ཡོད་མོད་ཀྱི་ཡང་དག་པ་རི་ལྟ་བུ་བཞེན་དུ་རྗེས་  
སུ་བསྟན་པ་ནི་གཞན་གྱིས་བྱ་བར་མི་རུས་པས་མི་འབྲུལ་པའི་ཕྱིར་འདི་ནི་  
གཙོ་བོ་ཡིན་ནོ། །དེ་གཉིས་ཀྱིས་ནི་གཏོད་པ་ཅམ་དུ་ཟད་ཀྱི་རྗེས་སུ་བསྟན་  
པའི་ཆོ་འཕྲུལ་གྱིས་ནི་ཐབས་ཉེ་བར་བསྟན་པའི་སྒོ་ནས་པན་པ་དང་། ཡིད་  
དུ་འོང་བའི་འབྲས་བྱ་ལ་སྒྱུར་བས་འདི་ཉིད་མཆོག་ཡིན་ནོ། །

རྩུ་འཕྲུལ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཅི་ཡིན་ཞེ་ན། བྱེ་བྲག་ཏུ་སྦྲ་བ་རྣམས་ཀྱིས་  
ནི། རྩུ་འཕྲུལ་ཉིང་རེ་འཛིན། །འདིས་འབྱོར་པར་བྱེད་པས་ན་ཞེས་བྱ་བར་  
སྒྱུར་རོ། །དེས་ཅི་ཞེག་ཡང་དག་པར་འབྱོར་པར་འབྱུར་ཞེ་ན། དེ་ལས་ནི།  
སྦྲུལ་དང་འགོ་བ་སྟེ། དེ་ལ་འགོ་བ་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ། ལུས་ཀྱིས་ཕྱིན་  
བྱེད་དང་། མོས་པ་ལས་བྱུང་བ་དང་། ཡིད་མཁྱོགས་པའོ། །སྟོན་པ་ལ། །  
ཡིད་མཁྱོགས་འགོ་བ་དང་། ཡིད་བཞེན་དུ་མཁྱོགས་པས་ནི་ཡིད་མཁྱོགས་  
ཀྱི་འགོ་བ་སྟེ། དེ་ནི་སངས་རྒྱས་བཙུན་ལྷན་འདས་ཁོ་ན་ཡིན་གྱི་གཞན་གྱི་  
ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཡུལ་ཐག་ཤིན་ཏུ་རིང་པོར་ཡང་ཐུགས་བསྐྱེད་པའི་དུས་ཀྱི་  
བྱོན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་བཙུན་ལྷན་འདས་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་

ཡུལ་ནི་བསམ་གྱིས་མི་བྱ་བ་ལོ་ཞེས་བྱ་བ་གསུངས་སོ། །འགྲོ་བ་གཞན་  
 དག་ནི་མ་བཤད་ཀྱང་སངས་རྒྱས་ལ་མངའ་བར་བྱ་བ་སོ། །གཞན་དག་ལ།  
 །ཕྱིན་བྱེད་མོས་པ་ལས་བྱུང་ཡང་། །ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་  
 ལ་ནི་ལུས་ཕྱིན་བྱེད་ཀྱི་འགྲོ་བ་ཡང་ཡོད་དེ། བྱ་བ་ཞིན་དུ་རིམ་གྱིས་ལུས་  
 ཕྱིན་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །མོས་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡང་ཡོད་དེ། ཐག་རིང་པོ་  
 ལ་ཉེ་བར་མོས་ནས་སྒྱུར་དུ་འགྲོ་བའི་ཕྱིར་རོ། །སྤྱལ་པ་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ།  
 འདོད་པ་ན་སྦྱོད་པ་དང་། གཟུགས་ན་སྦྱོད་པའོ། །དེ་ལ་རེ་ཞིག །འདོད་  
 པར་གཏོགས་པའི་སྤྱལ་པ་ནི། །ཕྱིའི་སྦྱེ་མཆེད་བཞི། འདོད་པ་ན་སྦྱོད་པའི་  
 སྤྱལ་པ་ནི་གཟུགས་དང་ངི་དང་རོ་དང་རེག་བྱའི་སྦྱེ་མཆེད་ཀྱི་རང་བཞིན་  
 ཡིན་ནོ། །

དེ་ཡང་རྣམ་གཉིས། བདག་དང་གཞན་གྱི་ལུས་དང་སྤྱལ་པའོ། །  
 གཟུགས་གཏོགས་གཉིས། གཟུགས་ན་སྦྱོད་པའི་སྤྱལ་པ་ནི། དེ་ན་ངི་དང་  
 རོ་མེད་པའི་ཕྱིར་གཟུགས་དང་རེག་བྱའི་སྦྱེ་མཆེད་གཉིས་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་  
 འདོད་པའི་ཁམས་ཀྱི་རི་ལྷ་བ་དེ་ཁོ་ན་བཞིན་དུ་རྣམ་པ་གཉིས་ཡིན་ཏེ། འདི་  
 ནི་སྤྱལ་པ་རྣམ་པ་བཞི་ཡིན་ནོ། །གཟུགས་ཀྱི་ཁམས་ན་ཡང་དེ་དང་འབྲ་བས་  
 མདོར་བསྟུན་སྤྱལ་པ་ནི་རྣམ་པ་བརྒྱད་ཡིན་ནོ། །གཟུགས་ཀྱི་ཁམས་སུ་  
 སྦྱེས་པ་འདོད་པ་ན་སྦྱོད་པ་སྤྱལ་པ་ན་རི་ལྷ་ར་ན་ངི་དང་རོ་དག་དང་མི་ལྷན་པ་  
 ཡང་ཡིན་ཞེ་ན། གོས་དང་། རྒྱན་བཞིན་དུ་མི་ལྷན་ནོ། །གཞན་དག་ན་རེ་  
 སྦྱེ་མཆེད་གཉིས་སྤྱལ་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །



ཡང་ཅི་མངོན་པར་ཤེས་པ་ཁོ་ནས་སྐྱལ་བ་སྐྱལ་བར་བྱེད་དམ་ཞེ་ན།  
 སྐྱལ་བ། མ་ཡིན་ནོ། ། འོ་ན་ངེ་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། མངོན་པར་ཤེས་པའི་འབྲས་བུ།  
 སྐྱལ་སེམས་དག་གིས་དེ་དག་ཀྱང་ནི་བཅུ་བཞིའོ། །སྐྱལ་པའི་སེམས་བཅུ་  
 བཞི་པོ་དེ་དག་ནི། བསམ་གཏན་འབྲས་གཉིས་ནས་ལྡེ་བར་རིམ་བཞིན།  
 བསམ་གཏན་དང་པོའི་འབྲས་བུ་སྐྱལ་པའི་སེམས་ནི་གཉིས་ཏེ། འདོད་པའི་  
 ཁམས་དང་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ས་པ་དག་གོ། །བསམ་གཏན་གཉིས་པའི་  
 འབྲས་བུ་ནི་གསུམ་སྟེ། འདོད་པའི་ཁམས་དང་། བསམ་གཏན་དང་པོ་དང་།  
 གཉིས་པའི་ས་པ་དག་གོ། །དེ་བཞིན་དུ་བསམ་གཏན་གསུམ་པ་དང་། བཞི་  
 པའི་ས་པ་དག་ཀྱང་བཞི་དང་ལྔར་སྒྲུབ་བར་བྱའོ། །བསམ་གཏན་གྱི་འབྲས་  
 བུ་སྐྱལ་པའི་སེམས་ནི་རང་གི་ས་པ་དང་ས་འོག་མ་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །

གོང་མ་ལས་སྐྱེས་མིན། བསམ་གཏན་འོག་མའི་འབྲས་བུ་ས་གོང་  
 མའི་སྐྱལ་པའི་སེམས་ནི་མེད་དོ། །འདོད་པ་ན་སྒྲུབ་པའི་སྐྱལ་བ་བསམ་  
 གཏན་གཉིས་པ་ལ་སོགས་པའི་འབྲས་བུ་ནི་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ས་པ་  
 དེའི་འབྲས་བུ་ལས་འགོས་ཀྱི་སྒོ་ནས་བྱེད་པར་དུ་འཕགས་སོ། །དེ་ཉིད་  
 བསམ་གཏན་བཞིན། སྐྱལ་པའི་སེམས་དེ་དག་ཉིད་པ་ནི་བསམ་གཏན་  
 བཞིན་ནོ། །

ཡང་ཅི་སྐྱལ་པའི་སེམས་ཁོ་ན་ལས་ལྡང་བར་འགྱུར་རམ་ཞེ་ན། དེ་  
 ལྟ་བུ་ནི་མེད་དེ། འདི་ལྟར། དེ་ནི། དག་དང་རང་ལས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཏེ།  
 སྐྱལ་པའི་སེམས་ནི་བསམ་གཏན་དག་པ་བའམ་སྐྱལ་པའི་སེམས་ཀྱི་མཇུག་

ཐོགས་སུ་སྐྱེའི་གཞན་དུ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལས་གཉིས། །སྐྱུ་པའི་སེམས་  
ལས་ཀྱང་བསམ་གཏན་དག་པ་བ་དང་སྐྱུ་པའི་སེམས་སྐྱེ་སྟེ། གཞན་དུ་ནི་  
མ་ཡིན་ནོ། །ཉིང་དེ་འཇིན་གྱི་འབྲས་བུ་ལ་གནས་པ་ནི་ཡང་ཉིང་དེ་འཇིན་ལ་  
མ་ཞུགས་པར་ཉིང་དེ་འཇིན་དེ་ལས་ལྡང་བ་མེད་དོ། །སྐྱུ་པ་ཐམས་ཅད་  
ཀྱང་། རང་གི་ས་པས་སྐྱུ་པ་ར་བྱེད། ས་གཞན་པའི་སྐྱུ་པའི་སེམས་ཀྱིས་  
ས་གཞན་པའི་སྐྱུ་པ་ར་ནི་མི་བྱེད་དོ། །

སྐྱར་འཇུག་པ་ནི་འོག་མས་ཀྱང་། །ཀྱང་ཞེས་བྱ་བའི་སྐྱ་ནི་རང་གི་  
ས་པས་ཀྱང་སྐྱར་འཇུག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། འདོད་པའི་ཁམས་དང་།  
བསམ་གཏན་དང་པོའི་ས་པའི་སྐྱུ་པ་ནི་རང་གི་ས་པའི་སེམས་ཁོ་ནས་སྐྱར་  
འཇུག་གོ། །ས་གོང་མ་པ་ནི་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ས་པ་སྟེ། ཡན་ཆད་ན་  
རྣམ་པར་རིག་བྱེད་ཀྱན་ནས་སྦྱོང་བར་བྱེད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

སྐྱུ་པ་མང་པོ་རྣམས་སྐྱ་བ་ནི་སྟོན་མིན་སྐྱུ་པ་དང་བཅས། སངས་  
རྒྱུས་ལས་གཞན་པའི་སྐྱུ་པ་ནི་སྐྱུ་པ་དང་བཅས་ཏེ། སྐྱ་བས་གང་གི་ཆེ་  
སྐྱུ་པ་མང་པོ་ཞིག་ཡིན་པ་དེའི་ཆེ་གཅིག་ཅར་སྐྱ་སྟེ། གཅིག་ཅིག་སྐྱ་བར་  
བྱེད་པ་ན། །སྐྱུ་པ་ཐམས་ཅད་སྐྱ་བར་བྱེད། །གཅིག་མི་སྐྱ་བར་གྱུར་པ་  
དང་། །དེ་དག་ཐམས་ཅད་སྐྱར་མི་འགྱུར། །ཞེས་ཆོགས་སུ་བཅད་དེ་འབྱུང་  
བའི་ཕྱིར་རོ། །སངས་རྒྱུས་ཀྱི་སྐྱུ་པ་ནི་སྐྱ་ཕྱི་རི་ལྟར་བཞེད་པར་སྐྱའོ། །

གང་གི་ཆེ་སྐྱར་འཇུག་པའི་སེམས་ཡོད་པ་དེའི་ཆེ་སྐྱུ་པའི་སེམས་  
མེད་པའི་ཕྱིར་སྐྱུ་པ་མེད་ན་རི་ལྟར་སྐྱར་འཇུག་ཅེ་ན། ཕྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་

ནས་གཞན་འཇུག་ཕྱིར། །གནས་པར་འདོད་པས་སྐྱུལ་བ་བྱིན་གྱིས་  
 བརྒྱབས་ནས་ཡིད་གཞན་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་ཀྱན་ནས་སྒྲོང་བར་བྱེད་པས་  
 དག་འཇུག་པར་བྱེད་དོ། །ཅི་གསོན་པོ་ཁོ་ན་ལ་བྱིན་གྱི་བརྒྱབས་ཡོད་དམ།  
 འོན་ཏེ་ཞི་བ་ལ་ཡོད་ཅེ་ན། ཞི་བ་ལ་ཡང་བྱིན་གྱི་བརྒྱབས་ཡོད། འཕགས་  
 པ་འོད་སྤངས་ཆེན་པོའི་བྱིན་གྱི་བརྒྱབས་གྱིས་དེའི་རུས་པའི་ཀེང་རུས་  
 གནས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ཡང་མི་བརྟན་ལ་མེད། མི་བརྟན་པའི་དངོས་པོ་ལ་ནི་བྱིན་གྱིས་  
 བརྒྱབས་མེད་དེ། འཕགས་པ་འོད་སྤངས་ཆེན་པོས་ཤལ་སོགས་པ་བྱིན་  
 གྱིས་མ་བརྒྱབས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་དག་མིན་གཞན་དག་ན་རེ། ཞི་  
 བ་ལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་མེད་གྱི། རུས་པའི་ཀེང་རུས་གནས་པ་ནི་སྒྲིའི་  
 མཐུས་སོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །ཅི་སེམས་གཅིག་གིས་སྐྱུལ་བ་གཅིག་ཁོ་ན་སྐྱུལ་  
 པར་བྱེད་དམ་ཞེ་ན། དང་པོར་དུ་མས་གཅིག་ཡིན་ཏེ། །བྱ་བར་གྱུར་ནས་  
 བརྒྱུག་པའོ། །དང་པོ་ཉིད་དུ་ནི་སྐྱུལ་པའི་སེམས་དུ་མས་སྐྱུལ་བ་གཅིག་སྐྱུལ་  
 པར་བྱེད་དོ། །མདོན་པར་ཤེས་པ་བྱང་ནས་ནི་སེམས་གཅིག་གིས་སྐྱུལ་བ་  
 པོ་ཇི་སྟེད་འདོད་པ་དུ་མ་སྐྱུལ་པར་བྱེད་དོ། །

ཡང་སྐྱུལ་པའི་སེམས་ཐམས་ཅད་ལྷུང་དུ་མ་བསྟན་པ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན།  
 བསྐྱོམས་ལས་སྐྱེས་པ་ལྷུང་མ་བསྟན། །བསྐྱོམས་པའི་འབྲས་བྱ་གང་ཡིན་  
 པ་དེ་ནི་ངེས་པར་ལྷུང་དུ་མ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །སྐྱེ་བ་ལས་སྐྱེས་རྣམ་གསུམ་  
 མོ། །ལྟ་དང་། ལྟ་དང་། ཤེས་པ་སོགས་པའི་སྐྱེ་བས་ཐོབ་པའི་སྐྱུལ་པའི་

སེམས་ནི་དག་བ་དང་། མི་དག་བ་དང་། ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
 དག་གིས་བྱས་པའི་སྒྲུལ་པ་རང་དང་གཞན་གྱི་ལུས་དང་འབྲེལ་པ་ནི་སྒྲུ་མེད་  
 པའི་གཟུགས་ཅན་གྱི་སྒྲེ་མཆེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྒྲེ་མཆེད་དགུ་པ་ཡིན་  
 ཏེ། དབང་པོ་དང་ཐ་མི་དད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དབང་པོ་ནི་སྒྲུལ་པར་མི་བྱེད་  
 རོ། །ཅི་བསྟོམས་པ་ལས་བྱུང་བ་དང་། །སྒྲེ་བས་ཐོབ་པའི་རྩ་འབྲུལ་རྣམ་  
 པ་འདི་གཉིས་ཁོ་ནར་བད་དམ་ཞེ་ན། རྩ་འབྲུལ་རྣམ་པ་གཉིས་པ་དེ་དང་།  
 གསང་སྒྲགས་སྟན་དག་དང་། །ལས་ལས་སྒྲེས་དང་རྣམ་པ་ལྟ། །རྩ་འབྲུལ་  
 ནི་མདོར་བསྒྲུ་ན་རྣམ་པ་ལྟའི་ཞེས་བཟོད་དེ། བསྟོམས་པའི་འབྲས་བྱ་དང་།  
 སྒྲེ་བས་ཐོབ་པ་དང་། གསང་སྒྲགས་ལས་སྒྲེས་པ་དང་། སྟན་ལས་སྒྲེས་པ་  
 དང་། ལས་ལས་སྒྲེས་པ་སྟེ། དཔེར་ན་ང་ལས་བྱུང་། སྲིད་པ་བར་མ་པ་  
 རྣམས་ཀྱི་ལྟ་བུའོ། །

ལྟའི་རྣ་བ་དང་མིག་ཏུ་བཤད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ཅི་ལྟའི་ཁོ་ན་ཡིན་  
 བཤ། འོན་ཏེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་། འཁོར་ལོས་སྐྱར་བ་དང་། བྱིམ་  
 བདག་རིན་པོ་ཆེ་རྣམས་ཀྱི་ལྟ་བུར་ལྟའི་དང་འབྲ་བས་ལྟའི་ཡིན་ཞེ་ན། ལྟ་ཡི་  
 མིག་དང་རྣ་བ་ཡིན། །འདི་ལྟར་དེ་གཉིས་ནི། བསམ་གཏན་ས་པའི་གཟུགས་  
 དང་བ། །བསམ་གཏན་ལ་སྟོམས་པར་བྱགས་པའི་མིག་དང་རྣ་བའི་ཐོད་ཀོར་  
 དུ་སྒྲ་དང་། སྒྲ་བ་ལ་གཏོད་པའི་སྒྲོར་བས་བསམ་གཏན་གྱི་ས་པའི་འབྲུང་  
 བ་རྣམས་སྐྱར་བྱས་པའི་གཟུགས་དང་། སྒྲ་དག་མཐོང་བ་དང་། ཐོས་པའི་  
 སྐྱུ་མདོན་པར་འབྱུབ་པས་བསམ་གཏན་གྱི་ས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མིག་དང་།

ན་བ་དེ་དག་ནི་ལྷ་འུ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །དེ་གཉིས་ཀྱང་རྟག་ཏུ་བརྟེན་བཅས་མ་  
ཆང་མེད། །ཐག་རིང་སྤྱ་སོགས་སྒྲོད་ཡུལ་ཅན། །ལྷ་འུ་ཁོ་ན་དང་ན་བ་དེ་རྟག་  
ཏུ་ནམ་པར་ཤེས་པ་དང་བཅས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དེ་དང་མཚུངས་པར་མེད་  
དོ། །ཞར་བ་དང་འོན་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་མ་ཆང་བ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་  
ན་སྒྲོད་པའི་སེམས་ཅན་བཞིན་ནོ། །

དེ་གཉིས་ཀྱི་ཡུལ་ནི་གཟུགས་དང་། སྤྱ་ཐག་རིང་བ་དང་། སྤྱ་བ་དང་།  
བསྐྱེབས་པ་དག་ཀྱང་ཡིན་ནོ། །འདིར་སྤྱས་པ། གང་ཕྱིར་ཤ་ཡི་མིག་གིས་  
གཟུགས། །ཐག་རིང་གནས་དང་བསྐྱེབས་པ་དང་། །སྤྱ་རྒྱས་ཐམས་ཅད་  
མི་མཐོང་བ། །དེ་ཕྱིར་ལྷ་ཡིས་མཐོང་བར་འདོད། །ལྷ་འུ་ཁོ་ན་གིས་ཐག་རི་  
སྤྱིད་ཅིག་མཐོང་ཞེ་ན། གང་གི་མིག་རི་ལྷ་བྱ་ཡིན་པའོ། །ཉན་ཐོས་དང་རང་  
སངས་རྒྱས་དང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི་མདོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་མེད་པར་  
སྟོང་དང་སྟོང་གཉིས་པ་དང་སྟོང་གསུམ་པའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་མཐོང་ངོ་།  
མདོན་པར་འདུ་བྱེད་པས་ནི། དག་བཅོམ་བསེ་རུ་སྟོན་རྣམས་ཀྱིས། །སྟོང་  
གཉིས་གསུམ་དང་གྲངས་མེད་མཐོང་། །ཉན་ཐོས་ཆེན་པོས་ཀྱང་མདོན་པར་  
འདུ་བྱེད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ལྷ་འུ་ཁོ་ན་གིས་སྟོང་གཉིས་པའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་  
ཁམས་མཐོང་ངོ་། །བསེ་རུ་ལྷ་བྱས་ནི་སྟོང་གསུམ་པ་མཐོང་ངོ་། །སངས་  
རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ནི་རི་ཙམ་བཞེད་པར་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་  
གྲངས་མེད་པ་གཟིགས་སོ། །ཅི་རྩུ་འཕུལ་ཁོ་ན་སྐྱེ་བས་འཐོབ་པ་ཡིན་ནམ།  
འོན་ཏེ་གཞན་ཡང་ཡིན་ཞེ་ན། གཞན་ཡང་སྐྱེ་བས་ཀྱང་འཐོབ། ལྷ་འུ་རྣ་བ་ལ་



སོགས་པ་བཞི་ཡང་སྐྱེ་བས་འཐོབ་པར་བྱ་བ་ཡོད་མོད་གྱི། སྐྱེ་བས་ཐོབ་པ་  
 བློ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མངོན་པར་ཤེས་པའི་མིང་མི་འཐོབ་པོ། །སྐྱེ་བས་འཐོབ་པའི་  
 ལྷའི་མིག་གང་ཡིན་པ། དེས་ནི། སྲིད་པ་བར་མ་མི་མཐོང་ངོ། །སྲིད་པ་  
 བར་མ་ནི་མངོན་པར་ཤེས་པའི་མིག་ཁོ་ནས་མཐོང་གི། །སྐྱེ་བས་ཐོབ་པ་ནི་  
 མ་ཡིན་ནོ། །

སེམས་ཤེས་དེ་ནི་རྣམ་པ་གསུམ། སྐྱེ་བས་འཐོབ་པ་ཞེས་བྱ་བར་  
 སྦྱར་ཏེ། པ་རོལ་གྱི་སེམས་ཤེས་པ་སྐྱེ་བས་འཐོབ་པ་དེ་ནི་དགོ་བ་དང་། མི་  
 དགོ་བ་དང་། ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་དང་རྣམ་པ་གསུམ་ཡིན་པར་རིག་པར་  
 བྱའོ། །གང་ཏྟགས་དང་རིག་སྒྲགས་གྱིས་བྱས་པའང་། གང་ཡང་མཆོན་  
 མ་པ་རྣམས་གྱིས་པ་རོལ་གྱི་སེམས་ཤེས་པ་དང་ཏྟག་གོ་བ་དང་། གང་ཡང་  
 རིག་སྒྲགས་གྱིས་བྱས་པ་དེ་ཡང་རྣམ་པ་གསུམ་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱ་སྟེ།  
 རི་ལྟར་བསྐྱོམས་པའི་འབྲས་བུ་དགོ་བ་ཁོ་ན་ཡིན་པ་ལྟ་བུ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །པ་  
 རོལ་གྱི་སེམས་ཤེས་པ་དང་། སྡོན་གྱི་གནས་ཇེས་སུ་བྱན་པ་སྐྱེ་བས་ཐོབ་  
 པ་དག་གིས་ནི་དཔྱལ་བ་པས་ནི་དང་པོ་ཤེས། རི་སྲིད་དུ་སྒྲག་བསྒྲལ་གྱི་  
 ཆོར་བས་མ་ཉེན་པ་དེ་སྲིད་དུ་ཤེས་སོ། །འགྲོ་བ་གཞན་ན་གནས་པས་ནི་  
 ཏྟག་ཏུ་ཤེས་སོ། །མི་ལ་སྐྱེ་བས་ཐོབ་པ་མེད། །མི་རྣམས་ལ་ནི་རྩ་འབྲུལ་ལ་  
 སོགས་པ་རི་སྐྱད་བཤད་པ་དེ་སྐྱེ་བས་ཐོབ་པ་མེད་ངོ། །

འོ་ན་རང་བཞིན་གྱིས་ཆེ་རབས་བྱན་པ་གང་ཡིན་པ་རི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། དེ་  
 དག་གི་དེ་ནི་ལས་གྱི་བྱད་པར་ལས་སྐྱེས་པ་ཡིན་ཏེ། སྡོན་གྱི་གནས་ཇེས་

སུ་བློན་པ་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ། བསྐྱོམས་པའི་འབྲས་བུ་དང་། སྐྱེ་བས་ཐོབ་  
པ་དང་། ལས་ལས་སྐྱེས་པའོ། །ཆོས་མངོན་པ་མངོན་གྱི་རྣམ་པར་བཤུང་  
པ་ལས་ཡེ་ཤེས་བསྟན་པ་ཞེས་བྱ་བ་མངོན་གྱི་གནས་བདུན་པའོ། །

ཤེས་པའི་སྐྱབས་གྱིས་ཤེས་པའི་རང་བཞིན་གྱི་ཡོན་ཏན་རྣམས་ནི་  
བཤུང་བྱིན་ཏོ། ། །

## གནས་བརྒྱད་པ་སྟོམས་འཇུག་བསྟན་པ།

བསམ་གཏན་གཟུགས་མེད་བཤད་པ།

རང་བཞིན་གཞན་ཚམས་བཛོད་པར་བྱ་སྟེ།      དེ་ལྟ་བུ་ན་ཡོན་  
ཏན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཉིན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དང་པོ་ཁོ་ནར་བསམ་གཏན་ཚམས་  
བརྩམས་ཏེ།

ང་ཤ།

བསམ་གཏན་དག་ནི་ཚམ་པ་གཉིས། །བསམ་གཏན་ཚམས་ནི་མདོར་  
བསྡུ་ན་སྟེ་བ་དང་སྟོམས་པར་འཇུག་པའི་བསམ་གཏན་གྱི་བྱེ་བྲག་གིས་ཚམ་  
པ་གཉིས་སོ། །དེ་དག་ཀྱང་བཞི། བསམ་གཏན་དང་པོ་ནས་བཞི་པའི་བར་  
རོ། །དེ་ལ་བསམ་གཏན་དུ་སྟེ་བ་ཚམས་ནི་ཡང་མི་བཛོད་དེ། འཇིག་རྟེན་  
བསྟན་པའི་མཛོད་ཀྱི་གནས་སྟེ། དེར་སྟེ་བ་དག་རབ་ཏུ་བཤད། རི་སྐད་དུ་  
བཤད་ཅེ་ན། དེར་སོ་སོའི། བསམ་གཏན་ས་ནི་གསུམ་པ་ཡིན། བཞི་པ་  
ས་ནི་བརྒྱད་པ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །སྟོམས་པར་འཇུག་པའི་བསམ་  
གཏན་བཛོད་པར་བྱ་སྟེ། དེའི་སྤྱིར་སྤྱུས་པ། སྟོམས་འཇུག་དག་བ་ཅེ་གཅིག་  
པ། །བྱེ་བྲག་མེད་པར་དག་བའི་སེམས་ཅེ་གཅིག་པ་ནི་བསམ་གཏན་ཡིན་  
ཏེ། ཉིང་ངེ་འཇིག་གྱི་རང་བཞིན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །

རྗེས་འབྲང་བཅས་ན་ཕུང་པོ་ལྷ། །འཁོར་དང་བཅས་ན་ནི་ཕུང་པོ་ལྷའི་  
 རང་བཞིན་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །ཅེ་གཅིག་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཅི་ཞེ་ན།  
 དམིགས་པ་གཅིག་པ་ཉིད་དོ། །དེ་ལྟར་ན་ནི་འོ་ན་སེམས་དམིགས་པ་གཅིག་  
 པ་དག་ཁོ་ན་ཉིད་དེ་འཛིན་ཡིན་གྱི་ཚོས་གཞན་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ནི་མ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། སེམས་རྣམས་ཁོ་ན་ཉིད་དེ་འཛིན་མ་  
 ཡིན་གྱི་གང་གིས་དེ་དག་ཅེ་གཅིག་པར་བྱེད་པའི་ཚོས་དེ་ཉིད་དེ་འཛིན་ཡིན་  
 ལ་དེ་ཉིད་ཅེ་གཅིག་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །སྐད་ཅིག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སེམས་  
 ཐམས་ཅད་ཅེ་གཅིག་པ་མ་ཡིན་ནམ། གལ་ཏེ་གཉིས་པ་དེ་ལས་རྣམ་པར་  
 མི་གཡེང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་ནི། མཚུངས་པར་ལྡན་པ་ལ་ཉིད་དེ་འཛིན་དོན་  
 མེད་པ་ཡིན་ནོ། །གང་ཁོ་ན་ལས་ཉིད་དེ་འཛིན་ཡིན་པ་དེ་ཁོ་ན་ལས་སེམས་  
 རྣམས་ཀྱི་དམིགས་པ་གཅིག་པ་ཉིད་དུ་ཡང་ཅིའི་ཕྱིར་མི་འདོད། ཉིད་དེ་  
 འཛིན་ས་མང་པོ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སེམས་ཐམས་ཅད་ཅེ་གཅིག་པ་ཉིད་དུ་  
 ཡང་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །མ་ཡིན་ཏེ། ཉིད་དེ་འཛིན་སྟོབས་ཆུང་བའི་ཕྱིར་  
 རོ། །

གཞན་དག་ན་རེ་སེམས་ཅེ་གཅིག་པ་དག་ཁོ་ན་ཉིད་དེ་འཛིན་ཡིན་ཏེ།  
 འདི་ལྟར་མདོ་ལས། ལྷག་པའི་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་དང་། སེམས་ཡོངས་  
 སུ་དག་པའི་གཙོ་བོ་ནི་བསམ་གཏན་བཞི་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་སོ་ཞེས་  
 ཟེར་རོ། །བསམ་གཏན་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཅི་ཞེ་ན། འདིས་སེམས་པར་བྱེད་  
 པས་ན་བསམ་གཏན་ཏེ། སེམས་མཉམ་པར་བཞག་ན་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བ་

བཞིན་རབ་ཏུ་ཤེས་པའི་ཕྱིར་རབ་ཏུ་ཤེས་པར་བྱེད་ཅེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་སྟེ།  
 སྐད་ཀྱི་བྱིངས་འདི་ནི་སེམས་པའི་དོན་ཡིན་ལ། སེམས་པ་ཡང་ཤེས་རབ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱུང་བའི་མཐའ་ལས་འབྱུང་ངོ་། །དེ་ལྟར་ནི་འོན་ཏིང་ངེ་འཛིན་  
 ཐམས་ཅད་བསམ་གཏན་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། སྤུལ་དུ་  
 ཕྱིན་པ་དང་ལྡན་པ་ལ་དེའི་མིང་དུ་བཏགས་པའི་ཕྱིར་ནི་མ་བཞིན་ནོ། །སྤུལ་  
 དུ་ཕྱིན་པ་དང་ལྡན་པ་ཡང་གང་ཞེ་ན། ཏིང་ངེ་འཛིན་གང་ཡན་ལག་དང་ལྡན་  
 པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་ཞི་གནས་དང་ལྟག་མཐོང་བྱུང་དུ་འབྲེལ་བར་ངང་གིས་  
 འབྱུང་བའི་ཕྱིར་མཐོང་བའི་ཆོས་ལ་བདེ་བར་གནས་པ་དང་། ལམ་སྤྲོ་བ་  
 ཞེས་གསུངས་པས་དེས་ནི་ཤིན་ཏུ་ཡང་སེམས་པར་བྱེད་དོ། །ཉོན་མོངས་  
 པ་ཅན་ཇི་ལྟར་བསམ་གཏན་ཡིན་ཞེ་ན། ལོག་པར་ངེས་པ་སེམས་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །ཏ་ཅང་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དང་མཐུན་པ་ཁོ་ན་ལ་  
 དེའི་མིང་དུ་བཏགས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ས་བོན་རུལ་པ་བཞིན་ནོ། །བཙམ་ལྡན་  
 འདས་ཀྱིས་ཀྱང་བསམ་གཏན་མི་དགོ་བ་དག་ཀྱང་གསུངས་སོ། །

ཡང་དགོ་བ་ཅེ་གཅིག་པ་བསམ་གཏན་དང་པོ་ནི་ཇི་ལྟར་བཞི་པའི་  
 བར་ནི་ཇི་ལྟར་ཞེ་ན། དེ་ཞིག་དང་པོ་ནི། དཔྱེད་དང་དགའ་དང་བདེ་དང་  
 ལྡན། །དགོ་བ་ཅེ་གཅིག་པ་བསམ་གཏན་དང་པོ་ནི་དཔྱེད་པ་དང་དགའ་བ་  
 དང་བདེ་བ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་ཡིན་ནོ། །དཔྱེད་པ་སྟོས་པས་རྟོག་  
 པ་ཡང་བཞག་པ་ཡིན་ཏེ། ལྟན་ཅིག་སྟོད་པའི་ཕྱིར་དུ་བ་དང་མེ་བཞིན་དུ།  
 རྟོག་པ་མེད་པར་ནི་དགའ་བ་དང་བདེ་བ་དང་ལྡན་པའི་དཔྱེད་པ་མེད་དོ། །



བསམ་གཏན་ལྷག་མ་གསུམ་ནི། ཡན་ལག་ལྔ་ལྔ་སྤངས་པ་ཡིན། །དགོ་  
བ་ཅེ་གཅིག་པ་ཞེས་བྱ་བར་སྦྱར་རྟེ། བསམ་གཏན་གཉིས་པ་ནི་དཔྱོད་པ་  
སྤངས་ལ། དགའ་བ་དང་བདེ་བ་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ་ནི་དཔྱོད་  
པ་དང་དགའ་བ་སྤངས་ལ་བདེ་བ་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ནོ། །བཞི་པ་ནི་དཔྱོད་པ་  
དང་། དགའ་བ་དང་བདེ་བ་སྤངས་པ་ཡིན་ནོ། །བསམ་གཏན་རྣམས་ཇི་ལྟ་  
བ་དེ་བཞིན་གཟུགས་མེད་རྣམ་པ་གང་གིས་ཤེས། དེ་དག་གྲང་སྦྱེ་བ་དང་  
སྦློམས་པར་འཇུག་པའི་སྒོ་ནས་རྣམ་པ་གཉིས་གྲང་ཡིན་ལ་བཞི་ཡང་ཡིན་ནོ།  
དེ་དག་གི་ཡང་སྦྱེ་བ་རྣམས་ནི་བཤད་ཅིན་རྟོ། །

སྦློམས་པར་འཇུག་པའི་གཟུགས་མེད་པ་རྣམས་ནི་བྱེ་བྲག་མེད་པར་  
དགོ་བའི་སེམས་ཅེ་གཅིག་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་རྣམ་པ་དེས་  
བཤད་ཅིན་རྟོ། །

འཁོར་དང་བཅས་ན་ནི། སྤང་པོ་བཞི་རྗེས་སུ་འབྱང་བའི་གཟུགས་  
མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོག་མའི་ས་དབེན་ལས་སྦྱེས་པ། ། བསམ་གཏན་བཞི་  
པ་ལས་དབེན་པ་ལས་སྦྱེས་པ་ནི་རྣམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་སྦྱེ་མཆེད་ཡིན་  
ནོ། །དེ་ལས་དབེན་པ་ལས་སྦྱེས་པ་ནི་རྣམ་ཤེས་མཐའ་ཡས་སྦྱེ་མཆེད་ཡིན་  
ནོ། །དེ་ལས་དབེན་པ་ལས་སྦྱེས་པ་ནི་ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྦྱེ་མཆེད་ཡིན་  
ནོ། །དེ་ལས་དབེན་པ་ལས་སྦྱེས་པ་ནི་འདུ་ཤེས་མེད་འདུ་ཤེས་མེད་མིན་  
གྱི་སྦྱེ་མཆེད་ཡིན་རྟེ། དེ་ལྟར་ན་གཟུགས་མེད་པ་བཞི་ཡིན་ནོ། ། དབེན་པ་  
ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཅི་ཞེས། ལམ་གང་གིས་ནི་འོག་མ་ལས་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་

སྟེ། འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བར་གྱུར་པའི་སྤྱིར་རོ། །གཟུགས་མེད་པ་དེ་  
དག་ཀྱང་། ཉེར་བསྟོགས་གསུམ་དང་བཅས་པར་ནི། །གཟུགས་ཀྱི་འདུ་  
ཤེས་བཤེག་ཅེས་བྲ། །ནམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་ཉེར་བསྟོགས་  
ནི་བསམ་གཏན་བཞི་པ་ལ་དམིགས་པའི་སྤྱིར་གཟུགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བཤེག་  
ཅེས་བྲ་བའི་མིང་མི་འཛོལ་གོ། །

དེ་ལ་ནི་གཟུགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བཤེག་པ་མ་ཡིན་ཏེ། མ་བྲལ་ཞེས་  
བྲ་བའི་ཐ་ཆིག་གོ། །ཡུང་པོ་བཞི་ཞེས་གང་བཤད་པ་རེ་ཞིག་གཟུགས་མེད་  
པ་དག་ན་གཟུགས་མེད་དོ་ཞེས་བྲ་བ་འདི་ནི་བསྐྱབ་པར་བྲ་བ་ཡིན་ནོ། །  
གལ་ཏེ་ཡོད་ན་ངེ་ལྟར་ན་གཟུགས་མེད་པ་རྣམས་ཞེས་བཛྲོད་པར་འགྱུར།  
གཟུགས་ཅུང་ཟད་ཅིག་ཡོད་པའི་སྤྱིར་ཏེ། ཅུང་ཟད་ཟེར་བ་བཞིན་ནོ། །རེ་  
ཞིག་དེ་ནི་གཟུགས་ངེ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོད་པར་འདོད། གལ་ཏེ་ལྷས་དང་དག་  
གི་སྟོམ་པ་ཅམ་ཞིག་གོ་ཞེ་ན། དེ་དག་མེད་ན་ངེ་ལྟར་དེ་དག་གི་སྟོམ་པར་  
འགྱུར། འབྱུང་བ་མེད་པར་ནི་འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པ་མི་རུང་ངོ་། །གལ་ཏེ་  
ཟག་པ་མེད་པའི་སྟོམ་པ་བཞིན་ནོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་  
འབྱུང་བ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་རོ། །སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ལ་ཡང་དེ་དག་གི་པར་  
བཤད་དོ། །

འོན་ཏེ་ལྷས་ཀྱང་ཡོད་ལ་དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་རྣམས་ཀྱང་ཡོད་དོ་  
ཞེ་ན་ནི། ངེ་ལྟར་ན་དེ་དག་གཟུགས་ཅུང་ཟད་ཡོད་པར་འདོད། གལ་ཏེ་ཐོང་  
ཆོད་ཆུང་བའི་སྤྱིར་རོ་ཞེ་ན་ནི་ཆུང་དུའི་སྐྱེ་བོ་གཟུགས་བསྟན་མི་སྤང་བ་

དག་ལ་ཡང་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་དང་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེན་ནི། སྲིད་པ་  
བར་མ་དག་དང་། གཟུགས་ན་སྲོད་པ་རྣམས་ལ་ཡང་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །  
གལ་ཏེ་གང་ལས་ཆེས་དང་བ་མེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེན་ནི། སྲིད་པའི་ཅེ་མོ་ཁོ་ན་  
གཟུགས་མེད་པ་ཡིན་པར་འགྱུར་ཏེ། སྒྲོམས་པར་འཇུག་པ་བཞིན་དུ་སྐྱེ་བ་  
བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

བསམ་གཏན་དུ་སྐྱེ་བའི་གཟུགས་ཀྱང་ས་འོག་མའི་དབང་པོས་མི་  
ཟེན་པའི་ཕྱིར་དེ་དང་ཡང་བྱུང་པར་ཅི་ཞིག་ཡོད། གལ་ཏེ་གཉིས་ཀྱི་མིང་  
ནི་དོན་དང་མཐུན་པ་ཡིན་ཀྱི་གཟུགས་མེད་པའི་ཁམས་ཀྱི་ནི་མ་ཡིན་ནོ་  
ཞེན། དེ་ལ་རིགས་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད། གལ་ཏེ་ཆེ་དང་ངོད་གཉིས་འདྲེས་  
པར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་དང་། འདམ་བུའི་འོག་གཉིས་བཞིན་དུ་མིང་དང་  
གཟུགས་དག་པན་ཚུན་བརྟེན་ཏོ་ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་དང་། རྣམ་པར་  
ཤེས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་མིང་དང་གཟུགས་ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་དང་།  
གཟུགས་ནས་འདུ་བྱེད་རྣམས་ཀྱི་བར་ལས་གཞན་དུ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འོང་  
བའམ་འགོ་བ་བཀག་པའི་ཕྱིར་གཟུགས་མེད་པ་དག་ན་གཟུགས་ཡོད་པ་  
ཉིད་དུ་གྲུབ་པོ་ཞེན། མ་ཡིན་ཏེ། དབྱུང་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

རེ་ཞིག་ཆེ་དང་ངོད་གཉིས་འདྲེས་པ་ཉིད་དུ་གང་གསུངས་པ་འདི་ཅི་  
འདོད་པ་དང་གཟུགས་ན་སྲོད་པའི་ཆེ་ལས་དགོངས་ཏེ་གསུངས་སམ། འོན་  
ཏེ་ཐམས་ཅད་ལས་ཞེས་བྱ་བ་དང་། གང་ཡང་མིང་དང་གཟུགས་དག་པན་  
ཚུན་བརྟེན་པ་ཉིད་དུ་གསུངས་པ་འདི་ཅི་འདོད་པ་དང་གཟུགས་ན་སྲོད་པ་

ལས་དགོངས་ཏེ་གསུངས་སམ། འོན་ཏེ་ཐམས་ཅད་ལས་ཞེས་བྱ་བ་དང་།  
 གང་ཡང་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་མིང་དང་གཟུགས་ཞེས་གསུངས་པ་  
 འདི་ཅི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་མིང་དང་གཟུགས་ཀྱི་རྒྱུན་དུ་གསུངས་  
 སམ། འོན་ཏེ་མིང་དང་གཟུགས་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྒྱུན་དུ་  
 གསུངས་ཞེས་བྱ་བ་དང་། གང་ཡང་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལས་གཞན་དུ་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་འོང་བ་དང་འགྲོ་བ་བཀག་པར་གསུངས་པ་འདི་ཅི་དེ་དག་  
 ཐམས་ཅད་མེད་ན་དེ་བཀག་གམ། འོན་ཏེ་འགའ་ཞིག་གྲང་ཞེས་བྱ་བ་འདི་  
 དབྱུད་པར་བྱ་དགོས་སོ། །གལ་ཏེ་བྱེ་བྲག་མེད་པར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་  
 དབྱུད་པར་མི་བྱའོ་ཞེ་ན་ནི་ཉ་ཅང་ཐལ་བར་འགྱུར་ཏེ། ཆེ་མེད་པར་བྱའི་  
 རྩོ་བ་ཡང་ཡོད་པར་མི་འགྱུར་ལ། ཕྱིའི་གཟུགས་གྲང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་  
 བརྟེན་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཏེ། བྱུད་པར་མེད་པར་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །

རྣམ་པར་ཤེས་པ་གནས་བཞེན་དུ་ཟས་བཞེ་གསུངས་པའི་ཕྱིར་  
 གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པའི་ཁམས་དག་ན་ཡང་ཁམས་དུ་བྱེད་པའི་ཟས་  
 ཡོད་པར་ཐལ་བར་ཡང་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་ཁམས་དུ་བྱེད་པའི་ཟས་བཞེན་གྱི་  
 རྣམས་ལས་འདས་ཏེ་ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་དང་། དགའ་བའི་ཟས་ཞེས་  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར་ཐལ་བར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན་ནི་གཟུགས་མེད་པ་དག་ན་  
 ཡང་གཟུགས་ཡོད་པར་ཐལ་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། གཟུགས་མེད་པ་རྣམས་ནི་  
 གཟུགས་རྣམས་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། གཟུགས་  
 མེད་པའི་རྣམ་པར་ཐར་པ་ཞི་བ་གང་དག་གཟུགས་རྣམས་ལས་འདས་ནས་

ཞེས་བྱ་བ་དང་། གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་སེམས་ཅན་དག་ཡོད་ཅེས་བྱ་  
བ་དང་། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་གཟུགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་རྣམས་ལས་ཡང་དག་  
པར་འདས་ནས་ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར་རོ། །གཟུགས་ཤིག་ཡོད་ན་ནི་རང་  
གི་གཟུགས་གདོན་མི་བླ་བར་འདུ་ཤེས་པར་བྱེད་པར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་  
ས་འོག་མ་པའི་གཟུགས་རགས་པ་ལས་དགོངས་ཏེ་གསུངས་པ་ཡིན་ནི་ཞེ་  
ན་ནི། ཁམ་གྱི་བས་ལ་ཡང་མཚུངས་སོ། །བསམ་གཏན་རྣམས་ཀྱང་ས་  
འོག་མ་པ་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་གཟུགས་མེད་པར་ཐལ་  
བར་འགྱུར་རོ། །

ས་འོག་མ་པའི་ཆོར་བ་ལ་སོགས་པ་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་སྤྱིར་  
ཆོར་བ་ལ་སོགས་པ་ལས་ཀྱང་ངེས་པར་འབྱུང་བ་ཡིན་པར་ཅིའི་སྤྱིར་མ་  
བཤད་དེ། གཟུགས་ཀྱི་རྣམ་པ་བྱད་པར་ལས་འདས་ལ་ཆོར་བ་ལ་སོགས་  
པའི་རྣམ་པ་ལས་ནི་མ་ཡིན་པས་དེའི་སྤྱིར་གཟུགས་རྣམས་ལས་ངེས་པར་  
འབྱུང་བ་ཞེས་གསུངས་སོ། །སྤྱིད་པས་སྤྱིད་པ་ལས་ངེས་པར་མི་འབྱུང་  
བར་གསུངས་པ་ནི་དེ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་ལས་ངེས་པར་མི་འབྱུང་བའི་སྤྱིར་དང་།  
ཐམས་ཅད་དང་གཏན་དུ་ངེས་པར་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །བཙུམ་  
ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཀྱང་བསམ་གཏན་དག་ལ་ནི་གང་དེ་ན་གཟུགས་ཀྱི་རྣམ་  
པ་ཡོད་པའང་རྩང་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྣམ་པའི་བར་ཡོད་པའང་རྩང་ཞེས་  
གསུངས་ལ། གཟུགས་མེད་པ་དག་ལ་ནི་གང་དེ་ན་ཆོར་བའི་རྣམ་པ་ཡོད་  
པའང་རྩང་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྣམ་པའི་བར་ཡོད་པའང་རྩང་ཞེས་གསུངས་



ཏེ། དེ་དག་ན་གཟུགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཞིག་ཡོད་ན་ཅིའི་ཕྱིར་གཟུགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཡོད་པའང་རུང་ཞེས་གསུངས་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལྟ་བུས་ན་གཟུགས་མེད་པ་ན་གཟུགས་མེད་དོ། །

དེ་ནི་ངི་ལྟར་ན་དེ་ནས་ཤེ་འཕོས་པ་རྣམས་ཀྱི་གཟུགས་བསྐྱལ་བ་མི་ཉུང་བ་ཞིག་ཏུ་གཟུགས་རྒྱན་ཆད་པ་ལས་ཡང་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཞེ་ན། གཟུགས་ནི་སེམས་ལས་སྐྱེ་བར་འགྱུར། །གཟུགས་ནི་དེའི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་རྒྱས་ཡོངས་སུ་བསྐྱོས་པའི་སེམས་འདུག་པ་རྙེད་པ་ལས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་དོ། །ངི་ལྟར་ན་སེམས་གཟུགས་ལ་མ་བརྟེན་པར་གནས་ཤེ་ན། ཅིའི་ཕྱིར་གནས་པར་མི་འགྱུར། འདི་ན་དེ་ལྟ་བུ་མ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་དོ། །ཁམ་གྱི་བས་མེད་པར་ཡང་གཟུགས་ཀྱི་ཁམས་ན་གནས་པར་མི་འགྱུར་དོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། འདི་ན་དེ་ལྟ་བུ་མ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་དོ། །ངི་ལྟར་གནས་པ་ནི་སྒྲར་བ་འད་ཟིན་ཏོ། །འདི་ནི་རྫོགས་སོ། །

འདི་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། ཅི་རྣམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་སྐྱེ་མཆེད་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་རྣམ་མཁའ་ལ་སོགས་པ་ཁོ་ན་ལ་དམིགས་པ་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར་དེ་སྐད་ཅས་བྱའམ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་ངི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། དེ་ཞིག་གསུམ་མོ། །རྣམ་ཤེས་མཐའ་ཡས་མཁའ་མཐའ་ཡས། །ཅི་ཡང་མེད་ཅས་བྱ་དེ་ལྟར། །སྒྲོར་ཕྱིར་གྲངས་བཞིན་དུ་རྣམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་སོ། །རྣམ་པར་ཤེས་པ་མཐའ་ཡས་སོ། །ཅི་ཡང་མེད་དོ་ཞེས་དེ་ལྟར་ཡིད་ལ་བྱེད་ཅིང་དེ་དག་ལ་རབ་ཏུ་སྒྲོར་བས་དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་གི་མིང་དེ་དག་ཡིན་ནོ། །

དམན་སྤྱིར་འདུ་ཤེས་མེད། འདུ་ཤེས་མེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་པའོ། །འདུ་ཤེས་  
 རྒྱུར་བའི་སྤྱིར་འདུ་ཤེས་མེད་འདུ་ཤེས་མེད་མིན་ཞེས་བཤའ་དེ། དེ་ནི་འདུ་  
 ཤེས་གསལ་པ་ཡང་མ་ཡིན་པ་འདུ་ཤེས་མེད་པ་ཁོ་ན་ཡང་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་  
 རོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལ་ཡང་འདི་ལྟར་འདུ་ཤེས་ནི་ནད་དོ། །འདུ་ཤེས་ནི་འབྲས་  
 སོ། །འདུ་ཤེས་ནི་ཟུག་རྩའོ། །འདུ་ཤེས་མེད་པ་ནི་ཀྱན་ཏུ་སྒྲོངས་པའོ། །  
 འདི་ལྟར་འདུ་ཤེས་མེད། འདུ་ཤེས་མེད་མིན་སྐྱེ་མཆེད་འདི་ནི་ཞི་བའོ། །  
 འདི་ནི་གྲ་ལོ་མ་པའོ་ཞེས་བྱ་བར་སྒྲུབ་བ་ཡོད་མོད་ཀྱི་ཅིའི་སྤྱིར་དེ་དག་གིས་  
 དེ་ལ་དེ་ལྟར་འཛིན་ཞེས་བྱས་པ་དང་། འདུ་ཤེས་རྣམས་རྒྱུར་བའི་སྤྱིར་རོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་འདི་གཞོན་མི་བ་བར་བརྗོད་དགོས་པར་འགྱུར་བས་དེ་ཉིད་བཤའ་  
 དོ། །

### དབྱིག་གཉིན།

དེ་ལྟར་སྒྲོམས་འཇུག་དངོས་གཞིའི་རྩམས། །རྣམ་པ་བརྒྱད། དེ་ལྟར་  
 ར་འདི་དག་ནི་སྒྲོམས་པར་འཇུག་པའི་དངོས་གཞིའི་རྩམས་བརྒྱད་ཡིན་ཏེ།  
 འདི་ལྟ་སྟེ། བསམ་གཏན་བཞི་དང་། གཟུགས་མེད་པ་བཞིའོ། །དེ་དག་  
 ལས་བདུན་རྣམ་པ་གསུམ། །སྤྱིད་པའི་རྩེ་མོ་ལས་གཞན་པ་བདུན་ནི་རྣམ་  
 པ་གསུམ་ཡིན་ཏེ། རོ་ཐུང་ལྡན་དང་དག་པ་དང་། ཟག་མེད། རོ་ཐུང་བ་  
 དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་རྣམས་དང་། དག་པ་པ་རྣམས་དང་། ཟག་པ་  
 མེད་པ་རྣམས་སོ། །བརྒྱད་པ་རྣམ་པ་གཉིས། སྤྱིད་པའི་རྩེ་མོ་ནི་རོ་ཐུང་བ་

དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་དང་། དག་པ་པ་ཡིན་གྱི་ཟག་པ་མེད་པ་ནི་མེད་  
 ཇོ། །དེ་ལ། རོ་མྱང་མཚུངས་ལྡན་སྟེད་བཅས་སོ། །རོ་མྱང་བ་ནི་སྟེད་པ་ཡིན་  
 ཇོ། །འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་དགོ་བ་ནི། །དག་པ། འཇིག་རྟེན་པའི་དགོ་བ་སྟོམས་  
 པར་འཇུག་པའི་རྣམས་ནི་དག་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། མ་ཆགས་པ་ལ་སོགས་པ་ཆོས་  
 དཀར་པོ་དང་ལྡན་པའི་བྱིར་རོ། །རོ་མྱང་བ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་དེས་  
 ཅི་ཞིག་རོ་མྱང་བར་བྱེད་ཅེ་ན། དེ་ནི་དེས་མྱང་བྱ། སྟོམས་པར་འཇུག་པའི་  
 རྣམས་གང་འདས་མ་ཐག་པ་དེ་ནི་དེས་རོ་མྱང་བར་བྱེད་དེ། རོ་མྱང་བར་བྱ་བ་  
 གང་ཡིན་པ་དེ་ལས་ནི་ལངས་པ་ཡིན་ཇོ། །གང་གིས་རོ་མྱང་བར་བྱེད་པ་དེ་  
 ལ་ནི་སྟོམས་པར་ཞུགས་པ་ཡིན་ཇོ། །ཟག་མེད་འཇིག་རྟེན་འདས་པའོ། །  
 འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པའི་རྣམས་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་  
 ཟག་པ་མེད་པ་ཡིན་ཇོ། །སྟོམས་པར་འཇུག་པའི་རྣམས་དེ་དག་ལས་བསམ་  
 གཏན་རྣམས་ཁོ་ན་ཡན་ལག་དང་ལྡན་པ་ཡིན་གྱི་གཟུགས་མེད་པ་རྣམས་ནི་  
 མ་ཡིན་ཇོ། །

ཡན་ལག་རྣམ་པར་བཞག་པ།

དེ་ལ་དང་པོ་ལ་ལྟ། བསམ་གཏན་དང་པོ་ལ་ཡན་ལག་ལྟ་སྟེ། རྟོག་  
 དཔྱེད་དང་། །དག་འདྲ་བ་དེ་དང་ཉིང་འཇིན་རྣམས། །རྟོག་པ་དང་། དཔྱེད་  
 པ་དང་། དག་འབ་དང་། བདེ་བ་དང་། སེམས་རྩེ་གཅིག་པ་ཉིད་དེ། དེ་ལྟར་  
 བ་དེ་དག་ནི་ཡན་ལག་ལྟ་ཡིན་ཇོ། །ཉིང་ངེ་འཇིན་ནི་ཡན་ལག་གྲང་ཡིན་ལ་

བསམ་གཏན་ཡང་ཡིན་ནོ། །ལྷག་མ་རྣམས་ནི་ཡན་ལག་དག་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 གྲག་གོ། །ཡན་ལག་བཞི་པའི་དམག་རི་ལྟ་བུ་ཡན་ལག་ལྔའི་བསམ་གཏན་  
 ཡང་དེ་དང་འབྲེལ། །གཉིས་པ་ལ་ནི་ཡན་ལག་བཞི། །རབ་དང་དང་ནི་དགའ་  
 ལ་སོགས། །བསམ་གཏན་གཉིས་པ་ལ་ཡན་ལག་བཞི་སྟེ། རང་རབ་རྩ་དང་  
 བ་དང་། དགའ་བ་དང་། བདེ་བ་དང་། སེམས་རྩེ་གཅིག་པ་ཉིད་དོ། །གསུམ་  
 པ་ལ་ལྔ་བཏང་སྟོམས་དང་། །བྲན་དང་ཤེས་རབ་བདེ་དང་གནས། །བསམ་  
 གཏན་གསུམ་པ་ལ་ཡང་ཡན་ལག་ལྔ་སྟེ། བཏང་སྟོམས་དང་། བྲན་པ་དང་།  
 ཤེས་བཞིན་དང་། བདེ་བ་དང་། ཉིང་ངེ་འཇིན་ཏོ། །གནས་པ་ནི་ཉིང་ངེ་  
 འཇིན་གྱི་རྣམ་གངས་ཡིན་ཏེ།

མདོ་ལས། ཡང་དག་པའི་ཉིང་ངེ་འཇིན་གང་ཞེ་ན། གང་སེམས་  
 གནས་པ་དང་། ཡང་དག་པར་གནས་པའོ་ཞེས་འབྲུང་བའི་བྱིར་རོ། །མཐའ་  
 ར་བཞི་བྲན་བཏང་སྟོམས་དང་། །བདེ་མིན་སྤྱག་མིན་ཉིང་འཇིན་རྣམས། །  
 མཐའ་མ་ནི་བསམ་གཏན་བཞི་པའོ། །དེ་ལ་ཡན་ལག་བཞི་སྟེ། བདེ་བ་ཡང་  
 མ་ཡིན་སྤྱག་བསྐྱེད་ཡང་མ་ཡིན་པའི་ཚོར་བ་དང་། བཏང་སྟོམས་ཡོངས་  
 སུ་དག་པ་དང་། བྲན་པ་ཡོངས་སུ་དག་པ་དང་། ཉིང་འཇིན་ཡོངས་སུ་དག་  
 པའོ། །དེ་དག་ནི་བསམ་གཏན་གྱི་ཡན་ལག་བཅོ་བརྒྱད་ཡིན་ཏེ། དང་པོ་  
 དང་གསུམ་པ་དག་ལ་ནི་ཡན་ལག་ལྔ་ཡིན་པའི་བྱིར་དང་། གཉིས་པ་དང་  
 བཞི་པ་དག་ལ་ནི་ཡན་ལག་བཞི་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ། །མིང་གི་སྟོན་ས་ནི་དེ་  
 ལྟའོ། །རྩལ་སུ་བརྩུ་གཅིག་། རྩལ་སུ་ནི་དེ་དག་བརྩུ་གཅིག་ཡིན་ཏེ། བསམ་

གཏན་དང་པོ་ལ་ལྟོ། །གཉིས་པ་ལ་ནི་ནང་རབ་ཏུ་དང་བ་སྟག་གོ། །གསུམ་པ་ལ་ནི་བཏང་སྟོམས་དང་། དཀ་པ་དང་། ཤེས་བཞིན་དང་། བདེ་བ་རྣམས་སོ། །བཞི་པ་ལ་བདེ་བ་ཡང་མ་ཡིན་སྟུག་བསྐྱེད་ཡང་མ་ཡིན་པའི་ཆོར་བའོ། དེ་ཉིད་གྱི་སྤྱིར་སྟོམས་པ། ཡན་ལག་གང་དག་བསམ་གཏན་དང་པོ་ན་ཡོད་པ་དེ་དག་གཉིས་པ་ན་ཡང་ཡོད་དམ་ཞེ་ན། ཟུ་བཞི་སྟེ། ཟུ་དང་པོ་ནི་རྟོག་པ་དང་། དཔྱོད་པ་དག་གོ། །གཉིས་པ་ནི་ནང་རབ་ཏུ་དང་བའོ། །གསུམ་པ་ནི་དགའ་བ་དང་བདེ་བ་དང་སེམས་ཅེ་གཅིག་པ་ཉིད་དོ། །ཟུ་བཞི་པ་ནི་བཤུང་པ་ལས་མ་གཏོགས་པའི་ཆོས་རྣམས་སོ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་བཞིན་དུ་བསམ་གཏན་གྱི་ཡན་ལག་ཐམས་ཅད་པན་ཚུན་དུ་སྒྱུར་བར་བྱའོ། །

ཅིའི་སྤྱིར་བསམ་གཏན་གསུམ་པ་ན་ཡོད་པའི་བདེ་བ་རྣམས་གཞན་དུ་བརྗོད་ཅེ་ན། འདི་ལྟར་དེའི་བདེ་བ་ནི་ཆོར་བ་ཡིན་ལ། བསམ་གཏན་དང་པོ་ན། ཤེས་ཏུ་སྒྱུངས་པ་བདེ་བ་ཡིན། བསམ་གཏན་དང་པོ་དག་ན་ནི་ཤེས་ཏུ་སྒྱུངས་པ་ལ་བདེ་བ་ཞེས་བཤུང་དོ། །འདི་ལ་ནི་ཤེས་ཏུ་སྒྱུངས་པ་བདེ་བ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་ནི་ཆོར་བ་བདེ་བ་ཡིན་ལོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ག་ལས་ཤེས་ཤེ་ན། སྟོམས་པར་འདུག་པའི་བསམ་གཏན་གཉིས་ན་བདེ་བའི་དབང་པོ་དང་མི་ལྟན་པའི་སྤྱིར་ཏེ། དེ་གཉིས་ན་དེ་ལུས་ཀྱི་ཡིན་པར་ནི་མི་རུང་སྟེ། སྟོམས་པར་ཞུགས་པ་ལ་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཆོག་གས་ལྟ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །སེམས་ལས་རྒྱུང་བ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། དགའ་བ་ཞེས་འབྱུང་བའི་སྤྱིར་རོ། །དགའ་བ་ནི་ཡོད་བདེ་བ་ཡིན་ན། །བདེ་བ་དང་། ཡོད་བདེ་བ་གཉིས་གཅིག་ཅར་



འབྱུང་བ་མེད་དོ། །དེ་གཉིས་རྣམ་གྲངས་ཀྱིས་བསམ་གཏན་ན་ཡོད་པར་  
 ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཡན་ལག་ལྔ་ཞེས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་  
 དག་ན་རེ་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་བདེ་བའི་དབང་པོ་ནི་ཁོ་ན་སྟེ། བསམ་  
 གཏན་གསུམ་ཆར་ན་ཡང་ལུས་ཀྱི་བདེ་བ་ཁོ་ན་ཡན་ལག་ཏུ་རྣམ་པར་བཞག་  
 གོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །འོ་ན་མདོ་ལས། བདེ་བའི་དབང་པོ་གང་ཞེ་ན་བདེ་བ་  
 སྤྱིང་བར་འབྱུར་བའི་རེག་པས་རེག་པ་ན་ལུས་ཀྱི་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་  
 ཆོར་བའི་རྣམ་པ་བདེ་བ་སེམ་པ་སྐྱེ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་བདེ་བའི་དབང་པོ་  
 ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་གང་གསུངས་པ་ངེ་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། ཆོག་དེ་ནི་འགའ་ཞིག་  
 གིས་སློབ་ཏུ་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། སྡེ་བ་གཞན་ཐམས་ཅད་ལས་ལུས་ཀྱི་ཞེས་བྱ་  
 བ་ཁོ་ན་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་དང་། བདེ་བ་ལུས་ཀྱིས་སྤྱིང་ལ་ཞེས་རང་གི་སྐྱས་  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གལ་ཏེ་ཡིད་ཀྱི་ལུས་ཀྱིས་སོ་ཞེ་ན་ནི། དེ་སྐད་བཤད་པ་ལ་ཡོན་  
 ཏན་ཅི་ཞིག་ཡོད། བསམ་གཏན་བཞི་བ་ལ་ཞིན་ཏུ་སྐྱུངས་པ་མང་བཞིན་ཏུ་  
 བདེ་བ་མ་སྒྲོས་པའི་ཡང་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་བདེ་བའི་ཆོར་བ་དང་མཐུན་པའི་  
 ཞིན་ཏུ་སྐྱུངས་པ་བདེ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེ་ན་ནི། གསུམ་པ་ན་ཡོད་པའི་ཞིན་  
 ཏུ་སྐྱུངས་པ་བདེ་བར་མ་གསུངས་པ་ཡང་ཅིའི་ཕྱིར། གལ་ཏེ་བཏང་སྒྲོམས་  
 ཀྱིས་བཅོམ་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། སྡེ་མ་གཉིས་པས་དེ་ཁྱད་པར་  
 ཏུ་འཕགས་པས་བཏང་སྒྲོམས་ཁོ་ནས་དེ་འཕེལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །གང་གི་  
 ཆོ་འཕགས་པ་ཉན་ཐོས་རབ་ཏུ་དབེན་པའི་བདེ་བ་ལུས་ཀྱིས་མདོན་སུམ་

དུ་བྱས་ནས་རྫོགས་པར་བྱས་ཏེ་གནས་པ་ཞེས་འབྱུང་བའི་མདོ་འདི་ལས་  
 །ཀྱང་ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པ་དང་བདེ་བ་གཉིས་ཐ་དད་པར་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་ཤིན་  
 ཏུ་སྦྱངས་པ་ཁོ་ན་བདེ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་སྟོམས་པར་ཞུགས་པ་ལ་ངི་  
 ལྟར་ལུས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འབྱུང་ཞེ་ན། ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་བྱད་པར་ལས་  
 སྦྱེས་པ་ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པ་ཞེས་བྱ་བ་བདེ་བ་སྤྱོད་པར་འབྱུང་བའི་རྒྱུ་གིས་  
 ལུས་ལ་རྒྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གལ་ཏེ་ཕྱི་རོལ་དུ་རྣམ་པར་གཡེངས་པའི་ཕྱིར་ཏིང་ངེ་འཛིན་ལས་  
 ཉམས་པར་འབྱུར་རོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། ཏིང་ངེ་འཛིན་ལས་སྦྱེས་པ་ལུས་  
 ཀྱི་བདེ་བ་ནང་དུ་འབྱུང་བའི་ལུས་ཀྱི་བདེ་བ་ནི་ཏིང་ངེ་འཛིན་དང་མཐུན་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་ལུས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྦྱེས་པའི་ཆེ་ལངས་པར་འབྱུར་  
 རོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། །

གལ་ཏེ་འདོད་པ་ན་སྦྱོད་པའི་ལུས་ཀྱི་དབང་པོས་གཟུགས་ན་སྦྱོད་  
 པའི་རེག་བྱ་ལ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མི་སྦྱོའོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་  
 པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྦྱེ་བའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་ཡན་ལག་རྩུང་ཟད་ཅིག་ནི་  
 ཟག་པ་དང་བཅས་པ་རྩུང་ཟད་ཅིག་ནི་ཟག་པ་མེད་པ་ཡིན་ན་མི་རྩུང་བས་  
 རེག་བྱ་དང་ལུས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཟག་པ་མེད་པ་དག་ཏུ་ཡང་འབྱུར་རོ་  
 ཞེ་ན། ལུས་ཤིན་ཏུ་སྦྱངས་པ་ཡང་དག་བྱང་རྒྱུ་གི་ཡན་ལག་ཏུ་གསུངས་  
 པས་འདོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་བྱང་རྒྱུ་གི་ཡན་ལག་དང་མཐུན་པའི་  
 ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན་ནི་ཟག་པ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱང་དེ་དང་འབྲེལ། །གལ་ཏེ་ཟག་པ་དང་

བཅས་པའི་ཚོས་རྣམས་གང་ཞེ་ན། མིག་རི་སྟེང་པ་ཞེས་འབྱུང་བའི་མདོ་  
འདི་དང་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། རེག་བྱ་དང་ལུས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་  
པ་གཞན་ལས་དགོངས་ཏེ་གསུངས་པའི་སྤྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་ཟག་པ་མེད་པ་  
ལ་ཡན་ལག་ཅུང་ཟད་ཅིག་ནི་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་ཅུང་ཟད་ཅིག་ནི་ཟག་པ་  
མེད་པར་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། ཅིག་ཅར་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཉེས་པ་ཅི་  
ཞིག་ཡོད། གལ་ཏེ་བདེ་བ་དང་དགའ་བ་སྤྲད་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་ཡན་ལག་ལྟ་  
པར་མི་འབྱུང་རོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། སྤྱིར་པའི་སྤྱིར་བསྟན་པས་རྟོག་པ་དང་  
དཔྱེད་པ་བཞིན་ནོ། །གལ་ཏེ་བསྟན་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། སེམས་རྩིང་  
བ་དང་ཞིབ་པ་གཉིས་འགལ་བའི་སྤྱིར་དང་། ཉེས་པ་སློས་པའི་སྤྱིར་གྲུབ་པ་  
ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་བས་ན་བསམ་གཏན་དང་པོ་ལ་ཡོད་པའི་ཡན་ལག་ལྟ་པོ་  
གང་དག་ཡིན་པ་དེ་དག་ཁོ་ན་ལས་ཡན་ལག་གཉིས་དང་གསུམ་དང་བཞི་  
བོར་ནས་བསམ་གཏན་གཉིས་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པར་བཞག་གོ །

དེ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་བསམ་གཏན་དང་པོ་ལ་ནི་ཡན་ལག་ལྟ་ཉིད་དུ་བཤད་  
ལ། དེ་དག་ལས་བོར་བས་ནི་བསམ་གཏན་སྤྱི་མ་རྣམ་པར་བཞག་པའི་སྤྱིར་  
འདུ་ཤེས་ལ་སོགས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ན་ཅིའི་སྤྱིར་ལྟ་ཁོ་ན་ཡན་ལག་  
ཉིད་ཡིན། གལ་ཏེ་པན་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། རྟོག་པ་དང་དཔྱེད་  
པ་གཉིས་པས་བྲན་པ་དང་ཤེས་རབ་དག་ཆེས་པན་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཁ་ཅིག་དེ་  
སྐད་དུ་གློ་བ་ལོད་མོད་ཀྱི་སྟོན་ཀྱི་སློབ་དཔོན་རྣམས་ནི་རི་སྟེང་མདོར་པར་  
དེ་ལྟར་མི་སྟོན་ཏེ། །དེ་ལྟར་བས་ན་འདི་ནི་དབྱུང་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །ནང་

རབ་ཏུ་དང་བ་ཞེས་བྲ་བའི་ཆོས་འདི་ཅི་ཞེ་ན། རྟོག་པ་དང་དཔྱོད་པའི་འབྲུག་  
 པ་དང་བྲལ་བས་རྒྱད་རབ་ཏུ་ཞི་བར་གྱུར་པ་ནི་ནང་རབ་ཏུ་དང་བ་ཡིན་ཏེ།  
 རྟོག་པ་དང་དཔྱོད་པས་དཀྱུགས་པའི་རྒྱད་ནི་ཚུ་བོ་ན་རྒྱ་བས་དང་བཅས་པ་  
 བཞིན་དུ་རབ་ཏུ་མ་དང་བ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་ནི་དེ་རྩལ་གཞན་མ་ཡིན་པས་རི་  
 ལྟར་ན་རྩལ་སྤྱ་ཡན་ལག་བཅུ་གཅིག་ཡིན། དེ་ལྟ་བུས་ན། རབ་ཏུ་དང་བ་  
 དང་བ་ཡིན། །དེ་ནི་བསམ་གཏན་གཉིས་པ་ཐོབ་པའི་སྤྱིར་མཉམ་པར་བཞག་  
 པའི་ས་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་བ་ལ་ཡིད་ཆེས་པ་སྐྱེ་སྐྱེ། དེ་ནི་འདིར་ནང་རབ་  
 ཏུ་དང་བ་ཞེས་བྲའོ། །

གཞན་དག་ན་རེ་རྟོག་པ་དང་དཔྱོད་པ་དང་། ཉིང་ངེ་འཇིན་རྣམས་ཀྱང་  
 རྩལ་གཞན་མ་ཡིན་ལ་ནང་རབ་ཏུ་དང་བ་ཡང་རྩལ་གཞན་མ་ཡིན་ནོ། །རྩལ་  
 གཞན་མེད་ན་རི་ལྟར་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཉིད་དུ་འབྱུང་ཅེ་ན། སེམས་ཅན་  
 གྱི་གནས་སྐབས་ཀྱི་བྲེ་བྲག་ཀྱང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་ཏེ།  
 འདི་ནི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་གྲུབ་པའི་མཐའ་མ་ཡིན་ནོ། །དགའ་བ་ནི་ཡིད་བདེ་  
 བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གང་བཤད་པ་འདི་རི་ལྟར་ཁོང་དུ་ཆུད། གཞན་ཅི་ཞིག་ཡིན།  
 རི་ལྟར་སྐྱེ་བ་གཞན་དག་འདོད་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། །སྐྱེ་བ་གཞན་དག་རི་ལྟར་  
 འདོད་ཅེ་ན། དགའ་བ་ནི་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་ཆོས་གཞན་དག་ཁོ་ན་ཡིན་  
 ལ་ཡིད་བདེ་བ་ནི་བསམ་གཏན་གསུམ་ཆར་གྱི་ཡང་བདེ་བ་ཡིན་པར་འདོད་  
 ནོ། །བསམ་གཏན་དག་ན་ཡོད་པའི་བདེ་བ་ནི་ཡིད་བདེ་བ་ཡིན་པར་མི་རུང་  
 བ་ཉིད་ཀྱི། ལུས་རྣམ་གཉིས་སྤྱིར་དགའ་ཡིད་བདེ། །བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་

རྣམ་པར་སྒྱུར་བའི་མདོ་ལས་བསམ་གཏན་གསུམ་པ་བཀའ་སྒྱུ་ལ་ནས་འདིར་  
 འདིའི་ཡིད་བདེ་བའི་དབང་པོ་སྐྱེས་པ་མ་ལུས་པར་འགག་པར་འགྱུར་རོ་  
 ཞེས་བཀའ་སྒྱུ་ལ། བསམ་གཏན་བཞི་པ་ལ་ནི་བདེ་བའི་དབང་པོ་འགག་  
 པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བཀའ་སྒྱུ་ལ་རྟོ། །ཡང་བདེ་བ་ཡང་སྤངས་ཏེ་སྤྲོ་ནས་སྒྱུ་ག་  
 བསྐྱེད་ཡང་སྤངས་ཤིང་ཡིད་བདེ་བ་དང་ཡིད་མི་བདེ་བ་ཡང་རྒྱབ་པས་ཞེས་  
 གསུངས་པས་དེའི་ཕྱིར་ཡང་བསམ་གཏན་གསུམ་པ་ན་ཡིད་བདེ་བའི་དབང་  
 པོ་མེད་དེ། དེ་ལྟར་བས་ན་དགའ་བ་ཁོ་ན་ཡིད་བདེ་བ་ཡིན་གྱི་བདེ་བ་ནི་  
 མ་ཡིན་ནོ། །ཅི་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་བསམ་གཏན་དག་ལ་ཡང་ངི་སྐྱད་དུ་  
 བཤད་པ་ལྟར་ཡན་ལག་དེ་དག་ཡོད་དམ་ཞེ་ན། མེད་དོ། །

དེ་དག་ན་ཅི་ཞིག་མེད་ཅེ་ན། ཉོན་མོངས་ཅན་ལ་དགའ་བདེ་དང་།  
 དྲན་དང་ཤེས་བཞིན་དྲན་པ་དང་། །བཏང་སྒྲོམས་དྲན་པ་དག་པ་མེད། །  
 བསམ་གཏན་དང་པོ་ལ་ནི་བདེ་བ་ལས་སྐྱེས་པའི་དགའ་བ་དང་བདེ་བ་མེད་  
 དེ། ཉོན་མོངས་པ་ལས་དབེན་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་ལ་ནི་  
 རང་རབ་ཏུ་དང་བ་མེད་དེ། ཉོན་མོངས་པས་རྩྭ་ག་པའི་ཕྱིར་རོ། །གསུམ་  
 པ་ལ་ནི་དྲན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་མེད་དེ། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་བདེ་བས་  
 གུན་དུ་མོངས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རོ། །བཞི་པ་ལ་ནི་བཏང་སྒྲོམས་དང་དྲན་པ་  
 ཡོངས་སུ་དག་པ་མེད་དེ། ཉོན་མོངས་པས་ངི་མ་ཅན་དུ་བྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 རེ་ཞིག་ཁ་ཅིག་དེ་སྐྱད་ཟེར་རོ། །ཁ་ཅིག་ཤིན་ཏུ་སྤངས་བཏང་སྒྲོམས། །ཁ་  
 ཅིག་ན་རེ་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་དང་པོ་དང་གཉིས་པ་དག་ན་ནི་ཤིན་ཏུ་སྤངས་



པ་མེད་ལ་གསུམ་པ་དང་བཞི་པ་དག་ན་ནི་བཏང་སྟོམས་མེད་དེ། དེ་གཉིས་  
 ནི་དགེ་བའི་ས་མང་པོ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །བཙུམ་ལྷན་  
 འདས་ཀྱིས་བསམ་གཏན་གསུམ་ནི་སྟོན་དང་བཅས་པའི་ཕྱིར་གཡོ་བ་དང་  
 བཅས་པ་དག་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཀའ་སྩལ་ཏེ། སྟོན་བརྒྱད་ལས་ནི་གྲོལ་བའི་  
 ཕྱིར། །བཞི་པ་གཡོ་བ་མེད་པ་ཡིན། །སྟོན་དེ་དག་གྲང་གང་ཞེ་ན། རྟོག་  
 དང་དཔྱོད་དང་དབུགས་དག་དང་། །བདེ་བ་ལ་སོགས་བཞི་ཡིན་ནོ། རྟོག་  
 པ་དང་། དཔྱོད་པ་དང་། བདེ་བ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེད་པ་དང་། ཡིད་བདེ་  
 བ་དང་། ཡིད་མི་བདེ་བ་དང་། དབུགས་རྩལ་པ་དང་དབུགས་འབྱུང་བ་སྟེ།  
 བསམ་གཏན་བཞི་པ་ན་ནི་སྟོན་བརྒྱད་པོ་དེ་དག་གཅིག་གྲང་མེད་པས་དེའི་  
 ཕྱིར་དེ་ནི་མི་གཡོ་བ་ཞེས་བཤད་དོ། །གཞན་དག་ན་རེ་བཞི་པ་ནི་རྟོག་པ་  
 དང་། དཔྱོད་པ་དང་། དགའ་བ་དང་། བདེ་བ་དག་གིས་གཡོ་བར་མི་འགྱུར་  
 བའི་ཕྱིར་མི་གཡོ་བ་ཡིན་ཏེ། མདོ་ལས་རྒྱང་མེད་པའི་མར་མེ་དཔེར་མཛད་  
 པའི་ཕྱིར་ཞེས་ཟེར་རོ། །

བསམ་གཏན་གཉིས་པ་ན་ནི་དགའ་བ་ཞེས་སྟོས་པའི་ཕྱིར་ཡིད་བདེ་  
 བ་ཡོད་པར་བཤད། གསུམ་པ་ན་ནི་བདེ་བ། བཞི་པ་ན་ནི་བཏང་སྟོམས་ཡོད་  
 པར་བཤད་ན། དེ་ཅི། སྟོམས་པར་འཇུག་པའི་བསམ་གཏན་དག་ན་ཡོད་  
 པའི་ཆོར་བ་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་དག་ཉིད་སྟེ་བའི་བསམ་གཏན་དག་ན་ཡོད་  
 དམ་ཞེ་ན། སྤྱུལ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་རི་ལྷ་བྱ་ཞེ་ན། སྟེ་བའི་བསམ་གཏན་  
 དག་ན་ནི། །ཡིད་བདེ་བ་དང་བཏང་སྟོམས་དང་། །བཏང་སྟོམས་ཡིད་བདེ་

བདེ་བ་དང་། །བཏང་སྟོམས་བཏང་སྟོམས་ཚོར་བ་ཡོད། ། སྐྱེ་བའི་བསམ་  
གཏན་དང་པོ་ན་ནི། ཚོར་བ་གསུམ་ཡོད་དེ། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཚོགས་  
གསུམ་པའི་བདེ་བ་དང་། ཡིད་ཀྱི་ས་པའི་ཡིད་བདེ་བ་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་  
པའི་ཚོགས་བཞི་པའི་བཏང་སྟོམས་སོ། །སྐྱེ་བའི་བསམ་གཏན་གཉིས་པ་  
ན་ནི་ཚོར་བ་གཉིས་ཏེ། ཡིད་ཀྱི་ས་པའི་ཡིད་བདེ་བ་དང་བཏང་སྟོམས་སོ།  
རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཚོགས་གཞན་མེད་པའི་སྤྱིར་བདེ་བ་དང་། ཡིད་ཀྱི་ས་  
པའི་ཡིད་བདེ་བ་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཚོགས་བཞི་པའི་བཏང་སྟོམས་  
སོ། །སྐྱེ་བའི་བསམ་གཏན་གཉིས་པ་ན་ནི་ཚོར་བ་གཉིས་ཏེ། ཡིད་ཀྱི་ས་  
པའི་ཡིད་བདེ་བ་དང་བཏང་སྟོམས་སོ། །རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཚོགས་གཞན་  
མེད་པའི་སྤྱིར་བདེ་བ་མེད་དོ། །

སྐྱེ་བའི་བསམ་གཏན་གསུམ་པ་ན་ནི་ཚོར་བ་གཉིས་ཏེ། ཡིད་ཀྱི་ས་  
པའི་བདེ་བ་དང་། བཏང་སྟོམས་སྐྱེ་བའི་བསམ་གཏན་བཞི་པ་ན་ནི་བཏང་  
སྟོམས་ཁོ་ན་ཡོད་དོ། །གལ་ཏེ་བསམ་གཏན་གསུམ་པ་ལ་སོགས་པ་དག་ན་  
རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཚོགས་གསུམ་མེད་པ་ལ་རྟོག་པ་དང་དཔྱད་པ་དག་གྱང་  
མེད་ན་ཇི་ལྟར་ན་དེ་དག་གིས་མཐོང་བ་ནས་རེག་པའི་བར་དུ་འགྱུར། ཇི་  
ལྟར་ན་རྣམ་པར་རེག་བྱེད་ཀྱན་ནས་སྒྲོང་བར་བྱེད་ཅེ་ན། དེ་དག་ཏུ་སྐྱེས་  
པ་རྣམས་ལ་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་མེད་པ་ཉིད་གྱང་མ་ཡིན་  
ལ་རང་གི་ས་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། གཉིས་པ་སོགས་  
ན་ལྟས་མིག་དང་། །རྣ་བའི་རྣམ་ཤེས་རྣམ་རེག་སྒྲོང་། །གང་ཡིན་དེ་ནི་དང་

པོར་གཏོགས། །བསམ་གཏན་གཉིས་པ་ལ་སོགས་པ་དག་ན་ནི་སྤྱལ་པའི་  
 སེམས་བཞིན་དུ་གང་གིས་ན་དེ་དག་གིས་མཐོང་བས་ན་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་  
 གུན་ནས་སྒྲོང་བར་བྱེད་པའི་བར་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ས་པའི་མིག་དང་།  
 རྣ་བ་དང་། ལུས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་གུན་ནས་སྒྲོང་  
 བར་བྱེད་པ་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་དོ། །དེ་ལུང་མ་བསྟན་ཉོན་མོངས་མིན། །དེ་  
 དག་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་པ་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ས་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་མ་བསྐྱེབས་ལ་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་ཡིན་གྱི། འདོད་ཆགས་  
 དང་བྲལ་བའི་སྤྱིར་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་ཡང་མ་ཡིན་ལ། དམན་པའི་སྤྱིར་དགོ་  
 བ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། ། བསམ་གཏན་གྱི་བྱ་བ་རྫོགས་སོ། །

## འཕྲོ་བ་པའི་ཚུལ།

ཡང་དག་པ་ས་ལ་སོགས་པའི་བསམ་གཏན་དང་གཟུགས་མེད་པ་  
 རྣམས་ཇི་ལྟར་འཕྲོ་བ་ཅེ་ན། དེ་དང་མི་ལྡན་འདོད་ཆགས་བྲལ། །སྐྱེ་བ་ལས་  
 ནི་དག་པ་འཕྲོ་བ། །དེ་དང་མི་ལྡན་པ་ནི་བསམ་གཏན་ནམ་གཟུགས་མེད་  
 པ་དག་ས་འོག་མ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའམ། སྤྱིད་པའི་རྩེ་མོ་མ་  
 གཏོགས་པ་ས་འོག་མར་སྐྱེ་བ་ལས་འཕྲོ་བ་སྟེ། དེ་ནི་སྐྱེ་བས་འཕྲོ་བ་མེད་  
 དོ། །ཅིའི་སྤྱིར་དེ་དང་མི་ལྡན་པ་ཞེས་བརྗོད་ཅེ་ན། དག་པ་བ་དང་ལྡན་  
 པ་ནི་སྐྱོར་བ་ལས་ཀྱང་ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པའི་དག་པ་བ་

འཛོལ་ལ། ཡོངས་སུ་ཉམས་པ་ལས་ཀྱང་ཉམས་པའི་ཆ་དང་མ་ཐུན་པ་འཛོལ་  
 བོ། ། དེ་ཉིད་ཀྱི་སྒྲིབ་བསམ་གཏན་དག་པ་བ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བས་  
 འཛོལ་པར་འགྱུར་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བས་འདོར་བར་འགྱུར་བ་དང་དེ་  
 བཞིན་དུ་ཡོངས་སུ་ཉམས་པ་དང་སྒྲིབ་ས་འཛོལ་པ་དང་། འདོར་བར་འགྱུར་  
 བ་ཡོད་དམ་ཞེ་ན་ཡོད་དེ། བསམ་གཏན་དང་པོ་ཉམས་པའི་ཆ་དང་མ་ཐུན་  
 པར་རོ། །དེ་ནི་འདོད་པ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བས་འཛོལ་ལ། ཆངས་  
 པའི་འཇིག་རྟེན་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བས་འདོར་རོ། །ཆངས་པའི་  
 འཇིག་རྟེན་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ལས་ཡོངས་སུ་ཉམས་པ་ལས་  
 འཛོལ་ལ། འདོད་པ་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ལས་ཡོངས་སུ་ཉམས་པ་  
 ལས་འདོར་རོ། །གང་ནས་ཆངས་པའི་འཇིག་རྟེན་དུ་སྒྲིབ་ན་འཛོལ་ལ། དེས་  
 ན་འདོད་པའི་ཁམས་སུ་སྒྲིབ་ན་འདོར་རོ་ཞེས་འབྱུང་ངོ་། །

ཟག་མེད་འདོད་ཆགས་བྲལ་བ་ཡིས། །དེ་དང་མི་ལྡན་པ་ལས་འཛོལ་།  
 ཅེས་བྱ་བར་སྒྲུར་རོ། །དེ་དང་ལྡན་པ་ནི་ཟད་པ་ཤེས་པ་ལས་ཀྱང་མི་སློབ་པ་  
 འཛོལ་ལ། དབང་པོ་འཕོ་བ་ལས་ཀྱང་སློབ་པ་དང་མི་སློབ་པ་འཛོལ་བོ། །དེས་  
 པར་འབྱུག་པ་ལས་ཀྱང་དང་པོ་ཉིད་དུ་ཟག་པ་མེད་པ་འཛོལ་པ་མ་ཡིན་ནམ་  
 ཞེ་ན། མཐར་གྱིས་པས་མི་འཛོལ་པའི་སྒྲིབ་གདོན་མི་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། ཇི་ལྟར་  
 གདོན་མི་བྱ་བར་འཛོལ་པ་དེ་ལྟར་བཤད་ངོ། །ཉོན་མོངས་ཅན་ཉམས་སྒྲིབ་  
 ཡིས། །དེ་དང་མི་ལྡན་པ་ལས་འཛོལ། །ཅེས་བྱ་བ་ཁོ་ནར་སྒྲུར་ཏེ། གལ་ཏེ་  
 དེ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ལས་ཡོངས་སུ་ཉམས་ན་ཡོངས་སུ་ཉམས་

པ་ལས་འཐོབ་པོ། །གལ་ཏེ་ས་གོང་མ་ལས་ན་ས་འོག་མར་སྐྱེས་ན་སྐྱེ་བས་  
འཐོབ་པོ། །

### ཁྱད་པར་གྱི་ཆོས།

སྟོམས་པར་འདུག་པའི་རྗེས་གང་གི་མཁུག་ཐོགས་སུ་དུ་ཞིག་སྐྱེ་ཞེ་  
ན། ཟག་པ་མེད་པའི་བསམ་གཏན་དང་པོའི་མཁུག་ཐོགས་སུ་དུག་སྐྱེ་སྟེ།  
རང་གི་ས་པ་དང་བསམ་གཏན་གཉིས་པ་དང་གསུམ་པའི་ས་པའི་དག་པ་བ་  
དང་ཟག་པ་མེད་པ་གཞན་དག་གོ། །ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་མཁུག་  
ཐོགས་སུ་བདུན་ཏེ་རང་གི་ས་པ་དང་རྣམ་ཤེས་དང་ནམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་  
སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་ས་པའི་དག་པ་བ་དང་ཟག་པ་མེད་པ་དང་། སྲིད་པའི་རྩེ་མོའི་  
དག་པ་བ་ཁོ་ན་སྟེ། ཟག་པ་མེད་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་དོ། །བསམ་གཏན་གཉིས་  
པའི་མཁུག་ཐོགས་སུ་བརྒྱད་དེ། རང་གི་ས་པ་དང་བསམ་གཏན་གསུམ་པ་  
དང་། བཞི་པ་དང་། དང་པོའི་ས་པའི་དག་པ་བ་དང་ཟག་པ་མེད་པ་དག་གོ།  
།རྣམ་ཤེས་མཐའ་ཡས་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་མཁུག་ཐོགས་སུ་དགུ་སྟེ། རང་གི་ས་པ་  
གཉིས་དང་། ནམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་སྐྱེ་མཆེད་དང་བསམ་གཏན་བཞི་པའི་  
ས་པ་བཞི་དང་། ཅི་ཡང་མེད་པ་དང་སྲིད་པའི་རྩེ་མོའི་ས་པ་གསུམ་མོ། །  
དེ་བཞིན་དུ་བསམ་གཏན་དང་གཟུགས་མེད་པ་གཞན་གྱི་མཁུག་ཐོགས་སུ་  
ཡང་རྗེས་བཙུ་སྦྱར་བར་བྱའོ། །འདི་ནི་མདོར་བསྡུས་པ་ཡིན་ཏེ། ཟག་པ་  
མེད་པའི་མཁུག་ཐོགས་སུ། །ལྷག་འོག་གསུམ་པའི་བར་དགེ་བ་སྐྱེ་བའོ། །



དགོ་བ་སྒྲོས་པ་ནི་དག་པ་བ་དང་། ཟག་པ་མེད་པ་བཟུང་སྟེ། དགོ་བ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །ཟག་པ་མེད་པའི་སྒྲོམས་པར་འཇུག་པའི་རྫས་ཀྱི་མཇུག་  
ཐོགས་སུ་རང་གི་ས་པ་དང་ས་གོང་མ་དང་། འོག་མ་ས་གསུམ་པའི་བར་  
ཀྱི་དག་པ་བ་དང་ཟག་པ་མེད་པ་སྐྱེ་སྟེ། ཐོད་ཀླུ་དུ་སྒྲོམས་པར་འཇུག་པར་  
བྱེད་པས་གསུམ་པ་ལས་པན་ཆད་དུ་ནི་བཀླུ་བར་མི་རུས་སོ། །རྫིས་སུ་  
ཤེས་པའི་མཇུག་ཐོགས་སུ་གཟུགས་མེད་པ་ལ་སྒྲོམས་པར་འཇུག་གི་ཆོས་  
ཤེས་པའི་མཇུག་ཐོགས་སུ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཉེན་དང་དམིགས་པ་འོག་མ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

རི་ལྟར་ཟག་པ་མེད་པའི་མཇུག་ཐོགས་སུ་བཤད་པ་ལྟར་དག་པ་ལས་  
དེ་བཞིན། །རིག་པར་བྱ་ལ། རང་གི་ས་པའི་ཉོན་མོངས་ཀྱང་། །དག་པ་པའི་  
མཇུག་ཐོགས་སུ་ལྟག་པར་རང་གི་ས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་སྐྱེ་འོ། །ལྟག་  
མ་ནི་ཟག་པ་མེད་པ་ལས་བཤད་པ་རི་ལྟ་བ་བཞིན་ནོ། །

ཟག་པ་མེད་པའི་མཇུག་ཐོགས་སུ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་སྐྱེ་བ་མེད་  
དོ། །ཉོན་མོངས་ཅན་ལས་རང་དག་དང་། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་སྒྲོམས་  
པར་འཇུག་པའི་རྫས་ཀྱི་མཇུག་ཐོགས་སུ་ནི་རང་གི་ས་པའི་དག་པ་བ་དང་  
ཉོན་མོངས་པ་ཅན་དག་སྐྱེ་འོ། །འོག་མའི་དག་གཅིག་ཀྱང་། ཉོན་མོངས་པས་  
གཟེར་བ་ནི་འོག་མའི་སྒྲོམས་པར་འཇུག་པའི་དག་པ་བ་ལ་ཡང་དགའ་བར་  
འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་ཡོངས་སུ་བཅད་ནས་འོག་མར་འཕོ་  
ན་ནི་དགོ་བ་ལས་འཕོས་པ་ཡིན་གྱི། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་ལས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

འོན་ཏེ་ཡོངས་སུ་མ་བཅད་ན་ནི་རི་ལྟར་འཕོ་ཞེ་ན། སྡོན་འཕངས་པའི་ཕྱིར་  
 ཏེ། སྡོན་འདི་སྟམ་དུ་འོག་མའི་དག་པ་བ་ནི་སྒྲིའི་གོང་མའི་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་  
 ནི་མ་ཡིན་ནོ་སྟམ་དུ་འདོད་པར་འགྱུར་ལ། སྡོན་གྱི་བསམ་པ་ཡང་སེམས་  
 ཅན་རྣམས་ཀྱི་རྒྱན་གྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ཏེ། བསམས་ནས་གཉིད་ལོག་པར་  
 འདོད་པའི་དུས་སུ་སད་པ་བཞིན་ནོ། །ཟག་པ་མེད་པ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་  
 གྱི་མཇུག་ཐོགས་སུ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མི་སྐྱེའོ། །སྟོམས་པར་འཇུག་པའི་  
 དུས་ཀྱི་ཕྱིར་དག་པ་བ་དང་། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་མཇུག་ཐོགས་སུ་རང་  
 གི་ས་པའི་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་ཁོ་ན་སྐྱེའི་གཞན་གྱི་ས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 དེ་སྐད་དུ་བཤད་ཀྱི། འཆི་འཕོ་དག་ལས་ཉོན་མོངས་ཀྱན། །འཆི་འཕོ་བའི་  
 ཆེ་སྐྱེ་བས་ཐོབ་པའི་དག་པ་བའི་མཇུག་ཐོགས་སུ་ས་ཐམས་ཅད་པའི་ཉོན་  
 མོངས་པ་ཅན་སྐྱེའོ། །ཉོན་མོངས་ཅན་ལས་གོང་མ་མིན། །འཆི་འཕོ་བའི་ཆེ་  
 ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱི་བསམ་གཏན་དང་གཟུགས་མེད་པའི་མཇུག་ཐོགས་  
 སུ་རང་གི་ས་པ་དང་ས་འོག་མ་པའི་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་སྐྱེའི་ས་གོང་མ་པ་ནི་  
 མ་ཡིན་ནོ། །དག་པ་བ་ཐམས་ཅད་ལས་ཟག་པ་མེད་པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་  
 པའི་རྗེས་སྐྱེ་བ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །

འོ་ན་རི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། དག་པ་ཉམས་པའི་ཆ་མཐུན་སོགས། །རྣམ་  
 བཞི། དག་པ་བ་ནི་ཉམས་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་དང་། གནས་པའི་ཆ་དང་  
 མཐུན་པ་དང་། བྱད་པར་གྱི་ཆ་དང་མཐུན་པ་དང་། དེས་པར་འབྲེད་པའི་  
 ཆ་དང་མཐུན་པ་དང་། རྣམ་པ་བཞིའོ། །སྤྱིད་པའི་ཅེ་མོ་ན་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་

ཡིན་ཏེ། བྱེད་པར་གྱི་ཆ་དང་མཐུན་པ་མ་གཏོགས་སོ། །འདིའི་མཆོན་ཉིད་  
 ཅི་ཞེ་ན། དེ་ནི་གོ་རིམ་བཞིན་དུ། ཉོན་མོངས་སྐྱེ་དང་རང་ས་དང་། གོང་  
 དང་ཟག་མེད་རྗེས་མཐུན་པའོ། །ཉམས་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་ནི་ཉོན་མོངས་  
 པ་སྐྱེ་བ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའོ། །གནས་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་ནི་རང་གི་  
 ས་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའོ། །བྱེད་པར་ཅན་གྱི་ཆ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་ནི་  
 ས་གོང་མ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའོ། །ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་  
 ནི་ཟག་པ་མེད་པའི་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་སྟེ། ཟག་པ་མེད་པ་ནི་དེ་ལས་སྐྱེའོ། །

ཡང་བཞི་པོ་དེ་དག་ལས་གང་གི་མཐུག་ཐོགས་སུ་དུ་ཞིག་སྐྱེ་ཞེ་ན།  
 ཉམས་ཆ་མཐུན་སོགས་མཐུག་ཐོགས་སུ། གཉིས་དང་གསུམ་དང་གསུམ་  
 དང་གཅིག་ ཉམས་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་ནི་ཉམས་པ་དང་བརྟེན་པའོ། །དེའི་  
 མཐུག་ཐོགས་སུ་ནི་གཉིས་སྐྱེ་སྟེ། ཉམས་པ་དང་གནས་པའི་ཆ་དང་མཐུན་  
 པ་དག་གོ། །གནས་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པའི་མཐུག་ཐོགས་སུ་ནི་གསུམ་སྟེ།  
 ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་མ་གཏོགས་སོ། །བྱེད་པར་ཅན་གྱི་ཆ་  
 དང་མཐུན་པའི་མཐུག་ཐོགས་སུ་ནི་གསུམ་སྟེ། ཉམས་པའི་ཆ་དང་མཐུན་  
 པ་མ་གཏོགས་སོ། །ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པའི་མཐུག་ཐོགས་  
 སུ་ནི་གཅིག་སྟེ། དེ་གཅིག་པུ་སྐྱེའོ། །ཐོད་ཀྱི་གྱི་སྟོམས་པར་འཐུག་པ་  
 རི་ལྟར་སྐྱེ་ཞེ་ན། ས་བརྒྱད་རྣམ་གཉིས་འབྲེལ་པ་དང་། གཅིག་ཀྱིས་སོང་  
 ཞིང་འོངས་ནས་ནི། འིས་མི་མཐུན་པ་གསུམ་པར་འགྲོ། །ཐོད་ཀྱི་གྱི་ནི་  
 སྟོམས་འཐུག་ཡིན། །ས་བརྒྱད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་བསམ་གཏན་དང་། གཟུགས་

མེད་པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་རྣམས་སོ། །རྣམ་གཉིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཟག་  
 པ་དང་བཅས་པ་དང་ཟག་པ་མེད་པའོ། །འབྲེལ་པ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གོ་རིམ་  
 བཞིན་དུའོ། །གཅིག་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རེ་རེ་ཀྱིས་ནས་སོ། །སོང་ཞིང་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྷགས་དང་མཐུན་པར་སྟོམས་པར་ཞུགས་ནས་སོ། །འོངས་  
 རྣམ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྷགས་དང་མི་མཐུན་པར་སྟོམས་པར་ཞུགས་ནས་སོ། །  
 ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་ས་བརྒྱད་དང་ཟག་པ་མེད་པའི་ས་བདུན་ལྷགས་དང་  
 མཐུན་པ་དང་ལྷགས་དང་མི་མཐུན་པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པའི་སྟོན་ནས་  
 བྱང་བར་བྱས་ནས། བྱིས་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་བསམ་གཏན་དང་པོ་ནས་  
 ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་གསུམ་པ་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་ཅིང་། དེ་ནས་ནི་  
 རྣམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་སྟེ་མཆེད་ལ། དེ་ནས་ནི་ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྟེ་མཆེད་  
 ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་གོ། །དེ་བཞིན་དུ་ལྷགས་དང་མི་མཐུན་པ་ཡང་བྱང་  
 བར་བྱས་ནས་ཟག་པ་མེད་པ་རྣམས་ཀྱང་རེ་རེ་ཀྱིས་ཞིང་ལྷགས་དང་མཐུན་  
 པ་དང་ལྷགས་དང་མི་མཐུན་པར་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ནི་ཐོད་ཀྱིས་དུ་  
 སྟོམས་པར་འཇུག་པའི་སྟོར་བ་ཡིན་ནོ། །

གང་གི་ཆེ་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་དང་པོ་ནས་ཟག་པ་མེད་པའི་བསམ་  
 གཏན་གསུམ་པ་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་ཅིང་། དེ་ནས་ནི་ཟག་པ་དང་བཅས་  
 པའི་རྣམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་སྟེ་མཆེད་ལ། དེ་ནས་ནི་ཟག་པ་མེད་པའི་ཅི་  
 ཡང་མེད་པའི་སྟེ་མཆེད་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་ཅིང་། དེ་བཞིན་དུ་ལྷགས་  
 དང་མི་མཐུན་པར་ཡང་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་དེའི་ཆེ་རིས་མི་མཐུན་པའི་

རྒྱས་གསུམ་པར་འགྲོ་བའི་ཕྱིར་མངོན་པར་བྱལ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞིན་ཏུ་རིང་  
བའི་ཕྱིར་བཞི་པ་ལ་ནི་སྟོམས་པར་མི་འཇུག་གོ །དེ་ཡང་སྒྲིང་གསུམ་དུ་  
དུས་དང་མི་སྦྱོར་བར་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་དགྲ་བཅོམ་པ་ཁོ་ནས་སྐྱེད་པར་  
བྱེད་དེ། ཉོན་མོངས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། ཉིང་ངེ་འཇིན་ལ་དབང་བའི་ཕྱིར་  
རོ། །མཐོང་བས་འཐོབ་པ་ནི་གལ་ཏེ་དབང་པོ་རྣོན་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉིང་ངེ་  
འཇིན་ལ་དབང་བ་ཡིན་ཡང་ཉོན་མོངས་པ་མེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དུས་ཀྱིས་  
རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ནི་གལ་ཏེ་ཉོན་མོངས་པ་མེད་པ་ཡིན་ཡང་། ཉིང་ངེ་འཇིན་  
ལ་དབང་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

ཉེན་གང་གིས་བསམ་གཏན་དང་གཟུགས་མེད་པ་དུ་ཞིག་མངོན་སུམ་  
དུ་བྱེད་ཅེ་ན། བསམ་གཏན་གཟུགས་མེད་རང་དང་ནི། །འོག་སའི་ཉེན་  
ཅན་སྒྲིད་པའི་རྩེ་མོར་ཡང་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་ལ་འོག་མ་འདོད་པའི་ཁམས་  
ཀྱི་བར་དུ་ཡང་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྟག་མ་རྣམས་ཀྱང་རང་  
གི་ས་དང་ས་འོག་མར་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་དོ། །ཅིའི་ཕྱིར་གོང་དུ་སྐྱེས་པ་  
སྟོམས་པར་འཇུག་པ་འོག་མ་མངོན་སུམ་དུ་མི་བྱེད་ཅེ་ན། །འདི་ལྟར་དེ་ལ་  
འོག་དགོས་མེད། །དེ་ལ་ནི་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་འོག་མའི་རྒྱས་ཀྱིས་ཅུང་  
ཟད་ཀྱང་དགོས་པར་མི་བྱེད་དེ་དམན་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྦྱིར་བསྟན་པ་བྱས་  
ནས་དམིགས་ཀྱིས་སྟོན་པར་བྱེད་དེ། སྒྲིད་རྩེར་འཕགས་པ་ཅི་ཡང་མེད། །  
མངོན་སུམ་བྱས་ནས་ཟག་པ་ཟད། །འཕགས་པ་སྒྲིད་པའི་རྩེ་མོར་སྐྱེས་  
པ་ནི་ཟག་པ་མེད་པའི་ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྐྱེ་མཆེད་མངོན་སུམ་དུ་བྱས་ནས་



ཟག་པ་ཟད་པར་འགྱུར་རོ། །རི་ལྟར་ན་དེར་སྐྱེས་པ་དེ་མངོན་སུམ་དུ་བྱེད་  
 ཅེ་ན། རང་གི་མེད་པའི་སྤྱིར་དང་། དེ་ཡང་ཉེ་བའི་སྤྱིར་རོ། །ཡང་བསམ་  
 གཏན་དང་གཟུགས་མེད་པ་འདི་དག་གི་དམིགས་པ་ཅི་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན།  
 སྤྱིད་བཅས་རང་གི་སྤྱིད་ལ་དམིགས། །རོ་སྤྱང་བ་དང་མཚུངས་པར་ལྟན་པ་  
 རྣམས་ནི་རང་གི་ས་པའི་སྤྱིད་པ་ལ་དམིགས་སོ། །སྤྱིད་པ་སྟོས་པ་ནི་ཟག་  
 པ་དང་བཅས་པའི་དངོས་པོ་གཟུང་ངོ། །འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་སྤྱིར་  
 འོག་མ་ལ་ཡང་མི་དམིགས་སོ། །ས་རྣམས་ནི་སྤྱིད་པས་ཡོངས་སུ་བཅད་  
 པའི་སྤྱིར་གོང་མ་ལ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །དགོ་བ་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་  
 སྤྱིར་ཟག་པ་མེད་པ་ལ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །བསམ་གཏན་དགོ་ཡུལ་ཡོད་དགྲུ་  
 ཡིན། །དགོ་བའི་བསམ་གཏན་དག་པ་དང་། །ཟག་པ་མེད་པའི་བསམ་  
 གཏན་དེའི་དམིགས་པ་ནི་འདུས་བྱས་སམ་འདུས་མ་བྱས་གང་ཅི་ཡོད་ཀྱང་  
 རུང་བ་ཐམས་ཅད་ཡིན་ནོ། །

གཟུགས་མེད་དངོས་གཞི་དགོ་རྣམས་ཀྱི། །སྤྱོད་ཡུལ་ཟག་བཅས་  
 འོག་མ་མིན། །གཟུགས་མེད་པའི་དངོས་གཞི་དགོ་བ་རྣམས་ཀྱི་དམིགས་  
 པ་ནི་ས་འོག་མ་པའི་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་དངོས་པོ་མ་ཡིན་ཏེ། རང་གི་ས་  
 པ་དང་། ས་གོང་མ་ལ་དམིགས་པའི་སྤྱིར་རོ། །དམིགས་པ་ཟག་པ་མེད་པ་  
 ནི་རྗེས་སུ་ཤེས་པའི་སྤྱོད་པ་དང་མཐུན་པ་ཐམས་ཅད་ཡིན་ཀྱི། །ཆོས་ཤེས་  
 པའི་སྤྱོད་པ་དང་མཐུན་པ་ཡང་མ་ཡིན་ལ་ས་འོག་མའི་འགོག་པ་ཡང་མ་ཡིན་  
 ནོ། །ཉིར་བསྐྱོགས་ཀྱི་བར་ཆད་མེད་པའི་ལམ་རྣམས་ཀྱི་དམིགས་པ་ནི་ས་

འོག་མ་ཡིན་ནོ། །བསམ་གཏན་དང་གཟུགས་མེད་པ་རྣམས་པ་གསུམ་པོ་འདི་  
 དག་ལས། ཟག་པ་མེད་པས་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་སྤོང་ངོ། །དག་པ་བས་  
 གྲང་མི་སྤོང་ན། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱིས་ལྟ་སྒྲོས་གྲང་ཅི་དགོས་ཏེ། འདོད་  
 ཆགས་དང་བྲལ་བའི་སྤྱིར་འོག་མ་ལ་ཡང་མ་ཡིན་ལ། དེ་ཉིད་དེའི་གཉེན་  
 པོ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་རང་གི་ས་ན་ཡོད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །ཆེས་ཁྱད་  
 བར་དུ་འཕགས་པའི་སྤྱིར་གོང་མ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །ཉེར་བསྒྲེགས་དག་བས་  
 གྲང་། གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པའི་ཉེར་བསྒྲེགས་ནི་དག་པ་བས་གྲང་  
 ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་སྤོང་སྟེ། ས་འོག་མ་པའི་གཉེན་པོ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །

### ཉེར་བསྒྲེགས།

ཉེར་བསྒྲེགས་དུ་ཞིག་ཡོད་ཅེ་ན། དེ་དག་ལ་ནི་ཉེར་བསྒྲེགས་བརྒྱད། །  
 རེ་རེ་ལ་གང་གིས་དེ་ལ་འཇུག་པ་རེ་རེ་ཡོད་དོ། །ཅི་དེ་དག་གྲང་རྣམས་པ་  
 གསུམ་ཡིན་ལ། དེ་དག་ལ་ཆོར་བ་ཡང་དེ་དང་འབྲ་བར་ཡོད་དམ་ཞེ་ན།  
 སྒྲུལ་པ། མ་ཡིན་ཏེ། དག་པ་བདེ་མིན་སྒྱུག་བསྐྱལ་མིན། །དེ་དག་  
 ནི་དག་པ་བ་ཡང་ཡིན་ལ་བཏང་སྒྲོམས་ཀྱི་དབང་པོ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་  
 པ་དག་གྲང་ཡིན་ཏེ། འབད་དེ་བྲང་བར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དང་། ས་འོག་  
 མ་པ་ལས་ཡིད་འབྱུང་བ་དང་མ་བྲལ་བའི་སྤྱིར་དང་། འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་  
 བའི་ལམ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ་སྤྱང་བ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

དང་པོ་འཕགས་པ་འང་། ཉེར་བསྟོགས་ཀྱི་དང་པོ་ནི་མི་སྟོགས་པ་མེད་པ་སྟེ།  
 དེ་ནི་དག་པ་བ་ཡང་ཡིན་ལ་ཟག་པ་མེད་པ་ཡང་ཡིན་ནོ། ། ཉེར་བསྟོགས་ཀྱི་  
 སེམས་ཀྱིས་ཉིང་མཆམས་སྒྱུར་བ་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་ཡིན་མོད་ཀྱི་མཉམ་  
 པར་གཞག་པ་ལ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་ཉིད་དགག་གོ ། ཁ་ཅིག་གསུམ། ། ཁ་  
 ཅིག་ནི་མི་སྟོགས་པ་མེད་པ་རོ་ཟུང་བ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་ཡང་འདོད་  
 ནོ། ། ཉེར་བསྟོགས་ཞེས་ཀྱང་འབྱུང་། བསམ་གཏན་བྱུང་པར་ཅན་ཞེས་ཀྱང་  
 འབྱུང་ན། ཅི་འདིའི་དོན་གཅིག་པ་ཞིག་གསུམ། འོན་ཏེ་དོན་ཐ་དད་པ་ཞིག་  
 ཡིན་ཞེ་ན། དོན་ཐ་དད་པ་ཡིན་ཏེ། ཉེར་བསྟོགས་ནི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་  
 བའི་ལམ་ཡིན་ལ། རྟོག་མེད་བསམ་གཏན་བྱུང་པར་ཅན། ། བསམ་གཏན་  
 དང་པོ་ཁོ་ན་རྟོག་པ་དང་། ། མཚུངས་པར་མི་ལྡན་པ་ནི་བསམ་གཏན་བྱུང་  
 པར་ཅན་ཡིན་ཏེ། བསམ་གཏན་གྱི་བྱུང་པར་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ། དེ་ཉིད་ཀྱི་  
 ཕྱིར་བསམ་གཏན་གཉིས་པ་ལ་སོགས་པ་ན་རྣམ་པར་མི་གཞག་པ་སྟེ། བྱུང་  
 པར་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

བསམ་གཏན་བྱུང་པར་ཅན་དེ་ནི། རྣམ་གསུམ། རོ་ཟུང་བ་དང་  
 མཚུངས་པར་ལྡན་པ་དང་དག་པ་བ་དང་ཟག་པ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། ། དེ་བདེ་  
 མིན་སྟུག་མིན། ། འདི་ལ་བདེ་བ་ཡང་མེད་པས་ན་བདེ་བ་ཡང་མ་ཡིན་པ་  
 སྟུག་བསྟུལ་ཡང་མ་ཡིན་པ་སྟེ། བྱུང་སྟོམས་ཀྱི་དབང་པོ་དང་མཚུངས་པར་  
 ལྡན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་གོ ། མདོན་པར་འདུ་བྱ་བ་དང་བཅས་པས་བྱང་  
 བར་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དགའ་བ་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་

ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ལམ་དཀའ་བ་ཡིན་ནོ། །

འོ་ན་བསམ་གཏན་བྱུང་པར་ཅན་དེའི་འབྲས་བུ་བྱུང་པར་ཅན་གང་  
 ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ནི་ཆངས་ཆེན་འབྲས་བུ་ཅན། ། བསམ་གཏན་བྱུང་པར་  
 ཅན་དེ་བསྐྱེམས་ནས་ཆངས་པ་ཆེན་པོར་འགྱུར་རོ། ། ཡང་ཉིད་དེ་འཇིན་  
 ཐམས་ཅད་མདོར་བསྡུས་ཏེ། མདོ་ལས་རྟོག་པ་དང་བཅས་ཤིང་དཔྱེད་པ་  
 དང་བཅས་པའི་ཉིད་དེ་འཇིན་དང་། རྟོག་པ་མེད་ལ་དཔྱེད་པ་ཅ་མ་དང་།  
 རྟོག་པ་ཡང་མེད་ལ་དཔྱེད་པ་ཡང་མེད་པའི་ཉིད་དེ་འཇིན་དང་ཉིད་དེ་འཇིན་  
 གསུམ་དུ་བཀའ་སྩལ་ཏེ། དེ་ལ་རེ་ཞིག་བསམ་གཏན་བྱུང་པར་ཅན་ནི།  
 རྟོག་པ་ཅ་མ་ཞིག་བཀག་པའི་ཕྱིར་རྟོག་པ་མེད་ལ་དཔྱེད་པ་ཅ་མ་གྱི་ཉིད་དེ་  
 འཇིན་ཏི་ཞེས་ཤེས་པར་བྱས་ཟིན་ཏོ། །

ཉིད་དེ་འཇིན་གྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ།

དེ་མན་ཆད་རྟོག་དཔྱེད་བཅས་པའི། ཉིད་དེ་འཇིན། བསམ་གཏན་  
 བྱུང་པར་ཅན་དེ་མན་ཆད་གྱི་ཉིད་དེ་འཇིན་བསམ་གཏན་དང་པོ་དང་། མི་  
 ལྷོགས་པ་མེད་པ་ནི་རྟོག་པ་དང་བཅས་ཤིང་དཔྱེད་པ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ནོ། །  
 ཡན་ཆད་གཉི་ག་མེད་པས་ན། འདི་ན་གཉི་ག་མེད་པ་སྟེ། བསམ་གཏན་བྱུང་  
 པར་ཅན་ཡན་ཆད་གྱི་ཉིད་དེ་འཇིན་བསམ་གཏན་གཉིས་པའི་ཉེར་བསྐྱེལས་  
 ནས་སྤིད་པའི་རྩེ་མོའི་བར་ནི་རྟོག་པ་ཡང་མེད་ལ་དཔྱེད་པ་ཡང་མེད་པའོ། །  
 ཡང་སྟོང་པ་ཉིད་གྱི་ཉིད་འཇིན་དང་། སྟོན་པ་མེད་པའི་ཉིད་དེ་འཇིན་དང་།

མཚན་མ་མེད་པའི་ཉིང་དེ་འཇིན་དང་། ཉིང་དེ་འཇིན་གསུམ་གསུངས་  
 ཉེ། དེ་ལ། མཚན་མེད་ཞི་བའི་རྣམ་པ་དང་། །འགོག་པའི་རྣམ་པ་དག་དང་  
 མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་ཉིང་དེ་འཇིན་ནི་མཚན་མ་མེད་པ་སྟེ། རྣམ་པ་ཞི་བ་  
 ཡིན་ནོ། །ཟྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ནི་མཚན་མ་བརྩ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་མཚན་  
 མ་མེད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་དམིགས་པའི་ཉིང་དེ་འཇིན་ནི་མཚན་མ་མེད་པའི་  
 ཉིང་དེ་འཇིན་ཡིན་ཉེ། མཚན་མ་བརྩ་ནི་ཡུལ་ལྔ་དང་པོ་དང་མོ་དང་འདུས་  
 བྱས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་རྣམས་སོ། །སྟོང་ཉིད་བདག་མེད་སྟོང་ཉིད་དུ། །འཇུག་  
 པའོ། །བདག་མེད་པ་དང་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པ་དག་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་  
 པའི་ཉིང་དེ་འཇིན་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་དེ། རྣམ་པ་གཉིས་པ་ཡིན་ནོ། །

སྟོན་པ་མེད་པ་ནི། །དེ་ལས་གཞན་བདེན་རྣམ་པ་དང་། །བདེན་པ་  
 ལྟག་མའི་རྣམ་པ་དག་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་ཉིང་དེ་འཇིན་ནི་སྟོན་པ་  
 མེད་པ་སྟེ་རྣམ་པ་བརྩ་ཡིན་ནོ། །མི་རྟག་པ་དང་སྐྱུག་བསྐྱལ་བ་དང་དེའི་རྒྱ་  
 དག་གིས་ཡིད་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་དང་། ལམ་ཡང་གཞོན་མི་བ་བར་གཟིངས་སྟོ་  
 བྱར་དོར་བར་བྱ་བ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དེའི་རྣམ་པ་ཅན་ཀྱི་ཉིང་དེ་འཇིན་ནི་  
 སྟོན་པ་མེད་པ་ཡིན་ཉེ། དེ་ལས་འདའ་བར་མངོན་སུམ་དུ་སྟོགས་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །ཟྱ་ངན་ལས་འདས་པ་དང་འབྲུ་བའི་ཕྱིར་སྟོང་པ་དང་བདག་མེད་པ་དག་  
 གིས་ནི་ཡིད་མི་འབྱུང་ངོ། །ཉིང་དེ་འཇིན་རྣམ་པ་གསུམ་པོ་འདི་དག་ནི་རྣམ་  
 པ་གཉིས་ཉེ། དག་དང་ངི་མ་མེད། འཇིག་རྟེན་པ་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་  
 པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དག་པ་བ་ཡང་ཡིན་ལ་ཟག་པ་མེད་པ་དག་ཀྱང་ཡིན་



ཏེ། འཇིག་རྟེན་པ་རྣམས་ནི་ས་བརྩ་གཅིག་ན་ཡོད་དོ། །འཇིག་རྟེན་ལས་  
འདས་པ་རྣམས་ནི་གང་ན་ལམ་ཡོད་པ་ན་ཡོད་དོ། །དེ་དག་ །དྲི་མེད་རྣམ་  
ཐར་སྒོ་གསུམ་མོ། །ཏིང་ངེ་འཇིག་གསུམ་པོ་དེ་དག་དྲི་མ་མེད་པ་ནི་ཐར་པའི་  
སྒོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་ཐར་པའི་སྒོ་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། རྣམ་པར་ཐར་པའི་  
སྒོ་སྟོན་པ་མེད་པ་དང་། རྣམ་པར་ཐར་པའི་སྒོ་མཆན་མ་མེད་པ་སྟེ། རྣམ་  
པར་ཐར་པའི་སྒོ་གསུམ་ཞེས་བྱའོ། །

ཡང་། སྟོང་ཉིད་སྟོང་ཉིད་ཅེས་ལ་སོགས། །གཞན་ཡང་ཏིང་ངེ་འཇིག་  
གསུམ་མོ། །ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། སྟོང་པ་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། སྟོན་པ་མེད་པ་  
སྟོན་པ་མེད་པ་དང་། མཆན་མ་མེད་པ་མཆན་མ་མེད་པའོ། །སྟོང་པ་ཉིད་  
ལ་སོགས་པ་ལ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་མིང་དེ་སྐད་ཅེས་བྱའོ། །དེ་དག་ལས།  
གཉིས་ནི་སྟོང་དང་མི་རྟག་པར། །མི་སྟོབ་པ་ལ་དམིགས་པ་ཡིན། །ཏིང་  
ངེ་འཇིག་གཞན་གཉིས་ནི་མི་སྟོབ་པའི་ཏིང་ངེ་འཇིག་ལ་དམིགས་པ་ཡིན་ཏེ།  
སྟོང་པ་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་ནི་མི་སྟོབ་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ཏིང་ངེ་འཇིག་ལ་སྟོང་  
པའི་རྣམ་པར་དམིགས་སོ། །སྟོན་པ་མེད་པ་སྟོན་པ་མེད་པ་ཡང་མི་སྟོབ་པའི་  
སྟོན་པ་མེད་པ་ལ་མི་རྟག་པའི་རྣམ་པར་དམིགས་སོ། །སྟུག་བསྐྱེད་པར་ཡང་  
མ་ཡིན་ལ་རྒྱ་ལ་སོགས་པར་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། ཟག་པ་མེད་པ་ནི་དེའི་མཆན་  
ཉིད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ལམ་གྱི་རྣམ་པ་རྣམས་སུ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། སུན་  
དབྱུང་བར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །མཆན་མ་མེད་པ་མཆན་མེད་ནི། །ཞི་  
བར་མ་བརྟགས་ཟད་པ་ལ། །མཆན་མ་མེད་པ་མཆན་མ་མེད་པའི་ཏིང་ངེ་

འཇིན་ནི་མི་སྟོབ་པའི་མཆན་མ་མེད་པའི་སོ་སོར་མ་བརྟགས་པས། འགོག་  
 པ་ལ་ཞི་བའི་རྣམ་པར་དམིགས་ཏེ། ཟག་པ་མེད་པ་ལ་སོ་སོར་བརྟགས་པས།  
 འགོག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འགོག་པ་དང་། གྲུ་ལོ་མ་པ་དང་། དེས་པར་  
 འབྱུང་བའི་རྣམ་པར་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། མི་རྟག་པ་ཉིད་ཀྱི་འགོག་པ་དང་། ཐུན་  
 མོང་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དང་། ལུང་དུ་མ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་དང་། བྲལ་བ་མ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཉིང་ངེ་འཇིན་གཞན་འདི་དག་ནི་གཅིག་ཏུ་ཟག་བཅས།  
 འཕགས་པའི་ལམ་ལ་སྐང་བའི་ཕྱིར་ཏེ། ཟག་པ་མེད་པ་དག་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་  
 རོ། །

གང་དུ་སྐྱེད་པར་བྱེད་ཅེ་ན། མིའི་ནང་། མི་རྣམས་ཀྱི་ནང་ཁོ་ནར་  
 སྐྱེད་ཀྱི་ལྟ་དག་གི་ནང་དུ་ནི་མ་ཡིན་རོ། །སྤྱ་ལ་སྐྱེ་ཞེ་ན། མི་གཡོ་ལ་དག་  
 བཅོམ་པ་གཞན་ལ་ནི་མ་ཡིན་རོ། །ས་དུ་པ་ཞིག་ལ་ནི་མ་ཡིན་ཞེ་ན། ཉེར་  
 བསྟོགས་བདུན་ནི་མ་གཏོགས་སོ། །ཉེར་བསྟོགས་བདུན་མ་གཏོགས་པ་  
 ས་གཞན་བཅུ་གཅིག་པོ་འདོད་པའི་ཁམས་དང་། མི་སྟོགས་པ་མེད་པ་དང་།  
 བསམ་གཏན་བྱུང་པར་ཅན་དང་། བསམ་གཏན་དང་། གཟུགས་མེད་པ་  
 རྣམས་ན་ཡོད་དོ། །ཡང་ཉིང་ངེ་འཇིན་བསྟོམས་པ་བཞི་སྟེ། ཉིང་ངེ་འཇིན་  
 བསྟོམས་པ་ཀུན་ཏུ་བརྟེན་བསྟོམས་པར་བྱས་ལན་མང་དུ་བྱས་ན། མཐོང་བའི་  
 ཆོས་ལ་བདེ་བར་གནས་པར་འགྱུར་བ་ཡང་ཡོད་ཅེས་བྱ་བ་རྒྱས་པར་འབྱུང་  
 བ་དེ་ལ། དགོ་བའི་བསམ་གཏན་དང་པོ་ནི། །བདེ་འགྱུར་ཉིང་འཇིན་བསྟོམས་  
 པ་ཡིན། །དགོ་བའི་བསམ་གཏན་དང་པོ་སྟེ། །དག་པ་པ་འཕ། ཟག་པ་མེད་

པ་ནི། མཐོང་བའི་ཆོས་ལ་བདེ་བར་གནས་པར་འགྱུར་བའི་ཉིང་ངེ་འཇིན་  
 བསྐྱེམ་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་དང་པོ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་གཞན་དང་གཞན་དག་ཀྱང་  
 ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཆེ་སྤྱི་མ་ལ་བདེ་བར་གནས་པར་འགྱུར་བ་ནི་  
 དེས་པ་མེད་དེ། ཡོངས་སྤྱི་ཉམས་པ་དང་། གོང་དུ་སྐྱེས་པ་དང་། ཡོངས་  
 སྤྱི་སྤྱང་ལས་འདས་པ་རྣམས་ལ་དེ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །མིག་གི་མངོན་  
 ཤེས་མཐོང་འགྱུར་འདོད། །ལྟའི་མིག་གི་མངོན་པར་ཤེས་པ་ནི་ཤེས་པ་  
 མཐོང་བར་འགྱུར་བའི་ཉིང་ངེ་འཇིན་བསྐྱེམ་པ་ཡིན་ནོ། །སྤྱོར་བ་ལས་བྱུང་  
 སྒོ་དབྱེར་འགྱུར། །སྤྱོར་བ་ལས་བྱུང་བའི་ཡོན་ཏན་ཁམས་གསུམ་པ་དང་།  
 ཟག་པ་མེད་པ་ཐམས་ཅད་ནི་ཤེས་རབ་རབ་ཏུ་རྣམ་པར་དབྱེ་བར་འགྱུར་བའི་  
 ཉིང་ངེ་འཇིན་བསྐྱེམ་པ་ཡིན་ནོ། །

དོ་རྩེ་ལྟ་བུའི་བསམ་གཏན་མཐའི། །གང་ཡིན་དེ་ཟག་ཟད་འགྱུར་  
 བསྐྱེམ། །བསམ་གཏན་བཞི་པའི་དོ་རྩེ་ལྟ་བུའི་ཉིང་ངེ་འཇིན་གང་ཡིན་པ་དེ་  
 ནི་ཟག་པ་ཟད་པར་འགྱུར་བའི་ཉིང་ངེ་འཇིན་བསྐྱེམ་པ་ཡིན་ནོ། །བཙུམ་ལྷན་  
 འདས་ཀྱིས་ཆོས་སྟོན་པ་འདི་ནི་བདག་ཉིད་ལ་ཉེ་བར་གཏོད་པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་  
 སྤྱིར་བསམ་གཏན་བཞི་ཁོ་ནར་གསུངས་སོ་ཞེས་གྲག་གོ། །ཉིང་ངེ་འཇིན་  
 རྣམས་ཀྱི་སྐྱབས་ནས་འོངས་བ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

ཆད་མེད་བཞི།

ད་ནི་ཉིང་ངེ་འཇིན་ལ་བརྟེན་པའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་བསྟན་པའི་སྐྱབས་

ཡིན་པས་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། ཚད་མེད་པ་ནི་བཞི་ཡིན་ནོ། །བྱམས་པ་དང་།  
སྟོང་རྗེ་དང་། དགའ་བ་དང་། བཏང་སྟོམས་ཏེ། སེམས་ཅན་ཚད་མེད་པ་  
ལ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་བཞི་ཁོ་ན་ཡིན་ཞེ་ན། གཞོད་སེམས་  
ལ་སོགས་གཉེན་པོའི་ཕྱིར། །གཞོད་སེམས་དང་རྣམ་པར་འཆེ་བ་དང་། མི་  
དགའ་བ་དང་། འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་དང་གཞོད་སེམས་མང་བ་རྣམས་  
ཀྱིས་དེ་དག་སྤང་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བཞི་སྟེ་གངས་བཞིན་ནོ། །མི་སྤྱུག་པ་དང་  
བཏང་སྟོམས་གཉིས་འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་གཉེན་པོ་ཉིད་དུ་བྱད་པར་  
ཅི་ཞིག་ཡོད་ཅེ་ན།

བྱེ་བྲག་དུ་སྤྱོད་བ་རྣམས་ན་རེ། ཁ་དོག་གི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་གཉེན་པོ་  
ནི་མི་སྤྱུག་པའོ། །འབྲིག་པའི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་གཉེན་པོ་ནི་བཏང་སྟོམས་  
སོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །འདི་སྐད་དུ་འབྲིག་པའི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་གཉེན་པོ་ནི་མི་  
སྤྱུག་པའོ། །པ་དང་མ་དང་བྱ་དང་ཉི་དུའི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་གཉེན་པོ་ནི་བཏང་  
སྟོམས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རུང་ངོ་། །

དེ་ལ། ཞེ་སྤང་མེད་བྱམས། བྱམས་པ་ནི་ཞེ་སྤང་མེད་པའི་རང་བཞིན་  
ནོ། །སྟོང་རྗེ་ཡང་། སྟོང་རྗེ་ཡང་དེ་དང་འདྲའོ། །ཡིད་བདེ་བ་ནི་དགའ་བ་ཡིན།  
དགའ་བ་ནི་ཡིད་བདེ་བའི་རང་བཞིན་ནོ། །བཏང་སྟོམས་མ་ཆགས། བཏང་  
སྟོམས་ནི་མ་ཆགས་པའི་བདག་ཉིད་ཡིན་ནོ། །རི་ལྟར་ན་གཞོད་སེམས་ཀྱི་  
གཉེན་པོ་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ནི་ཆགས་པས་བྱངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་  
ནི་གཉི་གའི་རང་བཞིན་ཡིན་ན་རུང་ངོ་། །བྱམས་པ་ལ་སོགས་པ་འདི་དག་

གི་རྣམ་པ་ནི། །ཀྱེ་མ་བདེར་གྱུར་སྐྱུག་བསྐྱེལ་དང་། །དགར་གྱུར་སེམས་  
 ཅན་རྣམས་སྟོམས་པ། །ཀྱེ་མ་སེམས་ཅན་རྣམས་བདེ་བར་གྱུར་ཅིག་སྐྱེལ་  
 ཏུ་ཡིད་ལ་བྱེད་ཅིང་བྱམས་པ་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་གོ། །ཀྱེ་མ་སེམས་ཅན་  
 རྣམས་ནི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ལོ་སྐྱེལ་ཏུ་ཡིད་ལ་བྱེད་ཅིང་སྟོང་རྗེ་ལ་སྟོམས་པར་  
 འཇུག་གོ། །ཀྱེ་མ་སེམས་ཅན་རྣམས་ཡིད་བདེ་བར་གྱུར་ཅིག་སྐྱེལ་ཏུ་ཡིད་  
 ལ་བྱེད་ཅིང་དགའ་བ་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་གོ། །སེམས་ཅན་རྣམས་མཉམ་  
 མོ་སྐྱེལ་ཏུ་དེ་ལྟར་ཡིད་ལ་བྱེད་ཅིང་བཏང་སྟོམས་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་སྟེ།  
 བར་མར་གནས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་དང་མི་ལྡན་པ་རྣམས་ལ་བདེ་བར་མོས་  
 པའི་ཕྱིར་རི་ལྟར་ན་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཉིད་ཏུ་མི་འགྱུར་ཞེ་ན། གྱུར་ཅིག་སྐྱེལ་ཏུ་  
 སེམས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ན་བསམ་པ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་ཕྱིར་ཏེ། མོས་  
 པར་འདུ་ཤེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཡང་ན་དེ་ལྟར་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ཡང་ཉེས་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད།  
 གལ་ཏེ་མི་དགོ་བ་ཉིད་ཡིན་ལོ་ཞེ་ན་ནི། མ་ཡིན་ཏེ། གཞོད་སེམས་ལ་  
 སོགས་པའི་གཉེན་པོ་ཡིན་པས་དགོ་བའི་རྩ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་དག་  
 གི་རྣམ་པ་ནི་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

སྟོན་ཡུལ་འདོད་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས། །འདི་དག་གི་དམིགས་པ་  
 བེ་འདོད་པ་ན་སྟོན་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་དམིགས་པའི་  
 གཞོད་སེམས་ལ་སོགས་པའི་གཉེན་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྟོགས་གཅིག་  
 ཏུ་མོས་ནས་ཞེས་གསུངས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སྟོན་གྱི་སྟོན་ན་གནས་པ་



བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་ས་དུ་པ་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། དགའ་བ་བསམ་གཏན་  
གཉིས་ན་ཡོད། །དགའ་བ་ནི་བསམ་གཏན་དང་པོ་དང་གཉིས་པ་ན་ཡོད་  
དེ། ཡིད་བདེ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ནི་དུག་ན། ཚད་མེད་པ་གཞན་  
གསུམ་ནི་ས་དུག་པོ་མི་སྟོགས་པ་མེད་པ་དང་། བསམ་གཏན་བྱད་པར་ཅན་  
དང་། བསམ་གཏན་རྣམས་ན་ཡོད་དོ། །ཁ་ཅིག་ལ། །ཁ་ཅིག་ནི་འདི་དག་  
མི་སྟོགས་པ་མེད་པ་མ་གཏོགས་པ་ལྔ་ན་ཡོད་པར་འདོད་དོ། །གཞན་དག་  
ན་རེ་འདོད་པའི་ཁམས་དང་ཉེར་བསྟོགས་རྣམས་བསྟན་ནས་བརྟུན་ཡོད་  
དོ་ཞེས་ཟེར་རྟེ། མཉམ་པར་བཞག་པ་དང་མཉམ་པར་བཞག་པ་མ་ཡིན་པ་  
དང་། དངོས་གཞི་དང་། སྦྱོར་བ་སྟོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞོད་སེམས་ལ་  
སོགས་གཉེན་པོའི་ཕྱིར། །ཞེས་གང་བཤད་པ། ཅི་ཚད་མེད་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
ཀྱང་ཉོན་མོངས་པ་སྦྱོང་བ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་ཡིས་མི་སྦྱོང་། བསམ་གཏན་  
དངོས་གཞིའི་ས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། མོས་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་  
དང་། སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྟེ། དེ་དག་གི་སྦྱོར་བས་  
གཞོད་སེམས་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པར་གཞོན་པའི་ཕྱིར་དང་། སྤངས་པ་ཐག་  
སྤང་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དེ་དག་གི་གཉེན་པོ་ཉིད་དུ་བཤད་དོ། །

བྱམས་པ་ལ་སོགས་པ་འདོད་པའི་ཁམས་དང་མི་སྟོགས་པ་མེད་  
པའི་ས་པ་རྣམས་ནི་དངོས་གཞིའི་ཚད་མེད་པ་དང་འབྲ་བ་དག་ཡོད་དེ། དེ་  
དག་གིས་དེ་རྣམས་རྣམ་པར་མནན་ནས་སྦྱོང་བའི་ལམ་རྣམས་ཀྱིས་རབ་རྟུ་  
སྦྱོང་བར་བྱེད་དོ། །དེ་ནས་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་གནས་སྐབས་ན་ནི་

དངོས་གཞིའི་ཆད་མེད་པ་རྟེན་པའི་ཕྱིར་རྒྱུན་སྟོབས་དང་ལྡན་པ་རྟེན་གྱིང་  
 དེ་དག་གིས་མི་བརྗེ་བ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ལས་དང་པོ་བ་བྱམས་པ་ལ་ངེ་ལྟར་  
 སྒྲོར་ཞེ་ན། ངེ་ལྟར་བདག་ཉིད་ཀྱི་བདེ་བ་ཉམས་པ་ཡོད་པའམ། གཞན་  
 སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་འཕགས་པ་དག་བཙུག་པའི་  
 རྩོས་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཀྱེ་མ་སེམས་ཅན་རྣམས་ནི་དེ་ལྟར་བདེ་བར་གྱུར་ཅིག་  
 ཅེས་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བདེ་བར་མོས་པར་བྱེད་དོ། །གལ་ཏེ་ཉོན་མོངས་  
 པའི་འཇུག་པ་ཤས་ཆེ་བའི་ཕྱིར་མི་རྣམས་ན་དེས་མཇའ་བོའི་སྤྱགས་ལ་རྣམ་  
 པ་གསུམ་དུ་སྤྱེ་ནས་ཆེན་པོ་ལ་བདེ་བ་དེ་མོས་པར་བྱེད་དོ། །དེ་ནས་འབྲིང་  
 དང་ཆུང་དུ་ལ་བདེ་བ་དེ་མོས་པར་བྱེད་དོ། །གལ་ཏེ་དེ་དག་ལ་བྱམས་  
 པ་མཉམ་པ་ཐོབ་ན་དེའི་འོག་ཏུ་ཐ་མལ་པའི་སྤྱགས་ལ་མོས་པར་བྱེད་དོ། །  
 དེའི་འོག་ཏུ་དག་བོའི་སྤྱགས་ལ་རྣམ་པ་གསུམ་དུ་སྤྱེ་ནས་ཆུང་དུ་ལ་བདེ་བ་  
 དེ་མོས་པར་བྱེད་དོ། །

དེ་ནས་འབྲིང་དང་ཆེན་པོ་ལ་མོས་པར་བྱེད་དོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལ་མཇའ་  
 བོ་ཆེན་པོའི་སྤྱགས་བཞིན་དུ་བདེ་བར་མོས་པ་མི་སྟོག་པར་གྱུར་ན་དེའི་  
 འོག་ཏུ་རིམ་གྱིས་བྲིམ་དང་གྲོང་དང་ཡུལ་འཁོར་གྱི་བར་དུ་བདེ་བར་མོས་  
 པར་བྱས་ནས་སྤྱགས་གཅིག་ནས་འཇིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བར་དུ་བྱམས་  
 པ་རྒྱས་པར་བྱེད་དོ། །གང་ཞིག་ཐམས་ཅད་དུ་ཡོན་ཏན་འཛིན་པ་དེ་ནི་  
 བྱམས་པ་སྦྱར་དུ་སྦྱེད་པར་བྱེད་དོ། །སྟོན་གྱི་བསོད་ནམས་དང་བསོད་  
 ནམས་མ་ཡིན་པའི་འབྲས་བུ་སྤྲང་བའི་སྟོན་དག་བའི་རྩ་བ་ཀུན་དུ་ཆད་པ་

ལ་ཡང་ཡོན་ཏན་གཟུང་བར་རྒྱས་ལ། རང་སངས་རྒྱས་ལ་ཡང་སྟོན་གཟུང་  
 བར་རྒྱས་སོ། །སྙིང་རྗེ་དང་དགའ་བ་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་སྟུག་  
 བསྐྱེད་པ་རྣམས་པ་མང་པོའི་ཚུ་བོར་བྱིང་བ་འདི་དག་སྟུག་བསྐྱེད་པ་ལས་སྦྱར་  
 དུ་ཐར་གྱང་ཅི་མ་རུང་། མངོན་པར་དགའ་བར་གྱུར་གྱང་ཅི་མ་རུང་སྟུག་  
 དུ་མོས་ཤིང་དགའ་བ་ལ་སྦྱོར་བར་བྱེད་དོ། །བཏང་སྟོམས་ནི་ཐ་མལ་པའི་  
 སྟོགས་ལས་ཚུལ་སོ། །ཆོད་མེད་པ་བཞི་པོ་འདི་དག་ནི་མི་དག་གི་ནང་དུ་  
 སྦྱེད་དོ། །མི་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་སྦྱེད་ཀྱི། གཞན་དུ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཅི་ཆོད་  
 མེད་པ་གཅིག་དང་ལྡན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་གཤོན་མི་ཟ་བར་ཐམས་ཅད་དང་  
 ལྡན་ནམ་ཞེ་ན། ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་པ་ནི་ངེས་པ་མེད་དོ། །འོན་གྱང་ངེས་  
 གསུམ་ལྡན། །བསམ་གཏན་གསུམ་པ་དང་བཞི་པར་སྦྱེས་པ་དག་དགའ་བ་  
 དང་མི་ལྡན་ནོ། །ཆོད་མེད་པ་གསུམ་དང་ནི་ཏྲག་ཏུ་ལྡན་པ་ཡིན་ནོ། །

### རྣམ་ཐར་བརྒྱད།

རྣམ་པར་ཐར་པ་བརྒྱད། གཟུགས་ཅན་གཟུགས་རྣམས་ལ་ལྟ་བ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྣམ་པར་ཐར་པ་དང་པོ་ཡིན་ནོ། །ནང་གཟུགས་མེད་པར་འདུ་  
 ཞེས་པས་བྱི་རོལ་གྱི་གཟུགས་རྣམས་ལ་ལྟ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཉིས་པ་ཡིན་  
 ནོ། །སྟུག་པའི་རྣམ་པར་ཐར་པ་ལྷུས་ཀྱིས་མངོན་སུམ་དུ་བྱས་ཏེ་རྫོགས་  
 པར་བྱས་ནས་གནས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གསུམ་པ་ཡིན་ནོ། །གཟུགས་མེད་པ་

བཞི་དང་། བརྒྱད་པ་འདུཤེས་དང་ཚོར་བ་འགོག་པའོ། །དེ་རྣམས་ལས།  
 དང་པོ་གཉིས། །མི་སྤྱད། །རྣམ་པར་ཐར་པ་དང་པོ་གཉིས་ནི་རྣམ་པར་  
 བསྐྱོས་པ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མི་སྤྱད་པའི་རང་བཞིན་  
 དག་ཡིན་ཏེ། དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དེ་གཉིས་ཀྱི་ཚུལ་ནི་མི་སྤྱད་པ་བཞིན་དུ་རིག་  
 པར་བྱའོ། །དེ་གཉིས་ཀྱང་བསམ་གཏན་གཉིས་ན་ཡོད། །བསམ་གཏན་དང་  
 པོ་དང་གཉིས་པ་དག་ན་ཡོད་ཀྱི་ས་གཞན་ན་ནི་མེད་དོ། །འདོད་པ་ན་སྤྱོད་  
 པ་དང་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ས་པའི་ཁ་དོག་གི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་གཉིན་པོར་  
 གྲངས་བཞིན་ནོ། །

གསུམ་པ་མཐའ་ན། སྤྱད་པའི་རྣམ་པར་ཐར་པ་ནི་བསམ་གཏན་བཞི་  
 པ་ན་ཡོད་དོ། །དེ་མ་ཆགས། དེ་ཡང་མ་ཆགས་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་ཀྱི་  
 སྤྱད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མི་སྤྱད་པའི་རང་བཞིན་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །  
 དེ་དག་འཁོར་དང་བཅས་ན་ནི་ཕྱང་པོ་ལྗེའི་རང་བཞིན་ཡིན་ནོ། །གཟུགས་  
 མེད་པའི་རྣམ་པར་ཐར་པ་རྣམས་ནི། གཟུགས་མེད་མཉམ་གཞག་དག་  
 རྣམས་སོ། །གཟུགས་མེད་པའི་མཉམ་པར་བཞག་པ་དག་བ་རྣམས་ཁོ་ན་  
 རྣམ་པར་ཐར་པ་ཞེས་བྱ་བའི་མིང་འཛོལ་གྱི། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་རྣམས་ཀྱང་  
 མ་ཡིན་ལ། མཉམ་པར་མ་བཞག་པ་རྣམས་ཀྱང་མ་ཡིན་ནོ། །འདི་ལྟ་སྟེ་འཆི་  
 བའི་སྤྱིད་པའི་ཆེ་ལྟ་བུའོ། །

གཞན་དག་ན་རེ་གཞན་ན་ཡང་མཉམ་པར་མ་བཞག་པ་ཡོད་དོ་ཞེས་  
 ཟེར་རོ། །ཉིར་བསྐྱོགས་ཀྱི་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ལམ་དག་ཀྱང་རྣམ་པར་ཐར་

པ་ཞེས་བྱ་བའི་མིང་འཛོལ་བོ། །འོག་མ་ལ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་བར་ཆད་མེད་  
པའི་ལམ་རྣམས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་པར་ཐར་པའི་དོན་ནི་རྒྱབ་ཀྱིས་སྟོགས་  
པའི་དོན་ཡིན་ནོ། །འགོག་པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པའོ། །རྣམ་པར་ཐར་པ་  
བརྒྱད་པ་འདུ་ཤེས་དང་ཆོར་བ་འགོག་པ་ནི་འགོག་པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་  
པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་སྤར་བ་འད་ཟེན་ཏོ། །

འདུ་ཤེས་དང་ཆོར་བའམ། འདུ་བྱེད་ཐམས་ཅད་ལ་རྒྱབ་ཀྱིས་སྟོགས་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་དག་ན་རེ་སྟོམས་པར་འཇུག་པའི་སྒྲིབ་པ་ལས་རྣམ་  
པར་ཐར་པའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་ཐར་པ་ཞེས་བྱའོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་ལ་ནི། སྤར་  
བ་སྤར་བའི་མཇུག་ཐོགས་སུ། །སྟོམས་པར་འཇུག་སྟེ། སྤོང་པའི་ཅེ་མོའི་  
འདུ་ཤེས་ནི་སྤར་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་བས་ཀྱང་ཆེས་སྤར་བར་བྱས་ནས་འགོག་པའི་  
སྟོམས་པར་འཇུག་གོ། །སྟོམས་པར་ཞུགས་པ་རྣམས་ནི། རང་གི་དག་དང་  
འོག་མ་ཡིན། །འཕགས་པའི་སེམས་ཀྱིས་དེ་ལས་ལྷང་། །སྤོང་པའི་ཅེ་མོའི་  
སེམས་དག་པའམ། ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་ས་པའི་སེམས་ཟག་པ་  
མེད་པས་དེ་ལས་ལྷང་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་དེའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པའི་སེམས་  
ནི་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ལ། ལྷང་བའི་སེམས་ནི་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་  
དང་། ཟག་པ་མེད་པ་ཡང་ཡིན་ནོ། །

རྣམ་པར་ཐར་པ་འདི་དག་ལས། དང་པོ་འདོད་གཏོགས་སྤང་ཡུལ་  
ཅན། །འདི་དག་གི་དམིགས་པ་ནི་ཅི་རིགས་པར་འདོད་པ་ན་སྦྱོང་པའི་  
གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་དང་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཡིན་ནོ། །གང་



དག་གཟུགས་ཅན་མིན་དེ་དག །སྒྲིང་ཡུལ་གོང་དང་རང་གི་སའི། །སྒྲུག་  
 བསྐྱལ་སོགས་དང་ཐེས་ཤེས་སྒྲོགས། །གཟུགས་མེད་པའི་རྣམ་པར་ཐར་པ་  
 རྣམས་ཀྱི་དམིགས་པ་ནི་རང་གི་ས་པ་དང་ས་གོང་མ་པའི་སྒྲུག་བསྐྱལ་དང་  
 དེའི་རྒྱ་དང་འགོག་པ་དག་དང་ཐེས་སུ་ཤེས་པའི་སྒྲོགས་དང་མ་ཐུན་པའི་  
 ལམ་ཐམས་ཅད་ཡིན་ནོ། །སོ་སོར་མ་བརྟགས་པས་འགོག་པ་ཡང་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་བརྗོད་པར་བྱའོ། །རྣམ་མཁའ་ཡང་གཅིག་གིས་ཡིན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་  
 པར་བྱ་སྟེ། ཅིའི་ཕྱིར་བསམ་གཏན་གསུམ་པ་ལ་རྣམ་པར་ཐར་པ་མ་བཞག་  
 ཅེ་ན། བསམ་གཏན་གཉིས་པའི་ས་པའི་ཁ་དོག་གི་འདོད་ཆགས་མེད་པའི་  
 ཕྱིར་དང་། བདེ་བའི་སྤྲོད་པོས་སྦྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་སྒྲུག་པའི་  
 རྣམ་པར་ཐར་པ་སྦྱེད་པར་བྱེད་ཅེ་ན། མི་སྒྲུག་པས་རྒྱད་ཞུམ་པར་རབ་ཏུ་  
 དགའ་བར་བྱ་བའམ། ཅི་མི་སྒྲུག་པའི་རྣམ་པར་ཐར་པ་དག་གྲུབ་པ་ཡིན་  
 རྣམ་མ་ཡིན་ཞེས་བརྟག་པའི་ཕྱིར་ཏེ། གལ་ཏེ་སྒྲུག་པར་ཡིད་ལ་བྱས་ཀྱང་  
 ཉོན་མོངས་པ་མི་སྦྱེན་ན་དེ་ལྟར་ན་དེ་གཉིས་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །རྣལ་འབྱོར་པ་  
 རྣམས་ནི་རྒྱ་གཉིས་ཀྱིས་རྣམ་པར་ཐར་པ་ལ་སོགས་པ་སྦྱེད་པར་བྱེད་དེ་  
 ཉོན་མོངས་པ་མེད་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་མངོན་པར་བསྐྱབ་པའི་ཆེད་  
 དང་། འཕགས་པའི་རྩ་འབྲུལ་མངོན་པར་གྲུབ་པའི་ཆེད་དུ། ཉོན་མོངས་པ་  
 ཐག་བསྐྱོང་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དང་། སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ལ་དབང་བར་བྱ་  
 བའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ཡང་གང་གིས་དངོས་པོ་ཡོངས་སུ་བསྐྱར་བ་དང་། འྱིན་གྱིས་རྫོག་

པ་དང་། ཆེ་གཏོང་བ་ལ་སོགས་པར་བྱེད་པའོ། །ཅིའི་ཕྱིར་གསུམ་པ་དང་  
བརྒྱད་པ་དག་ཁོ་ན་མངོན་སུམ་དུ་བྱ་བར་བཤད་ལ་གཞན་དག་ནི་མ་ཡིན་  
ཞེ་ན། གཙུ་མོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། ཁམས་དང་། སའི་མཐའ་ན་གནས་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །

### ཟིལ་གོམ་བརྒྱད།

ཟིལ་གྱིས་གཏོན་པའི་སྐྱེ་མཆེད་བརྒྱད། །ནང་གཟུགས་སུ་འདུ་ཤེས་  
པས་ཕྱི་རོལ་གྱི་གཟུགས་ཚུང་དུ་ཁ་དོག་བཟང་པོ་དང་ཁ་དོག་ངན་པ་རྣམས་  
ལ་ལྟ་ཞིང་གཟུགས་དེ་དག་ཟིལ་གྱིས་མནན་ནས་ཤེས། ཟིལ་གྱིས་མནན་  
ནས་མཐོང་སྟེ། དེ་ལྟ་བུར་འདུ་ཤེས་པར་གྱུར་པ་འདི་ནི་ཟིལ་གྱིས་གཏོན་  
པའི་སྐྱེ་མཆེད་དང་པོ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཆེན་པོ་རྣམས་དང་། དེ་ཁོ་ན་  
བཞིན་དུ་ནང་གཟུགས་མེད་པར་འདུ་ཤེས་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་བཞི་པོ་དེ་དག་  
དང་། གཟུགས་མེད་པར་འདུ་ཤེས་པ་ཁོ་ན་སྟོན་པོ་དང་སེར་པོ་དང་དམར་  
པོ་དང་དཀར་པོ་རྣམས་ལ་ལྟ་བ་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་བརྒྱད་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་  
ལས་གཉིས་ནི་རྣམ་པར་ཐར་པ་དང་པོ་བཞིན་ནོ། །རྣམ་པར་ཐར་པ་དང་པོ་  
ཇི་ལྟར་བར་ཟིལ་གྱིས་གཏོན་པའི་སྐྱེ་མཆེད་གཉིས་པོ་དང་གཉིས་པ་ཡང་དེ་  
དང་འདྲའོ། །གཉིས་ནི་གཉིས་པ་བཞིན་ནོ། །རྣམ་པར་ཐར་པ་གཉིས་པ་ཇི་  
ལྟར་བར་ཟིལ་གྱིས་གཏོན་པའི་སྐྱེ་མཆེད་གཉིས་པོ་གསུམ་པ་དང་བཞི་པ་ཡང་  
དེ་དང་འདྲའོ། །གཞན་སྟུག་པའི་རྣམ་པར་ཐར་པ་བཞིན། །སྟུག་པའི་རྣམ་

པར་ཐར་པ་ཇི་ལྟ་བུར་གཞན་བཞི་ཡང་དེ་དང་འདྲའོ། །འདི་ནི་བྱང་པར་ཡིན་  
ཏེ། དེ་དག་གིས་ནི་རྒྱལ་གྱིས་སྤྱོད་གས་པ་ཅེས་དུ་བྱང་ལ། འདི་དག་གིས་ནི་  
དམིགས་པ་བེལ་གྱིས་གཞོན་ཏེ། ཇི་ལྟར་འདོད་པ་བཞིན་དུ་མོས་པའི་ཕྱིར་  
དང་། ཉོན་མོངས་པ་མི་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་རོ། །

བྱང་པར་བཅུ།

བྱང་པར་བཅུའོ། །བར་ཆད་མེད་པར་བྱང་པར་རྒྱས་པར་བྱེད་པའི་  
ཕྱིར་བྱང་པར་གྱི་སྐྱེ་མཆེད་ནི་བཅུ་སྟེ། བྱང་པར་ས་དང་། ལྷ་དང་། མེ་དང་།  
རྩྭ་དང་། སྒོན་པོ་དང་། སེར་པོ་དང་། དམར་པོ་དང་། དཀར་པོ་དང་།  
བྱང་པར་ནམ་མཁའ་དང་། རྣམ་ཤེས་མཐའ་ཡས་སྐྱེ་མཆེད་དོ། །དེ་རྣམས་  
ལས། བརྒྱད་མ་ཆགས། །དང་པོ་བརྒྱད་ནི་མ་ཆགས་པའི་རང་བཞིན་དག་  
ཡིན་ནོ། །བསམ་གཏན་མཐའ་ན། བསམ་གཏན་བཞི་པ་ཁོ་ན་ན་ཡོད་དོ། །

སྦྱོང་ཡུལ་ནི། །འདོད་པ། འདོད་པ་ན་སྦྱོང་པའི་གཟུགས་གྱི་སྐྱེ་  
མཆེད་ཡིན་ནོ། །ཁ་ཅིག་ན་རེ་རྩྭ་གི་ནི་རེག་བྱའི་སྐྱེ་མཆེད་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
བེར་རོ། །དེ་གཉིས་ནི་གཟུགས་མེད་དག །བྱང་པར་གྱི་སྐྱེ་མཆེད་ཐ་མ་  
གཉིས་ནི་གཟུགས་མེད་པ་དག་པ་པའི་རང་བཞིན་དག་ཡིན་ནོ། །སྦྱོང་ཡུལ་  
རང་གི་ཕྱང་པོ་བཞི། །འདི་གཉིས་གྱི་དམིགས་པ་ནི་རང་གི་ས་པའི་ཕྱང་པོ་  
བཞི་ཡིན་ནོ། །བེལ་གྱིས་གཞོན་པའི་སྐྱེ་མཆེད་རྣམས་ནི་རྣམ་པར་ཐར་པ་  
འཇུག་པ་ལས་བྱུང་བ་ཅན་ཡིན་ལ། བྱང་པར་གྱི་སྐྱེ་མཆེད་རྣམས་ནི་བེལ་

གྲིས་གཞོན་པའི་སྐྱེ་མཆེད་འཇུག་པ་ལས་བྱུང་བ་ཅན་ཡིན་ཏེ། གོང་ནས་  
 གོང་དུ་བྱུང་བར་དུ་འཕགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འགོག་པའི་རྣམ་པར་ཐར་པ་མ་  
 གཏོགས་པ་རྣམ་པར་ཐར་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ནི་སོ་སོའི་སྐྱེ་  
 བོ་དང་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པ་དག་ཡིན་ནོ། ། ཅི་རྣམ་པར་ཐར་པ་ལ་  
 སོགས་པ་དེ་དག་སྒྲོར་བ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ནམ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བས་  
 ཐོབ་པ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བའི་འདྲི་བ་འདི་ལ། འགོག་པ་བཤའ་བྱིན། འགོག་པའི་  
 རྣམ་པར་ཐར་པ་ནི་སྒྲར་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་བཤའ་བྱིན་ཏོ། །

### བྱུང་བར་གྱི་ཆོས།

ལྷག་མ་ནི། །འདོད་ཆགས་བྲལ་དང་སྒྲོར་བས་འཐོབ། །འགོག་པ་  
 ལས་གཞན་པའི་རྣམ་པར་ཐར་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་  
 བས་ཐོབ་པ་ཡང་ཡིན་ལ་སྒྲོར་བ་ལས་བྱུང་བ་དག་ཀྱང་ཡིན་ཏེ། འདྲིས་པ་  
 དང་མ་འདྲིས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཟུགས་མེད་ཅེས་བྱ་ཁམས་གསུམ་གྱི། །  
 རྟེན་ཅན་ལྷག་མ་མི་ལས་སྐྱེ། །གཟུགས་མེད་པའི་རྣམ་པར་ཐར་པ་དང་།  
 གཟུགས་མེད་པའི་ཟད་པར་ནི་ཁམས་གསུམ་པའི་རྟེན་ཅན་དག་ཡིན་ནོ། །  
 ལྷག་མ་ནི་མིའི་རྟེན་ཅན་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། ལུང་གི་མཐུས་སྐྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 རི་ལྟར་ན་གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པའི་ཁམས་དག་ཏུ་གཟུགས་མེད་པ་  
 དང་བསམ་གཏན་གྱི་བྱུང་བར་སྐྱེ་ཞེས། རྒྱུ་དང་ལས་དང་ཆོས་ཉིད་དང་།

རྒྱ་གསུམ་གྱིས་བསམ་གཏན་དང་གཟུགས་མེད་པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་  
རྣམས་སྐྱེ་སྟེ། དེ་ལ། ཁམས་གཉིས་དག་ཏུ་གཟུགས་མེད་པ། །རྒྱ་དང་  
ལས་གྱི་སྟོབས་གྱིས་ཏེ། །གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པའི་ཁམས་དག་ཏུ་  
གཟུགས་མེད་པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་སྐྱེ་བ་རྒྱའི་སྟོབས་གྱིས་ནི་ཉི་བ་  
དང་ཡང་དང་ཡང་དུ་གོམས་པ་ལས་སོ། །ལས་གྱི་སྟོབས་གྱིས་ནི་ས་གོང་  
མའི་ལན་གངས་གཞན་ལ་སྟོང་བར་འགྱུར་བའི་ལས་གྱི་རྣམ་པར་སྟེན་པ་ཉི་  
བར་གནས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། འོག་མ་ལས་འདོད་ཆགས་དང་མ་བུལ་བས་ནི་  
གོང་དུ་སྐྱེ་བར་མི་རུས་སོ། །གཟུགས་གྱི་ཁམས་སུ་བསམ་གཏན་རྣམས་།  
དེ་དག་དང་ཆོས་ཉིད་གྱིས་ཀྱང་། །གཟུགས་གྱི་ཁམས་སུ་ནི་བསམ་གཏན་  
གཞན་རྒྱ་དང་ལས་གྱི་སྟོབས་དེ་དག་དང་ཆོས་ཉིད་གྱིས་ཀྱང་སྐྱེ་སྟེ། འཇིག་  
པའི་ཆེ་ལྟ་བུའོ། །དེའི་ཆེ་ནི་ས་འོག་མ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དག་  
བའི་ཆོས་རྣམས་གྱི་འཇུག་པ་ཤས་ཆེ་བ་ཉིད་གྱི་ཕྱིར་བསམ་གཏན་དེ་སྐྱེད་  
པར་བྱེད་དོ། །

གང་ལ་ཆོས་རྣམས་གྱི་རྣམ་པ་ནི་དུ་ཡོད། འདི་ལྟ་བུའི་མངོན་པའི་  
ཆོས་འདི་ཇི་སྟེད་དུ་གནས་ཤེ་ན།

བསྟན་པ་དང་དེ་འཇིན་པ་བཤད་པ།

སྟོན་པའི་དམ་ཆོས་རྣམ་གཉིས་ཏེ། །ལུང་དང་རྟོགས་པའི་བདག་ཉིད་  
དོ། །



དེ་ལ་ལུང་ནི་མདོ་སྡེ་དང་འདུལ་བ་དང་ཆོས་མངོན་པ་རྣམས་སོ། །  
 རྟོགས་པ་ནི་བྱང་ཚུབ་གྱི་ཕྱོགས་དང་མཐུན་པ་རྣམས་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་དམ་  
 པའི་ཆོས་འདི་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་ཡིན་ནོ། །

དེ་འཇིན་བྱེད་པ་སྦྲ་བྱེད་དང་། །སྦྲ་བར་བྱེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན། །ལུང་  
 འཇིན་པར་བྱེད་པ་ནི་སྦྲ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །རྟོགས་པ་འཇིན་པར་བྱེད་པ་  
 ནི་སྦྲ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་དེ་ཉིད་རི་སྤྱིད་དུ་གནས་པ་དེ་སྤྱིད་  
 དུ་དམ་པའི་ཆོས་གནས་པར་རིག་པར་བྱའོ། །དེ་དག་གྲང་ལོ་སྟོང་དུ་གནས་  
 སོ་ཞེས་བཤའ་དོ། །

གཞན་དག་ན་རེ་རྟོགས་པ་ནི་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་གྱི། ལུང་ནི་ཡུན་རིང་དུ་  
 གནས་སོ་ཞེས་ཟེར་དོ། །ཅི་བསྟན་བཅོས་འདིར་ཆོས་མངོན་པ་བཤའ་བ་  
 གང་ཡིན་པའི་ཆོས་མངོན་པ་འདི་ཉིད་སྟོན་པས་བཤའ་དམ་ཞེ་ན། བདག་  
 གིས་མངོན་པའི་ཆོས་འདི་པལ་ཆེར་ནི། །

ཁ་ཆེ་བྱེ་བྲག་སྦྲ་བའི་ཚུལ་གྲུབ་བཤའ། །ཉེས་པར་ཟེན་གང་དེ་འདིར་  
 བདག་གིས་ཉེས། །དམ་ཆོས་ཚུལ་ལ་ཆད་མ་ཐུབ་རྣམས་ཡིན། །བདག་  
 གིས་ཆོས་མངོན་པ་འདི་པལ་ཆེར་ཁ་ཆེ་བྱེ་བྲག་དུ་སྦྲ་བ་རྣམས་གྱི་ཚུལ་དུ་  
 གྲུབ་པར་བཤའ་བ་ཡིན་ནོ། །འདི་ལ་བདག་གིས་ཉེས་པར་ཟེན་པ་གང་ཡིན་  
 པ་དེ་ནི་བདག་གིས་ཉེས་པ་ཡིན་ཏེ། དམ་པའི་ཆོས་གྱི་ཚུལ་ལ་ནི་སངས་  
 རྒྱུ་རྣམས་ཁོ་ན་དང་། སངས་རྒྱུ་གྱི་སྤྲུལ་རྣམས་ཆད་མ་ཡིན་ནོ། །སྟོན་  
 པ་འཇིག་རྟེན་མིག་ནི་བྱམ་གྱུར་ཅིང་། །དབང་གྱུར་སྦྱེ་བོ་པལ་ཆེར་ཟད་པ་

ན། །དེ་ཉིད་མ་མཐོང་རང་དགར་གྱུར་པ་ཡི། །རན་ཏྟིག་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་  
པ་འདི་དགྲགས་སོ། །རང་བྱུང་རང་བྱུང་བསྟན་པ་གཅེས་འཛིན་རྣམས། །  
མཆོག་ཏུ་ཞིར་གཤེགས་འགྲོ་མགོན་མེད་པ་ན། །འདོམས་མེད་ཡོན་ཏན་  
འཛོམས་པར་བྱེད་པ་ཡི། །དྲི་མས་དགའ་མགུར་དེང་སང་འདི་ན་སྒྲིད། །དེ་  
ལྟར་བྱུང་པ་དག་གི་བསྟན་པ་ནི། །སྒྲོག་མར་སྒོག་ཕྱིན་འབྲང་དང་དྲི་མ་རྣམས། །  
སྒྲོབས་དང་ལྡན་པའི་དུས་སུ་རིག་ནས་ནི། །ཐར་པ་འདོད་པ་དག་གིས་བག་  
ཡོད་ཀྱིས། །ཆོས་མངོན་པའི་མངོད་ཀྱི་བཤད་པ་ལས་སྒྲོམས་པར་འཇུག་  
པ་བསྟན་པ་ཞེས་བྱ་བ་མངོད་ཀྱི་གནས་བརྒྱུད་པའོ། །

ཡང་ཅི་འདི་ལས་གཞན་ལ་ཐར་པ་ཡོད་དམ་ཞེ་ན། མེད་དོ། །ཅིའི་  
ཕྱིར་ཞེ་ན། བདག་ཏུ་ལྟ་བུ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ལ་ཞེན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ཏེ། སྤང་པོའི་  
རྒྱུད་ཁོ་ན་ལ་བདག་ཏུ་འདོགས་པ་ནི་ངེས་པར་མི་འཛིན་ཏོ། །འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན།  
རྗེས་གཞན་ཁོ་ན་ལ་བདག་ཏུ་ཡོངས་སུ་ཏྟིགས་པར་བྱེད་ལ། ཉོན་མོངས་པ་  
རྣམས་ནི་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་ལས་རབ་ཏུ་སྐྱེ་བ་ཡིན་ནོ། །བདག་ཏུ་མངོན་པར་  
བརྗོད་པ་འདི་ནི་སྤང་པོའི་རྒྱུད་ཁོ་ན་ལ་འཇུག་གི། །བརྗོད་པར་བྱ་བ་གཞན་  
ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་རི་ལྟར་ཁོང་དུ་ཆུད་ཅེ་ན། མངོན་སུམ་དང་།  
རྗེས་སུ་དཔག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཆོས་གང་དག་ཡོད་པ་དེ་དག་ནི་བར་  
ཆད་བྱེད་པ་མེད་ན་མངོན་སུམ་དུ་དམིགས་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ཡུལ་སྤྱག་  
དང་ཡིད་ལྟ་བུའོ། །

ཡང་ན་རྗེས་སུ་དཔག་པས་དམིགས་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་དབང་པོ་

ལྟ་བུའོ། །དེ་ལ་འདི་ནི་རྗེས་སུ་དཔག་པ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་ཡོད་ཀྱང་རྒྱ་གཞན་  
 མེད་ན་འབྲས་བུ་མེད་པར་མཐོང་ལ་ཡོད་ན་ནི་ཡང་ཡོད་པར་མཐོང་བ་སྟེ།  
 དཔེར་ན་སྤྱ་གུ་ལྟ་བུའོ། །ཡུལ་སྤང་བར་གྱུར་པ་དང་རྒྱ་ཡོད་ལ་བྱེད་པ་ཡོད་  
 ཀྱང་ཡུལ་འཛིན་པ་མེད་པར་མཐོང་ལ། ཡང་ཡོད་པར་མཐོང་བ་སྟེ། ལོང་  
 བ་དང་འོན་པ་ལ་སོགས་པ་དང་། མ་ལོང་བ་དང་མ་འོན་པ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་  
 བུའོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་ལ་ཡང་རྒྱ་གཞན་མེད་པ་དང་ཡོད་པར་ངེས་ལ། རྒྱ་  
 གཞན་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དབང་པོ་ཡིན་ཞོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་རྗེས་སུ་དཔག་  
 པ་ཡིན་ནོ། །བདག་ནི་དེ་ལྟར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས་བདག་མེད་དོ། །

འོ་ན་གང་གནས་མའི་བྱ་རྣམས་གང་ཟག་ཡོད་པར་འདོད་པ་རི་ལྟ་བུ།  
 འདི་ནི་རེ་ཞིག་དབྱད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། ཅི་དེ་དག་རྗེས་སུ་འདོད་དམ། འོན་  
 ཏེ་བཏགས་པར་འདོད། རྗེས་སུ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཅི་ཞིག་ཡང་། བཏགས་པར་  
 ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡང་ཅི་ཞིག་ཡིན། གལ་ཏེ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་བཞེན་དུ་  
 དངོས་པོ་གཞན་ཞིག་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་ནི་རྗེས་སུ་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། ། གལ་ཏེ་  
 འོ་མ་ལ་སོགས་པ་བཞེན་དུ་སྦྱི་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་ནི་བཏགས་པར་ཡོད་པ་ཡིན་  
 ནོ། །དེ་ལས་ཅིར་འགྱུར། རེ་ཞིག་གལ་ཏེ་རྗེས་སུ་ཡོད་ན་ནི་དེ་རང་བཞེན་  
 ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་སྤང་པོ་རྣམས་ལས་གཞན་ནོ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། བན་  
 ཚུན་གྱི་སྤང་པོ་བཞེན་ནོ། །འདིའི་རྒྱ་ཡང་བརྗོད་དགོས་སོ། །འོན་ཏེ་འདུས་  
 མ་བྱས་ཡིན་ན་ནི་དེའི་ཕྱིར་སྤྱ་སྟེགས་ཅན་གྱི་ལྟ་བུར་ཡང་ཐལ་བར་འགྱུར་  
 ལ། དགོས་པ་མེད་པ་ཉིད་དུ་ཡང་འགྱུར་དོ། །འོན་ཏེ་བཏགས་པར་ཡོད་

དོ་ཞེ་ན་ནི་ཁོ་ལོ་ཅག་གྲང་དེ་སྐད་ཅེས་སྒྲུས་སོ། །དེ་ནི་རྩ་ས་སུ་ཡོད་པ་ཁོ་  
ན་ཡང་མ་ཡིན་ལ་བཏགས་པར་ཡོད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། ད་  
ལྟར་གྱི་ནང་གི་ཟིན་པའི་ཕྱང་པོ་རྣམས་རྒྱར་བྱས་ནས་གང་ཟག་ཏུ་འདོགས་  
སོ། །འོང་བ་ལྟ་བུའི་ཆོག་དོན་མི་གསལ་བ་འདི་ནི་མི་གོའོ། །རྒྱར་བྱས་  
ནས་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཅི། གལ་ཏེ་འདིའི་དོན་ཕྱང་པོ་རྣམས་ལ་དམིགས་ནས་  
ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་ནི། དེ་དག་ཁོ་ན་ལ་གང་ཟག་ཏུ་འདོགས་པར་  
བྱེད་དོ། །དཔེར་ན་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལ་དམིགས་ནས། དེ་དག་ཁོ་ན་ལ་  
འོ་མ་འདོགས་པ་བཞིན་ནོ། །

འོན་ཏེ་འདིའི་དོན་ཕྱང་པོ་རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡིན་ནོ་  
ཞེ་ན་ནི་ཕྱང་པོ་རྣམས་གང་ཟག་གདགས་པའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་སྤྱོད་དེ་ཉིད་  
ཏུ་འགྱུར་རོ། །དེ་ནི་དེ་ལྟར་མི་འདོགས་སོ། །འོ་ན་རི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། རི་ལྟར་  
བྱུང་ཤིང་རྒྱར་བྱས་ནས་མེ་འདོགས་པ་བཞིན་ནོ། །རི་ལྟར་ན་བྱུང་ཤིང་རྒྱར་  
བྱས་ནས་མེ་འདོགས་ཤིང་། བྱུང་ཤིང་མེད་པར་མེ་མི་འདོགས་མོད་ཀྱི།  
བྱུང་ཤིང་ལས་མེ་གཞན་ཡིན་པར་དམ་བཅའ་བར་ཡང་མི་རྒྱས་ལ། གཞན་  
མ་ཡིན་པར་དམ་བཅའ་བར་ཡང་མི་རྒྱས་ཏེ། གལ་ཏེ་གཞན་ཡིན་ན་ནི་བྱུང་  
ཤིང་ཕྱོ་བ་ཉིད་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། །

འོན་ཏེ་གཞན་མ་ཡིན་ན་ནི་བསྐྱེད་བྱ་ཉིད་སྐྱེད་བྱེད་ཡིན་པར་འགྱུར་  
རོ། །དེ་ལྟར་ཕྱང་པོ་རྣམས་མེད་པར་ཡང་གང་ཟག་མི་འདོགས་ལ། ཕྱང་པོ་  
རྣམས་ལས་གཞན་ཡིན་པར་དམ་བཅའ་བར་ཡང་མི་རྒྱས་ཏེ་རྟག་པར་ཐལ་

བར་འགྱུར་རོ། །གཞན་མ་ཡིན་པར་ཡང་དམ་བཅའ་བར་མི་བྱས་ཏེ་ཆད་  
 པར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །རེ་ཞིག་གྱེ་བྱད་ཤིང་ནི་ཅི། མེ་ནི་ཅི་ཡིན་པ་སྟོམས་  
 ཞིག་དང་། དེ་ལས་རི་ལྟར་ན་བྱད་ཤིང་རྒྱར་བྱས་ནས་མེ་འདོགས་པར་  
 ཞེས་པར་བྱའོ། །འདི་ལ་ཅི་ཞིག་བརྗོད་པར་བྱ། བསྐྱེད་བྱ་ནི་བྱད་ཤིང་ཡིན་  
 ལ་སྐྱེད་བྱེད་ནི་མེ་ཡིན་པར་བཟད་མོད། འདིར་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་ནི་ཅི། སྐྱེད་  
 པར་བྱེད་པ་ནི་ཅི་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་བརྗོད་པར་བྱའོ། །

རེ་ཞིག་འདིག་རྟེན་ན་ནི་ཤིང་ལ་སོགས་པ་མ་འབར་བ་ལ་བྱད་ཤིང་  
 ཞེས་ཀྱང་བྱ་ལ་བསྐྱེད་བྱ་ཞེས་ཀྱང་བྱའོ། །འབར་བ་ལ་ནི་མེ་ཞེས་ཀྱང་བྱ་  
 ལ་སྐྱེད་བྱེད་ཅེས་ཀྱང་བྱ་སྟེ། འབར་བ་དང་ཤིན་ཏུ་ཆ་བ་གང་ཡིན་པ་དེས་  
 དེ་ཆོག་པ་དང་སྐྱེད་པར་བྱེད་དེ། རྒྱུད་འགྱུར་བར་བྱེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་  
 གཉི་ག་ཡང་རྩལ་བརྒྱད་པ་ཡིན་ནོ། །བྱད་ཤིང་ལ་བརྟེན་ནས་མེ་འབྱུང་བ་དེ་  
 ཡང་དཔེར་ན་འོ་མ་ལ་བརྟེན་ནས་ཞོ་འབྱུང་བ་དང་། མངར་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་  
 ཆ་བ་འབྱུང་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་བས་ན་བྱད་ཤིང་རྒྱར་བྱས་ནས་ཞེས་  
 བྱ་བ་ལ་དེ་ནི་དེ་དང་དུས་ཐ་དད་པའི་སྤྱིར་གཞན་པ་ཡང་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་  
 དེ་ལྟར་ཕྱང་པོ་རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་གང་ཟག་སྐྱེ་ན་ནི་དེ་དག་ལས་གཞན་པ་  
 དང་མི་རྟག་པར་ཡང་འགྱུར་རོ། །འོན་ཏེ་ཤིང་ལ་སོགས་པ་འབར་བ་དེ་ཉིད་  
 ལ་རྩོ་བ་ཉིད་ཡོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་མེ་ཡིན་ལ། དེ་དང་ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་  
 པའི་འབྱུང་བ་གསུམ་ནི་བྱད་ཤིང་ཡིན་པར་འདོད་ན་ནི་དེ་གཉིས་ཀྱང་མཆོན་  
 ཉིད་ཐ་དད་པའི་སྤྱིར་གཞན་ཉིད་ཡིན་པར་བྱ་བ་པོ། །རི་ལྟར་ན་བྱད་ཤིང་



དེ་རྒྱུར་བྱས་ནས་མེ་འདོགས་པར་བྱེད་པ་རྒྱུར་བྱས་པའི་དོན་ཡང་བརྗོད་  
 དགོས་ཏེ། དེ་ནི་དེའི་རྒྱ་ཡང་མ་ཡིན་ལ་དེ་གདགས་པའི་རྒྱ་ཡང་མ་ཡིན་  
 གྱི་མེ་ཉིད་དེ་གདགས་པའི་རྒྱ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་རྒྱུར་བྱས་པའི་དོན་ཉིད་གྱི་  
 དོན་ནམ་ལྟན་ཅིག་འབྱུང་བའི་དོན་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་ནི། སྤང་པོ་རྣམས་ཀྱང་དེ་  
 དང་འདྲ་བར་གང་ཟག་གི་ཉིད་ནམ་ལྟན་ཅིག་འབྱུང་བ་དག་ཡིན་པར་འབྱུར་  
 བས་གཞན་ཉིད་དུ་གསལ་བར་དམ་འཆའ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་མེད་ན་གང་ཟག་  
 མེད་པར་ཡང་འབྱུར་ཏེ། བྱད་ཤིང་མེད་ན་མེ་མེད་པ་བཞིན་ནོ། །གང་ཡང་  
 བྱད་ཤིང་ལས་མེ་གཞན་ཡིན་ན་ནི་བྱད་ཤིང་ཚོ་བ་ཉིད་མ་ཡིན་པར་འབྱུར་རོ་  
 ཞེས་སྒྲུས་པ་དེ་ཚོ་བ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཅི། རེ་ཞིག་གལ་ཏེ་ཚོ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ་  
 ཞེ་ན་ནི་བྱད་ཤིང་ཚོ་བ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་ཁོ་ནར་འབྱུར་ཏེ། འབྱུང་བ་གཞན་གྱི་  
 རང་བཞིན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །འོན་ཏེ་ཚོ་བ་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་ནི་  
 ཚོ་བ་ཉིད་གྱི་རང་བཞིན་གྱི་མེ་ལས་གཞན་པ་དེ་ཡང་ཚོ་བ་ཡིན་པར་འབྱུང་བ་  
 མེ། ཚོ་བ་ཉིད་དང་ལྡན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་དོན་ཐ་དད་པ་ཉིད་ཡིན་  
 ན་ཉེས་པ་མེད་དོ། །འོན་ཏེ་ཤིང་ལ་སོགས་པ་འབར་བ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་  
 བྱད་ཤིང་ཡང་ཡིན་ལ་མེ་ཡང་ཡིན་པར་འདོད་ན་ནི་དེས་ན་རྒྱུར་བྱས་པའི་  
 དོན་ཡང་བརྗོད་པར་བྱའོ། །སྤང་པོ་རྣམས་ཁོ་ན་ཡང་གང་ཟག་ཡིན་པས་  
 གཞན་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་མི་ལྡོག་པར་འབྱུར་རོ། །དེ་ལྟ་བུས་ན་རི་ལྟར་བྱད་  
 ཤིང་རྒྱུར་བྱས་ནས་མེ་འདོགས་པ་དེ་ལྟར་སྤང་པོ་རྣམས་རྒྱུར་བྱས་ནས་  
 གང་ཟག་འདོགས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་མི་འབྱུང་བོ། །གལ་ཏེ་ཡང་འདི་སྤང་

པོ་རྣམས་ལས་གཞན་དུ་བཛོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ན། ཤེས་བྱ་ནི་རྣམ་པ་ལྔ་  
 ཉེ། འདས་པ་དང་། མ་འོངས་པ་དང་། ད་ལྟར་བྱུང་བ་དང་། འདུས་མ་བྱས་  
 དང་། བཛོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པའོ་ཞེས་བཛོད་པར་མི་བྱ་བར་འགྱུར་ཏེ། དེ་  
 ནི་འདས་པ་ལ་སོགས་པ་ལས་ལྔ་པ་ཡང་མ་ཡིན་ལ་ལྔ་པ་མ་ཡིན་པ་ཡང་མ་  
 ཡིན་པར་བཛོད་པར་བྱའོ། །

གང་གི་ཆེ་གང་ཟག་འདོགས་པ་ན་ཅི་རེ་ཞིག་ཕྱང་པོ་རྣམས་དམིགས་  
 རྣམ་འདོགས་སམ། འོན་ཏེ་གང་ཟག་དམིགས་རྣམ་འདོགས། རེ་ཞིག་གལ་  
 ཏེ་ཕྱང་པོ་རྣམས་ན་ནི་དེ་དག་ཁོ་ན་ལ་གང་ཟག་འདོགས་པར་འགྱུར་ཏེ། གང་  
 ཟག་མི་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོན་ཏེ་གང་ཟག་ན་ནི་འདི་རི་ལྟར་ན་ཕྱང་པོ་  
 རྣམས་རྒྱར་བྱས་རྣམ་འདོགས་པ་ཡིན་ཏེ། གང་ཟག་ཁོ་ན་དེའི་རྒྱ་ཡིན་པར་  
 འགྱུར་རོ། །འོན་ཏེ་ཕྱང་པོ་རྣམས་ཡོད་ན་གང་ཟག་དམིགས་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་  
 ཕྱང་པོ་རྣམས་རྒྱར་བྱས་རྣམ་འདི་འདོགས་སོ་ཞེས་བྱ་བར་འདོད་དོ་ཞེ་ན་ནི།  
 དེ་ལྟར་ན་གཟུགས་ཀྱང་དམིགས་པ་དང་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་སྒྲུང་བ་རྣམས་  
 ཡོད་ན་དམིགས་པས་དེ་དག་རྒྱར་བྱས་རྣམ་བཏགས་པ་ཡིན་པར་བཛོད་  
 པར་བྱའོ། །

རེ་ཞིག་འདི་ཡང་བཛོད་པར་བྱ་སྟེ། རྣམ་པར་ཤེས་པ་དུག་རྣམས་  
 ལས་གང་ཟག་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གང་གིས་རྣམ་པར་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡིན།  
 དུག་ཅར་གྱིས་ཀྱང་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱའོ། །རི་ལྟར་བྱས་པས་ཤེ་  
 བ། གལ་ཏེ་མིག་གིས་རྣམ་པར་ཤེས་པར་བྱ་བའི་གཟུགས་རྣམས་ལ་བརྟེན་

ནས་གང་ཟག་དམིགས་པར་བྱེད་ན་ནི་གང་ཟག་མིག་གིས་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པར་བྱ་བ་ཡིན་ལོ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱ་ལ། གཟུགས་རྣམས་ཞེས་ཀྱང་བརྗོད་  
 པར་མི་བྱ། གཟུགས་རྣམས་མ་ཡིན་ལོ་ཞེས་ཀྱང་བརྗོད་པར་མི་བྱའོ། །དེ་  
 བཞིན་དུ་ཡིད་ཀྱིས་རྣམ་པར་ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་བར་ལ་བརྟེན་  
 ནས། གང་ཟག་དམིགས་པར་བྱེད་ན་ནི། གང་ཟག་ཡིད་ཀྱིས་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པ་བྱ་བ་ཡིན་ལོ་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱ་ལ། ཆོས་རྣམས་ཞེས་ཀྱང་བརྗོད་པར་མི་  
 བྱ་ལ། ཆོས་རྣམས་མ་ཡིན་ལོ་ཞེས་ཀྱང་བརྗོད་པར་མི་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ན་ནི་  
 འོ་ན་འོ་མ་ལ་སོགས་པ་དང་འདྲ་བར་འགྱུར་ཏེ། གལ་ཏེ་མིག་གིས་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པར་བྱ་བའི་གཟུགས་རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་འོ་མ་འཕྲ། རྒྱ་དམིགས་པར་  
 བྱེད་ན་ནི་འོ་མ་འཕྲ་རྒྱ་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡིན་ལོ་ཞེས་བརྗོད་  
 པར་བྱ་ལ་གཟུགས་རྣམས་ཞེས་ཀྱང་བརྗོད་པར་མི་བྱ། གཟུགས་རྣམས་མ་  
 ཡིན་ལོ་ཞེས་ཀྱང་བརྗོད་པར་མི་བྱའོ། །

དེ་བཞིན་དུ་གལ་ཏེ་སྒྲ་དང་། ལྗེ་དང་། ལུས་ཀྱིས་རྣམ་པར་ཤེས་པར་  
 བྱ་བ་མ་ཡིན་པར་བརྗོད་པར་བྱ་ལ། རེག་བྱ་རྣམས་ཞེས་ཀྱང་བརྗོད་པར་  
 མི་བྱ། རེག་བྱ་རྣམས་མ་ཡིན་ལོ་ཞེས་ཀྱང་བརྗོད་པར་མི་བྱ་སྟེ། འོ་མ་དང་  
 རྒྱ་གཉིས་བཞི་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་དུ་འོང་བས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་ཇི་ལྟར་  
 གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་སྤྱི་ཁོ་ན་ལ། འོ་མ་འཕྲ། རྒྱ་ཞེས་འདོགས་པ་དེ་  
 བཞིན་དུ་ཕྱང་པོ་རྣམས་ལ་གང་ཟག་འདོགས་སོ་ཞེས་བྱ་བར་གྲུབ་བོ། །གང་  
 ཡང་མིག་གིས་རྣམ་པར་ཤེས་པར་བྱ་བའི་གཟུགས་རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་

གང་ཟག་དམིགས་པར་བྱེད་ཅེས་སྒྲིམ་པའི་ཆིག་དེའི་དོན་ཅི་ཞིག་ཡིན། ཅི་  
 རེ་ཞིག་གཟུགས་རྣམས་གང་ཟག་དམིགས་པའི་རྒྱ་ཞིག་ཡིན་ནམ། འོན་  
 ཏེ་གཟུགས་རྣམས་དམིགས་ན་གང་ཟག་དམིགས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །  
 གལ་ཏེ་གཟུགས་རྣམས་གང་ཟག་དམིགས་པའི་རྒྱ་ཡིན་ལ་དེ་ཡང་དེ་དག་  
 ལས་གཞན་དུ་བཛོད་པར་མི་བྱའོ་ཞེ་ན་ནི། དེ་ལྟ་ན་ནི་འོན་གཟུགས་ཀྱང་  
 སྒྲིམ་བ་དང་མིག་དང་ཡིད་ལ་བྱེད་བ་དག་ལས་གཞན་དུ་བཛོད་པར་མི་བྱ་སྟེ།  
 དེ་དག་ནི་དེ་དམིགས་པའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

འོན་ཏེ་གཟུགས་རྣམས་དམིགས་ན་གང་ཟག་དམིགས་སོ་ཞེ་ན་ནི་  
 ཅི་དམིགས་པ་དེ་ཁོ་ནས་དམིགས་སམ། འོན་ཏེ་གཞན་གྱིས། གལ་ཏེ་  
 དེ་ཁོ་ནས་སོ་ཞེ་ན་ནི་གང་ཟག་གཟུགས་ལས་རང་བཞིན་ཐ་མི་དད་པའམ་  
 གཟུགས་ཁོ་ན་ལ་དེ་འདོགས་པར་འགྱུར་ན། འདི་ནི་གཟུགས་སོ། ། འདི་  
 ནི་གང་ཟག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡང་ཇི་སྟར་ཡོངས་སུ་གཅོད། འོན་ཏེ་དེ་  
 སྟར་ཡོངས་སུ་མི་གཅོད་ན་ནི་གཟུགས་ཀྱང་ཡོད་དོ། །གང་ཟག་ཀྱང་ཡོད་  
 དོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡང་ཇི་སྟར་དམ་འཆའ་སྟེ། དམིགས་པའི་དབང་གིས་དེ་  
 ཡོད་པར་དམ་འཆའ་བར་བཟད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཆོས་ཀྱི་བར་དག་ལ་ཡང་  
 བཛོད་པར་བྱའོ། །འོན་ཏེ་གཞན་གྱིས་སོ་ཞེ་ན་ནི། དུས་ཐ་དད་དམིགས་  
 པའི་ཕྱིར་གཟུགས་ལས་གཞན་ཡིན་པར་འགྱུར་ཏེ། སྟོན་པོ་ལས་སེར་པོ་  
 ལྟ་བུ་དང་། སྐད་ཅིག་མ་ལས་སྐད་ཅིག་མ་གཞན་བཞིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་  
 ཆོས་ཀྱི་བར་དག་ལ་ཡང་བཛོད་པར་བྱའོ། །འོན་ཏེ་གཟུགས་དང་གང་ཟག་

བཞིན་དུ་དེ་དག་དམིགས་པ་དག་ཀྱང་གཞན་དང་གཞན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་  
བརྗོད་པར་མི་བྱའོ་ཞེ་ན། འོ་ན་ནི་དེས་ན་འདུས་མ་བྱས་ཀྱང་བརྗོད་པར་བྱ་  
བ་མ་ཡིན་པར་གྱུར་པས། གྲུབ་པའི་མཐའ་ཉམས་པ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཡང་  
འདི་ཡོད་ལ་གཟུགས་རྣམས་ཞེས་ཀྱང་བརྗོད་པར་མི་བྱ། གཟུགས་རྣམས་  
མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཀྱང་བརྗོད་པར་མི་བྱ་ན། འོ་ན་ཅིའི་ཕྱིར་བཅོམ་ལྡན་འདས་  
ཀྱིས་གཟུགས་བདག་མ་ཡིན་པ་ནས། རྣམ་པར་ཤེས་པ་བདག་མ་ཡིན་ཞེས་  
བྱ་བའི་བར་གསུངས། མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གང་གིས་གང་ཟག་འདི་  
དམིགས་པ་དེ་ཅི་གཟུགས་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེའམ། འོ་ན་ཏེ་གང་ཟག་གམ།  
གཉི་ག་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེ། གལ་ཏེ་གཟུགས་རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེ་ན་ནི་སྐྱ་  
ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་གང་ཟག་དམ་པར་ཤེས་པར་མི་རུས་ཏེ། དུལ་གང་  
ཁོ་ན་ལ་བརྟེན་ནས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྐྱེ་བ་དེ་ཉིད་དེའི་དམིགས་པའི་རྒྱུ་  
ཡིན་ནོ། །

འོ་ན་ཏེ་གང་ཟག་གམ། གཉི་ག་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེ་འོ་ཞེ་ན། འདི་ནི་  
མདོ་ལས་ཐལ་བ་ཡིན་ཏེ། མདོ་ལས་ནི། གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས་རྣམ་པར་  
ཤེས་པ་སྐྱེ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ངས་པར་གཟུང་ངོ། །དེ་བཞིན་དུ་དགོ་སྒྲོང་མིག་  
གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་བསྐྱེད་པ་ལ། རྒྱ་ནི་མིག་ཡིན་ནོ། །རྒྱུ་ནི་གཟུགས་  
རྣམས་ཡིན་ནོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གང་ཅི་ཡང་  
རུང་བ་དེ་ཐམས་ཅད་ནི་མིག་དང་གཟུགས་རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེ་འོ་ཞེས་  
གསུངས་སོ། །དེ་ལྟར་ན་ནི་གང་ཟག་མི་ཉག་པར་འགྱུར་ཏེ། མདོ་ལས།



མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་བསྐྱེད་པ་ལ་རྒྱ་གང་དག་ཡིན་པ་དང་། རྒྱུན་གང་  
 ཡིན་པ་དེ་དག་ཀྱང་མི་རྟག་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོན་ཏེ་  
 དེའི་དམིགས་པ་གང་ཟག་མ་ཡིན་ན་འོ་ན་ནི་དེས་རྣམ་པར་ཤེས་པར་བྱ་བ་  
 མ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་ཡང་གང་ཟག་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དུག་གིས་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡིན་པར་དམ་འཆའ་ན་ནི་དེ་རྣ་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པས་རྣམ་པར་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་གཟུགས་ལས་གཞན་ཡིན་པར་  
 འགྱུར་ཏེ། སྒྲ་བཞིན་ནོ། །མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པས་རྣམ་པར་ཤེས་པར་བྱ་  
 བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྒྲ་ལས་གཞན་ཡིན་པར་འགྱུར་ཏེ་གཟུགས་བཞིན་ནོ། །དེ་  
 བཞིན་དུ་གཞན་དག་ལ་ཡང་སྒྱུར་བར་བྱའོ། །

བྲམ་ཟེ་དབང་པོ་ལྔ་པོ་འདི་དག་ནི་སྦྱོད་ཡུལ་ཐ་དད་པ་ཅན་ཡིན་ཞིང་  
 ཡུལ་ཐ་དད་པ་ཅན་ཡིན་ཏེ། རང་རང་གི་སྦྱོད་ཡུལ་དང་ཡུལ་སོ་སོར་ཉམས་  
 སུ་སྦྱོང་བ་ཡིན་གྱི་གཞན་གྱི་སྦྱོད་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཉམས་སུ་སྦྱོང་བ་ནི་མ་  
 ཡིན་པ་དག་སྟེ། འདི་ལྟ་སྟེ། མིག་གི་དབང་པོ་དང་། རྣ་བའི་དབང་པོ་དང་།  
 སྒྲའི་དབང་པོ་དང་། ལྷའི་དབང་པོ་དང་། ལུས་ཀྱི་དབང་པོ་ལྔ་འོ། །ཡིད་ཀྱི་  
 དབང་པོ་ནི་དབང་པོ་ལྔ་པོ་འདི་དག་གི་སྦྱོད་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཉམས་སུ་སྦྱོང་  
 བ་ཡིན་ཞིང་། ཡིད་ཀྱི་དབང་པོ་ནི་འདི་དག་གི་རྟེན་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་  
 པའི་མདོའི་ཆིག་འདི་དང་ཡང་འགལ་བར་འགྱུར་རོ། །ཡང་ན་གང་ཟག་ཡུལ་  
 མ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་ཡུལ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། འོ་ན་ནི་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལྟ་ན་ཡིད་ཀྱི་དབང་པོ་

ཡང་འཁྲུལ་པ་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ། སྒོ་བ་ཆགས་བྱུག་པ་ལྟ་བུའི་མདོ་ལས།  
 དབང་པོ་བྱུག་པོ་འདི་དག་ནི་སྒྲོན་ཡུལ་ཐ་དད་པ་ཅན་ཡིན་ཞིང་ཡུལ་ཐ་དད་  
 པ་ཅན་ཡིན་ཏེ། རང་རང་གི་སྒྲོན་ཡུལ་དང་ཡུལ་འདོད་པ་དག་ཡིན་ནི་ཞེས་  
 གསུངས་སོ། །དེར་ནི་དབང་པོ་ཁོ་ན་ལ་དབང་པོ་ཡིན་པར་མ་གསུངས་  
 གྱི་ལྟ་པོ་དང་དེ་དག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་ནི་མཐོང་བ་ལ་སོགས་པར་  
 འདོད་མི་སྲིད་པའི་བྱིར་དེ་དག་གི་དབང་གིས་བྱངས་པའི་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པ་ནི་དབང་པོ་ཡིན་པར་གསུངས་སོ། །ཡིད་གྱི་དབང་པོ་འབའ་ཞིག་  
 གིས་བྱངས་པའི་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དེ་ལས་གཞན་  
 པ་དག་གི་སྒྲོན་ཡུལ་ལ་མི་འདོད་པ་ཉིད་པས་དེའི་བྱིར་དེ་ཉེས་པ་མེད་དོ། །

བཙུམས་ལྟན་འདས་ཀྱིས་གྲུང་དགོ་སྒྲོང་དག་མདོན་པར་ཤེས་པར་བྱ་  
 བ་དང་། ཡོངས་སུ་ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་ཐམས་ཅད་བཤུད་  
 པར་བྱའོ་ཞེས་གསུངས་ནས། མདོན་པར་ཤེས་པར་བྱ་བ་དང་། ཡོངས་  
 སུ་ཤེས་པར་བྱ་བ་ནི་མིག་དང་། གཟུགས་རྣམས་དང་། མིག་གི་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པ་དང་། མིག་གི་འདུས་ཏེ་རེག་པ་དང་། གང་ཡང་མིག་གི་འདུས་ཏེ་  
 རེག་པའི་རྒྱུ་གྱིས་ནང་གི་ཆོར་བ་བདེ་བའམ། རྒྱུ་བསྐྱལ་བ་དང་། བདེ་  
 བ་ཡང་མ་ཡིན་རྒྱུ་བསྐྱལ་བ་ཡང་མ་ཡིན་པ་སྒྲེ་བ་དེ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ནས་  
 ཡིད་གྱི་འདུས་ཏེ་རེག་པའི་རྒྱུ་གྱིས་ནང་གི་ཞེས་བྱ་བའི་བར་དུ་རྒྱས་པར་  
 གསུངས་ཏེ། འདི་ནི་མདོན་པར་ཤེས་པར་བྱ་བ་དང་། ཡོངས་སུ་ཤེས་པར་  
 བྱ་བའི་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་ཐམས་ཅད་ཡིན་ནི་ཞེས་གསུངས་སོ། །དེའི་

ཕྱིར་མཛོན་པར་ཤེས་པར་བྱ་བ་དང་། ཡོངས་སུ་ཤེས་པར་བྱ་བ་ནི་དེ་སྟེང་  
 ཅིག་ཡིན་པར་ངེས་པར་གཟུང་གི། གང་ཟག་ནི་མ་ཡིན་པས། དེ་ལྟ་བུས་ན་  
 འདི་རྣམ་པར་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། ཤེས་རབ་དང་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པ་གཉིས་ནི་ཡུལ་འདྲ་བའི་ཕྱིར་དོ། གང་ཟག་པ་རྣམས་མིག་གིས་གང་ཟག་  
 བལྟའོ་ཞེས་གང་ཟག་ལྟ་བུ་ནི་བདག་མེད་པས་བདག་བལྟའོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་  
 པས་བདག་ཏུ་ལྟ་བའི་གནས་སུ་གྱུར་པ་ཡང་ཡིན་ནོ། ། བཙུམ་ལྟ་བུ་འདས་  
 གྱིས་ཀྱང་མདོ་ལས། སྤང་པོ་རྣམས་ཁོ་ན་ལ་གང་ཟག་ཅེས་བྱའོ་ཞེས་འདི་  
 ངེས་པར་མཛད་དོ། འདི་པའི་དོན་གྱི་མདོ་ལས་ཀྱང་། མིག་དང་གཟུགས་  
 རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྐྱེའོ། གསུམ་འདུས་པས་ནི་  
 རེག་པའོ། ལྟ་བུ་ཅིག་སྐྱེས་པས་ནི་ཆོར་བ་དང་འདུ་ཤེས་དང་སེམས་པ་དག་  
 སྟེ། དེ་ལྟར་ན་གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་སྤང་པོ་དེ་བཞིན་དང་། གཟུགས་  
 ཅན་མིག་གི་དབང་པོ་དང་དེ་སྟེང་ཅིག་ལ་མི་ཉིད་ཅེས་བྱའོ། །

འདི་ལ་སེམས་ཅན་དང་། མིང་དང་། ཤེད་ལས་སྐྱེས་དང་། ཤེད་བྱ་  
 དང་། གསོ་བ་དང་། གང་ཟག་དང་། སྟོག་དང་། སྐྱེ་བོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་  
 མིང་ཡིན་ནོ། འདི་ལ་བདག་གིས་མིག་གི་གཟུགས་རྣམས་བལྟའོ་ཞེས་བྱ་  
 བ་འདི་ནི་ཁས་འཆེ་བ་ཡིན་ནོ། འདི་ལ་ནི་འདི་ལྟར་ཆེ་དང་ལྟན་པ་དེའི་མིང་  
 ནི་འདི་ཞེས་བྱ། རེགས་ནི་འདི་ཞེས་བྱ། རུས་ནི་འདི་ཞེས་བྱ། ཁ་བས་ནི་  
 འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཟ། བདེ་བ་དང་སྤྱུག་བསྐྱེལ་ནི་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་སྟོང་། ཆེ་ནི་  
 འདི་ཙམ་ཞིག་སྤྱུག། ཡུན་ནི་རི་སྟོང་ཅིག་གནས། ཆེའི་མཐའ་ནི་འདི་ཙམ་

ཞིག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་ཐ་སྙད་ཡིན་ནོ། །དགེ་སློང་དག་དེ་ལྟར་ན་འདི་དག་  
ནི་མིང་ཙམ། འདི་དག་ཁས་འཆེ་བ་ཙམ། འདི་དག་ནི་ཐ་སྙད་ཙམ་སྟེ། ཆོས་  
འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི་མི་རྟག་པ། འདུས་བྱས་པ། སེམས་པས་འཕངས་པ།  
རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་དག་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །བཙུམ་ལྷན་  
འདས་ཀྱིས་ཀྱང་ངེས་པའི་དོན་གྱི་མདོ་ལ་བརྟེན་པར་གསུངས་ཏེ། དེ་ལྟ་  
བས་ན་འདི་ནི་ཡང་དང་ཡང་དུ་བརྟག་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་བྲམ་  
བེ་ཐམས་ཅད་ཡོད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ། སྐྱེ་མཆེད་བཅུ་གཉིས་དག་ཏུ་  
བྱད་དོ་ཞེས་ཀྱང་གསུངས་སོ། །གལ་ཏེ་གང་ཟག་འདི་སྐྱེ་མཆེད་མ་ཡིན་ན་ནི་  
དེ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་གྲུབ་བོ། །

འོན་ཏེ་སྐྱེ་མཆེད་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། འོ་ན་ནི་བརྗོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །  
དེ་དག་གི་ལྟར་ན་ཡང་འདི་སྐད་དུ་དགེ་སློང་མི་རི་སྟེད་པ་དང་། གཟུགས་རི་  
སྟེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་རྒྱས་པར་གསུངས་ནས། དགེ་སློང་འདི་རི་སྟེད་ཅིག་ནི་དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་འདོགས་པར་མཛད་དོ། །ཐམས་ཅད་བརྟགས་  
སོ་ཞེས་གསུངས་སོ་ཞེས་འདོན་ཏོ། །གཟུགས་ཅན་སྟེང་པོའི་མདོ་ལས་  
ཀྱང་། དགེ་སློང་དག་བདག་དང་བདག་གི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱིས་པ་སོ་སོའི་སྐྱེ་  
བོ་ཐོས་པ་དང་མི་ལྷན་པས་བརྟགས་པ་ལ་ལྟུང་བར་བྱད་དེ། འདི་ལ་བདག་  
གམ་བདག་གི་ནི་མེད་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེལ་འདི་སྐྱེ་བ་ན་སྐྱེ་བར་བྱད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་  
རྒྱས་པར་གསུངས་སོ། །དབྱ་བཙུམ་པ་དྲུག་གིས་ཀྱང་བདུད་ལས་བརྩམས་  
ནས། སེམས་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་དུད་གྱི་སེམས། །ཁྱོད་ནི་ལྟ་བར་གྱུར་པ་ཡིན། །

འདུ་བྱེད་ཕུང་པོ་འདི་སྟོང་སྟེ། །འདི་ལ་སེམས་ཅན་ཡོད་མ་ཡིན། །རི་ལྟར་  
ཡན་ལག་ཆོགས་རྣམས་ལ། །ཤིང་རྟེན་མིང་དུ་བཤད་པ་ལྟར། །དེ་བཞིན་  
ཕུང་པོ་རྣམས་བརྟེན་ནས། །ཀུན་རྫོབ་སེམས་ཅན་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་བཤད་  
དོ། །

ཕུང་ཕྱན་ཆོགས་ལས་ཀྱང་། བྲམ་བེ་རྒྱ་ཤུག་གི་བྱའི་དབང་དུ་བྱས་  
ནས། རི་ལྟར་སེམས་ནི་ཀུན་ཉོན་མོངས། །རི་ལྟར་སེམས་ནི་རྣམ་བྱང་  
དང་། །མདུད་པ་ཐམས་ཅད་འཇིག་བྱེད་པའི། །ཆོས་ནི་རྒྱ་ཤུག་བྱ་བྲོད་ཉོན།  
བདག་ཉིད་གྱིས་ནི་བདག་མེད་དེ། །སྤྱི་ཅི་ལོག་གིས་རྟོག་པར་བྱེད། །འདི་  
ལ་བདག་གམ་སེམས་ཅན་མེད། །ཆོས་འདི་དག་ནི་རྒྱ་དང་བཅས། །སྤིང་  
པའི་ཡན་ལག་བཙུ་གཉིས་དང་། །ཕུང་པོ་སྐྱེ་མཆེད་ཁམས་རྣམས་ཏེ། །རྣམ་  
པར་བསམས་ན་འདི་ཀུན་ལ། །གང་ཟག་དམིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ནང་གི་  
སྟོང་པ་ཡིན་པར་སྟོས། །སྤྱི་རོལ་གནས་པ་སྟོང་པར་སྟོས། །རང་བཞིན་སྟོང་  
པ་ཉིད་བསྟོམ་པ། །དེ་ཡང་འགའ་ཡང་མི་དམིགས་སོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །  
དེ་བཞིན་དུ་བདག་ཏུ་དམིགས་པ་ལ་ཉེས་དམིགས་ལྡེ་ཡོད་དོ། །བདག་ཏུ་ལྟ་  
བ་དང་སེམས་ཅན་དུ་ལྟ་བ་དང་། །སྟོག་ཏུ་ལྟ་བར་འགྱུར། །ལྟ་སྟེགས་ཅན་  
རྣམས་དང་བྱེད་པར་མེད་པར་འགྱུར། །ལམ་གོལ་བར་ཞུགས་པར་འགྱུར།  
འདི་འདྲེ་སེམས་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་མི་འཇུག་ཅིང་རབ་ཏུ་དང་བར་མི་འགྱུར་ལ་  
ཡང་དག་པར་མི་གནས་པས་རྣམ་པར་གྲོལ་བར་མི་འགྱུར། །འདི་འདྲེ་འཕགས་  
པའི་ཆོས་རྣམས་རྣམ་པར་བྱང་བར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་དག་



ནི་གཞུང་འདི་ཆད་མར་མི་བྱེད་པ་ཉིད་དོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། འདི་ཁོ་ལོ་ཅག་གི་སྒྲེ་པ་མི་འདོན་ཏེ་ཞེས་ཟེར་རོ། །ཅི་དེ་དག་ལ་སྒྲེ་པ་ཁོ་ན་ཆད་མ་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ཆད་མ་ཡིན། གལ་ཏེ་སྒྲེ་པ་ཁོ་ན་ཆད་མ་ཡིན་ན་འོན་ནི་དེ་དག་གི་སྟོན་པ་ཡང་སངས་རྒྱས་མ་ཡིན་ལ། ལྷ་ཀྱའི་བྱ་ཡང་མ་ཡིན་པར་འགྱུར། འོན་ཏེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ཆད་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་ནི་གཞུང་འདི་ཅིའི་ཕྱིར་ཆད་མ་མ་ཡིན། འདི་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཅི་ཕྱིར་ཞེ་ན་ནི། ཁོ་ལོ་ཅག་གི་སྒྲེ་པ་མི་འདོན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་ཟེར་རོ་ཞེས་གྲག་གོ། །འདི་ནི་མི་རིགས་པར་ཞུགས་པ་ཡིན་ནོ། །

འདིར་མི་རིགས་པ་གང་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། གཞུང་གང་ཞིག་སྒྲེ་པ་གཞན་ཐམས་ཅད་ལས་འབྱུང་ལ་མདོ་དང་། ཆོས་ཉིད་དང་ཡང་མི་འགལ་བ་དེ་ཁོ་ལོ་ཅག་མི་འདོན་པའི་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲུབ་སྟེ། གཟུ་ལུམས་ཙམ་འབའ་ཞིག་ཏུ་བྱེད་དོ། །གཞན་ཡང་དེ་དག་ལ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་བདག་མེད་པའོ་ཞེས་བྱ་བའི་མདོ་འདི་ཡང་མེད་དམ། གང་ཟག་ནི་ཆོས་ཞེས་ཀྱང་མི་བྱ་ལ་ཆོས་ལས་གཞན་ཞེས་ཀྱང་མི་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བར་འདོད་པར་གྱུར་ན། དེ་ལྟར་ན་ནི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པར་བྱ་བར་མི་འགྱུར་སྟེ། གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྐྱེའོ་ཞེས་ངེས་པར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །བདག་མེད་པ་ལ་བདག་གོ་སྟུང་དུ་འདུ་ཤེས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་དང་། སེམས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་དང་། ལྟ་བུ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཁོ་ན་ལ་ཡང་ངེ་ལྟར་ཏྟག །བདག་མེད་པ་ལ་བདག་གོ་སྟུང་པ་

ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཡིན་གྱི་བདག་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། ། བདག་མེད་པ་ཡང་གང་ཞིག་  
 ཡིན། ། སྤང་པོ་དང་སྐྱེ་མཆེད་དང་། ཁམས་རྣམས་ཡིན་ནོ། ། རེ་ཞིག་སྤར་  
 གཟུགས་རྣམས་ཞེས་ཀྱང་བཛོད་པར་མི་བྱའོ། ། གཟུགས་རྣམས་མ་ཡིན་  
 ཞེས་ཀྱང་བཛོད་པར་མི་བྱའོ་ཞེས་སྒྲིམ་པ་གང་ཡིན་པ་ནི་བསལ་རྟོ། ། མདོ་  
 གཞན་ལས། དག་སྟོང་དག་དག་སྟོང་ངམ་བྲམ་ཟེ་གང་ལ་ལ་བདག་གོ་སྟམ་  
 དུ་ཇེས་སུ་ལྟ་བ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ནི་ཉེ་བར་ལེན་པའི་སྤང་པོ་ལྟ་པོ་འདི་དག་  
 ཁོ་ན་ལ་ཞེས་གསུངས་ཏེ། དེ་ལྟ་བུ་ན་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་ཐམས་ཅད་ནི་  
 བདག་མེད་པ་ཁོ་ན་ལ་ཡིན་ནོ། །

དེ་བཞིན་དུ་གང་ལ་སྟོན་གྱི་གནས་རྣམ་པ་དུ་མ་ཇེས་སུ་བློ་བར་  
 གྱུར་ཏམ། ཇེས་སུ་བློ་བློ་ནམ། ཇེས་སུ་བློ་བར་འགྱུར་བ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་  
 ཉེ་ཉེ་བར་ལེན་པའི་སྤང་པོ་ལྟ་པོ་འདི་དག་ཁོ་ན་ལ་ཞེས་གསུངས་སོ། ། གལ་  
 ཏེ་དེ་ལྟ་ན་ནི་ཅིའི་ཕྱིར་བདག་ནི་འདས་པའི་དུས་ན་གཟུགས་འདི་ལྟ་བུ་དང་  
 ལྟ་བུ་བར་གྱུར་ཏེ་ཞེས་གསུངས། གང་དག་དེ་ལྟར་རྣམ་པ་དུ་མ་ཇེས་སུ་བློ་  
 བ་ཞེས་བྱ་བ་རབ་ཏུ་སྟོན་པར་བྱེད་དོ། ། གལ་ཏེ་གང་ཟག་གཟུགས་དང་ལྟ་  
 བར་ལྟ་བར་གྱུར་ན་འཛིག་ཆོགས་ལ་ལྟ་བར་ཐལ་བར་འགྱུར་བས་འདི་ལ་ནི་  
 མ་བཏོན་པ་ཁོ་ན་སྐྱབས་ཡིན་ནོ། ། དེ་ལྟ་བུ་ན་གང་ཟག་ནི་བཏགས་པའི་  
 ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། སྤང་པོ་དང་རྒྱན་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། ། གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་  
 བཏོན་ནི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ཏེ། ཐམས་  
 ཅད་ཤེས་པར་འགྱུར་བའི་སེམས་སམ་སེམས་ལས་བྱུང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་

ནི་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་དེ། སྐད་ཅིག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་གང་ཟག་གིས་ནི་ཤེས་  
 པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་ནི་འོ་ན་སེམས་འཇིག་པ་ན་གང་ཟག་མི་འཇིག་  
 པར་ཁས་སྒྲངས་པའི་ཕྱིར་འདི་ཏྲག་པ་ཉིད་དུ་ཁས་སྒྲངས་པ་ཡིན་ནོ། །ཁོ་  
 བོ་ཅག་ནི་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་མངོན་སུམ་དུ་གྱུར་པའི་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་  
 ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཡིན་པར་ནི་མི་སྤྲོ། །འོ་ན་རི་ལྷ་བྱ་ཞེ་ན། མཐུ་ཡོད་  
 པའི་ཕྱིར་ཏེ། སངས་རྒྱས་ཞེས་བྱ་བའི་རྒྱུད་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་གང་དུ་བཞེད་  
 པར་གཏད་པ་ཅ་མ་གྱིས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་མཐུན་པ་སྐྱེ་བ་གང་ཡིན་པའི་  
 མཐུ་འདི་ཡོད་དོ། །

འདིར་སྤྲུས་པ། རྒྱུན་གྱིས་སྤྱོད་པའི་ཕྱིར་ན་དཔེར། །མེ་ཡིས་ཐམས་  
 ཅད་བསྐྱེག་འདོད་ལྟ། །དེ་བཞིན་ཐམས་ཅད་མཐུན་འདོད་བྱའི། །ཅིག་ཅར་  
 ཐམས་ཅད་མཐུན་ཕྱིར་མིན། །འདི་རི་ལྷར་ཁོང་དུ་རྒྱུད་ཅེ་ན། འདས་པ་ལ་  
 སོགས་པ་གསུངས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རྫོགས་སངས་རྒྱས་འདས་གང་དག་དང་།  
 སངས་རྒྱས་མ་གྱོན་གང་དག་དང་། །ད་ལྟའི་རྫོགས་སངས་རྒྱས་གང་ཡིན།  
 མང་པོ་རྣམས་ནི་ཐུང་ན་སེལ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ཁྱེད་ཅག་ཀྱང་ཕྱང་  
 པོ་རྣམས་ཁོ་ན་དུས་གསུམ་པ་ཡིན་པར་འདོད་ཀྱི་གང་ཟག་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །  
 གལ་ཏེ་ཕྱང་པོ་རྣམས་ཁོ་ན་གང་ཟག་ཡིན་ན་ཅིའི་ཕྱིར་དགོ་སྤོང་དག་ཁྱེད་ལ་  
 ཁུར་ཡང་བསྟན་ཏོ། །ཁུར་ལེན་པ་དང་། ཁུར་འདོར་བ་དང་། ཁུར་བྱིར་པ་  
 ཡང་བསྟན་གྱི་ཞེས་གསུངས། ཅིའི་ཕྱིར་གསུངས་པར་མི་བྱ། ཁུར་ཉིད་ཁུར་  
 བྱིར་བ་ཡིན་པར་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་བུ་མི་སྤང་

བའི་ཕྱིར་རོ། །བཛོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཅིའི་  
 ཕྱིར་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་བུ་མི་སྤང་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཁུར་ལེན་པ་ཡང་ཕྱང་པོས་མ་  
 བསྐྱས་པར་ཡང་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །ཁུར་བྱེད་བཞི་བཅོམ་ལྡན་འདས་  
 གྱིས་ཅི་ནས་ཆེ་དང་ལྡན་པ་མིང་འདི་ཞེས་བྱ་བ་ནས་ཡུན་ནི་འདི་སྲིད་ཅིག་  
 གནས་ནས་ཆེའི་མཐའ་ནི་འདི་ཙམ་ཞིག་གོ་ཞེས་བྱ་བའི་བར་གང་ཡིན་པ་དེ་  
 ཉིད་ཤེས་པར་འགྱུར་ཞིང་། ཏྲག་པའམ་གང་ཟག་ཅེས་བྱ་བ་གཞན་དུ་ཤེས་  
 པར་མི་འགྱུར་བ་དོན་དེ་ཁོ་ནའི་ཕྱིར་བསྟན་ཏེ་ཕྱང་པོ་སྤྲ་མ་རྣམས་ཁོ་ན་ཕྱང་  
 པོ་ཕྱི་མ་རྣམས་ལ་གཞོད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པས། ཁུར་དང་ཁུར་བྱེད་བཞི་བཅོམ་  
 བཞུད་པ་ཡིན་ནོ། །གང་ཟག་ནི་ཡོད་པ་ཉིད་དེ། འདི་ལྟར་སེམས་ཅན་སྐྱེ་བ་  
 པ་མེད་དོ་ཞེས་ཟེར་བ་ནི་ལོག་པར་ལྟ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །སེམས་  
 ཅན་སྐྱེ་བ་པ་མེད་དོ་ཞེས་སྤྱུ་ཟེར། རི་ལྟར་བཅོམ་ལྡན་འདས་གྱིས་རྣམ་པར་  
 བྱེ་བ་ལྟར་ཡོད་དོ། །ཞེས་ཟེར་རོ། །

དེ་ལྟ་བུས་ན་འདི་ནི་གང་ཞིག་པ་རོལ་དུ་སྐྱེ་བ་པ་སེམས་ཅན་ཞེས་  
 བྱ་བ་ཕྱང་པོའི་རྒྱན་ལ་སེམས་ཅན་སྐྱེ་བ་པ་མེད་དོ་ཞེས་སྐྱུར་པ་འདེབས་  
 པ་དེའི་ལོག་པར་ལྟ་བ་ཡིན་ཏེ། ཕྱང་པོ་རྣམས་ནི་སྐྱེ་བ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །གང་ཟག་ལ་སྐྱུར་པ་འདེབས་པ་འདི་ལོག་པར་ལྟ་བ་ཡིན་ན་ཡང་ཅི་  
 ཞིག་གིས་སྤང་བར་བྱ་བར་འགྱུར། འདི་བདེན་པ་མཐོང་བས་སྤང་བར་བྱ་བ་  
 ཡིན་པར་ཡང་མི་རུང་ལ་བསྐྱོམ་པས་སྤང་བར་བྱ་བ་ཡིན་པར་ཡང་མི་རུང་  
 རྟེ། གང་ཟག་བདེན་པ་རྣམས་ཀྱི་ཁོངས་སུ་མ་གཏོགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་

ཏེ་འཇིག་རྟེན་ན་ཡང་གང་ཟག་གཅིག་ཕྱ་སྐྱེ་བ་ན་སྐྱེའོ་ཞེས་གསུངས་པའི་  
 ཕྱིར་ཕུང་པོ་རྣམས་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་མ་ཡིན་ཏེ། སྐྱེ་ལ་ཡང་གཅིག་ཉིར་བར་  
 འདོགས་པའི་ཕྱིར་ཏིལ་གཅིག་དང་། འབྲས་ཐུག་པོ་ཆེ་གཅིག་ཅེས་བྱ་བ་ལྟ་  
 བྱ་དང་། ཕུང་པོ་གཅིག་དང་། ཆོག་གཅིག་ཅེས་བྱ་བ་བཞིན་ནོ། །ཡང་ན་  
 གང་ཟག་འདུས་བྱས་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། སྐྱེ་བ་དང་ལྡན་  
 པ་ཉིད་དུ་ཁས་སྐྱངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ནི་ངེ་ལྟར་ཕུང་པོ་རྣམས་སྟོན་མེད་  
 པ་ལས་བྱུང་བ་དེ་ལྟར་སྐྱེ་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་ངེ་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། ཕུང་པོ་  
 གཞན་ལེན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དཔེར་ན་རིག་པ་སྐྱངས་པའི་ཕྱིར་མཆོད་སྦྱིན་པ་  
 སྐྱེས་སོ། །བདུ་སྟོད་པ་པ་སྐྱེས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། ཏྲགས་སྐྱངས་པའི་ཕྱིར་  
 དགོ་སྟོང་སྐྱེས་སོ། །ཀྱུན་ཏུ་རྒྱ་སྐྱེས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། གནས་སྐབས་  
 གཞན་སྐྱངས་པའི་ཕྱིར་ཀ་བ་སྐྱེས་སོ། །ན་བ་སྐྱེས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་བཞིན་ནོ། །  
 མ་ཡིན་ཏེ། བཀག་པའི་ཕྱིར་རོ། །

བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་དོན་དམ་པ་སྟོང་བ་ཉིད་ཀྱི་མདོ་ཁོ་ན་ལས།  
 དགོ་སྟོང་དག་ལས་ནི་ཡོད་དོ། །རྣམ་པར་སྦྱིན་པ་ནི་ཡོད་དོ། །ཆོས་སུ་  
 བརྟུང་བཏགས་པ་མ་གཏོགས་པ་གང་ཞེ་ན། ཕུང་པོ་འདི་རྣམས་འདོར་བར་  
 བྱེད་ཅིང་ཕུང་པོ་གཞན་དག་ཉིང་མཆོམས་སྦྱོར་བར་བྱེད་པའི་བྱེད་པ་པོ་  
 ནི་མི་དམིགས་སོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །དཔོ་ལས་སྐྱེས་ཀྱི་མདོ་ལས་ཀྱང་།  
 དཔོ་ལས་སྐྱེས་ལེན་ཅེས་མི་སྦྱོའོ་ཞེས་གསུངས་ཏེ། དེ་ལྟ་བུས་ན་ཕུང་པོ་  
 རྣམས་ལེན་པར་བྱེད་པ་ཡང་འགའ་ཡང་མེད་ལ། འདོར་བར་བྱེད་པ་ཡང་



མེད་དོ། །རེ་ཞིག་ཁྱོད་མཆོད་སྦྱིན་པ་ནས་ཀྱང་བའི་བར་གང་གི་དབང་དུ་  
 བྱས་ནས་དཔེར་བྱེད། གལ་ཏེ་གང་ཟག་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་ནི་དེ་མ་གྲུབ་པོ། །  
 འོན་ཏེ་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་ནི་དེ་དག་སྐད་  
 ཅིག་རེ་རེ་ལ་སྟོན་མེད་པ་ལས་སྦྱེ་བ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །འོན་ཏེ་ལུས་ཡིན་ནོ་ཞེ་  
 བ། དེ་ཡང་དེ་དང་འབྲེལ། ལུས་དང་། རིག་པ་དང་། རྟགས་བཞིན་དུ་ཕྱང་  
 བོ་དང་གང་ཟག་གཉིས་གཞན་ཉིད་དུ་ཡང་འགྱུར་རོ། །ཀྱང་བ་དང་ན་བ་ཡང་  
 ལུས་གཞན་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །གངས་ཅན་པའི་འགྱུར་བར་སྦྱ་བ་ནི་བཀག་ཅིན་  
 ཏོ། །དེ་ལྟར་བས་ན་འདི་དག་ནི་དཔེ་ངན་པ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་ཡང་ཕྱང་བོ་  
 རྣམས་ནི་སྟོན་མེད་པ་ལས་སྦྱེས་པ་ཡིན་ལ། གང་ཟག་ནི་མ་ཡིན་པར་འདོད་  
 ན་ནི་དེ་དེ་དག་ལས་གཞན་པ་དང་། རྟག་པར་གསལ་བར་ཡོངས་སུ་བསྟན་  
 པ་ཡིན་ནོ། །

ཕྱང་བོ་ནི་ལྟའོ། །གང་ཟག་ནི་གཅིག་གོ་ཞེས་སྦྱ་བས་ངེ་ལྟར་ན་གཞན་  
 ཉིད་དུ་མི་བརྗོད། རེ་ཞིག་ངེ་ལྟར་ན་འབྱུང་བ་དག་ནི་བཞི་ཡིན། གཟུགས་  
 ནི་གཅིག་ཡིན་ལ་འབྱུང་བ་རྣམས་ལས་གཟུགས་གཞན་ཡང་མ་ཡིན། སྦྱ་  
 བ་འདི་ནི་ཕྱོགས་ལ་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །ཕྱོགས་གང་ལ་ཞེ་ན། འབྱུང་བ་ཅམ་  
 པའི་ཕྱོགས་ལའོ། །དེ་ལྟར་ན་ཡང་ངེ་ལྟར་འབྱུང་བ་ཅམ་གཟུགས་ཡིན་པ་དེ་  
 བཞིན་དུ་ཕྱང་བོ་ཅམ་གང་ཟག་ཡིན་པར་ཁས་སྐྱངས་པ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་  
 ཕྱང་བོ་ཅམ་གང་ཟག་ཡིན་ན་ཅིའི་སྤྱིར་བཙུག་འདས་ཀྱིས་སྟོན་དེ་ཉིད་  
 ལུས་ཡིན་པའམ། གཞན་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཕྱང་མ་བསྟན་ཞེ་ན། འདི་བ་པོའི་

བསམ་པ་ལ་བསྟོས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེས་ན་ནི་ནང་གི་བྱེད་པའི་སྐྱེས་བུ་སྟོག་  
གི་རྒྱས་གཅིག་པོ་དྲིས་སོ། །དེ་ཡང་འགའ་ཡང་མེད་ན་འདི་རི་ལྟར་གཞན་  
ཉིད་དམ་གཞན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ལུང་བསྟན་པར་བྱ་སྟེ། རུས་སྤལ་གྱི་སྤྱུ་ལ་  
བཞོར་རམ་འཇམ་ཞེས་བྱ་བ་བཞིན་ནོ། །མདུད་པ་འདི་ནི་སྤྱུ་མ་དག་ཁོ་ནས་  
ཀྱང་བཀོལ་བེན་ཏེ། རྒྱལ་པོ་དེས་འདུ་སྦྱིན་གནས་བརྟན་སྤྱུ་སྟེའི་ཐད་དུ་  
འོངས་ནས་བཙུན་པ་དགོ་སྦྱོང་རྣམས་ནི་སྤྱུ་བ་མང་བ་མ་ལགས་སོ། །གལ་  
ཏེ་གང་དྲིས་པ་དེ་ཉིད་ལན་འདེབས་ན་བདག་འདྲི་བར་འཆལ་ལོ་ཞེས་སྤྱས་  
སོ། །

དྲིར་གསོལ་ཞེས་སྤྱས་པ་དང་ཅི་ལགས། སྟོག་དེ་ཉིད་ལུས་ལགས་  
སམ། སྟོག་ཀྱང་གཞན་ལགས་ལ་ལུས་ཀྱང་གཞན་ལགས་ཞེས་དྲིས་སོ། །  
གནས་བརྟན་གྱིས་འདི་ནི་ལན་མི་གདགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྤྱས་པ་དང་།  
དེས་སྤྱས་པ། བདག་གིས་སྤྱུ་ནས་བཙུན་པ་གཞན་ལུང་བསྟན་པར་མི་བྱའོ། །  
ཞེས་དམ་འཆར་གསོལ་བ་མ་ལགས་སམ། ཅིའི་སྤྱད་དུ་འདི་སྤྱད་དུ་འདི་ནི་  
ལན་མི་གདབ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གཞན་ཁོ་ན་གསུངས། གནས་བརྟན་གྱིས་  
སྤྱས་པ། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་རྒྱལ་པོ་རྣམས་ནི་སྤྱུ་བ་མང་བ་ལགས་སོ། །གལ་ཏེ་  
གང་དྲིས་པ་དེ་ཉིད་ལན་འདེབས་ན་བདག་ཀྱང་འདྲི་བར་འཆལ་ལགས་སོ། །  
དྲིར་གསོལ་ཞེས་སྤྱས་པ་དང་། ཁྱོད་གྱི་སྤྱས་ལ་ཤིང་ལྗོན་པ་ཨ་མ་འབྲས་བུ་  
ཡོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེའི་འབྲས་བུ་རྣམས་ཅི་སྤྱར་རམ་འོན་ཏེ་མངར་ལགས་  
ཞེས་དྲིས་སོ། །བདག་གི་སྤྱས་ལ་ཤིང་ལྗོན་པ་ཨ་མ་ཉིད་འགའ་ཡང་མེད་དོ་

ཞེས་སྒྲས་སོ། །བདག་གིས་སྒྲནས་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་གཞན་ལྷང་བསྟན་པར་  
 མི་བྱའོ་ཞེས་དམ་འཆར་གསོལ་བ་མ་ལགས་སམ། ཅིའི་སྦྲད་དུ་འདི་སྦྲད་  
 དུ་ཤིང་ལྷོན་པ་ཨ་མ་ཉིད་མེད་དོ་ཞེས་གཞན་ཁོ་ན་གསུངས། དེས་སྒྲས་  
 པ། ཇི་ལྟར་ན་ཤིང་ལྷོན་པ་མེད་པའི་འབྲས་བུ་རྣམས་སྦྱར་བའམ་མངར་བ་  
 ཉིད་དུ་ལྷང་བསྟན་པར་བྲ། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་དེ་བཞིན་དུ་སྟོག་དེ་ཉིད་མེད་ན་  
 ཅིའི་སྦྲད་དུ་འདི་ལྷས་ལས་གཞན་པ་ཉིད་དམ་གཞན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་ལྷང་  
 བསྟན་པར་བགྱི་ཞེས་བྲ་བ་ལྟ་བུའོ། །ཅིའི་ཕྱིར་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཀྱང་  
 མེད་པ་ཁོ་ནའོ་ཞེས་མ་གསུངས་ཤེ་ན། ཇི་བ་པོའི་བསམ་པ་ལ་ལྟོས་པའི་  
 ཕྱིར་ཏེ། དེས་སྟོག་ཅེས་བྲ་བ་ལྷང་པོའི་རྒྱན་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་མེད་པར་  
 གོ་བར་གྱུར་ན་ལོག་པར་ལྟ་བར་ལྷང་བར་འགྱུར་ཏེ། ཏེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་  
 འབྱུང་བ་མི་ཤེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དེ་ནི་དེ་བསྟན་པ་ཡང་མི་བཟོད་དོ། །འདི་ནི་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་  
 ཀྱན་དགའ་བོ་ཀྱན་ཏུ་རྒྱ་གནས་པ་དང་། རུས་མ་ཐུན་པས་དྲི་བ་དྲིས་པ་  
 དག་ཡོད་དོ་ཞེས་ལྷང་བསྟན་ན་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་བདག་མེད་པས་ཆིག་མ་  
 ལེགས་པ་མ་ཡིན་ནམ། ཀྱན་དགའ་བོ་ཀྱན་ཏུ་རྒྱ་གནས་པ་དང་རུས་མ་ཐུན་  
 པའི་དྲི་བ་དྲིས་པ་བདག་མེད་དོ་ཞེས་ལྷང་བསྟན་ན་ནི་ཀྱན་ཏུ་རྒྱ་གནས་པ་  
 དང་རུས་མ་ཐུན་པའི་སྒྲནས་ཀྱན་ཏུ་ཚྭངས་པ་ཡོད་པ་དག་གིས་བདག་སྟོན་  
 ཡོད་པར་གྱུར་པ་ལས་ད་ནི་བདག་གི་དེ་ཡང་མེད་དོ་ཞེས་ཀྱན་དུ་ཚྭངས་པ་  
 ཕྱིར་ཞིང་ཆེས་རྒྱས་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནམ། ཀྱན་དགའ་བོ་བདག་ཡོད་

ཅེས་བྱ་བ་ནི་རྟག་པའི་མཐར་འགྱུར་རོ། །ཀུན་དགའ་བོ་བདག་མེད་ཅེས་བྱ་  
བ་ནི་ཆད་པའི་མཐར་འགྱུར་རོ་ཞེས་རྒྱས་པར་གསུངས་པ་གང་ཡིན་པ་འདི་  
ལས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་ངེས་པར་བྱུང་ཞིག །

འདིར་སྒྲིབ་པ། ལྟ་བའི་མཆེ་བས་སྒྲིབ་པ་དང་། །ལས་རྣམས་འཇིག་  
པ་ལ་ལྟོས་ནས། །སྟག་མོས་སྤྱ་གྲུ་བྱེར་བ་ལྟར། །རྒྱལ་བས་ཆོས་ནི་སྟོན་  
པར་མཛད། །བདག་ཡོད་ཉིད་དུ་ཁས་སྦྱངས་ནས། །ལྟ་བའི་མཆེ་བས་སྒྲིབ་  
པར་གྱུར། །ཀུན་རྫོབ་རྟག་པར་མ་གྱུར་ནས། །དགོ་བ་སྤྱ་གྲུ་ཉམས་བྱེད་  
འགྱུར། །ཡང་སྒྲིབ་པ། མེད་བྱིར་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་སྟོག་ །དེ་ཉིད་  
གཞན་དུ་མ་གསུངས་སོ། །བརྟགས་པའང་མེད་དུ་འགྱུར་འོང་བས། །མེད་  
དོ་ཞེས་ཀྱང་མ་གསུངས་སོ། །ཕྱང་པོའི་རྒྱ་ནི་གང་ལ་དགོ། །མི་དགོའི་འབྲས་  
བྱ་ཡོད་པ་ཉིད། །དེ་ལ་སྟོག་ཅེས་བྱ་སྟེ་དེ། །སྟོག་མིང་བསྟན་པས་མེད་པར་  
འགྱུར། །སྟོག་ཅེས་བྱ་བ་ཕྱང་པོ་ལ། །བརྟགས་ཅམ་ཞེས་ཀྱང་མ་གསུངས་  
ཏེ། །དེ་ཆེའི་སྐྱེ་བོ་དེ་འབྲས་སྟེ། །སྟོང་ཉིད་རྟགས་པའི་སྐལ་ལྡན་མིན། །འདི་  
ལྟར་གནས་པས་བདག་ཡོད་དམ། །མེད་ཅེས་བྱི་བ་འདྲི་བ་ཡི། །བསམ་པ་  
ལ་ལྟོས་མ་གསུངས་ཏེ། །ཡོད་ན་ཅི་བྱིར་ཡོད་མི་གསུངས། ། །འཇིག་རྟེན་  
རྟག་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡང་འདྲི་བ་པོའི་བསམ་པ་ལ་ལྟོས་ནས་ཕྱང་མ་  
བསྟན་ཏེ། །རེ་ཞིག་གལ་ཏེ་འཇིག་རྟེན་བདག་ཡིན་པར་འདོད་པར་གྱུར་ན་ནི་  
དེ་མེད་པའི་བྱིར་ཕྱང་མ་བསྟན་པ་རྣམ་པ་བཞི་ཆར་མི་རིགས་སོ། །འོན་ཏེ་  
འཇིག་རྟེན་འཁོར་བ་ཐམས་ཅད་ཡིན་ལོ་ཞེ་ན་ནི་དེ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ།

འཇིག་རྟེན་རྟག་ན་འགའ་ཡང་ཡོངས་སུ་སྤྱངས་ལས་འདའ་བར་མི་འགྱུར་རོ།  
 མི་རྟག་ན་ནི་ཐམས་ཅད་ཆད་པར་འགྱུར་རོ། །གཉི་ག་ལྟར་ཡིན་ན་ནི་ཁ་ཅིག་  
 ནི་ངེས་པར་ཡོངས་སུ་སྤྱངས་ལས་འདའ་བར་འགྱུར་ལ་ཁ་ཅིག་ནི་མི་འགྱུར་  
 རོ། །གཉི་ག་ལྟར་མ་ཡིན་ན་ནི་ཡོངས་སུ་སྤྱངས་ལས་འདའ་བ་ཡང་མ་ཡིན།  
 ཡོངས་སུ་སྤྱངས་ལས་མི་འདའ་བ་ཡང་མ་ཡིན་པ་ཁོ་ནར་འགྱུར་རོ། །དེའི་  
 ཕྱིར་ཡོངས་སུ་སྤྱངས་ལས་འདའ་བ་ནི་ལམ་ལ་རག་ལུས་པའི་ཕྱིར་རྣམ་པ་  
 བཞི་ཆར་ཡང་ངེས་པར་ལུང་མི་སྟོན་ཏེ། གཅེར་བྱ་པའི་ཉན་ཐོས་ཀྱིས་བྱིའུ་  
 བཟུང་བ་བཞིན་ནོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་མཐའ་དང་ལྡན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་རྣམ་པ་བཞི་ཡང་ལུང་མ་བསྟན་ཏེ། བཞི་ཆན་འདི་ནི་དོན་མཐུན་  
 ནོ། །

འདི་ལྟར་ཀུན་ཏུ་རྒྱ་སྤྱོད་ཀྱིས་བཞི་ཆན་འདི་ཞུས་ནས་ཡང་ཅི་  
 ལགས། འཇིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་ལམ་འདི་ངེས་པར་འབྱུང་ངམ། འོན་ཏེ་འཇིག་  
 རྟེན་སྟོགས་གཅིག་ལགས་ཞེས་ཞུས་པ་དང་། གནས་བརྒྱན་ཀུན་དགའ་བོས་  
 སྤྱོད་ཁྱོད་ཀྱིས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་དང་པོ་ཉིད་དུ་ཞུ་བ་ཞུས་པ་གང་ཡིན་  
 པ་དེ་ཉིད་དེ་རྣམ་གངས་གཞན་ཀྱིས་འདྲིའམ་ཞེས་སྤྱོད། །དེ་བཞིན་འོངས་པ་  
 ཞི་པན་ཆད་ཡོད་དམ་ཞེས་བྱ་བ་བཞི་ཆན་འདི་ཡང་དྲི་བ་པོའི་བསམ་པ་ལ་  
 སྟོས་ནས་ལུང་མ་བསྟན་ཏེ། དེས་ནི་བདག་གོལ་བ་དེ་བཞིན་འོངས་པ་ཡིན་  
 པར་བསམས་ནས་ཞུ་བ་ཞུས་སོ། །གང་ཟག་པ་རྣམས་ལ་བརྟེན་ཞིང་བརྟག་  
 པར་བྱ་སྟེ། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཅིའི་ཕྱིར་གང་ཟག་གསོན་པོ་ནི་ཡོད་དོ་



ཞེས་ལུང་སྟོན་ལ་ཞི་པར་ཆད་ནི་ལུང་མི་སྟོན། ཏྲག་པའི་ཉེས་པར་ཐལ་བར་  
འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །འོ་ན་ནི་ཅིའི་ཕྱིར་བྱམས་པ་སྟོང་མ་འོངས་པའི་དུས་ན་  
དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་  
སུ་འགྱུར་རོ་ཞེས་ལུང་སྟོན། ཅིའི་ཕྱིར་ཆེ་གོ་མོ་ཞིག་ཏུ་སྐྱེས་སོ་ཞེས་ཉན་  
ཐོས་འདས་པ་དུས་འདས་པ་སྐྱེ་བ་ལ་ལུང་སྟོན། དེ་ལྟར་ཡིན་ན་ནི་ཏྲག་པ་  
ཉིད་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་ཡང་བཅོམ་ལྡན་འདས་གྲིས་གང་ཟག་  
སྒར་གཟིགས་ལ་ཡོངས་སུ་སྤྲངན་ལས་འདས་ནས་ཀྱང་མི་གཟིགས་ཏེ། མི་  
མཁྱེན་པའི་ཕྱིར་ལུང་མི་སྟོན་ཏེ་ཞེ་ན་ནི། སྟོན་པའི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་  
བསལ་བ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ན་ནི་དེ་མེད་དོ་ཞེས་ཁས་སྤང་བར་བྱ་དགོས་སོ། །

འོ་ན་ཏེ་གཟིགས་ན་ནི་མ་གསུངས་བཞིན་དུ་ཡང་དེ་ཡོད་པ་དང་ཏྲག་  
པ་ཞེས་བྱ་བར་བྱབ་པ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་ཏེ་གཟིགས་སམ་མི་གཟིགས་ཞེས་  
བྱ་བ་འདི་ཡང་བརྗོད་པར་མི་བྱ་བ་ཡིན་ན། དེ་ལྟར་ན་ནི་འོ་ན་བཅོམ་ལྡན་  
འདས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཡིན་ནམ་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡང་རིམ་གྲིས་  
མི་བརྗོད་པར་གྲིས་ཤིག། །གང་ཟག་ནི་ཡོད་པ་ཉིད་དེ། འདི་ལྟར་བདེན་  
པ་དང་། གནས་པར་བདག་གི་བདག་མེད་དོ་སྙམ་པ་ནི་ལྟ་བའི་གནས་སུ་  
གསུངས་སོ། །ཡོད་དོ་སྙམ་པ་ཡང་ལྟ་བའི་གནས་སུ་གསུངས་ཏེ། དེ་ལྟ་  
བས་ན་འདི་ནི་ཁྱངས་སུ་མི་རུང་དོ། །

ཆོས་མངོན་པ་བ་རྣམས་ན་རེ་འདི་གཉི་ག་ཡང་མཐར་འཛིན་པ་ཡིན་  
ཏེ། ཏྲག་པ་དང་ཆད་པར་ལྟ་བས་བསྐྱས་པ་དག་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་ཁོ་

ན་བཞིན་དུ་རིགས་ཏེ་གནས་མ་བྱའི་མདོ་ལས། གྲུན་དགའ་བོ་བདག་ཡོད་  
 ཅེས་བྱ་བ་ནི་རྟག་པར་འགྱུར་རོ། །གྲུན་དགའ་བོ་བདག་མེད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་  
 ཆད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་ཡང་གང་ཟག་མེད་  
 ན་འཁོར་བ་འདི་སྤྱི་ཡིན། འཁོར་བ་ཉིད་འཁོར་བར་རིག་པ་མ་ཡིན་ནོ།།  
 བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཀྱང་སེམས་ཅན་མ་རིག་པའི་སྐྱེ་བ་པ་ཅན་གྲུན་ཏུ་རྒྱ་  
 བ་རྣམས་འཁོར་རོ་ཞེས་གསུངས་སོ། །ཡང་གང་ཟག་ངེ་ལྟར་འཁོར་བུང་པོ་  
 གཞན་འདོར་བ་དང་། ལེན་པའི་སྤྱིར་རོ། །སྟོགས་འདི་ནི་ལན་བཏབ་བེན་  
 ཏོ། །ངེ་ལྟར་མེ་སྐྱད་ཅིག་མ་ཡིན་ཡང་རྒྱན་གྱིས་ངོ་བ་དེ་བཞིན་དུ་སྐྱེད་པ་ཉི་  
 བར་ལེན་པ་ཅན་སེམས་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་བུང་པོའི་ཚོགས་འཁོར་རོ། །

གལ་ཏེ་འདི་བུང་པོ་ཅམ་ཡིན་ན་ཅིའི་སྤྱིར་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་  
 ང་ཉིད་དེའི་ཆེ་དེའི་དུས་ན་མིག་བཟང་ཞེས་བྱ་བའི་སྟོན་པར་གྱུར་ཏོ་ཞེས་  
 གསུངས་སོ། །ཅིའི་སྤྱིར་གསུང་བར་མི་འགྱུར། བུང་པོ་རྣམས་གཞན་ཡིན་  
 པའི་སྤྱིར་རོ། །འོ་ན་ཅི་དེ་ཉིད་གང་ཟག་ཡིན་ན་ནི་རྟག་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟ་  
 བས་ན་ང་ཉིད་དེ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱད་གཅིག་པ་ཉིད་དུ་སྟོན་པར་མཛད་  
 པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་མེ་དེ་ཉིད་སྟེག་ཅིང་འོངས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་བཞིན་ནོ། །  
 གལ་ཏེ་ཡང་བདག་དེ་ཡོད་པར་གྱུར་ན་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
 ཞིན་ཏུ་གསལ་བ་ཁོ་ནར་གཟིགས་པར་འགྱུར་རོ། །གཟིགས་ན་ཡང་བདག་  
 ཏུ་འཛིན་པ་ཞིན་ཏུ་དམ་པོར་འགྱུར་རོ། །བདག་ཡོད་ན་བདག་གིར་ཡང་  
 འགྱུར་རོ་ཞེས་མདོ་ལས་འབྱུང་བའི་སྤྱིར་དེ་དག་བུང་པོ་རྣམས་ལ་བདག་

གིར་འཇིན་པ་ལྷག་པར་འབྱུང་བས་དེ་ནི་དེ་དག་གི་འཇིག་ཚོགས་ལ་ལྷ་བར་  
འབྱུར་རོ། །བདག་གིར་ལྷ་བ་ཡོད་ན་ཡང་བདག་གིར་ཆགས་པར་འབྱུར་ཏེ།  
དེ་ལྷ་བས་ན་བདག་དང་བདག་གིར་ཆགས་པའི་འཆིང་བ་ཤིན་ཏུ་དམ་པོས་  
སྒྲགས་པ་དེ་དག་ལ་ཐར་པ་ཐག་རིང་བར་འབྱུར་རོ། ། འོན་ཏེ་བདག་ལ་  
ཆགས་པ་མི་འབྱུང་བ་ཁོ་ནའོ་ཞེས་བྱ་བར་འདོད་ན། དེ་ནི་བདག་མེད་པ་ལ་  
ནི་བདག་ཏུ་ཚོངས་པས་ཆགས་པ་སྐྱེའི་བདག་ཉིད་ལ་མི་སྐྱེའོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་  
ག་ལ་རུང་སྟེ། དེ་ལྷ་བས་ན་ཁ་ཅིག་གང་ཟག་ཏུ་འཇིན་ཁ་ཅིག་ནི་ཐམས་ཅད་  
མེད་པ་ཉིད་ཏུ་འཇིན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་བསྟན་པ་འདི་ལ་སྐྱོན་བྱུང་བ་ཡིན་  
ནོ། །ལྷ་སྟེགས་བྱེད་གང་དག་བདག་རྣམས་གཞན་ཁོ་ན་ཡིན་པར་སེམས་པ་  
དེ་དག་གི་ལྷ་ར་ན་ཡང་ཐར་པ་མེད་པའི་ཉེས་པ་འདི་གཡོ་བ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །

འོ་ན་གལ་ཏེ་བདག་རྣམས་པ་ཐམས་ཅད་ཏུ་མེད་ན་སེམས་སྐྱད་ཅིག་  
མ་རྣམས་ལ་ཉམས་སུ་སྒྱུང་ནས་རིང་མོ་ཞིག་ལོན་པའི་དོན་རི་ལྷ་ར་བྱ་  
བའམ་ངོ་ཤེས་པར་འབྱུར། རྟན་པའི་ཡུལ་ལ་འདུ་ཤེས་པའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་  
བའི་སེམས་ཀྱི་བྱེད་པར་ལས་སོ། །སེམས་ཀྱི་བྱེད་པར་རི་ལྷ་བྱ་ལས་ཤེ་ན།  
གང་གི་མཐུག་ཐོགས་སུ་བྱ་བ་སྐྱེ་བ་སྟེ། དེ་དག་ལ་ཉག་པ་དང་འབྲ་བ་དང་  
འབྲེལ་བ་ཅན་གྱི་འདུ་ཤེས་ལ་སོགས་པ་དང་ལྷན་པ་དང་རྟེན་གྱི་བྱེད་པར་  
དང་། ལྷ་ར་དང་རྣམས་པར་གཡེངས་པ་ལ་སོགས་པས་མཐུ་མ་ཉམས་པ་  
ཅན་ལས་སོ། །དེ་ལྷ་བྱ་ཡིན་ཡང་དེའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་མ་ཡིན་པའི་སེམས་  
ཀྱི་བྱེད་པར་གྱིས་ནི་བྱ་བ་དེ་བསྐྱེད་པར་མི་རུས་སོ། །དེའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་

ཡིན་ཡང་གཞན་ལྟ་བུ་ནི་དན་པ་དེ་སྐྱེད་པར་མི་རུས་ཀྱི་གཉི་ག་ལྟར་ན་རུས་  
པས་དེ་ལྟར་ན་དན་པར་འགྱུར་ཏེ། གཞན་ལ་ནི་དེའི་མ་བྱ་མ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་  
རོ། །

ད་ནི་ངེ་ལྟར་ན་སེམས་གཞན་གྱིས་མཐོང་ལ་གཞན་གྱིས་དན་དེ་ལྟར་  
ན་ནི་ལྟ་སྐྱེན་གྱིས་སེམས་གྱིས་མཐོང་ལ་མཆོད་སྐྱེན་གྱིས་སེམས་གྱིས་  
དན་པར་འགྱུར་རོ། །མ་ཡིན་ཏེ་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་གཉིས་ནི་རྒྱ་  
དང་འབྲས་བུར་མ་གྱུར་པའི་ཕྱིར་ངེ་ལྟར་ན་རྒྱ་དགེག་ལ་ཡོད་པའི་རྒྱ་དང་  
འབྲས་བུར་འབྲེལ་བ་ནི་མེད་དོ། །སེམས་གཞན་གྱིས་མཐོང་ལ་གཞན་གྱིས་  
དན་ནོ་ཞེས་གྲང་མི་བེད་རོ། །འོན་ཀྱང་ངེ་སྐྱེད་བཤའ་བ་ལྟར་རྒྱ་དང་ཡོངས་  
སྤུ་འགྱུར་བའི་ཚུལ་གྱིས་མཐོང་བའི་སེམས་ལ་དན་པའི་སེམས་གཞན་སྐྱེའོ་  
ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་ཉེས་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད། དན་པ་ཁོ་ན་ལས་ངོ་ཤེས་པ་  
ཡང་ཡིན་ནོ། །བདག་མེད་ན་སྤྱི་ཞིག་གིས་དེ་ལྟར་དན། དན་ཞེས་བྱ་བའི་  
དོན་ཅི་ཡིན། དན་པས་ཡུལ་འཇིན་པའོ། །ཅི་དེ་འཇིན་པ་དན་པ་ལས་གཞན་  
ཞིག་ཡིན་ནམ། འོ་ན་ནི་དན་པ་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །གང་གིས་དེ་བྱེད་པ་དེ་ནི་  
བཤའ་བེན་ཏེ། དན་པའི་རྒྱ་ནི་སེམས་ཀྱི་བྱེད་པར་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་གང་ནག་  
པས་དན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ངེ་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། ནག་པ་ཞེས་བྱ་བའི་རྒྱ་དེ་ལས་དེ་  
སྐྱེ་བར་མཐོང་ནས་སྤྱི་བར་བེད་དོ། །བདག་མེད་པ་ན་དན་པ་འདི་སྤྱི་ཡིན།  
དུག་པ་འདིའི་དོན་ངེ་ལྟ་བུ་ཡིན། རྗེ་བོའི་དོན་ཡིན་ནོ། །དཔེར་ན་གང་གི་རྗེ་  
བོ་གང་ལྟ་བུ་ཡིན། དཔེར་ན་བའི་ནག་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། །འདི་ངེ་ལྟར་དེའི་

རྗེ་བོ་ཡིན། དེ་མི་བ་དང་བཞོ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་སྒྱུར་བ་དེ་ལ་རག་ལུས་པ་  
ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་གང་དུ་སྒྱུར་བར་བྱ་ན། འདི་ལྟར་དེའི་རྗེ་བོ་བཅའ་། དེ་  
པར་བྱ་བའི་དོན་ལོ། །

ཅིའི་ཕྱིར་སྒྱུར་བར་བྱ། དེ་ལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དོ། །ཀྱེ་མ་དེ་ཉིད་  
དེའི་དོན་དུ་སྒྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བསོད་ནམས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
ལེགས་པར་སྒྲུས་སོ། །དེ་ལྟར་སྒྱུར་བར་བྱ། ཅི་དེ་བསྐྱེད་པའི་སྒྲོ་ནས་སམ།  
འོན་ཏེ་མངག་པའི་སྒྲོ་ནས། དེ་ལ་ལ་འགྲོ་བ་མི་རུང་བས་བསྐྱེད་པའི་སྒྲོ་  
ནས་སོ། །དེ་ལྟར་ན་ནི་རྒྱ་ཁོ་ན་ལ་རྗེ་བོ་ཡིན་ལ་འབྲས་བུ་ཁོ་ན་བཅའ་ཡིན་  
པར་འགྱུར་ཏེ། འདི་ལྟར་རྒྱ་ནི་འབྲས་བུ་ལ་དབང་བྱེད་ལ་འབྲས་བུ་ཡང་དེ་  
དང་ལྡན་ན་རྒྱ་ཡིན་པས་དེ་ནི་དེ་ལ་པའི་རྒྱ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །  
གང་ཡང་ནག་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདྲུ་བྱེད་ཀྱི་ཆོག་གས་ཀྱི་རྒྱན་ལ་གཅིག་ཏུ་བཟུང་  
ནས་བ་ཞེས་བྱ་བའི་རྗེ་བོ་བཅོད་པ་དེ་ཡང་དེ་ཡུལ་གཞན་དུ་དང་། འགྱུར་  
བ་འབྱུང་བ་ལ་རྒྱའི་དངོས་པོ་ཡིད་ལ་བསམས་ནས་རྗེ་བོ་ཞེས་བཅོད་པར་  
བྱ་བྱེད་ཀྱི་ནག་པ་ཞེས་བྱ་བ་གཅིག་བུ་ནི་འགའ་ཡང་མེད་ལ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་  
མེད་དོ། །དེ་ལྟར་བས་ན་དེ་ལ་ཡང་རྒྱའི་དངོས་པོ་མ་གཏོགས་པའི་རྗེ་བོའི་  
དངོས་པོ་མེད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྤྱི་ཞིག་གིས་རྣམ་པར་ཤེས། སྤྱིའི་རྣམ་པར་  
ཤེས་པ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟར་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡང་བཅོད་པར་བྱ་སྟེ། དེའི་  
རྒྱ་ནི་ཅི་རིགས་པར་དབང་པོ་དང་དོན་དང་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དག་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
བྱ་བ་འདི་ནི་བྱེད་པར་ཡིན་ནོ། །གང་ཡང་བྱ་བ་ནི་བྱེད་པ་པོ་ལ་བསྟོས་པའི་



ཕྱིར་ཏེ། བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ནི་བྱེད་པ་པོ་ལ་སྟོས་ཏེ། རི་ལྟར་ལྟ་སྦྱོན་འགྲོའོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལ་འགྲོ་བར་བྱ་བ་ནི་འགྲོ་བ་པོ་ལྟས་བྱིན་ལ་སྟོས་པ་དེ་བཞིན་  
 དུ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་བས་ན་གང་ཞིག་གིས་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པ་དེ་ཡང་བཛོད་དགོས་སོ་ཞེས་ཟེར་བ་དེ་ལ་ལྟས་བྱིན་ཞེས་བྱ་བ་འདི་  
 ཅི་ཡིན་ཞེས་བཛོད་པར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་བདག་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ཉིད་བསྐྱབ་  
 པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། ། འོན་ཏེ་སྦྱེས་བྱར་ཐ་སྙད་གདགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་  
 ཡང་གཅིག་བྱ་ནི་འགའ་ཡང་མེད་ཀྱི་འདུ་བྱེད་དེ་དག་ལ་ཡང་མིང་དེ་སྐད་  
 ཅས་བྱའོ། །དེ་ལ་རི་ལྟར་ལྟས་བྱིན་འགྲོ་བ་དེ་བཞིན་དུ་རྣམ་པར་ཤེས་སོ། །

ལྟ་སྦྱོན་རི་ལྟར་འགྲོ་ཞེ་ན། འདུ་བྱེད་སྐད་ཅིག་པ་རྒྱན་ཐ་མི་དད་པ་  
 རྣམས་ལ་བྱིས་པ་རྣམས་ཀྱིས་གཅིག་པ་ཉིད་དུ་བཟུང་ནས་ལྟས་བྱིན་ཞེས་  
 མོས་པ་རྣམས་རང་གི་རྒྱན་ཡུལ་གཞན་དུ་འབྱུང་བ་ལ་རྒྱར་གྱུར་ན་ལྟས་  
 བྱིན་འགྲོའོ་ཞེས་བྱའོ། །ཡུལ་གཞན་དུ་འབྱུང་བ་དེ་ནི་འགྲོ་བ་ཡིན་ཏེ། མེ་  
 དང་སྒྲུའི་རྒྱན་དག་ལ་འགྲོའོ་ཞེས་བཛོད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་ཉིད་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པའི་རྒྱར་གྱུར་ན་ལྟས་བྱིན་གྱིས་རྣམ་པར་ཤེས་སོ་ཞེས་གྲུང་བྱའོ། །  
 འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་གྲུང་ཐ་སྙད་གདགས་པའི་དོན་དུ་དེ་དག་ལ་མིང་དུ་  
 དེ་སྐད་ཅས་གསུངས་སོ། །

འོ་ན་གང་མདོ་ལས་རྣམ་པར་ཤེས་པས་རྣམ་པར་ཤེས་སོ་ཞེས་  
 གསུངས་པ་དེ་ལ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཅི་ཞིག་བྱེད། ཅུང་ཟད་གྲུང་མི་བྱེད་དེ།  
 རི་ལྟར་འབྲས་བྱ་ནི་ཅུང་ཟད་གྲུང་མི་བྱེད་མོད་ཀྱི་འདྲ་བར་བདག་ཉིད་ཐོབ་

པའི་ཕྱིར་རྒྱ་དང་མ་ཐུན་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་བཞིན་དུ་རྣམ་པར་ཤེས་  
པ་ཡང་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་བྱེད་མོད་ཀྱི་འདྲ་བར་བདག་ཉིད་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་ཡུལ་  
རྣམ་པར་ཤེས་སོ་ཞེས་བྱའོ། །

འདིའི་འདྲ་བ་ཅི་ཞེ་ན། དེའི་རྣམ་པ་ཉིད་དོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དེ་ནི་  
དབང་པོ་ལས་ཀྱང་སྐྱེས་མོད་ཀྱི་ཡུལ་རྣམ་པར་ཤེས་སོ་ཞེས་བྱ་བའི་དབང་  
པོ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ན་ནི་དེར་ཡང་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྒྱན་རྣམ་པར་  
ཤེས་པའི་རྒྱར་གྱུར་པའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་ཤེས་པས་རྣམ་པར་ཤེས་སོ་ཞེས་  
གསུངས་པས་ཉེས་པ་མེད་དེ། རྒྱ་ལ་བྱེད་པ་པོའི་སྐྱར་བསྟན་པའི་ཕྱིར་དེའི་  
བྱ་སྐྱོགས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་བཞིན་ནོ། །གཞན་ཡང་ངེ་ལྟར་སྐྱོན་མ་འགྲོ་བ་ལྟར་  
རྣམ་པར་ཤེས་པས་རྣམ་པར་ཤེས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་དེ་དང་འདྲའོ། །

སྐྱོན་མ་ངེ་ལྟར་འགྲོ་ཞེ་ན། སྐྱོན་མ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མེ་ལྷེ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱན་  
ལ་ཉེ་བར་འདོགས་པར་བྱེད་ལ། དེ་ཡུལ་གཞན་དག་ཏུ་འབྱུང་བ་ལས་ཡུལ་  
དེ་དང་དེར་འགྲོ་འོ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་བཞིན་དུ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
སེམས་རྣམས་ཀྱི་རྒྱན་ལ་ཉེ་བར་འདོགས་པར་བྱེད་ལ་དེ་ཡུལ་གཞན་དག་  
ལ་སྐྱེ་བ་ལ་ཡུལ་དེ་དང་དེ་རྣམ་པར་ཤེས་སོ་ཞེས་བྱའོ། །

ཡང་ན་ངེ་ལྟར་གཟུགས་འགྱུར་རོ། །སྐྱེའོ་གནས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་  
ལ་འགྱུར་བ་པོ་དང་འགྱུར་བ་དོན་གཞན་མ་ཡིན་པ་ལྟར་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་  
དེ་དང་འདྲ་བར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལས་རྣམ་པར་ཤེས་  
པ་སྐྱེའི་བདག་ལས་མ་ཡིན་ན་ཅིའི་ཕྱིར་ཏྱག་ཏུ་དེ་དག་འདྲ་བ་ཁོ་ནར་སྐྱེ་བར་

མི་འགྱུར་ཞིང་མུ་གུ་དང་སྡོང་པོ་དང་འདབ་མ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་རིམ་  
 པ་ངེས་པར་སྐྱེ་བར་མི་འགྱུར་ཞེ་ན། གནས་པ་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་ནི་འདུས་  
 བྱས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རྒྱན་གདོན་མི་བ་བར་གཞན་དུ་  
 འགྱུར་བ་གང་ཡིན་པ་འདི་ནི་འདུས་བྱས་ཀྱི་རང་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟར་མ་ཡིན་  
 ན་བསམ་གཏན་རྫོགས་པས་མཉམ་པར་གཞག་པ་རྣམས་ལས་ལུས་དང་  
 སེམས་འདྲ་བ་སྐྱེ་ན་སྐད་ཅིག་མ་དང་པོ་དང་བྱད་པར་མེད་པའི་ཕྱིར་ཕྱིས་  
 གྲང་བདག་ཉིད་ལྡང་བར་མི་འགྱུར་རོ། །

གང་ལས་གང་ཞིག་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་དེ་ཁོ་ན་ལས་དེ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་  
 སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་རིམ་པ་ཡང་ངེས་པ་ཁོ་ན་སྟེ། རིགས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ལས་  
 སེམས་རྣམ་པ་འདྲ་ཡང་འགའ་ཞིག་སེམས་འགའ་བསྐྱེད་པ་ལ་རྒྱས་པ་ཡིན་  
 ཏེ། དཔེར་ན་བྱད་མེད་ཀྱི་མཆུག་ཐོགས་སུ་གལ་ཏེ་དེའི་ལུས་སུན་འབྱེན་  
 པའི་སེམས་སམ། དེའི་ཁྱོའམ་བྱ་ལ་སོགས་པའི་སེམས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ལ།  
 ཡང་ཕྱིས་རྒྱད་ཡོངས་སུ་འགྱུར་བས་བྱད་མེད་ཀྱི་སེམས་སྐྱེ་ན་དེ་ནི། དེའི་  
 ལུས་སུན་འབྱེན་པའི་སེམས་བསྐྱེད་པའམ། དེའི་ཁྱོའམ། བྱ་ལ་སོགས་  
 པའི་སེམས་བསྐྱེད་པར་རྒྱས་པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་རིགས་ཅན་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱི་  
 ཕྱིར་རོ། །གཞན་དུ་ནི་མི་རྒྱས་སོ། །ཡང་བྱད་མེད་ཀྱི་སེམས་ལས་རྣམ་  
 གྲངས་ཀྱིས་སེམས་རྣམ་པ་མང་པོ་ཞིག་སྐྱེས་པར་གྱུར་ན་དེ་ལས་ཆེས་མང་  
 བ་དང་། ཆེས་གསལ་བ་དང་། ཆེས་ཉེ་བར་སྐྱེས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཁོ་ན་སྐྱེ་  
 བར་འགྱུར་ཏེ། དེའི་བསྐྱོས་པ་སྟོབས་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་འདུས་

པའི་ལུས་དང་ཕྱི་རོལ་གྱི་རྒྱུན་གྱི་བྱང་པར་ནི་མ་གཏོགས་སོ། །བསྐྱོས་  
པ་དེ་ཉིད་ཆེས་སྒྲོབས་དང་ལྡན་ན་ཅིའི་ཕྱིར་རྟག་ཏུ་འབྲས་བུ་མི་འབྱེན་ཞེ་  
ན། གནས་པ་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་ཉིད་ནི་འདུས་བྱས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར་ལ། གཞན་དུ་འགྱུར་བ་དེ་ཡང་བསྐྱོས་པ་གཞན་གྱི་འབྲས་བུ་སྐྱེ་བའི་  
རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

འདི་ནི་སེམས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ལ་སྒྲོགས་ཅམ་དུ་བྱད་གྱི་མཐུག་  
ཐོགས་ཀྱི་རྒྱ་ཤེས་པ་ལ་ནི་སངས་རྒྱས་རྣམས་མངའ་བདག་ཡིན་ཏེ། འདི་  
སྐད་དུ། མ་བྱའི་མདོངས་ནི་གཅིག་ལ་ཡང་། །རྒྱ་ཡི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ནི།  
ཀུན་མཁྱེན་མིན་པས་ཤེས་བྱ་མིན། །དེ་ཤེས་ཀུན་མཁྱེན་སྒྲོབས་ཡིན་ནོ། །  
ཞེས་བཤད་ན། གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པ་སེམས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་རྣམས་ལྟ་སྒྲོས་  
ཀྱང་ཅི་དགོས། ཅིའི་ཕྱིར་དེ་དང་འབྲ་བ་ཁོ་ནར་སྐྱེ་བར་མི་འགྱུར་ཞིང་སྐྱ་  
གུ་དང་སྒོང་བུ་དང་འདབ་མ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ་རིམ་པ་ངེས་པར་སྐྱེ་བར་  
མི་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་སྐྱ་སྒྲེགས་ཅན་གང་ལ་ལ་སེམས་ནི་བདག་ལས་  
སྐྱེའོ་སྦྱུ་དུ་སེམས་པ་དེ་ཁོ་ན་ལ་གསལ་བར་གྲུན་ཀར་འགྱུར་རོ། །

གལ་ཏེ་ཡིད་དང་སྤང་པའི་བྱེ་བྲག་ལ་སྒྲོས་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེན་མ་ཡིན་  
ཏེ། འབྲེལ་བ་གཞན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འབྲེལ་བ་ཅན་དག་ཡོངས་སུ་  
ཆད་པའི་ཕྱིར་དང་། སྤང་བ་ཞེས་བྱ་བའི་མཆོན་ཉིད་ནི་མ་སྤང་བ་སྒྲོན་དུ་  
འགྲོ་བ་ཅན་གྱི་སྤང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་རྣམ་པར་བཤད་པའི་ཕྱིར་བདག་ཡོངས་  
སུ་ཆད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་ཡིད་འཕྲོས་པ་ལ་བདག་འཕོ་



བའམ། ཉམས་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་སྟོགས་གཅིག་ཕྱད་དོ་  
 ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། སྟོགས་དེ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་  
 རོ། །ཕྱད་པ་ཡོད་དུ་ཆུག་ན་ཡང་འོན་ཀྱང་ཡིད་ཏྲག་ཏུ་བྱད་པར་མེད་པ་ལ་  
 རི་ལྟར་ཕྱད་པ་བྱད་པར་དུ་འགྱུར། གལ་ཏེ་སྟོམ་བྱེད་བྱེད་པར་ལ་སྟོམ་པ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེ་ན། རི་ལྟར་སྟོམ་བྱེད་བྱེད་པར་ཡིན་ཞེས་དེ་ཉིད་ལ་སྟོན་ཀ་ཆོལ་བར་བྱེད་དོ། །  
 གལ་ཏེ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་བྱེད་པར་ལ་སྟོམ་པའི་བདག་དང་ཡིད་ཕྱད་པ་ལས་སོ་  
 ཞེ་ན། འདུ་བྱེད་ཀྱི་བྱེད་པར་ལ་སྟོམ་པའི་སེམས་ཁོ་ན་ལས་ཡིན་པར་བྱད་  
 ཀྱི་བདག་གི་བྱས་པ་ནི་རུང་བྱད་ཀྱང་མི་དམིགས་ཏེ། སྟོན་ཀྱི་འབྲས་བུ་བྱུ་  
 བ་ལ་སྟོན་པ་ངན་གཡོ་ཅན་གྱིས་སྤྱ་སྤྱ་ཏུ་ཞེས་སྟོས་པ་དག་བཞིན་ནོ། །

གལ་ཏེ་བདག་ཡོད་ན་དེ་གཉིས་སྤྱིད་དོ་ཞེ་ན་ནི། ཆིག་ཅེས་དུ་བྱད་དོ།  
 གལ་ཏེ་དེ་ནི་རྟོན་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དཔེར་ན་གང་གི་རྟོན་གང་ཡིན་པ་ལྟ་བུ་དེ་  
 དག་ཀྱང་རི་མོ་དང་རྒྱ་ཤུག་ལ་སོགས་པ་ལྟར་བརྟོན་པ་མ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་  
 ཅིག་པ་དང་གཞིང་བུ་ལ་སོགས་པ་ལྟར་རྟོན་དུ་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཐོགས་  
 པ་དང་ཐ་དད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཉེས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་དེ་ནི་དེ་ལྟ་  
 བུར་རྟོན་མ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་རི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། དཔེར་ན་དྲི་ལ་སོགས་པའི་ས་ལྟ་  
 བུའོ་ཞེ་ན། འདི་ཉིད་ཁོ་བོའི་བདག་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིད་ཆེས་པར་བྱེད་པ་  
 ཡིན་པས་ཁོ་བོ་ཡོངས་སུ་ཆིམ་པར་བྱས་ཏེ། དཔེར་ན་དྲི་ལ་སོགས་པ་ལས་  
 ས་གཞན་མ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །དྲི་ལ་སོགས་པ་ལས་ས་གཞན་ཡིན་པར་  
 དེས་པར་འཛིན་པར་བྱེད་པ་དེ་སྤྱི་ཞིག་ཡིན། སའི་དྲི་ལ་སོགས་པ་ཞེས་བྱ་



བའི་ཐ་སྙད་ནི་ཅི་ནས་ངེ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ཉིད་དེ་ཞེས་བྱའི། གཞན་ནི་མ་  
ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་ཤེས་པར་འགྱུར་བ་བྱུང་པར་དུ་བྱ་བའི་སྤྱིར་རྟེ། ཤིང་  
གི་གཟུགས་ཀྱི་ལུས་ཞེས་བྱ་བ་བཞིན་ནོ། །

འདུ་བྱེད་ཀྱི་བྱུང་པར་ལ་སྟོས་པ་ཡིན་དུ་བྱིན་གྱང་ཅིའི་སྤྱིར་ཤེས་པ་  
ཐམས་ཅད་དུས་གཅིག་ཏུ་སྐྱེ་བར་མི་འགྱུར། གང་ཞིག་སྟོབས་ཆེ་བ་དེས་  
གཞན་དག་ལ་གོགས་བྱེད་དོ། །སྟོབས་ཆེ་བ་དེ་ཉིད་ཅིའི་སྤྱིར་རྟེན་པར་  
འབྲས་བུ་མི་འབྱེན་རྟེ། འདིའི་ཚུ་ལ་གང་ཡིན་པ་དེ་བསྟོས་པ་ཡིན་ན་བདག་  
ཏུ་རྟོག་པ་ནི་དོན་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་བདག་ནི་གདོན་མི་བླ་བར་ཁས་  
སྐྱེས་པར་བྱ་སྟེ། དཔལ་པ་ལ་སོགས་པ་ནི་ཡོན་ཏན་གྱི་དངོས་པོ་ཡིན་པའི་  
སྤྱིར་ལ་དེ་ཡང་གདོན་མི་བླ་བར་རྗེས་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །

དེ་དག་གི་རྟེན་གཞན་ཡིན་པར་ཡང་མི་རུང་བའི་སྤྱིར་རོ་ཞེ་ན། མ་  
ཡིན་རྟེ། མ་གྲུབ་པའི་སྤྱིར་རོ། །འདི་དག་ནི་ཡོན་ཏན་གྱི་དངོས་པོ་ཉིད་ཡིན་  
པར་མ་གྲུབ་པོ། །ཁོ་པོ་ཅག་གི་ལྟར་ན་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་ནི་རྗེས་ཡིན་རྟེ།  
དགེ་སྦྱོང་གི་ཚུ་ལ་གྱི་འབྲས་བུ་ནི་རྗེས་བྱུག་གོ་ཞེས་འབྱུང་བའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་  
དག་རྗེས་ལ་བརྟེན་པ་ཉིད་དུ་ཡང་མ་གྲུབ་སྟེ། རྟེན་གྱི་དོན་ནི་བརྟགས་བྱིན་  
རོ། །

དེ་ལྟ་བུས་ན་འདི་ནི་གྱི་ནམོ། །བདག་མེད་ན་ཅིའི་སྤྱིར་ལས་ཚོམ།  
བདག་བདེ་བར་གྱུར་ཅིག །བདག་སྐྱུག་བསྐྱེད་པར་མ་གྱུར་ཅིག་ཅེས་བྱ་བ་  
དེའི་སྤྱིར་རོ། །ཡང་བདག་ཅེས་བྱ་བ་ཡང་གང་ཞིག་ཡིན། བདག་ཏུ་འཛིན་

པ་འདིའི་ཡུལ་གང་ཡིན་པའོ། །བདག་ཏུ་འཇིན་པ་འདིའི་ཡུལ་གང་ཞིག་ཡིན།  
 ཡུལ་ནི་སྤང་པོ་ཡིན་ནོ། །རི་ལྷར་ཤེས། དེ་དག་ལ་ཆགས་པའི་ཕྱིར་དང་།  
 དཀར་ཤམ་ལ་སོགས་པའི་སྟོས་གཞི་མ་ཐུན་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། བདག་  
 དཀར་ཤམ་མོ། །བདག་སྟོ་བསངས་སོ། །བདག་སྟོམ་མོ། །བདག་སྟེམ་མོ།  
 བདག་རྒྱས་སོ། །བདག་དར་ལ་བབ་པོ་ཞེས་དཀར་ཤམ་ལ་སོགས་པའི་  
 སྟོས་བདག་ཏུ་འཇིན་པ་འདི་གཞི་མ་ཐུན་པར་བྱེད་པར་སྤང་ངོ། ། རྣམ་པ་དེ་  
 དག་བདག་གི་ཡིན་པར་ནི་མི་འདོད་དེ། དེ་ལྟ་བུས་ན་འདི་ནི་སྤང་པོ་རྣམས་  
 ལ་འཇིན་པར་ཤེས་སོ། །བདག་ལ་པན་འདོགས་པའི་ལྷས་ལ་ཡང་བདག་  
 ཉེ་བར་འདོགས་ཏེ། དཔེར་ན་བདག་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་བདག་གི་བྱན་འདི་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་བཞིན་ནོ། །པན་འདོགས་པ་ལ་བདག་ཉེ་བར་འདོགས་པ་  
 ཡིན་ཡང་བདག་ཏུ་འཇིན་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

ལྷས་ལ་དམིགས་པ་ཡིན་ན་ཅིའི་ཕྱིར་པ་རོལ་གྱི་ལྷས་ལ་དམིགས་པ་  
 ཡང་མ་ཡིན། འབྲེལ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། འདི་ནི་ལྷས་སུ་སེམས་གང་  
 དང་ལྷན་ཅིག་འབྲེལ་བ་དེ་ཁོ་ན་ལ་བདག་ཏུ་འཇིན་པ་འདི་འབྱུང་གི་གཞན་  
 ལ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་དེ་ལྟར་གོ་མས་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །འབྲེལ་བ་ཡང་གང་ཞིག་ཡིན། རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་པོའི་འབྲས་  
 བུ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་བདག་མེད་པ་ན་བདག་ཏུ་འཇིན་པ་ནི་སྤུའི་ཡིན། འདི་  
 ནི་རྒྱག་པ་འདིའི་དོན་རི་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ནས་དེ་ནི་བྱན་པའི་རྒྱ་གང་  
 ཡིན་པ་དེ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་བར་དེ་ཉིད་འོངས་པ་ཡིན་ནོ། །འདིའི་

རྒྱ་གང་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། སྒོན་བདག་ཏུ་འཛིན་པས་ཡོངས་སུ་བསྒྲོས་པ་རང་གི་རྒྱད་ཀྱི་ཡུལ་ཅན་མ་རིག་པ་དང་བཅས་པའི་སེམས་ཡིན་ནོ། །བདག་མེད་ན་བདེ་བའམ་སྤྱག་བསྐྱེད་པ་སུ་ཞིག་ཡིན། རྟེན་གང་བདེ་བའམ་སྤྱག་བསྐྱེད་པ་འབྱུང་བ་སྟེ། དཔེར་ན་ཤིང་སྒྲོན་པ་མེ་ཏོག་ཆགས་སོ། །ནགས་ཚལ་འབྲས་བུ་ཆགས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུའོ། །འདི་གཉིས་ཀྱི་རྟེན་གང་ཞེ་ན། སྐྱེ་མཆེད་བྱུག་ཡིན་ཏེ། རི་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ནི་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

བདག་མེད་ན་ལས་རྣམས་ཀྱི་བྱེད་པ་པོ་ནི་གང་ཡིན། འབྲས་བུ་རྣམས་ཀྱི་བྱ་བ་པོ་གང་ཡིན། བྱེད་པ་པོ་ཞེས་བྱ་བའམ། བྱ་བ་པོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོག་གི་དོན་རི་ལྟ་བུ་བྱེད་པས་ན་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་ལ། བྱ་བས་ན་བྱ་བ་པོ་ཡིན་ནོ། །རྣམ་གྲངས་སྤྲས་སུ་ཟིན་ཀྱི་དོན་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །མཆོན་ཉིད་རྣམས་ནི་བྱེད་པ་པོའི་མཆོན་ཉིད་རང་དབང་ཅན་ནི་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་ན། འཇིག་རྟེན་ན་འབྲས་བུ་འགའ་ལ་ཡང་ལ་ལ་ཞིག་རང་དབང་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་མཐོང་ངམ། མཐོང་སྟེ་ཁྱུས་དང་བྱ་བ་དང་འགྲོ་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་ལྟས་བྱིན་ལྟ་བུའོ། །ཁྱོད་ལྟས་བྱིན་གང་ཞིག་དཔེར་བརྗོད། གལ་ཏེ་བདག་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་ནི་དེ་ཉིད་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །འོན་ཏེ་ཡུང་པོ་ལྔ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན་ནི་དེ་ཉིད་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་ཏེ། ལས་འདི་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ། ལུས་དང་ངག་དང་ཡིད་ཀྱི་ལས་སོ། །

དེ་ལ་རེ་ཞིག་ལུས་དང་ངག་གི་ལས་ལ་སེམས་ཀྱི་གཞན་ཀྱི་དབང་གིས་འཇུག་གོ། །སེམས་ཀྱང་ལུས་དང་ངག་ལ་རང་གི་རྒྱུ་གཞན་ཀྱི་དབང་

གིས་འདུག་གོ། །དེ་ཡང་དེ་དང་འབྲ་བས་གང་ལ་ཡང་རང་དབང་མེད་དེ།  
 དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ནི་རྒྱུན་གྱི་གཞན་གྱི་དབང་གིས་འདུག་གོ། །བདག་  
 གྲང་སྟོས་པ་མེད་པར་རྒྱ་ཉིད་དུ་ཁས་མི་ལེན་པའི་སྤྱིར་རོ། །རང་དབང་ཅན་  
 དུ་མི་འགྲུབ་པོ། །

དེ་ལྟ་བུས་ན་དེ་ལྟ་བུའི་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་བྱེད་པ་པོ་ནི་འགའ་ཡང་མི་  
 དམིགས་སོ། །གང་ཞིག་གང་གི་རྒྱུའི་གཙོ་བོ་ཡིན་པ་དེ་ནི་དེའི་བྱེད་པ་པོ་  
 ཞེས་བྱ་ན་བདག་ནི་གང་ལ་ཡང་རྒྱ་ཡིན་པར་མི་སྤངས་སྟེ། དེ་ལྟ་བུས་ན་དེ་  
 ནི་དེ་ལྟ་བུར་ཡང་བྱེད་པ་པོར་མི་རུང་ངོ། །འབྲ་བ་ལས་ནི་འདུན་པ་སྐྱེའོ།  
 འདུན་པ་ལས་ནི་རྟོག་པ་སྐྱེའོ། །རྣམ་པར་རྟོག་པ་ལས་ནི་རབ་ཏུ་འབད་  
 པའོ། །རབ་ཏུ་འབད་པ་ལས་ནི་རྒྱུང་ངོ། །དེ་ལས་ནི་ལས་འབྱུང་ན་འདི་  
 ལ་བདག་ཅི་ཞིག་བྱེད། འབྲས་བུ་ལ་ཡང་གང་ལ་བདག་མེད་ན་ཟ་བ་པོར་  
 བརྟགས་པའི་ཉེ་བར་སྦྱོད་པ་དེ་གང་ཞིག་ཡིན། གལ་ཏེ་དམིགས་པ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེ་ན། དམིགས་པ་ལ་བདག་གི་རྒྱས་པ་མེད་དེ། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་རྒྱས་  
 པ་བཞག་པའི་སྤྱིར་རོ། །བདག་མེད་ན་ཅིའི་སྤྱིར་སེམས་ཅན་གྱི་རྟོན་མ་ཡིན་  
 པ་ལ་ཡང་སྒྲིག་པ་དང་བསོད་ནམས་ཉེ་བར་སྦྱོགས་པར་མི་འགྱུར། ཆོར་  
 བའི་རྟོན་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཏེ། དེའི་རྟོན་ནི་སྐྱེ་མཆེད་དུག་ཡིན་གྱི་བདག་མ་  
 ཡིན་ནོ། །ཇི་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་ནི་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

བདག་མེད་ན་ཇི་ལྟར་ན་ལས་ཞིག་ཟིན་པ་ལས་ཆེ་བྱི་མ་ལ་འབྲས་བུ་  
 འབྱུང་། བདག་ཡོད་ན་ཡང་ཇི་ལྟར་ན་ལས་ཞིག་ཟིན་པ་ལས་ཆེ་བྱི་མ་ལ་

འབྲས་བུ་འབྱུང་། དེ་ལ་བརྟེན་པའི་ཚོས་དང་ཚོས་མ་ཡིན་པ་ལས་འབྱུང་ངོ་།  
 ཚིག་གི་ལུགས་འདི་ནི་དཔེར་ན་གང་གི་རྟེན་གང་ཡིན་པ་ལྟ་བུ་ཞེས་ལན་  
 བཏབ་བྱིན་ཏོ། །

དེ་ལྟ་བུས་ན་ཚོས་དང་ཚོས་མ་ཡིན་པ་རྟེན་མེད་པ་ཁོ་ན་ལས་འབྱུང་  
 ངོ་། །ཁོ་ལོ་ཅག་གྲང་ལས་ཞིག་བྱིན་པ་ལ་ཆེ་སྤྱི་མ་ལ་འབྲས་བུ་འབྱུང་བར་  
 མི་སྒྲུའོ། །ཁོ་ན་ངེ་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། དེའི་རྒྱུ་ཡོངས་སུ་འགྱུར་བའི་བྱུང་བར་  
 ལས་ཏེ། ས་བོན་དང་འབྲས་བུ་བཞིན་ནོ། །དཔེར་ན་ས་བོན་ལས་འབྲས་  
 བུ་འབྱུང་བ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ནི་ཞིག་པ་ལས་འབྱུང་བ་ཡང་མ་ཡིན་ལ་མཐུག་  
 རོགས་ཁོ་ནར་འབྱུང་བ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །ཁོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། རྒྱུ་ཡོངས་སུ་  
 འགྱུར་བའི་བྱུང་བར་ལས་ཏེ། སྤྱུ་གྲུ་དང་སྒྲིང་བུ་དང་། འདབ་མ་ལ་སོགས་  
 པ་མེ་ཏོག་ལ་སྤྱག་པ་རིམ་པ་རྫོགས་པ་ལས་འབྱུང་བ་བཞིན་ནོ། །དེ་ནི་མེ་  
 ཏོག་ལས་བྱུབ་པ་ཡིན་ན་ཅིའི་ཕྱིར་ས་བོན་དེའི་འབྲས་བུ་ཞེས་བྱ་བ་ཞེ་ན། དེས་  
 བརྒྱུད་པས་མེ་ཏོག་ལ་དེའི་རྒྱས་པ་བསྐྱེད་པས་སོ། །གལ་ཏེ་ས་བོན་དེ་སྒྲིན་  
 དུ་འགྲོ་བར་མ་གྱུར་ན་འབྲས་བུ་དེ་འདྲ་བ་སྐྱེད་པ་ལ་དེའི་རྒྱས་པ་ཡོད་པར་  
 མི་འགྱུར་ངོ་། །དེ་བཞིན་དུ་ལས་ལས་འབྲས་བུ་འབྱུང་ངོ་། །ཞེས་བྱ་བ་དེ་  
 ཡང་ལས་ཞིག་པ་ལས་གྲང་མི་འབྱུང་ལ། མཐུག་རོགས་སུ་ཡང་མ་ཡིན་  
 ནོ། །ཁོ་ན་ངེ་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། རྒྱུ་ཡོངས་སུ་འགྱུར་བའི་བྱུང་བར་ལས་སོ། །  
 རྒྱུ་དེ་ནི་ཅི་ཡིན། ཡོངས་སུ་འགྱུར་བ་ནི་ཅི་ཡིན། བྱུང་བར་ནི་ཅི་ཡིན་ཞེ་  
 ན། ལས་སྒྲིན་དུ་འགྲོ་བའི་སེམས་ཕྱིར་ཞིང་འབྱུང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་རྒྱུ་



ཡིན་ནོ། །དེ་གཞན་དང་གཞན་དུ་སྐྱེ་བ་ནི་ཡོངས་སུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །  
 དེའི་མཐུག་ཐོགས་སུ་འབྲས་བུ་སྐྱེད་རྒྱས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཡོངས་སུ་  
 འགྱུར་བ་གཞན་ལས་བྱུང་བར་དུ་འཕགས་པའི་སྤྱིར་ཡོངས་སུ་འགྱུར་བའི་  
 བྱུང་བར་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ཡང་སྤྱིད་པའི་ཉེ་བར་ལེན་པ་དང་བཅས་པའི་  
 འཆི་བའི་སེམས་ལྟ་བུའོ། །ལས་རྣམས་པ་སྣ་ཆོགས་པ་སྒྲོན་དུ་འགྲོ་བ་ཉིད་  
 ཡིན་ཡང་ལས་གང་སྤྱི་བའམ། ཉེ་བའམ། གོམས་པ་ཡིན་པ་དེས་བྱས་པའི་  
 རྒྱས་པ་གསལ་བར་བྱེད་ཀྱི། གཞན་གྱིས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཇི་སྐད་དུ། ལས་  
 གྱི་འཁོར་བ་སྤྱི་གང་དང་། ཉེ་བ་གང་དང་གོམས་པ་གང་། །སྒྲོན་བྱས་གང་  
 ཡིན་དེ་ལས་ནི། །སྤྲ་མ་སྤྲ་མ་རྣམས་སྤྲོན་འགྱུར། །ཞེས་བཤད་པ་ལྟ་བུའོ། །  
 དེ་ལ་རྣམས་པར་སྤྲོན་པའི་རྒྱས་བསྐྱེད་པ་རྣམས་པར་སྤྲོན་པའི་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་  
 པའི་རྒྱས་པ་ནི་རྣམས་པར་སྤྲོན་པ་བསྐྱེད་ནས་ལྗོགས་པོ། །སྐལ་བ་མཉམ་པའི་  
 རྒྱས་བསྐྱེད་པ་རྒྱ་མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པའི་རྒྱས་པ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་  
 ཅན་རྣམས་ཀྱི་ནི་གཉེན་པོ་སྤྱིས་ནས་ལྗོགས་པོ། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་མ་ཡིན་པ་  
 རྣམས་ཀྱི་ནི་སེམས་ཀྱི་རྒྱན་གཏན་དུ་ལོག་པ་སྟེ། གང་གི་ཆེ་ཡོངས་སུ་སྤྱ་  
 ངན་ལས་འདས་པ་ནའོ། །ཡང་ཅིའི་སྤྱིར་ས་བོན་གྱི་འབྲས་བུ་བཞེན་དུ་རྣམ་  
 པར་སྤྲོན་པ་གཞན་མི་སྐྱེ་ན། དེ་ཞིག་ཐམས་ཅད་དཔེ་དང་འདྲ་བ་ནི་མ་ཡིན་  
 ནོ། །

དེ་ལ་ཡང་འབྲས་བུ་ཁོ་ན་ལས་འབྲས་བུ་གཞན་སྐྱེ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །འོ་  
 ན་ཅི་ཞེ་ན། རྣམས་པར་འདྲུལ་བའི་བྱུང་བར་ལས་སྤྱིས་པ་རྣམས་པར་འགྱུར་བའི་

ཁྱད་པར་ལས་སྐྱེ་སྤྱེ། དེ་ལ་འབྱུང་བའི་རྣམ་པ་སྒྱུ་གྱུ་འབྱུང་བ་པར་བྱེད་པ་  
 ཡོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དེའི་ས་བོན་ཡིན་གྱི་གཞན་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །འབྱུར་  
 བའི་མིང་གིས་སམ། འབྲུ་བའི་ཕྱིར་རྒྱུན་སྒྲུ་མ་ཡང་ས་བོན་ཞེས་བྱའོ། །དེ་  
 བཞིན་དུ་འདི་ལ་ཡང་རྣམ་པར་སྤྱིན་པ་དེ་ལས་གལ་ཏེ་དམ་པ་དང་དམ་པ་མ་  
 ཡིན་པའི་ཆོས་ཉན་པ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུན་ལས་སྐྱེས་པ་དགོ་བ་ཟག་པ་དང་  
 བཅས་པའམ། མི་དགོ་བའི་སེམས་ཀྱི་འབྱུར་བ་སྐྱེ་ན་དེ་ལས་ནི་རྣམ་པར་  
 སྤྱིན་པ་གཞན་སྤྱིའི་གཞན་དུ་ནི་མ་ཡིན་པས་འདི་ནི་མཚུངས་སོ། །ཡང་ན་  
 དེ་ནི་འདི་ལྟར་ཤེས་བར་བྱ་སྤྱེ། ཇི་ལྟར་མ་དུ་ལུང་གའི་མེ་ཏོག་རྒྱ་སྐྱེགས་  
 ཀྱི་ཁུ་བས་ཁ་དོག་བསྐྱུར་བ་ལས་འབྲས་བུའི་ནང་དུ་རྒྱད་ཡོངས་སུ་འབྱུར་  
 བའི་ཁྱད་པར་ལས་སྐྱེས་པ་གོ་སར་དམར་པོ་སྐྱེ་བར་འབྱུར་ཞིང་དེ་ལས་ནི་  
 གཞན་མི་སྐྱེ་བ་དེ་བཞིན་དུ་ལས་ལས་སྐྱེས་པའི་རྣམ་པར་སྤྱིན་པ་ལས་ཡང་  
 རྣམ་པར་སྤྱིན་པ་གཞན་མི་སྐྱེའོ། །ཆེ་ལོང་ཅམ་འདི་ནི་བདག་གི་སྒྲོས་ཏོགས་  
 པར་བྱ་བ་རབ་ཏུ་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། མཐུ་རྣམ་པ་སྒྲུ་ཆོགས་པས་ཐ་དད་པའི་  
 ལས་རྣམས་ཀྱིས་བསྒྲོས་པའི་རྒྱ་རྣམས་གནས་སྐབས་འདིར་ཕྱིན་ན་འབྲས་  
 བུ་འདི་ལྟ་བུ་མངོན་པར་འབྱུང་བ་པར་འབྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སངས་རྒྱས་  
 རྣམས་ཁོ་ནའི་ཡུལ་ཡིན་ནོ། །

ཡང་སྒྲུས་པ། ལས་དང་དེའི་བསྒྲོས་དེའི་འཇུག་རྟེན། །དེ་ལས་འབྲས་  
 བུ་སངས་རྒྱས་ལས། །གཞན་གྱི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ནི། །དེས་པར་རབ་ཏུ་  
 མི་ཤེས་སོ། །དེ་ལྟར་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་གསུང་རབ་རིགས་པའི་ལམ།

ལེགས་པར་གསུངས་པའི་དག་པ་ཆོས་ཉིད་འདི་མཐོང་ནས། །ཟུ་སྟེགས་  
 ལོང་བ་ལྟས་ངན་སྒྲ་ཆོགས་གཡོ་རྣམས་ཀྱི། །གཞུང་ལུགས་སྤངས་ཏེ་ལོང་  
 བ་མ་ཡིན་རྣམས་འགྲོའོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཉི་མའི་གསུང་འོད་ཀྱིས།  
 སྤང་ལྟན་ཟུང་ན་འདས་གྲོང་ལམ་གཅིག་པ། །བདག་མེད་འཕགས་པ་སྟོང་  
 གིས་བགྲོད་པ་འདི། །སྤེ་ཡང་དམན་པའི་མིག་གིས་མི་མཐོང་ངོ། །དེ་ལྟར་  
 འདི་ནི་སྤྱོད་ཅུང་ཅི་ཞིག །རང་གི་མཐུ་ཡིས་རྣམ་འཕེལ་བའི། །དུག་ལ་མ་  
 ཡི་སྤྱོད་པ་བཞིན་དུ། །ཤིན་ཏུ་མཁས་པ་རྣམས་ལ་བསྟན། །

ཆོས་མངོན་པའི་མངོད་ལས་གང་ཟག་དགག་པ་བསྟན་པ་ཞེས་བྱ་བ་  
 མངོད་ཀྱི་གནས་དགུ་པ་སྟེ། ཆོས་མངོན་པའི་མངོད་ཀྱི་བཤའ་པ་སྟོབ་དཔོན་  
 ལྟུང་འཇུག་སྟོང་དབྱིག་གཉིན་གྱིས་མངོད་པ་འདི་རྫོགས་སོ། །

རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་རྩི་ན་མི་ཏ་དང་། ལུ་ཆེན་གྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་བརྩེ་དཔལ་  
 བརྩེགས་གྱིས་བསྐྱར་ཞིང་ལུས་ཏེ་གཏན་ལ་ཕབ་པའོ། །

ཡིག་འོར་དང་ཆད་ལྷག་ཡོད་ཆེ་འགྲེལ་བ་གནང་ན་དགའ་སྟོའི་ངང་ནས་བཟོ་བཅོས་ལྷ་ཆོག

ལྷ་རྒྱལ་བྱང་། marjamson618@gmail.com