



སུམ་ཅུ་པའི་རྣམ་བཤད་གཟུར་གནས་དབྱེས་པའི་གཏམ།	
དང་པོ། སྤར་བསྐྱ་བཤད་པ།	4
གཉིས་པ། ལ་དོན་བཤད་པ།	14
རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་ལས་སུ་བྱ་བ།	16
རྣམ་དབྱེ་བཞི་པ་དགོས་ཆེད།	22
རྣམ་དབྱེ་བདུན་པ་ཉེན་གནས།	29
དེ་ཉིད།	34
རྣམ་དབྱེ་བདུན་པ་ཆེ་སྐབས།	38
གསུམ་པ། མི་ལྟན་བཤད་པ།	41
རྣམ་དབྱེ་བླ་པ་འབྲེལ་སྤྱོད་བཤད་པ།	41
རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་བྱེད་སྤྱོད།	45
བཞི་པ་རྒྱན་སྤྱད་བཤད་པ།	51
ལྷ་པ་ལྷག་བཅས་བཤད་པ།	54
བླ་པ་འབྲེལ་སྤྱད་བཤད་པ།	59

བདུན་པ་འབྲུང་ཁུངས་བཤད་པ།	61
བརྒྱད་པ་བོད་སྐྱ་བཤད་པ།	67
དགུ་པ། བོད་སྐྱ་སོགས་ཆོག་པ་མཛད་ཀྱང་པ་བཤད་པ།	68
དང་སྐྱ་བཤད་པ།	71
དེ་སྐྱ་བཤད་པ།	74
གང་སྐྱ་བཤད་པ།	81
བདག་སྐྱ་བཤད་པ།	85
དགག་སྐྱ་བཤད་པ།	89
བརྒྱ་པ། ཅིང་སོགས་ཆོག་པ་མཛད་ཀྱང་པ་བཤད་པ།	91
མཐུག་བྱང་།	95
སྐུམ་ཅུ་པའི་བསྐྱུས་དོན་རབ་གསལ་སྒྲུང་བ།	98
ཉལ་ས་ཀྱི་འཐུག་པའི་དཀར་འབྲེལ་གནད་ཀྱི་སྒྲིན་མེ།	
ཆོག་ས་དང་པོ་མིང་གི་ཆོག་ས།	112
ཆོག་ས་གཉིས་པ་མཛད་དང་རྣམ་དབྱེའི་ཆོག་ས།	115

མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་སྤྱི་ཡི་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ།	117
སྡོན་འབྲུག་གི་རྟགས་ཀྱི་འབྲུག་པ་བཤད་པ།	118
བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ།	120
༡ དབྱེ་བ་བདུན་ལྡན་གྱི་ལས་ཆིག	122
གཉིས་པ་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པ།	124
༡ དབྱེ་བ་ལྔ་ལྡན་གྱི་ལས་ཆིག	125
༡ དབྱེ་བ་གསུམ་ལྡན་གྱི་ལས་ཆིག	127
དངོས་པོ་བདག་གཞན་གཉིས་ཀྱི་གོ་དོན།	130
༡ བྱེད་ཆིག་དབྱེ་བ་དྲུག་ལྡན་གྱི་སྟོན་སྲོལ་དངོས་པོ་བདག་ངོས་བཟུང་པ། .	133
༡ བྱ་ཆིག་དབྱེ་བ་གཉིས་ལྡན་གྱི་སྟོན་སྲོལ་དངོས་པོ་གཞན་ངོས་བཟུང་པ།	136
དུས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ།	138
༡ བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་དུས་འདས་པ།	140
༡ བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་དུས་གསུམ།	140
༢ ལས་ཆིག་གི་ཐོག་མར་དགག་སྒྲིལ་ལྟར་འབྲུག་ཚུལ།	141

༤ ཚུད་པ་སྒྲིང་བ།	146
བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་ཅུང་ཟད་འཆད་པ།	148
རྗེས་འཇུག་གི་ཏྲགས་གྱི་འཇུག་པ་བཤད་པ།	158
༡ ཏྲགས་སོ་སོར་ངོས་འཛིན་པ།	159
༡ འཇུག་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལས་སྒྲ་ཡི་འཇུག་ཚུལ།	159
༢ རོན་གྱི་འཇུག་ཚུལ།	161
༤ བྱི་མ་གང་ལྟར་འབྱུང་བ།	163
བྱ་བྱེད་འདས་སྐྱལ་བཅས་གྱི་རེ་ཁུ་མིག་.....	166
དུས་གསུམ་སྤྱིར་བཏང་བ།	170
དུས་གསུམ་གྱི་བྲག་པ།	172
དུས་གསུམ་ཐོར་བྱ་བ།	173
ཀ... 175	
ཁ... 178	
ག .. 180	

ང... 184

ཅ... 185

ཆ.. 186

ཇ... 187

ཉ... 188

ཐ... 191

ད... 192

ན... 195

པ... 197

ཕ... 198

བ... 199

མ.. 202

ཙ... 203

ཛ.. 205

ཇ... 206

ཉ... 207

ཟ... 208

འ... 209

ཡ.. 209

ར... 210

ལ.. 211

ཤ.. 211

ས.. 212

ཏ... 214

སུམ་རྟགས་གཉིས་ཀྱི་མིང་ཚིག་གི་འབྲེལ་བ་བྱིས་བ་

དགའ་བའི་གཏམ། 215

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

སེར་སླད་དམར་འཇམ་དབྱངས་བསོད་ནམས་གྱིས།

དེབ་བཅོས་ཐོན་པ་རྣམས་སྤུ་ལ་དགོས་ན་བརྒྱུ་རྒྱུད་ནས་རིན་མེད་དུ་ཐུལ་ཆོག་
བརྒྱུ་ཁ་བྱང་། marjamson618@gmail.com

སུམ་ཅུ་པའི་རྣམ་བཤད་གཟུར་གནས་དབྱེས་པའི་གཏམ།

༡༡། །ཁ་བ་རི་པའི་ཤེས་བྱའི་གཏེར་གྱི་མཛོད།
འདོད་རྒྱ་ཆར་དུ་འབེབས་པའི་བྱེད་པོ་མཆོག།
མེས་དཔོན་རྣམ་གསུམ་མཚུངས་མེད་བཀའ་ངེན་དེ།
བློ་བཞིན་མི་བྱེད་དད་པས་ཕྱག་བགྱི་འོ།

གངས་ལྗོངས་མི་ཤེས་ཐུན་པའི་སྒྲག་རུམ་ཀྱན།
ཀྱན་ནས་གསལ་མཛད་ཀྱན་གྱི་མཛའ་བཤེས་མཆོག།
མཆོག་གྱུར་མཁས་པའི་གཙུག་རྒྱན་ཐོན་མའི་ངེན།
ངེན་ལན་གཞལ་དུ་མེད་པས་གཙུག་གི་མཆོད།

གང་དེའི་རིན་ཆེན་དགོངས་དོན་གཏེར་གྱི་མཛོད།
འཛད་མེད་ལོངས་སུ་སྦྱོད་པའི་དེད་དཔོན་མཆོག།
སྟོན་བྱོན་མཁས་གསུང་ཉི་ལྔའི་འོད་སྣང་གིས།
གངས་རིའི་ར་བར་བྱབ་ལ་ཅིས་མི་འདུད།

འདི་ན་རྒྱ་མཆོ་ལས་ནི་ཆུ་ཐེགས་བཞིན།

བོད་གྱི་བད་སྟོད་ཕྱི་མོ་སུམ་ཅུ་པའི།
སྟོང་པོ་རང་སྟོས་གང་དཔོག་རང་འདྲ་ལ།
ཕན་ཕྱིར་བསྐྱས་དོན་ཅུམ་ཞིག་འབྲི་ལ་བཙོན།

དེ་ལ་བོད་གྱི་བད་སྟོད་པའི་གཞུང་སུམ་ཅུ་པའི་གཞུང་དོན་དངོས་
འཆད་པ་ལ་གཉིས། སྐར་བྱ་ཡི་གཏེ་རྣམ་གཞག་དང་། སྟོར་ཚུལ་ཆིག་མཛད་
གྱི་འཇུག་པ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ། བོད་ཡིག་གི་དབྱངས་གསལ་ངོས་
བཟུང་བ་དང་། བྱད་པར་གྱི་དབྱེ་བ་བསྟན་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། བོད་
གྱི་བད་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་ཡི་གེ་ནི། ལྷ་ལའི་བྱ་བ་གསལ་པོར་མཚོན་པར་
བྱེད་པའི་ཡི་གེ་ཨི་ལྷ་ཨེ་ཨོ་བཞི་བཅས་དབྱངས་བཞི་དང་། ཀྲ་ལི་མཚོན་
པར་བྱེད་པ། ཀ་ཁ་ག་ང་། ཅ་ཆ་ཇ་ཉ། ཏ་ཐ་ད་ན། པ་ཕ་བ་མ། ཅ་ཆ་ཇ་ཉ། ཞ་
ཟ་འ་ཡ། ར་ལ་ཤ་ས། ཏ་ཨ། བཅས་གསལ་བྱེད་སུམ་ཅུའོ།

གཉིས་པ། བྱད་པར་གྱི་དབྱེ་བ་བསྟན་པ་ལ། རྗེས་འཇུག་བཤད་པ།
ཡང་འཇུག་བཤད་པ། སྟོན་འཇུག་བཤད་པ། མི་འཇུག་པ་བཤད་པའོ། །དང་
པོ་ནི། གང་དུ་བ་མ་འ་ར་ལ་ས་བཅས་ལ་རྗེས་སུ་འཇུག་པའི་ཡི་གེ་
བཙུང་མ་མཐའ་ཉེན་གྱི་ཡི་གེ་བཙུ་ཞེས་བཟོད་ཅིང་། རྗེས་འཇུག་བཙུ་པོ་ཡི་
གེ་གང་དང་གང་གི་རྗེས་སུ་འཇུག་ཅེ་ན། མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་ཐམས་ཅད་ལའོ།
གཉིས་པ་ཡང་འཇུག་བཤད་པ་ནི། རྗེས་འཇུག་བཙུ་པོ་དེ་ལས་ད་དང་

ས་གཉིས་པོ་ནི་རྗེས་འཇུག་ཡིན་པར་མ་ཟད་རྗེས་འཇུག་གི་རྗེས་སུ་འང་
འཇུག་པས་ཡང་འཇུག་ཀྱང་བེད་རོ། །ཡང་འཇུག་དེ་གཉིས་འཇུག་ལུལ་གང་
འཇུག་ཅེ་ན། ཡང་འཇུག་དེ་ནི་རྗེས་འཇུག་ན་ར་ལ་གསུམ་དང་། ཡང་འཇུག་
ས་ནི་རྗེས་འཇུག་ག་ང་བ་མ་བཅས་ཀྱི་མཐར་འཇུག་གོ།

གསུམ་པ། སྡོན་འཇུག་བཤའ་པ་ནི། གོང་གི་རྗེས་འཇུག་བཅུ་པོ་
རྣམས་ལས། ག་ད་བ་མ་འ་བཅས་ནི་རྗེས་འཇུག་ཡིན་པ་མ་ཟད་ཡི་གེ་རྣམས་
ཀྱི་སྡོན་དུ་འང་འཇུག་པས་སྡོན་འཇུག་ལྔ་ཞེས་བཞེད་དོ། །སྡོན་རྗེས་འདི་དག་
གི་འཇུག་ཚུལ་ནི་ཉག་ས་འཇུག་གི་གཞུང་ལས་རྒྱས་པར་འཆད་དོ།

རྗེས་འཇུག་བཅུ་ལས་དེ་ནི་སྡོན་འཇུག་དང་། རྗེས་འཇུག་ཡང་འཇུག་
བཅས་ལ་འཇུག་པ་དང་། ག་བ་མ་འ་བཞི་ནི་སྡོན་འཇུག་དང་རྗེས་འཇུག་
དག་ཏུ་འཇུག་པ་ལོ།

བཞི་པ། མི་འཇུག་པ་བཤའ་པ་ནི། ཀ་ཁ་ཅ་ཆ་ཇ་ཉ་ཏ་ཐ་པ་ཕ་ཅ་ཆ་ཇ་
མ་ཞ་བ་ཡ་ཤ་ཉ་ཨ་བཅས་ནི་སྡོན་རྗེས་གང་དུ་འང་མི་འཇུག་པས་མིང་གཞི་
ནི་ཤུལ་མི་འཇུག་པ་ནི་ཤུ་ཞེས་བཞེད་དོ།

སྦྱིར་མིང་གཞི་ལ་གསུམ་སྟེ། མིང་ཆིག་ཚུལ་པ་ཀུན་གྱི་གཞིར་གྱུར་
པའི་མིང་གཞི་སུམ་ཅུ་སོ་བཞི་དང་། རྗེས་འཇུག་བཅུ་པོ་འཇུག་རུང་གི་ཆ་
ནས་བཞག་པའི་མིང་གཞི་སུམ་ཅུ་དང་། སྡོན་རྗེས་མིང་གསུམ་གྱི་ལྷས་དབྱེ་
བའི་མིང་གཞི་ནི་ཤུ་བཅས་སོ།

གཉིས་པ་སྟོར་ཚུལ་ཆིག་སྟེང་གི་འཇུག་པ་བཤད་པ་ལ། རྗེས་འཇུག་
ལ་སྟོས་དགོས་པའི་སྟེང་རྣམ་དབྱེ་དང་བཅས་པ་དང་། སྟེང་རང་དབང་ཅན་
བཤད་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། སྦྲར་བསྟུ། ལ་དོན། ཨི་ལྷན། རྒྱན་སྟུང།
སྟུག་བཅས། འབྱེད་སྟུང། འབྱུང་ཁུངས། འབོད་སྦྲ་བཅས་སོ།།

དང་པོ། སྦྲར་བསྟུ་བཤད་པ།

སྦྲར་བསྟུ་ནི་རྗེས་འཇུག་བཅུ་པོ་འཇུག་རུང་དུ་གྱུར་པའི་མིང་གཞིའི་
ཡི་གེ་སྟུམ་ཅུའི་མཐར་ཁྲབ་མཉམ་དུ་འཇུག་པའི་རྗེས་སྟུ་འཇུག་པའི་ཡི་གེ་
ག་ང་ད་ན་བ་མ་འ་ར་ལ་ས་རྣམས་ལ་རྟུ་རེ་སྦྲར་བ་ན་གོ་ངོ་དོན་བོ་མོ་འོ་
རོ་ལོ་སོ་བཅས་དང་། ད་དག་ཅན་གྱི་མཐར་འཇུག་པའི་ཉོ་བཅས་ཡིག་འབྱུ་
བཅུ་གཅིག་པོ་ལ་སྦྲར་བསྟུ་འཇུག་སྟུང་། རྗེས་ཆིག་བཅས་བེར་ཞིང་། འདི་
ནི་རྗེས་འཇུག་ལ་སྟོས་དགོས་པའི་སྟེང་ཡིན་ལ་རྣམ་དབྱེ་མ་ཡིན་པའི་གས་
སོ།།

སྟེང་འདིའི་སྦྲ་སྟོར་ནི་ད་དག་ཅན་གྱི་མཐར་ཉོ་བོ་བ་པ་ལས་གཞན་
རྣམས་ནི་མིང་ཆིག་གང་ཡང་རུང་བའི་མཐར་གནས་གྱི་ཡི་གེ་དང་མཐུན་
པར་སྦྲར་དགོས་པ་ཡིན་པས་རྗེས་སྟུ་

ཁ་ཅིག་ན་རེ། གོ་སོགས་ཡིག་འབྱུ་བཅུ་གཅིག་པོ་ཡིན་ན་སྦྲར་བསྟུའི་

སྒྲོད་ཁོ་ན་ཡིན་པས་བྱུང་བམ་ཞེ་ན། དེ་ནི་དེ་ལྟར་མ་ངེས་ཏེ། ཚེས་བརྗོད་གྱི་
མིང་ལ་ལྟོས་ནས་བཤའ་ན་བྱུང་གྲང་། བྱ་ཚིག་དང་ཚེས་ཅན་བརྗོད་པའི་
མིང་ལ་ལྟོས་ནས་བཤའ་ན་མ་ངེས་ཏེ། བྱ་ཚིག་ལ་འཇུག་པ་རྟོགས་པའི་དོན་
གྱི་གོ་དང་། ཚེས་ཅན་བརྗོད་པའི་མིང་ལ་འཇུག་པ་གཏོང་གི་ངོ་དང་། གྲངས་
ལ་འཇུག་པའི་དོ། ཤོ་མོ་གཉིས་གྱི་མོ། ཁ་སྐྱོར་གྱི་འོ། ལོ་གྲངས་གྱི་ལོ། ཁ་ཡི་
སོ་རྣམས་སྐར་བསྐྱའི་སྒྲོད་མིན་པ་དང་། ཡང་ན་དང་། བོ། རྟོ་རྣམས་ནི་སྐར་
བསྐྱའི་སྒྲོད་ལས་མིང་ག་ཞན་ལ་མི་འཇུག།

དེས་ན་སྐར་བསྐྱའི་སྒྲོད་ཀྱང་ཡིན་ལ་བྱ་ཚིག་ཀྱང་ཡིན་པ་གོ་དང་།
ཚེས་ཅན་བརྗོད་པའི་མིང་ཡང་ཡིན་ལ་སྐར་བསྐྱའི་སྒྲོད་ཀྱང་ཡིན་པ་དོ། མོ།
འོ། རོ། ལོ། སོ་བཅས་དང་། སྐར་བསྐྱའི་སྒྲོད་ཀྱང་པ་ཡིན་པ་ནོ། བོ། རྟོ་བཅས་
སོ།།

དེ་ལྟར་དབྱེ་བ་བྱེ་ནས་སྐར་བསྐྱའི་སྒྲོད་རྣམས་གྱིས་དོན་ཅི་འདྲ་ཞིག་
སྟོན་ཞེ་ན། དེའི་ལན་གྱི་ཐོག་མར་འདི་ལྟར་ཤེས་དགོས་པ་སྟེ། བོད་ཡིག་གི་
བརྗོད་པ་ཇི་སྟེད་པ་ནི་ཚེས་ཅན་བརྗོད་པའི་མིང་དང་། ཚེས་བརྗོད་གྱི་མིང་།
བྱ་བའི་ཚིག་སྒྲོད་རྣམས་དབྱེ་བཅས་ལས་གྲུབ་པ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། སྐར་བསྐྱའི་
སྒྲོད་རྣམས་མིང་དེ་དག་ཀྱན་གྱི་མཐར་འཇུག་དང་མི་འཇུག་གི་དབྱེ་བ་དང་།
འཇུག་ན་དོན་གང་དང་གང་སྟོན་དགོས་པའི་ཚུལ་རྟོགས་དགོས་པ་ཡིན། དེ་
ནི་སྐར་བསྐྱའི་སྒྲོད་ཅུམ་མ་བཟད་སྒྲོད་རྣམས་དབྱེ་ག་ཞན་དག་ལ་འང་རིགས་བསྐྱེ་

བར་བྱའོ།

སྒྲར་བསྐྱེའི་སྤང་གྱིས་དོན་ཅི་ཞིག་སྟོན་པའི་ཐད་ལ་སྒྲར་གྱི་སྐུམ་
འགྲེལ་ཁག་ཏུ་ནི་གང་ཡང་རུང་བའི་ཆིག་དོན་རྫོགས་པའི་དོན་ལ་འཇུག་
པར་ཀུན་ཞལ་མ་ཐུན་པ་དང་། མཁས་པ་ལ་ལས་སྒྲར་བསྐྱེལ་སྒྲར་བསྐྱེལ་
དངོས་དང་ཅུམ་པོ་བའི་དབྱེ་བ་བྱེ་བ་དང་། དེ་ལ་མཁས་པ་ལ་ལས་དགག་
བཞག་མཛད་པ་སོགས་ནི་གཞུང་དེ་དག་ཏུ་གསལ་བས་འདིར་བསྐྱར་སྒྲོས་
གྱི་ཚུལ་དུ་བཀོད་མེད།

འདིར་བཤད་པ་ནི་སྒྲར་བསྐྱེའི་སྤང་ནུམས་གོང་མོས་སྐྱར་བོད་ཡིག་
གི་བརྗོད་པའི་གྲུབ་ཆ་བཞི་གའི་མཐར་འཇུག་པར་འདོད་ཅིང་། དེ་ལས་དང་
པོ་ཆོས་ཅན་བརྗོད་པའི་མིང་མཐར་སྒྲར་བསྐྱེའི་སྤང་འཇུག་པ་ནི།

དཔེར་ན་སྙན་ཞིང་འདྲེབས་པའི་ངག་གོ་སྟ་བུའི་ཆིག་སྒྲོར་ལ་
བརྟགས་ཆེ་སྙན་འདྲེབས་གཉིས་ཆོས་བརྗོད་གྱི་མིང་ཡིན་ཡང་སྒྲར་བསྐྱེའི་
སྤང་གོ་སྟའི་འཇུག་ཡུལ་དངོས་ནི་ཆོས་ཅན་བརྗོད་པའི་མིང་ངག་ཡིན་ཞིང་།
སྒྲར་བསྐྱེའི་སྤང་འདི་རིགས་གྱི་དོན་དུ་ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་སྟོན་པ་སྟེ། འདི་ནི་
སྙན་ཞིང་འདྲེབས་པའི་ངག་ཡིན་ཞེས་པ་དང་བྱད་མ་མཆིས། དེ་བཞིན་དུ་
ཐོག་མར་སྒྲོབ་དགོས་པ་ནི་སྐུམ་ཏུ་པའི་གཞུང་དོ། །རིག་པའི་གནས་ཆེན་ནི་
བཙོ་བརྟུན་དོ། །རབ་བྱུང་གི་རྩལ་གཟན་ཞེས་པ་ནི་གཟན་ནོ། །ཆུའི་ཞེས་ནི་
ཆབ་ནོ། །འདི་ནི་ཡང་དག་པའི་ལམ་མོ། །འདི་ནི་ཁོ་བོའི་པའོ། །མཆོད་གོང་

འདིའི་རྒྱ་ནི་གསེར་རོ། །གནས་འདི་ནི་རང་གི་ཡུལ་ལོ། །འོ་མ་དང་། ཞོ་དང་།
མར་དང་། ཉ་ལ་དང་། ལ་དང་། ལ་སྐྱམ་དག་ནི་བསོད་པའི་བས་སོ་ཞེས་པ་
ལྟ་བུའི་སྐྱར་བསྐྱའི་སྤང་རྒྱུ་ལ་འཇུག་ཡུལ་རིམ་བཞིན་དག་དང་། གཞུང་།
བཙེ་བརྒྱད། གཟུག་ཆབ། ལམ། ས། གསེར། ཡུལ། བས་བཅས་ནི་ཆོས་ཅན་
བརྗོད་པའི་མིང་ཡིན་ལ། མིང་འདི་རིགས་ཀྱི་མཐར་སྐྱར་བསྐྱའི་སྤང་སྐྱར་ཆེ་
གོང་སྟོས་ལྟར་ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་དུ་གོ་དགོས་པ་ཡིན།

གཉིས་པ། ཆོས་བརྗོད་ཀྱི་མིང་གི་མཐར་སྐྱར་བསྐྱའི་སྤང་སྐྱར་པ། བྱ་
རོག་གི་མདོག་ནི་ནག་གོ། །མི་འདིའི་གཤེས་རྒྱུད་ནི་ཤིན་ཏུ་བབས་པོ། །མི་
དེའི་གཤེས་རྒྱུད་ནི་ཞི་ཞིང་སྟོད་དོ། །ཡུན་རིང་ནད་ཀྱིས་མནར་བས་ལུས་
རིད་ཅིང་དན་ནོ། །རྒྱ་མཚོ་གཏིང་བབ་པོ། །ལུས་ཀྱི་རིག་བྱ་ནི་འཇམ་མོ། །
རིང་ཆད་མཐོ་གང་གིས་དམའ་ལོ། །ཉི་འོད་ནི་གསལ་ལོ། །ཡུལ་སྟོངས་འདི་
ཡུལ་སྟོངས་གཞན་ལས་མཛེས་སོ་སོགས་སྐྱར་བསྐྱའི་སྤང་རྒྱུ་ལ་འཇུག་
ཡུལ་རིམ་བཞིན། ནག་བབས་། སྟོད། དན། བབ། འཇམ། དམའ། གསལ།
མཛེས་རྒྱུ་ལ་ཆོས་བརྗོད་པའི་མིང་ཡིན་ལ། མིང་འདི་རིགས་ཀྱི་མཐར་
སྐྱར་བསྐྱའི་སྤང་སྐྱར་ཆེ་གོང་གསལ་ཆོས་ཅན་བརྗོད་པའི་མིང་མཐར་སྐྱར་
བསྐྱའི་སྤང་སྐྱར་བས་ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་དང་ཅུང་མི་མཚུངས་ཏེ། དཔེར་ན་
གོང་གི་དཔེ་བརྗོད་འདི་ནི་སྟན་ཞིང་འཇེབས་པའི་དག་གོ། །ཞེས་པ་དང་། བྱ་
རོག་གི་མདོག་ནི་ནག་གོ་ཞེས་པ་གཉིས་ཀྱི་དག་དང་ནག་གཉིས་ཀྱི་མིང་མི་

འདྲ་བ་ལྟར་སྒྲར་བསྐྱེད་པ་སྐྱེད་པ་ཆེ་འདྲ་དོན་སྟོན་ཚུལ་ཅུང་མི་འདྲ་བ་ཤེས་
དགོས། ཞིབ་ཏུ་བརྟགས་ཆེ་ཆོས་བརྗོད་ཀྱི་མིང་རྣམས་ཀྱི་མཐར་པ་དང་པོ།
བ་དང་པོ། མ་དང་མོ་སོགས་ཆིག་གྲོགས་སྐྱར་ཏེ་དེ་མཐར་སྐྱར་བསྐྱེད་པ་སྐྱེད་
སྐྱར་ཆེ་འོ་སྐྱེད་ཁོ་ན་ལས་སྐྱར་གཞན་མི་འཇུག་པ་དང་། དོན་སྟོན་ཚུལ་ལ་འདྲ་
བྱུང་ཅུང་ཟད་ཡོད་དེ། དཔེར་ན། བྱ་རོག་གི་མདོག་ནི་ནག་གོ་དང་། བྱ་རོག་
གི་མདོག་ནི་ནག་པོ་འོ་ཞེས་པའི་ཆིག་སྐྱེད་གཉིས་ལས་ནག་ལ་པོ་སྐྱེད་མ་སྐྱེད་
ན་ནག་པོའི་ཆོས་དེ་ག་རང་ལ་སྐྱར་བསྐྱེད་པ་སྐྱེད་པ་ཅུང་དང་། ནག་པོ་
ཞེས་པའི་སྐྱེད་སྐྱེད་བ་དང་དེ་ལ་སྐྱར་བསྐྱེད་པ་སྐྱེད་སྐྱར་ཆེ་ནག་པོ་ཡིན་ཞེས་
པའི་དོན་སྟོན་པས་གོང་གི་ཆོས་ཅན་བརྗོད་པའི་མིང་དག་ལ་སྐྱར་བསྐྱེད་པ་སྐྱེད་
སྐྱར་བ་དང་སྐྱོགས་མཚུངས་པ་ཡིན། དེའི་རྒྱ་མཚན་ནི་ཁོ་ལོས་བྲིས་པའི་
ཏྲགས་ཀྱི་འཇུག་པའི་དགའ་འབྲེལ་གནད་ཀྱི་སྟོན་མའི་ནང་ཆོས་བརྗོད་ཀྱི་
མིང་དག་གི་མཐར་པོ་པོ་མོ་མ་སྐྱར་ཆེ་ཆོས་བརྗོད་ཀྱི་མིང་ཡིན་པ་མ་ཟད་བྱ་
ཆིག་ཅུང་ཏུ་འགྲོ་བའི་རྒྱ་མཚན་ཏུ་མཐོ་གང་གིས་རིང་བ་དང་། ཞེང་སོར་
གང་གིས་ཆེ་བ་སོགས་བཞོད་པ་དང་། ཡང་ཆོས་བརྗོད་ཀྱི་མིང་རྣམས་ཀྱི་
རྗེས་སུ་ཅིང་ཞིང་ཤིང་སོགས་འཇུག་པའང་འདི་ལྟར། ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བ།
རལ་གྱི་རིང་ཞིང་རྫོ་བ། མཛེས་ཤིང་ཡིད་ཏུ་འོང་བ་སོགས་ཀྱི་ཅིང་ཞིང་ཤིང་
དག་གི་སྐད་ནི་ལྷག་མ་ཡོད་ཅུང་སྟོན་པའི་ལ་སྐྱེད་པ་འཇུག་པ་མཚུངས་ཤིང་།
སྐད་འདི་རིགས་ནི་བྱ་བའི་ཆིག་གི་མཐར་ཡོངས་བྱ་བ་ཏུ་འཇུག་པ་ལས་མིང་

དངོས་ཏེ་ཆོས་ཅན་བརྗོད་པའི་མིང་མཐར་གཏན་ནས་མི་འཇུག་པ་ཡིན།
ཆོས་བརྗོད་གྱི་མིང་དངོས་ཟབ་པ་དང་། རྟོག་གི་མཛེས་པ་སོགས་གྱི་མིང་
མཐར་ཅིང་སོགས་གྱི་ཆིག་ཕྱད་མི་འཇུག་པ་དང་། བྱ་ཆིག་གི་མཐར་ཅིང་
སོགས་འཇུག་ཚུལ་ཡང་དེ་ལས་མ་འདས་པ་ཡིན་པ་སོགས་ནི་ཞོར་འཕྲོས་
གྱི་ཚུལ་དུ་བཤད་པ་ཡིན་པས་ཞིབ་མཐོང་སྟོན་བཏག་པར་བྱ་དགོས་པའི་
གནས་སོ།།

གསུམ་པ། བྱ་བའི་ཆིག་གི་མཐར་སྐར་བསྐྱའི་ཕྱད་འཇུག་ཚུལ་ནི།
སྦྱིར་བཤད་ན་ཐ་དད་པ་དང་མི་དད་པ་གཉིས་གྱི་བྱ་ཆིག་དང་། བྱ་ཆིག་ཅུ་
དུ་འགྲོ་བའི་རིགས་ཏེ་མདོར་ན་བྱ་ཆིག་ཀུན་གྱི་མཐར་སྐར་བསྐྱའི་ཕྱད་
ནུས་འཇུག་པ་ཡིན།

དེའང་ཞིབ་ཅུལ་བཤད་ན། དུས་མ་འོངས་པ་དང་། དངོས་པོ་གཞན།
བྱ་བའི་ལས། བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་ལས་སྟོན་བྱེད་བཅས་ཡིན་པའི་བྱ་
ཆིག་གི་མཐར་སྐར་བསྐྱའི་ཕྱད་སྐར་བ། དཀར་ཡོལ་གཅག་གོ། གདན་གདིང་
ངོ། འདྲོན་བསྟན་རོ། འགོས་དགབ་བོ། འདྲོན་བསམ་མོ། བཟས་བཟའ་ལོ། ཅ་
ལག་གཡར་རོ། འདྲི་མ་བསལ་ལོ། མིང་གདགས་སོ་བཅས་གྱི་སྐར་བསྐྱའི་
ཕྱད་ནུས་ནི་བྱ་བའི་ལས་ཉིད་སྟོན་པའི་དོན་དུ་འཇུག་པ་ཡིན་ཏེ། དཀར་
ཡོལ་བཅག་པར་བྱའོ་དང་། དཀར་ཡོལ་གཅག་གོ་གཉིས་དོན་གཅིག་
མཚུངས་ཡིན་ཞིང་། དེ་བཞིན་དུ་དམ་པ། དངོས་པོ་བདག་བྱེད་པའི་ལས།

བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་བྱེད་པ་སྟོན་བྱེད་བཅས་ཡིན་པའི་བྱེད་ཆིག་གི་
མཐར་སྐྱར་བསྐྱེད་པ་སྟོན་བྱེད་པ་དཀར་ཡོལ་གཅིག་གོ། །གདན་འདིང་ངོ་། །
དོན་སྟོན་ནོ། །གོས་འགོ་བ་བོ། །དོན་སེམ་མོ། །ཟས་ཟའོ། །ཅ་ལག་གཡར་རོ། །
འི་མ་སེལ་འོ། །མིང་འདོགས་སོ་བཅས་ཀྱི་སྐར་བསྐྱེད་པ་སྟོན་བྱེད་པ་
པའི་ལས་ཉིད་སྟོན་པའི་དོན་དུ་འཇུག་པ་ཡིན་ཏེ། དཀར་ཡོལ་གཅིག་པར་
བྱེད་དང་། དཀར་ཡོལ་གཅིག་གོ་གཉིས་དོན་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་ཞིང་།

ཡང་དུས་འདས་པ་ཉིད་ལ་སྐར་བསྐྱེད་པ་སྟོན་བྱེད་པ་དཀར་ཡོལ་
བཅག་གོ། །གདན་བཏིང་ངོ་། །གོས་བཀའ་བོ། །དག་བཅོམ་མོ། །སྟོ་བྱེད་འོ། །
ཟས་སོགས་གཞན་ལ་སྟེར་རོ། །འི་མ་བསལ་ད་ཏོ། །མིང་བཏགས་སོ་
སོགས་ནི་འདས་ཆིག་ཉིད་ལ་སྐར་བསྐྱེད་པ་སྟོན་བྱེད་པ་ལས་དེས་དོན་གཞན་
བསྟན་པ་ནི་གང་ཡང་མེད་ལ། གོང་མོས་སྟེར་བྱ་ཆིག་དང་བྱེད་ཆིག་གཉིས་
ལ་སྐར་བསྐྱེད་པ་སྟོན་བྱེད་པས་བྱ་བའི་ལས་དང་བྱེད་པའི་ལས་སྟོན་བྱེད་དུ་
འགྱུར་བ་ཡིན་པ་སོགས་ཞིབ་མོ་སྟོན་བཏགས་པར་བྱའོ།

སྐལ་ཆིག་དང་དགག་སྐལ་ཆིག་གཉིས་ལ་སྐར་བསྐྱེད་པ་སྟོན་བྱེད་མི་
འཇུག་ཏེ། དཀར་ཡོལ་ཆིག་ཅིག་ཅེས་པར་དཀར་ཡོལ་ཆིག་གོ་སོགས་མི་
འཇུག་པ་དང་། དཀར་ཡོལ་མ་གཅིག་ཅིག་ཅེས་པར་དཀར་ཡོལ་མ་གཅིག་
གོ་ཞེས་མི་འཇུག་པ་སྟེར་སྐལ་ཆིག་གཞན་ལ་འང་དེའི་རིགས་བསྐྱེད་པར་
བྱའོ།

བཞི་པ་སྟང་དང་རྣམ་དབྱེ་འགའ་ཞིག་གི་མཐར་སྐྱར་བསྟུང་སྟང་
 འཇུག་པ་ནི། རྣམ་དབྱེ་དང་པོའི་མཐར་སྐྱར་བསྟུང་སྟང་འཇུག་ཚུལ་ནི། གོང་
 ཏུ་ཞིབ་ཙམ་བཤད་ཅིན་པ་ལྟར་དང་། རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་ལས་སུ་བྱ་བའི་ལ་
 དོན་གྱི་རྒྱུ་མཐར་སྐྱར་བསྟུང་སྟང་འཇུག་པ་ནི། དེའི་ཆེ་མི་རྣམས་རང་རང་
 རང་དགའ་བའི་གནས་དག་ཏུ་འགོ་བ་ན། བྲམ་ཟེ་ཆེན་པོ་ནི་སྐྱེ་གཡའ་བའི་
 ཏུར་ཁྲོད་གྱི་གནས་སུ་འོ། །ཞེས་པའི་ཆོ། བྲམ་ཟེ་ཆེན་པོ་ཏུར་ཁྲོད་ཏུ་འགོ་
 ཞེས་པའི་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པའི་འགོ་བསྟུས་པ་དེ་ཉིད་འོ་སྐྱས་བསྟན་པ་དང་།
 དེ་བཞིན་ཏུ་མདའ་འཁེན་ཡུལ་ནི་འཁེན་ལ་འོ། །སོན་གདབ་ཡུལ་ནི་ཞིང་ལ་འོ་
 སོགས་དང་། རྣམ་དབྱེ་བཞི་པ་དགོས་ཆེད་གྱི་ལ་དོན་གྱི་རྒྱུ་མཐར་སྐྱར་
 བསྟུང་སྟང་འཇུག་པ་ནི། བདག་འགོ་བ་ནི་ཚུ་ལེན་ཏུ་འོ། །ཁོང་ཅི་ཞིག་བྱེད་ཏུ་
 འགོ་ཞེ་ན། ལྟ་མོ་ལྟ་ཏུ་འོ། །སྟོབ་བྲམ་འགོ་བ་ནི་རིག་གནས་སྟོབ་ཏུ་འོ་
 སོགས་ཚུ་ལེན་ཏུ་འགོ་བ་དང་། ལྟ་མོ་ལྟ་ཏུ་འགོ། རིག་གནས་སྟོབ་ཏུ་འགོ་
 སོགས་རྣམ་དབྱེ་བཞི་པའི་འགོ་བསྟུས་པ་དེ་ཉིད་འོ་སྐྱས་བསྟན་པ་དང་། རྣམ་
 དབྱེ་བདུན་པ་རྟེན་གནས་གྱི་ལ་དོན་གྱི་རྒྱུ་མཐར་སྐྱར་བསྟུང་སྟང་སྐྱར་བ་
 ནི། ལྷ་རུའི་སྟོང་པོ་སྐྱེ་ཡུལ་ནི་རྒྱ་མཚོའི་ནང་ཏུ་འོ། །གསེར་ནི་ས་འོག་ཏུ་འོ། །
 གོ་བགོ་གནས་ནི་གཡུལ་ཏུ་འོ། །ཁང་སྟོང་ཏུ་རྒྱལ་མཚན་ནོ། །ས་འོག་ཏུ་རྩོ་
 སོལ་འོ། །ཁོང་པའི་ནང་ཏུ་དོན་སྟོང་རོ་སོགས་རྣམ་དབྱེ་བདུན་པའི་ཡོད་དང་
 གནས་བསྟུས་པ་དེ་ཉིད་འོ་སྐྱས་སོགས་གྱིས་བསྟན་པ་དང་། རྣམ་དབྱེ་བདུན་

པའི་ནང་གསལ་ཆེ་སྐབས་གྱི་མཐར་སྐྱར་བསྐྱེད་པའི་ཐད་འཇུག་པ་ནི། སྟོངས་
རྒྱ་བའི་དུས་ནི་ཆེས་བཙེ་ལུ་ལའོ། །སྟོབ་སྟོང་གྲེད་པ་ནི་དུས་རྒྱུན་དུའོ། །
མལ་ནས་ལྡང་བ་ནི་ཚུ་ཆོད་བདུན་པར་རོ། །དགའ་སྟོན་ནི་ཆེས་གཅིག་ལའོ་
སོགས་ཆེ་སྐབས་གྱི་ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་འོ་སྐྱ་སོགས་གྱིས་བསྟན་པ་ཡིན།
དེ་ལྟར་གོང་དུ་ནམ་དགེ་གཉིས་བཞི་བདུན་པ་ཆེ་སྐབས་སོགས་གྱི་མཐར་
འཇུག་པའི་སྐྱར་བསྐྱེད་པའི་ཐད་ནམས་པལ་ཆེར་འོ་སྐྱ་ཡིན་པ་ལས་སྐྱར་བསྐྱེད་
པའི་གཞན་ནམས་ཆེར་མི་འཇུག་པའང་ཤེས་པར་བྱའོ།།

ཨི་ལྟན་གྱི་ནམ་དགེ་སྟེ། །ནམ་དགེ་དུག་པ་དང་། །གསུམ་པའི་རྒྱུ་
མཐར་སྐྱར་བསྐྱེད་པའི་ཐད་འཇུག་པ་ལས་དང་པོ་ནམ་དགེ་དུག་པའི་རྒྱུ་མཐར་
འཇུག་པ་ནི། །གནས་ཁང་འདི་ནི་བདག་གི་འོ། །ཅ་དངོས་ནམས་ནི་གཞན་གྱི་
འོ། །ཡལ་ག་ནམས་ནི་ཤིང་གི་འོ་སོགས་བདག་གི་ཡིན་པ་དང་། །གཞན་གྱི་
ཡིན་པ་དང་། །ཤིང་གི་ཡིན་པ་སོགས་གྱི་དོན་འོ་སྐྱ་བསྟན་པ་དང་། །དེ་
བཞིན་ཡི་གེ་འདི་སྐུས་བྲིས་ཤིང་། །བདག་གིས་སོ། །སྐུས་མཐོང་ཞིང་། །ཁོང་
གིས་སོ། །ཅིས་བཅད་ཅེ་ན་གྱི་ཡིས་སོ་སོགས་བདག་གིས་བྲིས་པ་དང་།
ཁོང་གིས་མཐོང་བ། །གྱི་ཡིས་བཅད་པ་སོགས་གྱི་དོན་སོ་སྐྱ་བསྟན་པ་ཡིན།

དུག་སྐྱ་དང་གསུམ་སྐྱ་གཉིས་གྱི་མཐར་འཇུག་པའི་སྐྱར་བསྐྱེད་པའི་ཐད་ནི་
འོ་སྐྱ་དང་སོ་སྐྱ་གཉིས་གྱིས་བསྟན་པའོ།།

རྒྱུ་སྐྱ་དུག་གྱི་ཐད་ཀྱང་ཡང་འང་གསུམ་གྱི་སྐྱ་དུག་པའི་དོན་ལ་འཇུག་

པའི་སྤང་དག་གི་མཐར་སྦྲར་བསྟུང་སྤང་འཇུག་པ་ནི། སྤྱི་མའི་ཆ་ལ་འདི་ན་
འབྲས་ལྗན་གྱི་ཤིང་མཆིས་པ་མ་བད་མེ་ཉོག་གྱུང་ངོ། །མི་རྣམས་སྤྱི་ཆ་ལ་
དེར་འགྲོ་བར་འདོད་པ་ལྟར་ཁོ་བོ་ཡང་ངོ། །གནས་དེར་བྱ་ཆོག་པ་གྱིས་སྤྱང་
སྟན་སྟོག་པ་ལྟར་མི་རྣམས་གྱིས་སྤྱ་གཞས་གྱི་སྤྱའང་ངོ། །དེ་ལྟར་སྤྱང་པའི་
སྤང་གྱུང་སོགས་གྱི་མཐར་ངོ་སྤྱ་སྤྱར་བས་རིམ་བཞིན་ཡོད་པ་དང་། འདོད་
པ། སྟོག་པ་སོགས་གྱི་དོན་སྦྲར་བསྟུང་སྤང་ངོ་སྤྱས་སྟོན་པ་ཡིན།

ད་ནི་རྣམ་དགེ་ལྡན་པ་འབྱུང་ཁུངས་གྱི་རྒྱུ་ནས་ལས་དག་གི་མཐར་
སྦྲར་བསྟུང་སྤང་འཇུག་པ་ནི། མ་ལས་བྱའོ། །རྒྱ་མཆོ་ནས་དྲུང་དཀར་རོ། །འོ་
མ་ལས་མར་རོ། །ཤར་ནས་ཉི་མ་འོ་སོགས་འབྱུང་ཁུངས་དངོས་དང་ཆ་
འདྲའི་བྱུང་བའམ་འབྱུང་བའི་དོན་སྦྲར་བསྟུང་སྤང་གྱིས་སྟོན་པ་དང་།

དེ་བཞིན་རྗེས་འཇུག་ལ་སྟོས་མི་དགོས་པའི་སྤང་གྱི་ནང་ནས་དེ་སྤྱི་
མཐར་སྦྲར་བསྟུང་སྤང་འཇུག་པ་ནི། རིན་ཐང་ཆེ་བའི་ཤིང་ཅན་དན་དཀར་པོ་
ནི་དེའོ། །རི་དྲགས་འབྲོང་ཞེས་པ་ནི་བྱིད་གྱིས་མཐོང་བ་དེའོ། །

ཉི་བའི་དངོས་པོ་སྟོན་པའི་འདི་ཞེས་པའི་སྤང་མཐར་ཡང་སྦྲར་བསྟུང་
སྤང་འཇུག་པ་ནི། བྱིད་བཞུགས་གནས་གྱི་ཁང་པ་ནི་འདིའོ། །རི་དྲགས་བསེ་
རུ་ཞེས་པ་ནི་འདིའོ་སོགས་དེ་དང་འདི་ལ་འཇུག་པའི་སྦྲར་བསྟུང་སྤང་འོ་
སྤྱས་གྱུང་ཡིན་གྱི་དོན་སྟོན་པ་དང་།

དེ་བཞིན་བདག་སྤྱི་སྤང་པ་པོ། བ་པོ། མ་མོ་སོགས་གྱི་མཐར་སྦྲར་

བསྐྱེ་སྤང་འཇུག་པ་ནི། དག་གན་དེ་ནི་མཁས་པ་ལོ། །ཁྱིམ་ས་དཔོན་དེ་ནི་
ཐག་གཅིད་པ་ལོ། །འདི་ནི་བཙུན་མ་ལོ། །དེ་ནི་བཙུན་མ་ལོ་སོགས་པོ་མོ་
བདག་སྐྱེ་མཐར་སྤྱོད་བསྐྱེ་ལོ་སྤྱོད་བས་ཡིན་གྱི་དོན་སྟོན་པ་དང་།

དེ་བཞིན་ཆོག་སྤང་ཅིང་ཞིང་ཤིང་སོགས་ལས་ཅས་དང་ཞེས་མཐར་
སྐྱར་བསྐྱེད་སྤང་སོ་སྤྱ་འཇུག་པ་དང་། ཅེ་དང་། ཞེ། ཤེ། རྟམས་ཀྱི་མཐར་འོ་སྤྱ་
འཇུག་པ་སོགས་ཞིབ་མཐོང་སྟོན་བརྟག་པར་བྱ་དགོས་པའི་གནད་ཤིན་ཏུ་
མང་ངོ་།།

གཉིས་པ། ལ་དོན་བཤད་པ།

ལ་དོན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་འཆད་པ་ལ། རྗེས་འཇུག་ལ་སྟོས་དགོས་པའི་
 བྱད་དང་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་སྟེ། ར། ལ། ཤ། བ། ལ། ཏུ་བཅས་ལ་
 དོན་གྱི་རྒྱུ་བདུན་པོར་ལ་དོན་ཞེས་བརྗོད་དོན་ནི་ཡ་གྲུལ་གྱི་མིང་ཚོགས་
 པ་ལ་བཏགས་པའོ། བདུན་པོ་དེ་དག་ལས་ན་ལ་གཉིས་རྗེས་འཇུག་ལ་
 སྟོས་མི་དགོས་པར་ཀུན་ལ་བྱུང་མཉམ་དུ་འཇུག་པའི་དབང་གིས་ཡིན་པར་
 མཁས་པ་དག་གིས་གསུངས་ཤིང་། སྦྱིར་སྦྱོར་རྒྱུ་བའི་ཐད་ནས་བཤད་
 ན་ལ་ན་གཉིས་རྗེས་འཇུག་ལ་སྟོས་མི་དགོས་པའི་བྱད་ཡིན་པ་མ་ཟད། དོན་
 སྦྱོར་གྱི་སྐབས་སུ་ཡང་ལ་ནི་དེ་ཉིད་མ་གཏོགས་པའི་ལ་དོན་གྱི་རྒྱུ་གཞན་
 བལ་མོ་ཆའི་ཆ་བ་ཏུ་འགོ་བའང་ཡིན། ན་ནི་སྦྱོར་གྱི་སྐབས་བྱད་རང་དབང་

ཅན་ཡིན་མོད་དོན་སྟོར་གྱི་སྐབས་སུ་ནི་གཙུག་ཆེ་བ་རྣམ་དགྱེ་བདུན་པ་
གནས་གཞི་ལ་འཇུག་པ་ཅམ་ལས་གཞན་རྣམ་དགྱེ་གཉིས་པ་དང་བཞི་པའི་
དོན་ལ་འཇུག་པ་མི་བདེ་བའི་ཚུལ་འོག་ཏུ་རིམ་བཞིན་བཤད་པར་འདོད་དོ།

ལ་དོན་གྱི་སྐྱ་སྟོར་ནི། རྗེས་འཇུག་གམ་ཡང་འཇུག་ས་ཡི་མཐར་སུ་
དང་། རྗེས་འཇུག་ག་བ་གཉིས་དང་། ཡང་འཇུག་ད་དག་ཅན་མཐར་ཏུ། རྗེས་
འཇུག་ང་ད་ན་མ་ར་ལ་བཅས་གྱི་མཐར་དུ། རྗེས་འཇུག་འ་དང་མཐའ་མེད་
མཐར་ཀང་པ་ཁ་སྟོང་ཆེ་རུ་དང་། ཁ་མི་སྟོང་ཆེ་ར། ལ་ན་གཉིས་ནི་ཀུན་ལ་
ཁུབ་མཉམ་དུ་འཇུག་པའོ།

དེ་དག་རིམ་བཞིན་དཔེར་བཞིན་ན། རང་གནས་སུ་གཤེགས། བདག་
ཏུ་བཟུང་། ཅ་དངོས་རྣམས་རྒྱབ་ཏུ་ཁུར། ཤིན་ཏུ་སྦྱིད། ཀུན་ཏུ་སྟོངས། ཁང་
པའི་ནང་དུ་འཇུག། རི་ཁྲོད་དུ་རི་དྲགས་གནས། སྐད་ཆ་མཉམ་དུ་འགྲོ། འགྲོ་
ལམ་དུ་གྲོགས་དང་འཕྲད། རི་ཅེ་ནས་ཐུར་དུ་བབ། སྟོག་འོད་གསལ་དུ་བཏང་།
ནམ་འཁར་འཕྱར། ནམ་མཁའ་རུ་འཕྱར། ཟས་ཁར་བཅུག། ཟས་ཁ་རུ་བཅུག་
སོགས་སོ།

ལ་དོན་གྱི་དོན་སྟོར་ནི། ལ་དོན་རྣམས་དོན་ལྡན་ལ་འཇུག་པར་བཤད་
པ་སྟེ། ལས་སུ་བྱ་བ་དང་། དགོས་ཆེད། གནས་གཞི་ལ་རྟེན་གནས། དེ་ཉིད།
ཆེ་སྐབས་བཅས་སོ།

རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་ལས་སུ་བྱ་བ།

དེ་དག་ལས་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་ལས་སུ་བྱ་བ་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་གོ་
དགོས་ཤིན། སྒྱིར་འདི་སྐབས་ཀྱི་ལས་སུ་བྱ་བ་ཞེས་པའི་སུ་སྒྲུ་ནི་རྣམ་དབྱེ་
གཉིས་པའི་ནང་གསལ་དེ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ཡིན་ཞིང་། སུ་སྒྲུ་བསྐྱུས་ན་ལས་བྱ་བ་
ཞེས་པ་སྟེ་དོན་དུ་བྱ་བ་བྱེད་པའམ་པལ་སྐྱད་དུ་ལས་ཀ་བྱེད་པ་ཞེས་པ་དང་
འདྲ། དེས་ན་ལས་སུ་བྱ་བའི་ལས་སྒྲུ་འདི་ནི་བྱ་ཆིག་ལ་ལས་ཆིག་ཅེས་
བརྗོད་པ་ཡིན་གྱི་གཞན་བྱ་བའི་ལས་དང་བྱེད་པའི་ལས། བྱ་བྱེད་ལས་
གསུམ་གྱི་ལས་སོགས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་བྱ་ཆིག་ཡོད་དོ་ཅིག་ལ་ལས་སུ་
བྱ་བ་ཞེས་བརྗོད་རིགས་སམ་ཞེ་ན། དེ་ནི་དེ་ལྟ་མ་ལགས་ཏེ། འདིར་ལ་དོན་
ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་འཆད་པའི་སྐབས་སུ་གང་ཡང་རུང་བའི་མིང་གི་མཐར་ལ་དོན་
ཀྱི་རྒྱུ་སྐྱར་ཞིང་། དེ་མཐར་བྱ་བའི་ཆིག་སྐྱར་ནས་ད་གཞོད་ལས་སུ་བྱ་
བའི་རྣམ་དབྱེ་འབྲུབ་དགོས་པ་ཡིན།

འོ་ན་ལ་དོན་ཀྱི་རྒྱུ་གང་རུང་གི་མཐར་བྱ་ཆིག་སྐྱར་བ་མཐའ་དག་
རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་ལས་སུ་བྱ་བ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེའང་དེ་ལྟ་མ་ལགས་ཏེ།
རྣམ་དབྱེ་བཞི་པ་དགོས་ཆེད་དང་། རྣམ་དབྱེ་བདུན་པ་རྟོན་གནས། གཉིས་
པའི་ནང་གསལ་དེ་ཉིད། བདུན་པའི་ནང་གསལ་ཆེ་སྐབས་བཅས་ལ་དོན་ཀྱི་
རྒྱུ་གང་རུང་གི་མཐར་བྱ་བའི་ཆིག་སྐྱར་ཏེ་འབྲུབ་པ་ཡིན་མོད། བྱ་ཆིག་

གིས་དོན་སྟོན་ཚུལ་མི་འབྲ་བའི་དབང་གིས་རྣམ་དབྱེའི་བྱད་པར་ཡང་མི་འབྲ་
བར་འབྱུང་བ་ཡིན་པ་ཞེས་དགོས།

དེ་ལྟར་ངེས་ནས་ལས་སུ་བྱ་བའི་རྣམ་དབྱེ་ནི་དངོས་ལྷགས་གང་རུང་
དུ་བསྟན་བའི་བྱེད་པ་པོ་གང་གིས་བྱ་བའི་ཡུལ་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་ལ་པར་
བྱ་བ་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན་དགོས་པས་འདི་ལ་བྱ་བའི་ཡུལ་དང་། བྱེད་པ་པོ།
དེས་བྱས་པའི་བྱ་བ་སྟེ་གསུམ་ཆང་དགོས་པ་ཡིན། དཔེར་ན། གཡས་
ཕྱོགས་སུ་འཁོར་ཉེ་སྟོར་བ་ལན་གསུམ་བྱས། བྱ་ཁར་བྱིན་ཉེ་བྱ་བཏང་།
རིའི་ཅེ་མོ་རུ་བསྟེན་དེ་རྒྱང་དུ་བསྐྱུས། གཞན་གྱི་སྟོང་ཁང་དུ་ཐེ་མི་ཆོམ་པར་
འགོ་བྱས་པ། སྟོང་ཉེ་བའི་གོགས་ལ་འཕྲིན་ཡིག་བསྐྱར་པ། དམག་དབྱུང་
རྣམས་ཚུ་བོའི་པ་རོལ་ད་ཏུ་བསྟེན་དེ་དག་པོ་རྣམས་ཆམ་ལ་པབ་བོ་སོགས་
གྱི། གཡས་ཕྱོགས་སུ་དང་། བྱ་ཁར། ཅེ་མོ་རུ། སྟོང་ཁང་དུ། པ་རོལ་ད་ཏུ་
སོགས་གྱི་ཆབ་ཏུ་གཡས་ཕྱོགས་ལ། བྱ་ཁ་ལ། ཅེ་མོ་ལ། སྟོང་ཁང་ལ། པ་
རོལ་ད་ལ་བཅས་ལ་ལ་ཡིག་འཇུག་ཀྱང་། དེ་དག་གི་ཆབ་ཏུ་ན་ཡིག་འཇུག་
པ་མི་བདེ་བ་དང་། ད་དག་ཅན་གྱི་མཐར་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པའི་ལ་དོན་འཇུག་
པའང་ཉུང་བ་ཡིན།

འོ་ན་སུམ་ཅུ་པའི་གཞུང་ལས། ལས་དང་ཆེད་དང་རྟེན་གནས་དང་། །
དེ་ཉིད་ཆེ་སྐབས་ལ་སྒྲ་ཡིན། །ཞེས་ལ་དོན་བདུན་པོ་དོན་ལྔ་ལ་མཚུངས་པར་
འཇུག་པ་མ་གསུངས་སམ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་གསུངས་མོད་གྱི། ཕྱོགས་གཅིག་

ནས་དེའི་དགོངས་པ་ལེན་ཕྱོགས་ལ་བརྟག་པར་བྱ་དགོས་པའི་གནད་ཀ་
མེད་པའང་མ་ཡིན་ཏེ། ལ་དོན་གྱི་རྒྱུ་བདུན་པོ་གང་རུང་གིས་དོན་ལྡེ་པོ་
སྟོན་པར་གསུངས་པའམ། ཡང་ན། ལ་དོན་གྱི་རྒྱུ་རེ་རེས་དོན་རེ་རེ་ཆ་ཆང་
སྟོན་པར་གསུངས་པ་ཡིན་གྱི་གནད་དོན་ཡང་བརྟག་པར་བྱ་བའི་གནས་སུ་
འཛོག་པ་དང་། ཕྱོགས་གཅིག་ནས་བཤའ་ན་སྤྱིར་བཏང་སུམ་ཅུ་པའི་རིག་
པའི་གཞུང་ལུགས་ལྟར་ན་ལ་དོན་བདུན་པོ་དོན་ལྡེ་ལ་མཚུངས་པར་འཇུག་
པ་བསྟན་ཀྱང་། གྲེ་བྲག་བོད་ཀྱི་ཡུལ་ལུང་སོ་སོའི་སྐད་ཀྱི་འགྲོ་སྟངས་དང་ཡི་
གོ་འབྲི་སློལ་ཡོད་མེད་ཀྱི་དབང་གིས་ཀྱང་བྱུང་ཆེ་སྟེ། དཔེར་ན། ང་ལྟ་ས་ལ་
འགྲོ་དགོས་དང་། ལྟ་སར་འགྲོ་དགོས་ཞེས་བརྗོད་ཆེ་རིགས་པའི་གཞུང་
ལུགས་དང་ཡུལ་སྐད་གཉིས་ཀ་འཕྲོད་ཀྱང་། ལྟ་ས་ན་འགྲོ་ཞེས་བརྗོད་ཆེ་
རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་དང་མི་མ་ཐུན་པ་གཏན་ནས་མེད་ཀྱང་བོད་ཀྱི་
ཡུལ་སྐད་པལ་མོ་ཆེའི་འོད་ཚུལ་དང་མི་མ་ཐུན་པས་དེ་ལྟར་འབྲི་སློལ་ཀྱང་
མེད་པ་ཡིན།

དེས་ན་རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་ཁོ་ན་གཙོ་བོ་བྱས་ཏེ་ཡུལ་སྐད་ལ་
སྒྲུང་ཆུང་བྱེད་པའམ། ཡང་ན་ཡུལ་སྐད་ཁོ་ན་གཙོ་བོར་བྱས་ཏེ་རིགས་པའི་
གཞུང་ལུགས་ལ་སྒྲུང་ཆུང་བྱེད་པའི་མཐའ་གཉིས་གང་རུང་དུ་མ་ལྟར་བ་
ཞིག་དགོས་གཤམ་ཆེ་སྟམ། སྤྱིར་ལ་དོན་བདུན་གྱི་ནང་ནས་གཙོ་བོ་ལ་ཡིག་
ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་ཞིབ་ཏུ་བསམས་ཆེ་ཐོག་མར་བོད་ཀྱི་བདེ་སྤྱོད་རིག་

པ་གཏན་ལ་དབབ་པའི་སྐབས་ཡིན་ནའང་འདྲ། ལ་ཡིག་དེ་འཇུག་པ་ཁྲབ་ཆེ་
བའི་དབང་གིས་ད་ལྟའང་གོང་དུ་བཞག་པ་ལྟར། ང་ལྟ་ས་ལ་འགྲོ་དགོས་ཞེས་
བརྗོད་བདེ་བ་དང་། ང་ལྟ་ས་ན་འགྲོ་དགོས་ཞེས་བརྗོད་མི་བདེ་བའི་རྒྱ་
མཚན་ཡང་པལ་སྐད་དུ་འཇུག་པ་ཁྲབ་ཆེ་ཚུང་གིས་ཡིན་པ་ཤིན་ཏུ་གསལ།
དེ་ནི་ལ་ན་གཉིས་དཔེ་མཚན་དུ་བཞག་པ་ཙྰམ་ལས་གཞན་ཡང་ལ་སྐྱེ་འཇུག་
བདེ་སར་སུ་སོགས་གཞན་རྣམས་འཇུག་མི་བདེ་བའམ། སྐབས་འགར་སུ་
སོགས་འཇུག་བདེ་སར་ལ་འཇུག་མི་བདེ་བ་མང་དུ་ཡོད་པ་དག་ཀྱང་རྒྱ་
མཚན་ནི་གོང་གསལ་ལྟར་ལས་གཞན་མ་མཆིས་སྟུམ།

གཞན་དུ་ལས་སུ་བྱ་བའི་དཔེ་སྐྱོ་ཆོགས་པ་འགར་ཞིག་བརྗོད་ན་འདི་
ལྟར། སྤྱི་ཞིང་མཁུན་པའི་རྩོལ་བརྟོས་པའི་ལོ་སྟོང་འདས་པའི་ཡི་གེ་
རྣམས་ཀྱང་སྟོག་བྱུང་བ། ལམ་གྱི་གཞི་མདོ་རུ་མཁར་བླུ་པོ་ཞིག་བཅིགས་
སོ། །སྐྱེད་མོས་ཆལ་དུ་མེ་ཏོག་གི་ས་བོན་སྐྱོ་ཆོགས་བཏབ། ཁང་ཐོག་ཏུ་
གཡུལ་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་མཚན་བཅུགས། བཟུང་དམག་རྣམས་
གྱི་ལུས་སུ་གོས་བསྟོན། མ་རུ་སྐྱོན་བཏབ། དག་ཀྱན་ལགས་སུ་བཅི་བཀྱར་
ཞུས། རྒྱུ་བྱུག་ཏུ་གཏད་ནས་དབྱ་བོ་རྟོལ་བ། རྒྱུ་བྱུག་གི་བཅུགས། མིག་ཏུ་
ཆེར་མ་བཅུགས། དབྱ་བོའི་གདོང་དུ་བལྟས་ཏེ་སྐྱས་པ། རགས་སུ་མེ་སྐྱར།
དེ་བ་གྱི་མདུན་ཤོག་ཏུ་འཇུག་ངེས་བྲིས། སྟོབ་སྐྱུག་རྣམས་སུ་ཅིས་ངེག་
བསྐྱབས། རྒྱན་དུ་རྒྱལ་རབས་སུ་བལྟས། ལམ་དུ་ས་དཀར་གྱི་ངེ་མོ་བྲིས།

ལྷམ་དུ་ལྷན་པ་སྒྲན། འབྲས་ཞིང་དུ་ཚུ་བྲངས། སྟོབ་མ་རུ་ལུས་ཅལ་བསྐབས།
ནགས་སུ་མེ་སྒྲན། གྱི་བ་རུ་དུག་བས་སྟེན། ཁྱི་སྟོན་དུ་མེ་མདའ་བརྒྱབ། གྱི་
སོ་རུ་ཁུ་ཚུར་བསྐྱུན། མི་དཀར་དུ་ཞུ་ནག་བསྐྱོན། ཚུར་བམ་པ་བཙུགས།
གད་སྟོགས་གྱི་ཡུང་པོ་རྣམས་མེར་བསྐྱེགས་པ། དེའི་གྱི་ཉན་དཔའ་བརྒྱལ་
རྣམས་རྒྱབ་དུ་བསྟོད་དེ་སྤུ་མ་བཏབ་པོ། །ཁྱང་ཕྱེབས་སུ་བཟ་ཞེས་རྟགས་
བརྒྱད་གྱི་རི་མི་གྱིས་པ་ལྷ་བྱ་སོགས་གོང་དུ་བཀོད་པའི་དཔེ་བརྗོད་རྣམས་
སུམ་རུ་བའི་རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་གྱི་ཐད་ནས་བཤད་ན་མི་མཐུན་པ་སྤྱི་
མོ་ཚུལ་ཡང་མེད་མོད། གོམས་སྟོལ་གྱི་ཐད་ནས་བཤད་ན་རྣ་ལམ་དུ་འཇུག་
བདེ་མིན་ཅི་རིགས་ཡོད་སྲིད་ཀྱང་དེ་ནི་གོམས་སྟོལ་གྱི་དབང་གི་ཡིན་པ་
ལས་ལས་སུ་བྱ་བའི་དཔེ་འགར་ལ་སྐྱ་སྐྱར་བ་ལས་སུ་སོགས་གཏན་ནས་
སྐྱར་མི་རིགས་པའམ། དཔེ་འགའ་ཞིག་ལ་སུ་སོགས་སྐྱར་བ་ལས་ལ་ཡིག་
གཏན་ནས་སྐྱར་མི་འོས་པའི་འཐད་ལྡན་གྱི་རྒྱ་མཆན་ཞིག་ནི་བཙུལ་ཀྱང་
ཉིད་པར་མི་འགྱུར་སྟུང་། དེ་ལྟར་ཡིན་པའི་དབང་གིས་གོང་དུ་ལས་སུ་བྱ་
བའི་དཔེ་བརྗོད་ཁག་ཅིག་བཀོད་པའི་སུ་སོགས་ལ་དོན་གྱི་ཁྱེན་རྣམས་གྱི་
ཆབ་དུ་ལ་ཡིག་བྱབ་མཉམ་དུ་འཇུག་པ་མ་བཟད། ཀུན་གྱི་རྣ་བར་འཇུག་ཚུལ་
དེ་བདེ་ཞིང་སྟན་པའི་སྤང་བ་ཞིག་ཀྱང་འཆར། དེའི་རྒྱ་མཆན་ནི་བོད་ཀྱི་ཡུལ་
ཡུང་པལ་མོ་ཆེའི་སྐད་གྱི་ནང་དུ་ལས་སུ་བྱ་བའི་དོན་གྱི་ལ་དོན་གྱི་ཁྱེན་ནི་
ལ་ཁོ་ནས་སྟོན་པ་ལས་སུ་སོགས་སྐྱར་སྟོལ་མེད་དེ། དཔེར་ན། ཁྱོད་ཀྱི་སྐད་

ཆ་དེ་ཆོ་སྤྱ་ལ་བཤད་པ་ཡིན་ཞེས་ངེས་ཆོ། ངས་བཟ་ཤེས་ལ་བཤད་པ་ཡིན་
ཟེར་བ་ལས་བཟ་ཤེས་སྤྱ་བཤད་པ་ཡིན་མི་ཟེར་བ་དང་། དེ་བཞིན་སྟོང་གང་
དུ་འགྲོ་ཞེས་ངེས་ཆོ། ང་ལྟ་ས་ལ་འགྲོ་གི་ཡིན་ཞེས་ཟེར་བ་ལས། ལྟ་ས་རུ་
འགྲོ་གི་ཡིན་མི་ཟེར་བ་དང་། སྟོང་གིས་མདའ་གང་དུ་འཕེན་ཞེས་ངེས་ཆོ།
ངས་མདའ་འཕེན་ལ་འཕེན་གྱི་ཡིན་ཟེར་བ་ལས། ངས་མདའ་འཕེན་དུ་འཕེན་
གྱི་ཡིན་མི་ཟེར་བ་སོགས་གྱིས་མཆོན།

མདོར་ན་བོད་གྱི་པལ་སྐད་དུ་ལས་སྤྱ་བྱ་བའི་ལ་དོན་གྱི་རྒྱུན་ལ་ཡིག་
ཁོ་ན་སྤྱར་བ་ཡིན་ཞིང་། དེའི་དབང་གིས་ཡི་གེ་འབྲི་སྐབས་སྤྱའང་ལ་ཡིག་
ཁོ་ན་འཇུག་བདེ་བ་དང་། སྤྱ་སོགས་རྒྱུན་གཞན་རྣམས་འཇུག་བདེ་མིན་ཅི་
རིགས་ཡོད་པའི་འཆར་སྐད་བྱུང་བ་ཡིན། གཞན་དུ་གོང་གི་བཟ་ཤེས་སྤྱ་
བཤད་པ་ཡིན། ལྟ་ས་རུ་འགྲོ་གི་ཡིན། མདའ་འཕེན་དུ་འཕེན་གྱི་ཡིན་ཞེས་
བརྗོད་ཀྱང་དེ་གཏན་ནས་མི་འཐད་ཅེས་སྤྱ་ཞིག་གིས་སྤྱ་རུས། ཞིབ་ཏུ་
བསམ་ཆེ་ལས་སྤྱ་བྱ་བའི་ལ་དོན་གྱི་རྒྱུན་ནི་བོད་གྱི་སྐད་ཡིག་གཉིས་ཀར་
ལ་ཉིད་ལས་སྤྱ་སོགས་གཞན་རྣམས་ཡོད་མེད་གཉིས་ཀ་རུང་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་
མ་ཡིན་ནམ། འོན་ཀྱང་ལས་སྤྱ་བྱ་བའི་ནང་གསེས་དེ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལ་ལ་ན་
གཉིས་འཇུག་མིན་སྟོར་སྟོན་གྱི་འབྲེལ་བཤད་མཁན་དག་གིས་དབྱེད་པ་
མང་དུ་མཛད་ཟིན་པས་འདིར་མི་སྟོལ། །གོམས་སྟོལ་གྱི་དབང་གིས་འཇུག་
པ་བདེ་མིན་གྱི་གནད་དོན་འདི་ནི་ལས་སྤྱ་བྱ་བའི་སྐབས་སྤྱ་དེ་ལྟར་ཡིན་པ་

མ་ཟད། འཆད་འགྱུར་གནས་གཞི་སྟོན་པའི་སྐབས་སུའང་དེ་ལྟར་མང་དུ་
འབྱུང་བ་འོག་ཏུ་བཤལ་བར་བྱའོ།

ནམ་དབྱེ་བཞི་པ་དགོས་ཆེད།

ནམ་དབྱེ་བཞི་པ་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་དོན་ལ་འཇུག་པ་ནི། འདིའང་ལས་སུ་
བྱ་བའི་དོན་དང་འབྲ་བར་བྱེད་པོ་གང་གིས་བྱ་ཡུལ་གང་ལ་བྱ་བ་བྱེད་པའི་ཆ་
ནས་འབྲ་ཡང་ཞིབ་ཏུ་བརྟགས་ན་བྱེད་ཆེ་སྟེ། ལས་སུ་བྱ་བའི་དཔེ་གོང་དུ་
བཀོད་ཅིན་མོད། འདིར་ཡང་དགོས་ཆེད་དང་དབྱེ་བ་འབྱེད་བའི་ཆེད་དུ་
ནམ་གསལ་གྱི་དཔེ་བཟོད་ཉུང་དུ་ཞིག་བཀོད་ན་འདི་ལྟར།

༡༽ བཟ་གིས་ཤར་དུ་འགོ་ཞེས་བའི་བཟ་གིས་འགོ་བ་པོ་འམ་འགོ་
བའི་བྱ་བ་བྱེད་པ་པོ། ཤར་ནི་འགོ་བའི་བྱ་བ་འཇུག་པའི་ཡུལ། དུ་ནམ་དབྱེ་
གཉིས་པའི་རྒྱུ། འགོ་ནི་བྱ་བ་དངོས་ཡིན། འདི་སྐབས་འགོ་བྱ་དང་འགོ་བ་
པོ་གཉིས་ཀ་བཟ་གིས་ཉིད་ཡིན་པས་བྱ་ཆིག་འདི་རིགས་ལ་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་
དད་པ་ཅེས།

༢༽ ཞིང་ལ་ས་བོན་བཏབ་ལྟ་བུའི་ཞིང་ནི་ས་བོན་གདབ་པའི་བྱ་བའི་
ཡུལ། ལ་ནི་ནམ་དབྱེ་གཉིས་པའི་རྒྱུ། ས་བོན་ནི་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་
ཟླས་བྱེ་བའི་ལས་དང་དངོས་པོ་བདག་གཞན་གཉིས་སུ་བྱེ་བའི་གཞན།

བཏབ་པ་ནི་བྱ་བ་དངོས། འདི་སྐབས་གདབ་བྱ་ས་བོན་དང་འདེབས་པ་པོ་མི་
ཡིན་པས་བྱ་ཆིག་འདི་རིགས་ལ་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་བཟུང་།

༣༽ སྒྲོ་བཟང་གིས་སྒྲོས་གར་ལ་བལྟས་ལྟ་བུའི་སྒྲོ་བཟང་ནི་ལྟ་བ་
པོ་འཇུག་བྱེད་པ་པོ། སྒྲོས་གར་ནི་ལྟ་བར་བྱ་བའི་ཡུལ། ལ་ནི་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་
པའི་རྒྱུ། བལྟས་ནི་བྱ་བ་དངོས། འདི་སྐབས་བལྟ་བུའི་སྒྲོས་གར་དང་། ལྟ་
བ་པོ་སྒྲོ་བཟང་གཉིས་ཐ་དད་པས་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་ཡིན་མོད།

གོང་གི་ཞིང་ལ་ས་བོན་བཏབ་དང་འདི་གཉིས་མི་འབྲ་བ་ནི། ཞིང་
གདབ་ཡུལ་ཡིན་པ་ལས་གདབ་བྱ་མིན་པ་དང་། གདབ་བྱ་ནི་ས་བོན་ཡིན་
ཞིང་། སྒྲོས་གར་ནི་བལྟ་བར་བྱ་བའི་ཡུལ་ཡང་ཡིན་ལ། བལྟ་བུའང་སྒྲོས་གར་
ལས་གཞན་དུ་མེད་པ་ཡིན། དེས་ན་མཁས་པ་ལ་ལས། ལས་དང་བྱ་ཡུལ་
དོན་གཅིག་སྟེ། །དེ་ལྟའི་བྱ་བའི་ཡུལ་ཞིག་ལ། །བྱ་བ་བྱས་པར་སྟོན་པ་ནི། །
གཉིས་པ་ལས་སུ་བྱ་བ་སྟེ། །ཞེས་གསུངས་པའི་དགོངས་དོན་ཡང་གོང་གི་
སྒྲོས་གར་ལ་བལྟས་དང་། གཞན་ཡང་། སྐུ་ལ་ཉན། ཅི་ལ་སྒྲོམ། ཉ་ལ་ཞོན་
སོགས་འདི་རིགས་ལ་དགོངས་ནས་གསུངས་པ་ཡིན་སྟེ། འོན་ཀྱང་ལས་
དང་བྱ་ཡུལ་དོན་གཅིག་པར་ལ་དོན་འཇུག་པ་འདི་རིགས་ནི་ཤིན་ཏུ་ཉུང་བ་
ཡིན་པའང་ཤེས་དགོས་སོ། །ལ་དོན་རྣམས་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་དོན་ལ་འཇུག་པ་
ནི་སི་ཏུའི་འབྲེལ་ཆེན་ལས། བྱ་བ་གང་ཞིག་བྱ་བའི་དོན་གྱི་ཡུལ་དེ་ལ་ཐན་
གདགས་པའི་ཆེད་དུ་འཇུག་པའི་ལ་དོན་བྱུག་པོ་རྣམས་ནི་རྣམ་དབྱེ་བྱུག་པ་

ཡིན། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱ་བའི་དོན་གྱི་ཡུལ་ཞེས་པ་ནི་ལས་སུ་བྱ་བའི་
སྐབས་གྱི་བྱ་བའི་ཡུལ་དང་མི་འབྲས་ཏེ། དཔེར་ན། ཞིང་གའོད་དུ་འགྲོ་ཞེས་པ་
ལྟ་བུར་མཆོན་ན་ཞིང་ནི་ལས་དང་། གའོད་ནི་བྱ་བའི་དོན་གྱི་ཡུལ། དུ་ནི་
ནུ་དབྱེ་བཞི་པའི་རྒྱུ། འགྲོ་ནི་བྱ་བ་ལྟེ། འགྲོ་བའི་བྱ་བ་ནི་གའོད་པའི་དོན་
དུ་ཡིན་པ་ལས་ཞིང་གི་དོན་དུ་མིན་པའི་དཔེ་བཟོད་འདི་རིགས་ནི་ནུ་དབྱེ་
བཞི་པ་དགོས་ཆེད་ཡིན་པ་གསུངས་པ་དང་། བསྟན་པ་རྒྱ་མཆོས་བརྩམས་
པའི་སུམ་རྟགས་ལས་ལ་དོན་གྱི་གནད་དོན་ཁ་ཤས་ཞེས་པ་ལས། རྟགས་ལ་
ཞིང་གའོད་དུ་འགྲོ། ཞེས་པ་དང་། རི་ལ་སྤྲགས་འཆོ་རུ་འགྲོ། ལྟ་བུའི་རྟགས་
དང་རི་གཉིས་ཀྱི་ལ་དོན་ནི་ལས་སུ་བྱ་བ་དང་། གའོད་དང་འཆོ་གཉིས་ཀྱི་ལ་
དོན་དགོས་ཆེད་ཡིན་པར་བསྟན་ཡོད། དེས་ན་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་ལ་དོན་ནི་བྱ་
ཆོག་ཞིག་གི་མཐར་སྐྱར་དགོས་པ་དང་བྱ་ཆོག་དེའང་བྱ་བའི་ལས་སུ་
བྱེད་པའི་ལས་གང་རུང་ཞིག་གི་མཐར་འཁུག་པ་ལས་འདས་ཆོག་དང་།
སྐྱུ་ལ་ཆོག་དགག་སྒྲིའི་སྐྱུ་ལ་ཆོག་སོགས་ཀྱི་མཐར་མི་འཁུག་པ་ཤེས་དགོས།
དེས་ན་ལས་སུ་བྱ་བའི་ལ་དོན་དང་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་ལ་དོན་གཉིས་པན་ཚུན་
འབྲུལ་གཞི་མེད་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་མིན་པར་བྱ་བ་གང་ཞིག་གིས་བྱ་བའི་ཡུལ་
ལ་པན་ཐོགས་ན་དགོས་ཆེད་དང་། པན་ཐོགས་མེད་ན་ལས་སུ་བྱ་བ་ཡིན་
ཞེས་བཟོད་པ་དེ་གའི་ཐོག་ཏུ་པགོ་འཁོར་བསྐྱད་ན་འགལ་འདུ་དང་རྟོག་
འཛིང་ལས་ཐར་བའི་དུས་མེད་དོ།

གཤམ་དུ་ནམ་དགེ་བཞི་པ་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་དཔེ་སྒྲ་ཆོགས་པ་འགའ་
 ཞིག་བཀོད་ན་འདི་ལྟར། གཞན་ལ་ཕན་ཐབས་སུ་འབད་བཅོམ་བྱེད་དགོས།
 ལྟ་མོ་ལྟ་བར་འགོ་དུས་དཀའ་ངལ་མེད་སྤང་སྐྱེ་བ། སང་ཉིན་ཁང་པ་སློ་རུ་
 དེས་པར་འགོ་དགོས། སྐྱ་མགོན་འཁོད་དུ་བཏང་བ། རུང་ཁང་དུ་ཆུ་སློལ་ལ་
 ཕྱིན། རིག་གནས་སློབ་དུ་སློབ་གྲར་བསྐྱོད། ལན་སློད་དུ་མངགས། དག་ཆན་
 སློབ་ཁང་དུ་སློབ་ཆན་འཁྲིད་པར་ཐེབས། བད་ཐག་པར་སྤོང་འཐུང་། ཞིང་
 གཙོད་དུ་སྒྲ་རེ་བཅུར། ཡི་གེ་འབྲི་བར་སྐྱ་གུ་ཉིས། སློག་སྐྱོབ་དུ་གྲོགས་སྤྱོད།
 ཅན་དན་གྱི་ཆ་བ་དུ་ལྷག་པ་བཅད། དུལ་གྱི་དོད་དུ་འབྱ་ལྷལ། འབྱ་རིན་དུ་
 མར་སྤྱད། འབྲས་སྐྱེན་དུ་གོ་འཇལ། ཞིང་སར་ལོ་ཉོག་སྐྱེ་བར་ཆུ་བཅས། ལྷན་
 པ་སེལ་བར་སློན་མེ་སྤྱད། མགོན་གྱི་ཆེད་དུ་བས་གཡོས། མངོས་པའི་བྱིར་
 དུ་རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན། བདེ་བ་འཛོལ་པའི་སྤྱད་དུ་ལས་ལ་བཅོམ། གཟུགས་
 ཁམས་བདེ་བའི་དོན་དུ་ལུས་རྩལ་སྤྱང་ལྟ་བུ་གོང་དུ་བཀོད་པའི་བྱ་བའི་དོན་
 གྱི་ཡུལ་དངོས་སུ་ཆོག་བེན་དུ་ཡོད་པའི་ནམ་དགེ་བཞི་པའི་དཔེ་བརྗོད་
 ནམས་ལ་སློན་དང་ད་ལྟའི་འགྲེལ་བཤད་མཁན་པལ་མོ་ཆེའི་དགོངས་པ་
 གཅིག་མཐུན་ཡིན་པར་སྤང་ཡང་། བྱ་བའི་དོན་གྱི་ཡུལ་དངོས་སུ་ཆོག་བེན་
 དུ་མེད་པའི་རིགས་ཏེ། ལོ་ཉོག་ལ་ཆུ་འཛེན། ཞིང་ལ་ཆུ་འཛེན། སློང་མོ་བ་ལ་
 ཟན་སྐྱེན་སོགས་གྱི་དཔེ་བརྗོད་ནམས་སློན་དང་ད་ལྟའི་འགྲེལ་བཤད་པལ་
 མོ་ཆེས་ནམ་དགེ་བཞི་པའི་དཔེར་བཀོད་པ་འདི་གསལ་ལ་བརྟག་པར་བྱ་

དགོས་པའི་གནས་འདི་འདྲ་ཞིག་ཡོད་དེ། གོང་དུ་བཀོད་པའི་ཚུང་མེད་གྱི་
 རྣམ་དབྱེ་བཞི་པའི་དཔེ་བཟོད་ཤིང་གཙོད་དུ་སྟེ་བཟར་ཞེས་པའི་གས་དང་།
 སྒོང་མོ་པར་ཟན་སྒྱུན་ཞེས་པའི་གས་མི་འདྲ་སྟེ། དཔེ་བཟོད་དང་པོའི་གས་ནི་
 བྱ་ཆོག་ཅིག་གི་མཐར་རྣམ་དབྱེ་བཞི་པའི་རྒྱུ་རྒྱུར་ཏེ་དེ་མཐར་སྐར་ཡང་བྱ་
 ཆོག་ཅིག་རྒྱུར་དགོས་ཤིང་། གསལ་པོར་བཤད་ན་བྱ་ཆོག་གཉིས་ཀྱི་བར་
 དུ་རྣམ་དབྱེ་བཞི་པའི་རྒྱུ་རྒྱུར་བ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། དེའང་བྱ་བ་གཉིས་པ་
 དེ་བྱ་བ་དང་པོའི་ཆེད་དུ་བྱས་པའི་བྱ་བ་ཞིག་ཡིན་དགོས། དཔེར་ན། སྟེ་
 བཟར་བ་ནི་ཤིང་གཙོད་པའི་ཆེད་དུ་སྟེ། བཟར་བ་ནི་གཙོད་པའི་ཆེད་ཡིན་པ་
 སྟེ་བྱས་མཆོན་དཔེར་བཟོད་གཞན་དག་ལ་འང་དེའི་རིགས་བསྐྱེ་བར་བྱའོ། །
 དཔེ་བཟོད་གཉིས་པའི་གས་ནི་དེ་དང་མི་འདྲ་བར་མིང་རྒྱུང་ཞིག་གི་མཐར་
 རྣམ་དབྱེ་བཞི་པའི་རྒྱུ་རྒྱུར་ཏེ་དེ་མཐར་བྱ་ཆོག་རྒྱུར་བ་ཞིག་ཡིན་པས་
 ཆོག་སྒྱུར་གྱི་འགྲོས་ལ་བལྟས་ན་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པའི་དཔེ་བཟོད་དང་འདྲ་
 བ་ཡིན། དེའི་དབང་གིས་དཔེ་བཟོད་འདི་རིགས་ལ་ལ་ལས་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་
 པ་དང་། ལ་ལས་རྣམ་དབྱེ་བཞི་པར་ངོས་བཟུང་སྟེ་རང་ཉིད་ལ་གོ་བ་གཏིང་
 ཚུགས་པ་ཞིག་མེད་ཁར། སྒོ་བ་མར་སྒོ་བ་བྲིད་བྲེད་སྐབས་སུ་འང་གཅིག་གྱུར་
 གྱི་ངོས་འཛིན་ཞིག་མེད་པར་འདི་ཡིན་དེ་མིན་གྱི་ཚུང་སྟོག་རྩོགས་རྒྱ་མེད་
 པ་དེ་རྒྱུང་བ་ཡིན། དེའི་གནད་འགག་ཐུག་ས་ནི་གོང་དུ་བཀོད་པའི་ཞིང་ལ་
 རྒྱ་འབྲེན་ཞེས་པ་དང་། འབྲེན་ལ་མདའ་འབྲེན་ཞེས་པ་གཉིས་ཆོག་སྒྱུར་རྒྱལ་

འདྲ་ནའང་དང་པོ་དགོས་ཆེད་དང་། གཉིས་པ་ལས་སུ་བྱ་བའི་དོན་དུ་འགྲེལ་
བཤད་པལ་མོ་ཆེས་བཀའ་མོད། དེ་ལ་ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཁྱོད་ཀྱིས་ཚུ་འདྲེན་
པའི་བྱ་བ་དེ་ཞིང་ནང་གི་སྐྱེ་དངོས་རྣམས་སྐྱེ་བ་དང་། རྒྱས་པ། སློན་པ་
བཅས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཡིན་ནམ། ཞིང་ས་སྟོང་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན། དང་པོ་ལྟར་ན་
ཞིང་ལ་ལ་དོན་སྐྱུར་བ་ཅམ་ལས་དགོས་པ་དངོས་སམ་བྱ་བའི་དོན་གྱི་ཡུལ་
སྐྱེ་བ་དང་། རྒྱས་པ། སློན་པ་བཅས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཡིན་པས་བྱ་བའི་དོན་གྱི་ཡུལ་
བསྐྱས་པ་ཅམ་ལས་དོན་དུ་ཤིང་གཙོད་དུ་སྟར་བར་ཞེས་པ་དང་ཁྱད་པ་
མེད་པར་གྱུར། གལ་ཏེ་ཚུ་འདྲེན་པ་ནི་ཞིང་ས་སྟོང་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ཞེ་ན། འོ་
ན་ཞིང་ས་སྟོང་པར་ཚུ་བྲངས་ཀྱང་དེ་ལ་དགོས་པ་དང་པན་གཞོད་མི་འབྱུང་
བས་ཚུ་འདྲེན་སའི་བྱ་བའི་ཡུལ་ཅམ་བསྐྱན་པ་ཡིན་པས་དེ་ནི་འབེན་ལ་
མདའ་འཕངས་ཞེས་པ་དང་ཁྱད་མེད་པས་གྱུར་པས་དཔེ་གཉིས་ཀ་ལས་སུ་
བྱ་བའི་དཔེར་འབྱུར་བ་ཡིན། རྒྱ་མཚན་དེས་ན་དགོས་ཆེད་ཀྱི་དོན་ནི་ཆེད་
ཕྱིར་སྤྱད་དོན་གྱི་སྐྱེ་དངོས་སུ་ཡོད་པའམ། ཡང་ན་བྱ་བའི་དོན་གྱི་ཡུལ་ཆིག་
ཟེན་ལ་ཡོད་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་པར་སྤྱས་ན་འབྲུལ་གཞི་གང་ཡང་མེད་པ་
དང་། དེ་མིན་ཤིང་ལ་ཚུ་འདྲེན། ཞིང་ལ་ཚུ་འདྲེན། སྟོང་མོ་པར་བས་སྐྱེན་
སོགས་དགོས་ཆེད་ཡིན་ཡང་། ཤིང་དང་ཞིང་ནང་གི་སྐྱེ་དངོས་རྣམས་སྐྱེ་བ་
དང་། རྒྱས་པ། སློན་པ་རྣམས་བསྐྱས་པ་དང་། དེ་བཞིན་སྟོང་མོ་པར་བན་
སྐྱེན་པའང་དེའི་བཀའ་སྒྲོམ་སེལ་བའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ཡང་དེ་ཉིད་བསྐྱས་པར་

འདོད་ན། འོ་ན་རྣམ་དབྱེ་བཞི་པ་དགོས་ཆེད་གྱི་དཔེ་ལ་གཉིས་ཏེ། བྱ་བའི་
དོན་གྱི་ཡུལ་དང་། ཆེད་སྤྱིར་སྤྲད་དོན་རྣམས་མ་བསྐྱུས་པ་ཞིག་དང་། དེ་
རྣམས་བསྐྱུས་པ་ཞིག་སྟེ་རིགས་གཉིས་སུ་དབྱེ་དགོས་པ་ཡིན།

ཁོ་བོས་ནི་ཆེད་སྤྱིར་སྤྲད་དོན་གྱི་སྤྱད་དོས་སུ་ཡོད་པ་དང་། བྱ་བའི་
དོན་གྱི་ཡུལ་ཆིག་ཅིན་དུ་ཡོད་པ་རྣམས་བཞི་པ་དགོས་ཆེད་དང་། དེ་མིན་
བྱེད་པོ་གང་གིས་བྱ་བའི་ཡུལ་ཞིག་ལ་པར་བྱ་བ་བྱས་པའི་རིགས་རྣམས་
ལས་སུ་བྱ་བར་བཞག་ན་པན་ཚུན་མི་འཆོལ་ཞིང་སྒྲོས་གཙང་མ་ཞིག་ཡོང་
བྱུང་པ་མ་ཟད། རང་གི་དོས་འཛིན་དང་། སྒྲོབ་མར་འབྲིང་སྐབས་སུ་ཡང་གཞི་
འཛིན་ས་ཞིག་ཡོད་ཆེ། གཏམ་དཔེར། ཁ་ཤའི་པགས་པ་གར་འཐེན་འཐེན་
ཞེས་པའི་དཔེ་རུ་མ་སོང་བ་ཞིག་དང་། དོན་གྱི་གོ་བ་ལེན་སྟོགས་ལའང་མི་
འཐད་པ་གང་ཡང་མི་འབྱུང་སྟུང་ཡང་འོས་མིན་གཟུར་གནས་དཔྱེད་ལྡན་
དག་གིས་དབྱེད་པར་འཆོལ།

དེ་ལྟར་ངེས་ཆེ་ལས་སུ་བྱ་བའི་ལ་དོན་ནི་གང་ཡང་རུང་བའི་མིང་
རྒྱང་ཞིག་གི་མཐར་འཇུག་པ་དང་། ཆེད་དུ་བྱ་བའི་ལ་དོན་ནི་བྱ་ཆིག་ཅིག་གི་
མཐར་རམ། ཡང་ན་ཆེད་སྤྱིར་སྤྲད་དོན་བཞིའི་མཐར་འཇུག་པ་ཡིན་པས་དེ་
གཉིས་གྱི་དབྱེ་བ་འབྱེད་བདེ་བ་དང་། སྤྱིར་ཡང་གོང་དུ་བཀོད་པའི་ཚུང་མེད་
གྱི་རྣམ་དབྱེ་བཞི་པའི་དཔེ་བརྗོད་དག་ལ་ནི་གཙང་ཁུལ་གྱི་སྐད་དུ་ལྟ་མོ་ལྟ་
ལ་འགྲོ། ལྟ་ལེན་ལ་འགྲོ་སོགས་རྣམ་དབྱེ་བཞི་པའི་རྒྱུ་ལ་ལ་ཡིག་སྐྱར་

སྒོལ་ཡོད་པ་ཙམ་ལས་མདོ་ཁམས་དབྱུས་གསུམ་གྱི་ཡུལ་སྐད་པལ་མོ་ཆེའི་
ནང་དུ་དེ་ལྟར་བཤད་སྒོལ་མེད་པ་ཙམ་མ་ཟད་ཡིག་ཐོག་ཏུ་འང་བྱ་བའི་དོན་
གྱི་ཡུལ་ལ་ལ་ཡིག་སྒྱར་བ་ནི་མཐོང་དགོན་པ་ཡིན། དེས་ན་ལས་སུ་བྱ་བའི་
སྐབས་སུ་སྒོས་ཟིན་པ་ལྟར་ནམ་དབྱེ་གཉིས་པའི་རྒྱུན་ལ་ལ་ཡིག་འཇུག་པ་
བྱ་བ་ཆེ་བ་དང་། དགོས་ཆེད་ཀྱི་སྐབས་སུ་ནི་བཤད་མ་ཐག་པ་ལྟར་ལ་ཡིག་
གི་འཇུག་པ་བྱ་བ་ཆུང་བ་ནི་མདོན་སུམ་གྱི་བྱ་བ་པས་མཐའ་གཅིག་ཏུ། ལས་
དང་ཆེད་དང་ཉེན་གནས་དང་། །དེ་ཉིད་ཆེ་སྐབས་ལ་སྒྲ་ཡིན། །ཞེས་ལ་དོན་
གྱི་རྒྱུན་ཐམས་ཅད་ལས་སུ་བྱ་བ་སོགས་དོན་ལྡ་ལ་ལ་ཡིག་དང་མཚུངས་
པར་འཇུག་གོ་ཞེས་སྒྲས་ན། དེ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ཙམ་མ་ཟད་གོང་སྒོས་ལྟར་ལས་
སུ་བྱ་བ་དང་། ཆེད་དུ་བྱ་བའི་སྐབས་སུ་འང་ལ་ཡིག་གི་འཇུག་པ་བྱ་བ་ཆེ་
ཆུང་ཅི་རིགས་པ་ཞིག་ཡོད་པའང་ཤེས་དགོས།

དེས་ན་སུམ་ཏུ་པའི་ཆིག་གི་དགོངས་དོན་ནི། ལ་དོན་ནམས་ལས་སུ་
བྱ་བ་སོགས་དོན་ལྡ་པོ་པལ་ཆེར་ལ་མཚུངས་པར་འཇུག་པ་མང་བའི་དབང་
གིས་དེ་ལྟར་གསུངས་པ་ཡིན་པའི་གོ་བ་སྒྲངས་ན་དངོས་དོན་དང་མཐུན་ཆེ་
སྟེ།

ནམ་དབྱེ་བདུན་པ་ཉེན་གནས།

ད་ནི་ལ་དོན་ནམས་ནམ་དབྱེ་བདུན་པ་ཉེན་གནས་ལ་འཇུག་པའི་ཚུལ་

བཤད་པ་ལ། ཉན་གནས་གྱི་གོ་དོན་ནི། དངོས་པོ་གང་ཞིག་གང་ལ་ཉན་
པའམ་ཡོད་པའི་དོན་ཅན་ལ་འཇུག་པ་ལ་ནམ་དགུ་བདུན་པ་བཅས་ཞིང་།
དཔེར་ན། དཔེན་པའི་གནས་སུ་གཏུམ་ཞིང་ངར་བའི་གཅན་གཟན་གྱི་ཚོགས་
དག་མཆིས་སོ། ། རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོར་ཉ་ཡི་རིགས་མ་འདྲ་བ་གངས་ལས་
འདས་པ་ཞིག་གནས་སོ། ། འཇམ་གླིང་དུ་སྐད་གསལ་ཡོད་པའི་པོ་རྩ་ལ་ནི་ལྷ་
ས་རུ་གཟི་འོད་རབ་རྩ་འབར་བཞིན་ཡོད། ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་རྩ་ཐང་དུ་
སྤྱགས་རིགས་དཀར་ནག་གི་ཁུ་ནམ་མཁའི་སྐར་ཚོགས་ལྟར་བཟ་བ། ཤིན་
རྩ་མཐོ་བའི་ཉི་མ་ལའི་རི་ཅེ་ན་ཆུ་འཛིན་གྱི་ཕུང་པོ་ལང་ལོང་དུ་འབྲིགས་པ།
སྟོད་ལ་འཇུ་སའི་ཕུང་དགོས། ནད་ལ་པན་པའི་སྤྲན་དགོས། རང་ལག་རྩ་
ནོར་བུ་ཡོད་ཀྱང་། ནོར་ཉམས་མ་ཆོད་ན་ས་དོ་དང་ཁུད་མེད། དེ་ཉིན་ཡར་
རྒྱབ་གཅང་པོའི་པ་རོལ་རུ་མི་མང་པོས་སྒོ་འབྲབ་པའང་མཐོང་ལྟ་བུ། དེ་
བཞིན་དུ་སྟོབ་དཔོན་ལ་སྟོབ་མ་མང་། དཔའ་པོ་ལའང་གྲོགས་དགོས། བྱི་
ལའང་སྐྱག་ན་གཅན་གཟན་ལ་ལྷ་ཅི་སྟོས། སྤྱལ་ལ་དུག་ཡོད་ཀྱང་སྤྱལ་ཀྱན་
ལ་ནི་མིན་ནོ། ། སྤྱག་ལ་རྩལ་སྟོབས་ལྡན་ཡང་སང་གི་ལ་སྐྱག་བྱ་གག་ལ་ནམ་
ཆོད་བེན་པའི་རྒྱས་པ་ཡོད་ཀྱི་འདབ་ཆགས་ཀྱན་ལ་ནི་དེ་ལྷ་མ་ཡིན་ནོ།
། སྟོན་ཤིང་གི་ཅེ་ན་ཁུ་བྱག་གིས་གསུང་སྤྲན་སྟོག་པ། སྟོབ་ཁང་དུ་སྟོབ་མ་
ཆོས་སྟོབ་སྟོང་བྱེད་པ། སེམས་ལ་དགའ་སྟོད་དཔག་མེད་སྟེས་པ། རིའི་ཅེ་ན་
བསང་གཏོང་བ། ལག་རྩ་རྩ་ཡབ་ཐོགས་པ་སོགས་ལྟ་བུའོ། ། དེ་ལྟར་གོང་དུ་

བཀོད་པའི་དཔེ་བརྗོད་རྣམས་ལས་རྟེན་གང་ཞིག་ལ་བརྟེན་པ་གང་ཞིག་ཡོད་
 བའམ་གནས་པའི་དོན་ཅན་དག་ནི་གོ་བདེ་ཞིང་འབྲུལ་གཞི་མེད་ཀྱང་། བརྟེན་
 པ་དེ་བྱ་བའི་རང་བཞིན་དང་ལྡན་པའི་རིགས་ཏེ། གོང་དུ་བཀོད་པའི་སྟོབ་
 ཁང་དུ་སྟོབ་མ་ཆོས་སྟོབ་སྟོང་བྱེད་ཅེས་པ་ལྟ་བུར་མཆོན་ན། རྟེན་སྟོབ་ཁང་
 ཡིན་པ་གོ་བདེ་ན་ཡང་། བརྟེན་པ་ནི་སྟོབ་མ་རྣམས་རྒྱང་པ་མིན་པར་སྟོབ་མ་
 ཆོས་སྟོབ་སྟོང་བྱེད་པའི་བྱ་བ་དེ་བརྟེན་པ་ཡིན་པར་ཤེས་དགོས་ཏེ། སྟོབ་
 སྟོང་གི་བྱ་བ་བྱེད་སའི་གནས་སམ་གཞིའམ་རྟེན་ནི་སྟོབ་ཁང་དང་། བརྟེན་པ་
 ནི་སྟོབ་སྟོང་གི་བྱ་བ་དེ་ཡིན།

དེས་ན་རྣམ་དབྱེ་བདུན་པའི་ལ་དོན་གྱི་གོང་འོག་གཉིས་ཀར་ཆོས་
 ཅན་བརྗོད་པའི་མིང་དང་། མིང་འོག་མའི་མཐར་ཡོད་དང་ལྡན་དང་མངའ་
 སོགས་ཀྱི་སྤང་ལས་ལ་དོན་གྱི་འོག་ཏུ་བྱ་ཆོག་ཙམ་ཡང་ཡོད་མི་འོས་པ་ག་
 ལ་ཡིན། དེར་བརྟེན་སི་རྩའི་འགྲེལ་ཆེན་དུ། གཡུལ་དུ་གོ་བགོས། གཡུལ་དུ་
 བསད། རྟོག་པ་ལ་འཇིགས། སེང་གེ་ལ་སྒྲག་སོགས་དང་། དེ་བཞིན་བྲ་རྩའི་
 སྐུམ་འགྲེལ་དུའང་། རབ་གསལ་དུ་དཔོན་པོ་བཞུགས། མདུན་དུ་དཀར་ཡོལ་
 མཛེས་སོགས་བྱ་ཆོག་དང་ཆོས་བརྗོད་ཀྱི་མིང་ཅི་རིགས་བཀོད་པ་རྣམས་
 ནི་ལས་སུ་བྱ་བ་དང་དགོས་ཆེད་དུ་དོན་དང་འབྲུལ་གཞི་གཏན་ནས་མེད་པ་
 ཡིན་པས་པན་ཚུན་མ་འདྲེས་པར་ཤེས་པར་བྱའོ།

སྤར་དང་ད་ལྟའི་འགྲེལ་བཤད་མཁན་དག་གིས་ལ་དོན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་

འཆད་པའི་སྐབས་སུ། སུ་སོགས་ལ་དོན་རྣམས་ལས་སུ་བྱ་བ་སོགས་དོན་
ལྡན་ལ་མཚུངས་པར་འཇུག་མིན་གྱི་སྟོར་ལ། ལ་ན་གཉིས་དེ་ཉིད་གྱི་དོན་ལ་
འཇུག་དང་མི་འཇུག་གི་འདོད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པ་ཅུམ་ལས། གཞན་
ལས་དང་། ཆེད་དང་། ཉེན་གནས། ཆེ་སྐབས་བཅས་ལ་ལ་དོན་རྣམས་འཇུག་
པ་ཁྲབ་ཆེ་ཆུང་དང་། འཇུག་བདེ་མིན་གྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ་ནི་ཆེར་མ་བྱུང་
མོད། ཞིབ་ཏུ་དབྱེད་ཆེ་གོང་དུ་བྱར་ཅུམ་སྟོས་པ་ལྟར་ལས་སུ་བྱ་བར་ལ་
ཡིག་འཇུག་པ་ཁྲབ་ཆེ་བ་དང་། ན་ཡིག་ནི་འཇུག་པ་ཤིན་ཏུ་ཁྲབ་ཆུང་བ་ཡིན་
ཡང་། སྒྲ་འགྲེལ་འགའ་ཞིག་ཏུ། ན་ཡིག་ལས་སུ་བྱ་བར་འཇུག་པའི་དཔེ།
འདུན་ན་རྒྱ། སེ་ར་ན་ཆོས་ཉན་ཞེས་བཀོད་མོད། དེ་དག་ནི་གཡུལ་དུ་བསང་
དང་། རབ་གསལ་དུ་དཔོན་པོ་བཞུགས་སོགས་དང་བྱེད་མ་མཆིས་པས་
བདུན་པ་གནས་གཞི་ལས་མ་འདས་སྐྱམ་པས་བརྟག་པར་འཆོལ། རྣམ་དབྱེ་
བདུན་པའི་གནས་གཞིའི་དོན་ལ་ན་ཡིག་གི་འཇུག་པ་ཁྲབ་ཆེ་ནའང་ཞིབ་ཏུ་
བརྟགས་ན། རྣམ་དབྱེ་བདུན་པའི་རྒྱུན་ན་སྒྲ་འཇུག་ཡུལ་དེ་གང་ཟག་མིན་
པའི་རིགས་ལ་འཇུག་པ་ཁྲབ་ཆེ་བ་དང་། མི་སོགས་སེམས་ལྡན་གྱི་རིགས་
ལ་ན་ཡིག་འཇུག་མི་བདེ་བ། དཔེར་ན། ཁང་པའི་ནང་ན་ཅ་ལག་མང་། རིའི་
ཅེ་ན་སྒྲིན་པ་འབྲིགས། དབྲལ་བ་ན་སྒྲེ་བ་ཞིག་འདུག་སོགས་ན་སྒྲ་འཇུག་
ཡུལ་སེམས་ལྡན་མིན་ཆེ་འཇུག་པ་བདེ་ནའང་། སྟོབ་དཔོན་ན་སྟོབ་མ་མང་།
སྟོབ་མ་ན་ཡོན་ཏན་ཡོད། སྒྲལ་ན་དུག་ཡོད། སྒྱུང་གི་ན་རྩི་ཡོད་སོགས་ལ་

གཙོ་བོ་ལ་ཡིག་དང་། གཞན་སྤྱི་ར་རུ་སོགས་འཇུག་པ་ལས་ན་ཡིག་ཤིན་ཏུ་
 འཇུག་མི་བདེ་བ་དང་། དེ་ལྟར་བཤད་སློལ་དང་འབྲི་སློལ་གཉིས་ཀ་ཆེར་
 མེད་པ་ཡིན། དེས་ན་ལས་སྤྱི་བྱ་བའི་ལ་དོན་འཇུག་ཡུལ་མི་སོགས་སེམས་
 ལྡན་གྱི་རིགས་དང་། ཉེན་གནས་གྱི་སྐབས་ཉེན་སེམས་ལྡན་ལ་གཙོ་བོ་ལ་
 ཡིག་འཇུག་པ་ལས་ན་ཡིག་མི་འཇུག་པ་དང་། སྤྱི་སོགས་གཞན་ནམས་ཀྱང་
 འཇུག་པ་བདེ་མིན་ཅི་རིགས་ཤིག་ཡོད་པའི་གནད་ཀ་འདི་ཤེས་དགོས་པ་
 ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ། སྤྱིར་འགྲོ་སྐབས་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་པ་ཙམ་གྱིས་མི་
 འགྲིག་པར་དེ་ལྟར་ཡིན་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཉོགས་པ་ནི་དེ་ལས་ཀྱང་གལ་
 ཆེ་བ་ཡིན། འོན་རྒྱ་མཚན་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། གོང་དུ་འང་ཟུར་ཙམ་
 སློས་པ་དང་། བསྟན་པ་རྒྱ་མཚོས། དེས་ན་བདུན་པའི་དབང་གིས་གོ་བ་
 དང་། གོམས་སློལ་གྱི་དབང་གིས་གོ་བ་གཉིས་ལ་བྱུང་པར་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་
 གནད་འདི་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གོང་དུ་བཤད་པའི་ལ་
 དོན་ནམས་ལས་སྤྱི་བྱ་བ་སོགས་དོན་ལྡན་ལ་འཇུག་པ་བྱུང་ཆེ་ཆུང་དང་
 འཇུག་བདེ་མིན་གྱི་བྱུང་པར་ཡོད་པའང་གོམས་སློལ་གྱི་དབང་གིས་ཡིན་
 ནའང་། བདུན་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན། ལས་དང་ཆེད་དང་ཉེན་གནས་དང་། །
 དེ་ཉིད་ཆེ་སྐབས་ལ་སྤྱི་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་ཡོད་པས་གོམས་སློལ་དང་
 མ་ཐུན་རུང་འདྲ། མ་མ་ཐུན་རུང་འདྲ། ཞེས་ཟུ་ཚུགས་གྱིས་བཤད་མི་རུང་སྟེ།
 བོད་པ་ལ་མོ་ཆེའི་སྐད་གྱི་གོམས་སློལ་དང་མ་བསྟན་པའི་བོད་གྱི་བདུན་པ་

རིག་པ་ཞིག་སྒྲར་བྱུང་སྒྲོང་མེད་ལ། སྤྱིན་ཆད་ཀྱང་དེར་མ་བསྟུན་ཆེ་ཡར་
 གྲུས་གཏོང་ཐབས་བྲལ་བ་རེད། གོམས་སྒོལ་ཞེས་པ་འདི་ལའང་ཞིབ་ཏུ་
 བསམས་ཆེ་འགའ་ཞིག་ནི་ཡུན་རིང་མོ་ཞིག་ནས་ཆགས་པའི་གོམས་སྒོལ་
 ཞིག་དང་། འགའ་ཞིག་ནི་ཆོག་ཙམ་གྱི་ཐད་ནས་བལྟས་ན་དོན་གཞན་དང་
 འཁྱུལ་གཞི་ཡོད་པའི་དབང་གིས་ཀྱང་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། གོང་དུ་བཤད་པའི་
 ལས་སུ་བྱ་བའི་ལ་དོན་འཇུག་ཡུལ་གྱི་བྱ་བའི་ཡུལ་ལ་ན་ཡིག་དང་། རྟོན་
 གནས་གྱི་སྐབས་རྟོན་སེམས་ལྡན་ལ་ན་ཡིག་སྒྱར་ཆེ་དོན་དུ་ན་སྒྲུབ་དེ་རྣམ་
 དབྱེད་རྒྱུ་ཡིན་མོད། ཆོག་ཙམ་ལ་བལྟས་ན་སེམས་ལྡན་དེ་ནད་ཀྱིས་ན་
 བའི་དོན་དང་འཁྱུལ་གཞི་ཡོད་པ། དཔེར་ན། དགོ་ཁྱན་ན་གྲུས་འདུད་ལྷ།
 སྒོལ་མ་ན་ཡོན་ཏན་ཡོད། ལྟ་བུའི་ན་ཡིག་དེ་བྱ་ཆོག་ཏུ་འགྲོ་བའི་ན་དང་
 འཁྱུལ་གཞི་ཡོད་པས་དེ་ཉིད་ན་བར་མི་སྟན་པའི་དབང་གིས་རིམ་བཞིན་འབྲི་
 སྒོལ་དང་བཤད་སྒོལ་མེད་པར་གྱུར། སྤྱིར་ཡང་ལ་དོན་བདུན་གྱི་ནང་དུ་བྱ་
 ཆོག་ཏུ་འགྲོ་བ་ན་ཡིག་ཁོ་ན་ལས་མེད་པའང་ཤེས་དགོས། དེས་ན་གོང་གི་
 དཔེ་བཅོལ་གཉིས་ཀར་ལ་ཡིག་སྒྱར་ན་འཁྱུལ་གཞི་མེད་པས་སྟན་པའི་སྒྲུང་
 བ་སྒྲུབ་པ་ཡིན།

དེ་ཉིད།

ད་ནི་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པའི་ནང་གསེས་དེ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ནི། སྤྱིར་བཏང་

བཤད་ན་ལས་དང་བྱ་བ་གཉིས་དོ་བོ་གཅིག་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་དོན་དུ་གོ་དགོས།
 དེའང་ལས་དང་བྱ་བ་གཉིས་དོ་བོ་གཅིག་པ་ཞེས་པ་དེ་ཞིབ་ཕྱ་གང་འདྲ་ཞིག་
 ལ་གོ་དགོས་ཤིང་། དེ་ཉིད་སྟོན་པའི་ལ་དོན་འདྲུག་ལུ་ལ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་
 ལས་ཞེས་བརྗོད་པ་དང་། ལ་དོན་གྱི་མཐར་སྐྱར་རྒྱུའི་བྱ་ཆོག་ལ་བྱ་བ་ཞེས་
 བརྗོད་པ་སྟེ། དཔེར་ན། མེ་རུ་འབར་ལྟ་བུར་མཆོན་ན། མེ་ལས་དང་། རུ་དེ་
 ཉིད་སྟོན་པའི་ལ་དོན། འབར་བྱ་བ་ཡིན་ཞིང་། འདིའི་བྱ་ལས་དོ་བོ་གཅིག་རུ་
 འགོ་ཚུལ་ནི། སྒྱུར་མེ་དང་འབར་གཉིས་མིང་ཅེས་གྱི་རྣམ་པའི་སྟངས་
 བསྟུས་ན་ཐ་དད་པར་སྒྲུང་མོད། དོ་བོའི་སྟངས་ལས་བཤད་ན་འབར་རྒྱུ་ནི་མེ་ཁོ་
 ར་ཡིན་པ་ལས་མེ་ཡི་དངོས་པོ་ལས་ཐ་དད་པའི་འབར་རྒྱུ་གཞན་ཞིག་འཛོག་
 རུ་མེད་པས་ན་བྱ་བ་དང་ལས་གཉིས་དོ་བོ་གཅིག་པ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན།
 དཔེ་འདི་རིགས་ལ་ལ་དོན་གྱི་རྒྱུ་མ་སྐྱར་ཀྱང་དོན་འདྲ་བར་སྟོན་པ་ཡིན་ཏེ།
 མེ་འབར་ཞེས་བརྗོད་ཆོག་པ་ལྟ་བུའོ། །འོན་ཀྱང་དེ་ཉིད་ཀྱི་དཔེ་ཀྱན་ལ་དེའི་
 རིགས་འགོ་སྐྱར་ཆོག་པ་མིན་པ་འོག་རུ་འབྱུང་ངོ་།

ད་ནི་དེ་ཉིད་ཀྱི་དཔེ་བརྗོད་ཅི་རིགས་པར་བཀོད་ན། ཉི་ཟླའི་དཀྱིལ་
 འཁོར་ནི་འོད་དུ་འཆར་ཞིང་རབ་རུ་གསལ། རྟོན་ཁང་དུ་བསྐྱལ་བའི་སྟོང་བྱ་
 ཐུག་རུ་སྒྱུར་པ། དཔེའི་ལྟ་ལས་ཁྱད་དུ་འཕགས་པའི་དཔེའི་རྩ་བ་བསྟན་
 པ་ལྟ་བུའི་གསུམ་ནི་ཆོས་ཅན་བརྗོད་པའི་མིང་ལ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ལ་དོན་སྐྱར་ཞིང་དེ་
 མཐར་ཐ་མི་དད་པའི་བྱ་ཆོག་སྐྱར་བ་ཡིན་ཞིང་། ཡང་། བཤེས་གཉིན་དག་

རུ་འཇིན་པའི་ངན་སེམས། གདུག་རྩལ་ཅན་གྱི་དག་པོ་རྩལ་དུ་བརྟགས་པ།
འཇིག་རྟེན་གྱི་བྱ་བའི་མཐོང་རྒྱ་ཆེ་རུ་བཏང་བ། སྤྱི་ཡི་རོར་བདག་གིར་
འཇིན་པའི་སྟོང་ན། སྤང་བའི་དག་པོ་གཉིན་དུ་བསྟོམས་པ་ལྟ་བུའི་གས་ཀྱང་
དེ་ཉིད་གྱི་ལ་དོན་སྦྱར་ཡུལ་གོང་དང་མཚུངས་ནའང་། ལ་དོན་གྱི་འོག་ཏུ་ཐ་
དད་པའི་བྱ་ཆོག་འཇུག་པ་དང་། ཡང་། སྟོང་ཁང་ནམས་སྤར་ལས་ཆེས་ཆེར་
མཐོ་རུ་བཏང་བ། ཆོད་མ་ལ་སྟོང་སྤྱོད་བཏབ་ཏེ་བོ་བ་ཆེ་རུ་བཏང་བ་ལྟ་བུའི་
གས་ནི་ཆོས་བརྟོན་གྱི་མིང་མཐར་དེ་ཉིད་གྱི་ལ་དོན་སྦྱར་ཞིང་དེ་མཐར་ཐ་
དད་པའི་བྱ་ཆོག་སྦྱར་བ་དང་། ཡང་། རིང་དུ་གྱུར། འཇམ་དུ་སོང་ལྟ་བུའི་
གས་ཀྱང་ལ་དོན་སྦྱར་ཡུལ་གོང་དང་མཚུངས་ཀྱང་། ལ་དོན་གྱི་འོག་ཏུ་ཐ་མི་
དད་པའི་བྱ་ཆོག་སྦྱར་བ་དང་། ཡང་། སྟོབ་མ་ནམས་ལ་ལྟ་མོ་ལྟ་རུ་བཟུག་
པ། གཏམ་འོད་དུ་འཇུག་པ། ཡི་གེ་འབྲེལ་འཇུག་པ་ལྟ་བུའི་གས་ནི་བྱ་བྱེད་
ཐ་མི་དད་པའི་ལས་ཆོག་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་དེ་ཉིད་གྱི་ལ་དོན་འཇུག་པ་
སོགས་ནང་གསེས་ཀྱི་བྱེད་པར་ནམས་ཞིབ་ཏུ་རྟོགས་དགོས་པ་དང་། གཞན་
ཡང་དེ་ཉིད་གྱི་དཔེ་བརྟོན་ཅི་རིགས་པ་བཀོད་པ། སྤྲན་གྱི་རྒྱས་པས་ནད་ཅ་
མེད་དུ་བཏང་བ། སྤར་གྱི་ལོ་རྒྱས་ནམས་ཞིབ་ཏུ་བཤད་པ། རྒྱལ་ཁམས་
བསྟོར་བའི་མི་ནམས་མཐོང་རྒྱ་ཆེ་རུ་སྤྱོད་པ། ལྷག་གི་ཁ་མ་རུ་བྲག་ཏུ་དགོལ་
བ། སྤྱི་ལྟ་ནམས་ཤིང་ཅིར་སྦྱར་བར་འཇིགས་པ། རྩོམ་ལ་གྱི་མེས་ལྷགས་ལྷ་
རུ་བཟུག་པ། ལག་པ་གཉིས་ཐག་པས་དམ་དུ་བཅིངས་པ། གཡུལ་ལས་ནམ་

པར་རྒྱལ་བས་སེམས་སྟོ་བར་གྱུར་པ། འདས་པའི་བྱ་བ་རྣམས་ཡིད་ལ་སྟངས་
སྟངས་དུ་འཁོར་བ། དེ་ནས་བཟུང་སྟོགས་ཁག་གཉིས་སུ་བྱེས་པ། ཐག་ཁ་སྟུལ་
དུ་འཁྱལ་ཏེ་འཇིགས་སྒྲིབ་སྟེས་པ། བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་འཆོ་བ་ཉམས་སུ་སྟོང་བ།
ཡུལ་གྱི་གནས་ལུགས་རྣམས་མངོན་སུམ་དུ་ཉོགས་པ། སྤང་སྟོངས་རྣམས་
གཡུའི་མེ་ལོང་ལྟ་བུར་གྱུར་པ། དུང་དཀར་སེར་པོར་འཇིན་པའི་མིག་ཤེས།
པ་མ་བྱིན་ཅན་དུ་ཤེས་པ། ལེ་ལོ་ནི་རང་གི་དབང་དུ་འཇིན་པ། ཤིང་དུམ་བུར་
བཅད་པ། རྫོ་ལེབ་མོར་བཅས་པ། དཔའ་བོར་སྟོན་ཆོག་གིས་གཟེངས་སུ་
བསྟོད་པ། རང་ཉིད་མཁས་པར་རྩོམ་པ། ཀྱན་གྱི་མགོན་དུ་གྱུར་པ་སོགས་
མང་དུ་སྦྱར་བར་བྱའོ།

ཡང་འགྲེལ་བཤད་མཁན་ལ་ལས་བྱེད་པའི་ལས་དང་བྱ་བའི་ལས་ལ་
ར་ཡིག་སྦྱར་བ། དཔེར་ན། ཤིང་གཅད་པར་བྱ་དང་། གཙོད་པར་བྱེད་ཅེས་
པའི་ར་ཡིག་ནི་དེ་ཉིད་སྟོན་པའི་ལ་དོན་ཡིན་པར་བཤད་མོད། ཞིབ་ཏུ་
བརྟགས་ཆེ་དེ་ལྟ་ཡིན་ན་གཅད་པ་དང་གཙོད་པ་གཉིས་ལས་དང་། བྱ་དང་
བྱེད་གཉིས་བྱ་བ་ཡིན་དགོས་པས་གཙོད་དང་བྱེད་གཉིས་ངོ་བོ་གཅིག་པ་
དང་། གཅད་དང་བྱ་གཉིས་ངོ་བོ་གཅིག་ཏུ་འཛོག་དགོས་ཀྱང་འདི་སྐབས་
ལས་ཤིང་དང་། བྱ་བ་གཅད་དང་གཙོད་ཡིན་པས་དེ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་ལ་
དོན་འཇུག་མི་སྲིད། ལ་དོན་ནི་གཙོད་པ་དང་བྱེད་གཉིས་ཀྱི་བར་དང་། གཅད་
དང་བྱ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་ཁྱགས་པ་ཡིན་པས་དོན་དུ། ཤིང་གཙོད་པར་བྱེད་

ཅེས་བརྗོད་ཆེ་ཤིང་ལས་དང་། གཙོད་པར་བྱེད་ཅེས་པ་བྱ་བ་ཡིན་མོད།
 གཙོད་པ་ལས་དང་བྱ་ཞེས་པ་བྱ་བ་ཡིན་པར་བཤད་ན་འཐད་མིན་བརྟག་པར་
 འཆ་ལ། སྤྱིར་བྱ་དང་བྱེད་བྱས་བྱོས་རྣམས་ནི་བྱ་ཆིག་དངོས་ཀྱི་ཆིག་གྲོགས་
 ཙྰམ་ཡིན་པ་ལས་རང་རྒྱ་ཐུབ་པའི་བྱ་ཆིག་དངོས་ཤིག་མིན་པར་རྟོགས་
 དགོས་པ་ནི་གལ་ཆེ་སྟུང་མོ། །བྱ་ཆིག་དངོས་ནི་ལས་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་
 གི་མཐར་སྐྱར་ཏེ་དོན་གསལ་བར་སྟོན་པ། དཔེར་ན། ཡི་གེ་འབྲི་ལྟ་བུར་
 མཆོན་ན། ཡི་གེ་ལས་དང་འབྲི་བྱ་བ་ཡིན་པ་ཤིན་ཏུ་གསལ་མོད། ཡི་གེ་བྱེད་
 ཅེས་བརྗོད་ཆེ་དོན་གསལ་བར་སྟོན་མི་ཐུབ་ཀྱང་། ཡི་གེ་འབྲི་བར་བྱེད་ཅེས་
 བརྗོད་ཆེ་ཡི་གེ་ལས་འབྲི་བར་བྱེད་ཅེས་པས་བྱ་བ་བསྟན་པ་ཡིན་པས་དོན་
 ཏུ་བྱེད་ཅེས་པ་ནི་བྱེད་ལས་གསལ་བྱེད་ཀྱི་ཆིག་གྲོགས་ཙྰམ་ཡིན་པས་
 སྤྱིར་བཏང་གི་བྱ་ཆིག་དངོས་དང་མི་འདྲ་བ་ཡིན། ཡང་རྟོགས་པར་ཤོག་
 སོགས་སྟོན་པའི་དོན་ཅན་གྱི་ར་སྤྱ་རྣམས་ཀྱང་དེ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ཏུ་འདོད་ན།
 རྟོགས་པ་ལས་དང་ཤོག་བྱ་བ། དེ་གཉིས་ངོ་མོ་གཅིག་ཡིན་དགོས་ཀྱང་
 རྟོགས་པ་བྱ་ཆིག་ཡིན་པ་ལས་ཤོག་ཅེས་པ་ནི་བྱ་ཆིག་མིན་པས་འདི་དག་
 ཀྱང་བརྟག་པར་བྱ་བའི་གནས་སོ།།

རྣམ་དབྱེ་བདུན་པ་ཆེ་སྐབས།

ད་ནི་རྣམ་དབྱེ་བདུན་པ་ཉིད་ཏུས་བརྗོད་པར་འཇུག་པའི་ཆེ་སྐབས་ནི།

ལ་དོན་བདུན་པོ་གང་རུང་གིས་ཆེ་དང་སྐབས་གྱི་དོན་སྟོན་པ་ཞིག་ཏུ་གོ་
 དགོས་པ་ནི། ལེགས་བཤམ་སྟོན་དབང་ལས། ཆེ་སྐབས་གཉིས་དང་དོན་འདྲ་
 བ། །བདུན་པའི་ནང་གསལ་ཆེ་སྐབས་ཏེ། །དཔེར་ན་མཆོ་ཞུ་ཤར་བ་ན། །ཆོ་
 འཕྱལ་དུས་ཆེན་ཚུགས་ལྟ་བུ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །ཞིབ་ཏུ་བསམ་
 བ་ཆེ་སྐབས་སམ་དུས་སྟོན་པའི་ལ་དོན་ནམས་འཇུག་ཡུལ་ནི་དུས་སམ་
 གངས་སྟོན་པའི་མིང་ཞིག་གི་མཐར་སྒྱུར་དགོས་པ་ཡིན་ལ། གངས་དེའང་
 དུས་དང་འབྲེལ་བའི་གངས་ཡིན་པ་ལས་སྒྱུར་བཏང་གི་གངས་ཀྱན་ལ་མིན་
 བའང་ཤེས་དགོས། དེའང་དཔེར་ན། ཆེས་གཉིས་སུ་ཉི་མ་ལྟོག་ བོད་ཆེ་ལྟ་
 བར་ཅི་ཏོག་རྒྱས། དགུན་ལ་གང་ངར་ལྡང་། སྟོན་ཁར་ཤིང་ལོ་བྱལ་སོགས་
 གྱི་གངས། གཉིས་དང་། ལྟ་ དུས་དགུན་དང་། སྟོན་སོགས་གྱི་མཐར་འཇུག་
 ཅིང་། སྒྱུར་ཆེ་སྐབས་གྱི་དོན་ལ་ལ་དོན་བདུན་པོ་འཇུག་ནའང་གོང་དུ་ལས་
 སུ་བྱ་བ་སོགས་གྱི་སྐབས་སུ་སྟོས་པ་བཞིན་གོམས་སྟོལ་གྱི་དབང་གིས་
 འཇུག་བདེ་མིན་ཅི་རིགས་ཡོད་པ་དང་། བྱ་བའི་ཆོག་གི་མཐར་ཆེ་སྐབས་
 སྟོན་པའི་ལ་དོན་མི་འཇུག་པ་ཡིན། འོ་ན་གོང་དུ་སྟོས་པའི་ལེགས་བཤམ་
 སྟོན་དབང་ལས། དཔེར་ན་མཆོ་ཞུ་ཤར་བ་ན། །ཞེས་པའི་ཤར་བ་བྱ་ཆོག་མ་
 ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། ཤར་བ་བྱ་ཆོག་ཡིན་མོད། འདི་སྐབས་ཤར་བའི་ཆེ་ན་ཞེས་
 པའི་ཆོག་སྒྱུར་བསྐྱུས་པ་ཡིན་པ་ལས། མཆོ་ཞུ་ཤར་ན་ཆོ་འཕྱལ་དུས་ཆེན་
 ཚུགས་ཞེས་འབྲུ་དོན་གཉིར་ཆེ་ན་སྒྲ་དེ་རྒྱ་མཆོན་གྱི་དོན་ལ་འཇུག་པའི་ན་

སྒྲ་ཡིན་པ་ལས་ཆེ་སྐབས་གྱི་དོན་མིན་ཏེ། དཔེར་ན། འཤར་ན་ཚུགས། མ་
འཤར་ན་མི་ཚུགས་ལྟ་བུའི་ཆེ་ག་གི་རུས་པ་ཐོན་པ་ཡིན།

ཡང་འགྲེལ་བ་འདྲ་མཁན་དག་གིས། ཆེ་ན་དང་། དུས་སྟུ། སྐབས་སྟུ།
རྒྱུན་དུ། གཏན་དུ། ཏྲག་ཏུ་སོགས་གྱི་ལ་དོན་རྣམས་ཆེ་སྐབས་གྱི་དོན་དུ་
བཟུལ་མོད། ལྟོན་དབང་དུ། ཆེ་སྐབས་གཉིས་དང་དོན་འབྲུག་ན། །ཞེས་ལ་དོན་
རྣམས་ཆེ་དང་སྐབས་གྱི་དོན་དང་འབྲུག་བ་ཞིག་དགོས་གསུངས་པ་ལས་ཆེ་
དང་སྐབས་གཉིས་གྱི་ཆེ་ག་གོགས་སྟུ་འགོ་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་པར་མ་
གསུངས་ནའང་བའདྲ་མ་ཐག་པའི་ཆེ་ན་དང་། སྐབས་སྟུ་སོགས་གྱི་ལ་དོན་
ནི་ཆེ་ག་གོགས་སྟུ་འགོ་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་འདུག་པས་བརྟག་པས་འཆོལ།

ཆེ་སྐབས་གྱི་དཔེ་བརྗོད་ཅི་རིགས་སྟུ་བཀོད་པ་འདི་ལྟར། མཆོན་
མོར་ཕྱགས་རྣམས་ལྟས་སྟུ་ཉལ་བ། ཆེས་བཅུ་གསུམ་ལ་ཏྲ་ཅལ་འབྲུག་པ།
དགུན་ཆེ་གསུམ་དུ་ཁ་བ་འབབ་པ། རང་ལོ་བཅུ་དྲུག་ཏུ་སྟོབ་བྲ་ཐོན། ད་ནས་
ཞག་བདུན་ན་ཆར་འབབ། བོད་ཆེ་དང་པོར་འབྲུག་སྐྱ་སྐྱོག་ནམ་ཞིག་ན་འདིའི་
དོན་ཏྲོགས་པར་འགྱུར། འདི་སྐད་བདག་གིས་ཐོས་པ་དུས་གཅིག་ན། ཆེ་
སྟོང་དུ་སྟོབ་སྟོང་བྲས། ནམ་གྱི་སྟོང་ལ་ལུག་ཁུར་སྐྱར་གཤིང་འཆེ་བ་བྱུང་། ཉི་
རུབ་ཏུ་བྲ་རྣམས་ཆང་ལ་ལོག། འགོ་ཁར་པན་ཚུན་ཕྱག་བཏང་བ། ཐོ་རེངས་
སྟུ་གནམ་གྱ་འཕྱར་བ། ཆེ་མཐུག་ཏུ་བདེ་ཞིང་སྦྱིད་པ་སོགས་ལྟ་བུ་མང་དུ་
སྐྱར་བར་བྱའོ།

ཡང་ལ་དོན་བདུན་གྱི་ནང་ནས་ར་ཡིག་རྒྱང་བ་དང་སྐྱའི་དོན་ལ་
འཇུག་པའང་ཡོད་དེ། དཔེར་ན། ལྷ་དང་། མི་དང་། ལྷ་མ་ཡིན་དང་། ཇི་ཟེར་
བཅས་པའི་འཇིག་རྟེན་ཡི་རང་སྟེ། ཞེས་པ་དང་། དེ་བཞིན་ལྷ་ར་བཅས་སྤིང་
ཞིའི་གཙུག་རྒྱན་ཞེས་པ་དང་། བདུད་གྱི་སྒྲེར་བཅས་འཛོམས་ལ་རབ་དཔའ་
བ། ཞེས་དང་། འདས་དང་མ་འོངས་ད་ལྷ་ར་བཅས། ཞེས་སོགས་གྱི་ར་ཡིག་
རྣམས་ནི་འབྲེད་སྤྱད་ལ་འཇུག་པའི་དང་སྐྱའི་དོན་དང་བྱུང་མ་མཆིས་ཤིང་།
ར་ཡིག་དེ་དག་ནི་མཐའ་མེད་མཐར་ཀྱང་བ་ཁ་སྐྱོང་དགོས་ཆེ་རུ་ཡིག་དང་།
མི་དགོས་ཆེ་ར་ཡིག་འཇུག་པར་བཤའ་པའི་ར་ཡིག་དང་། འདིར་བཤའ་
པའི་དང་སྐྱའི་དོན་སྟོན་པའི་ར་ཡིག་གཉིས་གཅིག་ཏུ་བལྟ་བར་མི་བྱའོ།

གསུམ་པ། ཨི་ལྷན་བཤའ་པ།

རྗེས་འཇུག་ལ་ལྷོས་དགོས་པའི་སྤྱད་དང་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་
ཨི་ལྷན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་ལ་གཉིས་ཏེ། འབྲེལ་སྐྱབས་པ་དང་། བྱེད་སྐྱབས་
པའོ།

རྣམ་དབྱེ་བྱུག་པ་འབྲེལ་སྐྱབས་པ།

དང་པོ་འབྲེལ་སྐྱབས་ནི། གི་གྱི་གྱི་འི་ཡི་བཅས་ལྷ་རུ་ངེས་ཤིང་། དེ་དག་

གི་སྐྱ་སྟོར་ནི། རྗེས་འཇུག་ག་ང་གཉིས་མཐར་གི་དང་། རྗེས་འཇུག་ད་བ་ས་
གསུམ་གྱི་མཐར་གྱི་དང་། རྗེས་འཇུག་ན་མ་ར་ལ་བཅས་གྱི་མཐར་གྱི་དང་།
རྗེས་འཇུག་འ་དང་མཐའ་མེད་མཐར་ཀང་པ་ཁ་སྟོང་དགོས་ན་ཡི་དང་། ཁ་
སྟོང་མི་དགོས་ན་འི་བཅས་འཇུག་པ་ཡིན།

འདིའི་དོན་གྱི་སྟོར་བ་ནི། རྟེན་དང་བརྟེན་པའམ་ཡན་ལག་དང་ཡན་
ལག་ཅན་སོགས་མིང་དོན་པན་ཚུན་འབྲེལ་བ་བརྗོད་པའི་དོན་ཡིན་ཞིང་།
དེའང་གསལ་པོར་བཤད་ན། མིང་གཉིས་གྱི་བར་དུ་དུག་སྐྱ་སྟོར་ཏེ་ཆོག་ཏུ་
སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་སྟེ། ཞིང་གི་ཡལ་ག ཉི་མའི་འོད་ཟེར། རྩ་ཡི་གཉེར་མ་
སོགས་ལྟ་བུ་ཡིན། ཆོག་སྟོར་འདི་གས་ལ་རྣམ་དབྱེ་དུག་པའི་རྟེན་མ་སྟོར་
ན་ཆོག་ཏུ་སྐྱབ་མི་བྱུང་། དེའི་རྩ་མཆན་ནི། གོང་གི་ཞིང་དང་ཡལ་ག ཉི་མ་
དང་འོད་ཟེར། རྩ་དང་གཉེར་མ་བཅས་གྱི་མིང་རྣམས་ནི་ཆོས་ཅན་བརྗོད་
པའམ་བྲད་གཞི་སྟོན་པའི་མིང་ཡིན་ཞིང་། བྲད་གཞི་སྟོན་པའི་མིང་གཉིས་
སྟོར་ཏེ་ཆོག་ཏུ་སྐྱབ་སྐྱབས་བར་དུ་རྣམ་དབྱེའི་རྟེན་མེད་པ་མི་སྟིད། འོན་
ཀྱང་ཞིང་སྐྱམ་པོ་དང་། ལྷགས་རིང་པོ། བ་ལམ་གྱི་རྩ་དུ་སོགས་ནི་ཟེར་
སྟོལ་གཏན་ནས་མེད། དེའི་རྩ་མཆན་ནི། ཞིང་དང་། ལྷགས། བ་ལམ་བཅས་
ཆོས་ཅན་བརྗོད་པའམ་བྲད་གཞི་སྟོན་པའི་མིང་ཡིན་ནའང་། སྐྱམ་པོ་དང་།
རིང་པོ། རྩ་དུ་རྣམས་ནི་ཆོས་བརྗོད་པའམ་བྲད་ཆོས་བརྗོད་པའི་མིང་ཡིན་
པས་བྲད་པར་གྱི་གཞི་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་ལ་བྲད་པར་གྱི་ཆོས་སྟོར་ཏེ་

ཆིག་ཏུ་སྐྱབ་པ་ཡིན་པས་མིང་འདི་རིགས་ཀྱི་བར་དུ་དུག་སྐྱ་མི་འཇུག་པ་
 ཡིན། སྐབས་འགར་ཆིག་སྐྱོར་གྱི་ཉམས་འདོན་པའམ་ཆིགས་བཅད་སོགས་
 ཀྱི་སྐབས་སུ་ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་བརྗོད་པའི་མིང་གོ་ལྟོག་གི་ཚུལ་དུ་སྐྱར་
 བའང་ཡོད་དེ། དམར་པོའི་རི་དང་། མཛེས་པའི་མེ་ཉོག་ རྩོད་པའི་ཤེས་རབ།
 སྙན་པའི་སྤྱིང་བྲ། སྐྱར་པའི་སྒྲོག་ཞགས་ལྟ་བུའི་ཆིག་སྐྱོར་ལ་དུག་སྐྱ་དེས་
 བར་སྐྱོར་ནའང་བརྒྱུད་པའི་ལུགས་ལ་མིང་གི་ངོ་བོ་ལ་ནི་འགྱུར་བ་མེད་
 བར་དམར་པོའི་རི་ཞེས་བརྗོད་ཀྱང་དམར་པོ་ནི་ཆོས་བརྗོད་དང་། རི་ནི་ཆོས་
 ཅན་བརྗོད་པ་ལས་མ་འདས་པ་ཡིན། ཚད་མའི་ལུགས་ལ། དམར་པོའི་རི་
 ཞེས་བརྗོད་ཆོ། དམར་པོ་བྲད་གཞི་དང་། རི་བྲད་ཆོས་སུ་འཛོག་པ་དང་།
 ཡང་། རི་དམར་པོ་ཞེས་བརྗོད་ཆོ། རི་བྲད་གཞི་དང་། དམར་པོ་བྲད་ཆོས་སུ་
 འཛོག་པ་ཡིན་པས་དོན་དུ་ནམ་དུ་དུག་སྐྱ་ལ་སྐྱར་པ་སྐྱར་ལུལ་གྱི་མིང་དེ་བྲད་
 གཞིར་འཛོག་པ་ཡིན། བརྒྱུད་ལུགས་ཀྱི་ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་བརྗོད་པའི་
 དུ་བའི་དེ། དུག་སྐྱ་ཡོད་མེད་ཁོ་ན་ལ་སྟོས་པ་མིན་པར་གང་ཡང་རུང་བའི་
 མིང་ཉིད་ལ་དུ་བའི་ལ་འབྱེད་པ་སྟེ། ཆིག་གྲོགས་གཞན་ལ་སྟོས་མི་དགོས་པར་
 དོན་གྱི་ངོ་བོ་སྟོན་ཐུབ་པའི་མིང་དང་། མིང་དེའི་ཐོག་མར་མ་དང་མིའི་དགག་
 སྐྱ་མི་འཇུག་པའི་མིང་ཀུན་ལ་ཆོས་ཅན་བརྗོད་པའམ་བྲད་གཞི་སྟོན་པའི་
 མིང་ཞེས་བརྗོད་དེ། དཔེར་ན། ཤིང་དང་། ཁང་པ། རྒྱ་མཚོ། ཉི་མ་སོགས་ལྟ་
 བུ་དང་། ཡང་བྲད་པར་གྱི་གཞི་ཞིག་དང་མ་སྐྱར་ཆེ་དོན་གྱི་ངོ་བོ་ཆ་ཆང་བ་

ཞིག་སྟོན་མི་རྒྱས་པ་དང་། མིང་གི་ཐོག་མར་མ་དང་མིའི་དགག་སྐྱ་འཇུག་
པའི་མིང་རྣམས་ལ་ཆོས་བརྟུན་པའམ་བྱུང་ཆོས་བརྟུན་པའི་མིང་ཞེས་བརྟུན་
དེ། དཔེར་ན། རིང་བ། མཐོ་བ། ཆེ་བ། དམར་བ་སོགས་ལྟ་བུ་ཡིན།

ཡང་གོང་དུ་བཤད་པའི་ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་བརྟུན་པའི་མིང་གོ་ལྟོག་
གི་ཚུལ་དུ་སྦྱར་བའི་དམར་པོའི་རི་དང་། མཛེས་པའི་མེ་ཉོག་སོགས་ལ་
འཇུག་པའི་དུག་སྐྱ་དང་། ཆོས་ཅན་བརྟུན་པའི་མིང་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་འཇུག་
པའི་དུག་སྐྱ་མི་འདྲ་བ་ནི། དང་པོའི་རིགས་ལ་འི་དང་ཡི་གཉིས་ལས་མི་
འཇུག་སྟེ། དམར་གྱི་རི་དང་། མཛེས་ཀྱི་མེ་ཉོག་ཅེས་མི་འཇུག་པ་ལྟ་བུ་དང་།
གཉིས་པའི་རིགས་ནི་དེ་དང་མི་འདྲ་བར། ཤིང་གི་ཅེ་མོ་དང་། གསེར་གྱི་
བུམ་པ་སོགས་ལྟ་བུ་འཇུག་པ་ཡིན། དེའི་རྒྱ་མཚན་ནི་གོང་གི་དམར་དང་།
མཛེས་སོགས་ཆོས་བརྟུན་གྱི་མིང་དག་ལ་ནི་བ་པོ་བ་པོ་སོགས་ཀྱི་ཆིག་
གྲོགས་མ་སྦྱར་ཆེ་མིང་ཆ་ཆང་བ་མི་འབྲུབ་ཀྱང་ཤིང་དང་གསེར་སོགས་ནི་
དེ་དང་མི་འདྲ་བར་ཆིག་གྲོགས་མི་དགོས་པ་ཡིན།

དེ་ལྟར་ངེས་པར་བྱས་ཏེ་རྣམ་དབྱེ་དུག་པའི་དཔེ་བརྟུན་ཅི་རིགས་སུ་
བཀོད་པ་འདི་ལྟར། རྒྱལ་མཚན་གྱི་ཉོག་གསེར་གྱི་རྒྱ་ཕིབས། ཡིད་བཞིན་གྱི་
ཁོར་བ། བ་ཡུལ་གྱི་ལོ་རྒྱུས། བདེ་སྦྱིད་འཆོ་བ། རྒྱལ་ཁབ་གྱི་མངའ་ཐང་། བས་
གྱི་རྒྱལ་བ། དམག་གི་སྟོབས་ཤུགས། རང་གི་འདོད་དོན། ཏྲེ་ལོ་སྦྱ་མདོག་རི་
ཡི་ཅེ་མོ། མིའི་གཤེས་ཀྱི་བྱའི་གཤོག་པ་སོགས་ལྟ་བུ་མང་དུ་སྦྱར་བར་བྱའོ།

ཡང་ནམ་དེ་དེ་དུག་པའི་རྒྱུ་རྒྱུ་སྟེ་ཆོག་འགལ་བའམ་མི་མཐུན་
པར་སྟོན་པའི་ཆོག་གི་རྒྱུ་དུ་འཇུག་པ་ནི། ཉི་མ་ཉིད་ལ་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐུན་
པ་སེལ་བའི་རྒྱས་པ་ཡོད་ཀྱི་རྒྱ་སྐར་སོགས་ལ་ནི་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ནོ། །ཞིང་
ལ་མེ་འབར་གྱི་ཚུ་ལ་ནི་མིན་ནོ། །གནམ་གྱུ་ནམ་མཁའ་གཏོང་གི་ལྷགས་
ལམ་དུ་མ་ཡིན་ནོ། །ངོ་མཆར་ཆེ་བའི་ལྷ་མོར་ལྷ་ཡི་ཐ་ཤེས་ཀྱི་སྟོང་པ་ལ་
སུ་ཞིག་གིས་ལྷ་སོགས་ལྷ་བྱ་ཡིན། འདིའི་སྤང་རྒྱུ་སྟེ་ཆོག་དང་ཆོས་
བརྗོད་ཀྱི་མིང་མཐར་འཇུག་པ་ལས་ཆོས་ཅན་བརྗོད་པའི་མིང་མཐར་མི་
འཇུག་པ་དང་། རོན་དུ་ཡུང་འང་ཡང་གསུམ་མི་མཐུན་པའི་རྒྱུ་ལ་འཇུག་
པའི་སྤང་དང་། དགག་པའི་རོན་གྱི་མ་གཏོགས་ཞེས་པ་དང་། ལས་སྐྱོད་དགར་
བའི་རོན་དུ་འཇུག་པའི་ནང་གསེས་མ་གཏོགས་ཞེས་པའམ་དགག་པའི་རོན་
དུ་འགྲོ་བའི་ལས་སྐྱོད་བཅས་དང་འཇུག་ཚུལ་མཐུན་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན།
གོང་གི་དཔེ་བརྗོད་ཞིང་ལ་མེ་འབར་བར་འགྱུར་གྱི་ཚུ་ལ་ནི་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ནོ། །
ཞེས་པ་དང་། མེ་འབར་བར་འགྱུར་ཡང་དང་། མེ་འབར་བ་མ་གཏོགས། མེ་
འབར་བ་ལས་འཇུག་པ་མཐུན་པ་ཡིན་ནོ།།

ནམ་དེ་དེ་གསུམ་པ་བྱེད་སྒྲུ།

གཉིས་པ་ནམ་དེ་དེ་གསུམ་པ་བྱེད་སྒྲུ་ནི། གོང་དུ་བཤད་པའི་ནམ་དེ་དེ་

བྱུག་པའི་རྒྱུན་གྱི་སོགས་ལ་རྗེས་འཇུག་ས་ཡིག་རེ་སྐྱར་བས། གིས། གྱིས།
 རིས། ཡིས། གྱིས་རྣམས་སུ་བྱུང་བ་ནི་བྱེད་པ་པོས་བྱ་བ་ལ་སྦྱོར་བ་སྟོན་
 བས་ན་རྣམ་དབྱེ་བྱུག་པའི་སྐབས་དང་མཚུངས་ནའང་། འམཐར་འཇུག་ཞེས་
 ད་ལྟ་དངོས་སུ་མི་འབྲི་བ་ནི་སྐད་གསར་བཅད་གྱི་ལུགས་ལ་མི་འབྱུང་བ་
 ལས་གནའ་བོའི་ཡི་གེ་དག་ཏུ་འཇུག་གིས་བ་ད་ལྟའང་མཐོང་དུ་ཡོད་པས་ཐོབ་
 ཐང་མེད་པ་མིན་པར་ཤེས་དགོས།

འདིའི་དོན་གྱི་སྦྱོར་བ་ནི། སྦྱོར་བྱེད་པ་པོ་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་གིས་
 བྱ་བ་བྱས་པའི་དོན་སྟོན་པའི་ཆེ་བྱེད་པོ་དེ་ལ་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པའི་རྒྱུན་
 སྐྱར་དགོས་མོད། རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པའི་རྒྱུན་སྐྱར་ཡུལ་མཐའ་དག་བྱེད་པ་
 པོ་འབའ་ཞིག་ཡིན་དགོས་པའི་ངེས་པ་མེད་དེ། བྱེད་པོ་ཡོད་པའི་བྱེད་པ་དང་།
 བྱེད་པ་རྒྱུང་བ། སྐབས་འགར་བྱ་བ་འབྱུང་བའི་རྒྱ་ཙོམ་ལ་འཇུག་པའང་ཡོད་
 པར་ཤེས་དགོས། འདིའི་དོན་ཁོ་བོས་བྲིས་པའི་རྟགས་གྱི་འཇུག་པའི་དཀར་
 གནད་འགའ་ཞིག་གསལ་བར་བཤད་པ་གནད་གྱི་སྟོན་མེ་ཞེས་པ་ལས་ཞིབ་
 ཙོམ་བསྟན་བྲིས་པས་འདིར་སྐར་ཡང་སྟོན་པའི་ངལ་བ་མི་བབྱེད་དོ། །འདིར་
 བཤད་པ་ནི་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པའི་རྒྱུན་སྐྱར་བའི་འོག་ཏུ་ཉེ་འབྱུང་གང་རུང་
 ཞིག་ཏུ་བྱ་ཆོག་ཅིག་མེད་པ་མི་སྲིད་ལ། བྱ་ཆོག་དེའང་བྱེད་པོ་གཞན་དང་
 དངོས་སུ་འབྲེལ་མ་འབྲེལ་ཅི་རིགས་སུ་འབྱུང་བ་འདི་ལྟར། བྱེད་པོ་གཞན་
 དང་དངོས་སུ་འབྲེལ་ལ་བྱེད་པོ་དང་ཉེ་བའི་བྱ་བ་ནི། སྟོབ་ཐང་གིས་རི་མོ་

བྱིས། དགོ་ཤུན་གྱི་སྟོབ་ཁྱིད་མཛད། ཐམས་ཅད་གྱིས་དེ་ལ་མཉན། ཤེས་
 རབ་གྱིས་སྐད་ཆ་བཤད། མི་གཉིས་གྱིས་ཤེད་ཤུགས་འགྲན། སྟོབ་སྤྱག་
 གིས་ལྟ་མོ་བལྟས། དུམ་གྱིས་སྤྲས་ལ་བུམས་སྟོང་བྱེད། རྣམ་རྒྱལ་གྱིས་
 ཞིང་ལ་ས་བོན་བཏབ། སྟོལ་དཀར་གྱིས་མེ་ཏྲིག་བཏབ། རྩོན་པས་རི་དྲགས་
 བསད། དཔའ་བོ་ཡིས་སྤྱག་བསད་ལྟ་བུ་བྱེད་པོ་དང་། ལས། བྱ་བ་བཅས་
 སྟོན་པ་དང་། དེ་བཞིན་བྱེད་པོ་གཞན་དང་དངོས་སུ་འབྲེལ་ཞིང་བྱེད་པོ་དང་
 འགྲང་བའི་བྱ་བ་ནི། དེའི་ཆེ་ཡབ་ཆེན་གྱིས་སྟེད་མོས་ཆལ་དུ་འཆོགས་པའི་
 རྩོས་གར་འཁྲབ་མཁན་རྣམས་ལ་བཀྲ་ཤེས་བདེ་ལེགས་གྱི་ཤེས་ཆིག་
 བརྗོད་པ། ལྟ་བུ་བརྗོད་པ་ཞིག་གིས་ཐོག་མར་བྱེད་པོར་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པའི་
 རྒྱུ་རྐྱེད་ཏེ་དེའི་མཐའ་མར་བྱ་ཆིག་རྒྱར་བ་ཡིན་པ་འདིས་མཆོན་གཞན་
 ཀྱན་ལ་དེའི་རིགས་བསྐྱེ་བར་བྱའོ། །གོང་དུ་བཀོད་པའི་བྱེད་པོ་དང་ཉེ་བའི་
 དཔེ་བརྗོད་བཅུ་གཅིག་དང་། འགྲང་བའི་བྱ་བའི་དཔེ་བརྗོད་གཅིག་བཅས་གྱི་
 རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པའི་རྒྱུ་ནི་བྱེད་པ་པོར་རྒྱར་བ་ཡིན་པ་དང་། དེའང་དབྱེ་
 བ་དགུ་ལྟར་གྱི་བྱ་ཆིག་ཤ་སྟག་གོ།

ཡང་བྱེད་པ་ལ་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པའི་རྒྱུ་རྐྱེད་པ། དཔེར་ན། མིག་
 གིས་གཟུགས་མཐོང་། ཆང་གིས་བཟི། སྟོན་གྱིས་ནད་དྲག་ནད་གྱིས་ལུས་
 མནར། ལྟགས་པས་ཤོག་བྱ་བྱེད། སེམས་གྱིས་དོན་ཏྲིགས། ལག་པས་
 དཀར་ཡོལ་ཤོར་སོགས་ནི་བྱེད་པ་དང་ལས་གཉིས་ཐ་དད་དུ་སྒྲུང་ནའང་བྱ་

ཆིག་འདི་རིགས་ལ་བྱེད་པོ་གཞན་དང་དངོས་སུ་མ་འབྲེལ་བའི་བྱ་ཆིག་ཅེས་
བཟོད་པ་ཡིན། ཡང་། སྟོད་ཚུ་ཡིས་བཀའ་། ཁབ་གྱིས་གོས་བཅེམས། མིག་
གིས་བལྟས། ལྷག་གིས་གཞུས། རྟོར་གྱིས་བསྐྱས་སོགས་གྱི་རྣམ་དབྱེ་
གསུམ་པའི་རྒྱུ་རྣམས་ཀྱང་བྱེད་པ་ལ་སྦྱར་བ་ཡིན་མོད། གོང་གསལ་སྟན་
གྱིས་ནད་དྲག་དང་ནད་གྱིས་ལུས་མནར་སོགས་དང་མི་འབྲས་ནི། བཀའ་
དང་། བཅེམས། བལྟས་སོགས་བྱེད་པོ་གཞན་དང་དངོས་སུ་འབྲེལ་བའི་བྱ་
ཆིག་ཡིན་པ་དང་། དེ་དག་གི་བྱེད་པོ་ཡང་ཤུགས་ལ་བསྟན་པ་ཡིན་པར་
ཤེས་དགོས། དེས་ན་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་ཡིན་ཕྱིན་དངོས་ཤུགས་གང་རུང་དུ་
བྱེད་པོ་ངེས་པར་དུ་ཡོད་དགོས་ཏེ། དངོས་པོ་བདག་གཞན་གཉིས་གྱི་དབྱེ་
བ་ཐ་དད་དུ་འཛོག་དགོས་པས་སོ། །བྱེད་པ་དང་ལས་གཉིས་གྱི་དབྱེ་བ་ཐ་
དད་དུ་ཡོད་པ་ཅུམ་གྱིས་བྱེད་པོ་གཞན་དང་དངོས་སུ་འབྲེལ་བ་སྟེ་བྱ་བྱེད་ཐ་
དད་པ་ཞེས་བཟོད་མི་རིགས་སྟུམ་མོ། །ཡང་བྱེད་པོ་དང་བྱེད་པ་གཉིས་ཀ་
དངོས་སུ་ཆིག་བེན་དུ་ཡོད་ཅིང་། གཉིས་ཀར་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པའི་རྒྱུ་
སྦྱར་བ། དོན་གྲུབ་གྱིས་ཐོར་བས་རྩ་བརྒྱས། ལྟ་བུའི་གས་བྱ་བ་གཅིག་ལ་
བྱེད་སྒྲ་གཉིས་བཅེགས་སུ་འབྲི་རུང་བའང་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཡང་རྟོར་གྱིས་
ལྷག་ ཡོན་ཏན་གྱིས་བཟི། བསམ་གྱིས་མི་བྲག། བཟོད་གྱིས་མི་ལང་།
བརྟུང་བས་མི་ངོམ། བཤད་པས་མི་གོ། བལྟ་བས་མི་ངོམ། སྐད་གཉིས་ཤན་
སྦྱར་གྱིས་བཀོད་པ། མཉམ་རུབ་གྱིས་བརྟུངས་པ། གྲོས་བསྐྱར་གྱིས་ཐག་

བཅད་པ། དཀའ་སྤྱད་མཉམ་སྦྲེང་གིས་འཆོ་བ་བསྐྱེད་པ་སོགས་ཀྱི་རྣམ་
 དཔྱད་གསུམ་པའི་རྒྱུ་རྣམས་གོང་གསལ་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་བྱེད་པ་པོ་དང་།
 བྱེད་པ། ཐ་མི་དད་པའི་བྱེད་པ་ཙྰམ་སོགས་ལ་འཇུག་པའི་བྱེད་སྦྱོར་རྒྱུ་
 རྣམས་དང་ཅུང་ཟད་མི་འདྲ་ཡང་སྤར་གྱི་འབྲེལ་བ་ཤད་མཁན་དག་གིས་
 འདིའི་ཐད་ལ་མཐའ་དབྱེད་པ་ཞིག་ནི་མ་མཐོང་ནའང་། གོང་གི་དཔེ་བརྗོད་
 རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས། བསམ་གྱིས་མི་བྲལ། བརྗོད་གྱིས་མི་ལང་སོགས་ལ་ནི་
 དགག་སྒྲ་སྒྲར་དགོས་པ་ལས། བསམ་གྱིས་བྲལ་དང་། བརྗོད་གྱིས་ལང་
 ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་འབྲེལ་དང་བཤམ་སྟོལ་གཉིས་ཀ་མེད་པ་དང་། ཡང་གོང་
 གི་སྐད་གཉིས་ཤམ་སྒྲར་གྱིས་བཀོད་པ་སོགས་ཀྱི་གསུང་ནི། སྐད་གཉིས་ཤམ་
 སྒྲར་བྲས་ཏེ་བཀོད་པའས། སྐད་གཉིས་ཤམ་སྒྲར་གྱི་སྟོན་ས་བཀོད་པ་
 སོགས་ཀྱི་ཆོག་སྟོར་དང་མཐུན་ནོ།།

སི་ཏུའི་འབྲེལ་ཆེན་དུ། གསེར་གྱིས་བྱུག་ཅེས་པ་རྣམ་དཔྱད་གསུམ་
 པའི་དཔེར་བཀོད་གནང་བར་བརྟགས་ན་གསེར་འབྱུག་བྱེད་དུ་གོ་དགོས་པ་
 ལྟ་བུར་སྒྲུང་ཡང་། རི་མོ་མཁན་གྱིས་ཕིར་གྱིས་ཤིང་ལ་གསེར་བྱུག་ཅེས་པ་
 ལྟ་བུའི་ཆོག་སྟོར་ནི། རི་མོ་མཁན་བྱེད་པོ་དང་། ཕིར་བྱེད་པ། གསེར་བྱུག་
 བྲམ་བྱུག་རྒྱར་གོ་དགོས་པས་གསེར་ལ་བྱེད་སྒྲ་སྒྲར་འོས་མིན་དང་། དེ་
 བཞིན་མགོན་པོ་བྱུག་བྱུག་པའི་བརྗོད་པ་ལས་ཀྱང་། དཔྱལ་བར་སིན་རྒྱ་ར་
 ཡིས་ལེགས་པར་བྱུག །ཅེས་པའི་སིན་རྒྱ་ར་ལ་བྱེད་སྒྲ་སྒྲར་དགོས་པའི་རྒྱ་

མཚན་ལའང་བརྟག་པར་འཆལ། ཡང་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པའི་རྒྱུ་རྣམས་རྒྱ་
མཚན་སྟོན་པའི་དོན་དུ་འཇུག་པ་ནི། ཉི་མ་ཤར་བས་སྟུན་པ་ཡིས། ཁོས་
བཤད་ཆད་བདེན་པས་ཀྱུན་གྱིས་ཆད་མར་འཇིན། རྒྱུ་ཐག་རིང་བས་མིག་
གིས་མཐོང་མི་ཐུབ་པ་ལྟ་བུ་སོགས་ཀྱི་བྱེད་སྒྲུ་འཇུག་ཡུལ་ནི་བྱ་ཆོག་གམ་
ཆོས་བརྗོད་ཀྱི་མིང་ཡིན་ཞིང་། ཆོས་ཅན་བརྗོད་པའི་མིང་གི་མཐར་རྒྱ་
མཚན་སྟོན་པའི་བྱེད་སྒྲུ་མི་འཇུག་སྟེ། དཔེར་ན། ཁང་པ། ཉི་མ། མཚོ་སོགས་
ཀྱི་མཐར་པས་དང་བས་འཇུག་མི་སྲིད་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། སྒྱིར་རྒྱ་མཚན་སྟོན་
པའི་བྱེད་སྒྲུ་ལ་གིས་སོགས་ལྟ་བུ་འཇུག་ནའང་དེང་སང་གི་འབྲི་སྟོལ་ལ་
པས་དང་བས་ཅམ་ལས་གིས་སོགས་འབྲི་བ་ཆེར་མ་མཐོང་། སི་འབྲེལ་དུ།
བྱེད་དུ་རུང་གིས་གྱིས་ཤིག་ཅེས་དཔེ་བརྗོད་གཅིག་རང་བཞོད་པར་སྒྲུང་།
ཡང་། དབང་གིས། རྒྱུ་གྱིས། ལྟ་བས་གྱིས་སོགས་ལ་པས་དང་བས་འབྲི་
སྟོལ་མེད་ཀྱང་དོན་དུ་པས་དང་བས་ཀྱི་དོན་དང་བྱེད་མེད་དེ། དཔེར་ན།
སེམས་དགའ་བའི་རྒྱུ་གྱིས་སྟོ་འཁྲབ་ཅེས་པ་ལྟ་བུར་མཚོན་ན། སེམས་
དགའ་བས་སྟོ་འཁྲབ་དང་བྱེད་མེད་པ་ལྟ་བུ་འོ། །གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་སྒྱིར་
རྒྱ་མཚན་སྟོན་པའི་བྱེད་སྒྲུ་ནི་ཆོས་བརྗོད་ཀྱི་མིང་ངམ་བྱ་ཆོག་གི་མཐར་
འཇུག་པ་ཡིན་ཡང་། མིང་དེ་དག་གི་མཐར་པ་དང་བམ་སྒྱུར་ཆེ་མི་འཇུག་
པའང་ཤེས་དགོས།

བཞི་པ་རྒྱན་སྤྱད་བཤད་པ།

རྗེས་འཇུག་ལ་སྟོས་པའི་སྤད་ཡིན་ལ། རྣམ་དབྱེ་མ་ཡིན་པ་རྒྱན་སྤྱད་
གྱི་སྤད་བཤད་པ། འདིའི་སྤད་ནི་ཀྱང་ཡང་འང་གསུམ་ཡིན་ཞིང་། སྤྱི་ཡོ་སྟོར་
བཞི་རྗེས་འཇུག་ག་ད་བ་ས་བཞི་དང་། ད་དྲག་ཅན་བཅས་གྱི་མཐར་ཀྱང་དང་།
རྗེས་འཇུག་ང་ན་མ་ར་ལ་བཅས་གྱི་མཐར་ཡང་། རྗེས་འཇུག་འ་དང་མཐའ་
མེད་བཅས་གྱི་མཐར་རྒྱང་པ་ཁ་སྟོང་དགོས་ཆེ་ཡང་དང་། མི་དགོས་ཆེ་འང་
འཇུག་པ་ཡིན། དཔེར་ན། བཀའ་ཀྱང་། བཏུད་ཀྱང་། བཀའ་ཀྱང་། བལྟས་
ཀྱང་། བསྟན་ཀྱང་། བཀའ་ཡང་། མིན་ཡང་། ལམ་ཡང་། ཆར་ཡང་། གསལ་
ཡང་། མིའང་། མི་ཡང་ལྟ་བུ་སོགས་སོ། །འདིར་ད་དྲག་ཐོབ་པའི་ན་ར་ལ་
གསུམ་གྱི་མཐར་ཀྱང་སྟུར་དགོས་པ་དང་། ད་དྲག་མེད་པའི་རྗེས་འཇུག་ན་
ར་ལ་གསུམ་གྱི་མཐར་ཡང་སྟུར་དགོས་པ་བསྟན་མོད། སྟོན་དང་ད་ལྟའི་འབྲི་
སྟོལ་ནང་ད་དྲག་མི་འཐོབ་པའི་ཡིན་དང་། མིན་སོགས་གྱི་མཐར་ཀྱང་སྟུ་
སྟུར་བ་མི་ཉུང་བ་ཞིག་མཐོང་དུ་ཡོད་པ་དག་ནི་མ་དག་རྒྱན་འབྲམས་གྱི་
སྟོན་མིན་ནམ་སྟུམ། དེ་ལ་ཁ་ཅིག་གིས་ཡིན་དང་མིན་སོགས་ལ་ད་དྲག་
འཐོབ་པས་ཀྱང་འབྲིར་རུང་ངོ་ཞེ་ན། འོ་ན་ཡིན་ཏོ། །ཡིན་གྱི། ཡིན་ཏམ། ཡིན་
ཅིང་། ཡིན་ཅས། ཡིན་ཅེ་ན་སོགས་མི་འཐོབ་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཞིག་ཡོད།
རྒྱན་སྤྱད་གྱི་དོན་གྱི་སྟོར་བ་ནི། སྤད་དེ་དག་མཐུན་པའི་རྒྱན་དང་།

མི་མཐུན་པའི་རྒྱན། སྤྱད་པའི་དོན་བཅས་གསུམ་ལ་འཇུག་པའོ།།

དང་པོ་མཐུན་པའི་རྒྱན་ནི། ཟུན་པའི་སྒྲག་རུམ་གནག་ཀྱང་གནག་
བདེན་པའི་གཏན་ནི་བཤའ་ཀྱང་བཤའ། དོན་ཆེན་བྱ་བ་འབྱུང་ཀྱང་འབྱུང་།
མཐོང་བའི་ཡུལ་སྟོངས་མཛེས་ཀྱང་མཛེས། དཀའ་གནད་གཞན་ལ་བསྟན་
ཀྱང་བསྟན། གང་དགོས་མཉེ་བསམ་བཏང་ཡང་བཏང་། གྲོགས་ཀྱིས་བཤའ་
བ་བདེན་ཡང་བདེན། ཆེ་ཆུང་རིང་སྤང་མཉམ་ཡང་མཉམ། འཤར་ནས་ཉི་མ་
འཤར་ཡང་འཤར། ཉི་མའི་འོད་ནི་གསལ་ཡང་གསལ། རང་གི་སེམས་ནི་དགའ་
ཡང་དགའ། སྟོས་གྱི་བྱི་རད་བྱོལ་བྱོ་སོགས་ལྟ་བུའོ།།

གཉིས་པ་མི་མཐུན་པའི་རྒྱན་ལ་འཇུག་པ་ནི། ཏྲ་ཚོད་བཀག་ཀྱང་མ་
ཐུབ་ཤོར། སྤང་གཏམ་བཤའ་ཀྱང་ཡིད་མ་ཆེས། ས་བོན་བཏབ་ཀྱང་འབྲས་
མ་སྒྲིན། ལེགས་པར་བསྟན་ཀྱང་གཟུགས་མ་མཐོང་། ཞིབ་ཏུ་བསྟན་ཀྱང་
དོན་མ་ཏྲོགས། ལུས་སྟོབས་ཆུང་ཡང་དག་ལས་རྒྱལ། བ་ཆོད་ཆུང་ཡང་སྟོ་
ཅལ་ལྡན། ལོ་ན་མཉམ་ཡང་ལུས་མི་འདྲ། སེམས་ལ་འཤར་ཡང་བཤའ་མ་
རུས། ཉི་འོད་གསལ་ཡང་འཁྱག་པ་ལོང་། མགོ་བོ་ན་ཡང་སྒྲན་མ་བཏུངས།
དོན་ཀྱན་གོའང་ཅང་མི་སྒྲ་སོགས་ལྟ་བུའོ།།

གསུམ་པ་སྤྱད་པ་ལ་འཇུག་པ་ནི། བྱིད་ལྟར་བདག་ཀྱང་གནས་འདིར་
དགའ། བྱིད་ཀྱང་མ་འཁྱོན་གནས་འདིར་བཞུགས། ཀྱན་ཀྱང་གནས་འདིར་
འགྲོ་བར་འབྱུང། སྟོ་བཟང་ཡང་ནི་དེ་ལ་དགའ། རང་ཡུལ་ངན་ཡང་སྤྲ་ཞིག་

སྟོང་། སྟོ་བ་ཙོམ་ཡང་སྟེ་མི་འགྱུར། གར་ཡང་འཁྲབ་ཅིང་སྟེ་ཡང་ལེན། གནས་
དེར་རྟོག་ཅལ་ཡང་ནི་མཆིས། ང་ཡང་དེ་རུ་འགྲོ་འདོད་སྟེས། སྟོ་དགའང་དེ་
ན་བདེ་བར་རྒྱ་ཞེས་སོགས་ལྟ་བུ་ཅི་རིགས་པར་སྦྱར་བར་བྱའོ།

དེ་དག་ལས་མཐུན་པའི་རྒྱན་དང་། མི་མཐུན་པའི་རྒྱན་གཉིས་སྟོན་
པའི་སྟངས་དག་ནི་ཆོས་བརྟུན་གྱི་མིང་དང་བྱ་ཆོག་གི་མཐར་འཇུག་པ་ལས་
ཆོས་ཅན་བརྟུན་པའི་མིང་རྒྱང་པར་མི་འཇུག་པ་དང་། སྟངས་པ་ལ་འཇུག་པའི་
སྟངས་དག་ནི་གཙོ་ཆེ་བ་ཆོས་ཅན་བརྟུན་པའི་མིང་གི་མཐར་དང་། དེ་བཞིན་
སྟངས་ཅན་དབྱེའི་མཐར་འཇུག་པ་དང་། བྱ་ཆོག་རྒྱང་པའི་མཐར་མི་འཇུག་
ཀྱང་སྐབས་འགར་ཆོས་བརྟུན་པའི་མཐར་ཡང་འཇུག་པའི་བྱུང་པར་རྣམས་
ཞེས་དགོས།

རྒྱན་སྟངས་གྱི་སྟངས་དེ་དག་ལས་ཡང་སྟེ་ནི་བསྒྲུབ་པའི་དོན་ལའང་འཇུག་
པར་བཤད་ཅིང་། བསྒྲུབ་པ་ནི་བསྐྱར་བའི་དོན་ཏེ། ལྷན་མོ་འདི་ཡང་གཅིག་
མཐོང་སོང་། དབྱར་ཁ་གཟུགས་པོ་ཡང་ཡང་བཟུ་བ། ཁོང་གི་ནང་དུ་ཡང་
ནས་ཡང་དུ་བྱིན་པ། ཡང་བསྐྱར་སྟོབ་སྟོང་བྱེད་པ་སོགས་ལྟ་བུ་ཡིན། འདིའི་
ཡང་སྟེ་ནི་གོང་གི་རྒྱན་སྟངས་ལ་འཇུག་པའི་ཡང་སྟེ་དང་མི་འདྲ་བར་རྗེས་
འཇུག་ལ་སྟོས་མི་དགོས་པ་དང་། དེའང་བྱ་ཆོག་ཅིག་གི་མིང་གི་ཐོག་མར་
འཇུག་པ་ཡིན།

ལྷ་པ་ལྷག་བཅས་བཤད་པ།

རྗེས་འཇུག་ལ་སྟོས་དགོས་པའི་སྤང་ཡིན་ལ་རྣམ་དབྱེ་མ་ཡིན་པ་ལྷག་
བཅས་གྱི་སྤང་ཏེ་དེ་སྟེ་བཅས་གྱི་སྤྱི་ཡི་སྟོར་བ་ནི། རྗེས་འཇུག་ན་ར་ལ་ས་
དང་ད་བླག་བཅས་གྱི་མཐར་ཏེ་དང་། རྗེས་འཇུག་ད་ཡི་མཐར་དེ་དང་། རྗེས་
འཇུག་ག་ང་བ་མ་འདང་། མཐའ་མེད་བཅས་གྱི་མཐར་སྟེ་འབྲི་དགོས་པ་ཡིན་
པ་དཔེར་ན། མནན་ཏེ། གཡར་ཏེ། བརྟལ་ཏེ། བལྟས་ཏེ། བསྟོར་ཏེ། བསྟུར་
ཏེ། སྟོ་གཏང་ཏེ། བཅག་སྟེ། བཀང་སྟེ། བཏབ་སྟེ། འཁུམ་སྟེ། དགའ་སྟེ། སྟོ་སྟེ་
སོགས་ལྟ་བུ་དང་།

དོན་གྱི་སྟོར་ཚུལ་ནི་གང་ཡང་རུང་བའི་མིང་ཆིག་བརྗོད་པ་སྤྲ་མས་
མིང་ཆིག་གཞན་འདྲན་པར་བྱེད་པའི་ལྷག་བཅས་གྱི་སྤང་རྣམས་གྱིས་ལྷག་
མ་འདྲན་ཚུལ་གྱི་སྟོ་ནས་དབྱེ་ན་མཆམས་སྟོར་ལྷག་བཅས་དང་། དམ་
བཅའ་ལྷག་བཅས། གཞན་འདྲན་ལྷག་བཅས་ཏེ་གངས་གསུམ་དུ་ངེས་པ་
ཡིན།

དང་པོ་མཆམས་སྟོར་ལྷག་བཅས་ནི་སྟོར་བཏང་བྱ་ཆིག་གཉིས་བར་
དུ་འཇུག་པའི་ལྷག་བཅས་གྱི་སྤང་དག་ཡིན། འདི་ལའང་ནང་གསེས་གསུམ་
སྟེ། དང་པོ་ཆིག་སྤྲ་བྱི་གཉིས་ཀ་བྱ་བ་ཡིན་པ་དང་། དེའང་ཕལ་ཆེར་བྱ་བྱེད་
ཐ་དད་པ་དང་། དུས་རིམ་གྱིས་འཇུག་པ་ཞིག་དང་། གཉིས་པ་ཆིག་སྤྲ་མ་

གཙོ་ཆེ་བ་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་དང་སྤྱི་མ་ཐ་མི་དད་པ་དུས་རིམ་གྱིས་འཇུག་པ་
 ཞིག་གསུམ་པ་ཆིག་སྟེ་སྤྱི་གཉིས་ཐ་དད་མི་དད་ཅི་རིགས་འབྱུང་ཞིང་དུས་
 ཅིག་ཅར་དུ་འཇུག་པ་བཅས་གསུམ་ལས་དང་པོ་ནི། ཞིང་འབྲས་གྱི་སོན་
 དང་མེ་ཏོག་གི་སོན་སྒྲ་ཆོགས་པ་ཉོས་ཏེ་དབེན་ཞིང་ཉམས་དགའ་བའི་སྐྱེད་
 མོས་ཆེལ་དུ་བཏབ། ཞིང་དུམ་བྱར་བཅད་དེ་ལྷགས་རི་ལྟར་ཁང་པའི་མཐའ་
 སྟོར་དུ་བཅིགས། རི་དྲགས་གྱི་རྩ་མ་བསྟན་ཏེ་བོང་བུའི་ཤ་བཙོངས་པ།
 བསམ་སྟོ་ཞིབ་ཏུ་བཏང་སྟེ་གཞན་ལ་ལན་ལེགས་པར་བཏབ་པ། སྤྱིང་སྟོབས་
 བསྐྱེད་ནས་དབྱ་བོ་ལ་ངོ་ཆོལ་བྱེད་པ། སྤྱིང་ཞན་གྱི་ཅ་བ་བཀོག་ཅིང་ས་
 གནས་གཞན་དུ་བསྐྱལ་བ། རིག་པ་བསྐྱེམས་ལ་སྟོབ་སྟོང་བྱེད་པ་སོགས་ལྟ་
 བུའོ།

གཉིས་པ་ནི་བསམ་སྟོ་བཏང་སྟེ་དུས་ལྟན་རིང་ཙམ་བྱིན་པའི་རྗེས་སུ་
 སྤར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་རྣམས་བྲན་ཏེ་སེམས་རབ་ཏུ་དགའ་བ། སྟན་པ་བསྟན་ཏེ་
 བདུན་ཐག་གཅིག་ན་ནད་གཞི་བྱུག་པ། གནས་ཚུལ་ལེགས་པར་བཤད་དེ་
 གཞི་ནས་དོན་གསལ་ཏོགས་བྱུང་བ། བོད་ཡིག་ལེགས་པར་སྐྱངས་ནས་
 མཐར་མཁས་པར་བྱུར་བ། སྟན་དེ་གང་དུ་ཡོད་གང་སར་རྩད་བཅད་ཅིང་
 ཆོད་པ་སོགས་ལྟ་བུ་དང་།

གསུམ་པ་ནི། ཁོང་གིས་རིག་པ་བསྐྱེམས་ཏེ་སྟན་ངག་གི་དཔེ་བརྗོད་
 འབྲི་ཡིན་འདུག དགའ་སྟོ་དང་བཅས་ཏེ་སྤྱི་དབྱངས་ལེན་པ། ལག་གཉིས་

བཏེག་སྟེ་མཁུན་གསལ་པོར་རྒྱག་པ། ཐལ་མོ་བདེན་ཏེ་སྐྱེ་མཁུན་ལ་དགའ་
བསུ་ཞུས་པ། ལུ་ལོག་གི་གཞོན་སྒྲོན་འབད་དེ་འགོག་བཞིན་མཆིས། ཡིད་
སྒྲོན་ས་མིག་ལུ་གཏོང་བ། ཆིག་དོན་རེ་རེ་བཞིན་ལ་རྣ་བ་གཏད་ཅིང་མཉན་
པ་སོགས་ལྟ་བུ་ཡིན།

བཤའ་མ་ཐག་པའི་མཆམས་སྒྲོར་ལྷག་བཅས་ལ་ནས་དང་ལ་འཇུག་
པ་ནི་སྤང་རང་དབང་ཅན་དང་། ཅིང་སོགས་ཀྱང་མཆམས་སྒྲོར་ལྷག་བཅས་
ལ་འཇུག་པ་ནི་སྤང་རང་དབང་ཅན་མ་ཡིན་པའི་བྱུང་ཡོད་པ་རྣམས་ཤེས་
པར་བྱའོ།

འཇུག་ཚུལ་གཉིས་པ་དང་དམ་བཅའ་ལྷག་བཅས་ནི་ཆིག་སྒྲུ་མ་ཡོད་
མེད་ཡིན་མིན་སོགས་དམ་བཅས་ཏེ་དེའི་རྒྱ་མཆན་ནམ་སྐྱབ་བྱེད་འདྲེན་པ་
ཞིག་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལའང་ནང་གསེས་དབྱེ་བ་འདྲེན་པ་དང་། གཏན་ཆིགས་
འདྲེན་པ། དེས་ཆིག་འདྲེན་པ། རྒྱས་བཤའ་འདྲེན་པ་སོགས་ཡོད་པ་ལས་
དང་པོ་དབྱེ་བ་འདྲེན་པ་ནི་དོན་ལྡན་སྟེ། སྒྲིང་། སྒྲོ་བ། མཆིན་པ། མཆེར་མ།
མཁལ་མའོ། །སྒྲོད་བྱུག་སྟེ། ཐོ་བ། རྒྱ་མ། ལོང་ག། མཁྲིས་པ། སྒྲིང་པ། བསམ་
སེའུ་བཅས་སོ་སྟེ་བྱུ་གཏན་འཁེལ་གྱི་དབྱེ་གཞིའི་གྲངས་འཕོར་ཞིག་ལ་ལྷག་
བཅས་གྱི་སྤང་སྐྱར་ཏེ་དབྱེ་བ་དུ་ཡོད་གྱི་གྲངས་འདྲེན་པ་ཡིན།

གཉིས་པ་གཏན་ཆིགས་འདྲེན་པ་ནི། ལུ་འདི་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྡན་གྱི་
ལུ་མིན་ཏེ། བ་ཚཱི་བོ་བ་དང་ལྡན་པའི་བྱིར། དཔེར་ན་ལུ་གཏེར་གྱི་ལུ་བཞིན་

ནོ། །ནགས་ཚལ་འདིར་ཁུ་བྱུག་ཡོད་དེ། ཁུ་བྱུག་གི་སྤྱོད་ཐོས་པའི་ཕྱིར། བྲག་
རི་འདིརི་རོས་སུ་བྱུག་རོན་མང་དུ་མཆིས་ཏེ། སུན་རོན་གྱི་སྟོང་གང་སར་
ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདི་ལ་མེ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཚ་ཞིང་སྟེག་པའི་རུས་པ་དང་ལྷན་
པའི་ཕྱིར་སོགས་ལྟ་བུ་གང་ཡང་རུང་བའི་བསྐྱབ་བྱའི་དོན་ལ་ལྷག་བཅས་གྱི་
སྤང་སྦྱར་ཏེ་དེའི་སྦྱབ་བྱེད་འདྲེན་པ་ཡིན།

གསུམ་པ་རེས་ཆིག་འདྲེན་པ་ནི། རྩངས་འཁོར་ཏེ། རྩངས་པའི་
ཤུགས་ཀྱིས་བསྟོར་ཏེ་འགོ་བའི་འཁོར་ལོ་ཡིན་པས་སོ་ལྟ་བུ་གང་ཡང་རུང་
བའི་རྗེས་བྱུབ་གྱི་མིང་ཞེག་ལ་ལྷག་བཅས་གྱི་སྤང་སྦྱར་ཏེ་རེས་པའི་ཆིག་
འདྲེན་པའི་དོན་ཡིན་པར་བཤད་ཀྱང་ཞིབ་ཏུ་བརྟགས་ཆེ་གོང་གི་གཏན་
ཆིགས་འདྲེན་པའི་ལྷག་བཅས་དང་རེས་ཆིག་འདྲེན་པའི་ལྷག་བཅས་གཉིས་
ཀ་གང་བསྐྱབ་བྱའི་དོན་ལ་ལྷག་བཅས་གྱི་སྤང་སྦྱར་ཏེ་དེའི་སྦྱབ་བྱེད་འདྲེན་
པའི་ཆ་ནས་མཚུངས་ཏེ། གོང་དུ་བཀོད་པའི་རྩངས་འཁོར་ཏེ། རྩངས་པའི་
ཤུགས་ཀྱིས་འཁོར་བས་ན་དེ་ལྟར་བརྗོད་ཅེས་པར་ཆ་མཆོན་ན། དཔོན་
པོ་འདི་ལ་མིང་རྩངས་འཁོར་ཞེས་བརྗོད་ཆིག་སྟེ་ཞེས་བསྐྱབ་བྱ་བཀོད། དེའི་
སྦྱབ་བྱེད་དམ་གཏན་ཆིགས་ནི། རྩངས་པའི་ཤུགས་ཀྱིས་འཁོར་བ་ཡིན་པའི་
ཕྱིར་ཞེས་བརྗོད་ཆེ་ངོ་པོ་ནི་གཏན་ཆིགས་འདྲེན་པ་ལས་མ་འདས་སྟམ་པས་
དབྱུང་པར་འཛེལ།

བཞི་པ་རྒྱས་བཤད་འདྲེན་པ་ནི། རིན་པོ་ཆེའི་རིགས་ཏེ། གསེར།

དདུལ། ཟངས། རག ས་ལམ་སོགས་དང་། ཤིང་སྟེ། ཅན་དན། ལྷག་པ། ལྷག་
པ། ལྷག་མ། ལྷང་མ་སོགས་མཐའ་ཡས་སོ་ལྷ་བྱ་སྟེ་འདི་ནི་གོང་དུ་བཀོད་
པའི་དབྱེ་བ་འདྲེན་པ་དང་མཚུངས་ཀྱང་། དབྱེ་བ་འདྲེན་པའི་དབྱེ་གཞིའི་
གྲངས་འབོར་ལ་ངེས་གཏན་ཡོད་པ་དང་། རྒྱས་བཤད་འདྲེན་པའི་དབྱེ་
གཞིའི་གྲངས་འབོར་ལ་ངེས་གཏན་མེད་པའི་བྱེད་ཅུ་ཅུ་མ་ལས་སྤྱིའི་འགྲོས་
གཅིག་མཚུངས་ཡིན།

འཇུག་ཚུལ་གསུམ་པ་གཞན་འདྲེན་ལྷག་བཅས་ནི། བྱོད་ནི་བཟན་
པས་རི་བོ་སྟེ། །དཔའ་བས་གནམ་ལྷགས་ཐོག་ལྷར་ཏེ། །པས་ཆོལ་འཛོམས་
པས་གདོང་ལྷ་སྟེ། །བྱན་པ་ཡིས་ཀྱང་འཛིགས་པ་སྟེར། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ་གཙོ་
ཆེ་བ་ཆོགས་བཅད་ཀྱི་རྒྱང་པ་ཁ་སྒྲོང་བའམ་ཆོག་དོན་ལྷག་མ་གཞན་ཡོད་
ཅུ་ཚུམ་སྟོན་པའི་དོན་དུ་འཇུག་པ་དག་གོ།

སྤྱི་འགྲེལ་གྱི་གཞུང་ཁག་ཏུ་མི་གསལ་ཡང་ལྷག་བཅས་ཀྱི་སྤྱད་རྣམས་
འགལ་བའམ་མི་མཐུན་པའི་དོན་དུ་འཇུག་པའང་མཐོང་སྟེ། དཔེར་ན། ཁོ་ཐོ་
ལའང་བསམ་ཚུལ་དེ་འདྲ་ཞིག་སྤར་ནས་ཡོད་དེ་གཞན་སྤྱི་ལའང་བཤད་
མེད། དཔེ་ཆ་དེ་ཁོང་ལ་འདུག་སྟེ་གཡར་རོགས་ཞེས་བྱས་མེད། དོན་དེ་སྟོན་
ནས་ཁོང་ལ་བཤད་པ་ཡིན་ཏེ་བདག་སྒྲོད་བྱས་མ་སོང་། ཡིག་གཟུགས་དག་
གན་དང་འདྲ་སྟེ་དག་ཆ་དག་གན་ལས་ཞན་པ་འདུག ང་ལ་ལན་འདེབས་རྒྱ་
མེད་པ་མ་རེད་དེ་རེ་ཞིག་ཁ་རོག་བསྤྱད་པ་ཡིན་སོགས་ལྷ་བྱ་ཡིན་ཞིང་།

ལྷག་བཅས་གྱི་སྤང་འདི་དག་ནི་མི་མ་སྤུན་པའི་རྒྱན་ལ་འཇུག་པའི་ཀྱང་ཡང་
འང་གསུམ་དང་། གཞན་ཡང་མི་མ་སྤུན་པའི་དོན་སྟོན་པའི་སྤང་རུང་དང་མོད་
སོགས་དང་ཡང་འབྲ་བ་ཡིན། འདི་དོན་བད་སྟོད་རིག་པའི་བྲིད་རྒྱན་རབ་
གསལ་མེ་ལོང་དུ་བཀོད་འདུག་པ་ལེགས་བཤའ་དུ་སྒྲིང་།

རྒྱག་པ་འབྲེད་སྤྱད་བཤའ་བ།

རྗེས་འཇུག་ལ་སྟོས་དགོས་པའི་སྤང་ཡིན་ལ་རྣམ་དབྱེ་མ་ཡིན་པ་
འབྲེད་སྤྱད་གྱི་སྤང་ནི། རྗེས་འཇུག་བཅུ་ལ་རྗེས་འཇུག་རྒྱག་པ་སྦྱར་བས་
གམ་ངམ་དམ་ནམ་བམ་མམ་འམ་རམ་ལམ་སམ་བཅས་བཅུ་དང་། ད་རྒྱག་
ཅན་མཐར་འཇུག་པའི་ཏམ་བཅས་བཅུ་གཅིག་པོ་རྣམས་ནི་ཆིག་དོན་སོ་
སོར་འབྲེད་བའམ། རྟོགས་གཅིག་ཏུ་སྤྱད་པའི་སྦྱར་འཇུག་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་
དག་གི་སྦྱའི་སྦྱོར་བ་ནི་སྦྱར་བ་སྦྱའི་སྐབས་དང་འབྲ་བར་སྦྱིར་བཏང་རྗེས་
འཇུག་སོ་སོ་རང་རང་ལ་མ་ཡིག་རེ་སྦྱར་བ་དང་དམིགས་བསལ་ད་རྒྱག་
ཅན་རྣམས་ཀྱི་མཐར་ཏམ་ཡིག་སྦྱར་དགོས་པ། དཔེར་ན། བདག་གམ་གཞན།
བཟང་ངམ་ངན། ཡོད་དམ་མེད། བདེན་ནམ་རྩུན། རབ་བམ་འབྲིང་། གནམ་
མམ་ས། མེའམ་ཆུ། དབྱར་རམ་དགུན། གསལ་ལམ་མི་གསལ། གཡས་
སམ་གཡོན། ལྷགས་གསེར་དུ་གྱུར་ཏམ་མ་གྱུར། དོན་བསྟན་ཏམ་མ་བསྟན་

སོགས་སོ། །དེ་དག་དོན་ལ་ཅི་ལྟར་སྟོར་བའི་ཚུལ་ནི། གང་ཡང་རུང་བའི་
 གངས་གྱི་དབྱེ་གཞི་ཞིག་ཐོག་མར་བཀོད་དེ་དབྱེ་བ་རྣམས་རིམ་བར་འབྱེད་
 བ་དཔེར་ན། ལོ་སྟོར་བཙུ་གཉིས་ཏེ། གྱི་བའམ། སྤང་ངམ། ལྟག་གམ། ཡོས་
 སམ། འབྲུག་གམ། སྤེལ་ལམ། བྱའམ། བྱིའམ། བག་གོ་ལྟ་བུ་དང་། སྟུང་བ་ནི་
 གང་ཡང་རུང་བའི་སྟུང་གཞི་ཞིག་མཐར་བཀོད་དེ་བསྟུ་བྱའི་དངོས་པོ་རྣམས་
 རིམ་བཞིན་བཟངས་ཏེ་སྟུང་བ་སྟེ་དཔེར་ན། ལིའམ། ཁོན་ནམ། རྩའམ། ཁེན་
 ནམ། ཁམ་མམ། གིང་ངམ། ཟེན་ནམ། ཟོན་བཅས་ནི་སྤར་ཁ་བརྒྱད་དོ་ལྟ་བུ་
 དང་། ཡང་འབྱེད་སྟུང་གྱི་སྟངས་རྣམས་ཐེ་ཚོམ་གྱི་དོན་ལ་འཇུག་བ་དཔེར་ན།
 ས་བོན་དེ་ས་གནས་འདིར་བཏབ་ན་ལེགས་པར་སྟེ་བྱབ་བམ་མི་བྱབ་མ་
 དེས་བས་རེ་ཞིག་མ་བཏབ། མེ་ཏོག་གི་ཟེའུ་འབྲུར་བྱང་བའི་ཚོགས་འཁོར་
 རམ་ཡང་ན་མཛེས་པའི་ཞལ་དཀྱིལ་ལ་མིག་བྱང་དག་གཡོའམ་ཅི་ཞིག་ཐེ་
 ཚོམ་གྱི་བ་བར་ཚུད་བ་ལྟ་བུ་དང་། གྱི་བའི་དོན་ལ་འཇུག་བ་དཔེར་ན། རི་
 འདིའི་རྒྱབ་ཏུ་མཚོ་བདུན་ཡོད་ཟེར་བ་བདེན་ནམ། ད་ལན་བྱེད་ཐེབས་
 དགོས་བྱུང་བས་འོ་བརྒྱལ་བྱུང་ངམ། བྱེད་སྟེ་ཁམས་བདེའམ་ལྟ་བུ་དང་།
 ཡང་དབྱེ་གཞི་དང་བསྟུ་གཞི་དངོས་སུ་མི་གསལ་བ་དཔེར་ན། འདི་ནི་འབྲུག་
 གི་སྤྱའམ། སེང་གའི་ངར་སྐད་དམ། ས་གཡོ་བའི་སྤྱ་ལ་སོགས་པ་གང་ཡིན་
 མ་དེས་བ་ལྟ་བུ་རྣམས་ཀྱང་ཐེ་ཚོམ་གྱི་དོན་ཅན་ཡིན་པ་དང་། སི་འབྲེལ་
 ལས། གྱི་བ་དང་ཐེ་ཚོམ་གྱི་ཚིག་ཅན་རྣམས་ཀྱང་དོན་གྱི་བྱུང་བར་བརྟག་ཅིང་

འབྲེད་པའི་དོན་ཅན་ཡིན་པས། དེ་འབྲེད་འཇམ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱའང་འབྲེད་
པའི་སྐྱ་ཉིད་དུ་ངེས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་འབྲེད་པའི་དོན་དང་མ་འབྲེལ་
བའི་གམ་སོགས་ནི་མེད་པ་ཞེས་པར་བྱའོ།

བདུན་པ་འབྲུང་ཁུངས་བཤད་པ།

རྗེས་འཇུག་ལ་སྟོས་དགོས་པའི་སྤང་མ་ཡིན་ལ་རྣམ་དབྱེ་ཡིན་པ་
འབྲུང་ཁུངས་གྱི་དོན་ནི་ནས་དང་ལས་གཉིས་གྱིས་སྟོན་པ་ཡིན་ཞིང་། དེའང་
སྤྲ་འབྲེལ་དག་ཏུ་འབྲུང་ཁུངས་ལ་དངོས་དང་ཆ་འདྲ་བ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བའི་
དང་པོ་འབྲུང་ཁུངས་དངོས་ནི་འབྲུང་གཞི་དང་། བྱང་ཆོས་ཐ་དད་དུ་ཡོད་པ་
ཞིག་ཡིན་དགོས་པ་དཔེར་ན། རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ལས་རིན་པོ་ཆའི་རིགས་སྣ་
ཆོགས་སྤངས་ཏེ་རང་ཡུལ་དུ་བདེ་བར་ལྡོག་པ། འདོད་འཇོའི་བ་ལས་འོ་མ་
ཅི་དགར་བཞོས་ཏེ་ཆོམ་པར་བརྟུངས་པ། ས་འོག་ནས་རྩོལ་གྱི་གཏེར་ཁ་
རྩོགས་མཐའ་མེད་པ་ཞིག་ཐོན་པ། སྟག་མོ་གཅིག་ལ་སྟག་ཕྱག་ལྔ་ཉིན་
གཅིག་ལ་སྟེས་པ་ལྟ་བུ་སོགས་འབྲུང་གཞི་ཐོག་མ་དང་། བྱང་ཆོས་མཐའ་
མར་བཀོད་པ་དང་། ཡང་། གཏེར་དངོས་རྣམས་ས་འོག་ལས་བཏོན་ཏེ་མང་
དུ་སྐྱུད་པ་སོགས་ལྟ་བུ་བྱང་ཆོས་དང་འབྲུང་གཞི་གཉིས་ཐོག་མར་བཀོད་དེ་
མཐར་བྱ་ཆོག་སྐྱར་བའི་བྱད་ཅམ་ལས་འབྲུང་ཁུངས་ཡིན་ཞིང་། སྐྱིར་འབྲུང་

ཁུངས་དངོས་གྱི་དོན་ནི། འབྱུང་གཞི་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་ལས་བྱུང་ཆོས་
 གང་རུང་ཞིག་བྱུང་བེན་རྗེས་དེ་གཉིས་ཐ་དད་དུ་འཛོག་ཏུ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་
 དགོས། དེ་བཞིན་རི་ཆེ་ནས་འཇའ་ཆོན་ཁ་དོག་སྒྲ་ལྷ་དང་ལྷན་པ་ཞིག་འཕྲོས་
 ཏེ་རང་ཉིད་ལ་ཐེམ་པར་མིས། མཛེས་ཤིང་ལྷ་ན་སྒྲུག་པའི་མེ་ཏོག་དེ་ལས་བྱེ་
 ཞིས་ཀྱན་ཏུ་བྱུང་བ། བྱམ་མཁའ་ནས་འབྱུག་སྒྲ་བྱུག་པོ་ཏུ་རུ་རུ་སྒྲོག་བ།
 བྱམ་ལངས་པ་ན་བྲག་དཀར་གྱི་རི་དེ་ལས་ཁྲོད་པོ་རྣམས་ཕྱོགས་ཕྱོགས་སུ་
 འཕྱར་བ། སྐམ་གྱི་ནང་ནས་རིན་པོ་ཆེའི་རིགས་སྒྲ་ཆོགས་བཏོན་བ། ཤར་
 བྱམ་གནམ་གྱི་ཞིག་འཕྱར་ཏེ་བྱུག་ཕྱོགས་སུ་བྱེན་བ། ཤུལ་སྟེང་དེ་པའི་རི་
 དྲགས་རྣམས་གཡང་ནས་སྒྱུངས་ཏེ་ཆེའི་དུས་བྱས་པ་སོགས་ལྷ་བྱུ་འབྱུང་
 ཁུངས་དངོས་དང་འབྲེལ་བས་འབྱུང་ཁུངས་ཆ་འབྲེལ་བ་ཞེས་བརྗོད་ལ། ལས་སྒྲ་
 རྒྱུ་པ་རྒྱ་མཚན་གྱི་དོན་ལ་འཇུག་པའང་ཡོད་དེ། དཔེར་ན། སྐབས་དེར་ཁོ་
 བོས་སྐད་ཆ་མ་བཤད་ཀྱང་རྣམ་འགྱུར་ལས་སྒྲོ་ཡིད་ཆེམ་ཡོད་པ་ཤེས་བྱུག།
 འབྱུག་སྒྲ་ལས་དབྱར་ཁ་ཤར་བཏོགས་བ། བཅུམས་པའི་བསྟན་བཅོས་ལས་
 མཁས་པ་ཡིན་པར་ངས་པ་སོགས་ལྷ་བྱུ་སྒྲོ་ཡིད་ཆེམ་ཡོད་པ་ཤེས་པ་དང་།
 དབྱར་ཤར་བཏོགས་བ། མཁས་པ་ཡིན་པར་ངས་པ་སོགས་གྱི་རྒྱ་མཚན་
 རྣམས་རིམ་བཞིན་རྣམ་འགྱུར་དང་། འབྱུག་སྒྲ། བསྟན་བཅོས་སོགས་རྒྱ་
 མཚན་ཅན་དེ་དག་ལས་བྱུང་བས་དེ་རྣམས་ཀྱང་འབྱུང་ཁུངས་ཆ་འབྲེལ་བར་
 གཏོགས་སོ།།

དེ་ལྟར་ནས་དབྱེ་ལྔ་པ་འབྱུང་ཁུངས་དངོས་དང་ཆ་འབྲ་བ་གཉིས་ཀ་
 མིན་ཡང་ཆོག་སྟེ་ར་ཅམ་གྱི་འབྲ་བའི་ནམ་དབྱེ་ལྔ་པའི་ཡན་ལག་དགར་བ་
 དང་། སྟུང་པའི་དོན་ལ་ནས་ལས་གཉིས་ནམ་དབྱེ་སྟུར་གཞི་དེ་ལས་ཁྱད་
 པར་གྱི་ཆོས་གང་ཡང་རྩང་བ་ལོགས་སུ་དགར་བའི་དོན་ལ་འཇུག་ཅིང་། དེ་
 ལས་ནས་སྐྱེ་ཁོ་ན་ཡུལ་དུས་དངོས་པོ་ལ་སོགས་པའི་མཆོམས་འཛིན་ཅིང་
 སྟུང་པའི་དོན་ལ་འཇུག་པ་དང་། རིགས་དང་བྱ་བ་ཡོན་ཏན་སོགས་མི་མ་སྟུན་
 པ་གཞི་གཅིག་གམ་དུ་མ་ལས་དགར་བ་ལ་ལས་སྐྱེ་ཉིད་འཇུག་པ་དཔེར་ན།
 རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོའི་རྒྱ་ཁྱོན་ལས་སྐྱམས་ས་ཆེན་པོའི་རྒྱ་ཁྱོན་ཅུང་། གཞན་ལ་ངོ་
 བསྟོད་ཀྱི་གཏམ་ཁོ་ན་བཤད་པ་ལས་བསམ་ཚུལ་བྲང་པོ་བཤད་ན་སྟན། རི་
 བོང་ལས་ཕྱ་མོ་གཡོ་སྐྱེ་ཆེ། དདུལ་ལས་གསེར་གོང་ཆེ། སོས་དལ་དུ་སྟོད་
 པ་ལས་སྟོབ་སྟོང་ལ་བཙོན་པ་ལེགས་སོགས་ལྟ་བུའི་ནམ་དབྱེ་སྟུར་གཞི་རྒྱ་
 མཆོ་ཆེན་པོ་དང་། ངོ་བསྟོད་ཀྱི་གཏམ་བཤད་པ། རི་བོང་། དདུལ། སོས་
 དལ་དུ་སྟོད་པ་ནམས་ལས་རིམ་བཞིན་སྐྱམས་ས་ཆེན་པོའི་རྒྱ་ཁྱོན་ཅུང་བ་དང་།
 བསམ་ཚུལ་བྲང་པོ་བཤད་ན་སྟན་པ། ཕྱ་མོ་གཡོ་སྐྱེ་ཆེ་བ། གསེར་གོང་ཆེ་
 བ། སྟོབ་སྟོང་ལ་བཙོན་པ་ལེགས་པ་བཅས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ལས་ལོགས་སུ་
 དགར་བ་དང་། རིགས་སོགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་གྱིས་ཆོགས་ཀྱི་ནང་ནས་འབྱིན་
 པ་ལྟ་བུར་དགར་བ་ནི། གཅན་གཟན་ནམས་ཀྱི་ཁྱོད་ནས་སེང་གེ་ནི་གཏམ་
 ཞིང་སྟོབས་དང་ལྡན་པ་ཞིག་གོ །འདབ་ཆགས་ཀྱན་གྱི་ནང་ནས་ཁྱོད་པོ་ནི་

ནམ་འཕང་གཙོད་པ་ལ་འགྲན་ཆེ་བའ་ཡིན་པར་གྲགས། དེ་རིང་མི་ཚོགས་
 གི་ཁྲོད་ནས་ཁོང་ཙམ་སྟོབས་གཉིས་ཐད་ནས་དང་པོ་རེད་ལྟ་བུའི་དགར་
 གཞི་གཙན་གཟན་རྣམས་དང་། འདབ་ཆགས་ཀྱི། མི་ཚོགས་བཅས་ཀྱི་ནང་
 ནས་དགར་བྱ་མེད་གོ་དང་། རྒྱུ་ལྡན་པོ། ཁོང་བཅས་དགར་བྱེད་ཀྱི་བྱེད་པར་
 རིམ་བཞིན་གཏུམ་ཞིང་སྟོབས་དང་ལྡན་པ། ནམ་འཕང་གཙོད་ལ་འགྲན་ཆེ་
 བའ་བ། ཙམ་སྟོབས་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་བཅས་ཡིན་ཞིང་། དཔེ་བཟོད་འདི་
 རིགས་ནི་དགར་གཞི་དང་པོ། དགར་བྱ་གཉིས་པ། དགར་བྱེད་ཀྱི་བྱེད་པར་
 གསུམ་པ་སྟེ་རིམ་བཞིན་བཀོད་པ་དང་། ཡང་དེ་ལས་བསྒྲགས་སྟེ་མེད་གོ་ནི་
 གཙན་གཟན་ཀྱི་ནང་ནས་གཏུམ་ཞིང་སྟོབས་དང་ལྡན་པ་ཞིག་གོ། རྒྱུ་
 པོ་ནི་འདབ་ཆགས་ཀྱི་ནང་ཀྱི་ཁྲོད་ནས་ནམ་འཕང་གཙོད་པ་ལ་འགྲན་ཆེ་བའ་
 བ་ཞིག་ཡིན་པར་གྲགས་སོ། །ཁོང་དེ་རིང་མི་ཚོགས་ཀྱི་དཀྱིལ་ནས་ཙམ་
 སྟོབས་གཉིས་ཐད་ནས་དང་པོ་རེད་ཅེས་དགར་བྱ་མེད་གོ་དང་། རྒྱུ་ལྡན་
 པོ། ཁོང་བཅས་དགར་གཞི་གཙན་གཟན་རྣམས་དང་འདབ་ཆགས་མི་ཚོགས་
 བཅས་ཀྱི་ནང་ནས་དགར་བྱེད་ཀྱི་བྱེད་པར་རིམ་བཞིན་གཏུམ་ཞིང་སྟོབས་
 དང་ལྡན་པ་དང་། ནམ་འཕང་གཙོད་པ་ལ་འགྲན་ཆེ་བའ་བ། ཙམ་སྟོབས་
 གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་བཅས་ཡིན་ཞིང་། དཔེ་བཟོད་འདི་རིགས་ནི་དགར་བྱ་དང་
 པོ་དང་། དགར་གཞི་གཉིས་པར་བཀོད་པའི་བྱེད་པར་ཅམ་ལས་དགར་བྱེད་
 ཀྱི་བྱེད་པར་མཐུག་ཏུ་བཀོད་པ་ནི་མཚུངས་སོ། །

གོང་གསལ་གྱི་འབྲི་སྐྱེས་མི་འདྲ་བ་གཉིས་པོ་གང་ཡིན་ཡང་རུང་
ནས་སྐྱ་མི་མ་ཐུན་དགར་བའི་དཔེ་བཟོད་དུ་འགྲོ་བ་མཚུངས་ཀྱང་སྦྱིར་ཆིག་
སྦྱོར་ཕྱིལ་པོར་ཞིབ་ཐུང་གོ་བ་ལེན་སྐབས་ཁྱད་པར་ཡོད་དེ། དཔེར་ན་གོང་
དུ་བཀོད་པའི་དཔེ་བཟོད་གཅན་གཟན་ནམས་ཀྱི་ནང་ནས་སེང་གེ་ནི་གཏུམ་
ཞིང་སྟོབས་དང་ལྡན་པ་ཞིག་གོ་ཞེས་བཀོད་པའི་བཟོད་པ་ལ་ཆ་བཞག་ན་
བསྟན་བྱའི་གཙོ་བོ་ནི་གཅན་གཟན་ཀྱན་ཡིན་པ་དང་། གཏུམ་པ་དང་སྟོབས་
དང་ལྡན་པའི་ཁྱད་པར་གྱིས་སེང་གེ་དེ་ཆོགས་ཀྱི་ནང་ནས་འབྱེན་པ་ལྟ་བུའི་
དགར་བ་ནི་བསྟན་བྱ་པལ་པ་ཡིན་ཞིང་། དེ་བཞིན་སེང་གེ་ནི་གཅན་གཟན་
ཀྱན་གྱི་ནང་ནས་གཏུམ་ཞིང་སྟོབས་དང་ལྡན་པ་ཞིག་གོ་ཞེས་བཀོད་ཆེ་
བསྟན་བྱའི་གཙོ་བོ་སེང་གེ་ཡིན་པ་དང་། གཏུམ་པ་དང་སྟོབས་དང་ལྡན་པའི་
ཁྱད་པར་གྱིས་གཅན་གཟན་ཀྱན་གྱི་ནང་ནས་དགར་བ་དེ་བསྟན་བྱ་པལ་པ་
ཡིན་པར་ཤེས་དགོས་སོ།།

ནས་ཀྱི་སྐྱ་སྐྱུད་པའི་དོན་ལ་འཇུག་པ་ནི། བྱང་གི་འགྲོག་ཐང་ནས་སྟོང་
ཞིང་གྲོང་གི་བར་དུ་ལེ་དབར་བརྒྱ་ཐུག་མང་པོ་ཡོད་པ། བྱིས་པའི་དུས་ནས་
ཀས་ཤིང་འཁོགས་པའི་བར་གྱི་དུས་ལྷན་མི་ལོ་བཅུ་ཐུག་ཁ་ཤས་འདས་པ།
མེ་མོ་ཡོས་ནས་མེ་པོ་སྟག་གི་བར་ལོ་དུག་ཅུ་ལ་རབ་བྱུང་གཅིག་ཟེར། རིའི་
འདབས་རོལ་ནས་རི་རྩེ་བར་ངལ་མ་བསོས་པར་རྐང་ཐང་གིས་བགྲོད་པ།
དབུགས་ཐེངས་གཅིག་ལ་གྲངས་གཅིག་ནས་བརྒྱའི་བར་འདྲེན་མི་ཐུབ་ལྟ་

བུ་ལོ།།

ཡང་ནས་ཀྱི་སྐྱ་མིའི་མིང་མཐར་སྐྱར་ཆེ་བྱེད་སྐྱ་ལ་འཇུག་པའང་ཡོད་
དེ། མདུན་ཤོག་ངོས་ཀྱི་རི་མོ་རྣམས་སྒོ་བཟང་ནས་བྲིས་པ་ཡིན། སྒོ་བ་མ་
རྣམས་ལ་དགོ་ཤོན་ནས་འགྲེལ་བ་ཤད་གནང་བ། སྐྱ་ཆེས་བཟང་པོར་སྤྱན་
རྒྱུང་ནས་གྲུས་པས་ཕུལ། བཟུ་ཤེས་ནས་སྐྱ་སྤྱན་བཏང་སྟེ་དབྱངས་ཅན་ནས་
གཞས་བཏང་བ་སོགས་ལྟ་བུ་ཡིན། འོན་ཀྱང་འདིའི་རིགས་འགྲེལ་ཐལ་ཆེས་
ཏེ་བྱེད་སྐྱ་འཇུག་ཕུལ་གྱུར་ལ་ནས་སྐྱ་ནན་གྱིས་འཇུག་རིགས་པའང་མ་ཡིན་
ཏེ། དཔེར་ན། ལུག་ནས་རྩ་བས། ལུག་ནས་བྲབས། ཁབ་ནས་གོས་བཅེམས།
རྩ་ནས་ཁྲིར། རྩུང་ནས་བསྐྱོད་སོགས་ལ་ནས་སྐྱ་མི་འཇུག་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་
མིའི་མིང་མཐར་བྱེད་སྐྱའི་ཆ་བ་ཏུ་ནས་སྐྱ་འཇུག་པ་དང་གཞན་པལ་མོ་ཆེར་
མི་འཇུག་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི་གོམས་སྟོལ་ཡོད་མེད་ཀྱི་དབང་གིས་ཡིན་པས་
འཇུག་འོས་དང་མི་འོས་ཀྱང་གོམས་སྟོལ་ཡོད་མེད་ལ་བསྐྱུན་དགོས།

ད་དུང་ནས་སྒྲིའི་འཇུག་ཚུལ་གཞན་ཡང་ཡོད་པ་ནི། དཔེར་ན། རྒྱལ་
མར་ནད་གང་ཡིན་ངོས་བཟུང་། དེ་ནས་སྒྲན་བཙོས་ཡུན་རིང་བྱས་ཏེ་ནད་
བྲག་པ། བསམ་སྒྲེ་ཞིབ་ཏུ་བཏང་། དེ་ནས་སྐད་ཆ་བཤད། དམག་གྲ་ལེགས་
པོར་བསྒྲིགས་ཤིང་། དེ་ནས་ཆམ་ཆོམ་མེད་པར་པར་གྲོལ་བྱས་སོགས་སྟ་
བྱའི་རྣམ་གངས་གཞན་ཅན་གྱི་དེ་སྒྲིའི་རྗེས་སུ་ཞུགས་པའི་ནས་སྒྲིའི་སྤང་དེ་
ནི་བྱ་བ་ཞིག་བྱས་རྗེས་གྱི་མཇུག་རྒྱལ་ཏུ་འཇུག་པས་དོན་དུ། དེའི་རྗེས་

སུའམ། དེའི་འཕྲོས་གྱི་དོན་དང་འབྲ་བ་ཞིག་ཡིན། དེ་ནས་ཞེས་པའི་ནས་ནི་
ནས་སྐྱ་སྐྱད་པའི་དོན་ལ་འཇུག་པའི་ནང་གསེས་དུས་སྐྱད་པའི་དོན་དུ་གོ་བ་
ལེན་མཁན་ཡོང་སྲིད་མོད། དེ་ནི་དེ་ལྟར་མིན་ཏེ། དཔེར་ན་དེ་ནས་བཟུང་།
དེང་ནས་བཅུ་མས་ཏེ་རྒྱན་དུ་སྟོབ་སྟོང་ལ་འབད་དགོས། ད་ནས་བཅིས་པའི་
ལོ་གསུམ་པར་བཟོ་བྲ་འདི་ལེགས་འབྲུབ་ཐུབ་སོགས་ལྟ་བུ་ནི་དུས་སྐྱད་
ཡིན་ཞིང་། དེ་དག་དང་གོང་དུ་བཀོད་པའི་དེའི་རྗེས་སུའམ་དེའི་འཕྲོས་གྱི་
དོན་ལ་འཇུག་པའི་ནས་སྐྱ་གཉིས་གཏན་ནས་མི་འབྲ་བར་ཤེས་དགོས། ཞིབ་
ཏུ་དབྱད་ཆེ་ནི་སྐྱ་ལ་འཇུག་ཚུལ་དེ་ལྟར་ཡོད་པ་ལྟར་གོང་དུ་བཀོད་པའི་
ལས་སྐྱའང་མི་མཐུན་དགར་བའི་དོན་མིན་པའི་འཇུག་ཚུལ་གཞན་ཡང་ཡོད་
པ་དཔེར་ན་རི་བོ་འདི་ན་ཤུག་པ་ལས་ཤིང་སྐྱ་གཞན་མེད་དོ། །སྟོབ་སྟོང་གི་
གནས་ལ་བཙོན་པ་ཁོ་ན་ལས་རྣམ་གཡང་དང་ལེ་ལོའི་དབང་དུ་མ་ཤོར་བ་
ཞིག་གལ་ཆེ། བྱང་ཐང་དེར་རི་དྲགས་འབའ་ཞིག་ལས་གཡུང་དྲགས་གཅིག་
ཀྱང་མེད་པ་སོགས་ལྟ་བུ་མ་གཏོགས་ཞེས་པའི་ཆོག་དང་འབྲ་ཞིང་དོན་དུ་
དགག་པའི་རང་བཞིན་དང་ལྡན་པ་ཞིག་གོ།

བརྒྱད་པ་བོད་སྐྱ་བཤད་པ།

བོད་སྐྱ་བཤད་པ་ནི། གང་ཡང་རུང་བའི་མིང་གི་ཐོག་མར་གྱེ་ཞེས་

སྐྱར་བ་ནི་བོད་པ་གསལ་བྱེད་གྱི་སྐྱ་ཡིན་ཞིང་། དེའང་ཆོགས་བཅད་སོགས་
 གྱི་སྐབས་སུ་མིང་གི་མཐར་སྐྱར་དུ་རུང་བའང་ཡིན། གཞན་ཀ་ཡེ་དང་། ཀའི་
 སྐྱ་དག་ཀྱང་བོད་པ་གསལ་བྱེད་དུ་འཇུག་ནའང་སི་ཏུའི་འབྲེལ་ཆེན་དུ་ཡུལ་
 ཁུད་པར་ཅན་ལ་སྐྱར་བ་ནི་རུང་མི་མཛེས་པར་གསུངས་པ་དང་། རྣམ་དབྱེའི་
 གངས་འཛེན་གྱི་སྐབས་སུ་རྣམ་དབྱེ་བརྒྱད་པ་བོད་སྐྱ་ཞེས་བརྗོད་ཀྱང་རྣམ་
 དབྱེའི་རྒྱུ་མིང་གི་ཐོག་མར་མི་འཇུག་པས་དོན་གྱི་ཀྱི་དང་ཀའི་སྐྱ་སོགས་
 རི་བོད་པ་གསལ་བྱེད་གྱི་སྐྱ་ཙྰམ་ཡིན་པ་ཤེས་དགོས། འདིའི་དཔེ་བརྗོད་ནི།
 ཀྱི་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་གསལ་དུ་གསོལ། ཀྱི་མིའི་དབང་པོ་གང་དུ་བཞུད་ལྟ་
 བྱ་མིང་གི་ཐོག་མར་བོད་པ་གསལ་བྱེད་གྱི་སྐྱ་སྐྱར་བ་དང་། བདག་ལ་
 དགོངས་ཤིག་སྟོབ་དཔོན་ཀྱི། ལྟ་བྱ་མིང་གི་མཐར་ཡང་འཇུག་དུ་རུང་བ་
 ཡིན་ནོ།

དགུ་པ། རི་སྐྱ་སོགས་ཆོག་སྟངས་རྒྱུད་པ་བཤད་པ།

ད་ནི་རྗེས་འཇུག་ལ་སྟོས་མི་དགོས་པའི་ཆོག་སྟངས་རྒྱུད་པ་བྱུག་སྟེ། རི་
 གླུ་དང་གླུ་དེ་གླུ་གང་གླུ་བདག་གླུ་དགག་སྐྱ་བཅས་བཤད་རྒྱུ་ནོ།

རི་སྐྱ་བཤད་པ།

སུམ་རུ་པའི་རྩ་བ་ལས་རི་སྐྱ་དགར་བ་དང་བརྒན་པའི་དོན་དུ་འཇུག་

པར་བསྟན་པ་དང་། སྒྲ་སྤྱིའི་འགྲེལ་བཤད་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་དགར་བ་ལ་
མཆོག་ཏུ་དགར་བ་དང་། དམན་པར་དགར་བ། ཐ་དད་ཅམ་དུ་དགར་བ་སྟེ་
ནང་གསེས་གསུམ་དུ་དབྱེ་བའི་དང་པོ་མཆོག་ཏུ་དགར་བ་ནི། རྫོམ་སྤང་མ་
ནི་འཇམ་སྤིང་གི་རི་བོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཆོག་གོ །ལྟ་བུ་དགར་བྱ་རྫོམ་སྤང་
མ་དང་། དགར་གཞི་འཇམ་སྤིང་གི་རི་བོ་ཀུན། དགར་བྱེད་ཀྱི་བྱེད་པར་ནི་རི་
གཞན་ལས་མཐོ་བས་མཆོག་ཏུ་དགར་བ་ཡིན་ཞིང་། དེ་བཞིན་དམན་པར་
དགར་བ་ནི། བ་ཚུ་ཅན་གྱི་ཞིང་ས་ནི་ཞིང་ས་ཀུན་གྱི་ཐ་མའོ། །ལྟ་བུ་དང་། ཐ་
དད་དུ་དགར་བ་ནི། ལྷག་པ་ནི་སྟག་པ་དང་མི་འབྲེལ་ལྟ་བུ་དང་།

ནི་སྒྲ་བརྟན་པ་ལ་འཇུག་པ་ནི། འོན་གང་ཡིན་པ་དེ་ནན་ཏན་བྱས་པའི་
དོན་ཏེ། དཔེར་ན། སྟོབ་མ་འདི་ཚོ་ལོ་ན་ནི་གཞོན། སྟོ་གྲོས་ནི་རྒྱོ། འཆོ་བ་ནི་
བཟང་། སྟོབ་དཔོན་ནི་མང་། སྟོབ་གྲུའི་ཆ་རྒྱུན་ནི་འཇོམས་པས་རྙེད་པར་
དཀའ་བའི་གོ་སྐབས་བཟང་པོ་དེ་ཚུད་ཐོས་སུ་གཏོང་མི་རུང་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞིང་།
སྦྱིར་དཔེ་བརྗོད་ཀྱི་ཆོག་སྦྱོར་འདི་རྣམས་ལ་ནི་སྒྲ་མ་སྦྱར་ཡང་གོ་དོན་སྟོན་
བྱུང་བ། དཔེར་ན། ལོ་ན་གཞོན། སྟོ་གྲོས་རྒྱོ། འཆོ་བ་བཟང་སོགས་ལྟ་བུ་ཡིན་
མོད། །ནི་སྒྲ་རེ་སྦྱར་བས་དོན་གང་ཡིན་པ་དེ་ངས་ངས་བྱེད་པའམ་ནན་ཏན་
བྱེད་པའི་དོན་ཡིན་པས་བརྟན་པའི་དོན་ཞེས་བཤད་དོ།

གོང་དུ་རྣམ་དབྱེ་སྒྲ་པ་འབྱུང་ཁུངས་ཀྱི་སྤྱད་ནས་དང་ལས་གཉིས་
དགར་སྦྱད་ལ་འཇུག་པར་བཤད་པའི་དགར་བ་དང་། འདིར་ནི་སྒྲ་དགར་བ་

ལ་འཇུག་པར་བཤད་པའི་དགར་བ་གཉིས་ཀྱི་དཔེ་བཟོད་འགོད་སྐབས་ཕན་
 ཚུན་མ་འདྲེས་པ་ཞིག་དགོས་གཤམ་ཆེའང་། སྤྱི་འགྲེལ་པལ་མོ་ཆེའི་ནང་གི་
 དཔེ་བཟོད་རྣམས་ལ་བརྟགས་ཆོ། བེ་སྤྱི་མཆོག་དམན་ཐ་དད་གསུམ་གང་
 རུང་དགར་བ་ལ་འཇུག་པའི་དཔེ་བཟོད་ཀྱི་ཆོག་སྟོར་གྱི་ནང་དུ་དགར་བ་ལ་
 འཇུག་པའི་ནས་ལས་གཉིས་གང་རུང་གི་སྤྱའང་མཉམ་དུ་བཀོད་ཡོད་པ་
 དཔེར་ན། བྱེ་འཇུག་ཅི་སྟ་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་བརྟུལ་ཕོད་པའོ་དང་། རིགས་
 རྣམས་ལས་ཅི་གདོལ་བའི་རིགས་ཐ་ཆད་དོ། །གསེར་གྱི་བྱམ་པ་ཅི་ཟངས་
 ཀྱི་བྱམ་པ་ལས་རྒྱ་བཟང་། ལྷ་ཅི་མི་ལས་མཛེས་སོགས་སྟ་བུའི་དཔེ་བཟོད་
 ཞིན་ཏུ་མང་བ་རྣམས་ཡིན་རྒྱུ་ཅི་སྤྱི་དགར་བ་ལ་འཇུག་པའི་དཔེར་བཀོད་
 འདུག་ཀྱང་དོན་དུ་དགར་བའི་དོན་དངོས་ཅི་སྤྱིས་བསྟན་ནམ་ཡང་ན་ནས་
 དང་ལས་ཀྱིས་བསྟན་གང་ཡིན་ཕན་ཚུན་འདྲེས་ཞིང་མི་གསལ་བ་དང་།
 བཤད་མ་ཐག་པའི་གཞུང་གཞན་གྱི་དཔེ་བཟོད་རྣམས་ལ་ཅི་སྤྱི་སྤྱིར་ཡང་
 རུང་སྟེ། བྱེ་འཇུག་སྟ་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་བརྟུལ་ཕོད་པའོ། །རིགས་རྣམས་
 ལས་གདོལ་བའི་རིགས་ཐ་ཆད་དོ། །གསེར་བྱམ་ཟངས་བྱམ་ལས་རྒྱ་བཟང་།
 ལྷ་མི་ལས་མཛེས་སོགས་ནས་ལས་ཀྱི་སྤྱི་དག་རིགས་མཐུན་པའི་དགར་
 བའི་དོན་ལ་འཇུག་པ་ཡིན་ཞིང་། དཔེ་བཟོད་དེ་དག་ནང་གི་ཅི་སྤྱི་ཅི་བཟན་
 པའི་དོན་ཉིད་ལས་མི་འདའ་བར་སྒྲང་། གཤམ་ཏེ་ཅི་སྤྱི་དེ་དག་མཆོག་དམན་ཐ་
 དད་གང་རུང་དུ་དགར་བའི་དོན་ཡིན་པར་འདོད་ན། འོ་ན་འདི་སྤྱི་དང་དེ་

སྒྲུའང་དགར་བའི་དོན་དུ་འཇུག་རིགས་ཏེ། འབ་འཇུག་འདི་ལྟ་རྒྱལ་ས་གྱི་ནང་
ནས་བརྒྱལ་ཐོད་བའོ། །གསེར་བུམ་དེ་བཅས་བུམ་ལས་རྒྱ་བཟང་སོགས་
འཇུག་ཏུ་རུང་བས་སོ། །འོན་ཀྱང་འདི་སྒྲ་དང་དེ་སྒྲ་དགར་བའི་དོན་དུ་འཇུག་
པར་སྐུམ་ཅུ་པའི་རྩ་བ་དང་འབྲེལ་བ་གང་དུ་འང་མ་གསུངས་སོ། །དེས་ན་
ནས་ལས་གྱི་སྒྲ་དགར་བ་ལ་འཇུག་པའི་ཆིག་སྒྲོར་གྱི་ནང་གི་ནི་སྒྲ་ནི་ངེས་
བཟུང་གི་ས་བརྒྱན་པའི་དོན་དུ་གོ་དགོས་པ་འདྲ་བས་འཐད་མིན་གཟུར་
གནས་མཁན་དག་གིས་དབྱུང་པར་འཆོལ།

དང་སྒྲ་བཤམ་པ།

དང་སྒྲ་ནི་སྐུམ་ཅུ་པའི་རྩ་བར་སྐུད་པ་དང་། འབྲེད་པ། རྒྱ་མཆོན། ཆེ་
སྐུལ་ས། གདམས་ངག་སྟེ་དོན་ལྡན་ལ་འཇུག་པར་བརྟན་པའི་དང་པོ་སྐུད་པ་ནི།
གང་ཡང་རུང་བའི་བསྐྱུ་བྱའི་ངེས་པ་རྒྱལ་ས་ཐོག་མར་བབྲངས་ཏེ་སྐུད་གཞི་
མཇུག་ཏུ་བཀོད་པ་དཔེར་ན། ཉི་མ་དང་། ཟླ་བ་དང་། མིག་དམར་དང་། ལྷག་
པ་དང་། སྤར་བུ་དང་། པ་སངས་བཅས་ནི་ངེས་གཟའ་བདུན་ལོ་ལྟ་བུ་དང་།
གཉིས་པ་འབྲེད་པ་ནི། དབྲེ་གཞི་ཐོག་མར་བཀོད་དེ་དབྲེ་ཆོས་རྒྱལ་ས་ངེས་
བཞིན་བབྲང་བ་དཔེར་ན། རྒྱ་ཆེ་དུས་བཞི་ནི་དབྱར་དང་། དགྲན་དང་། སྟོན་
དང་། དམིད་དོ། །ལྟ་བུ་ཡིན་ཞིང་། འདིར་དང་སྒྲ་སྐུད་འབྲེད་ལ་འཇུག་པ་དང་།

གོང་གི་གམ་ངམ་དམ་སོགས་འབྱེད་སྤྱད་ལ་འཇུག་པ་གཉིས་ཀྱི་སྤང་གྱི་ངོ་
བོ་མི་འདྲ་བ་ལས་དོན་གྱི་འཇུག་ཚུལ་ནི་མཚུངས་པ་ཡིན་ཞིང་། ཡང་དབྱེ་
གཞི་དང་སྤྱད་གཞི་དངོས་སུ་མི་གསལ་བའི་རིགས་དཔེར་ན། གནམ་གྱུ་དང་།
མེ་འཁོར་དང་། གྲུ་གཟིངས་དང་། རྩངས་འཁོར་བཙས་ཀྱི་ནང་ནས་མགྲོགས་
ཤོས་གནམ་གྱུ་ཡིན་དང་། ཁོང་དང་ང་གཉིས་མཉམ་དུ་བྱིན་པ་ཡིན། ཚུ་དང་
འོ་མ་གཉིས་མཉམ་དུ་འདྲེས་ཏེ་དབྱེར་མེད་དུ་གྱུར་པ་སོགས་ཀྱི་རིགས་ནི་
འབྱེད་པའི་ཁོངས་སུ་བསྟུ་རིགས་སོ།།

གསུམ་པ་དང་སྐྱ་རྒྱ་མཚན་ལ་འཇུག་པ་ནི། མི་རིགས་གཞན་གྱི་སྤང་
ཡིག་ཡུན་རིང་སྤྱངས་པ་དང་ཇི་བཞིན་ཤེས་པ། གཙན་གཟན་གཏུམ་པོ་
མཐོང་བ་དང་སེམས་ལ་འཇིགས་སྐྱག་སྐྱེས། བྱམས་སེམས་ཅན་གྱི་པ་མ་
མཐོང་བ་དང་དགའ་སྟོ་འཕེལ་སོགས་ཀྱི་ཇི་བཞིན་ཤེས་པ་དང་། འཇིགས་
སྐྱག་སྐྱེས་པ། དགའ་སྟོ་འཕེལ་བ་བཙས་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་ནམ་གཏན་ཆིགས་ནི།
ཡུན་རིང་སྤྱངས་པ་དང་། གཙན་གཟན་གཏུམ་པོ་མཐོང་བ། བྱམས་སེམས་
ཅན་གྱི་པ་མ་མཐོང་བ་སོགས་ཡིན་ཞིང་། འདིར་དང་སྐྱ་རྒྱ་མཚན་ལ་འཇུག་
པ་ནི་ནམ་དབྱེ་གསུམ་པ་དང་ལྔ་པའི་རྒྱ་མཚན་ལ་འཇུག་པ་དང་མཚུངས་པ་
ཡིན་ནོ།།

བཞི་པ་དང་སྐྱ་ཆེ་སྐྱབས་ལ་འཇུག་པ་ནི། ཡུན་རིང་འགྲོགས་པའི་
གྲོགས་པོ་མཐོང་བ་དང་ངོ་ཤེས། ཆོགས་འདུ་འགོ་ཚུགས་པ་དང་དགའ་སྟོ་འི་

ཐལ་མོ་བྲག་ཏུ་བདགས་པ། འབྲུག་པ་ནམས་ནམ་ལངས་པ་དང་ཕྱོགས་སུ་
 ཐེག་ནམ་མཁར་སྟོག་འབྲུག་པ་དང་འབྲུག་སྐྱོག་ལྟ་བུའི། རོ་ཤེས་པ་དང་།
 ཐལ་མོ་སྒྲེབ་པ། ཕྱོགས་སུ་ཐེག་པ། འབྲུག་སྐྱོག་པ་བཅས་དུས་གང་གི་ཆེ་
 ཞེན། རིམ་བཞིན་གྲོགས་པོ་མཐོང་བ་དང་། ཆོགས་འདུ་འགོ་ཚུགས་པ་དང་།
 ནམ་ལངས་པ་དང་། སྟོག་འབྲུག་པ་བཅས་ཀྱི་ཆེ་འམ་སྐྱབས་སུ་ཡིན་པ་ལྟ་
 བུའོ།

བཤད་མ་ཐག་པའི་དང་སྐྱེ་རྒྱུ་མཆན་ལ་འཇུག་པ་དང་། ཆེ་སྐྱབས་ལ་
 འཇུག་པའི་དཔེར་བརྗོད་གཉིས་པན་ཚུན་མ་འདྲེས་པ་ཞིག་འབྱུང་དགའ་སྟེ།
 དཔེར་ན་གོང་དུ་བཀོད་པའི་རྒྱུ་མཆན་སྟོན་པའི་དཔེ། མི་རིགས་གཞན་གྱི་
 སྐད་ཡིག་ཡུན་རིང་སྦྱངས་པ་དང་ངེ་བཞིན་ཤེས་པ་ལྟ་བུར་མཆོན་ན་ངེ་
 བཞིན་ཤེས་པ་དེ་ཡུན་རིང་སྦྱངས་པའི་རྒྱུ་མཆན་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་
 པའམ། ཡང་ན་ངེ་བཞིན་ཤེས་པ་དེ་དུས་གང་གི་ཆེ་ཞེན། ཡུན་རིང་སྦྱངས་
 པའི་ཆེ་ཞེས་ཆེ་སྐྱབས་ཀྱི་དོན་དུ་འང་འཇུག་པས་དེ་གཉིས་ཀྱི་དཔེ་བརྗོད་མ་
 འདྲེས་པ་ཞིག་ཡོང་དགའ་བ་ཡིན། དེས་ན་སྤྱི་ཉིད་སུམ་ཅུ་པའི་འབྲེལ་པ་
 ལས། རྒྱུ་མཆན་དང་ཆེ་སྐྱབས་ལ་འཇུག་པ་གཉིས་མི་འགལ་བར་མཐོང་སྟེ།
 ཆོག་གསལ་ལས། འདིར་སྐྱེ་བ་བཀག་པ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་སུ་འདོད་
 པ་དེའི་ཆེ། ཞེས་པ་འདིའི་དོན་འཆད་པ་ན། ལམ་རིམ་ཆེན་མོར། དོན་དམ་
 པར་སྐྱེ་བ་བཀག་པ་དེ། ཆོས་ཅན་དེ་དག་ལ་བསྐྱབ་བའི་ཆོས་སུ་བརྟེན་པ་

དེའི་ཆེ་སྟེ། དེའི་སྤྱིར་ཞེས་གསུངས་པས་ཆེའི་ཆོག་སྤྱད་རྒྱ་མཚན་ལ་འཇུག་
ཅིང་དུས་དང་ལྷན་པ་ཡང་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །འདིས་མཆོན་ནས། ཆེ་དང་
དོན་གཅིག་ལ། རྒྱ་ཡོད་པ་ན་འབྲས་བུ་འབྱུང་། རྒྱ་ཡོད་པ་ལ་འབྲས་བུ་འབྱུང་།
རྒྱ་ཡོད་པ་དང་འབྲས་བུ་འབྱུང་ལྟ་བུ་རྒྱ་ཡོད་པའི་ཆེ་འབྲས་བུ་འབྱུང་ཞེས་
བྱ་བ་ཡིན་པས། དུས་དང་རྒྱ་མཚན་ལྷན་ཅིག་སྟོན་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་
གསལ་བར་གསུངས་པ་ལྟར་རྒྱ་མཚན་དང་། ཆེ་སྐབས་གཉིས་མི་འགལ་
བར་ཤེས་དགོས་སོ།།

ལྷ་པ་དང་སྐྱ་གདམས་ངག་ལ་འཇུག་པ་ནི། སྐྱལ་ཆོག་དང་འབྲེལ་བའི་
དང་སྐྱ་རྣམས་ཏེ། དཔེར་ན། ལྟོས་དང་མཐོང་། སྟོབས་དང་ཤེས། ཉན་དང་
ཐོས། སྐྱབས་དང་འགྱུབ་སོགས་ལྟ་བུའོ།།

དེ་སྐྱ་བཤད་པ།

དེ་སྐྱའི་འཇུག་ཚུལ་བཤད་པ་ནི། སུམ་ཅུ་པའི་གཞུང་ལས་དེ་སྐྱ་
འཇུག་ཡུལ་ནི་ཐ་སྙད་ཙམ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་གསུམ་སྟེ། རྣམ་གངས་གཞན་
སྦྱོར་དང་། ལྷག་བཅས། དུས་འདས་པ་བཅས་ལ་འཇུག་པ་དང་། དངོས་པོའི་
དབང་དུ་བྱས་ན་བཞི་སྟེ། བདེན་པ་དང་གསང་བ་དང་། བདག་གི་བ་དང་། བ་
རོལ་པོའི་དངོས་པོ་བཅས་ལ་འཇུག་པ་དང་། དུས་རྒྱུད་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན་

གཉིས་ཏེ། འདས་པ་དང་། མ་འོངས་པ་གཉིས་ལ་འཇུག་པ་བཅས་དོན་དགུ་
ལ་འཇུག་པར་གསུངས་པ་དང་། སྤྱི་འགྲེལ་རྣམས་སྤྱི་འཇུག་ཡུལ་ཁག་
དགུ་ལ་འཇུག་ཚུལ་གྱི་དཔེ་བཟོད་རྒྱས་པར་བཀོད་པ་རྣམས་མདོར་བསྡུས་
ཏེ་བཤད་ན་རྣམ་པ་གཉིས་སྤྱི་འདུ་སྟེ། ལྷག་བཅས་ལ་འཇུག་པ་དང་། རྣམ་
གངས་གཞན་ཅན་ལ་འཇུག་པ་གཉིས་ལ་འདུ་བ་ཡིན།

དེས་ན་དབྱངས་ཅན་ཅན་གྲུབ་པའི་དོ་རྗེས་ཀྱང་། མིང་གི་ཐོག་མའི་དེ་
སྒྲིལ། །ཐ་སྙད་འདས་མ་ཐག་པ་དང་། །རྣམ་གངས་གཞན་ཅན་གཉིས་ལ་
འཇུག་ །ཅེས་འཇུག་ཡུལ་གཉིས་སྤྱི་གངས་ངེས་པར་མཛད་པ་དང་། འཇུག་
ཡུལ་གཉིས་པོ་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་དགོས་མིན་དབྱངས་ཅན་
གྲུབ་པའི་དོ་རྗེ་ཁོང་རང་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་རང་འགྲེལ་ནི་མེད་པས་
དགོངས་པ་ཇི་བཞིན་ལོན་དཀའ་ནའང་དོན་དུ་ལྷག་བཅས་ཀྱི་དེ་སྒྲིལས་
གཞན་པའི་དེ་སྒྲིལ་ཐམས་ཅད་སྦྱར་ཡུལ་དངོས་སྤྱི་གསལ་མི་གསལ་ཇི་སྟར་
ཡང་དོན་གྱི་རྣམ་གངས་གཞན་ཞིག་ལ་སྦྱར་དུ་ཡོད་པ་ཤ་སྟག་ཡིན་པས་
འཇུག་ཡུལ་ཁག་གཉིས་སྤྱི་གངས་ངེས་པར་མཛད་པའང་། གཅིག་ཏུ་ན་ལྷག་
བཅས་ཀྱི་དེ་སྒྲིལ་དང་། དོན་གྱི་རྣམ་གངས་སམ་རྣམ་པ་གཞན་ཞིག་ལ་སྦྱོར་བ་
གཉིས་སྤྱི་གོ་དགོས་པའམ། ཡང་ན་ལྷག་བཅས་ཀྱི་དེ་སྒྲིལ་ལྷག་བཅས་ཀྱི་སྤྱད་
བཤད་པའི་སྒྲིལས་སྤྱི་བསྟན་ཟེན་པས་འདིར་འཇུག་ཡུལ་གཉིས་གསུངས་པ་
ནི་དེ་སྒྲིལ་སྦྱར་ཡུལ་ཞིག་ཐོག་མར་བཀོད་ཅིང་། གཤམ་དུ་དེ་ཞེས་པས་གོ་

ཆོད་པ། དཔེར་ན། རི་བོ་དེ་མཐོ་ཞིང་བརྗེད་ཆགས་པ་ཞིག་འདུག དེའི་ཅེ་མོ་
 བེ་སྟེན་གྱིས་གཡོགས། དེ་ན་རི་དྲགས་གྱི་ཆོགས་བདེ་བར་རྒྱ། དེའི་མཐའ་
 སྟོར་དུ་རི་ཐོན་དུ་མས་བསྟོར། ལྟ་བུ་དེ་སྐྱ་སྐྱར་ཡུལ་རི་བོ་ཐོག་མར་བཀོད་
 པའི་འོག་ཏུ་དེ་སྐྱ་སྐྱར་བས་འཐུས་པའི་རིགས་ལ་ཐ་སྙད་འདས་མ་ཐག་པ་
 ཞེས་གོ་དགོས་པ་དང་། དེ་སྐྱ་སྐྱར་ཡུལ་དོན་གྱི་ནམ་གངས་ཆིག་ཟེན་དུ་
 ཡོད་མེད་རི་ལྟར་རུང་ལྟག་བཅས་མིན་པའི་དོན་མཐའ་དག་སྟེ་དཔེར་ན། ལྟ་
 ལྟར་ཞབས་ཞུམ་གྱི་ནམ་པ་ཅན་དེ་ནི་བུམ་པའོ། །ཀ་བ་དེ་ནི་ཟུར་བརྒྱད་པ་
 ཞིག་གོ། །ངའི་སྟོན་ཁང་དེ་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན། ཁོང་གིས་སྐད་ཆ་
 བཤད་པ་དེ་བདེན་པ་རང་རེད། ཁར་རྩང་གི་དོན་དེ་སྟུ་ལའང་མ་ཞོད་སོགས་
 ལྟ་བུ་ནམས་ལ་ནམ་གངས་གཞན་སྟོར་གྱི་དེ་སྐྱ་ཞེས་བརྗོད་དེ་གངས་གཉིས་
 བོ་དེར་དགོངས་པ་མིན་ནམ་སྟུམ་པས་བརྟག་པར་འཆོལ།

འདིར་བཤད་པའི་ནམ་གངས་ནི་གངས་ཀ་རྒྱང་པའི་དོན་མིན་པར་
 གང་ཡང་རུང་བའི་དངོས་པོའི་ནམ་པའི་གངས་ཏེ་འདི་སྐབས་ཀྱི་ནམ་གངས་
 དང་ནམ་པ་གཉིས་དོན་གཅིག་ཏུ་གོ་དགོས་པར་སི་འགྲེལ་སོགས་སྟུ་
 གསུངས་པ་ལྟར་རྟོགས་དགོས་པ་གལ་ཆེ།

དེ་སྐྱ་མི་འཇུག་པ་ནི་དུས་རྒྱང་པའི་ད་ལྟ་བ་དང་། རང་གིས་རང་ལ་དེ་
 ཞེས་མི་འཇུག་པ་ཡིན་ཞིང་། དུས་རྒྱང་པའི་ད་ལྟ་བ་ལ་ནི་འདི་ཞེས་སྐྱར་
 དགོས་ཏེ། སི་འགྲེལ་ལས། ད་ལྟའི་བསྐྱལ་པ་འདིར། ད་ལྟའི་ལོ་འདིར། དེ་

རིང་གི་དུས་འདིར་ཞེས་སོགས་སྟོར་བ་ལས་ད་ལྟའི་བསྐྱལ་བ་དེར་སོགས་
 མི་སྟོར་བ་མངོན་སུམ་གྱིས་གྲུབ་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་གསུངས་པ་དང་། དེ་
 བཞིན་སྤྱི་ཉིའི་སུམ་འགྲེལ་ལས་ཀྱང་འདི་ཞེས་པའི་ཆོག་ལྷན་དུས་གྱི་ནང་
 བས་ད་ལྟ་བ་དང་། དངོས་པོ་ཉི་བ་དང་། མངོན་སུམ་པ་སོགས་ལ་འཇུག་སྟེ།
 དཔེར་ན། དུས་འདི་ལྟ་བུ་ད་ལྟ་བ་དང་། རི་དེ་དང་ནགས་འདི་ཞེས་པ་རི་རིང་
 བ་ལ་དེ་ཞེས་བརྗོད་པ་ན། ནགས་དེ་ལ་སྟོས་ཉི་ཉི་བར་གོ་བ་ལ་འདི་ཞེས་
 སྟོར་བ་ལྟ་བུ་དང་། སུམ་པའི་གཟུགས་ནི་འདི་འོ་ཞེས་སུམ་གཟུགས་མངོན་
 དུ་གྱུར་པ་ལ། འདི་ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟ་བུ་འོ་ཞེས་གསུངས་ཤིང་། སྤྱིར་དེ་སྐྱོ་
 མིང་གི་ཐོག་མར་འཇུག་གསུངས་པའང་གཙོ་ཆེ་བ་ཅེས་ལས་མིང་གི་མཐར་
 འཇུག་པ་ཤིན་ཏུ་མང་བ་དང་། ལྷག་པར་ལྷག་བཅས་གྱི་དེ་སྐྱོ་ནི་མིང་གི་ཐོག་
 མར་འཇུག་པའི་སྐབས་མ་མཆིས་ལ། སྤྱིར་དེ་སྐྱོ་མིང་གི་ཐོག་མར་འཇུག་
 གསུངས་པའི་དོན་དེ་གནའ་སྤྱི་མོའི་བོད་ཀྱི་བརྟུང་སྟོང་ཆེས་མང་བའི་ཡུལ་
 གྲུལ་མོ་རོང་གི་བོད་སྐད་ཀྱི་ནང་དུ་ནི་ད་ལྟའང་དེ་སྐྱོ་མིང་གི་ཐོག་མར་འཇུག་
 པ་དཔེར་ན། མགོ་དང་། སྒྲ། མིག་སོགས་ཀྱི་མིང་རྣམས་ལ། དེ་མགོ་དང་། དེ་
 སྒྲ། དེ་མིག་སོགས་ཟེར་སུས་ཡིན་པ་དང་། དེ་མིན་བོད་རིགས་གཞན་རྣམས་
 ཀྱི་ནང་དུའང་། མི་ཁག་པས་བྱིས་པར་སྐད་སྟོབ་སྐབས་སོགས་སུ། དེ་མགོ་
 རེད། དེ་སྒྲ་རེད། དེ་མིག་རེད་ཅེས་མིང་འཇུག་ཡུལ་དག་ལ་མཇུ་བ་མོ་
 འཇུགས་བཞིན་གོ་བརྟུང་སྟོང་པ་སོགས་ཡིན། ད་ལྟ་ནི་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་

གཉིས་ཀར་དེ་སྐྱ་མིང་གི་མཐར་སྐྱར་བ་ཡིན་ཞིང་། སྐྱར་ཡང་དེ་སྐྱ་འཇུག་
ཡུལ་དགུ་པོ་མདོར་བསྐྱས་ན་ལྷག་བཅས་སྟུང་བའི་དེ་སྐྱ་ཐམས་ཅད་རྣམ་
གངས་གཞན་སྐྱོར་གྱི་དེ་སྐྱར་ངེས་པ་དང་། དེའང་དངོས་པོའི་རྣམ་གངས་
གཞན་སྐྱོར་གྱི་དེ་སྐྱར་ངེས་པ་དང་། དེའང་དངོས་པོའི་རྣམ་གངས་སམ་རྣམ་
པ་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་གི་མཐར་སྐྱར་བ་ལས་འོས་མེད་པ་ཡིན།

འོན་སུམ་ཅུ་པའི་རྩ་བར། གང་མིང་གི་ནི་ཡ་མཐའ་རུ། །གསུམ་པ་ལ་
ནི་ཨེ་སྐྱར་བ། །ཐ་སྙད་དབང་དུ་གསུམ་ཡིན་ཏེ། །དངོས་པོའི་དབང་དུ་བཞི་
རུ་འགྱུར། །དུས་གྱི་དབང་དུ་གཉིས་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་དོན་རི་ལྟར་འགྲེལ་
ཞེ་ན། འདི་ལ་སྟོན་གྱི་འགྲེལ་བྱེད་མཁན་པལ་མོ་ཆེས་དོགས་སྟོང་ཅུ་མ་མ་
མཛད་ཀྱང་། སི་རུ་བན་ཆེན་གྱིས། དེ་ལྟར་གཞུང་ནས་མིང་གི་ཡ་མཐར་
གསུངས་པ་ནི་གཙོ་ཆེ་བའི་དོན་ཡིན་གྱི་མཐའ་གཅིག་རུ་ངེས་པ་ནི་མ་ཡིན་
ནོ། །ཞེས་དེ་སྐྱ་མིང་གི་ཐོག་མཐའ་གཉིས་ཀར་འཇུག་པ་ཅུ་མ་གསུངས། སུམ་
ཅུ་པའི་གཞུང་ལས། གང་མིང་གི་ཡ་མཐའ་རུ། །ཞེས་པའི་ཡ་མཐའ་ནི་ཐོག་
མའི་དོན་ཡིན་པ་དང་། གང་ཞིག་གི་ཐོག་མ་ཞེ་ན། གང་ཡང་རུང་བའི་མིང་གི་
ཐོག་མ་ལ་གོ་དགོས་ཞིང་། མིང་གི་ཐོག་མར་དེ་སྐྱ་སྐྱར་བ་ཞིག་གཅིག་རུ་ན་
གོང་དུ་ཟུར་ཅུ་མ་སྟོས་པ་བཞིན་གནའ་སྐྱ་མའི་བོད་ཀྱི་བད་སྟོང་ཆེས་མང་
བའི་ཡུལ་རྒྱལ་མོ་རོང་གི་བོད་སྐད་ལྟར་གནའ་སྐྱ་མའི་བོད་སྐད་སྐད་ཀྱི་ལ་དེ་
སྐྱ་མིང་གི་ཐོག་མར་སྐྱར་བའི་སྟོལ་ཡོད་པའི་དབང་གིས་སུམ་ཅུ་པའི་གཞུང་

ལས་དེ་ལྟར་གསུངས་པའམ། ཡང་ན། ཉགས་གྱི་འཇུག་པའི་གཞུང་གི་མིང་
གཞིའི་ཡི་གེ་སྟེ་དེ་ཉགས་གྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པའི་སྐབས་སུ། འགྲེལ་བྱེད་
མཁན་པལ་མོ་ཆེས། མ་ནིང་མཆན་མེད་ཅེས་ཀྱང་བྲ། །ཞེས་བཀའ་ཉེ་མ་
ནིང་མཆན་མེད་ཅེས་པ་ནི། གཞུང་གི་ཡི་གེ་ཉམས་པ་ཉིད་སྐྱེད་ཐང་ཐང་དུ་
བཟུང་བས་ནོངས་པར་འཇུག་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་རྒྱ་མཆན་དུ་མའི་སྒོ་ནས་
གཞུང་གི་ཡི་གེ་ཉམས་པ་ཡིན་པར་བསྐྱབས་པ་བཞིན་དུ། འདིར་ཡང་། གང་
མིང་གི་ནི་ཡ་མཐའ་རུ། །ཞེས་པའི་ཡ་མཐའ་ཞེས་པ་གཞུང་ཡིག་ཉམས་པ་
ཡིན་པ་དང་། དོན་དུ་གང་མིང་གི་ནི་མ་མཐའ་རུ་ཞེས་བཀའ་ན་ད་ལྟའི་བོད་
ཀྱི་སྐད་ཡིག་གཉིས་ཀ་དང་མ་ཐུན་པའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་ཡ་མཐའ་ཞེས་པ་
གཞུང་ཡིག་ཉམས་པ་ཡིན་པར་བསྐྱབས་ཀྱང་མི་འོས་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད། ཡིག་
གཟུགས་ལས་ཀྱང་ཡ་དང་མ་ལ་འབྲུལ་གཞི་འབྱུང་རིགས་པ་ཡིན་པས། ཨ་
ནི་ཞེས་པ་མ་ནིང་དུ་འབྲུལ་རིགས་ན་མ་ཡིག་ཡ་ཡིག་ཏུ་འབྲུལ་མི་རིགས་
པའི་རྒྱ་མཆན་ཅི་ཞིག་ཡོད།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། ད་ལྟའི་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གཉིས་ཀར་དེ་སྐྱེ་མིང་གི་
མཐར་འཇུག་པ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་སྐྱེ་སྐྱར་ཡུལ་གྱི་མིང་དངོས་སུ་ཆིག་
ཟེན་དུ་ཡོད་པ་དཔེར་ན། ཡུལ་ལྗོངས་དེ་མངོས་ཤིང་ལྟན་སྐྱུག་པ་ཞིག་
འཇུག་ཅུ་བོ་དེ་དྲངས་ཤིང་བསེལ། ཁོང་གིས་བཤད་པ་དེ་ལ་ཡིད་ཆེས་ཆོག་
ལྟ་བུའི་དེ་སྐྱེ་ནམས་འཇུག་ཡུལ་རིམ་བཞིན། ཡུལ་ལྗོངས་དང་། ཅུ་བོ་དང་།

ཁོང་གིས་བཤད་པ་བཅས་ཡིན་ཞིང་། དེའང་མིང་དེ་དག་གི་མཐར་དེ་སྐྱ་
 སྐྱར་བ་ལས། དེ་ཡུལ་སྟོངས། དེ་ཆུ་བོ། དེ་ཁོང་གིས་བཤད་པ་སོགས་ནི་ད་
 ལྟའི་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གཉིས་ཀར་སྐྱར་སྟོལ་མེད་པ་དང་། ཡང་དེ་སྐྱ་སྐྱར་
 ཡུལ་གྱི་མིང་བསྐྱས་ཏེ་དངོས་སུ་མི་གསལ་བ་དཔེར་ན། རི་བོ་དེ་མཐོ་ཞིང་
 བརྗེད། དེའི་ཅེ་མོ་ནི་གངས་རི་ཡིན། དེའི་གཤམ་དུ་ནགས་ཚལ་མང་། དེ་ན་
 རི་དྲགས་དང་བྱ་ཚོ་གསེང་མང་། དེའི་འདབས་སུ་མཚོ་བདུན་གྱིས་བསྐོར། ལྷ་
 བུ་ནམས་ཀྱི་དེ་སྐྱ་སྐྱར་ཡུལ་ཡང་། ཐོག་མར་བཀོད་པའི་རི་བོ་ཡིན་ཞིང་།
 དེའི་འོག་གི་དེ་སྐྱ་ནམས་ལ་རེ་རེ་བཞིན་རི་བོ་ཞེས་བརྗེད་མི་དགོས་པར་
 ཡིག་གོར་ཡང་བ་དང་སྒྲོས་སྒྲོན་མི་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་དུ་རི་བོ་བསྐྱས་པ་ལས་
 དེ་སྐྱ་ནམས་སྐྱར་ཡུལ་ནི་རི་བོའི་མཐར་སྐྱར་བ་ལས་རི་བོའི་ཐོག་མར་སྐྱོར་
 སྟོལ་མེད་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་ལྷག་བཅས་ཀྱི་དེ་སྐྱ་འང་མིང་གི་མཐར་སྐྱར་བ་
 ལས་ཐོག་མར་མི་འཇུག་པ་དཔེར་ན། ཐག་བཅད་དེ་གཏན་ལ་པག་གཏན་ལ་
 བསྐྱད་དེ་གཏན་བཤད། མེ་ཡོད་དེ་དུ་བ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་ལྷ་བུའི་ལྷག་བཅས་
 ཀྱི་དེ་སྐྱ་ནམས་སྐྱར་ཡུལ་རིམ་བཞིན། ཐག་བཅད་པ་དང་། གཏན་ལ་བསྐྱད་
 པ། མེ་ཡོད་པ་བཅས་ཀྱི་མིང་མཐར་སྐྱར་བ་ལས་ལྷག་བཅས་ཀྱི་དེ་སྐྱ་མིང་
 གི་ཐོག་མར་འབྲི་སྟོལ་མེད་པ་ཡིན།

གོང་གི་རྒྱ་མཚན་དེ་དག་གི་དབང་གིས་དེ་སྐྱ་གང་ཡང་རུང་བའི་མིང་
 གི་མཐར་སྐྱར་བ་ལས་མིང་གི་ཐོག་མར་མི་འཇུག་པ་གསལ་པོར་མཛོད།

ཡང་ཁ་ཅིག་གིས། དེ་ལྟར་ཡིན་དུ་ཆུག་ཀྱང་སུམ་ཅུ་པའི་གཞུང་གི་ཡི་གེ་ཉམས་མི་སྲིད་པ་དང་། སྤར་གྱི་མཁས་དབང་རིམ་བྱོན་གྱིས་དེ་སྤྱི་མིང་གི་ཐོག་མར་འཇུག་ཚུལ་གསུངས་བྱུང་པས་ད་ལྟ་མིང་གི་མ་མཐར་འཇུག་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་མེད་ལ་མ་ལྟོས་པར་དེ་ལ་དབྱད་པ་ཙམ་ཡང་བྱེད་མི་རིགས་སོ་ཞིག་། དེ་ལ་ནི་ལན་གདབ་པར་བྱ་བའི་ཡུལ་མ་ཡིན་པས་རེ་ཞིག་མི་སྤྱི་བའི་བརྒྱལ་ཞུགས་དང་དུ་སྤངས་ཏེ་སྟོད་པ་ལས་ཐབས་ཅི་ཞིག་ཡོད། འོན་ཀྱང་གཟུར་གནས་དཔྱོད་ལྡན་དག་གིས་དབྱད་པའི་ཡུལ་ཙམ་དུ་ནི་ཅིའི་བྱིར་འཛོག་མི་རིགས་ཏེ་རིགས་སོ།།

གང་སྤྱི་བཤའ་པ།

གང་སྤྱི་འཇུག་ཚུལ་བཤའ་པ་ནི། སུམ་ཅུ་པའི་གཞུང་ལས་གང་སྤྱི་མད་ནི་སྤྱི་ལ་བྱུང་པར་འཇུག་ཅེས་བསྟན་པ་དང་། དེ་ལ་སི་རུ་པན་ཆེན་གྱིས། གཙུ་བོར་དོན་གྱི་བྱེ་བྲག་དམིགས་སུ་མི་འཛིན་པར་སྤྱི་ལ་བྱུང་པའི་དོན་ཙམ་གྱི་སྤྱི་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གང་སྤྱི་འཇུག་ཡུལ་གཙུ་བོ་སྤྱི་ཡིན་པ་བསྟན་ནས་ཞར་དུ་བྱེ་བྲག་ལ་འཇུག་ཚུལ་སྤྱི་སྤྱི་བྱེ་བྲག་ལ་འཇུག་པ་དཔེ་བཟོད་དང་བཅས་ཏེ་བསྟན། འདི་སྐབས་ཀྱི་སྤྱི་སྤྱི་ཞེས་པ་ནི་གང་ཡང་རུང་བའི་དངོས་པོ་ཀུན་ལ་འཇུག་རུང་བའི་ཆ་ནས་སྤྱི་སྤྱི་ཞེས་བཏགས་པ་ལས་

བྱེ་བྲག་ལ་མི་འཇུག་པར་སྒྱི་ཁོ་ནར་འཇུག་ཅེས་བསྟན་པ་མིན་ཏེ། འདིར་
 ཡང་གོང་དུ་དེ་སྒྲིའི་སྐབས་སུ་བསྟན་པ་ལྟར་དངོས་སུ་ཆིག་བེན་དུ་ཡོད་མེད་
 ཅེས་ལས་དོན་དུ་གང་སྒྲུབ་ཡུལ་དངོས་པོ་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་མེད་མི་སྲིད།
 མཁས་དབང་པ་ཉིས་ཀྱང་། སྒྱིར་བཟོད་པ་དེ་ཉིད་བྱེ་བྲག་ལ་འང་གདོན་མི་བ་
 བར་སྟེག་གོ་ཞེས་གང་སྒྲུབ་བྱེ་བྲག་གི་དོན་དུ་འཇུག་པ་གསལ་བར་བསྟན། དེ་
 དག་དཔེར་བཟོད་ན། གང་གིས་ཏྲག་ཏུ་བཙོན་པ་མ་དོར་ན། །གང་ཡང་འགྲུབ་
 པར་འགྱུར་ལ་ཐེ་ཆོམ་ཅི། །ཞེས་པ་ལྟ་བུར་སྒྱི་སྒྲུབ་དངོས་ཞེས་མཁས་རྣམས་
 གྱིས་བསྟན་མོད། དོན་དུ་སྒྱི་སྒྲུབ་ཡུལ་དངོས་སུ་ཆིག་བེན་དུ་མ་བསྟན་པ་
 ཅེས་ལས་སྒྱི་སྒྲུབ་འཇུག་ཡུལ་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་གཏན་ནས་མེད་པ་མིན་ཏེ། སྒྱི་
 བོ་གང་གིས་བཙོན་པ་མ་དོར་བར་འབད་ན་དོན་དམ་བྱ་བ་གང་ཡིན་ཡང་
 འགྲུབ་པར་འགྱུར་བ་ལ་ཐེ་ཆོམ་བྱེད་མི་དགོས་པ་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པས་
 སྒྱི་བོ་དང་། དོན་དམ་བྱ་བ་བསྐྱས་པ་ཅེས་ཡིན། ཡང་དེ་བཞིན་གང་ཞིག་བཙེ་
 ཞིང་བཀྱར་བའི་ཡུལ། །གཞལ་མེད་ཟིན་ཅན་པ་མ་ཡིན། །ཞེས་པ་ལྟ་བུར་སྒྱི་
 སྒྲུབ་བྱེ་བྲག་ལ་འཇུག་པ་ཞེས་བཟོད་དེ། གོང་གི་ཆིག་རྒྱུ་གཉིས་པོ་འགྲེལ་
 སྐབས། གཞལ་དུ་མེད་པའི་ཟིན་ཅན་པ་དང་མ་གང་ཞིག་ནི་བཙེ་ཞིང་བཀྱར་
 བའི་གནས་ཡིན་ནོ་ཞེས་གང་སྒྲུབ་ཡུལ་པ་མ་གཉིས་དངོས་སུ་ཆིག་བེན་
 དུ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་ཡུལ་གང་དུ་འགྲོ། དོན་གང་ཞིག་བསྐྱབ་དགོས་
 ཡོད། བྱེད་ལ་དཔེ་ཆ་གང་དང་གང་ཡོད། རྒྱུ་ཆ་གང་བཤམ་ཀྱང་བྱེད་པོ་

ཞིག་དགོས། སྟོབ་སྟོང་གང་བྱེད་ཀྱང་མཐའ་འཁྱོལ་བ་ཞིག་དགོས་གཤམ་ཆེ་
སོགས་ལྟ་བུའི་གང་སྐྱ་སྐྱར་ཡུལ་རིམ་བཞིན་ཡུལ་དང་། རོན། དཔེ་ཆ། སྐད་
ཆ། སྟོབ་སྟོང་རྣམས་ཀྱི་མཐར་གང་སྐྱ་སྐྱར་བ་ཡིན་མོད། སུམ་ཅུ་པའི་གཞུང་
ལས། གང་མིང་བརྗོད་པའི་དང་པོ་རུ། །དང་པོ་ལ་ནི་གཉིས་པ་སྐྱར། །སྟེ་ལ་
བྱབ་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །ཞེས་གང་སྐྱ་མིང་གི་དང་པོ་འཕ་ཐོག་མར་འཇུག་པ་
བསྟན་ཀྱང་། དེ་ལ་སི་ཏུ་པན་ཆེན་གྱིས། འདིར་མིང་གི་ཐོག་ཏུ་སྐྱར་བ་
གསུངས་པའང་གཙུག་ཆེ་བའི་དོན་ལ་དགོངས་ཀྱི་མིང་མཐར་མི་འཇུག་པ་ནི་
མ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་གསུངས་པ་དང་། དོན་ལའང་གོང་སྟོས་ལྟར་གང་སྐྱ་སྐྱར་
ཡུལ་གྱི་མིང་དངོས་བསྟན་ལུགས་བསྟན་གང་ཡིན་རུང་མིང་གི་མཐར་སྐྱར་
དགོས་པ་ནི་དེ་སྟེའི་འཇུག་པ་བཤའ་པའི་སྐབས་དང་མཚུངས་སྟུང་པས་
བརྟག་པར་འཆོལ། ཡང་གང་སྐྱ་བྱི་བའི་དོན་ལ་འཇུག་པའང་ཡོད་དེ། བྱིད་
གྱིས་དེ་ལྟར་བཤའ་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་། བྱིད་མི་རིགས་གང་ཡིན། བྱིད་
གྱིས་སྟོབ་སྟོང་གང་བྱས་སོགས་ལྟ་བུ་དང་།

སུམ་ཅུ་པའི་གཞུང་ལས་མ་བསྟན་ཀྱང་གང་དང་འཇུག་པ་ཕལ་ཆེར་
མཚུངས་པའི་སྟེ་སྟེའི་ཕྱད། ཅི་དང་། ཇི་དང་། སུའི་ཕྱད་རྣམས་ཡིན་ཞིང་།
ཕྱད་དེ་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་ཅི་དང་ཇི་གཉིས་ཀྱི་ཕྱད་སྟོར་ཚུལ་ནི། ལེགས་
བཤའ་སྟོན་དབང་ལས། ཞིག་སྟེ་སྟེད་འདྲ་བྱིར་ལ་ཅི། །སྟེད་སྟེད་ལྟར་བཞིན་
སྐད་ལ་ཇི། །ཞེས། ཅི་ཞིག་ཅི་སྟེ། ཅི་སྟེད། ཅི་འདྲ། ཅི་བྱིར་རྣམས་དང་། ཇི་

སྟེད། རི་སྟེད། རི་ལྟར། རི་བཞིན། རི་སྐད་བཅས་སྟོར་དགོས་པར་གསུངས་
 པ་དང་། ད་དུང་འདྲིར་མ་བསྟན་པའི་ཅི་དང་རི་འཇུག་ཡུལ་དུ་མ་མཆིས་ཏེ།
 དཔེར་ན། ཅི་ཡོད། ཅི་ཙམ། ཅི་མཆིས། ཅི་བཤད་སོགས་ལ་ཅི་དང་རི་སྟོ
 ཆོགས་པ་ཞིག་གིས་འདུག་ཀྱང་ཞིབ་ཏུ་བཏགས་ཆོ། ཅི་ཡོད་ལྟ་བུར་ཆ་
 མཆོན་ན། ཅི་ཞིག་ཡོད་དང་ཅི་འདྲ་ཡོད་ཅེས་པའི་དོན་བསྟུས་པ་ཡིན་ན་རི་
 འཛོལ་པ་སོགས་སྐབས་ཐོབ་ཀྱི་དོན་ལ་བཏགས་ཏེ་འབྲི་དགོས་པ་ལས་མ་
 དག་རྒྱན་འབྲམས་ལ་ཆ་བཞག་སྟེ་འབྲི་མི་རུང་སྟམ། སུ་ནི་གང་ཟག་ཁོ་ནའི་
 སྟེ་སྟེ་ཡིན་པར་གསུངས་ཤིང་། སྟེར་གང་ཟག་གི་གོ་དོན་ནི། གང་གས་གཞི་
 རུང་པོ་ལྟ་པོ་གང་རུང་ལ་བཏེན་ནས་བཏགས་པའི་སྟེས་བུ་གང་ཟག་གི་དོན་
 དུ་གོ་དགོས་པས་འཇུག་ཡུལ་བྱུང་ཆེ་ནའང་། ལག་རྒྱན་དང་འོད་རྒྱན་
 གཉིས་ཀར་སྟེ་སྟེ་འཇུག་ཡུལ་ནི་མི་ཁོ་ན་ལས་སེམས་ཅན་གཞན་ལ་འཇུག་
 པའི་སྟོལ་མེད་དེ། དཔེར་ན། དེ་རིང་ཁྱོམ་ཆོགས་ཀྱི་དཀྱིལ་དུ་གཏམ་འོད་
 མཁན་དེ་སྟེ་རེད་ཅེས་བརྗོད་པ་ལས། ཁོང་གིས་བཞོན་པའི་ཏྲ་དེ་སྟེ་རེད་
 ཅེས་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གཉིས་ཀར་བཤད་སྟོལ་དང་འབྲི་སྟོལ་གཉིས་ཀ་མེད་
 པ་ལྟ་བུ་ཡིན།

ཡང་མཁས་པ་ལ་ལའི་གསུང་རྒྱན་དུ། སུ་གང་ཟག་ཁོ་ནར་འཇུག་པ་
 མ་ངེས་ཏེ། བཟང་སྟོད་ལས། རི་སྟེད་སྟེ་དག་སྟོགས་བཅུའི་འཛིག་ཏེན་ན། །
 ཞེས་པའི་སྟེ་སྟེ་འཇུག་ཡུལ་ནི་སྟོགས་བཅུའི་འཛིག་ཏེན་ཡིན་པ་ལས། གང་

ཟག་མིན་པས་སུ་སྐྱ་གང་ཟག་ཁོ་ན་ལ་འཇུག་ཅེས་ནམ་གཅོད་གྱི་སྐྱ་སྟོར་མི་
རིགས་ཞེས་གསུངས་པའང་ཡོད་པས་གང་འཐད་དཔྱོད་ལྡན་ནམས་གྱིས་
བརྟག་པར་འཆོལ།

ཅི་སོགས་གྱི་དཔེར་བཞིན་ནི། དགོས་པ་ཅི་ཞིག་གི་སྦྲད་དུ་འབད་
བཅོམ་བྱེད། ཅི་སྟེ་དོན་མ་གྲུབ་ཀྱང་འགྱོད་པ་མེད། རི་ཡི་ཅིར་ཅི་སྦྲད་འགྲོ།
མི་དེ་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནམ་ང་ལ་ཆ་རྒྱས་མེད། ཅི་བྱིར་སྟོབ་སྟོང་ལ་འབད་
བཅོམ་མི་བྱེད་ལྟ་བུ་དང་། གྲོང་ཁྱིམ་གྱི་ནང་དུ་མི་ཇི་སྟེད་ཅིག་མཆིས་པ་དེ་
སྟེད་གྱིས་དགའ་འབོད་སྟོག་པ། ཇི་སྟེད་སང་ཉི་མ་མ་ཤར་གྱི་བར་དུ། སྟོབ་
དཔོན་གྱིས་གསུངས་པ་ཇི་ལྟར་སྟོབ་མའི་སྟོ་ལ་ངེས་པ། གཞུང་དོན་ཇི་
བཞིན་དུ་ཉོགས་པ། ཇི་སྐད་སྐྱས་པའི་དོན་ནམས་ཁོང་དུ་ཅུད། ལྟ་བུ་ལོ།

བདག་སྐྱ་བཤུད་པ།

བདག་པོའི་སྐྱ་བཤུད་པ་ནི། འདི་ལ་སྟོན་གྱི་མཁས་པ་ལ་ལས་ལུ་
ཡིད་ཀྱི་སྐྱ་སྟེ་སྟེས་པའི་ཉགས་མཆོན་བྱེད་པ་དང་པོ་གཉིས་ཁོ་ན་ཡིན་པར་
བསྟན་པ་དང་། ཡང་མཁས་པ་ལ་ལས། སྟེས་བུའི་ཉགས་མཆོན་བྱེད་པ་པོ་
གཉིས་དང་བ་དང་ཅན་བཅས་བཞིར་བསྟན་ཅིང་། ལུགས་དང་པོ་ལྟར་ན་
བདག་པོ་ཞེས་པའི་དོན་གང་ཡང་རུང་བའི་དངོས་པོ་ནམས་གང་ལ་ཡོད་

བའི་གང་ཟག་ཅིག་ལ་གོ་དགོས་པ་དང་། བཅ་པོ་སོགས་ལ་ནི་བདག་པོའི་ཐ་
 ལྷན་མི་འཇུག་པར་བཤད། དེའང་མིང་གི་ཆ་ཤས་སུ་བ་པོ་གཉིས་སྟུང་མེད་
 བ་ལ་གསར་དུ་སྐྱར་བ། ས་སྐྱའི་ལེགས་བཤད་ལས། མཁས་པ་མཁས་པའི་
 དབུས་ན་མངོས། །སྐྱོན་པོས་མཁས་པ་དེ་ལྟར་གོ། །ཞེས་པའི་བ་པོའི་སྐྱ་
 རྣམས་ལྟ་བུ་དང་། དེ་བཞིན། མོ་འདེབས་མཁན་ལ་མོ་བ་དང་། ཅིས་ཅི་
 མཁན་ལ་ཅིས་པ། ཅ་དངོས་བདག་གཉེར་བྱེད་མཁན་ལ་གཉེར་བ། ཀོ་བྱ་
 གཏོང་མཁན་ལ་ཀོ་བའམ་མཉན་པ། འཁོར་ལོའི་རིགས་གཏོང་མཁན་ལ་ཁ་
 ལོ་བ། སྟོང་མོ་བྱེད་མཁན་ལ་སྟང་པོ་སོགས་དང་། ཡང་། ཞིང་གཙོང་བ་པོ་
 དང་། ཟས་ཟ་བ་པོ། ལྷན་མོ་ལྷ་བ་པོ། ཡི་གེ་འབྲི་བ་པོ། གནས་ལུགས་སྟོན་བ་
 པོ། ཡོན་ཏན་སྟོབ་བ་པོ་སོགས་དངོས་པོ་བདག་གམ་བྱེད་བ་པོར་གོ་བའི་པོ་
 སྐྱ་མཐའ་དག་བདག་པོའི་དོན་སྟོན་བྱེད་དུ་ཤེས་དགོས། བཤད་མ་ཐག་པའི་
 ཞིང་གཙོང་བ་དང་། ཟས་ཟ་བ་སོགས་གྱི་བ་དང་བ་སོགས་ནི་བདག་པོ་སྟོན་
 བྱེད་གྱི་བ་དང་བ་མིན་པར་སྐྱར་དེ་དག་གི་མཐར་པོ་སྐྱ་རེ་སྐྱར་བ་དེས་
 བདག་སྐྱའི་སྟང་བསྟན་པ་ཡིན། སུམ་ཅུ་པའི་གཞུང་ལས། གང་མིང་གི་ནི་མ་
 མཐའ་ན། །འུ་ལི་རྒྱ་ཡི་སྐྱ་མེད་པ། །ཞེས་གང་ཡང་རུང་བའི་མཐར་བ་དང་པོ་
 མེད་པ་ཞིག་ལ་བ་དང་པོ་གསར་དུ་སྐྱར་བ་བདག་སྐྱ་ཡིན་པར་གསུངས་པ་
 ནི་གོང་དུ་བཀོད་པའི། མཁས་པ་དང་སྐྱོན་པོ། ཅིས་པ། གཉེར་བ་སོགས་ལྟ་
 བུ་ལ་དོགས་གནད་མེད་ཀྱང་གཙོང་བ་པོ་དང་། ཟ་བ་པོ་སོགས་གྱི་བ་དང་བ་

ཡང་ཆིག་གྲོགས་སུ་སྐྱར་བ་ཙམ་ལས་མིང་དངོས་ནི་གཙོད་དང་བ་སོགས་
 ཆིག་བྲིས་གཅིག་རང་གིས་བསྟན་པ་ཡིན་པས་སུམ་ཅུ་པའི་གཞུང་དང་མི་
 མཐུན་པའི་དོགས་གཞི་སྐྱེས་དགོས་པའི་དོན་མེད་པ་ཡིན། དུ་ལི་རྒྱའི་སྐྱ་
 བོད་སྐད་དུ་བ་པོ་ཡིན་ཞིང་། དེས་སྐྱེས་པ་མཆོན་ཞིང་སྐྱ་ལི་རྒྱའི་སྐྱ་ནི་དེ་
 ལས་ལྷོག་སྟེ། བཙུན་མ་དང་། མངེས་མ། གཞོན་ཀུ་མ། གནས་མོ། བདག་མོ།
 ཆང་མ། བཙུན་མོ་སོགས་ཀྱིས་ནི་བྱད་མེད་མཆོན་པར་བྱེད་པ་ཡིན། སི་
 འགེལ་ལས། བྱེད་པ་མོ་དང་། འབྲིན་པ་མོ་ཞེས་བཀོད་འདུག་པས་དེ་ལྟར་
 གོང་གི་བྱེད་པ་པོ་འམ་དངོས་པོ་བདག་སྟོན་པའི་པོ་སྐྱ་ཀུན་སྐྱེས་པ་དང་། པོ་
 སྐྱ་དེ་དག་གི་ཆ་བ་ཏུ་མོ་ཡིག་རེ་སྐྱར་ཆེ་བྱད་མེད་དུ་གོ་དགོས་པ་ཡིན་ནམ་
 དཔྱད་པར་འཆོལ།

ལྷགས་གཉིས་པ་ལྟར་ན། བ་དང་པོ་གཉིས་བདག་སྐྱར་འཇུག་ཚུལ་
 ལྷགས་དང་པོ་དང་མཐུན་ཡང་། བ་དང་ཅན་གཉིས་ཀྱང་སྐྱེས་པའི་རྟགས་
 མཆོན་བྱེད་དུ་འཇུག་པའི་དཔེར་རྟ་བ། གསེར་བ། སེ་ར་བ། ལྟ་ས་བ། སྐྱ་ར་
 ཅན། ཀ་བ་བ། བུམ་པ་བ། སྤྱིང་བ་པོ། སྒོ་ལྡན་སོགས་བཀོད་ཅིང་དེ་དང་
 སྤྱོགས་འདྲ་བར་ལེགས་བཤད་སྟོན་དབང་ལས་ཀྱང་། བདག་སྐྱ་ཡར་གྱུར་བ་
 དང་ནི། །ཆ་ལ་བ་ཉིད་སྐྱོར་བ་ལེགས། །ཞེས་ལྟ་ས་བ་ལྟ་བུ་ཆིག་བྲིས་གསུམ་
 ལྡན་གྱི་ཆིག་གམ་ཡར་གྱུར་པའི་བདག་སྐྱ་ལ་བ་ཡིག་སྐྱར་བ་དང་། ཁམས་
 པ་ལྟ་བུ་ཆིག་བྲིས་གཉིས་ལྡན་གྱི་ཆིག་གམ་ཆར་གྱུར་པའི་བདག་སྐྱ་ལ་བ་

སྒྱུར་ན་ལེགས་ཞེས་གསུངས། དེའི་རྒྱ་མཚན་ནི་བོད་ཀྱི་ཡུལ་སྐད་པལ་མོ་
ཆེ་དང་མཐུན་པས་ལེགས་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན། སི་ཏུའི་འབྲེལ་ཆེན་ལས་
ནི། ལྷ་ས་ལ། སེ་ར་བ་ལྷ་བྱ་རྣམས་ནི་གྲོང་པའི་པལ་སྐད་ཅམ་དུ་བད་པས་
དཔེར་མི་འོས་ཏེ། དེ་འབྲེལ་ཡིད་བརྟན་འཆའ་ན་ནོར་བ་མང་པོ་འང་ཁས་
ལེན་དགོས་པར་འགྱུར་ཞིང་། དེ་དག་དག་པར་འདོད་ན། ལྷ་ས་ལ། སེ་ར་བ་
ལྷ་བྱར་བརྗོད་རིགས་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་སོ།།

སྤྱིར་བདག་སྤྱིའི་སྐབས་ཅམ་མ་བད། མཁན་པོ་ཐོན་མིའི་སུམ་རྟགས་
གྱི་དགོངས་པ་འབྲེལ་ཚུལ་འགའ་ཞིག་གི་ཐད་ལ་སྒྲོན་བྱོན་མཁས་དབང་
རྣམས་ཀྱི་བཞེད་པ་མི་མཐུན་པ་སྤྲོ་བྱ་རེ་ཡོད་མོད། རང་རེའི་འོས་འགན་ནི་
མཁས་དབང་དེ་དག་སོ་སོའི་དགོངས་པའི་མཐེལ་ཇི་བཞིན་རྟོགས་པར་
འབད་བཅོམ་བྱེད་རྒྱ་དེ་ཁོ་ན་ཡིན་པ་ལས། ཐོན་མིའི་དགོངས་པ་འགྲོལ་བ་
ལ་ཐོན་མི་གཉིས་པ་དང་བྱད་མ་མཆིས་ཤིང་། རང་ཅག་ཁ་བ་ཅན་པ་སྤྱི་ལ་
བཀའ་ངེན་ཟླ་ལྷག་ཏུ་ཆེ་བའི་ཉི་ཟླ་ལྷ་བྱའི་མཁས་དབང་རྣམས་ལ་བདག་དང་
བདག་འབྲེའི་སྒོ་དམན་སྤྲོ་བྱ་མི་བྱེད་ལྷ་བྱ་ཐོས་ཚུང་ཡོན་ཏན་ཅན་དུ་སྒྲོམ་
པ་འགའ་ཞིག་གིས། འདི་ནི་ཡང་དག་པ་དང་། འདི་ནི་ཡང་མ་དག་པའོ་ཞེས་
མཁས་པའི་གསུང་ལ་ཅོ་འདྲི་བ་ནི་ཡང་ན་གཞན་ལ་འོད་མི་རྒྱས་པའི་ནང་
གི་ཆགས་སྤང་ངན་པའི་རང་ག་བྱུགས་ལྷགས་མ་བྱུབ་གྱིས་སྤྱིར་མཛོན་
པའམ། ཡང་ན་མི་ཆེ་སྤྱིགས་རིས་དང་ང་རྒྱལ་ལ་གོམས་པའི་གཡོ་ཅན་

འགའ་ཞིག་གིས་རྒྱད་བསྐྱལ་ཏེ་དེ་ལྟར་སྒྲས་པ་ལས་རང་གི་རིགས་ལ་ཞེན་
པ་སྒ་མོ་ཅམ་ཡོད་པ་དང་། གཟུར་གནས་གྱི་དབྱེད་ལྡན་སུ་ཞིག་གིས་དེ་ལྟར་
སྒྲ་རིགས་ཏེ་སྒྲ་མི་རིགས་སོ། །དེ་ལྟར་སྒྲས་པའི་འབྲས་བུ་ནི་སྒྲ་བ་པོ་རང་
ཉིད་བྱ་རོག་དཀར་པོར་སྒྲུབ་པའི་རྒྱ་ལྟ་བུ་ལས་གཞན་ཅི་ཡང་མ་མཆིས་སོ། །

སྟོན་བྱོན་མཁས་དབང་ཉི་མེད་འོད་སྦང་དེའི།
ཆ་ཅམ་ཡིད་ལ་འཕྲོས་པ་འདི་ཀོ་ཡང་།
མི་ཡི་ཡུལ་དུ་ཅི་ཅམ་གནས་གྱི་བར།
མི་བརྗེད་བཀའ་བློན་སྦྱང་ནས་བློན་པར་རིགས།
ཞེས་ཀྱང་སྒྲུའོ།

དགག་སྒྲ་བཤད་པ།

སུམ་ཅུ་པའི་གཞུང་ལས་གང་ཡང་རུང་བའི་མིང་གི་ཐོག་མར་སྒྲི་
ལི་རྒྱའི་སྒྲ་སྟེ། མོ་ཏྟགས་མཆོན་བྱེད་མ་དང་མོ་གཉིས་སྒྱར་ན་དགག་སྒྲ་ཡིན་
པར་གསུངས་པ་ལས་མོ་ཡིག་དགག་སྒྲ་ལ་མི་འཇུག་པས་མ་ཡིག་ཉིད་དུ་གོ་
དགོས་པ་དང་། དེའང་མ་ཡིག་མིང་གི་ཐོག་མར་འཇུག་པ་དཔེར་ན། རང་
གིས་མ་མཐོང་བ་ཅམ་གྱིས་མེད་པར་སྒྲུབ་མི་རུས། ཞེས་བྱའི་གནས་ཀྱན་

མ་ལུས་པར་རྟོགས་པ། རང་སྟོབས་ཀྱིས་མ་ཤེས་པ་རྣམས་གཞན་ལ་འབྲི་
 དགོས། ཚུལ་བཞིན་མ་ཡིན་པའི་བྱ་བ་རྣམས་སྤང་དགོས། རོན་ངི་བཞིན་
 སྟོར་མ་ངེས་པ། རོན་མེད་པའི་བྱ་བ་མ་བྱེད་ཅིག གཞན་ལ་སྟོབས་ཉམས་མ་
 སྟོན། ལྟ་བུ་དང་། མ་ཡིག་དང་འབྲེལ་བའི་མི་ཡིག་ཀྱང་དགག་སྐྱར་འཇུག་པ་
 དཔེར་ན། རྒྱུགས་ངེས་ཀྱི་བྱ་བ་བྱེད་མི་ངེགས། གཏན་དུ་མི་འགྱུར་བའི་དམ་
 བཅའ་བཟན་པོ། འདུས་བྱས་ཀྱི་དངོས་པོ་རྣམས་མི་རྟག་པར་ངེས་པ། གཏམ་
 སྤྲ་སྤྲི་མི་འགལ་བ། བྲམ་དང་གཡོ་སྐྱུའི་བྱ་བ་མི་བྱ་བར་བྱང་པོར་གནས་པ་
 ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུའོ།

ཡང་མེད་དང་མིན་གཉིས་པོའང་མ་ཡིག་དང་འབྲེལ་བའི་དགག་སྐྱར་
 འཇུག་ཀྱང་སྐུམ་ཅུ་པའི་གཞུང་ལས་དགག་སྐྱར་མིང་གི་ཐོག་མར་འཇུག་པ་
 བསྟན་པ་དང་། མིན་མེད་གཉིས་ནི་མིང་གི་མཐར་འཇུག་པ་ལས་མིང་གི་
 ཐོག་མར་འཇུག་པའི་སྐབས་མ་མཆིས་སོ། །དེ་དག་ཀྱང་དཔེར་བཅོམ་ན། ར་
 གན་གསེར་དུ་བརྒྱས་ཀྱང་གསེར་དངོས་མིན། ལྷན་པོ་མཁས་པར་རྫོམ་ཡང་
 ཡོན་ཏན་མེད། གཉེན་ལ་རྩིགས་ཉམས་སྟོན་པ་དཔའ་བོ་མིན། དག་ལ་གློལ་
 བར་རྒྱས་པའི་སྟོང་སྟོབས་མེད། ཅས་པ་ལྟ་བུ་དང་། ལེགས་བཤའ་སྟོན་
 དབང་ལས། མ་ནི་བར་གྱི་གསལ་བྱེད་ལའང་། །ཞེས་མ་དང་མི་གཉིས་མིང་
 གི་ཐོག་མར་འཇུག་པ་མ་བྱ། མ་ཡིག་ནི་མིང་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་སྐྱར་ཆེ་མིང་
 གོང་འོག་གཉིས་ཀྱི་དགག་པའི་སྤང་ཡིན་པར་གསུངས་ཤིང་། དེའང་དཔེར་

ན། མི་དེས་ཆས་ཡ་མ་བྱུང་ཞིག་སྤྲས་འདུག འཛོག་སར་སྟོན་དཔྱིད་གཉིས་
ཀར་གངས་མ་ཆར་འབབ་པ། བྱ་མ་བྱེུ་ནམས་ཉིན་མོ་ཡིབ་ཅིང་མཆན་མོ་
འཕྱར་བ། ར་མ་ལུག་གི་ཤ་ཞིམ། གོ་མ་ནས་གྱི་ཆང་ཞིམ། བྱི་མ་ནང་གི་མི་
ལ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་མི་རུང་། ལྟ་བུ་ནམས་དང་། མིང་གི་ཐོག་མར་འཇུག་པའི་
དགག་སྤྱི་སྤྱད་མ་མི་གཉིས་དང་། མིང་གི་མཐར་འཇུག་པའི་དགག་སྤྱི་
སྤྱད་མིན་མེད་གཉིས་བཅས་མིང་གང་འདྲ་ཞིག་གི་ཐོག་མར་འཇུག་ཚུལ་དང་།
མིང་གང་འདྲ་ཞིག་གི་མཐར་འཇུག་ཚུལ་ནམས་ཁོ་བོས་བརྩམས་པའི་
ཏྲགས་གྱི་འཇུག་པའི་དཀའ་གནད་འགའ་ཞིག་གསལ་བར་བཤད་པ་གནད་
གྱི་སྟོན་མེ་ཞེས་པར་བྱུང་ཞིབ་ཅུ་བཤད་ཡོད་པས་དེར་བསྟར་བར་བྱའོ།

བརྩ་པ། ཅིང་སོགས་ཆིག་སྤྱད་བཤད་པ།

འདི་ཡན་གྱིས་སུམ་ཅུ་པའི་གཞུང་ལས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་སྤྱད་
དང་ནམ་དཔྱེའི་སྟོར་ཚུལ་ནམས་བསྟན་ཟིན་ཏེ། ད་ནི་ཁ་སྟོང་གི་ཆིག་སྤྱད།
ཅིང་། ཅེས། ཅེའོ། ཅེ་ན། ཅིག ཞིང་། ཞེས། ཞེའོ། ཞེ་ན། ཞིག ཞིང་། ཞེས།
ཞེའོ། ཞེ་ན། ཞིག་བཅས་གྱི་སྤྱད་བཤད་པ་ནི། སྤྱད་འདི་དག་ནི་རྗེས་འཇུག་
ལ་སྟོས་དགོས་པའི་སྤྱད་ཡིན་ལ་ནམ་དཔྱེ་མ་ཡིན་པའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་
པའོ། སྤྱད་འདི་དག་གི་སྤྱི་ཡི་སྟོར་ཚུལ་ནི། རྗེས་འཇུག་ག་ད་བ་དང་། ད་

བྲག་ཅན་བཅས་གྱི་མཐར། ཅིང་། ཅེས། ཅེའོ། །ཅེ་ན། ཅིག་བཅས་འཛོལ་བ་
དང་། རྗེས་འཇུག་དང་། ར། མ། ལ། ར། ལ། མཐའ་མེད་བཅས་གྱི་མཐར། ཞིང་།
ཞེས། ཞེའོ། །ཞེ་ན། ཞིག་བཅས་འཛོལ་བ་དང་། རྗེས་འཇུག་ས་ཡི་མཐར་
དམིགས་བསལ་དུ་ཞེས་འབྲི་དགོས་པ་ལས་གཞན་ཤིང་། ཤེའོ། །ཤེ་ན།
ཤིག་བཅས་འཛོལ་བ་ཡིན། སྤང་དེ་དག་གི་སྤྱ་སྟོར་གྱི་དཔེ་བཟོད་ལོགས་སུ་
འབྲི་བ་ནི་ཡིག་ཆོགས་མང་པའི་རྒྱ་ལས་མ་མཆིས་པས་དོན་སྟོར་གྱི་དཔེ་
བཟོད་དང་ཆབས་ཅིག་ཏུ་རྟོགས་པར་བྱའོ།

སྤང་དེ་དག་དོན་ལ་རི་ལྟར་སྟོར་བའི་ཚུལ་ནི་ཐོག་མར། ཅིང་། ཞིང་།
ཤིང་གསུམ་གྱི་སྤང་ནི། སུམ་ཅུ་པའི་གཞུང་ལས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ལྷག་
བཅས་གྱི་སྤང་སྟེ་དང་སྤྱིས་གྱི་མཁས་པ་དག་གིས་བསྟན་པའི་ཏེ། དེ། ལ།
ནས་བཅས་དང་པལ་ཆེར་འཇུག་པ་མཚུངས་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་ལྷག་བཅས་
ལ་ནང་གསེས་མཆམས་སྟོར་ལྷག་བཅས་དང་། དམ་བཅའ་ལྷག་བཅས།
གཞན་འབྲེན་ལྷག་བཅས་གྱི་དབྱེ་བ་ཡོད་པའི་ནང་ནས་ཅིང་། ཞིང་། ཤིང་།
རྣམས་ནི་མཆམས་སྟོར་ལྷག་བཅས་ལ་འཇུག་པ་ལས་དམ་བཅའ་ལྷག་
བཅས་དང་གཞན་འབྲེན་ལྷག་བཅས་ལ་མི་འཇུག་པ་དང་། དེའང་བྱ་བའི་
ཆོག་དང་། ཆོས་བཟོད་གྱི་མིང་གི་མཐར་འཇུག་པ་ལས་ཆོས་ཅན་བཟོད་
པའི་མིང་གི་མཐར་མི་འཇུག་པའང་རྟོགས་པར་བྱའོ། །དེའང་དཔེར་བཟོད་ན་
འདི་ལྟར། ཆོག་སྤྱི་སྤྱི་གཉིས་ཀ་བྱ་བ་ཡིན་ཞིང་དུས་རིམ་གྱིས་འཇུག་པའི་

ལྷག་བཅས་ལ་ཅིང་སོགས་འཇུག་པ་ནི། དཀའ་ངལ་ནམས་བྱང་དུ་བསད་
 ཅིང་སྟོབ་སྟོང་མཐར་ཕྱིན་པ་བྱེད་དགོས། རྒྱག་ཚུ་བཀག་ཅིང་རྗེས་བྱ་བཅོས་
 ལ། ཞིང་གར་ས་བོན་བཏབ་ཅིང་ཚུ་བྲངས་ལ། དཔྱིད་ཀྱི་རྒྱལ་མོའི་སྤྱད་བྲངས་
 རྒྱ་ཡིག་ཏུ་བསྐྱར་དེ་ཅིང་པར་དུ་བསྐྱུན་ལ། སྟོང་ནམས་འབྲུ་ཡིས་བཀར་ཞིང་
 མཛོད་དུ་བཞག་ལ། ཅ་དངོས་ནམས་ཕྱིར་བཏོན་ཞིང་ནང་དུ་བྱི་དོར་བྱེད་ལ།
 དག་བོའི་ཚོགས་བཅོམ་ཞིང་རྒྱལ་རྩ་བརྟུངས་ལ། རྗེས་འཇུག་འ་མཐར་ཞིང་
 རྒྱ་སྐྱར་བས་ཆོག་སྤྱི་གཉིས་བྱ་བ་ཡིན་ལ་དུས་རིམ་གྱིས་འཇུག་པའི་
 ལྷག་བཅས་ཀྱི་སྤང་མི་འབྲུབ་པའང་ཤེས་དགོས། འགོས་ནད་ཅན་ནམས་
 ལོགས་སུ་བཀར་ཞིང་སྤྲོན་བཅོས་བྱེད་ལ། བདེན་རྒྱུ་སྟོ་ཡིས་བཅལ་ཞིང་
 ཐག་བཅད་ལ། ཡུལ་ཀུན་ཏུ་རྒྱ་ཞིང་ལྟ་མོ་ལྟ་བ། འབྲུ་བཛོས་ཤིང་བྱེ་
 བཏགས་པ་ལྟ་བུ་སོགས་དང་། དེ་བཞིན་ཅེས་དང་ཞེས་ཀྱི་སྤང་ནི་གཉིས་ཏེ།
 ཅེས་ཞེས་གཉིས་ཀྱི་མཐར་པ་སྤྱི་མེད་པ་དང་། ཡོད་པའོ། །དང་པོ་ནི། དེ་སྤྱི་
 འཇུག་པ་དང་པལ་ཆེར་མཚུངས་ཏེ། དེ་འབྲུའམ། དེ་ལྟར་གྱི་དོན་དང་འཇུག་
 པ་སྤྱིགས་མཐུན་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། གསེར་ལ་རག་ཅེས་བཏགས། བ་
 གན་དུ་བས་བསད་ཅེས་གྲགས། ཆབ་ཅེས་ཚུ་ཡི་ཞེས་འོ། །རང་ཡུལ་དུ་
 འབྱོར་ཅེས་གྲིས་འདུག ཕྱི་དང་ནང་ཞེས་གཉིས་སུ་དབྱེ། བོད་ལྗེ་བཙུ་པ་དང་།
 བཙུ་གཅིག་ལ། བཙུ་གཉིས་པ་ལ་དགྲུན་ཞེས་བེར་རོ། །རྒྱལ་པམ་ཞེས་སུ་ཐ་
 ལྷན་བཏགས། ཁོ་བོའི་སེམས་རབ་ཏུ་དགའ་ཞེས་སྤྲས་སོ། །ཁོང་ང་ལ་དཀར་

ཞེས་བཤད་ཀྱང་ཡིད་ཆེས་དགའ། འདིའི་མིང་ལ་སྒྲོ་གསལ་ཞེས་བཏགས་
 ི། །ཡོན་ཏན་ཆེ་ཞེས་བཤད། དགྱིལ་ལ་དབུས་ཞེས་ཟེར་རོ་སོགས་ལྟ་བུ་
 དང་། ཅེས་དང་ཞེས་གྱི་མཐར་པ་སྒྲ་ཡོད་པ་ནི། ཟེར་བའི་དོན་དང་པལ་ཆེར་
 མཚུངས་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། སྒྲན་ནད་ཅེས་པ་བཙུགས་པར་དགའ། རྒྱལ་མོ་
 རོང་ཞེས་པའི་ཡུལ་དུ་སླེབས་སོགས་ལྟ་བུ་མང་དུ་སྒྱུར་བར་བྱའོ། །ཡང་།
 ཅེའོ་དང་། ཞེའོ། །ཤེའོ་རྣམས་ནི་ཟེར་རོ་དང་དོན་པལ་ཆེར་འདྲ་བ་ཡིན་ཞིང་།
 དཔེར་ན། ཁོང་ལ་གཞན་ལས་བྱུང་དུ་འཕགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཡོད་ཅེའོ།
 །གཡོ་གཏམ་དངོས་ལའང་གཡོ་གཏམ་མིན་ཞེའོ། །གཞན་གྱིས་མ་རྟོགས་པ་
 རྣམས་ཁོས་རྟོགས་ཤེའོ་སོགས་ལྟ་བུ་དང་། ཡང་ཅེ་ན་དང་ཞེ་ན། ཤེ་ན་
 བཙུགས་ནི་ཟེར་ན་དང་དོན་པལ་ཆེར་འདྲ་བ་ཡིན་ཏེ་དཔེར་ན། གནས་དེར་
 ཤོག་ཅེ་ན། དེར་སྐྱེས་པའི་ཤིང་ཀུན་ཙན་དན་ཡིན་ཞེ་ན། ཡིད་མ་ཆེས་ཆེ་
 མིག་གིས་ལྟོས་ཤེ་ན། ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་འོ། །ཡང་ཅིག་ཞིག་ཤིག་བཙུགས་ནི་
 དོན་གཉིས་ལ་འཇུག་པ་སྟེ། སྐུལ་ཆོག་གི་མཐར་འཇུག་པ་དང་། གང་ཡང་
 རུང་བའི་དངོས་པོ་གཅིག་གི་དོན་དང་སྒྲིགས་འདྲ་བ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན།
 སེམས་ཐག་ཆོད་ཅིག་ རྒྱ་ལོག་ཁོག་ཅིག་ ཁང་པའི་ཐོག་ཁོབ་ཅིག་ འཁོར་ལོ་
 སྒྲོར་ཅིག་ དོན་རྣམས་ཡིད་ལ་བྱུང་ཞིག་ དར་སྒྲོར་ཞིག་ གསར་དུ་སྒྱུན་ཞིག་
 མིག་གིས་ལྟོས་ཤིག་སོགས་ལྟ་བུ་དང་། སྟག་ཅིག་མཐོང་བ། ཏྲ་ཆོད་ཅིག་ལ་
 ཞོན་པ། ལག་པར་ཁབ་ཅིག་བཙུགས་པ། ལྷ་ཁང་ཞིག་དུ་སླེབས་པ། འབེན་

ཞིག་ལ་མདའ་འཕངས་པ། དེའི་དུས་སུ་རྒྱལ་པོ་ལ་སྤྲས་ཤིག་བཅས་པ།
སོགས་ལྟ་བུ་དང་། ཡང་། ཁ་ཅིག་ ལྟན་ཅིག་ ཆབས་ཅིག་སོགས་གྱི་ཅིག་སྤྱ
ནི་མིང་གི་ཆ་ཤས་ཙམ་ལས་སྤང་མིན་པ་ཤེས་པར་བྱའོ།

མཇུག་བྱང་།

དེ་ལྟར་སུམ་ཅུ་པའི་དོན་རྣམས་རང་སྟོས་གང་དཔོག་པ་ཙམ་རེ་ཞིག་
བཤད་ཅིན་ཏོ།

སྤྲས་སྤྲས་པ།

འདི་ནི་རྟོགས་དཀའི་ཆེད་དུ་མ་བྲིས་ལ།

དེ་བཞིན་གསང་བའི་ཆེད་དུ་འང་མ་ཡིན་ཞིང་།

ཀུན་གྱིས་གོ་བདེའི་རྗེད་བྱེད་ཆོག་གི་སྤྱེང་།

ཀུན་ལ་ཕན་སྤྱིར་འབད་པས་འདི་བྲིས་སོ།

མདོན་བརྗོད་བད་ཉིང་ལྷགས་སྟོག་གིས་མ་བཅིངས།

གོ་དཀའི་སྟན་ཆོག་དར་གྱིས་ཀྱང་མ་བརྟམས།

ཆ་རྒྱས་མེད་པའི་སྐད་གྱིས་རྒྱས་མ་བཏབ།

རང་བདེའི་ཆོག་སྟོར་གོ་བདེའི་ལམ་ནས་བཤད། །

གཞན་གྱི་ཆིག་རིས་ཇི་བཞིན་མ་བཤུས་ལ།
གཞན་ཚཱ་གོང་འོག་དགྲུགས་ཏེ་མ་བསྐྱེགས་ཤིང་།
གཞན་ལས་ཁྱད་དུ་འཕགས་པའི་སྟོ་སྤངས་ཏེ།
གཞན་ལ་ཅུང་ཟད་པན་སྙམ་གྱིས་བྲིས་སོ།

གཞན་གཞུང་འགོག་པའི་ཁྲལ་དུ་མ་བཀོལ་གྱང་།
རང་ལུགས་འཛོག་པར་ཉེས་པའི་ཆ་མ་མཆིས།
དེས་ན་རང་རིགས་སྐད་གྱི་སྤྱི་འགྲོས་ཅམ།
འདི་ཞེས་སྟོ་བའི་སྟོ་བས་པ་བདག་ལ་སྟེ།

འདི་ཉིད་མ་བསྐྱབས་འདི་དོན་མ་རྟོགས་པར།
མཆོངས་ཐེངས་གཅིག་གིས་གཞུང་ཆེན་ཁང་སྟེང་དུ།
འཛོགས་པར་འདོད་པ་རྒྱ་འབྲས་གོ་ལྷོག་གི།
ལྷ་ཚུལ་འདི་ལ་སྟེ་ཞིག་ཡིད་རྟོན་བྱེད།

དེས་ན་མཁས་མཆོག་ཐོན་མིས་གསུངས་པ་ལྟར།
དང་པོ་འདི་ཉིད་ལེགས་པར་བསྐྱབ་བྱས་ཏེ།
དེ་ནས་གཞུང་གཞན་དག་ལ་འཇུག་པའི་ཚུལ།

གོ་རིམ་མ་འཆོལ་ཙམ་ཞིག་སྐྱས་ན་མཛེས།།

ཤེས་ལྡན་ཀླན་པོའི་ཤིང་ལོ་བྱལ་ལ་ཉེ།།
གཞོན་ནུའི་སྒྱ་གྲུ་སད་ཀྱིས་འཛོམས་ལ་ཉེ།།
རིགས་ཀྱི་སྒྱ་གྲུ་སྒྱར་བར་མ་བསྐྱངས་ན།།
བཙེ་མེད་དུས་ཀྱིས་སྐྱག་བར་འགྱུར་རམ་ཅི།།

གཞོན་ནུའི་ལང་ཆོ་དབྱར་གྱི་མེ་ཉླག་དེ།།
མི་བཟད་ལེ་ལོའི་ཁ་བས་གཡོག་ཉེ་བས།།
གྲུས་ཉླག་བཙོན་བ་གཉིས་ཀྱི་ར་བ་རུ།།
ཤེས་རབ་ཉེ་མའི་འོད་ཀྱིས་ལ་ཁུར་སྐྱངས།།

མ་འདྲིས་ཀྱན་གྱི་མཛའ་བཤེས་རིག་པའི་གནས།།
གཞོན་དུས་བཙོན་བ་དྲག་པོས་མི་བཙོན་བར།།
གཡོ་ཀླན་ལེ་ལོའི་གྲོགས་ལ་སྦྱང་ཉེ་ན།།
ཀས་དུས་འགྱོད་ཀྱང་རིན་གྱིས་ཉོས་དང་མཚུངས།།

གཏིང་ཟབ་ཉླགས་ནས་བསྐྱས་དོན་གྲིས་བ་དང་།།

ཇི་བཞིན་མ་རྟོགས་འོལ་ཆོད་གིས་པ་ཡི།
མཐའ་གཉིས་སྤངས་ཏེ་གང་དུན་གིས་པ་འདིའི།
ཁོངས་པའི་ཆ་ཀུན་གཟུར་གནས་སྐྱུན་སྤར་བ་འགས།

ཞེས་སུམ་ཅུ་པའི་གཞུང་གི་རྣམ་པར་བཤད་པ། གཟུར་གནས་དགྲེས་
པའི་གཏམ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི། མདོ་སྨད་ས་ཡི་ཐེག་ལེ་ཤར་མི་ཉག་གི་ཡུལ་
དུ་སྐྱེས་ཤིང་། མི་ཆེ་མང་ཆེ་བ་དབུས་ལྷ་ལྷན་གྱི་ཡུལ་དུ་བསྐྱལ་བའི། ཉན་
ལུལ་མཁུན་རབ་འོད་གསལ་གྱིས། རབ་བྱུང་བཅུ་དྲུག་པའི་ཤིང་ལོ་བྱེ་པའི་
ལོ། གྱི་ལོ་ ༡༩༥༤ ལོར། ཡུལ་རྒྱལ་མོ་རོང་གི་ས་ཡི་ཆར་གཏོགས། འབར་
ཁམས་གོང་བཅའ་དུ་སྐྱུར་བའོ། །

སུམ་ཅུ་པའི་བསྐྱེས་དོན་རབ་གསལ་སྤང་བ།

༡༡། །གངས་ཅན་སྐྱེ་ཁོར་སམ་རྩོམ་ཏེ། །དགོངས་པ་རབ་ཏུ་གསལ་
མཛད་པའི། །སྟོན་བྱོན་མཁས་པའི་ཆོགས་རྣམས་ལ། །སྟོན་གསུམ་གྲུས་པས་
རབ་བཏུང་དེ། །ཐོན་མིའི་རྣམ་པར་རོལ་བ་ཡི། །བཅ་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་འབྱུང་
གནས་ཇིའི། །ལེགས་བཤད་མཁས་པའི་མགྲུལ་རྒྱན་གྱི། །རྗེས་འབྲང་བསྐྱེས་
དོན་བརྗོད་པར་བྱ།

བོད་གྱི་བད་ལ་ཉེར་མཁོ་བའི། །སྦྱར་བྱ་ཡི་གཏེ་རྣམ་གཞག་ནི། །
 དབྱངས་ཡིག་ཨི་ཅུ་ཨེ་ཨོ་བཞི། །གསལ་བྱེད་ཀ་སོགས་སུམ་ཅུ་འོ། །དེ་
 ལས་ག་ང་ད་ན་བ། །མ་འ་ར་ལ་ས་རྣམས་ནི། །རྗེས་སུ་འཇུག་པའི་ཡི་གེ་
 བཅུ། །དེ་ལས་ད་ས་གཉིས་པོ་ལ། །ཡང་འཇུག་གཉིས་ཞེས་རྣམ་པར་བརྗོད། །
 ཡང་འཇུག་གཉིས་ཀྱི་འཇུག་ཡུལ་ནི། །ག་ང་བ་མའི་རྗེས་སུ་ས། །ན་ར་ལ་ཡི་
 མཐའ་རུ་ད། །རྗེས་འཇུག་བཅུ་ལས་ག་ད་བ། །མ་འ་བཅས་ནི་སྟོན་འཇུག་ལ། །
 རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བཅུ་པོ་ལས། །ད་ནི་སྟོན་རྗེས་ཡང་གསུམ་དང་། །ས་ནི་
 རྗེས་ཡང་གཉིས་ཀ་དང་། །ག་བ་མ་འ་བཞི་པོ་ནི། །སྟོན་རྗེས་དག་ཏུ་འཇུག་
 པ་འོ། །ཀ་ཁ་ཅ་ཆ་ཇ་ཉ་དང་། །ཏ་ཐ་པ་ཕ་ཅ་ཆ་ཇ། །ཕ་ཞ་ཟ་ཡ་ལ་ཉ་ཨ། །མིང་
 གཞི་ཉི་ཤུ་ཐམ་པ་འམ། །མི་འཇུག་ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་བེད།

མིང་གཞི་ཉི་ཐ་སྟོང་འདི་ལ་ཡང་། །མིང་ཆོག་ཚུམ་པའི་གཞིར་གྱུར་
 པའི། །མིང་གཞི་སུམ་ཅུ་སོ་བཞི་དང་། །རྗེས་འཇུག་བཅུ་པོ་འཇུག་རུང་དུ། །
 གྱུར་པའི་མིང་གཞི་སུམ་ཅུ་ཐམ། །སྟོན་རྗེས་མིང་གསུམ་ལྷས་དབྱེ་བའི། །
 མིང་གཞི་ཉི་ཤུ་བཅས་སུ་ཤེས།

ད་ནི་སྦྱོར་ཚུལ་ཆོག་སྟོང་གི། །འཇུག་པ་བཤད་ལ་རྣམ་གཉིས་ཏེ། །
 དང་པོ་རྗེས་འཇུག་ལ་སྟོས་པའི། །སྟོང་དང་རྣམ་དབྱེ་བརྒྱད་དང་ནི། །གཉིས་
 པ་འཇུག་པ་རང་དབང་ཅན། །ཆོག་སྟོང་རྒྱད་པ་རྣམ་པ་དུག།

དང་པོ་བརྒྱད་ནི་སྦྱར་བསྟུ་དང་། །ལ་དོན་ཨི་ལྟན་རྒྱན་སྟུང་དང་། །

སྒྲུག་བཅས་འབྲེད་སྒྲུད་འབྲུང་ཁུངས་དང་། །འཁོད་པའི་སྒྲུ་དང་བཅས་པ་འོ། །
གཞན་དུ་རྣམ་དབྱེ་བརྒྱད་ཅེས་པ། །འདི་ཡི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པར་འདོད། །

གཉིས་པ་བྲུག་ནི་ནི་སྒྲུ་དང་། །དང་སྒྲུ་དེ་སྒྲུ་གང་སྒྲུ་དང་། །བདག་སྒྲུ་
དགག་སྒྲུ་དང་བཅས་སོ། །

དེ་ལས་དང་པོ་སྒྲུར་བསྐྱུ་འཇམ། །རྫོགས་ཆིག་ཟླ་སྒྲུད་ཅེས་པ་ནི། །རྫེས་
འབྲུག་བརྒྱ་དང་ཉ་བཅས་ལ། །ན་རོ་སྒྲུར་བས་བྲུབ་པ་ཡིན། །སྒྲུ་སྒྲུར་མིང་
མཐའི་རྫེས་མཐུན་ལ། །ན་རོ་སྒྲུར་དང་བྲུག་ཡོད་མཐར། །ཏོ་དང་མཐའ་མེད་
ལ་ནི་འོ། །དོན་ནི་ཆིག་དོན་གང་ཡང་རུང་། །རྫོགས་པའི་དོན་དུ་ཤེས་པར་
བྱ། །དཔེར་ན་མཆོག་གོ་བཟང་ངོ་དང་། །འབྲུར་ཏོ་མི་འོ་ལ་སོགས་པ། །ལྟ་བུ་
ཡིན་པས་རྫོགས་པར་སྒྲུ། །

གཉིས་པ་ལ་དོན་བདུན་པོ་ནི། །སྐར་རུ་དུ་ན་ལ་ཏུ། །རྣམ་དབྱེའི་རྒྱུ་
དུ་ཤེས་པར་བྱ། །སྒྲུ་སྒྲུར་ས་སུ་ག་བ་ད། །ད་བྲུག་ཅན་མཐར་དུ་འཐོབ་ལ། །ང་
ད་ན་མ་ར་ལ་དུ། །འ་དང་རྫེས་འབྲུག་མེད་པའི་མཐར། །ཆིགས་བཅད་ཁ་སྒྲོང་
རུ་ཡིག་དང་། །མི་སྒྲོང་ར་ཡིག་འབྲུག་པ་འོ། །ལ་ན་གཉིས་ནི་ཀུན་ལ་འབྲུག་ །
དོན་ནི་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་སྟེ། །བྲེད་པོས་བྲུ་བའི་ཡུལ་གང་ལ། །ཤར་ལ་བྲུ་
བ་བྲེད་པ་སྟེ། །དཔེར་ན་ཞིང་ལ་སོན་བཏབ་ལྟར། །རྣམ་དབྱེ་བཞི་པ་དགོས་
ཆེད་ནི། །བྲེད་པོས་བྲུ་བའི་ཡུལ་ཞིག་ལ། །ཤར་ལ་བྲུ་བ་བྲེད་པ་དེ། །ཡུལ་
དང་འབྲེལ་བའི་ལས་ཀྱི་ཆེད། །དོན་དུ་ཡིན་པ་ཤེས་པར་བྱ། །དཔེར་ན་ལྷ་དང་

མོ་ལྟ་རུ་འགོ། ཁྱེན་ནམ་ཡུལ་ལམ་གནས་ཤིག་ལ། ཁང་ཞིག་བཏེན་པའི་
ཚུལ་དུ་ནི། གནས་པ་རྣམ་དབྱེ་བདུན་པ་སྟེ། དཔེར་ན་བྱིས་དུ་གཏམ་བཤད་
ལྟར། བྱ་ལས་ངོ་བོ་གཅིག་པའི་བར། ལ་དོན་ཞུགས་པ་གཉིས་པ་ཡི། རང་
གསེས་དེ་ཉིད་ཅེས་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན་མེ་རུ་འབར་ལྟ་བུ། དུས་གྱི་དོན་སྟོན་
ལ་དོན་རྣམས། བདུན་པའི་ནང་གསེས་ཆེ་སྐབས་ཏེ། ཚུ་ཆོད་བདུན་ལ་
འགོ་ལྟ་བུ། སྐབས་འགར་ལ་དོན་ར་ཡིག་ནི། དང་སྒྲིའི་དོན་ལའང་འཇུག་པ་
སྟེ། ལྟར་བཅས་སྲིད་ཞིའི་གཙུག་རྒྱན་ལྟར།

གསུམ་པ་ཨི་ལྟན་རྣམ་དབྱེ་ནི། ས་མཐའ་མེད་དང་ཡོད་པ་ཡི། གི་གྱི་
གྱི་འི་ཡི་ལྟ་ཡིན། སྐྱ་སྟོར་ད་བ་ས་མཐར་གྱི། ཁང་གཉིས་མཐར་གི་དང་ནི། ར་
མ་ར་ལའི་རྗེས་སུ་གྱི། འ་དང་རྗེས་འཇུག་མེད་པའི་མཐར། ཆོག་ས་
བཅད་ཁ་སྐྱོང་ཡི་དང་ནི། མི་སྐྱོང་འི་ཡིག་འཇུག་པ་འོ། དོན་ནི་ས་མཐའ་
མེད་པ་ཡི། ཨི་ལྟན་ལྟ་པོ་དག་གིས་ནི། དངོས་པོ་གང་རུང་པན་ཚུན་བར། འ་
བཅུལ་བ་སྟོན་པ་ཡིན་པས་ན། རྣམ་དབྱེ་དུག་པ་འབྲེལ་སྒྲ་ཟེར། དཔེར་ན་
བདག་གི་བྱིས་ལྟ་བུ། དུག་པའི་ནང་གསེས་ཆོག་སྒྲ་བྱི། མི་མཐུན་སྟོན་པའི་
ཆོག་རྒྱན་ཏེ། འདི་ནི་བདེན་གྱི་གཞན་རྣམས་རྩུན། དེ་བཞིན་ས་མཐའ་ཡོད་
པ་ཡི། ཨི་ལྟན་ལྟ་པོ་དག་གིས་ནི། བྱེད་པོ་འམ་བྱེད་པས་བྱ་བ་ཞིག་བྱེད་
པ་སྟོན་པ་ཡིན་པས་ན། རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་བྱེད་སྒྲ་བརྗོད། དཔེར་ན་བདག་
གིས་བྲིས་ལྟ་བུ། གསུམ་པའི་ནང་གསེས་རྒྱ་མཚན་ནི། བལྟས་པས་མཐོང་

བར་གྱུར་ལྟ་བུ།

བཞི་པ་རྒྱན་སྤྱད་ཀྱང་ཡང་འང་། །སྒྲ་སྒྲོར་ག་ད་བ་སའི་མཐར། །ཀྱང་
འཇུག་ང་ན་མ་ར་ལའི། །མཐའ་རུ་ཡང་དང་འ་ཡིག་དང་། །ཇེས་འཇུག་མེད་
པའི་ཇེས་སུ་ནི། །ཆོག་ས་བཅད་ཁ་སྐྱོང་ཡང་ཡིག་དང་། །མི་སྐྱོང་འང་ཡིག་
འཇུག་པ་འོ། །དོན་ནི་མཐུན་དང་མི་མཐུན་རྒྱན། །སྤྱད་པའི་དོན་དང་ཡང་སྒྲ་
ནི། །བསྐྱན་པའི་དོན་ལ་འང་འཇུག་པ་ཡིན། །དཔེར་ན་མཛེས་ཀྱང་མཛེས་ལྟ་
བུ། །མཐུན་དང་བསྐྱས་ཀྱང་མ་མཐོང་བ། །མི་མཐུན་རྒྱན་ཡིན་སྤྱད་པ་ནི། །ང་
ཡང་འགྲོ་དགོས་བསྐྱན་པ་ནི། །ཡང་ནས་ཡང་དུ་བཤད་ལྟ་བུ།

ལྷ་པ་ལྷག་བཅས་ཏེ་དེ་སྟེ། །སྐབས་འགར་ནས་དང་ལ་ཡང་འཇུག །སྒྲ་
སྒྲོར་ན་ར་ལ་ས་དང་། །ད་དག་ཅན་མཐར་ཏེ་འཇུག་ཅིང་། །ད་དེ་ག་ང་བ་མ་
ལ། །མཐའ་མེད་རྣམས་ལ་ས་སྟེ་འཕྲོབ། །དོན་ནི་མཆོམས་སྒྲོར་དམ་བཅའ་
དང་། །གཞན་འདྲེན་གསུམ་ལས་དང་པོ་ལ། །གསུམ་སྟེ་བྱ་བ་སྒྲ་ཕྱིའི་བར། །
འཇུག་པའི་མཆོམས་སྒྲོར་ལྷག་བཅས་ནི། །པར་དུ་བསྐྱན་ཏེ་བཟུམ་ལྟ་བུ། །
ནས་ལ་དག་ཀྱང་འདི་ལ་འོ། །རྒྱ་མཆོན་སྟོན་པའི་མཆོམས་སྒྲོར་ནི། །ལེགས་
པར་བརྟགས་ཏེ་རྟོགས་ལྟ་བུ། །བྱ་བ་སྒྲ་ཕྱི་ཅིག་ཅར་གྱི། །པར་དུ་སྒྲོར་བའི་
མཆོམས་སྒྲོར་ནི། །བྱིས་པ་འཔར་ཏེ་འགྲོ་ལྟ་བུ། །ནས་སྐྱའང་འདི་ལ་འཇུག་
པ་ཡིན། །དམ་བཅའ་ལྷག་བཅས་རྣམ་བཞི་སྟེ། །བྱངས་གྱི་དབྱེ་བ་འདྲེན་པ་ནི། །
དུས་ནི་གསུམ་སྟེ་འདས་པ་དང་། །མ་འོངས་ད་ལྟ་བཅས་ལྟ་བུ། །གཏན་

ཆིགས་སམ་རྒྱ་མཚན་འདྲན་པ་ནི། །ཡོད་དེ་མངོན་སུམ་མཐོང་བའི་ཕྱིར། །
དེས་ཆིག་འདྲན་པར་འཇུག་པ་ནི། །འདི་ལ་རྒྱངས་འཁོར་ཞེས་བརྗོད་དེ། །
རྒྱངས་པས་འཁོར་བར་བྱེད་པས་སོ། །གྲངས་ཆད་མ་དེས་རྒྱས་བཤད་ནི། །
འདྲན་པ་ཞེས་པར་བྱ་བ་སྟེ། །བཟོ་དང་གསོ་དང་ཞིང་ལས་སོགས། །ཞེས་
བྱའི་རྣམ་གྲངས་མཐའ་ཡས་སོ། །ལྷག་མ་ཡོད་ཅུ་སྟོན་པ་ཡི། །གཞན་འདྲན་
ལྷག་མ་བཅས་པ་ནི། །ཐར་གྱི་ཕྱོགས་སུ་རྒྱ་མཚོ་སྟེ། །དེ་བཞིན་སྟོ་རུ་ནགས་
ཆལ་ལོ།

རྒྱག་པ་འབྱེད་དང་སྟུང་པའི་སྤང། །རྗེས་འཇུག་བཅུ་དང་ཉ་ཡིག་
མཐར། །མ་ཡིག་སྟུར་བ་བཅུ་གཅིག་གོ། །སྐྱ་སྐྱོར་སྐྱར་བ་སྟུང་སྐྱབས་དང་
མཚུངས། །དོན་ནི་གཉིས་ཏེ་དབྱེ་གཞི་ཞིག་ །ཐོག་མར་བཀོད་དེ་འབྱེད་ཆོས་
རྣམས། །རིམ་པར་འགོད་པ་འབྱེད་པ་སྟེ། །ཕྱོགས་བཞི་ཤར་རམ་སྟོ་འམ་
དང་། །རུབ་བམ་བྱང་དང་བཅས་པ་ལོ། །བསྟུ་གཞི་མཐར་བཀོད་སྟུང་ཆོས་
རྣམས། །ཐོག་མར་འགོད་པ་སྟུང་པ་སྟེ། །ཤར་རམ་སྟོ་འམ་རུབ་བམ་དང་། །
བྱང་བཅས་ཕྱོགས་ནི་བཞི་རུ་ཞེས། །ནང་གསེས་ཐེ་ཆོམ་དེ་བ་ལ། །འཇུག་
པ་སོན་འདི་བཏབ་པ་ན། །སྐྱེ་འམ་མི་སྐྱེ་ལྟ་བུ་དང་། །བྱེད་ལ་སོན་འདི་ཡོད་
དམ་མེད། །ལྟ་བུ་དེ་བར་འཇུག་པ་ལོ།

བདུན་པ་འབྱུང་ཁུངས་ནས་དང་ལས། །འབྱུང་ཁུངས་དང་ནི་དགར་བ་
དང་། །སྟུང་པ་བཅས་ལས་འབྱུང་ཁུངས་ལ། །ནས་ལས་སྐྱ་འཇུག་རིགས་

མཐུན་དགར། །ནས་དང་མི་མཐུན་དགར་བ་ལ། །ལས་སྐྱེ་འཇུག་ཅིང་སྐྱུང་བ་
ལ། །ནས་སྐྱེ་ཁོ་ན་འཇུག་བ་ཡིན། །མ་ལས་བྱ་དང་ས་ལས་གསེར། །སྐྱེ་དང་
འབྱུང་བ་འབྱུང་ཁུངས་དངོས། །འཤར་ནས་འོད་འཕྲོ་རྟ་ལས་སྐྱུང་། །འབྱུང་
ཁུངས་ཆ་འདྲ་ཡིན་པར་བཤའ། །རིན་ཆེན་ནང་ནས་གསེར་གོང་ཆེ། །བྱ་བའི་
ནང་ནས་སྟོབ་སྟོང་བཟང་། །ལྟ་བུ་རིགས་མཐུན་དགར་བ་དང་། །གསེར་
ལས་ས་ལས་རིན་ཐང་ཆེ། །ཐུང་མ་ཐང་ལས་སྐྱེད་ཆ་ལ་སྐྱེད། །ལྟ་བུ་མི་མཐུན་
དགར་བར་འཇུག། །འཤར་ནས་རྒྱབ་བར་གཅིག་ནས་བཅུ། །ལྟ་བུ་སྐྱུང་བའི་
སྐྱར་འཇུག་གོ།

བརྒྱད་པ་གྱེ་དང་ཀ་ཡེ་ནི། །འཕོད་པའི་སྐྱ་སྟེ་མིང་གང་གི། །ཐོག་མར་
འཇུག་པ་གཙོ་བོ་ཡིན།།

གཉིས་པ་ཆིག་སྟངས་དང་དབང་ཅན། །བྱུག་ལས་དང་པོ་ནི་སྐྱ་ནི། །
དགར་དང་བརྒྱན་པའི་དོན་ལ་འཇུག། །དགར་ལ་མཆོག་དམན་ཐ་དད་གསུམ། །
མཆོག་ཏུ་དགར་བ་ས་ལས་ནི། །རིན་ཆེན་ཀུན་གྱི་མཆོག་ལྟ་བུ། །དམན་པར་
དགར་བ་བོང་བུ་ནི། །དུད་འགྲོའི་ནང་ནས་སྐྱུན་ཞིང་ཆོངས། །ཐ་དད་དགར་བ་
དགར་པོ་ནི། །སྟོན་པོ་ལས་གཞན་ལྟ་བུ་ལོ། །ལུས་ནི་བདེ་ཞིང་སེམས་ནི་
སྐྱིད། །སོ་ནི་རྩོམ་ཞིག་ནི་གསལ། །ལྟ་བུ་བརྒྱན་པའི་དོན་ཏུ་བཤའ།།

གཉིས་པ་དང་སྐྱ་སྐྱུང་པ་དང་། །འབྱེད་པ་རྒྱ་མཆོན་ཆེ་སྐྱབས་དང་། །
གདམས་ངག་དང་བཅས་སྐྱ་སྟེ་དཔེར། །འཤར་དང་སྟོ་དང་རྒྱབ་དང་ནི། །བྱང་

བཅས་སྟོགས་བཞི་སྟུང་པ་དང་། །སྟོགས་བཞི་ཤར་དང་སྟོང་དང་ནི། །རྒྱབ་
དང་བྱང་ནི་འབྲེད་པའི་དཔེ། །སྤོན་བརྟུངས་པ་དང་ནད་ཀྱང་བྲག། །རྒྱ་མཚན་
སྟོན་པར་འཇུག་པ་ཡིན། །སྐྱ་རེངས་དང་པོ་ཤར་བ་དང་། །ཁྱིམ་བྲས་སྐད་ནི་
འབྲེན་པར་འགྱུར། །ལྟ་བུ་ཆེ་སྐབས་དོན་ལ་འོ། །བཙོན་པས་སྟོབས་དང་
ཤེས་པར་འགྱུར། །གདམས་གང་སྟོན་པའི་དང་སྟོར་འོ།

གསུམ་པ་དེ་སྐྱའི་བཤད་པ་ནི། །འཇུག་ཡུལ་ནང་གསེས་དགུར་དབྱེ་
ཡང་། །ལྟག་བཅས་དེ་སྐྱ་མ་གཏོགས་པ། །མིང་གི་རྣམ་གྲངས་གཞན་ཞིག་
ལ། །སྟོར་བའི་དོན་ཅན་ཉིད་དུ་ཤེས། །མི་འཇུག་པ་ནི་དུས་ཉིད་ཀྱི། །ད་ལྟ་བ་
དང་བདག་ལ་འོ། །དཔེར་ན་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྟར་ཀྱི། །ཆུ་དེ་བསིལ་ཞིང་དེ་
ནི་ཞིམ། །དེ་ནི་ཡང་ལ་དེ་ནི་འཇམ། །ལྟ་བུ་སྐྱར་གཞིའི་མིང་དེ་ཉིད། །དངོས་
སྐྱ་སྐྱར་དང་མ་སྐྱར་བའི། །ཁྱད་པར་ཅན་དུ་ཤེས་པར་བྱ། །མི་འཇུག་པ་ནི་
དུས་ཉིད་ཀྱི། །ད་ལྟ་བ་དང་བདག་ལ་འོ།

བཞི་པ་སྐྱེ་སྐྱ་གང་དང་ཅི། །ཇི་དང་སྐྱ་སྟེ་བཞི་པོ་ལས། །ཞིག་སྟེ་སྐྱར་
འདྲ་བྱིར་བཅས་ལ། །ཅི་དང་སྟེད་སྟེད་ལྟར་བཞིན་སྐྱད། །ཇི་འཇུག་སྐྱ་ནི་གང་
ཟག་དང་། །གང་ནི་ཀུན་ལ་འཇུག་པ་སྟེ། །གང་དུ་སྐྱ་ཡིས་ཅི་ཞིག་སྐྱབ། །ཅི་
སྟེ་མ་གྲུབ་པ་ཡི་ཆོ། །ཅི་སྐྱད་འགལ་རྒྱུན་མི་སེལ་བ། །ཅི་འདྲ་ཡིན་པ་ཤེས་
དགོས་སོ། །ཇི་སྟེད་དོན་ཀུན་ཇི་སྟེད་བར། །ཇི་ལྟར་བྲས་ཏེ་སྐྱབ་དགོས་པ། །
ཆོས་ཉིད་ཇི་བཞིན་སྐྱབ་པ་གཅེས།

ལྷ་པ་བདག་སྐྱ་པ་དང་མ། །ན་རོ་ཡོད་དང་མེད་པ་ཡིན། །འགའ་ཞིག་
བ་བོ་དག་ཀྱང་འདྲོད། །དོན་ནི་གང་ལ་དངོས་གང་ཞིག །ལྷན་པའི་དོན་དུ་
ཤེས་ཏེ་དཔེར། །ཆོས་པོས་མཁས་པར་ཅོ་འདྲི་ཞིང་། །དཔའ་མོས་མཛེས་མ་
ཁྱད་དུ་གསོད། །ལྷ་བ་པོ་དང་སྟོན་པ་པོ། །བྱེད་པོ་སྟོན་པའི་པོ་སྐྱ་ཀྱན། །བདག་
པོའི་སྐྱ་རུ་ཤེས་པར་བྱ།

དྲུག་པ་དགག་སྐྱ་མ་དང་མི། །མིན་དང་མེད་བཅས་བཞི་རུ་ངེས། །དེ་
ཡང་མ་མི་གཉིས་པོ་ནི། །ཆོས་བརྗོད་མིང་གི་ཐོག་མ་ལས། །ཆོས་ཅན་མིང་
གི་ཐོག་མར་སྤང་། །མིན་མེད་གཉིས་ནི་མིང་ཀྱན་གྱི། །མཐའ་མར་བྱབ་
མཉམ་འཇུག་པ་འོ། །མ་མི་ཐོག་མར་འཇུག་པ་ནི། །ས་བོན་མ་བཏབ་མི་སྐྱེ་
ཞིང་། །ཁང་པ་མི་ཆེ་མ་མཐོ་བ། །མ་རིང་མ་ཐུང་ཆད་དང་ལྷན། །མིན་མེད་
མིང་མཐར་འཇུག་པ་ནི། །གནས་འདྲིར་རི་མེད་མཆོ་འང་མེད། །འདྲི་ནི་
གསེར་མིན་རག་ཀྱང་མིན། །ལ་སོགས་རྒྱ་ཆེར་སྐྱར་བར་བྱ།

ད་ནི་ཁ་སྐྱོང་ཆོག་གི་སྤང། །ཅིང་སོགས་སྐྱོར་བ་བཤད་པ་ནི། །འདྲི་ནི་
རྗེས་འཇུག་ལ་སྟོས་པའི། །སྤང་ཡིན་ག་ད་བ་དང་ས། །དྲུག་མཐར་ཅིང་ཅེས་
ཅེ་འོ་དང་། །ཅེ་ན་ཅིག་བཅས་འཐོབ་པ་ཡིན། །ང་ན་ར་ལ་མ་ཡི་མཐར། །ཞིང་
ཞེས་ཞེ་འོ་ཞེ་ན་ཞིག །ས་མཐར་ཤེས་ཆབ་ཞེས་མ་གཏོགས། །ཤིང་ཤིག་ཤེ་
འོ་ཤེ་ན་འཐོབ། །དོན་ནི་སྣ་ཆོགས་སྐྱབས་དང་སྐྱར། །དེ་ལྟར་རྗེས་འཇུག་
བཅུ་པོ་ཡི། །བྱ་བ་གཙོ་བོར་སྟོན་པའི་གཞུང་། །སུམ་རུ་པ་ཡིན་སྟོང་པོའི་

དོན། །སྟོར་འཛིན་བདེ་བའི་ཆེད་དུ་ནི། །ཅ་ཆིག་ས་བཅད་དཔེར་བརྗོད་
བཅས། །ཆིག་ས་བཅད་ལམ་ནས་སྟེལ་བ་འདིར། །ཆིག་གི་ལོ་འདབ་མི་རྒྱས་
ཀྱང་། །དོན་གྱི་འབྲས་བུ་སྟོང་མིན་ཅུ། །ཉན་ཤུལ་མཁུན་རབ་འོད་གསལ་
གྱིས། །གཞན་ལ་ཕན་བྱིར་བྲིས་པ་དགོ། །

རྟགས་གྱི་འཇུག་པའི་དཀའ་འབྲེལ་གནད་གྱི་སྟོན་མེ།

འགོ་བརྗོད།

གངས་ཅན་བད་སྟོང་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་གྱི།
ཞིང་རྟའི་སྟེལ་འབྲེལ་སྟོབ་དཔོན་ཨ་རུ་ཡི།
དགོངས་པ་དགོལ་ལ་འབྲན་ལྷས་རབ་དཔེན་པའི།
སྟོན་བྱོན་མཁས་དབང་རྣམས་ལ་སྟོང་ནས་འདུད།

འདི་ན་རྟགས་གྱི་འཇུག་པའི་གཞུང་དོན་གྱི།
རྟགས་དཀའ་དཀའ་གནད་བའི་འཆིང་རྒྱ་ལས།
བདེ་སྒྲག་ཐར་འདོད་དོན་གཉེར་སྟེ་བོ་ཡི།
འདོད་པ་སྟོང་བའི་ལས་ལ་སྟོབ་ས་འཇུག།

རྫོད་བྱེད་ཆིག་གི་ལམ་ལ་མ་བརྟེན་པར།
བརྫོད་བྱ་ཉོགས་པར་འདོད་པ་བྱིས་པའི་སྒོ།
སྒོ་གསར་སྒོ་ཡི་སྒོ་མོ་འབྱེད་པ་ཡི།
མན་ངག་དབྱིག་གི་བང་མཛོད་འདི་ན་མཆིས།

དེ་ལ་བོད་ཀྱི་བརྒྱུད་པའི་གཞུང་གཙུག་པོ་ནི་སུམ་ཅུ་པ་དང་། ཉགས་
ཀྱི་འཇུག་པའི་གཞུང་གཉིས་པོ་ཡིན་ཡང་གཞུང་འདི་གཉིས་ཁོ་ནས་བོད་ཀྱི་
སྐད་ཡིག་བརྫོད་པ་མཐའ་དག་ལ་བྱབ་པའང་མིན་ཏེ། མིང་རྒྱུད་པའི་དག་ཆ་
ཡོད་དོ་ཙོག་ནི་དག་ཡིག་གི་གཞུང་ཁག་ལ་བརྟེན་དགོས་པ་ཡིན། དེས་ན་
སུམ་ཉགས་དག་གསུམ་གྱི་གཞུང་ལས་གཅིག་མ་ཆང་ནའང་མི་འབྲིག་པ་
ཤེས་དགོས། དེའང་བོད་ཀྱི་བརྒྱུད་པའི་གཞུང་རྣམས་ཐོག་མར་བཟོ་
སྐབས་བོད་རང་གི་སྐད་ལ་གཞི་བཞག་ནས་བཟོས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས་བོད་
སྐད་ལ་མ་བརྟེན་པའི་བོད་ཡིག་ཅིག་ཡོང་མི་སྲིད་པས་བོད་ཡིག་གི་བྱི་མོ་ནི་
བོད་སྐད་ཡིན་པའི་གོ་རིམ་འདིའང་ཤེས་དགོས། སྤྱིར་ཡི་གའི་བྱེད་ལས་ནི་
སྐད་ཀྱི་ཆ་བྱེད་རྒྱ་དེ་རང་ཡིན། གལ་ཏེ་ཡི་གས་སྐད་ཀྱི་ཆ་བྱེད་མ་ཐུབ་
ན་ཡི་གེ་དེའི་རྒྱས་པ་ཞོར་བ་ཡིན་པས་སྐད་དང་ཡི་གེ་གཉིས་གཅིག་གྱུར་ཅི་
ཙམ་རྒྱུར་བ་དེ་ཙམ་གྱིས་ལེགས། གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་ཐོག་མར་སྐད་
གཞིར་བཞག་ནས་ཡི་གེ་བཟོས་པ་ཡིན་པས་སྐད་གཙུག་པོ་ལོ་མོ་མོད། ཡི་གེ་

ལེགས་པར་བཅོས་ཟིན་རྗེས་སྐད་གྱི་ཡི་གེར་བསྟུན་མི་དགོས་པ་ནི་གཏན་
 རས་མིན་པར་མི་རིགས་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་དེའི་ཐུན་མོང་གི་སྐད་གྱི་
 གཞི་འཛིན་ས་ནི་མི་རིགས་དེའི་ཡི་གེ་ཡིན་དགོས། མི་རིགས་གཅིག་གི་
 སྐད་ལའང་ཡུལ་ལུང་སོ་སོའི་སྐད་གྱི་སྒྲ་གདངས་སོགས་ཅུང་ཟད་མི་འདྲ་བ་
 རེ་ཡོད་པ་ནི་མི་རིགས་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་ཁྱད་མེད་པར་ཡོད། འོན་
 །ཀྱང་མིང་རྒྱུད་། སྤང་རྣམ་དགྱེ། བྱ་བའི་ཆོག་བཅས་གྱི་སྒྲོར་ཚུལ་ནི་གཅིག་
 པ་ཡིན་དགོས་པས་དོན་དུ་ཡི་གེ་གཅིག་གྱུར་ཡིན་དགོས། སྒྲིར་སྐད་ཡིག་
 གི་འགྱུར་བ་ནི་ཞེན་ཏུ་འགོར་བོ་ཡིན་པས་བོད་ཡིག་ལ་ཆ་མཆོན་ནས་
 བརྟགས་ནའང་སྤར་ནས་ད་བར་ཡིག་གཟུགས་ལ་འགྱུར་བ་སྤན་བྱ་བྱུང་བ་
 ལས། དབྱངས་གསལ་སོ་བཞི་དང་། དེ་བཞིན་མིང་རྒྱུད་། སྤང་རྣམ་དགྱེ། བྱ་
 བའི་ཆོག་སོགས་ལ་འགྱུར་བ་ཆེར་མ་བྱུང་། ཡིག་གཟུགས་ལ་ནི་དགོས་པ་
 དང་ལྡན་ཆེ་ཕྱིན་ཆད་ཀྱང་འགྱུར་བ་གཏོང་མི་འོས་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད། ལོ་རྒྱུས་
 ཐོག་བོད་ཡིག་ལ་བཀས་བཅད་རིམ་པ་གསུམ་ཙམ་བྱུང་བ་དང་། ལྷག་པར་
 བོད་གྱི་རབ་བྱུང་བདུན་པ། དུས་རབས་བཅུ་བཞི་པའི་ནང་བོད་དུ་པར་བཞེད་
 ལག་རྩལ་དར་བ་ནས་རིམ་བཞིན་བོད་ཡིག་གི་བད་སྒྲོར་ནི་གཅིག་གྱུར་དང་
 ཐུན་སུམ་རེ་ཆོགས་སུ་ཕྱིན་ཡོད། སྒྲིར་འཛིག་ཏེན་ཁམས་གྱི་བྱ་དངོས་
 མཐའ་དག་རྙིང་པ་ནས་གསར་པར་འཕོ་འགྱུར་འགོ་བ་ནི་ཆོས་ཉིད་ཅིག་ཡིན་
 པས་སྐད་དང་ཡི་གེ་གཉིས་ཀྱང་རིམ་བཞིན་འཕོ་འགྱུར་འགོ་བ་ནི་འོད་མི་

དགོས་པ་ཞིག་རེད། དཔེར་ན་འདས་པའི་ལོ་ཆིག་སྟོང་ཡས་མས་ཀྱི་བོད་
 ཡིག་ཅིག་ད་ལྟར་རང་རེས་སྟོག་ཐུབ་ཀྱང་དེ་དོན་ངེ་བཞིན་གོ་བ་ནི་ཆེས་
 དཀའ་བར་གྱུར་ཟིན་པའི་དོན་དངོས་འདིས་ཀྱང་སྐད་ཡིག་གཉིས་རིམ་
 བཞིན་འགྱུར་འགྲོ་བའི་དཔང་པོ་བྱས། དེ་ལྟར་འགྱུར་འགྲོ་བའི་རྒྱ་མཚན་
 ཆེས་གཙོ་བོ་ཞིག་ནི་བྱི་རོལ་ཡུལ་གྱི་བྱ་དངོས་རྣམས་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་
 འགྱུར་འགྲོ་བ་དང་། དེའི་དབང་གིས་སྐད་ཡིག་ཙམ་མ་བད་མིའི་བསམ་སྟོ་
 དང་བྱ་སྟོད་སོགས་ཀྱང་འགྱུར་འགྲོ་བ་ནི་བསྐྱོག་ཏུ་མེད་པའི་ཆོས་ཉིད་ཅིག་
 ཡིན་པ་ཤེས་དགོས། འོན་ཀྱང་སྐད་ཡིག་གཉིས་རིམ་བཞིན་འགྱུར་བའི་དོན་
 གྱི་ཙམ་ཡིད་ལ་འཁོར་མི་ཐུབ་པ་དང་། སྐད་ཡིག་འགྱུར་བའི་དུས་ཡུན་དང་།
 དགོས་པ་མི་ཤེས་པ། ལྷག་པར་བོད་ཀྱི་བད་སྟོད་པའི་གཞུང་ལུགས་ཁག་གི་
 གྱི་འགྲོས་ཙམ་ཡང་མི་ཤེས་བཞིན་དུ་བོད་ཡིག་ལ་བཟོ་བཅོས་གཏོང་བ་ནི་
 བཞད་གད་གྱི་རྒྱ་ལས་མ་མཆིས་པ་དང་། དེ་ནི་ལོང་བས་མདའ་འཕེན་པ་ལྟ་
 བུ་དམིགས་གཏད་ཀྱང་མེད་པ་མ་བད། བོད་ཀྱི་སྐྱ་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་
 ཁག་ཆུང་བོས་སུ་གཏོང་བས་རྒྱ་ཡིན་པ་གོར་མ་ཆག་དེ་རིགས་ལ་དོགས་
 བོན་བྱེད་རྒྱ་གལ་ཆེ་སྟེ།

ཡི་གེའི་འགྱུར་བ་ཞེས་པ་དེ་བོད་ཡིག་ལྟ་བུར་ཆ་བཞག་ན་དབྱངས་
 གསལ་སོ་བཞི་དང་། བྱད་གཞི་སྟོན་པའི་མིང་ངམ་ཆོས་ཙན་བརྗོད་པའི་མིང་།
 དེ་བཞིན་བྱད་ཆོས་སྟོན་པའི་མིང་ངམ་ཆོས་བརྗོད་པའི་མིང་། བྱ་བའི་ཆིག་

སོགས་ལ་ནི་འགྱུར་བ་ཆེར་མི་འབྱུང་ཡང་གཙུག་པོ་ནི་བྱི་རོལ་ཡུལ་ལ་བྱ་
དངོས་གསལ་བ་གྲངས་ལས་འདས་བ་ཞིག་བྱུང་དང་འབྱུང་བ་ཞིན་བ་དེ་ཆོར་
ཐ་སྙད་ཀྱང་གྲངས་ལས་འདས་བ་ཞིག་དགོས་ངེས་ཡིན་མོད། དེའི་ཐད་ནས་
བཤའ་ན་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གཉིས་ཀའི་ནང་དུ་ཐ་སྙད་ཤིན་ཏུ་མང་པོས་མི་
འདང་བ་འདི་ངེས་པར་ཉོགས་དགོས། འོན་ཀྱང་སྟོན་ཆ་དེ་རིགས་བོད་ཡིག་
གིས་མ་འདང་བ་ཞེས་བརྗོད་མི་རིགས་སྟུམ། དེ་བས་སྟོན་ཐོན་གྱི་སྐད་
རིགས་གཞན་དང་འབྲ་བར་བོད་ཀྱི་སྐད་རིགས་དེའང་ཐ་སྙད་གྱིས་ཐུག་བ་
ཞིག་བཟོ་རྒྱ་ནི་དུས་འགྲུང་སྤྱི་ཚུལ་ཡང་བྱེད་མི་རུང་བའི་ཆེས་གཤམ་ཆེའི་
ལས་དོན་ཞིག་ཡིན་པས་སྐད་གཉིས་སྟུ་བ་དག་གིས་བཙོན་བ་ཆེར་བསྐྱེད་
གནང་ན་ཅི་མ་རུང་སྟུམ།

ད་ནི་གཞུང་དོན་བཤའ་བ་ལ། འདིར་བསྟན་བྱའི་གཙུག་པོ་ནི་བྱ་བའི་
ཆོག་ལ་མི་ཚོངས་པར་བྱེད་བ་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པའི་གཞུང་གི་དཀའ་གནད་
འགའ་ཞིག་གསལ་བར་བཤའ་བ་དེ་ཡིན། དེའང་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༦༥ ལོར་ཁོ་
བོས་བཅུམས་པའི་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པའི་དཀའ་གནད་འགའ་ཞིག་གསལ་
བར་བཤའ་བ་ཞེས་པའི་མ་ཟིན་དེ་ཉིད་གཞིར་བཟུང་། ད་ལྟ་དེ་ལ་སྟོན་སྟེ་
སོགས་བཟོ་བཙོས་སྟན་བྱ་བ་གྱིས་ཉེ་བཤའ་བར་བྱ་བ་ནི་འདིར་བསྟན་བྱའི་
གཙུག་པོ་ཡིན། དེ་ཉིད་དངོས་སུ་མ་བཤའ་པའི་གོང་དུ་བོད་ཀྱི་བད་སྟོད་ཀྱི་
གཞུང་དེ་དག་ནི་སྤྱིར་བཏང་བཤའ་ན་མིང་གི་ཆོགས་དང་། ཐད་ནས་དབྱེའི་

ཆོགས། བྱ་བའི་ཆོག་གི་ཆོགས་བཅས་གསུམ་ལས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་པས་
དེ་གསུམ་གྱིས་མ་ཁྲབ་པའི་བརྗོད་པ་ནི་བོད་ཀྱི་བད་ལ་མེད་པ་ཐོག་མར་སྟོ་
ལ་ངེས་དགོས་པ་གཤམ་ཆེ། སྟོ་ལ་ལེགས་པར་ངེས་ན་མིང་གི་ཆོགས་ལ་མི་
ཚྭས་པར་བྱེད་པ་དག་ཡིག་གི་གཞུང་ཁག་སྐྱུང་དགོས་པ་དང་། སྤང་རྣམ་
དབྱེའི་ཆོགས་ལ་མི་ཚྭས་པར་བྱེད་པ་སུམ་ཅུ་པའི་གཞུང་སྐྱུང་དགོས་པ།
བྱ་བའི་ཆོག་གི་ཆོགས་ལ་མི་ཚྭས་པར་བྱེད་པ་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པའི་
གཞུང་སྐྱུང་དགོས་པ་སྟེ་སྐྱུང་དགོས་པ་གསུམ་གང་ཡིན་རྟོགས་ཐུབ། དེ་
ལྟར་སྐྱུང་དགོས་པ་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་འདིར་བཤམ་བྱའི་གཙོ་བོ་ནི་བྱ་བའི་
ཆོག་ལ་མི་ཚྭས་པར་བྱེད་པ་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པའི་གཞུང་གི་དཀའ་གནད་
འགའ་ཞིག་གསལ་བར་བཤམ་པ་འདི་ཡིན་ཡང་དེའི་ཞོར་དང་། དང་པོ་མིང་
གི་ཆོགས་དང་གཉིས་པ་སྤང་རྣམ་དབྱེའི་ཆོགས་གཉིས་ཀྱང་མདོ་ཙམ་སྟོན་
པའི་སྟོ་བ་བརྟས་སོ།

ཆོགས་དང་པོ་མིང་གི་ཆོགས།

དེ་ལས་དང་པོ་མིང་གི་ཆོགས་ཞེས་པ་ནི། སྤྱིར་བཏང་གི་མིང་ནི་
བདག་གཞན་དང་དུས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་ཅན་རྣམས་ཀྱང་མིང་རྒྱུད་དངོས་
དང་འདྲ་བར་མིང་གི་ཁོངས་སུ་བསྟུན་ཡོད་ཀྱང་འདིར་ཁོ་བོས་ནི་ཆོགས་པ་

མཚུངས་པར་བྱེད་པའི་ཆེད་དུ་མིང་གི་ཆོག་གས་ཞེས་པ་ནི་མིང་རྒྱུད་དངོས་ལ་
གོ་དགོས་པ་སྟེ། ས། ལ། མ། ལྷུང་། ཉམ་མཁལ། ཉི་མ། རྒྱ་མཚོ་སོགས་ལ་
ཆོས་ཅན་བརྗོད་པའི་མིང་རྒྱུད་ངམ། ཡང་ན་བྱུང་གཞི་བརྗོད་པའི་མིང་རྒྱུད་
ཟེར་བ་དང་། མཐེགས་པོ། ཆེན་པོ། སྟོན་པོ། དམར་པོ། ཟུང་པོ་སོགས་ལ་
ཆོས་བརྗོད་པའི་མིང་རྒྱུད་ངམ། ཡང་ན་བྱུང་ཆོས་བརྗོད་པའི་མིང་རྒྱུད་ཟེར།
གོང་གི་བྱུང་གཞི་དང་བྱུང་ཆོས་གཉིས་མཉམ་དུ་སྦྱར་ན། ས་མཐེགས་པོ།
ལྷ་ཆེན་པོ། མེ་དམར་པོ། ལྷུང་གུང་པོ། ཉམ་མཁལ་སྟོན་པོ། རྒྱ་མཚོ་ཟུང་པོ་
སྟེ་བྱུང་གཞི་སོ་སོར་བྱུང་ཆོས་རེ་སྦྱར་ན་མིང་ཆོག་བརྗོད་པ་གསུམ་གྱི་
ནང་ནས་ཆོག་ཏུ་བྱུང་བ་ཡིན། དེས་ན་གོང་གི་མིང་རྒྱུད་རིགས་མི་འདྲ་བ་
གཉིས་ཉི་ཆོས་བརྗོད་པའི་མིང་རྒྱུད་དང་། ཆོས་ཅན་བརྗོད་པའི་མིང་རྒྱུད་
གཉིས་པན་ཚུན་མ་འདྲེས་པར་མཐོང་བ་དང་། ཐོས་པ་ཅམ་གྱིས་གང་ཡིན་
བདེ་ལྷག་ཏུ་རྟོགས་ཐུབ་པ་ཞིག་དགོས།

དེ་རྟོགས་ཐུབ་པའི་ཐབས་ནི། ས་ལྷ་མེ་ལྷུང་སོགས་ཆོག་བྲིམ་གཅིག་
གིས་བསྟན་པའི་ཆོས་ཅན་བརྗོད་པའི་མིང་ཡིན་ནའང་འདྲ། ཉམ་མཁལ། ཉི་
མ། རྒྱ་མཚོ་སོགས་ཆོག་བྲིམ་གཉིས་ཀྱིས་བསྟན་པའི་ཆོས་ཅན་བརྗོད་པའི་
མིང་ཡིན་ནའང་འདྲ། གང་སྟར་མིང་དེ་གཞན་ལ་སྟོས་མི་དགོས་པར་རང་གི་
དོན་གྱི་ངོ་བོ་ཅམ་གོ་བུས་པ་ཞིག་ཡིན་ཆེ་མིང་དེ་རིགས་ལ་ཆོས་ཅན་བརྗོད་
པའི་མིང་རྒྱུད་ངམ་བྱུང་གཞི་སྟོན་པའི་མིང་རྒྱུད་ཟེར། དམར་པོ། གུང་པོ། ཟུང་པོ་

པོ་སོགས་ནི་བྱད་པར་གྱི་གཞི་གང་རུང་ཞིག་ལ་མ་སྐྱར་ཆེ་གང་ཞིག་དམར་
པོ་དང་། གང་ཞིག་གང་མོ། གང་ཞིག་ཟབ་མོ་ཡིན་ཏྟགས་མི་བྱབ་པའི་མིང་དེ་
རིགས་ལ་ཆོས་ཅན་བརྗོད་པའི་མིང་རྒྱང་ངམ་བྱད་གཞི་སྟོན་པའི་མིང་རྒྱང་
ཟེར། དམར་པོ། གང་མོ། ཟབ་པོ་སོགས་ནི་བྱད་པར་གྱི་གཞི་གང་རུང་ཞིག་
ལ་མ་སྐྱར་ཆེ་གང་ཞིག་དམར་པོ་དང་། གང་ཞིག་གང་མོ། གང་ཞིག་ཟབ་མོ་
ཡིན་ཏྟགས་མི་བྱབ་པའི་མིང་དེ་རིགས་ནི་ཆོས་བརྗོད་པའི་མིང་རྒྱང་ངམ་
བྱད་ཆོས་བརྗོད་པའི་མིང་རྒྱང་ཡིན། ཡང་ས་ཡི་གོ་ལ་དང་། ལུ་ཡི་བ་རྒྱབས།
ཉི་མའི་འོད་ཟེར་སོགས་ཀྱི་ཆིག་རྣམས་དང་། གོང་གི་ས་མཁུགས་པོ་དང་།
ལུ་ཆེན་པོ། ཉི་མ་དམར་པོ་རྣམས་གཅིག་གམ་སྟུམ་ན། དེ་ནི་མི་གཅིག་སྟེ།
དང་པོ་རྣམས་ལ་དུག་སྐྱེ་ཡོད་པ་དང་། གཉིས་པ་རྣམས་ལ་དུག་སྐྱེ་མི་འདུག་
པ་ཡིན། དེའི་རྒྱ་མཚན་ནི། ས་དང་གོ་ལ། ལུ་དང་བ་རྒྱབས། ཉི་མ་དང་འོད་
ཟེར་སོགས་ནི་ཆོས་ཅན་བརྗོད་པའི་མིང་གཉིས་ལ་རྣམ་དབྱེ་དུག་པའི་རྒྱུ་
སྐྱར་ཉེ་ཆིག་ཏུ་བྱུབ་པ་ཡིན་ལ། ཡང་ས་དང་མཁུགས་པོ། ལུ་དང་། ཆེན་པོ།
ཉི་མ་དང་། དམར་པོ་སོགས་ནི་དང་པོ་ཆོས་ཅན་བརྗོད་པའི་མིང་དང་།
གཉིས་པ་ཆོས་བརྗོད་པའི་མིང་གཉིས་མཉམ་དུ་ཆོགས་ཉེ་ཆིག་ཏུ་བྱུབ་པ་
ཡིན་པས་དབྱེ་བ་དེ་གཉིས་ཞིབ་ཏུ་ཏྟགས་དགོས་པ་ནི་གལ་ཆེ། སྐབས་
འདིར་མིང་ཆིག་ཡི་གོ་གསུམ་གྱི་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་དང་། མིང་ཆིག་བརྗོད་པ་
གསུམ་གྱི་རྣམ་པར་དབྱེ་བ། སྤྱི་བྱེ་བྲག་ལ་འདུག་པའི་མིང་། དེ་བཞིན་ཡི་གོ་

འཇུག་པའི་གནས་བརྒྱད་གྱི་བཤའ་པ་སོགས་ཞིབ་ཅུལ་བཤའ་འོས་པ་
འཇུག་ཀྱང་། དེ་རྣམས་བྱུང་དུ་བཤའ་པར་འདོད་པས་འདིར་རེ་ཞིག་མི་སྟོའོ།
འདི་ཡན་གྱིས་ཆོགས་གསུམ་ལས་མིང་གི་ཆོགས་མདོ་ཅུལ་བསྟན་
ཟེན།

ཆོགས་གཉིས་པ་སྟད་དང་རྣམ་དབྱེའི་ཆོགས།

དེ་ནི་ཆོགས་གཉིས་པ་སྟད་དང་རྣམ་དབྱེའི་ཆོགས་ནི། སུམ་ཅུ་པའི་
གཞུང་དུ་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་རྗེས་འཇུག་ལ་སྟོས་དགོས་པའི་སྟད་རྣམ་
དབྱེ་དང་བཅས་པ་བརྒྱད་དང་། རྗེས་འཇུག་ལ་སྟོས་མི་དགོས་པའི་སྟད་རང་
དབང་ཅན་དུག་སྟེ་རྣམ་གྲངས་བཅུ་བཞི་དང་། དེ་མཉན་གྱི་སྟད་རི་སྟེད་པ་
རྣམས་སོ། །འདི་རྣམས་རྒྱས་པར་སྟད་དང་རྣམ་དབྱེ་ལ་མི་མོངས་པར་བྱེད་
པ་སུམ་ཅུ་པའི་གཞུང་ལས་ཉོགས་པར་བྱ་དགོས་མོད། འདིར་ཡང་མདོ་ཅུལ་
ཞིག་བརྗོད་ན། དང་པོ་རྣམ་དབྱེ་ཞེས་པ་ནི་མིང་ལས་ཆོག་ཏུ་སྦྱབ་བྱེད་གྱི་
རྒྱུ་ཞིག་སྟེ་བོད་རང་གི་དབང་དུ་བྱས་ན་རྣམ་དབྱེའི་རྒྱུ་ནི། ལ་དོན་དང་།
འབྲེལ་བ། བྱེད་པ། འབྱུང་ཁུངས་བཅས་རྒྱུ་བཞི་ལྔ་ལྟེ། སྟད་ནི་མིང་
པན་ཚུན་མཆོམས་སྟོར་བས་ན་སྟད་ཅེས་བྱའོ།

འདིར་སུམ་ཅུ་པའི་གཞུང་གི་དངོས་བསྟན་སྟད་རྣམ་དབྱེ་བཅུ་བཞི་པོ་

ལ་མུ་བཞིར་དབྱེ་ན་འདི་ལྟར། རྗེས་འཇུག་ལ་ལྟོས་དགོས་པའི་སྤང་ཡིན་ལ་
 རྣམ་དབྱེ་མ་ཡིན་པ། སྤར་བསྟུ། རྒྱན་སྟུང། ལྷག་བཅས། འབྱེད་སྟུང། རྗེས་
 འཇུག་ལ་ལྟོས་དགོས་པའི་སྤང་གྲང་ཡིན་ལ་རྣམ་དབྱེ་ཡང་ཡིན་པ། ལ་དོན།
 ཡི་ལྟན། རྗེས་འཇུག་ལ་ལྟོས་དགོས་པའི་སྤང་མ་ཡིན་ལ་རྣམ་དབྱེ་ཡིན་པ་
 འབྱུང་ཁུངས། བོད་སྐད། རྗེས་འཇུག་ལ་ལྟོས་དགོས་པའི་སྤང་གྲང་མ་ཡིན་ལ་
 རྣམ་དབྱེ་ཡང་མ་ཡིན་པ། བི་སྐད། དང་སྐད། དེ་སྐད། གང་སྐད། བདག་སྐད། དགག་
 སྐད།

གཞན་དུ་རྣམ་དབྱེ་བརྒྱད་ཅེས་པའང་རྣམ་གྲངས་བརྒྱ་བཞི་པོ་འདིའི་
 ཁོངས་སུ་འདུ་སྟེ། དཔེར་ན། རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་དོ་པོ་ཅམ་སྟོན་པ། གཉིས་པ་
 ལས་སུ་བྱ་བ། གསུམ་པ་བྱེད་སྐད། བཞི་པ་དགོས་ཆེད། ལྷ་པ་འབྱུང་ཁུངས།
 དུག་པ་འབྱེད་སྐད། བདུན་པ་རྟོན་གནས། བརྒྱད་པ་བོད་སྐད་བཅས་རྣམ་དབྱེ་
 བརྒྱད་པོ་ནི་རྗེས་འཇུག་ལ་ལྟོས་དགོས་པའི་སྤང་རྣམ་དབྱེ་དང་བཅས་པ་
 བརྒྱད་ཀྱི་ཁོངས་སུ་འདུ་སྟེ། ལ་དོན། ཡི་ལྟན། འབྱུང་ཁུངས། བོད་སྐད་བཅས་
 སུ་འདུ་བས་སོ། །རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་ནི། དོན་གྱི་དོ་པོ་ཅམ་སྟོན་པའི་མིང་རྒྱང་
 ལས་ལོགས་སུ་མེད་དོ། །གོང་གི་རྣམ་གྲངས་བརྒྱ་བཞི་པོ་ལས་རྗེས་འཇུག་
 ལ་ལྟོས་དགོས་པའི་སྤང་དང་རྣམ་དབྱེ་གང་ཡིན་རུང་སྐད་ཡི་སྟོར་བ་དང་།
 དོན་གྱི་སྟོར་བ་གཉིས་ཡོད་པ་དང་། དེ་བཞིན་རྗེས་འཇུག་ལ་ལྟོས་མི་དགོས་
 པའི་སྤང་དང་རྣམ་དབྱེ་གང་ཡིན་རུང་དོན་གྱི་སྟོར་བ་ལས་སྐད་ཡི་སྟོར་བ་ནི་

མེད་དོ། །དེ་ལྟར་སྤང་རྣམ་དབྱེ་རྣམ་གྲངས་བཅུ་བཞི་པོའི་སྒྲ་དོན་གྱི་སྒྲིབ་བ་
ཞིབ་ཅིང་སྤ་བ་ནི་སྤུམ་ཅུ་པའི་གཞུང་ལས་ཚྭ་གས་པར་བྱ་དགོས།

ད་ནི་འདིར་བསྟན་བྱའི་གཙུག་པོ་བྱ་བའི་ཆོག་གི་ཆོགས་ཏེ་བྱ་ཆོག་ལ་
མི་ཚོངས་པར་བྱེད་པ་རྟགས་གྱི་འཇུག་པའི་གཞུང་གི་དཀའ་གནད་འགའ་
ཞིག་གསལ་བར་བཤད་པ་ལ་འཇུག་གོ། །སྒྲིབ་རྟགས་གྱི་འཇུག་པ་འཆད་
པའི་སྐབས། སྒྲི་སྟོམ་གྱི་ས་བཅད་གསུམ་དུ་དབྱེ་བ་སྟེ། མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་
སྒྲི་ཡི་རྟགས་གྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ་དང་། སྟོན་འཇུག་གི་རྟགས་གྱི་འཇུག་པ་
བཤད་པ། རྗེས་འཇུག་གི་རྟགས་གྱི་འཇུག་པ་བཤད་པ་བཅས་སོ།།

མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་སྒྲི་ཡི་རྟགས་གྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ།

དང་པོ་མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་སྒྲིའི་རྟགས་གྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ་ནི། བོད་གྱི་
སྐད་ལ་ཉི་བར་མཁོ་བའི་དབྱངས་དང་། གསལ་བྱེད་གཉིས་ཏེ། ཨི་ཅུ་ཨེ་ཨོ་
སྟེ་དབྱངས་བཞི་ལ་མོ་དང་། ཀ་ནས་ཨའི་བར་གྱི་གསལ་བྱེད་སྤུམ་ཅུ་ལ་ཕོ་
ཡིག་ཅེས་ཟེར། གསལ་བྱེད་སྤུམ་ཅུ་པོ་འང་སྟེ་ཆན་ལྷ་རུ་དབྱེ་སྟེ། ཀ་ཅ་ཏ་པ་
ཅ་བཅས་ནི་གསལ་བྱེད་སྤུམ་ཅུའི་ཕོ་ཡིག་དང་། ལ་ཆ་ཐ་ས་ཆ་བཅས་ནི་
གསལ་བྱེད་སྤུམ་ཅུའི་མ་ནིང་དང་། ག་ང་ད་བ་ཇ་ཕ་ཞ་ཐ་འ་ཡ་ཤ་ས་བཅས་
ནི་གསལ་བྱེད་སྤུམ་ཅུའི་མོ་དང་། ང་ཉ་ན་མ་བཅས་ནི་གསལ་བྱེད་སྤུམ་ཅུའི་

ཤིན་ཏུ་མོ་དང་། ར་ལ་ཉ་ཨ་བཅས་ནི་གསལ་བྱེད་སྤུམ་ཅུའི་མོ་གསལ་དང་།
ཨ་ཡིག་ནི་མོ་གསལ་ཡིན་པར་མ་ཟད། མཆན་མེད་ཅེས་པའི་ཐ་སྙད་ཀྱང་
བཏགས་སོ།།

འདིར་མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་རྣམས་པོ་ལ་སོགས་པར་རྒྱ་མཆན་གང་གི་
སྐོ་ནས་བཞག་ཟེར་ན། མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་རྣམས་སོ་སོར་གང་ནས་བརྗོད་ཆེ་
སོ་སོའི་སྐྱེ་གནས་མགིན་སོ་མཆུ་ཀན་སོགས་ལ་བྱེད་ཚུལ་གྱི་ཤུགས་ཆེ་
ཆུང་ངམ་གིམ་སྟོད་གྱི་དབང་གིས་དེ་ལྟར་བཞག་གོ།

སྟོན་འཇུག་གི་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པ་བཤམ་པ།

གཉིས་པ་སྟོན་འཇུག་གི་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པ་བཤམ་པ་ལ། སྟོན་
འཇུག་གི་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བཤམ་པ་དང་། དེའི་འཇུག་ཚུལ་བཤམ་པའོ།།

དང་པོ་ནི། སྟོན་འཇུག་གི་ཡི་གེ་ག་ད་བ་མ་འ་བཅས་ལས་བ་པོ་དང་།
ག་ད་གཉིས་མ་ནིང་དང་། འ་མོ་ཡིག་མ་ཤིན་ཏུ་མོ་བཅས་ཀྱི་དབྱེ་བའོ། །སྟོན་
འཇུག་ལ་རྟགས་དེ་ལྟར་དབྱེ་བའི་རྒྱ་མཆན་ནི། སྟོན་འཇུག་རྣམས་རང་རང་
འཇུག་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་དང་སྐྱར་ནས་སྟོག་པའི་ཆེ་སྐྱ་
གདངས་ཤུགས་ཆེ་ཆུང་དུ་འགྱུར་བའི་ཆ་ནས་བཞག་པའོ།།

གཉིས་པ་དེའི་འཇུག་ཚུལ་བཤམ་པ་ལ་བཞི་སྟེ། གང་ལ་འཇུག་པར་

བྱེད་པ་དང་། གང་གིས་འཇུག་པར་བྱེད་པ། ཇི་ལྟར་འཇུག་པར་བྱེད་པ། ཅིའི་
ཕྱིར་འཇུག་པར་བྱེད་པ་རྣམས་སོ། །དེ་ལས་གང་ལ་འཇུག་ཅེ་ན། སྟོན་
འཇུག་ལྟ་པོ་རང་རང་འཇུག་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་རྣམས་སོ།
།འཇུག་པ་པོ་གང་གིས་འཇུག་ཅེ་ན། སྟོན་འཇུག་གི་ཡི་གེ་ལྟ་པོ་འོ། །ཚུལ་ཇི་
ལྟ་བུས་འཇུག་ཅེ་ན། སྟོན་འཇུག་གི་པོ་ཡིག་བ་ནི་རང་གི་འཇུག་ཡུལ་དུ་
གྱུར་པའི་མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་རྣམས་ལ་སྦྱ་དང་བྱེད་ཚུལ་དག་པའི་སྟོན་ས་
འཇུག་པ་དང་། མ་ནིང་ག་ད་གཉིས་ནི་སྦྱ་ཚུལ་རན་པའི་སྟོན་ས་འཇུག་པ་
དང་། མོ་ཡིག་འ་ནི་སྦྱ་ཚུལ་ཞན་པས་འཇུག་པ་དང་། ཤེན་ཏུ་མོ་མ་ནི་སྦྱ་ཚུལ་
མཉམ་པ་སྟེ་ཤེན་ཏུ་སྟོད་པའི་ཚུལ་གྱིས་འཇུག་པར་བྱེད་དོ།

སྟོན་འཇུག་རྣམས་རང་རང་གི་འཇུག་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་མིང་གཞིའི་
ཡི་གེ་རྣམས་ལ་དགོས་པ་གང་གི་ཆེད་དུ་འཇུག་པར་བྱེད་པ།

ད་ནི་བསྟན་བྱའི་གཙུག་པོ་སྟོན་འཇུག་རྣམས་རང་རང་འཇུག་ཡུལ་དུ་
གྱུར་པའི་མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་རྣམས་ལ་དགོས་པ་གང་གི་ཆེད་དུ་འཇུག་པར་
བྱེད་པ་འདིའི་སྟོང་དོན་ཞིབ་ཅིང་སྤྲ་བ་རྟོགས་པར་དཀའ་བ་དང་། ཤེན་ཏུ་
གལ་ཆེ་བས་རང་སྟོས་གང་དཔོག་པའི་དཀའ་གནད་ཀྱི་དོན་འགའ་ཞིག་
དགོལ་བའི་ལས་ལ་འཇུག་གོ །གོང་དུ་ཁོ་བོས་བོད་ཀྱི་བད་སྟོད་པའི་གཞུང་
དག་ནི་ཆོག་ས་གསུལ་ལས་གྲུབ་པར་བཤམ་པའི་ནང་ནས་གསུམ་པ་བྱ་བའི་
ཆོག་ལ་མི་ཚོངས་པར་བྱེད་པ་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པའི་གཞུང་སྤྱང་དགོས་པའི་

ནན་བཤད་བྱས་པའི་སྒྲིང་དོན་ཡང་ཅིའི་ཕྱིར་འཇུག་གི་དཀའ་གནད་དེ་རང་
ལ་བྱུག་པ་ཡིན། འདི་དོན་དབྱིས་བྱིན་པ་རྟོགས་པ་ལ་ཐོག་མར་ཆོགས་
གསུམ་གྱི་དཔེར་བརྗོད་ཅིག་བཀོད་ན་གོ་བ་ལེན་བདེ་བས་འདི་ལྟར། བཟོ་
བས་ལྷགས་ལ་ཅི་བཏང་ལྟ་བུར་ཆ་མཆོན་ན། བཟོ་བ་ནི་མིང་གི་ཆོགས།
བས་ཞེས་པའི་བྱེད་སྒྲུ་ནི་རྣམ་དབྱེའི་ཆོགས། ལྷགས་ཞེས་པ་ནི་མིང་གི་
ཆོགས། ལ་ནི་རྣམ་དབྱེའི་ཆོགས། ཅི་ནི་མིང་གི་ཆོགས། བཏང་ནི་བྱ་བའི་
ཆོག་གི་ཆོགས་ཡིན། ཆོག་དུམ་བུ་འདི་ལ་མཆོན་ན་མིང་གསུམ་དང་རྣམ་
དབྱེ་གཉིས། བྱ་བའི་ཆོག་གཅིག་བཅས་ཆོག་བྲིས་དུག་ལས་བྱུག་པའི་ཆོག་
ཡིན་པ་ཞེས་དགོས། འདིར་བསྟན་བྱའི་གཙོ་བོ་བྱ་བའི་ཆོག་གི་ཆོགས་ཡིན་
བས་བྱ་ཆོག་ལའང་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་དང་། བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པ་གཉིས་ཡོད་
པ་ཞིབ་ཏུ་རྟོགས་དགོས་པ་ནི་གནད་གྱི་དམ་པའོ།

བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ།

དེ་ལས་དང་པོ་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་ནི། བྱ་བ་གང་བྱེད་ཀྱང་བྱེད་པ་པོ་
དང་། ལས་གཉིས་ཐ་དད་དུ་ཡོད་པ་ཞིག་ལ་གོ་དགོས།

༡ དབྱེ་བ་དགུ་ལྟན་གྱི་ལས་ཆོག

དབྱེ་བ་དགུ་ལྟན་གྱི་ལས་ཆོག་ནི། འདི་ལ་དངོས་པོ་བདག་གཞན་

གཉིས་གྱི་དབྱེ་བ་ཡོད་པས་བྱེད་པ་པོ་ལ་དངོས་པོ་བདག་དང་། ལས་ལ་
 དངོས་པོ་གཞན་ཞེས་བཞེད་པ་ཡིན། དཔེར་ན། གོང་གི་བཟོ་པས་ལྷགས་ལ་
 ཅི་བཏང་། ལྷ་བྱར་ཆ་མཆོན་ནས་བཞད་ན། བཟོ་པ་ནི་བྱེད་པ་པོ་ལས་དངོས་
 པོ་བདག་ཡིན་ཞིང་། ཅི་ནི་དངོས་པོ་གཞན་ནམ་ལས་ཉིད་ཡིན། དེས་ན་བཟོ་
 པ་དང་ཅི་གཉིས་ཐ་དད་ཡིན་པའི་དབང་གིས་ཐ་དད་པ་ཞེས་བཞེད། ཡང་
 དཔེར་ན་བཟ་ཤེས་གྱི་རི་མོ་འབྲི་ཞེས་པ་ལྷ་བྱར་མཆོན་ན། བཟ་ཤེས་བྱེད་
 པ་པོ་ལས་དངོས་པོ་བདག་ རི་མོ་ལས་སམ་དངོས་པོ་གཞན། འབྲི་བར་བྱེད་
 ཅས་པ་ནི་བྱེད་པའི་ལས། བྲི་བར་བྱ་ཞེས་པ་ནི་བྱ་བའི་ལས། འབྲི་བར་
 འགྱུར་ཞེས་པ་ནི་བྱེད་ལས་མ་འོངས་པ། འབྲི་བཞིན་པ་ཞེས་པ་ནི་ད་ལྟ་བུ།
 བྲིས་བེན་པ་ནི་དུས་འདས་པ། བྲིས་ཤིག་ཅེས་པ་ནི་སྐྱལ་ཆིག་ མ་འབྲི་ཞེས་
 པ་ནི་དགག་སྒྲུའི་སྐྱལ་ཆིག་སྟེ་དབྱེ་བ་དགུ་ཡོད་པས་འདི་རིགས་ལ་དབྱེ་བ་
 དགུ་ལྡན་གྱི་ལས་ཆིག་ཅེས་བཞེད། དཔེ་བཞེད་འདི་རིགས་ནི་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་
 པ་ཡིན་པར་མ་ཟད། བྱེད་པ་པོ་སེམས་ལྡན་ཡིན་པ་དང་། དེའང་སྤྲ་ཤེས་དོན་
 གོ་བའི་བྱེད་པོ་ཞིག་ཡིན་དགོས། དེ་དོན་སྤྲོམ་ཆིག་ཏུ་བྱས་ན་འདི་ལྟར།

བྱེད་པོ་ལས་དང་བྱེད་ལས་བྱ་བའི་ལས།

བྱེད་ལས་མ་འོངས་བྱེད་བཞིན་ད་ལྟ་བུ།

འདས་དང་སྐྱལ་ཆིག་དགག་སྒྲུའི་སྐྱལ་ཆིག་ལ།

དབྱེ་བ་དགུ་ལྡན་ལས་ཆིག་ཅེས་བཞེད་དོ།

༡ དབྱེ་བ་བདུན་ལྡན་གྱི་ལས་ཆིག

དབྱེ་བ་བདུན་ལྡན་གྱི་ལས་ཆིག་ནི། ཡང་དཔེར་ན། ལྷག་གིས་རྩ་
བཟས་(ཟོས་)ལྟ་བུར་མཆོན་ན། ལྷགས་བྱེད་པ་པོ་ལས་དངོས་པོ་བདག་རྩ་
ལས་སམ་དངོས་པོ་གཞན། ཟ་བར་བྱེད་བྱེད་པའི་ལས། བཟའ་བར་བྱ་བྱ་
བའི་ལས། ཟ་བར་འགྱུར་བྱེད་ལས་མ་འོངས་པ། ཟ་བཞིན་ད་ལྟ་བ། བཟས་
ཟེན་འདས་པ་བཅས་ལས། ཟོ་ཞིག་དང་། མ་ཟ་ཞེས་བཤད་སྟོལ་མེད་པ་ཡིན་
པས་འདི་རིགས་ལ་དབྱེ་བ་བདུན་ལྡན་གྱི་ལས་ཆིག་ཅེས་བརྗོད། དཔེ་བརྗོད་
འདི་རིགས་ཀྱང་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་ཡིན་པ་མ་ཟད། བྱེད་པ་པོ་སེམས་ལྡན་
ཡིན་ཡང་། ལྷ་ཤེས་དོན་གོ་བའི་བྱེད་པོ་མིན་པས་དབྱེ་བ་བདུན་ལྡན་ལས་
མེད་པ་ཡིན། དེ་དོན་སྟོམ་ཆིག་ཏུ་བྱས་ན་འདི་ལྟར།

བྱེད་པོ་ལས་དང་བྱེད་ལས་བྱ་བའི་ལས།

བྱེད་ལས་མ་འོངས་བྱེད་བཞིན་ད་ལྟ་བ།

འདས་པ་བཅས་ལ་དབྱེ་བ་བདུན་ལྡན་གྱི།

ལས་ཆིག་ཅེས་པའི་ཐ་སྙད་འདུག་པ་ཡིན།

ཡང་དཔེར་ན། སེར་བས་ལོ་ཉོག་བཅོམ་ཞེས་པ་ལྟ་བུར་མཆོན་ན།
སེར་བ་བྱེད་པ། ལོ་ཉོག་ལས། འཛོམས་པར་བྱེད་བྱེད་པའི་ལས། གཞོམ་
པར་བྱ་བྱ་བའི་ལས། འཛོམས་པར་འགྱུར་བྱེད་ལས་མ་འོངས་པ། འཛོམས་

བཞིན་པ་ད་ལྟ་བུ། བཅོམ་ཟེན་འདས་པ་བཅས་ལས། ཆོམ་ཞིག་དང་། མ་
འཛོམས་ཞེས་པའི་བཤའ་སྒྲོལ་ནི་དེ་བས་ཀྱང་མེད་པ་ཡིན། འདིའང་། དབྱེ་
བ་བདུན་ལྡན་གྱི་ལས་ཆིག་ཡིན་རུང་། གོང་གི་ལུག་གིས་རྩ་བཟས་ཞེས་པ་
དང་མི་འདྲ་ས་ནི་རྩ་བ་པོ་ལུག་ནི་སེམས་ལྡན་ཡིན་པ་དང་། ལོ་ཏྲོག་
འཛོམས་བྱེད་སེར་བ་ནི་སེམས་མེད་ཡིན་པའི་བྱེད་པར་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་
ལྟར་བཟུ་ཤིས་ཀྱིས་རི་མོ་འབྲི་ཞེས་པ་དང་། ལུག་གིས་རྩ་བཟས་ཞེས་པ།
སེར་བས་ལོ་ཏྲོག་བཅོམ་ཞེས་པའི་དཔེ་བཟོད་གསུམ་ག་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་
ཡིན་ཡང་ནང་གསེས་དབྱེ་བ་དགུ་ལྡན་དང་། དབྱེ་བ་བདུན་ལྡན་གྱི་བྱེད་པར་
ཡོད་པ་ཡིན། ཁ་ཅིག་གིས་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་ཡིན་བྱིན་སྐུལ་ཆིག་དང་།
དགག་སྒྲིའི་སྐུལ་ཆིག་འཇུག་པར་འདོད་ཀྱང་དེ་ནི་མ་ངེས་ཏེ། གོང་གི་ལུག་
དང་། སེར་བ་གཉིས་ལས་ལུག་ལ་སྐུལ་ཆིག་འཇུག་པའི་བཤའ་སྒྲོལ་མེད་པ་
ཡིན། བྱ་བྱེད་ཐ་དད་ཅེས་པ་འདི་ལ་བྱེད་པ་པོ་དང་། ལས་གཉིས་ཐ་དད་པའི་
བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་བཟུ་ཤིས་ཀྱིས་རི་མོ་འབྲི་ལྟ་བུ་དང་། བྱེད་པ་དང་ལས་
གཉིས་ཐ་དད་པའི་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་སེར་བས་ལོ་ཏྲོག་བཅོམ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་
དབྱེ་བ་ཡོད་པ་མ་འདྲེས་པར་སོ་སོར་རྟོགས་དགོས། གཞུང་གཞན་དུ་བྱེད་
པ་པོ་པལ་པ་ཞེས་བཟོད་འདུག་ཀྱང་འདིར་ཁོ་བོས་ནི། བྱེད་པ་པོ་དང་བྱེད་
པ་གཉིས་ཐ་དད་དུ་བཞག་པ་སྟེ། དཔེར་ན་སེར་བ་ནི་ལོ་ཏྲོག་འཛོམས་བྱེད་
ཡིན་པ་ལས་ལོ་ཏྲོག་འཛོམས་པ་པོ་མིན་པ་དང་། བཟུ་ཤིས་ནི་རི་མོ་འབྲི་བ་

པོ་ཡིན་པ་ལས་འབྲི་བྱེད་མིན་པ་ལྟ་བུས་མཆོན་གཞན་པ་ཀུན་ལ་དེའི་
རིགས་བསྐྱེ་བར་བྱ་དགོས།

ཡང་དཔེར་ན། སྐྱུ་གུས་རི་མོ་འབྲི་ལྟ་བུ་ནི་བྱེད་པ་དངོས་བསྟན་དང་
བྱེད་པོ་ཤུགས་བསྟན། བཟ་ཤེས་ཀྱིས་རི་མོ་འབྲི་ལྟ་བུ་ནི་བྱེད་པོ་དངོས་
བསྟན་དང་བྱེད་པ་ཤུགས་བསྟན། བཟ་ཤེས་ཀྱི་སྐྱུ་གུས་རི་མོ་འབྲི་ལྟ་བུ་ནི་
བྱེད་པོ་དང་བྱེད་པ་གཉིས་ཀ་དངོས་བསྟན་ཡིན། ཡང་སེར་བས་ལོ་ཉོག་
བཅོམ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་སེར་བ་ནི་བྱེད་པ་རང་དངོས་སུ་བསྟན་པ་ལས་
ཤུགས་ལ་བསྟན་པ་ནི་གང་ཡང་མེད། དེར་བརྟེན་བྱེད་པ་ཡོད་པ་ཅུམ་གྱིས་
བྱེད་པོ་ཡོད་པས་མ་ཐུབ་ཀྱང་། བྱེད་པོ་ཡོད་ན་བྱེད་པ་དངོས་ཤུགས་གང་
རུང་དུ་ཡོད་དགོས་པ་ཡིན། དེས་ན་བྱེད་པོ་དང་བྱེད་པའི་འཆད་ཚུལ་ཐད་ལ་
དཀར་ལེབ་རུང་ཡིག་ཟེར་བ་དེས་ཀྱང་རུང་ཟད་གཉིང་ཟབ་པའི་གོ་བ་ཞིག་
ལོན་འདུག་སྟུམ་པས་བརྟག་པར་འཆ་ལ།

འདི་ཡན་གྱི་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པར་དབྱེ་བ་དགུ་ལྟན་གཅིག་དང་བདུན་
ལྟན་གཉིས་ཡོད་པ་དཔེ་བརྗོད་དང་བཅས་ཏེ་བསྟན་ཟིན།

གཉིས་པ་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པ།

གཉིས་པ་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་བྱ་བ་འདི་ལ་ཞིབ་ཏུ་བརྟགས་ན་བྱ་བ་

དེ་འགྲུབ་པའི་རྒྱ་ཞིག་མེད་པ་མི་སྲིད་ཀྱང་བྱ་བ་དེ་འགྲུབ་བཞིན་པའི་སྐབས་
བྱེད་པ་པོ་དངོས་སུ་མི་སྒྲུང་བའམ། ཡང་ན་བྱེད་པ་པོ་དང་ལས་གཉིས་ཀ་ཐ་
དད་དུ་མི་སྒྲུང་བས་མིང་དེ་ལྟར་བཏགས་པ་ཡིན། རྒྱ་མཚན་དེའི་དབང་གིས་
བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པ་འདི་རིགས་ལ་དངོས་པོ་བདག་གཞན་གྱི་དབྱེ་བ་འབྱེད་
དུ་མེད་པ་ཡིན། དུས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བས་ནི་ཐ་དད་མི་དད་གྱི་བྱ་ཆེ་གཡོད་
དོ་ཚག་ལ་བྱུང་བ་ཡིན་པར་ཤེས་དགོས།

༡ དབྱེ་བ་ལྷ་ལྷན་གྱི་ལས་ཆེ་ག

དབྱེ་བ་ལྷ་ལྷན་གྱི་ལས་ཆེ་ག་ནི། དཔེར་ན་བཟ་ཤེས་གདན་ལ་
བཞུགས་ཞེས་པ་ལྟ་བུར་མཚོན་ན། བཞུགས་པ་པོ་འཇ་སྐབས་དེའི་བྱེད་པ་
པོ་བཟ་ཤེས་ཡིན་པ་དང་། གང་བཞུགས་པར་བྱ་རྒྱའི་ལས་སམ་དངོས་པོ་
གཞན་ཡང་བཟ་ཤེས་ལས་གཞན་པའི་དངོས་པོ་མེད་པས་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་
པ་ཞེས་བརྗོད། གོང་གི་ཐ་དད་པའི་དབྱེ་བ་དགྲུ་ལྷན་གྱི་དཔེ་བརྗོད་འགོད་
སྐབས་སུ་འང་བཟ་ཤེས་ཀྱིས་རི་མོ་འབྲི་ཞེས་བཀོད་པ་དང་། འདིར་ཐ་མི་
དད་པའི་དཔེ་བརྗོད་ལ་འང་། བཟ་ཤེས་གདན་ལ་བཞུགས་ཞེས་གཞི་བཟ་
ཤེས་གཅིག་གི་སྟངས་ནས་དཔེ་བརྗོད་བཀོད་པ་ནི་དབྱེ་བ་འབྱེད་བདེ་བའི་
ཆེད་དུ་ཡིན། དཔེ་བརྗོད་དེ་གཉིས་གང་ཐ་དད་པ་ཡིན་དང་། གང་ཐ་མི་དད་

བ་ཡིན་གྱི་དབྱེ་བ་འབྱེད་སྐབས་ཐོག་མར་འབྱི་དང་བཞུགས་ཟེར་བ་གཉིས་
 ཀ་བྱ་ཆིག་ཡིན་པ་གསལ་པོར་ངོས་ཟིན་པ་བྱས་ཏེ། ད་གཟོད་འབྱི་ཞེས་པ་ཐ་
 དད་པ་སྟེ། སྤི་བྱའི་ཡི་གེ་དང་། འབྱི་བ་པོ་བཟ་ཤེས་གཉིས་དངོས་པོ་ཐ་དད་
 དུ་ཡོད་པ་དང་། བཞུགས་ཞེས་པ་ཐ་མི་དད་པ་སྟེ་བཞུགས་བྱ་དང་བཞུགས་
 བ་པོ་གཉིས་ཀ་བཟ་ཤེས་ཉིད་ལས་གཞན་མེད་པ་ལྟ་བུས་མཆོན་བྱ་བའི་
 ཆིག་ཀུན་ལ་འདིའི་རིགས་བསྐྱེད་གོས་པ་ལས་དཔེ་བཟོད་མཐའ་དག་ནི་
 འབྱིར་མི་ལངས་སོ། །དཔེ་བཟོད་འདི་གཉིས་ཀྱི་གོ་དོན་གཏིང་ཟབ་ཅིག་ལེན་
 ཐུབ་ན། དང་པོའི་བཟ་ཤེས་ལ་བྱེད་སྒྲ་ཐོབ་པ་དང་། གཉིས་པའི་བཟ་ཤེས་
 ལ་བྱེད་སྒྲ་མི་ཐོབ་པའི་རྒྱ་མཆོན་ཡང་གཞི་ནས་རྟོགས་ཐུབ། བྱ་བྱེད་ལས་
 གསུམ་གྱི་བྱེད་པ་དང་ལས་གཉིས་ངོ་པོ་གཅིག་པ་ལ་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་
 བྱེད་སྒྲ་འབྱི་བའི་སྟོལ་འདུག་པ་དེ་ནི་གཙོ་བོ་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་
 མ་རྟོགས་པས་བྱས་པ་ལས་གཞན་པའི་རྒྱ་མཆོན་གང་ཡང་མེད་སྟུང་། དེ་
 ལྟར་བཟ་ཤེས་གདན་ལ་བཞུགས་ལྟ་བུར་དངོས་པོ་བདག་གཞན་གྱི་དབྱེ་བ་
 མེད་ཀྱང་། བཞུགས་རྒྱ། བཞུགས་བཞིན་པ། བཞུགས་ཟིན་པ་སྟེ་དུས་
 གསུམ་དང་། བཞུགས་ཤིག་སྐུལ་ཆིག་དང་། མ་བཞུགས་ཞེས་དགག་སྤྱིའི་
 སྐུལ་ཆིག་བཅས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཡོད་པས་འདི་རིགས་ལ་དབྱེ་བ་ལྟ་བུ་ཀྱི་ལས་
 ཆིག་ཅེས་བཟོད་པ་ཡིན། དེ་དོན་སྟོམ་ཆིག་ཏུ་བྱས་ན་འདི་ལྟར།

འདས་པ་དང་ནི་མ་འོངས་པ།

ད་ལྟ་བ་དང་སྐྱལ་ཆིག་དང་།

དགག་སྒྲེའི་སྐྱལ་ཆིག་དང་བཅས་ལ།

དབྱེ་བ་ལྷ་ལྷན་ལས་ཆིག་བཟོད།

ཡང་ཁ་ཅིག་གིས། བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་བ་ཡིན་ཕྱིན་སྐྱལ་ཆིག་དང་

དགག་སྒྲེའི་སྐྱལ་ཆིག་མི་འཇུག་པར་འདོད་ཀྱང་དེའང་མ་ངེས་ཏེ། གོང་

གསལ་ལྟར་བཞུགས་ཤིག་དང་མ་བཞུགས་ཞེས་འཇུག་ཏུ་རུང་བས་སོ། །

དཔེ་བཟོད་འདི་རིགས་ནི་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་བ་ཡིན་ཡང་བྱེད་པོ་སེམས་ལྷན་
ཡིན་པ་མ་ཟད་སྐྱེ་ཤེས་དོན་གོ་བའི་བྱེད་པོ་ཞིག་ཡིན་དགོས།

༡ དབྱེ་བ་གསུམ་ལྷན་གྱི་ལས་ཆིག

དབྱེ་བ་གསུམ་ལྷན་གྱི་ལས་ཆིག་ནི། ཡང་དཔེར་ན། འབྱེ་བ་ཁུང་དུ་
འཇུ་ལ། ཞེས་བ་ལྟ་བུར་མཆོན་ན། འཇུ་ལ་རྒྱ་དང་། འཇུ་ལ་བཞིན་པ། འཇུ་ལ་
ཟེན་བ་སྟེ་དུས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་ལས་སྐྱལ་ཆིག་དང་དགག་སྒྲེའི་སྐྱལ་ཆིག་
གཉིས་ཀྱི་བཤའ་སྟོལ་མེད་བ་ཡིན་པས་འདི་རིགས་ལ་དབྱེ་བ་གསུམ་ལྷན་
གྱི་ལས་ཆིག་ཅེས་བཟོད། འགའ་ཞིག་གིས་དེ་ནི་མི་འཐད་དེ། དུད་འགོ་
ལའང་སྐབས་འགར་སྐྱལ་ཆིག་འཇུག་རུང་ངོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་བུའི་གུ་དོག་གི་
དོགས་བ་བྱེད་མི་དགོས་ཏེ། གོང་དུ་ཁོ་བོས་སྐྱལ་ཆིག་གཉིས་ཀྱི་སྐྱབ་ཤེས་

སྒོལ་མེད་པ་ཞེས་འབྲུག་པ་བྲབ་ཆུང་བའི་དབང་གིས་དེ་ལྟར་བཤད་དོ།

ཡང་དཔེར་ན། དུས་གིས་ཤི། སེམས་ཀྱིས་རྟོགས། བློ་གིས་མཐོང་།
མེས་ཆོགས། རྟ་གྱིས་ན་སོགས་ཀྱི། དུག་སེམས། བློ་མེ། རྟ་སོགས་
རིམ་བཞིན་འཆི་བྱེད་དང་། རྟོགས་བྱེད། མཐོང་བྱེད། འཆི་བྱེད། རྟ་བྱེད་
ཡིན་པ་ལས། འཆི་བ་པོ་དང་། རྟོགས་པ་པོ། མཐོང་བ་པོ། འཆི་བ་པོ། རྟ་བ་
པོ་མིན་པས་འདི་རིགས་ལ་བྱེད་པ་དང་། གང་འཆི་རྒྱུའི་སེམས་ཅན་དང་།
རྟོགས་བྱུང་དོན། མཐོང་བྱུང་གཟུགས། འཆི་བྱུང་གོས། རྟ་བྱུང་ལུས་
སོགས་ནི་ལས་ཉིད་ཡིན་པ་ལས་དངོས་པོ་གཞན་ཞེས་བརྗོད་མི་རིགས།
དེས་ན་བྱེད་པ་དང་། ལས། འཆི་རྒྱ། འཆི་བཞིན་པ། ཤི་བ་བཅས་ཀྱི་དབྱེ་བ་
ལྟ་ཡོད་པས་འདི་རིགས་ལ་དབྱེ་བ་ལྟ་བུ་གྱི་ལས་ཆོག་ཅེས་བརྗོད་པ་ཡིན།
ཡང་བྱེད་པ་དང་ལས་གཉིས་ངོ་བོ་གཅིག་པ། དཔེར་ན། དཀར་ཡོལ་ཆག་ཉི་
མ་ཤར། འཁོར་ལོ་འཁོར། མེ་རྟོག་སྐྱེས། ཆར་བ་བབ་སོགས་ཀྱི། ཆག་ཤར།
འཁོར། སྐྱེས། བབ་སོགས་ཀྱང་ཐ་མི་དད་པའི་བྱ་ཆོག་ཡིན་རུང་དེ་དག་ལ།
དཀར་ཡོལ་གྱིས་ཆག་ཉི་མས་ཤར། འཁོར་ལོས་འཁོར། མེ་རྟོག་གིས་སྐྱེས།
ཆར་བས་བབ་སོགས་བྱེད་སྒྲུབ་ཀྱི་ནས་འབྲུག་མི་སྤྲོད། དེའི་རྒྱ་མཚན་ནི།
བྱེད་པ་དང་ལས་གཉིས་ངོ་བོ་གཅིག་པ་ཡིན་པས་བྱས་པ་རེད། འདི་རིགས་
ལའང་དུས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་ཅུ་མ་ལས་མེད། གོང་དུ་བྱུང་ཅུ་མ་སྟོས་པ་ལྟར།
བྱེད་པ་དང་ལས་གཉིས་ངོ་བོ་གཅིག་པ། བཟ་ཤིས་གདན་ལ་བཞུགས་ལྟ་

བུར་བྱེད་སྐྱེ་འབྱེ་སྟོལ་ཡོད་པར་འདོད་མཁན་དག་གི་ལུགས་ལྟར་ན། དཀར་
ཡོལ་གྱིས་ཆག་ཉི་མས་ཤར་སོགས་མི་འདོད་བཞིན་དུ་ཁས་ལེན་དགོས་ཏེ།
ང་ཁྱིམ་ལ་འགོ་ཚུགས་ལྟ་བུར། ངས་ཁྱིམ་ལ་འགོ་ཚུགས་ཅེས་བྱེད་པོ་དང་ལས་
གཉིས་ངོ་བོ་གཅིག་པར་བྱེད་སྐྱེ་འཐོབ་པར་འདོད་པས་སོ། །ཡང་མཐོན་པོ་
དང་། དམའ་པོ། ཆེན་པོ། དཀར་པོ། མང་པོ་སོགས་གྱི་མིང་མཐར་པོ་སྐྱེ་སྐྱར་
ན་ཆོས་བརྗོད་པའམ་བྱེད་ཆོས་བརྗོད་པའི་མིང་རྒྱུ་ཡིན་ཡང་། མིང་དེ་དག་
གི་མཐར་པ་དང་བ་ཡི་སྐྱེ་སྐྱར་ཆེ་བྱ་ཆིག་ཙམ་དུ་འགོ་བའང་ཡོད་དེ། དཔེར་
ན། ལྷ་གང་གིས་མཐོ་བ། སོར་གང་གིས་དམའ་བ། ཞིང་ག་མཐོ་གང་གིས་ཆེ་
བ། གཏོང་རང་བཞིན་གྱིས་དཀར་བ། གངས་ཀ་གསུམ་གྱིས་མང་བ་སོགས་
ལྟ་བུ་ཡིན། བྱ་ཆིག་འདི་རིགས་ལ་བདག་གཞན་དང་། དུས་གསུམ་སོགས་
གྱི་དབྱེ་བ་འཛོགས་ཏུ་མེད་པས་བྱ་ཆིག་ཏུ་འཛོགས་མི་རིགས་སྟུམ་པ་ཡོང་སྟེད་
ཀྱང་། འདི་རིགས་ལ་གོང་དུ་ཁོ་བོས་བྱ་ཆིག་ཙམ་ཞེས་བརྗོད་དོན་ཡང་བྱ་
ཆིག་གཞན་དང་མི་འདྲ་བས་ཡིན་ཡང་། བྱ་ཆིག་གཏན་ནས་མིན་པར་འདོད་
ན། འོ་ན་དེ་དག་གི་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པའི་རྒྱུ་རྣམས་ལ་རྒྱས་པ་མེད་པར་
ཐལ་པའི་སྟོན་བརྗོད་མེད་དུ་འབབ་བོ་སྟུམ་པས་དབྱེད་ལྟན་དག་གིས་བརྟག་
པར་རིགས་སོ། །འོན་ཀྱང་མཐོན་པོ་དང་། ཆེན་པོ་ལྟ་བུ་ལ་རྗེས་འཇུག་ན་
ཡིག་སྐྱར་ཆེ་པོ་འབྱེ་དགོས་པ་དང་། མཐོན་དང་། ཆེ་ལྟ་བུ་ལ་རྗེས་འཇུག་
དངོས་སུ་མ་སྐྱར་ཆེ་བ་ཡིག་སྐྱར་དགོས་པའི་བྱེད་པར་ཡོད་པའང་ཞིབ་ཏུ་

རྟོགས་དགོས།

འདི་ཡན་གྱིས་བྱ་ཆིག་ཅེས་པ་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་གོ་དགོས་པ་དང་། བྱ་
ཆིག་ལའང་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་དང་། ཐ་མི་དད་པ་གཉིས་ཡོད་པ་ལས་ཐ་དད་
པ་ལའང་ནང་གསེས་སུ་ལས་ཆིག་དབྱེ་བ་དགུ་ལྟན་དང་། བདུན་ལྟན། དེ་
བཞིན་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པ་ལའང་ལས་ཆིག་དབྱེ་བ་ལྔ་ལྟན་དང་། དབྱེ་བ་
གསུམ་ལྟན། ཡང་ལས་ཆིག་དབྱེ་བ་ལྔ་ལྟན་བཅས་ཡོད་པས་སོ་སོར་དཔེ་
བརྗོད་དང་། དགོས་ངེས་རིགས་ལ་སྟོམ་ཆིག་དང་བཅས་བསྟན་ཟིན་ཏོ།

དངོས་པོ་བདག་གཞན་གཉིས་ཀྱི་གོ་དོན།

ད་ནི་དངོས་པོ་བདག་གཞན་གཉིས་ཀྱི་གོ་དོན་རྩལ་ཟད་བཤད་ན་འདི་
ལྟར། འདི་འཇིག་རྟེན་གྱི་དངོས་པོ་བདག་ཅེས་པ་ནི། སྤྱིར་བཏང་གི་རང་གཞན་
གཉིས་ཀྱི་རང་གི་གོ་དོན་ནི་མིན་པར་བྱ་བ་གང་ཞིག་བྱེད་ཀྱང་བྱེད་པ་པོ་དེ་
ལ་དངོས་པོ་བདག་ཅེས་བརྗོད་པ་ཡིན། གཞུང་གཞན་དུ་བྱེད་པོ་སེམས་ལྟན་
དང་སེམས་མེད་གང་ཡིན་རྩལ་དངོས་པོ་བདག་ཅེས་བརྗོད་པ་མ་ཟད། བྱེད་
པ་ལའང་བྱེད་པོ་པལ་བ་ཞེས་བརྗོད་པ་དང་། དེའི་ཐད་ལ་རྣམ་གསལ་གྱི་
དཔེ་བརྗོད་ཅིག་བཀོད་ཡོད་པ་འདི་ལྟར། ཞིང་མཁན་གྱིས་སྟར་ལྟར་ཞིང་
གཙོད། ལྟ་བུར་མཆོན་ན། ཞིང་མཁན་བྱེད་པ་པོ་གཙོ་བོ་དང་། ལྟ་བུ་ནི་བྱེད་

བོ་པལ་བའམ། ཡང་ན་བྱེད་པ་ཞེས་བཀོད་འདུག་ཀྱང་། འདིར་ཁོ་བོས་ནི་
 བྱེད་པོ་དང་བྱེད་པ་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་མ་འདྲེས་པར་བྱས་ཏེ། ཞིང་མཁན་ལ་
 བདག་པོ་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་པོ་སྤྱ་འཇུག་རུང་བ་ལས། སྟ་རེ་ལ་ནི་བྱེད་པ་ལས་
 བྱེད་པོ་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་པོ་སྤྱ་མི་འཇུག་པར་འདོད་པ་ཡིན་པས་གོང་དུ་བྱར་
 ཙོམ་སྟོས་པ་ལྟར་དཀར་ལེབ་རུང་ཡིག་གི་འཆད་ཚུལ་བཞིན་བྱེད་པོ་དང་
 བྱེད་པ་གཉིས་ཐ་དད་དུ་བྱེ་ན་ལེགས་ཏེ། ཞིང་མཁན་ནི་གཙོད་པ་པོ་ཡིན་པ་
 ལས་གཙོད་བྱེད་མིན་པ་དང་། སྟ་རེ་ནི་གཙོད་བྱེད་ཡིན་པ་ལས་གཙོད་པ་པོ་
 མིན་པ་སོགས་ཀྱིས་མཆོན་བོད་སྐད་དང་བོད་ཡིག་ལ་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་
 ཡིན་པ་དང་། སྤྱ་འཇུག་གྱི་གཞུང་པལ་མོ་ཆེས་ཀྱང་བདག་སྤྱིའི་པ་པོ་དག་ནི་
 གང་ཟག་ལ་འཇུག་པ་ལས་བེམ་པོ་ལ་མི་འཇུག་པར་བཤད་བཞིན་དུ་བེམ་
 པོ་ཡིན་པའི་སྟ་རེ་སོགས་ལ་བྱེད་པོ་པལ་བ་ཞེས་བདག་སྤྱིའི་པ་པོ་སྤྱར་བ་ནི་
 རང་འགལ་བ་མ་ཡིན་ནམ། ཡང་བྱེད་པོ་གཙོ་པལ་གྱི་དབྱེ་བ་ལྟར་བདག་
 སྤྱིའི་པ་པོ་ལའང་གཙོ་པལ་ཏེ། ཞིང་མཁན་གྱི་བདག་སྤྱི་ནི་བདག་སྤྱི་གཙོ་པོ་
 དང་། སྟ་རེ་ནི་བདག་སྤྱི་པལ་བ་ཞེས་བརྗོད་ཀྱང་དགོས་པ་ཅིའང་མ་མཆིས་
 ལྟམ། དེས་ན་ཞིང་མཁན་ལ་བྱེད་པ་པོ་འམ་དངོས་པོ་བདག་དང་། སྟ་རེ་ལ་
 བྱེད་པ་ཞེས་བརྗོད་ན་དེ་ནི་དོན་དང་ལྡན་པ་ཡིན། ཁ་ཅིག་གིས་སྟ་རེ་ལ་བྱེད་
 པ་ཞེས་བརྗོད་ན་དེ་ནི་དོན་དང་ལྡན་པ་ཡིན། ཁ་ཅིག་གིས་སྟ་རེ་བྱེད་པོ་མིན་
 བ་སྟ་རེ་དངོས་པོ་བདག་གཞན་གཉིས་ལས་གང་ཡིན་ཟེར་ན། སྟ་རེ་ནི་དངོས་

པོ་བདག་གི་ཁོངས་སུ་བསྐྱུ་དགོས་པ་ཡིན་པ་ལས། དངོས་པོ་བདག་མིན།
 ཁོངས་སུ་བསྐྱུ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ཟེར་ན། སྒྱིར་བདག་གཞན་
 གྱི་དབྱེ་བས་ཁྲབ་ཡུལ་ནི་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པ་དང་། དེའང་བྱེད་པོ་
 དང་ལས་གཉིས་བསྐྱུ་བའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ཡང་ཞར་ལ་བྱེད་པོ་དང་འབྲེལ་བའི་
 དངོས་པོ། བྱེད་པ་དང་། བྱེད་ལས་སོགས་བདག་གི་ཁོངས་སུ་བསྐྱུས་པ་དང་།
 ལས་དང་བྱ་ལས་གཉིས་དངོས་པོ་གཞན་གྱི་ཁོངས་སུ་བསྐྱུས་པ་ཡིན་པས་
 སོ།།

བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པར་དངོས་པོ་བདག་གཞན་གྱི་དབྱེ་བ་མེད་ཀྱང་།
 དབྱངས་ཅན་གྲུབ་པའི་དོ་རྗེས། དེ་སྒྱིར་དུས་གསུམ་དབྱེ་བས་ནི། །བདག་
 གཞན་དབྱེ་བས་མ་ཁྲབ་པ། །བསྐྱུ་བའི་དོན་དུ་ཞེས་དགོས་པར། །གསུངས་
 ཀྱང་སྟོན་འཇུག་འཁྲིལ་གྱི་སྐབས། །བྱེད་ལས་ཅཱ་དུ་འབྲེལ་བ་ཡི། །དངོས་པོ་
 བདག་ལའང་འཇུག་པ་མཐོང་། །ཞེས་སྟོན་འཇུག་འཁྲིལ་གྱི་སྐབས་བྱ་བྱེད་
 ཐ་མི་དད་པ་ལའང་དངོས་པོ་བདག་ཡོད་པ་དང་། དེའང་བདག་དོན་པལ་བ་
 ཞེས་བརྗོད་དེ། དཔེར་བརྗོད་དུའང་། འགྲོ་བ་པོ་ཞེས་བཀོད་འཇུག་ཀྱང་། དེ་
 ལ་ཆིག་སྟོན་དང་དོན་སྟོན་གཉིས་ཀ་ཡོད་དེ། དང་པོ་ཆིག་སྟོན་ནི། དེ་ལྟ་
 བཞུགས་པ་པོ་དང་། བཞེངས་པ་པོ་སོགས་སྟོན་འཇུག་འཁྲིལ་གྱི་སྐབས་
 སུའང་དེ་ལྟར་འབྱུང་བས། །གསུངས་ཀྱང་སྟོན་འཇུག་འཁྲིལ་གྱི་སྐབས་
 སུའང་དེ་ལྟར་འབྱུང་བས། །གསུངས་ཀྱང་སྟོན་འཇུག་འཁྲིལ་གྱི་སྐབས་། །ཞེས་

འ་ཡིག་རྒྱང་པ་ལོགས་སུ་དགར་མི་རིགས་པ་དང་། གཉིས་པ་དོན་སྟོན་ཡང་
ཡོད་དེ། འདི་སྐབས་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་དངོས་པོ་བདག་གཞན་གཉིས་ཀྱི་
དོན་ནི་དེ་ལྟ་མིན་པར་བདག་གཞན་ནམ། བྱེད་པོ་དང་ལས་གཉིས་པན་ཚུན་
སྟོས་བྱུང་གྱི་ཚུལ་དུ་གཅིག་ཡོད་ན་ཅིག་ཤོས་ཀྱང་ངེས་པར་ཡོད་དགོས་
ཀྱང་། བྱེད་ཀྱི་བདག་དོན་པལ་པ་ཞེས་པ་ནི་དེ་ལྟ་མིན་པར། འགོ་བ་པོ་དང་།
འགོ་བྱ་གཉིས་ཀ་དེ་ཉིད་ལས་ཐ་དད་དུ་འཛོག་ཏུ་མེད་པས་དགོས་པ་ཆེར་མི་
འདུག་སྟུང་།

༡ བྱེད་ཆིག་དབྱེ་བ་དུག་ལྡན་གྱི་སྟོན་ས་དངོས་པོ་བདག་ ངོས་བཟུང་བ།

བྱེད་ཆིག་དབྱེ་བ་དུག་ལྡན་གྱི་སྟོན་ས་དངོས་པོ་བདག་ངོས་བཟུང་བ་
ནི། དངོས་པོ་བདག་གས་བྱེད་པ་པོའི་བྱེད་ཆིག་གཅིག་ལ་གཟུགས་གཅིག་
དབྱེ་བ་དུག་དང་ལྡན་པའི་ཚུལ་ཤེས་དགོས་པ་སྟེ། དཔེར་ན། ཤིང་གཙོད་
ཅེས་པ་ལྟ་བུར་མཆོན་ན། གཙོད་པ་པོ་ཞེས་དངོས་པོ་བདག་དང་། གཙོད་
བྱེད་ཅེས་བྱེད་པ། གཙོད་པར་བྱེད་ཅེས་བྱེད་ལས། གཙོད་བཞིན་པ་ཞེས་
བྱེད་ལས་ད་ལྟ་བ། གཙོད་པར་འགྱུར་ཞེས་བྱེད་ལས་མ་འོངས་པ། མ་གཙོད་
ཅེས་དགག་སྒྲིའི་སྒྲིལ་ཆིག་བཅས་ཡིག་གཟུགས་གཅིག་ལས་མེད་ཀྱང་ནང་

གསེས་གྱི་དབྱེ་བ་རྩལ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་དོན་སྟོམ་ཆིག་ཏུ་བྱས་ན།
བྱེད་པོ་དང་ནི་དེ་ཡི་བྱེད་པ་དང་། །
བྱེད་པའི་ལས་དང་བྱེད་ལས་ད་ལྟ་བུ། །
བྱེད་ལས་མ་འོངས་དགག་སྒྲིལ་སྒྲིལ་ཆིག་ལ། །
གཟུགས་གཅིག་དབྱེ་བ་རྩལ་ལྟན་ཞེས་སུ་བརྗོད། །
བདག་གཞན་གཉིས་ལས་བདག་གི་ཁོངས་སུ་བསྟུ། །
དུས་གསུམ་དབང་དུ་ད་ལྟ་བུ་ཡི་ཁོངས། །
བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་དག་ལས་བྱེད་པའོ། །

ཞིབ་ཏུ་དབྱད་ན་དབྱེ་བ་རྩལ་པོ་རེ་རེས་དོན་མི་འདྲ་བ་རེ་སྟོན་མོད།
ངོ་བོ་བྱེད་ལས་ཁོ་ན་ལས་མ་འདས་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། ཞིང་གཙོད་པར་
བྱེད་པ་པོ་བསྟུས་ཏེ་གཙོད་པ་པོ་དང་། གཙོད་པར་བྱེད་པའི་དངོས་པོ་བསྟུས་
ཏེ་གཙོད་བྱེད་ཅེས་པ་དང་། གཙོད་པར་བྱེད་བཞིན་པ་བསྟུས་ཏེ་གཙོད་
བཞིན་པ་ཞེས་པ་དང་། གཙོད་པར་བྱེད་པར་འགྱུར་ཞེས་པ་བསྟུས་པ་དེ་
གཙོད་པར་འགྱུར་ཞེས་པ་དང་། གཙོད་པར་བྱེད་ཅེས་མ་བསྟུས་པ་དེ་ག་རང་
དང་། གཙོད་པར་མ་བྱེད་ཅེས་པ་བསྟུས་ཏེ་མ་གཙོད་ཅེས་པ་དེ་ཡིན། དེ་དག་
ལས་བྱེད་པ་པོ་དང་། བྱེད་པ། ད་ལྟ་བུ། དགག་སྒྲིལ་སྒྲིལ་ཆིག་བཅས་གྱི་ལས་
དོན་བསྟུས་པ་དང་། བྱེད་ལས་དང་། བྱེད་ལས་མ་འོངས་པ་གཉིས་གྱི་ལ་
དོན་མ་བསྟུས་པའི་བྱེད་ཅུམ་ལས་ངོ་བོ་བྱེད་པ་པོའི་ལས་རང་ཡིན། འོན་

ཀྱང་ཡིག་ཐོག་ནས་གོ་བ་ལེན་སྐབས་བྱེད་ཆེག་གི་དབྱེ་བ་དུག་པོའི་ནང་
 གསེས་གང་ཡིན་མ་འདྲེས་པར་རྟོགས་དགོས་པ་ལས། གཟུགས་གཅིག་
 ཡིན་པའི་དབང་གིས་འགའ་ཞིག་གིས་ད་ལྟ་བ་དང་། འགའ་ཞིག་གིས་དངོས་
 པོ་བདག་ཅེས་སོགས་གང་བྱུང་དུ་མིང་རེ་བཏགས་ཏེ་གསལ་ཞིང་མ་འདྲེས་
 པ་ཞིག་རང་གིས་མ་རྟོགས་པ་དང་། གཞན་ལ་འཆད་དུ་མེད་པར་ལུང་ཆེག་
 རེ་བྱང་ངག་སྟོར་བྱེད་པའམ། ཡང་ན་སྤར་གྱི་མཁས་དབང་ཆེ་གོ་མོ་དང་།
 ཁོ་བོའི་སྟོབ་དཔོན་ཆེ་གོ་མོའི་བཞེད་པ་དང་ཞལ་རྒྱན་དེ་མ་མེད་པའོ་ཞེས་
 དེ་ག་རང་འབྲུལ་མེད་དང་། བསྟོན་མེད། གཞན་ལ་སྤར་དུ་མི་བཏུབ་པ་ཞིག་
 ཏུ་བཅིས་ཏེ་སྤར་མཐོང་ཐོས་གྱི་ཡུལ་དུ་མ་གྱུར་པ་ཞིག་དང་ཕྱད་ཆེ་ཏེ་ལས་
 པ་ལྟར་བྱས་ཏེ། འདི་ནི་མི་འཐད་དེ། ངས་གོ་བ་ལེན་མི་ཐུབ་པའི་ཕྱིར་རམ།
 ཡང་ན་ཁོ་བོའི་སྟོབ་དཔོན་དང་ཁོ་བོ་ཅག་གི་ལུགས་དང་མི་མཐུན་པའི་ཕྱིར།
 ཞེས་པ་སོགས་གཏན་ཆེགས་ལྟར་སྤར་བ་རེ་བྱང་བཀོད་དེ་སྟོབ་ཉམས་དང་
 བཅས་ཏེ་སྟོད་པ་ནི་ཕྱག་དོག་དང་ཕྱོགས་རིས་གྱི་འདམ་རྩ་བ་ཏུ་ལྟུང་བ་ཡིན་
 པས་དེ་ལས་ཐ་ཞན་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད། ཡང་མཁས་མིང་འཛིན་པ་འགའ་ཞིག་
 གིས་ནི་ཁོ་རང་གིས་མཐོང་ཐོང་གྱི་ཡུལ་དུ་མ་གྱུར་པའམ། ཡང་ན་དོན་འདི་
 ནི་འདི་དང་འདིའོ་ཞེས་ཁ་ཆོན་གཙོད་པའི་རྒྱས་པ་དང་མི་ལྡན་ཆོ། དཔུ་ཆ་ད་
 སོགས་གཞུང་གཞན་གྱི་བཤའ་ཡམ་མང་པོ་ཞིག་མི་འབྲེལ་བཞིན་དུ་ཐ་སྙད་
 རིག་པའི་གནས་ལ་སྤར་ཏེ་གང་དཔུད་བྱའི་དོན་དེ་ཉིད་རྟོགས་དཀའ་བ་དང་།

ཁ་ཚོན་གཙོད་མི་རུང་བ། མཐའ་མེད་བ། གངས་མེད་པ་གཏན་ཁེལ་མེད་པ་
སོགས་བཤད་དེ་གཞན་རྣམས་མགོ་བོ་སྤངས་སུ་བཅུག་ནས་སྒོ་གྲོས་
གསར་བྱ་བ་དག་གི་རྣམ་དབྱེད་གྱི་སྒོ་མོ་འགོག་པའི་ཐབས་ལ་བརྩོན་པ་དེ་
འདྲ་མི་གནང་བར་འཆལ། དེ་བས་ཐེ་ཚོམ་གྱི་ཁྲི་མ་རྣམས་དབྱེད་གསུམ་གྱི་
ཆབ་གྱིས་ལེགས་པར་བཟུས་ཏེ་ད་གཞོན་སྤྱོད་པའི་སྒོ་མོ་ཕྱེ་ཞིག

༡ བྱ་ཚིག་དབྱེ་བ་གཉིས་ལྡན་གྱི་སྒོ་ནས་དངོས་པོ་གཞན་ ངོས་བཟུང་བ།

བྱ་ཚིག་དབྱེ་བ་གཉིས་ལྡན་གྱི་སྒོ་ནས་དངོས་པོ་གཞན་ངོས་བཟུང་བ་
ནི། གོང་དུ་དངོས་པོ་བདག་གི་སྐབས་སུ་སྒོས་པ་བཞིན། སྒྱིར་བཏང་རང་
གཞན་གཉིས་ལས་གཞན་དོན་མིན་པར་ལས་གྱི་དངོས་པོ་དེ་ལ་དངོས་པོ་
གཞན་ཞེས་ཐ་སྙད་བཏགས་པ་ཡིན། འདི་སྐབས་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་
ལས་གྱི་དངོས་པོ་དེ་ལ་སྤར་གྱི་འགྲེལ་བཤད་མཁན་དག་གིས་བྱ་བའི་ཡུལ་
ཞེས་ཐ་སྙད་བཏགས་པས་བྱ་ཡུལ་མི་འདྲ་བ་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་འབྱེད་དགོས་
པ་སོགས་དགོས་མེད་ཀྱི་རྟོག་འཛིང་དང་། བན་ཚུན་ནང་འགལ་བ་སོགས་
ཡོད་པ་རྣམས་འོག་ཏུ་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་སྟོན་པའི་སྐབས་སུ་
བཤད་པར་བྱའོ། །དངོས་པོ་གཞན་སྟོན་པའི་སྐབས་འདིར་ཡང་དངོས་པོ་

བདག་སྟོན་པའི་སྐབས་ཀྱི་བྱེད་ཆེག་ལ་དབྱེ་བ་དུག་བཤད་པ་ལྟར་འདིར་ནི་
བྱ་ཆེག་དབྱེ་བ་གཉིས་ལྡན་ཞེས་བརྗོད་རིགས་ཏེ། གཅད་བྱའི་ཤིང་ངམ།
གཅད་པར་བྱ་བའི་ཤིང་ཞེས་བརྗོད་རིགས་ཏེ། གཅད་བྱའི་ཤིང་ངམ། གཅད་
པར་བྱ་བའི་ཤིང་ཞེས་པས་གང་བཅད་པར་བྱ་རྒྱུའི་ཤིང་སྟེ་དངོས་པོ་གཞན་
ནམ་ལས་སྟོན་པ་དང་། གཅད་པར་བྱ་དང་། གཅད་དོ་ཞེས་པས་བྱ་བའི་ལས་
སྟོན་པ་ཡིན། འདིར་ཡང་བྱེད་ཆེག་དབྱེ་བ་དུག་ལྡན་གྱི་སྐབས་ལྟར་ངོ་བོ་བྱ་
བའི་ལས་ཉིད་ལས་མི་འདའ་སྟེ། གཅད་པར་བྱ་རྒྱུའི་ཤིང་གི་ལ་དོན་བསྐྱུས་
ཏེ་གཅད་བྱ་ཞེས་པ་དང་། གཅད་པར་བྱ་ཞེས་ལ་དོན་མ་བསྐྱུས་པ་དེ་ག་རང་
དང་། གཅད་པར་བྱའོ་ཞེས་པའི་ལ་དོན་བསྐྱུས་ཏེ་གཅད་དོ་ཞེས་ངོ་བོ་གཅིག་
ནའང་། གཅད་བྱ་ཞེས་པས་དངོས་པོ་གཞན་ནམ་ལས་སྟོན་པ་དང་། གཅད་
པར་བྱ་དང་། གཅད་དོ་ཞེས་པས་བྱ་བའི་ལས་སྟོན་པ་ཡིན་པར་ཤེས་དགོས།
དེ་དོན་སྟོམ་ཆེག་ཏུ་བྱས་ན་འདི་ལྟར།

བྱ་བའི་ལུལ་དང་བྱ་བའི་ལས་གཉིས་ལ། །

གཟུགས་གཅིག་དབྱེ་བ་གཉིས་ལྡན་ཞེས་བརྗོད་ཅིང་། །

བདག་གཞན་གཉིས་ལས་གཞན་གྱི་ཁོངས་སུ་བསྟུ། །

དུས་གསུམ་དབང་དུ་མ་འོངས་པ་ཡི་ཁོངས། །

བྱ་བྱེད་གཉིས་ལས་བྱ་བའི་ཁོངས་སུ་བསྟུ། །

བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་དག་ལས་ལས་ཉིད་དོ། །

དུས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ།

གསུམ་པ་དུས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ་ནི། དེ་ལྟར་དངོས་པོ་
བདག་གཞན་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བསྟན་ནས། ད་ནི་དུས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་འདི་
ལྟ་སྟེ། གོང་དུ་བཤད་པ་བཞིན་དངོས་པོ་བདག་གཞན་གྱི་དབྱེ་བ་ས་ནི་བྱ་
བྱེད་ཐ་དད་པའི་ལས་ཆིག་མ་གཏོགས། ཐ་མི་དད་པའི་བྱ་ཆིག་ལ་མ་བྱུང་
ཀྱང་། འདིར་དུས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་ས་ནི་དེ་ལྟ་མིན་པར་ཐ་དད་པ་དང་ཐ་མི་
དད་པའི་ལས་ཆིག་ཀུན་ལ་བྱུང་བ་ཡིན། དེ་ལ་ནང་གསལ་གྱི་དབྱེ་བ་ནི།
གོང་དུ་བསྟན་ཅིན་པའི་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་སྐབས་ཀྱི་བྱེད་ཆིག་གི་དབྱེ་བ་
བྱུག་པོ་དུས་ད་ལྟ་བའི་ཁོངས་སུ་བསྟུ་བ་དང་། དེ་བཞིན་བྱ་ཆིག་གི་དབྱེ་བ་
གཉིས་པོ་དུས་མ་འོངས་པའི་ཁོངས་སུ་བསྟུ་བ་ཡིན། བྱེད་ཆིག་གི་དབྱེ་བ་
བྱུག་པོ་དུས་ད་ལྟ་བའི་ཁོངས་སུ་བསྟུ་ཞེས་པའི་ད་ལྟ་བ་དེ་དང་། དབྱེ་བ་བྱུག་
གི་ཡ་གྲུལ་བྱེད་ཆིག་ཆིག་གོགས་ཀྱིས་བསྐྱར་བའི་དུས་ད་ལྟ་བ་ཁོ་ན་སྟོན་
པའི་ད་ལྟ་བ་གཉིས་ཀྱི་བྱ་བྱེད་ཤེས་དགོས། དེ་བཞིན་བྱ་ཆིག་གི་དབྱེ་བ་
གཉིས་པོ་དུས་མ་འོངས་པའི་ཁོངས་སུ་བསྟུ་ཞེས་པའི་མ་འོངས་པ་དེ་དང་།
བྱ་ཆིག་ཆིག་གོགས་ཀྱིས་བསྐྱར་བའི་མ་འོངས་པ་གཉིས་ཀྱི་བྱ་བྱེད་ཀྱང་
ཤེས་དགོས།

སྟེར་བྱེད་པའི་ལས་དང་བྱ་བའི་ལས་གཉིས་བཅུ་སྟོང་གཏོང་དུས་

གང་བདེར་འབྲི་ཆོག་པའི་གནད་ཀ་འདི་ཤེས་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན། ཁར་སང་
 ངས་ཤིང་གཙོད་དུས་སམ་གཙོད་དུས་གཉིས་ལ་བྱུང་མེད་དེ། ཤིང་གཙོད་
 པར་བྱེད་དུས་དང་། གཙོད་པར་བྱ་དུས་གཉིས་ལ་བྱུང་པར་མེད་པའི་བྱིར།
 དེ་བཞིན་སང་ཉན་ངས་ཤིང་གཙོད་དུས་དང་གཙོད་དུས། དེ་རིང་ངས་ཤིང་
 གཙོད་དུས་དང་གཙོད་དུས་ལ་འང་གོང་ལྟར་བྱུང་མེད་པར་ཤེས་དགོས་པ་ནི་
 གནད་གྱི་དམ་པའོ། །འོན་ཀྱང་དེའི་རིགས་འགྲེས་ཐལ་ཆེས་ཏེ་དབྱེ་བ་གཞན་
 རྣམས་ཀྱང་བྱུང་མེད་པར་གང་བདེར་འབྲི་ཆོག་པའི་དོན་དུ་གཟུང་བ་ནི་རྣམ་
 པ་ཀྱན་ཏུ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞིབ་ཏུ་བརྟགས་ན་ཆོགས་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་བྱ་བའི་
 ཆོག་གམ་ལས་གྱི་ཆོག་ཅེས་པ་ནི་བྱ་བའི་ལས་སམ་བྱེད་པའི་ལས་གཉིས་
 གང་རུང་ཞིག་གིས་སྟོན་དགོས་པ་ལས། འདས་ཆོག་དང་། སྐལ་ཆོག་དགག་
 སྒྲིའི་སྐལ་ཆོག་བཅས་གྱིས་ནི་ལས་དངོས་སྟོན་པའི་རྒྱས་པ་མེད་དེ། དཔེར་
 ན། བཙོད་པར་བྱ་དང་། བཙོད་པར་བྱེད། ཆོད་པར་བྱ་དང་། ཆོད་པར་བྱེད་
 སོགས་འདས་སྐལ་གཉིས་ལ་བྱ་ལས་དང་བྱེད་ལས་གསལ་བྱེད་གྱི་སྐྱེ་ལ་
 དོན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་མི་འཇུག་པ་དང་། དགག་སྒྲིའི་སྐལ་ཆོག་ཀྱང་མིང་གི་ཐོག་
 མར་དགག་སྐྱེ་ཞུགས་ཆོ། མ་གཙོད་པར་བྱ། མ་གཙོད་པར་བྱེད་ལྟ་བུ་འཇུག་
 མི་སྤིད་པས་བྱ་ཆོག་གམ་ལས་ཆོག་དངོས་ནི་བྱ་ལས་དང་བྱེད་ལས་གཉིས་
 གང་རུང་གིས་སྟོན་དགོས་པ་ཡིན།

༡ བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་དུས་འདས་པ།

བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་དུས་འདས་པ་ནི། དཔེར་ན། ཤིང་བཅད། འཁོར་ལོ་བསྐྱོར། མིག་གིས་བལྟས། ཟུ་བཀག་གཏན་ལ་པག། བྱ་བ་བསྐྱབས། ཡི་གེ་བྲིས་སོགས་ལྟ་བུ་ཡིན། གོང་གི་དཔེ་བརྗོད་གངས་བདུན་གྱི་ནང་ནས་འགའ་ཞིག་སྟོན་འཇུག་བ་ཡིག་གིས་འདས་པ་བསྐྱབས་པ་དང་། འགའ་ཞིག་ལ་སྟོན་འཇུག་བ་ཡོད་ཀྱང་གཙོ་བོ་རྗེས་འཇུག་ས་རྒྱུད་གིས་འདས་པ་བསྐྱབས་པ་སོགས་དབྱེ་བ་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་ཡོད་པ་རྣམས་སྟོར་ངེས་བདེ་བའི་ཆེད་དུ་གཞུང་འདིའི་མཇུག་ཏུ་ཁོ་བོས་དུས་གསུམ་སྟེར་བཏང་བ་དང་། དུས་གསུམ་གྱི་བྲག་པ། དུས་གསུམ་ཐོར་བུ་བ་བཅས་རིགས་གསུམ་དུ་དབྱེ་སྟེ་སོ་སོར་མཆན་ཉིད་དང་བཅས་དུས་གསུམ་གྱི་རེ་ལུ་མིག་ཟུར་དུ་བཀོད་ཡོད་པས་དེར་བལྟ་བར་བྱའོ།

༢ བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་དུས་གསུམ།

བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་དུས་གསུམ་ལ་རིགས་གཉིས་ཏེ། གཟུགས་འགྱུར་བའི་དུས་གསུམ་དང་། གཟུགས་མི་འགྱུར་བའི་དུས་གསུམ་མོ།

དང་པོ་ནི། མ་འོངས་པ་དང་ད་ལྟ་བ་གཉིས་གཟུགས་གཅིག་པའི་འགྱུར་དང་། འགྱུར། འགྱུང་། འཆར། འཆི་སོགས་དང་། འདས་པ། བྱུང་དང་།

གྱུར། བྱང་། འཤར། འཁོག་གསལ་ལྟ་བུ་ཡིན། དུས་གསུམ་འདི་རིགས་ཀྱི་མ་
འོངས་ད་ལྟ་གཉིས་གང་ཡིན་ཆིག་གྲོགས་ཀྱིས་སྟོན་དགོས་པ་དང་། འདས་
པ་ནི་གྲོགས་ལ་སྟོས་མི་དགོས་པར་ཆིག་དེ་གསལ་སྟོན་པ་ཡིན། དཔེར་ན། ཉི་
མ་འཆར་རྒྱ། ཉི་མ་འཆར་བཞིན་པ། ཉི་མ་འཤར་བ་ལྟ་བུས་མཆོན་གཞན་པ་
ཀྱན་ལ་དེ་ལྟར་རིགས་བསྐྱེ་བར་བྱའོ།

གཉིས་པ་གཟུགས་མི་འགྱུར་བའི་དུས་གསུམ་ནི། འཁོར། འཁོད།
འབྱེལ། འཕར། འཕུར། འབར་སོགས་འདི་གསལ་གྱི་དུས་གསུམ་གང་ཡིན་
ཆིག་གྲོགས་ཀྱིས་སྟོན་དགོས་པ་ཡིན། དཔེར་ན། འཁོར་ལོ་འཁོར་རྒྱ། འཁོར་
བཞིན་པ། འཁོར་ཅིན་པ་ལྟ་བུས་མཆོན་གཞན་པ་ཀྱན་ལ་རིགས་བསྐྱེའོ།

བཤད་མ་ཐག་པའི་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་དུས་གསུམ་ལ་རིགས་
གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་ནི་སྟོན་འཇུག་འགྱུར་མི་འགྱུར་ཁོ་ནའི་སྟོན་ས་བཤད་པ་
ལས་དབྱངས་བཞི་འཇུག་མི་འཇུག་ཅི་རིགས་པ་ཡོད་དོ།

༣ ལས་ཆིག་གི་ཐོག་མར་དགག་སྐྱ་ཇི་ལྟར་འཇུག་ཚུལ།

ལས་ཆིག་གི་ཐོག་མར་དགག་སྐྱ་ཇི་ལྟར་འཇུག་ཚུལ་སྟོར། འདི་
སྐབས་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་མི་དད་གཉིས་ཀྱི་ལས་ཆིག་གི་ཐོག་མར་དགག་སྐྱ་ཇི་
ལྟར་འཇུག་པའི་ཚུལ་ཅུང་ཟད་བཤད་ན། དང་པོ་ཐ་དད་པའི་ལས་ཆིག་གི་

ནང་ནས་བྱེད་ཆོག་གི་དབྱེ་བ་དུག་གི་དང་པོ་བྱེད་པ་པོ་དང་། བྱེད་པ་གཉིས་
གྱི་མིང་གི་ཐོག་མར་མ་ཡིག་སྟུར་ཆེ་དགག་སྟེ་སྟུལ་ཆོག་ཁོ་ན་སྟོན་པ་དང་།
མི་ཡིག་སྟུར་ཆེ་བྱེད་པ་པོའི་ལས་དེ་ག་རང་དགག་པ་ཡིན་པ་དང་། དེའང་
གཙུག་ཆེ་བ་དུས་མ་འོངས་པ་དགག་པ་སྟོན་བྱེད་དུ་འགྱུར་ཞིང་། དེ་བཞིན་
བྱེད་ལས་གྱི་མིང་མཐར་མིན་སྟུར་ཆེ་དུས་མ་འོངས་པ་དགག་པའི་དོན་སྟོན་
པ་ཡིན་ལ། མེད་སྟུར་ཆེ་གཙུག་ཆེ་བ་ད་ལྟ་བུ་དགག་པའི་དོན་སྟོན་པ་ཡིན་ལ།
མེད་སྟུར་ཆེ་གཙུག་ཆེ་བ་ད་ལྟ་བུ་དགག་པའི་དོན་སྟོན་པ་ཡིན། དུས་འདས་
པའི་ཐོག་མར་མ་དང་། མཐར་མེད་གཉིས་འཇུག་པ་ཡིན། དུས་འདས་པའི་
ཐོག་མར་མ་དང་། མཐར་མེད་གཉིས་འཇུག་པ་ཡིན། དེ་དོན་རྟོགས་བདེ་བའི་
ཆེད་དུ་རྣམ་གསལ་གྱི་དཔེ་བརྗོད་མདོ་ཙྰམ་བཀོད་ན། བཟླ་ཤིས་གྱིས་ཤིང་
གཙུག་། ཅེས་པ་ལྟ་བུར་མཆོད་ན་གཙུག་པ་པོ་དང་། གཙུག་བྱེད་གཉིས་གྱི་
མཐར་། གཙུག་པ་པོ་མིན་དང་། གཙུག་པ་པོ་མེད། གཙུག་བྱེད་མིན་དང་།
གཙུག་བྱེད་མེད་ཅེས་པ་ལྟ་བུའི་མིང་མཐར་མིན་མེད་གཉིས་གྱི་སྟུང་འཇུག་པ་
ལས། མིན་གཙུག་པ་པོ་དང་། མེད་གཙུག་པ་པོ། མིན་གཙུག་བྱེད་དང་། མེད་
གཙུག་བྱེད་ཅེས་མི་འཇུག་པ་དང་། བྱེད་ལས་གྱི་མིང་གི་ཐོག་མར་མ་ཡིག་
སྟུར་ཆེ་དགག་སྟེ་སྟུལ་ཆོག་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། ཤིང་མ་གཙུག་ཅེས་པ་ལྟ་
བུ་ཡིན། སྟུར་དགག་སྟེ་སྟུལ་ཆོག་འཇུག་ཡུལ་ནི་བྱེད་པ་པོའི་ལས་ཡིན་
པས་བྱེད་པ་འདི་ཤིས་དགོས། ཡང་བྱེད་ལས་གྱི་མིང་གི་ཐོག་མར་མ་ཡིག་

སྐྱར་ཆེ་བྱེད་པ་པོའི་ལས་དེ་ག་རང་དགག་པ་ཡིན་ཏེ། འཁོར་མི་གཙོད་ཅེས་
པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞིང་། དེའང་གཙོ་ཆེ་བ་དུས་མ་འོངས་པ་དགག་པའི་དོན་དུ་
འགྱུར་བ་ཡིན། དེ་བཞིན་བྱེད་ལས་ཀྱི་མིང་གི་མཐར་མིན་སྐྱར་ཆེ་དུས་མ་
འོངས་པ་དགག་པའི་དོན་དུ་འགྱུར་ཏེ། འཁོར་གཙོད་ཀྱིན་མེད། ལྟ་བུ་ཡིན།
དུས་འདས་པའི་མིང་གི་ཐོག་མར་མ་ཡིག་འཇུག་པ་ཡིན་ཏེ། འཁོར་མ་བཅད།
ལྟ་བུ་ཡིན། དུས་འདས་པའི་མིང་མཐར་མེད་འཇུག་པ་ཡིན་ཏེ། འཁོར་བཅད་
མེད། ལྟ་བུ་ཡིན། འདས་པའི་མཐར་མིན་ནི་མི་འཇུག་གོ།

གཉིས་པ། ཐ་མི་དད་པའི་ལས་ཆིག་གི་ནང་ནས་སྐྱལ་ཆིག་འཇུག་
པའི་ཐ་མི་དད་པའི་བྱ་ཆིག་བྱེད་ཆིག་དབྱེར་མེད་པའི་ལས་ཆིག་གི་ཐོག་
མར་མ་ཡིག་སྐྱར་ཆེ་དགག་སྐྱའི་སྐྱལ་ཆིག་ཏུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། བཟ་ཤེས་
གདན་ལ་མ་བཞུགས། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། དེའི་ཐོག་མར་མི་ཡིག་སྐྱར་ཆེ་ཐ་
མི་དད་པའི་ལས་དེ་ག་རང་དགག་པ་ཡིན་ཏེ། བཟ་ཤེས་གདན་ལ་མི་
བཞུགས། ལྟ་བུ་ཡིན་ཞིང་དེའང་གཙོ་ཆེ་བ་མ་འོངས་པ་དགག་པའི་དོན་ཡིན།
འདས་ཆིག་གི་ཐོག་མར་མ་ཡིག་དང་མཐར་མེད་འཇུག་པ་ནི། བཟ་ཤེས་
གདན་ལ་མ་བཞུགས་པ་དང་། བཟ་ཤེས་གདན་ལ་བཞུགས་མེད་ལྟ་བུ་ཡིན།

ལེགས་བཤད་ལྟོན་དབང་ལས། མ་མི་ཐོག་མ་མིན་མེད་འཇུག །མ་ནི་
བར་གྱི་གསལ་བྱེད་ལའང་། །ཞེས་པའི་དོན་འགྲེལ་བཤད་མཁན་དག་གིས་
ཀྱང་མ་མི་གཉིས་མིང་གི་ཐོག་མར་འཇུག་པ་དང་། མིན་མེད་གཉིས་མིང་གི་

མཐུག་ཏུ་འཐུག་པ་ཞེས་ཡོངས་བྱུང་ཏུ་བཤད་ཀྱང་། འདི་ལའང་ཞིབ་ཆ་མ་
 བྱུང་བའི་སྟོན་ཡོད་དེ། མིང་གི་ཐོག་མའི་ཞེས་པའི་མིང་དེ་ཆོས་བརྗོད་པའི་
 མིང་ཡིན་ནམ། ཡང་ཆོས་ཅན་བརྗོད་པའི་མིང་ཡིན། ཡང་ན་ཆོས་དང་ཆོས་
 ཅན་བརྗོད་པའི་མིང་གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་བཅས་ཀྱི་དབྱེ་བ་མ་བྱེ་བ་དང་། དེ་
 བཞིན་མིན་དང་མེད་གཉིས་མིང་གི་མཐུག་ཏུ་འཐུག་ཅེས་པའི་མིང་དེའང་
 འོལ་ཆོད་ཅུམ་ལས་ཞིབ་སྒྲ་མ་བྱུང་བའི་སྟོན་འཐུག དེ་ལྟར་བཤད་པ་ལ་
 སྟོན་ངེ་ལྟར་འབྱུང་ཞེ་ན། འོ་ན་མ་མི་གཉིས་མིང་གི་ཐོག་མར་འཐུག་ཅེས་
 འོལ་ཆོད་ཅུམ་ལས་ཞིབ་སྒྲ་དབྱེ་མི་དགོས་ན། ཆོག་བྱིམ་གཅིག་ལས་གྲུབ་
 པའི་མིང་། ས། ལྷ། མེ། ལྷང་། སོགས་དང་། དེ་བཞིན་ཆོག་བྱིམ་གཉིས་ལས་
 གྲུབ་པའི་མིང་། ཉི་མ། ཉམ་མཁའ། ཀ་བ། གདུང་མ་སོགས་ཆོས་ཅན་བརྗོད་
 པའི་མིང་དེ་དག་གི་ཐོག་མར་མ་དང་མི་གཉིས་འཐུག་རིགས་ཏེ། མ་མི་
 གཉིས་མིང་གི་ཐོག་མར་འཐུག་པ་བྱེད་ཀྱིས་བཤད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། མ་
 ས། མི་ས། མ་ཉི་མ། མི་ཉི་མ་སོགས་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གཉིས་ཀར་མ་གྲགས་
 པའི་ནོར་བ་མང་པོ་ཞིག་ཁས་ལེན་དགོས་པར་འགྱུར། འོ་ན་མིང་གི་ཐོག་མ་
 ཞེས་པའི་མིང་དེ་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་གོ་དགོས་ཟེར་ན། དེ་ནི་ཆོས་ཅན་བརྗོད་
 པའི་མིང་མིན་པར་ཆོས་བརྗོད་པའི་མིང་ལ་གོ་དགོས་པ་དང་། ད་དུང་བྱ་
 བྱེད་ཐ་དད་མི་དད་གང་རུང་གི་བྱ་ཆོག་གམ་ལས་ཆོག་གི་མིང་གང་ལའང་
 གོ་ཆོག་པ་རིམ་བཞིན། དཔེར་བརྗོད་ན། ཆོས་བརྗོད་པའི་མིང་གི་ཐོག་མར་

དགག་སྐྱ་འཇུག་པ་ནི། མ་རིང་། མ་ཐུང་། མ་མཐོ། མ་དམའ་སོགས་དང་། བྱ་
 ཆིག་གམ་ལས་ཆིག་གི་ཐོག་མར་མ་དང་མིའི་དགག་སྐྱ་འཇུག་ཚུལ་ནི་གོང་
 ཏུ་བཤད་ཅིན་པས་འདིར་སྐར་ཡང་འགོད་པ་ལ་དགོས་པ་ལྷག་པོར་མི་ཆེ་
 བས་བཀོད་མེད། དེས་ན་མ་དང་མིའི་དགག་སྐྱ་གཉིས་མིང་གི་ཐོག་མར་
 འཇུག་ཅེས་པའི་མིང་ནི་བྱད་ཆོས་སྟོན་པའི་མིང་དང་། བྱ་ཆིག་གི་མིང་
 གཉིས་ཡིན་པ་ལས་ཆོས་ཅན་བརྗོད་པའི་མིང་མིན་པར་ཤེས་དགོས། འོན་
 །ཀྱང་བྱད་ཆོས་བརྗོད་པའི་མིང་། བྱ་བཞི་དང་། ཉར་མོ། སྟོར་མོ། བྱ་གསུམ་
 སོགས་དབྱིབས་གྱི་བྱད་ཆོས་བརྗོད་པའི་མིང་འདི་གས་གྱི་ཐོག་མར་མ་དང་
 མིའི་དགག་སྐྱ་མི་འཇུག་པའང་རྟོགས་དགོས་པར་མ་ཟད། གོང་ཏུ་བཀོད་
 པའི་རིང་། ཐུང་། མཐོ། དམའ་སོགས་ཀྱང་ཆེག་བྲིམ་གཅིག་གིས་བྱད་ཆོས་
 སྟོན་སྐབས་མ་མི་གཉིས་ཐོག་མར་འཇུག་ཀྱང་། རིང་པོ། ཐུང་ཏུ། མཐོན་པོ།
 དམའ་པོ་སོགས་མིང་མཐར་པོ་སྐྱ་སྐྱར་སྐབས། མ་རིང་པོ་དང་། མི་རིང་པོ།
 མ་ཐུང་ཏུ་དང་། མི་ཐུང་ཏུ། མ་མཐོན་པོ་དང་། མི་མཐོན་པོ། མ་དམའ་པོ་
 དང་། མི་དམའ་པོ་སོགས་མི་འཇུག་པའང་ཤེས་དགོས། ཡང་མིང་དེ་དག་གི་
 མཐར་བ་ཡིག་སྐྱར་བ། མ་རིང་བ། མི་རིང་བ། མི་ཐུང་བ། མ་ཐུང་བ། མ་མཐོ་
 བ། མི་མཐོ་བ། མ་དམའ་བ། མི་དམའ་བ་སོགས་གྱི་མིང་གི་ཐོག་མར་མ་དང་
 མིའི་དགག་སྐྱ་འཇུག་ཏུ་རུང་བ་སོགས་ཞིབ་མའི་སྒྲིམ་རྟོག་དཔྱད་བྱེད་
 དགོས་པ་ལས་དཔེ་བརྗོད་རེ་རུང་ལ་བཞུན་ནས་སྟོམ་ཆིག་བཟོ་བ་ནི་ཡིད་

ཉྱེན་མི་རུང་བའི་གནས་སུ་ཤེས་དགོས། མ་མི་ཐོག་མ་མིན་མེད་མཇུག །
 ཅེས་བའི་མིན་དང་མེད་གཉིས་མིང་གི་མཇུག་ཏུ་འཇུག་ཅེས་བའི་མིང་ནི་
 གོང་དང་མི་འདྲ་བར་ཆོས་ཅན་བརྗོད་བའི་མིང་དང་། ཆོས་བརྗོད་བའི་མིང་།
 བྱ་ཆོག་གམ་ལས་ཆོག་བཅས་ཀྱི་མཇུག་ཏུ་འཇུག་རུང་བ་རིམ་བཞིན་
 དཔེར་ན། ཆོས་ཅན་བརྗོད་བའི་མིང་མཐར་དགག་སྟེ་མིན་མེད་གཉིས་འཇུག་
 བ། ཟུ་མིན། ཟུ་མེད། ཤིང་མིན། ཤིང་མེད། ཀ་བ་མིན། ཀ་བ་མེད་སོགས་
 དང་། དེ་བཞིན་ཆོས་བརྗོད་བའི་མིང་མཐར་འཇུག་བ། རིང་པོ་མིན། རིང་པོ་
 མེད། ཆེན་པོ་མིན། ཆེན་པོ་མེད། རིང་པོ་མིན། རིང་པོ་མེད། ཆེན་པོ་མིན།
 ཆེན་པོ་མེད་སོགས་དང་། བྱ་ཆོག་གམ་ལས་ཆོག་གི་མཐར་འཇུག་བ། བསྐྱབས་
 པ་མིན། བསྐྱབས་པ་མེད། བཅད་པ་མིན། བཅད་པ་མེད། འཁོར་ལོ་འཁོར་བ་
 མིན། འཁོར་བ་མིན། འགྱུར་བ་མིན། འགྱུར་བ་མེད་སོགས་ཅི་རིགས་པར་
 འཇུག་གོ།

༤ ཚུང་པ་སྟོང་བ།

ཚུང་པ་སྟོང་བ་ནི། འདིར་ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཉགས་ཀྱི་འཇུག་པའི་དཀའ་
 གནད་འཆད་པའི་སྐབས་སུ་སུམ་ཅུ་པའི་ཕྱད་དགག་སྟེ་སོགས་འཆད་པ་ནི་
 སྐབས་སུ་མ་བབ་པོ་ཟེར་ན། སུམ་ཉགས་གཉིས་ཀྱི་གཞུང་དོན་འབྲེལ་མེད་
 ཐ་དད་ཏུ་འཛིན་པ་དག་ལ་ནི་དེ་ལྟའི་དོགས་པ་འཆར་སྟོང་མོད། དེ་ནི་དེ་ལྟ་

མིན་ཏེ། གོང་དུ་བཤད་ཟིན་པའི་དངོས་པོ་གཞན་དང་། དུས་གསུམ་སོགས་
 དང་། འོག་དུ་འཆད་འགྱུར་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་སོགས་གྱི་དོན་དབྱིས་ཐིན་
 པ་ཞིག་ཉོགས་པར་བྱེད་འདོད་ན། སུམ་ཅུ་པའི་ཐུང་དང་རྣམ་དབྱེ་སོགས་གྱི་
 དོན་རེ་རེ་བཞིན་ཞིབ་ཅིང་སྤྲ་བ་ཉོགས་དགོས་པ་མ་ཟད། དོན་དེ་རྣམས་
 ཉུགས་འཇུག་གི་སྒྲིང་དོན་བྱ་ཆིག་དང་བྱུང་དུ་སྒྲེལ་ནས་གང་དབྱེད་བའི་དོན་
 ལ་མ་ཞོར་བའི་གོ་བ་ལེན་དགོས་པ་ཡིན། འདི་སྐབས་བཤད་པའི་དགག་སྒྲིའི་
 དོན་ཡང་དེ་ལྟ་སྟེ། སྤྱིར་ལས་དང་པོ་བཞིག་ལ་ཆ་བཞག་ན་མིང་རྒྱུད་དང་བྱ་
 ཆིག་གཉིས་གྱི་དབྱེ་བ་འབྱེད་ཤེས་དགོས་པ་ནི་གནད་གྱི་གཙོ་བོ་ཡིན་ཞིང་།
 དེ་ཉོགས་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་ནི། གཙོ་བོ་དངོས་པོ་བདག་གཞན་དང་། དུས་
 གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་ཡོད་པ་རྣམས་ནི་བྱ་ཆིག་གམ་ལས་ཆིག་དང་། དབྱེ་བ་དེ་
 དག་མེད་པ་ནི་མིང་རྒྱུད་དུ་ངོས་འཛིན་མོད། ད་དུང་དེ་ཙམ་གྱིས་མཐའ་ཆོད་
 པ་ནི་མིན་ཏེ། བདག་གཞན་དུས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་ཆེར་མེད་རུང་བྱ་ཆིག་དུ་
 འགོ་བ་ཅི་རིགས་ཤིག་འབྱུང་བས་དེ་དག་ལས་མིང་རྒྱུད་དང་བྱ་ཆིག་གི་
 དབྱེ་བ་འབྱེད་པར་སྤྱིར་བཏང་བྱས་ན་ཐབས་ཤེས་གསུམ་ཡོད་པ་སྟེ། དང་
 པོ་ནི། དངོས་པོ་བདག་གཞན་དང་། དུས་གསུམ། སྤྱི་ཆིག་གཉིས་བཅས་
 འཇུག་མིན་ལྟ་དགོས་པ་དང་། གཉིས་པ་ནི། རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་བྱེད་སྒྲིའི་
 རྒྱུ་འཇུག་མིན་ལྟ་དགོས་པ། གསུམ་པ་ནི། མ་མི་མིན་མེད་བཞིའི་དགག་
 སྒྲིའཇུག་མིན་བཅས་ལ་ལྟ་དགོས་པ་ཡིན། དེའང་གོང་དུ་བཤད་ཟིན་ལྟར།

ཆོས་ཅན་བརྗོད་པའི་མིང་གི་ཐོག་མར་མ་དང་མིའི་དགག་སྒྲ་མི་འཇུག་པ་
དང་། མིང་གི་ཐོག་མར་དགག་སྒྲ་མ་མི་གཉིས་འཇུག་ཕྱིན་ཆོས་བརྗོད་པའི་
མིང་ངམ་བྱ་བའི་ཆིག་གང་རུང་ཞིག་ཡིན་པར་ཤེས་དགོས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན།
དེས་ན་རྟགས་གྱི་འཇུག་པའི་གཞུང་གི་དཀའ་གནད་འཆད་པའི་སྐབས་སུ་
སྤུལ་བྱ་བའི་ཕྱད་དགག་སྒྲ་སོགས་འཆད་པ་ནི་སྐབས་སུ་མ་བབ་པའི་གཏམ་
མིན་པ་ཙམ་དུ་མ་ཟད། དེ་ནི་འཆད་དགོས་ངེས་ཤིག་དང་ཕན་པ་ཡོད་པ་
ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་པར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་མ་ཤེས་ན་བོད་ཀྱི་བདེ་སྤྱོད་
རིག་པར་རྒྱས་མངའ་ཆེ་ཙམ་ཡོད་རྗེས་བྱས་ཀྱང་། སྤྱིར་བཏང་གི་མིང་རྒྱང་
དང་བྱ་ཆིག་གི་དབྱེ་བ་འབྱེད་ཤེས་པ་ཙམ་ལས། དེ་དག་གི་ནང་གསལ་ཞིབ་
ཅིང་སྤྱ་བའི་དབྱེ་བ་རང་གིས་འབྱེད་མི་ཤེས་པ་དང་། གཞན་ལ་འང་དོན་འདི་
ནི་འདིའོ་ཞེས་སྟོན་མི་ཐུབ། དེའི་རྒྱ་མཚན་གཙོ་བོའི་གྲས་ཤིག་ནི་དབྱེ་བ་
འབྱེད་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་ཤེས་མ་བཙལ་བའོ། །བཙལ་ཀྱང་མ་རྟོག་པར་ཐུག་པ་
ཡིན། ལྟག་པར་དུ་ཆོས་བརྗོད་པའི་མིང་རྒྱང་དང་བྱ་ཆིག་གམ་ལས་ཆིག་
གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་འབྱེད་སྐབས་ཕན་ཚུན་མ་འདྲིས་པར་རྟོགས་དགོས་པ་ནི་
གལ་ཆེ་ཤོས་ཡིན་སྟུང་མོ།

བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་རྒྱང་ཟད་འཆད་པ།

བཞི་པ་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་རྒྱང་ཟད་འཆད་པ། འདི་ལྟར།

བྱ་བ་གང་ཞིག་བྱེད་པོ་གཞན་དང་དངོས་སུ་འབྲེལ་བ་སྟེ་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་
སྐབས་ཀྱི་བྱེད་པ་པོ་དང་བྱེད་པ་གཉིས་ལ་བྱེད་ཅེས་པའི་ཐ་སྙད་འཇུག་པ་
དང་། གང་ལས་སམ་དངོས་པོ་གཞན་ལ་ལས་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་འཇུག་པ་
དང་། བྱེད་པ་པོས་བྱ་བ་བྱེད་པ་ལ་བྱ་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་འཇུག་པ་ཡིན། འདིའི་
སྐབས་ཀྱི་བྱ་ཞེས་པའི་བྱ་བ་ལ་གཉིས་ཏེ། བྱེད་པ་པོའི་ལས་ཏེ་བྱེད་ལས་
དང་། བྱ་བའི་ཡུལ་ལ་ཡོད་པའི་ལས་ཏེ་བྱ་ལས་གཉིས་ཆོགས་ཀྱི་བྱ་བ་ལ་
གོ་དགོས་པ་ལས་ཡ་བྲལ་གྱི་བྱ་བ་མིན་པ་ཤེས་དགོས། གོང་དུ་བཤད་ཅིན་
པ་ལྟར། ལས་ལ་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ། བྱ་ལས་བྱེད་ལས་གཉིས་ཀྱི་ལས་དང་།
བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་ལས། སྒྲིར་བྱ་ཆོག་ལ་ལས་ཆོག་ཅེས་པའི་ལས་ཏེ་
རྣམ་པ་གསུམ་ཡོད་པ་པན་ཚུན་མ་འཇོམས་པར་རྟོགས་དགོས་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་
གལ་ཆེ་བ་ཡིན།

འདིར་བཤད་པའི་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་འབྲེད་པའི་སྐབས་
ཀྱི་ལས་ཞེས་པ་དེ་བྱ་ལས་དང་བྱེད་ལས་ཞེས་པའི་ལས་དང་ནོར་ཉེན་ཡོད་
པས་དེ་དག་པན་ཚུན་ནང་མ་འབྲེས་པར་རྟོགས་དགོས་པ་ཡིན། བྱ་བྱེད་ལས་
གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་འབྲེད་པའི་ཐད་ལ་སྒྲུར་གྱི་འབྲེལ་བཤད་མཁན་པལ་མོ་ཆེ་
སྒྲི་དང་། བྱེ་བྲག་ཆོད་ལྟན་དུ་བྲགས་ཤིང་བྲུབ་པའི་སི་ཏུ་པཎ་ཆེན་དང་།
མཁས་དབང་བླ་ཏི་གཉིས་ཀྱི་དགོངས་པའང་དོན་དུ་བཞེད་པ་གཅིག་མཐུན་
དུ་གནས་པ་ཡིན། འདིའི་ཐད་མཁས་དབང་བླ་ཏི་པས། བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་

ཡུལ་ལ་ནི། །ལས་གྱི་དངོས་པོ་ཞེས་པར་བཟོད། །ཅེས་གང་བསྐྱབ་བྱའི་
 དངོས་པོ་སྟེ་དངོས་པོ་གཞན་ལ་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་ནང་ཚན་ལས་ཞེས་
 བཟོད་དགོས་པར་གསལ་བར་བསྟན་པ་དང་། ཡང་དེ་ཉིད་ལས། བྱ་བའི་
 ཡུལ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས། །བྱ་བའི་ལས་ཞེས་འདོགས་པ་ཡིན། །ཞེས་གང་
 བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་དངོས་པོ་སྟེ་དངོས་པོ་གཞན་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་ལ་ནི་
 བྱ་བའི་ལས་ཞེས་བཟོད་དགོས་པར་བསྟན་པ་དང་། ཡང་དེ་ཉིད་ལས། བྱེད་
 པ་པོ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས། །བྱེད་པའི་ལས་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། །ཞེས་གང་བྱེད་པ་
 པོ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་ལ་ནི་བྱེད་པ་པོའི་ལས་ཞེས་བཟོད་དགོས་ཚུལ་
 བསྟན་ཏེ་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་ལས་དང་། བྱ་བའི་ལས། བྱེད་པའི་ལས་
 རྣམས་མ་འདྲེས་པར་བསྟན་པ་དེ་ནི་སི་རུ་པཎ་ཆེན་སོགས་གྱི་དགོངས་པ་
 དང་ཡང་མཐུན་པས་འདིའི་ཐད་ལ་ངོས་འཛིན་ཚུལ་མི་མཐུན་པ་ཡོང་དགོས་
 འོན་མེད་སྟུང་། དེ་བཞིན་གསེར་ཏོག་གི་རྟགས་འབྲེལ་ལས་ཀྱང་བྱ་བྱེད་
 ལས་གསུམ་འཛོག་སྟངས་འདི་ལྟར། བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་དུ་བྱེ་བའི་དོན་ལ།
 བྱེད་པ་པོ་གཞན་དང་འབྲེལ་གྱི་དབང་གིས་བྱེད་པར་མི་འདྲ་བ་རུང་བཅུད་ཅེ་
 ཡོད་མོད། གཙོ་བོར་བྱེད་པ་པོས་ལས་སུ་བྱ་བ་གང་བྱ་རྒྱ་དེ་བཟུང་བ་ལ་བྱ་
 བ་དང་། བྱ་བ་དེ་བྱེད་པ་པོ་གཙོ་བོ་དང་བྱེད་པ་པོས་བ་གཉིས་ལ་བྱེད་པ་དང་།
 ལས་གང་བྱ་བའི་ཡུལ་ལ་ལས་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་དང་། དཔེར་བཟོད་དུའང་།
 ལྷག་པོར་འགྲོ་བའི་དོན་དུ་དབུལ་པོས་འབད་པས་ནོར་བཅུལ། ཞེས་བཟོད་

པའི་ཆོ། ལྷག་པོར་འགྲོ་བ་དེ་བྱ་བའི་ཡུལ་ཡིན་ཞིང་། དབུལ་པོ་ནི་བྱེད་པ་པོ་
གཙོ་བོ་དང་། འབད་པ་ནི་བྱེད་པ་པལ་བ་དང་། རོར་ནི་ལས་དངོས་དང་།
བཅའ་བ་ནི་བྱ་བ་དངོས་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དཔེ་བརྗོད་བཞོད་པ་ཡང་ཆད་ལྷན་
དུ་གྲགས་པའི་སྤར་གྱི་འབྲེལ་པ་དག་དང་མཐུན་པར་མདོན།

འདིར་ཡང་རྣམ་གསལ་གྱི་དཔེ་བརྗོད་མདོ་ཙྰམ་བརྗོད་ན། ཡིག་
མཁན་གྱིས་སྒྲུ་གྲུས་ཡི་གེ་བྲིས། ཞེས་པ་ལྟ་བུར་མཆོན་ན། ཡིག་མཁན་
བྱེད་པོ་དང་། སྒྲུ་གྲུ་བྱེད་པ་གཉིས་ལ་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་ནང་ཆོན་བྱེད་
ཅེས་པའི་ཐ་སྙད་འཇུག་པ་དང་། ཡི་གེ་ལ་ནི་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་ནང་
ཆོན་ལས་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་འཇུག་པ་དང་། བྲིས་ཞེས་པར་ཡི་གེ་འབྲི་བའི་བྱ་
བ་བསྟན་པ་ཡིན་པས་དཔེ་བརྗོད་འདི་འདྲའི་སྐབས་སུ་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་
གྱི་ནང་ཆོན་བྱ་བྱེད་པ་དེ་འདས་ཆིག་གིས་བསྟན་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་དེ་ནི་
མཐའ་གཅིག་ཏུ་འདས་ཆིག་ཁོ་ནས་སྟོན་དགོས་པའི་ངེས་པ་མེད་དེ། དུས་
གསུམ་གྱི་དབྱེ་བའི་དབང་གིས་སྐབས་འགར། ཡི་གེ་བྲི་དང་། སྐབས་འགར་
འབྲི་སོགས་ཅི་རིགས་པར་འབྱུང་བ་ཡིན། བྱ་ཆིག་དང་། བྱེད་ཆིག་འདས་
ཆིག་སོགས་གང་ཡིན་ལ་མ་ལྟོས་པར་བྱེད་པ་པོའི་ལས་དང་། བྱ་བའི་ལས་
གཉིས་ཆོགས་ལས་བྱུང་བའི་བྱ་བ་ཞིག་ཡིན་དགོས། དེས་ན་བྱ་བྱེད་ལས་
གསུམ་གྱི་དཔེ་བརྗོད་འགོད་སྐབས་སུ་ཞེས་པའི་དཔེར་མཐའ་གཅིག་ཏུ་
དགག་བྱ། བསྐྱབ་བྱ་ལྟ་བུ་ལས། འགོག་བྱེད། སྐྱབ་བྱེད། བཀག་བྲིན་དང་།

བསྐྱབས་ཟིན་སོགས་འཇུག་མི་རིགས་པ་ནི་གཏན་ནས་མིན་པ་དཔེར་ན།
 ཞིང་མཁན་གྱིས་སྟ་རེས་ཞིང་གཙོང་པ་སྟ་བུར་མཆོན་ན། ཞིང་མཁན་དང་
 སྟ་རེ་ནི་བྱེད་ཅེས་པ་དེ་དང་། ཞིང་ནི་ལས། གཙོང་ནི་བྱ་ཞེས་པ་དེ་ཡིན།
 གོང་དུ་ཡི་གེ་གྲིས་ཞེས་འདས་པ་དང་། འདིར་ཞིང་གཙོང་ཅེས་བྱེད་པ་གྲིས་
 གྱང་དོན་དུ་དེ་གཉིས་ཀས་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་ནང་ཆོན་བྱ་ཞེས་པ་དེ་
 སྟོན་པའི་རྒྱས་པ་གཅིག་ཡིན། ཡང་བྱ་བའི་ལས་དང་བྱེད་པའི་ལས་གཉིས་
 གྱི་དབྱེ་བ་ནི་འདི་ལྟར། དཔེར་ན་ཞིང་མཁན་གྱིས་ཞིང་གཙོང་པའི་ཆེ་ཞིང་
 མཁན་རང་གི་ལུས་གྱི་ཚཱ་བ་ལ་ནི་བྱེད་པའི་ལས་ཞེས་བརྗོད་པ་དང་། གལ་
 ཉེ་ལས་དེ་མེད་ན་ཞིང་གཙོང་པའི་ཆ་རྒྱུན་གཙོ་བོ་མེད་པ་དང་། ཞིང་མཁན་
 གྱིས་ཞིང་བཅད་ནས་ཆད་འགྲོ་བའི་ཆ་ལ་བྱ་བའི་ལས་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན།
 གལ་ཉེ་ལས་དེ་མེད་ན་བྱེད་པ་པོའི་ལས་ཡོད་ཀྱང་ཞིང་གཙོང་པའི་བྱ་བ་
 འབྲུབ་མི་སྲིད། དེས་ན་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་བྱ་ཞེས་པ་དེ་བྱ་ལས་དང་
 བྱེད་ལས་གཉིས་ཆོགས་གྱི་བྱ་བར་གོ་དགོས་ཞེས་པའི་གནད་ཀ་ཡང་འདི་
 ལ་ཐུག་པ་ཡིན། གོང་དུ་ཡིག་མཁན་དང་ཞིང་མཁན་ལ་དཔེ་བཞག་ནས་
 དཔེ་བརྗོད་གཉིས་བཀོད་པ་ནི་བྱེད་པོ་དང་། ལས། བྱ་བ་བཅས་དངོས་སུ་
 ཆོག་ཟིན་དུ་ཡོད་པས་གོ་བདེ་བ་དེར་ཟད། དེ་མིན་ཡི་གེ་གྲིས། ཞིང་བཅད་
 སྟ་བུ་དཔེར་བརྗོད་བཀོད་ཆོ། ལས་ཡི་གེ་དང་ཞིང་གཉིས་དངོས་སུ་བསྟན་
 པ་དང་། གྲིས་དང་བཅད་ཅེས་བྱ་བའང་དངོས་སུ་བསྟན་ལ། ཡིག་མཁན་དང་

ཤིང་མཁན་ཏེ་བྱེད་པ་ཤུགས་ལ་བསྟན། དེ་བཞིན་ཡིག་མཁན་གྱིས་བྲིས་
དང་། ཤིང་མཁན་གྱིས་བཅད་ལྟ་བུ་ནི། བྱེད་པ་ཡིག་མཁན་དངོས་སུ་བསྟན་
པ་དང་བྲིས་དང་བཅད་ཅེས་བྱ་བའང་དངོས་སུ་བསྟན་ལ། ལས་ཡི་གེ་དང་
ཤིང་གཉིས་ཤུགས་ལ་བསྟན་པ་ཡིན། ཡང་དཔེར་ན། བཟ་ཤིས་གྱིས་གནམ་
ལ་མདའ་འཕངས། ཞེས་པ་ལྟ་བུར་ཞིབ་ཏུ་བརྟགས་ན། བཟ་ཤིས་ནི་དངོས་
པོ་བདག་གཞན་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་དངོས་པོ་བདག་དང་། བྱ་བྱེད་ལས་
གསུམ་གྱི་ནང་ནས་བྱེད་པ་དང་། བྱེད་པོ་གཙོ་པོ་ལ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་བྱེད་
པོ་གཙོ་པོ། གྱིས་ནི་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་བྱེད་སྒྲུལ་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པའི་
རྒྱུན། གནམ་བྱ་བའི་ཡུལ། ལ་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པའི་རྒྱུན། མདའ་དངོས་པོ་
བདག་གཞན་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་དངོས་པོ་གཞན། བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་
ནང་ནས་ལས། འཕངས་ནི་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་འདས་ཆོག་ཡིན། བཤད་མ་
ཐག་པའི་མདའ་ནི་དངོས་པོ་གཞན་ཡིན་ལ། བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་ལས་
ཀྱང་ཡིན་ཁར་བྱ་བའི་ཡུལ་ཡང་ཡིན། ཞེས་སྒྲུ་འགྲེལ་པལ་མོ་ཆེའི་བཞེད་པ་
མ་སྟན་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་ན་བཤད་མ་ཐག་པའི་གནམ་བྱ་བའི་ཡུལ་ཡིན་པ་
ལྟར་མདའ་ཡང་བྱ་བའི་ཡུལ་དུ་བཟུང་ན་བྱ་བའི་ཡུལ་གཉིས་ཡོད་པར་
འགྱུར།

ཁ་ཅིག་ན་རེ། བྱེད་པོ་གཙོ་པོ་ལ་གཉིས་ཡོད་པ་ལྟར་བྱ་བའི་ཡུལ་ཡང་
གཉིས་ཡོད་པར་འཐད་དམ་སྟུམ་ན། དེ་ནི་མི་འདྲ་སྟེ། བྱེད་པོ་དང་བྱེད་པ་

གཉིས་ནི་གཙུག་པོ་ལ་ཅམ་ལས་གང་ལྟར་བྱེད་པ་ཡིན་པས་བྱ་བྱེད་ལས་
གསུམ་དུ་དབྱེ་སྐབས་སུ་འདྲེད་ཅེས་པར་གོ་ཆོག་ཀྱང་། མདའ་རྒྱུང་པ་
ལས་སུ་གོ་དགོས་པ་ལས་གནམ་ནམ་ཡང་ལས་སུ་མི་རུང་བས་གོ་བ་དེ་ལྟ་
བྱ་ལེན་མི་རིགས། དེས་ན་གཙུག་པོ་ལ་མིན་པའི་བྱ་བའི་ཡུལ་ཐ་དད་པ་གཉིས་
ཡོད་པར་བྱུག་། སི་ཏུ་བཤུ་ཆེན་གྱི་འབྲེལ་ཆེན་དུ་འདྲེད་། བྱ་བའི་ཡུལ་གྱི་དངོས་
པོའི་སྒྲིལ་ནི། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ། བསྐྱན་པར་བྱ་བ། གཅད་པར་བྱ་བ། དབྱུང་བར་
བྱ་བ། བསྐྱབ་བྱ། བསྐྱན་བྱ། གཅད་བྱ། དབྱུང་བྱ། ཞེས་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་
གྱི་ནང་ཆོན་ལས་གྱི་དངོས་པོ་ལ་བྱ་བའི་ཡུལ་གྱི་དངོས་པོ་ཞེས་གསལ་བར་
བསྐྱན་པ་དང་། ཡང་། གཟུགས་ལ་ལྟ། འཁར་དུ་འགྲོ་ལྟ་བུའི་གཟུགས་དང་
འཁར་ནམས་ནི་ལྟ་བུ་དང་འགྲོ་བ་ནམས་བྱ་བ་འཇུག་པའི་ཡུལ། ཞེས་གསལ་
བར་བསྐྱན་པ་བཞིན་སྒྲུ་འབྲེལ་པལ་མོ་ཆེས་ཀྱང་བྱ་ཡུལ་གཉིས་གྱི་དབྱེ་བ་
གསལ་བར་བསྐྱན་ཀྱང་བྱ་ཡུལ་དེ་གཉིས་གྱི་དབྱེ་བ་ཞིབ་ཅིང་སྤྲ་བ་ཞིག་
བསྐྱན་མེད་པ་མ་ཟད་བྱ་ཡུལ་གཉིས་ཡོད་པ་ཅམ་ཡང་བསྐྱན་མེད་པས་
འདྲིར་འདྲིའི་སྟོར་རགས་ཅམ་བཞེད་པ་ཡིན། གོང་དུ་བཞེད་པའི་སི་འབྲེལ་
གྱི་དཔེར་བཟོད། གཟུགས་ལ་ལྟ་དང་། འཁར་དུ་འགྲོ་སོགས་གྱི་གཟུགས་དང་
འཁར་ནི་ལ་དོན་འཇུག་ཡུལ་གྱི་བྱ་བའི་ཡུལ་དང་། གཅད་བྱ་དང་། དབྱུང་བྱ།
བསྐྱབ་བྱ་སོགས་ནི་བྱ་བ་འཇུག་ཡུལ་གྱི་བྱ་བའི་ཡུལ་ཡིན་པས་གལ་ཏེ་བྱ་
ཡུལ་གཉིས་གྱི་དབྱེ་བ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་འཛོག་དགོས་ཆེ་བྱ་ཡུལ་གཉིས་ལ་

མིང་དེ་ལྟར་འདོགས་རིགས་མིན་དང་། ཡང་ན། གོང་དུ་ཁོ་བོས། བཟ་ཤིས་
 གྱིས་གནམ་ལ་མདའ་འཕངས་ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་སྐབས་སུ། བཟ་ཤིས་བྱེད་པ་
 དང་། གྱིས་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པའི་རྒྱུ། གནམ་བྱ་བའི་ཡུལ། ལ་རྣམ་དབྱེ་
 གཉིས་པའི་རྒྱུ། མདའ་ནི་ལས། འཕངས་ནི་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་དུས་འདས་
 པ་ཞེས་བཟུལ་ན་འཐད་མིན་དཔྱད་ལྡན་དག་གིས་བརྟག་པར་འཆ་ལ། དེ་
 བཞིན་བཟ་ཤིས་གྱིས་ཁང་པའི་ནང་དུ་ཡི་གེ་འབྲི། ལྟ་བུར་མཆོན་ན། བཟ་
 ཤིས་བྱེད་པོ་དང་། གྱིས་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པའི་རྒྱུ། ཁང་པ་སྟོབ་སྟོང་བྱེད་
 པའི་གནས་སམ་རྟེན། དུ་རྣམ་དབྱེ་བདུན་པའི་རྒྱུ། ཡི་གེ་དངོས་པོ་གཞན་
 རམ་ལས། འབྲི་བྱ་བ་སྟེ་བྱེད་ལས་གྱི་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་ནང་ཆོན་བྱ་
 ཞེས་པ་བསྟན་པ་ཡིན། ལེགས་བཤད་སྟོན་དབང་ལས། གང་ཞིག་གང་ལ་
 བརྟེན་པའམ། །གནས་དང་ཡོད་པའི་དོན་ཙམ་ལས། །བྱ་བ་གཏན་ནས་མི་
 བྱེད་པ། །རྣམ་དབྱེ་བདུན་པ་རྟེན་གནས་ཡིན། །དཔེར་ན་སྟེང་དུ་མི་ཡོད་
 ལྟར། །ཞེས་པའི་བྱ་བ་གཏན་ནས་མི་བྱེད་པ་ཟེར་བའི་གོ་དོན་རྣམ་དབྱེ་བདུན་
 པའི་རྒྱུ་གྱི་འོག་ཏུ་བྱ་བའི་ཆོག་ཙམ་ཡང་འབྱུང་མི་རིགས་པར་འདོད་
 མཁན་མཆིས་ཀྱང་། དེ་ནི་དེ་ལྟར་མིན་ཞིང་བྱེད་པོ་གང་གིས་བྱ་བའི་ཡུལ་
 གང་ལ་བྱ་བ་མི་བྱེད་པའི་དོན་ཡིན་པ་ལས་བྱ་བའི་ཆོག་ཙམ་ཡང་ཡོད་མི་
 ཆོག་པའི་དོན་མིན། དེས་ན་སི་འགྲེལ་དུའང་། གཡུལ་དུ་བསད། གཡུལ་དུ་
 གོ་བགོས་སོགས་ཐ་དད་པའི་ལས་ཆོག་ཅི་རིགས་འབྱུང་མོད། དེའི་གཡུལ་

ཡང་བསད་པ་དང་། བགོས་པའི་གནས་ཙམ་སྟོན་པ་ལས་བྱ་བའི་ཡུལ་མིན་
བས་སོ། །

གོང་དུ་བཀོད་པའི་སི་འབྲེལ་གྱི་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པའི་དཔེར་བཞིན།
གཟུགས་ལ་ལྟ། འཁར་དུ་འགྲོ་གཉིས་གྱི་གཟུགས་དང་འཁར་གཉིས་ཀ་བྱ་བ་
འཇུག་པའི་ཡུལ་ཞེས་གསུངས་ནའང་ཞིབ་ཏུ་བརྟགས་ཆེ་དེ་གཉིས་ལ་བྱང་
ཆེ་སྟེ། གཟུགས་ནི་ལ་དོན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་འཆད་པའི་སྐབས་གྱི་བྱ་བའི་ཡུལ་
ཡིན་པ་མ་ཟད། བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་འཆད་སྐབས་གྱི་དངོས་པོ་གཞན་ནམ་
ལས་ཀྱང་གཟུགས་ཉིད་ལས་གཞན་དུ་མི་དམིགས་ལ། འཁར་ནི་ལ་དོན་གྱི་
རྣམ་དབྱེ་འཆད་སྐབས་གྱི་བྱ་བ་འཇུག་པའི་ཡུལ་ཡིན་ནའང་། བྱ་བྱེད་ལས་
གསུམ་འཆད་སྐབས་གྱི་དངོས་པོ་གཞན་ནམ་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་ལས་
སྟུན་མ་ཡང་གོ་མི་རུང་སྟེ། འཁར་འགྲོ་ཡུལ་ཡིན་པ་ལས་འགྲོ་བྱ་མིན་ཞིང་།
འགྲོ་བྱ་ནི་འགྲོ་བ་པོ་ཉིད་ལས་གཞན་དུ་མེད་པས་སོ། །གཟུགས་ནི་དེ་ལྟར་
མིན་པར་ལྟ་ཡུལ་ཡིན་ལ། བལྟ་བུའང་གཟུགས་ཡིན་པས་སོ། །ཡང་ན།
གཟུགས་ལ་ལྟ་ཞེས་ལྟ་བ་པོ་ཤུགས་བསྟན་དང་། བལྟ་བུ་དངོས་གཟུགས་
མིན་པར་གཟུགས་ཀྱི་རྣམ་བཟང་ངན་སོགས་དང་། གཟུགས་ནི་ལ་དོན་
འཆད་སྐབས་གྱི་བྱ་བ་འཇུག་པའི་ཡུལ་ཞེས་བཞིན་ན་འཐད་མིན་བརྟག་
དགོས། གལ་ཏེ་གཟུགས་ལ་ལྟ་ཞེས་པར་ལ་དོན་འཇུག་ཀྱང་བལྟ་བུའང་
གཟུགས་ཉིད་ཡིན་ཞེ་ན། འོ་ན། ཞིང་གཙོད་ལྟ་བུ་ལའང་ཞིང་ལ་གཙོད་ཅེས་

འཇུག་དགོས་ཏེ། བཟླ་བའི་གཟུགས་ལ་ལ་དོན་འཇུག་ན། གཙང་བའི་ཤིང་
ལ་ལ་དོན་མི་འཇུག་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི་ཞིག་ཡོད། འདིར་དེ་ལྟར་བཤད་
དགོས་དོན་ནི། བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་དངོས་པོ་གཞན་ལ་སྤྱིར་བཏང་བྱས་ན་ལ་
དོན་མི་འཇུག་ཀྱང་། གོང་དུ་བཤད་མ་ཐག་པའི་གཟུགས་ལ་ལྟ། སྒྲ་ལ་ཉན།
དྲི་ལ་སྒྲུལ་སོགས་ཆེས་ཉུང་ཤས་ཀྱི་དངོས་པོ་གཞན་ལ་ལ་དོན་འབྲི་སྟོལ་
ཡོད་པའང་ཤེས་དགོས་པ་ཡིན།

ཡང་འགའ་ཞིག་གིས་བྱེད་པོ་དང་ལས་གཉིས་ངོ་བོ་གཅིག་པའི་བྱེད་
པོ་ལ་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པའི་རྒྱུ་རྐྱེད་བའང་ཡོད་དེ། དཔེར་ན། བཟླ་ཤེས་
ཀྱིས་ཁྲིམ་ལ་བྱིན་དང་། ངས་སྟོབ་གྲར་བྱིན་པ་ཡིན། སྟོབ་བཟང་གིས་དམག་
སར་བསྟོད་པ་རེད། ལྟ་བུའི་བཟླ་ཤེས་དང་། ང་། སྟོབ་བཟང་བཅས་ལ་རྣམ་
དབྱེ་གསུམ་པའི་རྒྱུ་རྐྱེད་བ་དེའི་ཞེན་དོན་ལ་བརྟགས་ན། བཟླ་ཤེས་དང་།
ང་། ཁྲིམ་དང་སྟོབ་གྲར་འགོ་བ་པོ་ཡིན་པ་དང་། སྟོབ་བཟང་དམག་སར་སྟོད་པ་
པོ་ཡིན་པས་དེ་དག་ལ་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པའི་རྒྱུ་རྐྱེད་ཆོག་སྟུང་ཙམ་ལས་
གཞན་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི་ནི་ཡང་མ་མཆིས། དེ་ལྟར་བཟླ་ཤེས་དང་། ང་། སྟོབ་
བཟང་རྣམས་འགོ་བ་པོ་དང་སྟོད་པ་པོ་ཡིན་དུ་ཆུག་ཀྱང་འགོ་བྱ་དང་བསྟོད་
བྱའང་དེ་གསུམ་ལས་གཞན་པའི་དངོས་པོ་ནི་ཞིག་ཡོད། གལ་ཏེ་འཛོག་ན་
འདིའོ་ཞེས་འཛོག་རིགས་ཀྱང་བཞག་པ་མ་མཐོང་། གལ་ཏེ་འཛོག་རྒྱ་མེད་ན་
ནི་བྱེད་པོ་དང་ལས་གཉིས་ངོ་བོ་གཅིག་ཡིན་པའི་ལས་ཆོག་ཀྱན་ལ་རྣམ་

དབྱེ་གསུམ་པ་འི་རྒྱུན་ཁྲབ་མཉམ་དུ་འཇུག་དགོས་པ་ལས། དེའི་ནང་ནས་
ཆེས་ཉུང་ཤིང་ཤིག་ལ་འཇུག་རིགས་པ་འི་རྒྱ་མཚན་དམིགས་བསལ་བ་
གང་ཡང་མེད། གལ་ཏེ་ཀུན་ལ་ཁྲབ་མཉམ་དུ་འཇུག་པར་འདོད་ཅེ་ན། འོ་ན།
བཟ་ཤིས་སྐྱེས་པ་དང་། བཟ་ཤིས་ན་བ་བཟ་ཤིས་ཀླས་པ་སོགས་ལའང་
བྱེད་ལྟར་ན། བཟ་ཤིས་ཀྱིས་སྐྱེས་པ། བཟ་ཤིས་ཀྱིས་ན་བ། བཟ་ཤིས་ཀྱིས་
བྱེན་པ་དང་། བཟ་ཤིས་ཀྱིས་སྐྱེ་བ་སོགས་ནི་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པས་སོ། །
དེ་དག་དག་པར་འདོད་ན། བཟ་ཤིས་ཁྲོམ་ལ་བྱེན་དང་། བཟ་ཤིས་སྐྱེས་པ།
བཟ་ཤིས་ན་བ། བཟ་ཤིས་ཀླས་པ་སོགས་འབྲི་དགོས། དེ་ལྟར་བྲིས་ན་བོད་
ཀྱི་སྐད་ཡིག་བྲིངས་དང་མ་ཐུན་བཞིན་དུ་བྱེན་དང་འགྲོ་སོགས་ཆེས་ཉུང་
ཤིང་ཤིག་ལ་ཡུ་ཚུགས་ཀྱིས་བྱེད་སྐྱེས་ལྟར་བ་ནི། ཡང་ན་པལ་སྐད་ཉི་ཆེ་
བའམ་ཡང་ན་མ་དག་རྒྱུན་འབྲམས་ཀྱི་རྗེས་སུ་སྟེགས་པ་ཙམ་ལས་དགོས་
པ་ཅིའང་མ་མཐོང་། འདིའི་གནད་འགག་ཐུག་ས་ནི་བྱེད་པོ་དང་བྱ་བའམ་
བྱེད་པ་དང་བྱ་བའི་ལས་ཀྱི་ཆིག་ཡོད་ན་བྱེད་སྐྱེ་འཕྲོལ་པ་དང་། ལས་ཀྱི་
ཆིག་མེད་ན་བྱེད་སྐྱེ་མི་འཕྲོལ་པའི་གནད་ཀ་འདི་ཤིས་དགོས་པ་རང་ལ་ཐུག་
པ་ཡིན།

རྗེས་འཇུག་གི་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པ་བཤའ་པ།

གསུམ་པ་རྗེས་འཇུག་གི་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པ་བཤའ་པ་ལ་གཉིས།

རྟགས་སོ་སོར་ངོས་འཛིན་པ་དང་། དེའི་འཇུག་པ་རྒྱས་པར་འཆད་པའོ།

༡ རྟགས་སོ་སོར་ངོས་འཛིན་པ།

དང་པོ་རྟགས་སོ་སོར་ངོས་འཛིན་པ་ལ། སྤྱིར་རྟགས་གསུམ་དུ་དབྱེ་
བ་དང་ནང་གསེས་བརྒྱད་དུ་དབྱེ་བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། རྗེས་སུ་འཇུག་
པའི་ཡི་གེ་བརྩུ་ལས། ག་ད་བ་ས་བཞི་པོ་དང་། ང་མ་འ་གསུམ་མོ། ན་ར་ལ་
གསུམ་ནི་མ་ནིང་ངོ་། །དེ་ལྟར་རྗེས་འཇུག་བརྩུ་ལ་པོ་མོ་མ་ནིང་གསུམ་དུ་
དབྱེ་བའི་རྒྱ་མཚན་ནི་རྗེས་འཇུག་ནམས་མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་གང་ལ་ཞུགས་
པ་ལས་བརྗོད་པའི་སྤྱོད་གདངས་དྲག་ཞན་བར་མར་འགྱུར་བའི་ཆ་ནས་བཞག་
པའོ།

༢ འཇུག་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལས་སྤྱི་ཡི་འཇུག་ཚུལ།

གཉིས་པ་འཇུག་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་དང་པོ་སྤྱི་ཡི་འཇུག་ཚུལ།
ནང་གསེས་བརྒྱད་དུ་དབྱེ་བ་ནི། རྗེས་འཇུག་གི་པོ་ག་ཡིག་ལ་ཡང་འཇུག་
ས་ཡིག་ཞུགས་པ། རགས། ཉ་བུ་ནི་སྤྱིས་བུ་རབ་དང་། དེ་བཞིན་རྗེས་འཇུག་
བ་ལ་ས་ཡིག་ཞུགས་པ། རབས། ཉ་བུ་ནི་སྤྱིས་བུ་འབྲིང་དང་། ག་བ་གཉིས་
གྱི་མཐར་ཡང་འཇུག་མ་ཞུགས་པ། ལག་ ལབ། ཉ་བུ་དང་། རྗེས་འཇུག་ད་

དང་ས་ཡི་མཐའ་ཅན། ཉན། ཉས། ལྟ་བུ་ནི་སྒྲིམ་བུ་ཐ་མའོ། །དེ་ལྟར་བཤད་
 བས་དག་པ་ཐོ་ལ་ནང་གསེས་གྱིས་དག། ཞན། བར་མ་སྟེ་གསུམ་དུ་དབྱེ་བ་
 དང་། དེ་བཞིན་ཞན་པ་མོ་ལའང་ནང་གསེས་གྱི་དག་ཞན་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་
 བྱི། མོ་ཡིག་ང་མ་གཉིས་ལ་ཡང་འཇུག་ས་ཡིག་ཞུགས་པ། གངས། ཐམས་
 ལྟ་བུ་ནི་མོ་ཚུམ་དང་། དེ་གཉིས་ལ་ཡང་འཇུག་མ་ཞུགས་པ། གང་། ལམ། ལྟ་
 བུ་དང་། རྗེས་འཇུག་འདི་མཐའ་ཅན། མཐའ། ལྟ་བུ་ནི་ཤིན་ཏུ་མའོ། །བར་མ་
 བྱིང་གི་ཡི་གེ་ན་ར་ལ་གསུམ་མིང་གཞི་ཐོ་ཡིག་གི་མཐར་ཡང་འཇུག་ཡོད་
 མེད་གང་རུང་དང་། མོ་ཡིག་གི་རྗེས་སུ་ཡང་འཇུག་མེད་པར་ཞུགས་པའི་ཆེ་
 གྲྭ་བར་མའི་དག་པའམ་ཞན་པར་འགྱུར་བས་འགྱུར་བ་མ་བྱིང་སྟེ། བསྟན་ད།
 རྟོན། འགྲན། འགོར། ལྟ་བུ་དང་། མིང་གཞི་ཐོ་ཡིག་གི་མཐར་ཡང་འཇུག་
 དང་བཅས་ཞུགས་པའི་ཆེ་ནི་གྲྭ་བར་མ་ལས་དག་ཞན་གཉི་གའི་ཆ་དང་ལྟན་
 པར་འགྱུར་བས་མཆན་གཉིས་མ་བྱིང་སྟེ། འཛིན་ད། རྟུང་ད། བསལ་ད། ལྟ་བུ་
 དང་། མིང་གཞི་མ་བྱིང་གི་མཐར་ཞུགས་པའི་ཆེ་ཡང་འཇུག་ཡོད་མེད་ཇི་
 ལྟར་རུང་གྲྭ་བར་མ་ཚུམ་ལས་དག་ཞན་གང་དུའང་མི་འགྱུར་བས་མཆན་
 མེད་མ་བྱིང་སྟེ། བྱིན་ད། མཐུན། ཐར་ད། འཐོར། ལྟ་བུ་འོ།

འདི་ཡན་གྱིས་རྗེས་འཇུག་བཙུ་ཐོ་མིང་གཞི་ཡི་གེ་རྣམས་ལ་སྒྲ་ཡི་སྒྲོ་
 བས་ཇི་ལྟར་འཇུག་པ་བསྟན་བྱིན་པ་ཡིན།

༣ འོན་གྱི་འཇུག་ཚུལ།

གཉིས་པ་འོན་གྱི་འཇུག་ཚུལ་ནི། རྗེས་འཇུག་རྣམས་འོན་གང་དང་གང་ལ་འཇུག་པར་འགྱུར་བའི་ཚུལ་ནི་གཉིས་ཡིན་ཏེ། སྔ་མ་རྗེས་འཇུག་ཉིད་གང་ལ་ཞུགས་ཤིང་གནས་པའི་མིང་དེའི་འོན་གང་ལྟར་ཏེ་རི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་བ་དང་། སྤྱི་མ་རྗེས་འཇུག་གམ་མཐའ་དེས་མིང་མཐའ་ལ་སོགས་པ་འདྲེན་ཚུལ་གྱིས་འོན་གང་ལྟར་འགྱུར་བའོ།

དང་པོ། སྔ་མ་གང་ལྟར་འགྱུར་བ་ནི། རྗེས་འཇུག་རྣམས་གང་ལ་ཞུགས་པའི་མིང་དེས་བདག་གཞན་སོགས་འོན་ཅི་ཞིག་སྟོན་པ་ནི་མིང་དེའི་སྟོན་འཇུག་སྔ་ལས་གང་ཞིག་ཡིན་པ་དེའི་འོན་དང་རི་ལྟ་བུ་བ་བཞིན་ཏུ་སྐྱར་ནས་རྟོགས་པར་བྱ་བ་སྟེ། དཔེར་ན་སྐྱེས་བུའི་རྟགས་རབ་འབྲིང་ཐ་གསུམ་ཅི་རིགས་པར་དུས་འདས་པ་ལ་འཇུག་པ་ནི། བརྟགས། བཏྟགས། བསགས། བསྐྱབས། བསྐྱབས། བཀག་བཟླས། བརྒྱབ། བཅད། ལྟ་བུ་དང་། དེ་རྣམས་བྱེད་པ་བདག་ལ་འཇུག་པ་ནི། འདོགས་བྱེད། འདེགས་བྱེད། གཞིབས་བྱེད། གཞིབས་བྱེད། འཛོག་བྱེད། འབྱུབ་བྱེད། གཙོད་བྱེད། ལྟ་བུ་དང་། དེ་རྣམས་བྱ་བ་གཞན་ལ་འཇུག་པ། གདགས་བྱ། བསྐྱེགས་བྱ། གཏུབ་བྱ། དགག་བྱ། བསྐྱབ་བྱ། བསྐྱབ་བྱ། ལྟ་བུ་དང་། དེ་རྣམས་བདག་གཞན་གྱི་དབྱེ་བས་མ་བསྐྱུས་པའི་ད་ལྟ་དང་མ་འོངས་པ་ཅི་རིགས་པར་འཇུག་པ་ནི། འདེགས་

བཞིན་པ། འདོགས་བཞིན་པ། གཏུབས་བཞིན་པ། འགོག་བཞིན་པ། གཙོད་
 བཞིན་པ། རང་བཞིན་གྱིས་གཤེགས་པར་འགྱུར། རང་བཞིན་གྱིས་འགྱུབ་
 པར་འགྱུར། འཆད་པར་འགྱུར། འཐས་པར་འགྱུར། ལྟ་བུ་རྣམས་སོ། །དེ་
 བཞིན་དུ་མོ་ཏྲགས་གཉིས་འདས་པ་ལ་འཇུག་པ། བསྐྱངས། བསྐྱམས། བཀའ་།
 བཀྲམ། ལྟ་བུ་དང་། བདག་ལ་འཇུག་པ། འདོམས་བྱེད། འགོངས་བྱེད། འབྲེམ་
 བྱེད། གསོའ་བྱེད། ལྟ་བུ་དང་། གཞན་ལ་འཇུག་པ། གདམས་བྱ། འཁུམས་
 བྱ། ལྟ་བུ་དང་། གཞན་ལ་འཇུག་པ། གདམས་བྱ། འཁུམས་བྱ། བསྐྱང་བྱ།
 བཟའ་བྱ། ལྟ་བུ་དང་། ད་ལྟ་བ་དང་མ་འོངས་པར་འཇུག་པ། འདོམས་བཞིན་
 པ། འགོངས་བཞིན་པ། གསོའ་བཞིན་པ། རང་བཞིན་གྱིས་འདོམས་པར་
 འགྱུར། འགྲོ་བར་འགྱུར། འགོང་བར་འགྱུར། འདས་པར་འགྱུར། ལྟ་བུ་འོ། །མ་
 བྲིང་གསུམ་འདས་པ་ལ། བསྐྱནད། བཀའནད། བཀའད། བཅལད། མནནད།
 བགརད། བསལད། ལྟ་བུ་དང་། བདག་ལ། བསྐྱནད་བྱེད། བཙོན་བྱེད། གཞོན་
 བྱེད། གཏོར་བྱེད། བཀོལད་བྱེད། ལྟ་བུ་དང་། གཞན་ལ། བསྐྱན་བྱ། བཀྱར་
 བྱ། བསྐྱོལ་བྱ། ལྟ་བུ་དང་། ད་ལྟ་དང་མ་འོངས་པར། བསྐྱནད་བཞིན་པ། གཞོན་
 བཞིན་པ། རང་བཞིན་གྱིས་དགོན་པར་འགྱུར། འདུན་པར་འགྱུར། གསལ་
 པར་འགྱུར། ལྟ་བུ་རྒྱ་ཆེར་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་སྒྲོན་འཇུག་ལ་སྒྲོས་པ་
 གཙོ་བོར་གསུངས་པའི་ཞར་ལས་སྒྲོན་འཇུག་མེད་པའི་མིང་དོན་རྣམས་ལ་
 རི་ལྟར་འཇུག་པའང་ཤེས་པར་བྱའོ། །

རྗེས་འཇུག་གི་ཡི་གེ་རྣམས་དགོས་པ་ཅིའི་སྤྱིར་འཇུག་ཅེ་ན། སྟོན་འཇུག་ཡོད་མེད་གང་ཡང་རུང་བའི་མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་གཅིག་གམ་གཉིས་སམ་དུ་མ་འདུས་པ་ཡིན་ཡང་རུང་། རྗེས་འཇུག་གི་ཡི་གེ་གཅིག་གམ་གཉིས་སམ་དུ་མ་འདུས་པ་ཡིན་ཡང་རུང་། རྗེས་འཇུག་གི་ཡི་གེ་གང་རུང་ཞིག་མ་ཞུགས་པར་དོན་གྱི་ངོ་བོ་སྟོན་པའི་མིང་དུ་འབྱུང་བ་མི་སྤྱིད་པས་ཡི་གེའི་ཁོངས་ནས་མིང་དབྱུང་བར་བྱ་བའི་སྤྱིར་དང་། མིང་གཅིག་གམ་གཉིས་སམ་དུ་མ་སྟེལ་དུ་བེན་ཀྱང་མཆོམས་སྟོར་བར་བྱེད་པའམ་དོན་གསལ་བར་བྱེད་པའི་རྣམ་དབྱེ་དང་ཐུད་སོགས་པལ་ཆེར་རྗེས་འཇུག་ལས་བྱུང་ཞིང་རྗེས་འཇུག་ལ་སྟོས་པ་དེ་རྣམས་མ་ཞུགས་ན་དོན་གྱི་བྱེད་པར་བརྗོད་པའི་ཆོག་དུ་འབྱུང་བ་མི་སྤྱིད་པས་མིང་གི་ཁོངས་ནས་ཆོག་དབྱུང་བའི་སྤྱིར་འཇུག་སྟེ། དེ་ལྟ་བུའི་ཆོག་གིས་དོན་གང་ཡང་རྗོད་པར་བྱེད་པའི་སྤྱིར་དོན་མཆོན་པའི་བརྗོད་པ་ཇི་སྟེད་པའང་རྗེས་འཇུག་གི་ཡི་གེ་རྣམས་འཇུག་པའི་དགོས་པར་བྱུང་བོ།

ཞར་བྱུང་ཡི་གེའི་འཇུག་པ་སྤྱིའི་དགོས་པ་བཤད་པ་ནི་མོ་ཡི་ཡི་གེ་ཞུ་ལི་བཞི་པོ་མེད་ན་པོ་ཡིག་ཀྱི་ལི་རྣམས་བརྗོད་པ་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ། ཞུ་ལི་རྣམས་ལ་སྟོས་པའི་བརྗོད་པ་དེ་སྟེད་མི་ཆང་བར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར། པོ་ཡིག་ཀྱི་ལི་དེ་དག་རྣམས་ལའང་ཞུ་ལི་དང་ལྡན་མི་ལྡན་ཇི་སྟེད་ཡང་རྗེས་འཇུག་བཅུ་པོ་གང་རུང་མ་ཞུགས་ན་དོན་གྱི་ངོ་བོ་སྟོན་པའི་མིང་དང་། དོན་

གྱི་བྱང་པར་སྟོན་པའི་ཆིག་ཀྱང་གསལ་བར་མི་རུས་སོ།།

འདི་ཡན་གྱིས་རྟགས་གྱི་འཇུག་པའི་དཀའ་གནད་འགའ་ཞིག་གསལ་
བར་བཤད་པ་རེ་ཞིག་རྫོགས་སོ།།

སྒར་སྒས་པ།

རྟགས་གྱི་འཇུག་པའི་དཀའ་གནད་མ་འདྲེས་པར།།

རི་བཞིན་དགོལ་བའི་སྟོབས་པ་མ་མཆིས་ཀྱང་།།

ཡང་དག་གཞུང་བཟང་ལམ་ལ་འཇུག་པའི་སྟོ།།

བཅོས་མིན་སྐྱེས་པས་འདི་ཙམ་ཁོ་བོས་བཤད།།

མ་བསྐྱབས་མ་སྐྱངས་སྟོངས་པའི་འོལ་ཆོད་ཀྱིས།།

རྟགས་དཀའི་གཞུང་དོན་འཆད་པའི་ཁུར་ལེན་པ།།

སྐྱེས་སྐྱངས་གཉིས་དམན་བདག་གིས་གང་བཤད་པར།།

ནོངས་པ་ཅི་མཆིས་གཟུར་གནས་སྐྱན་སྒར་བཤགས།།

གྲགས་པ་དོན་གཉེར་ཀུན་སྟོང་གིས་མ་སྐྱགས།།

སྟོགས་ཞེན་ང་རྒྱལ་འཆིང་བའི་རྒྱར་མ་ཚུད།།

སྟག་བསམ་དག་པས་ཅུང་ཟད་བཤད་པ་དེས།།

དོན་གཉེར་སྐྱེ་བོའི་རེ་བ་སྟོང་གུར་ཅིག།

ཅེས་རྟགས་གྱི་འཇུག་པའི་དཀའ་གནད་འགའ་ཞིག་གསལ་བར་
བཤད་པ་གནད་གྱི་སྟོན་མེ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་རབ་བྱུང་བཅུ་དྲུག་པའི་ས་རྟ་
ལོར། མདོ་ཁམས་ས་ཡི་ཐིག་ལེ་ཤར་མི་ཉག་གི་ཡུལ་དུ་སྐྱེས་པ། ཉན་ཤུལ་
མཐུན་རབ་འོད་གསལ་གྱིས་སྐྱར་བའོ། །

བྱ་བྱེད་འདས་སྐྱལ་བཅས་གྱི་རེ་བུ་མིག

དེ་ལྟར་རྟགས་གྱི་འཇུག་པའི་དཀའ་གནད་འགའ་ཞིག་བཤད་དེ་ད་ནི་
བྱ་བྱེད་འདས་སྐྱལ་བཅས་གྱི་དཔེ་བཟོན་འགོད་པ་ལ། འདི་ཐད་སྟོན་དཔོན་
ཐོན་མིའི་རྟགས་གྱི་འཇུག་པའི་གཞུང་ལས། ཐོན་པའི་འདས་དང་གཞན་བསྐྱབ་
ཕྱིར། །མ་ནིང་གཉིས་ཀ་ད་ལྟར་ཆེད། །ཐོན་པའི་བདག་དང་མ་འོངས་ཕྱིར། །ཞིན་
ཏུ་ཐོན་པའི་མཉམ་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་ཆོག་རྒྱུ་བཞེས་དངོས་པོ་བདག་གཞན་དང་
དུས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་སོགས་བསྟན། དེ་ནས་བཟུང་བོད་ཀྱི་མཁས་པ་རིམ་
བྱུང་གིས་ཅ་བ་དེ་ཉིད་གཞིར་བཟུང་ནས་མི་ལོ་བརྒྱ་ཕྱག་མང་པོའི་རིང་ཕུན་
སྤུལ་ཆོག་ས་སུ་བཏང་ནས་མཐར་གཅིག་གྱུར་ཡིན་པའི་བོད་སྐྱེའི་སྐད་ཡིག་
གི་ནང་ཆོན་དངོས་པོ་བདག་གཞན་དང་དུས་གསུམ། སྐྱལ་ཆོག་སོགས་གྱི་
རྣམ་གཞག་ཆོག་གོགས་གཞན་ལ་སྟོན་མི་དགོས་པར་སྟོན་འཇུག་དང་རྗེས་
འཇུག་ཡང་འཇུག་སོགས་གྱི་འགྱུར་བ་ལ་བརྟེན་ནས་དངོས་པོ་བདག་གཞན་

དང་། དུས་གསུམ་སོགས་བདེ་སྒྲག་ཏུ་རྟོགས་ཐུབ་པའི་བྱང་ཆོས་དང་ལྡན་
 པའི་བྱ་བའི་ཆོག་གམ་ལས་གྱི་ཆོག་འདི་འདྲ་ཞིག་བྱང་བ་ཡིན་ཞིང་། དེའང་
 ཐོག་མར་སྟོབ་དཔོན་ཐོན་མིས་བོད་ཀྱི་སྐྱ་རིག་པའི་གཞུང་སུམ་རྟགས་
 སོགས་མཛད་སྐབས་ཡིན་ནའང་འདྲ། དེ་རྗེས་ད་བར་བྱང་བའི་མཁས་པ་
 དག་གིས་བརྩམས་པའི་བོད་ཀྱི་སྐྱ་རིག་པའི་གཞུང་རི་སྟེང་ཅིག་ཚུམ་པའི་
 སྐབས་སུ་ཡིན་ནའང་འདྲ། གཞིན་འཛིན་ས་ནི་བོད་ཀྱི་སྤྱི་སྐད་ཁོ་ན་ཡིན་པ་
 ལས་གཞི་འཛིན་ས་མེད་པར་མཁས་པ་སོ་སོའི་རང་འདོད་ཁོ་ན་ལ་གཞི་
 བཞག་ནས་བཅོས་པ་ཞིག་གཏན་ནས་མིན་པ་ནི་དེང་སྐབས་མདོ་ཁམས་
 དབུས་གསུམ་གྱི་བོད་སྐད་ལ་དབྱེ་ཞིབ་དབྱིས་ཕྱིན་པ་ཞིག་བགྱིས་ན་
 རྟོགས་ཐུབ། དཔེར་ན་སི་ཏུ་པཎ་ཆེན་གྱིས་སྟོན་འབྲི་གྲང་སྟོབ་པ་རིན་པོ་ཆེ་
 བཞུགས་པའི་ཆེ་གནའ་བོའི་དུས་བཞིན་དུ་ཡིག་སྟོག་ཚུན་ཆད་ཀྱང་
 བརྟེན་པ་འཕུལ་སོགས་གྱི་སྐྱ་བྱར་ཕྱིན་པར་འདོན་པའི་སྟོལ་བཟང་པོ་བྱང་
 བར་གྲགས་པ་དང་། ཁམས་སྟོགས་གྱི་མཐའ་ཨ་མདོ་དང་རྒྱལ་མོ་རོང་
 སོགས་བྱང་ཤར་གྱི་ཆ་རྣམས་སུ་འཁོད་པའི་སྟེ་བོ་དག་ལའང་གནའ་བོའི་
 དུས་སུ་བོད་ཡུལ་དབུས་ནས་བྱང་བའི་སྟོག་ཚུལ་མ་ཉམས་པ་ཡིན་པར་
 གྲགས་པའི་ཡི་གེ་སྟོག་ཚུལ་དང་། དེ་དག་གི་ཡུལ་སྐད་བཅས་ལའང་གྱོང་
 ཉམས་ཆེ་ཚུམ་ལས་འཕུལ་རྟེན་སོགས་གྱི་བྱར་དག་པར་འདོན་པ་འབྱུང་
 བར་མདོན་སུམ་གྱིས་བྱུབ་པ་སོགས་གྱིས་ཀྱང་མཆོན་རུས་སོ། །ཞེས་

གསུངས་པའང་དོན་ལ་གནས་པ་ཡིན་ཏེ། ད་ལྟའང་སྟོང་མངའ་རིས་ནས་
ཁམས་དང་ཨ་མ་དོའི་མཐའ་ལ་བྱུག་གི་བར་གྱི་འབྲོག་སྡེ་ནམས་དང་རྒྱལ་མོ་
རོང་གི་བོད་སྐད་དང་བོད་ཡིག་གི་སྟོག་ཚུལ་སོགས་ནི་སྟོན་འཇུག་དང་རྗེས་
ཡང་འཇུག་མགོ་ཅན་འདོགས་ཅན་སོགས་ཀྱི་སྟོག་ཚུལ་དག་པ་ནི་ད་ལྟའང་
མ་ཉམས་པར་ཡོད་པ་འདི་ག་ལགས། ཡང་སི་ཏུ་པཎ་ཆེན་གྱིས། གཞན་ཡང་
བོད་ཡིག་གི་སྡེ་བ་རི་ལྟར་སྟོར་བའི་ཚུལ་ནི་སྟོན་གྱི་བོད་སྐད་དག་པ་ཉིད་ལ་
བརྗོད་པའི་སྐ་རི་ལྟར་འབྲུང་བ་དེ་ལྟར་མཁན་པོ་འདིས་སྐར་བ་ཡིན་པས་
སྐད་ལ་འཕུལ་རྟེན་སོགས་ཀྱི་བྱར་གསལ་བ་མེད་ན་ཡི་གེ་ལ་དེ་ལྟར་ཐོབ་པ་
རྒྱ་མཆན་གང་ཞིག་གིས་རྟོགས་པར་བྱས། ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་ལ་ད་ལྟ་
རང་རེས་བཏགས་ཀྱང་རྟོགས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ས་སྐྱས་བོད་
ལ་དབང་སྐར་བའི་སྐབས་འགོ་མགོན་ཆོས་རྒྱལ་འཕགས་པའི་མཆན་རྒྱ་
སྐད་ཏུ་བསྐྱར་ 帕思巴 ཞེས་པ་བོད་སྐད་ཀྱི་འཕགས་པ་ཞེས་པའི་ཆེག་
ཁྲིམ་གཉིས་ལྟན་གི་མིང་སྐ་སྐར་བྱས་པར་རྒྱ་ཡིག་ཏུ་ཡིག་འབྲུག་སུམ་ཏུ་
འབྲུར་བའི་རྒྱ་མཆན་ནི་སྐབས་དེར་བོད་སྐད་ཀྱི་སྐ་ལ་སྟོན་འཇུག་དང་རྗེས་
འཇུག་མགོ་ཅན་དང་འདོགས་ཅན་སོགས་ཀྱི་སྐ་གསལ་པོ་ཡོད་པ་མ་ཟད་
ཡང་འཇུག་གི་སྐའང་གསལ་པོ་ཡོད་པ་མཛོན་སུམ་གྱིས་བྱུང་བ་ཡིན། གལ་
ཏེ་དེ་ལྟ་མིན་ན་དེང་སྐབས་འཕགས་པ་ཞེས་པའི་མིང་རྒྱ་ཡིག་ཏུ་སྐ་སྐར་
བྱེད་སྐབས་ 帕巴 ཞེས་ཡིག་འབྲུག་གཉིས་ལས་མི་འབྲུང་བའི་རྒྱ་མཆན་ཅི་

ཞིག་ཡོད། གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་སྒྲར་དེ་ལྟར་ཡིན་པ་མ་ཟད། ད་ལྟར་འབྲོག་
 རྒྱེ་སོགས་བོད་ཀྱི་ས་གནས་མང་པོ་ཞིག་ཏུ་སྒྲར་གྱི་སྤྱོད་གདངས་ཇི་བཞིན་པ་
 མྱོག་པ་མ་ཉམས་པར་ཡོད་པ་འདི་ཤེས་དགོས། སྤྱིར་སྐད་རིགས་ཤིག་ལ་
 ཞིབ་འཇུག་བྱེད་སྐབས་མི་རིགས་དེའི་སྤྱི་སྐད་མཐར་ཕྱིན་པ་ཞིག་རང་གིས་
 བཤད་བྱུང་པ་དང་། གཞན་གྱིས་བཤད་པ་རྣམས་ཆ་ཆང་བ་ཞིག་གོ་བྱུང་
 དགོས་པ་མ་ཟད། རྒྱེ་བྲག་ཡུལ་ལུང་སོ་སོའི་སྤྱོད་གདངས་སོགས་རུང་བུ་མི་
 འདྲ་བ་རྣམས་ཀྱང་ངེས་པར་དུ་ཤེས་དགོས་པ་ལས་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་པ་པོ་
 རང་གིས་མི་རིགས་དེའི་སྤྱི་སྐད་ཇི་བཞིན་པ་ཞིག་མི་ཤེས་པ་དང་། རྒྱེ་བྲག་
 ཡུལ་ལུང་སོ་སོའི་སྤྱོད་གདངས་ཀྱི་ཁྱད་པར་རྣམས་ཀྱང་ཇི་བཞིན་པ་ཞིག་མི་
 ཤེས་པར། ཡུལ་ལུང་རྒྱེ་བྲག་པ་རེའི་སྐད་ལ་ཞིབ་འཇུག་ཆེ་ལོང་བ་རེ་བྱས་
 བས་འདི་ནི་ཡང་དག་པ་དང་། འདི་ནི་ཡང་མ་དག་པའོ་ཞེས་ཁ་ཆོན་གཙོད་
 པ་ནི་ཡོད་ཏེན་རུང་བའི་གནས་སུ་འཛོག་མི་རིགས་སྟུང་།

འདིར་ཁོ་བོས་བསྐྱོགས་པའི་བྱ་བྱེད་འདས་སྐྱུལ་བཅས་ཀྱི་དཔེ་བརྗོད་
 དག་གི་གཞི་འཛིན་ས་ནི་གསུམ་སྟེ། དང་པོ། ཏགས་ཀྱི་འཇུག་པའི་གཞུང་
 དང་། གཉིས་པ། ཆད་ལྡན་དུ་བྲགས་ཤིང་བྱུང་པའི་བོད་ཀྱི་བད་སྟོང་རིག་
 པའི་གཞུང་ཁག་གསུམ་པ། བོད་ཀྱི་སྤྱི་སྐད་དང་། རྒྱེ་བྲག་མདོ་ཁམས་དབུས་
 གསུམ་གྱི་སྐད་ལ་ཞིབ་འཇུག་རྒྱན་རིང་བྱས་ཏེ་བསྐྱོགས་པ་ཡིན།

དེའང་དུས་གསུམ་རིགས་གསུམ་དུ་དབྱེ་བ་འདི་ལྟར། དུས་གསུམ་

སྟེར་བཏང་བ་དང་། བྱེ་བྲག་པ། ཐོར་བྱ་པ་བཅས་ཁག་གསུམ་དུ་བྱེ་ཡོད།

དུས་གསུམ་སྟེར་བཏང་བ།

དང་པོ་དུས་གསུམ་སྟེར་བཏང་བ་ནི།

བྱ་ཆིག་མ་ནིང་བྱེད་པ་མོ་ཡིས་འཕུལ། །

པ་སྡེ་ལས་གཞན་འདས་ཆིག་པོ་ཡིས་འཕུལ། །

སྐྱ་གདངས་ཐ་དད་མགོ་ཅན་མེད་ངེས་ལ། །

བརྗོད་བདེར་བྱེད་ཆིག་མ་ནིང་འགྱུར་ཡང་སྟོད། །

གཟུགས་འཇུགས་བཙུགས་ཚུགས་གདགས་འདོགས་བཏགས་ཐོགས་དང་།

འགྲུགས་འགོངས་འཛོམས་འདེགས་འདེབས་འདོགས་འབྱབས་འབེབས་འབོགས།

འཇུགས་བཅས་སྟེར་བཏང་བ་ཡི་ས་མཐའ་ནི། །

བཙོ་བརྒྱད་པོ་ལས་གཞན་པ་ཀུན་ལ་སྤང་། །

འདི་དག་གི་དཔེ་བརྗོད་རྒྱས་པ་འོག་ཏུ་འགོད་རྒྱ་ཡིན་ནའང་། འཆོལ་
བདེ་བའི་ཆེད་དུ་འདིར་བྱར་བཀོལ་གྱིས་དཔེ་བརྗོད་བཀོད་ན་འདི་ལྟར།
ཤིང་སོགས་སར། གཟུངས་བྱ། འཇུགས་བྱེད། བཙུགས་བཟུ། ཚུགས་ཤིག
མིང་སོགས་གདགས་བྱ། འདོགས་བྱེད། བཏགས་བཟུ། ཐོགས་ཤིག འདི་
དག་གི་བྱ་བྱེད་འདས་སྐུལ་ཀུན་ལ་ཡང་འཇུག་ཐོབ་པ་དང་། བྱེད་ཆིག་ཁོ་

ནར་ཡང་འཇུག་ཐོབ་པའི་རིགས་ནི། དཔེར་ན། གཞན་གྱི་སྟོ་སོགས་ཚུར།
 དགུག་བྱ། འགུགས་བྱེད། བཀྱག་བྱེད། ལྷག་ཅིག་སྟོང་སོགས་ཚུར། དགང་
 བྱ། འགོངས་བྱེད། བཀང་བྱེད། ཁོང་ཞིག་དག་སོགས། གཞོམ་བྱ། འཛོམས་
 བྱེད། བཙོམ་བྱེད། ཚོམ་ཞིག་སྤང་སོགས་ལ། གདེག་བྱ། འདེགས་བྱེད།
 བཏེག་བྱེད། ཐེག་ཅིག་ས་བོན་སོགས། གདབ་བྱ། འདེབས་བྱེད་བཏབ་བྱེད།
 ཐོབ་ཅིག་མིང་སོགས། གདགས་བྱ། འདོགས་བྱེད། བཏགས་བྱེད། ཐོགས་
 ཞིག་སྤྱ་གུར་སོགས། དབུབ་བྱ། འབུབས་བྱེད། ལུབ་བྱེད། ལུབ་ཅིག་གཏན་
 ལ། དབབ་བྱ། འབབས་བྱེད། ཐབ་བྱེད། ཐོབ་ཅིག་སྟོམ་པ་སོགས། དཔོག་
 བྱ། འཔོགས་བྱེད། ཐོག་བྱེད། ཐོགས་ཞིག་སོགས་ཀྱི་ས་མཐའ་བཙོ་བརྒྱད་
 ཐོ་ལས་གཞན་ཡིག་ནོར་འབྲེ་ཡིན་ན་མ་གཏོགས་འདས་སྐྱལ་གཉིས་ལའང་
 ཡང་འཇུག་གཏན་ནས་མི་འཐོབ་སྟེ། དུས་གསུམ་སྐྱལ་ཆིག་དང་བཙས་པའི་
 སྤྱ་གདངས་ཐ་དད་པ་དང་། ནོར་ས་མེད་པས་སོ། ཁོ་ན་གོང་གི་བཙོ་བརྒྱད་
 ཐོའང་དེ་དང་འབྲེ་བ་མིན་ནམ་ཞེ་ན། དོན་དུ་དེ་ལྟར་ཡིན་མོད། སྤྱར་གྱི་ཆད་
 ལྟན་དུ་གྲགས་པའི་ཡིག་རྩིང་པལ་མོ་ཆེ་སྟེ་དང་། དེང་དུས་ཀྱི་ལག་རྒྱན་
 དུའང་འབྲི་གིན་འདུག་པས་དེ་ལྟར་རང་སོར་བཞག་པ་ཡིན་ལ། འཛོག་གྱང་
 རིགས་པ་ཡིན། བཙོ་བརྒྱད་ཐོ་དེ་ལས་འཇུགས་དང་འདོགས་གཉིས་ནི་རང་
 རང་གི་དུས་གསུམ་གྱི་སྟེ་ཆོན་ནང་དུ་བཙུགས་པ་མ་ཟད། ཡང་འཇུག་འཐོབ་
 པའི་བྱེད་ཆིག་བཙུའི་གྲངས་སྟུང་བཙུགས་ཏེ་བཙོ་བརྒྱད་བཞག་པ་ལས་དོན་

དུ་གངས་བཅུ་བྱག་ཏུ་ངེས་སོ།།

དུས་གསུམ་འདི་རིགས་ལ་སྤྱིར་བཏང་བ་ཞེས་ཅིའི་བྱིར་བཟོད་ཅེ་ན།
སྟོན་འཇུག་ལྔ་ལས་གསུམ་འབྱུང་བས་མང་ཆེ་བའི་དབང་གིས་དེ་ལྟར་དུ་
བཤད་པ་ཡིན།

དུས་གསུམ་གྱི་བྲག་པ།

གཉིས་པ་དུས་གསུམ་གྱི་བྲག་པའི་མཚན་ཉིད་ནི།

བྱ་བ་དང་ནི་འདས་པ་ཐོ་ཡིས་འཕུལ། །

བྱེད་ཆིག་པལ་ཆར་འཕུལ་བྱེད་མེད་པ་དང་། །

སྐབས་འགར་འདས་དང་སྐལ་ཆིག་གཉིས་ཐོ་ནི། །

རྗེས་འཇུག་ས་ཡིག་རྒྱང་པས་སྟོན་པ་དང་། །

འདི་ནི་མགོ་ཅན་མང་བའི་སྡེ་ཆན་ནོ། །

འདིའི་དཔེ་བཟོད་ནི། དཔེར་ན། བྱ་བ་སོགས། བསྐྱབ་བྲ། སྐྱབ་བྱེད།
བསྐྱབས་བེན། སྐྱབས་ཤིག་ ལྟ་བུ་དང་། གཞན་དབང་དུ། བསྐྱ་བྲ། སྐྱད་བྱེད།
བསྐྱས་བེན། སྐྱས་ཤིག་སོགས་སོ། །

འདི་ལ་གྱི་བྲག་པ་ཞེས་བཟོད་དོན་ནི་སྟོན་འཇུག་ལྔ་ལས་བ་ཡིག་གྱི་
བྲག་ཏུ་བྱེ་སྟེ་བསྟན་པའི་དོན་གྱིས་དེ་ལྟར་བཤད་དོ། །

དབྱངས་ཅན་གྲུབ་པའི་དོ་རྗེས། མ་འོངས་འཕུལ་ཡོད་ཡང་འཇུག་
མེད། །ད་ལྟ་བུ་ལ་གཉིས་ཀ་མེད། །འདས་ལ་བས་འཕུལ་ཡང་འཇུག་ཡོད། །
སྐབས་འགར་འདས་དང་སྐུལ་ཆིག་ལ། །ས་རྒྱུད་སྦྱར་བས་འཐུས་པའང་
ཡོད། །ཅེས་གསུངས་པའི་དོན་འདི་དང་པལ་ཆེར་འབྲ་ནའང་འདི་ལ་ཆིག་
སྒྲིན་ཡོད་དེ། ད་ལྟ་བུ་ལ་གཉིས་ཀ་མེད། །ཅེས་ཁ་ཆོན་གཙོད་མི་རིགས་ཏེ།
བསྒྲོད་བྱེད་དང་། བཙོན་བྱེད་སོགས་བྱེད་ཆིག་གམ་ད་ལྟ་བུ་སྒྲིན་འཇུག་
ཡོད་པས་སོ། །ཡང་དབྱངས་ཅན་གྲུབ་པའི་དོ་རྗེས། འོན་ཀྱང་བྱེད་པོ་གཞན་
དངོས་དང་། །འབྲེལ་བའི་འདས་ལ་འདི་སྒྲིན་འཇུག་ །མེད་པར་ངེས་ཤིང་ག་
ད་ཉུང་། །ཞེས་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་དུས་འདས་པ་ལ་འ་ཡི་སྒྲིན་འཇུག་མེད་
པར་ངེས་ཞེས་ཁ་ཆོན་བཅད་ཀྱང་། ཐག་པ་སོགས་འཕེན་པ་དང་། མདའ་
སོགས་འཕངས་པའི་འདས་པར་སྒྲིན་འཇུག་ཡོད་ངེས་པས་དེའང་མ་ངེས་
སོ། །

དུས་གསུམ་ཐོར་བྱ་བ།

གསུམ་པ་དུས་གསུམ་ཐོར་བྱ་བའི་མཚན་ཉིད་ནི།
གང་ཞིག་དུས་གསུམ་ཆིག་ལ་འཕུལ་མེད་དང་། །
ཡོད་ཀྱང་འཕུལ་ཡིག་གཅིག་ལས་འགྱུར་མེད་དང་། །
འགྱུར་ཡང་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་གཉིས་པོ་ལ། །

མི་མ་སྐྱུན་པ་ནི་ཐོར་བྱ་པ་ཞེས་བཟོད། །

འདིའི་དཔེ་བཟོད་རྣམས་ནི་རིགས་མི་འདྲ་བ་ཤིན་ཏུ་མང་བས་འོག་ཏུ་
འགོད་པ་ལས་རྟོགས་པར་བྱ་དགོས་སོ།།

འདི་རིགས་ལ་ཐོར་བྱ་པ་ཞེས་བཟོད་དོན་ནི། སྤྱི་བྱེ་བྲག་གཉིས་དང་
མི་འདྲ་བ་སྣ་ཚོ་གས་ཤིག་འབྱུང་བས་དེ་ལྟར་བཤད་དོ།།

དུས་གསུམ་གྱི་དཔེ་བཟོད་རེ་ལྷ་མིག་ཏུ་བཀོད་པ་འདི་ལ། བྱ་བྱེད་ཐ་
 དད་པ་དང་ཐ་མི་དད་པའི་དཔེར་བཟོད་ཁྱོན་བསྟོམས་གངས་ཆེག་སྟོང་ལྷག་
 ཡོད་པ་དང་། དེའང་བྱ་བའི་ཆེག་ཏུ་འགོ་བ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་ལྷག་ལུས་མེད་
 པར་བསྐྱེགས་ཁུལ་ཡིན་ཡང་ད་དུང་ལྷག་པ་དང་། ཆད་པ། རྟོར་བ་སོགས་
 འབྱུང་ངེས་པས་གཟེགས་པ་པོ་དག་གིས་ལྷག་བསམ་བཟང་པོས་དགོངས་
 འཆར་གནང་རྒྱུ་འདི་རེ་བ་ཞུ།

ཁ	མ་འོངས་	ད་ལྟ་	འདས་	སྐྱེལ་
བྱེད་།	པ།	བ།	པ།	ཆེག་

ག

ངལ་དུབ་གྱིས།			དགལ།	
གདོང་རང་བཞིན་གྱིས།			དགར།	
རྟ་སོགས།	དགྲ།	དགྲ།	དགྲས།	དགྲས།
མ་རས་སོགས།	དགྲི།	དགྲི།	དགྲིས།	དགྲིས།
པན་ཚུན།	དགྲག།	དགྲག།		
ཞོ་སོགས།	དགྲོག།	དགྲོག།		
རོལ་མོ་སོགས།				དགྲོལ།
ལག་པ་སོགས་གྱེན་དུ།			བགན།	བགོན།
སྐྱད་པ་སོགས།			བགལ།	འཁོལ།
སྒྲན་སོགས་གྱི་ཁུ་བ།	བགྲ།	བགྲ།	བགྲས།	བགྲས།
ཀྱན་གྱིས།			བགྲར།	བགྲར།
དཔལ།			བགོང་།	བགོང་།
བྲན་དུ།			བགོལ།	ཁོལ།

བྱར་དུ།			བཀོལ།	བཀོལ།
ཅ་ལག་སོགས།		འཕྲོག།		ཁྲོགས།
རྒྱ་ལག་སོགས།		འཁྲིག།		ཁྲིགས།
བར་ཆེན་དང་འོད་ཟེར་སོགས།	བཤེ།		བཤེས།	ཁྲིས།
གཤེ་བའི་དོན་གྱི།			བཤྲོན།	བཤྲོན།
མང་པོའི་ནང་ནས།				
ཡང་དག་བའི་ལམ་དུ།	བཤྱི།	བཤྱི།	བཤྱིས།	བཤྱིས།
གོས་སོགས།	བཤྱ།	འཕྲད།	བཤྱས།	ཁྲུས།
སྟོགས་པའི་དོན་གྱི།			བཤྲེས།	
དཔེ་ཆ་སོགས།	བཤྲག།	མོག།		མོགས།
གོས་གྱིས།		མུག།		མུགས།
མྱ།	མྱམ།	མྱམ།	མྱམ།	
ཁ།	མྱོམ།	མྱོམ།	མྱོམ།	
སེམས།	མྱིད།	མྱིད།	མྱིད།	
མེ་ཉླ་སོགས།	མྱི།	མྱི།	མྱིས།	
རོ་ཆ་སྟེ་ཁ།			མྱིངས།	
སེམས།	མྱོ།	མྱོ།	མྱོ།	
ཁྲིམས་ལ།	མྱག།	མྱག།	མྱག།	
གདོང་སོགས།	མྱང།	མྱང།	མྱངས།	
ཁོར་ལ།			བཀམ།	
གཞན་ཁོར།	བཀྱ།	ཀྱ།	བཀྱས།	ཀྱས།
ས་སོགས།	བཀོ།	ཀོ།	བཀོས།	ཀོས།
རྒྱ་ལག་སོགས།		ཀྲོང།		ཀྲོངས།
ཐུགས་དམ་སོགས།		ཀྲོང།		ཀྲོངས།
གོས་སོགས།		ཀྲེས།		ཀྲེས།
ཡུན་རིང་པོས།			བསྐལ།	
སྐྱུ་སོགས།	བསྐྱ།	སྐྱ།	བསྐྱས།	སྐྱས།
ཅ་ལག་སོགས།		སྐྱང།		སྐྱངས།
རྒྱ་ལག་སོགས།		སྐྱམ།		སྐྱམས།
ཡིག་འཕྲིན་སོགས།		སྐྱར།	བསྐྱར།	སྐྱར།

ཉན་ཤུལ་མཁུན་རབ་འོད་གསལ་གྱི་བད་སྟོང་སྟོར་གྱི་ཙྰམ་ཡིག

གཞན་ལ།		ཤུལ།	བཤུལ།	ཤུལ།
ལས་ཀྱི་སོགས་སྒྲ།	བསྟོ།	སྟོ།	བསྟོས།	སྟོས།
ཞུ་གོས་སོགས།		སྟོན།	བསྟོན།	སྟོན།
འཁོར་ལོ་སོགས།		སྟོར།	བསྟོར།	སྟོར།
ཆུ་སོགས།		སྟོལ།	བསྟོལ།	སྟོལ།
རུ་ག།	བསྟུ།	སྟུས།	བསྟུས།	སྟུས།
སྒྲ་གུ་སོགས།		སྟོང་།		སྟོངས།
སྟོག་སོགས།		སྟོག་པ།		སྟོག་པས།
སྟོད་སོགས་ཆུས།		སྟོལས།		སྟོལས།
ཆིག་དོན་སོགས།		སྟོར།	བསྟུར།	སྟོར།
ཡིག་འཁུན་སོགས།		སྟོལ།	བསྟུལ།	སྟོལ།
དངུལ་སོགས།	བསྟེ།	སྟེ།	བསྟེས།	སྟེས།
ཆུ་སོགས་རྩིང་དུ།		སྟེལ།	བསྟེལ།	སྟེལ།
ཟས་རན་སོགས།		སྟུག།		སྟུགས།
ཁེངས་པ་སོགས།		སྟུང་།		སྟུངས།
ཉེས་སྟོད་སོགས།		སྟུར།	བསྟུར།	སྟུར།
ཙྰམ་ཤུགས་སོགས།		སྟུང་།	བསྟུང་།	སྟུང་།
རྟ་ཁ་སོགས།				སྟོགས།
རྟུང་གིས།		སྟོང་།	བསྟོང་།	
རྟ་སོགས་ལ།		སྟོན།	བསྟོན།	སྟོན།
གཡས་གཡོན་ནས།		སྟོར།	བསྟོར།	སྟོར།
མཐའ་ལ།		སྟོང་།	བསྟོང་།	སྟོང་།
ཟས་སོགས་སྟོར་བའི་དོན་གྱི།	བསྟུ།	སྟུ།	བསྟུས།	སྟུས།
བར་དུ།		སྟུན།	བསྟུན།	སྟུན།

ཁ

རིན་གྱིས།	ཁུག	ཁུག	ཁུག	
ཆུ་ལོག་སོགས།	ཁེག	ཁེག	ཁེག	
སྟོང་སོགས་ཆུས།	ཁེང་།	ཁེང་།	ཁེང་།	
སྟོགས་བའི་དོན་གྱི།	ཁོམ།	ཁོམ།	ཁོམ།	
འགོས་ནད་སོགས་གང་སར།	ཁུག	ཁུག	ཁུག	
ཞེ།	ཁེལ།	ཁེལ།	ཁེལ།	
ཁོང་ཁོ་བའི་དོན་གྱི།	ཁོ།	ཁོ།	ཁོས།	
ཡི་གེ་སོགས།	མཁས།	མཁས།	མཁས།	
ཅ་ལག་སོགས་རང་གཞན་ལ།	མཁོ།	མཁོ།	མཁོ།	
ཤེས་བའི་ཞེ་ཆོག	མཁུན།	མཁུན།	མཁུན།	མཁུན།
གཞན་ལ།	འཁང་།	འཁང་།		
བརྒྱལ་བའི་དོན་གྱི།				
སྤང་སེམས་གྱིས།	འཁུ།	འཁུ།	འཁུ།	
ངག	འཁུན།	འཁུན།	འཁུན།	
གོ་བའི་དོན་གྱི།	འཁུན།	འཁུན།	འཁུན།	
ལུས་སོགས།				
ཁེས་པོ་སོགས།	འཁུར།	འཁུར།	ཁུར།	ཁུར།
མར་ཁུ་སོགས།	འཁེང་།	འཁེང་།		
གཏན་འཁེལ་བའི་དོན་གྱི།	འཁེལ།	འཁེལ།	ཁེལ།	
ཆས་བའི་དོན་གྱི།				
གདན་སོགས་ལ།	འཁོད།	འཁོད།	འཁོད།	
དག་དང་།	འཁོན།	འཁོན།	འཁོན།	
འབྲགས་ནས།	འཁོབ།	འཁོབ།		
ཁུབ་བའི་དོན་གྱི།				
འཁོར་ལོ་སོགས།	འཁོར།	འཁོར།	འཁོར།	
ཁ་སོགས་ཚུར།	འཁོར།	འཁོར།	འཁོར།	འཁོར།
ཆུ་སོགས།	འཁོལ།	འཁོལ།	ཁོལ།	
ཐན་དུ།	འཁོལ།	འཁོལ།	འཁོལ།	

ནན་ཡུལ་མཁུན་རབ་འོད་གསལ་གྱི་བད་སྒྲིང་སྒྲོར་གྱི་ཚུམ་ཡིག

རྒྱུ་ལག་སོགས།	འབྲུག།	འབྲུག།		
ཡུལ་གཞན་སོགས་སྤྱ།	འབྲུམ།	འབྲུམ།		
ཡུལ་གཞན་སོགས་སྤྱ།	འབྲུར།	འབྲུར།	འབྲུར།	
འཁོར་བའི་དོན་གྱི།	འཁྲིར།	འཁྲིར།	འཁྲིར།	
ཆུ་སོགས།	འཁྲིལ།	འཁྲིལ།	འཁྲིལ།	
སྒོ་ག་སོགས།	འབྲུག།	འབྲུག།		
ལུས་སོགས་སྤྱ།	འབྲུད།	འབྲུད།	འབྲུད།	འབྲུད།
ལས་སྤྱ་སོགས།	འབྲུར།	འབྲུར།	འབྲུར།	
སྒོས་བའི་དོན་གྱི།	འབྲུས།	འབྲུས།	འབྲུས།	འབྲུས།
ཅ་ལག་སོགས།	འཁྲེར།	འཁྲེར།	ཁྲེར།	ཁྲེར།
མཐའ།	འཁྲོང་།	འཁྲོང་།		
ཆུ་སོགས།	འཁྲོམ།	འཁྲོམ།		
ལུས་སོགས།	འཁྲོར།	འཁྲོར།	འཁྲོར།	
མཐའ།	འཁྲོལ།	འཁྲོལ།	འཁྲོལ།	
རང་ཡུལ་སོགས་ལ།	འབྲ།	འབྲ།	འབྲས།	
སྒོ་སོགས།	འབྲབ།	འབྲབ།		
ཞེན་བའི་དོན།	འཁྲི།	འཁྲི།	འཁྲིས།	
དཔེ་ཆ་དང་རྟོག་སོགས།	འཁྲིད།	འཁྲིད།	ཁྲིད།	ཁྲིད།
འབྲུད་བའི་དོན།	འཁྲིལ།	འཁྲིལ།	འཁྲིལ།	
སྒོད་ཁོག།	འབྲ།	འབྲ།	འབྲ།	
ཤོག་གྲངས་སོགས།	འབྲུག།	འབྲུག།		
མེ་ཉོག་སོགས།	འབྲུང་།	འབྲུང་།		
སེམས་སོགས།	འབྲུལ།	འབྲུལ།	འབྲུལ།	
རང་གི་ལུང་བར།	འཁྲེན།	འཁྲེན།	འཁྲེན།	
རྟོག་སོགས།	འཁྲེབ།	འཁྲེབ།		
བྱས་ཆོག་སོགས།	འཁྲོག།	འཁྲོག།		
རོལ་མོ་སོགས་རང་བཞིན་གྱིས།	འཁྲོལ།	འཁྲོལ།	འཁྲོལ།	

ག

སྟོང་སྟོགས་ཆུས།	གང་།	གང་།	གང་།	
ཆང་དུ།	གག།	གག།	གག།	
ཤིང་སྟོགས་ཐུར་དུ།	གལ།	གལ།	གལ།	
གུད་པའི་དོན་གྱི།	གཤ།	གཤ།		
སྟོབ་དཔོན་སྟོགས་ལ།	གུས།	གུས།	གུས།	
ཆིག་དོན་སྟོགས།	གོ།	གོ།	གོ།	
ཤོག་བྲ་སྟོགས།	གོག།	གོག།	གོག།	
ཐུགས་སྟོགས།	གོད།	གོད།	གོད།	
སྟོང་བཟང་སྟོགས།	གོམས།	གོམས།	གོམས།	
ཁྱོར་པའི་དོན་གྱི།	གོལ།	གོལ།	གོལ།	
ཡུལ་སྟོགས།	གུར།	གུར།	གུར།	
དབྱངས་སྟོགས།	གེར།	གེར།	གེར།	གེར།
གོས་སྟོགས།	གྲོན།	གྲོན།	གྲོན།	གྲོན།
ལྷ་སྟོགས།	གལ།	གལ།	གལ།	
ཡོངས་སྟུ།	གལས།	གལས།	གལས།	
ཆུ་ཁོལ་སྟོགས།	གང་།	གང་།	གང་།	
ཁ་འཁོར་པའི་དོན་གྱི།	གམ།	གམ།	གམ།	
ཆག་པའི་དོན་གྱི།	གུམ།	གུམ།	གུམ།	
ཆོགས་འདུ་སྟོགས།	གྲོལ།	གྲོལ།	གྲོལ།	
ལྷ་མི་སྟོགས།	ལྷ།	ལྷ།	ལྷས།	ལྷོས།
ལྷན་པ་སྟོགས།	ལྷན།	ལྷོན།	ལྷན།	ལྷོན།
གཡལ་པའི་དོན་གྱི།	ལྷལ།	ལྷལ།	ལྷལ།	
གཏམ་བཤད་པའི་དོན་གྱི།	ལྷེང་།	ལྷེང་།	ལྷེངས།	ལྷེངས།
ལྷེ་བ་སྟོགས་ལེབ་མོར།	ལྷེབ།	ལྷེབ།	ལྷེབས།	ལྷེབས།
བཏང་པའི་དོན་གྱི།	ལྷོད།	ལྷོད།	ལྷོད།	ལྷོད།
ཆུ་སྟོགས།	དགག།	འགོག།	བགག།	འོག།
སྟོང་སྟོགས།	དགང་།		བགང་།	འོང་།
ཁང་པའི་ཐོག་སྟོགས།	དགག།		བགག།	འོག།

ནོན་ལུལ་མཁུན་རབ་འོད་གསལ་གྱི་བད་སྟོང་སྟོར་གྱི་ཚུམ་ཡིག

སེམས།	དགལ།	དགལ།	དགལ།	
ལོགས་སྤྱ།	དགར།	དགར།	བགར།	འོར།
ཁལ་སོགས།	དགལ།	འགལ།	བགལ།	འོལ།
རྩོ་ཤིང་སོགས།	དགས།	འགས།	བགས།	འོས།
ལུས་མདུན་དུ།	དགྲ།	དགྲ།	དགྲ།	
ཤིང་སོགས།	དགུག		བགུག	ལྷག
བསད་པའི་དོན་གྱི།	དགུམ།	འགུམ།		ལྷམ།
ལུལ་བྱུགས་སོགས།	དགོ།	དགོ།	དགོ།	
ཐུགས།	དགོས།	དགོས།	དགོས།	
ཅ་བ་སོགས།	དགོག	འགོག	བགོག	འོག
དོན་སོགས།				
འཆར་གཞི་སོགས།	དགོད།	འགོད།	བགོད།	འོད།
དཔེ་ཆ་སོགས།	དགོས།	དགོས།	དགོས།	
སེམས།	དགྱེས།	དགྱེས།	དགྱེས།	
གྲོང་ནས་སོགས་ཐང་མར།	དགྲམ།	འགྲམ།	བགྲམ།	འོམ།
གཞུང་དོན་སོགས།	དགྲོལ།	འགྲོལ།	བགྲལ།	འོལ།
མདུད་པ་སོགས།	དགྲོལ།	འགྲོལ།	བགྲོལ།	འོལ།
ལམ།	བགག	བགག		
གད་མོ།	བགད།	དགོད།	བགད།	དགོད།
ཆོད།	བགམ།	བགམ།	བགམ།	བགོམ།
གོས་སོགས་ལུས་ལ།	བགོ།	བགོ།	བགོས།	བགོས།
དདུལ་སོགས།	བགོ།	བགོད།	བགོས།	བགོས།
གོམ་པ།	བགོམ།	བགོམ།		
ལམ་དུ།	བགོར།	བགོར།	བགོར།	
དུས།	བགྱང་།	བགྱང་།		
བྱ་བ།	བགྱི།	བགྱིད།	བགྱིས།	བྱིས།
གྲངས་དང་སྤོང་བ།	བགྲང་།	བགྲང་།		
མིག་དང་རྒྱུ་པ་སོགས།	བགྲད།	བགྲད།	བགྲད།	བགྲོད
གཡང་ལ།	བགྱིལ།	བགྱིལ།	བགྱིལ།	བགྱིལ།
འབྲས་ལྷགས་སོགས།	བགྲ།	བགྲ།	བགྲས།	བགྲས།
ཚུ་རྟོག	བགྲང་།	བགྲང་།		

ལོ་ན།	བགྲུ་ས།	བགྲུ་ས།	བགྲུ་ས།	
བཀའ་བྱོལ་སོགས།	བགྲོ།	བགྲོ།	བགྲོ་ས།	བགྲོ་ས།
མ་དཔོན་སོགས།	བགྲོང་།	དགྲོང་།		
ལམ།	བགྲོད།	བགྲོད།	བགྲོད།	བགྲོད།
གྱི་སོགས།	མགར།	མགར།	མགར།	མགོར།
མོ་སེམས།	མགུ།	མགུ།	མགུ།	
མུར་བའི་དོན་གྱི།				
སྐད་སོགས།	འགག།	འགག།		
འཐད་བའི་དོན་གྱི།	འགབ།	འགབ།	འགབ།	
ཅམ་པ་སོགས།	འགམ།	འགམ།		
པན་ཚུན།	འགལ།	འགལ།	འགལ།	
ཤིང་སོགས་ལ་སེར་ཁ།	འགས།	འགས།	གས།	
འཆི་བའི་དོན་གྱི།	འགུམ།	འགུམ།	གུམ།	
ལག་པ་སོགས།	འགུལ།	འགུལ།	འགུལ།	
དགྲ་ཡི་སྒྲུང་པ།				
རིམས་ནད་སོགས།	འགོ།	འགོ།	འགོ་ས།	
ཡུན་རིང་དུ།	འགོར།	འགོར།	འགོར།	
འགོར་བའི་དོན་གྱི།	འགུང་།	འགུང་།		
ལུས་སོགས།	འགྱིང་།	འགྱིང་།		
ནམ་རྟོག་སོགས།	འགྲ།	འགྲ།	འགྲས།	
རུས་པ་དོ་རུ།	འགྲར།	འགྲར།	འགྲར།	
སྐད་དང་གཤིས་ཀ་སོགས།	འགྲར།	འགྲར།	འགྲར།	
ལུས་སོགས།	འགྲེལ།	འགྲེལ།	འགྲེལ།	
སྟོགས་གཉིས་སྟུ།	འགྲེས།	འགྲེས།	གྲེས།	
སེམས།	འགྲོད།	འགྲོད།	འགྲོད།	
ལྟོ་བ།	འགྲང་།	འགྲང་།		
བསྐྱུན་བའི་དོན་གྱི།	འགན།	འགན།	འགན།	འགན།
ཞེ།	འགས།	འགས།	འགས།	
གྲོས་སོགས།	འགྲིག།	འགྲིག།		
ཟད་བའི་དོན་གྱི།	འགྲིབ།	འགྲིབ།	འགྲིབ།	
རྒྱལ་ཁམས་སོགས།	འགྲིམ།	འགྲིམ།		

ནུབ་ལུ་མཁུན་རབ་འོད་གསལ་གྱི་བད་སྟོང་སྟོར་གྱི་ཙོམ་ཡིག

སྟོགས་གཅིག་དྲུ	འགྲིལ།	འགྲིལ།	གྲིལ།	
བབ་དྲུ།	འགྲིལ།	འགྲིལ།	འགྲིལ།	
བྱ་བ་སོགས།	འགྲུག།	འགྲུག།	གྲུག།	
འབད་པའི་དོན་གྱི།	འགྲུས།	འགྲུས།	འགྲུས།	འགྲུས།
རིགས་མཚུངས་པའི་དོན་གྱི།	འགྲེ།	འགྲེ།	འགྲེས།	
གྲེན་དྲུ།	འགྲེང་།	འགྲེང་།		
སྟོགས་དང་།	འགྲོག།	འགྲོག།		
ན་ཚན་ན་ནས།			གྲོངས།	
མོ་ན།	ག།	ག།	གས།	
ལུས་སོགས།	གྱད།	གྱད།	གྱད།	
འཚང་།	གྱ།	གྱ།	གྱས།	
དགྲ་སོགས་ལས།	གྱལ།	གྱལ།	གྱལ།	
ལུས་སོགས།	གྱས།	གྱས།	གྱས།	
འགྲོ་བའི་དོན།	གྱ།	གྱ།	གྱ།	
མཁྱོགས་པོར།	གྱག།	གྱག།	གྱགས།	གྱགས།
ཚུ་པོ་སོགས།	བཀལ།	བཀལ།	བཀལ།	བཀལ།
དགྲ་ལ།	བཀལ།	བློལ།	བཀལ།	བློལ།
སྟོང་ལ།	བཀྱག།	བཀྱགས།		
མདའ་རྩོལ་སོགས།	བཀྱག།	བྱག།	བཀྱག།	བློལ།
གོ་བ་སོགས།	བཀྱང་།	བློང་།		བློངས།
བྱུན་གྱིས།	བཀྱན།	བྱན།	བཀྱན།	བྱན།
སྟེང་བ་སོགས།	བཀྱ།	བྱད།	བཀྱས།	བྱས།
ན་སོགས།	བཀྱག།	བྱག།		བྱགས།
གཅིག་ནས་གཅིག་དྲུ།	བཀྱད།	བཀྱད།	བཀྱད།	བཀྱད།
སྟེ་སོགས།	བཀྱག།	བྱག།		བློགས།
མནའ་སོགས།	བཀྱར།	བྱར།	བཀྱར།	བློར།
བྱ་རམ་སོགས།	བཀྱར།	བྱར།	བཀྱར།	བློར།
ལམ་སོགས་སྟུ།	བཀྱག།	བྱག།		བྱགས།
མགོ་སོགས།	བཀྱར།	བྱར།	བཀྱར།	བློར།
རྩོ་སོགས།	བཀྱལ།	བྱལ།	བཀྱལ།	བློལ།

ནན་ལུལ་མཐུན་རབ་འོད་གསལ་གྱི་བད་སྟོང་སྟོར་གྱི་ཙོམ་ཡིག

བཀའ་སྟོགས།	བཟློ།	ཟློ།	བཟློས།	ཟློས།
ཐན་སྟོགས།	བཟློང།	ཟློང།		ཟློངས།
བསམ་གཏན་སྟོགས།	བཟློམ།	ཟློམ།		ཟློམས།
སྒྲ་སྟོགས།	བཟློར།	ཟློར།	བཟློར།	ཟློར།
ལིང་སྟོར་སྟོགས།	བཟློལ།	ཟློལ།	བཟློལ།	ཟློལ།
གསར་འགྱུར་སྟོགས།	བཟློག།	ཟློག།		ཟློགས།
བསད་པའི་དོན་གྱི།	བཟློལ།	ཟློལ།	བཟློལ།	ཟློལ།
གུལ་སྟོགས།	བཟློག།	ཟློག།		ཟློགས།
ཕན་ཚུན་འགྱུར་པའི།	བཟློན།	ཟློན།	བཟློན།	ཟློན།
མོངས་པ་སྟོགས་གྱིས།	བཟློག།	ཟློག།		ཟློགས།
མོ་སྟོགས།	བཟློམ།	ཟློམ།		ཟློམས།
མི་གྲུ་སྟོགས།	བཟློལ།	ཟློལ།	བཟློལ།	ཟློལ།
རྩོ་མིང་སྟོགས།	བཟློག།	ཟློག།		ཟློགས།
དཔེ་སྟོགས་དང་།	བཟློན།	ཟློན།	བཟློན།	ཟློན།
ལས་དོན་སྟོགས།	བཟློལ།	ཟློལ།		ཟློལས།
རིགས།	བཟློ།	ཟློ།	བཟློས།	ཟློས།
རྒྱལ་མཚན་སྟོགས།	བཟློང།	ཟློང།		ཟློངས།
བུད་མེད།	བཟློད།	ཟློད།	བཟློད།	ཟློད།
མངལ་དར་སྟོགས།	བཟློན།	ཟློན།	བཟློན།	ཟློན།

༨

དཀའ་པའི་དོན་གྱི།	ངལ།	ངལ།	ངལ།	
བྱིས་པ་སྟོགས།	ངུ།	ངུ།	ངུས།	ངུས།
མརྩོ་སྟོགས།	ངུར།	ངུར།	ངུར།	
དོན་སེམས་ལ།	ངེས།	ངེས།	ངེས།	
ཅ་ལག་སྟོགས་གཞན་ལ།	ངོས།	ངོས།	ངོམས།	ངོམས།
ཡིད་སྟོགས།	ངོམས།	ངོམས།	ངོམས།	
སྒྲག་པའི་དོན་གྱི།				

ཚར་དུ།	དང་།	དང་།	དང་།	
པོ་ཉ་སོགས།	མངག	མངག		
གསལ་བའི་དོན་གྱི།	མཛོ།	མཛོ།	མཛོ།	
ལུས།	རུས།	རུས།	རུས།	
མདོག་རང་བཞིན་གྱིས།	སྟོ།	སྟོ།	སྟོ།	
བཅས་མ་སོགས།	བར།	ར།	བརས།	རྟོས།
ཟས་ཞོར་སོགས་གྱིས།	བརན།	རན།	བརན།	རྟོན།
རྒྱ་དངོས་ལ།	བརམ།	རམ།		
དབུགས་སོགས།	བརྟུབ།	རྟུབ།		རྟུབས།
ནས་སྟན་སོགས།	བརྟོ།	རྟོ།	བརྟོས།	རྟོས།
སྟུ་ཐབས་གྱིས།	བརྟོད།	རྟོད།	བརྟོད།	རྟོད།
ཡི་དུགས་སོགས།	བརྟོན།	རྟོན།	བརྟོན།	རྟོན།
ཡོན་ཏན་སོགས།				
དག་ཅ་སོགས།	བརྟོ།	རྟོ།	བརྟོས།	རྟོས།
མཆང་སོགས།	བརྟོག	རྟོག		རྟོགས།

ཅ

དགར་ཡོལ་སོགས།	གཅག	གཅོག	བཅག	ཆོག
ཞབས་གྱིས།	བཅག	འཆག		
ཡིད་ལ།	བཅང་།	འཆང་།		
	།	།		
ཞིང་སོགས།			བཅད།	ཆོད།
གཅིན།	གཅི།	གཅི།	གཅིས།	
བར་དུ།			བཅིར།	
ལག་བ་སོགས།	གཟ།	གཟ།	གཟས།	
ཐབས་གྱིས་དུ་ཟུ་ཆོད་སོགས།			བཟུག།	ཆུག།
ཉེས་ཅན་སོགས།			བཟུར།	ཆུར།
བྱ་ཆ་སོགས།			གཅེས།	

ཁྲིམས་སོགས།	བཅའ།		བཅས།	ཆོས།
སྒྲུ་མདུན་སོགས་ལ།			བཅས།	
ཞགས་པ་སོགས་གྱིས།	བཅིང་།			
རྟ་སོགས།				
ཁུ་སོགས།	བརྒྱ།	འཁུ།	བརྒྱས།	ཁུས།
མེ་ཤིང་སོགས།			བཅེད།	
སྒྲོན།		བཅོ།	འཆོས།	
ཆོས།				
བྲ་སོགས།			བཅོལ།	ཆོལ།
གཡང་ལ།	ལྷེབ།	ལྷེབ།	ལྷེབས།	
མོ་རུས་གྱིས།			ལྷོགས།	

ཆ

དཀར་ཡོལ་སོགས།	ཆག།	ཆག།	ཆག།	
འཛིག་རྟེན་སོགས།	ཆགས།	ཆགས།	ཆགས།	
འདྲོད་ཡོན་སོགས་ལ།	ཆགས།	ཆགས།	ཆགས།	
ཡི་དང་ཐག་པ་སོགས།	ཆད།	ཆད།	ཆད།	
ལམ་དུ།	ཆས།	ཆས།	ཆས།	
རང་བཞིན་གྱིས།	ཆུང་།	ཆུང་།	ཆུང་།	
དོན་ཁོང་དུ།	ཆུད།	ཆུད།	ཆུད།	
དོན་ཁོང་དུ།	ཆུབ།	ཆུབ།	ཆུབ།	
ཡིད།	ཆེས།	ཆེས།	ཆེས།	
འཐད་པའི།	ཆོག།	ཆོག།	ཆོག།	
མོ་ཐག་སོགས།	ཆོད།	ཆོད།	ཆོད།	
དག་སོགས།	ཆོམ།	ཆོམ།	ཆོམ།	
སྒྲུབས་སྒྲུ།	མཆི།	མཆི།	མཆིས།	མཆིས།

ནན་ལུལ་མཁུན་རབ་འོད་གསལ་གྱི་བད་སྟོང་སྟོར་གྱི་ཚུལ་ཡིག

མེ་སོགས།	མ་ཆེད་ མཆེད།	མཆེད།		
གཡང་སོགས་ལ།	མཆོང་།	མཆོང་།		
ལྷ་སོགས།	མཆོད།	མཆོད།	མཆོད།	མཆོད།
རྒྱན་སོགས་གྱིས།	མཆོར།	མཆོར།	མཆོར།	
སྟོག་སོགས།	འཆད།	འཆད།	ཆད།	
མཐུན་བའི་དོན་གྱི།	འཆམས།			
སྟོག་ར་སོགས།	འཆམས།			
རུས་བ་སོགས།	འཆལ།	འཆལ།	འཆོས།	འཆོས།
ཉི་ཟླ།	འཆར།	འཆར།	ཤར།	
ཚུལ་ཁྲིམས་སོགས།	འཆལ།	འཆལ།	འཆལ།	
ནད་བ་སོགས།	འཆི།	འཆི།	ཤི།	
ཁོར་བའི།	འཆུག།	འཆུག།		
རྩ་མོད་སོགས།	འཆུན།	འཆུན།	ཆུན།	
སྒྲིང་།	བ་སོགས།	འཆུས།	འཆུས།	འཆུས།
ཁས།	འཆེ།	འཆེ།	འཆེས།	འཆེས།
གད་མོ་སོགས།	འཆོར།	འཆོར།	འོར།	

༤

ཐུག་འབྲལ་གྱི་ཞེ་ཆིག	མཇལ།	མཇལ།	མཇལ།	མཇོལ།
ཆིག་དོན་སོགས་སྟོ་ལ།			འཇགས།	
སྟོག་ནས་དལ་བྱས།	འཇག།	འཇག།	འཇགས།	
རང་བཞིན་གྱིས།		འཇམ།	འཇམ།	
ཁང་རྩེང་སོགས།	འཇིག།	འཇིག།	ཞིག།	
གཅན་གཟན་སོགས་ལ།			འཇིགས།	
ཁྲག་སོགས།	འཇིག།	འཇིག།	འཇིགས།	
ལྷོ་སོགས།	འཇུ།	འཇུ།	ལྷ།	
རྒྱ་རྒྱན་སོགས།	འཇུ།	འཇུ།	འཇུས།	འཇུས།
ན་བར།	འཇེག།	འཇེག།	འཇེགས།	

ཉན་ལུ་མཐུན་རབ་འོད་གསལ་གྱི་བད་སྟོད་སྟོར་གྱི་ཚུམ་ཡིག

རིད་པའམ་རྒྱད་པའི།	རྒྱད།	རྒྱད།	རྒྱད།	
ཅ་ལག་སོགས།	བརྒྱ།	བརྒྱ།	བརྒྱས།	རྒྱས།
ཆིག་དོན་སོགས་སེམས་གྱིས།	བརྒྱད།	བརྒྱད།	བརྒྱད།	
བསྟོད་བསྟུགས་བྱེད་པའི་དོན་གྱི།	བརྒྱད།	རྒྱད།	བརྒྱ ད ་	
བཤད་པའི་དོན་གྱི།	བརྒྱད།	རྒྱད།	བརྒྱད།	རྒྱད།

ན

གཞན་ནོར་སོགས།	ནར།	ནར།	ནར།	ནོར།
ལུས་སོགས།	ནམས།	ནམས།	ནམས།	
མལ་དུ།	ནལ།	ནལ།	ནལ།	ནོལ།
རི་སོགས།	ནིལ།	ནིལ།	ནིལ།	
རང་བཞིན་གྱིས།	ཅུང་ཅུང་ཅུང་།			
མཐའ་མཆོམས་སྟུ།	ཅུལ།	ཅུལ།	ཅུལ།	ཅུལ།
ལག་པས།	ནེད།	ནེད།	ནེད།	ནེད།
འཆར་གཞི་མ་བཞེད་བས།	ནེས།	ནེས།	ནེས།	
ཅ་ལག་སོགས།	ནོ།	ནོ།	ནོས།	ནོས།
གཟུགས་པོ་སོགས།	ནོབ།	ནོབ།	ནོབ།	མལ་ གྱ།
གཉིད།	གཉིད།	གཉིད།		
ནགས་སྟུ།	གཅུལ།	གཅུལ།	གཅུལ།	
དོན།	གཉེར།	གཉེར།	གཉེར།	
སྐད་ཆ་སོགས།	མནན།	ནན།	མནན།	ནོན།
ཀོ་བ་སོགས།	མནེ།	མནེད།	མནེས།	
རིག་བྲ།	མནེན།	མནེན།	མནེན།	
དགའ་བའི་ཞེ་ཆོག	མནེས།	མནེས།	མནེས།	
མེ་ཉྟག་སོགས།	རྩེད།	རྩེད།	རྩེད།	
ཅ་ལག་སོགས།	རྩེད།	རྩེད།	རྩེད།	

ནུབ་ལུ་མཁུན་རབ་འོད་གསལ་གྱི་བད་སྟོང་སྟོར་གྱི་ཚུལ་ཡིག

འིང་ཆད་གྱིས།	ཚྱོག་	ཚྱོག་	ཚྱོག་	
སྒྲ།	སྒྲ།	སྒྲ།	སྒྲ།	
ཡིད་ལ།	སྒྲལ།	སྒྲལ།	སྒྲལ།	
རྒྱུ་ལག་སོགས་བརྒྱུད་ས་པའི་དོན་གྱི།	བརྒྱུད་།	ཚྱོད་།		
དངུལ་སོགས།	བརྒྱུ།	ཚྱོ།	བརྒྱུ།	ཚྱོ།
རྒྱ་ལོར་སོགས།	བརྒྱ།	ཚྱ།	བརྒྱས།	ཚྱོས།
གོ་གནས་སོགས།	བརྒྱས།	བརྒྱས།	བརྒྱས།	
ཁ་འདྲིས་པའམ་ལང་ཤོར་གྱི།	བརྒྱགས།			
བྱ་ལོན་སོགས།	བསྐྱལ།	སྐྱོག་		
གཏམ་སོགས།	བསྐྱད།	སྐྱོད།	བསྐྱད།	སྐྱོད།
ཅ་ལག་སོགས།	བསྐྱལ།	སྐྱོག་		
ཁོད་སོགས།	བསྐྱལ།	སྐྱོག་		
ཆང་སོགས།	བསྐྱལ།	སྐྱོག་	བསྐྱལ།	སྐྱོག་
སྒྱུ་བཟེད་སོགས།	བསྐྱེག་	སྐྱེག་		
བྲག་རི་སོགས།	བསྐྱེལ།	སྐྱེལ།	བསྐྱེལ།	སྐྱེལ།
ཆོས་སོགས་བྲག་པའི་དོན་གྱི།	བསྐྱེག་	སྐྱེག་		
ཉུང་དུ་བཏང་པའི་དོན་གྱི།	བསྐྱུང་།	སྐྱུང་།		
ན་པའི་ཞེ་ཆོག་	བསྐྱུན།	སྐྱུན།	བསྐྱུན།	
ལུས་རྒྱལ་དུ།	བསྐྱེ།	སྐྱེ།	བསྐྱེས།	སྐྱེས།
གནས་སྒྲ།	བསྐྱེག་	སྐྱེག་		
སྒྲག་པའི་དོན་གྱི།	བསྐྱེད་ས།			
ང་རྒྱལ་བུས་པའི་དོན་གྱི།	བསྐྱེལ།	སྐྱེལ།		
ཁོ་གཉེར་བསྐྱས་པའི་དོན་གྱི།	བསྐྱེད།	སྐྱེད།	བསྐྱེད།	
བརྒྱེད་པའི་ཞེ་ཆོག་	བསྐྱེལ།	བསྐྱེལ།	བསྐྱེལ།	
རྒྱ་སོགས།	བསྐྱོག་	སྐྱོག་		
བྱིན་པའམ་གསོ་པའི།	བསྐྱོད།	སྐྱོད།	བསྐྱོད།	སྐྱོད།
ཡིན་མིན་སོགས།	བསྐྱོན།	སྐྱོན།	བསྐྱོན།	སྐྱོན།
བསྐྱེལ་པའི་དོན་གྱི།	བསྐྱོད།	སྐྱོད།	བསྐྱོད།	སྐྱོད།

ནན་ཤུལ་མཁུན་རབ་འོད་གསལ་གྱི་བད་སྟོང་སྟོར་གྱི་ཚཱ་ཡིག

ཡིག་འཕྲིན་སོགས།	གཏང་།	གཏོང་།	བཏང་།	ཐོང་།
ཐོ།	གཏང།	གཏང།	གཏང།	གཏོང།
སྟོང་སོགས་བཀང་བའི་དོན་གྱི།				
ཁྱེག་བཅག་བའི་དོན་གྱི།	གཏང།	གཏང།	གཏང།	གཏོང།
སྟོན་སོགས།	གཏིག།	གཏིག།		
ཕན་ཚུན།	གཏུག།	གཏུག།		
དུམ་བུར།	གཏུག།	གཏུག།		
གོས་གྱིས།	གཏུམ།	གཏུམ།		ཐུམས།
སྟོས་སྤར་བའི་དོན་གྱི།	གཏུལ།	གཏུལ།	གཏུལ།	གཏུལ།
སེ་གོལ་དང་རྟན་སྒྲ།	གཏོག།	གཏོག།		
མངའ་ཁོངས་སྒྲ།				
ལམ་སྟོལ་སོགས།	གཏོང།	གཏོང།	བཏོང།	གཏོང།
མེ་ཏོག་སོགས།	གཏོར།	གཏོར།	གཏོར།	གཏོར།
ཐགས་དང་ཅུམ་བ་སོགས།	བཏག།	འཐག།		འཐོག།
ཚུ་ཐིགས་སོགས།	བཏིག།	གཏིག།		
མེ་ཏོག་སོགས།	བཏུ།	འཐུ།	བཏུས།	ཐུས།
ང་སོགས།	བཏུང་།	འཐུང་།		
སྒྲ་སོགས།	བཏོག།	འཐོག།		ཐོགས།
གྲོད་པ།	ལྟོགས།	ལྟོགས།	ལྟོགས།	
ལུལ་བའི་དོན།	བལྟལ།	ལྟོལ།		ལྟོལས།
ཐས་སོགས་གཞན་ལ།	ལྟེར།	ལྟེར།	ལྟེར།	ལྟེར།
འཛིག་བའི་དོན་གྱི།	ལྟོང་།	ལྟོང་།	ལྟོངས།	
ཅ་ལག་སོགས།	ལྟོར།	ལྟོར།	ལྟོར།	
ལུས་སོགས་རྒྱས་བའི་དོན།	བལྟ།	བལྟ།	བལྟས།	
ལེགས་ཉེས་སོགས།	བལྟག།	ལྟོག།		ལྟོགས།
གཞན་ལ་ཡིད།	བལྟན།	ལྟོན།	བལྟན།	ལྟོན།
བྱ་བའི་འཕྲོ་སོགས།	བལྟལ།	ལྟུལ།	བལྟལ།	ལྟུལ།
གཞན་ལ།	བལྟན།	ལྟོན།	བལྟན།	ལྟོན།
ལྟོལ་སོགས་ཐག་བསམ།	བལྟོང།	ལྟོང།	བལྟོང།	ལྟོང།
གནས་སྒྲ།	བལྟལ།	ལྟོལ།	བལྟལ།	

ནན་ལུལ་མཁུན་རབ་འོད་གསལ་གྱི་བད་སྟོང་སྟོར་གྱི་ཚིམ་ཡིག

ནག་ཁག་སོགས།	བརྟེལ།	རྟེལ།	བརྟེལ།	རྟེལ།
ལྷན་མོ་སོགས།	བལྷ།	ལྷ།	བལྷས།	ལྷོས།
གོས་སོགས།	བལྷག།	ལྷོག།		ལྷོགས།
ལྷ་གྲུ་སྟེམ་པའི་ཞེ་ཚིག།				
ཁྱེད་ཀྱིས།	བལྷང་།	ལྷང་།		ལྷོངས།
རྟ་ལ་སྒྲ་བརྒྱབ་པའི་དོན།	བལྷད།	ལྷོད།	བལྷད།	ལྷོད།
ལམ་སོགས།	བལྷན།	ལྷོན།	བལྷན།	ལྷོན།
གྲལ་དང་སྟེང་སོགས།	བལྷར།	ལྷར།	བལྷར།	ལྷོར།
གནས་སྤྱ།	བལྷེ།	ལྷེ།	བལྷེས།	ལྷེས།
འཕྲ་སྟོང་གྱེད་པའི་དོན་གྱི།	བལྷོང་།	ལྷོང་།		ལྷོངས།
ཐིམ་དུ་བརྒྱག་པའི་དོན།	བལྷེམ།	ལྷེམ།		ལྷེམས།
ཐུང་དུར་བཏང་པའི་དོན་གྱི།	བལྷུང་།	ལྷུང་།		ལྷུངས།
རྒྱན་མཐུད་པའི་དོན།	བལྷུད།	ལྷུད།	བལྷུད།	ལྷུད།
མཐུན་པར་བྲས་པའི་དོན།	བལྷུན།	ལྷུན།	བལྷུན།	ལྷུན།
བསྐྱགས་པའི་དོན།	བལྷོད།	ལྷོད།	བལྷོད།	ལྷོད།

ཐ

བཙོན་སོགས་ལས།	ཐར།	ཐར།	ཐར།	
ཚོད་ཐེག་པའི་དོན།	ཐེག།	ཐེག།	ཐེག།	
ཚུའི་ནང་དུ།	ཐེམ།	ཐེམ།	ཐེམ།	
པན་ཚུན་འཕྲད་པའི་དོན།	ཐུག།	ཐུག།	ཐུག།	
དུས་ལྷན་སོགས།	ཐུང་།	ཐུང་།	ཐུང་།	
དགྲ་པོ་སོགས།	ཐུག།	ཐུག།	ཐུག།	
དགྲ་སོགས་བརྟེལ་ནས།	ཐུལ།	ཐུལ།	ཐུལ།	
རྟོ་སོགས་བཏེགས་ནས།	ཐེག།	ཐེག།	ཐེག།	
ཕྱོགས་ལ།	ཐེགས།		ཐེགས།	

ཉན་ལུ་མཐུན་རབ་འོད་གསལ་གྱི་བད་སྟོང་སྟོར་གྱི་ཚུལ་ཡིག

འབྱོར་བའི་དོན་གྱི།	ཐེང་།	ཐེང་།	ཐེངས།	
ནད་གྱིས།	ཐེབ།	ཐེབ།	ཐེབ།	
འགག་བའི་དོན་གྱི།	ཐོགས།		ཐོགས།	
ལག་ཏུ།	ཐོགས།		ཐོགས།	ཐོགས།
རང་སྟོག་སོགས་སྟོས།	ཐོང་།	ཐོང་།	ཐོང་།	
ན་བས།	ཐོས།	ཐོས།	ཐོས།	
ཐག་བ་སོགས།	མ་ཐུད།		མ་ཐུད།	མ་ཐུད།
བསམ་སྟོ་སོགས།	མ་ཐུན།		མ་ཐུན།	
མིག་གིས།	མ་ཐོང་།		མ་ཐོང་།	
ཉེས་བ་སོགས།	མ་ཐོལ།		མ་ཐོལ།	
ཤ་ཁུ་སོགས།	འཐག	འཐག	ཐག	
སྟོ་སོགས་ལ།	འཐད།		འཐད།	
དམག་སོགས།	འཐབ།			
གྲོགས་སྟུ།	འཐམ།			
གནམ་སོགས།	འཐེབ།			
བསྐྱེད་ཆ་བརྒྱབ་བའི།	འཐུ།	འཐུ།	འཐུས།	འཐུས།
དབྱགས་སོགས།	འཐུམ།			
དུ་བ།	འཐུལ།		འཐུལ།	
འགྲིག་བའམ་ཆོག་བའི།	འཐུས།		འཐུས།	
ཞ་འགྲོས།	ཐེ ད ་ བ འི ་ དོན།	འཐེང་།	འཐེང་།	
ཐག་བ་སོགས།	འཐེན།		འཐེན།	འཐེན།
ནང་ནས་ཕྱིར།	འཐོན།		ཐོན།	ཐོན།
བཤོ་སྒྲལ་སོགས།	འཐོབ།		ཐོབ།	
མཤོ་བོ་སོགས།	འཐོམ།			
རང་བཞིན་གྱིས།	འཐོར།		འཐོར།	

ད

འདུན་བའི་དོན་གྱི།	དད།	དད།	དད།	
-------------------	-----	-----	-----	--

ཉན་ལུལ་མཁུན་རབ་འོད་གསལ་གྱི་བད་སྟོང་སྟོར་གྱི་ཚུལ་ཡིག

སྟོལ་བཟང་སོགས།	དར།	དར།	དར།	
མགོ་བོ་སོགས་ཟུར་དུ།	དུ།	དུ།	དུ།	
ལུས་ངལ་བས།	དུ།	དུ།	དུ།	
སེམས་རྒྱ་སོགས།	དུལ།	དུལ།	དུལ།	
འགྲན་རྩ་སོགས།	དོ།	དོ།	དོ།	
རི་མོ་སོགས་རང་བཞིན་གྱིས།	དོ།	དོ།	དོ།	
གོས་སོགས།	བ།	འབ།	བས།	ཁོས།
ནད།	བག།	བག།	བག།	
གདན་པར་བའི་དོན།	བར།	འབྲེན།	བརས།	ཁོརས།
སེམས་ལ།	བན།	བན།	བན།	
གོས་སོགས།	བུ།	བུ།	བུབས།	བུབས།
རྒྱགས་བས།	འྲེགས།	འྲེགས།	འྲེགས།	
ཉི་མ་སོགས་གྱིས།	ཁོ།	ཁོ།	ཁོས།	
མིང་དང་སྟོ་སོགས།				ཁོགས།
ཁ་སོགས།	གདང་།	གདང་།		
ས་བོན་སོགས།	གདབ།		བཏབ།	ཁོབ།
མང་བོའི་ནང་ནས།	གདས།	འདས།		
གདམས་ངག་སོགས།				
གདན་སོགས།	གདིང་།	འདིང་།	བཏིང་།	ཁིང་།
ང་སོགས།	གདུ།	གདུ།	གདུས།	གདུས།
ནད་སོགས་གྱིས།	གདུང་།	གདུང་།		
བཀྱར་བའི་དོན་གྱི།	གདུད།	འདུད།	བཏུད།	ཟུད།
དག་སོགས།	གདུལ།	འདུལ།	བཏུལ།	ཟུལ།
འདྲེགས་སྤང་སོགས་ལ།	གདེག།		བཏེག།	ཁེག།
གྱི་སོགས་གནམ་དུ།				
ལོགས་སྤ།	གདོན།	འདོན།	བཏོན།	ཁོན།
ཁོར་ཕྱགས་སོགས།	བདལ།	འདེད།	བདས།	དེད།
ཕྱི་མར་བཏགས་པའི་དོན།	བདར།	བདར།	བདར།	བདོར།
སྟོས་སོགས།	བདུག།	བདུག།		
གཞུ་རྒྱ་འཐེན་པའི་དོན་གྱི།	བདུང་།	བདུང་།		
སེམས་སོགས།	བདེ།	བདེ།	བདེ།	

ཉན་ལུལ་མཁུན་རབ་འོད་གསལ་གྱི་བད་སྟོང་སྟོར་གྱི་ཚུལ་ཡིག

ལུགས་བཟང་སོགས།	བདོ།	བདོ།	བདོ།	
འི་མ་སོགས།	འདག།	འདག།	དག།	
དདུལ་སོགས་གྱིས།	འདང་།	འདང་།		
བཀལ་བའི་དོན་གྱི།	འདལ།	འདལ།	འདས།	
གང་བས།	འདར།	འདར།	འདར།	
ཁུབ་པའི་དོན་གྱི།	འདལ།	འདལ།	འདལ།	
ཆོགས་པ་སོགས།	འདུ།	འདུ།	འདུས།	འདུས།
ཡོན་ཏན་ལ།	འདུན།	འདུན།	འདུན།	
མཐུན་པའི་དོན།	འདུམ།	འདུམ།		
ཏྲ་སོགས།	འདུར།	འདུར།	འདུར།	
ཡུལ་གཞན་དུ།	འདེང་།	འདེང་།	དེངས།	དེངས།
ཡིད་ལ།	འདོད།	འདོད།	འདོད།	
བསྐྱར་བའི་དོན་གྱི།	འདོར།	འདོར།	དོར།	དོར།
སོ་དང་སྟེང་སོས།	འབྱད།	འབྱད།	འབྱད།	འབྱོད།
ཁྲིམས་སོགས།	འབྲལ།	འབྲལ།	བྲལ།	
སྐད་ཆ་སོགས།	འབྲི།	འབྲི།	བྲིས།	བྲིས།
ནང་པན་ཚུན།	འབྲིས།	འབྲིས།	འབྲིས།	
ཤིང་སོགས།	འབྲུད།	འབྲུད།	བྲུད།	བྲུད།
མ་ཁ།	འབྲུབ།	འབྲུབ།		
ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ།	འབྲེ།	འབྲེ།	འབྲེས།	
ཀླང་པ།	འབྲེད།	འབྲེད།	འབྲེད།	
ཏྲ་སོགས།	འབྲོག།	འབྲོག།		
ཁང་པ་སོགས།	དེབ།	དེབ།	དེབས།	
ཐབས་སོགས་ཟད་པའི་དོན་གྱི།	རྟགས།	རྟགས།	རྟགས།	
བྲ་ག་སོགས།	རྟོལ།	རྟོལ།	རྟོལ།	
ཆུའི་དབྲ་བ།	རྟོས།	རྟོས།	རྟོས།	
གནམ་ལ།	ལྷིང་།	ལྷིང་།	ལྷིངས།	
འབྲུག་སྐད་སོགས།	ལྷིང།	ལྷིང།	ལྷིང།	
ཆུ་སོགས་ལྷག་པའི་དོན་གྱི།	ལྷག།	ལྷག།	ལྷགས།	ལྷགས།
ལྷག་པའི་དོན་གྱི།	ལྷད།	ལྷད།	ལྷད།	ལྷད།
མ་སོགས་ལ།	ལྷ།	ལྷ།	ལྷས།	ལྷས།

ཉན་ལུལ་མཁུན་རབ་འོད་གསལ་གྱི་བད་སྟོང་སྟོར་གྱི་ཙྰམ་ཡིག

ཉེ་མ་སོགས།	ཡོག	ཡོག	ཡོག	
རང་ལུལ་སོགས་སྒྲ།	ཡོག	ཡོག	ཡོགས།	ཡོགས།
མིག་ལོང་བའི་དོན་གྱི།	ཡོང་།	ཡོང་།	ཡོངས།	
རྒྱུ་ལན་སོགས།	ཡོན།	ཡོན།	ཡོན།	ཡོན།
ཁོ་བའི་དོན་གྱི།	ཡང་།	ཡང་།	ཡང་།	
སེམས་སྟེ་བའི་དོན་གྱི།	ཡག	ཡག	ཡག	
ཐལ་མོ་སོགས།	བདག	དག		དོགས།
གྱི་སོགས།	བདར།	དར།	བདར།	དོར།
འབྲུ་སོགས་ཐང་མར།	བདལ།	དལ།	བདལ།	དོལ།
ར་སོགས།	བདར་།	དར་།		དོརས།
གྱི་སོགས།	བདེག	དེག		དོགས།
སྟོ་མ་སོགས།	བལྟག	ལྟག		ལྟོགས།
ཐས་སོགས་སོ་ཡིས།	བལྟད།	ལྟད།	བལྟད།	ལྟོད།
གཏམ་བསྐྱར་བལྟ་བ་ཤད་བའི་ དོན།	བལྟག	ལྟག		ལྟོགས།
གདན་སོགས་ལ།	བལྟད།	ལྟོད།	བལྟད།	ལྟོད།
ཉེས་པ་དང་དག་སོགས།	བལྟམ།	ལྟོམ།		ལྟོམས།
སྒྲིགས་མོས།	བལྟིག	ལྟིག		ལྟིགས།
དག་པོ་སོགས་དབང་དུ།	བལྟ།	ལྟད།	བལྟས།	ལྟས།
འཁོན་པ།	བལྟམ།	ལྟམ།		ལྟམས།
དངོས་པོ་མན་ཚུན།	བལྟར།	ལྟར།	བལྟར།	ལྟར།
མཉམ་དུ།	བལྟམ།	ལྟམ།		ལྟམས།
དག་སོགས་དང་།	བལྟོ།	ལྟོ།	བལྟོས།	ལྟོས།
ཐག་པ་སོགས།	བལྟོག	ལྟོག		ལྟོགས།
མཉམ་དུ།	བལྟོང་།	ལྟོང་།		ལྟོངས།
གངས་སོགས་ཁྱོན།	བལྟོམ།	ལྟོམ།		ལྟོམས།

ན

མགོ་སོགས།	ན།	ན།	ན།	
-----------	----	----	----	--

ནུ་ལ་མཐུན་རབ་འོད་གསལ་གྱི་བད་སྟོང་སྟོར་གྱི་ཚུལ་ཡིག

མདོག་རང་བཞིན་གྱིས།	ནག	ནག	ནག	
བྱ་མ།	བྱ།	བྱ།	བྱས།	བྱས།
བྱིད།	བྱད།	བྱད།	བྱད།	བྱད།
སྟོལ་ངན་སོགས།	བྱབ།	བྱབ།	བྱབ།	
མནན་ནས།	ཁོན།	ཁོན།	ཁོན།	
ལས་ཀ་སོགས་བྱེད་སྤངས།	ཁོར།	ཁོར།	ཁོར།	
གསོལ་རས་སོགས།			གནང།	
ལུས་སོགས་ལ།			གཞོད།	
འོག་ཏུ།			མནན།	ཁོན།
གོས་གྲོན་བའི་ཞེ་ཆོག།		ནག།		ཁོབས།
དྲི་བའི་དོན་གྱི།			མནམ།	
ནད་སོགས་གྱིས།			མནར།	
གཟེམ་ཁྲིའི་སྤང་དུ།			མནལ།	མཁོལ།
ཁྱེ་བའི་དོན་གྱི།	མཁོ།	ཁོད།	མཁོས།	ཁོས།
མི་གཙང་བས།			མཁོལ།	
གཟུགས་བརྒྱན་སོགས།	སྤང།	སྤང།	སྤང།	
ཡིད་ལ།	བནག།	ཁོག།		ཁོགས།
ཅ་ལག་སོགས་སྤྲས་བའི་དོན་གྱི།	བཞོག།	ཁོག།		ཁོགས།
མགོ་ལུས་སོགས།			བསྤང།	
གངས་སོགས།		སྟོན།	བསྤྲ།	སྟོན།
བྱག་ཏུ།		སྟོལ།		སྟོལས།
མཐུག་པ་སོགས།		སྤྲ།	བསྤྲ།	
འོ་མ་དང་མཆོན་པ་སོགས།		སྟོན།	བསྟོན།	སྟོན།
སྟོལ་ངན་སོགས།		སྟོབ།		སྟོབས།
དུས་ཆོད་སོགས།		སྟོར།	བསྟོར།	སྟོར།
ནེམ་པར།		སྟོལ།		སྟོལས།
ཐན་སོགས།	བསྟོ།	སྟོ།	བསྟོས།	སྟོས།
གོང་འོག་སོགས།		སྟོག།		སྟོགས།
གོ་རིམ་སོགས།		སྟོར།	བསྟོར།	སྟོར།
པན་ཚུན།		སྟོལ།	བསྟོལ།	སྟོལ།

བ

རྗེས་སྤྱ།	དབག			
སེམས།	དབལ།		དབལ།	
སྟོན་སོགས་ནས།	དབྱ།	དབྱ།	དབྱས།	དབྱོས།
དར་ཐག་སོགས་སྤར་དུ།	དབྱང་།			
གནས་ལྷགས་སོགས།	དབྱད།		དབྱད།	དབྱོད།
གོས་གྱིས།	སྤ།	སྤ།	སྤ།	
བྱ་བ་དན་བ་སོགས།	སྤང་།	སྤོང་།	སྤངས།	སྤོངས།
མེ་དང་གོ་གནས་སོགས།	སྤར་	སྤར།	སྤོར།	
འབྱ་སོགས་སྤང་བོར།	སྤང་།	སྤང་།	སྤངས།	སྤངས།
རྒྱན་སོགས་གྱིས།	སྤད།	སྤད།	སྤད།	སྤད།
བྱ་དང་ཤོག་བྱ་སོགས།	སྤར།	སྤར།	སྤར།	སྤར།
རིགས་རྒྱད་སོགས།	སྤལ།	སྤལ།	སྤལ།	སྤལ།
གནས་ཁང་སོགས།	སྤ།	སྤ།	སྤས།	སྤས།
འོངས་སྤ།	སྤད།	སྤོད།	སྤད།	སྤོད།
མཐར་བསྐྱད་པའི་དོན།	སྤག	སྤག	སྤགས།	སྤགས།
ཆོག་རྒྱབ་གྱིས།	སྤྱ།	སྤྱ།	སྤྱོས།	སྤྱོས།
ར་སོགས།	སྤད།	སྤོད།	སྤད།	སྤོད།
མཛེས་རྒྱན་སོགས།	སྤས།	སྤས།	སྤས།	སྤོས།
འཕྲིན་ཡིག་སོགས།	སྤིང་།	སྤིང་།	སྤིངས།	སྤིངས།
ཐལ་རྒྱལ་སོགས།	སྤག	སྤག	སྤགས།	སྤགས།
གཞན་ལ་བརྒྱས་པའི་དོན་གྱི།	སྤལ།	སྤལ།	སྤལ།	སྤལ།
སེམས།	སྤོ།	སྤོ།	སྤོ།	
རྒྱས་པར།	སྤོ།	སྤོ།	སྤོས།	སྤོས།

པ

ནད་སོགས་ལ།	པན།	པན།	པན།	
ཕྱིར་བསྐྱད་པའི་དོན།	ཕྱད།	ཕྱད།	ཕྱད།	ཕྱད།
འགྲོ་འོད་གི་ཞེ་ཆོག་	ཕེབ།	ཕེབ།	ཕེབས།	ཕེབས།
མདའ་རྩོམ་སོགས།	ཕོག།	ཕོག།	ཕོག།	
དབྱུལ་བས།	ཕོང་།	ཕོང་།	ཕོངས།	
རྒྱས་པའི་དོན་གྱི།	ཕོད།	ཕོད།	ཕོད།	
ཁོར་སོགས་ཀྱིས།	ཕུག།	ཕུག།	ཕུག།	
ཁ་སོགས་ཕྱིར།	ཕྱོགས།	ཕྱོགས།	ཕྱོགས།	ཕྱོགས།
སོར་མོ་སོགས།	ཕྱ།	ཕྱ།	ཕྱ།	
ལུས་སོགས་ཀྱིན་དུ།	འཕག།	འཕག།		
གོང་ངམ་ཁྱད་དུ།				
མདའ་སོགས།	འཕང་།	འཕེན།		
སྒོ་དང་སེམས།	འཕམ།	འཕམ།	ཕམ།	
གོ་གནས་སོགས།	འཕར།	འཕར།	འཕར།	
ཀྱིན་ངན་སོགས་ཀྱིས།	འཕྱང་།	འཕྱང་།	ཕྱང་།	
གནམ་དུ།	འཕྱར།	འཕྱར།	ཕྱར།	ཕྱར།
རྟོག་པ་སོགས་ཀྱིས།	འཕྱལ།	འཕྱལ།	འཕྱལ།	འཕྱལ།
འཆོ་བ་སོགས་གོང་དུ།	འཕེལ།	འཕེལ།	འཕེལ།	
གནས་སོགས།	འཕོ།	འཕོ།	འཕོས།	
སྟོན་ཅན་སོགས།	འཕྱ།	འཕྱ།	འཕྱས།	འཕྱོས།
ཐལ་རྩལ་སོགས།	འཕྱག།	འཕྱག།		ཕྱོགས།
སྟོག་ཤལ་སོགས་སྤར་དུ།	འཕྱང་།	འཕྱང་།		
ཕྱོགས་མཆོམས་ཀྱིན་དུ།	འཕུན།	འཕུན།	འཕུན།	
ལུལ་གཞན་དུ།	འཕུན།	འཕུན།	འཕུན།	
དར་ཆ་སོགས།	འཕྱར།	འཕྱར།	ཕྱར།	ཕྱོར།
དུས་ཆོད་སོགས།	འཕྱི།	འཕྱི།	འཕྱིས།	
སྒྲ་བལ་སོགས།				
ཁོར་བའི་དོན་གྱི།				

ནན་ལུལ་མཁུན་རབ་འོད་གསལ་གྱི་བད་སྟོང་སྟོར་གྱི་ཚུལ་ཡིག

ང་སོགས།	འཕྱར།	འཕྱར།	འཕྱར།	
ཀར་མེད་དུ།	འཕྱེ།	འཕྱེ།	འཕྱེས།	
རྩ་སོགས་ཚུའི་ཁར།	འཕྱོ།	འཕྱོ།	འཕྱོས།	
གྲོགས་སོགས་དང་།	འཕྱད།	འཕྱད།	ཕྱད།	
ཁ་བྲལ་བའི་དོན།	འཕྱལ།	འཕྱལ།	ཕྱལ།	ཕྱོལ།
མིག་སོགས།	འཕྱིག།	འཕྱིག།	འཕྱིག།	
སེན་མོས།	འཕྱག།	འཕྱག།	ཕྱགས།	ཕྱགས།
སེམས་གཞན་དུ་ཆགས་པའི་ དོན།	འཕྱང་།	འཕྱང་།		
འོད་སོགས།	འཕྱོ།	འཕྱོ།	འཕྱོས།	
ཟས་སོགས་ལུས་ལ།	འཕྱོད།	འཕྱོད།	འཕྱོད།	

བ

བྱ་བ་གང་རུང་།	བྲ།	བྲེ།	བྲས།	བྲོས།
སེལ་བའི་དོན་གྱི།	བྲབས།	བྲབས།	བྲབས།	བྲོབས།
སྒྲ་བྲ་སོགས་ལ།	བྲམས།	བྲམས།	བྲམས།	
སྒྲ་སྒྲ་སོགས་བྲད་པའི་དོན་གྱི།	བྲི།	བྲི།	བྲི།	
གཡོགས་པའི་དོན་གྱི།	བྲིབས།	བྲིབས།	བྲིབས།	བྲིབས།
བྲོས་པའི་དོན།	བྲེར།	འབྲེར།	བྲེར།	བྲེར།
སྟོད་གཞན་དུ།	བྲོ།	འབྲོ།	བྲོས།	བྲོས།
སེན་མོ་སོགས་གྱིས།	བྲད།	འབྲད།	བྲད།	བྲོད།
ཚུ་སོགས།	བྲན།	བྲན།	བྲན།	བྲོན།
ཡི་གེ་སོགས།	བྲི།	འབྲི།	བྲིས།	བྲིས།
ཁོར་གྱིས།	བྲིད།	འབྲིད།	བྲིད།	བྲིད།
ཚོང་ཐོག་སོགས།	བྲིན།	བྲིན།	བྲིན།	
དཔེ་དེབ་སོགས།	བྲིམ།	འབྲིམ།	བྲིམས།	བྲིམས།
ཚུ་སོགས།	བྲུག།	བྲུག།	བྲུགས།	
ཐོག་ཡོལ་སོགས།	བྲེ།	བྲེ།	བྲེས།	བྲེས།
སྒྲག་པའི་དོན་གྱི།	བྲེད།	བྲེད།	བྲེད།	

ནོར་ལུ་མཐུན་རབ་འོད་གསལ་གྱི་བད་སྟོད་སྟོར་གྱི་ཚུལ་ཡིག

བྱ་བས།	ཧྲེ།	ཧྲེ།	ཧྲེ།	
ཧྲི་རན་སོགས།	ཧྲོ།	ཧྲོ།	ཧྲོ།	
ན་བ།	ཐག།	ཐག།	ཐགས།	ཐོགས།
མིན་གྱིས།	ཐྱ།	ཐྱ།	ཐྱས།	ཐྱས།
ང་ཆང་སོགས།	ཐྲག།	ཐྲག།	ཐྲགས།	ཐྲགས།
ཁྱི་སོགས།	པད།	པོད།	པད།	པད།
སྟོན་སོགས།	པ།	པོད།	པས།	པོས།
སྟོན་སོགས་གྱིས།	པགས།	པགས།	པགས།	པོགས།
ཁོས་སོགས་ཆུ།	པང།	པོང།	པངས།	པོངས།
མེ་སོགས།	པར།	པར།	པར།	པོར།
སྟོད་སོགས་གྱི་ཁ་ཐུར་དུ།	པལ།	པལ།	པལས།	པལས།
ས་སྟོད་སོགས།	པོལ།	པོལ།	པོལ།	པོལ།
སྟོད་པ་སོགས།	པོས།	པོས།	པོས།	
ཤ་སྐམ་པའི་དོན་གྱི།	པལ།	པལ།	པལས།	
ཡི་གེ་སོགས།	པར།	པོར།	པརས།	པོརས།
ཐལ་མོ་སོགས།	པར།	པོར།	པར།	པོར།
མཆོ་སོགས་ལ།	པོར།	པོར།	པོརས།	པོརས།
ནོར་སོགས།	པོན།	པོན།	པོན།	པོན།
དུ་མ་ལྟན་དུ།	པག།	པག།	པགས།	པོགས།
སྟོགས་པོ་སོགས་འཕོད་པའི་དོན་གྱི།	པན།	པོན།	པན།	པོན།
རྒྱ་པ་སོགས།	པོད།	པོད།	པོད།	
ཐན་སོགས།	པ།	པ།	པས།	པས།
ལག་པ་སོགས་པན་ཆོན།	པལ།	པལ།	པལ།	པལ།
ཐང་པའི་དོན་གྱི།	པོས།	པོས།	པོས།	
ནོར་སོགས་རང་ལ།	པར།	པར།	པར།	
ཤིང་སོགས་ལ་བྱ་ག	པལ།		པལ།	པལ།
ལྱར་སོགས།	པལ།		པལ།	པལས།
ལོག་བྱ་སོགས།	པལ།	པལ།	པལ།	པལ།
རྒྱ་ནོར་སོགས།	པལ།	པལ།	པལ།	པལ།
ནོར་སོགས་གྱིས།	པལ།	པལ།	པལ།	

ཉན་ལུལ་མཁུན་རབ་འོད་གསལ་གྱི་བད་སྟོང་སྟོར་གྱི་ཚུལ་ཡིག

ཉོར་འབྲུལ་གྱིས།	དཔེན།	དཔེན།	དཔེན།	
ཚུ་སོགས།	དཔོ།	འཔོ།	པོས།	པོས།
གདམས་ངག་སོགས།	དཔོག།	འཔོག།	པོག།	པོགས།
དེ་མོ་སོགས།	དབྱུག།	དབྱུག།		
ཆེར་མ་སོགས།	དབྱང་།	འབྱིན།	བྱང་།	བྱངས།
སྟོ་སོགས།	དབྱེ།	འབྱེད།	བྱེ།	བྱེས།
པགས་པ་སོགས།	དབྱལ།	དབྱོལ།	དབྱལ།	དབྱོལ།
གུངས་གྱི་ཁ་ནས།	དབྱི།	འབྱིད།	བྱིས།	བྱིས།
གཞན་ནོར།	དབྱོག།	འབྱོག།	བྱོག།	བྱོགས།
སྟོན་སོགས་གྱིས་སྒྲགས་ནས།	འབག།	འབག།		
ཉལ་ཆས་སོགས།	འབང་།	འབང་།	བངས།	
ལས་ལ།	འབད།	འབད།	འབད།	འབོད།
ཆར་བ་སོགས།	འབབ།	འབབ།	བབ།	
རྟ་སོགས་ལས།	འབབ།	འབབ།	བབ།	བོབ།
མེ་སོགས།	འབར།	འབར།	འབར།	
སྒྲ་སོགས།	འབལ།	འབལ།	འབལ།	འབོལ།
ཏུར་ཐག་གིས།	འབྱང་།	འབྱང་།		
སོ་སོགས།	འབྱད།	འབྱད།	བྱད།	
སྟོ་སོགས།	འབྱད།	འབྱད།	བྱད།	བྱད།
མྱིང་བྱ་དང་མེ་སོགས།	འབྱད།	འབྱད།	བྱས།	བྱས།
དེ་མོ་སོགས་ཀྱི་ལ།	འབྱར།	འབྱར།	འབྱར།	
ཐེ་འབྱ་སོགས།	འབྱས།	འབྱས།	འབྱས།	
ཚུ་བཀལ་བའི་དོན་གྱི།	འཔོག།	འཔོག།		
སྒྲ་མགོན།	སོགས།	འཔོད།	འཔོད།	པོས།
པོས།				
ཅ་ལག་སོགས།	འཔོར།	འཔོར།	པོར།	
ཕྱིབ་སྒྱིབ་སོགས།	འབྱང་།	འབྱང་།	བྱང་།	
མཐའ་གྲས་པའི།				
པོག་བྱ་སོགས།	འབྱར།	འབྱར།	འབྱར།	
རྟོ་སོགས་ཚུ་གཉིད་བྱ།	འབྱིང་།	འབྱིང་།	བྱིང་།	
ཆོན་སོགས།	འབྱུག།	འབྱུག།	བྱུག།	བྱུགས།

ནན་ལུལ་མཁུན་རབ་འོད་གསལ་གྱི་བད་སྟོང་སྟོར་གྱི་ཚཱ་ཡིག

འབྲས་བྱ་སོགས།	འབྲང་།	འབྲང་།	འབྲང་།	
ལྷེ་ཡིས།	འབྲོག།	འབྲོག།		
གོམས་པའི་དོན་གྱི།	འབྲོང་།	འབྲོང་།	བྲང་།	
མགྲོན་སོགས།	འབྲོན།	འབྲོན།	བྲོན།	སྟོན།
ནོར་སོགས་གྱིས།	འབྲོར།	འབྲོར།	འབྲོར།	
ལུལ་གཞན་དུ།	འབྲོལ།	འབྲོལ།	བྲོལ།	བྲོལ།
རྩེས་སྟུ།	འབྲང་།	འབྲང་།		
བྲེ་མ་སོགས།	འབྲབ།	འབྲབ།	བྲབས།	བྲོབས།
བྲོགས་སོགས་དང་།	འབྲལ།	འབྲལ།	བྲལ།	
གཙང་ཆུ་སོགས།	འབྲི།	འབྲི།	བྲི།	
གཡོ་ཐབས་གྱིས།	འབྲིད།	འབྲིད།	བྲིད།	བྲིད།
སྟོན་མཚངས་སོགས།	འབྲུ།	འབྲུ།	བྲུས།	བྲུས།
ཆུ་ཆེན།	འབྲུབ།	འབྲུབ།	བྲུབས།	
དོང་དུ།	འབྲུབ།	འབྲུབ།	བྲུབས།	བྲུབས།
ས་ལ།	འབྲུལ།	འབྲུལ།	བྲུལ།	
སྟེ་སོགས།	འབྲེག།	འབྲེག།	བྲེགས།	བྲེགས།
པན་ཆུན།	འབྲེལ།	འབྲེལ།	བྲེལ།	
སྟེག་ནས་གཞན་དུ།	འབྲོ།	འབྲོས།	བྲོས།	བྲོས།

མ

མངས།	མང་།	མང་།	མང་།	
མས་སོགས།	མིད།	མིད།	མིད།	མིད།
ཕུར་སྐམ་སོགས།	མུར།	མུར།	མུར།	མུར།
ཁྲོས་སོགས།	མོལ།	མོལ།	མོལ།	མོལ།
ཡོན་ཏན་སོགས་ལ།	མོས།	མོས།	མོས།	
མས་གྱི་རོ་སོགས།	མུང་།	མུང་།	མུངས།	མུངས།
མགྲོགས་པའི་དོན་གྱི།	མུར།	མུར།	མུར།	
འཆོལ་པའི་དོན་གྱི།	མུལ།	མུལ།	མུལ།	མུལ།

ནན་ཡུལ་མཁུན་རབ་འོད་གསལ་གྱི་བད་སྟོང་སྟོར་གྱི་ཚིམ་ཡིག

འགོ་སྟོང་བ་དང་བྱེད་སྟོང་བའི།	སྟོང་།	སྟོང་།	སྟོང་།	
ཆང་སོགས་གྱིས།	སྟོས།	སྟོས།	སྟོས།	
མཐུན་སྟེན་གྱིས།	དམན།	དམན།	དམན།	
གོ་གནས་སོགས།	དམའ།	དམའ།	དམའ།	
གདོང་སོགས།	དམར།	དམར།	དམར།	
ཡུལ་སོགས་ལ།				
འཇུ་མ་བའི།	དམུལ།	དམུལ།	དམུལ།	
ངན་ཆོག་གིས།	དམོད།	དམོད།	དམོད།	དམོད།
འཆོལ་བའི།	དམུག།	དམུག།		
འདྲི་བའི་དོན་གྱི།	མད།	མེད།	མད།	མེད།
གྱི་སོགས་གྱིས།	མ་ས།	མ་ས།	མ་ས།	
མི་ལམ།	མི།	མི།	མིས།	
སོ་ཡིས།	མུག།	མུག།	མུག།	
སྟོ་བའམ་ཡི་ཆད་བའི།	མུས།	མུས།	མུས།	
བལ་སོགས།	མེལ།	མེལ།	མེལ།	མེལ།
ཞིང་སོགས།	མོ།	མོད།	མོས།	མོས།
ཡིད།	མོངས།	མོངས།	མོངས།	
སྟོན་འདོགས་གྱིས།	མེད།	མོད།	མེད།	མོད།
ཕན་པའི་དོན་གྱི།	མེན།	མེན།	མེན།	
མོ་འབྲས་ལེགས་པར།	མེན།	མེན།	མེན།	
བདེ་སྦྱིད།	སོགས།	མོན།	མོན།	མོན།
སྟོན།				
མིང་སོགས།	སྟོས།	སྟོས།	སྟོས།	སྟོས།
བྱི་སོགས།	སྟོ།	སྟོ།	སྟོས།	
གཏམ་སོགས།	སྟོ།	སྟོ།	སྟོས།	སྟོས།

ཙ

ཁྱེད་སོགས།	གཙག།			
------------	------	--	--	--

ནུབ་ལུ་མཐུན་རབ་འོད་གསལ་གྱི་བད་སྟོང་སྟོར་གྱི་ཚུལ་ཡིག

ཤ་རུས་སོགས།	གཙ་བ།			
རྩོམ་སོགས་པན་ཚུ།	གཙ་བ།			
སྟན་པར་བྱས་བའི་དོན་གྱི།	གཙོ།	གཙོ།	གཙོས།	གཙོས།
ཆུ་དང་ཕྱེ་སོགས།	བཙ་བ།	འཚག།		ཚོགས།
མོ།	བཙ་མ།			
ཕྱ་གུ་སོགས་སྟེ་བའི་དོན་གྱི།	བཙ་ལ།		བཙ་ས།	
ཕྱག།	བཙ་ལ།		བཙ་ལ།	འཚོལ།
གྲོགས་སོགས།	བཙ་ལ།		བཙ་ལ།	ཚོལ།
ཉིལ་སོགས།	བཙོ་ར།		བཙོ་ར།	ཚོ་ར།
ཁ་མིག་སོགས།	བཙོ་མ།			ཚོ་མས།
གོས་སོགས།	བཙོ་མ།			ཚོ་མས།
ཤ་སོགས།	བཙོ།		བཙོས།	ཚོས།
མཆིག་སོགས།	བཙོག།			
ཁོར་རྩས་སོགས།	བཙོང་།			ཚོངས།
རེག་བྱ།	ཚུབ།	ཚུབ།	ཚུབ།	
ཁ་མཆུ་སོགས།	བཙོང་།	ཚོང་།	བཙོང་།	ཚོང་།
བསྟན་བཙོས་སོགས།	བཙོམ།	ཚོམ།		ཚོམས།
གྲངས་སོགས།	བཙོ།	ཙོ།	བཙོས།	ཙོས།
རྩོ་སོགས།		ཙོག།		ཙོགས།
གོས་སོགས།	བཙོང་།	ཙོང་།		ཙོངས།
མེས།	བཙོ།	བཙོ།	བཙོ།	
ཚོང་མོ་སོགས།	བཙོ།	ཙོ།	བཙོས།	ཙོས།
སྟོང་དུ།	བཙོག།	ཙོག།		ཙོགས།
སྟོབ་སྟོང་སོགས་ལ།	བཙོན།		བཙོན།	བཙོན།
སྟོར་བའམ་གནང་བའི་དོན་གྱི།	བསྟུལ།	སྟུལ།	བསྟུལ།	སྟུལ།

ཆ

མིག་སོགས།	ཆ།	ཆ།	ཆ།	
གྲངས་སོགས།	ཆང་།	ཆང་།	ཆང་།	
རིང་མུང་སོགས།	ཆད།	ཆད།	ཆད།	ཆོད།
ལས་ཀ་སོགས།	ཆར།	ཆར།	ཆར།	
ཁྲོ་ཡིད་སོགས།	ཆིམ།	ཆིམ།	ཆིམས།	
ལས་ཀ་སོགས་གྱི་མགོ།	ཆུགས།	ཆུགས།	ཆུགས།	
ཕྱགས་སོགས་ར་བར།	ཆུད།	ཆུད།	ཆུད།	
ཤར་བའི་དོན་གྱི།	ཆེས།	ཆེས།	ཆེས།	
བདེ་སྤྱད་སོགས།	ཆོར།	ཆོར།	ཆོར།	
ཤ་སོགས་བཙོས་ནས།	ཆོས།	ཆོས།	ཆོས།	
རྒྱན་སོགས་གྱིས།	མཆན།	མཆོན།	མཆན།	མཆོན།
མཛེས་བའི་དོན་གྱི།	མཆར།	མཆར།	མཆར།	
དཔེ་དོན་སོགས།	མཆོན།	མཆོན།	མཆོན།	མཆོན།
ཤ་ཉམས་རྒྱས་བའི་དོན་གྱི།	འཆག	འཆག	འཆག	
གྲལ་སོགས་སྤ།	འཆང་།	འཆང་།		
ཁྲོ་ཡིད།	འཆབ།	འཆབ།		
སྦྱིན་པ་སོགས།	འཆབ།	འཆབ།		
ཁྲོ་ཡིད་སོགས་དང་།	འཆམ།	འཆམ།	འཆམ།	
འོངས་བའི་དོན་གྱི།	འཆར།	འཆར།	འཆར།	
མེ་སོགས་གྱིས།		ཆིག		
བྱད་པ་སོགས།	འཆྟལ།	འཆྟལ།		
སེམས་སོགས།	འཆེངས།			
འོད་དང་རྩ་སྐད་སོགས།	འཆེར།	འཆེར།	འཆེར།	
ལུས་སྟོག་སོགས།	འཆོ།	འཆོ།	འཆོ།	
རྩ་ཞོར་སོགས།	འཆོ།	འཆོ།	འཆོས།	འཆོས།
ཆོགས་འདུ་སོགས།	འཆོག	འཆོག		
མ་ཁ་རིམ་གྱིས།	འཆོབ།	འཆོབ།		

ང

བསྐྱན་བཅོས་སོགས།	མཛད།	མཛད།	མཛད།	མཛོད།
ཡོན་ཏན་སོགས་གྱིས།			མཛེས།	
ཆུ་ཐིགས་སོགས།	འཛག་	འཛག་	ཐག་	
ཐད་པའམ་གོད་པའི་དོན་གྱི།				
ཁོར་སོགས།	འཛད།	འཛད།	ཐད།	
ཆུ།	འཛལ།	འཛལ།	ཐོས།	
གོས་སོགས་ཐུར་བྱ།	འཛར།	འཛར།	འཛར།	
སྐྱད་པ་སོགས།	འཛིང་།	འཛིང་།		
ཚོད་པའི་དོན་གྱི།	འཛིང་།	འཛིང་།		
བཞིན་རས།	འཛུམ།	འཛུམ།	འཛུམ།	འཛུམ།
ཁུང་བུ་སོགས་སྒྲ།	འཛུལ།	འཛུལ།	འཛུལ།	འཛུལ།
རི་སོགས།	འཛེག་	འཛེག་		
ནད་སོགས།	འཛེམ།	འཛེམ།		
སྐད་སོགས།	འཛེར།	འཛེར།	འཛེར།	
འཐུས་མི་སོགས།	འཛོམ།	འཛོམ།		
ཁོར་བའི་དོན་གྱི།	འཛོལ།	འཛོལ།	འཛོལ།	
ཚོགས་སོགས།			ཚོགས།	
མོ་ཉ་སོགས།	བཛང་།	ཚོང་།		ཚོངས།
ས་སོགས།	བཛད།	ཚོད།	བཛད།	ཚོད།
སྟོད་གྱི་ནད་བྱ།	བཛལ།	ཚོབ།		ཚོབས།
ཀླང་པ་སོགས་གྱིས།	བཛི།	ཚི།	བཛིས།	ཚིས།
སྒྲུལ་པའི་དོན་གྱི།	བཛུ།	ཚུ།	བཛུས།	ཚུས།
བྲ་བྲུང་སོགས།	བཛེ།	ཚེ།	བཛེས།	ཚེ།
བཛེས།	ཚེས།			
རུས་པ་སོགས།	བཛོག་	ཚོག་		ཚོགས།

ཞ

ཀང་བ་སོགས།	ཞ།	ཞ།	ཞ།	
སྐྱུ་ཀ་སོགས།	ཞན།	ཞན།	ཞན།	
མིག	ཞར།	ཞར།	ཞར།	
ཁོང་ཁྱོ་སོགས།	ཞི།	ཞི།	ཞི།	
བཟའ་བ་ཁར།	ཞིམ།	ཞིམ།	ཞིམ།	
བཤད་པའི་ཞེ་ཆོག	ཞུ།	ཞུ།	ཞུས།	ཞུས།
ཐུར་དུ།	ཞུད།	ཞུད།	ཞུད།	
ཡིད།	ཞུམ།	ཞུམ།	ཞུམ།	
སྐྱབ་པའི་དོན་གྱི།	ཞེད།	ཞེད།	ཞེད།	
རང་ཕྱོགས་སོགས་ལ།	ཞེན།	ཞེན།	ཞེན།	
ཡིད་ལ།	གཞག།	འཛོག།	བཞག།	ཞོག།
ཆད་དང་བྱ་ལོན་སོགས།	གཞལ།	འཇལ།	བཅལ།	འཛོལ།
ཁྱོ་ཡིས།	གཞིག།	གཞིག།		
སྟུན་སོགས།	གཞིལ།	འཇིལ།	བཅིལ།	ཆིལ།
རྟ་ལྷག་སོགས།	གཞུ།	གཞུ།	བཞུས།	གཞུས།
ཅ་ལག་སོགས་ནང་དུ།	གཞུག།	འཇུག།	བཞུག།	ཆུག།
འཆོ་བའི་དོན་གྱི།	གཞེས།	གཞེས།	གཞེས།	
ལོན་སོགས།	གཞོན།	གཞོན།	གཞོན།	
བལ་སོགས།	གཞོབ།	གཞོབ།	གཞོབ།	
དགྲ་ལོ་སོགས།	གཞོམ།		བཅོམ།	ཆོམ།
བྱ་བར།	གཞོལ།	གཞོལ།	གཞོལ།	
མེ་རྟོག་སོགས་གྱི་ཁ།	བཞད།	བཞད།	བཞད།	
སྐྱ་སོགས།	བཞར།	བཞར།	བཞར།	བཞོར།
མར་སོགས།	བཞུ།	བཞུ།	བཞུས།	བཞུས།
གདན་སོགས་ལ།				
ལམ་སོགས་སྐྱ།	བཞད།	བཞུད།	བཞུད།	བཞུད།
དངས་སྐྱགས་ཕྱེ་བའི་དོན་གྱི།	བཞུར།	བཞུར།	བཞུར།	བཞུར།

ཉན་ལུ་མཐུན་རབ་འོད་གསལ་གྱི་བད་སྟོད་སྟོར་གྱི་ཚུམ་ཡིག

གདན་ལས་ཡར།				
ཐུགས་ལ།	བཞེད།	བཞེད།	བཞེད།	
བཟའ་བ་སོགས།	བཞེས།	བཞེས།	བཞེས།	བཞེས།
འོ་མ་སོགས།	བཞོ།	འདྲོ།	བཞོས།	འདྲོས།
ཤིང་སོགས།	བཞོག།	འདྲོག།		ཞོག།
རྟ་སོགས།	བཞོན།	ཞོན།	བཞོན།	ཞོན།

བ

རྗེས་སོགས།	ཐེན།	ཐེན།	ཐེན།	
ཆེར་མ་སོགས།	ཐུག།	ཐུག།	ཐུག།	
མེ་ཉོག་སོགས་གྱི་ཁ།	ཐུམ།	ཐུམ།	ཐུམ།	
འདི་སྒྲད་ཅེས།	ཐེར།	ཐེར།	ཐེར།	
ལུས་སྟོག་དང་རྟ་བར།	གཟན།	གཟན།	གཟན།	
གཟབ་གཟབ་བྱས་པའི་དོན་གྱི།	གཟབ།	གཟབ།		
གོས་སོགས་སྒྲག་པར།	གཟར།	གཟར།	གཟར།	གཟོར།
བརྟེག་པར་བཅུམས་པའི་དོན་གྱི།	གཟས།	གཟས།	གཟས།	གཟས།
སྒྱུན་གྱིས།				
ཉལ་བའི་ཞེ་ཆོག།	གཟིམ།	གཟིམ།		
གཏོད་པའམ་སྒྱུན་པའི།	གཟིར།	གཟིར།	གཟིར།	གཟིར།
སྟོལ་དང་ཤིང་སོགས།				ཆུགས།
རང་ལུགས་སོགས།	གཟུང་།	འདྲིན།	གཟུང་།	ཟུང་།
རྟ་སོགས།	གཟུད།	འདྲོད།	གཟུད།	ཆུད།
མདའ་སོགས་ལ།	གཟུར།	གཟུར།	གཟུར།	ཟུར།
ནད་སོགས་གྱིས།	གཟེར།	གཟེར།	གཟེར།	
རང་གཤིས་སོགས།	བཟང་།	བཟང་།	བཟང་།	
ཟས་སོགས།	བཟལ།	ཟ།	བཟས།	ཟོ།
ཆང་སོགས་གྱིས།	བཟི།	བཟི།	བཟི།	
སྟོད་སོགས།	བཟེད།	འདྲོད།	བཟེད།	ཟེད།

ཉན་ཤུལ་མཁུན་རབ་འོད་གསལ་གྱི་བད་སྟོང་སྟོར་གྱི་ཚུལ་ཡིག

ཁྱེན་ཆ་སོགས།	བཟོ།	བཟོ།	བཟོས།	བཟོས།
སྤྱག་བསྐྱལ་སོགས།	བཟོད།	བཟོད།	བཟོད།	
ལ་སོགས།	བཟླ།	ཟློ།	བཟླས།	
སྤྱགས་སོགས།	བཟླ།	ཟློ།	བཟླས།	ཟློས།
གཏམ་སོགས་ན་བར།	བཟླག	ཟླག		ཟླགས།
གཅིག་ཏུ།	བཟླམ།	ཟླམ།		ཟླམས།
ཁྱེན་ངན་སོགས།	བཟློག	ཟློག	བཟློག	ཟློག

འ

ལམ་དུ་ཚུར།			
ན་ག			
ཅ་ལག་པར་			
ཚུར།			

ཡ

འངའ་སོགས།	ཡལ།	ཡལ།	ཡལ།	
གཁ་པའི་དོན་གྱི།	ཡིག	ཡི་བ་ ཡིབས།	ཡིབས།	
སྤྱད་པ་སོགས།	ཡོག	ཡོག	ཡོགས།	ཡོགས།
ཚུར།	ཡོང་།	ཡོང་།	ཡོང་།	
དུས་ཚོད།	ཡོལ།	ཡོལ།	ཡོལ།	
དར་ཆ་སོགས།		གཡོག		
ཅ་དངོས་གང་ ཏུང།		གཡར།	གཡར།	གཡོར།
ཅ་དངོས་སོགས།		གཡུག		
སེམས།		གཡོང་།	གཡོང་།	
རྒྱང་གིས།	གཡོ།	གཡོ།	གཡོས།	

ཟས་སོགས།	གཡོ།	གཡོ།	གཡོས།	གཡོས།
གོ་ས་སོགས་ གྱིས།		གཡོག		

ར

གོ་ས་སོགས།	རལ།	རལ།	རལ།	
མཐོང་བའམ་ཤེས་པའི་ དོན།	རིག	རིག	རིག	
འཐད་བའམ་འོས་པའི་ དོན།			རིགས།	
ཐེལ་བའི་དོན་གྱི།			རིངས།	
སྐམ་པའི་དོན་གྱི།	རིད།	རིད།	རིད།	
དངོས་པོ་གང་རྒྱུར་དུ།	རིལ།	རིལ།	རིལ།	
འོས་བའམ་ཆོག་པའི་དོན།	རྒྱུ།	རྒྱུ།	རྒྱུ།	
མི་སོགས་མཉམ་དུ།	རྒྱུ།	རྒྱུ།	རྒྱུས།	
ལ་སོགས།	རྒྱལ།	རྒྱལ།	རྒྱལ།	
མི་གཞན་ལ།	རེ།	རེ།	རེ།	
ལག་པས།	རེག	རེག	རེག	རེག
རྒྱར་ཐག་གིས།	རེམ།	རེམ།	རེམས།	
ལོངས་སྟུ་སྟུད་པའི་དོན་ གྱི།	རོལ།	རོལ།	རོལ།	རོལ།
པོར་བའམ་སྟོར་བའི་དོན།			བརྒྱག	
ཅ་མེད་དུ་བཏང་བའི་དོན།		མོག		
མོན་པ་བཟོས་པའི་དོན།		མོན།	བརྒྱན།	མོན།
ཐིན་གྱིས།		མོད།		
ཁོག་པ་སོགས།		མོམ།		

ལ

གྱེན་དུ།				
བཤད་པའི་དོན།			ལག།	ལོག།
ལས་ཀ་སོགས།			ལས།	ལོས།
ལུད་པ་སོགས།	ལྷ།	ལྷ།	ལྷ།	
རྗེས་སྟུ།			ལུས།	
ལམ་ལོར་ནས་བྱིར།			ལོག།	
མིག་དང་ཆད་སོགས།			ལོང་།	
ལག་ཏུ།			ལོན།	
བརྒྱབས་ནས།			ལོག།	
ཅ་དངོས་སོགས་ལག་བསྟུང་།	ལྷང་།			

ཤ

རྟོགས་པའི་དོན་གྱི།	ཤེས།	ཤེས།	ཤེས།	
ཅ་ལག་སོགས་སྟོང་དུ།	ཤོང་།	ཤོང་།	ཤོང་།	
ཤིང་སོགས།	གཤག།	གཤོག།		
ལམ་འཕྲང་ལ།	གཤར།	གཤར།	གཤར།	
གལ་དང་རིང་ལྷང་སོགས།				
ཆོག་དན་གྱིས།	གཤེ།	གཤེ།	གཤེ།	གཤེ།
ལུལ་སྟོངས་མང་པོར།				
ཉེས་པ་སོགས།	བཤག།	བཤག།		
ཆུ་རྒྱ་སོགས།	བཤང་།	གཤོང་།		
ཆོས།	བཤད།	འཆད།	བཤད།	ཤོད།
སྒྲིབ་ཆ།	བཤད།	ཤོད།	བཤད།	ཤོད།
སྟོན་མོ་སོགས།	བཤམ།	གཤོམ།		ཤོམས།

ར་ལུག་སོགས།	བཤམ།	བཤམ།	བཤམ།	ཤོས།
གྲོན་སོགས་གྲེས།	བཤར།	གཤོར།	བཤར།	གཤོར།
གྲོད་བ།	བཤམ།	བཤམ།	བཤམ།	
སྟོད་སོགས་ཚུས།	བཤམ།	བཤམ།	བཤམ།	ཤོས།
བཅན་རྫོང་སོགས།	བཤེག	འཇིག	བཤེག	ཤེག
བགས་བ་སོགས།	བཤུ།	བཤུ།	བཤུས།	བཤུས།
ཅ་ལག་སོགས་གཞན་ལ།	བཤུག	ཤུག		ཤུགས།
ཕན་ཚུན་བདར་བའི་དོན།	བཤུད།	བཤུད།	བཤུད།	བཤུད།
དུ་བའི་ཞེ་ཆོག	བཤུམ།	བཤུམ།		
བདེན་རྒྱན་སོགས།	བཤེར།	བཤེར།	བཤེར།	ཤེར།
ཚུ་སོགས།	བཤོ།	གཤོ།	བཤོས།	བཤོས།
རི་དྲགས་སོགས།	བཤོར།	གཤོར།	བཤོར།	གཤོར།
ཕྱིར།	བཤོལ།	བཤོལ།	བཤོལ།	བཤོལ།

ས

གཉིད་ལས།			སངས།	
གཉིད་སོགས།	སད།	སད།	སད།	
མདོག་རང་བཞིན་གྱིས།	སེར།	སེར།	སེར།	
ཆོགས།	སོག	སོག	སོགས།	
ཅ་ལག་སོགས་ལག་ཏུ།	སོན།	སོན།	སོན།	
ཉམས་བ་སོགས།	སོས།	སོས།	སོས།	
གནས་སྒྲ།	སྟེབ།	སྟེབ།	སྟེབས།	
གཞན་ལ།			གསང་།	གསོང་།
ར་ལུག་སོགས།			བསད།	སོད།
ཉན་པའི་ཞེ་ཆོག			གསན།	གསོན།
ཚུད།			གསན།	གསོན།
སྒྲན་བ་སོགས་འོད་གྱིས།			གསལ།	
དུམ་བུར།		སིལ།	བསིལ།	སིལ།
རྩིལ་བུ་སོགས།			གསིལ།	གསིལ།

ཉན་ལུལ་མཁུན་རབ་འོད་གསལ་གྱི་བད་སྟོང་སྟོར་གྱི་ཚིམ་ཡིག

བཤད་པའི་ཞེ་ཆིག				
ཤིང་སོགས་གཤག་པའི་དོན།	གསེ།	གསེ།	གསེས།	གསེས།
སྤྱ་གུ་སོགས།	གསོ།	གསོ།	གསོས།	གསོས།
གྱི་མདུང་སོགས་ཕུར་བའི་དོན།			གསོར།	གསོར།
བཟས་པ་དང་སྤལ་བ་སོགས་གྱི།			གསོལ།	གསོལ།
རྒྱ་ཚོར་སོགས།				
ངལ་དུབ་སོགས།	བསོ།	གསོ།	བསོས།	གསོས།
བལ་སོགས་ཞིབ་མོར།		མེད།	བམེད།	མེད།
རྒྱ་རྩེས་སོགས།				སྤྱབས།
ཁ།			བསྤྱམ།	སྤྱམས།
མགོན་སོགས།	བསྤ།	བསྤ།	བསྤས།	བསྤས།
འབྲུགས་པའི་ཞེ་ཆིག			བསིལ།	
རྒྱ་བ་སོགས་བཟུས་པའི་ཞེ་ཆིག			བསིལ།	བསིལ།
མདེའུ་སོགས།			བསིར།	བསིར།
སྤྱིགས་མ་སོགས།				
ཅ་ལག་གང་དུང་ལག་བས།				
སྟོན་དང་རྩི་མ་སོགས།		མེལ།	བསལ།	སོལ།
ཡིད་ལ།				སོམས།
རྩིན་ཅན།				
རྩི་མ་སོགས།				
ཆོགས།	བསག།			
ཡོ་བ་དང་པོ་བཟོས་པའི་དོན་གྱི།	བསྟང་།	སྟང་།		སྟངས།
སེམས་གྱིས་བཟོད་པའི་དོན།		སྟན།	བསྟན།	སྟན།
ཉེས་པ་དང་རྩི་མ་སོགས།		སྟབ།		སྟབས།
རྒྱ་ཚོར་སོགས།	བསྟི།	སྟི།	བསྟིས།	སྟིས།
རིང་དུ་བཏང་བའི་དོན།		སྟིང་།		སྟིངས།
སྟོམ་པ་སོགས།	བསྟུང་།	སྟུང་།		སྟུངས།
ཞོ་དང་རྩ་སོགས།		སྟུབ།		སྟུབས།

ཉན་ཡུལ་མཁུན་རབ་འོད་གསལ་གྱི་བད་སྟོང་སྟོར་གྱི་ཚཱ་ཡིག

དངོས་པོ་གང་རུང་མཉམ་དུ།	བསྟེ།	སྟེ།	བསྟེས།	སྟེས།
ཤོག་བྱ་སོགས་མེ་ལ།	བསྟེག།	སྟེག།		སྟེགས།
རྒྱན་རིང་ཉར་བའི་དོན་གྱི།		སྟེལ།	བསྟེལ།	སྟེལ།
ལག་བ་སོགས་མེ་ལ།	བསྟོ།	སྟོ།	བསྟོས།	སྟོས།
གོས་སོགས་ཀྱི་ནང་།	བསྟོག།	སྟོག།		སྟོགས།
གཡོ་སྐྱའི་སྟོན་ས།	བསྟུ།	སྟུ།	བསྟུས།	སྟུས།
ལག་ཤིས་སོགས།		སྟོབ།		སྟོབས།
སྟང་བཅུག་པའི།		སྟོད།	བསྟོད།	སྟོད།
ཕྱོགས་སྟ།		སྟོན།	བསྟོན།	སྟོན།
ཁྱེན་དུ་དང་ཟས་སོགས།	བསྟང་།	སྟོང་།		སྟོངས།
སྟ་སོགས།	བསྟུ།	སྟུ།	བསྟུས།	སྟུས།

5

མ་དུན་			
བྱ།			
གཡང་	སྟང་།	སྟང་།	སྟང་།
བྱ།	སྟོད།	སྟོད།	སྟོད།

བྱ་བྱེད་འདས་སྐྱལ་བཅས་ཀྱི་དཔེ་བརྗོད་འདི་འང་མདོ་སྟངས་ས་ཡི་ཐིག་ལེ་ཤར་མི་ཉག་གི་
 ཡུལ་དུ་སྐྱེས་པ། ཉན་ཡུལ་མཁུན་རབ་འོད་གསལ་གྱིས་ཚཱ་སྟེག་བསྟེས་པའོ། །

སུམ་རྟགས་གཉིས་ཀྱི་མིང་ཆིག་གི་འབྲེལ་བ་བྱེས་པ་དགའ་ བའི་གཏམ།

འགོ་བརྗོད།

༡༡། །འདིར་སུམ་ཅུ་པ་དང་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པའི་གཞུང་གི་ཐུན་
མོང་མིན་པའི་བརྟ་ཆད་དམ་མིང་ཆིག་གངས་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་ཅུ་གྲ་བརྒྱད་
ལ་སོ་སོར་གོ་བདེ་བའི་འབྲེལ་བ་ཤད་མདོར་བསྡུས་རེ་དང་། དགོས་ངེས་
རིགས་ལ་དཔེ་བརྗོད་ཉུང་བསྡུས་རེ་བཅས་བཀོད་ཡོད།

འདི་ལ་དགོས་པ་དུ་མ་ཞིག་མཆིས་པའི་གཙུག་པོ་ནི། སྒྲོགས་ར་རྣམས་
སུམ་རྟགས་གཉིས་ཀྱི་གཞུང་ལ་ཐོག་མར་འཇུག་སྐབས་མིང་ཆིག་དེ་དག་གི་
སྒྲ་དོན་ཇི་བཞིན་པ་ཞིག་རྟགས་ཆེ་གཞོད་གཞུང་དོན་རྣམས་ཆེ་གས་ཆུང་
དུས་རྟགས་ཐུབ་པ་ཡིན། སྦྱིར་སུམ་རྟགས་ཀྱི་གཞུང་ཙམ་མ་བཟད་ཐ་སྙད་
རིག་པའི་གཞུང་ངམ། ཡང་ན་ནང་དོན་རིག་པའི་གཞུང་སོགས་གང་འདྲ་
ཞིག་ཡིན་རུང་གཞུང་སོ་སོར་ཐུན་མོང་མིན་པའི་གཞུང་སོགས་གང་འདྲ་
ཞིག་ཡིན་རུང་གཞུང་སོ་སོར་ཐུན་མོང་མིན་པའི་བརྟ་ཆད་དམ་མིང་ཆིག་
འབྲེལ་བར་བ་རེ་མེད་མི་སྤྲོད་ཅིང་། གལ་ཏེ་སུ་ཞིག་གིས་གཞུང་གང་འདྲ་ཞིག་
སྒྲོབ་པའམ། ཡང་ན་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་དགོས་ན་གཞུང་དེའི་མིང་ཆིག་འབྲེལ་
བར་བ་རྣམས་ཀྱི་དོན་རང་གིས་ཇི་བཞིན་རྟགས་པ་དང་། གཞན་ལའང་

ཐོག་ས་མེད་དུ་འཆད་ཐུབ་པ་ཞིག་མ་གྱུར་ཆེ་གང་ཡང་རུང་བའི་གཞུང་དེའི་
 དོན་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་ཉོག་ས་ཐབས་མེད། དཔེར་ན། སུ་ཞིག་གིས་ཆད་མ་རིག་
 བའམ་གསོ་བ་རིག་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་གསར་དུ་སློབ་སྐབས་ཐོག་མར་དེའི་ནང་
 དོན་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་ཉོག་ས་རྒྱ་ལྟོགས། རྫོང་བྱེད་ཀྱི་མིང་ཆིག་བྱེད་པར་བ་
 རྣམས་ཀྱང་སློབ་ཐུབ་ཅུ་མ་ལས་སྤྱོད་དོན་ཇི་བཞིན་པ་ཞིག་ཉོག་ས་མི་ཐུབ། དེ་
 མ་གྱུར་ན་གཞུང་དེ་དག་གི་ནང་དོན་ལ་གོ་བ་ཇི་ལྟར་ལེན་ཐུབ། དེས་ན་སྤྱོད་
 ཞེས་དོན་ལ་མི་ཚོངས་ཞེས་པའི་གོ་དོན་གྱི་ཐུག་ས་ངོ་མ་དེའང་འདི་ལ་ཐུག་
 ཡོད། སྤྱིར་མིང་ཆིག་གི་མཛོད། བོད་རྒྱ་ཆིག་མཛོད་ཆེན་མོ་དང་། དེ་མིན་
 བརྒྱ་འགྲོལ་གྱི་གཞུང་སོགས་སུ་མིང་ཆིག་ཅི་རིགས་པ་བཀོད་ཡོད་མོད། དེ་
 དག་ནི་ཁ་འཐོར་དུ་གནས་པ་དང་། ལ་ལར་འགྲེལ་བཤད་གསལ་པོ་མེད་
 བའམ་མིང་ཆིག་རྒྱུར་པ་ཅུ་མ་ལས་འགྲེལ་བཤད་མེད་པ་སོགས་ཀྱིས་འཆོལ་
 མི་བདེ་བའི་དཀའ་ངལ་འབྱུང་བ་ཡིན་པས་གཞུང་སོ་སོའི་མིང་ཆིག་རྣམས་
 ལ་བརྒྱ་འགྲོལ་དེ་རྒྱུར་ན་པན་པ་ཆེ་སྟུམ། འདིར་སུམ་རྟགས་གཉིས་ཀྱི་ཐུན་
 མིན་མིང་ཆིག་ཁག་གི་སྒྲིག་སྐྱེད་སེམས་ནི་བོད་ཡིག་གི་ཆིག་མཛོད་སྤྱི་ལོ་སྒྲིག་
 སྐྱེད་ས་བཞིན་ཀ་ཐེང་ལྟར་བསྒྲིགས་ཡོད་དོ།

ཀྲ་ལི་མཆོན་བྱེད། ལེགས་སྦྱར་གྱི་ཡི་གེ་ཨྲ་ལི་སྟེ་ཨ་ཐེང་དང་། ཀྲ་
 ལི་སྟེ་ཀ་ཐེང་གཉིས་སུ་དབྱེ་ཞིང་། བོད་ཀྱི་སྐད་དུ་ཀྲ་ལི་མཆོན་བྱེད། ཀ་ཁ་
 ག་ང་། ཅ་ཆ་ཇ་ཉ། ཏ་ཐ་ད་ན། པ་ཕ་བ་མ། ཅ་ཆ་ཇ་ཉ། ཞ་ཟ་འ་ཡ། ར་ལ་ཤ་

ས། ཉ་ཨ། བཅས་སོ།

རྒྱང་པའི་ཡི་གེ མགོ་གསུམ་དང་། འདོགས་བཞི། དབྱངས་བཞི་
སོགས་སྒྱུར་མེད་པའི་ཡི་གེ་སྟེ། དགལ། དབང་། རག། ལགས་སོགས་ལྟ་
བུའོ།

སྐྱལ་ཆིག་ གང་ཡང་རྒྱང་བའི་བྱ་བ་བྱེད་པར་སྐྱལ་བའི་ཆིག་སྟེ། གཙོ་
བོ་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པའི་བྱེད་པ་པོ་སྐྱལ་བ་དང་། སྐབས་འགར་བྱེད་པ་དང་
ལས་གཉིས་ཐ་མི་དད་པའི་བྱེད་པ་པོར་ཡང་འཇུག་པ། དཔེར་ན། བྱ་བ་
སྐྱབས་ཤིག་ ལྷ་ལོག་ཁོག་ཅིག་ གདན་ལ་བཞུགས་ཤིག་ ཡར་བཞེངས་ཤིག་
ལྟ་བུའོ།

སྐྱེ་གནས། ཡི་གེ་སོ་སོའི་སྐྱེ་གནས་ནི། ཀ་ཁ་ག་ང་འ་ཉ་ཨ་ནམས་གྱི་
སྐྱེ་གནས་མགྱེན་པ། ཅ་ཆ་ཇ་ཉ་ཅ་ཆ་ཇ་ཡ་ཤ་ཨི་ཨི་ནམས་གྱི་སྐྱེ་གནས་
ཀན། ཉ་ཐ་ད་ན་བ་ལ་ས་ནམས་གྱི་སྐྱེ་གནས་སོ། པ་པ་བ་མ་ཕ་ཁྱ་ཨོ་ནམས་
གྱི་སྐྱེ་གནས་མཆུ། ར་ཡིག་གི་སྐྱེ་གནས་ལྷེ་ཅེ་དང་ཉེ་བའི་སྐྱེ་བོ་སྟེ། ལྷེ་ཅེའི་
སྟེང་ཕྱོགས། ང་ཉ་ན་མ་ནམས་རང་རང་གི་གནས་སུ་མ་བད་སྒྲོད་དང་བཅས་
པའོ།

སྐྱེས་བུ་ཐ་མ། མིང་གང་ཡང་རྒྱང་བར་སྒྲོན་འཇུག་ཡོད་མེད་ལ་མ་
སྟོས་པར། རྗེས་འཇུག་ག་བ་གཉིས་ལ་ཡང་འཇུག་མེད་པ་དང་། ད་དང་ས་
ཡི་རྗེས་འཇུག་ཅན་བཅས་ལ་སྐྱེས་བུ་ཐ་མ་ཞེས་བཞེད་དེ། དཔེར་ན། རག

ངག་རབ། ཁབ། སྒྲ། འད། སྒྲས། མཁས། ལྟ་བུའོ།

སྒྲེས་བུ་འབྲིང་། མིང་གང་ཡང་རུང་བར་སྒྲོན་འཇུག་ཡོད་མེད་ལ་མ་
སྒྲོས་པར། རྗེས་འཇུག་བ་ལ་ཡང་འཇུག་ས་ཁྱགས་པ་སྒྲེས་བུ་འབྲིང་སྟེ།
དཔེར་ན། ཆབས། ཞབས། བསྐྱབས། བསྐྱབས། རབས་ལྟ་བུའོ།

སྒྲེས་བུ་རབ། མིང་གང་ཡང་རུང་བར་སྒྲོན་འཇུག་ཡོད་མེད་ལ་མ་
སྒྲོས་པར་རྗེས་འཇུག་ག་ལ་ཡང་འཇུག་ས་ཁྱགས་པ་ནི་སྒྲེས་བུ་རབ་སྟེ།
དཔེར་ན། ལྷགས། གྲོགས། འཇིགས། བརྟགས་སོགས་ལྟ་བུའོ།

གང་སྒྲ། རོན་གྱི་བྱེ་བྲག་དམིགས་སུ་མི་འཇིན་པར་སྒྲི་ལ་བྲབ་པའི་
རོན་ཅན་གྱི་གང་སྒྲ་ནི་སེམས་མེད་ཀྱན་ལ་འཇུག་པ་སྟེ། དཔེར་ན། བདེན་
ཆོག་གང་ལ་སུས་ཀྱང་ན་བ་གཏད། བདག་ནི་གང་ཏུ་ཕྱིན་ཀྱང་དེ་ཏུ་སྒྲིད། ལྟ་
བུའོ།

གམ་སོགས་སྤྱད་པ་ལ་འཇུག་པ། བསྐྱ་གཞི་ཞིག་མཐར་བཀོད་ཅིང་།
གང་བསྐྱ་རྒྱ་གཉིས་སམ་དུ་མ་སྤྱད་པ་དཔེར་ན། གཟུགས་སམ། ཆོར་བའམ།
འདུ་ཤེས་སམ། འདུ་བྱེད་དམ། རྣམ་ཤེས་ནི་སྤང་པོ་ལྟ་བུའོ།

གམ་སོགས་འབྲེད་པ་ལ་འཇུག་པ། དབྲེ་གཞི་ཞིག་ཐོག་མར་བཀོད་
ཅིང་། དེ་ལས་དབྲེ་བ་གཉིས་སམ་དུ་མར་འབྲེད་པ་དཔེར་ན། ལྷོགས་བཞི་
ནི། འར་རམ། ལྷོ་འམ། ལུབ་བམ། སྤང་ངོ་ལྟ་བུའོ།

གྲག་ཀྱེད། གྲག་ཅེས་པ་ནི་གི་གྲ་དང་། ཞབས་ཀྱ། ཀྱེད་ཅེས་པ་ནི་

འགྲེང་བུ་དང་། རྩ་རུ་བཅས་སོ།།

གྲུག་གྱེད་བཅེགས་འདོགས། དབྱངས་བཞི་དང་། མགོ་གསུམ།
འདོགས་བཞི་བཅས་གྱི་བསྐྱུས་མིང་།

གངས་སྐྱད་པ། རྣམ་དབྱེ་ལྔ་པ་འབྱུང་ཁུངས་གྱི་ནང་གསེས་ནས་སྒྲ་
གངས་སྐྱད་པ་ལ་འཇུག་པ། དཔེར་ན། གཅིག་ནས་བརྒྱའི་བར། སྟོང་ཆོ་ནས་
ཁྲི་ཆོའི་བར། ལྷ་བུའོ།།

དགག་སྒྲ། གང་ཡང་རུང་བའི་དོན་དེ་མ་ཡིན་པའམ་མེད་པར་སྟོན་
པའི་སྒྲ་མ་མི་མིན་མེད་བཅས་གྱི་དགག་སྒྲ་ནི། དཔེར་ན། མ་མཐོང་བ། མ་
ཉིད་པ། མ་འདྲེས་པ། མི་དགོས་པའི་བྱ་བ། མི་བརྟན་པའི་བྱ་བ། གཤེས་རྒྱུད་
བཟང་པོ་མིན། ཡང་བདེན་གྱི་མི་མིན། ཡིད་ཆེས་བྱེད་རྒྱ་མེད། ཆ་འཛོག་
གང་ཡང་མེད། ལྷ་བུའོ།།

དགག་སྒྲའི་སྐྱལ་ཆིག་ བྱེད་པ་པོའི་ལས་གྱི་ཐོག་མར་དགག་སྒྲ་མ་
ཡིག་སྒྱར་ཆེ་དགག་སྒྲའི་སྐྱལ་ཆིག་སྟེ། དེའང་གཙོ་ཆེ་བ་བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་
དང་། སྐབས་འགར་ཐ་མི་དད་པ་ལའང་འཇུག་པ། དཔེར་ན། ཟས་མ་བ།
འཁོར་ལོ་མ་སྟོར། ཤིང་མ་གཅོད། གང་སར་མ་འགོ། གདན་ལ་མ་བཞུགས།
ལྷ་བུའོ།།

དགོས་ཆེད་གྱི་སྒྲ། རྣམ་དབྱེ་བཞི་པ་དགོས་ཆེད་དང་དོན་གཅིག་པས་
དེར་སྟོས།

མགོ་ཅན་གྱི་ཡི་གོ། ར་མགོ་ལ་མགོ་ས་མགོ་ཅན་གྱི་ཡི་གོ་ཐམས་ཅད་
དོ།

མགོ་གསུམ། ར་མགོ་ལ་མགོ་ས་མགོ་གསུམ་མོ།

འགྱུར་བ་མ་ནིང་། རྗེས་འཇུག་གི་མ་ནིང་ན་ར་ལ་གསུམ་མིང་གཞིའི་
མོ་ཡིག་གི་མཐར་ཡང་འཇུག་ཡོད་མེད་གང་རུང་དང་། མོ་ཡིག་གི་རྗེས་སུ་
ཡང་འཇུག་མེད་པར་ཁྱགས་པའི་ཆེ་སྒྲ་བར་མའི་དྲག་པའམ་ཞན་པར་འགྱུར་
བས་འགྱུར་བ་མ་ནིང་སྟེ། དཔེར་ན། བསྟན་ད། བསྟོར་ད། བཅ་ལ། འབྲུག།
འགྲུལ། ལྟ་བུའོ།

རྒྱན་སྟུང་གྱི་ཐད། མཐུན་པའི་རྒྱན་དང་། མི་མཐུན་པའི་རྒྱན། སྟུང་
པའི་དོན་བཅས་ལ་འཇུག་པའི། གྲང་། ཡང་། འང་བཅས་མོ།

རྒྱས་བཤད་འདྲེན་པ། དབྱེ་གཞི་ཞིག་གི་མིང་ཐོག་མར་བཀོད་དེ།
གངས་མ་ངས་པའི་སྟོན་ས་འབྱེད་པ་སྟེ། དཔེར་ན། གཅན་གཟན་ཏེ། མིང་གི་
དང་། ལྟག་དང་། གཟིག་སོགས་ལྟ་བུའོ།

རྒྱ་མཚན་སྟོན་པའི་བྱེད་སྒྲ། རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་བྱེད་སྒྲའི་ནང་གསལ་
ཏེ། དཔེར་ན། དུ་བ་མཐོང་བས་མེ་ཡོད་པར་ཤེས། རང་ལ་ཉེས་པ་ཡོད་པས་
སྟོ་མ་བདེ། ལྟ་བུའོ།

སྒྲ་ལྟན། གང་ཇ་ཉ་ད་ན་བ་མ་ཇ་མ་འ་ཡ་ར་ལ་ཏ་ཨ་ཨི་ཁྱ་ཨི་ཨོ་
རྣམས་ལ་སྒྲ་ལྟན་གྱི་ཡི་གོ་ཞེས་བརྗོད།

སྐྱ་སྐྱོར། སྐད་དང་རྣམ་དབྱེ་གང་ཡིན་རུང་རྗེས་འཇུག་ལ་སྟོས་དགོས་
པའི་རིགས་ལ་སྐྱ་ཡི་སྐྱོར་བ་དགོས་སོ།།

སྐྱ་མེད། ཀ་ཁ་ཅ་ཆ་ཏ་ཐ་བ་མ་ཅ་ཆ་ཞ་ཟ་ཤ་ས་རྣམས་ལ་སྐྱ་མེད་གྱི་
ཡི་གེ་ཞེས་བརྗོད།

ངེས་ཚིག་འདྲན་པ། རྗེས་གྲུབ་གྱི་མིང་ཞིག་བཀོད་ཅིང་། དེ་ལ་མིང་དེ་
ལྟར་འདོགས་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚན་བཤད་པ་སྟེ། དཔེར་ན། རྒྱངས་འཁོར་
ཏེ། རྒྱངས་པས་འཁོར་བར་བྱེད་པས་སོ། །ལྟ་བུའོ།།

དངོས་པོ་བདག བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་ལ་དངོས་པོ་བདག་གཞན་གྱི་དབྱེ་
བ་ཡོད་ཅིང་། དེའང་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་དུ་དབྱེ་སྐྱབས་གྱི་བྱེད་ཅེས་པ་དེ་
དང་། བྱེད་པ་པོ་དང་། བྱ་བའི་ཡུལ་གྱི་དབྱེ་བ་འབྱེད་སྐྱབས་གྱི་བྱེད་པ་པོ་
ཞེས་པ་དེ་དང་། དངོས་པོ་བདག་གཞན་གྱི་དབྱེ་བ་འབྱེད་སྐྱབས་གྱི་དངོས་
པོ་བདག་ཅེས་པ་རྣམས་དོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཅུ་མ་སྟེ། དཔེར་ན།
ང་འབྱུང་དང་། མདའ་འཕེན། ཤིང་གཙོད་ལྟ་བུའོ། ང་འབྱུང་བ་པོ་དང་། མདའ་
འཕེན་པ་པོ། ཤིང་གཙོད་པ་པོ་རྣམས་ལ་དངོས་པོ་བདག་ཅེས་བཏགས་སོ།།

དངོས་པོ་སྐྱུད་པ། རྣམ་དབྱེ་ལྟ་བུ་འབྱུང་ཁུངས་གྱི་ནང་གསེས་ནས་
གྱི་སྐྱ་དངོས་པོ་སྐྱུད་པ་ལ་འཇུག་པ། དཔེར་ན། གཡས་ནས་གཡོན་བར། ཅ་
བ་ནས་ཅེ་མའི་བར། ལྟ་བུའོ།།

དངོས་པོ་གཞན། བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་ལ་དངོས་པོ་བདག་གཞན་གྱི་དབྱེ་

བ་ཡོད་ཅིང་། དེའང་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་དུ་དབྱེ་སྐབས་གྱི་ལས་ཞེས་བ་དེ་
དང་། བྱེད་བ་པོ་དང་། དངོས་པོ་བདག་གཞན་གྱི་དབྱེ་བ་འབྱེད་སྐབས་གྱི་
དངོས་པོ་གཞན་ཞེས་བ་རྣམས་དོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཙམ་སྟེ།
དཔེར་ན། ར་འཕྱང་དང་། མདའ་འཐེན། ཞིང་གཅོད་ལྟ་བུའི་ར་དང་། མདའ།
ཞིང་རྣམས་ལ་དངོས་པོ་གཞན་ཞེས་བཏགས་སོ།།

སྟོན་འཇུག་གི་ཕོ་ཡིག་བ་ནི་སྟོན་འཇུག་གི་ཕོ་ཡིག་གོ།

སྟོན་འཇུག་གི་བྱེད་བ་བཞི། སྟོན་འཇུག་ལྟ་པོ་མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་གང་
དང་གང་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་པ། འཇུག་པ་པོ་སྟོན་འཇུག་གང་དང་གང་གིས་
འཇུག་པར་བྱེད་པ། སྒྲིའི་ཚུལ་རིམ་ལྟ་བུས་འཇུག་པར་བྱེད་པ། དགོས་བ་ཅིའི་
ཕྱིར་དུ་འཇུག་པར་བྱེད་པ་རྣམས་སོ། །དེ་རྣམས་བསྐྱུས་ཏེ་བཤའ་ན། གང་
ལ་འཇུག་གང་གིས་འཇུག་རིམ་ལྟ་བུ་ཅིའི་ཕྱིར་འཇུག་ཅེས་གྲང་བེར་
རོ།

སྟོན་འཇུག་གི་མ་ནིང་། ག་ད་གཉིས་ནི་སྟོན་འཇུག་གི་མ་ནིང་རོ།།

སྟོན་འཇུག་གི་ཕོ་ཡིག་འ་ནི་སྟོན་འཇུག་གི་ཕོ་ཡིག་གོ།

སྟོན་འཇུག་གི་ཞིན་ཏུ་མོ། མ་ནི་སྟོན་འཇུག་གི་ཞིན་ཏུ་ཕོ་ཡིག་གོ།

སྟོན་འཇུག་ལྟ། ག་ད་བ་མ་འ་སྟེ་སྟོན་འཇུག་ལྟ་པོ་རང་རང་འཇུག་
ལུལ་དུ་གྱུར་པའི་མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་པའི་སྟོན་དུ་འཇུག་པས་ན་སྟོན་
འཇུག་ལྟ་ཞེས་བརྗོད།

སྟོན་རྗེས་མིང་གསུམ། སྟོན་འདུག་ལྔ་དང་། རྗེས་འདུག་བཅུ། མིང་གཞི་ཉི་ཤུའམ་མི་འདུག་པ་ཉི་ཤུ་བཅས་ཀྱི་བསྟུས་མིང་།

ཅི་སྒྲ། སྤྱི་ལོ་དོན་ལ་འདུག་པའི་ཅི་སྒྲའི་ཆིག་སྟོར་ནི། ཅི་ཞིག་ ཅི་སྟེ། ཅི་སྒྲ། ཅི་འབྲ། ཅི་བྱིར་སོགས་སྟུར་བ་དང་། དོན་ནི་གང་སྒྲ་དང་སྒྲ་བས་པལ་ཆེར་མཚུངས་ཏེ། དཔེར་ན། ཅི་འབྲ་བྱས་ན་ཡོན་ཏན་ཅི་ཞིག་ཤེས། དོན་ ཅི་ཡང་མེད་པར་རབ་ཏུ་ཁྲོས་པ་ལྟ་བུའོ།

ཅུང་བད་སྟང་པའི་ཚུལ་བ་ཅན། ཡ་ར་ལ་ལ་རྣམས་མཁུན་པ་ཅུང་བད་སྟང་པའི་ཚུལ་བ་ཅན་ནོ།

གཅིག་ཆིག་རྣམ་དབྱེའི་གཉིས་ཆིག་མཆོན་བྱེད་དག་དང་། མང་ཆིག་མཆོན་བྱེད་རྣམས་ཡིན་ཡང་། རྣམ་དབྱེའི་གཅིག་ཆིག་ནི་དོན་གྱི་ངོ་བོ་ཅུམ་སྟོན་པའི་མིང་ལས་གཅིག་ཆིག་མཆོན་བྱེད་གྱི་སྟང་གཞན་མེད་པ་དཔེར་ན། ཁང་པ། ཁུས་ཁང་། བསྐྱབས། བསྐྱབ། སྟོབ། ལྟ་བུའོ།

ཆོས་ཅན་བརྗོད་པའི་མིང་། གང་ཡང་རུང་བའི་བྱེད་པར་གྱི་ཆོས་དེ་དང་ལྡན་པའི་མིང་སྟེ། ཉི་མ། ཟླ་བ། སྐར་མ་སོགས་ལྟ་བུའོ།

ཆོས་བརྗོད་ཀྱི་མིང་། གང་ཡང་རུང་བའི་བྱེད་པར་གྱི་ཆོས་བརྗོད་པ་སྟེ། སྟོན་པོ། མཐོན་པོ། ཆེན་པོ་སོགས་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞིང་། མིང་འདི་གས་ནི་ཆོས་ཅན་བརྗོད་པའི་མིང་རེ་དང་མ་སྟུར་ཆེ། གང་ཞིག་སྟོན་པོ་དང་། གང་ཞིག་མཐོན་པོ། གང་ཞིག་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་རྟོགས་མི་ཐུབ་ཅིང་། ཆོས་ཅན་

བརྗོད་པའི་མིང་རེ་དང་སྐྱར་ཆོ། ཉམ་མཁའ་སྟོན་པོ། རི་མཐོན་པོ། རྒྱ་མཆོ་
ཆེན་པོ་བཅས་གྱི་ཆིག་ཏུ་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ།

མཆོག་ཏུ་དགར་བ། བི་སྤྱ་མཆོག་ཏུ་དགར་བ་འཇུག་པ། དཔེར་ན། ཉི་
མ་ལ་ཡ་ནི་རི་བོ་ཀུན་གྱི་མཆོག་ལྟ་བུའོ།

རི་སྤྱ། སྤྱིའི་དོན་ལ་འཇུག་པའི་རི་སྤྱའི་ཆིག་སྟོར་ནི། རི་སྟེད། རི་སྟིད།
རི་ལྟར། རི་བཞིན། རི་སྐད་སོགས་སྐྱར་བ་དང་། དོན་ནི་གང་སྤྱ་དང་སྐབས་
པལ་ཆེར་མཚུངས་ཏེ། དཔེར་ན། དེ་རིང་བྱ་བ་རི་ལྟར་བྱས་ན་ལེགས། སྟོབ་
དཔོན་གྱིས་རི་སྐད་གསུངས་པ་ལྟར་སྐྱབ་དགོས་ལྟ་བུའོ།

རྗེས་འཇུག་བཅུ། མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་སུམ་ཅུ་པོའི་རྗེས་སུ་འཇུག་པས་
ན་རྗེས་འཇུག་བཅུ་ཞེས་བརྗོད།

རྗེས་འཇུག་ལ་ལྟོས་དགོས་པའི་སྤད་རྣམ་དབྱེ་དང་བཅས་པ་བརྒྱད།
སྤར་བསྐྱ། ལ་དོན། ཞི་ལྟན། རྒྱན་སྤྱད། ལྟག་བཅས། འབྱེད་སྤྱད། འབྱུང་
ཁུངས། བོད་སྤྱོའོ།

རྗེས་འཇུག་ལ་ལྟོས་མི་དགོས་པའི་སྤད་རང་དབང་ཅན་དུག། བི་སྤྱ།
དང་སྤྱ། དེ་སྤྱ། གང་སྤྱ། བདག་སྤྱ། དགག་སྤྱ་བཅས་སོ།

བརྗོད་བདེ་འབྲེན་པ། གང་ཡང་རུང་བའི་མིང་སྤྱ་མའི་མཐའི་རྗེས་
འཇུག་དང་། མིང་མཐའ་གཞན་གྱི་མིང་གཞི་གཉིས་ཏྲགས་མི་མཚུངས་ཀྱང་
བརྗོད་བདེ་བའི་སྟོན་སྟེན་འབྲེན་པ་སྟེ། དཔེར་ན། མ་སུན་པ། དམ་པ། རྣམ་པ།

བུམ་པ་ལྷ་བུའོ།

བརྗོད་པ། མིང་ཆིག་བརྗོད་པ་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་བརྗོད་པ་ནི། ཆིག་
མང་པོ་སྒྲེལ་ནས་དོན་དང་ལྡན་པའི་ངག་གི་སྤེང་བར་བྱལ་པ་ལ་བརྗོད་པ་
ཞེས་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན། སྒྲིད་མོས་ཚལ་འདི་ན་ལྷ་ན་སྤྱག་ཅིང་ངེ་ཞེས་པའི་མེ་
ཏོག་གི་ཆོགས་ངེ་སྟེད་ཅིག་མཆིས་སོ་ལྷ་བུའོ།

གཉིས་ཆིག གང་ཡང་རུང་བའི་མིང་གི་མཐར་དག་ཅེས་སྒྱུར་བས་
ནམ་དབྱེད་གཉིས་ཆིག་ཏུ་འགྱུར་བ་སྟེ། དཔེར་ན། སྒྲུལ་དག གཅན་གཟན་
དག གཅོད་བྱེད་དག་ལྷ་བུའོ།

གཏན་ཆིག་འདྲེན་པ། གང་ཞེག་དམ་བཅས་པའི་སྒྲུབ་བྱེད་དམ། རྒྱ་
མཚན་ནམ། གཏན་ཆིག་འདྲེན་པ་སྟེ། དཔེར་ན། འདི་ལ་མི་ཞེས་བྱ་སྟེ། སྒྲ་
ཤེས་ཤིང་དོན་གོ་བས་སོ་ལྷ་བུའོ།

རྟགས་འདུག སྒྲོན་འདུག་ལྷའི་བྱ་བ་གཙོ་བོར་སྒྲོན་པ་རྟགས་གྱི་
འདུག་པའི་གཞུང་ལ་རྟགས་འདུག་ཅེས་བརྗོད་དོན་ནི། དབྱངས་གསལ་སོ་
བཞི་ལ་རྟགས་གཉིས་ཏེ། དབྱངས་བཞི་ལ་མོ་དང་། གསལ་བྱེད་སུམ་ཅུར་
པོ། དེ་བཞིན་གསལ་བྱེད་སུམ་ཅུར་པོ་དང་། མ་ནིང་། མོ། ཤིན་ཏུ་མོ། མོ་
གཤམ། སྒྲོན་འདུག་ལྷར་པོ། མ་ནིང་། མོ། ཤིན་ཏུ་མོ། རྗེས་འདུག་བཅུར་པོ།
མ་ནིང་། མོ་བཅས་གྱི་རྟགས་གྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པས་ན་བརྗོད་བྱའི་སྒྲོན་ནས་
མིང་དེ་ལྷར་བརྟགས་སོ།

རྟགས་མཚུངས་འདྲེན་པ། གང་ཡང་རུང་བའི་མིང་སྡེ་མའི་མཐའི་རྗེས་
འཇུག་དང་། མིང་མཐའ་གཞན་གྱི་མིང་གཞི་གཉིས་ཀ་རྟགས་མཚུངས་པ།
དཔེར་ན། དབྱིད་ཀ། ཐད་ཀ། བསྟོད་པ། ཚོད་པ། ཐུབ་པ། གཉིས་ཀ། དགོངས་
པ། དགོས་པ། རྟག་པ། ལག་པ། གང་བ། མཐོང་བ། སྟོན་ཁ། དབྱར་ཁ། རྒྱལ་
ཁ་སོགས་ལྟ་བུའོ།

ཐ་དད་དུ་དགར་བ། བི་སྐྱ་ཐ་དད་དུ་དགར་བ་ལ་འཇུག་པ་དཔེར་ན།
ཤུག་པ་བི་སྐྱག་པ་དང་གཞན་ནི་ལྟ་བུའོ།

ཐེ་ཚོམ་ངེ་བ་ལ་འཇུག་པའི་ཆོག་ གམ་སོགས་འབྱེད་སྟུང་ལ་འཇུག་
པའི་ནང་གསལ་ཐེ་ཚོམ་མམ་ངེ་བ་ལ་འཇུག་པ། དཔེར་ན། དེ་རིང་ཆར་
འབབ་བམ་མི་འབབ། འོན་འདི་དེ་འདྲ་ཡིན་ནམ་མིན། ཁྱོད་ལ་དཔེ་ཆ་མང་པོ་
ཡོད་དམ་ལྟ་བུའོ།

མཐའ་རྟེན་བཟུ། རྗེས་འཇུག་བཟུའི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས།

མཐུན་པའི་རྒྱན། གྲང་ཡང་འང་གསུམ་མཐུན་པའི་རྒྱན་ལ་འཇུག་པ་
ནི། མཛེས་གྲང་མཛེས། གསལ་ཡང་གསལ། དགའ་འང་དགའ་ལྟ་བུའོ།

ད་དྲག ཡང་འཇུག་ད་ས་གཉིས་ལས་ད་ལ་ད་དྲག་ཅེས་བེར་ཞིང་།
དེང་སྐབས་ད་དྲག་དངོས་སུ་འབྲི་སྟོལ་མེད་གྲང་། མིང་རྒྱང་དང་། བྱ་ཆོག་
ཁག་གཅིག་ལ་ད་དྲག་འཐོབ་པ། དཔེར་ན། ཀུན་ཏུ། ཤིན་ཏུ། ཅུ་བསྐྱེལ་ཏོ། །
རྟ་ལ་བསྐྱེན་ཏོ། །ཆང་བསྐྱེལ་ཏོ་ལྟ་བུའོ།

དང་སྒྲ། དང་སྒྲ་ནི་སྤྱད་པ་དང་། འབྲེད་པ། རྒྱ་མཚན། ཆེ་སྐབས།
གདམས་ངག་སྟེ་ལྷ་ལ་འཇུག་གོ།

དང་སྒྲ་རྒྱ་མཚན་ལ་འཇུག་པ། རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་དང་ལྷ་པའི་རྒྱན་
རྒྱ་མཚན་ལ་འཇུག་པ་བཞིན་དུ་དང་སྒྲ་རྒྱ་མཚན་ལ་འཇུག་པ་དཔེར་ན།
དབྱར་ཤར་བ་དང་ཆར་ཚུ་རྒྱས། ལོ་ན་གས་པ་དང་ལུས་སྟོབས་ཉམས་ལྟ་
བུའོ།

དང་སྒྲ་གདམས་ངག་ལ་འཇུག་པ། སྐུལ་ཆིག་གི་མཐར་འཇུག་པའི་
དང་སྒྲས་གདམས་ངག་སྟོན་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། ཡོན་ཏན་སྟོབས་དང་ཤེས་
པར་འགྱུར། ལས་ལ་བཙོན་དང་འགྱུབ་པར་འགྱུར་ལྟ་བུའོ།

དང་སྒྲ་སྤྱད་པ་ལ་འཇུག་པ། བསྐྱ་གཞི་ཞིག་མཐར་བཞུགས་ཅིང་གང་
བསྐྱ་རྒྱ་གཉིས་སམ་དུ་མ་སྤྱད་པ། དཔེར་ན། ཇིག་དང་། རྣ་བ་དང་། ལྷ་དང་།
ལྟེ་དང་། ལུས་ནི་དབང་པོ་ལྟེ་ལྟོ།

དང་སྒྲ་འབྲེད་པ་ལ་འཇུག་པ། དབྱེ་གཞི་ཞིག་ཐོག་མར་བཞུགས་ཅིང་།
དེ་ལས་དབྱེ་བ་གཉིས་སམ་དུ་མར་འབྲེད་པ། དཔེར་ན། སྤྱོད་པ་བཞི་ནི།
ཤར་དང་། ལྟོ་དང་། ལུབ་དང་། ལྱང་ངོ་། །ལྟ་བུའོ།

དང་སྒྲ་ཆེ་སྐབས་ལ་འཇུག་པ། ལ་དོན་གྱི་རྒྱན་རྣམས་ཆེ་སྐབས་ལ་
འཇུག་པ་བཞིན་དུ་དང་སྒྲ་ཆེ་སྐབས་ལ་འཇུག་པ། དཔེར་ན། ཉི་མ་ཤར་བ་

དང་ཐུན་པ་སེལ། དག་པོ་མཐོང་བ་དང་ཞེ་སྤང་སྟེ། ལྟ་བུའོ།

དམ་བཅའ་ལྷག་བཅས། ཆིག་སྡེ་མ་དམ་བཅས་པ་དེའི་སྐྱབ་བྱེད་དུ་
ཆིག་བྱི་མ་འདྲེན་པ་ཞིག་སྟེ། དེ་ལ་ནང་གསེས་གྱིས་དབྱེ་ན། དབྱེ་བ་འདྲེན་
པ། གཏན་ཆིགས་འདྲེན་པ། དེས་ཆིག་འདྲེན་པ། རྒྱས་བཤད་འདྲེན་པ་བཅས་
སོ།

དུས་ད་ལྟ་བ། དངོས་པོ་བདག་གམ་བྱེད་པ་པོའི་ཆིག་ལ་དུས་ད་ལྟ་བ་
སྟོན་པའི་ཆིག་གོགས་སྐྱར་བ་སྟེ། དཔེར་ན། ཤིང་གཙོད་གྱིན་སྤང་ངོ་། །
གཙོད་བཞིན་པའོ། །སྤལ་མ་དགྱི་ཡིན་འདུག་གོ། །དགྱི་བཞིན་པའོ། །ལྟ་བུ་དང་།
སྒྱིར་བྱེད་པ་པོ་དང་། བྱེད་པ། བྱེད་ལས་བཅས་དུས་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་
དུས་ད་ལྟ་བའི་ཁོངས་སུ་བསྐྱབ་པ་ཡིན་ནོ།

དུས་འདས་པ། བྱ་བྱེད་ཐ་དད་མི་དད་གང་རུང་གི་བྱ་བ་བྱས་ཟིན་པ་
སྟེ། དཔེར་ན། ཟུ་བཀག་གོ། །ཤིང་བཅད་ངོ། །མནོ་བསམ་བཏང་ངོ། །ཉི་མ་
ཤར་ངོ། །འཁོར་ལོ་འཁོར་ངོ། །ལྟ་བུའོ།

དུས་སྐྱད་པ། རྣམ་དབྱེ་ལྡ་པ་འབྱུང་ཁུངས་གྱི་ནང་གསེས་ནས་སྒྱི་
དུས་སྐྱད་པ་ལ་འདུག་པ་ནི། དཔེར་ན། རྩ་བ་དང་པོ་ནས་ལྡ་པའི་བར། ད་ལོ་
ནས་སང་པོད་བར། ལྟ་བུའོ།

དུས་མ་འོངས་པ། དངོས་པོ་གཞན་ནས་བྱ་བའི་ཡུལ་དང་། བྱ་བའི་
ལས་གཉིས་བཅས་དུས་གསུམ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་དུས་མ་འོངས་པའི་

ཁོངས་སུ་བསྟུ་བ་ཡིན་ནོ།

དེ་སྒྲ། སུམ་ཅུ་པའི་གཞུང་ལས་དེ་སྒྲ་དོན་དགུ་ལ་འཇུག་པར་བསྟན་
པ་ལས། ལྷག་བཅས་ཀྱི་དེ་སྒྲ་མ་གཏོགས་དེ་སྒྲའི་འཇུག་པ་ཐམས་ཅད་རྣམ་
གངས་གཞན་ཡོད་པར་སྒྱུར་བའི་དོན་ཅན་དུ་འདུ་སྟེ། དཔེར་ན། རི་བོ་དེ་ནི་
མཐོ་ཞིང་བཟེད། ཅུ་བོ་དེ་ནི་ཆེ་ཞིང་རིང་། དེ་ནི་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྡན་ནོ། །ལྷ་
བུ་ནོ།

དེ་ཉིད། རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་ལས་སུ་བྱ་བའི་ནང་གསེས། བྱ་བ་དང་
ལས་གཉིས་ངོ་བོ་གཅིག་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ནི། དཔེར་ན། བ་མ་རིན་ཅན་དུ་
ཞེས། ལྷགས་གསེར་དུ་གྱུར། ལྷ་བུ་ནོ།

དོན་སྒྱུར། སྤང་དང་རྣམ་དབྱེ་གང་ཡིན་རུང་རྗེས་འཇུག་ལ་སྟོས་
དགོས་རུང་འདྲ། མི་དགོས་རུང་འདྲ། སྤང་རྣམ་དབྱེ་དེ་དག་གིས་དོན་གང་
དང་གང་སྟོན་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་དོན་གྱི་སྒྱུར་བ་ཞེས་བཟོད།

དུག་སྒྲ། རྣམ་དབྱེ་དུག་པ་ལ་འབྲེལ་སྒྲ་དང་དོན་གཅིག་པས་དེར་སྟོས།
རྩོ་བའི་མི་གེ ཞ་བཤམ་ཏ་རྣམས་བཟོད་པའི་ཆེ་དབུགས་རྩོ་བར་
འབྲེན་པས་རྩོ་བའི་ཡི་གེ་འང་ཡིན་ནོ།

བདག་སྒྲ། སྒྲེས་པ་མཆོན་བྱེད་ཀྱི་བདག་སྒྲ་པ་པོ་གཉིས་དང་། བྱད་
མེད་མཆོན་བྱེད་ཀྱི་བདག་སྒྲ་མ་མོ་གཉིས་བཅས་ཡིན་ཞིང་། དེའང་དཔེར་
ན། མཁས་པ། ཞིང་པ། འབྲོག་པ། བཟོ་པ། ཡི་གེ་འབྲི་བ་པོ། རི་ལ་འཛེགས་

བ་པོ། མཛེངས་མ། བཙུན་མ། བཙུན་མོ། ལྷ་བུའོ།

འདོགས་ཅན་གྱི་མི་གོ། ཡ་བཏགས། ར་བཏགས། ལ་བཏགས། སྨ་
བཏགས་ཏེ་འདོགས་ཅན་གྱི་ཡི་གེ་ཡོད་དོ་ཅོག་གོ།

འདོགས་བཞི། ཡ་བཏགས། ར་བཏགས། ལ་བཏགས། སྨ་བཏགས་
བཅས་སོ།

སྐྱད་བ་ལ་འཇུག་པའི་ཁྱད་ཡང་འང་གསུམ་གྱི་སྤད། དཔེར་ན། རོན་
འདི་ངས་ཁྱད་ཤེས། ཁོང་ཡང་ད་ལྟ་ཐེབས་བྱུང་། ཁོ་བོ་འང་འགོ་དགོས། ལྷ་
བུའོ།

བད་སྒྲོད་རིག་པ། སུམ་ཅུ་བ་དང་། ཏྲགས་གྱི་འཇུག་པ། དེ་མིན་དག་
ཡིག་གི་གཞུང་སོགས་ལ་ཟེར།

ནང་གི་ཚུལ་བ། ཡི་གེ་རྣམས་གྱི་གནས་དང་། བྱེད་པ། ཚུལ་བ་སྟེ་
གསུམ་ལས། ཚུལ་བ་ལ་འང་བྱེད་ཚུལ་བ་དང་། རང་གི་ཚུལ་བ་གཉིས་ཡོད་
པའི་ནང་གི་ཚུལ་བ་ནི། མཁུན་བ་བྱེ་བ་དང་། བཙུམ་པ། སྤད་པ། ཅུང་ཟད་
སྤད་བ་བཅས་སོ།

ནས་སྐྱ་སྐྱད་བ་ལ་འཇུག་པ། རྣམ་དབྱེ་ལྡན་པ་འབྱུང་ཁུངས་གྱི་ནང་
གསེས་ནས་སྐྱ་སྐྱད་བ་ལ་འཇུག་པ་སྟེ། དེ་འང་དུས་སྐྱད་བ་དང་། ལུས་སྐྱད་
པ། ཁྱངས་སྐྱད་པ། དངོས་པོ་སྐྱད་བ་སོགས་ལ་འཇུག་གོ།

ནས་སྐྱ་སྐྱག་བཅས་ལ་འཇུག་པ། རྣམ་སྐྱ་འབྱུང་ཁུངས་ལ་འཇུག་པའི་

ནང་གསེས་མཆམས་སྒྲོར་ལྷག་བཅས་ལ་འཇུག་པ། དཔེར་ན། སྒྲན་བརྒྱངས་
ནས་ནད་བྱག ལག་པ་བཟུས་ནས་ཟས་བཟུལ། ལྷ་བྱའོ།

ནི་སྒྲ། ནི་སྒྲ་ནི་དགར་བ་དང་། བརྟན་པ་གཉིས་ལ་འཇུག་ཅིང་། དགར་
བ་ལའང་མཆོག་ཏུ་དགར་བ་དང་། དམན་པར་དགར་བ། ཐ་དད་ཅམ་དུ་
དགར་བའོ།

ནི་སྒྲ་བརྟན་པ་ལ་འཇུག་པ། བརྟན་པ་ནི་ནན་ཏན་བྱེད་པའི་དོན་ཡིན་
པ། དཔེར་ན། ས་གནས་འདིར་རྩ་ཆུ་ནི་བཟང་། ཤིང་ནགས་ནི་མང་། རྩ་གང་
ནི་སྒྲོམ་སོགས་ལྷ་བྱའོ།

གནས་གཞི་སྟོན་པའི་སྒྲ། རྟམ་དབྱེ་བདུན་པ་རྟེན་གནས་དང་དོན་
གཅིག་པས་དེར་སྟོས།

རྟམ་དབྱེ། ཆོས་གཉིས་མ་འདྲེས་པར་སོ་སོར་འབྱེད་པའི་སྒྲའི་ཆ་
ཤས་ཏེ། ལ་དོན་དང་། འབྲེལ་བ། བྱེད་པ་སྟེ་གསུམ་དུ་འདོད་པ་ཞིག་དང་།
མཁས་པ་ལ་ལས་དེ་གསུམ་གྱི་ཁར་འབྱུང་ཁུངས་བསྒྲན་ཏེ་བཞིར་འདོད་
པའང་མཆིས་སོ།

རྟམ་དབྱེ་བརྒྱད། རྟམ་དབྱེ་དང་པོ་དོ་པོ་ཅམ་སྟོན་པ། གཉིས་པ་ལས་
སུ་བྱ་བ། གསུམ་པ་བྱེད་སྒྲ། བཞི་པ་དགོས་ཆེད། ལྷ་པ་འབྱུང་ཁུངས། དུག་
པ་འབྲེལ་སྒྲ། བདུན་པ་རྟེན་གནས། བརྒྱད་པ་བོད་སྒྲའོ།

རྟམ་དབྱེ་བརྒྱད་པ་བོད་སྒྲ། རྟམ་དབྱེ་དང་པོ་དང་མིང་ཅམ་ལ་བྱེད་

མེད་པས་དེའི་སྟོན་དུ་སྒྱར་བ། དཔེར་ན། གྱེ་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་གསལ་དུ་
གསོལ་ལྟ་བུའོ།

རྣམ་དབྱེའི་རྒྱུ། མཁས་པ་པལ་མོ་ཆེས། ལ་དོན། འབྲེལ་བ། བྱེད་པ་
གསུམ་དུ་གསུངས་ལ། མཁས་པ་ལ་ལས་དེའི་ཁར་འབྱུང་ཁུངས་བསྒྲན་ཏེ་
བཞིར་གསུངས་པ་འང་ཡོད།

རྣམ་དབྱེ་བདུན་པ་ཏེན་གནས། དངོས་པོ་གང་ཞིག་གང་ལ་བཏེན་
བའམ་ཡོད་པའི་དོན་ཅན་དུ་འཇུག་པའི་ལ་དོན་གྱི་རྒྱུ་རྣམས་ཏེ། དཔེར་ན།
གནས་ན་ཉི་མེ་སྐར་གསུམ་ཡོད། ས་ལ་འབྱུང་རིགས་སྣ་ཆོག་གས་སྟེ། ལྟ་བུའོ།

རྣམ་དབྱེ་བདུན་པ་གནས་གཞི། རྣམ་དབྱེ་བདུན་པ་ཏེན་གནས་དང་
དོན་གཅིག་པས་དེར་སྟོས།

རྣམ་དབྱེ་ལྔ་པ་འབྱུང་ཁུངས། དངོས་པོ་གང་ལས་གང་ཞིག་བྲལ་
བའམ་བྱུང་བ་སྟོན་པའི་དོན་ལ་ནས་དང་ལས་གཉིས་འཇུག་པ་སྟེ། དཔེར་ན།
མ་ལས་བྱ་དང་། འོ་མ་ལས་མར། སྒྲ་བ་ནས་སྒྲ་ཅི་སོགས་ལྟ་བུའི་ནས་ལས་
གྱི་སྒྲ་དག་ནི་རྣམ་དབྱེ་ལྔ་པ་འབྱུང་ཁུངས་དངོས་སོ།

རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་ལས་སྟུ་བྱ་བ། བྱེད་པ་པོ་ཞིག་གིས་བྱ་བའི་ཡུལ་
གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་ལ་པར་བྱ་བ་བྱས་པའི་དོན་ཞིག་སྟེ། དཔེར་ན། བདག་
གིས་ཇོ་ལར་རི་མོ་བྲིས། ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་བདག་བྱེད་པ་པོ་དང་། གིས་རྣམ་
དབྱེ་གསུམ་པའི་རྒྱུ། ཇོ་བྱ་བའི་ཡུལ། ལ་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པའི་རྒྱུ། རི་མོ་

ལས། བྱིས་བྱ་བ་སྟེ། འདི་རིགས་ཀྱི་ལ་དོན་ལ་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་ཞེས་
བཟོད།

རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་ངོ་བོ་ཅམ་སྟོན་པ། ཆོས་བཟོད་ཀྱི་མིང་དང་། ཆོས་
ཅན་བཟོད་པའི་མིང་། དེ་བཞིན་བྱ་ཆོག་ཀྱང་རུང་སྟེ། དོན་དུ་ངོ་བོ་ཅམ་སྟོན་
ཅིང་བྱད་པར་མི་སྟོན་པའི་མིང་མཐའ་དག་གོ།

རྣམ་དབྱེ་དུག་པ་འབྲེལ་སྒྲ། གང་ཡང་རུང་བའི་མིང་དོན་པན་ཚུན་
འབྲེལ་བ་བཟོད་པའི་དོན་ཅན་གྱི་སྒྲ་ནི། གི་ གྱི། འི། ཡི། གྱི་རྣམས་ཡིན་པ།
དཔེར་ན། བདག་གི་ཁང་པ། ཁབ་ཀྱི་ཅེ་མོ། མིའི་བསམ་པ། ཉ་ཡི་སྦྱ་མདོག་
གཞན་གྱི་རྒྱ་ལོར། ལྟ་བུའོ།

རྣམ་དབྱེ་བཞི་པ་དགོས་ཆེད། བྱེད་པ་པོ་ཞིག་གིས་བྱ་བའི་ཡུལ་གང་
ཡང་རུང་བ་ཞིག་ལ་པར་བྱ་བ་བྱས་པ་ཞིག་སྟེ། འདིའི་ཆ་ནས་རྣམ་དབྱེ་
གཉིས་པ་ལས་སྦྱ་བྱ་བ་དང་འབྲེལ་ཡང་། མི་འབྲེལ་བའི་བྱད་པར་འབྲེད་བྱེད་ནི།
རྣམ་དབྱེ་བཞི་པའི་བྱ་བ་དེ། བྱ་བའི་དོན་གྱི་ཡུལ་ལ་པན་གདགས་པའི་བྱ་བ་
ཞིག་ཡིན་དགོས་པ་དཔེར་ན། གྲོགས་པོ་དངོས་ཟླ་ཉོ་རུ་བཏང་། ལྟ་བུའི་
གྲོགས་པོ་བཏང་བའི་བྱ་བ་དེ་དངོས་ཟླ་ལ་པན་གདགས་པའི་ཆེད་དུ་མིན་
པར་བྱ་བའི་དོན་གྱི་ཡུལ་ཉོ་བའི་ཆེད་དུ་བཏང་བ་ཡིན་པས་ལ་དོན་འདི་
རིགས་ལ་རྣམ་དབྱེ་བཞི་པ་དགོས་ཆེད་ཅེས་བཟོད།

རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་བྱེད་སྒྲ། བྱེད་པ་པོ་འཕ། ཡང་ན་བྱེད་པས་ཉེ་

འགྲང་གང་རུང་དུ་བྱ་བ་བྱས་པའི་དོན་ཞིག་སྟེ། དཔེར་ན། བདག་གིས་གཏམ་
བཤད། ལྟ་བུའི་བདག་བྱེད་པ་པོ། གིས་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པའི་རྒྱུ། གཏམ་
ལས། བཤད་པ་བྱ་བ་དང་། ཡང་། མིག་གིས་གཟུགས་མཐོང་། ལྟ་བུའི་མིག་
བྱེད་པ། གིས་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པའི་རྒྱུ། གཟུགས་ལས། མཐོང་བྱ་བ་སྟེ།
འདི་རིགས་ལ་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་ཞེས་བརྗོད།

སྤྱི་སྤྱོད་དོས། གང་སོགས་སྤྱི་སྤྱོད་རྣམས་འཇུག་ཡུལ་དོས་སུ་ཆིག་
བེན་དུ་མེད་པའི་གས་ཏེ། དཔེར་ན། གང་ཞིག་ཏྲག་ཏུ་བསྐྱབ་བྱེད་གནས་ལ་
བཙོན། ཅི་ཞིག་བསམ་པའི་དོན་རྣམས་ལེགས་པར་བྱུག། ལྟ་བུའོ།

སྤྱི་སྤྱོད་བྱེད་ཐབས་ལ་འཇུག་པ། གང་སོགས་སྤྱི་སྤྱོད་རྣམས་འཇུག་ཡུལ་
དོས་སུ་ཆིག་བེན་དུ་ཡོད་པའི་གས་ཏེ། དཔེར་ན། གང་ཞིག་བཙོན་བཀྱར་
འོས་པའི་གནས། །པ་མ་དག་དང་སྟོབ་དཔོན་ལོ། །ལྟ་བུའོ།

བྱེད་ཆིག་འགལ་བའམ་མི་མཐུན་པར་སྟོན་པའི་ཆིག་གི་རྒྱུ། རྣམ་
དབྱེ་དུག་པ་འབྲེལ་སྤྱི་ནང་གསེས་ཤིག་སྟེ། དཔེར་ན། མཁས་པར་ཡོན་
ཏན་ཡོད་ཀྱི་སྤྱོད་པོ་ལ་ནི་དེ་ལྟ་མིན་ལོ། །ཤིང་ལ་མེ་འབར་གྱི་རྩོལ་ནི་འབར་
བར་མི་འགྱུར་ལོ། །ལྟ་བུའོ།

བྱེད་ཚུལ་གྱི་ཡི་གེ་རྣམས་ཀྱི་གནས་དང་། བྱེད་པ། ཚུལ་བ་སྟེ་གསུམ་
ལས་ཚུལ་བ་ལ་བྱེད་ཚུལ་བ་དང་། རྣང་གི་ཚུལ་བ་གཉིས་ཡོད་པའི་བྱེད་ཚུལ་
བ་ནི། ཡི་གེ་རྣམས་བྱེད་པ་ཏུ་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུའི་བྱེད་ཚུལ་དང་ལྟན་པའི་

སྤྱིར་ཏེ། དེ་ལ་འང་འཛོན་ཆེ་ཆུང་གི་དབྱེ་བ་དང་བཅས་སོ།།

སྤེ་བའི་ཚུལ་བ་ཅན། མགྱིན་པ་གདངས་ནས་བཟོད་དགོས་པའི་སྤྱིར་
ཨ་ཡིག་མ་གཏོགས་པའི་སྟོག་ཆེན་གྱི་ཡི་གེ་རྣམས་ཏེ། ཁ་ཆ་ཐ་པ་ཆ་ཞ་བ་
ཤ་ས་ཏ་ཨི་ཨུ་ཨེ་ཨོ་རྣམས་སོ།།

སྤང། སྤང་དང་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་སུ་སྤེ་བའི་སྤང་ནི། སྤྱིར་མིང་ཅམ་
གཉིས་སམ་དུ་མ་སྤྱེལ་བའི་ཆེ་བར་དུ་མཆམས་སྤྱིར་བའམ་དོན་གསལ་བ་
ལ་པན་འདོགས་པར་བྱེད་པ་ཞིག་སྟེ། གོ་ངོ་དོ་སོགས་སྤྱར་བསྟུ་དང་། བ་པོ།
མ་མི་སོགས་རྣམ་དབྱེའི་རྒྱུན་མ་ཡིན་པ་ཐམས་ཅད་དོ།།

སྤང་རྣམ་དབྱེ། སྤྱིར་སྤང་དང་རྣམ་དབྱེ་ཡོད་དོ་ཅོག་ལ་སྤང་གི་ཐ་སྙད་
འཇུག་དུ་རུང་ཞིང་། བྱེ་བྲག་སྤང་དང་རྣམ་དབྱེ་ཐ་དད་དུ་འབྱེད་ཆོ། ལ་དོན།
འབྱེལ་བ། བྱེད་བ། འབྱུང་ཁུངས་རྣམས་ལ་རྣམ་དབྱེ་དང་། དེ་མིན་ཀྱན་ལ་
སྤང་ཅེས་བཟོད་དོ།།

སྤང་བའི་ཚུལ་བ་ཅན། ཡི་གའི་གནས་རྣམས་འདུ་འཛོད་གྱི་ཚུལ་བ་ཆེ་
བའི་སྤྱིར་ཐ་མ་གཏོགས་པའི་སྤེ་བ་ལྗེའི་ཡི་གེ་རྣམས་མགྱིན་པ་སྤང་བའི་
ཚུལ་བ་ཅན་ནོ།།

སྤང་གཞན་དབང་ཅན། རྣམ་དབྱེའམ་སྤང་གང་རུང་ཇེས་འཇུག་ལ་
སྟོས་དགོས་པའི་གྲས་ཏེ། དཔེར་ན། ལ་དོན། ཨི་ལྷན། རྒྱན་སྟུང་ལ་སོགས་
པ་ལྟ་བུའོ།།

སྤང་རང་དབང་ཅན། རྣམ་དབྱེའམ་སྤང་གང་རུང་རྗེས་འཇུག་ལ་ལྟོས་
མི་དགོས་པའི་གས་ཏེ། དཔེར་ན། འབྱུང་ཁུངས། དང་སྒྲ། དེ་སྒྲ་སོགས་ལྟ་
བུའོ།

འཕུལ་ལྷ། སྟོན་འཇུག་ལྷའི་མིང་གི་རྣམ་གངས།
འཕུལ་ཅན་གྱི་མི་གོ། སྟོན་འཇུག་ཡོད་པའི་ཡི་གེ་མཐའ་དག་གོ།
འཕུལ་ཏེན་གཉིས། སྟོན་འཇུག་དང་རྗེས་འཇུག་གི་མིང་གི་རྣམ་
གངས།

བྱ་བྱག་དབྱངས་བཞི་དང་། ར་བཏགས། ཡ་བཏགས། བཅས་བྱག་ལ་
ཟེར་རོ།

བྱ་བ་འཇུག་པའི་ཡུལ། སི་འགེལ་དུ་ལ་དོན་རྣམས་འཇུག་ཡུལ་གྱི་
མིང་དེ་ལ་བྱ་བ་འཇུག་པའི་ཡུལ་ཞེས་བརྗོད་དེ། དཔེར་ན། ཡུལ་སྟོངས་ལ་
ལྟ། རང་ཡུལ་དུ་འགོ། ལྟ་བུའི་ལ་དོན་འཇུག་ཡུལ་ཡུལ་སྟོངས་དང་། རང་
ཡུལ་གཉིས་པོ་ལྟ་བ་དང་། འགོ་བའི་བྱ་བ་འཇུག་པའི་ཡུལ་ཞེས་བརྗོད་དོ།

བྱ་བའི་ཡུལ། འདི་ལ་མཁས་པ་དག་གིས་གཉིས་སུ་གསུངས་ཏེ།
སུམ་ཅུ་པའི་ལ་དོན་འཆད་སྐབས་ལ་དོན་རྣམས་འཇུག་ཡུལ་གྱི་མིང་དེ་ལ་
བྱ་བའི་ཡུལ་ཞེས་བརྗོད་པ། དཔེར་ན། རིའི་ཅེ་མོར་འགོ། ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་
རིའི་ཅེ་མོ་ལ་བྱ་བའི་ཡུལ་ཞེས་བརྗོད་པ་དང་། ཏགས་གྱི་འཇུག་པའི་དངོས་
པོ་བདག་གཞན་འཆད་སྐབས་དངོས་པོ་གཞན་ལ་བྱ་བའི་ཡུལ་ཞེས་བརྗོད་

པ། དཔེར་ན། རྒྱལ་ཚུ་བཀག་ཅེས་པ་ལྟ་བུའི་རྒྱལ་ཚུ་ལ་བྱ་བའི་ཡུལ་ཞེས་
བརྗོད་དོ།

བྱ་བའི་ལས། བྱ་བ་གང་ཞིག་གི་བྱ་ཡུལ་གྱི་སྟངས་གི་བྱ་བ་ལ་བྱ་བའི་
ལས་ཞེས་བརྗོད་དེ། དཔེར་ན། ཤིང་མཁན་གྱིས་ཤིང་གཅད་པར་བྱ། ཞེས་
པ་ལྟ་བུའི་བྱ་ཡུལ་ཤིང་གི་སྟངས་ཏུ་ཡོད་པའི་གཙོད་པའི་བྱ་བ་འབྲུབ་པའི་ཆ་
ལ་བྱ་བའི་ལས་ཞེས་བརྗོད་པའོ།

བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ། བྱ་བ་གང་ཞིག་བྱེད་པ་པོ་དང་། བྱ་བའི་ཡུལ་ལམ་
ལས་གཉིས་ཐ་དད་ཏུ་ཡོད་པ་ཞིག་སྟེ། དཔེར་ན། མགར་བས་ལྷགས་ཀྱི་སྐྱམ་
པ་བཅོས། ལྟ་བུའི་བྱེད་པོ་མགར་བ་དང་། བྱ་ཡུལ་ལམ་ལས་ལྷགས་ཀྱི་སྐྱམ་
པ་གཉིས་ཐ་དད་ཏུ་ཡོད་པ་ཞིག་དགོས་ཏེ། དོན་ཏུ་དངོས་པོ་བདག་མགར་བ་
དང་། དངོས་པོ་གཞན་ལྷགས་ཀྱི་སྐྱམ་པ་གཉིས་ཐ་དད་ཏུ་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་
ལ་གོ་དགོས།

བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པ། བྱ་བ་གང་ཞིག་བྱེད་པ་པོ་དང་། བྱ་བའི་ཡུལ་
ལམ་ལས་གཉིས་ཐ་དད་ཏུ་མེད་པ་ཞིག་སྟེ། དཔེར་ན། རྩི་བོ་རི་ལ་བསྐྱོད།
ཅེས་པ་ལྟ་བུའི་སྐྱོད་པ་པོ་འཕྲུལ་བྱེད་པ་པོ་རྩི་བོ་དང་། བསྐྱོད་བྱའཕྲུལ་བྱ་བའི་
ཡུལ་ཡང་རྩི་བོ་ལས་གཞན་འཛོག་ཏུ་མེད་པས་བྱ་བ་འདི་གས་ལ་བྱ་བྱེད་ཐ་
མི་དད་པ་ཞེས་བརྗོད།

བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ། ལས་གང་ཞིག་གི་བྱ་བ་བྱེད་པ་ལ་བྱ་བའི་

བརྗོད་པ་དང་། དེའི་བྱེད་པོ་དང་། བྱེད་པ་ལ་བྱེད་ཅེས་བརྗོད་པ་དང་། དེའི་
བྱ་བའི་ཡུལ་ལས་དངོས་པོ་གཞན་ལ་ལས་ཞེས་བརྗོད་པ་སྟེ། དཔེར་ན། ཡིག་
མཁན་གྱིས་ཡི་གེ་བྲིས། ཞེས་པའི་ཡིག་མཁན་ལ་བྱེད་ཅེས་པ་དང་། ཡི་གེ་
ལ་ལས་ཞེས་པ། བྲིས་པའི་བྱ་བ་ལ་བྱ་ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟ་བུའོ།།

བྱ་ཆིག་ བྱ་བ་སྟོན་པའི་ཆིག་སྟེ། དངོས་པོ་བདག་གཞན་དང་། དུས་
གསུམ། བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་སོགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་འབྱེད་དུ་ཡོད་པའི་བྱ་བྱེད་ཐ་
དད་པ་དང་། བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པ། བྱ་ཆིག་སྟེ་ཅམ་པ་སོགས་བྱ་ཆིག་ཡོད་
དོ་ཅིག་གོ།

བྱ་ལས། བྱ་བའི་ལས་དང་དོན་གཅིག་པས་དེར་སྟོས།

བྱེད་སྒྲུ། རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་བྱེད་སྒྲུ་དང་དོན་གཅིག་པས་དེར་སྟོས།

བྱེད་པ། བྱེད་པ་པོ་དང་། བྱེད་པ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བའི་བྱེད་པ་ལ།
མཁས་པ་ལ་ལས་བྱེད་པ་པོ་པལ་པ་ཞེས་གྲང་བརྗོད། དོན་དུ་འདི་འདྲ་ཞིག་
སྟེ། ཡིག་མཁན་གྱིས་སྒྱུ་གྲུས་ཡི་གེ་འབྲི། ལྟ་བུའི་ཡིག་མཁན་བྱེད་པ་པོ་དང་།
སྒྱུ་གྲུ་བྱེད་པ་ཡིན་ཞིང་། དེ་བཞིན་སེམས་ཀྱིས་ཉོགས། རྣ་བས་ཐོས། མིག་
གིས་མཐོང་སོགས་ལྟ་བུའི། སེམས་དང་། རྣ་བ། མིག་བཅས་གྲང་བྱེད་པ་
ཡིན་ནོ།།

བྱེད་པ་པོ། གང་ཡང་རུང་བའི་བྱ་བ་བྱེད་མཁན་གྱི་དོན་ཏེ། དཔེར་ན།
སོན་འདེབས་པ་པོ་དང་། ཡི་གེ་འབྲི་བ་པོ། གོས་འཆེམ་པ་པོ་སོགས་བྱ་བྱེད་

ཐ་དད་པའི་དངོས་པོ་བདག་དངོས་དང་། མཁས་པ་ལ་ལས། འགྲོ་བ་པོ་ཞེས་
བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པའི་བྱེད་ལས་ཅམ་དུ་འབྲེལ་བའི་དངོས་པོ་བདག་ཅེས་
གསུངས་པའང་ཡོད་དོ།

བྱེད་པ་པོ་གཞན་དང་དངོས་སུ་འབྲེལ་བའི་ལས། བྱ་བྱེད་ཐ་དད་པ་
དང་དོན་གཅིག་པས་དེར་སྟོས།

བྱེད་པ་པོ་གཞན་དང་དངོས་སུ་མ་འབྲེལ་བའི་ལས། བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་
པ་དང་དོན་གཅིག་པས་དེར་སྟོས།

བྱེད་པའི་ལས། བྱ་བ་གང་ཞིག་གི་བྱེད་པ་པོའི་རྩིས་བ་ལ་བྱེད་པ་པོའི་
ལས་སམ་བྱེད་ལས་ཞེས་བརྗོད་དེ། དཔེར་ན། ཤིང་མཁན་གྱིས་ཤིང་གཙོད་
པར་བྱེད། ཅེས་པ་ལྟ་བུའི་བྱེད་པ་པོ་ཤིང་མཁན་གྱི་ལུས་ཀྱི་རྩིས་བ་ལ་བྱེད་
པའི་ལས་ཞེས་བརྗོད་པའོ།

བྱེད་ལས། བྱེད་པའི་ལས་དང་དོན་གཅིག་པས་དེར་སྟོས།

དབྱངས་བཞི། ཨི་ཅུ་ཨེ་ཨོ་བཅས་བཞིའོ།

དབྱེ་བ་འབྲེན་པ། གང་ཡང་རུང་བའི་དབྱེ་གཞིའི་མིང་ཐོག་མར་བཀོད་
དེ་གངས་ངེས་པའི་སྟོན་ས་དབྱེ་བ་འབྲེད་པ་ཞིག་སྟེ། དཔེར་ན། དུས་ནི་
གསུམ་སྟེ། འདས་པ་དང་། མ་འོངས་པ་དང་། ད་ལྟ་བ་བཅས་སོ། །ལྟ་བུའོ།

འབྱུང་ཁུངས་དངོས། རྣམ་དབྱེ་ལྟ་བ་འབྱུང་ཁུངས་དང་དོན་གཅིག་
པས་དེར་སྟོས།

འབྱུང་ཁུངས་ཆ་འདྲ། རྣམ་དབྱེ་ལྔ་པ་འབྱུང་ཁུངས་དངོས་དང་ཆ་འདྲ་
བ་སྟེ། དཔེར་ན། རི་ཅེ་ནས་ཐུར་དུ་བབ། ཏྲ་ལས་སྤྱང་། གནམ་ནས་ཆར་བབ་
སོགས་ལྟ་བུའོ།

འབྱེད་སྤྱད་གྱི་སྤང། གམ་ངམ་དམ་སོགས་ཡིག་འབྱུ་བཅུ་གཅིག་པོ་
འབྱེད་པ་དང་། སྤྱད་པ། ཐེ་ཚེམ་བྲི་བ་ལ་འཇུག་པའི་དོན་བཅས་ལ་འཇུག་གོ།

འབྲེལ་སྒྲ། རྣམ་དབྱེ་དུག་པ་འབྲེལ་སྒྲ་དང་དོན་གཅིག་པས་དེར་སྟོས།
མང་ཆིག་ གང་ཡང་རུང་བའི་མིང་གི་མཐར་རྣམས་ཞེས་སྒྱུར་བས་
རྣམ་དབྱེའི་མང་ཆིག་ཏུ་འགྱུར་བ། དཔེར་ན། མི་རྣམས། ཁང་པ་རྣམས།
གཙང་པ་རྣམས། གཙོད་བྱེད་རྣམས། ལྟ་བུའོ།

མི་འཇུག་པ་ཉི་ཤུ། མིང་གཞི་ཉི་ཤུ་ཐམ་པ་དང་དོན་གཅིག་པས་དེར་
སྟོས།

མི་མཐུན་པའི་རྒྱན། གྲང་ཡང་འང་གསུམ་མི་མཐུན་པའི་རྒྱན་ལ་
འཇུག་པ་ནི། བལྟས་གྲང་མ་མཐོང་། མཐོང་ཡང་མ་ཤེས། དཔའང་དགྲ་ལ་
བློས། ལྟ་བུའོ།

མིང་། གང་ཞིག་ཡི་གེ་གཉིས་སམ་མང་པོ་འདུས་པའང་རུང་། དོན་གྱི་
ངོ་ཐོ་ཙམ་སྟོན་པའི་སྒྲ་སྟེ། དཔེར་ན། ཁབ། གསལ། དཔའ་བ། སྒྱན་པ། བསམ་
གཏན། ཚོགས་ཁང་ཆེན་མོ། རོར་བུ་སྤིང་ག་ ལྟ་བུའོ།

མིང་རྒྱང་། བདག་གཞན་དུས་གསུམ་སོགས་གྱི་དབྱེ་བ་འབྱེད་དུ་

མེད་ཅིང་། གཟུགས་གཞན་དུ་མི་འགྱུར་བའི་མིང་སྟེ། འདི་ལ་འང་གཉིས་ཏེ།
ཆོས་བརྗོད་གྱི་མིང་དང་། ཆོས་ཅན་བརྗོད་བའི་མིང་གཉིས་ལས། དང་པོ་
ཆོས་བརྗོད་གྱི་མིང་ནི། མཐོན་པོ། དམར་པོ། རིང་པོ། སྤང་དུ་སོགས་དང་།
གཉིས་པ་ཆོས་ཅན་བརྗོད་བའི་མིང་ནི། ས། ཏ། ཉི་མ། ཉམ་མཁའ་སོགས་ལྟ་
བུའོ།

མིང་ཆིག་བརྗོད་པ་གསུམ། མིང་། ཆིག་ བརྗོད་པ་སོ་སོའི་འགྲེལ་
བཤད་ལ་སྟོས།

མིང་ཆིག་ཉི་ཤུ་ཐམ་པ། སྟོན་རྗེས་མིང་གསུམ་གྱི་ཁྲིམ་དབྱེ་བའི་མིང་
གཞི་ཉི་ཤུ་ཐམ་པ་སྟེ། ཀ་ཁ་ཅ་ཆ་ཇ་ཉ་ཏ་ཐ་པ་ཕ་ཅ་ཆ་ཇ་ཁ་ཐ་ལ་ཤ་ཏ་ཨ་
བཅས་སོ།

མིང་གཞི་སུམ་ཏུ། རྗེས་འདུག་བཅུ་པོ་འདུག་རུང་དུ་གྱུར་བའི་མིང་
གཞིའི་ཡི་གེ་སུམ་ཏུ་སྟེ། ཀ་ནས་ཨའི་བར་གྱི་གསལ་བྱེད་སུམ་ཏུའོ།

མིང་གཞི་སུམ་ཏུ་སོ་བཞི། མིང་ཆིག་ཚུམ་པ་ཀུན་གྱི་གཞིར་གྱུར་བའི་
ཆ་ནས་བཞག་བའི་མིང་གཞི་སུམ་ཏུ་སོ་བཞི་ནི། དབྱངས་བཞི་དང་། གསལ་
བྱེད་སུམ་ཏུའོ།

མིང་གཞི་སུམ་ཏུ་སོ་བཞིའི་ཕོ་ཡིག་ ཀ་ནས་ཨའི་བར་གྱི་གསལ་བྱེད་
སུམ་ཏུར་ཕོ་ཡིག་གི་ཐ་སྟོད་བཏགས་པའོ།

མིང་གཞི་སུམ་ཏུ་སོ་བཞིའི་མོ་ཡིག་ དབྱངས་བཞི་ལ་མོ་ཡིག་གི་ཐ་

སྟད་བཏགས་པའོ།།

མིང་གཞི་སྲུང་ཅུང་མོ་ཡིག ཀ་ཅ་ཏ་པ་ཅ་རྣམས་སོ་སོར་ངག་ནས་
བརྗོད་པའི་ཆེ་སོ་སོའི་སྐྱེ་གནས་མགྱིན་སོ་མཆུ་ཀན་སོགས་ལ་བྲེད་ཚོལ་
གྱི་ཤུགས་ཆེ་བའམ་གྱིས་པས་མོ་ཡིག་ཏུ་བཞག་པའོ།།

མིང་གཞི་སྲུང་ཅུང་མ་ནིང་། ཁ་ཆ་ཐ་པ་ཆ་རྣམས་སོ་སོར་ངག་ནས་
བརྗོད་པའི་ཆེ་སོ་སོའི་སྐྱེ་གནས་མགྱིན་སོ་མཆུ་ཀན་སོགས་ལ་བྲེད་ཚོལ་
གྱི་ཤུགས་རན་པས་མ་ནིང་ཏུ་བཞག་པའོ།།

མིང་གཞི་སྲུང་ཅུང་མོ་ཡིག ག་ཇ་ད་བ་ཇ་ཐ་ཞ་བ་འ་ཡ་ཤ་ས་རྣམས་
སོ་སོར་ངག་ནས་བརྗོད་པའི་ཆེ་སོ་སོའི་སྐྱེ་གནས་མགྱིན་སོ་མཆུ་ཀན་
སོགས་ལ་བྲེད་ཚོལ་གྱི་ཤུགས་ཅུང་བད་ཆུང་བའམ་སྟོད་པས་མོ་ཡིག་ཏུ་
བཞག་པའོ།།

མིང་གཞི་སྲུང་ཅུང་མོ་གཤམ། ར་ལ་ཏ་ཨ་རྣམས་སོ་སོར་ངག་ནས་
བརྗོད་པའི་ཆེ་སོ་སོའི་སྐྱེ་གནས་མགྱིན་སོ་མཆུ་ཀན་སོགས་ལ་བྲེད་ཚོལ་
གྱི་ཤུགས་ཤིན་ཏུ་སྟོད་ཅིང་ཞན་པས་མོ་གཤམ་གྱི་ཡི་གེར་བཞག་པའོ།།

མིང་གཞི་སྲུང་ཅུང་མཆན་མེད་གྱི་ཡི་གེ ཨ་ཡིག་ངག་ནས་བརྗོད་
པའི་ཆེ་ར་ལ་ཏ་གསུམ་ལས་ཀྱང་ཚོལ་བ་ཞན་པའི་ཕྱིར་མོ་གཤམ་གྱི་ཡི་གེ་
ཡིན་པ་མ་བད་མཆན་མེད་ཏུ་འང་བཞག་པའོ།།

མིང་གཞི་སྲུང་ཅུང་ཤིན་ཏུ་མོ། ང་ཉ་ན་མ་རྣམས་སོ་སོར་ངག་ནས་

བརྗོད་ཆེ་སོ་སེའི་སྐྱེ་གནས་མཁུན་སོ་མཆུ་རྒྱན་སོགས་ལ་བྱེད་ཚུལ་གྱི་
ཤུགས་ཆུང་བའམ་སྟོད་པས་ཤིན་ཏུ་མེད་ཡི་གེ་རུ་བཞག་པའོ།

མོ་ཙམ། རྗེས་འཇུག་བཙུའི་མོ་ཡིག་ང་མ་གཉིས་ལ་ཡང་འཇུག་
ཞུགས་པ་ནི་སྤྱོད་ཞན་པའི་དག་པར་འགྱུར་བས་མོ་ཙམ་ཞེས་བརྗོད་དེ། དཔེར་
ན། བསྐྱངས། བསྐྱམས། ཁེངས། ཁམས། ལྟ་བུའོ།

དམན་པར་དགར་བ། རི་སྐྱོད་མན་པར་དགར་བ་ལ་འཇུག་པ། དཔེར་
ན། ཆོམ་རྒྱན་ནི་མེད་ཐ་མའོ། །ལྟ་བུའོ།

བཙུམ་པའི་ཚུལ་བ་ཅན། ཨ་ཡིག་གཅིག་ཏུ་མཁུན་པ་མ་སྤྱེ་བར་
བཙུམ་པའི་ཚུལ་བ་ཅན་ནོ།

ཚུལ་བ། ཡི་གེ་རྣམས་ཀྱི་གནས་དང་། བྱེད་པ། ཚུལ་བ་གསུམ་ཏུ་
བཤད་ཅིང་། ཚུལ་བ་ལའང་སྤྱི་ཚུལ་བ་དང་། རང་གི་ཚུལ་བ་སྟེ་གཉིས་
ལས། སྤྱི་ཚུལ་བ་ནི། སྤྱི་རོལ་ཏུ་སྤྱོད་འཐོན་པ་ལྟ་བུའི་བྱེད་ཚུལ་དང་། རང་གི་
ཚུལ་བ་ལ་མཁུན་པ་སྤྱེ་བའི་ཚུལ་བ་ཅན་དང་། བཙུམ་པའི་ཚུལ་བ་ཅན། སྤང་
པའི་ཚུལ་བ་ཅན། རུང་ཟད་སྤང་པའི་ཚུལ་བ་ཅན་བཅས་སོ།

བརྟེན་པ་འདོགས་རྒྱུ་གསུམ། བརྟེན་པ་མ་ནི། ར་མགོ། ལ་མགོ། ས་
མགོ་གསུམ་དང་། འདོགས་ནི། ཡ་བཏགས། ར་བཏགས། ལ་བཏགས། ཨ་
བཏགས་བཞི་དང་། རྒྱུང་པ་ནི། བརྟེན་པ་འདོགས་གང་རུང་མེད་པའི་ཡི་གེ་

ཐམས་ཅད་དོ།

བཅེགས་མའི་ཡི་གེ། མིང་གཞི་གང་ཡང་རུང་བ་ལ་མགོ་འདྲེགས་
དང་ལྡན་པ་སྟེ། སྒྲ། བསྐྱབས་སོགས་ལྟ་བུའོ།

ཆོག་ བྱད་གཞི་བྱད་ཆོས་སྐྱར་བའམ། བྱད་ནམ་དབྱེ་གང་རུང་དང་
ལྡན་པས་དོན་གྱི་བྱད་པར་སྟོན་པར་བྱེད་པ་ནི་ཆོག་སྟེ། དཔེར་ན། རྒྱ་མཚོ་
ཆེན་པོ། རི་ཡི་ཆེ་མོ། རྩ་ཡི་རྩ་རྒྱབས། ཉམ་མཁའ་སྟོན་པོ། ལྟ་བུའོ།

ཆེ་སྐྱབས། ཉམ་དབྱེ་བདུན་པའི་ནང་གསེས་ཆེ་སྐྱབས་ལ་འཇུག་པ་
ནི། དཔེར་ན། ཆོས་གཅིག་ལར་སྟོབ་བྲ་ཚུགས། རྩ་ཆོད་བདུན་པར་ལུས་
ཅུལ་སྐྱར། ལྟ་བུའོ།

ཆོག་བྱིམ། ཆོག་བར་དང་དོན་གཅིག་སྟེ། ཆོག་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་
ཡིག་འབྲུ་གཅིག་གམ་གཉིས་སམ་གསུམ་མམ་བཞི་བཅས་གང་རུང་ལ་
ཆོག་བྱིམ་ཞེས་བརྗོད་དེ། དཔེར་ན། ཁ། ལག་དགལ། བཏགས་སོགས་ལྟ་
བུའོ།

ཆོག་བར། ཆོག་བྱིམ་དང་དོན་གཅིག་པས་དེར་སྟོས།

མཚན་གཉིས་མ་ནིང་། རྗེས་འཇུག་གི་མ་ནིང་ན་ར་ལ་གསུམ་པོ་མིང་
གཞིའི་མོ་ཡིག་གི་མཐར་ཐུགས་ཤིང་། ཡང་འཇུག་ད་དང་བཅས་པར་གྱུར་
པའི་ཆེ་ནི་སྒྲ་བར་མ་ལས་དྲག་ཞན་གཉིས་ཀའི་ཆ་དང་ལྡན་པར་འགྱུར་བས་
མཚན་གཉིས་མ་ནིང་སྟེ། དཔེར་ན། འཛིན་ད། བརྒྱན་ད། གྱུར་ད། འབྱོར་ད།

རོལ་ད། བསལ་ད། ལྟ་བུའོ།

མཆན་མེད་མ་ནིང་། རྗེས་འཇུག་གི་མ་ནིང་ན་ར་ལ་གསུམ་མིང་
གཞིའི་མ་ནིང་མཐར་ཁྱགས་པའི་ཆེ་ཡང་འཇུག་ཡོད་མེད་ཇི་ལྟར་རུང་། སྒྲ་
བར་མ་ཙམ་ལས་དག་ཞན་གང་དུའང་མི་འགྱུར་བའི་སྒྱིར་མཆན་མེད་མ་ནིང་
སྟེ། དཔེར་ན། སྒྱིན་ད། མཐུན། ཐར་ད། འཕོར། འཕྱལ་ད། འཁྱལ། ལྟ་བུའོ།

མཆ་མས་སྟོར་ལྟག་བཅས། ཆོག་སྒྲ་མ་བྱེད་པ་དང་སྒྱི་མ་བྱ་བར་
སྟོར་བས་འདྲན་བྱེད་དང་བྱང་བྱ་དུས་རིམ་པར་འཇུག་པ་ཞིག་དང་། སྒྲ་སྒྱི་
གཉིས་ཀ་བྱ་བར་སྟོར་ཞིང་དུས་རིམ་གྱིས་འཇུག་པ་ཞིག་དང་། དེ་ཉིད་ལ་
དུས་སྒྲ་སྒྱི་མེད་པ་ཞིག་སྟེ་གསུམ་མོ། །དཔེར་ན། བསམ་སྟོ་བཏང་སྟེ་བྲན།
ཅུ་ཟངས་ཏེ་སྟོད་བཀང་། འཕར་ཏེ་འགོ། ལྟ་བུའོ།

རྗེས་ཆོག་སྒྲ་བསྐྱུ་དང་དོན་གཅིག་པས་དེར་སྟོས།

གཞན་འདྲན་ལྟག་བཅས། མཆ་མས་སྟོར་དང་དམ་བཅའ་གཉིས་སུ་
མི་གཏོགས་པའི་ལྟག་མ་ཡོད་ཙམ་སྟོན་པའི་སྒྲ་གཞན་ནམས་ཏེ། དཔེར་ན།
དབྱར་གྱི་དུས་སུ་མེ་ཏོག་སྟེ། སྟོན་གྱི་དུས་ན་འབྲས་བུའོ། །ལྟ་བུའོ།

ཟླ་སྟུང་། སྒྲ་བསྐྱུ་དང་དོན་གཅིག་པས་དེར་སྟོས།

ཡང་སྒྲ་བཞན་པ་ལ་འཇུག་པ། ཟླ་སྟུང་གྱི་མད་གྱི་ནང་གསེས་ཡང་
སྒྲ་བཞན་པའི་དོན་ལ་འཇུག་པ་སྟེ། དཔེར་ན། ཡང་ནས་ཡང་དུ་སྟོབ་སྟོང་
བྱེད་པ། དཔེ་ཆར་ཡང་ཡང་བལྟས། མི་དེ་ཡང་སྟེབས་སོང་། ལྟ་བུའོ།

ཡང་འཇུག་གཉིས། ད་དང་ས་གཉིས་རྗེས་འཇུག་གི་ཡི་གེ་ཡིན་པ་མ་
ཟད། རྗེས་འཇུག་གི་རྗེས་སུ་ཡང་འཇུག་པས་ན་ཡང་འཇུག་གཉིས་ཞེས་
བརྗོད་དོ།

ཡུལ་སྤྱད་པ། རྣམ་དབྱེ་ལྔ་པ་འབྱུང་ཁུངས་ཀྱི་ནང་གསེས་ནས་སྐྱ་
ཡུལ་སྤྱད་པ་ལ་འཇུག་པ། དཔེར་ན། མདོ་སྟོད་ནས་མདོ་སྐྱད་བར། ཤར་ནས་
རུབ་བར། ལྷ་བུའོ།

རིགས་མཐུན་པའི་དགར་བ། རྣམ་དབྱེ་ལྔ་པ་འབྱུང་ཁུངས་ཀྱི་ནང་
གསེས་ནས་ཀྱི་སྐྱ་རིགས་མཐུན་པའི་དགར་བ་ལ་འཇུག་པ་ནི། དཔེར་ན།
གཙན་གཟན་གྱི་ནང་ནས་སེང་གེ་སྟོབས་རྩལ་ཆེ་ལྷ་བུ། སྤྱིར་གཙན་གཟན་
དང་སེང་གེ་རིགས་མཐུན་ཡང་རྩལ་སྟོབས་ཆེ་བའི་དབང་གིས་གཙན་གཟན་
གྱི་ཚོགས་ཀྱི་ནང་ནས་སེང་གེ་འབྱེན་པ་ལྷ་བུ་ནི་རིགས་མཐུན་པའི་དགར་
བའོ།

རིགས་མི་མཐུན་པའི་དགར་བ། རྣམ་དབྱེ་ལྔ་པ་འབྱུང་ཁུངས་ཀྱི་ནང་
གསེས་ལས་སྐྱ་རིགས་མི་མཐུན་པའི་དགར་བ་ལ་འཇུག་པ། དཔེར་ན། མེ་
འཁོར་ལས་གནམ་གུ་མགྲོགས། ལྷ་བུ་མེ་འཁོར་དང་གནམ་གུ་གཉིས་རིགས་
མི་མཐུན་ཞིང་། གནམ་གུ་མགྲོགས་པའི་ཁྱད་པར་ལས་ལོགས་སུ་དགར་
བའོ།

ལ་དོན་གྱི་རྒྱུ། སྟ། ར། ཅ། ཏ། ཉ། ཀ། ལ། ཏུ་བཅས་སོ།

ལ་དོན་བདུན། ལ་དོན་གྱི་རྒྱུ་དང་དོན་གཅིག་གོ།

ལས་སྐྱ་རྒྱ་མཚན་ལ་འཇུག་པ། རྣམ་དབྱེ་ལྡ་པ་འབྱུང་ཁུངས་གྱི་ནང་
གསེས་ལས་གྱི་སྐྱ་རྒྱ་མཚན་སྟོན་པའི་དོན་དུ་འཇུག་པ། དཔེར་ན། དུ་བ་
ལས་མེར་ཤེས། རྣམ་འབྱུང་ལས་ངོ་བོ་རྟོགས། ལྟ་བུའོ།

ལས་ཆིག་ བྱ་ཆིག་དང་དོན་གཅིག་པས་དེར་སྟོས།

ཤིན་དུ་མོ། རྗེས་འཇུག་གི་མོ་ཡིག་ང་མ་གཉིས་ལ་ཡང་འཇུག་མ་
ཞུགས་པ་དང་། འ་མཐའ་ཅན་རྣམས་སྐྱ་ཤིན་དུ་ཞན་པར་འབྱུང་བས་ཤིན་དུ་
མོ་སྟེ། དཔེར་ན། བསྐྱང་། ཀོང་། སྒྲོམ། བཀའ་ལྟ་བུའོ།

ས་མཐའ། ཡང་འཇུག་ད་ས་གཉིས་གྱི་ས་སྟེ། མིང་རྒྱང་ཁག་གཅིག་
དང་། བྱ་ཆིག་གི་འདས་སྐྱལ་སོགས་ལ་འཇུག་པ། དཔེར་ན། རྟགས་ཆ་ལ།
ལུས་ཟུངས། དཔངས་མཐོན་པོ། བྱ་བ་བསྐྱབས་པ། བྱ་བ་སྐྱབས་ཤིག་ཤིང་
འཇུགས་སོ། ལྟ་བུའོ།

སྐྱ་སྐྱ། སྐྱི་སྐྱའི་ནང་གསེས་གང་ཟག་ཁོ་ནའི་སྐྱི་ལ་འཇུག་པའི་སྐྱ་སྐྱ་
སྟེ། དཔེར་ན། ཡི་གེ་དེ་སྐྱས་བྲིས་པ་རེད། དེ་རིང་འབྲུལ་པ་སྐྱ་ཡང་སྐྱེབས་
མ་བྱུང་། བྱ་བ་འདི་སྐྱའི་ཆེད་དུ་བྲས། ལྟ་བུའོ།

སྐྱམ་འབྲེལ། སྐྱམ་ཅུ་པའི་འབྲེལ་པའི་བསྐྱས་མིང་།

སྐྱམ་ཅུ་པ། སྤད་དང་རྣམ་དབྱེའི་འཇུག་པ་རྒྱས་པར་བསྟན་པའི་
གཞུང་འདི་ལ་སྐྱམ་ཅུ་པ་ཞེས་མཚན་བཏགས་པའི་རྒྱ་མཚན་ལ་བཞེད་ཚུལ་

མི་འབྲ་བ་གཉིས་ཏེ། མཁས་པ་ལ་ལས། གཞུང་འདིའི་ནང་དུ་ཀླ་མི་སུམ་ཅུའི་
སྒྲོར་བ་རྒྱ་ཆེར་སྟོན་པས་བརྗོད་བྱའི་སྒྲོན་ས་མཆན་བཏགས་པར་འདོད་པ་
དང་། ཡང་མཁས་པ་ལ་ལས། གཞུང་ཆོད་ཤོ་ལོ་ཀ་སུམ་ཅུར་གནས་པས་
མཆན་དེ་ལྟར་བཏགས་པར་འདོད་དོ།

སུམ་ཏྲགས། སུམ་ཅུ་པ་དང་ཏྲགས་ཀྱི་འཇུག་པའི་གཞུང་གཉིས་ཀྱི་
བསྐྱས་མིང་།

སུམ་ཏྲགས་དག་གསུམ། སུམ་ཅུ་པ་དང་། ཏྲགས་ཀྱི་འཇུག་པ། དག་
ཡིག་ཁག་གི་གཞུང་བཅས་གཞུང་གསུམ་གྱི་བསྐྱས་མིང་།

སྟོག་ཅུང་། སྟོག་ཆེན་གྱི་ཡི་གེའི་ལྷག་མ་རྣམས་སོ།

སྟོག་ཆེན། སྐྱ་ཕྱིར་དབྱུང་བའི་ཆེ་དབྱགས་ཆེ་ཅུང་གི་བྲད་པར་གྱིས།
ཁ་ཆ་ཐ་པ་ཆ་ཞ་ཟ་ཤ་ས་ཏ་ཨ་ཨི་ཨུ་ཨེ་ཨོ་རྣམས་ལ་སྟོག་ཆེན་གྱི་ཡི་གེ་
ཞེས་བརྗོད་དོ།

སྐར་བསྐྱ། གོ་ངོ་དོ་ནོ་བོ་མོ་འོ་རོ་ལོ་སོ་ཏོ་བཅས་ཡིག་འབྲུ་བཅུ་
གཅིག་པོ་ཡིན་ཞིང་། སྐབས་འགར་རྗོགས་ཆིག་དང་། རྐྱ་སྐྱད་ཅེས་ཀྱང་ཟེར་
དོ།

གསལ་བྱེད་སུམ་ཅུ། ཀ་ནས་ཨའི་བར་གྱི་ཡིག་འབྲུ་སུམ་ཅུའོ།

གསུམ་སྒྲ། རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་བྱེད་སྒྲ་དང་དོན་གཅིག་པས་དེར་
སྟོས།

ལྷག་བཅས། མིང་ཚིག་གང་ཡང་རུང་བའི་མཐར་སྐྱར་ཏེ་བསྟན་བྱའི་
ལྷག་མ་འདྲན་པའི་དོན་དུ་འབྲུག་པའི་ཕྱད། ཉེ། ཏེ། དེ་གསུམ་ཡིན་ཞིང་། རང་
གསེས་མཆོམས་སྒྱུར་ལྷག་བཅས་དང་། དམ་བཅའ་ལྷག་བཅས། གཞན་
འདྲན་ལྷག་བཅས་རྣམས་ཡོད་པས་སོ་སོའི་ཐད་ལ་ལྟོས།

ཨྲ་ལི་གསལ་བྱེད། ལེགས་སྐྱར་གྱི་ཡི་གེ་ཨྲ་ལི་སྟེ་ཨ་ཐེང་དང་། ཀྲ་
ལི་སྟེ་ཀ་ཐེང་གཉིས་སུ་དབྱེ་ཞིང་། བོད་ཀྱི་སྐད་དུ་ཨྲ་ལི་འི་བྱ་བ་གསལ་བར་
བྱེད་པའི་ཡི་གེ་ཨི་ཨྲ་ཨེ་ཨོ་བཅས་བཞིའོ།

ཨི་ལྟན། ཨི་ལྟན་ཞེས་པ་ནི་གི་གྲུ་དང་ལྟན་པའི་དོན་ཏེ། རྣམ་དབྱེ་བྱུག་
པ་འབྲེལ་སྒྲིའི་རྒྱུན་ལྔ་དང་། རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་བྱེད་སྒྲིའི་རྒྱུན་ལྔ་བཅས་སོ།

དེ་ལྟར་སུམ་ཅུ་པ་དང་རྟགས་ཀྱི་འབྲུག་པའི་མིང་ཚིག་གི་འབྲེལ་བ་
བྱིས་པ་དགའ་བའི་གཏམ་ཞེས་བྱ་བ་རེ་ཞིག་རྫོགས་སོ།

སྐར་སྐས་པ།

འདི་ནི་བྱིས་པ་དགའ་བའི་གཏམ་ཡིན་གྱི།

མཁས་རྣམས་དབྱེས་པ་སྦྱེད་པའི་བསྟན་བཅོས་མིན།

བདག་དང་བདག་འདྲའི་སྟོང་མན་ལ་པན་གྱི།

སྟོང་ལྟན་རྣམས་ཀྱིས་གཟིགས་པའི་གནས་མ་ཡིན།

མཁས་མང་གསུང་གི་ལེགས་ཆ་བདུད་ཅིའི་བཅུད།

རྣམ་དཔྱོད་རྩལ་གྱིས་མ་ལུས་བརྟུང་དཀའ་ཡང་།
ཆིག་ལ་མ་བཏེན་དོན་གྱི་སྟོང་ལུང་དེས།
རང་གཞན་གཉིས་ཀར་པན་པ་མེད་ཅ་མ་རྟོགས།

དེས་ན་བད་སྟོང་འཇུག་མེད་ཚུ་གཏེར་ལས།
ཐུན་མིན་མིང་ཆིག་འགྲེལ་པའི་གཞེགས་མ་ཅ་མ།
འབད་པས་བྲིས་ལ་པན་པའི་ཆ་མཆིས་ཆོ།
མི་ཤེས་ཆ་གདུང་སེལ་ལ་སྦྲན་གྱུར་ཅིག །

ཅེས་སུམ་རྟགས་གཉིས་གྱི་མིང་ཆིག་གི་འགྲེལ་བ། གྲིས་པ་དགའ་
བའི་གཏམ་ཞེས་པ་འདིའང་། རབ་བྱུང་བཅུ་དྲུག་པའི་ཤིང་པོ་གྱི་བའི་ལོ། སྟེ་
ལོ་ ༡༩༥༧ ལོར། ཡུལ་རྒྱལ་མོ་རོང་གི་ས་ཡི་ཆ། འབར་ཁམས་གྲོང་བརྒལ་
དུ། ཉན་ཕུལ་མཁུན་རབ་འོད་གསལ་གྱིས་སྐྱར་བའོ། །