



ཡུལ་རྟོག་པུཌ་འགྲེལ་གྱི་རྣམ་པ་ལ། རྩོག་ཅིང་། རྟོག་པུཌ་ལ།

༠ རྒྱལ་ཁབ་འཛིན་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ རྒྱལ་ཁབ་འཛིན་པའི་

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय



བཀྲ་ས་ལྷན་མཁན་ཆེན་དཀར་ཆེན་གློ་བཟང་བཟོད་པས་མཛད་པ།

ཡུལ་རྟོག་པ་པར་ཁ་གཏེ་མ་གྲོལ་སྒྲིལ་ལེན་པ་། རྩོམ་ཆེན་ཆེན་པོ་། རོ་ཤིང་།  
 ལ་རྟོག་པ་པར་ཁ་གཏེ་མ་གྲོལ་སྒྲིལ་ལེན་པ་། རྩོམ་ཆེན་ཆེན་པོ་།  
 རྩོམ་ཆེན་ཆེན་པོ་། རོ་ཤིང་། རྩོམ་ཆེན་ཆེན་པོ་།  
 རྩོམ་ཆེན་ཆེན་པོ་།



བཀྲ་ས་ལྷན་མཁན་ཆེན་དཀའ་ཆེན་སྒྲོ་བཟང་བཟོད་པས་མཛད་པ།

། སྐུམ་རྟགས་རྩ་འགྲེལ་གྱི་རྣམ་བཤད་ཐོན་མིའི་དགོངས་གསལ་དང་།

སྟོན་ངག་མེ་ལོང་གཞུང་གི་དགོངས་དོན་དབྱངས་ཅན་

དགའ་སྦྱིད།

བཀྲས་སྟུན་མཁན་ཆེན་དཀའ་ཆེན་སྟོ་བཟང་བཟོད་བས་མཛད་པ།

ཞུ་དག་པ། སྟོང་ལྷ་རིན་པོ་ཆེ། སྟེ་ལུང་རིན་པོ་ཆེ། དཀའ་ཆེན་སྟོ་བཟང་ཤེས་རབ།  
མ་སྐྱ་རི་སྟོབ་དགོ་ཟུར་བ་སྤྲད་གཙང་སྟོ་བཟང་དཔལ་ལྷན།

སྟོབ་སྟོན་པ། དགོ་བཤེས་ཐུབ་བསྟན་རིན་ཆེན།

མཐའ་མའི་ཞུས་ཆེན་དང་དེབ་གཞི་འཇུས་འགོད་པ།

བེ་རི་དགོ་བཤེས་འཛིགས་མེད།

སྟོག་ཐུང་དུ་འཇུག་མཁན། སྟོ་བཟང་ཐུབ་བསྟན།

# སྟོན་བརྗོད།

རྩ་སྟོན་སྟོང་ཆ་སྐྱུལ་བའི་སྐུ་རིན་པོ་ཆེ།

༡༡། །ཕྱ་རིག་སྐྱུ་བའི་བྱ་མཆོག་ཡོངས་ཀྱི་དག་བའི་བཤེས་གཉེན་  
ཆེན་པོ་བཀྲས་སྟུན་མཁན་སྤྲུགས་རིན་པོ་ཆེ་དཀའ་ཆེན་སྟོ་བཟང་བཟོད་པ་  
མཆོག་ནས་སྤྲུགས་ཚུམ་མཛད་པའི། ལུང་སྟོན་པ་སྐྱུལ་ཅུ་པ་དང་ལེགས་  
བཤེས་སྟོན་དབང་སྐུར་བའི་རྣམ་བཤེས་ཐོན་མིའི་འབྲེལ་བ་རབ་ཏུ་གསལ་  
བའི་སྐྱུང་བྱེད་དང་། ལུང་སྟོན་པ་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པ་དང་དཀའ་གནད་གསལ་  
བའི་མེ་ལོང་སྐུར་བའི་རྣམ་བཤེས་ཐོན་མིའི་འབྲེལ་བ་རབ་ཏུ་གསལ་བའི་  
སྐྱུང་བྱེད། སྟུན་ངག་མེ་ལོང་གཞུང་གི་དགོངས་དོན་དབྱངས་ཅན་དགའ་  
བསྐྱེད་བཅས། འདི་དག་བརྗོད་བྱ་ཆ་ཆང་ཞིང་། རྗོད་བྱེད་ཤིན་ཏུ་གསལ་བ།  
སྐབས་འགར་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་ཆོགས་བཅད་  
རྣམས་དཔེར་བརྗོད་དུ་བྱངས་པར་མཛད་འདུག་པ་བཅས། འབྲུན་སྟོང་དང་  
བྲལ་བའི་ལེགས་བཤེས་ཐོན་མིའི་རྣམས་ལ་ཕན་འདོགས་ཆེན་པོ་འབྱུང་བ་གཤོན་  
མི་བྱ་བས། དཔེ་སྟུན་མཛད་པ་པོ་རྣམས་ལ་སྤྲུགས་རྗེ་ཆེ། ཞེས་མཁན་རིན་  
པོ་ཆེ་དམ་པ་དེའི་བྱང་ནས་མདོ་སྤྲུགས་ཀྱི་གཞུང་ཆེན་ཁག་གི་ལུང་བྲིད་དུ་  
མ་མཐོས་པའི་སྐུལ་བཟང་དགའ་སྟོན་སྟོང་པའི་སྟོབ་བྱའི་ཐ་ཤེས་བ་རྩ་སྟོན་  
སྟོང་ཆ་སྐྱུལ་མིང་ངག་དབང་སྟོ་བཟང་ནས། མཁན་རིན་པོ་དམ་པ་དེ་ཉིད་



སྒྲུབ་ཡང་བསྟན་འགྲོའི་དོན་དུ་བསམ་བཞིན་སྲིད་པ་བཟུང་བའི་མཆོག་སྐུ་ལ་  
རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་དང་། དཀྱིལ་ཁང་མཆོག་སྐུ་ལ་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་གཉིས་ཀྱི་  
གཟིམས་ཤག་ཏུ་བྲིས་ཏེ་སྤྲུལ།

## དཔེ་སྐུ་གསལ་བ་ཤད།

ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རིག་པའི་གནས་སྤྱི་དང་། རྩེ་བྲག་  
མདོ་སྤྲགས་དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པར་མཁྱེན་རྒྱ་བས་ཀྱི་འདུག་པ་  
མཆོག་ཏུ་ཡངས་པ། འཕགས་ཡུལ་དཔལ་གྱི་ཆོས་སྡེ་ཆེན་པོ་བཟླ་ཤིས་ཐུན་  
པོའི་མཁན་རིན་པོ་ཆེ་དཀའ་ཆེན་སྒོ་བཟང་བཟོད་པ་དཔལ་བཟང་པོ་མཆོག་  
གིས། སྤྱི་ལོའི་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་དུས་དཀྱིལ་ཙམ་དུ་མཛད་པའི། སུམ་  
རྟགས་རྩ་འགྲེལ་གྱི་རྣམ་བཤད་ཐོན་མིའི་དགོངས་པ་རབ་ཏུ་གསལ་བའི་སྒྲུབ་  
བྱེད་དང་། ཐུན་ངག་མེ་ལོང་གཞུང་གི་དགོངས་དོན་དབྱངས་ཙན་དགའ་སྦྱེད་  
ཅས་བྱ་བ། དེ་སྔོན་སྤྲུལ་ཐེངས་གཅིག་བྱས་ཡོད་རུང་། ཡིག་འོར་མང་  
རབས་གཅིག་བྱང་ཡོད་པར་བརྟེན། ད་རེས་གསུང་ཅོམ་འདི་ཆེད་དུ་དཔེ་  
སྐུ་ཁྱུས་པའི་དགོས་དམིགས་གཙོ་བོ་ནི། མཁན་རིན་པོ་ཆེའི་གསུང་སྤྱིས་  
སྒོ་བ་མ་གྲལ་མཐའ་བ་དཀྱིལ་ཁང་སྐུ་མིང་པ་སྤྲན་ལ། ལ་དྲགས་སོགས་ས་  
ཁུལ་མང་པོ་ཞིག་ནས། མཁན་རིན་པོ་ཆེའི་སྒོ་བ་མ་དང་ཡང་སྒོ་བ་མང་པོས་  
སུམ་རྟགས་འགྲེལ་བ་འདི་བཞིན་བསྐྱར་དུ་སྤྲུལ་ཏུ་དགོས་སྒོར་ཡང་

ཡང་བསྐྱལ་བ་ལ་བརྟེན། སྤར་ཡང་དཔེ་བསྐྱེད་ལྷན་པ་ཡིན། སུམ་རྟགས་  
 འགྲེལ་བ་འདིར་བྱད་ཆོས་གང་ཞིག་ཡོད་ཅེ་ན། སུམ་ཙུ་པའི་སྐབས་ཙ་བ་  
 དང་སྟོན་དབང་སྒྲགས་པ་དང་། རྟགས་འཇུག་སྐབས་ཙ་བ་དང་དཀའ་གནད་  
 གསལ་སྟོན་སྒྲགས་ནས་འགྲེལ་ཞིང་། སུམ་ཙུ་པའི་སྐབས་སྤང་དང་རྣམ་དབྱེ་  
 རང་རང་གི་ཐད་སྐབས་དང་འཆ་མས་པའི་དཔེར་བརྗོད་རྣམ་གྲངས་མང་པོ་  
 བཏོད་པ། རྟགས་འཇུག་སྐབས་བདག་གཞན་དུས་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་  
 གཞུང་ཆེན་པོའི་བཤད་པ་དང་། བརྗོད་ཀྱི་རང་ལུགས་སོ་སོར་མ་འདྲེས་  
 པའི་རྣམ་པ་གསལ་པོ་བཏོད་ཡོད་པ་བཅས་ཡིན། འགྲེལ་བ་འདིའི་ཐོག་ནས་  
 རྟོག་པ་པོ་སྤྱི་དང་ཡང་སྟོས་གསུང་རབ་ཀྱི་བརྗོད་པ། ཆེད་དུ་གཉེར་  
 མཁན་ཆོའི་བསམ་སྟོའི་ལུས་རར་གོ་རྟོགས་ཀྱི་མེ་རྟོག་རྣམ་པར་བཟྱ་བའི་  
 དབྱར་གཞུང་གསར་པ་ཞིག་སྐྱོད་ཐུབ་རྒྱུའི་རེ་བ་དང་ཡིད་ཆེས་ལྷན་ལྷན་ཡིན།

ད་ལན་གསུང་ཙམ་འདི་སྤར་བསྐྱེད་ལྷན་པའི་དགེ་ཙ་ལ་བརྟེན་ནས།  
 བོད་ཁ་བ་གངས་ཅན་པའི་ལྷག་པའི་ལྷ་སྐལ་རྒྱལ་མཆོག་ཡབ་སྐུ་རྣམ་  
 གཉིས་སྐྱ་ཆེ་ཞབས་བད་བསྐལ་བརྒྱར་བརྟན་ཅིང་། ཐུགས་བཞེད་མཛད་  
 འཕྲིན་ལྷན་གྱིས་འབྲུག་པ་དང་། མཆོག་སྐལ་རིན་པོ་ཆེ་བསྟན་འཛིན་བཟོད་  
 པ་རྒྱ་མཆོ་མཆོག་གྲང་གསན་བསམ་སྟོབ་གཉེར་མཐར་ཕྱིན་ཏེ། གོང་མའི་  
 རྣམ་ཐར་བཟང་པོ་བདག་གིར་བཞེས་པའི་སྟོན་འདུན་བཅས། བཟས་ལྷན་  
 དཀྱིལ་ཁང་མཁན་སྐལ་བསྟན་འཛིན་སྟོ་བཟང་ཆོས་འབྱོར་གྱིས།

སྤྱི་ལོ་༢༠༠༤ ཟླ་ ༡༢ ཆོས་ ༡༤ ཉིན།



མཁས་པའི་དབང་པོ་བཟུང་ལྷན་དཀར་ཆེན་སློ་བཟང་བཟོད་པ་མཆོག་

མཛད་པ་པོའི་རྣམ་ཐར།

གཞུང་འདི་མཛད་པ་པོ་མཁས་པའི་དབང་པོ་བཟུང་ལྷན་དཀར་ཆེན་  
 སློ་བཟང་བཟོད་པ་དཔལ་བཟང་པོ་མཆོག་ནི། ལ་དྲགས་སྟོད་ཀྱི་ཆ་ཤར་སྤྲུལ་  
 ཡུལ་གྱི་གོང་བྱིས་སྤྱན་དུ་ཡབ་དོན་གྲུབ་ཆེ་དབང་དང་། ཡུམ་ཉི་མ་བྱ་བྱིད་  
 གཉིས་ཀྱི་སྤྲུལ་སྤྱ་རབ་བྱུང་བཅོ་ལྔ་པའི་ཚུ་བྱི་༡༩༣༣ལོར་སྐྱུ་འབྱུང་ས།  
 དགྲུང་ལོ་བཅུ་གཅིག་པ་(༡༩༣༣)ལོར་ཁྲིག་དགོན་ཚུལ་ཁྲིམས་རྣམ་དག་  
 སྤྱིང་དུ་ཆོས་ཁྲུགས་བགྱིས་ཏེ། ཨ་སླ་དཀར་ཆེན་སློ་བཟང་བཟུང་ལྷན་དཀར་  
 རས་དགེ་བསྟེན་གྱི་སྟོན་པ་ཁྲུས་པའི་མཆོན་སློ་བཟང་བཟོད་པ་གསོལ།  
 དགྲུང་ལོ་བཅུ་གསུམ་པ་(༡༩༣༥)ལོར་དམ་པ་དེའི་དྲུང་ནས། ཆོག་སྤྲུལ་  
 དགེ་ཚུལ་གྱི་སྟོན་པ་ཁྲུས། དགྲུང་ལོ་བཅུ་དྲུག་པ་(༡༩༣༦)ལོར་གདན་ས་

ཆེན་པོ་བཟ་ཤིས་ལྷན་པོའི་དགྲིལ་ཁང་གྲ་ཚང་དུ་ཆོས་ཁྱེད་ལ་བཞུགས་ཏེ།  
 གདན་སའི་ཆོས་སྐྱོད་རྣམས་སློབ་འཛིན་མཛད་ནས་རྒྱལ་ས་ཆུང་རྒྱལ་ས་ཆེན་  
 ལེགས་འབྲུལ་མཛད། དགྲུང་ལོ་བཙེ་བརྒྱད་པ་(༡༩༣༤)ལོར་དགྲིལ་ཁང་གྲ་  
 ཚང་གི་དཀའ་ཆེན་སློབ་བཟང་དངོས་གྲུབ་རིན་པོ་ཆེ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་  
 དུ་བསྟེན་ཏེ། རིག་ལམ་ཐོག་མར་བསྐྱུས་གྲ་ལ་བཙོན་པ་རྒྱ་ཆེར་གནང་སྟེ་  
 བསྐྱུས་གྲའི་སྐྱོར་དཔོན་མཛད། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་གཞུང་ཆེན་རྣམ་འགྲེལ་  
 ལོ་ལྔ་དང་། བར་སྤྱོད་ལོ་བཞི་དང་། དབྱུ་མ། མཛོད། འབྲུལ་བ་གསུམ་ལོ་  
 གཉིས་གཉིས་བཅས་མི་ལོ་བཙེ་ལྔའི་རིང་གཞུང་ཆེན་བཀའ་པོད་ལྔ་ལ་  
 གསན་བསམ་བླུ་དུ་སྤྱོད་པར་མཛད། རྣམ་འགྲེལ་རྩ་བ་ལེན་བཞི་ཐུགས་  
 འཛིན་གནང་སྟེ། དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དཀའ་ཆེན་དངོས་གྲུབ་རིན་པོ་ཆེར་  
 རྒྱལ་ས་འབྲུལ་མཛད། བར་སྤྱོད་འགྲེལ་ཆུང་དོན་གསལ་ཐུགས་འཛིན་གནང་  
 སྐབས། མནལ་ལམ་དུ་ཐེ་བཅུན་བྲམས་མགོན་སྐྱེ་གསེར་གྱི་མདོག་ཅན་ཁྱེ་  
 ཚད་བརྒྱད་ཅུ་པ་གཅིག་ལ། ཐུག་སྐྱོར་དང་སློན་ལམ་འདེབས་པར་གཟིགས།  
 ཤིང་རྩ་(༡༩༥༩)ལྷ་བ་དང་པོའི་ཆོས་གཉིས་ཉིན་གདན་ས་བཟ་ཤིས་ལྷན་  
 པོའི་མཁས་མང་འདུས་པའི་དབྱུས་སུ་དཀའ་ཆེན་གྱི་མཆན་བཏགས་  
 བཞེས། མཁན་ཆེན་དོ་ཐེ་འཆང་སྐབས་ཐེ་མཛེས་པ་སློབ་བཟང་བསྟན་འཛིན་  
 ཡེ་ཤེས་གྱི་དབྱང་ནས་བསྟེན་པར་རྫོགས་པ་དགེ་སློང་གི་བསྐྱབ་སྟོན་བཞེས།  
 དགྲིལ་ཁང་གྲ་ཚང་གི་མཁན་པོ་སློབ་བཟང་བཟོད་པ་དང་། ཐོས་སྒྲིང་གྲ་ཚང་གི་  
 རྒྱ་སྐྱུལ་རིན་པོ་ཆེ། སྐབས་ཐེ་པ་བོང་ཁ་པ་སོགས་སྤྲོ་མར་བསྟེན་ཏེ། མདོ་



སྒྲགས་ཀྱི་དབང་ལུང་ཟབ་བྲིད་སོགས་མཐའ་ཡས་པ་གསུམ། དཀྱིལ་ཁང་  
 མཁན་རིན་པོ་ཆེ་སྟོ་བཟང་བཟོད་པའི་བྱང་ནས་སྤུམ་རྟགས་ཅ་འབྲེལ་དང་།  
 སྟན་ངག་མེ་ལོང་མ། དབྱངས་ཅན་སྤྱ་མདོ་བཅས་བྱན་མོང་རིག་གནས་ལ་  
 ཐུགས་སྦྱང་ཕུལ་དུ་བྱིན་པ་མཛད། སྟོད་ངམ་རིམ་དུ་འཆད་ཉན་མཛད་པར་  
 གདན་བྱངས་པ་ལྟར་ཐེབས་ནས་བཀའ་པོད་ལྔ་ཀའི་བཤའ་པ་རྒྱ་ཆེར་  
 གནང་། དགོན་སྡེ་དེ་དག་ཏུ་དགེ་ཚུལ་གྱི་བསྐྱབ་སྟོམ་ཡང་མང་དུ་གནང་།  
 ཡུལ་གཞིགས་པའ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་བསྟན་འཛིན་འཕྲིན་ལས་འཇིགས་མེད་  
 ཆོས་ཀྱི་དབང་ཕྱུག་དཔལ་བཟང་པོའི་བཀའ་དགོངས་བཞིན། སྤྱ་སྤྱུལ་མཆན་  
 ཞབས་པ་སོགས་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཉེར་གཅིག་དང་ལྟན་དུ། པོ་བྱང་  
 རྒྱལ་མཆན་མཐོན་པོའི་གཞིམ་ཚུང་ཉི་འོད་ཆེན་མོར་གཞུང་ཆེན་བཀའ་པོད་  
 ལྔ་ལ་ལག་ལེན་སྟོང་པོ་འདྲིལ་བའི་སྟོབ་སྟོང་མཛད་ནས། གཞུང་ཆེན་བཀའ་  
 པོད་ལྔའི་ལམ་བསྐྱེགས་བཀའ་ཅོམ་མཛད་དེ་ཡུལ་གཞིགས་རིན་པོ་ཆེར་  
 ཕུལ། སྤྱར་ཡང་ཡུལ་གཞིགས་པའ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེའི་བཀའ་དགོངས་  
 བཞིན། ཉི་འོད་ཆེན་མོར་མཆན་ཞབས་པ་གསུམ་ལ་སོགས་པ་དགེ་བའི་  
 བཤེས་གཉེན་རྣམས་དང་ལྟན་དུ་གསང་བདེ་སོགས་ཀྱི་བསྐྱེད་རྫོགས་དང་།  
 དཀྱིལ་ཆོག་རྫོ་རྗེ་འབྲེང་བ་དང་སྒྲགས་རིམ་ཆེན་མོའི་དགོངས་པ་བཞིན་  
 རྒྱུད་སྡེ་བཞིའི་ཐིག་དང་། ལས་བཞིའི་ཐབ་ཐིག་མཆོད་རྟེན་གྱི་ཐིག་སོགས་  
 ལེགས་པར་སྦྱང་པར་མཛད། གདན་སར་བཞུགས་སྐབས་སྟོབ་མ་མཐའ་  
 ཡས་པ་ལ། གཞུང་ཆེན་བཀའ་པོད་ལྔ་སོགས་ཀྱི་དམ་ཆོས་ཀྱི་བདུད་རྩིས་

ཆེ་མས་པར་མཛད། ས་པག་(༡༩༥༩)དུས་འགྱུར་སྐབས་གང་གི་འཁུངས་  
 དུལ་ལ་དྲགས་ལྡོངས་སུ་ཐེབས། ལ་དྲགས་སུ་བཞུགས་སྐབས་གཞིས་  
 དགོན་མང་པོ་ལ། མདོ་སྒྲགས་གཉིས་ཀྱི་སློན་ནས་དབང་ལུང་བཤད་བྱིད་  
 སོགས་མཐའ་ཡས་པ་སྟེ། རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་དུ་ཡགོང་ས་  
 ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་དང་སྐབས་ཇེ་ཡོངས་འཛིན་རྣམ་གཉིས་  
 བཅས་ཆད་ལྡན་ཀྱི་སྤྲོ་མ་དུ་མའི་བྱང་ནས་མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་གསུང་ཆོས་རྒྱ་  
 ཆེར་གསན། (༡༩༥༩)ལོར་ཡགོང་ས་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་དང་  
 སྐབས་ཇེ་ཡོངས་འཛིན་གྱི་བྱང་དོ་ཇེ་འཆང་རྣམ་གཉིས་ཀྱིས་རྒྱ་གར་གྲེས་  
 འཁོད་བཟ་གིས་སྟུན་པའི་དགོན་དུ་བཞུགས་ནས་བསྟན་པའི་བྱ་བ་མཛད་  
 དགོས་ཞེས་བཀའ་གནང་བ་བཞིན་བཟ་གིས་སྟུན་པའི་དགོན་དུ་བཞུགས་  
 ར་ལོ་ཉི་ཤུ་ཅུ་གངས་རིང་། མཁན་པོ་སྒྲགས་ཆེན་བྱང་དུ་མཛད་ནས་  
 བསྟན་པའི་འཁུར་གཅིག་ཐོག་དུ་བཞེས་ཏེ། སློབ་གཉེར་བ་རྣམས་ལ་བཀའ་  
 པོད་ལྗེའི་དཔེ་བྱིད་དང་། གཞན་ཡང་དབང་ལུང་མན་ངག་ཟབ་བྱིད་སོགས་  
 མཐའ་ཡས་པའི་སློན་ནས་སློབ་མ་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱུངས། གཞན་ཡང་དགོ་ལྡན་པའི་  
 བསྟན་འཛིན་སྐྱེས་ཆེན་གསེར་ཀྱི་རི་བོ་ལྷ་བྱ་དུ་མར་མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་བཀའ་  
 ལུང་མན་ངག་རྒྱ་ཆེར་གནང་སྟེ། དགོ་ལྡན་བསྟན་པའི་རྒྱལ་ཆོན་སྤོ་ན་  
 བཏེགས་པའི་རྣམ་ཐར་མད་དུ་བྱུང་བ་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱུངས། མདོར་ན་མཁས་  
 བཙུན་བཟང་གསུམ་དང་འཆད་ཅོད་ཅོམ་གསུམ་ཀྱི་སློན་ནས་བསྟན་འགྲོའི་  
 རོན་འབའ་ཞིག་མཛད་བཞིན་པའི་ངང་། དགྲུང་གངས་བདུན་བཙུ་དོན་བཞི་

ཐེབས་པ་སྤྱི་ལོ་( ༡༩༩༥ )སྤྱི་ཟླ་དྲུག་པའི་ཆེས་ ༡༡ ཉིན་དགོངས་པ་ཆེས་  
 དབྱིངས་སུ་གཤེགས། གང་གིས་ལྷགས་ཚུམ་མཛད་པ་ཡང་མདོ་སྒྲགས་  
 རིག་གནས་ཀྱི་སློར་པོ་ཏི་ལྷ་ཙམ་བཞུགས། གསུངས་ལས་སྐྱེས་པའི་སློབ་  
 མ་ཡང་། སྐྱབས་རྗེ་ཐིག་ལེ་རིན་པོ་ཆེ་དག་དབང་བྱམས་པ་བསྟན་འཛིན་  
 མཆོག་དང་། སྐྱབས་རྗེ་སློང་ལ་རིན་པོ་ཆེ། བཟས་ལྷན་དཀྱིལ་ཁང་སྤྱལ་སྤྱི་  
 སོགས་མཁན་ལས་སྤྱལ་དགོ་བཤེས་ཤིན་ཏུ་མང་། ཡང་སྤྱིད་མཆོག་སྤྱལ་  
 རིན་པོ་ཆེ་ལང་ད་ལྟར་བཟས་ལྷན་དགོན་དུ་དམ་པ་གོང་མའི་རྣམ་ཐར་བདག་  
 གིར་སློང་སྟེ། གོང་མའི་གཟིམ་ཤག་ཏུ་སློབ་གཉེར་གནང་ནས་སྤྱལ་བཟང་སྟེ་  
 བོད་དད་པའི་ཞིང་ས་དམ་པར་བཞུགས་བཞིན་པ་ལགས་སོ། །

མཐུན་དཔྱོད་རྒྱུ་པའི་འདེགས་འཛོག་གིས། །  
 ས་ཆེན་འགྲན་པའི་ཐིག་ལེ་གཞུང་།  
 མད་བྱང་མཛད་པའི་གཤོག་རྒྱབས་ཀྱིས། །  
 མི་མདོན་གནམ་ཀྱི་མཐོངས་མཐའ་འཆོལ། །

བཟ་ཤིས་དཔལ་ཀྱི་ཆོས་སྡེ་ཆེར། །  
 སློ་བཟང་རྒྱལ་བའི་རིང་ལུགས་སོལ། །  
 འདེགས་པའི་ཁུར་ཆེ་བཟོད་པ་ལས། །  
 ལྷ་སེར་འོད་སྤང་ཕྱོགས་བརྒྱར་བཅུང་། །

གནས་སྡོན་མཐེང་ཤོག་ལ་བསྐྱར་ཏེ། །  
སྐར་ཚོགས་གསེར་རིས་བྱས་ན་ཡང་། །  
འདི་ཡི་རྣམ་པར་ཐར་པའི་རིས། །  
མཚོན་པའི་གསལ་བྱེད་རྣམ་མ་ལགས། །

ཀྱ་ཤའི་ཐིགས་པ་རྒྱ་མཚོ་ལས། །  
སྤངས་འདི་བསོད་ནམས་ང་ཏུ་ནའི་ཆ། །  
བྱང་ཆེན་རྒྱ་མཚོ་ལ་འབྲེས་ཏེ། །  
པན་བདའི་རྒྱབས་སྤང་གོད་གྱུར་ཅིག།

ཅེས་པ་འདི་ཡང་མཁན་ཆེན་དམ་པ་དེ་ཉིད་ལ་ཤེས་ནས་དད་པ་ཐོབ་  
པ། དགོ་ལྷགས་སྤྱི་འཐུས་བེ་རི་དགོ་བཤེས་འཇིགས་མེད་དབང་རྒྱལ་གྱིས།  
ས་བྱི(༢༠༠༤)ལྷ་བ་ ༡༢ ཆེས་ ༢༤ ཉིན། དེ་སྡོན་གསུང་སྤྱིས་སློབ་མ་ཚོས་  
སྤྱིག་པའི་རྣམ་ཐར་མདོར་བསྐྱས་ཁག་ནས་སྤྱིང་བསྐྱས་བྱས་པ་དགོ་ལེགས་  
འཕེལ། །



སྒྲོན་བརྗོད། .....	III
དཔེ་སྒྲུན་གསལ་བཤད། .....	IV
མཛད་པ་པོའི་རྣམ་ཐར། .....	VI
སྤུམ་ཅུ་པ་དང་ལེགས་བཤད་སྒྲོན་དབང་སྦྱར་བའི་རྣམ་བཤད།	
མཆོད་བརྗོད་དང་སྤྲེང་གཞི། .....	1
དང་པོ་བཤད་པ་ལ་འཇུག་པ། .....	7
མཆོན་དོན་འགྱུར་ཕྱག། .....	7
མཆོད་པར་བརྗོད་པ། .....	8
བརྩམ་པར་དམ་བཅའ་བ། .....	12
(1) སྦྱར་བྱ་ཡི་གེའི་རྣམ་གཞག་བཤད་པ། .....	13
ཐོད་ཡིག་གི་དབྱངས་གསལ་ངོས་བཟུང་བ། .....	13
ཁྱད་པར་གྱི་དབྱེ་བ་བསྟན་པ། .....	14
(2) སྦྱོར་ཚུལ་ཆོག་པའི་ཕྱད་ཀྱི་འཇུག་པ་བཤད་པ། .....	21
༡ རྗེས་འཇུག་ལ་སྟོས་པའི་ཕྱད་རྣམ་དབྱེ་དང་བཅས་པ་བཤད་པ། .....	22

སྒྲུབ་བསྐྱེད་བཤུགས་པ། .....	22
ལ་དོན་བཤུགས་པ། .....	25
ཨི་ལྷན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་བཤུགས་པ། .....	37
ཐུན་སྦྱང་བཤུགས་པ། .....	43
སྒྲུབ་བཤུགས་པ། .....	46
འབྱེད་སྦྱང་བཤུགས་པ། .....	50
འབྱེད་སྦྱང་སྦྱང་བཤུགས་པ། .....	54
འབྱེད་སྦྱང་སྦྱང་བཤུགས་པ། .....	59
༡ རྒྱུ་ལ་མ་སྦྱོར་སྦྱང་སྦྱང་བཤུགས་པ། ....	61
ཨི་སྦྱང་བཤུགས་པ། .....	61
དང་སྦྱང་བཤུགས་པ། .....	63
དེ་སྦྱང་བཤུགས་པ། .....	66
སྦྱང་སྦྱང་བཤུགས་པ། .....	71
བདག་སྦྱང་བཤུགས་པ། .....	73

དགག་སྒྲ་བཤད་པ། .....	76
༣ ཞིང་སོགས་ཆོག་པུང་ཞུང་དང་བཅས་པ་བཤད་པ། ....	78
ཞིང་སོགས་ཆོག་པུང་བཤད་པ། .....	78
འ་མཐའ་འཇུག་མིན་གྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ། .....	82
ཆོག་པུང་གི་ཁྱད་པར་བསྟན་པ། .....	82
གདམས་ངག་བཟོད་པས་བསྟུ་བ། .....	86
གསུམ་པ་བཤད་པ་མཐར་ཐྱིན་བའི་ཚུལ། .....	94
རྟགས་འཇུག་དང་དཀར་གསལ་མེ་ལོང་སྒྱར་བའི་རྣམ་བཤད།	
མཆོད་བཟོད་དང་སྒྲུང་གཞི། .....	96
བཤད་པ་ལ་འཇུག་པ། .....	97
མཆོད་བཟོད་དང་བཅུ་པར་དམ་བཅའ། .....	98
བཤད་པ་ཉིད་དགོད་པ། .....	100
མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་སྒྲིའི་རྟགས་གྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ། .....	100
སྒྱིར་ཡི་གེའི་དབྱེ་བ་བཤད་པ། .....	100

སྟོན་འཇུག་གི་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པ་བཤད་པ། .....	103
སྟོན་འཇུག་གི་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་ཚུལ་བཤད་པ། .....	105
གང་ལ་འཇུག་པ་དང་གང་གིས་འཇུག་པ་མ་སྟུན་མོང་དུ་བཤད་པ།	106
རི་ལྟར་འཇུག་པ་བཤད་པ། .....	120
ཅི་ཕྱིར་འཇུག་པ་བཤད་པ། .....	122
རྩ་བའི་ཆོག་དོན་དང་འགྲེལ་བའི་གསལ་བཤད། .....	122
སྟོན་འཇུག་གི་གང་ཕྱིར་འཇུག་པའི་དོན་བཤད་པ། .....	124
བདག་གཞན་གྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ། .....	125
དུས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ། .....	127
དབྱེ་བ་དེ་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་བཤད་པ། .....	132
དུས་གསུམ་དུ་དབྱེ་བའི་དགོས་པ་བཤད་པ། .....	133
ཅི་ཕྱིར་འཇུག་པ་དངོས་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ། .....	134
སྟོན་འཇུག་གི་ཕོ་ཡིག་དགོས་པ་གང་ཕྱིར་འཇུག་པ་བཤད་པ།	134
སྟོན་འཇུག་གི་མ་ནིང་དགོས་པ་གང་ཕྱིར་འཇུག་པ་བཤད་པ། ..	136



སྒོན་འཇུག་གི་མོ་ཡིག་དགོས་པ་གང་སྒྱུར་འཇུག་པ། .....	138
སྒོན་འཇུག་གི་ཤེན་ཏུ་མོ་ཡིག་དགོས་པ་གང་སྒྱུར་འཇུག་པ་བཤད་པ། .	140
ཞར་བྱང་འཕྲོས་དོན་བཤད་པ། .....	142
སྒོན་འཇུག་གི་དོགས་པ་གཅད་པ། .....	142
དུས་གསུམ་བསྐྱེད་ཆོག་བཅས་ཀྱི་བྱང་པར་བཤད་པ། .....	143
རྗེས་འཇུག་གི་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པ་བཤད་པ། .....	144
རྗེས་འཇུག་གི་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ། .....	145
རྗེས་འཇུག་གི་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་ཚུལ་བཤད་པ། .....	146
གང་ལ་འཇུག་པ་དང་གང་གིས་འཇུག་པ་ཐུན་མོང་དུ་བཤད་པ།	147
རི་ལྟར་འཇུག་པ་བཤད་པ། .....	148
སྒྲུའི་འཇུག་ཚུལ་བཤད་པ། .....	151
དོན་གྱི་འཇུག་ཚུལ་བཤད་པ། .....	159
སྒྲ་མ་གང་ལྟར་འབྱུར་བ་བཤད་པ། .....	159
སྒྱི་མ་གང་ལྟར་འབྱུར་བ་བཤད་པ། .....	163

མིང་མཐའ་འདྲན་ཚུལ་བཤད་པ། .....	163
ནམ་དབྱེ་སོགས་འདྲན་ཚུལ་བཤད་པ། .....	166
སྒྱིར་འདྲན་ཚུལ་བཤད་པ། .....	166
ནང་གསེས་འཇུག་ཚུལ་བཤད་པ། .....	168
རྗེས་འཇུག་ནམས་དགོས་པ་ཅི་སྒྱིར་འཇུག་པ་བཤད་པ། .....	183
ཡི་གེའི་འཇུག་པ་སྒྱིའི་དགོས་པ་བཤད་པ། .....	185
དགོས་པ་དེ་འབྲུག་པར་སྒྲོན་པ། .....	191
སྙན་ངག་མེ་ལོང་གཞུང་གི་དགོངས་དོན་དབྱངས་ཅན་ དགའ་བསྐྱེད་ཅེས་བྲུ་བ། ཞུ་སྒྲིག་པའི་མཇུག་སྒྲེང་། .....	207

༡༡། །ལུང་སྒྲིན་བ་སུམ་ཅུ་བ་དང་ལེགས་བཤད་སྒྲིན་དབང་  
སྐྱུར་བའི་རྣམ་བཤད་ཐོན་མིའི་དགོངས་པ་རབ་ཁྱེད་གསལ་  
བའི་སྣང་གི་ཅེས་བྲ་བ་བཞུགས་སོ།།

མཆོད་བརྗོད་དང་སྒྲུང་གཞི།

༥ རམོག་ཁུམ་རྩུ་ཕྱི་ཕྱི་ཏཱ་ལ།  
སྒྲིན་སྒྲིངས་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིལ་བྱེ་སྒྲིང་བཅན་རྗེ། །  
བརྗོད་གསལ་སྒྲིན་མེད་གསལ་སྒྲིན་བྱ་མི་དང་། །  
རིག་གནས་མཐར་ཕྱིན་སྒྲོ་བཟང་གྲགས་པ་སོགས། །  
ཚུལ་འདིའི་བྱིན་ཐོབ་དམ་པའི་ཞབས་ལ་འདུད། །  
ཐུགས་རྗེའི་རང་གཞུགས་བསྐྱེད་འཛིན་རྒྱ་མཆོད་དང་། །  
སོར་རྒྱུགས་རང་བཞིན་ཆོས་ཀྱི་དབང་ཐུག་རྗེ། །  
ཏྱུག་ཏུ་སྒྲོ་གསུམ་གྲུས་པས་ལེགས་མཆོད་ན། །  
ད་དུང་བྱང་ཆུབ་བར་དུ་བཅེ་བས་སྒྲིངས། །  
ལེགས་བཤད་སྒྲིན་པའི་སྒྲིད་ཆལ་ཡངས་པ་རུ། །  
དཔེར་བརྗོད་མེ་ཏྱུག་སྒྲོ་ཆོགས་མཆར་དུ་དང་། །  
རྣམ་དབྱེ་མཐར་ཕྱི་གཉིས་སྒྲིས་དབྱངས་སྒྲིན་སྒྲོགས། །

ཀྱ་ཡེ་སློབ་གསལ་ཆོགས་རྣམས་གཟིགས་མོར་སྒྲོན། །

དེ་ལ་རང་ཅག་རྣམས་དལ་འབྱོར་གྱི་ལུས་རྟེན་བྱུང་པར་ཅན་ཐོབ་པའི་  
སྐབས་འདིར་འདིག་རྟེན་གྱི་མ་པན་ཆད་སྒྲུབ་བྱེད་གྱི་ཐབས་ལ་འབད་དགོས་  
ཤིང་། དེ་ལ་འང་ཐོག་མར་ཡི་གའི་སྒྲོར་བ་ཤེས་པའི་སློབ་སྒྲུབ་དག་པ་གལ་  
ཆེན་། །ཡི་གའི་སྒྲུབ་དག་ན་རྒྱལ་བའི་བཀའ་དང་། དེའི་དགོངས་འགྲེལ་གྱི་  
བསྟན་བཅོས་ཇི་སྟེད་མཆིས་པ་རྣམས་ཀྱི་བརྗོད་བྱའི་དོན་ལ་འང་འབྲུལ་པའི་  
སྒྲོན་བྱུང་ལ། དོན་ལ་འབྲུལ་པའི་སྒྲོན་བྱུང་ཆེ་ཉམས་ལེན་གྱི་གནད་ཀྱན་གྱང་  
འབྲུག་པར་འགྱུར་བས། མདོན་མཐོངས་ལེགས་ཀྱི་སར་འགྲོ་བ་ལ་འདི་ཉིད་  
ལེགས་པར་མ་ཤེས་པར་ཐབས་གཞན་མེད་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། །མ་པམ་བས།  
རིག་པའི་གནས་ལྟ་དག་ལ་མཁས་པར་མ་བྱས་ན། །འཕགས་མཆོག་གིས་  
གྲང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ཉིད་ཐོབ་མི་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པའི་ནང་ཆོན་  
བོད་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་སྒྲུབ་དག་པ་ཡང་སུམ་རྟགས་འདི་ཉིད་ཡིན་ལ། འདི་  
དག་ལེགས་པར་ཤེས་ན་དོན་ལ་མི་སྤོངས་ཤིང་། མཁས་པའི་ཡང་ཅེར་  
འགྱུར་ངོ། །དེའི་སྒྲུབ་ཡི་གའི་དག་བྱེད་གྱི་ཐབས་འདི་ནི་རང་གཞན་གྱི་རྒྱུད་  
ལ་ལུང་རྟོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཤེས་སྒྲེད་བྱེད་པ་ལ་འབྲུག་པའི་  
ཐབས་མད་དུ་བྱུང་བ་སོགས་ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་པ་ཡོད་དེ། ཅུ་བ་ལས།  
བསྐྱབ་པ་ཀྱན་གྱི་གཞི་འདྲིན་ཅིང་། །རིག་བྱེད་སྒྲུབ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ། །མིང་  
ཆོག་བརྗོད་པ་ཀྱན་གྱི་གཞི། །ཡི་གའི་སྒྲོར་བ་བཤམ་པར་བྱ། །ཞེས་དང་། ཟུ་  
མིའི་དགོངས་རྒྱན་ལས་གྲང་། སྒྲུབ་ཤེས་དོན་ལ་མི་སྤོངས་ཞེས། །རྒྱ་བོད་



མཁས་ལ་རྒྱུད་ལྟར་གྲགས། །དེ་ཕྱིར་རི་སྐད་བཤད་པ་ཡི། །བརྟེན་གྱི་གཞུང་  
ལ་དང་པོར་སྦྱོངས། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་ཡང་བོད་ཡུལ་དུ་ཆོས་རྒྱལ་  
སྦོང་བཅན་སྐམ་པོ་ཡན་ཆོད་ལ་ཡི་གའི་སྟོལ་མེད་ཅིང་། ཆོས་རྒྱལ་དེ་ཉིད་  
ཀྱི་དུས་སུ་མདུན་ན་འདོན་མཁས་པར་གྲགས་པ་མང་པོའི་དབུས་སུ་མིང་གི་  
ཡི་གེ་རབ་ཏུ་བརྒྱུད་པ་བྱུ་མི་སམ་རྩོུ་ཞེས་བྱ་བ་ལ། རྒྱལ་པོས་བྱག་རྟེན་ལ་  
གསེར་སྤང་མང་པོ་བསྐྱར་ཏེ་རྒྱ་གར་དུ་བརྒྱུད་སྤངས་པས། ལྷོ་ན་ལེ་རྒྱའི་གཙུག་  
ལག་ཁང་དུ་བྲམ་བེ་ལི་བི་ཀ་ར་དང་། བརྒྱུ་ཏ་ལྷ་རིག་པའི་སེལ་སོགས་ཀྱི་  
ཞབས་ལ་གཏུགས་ཏེ། སྤངས་པའི་ཡོན་ཏན་མཐར་ཕྱིན་པར་མཛད། སྤར་  
བོད་དུ་བྱོན་ནས་རྒྱ་གར་གྱི་ལྷ་རྩེའི་ཡི་གེ་ལ་དཔེ་བྲས་ནས། བོད་ཡིག་ལ་  
དབྱུངས་བཞི་དང་གསལ་བྱེད་སུམ་ཅུར་གཏན་ལ་ཐབ་པར་མཛད་དོ། །དེ་རི་  
ལྟར་མཛད་པའི་ཚུལ་ནི། རྒྱ་གར་དུ་ཨ་ཨུ་ཨི་ཨྱི་ཨུ་ཨུ་རི་རྩི་ལི་ལྷི་ཨེ་ཨི་ཨོ་  
ཨོ་ཨི་ཨུ་ཨྱི་དབྱུངས་བཅུ་དྲུག་དང་། དེའི་ནང་ནས་ཐ་མ་ཨི་ལ་སྤྲ་ལྟན་དང་།  
ཨམ་རྣམ་བཅད་ཅས་བཏགས་སོ། །ཀ་ཁ་ག་ཟ་ང་། ཅ་ཆ་ཇ་རྩ་ཉ། ཏ་ཐ་ཏ་རྩ་  
ཏ། ཏ་ཐ་ད་རྩ་ན། པ་མ་བ་རྩ་མ། ཡ་ར་ལ་ཤ། འ་ཡ་ས་ཏ། སྤ་སྤེ་གསལ་བྱེད་  
སོ་བཞི་ཡོད་ཅིང་། དེའི་ནང་ནས་དང་པོ་ལ་ཀ་སྤེ། གཉིས་པ་ལ་ཅ་སྤེ། གསུམ་  
པ་ལ་ཏ་སྤེ། བཞི་པ་ལ་ཏ་སྤེ། ལྷ་པ་ལ་པ་སྤེ། ཞེས་བྱ་ཞིང་། ཡ་སོགས་བཞི་ལ་  
མཐར་གནས་ཀྱི་ཡི་གེ་ཞེས་བྱ་སྤེ། དེ་ཡང་ཡ་ནི་ཀ་ཅའི་མཐལ། ར་ནི་ཏའི་  
མཐལ། ལ་ནི་ཏའི་མཐལ། ཤ་ནི་པའི་མཐལ། །དེ་དག་གང་ནས་བྱུང་བའི་གནས་  
མཐུན་པའི་ཕྱིར་དེ་དག་གི་མཐར་གནས་སུ་བཞག་གོ །འགྲོ་སོགས་བཞི་ལ་རྩོ་

བའི་ཡི་གེ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དབུགས་རྩོ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རྩོ་བ་ཞེས་བྱའོ། །ཀླ་ལ་  
མཐར་ཟད་གྱི་ཡི་གེ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཡི་གེ་རྣམས་ཀྱི་ཟད་མཐར་གནས་པའི་ཕྱིར་  
མཐར་ཟད་ཅེས་བྱའོ། །ཡང་ཨ་ལ་ཐུང་དུ་དང་། ལྷ་ལ་རིང་པོ་དང་། ཞི་དང་  
ཞོ་ལ་ཤིན་ཏུ་རིང་པོ་དང་། སྟེ་པའི་བཞི་པ་སྟ་སྟ་སྟ་སྟ་སྟ་ལ་འཐུག་པོ་ལྟ་  
དང་། ར་ཐ་ཏ་ཏ་ཏ་ཏ་ལ་ལོག་པ་ལྟ་ཞེས་བཟོད་དོ། །རྒྱ་ཡིག་དེ་རྣམས་ལ་  
དབྱངས་ལ་དབྱི་བསྟེ་གཉིས་དང་། གསལ་བྱེད་ལ་དབྱི་བསྟེན་གཉིས་བྱས་  
ཏེ། བོད་ཡིག་དབྱངས་བཞི་དང་། གསལ་བྱེད་སྟུམ་ཅུའི་བྱངས་མཛད་དོ། །  
དེ་ལ་ཡང་ལྷ་ལྷི་ལྷུ་རི་རྩི་ལི་ལྷི་ལྷི་ལྷི་ལྷི་ལྷི་ལྷི་ལྷི་ལྷི་ལྷི་ལྷི་ལྷི་ལྷི་ལྷི་  
རིང་ཐུང་སོགས་ཀྱི་ཐ་སྟོད་མི་དགོས་པས་བོར་ཞིང་། དབྱངས་དང་པོ་ཨ་  
ཡིག་དགོས་དབང་གིས་གསལ་བྱེད་དུ་བསྟེས་ནས། ལྷག་མ་ཞི་ལྷུ་ཞི་ཞོ་  
བཞི་ལ་བོད་སྟོད་དུ་གིག་གྲུ་ཞབས་རྒྱ་འབྱེད་བྱ་རྩ་ཞེས་ཐ་སྟོད་བཏགས་  
ནས་དབྱངས་ཀྱི་ཡི་གེ་བཞིར་མཛད། གསལ་བྱེད་ལས་འཐུག་པོ་ལྟ་དང་  
ལོག་པ་ལྟ་དང་ཀླ་ཡིག་སྟེ་བཅུ་གཅིག་བོད་སྟོད་ལ་མི་མཁོ་བས་སྟོ་ཞིང་། རྒྱ་  
སྟོད་ལ་མེད་ཀྱང་རྒྱེན་དབང་གིས་རྟོད་པའི་བོད་སྟོད་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་  
ཡི་གེ་སྟོད་དུ་ཅ་ཆ་ཇ་གསུམ་དང་། སྟོད་དུ་ཞ་བ་འ་སྟེ་ཡི་གེ་དུག་གསར་དུ་  
བསྟེན་ནས་གསལ་བྱེད་ཀྱི་ཡི་གེ་ །ཀ་ཁ་ག་ང་། ཅ་ཆ་ཇ་ཉ་ ཏ་ཐ་ད་ན། པ་མ་  
བ་མ། ཅ་ཆ་ཇ་ཉ། ཞ་བ་འ་ཡ། ར་ལ་ལ་ས། ཏ་ཨ་སྟེ་སྟུམ་ཅུར་མཛད་  
དོ། །རྒྱེན་དབང་གིས་ཡི་གེ་དུག་རྟོད་ཚུ་ལ་ནི། རྒྱ་བོད་གཉིས་ཀྱི་སྟོད་རིགས་  
མི་མཐུན་པའི་དབང་གིས་སྟོ་འགའ་ཞིག་བསྟུར་དཀར་བ་བྱང་ནས། སྟོ་བ་

དཔོན་ཐུ་མི་སསྟོན་པ་ལྟེ་ཞིག་ཐུགས་ཐུག་སྟེ་ཁ་སྐྱབ་ཏུ་གཟིམས་ཏེ་བཞུགས་  
ཅ་ན། འཇིག་རྟེན་དབང་སྐུག་གི་རྣམ་སྤྱུལ་མི་དཀར་པོ་ལྷགས་ལྷ་དང་ལྷགས་  
གོས་ཤྲོན་པ་ཞིག་བྱང་བར། སྟོབ་དཔོན་གྱིས་བྱེད་གང་ནས་ཤྲོན་བྱས་པར།  
དེ་ན་རེ། ཞང་ཞུང་ནས་འོངས་ཟེར། གང་དུ་འགྲོ་བྱས་པས་ཟ་འོར་དུ་འགྲོ་  
ཟེར། གང་བྱེད་དུ་འགྲོ་བྱས་པས། ར་ཉོ་རུ་འགྲོ་ཟེར། རྣམ་སྟེབ་བྱས་པས་ཅི་  
ཆ་ཟེར་བའི་ཐུ་ནས་མི་དེ་གར་སོང་ཆ་མེད་དུ་སོང། དེ་ནས་སྟོབ་དཔོན་  
གྱིས་མི་དེའི་སྐད་ལ་དབྱད་པས། ཞང་ཞུང་ནས་འོངས་ཞེས་པའི་ཆོག་ཟུར་  
ལས་ཞ་ཡིག་ཆེད། ཟ་འོར་ཞེས་པའི་ཆོག་ཟུར་ལས་ཟ་ཡིག་དང་འ་ཡིག་  
གཉིས་ཆེད། ར་ཉོ་རུ་འགྲོ་ཞེས་པའི་ཆོག་ཟུར་ལས་ར་ཡིག་ཆེད། ཅི་ཆ་ཞེས་  
པའི་ཆོག་ཟུར་ལས་ཅ་ཡིག་དང་ཆ་ཡིག་གཉིས་ཆེད་ནས། རྒྱ་གར་ན་མེད་  
པའི་ཡི་གེ་དུག་པོ་དེ་བསྒྲན་པར་མཛད་དོ། །དེ་ལྟར་བསྒྲན་དགོས་པ་ཡང་རྒྱ་  
སྐད་དུ་ཨེ་ཀ་ཞེས་པ་བོད་སྐད་དུ་གཅིག་གི་མིང་དང་། རྒྱ་སྐད་དུ་རྣམ་ཞེས་  
པ་བོད་སྐད་དུ་ཆོས་ཀྱི་མིང་དང་། རྒྱ་སྐད་དུ་ལོ་ཀ་ཞེས་པ་བོད་སྐད་དུ་འཇིག་  
རྟེན་ཀྱི་མིང་ཡིན་པས་ཅ་ཆ་ར་གསུམ་རྒྱ་སྐད་ལ་མེད་ཀྱང་བོད་སྐད་ལ་དེ་  
བཞིན་མཁོ་བ་དང་། རྒྱ་སྐད་དུ་ད་རྟེ་ཞེས་པ་བོད་སྐད་དུ་ཞོའི་མིང་དང་། རྒྱ་  
སྐད་དུ་ཟླ་ཁྱི་ཞེས་པ་བོད་སྐད་དུ་ཟས་ཀྱི་མིང་དང་། རྒྱ་སྐད་དུ་དུ་ཟླ་ཁྱི་ཞེས་པ་  
བོད་སྐད་དུ་འོ་མའི་མིང་ཡིན་པས་ཞ་ཟ་འ་གསུམ་ཡང་བོད་སྐད་ལ་ཉེ་བར་  
མཁོ་བའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་ཡི་གེ་དུག་གསར་དུ་དགོས་པ་བྱུང་དོ། །དེ་ལྟར་  
སྟོབ་དཔོན་གྱིས་ཡིག་སྟོལ་དེ་དག་གསར་དུ་བཅོས་ནས་དེ་རྣམས་གཏན་

ལ་འབེབས་བྱེད་ཀྱི་སྤྱི་བསྟན་བཅོས་སུམ་ཅུ་པ་དང་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པ་  
ཞེས་བྱ་བའི་བསྟན་བཅོས་མད་དུ་བྱུང་བ་གཉིས་མཛད། ཡིག་སློལ་བཟང་པོ་  
དེ་དང་སུམ་རྟགས་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ལོ་བཅུ་དུ་མས་རྒྱ་གར་འཕགས་  
པའི་ཡུལ་ནས་བཀའ་བསྟན་མང་པོ་བཅུ་ལྔ་ཆོགས་པས་བསྐྱར་རྟོ། །ཆོས་  
རྒྱལ་རལ་བ་ཅན་ཀྱི་དུས་སུ་ལོ་ཙྰ་བ་སྐུ་ཅོག་ཞང་སོགས་མཁས་པ་མང་  
པོས་རྒྱལ་པོའི་བཀའ་བསྐྱེད་བ་བཞིན་བཀའ་བསྟན་བོད་དུ་བསྐྱར་རོ་ཅོག་  
པལ་ཆེར་སྐྱད་གསར་བཅད་ཀྱི་གཏན་ལ་པབ་པར་མཛད་དོ། །སུམ་རྟགས་  
དེ་དག་ལ་བོད་ཀྱི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་མཛད་པའི་འགྲེལ་བ་མང་དུ་  
མཆིས་ཀྱང་། གཙུ་བོར་གྱུར་པ་ནི། དྲ་ཏི་དགོ་བཤེས་རིན་ཆེན་དོན་གྲུབ་  
དང་། སི་ཏུ་གཙུག་ལག་ཆོས་ཀྱི་སྤྱང་བ་གཉིས་ཀྱིས་བྱས་པའི་འགྲེལ་བ་དེ་  
དག་ལ་དང་སྐབས་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཆོད་མར་བཟུང་དོ། །སུམ་རྟགས་  
ཀྱི་དོན་མདོར་བསྐྱེད་ཏེ་སྟོན་པ་ལ་དབྱངས་ཅན་གྲུབ་པའི་དོ་རྗེས་ལེགས་  
བཤམས་སྟོན་དབང་དང་། དཀའ་གསལ་མེ་ལོང་གཉིས་མཛད། དེ་ལ་ལྷང་སྟོན་  
པ་སུམ་ཅུ་པ་དང་། དེའི་སྤྱང་པོའི་དོན་མདོར་བསྐྱེད་ཏེ་སྟོན་པ་ལེགས་བཤམས་  
སྟོན་པའི་དབང་པོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་གཉིས་ནི་གང་བཤམས་པར་བྱ་བའི་ཆོས་  
སོ། །

དེས་ན་དེ་གཉིས་ཀྱི་དགོངས་དོན་འཆད་པ་ལ་གསུམ། བཤམས་པ་  
ལ་འཇུག་པ་དང་། བཤམས་པ་ཉིད་དགོད་པ་དང་། བཤམས་པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་  
ཚུལ་སོ། །



## དང་པོ་བཤད་པ་ལ་འཇུག་པ།

དང་པོ་ལ་གསུམ། མཆན་དོན་འགྱུར་ཕྱག་ མཆོད་པར་བརྗོད་པ།  
བརྩམ་པར་དམ་བཅའ་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། མཆན་གྱི་དོན་དང་། འགྱུར་  
གྱི་ཕྱག་གོ། །དང་པོ་ནི།

### མཆན་དོན་འགྱུར་ཕྱག་

རྒྱ་གར་སྐད་དུ། ལྷ་ཀ་ར་ཏ་སྤྱ་ལ་ཧྲི་ཤད་རྣམ་མ།

བོད་སྐད་དུ། ལུང་སྟོན་པ་ཅ་བ་སུམ་ཅུ་པ་ཞེས་བྲ་བ།

ཞེས་པ་སྟེ། ལྷ་ཀ་ར་ཏ་ལུང་སྟོན་པ། སྤྱ་ལ་ཅ་བ། ཧྲི་ཤད་སུམ་ཅུ། རྣམ་  
མ་ཞེས་བྲ་བའོ། །དེ་ཡང་སྤྱིའི་མཆན་ཉིད་ལུང་དུ་སྟོན་ཅིང་ལེ་ཏུ་བྲི་མའི་ཉིན་  
གཞིར་གྱུར་པ་གང་ཞིག་ གཞུང་ཆོད་སྟོ་ཀ་སུམ་ཅུར་ཡོད་པས་དེ་སྐད་ཅེས་  
བྲའོ། །འདིར་རྒྱ་སྐད་སྟོས་པ་ནི་རྒྱ་གར་མཁས་པའི་བསྟན་བཅོས་ལ་  
དཔེར་མཛད་པ་གོ་བའི་ཆེད་དང་། གཞུང་ཆོད་སྟོ་ཀ་སུམ་ཅུ་སོ་གསུམ་ཡོད་  
པ་ལ་སུམ་ཅུ་པ་ཞེས་བཏགས་པ་ནི། མཆོད་བརྗོད་དང་རྩམ་པར་དམ་བཅའ་  
སྐབས་གཞན་དང་ཐུན་མོང་བ་ཡིན་པ་ལ་དགོངས་པའོ། །

གཉིས་པ་ནི། དག་གི་དབང་ཕྱག་འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །

ཞེས་པ་སྟེ། བསྟན་བཅོས་འདི་འཕགས་ཡུལ་ནས་བསྐྱུར་བའི་བསྟན་  
བཅོས་ཁྱུངས་མ་རྣམས་དང་མཚུངས་པར་འདོམས་པའི་དོན་དུ་ཐོན་མི་ཉིད་  
ཀྱིས་བསྐྱུར་བའི་མདོ་རྒྱད་རྣམས་དང་མཐུན་པར་དག་གི་དབང་ཕྱག་འཇམ་

པའི་དབྱངས་ལ་འགྱུར་ཕྱག་མཛད་པའོ། །

### མཆོད་པར་བརྗོད་པ།

གཉིས་པ་མཆོད་པར་བརྗོད་པ་ལ་གཉིས། ཅུ་བ་དང་། འགྲེལ་པའོ། །  
དང་པོ་ལ་བཞི། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྦྱིར་ཕྱག་འཆལ་བ། གྲེ་བྱག་ཏུ་  
འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་ཕྱག་འཆལ་བ། ཡི་གེ་གསུང་བ་པོ་རྟག་ཞི་བ་ལ་ཕྱག་  
འཆལ་བ། རིན་གཅོ་བའི་སྦྱིར་མཁས་པ་སྦྱི་དང་གྲེ་བྱག་ལ་ཕྱག་འཆལ་བའོ། །

དང་པོ་ནི། གང་ལ་ཡོན་ཏན་མཆོག་མངའ་བའི། །

དཀོན་མཆོག་དེ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །

ཞེས་པ་སྟེ། གང་ཞིག་ལ་རིམ་པ་བཞིན་དོན་གཉིས་མཐར་ཕྱིན་པ་  
དང་། འགོག་ལམ་གྱི་བདེན་པ་གཉིས་དང་། རིག་གྲོལ་གྱི་ཡོན་ཏན་མཆོག་  
ཏུ་གྱུར་པ་མངའ་བའི་སངས་རྒྱས་དང་། ཆོས་དང་། དག་འདུན་ཏེ་དཀོན་  
མཆོག་གསུམ་པོ་དེ་རྣམས་ལ་སྒོ་གསུམ་གྲུས་པས་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །ཞེས་  
པའོ། །

གཉིས་པ་ནི། གང་གིས་སྦྱ་དབྱངས་ཀུན་གསུངས་པའི། །

འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །

ཞེས་པ་སྟེ། གང་གིས་སྦྱ་དབྱངས་བརྗོད་པ་ཀུན་གསུངས་པས་གསུང་  
གི་དབང་ཕྱག་ཏུ་གྱུར་པ། ངག་གི་ཉིས་པའི་རྩ་བ་རིག་དང་བྲལ་བའི་འཇམ་  
པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པའི་གསུང་དབྱངས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཅན་དེ་ལ་ཕྱག་  
འཆལ་ལོ། །ཞེས་པའོ། །དེ་ཡང་རྗེ་བཙུན་ཉིད་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཁྱེན་

རབ་ཀྱི་ངོ་བོ་ཡིན་པ་དང་། མཐའི་རབ་དེ་གསུང་དབྱངས་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པ་དང་།  
གསུང་ནི་སྐྱ་དབྱངས་བརྗོད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་ཁུངས་ཡིན་པས་འཇམ་  
པའི་དབྱངས་ཉིད་སྐྱ་དབྱངས་གསུང་བ་པོར་བསྟན་ཏོ། །

གསུམ་པ་ནི། གང་གིས་མིང་གཞི་སྟོན་གསུངས་པ། །

རྟག་ཞི་བ་ལ་སྤྱག་འཆལ་ལོ། །

ཞེས་པ་སྟེ། གང་གིས་མིང་ཆིག་བརྗོད་པ་ཀྱན་ཀྱི་གཞིར་གྱུར་པའི་  
དབྱངས་གསལ་ཀྱི་ཡི་གེ་སྟོན་དུ་གསུང་བ་པོ་རྟག་ཞི་བ་ལ་སྤྱག་འཆལ་ལོ།  
ཞེས་པ་ལོ། རྟག་ཞི་བ་ནི། འགའ་ཞིག་གིས་ལྟ་དབང་སྤྱག་ཆེན་པོར་འདོད་ལ།  
འགའ་ཞིག་གིས་འཕགས་པ་འཇིག་རྟེན་དབང་སྤྱག་ཏུ་འདོད་དོ། །དེ་ཡང་སྤྱི་  
རོལ་པ་ལྟར་ན་མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་བྱེད་པ་པོ་དབང་སྤྱག་ཆེན་པོ་དང་། དབང་  
སྤྱག་བསྐྱབས་པས་སྐྱ་ལ་མཁས་པར་གྱུར་ལ། རང་པ་ལྟར་ན་ཡི་གེའི་བྱེད་པ་  
པོ་འཇིག་རྟེན་དབང་སྤྱག་དང་། དེ་བསྐྱབས་པས་སྐྱ་ལ་མཁས་པར་འདོད་དེ།  
རྒྱད་སྟེ་སྟེ་རྣམས་ལས། སྤྱི་རོལ་པའི་ལུགས་ལྟར་ན་མ་རྟུ་དེ་ལ་སྟེ་དབང་  
སྤྱག་ཆེན་པོ་བསྐྱབས་པས་གྲུབ་སྟེ་སྐྱ་ལ་མཁས་པའི་དངོས་གྲུབ་ཁྱེས་པས།  
དབང་སྤྱག་ཆེན་པོས། ཨ་ཨི་ཨུ་ཞེས་སྐྱས་པས་དེ་མ་ཐག་ཏུ་སྐྱ་ལ་མཁས་  
པར་གྱུར་པར་འདོད་དོ། །རང་པ་ལྟར་ན་འཕགས་པ་འཇིག་རྟེན་དབང་སྤྱག་  
བསྐྱབས་པས་གྲུབ་སྟེ། སྐད་ཅིག་ལ་མཁས་པར་གྱུར། ཅེས་གསུངས་པའི་  
སྟེར། དེས་ན་རྣམ་འགྲེལ་ལས། མ་བརྗོད་ན་ཡང་འདོད་པ་ནི། སྐྱབས་ལས་  
རྟོགས་པར་གྱུར་པ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། མཁས་གྲུབ་མེད་ཀྱི་གསུང་

དེས་འཕགས་པ་འཇིག་རྟེན་དབང་ཕྱག་ཡི་གཏི་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་པར་གྲུབ་པོ། །

བཞི་པ་ནི། སྒྲེབ་སྒྲོར་ལེགས་མཛད་མཁས་རྣམས་དང་། །

སྒྲ་མ་ལ་ཡང་ཕྱག་འཆལ་ནས། །

ཞེས་པ་སྟེ། རྒྱ་སྐད་ཀྱི་བརྗོད་པ་དང་དོན་སྒྲེབ་ལེགས་པར་སྒྲོར་བའི་  
ཚུལ་སྟོན་པའི་སྒྲོ་ནས་མིང་ཆོག་གཉིས་ལ་མི་སྒྲོངས་པའི་ཞེས་རབ་སྒྱེད་  
རྒྱས་པའི་གཞུང་ཚིམ་ཞིང་འདོམས་པར་མཛད་པའི་མཁས་པ་སྟེ་དང་། བྱེ་  
བྲག་ཏུ་མཁན་པོ་ཉིད་ལ་དེ་ལྟའི་བྱ་བ་མཛད་པའི་བྲམ་བེ་ལི་བི་ཀ་ར་ལ་  
སོགས་པའི་སྒྲ་མ་རྣམས་ལ་ཡང་ཕྱག་འཆལ་བར་མཛད་པ་སྟེ། རྣམ་ཉི་ལྟག་  
བཅས་ཀྱི་སྒྲའོ། །

གཉིས་པ་འགྲེལ་པ་ལ་གཉིས། རྒྱ་སྐད་དང་། བོད་སྐད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་  
མཆོད་པར་བརྗོད་པའོ། །

དང་པོ་ནི། རྣམ་གྲུ་མཆོ་རྒྱལ་ཡ།

ཞེས་པ་སྟེ། རྣམ་གྲུ་འཆལ། གྲུ་སྒྲ་མ། མཆོ་འཇམ། རྒྱལ་དབྱངས།  
ཡ་ལ་སྟེ། དོན་བསྐྱུ་ན་སྒྲ་མ་འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་ཕྱག་འཆལ་འོ། །ཞེས་  
པའོ། །དེ་ལྟར་རྒྱ་སྐད་སྒྲོས་པ་ནི། རང་ཅག་རྣམས་ཀྱི་ལེགས་པར་སྒྲུར་བ་  
སམ་སྒྲི་ཏའི་སྐད་ལ་བག་ཆགས་འཇོག་པ་དང་། རྣམ་འདྲན་སྟོང་གིས་ཞིང་  
འདིར་ཆོས་གསུངས་པའི་ཆེ་སམ་སྒྲི་ཏའི་སྐད་ཏུ་གསུངས་པ་དང་། རང་རེ་  
ཡང་འཁོར་གྱི་ཐོག་མར་གྲུར་ཏེ་སམ་སྒྲི་ཏའི་སྐད་ཏུ་ཆོས་ཉན་པ་སོགས་ཀྱི་  
ཆེད་དོ། །

གཉིས་པ་ནི། སླ་མ་མཆོག་དང་དབྱེར་མེད་པའི། །འཇམ་པའི་དབྱངས་  
ལ་གྱས་བརྟུང་ནས། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་རིག་པའི་གནས་སོགས་ལེགས་པར་སྟོན་པའི་  
བརྟུང་པའི་སླ་མ་སྟེ། དང་། སྟོས་སུ་རང་ཉིད་ལ་ལམ་བཟང་པོ་དང་རིག་གནས་  
མ་ནོར་བར་སྟོན་པའི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་དངུལ་ཁུ་རྣམ་ལྟ་བུ་སོགས་བྱིན་  
ཅན་གྱི་སླ་མ་མཆོག་དང་ངོ་པོ་དབྱེར་མེད་པའི་རྗེ་བཙུན་འཇམ་པའི་དབྱངས་  
གྱི་ཞབས་ལ་སྟོ་གསུམ་གྱས་པས་བརྟུང་དེ་ཕྱག་འཆའ་བའོ། །ནས་ནི་འོག་  
མ་འདྲེན་པའི་ལྷག་བཅས་གྱི་སྦྱོར། །དེ་ལྟར་བྱས་པའི་དགོས་པ་ཡང་རིག་  
པའི་གནས་མཐའ་དག་ལ་སྟོ་བ་པ་ལ་ཤེས་རབ་གྱི་ལྷ་རྗེ་བཙུན་འཇམ་  
དབྱངས་ཉིད་བསྟེན་དགོས། དེ་ཡང་དངོས་སུ་མཐོང་བའི་སྐལ་མེད་རྣམས་  
ལ་རང་གི་སླ་མའི་ཚུལ་བཟུང་ནས་རྗེས་སུ་འཛིན་པར་མཛད་ཅིང་། སླ་མ་  
དང་ལྷག་པའི་ལྷ་དབྱེར་མ་མཆིས་པར་གཅིག་ཏུ་བལྟ་བ་དངོས་གྲུབ་ཀྱན་གྱི་  
འབྱུང་གནས་དང་། ནང་པའི་བྱད་ཆོས་བྱ་བ་བྱད་པར་ཅན་མཐའ་དག་སྐྱབས་  
འགོས་གཞིར་བཟུང་དགོས་པ་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བར་ཆད་མི་འབྱུང་  
ཞིང་བསོད་ནམས་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཐོབ་པ་དང་། དགོས་སོགས་ཆོས་བཞི་འབྱུང་  
པར་འགྱུར་བའོ། །འདིའི་བརྟུང་པ་ནི། རྗེ་རྣམ་ལྟ་བུ། དབྱངས་ཅན་གྲུབ་དོར།  
ཤེས་དཀར་དག་བཤེས། བི་ལུང་ངག་ཡོན། དཀྱིལ་ཆེན་སྟོ་བཟང་བཟོད་པ།  
དེས་བདག་ལའོ། །ཡང་ན་རྗེ་ངག་དབང་ཡོན་ཏན། རྒྱ་སྐལ་སྟོ་བཟང་ཆེ་བརྟན་  
རྒྱལ་མཆོན། དེས་བདག་ལའོ། །



### བརྩམ་པར་དམ་བཅའ་བ།

གཉིས་པ་བརྩམ་པར་དམ་བཅའ་བ་ལ་གཉིས། ཅ་བ་དང་། འབྲེལ་པའོ།

དང་པོ་ནི། བསྐྱབ་པ་ཀུན་གྱི་གཞི་འཛིན་ཅིང་། །

རིག་བྱེད་སྤྲོ་བ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ། །

མིང་ཆིག་བརྗོད་པ་ཀུན་གྱི་གཞི། །

ཡི་གེའི་སྦྱོར་བ་བཤད་པར་བྱ། །

ཞེས་པ་སྟེ། ཚུལ་བྲིམས་དང་། ཉིང་རེ་འཛིན་དང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་  
བསྐྱབ་པའི་གཞི་རྣམས་སྟོས་པའི་སྟོན་ས་འཛིན་པར་བྱེད་ཅིང་། རེས་བརྗོད་  
དང་། མཆོད་སྦྱིན་དང་། སྙན་ཆིག་དང་། སྤྱིད་སྤྱང་སྟེ་རིག་བྱེད་བཞི་ཡན་  
ལག་དང་བཅས་པའི་གཞུང་ལུགས་སྤྲོ་བ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུའང་ཡིན་ལ། སྦྱོར་ཡི་  
གེ་ལས་མིང་དང་། མིང་ལས་ཆིག་དང་། ཆིག་ལས་བརྗོད་པ་འབྱུང་བའི་  
སྦྱོར་འཛིག་ཉེན་དང་འཛིག་ཉེན་ལས་འདས་པའི་མིང་ཆིག་བརྗོད་པ་ཀུན་གྱི་  
གཞིར་གྱུར་པ་ནི་ཡི་གེའི་སྦྱོར་བ་ཡིན་པས་དེ་བཤད་པར་བྱའོ། །ཞེས་  
པའོ། ། དེ་ཡང་བོད་ཀྱི་ཡི་གེའི་སྦྱོར་བ་ནི་བརྗོད་བྱ་དང་། གཞུང་གཉིས་ཀྱིས་  
སྒྲུང་དོར་ལ་མ་སྒྲུངས་པ་ནི་དགོས་པ་དང་། མཐར་རྣམ་མཁྱེན་ཐོབ་པ་ནི་ཉིང་  
དགོས་དང་། སྤྱི་བྱེད་འབྲེལ་ཆགས་པ་ནི་འབྲེལ་པའོ། །

གཉིས་པ་ནི། ཐོན་མིའི་ལེགས་བཤད་སུམ་ཅུ་པའི། །སྟོང་པོ་མདོར་  
བསྐྱས་བཤད་པར་བྱ། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་སྟོབ་དཔོན་ཐོན་མིའི་ལེགས་པར་བཤད་པའི་ལུང་



སྟོན་པའི་རྩ་བ་སྐུ་ཕྱེད་པའི་སྒྲིང་པོའི་དོན་ཐམས་ཅད་མདོར་བསྐྱུས་ཏེ་བཤད་  
པར་བྱའོ། །དེས་དགོས་སོགས་ཆོས་བཞི་ཡང་བསྟན་ཏེ། འཆད་ཚད་ཚུལ་  
གསུམ་དང་། ལམ་བསྐྱབ་པ་གསུམ་དང་། རིག་བྱེད་བཞི་དང་། མིང་ཆིག་  
བརྗོད་པ་སོགས་ནི་འདིའི་བརྗོད་བྱ་དང་། རང་པ་དང་བྱི་པའི་ཆོས་ཚུལ་  
ཐམས་ཅད་ཚུལ་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་རྟོགས་པ་ནི་དགོས་པ་དང་། རང་གཞན་  
ཀུན་གྱིས་ཚུལ་འདི་སོགས་ལ་འབད་པ་ཆེན་པོའི་བརྩོན་པས་ཀུན་མཁྱེན་  
ཐོབ་པ་ནི་ཉིང་དགོས་དང་། དེ་དགོས་པ་ལ་འབྲེལ་བ་སོགས་ནི་འབྲེལ་བའོ། །

## གཉིས་པ་བཤད་པ་ཉིད་དགོད་པ།

གཉིས་པ་བཤད་པ་ཉིད་དགོད་པ་ལ་གསུམ། སྐུར་བྱ་ཡི་གའི་རྣམ་  
གཞག་བཤད་པ་དང་། སྐྱོར་ཚུལ་ཆིག་སྤྲད་ཀྱི་འབྲུག་པ་བཤད་པ་དང་། ཞིང་  
སོགས་ཆིག་སྤྲད་ཞར་བྱུང་དང་བཅས་པ་བཤད་པའོ། །

## (1) སྐུར་བྱ་ཡི་གའི་རྣམ་གཞག་བཤད་པ།

དང་པོ་ལ་གཉིས། བོད་ཡིག་གི་དབྱངས་གསལ་ངོས་བརྒྱུད་བ་དང་།  
ཁུད་པར་གྱི་དབྱེ་བ་བསྟན་པའོ། །

## བོད་ཡིག་གི་དབྱངས་གསལ་ངོས་བརྒྱུད་པ།

དང་པོ་ལ་གཉིས། རྩ་བ་དང་། འབྲེལ་པའོ། །

དང་པོ་ནི། ཡི་གེ་ལྷ་ལི་ཀྲ་ལི་གཉིས། །

ལྷ་ལི་གསལ་བྱེད་ཨི་སོགས་བཞི། །

ཀྲ་ལི་སུམ་ཅུ་ཐམ་པའོ། །

ཞེས་པ་སྟེ། སྦྱིར་ཡི་གེ་ལ་ལྷ་ལི་སྟེ་དབྱངས་ཡིག་དང་། ཀྲ་ལི་སྟེ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་ཡི་གེ་གཉིས་ཡོད། བྱེ་བྲག་ཏུ་བོད་ཡིག་ལ་ནི། ལེགས་སྦྱར་ཀྱི་ལྷ་ལི་དེ་བྱ་བ་གསལ་བར་མཆོན་པར་བྱེད་པའི་ཡི་གེ་ཨི་སོགས་བཞི་དང་། ཀྲ་ལི་མཆོན་པར་བྱེད་པ་ཀ་ཁ་སོགས་སུམ་ཅུ་ཐམ་པ་ཡོད་དོ། །ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་ནི། དབྱངས་ཀྱི་བྱ་བ་གསལ་པོ་རུ། །བྱེད་པ་ཨི་ལྷ་ཨེ་ཨོ་བཞི། །གསལ་བྱེད་ཀ་སོགས་སུམ་ཅུ་ཡིན། །

ཞེས་པ་སྟེ། མིང་ཆོག་ཚིམ་པའི་གཞིར་གྱུར་པའི་སྐད་ཀྱི་གདངས་སུ་དམིགས་པ། ཡི་གེའི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན། དབྱངས་དང་གསལ་བྱེད་ཀྱི་དེ་གཉིས་ཡོད། ལེགས་སྦྱར་ཀྱི་ལྷ་ལི་དེ་དབྱངས་ཀྱི་བྱ་བ་གསལ་པོ་རུ་མཆོན་པར་བྱེད་པའི་ཡི་གེ་ཨི་ལྷ་ཨེ་ཨོ་བཞི་དང་། ཀྲ་ལི་མཆོན་པར་བྱེད་པའི་གསལ་བྱེད་ཀྱི་ཡི་གེ་ནི། ཀ་ཁ་ག་ང་ལ་སོགས་སུམ་ཅུ་པོ་དེ་རྣམས་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་ཨི་གི་གྱ་དང་། ལྷ་ཞབས་གྱ་དང་། ཨེ་འབྲེང་བྱ་དང་། ཨོ་རྒྱ་རུར་བྱས་ནས། ཀ་ཁ་ལ་སོགས་པར་སྦྱར་བས་ཀི་གྱ་གེ་གོ། བི་ཁུ་སོགས་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །

ཁྱད་པར་གྱི་དབྱེ་བ་བསྟན་པ།

གཉིས་པ་ཁྱད་པར་གྱི་དབྱེ་བ་བསྟན་པ་ལ་གཉིས། མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་ནི། དེ་ལ་རྗེས་འཇུག་བཅུ་ཡིན་ཏེ། །

དེ་ལས་ལྔ་ནི་སྟོན་དུའང་འཇུག།

མི་འཇུག་པ་ནི་ཉི་ཤུའོ།།

ཞེས་བ་སྟེ། གསལ་བྱེད་ཀྱི་ཡི་གེ་དེ་ལ་དབྱེ་ན། ཇེས་སྐུ་འཇུག་པ་  
བཅུ་དང་། ཇེས་འཇུག་དེ་ཉིད་ལས་ལྔ་ནི་སྟོན་དུའང་འཇུག་པ་ཡིན་པས་སྟོན་  
འཇུག་ལྔ་དང་། སྟོན་ཇེས་གཉིས་ཀར་མི་འཇུག་པའི་ཡི་གེ་ཉི་ཤུ་སྟེ་ཆོན་པ་  
གསུམ་དུ་དབྱེའོ། །ཞེས་པའོ།།

གཉིས་པ་ལ་གཉིས། དབྱེ་སྟོ་སྦྱར་བསྟན་པ་དང་། བྱེ་བྲག་སོ་སོར་  
བཤད་པའོ།།

དང་པོ་ནི། ཀླ་ལི་བྱེད་དང་བརྒྱད་སྟེ་ནི།།

བཞི་བཞི་དག་རྩ་བྱེ་བ་ལས།།

ཞེས་བ་སྟེ། ཀླ་ལི་སྐུམ་ཅུ་པོ་དེ་རྣམས་ཀ་སྟེ་དང་། ཅ་སྟེ་དང་། ཉ་སྟེ་  
དང་། པ་སྟེ་དང་། ཅ་སྟེ་དང་། ཞ་སྟེ་དང་། ར་སྟེ་སྟེ་སྟེ་པ་རངས་པོ་བདུན་དང་།  
ཉ་སྟེ་བྱེད་དུ་བྱས་ནས་བྱེད་དང་བརྒྱད་ཀྱི་སྟེ་ཆོན་དུ་བགོས་པ་ནི། སྟེ་པ་རེ་  
རེ་ལ་ཡི་གེ་བཞི་བཞི་རྩ་བྱེ་བ་ཡིན་ཅིང་། ལས་ནི་འབྱུང་ཁུངས་ཀྱི་སྟོའོ།།

གཉིས་པ་ལ་བཞི། ཇེས་འཇུག་བཤད་པ། ཡང་འཇུག་བཤད་པ།  
སྟོན་འཇུག་བཤད་པ། མི་འཇུག་པ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། ཅ་བ་  
དང་། འགྲེལ་པའོ།།

དང་པོ་ནི། དང་པོ་གསུམ་པ་བཞི་པ་ལས།།

མས་གཉིས་རྩ་བའི་གསུམ་པ་དང་།།

བདུན་པ་ལས་ནི་ཤེས་གཏོགས། །

རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བཅུ་རུ་འདོད། །

ཅེས་པ་སྟེ། གོང་དུ་རྗེས་འཇུག་བཅུ་ཞེས་བཤད་པ་དེ་གང་ཞེ་ན། སྡེ་  
པ་དང་པོ་དང་། གསུམ་པ་དང་། བཞི་པ་རྣམས་ཀྱི་ཡི་གེ་མས་གཉིས་གཉིས་  
ཏེ། གང་། ད་ན། བ་མ་རྣམས་དང་། སྡེ་པ་དྲུག་པའི་གསུམ་པ་འདྲ་དང་། བདུན་  
པའི་ཤེས་གཏོགས་ལྷག་མ་ར་ལ་ས་གསུམ་སྟེ་རྗེས་འཇུག་གི་ཡི་གེ་བཅུ་རུ་  
འདོད་དོ། །ཞེས་པ་ལོ།

གཉིས་པ་འགྲེལ་པ་ནི། གང་དན་བ་མ་ལ། །ར་ལ་ས་རྣམས་རྗེས་འཇུག་  
བཅུ། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྗེས་སུ་གང་ད་  
ན་བ་མ་འར་ལ་ས་བཅས་འདི་རྣམས་པལ་ཆེར་འཇུག་པའི་སྤྱིར་དེ་ཀྱན་ལ་  
རྗེས་འཇུག་བཅུ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་རྣམས་ཀྱི་དཔེར་བཟོད་གོ་སྤྱོད་ཆེད་དུ་  
ཆིག་གྲོགས་དང་བཅས་སྡེ་པ་རྣམས་དང་སྦྱར་བ་ལ། ཀ་སྡེ་ལ་ནི། ཡི་གེ་སྟོག་  
ཀང་ཀ། བཀོད་ལེགས། དཀོན་པ། ཀའ་ཀོབ། སྐམ་རྩོད། དཀའ་ཆེན། དཀར་  
ཡོལ། སྐལ་ལྷན། དཀྱུས་མ། ཁོག་པ། ཁང་ཆེན། གལ་འཁོད། མཁན་པོ། ཁབ་  
སྤ། ཁམ་ཤིང་། མཁའ་ལྷིང་། འཁར་ར། དག་འབྲུལ། ཟུས་གྱིས། འགོག་  
བདེན། གང་བྱ། གང་མོ། གན་རྒྱ། གའ་ཅེ། སྐམ་ཅོག་དགའ་བོ། མགར་བ།  
འགལ་འབྲེལ། གོས་དར། དག་དབང་། ངང་པ། ཅིང་ད། ངན་འགོ། དབྱུགས་  
རྩལ། ཆང་ངོམས། མངའ་བདག་རོ་མངར། མངལ་སྟོ། དངོས་པོ། ལྷ་བྱའོ། ཅ་

སྡེ་ལ་ནི། ཁ་ཅིག་ཅད་པོ། ཅོད་པན། བེ་ཅོན། ཅབ་ཅོབ། བཅོམ་ལྡན། དམ་  
བཅའ། སྦྱི་ཅེར། ཅལ་ཅོལ། གཅེས་སྤྲུལ། ཆོག་ཤེས། ཆང་ཉོས། ཆད་པ།  
ཆན་པ། ཆབ་སྲིད། ཆོམ་རྒྱ། གནས་འཆའ། མཆེར་པ། མཆིལ་མ། ཚུལ་  
འཆོས། འཇིག་རྟེན། དུལ་སྡོངས། གཟི་བཞིད། ལྡོན་པ། ལྷག་འཇིག་ འཇམ་  
འབྲུལ། འཇའ་ཆོན། འཛོར་བྱ། མཆོད་མཇལ། རེས་འཇུག་ སྦྱག་བྱ། སྡིང་པོ།  
སྡོད་པ། ཉན་ཐོས། ཉོབས་པ། འབྲ་མཉམ། གཉའ་ཤིང་། གཉེར་པ། ཉལ་ས།  
མཆོག་བརྟེས། ལྟ་བུའོ། ཏ་སྡེ་ལ་ནི། ཏོག་ཅེ། ཏིང་ཤགས། ལྟ་མོ། གཏུན་  
ཤིང་། རྒྱས་བཏབ། གཏུམ་མོ། གཏའ་མ། གཏོར་ཆས། རུལ་ལྷགས། ལྟས་  
ངན། ཐག་པ། ཐང་ལྷ། ཐུད་གདར། ཐན་པ། ཐབ་ཆང་། ཐམ་ག་ མཐའ་འཁོབ།  
མཐར་ཐུག་ ཐལ་མོ། སྤ་འཐས། ཐག་ཤུལ། ཐང་སྡོང་། ཐེད་པོ། རོན་བྱུག་  
འདབ་ཆགས། དམ་ཆོས། མདའ་གཞུ། ལུས་འདར། ཐིལ་བྱ། མདོས་ཐོར།  
ནག་པོ། ནང་པ། ནད་པ། ནན་ཏན། བརྟམ་སེམས། ལྷམ་བྱ། མནའ་བསྐྱུལ།  
ནོར་བུང་། ལྷལ་མ། གནས་ལུགས། ལྟ་བུའོ། བ་སྡེ་ལ་ནི། དཔག་ཆད། པང་  
ལེག་ དཔྱིད་དུས། རེ་དཔོན། སྡོབས་པ། རྟོམ་པ། དཔའ་པོ། དཔེར་བརྗོད།  
དཔལ་ཁང་། བདུག་སྡོས། ཕྱག་དར། ཕུང་པོ། ཕྱེད་ཀ་ ཕུན་ཆོགས། པབ་  
རྒྱན། ཕུམ་ཅེ། གོ་འཕེར། སྒོ་འཕེལ། པས་རྟོལ། བག་ཡོད། ཕུང་ལྷག་ ཕུད་  
ཁ། བན་གཡོག་ ཕུབས་བཟུས། ཕུམ་པ། དབའ་རྒྱབས། འབྱོར་པ། བལ་རྟོན།  
འབྲས་བྱ། མག་པ། མིང་སྲིང་། སྤད་པ། སུན་པ། ལམ་མམ། དམའ་བ། དམར་  
ཁིད། འཇུམ་དཔྱུལ། མོས་སྡོད། ལྟ་བུའོ། ཏ་སྡེ་ལ་ནི། གཙག་བྱ། གཙང་པོ།



ཚོད་པ། ཚན་དན། ཚབ་རྩལ། ཚམ་པ་ཀ། བཙའ་ཐན། ཚེར་སོན། ལུས་རྩལ།  
 ཚེས་པ། ཚག་པ། ཚངས་སྐྱད། ཚད་དུས། མཆན་ཉིད། སྐྱེ་ཚབ། ཐེ་ཆོམ།  
 མཆའ་མ། ཆར་གཅོད། ཆལ་བྱ། ཆེས་ཞག། འཛག་སྒོད། མཛངས་སྒྲན།  
 མཛོད་པ། འཛིན་དཀའ། མཛུབ་མོ། འཛེམ་པ། མཛའ་བ། འཛེར་པ། འཛུལ་  
 བ། བརྩམ་མ། བ་མཛང་། བེར་མ། བལ་ལེ། ལྷ་བུའོ། འ་སྡེ་ལ་ནི། འག་ས།  
 འང་པོ། འད་པ། གཞན་དག། འབས་བརྟན། འམ་འབྲིང་། བཞའ་ཆན། འར་  
 བྱང་། འལ་འདོན། འུས་དག། ཐག་མེད། བཟང་པོ། བཟོད་པ། བན་ཁྲོན། བབ་  
 མོ། བམ་པ། གཟའ་སྐྱ། བར་བྱ། བལ་པོ། བས་མཆོག། འུག་པ། ཡིད་འོང་།  
 འོད་ཟེར། འོན་པ། འབ་འུག། འོམ་བྱ། འོར་གཅིག། འོལ་པ། འོས་པ། གཡག་  
 འབྲི། གཡང་རྟེན། ཡོད་པ། ཡན་ལག། ཡབ་ཡུམ། ཡམ་ཤིང་། གཡའ་ཆུ། ཡར་  
 རྒྱས། ཡལ་ག། གཡོས་ཁང་། ལྷ་བུའོ། ར་སྡེ་ལ་ནི། རག་དུང་། རང་སྐལ། རིད་  
 པ། རིན་ཆེན། རབ་མཛེས། རམ་པ། རེ་རེར། རལ་གྲི། རས་ཡུག། ལག་འགྲོ།  
 ལང་ཀ། ལད་མོ། ཡིག་ལན། ལབ་གཞི། ལམ་ཆེན། ལར་རྒྱ། ལས་དབང་།  
 འག་ཆང་། འངས་སྒྲ། བའད་སྐྱངས། འན་སྟོབས། འབ་ཆུ། འམ་ཐབས།  
 གའའ་མ། འར་སྟོགས། འལ་མ། འེས་པ། སག་བདར། སང་ཉིན། སད་  
 སེར། སྒོན་པོ། སྒབ་མོ། སུམ་མདོ། གཙན་གཟན་གསལ། སེར་སྐྱ། སེལ་བ།  
 སོས་ཀ། ལྷ་བུའོ། འ་སྡེ་ལ་ནི། རྩག་རྩག། རྩད་ནི། རྩང་སང་། རྟོན་འཐོར།  
 རྩབ་ཐོབ། རྩམ་པ། རྟོར་ལྷ། རྟོལ་སྒྲོད། ཞོག་མ། ཞང་གངས། ཞེན་ཅ་མ།  
 ཞིམ་ཆི། ཞར་ག། ལྷ་བུའོ། །



གཉིས་པ་ཡང་འཇུག་བཤད་པ་ནི། ད་དང་ས་གཉིས་ཡང་འཇུག་སྟེ།  
ད་ནི་ན་ར་ལ་གསུམ་དང་། །ས་ནི་ག་ང་བ་མར་འཐོབ། །

ཅེས་པ་སྟེ། ཅ་བར་ཡང་འཇུག་གཉིས་དངོས་སུ་མ་བསྟན་ཀྱང་རྗེས་  
འཇུག་བཅུ་དངོས་སུ་བཤད་པས་ཤུགས་ཀྱིས་ད་དང་ས་གཉིས་རྗེས་འཇུག་  
ཅ་མ་དུ་མ་ཟད་རྗེས་འཇུག་གི་ཡང་རྗེས་སུ་འཇུག་པའི་སྤྱིར་ཡང་འཇུག་ཡིན་  
པར་གོ་སྟེ། དེ་ལྟར་ཤུགས་ལ་བསྟན་པས་སོ། །དེ་གཉིས་རི་ལྟར་འཇུག་པའི་  
ཚུལ་ཡང་། ཡང་འཇུག་ད་ནི་རྗེས་འཇུག་ན་ར་ལ་གསུམ་གྱི་རྗེས་སུ་འཇུག་  
པ་དང་། ཡང་འཇུག་ས་ནི་རྗེས་འཇུག་ག་ང་བ་མ་བཞིའི་མཐར་འཐོབ་ཅིང་  
འཇུག་པ་ཡིན་ནོ། །ད་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། ཉིང་འཛིན་ད། དབང་བསྐྱར་ད།  
བཀའ་སྒྲུལ་ད། ལྟ་བུའོ། །སྤྱིར་ཡང་འཇུག་དེ་དག་འདས་པ་སྟོན་གྱེད་དུ་འཇུག་  
པ་མང་ཞིང་། ཡང་སྒྲིས་ད་དག་ནི་བོད་སྐད་ཀྱི་གདངས་ལས་ཀྱང་ཡིན་ཏེ།  
སྤྱིན་ད། འཛིན་ད། ཐར་ད། འབྱོར་ད། འབྱུལ་ད། རོལ་ད་རྣམས་སྒྲ་དག་པར་སྒྲིག་  
ན་སྒྲིའི་བྱར་ལ་ཕུ་ཟེར་བ་ལྟ་བུ་ད་ཡིག་གི་གདངས་ངེས་པར་ཐོན་པས། དེ་  
ཞེས་པའི་ཆེད་དུ་སྒྲ་སྒྲུར་སྒྲ་བ་རྣམས་ཀྱིས་ད་དག་གི་སྟོལ་མཛད་ལ། དེ་  
ཞེས་པ་གལ་ཆེ་བས་དཔེར་བརྗོད་ཅུང་ཟད་འགོད་ན། ཀུན་ཏུ། བསྟན་ཅེས།  
སྟོན་ཅིག་སྤྱོད་ཀྱི། འཛིན་ཀྱང་། ལྟན་ཅིག་བསྐྱར་ཀྱང་། ལན་ཅིག་ཉེན་ཅིང་།  
ཤིན་ཏུ། གསོན་ཅིག་སྤྱིན་ཅེ་ན། ཞེན་ཅིང་། མནན་ཏོ། བརྟན་ཅིང་། བསྐྱར་  
ཅེའོ། །ཟེར་ཅིང་། འཛོར་ཏོ། །རོལ་ཅིག་མཆར་ཏུ། སྒྲུལ་ཏོ། །སྟོལ་ཅིག་  
བསྐྱུལ་ཏོ། །འཆལ་ཏོ། །གསལ་ཅེའོ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུའོ། །ཡང་འཇུག་ས་

འཕྲོ་ཕྱི་ལ་ནི། དཔེར་ན་གཟུགས། སྒོ་བསངས། སྒྱེ་རབས། བྱམས་པ། ལྷ་  
བུའོ། །ཆིགས་སུ་བཅད་ན། འཕགས་པའི་ཆོགས་སུ་གཏོགས་པ་ཡི། །སངས་  
རྒྱལ་ཆངས་དབྱངས་གསུངས་པ་ལ། །སྒོ་བས་སོགས་སྒྱབས་ཀྱི་ཐབས་ལ་  
བསྟེན། །འགྲོ་རྣམས་གདམས་ངག་ཉམས་ལེན་མཛོད། །ལྷ་བུའོ། །

གསུམ་པ་སྒོན་འཇུག་བཤད་པ་ལ་གཉིས། ཅ་བ་དང་། འགྲེལ་པའོ། །  
དང་པོ་ནི། རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བཅུ་ཉིད་ལས། །

དང་པོ་གསུམ་པ་ལྷ་པ་བྱུག །

བདུན་པ་རྣམས་ནི་སྒོན་དུའང་འཇུག །

ཅེས་པ་སྟེ། གོང་དུ་སྒོན་འཇུག་ལྷ་ཞེས་བཤད་པ་དེ་གང་ཞེ་ན། རྗེས་  
འཇུག་གི་ཡི་གེ་བཅུ་པོ་དེ་དག་ཉིད་ལས་དང་པོ་ག གསུམ་པ་ད། ལྷ་པ་བ།  
བྱུག་པ་མ། བདུན་པ་འ་རྣམས་ཡིན་ཅིང་། དེ་དག་རྗེས་སུ་འཇུག་པར་མ་བཟད་  
སྒོན་དུའང་འཇུག་པས་སྒོན་འཇུག་ཅེས་ཀྱང་བུའོ། །ཞེས་པའོ། །གཉིས་པ་  
འགྲེལ་པ་ནི། ག་ད་བ་མ་འ་སྒོན་འཇུག །ཅེས་པ་སྟེ། ག་ད་བ་མ་འ་ལྷ་ནི་རྗེས་  
འཇུག་ཏུ་མ་བཟད་མིང་གཞི་ཡི་གེའི་སྒོན་དུའང་འཇུག་པས་སྒོན་འཇུག་ཅེས་  
བུའོ། །སྒོན་འཇུག་ལྷ་པོ་ནི། དཔེར་ན། ཀུན་གཟིགས། དབང་ལྷག བདག་  
པོ། མགོན་སྒྱབས། འཕགས་པ། ལྷ་བུའོ། །ཆིགས་སུ་བཅད་ན། བདེ་གཤེགས་  
ཀུན་གསལ་ཆོས་དབྱིངས་སུ། །དཀའ་གནད་བསྐྱབ་བྱ་བདེ་བར་མཆིས། །  
མཁས་པར་འདོད་རྣམས་དེ་ལ་བཅོན། །འཁོར་བར་སྤྱིང་པོ་གཏན་མ་མཆིས།  
ལྷ་བུའོ། །དེ་རྣམས་གང་ལ་གང་འཇུག་ཚུལ་རྒྱས་པ་དཀའ་གསལ་མེ་ལོང་གི །

ཕོ་ཡིག་བཞི་ཀ་ཅ་ཏ། །ཞེས་སོགས་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། ། དེ་ལྟར་རྗེས་འཇུག་  
བཅུའི་ནང་ནས་ཡི་གེ་ལྔ་ནི་ཚོན་རྗེས་མིང་གསུམ་ག་དང་། དེའི་འཕྲོས་ལྔ་ནི་  
རྗེས་མིང་གཉིས་ཀ་དང་། ལྷག་མ་ནི་ཤུ་ཤོ་མིང་གཞི་ཁོ་ནར་ངོས་བཟུང་ངོ་། །  
བཞི་བ་མི་འཇུག་པ་བཤད་པ་ནི།

ཙ་བར། མིང་གཞི་གཉིས་སམ་སུམ་སྒྲེལ་ལམ། །

དེ་ལ་དབྱངས་ཀྱི་བཞི་ལྔ་ཡང་། །

གང་དུའང་འཇུག་མིན་སྐྱར་བའང་མིན། །

ཞེས་པ་སྟེ། ཚོན་འཇུག་དང་རྗེས་འཇུག་བསལ་བའི་ལྷག་མ་མིང་གཞི་  
ཁོ་ན་ཡིན་པ། ཀ་ཁ། ཅ་ཆ་ཇ་ཉ། ཏ་ཐ། པ་ཕ། ཅ་ཆ་ཇ་ཉ། ཞ་ཟ་ཡ། ཤ། ཏ་ཨ་  
སྟེ་ནི་ཤུ་ནི། ཆོག་བར་གཅིག་དུ་གཉིས་སམ། གསུམ་སྒྲེལ་བའམ། དེ་ལ་  
དབྱངས་ཨི་སོགས་གང་རུང་རེ་སྐྱར་བའི་བཞི་ལྔ་དུ་བྱས་པ། ཅ་ཀ། ཆ་པ།  
ཕ་ཟེལ་ལྟ་བུ་ཐོད་དུ་གྲགས་པའི་ཐ་སྐད་གང་ལའང་འཇུག་པ་མིན་པས་འདི་  
བཞིན་སྐྱར་བ་རིགས་པའང་མ་ཡིན་ནོ། །སྐབས་འདིའི་མིང་གཞི་ནི་ཚོན་  
རྗེས་གཉིས་ཀྱི་འཇུག་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་གསལ་བྱེད་ཀྱི་ཡི་གེ་ཡིན་ནོ། །  
ཞེས་པའོ། །

## (2) སྐྱོར་ཚུལ་ཆོག་ཤད་ཀྱི་འཇུག་པ་བཤད་པ།

གཉིས་པ་སྐྱོར་ཚུལ་ཆོག་ཤད་ཀྱི་འཇུག་པ་བཤད་པ་ལ་གཉིས། རྗེས་  
འཇུག་ལ་ལྟོས་པའི་ཤད་རྣམ་དབྱེ་དང་བཅས་པ་བཤད་པ་དང་། རྗེ་འཇུག་ལ་  
མ་ལྟོས་པའི་ཤད་རང་དབང་ཅན་བཤད་པའོ། །

# ༡ རྗེས་འཇུག་ལ་ལྟོས་པའི་སྤང་རྣམ་དབྱེ་དང་བཅས་པ་

## བཤད་པ།

དང་པོ་ལ་བརྒྱད། སྤང་བསྐྱ་བཤད་པ། ལ་དོན་བཤད་པ། མི་ལྡན་གྱི་  
རྣམ་དབྱེ་བཤད་པ། རྒྱན་སྤྱད་བཤད་པ། ལྷག་བཅས་བཤད་པ། འབྱེད་སྤྱད་  
བཤད་པ། འབྱུང་ཁུངས་བཤད་པ། འབོད་པའི་སྤྱོད་བཤད་པའོ། །

## སྤང་བསྐྱ་བཤད་པ།

དང་པོ་ལ་གཉིས། ཅ་བ་དང་། འབྲེལ་པའོ། །

དང་པོ་ནི། རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བཅུ་པོ་ནི། །

མིང་གང་གི་ནི་མཐར་སྐྱར་བ། །

དེ་ལ་ཨྲ་ལི་བཞི་པ་སྐྱར། །

སྤང་བསྐྱ་བར་ནི་ཤེས་པར་བྱ། །

ཞེས་པ་སྟེ། སྤང་བཤད་པའི་རྗེས་འཇུག་གི་ཡི་གེ་བཅུ་པོ་དེ་རྣམས་  
མིང་ཆིག་གང་གི་མཐར་སྐྱར་བ་ཡོད་ཀྱང་རུང་། དེ་དག་ལ་ཨྲ་ལི་བཞི་པ་ཨོ་  
ཡིག་སྟེ་ན་རུ་སྐྱར་བ་ནི། སྤང་བསྐྱ་བཤད་ཀྱི་བརྗོད་བྱའི་དོན་དེ་ཉིད་དེ་ཙམ་གྱིས་  
བསྐྱ་བར་སོང་བས་སྤང་བསྐྱ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །བདག་གཞན་རྣམ་  
དབྱེ་བརྒྱད་པོ་གང་རུང་གི་གནས་སྟོན་བྱེད་དུ་རྣམ་པར་འབྱེད་པར་བྱ་བའི་  
སྤྱོད་དེ། རྣམ་དབྱེའི་མཆན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན། དང་པོ་དོན་སྟོན་པ། གཉིས་པ་  
ལས་སྤྱོད་པ། གསུམ་པ་བྱེད་པ། བཞི་པ་དགོས་ཆེད། ལྷ་པ་འབྱུང་ཁུངས།

བྱག་པ་འབྲེལ་བ། བདུན་པ་གནས་གཞི། བརྒྱད་པ་འཁོད་པ་དང་བརྒྱད་  
དོ། །དེ་རྣམས་ཀྱི་མཚན་གཞི་གང་ཞེ་ན། གཞི་གཅིག་ལ་མཚན་ན། ལྷུང་  
བཟེད་ཉིད། ལྷུང་བཟེད་དེ་དག ལྷུང་བཟེད་དེ་རྣམས་ཞེས་པའི་ངག་ནི། གང་  
དུ་སྤྱེ་བའི་རྣམ་དབྱེ་དང་པོའི་གནས་སྟོན་པའི་སྐྱ་ཡིན། གང་འབྲེད་བྲེད་ཀྱི་  
རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་དངོས་ནི། ཉིད་སྐྱ་དང་དག་སྐྱ་དང་རྣམས་སྐྱ་རྣམས་ཡིན་  
ནོ། །ལྷུང་བཟེད་དུ་ཆུ་སྐྱགས་ཞེས་པའི་ངག་ནི། གང་སྤྱེ་བའི་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་  
པ་ལས་སུ་བྱ་བའི་གནས་སྟོན་པའི་སྐྱ་ཡིན། གང་གི་འབྲེད་པའི་རྣམ་དབྱེ་  
གཉིས་པ་དངོས་ནི། དུ་ཞེས་པ་དེ་ཡིན་ནོ། །ལྷུང་བཟེད་ཀྱིས་ཆུ་སྐྱོར་ཞེས་པ།  
གང་སྤྱེ་བའི་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་བྲེད་པའི་གནས་སྟོན་པའི་སྐྱ་ཡིན། གང་  
གིས་འབྲེད་པའི་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་དངོས་ནི། ཀྱིས་ཞེས་པའི་རྗེས་འཇུག་  
གི་ས་ཡིག་དེ་ཡིན་ནོ། །ལྷུང་བཟེད་དུ་བསྟན་བྱ་ཞེས་པ། བཞི་པ་དགོས་ཆེད་  
སྟོན་བྲེད་དུ་སྤྱེ་བའི་ངག་ཡིན། དེ་འབྲེད་བྲེད་ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་བཞི་པ་ནི། དུ་ཞེས་  
པ་དེ་ཡིན་ནོ། །ལྷུང་བཟེད་ལས་ཟས་བྱུང་ཞེས་པ། ལྷ་པ་འབྱུང་ཁུངས་སྟོན་  
བྲེད་དུ་སྤྱེ་བའི་སྐྱ་ཡིན། དེ་འབྲེད་བྲེད་ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་ལྷ་པ་ནི། ལས་ཞེས་པ་དེ་  
ཡིན་ནོ། །ལྷུང་བཟེད་ཀྱི་ཁ་དོག་ཅེས་པ་བྱག་པ་འབྲེལ་བ་སྟོན་བྲེད་དུ་སྤྱེ་བའི་  
སྐྱ་ཡིན། དེ་འབྲེད་བྲེད་ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་བྱག་པ་ནི། ཀྱི་སྐྱ་དེ་ཡིན་ནོ། །ལྷུང་བཟེད་  
ལ་བྱིན་རྒྱབས་ཡོད་ཅེས་པ། བདུན་པ་གནས་གཞི་སྟོན་བྲེད་དུ་སྤྱེ་བའི་སྐྱ་  
ཡིན། དེ་འབྲེད་བྲེད་ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་བདུན་པ་ནི། ལ་སྐྱ་དེ་ཡིན་ནོ། །ཀྱི་ལྷུང་  
བཟེད་སྟོངས་ཞེས་པ་རྣམ་དབྱེ་བརྒྱད་པ་འཁོད་སྐྱ་སྟེ། ཀྱི་ཞེས་པ་སྤྱེ་བྲེད་ཀྱི་



འབོད་སྒྲ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་འགྲེལ་པ་ནི། གོ་ངོ་དོན་བོ་མེ་ལོ། །རོ་ལོ་སོ་ཉོ་སྒྲར་བསྐྱེ། །  
 རྫོགས་ཆིག་ཆེ་སྐྱུད་ཅེས་གྲང་བྲ། །དག་ཡོད་ཉོ་དང་མཐའ་མེད་ལོ། །གཞན་  
 རྣམས་མིང་མཐའི་རྗེས་མཐུན་སྒྲར། །

ཞེས་པ་སྟེ། གོང་གི་རྗེས་འཇུག་བཅུ་པོ་དེ་ལ་རྣ་རུ་སྒྲར་བའི་གོ་ངོ་དོ་  
 རོ་བོ་མེ་ལོ་རོ་ལོ་སོ་བཅུ་དང་། ཅ་བའི་ཤུགས་བསྐྱེན་ཉོ་བཅས་བཅུ་གཅིག་  
 པོ་འདི་རྣམས་ནི། སྐབས་བབ་ཀྱི་བརྗོད་བྱའི་དོན་དེ་ཉིད་དེ་ཅམ་གྱིས་སྒྲར་  
 འཆད་རྒྱ་བསྐྱུ་བར་སོང་བས་སྒྲར་བསྐྱེ། བརྗོད་བྱའི་དོན་དེ་ཞིག་དེ་ཅམ་  
 གྱིས་རྫོགས་པར་སོང་བས་རྫོགས་ཆིག་དང་། སྒྲ་སྒྲོར་རང་གི་ཆིག་གི་ཆེ་  
 གྲོགས་གཞན་དེ་ཅམ་གྱིས་བསྐྱུ་བར་གྲུར་པས་ཆེ་སྐྱུད་ཅེས་གྲང་བྲ་སྟེ། དེ་  
 གསུམ་དོན་གཅིག་ཅིང་དེ་དག་ལ་མིང་དོན་སྒྲོར་ཚུལ་ཞེས་བྱའོ། །ཡང་  
 འཇུག་ད་དག་ཡོད་པའི་མཐར་ཉོ་དང་། རྗེས་འཇུག་མཐའ་རུ་མེད་པའི་མཐར་  
 འོ་དང་། གོ་ངོ་ལ་སོགས་པ་གཞན་རྣམས་རང་རང་གི་མིང་མཐའི་རྗེས་འཇུག་  
 དང་མཐུན་པར་གའི་རྗེས་སུ་གོ་སྒྲར་བ་སོགས་དཔེར་བརྗོད་གྱིས་གསལ་  
 བར་བསྐྱེན་ཅིང་། དེ་རྣམས་ལ་སྒྲ་སྒྲོར་ཚུལ་ཞེས་བྱའོ། །དཔེར་ན། ཆོས་  
 འཛིན་དེ་ཉོ། །དོན་གྲུབ་དེ་ཉོ། །བཀའ་སྐྱུལ་དེ་ཉོ། །ཞེས་བྱའོ། །འོར་ལྷག་གོ། །  
 སེམས་བཟང་ངོ། །དོན་ཡོད་ངོ། །ལམ་ཡིན་ནོ། །རིན་ཐོབ་པོ། །ཆོས་བསམ་  
 མོ། །ལས་དཀའ་ལོ། །མིང་འགྲུར་ངོ། །ལྷ་གསོལ་ལོ། །གོས་བྱས་སོ། །ལྷ་བྱའོ། །



## ལ་དོན་བཤད་པ།

གཉིས་པ་ལ་དོན་བཤད་པ་ལ་གཉིས། ཅུ་བ་དང་། འགྲེལ་པའོ། །

དང་པོ་ནི། རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བཅུ་རྣམས་ལས། །

གང་མིང་མཐའ་ན་བཅུ་བ་གནས། །

དེ་ལ་ཨྲ་ལི་གཉིས་པ་སྐྱུར། །

གང་མིང་མཐའ་ན་བརྒྱད་པ་གནས། །

དེ་ལ་གཉིས་པ་ཨྲ་ཡང་སྐྱུར། །

གང་མིང་མཐའ་ན་གསུམ་པ་གནས། །

དེ་ལ་ཨྲ་ལི་གཉིས་པ་སྐྱུར། །

བཞི་པ་དགུ་པ་དངོས་ཀྱང་སྟེ། །

ལས་དང་ཆེད་དང་ཉིན་གནས་དང་། །

དེ་ཉིད་ཆེ་སྐྱབས་ལ་སྐྱུ་ཡིན། །

ཞེས་པ་སྟེ། རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བཅུ་པོ་དེ་རྣམས་ཉིད་ལས། གང་ཡང་

རུང་བའི་མིང་གི་མཐའ་ན་ལ་དོན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་སྐུར་བའི་ཆེད་དུ་བཅུ་བ་ས་

ཡིག་གནས་པ་དེ་ལ་ཨྲ་ལི་གཉིས་པ་ཨྲ་ཡིག་སྐྱུར་བས། སྟེ། ཞེས་གྲུབ་པ་

དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཆེག་བར་གཅིག་ཉིད་དུ་མིང་མཐར་བརྒྱད་པ་ར་ཡིག་སྐྱུར་

ཉི་གནས་པ་ལྷག་པར་ལྷ་བུའི་ར་དང་། ཡང་ར་ཡིག་དེ་ཉིད་ཆེག་བར་ཕྱེས་

པ་ལ་ཨྲ་ཡིག་ཀྱང་སྐྱུར་བའི་རུ་ཞེས་པ་དང་། གང་ཡང་རུང་བའི་མིང་གི་

མཐའ་ན་རྗེས་འཇུག་གསུམ་པ་ད་ཡིག་གནས་པ་དེ་ལ་ཨྲ་ལི་གཉིས་པ་ཨྲ་

ཡིག་སྐྱར་བའི་དུ་དང་། རྗེས་འཇུག་བཞི་པ་ན་དང་། དགུ་པ་ལ་གཉིས་ནི་  
 དབྱངས་ཀྱིས་མ་བརྒྱན་པའི་དངོས་པོ་ཉིད་དུ་གནས་པའང་སྟེ། དངོས་བསྟན་  
 ཟུག་དང་། རྒྱགས་བསྟན་ཏེ་ཡིག་ཟུ་ཞུགས་ཀྱི་ཏུ་བཅས་བདུན་པོ་འདི་  
 རྣམས་ནི། འཤར་ཕྱོགས་སུ་འགོ་ལྷ་བྱ་བྱེད་པ་པོས་བྱ་བ་གང་བྱེད་པའི་དོན་  
 ཅན་དུ་སྐྱར་ན་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་ལས་སུ་བྱ་བའི་སྐྱ་དང་། ཏར་རྩ་བྱེན་ལྷ་བྱ་  
 བྱ་བ་གང་ཞིག་གིས་བྱ་བའི་ཡུལ་དེ་ལ་པན་ཐོགས་པའི་རིགས་སུ་གནས་  
 པའི་དོན་ཅན་དུ་སྐྱར་ན་རྣམ་དབྱེ་བཞི་པ་དགོས་ཆེད་ཀྱི་སྐྱ་དང་། དབྱལ་བ་  
 རུ་སྟེ་བ་ཡོད་ལྷ་བྱ་གང་ཞིག་གང་ལ་བརྟེན་པའི་དོན་ཅན་དུ་སྐྱར་ན་རྣམ་དབྱེ་  
 བདུན་པ་རྟེན་གནས་ཀྱི་སྐྱ་དང་། འོད་དུ་འཆར་ལྷ་བྱ་ཡུལ་གང་ཞིག་ལ་བྱ་བ་  
 གང་ཞིག་བྱེད་པའི་ཆེ་ལས་དང་བྱ་བ་དོ་ཐོ་གཅིག་པའི་དོན་ཅན་དུ་སྐྱར་ན་  
 རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པའི་བྱེ་བྲག་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱ་དང་། ཉི་མ་འཤར་བ་ན་ཆོས་སྟོན་ལྷ་  
 བྱ་དུས་བརྗོད་པའི་དོན་ཅན་དུ་སྐྱར་ན་རྣམ་དབྱེ་བདུན་པའི་བྱེ་བྲག་ཆེ་  
 སྐབས་ཀྱི་སྐྱར་ཤེས་དགོས་ཤིང་། དེ་དག་ཐམས་ཅད་རྣམ་དབྱེར་སྐྱོར་བ་ན་  
 ལ་སྐྱའི་འཇུག་པ་དང་པལ་ཆེར་མ་བྱན་པ་དང་མ་ཐའི་གསལ་བྱེད་ཡིན་པས་  
 ལ་སྐྱ་ཞེས་གྲང་བརྗོད་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་འགྲེལ་པ་ནི། སུ་རུ་ར་དུ་ན་ལ་ཏུ། ལ་དོན་རྣམ་པ་བདུན་  
 ཡིན་ཏེ། རྣམ་དབྱེ་གཉིས་བཞི་བདུན་པ་དང་། རྟེན་ཆེ་སྐབས་རྣམས་ལ་  
 འཇུག་པ་སུ་ག་བ་བྲག་མཐར་ཏུ། རང་དན་མ་ར་ལ་དུ། རང་དང་མཐའ་མེད་ར་  
 དང་རུ། །

ཞེས་པ་སྟེ། ལྷན་བཤད་པའི་སྐུ་རྩ་ར་དུ་ན་ལ་ཏུ་བཅས་བདུན་པོ་འདི་  
རྣམས་ནི། ལ་དོན་རྣམ་པ་བདུན་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་དབྱེ་སྦྱོར་བ་ན་ལ་  
སྒྲིའི་འབྲུག་པ་དང་པལ་ཆེར་མ་ཐུན་པས་ལ་དོན་དང་། ཆོག་གོགས་ཀྱི་དབང་  
གི་རྣམ་དབྱེར་གྱུར་ཆེ་ལ་དོན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་ཞེས་བྱའོ། །བདུན་པོ་དེ་རྣམས་  
ལ་སྦྱ་དང་མ་ཐུན་ལུགས་ནི། འར་དུ་སོང་། འར་ཕྱོགས་སུ་སོང་། ལྷ་བྱ་ལ་  
འར་ལ་སོང་། འར་ཕྱོགས་ལ་སོང་ཞེས་དུ་དང་སྐུ་ལ་དང་རྣམ་པ་མ་ཐུན་པ་  
ལྷར་ཡིན་ཏེ། དཀའ་གསལ་མེ་ལོང་ལས། རྣམ་དབྱེ་གཉིས་བཞི་བདུན་པ་  
དང་། །དེ་ཉིད་ཆེ་སྐབས་གསལ་བྱེད་སྒྲ། །སྐུ་རྩ་ར་དུ་ན་ལ་ཏུ། །ཡིན་ཞིང་  
པལ་ཆེར་ལ་སྦྱ་དང་། །མ་ཐུན་པས་ལ་དོན་རྣམ་དབྱེའང་བེད། ཞེས་གསུངས་  
སོ། །འར་དུ་སོང་། ཞེས་པའི་ཆེ་སོང་བ་ནི་བྱ་བ། དུ་ནི་ལ་དོན། སོང་བ་པོ་  
ནི་འུགས་བསྟན། འར་ནི་བྱ་བའི་ཡུལ་དང་ལས་གཉིས་ཀ་ཡིན་ཏེ། དེ་གཉིས་  
དོན་གཅིག་ཡིན་པའི་སྒྱུར་ཏེ། དཀའ་གསལ་མེ་ལོང་ལས། ལས་དང་བྱ་ཡུལ་  
དོན་གཅིག་སྟེ། ཞེས་གསུངས་པའི་སྒྱུར། གང་དུ་བྱ་བ་ཞིག་ཡོད་སྒྱུར་ཆད་  
བྱེད་པོ་ཡོད་དགོས་པ་དང་། ལས་ཡིན་ན་བྱེད་པ་པོས་བྱ་དགོས་པ་དང་།  
བྱེད་པ་པོ་མེད་ན་བྱ་བ་དང་ལས་མི་སྤྱད་པ་ནི། ཅ་ཤེའི་ཤིག་ཆེན་རིགས་  
པའི་རྒྱ་མཆོ་ལས། བྱེད་པ་པོ་ནི་བྱ་བ་བྱེད་པའི་རྒྱ་མཆོན་གྱིས་འཛོག་པས་  
བྱ་བ་དང་ལྷན་པ་ཁོ་ནས་བྱེད་པ་པོའི་ཐ་སྙད་འཐོབ་པོ། ཞེས་དང་། ཡང་དེ་  
ཉིད་ལས། ལས་ཡིན་པར་ནི་བྱེད་པ་པོས་བྱས་པའི་རྒྱ་མཆོན་གྱིས་འཛོག་  
པས་བྱ་བ་དང་ལྷན་པ་ཁོ་ནས་ལས་ཀྱི་ཐ་སྙད་འཐོབ་པོ། ཞེས་དང་། ཡང་དེ་

ཉིད་ལས། གྱེད་པ་པོ་མེད་པའི་ལས་ནི་མི་སྲིད་དེ་མོ་གཤམ་གྱི་བྱས་བྱམ་པ་  
 གྱེད་པ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་ནོ། །བཤད་མ་ཐག་པའི་ལ་  
 རོན་གྱི་ཡི་གེ་བདུན་པོ་དེ་རྣམས་ནི། རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་ལས་སུ་བྱ་བ་དང་།  
 བཞི་པ་དགོས་ཆེད་དང་། བདུན་པ་རྟེན་གནས་དང་། གཉིས་པའི་ནང་ཆོན་དེ་  
 ཉིད་དང་། བདུན་པའི་ནང་ཆོན་ཆེ་སྐབས་རྣམས་ལ་ལ་སྒྲ་དང་པལ་ཆེར་  
 མ་ཐུན་པར་འཇུག་པ་ནི་དོན་སྦྱོར་ཚུལ་དང་། རྗེས་འཇུག་སའི་རྗེས་སུ་སུ་  
 དང་། རྗེས་འཇུག་ག་དང་བ་དང་ད་བླག་ཅན་གྱི་མཐར་ཏུ་དང་། ང་དང་ད་དང་  
 ན་དང་མ་དང་ར་དང་ལ་བཅས་གྱི་མཐར་ཏུ་དང་། འ་དང་མཐའ་མེད་གྱི་མཐར་  
 ར་དང་རུ་བཅས་ཐོབ་ཅིང་། དཔེར་ན། དུས་སུ། འགག་ཏུ། ཁབ་ཏུ། ཀུན་ད་ཏུ།  
 བསྐྱར་ད་ཏུ། སྦྱལ་ད་ཏུ། ནང་དུ། བོད་དུ། རོན་དུ། ལམ་དུ། བར་དུ། དཔལ་དུ།  
 མདར། མདའ་རུ། ལམ་ཁར། ལམ་ཁ་རུ། ལྟ་བུའོ། །ཞེས་སྒྲར་བ་ནི་སྒྲ་སྦྱོར་  
 ཚུལ་ལོ། །འདིར་འ་མཐར་ར་དང་འོག་ཏུ་འ་མཐར་འི་འཐོབ་ཚུལ་སྟོན་གྱི་  
 ཡིག་རྟིང་དག་ཏུ། མདའར། མདའ་འི། ལྟ་བུར་བཤད་ཀྱང་སྐད་གསར་བཅད་  
 གྱིས་འ་བྱིས་ནས། མདར། མདའི་ཞེས་བརྗོད་དོ། །དོན་སྟོན་ལས་སུ་བྱ་བ་  
 དང་། གྱེད་པ་དང་ནི་དགོས་ཆེད་དང་། འབྱུང་ཁུངས་འབྲེལ་དང་གནས་གཞི་  
 དང་། འབོད་པའི་སྒྲ་དང་རྣམ་དབྱེ་བརྒྱད། ཅེས་པའི་མཆོན་གཞི་རྣམས་སྒྲར་  
 བཤད་ཅིན་ཏོ། །དོ་བོ་ནི། དཀའ་གསལ་མེ་ལོང་ལས། དེ་ཡང་ཆོས་རྣམས་དོ་  
 བོ་ཙམ། །བརྗོད་པ་རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་སྟེ། །དཔེར་ན་བྱམ་པ་ཀ་བ་  
 བཞིན། །གསལ་གྱེད་བོད་གྱི་སྐད་ལ་ཁུང་། །ཞེས་པ་ལྟར། ཆོས་རྣམས་སོ་

སེའི་ངོ་བོ་ཙམ་བརྗོད་པའི་སྐྱ་དེ་རྣམ་དབྱེ་དང་པོའི་ངོ་བོ་དང་། རང་གི་བརྗོད་  
བྱའི་ངོ་བོ་ཙམ་བརྗོད་པའི་མཉན་བྱར་དམིགས་པ་དེ། རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་དོན་  
སྟོན་པའི་མཆན་ཉིད། དཔེར་ན། བུམ་པ་དང་། ཀ་བ་ཞེས་པའི་སྐྱ་བཞིན་  
ནོ། །རྣམ་དབྱེ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་སྐྱར་བཤད་པའི་ཉིད་སྐྱ་དང་དག་སྐྱ་སོགས་  
བོད་སྐད་ལ་ཉུང་བ་ཡིན་ནོ། །རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་སོགས་ཀྱི་ངོ་བོ་ནི་འཆད་  
པར་འགྱུར་རོ། །འོ་ན་ལ་དོན་བདུན་པོ་དེ་རྣམས་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་སོགས་  
ལ་འཇུག་ཚུལ་ངེ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ལ་ལྷ་ལས། དང་པོ་ལ་དོན་བདུན་པོ་དེ་  
རྣམས་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་ལས་སྐྱ་བྱ་བ་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཀའ་གསལ་མེ་  
ལོང་ལས། བྱ་བ་བྱས་པས་བྱ་བའི་ཡུལ། །དེ་ལས་དེ་དང་འབྲེལ་བ་ལ། །པན་  
ཐོགས་མེད་ན་གཉིས་པ་སྟེ། །དཔེར་ན་ཤར་དུ་འགོ་ལྟ་བུ། །ཞེས་པའི་དོན་  
ལྟར། བྱེད་པ་པོས་བྱ་བའི་ཡུལ་ཞིག་ལ་བྱ་བ་བྱས་ཙམ་སྟོན་པའི་མཉན་བྱར་  
དམིགས་པ། གཉིས་པ་ལས་སྐྱ་བྱ་བའི་མཆན་ཉིད། དཔེར་ན། གཙང་སྟོགས་  
སྐྱ་འོང་། བྱ་བ་ཕྱག་ཏུ་གནས། རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་གཞུག་ བཤད་ཅིན་དུ་བསམ།  
སྐྱ་བསྐྱར་དུ་སྐྱ། པ་རོལ་དུ་སོང་། འདུ་ཁང་དུ་འཆོགས། བོད་དུ་བསྐྱད།  
གདན་དུ་ཆེམས། མཐོང་ལམ་དུ་པོས། ལྷ་གར་དུ་ལྷ། དགའ་ཆལ་དུ་དེང་། ས་  
མཐར་སྟེབས། ས་མཐའ་དུ་སྟེབས། ཆོས་རྩ་རྒྱ། ཆོས་རྩ་རྒྱ། མདུན་ན་  
བཞུགས། ཐབ་ལ་མེ་བཏང་། ལྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་ལ་དོན་དེ་རྣམས་བཞི་པ་  
དགོས་ཆེད་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཀའ་གསལ་མེ་ལོང་ལས། པན་ཐོགས་ཡོད་  
ན་བཞི་པ་སྟེ། །དཔེར་ན་སྟོང་ལ་སྦྱིན་ལྟ་བུ། །ཞེས་པའི་དོན་ལྟར། བྱེད་པ་



པོས་བྱ་བའི་ཡུལ་ཞིག་ལ་བྱ་བ་བྱས་པས་བྱ་བའི་ཡུལ་དེ་ལ་པན་ཐོགས་པའི་  
 རིགས་སུ་གནས་པའི་མཉན་བྱར་དམིགས་པ། བཞི་བ་དགོས་ཆེད་ཀྱི་མཆན་  
 ཉིད། དཔེར་ན། དགོ་སྤྲོད་ལ་བསོད་སྟོམས་སྦྱིན། ལྷ་བུའོ། །དེ་ལ་གཉིས་  
 ལས། དང་པོ་འཇམ་མགོན་ཙཱ་ཁ་བ་ཆེན་པོ་སོགས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་  
 བས་བྱ་ཡུལ་ལ་ངེས་པར་པན་ཐོགས་མེད་ཀྱང་དགོས་པ་གཙོ་བོར་གོ་བའི་  
 དཔེར་བཅོམ་ནི། སངས་རྒྱས་སུ་སྟོན་ལམ་ཐོབ། དཀོན་མཆོག་ཏུ་མཆོད་པ་  
 འབུལ། ཐར་བ་སྐྱབ་ཏུ་ངེས་འབྱུང་བསྐྱེད། ཤེར་ཕྱིན་ཏུ་ལྷག་པར་དད།  
 དབང་བསྐྱར་ཏུ་གསོལ་བ་འདེབས། བ་རོལ་ཏུ་ཆོས་ཉན། སྤང་བྱ་ཆུ་  
 འདྲེན། ལུས་སྦྱང་བྱ་ཤམ་ཐབས་གྱོན། མཆོད་རྟེན་ཏུ་བསྐྱོར་བ་གྱིས། སྐལ་  
 མཉམ་ཏུ་བསྐྱབ་བྱ་སྟོན། བུམ་གཏེར་ཏུ་རྩ་བ་བསག། བསྐྱབ་བྲལ་ཏུ་འཁོད།  
 སྟོབ་བྱ་འགར་ཆོས་བསྟན། སྟོབ་བྱ་དགའ་བྱ་ཆོས་བསྟན། མགོན་པོར་མེ་  
 བཏང། མགོན་པོ་བྱ་མེ་བཏང། ཆོགས་ན་ཆོས་བཤད། ཤེར་ཕྱིན་ལ་བྱག་  
 འཆལ། ལྷ་བུའོ། །དེ་ལྟར་ཡིན་ཏེ། འགྲེལ་བ་དོན་གསལ་དུ། ཤེས་རབ་པ་  
 རོལ་ཕྱིན་པ་ལ་གྲུས་བྱག་འཆལ། ཞེས་པའི་ལ་སྐྱ་འདི་པན་ཐོགས་མེད་ཀྱང་  
 རྣམ་དབྱེ་བཞི་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ལེགས་བཤད་རིན་པོ་ཆེ་གསེར་གྱི་  
 འཕྲེང་བ་ལས། གང་ལ་ན་ཤེར་ཕྱིན་ལའོ། །དེ་ལ་ཤེར་ཕྱིན་ནི་འཆད་པར་  
 འགྱུར་ཞིང་། ལ་ནི་ཤིང་གི་ཆེད་ཏུ་ཆུ་འདྲེན་པ་ལ་ཤིང་ལ་ཆུ་འདྲེན་ཞེས་པ་  
 ལྟར། ཤེར་ཕྱིན་གྱི་ཕྱིར་ཏུ་བྱག་འཆལ་བ་ལ་དེ་ལ་བྱག་འཆལ་ཞེས་དགོས་  
 ཆེད་ཀྱི་བཞི་པའོ། །ཞེས་དང་། གནས་བརྒྱད་བསྟན་པ་ལས་ཀྱང་། འདི་ཡང་

བཞི་པའི་ལ་ཡིན་གྱི། གཉིས་པ་དང་བདུན་པར་མི་བལྟོའོ། །ཞེས་གསུངས་  
པས་སོ། །དེའི་ཆེད་དུ། དེའི་སྤང་དུ། དེའི་ཆེད་ལ། དེའི་དོན་དུ། དེའི་དོན་ལ།  
དེའི་སྒྱུར་དུ་ལྟ་བུ་ནི་དགོས་ཆེད་གསལ་བྱེད་གྱི་སྤྲོའོ། །གཉིས་པ་སི་ཏུ་  
འགྲེལ་ཆེན་སོགས་གྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་བྱ་བའི་ཡུལ་དེའམ་དེ་དང་  
འགྲེལ་བའི་ལས་ལ་ངས་པར་པན་ཐོགས་དགོས་པའི་དཔེར་བརྗོད་ནི།  
སེམས་སུ་བསྐྱེད་ལུགས་གྱིས། ཁོག་ཏུ་སྤྲོས་སྒྲུགས། རྒྱུ་ཏུ་སྤྲོས་སྤྲད། སྤྲོ་བ་  
མ་འཆོགས་ཟེན་དུ་ཆོས་བཤད། གནས་བསྐྱོར་དུ་སྤྲོས་པ་གཏོང་། བ་  
རོལ་དུ་སྤྲོས་བཏང་། འབྲོང་དུ་རྩ་འཕངས། བོད་དུ་དགྲ་བཏུལ། དག་འདུན་  
དུ་བསྐྱོར་བསྐྱར་ཞུས། བྱིས་དུ་འབྲུའོར་སྤྲེལ། རྒྱ་གར་དུ་ལོ་ལེགས། རང་  
ཡུལ་དུ་འོར་བསྐྱབ། གྲོང་མཐར་འོར་འགྲེད། གྲོང་མཐར་རུ་འོར་འགྲེད། བད་  
པར་སྤྲོས་སྤྲོས། བད་པ་རུ་སྤྲོས་སྤྲོས། ཞིང་ན་ཆུ་བཏང་། བགྲེས་པ་ལ་ཟས་  
སྤྲད། ལྟ་བུའོ། །གསུམ་པ་ལ་དོན་དེ་རྣམས་བདུན་པ་བརྟེན་གནས་ལ་འཇུག་  
ཚུལ་ནི། དཀའ་གསལ་མེ་ལོང་ལས། གང་ཞིག་གང་ལ་བརྟེན་པའམ། །གནས་  
དང་ཡོད་པའི་དོན་ཅུམ་ལས། །བྱ་བ་གཏན་ནས་མི་བྱེད་ན། །རྣམ་དབྱེ་བདུན་  
པ་གནས་གཞི་སྟེ། །དཔེར་ན་སྟོང་དུ་མི་ཡོད་ལྟར། །ཞེས་པའི་དོན་ལྟར། བྱ་  
བ་གཏན་ནས་མི་བྱེད་པར་གང་ཞིག་གང་ལ་གནས་པར་སྟོན་པའི་རིགས་སུ་  
གནས་པའི་མཉམ་བུར་དམིགས་པ། བདུན་པ་བརྟེན་གནས་གྱི་མཆོན་ཉིད།  
དཔེར་ན། བྱམས་ཆོས་སུ་རྒྱ་ཆེ་བའི་ལམ། སྤྲོད་འཇུག་ཏུ་སྤྲོས་སོགས་དུག་  
རྩ་བ་ཤེས་རབ་ཏུ་རབ་བྱེད་ཉེར་བདུན། བར་སྤྲོས་དུ་དོན་བདུན་ཅུ། རབ་

འབྱོར་དུ་ཤེར་བྱིན། འགྲེལ་བ་དོན་གསལ་དུ་དངོས་པོ་བརྒྱན། བསྐྱུས་  
 བཞུང་དུ་རིགས་ལམ། མངོན་དུ་ཁམས་ཀྱི་རབ་དབྱེ། དག་ཡིག་དག་སྒྲིན་དུ་  
 གསལ་བྱེད་སུམ་ཅུ། རྗེའི་གསུང་འབྲུམ་དུ་ལམ་རིམ། སྒྲེབ་སྒྲོར་དུ་ཡི་གེ་ལྗེ་  
 ཡང་། རྣམ་འགྲེལ་དུ་གཏན་ཆེགས་རིག་པ། དབྲུས་མཐར་སྟོང་ཉིད། དབྲུས་  
 མཐར་རུ་སྟོང་ཉིད། དབྲུ་མ་འཇུག་པར་བབ་རྒྱས་ཀྱི་ལམ། དབྲུ་མ་འཇུག་པ་  
 རུ་བབ་རྒྱས་ཀྱི་ལམ། འདུལ་བ་མདོ་རྩ་བ་ན་གཞི་བཅུ་བདུན། ཉེ་བར་འཁོར་  
 ལ་འདུལ་བའི་སྡེ་སྟོན། ལྷ་བུའོ། །ཡང་ན། ཤར་སྒྲོགས་སུ་བརྒྱ་བྱིན། ལག་དུ་  
 འབྲེང་བ། ཁབ་དུ་སྒྱུད་པ། བསྐྱར་འཛིན་དུ་ཡོན་ཏན། མཐར་སྒྲོར་དུ་  
 ལྷགས་རི། རབ་གསལ་དུ་དཔོན་པོ། བྱང་དུ་རི་རབ། རི་ཁྲོད་དུ་གྲ་པ། ལྷ་  
 ལྷན་དུ་རྡོ་བོ། སྐམ་དུ་གྲོན་པ། མཁར་དུ་རྒྱལ་པོ། དཀར་ཡོལ་དུ་ང། རྣམ་  
 མཁར་འཇའ་ཆོན། རྣམ་མཁར་རུ་འཇའ་ཆོན། ཕོར་པར་བརྟུང་བ། ཕོར་པ་རུ་  
 བརྟུང་བ། བྲག་ན་ཤྲག་པ། སྤང་ལ་བ་སྐྱགས། ལྷ་བུའོ། །བཞི་པ་ལ་དོན་དེ་  
 རྣམས་གཉིས་པའི་ནང་ཆོན་དེ་ཉིད་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཀའ་གསལ་མེ་ལོང་  
 ལས། བན་ཐོགས་མེད་ཀྱང་བྱ་ཡུལ་དང་། །བྱ་བ་དོ་བོ་གཅིག་ཡིན་ན། །  
 གཉིས་པའི་ནང་ཆོན་དེ་ཉིད་དེ། །དཔེར་ན་ལྷ་རུ་གསལ་ལྷ་བུའོ། །ཞེས་པའི་  
 དོན་ལྟར། བྱེད་པ་པོས་བྱ་བའི་ཡུལ་ཞིག་ལ་བྱ་བ་བྱས་པས་ལས་དང་བྱ་བ་  
 དོ་བོ་གཅིག་དུ་སྟོན་པའི་མཉན་བྱར་དམིགས་པ། གཉིས་པའི་ནང་ཆོན་དེ་  
 ཉིད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད། དཔེར་ན། གོས་སུ་གྲོན། མཆོག་དུ་རྒྱལ། ཁབ་དུ་གྱུར།  
 ཉིང་འཛིན་དུ་སྒྲོམ། རོ་མཆར་དུ་འཛིན། རྣམ་སྐྱལ་དུ་བསྐྱར། རང་དུ་

མཛེས། འོད་དུ་འཆར། རོན་དུ་གནས། མི་ལམ་དུ་མཐོང་། སྐྱར་དུ་ལྷབ། ཁལ་  
དུ་བཀལ། བཀར་གནང་། བཀའ་རུ་གནང་། མེར་འབར། ཅུ་རུ་འབྲེལ། ལག་  
ན་འཛེན། ཁ་འདོན་ལ་འདོན། ལྟ་བུའོ། །ལྷ་པ་ལ་དོན་དེ་རྣམས་བདུན་པའི་  
ནང་ཆོན་ཆེ་སྐབས་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཀའ་གསལ་མེ་ལོང་ལས། ཆེ་  
སྐབས་གཉིས་དང་དོན་འབྲེན། །བདུན་པའི་ནང་ཆོན་ཆེ་སྐབས་ཏེ། །དཔེར་  
ན་ཅུ་ཆེ་ཤར་བ་ན། །ཆོ་འཕྲུལ་དུས་ཆེན་ཚུགས་ལྟ་བུ། །ཞེས་པའི་དོན་ལྟར།  
བྱེད་པ་པོས་བྱ་ཡུལ་དེར་བྱ་བ་གཏན་ནས་མི་བྱེད་པར་དུས་བརྗོད་པའི་དོན་  
ཅན་དུ་སྐྱར་བའི་མཉན་བྱར་དམིགས་པ། བདུན་པའི་ནང་ཆོན་ཆེ་སྐབས་ཀྱི་  
མཆོན་ཉིད། དཔེར་ན། རྣམ་ལངས་སུ་ཁ་འདོན་བགྱིད། ལོ་སྐྱེག་ཏུ་རིམ་འགོ་  
བྱེད། ས་སྤོང་ཏུ་ཆ་གསུར་གཏོང་། རྣམ་པ་ཀུན་དུ་སེམས་ལ་བརྟག་དབང་  
བསྐྱར་དུ་བུམ་ཅུ་མུང་། སྐག་གི་སྤྲོ་ལོང་ཏུ་མི་འགྱུར། ཉིན་གྲང་དུ་ཡི་གེ་  
བྲིས། རྣམ་བྱེད་དུ་གཉིད་སད། རྒྱན་དུ་སྦྲུམ་གསོལ། ཉིན་མཆོན་མཉན་དུ་  
ས་ལུད་འཛེན། སྐྱ་རེངས་འཆར་དུ་གསོ་སྦྱོང་ལེན། ཉི་མ་བྱེད་ཡོལ་དུ་སྦྱོ་  
བསངས་བྱས། དུས་མཐར་ཆོས་ལ་འབྱས། དུས་མཐའ་རུ་ཆོས་ལ་བཅོལ།  
ནང་དུ་སྦྱོད་ཁར་དགོ་སྦྱོར་བྱས། ཉི་མ་འཆར་ཁ་རུ་གཏོར་མ་གཏོང་། ཆེ་བ་  
དང་པོ་ཤར་བ་ན་སྦྱོན་ལམ་ཚུགས། བཞི་པའི་བཅོ་ལྷ་ལ་སྦྱོང་མཆོད་གྱིས། །  
ལྟ་བུའོ། །དེ་རྣམས་ནི་རྣམ་ལངས་ཀྱི་སྐབས། རྣམ་ལངས་ཀྱི་ཆེ་ལྟ་བུ་དུས་  
བརྗོད་པའི་དོན་དུ་གྱུར་པའི་ཕྱིར་ཆེ་སྐབས་ཞེས་བྱའོ། །འོ་ན་དེ་ཙམ་དུ་བྱད་  
དམ་ཞེ་ན།



ཅ་འགྲེལ་གཉིས་སུ་དངོས་སུ་མ་བཤད་ཀྱང་བཤད་མ་ཐག་པའི་ལ་  
 དོན་ནམས་ཀྱི་ནང་ནས། ར་ལ་གཉིས་པོ་དེ་ལ་དོན་གྱི་འཇུག་ཚུལ་གཞན་  
 ཡང་ཡོད་དེ། རའི་སྐྱ་དམིགས་ཀྱིས་དབྱེ་བ་སོགས་དང་། ལའི་སྐྱ་གཉིས་པ་  
 སོགས་ལ་འཇུག་པར་སྐྱ་སློ་ལས་བཤད་པས་སོ། །དང་པོ་རའི་སྐྱ་ནི།

སྐྱ་སློ་ལས། ར་ཞེས་བྱ་བའི་ཆིག་གི་དོན། །དམིགས་ཀྱིས་འབྱེད་དང་  
 རྒྱ་མཚན་དང་། །རྒྱ་མཚན་དོན་གྱིས་བསྟན་པ་དང་། །ལས་དང་ཆེད་དང་  
 རྟེན་གནས་དང་། །སྤྱི་ཆིག་དེ་གཞན་སོགས་སྟོན་དང་། །འོས་པར་དཀའ་བ་  
 ཆིག་འཛིན་དང་། །སྤྱི་ཆིག་ངེས་པར་བྱེད་པ་དང་། །དེ་ལས་བསྐྱོག་པ་ཉིད་  
 དང་ནི། །འགལ་བའང་མི་འགལ་སྟོན་པ་དང་། །སྟོན་དང་འདྲི་དང་ཐེ་ཆོམ་  
 གཞི། །ཆེ་སྐྱབས་ནམས་ལ་འདི་མཐོང་ངོ་། །

ཞེས་པའི་དོན་ལྟར་ལས། དམིགས་ཀྱི་དབྱེ་བའི་དོན་དུ་སྦྱར་བ་ནི།  
 དངོས་སུ་ན། མདོར་བསྟུན། ཡིན་གང་ན། དེ་ལ་སྤྱེ་ན། དབྱེ་ན། ལྟ་བུའོ། །རྒྱ་  
 མཚན་གྱི་དོན་དུ་སྦྱར་བ་ནི། འདི་ཡོད་ན་འདི་འབྱུང་། མེ་ཡོད་ན་དུ་བ་  
 འབྱུང་། གང་བྱས་ན་མི་རྟག་གོ། །ལྟ་བུའོ། །རྒྱ་མཚན་དོན་གྱིས་བསྟན་པའི་  
 དོན་དུ་སྦྱར་བ་ནི། འདིར་ཤིང་ཡང་མེད་ན་ཅན་དན་ངེ་ལྟར་ཡོད། འདུས་མ་  
 བྱས་ཡིན་ན་མི་རྟག་པར་བྱང་ངམ། འདི་ན་དུ་བ་མེད་ན་མེ་གང་དུ་ཡོད། ལྟ་  
 བུའོ། །གཉིས་པ་ལས་སུ་བྱ་བ་དང་། བཞི་པ་དགོས་ཆེད་དང་། བདུན་པ་རྟེན་  
 གནས་ལ་འཇུག་པ་དེ་གསུམ་ནི་སྤྱར་བཤད་ཟིན་པ་ལྟར་རོ། །སྤྱི་མ་དེ་ལས་  
 ཆིག་སྤྱི་མ་འགལ་བའམ་མ་ཡིན་པ་སོགས་སྟོན་པའི་དོན་དུ་སྦྱར་བ་ནི། འདི་



35

ན་བུམ་པའོ། །སུམ་རྟགས་འདི་ནི་སྒོང་བཅན་སྐམ་པོས་མ་གསུངས་ན་བུ་  
 མིས་ལེགས་པར་བཤད་པའི་བསྟན་བཅས་སོ། །ཞེས་སྐྱ་རྟག་པ་དང་འགལ་  
 ཡང་བུས་པ་དང་མི་འགལ་བར་སྟོན་པ་ལྟ་བུའོ། །སྟོན་པའི་དོན་སྒྱུར་བ་ནི།  
 བདག་བྱང་ཚུབ་ཐོབ་ན་ཅི་མ་རུང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་དང་ལྷན་  
 ན་སྐམ་མོ། །བདག་ཚུལ་བྲིམས་མ་བསྐྱུང་ན་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་བསྐྱུས་  
 པར་གྱུར་ཅིག ལྟ་བུའོ། །འདི་བའི་གཞིར་འཇུག་པ་ལ་སྒྱུར་བ་ནི། བུམ་པ་  
 ཡོད་ན་དེ་རི་ལྟར་ཡོད། ཆོས་བཤད་ན་རི་སྐད་བཤད། གཏམ་སྐས་ན་ཅི་ཞིག་  
 ཟེར། ལྟ་བུའོ། །ཐེ་ཆོམ་གྱི་གཞིའི་དོན་དུ་སྒྱུར་བ་ནི། ལྷ་གྲུ་ལ་རྒྱ་དགོས་ན་  
 རྒྱ་གཅིག་གིས་ཆོག་གམ་དུ་མ་དགོས། ས་བོན་བཏབ་ན་འདི་ལས་ལྷ་གྲུ་  
 འབྱུང་ངམ་མི་འབྱུང་། ཆོས་ནི་བསྟན་ཟེན་ན་གཞན་གྱིས་རྟོགས་སམ་མ་  
 རྟོགས། ལྟ་བུའོ། །ཆེ་སྐབས་ལ་འཇུག་པ་ནི་བཤད་ཟེན་ཏོ། །

གཉིས་པ་ལའི་སྐྱ་ནི།

སྐྱ་སྒོ་ལས། ལ་ནི་གཉིས་པ་བཞི་པ་དང་། །བདུན་པ་སྐྱད་དང་སྒྱུར་བ་  
 དང་། །སྟོན་དང་ཆད་འཇིན་གཞི་དང་ནི། །ཆེ་སྐབས་དག་ཏུ་འདོད་པ་ཡིན། །

ཞེས་ནམ་དབྱེ་གཉིས་པ་དང་བཞི་པ་བདུན་པ་ཆེ་སྐབས་བཞི་ལ་  
 འཇུག་ཚུལ་བཤད་ཟེན་ལ། སྐྱད་པ་དང་མཆམས་སྒྱུར་བ་དང་སྟོན་པ་དང་  
 ཆད་འཇིན་བཞི་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། དེའི་འགྲེལ་པར། སྐྱད་པ་ལ། ལག་པ་  
 བསྐྱལ་ལ་ཟས་ཟ་ཞེས་པ་དང་། མཆམས་སྒྱུར་བ་ལ། འདི་ན་མེ་ཡོད་ལ་འདི་  
 ན་མེད་དོ། །ཞེས་དང་། སྟོན་པ་ལ། བདག་ནམ་ཞིག་ན་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་

ལ་གྱུར་ནས་ཀྱང་། ཞེས་དང་། ཚད་འཛིན་ལ། ཅི་ཙམ་ལ། དེ་ཙམ་ལ་ཞེས་པ་  
རྣམས་བཀོད་མོད། དེ་དག་ཞིབ་གསལ་གྲིས་མ་རྒྱས་སོ། །

ཨི་ལྷན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་བཤད་པ།

གསུམ་པ་ཨི་ལྷན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་བཤད་པ་ལ་གཉིས། མདོར་བསྟན་པ་  
དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི།

ཅ་བར། རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བརྩམ་པོ་ལ། །

ཨི་དང་མཐུན་ལུགས་འདི་ཞེས་བྲ། །

ཞེས་པ་སྟེ། རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བརྩམ་པོ་དེ་དག་གང་རུང་རྗེས་སུ་ལུགས་  
བའི་མིང་རྣམས་ལ། ཨི་ཡིག་དང་སྐྱར་བའི་རྣམ་དབྱེའི་སྤྱད་རྣམས་ཇི་ལྟར་  
མཐུན་པར་སྦྱོར་བའི་ལུགས་ནི་འདི་དང་འདིའོ་ཞེས་བསྟན་པར་བྱའོ། །ཞེས་  
པའོ། །

གཉིས་པ་ལ་གཉིས། འབྲེལ་སྦྲ་བཤད་པ་དང་། བྱེད་པ་པོའི་སྦྲ་བཤད་  
པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། ཅ་བ་དང་། འབྲེལ་པའོ། །

དང་པོ་ནི། དང་པོ་གཉིས་ལ་དང་པོ་མཐུན། །

གསུམ་ལྔ་བརྩམ་པ་ཀྱང་དང་སྐྱར། །

བདུན་པ་ཉིད་ལ་བདུན་པ་སྟེ། །

ལྷག་མ་རྣམས་ལ་གྱུ་སྐྱར་བ། །

དེ་དག་ཨི་སྐྱར་འབྲེལ་བའི་ས། །

ཞེས་པ་སྟེ། རྗེས་འཇུག་བརྩམ་པ་དང་པོ་ག་དང་ང་གཉིས་གང་རུང་རྗེས་

སུ་ཞུགས་པའི་མིང་རྣམས་ལ་ནི། རྗེས་འཇུག་དང་པོ་གཉིད་མཐུན་ཞིང་། དེ་  
 བཞིན་རྗེས་འཇུག་གསུམ་པ་ད་དང་། ལྷ་པ་བ་དང་། བརྟ་པ་ས་རྣམས་ཀྱི་  
 རྗེས་སུ་ཀྱ་དང་སྦྱར་བ་དང་། བདུན་པ་འཕྱིག་གི་མཐའ་ཅན་རྣམས་ལ་དངོས་  
 སུ་འཕྱིག་ཡོད་དམ་མེད་ཀྱང་རུང་བདུན་པ་འཕྱིད་སྦྱར་བ་དང་། རྟུགས་  
 བསྟན་འཕམ་ཅན་ལ་རྟུང་པ་ཁ་སྐོང་དགོས་པའི་ཆེ་ཡ་ཕྱིག་སྦྱར་བ་དང་།  
 དེ་དག་ལས་གཞན་ལྟག་མ་ན་མ་ར་ལ་བཞི་པའི་མཐའ་ཅན་རྣམས་ལ་ཀྱ་ཉིད་  
 སྦྱར་བ་མཐུན་པར་བཅས། དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ་རིམ་པ་བཞིན་ཨི་ཕྱིག་སྟེ་  
 གི་གུ་སྦྱར་བས། གི་ ཀྱི། རི། ཡི། ཀྱི་རྣམས་སུ་གྲུབ་པ་དེ་རྣམས་གང་ཞིག་  
 གང་དང་སྦྱ་མཐུན་པའི་མིང་མཐའ་སོ་སོ་དང་སྦྱར་བས། བདག་གི། གང་གི།  
 ཁྱོད་ཀྱི། རྒྱབ་ཀྱི། གཡས་ཀྱི། དེ་ལྟེ། དེ་ཡི། མདུན་ཀྱི། ལམ་ཀྱི། གསེར་ཀྱི།  
 དདུལ་ཀྱི་སོགས་སུ་འགྱུར་ཏེ། མིང་དོན་པན་ཚུན་འབྲེལ་བ་བརྗོད་པའི་དོན་  
 ཅན་ཀྱི་སྦྱ་ཡིན་པས་རྣམ་དབྱེ་དྲུག་པ་འབྲེལ་བའི་ས་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་པའོ། །  
 གཉིས་པ་འབྲེལ་བ་ནི། གི་ཀྱི་ཀྱི་རི་ཡི་ལྷ་པོ། རྣམ་དབྱེ་དྲུག་པ་འབྲེལ་  
 སྦྱ་དང་། ཞེས་པ་སྟེ། ཅ་བར་བཤད་པའི་གི་དང་ཀྱི་དང་ཀྱི་དང་རི་དང་ཡི་ལྷ་  
 པོ་དེ་རྣམས་ནི། ཉེན་དང་བཉེན་པའམ། ཡན་ལག་དང་ཡན་ལག་ཅན་ནམ།  
 གཞི་པན་ཚུན་མཐུན་པ་སྟེ། མིང་དོན་པན་ཚུན་འབྲེལ་བ་བརྗོད་པའི་དོན་ཅན་  
 ཀྱི་སྦྱ་ཡིན་པས་རྣམ་དབྱེ་དྲུག་པ་འབྲེལ་སྦྱ་དང་། སྦྱོར་ཚུལ་གསུམ་དྲུག་  
 གཉིས་ལ་ཐུན་མོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར། རྗེས་འཇུག་ན་མ་ར་ལ་བཞི་པའི་མཐའ་  
 ཀྱི་དང་། ད་བ་ས་གསུམ་ཀྱི་མཐའ་ཀྱི་དང་། གང་གཉིས་ཀྱི་མཐའ་གི་དང་།

འདང་མཐའ་མེད་གྱི་མཐར་འི་དང་རྐང་པ་ཁ་སྐོང་བའི་ཆེ་ཡི་འཛོལ་བོ། །དེའི་  
ཚུལ་ཡང་། མདུན་གྱི་ལམ་གྱི་གར་གྱི་དཔལ་གྱི་ཁྱོད་གྱི་རྒྱབ་གྱི་ཆོས་གྱི་  
མིག་གི་གང་གི་དཀའ་འི། དེའི། དེ་ཡི། ལྷ་བྱ་གང་ཞིག་གང་དང་སྐྱ་མཐུན་  
བའི་མིང་མཐའ་སོ་སོ་དང་སྐུར་རོ། །དེ་ཡང་། དཀའ་གསལ་མེ་ལོང་ལས།  
བྱ་བ་གཏན་ནས་མི་བྱེད་པར། །སྤྱི་ཕྱི་འབྲེལ་བྱེད་ཅམ་སྟོན་ན། །རྣམ་དབྱེ་བྱག་  
པ་འབྲེལ་སྐྱ་སྟེ། །དཔེར་ན་བདག་གི་མིག་ལྷ་བྱ། །ཞེས་བའི་དོན་ལྟར། བྱ་བ་  
གཏན་ནས་མི་བྱེད་པར་ཆོག་དོན་སྤྱི་ཕྱི་འབྲེལ་བྱེད་ཅམ་དུ་སྟོན་བའི་མཉན་  
བྱར་དམིགས་པ། བྱག་པ་འབྲེལ་སྐྱའི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན། ཉེན་དང་  
བརྟེན་བའི་འབྲེལ་སྐྱ། ཡན་ལག་དང་ཡན་ལག་ཅན་གྱི་འབྲེལ་སྐྱ། གཞི་པན་  
ཚུན་མཐུན་བའི་འབྲེལ་སྐྱ་དང་གསུམ་མོ། །དང་པོ་ཉེན་དང་བརྟེན་པ་ཅན་གྱི་  
འབྲེལ་སྐྱ་ནི། དཔེར་ན། བྱི་དགོན་གྱི་དགོ་འདུན། འབུམ་གྱི་བཀྲུགས་ཁང་།  
དུང་དཀར་གྱི་སྐྱ། སྐྱེད་ཆལ་གྱི་ཤིང་། རི་ཁྱོད་གྱི་གྲ་པ། ཐབ་གྱི་མེ། ལ་དྲགས་  
གྱི་མི། ལྷག་གི་བལ། ཞིང་གི་ལྷ་བྱ། གྲོག་མཐའི་གྲོང་པ། གྲོག་མཐའ་ཡི་གྲོང་  
པ། མེའི་དུ་བ། མེ་ཡི་དུ་བ། ལྷ་བྱའོ། །གཉིས་པ་ཡན་ལག་དང་ཡན་ལག་ཅན་  
གྱི་འབྲེལ་སྐྱ་ནི། བཀྲུགས་གདན་གྱི་ནང་ཤ། ལྷགས་སྐྱམ་གྱི་ཁེབས་གཙོད།  
དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་རི་མོ། །མརྒྱལ་གྱི་ལྷགས་རི། བྱ་རྒྱོད་གྱི་གཤོག་པ། ཁབ་གྱི་  
མིག་ ཆོས་གོས་གྱི་གྲ། ལྷག་གི་སྒྲེར་མོ། །འདུ་ཁང་གི་གྲ། ལྷག་ མེ་མདའི་  
མདེའུ། མེ་མདའ་ཡི་མདེའུ། མིའི་ལག་པ། མི་ཡི་ལག་པ། ལྷ་བྱའོ། །གསུམ་  
པ་གཞི་མཐུན་གྱི་འབྲེལ་སྐྱ་ནི། ཅན་དན་གྱི་ཀ་བ། སྟོན་ལམ་གྱི་བསྟོ་བ།



གསེར་གྱི་མཆོད་ཀོང་། དངུལ་གྱི་ཉིང་། ཡོ་བྱད་གྱི་ལྷང་བཟེད། ཁང་རྒྱུ་གྱི་  
 ས་གཞི། རས་གྱི་ཆོས་གོས། གང་ཟག་གི་ང་། ཞིང་གི་སྐམ་ཅོག་ནམ་མཁའི་  
 དངོས་མེད། ནམ་མཁའ་ཡི་དངོས་མེད། འོ་མའི་ང། འོ་མ་ཡི་ང། ལྷ་  
 བུའོ། །འདིར་དངོས་སྤྱུ་མ་བཤད་ཀྱང་ད་ཟླ་ཅན་གྱི་མཐར་གྱི་འཕྲོ་བ་པ་བྲ་  
 ཉི་དང་སི་རུ་གཉིས་ཀས་བཤད་པ་ལྟར། ཀུན་དུ་གྱུར་པ་ལ། རྣམ་ཐར་དུ་སྒྲོ།  
 སྤྱི་རོལ་དུ་གྱུར་པ། ལྷ་བུར་སྤྱུར་ན་ལེགས་པར་མཐོང་ངོ། །གི་ལ་སོགས་  
 པ་དེ་རྣམས་རྣམ་དབྱེ་བྱུག་པ་མ་ཡིན་པ་གཞན་ལའང་འཇུག་པ་ཡོད་དེ། སྤྱི་  
 ཆོག་འགལ་བ་ལ་འཇུག་པ་ནི། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ནི་ཤུ་ཀྱ་ཐུབ་པ་ཉིད་  
 ཡིན་གྱི། རྩོགས་བྱེད་སོགས་ནི་སྤྱི་རོལ་པའི་སྟོན་པའོ། །འདི་ནི་བདེན་གྱི་  
 གཞན་ནི་བརྟུན་ནོ། །ལྷ་བུ་དང་། མི་མཐུན་པར་སྟོན་པའི་ཆོག་གི་རྒྱུ་ལ་  
 འཇུག་པ་ནི། དེ་ལྟར་འཐད་མོད་གྱི་འོན་ཀྱང་ཞེས་དང་། མ་བྱུང་ཆེ་དེ་ཅམ་གྱི་  
 ཆོག་གི་བྱུང་ན་བསྐྱེད་དགོས་སོ། །ལྷ་བུ་དང་། དོན་དེ་ཁོ་ནར་ངེས་པར་བཟུང་  
 ནས་གཞན་འགོག་པ་ལ་འཇུག་པ་ནི། བུམ་པ་ནི་རྩལ་སྤྱུ་བྱུབ་གྱི་རྩལ་གྱིས་  
 སྟོང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །འདི་ནི་རྒྱ་ལས་བྱུང་གི་རྒྱ་མེད་ལས་མི་འབྱུང་ངོ། །དགོ་  
 སྟོང་དག་སྟོག་དང་བལ་ཞིང་ཞི་བ་ནི་སྒྲ་ཡི། །ཚུ་ལ་བྲིམས་ཉམས་ཞིང་ཞིག་  
 པ་ནི་དེ་ལྷ་མ་ཡིན་ནོ། །ལྷ་བུ་རྣམས་སྤྱི་ཡོད་པས་སོ། །

གཉིས་པ་བྱེད་པ་པོའི་སྤྱོད་བཤད་པ་ལ་གཉིས། ཅ་བ་དང་། འབྲེལ་པའོ། །  
 དང་པོ་ནི། དེ་ཉིད་ལ་ནི་བརྟུ་བ་སྤྱུར། །  
 བྱེད་པ་པོ་རུ་ཞེས་པར་བྲ། །

ཞེས་བ་སྟེ། སྤར་བཤད་པའི་རྣམ་དབྱེ་བྱུག་པའི་སྒྲ། གི་ གྱི། རི། ཡི།  
གྱི་སྟེ་ལྷ་པོ་དེ་དག་ཉིད་ལ་རྗེས་འཇུག་བཅུ་བ་ས་ཡིག་སྐུར་བས་གིས། གྱིས།  
འིས། ཡིས། གྱིས་རྣམས་སུ་བྱུང་བ་ནི་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་བ་བྱེད་བ་པོའི་ས་  
རུ་ཞེས་བར་བྱའོ། །ཞེས་བའོ། །

གཉིས་བ་འབྲེལ་བ་ནི། དེ་རྣམས་ས་མཐའ་ཅན་ལྷ་ནི། རྣམ་དབྱེ་གསུམ་  
བ་བྱེད་སྒྲ་སྟེ། །སྒྲོར་ཚུལ་ན་མ་ར་ལ་གྱི། ད་བ་ས་གྱི་ག་ང་གི། །འ་དང་མཐའ་  
མེད་འི་དང་ཡི། །

ཞེས་བ་སྟེ། སྤར་བཤད་པའི། གི་ གྱི། གྱི། རི། ཡི་ལྷ་པོ་དེ་རྣམས་ལ་  
རྗེས་འཇུག་ས་ཡིག་སྐུར་བའི་ས་མཐའ་ཅན་གིས་དང་། གྱིས་དང་། གྱིས་  
དང་། འིས་དང་། ཡིས་ལྷ་ནི་བྱ་བ་ལ་སྒྲོར་བར་སྟོན་བས་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་བ་  
བྱེད་སྒྲ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེའི་དོན་ལ་གནས་བས་སོ། །སྒྲོར་ཚུལ་སྤར་སྟེར་རྗེས་  
འཇུག་ན་མ་ར་ལ་བཞིའི་མཐར་གྱིས་དང་། ད་བ་ས་དང་ད་བྱུག་ཅན་གྱི་མཐར་  
གྱིས་དང་། ག་ང་གཉིས་གྱི་མཐར་གིས་དང་། འ་དང་མཐའ་མེད་གྱི་མཐར་  
འིས་དང་ཡིས། །ཁ་སྒྲོང་བའི་ཆེ་ཡིས་འཕྲོབ་པོ། །དེའི་ཚུལ་ཡང་། གཞན་  
གྱིས། ལམ་གྱིས། གཏེར་གྱིས། ཁྱོད་གྱིས། རབ་གྱིས། ལྷོགས་གྱིས། ཀུན་ད་  
གྱིས། མཚར་ད་གྱིས། ཟེལ་ད་གྱིས། ལག་གིས། གདོང་གིས། གཉའ་འིས།  
གཉའིས། ལྷ་ཡིས། ལྷས། ལྷ་བྱ་སྐུར་ཞིང་། འོན་ཀྱང་འ་མཐར་འིས་ཞེས་བ་  
སྤྲད་གསར་བཅད་གྱི་ལུགས་ལ་མི་བྱུང་བ་ནི་ཡི་གེ་ཐོར་ཡང་བའི་ཆེད་དུ་  
འ་མཐའ་པལ་ཆེར་བསྐྱས་བ་བཞིན་འིས་ཞེས་བའི་འི་ཡིག་ཕྱིས་ནས་

བསྐྱུས་པར་བད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་མེད་པས་ནི་མ་ཡིན་པར་ཤེས་དགོས་སོ། །  
 དཀར་གསལ་མེ་ལོངས་ལས། རྣམ་དབྱེ་གང་ལ་སྒྲོར་ཡུལ་དེས། །ཉེ་འགྲང་  
 གང་དུ་བྱ་བ་ཞིག །བྱས་ན་གསུམ་པ་བྱེད་སྒྲུལ། །དཔེར་ན་བདག་གིས་བཤད་  
 ལྟ་བུ། །ཞེས་པའི་དོན་ལྟར། རྣམ་དབྱེ་གང་ལ་སྒྲོར་ཡུལ་དེར་ཉེ་འགྲང་གང་  
 རུང་དུ་བྱ་བ་བྱས་པར་སྟོན་པའི་མཉན་བྱར་དམིགས་པ། གསུམ་པ་བྱེད་སྒྲུལ་  
 མཚན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན། བྱ་བ་ཉེ་བར་བྱས་པ་དང་། བྱ་བ་འགྲང་བར་བྱས་  
 པ་གཉིས། དང་པོ་ནི། དཔེར་ན། གཞན་གྱིས་གོ་དུག་གསུམ་གྱིས་སྒྲོས།  
 གསེར་གྱིས་ཉོས། ཞལ་གྱིས་བཞེས། ཁྱོད་གྱིས་བཤད། ཤེས་རབ་གྱིས་  
 དབྱད། སྤུས་གྱིས་ཉན། མི་ཀུན་དུ་གྱིས་བསྟོད། རབ་འབྱོར་དུ་གྱིས་གསུངས།  
 ཟེལ་དུ་གྱིས་ཉོན། བདག་གིས་ཐོས། རང་གིས་བྱས། སེམས་དཔའིས་བསྐྱབ།  
 སེམས་དཔས་བསྐྱབ། སེམས་དཔའ་ཡིས་བསྐྱབ། ལྷ་ཡིས་ལོར་སྒྲིབ། ལྷས་  
 ལོར་སྒྲིབ། ལྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་ནི། དག་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱིས་ལུང་དང་  
 རིགས་པ་དང་གཏན་ཆོགས་དང་དཔེ་དང་བཅས་ཉེ་སྟོབ་མའི་རྒྱུད་ལ་ཐར་  
 པའི་ས་བོན་དང་ལམ་གྱི་དམིགས་རྣམ་ཐམས་ཅད་སྦྱར་དུ་བསྐྱེད་པར་བྱེད་  
 དོ། །ལྟ་བུའོ། །འདིའི་ཉེ་འགྲང་ནི་བྱེད་ཆོག་དང་བྱ་ཆོག་བར་ཐག་ཉེ་འགྲང་ལ་  
 བྱ་ཞིང་། བཤ་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་ཉི་མའི་སྟོན་འགྲེལ་ལས། མིག་གིས་བལྟས་ལྟ་བུ་  
 བྱ་བ་ཉེ་བར་བྱས་པ་དང་། ལྷ་ཡིས་ཀྱང་རིང་པོ་ནས་སྦྱུམ་མོ་ཞེས་པ་བྱ་བ་  
 འགྲང་བར་བྱས་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ན་ཡུལ་ཉེ་འགྲང་གི་དབང་དུ་  
 བྱས་པ་ཡང་ཡོད་དོ། །

## རྒྱུ་སྤྱད་བཤད་པ།

བཞི་བ་རྒྱུ་སྤྱད་བཤད་པ་ལ་གཉིས། ཅ་བ་དང་། འབྲེལ་པའོ། །

དང་པོ་ནི། ཞུ་མི་བྱིས་ནས་གཉིས་པ་སྐྱེད། །

ཆོག་རྒྱུ་གཉིས་དང་སྤྱད་པར་འགྱུར། །

ཞེས་བ་སྟེ། གོང་དུ་བཤད་པའི་འབྲེལ་སྐྱེ་དེ་དག་ལས། གྱི རི། ཡི་  
གསུམ་གྱིས་ཞུ་མི་སྟེ་གི་གྲུ་བྱིས་ནས་སོ་སོར་རྗེས་འཇུག་གཉིས་པ་ང་  
ཡིག་སྐྱེད་བས། གྱང་། འང་། ཡང་ཞེས་གྲུབ་པ་དེ་རྣམས་ནི། ཆོག་སྐྱེ་བྱི་  
མཐུན་པ་དང་། མི་མཐུན་པར་སྟོན་པའི་ཆོག་རྒྱུ་གཉིས་དང་། གཞིའམ་  
དོན་གཞན་ཞིག་ལ་སྤྱད་ཅིང་སྐྱོར་བའི་སྐྱེད་འགྱུར་རོ། ཞེས་པའོ། གཉིས་  
པ་འབྲེལ་པ་ནི། གྱང་ཡང་འང་གསུམ་རྒྱུ་སྤྱད་དེ། ག་ད་བ་ས་དག་མཐར་  
གྱང་། ཁ་ན་མ་ར་ལ་མཐར་ཡང་། འ་དང་མཐའ་མེད་འང་དང་ཡང་། ཞེས་བ་  
སྟེ། ཅ་བར་བཤད་པ་སྐྱེད་གྱི་གྱང་དང་། ཡང་དང་། འང་གསུམ་པོ་དེ་ནི་ཆོག་  
རྒྱུ་གཉིས་དང་། དོན་གཞན་སྤྱད་པའི་སྐྱེད་འདོད་དེ། དེ་གསུམ་གའི་རང་  
བཞིན་ཅན་ཡིན་པས་སོ། སྐྱོར་ཚུལ་ནི། རྗེས་འཇུག་ག་དང་ད་དང་བ་དང་  
ས་དང་ད་དག་ཅན་གྱི་མཐར་གྱང་དང་། ང་དང་ན་དང་མ་དང་ར་དང་ལ་བཅས་  
གྱི་མཐར་ཡང་དང་། འ་དང་མཐའ་མེད་གྱི་མཐར་འང་དང་ཡང་ཐོབ་སྟེ། ཏྲག་  
གྱང་། འདོད་གྱང་། ཐོབ་གྱང་། ཤེས་གྱང་། ཉེན་ད་གྱང་། འཛིན་ད་གྱང་།  
བསལ་ད་གྱང་། མཐོང་ཡང་། བདེན་ཡང་། བསམ་ཡང་། འགོར་ཡང་། དཔལ་  
ཡང་། དཀའ་འང་། དཀའ་ཡང་། འགྲོའང་། འགྲོ་ཡང་། ལྟ་བུ་ཞེས་སྐྱེད་

རོ། །དེས་ན། ཆོག་སྒྲུ་ཕྱི་མ་ཐུན་མི་མ་ཐུན་སྤྱད་པ་ཅི་རིགས་སྟོན་པའི་རབ་ཏུ་  
 ཕྱི་བའི་མཉན་གྱར་དམིགས་པ། རྒྱན་སྤྱད་ཀྱི་སྒྲུའི་མཆོན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན་  
 གསུམ་ལས། དང་པོ་ཆོག་སྒྲུ་ཕྱི་མ་ཐུན་པར་སྟོན་པའི་རྒྱན་དུ་གྱུར་པ་ནི།  
 དཔེར་ན། སྒྲ་མ་མཆོག་གྱང་མཆོག་ ཆོས་བཤད་གྱང་བཤད། དོན་གྲུབ་གྱང་  
 གྲུབ། མདོང་མཛེས་གྱང་མཛེས། ལམ་མཐུན་ད་གྱང་མཐུན། སྐད་འཛེར་ད་  
 གྱང་འཛེར། རོར་བསྐྱལ་ད་གྱང་བསྐྱལ། རིན་གྱང་ཡང་གྱང། གཏམ་བདེན་  
 ཡང་བདེན། དེ་བསམ་ཡང་བསམ། མདོག་དཀར་ཡང་དཀར། སྒོ་གསལ་  
 ཡང་གསལ། ཡིད་དགའ་དགའ། ཡིད་དགའ་ཡང་དགའ། གོ་ས་མཐོང་  
 མཐོ། གོ་ས་མཐོ་ཡང་མཐོ། ལྷ་བུའོ། །གཉིས་པ་ཆོག་སྒྲུ་ཕྱི་མི་མ་ཐུན་པར་  
 སྟོན་པའི་རྒྱན་དུ་གྱུར་པ་ནི། མེས་བསྐྱེད་གྱང་མ་ཆོག་ རྒྱ་ཡོད་གྱང་སེར་སྒྲ་  
 ཆེ། ཆོས་ཐོབ་གྱང་ཉམས་ལེན་མེད། ལས་བྱས་གྱང་དོན་མ་གྲུབ། ཕྱིན་ད་གྱང་  
 མ་སྟེན། ཟེར་ད་གྱང་མ་ཉན། ལྷར་སྐྱལ་ད་གྱང་མ་དད། ཚུ་བཀའ་ཡང་མ་  
 ཁེངས། བ་མ་ཡིན་ཡང་མ་སྟོབ། མགོ་འཐོམ་ཡང་ལུས་བདེ། མདོག་སེར་  
 ཡང་རིན་ཆེ། ལུས་དལ་ཡང་སེམས་ཞོངས་ཀྱིས་། ཡིད་མཛེང་སྟེ། ཡིད་  
 མཛེང་ཡང་སྟེ། ཏ་གོའང་མ་བཤད། ཏ་གོ་ཡང་མ་བཤད། ལྷ་བུའོ། །གསུམ་  
 པ་དོན་གཞན་སྤྱད་པ་ལ་འཇུག་པ་ནི། དཔེར་ན། སྒོ་མ་བད་མིག་གྱང་གསལ།  
 ཁྱོད་གྱང་བདེན། ཐབ་གྱང་གྱང། གཞན་གྱིས་གྱང་བཏུད། རྒྱན་ད་གྱང་  
 བཏགས། སྐད་བསྐྱུར་ད་གྱང་བྱས། པ་རོལ་ད་གྱང་མཐོང་། གདོང་ཡང་འཁྱུས།  
 ལས་དོན་ཡང་སྒྲུབ། སྒོམ་ཡང་གསོ། མར་དཀར་ཡང་ཆོངས། ཟངས་མ་བད་



དངུལ་ཡང་ཉོ། རོན་དཀའ་ཡང་བགྱིད། རོན་དཀའ་ཡང་བགྱིད། སྒྲ་མའང་  
མཉེས། སྒྲ་མ་ཡང་མཉེས། ལྟ་བུའོ། །ཅ་བ་དང་འདི་གཉིས་སུ་དངོས་སུ་མ་  
བསྟན་པ་ཅུང་ཟད་བཤད་ན། གྲང་ཡང་འང་གསུམ་དོན་གཞན་ལ་འང་འཇུག་  
སྟེ། ཅ་མེད་ཀྱི་ཁྱེད་ཆེན་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚོ་ལས། ཡང་སྒྲ་ནི་གསུམ་སྟེ། དེས་  
བཟུང་དང་། རྣམ་པར་བརྟག་པ་དང་། སྤྱད་པའི་དོན་ཅན་ནོ། །ཞེས་དོན་  
གསུམ་ལ་འཇུག་པར་གསུངས་སོ། །དེ་ལ་དེས་བཟུང་ནི། དཔེར་ན། བུ་མ་པ་  
མི་རྟག་པ་ཡང་ཡིན་སྐད་ཅིག་མ་ཡང་ཡིན། ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །རྣམ་པར་བརྟག་  
པ་ནི། འོན་ཀྱང་དབྱུང་པར་བུའོ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། ཟླ་དགའི་ཡན་ལག་  
བརྒྱད་པའི་འགྲེལ་པ་ལས། འོན་ཀྱང་ནི་རྣམ་པར་བརྟག་པའོ། །ཞེས་གསུངས་  
པའི་ཕྱིར། སྤྱད་པ་ནི། སྒྲ་མའང་ཐུགས་མཉེས། ཞེས་སོགས་སྤར་བཤད་པ་  
ལྟ་བུའོ། །དེ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་གོང་མས་འོག་མ་སྤྱད་པ་ནི། ཚོས་ཀྱང་  
བྲན་ཏེ། ཚོས་མ་ཡིན་པ་མིན་ནོ། །ལྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་འོག་མས་གོང་མ་སྤྱད་  
པ་ནི། ལྟས་ཆར་པལ་སྟེ། ལྟས་ཀྱང་འབེབས་སོ། །ལྟ་བུའོ། །གཞན་ཡང་། སྟོང་  
པ་ལ་འཇུག་པ་ནི། པོ་ཏི་ལྷ་ལ་སྐྱུངས་ཀྱང་སྟོན་རྗེས་ཀྱི་ཡི་གེ་ཅམ་ལེགས་  
པར་མི་ཤེས་སོ། །ལྟ་བུའོ། །དྲི་བ་ལ་འཇུག་པ་ནི། དུ་བ་ཡོད་ན་མེ་ཡོད་མོད་  
དུ་བ་མེད་ཀྱང་མེ་ཅི་ལྟར་ཡོད། ལྟ་བུའོ། །དོགས་པ་ལ་འཇུག་པ་ནི། གོང་བུ་  
འདི་བ་ལང་ཡིན་ཡང་ན་བ་མེན་ཡིན། ལྟ་བུའོ། །ཐེ་ཚོམ་མེད་པ་ལ་འཇུག་པ་  
ནི། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་སྒྲིབ་པ་སྤངས་པ་སྟོས་ཀྱང་ཅི་དགོས། ལྟ་བུ་སྟེ། བརྒྱད་  
སྟོང་འགྲེལ་ཆེན་ལས། སྟོས་ཀྱང་ཅི་དགོས་ཞེས་པ་ནི་སོམ་ཉི་ཅི་ཞིག་མཆིས་

ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆིག་གོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། སྤོང་པ་ལ་འཇུག་པ་ནི།  
སྒོན་ཆད་མི་སྤོང་ཁྱད་ད་སྤོང། ལྷ་བུའོ། །བསྐྱར་བའམ་བསྐྱན་པའི་སྐྱར་འཇུག་  
པ་ནི། ཡང་ཡང་། སྐྱར་ཡང་། དེ་ནས་ཡང་། ཡང་གསུངས་པ། ལྷ་བུའོ། །

### ལྷག་བཅས་བཤད་པ།

ལྷ་པ་ལྷག་བཅས་བཤད་པ་ལ་གཉིས། ཅ་བ་དང་། འགྲེལ་པའོ། །

དང་པོ་ནི། ལ་དོན་སྤྱི་ལ་ཞུ་བྱིས་ནས། །

དེ་ལ་གསུམ་པའི་དང་པོ་སྒྲོལ། །

དེ་ལ་ཞུ་ལི་གསུམ་པ་སྒྲུལ། །

དེ་ནི་ལྷག་མ་དང་བཅས་པའོ། །

ཞེས་པ་སྟེ། སྐྱར་བཤད་པའི་ལ་དོན་གྱི་ནང་ཆོན་སྤྱི་ཞེས་པ་དེའི་ཞུ་  
ལིག་སྟེ་ཞབས་ཀྱི་བྱིས་ནས་ས་ཞེས་གནས་པ་དེ་ལ་ཀླ་ལིའི་སྟེ་པ་གསུམ་  
པའི་དང་པོ་ཏ་ལིག་སྒྲུལ་ཞིང་། དེ་ལ་སྐྱར་སྟེང་དུ་ཞུ་ལི་གསུམ་པ་སྟེ་འགྲེང་  
བུ་སྒྲུལ་བས། སྟེ་ཞེས་བྱུང་བ་དང་། འོག་ན་འབྱུང་བའི་དེ་དང་། འུགས་  
བསྐྱན་གྱི་ཏེ་རྒྱང་བཅས་གསུམ་པོ་དེ་རྣམས་ནི། ལྷག་མ་འདྲེན་པའི་དོན་དུ་  
འབྱུར་བས་ལྷག་བཅས་ཀྱི་སྒྲོལ། །ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་འགྲེལ་པ་ནི། ཏེ་དེ་སྟེ་གསུམ་ལྷག་བཅས་ཏེ། །ན་ར་ལ་ས་  
བྲག་མཐར་ཏེ། །ད་དེ་ག་ང་བ་མ་ལ། །མཐའ་མེད་རྣམས་ལ་ས་སྟེ་འཕྲོག། །

ཅས་པ་སྟེ། ཅ་བར་བཤད་པའི་ཏེ། དེ། སྟེ་གསུམ་པོ་དེ་རྣམས་ནི། མིང་  
ཆིག་གང་གི་མཐར་སྒྲུལ་ཡང་བསྐྱན་བྱའི་ལྷག་མ་འདྲེན་པའི་དོན་དུ་འབྱུར་

བས་ལྷག་མ་དང་བཅས་པའི་སྐྱེའེས་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། དེའི་དོན་དང་ལྡན་པས་  
སོ། །སྦྱོར་ཚུལ་ནི། རྗེས་འཇུག་ན་ར་ལ་ས་ད་བླག་ཅན་དང་བཅས་པའི་མཐར་  
ཏེ་རྒྱུད་དང་། ད་ཡི་རྗེས་སུ་དེ་དང་། ག་ང་བ་མ་འདང་མཐའ་མེད་རྣམས་ཀྱི་  
རྗེས་ལ་ས་སྟེ་འཐོབ་བོ། ། དེ་ཡང་། ཡིན་ཏེ། འགྱུར་ཏེ། གསལ་ཏེ། བྱས་ཏེ།  
བསྟན་ཏེ། བྱུང་ཏེ། གསལ་ཏེ། བཤད་དེ། བཞག་སྟེ། བྱུང་སྟེ། བཀའ་སྟེ།  
ལམ་སྟེ། མངའ་སྟེ། བྱ་སྟེ། ལྷ་བྱེའེས་སྐུར་དོ། །དེས་ན། ཆོག་དོན་སྤྲ་མ་མ་  
རྗེ་གས་པར་བྱི་མ་གཞན་འདྲེན་རྒྱ་ཡོད་པར་སྟོན་པའི་མཉན་བྱར་དམིགས་  
པ། ལྷག་བཅས་ཀྱི་མཆན་ཉིད། དབྱེ་ན། སྤྲ་སྟོ་ལས། སྟེ་ནི་ལྷག་མ་ཡོད་པ་  
སྟེ། །མཆམས་སྦྱོར་བ་དང་དམ་བཅའ་དང་། །གཞན་འདྲེན་པ་དང་གསུམ་དུ་  
འདོད། །ཅེས་པ་ལྟར་གསུམ་ལས། དང་པོ་ནས་དང་ཅིང་སོགས་ཀྱི་སྤྲད་དང་  
འཇུག་པ་མཐུན་པའི་མཆམས་སྦྱོར་ལྷག་བཅས་ནི། དཔེར་ན། ཆོས་ཉན་ཏེ་  
འགྲོ། །བཅར་ཏེ་འོང་། ཉལ་ཏེ་གཉིད་ལོག་ ཡོས་བརྗོས་ཏེ་འཆོག་ མཐར་  
བྱེན་ཏེ་སོང་། བཀའ་བསྐྱུར་ཏེ་ཉན། ཚུ་བཀའ་ཏེ་མར་བྱུག་ བསད་དེ་  
ཟ། ལམ་བཀག་སྟེ་སྟོང་། གཟུགས་མཐོང་སྟེ་ཆགས། འབྲུ་བཏབ་སྟེ་སྦྱེས།  
དོན་བསམ་སྟེ་སྟོམས། ཡིད་དགའ་སྟེ་བདེ་བ་སྦྱེས། སྟོ་བྱེ་སྟེ་སོང་། ལྷ་  
བུའོ། །དེ་ལ་ཡང་སྤྲ་སྟོ་ལས། བྱེད་དང་བྱ་བའམ་ཡང་ན་ནི། །བྱ་བ་ཉིད་དུ་  
སྦྱོར་བ་གང་། །ཆོག་གཉིས་རིམ་མམ་དུས་གཅིག་ཏུ། །སྦྱོར་བར་བྱེད་པ་  
མཆམས་སྦྱོར་ཡིན། །ཞེས་པ་ལྟར་གསུམ་ལས། དང་པོ་ཆོག་སྤྲ་མ་བྱེད་པ་  
དང་། བྱི་མ་བྱ་བར་སྦྱོར་བས་འདྲེན་བྱེད་དང་འདྲེན་བྱ་དུས་རིམ་པར་འཇུག་

པ་ནི། མདའ་འཕངས་ཏེ་ཕོག་ ལྷ་བསྐྱབས་ཏེ་བྱུག། ལྷ་བུའོ། །གཉིས་པ་ཆོག་  
 ལྷ་ཕྱི་གཉིས་ཀ་བྱ་བར་སྒྲོར་ཞིང་དུས་རིམ་གྱིས་འཇུག་པ་ནི། དཀོན་མཆོག་  
 མཆོད་དེ་ལས་བྱས། བྱག་འཆལ་ཏེ་ཆོས་ཉན། ལྷ་མ་མངལ་ཏེ་དད་པ་སྐྱེས།  
 ལྷ་བུའོ། །གསུམ་པ་ཆོག་ལྷ་ཕྱི་གཉིས་ཀ་བྱ་བར་སྒྲོར་ཞིང་དུས་ལྷ་ཕྱི་མེད་  
 པ་ནི། འཇུག་དཔུལ་ཏེ་མདངས་སྤང་། འཕར་ཏེ་འགོ། ཆོག་སྐྱ་དང་བཅས་ཏེ་  
 འབར། ལྷ་བུའོ། །གཉིས་པ་ནི། ལྷ་སྒོ་ལས། གང་ཞིག་གིས་ནི་ལྷ་མ་  
 ལ། །གསལ་བར་བྱེད་པ་དམ་འཆའ་བ། །ཞེས་པ་ལྟར། ཆོག་ལྷ་མ་དམ་  
 བཅས་པ་དེའི་གསལ་བྱེད་དམ་སྐྱབ་བྱེད་དུ་ཆོག་ཕྱི་མ་འདྲན་པའི་དམ་  
 བཅའ་ལྷག་བཅས་ནི། དཔེར་ན། དེ་དགོ་འདུན་ཡིན་ཏེ། དགོ་བ་ལ་གཅིག་ཏུ་  
 འདུན་པ་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར། དེ་ནི་ལོགས་སུ་བཅར་ཏེ། བཀའ་འདྲིས་ཁྲུས་  
 པའོ། །དེ་དང་དེའི་དོན་འགལ་ཏེ། གཞི་མཐུན་མི་སྤྱིད་པས་སོ། །དེ་སངས་  
 རྒྱས་ཏེ། སྐྱབ་གཉིས་ཀྱི་གཉིད་སངས་ཤིང་ཤེས་བྱ་ལ་སྒོ་གྲོས་རྒྱས་པའོ། །  
 དེ་ནི་ཀུན་མཁྱེན་ཏེ། ཆོས་ཀུན་མཁྱེན་པའོ། །དེ་ནི་རབ་འབྱོར་ཏེ། རིས་  
 ཤིང་ལན་འདེབས་པའི་མཆོག་གོ། །དེ་ནི་ཚུ་རོལ་ཏེ། སོ་སྐྱེས་ཀྱི་སའོ། །  
 བུམ་པ་ཡོད་དེ། ཚད་མས་དམིགས་པའོ། །སྐྱ་ནི་མི་རྟག་སྟེ། བྱས་པའི་ཕྱིར།  
 དེ་རྟག་པས་སྟོང་སྟེ། དོན་བྱེད་རྒྱས་པའོ། །ཁྱོད་ནི་ཆོས་ལ་སྐྱབ་སྟེ། མཁས་  
 པར་འདོད་པས་སོ། །དངོས་པོ་ནི་གསུམ་སྟེ། བཅ་པོ་དང་ཤེས་པ་དང་ལྷན་  
 མིན་འདུ་བྱེད་དོ། །དེ་ནི་ནམ་མཁའ་སྟེ། ཐོགས་རིག་བཀག་པའི་མེད་དགག་  
 གོ། །བདེན་པ་ནི་བཞི་སྟེ། སྐྱག་བདེན་དང་ཀུན་འབྱུང་དང་འགོག་བདེན་དང་



ལམ་བདེན་ནོ། །ལྟ་བུའོ། །དེ་ལ་ཡང་དབྱེ་བ་འབྲེན་པ་དང་། གཏན་ཆེགས་  
འབྲེན་པ་དང་། དེས་ཆེག་འབྲེན་པ་དང་། རྒྱས་བཤད་འབྲེན་པ་སོགས་ནང་  
གསེས་མང་དུ་ཡོད་དོ། །དབྱེ་བ་འབྲེན་པ་ནི། ཡོད་པ་ནི་གཉིས་ཏེ། རྟག་པ་  
དང་དངོས་པོའོ། །དགོན་མཆོག་ནི་གསུམ་སྟེ། སངས་རྒྱས་དང་ཆོས་དང་  
དགེ་འདུན་ནོ། །གཏན་ཆེགས་འབྲེན་པ་ནི། གཞི་འདི་ན་ཤིང་ཡོད་དེ། རྒྱགས་  
པ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། །རང་རྒྱ་མེ་སྤྲ་མ་སྟོན་དུ་སོང་སྟེ། དུ་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ལྟ་  
བུའོ། །དེས་ཆེག་འབྲེན་པ་ནི། འདི་ནི་དབྱ་བཅོམ་པ་སྟེ། ཉོན་མོངས་པའི་དབྱ་  
མ་ལུས་པ་བཅོམ་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པའོ། །འདི་ནི་བྲ་པ་སྟེ། བྲ་ཅན་གྱི་  
གོས་གྱོན་པའོ། །ལྟ་བུའོ། །རྒྱས་བཤད་འབྲེན་པ་ནི། ལམ་ལ་སྟོ་སྤྱངས་དགོས་  
ཏེ། །སྤྱི་མ་མངོན་མཐོའི་གོ་འཕང་ཅམ་དོན་དུ་གཉེར་བ་སྐྱེས་བུ་ཆུང་དུའི་  
ལམ་དང་། རང་ཉིད་གཅིག་ཕུ་ཐར་པའི་གོ་འཕང་དོན་གཉེར་གྱི་བསམ་བསམ་  
བདེན་པ་བཞིའི་འབྲུག་ལྟོག་བསམ་པ་སྐྱེས་བུ་འབྲིང་གི་ལམ་དང་། རང་ཉིད་  
གཅིག་ཕུ་ནི་བདེ་དོན་གཉེར་ཅམ་མ་ཡིན་པར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་  
དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པའི་ཐབས་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་དང་རྒྱལ་  
སྤྱི་གྱི་སྟོད་པ་སོགས་སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོའི་ལམ་ལ་དམིགས་རྣམ་པར་ཤེས་  
ལེགས་པར་སྐྱོང་དགོས་སོ། །བསྐྱབ་པ་ཀུན་གྱི་གཞི་འཛིན་ཅིང་། །ཞེས་  
གསུངས་ཏེ། བསྐྱབ་པ་ནི་ལྟག་པ་ཚུལ་བྱིས་པ་དང་ལྟག་པ་ཉིང་དེ་འཛིན་དང་  
ལྟག་པ་ཤེས་རབ་གྱི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ནང་པ་ལ་བྲགས་པ་དང་། སྤྱི་རོལ་པ་  
ལའང་ཆངས་པར་སྟོད་པའི་བརྟུལ་ཞུགས་གྱི་བསྐྱབ་པ་མང་དུ་འབྱུང་།



ངོ། །ལྷ་བུའོ། །གསུམ་པ་ནི་སྤྲོ་སྤོ་ལས། ལྷག་མ་ཡོད་ཅམ་སྟོན་འགྲུར་ཞིང་། །  
 དེ་ལས་གཞན་གྲུར་གཞན་འདྲན་པའོ། །ཞེས་པ་ལྷར། མཆམས་སྦྱོར་དང་  
 དམ་བཅའ་གཉིས་སུ་མི་གཏོགས་པའི་ལྷག་མ་ཡོད་ཅམ་སྟོན་པའི་གཞན་  
 འདྲན་ལྷག་བཅས་ནི། དཔེར་ན། འར་དུ་བརྒྱ་བྱེད་ཏེ། སྟོར་གཤེན་རྗེའོ། རང་  
 དུ་གཏེར་ཏེ། ཕྱི་དུ་ས་རྒོ། ལྷག་ལ་བལ་ཏེ། ར་ལ་རལ་ལོ་ར་སྤྲུ། ། །སྤྱོད་ནི་  
 མཁས་ཏེ། སྤྱོད་ནི་བཅུན་ནོ། །སྤྲུ་མ་བསྟེན་ད་ཏེ། སྤྲུ་མ་མཆོད། ཆེ་དབང་  
 བསྟེན་ད་ཏེ། ལུམ་པ་འཛོག་ འདི་ལ་ཁལ་བཀལ་ད་ཏེ། དེ་ལ་ཁལ་མེད་  
 རོ། །གཞི་འདིར་བསྟུང་དེ། འདིར་ཉལ་ལོ། །ཁ་པོ་དེ་ནི་སྤྲུ་སྟེ། རྟག་རིལ་དེ་  
 ནི་སྤྱོད། །གོང་བུ་དེ་ནི་བ་ལང་སྟེ། ཞོལ་མོ་འདི་ནི་འབྲི་མའོ། །དེ་ནི་ཐབ་སྟེ།  
 འདི་ནི་ཟངས་བུའོ། །ཁལ་གངས་གསུམ་སྟེ། བྲེ་ཆོད་དུག་ཅུའོ། །ཆོས་ཤེས་པ་  
 དགའ་སྟེ། འཛིག་ཏེན་སྤྲོའོ། །འདི་ནི་མི་སྟེ། འདི་ནི་ལྷའོ། །ལྷ་བུའོ། །

## འབྲེད་སྤྱད་བཤུང་བ།

དུག་པ་འབྲེད་སྤྱད་བཤུང་བ་ལ་གཉིས། ཅ་བ་དང་། འབྲེལ་པའོ། །

དང་པོ་ནི། རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བཅུ་པོ་ལ། །

དུག་པ་སྦྱར་ན་འབྲེད་སྤྱད་ཡིན། །

ཞེས་པ་སྟེ། རྗེས་འཇུག་གི་ཡི་གེ་བཅུ་པོ་དེ་རྣམས་ལ་དེ་ཉིད་ཀྱི་དུག་  
 པ་མ་ཡིག་སྦྱར་བས། གམ་ངམ་སོགས་སུ་གྲུབ་པ་དེ་དག་དང་། རྟགས་  
 བསྟན་ཏམ་བཅས་པ་དེ་རྣམས་ནི། སོ་སོར་འབྲེད་པ་དང་སྤྱད་པའི་སྤྲུ་འཇུག་  
 པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་འབྲེལ་པ་ལ་གཉིས། དངོས་དང་། ཞར་བྱང་ཆིག་གི་རྒྱང་པ་  
སྐྱོང་མི་སྐྱོང་གི་བྱང་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། གམ་ངམ་དམ་ནམ་བམ་  
མམ་འམ། །རམ་ལམ་སམ་ཏམ་འབྲེད་སྤྱད་དེ། །སྐྱོར་ཚུལ་སྤྱར་བསྤྱེའི་  
སྐབས་དང་མཚུངས། །ཞེས་པ་སྟེ། ཅ་བར་བཤད་པ་ལྟར་གྱི། གམ། ངམ།  
དམ། ནམ། བམ། མམ། འམ། རམ། ལམ། སམ། ཏམ་བཅས་བཅུ་གཅིག་པོ་  
དེ་རྣམས་ནི། དབྱེ་གཞི་གཅིག་ལས་བྱེ་བྲག་སོ་སོར་འབྲེད་པ་དང་། ཆིག་  
དོན་མང་པོ་སྟོགས་གཅིག་ཏུ་སྤྱད་པའི་སྒྲ་འཇུག་པ་ཡིན་ཏེ། འབྲེད་སྤྱད་དེའི་  
དོན་དང་ལྡན་པས་སོ། །སྐྱོར་ཚུལ་ནི། སྤྱར་སྤྱེའི་སྐབས་སུ་བསྟན་པ་  
དང་མཚུངས་པར་ད་བྲག་ཅན་གྱི་མཐར་ཏམ་དང་། མཐའ་མེད་རྣམས་ལ་འམ།  
གཞན་རྣམས་རང་རང་གི་མིང་མཐའི་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་སྐུར་དགོས་ཏེ།  
དཔེར་ན། འཛིན་ད་ཏམ། བྱུང་ད་ཏམ། སྤྱལ་ད་ཏམ། སྤྱ་འམ། མིག་གམ།  
གདོང་ངམ། སྟོད་དམ། སྦྱིན་ནམ། འཛོལ་བམ། འངམ་མམ། མཐའ་འམ། དོར་  
རམ། རྒྱལ་ལམ། བྱས་སམ། ལྟ་བུ་ཞེས་སྐུར་རོ། །དེས་ན། གཞི་གཅིག་ཏུ་  
མར་བྱེ་བ་དང་ཏུ་མ་གཅིག་ཏུ་བྱེད་པ་གང་རུང་གིས་བསྐྱས་པའི་མཉན་བྱར་  
དམིགས་པ། འབྲེད་སྤྱད་གྱི་མཆན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན། འབྲེད་པ་དང་སྤྱད་པ་  
གཉིས་སོ། །དང་པོ་དབྱེ་གཞི་གཅིག་ལས་བྱེ་བྲག་གཉིས་སམ་མང་པོ་བྱེ་  
བའི་འབྲེད་པ་ལ་འཇུག་པ་ནི། དཔེར་ན། དིག་གནས་ནི་ལྟ་སྟེ། རང་དོན་ནམ་  
གཏན་ཆིགས་སམ། །སྤྱ་འམ། བཟོ་དིག་གམ། གསོ་བ་དིག་པའོ། །མཆོད་  
པའི་རྗེས་ནི། མཆོད་ཡོན་ནམ། མེ་ཏོག་གམ། བདུག་སྟོས་སམ། སྤང་གསལ་

ལམ། རི་ཆབ་བམ། ཞལ་ཟས་སམ། རོལ་མོ་རྣམས་སོ། །ཤེས་བྱ་ནི་གཉིས་  
 ཏེ། གུན་རྫོབ་བམ། རོན་དམ་བདེན་པའོ། །ལྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་ཆིག་དོན་  
 གཉིས་སམ་མང་པོ་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་བྱེད་པའི་སྤྱད་པ་ལ་འཇུག་པ་ནི།  
 དཔེར་ན། གུན་རྫོབ་བམ། རོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ནི་ཤེས་བྱའོ། །སྙན་ངག་  
 གམ། མངོན་བརྗོད་དམ། སྤེབ་སྦྱོར་རམ། ཅིས་སམ། བསྐྱོས་གར་ལྟ་ནི་  
 རིག་གནས་ཆུང་བའོ། །རིག་ཆོགས་དྲུག་གམ། བཞི་བརྒྱ་པའམ། སྦྱོད་  
 འཇུག་གམ། འཇུག་པའམ། བྱམས་ཆོས་སྤེལ་ལམ། མངོན་པ་གུན་བཏུས་  
 སམ། མངོད་དམ། རྣམ་འགྲེལ་ལམ། འདུལ་བ་མདོ་རྩ་བ་ལ་སོགས་པ་ནི།  
 ཆད་ལྡན་གྱི་གཞུང་ཆེན་འོ། །ལྟ་བུའོ། །གཞན་ཡང་གདམ་ང་ཅན་ལ་འཇུག་  
 པ་ནི། འབྲུ་འདོད་དམ། རྩམ་པ་འདོད། གསེར་ལེན་ནམ། དདུལ་ལེན། བ་  
 ལང་བཞོལ་ལམ། མངོ་མོ་བཞོལ། ལྟ་བུའོ། །རི་བ་ལ་འཇུག་པ་ནི། བདག་ཡོད་  
 དམ་མེད། འཇིག་རྟེན་མཐའ་དང་ལྡན་ནམ་མི་ལྡན། མོ་ཡིན་ནམ་མོ་ཡིན། ལྟ་  
 བུའོ། །ཐེ་ཆོམ་ཅན་ལ་འཇུག་པ་ནི། སྤྱ་རྟག་གམ་མི་རྟག། མི་ཡིན་ནམ་མིན།  
 ལས་བྱས་སམ་མ་བྱས། ལྟ་བུའོ། །དེ་རྣམས་ཀྱང་དོན་གྱི་ཁྱད་པར་བརྟག་  
 ཅིང་འབྱེད་པའི་དོན་ཅན་ཡིན་པས། དེ་འབྲའི་དམ་ནམ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱའང་  
 འབྱེད་པའི་སྤྱ་ཉིད་དུ་ངེས་སོ། །

གཉིས་པ་ཞར་བྱང་ཆིག་གི་རྟེན་པ་སྒྲོང་མི་སྒྲོང་གི་ཁྱད་པར་བཤའ་  
 པ་ནི།

ར་རུ་འི་ཡི་འང་ཡང་རྣམས། །རྟེན་པ་མི་སྒྲོང་སྒྲོང་བའི་ཁྱད། །འོ་ཕུ་

འམ་གྱི་གོང་དུ་ཆེག། མེད་དང་ཡོད་པའང་དེ་བཞིན་ཡིན། །

ཞེས་བ་སྟེ། སྐར་བཤད་པའི་ལ་དོན་གྱི་ར་དང་རུ། རུག་པའི་འི་དང་  
ཡི། རྒྱན་སྐད་གྱི་འང་དང་ཡང་རྣམས་རྟེན་པ་ཁ་སྟོང་མི་དགོས་ན་ར་དང་། འི་  
དང་། འང་འཐོབ་ཅིང་། དེ་དག་ལ་རྟེན་པ་ཁ་སྟོང་དགོས་པའི་ཆེ་རུ་དང་། ཡི་  
དང་། ཡང་། འཐོབ་པ་ནི། ཆེག་གི་རྟེན་པ་ཁ་མི་སྟོང་བ་དང་སྟོང་བའི་བྱད་  
པར་རོ། །སྐར་བསྐྱེད་འོ་དང་། མིང་གི་འཁྱེད་སྐད་གྱི་འམ་རྣམས་གྱི་གོང་  
དུ་ཆེག་མེད་པ་དང་གོང་དུ་ཆེག་ཡོད་པའང་དེ་བཞིན་དུ་རྟེན་པ་ཁ་སྟོང་མི་  
དགོས་ན་ཆེག་མི་ཐོབ་ཅིང་། རྟེན་པ་ཁ་སྟོང་དགོས་ན་ཆེག་ཐོབ་པ་ཡིན་རོ། །  
དེ་རྣམས་དཔེར་ན། སྟོང་ཁར་སྐྱ་མ་སྟོམ་ཁ་རུ། །པད་སྐྱའི་སྟོང་དུ་གནས་པ་  
ཡི། །རང་གི་སེམས་དགའང་མཉམ་དུ་ཡང་། །དབྱེར་མེད་དུ་ནི་བསྟོམས་  
འདི་མཆར། །དཀྱིལ་དུ་འོ་འདབ་རྒྱས་དབྱས་སུ་འོ། །ཟེའུ་འབྱར་སྐྱ་མའི་ཁྱེ་  
འུ་བཞུགས། །མི་ངའམ་འགོ་བའི་སྟེས་བུ་འམ། །སྐྱབས་མཆོག་དེ་ལས་  
གཞན་དུ་ཅི། །ཞེས་རྟེན་པའི་འགོར་ར་དང་འི་སོགས་སྟེལ་ནས་མཁུག་ཏུ་རུ་  
དང་ཡི་སོགས་སྐལ་བ་ལྟ་བུའོ། །ཡང་ན། རྟེན་པ་ཁ་སྟོང་མི་དགོས་ན་ར་འི་  
འང་གསུམ་ཐོབ་པ་ནི། མདུན་གྱི་ནམ་མཁའ་སེལ་བྱེ། །བཀོད་ལེགས་པད་  
སྐྱའི་གདན་སྟོང་དུ། །དྲིན་ཅན་སྐྱ་མའང་བདག་ཉིད་ལ། །འཁོར་ཏུ་དབྱེས་པའི་  
ཚུལ་གྱིས་ཞུགས། །ལྟ་བུ་དང་། དེ་དག་ལ་རྟེན་པ་ཁ་སྟོང་དགོས་ཆེ་རུ་ཡི་  
ཡང་གསུམ་ཐོབ་པ་ནི། རང་གི་མདུན་གྱི་ནམ་མཁའ་རུ། །རབ་མཛེས་པད་  
དཀར་སྐྱ་ཡི་གདན། །སྐྱབས་མཆོག་བཤེས་གཉེན་དམ་པ་ཡང་། །འཁོར་ཏུ་

དགེས་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཞུགས། །ལྟ་བུ་དང་། འོ་ཁྱ་ལམ་གསུམ་ལ་རྒྱུ་ལ་ཁ་  
སྒོང་མི་དགོས་ན་ཆེག་མི་ཐོབ་པ་ནི། ཆངས་པའི་སྤྲུལ་མེད་ཀྱན་གྱི་མཆོག་།  
འདབ་རྒྱས་ཟེ་ཁྱ་ལྟ་བུ་ལས་འབྱུངས་སོ། །ལྟ་མོའམ་ཡང་ན་ཆགས་བྲལ་  
ཏེ། །ཞེས་རབ་སྒྲུལ་བའི་ལྟ་མཆོག་གོ། །ལྟ་བུ་དང་། ཁ་སྒོང་དགོས་ན་དེ་  
གསུམ་གྱི་གོང་དུ་བར་ཆེག་ཐོབ་པ་ནི། རབ་དཀར་ཡིད་འོང་མཛེས་པ་འདི། །  
མཆོ་བྱུང་དབྱུངས་ཅན་ལྟ་མོའོ། །པད་དཀར་ཟེ་ཁྱ་ལྟ་བུ་ལས་འབྱུངས། །མི་  
ལམ་ཡང་ན་ལྟ་མཆོག་གོ། །ལྟ་བུའོ། །དེ་རྣམས་ཆེག་སྒྲོར་གྱི་བབས་ལ་བརྟག་  
སྟེ་སྒྲོར་ཚུལ་ཞེས་པར་བྱ་དགོས་སོ། །

### འབྱུང་ཁུངས་བཤའ་པ།

བདུན་པ་འབྱུང་ཁུངས་བཤའ་པ་ལ་གཉིས། མདོར་བསྟན་པ་དང་།  
རྒྱས་པར་བཤའ་པའོ། །དང་པོ་ནི། རས་ལས་འབྱུང་ཁུངས་དགར་སྤྱད་  
དེ། །ཞེས་པ་སྟེ། རས་དང་ལས་ཞེས་པའི་སྤྱེད་གཉིས་ནི། རྣམ་དབྱེ་ལྟ་བུ་  
འབྱུང་ཁུངས་དང་དགར་བ་དང་རས་ནི་སྤྱད་པ་བཅས་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་དེ།  
དེའི་ཚུལ་དང་མཐུན་པས་སོ། །གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤའ་པ་ལ་གཉིས།  
འབྱུང་ཁུངས་དངོས་བཤའ་པ་དང་། དེ་དགར་སྤྱད་ལ་འཇུག་པའི་ཚུལ་ལོ། །  
དང་པོ་ལ་གཉིས། ཅ་བ་དང་། འབྲེལ་པའོ། །

དང་པོ་ནི། རེས་འཇུག་ཡི་གེ་བརྒྱ་པོ་ཡི། །

བཞི་པ་དགུ་པ་ལ་བརྒྱ་པ། །

སྤྱར་བ་འབྱུང་ཁུངས་ས་ཡིན་ཏེ། །



ཞེས་པ་སྟེ། རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བཅུ་པོ་དེའི་བཞི་པ་ན་དང་། དགུ་པ་ལ་  
གཉིས་སོ་སོར་བཅུ་པ་ས་ཡིག་སྐྱར་བས། ནས་དང་། ལས་ཞེས་གྲུབ་པ་དེ་  
ནི། ཆོས་གང་ལས་གང་ཞིག་བྲལ་བའམ་འབྱུང་བ་སྟོན་པའི་དོན་དུ་མཚུངས་  
པར་འཇུག་པས་རྣམ་དབྱེ་ལྔ་པ་འབྱུང་ཁུངས་ཀྱི་ས་ཡིན་ཏེ། དེའི་རང་བཞིན་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་འགྲེལ་བ་ནི། འབྱུང་ཁུངས་དངོས་ལ་གང་སྐྱར་བས། །ཞེས་  
པ་སྟེ། དེ་ལྟར་བཤད་པའི་འབྱུང་ཁུངས་དངོས་ལ་ནས་དང་ལས་གཉིས་གང་  
སྐྱར་ཡང་བསྐྱུས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་དཔེར་བརྗོད་སྐབས་གསལ་བར་འགྱུར་  
བའི་ཕྱིར། ནས་ལས་དེ་དག་སྤང་རང་དབང་ཅན་ཡིན་པས་སྐྱོར་ཚུལ་རྗེས་  
འཇུག་གི་བྱུང་པར་ལ་མི་སྟོས་པར་མིང་མཐའི་རྗེས་འཇུག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
མཐར་ཅི་རིགས་པར་སྐྱར་ཆོག་གོ། །དེས་ན། དཀའ་གསལ་མེ་ལོང་ལས།  
གང་ཞིག་གང་ལས་འབྱུང་བ་འམ། །བྱེ་དང་ལྱུང་བའི་དོན་ལྡན་ན། །རྣམ་དབྱེ་  
ལྔ་པ་འབྱུང་ཁུངས་ཏེ། །དཔེར་ན་ཞལ་ནས་ཐོས་ལྟ་བུ། །ཞེས་པའི་དོན་ལྟར།  
ཆོས་གང་ཞིག་གང་ལས་བྱེ་བར་སྟོན་པའི་རིགས་སུ་གནས་པའི་མཉན་བྱར་  
དམིགས་པ། ལྔ་པ་འབྱུང་ཁུངས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། དེ་ལ་དབྱེ་ན་དངོས་པལ་  
གཉིས་ལས། དང་པོ་འབྱུང་ཁུངས་དངོས་ལ། ནས་སྐྱ་སྐྱར་བ་ནི། དཔེར་ན།  
བོད་ནས་ཆོས་དར། རྒྱ་གར་ནས་གྲུབ་ཐོབ། ཁ་ཉ་ཚུལ་ཤེས་ནས་གུར་ཀྱལ།  
གསེར་ཁ་ནས་གསེར། རྒྱ་མཚོ་ནས་ལོར་བུ། ལྷ་མ་ནས་བྱིན་རྒྱལས། ཁོན་  
པ་ནས་ཚུ། ལྟ་བུའོ། །ལས་སྐྱ་སྐྱར་བ་ནི། དཔེར་ན། སངས་རྒྱས་ལས་ཆོས།

དམ་ཆོས་ལས་དག་འདུན། དག་འདུན་ལས་བཤད་སྒྲུབ། མཁས་པ་ལས་  
 རིག་གནས། བ་ལས་འོ་མ། ཞིང་ལས་འབྲུ། །ཁམ་སྒོང་ལས་ཁམ་བྲུ། ལྷ་  
 བུའོ། །གཉིས་པ་འབྲུང་ཁུངས་དངོས་མ་ཡིན་ཡང་སྐབས་དེར་དེ་ལས་བྲུང་  
 བས་འབྲུང་ཁུངས་དངོས་དང་འབྲུང་བས་པལ་པ་ནི། དཔེར་ན། བྲག་ནས་ཆུ།  
 སྐལ་ནས་བབས། གནམ་ནས་ཆར། བྲང་ནས་རྒྱང་གཡོས། ཆོས་ནས་བཤད།  
 ཉ་ལས་ལྷང་། ས་ལས་ལྷང་། བྲག་ལས་མཆོངས། རྒྱབ་ལས་སློན་ལངས། རི་  
 ལས་ལྷངས། ལྷ་བུའོ། །ལས་ཀྱི་སྒྲ་རྒྱ་མཆོན་ལ་འཇུག་པ་ནི། དུ་བ་ལས་མེར་  
 ཤེས། རྒྱ་རྒྱར་ལས་རྒྱར་ཤེས། སྒྲེ་ཞིང་འཇིག་པ་ལས་དངོས་པོར་རྟོགས།  
 རོག་དང་རྩ་ལས་བ་ལང་དུ་ངས། རུ་མཆོན་ལས་ཤིང་རྩ་དཔོག་ ལྷ་བུ་སྟེ།  
 དེ་ཡང་མེར་ཤེས་པ་སོགས་རྒྱ་མཆོན་ཅན་དེ་དུ་བ་མཐོང་བ་སོགས་ཀྱི་རྒྱ་  
 མཆོན་ལས་བྲུང་བའི་ཕྱིར་འབྲུང་ཁུངས་དང་འབྲུང་བའི་རྣམ་དབྱེ་ལྟ་བུར་  
 འཇོག་གོ། །

གཉིས་པ་དེ་དགར་སྤྱད་ལ་འཇུག་པའི་ཚུལ་ལ་གཉིས། ཅ་བ་དང་། འགྲེལ་  
 པའོ། །

དང་པོ་ནི། དགར་དང་སྤྱད་པའང་དེ་བཞིན་ཡིན། །

ཞེས་པ་སྟེ། རས་དང་ལས་ཀྱི་སྒྲ་དེ་དག་འབྲུང་ཁུངས་ཁོ་ནར་མ་བད།  
 དགར་བའི་དོན་ལའང་འཇུག་ཅིང་། དེ་ལས་ནས་ཀྱི་སྒྲ་ནི་མཆོམས་འཇིན་  
 ཅིང་སྤྱད་པའི་དོན་དུའང་དེ་བཞིན་དུ་འཇུག་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་འགྲེལ་པ་ནི། རིགས་མཐུན་དགར་ནས་མི་མཐུན་ལས། །

སྤྱད་ལ་ནས་སྤྱོད་ཁོ་ན་འཇུག་ །ཅེས་པ་སྟེ། བཤད་མ་ཐག་བའི་ནས་དང་ལས་  
ཀྱི་སྤྱོད་དག་འབྱུང་ཁུངས་སུ་མ་བཟད། དགར་གཞི་ལས་ལོགས་སུ་དགར་  
བའི་རིགས་མ་ཐུན་དགར་བ་ལ་ནས་སྤྱོད་དང་། རིགས་མི་མ་ཐུན་དགར་བ་ལ་  
ལས་སྤྱོད་འཇུག་ཅིང་། སྤྱད་པ་ལ་ནི་ནས་སྤྱོད་ཁོ་ན་འཇུག་པ་ཡིན་ནི། །དགར་  
གཞི་དང་དགར་ཆོས་རིགས་མ་ཐུན་པ་ལ་ནས་སྤྱོད་འཇུག་པ་ནི། དཔེར་ན། ཟླ་  
མའི་ནང་ནས་མཁས་བཙུན་བཟང་གསུམ་འཛོམས་པ་ལེགས། གྲུ་བའི་དགྱིལ་  
ནས་ཡོན་ཏན་ཅན་རྒྱལ། ལྷ་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་བརྒྱ་བྱིན་མཆོག་ མིའི་ཁྱོད་  
ནས་རྒྱལ་པོ་མཐོ། བྱད་མེད་ཀྱི་ཁོངས་ནས་གཟབ་མཆོར་ཅན་མཛེས། བྱའི་  
ཁྱོད་ནས་ཀ་ལ་མི་རྒྱ་རྒྱུད་སྟོན། ལས་ཀྱི་ནང་ནས་དགོ་ལས་བཟང་། ལྷ་མ་བྱའི་  
ཁྱོད་ནས་བོད་སྣམ་མཆོག་ ཟུའི་ནང་ནས་གར་ལེགས། ལྷ་བྱའོ། །དགར་  
གཞི་དང་དགར་ཆོས་རིགས་མི་མ་ཐུན་པ་ལ་ལས་སྤྱོད་འཇུག་པ་ནི། དཔེར་ན།  
གྲོང་ལས་དགོན་པ་སྤྱིད། དདུལ་ལས་གསེར་དགོན། ལྷའི་རྟེན་ལས་དལ་  
འབྱོར་གྱི་ལུས་རྟེན་ལྟག་ མི་ལས་སྤྱོད་བསོད་ནམས་དམན། བྱི་བ་ལས་ནང་བ་  
ལེགས། ཀླང་འབྲུལ་ལས་རྟ་བ་མཁྱོགས། ལྟོག་པ་ལས་བསམ་པ་དགལ། དུད་  
འབྱོར་ལས་དཔྱལ་བ་སྤྱུག་ བདེ་འབྱོར་ལས་ངན་འབྱོར་མང་། ལྷ་བྱའོ། །ཡང་དེ་ལ་  
རིགས་སོགས་དགར་བ་བཞི་ལས། བྱ་ཏི་དང་སི་རུ་གཉིས་ཀས་སྤྱོད་མ་གསུམ་  
འདོད་པས། རྩས་དགར་བ་སི་རུ་མི་འདོད་ཀྱང་བྱ་ཏིས་བཞེད་དོ། །དེ་ལ་  
རིགས་དགར་བ་ནི། ལྷ་མ་ཡིན་ལས་ལྷ་བཟང་། རིགས་བཞིའི་ནང་ནས་རྒྱལ་  
རིགས་གཙོ། སྤང་ལས་མཛོ་པན། ལྷ་བྱའོ། །བྱ་བ་དགར་བ་ནི། དལ་བར་སྤྱོད་

བ་ལས་ཡི་གེ་འབྲི་བ་དགལ། བསོད་ནམས་བསགས་ནས་བདེ་འབྲས་ལ་  
 གྱུ་ད། རིག་གནས་གཞན་སྒོ་བ་བ་ལས་ནང་དོན་རིག་པ་ལ་བཙུན་པ་ལེགས།  
 ལྷ་བུའོ། །ཡོན་ཏན་དགར་བ་ནི། གསེར་དངུལ་གཉིས་ལས་གསེར་གོང་ཆེ།  
 བ་རྣམས་ཀྱི་དཀྱིལ་ནས་ནག་མོ་འོ་མ་མང་། ལྷ་བ་བྱ་ལས་དར་གོས་རིག་བྱ་  
 འངས། ལྷ་བུའོ། །རྩལ་དགར་བ་ནི། གོས་སོགས་ཀྱི་ཁྲོད་ནས་ཆོས་གོས། ཡོ་  
 བྱད་གཞན་ལས་ལྷུང་བཟེད་མཁོ། ཁ་བས་ཀྱི་དཀྱིལ་ནས་ཤ་སྐྱམ་པོ། །ལྷ་  
 བུའོ། །གོང་གསལ་དེ་རྣམས་ལས། སྒྲ་མ་དང་གྲུ་བ་སོགས་ནི་དགར་གཞི།  
 མཁས་བཙུན་བཟང་གསུམ་འཛོམ་པ་དང་ཡོན་ཏན་ཅན་སོགས་ནི་དགར་  
 བྱའམ་དགར་ཆོས། ལེགས་པ་དང་རྒྱལ་བ་སོགས་ནི། དགར་བྱེད་དམ་བྱེད་  
 བར་འབྱེད་བྱེད་དོ། །ནས་སྐྱ་སྐྱད་པ་ལ་འཇུག་པ་ནི། དཔེར་ན། གཟུགས་  
 ནས་རྣམ་མཁྱེན་བར། སྤྱི་གཙུག་ནས་རྐང་མཐེལ་བར། དེང་ནས་སང་ཉི་མ་  
 མ་ཤར་གྱི་བར། གཅིག་ནས་བརྒྱའི་བར། བོད་ནས་རྒྱ་གར་བར་ལམ་རི་  
 ལྷར་ཡོད། ལྷ་བུའོ། །འདིར་ཁོ་ན་སྒོས་པ་ནི། སྒོ་སྒོ་ལས། སྐྱད་པ་དག་དང་  
 མཆོམས་སྒྱུར་ནི། །ནས་ལ་ཅུང་བད་ལྷག་པ་ཡིན། །ཞེས་ནས་ཀྱི་སྒྲིའི་འཇུག་  
 བ་པལ་ཆེར་ལས་སྐྱ་དང་མཐུན་ཀྱང་། སྐྱད་པ་དང་མཆོམས་སྒྱུར་གཉིས་ལ་  
 ལས་མི་འཇུག་ཅིང་ནས་འཇུག་པས། ནས་ཀྱི་འཇུག་པ་ལྷག་པར་བཤད་  
 པའི་དོན་དང་མཐུན་པའི་ཆེད་དུའོ། །ནས་ཀྱི་སྐྱ་མཆོམས་སྒྱུར་ལྷག་བཅས་  
 ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། མགོ་འདུད་ནས་ཕྱག་བྱས། ཕྱག་འཆོལ་ནས་  
 ཆོས་ཉན། མཆོད་པ་སྤུལ་ནས་བས་བ། ལག་པ་བརྒྱངས་ནས་བཟུང་། མིག་

བྱེན་ས་བལྟས། ལྟ་བུའོ། །དེ་ལྟར་དགར་སྤྱད་གཉིས་ཀ་ཡང་རྣམ་དབྱེ་ལྟ་བ་  
འབྱུང་ཁུངས་ཀྱི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པ་ཡིན་ཏེ། དགར་བ་ནི། དགར་གཞི་  
ལས་དགར་ཆོས་བྱེ་བ་ལྟར་སྤང་བ་དང་། སྤྱད་པ་ནི་ཐོག་མ་གང་ནས་བརྩམས་  
པ་དེ་ལས་བསྐྱུ་བྱ་རྣམས་བྱུང་བ་ལྟར་སྤང་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །

### འབོད་པའི་སྐྱ་བཤད་པ།

བརྒྱད་པ་འབོད་པའི་སྐྱ་བཤད་པ་ལ་གཉིས། ཅ་བ་དང་། འགྲེལ་པའོ། །

དང་པོ་ནི། གང་མིང་བརྗོད་པའི་དང་པོ་རུ། །

ཀྱེ་སྐུར་བ་ནི་བོད་པ་ཡིན། །

ཞེས་པ་སྟེ། གང་ཡང་རུང་བའི་མིང་བརྗོད་པའི་ཐོག་མར་ཀྱེ་ཞེས་སྐུར་  
བ་ནི། དུལ་ཁྱད་པར་ཅན་ལ་འབོད་པ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་སྐྱ་ཡིན་ལ། རྒྱགས་  
བསྟན་ཀྱ་ཡེ་དང་ཀྱ་དང་ཕ་ཡེ་ནི་དུལ་འབྲིང་དམན་དག་ལ་བོད་པ་གསལ་  
བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་འགྲེལ་པ་ནི། ཀྱེ་དང་ཀྱ་ཡེ་བོད་སྐྱ་སྟེ། །པལ་ཆེར་མིང་གི་  
ཐོག་མར་སྐྱོར། །ཞེས་པ་སྟེ། དུལ་གང་ཡང་རུང་བའི་མིང་བརྗོད་པའི་ཐོག་  
མ་དང་མཐའ་མ་གང་རུང་དུ། ཀྱེ་དང་ཀྱ་ཡེ་དང་ཀྱའི་དང་ཕས་སོགས་འབོད་  
པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་སྐུར་བ་ནི། རིམ་བ་བཞིན་དུ་དུལ་མཆོག་བར་དམན་  
གསུམ་ལ་འབོད་པར་བྱེད་པའི་སྐྱ་སྟེ། དེ་ཡང་པལ་ཆེར་མིང་གི་ཐོག་མར་  
སྐྱོར་ཞིང་། གཞན་དུ་ན་མིང་གི་བར་དང་མཐའ་མ་ལ་ཡང་སྐུར་བར་རིགས་  
སོ། །དེས་ན། ཐོག་མཐའ་གང་རུང་དུ་བོད་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་སྐུར་བའི་



རིགས་སུ་གནས་པའི་མཉན་བྱར་དམིགས་པ། བརྒྱད་པ་འབོད་སྒྲིའི་མཆན་  
 ཉིད། དེ་ལ་ཡུལ་མཆོག་ལ་མིང་གི་ཐོག་མར་གྱེ་ཞེས་སྒྱུར་བ་ནི། དཔེར་ན།  
 གྱེ་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེ། གྱེ་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ། གྱེ་མིའི་དབང་པོ། །གྱེ་ལྷ་ཡི་ལྷ། གྱེ་  
 དགོ་ཀླ། ལྷ་བུའོ། །ཡུལ་བར་བ་ལ་མིང་གི་ཐོག་མར་ཀྱ་ཡེ་ཞེས་སྒྱུར་བ་ནི།  
 དཔེར་ན། ཀྱ་ཡེ་སློབ་ལྷན། ཀྱ་ཡེ་ཆོས་གྲོགས། ཀྱ་ཡེ་མཛའ་བོ། །ཀྱ་ཡེ་ཡིད་  
 མཐུན། ཀྱ་ཡེ་ལས་བྱེད། ལྷ་བུའོ། །ཡུལ་དམན་པ་ལ་མིང་གི་ཐོག་མར་ཁས་  
 ཞེས་སྒྱུར་བ་ནི། དཔེར་ན། ཁས་དབང་འདུས། ཁས་བཟོ་བ། ཁས་མགར་བ།  
 ཁས་ལྷམ་མཁན། ཁས་སྒྲ་གར་མཁན། ལྷ་བུའོ། །དེ་རྣམས་ཆོག་གི་བར་དུ་  
 སྒྱུར་བ་ནི། དགོ་བའི་བཤེས་གྱེ་རིག་གནས་སྟོལ། །དབྱངས་ཅན་མ་གྱེ་སྟོང་  
 ལ་ཞུགས། །མཛའ་གྲོགས་ཀྱ་ཡེ་གཏམ་བཟང་སྟེང་། །སྒྲ་གར་མཁན་ཁས་  
 སྒྲ་དབྱངས་ལེན། །ལྷ་བུའོ། །དེ་རྣམས་ཡུལ་མཆོག་བར་དམན་གསུམ་ལ་  
 མིང་ཆོག་གི་མཐར་སྒྱུར་བ་ནི། དཔེར་ན། ཆངས་སྤྲུལ་མ་གྱེ། ལྷ་དབང་གྱེ།  
 སློན་ཆེན་གྱེ། སློབ་སྤྲུལ་ཀྱས། སློབ་གྲོགས་ཀྱས། ཆེ་རིང་ཀྱས། མགར་བ་  
 ཁས། གཤམ་པ་ཁས། རིགས་ངན་ཁས། ལྷ་བུ་དང་། དངོས་བྱུང་མཆོག་སྟོལ་  
 སྒྲ་མ་གྱེ། །ཤེས་རབ་བསྐྱེད་ཅིག་འཇམ་དབྱངས་གྱེ། །ལས་རོགས་གྱིས་  
 ཤིག་སློབ་མཐུན་ཀྱས། །ར་ལུག་མ་བསད་གཤམ་པ་ཁས། །ལྷ་བུའོ། །གྱེ་ཞེས་  
 པ་སོགས་རྣམ་དབྱེ་ཡིན་ཞིང་འབོད་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲ་སྟེ། གྱེ་སྒྲ་མ་ཞེས་  
 པ་སོགས་མིང་དང་སྒྱུར་ན་རྣམ་དབྱེའོ། །

## ༡ རྗེས་འཇུག་ལ་མ་ལྟོས་པའི་སྤང་རང་དབང་ཅན་བཤད་པ།

གཉིས་པ་རྗེས་འཇུག་ལ་མ་ལྟོས་པའི་སྤང་རང་དབང་ཅན་བཤད་པ་  
ལ་དུག བྱི་སྐྱ་བཤད་པ། དང་སྐྱ་བཤད་པ། དེ་སྐྱ་བཤད་པ། སྐྱི་སྐྱ་བཤད་པ།  
བདག་སྐྱ་བཤད་པ། དགག་སྐྱ་བཤད་པའོ། །

### བྱི་སྐྱ་བཤད་པ།

དང་པོ་ལ་གཉིས། ཅ་བ་དང་། འགྲེལ་པའོ། །

དང་པོ་ནི། གང་མིང་མཐའ་དང་མ་ཐུན་པ་ཡི། །

བཞི་པ་ལ་ནི་ཨི་སྐྱར་བ། །

དགར་དང་བརྟན་པའི་ཆིག་ཏུ་འགྱུར། །

ཞེས་པ་སྟེ། གང་ཡང་རུང་བའི་མིང་ཆིག་གི་མཐའ་དང་མ་ཐུན་པར་

སྐྱར་དུ་རུང་བའི་སྤང་རྗེས་འཇུག་བཞི་པ་ན་ཡིག་ལ་དབྱངས་ཨི་སྐྱར་བས།

ནི་ཞེས་གྲུབ་པ་དེ་ནི། དགར་བ་དང་ནན་ཏན་དུ་བརྟན་པའི་སྐྱའམ་ཆིག་ཏུ་

འགྱུར་རོ། །ཞེས་པའོ། །གཉིས་པ་འགྲེལ་པ་ནི། བྱི་ནི་དགར་དང་བརྟན་པའི་

སྐྱ། ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་ནི་ཞེས་པའི་སྐྱ་དེ་ནི་དགར་གཞི་ལས་ཐ་དད་དུ་

དམིགས་བསལ་ནས་དགར་བའི་དོན་དང་། དོན་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་ངེས་

བརྩུང་ངམ་ནན་ཏན་དུ་བརྟན་པའི་དོན་ལ་འཇུག་པའི་སྐྱ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཚུལ་

དང་མ་ཐུན་པས་སོ། །དགར་བ་ལ་ལྷ་ལས། དང་པོ་མཆོག་ཏུ་དགར་བ་ནི།

དཔེར་ན། སྐྱ་མ་ནི་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལས་ཕུལ་དུ་བྱུང་བའོ། །དགོ་སྟོང་

ནི་མིའི་ཁྲིངས་ནས་ཆངས་པར་སྐྱོད་པའོ། །སྒོན་པོ་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་འདི་  
 ནི་མཆོག་གོ། རྒྱ་གར་ནི་ཡུལ་གཞན་ལས་ལེགས་པའོ། །བྲུབ་འདུག་ནི་ལྷ་  
 རྣམས་ལས་བརྒྱལ་པོད་པའོ། །ལྷ་བྱའོ། །གཉིས་པ་དམན་པར་དགར་བ་ནི།  
 དཔེར་ན། ཟངས་རག་སོགས་ཀྱི་ཁྲིངས་ལྷགས་ནི་ཐ་མའོ། །བྲུ་རྣམས་ཀྱི་  
 རང་ནས་སྐྱབ་ཤུགས་ནི་དྲི་ངན་པ་ཅན་རོ། །ཆུ་རྣམས་ལས་བཙོག་ཆུ་ནི་དྲི་ང་  
 བའོ། །བྲེག་མཁན་ནི་མིའི་ཁྲིངས་ནས་རིགས་ངན་པའོ། །རིགས་རྣམས་  
 ལས་ནི་གདོལ་པའི་རིགས་ཐ་ཆད་དོ། །ལྷ་བྱའོ། །གསུམ་པ་ཐ་དད་ཅམ་དུ་  
 དགར་བ་ནི། དཔེར་ན། སངས་རྒྱས་ནི་ཆོས་དང་དགེ་འདུན་མ་ཡིན་རོ། །  
 བུམ་པ་ནི་ཀ་བ་དང་མི་གཅིག་གོ། །ལྡན་མིན་འདུ་བྱེད་ནི་བེམ་ཤེས་གཉིས་ཀ་  
 ལས་གཞན་རོ། །བ་ལང་དང་རྟ་ནི་མི་འདྲའོ། །མཐིང་ག་ནི་སྒོ་བསངས་ལས་  
 གཞན་རོ། །ལྷ་བྱའོ། །བཞི་པ་དགར་གཞི་དངོས་སུ་སྒྲོས་པ་ནི། དཔེར་ན།  
 གནས་བརྟན་རྣམས་ལ་ཆོས་འཆད་མཉམ་བཞག་བྱས་པ་ནི་བཟང་  
 པོའོ། །ཆོས་སྒྲོང་རྣམས་ལས་དེུ་ལ་བཞོན་པ་ནི་ལྷ་མོའོ། །བུམ་པའི་ཁྲིང་  
 རས་དདུལ་གྱི་སྟོ་ལྡོར་བ་ནི་དདུལ་བུམ་མོ། །ལྷ་ཡི་རང་ནས་མིག་སྒྲོང་དང་  
 ལྡན་པ་ནི་བརྒྱ་བྱེན་རོ། །སྐྱུ་རྣམས་ལས་མགོར་ལྡང་བ་སྐྱེས་པ་ནི་ཨེ་ལའི་  
 འདབ་སྐྱའོ། །ལྷ་རྣམས་ལས་གདོང་བཞི་དང་ལྡན་པ་ནི་ཆངས་པའོ། །ལྷ་བྱའོ། །  
 ལྷ་པ་དགར་གཞི་དངོས་སུ་མ་སྒྲོས་པ་ནི། དཔེར་ན། སྐྱ་མདོག་གསེར་བཙོ་  
 མའི་མདངས་དང་ལྡན་པ་ནི་བཙོ་མ་ལྡན་འདས་སོ། །བྲུག་སྒྲོང་སྐྱན་སྒྲོང་ཅན་  
 ནི་སྐྱན་རས་གཟིགས་སོ། །པཎ་ཞུ་སྒྲེ་རིང་སེར་པོ་ཅན་ནི་རྩེ་ཅོང་ཁ་པའོ། །

དཀར་པོ་བང་རིམ་ཡོད་པ་ནི་མཆོད་ཉེན་ནོ། །མཆོད་སྦྱིན་བརྒྱའི་བདག་ཉིད་  
ནི་བརྒྱ་བྱིན་ནོ། །ལྷ་བུའོ། །དེས་བཟུང་ངམ་བརྟན་པ་ལ་འཇུག་པ་ནི། དཔེར་  
ན། ར་ནི་བྱུང་། མར་ནི་ཡོད། ཅམ་པ་ནི་ཁུར། བག་སྤེན་ནི་བྱུང་། ཡོ་བྱད་ནི་  
ཆང་ངོ། །ཞེས་དང་། ཡང་སྒྲ་མ་ནི་མངལ། བཀའ་ཆོས་ནི་གསན། ཆེ་མདུད་  
ནི་བྱུང་། སྟོན་ལམ་ནི་བཏབ། ཡོན་ནི་སྤུལ། ཞེས་དང་། ཡང་། བཅོམ་ལྷན་  
འདས་ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་བྱགས་སྤྱུ་ཆུད། ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ནི་རབ་ཏུ་བསྐྱོར།  
སྟོབ་མའི་ཆོགས་དུལ་བ་མཐའ་ཡས་པ་ནི་མངལ། ལྷ་བུའོ། །དེ་ཡང་སྤྱོགས་  
སྤྱུ་འགོ་བ་ན་ར་དང་མར་སོགས་ཆང་མ་ཆང་ལྷ་བའི་ཆེ་དེ་དག་རེ་རེ་ནས་  
དེས་བཟུང་བྱེད་པ་སོགས་ཡིན་ནོ། །ཆོག་གི་ཁ་སྐྱོང་དུ་འཇུག་པ་ནི། དཔེར་  
ན། འགལ་འབྲས་ལ་ཡང་ཡུལ་དང་ནི། ཞེས་དང་། སྟོམ་པ་ཐམས་ཅད་ལྷན་  
པར་ནི། ཞེས་དང་། མཁས་པ་རྣམས་ལ་ཏྲག་ཏུ་ནི། ལེགས་བཤད་ལེན་པ་  
བཅོམ་པར་བྱ། ཞེས་པ་ལྷ་བུ་སྟེ། དེ་དག་ཀྱང་བརྟན་པའི་སྦྱ་ཉིད་ལས་མ་  
འདས་སོ། །

## དང་སྐྱབ་བཤད་པ།

གཉིས་པ་དང་སྐྱབ་བཤད་པ་ལ་གཉིས། ཅ་བ་དང་། འབྲེལ་བའོ། །

དང་པོ་ནི། མིང་གང་རུང་བའི་བར་མཆོམས་སྤྱ། །

གསུམ་པ་ལ་ནི་གཉིས་པ་སྦྱར། །

དེ་ནི་སྤྱད་དང་འབྲེད་པ་དང་། །

རྒྱ་མཆོན་ཆེ་སྐབས་གདམས་ངག་ལྟའོ། །

ཞེས་པ་སྟེ། མིང་ཆིག་གང་ཡང་རུང་བའི་བར་མཆམས་རྣམས་སུ་  
རྗེས་འཇུག་གསུམ་པ་ད་ཡིག་ལ་གཉིས་པ་ད་ཡིག་སྟུང་བས། དང་ཞེས་བྲུབ་  
པ་དེ་ནི། སྟུང་པ་དང་འབྲེད་པ་དང་རྒྱ་མཚན་དང་ཆེ་སྐབས་དང་གདམས་  
ངག་སྟེ་དོན་ལྡན་ལ་འཇུག་པའོ། །ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་འབྲེལ་པ་ནི། དང་ནི་སྟུང་འབྲེད་རྒྱ་མཚན་དང་། ཆེ་སྐབས་  
གདམས་ངག་ལྡན་ལ་འཇུག་ ཅེས་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་བཤད་པའི་དང་ཞེས་པའི་སྐྱ་  
དེ་ནི་ཆིག་སྟེ་སྟེ་སྟེ་གསུམ་གཅིག་ཏུ་སྟུང་པ་དང་། སོ་སོར་འབྲེད་པ་དང་། རྒྱ་  
མཚན་ཉིད་ཀྱི་དོན་དང་། དུས་བརྗོད་པ་ཆེ་སྐབས་ཀྱི་དོན་དང་། གཞན་ལ་  
བསྐྱབ་བྱ་གདམས་ངག་བརྗོད་པ་སྟེ། དོན་ཆེན་ལྡན་ལ་འཇུག་པ་ཡིན་ནོ། །དང་  
པོ་ཆིག་སྟེ་སྟེ་སྟེ་གསུམ་གཅིག་ཏུ་སྟུང་པ་ནི། དཔེར་ན། ཆོགས་ལམ་དང་།  
སྟོར་ལམ་དང་། མཐོང་ལམ་དང་། སྒོམ་ལམ་དང་། མི་སྒྲོབ་ལམ་རྣམས་ནི་  
ལམ་མོ། ཞེས་དང་། གཟུགས་དང་། སྐྱ་དང་། སྤེ་དང་། རོ་དང་། རེག་བྱ་  
རྣམས་ནི་འདོད་ཡོན་ནོ། ཞེས་དང་། མེ་ལོང་དང་། རྩི་མི་དང་། ཞོ་དང་། དུར་  
བ་དང་། བེལ་བ་དང་། དུང་དཀར་གཡས་འབྲེལ་དང་། ལི་ཁྲི་དང་། ཡུངས་  
ཀར་རྣམས་ནི་བཟ་ཞེས་པའི་རྗེས་སོ། །ལྷ་བུའོ། །བྲ་ཉིས་སྟེ་སྟེ་སྟུང་པར་  
ཡང་བཤད་པ་ནི། དཔེར་ན། བུམ་པ་མི་ཉག་སྟེ། ཀ་བ་དང་སྐམ་བུ་ཡང་  
ངོ། །བ་ལང་ནི་དུད་འགོ་སྟེ། ཉ་དང་བོང་བུ་ཡང་ངོ། །གཟིག་ནི་གཅན་གཟན་  
ཏེ། སེར་དང་སྟག་ཀྱང་ངོ། །ལྷ་བུ་དོན་སྟེ་མར་སྟུང་བའི་ཆོས་སྟེ་མར་ཡང་  
སྟོར་བ་སྟུང་པ་དང་། བུམ་པ་དང་ཀ་བ་དང་སྐམ་བུ་ཡང་བདག་མེད་དོ། །



ནས་དང་གྲོ་དང་སོ་བ་ཡང་འབྱ་སྒྲོ། །སངས་རྒྱས་དང་ཆོས་དང་དག་འདུན་  
ཡང་དགོན་མཆོག་གོ། །ལྟ་བུ་བྱི་མའི་ཆོས་སྤྲུལ་སྤྱོད་བ་སྤྱད་བ་ཡིན་ནོ། །  
གཉིས་བ་གཞི་གཅིག་སོ་སོར་འབྱེད་བ་ནི། དཔེར་ན། དབང་པོ་ནི། མིག་  
དང་། རྩ་བ་དང་། སྤྱ་དང་། ལྷུང་དང་། ལུས་རྣམས་སོ། །ཞེས་དང་། ཆོས་ནི།  
དག་བ་དང་། མི་དག་བ་དང་། ལུང་མ་བསྟན་པའོ། །ཞེས་དང་། བར་བྱིན་ནི།  
སྤྱིན་བ་དང་། ཚུལ་ཁྲིམས་དང་། བཟོད་བ་དང་། བཙོན་འབྱུས་དང་། བསམ་  
གཏན་དང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་པར་བྱིན་རྣམས་སོ། །ལྟ་བུའོ། །གསུམ་བ་རྒྱ་  
མཚན་ནི། དཔེར་ན། ལེགས་བར་བསྐྱབས་བ་དང་མཁས་བར་འགྱུར་རོ། །  
ནད་འཆེ་མེད་བ་དང་སྤྱིད་པོ་འབྱུང་རོ། །སྤྱན་ཐོས་བ་དང་ནད་སོས་སོ། །  
ཆོས་མང་དུ་ཐོས་བ་དང་ལྷག་མཐོང་འཕེལ་ལོ། །དུ་བ་མཐོང་བ་དང་མེར་  
ཤེས་སོ། །ཞེས་མཁས་བར་འགྱུར་བ་སོགས་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་ལེགས་བར་  
བསྐྱབས་བ་སོགས་འགོད་བ་ལྟ་བུའོ། །བཞི་བ་ཆེ་སྐྱབས་ལ་འཇུག་བ་ནི།  
དཔེར་ན། རྣམ་ལངས་བ་དང་ཆོས་བྱེད། ཉི་མ་ཤར་བ་དང་ཆོས་སྟོན་བྱངས།  
ཟླ་བ་རུབ་བ་དང་དོན་གྲུབ། སྐར་མ་ས་ག་འཆར་བ་དང་བསྐྱོར་བ་གྱིས། ལོ་  
གསར་ཆེས་བ་དང་དག་འསྤྱིད་བྱས། ལྟ་བུའོ། །པ་ཉིའི་སུམ་ཁིག་ཏུ། རྒྱ་  
མཚན་དང་ཆེ་སྐྱབས་ལ་འཇུག་བ་གཉིས་མི་འགལ་བར་མཐོང་སྟེ། ཆོག་  
གསལ་ལས། འདིར་སྐྱེ་བ་བཀག་བ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཆོས་སུ་འདོད་བ་  
དེའི་ཆོ། ཞེས་བ་འདིའི་དོན་འཆད་བ་ན། ལམ་རིམ་ཆེན་མོར། དོན་དམ་བར་  
སྐྱེ་བ་བཀག་བ་དེ། ཆོས་ཅན་དེ་དག་ལ་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་སུ་བསྟན་བ་དེའི་

ཆེ་སྟེ། དེའི་སྤྱིར་ཞེས་གསུངས་པས། ཆེའི་ཆོག་སྤྲད་རྒྱ་མཚན་ལ་འཇུག་  
 ཅིང་དུས་དང་ལྷན་པ་ཡང་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །འདིས་མཆོན་ནས་ཆེ་དང་དོན་  
 གཅིག་པ། 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་  
 གསུངས་སོ། །དེ་མཚུངས་བསྟན་དར་ལྷ་རམས་པའི་ཡིག་བཤའ་ལས་ཀྱང་།  
 གང་གི་ཆེ་ན་ཞེས་པ་རྒྱ་མཚན་ལ་ཡང་འཇུག་སྟེ། ཅ་ཤེས་ལས། གང་ཆེ་  
 འགྲོ་བ་མེད་པ་ཡི། ཞེས་པ་འགྲེལ་སྐུ་བས། ཅ་ཤེས་ཤིག་ཆེན་ལས། གང་གི་  
 ཆེ་སྟེ་གང་གི་སྤྱིར་ན་ཞེས་བཀའ་འཇུག་པ་དང་། ཞེས་བཤའ་དོ། །ལྷ་པ་  
 གདམས་ངག་ལ་འཇུག་པ་ནི། དཔེར་ན། སུམ་རྟགས་ཁྲིད་དང་། ལེགས་པར་  
 སློབས་དང་། ཁ་དོན་གྲིས་དང་། ཡིད་ལ་བྱངས་དང་། དོན་སློམས་དང་ལྟ་བུ་  
 སྟེ། བྱ་བ་བཟང་པོ་དེ་དང་དེ་ལ་བསྐྱེད་ཞིང་གྲིས་ཤིག་པའི་བརྒྱ་བརྒྱུད་པའོ། །

## དེ་སྐྱབས་བཤའ་པ།

གསུམ་པ་དེ་སྐྱབས་བཤའ་པ་ལ་གཉིས། ཅ་བ་དང་། འགྲེལ་པའོ། །  
 དང་པོ་ནི། 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་ཀྱི་དབང་དུ་གཉིས་ཡིན་ནོ། །

ཞེས་པ་སྟེ། གང་ཡང་རུང་བའི་མིང་གི་ཡ་མཐའ་སྟེ་ཐོག་མར་རྗེས་  
འཇུག་གསུམ་པ་ད་ཡིག་ལ་དབྱངས་ཨེ་སྟེ་འགྲེང་བུ་སྐྱར་བས། དེ་ཞེས་བྱུང་  
པ་དེ་ནི་སྤར་མེད་ལ་གསར་དུ་ནན་གྱིས་བཏགས་པའི་ཐ་སྙད་ཙམ་གྱི་དབང་  
དུ་བྱས་ན་ཐ་སྙད་འདས་མ་ཐག་པ་དང་། རྣམ་གྲངས་གཞན་ཙན་དང་། ལྷག་  
བཅས་ཏེ་གསུམ་དང་། ཆོས་སྤྱིའི་དངོས་པོའི་དོན་གཙུག་ཆེ་བའི་དབང་དུ་  
བྱས་ན། བདེན་པ་དང་གསང་བ་དང་བདག་དང་གཞན་གྱི་དངོས་པོ་སྟེ་བཞི་  
ལ་དུས་གསུམ་གར་འཇུག་པར་འགྱུར་ཞིང་། དུས་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་འདས་  
པ་དང་མ་འོངས་པ་གཉིས་ལ་འཇུག་པ་ཡིན་ནོ། །མིང་གི་ཡ་མཐའ་གསུངས་  
པ་ནི་གཙུག་ཆེ་བའི་དབང་དུ་བྱས་གྱི་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ངེས་པ་མ་ཡིན་པར་  
ཞེས་དགོས་སོ། །ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་འགྲེལ་པ་ནི། མིང་གི་ཐོག་མའི་དེ་སྐྱེ་ནི། ཐ་སྙད་འདས་མ་  
ཐག་པ་དང་། རྣམ་གྲངས་གཞན་ཙན་གཉིས་ལ་འཇུག་ །

ཅེས་པ་སྟེ། འདིར་མིང་གི་ཐོག་མའི་དེ་སྐྱེ་ལྷག་བཅས་ལ་འཇུག་ཚུལ་  
སྤར་བསྟན་བྱེད་ལ། དེ་མ་གཏོགས་པའི་དངོས་པོའི་དབང་དུ་བྱས་པ་བཞི་  
དང་། དུས་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་གཉིས་ཏེ། ལྷག་པོ་དེ་ཀུན་རྣམ་གྲངས་གཞན་  
ཡོད་པར་སྐྱོར་བའི་དོན་ཙན་དུ་འདུས་ནས། དེ་ཞེས་པའི་སྐྱེ་ནི་ཐ་སྙད་འདས་  
མ་ཐག་པ་དང་། རྣམ་གྲངས་གཞན་ཙན་གཉིས་ལ་འཇུག་པར་བཤད་དོ། །  
བརྗོད་བྱ་སྤྱིའི་དོན་ལ་མ་དབྱེད་པར་བརྗོད་ཚུལ་དེ་ཉིད་ལ་ཐད་ཀར་བཏགས་  
པའི་དུས་འདས་མ་ཐག་པ་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། ལྷ་མ་མཁས་

པའོ། །དེ་བཙུན་པའོ། །དེ་བཟང་པའོ། །ཀ་བ་རིང་པའོ། །དེ་སྤོ། །དེ་ལ་བྱར་  
 ཡོད་དོ། །གྲོང་པ་སྤྱག་པའོ། །དེ་ལ་ཉོར་ཡོད་དོ། །དེ་ལ་འབྱུ་ཡོད་དོ། །རྟ་རྩམ་  
 ཅན་ནོ། །དེ་ལ་བང་ཡོད་དོ། །དེ་ལ་འགྲོས་ཡོད་དོ། །ལྷ་བྱའོ། །གཞི་དེ་དངོས་  
 སུ་མི་གསལ་ཡང་དེ་སྤྱི་ལྷ་ལ་དུ་དོན་གྱི་རྣམ་གངས་གཞན་ཞིག་སྤྱོར་རྒྱ་  
 ཡོད་པར་སྟོན་པའི་དོན་ཅན་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། དེ་རིག་པ་ནོ། དེ་  
 རྩོས་པ་མང་། དེ་བསམ་པ་ཅན་ནོ། །དེ་བསོད་ནམས་ཆེ། དེ་སྟོབས་དང་ལྡན།  
 དེ་དབང་ཐང་ཆེའོ། །དེ་ལྷས་ཞིག་དེ་ལ་ཡི་གེ་གིས། དེ་མདོག་དཀར་པོ། །དེ་  
 སོད་ཅིག་དེ་གཟུགས་ཆེ། དེ་རྒྱགས་པའོ། །ཞེས་དེ་སྤྱི་ལྷ་ལ་དུ་རིག་པ་ནོ་  
 བའི་སྤྱོས་བྱ་སོགས་གོ་རྒྱ་ཡོད་པ་ལྷ་བྱའོ། །བརྗོད་བྱ་ལྷག་མ་འདྲན་པའི་  
 ལྷག་བཅས་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། སྤྱི་ལྷ་ལ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་  
 དེ། སྤྱོད་པ་ཕྱིན་དུག་ལ་སྤོབ། ཅེས་པ་ལྷ་བྱ་སྤྱོད་པ་དུ་བཞད་ཟེན་ཅིང་།  
 ལྷག་བཅས་ཀྱི་དེ་སྤྱི་རིང་ཉིད་ཀྱི་ལྷ་ལ་དུ་དོན་གཞན་མི་མཆོན་ནོ། །དེ་དག་  
 བའི་སྤྱོས་ལས། འདས་དང་རྣམ་གངས་གཞན་ཅན་དང་། །ལྷག་མ་དག་དང་  
 བཅས་པའོ། །ཞེས་པའི་དོན་ཡང་ཡིན་ནོ། །རྩ་བར། དངོས་པོའི་དབང་དུ་བཞི་  
 རུ་འགྱུར། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ་བཞི་ལས། དང་པོ་བདེན་པའི་དངོས་པོ་སྟོན་པ་ལ་  
 འཇུག་པ་ནི། དཔེར་ན། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དོ། །དེ་དེ་བཞིན་ནོ། །དེ་རང་ཡིན་ནོ། །དེ་  
 ཁོ་ནར་འདུག་གོ། །དེ་དེ་བཞིན་དུ་གནས་སོ། །དེ་བཞིན་ཉིད་དོ། །དེ་ལྷ་  
 ལགས་སོ། །ལྷ་བྱ་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་ཀུན་རྫོབ་པ་དང་དོན་དམ་པའི་ངོ་བོ་  
 ཉིད་དང་པོར་གོ་བར་བྱེད་ཅིང་ཡིད་ཆེས་པར་བྱེད་པའོ། །གཉིས་པ་གསང་

བའི་དངོས་པོ་སྟོན་པ་ལ་འཇུག་པ་ནི། དཔེར་ན། དེ་མ་སྟོན་ཅིག དེ་མ་ཟེར་  
ཅིག དེ་བཤད་པར་མི་བྱ། ཁྱོད་ཀྱི་དེ་ལེགས་པར་གྲུབ་བཅ། དེ་བསྐྱབ་པར་  
མི་བྱ། དེ་མི་མངོན་པར་བྱོས་ཤིག དེ་ལོགས་སུ་སྟོས། ལྟ་བུ་གཞན་གྱིས་  
ཤེས་གྱིས་དོགས་ནས་དོན་དངོས་སུ་མི་སྤྲོ་བར་བྱར་གྱིས་གོ་བར་བྱེད་  
པའོ། །གསུམ་པ་བདག་གི་བའི་དངོས་པོ་སྟོན་པ་ལ་འཇུག་པ་ནི། དཔེར་ན།  
བདག་གི་ལྟ་དེ། ཁོ་བོའི་ཞོར་དེ། ངའི་གོས་དེ། རང་གི་དངུལ་དེ། བདག་གི་  
སྤང་བ་དེ་རྒྱས་ཤིག དེ་ངའི་རྒྱན་ཆའོ། ཁོ་བོའི་སྤྲེགས་བཅ་དེ་སྤྲེགས་ཤིག  
ཅས་པ་ལྟ་བུ་དངོས་པོ་དེ་བདག་ཉིད་དང་འབྲེལ་བར་གོ་བའོ། །བཞི་པ་པ་  
རོལ་པོ་གཞན་གྱི་དངོས་པོ་སྟོན་པ་ལ་འཇུག་པ་ནི། དཔེར་ན། ཁྱོད་ཀྱི་དེ།  
དེས་བསྟན་པ་དེ་ནི། གཞན་གྱི་ཞོར་བུ་དེ། ཁྱོད་ཀྱི་བུམ་པ་དེ། ཀ་བ་དེ་བྲང་  
པོ། གོས་དེ་གྱོན། ཀ་བ་དེ་འདེགས་རྒྱས་སཅ། ཞེས་དེ་སྤྱིའི་ཤུལ་གྱི་དངོས་  
པོ་དེ་པ་རོལ་པོ་གཞན་གྱིས་ཡིན་པར་གོ་བ་ལྟ་བུའོ། །དེ་དག་ནི་སྤྲོ་སྤྲོ་ལས།  
བདེན་པ་དག་དང་གསང་བ་དང་། །བདག་གི་བ་དང་པ་རོལ་པོ། །དངོས་པོ་  
དག་ལ་འཇུག་པ་བཞི། །ཞེས་པའི་དོན་ཡང་ཡིན་ནོ། །རྩ་བར། དུས་ཀྱི་དབང་  
དུ་གཉིས་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་འདས་པའི་དུས་བརྗོད་  
པ་དང་འབྲེལ་བ་ལ་འཇུག་པ་ནི། དཔེར་ན། ཁ་སང་གི་དུས་དེ་ལ། ཞིང་འདིར་  
སྟོན་པ་བྱོན་སྐབས་དེར། བག་ལོ་དེར་བོད་བཙམ། སྟོན་དེ་བཞིན་གཤེགས་  
པ་འཁོར་བ་འཇིག་འཇིག་ཉིད་དུ་བྱོན་པ་དེའི་ཆོ། ན་ནིང་གི་ལོ་དེ་ལ། ཁ་སང་  
གི་ཉི་མ་ཤར་བ་དེའི་ཆོ། སྐད་ཅིག་མ་སྤྲོ་མ་དེར། ལྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་མ་



འོངས་པའི་དུས་བཟོད་པ་དང་འབྲེལ་བ་ལ་འཇུག་པ་ནི། དཔེར་ན། སང་གི་  
 དུས་དེ་ཙམ་ནི་འདི་བྱེད། ཆེ་ལོ་བརྒྱད་ཁྲིར་གྱུར་པ་དེའི་སྐབས་རྒྱལ་བ་བྱམས་  
 པ་འབྱུང་། རྣམ་འབྲེན་ལྷ་པའི་བསྟན་པ་དེ་དང་མཇུག་བར་སློན། དེའི་དུས་ན་  
 འཁོར་ལོ་སྐྱུར་བའི་རྒྱལ་པོ་དུང་ཞེས་བྱ་བ་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ། །སང་ཉི་  
 མ་ཤར་བའི་དུས་དེར་འགྲོ་ལོ། །སྤྱི་ལོ་དེར་མཉོ་བསམ་བཏང་། སྟོན་དུས་དེ་  
 ལ་འབྲས་བུ་འབྱུང་། །ལྟ་བུའོ། །དེ་དག་ནི་སྤྲོ་སྤྲོ་ལས། འདས་པ་དང་ནི་མ་  
 འོངས་པའི། །དུས་གཉིས་ལ་ནི་འཇུག་པ་ཡིན། །ཞེས་པའི་ཡང་དོན་ནོ། །དེ་  
 སྤྲོ་མི་འཇུག་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་བདག་ཉིད་ཀྱི་དངོས་པོ་ལ་དེ་སྤྲོ་འཇུག་  
 པ་མ་ཡིན་ཏེ། རང་གིས་རང་ལ་དེ་ཞེས་མི་བཟོད་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་ད་ལྟར་  
 བའི་དུས་ལ་ནི་ནམ་ཡང་མི་འཇུག་སྟེ། ད་ལྟའི་བསྐྱལ་པ་འདིར། ད་ལྟའི་ལོ་  
 འདིར། དེ་རིང་གི་དུས་འདིར་ཞེས་སོགས་སྒྱུར་དགོས་པ་ལས། ད་ལྟའི་  
 བསྐྱལ་པ་དེར་སོགས་མི་སྒྱུར་བའི་བྱིར། སྤྲོ་སྤྲོ་ལས། མི་འཇུག་པ་ནི་གཉིས་  
 ཡིན་ཏེ། །བདག་ཉིད་ད་ལྟ་ཉིད་ལ་སྤང་། །ཞེས་གསུངས་སོ། །ད་ལྟ་བའི་དུས་  
 ལ་མི་འཇུག་གྱུང་སྤྱིའི་དངོས་པོའི་དོན་གཙོ་བའི་སློན་ནས་བྱིས་པས་དུས་  
 གསུམ་གའི་དངོས་པོ་ལ་འཇུག་སྟེ། འདས་པ་ལ་དམིགས་ནས་བཟོད་པ།  
 སྟོན་གྱི་ཆེ་འཕགས་པའི་ཡུལ་དེ་ན། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་དང་། ད་ལྟ་བ་ལ། རོ་བ་དེ་  
 བྱོད་ཀྱིས་འདེགས་ཀྱས་སམ། ལྟ་བུ་དང་། མ་འོངས་པ་ལ། འཆང་རྒྱ་བར་  
 འགྱུར་བ་དེ། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཆོག་གོགས་ཀྱི་དོན་ལས་རིག་པར་བྱ་སྟེ། སྤྲོ་སྤྲོ་  
 ལས། དངོས་པོའི་དུས་ནི་མི་འདོར་ཏེ། །ཀུན་ལ་རབ་ཏུ་སྐྱུར་བར་བྱ། །ཞེས་

གསུངས་བས་སོ། །

## སྦྱི་སྐྱ་བཤད་པ།

བཞི་བ་སྦྱི་སྐྱ་བཤད་པ་ལ་གཉིས། ཅ་བ་དང་། འགྲེལ་བའོ། །

དང་པོ་ནི། གང་མིང་བརྗོད་པའི་དང་པོ་རུ། །

དང་པོ་ལ་ནི་གཉིས་པ་སྦྱར། །

སྦྱི་ལ་བྲལ་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །

ཞེས་བ་སྟེ། གང་ཡང་རུང་བའི་མིང་བརྗོད་པའི་དང་པོར་རྗེས་འཇུག་  
དང་པོ་ག་ལ་གཉིས་པ་ད་སྦྱར་བས། གང་ཞེས་བྲལ་བ་དེ་ནི་གཙུག་པོར་དོན་  
གྱི་བྱེ་བྲག་དམིགས་སུ་མི་འཛིན་པར་སྦྱི་ལ་བྲལ་བའི་དོན་ཅན་གྱི་སྦྱི་ཉིད་དུ་  
འགྱུར་པོ། །ཞེས་བའོ། །

གཉིས་པ་འགྲེལ་བ་ནི། ཅི་ངེས་སུ་གང་སྦྱི་སྐྱ་སྟེ། ཞིག་སྟེ་སྤང་འདྲ་བྱིར་  
ལ་ཅི། སྟེད་སྟིད་ལྟར་བཞེན་སྤང་ལ་ངེ། སྦྱི་ནི་གང་བྲག་གང་ཀུན་ལ་འོ། །

ཞེས་བ་སྟེ། ཅི་དང་ངེས་དང་སྦྱི་སྐྱ་རྣམས་ཀྱང་ཅ་བར་བཤད་པའི་གང་  
སྤང་འཇུག་པ་པལ་ཆེར་མ་ཐུན་པས་སྦྱི་སྐྱ་ཞེས་བྲ་སྟེ། དོན་བྲུད་པར་བ་རེ་  
རེ་ཅ་མ་དམིགས་སུ་མ་བཟུང་བར་མཐའ་དག་ལ་བྲལ་བར་སྦྱིར་བརྗོད་པས་  
སོ། །སྦྱིར་ཚུལ་ནི། ཞིག་དང་སྟེ་དང་སྤང་དང་འདྲ་དང་བྱིར་ཞེས་པའི་སྦྱི་རྣམས་  
གྱི་ཐོག་མ་ལ་ཅི་སྦྱི་སྦྱིར་ཏེ། ཅི་ཞིག་ཅི་སྟེ། ཅི་སྤང། ཅི་འདྲ། ཅིའི་བྱིར་ཞེས་  
པ་དང་། སྟེད་དང་སྟིད་དང་ལྟར་དང་བཞེན་དང་སྤང་ཅེས་པའི་སྦྱི་རྣམས་གྱི་  
ཐོག་མ་ལ་ངེས་སྦྱི་སྦྱིར་ཏེ། ངེ་སྟེད། ངེ་སྟིད། ངེ་ལྟར། ངེ་བཞེན། ངེ་སྤང་ཅེས་

པ་ལྷ་བུ་འོ། །སྤྱུ་ཞེས་པ་ནི་སེམས་ལྷན་གྱི་སྤྱུ་ལྷ་གང་ཟག་ཁོ་ནར་འཇུག་སྟེ།  
 གང་ཟག་ཞིག་ཡིན་ན་སྤྱུ་ལྷ་ཟེར། སྤྱུ་ལྷ་ཡོད་སོགས་བརྗོད་རིགས་ཀྱི། སེམས་  
 མེད་ཀྱི་དངོས་པོ་གཞན་རྣམས་ལ་བརྗོད་མི་རིགས་སོ། །གང་ཞེས་པ་ནི་  
 སེམས་ལྷན་དང་སེམས་མེད་ཀྱི་ཆོས་ཀྱན་ལ་འཇུག་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་ཅི་  
 ཞིག་སོགས་ནི་དཔེར་ན། དོན་ཅི་ཞིག་བྱེད། གཏམ་ཅི་སྟེ་སྤྱུ་ལྷ་ལས་ཅི་སྤྱད་  
 བྱེད། ཡུལ་ཅི་འདྲ་འདུག་ སྤྱད་ཅི་འདྲི་བྱེད་འཁོད། ཤེས་བྱ་རི་སྟོད་ཅིག་  
 མཆིས། ཡུན་རི་སྟོད་བར་འགོར། ལྷ་མོ་རི་ལྷ་ར་མཐོང་། གནས་ཚུལ་རི་  
 ཞིག་གང་ལ། སྤྱད་བྱེད་ས་རི་སྤྱད་ལེན། ལྷ་བུ་དང་། ཆོགས་སྤྱུ་བཅད་ན།  
 མཁས་མཆོག་བྱ་མི་ཅི་ཞིག་བཞེད། །སྤྱུ་ལྷ་གསུང་ཅ་བ་ཅི་སྟེ་མཛད། །གངས་  
 སྤྱོད་ས་འགྲོ་ལ་ཅི་སྤྱད་དུ། །པན་སེམས་བཟང་པོ་ཅི་འདྲ་བས། །ལེགས་པའི་  
 དཔལ་ཡོན་ཅི་བྱེད་སྤྱེན། །རི་སྟོད་བཀའ་བློན་ཆེར་མཛད་པ། །རི་སྟོད་ཀྱན་  
 མཁེན་མ་ཐོབ་བར། །རི་ལྷ་ར་གཞལ་བར་རུས་མིན་པ། །རི་བཞིན་མིན་གྱང་  
 ཆས་ཅམ་ཞིག་རི་སྤྱད་སྤྱུ་ལྷ་གསུང་དགོངས་འགྲེལ་གྱིས། །རིག་གནས་འདི་  
 འདྲ་སྤྱུ་འདོད་པ། །གང་དག་དེ་ནི་མཁས་པའི་དཔལ། ལྷ་བུ་འོ། །སྤྱུ་ཞེས་པ་ནི།  
 དཔེར་ན། ཆོས་སྤྱུ་ལྷ་བཞུགས། སྤྱུ་ལྷ་བས་ཐོས། དམ་ཆོས་སྤྱུ་ལྷ་འདུག་ སྤྱུ་  
 ཞིག་ནོར་ངོམས་བྱེད། རི་བློན་སྤྱུ་ལྷ་ལྷ་ཡིན། ལྷ་བུ་དང་། ཆོགས་སྤྱུ་བཅད་  
 ན། དཔེན་པའི་གནས་ཀྱན་བློན་མཛལ་ན། །སྤྱུ་ལྷ་དམ་པ་སྤྱུ་འདྲ་འདུག་ །དགོ་  
 བཤེས་མཁས་པ་སྤྱུ་ཞིག་མཆིས། །སྤྱུ་ཞིག་དལ་འགྱོར་དོན་ལྷན་བྱེད། །  
 འདི་སྤྱང་ཞེན་བྲལ་སྤྱུ་ཞིག་ཡིན། །འཁོར་བདེར་མ་ཆགས་གང་སྤྱུ་དག་ །རྣམ་

མཁྱེན་དོན་དུ་གཉེར་བ་སྟུ། དེ་ལ་སྟུ་ཞིག་བྱག་མི་བྱེད། །ལྟ་བུའོ། །གང་ཞེས་  
བ་ནི་དཔེར་ན། གང་དུ་འགྲོ། གང་ཡོད། དུལ་གང་ནས་ཡིན། ཆོང་གང་འབྲ་  
འདུག །ལྟ་བུ་དང་། ཆོགས་སྟུ་བཅད་ན། གང་སྐར་བཤེས་གཉེན་དམ་པ་  
ནི། །གང་ཉིད་རྒྱལ་བ་དངོས་ཉིད་དོ། །སྟོན་དུ་གང་ཞིག་མཐོང་བ་དེ། །གང་  
དག་ལས་སྐྱབ་ཆེ་བའི་རྒྱ། །ལྟ་བུའོ། །འགའ་ཞིག་སྐྱ་སྐྱ་དངོས་དང་བྱེ་བྲག་  
ལ་འཇུག་བའི་སྐྱའི་སྐྱ་ཞེས་སོ་སོར་སྐྱས་པ་འཐད་པར་མི་སེམས་ཏེ། བྱེ་  
བྲག་ལ་མི་འཇུག་བའི་སྐྱ་སྐྱ་མེད་པས་སོ། །འདིའི་གཏན་ཆོགས་གང་། བྱོད་  
ཀྱི་ལྟ་གང་ཡིན། གང་བྱེད། །ལྟ་བུ་སྐྱ་སྐྱ་འདི་བའི་དོན་དུ་སྐུར་བ་ནི་ལེགས་  
པར་མཐོང་ངོ། །

### བདག་སྐྱ་བཤད་པ།

ལྟ་བ་བདག་སྐྱ་བཤད་པ་ལ་གཉིས། ཅ་བ་དང་འགྲེལ་བའོ། །

དང་པོ་ནི། གང་མིང་གི་ནི་མ་མཐའ་ན། །

དུ་ལི་རྒྱ་ཡི་སྐྱ་མེད་པ། །

དེ་ལ་དུ་ལི་རྒྱ་སྐུར་ན། །

བདག་པོའི་སར་ནི་ཤེས་པར་བྱ། །

ཞེས་པ་སྟེ། གང་ཡང་རུང་བའི་མིང་གི་མ་མཐའ་རྣམས་སྟུ་དུ་ལི་རྒྱ་སྟེ་  
སྐྱས་བུའི་རྟགས་མཆོན་པར་བྱེད་པ། དུ་ཞེས་པ་པ་སྟེ་དང་། ལི་རྒྱ་ཞེས་པ་  
རྟགས་ཏེ། པ་སྟེ་ནས་འབྱུང་བའི་པོ་རྟགས་པ་དང་། མོ་རྟགས་མ་དང་། མ་ནིང་  
གི་རྟགས་བ་གསུམ་གྱི་སྐྱ་སྐྱར་མེད་པ་དེ་ལ་གསར་དུ་དུ་ལི་རྒྱའི་སྐྱ་གསུམ་

པོ་གང་རུང་སྐྱར་བ་ན། དེ་ནི་བདག་པོའི་དོན་གསལ་བར་བྱེད་པའི་སར་ནི་  
ཞེས་བར་བྱའོ། ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་འགྲེལ་བ་ནི། ན་རོ་ཡོད་མེད་པ་བ་མ། །བདག་པོའི་སྐྱ་སྟེ་ག་  
ད་ན། །བ་མ་ས་དང་བྲག་མཐར་པ། །ང་འ་ར་ལ་མཐའ་མེད་ལ། །བདག་སྐྱ་  
ཡར་གྱུར་བ་དང་ནི། །ཆ་ལ་བ་ཉིད་སྐྱོར་བ་ལེགས། །མིང་མཐའི་བ་བའང་  
པལ་ཆར་འད། །མ་ནི་ངེས་མེད་སྐབས་དང་སྐྱར། །

ཞེས་པ་སྟེ། ན་རོ་ཡོད་པའི་པོ་པོ་མོ་གསུམ་དང་། ན་རོ་མེད་པའི་བ་བ་  
མ་གསུམ་སྟེ། བྲག་པོ་དེ་ལ་བདག་པོའི་སྐྱ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཆོག་དེ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱས་  
བས་བདག་པོའི་དོན་སྟོན་པར་རྒྱས་བས་སོ། །སྐྱོར་ཚུལ་ནི། རྗེས་འཇུག་ག་  
དང་ད་དང་ན་དང་བ་དང་མ་དང་ས་དང་ད་བྲག་ཅན་རྣམས་ཀྱི་མཐར་པོ་དང་  
བ་འཐོབ་པ་དང་། རྗེས་འཇུག་ང་དང་འ་དང་ར་དང་ལ་དང་མཐའ་མེད་ལྟའི་  
རྗེས་ལ་བདག་སྐྱ་ཡར་གྱུར་པའི་ཆེ་པོ་དང་བ་འཐོབ་པ་དང་། བདག་སྐྱ་ཆ་ལ་  
གྱུར་པའི་ཆེ་པོ་དང་བ་ཉིད་སྐྱོར་བ་ལེགས་སོ། །བདག་སྐྱ་དེ་དག་སྐྱར་མིང་  
གི་ཆ་ཤས་སྐྱ་མེད་པ། དོལ་ཡས། གྱོལ། ལྷག་ འགག་ ལྷ་ཅེ། ཆང་ལྷ་བྱ་ལ་  
གསར་དུ་སྐྱར་བ་སྐྱར་གྱི་མིང་དོན་མི་སྟོན་པར། དེའི་བདག་པོ་འཕ་དེར་སྟོད་  
མཁན་ལྷ་བྱ་དོན་གཞན་ཞིག་སྟོན་པ་བདག་པོའི་སྐྱ་སྟེ་དཔེར་ན། དོལ་ཡས་  
པོ། གྱོལ་པོ། ལྷག་པོ། འགག་པ། ལྷ་ཅེ་པ། ཆང་མ་ལྷ་བྱ་ཞེས་རང་འགྲེལ་དུ་  
བཤད་དོ། །ག་ད་སོགས་དེ་རྣམས་ལ་བདག་སྐྱ་པོ་དང་བ་འཐོབ་ཚུལ་ནི།  
དཔེར་ན། འཛོག་པོ། མད་པོ། ཀུན་པོ། ཐབ་པོ། གཏུམ་པོ། གྱོས་པོ། ཆོས་



སྟོན་དཔོ། གཏམ་ཟེར་དཔོ། བཀའ་སྦྱལ་དཔོ། རྒྱ་ནག་ལ། བོད་ལ། བ་གི་ཏན་  
ལ། དཔེ་བྱ་བ་ལ། བཀའ་རམས་ལ། ཆོས་ལ། བར་སྤྱོན་དཔོ། སྐད་བསྐྱུར་དཔོ།  
ཆུ་བསྐྱེལ་དཔོ། ལྟ་བུའོ། །ང་འ་ལ་སོགས་བ་ལྟ་བོ་དེ་རྣམས་ཀྱི་མཐའ་ཅན་གྱི་  
མིང་དང་སྤྱེབ་ས་མེད་བ་བདག་སྐྱ་ཡར་གྱུར་ན་བ་སྤྱེད་ལ་འཕྲོ་བ་པའི་བོ་དང་  
བ་ཐོབ་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། བག་རྒྱུང་བོ། ཡིད་མཛེས་བོ། མགོ་འཁོར་བོ། ཀར་  
གྲོལ་བོ། གཏོང་བ་བོ། ཟུར་ཁང་བ། བར་གདའ་བ། གསེར་མགར་བ། ཁ་  
ཆུལ་བ། ཉུང་ཉི་བ། ལྟ་བུའོ། །མིང་དང་སྤྱེབ་ས་ཡོད་བ་བདག་སྐྱ་ཆ་ལ་སོང་  
ན་བ་དང་པོ་ཉིད་སྐྱུར་བ་པལ་ཆེར་ལེགས་བ་ནི། དཔེར་ན། གཡུང་བོ། མདའ་  
བོ། སྐུར་བོ། དབུལ་བོ། ངན་འཇལ་བ་བོ། རོང་བ། མཐའ་བ། གྱུར་བ། ཞོལ་  
བ། ཀར་གྱི་ལོ་བ། ལྟ་བུའོ། །བདག་སྐྱ་མ་ཡིན་བ་མིང་མཐའི་བ་བའང་སྐྱུར་  
ཚུལ་པལ་ཆེར་དེ་དང་འབྲེལ་བ་ནི། དཔེར་ན། ལག་ལ། ཡོད་ལ། བདེན་ལ།  
འཕྲོ་བ་ལ། བུམ་བ་སོགས་དང་། ལྟོ་བ། དགའ་བ། འཁོར་བ། ཀ་བ། བདག་སྐྱ་  
མོ་དང་མ་ནི་འདི་ལ་འདི་ཐོབ་གྱི་ངེས་བ་མེད་བས་སྐབས་དང་སྐྱུར་དགོས་བ་  
ནི། དཔེར་ན། བཙུན་མོ། ལྷག་མོ། དཔལ་མོ། འཁོད་མོ། དམན་མོ། ར་མ།  
ལས་མ། དགའ་མ། མེ་ཏོག་མ། ཆང་ཆོང་མ། རྒྱ་གར་མ། ལྟ་བུའོ། །འོ་ན་བ་  
དང་མ་གཉིས་པོ་མའི་རྟགས་ཡིན་བར་གྲུབ་ཀྱང་། བ་ཡིག་མ་ནིང་གི་རྟགས་  
ཡིན་བ་གང་གིས་སྐྱབ་ཅེ་ན། སྐྱ་སྒོ་ལས། བ་ནི་སྤྱི་ཏུ་བཞག་བ་སྟེ། ཡུལ་དུས་  
ངེས་བར་མ་བཟུང་བའོ། །བ་བ་བཟའ་མ་བ་བོ་བཞིན། མ་ནིང་དག་ཏུ་བཞག་  
པར་བྱ། ཞེས་བས་སོ། །ཤེས་ལྡན་དང་། ལྟོ་ཅན་དང་། རོར་ལྡན་དང་། གོས་

ཅན་ལྷ་བྱ་ནི་གང་ཞིག་གང་ལ་ཡོད་པར་སྟོན་པའི་ཆ་ནས་བདག་སྐྱོད་དང་འབྲས་  
བར་སྒྲུང་ཡང་། རྩ་ལྷན་དང་། ལུས་ཅན་ལྷ་བྱ་སྐྱོད་རྣམས་བེམ་  
པོ་ལའང་འཇུག་པས་བདག་སྐྱོད་དངོས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གོང་གི་རྗེས་འཇུག་  
དང་མཐུན་པའི་སྒྲོར་ཚུལ་རྣམས་འཇུག་པ་མང་བའི་དབང་དུ་བྱས་ཀྱི།  
མཐའ་གཅིག་ཏུ་ངེས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། བདག་སྐྱོད་རྣམས་རྗེས་འཇུག་ལ་མ་སྟོས་  
པའི་སྤང་རང་དབང་ཅན་དུ་བཤད་པ་དང་། འདིར་སྟོས་དགོས་པར་བསྟན་པ་  
གཉིས་འགལ་བས་སོ། །

## དགག་སྐྱོད་བཤད་པ།

ཇུག་པ་དགག་སྐྱོད་བཤད་པ་ལ་གཉིས། ཅུ་བ་དང་། འགྲེལ་པའོ། །

དང་པོ་ནི། གང་མིང་བརྗོད་པའི་ཡ་མཐའ་ན། །

སྟེ་ལི་རྒྱ་ཡི་སྐྱོད་པ། །

དེ་ལ་སྟེ་ལི་རྒྱ་སྐྱར་ན། །

དགག་པའི་གནས་སུ་ཤེས་པར་བྱ། །

ཞེས་པ་སྟེ། གང་ཡང་རུང་བའི་མིང་བརྗོད་པའི་ཡ་མཐའ་སྟེ་ཐོག་མར་  
སྟེ་ལི་རྒྱ་སྟེ། མོ་རྟགས་ཀྱི་སྐྱོད་སྐྱར་བཤད་ཅིན་པ་མ་ཡིག་དང་ཞར་གྱིས་ཐོབ་  
པ་མི་ཡིག་གཉིས་སྐྱར་མེད་པ་དེ་ལ་གསར་དུ་སྟེ་ལི་རྒྱ་སྐྱར་ན་སྒྲོར་ཡུལ་  
དོན་དེ་མ་ཡིན་པའམ་མེད་པར་སྟོན་པའི་དགག་པའི་གནས་སུ་ཤེས་པར་  
བྱའོ། །ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་འགྲེལ་པ་ནི། མ་མི་མིན་མེད་དགག་སྐྱོད་སྟེ། །མ་མི་ཐོག་མ་

མིན་མེད་མཐུག། མ་ནི་བར་གྱིས་གསལ་བྱེད་ལའང་། །

ཞེས་བ་སྟེ། དེ་ཡང་མ་མི་གཉིས་དང་དེའི་སྟངས་དུ་མིན་དང་མེད་གཉིས་  
ཏེ་བཞི་པོ་དེ་ལ་དགག་སྐྱེ་ཞེས་བྱ་སྟེ། རང་གི་དགག་བྱ་ཡིན་པ་བཀག་པས་  
སོ། །སྦྱོར་ཚུལ་ནི། མ་དང་མི་གཉིས་དགག་བྱའི་ཐོག་མ་དང་། མིན་དང་མེད་  
གཉིས་མཐུག་དང་། མ་ནི་སྤྱི་བྱེད་གཉིས་ཀ་དགག་པའི་བར་གྱི་གསལ་བྱེད་  
ལའང་འཐུག་གོ། །དགག་སྐྱེ་མ་དང་མི་གཉིས་དགག་བྱའི་ཐོག་མར་སྦྱོར་  
དགོས་པ་ནི། དཔེར་ན། མ་བྱས། མ་ཡིན། མ་ལུས། མ་ཤེས། མ་མཐོང་། མ་  
ངལ། མ་བྱེད། མི་རིགས། མི་འགྱུར། མི་ཏྟག་ མི་འགལ། མི་དགོས། མི་བྱ།  
ཞེས་དགག་བྱ་བྱས་པ་དང་ཡིན་པ་སོགས་བཀག་པ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ཡང་ཆོག་  
གྲོགས་དང་སྤེབས་ན། སྤེག་པ་མ་བྱས། ཡོད་པ་མ་ཡིན། ལྷག་མ་མ་ལུས།  
ཞེས་བ་ལྟ་བུའོ། །དགག་སྐྱེ་མིན་དང་མེད་གཉིས་དགག་བྱའི་མཐུག་ཏུ་སྦྱོར་  
དགོས་པ་ནི། དཔེར་ན། མི་མིན། ལྷ་མིན། ལྷ་མིན། འི་བ་མིན། བེམ་པོ་མིན།  
ཤེས་པ་མིན། ལྷན་མིན་འདུ་བྱེད་མིན། གཟུགས་མེད། སྐྱ་མེད། འི་མེད། རོ་  
མེད། རེག་བྱ་མེད། ཆོས་མེད། ཅེས་དགག་བྱ་མ་ཡིན་པ་སོགས་དགག་པ་  
ལྟ་བུའོ། །དགག་སྐྱེ་མ་ནི་དགག་བྱའི་ཐོག་མར་སྦྱོར་དགོས་པར་མ་བཟད་  
དགག་བྱ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་སྐུར་ན་སྟོང་སྤང་གཉིས་དགག་བྱས་པའི་བར་གྱི་  
གསལ་བྱེད་ལའང་འཐུག་པ་ནི། དཔེར་ན། གསེར་མ་རག་ མཆོལ་མ་ཅག་  
དཔུལ་མ་དུང་། ས་མ་དོ། ར་མ་ལུག་ ར་མ་ཆུ། མི་མ་འདྲེ། ལྷ་མ་སྒྲ། རྒྱ་མ་  
བོད། ཅེས་དགག་བྱ་གསེར་དང་རག་གཉིས་ཀ་བཀག་ནས་གསེར་དང་རག་

གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པར་སྟོན་པ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུའོ། །

### ༣ ཞིང་སོགས་ཆིག་སྐད་ཞར་བྱང་དང་བཅས་པ་བཤད་པ།

གསུམ་པ་ཞིང་སོགས་ཆིག་སྐད་ཞར་བྱང་དང་བཅས་པ་བཤད་པ་ལ་  
བཞི། ཞིང་སོགས་ཆིག་སྐད་བཤད་པ། འ་མཐའ་འཇུག་མིན་གྱི་དབྱེ་བ་  
བཤད་པ། ཆིག་ཤད་གྱི་བྱང་པར་བསྟན་པ། གདམས་ངག་བརྗོད་པས་  
མཇུག་བསྟུ་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། **ཞིང་སོགས་ཆིག་སྐད་བཤད་པ་དང་།**  
འབྲུལ་པ་སྤང་བའོ། །

#### ཞིང་སོགས་ཆིག་སྐད་བཤད་པ།

དང་པོ་ནི། (འབྲེལ་བ་ལས།) ཆིག་སྐད་ཞིང་སོགས་ངན་མ། །

འ་དང་ར་ལ་མཐའ་མེད་མཐར། །

ཞིང་ཞེས་ཞེ་འོ་ཞེ་ན་ཞེག། །

ག་ད་བ་དང་ད་བྲག་མཐར། །

ཅིང་ཅེས་ཅེ་འོ་ཅེ་ན་ཅེག། །

ས་མཐར་དམིགས་བསལ་ཞེས་མ་གཏོགས། །

ཤིང་ཤེག་ཤེ་འོ་ཤེ་ན་འཕྱོག། །

ཅེས་པ་སྟེ། དེ་ལ་ཞིང་སོགས་དང་། ཅིང་སོགས་དང་། ཤིང་སོགས་  
ནི། ཆིག་དོན་སྤྱི་ཕྱི་འབྲེལ་མེད་དུ་མི་བྱ་བར་སྐད་བྱེད་ཡིན་པས་ན་ཆིག་སྐད་

ཅེས་བྱ་སྟེ། རྣམ་འགྲེལ་ཤིག་ཆེན་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚོ་ལས། ཆོག་གཞན་  
དང་སྤང་ན་དོན་སྟོན་གྱི། མ་སྤང་ན་མི་སྟོན་པས། དེའི་སྤྱིར་ཆོག་སྤང་ཅེས་བྱ་  
ལ། ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །ཡང་ན། ཞིང་སོགས་དེ་རྣམས་རང་ཉིད་ཆོག་  
རྒྱུ་གིས་བརྗོད་བྱ་སྟོན་མི་རུས་པར་ཆོག་སྤྱི་སྤང་པར་བྱས་ནས་དོན་སྟོན་  
པས་ན། ཆོག་སྤང་ཅེས་བྱ་སྟེ། ཚད་མ་སྟེ་བདུན་ཡིད་ཀྱི་ཐུན་སེལ་ལས། ཁོ་  
ན་ཞེས་པའི་ཆོག་འདི་ལ་ཆོག་སྤང་ཅེས་པའི་རྒྱ་མཚོ་ནི། ཆོག་གཞན་དང་  
སྤང་ན་དོན་སྟོན་ལ་མ་སྤང་ན་དོན་གང་ཡང་མི་སྟོན་པས་དེ་སྤང་ཅེས་  
བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར་སྤྱིར་ཚུལ་ནི། རྗེས་འཇུག་དང་དང་ན་དང་མ་  
དང་འ་དང་ར་དང་ལ་དང་མཐའ་མེད་བདུན་པོ་དེའི་མཐར་ཞིང་ཞེས་ཞེའོ་ཞེ་  
ན་ཞིག་སྟེ་ལྟ་སྤྱིར་དགོས་པ་ནི། དཔེར་ན། མཐོང་ཞིང་། འཆང་ཞེས། བྱང་  
ཞེའོ། །ལས་གང་ཞེ་ན། འོར་འཆོང་ཞིག་གོ། །གཏམ་ཉན་ཞིང་། ཆོག་ལྟན་  
ཞེས། དགོ་ལ་འདུན་ཞེའོ། །ང་ཡིན་ཞེ་ན། དོན་ཞིག་གོ། །དག་བཅོམ་ཞིང་།  
ངག་སྒྲུལ་ཞེས། བསམ་ཞེའོ། བདེན་ནམ་ཞེ་ན། ལམ་ཞིག་གོ། །དམ་བཅའ་  
ཞིང་། ཆོས་དཀའ་ཞེས། དགའ་ཞེའོ། །མཁའ་ཞེ་ན། མཐའ་ཞིག་གོ། །མི་དར་  
ཞིང་། ཡིད་འབྱུར་ཞེས། གཏེར་ཞེའོ། །འོར་ཞེ་ན། གསེར་ཞིག་གོ། །ཕྱག་  
འཆལ་ཞིང་། གོས་འཛོལ་ཞེས། ཉལ་ཞེའོ། །དཔལ་ཞེ་ན། ལྟ་མཇལ་ཞིག་  
སེམས་སྟོ་ཞིང་། ཡིད་བདེ་ཞེས། འགྲོ་ཞེའོ། །ཅི་སྟེ་ཞེ་ན། འབྱུ་ཞིག་གོ། །ལྟ་བུ་  
དང་། ཆོགས་སུ་བཅད་ན། བྱང་ཞིང་བྱང་ཞེས་འབྱུང་ཞེའོ། །གང་བཟུང་ཞེ་ན་  
སེམས་གཟུང་ཞིག། །སྟན་ཞིང་འཛོན་ཞེས་དགོན་ཞེའོ། །ལྟ་ཡིན་ཞེ་ན་དོན་



ཞིག་གཉིད། །འཇམ་ཞིང་ངོམ་ཞེས་འཛོམ་ཞེ་འོ། །དབེན་ནམ་ཞེ་ན་ནམ་  
 ཞིག་དབེན། །དགའ་ཞིང་བཟང་ཞེས་གདའ་ཞེ་འོ། །དུ་གདའ་ཞེ་ན་འགའ་ཞིག་  
 གོ། །དར་ཞིང་འཕྱར་ཞེས་འགྱར་ཞེ་འོ། །ཅི་འཕྱར་ཞེ་ན་དར་འཕྱོར་ཞིག་ །  
 འཆོལ་ཞིང་འཆལ་ཞེས་འབྱལ་ཞེ་འོ། །གང་འཆོལ་ཞེ་ན་ཆོས་ཆོལ་ཞིག་ །ཟ་  
 ཞིང་བདེ་ཞེས་སྟོ་ཞེ་འོ། །ཞེ་སྟོ་ཞེ་ན་མ་སྟོ་ཞིག་ཅེས་པ་ལྟ་བུའོ། །རྗེས་འདྲུག་  
 ག་དང་ད་དང་བ་དང་ད་དྲག་ཅན་གྱི་མཐར་ཅིང་ཅེས་ཅེའོ་ཅི་ན་ཅིག་བཅས་ལྟ་  
 བོ་སྟོར་དགོས་པ་ནི། དཔེར་ན། ནམ་མཁའ་རྟག་ཅིང་། སྒྲ་མི་རྟག་ཅེས་སྒྱར་  
 དུ་འདྲག་ཅེའོ། །གང་བཀག་ཅི་ན། ལུ་ཁོག་ཅིག་གྲུབ་མཐར་ཅོད་ཅིང་། ཆོས་  
 བཤད་ཅེས། དེ་ལྟར་འཐད་ཅེའོ། །རྟགས་བཀོད་ཅི་ན། ཐག་ཆོད་ཅིག་ བྱང་  
 ལུབ་ཅིང་། གོས་བཀག་ཅེས། འབྲུ་བཏབ་ཅེའོ། །ཉིས་པ་འཆབ་ཅི་ན། སྒྲ་པབ་  
 ཅིག་ ལུས་བརྒྱན་ཅིང་། གོས་བསྟན་ཅེས། རྟར་བསྟོན་ཅེའོ། །དོན་  
 མཐེན་ཅི་ན། སྒྱར་དུ་སྟོན་ཅིག་ མདོག་གྱུར་ཅིང་། དདུལ་ཁྲེད་ཅེས།  
 གནས་བསྟོར་ཅེའོ། །ཞིང་བཅེར་ཅི་ན། མེ་སྟོར་ཅིག་ བཞོན་པ་བཅའ་ལད་  
 ཅིང་། ཁལ་བཀལ་ཅེས། དུང་མ་བསྟལ་ཅེའོ། །ས་བསྟལ་ཅི་ན། ལུ་  
 བསྟལ་ཅིག་ ལྟ་བུ་དང་། ཆོགས་སུ་བཅད་ན། རྟག་ཅིང་རྟོག་ཅེས་ལྟག་  
 ཅེའོ། །སུ་འདྲག་ཅི་ན་ཁྲོད་འདྲག་ཅིག་ །རྒྱད་ཅིང་ཟད་ཅེས་མེད་ཅེའོ། །ཅི་  
 འཆད་ཅི་ན་ཆོས་ཞོད་ཅིག་ །ཟབ་ཅིང་ཐོབ་ཅེས་བྱབ་ཅེའོ། །གང་རྒྱབ་ཅི་ན་  
 སྒྲས་རྒྱོབ་ཅིག་ །མཐེན་ཅིང་འཕྲལ་ཅེས་བརྒྱན་ཅེའོ། །ཅི་གྲོལ་ཅི་ན་གྲོལ་  
 གྱུར་ཅིག་ །ཅེས་པ་ལྟ་བུའོ། །ཤེས་ཞེས་ན་དོན་གཞན་དང་ནོར་བ་སྤིད་པས་

ས་མཐར་ཆིག་སྤང་དམིགས་བསལ་ཞེས་མ་གཏོགས་པར་ཤེས་མི་སྦྱོར་བ་  
ནི། དཔེར་ན། དོན་གཟིགས་ཞེས། གཏོར་མ་བྱས་ཞེས། འདི་ལྟར་གྲིས་ཞེས་  
བརྗོད། ཅེས་པ་ལྟ་བུ་དང་། གཞན་ས་མཐར་ཤིང་ཤིག་ཤེའོ་ཤེ་ན་བཞི་འཛོལ་  
པ་ནི། དཔེར་ན། ཞེས་གསུངས་ཤིང་། འདི་གྲིས་ཤིག་བྱས་ཤེའོ། ལེགས་ཤེ་  
ན། ལྟ་བུ་དང་། ཆིགས་སུ་བཅད་ན། འགྲོ་ལ་སྦྱོབས་ཞེས་པན་འདོགས་  
ཞེས། །ཀུན་ཏུ་གཟིགས་ཞེས་དམ་པ་རྣམས། །འདུས་ཤིང་འབྲལ་བར་ངེས་  
ཤེའོ། །ཅི་ངེས་ཤེ་ན་ཆོས་སྦྱོས་ཤིག ཅེས་པ་ལྟ་བུའོ། །གོང་གི་ཞེའོ་དང་།  
ཅེའོ་དང་། ཤེའོ་རྣམས་ཟེར་རོ་དང་བརྗོད་དོ་ཞེས་པའི་དོན་དང་། ཞེ་ན་དང་།  
ཅེ་ན་དང་། ཤེ་ན་རྣམས་ཟེར་ན་དང་བརྗོད་ན་ཞེས་པའི་དོན་དང་། ཅེས་དང་  
ཞེས་གཉིས་ཟེར་ཞེས་པའི་དོན་དུ་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་འབྲལ་བ་སྤང་བ་ནི།

(འབྲལ་བ་ལས) འོན་ཀྱང་ཁ་ཅིག་ལན་ཅིག་སོགས། །

མིང་གི་ཆ་དང་མ་ཞོར་གཅེས། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་བཤད་པ་དེ་རྣམས་ལས་འོན་ཀྱང་། ཁ་ཅིག་དང་།  
ལྟན་ཅིག་དང་། སྤང་ཅིག་དང་། ཆབས་ཅིག་དང་། ཐབས་ཅིག་དང་། ལྟབས་  
ཅིག་དང་། སྤབས་ཅིག་སོགས་ཀྱི་ཅིག་ཅེས་པ་ནི་མིང་གི་ཆ་ལས་ཡིན་ཅིང་།  
ཆིག་སྤང་མ་ཡིན་པས་དེ་འདྲ་བ་དང་མ་ཞོར་བར་སོ་སོར་འབྱེད་དགོས་པ་  
ཤིན་ཏུ་གཅེས་པར་བརྒྱུད་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །

## འ་མཐའ་འཇུག་མིན་གྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ།

གཉིས་པ་འ་མཐའ་འཇུག་མིན་གྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ་ནི།

(འགྲེལ་བ་ལས།) རྒྱུ་བ་འཕུལ་ལ་འ་མཐའ་དགོས། །

གྲུག་གྱེད་བཅེགས་འདོགས་ཅན་ལ་སྤང་། །

ཞེས་བ་སྟེ། གྲུག་གྱེད་བཅེགས་འདོགས་ཅན་གང་ཡང་མ་ཡིན་པ་ནི་  
རྒྱུ་བ་ཡིན་ཅིང་། དེ་འབྲེལ་ཡི་གོ་རྒྱུ་བ་ཡིན་པ་ལ་འཕུལ་གྱེད་སྡོན་འཇུག་  
ལྷ་གང་ཡང་རུང་བ་ཡོད་ན་འ་མཐའ་ངེས་པར་དགོས་པ་ནི། དཔེར་ན། གཉའ་  
ཤིང་། དཔའ་བོ། །བཅའ་ཡིག་ མདའ་པ། འགའ་ཞིག་ ལྟ་བུའོ། །གྲུག་ཅེས་  
པས་གི་གྲུ་དང་ཞབས་རྒྱ། གྱེད་ཅེས་པས་འགྲེང་བུ་དང་ན་རོ། བཅེགས་  
ཞེས་པས་ར་མགོ་དང་ལ་མགོ་དང་ས་མགོ་ འདོགས་ཞེས་པས་ཡ་དང་ར་  
དང་ལ་དང་ལྷའི་སྤྲད་འདོགས་བཞི་སྟེ། རྒྱུ་བ་མིན་པ་དེ་རྣམས་ལ་འ་མཐའ་  
ངེས་པར་སྤོངས་དགོས་པ་ནི། དཔེར་ན། དེ་ལྟར་སྤྲ་ཡི། མེ་ཏོག་གི་འབྲུ། བུམ་  
ཟེ། ཆོས་གོས་བགོ་ གོ་གྱེད་བད། ཡོད་པར་ལྟ། ཏྲེ་སྒྱ། འདབ་ཆགས་བྲ།  
གཡུ་མ། ཉིན་གཅིག་གི་སྒྱ། ལུང་རྒྱ། ལྟ་བུ་དེ་རྣམས་ལ་སྤྲ་ཡིའ་ཞེས་པ་ལྟ་  
བུའི་འ་མཐའ་ངེས་པར་སྤོང་དགོས་སོ། །

## ཆེག་ཤད་གྱི་ཁྱད་པར་བསྟན་པ།

གསུམ་པ་ཆེག་ཤད་གྱི་ཁྱད་པར་བསྟན་པ་ནི།

(འགྲེལ་བ་ལས།) ལྷུག་པའི་དོན་མང་མིང་མཆམས་དང་། །

དོན་འབྲིང་འབྲེད་དང་དོན་ཅུང་རྫོགས། །  
 ཆིགས་བཅད་ག་མཐར་ཆིག་ཤད་བྱ། །  
 རྫོགས་ཆིག་མཐར་ཅན་ལྷུག་པ་དང་། །  
 ཆིགས་བཅད་རྐང་མཐར་ཉིས་བཤད་འཐོབ། །  
 དོན་ཆན་ཆེན་མོ་རྫོགས་པ་དང་། །  
 ལེ་འཁྱེད་མཆམས་སུ་བཞི་ཤད་དགོས། །  
 ང་ཡིག་མ་གཏོགས་ཡིག་ཤད་དབར། །  
 ཆིག་མེད་.....། །

ཅེས་བ་སྟེ། དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་ཞལ་བཞུགས་པའི་དུས་སུ། རྒྱལ་པོ་  
 ཤར་པའི་བཙུན་མོ་སྟོ་བསངས་མ། བྱད་མེད་ཀྱི་འཁོར་ལྔ་བརྒྱ་དང་བཅས་  
 བས་མཆན་མོ་སྟོན་མའི་འོད་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་བསྐྱབས་པར་འདུལ་  
 བ་ལུང་ལས་གསུངས་པ་ལྟར། སངས་རྒྱས་ཞལ་བཞུགས་དུས་སུ་གསུང་  
 རབ་ཡི་གེར་འཁོད་པ་ཡོད་ཅིང་། ཡི་གེ་གང་གི་ཡང་ཐམས་ཅད་ཐོབ་དག་པ་  
 ཚུགས་ལེགས་པ་དགོས་ལ། དེ་ཡང་ཀ་ག་ཉ་ཉ་ད་ན་ཞ་ཤ་ཉ་རྣམས་རྐང་པ་  
 ཅན་གྱི་ཡི་གེ་དབྱ་ཞེས་གྲགས་པ་ལྟར་ཡི་གེ་གཞན་རྣམས་ལས་རྐང་པ་ཅུང་  
 རིང་བ་དགོས། ཡིག་འགོར་འབྲི་རྒྱ་འདི་( ༣༣ )ལ་ཀྱོག་དང་བེ་རྒྱ་དང་དབྱ་  
 རྒྱད་ཅེས་བརྗོད་པ་འདི་གསུམ་དོན་གཅིག་གོ། མིང་གི་མཆམས་དང་ཆིགས་  
 བཅད་རྐང་པའི་མཐར་འབྲི་རྒྱ་འདི་( ། )ལ་ཕུར་ཤད་ཅེས་བརྗོད། ཐིག་མགོར་  
 ཡི་གེ་གཅིག་ལུས་ཆེ་འབྲི་རྒྱ་འདི་( ། )ལ་རིན་ཆེན་སྤང་ཤད་ཅེས་བརྗོད།

ལེ་ཏུ་དང་ས་བཅད་ཆེན་མོ་རྫོགས་མཆམས་སུ་འབྲི་རྒྱ་འདི་( ཧྲླ )ལ་སྒྲུལ་  
 འད་ཅེས་བརྗོད། དེ་དག་འཐོབ་ཚུལ་ནི། དབུ་ཁྱུད་ནི་ཞོག་རེའི་དབུ་རུ་  
 དགོས་ལ། སྒྲུལ་འད་དང་རིན་ཆེན་སྤང་འད་གཉིས་ནི་གོང་དུ་བའད་པ་ལྟར་  
 དང་། ཆིག་ལྷག་དོན་མང་པོ་ཡོད་པར་མིང་གི་སྐྱེད་པ་བཅད་པ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་  
 པ་མིང་གི་མཆམས་སུ་སྤྱར་འད་( གྲླ )དང་ཆིག་རེ་འཐོབ་པ་ནི། དཔེར་ན།  
 ཆོས་ཀྱི་སྒྲོམ་བཞི་ནི། མི་རྟག་པ་དང་། སྒྲུག་བསྐལ་བ་དང་། སྒྲོང་ཞིང་བདག་  
 མེད་པ་དང་། བྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ཞི་བའོ། །ཞེས་དང་། ལྟ་དང་། མི་དང་།  
 ལྟ་མ་ཡིན་དང་། ཞེས་སོགས་ལྟ་བུའོ། །དོན་མང་ཅུང་འབྲིང་ཙམ་ཡོད་ན་  
 མིང་དོན་གྱི་དབྱེ་བ་འབྱེད་ཕྱིར་མིང་མཆམས་སུ་འད་རེ་ཐོབ་པ་ནི། དཔེར་  
 བ། སངས་རྒྱས་ནི་སྐྱབས་སྟོན་པ་པོ་དང་། ཆོས་ནི་སྐྱབས་དངོས་དང་། དགོ་  
 འདུན་ནི་སྐྱབས་སྐྱབ་པའི་ཆེ་གོགས་སོ། །ཞེས་དང་། བླ་ཉིའི་ཀུན་བཟང་  
 དགོངས་རྒྱན་དང་། སི་རུའི་འབྲེལ་ཆེན་གྱི་དོན། ལྟ་བུའོ། །དོན་ཅུང་དུ་ལས་  
 མེད་ན་རྫོགས་མཆམས་སུ་འད་རེ་ཐོབ་པ་ནི། དཔེར་ན། དེ་ལྟར་ལགས།  
 ཆོས་བསྟན་པར་འགྱུར། ལྟ་བུའོ། །ཆིགས་བཅད་ཀྱི་རྒྱུ་པའི་མཐར་ཀ་ག་  
 འགས་སུ་གང་རུང་ཞིག་ཡོད་ན་དེའི་མཐར་ཆིག་འད་རེ་བྱ་དགོས་པ་ནི།  
 དཔེར་ན། དལ་འབྱོར་རྟེན་བཟང་མ་ཉི་ཀ། དོན་མེད་ཚུད་ཐོས་མ་བྱེད་ཅིག །  
 རབ་རུ་གཅེས་པའི་སྤྲིང་གི་འགྲོ་བར་སྒྲ་ཡི་སྐྱབས་མ་དོར། །ལྟ་བུའོ། །  
 གོ་ངོ་དོན་སོགས་རྫོགས་ཆིག་མཐར་ཅན་གྱི་ཆིག་ལྷག་པ་ལ་འད་གཉིས་རེ་  
 ( གྲླ )འཐོབ་པ་ནི། དཔེར་ན། ཆོས་གོས་སེར་པོ་དང་ལྷན་པ་འདི་ནི་དགོ་སྒྲོང་



དོ། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་ལེགས་པར་རབ་ཏུ་བྱང་བར་གྱུར་ཏོ། །ལྟ་  
བུའོ། །རྒྱུ་མཐར་ག་མེད་པའི་ཆོགས་བཅད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུ་མཐར་ཉིས་  
ཤད་རེ་འཐོབ་པ་ནི། དཔེར་ན། གང་ལ་ཡོན་ཏན་མཆོག་མངའ་བའི། །དཀོན་  
མཆོག་དེ་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །ལྟ་བུའོ། །དོན་ཆོད་ཆེན་མོ་རྫོགས་པའི་  
མཆོམས་ཡིན་ན་ཤད་བཞི་( ། །)འཐོབ་པ་ནི། དཔེར་ན། རྒྱུས་བྱ་ཆུང་དུ་  
དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་ཀྱི་རིམ་པ་ལ་སློ་སྐྱེད་བ་བཤད་ཟིན་ཏོ། ། །ལུང་སྟོན་  
པ་རྩ་བ་སུམ་ཅུ་བ་རྫོགས་སོ། །ལྟ་བུའོ། །ལེ་ལུ་འི་མཆོམས་སུ་བཞི་ཤད་  
འཐོབ་དགོས་པ་ནི། དཔེར་ན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོང་པ་ལ་འཇུག་པ་  
ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་པན་ཡོན་བཤད་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་ལེ་ལུ་དང་  
པོའོ། །ཞེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་མན་ངག་གི་བསྟན་བཅོས་མངོན་  
པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་ཅེས་བྱ་བ་ལས། ལམ་ཞེས་པ་ཉིད་ཀྱི་སྐབས་ཉེ་གཉིས་  
པའོ། །ལྟ་བུའོ། །ལེ་ལུ་དང་། སྐབས་དང་། རབ་བྱེད་དང་། སྐྱ་དང་། དུམ་  
བྱ་དང་། རྟོག་པ་དང་། ཏྲག་པ་ཞེས་པ་རྣམས་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་སུ་བཤད་  
དོ། །ང་ཡིག་མ་གཏོགས་མཐའི་ཡིག་ཤད་ཀྱི་བར་དུ་ཆོག་མེད་ཅིང་། དབྱ་  
ཆེན་ཀྱི་སྐབས་སུ་མཐའི་ང་ཡིག་དང་ཤད་ཀྱི་བར་དུ་པ་དང་ནོར་དོགས་ཀྱིས་  
སྟེ་ཆོག་གམ་ང་ཆོག་འཐོབ་པ་ནི། དཔེར་ན། སྟེ་བ་སྟོར་ལེགས་མཛད་མཁས་  
རྣམས་དང་། །བྱུ་ཐོབ་དང་། །ལྟ་བུའོ། །གཞན་ལ་ཡི་གེ་དང་ཤད་ཀྱི་བར་དུ་  
ཆོག་མི་བྱེད་པ་ནི། དཔེར་ན། གང་གི་སྐྱ་དབྱངས་ཀྱན་གསུངས་པ། །འཇམ་  
པའི་དབྱངས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །ལྟ་བུའོ། །འདི་དག་ནི་ཤས་ཆེར་ཡི་གེ་

དབུ་ཆེན་ཁོ་ནའི་དབང་དུ་བྱས་ཀྱི་དབུ་ཚུང་ལ་ཇི་ལྟར་དགོས་མིན་སོགས་ཀྱི་  
དབྱེ་བ་ཡང་ལེགས་པར་ཤེས་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །

## གདམས་ངག་བརྗོད་པས་བསྟུ་བ།

བཞི་བ་གདམས་ངག་བརྗོད་པས་བསྟུ་བ་ལ་གཉིས། ཅུ་བ་དང་།  
འགྲེལ་པའོ། །དང་པོ་ལ་བཞི། །ཆོགས་བཅད་འགྲོལ་ལ་འདོམས་པ། ཉན་པ་  
པོ་སྟོབ་སྤང་པའི་སྟོན་པ་འདོམས་པ། བསྟུ་བ་ཚུལ་གོ་རིམ་ལ་འདོམས་པ།  
གདམས་ངག་སྟོད་རུང་ལ་བསྟན་དགོས་པར་འདོམས་པའོ། །

དང་པོ་ནི། ཆོགས་སུ་བཅད་པའི་མཆམས་སྟོར་རྣམས། །

ཅུང་ཟད་བསྟུས་པ་ཡོད་ན་ཡང་། །

དེ་ནི་དེ་བཞིན་སྟུར་བར་བྱ། །

ཞེས་པ་སྟེ། རྒྱལ་བའི་བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་ཡན་ལག་དང་བཅས་  
པ་རྣམས་ལ། ཆོགས་སུ་བཅད་པ་ཡང་དག་པར་སྟུར་བའི་ཆེ་ཆོག་སྟུང་མང་  
བ་ཡིན་པས་རྣམ་དབྱེ་དང་ཆོག་ཤད་ལ་སོགས་པའི་མཆམས་སྟོར་མང་དུ་  
བསྟུས་པ་ཡོད་ན་ལྟ་ཅི་སྟོས། ཅུང་ཟད་བསྟུས་པར་གྱུར་པ་ཡོད་ན་ཡང་། དེ་  
ནི་འདིར་སྟོན་དུ་བསྟན་པའི་སྟུར་བསྟུ་ལ་སོགས་པ་ཇི་སྐད་བཤད་པ་དེ་  
བཞིན་དུ་བསྟན་ཅིང་སྟུར་ཏེ་བཤད་པའི་དོན་ཁོང་དུ་ཚུད་པར་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན།  
ཟག་བཅས་ཟག་པ་མེད་ཆོས་རྣམས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུར། ཟག་པ་དང་བཅས་  
པའི་ཆོས་རྣམས་དང་། ཟག་པ་མེད་པའི་ཆོས་རྣམས། །ཞེས་སྟུང་པའི་སྟུང་དང་  
འགྲེལ་སྟུང་སོགས་བསྟན་ནས་དོན་རང་གིས་བསམ་པ་དང་གཞན་ལ་འཆད་

དགོས་པ་བཞིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ཉན་པ་པོ་སྟོ་བ་སྤང་བའི་སྟོ་ནས་འདོམས་པ་ལ་གསུམ།  
རྗེས་འཇུག་མེད་མི་རུང་དུ་བསྟན་པ། རྗེས་འཇུག་ཤེས་པའི་དགོས་པ་བསྟན་  
པ། དེ་དོན་ལ་དབབ་པའི་ཚུལ་བསྟན་པའོ། །

དང་པོ་ནི།      སྟོན་འཇུག་ཡོད་དམ་མེད་ཀྱང་རུང་། །

མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་གང་ཡིན་ལ། །

ཉིས་འབྲེལ་ཡོད་དམ་སུམ་འབྲེལ་ཡོད། །

ཨྲ་ལི་བཞི་ལས་གང་ལྟན་ཡང་། །

རྗེས་འཇུག་བཅུ་པོ་མ་ཞུགས་ན། །

མིང་གཞན་སྟོར་བ་ཡོད་མི་སྤིད། །

ཅེས་པ་སྟེ།      མིང་ཆོག་གི་སྟོར་བ་རྣམས་ལ་གོང་དུ་བཤད་པའི་སྟོན་  
འཇུག་གི་ཡི་གེ་རྣམས་སྟོན་དུ་ཞུགས་ཡོད་དམ་མེད་ཀྱང་རུང་སྟེ། དཔེར་ན།  
བཀ་དང་ཀ་ལྟ་བུ་དང་། འཕུལ་ཉེན་གྱི་འཇུག་ཡུལ་མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་གང་  
ཡིན་པ་རྣམས་ལ་སྐ་ལྟ་བུ་ཉིས་འབྲེལ་ཡོད་དམ།      སྐ་ལྟ་བུ་གསུམ་འབྲེལ་  
ཡོད་པ་དང་། དེ་དག་ལ་ཨྲ་ལི་བཞི་ལས་གང་ཡང་རུང་བ་དང་ལྟན་པ། བཀ།  
ཀ། སྐ། སྟོ། ལྟ་བུ་རྣམས་ལ་འང་རྗེས་འཇུག་བཅུ་པོ་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་མ་  
ཞུགས་ན།      ཡི་གའི་གཞུགས་དེ་ཉིད་ལས་མིང་དོན་གཞན་ལ་འཇུག་ཅིང་  
སྟོར་བ་ནི་ཚུལ་འདི་ལ་ནམ་ཡང་ཡོད་པར་སྤིད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ད་ལྟ་སྟོ་ལྟ་  
བུས་དོན་ལ་འཇུག་པར་སྤང་ཡང་སྟོར་ཞེས་པའི་འམཐའ་སྐད་གསར་བཅད་

གྱི་ཆེ་བོར་ཡང་བའི་ཆེད་དུ་སྤྲིས་པ་ཡིན་གྱི་ རོན་ལ་ཐོབ་ཐང་མེད་པ་ནི་མ་  
ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་རྗེས་འཇུག་ཤེས་པའི་དགོས་པ་བསྟན་པ་ནི།

ཅུ་བར། རྗེས་འཇུག་བཅུ་ཡི་རོན་ཤེས་ན། །

འདི་དང་སྟོག་དང་བཤད་ནམས་གྱི། །

མཆམས་སྟོར་སྒྲ་ལ་ཐོགས་མེད་ཅིང་། །

འབྲེལ་བ་སྒྲ་བའི་མཆོག་ཏུ་འགྱུར། །

གཞན་ཡང་རྗེས་འཇུག་ཤེས་པ་ཡིས། །

རོན་གྱི་སྟོར་བ་མ་མཐོང་ཡང་། །

རོན་དང་མཐུན་པའི་སྟོར་བ་ཤེས། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་རྗེས་འཇུག་བཅུའི་བྱ་བ་དང་གཙོ་བོར་འབྲེལ་བའི་  
སྤང་དང་ནམ་དབྱེ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲ་རོན་གྱི་འཇུག་ཚུལ་ལེགས་པར་ཤེས་  
ན། མདོ་རྒྱད་བསྟན་བཅོས་ནམས་ཡི་གེར་འདི་བ་དང་། གྲིས་བེན་པ་ནམས་  
བརྗོད་པ་དག་པར་སྟོག་པ་དང་། ཆོག་རོན་རྒྱ་ཆེར་བཀྲོལ་ནས་བཤད་པ་  
བྱེད་པ་དང་། དེར་མ་བཟད་བསྟན་བཅོས་སོགས་ཚུལ་པ་དང་། གཞན་གྱི་གྲོལ་  
བ་ཆར་གཙོད་པའི་སྤྲིར་ཚོད་པ་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་ཆོ། ཆོག་རོན་སྤྲི་སྤྲི་  
མཆམས་སྟོར་བའི་སྒྲ་རོན་ནམས་ལ་སྟོ་གྲོས་གྱི་སྤང་བ་འཇུག་པར་ཐོགས་  
པ་མེད་ཅིང་། ཆོག་རོན་སྤྲི་སྤྲི་གོ་ལོག་པ་དང་། མ་འབྲེལ་བ་དང་། འགལ་བ་  
ལ་སོགས་པའི་སྟོན་མེད་པར་འཐད་པ་དང་ལྟན་ཅིང་འབྲེལ་ཆགས་པ་ཁོ་ན་

སྦྱ་བའི་མཆོག་ཏུ་འགྱུར་བ་དང་། གཞན་ཡང་རྗེས་འཇུག་གི་དོན་ཚུལ་བཞིན་  
ཤེས་པ་དེས་བསྟན་བཅོས་ལ་སོགས་པའི་དོན་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་སྦྱོར་  
བ་སྟེ། དེའི་འབྲེལ་བཤད་སོགས་སྡོན་ཆད་མ་མཐོང་ཡང་། འབྲེལ་བཤད་  
སོགས་ཀྱི་དོན་དང་མཐུན་པའི་ཆོག་གི་སྦྱོར་བ་རྗེས་སུ་དཔགས་ཏེ་ཤེས་  
པར་འགྱུར་རོ། །

གསུམ་པ་དེ་དོན་ལ་དབབ་པའི་ཚུལ་བསྟན་པ་ནི།

ཙ་བར།           རྗེས་འཇུག་སྦྱོར་བ་མཁས་པ་ན། །

ལུང་གི་དོན་དང་སྦྱོར་བ་དང་། །

སྒྲ་མའི་མན་ངག་གསུམ་སྦྱར་ནས། །

དོན་གྱི་ཐོག་ཏུ་དབབ་པར་བྱ། །

ཞེས་པ་སྟེ། རྗེས་འཇུག་གི་སྦྱོར་བ་རྣམས་ལ་མཁས་པར་གྱུར་ཅིང་།  
ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མོང་མིན་པའི་རིག་གནས་ལ་སྦྱོབ་པར་འདོད་པ་དེའི་ཆེ་  
ན། རིག་གནས་ཐུན་མོང་བ་དང་སྤོང་དང་པུ་ཉས་བྱས་པའི་སྦྱ་ཆད་བཟོ་  
གསོ་ཅིས་སྟན་མཛོན་སྟེ་བ་སྒྲོས་གར་གྱི་བསྟན་བཅོས་དང་། ཐུན་མོང་མིན་  
པ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་གསུང་རབ་དགོངས་འབྲེལ་དང་བཅས་པའི་ལུང་གི་  
དོན་དང་། རྗེས་འཇུག་གི་སྦྱོར་བ་ལ་མཁས་པའི་རིགས་པ་དང་། བསྐྱབ་  
བྱའི་དོན་ལ་མཁས་པའི་སྒྲ་མའི་མན་ངག་ལེགས་པར་མཉན་པ་སྟེ་  
གསུམ་པོ་དེ་སྦྱོགས་གཅིག་ཏུ་ལེགས་པར་སྦྱར་ཏེ། ཤེས་པར་འདོད་པའི་  
གཞུང་དོན་གང་ཡིན་པ་དེའི་སྟེང་དུ་དབབ་པ་སྟེ་བདེ་སྒྲག་ཏུ་རྟོགས་པར་



འགྱུར་བ་དེ་ལྟར་བྱའོ། །དེའང་གཞུང་དོན་ཉོག་ས་དཀའ་ཞིང་འབྲུལ་གཞི་  
ཡོད་པ་རྣམས་ལུང་དོན་དང་སྒྲུབ་དགོས་པ་དང་། ལུང་དོན་ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་  
བ་རྣམས་མན་ངག་གིས་འགྲོལ་དགོས་པའི་དོན་ཏེ། ཆོག་སྒྲུབ་པ་མ་དེ་  
ལའང་གསུམ་ག་ཆོག་ས་དགོས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་བསྐྱབ་ཚུལ་གོ་རིམ་ལ་འདོམས་པ་ནི།

ཙུ་བར། བསྐྱབ་ལ་བཙུན་པའི་གང་ཟག་གིས། །

དང་པོར་ང་རོ་རྣམས་ལ་སྒྱུར། །

སྒོན་འཇུག་མིང་གཞི་རྗེས་འཇུག་གསུམ། །

སྒོག་གི་ཆེད་དུ་བསྐྱབ་པ་ཡིན། །

རྗེས་འཇུག་བཞི་ཡི་སྒྲུབ་བ་ནི། །

མཉན་བསམ་བསྟན་པའི་དོན་དུ་སྒྱུར། །

ཡན་ལག་དེ་དག་མཐུ་ཡིས་ནི། །

འབྲས་བུའི་ཆེད་དུ་དོན་ལ་དབབ། །

བསྐྱབ་པའི་རིམ་པ་འདི་ཡིས་ནི། །

གང་ཞིག་འབད་པ་ཆུང་དུས་ཀྱང་། །

ཤེས་རབ་སྒྱུར་དུ་གྲོལ་བར་འགྱུར། །

དེ་ཕྱིར་དང་པོར་འདི་ཉིད་བསྐྱབ། །

དེ་ནས་རྒྱས་པའང་མཉན་བྱས་ཏེ། །

བསྐྱབ་པ་གང་ལ་དད་པ་ཡི། །

གཞུང་ཉིད་སྒྲ་མ་དག་ལས་མཉན། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེག་པའི་གནས་གང་ཞིག་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ལ་བཙོན་  
པས་འཇུག་པར་བྱེད་པའི་གང་ཟག་ལས་དང་པོ་བ་དེས་ནི། དང་པོ་ལམ་ཐོག་  
མ་ཉིད་དུ་ང་རོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡི་གེ་རྒྱང་བ་རྣམས། ཡི་གེའི་མདོ་ལས་འབྱུང་བ་  
ལྟར་རང་རང་གི་སྐྱེ་གནས་དང་། བྱེད་པ་དང་། བྱིན་པ་གི་ཚུལ་བ་རྣམས་དང་  
མཐུན་པ་དང་། དབྱུངས་ལྡན་རྣམས་ཀྱང་སོ་སོའི་ང་རོ་དབྱུང་ཚུལ་དང་  
བཅས་རེ་རེ་ནས་སྟོག་པའི་སྐྱ་གདངས་ལ་སྐྱར་བར་བྱ་ཞིང་། དེ་ནས་སྟོན་  
འཇུག་ལྔ་དང་། འཕུལ་རྟེན་གྱི་འཇུག་ལུལ་མིང་གཞི་སུམ་ཅུ་དང་། རྗེས་  
འཇུག་བཅུ་སྟེ། དེ་གསུམ་ཅི་རིགས་པ་ཆོག་བར་གཅིག་དུ་སྦྱོར་བའི་ཚུལ་  
ཡང་། བྱིས་པ་བདེ་འཇུག་ནས་འབྱུང་བ་ལྟར་སྟོག་ལེགས་པར་ཞེས་པའི་  
ཆེད་དུ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ཡིན་པ་དང་། སྟོག་ལ་བྱང་ནས་རྗེས་འཇུག་སྟེ་དེར་  
སྟོན་འཇུག་ཀྱང་འདུས་པས། དེ་དག་རྟགས་འཇུག་ནས་བཤད་པ་ལྟར། སྐྱ་  
དོན་གང་ལ་འཇུག་པ་དང་། ཡི་གེ་གང་གིས་འཇུག་པ་དང་། ཚུལ་རི་ལྟར་  
འཇུག་པ་དང་། དགོས་པ་ཅིའི་བྱིར་འཇུག་པ་སྟེ་རྣམ་པ་བཞིའི་སྦྱོར་བ་རྣམས་  
ནི། སྒྲ་མ་ལས་ལེགས་པར་བཤད་པ་མཉན་པ་དང་། དེའི་དོན་རང་ཉིད་ཀྱིས་  
ཚུལ་བཞིན་དུ་བསམ་པ་དང་། རང་གིས་ཁོང་དུ་ཆུད་ནས་གཞན་ལ་བསྟན་  
པ་རྣམས་ཀྱི་དོན་དུ་སྐྱར་ཏེ་མཁས་པར་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །སྟོག་པ་དང་  
བརྟེན་དག་གི་ཡན་ལག་དེ་གཉིས་ཀྱི་མཐུས་ནི། གང་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་དེ་ཞེས་  
པའི་འབྲས་བྱ་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཆེད་དུ་དོན་ལ་དབབ་ནས་ཉམས་སྦྱོར་

བསྟར་བར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བསྟར་བའི་རིམ་པ་འདིས་ནི། རྒྱུ་ལྷན་གང་ཞིག་  
 རྩོས་བསམ་ལ་བཅོན་འགྲུས་ཆེན་པོ་དང་ལྷན་པ་རྣམས་སློས་ཅི་དགོས་ཏེ།  
 འབད་པ་ཚུང་དུ་ཅམ་བྱས་པས་ཀྱང་ཆོག་དོན་ལ་སྒྲུངས་པ་མེད་པའི་ཤེས་  
 རབ་ལྷན་དུ་གྲོལ་བར་འགྱུར་རོ། །རྒྱ་མཚན་དེའི་ཕྱིར་མཁས་པར་འདོད་  
 པ་རྣམས་ཀྱིས་ཐོག་མར་སུམ་ཅུ་པའི་གཞུང་འདི་ཉིད་བསྟར་བར་བྱ་  
 ཞིང་། འདི་ཤེས་ན་རྟགས་འདུག་ལ་སོགས་པ་འདིའི་སྒྲོར་གཞན་རྣམས་དང་།  
 དེ་ནས་བརྗེས་སྟོན་པའི་གཞུང་རྒྱས་པ་གཞན་དང་གཞན་རྣམས་ཀྱང་ཉན་  
 བར་བྱས་ནས་ཁོང་དུ་ཚུད་པ་ན། ཐེག་པ་གསུམ་གྱི་གཞིར་གྱུར་པའི་བསྟར་  
 པ་གང་ལ་དད་ཅིང་སློབ་པར་འདོད་པ་དེའི་གཞུང་ལུགས་ཡན་ལག་དང་  
 བཅས་པ་ཉིད་སྒྲུ་མ་རྣམས་ལས་ཉན་བར་བྱའོ། །

བཞི་པ་གདམས་ངག་སྟོན་རུང་ལ་བསྟན་དགོས་པར་འདོམས་པ་ནི།

སློབ་དཔོན་དེ་ཉིད་དུ་འཛིན་ཅིང་། །

ལེ་ལོ་གཡེང་བ་རྣམ་པར་སྤངས། །

ཐོ་བཟང་དད་པ་ལ་བརྟེན་པ། །

རྒྱུ་ལྷན་དེས་ནི་སྟར་རྟགས་ཏེ། །

དེ་ལ་དུས་སུ་འདོམས་པར་བྱ། །

ཅིག་ཤོས་དེ་ལས་སྟོག་པའོ། །

ཞེས་པ་སྟེ། བསྟན་བཅོས་འདི་ཉིད་ཀྱི་གདམས་ངག་བསྟན་དུ་རུང་

བའི་སྟོན་ནི། གདམས་ངག་སྟོན་མཁན་གྱི་སློབ་དཔོན་དེ་ལ་སློབ་དཔོན་དུ་

འཛིན་ཅིང་། ཞེས་དང་བཅས་པས་བྱིན་དུ་གཞོ་བ་དང་། འགལ་རྒྱུ་བསྐྱབ་  
པར་བྱ་བའི་གནས་དེ་ལ་སྟོ་བ་ཞན་པའི་ལེ་ལོ་དང་། བྱ་བ་གཞན་ལ་འཇུག་  
པའི་གཡེང་བ་གཉིས་སྤངས་པ་སྟེ། སྟོན་དེ་དག་གིས་སྒྲགས་མི་རྟོན་པའི་  
ཏྲག་སྟོར་གྱི་བཙུན་འགྲུས་དང་ལྡན་པ་དང་། མཐུན་རྒྱུ་ཐོ་སྟེ་རང་བཞིན་  
བཟང་ཞིང་། བསྐྱབ་བྱའི་གནས་ལ་མཆོག་ཏུ་དད་པ་ལ་བརྟེན་པའི་གྲུས་སྟོར་  
གྱི་བཙུན་འགྲུས་དང་ལྡན་པ་སྟེ། མཆོན་ཉིད་གསུམ་དང་ལྡན་པའི་སྟེས་བྱ་  
དེས་ནི། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་སྐུར་དུ་རྟོགས་པར་འགྱུར་བས། དེ་  
ལ་དུས་ཤེས་པར་བྱས་ནས་དུས་སྐུ་འདོམས་པར་བྱ་བྱེད། གོང་དུ་བཤད་  
པའི་སྟོན་ལྡན་གྱི་ཅིག་ཤོས་སྟོན་དཔོན་ལ་མི་གྲུས་པ་དང་། ལེ་ལོ་དང་གཡེང་  
བ་ཅན་དང་། རང་བཞིན་ངན་ཅིང་དད་པ་མེད་པ་རྣམས་ནི་སྟོན་དང་མི་ལྡན་  
པས། དུས་སྐུ་འདོམས་པ་དེ་ལས་གོ་ལྟོག་སྟེ་རེ་ཞིག་འདོམས་པར་བྱ་བ་མ་  
ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་བྱི་ནས་དོན་དུ་གཉེར་ཞིང་འདུན་པར་གྱུར་ན་ལེགས་  
པར་རྗེས་སྐུ་བསྟན་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་འགྲེལ་བ་ནི། དེ་སོགས་ཞིབ་ཏུ་འབད། །

ཅེས་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་མཁས་པའི་སྤུལ་དུ་བྱིན་པར་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱི་  
ནི། གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་གྱི་རྗེས་འཇུག་ལ་སྟོས་པའི་སྤང་རྣམ་དབྱེ་དང་  
བཅས་པ་དང་། རྗེས་འཇུག་ལ་མ་སྟོས་པའི་སྤང་རང་དབང་ཅན་དང་བཅས་  
པའི་འཇུག་ཚུལ་དེ་དག་ལ་སོགས་པ་སུམ་ཏྲགས་ཀྱི་ཆོག་དོན་སྤོ་མོ་ལའང་  
ཞིབ་ཏུ་བཏྲགས་ཤིང་དབྱེད་ནས་ལེགས་པར་འབད་དགོས་ཏེ། སུམ་ཏྲགས་

མ་ཤེས་ན་མཁས་པའི་གྲུ་དུ་ཆུད་པར་དཀར་བས་སོ། །

## གསུམ་པ་བཤད་པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་ཚུལ།

གསུམ་པ་བཤད་པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་ཚུལ་ལ་གཉིས། ཅ་བ་དང་། འགྲེལ་  
པའོ། །

དང་པོ་ནི། བླ་ཀ་ར་ཏའི་ཅ་བ་སུམ་ཅུ་པ་ཞེས་བྲ་བ་  
སྒྲོབ་དཔོན་ཨ་རུས་མཛད་པ་རྫོགས་སོ། །

ཞེས་པ་སྟེ། བླ་ཀ་ར་ཏ་ལུང་སྟོན་པ། དེ་ཡང་སྒྲའི་མཆན་ཉིད་ལུང་དུ་  
སྟོན་པས་ལུང་སྟོན་པ། ལེ་བྱ་བྱི་མ་རྟགས་འཇུག་གི་ཉིན་གཞིར་གྱུར་པས་ཅ་  
བ། གཞུང་ཆད་སྒྲོ་ཀ་སུམ་ཅུར་ཡོད་པས་སུམ་ཅུ་པའོ། །སྒྲོབ་དཔོན་ཨ་རུ་སྟེ་  
ཐོན་མི་སྒྲོ་ཤས་མཛད་པ་རྫོགས་སོ། །ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་འགྲེལ་པ་ནི། ཆོག་གི་ལོ་མས་མ་བསྐྱབས་ཤིང་། འོན་གྱི་  
འབྲས་བུ་གཡུར་བ་བའི། །ལེགས་བཤད་སྒྲོན་པའི་དབང་པོ་འདི། །དབྱངས་  
ཅན་གྲུབ་པའི་དོ་རྗེས་སྟེལ། །

ཅས་པ་སྟེ། ཆོག་དོན་བོད་གྱི་ཡི་གའི་བཟང་དབྱེད་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བ་  
སྒྲོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ཐོན་མིས་མཛད་པའི་སུམ་ཅུ་པའི་དོན་གཞོན་རུ་སྒྲོ་  
གསར་རྣམས་ལ་གོ་བདེ་བའི་བྱིར་དུ་དགོས་མེད་དང་། ཡང་ཡང་སྒྲོས་པ་ལ་  
སོགས་པའི་ཆོག་གི་ལོ་མས་མ་བསྐྱབས་ཤིང་། དོན་གྱི་སྟོང་པོ་རྣམས་



གསལ་བར་སྟེ་བའི་འབྲས་བུ་གཡུར་དུ་བའི་ལེགས་བཤད་ཀྱི་བསྟན་  
བཅས་ཡོན་ཏན་གྱི་ཆོགས་འབད་མེད་དུ་འཛོལ་བའི་ལྷོན་པའི་དབང་པོ་འདི་  
ཉིད་བྱེད་པོ་དག་སྟོང་སྟོ་བཟང་ཆོས་འཕེལ་ལམ། བད་སྟོད་ཀྱི་མིང་དབྱངས་  
ཅན་གྲུབ་པའི་དོ་རྗེས་གཞན་པན་གྱི་ལྷག་བསམ་བཟང་པོས་སྟེལ་བའོ། །

སྤྲུལ་པ། ཀུན་ཏུ་ལེགས་བྱས་རབ་ཡངས་འོ་མཆོ་ཆེ། །

ཀུན་གྱི་བྱི་མའི་དུད་ཁུ་རིང་དུ་འདོར། །

ཀུན་གྱང་རིག་ཚུལ་བཟོ་མོར་རྟག་པར་རོལ། །

ཀུན་གཟིགས་དཔལ་སྤྱད་མཆོག་ཏུ་འགྱུར་བར་འོག། །

ཅེས་ལུང་སྟོན་པ་སུམ་ཅུ་པ་དང་དེའི་སྟོང་པོ་ལེགས་བཤད་ལྷོན་དབང་  
སྐྱར་བའི་འགྲེལ་པ་བྱ་མིའི་དགོངས་པ་རབ་ཏུ་གསལ་བའི་སྤང་བྱེད་ཅེས་བྱ་  
བ་འདི་ནི། སྤྲུལ་ཆོས་བྲལ་ཆེན་པོ་བཟྱ་ཤིས་སྤྱན་པོར་རྟགས་འཇུག་ཅ་འགྲེལ་  
སྐྱར་བའི་འགྲེལ་པ་བགྱིས་བྱིན་གྱང་། སྟོགས་ལ་གཞན་ལ་པན་པ་དང་སུམ་  
རྟགས་ཡ་བྲལ་དུ་མ་སོང་བའི་ཆེད་དུ་ད་དུང་སུམ་ཅུ་པ་ཅ་འགྲེལ་སྐྱར་བའི་  
འགྲེལ་པ་ཞིག་དགོས་ཞེས་ཐིག་དགོན་ཤར་སྤྱལ་བྱམས་པ་བསྟན་འཛིན་གྱིས་  
བསྐྱལ་ངོར། དཀའ་ཆེན་སྟོ་བཟང་བཟོད་པས་སྤྲུལ་ཉི་འོད་དུ་ལག་ལེན་སྟོང་  
པོར་འདྲིལ་བའི་སྟོབ་སྟོང་སྐབས་སྐབས་མགོན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཆེན་  
པོར་སྤྱན་ཁུར་ཕུལ་བའི་དཔེར་བཟོད་རྣམས་གྱང་བསྐྱིགས་ནས། ཐིག་དགོན་  
གཟིམ་ཆུང་ངོ་མཆར་ཕུན་ཆོགས་སུ་སྐྱར་བའོ། །ཅ་བའི་ཆོག་འགྲེལ་རྣམས་  
དདུལ་ཆུའི་སུམ་རྟགས་ཀྱི་འགྲེལ་པ་གཞིར་བཞག་པ་ཡིན་ནོ། །

༡༡། །ལུང་སྟོན་པ་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པ་དང་དཀར་གསལ་མེ་ལོང་  
སྒྱུར་བའི་རྣམ་བཤད་ཐོན་མིའི་དགོངས་པ་རབ་ཏུ་  
གསལ་བའི་སྒྲུང་བྲེད་ཅེས་བྲ་བ་  
བཞུགས་སོ།།

མཆོད་བརྗོད་དང་སྒྲེང་གཞི།

ནམ་གུར་མཆོད་ཀྱི་ལྷ་ཉལ།  
ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་སྤང་བཅན་སྒྲུལ་པོ་དང་། །  
ཆོས་སྟོན་དག་ལ་དབང་གུར་བྱ་མི་རྗེ། །  
ཆོས་ཀྱན་མངོན་གུར་སྒོ་བཟང་གྲགས་པ་སོགས། །  
ཆོས་ལྷན་ཡོངས་འཛིན་དམ་པ་རྣམས་ལ་འདུད། །  
སྒོ་མཆོག་རྒྱལ་བསྟན་བཟང་པོའི་ཕྱིན་ལས་ཀྱན། །  
གསལ་མཛད་སྟུང་གིས་བྱ་བ་པའི་རྣམ་མཁའི་ནོར། །  
ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་མཆོན་གྱི་འོད་རབ་འཕྱོ། །  
དཔལ་ཡོན་བཟང་པོའི་ཞབས་ལ་གྱུས་པས་འདུད། །  
བརྗོད་དབྱིག་གི་དོ་ཤལ་བཟང་པོས་སྒྲུས། །  
རྟགས་འཇུག་དཀར་གསལ་མེ་ལོང་ལ་བལྟས་ནས། །

མ་དག་ནི་མ་ཡོངས་སུ་སྦྱོང་འདོད་པའི།

སྒོ་ལྟན་རྣམས་ལ་ཕན་སྲིར་འདི་བཤད་བྱ།

དེ་ལ་འདིར་ལུང་སྟོན་པ་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པ་དང་། དེའི་སྦྱང་པའི་དོན་  
མདོ་ཙམ་བརྗོད་པ་དཀའ་གནད་གསལ་བའི་མེ་ལོང་གཉིས་ཀྱི་དགོངས་དོན་  
འཆད་པ་ལ་བཞི། མཚན་གྱི་དོན། འགྱུར་གྱི་ཕྱག་ གཞུང་གི་དོན་དང་།  
མཇུག་གི་དོན་ནོ།

དང་པོ་ནི། རྒྱ་གར་སྐད་དུ། ལྷ་ཀ་ར་ཏ་ལི་རྒྱ་བ་ཏ་ར་རྒྱ་མ།

ཐོད་སྐད་དུ། ལུང་སྟོན་པ་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པ་ཞེས་བྱ་བ།

ཞེས་པ་སྟེ། ལྷ་ཀ་ར་ཏ་ལུང་སྟོན་པ། ལི་རྒྱ་རྟགས། ཨ་བ་ཏ་ར་འཇུག་  
པ། རྒྱ་མ་ཞེས་བྱ་བའོ། །དེ་ཡང་ཡི་གེ་པོ་མོ་མ་ནིང་གི་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་ཚུལ་  
རྒྱས་པར་སྟོན་པས་ན་བརྗོད་བྱའི་སྟོན་ས་བཏགས་པའོ། །གཉིས་པ་ནི། ལྷ་  
ཀ་ར་ཏ་འི་དབང་སྐྱབས་ལ་ཕྱག་འཆམ་ལོ། །ཞེས་པ་སྟེ། རྗེས་འཇུག་རྣམས་  
ཀྱིས་འདི་ཉིད་འཕགས་ཡུལ་ནས་བསྐྱར་བའི་བསྟན་བཅོས་དང་མཚུངས་  
པར་བསྟན་བའི་དོན་དུ་འགྱུར་ཕྱག་བཀོད་པའོ། །གང་ལ་ན་ལུང་སྟོན་པ་ངག་གི་  
དབང་སྐྱབས་མཐེན་པའི་གཏེར་ལའོ། །

གསུམ་པ་གཞུང་གི་དོན་ལ་གསུམ། བཤད་པ་ལ་འཇུག་པ། བཤད་པ་  
ཉིད་དགོད་པ། བཤད་པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་ཚུལ་ལོ། །

བཤད་པ་ལ་འཇུག་པ།

## མཆོད་བརྗོད་དང་བཅུམ་པར་དམ་བཅའ།

དང་པོ་ལ་གཉིས།      མཆོད་བརྗོད་དང་།      བཅུམ་པར་དམ་བཅའ་  
བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། ཅ་བ་དང་། འགྲེལ་བའོ། །

དང་པོ་ནི།      སློ་བའི་སླེས་མཆོག་སློ་བའི་རྒྱལ། །

ཐམས་ཅད་མཐུན་ལ་བྱག་འཆལ་ལོ། །

ཞེས་པ་སྟེ།      བརྗོད་གཞུང་དོན་སློ་བའི་སླེས་བྱའི་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་  
གཞན་ཕྱ་སྟེགས་སོགས་ཀྱི་སློ་བ་དན་པ་རྣམས་ལས་རབ་ཏུ་རྒྱལ་ཞིང་།  
ཞེས་བྱ་ཐམས་ཅད་མཐུན་སྟུམ་དུ་མཐུན་པའི་ཞེས་རབ་ཀྱི་ལྷ་ལ་བྱག་  
འཆལ་ལོ། །ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་འགྲེལ་པ་ལ་གཉིས།      རྒྱ་སྐད་དང་།      བོད་སྐད་ཀྱི་སློ་ནས་  
མཆོད་པར་བརྗོད་པའོ། །དང་པོ་ནི།      རྣམ་ཐར་བྱེ་ཡེ།      ཞེས་པ་སྟེ།      རྣམ་ཐར་  
འཆལ།      མཐུ་འཇམ།      རྒྱུ་དཔལ།      ཡེ་ལ་སྟེ།      འཇམ་དཔལ་ལ་བྱག་འཆལ་  
ལོ། །ཞེས་པའོ། །རྒྱ་སྐད་སློས་པ་ནི།      སྐད་རིགས་ཆེ་བ་བཞི་ལས་ལེགས་  
སྐར་སམ་སྒྱི་ཏའི་སྐད་ལ་བག་ཆགས་འདོག་པ་སོགས་ཀྱི་ཆེད་དོ། །དེ་བཞི་  
ནི།      སམ་སྒྱི་ཏའི་སྐད་དང་།      བ་ཀྱི་ཏའི་སྐད་དང་།      བི་ལུ་ཅིའི་སྐད་དང་།      ཨ་བ་  
སྒྱི་ལའི་སྐད་རྣམས་སོ། །དང་པོ་དེ་དང་།      སྟུམ་ཅུ་ཅ་གསུམ་པའི་སྐད།      བམ་བེ་  
རིག་བྱེད་འདོན་པའི་སྐད་རྣམས་དོན་གཅིག      གཉིས་པ་དེ་དང་།      མ་གཞུང་  
ཡུལ་མི་རང་བཞིན་པའི་སྐད་དོན་གཅིག      གསུམ་པ་དེ་དང་།      བྱང་སྒྲ་མི་སྟན་  
པའི་སྐད་དོན་གཅིག      བཞི་པ་དེ་དང་།      ཟུར་ཆག་གི་སྐད།      སིན་རྒྱ་བའི་སྐད་

རྣམས་དོན་གཅིག་གོ།

གཉིས་པ་ནི། རྒྱལ་ཀུན་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་དབྱིད། །གཞོན་ནུའི་  
གཟུགས་ཀྱིས་རྣམ་རོལ་བ། །རྗེ་བཙུན་བརྟན་པའི་འཁོར་ལོ་དང་། །དབྱེར་  
མེད་སྒྲ་མའི་ཞབས་བརྟུང་ནས། །

ཞེས་པ་སྟེ། དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་གཅིག་  
ཏུ་བསྐྱས་པའི་སྙིང་པོའམ་དབྱིད། །གཞོན་ནུ་ན་ཆོད་བཙུངས་ལོན་པའི་  
གཟུགས་ཀྱིས་རྣམ་པར་རོལ་བ། །རྗེ་བཙུན་བརྟན་པའི་འཁོར་ལོ་སྟེ་འཇམ་  
དཔལ་དབྱངས་དང་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་པ། །རང་ཉིད་ལ་ལམ་བཟང་པོ་མ་ཞོར་  
བར་སྟོན་པའི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་རྣམ་རྟ་བུ་སོགས་དངོས་བརྒྱུད་ཀྱི་སྒྲ་  
མའི་ཞབས་ཀྱི་བརྒྱུ་ལ་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྲུས་པས་བརྟུང་དེ་ཕྱག་  
འཆལ་བའོ། །ནས་ནི་འོག་མ་འདྲན་པའི་ལྷག་བཅས་སོ། །དེ་ཡང་སྒྲ་མ་  
འཇམ་དབྱངས་ལས་ངོ་བོ་གཞན་དུ་བསྐྱས་ན་རང་རྒྱུད་ལ་ཤེས་རབ་འཇུག་  
པའི་སྐྱབས་མེད་ལ། །དེ་མེད་ན་རིག་གནས་ཆེ་ཆུང་དང་ཐར་པར་བགྲོད་པའི་  
ལམ་མི་ཤེས་པས། །སྟོ་གྲོས་ཀྱི་སྟོབས་པ་རྒྱས་པ་ལ་འདི་ལྟ་བུའི་ལྷ་ཞིག་  
བསྟེན་དགོས་སོ། །

གཉིས་པ་བརྩམ་པར་དམ་བཅའ་བ་ནི། མཁས་མཆོག་ཐོན་མིའི་  
ཕྱགས་མཆོ་ལས། །བྱང་བའི་བརྩ་སྟོད་ཕྱི་མོ་མཆོག་ རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པའི་  
སྙིང་པོའི་དོན། །མདོར་བསྐྱས་ཆོག་གིས་གསལ་བར་བྲ། །

ཞེས་པ་སྟེ། རྗེ་བཙུན་མཁྱེན་པའི་གཏེར་གྱི་རྣམ་འབྲུལ་གངས་ཅན་



མཁས་གྲུབ་ཀྱན་གྱི་མཆོག་གྱུར་ཐོན་མི་སསྟོན་པའི་མཁུན་བཅེད་ཐུགས་གྱི་  
ཀྱ་མཆོ་ལས་གྱུར་བའི་བོད་ཁ་བ་ཅན་གྱི་སྐད་གྱི་བད་སྟོད་པའི་བསྟན་བཅོས་  
ཀྱན་གྱི་ཕྱི་མོ་སྟེ་ཅ་བ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་སུམ་ཅུ་པ་དང་རྟགས་གྱི་འཇུག་པ་  
གཉིས་ལས། འདིར་རྟགས་གྱི་འཇུག་པའི་སྟོང་པོའི་དོན་མཐའ་དག་མ་ཆང་  
བ་མེད་པ་མདོར་བསྡུས་པའི་ཆོག་གིས་གསལ་བར་བྱའོ། །ཞེས་པའོ། །

### བཤད་པ་ཉིད་དགོད་པ།

གཉིས་པ་བཤད་པ་ཉིད་དགོད་པ་ལ་གསུམ། མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་  
སྟེང་རྟགས་གྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ། སྟོན་འཇུག་གི་རྟགས་གྱི་འཇུག་པ་བཤད་  
པ། རེས་འཇུག་གི་རྟགས་གྱི་འཇུག་པ་བཤད་པའོ། །

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

དང་པོ་ལ་གཉིས། སྟེང་ཡི་གེའི་དབྱེ་བ་བཤད་པ། ཕོ་ཡིག་གི་དབྱེ་བ་  
བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པའོ། །

### སྟེང་ཡི་གེའི་དབྱེ་བ་བཤད་པ།

དང་པོ་ནི། སྟེང་ན་དབྱངས་མོ་གསལ་བྱེད་པོ། །

ཞེས་པ་སྟེ། སྟེང་ཡི་གེ་ལ་དབྱེ་ན། དབྱངས་དང་གསལ་བྱེད་གྱི་ཡི་གེ་  
གཉིས་སུ་ཡོད་ཅིང་། སུམ་ཅུ་པ་ལས། ལྷ་ལི་གསལ་བྱེད་ཨི་སོགས་  
བཞི། །ཞེས་པ་ལྟར། དབྱངས་ཀྱི་བྱ་བ་གསལ་བར་མཆོན་པར་བྱེད་པ། ཨི་  
སྟེ་གི་གྲ། ལྷ་སྟེ་ཞབས་གྲ། ཨི་སྟེ་འབྱེད་བྲ། ཨི་སྟེ་ན་རོ་བཞི་ནི་མོ་དང་། སུམ་

ཅུ་བ་ལས། ཀྲ་ལི་སྐུམ་ཅུ་ཐམ་པའོ། །ཞེས་པ་ལྟར། ཀྲ་ལིའི་བྱ་བ་གསལ་བར་  
བྱེད་པ། ཀ་ནས་ཨ་བར་གྱི་ཡི་གེ་སྐུམ་ཅུ་པོ་རྣམས་ནི་ཕོ་ཡིག་ཏུ་ཞེས་བར་  
བྱའོ། །

གཉིས་པ་ལ་གཉིས། མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་  
པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། ཅ་བ་དང་། འགྲེལ་པའོ། །

དང་པོ་ནི། ཕོ་ཡི་ཡི་གེ་འབའ་ཞིག་ལ། །

སྡེ་པ་བྱེད་དང་བརྒྱད་གནས་པའང་། །

སྡེ་ཆན་ལྔ་རུ་དྲིལ་བྱས་ནས། །

ཞེས་པ་སྟེ། ཕོའི་ཡི་གེ་འབའ་ཞིག་སྟེ་གསལ་བྱེད་སྐུམ་ཅུ་པོ་ཁོ་ན་ལ།  
སྡེ་པ་བྱེད་དང་བརྒྱད་ཏུ་གནས་ཏེ། སྡེ་པ་དང་པོ། ཀ་ཁ་ག་ང། གཉིས་པ། ཅ་  
ཆ་ཇ་ཉ། གསུམ་པ། ཏ་ཐ་ད་ན། བཞི་པ། པ་ཕ་བ་མ། ལྔ་པ། ཅ་ཆ་ཇ་ཉ། རྩག་  
པ། ཞ་ཟ་འ་ཡ། བདུན་པ། ར་ལ་ཤ་ས། བྱེད་པ། ཏ་ཨ་རྣམས་སོ། །དེ་རྣམས་  
སྡེ་ཆན་ལྔ་རུ་དྲིལ་བ་ནི། སྐྱ་དག་པ་པོ་དང་། རན་པ་མ་ནིང་དང་། ཅུང་ཟད་  
ཞན་པ་མོ་དང་། དེ་ལས་ཀྱང་ཅུང་ཟད་ཞན་པ་ཞིན་ཏུ་མོ་དང་། ཞིན་ཏུ་ཞན་པ་  
མོ་གཤམ་སྟེ་རྣམ་པ་ལྟའོ། །ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་འགྲེལ་པ་ནི། དེ་བྱིར་ཀྲ་ལི་སྐུམ་ཅུ་པོ། །ཕོ་ཡི་ཡི་གེ་འབའ་  
ཞིག་ལ། །ནང་གསལ་སྡེ་ཆན་ལྔ་རྟེན་སྟེ། །

ཞེས་པ་སྟེ། དབྱངས་མོ་དང་གསལ་བྱེད་ཀྱི་ཡི་གེ་ཕོ་ཡིན་པ་དེའི་བྱིར་  
གསལ་བྱེད་ཀྲ་ལི་སྐུམ་ཅུ་པོ་དེ་དག་ཕོ་ཡི་ཡི་གེ་འབའ་ཞིག་སྟེ་ཁོ་ན་ཡིན་པ་

ལ། ཉང་གསེས་སྡེ་ཆོན་ལྷར་དབྱེ་བར་བྱ་སྟེ། སོ་དང་། མ་ནིང་། མོ་དང་།  
ཤིན་ཏུ་མོ་དང་། མོ་གཤམ་རྣམས་སྤྱོད་པའི་བྱིར། །

གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་གཉིས། ཅ་བ་དང་། འབྲེལ་པའོ། །

དང་པོ་ནི། སོ་དང་མ་ནིང་མོ་དང་ནི། །

ཤིན་ཏུ་མོ་དང་བཞི་བཞི་བྱ། །

སྡེ་པ་བཞི་པ་ཡན་ཆད་དབྱེ། །

ལྷག་མ་བཅུ་བཞི་གནས་པ་ལ། །

ཅ་སོགས་གསུམ་ནི་ཅ་སོགས་སྤྱར། །

ཕ་ནི་བ་དང་སྤྱར་བར་བྱ། །

ལྷག་མ་དྲུག་ནི་མོ་བྱ་སྤྱར། །

ར་ལ་ཏ་ནི་མོ་གཤམ་སྟེ། །

ཨ་ནི་མཆོན་མེད་ཅེས་ཀྱང་བྱ། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེའང་སྡེ་པ་དང་པོ་བཞི་པོ་རྣམས་ཀྱི་དང་པོ། །ཀ་ཅ་ཏ་པ་  
རྣམས་སོ་དང་། གཉིས་པ། ཁ་ཆ་ཐ་པ་རྣམས་མ་ནིང་དང་། གསུམ་པ། ག་ཇ་  
ད་བ་རྣམས་མོ་དང་། བཞི་པ། ད་ཏ་ན་མ་རྣམས་ཤིན་ཏུ་མོར་དབྱེ་བར་  
བྱའོ། །དེར་མ་བྱེ་བའི་ལྷག་མ་ཅ་སྡེ་བྱིན། ཡི་གེ་བཅུ་བཞི་གནས་པ་ལ། ཅ་  
ལ་སོགས་པ་སྟེ་ཅ་ཆ་ཇ་གསུམ་ནི། དེམ་བཞིན་སྤྱར་བསྟན་པའི་ཅ་ལ་སོགས་  
པ་གསུམ་དང་སྤྱར་བར་བྱ་སྟེ། ཅ་སོ་དང་། ཆ་མ་ནིང་དང་། ཇ་མོར་ཤེས་  
པར་བྱའོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཕ་ནི་བ་དང་སྤྱར་བས་མོ་དང་། ལྷག་མ་ཞ་བ་འ་ཡ་ཤ་

ས་རྒྱག་ཀྱང་མེའི་ཡི་གེར་སྐྱར་བར་བྱའོ། །ར་ལ་ཏ་གསུམ་ནི་མོ་གཤམ་གྱི་  
ཡི་གེ་ཞེས་བྱ་ཞིང་། ཨ་ནི་མོ་གཤམ་ཡིན་པར་མ་བཟད་མཆན་མེད་གྱི་ཡི་གེ་  
ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་འགྲེལ་བ་ནི། ཀ་ཅ་ཏ་པ་ཅ་རྣམས་པོ། །ཁ་ཆ་ཐ་པ་ཆ་མ་ནིང་།  
ག་ཇ་ད་བ་ཇ་ཕ་ཞ། །ཟ་འ་ཡ་ཤ་ས་རྣམས་པོ། །ང་ཉ་ན་མ་ཤེན་ཏུ་པོ། །ར་ལ་  
ཏ་ཨ་མོ་གཤམ་སྟེ། །ཨ་ནི་མཆན་མེད་ཅེས་ཀྱང་བྱ། །

ཞེས་པ་སྟེ། ཀ་ཅ་ཏ་པ་ཅ་བཅས་ལྟ་པོ་དེ་རྣམས་ནི་སྐྱ་རྒྱག་པ་པོ་ཡིག་  
དང་། ཁ་ཆ་ཐ་པ་ཆ་བཅས་ལྟ་ནི་སྐྱ་རན་པ་མ་ནིང་གི་ཡི་གེ་དང་། ག་ཇ་ད་བ་  
ཇ་ཕ་ཞ་ཟ་འ་ཡ་ཤ་ས་བཅས་བཅུ་གཉིས་པོ་དེ་རྣམས་ནི་སྐྱ་རྩུང་བཟད་ཞན་པ་  
མོ་ཡིག་དང་། ང་ཉ་ན་མ་བཅས་བཞི་ནི་མོ་ཡིག་ལས་ཀྱང་སྐྱ་རྩུང་བཟད་ཞན་པ་  
ཤེན་ཏུ་མེའི་ཡི་གེ་དང་། ར་ལ་ཏ་ཨ་བཅས་བཞི་ནི་སྐྱ་ཤེན་ཏུ་ཞན་པ་མོ་  
གཤམ་གྱི་ཡི་གེ་སྟེ་སྟེ་ཆན་ལྟོ། །ཨ་ནི་མོ་གཤམ་གྱི་ཡི་གེ་ཡིན་པར་མ་  
བཟད་ར་ལ་ཏ་གསུམ་ལས་ཀྱང་སྐྱ་རྩེ་ལ་ཤེན་ཏུ་ཞན་པས་ན་མཆན་མེད་ཅེས་  
ཀྱང་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །

## སྟོན་འཇུག་གི་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པ་བཤད་པ།

གཉིས་པ་སྟོན་འཇུག་གི་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པ་བཤད་པ་ལ་གསུམ།  
མིང་གཞི་ལས་སྟོན་རྗེས་དབྱུང་ཚུལ་བཤད་པ། སྟོན་འཇུག་གི་རྟགས་ཀྱི་  
དབྱེ་བ་བཤད་པ། སྟོན་འཇུག་གི་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་ཚུལ་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་ནི། མོ་ཡི་ཡི་གེའི་ནང་ནས་ནི། །

འཇུག་པའི་ཡི་གེ་བཅུ་དབྱུང་བྲ།

འཇུག་པ་བཅུ་ཡི་ནང་ནས་ནི།

སྡོན་འཇུག་ཡི་གེ་ལྔ་དབྱུང་བྲ།

ཞེས་པ་སྟེ། མའི་ཡི་གེ་ལ་བཤད་མ་ཐག་པ་ལྟར་མོ་ཙམ་དང་། འིན་ཏུ་  
མོ་དང་མོ་གཤམ་སྟེ་གསུམ་དུ་གནས་པ་སོ་སོར་མ་སྟེ་བའི་ནང་ནས། སྤར་  
སུམ་ཅུ་པར་བཤད་པ་ལྟར་རྗེས་འཇུག་གི་ཡི་གེ་ག་ད་ད་ན་བ་མ་འ་ར་ལ་ས་  
སྟེ་བཅུ་པོ་རྣམས་དབྱུང་བར་བྱ་ཞིང་། དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་སྡོན་འཇུག་གི་ཡི་  
གེ་ག་ད་བ་མ་འ་སྟེ་ལྔ་པོ་རྣམས་དབྱུང་བར་བྱའོ། །ཞེས་པའོ།

གཉིས་པ་སྡོན་འཇུག་གི་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ་ལ་གཉིས། ཅ་བ་  
དང་། འགྲེལ་པའོ།

དང་པོ་ནི། སྡོན་འཇུག་ཡི་གེ་ལྔ་པོ་ལ།

པོ་དང་མ་ནིང་མི་དང་ནི།

འིན་ཏུ་མོ་དང་བཞི་རུ་དབྱེ།

ཞེས་པ་སྟེ། བཤད་མ་ཐག་པའི་སྡོན་འཇུག་གི་ཡི་གེ་ལྔ་པོ་དེ་ལ། མིང་  
གཞི་དང་སྦྱར་ནས་སྟོག་པའི་ཆེ་སྒྲ་གདངས་དག་ཞན་དུ་འགྱུར་བའི་ཆ་ནས་  
པོ་བ་ཡིག་དང་། མ་ནིང་ག་ད་གཉིས་དང་། མོ་འ་ཡིག་དང་། འིན་ཏུ་མོ་མ་  
ཡིག་སྟེ་བཞིར་དབྱེ་བར་བྱའོ། །ཞེས་པའོ། །གཉིས་པ་འགྲེལ་པ་ནི། སྡོན་  
འཇུག་ལྔ་ཡི་བ་ཡིག་པོ། །ག་ད་མ་ནིང་འ་མོ་ཡིག་ མ་ནི་འིན་ཏུ་མོ་ཡིན་ནོ། །  
ཞེས་པ་སྟེ། སྡོན་འཇུག་ལྔ་པོ་དེ་ཡི་ནང་ནས། བ་ཡིག་ནི་སྡོན་འཇུག་གི་པོ་



ཡིག་དང་། ག་ད་གཉིས་ནི་སྟོན་འཇུག་གི་མ་ནིང་གི་ཡི་གེ་དང་། འ་ཡིག་ནི་  
སྟོན་འཇུག་གི་མོ་ཡིག་དང་། མ་ཡིག་ནི་སྟོན་འཇུག་གི་ཤིན་ཏུ་མོ་ཡིག་ཡིན་  
ནོ། །

སྟོན་འཇུག་གི་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་ཚུལ་བཤད་པ།

གསུམ་པ་སྟོན་འཇུག་གི་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་ཚུལ་བཤད་པ་ལ་གཉིས།  
མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལོ། །

དང་པོ་ནི། ཅ་བར། དེ་དག་རེ་རེའང་བཞི་བྱེད་དེ། །

གང་ལ་འཇུག་བྱེད་གང་གིས་བྱེད། །

ཇི་ལྟར་འཇུག་བྱེད་ཅི་ཕྱིར་བྱེད། །

ཅས་པ་སྟེ། སྟོན་འཇུག་གི་ཡི་གེ་པོ་སོགས་དེ་དག་རེ་རེའི་འཇུག་  
ཚུལ་ལའང་རྣམ་པ་བཞི་བྱེད་པ་སྟེ་བྱེད་པ་བཞི་བཞིའི་སྟོན་སྟོན་རྟགས་དགོས་  
ཏེ། འཇུག་ཡུལ་མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་གང་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་པ་དང་། འཇུག་  
པ་པོ་སྟོན་འཇུག་གི་ཡི་གེ་གང་གིས་འཇུག་པར་བྱེད་པ་དང་། སྐྱའི་འཇུག་  
ཚུལ་ཇི་ལྟ་བུས་འཇུག་པར་བྱེད་པ་དང་། དགོས་པ་ཅིའི་ཕྱིར་འཇུག་པར་  
བྱེད་པ་རྣམས་སོ། །ཞེས་པ་ལོ། །

གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་གསུམ། གང་ལ་འཇུག་པ་དང་གང་  
གིས་འཇུག་པ་མཐུན་མོང་དུ་བཤད་པ། ཇི་ལྟར་འཇུག་པ་བཤད་པ། ཅི་ཕྱིར་  
འཇུག་པ་བཤད་པ་ལོ། །

# གང་ལ་འཇུག་པ་དང་གང་གིས་འཇུག་པ་མཐུན་མོང་དུ་ བཤད་པ།

དང་པོ་ལ་གཉིས། ཅ་བ་དང་། འགྲེལ་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། ཇི་བས་  
མཆམས་སྐྱར་བ་དང་། ལན་གྱིས་བསྟད་པའོ། །

དང་པོ་ནི།      གང་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་ཅེ་ན། །

ཞེས་པའོ། །གཉིས་པ་ལ་གཉིས། ལན་གྱིས་བསྟད་པ་དངོས་དང་། ཞར་  
བྱུང་མི་འཇུག་པ་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་ནི།      ཕོ་ནི་ཕོ་དང་མོ་ལ་འཇུག །

མོ་ནི་མོ་དང་མ་ནིང་ལ། །

མ་ནིང་ཡང་ནི་ཕོ་མོ་ལའོ། །

ཤེན་ཏུ་མོ་ནི་མ་ནིང་དང་། །

མོ་དང་ཤེན་ཏུ་མོ་ཉིད་ལའོ། །

ཞེས་པ་སྟེ།      དེ་ལ་གང་གིས་འཇུག་པར་བྱེད་པ་པོ་ཕོའི་ཡི་གེ་བ་ནི།  
རང་གི་སྒྲེ་བ་མ་ཡིན་པའི་མིང་གཞིའི་ཕོ་ཡིག་ཀ་ཅ་ཏ་ཅ་བཞི་དང་། མོ་ཡིག་  
གང་ཇ་ཉ་ད་ན་ད་ཞ་ཟ་ར་ཤ་ས་བཅུ་གཉིས་ཏེ་བཅུ་དྲུག་ལ་འཇུག་གོ། །དེ་  
བཞིན་དུ་སྟོན་འཇུག་གི་མོ་ཡིག་འ་ཡིག་ནི། མིང་གཞིའི་མོ་ཡིག་ག་ཇ་ད་བ་  
ཇ་ལྷ་དང་། མ་ནིང་ཁ་ཆ་ཐ་པ་ཆ་ལྷ་སྟེ་བཅུ་ལ་འཇུག་གོ། །སྟོན་འཇུག་གི་མ་  
ནིང་ག་ཡིག་ནི། མིང་གཞིའི་ཕོ་ཡིག་ཅ་ཏ་ཅ་གསུམ་དང་། མོ་ཡིག་ཉ་ད་ན་ཞ་

ཟ་ཡ་ཤ་ས་བརྒྱད་དེ་བཅུ་གཅིག་ལ་འཇུག་ཅིང་། ད་ཡིག་ནི་མིང་གཞིའི་ཕོ་  
ཡིག་ཀ་པ་གཉིས་དང་། མོ་ཡིག་ག་ང་བ་མ་བཞི་སྟེ་བཅུ་ལ་འཇུག་གོ ། སྟོན་  
འཇུག་གི་ཤིན་ཏུ་མོ་མ་ཡིག་ནི། མིང་གཞིའི་མ་ནིང་ཁ་ཆ་ཏ་ཆ་བཞི་དང་།  
མོ་ཡིག་ག་ཇ་ད་ཇ་བཞི་དང་། ཤིན་ཏུ་མོ་ང་ཉ་ན་གསུམ་སྟེ་བཅུ་གཅིག་ལ་  
འཇུག་གོ ། དེ་ཡང་བསྐྱེད་ཅེས་པ་ལྟ་བུའི་འཕུལ་རྟེན་གྱི་བ་དང་དེའི་འཇུག་  
ཡུལ་སྒྱིར་ས་ཀ་ཡ་གསུམ་ག་ཡིན་ཀྱང་འཇུག་ཡུལ་གཙོ་བོ་ནི་ཀ་ཡིག་ཉིད་  
ཡིན་པས་སྐབས་འདིར་གང་ལ་འཇུག་པ་དེ་འཇུག་ཡུལ་གཙོ་བོ་དེ་ལ་བྱེད་  
དགོས་ཏེ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་འབྱེད་ཅེས་པ་ལྟ་བུའི་ཆེ་འ་ཡིག་རང་སྒྲེའི་ཡ་  
ཡིག་ལ་འཇུག་པར་ཁས་ལེན་དགོས་པས་སོ། །

གཉིས་པ་ཞར་བྱུང་མི་འཇུག་པ་བཤད་པ་ནི།

ཕོ་ནི་མ་ནིང་ལ་མི་འཇུག །

མོ་ནི་ཕོ་ལ་འཇུག་པ་མིན། །

མ་ནིང་རང་ལ་རང་མི་འཇུག །

རང་གི་སྟེ་དང་འཕྲད་པ་ན། །

ཕོ་ཡང་མོ་ལ་འཇུག་མི་འགྱུར། །

མ་ནིང་མོ་ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། །

ཞེས་པ་སྟེ། སྟོན་འཇུག་གི་ཕོ་བ་ཡིག་ནི། མིང་གཞིའི་མ་ནིང་ཁ་ཆ་ཐ་  
པ་ཆ་རྣམས་ལ་མི་འཇུག་ཅིང་། སྟོན་འཇུག་གི་མོ་འ་ཡིག་དང་། དེའི་ཤུགས་  
བསྟན་ཤིན་ཏུ་མོ་མ་ཡིག་དག་ནི། མིང་གཞིའི་ཕོ་ཀ་ཅ་ཏ་པ་ཅ་རྣམས་ལ་མི་

འཇུག་པ་དང་། སྡོན་འཇུག་གི་མ་ནིང་ག་ད་གཉིས་ནི། མིང་གཞིའི་ཡང་མ་  
ནིང་། ཁ་ཆ་ཐ་ས་ཆ་རྣམས་ལ་མི་འཇུག་གོ། ཡང་སྤྲ། ཐོ་ནི་ཐོ་དང་མོ་ལ་  
འཇུག་ ཅེས་སོགས་ཀྱི་དམིགས་བསལ། སྡོན་འཇུག་རྣམས་བཞི་ཆོན་དུ་སྤྱེ་  
བའི་རང་རང་གི་སྤྱེ་བའི་མིང་གཞི་རྣམས་དང་འབྲུད་པའི་ཆེ་ན། སྡོན་འཇུག་  
གི་ཐོ་བ་ཡིག་ནི། མིང་གཞིའི་མོ་བ་མ་དག་ལ་མི་འཇུག་ཅིང་། ཡང་སྤྲས་ཐོ་  
ཡིག་པ་ལའང་མི་འཇུག་པར་བསྟན་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་སྡོན་འཇུག་གི་མ་  
ནིང་ག་ད་གཉིས་ཀྱང་རང་སྤྱེའི་ཐོ་མོ་དག་ལ་མི་འཇུག་པས། ག་ཡིག་མིང་  
གཞིའི་ཀ་ག་ང་རྣམས་དང་། ད་ཡིག་མིང་གཞིའི་ཏ་ད་ན་རྣམས་ལ་མི་འཇུག་  
ཅིང་། སྡོན་འཇུག་གི་མོ་ཡིག་འཁོར། རང་སྤྱེའི་མིང་གཞིའི་མོ་ཞ་ཟ་འ་ཡ་  
རྣམས་ལ་མི་འཇུག་པ་དང་། ཡང་སྤྲས་སྡོན་འཇུག་གི་འིན་ཏུ་མོ་མ་ཡིག་ནི།  
རང་སྤྱེའི་མིང་གཞིའི་མ་ནིང་པ་དང་། མོ་བ་དང་། འིན་ཏུ་མོ་མ་རྣམས་ལ་  
འཇུག་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་འགྲེལ་པ་ལ་གཉིས། རྩི་བས་མཆམས་སྦྱར་བ་དང་། ལན་  
གྱིས་བསྟན་པའོ། །

དང་ཐོ་ནི། དེ་རྣམས་གང་ལ་གང་འཇུག་ན། །

ཞེས་པ་སྟེ། སྤྲ་བ་ཤད་པའི་ཡི་གེ་དེ་རྣམས་མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་གང་  
ལ་སྡོན་འཇུག་གང་འཇུག་ཅེ་ན། ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་ལན་གྱིས་བསྟན་པ་ལ་བཞི། སྡོན་འཇུག་གི་ཐོ་ཡིག་འཇུག་  
ཚུལ་བ་ཤད་པ། སྡོན་འཇུག་གི་མ་ནིང་འཇུག་ཚུལ་བ་ཤད་པ། སྡོན་འཇུག་གི་

མོ་ཡིག་འཇུག་ཚུལ་བཤད་པ། སྟོན་འཇུག་གི་ཤིན་ཏུ་མོ་ཡིག་འཇུག་ཚུལ་  
བཤད་པའོ། །

དང་པོ་ནི། མོ་ཡིག་བ་ནི་ཀ་ཅ་ཉ། །ཅ་ག་ང་ཇ་ཉ་ད་ན། །ཇ་ཞ་ཟ་ར་ཉ་  
སར་འཇུག། །

ཅེས་བ་སྟེ། གང་གིས་འཇུག་པར་བྱེད་པ་པོ་སྟོན་འཇུག་གི་མོ་ཡིག་བ་  
ནི། མིང་གཞིའི་ཡི་གོ། ཀ་དང་། ཅ་དང་། ཉ་དང་། ཅ་དང་། ག་དང་། ང་དང་།  
ཇ་དང་། ཉ་དང་། ན་དང་། ཇ་དང་། ཟ་དང་། ར་དང་། ཉ་དང་། ས་བཅས་ཡི་གོ་  
བཅུ་དྲུག་པོ་འདི་རྣམས་ལ་འཇུག་གོ། །ཀ་ཅ་ཉ་ཅ་བཞི་མིང་གཞིའི་མོ་ཡིག་  
དང་། ག་ང་སོགས་བཅུ་གཉིས་ནི་མོ་ཡིག་གོ། །བ་ཡིག་ཀ་ལ་རྒྱང་བཅེགས་  
འདོགས་གསུམ་གྱི་སྟོན་ས་འཇུག་པ་ལས། དང་པོ་རྒྱང་འཕུལ་གྱི་དབང་  
གིས་བ་ཡིག་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། བཀའ་འགྱུར། བཀོད་ལེགས། གོས་  
བཀའ། ཚུར་བཀུག དམིགས་སུ་བཀར། གོང་དུ་བཀུར། ལག་པ་བཀའ། ལྟ་  
བུའོ། །གཉིས་པ་ཀ་ལ་བཅེགས་འཕུལ་གྱི་དབང་གིས་བ་ཡིག་འཇུག་ཚུལ་  
ནི། དཔེར་ན། བསྐལ་ཆེན། ལག་བསྐྱམས། ཇ་བསྐོལ། མར་བསྐྱས། །དཔོན་  
ཏུ་བསྐོས། རོར་བརྒྱས། ས་བརྐོས། ལྟ་བུའོ། །གསུམ་པ་འདོགས་འཕུལ་གྱི་  
དབང་གིས་བ་ཡིག་ཀ་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། སྤུལ་བ་བཀྱེ། ཚུས་  
བཀྱས། རྒྱལ་པོ་བཀྱོངས། བཀའ་བཀྱོན་གནང་། ཇིན་གྱིས་བསྐྱངས། དར་  
བརྒྱངས། སྤ་བརྒྱང་གཏིང་། ལྟ་བུའོ། །བཅེགས་འདོགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ནི།  
རྟགས་འགྲེལ་རབ་གསལ་སྤང་བ་ལས། མགོ་ཅན་གསུམ་ལ་བཅེགས་པ་



ཟེད། །འདོགས་ལ་བཅེགས་པའི་ཐ་སྟོད་མེད། །ཅེས་པ་ལྟར། ར་མགོ་ཅན་  
 བཅུ་གསུམ། ལ་མགོ་ཅན་བཅུ། ས་མགོ་ཅན་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་ཡི་གེ་རྣམས་ལ་  
 བཅེགས་མ་དང་། ཡ་ར་ལ་མའི་འདོགས་ཅན་བཞི་ལ་བཅེགས་པའི་ཐ་སྟོད་  
 མི་བྱེད་པས། འདོགས་ཅན་ཀྱི་ཡི་གེར་འཛོག་གོ། །འདིར་དཔེར་བཅོམ་ལ།  
 བཀའ། བསྐྱལ། བཤེས་ལྟ་བུ་འགོད་རྒྱ་ཡིན་ཀྱང་། འདིར་གོ་བདེ་བའི་བྱིར་དུ་  
 ཆོག་གྲོགས་དང་སྦྱར་ཏེ་བཀོད་པ་ཡིན་ནོ། །བ་ཡིག་ཅ་ལ་རྒྱང་འཕུལ་གྱིས་  
 འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། དམ་བཅོམ། བཅའ་ཡིག་ བཅས་ལྟར། ཆོགས་  
 བཅད། རོར་བཅོལ། བྲག་བཅག་ རྩ་བཅུས། ལྟ་བུའོ། །བ་ཡིག་ཏ་ལ་རྒྱང་  
 བཅེགས་གཉིས་ཀྱིས་འཇུག་པ་ལས། དང་པོ་རྒྱང་འཕུལ་གྱིས་འཇུག་ཚུལ་  
 ནི། དཔེར་ན། ཁ་བཏགས། གདན་བཏིང་། རྩོས་བཏང་། རྩོལ་བཏོད། ལྷ་  
 བཏོགས། བཟའ་བཏུང་བྲས། དམ་བཏུལ། ལྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་བཅེགས་  
 འཕུལ་གྱིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། གནས་བཏྟན། བཏྟག་དབྱེད། ལུས་  
 བཏྟས། གོས་བཏྟབ། ལྷ་བཏྟམས། གོས་བཏྟངས། ལྷ་བཏྟམས། ལྟ་བུའོ། །བ་  
 ཡིག་ཅ་ལ་རྒྱང་བཅེགས་གཉིས་ཀྱིས་འཇུག་པ་ལས། དང་པོ་རྒྱང་འཕུལ་  
 ཀྱིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། བཅོ་སྒྲག་མཁན། འབགས་བཅོག་ རོར་  
 བཅོལ། ལྷམ་བཅོར། མིག་བཅོམས། གོས་བཅོམ། བཀའ་བཅོན། ལྟ་  
 བུའོ། །གཉིས་པ་བཅེགས་འཕུལ་གྱིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། བཅོན་  
 འགྲུས། བཅོ་བ། བཅོམ་བ། གངས་བཅོས། ཐོ་བཅོགས། གོས་བཅོངས། ལྷང་  
 དུ་བཅོགས། ལྟ་བུའོ། །བ་ཡིག་ག་ལ་རྒྱང་བཅེགས་འདོགས་གསུམ་གྱིས་

འཇུག་པ་ལས། དང་པོ་རྒྱང་འཕུལ་གྱིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། གོས་  
 བགོས། བགོགས་སྒོད། ཚོད་བགམ། ག་ལ་བགོམ། འབྲུ་བགོ་བགོ་སྐལ་ཐོབ།  
 གད་མོ་བགད། ལྷ་བུའོ། །གཉིས་པ་བཅེགས་འཕུལ་གྱིས་འཇུག་ཚུལ་ནི།  
 དཔེར་ན། བག་ཆགས་བསྒོས། ལྷ་མ་བསྒོམས། ལྷང་མ་བསྐྱལ། ལྷགས་  
 བསྒོང་། ལྷ་རམ་བསྐྱར། ལྷ་བཀལ། ལེ་བཀལ། ལྷ་བུའོ། །གསུམ་པ་འདོགས་  
 འཕུལ་གྱིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། ལུས་བསྐྱིངས། སར་བསྐྱེལ། གལ་  
 བསྐྱིགས། ལྷུང་པ་བཀྲས། དབྱུག་པ་བཀྲབས། འོ་བཀྲལ། ཏ་བཀྲགས། ལྷ་  
 བུའོ། །བ་ཡིག་ང་ལ་བཅེགས་འཕུལ་གྱིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན།  
 དབུགས་བརྒྱབས། ཅ་བརྒྱས། འ་བརྒྱས། བསྒྲོད་བསྒྲགས། ལྷུག་བསྒྲལ།  
 བསྒྲོ་བ། མཚང་བསྒྲོགས། ལྷ་བུའོ། །བ་ཡིག་ར་ལ་བཅེགས་འཕུལ་གྱིས་  
 འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། བརྒྱ་པོ། འབྲུ་དབྲལ་བརྒྱས། གཟི་བརྒྱེད་ཆེ། ཁ་  
 འདོན་བརྒྱེད། བརྒྱེད་བྱའི་དོན། བརྒྱེད་པ་དག བརྒྱེད་ཆགས། ལྷ་བུའོ། །བ་  
 ཡིག་ཉ་ལ་བཅེགས་འཕུལ་གྱིས་འཇུག་པ་ནི། དཔེར་ན། ལྷང་བརྟན། བརྟན་  
 ཐབས། གྲུབ་བརྟེས། ལྷ་བརྟོགས། བསྟེན་བཀྱར། གནས་ནས་བསྟེལ། རེས་  
 ལྷ་བསྟེགས། ལྷ་བུའོ། །བ་ཡིག་ད་ལ་རྒྱང་བཅེགས་གཉིས་ཀྱིས་འཇུག་པ་  
 ལས། དང་པོ་རྒྱང་འཕུལ་གྱིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། བདེ་བ། བདོག་བ།  
 བས་བདའ་བ། བྱི་བདར་བྱ་བ། བདུག་སྒོས། ལྷིགས་མ་བདོ་བ། བདུད་བཅོམ།  
 ལྷ་བུའོ། །གཉིས་པ་བཅེགས་འཕུལ་གྱིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། ར་  
 བརྒྱང་། བྱི་བརྒྱར། སར་བརྒྱབས། ཐོར་པ་བལྟག ལྷུང་དུ་བལྟབས། སར་

བསྐྱད། གྲོས་བསྐྱར། ལྷ་བྱའོ། །བ་ཡིག་ན་ལ་བཅེགས་འཕུལ་གྲིས་འཇུག་  
 ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། བརྟག་པར་དཀའ། བརྟན་པ། བརྟབ་སེམས། ལྷ་བསྐྱར་  
 གཏོང་། སྤང་བ་བསྐྱམས། བན་ཚུན་བསྒྲོལ། འདམ་བསྒྲོལ། ལྷ་བྱའོ། །བ་ཡིག་  
 ར་ལ་བཅེགས་འཕུལ་གྲིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། གོས་བརྗེས། བརྟན་  
 སྐྱུས། བརྗེ་བ་མེད། དུལ་དུ་བརྗེདས། མིར་བརྗེས། ར་བརྗེབས། གོ་ཞིབ་  
 བརྗེས། ལྷ་བྱའོ། །བ་ཡིག་ཞ་ལ་རྒྱང་འཕུལ་གྲིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན།  
 སྒོད་དུ་བཞག། སྐྱ་བཞུར། བཞོན་པ། འོ་མ་བཞོས། བཞམས་ཏེ་བསྒྲོ་བ།  
 གསོལ་བཞིའི་ལས། ཡར་བཞེངས། ལྷ་བྱའོ། །བ་ཡིག་ཟ་ལ་རྒྱང་འདོགས་  
 གཉིས་གྲིས་འཇུག་པ་ལས། དང་པོ་རྒྱང་འཕུལ་གྲིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་  
 ན། བཟང་ཆང་། ལྷང་བཟེད། ཇི་བཟང་། བཟེད་ཞལ། བཟོད་པ། རྗེས་བཟུང་།  
 བཟོ་རིག་ལྷ་བྱའོ། །གཉིས་པ་འདོགས་འཕུལ་གྲིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན།  
 བར་ཆད་བརྗོག་དབྱེན་བརྒྱམས། ལྷགས་བརྒྱས། ལྷ་བྱའོ། །བ་ཡིག་ར་ལ་  
 འདོགས་འཕུལ་གྲིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། གྲིན་གྲིས་བརྒྱབས། ཆིག་  
 བརྒྱང་པོ། །སེམས་བརྒྱིང་པོ། སའི་བརྒྱན། ཡ་མ་བརྒྱ། གདོན་གྲིས་བརྒྱམས།  
 ལྷ་བྱའོ། །བ་ཡིག་ཤ་ལ་རྒྱང་འཕུལ་གྲིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། ཆོས་  
 བཤད། དག་བཤེས། ཆང་བཤིག་བཤན་པ་ཤི། བགོ་བཤའ་ཐོབ། ཡི་གེ་  
 བཤུས། རྩ་བཤོལ་ཐོན། རྒྱང་འཕུལ་ཞེས་པ་གོང་དུ་བཤད་པའི་མགོ་ཅན་  
 གསུམ་དང་། སྤང་འདོགས་བཞི་ལས་གཞན་པ་ལ་རྒྱང་པ་ཞེས་བྱའོ། །བ་  
 ཡིག་ས་ལ་རྒྱང་འདོགས་གཉིས་གྲིས་འཇུག་པ་ལས། དང་པོ་རྒྱང་འཕུལ་

གྲིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། བསོད་སྟོམས། དམིགས་བསལ། ལྷ་བསང་།  
ཞབས་བསིལ། བསེར་བྲ། རྗེར་བསགས། རིན་བསབས། ལྷ་བྱའོ། །གཉིས་  
པ་འདོགས་འཕུལ་གྲིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། ཆེ་བསྐངས། གསུར་  
བསྐྱེགས། བསྐབས་བའི་ས། བསྐྱ་བ་མེད། ངན་བསྐྱད་བཅུག རྩེ་ནང་  
བསྐྱོགས། ཁོངས་སུ་བསྐྱན་བ། ལྷ་བྱའོ། །

གཉིས་པ་སྟོན་འཇུག་གི་མ་ནིང་འཇུག་ཚུལ་བཤད་པ་ནི། མ་ནིང་ག་  
ནི་ཅ་ཏ་ཅ། ཉ་ད་ན་ཞ་བ་ཡ་ཤ། །སར་འཇུག་མ་ནིང་ད་ཡིག་ནི། །ཀ་པ་ག་བ་  
ང་མར་འཇུག །

ཅེས་པ་སྟེ། གང་གིས་འཇུག་པར་བྱེད་པ་པོ་སྟོན་འཇུག་གི་མ་ནིང་  
ག་ཡིག་ནི། མིང་གཞིའི་ཡི་གོ། ཅ་དང་། ཏ་དང་། ཅ་དང་། ཉ་དང་། ད་དང་། ན་  
དང་། ཞ་དང་། ཟ་དང་། ཡ་དང་། ཤ་དང་། ས་བཅས་བཅུ་གཅིག་ལ་འཇུག་  
ཅིང་། སྟོན་འཇུག་གི་མ་ནིང་ད་ཡིག་ནི་མིང་གཞིའི་ཡི་གོ། ཀ་དང་། པ་དང་།  
ག་དང་། བ་དང་། ང་དང་། མ་བཅས་དྲུག་ལ་འཇུག་གོ། །ག་ཡིག་གི་འཇུག་  
གཞི་ཅ་ཏ་ཅ་གསུམ་པོ་ཡིག་དང་། ཉ་ད་སོགས་བརྒྱད་མོ་ཡིག་གོ། །ད་ཡིག་  
གི་འཇུག་གཞི་ཀ་པ་གཉིས་པོ་ཡིག་དང་། ག་སོགས་བཞི་མོ་ཡིག་ཡིན་ནོ།  
།ག་ཡིག་ཅ་ལ་རྒྱང་འཕུལ་གྲིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། གཅེར་བྲ། གྲོས་  
གཅོམ། གཅན་གཟན། ཅད་གཅོད། རྩ་གཅོག བྲ་གཅུན། གཅོང་ནད། ལྷ་  
བྱའོ། །ག་ཡིག་ཏ་ལ་རྒྱང་འཕུལ་གྲིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། གཏམ་ལན།  
ལག་གཏད། གཏི་ལུག གཏོར་མ། བསམ་གཏན། དུས་གཏུགས། མགོ་

གཏུམས། ལྷ་བུའོ། །ག་ཡིག་ཅ་ལ་རྒྱང་འཕུལ་གྱིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་  
 བ། གཙུག་ལག་གཙང་ཁང་། གཙོ་བོ། གཙུབ་ཤིང་། གཙག་བྱ། ཟུགས་  
 གཙོགས་ཆེ། ཆང་གཙགས། ལྷ་བུའོ། །ག་ཡིག་ཉ་ལ་རྒྱང་འཕུལ་གྱིས་འཇུག་  
 ཚུལ་ནི། དཔེར་ན་ དཔུང་གཉེན། གཉེར་བ། གཉོད་ཚུང་། གཉའ་ཤིང་།  
 གཉུགས་སེམས། གཉན་འབྱར། གཉོད་ཉལ། ལྷ་བུའོ། །ག་ཡིག་ད་ལ་རྒྱང་  
 འཕུལ་གྱིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། གདུལ་བྱ། གདུགས་ཕུབ། གདན་  
 གདིང་། བན་གདགས། ལྷན་གདངས། གདེང་ཐོབ། གདུང་བརྒྱད། ལྷ་  
 བུའོ། །ག་ཡིག་ན་ལ་རྒྱང་འཕུལ་གྱིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། གནས་  
 གཞི། གནམ་སྐང་། གནང་སྦྱིན། གནག་ཕྱགས། གནད་གཙོད། གཞོད་གཞི།  
 གནའ་ཁུར། ལྷ་བུའོ། །ག་ཡིག་ཞ་ལ་རྒྱང་འཕུལ་གྱིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་  
 བ། གཞོན་རྒྱ། གཞུང་བཟང་། གཞལ་བྱ། གཞོགས་སློང་། གཞོབ་ཇི། གཞོང་  
 བ། གཞི་གཞག་ ལྷ་བུའོ། །ག་ཡིག་ཟ་ལ་རྒྱང་འཕུལ་གྱིས་འཇུག་ཚུལ་ནི།  
 དཔེར་ན། གཟའ་སྐྱར། གཟེངས་བསྟོད། གཟིག་གཟུགས། གཟན་གཟར།  
 གཟར་བྱ། གཟབ་མཆོར། གཟིངས་གཟིགས། ལྷ་བུའོ། །ག་ཡིག་ཡ་ལ་རྒྱང་  
 འཕུལ་གྱིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། གཡས་གཡོན། གཡབ་གཡུག་ གཡང་གཡོབ།  
 གཡུ་གཡར། གཡུང་བྱང་། གཡོས་ཟས། གཡན་དགབ། ལྷ་བུའོ། །ག་ཡིག་  
 ཤ་ལ་རྒྱང་འཕུལ་གྱིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། གཤིན་ཇེ། གཤོག་སྒྲོ།  
 བདེར་གཤེགས། གཤས་གཤོམ། ཚུ་གཤོས། ཤིང་གཤིབས། གཤེད་  
 གཤོར། ལྷ་བུའོ། །ག་ཡིག་ས་ལ་རྒྱང་འཕུལ་གྱིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། གསེར་སྒྲ།



གསོ་རིག་གསུང་རབ། སྟན་གསལ། ཉ་གསེབ། སྐད་གསང་། གསོང་པོ་སྟོས།  
 ལྟ་བུའོ། །ད་ཡིག་ག་ལ་རྒྱང་འདོགས་གཉིས་ཀྱིས་འཇུག་པ་ལས། དང་པོ་  
 རྒྱང་འཕུལ་ཀྱིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། དཀའ་ཆེན། དཀར་ཡོལ། དགོན་  
 གཉིས། དགོས་ཐག དགོར་རྩས། ཡ་དཀར། དཔྱི་དགྲ། ལྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་  
 འདོགས་འཕུལ་ཀྱིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། དཀྱིལ་འཁོར། དཀྱོང་བསྐྱེད།  
 དཀྱིལ་ཆེ། གོས་དཀྱིས། སྟོན་དཀྱིགས། བེལ་དཀྱོལ། དཀྱུས་རིང་། ལྟ་  
 བུའོ། །ད་ཡིག་པ་ལ་རྒྱང་འདོགས་གཉིས་ཀྱིས་འཇུག་པ་ལས། དང་པོ་རྒྱང་  
 འཕུལ་ཀྱིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། དཔལ་ལྷན། དཔེ་ཆ། དཔལ་པོ། དཔུང་  
 སྟོབས། དཔང་པོ། དཔོན་སྟོབ། རེས་དཔག ལྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་འདོགས་  
 འཕུལ་ཀྱིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། དཔལ་བ། དཔྱིད་དུས། དཔྱི་མགོ།  
 དཔྱ་ཁལ། དཔྱིས་ཕྱིན། དཔྱངས་ཐག དཔྱོད་རྟོག ལྟ་བུའོ། །ད་ཡིག་ག་ལ་  
 རྒྱང་འདོགས་གཉིས་ཀྱིས་འཇུག་པ་ལས། དང་པོ་རྒྱང་འཕུལ་ཀྱིས་འཇུག་  
 ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། དག་ལེགས། དགར་གཞི། དགོངས་ཁུས། དགུན་ཀ།  
 དགོན་པ། དགས་ཉམས། དགུང་ཆོགས། ལྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་འདོགས་འཕུལ་  
 ཀྱིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། དག་བཙེམ། གོས་དགམ། ཐུགས་དགེས།  
 འབྲུ་དགམ། མདུད་པ་དགོལ། ལྷག་པར་དགེས། དགེ་དགུར་བྲས། ལྟ་བུའོ།  
 །ད་ཡིག་པ་ལ་རྒྱང་འདོགས་གཉིས་ཀྱིས་འཇུག་པ་ལས། དང་པོ་རྒྱང་འཕུལ་  
 ཀྱིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། དབང་ཐང་། དབུལ་པོ། །དབུ་བ། དབུ་མ།  
 དབུ་ལོ། དབེན་པ། དབུགས་རུག ལྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་འདོགས་འཕུལ་ཀྱིས་

འཇུག་ཚུལ་ནི་ དཔེར་ན་ དབྱིབས་ལེགས། དབྱེན་བརྒྱམས། དབྱེར་མེད།  
 ལུན་དབྱུང་། མར་དབྱེ། རི་མོ་དབྱེ། དབྱངས་སྟོན། ལྷ་བུའོ། །ད་ཡིག་ང་ལ་  
 རྒྱང་འཕུལ་གྱིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན་ དངོས་པོ། དངངས་སྐྱག་ དངུལ་  
 དཀར། དངན་ཐེན། དངར་མོ། དངོས་ཆེ། གྱིའི་དངོ། ལྷ་བུའོ། །ད་ཡིག་མ་ལ་  
 རྒྱང་འདོགས་གཉིས་གྱིས་འཇུག་པ་ལས། དང་པོ་རྒྱང་འཕུལ་གྱི་འཇུག་ཚུལ་  
 ནི། དཔེར་ན། དམག་སྐར། དམུ་ཤོད། དམར་པོ། དམིགས་པ། དམུས་ལོང་།  
 དམན་མོ། དམའ་མཐོ། ལྷ་བུའོ། །གཉིས་པ་འདོགས་འཕུལ་གྱིས་འཇུག་ཚུལ་  
 ནི། དཔེར་ན། དམུལ་བ། མགོ་དམུགས། ཆ་དམུལ། ལྷ་བུའོ། །

གསུམ་པ་སྟོན་འཇུག་གི་མོ་ཡིག་འཇུག་ཚུལ་བཤད་པ་ནི། མོ་ཡིག་  
 འདི་ག་ཇ་ད། །བ་ཇ་ཁ་ཆ་ཐ་པ་ཆ་ད། །ཞེས་པ་སྟེ། གང་གིས་འཇུག་པར་  
 བྱེད་པ་པོ་སྟོན་འཇུག་གི་མོ་ཡིག་འདི་མིང་གཞིའི་ཡི་གོ། ག་དང་། ཇ་དང་།  
 ད་དང་། བ་དང་། ཇ་དང་། ཁ་དང་། ཆ་དང་། ཐ་དང་། པ་དང་། ཆ་བཅས་བརྩ་  
 ལ་འཇུག་གོ། །འཇུག་གཞི་ག་སོགས་ལྷ་མོ་ཡིག་དང་། ཁ་སོགས་ལྷ་མ་ནིང་  
 གི་ཡི་གོའོ། །འ་ཡིག་ག་ལ་རྒྱང་འདོགས་གཉིས་གྱིས་འཇུག་པ་ལས། དང་པོ་  
 རྒྱང་འཕུལ་གྱིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། འགལ་འབྲེལ། འགའ་ཞིག་ འགོ་  
 བྱེད། འགོང་པོ། འགོམ་ཡུག་ འགུལ་བསྐྱོད། བྱེ་འགམས། ལྷ་བུའོ། །གཉིས་  
 པ་འདོགས་འཕུལ་གྱིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། འགྲོན་པོ། འགྲོ་ལོང་།  
 འགྲེལ་པ། འགྲོད་པ། འགྲུལ་འགྲུངས། མཉམ་འགྲོགས། སར་འགྲེལ། ལྷ་  
 བུའོ། །འ་ཡིག་ཇ་ལ་རྒྱང་འཕུལ་གྱིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། འཛོག་ཇས།

འཇལ་རྟོགས། འཇིམ་པ། འཇམ་རྩྱབ། འཇབ་ཅེས། འཇག་མ། འཇུ་བ། ལྷ་  
བུའོ། །འ་ཡིག་ད་ལ་རྒྱང་འདོགས་གཉིས་གྱིས་འཇུག་པ་ལས། དང་པོ་རྒྱང་  
འཕུལ་གྱིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། འདབ་ཆགས་འདུག འདུན་པས་  
འདུད། དགེ་འདུན་འདུས། འབུལ་བ་འདོན། འདོམ་གང་འདེགས། ལུས་འདར།  
རྗེས་སུ་འདེད། ལྷ་བུའོ། །གཉིས་པ་འདོགས་འཕུལ་གྱིས་འཇུག་ཚུལ་ནི།  
དཔེར་ན། འཛེན་པ། འཛེག་མཁན། གཏམ་འཛི། གཅིག་འཛིལ། ལྷ་འཛེས། ལྷ་  
འཛིད། སར་འབྱུད། ལྷ་བུའོ། །འ་ཡིག་བ་ལ་རྒྱང་འདོགས་གཉིས་གྱིས་འཇུག་  
པ་ལས། དང་པོ་རྒྱང་འཕུལ་གྱིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དུང་འབྱུད། མེ་འབར།  
ཆར་འབེབས། ལུས་འབུལ། འབུམ་སྒྲོག འབེལ་གཏམ། འབངས་སྒྲིད། ལྷ་  
བུའོ། །གཉིས་པ་འདོགས་འཕུལ་གྱིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། འབྲོག་པ།  
འབྲི་གཡག འབྲོང་རྒྱ། འབྲུག་སྐད། འབྲེང་ཐག འབས་བྲ། འབྲུང་བཞི། འབྲོར་  
རྒྱས། ལྷ་བུའོ། །འ་ཡིག་ང་ལ་རྒྱང་འཕུལ་གྱིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན།  
འཇམ་སྒྲིང་། འཇབས་རིང་། འཇག་སྒྲོད། འཇོམ་རྒྱ། སྐད་འཇོར། ལྷམ་  
འཇོར། ཉིང་འཇོན། ལྷ་བུའོ། །འ་ཡིག་ཁ་ལ་རྒྱང་འདོགས་གཉིས་གྱིས་འཇུག་  
པ་ལས། དང་པོ་རྒྱང་འཕུལ་གྱིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། འཁོར་ལོ།  
འཁར་གསེལ། འཁོས་ཚུང་། འཁོན་འཇིན། འཁུར་བ། མཐའ་འཁོབ། བཙན་  
འཁོལ། ལྷ་བུའོ། །གཉིས་པ་འདོགས་འཕུལ་གྱིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན།  
འཁྲི་ཤིང་། འཁྲུངས་རབས། འཁྲག་འཇིངས། འཁྲུད་ཕྱག འཁྲལ་ཤེས། དགའ་  
འཁྲིལ། རྩོ་འཁྲབ། ལྷ་བུའོ། །འ་ཡིག་ཆ་ལ་རྒྱང་འཕུལ་གྱིས་འཇུག་ཚུལ་ནི།

དཔེར་ན། ཚས་འཆད། གནས་འཆད། གྲོས་འཆོམས། ཤེས་འཆད། བསམ་  
 འཆད། འཆི་བདག་འཆམས་གོས། ལྷ་བུའོ། །འ་ཡིག་ཐ་ལ་རྒྱང་འཕུལ་གྲིས་  
 འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། འཛོན་ཕྱག་འཛོར་འབྲ། འཐབ་ཚོད། ར་འབྲུང་།  
 ཚུར་འཐེན། དཔེ་འབྲུམ། མགོ་འཛོམས། ལྷ་བུའོ། །འ་ཡིག་ཐ་ལ་རྒྱང་འདོགས་  
 གཉིས་གྲིས་འཇུག་པ་ལས། དང་པོ་རྒྱང་འཕུལ་གྲིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་  
 ན། འཕོ་བ། འཕགས་ལམ། འཕོང་སྐྱེན། གོང་འཕེལ། གོ་འཕེར། ཤིང་འཕར།  
 གནས་འཕོས། ལྷ་བུའོ། །གཉིས་པ་འདོགས་འཕུལ་གྲིས་འཇུག་ཚུལ་ནི།  
 དཔེར་ན། འཕྱིན་སྐྱེལ། དར་འཕྱར། ཁ་འཕྲལ། འོད་འཕྲོ། མིག་འཕྲིག་ རོར་  
 འཕྲོད། འཕྲང་དོག་ ལྷ་བུའོ། །འ་ཡིག་ཆ་ལ་རྒྱང་འཕུལ་གྲིས་འཇུག་ཚུལ་ནི།  
 དཔེར་ན། ཚས་འཆོལ། ལུས་འཆོ། རུལ་འཆུབ། ཟས་འཆལ། གོས་འཆོམ།  
 བསང་འཆིག་ སྒོ་འཆབས། ལྷ་བུའོ། །

བཞི་པ་སྒྲོན་འཇུག་གི་ཤིན་རུ་མོ་ཡིག་འཇུག་ཚུལ་བཤད་པ་ནི།  
 ཤིན་རུ་མོ་ཡི་མ་ཡིག་ནི། །ཁ་ཆ་ཐ་ཆ་ག་ཇ་ད། །ཇ་ང་ཉ་ན་རྣམས་ལ་འཇུག་  
 ཅས་པ་སྟེ། གང་གི་འཇུག་པར་བྱེད་པ་པོ་སྒྲོན་འཇུག་གི་ཤིན་རུ་མོ་ཡི་མ་  
 ཡིག་ནི། མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་ ཁ་དང་། ཆ་དང་། ཐ་དང་། ཇ་དང་། ག་དང་། ཇ་  
 དང་། ད་དང་། ཇ་དང་། ང་དང་། ཉ་དང་། ན་བཅས་བརྟུ་གཅིག་པོ་འདི་རྣམས་  
 ལ་འཇུག་གོ། །འཇུག་གཞི་ཁ་ཆ་ཐ་ཆ་བཞི་མ་ནིང་དང་། ག་ཇ་ད་ཇ་བཞི་མོ་  
 དང་། ང་ཉ་ན་གསུམ་ཤིན་རུ་མོ་ཡིག་གོ། །མ་ཡིག་ཁ་ལ་རྒྱང་འདོགས་གཉིས་  
 གྲིས་འཇུག་པ་ལས། དང་པོ་རྒྱང་འཕུལ་གྲིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན།



མཁས་པ། མཁན་པོ། མཁལ་མ། མཁུར་ཆོས། མཁོས་པ། གྲོག་མཁར།  
ཉེར་མཁོ། ལྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་འདོགས་འཕུལ་གྱིས་འབྲུག་ཚུལ་ནི་དཔེར་ན།  
མཐུན་རབ། མཐིག་མ། མཐིད་གང། མཐིས་པ། མཐེང་པོ། མཐེགས་  
པོ། །མཐུད་རྒྱུ། ལྟ་བུའོ། །མ་ཡིག་ཅ་ལ་རྒྱུད་འཕུལ་གྱིས་འབྲུག་ཚུལ་ནི།  
དཔེར་ན་མཆེད་གྲོགས། མཆན་ཁུང་། མཆེ་བ། མཆེན་པ། མཆེར་བ། མཆེལ་  
ལ། མཆེ་མ། ལྟ་བུའོ། །མ་ཡིག་ཐ་ལ་རྒྱུད་འཕུལ་གྱིས་འབྲུག་ཚུལ་ནི།  
དཔེར་ན། མཐར་ཐུག་མཐར་གོས། མཐེ་བོང་། མཐའ་དག་མཐུ་རུས། མཐུག་  
སྒྲུབ། མཐེལ་མཐུད། ལྟ་བུའོ། །མ་ཡིག་ཆ་ལ་རྒྱུད་འཕུལ་གྱིས་འབྲུག་ཚུལ་  
ནི། དཔེར་ན། མཆན་ཉིད། མཆོན་བྲ། མཆེ་མ། མཆེལ་དམར། རྒྱུགས་  
མཆམས། རྒྱ་མཆོ། ས་མཆུར། ལྟ་བུའོ། །མ་ཡིག་ག་ལ་རྒྱུད་འདོགས་གཉིས་  
གྱིས་འབྲུག་པ་ལས། དང་པོ་རྒྱུད་འཕུལ་གྱིས་འབྲུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན།  
མགུར་མ། མགོ་བོ། མགར་བ། མགལ་དུམ། མགོན་སྐྱབས། མགུལ་རྒྱ།  
མགུ་བ། ལྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་འདོགས་འཕུལ་གྱིས་འབྲུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན།  
མགྲིན་པ། མགྲོན་བྲ། གཏོར་མགྲོན། རྒྱར་མགྲོགས། མགྲོན་པོ། ལྟ་བུའོ། །མ་  
ཡིག་ང་ལ་རྒྱུད་འཕུལ་གྱིས་འབྲུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། མངལ་མི། མངལ་  
འཕྲད། མངེང་བ། མི་མངེད། ཐོའི་མངེ། ལྟ་བུའོ། །མ་ཡིག་ད་ལ་རྒྱུད་འཕུལ་  
གྱིས་འབྲུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། མདོ་མང། མདུན་རྒྱ། མདོག་ལེགས།  
མདའ་བ། མེ་མདག་མདུད་པ། ལྟ་བུའོ། །མ་ཡིག་ང་ལ་རྒྱུད་འཕུལ་གྱིས་  
འབྲུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། མང་ད་ཐིན། མངོ་གཡག་མངོད་གཉིར། མུ་བ་



མོ། མཛེར་པ། མཛེར་བོ། མཛེས་མ། ལྷ་བུའོ། །མ་ཡིག་ང་ལ་རྒྱང་འཕུལ་  
གྱིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། མངའ་ཐང་། མངོན་གྱུར། མངག་གཞུག །  
མངལ་སྒོ། མངར་མོ། མངག་གཏམ། མངོན་མཆན། ལྷ་བུའོ། །མ་ཡིག་ཉ་ལ་  
རྒྱང་འཕུལ་གྱིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། མཉན་ཡོད། མཉན་པོ། མཉམ་  
པར། ར་མཉེ། ངལ་མཉེལ། སྒགས་མཉེད། མཉེས་བྱེད། ལྷ་བུའོ། །མ་ཡིག་ན་  
ལ་རྒྱང་འཕུལ་གྱིས་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། མནལ་གཟིམས། མནའ་སྐུལ།  
དབང་མཛོས། གོས་མནབས། ཟས་མཛོག་རི་མནམ། མནང་ཆེ། ལྷ་བུའོ། །

## རི་ལྷར་འཇུག་པ་བཤད་པ།

གཉིས་པ་རི་ལྷར་འཇུག་པ་བཤད་པ་ལ་གཉིས་ཅ་བ་དང་། འགྲེལ་  
པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། རི་བས་མཆམས་སྐར་བ་དང་། ལན་གྱིས་བསྟན་  
པའོ། །

དང་པོ་ནི། རི་ལྷར་འཇུག་པར་བྱེད་ཅེ་ན། །ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་ནི། པོ་ནི་དག་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཏེ། །

མ་ནིང་རན་པར་འཇུག་པ་ཡིན། །

མོ་ནི་ཞན་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཏེ། །

ཤིན་ཏུ་མོ་ནི་མཉམ་པས་སོ། །

ཞེས་པ་སྟེ། སྟོན་འཇུག་གི་པོ་ཡིག་བ་ནི། མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་རང་གི་

འཇུག་ཡུལ་དུ་གྱུར་པ་རྣམས་ལ་སྐྱ་དང་བྱེད་ཚེ་ལ་དྲག་པའི་སྒོ་ནས་འཇུག་པ་  
དང་། མ་ནིང་ག་ད་གཉིས་ནི་སྐྱ་ཚེ་ལ་རན་པར་འཇུག་པ་དང་། མོ་ཡིག་འའི་  
སྐྱ་ཚེ་ལ་ཞན་པས་འཇུག་པ་དང་། འེན་ཏུ་མོ་མ་ནི་སྐྱ་ཚེ་ལ་མཉམ་པ་སྟེ་འེན་  
ཏུ་སྟོང་ཅིང་ཉམ་ཆུང་བའི་ཚུལ་གྱིས་འཇུག་པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་འབྲེལ་པ་ལ་གཉིས། རྩི་བས་མཆམས་སྐར་བ་དང་། ལན་  
གྱིས་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། རི་ལྟར་འཇུག་པར་བྱེད་ཅེ་ན། །ཞེས་པ་སྟེ།  
སྟོན་འཇུག་གི་ཡི་གེ་དེ་རྣམས་སྐྱ་ཚེ་ལ་དང་མ་ཐུན་པའི་སྒོ་ནས་རི་ལྟར་  
འཇུག་པར་བྱེད་ཅེ་ན། ཞེས་པའོ། གཉིས་པ་ནི། པོ་ནི་སྐྱ་ཚེ་ལ་དྲག་པར་འཇུག་  
མ་ནིང་རན་པར་འཇུག་པ་ཡིན། །མོ་ནི་ཞན་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཏེ། །འེན་ཏུ་མོ་  
ནི་མཉམ་པས་སོ། །ཞེས་པ་སྟེ། སྟོན་འཇུག་གི་པོ་ཡིག་བའི་རང་གི་འཇུག་  
ཡུལ་མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་ཀ་ཅ་སོགས་བརྩ་བྱུག་པོ་རྣམས་ལ་སྐྱ་སྐྱད་གདངས་  
ཆེ་བ་དང་། དབུགས་ལ་སོགས་པའི་ཚེ་ལ་བ་འེན་ཏུ་ཆེ་བས་སྐྱ་ཚེ་ལ་དྲག་པ་  
འཇུག་པ་དང་། མ་ནིང་གི་ཡི་གེ་གཞི་རང་གི་འཇུག་ཡུལ་མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་  
ཅ་ཏ་སོགས་བརྩ་གཅིག་དང་། མ་ནིང་ད་ཡིག་ནི་འཇུག་ཡུལ་མིང་གཞིའི་ཡི་  
གེ་ཀ་པ་སོགས་བྱུག་ལ་སྐྱ་ཚེ་ལ་ཆ་སྟོམས་རན་པར་འཇུག་པ་ཡིན་ལ། མོ་  
ཡིག་འའི་འཇུག་ཡུལ་ག་ཇ་སོགས་བརྩ་ལ་སྐྱ་ཚེ་ལ་ཆུང་བ་ཞན་པའི་ཚུལ་  
གྱིས་འཇུག་པ་དང་། ཏེ་ནི་ལྟག་བཅས་ཀྱི་སྐྱའོ། །འེན་ཏུ་མོ་ཡིག་མ་ནི་འཇུག་  
ཡུལ་ཁ་ཆ་སོགས་བརྩ་གཅིག་ལ་མོ་ཡིག་འའ་ལས་ཀྱང་སྐྱ་ཚེ་ལ་འེན་ཏུ་སྟོང་  
ཅིང་ཞན་པས་མཉམ་པའི་ཚུལ་གྱིས་འཇུག་པར་བྱེད་པས་སོ། །ཞེས་པའོ། །

## ཅི་ཕྱིར་འཇུག་པ་བཤད་པ།

གསུམ་པ་ཅི་ཕྱིར་འཇུག་པ་བཤད་པ་ལ་གཉིས། ཅ་བ་དང་། འབྲེལ་  
པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། ཇི་བས་མཆོམས་སྐྱར་བ་དང་། ལན་གྱིས་བསྟན་  
པའོ། །

## ཅ་བའི་ཆིག་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་གསལ་བཤད།

དང་པོ་ནི། ཅི་ཕྱིར་འཇུག་པར་བྱེད་ཅི་ན། །ཞེས་པའོ། །  
གཉིས་པ་ནི། པོ་ནི་འདས་དང་གཞན་བསྐྱབ་ཕྱིར། །  
མ་ནིང་གཉིས་ཀ་ད་ལྟར་ཆེད། །  
མོ་ནི་བདག་ད་མ་འོངས་ཕྱིར། །  
ཞིན་ཏུ་མོ་ནི་མཉམ་ཕྱིར་རོ། །

ཞེས་པ་སྟེ། སྟོན་འཇུག་གི་པོ་ཡིག་བ་ནི། དགོས་པ་དུས་གསུམ་ལས།  
ལྟ་བསྐྱབས་སོ། །ལྟགས་གསེར་དུ་བསྐྱར་རྟོ། །ལྟ་བུ་བྱེད་པོ་གཞན་དང་  
དངོས་སུ་འབྲེལ་བའི་བྱ་བ་བྱས་ཅིན་པ་འདས་པ་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་དང་།  
དངོས་པོ་བདག་གཞན་གཉིས་ལས། གཞན་ཏེ། བརྟུང་བ། བདུག་པ། བསྐྱབ་  
བྱ། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ། བསྐྱབ་བྱའི་ལྟ། བསྐྱར་བྱ། བསྐྱར་བར་བྱ་བ། བསྐྱར་  
བྱའི་ལྟགས་ལྟ་བུ་བྱེད་པ་པོ་གཞན་དང་དངོས་སུ་འབྲེལ་བའི་བྱ་བའི་ཡུལ་གྱི་  
དངོས་པོ་དང་བསྐྱབ་པར་བྱ། བསྐྱབ་པོ། །བསྐྱར་བར་བྱ། བསྐྱར་རོ། །ལྟ་བུ་

བྱ་བའི་ཡུལ་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་ཉིད་བསྐྱབ་པའི་སྤྱིར་  
འདུག་གོ། །སྟོན་འདུག་གི་མ་ཉིད་ག་ད་དེ་དག་ནི། ཞིང་གཙོང་པ་པོ། གཙོང་  
བྱེད། སྟོན་(དགག་པ་པོ། དགག་བྱེད།) ལྟ་བུ་བྱེད་པ་པོའི་དངོས་པོ་དང་།  
གཙོང་པར་བྱེད། གཙོང་དོ། །(དགག་པར་བྱེད། དགག་གོ) །ལྟ་བུ་བྱེད་པ་པོ་  
དང་འབྲེལ་བའི་བྱེད་ལས་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་གཉིས་བདག་གི་དངོས་པོ་དང་།  
གདམ་པ། གཟུང་བ། གཙང་བ། གཙང་པར་བྱ་བ། གཙང་བྱའི་ཞིང་། དགག་  
བྱ། དགག་པར་བྱ་བ། དགག་བྱའི་སྟོན། །ལྟ་བུ་བྱེད་པ་པོ་གཞན་དང་དངོས་  
སྤྱ་འབྲེལ་བའི་བྱ་བའི་ཡུལ་གྱི་དངོས་པོ་དང་། གཙང་པར་བྱ། གཙང་  
དོ། །དགག་པར་བྱ། དགག་གོ། ལྟ་བུ་བྱ་བའི་ཡུལ་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བ་  
གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་གཉིས་གཞན་གྱི་དངོས་པོ་སྟེ། དངོས་པོ་བདག་དང་གཞན་  
གཉིས་ཀ་བསྐྱབ་པའི་སྤྱིར་འདུག་པ་དང་། དེར་མ་གཏོགས་པའི་དུས་གསུམ་  
ལས། གཙོང་གྱིན་འདུག གཙོང་བཞིན་པའོ། །དགག་གིན་འདུག དགག་  
བཞིན་པའོ། །ལྟ་བུ་བྱེད་པ་པོ་གཞན་དང་དངོས་སྤྱ་འབྲེལ་བའི་བྱ་བ་བྱེད་  
བཞིན་པ་ད་ལྟར་བ་བསྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་འདུག་སྟེ། ད་ལྟར་བ་ནི། བྱེད་ལས་  
གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་ཉིད་ཆོག་གོགས་ཀྱིས་བསྐྱར་བའོ། །སྟོན་འདུག་གི་མོ་  
ཡིག་འཛི། མདུད་པ་འགྲོལ་པ་པོ། འགྲོལ་བྱེད། ཡོས་འཐག་པ་པོ། འཐག་  
བྱེད་ལྟ་བུ་བྱེད་ཐ་དད་དུ་སྤང་བའི་བྱེད་པ་པོའི་དངོས་པོ་དང་། མདུད་པ་  
འགྲོལ་བར་བྱེད། འགྲོལ་ལོ། ཡོས་འཐག་པར་བྱེད། འཐག་གོ། །ལྟ་བུ་བྱེད་པ་  
པོ་དང་འབྲེལ་བའི་བྱེད་ལས་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་སྟེ། དེ་རྣམས་དངོས་པོ་

བདག་ཡིན་པས་དེ་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་དང་། འགྲོལ་གྱིན་འདུག འཐག་བཞིན་  
 པའོ། །འགྱུར་གྱིན་འདུག འགྱུབ་བཞིན་པའོ། །ལྷ་བྱ་བདག་གཞན་གྱི་དབྱེ་  
 བས་མ་བསྐྱས་པའི་དུས་ད་ལྟར་བ་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་དང་། འཁོར་ལོ་འཁོར་  
 བར་འགྱུར། རོན་འགྱུབ་པར་འགྱུར། ལྷ་བྱ་བྱེད་པ་ལོ་གཞན་དངོས་སུ་མེད་  
 པར་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་པ་ལྷ་བྱར་སྒྲུང་བའི་བྱ་བ་བྱེད་འགྱུར་མ་འོངས་པའི་  
 དུས་བསྐྱབ་པ་རྣམས་གྱི་ཕྱིར་འཇུག་གོ། །སྟོན་འཇུག་གི་ཤིན་ཏུ་མོ་མ་ཡིག་  
 བོ། མཁས་པར་བྱས། མཁས་པ། མཁས་པར་བྱེད། མཁས་བྱ། མཁས་པར་  
 བྱ། མཁས་པར་གྱུར། མཁས་བཞིན་པ། མཁས་པར་འགྱུར། ལྷ་བྱ་སྒྲུང་  
 བཤད་པའི་བདག་གཞན་དང་། དུས་གསུམ་གྱི་བྱེ་བྲག་མེད་པར་ཐམས་ཅད་  
 ལ་མཉམ་པ་སྟེ་མཚུངས་པ་ཉིད་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་འཇུག་གོ། །ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་འགྲེལ་པ་ལ་གཉིས། རྩི་བས་མཆམས་སྒྱུར་བ་དང་། ལན་  
 གྱིས་བསྟན་པའོ། །

དང་པོ་ནི། ཅི་ཕྱིར་འཇུག་པར་བྱེད་ཅེ་ན། །

ཞེས་པ་སྟེ། སྟོན་འཇུག་གི་ཡི་གེ་ལྷ་པོ་དེ་རྣམས་འཇུག་ཡུལ་མིང་  
 གཞིའི་ཡི་གེ་རྣམས་ལ་དགོས་པ་ཅིའི་ཕྱིར་འཇུག་པར་བྱེད་ཅེ་ན། ཞེས་པའོ། །

སྟོན་འཇུག་གི་གང་ཕྱིར་འཇུག་པའི་དོན་བཤད་པ།

གཉིས་པ་ལན་གྱིས་བསྟན་པ་ལ་གཉིས། བདག་གཞན་དུས་གསུམ་  
 སྒྱིར་བཤད་པ་དང་། གཞུང་དོན་ལན་དངོས་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་  
 ལ་བཞི། བདག་གཞན་གྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ། དུས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་བཤད་



པ། དབྱེ་བ་དེ་གཉིས་ཀྱི་བྱང་པར་བཤད་པ། ཏུས་གསུམ་དུ་དབྱེ་བའི་དགོས་  
པ་བཤད་པའོ། །

### བདག་གཞན་གྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ།

དང་པོ་ནི། ཐོག་མར་འདི་ལྟར་ཤེས་དགོས་ཏེ། །ལས་གང་ཞིག་ལ་  
བྱེད་པ་པོ། །གཞན་དང་དངོས་སུ་འབྲེལ་བ་ཡི། །དབང་དུ་བྱས་ནས་བྱེད་པོ་  
དང་། །དེ་ཡི་བྱེད་པ་གཉིས་པོ་ནི། །དངོས་པོ་བདག་ཡིན་བྱ་ཡུལ་དང་། །བྱ་  
བ་གཉིས་པོ་དངོས་པོ་གཞན། །

ཞེས་པ་སྟེ། སྟོན་འཇུག་གི་ཅི་སྒྱུར་འཇུག་པའི་དོན་ཞིབ་ཏུ་ངེས་པ་ལ་  
ཐོག་མར་འདི་ལྟར་ཤེས་པར་བྱེད་དགོས་ཏེ། །ལས་སམ་བྱ་ཡུལ་གང་ལ་བྱ་  
བ་ཞིག་བྱེད་རྒྱ་ཡོད་ན་བདག་གཞན་ཏུས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་འཇུག་ལ། །ལས་  
སམ་བྱ་ཡུལ་ལ་བྱ་བ་བྱེད་རྒྱ་མེད་ན་བདག་གཞན་ཏུས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་  
མི་འཇུག་ཅིང་། །དེ་དག་ལ་བྱེད་པ་པོ་གཞན་དང་དངོས་སུ་འབྲེལ་བའི་དབང་  
དུ་བྱས་ནས་ཤིང་གཙོད་པ་སྟེ་བྱ་ལ་མཚོན་ན། །བྱེད་པ་པོའི་དངོས་པོ་ནི་ཤིང་  
མཁན་དང་། །དེ་ཡི་བྱེད་པ་ནི་སྟེ་ལོན་པས་ཤིང་མཁན་དང་སྟེ་རེ་གཉིས་པོ་  
ནི། །བདག་གཞན་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་དངོས་པོ་བདག་ཡིན། །དེས་བསྐྱབ་པར་  
བྱ་བའི་ཡུལ་གྱི་དངོས་པོ་ཤིང་དང་། །བྱ་བ་ཤིང་གཙོད་པའི་ལས་ཀ་སྟེ་རེའི་  
འདེགས་འཛིག་དང་། །ཤིང་དུམ་བྱར་བརྟུབ་པ་སོགས་ཡིན་པས་དེ་གཉིས་  
པོ་ནི། །བདག་གཞན་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་དངོས་པོ་གཞན་ཡིན་ནོ། །ཕྱ་ཉིའི་

བཤད་སྒྱུར་དུ་ཡང་བྱེད་པ་པོའི་དངོས་པོ་ལ་བདག་དང་། བྱ་བའི་དངོས་པོ་  
 ལ་གཞན་དུ་བཤད་དེ། དེ་ཉིད་ལས། བྱེད་པ་པོ་ནི་བདག་ཡིན་ཏེ། བྱ་བའི་  
 དངོས་པོ་གཞན་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དོན་དེ་རྣམས་གོ་བདེ་བའི་  
 ཆེད་དཔེར་བརྗོད་ཅུང་ཟད་འགོད་ན། ཤིང་གཙོད་པ་པོ། ཞེས་པའི་སྐྱ་འདི་ལྟ་  
 བུས་བྱེད་པ་པོ་གང་ཟག་ཤིང་མཁན་གོ་བས་དེ་ནི་བདག་གཞན་གཉིས་ཀྱི་  
 རང་ནས་བདག་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་བྱེད་པ་པོ་བདག་གི་དངོས་པོའི་སྐྱ་ནི།  
 དཔེར་ན། ཤིང་གཙོད་པ་པོ། གཙོད་བྱེད། ཆོས་སྟོན་པ་པོ། སྟོན་བྱེད། ལྷ་སྐྱབ་  
 པ་པོ། སྐྱབ་བྱེད། ལྷ་བུའོ། །ཤིང་གཙོད་པར་བྱེད། ཅེས་པའི་སྐྱ་ལྟ་བུ་བྱེད་  
 ལས་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་ཡིན་ཅིང་། དོན་དུ་བྱེད་པ་སྟ་རེ་དང་དེ་འདེགས་པའི་  
 བྱ་བ་གོས་དགོས་པས་དེ་ཡང་བདག་གཞན་གཉིས་ནས་བདག་ཡིན། དེ་ལྟ་  
 བུའི་བྱེད་ལས་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་ནི། དཔེར་ན། གཙོད་པར་བྱེད། གཙོད་  
 དོ། །སྟོན་པར་བྱེད། སྟོན་ཏོ། །སྐྱབ་པར་བྱེད། སྐྱབ་པོ། །ལྷ་བུའོ། །གཙོད་བྱ།  
 ཞེས་པ་ལྷ་བུ་བྱ་ཡུལ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་ཡིན་ཅིང་། དོན་དུ་བྱ་ཡུལ་ཤིང་གོ་  
 དགོས་པས་བདག་གཞན་གཉིས་ནས་གཞན་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་བྱ་ཡུལ་གཞན་  
 ཀྱི་དངོས་པོའི་སྐྱ་ནི། དཔེར་ན། གཙོད་པར་བྱ་བ། གཙོད་བྱ། གཙོད་བྱའི་  
 ཤིང་། བསྟན་པར་བྱ་བ། བསྟན་བྱ། བསྟན་བྱའི་ཆོས། ལྷ་བུའོ། །གཙོད་པར་  
 བྱ། ཞེས་པ་ལྷ་བུ་བྱ་བའི་ཡུལ་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་ཡིན་  
 ཅིང་། དོན་དུ་སྟ་རེ་འདེགས་པའི་བྱ་བ་ཤིང་གི་སྟེང་དུ་བབས་ནས་ཤིང་  
 འགས་པ་དང་དུམ་བུར་འགོ་བ་སོགས་གོ་དགོས་པས་དེ་ཡང་བདག་གཞན་

གཉིས་ནས་གཞན་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་བྱ་བ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱེ་ནི། དཔེར་ན།  
གཅད་པར་བྱ། གཅད་དོ། །བསྟན་པར་བྱ། བསྟན་ནོ། །བསྐྱབ་པར་བྱ། བསྐྱབ་  
ནོ། །ལྟ་བུའོ། །

## དུས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ།

གཉིས་པ་དུས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ་ནི། དེ་བཞིན་བྱེད་པ་པོ་  
གཞན་དང་། །དངོས་སུ་འབྲེལ་མིན་ངེ་ལྟར་ཡང་། །བྱ་བ་བྱས་ཟིན་འདས་པ་  
དང་། །བྱ་བ་བྱེད་འགྱུར་མ་འོངས་དང་། །བྱེད་བཞིན་པ་ནི་ད་ལྟ་བུ། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་སྤྱིའི་བཤད་སྐྱར་ལས། དུས་ནི་འདས་དང་མ་  
འོངས་དང་། །ད་ལྟ་དང་བཅས་གསུམ་དུ་འགྱུར། །ཞེས་པའི་དོན་དང་མཐུན་  
པ་ལྟར། གོང་དུ་བདག་གཞན་སོ་སོར་དབྱེ་བ་དེ་བཞིན་དུ་བྱེད་པ་པོ་གཞན་  
དང་དངོས་སུ་འབྲེལ་ཡང་རུང་། འབྲེལ་བ་མིན་ཡང་རུང་ངེ་ལྟར་ཡིན་ན་ཡང་  
དུས་གསུམ་ལས། བྱ་བ་བྱས་ཟིན་པ་ནི་འདས་པ་དང་། དེ་ལྟ་བུའི་འདས་པའི་  
སྐྱེ་ནི། དཔེར་ན། ཞིང་བཅད། ཆོས་བསྟན། ལྟ་བསྐྱབས། ལྟ་བུའོ། །བྱ་བ་  
བྱེད་པར་འགྱུར་བ་ནི་མ་འོངས་པ་དང་། དེ་ལྟ་བུའི་མ་འོངས་པའི་སྐྱེ་ནི།  
དཔེར་ན། གཅད་པར་བྱ། གཅད་བྱ། ཆོས་འཆད་པར་འགྱུར། འཆད་  
དོ། །རབ་ཏུ་འབྱུང་བར་འགྱུར། །འབྱུང་དོ། །ལྟ་བུའོ། །བྱ་བ་བྱེད་བཞིན་པ་ནི་  
ད་ལྟ་བུ་དང་། དེ་ལྟ་བུའི་ད་ལྟ་བའི་སྐྱེ་ནི། ཞིང་གཅོད་པར་བྱེད། གཅོད་  
དོ། །གཅོད་བྱེད། གཅོད་བཞིན་པ། གཅོད་ཀྱིན་འདུག ཆོས་སྟོན་པར་བྱེད།  
ལྟ་བུའོ། །དེ་དག་ནི་དངོས་པོ་གང་ཞིག་ལས་གང་ཞིག་བྱེད་པ་པོ་གཞན་གྱིས་

དངོས་སུ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པས་བྱེད་པ་པོ་གཞན་དང་དངོས་སུ་འབྲེལ་བས་  
 ལས་སོ། །འཛིང་ཆད་ཟིན། འཆད་བཞིན་པ། འཆད་པར་འགྱུར་རོ། །ལྷགས་  
 གསེར་དུ་གྱུར་ཟིན། འགྱུར་བཞིན་པ། འགྱུར་པར་འགྱུར་རོ། །ལྷ་བྱ་འདི་  
 རྣམས་ལས་དང་པོ་འདས་པ་དང་གཉིས་པ་ད་ལྟར་བ་དང་གསུམ་པ་མ་  
 འོངས་པ་ཡིན་ཅིང་། དེ་དག་ནི་དངོས་པོ་གང་ཞིག་ལ་ལས་གང་ཞིག་བྱེད་པ་  
 པོ་གཞན་དང་དངོས་སུ་མེད་པར་རང་གི་རང་གིས་འགྱུར་པར་སྒྲུབ་པས་བྱེད་པ་  
 པོ་གཞན་དང་དངོས་སུ་མ་འབྲེལ་བའི་ལས་སོ། །དེ་ཡང་སྐྱེས་བྱ་ཞིག་གི་  
 མདུན་དུ་ལྷགས་ཤིག་རང་བཞིན་གྱིས་གསེར་དུ་གྱུར་ཆོ། སྐྱེས་བྱ་དེའི་  
 བསོད་ནམས་ཉིད་བྱེད་པ་པོ་གཞན་ཡིན་མོད་ཀྱི། དེ་དངོས་སུ་མི་སྒྲུབ་བ་  
 དང་། ལྷགས་རང་ཉིད་ཀྱི་འབྱུང་བ་རྣམས་ཀྱིས་བྱེད་པས་འགྱུར་པའི་ཆ་ནས།  
 ལྷགས་གསེར་དུ་བསྐྱུར་ཅེས་མི་བརྗོད་པར་གྱུར་ཅེས་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །འོ་  
 བ་མདོ་དང་བསྟན་བཅོས་རྣམས་སུ་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་རི་  
 ལྟར་བསྟན་ཞེ་ན། མདོ་ལས། འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་སྐྱད་ཅིག་ལ། །མི་  
 གནས་བྱ་བ་གང་ལ་ཡོད། །འདི་དག་འབྱུང་བ་དེ་ཉིད་ནི། །བྱ་བ་དེ་ཉིད་བྱེད་  
 པར་བརྗོད། །ཅེས་པས་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་བསྟན་ཅིང་། དེ་ལ་གསུམ་ལས།  
 དང་པོ་རྒྱ་འབྲས་ལ་ལྟོས་པའི་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་ནི། རྣམ་འབྲེལ་ལས། བན་  
 འདོགས་གང་ཡིན་སྐྱེད་པ་ཡིན། །ཞེས་དང་། བསྐྱེས་གྲུའི་རྩ་བ་ལས། སྐྱེད་  
 པར་བྱེད་པ་རྒྱུའི་མཆན་ཉིད། །བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་འབྲས་བྱ་ཡི། །མཆན་ཉིད་  
 དུ་ནི་འཐད་པ་ཡིན། །ཡང་ན་པན་འདོགས་བྱ་བྱེད་ཡིན། །ཞེས་པའི་དོན་ལྟར།



འབྲས་བུ་ནི་སྐྱེ་བྱའམ་བྱ་བ། རྒྱ་ནི་སྐྱེད་བྱེད་དམ་བྱེད་བ། ཀ་བ་ནི་དེ་གཉིས་  
ཀའི་མཆན་གཞིའམ་ལས་ཡིན་ནོ། །ཡང་ན། འབྲས་བུ་ནི་པན་གདོགས་  
བྱའམ་བྱ་བ། རྒྱ་ནི་པན་འདོགས་བྱེད་དམ་བྱེད་བ། ཀ་བ་ནི་མཆན་གཞིའམ་  
ལས་སུ་འཛོག་གོ། །གཉིས་པ་མཆན་མཆོན་ལ་ལྟོས་པའི་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་  
ནི། རྣམ་འགྲེལ་ལས། སྤང་པོ་ལ་སོགས་བྱེ་བྲག་གིས། །མཆན་ཉིད་ཐམས་  
ཅད་བྱེད་པ་ཡི། །ཞེས་པའི་དོན་ལྟར། གཟུགས་ཀྱི་སྤང་པོ་ནི་མཆོན་བྱའམ་  
བྱ་བ། གཟུགས་སུ་སྤང་བ་ནི་མཆན་ཉིད་དམ་བྱེད་བ། སྐྱོན་པོ་ནི་མཆན་  
གཞིའམ་ལས་ཡིན་ནོ། །བསྐྱས་ཅ་ལས། བྱམ་པ་མཆན་གཞི་དངོས་པོར་  
མཆོན། །དོན་བྱེད་རྒྱས་པ་ཡིན་པའོ། །ཞེས་པའི་མཆན་མཆོན་སྦྱར་བ་  
འཐད། །ཅེས་པས། བྱམ་པ་མཆན་གཞི། དངོས་པོ་ཡིན་པར་མཆོན། དོན་  
བྱེད་རྒྱས་པ་ཡིན་པའོ། །ཞེས་པའི་མཆོན་སྦྱར་འདི་མཆོན་སྦྱར་རྣམ་དག་ཏུ་  
བསྟན་ལ། དེ་ལྟར་ན། དངོས་པོ་ནི་མཆོན་བྱའམ་བྱ་བ། དོན་བྱེད་རྒྱས་པ་ནི་  
མཆན་ཉིད་དམ་བྱེད་བ། བྱམ་པ་ནི་མཆན་གཞིའམ་ལས་སུ་འཛོག་དགོས་  
པས། མཆན་མཆོན་དང་མཆོན་སྦྱར་གང་ཡིན་ལ་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་ག་  
ཆང་བ་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ་ཆད་འབྲས་ལ་ལྟོས་པའི་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་ནི།  
རྣམ་འགྲེལ་ལས། བྱ་བ་སྐྱབ་པར་བྱེད་ཅེས་ཏེ། །ལས་ཀྱན་གྱིས་ནི་སྐྱབ་བྱེད་  
བདག་ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་གང་ལས་འབྲས། །གང་ཡིན་དེ་ནི་དེའི་སྐྱབ་བྱེད། །  
ཅེས་པའི་དོན་ལྟར། གཟུགས་གཞལ་བྱ། གཟུགས་ལ་གསར་དུ་མི་བསྐྱབ་པའི་  
རིག་པ་ཆད་མ། གཟུགས་ཏྟགས་པའི་ཆད་མ་འབྲས་བྱ། །ཞེས་པའི་ཆད་



འབྲས་འདི་ལ་མཆོན་ན། གཟུགས་ཉོགས་པའི་ཆད་མ་ནི་འབྲས་བྱ་དང་བྱ་བ།  
 གཟུགས་ལ་གསར་དུ་མི་བསྐྱ་བའི་རིག་པ་ནི་ཆད་མ་དང་བྱེད་བ། གཟུགས་  
 ནི་གཞལ་བྱ་དང་ལས་སུ་འཛོག་གོ། །དེ་མཚུངས་མདོ་དང་བསྟན་བཅས་  
 རྣམས་སུ་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་ཐ་སྙད་མང་དུ་བཤད་དོ། །འོ་ན་སྐབས་  
 འདིའི་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་བྱ་བར་གང་ཡིན་ཞེ་ན། འཇུག་པ་ལས།  
 བྱེད་པོ་ལས་དང་བྱ་བ་གཅིག་མིན་པས། །ཞེས་པའི་ཐད་ཀྱི་དགོངས་པ་རབ་  
 གསལ་ལས། ཞིང་གཅོད་པའི་བྱེད་པ་པོ་དང་། གཅད་པའི་ལས་སུ་བྱ་བ་  
 ཞིང་དང་། ཞིང་གཅོད་པའི་བྱ་བ་གསུམ་གཅིག་མིན་པས། ཞེས་གསུངས་  
 པའི་དོན་ལྟར། ཞིང་གཅོད་པ་པོ། ལྷ་སྐྱབ་པ་པོ། ལྷ་བྱ་ནི་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་  
 གྱི་ནང་ནས་བྱེད་པ་དང་། གཅད་བྱ། གཅད་པར་བྱ་བ། གཅད་བྱའི་ཞིང་།  
 བསྐྱབ་བྱ། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ། བསྐྱབ་བྱའི་ལྷ། ལྷ་བྱ་ནི་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་  
 རང་ནས་ལས་དང་། གཅོད་པར་བྱེད། གཅད་པར་བྱ། གཅད་དོ། །སྐྱབ་པར་  
 བྱེད། བསྐྱབ་པར་བྱ། བསྐྱབ་པོ། ལྷ་བྱ་ནི་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་བྱ་  
 བ་ཡིན་ནོ། །ཞིང་མཁན་ནི་བྱེད་པ་པོ་གཙོ་བོ་དང་། ལྷ་རེ་ནི་བྱེད་པ་པལ་  
 པའོ། །ཞིང་ནི་ལས་སོ། །ཞིང་གཅད་པ་ནི་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་བྱེད་པ་པོ་  
 ལ་ཡོད་པའི་བྱ་བ་དང་། བྱ་བ་ཡུལ་ལ་ཡོད་པའི་བྱ་བ་གཉིས་ཡོད་དེ། སྤྲ་མ་  
 ལ་བྱེད་པའི་ལས་དང་། སྤྲ་མ་ལ་བྱ་བའི་ལས་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། སྤྲ་མ་ནི་  
 གཅོད་པར་བྱེད་ལྷ་བྱ་དང་། སྤྲ་མ་ནི་གཅད་པར་བྱ་ལྷ་བྱ་ཡིན་པས་སོ། །སྤྲ་  
 རེས་ཞིང་གཅོད་པའི་རྩ་བ་ནི་བྱེད་པ་པོ་ཞིང་མཁན་ལ་ཡོད་ཅིང་། དེ་

གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་ནི། འིང་གཙོད་པ་པོ། ལྟ་བུའོ། །སྟ་རེ་འཕར་བ་དང་འབབ་  
པའི་བྱ་བ་ནི་སྟ་རེ་ལ་ཡོད་ཅིང་། དེ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་ནི། གཙོད་པར་བྱེད།  
ལྟ་བུའོ། །འིང་དུམ་བུར་སོང་བའི་ཆ་བྱ་ཡུལ་འིང་གི་སྟེང་དུ་ཡོད་ཅིང་། དེ་  
གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་ནི། གཙོད་དོ། །གཙོད་པར་བྱ། ལྟ་བུའོ། །དེ་ཡང་ཐར་ལམ་  
གསལ་བྱེད་ལས། སྟ་རེ་ལས་རྒྱས་ཐ་དད་པའི་དེའི་འཕར་བ་དང་འབབ་པའི་  
བྱ་བ་མེད་ལ། འིང་ལས་རྒྱས་ཐ་དད་པའི་དེ་དུམ་བུར་སོང་བ་མེད་པའི་བྱར་  
རོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །འིང་ནི་བྱ་བའི་ཡུལ་དང་བྱེད་པའི་ཡུལ་གཉིས་ཀ་  
ཡིན་ཏེ། དེ་གཉིས་ཀྱི་ཡུལ་རྒྱས་ཐ་དད་པ་མི་སྲིད་པའི་བྱར་ཏེ། རིག་ཆེན་  
རིགས་པའི་རྒྱ་མཆོ་ལས། བྱ་བ་དང་དེའི་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་གཉིས་ལས་སུ་  
བྱ་བའི་ཡུལ་རྒྱས་ཐ་དད་པའང་རིགས་པ་ཤེས་པ་དག་མི་འདོད་ཅིང་མི་  
འཐད་པའི་བྱར་ཏེ། གཞན་དུ་ན་པ་ལ་ཤེས་སྟ་རེའི་བྱེད་པ་ཞུགས་པས་རྒྱ་གྲོ་  
ཏ་ཆད་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །སྟ་རེས་འིང་གཙོད་པ་ལ་  
བྱ་བྱེད་ཀྱི་ཆོས་གསུམ་ཆང་ངམ་ཞེ་ན། འདོད་པ་ཡིན་ཏེ། རྒྱེས་བུའི་ལག་  
པས་བབྱང་བ་ལ་རག་ལུས་པ་ལྟ་བུ་བྱེད་པ་པོ་གཞན་གྱི་དབང་དུ་གྱུར་པ་  
དང་། སྟ་རེ་སྟེང་དུ་འཕར་ཞིང་འོག་ཏུ་འབབ་པ་ལྟ་བུ་རང་ཉིད་བྱ་བའི་ལས་  
དང་ལྡན་པ་དང་། འིང་དུམ་བུར་ཆད་པ་ལྟ་བུ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་བསྐྱབ་བྱ་  
ལ་ཉེ་བར་སྐྱོར་བ་ཆང་བས་སོ། །དོན་དེ་ནི། རྣམ་འགྲེལ་ལས། དེ་ཡི་བདག་  
ཉིད་འཇིན་པ་དེ། དོན་ཉོགས་པ་ཡི་བདག་ཉིད་ཀྱི། །བྱེད་པས་རང་གི་ལས་  
ལ་ནི། །བྱེད་དང་བཅས་པ་ལྟ་བུར་སྤང་། །ཞེས་པའི་སྐྱབས་སུ་ཆད་འབྲས་

གཞལ་གསུམ་ལ་བྱ་བྱེད་གྱི་ཆོས་གསུམ་ཚང་བའི་དཔེ་རུ་བཤད་དོ། །སྟ་རེ་  
དང་ཤིང་ལྷ་བྱ་བྱེད་རྫས་ཐ་དད་པ་དང་། གསར་དུ་མི་བསྐྱུ་བའི་རིག་པ་  
དང་ཚད་མ་ལྷ་བྱ་བྱེད་རྫས་གཅིག་པ་གཉིས་ཡོད་ཀྱང་། བྱ་བྱེད་གང་ཡིན་  
ཚད་ལྡོག་པ་ཐ་དད་ཡིན་པ་ཞིག་དགོས་ཏེ། རྣམ་འབྲེལ་ལས། བྱ་བ་བྱེད་པའི་  
ཐ་སྟོད་དག ཐམས་ཅད་དེ་ལྟར་རྣམ་པར་གནས། ཐ་དད་འདོད་པའི་དངོས་  
རྣམས་ལ། །སློ་འདོགས་པས་ནི་འཇུག་སྒྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །

## དབྱེ་བ་དེ་གཉིས་ཀྱི་བྱེད་པར་བཤད་པ།

གསུམ་པ་དབྱེ་བ་དེ་གཉིས་ཀྱི་བྱེད་པར་བཤད་པ་ནི། དེ་སྒྱུར་དུས་  
གསུམ་དབྱེ་བས་ནི། །བྱེད་ལས་དང་འབྲེལ་ངག་གི་ནི། །སྒྱུར་བ་ཀུན་ལ་བྱུང་  
བ་ཡིན། །བདག་གཞན་དབྱེ་བས་དེ་ཙམ་དུ། །བྱུང་བ་མིན་ཡང་བྱེད་པོ་དང་། །  
བྱ་ཡུལ་བསྐྱུ་སྒྱུར་དབྱེ་བ་དེ། །མཛད་ནས་བདག་གཞན་དང་འབྲེལ་བའི། །བྱ་  
བྱེད་རྣམས་ཀྱང་དེ་ཁོངས་བསྐྱུས། །

ཞེས་པ་སྟེ། རྒྱ་མཚན་དེའི་སྒྱུར་དུས་གསུམ་ཀྱི་དབྱེ་བས་ནི་བྱ་བྱེད་  
གྱི་ལས་དང་འབྲེལ་བའི་ངག་གི་སྒྱུར་བ་ཀུན་ལ་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། བྱེད་ལས་  
དང་འབྲེལ་བའི་ངག་ཡིན་ན། དུས་འདས་པ་དང་། མ་འོངས་པ་དང་། ད་ལྟ་བ་  
གསུམ་གང་རུང་ཡིན་དགོས་ཤིང་། བྱ་བའི་ལས་རྣམས་མ་འོངས་པ་དང་།  
བྱེད་པའི་ལས་རྣམས་ད་ལྟ་བ་ཡིན་པའི་སྒྱུར་རོ། །བདག་གཞན་གྱི་དབྱེ་  
བས་ནི། བྱེད་ལས་དང་འབྲེལ་བའི་ངག་གི་སྒྱུར་བ་མཐའ་དག་ལ་དུས་གསུམ་  
གྱི་དབྱེ་བས་བྱུང་བ་དེ་ཙམ་དུ་བྱུང་བ་མིན་ཡང་བདག་གཞན་གྱི་དབྱེ་བ་

མཛད་པའི་དགོས་པ་ནི། སྟོན་པ་པོ། བསྟན་བྱའི་ཆོས། ལྟ་བུ་བྱེད་པ་པོ་དང་བྱ་  
 ཡུལ་གཉིས་བསྟུ་བའི་བྱིར་དུ་དབྱེ་བ་དེ་མཛད་ནས། དེའི་ཞོར་ལ་བདག་གཞན་  
 དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་པན་ཚུན་ཤེད་མཚུངས་པ་རྣམས་ཀྱང་དེའི་  
 ཁོངས་སུ་བསྟུས་པ་ཡིན་ནོ། །བདག་གཞན་གྱི་དབྱེ་བས་མ་ཁྲབ་པ་དེ་གང་ཞེ་  
 བ། མེར་འབར། ཚུར་འབྲེལ། གདུགས་སུ་འབྲེལ། ཞེས་པ་འདི་ལྟ་བུ་ལ་དུས་  
 གསུམ་གྱི་དབྱེ་བས་ཁྲབ་ཀྱང་། བདག་གཞན་གྱི་དབྱེ་བས་མ་ཁྲབ་སྟེ། དེ་  
 རྣམས་བདག་གཞན་གྱི་དབྱེ་བའི་ཁོངས་སུ་མ་གཏོགས་པས་སོ། །བྱ་བྱེད་སྐྱ་  
 ཤེད་མཚུངས་པ་རྣམས་བདག་གཞན་གྱི་ཁོངས་སུ་བསྟུ་ཚུལ་ནི། སྟོན་པར་  
 བྱེད། ཅེས་པའི་སྐྱ་འདི་སྟོན་པ་པོ་ཞེས་པ་དང་ཤེད་མཚུངས་ཡིན་པས་བདག་  
 གཞན་གཉིས་ནས་བདག་དང་། བསྟན་པར་བྱ། ཞེས་པའི་སྐྱ་འདི་བསྟན་བྱའི་  
 ཆོས་ཞེས་པ་དང་ཤེད་མཚུངས་ཡིན་པས་བདག་གཞན་གཉིས་ནས་བདག་གྱི་  
 ཁོངས་སུ་བསྟུས་སོ། །བདག་གཞན་དུས་གསུམ་གོ་ཚུལ་ཡང་། ལྷ་མས་ཆོས་  
 བསྟན་ད། ཅེས་པའི་ཆེ་ལྷ་མ་བདག་བྱེད་པ་པོ་དང་། ཆོས་བསྟན་པར་བྱ་བ་  
 གཞན་དང་། བསྟན་པ་དུས་འདས་པར་གྱུར་པ་གོ་བ་ཡིན་ནོ། །

## དུས་གསུམ་དུ་དབྱེ་བའི་དགོས་པ་བཤད་པ།

བཞི་པ་དུས་གསུམ་དུ་དབྱེ་བའི་དགོས་པ་བཤད་པ་ནི། དེས་ན་དུས་  
 གསུམ་དུ་དབྱེ་བ། །བདག་གཞན་དབྱེ་བས་མ་ཁྲབ་པ། །བསྟུ་བའི་དོན་དུ་  
 ཤེས་དགོས་པར། །གསུངས་ཀྱང་སྟོན་འཇུག་འཁྱིལ་སྐྱབས། །བྱེད་ལས་  
 ཅུམ་དང་འབྲེལ་བ་ཡི། །དངོས་པོ་བདག་ལའང་འཇུག་པ་མཐོང་། །



ཞེས་པ་སྟེ། དེས་ན་འདས་པ་དང་། མ་འོངས་པ་དང་། ད་ལྟ་བ་བཅས་  
 དུས་གསུམ་དུ་དབྱེ་བའི་དགོས་པ་ནི། བདག་གཞན་གྱི་དབྱེ་བས་མ་ཁྲབ་  
 བའམ་མ་བསྐྱས་པ་ལྷགས་གསེར་དུ་གྱུར་ལྟ་བུ་དུས་འདས་པ་དང་། ཚུ་  
 འབྲིལ་བར་འགྱུར་ལྟ་བུ་དུས་མ་འོངས་པ་དང་། གདུགས་འབྲིར་གྱིན་འདུག་  
 ལྟ་བུ་དུས་ད་ལྟ་བ་ནམས་སུ་བསྐྱབ་བའི་དོན་དུ་ཞེས་དགོས་པར་ཇེ་ཉམ་ཉམ་  
 བས་ཞལ་ལུང་དུ་གསུངས་ཀྱང་། སྟོན་འཇུག་འཁྲིག་སྐབས་བྱེད་ལས་ཅམ་  
 དང་འབྲེལ་བ་ཡི། །ཆོས་འཆད་པ་པོ། །འཆད་པར་བྱེད། །ལྟ་བུ་དངོས་པོ་  
 བདག་ལའང་འཇུག་པ་མཐོང་ངོ་། །ཚུལ་ཇི་ལྟར་གསུང་ན་ཞལ་ལུང་ལས།  
 དུས་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་མཛད་པ་ནི། བདག་གཞན་གྱི་དབྱེ་བས་མ་ཁྲབ་བའི་  
 བྱ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱེ་ལྷག་མ་ནམས་བསྐྱབ་བའི་ཕྱིར་དུ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

### ཅི་ཕྱིར་འཇུག་པ་དངོས་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤའ་བ།

གཉིས་པ་གཞུང་དོན་ལན་དངོས་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤའ་བ་ལ་གཉིས། སྟོན་  
 འཇུག་གི་གང་ཕྱིར་འཇུག་པའི་དོན་བཤའ་བ་དང་། ཞར་བྱུང་འཕྲོས་དོན་  
 བཤའ་བའོ། །དང་པོ་ལ་བཞི། སྟོན་འཇུག་གི་པོ་ཡིག་དགོས་པ་གང་ཕྱིར་  
 འཇུག་པ་བཤའ་བ། སྟོན་འཇུག་གི་མ་ནིང་དགོས་པ་གང་ཕྱིར་འཇུག་པ་  
 བཤའ་བ། སྟོན་འཇུག་གི་མོ་ཡིག་དགོས་པ་གང་ཕྱིར་འཇུག་པ་བཤའ་བ།  
 སྟོན་འཇུག་གི་ཤིན་ཏུ་མོ་ཡིག་དགོས་པ་གང་ཕྱིར་འཇུག་པ་བཤའ་བའོ། །

སྟོན་འཇུག་གི་པོ་ཡིག་དགོས་པ་གང་ཕྱིར་འཇུག་པ་བཤའ་བ།

དང་པོ་ནི། དེ་ལྟར་ངེས་ནས་པོ་ཡིག་ག། །བསྐྱབས་སོ་ལྟ་བུ་འདས་པ་



དང་། །བསྐྱབ་བྱའི་ལྟ་དང་བསྐྱབ་པར་བྱ། །

ཞེས་སོགས་དངོས་པོ་གཞན་ལ་འཇུག་ཅེས་པ་སྟེ། གོང་དུ་བཤད་  
པའི་བདག་གཞན་དུས་གསུམ་གྱི་བྱད་པར་དེ་ལྟར་ངེས་པར་བྱས་ནས་སྟོན་  
འཇུག་གི་ཕོ་ཡིག་བཞི། དུས་གསུམ་ནས་འདས་པ་དང་། བདག་གཞན་  
གཉིས་ནས་གཞན་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར་དུ་འཇུག་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་དོན་  
བསྐྱབས་སོ་ལྟ་བུ་དུས་འདས་པ་ལ་འཇུག་པ་དང་། དེའི་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན།  
ཐག་པས་བཀྱིགས། སྟོག་བཀྱམས། ཤིང་བཅག་ནང་དུ་བཅུག་སྟན་བཏིང་།  
ལྟ་བཞེས། གོས་བཅལ་ཏོ། །ཅེད་མོ་བཅེས། བང་བརྒྱགས། ལམ་དུ་  
བསྐྱགས། བཅས་མ་བརྒྱས། དགོ་བ་བསྟོས། བརྗོད་བྱེད། བན་ཚུན་བརྗོད།  
ཆང་བསྟལ། སྤང་མ་བསྟོགས། ལག་པ་བརྒྱབས། བན་ཚུན་བསྟེབས། སྟོ་ལ་  
བརྟགས། གནད་དུ་བསྐྱུན། ལག་པས་བརྗོད། ལྟ་བུ་བརྗོད། ལུ་བ་  
བཞིབས། ལྟགས་ཀྱིས་བཞུས། གསོལ་ཆོགས་བཟབས། ཕོར་པ་བཟེད།  
འདྲེས་བརྒྱམས། ལུས་བརྒྱན། ཐག་བཤགས། དཔེ་ཆ་བཤུས། ཡོ་བ་  
བསྐྱངས། བཀའ་བློན་བསམས། ལྟ་བུའོ། །ཕོ་ཡིག་བ་བསྐྱབ་བྱའི་ལྟ་དང་།  
བསྐྱབ་པར་བྱ། ཞེས་པ་སོགས་དངོས་པོ་གཞན་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན་  
བཞོ་བྱའི་ས། བཞོ་བར་བྱ། བཞོ་བྱ། བསྟོན་བྱའི་ལྷ། བསྟོན་པར་བྱ། བསྟོན་  
བྱ། བཅོ་བྱའི་གཏོར་མ། བཅོ་བར་བྱ། བཅོ་བྱ། བཏོལ་བྱའི་རྟག་བཅའ་བྱའི་  
བྱ། བསྐྱིག་བྱའི་བྲལ། བརྒྱབ་བྱའི་རྒྱང་། བརྗོད་བྱའི་དཔལ། བསྟེབས་བྱའི་དར་  
ཤིང་། བསྐྱར་བྱའི་ཡི་གེ་བརྟག་བྱའི་དོན། བརྗོད་བྱའི་གཡོག་པོ། བཞུ་བྱའི་

མར། བཟང་བྱའི་སྤགས། བཟམ་བྱའི་ལུས། བཤར་བྱའི་འབྲ། བསྐང་བྱའི་  
དབྱུག་པ། བསྐང་བར་བྱ། བསྐང་བྱ། ལྷ་བྱའོ། །

སྒོན་འཇུག་གི་མ་ནིང་དགོས་པ་གང་སྤྱིར་འཇུག་པ་བཤའ་པ།

གཉིས་པ་སྒོན་འཇུག་གི་མ་ནིང་དགོས་པ་གང་སྤྱིར་འཇུག་པ་བཤའ་  
པ་ནི། མ་ནིང་ག་ད་གཉིས་པོ་ནི། །གཙོད་པ་པོ་དང་གཙོད་པར་བྱེད། །གཙོད་  
པར་འགྱུར་དང་དགྱི་བ་པོ། །དགྱི་བར་བྱེད་དང་དགྱི་བར་འགྱུར། །ཞེས་  
སོགས་དངོས་པོ་བདག་དོན་དང་། །གཙད་བྱའི་ཤིང་དང་གཙད་པར་  
བྱ། །དགྱི་བྱའི་སྒྲུལ་མ་དགྱི་བར་བྱ། ། །ཞེས་སོགས་དངོས་པོ་གཞན་དོན་  
དང་། །གཙོད་བཞིན་པ་དང་དགྱི་བཞིན་པ། །ཞེས་སོགས་ད་ལྟ་སྐྱབ་ཆེད་  
འཇུག།

ཅེས་པ་སྟེ། སྒོན་འཇུག་གི་མ་ནིང་གི་ཡི་གེ་ག་དང་ད་གཉིས་པོ་ནི།  
དངོས་པོ་བདག་དང་། དངོས་པོ་གཞན་དང་། དུས་ད་ལྟ་བ་གསུམ་ལ་འཇུག་  
གོ། །དེ་གཉིས་དངོས་པོ་བདག་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། ཤིང་གཙོད་པ་པོ་དང་།  
གཙོད་པར་བྱེད། གཙོད་པར་འགྱུར་དང་། སྒྲུལ་མ་དགྱི་བ་པོ། དགྱི་བར་བྱེད་  
དང་། དགྱི་བར་འགྱུར། ཞེས་པ་སོགས་དངོས་པོ་བདག་གསལ་བྱེད་ཀྱི་དོན་  
དུ་འཇུག་པ་དང་། དེ་དག་རང་གི་འཇུག་ལུལ་ལ་སྐྱར་ན། ག་ཡིག་རང་གི་  
འཇུག་ལུལ་ཅ་ཏ་སོགས་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། འོགས་སུ་གཙོར་བ་  
པོ། གཙོར་བྱེད། གཙོར་བར་བྱེད། གཙོར་པོ། ཤ་གཏུབ་པ་པོ། གཏུབ་བྱེད།  
གཏུབ་པོ། གཙག་བྱས་གཙག་པ་པོ། གཙག་བྱེད། དོན་གཉེར་བ་པོ། གཉེར་

བྱེད། མཆོན་གདེང་བ་པོ། གདེང་བྱེད། འོག་ཏུ་གཞོན་པ་པོ། གཞོན་བྱེད།  
ལྷག་གིས་བཞུ་བ་པོ། གཞུ་བྱེད། སྒོད་གཟེད་པ་པོ། གཟེད་བྱེད། སེམས་  
གཡེང་བ་པོ། གཡེང་བྱེད། ལྷ་གཞོ་བ་པོ། གཞོ་བྱེད། རིལ་བྱ་གསེལ་བ་པོ།  
གསེལ་བྱེད། གསེལ་བར་བྱེད། གསེལ་ལོ། །ལྷ་བྱའོ། །ད་ཡིག་རང་གི་འཇུག་  
ཡུལ་ཀ་པ་སོགས་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། ཏྲ་བྱ་བ་པོ། དྲ་བྱ་བྱེད།  
དྲ་བར་བྱེད། རོན་དཔྱོད་པ་པོ། དཔྱོད་བྱེད། གད་མོ་དགོད་པ་པོ། དགོད་  
བྱེད། གྱི་དབྱུག་པ་པོ། དབྱུག་བྱེད། ཚར་དུ་དངར་བ་པོ། དངར་བྱེད། སྒྲིང་  
ནས་དམོད་པ་པོ། དམོད་བྱེད། དམོད་པར་བྱེད། དམོད་པར་འགྱུར། ལྷ་  
བྱའོ། །མ་ནིང་ག་ད་གཉིས་དངོས་པོ་གཞན་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། གཅད་བྱའི་  
ཤིང་དང་། གཅད་པར་བྱ། དགྱི་བྱའི་སྒྲལ་མ། དགྱི་བར་བྱ། ཞེས་པ་སོགས་  
དངོས་པོ་གཞན་གསལ་བྱེད་ཀྱི་རོན་དུ་འཇུག་པ་དང་། ག་ཡིག་དངོས་པོ་  
གཞན་གསལ་བྱེད་ཀྱི་རོན་དུ་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། གཅི་བྱའི་ལྷ། གཅི་  
བར་བྱ། གཅི་བར་བྱ་བ། གཏུམ་བྱའི་མགོ། །གཏུམ་པར་བྱ། གཏུམ་བྱ། གཏུམ་  
པར་བྱ་བ། གཅག་བྱའི་ཤ། གཅག་པར་བྱ། གཉེར་བྱའི་དོན། གཉེར་བར་བྱ།  
གདབ་བྱའི་ས་བོན། གདབ་པར་བྱ། གཞོད་བྱའི་བདག་འཛིན། གཞོད་པར་བྱ།  
གཞལ་བྱའི་ཆད། གཞལ་བར་བྱ། གཟར་བྱའི་གོས། གཟར་བར་བྱ། གཡེང་  
བྱའི་སེམས། གཡེང་བར་བྱ། གཤག་བྱའི་བྲག་གཤག་པར་བྱ། གསོ་བྱའི་  
ནད། གསོ་བར་བྱ། གསོ་བྱ། གསོ་བར་བྱ་བ། ལྷ་བྱའོ། །ད་ཡིག་དངོས་པོ་  
གཞན་གསལ་བྱེད་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། དྲ་བྱའི་ཏ། དྲ་བར་བྱ།

དབྱ་བྱ། དབྱ་བར་བྱ་བ། དབྱད་བྱའི་དོན། དབྱད་པར་བྱ། དགལ་བྱའི་ཁལ།  
 དགལ་བར་བྱ། དབྱི་བྱའི་རི་མོ། དབྱི་བར་བྱ། དངོས་བྱའི་གསེར། དངོས་  
 པར་བྱ། དམོད་བྱའི་ཉམ། དམོད་པར་བྱ། ལྷ་བྱའོ། །ག་ད་གཉིས་བྱེད་པ་པོ་  
 དང་དངོས་སུ་འབྲེལ་བའི་དུས་ད་ལྷ་བ་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། ཤིང་གཙོད་བཞིན་  
 བ། གཙོད་ཀྱིན་འདུག ལྷ་ལ་མ་དཀྱི་བཞིན་པ། དཀྱི་ཡིན་འདུག ཞེས་པ་  
 སོགས་བྱ་བ་བྱེད་བཞིན་པ་དུས་ད་ལྷ་བ་སྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་འཇུག་གོ། །ག་  
 ཡིག་དུས་ད་ལྷ་བ་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། གཙར་ཀྱིན་སྒྲང་། གཙར་  
 བཞིན་པ། གཏུམ་ཀྱིན་འདུག གཏུམ་བཞིན་པ། གཙག་གིན་སྒྲང་། གཙག་  
 བཞིན་པ། དོན་གཉིར་ཀྱིན་གནས། ས་པོན་གདབ་ཀྱིན་འདུག གཞན་ལ་  
 གཞོད་ཀྱིན་ཡོད། ཆད་གཞལ་བའི་སྒྲང་ཡིན། གོས་གཟར་བཞིན་པ། ཟས་  
 གཡོ་ཡིན་གདལ། མཆོད་པ་གཤམ་ཀྱིན་འདུག ཆོས་གསུང་བཞིན་པ།  
 གསུང་གིན་གདལ། ལྷ་བྱའོ། །ད་ཡིག་དུས་ད་ལྷ་བ་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་  
 བ། ཞོ་དཀྱོག་གིན་འདུག དཀྱོག་པའི་སྒྲང་ཡིན། གཏིང་དཔོག་བཞིན་པ།  
 དཔོག་གིན་གདལ། གཞན་དུ་དགར་བཞིན་པ། དགར་ཀྱིན་སྒྲང་། ཞལ་བ་  
 དབྱར་བཞིན་པ། དབྱར་བའི་སྒྲང་ཡིན། ཆར་དུ་དངར་བཞིན་པ། དངར་ཀྱིན་  
 སྒྲང་། ལྷོང་ནས་དམོད་བཞིན་པ། དམོད་ཀྱིན་འདུག ལྷ་བྱའོ། །

སྒྲོན་འཇུག་གི་མོ་ཡིག་དགོས་པ་གང་ཕྱིར་འཇུག་པ།

གསུམ་པ་སྒྲོན་འཇུག་གི་མོ་ཡིག་དགོས་པ་གང་ཕྱིར་འཇུག་པ་  
 བཤད་པ་ནི། མོ་ཡིག་འདི་འཆད་པ་པོ། །འཆད་པར་བྱེད་དང་འཆད་པར་

འགྱུར། །ཞེས་སོགས་དངོས་པོ་བདག་དངོས་དང་། །འགྲོ་བ་པོ་དང་འགྲོ་  
བར་བྱེད། །ཅེས་སོགས་བདག་དོན་པལ་པ་དང་། །འབྲིལ་ལོ་ཞེས་སོགས་ད་  
ལྟ་བུ། །འབྲིལ་བར་འགྱུར་སོགས་མ་འོངས་འཇུག །

ཅེས་པ་སྟེ། རྟོན་འཇུག་གི་མོ་ཡིག་འཛི། ཆོས་འཆད་པ་པོ། འཆད་  
པར་བྱེད་དང་། འཆད་པར་འགྱུར། ཞེས་པ་སོགས་དངོས་པོ་བདག་དངོས་  
བསྐྱབ་པའི་བྱིར་དུ་འཇུག་པ་དང་། ལམ་དུ་འགྲོ་བ་པོ་དང་། འགྲོ་བར་བྱེད།  
ཅེས་པ་སོགས་བྱ་བྱེད་དོ་མོ་གཅིག་པའམ་ཐ་མི་དད་པར་སྤང་བའི་བདག་  
དོན་པལ་པ་ལ་འཇུག་པ་དང་། ལུ་འབྲིལ་ལོ་ཞེས་པ་སོགས་བདག་གཞན་གྱི་  
དབྱེ་བས་མ་བསྐྱབ་པའི་དུས་ད་ལྟ་བུ་བསྐྱབ་པའི་བྱིར་དུ་འཇུག་པ་དང་། ལུ་  
འབྲིལ་བར་འགྱུར་ཞེས་སོགས་བྱ་བྱེད་ཐ་མི་དད་དུ་སྤང་བའི་བྱ་བ་བྱེད་  
འགྱུར་མ་འོངས་པ་བསྐྱབ་པའི་བྱིར་དུ་འཇུག་གོ། །འ་ཡིག་བདག་བྱེད་པ་པོ་  
དངོས་ལ་འཇུག་ལྟ་ལ་ནི། དཔེར་ན། ཅུམ་པ་འགམ་པ་པོ། འགམ་བྱེད། འགམ་  
པར་འགྱུར། འབྲེང་བ་འཇུ་བ་པོ། འཇུ་བྱེད། རྗེས་སུ་འདེད་པ་པོ། འདེད་བྱེད།  
ཞིང་འཁོགས་པ་པོ། འཁོག་བྱེད། ཉང་དུ་འཇུ་ལ་བ་པོ། འཇུ་ལ་བྱེད། ལམ་དུ་  
འཁྲིད་པ་པོ། འཁྲིད་བྱེད། ཐག་པས་འཆིང་བ་པོ། འཆིང་བྱེད། མེ་ཉོག་འབྱ་བ་  
པོ། འབྱ་བྱེད། གོས་འཕྲོག་པ་པོ། འཕྲོག་བྱེད། འབྲས་འཆོད་པ་པོ། འཆོད་  
བྱེད། འཆོད་པར་འགྱུར། ལྟ་བུའོ། །འ་ཡིག་བདག་དོན་པལ་པ་ལ་འཇུག་ལྟ་ལ་  
ནི། དཔེར་ན། གནས་འགྱུར་བ་པོ། འགྱུར་བྱེད། བརྟན་པར་འཇུག་པ་པོ།  
འཇུག་བྱེད། ལྟོངས་སུ་འདེང་བ་པོ། འདེང་བྱེད། གཞན་དུ་འབྲོལ་བ་པོ།



འབྲོལ་བྱེད། བཞིན་འཇུམ་པ་པོ། འཇུམ་བྱེད། ལྷན་ལ་འཁོད་པ་པོ། འཁོད་  
བྱེད། ལམ་དུ་འཆག་པ་པོ། འཆག་བྱེད། ཕྱིར་འཐོན་པ་པོ། འཐོན་བྱེད། བྱེན་  
དུ་འཕར་པ་པོ། འཕར་བྱེད། འོད་འཆར་པ་པོ། འཆར་བྱེད། ལྷ་བྱའོ། །འ་ཡིག་  
དུས་ད་ལྷ་བ་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། བྱེ་འགམ་བཞིན་པ། འགམ་གྱིན་  
སྒྲིང་། འོ་མ་འཛོ་བཞིན་པ། འཛོ་ཡིན་འདུག བལ་འདྲེག་བཞིན་པ། འདྲེག་པའི་  
སྒྲིང་ཡིན། དདུལ་འབྲུལ་བཞིན་པ། འབྲུལ་གྱིན་གདལ། བྱེན་དུ་འཛོག་བཞིན་  
པ། འཛོག་གིན་སྒྲིང་། ཤིང་ལ་འབྲིལ་བཞིན་པ། འབྲིལ་པའི་སྒྲིང་ཡིན། ལས་  
འཆོལ་བཞིན་པ། འཆོལ་གྱིན་འདུག ཡོས་འཐག་བཞིན་པ། འཐག་གིན་  
སྒྲིང་། མདའ་འཕེན་བཞིན་པ། འཕེན་པའི་སྒྲིང་ཡིན། ཉིལ་འཆོར་བཞིན་པ།  
འཆོར་གྱིན་འདུག ལྷ་བྱའོ། །འ་ཡིག་དུས་མ་འོངས་པ་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི།  
དཔེར་ན། མདུད་པ་འགྲོལ་བར་འགྱུར། རང་དུ་འཇུག་པར་འགྱུར། ས་འབྲུ་  
བར་འགྱུར། ཡི་གེ་འབྲི་བར་འགྱུར། ཡུལ་དུ་འཛོམ་པར་འགྱུར། གནས་སུ་  
འཁྲོལ་བར་འགྱུར། ཆོས་འཆད་པར་འགྱུར། འག་འཐོབ་པར་འགྱུར། གཞན་ལ་  
འཕྱ་བར་འགྱུར། ལྷགས་འཆོ་བར་འགྱུར། ལྷ་བྱའོ། །

སྒྲོན་འཇུག་གི་ཤིན་རུ་མོ་ཡིག་དགོས་པ་གང་ཕྱིར་འཇུག་པ་བཤད་པ།  
བཞི་པ་སྒྲོན་འཇུག་གི་ཤིན་རུ་མོ་ཡིག་དགོས་པ་གང་ཕྱིར་འཇུག་པ་  
བཤད་པ་ནི། ཤིན་རུ་མོ་ཡི་མ་ཡིག་ནི། །བདག་གཞན་དུས་གསུམ་མཉམ་  
པར་འཇུག །

ཅེས་པ་སྟེ། སྒྲོན་འཇུག་གི་ཤིན་རུ་མོ་ཡི་མ་ཡིག་ནི། བདག་གཞན་

གཉིས་དང་དུས་གསུམ་པོ་ཐམས་ཅད་ལ་སྟོགས་རིས་མེད་པར་མཉམ་པར་  
འཇུག་གོ། །མ་ཡིག་བདག་བྱེད་པ་པོ་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། གཞུང་ལ་  
མཁས་པ་པོ། མཁས་པར་བྱེད། མཁས་བྱེད། ལྷ་མཆོད་པ་པོ། མཆོད་པར་  
བྱེད། ལྷ་མོ་མཐོང་བ་པོ། མཐོང་བར་བྱེད། གཞི་མཚུངས་པ་པོ། མཚུངས་  
པར་བྱེད། ཡིད་མགུ་བ་པོ། མགུ་བར་བྱེད། ལྷ་མ་མཇལ་བ་པོ། མཇལ་བར་  
བྱེད། མིག་མདོངས་པ་པོ། མདོངས་པར་བྱེད། གཟུགས་མཛེས་པ་པོ།  
མཛེས་པར་བྱེད། གཏམ་མངག་པ་པོ། མངག་པར་བྱེད། ཀོ་བ་མཉེ་བ་པོ།  
མཉེ་བར་བྱེད། རྟ་ཀྱིས་མནར་བ་པོ། མནར་བར་བྱེད། ལྷ་བུའོ། །མ་ཡིག་  
དངོས་པོ་གཞན་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། མཁས་བྱའི་རིག་པ། མཁས་  
པར་བྱ། མཁས་བྱ། མཁས་པར་བྱ་བ། མཆོད་བྱའི་དཀོན་མཆོག་མཆོད་  
པར་བྱ། མཐོང་བྱའི་གཟུགས། མཐོང་བར་བྱ། མཚུངས་བྱའི་ཡོན་ཏན།  
མཚུངས་པར་བྱ། མགུ་བྱའི་སེམས། མགུ་བར་བྱ། མཇལ་བྱའི་སྒྲ་མ། མཇལ་  
བར་བྱ། མདོངས་བྱའི་མིག་མདོངས་པར་བྱ། མཛད་བྱའི་ཆོས། མཛད་པར་  
བྱ། མངའ་བྱའི་ཡོན་ཏན། མངའ་བར་བྱ། མཉེ་བྱའི་པགས་པ། མཉེ་བར་བྱ།  
མནོས་བྱའི་དབང་། མནོས་པར་བྱ། ལྷ་བུའོ། །མ་ཡིག་དུས་འདས་པ་ལ་  
འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། ཤེས་བྱ་མཁྱེན་དུ་རྟོ། །མཆོད་པར་བྱས། གོས་  
མཐུད་བྱེད། མཚུངས་པར་བྱས། མགུ་བར་བགྱིས། ཐུབ་ཆེན་མཇལ་དུ་རྟོ།  
མཐུད་པར་བྱས། མཛད་པར་བྱས། མདོན་དུ་བྱས། སྤྲ་མཉམ་དུ་རྟོ། །འོག་ཏུ་  
མནན། ལྷ་བུའོ། །མ་ཡིག་དུས་མའོངས་པ་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན།

མཁས་པར་འགྱུར། སློ་མ་ཐུན་པར་འགྱུར། ལུས་མཆར་བར་འགྱུར། ཀྱན་གྱི་  
མགོན་དུ་འགྱུར། གནས་མཇལ་བར་འགྱུར། བློ་མཛོད་པར་འགྱུར།  
དོན་ལ་མཛོད་པར་འགྱུར། མངལ་དུ་འགྱུར། དུས་མཉན་པར་འགྱུར། ཟས་  
མཉོག་པར་འགྱུར། ལྷ་བུའོ། །མ་ཡིག་དུས་ད་ལྟ་བ་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་  
ན། མཁྱེན་བཞིན་པ། མཁྱེན་གྱིན་འདུག་མཆོང་བཞིན་པ། མཆོང་གིན་གདལ།  
མཐོལ་བཞིན་པ། མཐོལ་བའི་སྐང་ཡིན། མཆར་བཞིན་པ། མཁྱོགས་བཞིན་  
པ། མཇལ་གྱིན་འདུག་མིག་མཛོད་པ་བཞིན་པ། མཛེས་བཞིན་པ། སློ་ལ་  
མངལ་ཡིན་གདལ། ཐུགས་མཉེས་བཞིན་པ། སྡོམ་པ་མཉོས་གྱིན་གདལ།  
མཉོས་པའི་སྐང་ཡིན། ལྷ་བུའོ། །

### ཞར་བྱང་འཕྲོས་དོན་བཤད་པ།

གཉིས་པ་ཞར་བྱང་འཕྲོས་དོན་བཤད་པ་ལ་གཉིས། སྡོན་འཇུག་གི་  
དོགས་པ་གཅད་པ། དུས་གསུམ་བསྐྱལ་ཆིག་བཅས་ཀྱི་བྱང་པར་བཤད་པའོ། །

### སྡོན་འཇུག་གི་དོགས་པ་གཅད་པ།

དང་པོ་ནི། འོན་ཀྱང་བྱེད་པོ་གཞན་དངོས་དང་། །འབྲེལ་བའི་འདས་ལ་  
འདི་སྡོན་འཇུག་མེད་པར་ངེས་ཤིང་ག་ད་ཅུང་། །ད་ལྟ་བ་ལ་བའི་སྡོན་འཇུག།  
ཅུང་ཞིང་མགོ་ཅན་ད་ལྟ་བར། །བས་འཕུལ་མེད་པར་ངེས་པ་ཅམ། །

ཞེས་པ་སྟེ། འོན་སྡོན་འཇུག་དེ་རྣམས་དུས་གསུམ་ག་ལ་འཇུག་གམ་  
འགའ་ཞིག་ལ་འཇུག་སྟམ་ན། དེ་ཡང་འ་ཡིག་གི་འཇུག་ཚུལ་སྤར་བཤད་པ་  
ལྟར་ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་བྱེད་པ་པོ་གཞན་དངོས་དང་འབྲེལ་བའི་འདས་ཆིག་

རྣམས་ལ་འདི་སྡོན་འབྲུག་མེད་པར་ངེས་ཤིང་། དེར་མ་ཟད་སྡོན་འབྲུག་ག་ད་  
གཉིས་ཀྱང་ཉུང་བ་ཡིན་ནོ། །ད་ལྟ་བའི་ཆིག་རྣམས་ལ་བ་ཡིག་གི་སྡོན་འབྲུག་  
ཉུང་བར་སྤང་ཞིང་། དེར་མ་ཟད་ར་ལ་སའི་མགོ་ཅན་ད་ལྟ་བ་རྣམས་ལ་ཡང་  
བ་ཡིས་འཕུལ་མེད་པར་ངེས་པ་ཅམ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའོ། །

དུས་གསུམ་བསྐྱལ་ཆིག་བཅས་ཀྱི་བྱད་པར་བཤད་པ།

གཉིས་པ་ནི། གཞན་ཡང་བས་འཕུལ་ཅན་པལ་ཆེར། བྱེད་པ་པོ་ནི་ད་  
ལྟ་དང་། བྱ་ཡུལ་མ་འོངས་པར་བསྐྱས་ནས། །འདས་ལ་བས་འཕུལ་ཡང་  
འབྲུག་ཡོད། །ད་ལྟ་བ་ལ་གཉིས་ཀ་མེད། །

མ་འོངས་འཕུལ་ཡོད་ཀྱང་འབྲུག་མེད། །བསྐྱལ་ཆིག་འཕུལ་མེད་ཡང་  
འབྲུག་ཡོད། །སྐབས་འགར་འདས་དང་བསྐྱལ་ཆིག་ལ། །ས་རྒྱུ་སྤྱར་བས་  
བྱས་པའང་ཡོད། །

ཅེས་པ་སྟེ། དུས་གསུམ་བསྐྱལ་ཆིག་བཅས་ཀྱི་བྱད་པར་གང་ཡིན་  
སྟམ་ན། དུས་གསུམ་ལ་འབྲུག་ཚུལ་གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་ཡིན་པར་མ་ཟད་  
གཞན་ཡང་བ་ཡིག་གི་འཕུལ་རྟེན་ཅན་པལ་ཆེར་བྱེད་པ་པོ་དང་བྱ་ཡུལ་  
གཉིས་ལས། བྱེད་པ་པོ་ནི་ད་ལྟ་བའི་འོངས་དང་། བྱ་ཡུལ་མ་འོངས་པར་  
བསྐྱས་ནས་དུས་འདས་པ་དང་། ད་ལྟ་བ་དང་། མ་འོངས་པ་དང་། བསྐྱལ་  
ཆིག་བཅས་བཞིར་དབྱེད། །མགོ་ཅན་འདས་ཆིག་རྣམས་ལ་སྡོན་འབྲུག་བ་  
ཡིག་གི་འཕུལ་དང་། ཡང་འབྲུག་ས་ད་ཅི་རིགས་བཅས་སྡོན་འབྲུག་དང་  
ཡང་འབྲུག་གཉིས་ཀ་འབྲུག་པ་ཡོད་དེ། དཔེར་ན། ལྟ་བུ་སྟོན་མས། ཆོས་བསྟན།

ལག་པ་བརྒྱབས། ཟུ་བསྟོགས། ལྷ་བུའོ། །ད་ལྷ་བའི་ཆིག་རྣམས་ལ་སྟོན་  
འཇུག་དང་ཡང་འཇུག་གཉིས་ཀ་འཇུག་པ་མེད་དེ། དཔེར་ན། ལྷ་བ་པ་པོ།  
ལྷ་བ་བྱེད། ལྷ་བ་པར་བྱེད། ཆོས་སྟོན་པ་པོ། སྟོན་བྱེད། སྟོན་པར་བྱེད། ལྷ་  
བུའོ། །མ་འོངས་པའི་ཆིག་རྣམས་ལ་འཕུལ་ཡོད་ཀྱང་ཡང་འཇུག་མེད་དེ།  
དཔེར་ན། བསྐྱབ་བྱའི་ལྷ། བསྐྱབ་བྱ། བསྟན་བྱའི་ཆོས། བསྟན་བྱ། བསྟན་  
པར་བྱ། ལྷ་བུའོ། །བསྐྱལ་ཆིག་རྣམས་ལ་འཕུལ་རྟོན་སྟོན་འཇུག་མེད་ཅིང་།  
ཡང་འཇུག་ས་ད་ཅི་རིགས་ཡོད་དེ། དཔེར་ན། ལྷ་བས་ཤིག་ སྟོན་ད་ཅིག  
སྟོན་ས་ཤིག་ ལྷ་བུའོ། །འདས་པ་དང་བསྐྱལ་ཆིག་པལ་ཆེར་ལ་  
ཡང་འཇུག་ཐོབ་ཀྱང་། ལྷ་བས་འགར་འདས་ཆིག་དང་བསྐྱལ་ཆིག་གཉིས་ལ་  
ས་རྒྱང་སྐྱར་བས་བྱས་ཤིང་ཆོག་པའང་ཡོད་དོ། །འདས་པ་ལ་ས་རྒྱང་སྐྱར་  
བས་བྱས་པ་ནི། དཔེར་ན། ཤིང་བཀས། རྗོར་བརྒྱས། ས་བརྗོས། ལས་བྱས།  
གོས་བགོས། ལྷ་བུའོ། །བསྐྱལ་ཆིག་ལ་ས་རྒྱང་སྐྱར་བས་བྱས་པ་ནི། དཔེར་  
ན། ས་རྗོས་ཤིག་ ལས་བྱས་ཤིག་ ལུས་ལ་སྟོས་ཤིག་ འཕྲེང་བ་རྒྱས་ཤིག་  
ཤ་ཆོས་ཤིག་ ལྷ་བུའོ། །

## རྗེས་འཇུག་གི་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པ་བཤམ་པ།

གསུམ་པ་རྗེས་འཇུག་གི་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པ་བཤམ་པ་ལ་གཉིས།  
རྗེས་འཇུག་གི་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བཤམ་པ་དང་། རྗེས་འཇུག་གི་རྟགས་ཀྱི་



འཇུག་ཚུལ་བཤད་པའོ། །

རྗེས་འཇུག་གི་རྟགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ།

དང་པོ་ལ་གཉིས། ཅུ་བ་དང་། འགྲེལ་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། སྒྱིར་  
རྟགས་གསུམ་དུ་དབྱེ་བ། རྣང་གསེས་བརྒྱད་དུ་དབྱེ་བའོ། །

དང་པོ་ནི། རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བརྩུ་པོ་ལ། །

པོ་མོ་མ་ནིང་གསུམ་དུ་དབྱེ། །

ཞེས་པ་སྟེ། རྗེས་འཇུག་གི་ཡི་གེ་ ག་ང་ད་ན་བ་མ་འ་ར་ལ་ས་སྟེ་བརྩུ་  
པོ་དེ་རྣམས་ལ་ མོ་ཡིག་ག་ད་བ་ས་བཞི་དང་། མོ་ཡིག་ང་མ་འ་གསུམ་དང་།  
མ་ནིང་ན་ར་ལ་གསུམ་སྟེ་གསུམ་དུ་དབྱེ་བར་བྱའོ། །ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་ནི། པོ་ལ་སྐྱེས་བྱ་རབ་འབྲིང་གསུམ། །

མོ་ལ་མོ་དང་འེན་ཏུ་མོ། །

མ་ནིང་འགྲུར་དང་མཆན་གཉིས་དང་། །

མཆན་མེད་དག་དང་གསུམ་དུ་འདོད། །

ཅེས་པ་སྟེ། རྗེས་འཇུག་ལ་རྟགས་གསུམ་དུ་བྱེས་པ་དེ་ལ། སྐར་ཡང་  
ནང་གསེས་བརྒྱད་དུ་དབྱེ་སྟེ། མོ་ཡིག་བཞི་ལ་ག་མཐའ་སའི་ཡང་འཇུག་  
ཅན་སྐྱེས་བྱ་རབ་དང་། བ་མཐའ་སའི་ཡང་འཇུག་ཅན་སྐྱེས་བྱ་འབྲིང་དང་།  
ག་ད་བ་སའི་མཐའ་ཅན་ཡང་འཇུག་མེད་པ་སྐྱེས་བྱ་ཐ་མ་སྟེ་གསུམ་དུ་འདོད་  
པ་དང་། མོ་ཡིག་གསུམ་ལ་ང་མ་སའི་ཡང་འཇུག་ཅན་མོ་ཙམ་དང་། ང་མ་  
འའི་མཐའ་ཅན་ཡང་འཇུག་མེད་པ་འེན་ཏུ་མོ་སྟེ་གཉིས་སུ་འདོད་པ་དང་། མ་

ནིང་གསུམ་ནི། མིང་གཞིའི་ཕོ་ཡིག་གི་མཐར་དའི་ཡང་འཇུག་ཡོད་མེད་  
གཉིས་ཀ་དང་། མོ་ཡིག་གི་མཐར་ཡང་འཇུག་མེད་པ་ཁོ་ན་དང་། མ་ནིང་གི་  
མཐར་ཡང་འཇུག་ཡོད་པ་ཁོ་ན་སྟེ། གསུམ་ནི་འགྲུར་བ་མ་ནིང་དང་། མིང་  
གཞིའི་ཕོ་ཡིག་གི་མཐར་ཡང་འཇུག་ཡོད་པ་ནི་མཆན་གཉིས་མ་ནིང་དང་།  
མིང་གཞིའི་མ་ནིང་གི་མཐར་ཡང་འཇུག་མེད་པ་ནི་མཆན་མེད་མ་ནིང་སྟེ་  
གསུམ་དུ་དབྱེ་བར་འདོད་དོ། །ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་འགྲེལ་བ་ནི། རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བརྩམ་པོ་ཡི། །ག་ད་བ་ས་  
བཞི་རྣམས་ཕོ། །ང་མ་འ་གསུམ་མོ་ཡིན་ཅིང་། །ན་ར་ལ་གསུམ་མ་ནིང་སྟེ། །

ཞེས་པ་སྟེ། སུམ་ཅུ་པར་བཤད་པ་ལྟར་གྱི་རྗེས་འཇུག་ཡི་གེ་བརྩམ་པོ་  
དེ་རྣམས་ལ་ནང་གསེས་གྱིས་དབྱེ་ན། ཕོ་དང་། མོ་དང་། མ་ནིང་གསུམ་དུ་  
ཡོད་དོ། །དེ་ཡི་ནང་ནས་ག་དང་། ད་དང་། བ་དང་། ས་བཅས་བཞི་པོ་འདི་  
རྣམས་ནི་རྗེས་འཇུག་ཕོ་ཡིག་དང་། ང་དང་། མ་དང་། འ་བཅས་གསུམ་པོ་ནི་  
རྗེས་འཇུག་གི་ཕོ་ཡིག་ཡིན་ཅིང་། ན་དང་། ར་དང་། ལ་བཅས་གསུམ་པོ་ནི་  
རྗེས་འཇུག་གི་མ་ནིང་གི་ཡི་གེ་ཞེས་བྲ་སྟེ། དེ་ལྟར་ཅ་བར་བཤད་པས་སོ། །

## རྗེས་འཇུག་གི་རྟགས་གྱི་འཇུག་ཚུལ་བཤད་པ།

གཉིས་པ་རྗེས་འཇུག་གི་རྟགས་གྱི་འཇུག་ཚུལ་བཤད་པ་ལ་གཉིས།  
མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི།

ཅ་བར།       དེ་ཡང་བྱེད་པ་བཞི་བྱེད་དེ། །  
གང་ལ་འཇུག་བྱེད་གང་གིས་བྱེད། །  
ཇི་ལྟར་འཇུག་བྱེད་ཅི་སྤྱིར་བྱེད། །

ཅེས་པ་སྟེ།   དེའང་རྗེས་འཇུག་པོ་མོ་མ་ནིང་གསུམ་པོ་རེ་རེ་ལའང་  
བྱེད་པ་བཞི་བཞིའི་སྒོ་ནས་འཇུག་ཚུལ་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། འཇུག་ཡུལ་ཡི་གེ་  
གང་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་པ་དང་། འཇུག་པ་པོ་གང་གིས་འཇུག་པར་བྱེད་པ་  
དང་། ཚུལ་ཇི་ལྟར་འཇུག་པར་བྱེད་པ་དང་། དགོས་པ་ཅིའི་སྤྱིར་འཇུག་པར་  
བྱེད་པ་རྣམས་ཀྱིས་སོ། །ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་གསུམ།       གང་ལ་འཇུག་པ་དང་གང་  
གིས་འཇུག་པ་ཐུན་མོང་དུ་བཤད་པ།   ཇི་ལྟར་འཇུག་པ་བཤད་པ། ཅི་སྤྱིར་  
འཇུག་པར་བཤད་པའོ། །

གང་ལ་འཇུག་པ་དང་གང་གིས་འཇུག་པ་ཐུན་མོང་དུ་བཤད་པ།  
དང་པོ་ལ་གཉིས། ཅ་བ་དང་། འགྲེལ་པའོ། །

དང་པོ་ནི།       གང་ལ་ཡི་གེ་ཐམས་ཅད་ལ། །  
                    གང་གིས་བརྩམས་པོ་དེ་དག་གིས། །

ཞེས་པ་སྟེ།   རྗེས་འཇུག་གི་ཡི་གེ་བརྩམས་པོ་དེ་དག་འཇུག་ཡུལ་གྱི་ཡི་  
གེ་གང་ལ་འཇུག་ན་ཀ་ནས་ཨའི་བར་གྱི་མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་ཐམས་ཅད་ལ་  
ཁུད་མེད་པར་འཇུག་གོ། །ཡི་གེ་རྣམས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འཇུག་པ་པོ་ཡི་གེ་གང་  
དང་གང་ཞིག་གིས་འཇུག་པར་བྱེད་ཅི་ན། རྗེས་འཇུག་བརྩམས་པོ་དེ་དག་གིས་

འཇུག་གོ། །ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་འགྲེལ་བ་ནི། མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་ཀུན་ལས་འཇུག་ །

ཅེས་པ་སྟེ། གང་གིས་འཇུག་པར་བྱེད་པ་པོ་གང་དན་སོགས་རྗེས་  
འཇུག་བཅུ་པོ་དེ་རྣམས་འཇུག་ཡུལ་གྱི་ཡི་གེ་གང་ལ་འཇུག་ན་ཀ་ནས་ཨའི་  
བར་གྱི་མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་ཀུན་ལ་བྱེད་མེད་པར་འཇུག་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་  
པའོ། །

### རི་ལྷར་འཇུག་པ་བཤད་པ།

གཉིས་པ་རི་ལྷར་འཇུག་པ་བཤད་པ་ལ་གཉིས། མདོར་བསྟན་པ་དང་།  
རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། ཅ་བ་དང་། འགྲེལ་པའོ། །

དང་པོ་ནི། རི་ལྷར་རྣམ་པ་གཉིས་ཡིན་ཏེ། །

སྐྱ་ཡི་འཇུག་ཚུལ་དོན་གྱི་ཚུལ། །

ཞེས་པའོ། །གཉིས་པ་འགྲེལ་བ་ནི། རི་ལྷར་འཇུག་ཚུལ་གཉིས་ཡིན་  
ཏེ། །

ཞེས་པ་སྟེ། རྗེས་འཇུག་རྣམས་རི་ལྷར་འཇུག་པའི་ཚུལ་ལ་གཉིས་སུ་  
ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། རྗེས་འཇུག་ཞུགས་ཚུལ་གྱི་སྐྱ་དག་ཞན་དུ་འགྱུར་བ་སྐྱའི་  
འཇུག་ཚུལ་དང་། དེ་ལྷར་ཞུགས་པས་དོན་ཅི་ཞིག་སྟོན་པ་དོན་གྱི་འཇུག་  
ཚུལ་དག་ཏུ་ཡོད་པའི་བྱིར། ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་གཉིས། སྐྱའི་འཇུག་ཚུལ་བཤད་

པ་དང་། རོན་གྱི་འཇུག་ཚུལ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། ཅ་བ་དང་།  
འགྲེལ་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། རྟག་ཞན་སྒྱིར་འཇུག་ཚུལ་བཤད་པ། རྟང་  
གསེས་ཞིབ་ཏུ་འཇུག་ཚུལ་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་ནི། ཐོ་གསུམ་མོ་གཉིས་མ་ནིང་གསུམ། །

རྟག་ཞན་བར་མ་གསུམ་དུ་འཇུག

ཅེས་བ་སྟེ། རྗེས་འཇུག་གི་ཡི་གེ་བརྩུ་ལས། ཐོ་སྒྲིམ་བྱ་རབ་འབྲིང་ཐ་  
གསུམ། མིང་ག་ཞིའི་ཡི་གེ་གང་ལ་ཞུགས་ཀྱང་བརྗོད་པའི་སྐྱ་གདངས་རྟག་  
པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་མོ་ཅམ་དང་ཤིན་ཏུ་མོ་གཉིས་ཞུགས་ན་ཞན་པ་དང་།  
འགྱུར་བ་དང་མཚན་གཉིས་དང་མཚན་མེད་མ་ནིང་གསུམ་ཞུགས་ན་བར་མ་  
སྟེ་རན་པར་འཇུག་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་ནི། རྟག་པ་གསུམ་ཉིད་ནང་སྤང་དམ། །

གལ་ཏེ་ཞན་པ་ནང་སྤང་ན། །

དེ་ལའང་ནང་གི་ཆ་ཤས་ཀྱིས། །

དེ་ཡང་རྟག་ཞན་གཉིས་སུ་དབྱེ། །

མ་ནིང་གསུམ་དུ་གང་གཏོགས་པ། །

རྟག་དང་སྤང་ན་རྟག་པར་འགྱུར། །

ཞན་དང་སྤང་ན་ཞན་པར་འགྱུར། །

གཉིས་ཀ་དག་དང་སྤང་གྱུར་ན། །

དེ་ནི་གཉིས་ཀ་ཅན་དུ་འགྱུར། །



གཉིས་ཀ་དག་དང་མ་སྤང་ན། །  
 གང་དུ་ཡང་ནི་མི་འགྱུར་རོ། །  
 དེས་ན་འགྱུར་དང་མཆོན་གཉིས་དང་། །  
 མཆོན་མེད་དག་དང་གསུམ་དུ་འདོད། །  
 དེ་ནི་སྐྱ་ཡི་འཇུག་ཚུལ་ལོ། །

ཞེས་པ་སྟེ། གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་སྐྱ་གདངས་དག་པ་རྗེས་འཇུག་པོ་  
 ཡིག་ལ་སྐྱེས་བུ་རབ་འབྱིང་ཐ་གསུམ་ཉིད་དུ་དབྱེ་བ་ནི་རྗེས་འཇུག་པན་ཚུན་  
 རང་འབྲུང་མ་འབྲུང་གིས་ཡིན་ཏེ། དམ་ཞེས་པ་སྤྱད་པའི་ཆོག་ཡིན་པས་གང་  
 སྤྱད་ན་རང་གི་ཆ་དག་ཞན་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་སྤྱད་པས། དབྱེ་ཚུལ་ནི། སྐྱེས་  
 བུ་རབ་འབྱིང་གཉིས་ལ་རང་འབྲུང་ཡོད་པས་སྐྱ་དག་པའི་དག་པ་དང་། སྐྱེས་  
 བུ་ཐ་མ་ལ་རང་འབྲུང་མེད་པས་སྐྱ་དག་པའི་ཞན་པ་གཉིས་སུ་དབྱེ་ཞིང་། དང་  
 པོ་ལའང་སྐྱེས་བུ་རབ་སྐྱ་ཤིན་ཏུ་དག་པ་དང་། འབྱིང་དེ་ལས་ཅུང་ཟད་ཞན་པ་  
 གཉིས་སུ་དབྱེ་བས་རང་གསེས་གསུམ་དུ་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན་ རྒྱུགས།  
 རྒྱུབས། རྒྱས། རྒྱད། བཀའ། །བཀའ། ལྟ་བུའོ། །དེ་བཞིན་དུ་གལ་ཏེ་སྐྱ་  
 གདངས་ཞན་པ་རྗེས་འཇུག་པོ་ཡིག་ལ་མོ་ཅམ་དང་། ཤིན་ཏུ་མོ་གཉིས་སུ་  
 དབྱེ་བའང་རྗེས་འཇུག་པན་ཚུན་རང་འབྲུང་ན་སྟེ་འབྲུང་མ་འབྲུང་གིས་ཡིན་  
 པས། དེ་ལའང་རང་གི་ཆ་ཤས་གིས་མོ་ཅམ་ལ་རང་འབྲུང་ཡོད་པས་སྐྱ་ཞན་  
 པའི་དག་པ་དང་། ཤིན་ཏུ་མོ་ལ་རང་འབྲུང་མེད་པས་སྐྱ་ཞན་པའི་ཞན་པ་  
 གཉིས་སུ་དབྱེ་སྟེ། དཔེར་ན། བསྐྱངས། བསྐྱམས། རྒྱོང་། རྒྱོམ། བཀའ། ལྟ་

བུའོ། །སྐྱ་གདངས་བར་མ་རྗེས་འཕུག་མ་ནིང་ལ་འགྱུར་བ་དང་། མཆན་གཉིས་དང་། མཆན་མེད་གསུམ་དུ་གང་གཏོགས་པའི་དབྱེ་བ་བྱས་པ་ནི། མིང་གཞིར་འཕུག་ཚུལ་དང་། རྗེས་འཕུག་པན་ཚུན་ནང་འཕྲད་མ་འཕྲད་གཉིས་ཀའི་སྒོ་ནས་ཡིན་ཏེ། བསྟན་ད། བསྐྱོར་ད། སྦྱལ་ད། རྒྱུ་ད། བསྟར་བཅའ། ལྟ་བུ་མིང་གཞི་མོ་ཡིག་གི་མཐར་ཡང་འཕུག་ཡོད་མེད་གཉིས་ཀ་དང་། སྤྱིན་ད། ཐར་ད། འཕྱལ་ད། ལྟ་བུ་མ་ནིང་གི་མཐར་ཡང་འཕུག་ཡོད་པ་གཉིས་ནི། སྐྱ་གདངས་དྲག་པ་དང་འཕྲད་པའི་དབང་གིས་དྲག་པར་འགྱུར་བ་དང་། འབྲུན། འགོད། འགྲུལ། ལྟ་བུ་མོ་ཡིག་གི་མཐར་ཡང་འཕུག་མེད་པ་ནི། སྐྱ་གདངས་ཞན་པ་དང་འཕྲད་པའི་དབང་གིས་ཞན་པར་འགྱུར་བ་སྟེ། དེས་ན་དེ་གཉིས་ནི་འགྱུར་བ་མ་ནིང་དང་། འཛིན་ད། འབྱོར་ད། བསལ་ད། ལྟ་བུ་མོ་ཡིག་གི་མཐར་ཡང་འཕུག་ཡོད་པ་ནི་སྐྱ་གདངས་དྲག་ཞན་གཉིས་ཀ་དང་འཕྲད་པའི་དབང་གིས་དྲག་ཞན་གཉིས་ཀ་ཅན་དུ་འགྱུར་བས་མཆན་གཉིས་མ་ནིང་དང་། མཐུན། འཐོར། འབྱུལ། ལྟ་བུ་མ་ནིང་གི་མཐར་ཡང་འཕུག་མེད་པ་ནི། སྐྱ་གདངས་དྲག་ཞན་གཉིས་ཀ་དང་མ་འཕྲད་པའི་དབང་གིས་དྲག་ཞན་གང་དུའང་མི་འགྱུར་བར་སྐྱ་གདངས་མཉམ་པར་གནས་པས་མཆན་མེད་མ་ནིང་སྟེ་དབྱེ་བ་གསུམ་དུ་འདོད་དེ། དེ་དག་ནི་སྐྱ་གདངས་དྲག་ཞན་བར་མ་གསུམ་དུ་འཕུག་ཚུལ་གྱི་དབྱེ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པའོ། །

### སྐྱའི་འཕུག་ཚུལ་བཤད་པ།

གཉིས་པ་འབྲེལ་པ་ལ་གསུམ། རྗེས་འཕུག་མོ་ཡིག་གི་སྐྱའི་འཕུག་

ཚཱ་བ་ཤད་པ། རྗེས་འཇུག་པོ་ཡིག་གི་སྒྲིའི་འཇུག་ཚཱ་བ་ཤད་པ། རྗེས་  
འཇུག་མ་ནིང་གི་སྒྲིའི་འཇུག་ཚཱ་བ་ཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། རྒྱས་པར་  
བཤད་པ་དང་། རོན་བསྐྱ་བའོ། །

དང་པོ་ནི། དང་པོ་སྒྲིའི་འཇུག་ཚཱ་ནི། །པོ་ཡི་ག་ཡིག་ཡང་འཇུག་  
ཅན། །སྒྲིམ་བྱ་རབ་དང་པོ་ཡིག་བ། །ཡང་འཇུག་ཅན་ནི་སྒྲིམ་བྱ་འབྲིང་། །ག་  
བ་ཡང་འཇུག་མེད་པ་དང་། །ད་སའི་མཐའ་ཅན་ཐ་མ་སྟེ། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེའང་དང་པོ་རྗེས་འཇུག་པོ་ཡིག་གི་སྒྲིའི་འཇུག་ཚཱ་  
ནི། རྗེས་འཇུག་པོ་ཡིག་སྒྲིམ་བྱ་རབ་འབྲིང་ཐ་མ་གསུམ་ནི་མིང་གཞིའི་ཡི་  
གོ་གང་ལ་ཞུགས་ཀྱང་བཟོད་པའི་སྒྲི་གདངས་དྲག་པར་འཇུག་པ་ཡིན་  
ནོ། །རྗེས་འཇུག་པོ་ཡིག་ག་ཡིག་ལ་ཡང་འཇུག་ས་ཞུགས་པ་ཅན་ཡིན་ན་  
སྒྲིམ་བྱ་རབ་དང་། དཔེར་ན། རྒྱད་བསྐྱགས། རོན་གཟིགས། བདེ་བར་  
གཤེགས། སྒྲི་བསྐྱགས། རིགས་འགྲོ། ཉགས་བཀོད། གཟུངས་སྒྲགས། དགོ་  
ལེགས། ལུན་ཆོགས། ལྷ་བུའོ། །རྗེས་འཇུག་པོ་ཡིག་བ་ཡང་འཇུག་ས་དང་  
འབྲེལ་བ་ཅན་ནམས་སྒྲིམ་བྱ་འབྲིང་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། ལྷོ་བས་ལྷན། ཐབས་  
མཁས། གའབས་གཤོམ། སྐབས་གསུམ། སྐབས་འགྲོ། གསོལ་འདེབས། གྲིན་  
ཆེབས། ལྷ་བུའོ། །རྗེས་འཇུག་པོ་ཡིག་ག་དང་བ་གཉིས་ཡང་འཇུག་མེད་པ་  
དང་། ད་དང་ས་གཉིས་རྗེས་འཇུག་ཏུ་ཡོད་པའི་མཐའ་ཅན་ནམས་ལ་སྒྲིམ་བྱ་  
ཐ་མ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན། ཉོག་པ། ཐག་པ། ཞོག་པ། ལྷག་པ། ལག་པ།  
ཞུབ་བྱེད། རོན་བྱུག་མེ་ཐག་མཐའ་འཁོབ། ཁང་རྒྱུག་ཞེད་པ། རི་ཁྲིད། པོ་

གོད། ཅོད་པན། སྐྱེ་མཆེད། རན་གཏད། བཟ་ཤེས། དངོས་པོ། བྱས་པ། དམ་  
 ཆོས། བཅས་པ། གསུང་བགོས། ཆོས་གོས། ལྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་དོན་བསྐྱུ་བ་  
 བྱི། བླ་པ་མོ་ལའང་ནང་གསེས་ཀྱིས། །བླ་ཞན་བར་མ་གསུམ་དུ་

དབྱེ། །ཞེས་པ་སྟེ། སྐྱེ་གདངས་བླ་པ་མོའི་ཡི་གེ་ལའང་ནང་གསེས་ཀྱིས་སྐྱེ་  
 བླ་ཞན་བར་མ་གསུམ་དུ་དབྱེ་བར་བྱ་སྟེ། སྐྱེ་ཚེ་ལ་བླ་པ་རྣམས་སྐྱེས་བུ་  
 རབ་དང་། དེ་ལས་ཕྱང་ཟད་ཞན་པ་བར་མ་རྣམས་སྐྱེས་བུ་འབྲིང་དང་། དེ་  
 ལས་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་ཞན་པ་རྣམས་སྐྱེས་བུ་ཐ་མར་འཛོག་པས་སོ། །ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་རྗེས་འཕུག་མོ་ཡིག་གི་སྐུའི་འཕུག་ཚུལ་བཤད་པ་བྱི། དེ་  
 བཞིན་ཞན་པ་མོ་ལ་ཡང་། །ནང་གསེས་བླ་ཞན་གཉིས་དབྱེ་སྟེ། །ང་མ་ཡང་  
 འཕུག་ཅན་མོ་དང་། །ང་མ་ཡང་འཕུག་མེད་པ་དང་། །འཇམ་ཐའ་ཅན་རྣམས་  
 ཤིན་ཏུ་མོ། །

ཞེས་པ་སྟེ། མོ་ཡིག་ལ་སྐྱེས་བུ་གསུམ་དུ་དབྱེ་བ་དེ་བཞིན་དུ་སྐྱེ་ཞན་  
 པ་མོ་ཡིག་ལ་ཡང་ནང་གསེས་བླ་ཞན་གཉིས་སུ་དབྱེ་སྟེ། སྐྱེ་ཚེ་ལ་བླ་པ་  
 རྣམས་མོ་དང་། དེ་ལས་སྐྱེ་ཚེ་ལ་ཞན་པ་རྣམས་ཤིན་ཏུ་མོ་ཡིན་པས་སོ། །  
 རྗེས་འཕུག་ང་དང་མ་གཉིས་ཡང་འཕུག་ཅན་རྣམས་སྐྱེ་བླ་པ་མོ་ཅམ་སྟེ།  
 དཔེར་ན། དབྱངས་ཅན། ཁོངས་སུ། གངས་རི། སངས་རྒྱལ། བྱངས་ཅན།  
 དགོངས་འགྲེལ། འབྲངས་རབས། ལྟ་བུ་ང་ཡིག་སའི་ཡང་འཕུག་ཅན་དང་།  
 སེམས་བསྐྱེད། མཆོམས་སྒྲོར། ཐམས་ཅད། བཞམས་སྒྲོ། གོམས་པ། ཆོས་  
 རྣམས། རབ་འབྱམས། ལྟ་བུ་མ་ཡིག་སའི་ཡང་འཕུག་ཅན་ཡིན་ནོ། །རྗེས་

འཇུག་ང་དང་མ་གཉིས་ཡང་འཇུག་མེད་པ་དང་། འ་མཐའ་ཅན་རྣམས་ཤིན་  
 ཏུ་མོ་ཡིན་ཏེ། ང་ཡང་འཇུག་མེད་པ་ནི། དཔེར་ན། བཟུང་བ། གཡེང་བ། གང་  
 ཞིག་ནད་དོན། བྱང་སྟོང་། རྒྱང་ནད། བཤའ་གཅི། ལྷ་བུའོ། །མ་ཡིག་ཡང་  
 འཇུག་མེད་པ་ནི། དཔེར་ན། འཇམ་པོ། ཉམ་ཐག་གཏུམ་པོ། ཆོམ་རྒྱ། ཐེམ་  
 སྐལ། ལུམ་བྲལ། དམ་ཆོག་ལྷ་བུའོ། །འ་ཡིག་རྗེས་འཇུག་ཅན་ནི། དཔེར་ན།  
 དཀའ་ཆེན། བཀའ་བློན། མཁའ་འགྲོ། འགའ་ཞིག་མངའ་རིས། བཅའ་ཡིག་  
 འཇའ་ཆོན། གཉའ་ཤིང་། གཏའ་མ། མཐའ་དག་མནའ་མ། དཔའ་བོ། འབའ་  
 ཞིག་དམའ་བ། བཅའ་སེར། མཇའ་བོ། གཞའ་གསང་། བཟའ་བ། གཤའ་མ།  
 ལྷ་བུའོ། །གསུམ་པ་རྗེས་འཇུག་མ་ནིང་གི་སྐའི་འཇུག་ཚུལ་བཤའ་པ་ལ་  
 གསུམ། འགྱུར་བ་མ་ནིང་བཤའ་བ། མཆན་གཉིས་མ་ནིང་བཤའ་བ། མཆན་  
 མེད་མ་ནིང་བཤའ་བའོ། །

དང་པོ་ནི། བར་མ་མ་ནིང་ན་ར་ལ། །ཡང་འཇུག་ཡོད་དམ་མེད་ཀྱང་  
 རུང་། །མིང་གཞི་པོ་ཡིག་མཐར་ཡོད་དང་། །མིང་གཞི་མ་ནིང་རྗེས་སུ་  
 བྱི། །ཡང་འཇུག་དང་བཅས་ཞུགས་པ་ན། །བྲག་དང་འཕྲད་པས་བྲག་པར་  
 འགྱུར། །མིང་གཞི་པོ་ཡིག་རྗེས་སུ་བྱི། །ཡང་འཇུག་མེད་པར་ཞུགས་པ་  
 ན། །ཞན་དང་འཕྲད་པས་ཞན་པར་འགྱུར། །དེ་གཉིས་འགྱུར་བ་མ་ནིང་  
 ཡིན། །

ཞེས་པ་སྟེ། སྐྱ་གདངས་བར་མ་མ་ནིང་གི་ཡི་གོ་ན་ར་ལ་གསུམ་པོ་  
 འདི་ལ་ཡང་འཇུག་ཡོད་དམ་མེད་ཀྱང་རུང་མིང་གཞི་པོ་ཡིག་ཀ་ཅ་སོགས་



ཀྱི་མཐར་ཡོད་པ་དང་། མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་མ་ནིང་ཁ་ཆ་སོགས་ཀྱི་རྗེས་སུ་  
ཡང་འཕུག་དང་བཅས་ཏེ་ཞུགས་པ་ན་སྐྱ་གདངས་དྲག་པ་དང་འཕྲད་པ་ཡིན་  
བས་དྲག་པར་འགྱུར་རོ། །ན་ཡིག་མིང་གཞི་ཕོ་ཡིག་དང་འཕྲད་ཚུལ་ནི།  
དཔེར་ན། ཤིང་ཀྱན། བད་ཀན། ཡ་དཀན། ཟངས་རྒྱན། ཞ་བསྐྱོན། ཅན་  
ནེ། གཅན་གཟན། གཅིན་སྟོན། ཡོན་ཏན། བསམ་གཏན། ལམ་བསྟན། རྗེ་  
དཔོན། ཉེ་སྟུན། ཁ་སྟུན། ཅན་དན། བཅུན་པ། བཅོན་ཁང་། བཅོན་འགྲུས། ལྟ་  
བུའོ། །ར་ཡིག་མིང་གཞིའི་ཕོ་ཡིག་དང་འཕྲད་ཚུལ་། དཔེར་ན། ཀེར་ལངས།  
དཀར་པོ། ཆིག་སྟོར། ཅིག་ཅར། གཅིར་བྱ། བན་ཏུར། ཞག་གཏར། བོར་  
སྟོར། སྐར་མོ། གངས་སྟོར། དཔར་འདེབས། རྩ་བཅིར། ལྟ་བུའོ། །ལ་ཡིག་  
མིང་གཞིའི་ཕོ་ཡིག་དང་འཕྲད་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། སྐྱ་སྐལ། སྐྱག་དགྲོལ།  
བལ་བཀལ། བབ་ཅལ། རྫོག་ཅལ། ཏིལ་མར། མཆང་གཏོལ། དཔལ་འབྱོར།  
སྐལ་པ། ལུས་རྩལ། ཅོལ་བུང་། བགྱིད་རྩལ། ལྟ་བུའོ། །དེ་གསུམ་མིང་གཞིའི་  
མ་ནིང་གི་རྗེས་སུ་ཡང་འཕུག་དང་བཅས་ཏེ་འཕུལ་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། ཆོས་  
མཁྱེན། ཁུར་ཁྱེན། རྩ་འཁོལ། མི་འཁུན། གོས་མཆོར། འབྲུ་ཆོལ།  
ཕྱིར་ཐོན། མེ་ཏོག་ཐོར། ལྷུང་བ་མཐོལ། བར་ཕྱིན། དར་འབྱར།  
གོས་ཕྱལ། རྩ་ཆོར། ལྟ་བུའོ། །མ་ནིང་ན་ར་ལ་གསུམ་མིང་གཞིའི་ཕོ་  
ཡིག་ག་ཇ་སོགས་ཀྱི་རྗེས་སུ་ཡང་འཕུག་མེད་པར་ཞུགས་པ་ན་སྐྱ་གདངས་  
ཞན་པ་དང་འཕྲད་བས་སྐྱ་ཞན་པར་འགྱུར་རོ། །ན་ཕོ་ཡིག་གི་རྗེས་སུ་ཡང་  
འཕུག་མེད་པར་ཞུགས་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། དགོན་པ། འགན་ཟླ། ལྡན་ལྡན།

སྒྲོན་ཤིང་། རོན་ཡོད། འབྲེན་པ། བརྒྱ་བྱིན། བྱི་བྱུན། རྩུན་ཆིག་ རྩུན་མར།  
 ཟེན་ཟོན། འོན་པ། ཡན་ལག །གཤེན་རྗེ། སོན་པོ། ལྷ་བྱའོ། །ར་མོ་ཡིག་གི་  
 རྗེས་སུ་ཡང་འཇུག་མེད་པར་ཞུགས་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། རྒྱ་གར། སྒྲོར་མོ།  
 འཛོར་བྱ། འཇུར་མིག་དར་ཆེན། རྡོར་གདན། བྱར་ཆེ། དབྱར་ཁང་། འཛོད་  
 པ། འཛོར་ཚུ། ཞར་མོངས། ཞོར་ལ། ཟོར་བ། ཟུར་མིག་ འར་བྱ། ཟའོར།  
 ཡུར་མ། འཤར་ཕྱོགས། སར་འཇུག་ ལྷ་བྱའོ། །ལ་མོ་ཡིག་གི་རྗེས་སུ་ཡང་  
 འཇུག་མེད་པར་ཞུགས་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། གལ་ཏེ། རྒྱལ་བ། ཆོད་འཇུག་  
 གོས་འཛོལ། དལ་འགྲོ། གདོལ་བ། རྒྱལ་སོང་། བྱལ་གཏོར། སྒྲོར་འཇུལ།  
 གཞལ་བྱ། ཞལ་མཛེས། ཟེལ་བ། ཟོལ་ཟོག་ འོལ་བ། འོལ་ཁ། ཡུལ་ཅན།  
 ཡོལ་བ། འཤལ་སྒྲན། གཤོལ་སྒྲ། གསོལ་ང། གསལ་རིག་ ལྷ་བྱའོ། །དེ་ལྟར་  
 བཤད་པའི་འཕྲད་ཚུལ་གཉིས་པོ་དེ་ལ། མིང་གཞི་སྒྲ་དག་པ་དང་འཕྲད་ན་  
 དག་པ་དང་། མིང་གཞི་སྒྲ་ཞན་པ་དང་འཕྲད་ན་ཞན་པར་འགྱུར་ཞིང་རང་  
 གསོ་མི་ཟེན་པས་ན་འགྱུར་བ་མ་ནིང་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་མཆན་གཉིས་མ་ནིང་བཤད་པ་ནི། མིང་གཞི་མོ་ཡིག་རྗེས་  
 སུ་ནི། །ཡང་འཇུག་དང་བཅས་ཞུགས་པ་ན། དག་ཞན་གཉིས་ཀའི་ཆ་ལྷན་  
 བྱིར། །མཆན་གཉིས་མ་ནིང་ཞེས་སུ་གྲགས། །

ཅེས་པ་སྟེ། མ་ནིང་གི་ཡི་གོ་ན་ར་ལ་གསུམ་མིང་གཞི་མོ་ཡིག་ག་ང་  
 སོགས་ཀྱི་རྗེས་སུ་ཡང་འཇུག་ད་དང་བཅས་ཏེ། ཞུགས་པ་ན་སྒྲ་གདངས་  
 དག་ཞན་གཉིས་ཀའི་ཆ་དང་ལྷན་པའི་བྱིར། མཆན་གཉིས་མ་ནིང་ཞེས་སུ་

གྲགས་པ་ཡིན་ནོ། །ར་མིང་གཞིའི་མོ་ཡིག་གི་རྗེས་སུ་ཡང་འཕུག་དང་བཅས་  
ཏེ་བྱུགས་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། རྒྱུ་གྱིས་བརྒྱན་ད། དག་བ་སྦྱན་ད། བཀའ་  
ཟིན་བྱན་ད། འདུ་འཇིགས་དབེན་ད། ཏིང་ངེ་འཇིན་ད། རོར་ལ་ཞེན་ད། ཏྲ་ལ་  
བཞོན་ད། ཞོན་ཅིག་སྟོག་ལ་གཟན་ད། རྩ་བ་འོན་ད། ཆོས་གསན་ད། སྤྱག་  
བསྐྱལ་བསྐྱན་ད། སྟོན་ཅིག་ལྷ་བྱའོ། །ར་མོ་ཡིག་གི་རྗེས་སུ་ཡང་འཕུག་  
དང་བཅས་ཏེ་བྱུགས་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། སྐད་བསྐྱར་ད། སྐྱར་ཅིག་བྱ་རམ་  
བསྐྱར་ད། སྐྱོར་ཅིག་བདེན་ཆིག་བདར་ད། ཁབ་བདར་ད། རྩོར་ཅིག་རོར་  
འབྱོར་ད། སྐད་འཇིར་ད། སྐྱ་བཅུར་ད། ཅུར་ཅིག་སྐྱ་གོས་གཟར་ད། མཆོན་  
ལ་གཟུར་ད། དཔུལ་གཡར་ད། ཡོར་ཅིག་འབྲུ་བཤར་ད། འོར་ཅིག་རི་  
རྒྱགས་གའོར་ད། རྩོ་རྗེ་གསོར་ད། ཐུར་མས་བསྐྱར་ད། ཐུར་ཅིག་ལྷ་  
བྱའོ། །ལ་མོ་ཡིག་གི་རྗེས་སུ་ཡང་འཕུག་དང་བཅས་ཏེ་བྱུགས་ཚུལ་ནི།  
དཔེར་ན། དག་པོ་བསྐྱལ་ད། སྐྱོལ་ཅིག་ཐིག་སྐྱད་བསྐྱེལ། གྱང་བསྐྱེལ་ད།  
སྐྱེལ་ཅིག་བྱ་ག་བརྩོལ་ད། དག་ཀན་མངལ་ད། མཛོལ་ཅིག་ཆད་མས་  
འངལ་ད། བགས་པ་དབྱལ་ད། དབྱོལ་ཅིག་མཆོར་གཞོལ་ད། ལས་བཞོལ་ད།  
ཞོལ་ཅིག་ལོག་རྟོག་བསལ་ད། སོལ་ཅིག་ཞལ་གདོང་བསིལ་ད། སིལ་ད་  
ཅིག་ལྷ་བྱའོ། །དེ་དག་ནི་མིང་གཞིའི་མོ་ཡིག་དང་འབྲུད་པས་མེའི་ཆ་དང་  
ལྡན། ཡང་འཕུག་པོ་ཡིག་ད་དང་འབྲུད་པས་མེའི་ཆ་དང་ལྡན་པས་ན་མཆོན་  
གཉིས་དང་། རྗེས་འཕུག་དེ་ཉིད་མ་ནིང་ཡིན་པས་ན་མཆོན་གཉིས་མ་ནིང་  
ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་མཆན་མེད་མ་ནིང་བཤད་པ་ནི། མིང་གཞི་མ་ནིང་རྗེས་སུ་  
ནི། །ཡང་འཇུག་མེད་པར་ཞུགས་པ་ན། །དག་ཞན་གང་དུའང་མི་འགྱུར་བས། །  
མཆན་མེད་མ་ནིང་ཞེས་སུ་འདོད། །

ཅེས་པ་སྟེ། མ་ནིང་གི་ཡི་གེ་ན་ར་ལ་གསུམ་མིང་གཞིའི་མ་ནིང་ཁ་ཆ་  
ཐ་བ་ཆ་ལྡེའི་རྗེས་སུ་ཡང་འཇུག་མེད་པར་ཞུགས་པ་ན་སྒྲ་གདངས་དག་ཞན་  
གང་དུ་མི་འགྱུར་བས་ན་མཆན་མེད་མ་ནིང་ཞེས་སུ་འདོད་པ་ཡིན་ནོ། །ན་མ་  
ནིང་གི་རྗེས་སུ་ཡང་འཇུག་མེད་པར་ཞུགས་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། ལས་མཁན།  
རྒྱ་ཁྲོན། ཁྲོན་པ། ཆན་པ། མཆན་པ། ཆན་པོ། མཐོན་མཐིང་། སྤྱི་མཐུན།  
སྤྱིར་འཐེན། སུན་ཆོགས། བན་ཚུན། འཕྲིན་ཡིག་ ཆོན་ཅི། སྡེ་ཆན། མཆན་  
ཉིད། ལྟ་བུའོ། །ར་མ་ནིང་གི་རྗེས་སུ་ཡང་འཇུག་མེད་པར་ཞུགས་ཚུལ་ནི།  
དཔེར་ན། ཁོར་ཡུག་ འཁར་རྒྱག་ ཁྲོར་བ། མཆར་བ། ཆར་སྤྲིན། འཆར་སྒོ་  
ཐོར་ཅོག་ ཐོར་བྲ། ཐར་བ། འཕུར་ལྗིང་། བྲེ་བྲུ། གོ་ཐེ། ཆར་དང་།  
མཆར་སྒྲུག་ འཆར་སྤྱེད། ལྟ་བུའོ། །ལ་མ་ནིང་གི་རྗེས་སུ་ཡང་འཇུག་མེད་  
པར་ཞུགས་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། ཁྲིལ་ཡོད། ཁྲིལ་མ། ཁལ་མ། ཆོལ་བངས།  
མཆིལ་རྣམ། ཤེས་འཆལ། ཐལ་བ། མཐོལ་བཤགས། ཇི་འཕུལ། བྱང་བུལ།  
འཕེལ་རྒྱས། བལ་བ། མཆལ་རྟོག་ བྲག་འཆལ། ཆོས་འཆོལ། ལྟ་བུའོ། །དེ་  
རྣམས་ནི་མིང་གཞི་དང་རྗེས་འཇུག་གཉིས་ཀ་མ་ནིང་ཡིན་ཅིང་ཕོ་མོའི་  
མཆན་མ་གང་ཡང་མེད་པས་ན་མཆན་མེད་མ་ནིང་ཞེས་བྱའོ། །

## དོན་གྱི་འཇུག་ཚུལ་བཤད་པ།

གཉིས་པ་དོན་གྱི་འཇུག་ཚུལ་བཤད་པ་ལ་གཉིས། མདོར་བསྟན་པ་  
དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། ཅ་བ་དང་། འགྲེལ་པའོ།  
དང་པོ་ནི། དོན་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་ཡིན་ཏེ། །

སྤྲ་མ་གང་ལྟར་འགྱུར་བ་དང་། །

སྤྱི་མ་གང་ལྟར་འགྱུར་བའོ། །

ཞེས་པ་སྟེ། རྗེས་འཇུག་རྣམས་དོན་གང་དང་གང་ལ་འཇུག་པར་  
འགྱུར་བའི་ཚུལ་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་ཡིན་ཏེ། སྤྲ་མ་རྗེས་འཇུག་ཉིད་གང་ལ་  
ཞུགས་ཤིང་གནས་པའི་མིང་དེའི་དོན་གང་ལྟར་ཏེ། ཇི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་  
བ་དང་། སྤྱི་མ་རྗེས་འཇུག་གམ་མཐའ་དེས་མིང་མཐའ་ལ་སོགས་པ་འདྲེན་  
ཚུལ་གྱིས་དོན་གང་ལྟར་འགྱུར་བའོ་ཞེས་སོ། །

གཉིས་པ་འགྲེལ་པ་ནི། གཉིས་པ་དོན་ལ་གཉིས་ཡོད་པའི། །

ཞེས་པ་སྟེ། གཉིས་པ་དོན་གྱི་འཇུག་ཚུལ་ལ་དུ་མ་ཡོད་དེ། སྤྲ་མ་གང་  
ལྟར་འགྱུར་བ་དང་། སྤྱི་མ་གང་ལྟར་འགྱུར་བ་གཉིས་སུ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་དོ། །  
གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་གཉིས། སྤྲ་མ་གང་ལྟར་འགྱུར་བ་བཤད་པ་  
དང་། སྤྱི་མ་གང་ལྟར་འགྱུར་བ་བཤད་པའོ། །

སྤྲ་མ་གང་ལྟར་འགྱུར་བ་བཤད་པ།

དང་པོ་ལ་གཉིས། ཅ་བ་དང་། འགྲེལ་པའོ། །



དང་པོ་ནི། སྤྲ་མ་སྤྲོན་འཇུག་ལྷ་བཞིན་སྦྱར། །

ཞེས་པ་སྟེ། རྗེས་འཇུག་རྣམས་གང་ལ་ཞུགས་པའི་མིང་དེ་ཉིད་མིང་  
མཐའ་སོགས་ལ་སྟོས་ནས་སྤྲ་མར་གྲུབ་པས། དེས་བདག་གཞན་སོགས་  
དོན་ཅི་ཞིག་སྟོན་པ་ནི། མིང་དེའི་སྤྲོན་དུ་གནས་པ་སྤྲོན་འཇུག་ལྷ་ལས་གང་  
ཞིག་ཡིན་པ་དེའི་རྒྱས་པ་དང་ངེ་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་སྦྱར་ནས་བདག་གཞན་དང་  
དུས་གསུམ་སོགས་གང་ཡིན་རྟོགས་པར་བྱ་དགོས་སོ། །ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་འགྲེལ་པ་ནི། སྤྲ་མ་གང་ལྟར་འགྱུར་བ་ནི། །རྗེས་འཇུག་གང་  
ལ་ཞུགས་པ་ཡི། །མིང་དེས་བདག་གཞན་སོགས་གང་སྟོན། །ཕལ་ཆེར་མིང་  
གི་སྤྲོན་འཇུག་གི་ །རྒྱས་པར་སྦྱར་ནས་རྟོགས་པར་བྱ། །

ཞེས་པ་སྟེ། སྤྲ་མ་གང་ལྟར་འགྱུར་བ་བཤད་པ་ནི་རྗེས་འཇུག་གང་ད་  
ན་སོགས་དེ་རྣམས་མིང་གཞི་གང་ལ་ཞུགས་པའི་མིང་དེ་ཉིད་མིང་མཐའ་  
སོགས་ལ་སྟོས་ནས་སྤྲ་མར་གྲུབ་པ་ཡིན་པས། དེས་བདག་གཞན་སོགས་  
དོན་གང་དང་གང་སྟོན་པ་ནི། ཕལ་ཆེར་མིང་དེའི་སྤྲོན་འཇུག་གང་བ་མ་འ་  
ལྷ་ལས་གང་ཞིག་ཡིན་པ་དེའི་རྒྱས་པ་སྦྱར་ནས་བདག་གཞན་དུས་གསུམ་  
སོགས་ཅི་ཡིན་རྟོགས་པར་བྱ་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །རྗེས་འཇུག་སོ་ཡིག་གང་  
བ་ས་བཞི་དུས་འདས་པ་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། གྲོགས་བཀྲལ་ ཅ་བ་  
བཀོག་གཏམ་བཤད། ཐག་པ་བཅད། ས་བོན་བཏབ། མདའ་དར་གཡབ། ཅེད་  
མོ་ཅེས། དདུལ་བཅེས། ལྟ་བུའོ། །དེ་བཞི་དུས་མ་འོངས་པ་ལ་འཇུག་ཚུལ་  
ནི། དཔེར་ན་ གྲོགས་དགྲལ་པར་འགྱུར། ཅ་བ་དགོག་པར་འགྱུར། ཆོས་

འཆད་པར་འགྱུར། ཐག་པ་གཅད་པར་འགྱུར། དར་གཡབ་པར་འགྱུར། བྱིས་  
ཕྱགས་པར་འགྱུར། གཏམ་ཐོས་པར་འགྱུར། ལྟ་བུའོ། །དེ་བཞི་དུས་ད་ལྟ་བ་  
ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། སྟོག་འཇུག་བཞིན་པ། བཀའ་རྒྱ་སྟོག་བཞིན་  
པ། ཡི་གེ་འགོད་བཞིན་པ། མཐའ་ལ་སྟོད་བཞིན་པ། ཆར་འབབ་བཞིན་པ།  
རིག་གནས་སྟོབ་བཞིན་པ། ཐུགས་དབྱེས་བཞིན་པ། སྐྱོན་འཆོས་བཞིན་པ།  
ལྟ་བུའོ། །དེ་བཞི་བདག་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། གལ་སྐྱིག་པ་པོ། སྐྱིག་བྱེད། རྩོམ་  
གཅིག་པ་པོ། གཅིག་བྱེད། རྒྱ་མཚན་རྫོང་པ་པོ། རྫོང་བྱེད། ལྷ་མར་འདུད་པ་  
པོ། འདུད་བྱེད། མཉམ་དུ་སྡེབ་པ་པོ། སྡེབ་བྱེད། སྟོལ་ངན་སྐྱབ་པ་པོ། སྐྱབ་  
བྱེད། སྤང་འདེགས་པ་པོ། འདེགས་བྱེད། གཞན་དུ་འབྲོས་པ་པོ། འབྲོས་བྱེད།  
ལྟ་བུའོ། །དེ་བཞི་གཞན་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། བསྐྱིག་བྱའི་གཡ།  
བསྐྱིག་བྱ། བརྫོང་བྱའི་རྒྱ་མཚན། བརྫོང་བྱ། བསྐྱབ་བྱའི་སྟོལ། བསྐྱབ་བྱ།  
འདེགས་བྱའི་སྤང་། འདེགས་བྱ། ལྟ་བུའོ། །རྗེས་འཇུག་མོ་ཡིག་ང་མ་གཉིས་  
དུས་འདས་པ་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། གོས་བསྐྱམས། ཀང་པ་བསྐྱམས།  
སྟོད་བཀའ། ལམ་སྐྱ་བྱངས། ལུ་བཀའ། ལྟ་བུའོ། །མོ་ཡིག་ང་མ་འགསུམ་  
དུས་མ་འོངས་པ་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། སྟོད་དཀའ་བར་འགྱུར། ལམ་  
སྐྱ་བྱང་བར་འགྱུར། གོས་བསྐྱམ་པར་འགྱུར། ཀང་པ་བསྐྱམ་པར་འགྱུར། ལུ་  
བཅའ་བར་འགྱུར། ཡོས་བཟའ་བར་འགྱུར། ལྟ་བུའོ། །དེ་གསུམ་དུས་ད་ལྟ་བ་  
ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། སྟོད་འགོངས་བཞིན་པ། སྐྱིག་པ་སྟོང་བཞིན་པ།  
གོས་སྐྱེམ་བཞིན་པ། ཀང་པ་སྐྱེམ་བཞིན་པ། ལུ་བཅའ་བཞིན་པ། ལུ་ངན་ལས་

འདའ་བཞིན་པ། ལྷ་བུའོ། །དེ་གསུམ་བདག་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། དེ་  
 བ་སྒོང་བ་པོ། སྒོང་བྱེད། སྒོང་འགོངས་བ་པོ། འགོངས་བྱེད། སྒྲེམ་བྱེད། སྒྲུམ་  
 བྱེད། བཅའ་བྱེད། འདའ་བྱེད། ལྷ་བུའོ། །དེ་གསུམ་གཞན་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི།  
 བསྐྱང་བྱའི་རེ་བ། བསྐྱང་བྱ། དགང་བྱའི་སྒོད། དགང་བྱ། བསྐྱམ་བྱའི་གོས།  
 བསྐྱམ་བྱའི་རྒྱང་པ། བཅའ་བྱའི་བྱ། བཟའ་བྱའི་ཤ། ལྷ་བུའོ། །རྗེས་འཇུག་མ་  
 བློ་མ་ར་ལ་གསུམ་དུས་འདས་པ་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། ཐལ་མོ་  
 བཀའ་ད། རྩོགས་སུ་བསྐྱེད། རྩལ་ཏུ་བསྐྱེད། ཡོན་ཏན་བསྐྱེད། རྩུང་  
 བསྐྱེད། རྩུང་བསྐྱེད། འཛིང་བསྐྱེད། ལྷ་བུའོ། །དེ་གསུམ་དུས་མ་འོངས་པ་  
 ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། དར་གྲིས་བརྒྱན་པར་འགྱུར། རྩོགས་སུ་བསྐྱེད་  
 པར་འགྱུར། མེ་སྐར་བར་འགྱུར། རྒྱུ་པ་སྐར་བར་འགྱུར། འཇའ་ཡལ་བར་  
 འགྱུར། གཏམ་མོལ་བར་འགྱུར། བསྐྱེད་པ་སྐལ་བར་འགྱུར། ལྷ་བུའོ། །དེ་  
 གསུམ་དུས་ད་ལྟ་བུ་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། ཐལ་མོ་བཀའ་བཞིན་པ།  
 དགོ་ཀན་སྒྲེན་བཞིན་པ། བསྐྱེད་བཀྱར་བཞིན་པ། རང་དུ་གཅར་བཞིན་པ།  
 ཞལ་མཇལ་བཞིན་པ། མཐུལ་འབྱལ་བཞིན་པ། ལྷ་བུའོ། །དེ་གསུམ་བདག་ལ་  
 འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། དགོ་བར་བཅོན་པ་པོ། བཅོན་བྱེད། རྩོ་རྩོ་གསོར་  
 བ་པོ། གསོར་བྱེད། མདུད་པ་འགྲོལ་བ་པོ། འགྲོལ་བྱེད། ཆད་པ་འགོལ་བ་པོ།  
 འགོལ་བྱེད། ལྷ་བུའོ། །དེ་གསུམ་གཞན་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། བཅོན་  
 བྱའི་དགོ་བ། བཅོན་བྱ། གསོར་བྱའི་རྩོ་རྩོ། གསོར་བྱ། དགྲོལ་བྱའི་མདུད་པ།  
 བཀའ་བྱའི་ཆད་པ། བཀའ་བྱ། ལྷ་བུའོ། །པལ་ཆར་ཞེས་སྒྲེས་པ་ནི་སྒྲོན་

འབྲུག་ལ་མ་ལྟོས་པར་རྗེས་འབྲུག་ཁོ་ནས་ཀྱང་དུས་འདས་པ་སོགས་སྟོན་  
བ་ཡོད་པར་གོ་བའི་ཆེད་དོ། །དཔེར་ན། ཡི་གེ་སྤྱངས། སྤྱིབ་པ་སྤྱངས། བཀའ་  
ཆོས་ཁྱུས། ལས་སྤྱིབ་དག་དཔེ་ཆ་ཁྲིད། ཅས་སོགས་ལྟ་བུའོ། །

### སྤྱི་མ་གང་ལྟར་འགྱུར་བ་བཤད་པ།

གཉིས་པ་སྤྱི་མ་གང་ལྟར་འགྱུར་བ་བཤད་པ་ལ་གཉིས། མདོར་བསྟན་  
པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། ཅ་བ་དང་། འགྲེལ་པའོ། །

དང་པོ་ནི།      སྤྱི་མ་དག་གི་འདྲན་ཚུལ་ནི། །

ཞེས་པ་སྟེ།      སྤྱི་མ་མིང་མཐའ་རི་ལྟར་འགྱུར་བ་རྣམ་དབྱེ་སོགས་ཀྱི་  
ཐོབ་ཐང་ནི་སྤྱི་མའི་རྗེས་འབྲུག་དང་སྤྱི་མའི་བརྗོད་བྱ་དག་ལ་ཅི་རིགས་པར་  
སྟོས་པའི་སྟོན་སྟེན་འདྲན་པའི་སྤྱིར་དེའི་ཚུལ་སྟོས་པ་ནི་ཞེས་སོ། །

གཉིས་པ་ནི། སྤྱི་མ་རི་ལྟར་འགྱུར་བ་ནི། །

ཞེས་པ་སྟེ། དོན་ཅ་བར་བཤད་པ་ལྟར་རོ། །གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་  
པ་ལ་གཉིས། མིང་མཐའ་འདྲན་ཚུལ་བཤད་པ་དང་། རྣམ་དབྱེ་སོགས་འདྲན་  
ཚུལ་བཤད་པའོ། །

### མིང་མཐའ་འདྲན་ཚུལ་བཤད་པ།

དང་པོ་ལ་གཉིས་ཅ་བ་དང་། འགྲེལ་པའོ། །

དང་པོ་ནི།      ཐོ་ཡིས་ཐོ་ཡི་མིང་མཐའ་བྱང་། །

                 མོ་ཡིས་མོ་ཡི་མིང་མཐའ་བྱང་། །

                 མ་ནིང་གིས་ནི་མ་ནིང་ངོ། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་ཅིག་ཅང་། ལྟ་བུ་མིང་སྒྲ་མའི་མཐའི་རྗེས་འཇུག་  
 རོ་ཡིག་གིས་མིང་དེ་ཉིད་གྱི་ཆ་ཤས་ཡིན་པས་མཐར་སྐྱོར་དགོས་པའི་མིང་  
 མཐའ་གཞན་གྱི་མིང་གཞིའི་རོ་ཡིག་དང་བར་བྱ་ཞིང་། དེ་བཞིན་དུ་གསིང་  
 ར། ལྟ་བུ་རོ་ཡིག་གིས་མིང་གཞིའི་མའི་མིང་མཐའ་དང་པ་དང་། དགུན་ཁ།  
 ལྟ་བུ་མ་ནིང་གིས་མིང་གཞིའི་མ་ནིང་གི་མིང་མཐའ་དང་བར་བྱའོ། །རྟགས་  
 མ་མཐུན་ཀྱང་བརྗོད་བདེ་གཙུག་པོར་བྱས་ནས་སྐྱ་མཐུན་དང་པ་ཡང་སྐྱ་  
 རྟགས་གྱི་དགོངས་པར་གནས་སོ། །

གཉིས་པ་འགྲེལ་པ་ནི། རྗེས་འཇུག་པོ་ཡིས་པོ་ཡིག་གི། མིང་མཐའ་  
གཞན་བྲང་དེ་བཞིན་དུ། མོ་ཡིས་མོ་ཡི་མིང་མཐའ་བྲང་། མ་ནིང་གིས་ནི་  
མ་ནིང་བྲང་། དེ་རྣམས་ཏྲགས་མཚུངས་འདྲེན་ཚུལ་ཏེ། བརྗོད་བདེ་འདྲེན་  
པའང་ཤིན་ཏུ་མང་། །

ཞེས་པ་སྟེ། རྗེས་འཇུག་པོ་ཡིག་ག་དང་བ་ས་བཞིས་མིང་ག་ཞིའི་པོ་  
 ཡིག་ག་ཅ་ཏ་པ་ཅ་དག་གི་མིང་མཐའ་གཞན་དང་བར་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན། ཅིག་  
 ཅར། རྟོག་པ། ལག་པ། ཐད་ག། དབྱིད་ག། རྟོད་པ། བྲོད་པ། འབྱོར་ད་པ།  
 མཁེན་ད་པ། བསྐྱལ་ད་པ། ཐུབ་པ། རྒྱུ་བ་པ། བྲུབ་པ། ཐོབ་པ། བཏབ་པ།  
 ཐུགས་ག། དགོངས་པ། གཉིས་ག། བྱས་པ། རྟོག་ཅེ། ཅོག་ཅེ། རིག་ཏ། དབྱུག་  
 རོ། །ལྟ་བུའོ། །རྗེས་འཇུག་པོས་པོའི་མིང་མཐའ་དངས་པ་དེ་བཞིན་དུ་རྗེས་  
 འཇུག་པོ་ཡིག་ང་མ་འག་སུམ་གྱིས་མིང་ག་ཞིའི་པོ་ཡིག་ག་ཇ་ད་བ་  
 སོགས་གྱི་མིང་མཐའ་དང་བར་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན། སྟོང་ག། མཐེང་ག། གཏོང་ག།



བཟང་བ། བྱུང་བ། ཉིང་ཤ། མདུང་མ། སྤང་མ། ཐམ་ག འདེམ་ག གསུམ་ག  
 མཉམ་ག ཐམ་ག དཀའ་ག མཛེའ་ག དཔའ་ག དགའ་མ། མནའ་མ། ལྷ་  
 བུའོ། །རྗེས་འདུག་མ་ནིང་ན་ར་ལ་གསུམ་དག་གིས་མིང་གཞིའི་མ་ནིང་ཁ་  
 ཆ་སོགས་བྱང་བར་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན། ལྷོན་ཁ། དགུན་ཁ། ལན་ཆ། མཆོན་ཆ།  
 རིན་ཆེན། འཕན་འཕྱར། དབྱར་ཁ། རལ་ཁ། སྤར་ཁ། ཤར་ཁ། ཚུར་འཕྱོན།  
 གསལ་ཁ། མཆལ་ཁ། རྒལ་ཁ། འཕེལ་ཁ། རུལ་འཕྱར། ལྷ་བུའོ། །བཤད་  
 ཚུལ་དེ་རྣམས་ནི་རྟགས་མཚུངས་འདྲེན་ཚུལ་ཡིན་ཏེ། རྗེས་འདུག་རྟགས་  
 དང་མིང་གཞིའི་རྟགས་གཉིས་རྟགས་མཚུངས་པར་འདྲེན་པས་སོ། །མིང་  
 མཐའ་དང་མཐུན་པར་འདྲེན་ཚུལ་དེ་ལྟར་མ་བཟུང་འདྲིལ་ཏེན་པའི་ཐ་སྙད་དང་  
 བསྟན་དགོས་པ་སོགས་ཀྱིས་བརྗོད་བདེ་འདྲེན་པའང་ཤིན་ཏུ་མང་བར་  
 འབྱུང་སྟེ། དཔེར་ན། རྗེས་འདུག་ཕོས་མིང་གཞིའི་ཕོ་བྱངས་པ། ལྷག་མོ།  
 ཐོག་མ། ཆད་མ། བདུད་མོ། ཇི་ཆབ་མ། ཐབ་མ། འདབ་མ། ལས་མ། མཛེས་  
 མ། བྱས་མ། བྲིས་མ། ལྷ་བུ་དང་། རྗེས་འདུག་ཕོས་མིང་གཞིའི་ཕོ་བྱངས་པ།  
 ཀླང་པ། ཁང་པ། རོང་པ། དམ་པ། རྣམ་པ། རིམ་པ། མདའ་པ། མཐའ་པ། ལྷ་  
 བུ་དང་། རྗེས་འདུག་མ་ནིང་གིས་མིང་གཞིའི་ཕོ་བྱངས་པ། མཁན་མོ། བསྟན་  
 མ། ཀན་མོ། པར་ག མགར་ག གར་མ། རྒལ་ག ཐལ་མོ། བལ་མ། ལྷ་བུ་  
 དང་། མ་ནིང་གིས་མིང་གཞིའི་ཕོ་བྱངས་པ། ལྷན་ཀ། ལྷེན་པ། དགོན་པ། ཆར་  
 པ། སེར་པོ། གར་པ། འབྱལ་པ། དདུལ་པ། བྲལ་པ། ལྷ་བུ་མང་དུ་སྤང་བ་  
 རྣམས་ཀྱང་བྱེ་བྲག་སོ་སོར་མ་འདྲིངས་པར་བྱ་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་

ཡང་སྒྲར་ན་ར་ལ་གསུམ་ཡང་འཇུག་ཅན་མ་ནིང་དང་། ང་མ་ཡང་འཇུག་ཅན་མོར་  
བཞག་པ་ནི། རྗེས་འཇུག་ཡང་འཇུག་བསྐྱེབས་པའི་སྐྱ་གདངས་ཀྱི་རྒྱས་པ་འཆད་  
པའི་སྐྱབས་དང་། འདིར་དེ་རྣམས་པོ་ཉགས་སུ་བཞག་པ་ནི་ཡང་འཇུག་གི་ཉགས་  
ཀྱིས་མིང་མཐའ་འདྲན་པ་སྐྱབས་དོན་ཡིན་པས་མི་འགལ་ལོ། །

## རྣམ་དབྱེ་སོགས་འདྲན་ཚུལ་བཤད་པ།

གཉིས་པ་རྣམ་དབྱེ་སོགས་འདྲན་ཚུལ་བཤད་པ་ལ་གཉིས། སྒྱིར་  
འདྲན་ཚུལ་བཤད་པ་དང་། རྣང་གསེས་འཇུག་ཚུལ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་  
གཉིས། ཅ་བ་དང་། འབྲེལ་པའོ། །

## སྒྱིར་འདྲན་ཚུལ་བཤད་པ།

དང་པོ་ནི།

མིང་མཐའ་དེ་དག་ཉིད་ཀྱིས་ནི། །

དེ་ཉིད་རང་གི་སྐྱ་མ་ཐུན་པའི། །

ཆོས་དངོས་ལས་དང་བྱེད་པ་དང་། །

སྒྱིན་དང་འབྱུང་ཁུངས་འབྲེལ་བ་དང་། །

གནས་དང་བོད་པའི་སྐྱ་ཡང་བྱང་། །

གཞན་ཡང་སྒྲར་བསྐྱེད་ལྷག་བཅས་དང་། །

འབྲེད་སྐྱད་བསྐྱོན་དང་བདག་པོ་དང་། །

དགག་སྐྱབ་རྒྱན་དང་དུས་ལའང་འཇུག །

དེ་དག་སྐྱ་ལྷགས་འདྲན་ལས་འབྱུང་། །

ཞེས་པ་སྟེ།

བཤད་མ་ཐག་པའི་མིང་སྐྱ་སྒྱི་དེ་དག་ཉིད་ཀྱིས།

མིང་

མཐའ་དེ་དག་ཉིད་རང་གི་རྟགས་མཚུངས་པའམ་བརྗོད་པ་བདེ་བས་སྒྲ་  
མ་ཐུན་པར་གྱུར་པའི་རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་ཆོས་དངོས་ཏེ་ངོ་བོ་ཙམ་བརྗོད་པ་  
དང་། གཉིས་པ་ལས་སྐྱ་བྱ་བ་དང་། གསུམ་པ་བྱེད་པ་པོའམ་བྱེད་པ་ཙམ་  
དང་། བཞི་བ་སྦྱིན་པའི་ཡུལ་གྱིས་མཆོན་ནས་ཆེད་དུ་བྱ་བ་དང་། ལྷ་པ་  
འབྱུང་ཁུངས་དང་། རྩལ་པ་འབྱེལ་བ་དང་། བདུན་པ་གནས་གཞི་དང་།  
བརྒྱད་པ་བོད་པའི་སྒྲ་རྣམས་ཀྱང་བྱང་བར་བྱ་ཞིང་། དེ་བཞིན་དུ་གཞན་ཡང་  
རྣམ་དབྱེའི་ཡན་ལག་ཏུ་གྱུར་པའམ། མ་གྱུར་པའི་ཆོག་སྤང་སྤྱར་བསྐྱུ་དང་།  
ལྷག་བཅས་དང་། འབྱེད་སྤྱད་དང་། བརྒྱན་པ་དང་། བདག་པོ་དང་། དགག་པ་  
དང་། སྒྲུབ་པ་དང་། ཆོག་རྒྱན་དང་། དུས་ཏེ་ཆེ་སྐབས་ལ་འཇུག་པའི་སྒྲ་ལ་  
སོགས་པ་དེ་དག་རྣམས་ཀྱང་སྤྲ་མ་མིང་མཐའི་ཤྱགས་ཀྱིས་འདྲེན་པར་བྱེད་  
པ་ན་སྦྱོར་ཚུལ་ལེགས་པར་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་འབྱེལ་བ་ནི། གཞན་ཡང་མིང་མཐའ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ །རྟགས་  
མཚུངས་པའམ་སྒྲ་མ་ཐུན་པའི། །རྣམ་དབྱེ་བརྒྱད་དང་སྤྱར་བསྐྱུ་སོགས། །སྤྲ་  
མའི་ཤྱགས་དང་མ་ཐུན་པར་འདྲེན། །

ཞེས་པ་སྟེ། མིང་མཐའ་འདྲེན་ཚུལ་བཤད་པ་དེ་ལས་གཞན་ཡང་མིང་  
མཐའ་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྤྲ་མའི་རྗེས་འཇུག་གི་ཤྱགས་ཀྱིས་རྟགས་པན་ཚུན་  
མཚུངས་པའམ་བརྗོད་བདེའི་སྒྲ་མ་ཐུན་པའི་རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་ཆོས་རྣམས་ངོ་  
བོ་ཙམ་བརྗོད་པ། གཉིས་པ་ལས་སྐྱ་བྱ་བ། གསུམ་པ་བྱེད་སྒྲ། བཞི་བ་དགོས་  
ཆེད། ལྷ་པ་འབྱུང་ཁུངས། རྩལ་པ་འབྱེལ་སྒྲ། བདུན་པ་ཏེན་གནས། བརྒྱད་པ་

བོད་པའི་སྐྱ་བཅས་བརྒྱད། སྤར་བཟུ། སོགས་ཁོངས་ནས་ཐོན་པ་ལྷག་  
བཅས། འབྲེད་སྤྱད། བཞན་པ། བདག་སྐྱ དགག་སྐྱ ཆིག་རྒྱན། ཆེ་སྐབས་ཀྱི་  
སྐྱ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱང་མིང་སྤྱ་མའི་ལྷགས་དང་མཐུན་པར་བྱི་མ་འདྲན་  
ཚུལ་ལེགས་པར་འབྱུང་ངོ་ཞེས་པའོ། །

## ནང་གསེས་འཇུག་ཚུལ་བཤད་པ།

གཉིས་པ་ནང་གསེས་འཇུག་ཚུལ་བཤད་པ་ལ་གཉིས། མདོར་བསྟན་  
པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། ཅ་བ་དང་། འབྲེལ་པ་  
འོ། །

དང་པོ་ནི། དེ་དག་ནང་གསེས་གང་འཇུག་པ། །

མཐར་སྐྱར་འོག་མའི་མིང་དོན་ལས། །

ཞེས་པ་སྟེ། རྣམ་དབྱེ་དང་ཆིག་སྤྱད་དེ་དག་ནང་གསེས་གང་ལ་གང་  
འཇུག་པའི་ཚུལ་དེ་ནི། རྣམ་དབྱེ་འཕྲུལ་ཆིག་སྤྱད་དང་བཅས་པའི་མིང་ཆིག་  
རྣམས་དེའི་མཐར་སྐྱར་རྒྱུའི་མིང་དོན་འོག་མ་ལས་ཤེས་པར་བྱ་དགོས་པ་  
ཡིན་ནོ་ཞེས་པའོ། །གཉིས་པ་ནི། དེ་དག་ནང་གསེས་གང་འཇུག་ནི། རྣམ་  
དབྱེ་འཕྲུལ་འཕྲད་བཅས་མིང་ཆིག་དེའི། །མཐར་སྐྱར་མིང་དོན་ལས་ཤེས་  
བྱ། །ཞེས་པ་སྟེ། ཆིག་དོན་བཤད་མ་ཐག་པའི་ཅ་བ་ལྟར་ངོ། །གཉིས་པ་རྒྱས་  
པར་བཤད་པ་ལ་གཉིས། རྣམ་དབྱེའི་ནང་གསེས་གང་ཞིག་འཇུག་པ་བཤད་  
པ་དང་། སྤྱད་ཀྱི་ནང་གསེས་གང་ཞིག་འཇུག་པ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་  
གཉིས། ཅ་བ་དང་། འབྲེལ་པའོ། །དང་པོ་ནི། སྤྱི་འཇུག་ཡོད་དམ་བྱེད་པ་

ཡོད། །དེ་བཞིན་ཆེད་བྱེད་རྟེན་བྱེད་དང་། །ལས་བྱ་སྤང་བྱ་བསྐྱབ་པར་  
བྱ། །ཕྱོད་དུ་འོས་པ་གནས་པའམ། །ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ལ་རྣམ་དབྱེའི་ནང་གསེས་  
གང་དང་གང་ཞིག་འཇུག་པ་ནི། མིང་བདུད་ཅི་ལྟ་བུའི་རྗེས་སུ་གང་ཞིག་ལྟ་  
བུ་སྟེ་ལ་འཇུག་པའི་སྐྱ་སོགས་ཡོད་ན་མིང་སྤྲ་མ་ལ་རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་འཇུག་  
པ་ཡིན་ཀྱང་ཐོད་སྐྱད་ལ་དང་པོ་མཆོན་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་མེད་པ་ཤས་ཆེ་བས་  
བདུད་ཅི་གང་ཞིག་ལྟ་བུའམ། སྐྱར་ན་བདུད་ཅི་ཉིད་གང་ཞིག་ལྟ་བུ་དང་།  
ཡང་མིང་དེའི་མཐར་འཁོ་བར་བྱེད་ལྟ་བུ་བྱེད་པའི་སྐྱ་སོགས་ཡོད་ན་རྣམ་  
དབྱེ་གསུམ་པ་འཇུག་པས་བདུད་ཅིས་འཁོ་བར་བྱེད་ལྟ་བུ་དང་། དེ་བཞིན་  
དུ་སྐྱར་ཏེ། མོས་པ་ལྟ་བུ་ཆེད་དུ་བྱེད་པའི་སྐྱ་ཡོད་ན་རྣམ་དབྱེ་བཞི་པ་འཇུག་  
པས་བདུད་ཅི་ལ་མོས་པ་ལྟ་བུ་དང་། ཡང་རྟེན་ལྟ་བུ་རྟེན་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་སོགས་  
ཡོད་ན་རྣམ་དབྱེ་བདུན་པ་འཇུག་པས་བདུད་ཅི་ལ་བརྟེན་ལྟ་བུ་དང་། ཡང་  
བསྐྱར་ལྟ་བུ་ལས་སུ་བྱ་བའི་སྐྱ་ཡོད་ན་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་འཇུག་པས་བདུད་  
ཅིར་བསྐྱར་ལྟ་བུ་དང་། ཡང་སྤང་བར་བྱ་ལྟ་བུ་སྤང་བའི་སྐྱ་སོགས་ཡོད་ན་  
རྣམ་དབྱེ་ལྔ་པ་འཇུག་པས་བདུད་ཅི་ལས་སྤང་བར་བྱ་ལྟ་བུ་དང་། ཡང་རྒྱ་  
མཆོ་ལྟ་བུ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་སྐྱ་ཡོད་ན་རྣམ་དབྱེ་བྲག་པ་འཇུག་པས་བདུད་  
ཅིའི་རྒྱ་མཆོ་ལྟ་བུ་དང་། ཡང་ཕྱོད་དུ་མིང་བདུད་ཅི་མ་ལྟ་བུ་ཡོད་ལ་དེ་ལའང་  
བདག་ལ་འཆི་མེད་སྟོལ་ལྟ་བུ་འཐོད་པར་འོས་པའི་དོན་ཡོད་ན་རྣམ་དབྱེ་  
དང་པོ་འཇུག་ཅིང་ཐོད་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱའང་སྐྱར་དགོས་པས། བདུད་ཅི་  
མ་ཀྱེ་བདག་ལ་འཆི་མེད་སྟོལ། །ལྟ་བུར་འགྱུར་བ་སོགས་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ།



འམ་ནི་སྤྱད་པའི་ཆིག་སྤད་དོ། །གཞན་ཡང་མིང་མཐའ་ཙམ་གྱིས་རྣམ་དབྱེ་  
འབྲེན་པ་དང་། མིང་མཐའ་མིང་མཐའ་གཞན་བྲང་པ་དང་། དེས་རྣམ་དབྱེ་  
འབྲེན་པའང་ཡོད་དོ། །ཡང་། དེས་གཟུང་གི་སྐྱ་སོགས་ཡོད་ན་སྤྲ་མར་དང་  
པོ་དང་། བསྐྱབ་བྱའི་སྐྱ་སོགས་ཡོད་ན་སྤྲ་མར་གསུམ་པ་དང་། མིང་མཐའ་དེ་  
ལས་བྱུང་བའི་སྐྱའམ། དགར་བྱའི་སྐྱའམ། བསྐྱབ་བྱའི་སྐྱ་སོགས་ཡོད་ན་སྤྲ་  
མར་ལྷ་པ་དང་། རྟེན་བྱེད་ལྷར་སྤྲ་གི་བྱ་ཆིགས་སོགས་ཡོད་ན། སྤྲ་མར་  
བདུན་པ་འཇུག་པའང་ཡོད་དེ། དཔེར་ན། བདུད་ཅི་དེ། བཟིད་པས་ཉི་མ་  
དང་མཚུངས། ས་ལས་རྩ་སྐྱེས། མི་ལས་ལྷ་བཟང་། མི་རྟག་པ་ལས་དངོས་  
པོར་གྱུབ། མཆོན་ཁར་བསད་ཅེས་པ་ལྷ་བྱའོ། །

གཉིས་པ་འགྲེལ་པ་ལ་བཞི། རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་བཤད་པ། ལ་དོན་གྱི་  
རྣམ་དབྱེ་བཤད་པ། ཡི་ལྷན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་བཤད་པ། འབྱུང་ཁུངས་བཤད་  
པའོ། །

དང་པོ་ནི། དེ་ཡང་ཆོས་རྣམས་ངོ་བོ་ཙམ། །བཟོད་པ་རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་  
སྟེ། །དཔེར་ན་བུམ་པ་ཀ་བ་བཞིན། །གསལ་བྱེད་བོད་ཀྱི་སྐྱད་ལ་ཉུང་། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་ཆོས་རྣམས་སོ་སོའི་ངོ་བོ་ཙམ་བཟོད་པའི་མཉན་  
བྱ་དེ། རྣམ་དབྱེ་དང་པོའི་ངོ་བོ་སྟེ། དཔེར་ན། བུམ་པ། ཀ་བ། སངས་རྒྱས་  
ཉིད། སངས་རྒྱས་དག། སངས་རྒྱས་རྣམས་ཞེས་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུའི་  
རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱ་ནི། ཉིད་སྐྱ་དང་། དག་སྐྱ་དང་། རྣམས་སྐྱ་  
རྣམས་ཡིན་ཡང་བོད་ཁ་བ་ཙན་པ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱ་ལ་སྐྱ་དེ་རྣམས་སྐྱར་བ་ཉུང་།

བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པའོ། །གཉིས་པ་ལ་དོན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་བཤད་པ་ལ་གཉིས།  
དངོས་དང་། ལ་དོན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་གསལ་བྱེད་གྱི་སྐྱབ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་  
གཉིས་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་བཞི་བཤད་པ་དང་། བདུན་པ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་  
ལ་གཉིས། འདྲ་བ་བྱུན་མོང་དུ་བཤད་པ་དང་། མི་འདྲ་བ་སོ་སོར་བཤད་  
པའོ། །

དང་པོ་ནི། ལས་དང་བྱ་ཡུལ་དོན་གཅིག་སྟེ། །དེ་ལྟའི་བྱ་བའི་ཡུལ་  
ཞིག་ལ། །བྱ་བ་བྱས་པར་སྟོན་པ་ལ། །གཉིས་པ་ལས་སུ་བྱ་བ་དང་། །གཉིས་  
པའི་ནང་ཆོན་དེ་ཉིད་དང་། །བཞི་པ་དགོས་ཆེད་གསུམ་འདྲ་ཡང་། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་ལས་དང་བྱ་བའི་ཡུལ་གཉིས་དོན་གཅིག་སྟེ། དགོ་  
ཀན་གྱིས་སུམ་རྟགས་ཁྲིད་ཅེས་པའི་ཆེ་སུམ་རྟགས་ནི་ལས་དང་བྱ་ཡུལ་  
གཉིས་ཀ་ཡིན་པས་སོ། །སུམ་རྟགས་ཁྲིད་ཅེས་པའི་ཆེ་འཁྲིད་པར་བྱེད་པ་པོ་  
དགོ་ཀན་གྱིས་བྱ་བའི་ཡུལ་སུམ་རྟགས་འཁྲིད་པའི་བྱ་བ་བྱས་པར་གོ་ལ། དེ་  
ལྟ་བུའི་སྟོན་ས་བྱ་བའི་ཡུལ་ཞིག་ལ་བྱ་བ་བྱས་པར་སྟོན་པ་དེ་ལ། རྣམ་དབྱེ་  
གཉིས་པ་ལས་སུ་བྱ་བ་དང་། གཉིས་པའི་ནང་ཆོན་དེ་ཉིད་དང་། བཞི་པ་  
དགོས་ཆེད་གསུམ་འདྲ་བར་སྤང་བ་ཡང་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའོ། །གཉིས་པ་  
མི་འདྲ་བ་སོ་སོར་བཤད་པ་ལ་གསུམ། གཉིས་པ་ལས་སུ་བྱ་བ་བཤད་པ།  
བཞི་པ་དགོས་ཆེད་བཤད་པ། གཉིས་པའི་ནང་ཆོན་དེ་ཉིད་བཤད་པའོ། །དང་  
པོ་ནི། བྱ་བ་བྱས་པས་བྱ་བའི་ཡུལ། །དེའམ་དེ་དང་འབྲེལ་བ་ལ། །པན་ཐོགས་  
མེད་ན་གཉིས་པ་སྟེ། །དཔེར་ན་ཤར་དུ་འགོ་ལྟ་བུ། །ཞེས་པ་སྟེ། དེའང་བྱ་བ་

བྱས་པས་བྱ་བའི་ཡུལ་དེའམ་དེ་དང་འབྲེལ་བ་ལ་ཕན་ཐོགས་པ་མེད་ན་རྣམ་  
 དབྱེ་གཉིས་པ་ལས་སུ་བྱ་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ། བྱེད་པ་པོས་བྱ་བའི་ཡུལ་ཞིག་ལ་  
 བྱ་བ་བྱས་ཅམ་སྟོན་པའི་མཉམ་བྱ་དེ། གཉིས་པ་ལས་སུ་བྱ་བའི་དོན་ཡིན་  
 པས་སོ། །དཔེར་ན། འཤར་དུ་འགྲོ། གཙང་ཁང་དུ་འཇུ་ལ། མཐའ་ཁོབ་དུ་རྒྱ།  
 ལྷ་བུའོ། །གཉིས་པ་ནི། ཕན་ཐོགས་ཡོད་ན་བཞི་པ་སྟེ། །དཔེར་ན་སྒྲོང་ལ་སྦྱིན་  
 ལྷ་བྱ། །ཞེས་པ་སྟེ། བྱེད་པ་པོས་བྱ་བའི་ཡུལ་ཞིག་ལ་བྱ་བ་བྱས་པས་བྱ་བའི་  
 ཡུལ་དེའམ་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་ལ་ཕན་ཐོགས་པ་ཡོད་པའི་དོན་ཅན་དུ་  
 སྒྱར་ན་རྣམ་དབྱེ་བཞི་པ་དགོས་ཆེད་ཅེས་བྱ་སྟེ། བྱེད་པ་པོས་བྱ་བའི་ཡུལ་  
 ཞིག་ལ་བྱ་བ་བྱས་པས་བྱ་བའི་ཡུལ་དེ་ལ་ཕན་ཐོགས་པའི་རིགས་སུ་གནས་  
 པའི་མཉམ་བྱ་དེ། བཞི་པ་དགོས་ཆེད་ཀྱི་དོན་ཡིན་པས་སོ། །དཔེར་ན། དགེ་  
 སྒྲོང་ལ་བསོད་སྟོམས་སྦྱིན། སྒྲོང་མཁན་དུ་ཅམ་པ་སྟེར། ཆོགས་སུ་ལུང་  
 གནང་། ལྷ་བུའོ། །བཞི་པ་དགོས་ཆེད་ཀྱི་སྦྱ་ཡིན་ན། བྱ་བའི་ཡུལ་དེའམ་དེ་  
 དང་འབྲེལ་བའི་ལས་ལ་ཕན་ཐོགས་པ་ཞིག་མི་དགོས་ཏེ། འབྲེལ་བ་དོན་  
 གསལ་དུ། ཞེས་རབ་པ་རོལ་སྦྱིན་པ་ལ། །གྲུས་བྱག་འཆ་ལ། ཞེས་པའི་ལ་སྦྱ་  
 འདི་ཕན་ཐོགས་མེད་ཀྱང་རྣམ་དབྱེ་བཞི་པ་ཡིན་པའི་སྦྱར་ཏེ། ལེགས་བཤམ་  
 རིན་པོ་ཆེ་གསེར་གྱི་འབྲེང་བ་ལས། གང་ལ་ན་ཞེར་སྦྱིན་ལའོ། །དེ་ལ་ཞེར་  
 སྦྱིན་ནི་འཆད་པར་འགྱུར་ཞིང་། ལ་ནི་ཞིང་གི་ཆེད་དུ་ཚུ་འདྲེན་པ་ལ་ཞིང་ལ་  
 ཚུ་འདྲེན་ཞེས་པ་སྟེར། ཞེར་སྦྱིན་གྱི་སྦྱར་དུ་བྱག་འཆ་ལ་བ་ལ་དེ་ལ་བྱག་  
 འཆ་ལ་ཞེས་དགོས་ཆེད་ཀྱི་བཞི་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྦྱར་རོ། །

གསུམ་པ་ནི། སན་ཐོགས་མེད་ཀྱང་བྱ་ཡུལ་དང་། །བྱ་བ་ངོ་བོ་གཅིག་  
ཡིན་ན། །གཉིས་པའི་ནང་ཆོན་དེ་ཉིད་དེ། །དཔེར་ན་ལྷ་རུ་གསལ་ལྷ་བྱ། །

ཞེས་པ་སྟེ། བྱ་བ་བྱས་པས་བྱ་བའི་ཡུལ་དེ་ལ་སན་ཐོགས་པ་མེད་  
ཀྱང་། གཞི་གང་ཞིག་ལ་བྱ་བ་གང་ཞིག་བྱེད་པའི་ཆེ་བྱ་བའི་ཡུལ་དང་བྱ་བ་  
གཉིས་པོ་ངོ་བོ་གཅིག་ཡིན་པར་སྟོན་ན་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པའི་ནང་ཆོན་དེ་  
ཉིད་དུ་འདོད་དེ། བྱེད་པ་པོས་བྱ་བའི་ཡུལ་ཞིག་ལ་བྱ་བ་བྱས་པས་ལས་དང་  
བྱ་བ་ངོ་བོ་གཅིག་དུ་སྟོན་པའི་མཉམ་བུ་དེ། རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པའི་བྱེ་བྲག་དེ་  
ཉིད་ཀྱི་དོན་ཡིན་པས་སོ། །དཔེར་ན། ལྷ་རུ་གསལ། མཆོ་རུ་འབྲིལ།  
གཟུགས་སུ་མངོས། མིང་ན་བརྗོད། འཆམས་ན་མཆོང་། གངས་ལ་བགངས།  
ཆོས་ལ་ཉན། ལྷ་བུའོ། །གཉིས་པ་རྣམ་དབྱེ་བདུན་པ་བཤད་པ་ལ་གཉིས།  
དངོས་དང་། དེའི་ནང་ཆོན་ཆེ་སྐབས་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་ནི། གང་ཞིག་གང་ལ་བརྟེན་པ་ལམ། །གནས་དང་ཡོད་པའི་དོན་  
ཅམ་ལས། །བྱ་བ་གཏན་ནས་མི་བྱེད་ན། །རྣམ་དབྱེ་བདུན་པ་གནས་གཞི་  
སྟེ། །དཔེར་ན་སྟོང་དུ་མི་ཡོད་ལྟར། །

ཞེས་པ་སྟེ། ཆོས་གང་ཞིག་གཞི་གང་ལ་བརྟེན་པ་ལམ་གནས་པ་དང་  
ཡོད་པའི་དོན་སྟོན་པ་ཅམ་ལས་བྱེད་པ་པོས་བྱ་བའི་ཡུལ་ཞིག་ལ་བྱ་བ་  
གཏན་ནས་མི་བྱེད་པ་ཞིག་ཡིན་ན་རྣམ་དབྱེ་བདུན་པ་གནས་གཞི་ཞེས་བྱ་  
སྟེ། བྱ་བ་གཏན་ནས་མི་བྱེད་པར་གང་ཞིག་གང་ལ་གནས་པར་སྟོན་པའི་  
རིགས་སུ་གནས་པའི་མཉམ་བུ་དེ། བདུན་པ་རྟེན་གནས་ཀྱི་དོན་ཡིན་པས་

སོ། །དཔེར་ན། རྟེན་དུ་མི་ཡོད། སློབ་མའི་སེམས་སྤྱད་དཔ་གནས། དག་གན་དུ་ཡོན་ཏན་མཆིས། བང་བ་རུ་འབྱུང་མང། གདན་ས་ན་དག་བཞེས་ཡོད། ཅེས་པ་ལྟར་རོ། །གཉིས་པ་ནི། ཆེ་སྐབས་གཉིས་དང་དོན་འབྲེན། །བདུན་པའི་ནང་ཆོན་ཆེ་སྐབས་ཏེ། དཔེར་ན་མཆུ་ཆེ་ཤར་བ་ན། ཆོ་འབྱུང་དུས་ཆེན་ཚུགས་ལྟ་བུ། །ཞེས་པ་སྟེ། བྱེད་པ་པོས་བྱ་བའི་ཡུལ་ལ་བྱ་བ་གཏན་ནས་མི་བྱེད་པར་ཆེ་དང་སྐབས་གཉིས་ཀས་དུས་བརྗོད་པ་དང་དོན་འབྲེན་ནམ་དབྱེ་བདུན་པའི་ནང་ཆོན་ཆེ་སྐབས་ཞེས་བྱ་བར་གནས་ཏེ། བྱེད་པ་པོས་བྱ་ཡུལ་དེར་བྱ་བ་གཏན་ནས་མི་བྱེད་པར་དུས་བརྗོད་པའི་དོན་ཅན་དུ་སྒྱར་བའི་མཉན་བྱ་དེ། བདུན་པའི་བྱེད་བྱ་ཆེ་སྐབས་ཀྱི་དོན་ཡིན་པའི་བྱིར། དཔེར་ན། མཆུ་ཆེ་བ་ཤར་བ་ན་ཆོ་འབྱུང་དུས་ཆེན་ཚུགས། ས་ཆེའི་ཉའི་སྟོད་ལ་བདུད་བཏུལ། ནམ་གྲང་དུ་མཉམ་པར་གཞག། རོ་རངས་སྤྱ་སངས་རྒྱས། རྩ་སྟོད་ཆེ་བ་རུ་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར། ལྟ་བུའོ། །

གཉིས་པ་ལ་དོན་ཀྱི་ནམ་དབྱེ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲ་བཤད་པ་ནི། དེ་ཉིད་ཆེ་སྐབས་གསལ་བྱེད་སྒྲ། །སྤྱར་རུ་དུ་ན་ལ་ཏུ། །ཡིན་ཞིང་པལ་ཆེར་ལ་སྒྲ་དང་། །མཐུན་པས་ལ་དོན་ནམ་དབྱེ་འང་བེད། །འོན་ཀྱང་ན་ལ་དེ་ཉིད་ལ། །མི་འདུག་སྒྲ་བའི་སྟོ་ལས་གསུངས། །

ཞེས་པ་སྟེ། གོང་དུ་བཤད་པའི་ནམ་དབྱེ་གཉིས་པ་དང་། བཞི་པ་དང་། བདུན་པ་དང་། གཉིས་པའི་ནང་ཆོན་དེ་ཉིད་དང་། བདུན་པའི་ནང་ཆོན་ཆེ་སྐབས་བཅས་ལྟ་བུ་འདི་ནམས་ཀྱི་དོན་གསལ་བར་བྱེད་པའི་སྒྲ་ནི། སྤྱད་དང་།



རུ་དང་། ར་དང་། ཏུ་དང་། ན་དང་། ལ་དང་། ཏུ་བཅས་བདུན་པོ་འདི་རྣམས་  
 ཡིན་ཞིང་། དེ་དག་པལ་ཆེར་ལ་སྐྱེད་པ་འཇུག་ཚུལ་མ་ཐུན་པས་ན་ལ་དོན་  
 དང་། ཆོག་གོགས་ཀྱི་དབང་གིས་རྣམ་དབྱེར་གྱུར་ཆེ་ལ་དོན་གྱི་རྣམ་དབྱེའང་  
 ཟེར་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་ལ་སྐྱེད་པ་མ་ཐུན་ལུགས་ནི། དབྱས་སུ་སོང་། དབྱས་  
 ལ་སོང་། གཙང་དུ་འགོ་གཙང་ལ་འགོ་ རུབ་ཏུ་འདིང་། རུབ་ལ་འདིང་། ལྷ་བྱ་  
 མ་ཐུན་པའི་ཕྱིར། པལ་ཆེར་ཞེས་མ་བྱུང་པའི་ཆོག་སྒྲོས་པ་ལ་ཆོས་ཅན།  
 དགོས་པ་ཡོད་དེ། རྟག་ཏུ་གནས། རབ་ཏུ་གསལ། ཤེན་ཏུ་བདེན། ཉི་མ་ཤར་  
 བ་ན་ཆོས་སྟོན། ལྷ་བྱ་ལ་ལ་ཡིག་སྐར་དུ་མི་རུང་བ་ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཆེད་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། འོན་ཀྱང་ན་ཡིག་ནི་སྐྱོ་སྟོན། ན་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོག་གི་  
 དོན། །ཞེས་སོགས་ན་ཡིག་གི་འཇུག་པ་བཅུ་བཞི་ཙམ་བཤད་པའི་སྐབས་  
 སུ་དེ་ཉིད་ལ་འཇུག་པར་མ་གསུངས་ཤིང་། ལ་ཡིག་ནི་གཉིས་པའི་ནང་ཆོན་  
 དེ་ཉིད་ལ་མི་འཇུག་པར་སྐྱོ་བའི་སྒྲོ་མཆོན་ཆ་ལས། ཏུ་ལ་སོགས་པ་ལ་དང་  
 མ་ཐུན། །དེ་ཉིད་དག་ནི་ལྷག་པ་ཡིན། །ཞེས་གསལ་བར་གསུངས་སོ། །འོ་ན་  
 ན་ལ་གཉིས་དེ་ཉིད་ལ་འཇུག་མི་འཇུག་བཞིན་ཚུལ་དུ་མ་ཞིག་སྤང་ན་གང་གི་  
 རྗེས་སུ་འབྲང་ཞེ་ན། འཇུག་པའི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་ཡིན་ཏེ། ན་ལ་གཉིས་དེ་  
 ཉིད་ལ་འཇུག་པ་འཇམ་དབྱངས་སུ་མི་རང་ཉིད་ཀྱིས་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་ཏེ། སུམ་ཅུ་པ་ལས། ལས་དང་ཆེད་དང་རྟོན་གནས་དང་། །དེ་ཉིད་ཆེ་  
 སྐབས་ལ་སྐྱེ་ཡིན། །ཞེས་དང་། ལྷོན་དབང་ལས་ཀྱང་། སུ་རུ་ར་དུ་ན་ལ་  
 ཏུ། །ལ་དོན་རྣམ་པ་བདུན་ཡིན་ཏེ། །རྣམ་དབྱེ་གཉིས་བཞི་བདུན་པ་དང་། །དེ་

ཉིད་ཆེ་སྐབས་རྣམས་ལ་འཇུག་ཅེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། དེར་མ་བཟང་གཞུང་  
འདིར་ཡང་ན་ལ་གཉིས་དེ་ཉིད་ལ་འཇུག་པ་གསལ་བར་བཤད་པའི་སྤྱིར་ཉི།  
ན་ལ་གཉིས་དེ་ཉིད་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐར་གསུངས་པའི་སྤྱིར། ཉགས་བྱུང་སྟེ།  
རྣམ་དབྱེ་གཉིས་བཞི་བདུན་པ་དང་། །དེ་ཉིད་ཆེ་སྐབས་གསལ་བྱེད་སྒྲ། །སྤྱ་  
རུ་ར་དུ་ན་ལ་ཏུ། །ཡིན་ཞིང་ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་གཉིས་གཉིས་  
པའི་ནང་ཆོན་དེ་ཉིད་ལ་འཇུག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། སྐར་ན་གྲགས། གར་ན་  
འབྲུག་ཆར་ན་འབྲུག་པར་ན་བརྟོ། སེམས་ན་གཡེང་། ཆོས་ལ་སྟོན། གཏམ་  
ལ་བཤད། གལ་ལ་གཤེགས། སྐར་ལ་བཏང་། ཆད་ལ་ལོངས། རོན་ལ་གནས།  
ལྷ་བྱའོ། །

གསུམ་པ་ཨི་ལྷན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་བཤད་པ་ལ་གསུམ། བྱེད་སྐར་བཤད་  
པ། འབྲེལ་སྐར་བཤད་པ། དུག་གསུམ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐར་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་ནི། རྣམ་དབྱེ་གང་ལ་སྒྲོར་ཡུལ་དེས། །ཉེ་འགྲངས་གང་དུ་བྱ་  
བ་ཞིག་བྱས་ན་གསུམ་པ་བྱེད་སྐར་སྟེ། །དཔེར་ན་བདག་གིས་བཤད་ལྷ་བྱ། །

ཞེས་པ་སྟེ། རྣམ་དབྱེ་གང་ལ་སྒྲོར་ཡུལ་དེས་ཉེ་བ་དང་འགྲངས་པ་  
གང་རུང་དུ་བྱ་བ་ཞིག་བྱས་ན་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་བྱེད་སྐར་ཞེས་བྱ་སྟེ། སྒྲོར་  
ཡུལ་དེས་ཉེ་འགྲངས་གང་རུང་དུ་བྱ་བ་བྱས་པར་སྟོན་པའི་མཉན་བྱ་དེ།  
གསུམ་པ་བྱེད་སྐར་རོན་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དཔེར་ན། བདག་གིས་ཆོས་བཤད།  
ཁྱོད་ཀྱིས་ཉན། ལག་གིས་ཐལ་མོ་སྐྱར། ལྷ་བྱ་བྱ་བ་ཉེ་བར་བྱས་པ་དང་།  
དགོ་བཤེས་ཀྱིས་བསྐྱལ་བཟང་གི་བྱམས་ར་ཆེན་མོར་གཟན་སྟེད་པར་

དཀྱིས་ནས་ཐལ་སྐད་སློག་བཞིན་དུ་རྟགས་གསལ་ལེགས་པར་བཏང་  
ངོ། །ལྷ་བྱ་བ་འགྲངས་པར་བྱས་པ་ཡིན་ནོ། །འདིའི་ཉེ་འགྲངས་ནི་བྱེད་  
ཆིག་དང་བྱ་ཆིག་བར་ཐག་ཉེ་འགྲངས་ལ་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ནི། བྱ་བ་གཏན་ནས་མི་བྱེད་པར། །སྤྱི་འབྲེལ་བྱེད་ཅམ་  
སྟོན་ན། །རྣམ་དབྱེ་བྲུག་པ་འབྲེལ་སྤྱི་སྟེ། དཔེར་ན་བདག་གི་མིག་ལྷ་བྱ། །

ཞེས་པ་སྟེ། ལས་དང་བྱ་བའི་ཡུལ་ལ་བྱ་བ་གཏན་ནས་མི་བྱེད་པར་  
ཆིག་དོན་སྤྱི་མ་དང་སྤྱི་མ་འབྲེལ་བྱེད་ཅམ་དུ་སྟོན་ན་རྣམ་དབྱེ་བྲུག་པ་འབྲེལ་  
སྤྱི་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཆིག་དོན་སྤྱི་མ་འབྲེལ་བྱེད་ཅམ་དུ་སྟོན་པའི་མཉན་བྱ་དེ།  
བྲུག་པ་འབྲེལ་སྤྱིའི་དོན་ཡིན་པས་སོ། །བྲུག་སྤྱི་དང་། འབྲེལ་སྤྱི་དོན་གཅིག་  
ཅིང་། དཔེར་ན། བདག་གི་མིག་ སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱི། རྣམ་འབྲེལ་གྱི་རིག་  
ལམ། ཡི་གེ་ཡི་བརྗོད་དོན། སྤྱི་མའི་ཡོན་ཏན། ལྷ་བྱའོ། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱི་  
ཞེས་པའི་རྣམ་དབྱེ་བྲུག་པའི་སྤྱི་སྐར་བ་ལ་ཆོས་ཅན། དགོས་པ་ཡོད་དེ།  
སངས་རྒྱས་དང་སྤྱི་གཉིས་སྟོག་པ་ཐ་དད་དུ་གོ་བའི་ཆེད་ཡིན་པའི་བྱིར། དེ་  
ལྟར་ཡང་རྣམ་འབྲེལ་ལས། རྣམ་དབྱེ་ཐ་དད་བྱེད་པ་ཡི། །ཐ་དད་དོན་བཞིན་  
བསྐྱབ་པར་བྱེད། །ཅེས་གསུངས་སོ། །

གསུམ་པ་ནི། རྣམ་དབྱེ་གསུམ་བྲུག་གསལ་བྱེད་སྤྱི། །ས་མཐའ་ཡོད་  
དང་མེད་པ་ཡི། །གི་གི་གི་འི་ཡི་ལྷ་ཡིན། །

ཞེས་པ་སྟེ། རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་དང་བྲུག་པ་གཉིས་གསལ་བར་བྱེད་  
པའི་སྤྱི་ནི། ས་མཐའ་ཡོད་པ། གིས་དང་། གིས་དང་། གིས་དང་། འིས་དང་།

ཡིས་ལྲ་པོ་གསུམ་པ་གསལ་བྱེད་དང་། ས་མཐའ་རུ་མེད་པ་ཡི། གི་དང་། གྱི་  
དང་། གྱི་དང་། འི་དང་། ཡི་ལྲ་པོ་འདི་རྣམས་རྒྱག་པ་གསལ་བྱེད་ཡིན་ནི་ཞེས་  
པའོ། །

བཞི་པ་འབྲུང་ཁུངས་བཤད་པ་ནི། གང་ཞིག་གང་ལས་འབྲུང་བ་ལམ། །  
བྱེད་པ་ལྷུང་བའི་དོན་ལྟན་ན། རྣམ་དབྱེ་ལྲ་པ་འབྲུང་ཁུངས་ཏེ། །དཔེར་ན་  
ཞལ་ནས་ཐོས་ལྟ་བུ། །གསལ་བྱེད་སྦྱི་ནས་ལས་ཏེ། །དགར་དང་སྤྱད་  
པའང་ལྲ་པར་གཏོགས། །

ཞེས་པ་སྟེ། ཆོས་གང་ཞིག་གཞི་གང་ལས་བྱུང་བའམ་བྱེད་པ་དང་ལྷུང་  
བའི་དོན་དང་ལྟན་ན་རྣམ་དབྱེ་ལྲ་པ་འབྲུང་ཁུངས་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། ཆོས་  
གང་ཞིག་གཞི་གང་ལས་འབྲུང་བར་སྟོན་པའི་མཉན་བྱ་དེ་ལྲ་པ་འབྲུང་ཁུངས་  
ཀྱི་དོན་ཡིན་པས་སོ། །དཔེར་ན། ཞལ་ནས་ལེགས་བཤད་ཐོས། ཞིང་ནས་  
ལྷུང་བ་སྟེ། མེ་ལས་དུ་བ་འབྲུང་། ཉི་མ་ལས་འོད་ཟེར་འཕྲོ། ལྟ་བུའོ། །དེ་ལྟ་  
བུའི་རྣམ་དབྱེ་ལྲ་པ་འབྲུང་ཁུངས་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྦྱི་ནི། ནས་དང་ལས་གཉིས་  
ཡིན་ཏེ། འདི་གཉིས་ཀྱིས་གང་ཞིག་གང་ལས་འབྲུང་བར་སྟོན་པས་སོ། །  
དགར་བ་ནི། བསྟན་འཛིན་ཀུན་གྱི་ནང་ནས་རྒྱལ་བ་པཎ་ཆེན་གཉིས་མཆོག་  
མཁས་པ་ལས་བཙུན་པ་དགལ། ལྟ་བུ་དང་། སྤྱད་པ་ནི། གཟུགས་ནས་རྣམ་  
མཐེན་བར། བཤེས་གཉིན་བསྟེན་ཚུལ་ནས་ཞི་ལྷག་བར། ལྟ་བུའོ། །དེ་གཉིས་  
ཀའང་རྣམ་དབྱེ་ལྲ་པར་གཏོགས་ཏེ། དགར་བ་ནི་དགར་གཞི་ལས་དགར་  
ཆོས་བྱེད་པ་ལྷུང་སྤྱང་བ་དང་། སྤྱད་པ་ནི་ཐོག་མ་གང་ནས་བརྩམས་པ་དེ་ལས་

བསྐྱུ་བྱ་རྣམས་བྱང་བ་ལྟར་སྤང་བའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་སྤང་གི་ནང་གསེས་གང་ཞིག་འབྲུག་པ་བཤད་པ་ལ་གཉིས།  
ཅ་བ་དང་། འགྲེལ་བའོ། །

དང་པོ་ནི།      གཞན་ཡང་ཆིག་དོན་འོག་མ་ལས། །

བསྐྱུ་རྒྱ་ཡོད་དམ་མེད་པ་དང་། །

གོང་མ་ལས་ཀྱང་དེ་བཞིན་ཏེ། །

རྣམ་གངས་དག་ཀྱང་བཀོད་པ་ལས། །

བསྐྱར་བ་ཡོད་དམ་མེད་པ་དང་། །

པོ་སྐྱ་དག་ནི་མོ་སྐྱ་དག །

མིང་གི་མཐའ་ན་ཡོད་མེད་དང་། །

རྒྱན་དུ་གྱུར་པ་རྣམས་ལ་ཡང་། །

དོན་ལ་བསྟེགས་པ་ཡོད་མེད་དང་། །

བསྟན་བྱ་ལྟག་མ་ཡོད་མེད་དང་། །

ཆིག་དོན་རྫོགས་དང་མ་རྫོགས་ཀྱིས། །

དེ་དག་ནང་གསེས་རྣམ་པར་དབྱེ། །

ཞེས་པ་སྟེ།      གཞན་ཡང་མིང་མཐས་ཆིག་སྤང་གི་ནང་གསེས་གང་

ཞིག་འབྲེན་པར་འགྱུར་བ་ནི། བརྗོད་འདོད་ཅ་མ་གྱིས་གྲུབ་པ་རེ་གཉིས་ཡོད་

པ་མ་གཉོགས་པལ་ཆེར་མིང་དེའི་མཐར་སྐྱར་རྒྱའི་ཆིག་དོན་འོག་མ་ལས་

ཤེས་དགོས་ཏེ། ཆིག་དོན་འོག་མ་གོང་མ་དང་མཚུངས་པ་ལས། གོང་མ་



བསྐྱུ་རྒྱ་ཡོད་ན། མིང་སྒྲ་མ་སྒྲ་མའི་མཐའ་སྐྱད་པའི་ཆིག་སྐད་སྐྱར་དགོས་ཏེ།  
 ལྟ་དང་། མི་དང་། ལྟ་མ་ཡིན་དང་། ཇི་ཟེར་བཅས་པའི་འཇིག་རྟེན་ཡི་རང་སྟེ།  
 ལྟ་བུ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཆིག་དོན་གོང་འོག་མཚུངས་པ་ལས་འོག་མ་བསྐྱུ་རྒྱ་  
 ཡོད་ན་འོག་མ་སྐྱད་པའི་ཆིག་སྐད་སྐྱར་དགོས་ཏེ། ལྟ་སྐད་ཀྱང་བརྟུང་ན་མིས་  
 ལྟ་ཅི་སྟོས། ལྟ་བུ་དང་། མཐུག་ཏུ་བྱ་ཆིག་ལྟ་བུར་ལྟ་ཅིག་ཏུ་སྟེལ་བའི་བྱིར།  
 ཆིག་དོན་སྒྲ་མ་རྣམས་ལ་བྱི་མ་བསྐྱར་དགོས་ནའང་། སྐྱད་པའི་བྱེ་བྲག་  
 བསྐྱར་པའི་སྐད་སྐྱར་དགོས་ཏེ། གསེར་དངུལ་ཟངས་ལྷགས་གཤམ་ཆེའང་  
 སྐྱར། ལྟ་བུ་དང་། བྱི་མར་མིང་ཆིག་གི་རྣམ་གངས་གཅིག་གམ་གཉིས་སམ་  
 མང་པོ་བཀོད་པ་ལས། དེ་དག་ཀྱང་གཤམ་ཏེ་དོན་བསྐྱར་བ་ཡོད་ན། སྒྲ་མ་སྒྲ་  
 མར་རྣམ་གངས་ཀྱི་འབྲེད་པའི་སྐད་སྐྱར་དགོས་ཏེ། འཆི་མེད་དམ། རྣམ་  
 སད་དམ། མིག་མི་འཇུ་མ་ནི་ལྟོ། །ལྟ་བུ་དང་། ཆིག་དོན་གཉིས་ཀ་བསྐྱར་བ་  
 ཡོད་ན་རྣམ་གངས་ཀྱི་སྐྱད་པའི་སྐད་སྐྱར་དགོས་ཏེ། གཏུབ་ཅིང་གཏུབ་ཅིང་  
 དག་ཏུ་གསོལ་བར་བྱེད། ལྟ་བུ་དང་། མིང་གི་མཐར་པ་ལྟ་བུའི་པོ་སྐྱ་གསར་  
 དུ་སྐྱར་ཡོད་ན་མིང་མཐའ་དེ་ཉིད་བདག་པོའི་སྐྱར་འགྱུར་བ། ཏྲ་བ། སྐྱབ་པ་  
 པོ། །ལྟ་བུ་དང་། མིང་གི་མཐར་མེད། མིན་ལྟ་བུའི་སྐྱར་གཏོགས་པ་གསར་དུ་  
 སྐྱར་ཡོད་ན། མིང་མཐའ་དེ་ཉིད་དགག་པའི་སྐྱར་འགྱུར་བ། འཆི་མེད། ལྟ་  
 མིན། ལྟ་བུ་དང་། གསར་དུ་སྐྱར་བ་མ་ཡིན་པར་དང་པོ་ནས་མིང་གི་ཆ་  
 ཤས་སུ་ཡོད་ན་པོ་མེའི་སྐྱ་དེ་བདག་སྐྱ་དང་དགག་སྐྱར་མི་འགྱུར་བར། རོ་པོ་  
 གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་དུ་སྐྱབ་པའི་སྐྱར་འགྱུར་བ། དམ་བ། ལྷ་མ་ལྟ་བུ་དང་།

ཆིག་དོན་སྒྲ་མ་དང་ཆོས་མ་ཐུན་པའི་སྤྱི་ཆིག་གཞི་གཅིག་ཏུ་བསྐྱ་རྒྱ་ཡོད་ན།  
སྒྲ་མ་ལ་མ་ཐུན་པའི་རྒྱ་དུ་གྱུར་པའི་ཆིག་སྤང་སྐྱར་དགོས་ཏེ། མངེས་ཀྱང་  
མངེས་ལ་འོད་ཀྱང་འཆར། ལྟ་བུ་དང་། སྒྲ་སྤྱི་ཆོས་མི་མ་ཐུན་པ་གཞི་གཅིག་  
ཏུ་བསྐྱ་ན། སྒྲ་མར་མི་མ་ཐུན་པའི་རྒྱ་འཇུག་སྟེ། ཁོ་བ་སྤངས་ཀྱང་དག་  
འཛམས་པ། ལྟ་བུ་སྟེ། རྒྱ་དུ་གྱུར་པའི་ཆིག་སྤང་དེ་དག་ཀྱང་ངེས་པར་དོན་  
ལ་བསྟེགས་པ་ཡོད་ན་མི་སྐྱར་དུ་མི་རུང་ཞིང་། ཆིག་མངེས་བྱེད་ཅམ་ཡིན་  
ན་མ་སྐྱར་ཀྱང་རུང་བ་དང་། ཆིག་དོན་སྒྲ་མའི་དེ་མ་ཐག་ཏུ་བསྐྱ་བྱ་ལྟག་མ་  
ཡོད་ན་སྒྲ་མ་ལ་ལྟག་བཅས་ཀྱི་སྤང་སྐྱར་དགོས་ཏེ། རྒྱས་བཏབ་སྟེ་བཞག་ལྟ་  
བུ་དང་། ཆིག་དོན་སྒྲ་མའི་དེ་མ་ཐག་ཏུ་བསྐྱ་བྱ་ལྟག་མ་མེད་པར་རྫོགས་ན་  
སྐྱར་བསྐྱའི་སྤང་སྐྱར་དགོས་ཏེ། རྫོགས་སོ། །ལྟ་བུ་རྣམ་དབྱེ་དང་ཆིག་སྤང་  
དེ་དག་གི་ནང་གསལ་གང་དང་གང་ཞིག་འཇུག་ཅིང་དོན་ཅི་འབྲེལ་ཞིག་སྟོན་པ་  
རྣམ་པར་དབྱེ་བར་བྱའོ་ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་འགྲེལ་པ་ནི། གཞན་ཡང་ཆིག་དོན་གོང་འོག་ཏུ། །བསྐྱ་རྒྱ་  
ཡོད་ན་སྤང་པའི་སྒྲ། །དང་དང་ཀྱང་ཡང་འང་སོགས་སྒྲོལ། །རྣམ་གངས་དུ་  
མས་དོན་བསྐྱར་ན། །འབྱེད་སྤང་སྒྲ་འཇུག་དགག་པ་དང་། །བདག་དོན་  
ཡོད་ན་ཐོག་མཐའ་རུ། །པ་སྟེའི་རྟགས་རྣམས་ཅི་རིགས་འཇུག། །རྒྱ་དུ་  
གྱུར་པའི་ཆིག་སྤང་ཀྱང་། །དོན་ལ་བསྟེགས་ས་ཡོད་ན་སྒྲོལ། །དེ་བཞིན་  
བསྐྱ་བྱ་ལྟག་ཡོད་ན། །ལྟག་བཅས་སྒྲ་སྒྲོལ་ཆིག་དོན་ནི། །རྫོགས་ན་སྐྱར་  
སྐྱའི་སྒྲ་རྣམས་སྒྲོལ། །

ཞེས་པ་སྟེ། གཞན་ཡང་མིང་མཐའ་ཆིག་སྟངས་ཀྱི་ནང་གསེས་གང་ཞིག་  
 འབྲེན་པར་འགྱུར་ཚུལ་ནི། ཆིག་གི་དོན་གོང་དང་འོག་གང་རུང་དུ་བསྟུ་བྱ་  
 ཡོད་ན་སྟུང་པའི་སྒྲ། །དང་དང་། གྲང་དང་། ཡང་དང་། འང་ལ་སོགས་པ་སྟོར་  
 དགོས་ཏེ། དཔེར་ན། ག་དང་། ད་དང་། བ་དང་། མ་དང་། འ་རྣམས་སྟོན་  
 འཇུག་གི་ཡི་གེའོ། །དམ་པས་ཀྱང་བསྟགས་ན་པལ་པས་ལྟ་ཅི་སྟོས། ཆོགས་  
 ལམ་སྟོས་ཅི་སྟོར་ལམ་ཡང་ཐོག། ས་དང་པོའང་རྒྱད་ལ་མངལ། ལྟ་  
 བུའོ། །རྣམ་གངས་དུ་མས་དོན་བསྟར་དགོས་ན་སྟུང་མ་སྟུང་མར་འབྲེད་སྟུང་གི་  
 སྒྲ་འཇུག་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། བད་མའི་གཉེན་ནམ། སྲིད་པའི་མིག་གམ།  
 ཆ་ཟེར་ཅན་ནམ། ནམ་མཁའི་ཁོར་བུའམ། འོད་སྟོང་ཅན་ནི་ཉི་མའོ། །ལྟ་བུ་  
 དོན་བསྟར་བ་དང་། ཉི་མའི་འོད་དམ། ཉི་མའི་འོད་ལྟ་བུའི་སྟུང་འོད། ལྟ་བུ་  
 ཆིག་བསྟར་བ་དང་། འཆད་ཅིང་འཆད་ཅིང་རག་ཏུ་སྟོར་བར་བྱེད། །ལྟ་བུ་  
 ཆིག་དོན་གཉིས་ཀ་བསྟར་བའོ། །དགག་པའི་སྒྲ་དང་བདག་པོའི་དོན་གསལ་  
 བྱེད་ཀྱི་སྒྲ་ཡོད་ན་མིང་གི་ཐོག་མ་དང་མཐའ་མ་གང་རུང་དེ་རུ་བ་སྟེའི་  
 ཁོངས་ནས་བྱུང་བའི་རྟགས་རྣམས་ཅི་རིགས་པ་འཇུག་གོ། །བ་སྟེའི་ཁོངས་  
 ནས་བྱུང་བའི་རྟགས་མ་མི་མིན་མེད་བཞི་མིང་གི་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་  
 གང་དུ་ཞུགས་ཀྱང་དགག་སྒྲ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། མ་བྱས། མི་ཤེས། ཆོས་  
 མིན། ལྟ་མེད། གསེར་མ་རག་ ལྟ་བུའོ། །བ་སྟེའི་ཁོངས་ནས་བྱུང་བའི་རྟགས་  
 པ་བ་མ་གསུམ་ན་རོ་ཡོད་མེད་ཅི་རིགས་མིང་གི་མཐར་ཞུགས་ན་བདག་  
 པོའི་སྒྲ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། མཁས་པོ། བཙུན་པ་པ། སེམས་བཟང་མོ། ཆོས་

པ། དགེ་བ་པ། སྒྲོལ་མ། ལྷ་བུའོ། །ཆིག་རྒྱན་དུ་གྱུར་པའི་ཆིག་སྤང་རྣམས་  
གྱང་དོན་ལ་བསྟེན་ཅིང་སྦྱོར་ས་ཡོད་ན་སྦྱོར་དགོས་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན།  
མཁས་གྱང་མཁས་པ་ཀུན་གྱི་དཔལ། །ཆགས་པ་སྤངས་གྱང་འགྲོ་ལ་  
ཆགས། །ལྷ་བུའོ། །བཤད་མ་ཐག་པའི་ཆིག་རྒྱན་གྱི་སྦྱོར་ཚུལ་དེ་བཞིན་དུ་  
ཆིག་དོན་སྤྲུལ་མའི་དེ་མ་ཐག་ཏུ་བསྟན་བྱ་ལྷག་མ་ཡོད་ན་སྤྲུལ་མ་ལ་ལྷག་བཅས་  
གྱི་སྦྱོར་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན། མཆོད་པ་སྤུལ་ཏེ་གསོལ་བ་འདེབས། དོན་  
བསམ་སྟེ་ཉམས་སུ་སྤངས། དཔེ་ཆ་འཛིན་ཏེ་བསྦྱོར་སྤང་བྱེད། ལྷ་བུའོ། །གང་  
བརྗོད་རྒྱའི་ཆིག་དོན་སྤྲུལ་མའི་དེ་མ་ཐག་ཏུ་བསྟན་བྱ་ལྷག་མ་མེད་པར་རྫོགས་  
ན་སྤང་བསྐྱེད་སྤྲུལ་རྣམས་སྦྱོར་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན། དཀོན་མཆོག་གོ། །ཡོན་  
ཏན་བཟང་ངོ། །བྱིན་བརྒྱབས་ཡོད་ངོ། །ཆོས་དང་ལྡན་ནོ། །དོན་གྲུབ་ནོ། །  
ཡིད་ལ་བསམ་ནོ། །རང་ཉིད་དགའ་ལོ། །དངོས་གྲུབ་སྟེར་ངོ། །ལེགས་སོ་  
འབུལ་ལོ། །རིག་གནས་ཤེས་སོ། །ཆོས་ཀུན་མཁྱེན་དེ་ཏོ། །ལྷ་བུའོ། །

## རྗེས་འཇུག་རྣམས་དགོས་པ་ཅི་ཕྱིར་འཇུག་པ་བཤད་པ།

གསུམ་པ་ཅི་ཕྱིར་འཇུག་པ་བཤད་པ་ལ་གཉིས། ཇི་བས་མཆོམས་  
སྐྱར་བ་དང་། ལན་གྱིས་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། ཅུ་བ་དང་། འགྲེལ་  
པའོ། །

དང་པོ་ནི། ཅི་ཕྱིར་འཇུག་པར་བྱེད་ཅི་ན། །

ཞེས་པའོ། །གཉིས་པ་ནི། དགོས་པ་ཅི་ཕྱིར་འཇུག་ཅེ་ན། །ཞེས་པ་སྟེ།  
 རྗེས་འཇུག་གི་ཡི་གེ་བཅུ་པོ་དེ་རྣམས་དགོས་པ་ཅིའི་ཕྱིར་དུ་འཇུག་པར་  
 བྱེད་ཅེ་ན་ཞེས་པའོ། །གཉིས་པ་ལན་གྱིས་བསྟན་པ་ལ་གསུམ། རྗེས་འཇུག་  
 གི་དགོས་པ་བཤད་པ་དང་། ཡི་གེའི་འཇུག་པ་སྟེ་དགོས་པ་བཤད་པ། དགོས་  
 པ་དེ་འབྲུག་པར་སྟོན་པའོ། །དང་པོ་ནི།

ཅུ་བར།           ཡི་གེའི་ཁོངས་ནས་མིང་དབྱུང་སྟེ། །  
                     མིང་གི་ཁོངས་ནས་ཆིག་ཕྱུང་ནས། །  
                     ཆིག་གིས་དོན་རྣམས་སྟོན་པར་བྱེད། །

ཅེས་པ་སྟེ།   སྟོན་འཇུག་དང་དབྱུངས་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་གང་རུང་ཞིག་མ་ཞུགས་ན།   དོན་གྱི་ངོ་བོ་སྟོན་པའི་  
 མིང་དུ་འབྲུག་པ་མི་སྤྲོད་པས་ཡི་གེའི་ཁོངས་ནས་མིང་དབྱུང་བར་བྱ་བའི་  
 ཕྱིར་དང་།   མིང་གཅིག་གམ་གཉིས་སམ་དུ་མ་སྟེལ་དུ་བྱིན་ཀྱང་མཆོམས་  
 སྟོར་བར་བྱེད་པའམ།   དོན་གསལ་བར་བྱེད་པའི་རྣམ་དབྱེ་དང་ཆིག་ཕྱུང་  
 སོགས་པལ་ཆེར་རྗེས་འཇུག་ལས་འབྱུང་ཞིང་རྗེས་འཇུག་ལ་སྟོས་པས་དེ་  
 རྣམས་མ་ཞུགས་ན།   དོན་གྱི་ཁྱད་པར་སྟོན་པའི་ཆིག་ཏུ་འབྲུག་པ་མི་སྤྲོད་  
 པས་མིང་གི་ཁོངས་ནས་ཆིག་ཕྱུང་བའི་ཕྱིར་འཇུག་སྟེ། དེ་ལྟ་བུའི་ཆིག་གིས་  
 འདྲི་བ་ཉིད་དུ་དོན་རྣམས་རྫོང་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དོན་མཆོན་པའི་བརྫོང་པ་  
 རི་སྟོན་པའང་རྗེས་འཇུག་གི་ཡི་གེ་རྣམས་འཇུག་པའི་དགོས་པར་བྱུག་པོ་



ཞེས་པའོ། །

ཡི་གེའི་འཇུག་པ་སྤྱིའི་དགོས་པ་བཤད་པ།

གཉིས་པ་ཡི་གེའི་འཇུག་པ་སྤྱིའི་དགོས་པ་བཤད་པ་ལ་གསུམ།  
དབྱངས་ཡིག་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་བཤད་པ། ཡི་གེའི་འཇུག་པ་རྣམས་ཀྱི་  
རང་བཞིན་གྱི་དགོས་པ་བཤད་པ། ཡི་གེའི་འཇུག་པ་སྟོན་པའི་བསྟན་བཅས་  
འདི་ཉིད་བརྩམས་པའི་དགོས་པ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། ཅུ་བ་དང་།  
འགྲེལ་པའོ། །

དང་པོ་ནི། མོ་ཡི་ཡི་གེ་མེད་པ་ན། །

ཕོ་ཡིག་བརྗོད་པ་མེད་པར་འགྱུར། །

ཞེས་པ་སྟེ། མོ་ཡི་ཡི་གེ་གི་གུ་སོགས་ཨྲ་ལི་བཞི་པོ་མེད་ན། ཕོ་ཡིག་  
ཀྲ་ལི་རྣམས་ཁོ་ནས་བརྗོད་པ་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ། ཨྲ་ལི་རྣམས་ལ་སྟོས་པའི་  
བརྗོད་པ་དེ་སྟོད་མི་ཆང་བར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་ནི། མོ་ཡིག་དབྱངས་དང་མི་ལྡན་ན། ཕོ་ཡིག་གསལ་བྱེད་  
བརྗོད་མི་རུས། །དེ་སྤྱིར་དབྱངས་ལྡར་བཞེད་པ་བདེ། །

ཞེས་པ་སྟེ། གསལ་བྱེད་ཀྱི་ཡི་གེ་གང་ཡིན་ཡང་མོ་ཡིག་གི་གུ་ཞབས་  
གུ་སོགས་དབྱངས་ཡིག་གང་རུང་དང་མི་ལྡན་ན། ཕོ་ཡིག་ཀ་ནས་ཨའི་བར་  
ཀྱི་གསལ་བྱེད་ཀྱི་ཡི་གེ་སུམ་ཅུ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་རང་རང་སོ་སོའི་བརྗོད་བྱ་  
སྟོན་པར་མི་རུས་པ་ཡིན་ཏེ། དབྱངས་ཡིག་རྣམས་ལ་སྟོས་པའི་བརྗོད་པ་མི་  
ཆང་བར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་འོ། །རྒྱ་མཚན་དེའི་སྤྱིར་དབྱངས་ཡིག་ལ་སུམ་

ཅུ་པས་དངོས་བསྟན་ཨི་ཨྱ་ཨི་ཨོ་བཞི་དང་། འུགས་བསྟན་ཨ་བཅས་ལྷར་  
བཞེད་པ་ལྷར་བདེ་བ་ཡིན་ནོ། །སྤ་ཉི་རིན་ཆེན་དོན་གྲུབ་གྱིས་ནི། ཨ་ཡིག་  
དབྱངས་ཡིག་ཏུ་མི་བཞེད་དེ། སུམ་ཁིག་དགོངས་རྒྱན་ལས། བོད་ཀྱི་དབྱངས་  
ལ་ཨ་ཡིག་མེད་པས་ཞེས་སོགས་རྒྱ་མཚན་དང་བཅས་ཉེ་གསུངས་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་ཡི་གེའི་འཇུག་པ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་གྱི་དགོས་པ་  
བཤད་པ་ལ་གཉིས། དགོས་པ་ལྡོག་ཕྱོགས་བསྟན་པ་དང་། ཉིང་དགོས་ལྡོག་  
ཕྱོགས་ནས་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། ཅ་བ་དང་། འགྲེལ་པའོ། །

དང་པོ་ནི། ཐོ་ཡིག་དེ་དག་རྣམས་ལ་ཡང་། །  
འཇུག་པར་བཅས་པ་མེད་ན་ནི། །  
མིང་དང་ཆིག་གྲང་གསལ་མི་རུས། །  
མིང་ཆིག་གསལ་བ་མེད་ན་ནི། །  
དོན་རྣམས་བརྗོད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །

ཞེས་པ་སྟེ། ཐོ་ཡིག་ཀྱི་ལི་དེ་དག་རྣམས་ལའང་ཨྱ་ལི་དང་ལྷན་མིན་  
རི་ལྷར་ཡང་འཇུག་པར་བཅས་པ་རྗེས་འཇུག་བཅུ་མེད་ན་ནི། མིང་དང་ཆིག་  
གྲང་གསལ་མི་རུས་པར་གོང་དུ་བཤད་ཅིན་པའི་ཕྱིར་དང་། མིང་དང་ཆིག་  
གསལ་བར་གྱུར་པ་མེད་ན་ནི་དོན་གྱི་རྣམ་པར་རང་དང་གཞན་ལ་མཚོན་  
ཞིང་གོ་བར་བྱེད་པའི་བརྗོད་པ་རྣམས་གྲང་མེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་འགྲེལ་པ་ནི། ཐོ་ཡིག་དབྱངས་ལྷན་དེ་དག་ལའང་། །རྗེས་

འཇུག་བཅུ་པོ་མ་ཞུགས་ན། འོན་ཀྱི་ངོ་བོ་ཙམ་སྟོན་པའི། མིང་དང་དོན་གྱི་  
ཁྱད་པར་རྣམས། སྟོན་པའི་ཆིག་དང་དོན་ལྡན་པའི། ངག་གི་བརྗོད་པ་ཡོད་  
མིན་ཏེ། ཡི་གའི་ཁོངས་ནས་མིང་དབྱུང་ཞིང་། མིང་གི་ཁོངས་ནས་ཆིག་  
སྐྱུང་ནས། ཆིག་གིས་དོན་རྣམས་སྟོན་པས་སོ། །

ཞེས་བ་སྟེ། སོ་ཡིག་ཀ་ཁ་ལ་སོགས་པ་གི་གྲ་ཞབས་ཀྱ་གེང་བྱ་ན་  
རོའི་དབྱུངས་བཞི་གང་རྩང་དང་ལྡན་པ་དེ་དག་ལའང་རྗེས་འཇུག་གི་ཡི་གེ་  
བཅུ་པོ་གང་རྩང་ཞིག་མ་ཞུགས་ན། དོན་གྱི་ངོ་བོ་ཙམ་སྟོན་པའི་མཉན་བྱར་  
དམིགས་པའི་མིང་དང་། དོན་གྱི་ཁྱད་པར་རྣམས་སྟོན་པའི་མཉན་བྱར་  
དམིགས་པའི་ཆིག་དང་། བརྗོད་བྱའི་དོན་དང་ལྡན་པའི་ངག་གི་བརྗོད་པ་ཅི་  
ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཡི་གའི་ཁོངས་སམ་ནང་ནས་མིང་དབྱུང་བའམ་བྱུང་  
ཞིང་། མིང་གི་ཁོངས་ནས་ཆིག་རྣམས་སྐྱུང་ནས། ཆིག་གིས་འཛིག་རྟེན་དུ་  
དོན་རྣམས་སོ་སོར་མ་འདྲེས་པར་སྟོན་པར་བྱས་པས་སོ། ཡི་གའི་སྐྱར་བ་  
རྣམས་ནི་དགོས་པ་ཁྱད་པར་ཙན་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ཏེ། དབྱུངས་ཡིག་རྣམས་  
ནི་གསལ་བྱེད་ཀྱི་བརྗོད་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་ཕྱིར་དང་། རྗེས་འཇུག་གི་  
ཡི་གེ་རྣམས་ནི་མིང་ཆིག་གསལ་བའི་ཕྱིར་དང་། མིང་ཆིག་རྣམས་ནི་དོན་  
བརྗོད་པའི་ཕྱིར་དུ་འཇུག་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་ཉིང་དགོས་ལྷོག་ཕྱོགས་ནས་བསྟན་པ་ལ་གཉིས། ཅ་བ་  
དང་། འགེལ་པའོ། །

དང་པོ་ནི། དེ་ལྟར་གྱུར་ན་འཛིག་རྟེན་དུ། །

དོན་མཆོན་བརྗོད་པ་ཀྱང་ཁྱད་པོ། །

རིག་བྱེད་སྤྱོད་བའང་ཡོད་མི་འགྲུག། །

ཉན་ཐོས་རང་རྒྱལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི། །

བསྐྱབ་པ་རྣམས་ཀྱང་མེད་པར་འགྲུག། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་མིང་ཆིག་བརྗོད་པ་ཐམས་ཅད་མེད་པར་གྱུར་ན།  
འདིག་རྟེན་འདིར་དོན་མཆོན་པར་བྱེད་པའི་བརྗོད་པ་སྟེ་ལུང་དུ་སྟོན་པའི་སྤྱོད་  
སྤྱོད་ཀྱང་ཁྱད་པོར་འགྲུག་བས། དེ་ལ་སྟོས་པའི་འདིག་རྟེན་པ་དང་ཐུན་  
མོང་བའི་བཟོ་གནས་དང་། ཅིས་དང་། སྟན་ངག་སོགས་རིག་བྱེད་སྤྱོད་པ་  
རྣམས་ཀྱང་ཡོད་པར་མི་འགྲུག་ཞིང་། འདིག་རྟེན་དང་ཐུན་མོང་མིན་པའི་  
ཤེས་བྱ་ཉན་ཐོས་དང་། རང་རྒྱལ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྐྱབས་པ་རྣམས་  
སྟོན་ཅིང་སྤྱོད་བའང་མེད་པར་འགྲུག་བ་དེའི་ཕྱིར། མིང་ཆིག་བརྗོད་པ་ཐམས་  
ཅད་འདིག་རྟེན་དུ་ཡོད་ན་ནི། འཁོར་འདས་ཀྱི་སྤང་དོར་མཐའ་དག་སྟོན་ཅིང་  
སྤྱོད་པ་འབྱུང་ལ། སྤང་དོར་ལ་ཁྱེད་ས་ན་ནི་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་  
དོན་ཐམས་ཅད་འགྲུབ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་འགྲེལ་པ་ནི། མིང་ཆིག་བརྗོད་པ་མེད་ན་ནི། ཐུན་མོང་ཐུན་  
མོང་མ་ཡིན་པའི། ཤེས་བྱ་སྟོན་པའང་མེད་པར་འགྲུག། །

ཞེས་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་མིང་དང་ཆིག་དང་བརྗོད་པ་ཐམས་ཅད་མེད་པར་  
གྱུར་ན་ནི། འདིག་རྟེན་འདིར་དོན་མཆོན་པར་བྱེད་པའི་བརྗོད་པ་རྣམས་པར་  
དག་པའི་ལུང་དུ་སྟོན་པའི་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་མི་འབྱུང་ཞིང་། དེ་ལྟར་ན་དེ་ལ་

སྟོས་པའི་སྤྱི་རོལ་པ་དང་ཐུན་མོང་པའི་སྤྱོད་དང་། ཐུན་ངག་དང་། ཅིས་དང་།  
མངོན་བརྗོད་དང་། རྫོས་གར་དང་། རྟེན་སྦྱར་དང་། གསོ་བ་དང་། བཟོ་བའི་  
གནས་དང་། རིག་བྱེད་རྣམས་དང་། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཤེས་བྱའི་གནས་  
སྟོན་པ་ཐུབ་པ་སངས་རྒྱས་བཙུགས་ལྟན་འདས་ཀྱིས་གསུངས་པའི་མདོ་  
སྤྲུགས་ཀྱི་བཀའ་དང་། དེའི་དགོངས་འགྲེལ་གྱི་བསྟན་བཙུགས་རྣམས་འགྲེལ་  
དང་། སར་སྤྱོད་དང་། དབུ་མ་དང་། མདོ་དང་། འདུལ་བ་དང་། མདོར་བྱས་  
དང་། རིམ་ལྔ་དང་། རྫོན་གསལ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱང་མེད་པར་འགྱུར་  
ལ། དེ་ལྟར་ན་དེ་རྣམས་གཞན་ལ་སྟོན་ཅིང་སྤྱོད་བའང་མེད་པར་འགྱུར་བས།  
ཉན་ཐོས་དང་། རང་རྒྱལ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པའི་སྤྱིར་དུ་དེ་  
རྣམས་སོ་སོའི་ལམ་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་རྣམས་ཀྱང་མེད་པར་འགྱུར་རོ།  
།དེས་ན་མིང་དང་ཆོག་དང་བརྗོད་པ་ཐམས་ཅད་འཇིག་རྟེན་འདིར་ཡོད་ན་ནི།  
སྤང་དོར་གྱི་གནས་མཐའ་དག་སྟོན་ཅིང་སྤྱོད་བའང་ལ། སྤང་དོར་གྱི་གནས་  
ལ་ཞུགས་ན་ནི་གནས་སྐབས་མངོན་མཐོའི་གོ་འཕང་དང་། མཐར་ཐུག་རྣམ་  
པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་འགྱུར་པར་འགྱུར་བ་  
ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་ཡི་གེའི་འདུག་པ་སྟོན་པའི་བསྟན་བཙུགས་འདི་ཉིད་བརྩམས་  
པའི་དགོས་པ་བཤད་པ་ནི།

ཅ་བར། རི་ལྟར་འཇིག་རྟེན་སེམས་ཅན་རྣམས། །  
ཡུང་པོ་ཁམས་དང་སྤྱེ་མཆེད་དང་། །



གྲུབ་མཐའ་གཞན་ཡང་ཡོད་ན་ཡང་། །  
རང་ཉིད་གྱིས་ནི་མི་ཤེས་བཞིན། །  
དེ་བཞིན་ཡི་གའི་འཇུག་ཚུལ་རྣམས། །  
སྒྲ་བ་ཀུན་ལ་གནས་གྱུར་གྱང་། །  
རང་ཚུལ་དེ་ཉིད་མི་ཤེས་བས། །  
དོན་ལ་སྒྲོར་བ་ག་ལ་ཤེས། །  
དེ་སྒྲིར་སྒྲ་བའི་དབང་ལྷག་གི། །  
རྗེས་སྒྲས། །

ཞེས་བ་སྟེ། དཔེ་ཇི་ལྟར་ན་འཇིག་རྟེན་གྱི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ། གཟུགས་  
སོགས་ཕྱང་པོ་དང་། མིག་གི་ཁམས་སོགས་ཁམས་དང་། མིག་གི་སྒྲེ་མཆེད་  
སོགས་སྒྲེ་མཆེད་རྣམས་རང་རང་ལ་ཡོད་པར་མ་ཟད། གྲུབ་པའི་མཐས་  
བཞག་པ་གཞན་ཡང་གྲངས་ཅན་པའི་དེ་ཉིད་ཉེར་ལྡན་དང་། ཐེག་ཆེན་པའི་རྣམ་  
ཤེས་ཆོགས་བརྒྱད་སོགས་ཀྱང་ཡོད་ཅིང་། སྒྲོན་ནས་ལྟན་ཅིག་ཏུ་འགྲོགས་  
པ་ཡིན་གྱང་། དེ་ལྟ་བུའི་རྣམ་གཞག་གཞན་གྱིས་མ་བསྟན་ན་རང་ཉིད་གྱིས་  
མི་ཤེས་པ་དེ་བཞིན་དུ། རང་རང་གི་ཡི་གེ་རྣམས་ཇི་ལྟར་འཇུག་པ་ཡང་ཡུལ་  
སོ་སོའི་ལུང་སྟོན་པའི་སྒྲ་སྐད་གྱི་སྒྲ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་  
གནས་པ་སྟེ་མེད་པ་མི་སྲིད་ཀྱང་གཞན་གྱིས་བརྟུལ་སྒྲུད་པར་རང་ཉིད་གྱིས་  
ཡི་གེ་རྣམས་མིང་ཆོག་སོགས་ལ་འཇུག་པའི་ཚུལ་དེ་ཉིད་ཀྱང་མི་ཤེས་ན།  
མིང་ཆོག་ལ་སོགས་པ་དེ་རྣམས་ཤེས་པ་སྟེ་ནས་དོན་ལ་ཇི་ལྟར་སྒྲོར་བའི་

ཚུལ་ག་ལ་ཤེས་ཏེ་མི་ཤེས་སོ། །དེ་བས་ན་སྤང་དོར་མཐའ་དག་ཤེས་པའི་  
རྒྱ་མིང་ཆིག་ཡི་གའི་སྐྱོར་བ་རྣམས་གསལ་བར་བྱེད་པའི་བོད་སྐད་ལ་མཁོ་  
བའི་བསྟན་བཅོས་འདི་ཉིད་འཕགས་ཡུལ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱོད་པའི་དབང་ཕྱག་  
མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་བརྟུན་པའི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་བྱ་  
མི་བདག་གིས་བཅེ་བས་སྤྱོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པའོ། །གསུམ་པ་དགོས་པ་དེ་  
འབྲུག་པར་སྟོན་པ་ལ་གཉིས། ཅ་བ་དང་། འབྲེལ་པའོ། །དང་པོ་ནི། འདི་ཀྱན་  
རྟོགས་གྱུར་ཅིག་ཅེས་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་ཡི་གའི་འབྲུག་པ་ལེགས་པར་སྐྱར་བའི་  
ཚུལ་འདི་གངས་ཅན་སྐྱོ་བོ་ཀྱན་གྱིས་རྟོགས་ནས་མིང་ཆིག་བརྗོད་པ་ཐམས་  
ཅད་ལ་ཆོངས་པ་མེད་པར་སྤྱོད་པའི་དབང་ཕྱག་ཆེན་པོར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་ཉིང་  
དགོས་དེ་རྣམས་འབྲུག་པའི་ཕྱགས་སྟོན་མཛད་པའོ། །

## དགོས་པ་དེ་འབྲུག་པར་སྟོན་པ།

གཉིས་པ་ནི། དེ་བྱིར་འཕགས་ཡུལ་མཁས་རྣམས་ཀྱི། །རྗེས་སུ་  
འབྲངས་ནས་གསུངས་པ་འདི། །སྐྱོ་བོ་ཀྱན་གྱིས་རྟོགས་གྱུར་ཅིག་།

ཅེས་པ་སྟེ། དགོས་པ་དུ་མ་ཡོད་པ་དེའི་བྱིར་རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་  
ཡུལ་དུ་བྱོན་པའི་སྤྱོད་པའི་དབང་ཕྱག་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་བརྟུན་པའི་  
བསྟན་བཅོས་སྤྱི་དང་། བྱེད་པར་མཁས་པ་ཆེན་པོ་བརྟུན་ཏེ་ལྟ་རིག་པའི་སེའླེ་  
ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་ཐོན་མི་ཉིད་ཀྱི་བཅེ་བས་ཀྱན་  
ནས་བསྐྱངས་ཏེ་གསུངས་པའི་སྤང་དོར་མཐའ་དག་ཤེས་པའི་རྒྱ་མིང་ཆིག་  
ཡི་གའི་སྐྱོར་བ་རྣམས་གསལ་བར་བྱེད་པའི་བོད་སྐད་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་

བསྟན་བཅོས་ཏྲགས་ཀྱི་འབྲུག་པ་འདིའི་དགོངས་དོན་རྣམས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་  
པར་སྐྱེ་བོ་ཀྱན་གྱིས་བདེ་སྒྲག་ཏུ་ཏྲགས་ནས་མིང་ཆིག་བརྗོད་པ་མཐའ་དག་  
ལ་སྒོངས་པ་མེད་པར་སྐྱ་བའི་རྒྱལ་པོ་རྣམ་འདྲན་དམ་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་  
པའོ། །

## གསུམ་པ་བའཤད་པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་ཚུལ།

གསུམ་པ་བའཤད་པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་ཚུལ་ལ་གསུམ། གདམས་  
དག་བརྗོད་པ། སྒོ་ལྡན་ཉན་པར་བསྐྱལ་བ། རྟོངས་པ་བའཤགས་ཤིང་དགེ་བ་  
བསྐྱོ་བའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། བར་ལ་བརྟེན་ནས་དོན་འཆོལ་དགོས་པར་  
འདོམས་པ། མཁས་མི་མཁས་ཀྱི་བྱད་པར་བྱེད་ཚུལ་ལ་འདོམས་པ། བར་  
སྒྲོད་པའི་གཞུང་ལ་མ་སྐྱུངས་པར་མཁས་པའི་བྱ་བར་འབྲུག་མི་རུས་པར་  
འདོམས་པའོ། །

དང་པོ་ནི། ཆིག་གི་སྐྱ་ཅམ་འདྲན་ཡང་། །དོན་ལ་བྱད་པར་ཤིན་ཏུ་  
ཆེ། །དེ་ཕྱིར་བར་དག་ལ་བརྟེན་ནས། །མ་རྟོར་དོན་རྣམས་འཆོལ་བ་གཅེས། །

ཞེས་པ་སྟེ། མིང་པན་ཚུན་སོ་སོའི་ཆིག་གི་སྐྱ་ཅམ་འདྲ་བར་སྒྲུང་ན་  
ཡང་བརྗོད་བྱའི་དོན་ལ་བྱད་པར་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡོད་དེ། དཔེར་ན། བསྐྱོམས་  
དང་། བསྐྱོམ་དང་། སྐྱོམ་དང་། སྐྱོམས་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་བྱུང་ཆེ་དང་པོའི་སྐྱབས་  
བསྐྱོམས་བེན་འདས་པ་དང་། གཉིས་པའི་སྐྱབས་བསྐྱོམ་བྱ་མ་འོངས་པ་དང་།  
གསུམ་པའི་སྐྱབས་སྐྱོམ་བྱེད་ད་ལྟ་བ་དང་། བཞི་པའི་སྐྱབས་བསྐྱལ་ཆིག་ཏུ་

གོ་བས་ཆིག་གི་སྐྱ་ཙམ་འདྲ་ཡང་དོན་མི་འདྲ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ། འཐབ་  
བྲལ། ཐབ་བྲལ། ཐབས་བྲལ་ཅེས་བརྗོད་པའི་ཆེ་ཆིག་གི་སྐྱ་ཙམ་འདྲ་ཡང་  
དོན་ལ་དང་པོའི་སྐབས་འཐབ་ཅོད་དང་བྲལ་བ་དང་། གཉིས་པའི་སྐབས་མེ་  
ཐབ་དང་བྲལ་དང་། གསུམ་པའི་སྐབས་བཅས་ཐབས་དང་བྲལ་བ་གོ་བས་  
ཁྱད་པར་ཉིན་ཏུ་ཆེའོ། །རྒྱ་མཚན་དེའི་སྤྱིར་མ་ནོར་ལམ་བཟང་སྟོན་པའི་  
བཤེས་གཉིན་དམ་པ་བསམ་སྦྱོར་གཉིས་ཀྱིས་ཚུལ་བཞིན་བསྟེན་ནས། བརྟ་  
དག་པར་བྱེད་པའི་སུམ་རྟགས་ཀྱི་གཞུང་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་སྦྱངས་  
སྟོབས་ལུལ་སྤྱོད་ཀྱིས་མིང་ཆིག་སོ་སོའི་རབ་དབྱེ་མ་ནོར་བར་བྱས་ནས་  
བརྗོད་དོན་རྣམས་འཆོལ་བ་གཅེས་པར་བཟུང་དགོས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
འདོམས་པའོ། །

གཉིས་པ་ནི། དོན་ལ་མི་ཚྭངས་ཚྭངས་པ་ཡང་། །ལུགས་འདིར་མཁས་  
མིན་ཀྱིས་བྱེད་དེ། །སྐྱ་ཤེས་དོན་ལ་མི་ཚྭངས་ཞེས། །མཁས་པའི་གསུང་ལ་  
ཡོངས་སུ་གྲགས། །

ཞེས་པ་སྟེ། བརྟ་སྦྱོད་པ་སུམ་རྟགས་ཀྱི་གཞུང་ལ་སྦྱངས་ན་རྒྱལ་བའི་  
གསུང་རབ་དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པའི་གཞུང་དོན་ལ་མི་ཚྭངས་པའི་  
མཁས་པ་ཆེན་པོ་འགྲུར་ཞིང་། དེ་ལ་མ་སྦྱངས་ན་འཇིག་རྟེན་གྱི་དོན་རགས་  
པ་ཙམ་ལའང་ཚྭངས་པར་འགྲུར་རོ། །དེ་ལྟར་ཚྭངས་མི་ཚྭངས་གཉིས་ཀྱི་  
ཁྱད་པར་ཡང་བརྟ་སྦྱོད་པའི་གཞུང་ལུགས་འདིར་མཁས་པ་ཡིན་མིན་གྱིས་  
བྱེད་དེ། བོད་དུ་སུམ་རྟགས་གཉིས་སྐྱ་ཡིན་ཞིང་སྐྱ་ཤེས་ན་དོན་ལ་མི་ཚྭངས་

ཞེས་དབྱངས་ཅན་དགེས་སྤྱ་སོགས་མཁས་པའི་གསུང་ལ་ཡོངས་སུ་གྲགས་  
པའི་ཕྱིར་ཞེས་པའོ། །

གསུམ་པ་ནི། འདི་ལ་མ་སྤྱངས་ཆོངས་ཆོད་ཀྱིས། །འཆད་ཚོད་ཚོམ་  
པའི་གྲར་འཇུག་པ། །ཕ་སྤྱེས་སེང་ལྷགས་གྲོན་པ་བཞིན། །ནམ་ཞིག་རྗེས་  
ངན་གསལ་བར་འགྱུར། །

ཞེས་པ་སྟེ། བོད་ཀྱི་བད་སྒྲོད་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀྱན་གྱི་ཅ་བར་གྱུར་  
པ་སུམ་ཅུ་པ་དང་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པ་འདི་གཉིས་ལ་མ་སྤྱངས་པར་ཆོངས་  
ཆོད་ཀྱིས་རྒྱལ་བའི་བཀའ་དང་། དེའི་དགོངས་འགྲེལ་གྱི་བསྟན་བཅས་ཀྱི་  
དགོངས་དོན་གཞན་ལ་འཆད་པ་དང་། བ་རོལ་པོ་དང་ཚོད་པ་བྱེད་པ་དང་།  
རང་གིས་བསྟན་བཅས་ཚོམ་པ་སོགས་མཁས་པའི་བྱ་བ་གསུམ་གྱི་གྲར་  
འཇུག་པར་བྱེད་པ་རྣམས་ནི། ཕ་སྤྱེས་སེངྒེའི་པགས་པ་གྲོན་པ་དེ་ཉིད་གནས་  
སྐབས་སེངྒེ་ལྟར་སྤང་ན་ཡང་རེ་ཞིག་གི་ཆེ་ཕྱི་གཟུགས་བརྟན་གསལ་བར་  
མཐོང་བའི་རྗེས་ངན་སྟོན་པ་དེ་བཞིན་དུ་སྐབས་དེར་འཆད་ཚོད་ཚོམ་པའི་  
གས་སུ་ཞུགས་ཀྱང་དུས་ནམ་ཞིག་བད་སྒྲོད་པའི་གཞུང་ལ་མ་སྤྱངས་པའི་  
རྗེས་ངན་པ་ཀྱན་གསལ་བར་སྟོན་པར་འགྱུར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་མཁས་པའི་བྱ་  
བར་འཇུག་པ་ལ་འདི་ལ་བསྐབ་དགོས་སོ་ཞེས་འདོམས་པར་བྱེད་དོ། །སུམ་  
རྟགས་ལ་མ་སྤྱངས་ན་བད་དག་པར་མི་འགྱུར་བས་བད་ལ་ཆོངས་པ་གསལ་  
བར་སྟོན་ཏེ། མཁས་བྱུང་རྗེའི་སྤྱ་བ་རྣམ་ངེས་ལས། སྤྱེས་བུའི་ལུས་ངག་བྱ་  
བའི་འཇུག་པ་ཡིས། །ནང་གི་བསམ་པའི་བྱེད་པར་གོ་བར་བྱེད། །སྤྱོད་པའི་



གྲོང་ཆེ་ག་སྐྱ་བ་ལྟར་སྤངས་པས། །གསུང་རབ་བརྟེན་ལ་སྤངས་པ་གསལ་བར་  
སྟོན། །རང་ཡུལ་སྲིད་པས་དམ་དུ་བཅིངས་པའི་མཐུས། །སྐྱོན་པོའི་གྲོང་ཆེ་ག་  
འབའ་ཞིག་གོམས་ཆེ་བས། །སྒོ་གསལ་མཁས་མང་ཆོགས་པའི་དབུས་སུ་  
ཡང་། །འཆད་པ་དག་གི་རྣམ་པར་མ་དག་བྱེད། །རྒྱ་ཆེན་གཞུང་ལུགས་དགོངས་  
དོན་འགྲེལ་བ་ཡི། །ཡི་གེའི་རྩ་མ་པ་མང་དུ་སྐར་ན་ཡང་། །གྲོང་ཆེ་ག་སྐྱོན་  
པོའི་ཐ་སྐད་ཁྱེ་འབྲིགས་པ། །འཇིག་རྟེན་ལོང་གཏམ་བྲིས་པའི་རྣམ་པ་  
མཆོན། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ། །

གཉིས་པ་སྒོ་ལྟན་ཉན་པར་བསྐྱལ་བ་ནི། དེ་སྤྱིར་སྒོ་གསལ་དོན་གཉེར་  
རྣམས། །རྟགས་འཇུག་དཀའ་གནད་གཟུགས་བརྟན་ཀྱན། །གསལ་བར་  
འཆར་བའི་མེ་ལོང་འདིར། །ལ་ཁྱུར་གཟིགས་མོར་སྐྱོན་དང་གྲེ། །ཞེས་པ་སྟེ།  
རྒྱ་མཆན་དེའི་སྤྱིར་སྒོ་གསལ་རིག་གནས་དོན་དུ་གཉེར་བ་རྣམས་རྟགས་  
འཇུག་གི་དོན་རྟོགས་དཀའ་ཞིང་གནད་ཆེ་བ་ཀྱན་གྱི་གཟུགས་བརྟན་ཀྱན་  
མ་འདྲེས་པར་གསལ་བར་འཆར་བའི་མེ་ལོང་འདིར་ལ་ཁྱུར་རམ་མགྲོགས་  
པར་གཟིགས་མོ་སྟེ་ལྟན་མོ་སྟེ་བར་སྐྱོན་དང་གྲེ་ཞེས་བརྟེན་བས་འབོད་པ་  
མཛད་དོ། །གསུམ་པ་ནོངས་པ་བཤགས་ཤིང་དགོ་བ་བསྡོམ་བ་ལ་གཉིས།  
ནོངས་པ་བཤགས་པ་དང་། བརྟེན་པའི་དགོ་བ་བསྡོམ་བའོ། །

དང་པོ་ནི། །འདི་ལ་ནོངས་པའི་ཆོགས་མཆིས་ན། །གཟུར་གནས་  
མཁས་པའི་སྐྱོན་སྤང་འཆགས། །

ཞེས་པ་སྟེ། །རྟགས་འཇུག་དཀའ་གནད་གསལ་བའི་མེ་ལོང་འདི་ལ་

ནོར་འཁྱལ་གྱི་ནོངས་པའམ་ཉེས་པའི་ཚོགས་མཆིས་ན་སྒོ་གཟུ་བོར་གནས་  
པའི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྦྱན་སྒར་འཆགས་ཤིང་བཤུགས་སོ་ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་ནི། ཅུང་ཟད་འབད་ལས་ཐོབ་པའི་དགེས། །ཀུན་གྱིས་འདི་  
དོན་རྟོགས་པར་ཞོག །

ཅེས་པ་སྟེ། དག་སྒོང་སྒོ་བཟང་ཆོས་འཕེལ་གང་གིས་རྟགས་འཇུག་  
གི་གཞུང་འདི་ཉིད་བསྐྱུན་པའི་ངལ་བ་ཅུང་ཟད་འབད་པ་ལས་ཐོབ་པའི་དགེ་  
བ་དེས། འགྲོ་བ་ཀུན་གྱིས་འདིའི་དོན་མ་ལུས་པ་ལེགས་པར་རྟོགས་ཏེ་དོན་  
གཉིས་མཐར་སྦྱོར་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་སང་ཐོབ་པར་ཞོག་ཅིག་ཅེས་  
པའོ། །

བཞི་པ་མཇུག་གི་དོན་ལ་གཉིས། ཅ་བ་དང་། འབྲེལ་པའོ། །

དང་པོ་ནི། སྒྲ་ཀ་ར་ཎའི་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པ་ཞེས་བྱ་བ་

སྒོ་བ་དཔོན་ཨ་རུས་མཛད་པ་རྫོགས་སོ། །ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་ནི། ཅེས་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པའི་སྒྲིང་པོའི་དོན་མདོ་ཙམ་

བརྗོད་པ་དཀར་གནད་གསལ་བའི་མེ་ལོང་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི། རང་གི་སྒོ་བ་

བྱ་རྗེ་བྱང་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཚོ་དང་དོན་གྲུབ་སྦྱན་ཚོགས་གཉིས་ནས་

དགོས་ཚུལ་ལྟར། མཁས་མཆོག་སི་ཏུ་པཎ་ཆེན་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་

རྣམ་རྟེན་དཔལ་བཟང་པོའི་བཞེད་པ་དང་མཐུན་པར་དབྱངས་ཅན་གྲུབ་པའི་

དོ་རྗེས་སྦྱར་བའོ། །

ཞེས་སོ། །

སྤྲུལ་པ། རྟགས་འཇུག་གཞུང་དོན་ལྟ་ཅེ་རོལ་བའི་གནས། །  
 བདག་སྒོ་འཁོར་འགྲོའི་ཆང་དུ་ཚུད་དམ་ཅི། །  
 དེ་ཕྱིར་འདི་ལ་ནོངས་པ་གང་མཆིས་པ། །  
 མཁས་ལ་བཤགས་སོ་བཅེ་བས་སྒྲོང་བར་མཛོད། །  
 རྣམ་མང་ལེགས་བྱས་གཙུག་ལག་དོན་ཀྱན་འཇུག། །  
 རྣམ་དག་ལམ་གྱི་རིམ་བས་རྒྱད་སྟུག་ནས། །  
 རྣམ་དབྱེ་བར་སྒྲོང་གཞུང་དོན་སྤྲོ་བ་ལ། །  
 རྣམ་ཀྱན་ཐོན་མི་ཉིད་དང་མཚུངས་བར་ཤོག། །  
 ཡོངས་རྫོགས་བསྟན་ལ་ཞུགས་པའི་སྒྲོམ་ལྟན་ཞིང་། །  
 མཆོ་ཡི་ཅེ་ལ་འདོགས་དབྱངས་ཅེ་མཆོ་དང་། །  
 དུས་ཀྱི་ན་བར་དབྱངས་འཕུལ་རྟེན་མཆོ་གསུམ། །  
 མེ་ཡིས་བརྒྱན་པའི་འབོད་བྱ་ལྟན་བས་སྐྱར། །

ཅེས་ལུང་སྟོན་པ་རྟགས་ཀྱི་འཇུག་པ་དང་། དེའི་སྒྲིང་པོའི་དོན་མདོ་  
 ཅུ་མ་བཛོད་པ་དཀའ་གནད་གསལ་བའི་མེ་ལོང་གཉིས་སྐར་བའི་རྣམ་བཤད་  
 ཟུ་མིའི་དགོངས་པ་རབ་ཏུ་གསལ་བའི་སྤང་བྱེད་ཅེས་བྱ་བ་འདི་ནི། དཀའ་  
 ཆེན་སྒོ་བཟང་བཟོད་བས་རང་ལོ་སོ་བདུན་སྟེ་ལོ་ཆིག་སྟོང་དགུ་བརྒྱ་ད་  
 བརྒྱད་ལོར་རང་གི་སྒོ་བ་བྱ་སོགས་སྐལ་མཉམ་གཞན་ལ་པན་སྤྱིར། གདན་  
 སའི་མཁན་བརྒྱད་བཞི་པ་པཎ་ཆེན་ལྟ་བུ་པའི་བཞུགས་གནས་བཟུངས་  
 ལྟན་གྲོག་ཏུ་སྤྱི་ཁང་གི་རང་ཤག་ཏུ་སྐར་བའོ། ། །

# སྟན་ངག་མེ་ལོང་གཞུང་གི་དགོངས་དོན་དབྱངས་ཅན་ དགའ་བསྐྱེད་ཅེས་བྲ་བ་བཞུགས་སོ། །

༥ དམ་པའི་མགོན་དང་དབྱེར་མེད་པའི། །དབྱངས་ཅན་ལྷ་མོར་གྲུས་  
བཏུང་ནས། །སྟན་ངག་བསྟན་བཅོས་མེ་ལོང་གི། །དགོངས་དོན་བསྐྱེད་ཏེ་  
བཤད་པར་བྲ། །

ལུས་ནི་རེ་ཞིག་འདོད་པ་ཡི། །དོན་གྱི་རྣམ་བཅད་ཆོག་གི་སྤང་། །དེ་  
ཡང་ཆོག་བཅད་ལྷག་པ་དང་། །སྤེལ་མ་རྣམ་གསུམ་ཉིད་དུ་གནས། །

༥ སྦྱར་བ་རབ་དྲངས་མཉམ་ཉིད་དང་། །སྟན་དང་ཤིན་ཏུ་གཞོན་པ་  
དང་། །དོན་གསལ་བ་དང་རྒྱ་ཆེ་བ། །བརྗེད་དང་མཛེས་དང་ཉིང་རེ་འཛིན། །  
སྦྱར་བ་སློག་ཆུང་ཉིད་མིན་པར། །སློག་ཆེན་འདྲེས་པའི་ངག་གི་རྒྱན། །རབ་  
དྲངས་ལྷན་པ་གྲགས་དོན་ཅན། །གྲགས་མིན་གོ་དཀའ་བ་ཡང་  
འདོད། **།མཉམ་པ་སྦྱར་བ་མི་མཉམ་བྲལ།** །དེ་ནི་འཇམ་རྩྱབ་བར་མ་སྟེ། །

སྟན་པ་ཉམས་ལྷན་ཆོག་དང་ནི། །དངོས་པོ་ལ་ཡང་ཉམས་གནས་པ། །རྩྱབ་  
མིན་ཡི་གོ་མང་བ་ནི། །ཤིན་ཏུ་གཞོན་དང་བརྗེད་དཀའ་བ། །དོན་གསལ་  
དོན་བཏྲག་མི་དགོས་ཉིད། །འགའ་ཞིག་བཏྲག་དགོས་ཉིད་དུ་འདོད། །རྒྱ་ཆེ་  
བྱུང་འཕགས་ཡོན་ཏན་རྟོགས། །བསྐྱེད་པ་འོས་རྒྱ་ཆེར་འགའ་ཞིག་འདོད། །  
བརྗེད་པ་ཆོག་སྦྱད་མང་པོ་ཉིད། །གཞན་དག་མ་འབྲུགས་གསལ་ཞིང་མཛེས། །  
མཛེས་པ་འཛིན་རྟོན་དོན་དག་ལས། །མ་འདས་མཛེས་ཤིང་འདས་པའོ། །

འཛིག་རྟེན་ལུགས་ཀྱི་རྗེས་འབྲངས་ནས།      །ཡང་དག་འཛིན་བྱེད་ཉིང་དེ་  
འཛིན། །

༥    རང་བཞིན་བརྗོད་དང་དཔེ་དང་ནི།    །གཟུགས་ཅན་གསལ་བྱེད་  
བསྐྱོར་བ་དང་། །འགོག་དང་དོན་གཞན་བཀོད་པ་དང་། །སྒྲིག་པ་ཅན་དང་  
སྲིད་པ་ཅན། །བསྐྱུས་དང་སྤུལ་བྱུང་རབ་བཏགས་དང་།    །རྒྱ་དང་སྤྲ་མོ་ཆ་  
དང་རིམ། །དགའ་དང་ཉམས་ལྡན་གཟི་བརྗོད་ཅན། །རྣམ་གྲངས་བརྗོད་དང་  
ཀུན་ཏུ་པན། །རྒྱ་ཆེ་བསྟོན་དོར་སྐྱར་བ་དང་། །བྱུང་པར་མཚུངས་པར་སྐྱོར་  
བ་དང་།    །འགལ་དང་སྐྱབས་མིན་བསྟོད་པ་དང་། །ཐོལ་བསྟོད་ངེས་པར་  
བསྟན་པ་དང་།    །ལྟན་ཅིག་བརྗོད་དང་ཡོངས་བརྗེས་ཤིས། །རབ་སྤེལ་དེ་  
ནས་དགོངས་པ་ཅན། །

༥    རང་བཞིན་མ་འབྲེག་བྱང་པོར་བརྗོད། །རིགས་དང་བྱ་བ་ཡོན་ཏན་  
རྗེས། །དཔེ་དོན་མཚུངས་པར་རྟོགས་བྱེད་པ། །ཆོས་དཔེ་དངོས་དཔེ་བསྐྱོག་  
པ་དང་། །པན་ཚུན་ངེས་དང་ངེས་མེད་བསྐྱུས། །སྤུལ་བྱུང་རབ་རྟོག་མཛད་  
བྱུང་མོངས། །ཐེ་ཆོམ་གཏན་འབེབས་སྐྱར་བ་དང་། །མཉམ་ཉིད་སྦྱང་དང་  
བསྐྱུགས་པའི་དཔེ། །བརྗོད་འདོད་འགལ་བ་དགག་དང་མཛེས།    །དེ་ཉིད་  
བརྗོད་དང་ཐུན་མོང་མིན། །བྱུང་མིན་སྲིད་མིན་མང་བ་དང་། །རྣམ་འགྱུར་  
སྤང་བ་དག་དོན་གཉིས། །ཟླ་བོ་དངོས་པོ་མཚུངས་སྐྱོར་དང་། །རྒྱ་ཡི་དཔེ་སྟེ་  
སོ་གཉིས་སོ། །ཐ་དད་རྟགས་དང་ཆིག་ལ་མེད། །དམན་དང་ལྷག་པ་ཉིད་  
ལའང་མེད། །སྐྱོར་མ་ཤེས་ན་དེ་རྣམས་ཀྱང་། །སྐྱབས་འགར་སྐྱོན་ཏུ་འགྱུར་



བའོ། །བཞིན་ལྷར་ལྷ་བྱ་ངེ་ལྷ་སྒྲ། །མཐུན་མཚུངས་ཡང་དག་མཚུངས་དང་  
 མཉམ། །ཡང་དག་གསལ་དང་ངེས་པར་གསལ། །རབ་གསལ་གཟུགས་ཀྱི་  
 ཟླ་པོ་དང་། །གཉིན་པོ་དང་ནི་དག་ཟླ་དང་། །སོ་སོར་རྟོག་དང་འགྲན་དང་འདྲ། །  
 བལྷ་བཅས་དང་ནི་བསྐྱ་བ་དང་། །རིག་མཐུན་རྗེས་སུ་སྐྱ་བ་དང་། །གཟུགས་  
 བརྟན་དང་ནི་སོ་སོར་སྒྲེབ། །གཟུགས་མཚུངས་མཉམ་དང་ཡང་དག་  
 གཞལ། །མཚན་ཉིད་མཐུན་འདྲ་མཚུངས་པ་དང་། །མཐུན་སྒྲིགས་དཔེར་  
 བྱས་དཔེ་དང་རྟོག། །དམན་དང་ཅུང་ཟད་དམན་སོགས་དང་། །རབ་ཏུ་སྐྱ་དང་  
 སོ་སོར་བརྒྱུག། །རིགས་མཐུན་མཉམ་བྱས་སྐྱ་དག་དང་། །གང་ཡང་དམན་  
 མིན་དོན་ཅན་ཆོག། །རི་བོང་མཚན་མའི་གདོང་ཅན་སོགས། །འབྲུ་མང་པོ་ཡི་  
 ཆོག་སྐྱད་དང་། །འགྲན་དང་རྒྱལ་དང་སྤང་བ་དང་། །འབྲུལ་དང་མི་མཐུན་  
 སྒྲིགས་པ་དང་། །འཐབ་པ་དང་ནི་འབྲུ་བ་དང་། །སྐྱ་འབེབས་བྱེད་དང་སྐྱོད་པ་  
 དང་། །ཅོ་འཛི་བ་དང་འགོག་པ་དང་། །ཁྲོད་དང་སྤག་དོག་མི་བཟོད་དང་། །དེ་  
 ཡིས་སྐལ་བཟང་འཕྲོག་བྱེད་དང་། །དེ་ཡི་མངེས་པ་བྱམ་བྱེད་དང་། །དེ་དང་  
 འགྲན་ལས་ཚར་གཅོད་དང་། །དེ་དང་མཚུངས་ལས་ལྷག་པར་མངེས། །དེ་  
 ཡི་རྗེས་སུ་རྒྱང་འཛོག་དང་། །དེ་ཡི་རྒྱས་པ་ལ་འཇུག་དང་། །དེ་ཡི་རྗེས་འགྲོ་  
 རྗེས་སུ་འཆིང་། །དེ་ཡི་ངང་ཚུལ་དེ་འགོག་དང་། །དེ་ཡི་རྗེས་སུ་བྱེད་ཅེས་  
 པའི། །སྐྱ་རྣམས་མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད་ཡིན། །ཕྱི་དང་སྤང་མིན་གྱུར་པ་  
 ཡི། །དཔེ་ཉིད་གཟུགས་ཅན་དག་ཏུ་འདོད། །བསྐྱས་པའི་གཟུགས་ཅན་མ་  
 བསྐྱས་པ། །བསྐྱས་ཤིང་མ་བསྐྱས་མཐའ་དག་དང་། །ཆ་ཤས་དང་ནི་ཆ་

ཤས་ཅན། །ཡན་ལག་གཅིག་སོགས་ལྡན་ལྡན་མིན། །མི་མཉམ་བྱུང་པར་  
 འགལ་དང་རྒྱ། །སྐྱར་བ་དཔེ་རྫོག་འགོག་པ་དང་། །མཉམ་འཛོག་གཟུགས་  
 ཅན་གྱི་གཟུགས་ཅན། །བསྟོན་དོར་གཟུགས་ཅན་དང་ཉི་ཤུ། །ཚིག་གཅིག་  
 ལ་ནི་གནས་པ་ཡིས། །ངག་ཀྱན་ལ་པན་གསལ་བྱེད་དོ། །རིགས་དང་བྱ་བ་  
 ཡོན་ཏན་དང་། །རྫས་གྱི་ཐོག་མའི་གསལ་བྱེད་དང་། །དེ་བཞིན་རིགས་དང་  
 བྱ་བ་དང་། །ཡོན་ཏན་རྫས་གྱི་བར་གསལ་བྱེད། །རིགས་དང་བྱ་བ་ཡོན་ཏན་  
 དང་། །རྫས་གྱི་མཐའ་མའི་གསལ་བྱེད་དང་། །འབྲེང་བ་འགལ་དོན་དོན་  
 གཅིག་པ། །སྐྱར་བའི་གསལ་བྱེད་དང་བཅུ་དྲུག །ལྟེ་ ཐོག་བར་མཐའ་གང་  
 ཆིག་དོན་བཞུས། །དོན་བསྟོར་ཆིག་བསྟོར་གཉིས་ཀ་བསྟོར། །ལྟེ་ དགག་པ་  
 བརྗོད་པ་འགོག་པ་སྟེ། །བྱུང་བ་མཛོན་གྱུར་འབྱུང་འབྱུར་འགོག །ཆོས་དང་  
 ཆོས་ཅན་རྒྱ་དང་འབྲས། །རྫེས་གནང་དབང་དང་མ་གུས་དང་། །ཤེས་བརྗོད་  
 རྩ་བ་མོ་གྲོགས་འབད་པ། །གཞན་དབང་ཐབས་དང་ཁོ་སྤྱང་། །འགྱུར་དང་  
 ཐེ་ཆོམ་སྐྱར་བ་དང་། །དོན་གཞན་རྒྱས་འགོག་ཉི་ཤུ་གསུམ། །ལྟེ་ གང་ཞིག་  
 དངོས་འགའ་རབ་བཞོད་ནས། །སྐྱབ་བྱེད་ཅན་གཞན་དོན་གཞན་བཞོད། །  
 ཀྱན་བྱུང་བྱུང་པར་ལ་གནས་དང་། །སྐྱར་བ་ཅན་དང་འགལ་བ་ཅན། །མི་  
 འོས་བྱེད་དང་འོས་པའི་དང་། །འོས་ཤིང་མི་འོས་དེ་བརྫོག་བརྒྱད། །ལྟེ་ སྐྱས་  
 ཟེན་པ་འམ་རྟོག་པ་ཡིས། །མཚུངས་གྱུར་དབྱེ་བ་ལྡོག་པ་ཅན། །གཅིག་  
 བརྫོག་གཉིས་ཀའི་བརྫོག་པ་ཅན། །སྐྱར་དང་འགོག་དང་གཏན་ཆིགས་དང་། །  
 དབྱེ་ཅམ་ལྟག་དང་སྐྱ་མཚུངས་པ། །རྟོགས་མཚུངས་རིགས་མཐུན་ལྡོག་པ་

ཅན། །ལྟོ་རབ་གྲགས་རྒྱ་བཟོག་ཅུང་ཟད་ཅམ། །སྟོན་པ་དེ་ནི་སྤྱི་དཔ་ཅན། །  
 རྒྱ་འབྲས་སྟོན་ལ་སྤྱི་དང་ནང་། །རང་གི་དོ་བོ་ཅན་དང་གསུམ། །ལྟོ་དངོས་པོ་  
 འགའ་ལ་བསམས་བྱས་ནས། །དེ་དང་མཚུངས་པའི་དངོས་པོ་གཞན། །  
 བསྐྱས་པའི་ཚུལ་གྱིས་བཟོད་བྱེད་དོ། །སྤྱི་དང་ཁྱད་གཞི་ཐ་དད་དང་། །ཁྱད་  
 ཆོས་ཐ་དད་ཐ་དད་མིན། །སྟོན་མེད་བསྐྱས་པ་བཟོད་དང་བཞི། །ལྟོ་དཔར་  
 བཟོད་འདོད་སྟོ་གང་གིས། །འཇིག་རྟེན་མཆོམས་ལས་བཀྲལ་གྱུར་པ། །ཁྱད་  
 འཕགས་ཐེ་ཆོམ་ངེས་པ་དང་། །གྲགས་པ་བཟོད་པའི་ཕྱལ་གྱུང་བཞི། །  
 །སེམས་ལྷན་དག་གམ་ཅིག་འོས་ཀྱི། །གནས་ལུགས་རི་ལྟར་གནས་པའི་  
 ཚུལ། །གང་དུ་ནམ་གཞན་རབ་རྟོག་པ། །དོན་གྱི་སེམས་དང་སེམས་མེད་  
 གཉིས། །སྤྱི་ཡིས་སྟོན་དང་དོགས་དང་ངེས། །འདྲ་དང་མིན་ནམ་བཞིན་ཞེས་  
 ཟུག། །ལྟོ་ནི་བྱེད་པོ་ཞེས་བྱེད་དེ། །སྤྱི་བྱེད་ཉམས་དང་ནམ་འགྱུར་དང་། །  
 འཛོལ་དང་སྤྱིས་དུས་ནང་ཞེས་བྱེད། །སྤྱི་ཞིག་པན་ཚུན་སྤང་ནས་མེད། །  
 བཟོག་སྤྱི་དང་འབྲས་ལྷན་ཅིག་རྒྱ། །འབྲས་སྤྱི་དགས་མིན་དིགས་བཅུ་  
 ཟུག། །ལྟོ་མོ་བད་ཐབས་སེམས་སྤྱི་ཐོན། །ཟུར་དང་ནམ་པའི་སྤྱི་མོ་གཉིས། །  
 །ཆ་ནི་ཆ་ཡི་དངོས་པོ་ཡི། །རང་བཞིན་ངེས་པར་གསལ་བ་སྤྱི་ག། །འོས་དང་  
 མི་འོས་སྤྱི་པ་དང་། །བསྟོད་དེ་གསལ་སྤྱི་བ་ཆ་རྒྱན་བཞི། །ལྟོ་དངོས་པོ་རབ་  
 ཏུ་བསྟན་པ་ནམས། །དིམ་བཞིན་རྗེས་སྟོན་དིམ་པ་ཅན། །ལྟོ་དགའ་བ་མཆོག་  
 ཏུ་དགའ་བར་བཟོད། །དངོས་ཐོབ་གཟུགས་བརྟན་དགའ་བ་གཉིས། །  
 །ཉམས་ལྷན་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཡི། །སྤྱི་གསོགས་ཉམས་དང་ལྷན་ཞེས་བཟོད། །

སྒྲིབ་དག་དཔའ་བ་སྒྲིབ་མི་སྒྲིབ། །བཞད་གང་མད་བྱང་འཛིགས་རུང་བརྒྱད། །  
 རྒྱུ་བཞི་ཅན་ཅན་ཅི་ནང་ཅི་དྲུ། །ང་རྒྱལ་འཕེལ་བར་བྱེད་པའི་ཆིག་། རྒྱུ་དོས་  
 སུ་མ་བཞེད་འགྲུབ་བྱའི་བྱེད། །གཞན་དག་བཞེད་པ་རྣམ་གངས་བཞེད། །  
 རྒྱུ་མན་འགའ་ཞིག་བཅུ་པ་ལ། །དེ་ཡི་སྒྲིབ་བྱེད་ཕུན་ཆོགས་གང་། །རྒྱུ་  
 ཆེ་སྒྲིབ་ཅན་གང་བཞེད་པ། །བསམ་དང་འབྱོར་པ་རྒྱུ་ཆེ་གཉིས། །རྒྱུ་སྒྲིབ་དོར་  
 མིན་ཞེས་དོན་གཞན་སྒྲིབ། །ཆོས་ལུལ་རང་བཞིན་བསྒྲིབ་དོར་གསུམ། །  
 རྒྱུ་ར་བ་གཟུགས་གཅིག་ཕུན་པའི་ཆིག་། །དུ་མའི་དོན་ཅན་ཅི་དྲུ་འདོད། །ཐ་  
 དད་མིན་དད་ཐ་དད་འད། །བྱ་ཐ་དད་མིན་བྱ་མི་འགའ། །འགའ་ལས་ངེས་  
 ཅན་ངེས་པ་འགོག། །འགའ་མེད་འགའ་བ་ཅན་དང་དགུ། །རྒྱུ་བཞེད་ཡོན་  
 ཏན་རིགས་སོགས་དངོས། །གང་ཞིག་མ་ཆང་ཅི་སྒྲིབ་པ། །ཡོན་ཏན་རིགས་  
 དང་བྱ་བ་རྒྱས། །རྒྱུ་ཡི་བྱེད་པར་བཞེད་པ་ལ། །རྒྱུ་བཞེད་འདོད་མཚུངས་བྱས་  
 འགའ་ཞིག་བསྒྲིབ། །བསྒྲིབ་དང་སྒྲིབ་པའི་མཚུངས་སྒྲིབ་གཉིས། །རྒྱུ་འགའ་  
 ཟླ་སྒྲིབ་བྱེད་སྒྲིབ་དུ་ནི། །འགའ་རྣམས་ཕུན་ཅིག་ཡང་དག་འགོགས། །བྱེད་  
 གཞི་ཐ་དད་བྱ་བ་འགའ། །གཞི་གཅིག་ཡོན་ཏན་འགའ་བ་དང་། །རྒྱས་  
 འགའ་རྒྱས་དང་ལས་འགའ་བ། །བྱ་བ་འགའ་དང་སྒྲིབ་འགའ་བྱུག་། རྒྱུ་བས་  
 མིན་འདོད་པས་བསྒྲིབ་པ་ནི། །སྒྲིབ་སུ་མ་བབ་བསྒྲིབ་པ་ཡིན། །རྒྱུ་སྒྲིབ་  
 བཞིན་བསྒྲིབ་ནས་རང་བཞིན་ཅི། །གང་དུ་ཉི་བར་ཐོབ་བྱུར་པ། །མཐུ་དང་  
 དཔའ་བ་སྒྲིབ་སུ་ཕུན་ཆོགས། །ཐོས་གྲིས་བསྒྲིབ་པ་རྣམ་པ་གསུམ། །དེ་  
 མཚུངས་འབྲས་འགའ་སྒྲིབ་བྱེད་པ། །རྒྱུ་མཆོག་དང་མཆོག་མིན་ངེས་བསྒྲིབ་



གཉིས། །ཡོན་ཏན་ལས་རྣམས་ལྷན་ཅིག་གི། །དངོས་པོ་བཟོད་པ་ལྷན་ཅིག་  
བཟོད། །ཡོན་ཏན་ལས་དང་བྱ་བ་གཅིག། །ལྷན་ཅིག་བཟོད་པའི་དབྱེ་བ་  
གསུམ། །ཡོངས་བརྗེས་དོན་རྣམས་པན་ཚུན་ནི། །བསྐྱོལ་བའི་ཚུལ་གྱིས་  
བཟོད་པ་གང་། །མཛོན་པར་འདོད་པའི་དངོས་པོ་ལ། །སྒྲོན་པ་ཤིས་བཟོད་  
ཅས་བྱའོ། །ཐ་དད་རྒྱན་རྣམས་བསྐྱེས་པ་ནི། །སྐྱེལ་མ་དག་ཏུ་བཟོད་པ་སྟེ། །  
གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་སྟོབས་མཚུངས་པའི། །རབ་སྐྱེལ་རྒྱན་ནི་གཉིས་སུ་  
འདོད། །སྐྱེས་དག་མཁན་བསམ་དགོངས་པ་སྟེ། །སྐྱེས་དག་གྲུབ་པར་གང་  
གནས་པ། །རྒྱན་གྱི་ཡུལ་ལ་ཡོད་ཡོན་ཏན། །དེ་ནི་དགོངས་པ་ཅན་ཞེས་  
བཟོད། །

༥ ཟུང་ལྷན་བྱུང་གཞན་དབྱངས་སོགས་ངེས། །གའ་ཆིག་དང་ནི་སྒྲོན་  
སེལ་བཅས། །ཟུང་ལྷན་ཡི་གེ་ཆོགས་པ་ནི། །བསྐྱོར་བའི་ངོ་བོ་ཅན་ཉིད་  
དོ། །མ་ཆོད་བར་ཆོད་ཆོད་མ་ཆོད། །གནས་ཡོད་མཐའ་ཐོག་ཀྱང་ཟུང་  
ཆེན། །འདྲེས་དང་བསྐྱོག་བཅས་ཟུང་ལྷན་དགུ། །རྒྱང་པ་གཅིག་གཉིས་གསུམ་  
བཞི་ལ། །རེ་རེ་གཉིས་གཉིས་གསུམ་གསུམ་བཞིར། །བར་མ་ཆོད་པ་བཙུ་  
ཡོད། །བར་དུ་ཆོད་པ་རྒྱང་པ་ནི། །གཉིས་རེར་ཡོད་པའི་དབྱེ་བ་དུག། །  
གསུམ་རེར་ཡོད་པ་གསུམ་དང་། །བཞི་ཡོད་གཅིག་སྟེ་རྣམ་བཟུ་དང་། །ཆ་  
གཉིས་ཡོད་པའི་དབྱེ་བ་གསུམ། །བར་དུ་ཆོད་པ་བཟུ་གསུམ་ཡོད། །བར་  
ཆོད་མ་ཆོད་བདག་ཉིད་ཀྱི། །རྣམ་ཉིག་དབྱེ་བ་གསུམ་དུ་ཡོད། །གནས་ནས་  
ཡོད་པར་བཞི་ཀ་ཡི། །དབྱུས་ཡོད་མཐའ་དང་བར་མཐའ་དང་། །ཐོག་བར་



དག་དང་ཐོག་མཐའ་གཉིས། །གནས་གསུམ་མཉམ་པར་ཡོད་པ་ལ། །བར་  
 ཆོད་ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་པ། །གཉིས་གཉིས་སྐྱར་བས་བཅུ་གཉིས་སོ། །ཀྱང་  
 གཉིས་མཐའ་ཐོག་སྐྱར་བ་ནི། །འདུས་བྱས་རང་དབང་ཉིད་ཀྱི་བཤའ། །ཉི་ཀྱན་  
 ཏུ་བྱང་ལྡན་བཅུ་བཞི་སྟེ། །སྤྱེད་བཞུས་ཡང་དག་སྐྱར་བ་ཡི། །དབྱེ་བ་གསུམ་  
 དང་དེས་ལས་གཞན། །ཀྱང་པ་ལན་གཅིག་བཞུས་པ་དུག །ལན་གཉིས་  
 བཞུས་པའི་དབྱེ་བ་གསུམ། །ལན་གཅིག་བཞུས་དང་ཆིགས་བཅད་བཞུས། །  
 ཉི་ཀྱང་བཞི་གཅིག་པ་བྱང་ལྡན་ནི། །ཆེན་པོར་བརྗོད་ཅིང་བྱ་བ་གཞན། །འདྲེས་  
 པ་བར་དུ་ཆོད་པ་དང་། །མ་ཆོད་ལ་སོགས་བསྐྱེད་པའོ། །ཀྱང་སྤྱེད་ཆིགས་  
 བཅད་སྤྱོད་ཡུལ་ཅན། །ལུགས་བསྐྱོག་བསྐྱོར་བ་བྱང་ལྡན་བསྐྱོག་ །ཀྱང་  
 གཅིག་ཆིགས་བཅད་སྤྱེད་བསྐྱོག་དང་། །རངས་པོར་བསྐྱོག་པ་རྣམ་གསུམ་  
 འདོད། ། ཉི་བྱ་དཀའི་བྱང་པར་གཞན་བསྐྱོར་པར། །སྤང་འགྲོས་སྤྱེད་འཁོར་  
 ཀྱན་འཁོར་གསུམ། །སྤང་འགྲོས་སྤྱེད་ཀྱི་ཡི་གེ་རྣམས། །གཅིག་གིས་བར་  
 ཆོད་གཟུགས་གཅིག་ཉིད། །གལ་ཏེ་ཆིགས་བཅད་སྤྱེད་འཁོར་ན། །སྤྱེད་དུ་  
 འཁོར་བ་ཞེས་པར་བརྗོད། །གལ་ཏེ་ཀྱན་ཏུ་འཁོར་བ་ན། །ཀྱན་ཏུ་བཟང་པོ་  
 ཞེས་པར་འདོད། །ཉི་དབྱངས་སོགས་ངེས་པའི་བྱ་དཀའ་ལ། །དབྱངས་དང་  
 གནས་དང་གསལ་སྤྱེད་གསུམ། །དབྱངས་ལ་བཞི་གསུམ་གཉིས་ངེས་དང་། །  
 གཅིག་ངེས་པ་ལ་རྣམ་པ་ལ། །གནས་ངེས་པ་ལ་བཞི་གསུམ་གཉིས། །གཅིག་  
 གི་དབྱེ་བས་རྣམ་པ་བཞི། །གསལ་སྤྱེད་ཡི་གེ་ངེས་པ་ལ། །བཞི་དང་གསུམ་  
 གཉིས་གཅིག་དང་བཞི། །

༥ གཤམ་ཆིག་བཞད་གད་གསང་སྤྲ་དང་། །པ་རོལ་མྱོངས་བྱེད་ཉེར་  
མཁོ་ལྷན། །ཀྱན་ཆོགས་སྤྲ་བྱེད་རིམ་པ་བྲལ། །རབ་བཙུག་མཐུན་གཟུགས་  
རྩ་བ་མེད་ཆིག། །གངས་དང་རབ་ཉོག་མིང་དུ་འདུས། །སྤྱིབ་དང་མཐུན་སྤྲ་  
མྱོངས་པ་དང་། །ཡོངས་འཕྲོག་གཅིག་སྤྱིབས་གཉིས་ཀ་སྤྱིབས། །ཡོངས་སུ་  
འདྲེས་དང་བཅུ་དྲུག་གོ་དོན་ཉམས་དོན་འགལ་དོན་གཅིག་པ། །ཐེ་ཆོམ་ཅན་  
དང་རིམ་པ་ཉམས། །སྤྲ་ཉམས་གཅོད་མཆམས་ཉམས་པ་དང་། །སྤྱིབ་སྤྱིར་  
ཉམས་དང་མཆམས་སྤྱིར་བྲལ། །ཡུལ་དུས་སྤྲ་རྩ་བ་འཛིག་ཉེར་དང་། །  
རིགས་ལུང་དག་དང་འགལ་བ་སྟེ། །སྤྱིན་བཅུ་དག་དང་དམིགས་བསལ་ན། །  
གང་ཡིན་རྣམས་ཀྱང་ངེས་པར་གྱིས། །

༥ བསྤྱིབས་བས་སྤྱི་བོ་མཐའ་དག་གིས། །སྤྱན་ངག་ལ་སོགས་རིགས་  
གནས་བཅུར། །ཐོས་བསམ་སྤྱི་འདོགས་རབ་ཆོད་ནས། །ཀྱན་མཁྱེན་གནས་  
སུ་སྤྱར་བཟོད་ཤོག། །

ཅེས་སྤྱན་ངག་མེ་ལོང་གཞུང་གི་དགོངས་དོན་དབྱངས་ཅན་དགའ་  
བསྐྱེད་ཅེས་བྱ་བ་འདི་ནི། །སྤྱན་ངག་མེ་ལོང་གཞུང་ལ་ཐོས་བསམ་བཟོད་  
པའི་སློ་གསལ་རྣམ་གྱིས་ཐོག་མར་བཟུང་བདེའི་ཆེད་དུ་བཀྲས་སྤྱན་དཀའ་  
ཆེན་སློ་བཟང་བཟོད་པས་སྤྱར་བའོ།

## ལྷ་སྒྲིག་པའི་མཁུག་སྒྲེང་།

མདོ་སྒྲགས་རིག་གནས་མཁུན་པའི་སྒྲོ་གྲོས་ཅུལ།

འདབ་བཟང་འདབ་པའི་ལྷ་གས་ཀྱིས་མི་མཆོན་པར།

དཀའ་བརྒྱ་བཟོད་པའི་བཤེས་གཉེན་ཆེན་པོ་དེས།

ཤེས་བྱའི་གནམ་མཐའ་གཞལ་བའི་ཚུལ་འདིར་གཟིགས།

མཁས་པའི་དབང་པོ་བཟུས་སྒྲིག་དཀའ་ཆེན་སྒྲོ་བཟང་བཟོད་པས་

མཛད་པའི། ལུང་སྟོན་པ་སྤུམ་ཅུ་པ་དང་ལེགས་བཤད་སྟོན་དབང་སྤྱར་

བའི་རྣམ་བཤད་ཐོན་མིའི་འགྲེལ་པ་རབ་ཏུ་གསལ་བའི་སྤང་བྱེད་དང་། ལུང་

སྟོན་པ་རྟགས་ཀྱི་འཁུག་པ་དང་དཀའ་གནད་གསལ་བའི་མེ་ལོང་སྤྱར་བའི་

རྣམ་བཤད་ཐོན་མིའི་འགྲེལ་པ་རབ་ཏུ་གསལ་བའི་སྤང་བྱེད། སྒྲིག་པའི་མེ་

ལོང་གཞུང་གི་དགོངས་དོན་དབྱངས་ཅན་དཀའ་བསྐྱེད་བཅས། བཟུས་སྒྲིག་

དཀྱིལ་ཁང་སྤྱལ་བའི་སྤྱི་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་གོ་སྒྲིག་དཔེ་སྤྱོད་གནང་བར་

རྗེས་སུ་ཡི་རང་ཞུ་བ་དང་ཆབས་ཅིག ལྷ་སྒྲིག་བྱས་པ་བརྒྱད་གསུང་ཅོམ་

འདིའི་ཁྱད་ཆོས་ཐད་ཅུང་ཟད་སྒྲེང་འདོད་བྱུང་།

སྤྱིར་བོད་ཕྱི་ནང་གཉིས་སུ་སྤུམ་རྟགས་ཅུ་འགྲེལ་འདྲ་མིན་སྤྲོ་ཆོགས་

ཡོད་པ་ཀུན། རང་གི་སྤྱད་ཡིག་རིག་ཞེན་གྱི་རྣམ་པར་གསལ་བྱེད་དུ་དེས་

པས་བསྒྲགས་བརྗོད་ཞུ་འོས་སུ་ལོས་མཆིས། འོན་ཀྱང་འགྲེལ་ཅོམ་མི་ཉུང་

བ་ཞིག་ནི། རྣམ་གྲངས་གསལ་བྱེད་ཅུ་ལས་འབྱུར་དུ་ཐོན་པའི་ཁྱད་ཆོས་

འདི་འདྲུག་ཅེས་དམིགས་འཇུགས་བྱེད་ས་མེད་པ་ལྟ་བུ་དང་། ཐ་ན་སུམ་  
 ཏྲགས་ཀྱི་དགོངས་དོན་དངོས་ལས་རྒྱང་རིང་དུ་སོང་བའི་བཤད་པ་ཡང་མི་  
 ཉུང་བ་རེ་ཐོན་ཡོང་གི་ཡོད་པ་མཁྱེན་གསལ་རེད། ད་དུང་དེ་རིགས་ཉུང་  
 འགས་རེ་ནི་ལམ་འགྲོ་དང་ལྷུང་ཏྲ་རྒྱགས་ནས་རྒྱན་སྒྲིབ་སྒྲོལ་ཆོན་གསལ་ལ་  
 སྒྲེབས་སོང་བའང་མཐོང་རྒྱ་ཡོད། གསུང་ཚཱ་འདིར་མཆོན་ན་སུམ་ཏྲགས་  
 ཅུ་འགྲེལ་གྱི་དགོངས་པ་དང་མཐུན་པ་བཤད་མ་དགོས་པའི་ཐོག་སྒྲོན་གྱི་  
 སུམ་ཏྲགས་འགྲེལ་བ་དུ་མའི་ནང་མི་གསལ་བའི་བྱད་ཆོས་འབྱར་དུ་ཐོན་པ་  
 འགའ་ཞིག་ཀྱང་མཐོང་། སྒྲིར་མཁས་པའི་ཚཱ་ཆོས་ལ་ཞིབ་ཅིང་བཏག་ན།  
 རང་རང་གྱི་བྱད་ཆོས་དམིགས་བསལ་བ་ཞིག་ངོས་འཛིན་བྱེད་རྒྱ་ཡོད་པ་  
 སྒྲོས་མེད་རེད།

ནམ་བཤད་འདིའི་ལ་དོན་གྱི་སྒྲོར་ལ། ཏྲགས་འགྲེལ་དཀའ་གནད་  
 གསལ་བའི་མེ་ལོང་དུ། ན་ལ་གཉིས་དེ་ཉིད་ལ་མི་འཇུག་པ་དེ་སྒྲ་སྒྲིའི་རང་  
 ལུགས་སྒྲིགས་སྒྲ་མའི་ཚུལ་དུ་འགྲེལ་བ་ནི། དེ་སྒྲོན་མཁས་པ་སུས་ཀྱང་མ་  
 དགོངས་པའི་ལེགས་བཤད་རིན་ཐང་བྲལ་བ་ཞིག་རེད། རྒྱ་མཆོན་ནི་ཆོད་མ་  
 རིག་པའི་གཞུང་དུ། བ་ལང་ལ་བ་ལང་མ་ཡིན་པ་མེད། ཅེས་པའི་ལ་ཡིག་དང་།  
 བ་ལང་ལ་རྩ་ཡོད་ཅེས་པའི་ལ་ཡིག་གཉིས་ཀྱི་བྱད་པའི་སྟེང་ནས། རིགས་  
 ལམ་མཁྱེན་མཁན་དང་གཞུང་ཆེན་མོའི་ནང་དུ་ཐོས་བསམ་གྱིས་འཇུག་  
 སྒྲོང་མཁན་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་ཆད། ལ་ཡིག་དེ་ཉིད་ལ་འཇུག་པ་ཞལ་བཞེས་མི་  
 གནད་ཀ་མེད་ཡིན་པ་དང་། སྒྲ་སྒྲི་ཚཱ་པ་པོ་རྒྱ་གར་གྱི་སྒྲོབ་དཔོན་བླ་པའི་

ཡེ་ཤེས་ཡིན་པ་ཆ་བཞག་ནང་། བོད་དུ་ལོ་བདུན་ཙམ་བེན་རྗེས་བྲིས་པ་  
ཡིན་པས། བོད་སྐད་ཡོངས་རྫོགས་ཆ་ལག་ཚང་བ་ཞིག་མཐུན་མི་བྱུང་། སྐྱ་  
སྒོ་ལ་དོགས་གཞི་དང་དགག་བཞག་གནང་མཁན་མང་བའི་རྒྱ་མཆོན་ཡང་  
དེ་ག་རང་ཡིན། དེར་བརྟེན་དཔུལ་རྩ་ལས་སྤྲིས་ཀྱང་ན་ལ་གཉིས་དེ་  
ཉིད་ལ་འདུག་པ་བཞེད་པ་དང་། དེའི་ཁྲངས་སུ་སུམ་རུ་བའི་རྩ་བར། ལ་སྤྲི་  
དོན་གྱི་འདུག་པ་བཤད་པའི་སྐབས། ལས་དང་ཆེད་དང་བརྟེན་གནས་དང་།  
དེ་ཉིད་ཆེ་སྐབས་ལ་སྤྲི་ཡིན། །ཞེས་པའི་རྩ་གཞུང་བྲངས་ཏེ། ལྷང་རིགས་  
གཉིས་ཀའི་ལམ་ནས་དགག་བཞག་རྒྱ་ཆེར་གནང་འདུག་པ་འདི་ནི། སྤེམ་  
མེད་པའི་ལྷང་རིགས་གཉིས་ལྡན་གྱི་ལེགས་བཤད་རིན་ཐང་བྲལ་བ་ཞིག་  
ཡིན་མིན་བརྟེན་སྤྲོད་དང་གཏན་ཆོག་གས་གསུང་རབ་གསུམ་གར་ཐོས་པའི་  
བག་ཆགས་ངེས་ཅན་རེ་ཡོད་མཁན་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་ཆད་མཐུན་ངེས་རེད།  
ས་བཅད་སྤྲིག་སྤངས་ཐད་སུམ་རུ་བའི་རྩ་གཞུང་ནས་མ་བཤད་པའི་ཆོག་  
ཐུང་ཞེས་སོགས་ཀྱི་ཁྲངས་སུ་དོན་ཆོན་བཞེད་ཕྱེས་ཏེ། འགྲེལ་ཆོག་ལྡན་  
དབང་དང་སྦྱར་ནས་གསེས་བཀོལ་གནང་ལུགས་འདི་ཡང་འཆད་པའི་གོ་  
རིམ་འགྲིགས་ཤིང་། ཉན་བཤད་བདེ་བའི་ཆེ་བ་འབྱར་དུ་ཐོན་འདུག ཏྲགས་  
འདུག་རྩ་འགྲེལ་གྱི་རྣམ་བཤད་ཐད། བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་གོ་དོན་དང་  
དབྱེ་བ་བྱེ་བའི་ནང་། རྒྱ་འབྲས་ལ་ལྟོས་པའི་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་དང་།  
མཆོན་མཆོན་ལ་ལྟོས་པའི་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ། ཆོད་འབྲས་ལ་ལྟོས་པའི་བྱ་  
བྱེད་ལས་གསུམ། བརྟེན་རིག་པའི་གཞུང་ནས་འབྱུང་བའི་བྱ་བྱེད་ལས་



གསུམ་སོ་སོར་གཞུང་ཆེན་པོའི་དགོངས་པ་དང་འབྲེལ་ནས་འབྲེལ་བརྗོད་  
 གནང་འདུག་པ་ནི། ཞེས་བྱའི་མཁའ་མཐར་གཤོག་པ་ལ་གསུང་རབ་དང་  
 བརྗོད་གཉིས་ཀ་མཁྱེན་པའི་འདབ་གཤོག་གཉིས་ལྡན་གྱི་མཁས་པའི་  
 ལེགས་བཤད་འབྱར་དུ་ཐོན་པ་ཞིག་རེད། སྡོན་སྡོན་མཁས་པའི་གསུང་རབ་  
 ཏུ། གནད་འདི་དག་གྲ་མ་ཉམས་ཤིང་གྲུ་མ་ཆགས་པར་ཡོད་མོད། འོན་ཀྱང་  
 གསལ་ཁ་དོད་པའི་སློ་ནས་སྡེ་ཆོན་རྣམ་གངས་དབྱེ་ཞིབ་འདི་འདྲ་གནང་བ་  
 ནི། སྡོན་མེད་ལེགས་བཤད་རིན་ཐང་བྲལ་བ་ཞིག་ཡིན་པ། བརྗོད་དང་  
 གསུང་རབ་གཉིས་ཀ་མཁྱེན་མཁན་ཞིག་ཡིན་སྲིད་ཆད་གནད་འདི་དག་ཅིས་  
 གྲང་མཁྱེན་ངེས་རེད། དེས་ན་གདན་ས་ཆེན་པོའི་རིག་པ་སྤྲོ་བ་སྤྲུག་སེང་ཁ་  
 འཐབ་པ་སྤྱི་བྱའི་བླ་དབང་། དཔྱོད་ལྡན་མཁས་པའི་དབང་པོ་དང་སློ་གསལ་  
 བ་ཆོས། རྡོ་རྗེ་པ་ལམ་གྱི་གཏེར་མཛོད་སློ་འབྲེད་པའི་ལྡེ་མིག་དང་འདྲ་བའི་  
 ལེགས་བཤད་འདི་གཅིག་ས་ཆེར་འཛིན་ནས་ཅིས་གྲང་གཟིགས་གནང་  
 འཆལ་ཞེས་བྱ་རྒྱ་ཡིན། ཁོང་གིས་མཛད་པའི་སྤྲོ་བ་དག་གི་སྡོམ་ཆིག་འདི་  
 ཡང་། སྤྲོ་བ་གཞུང་མེ་ལོང་མའི་ཆིག་ཆོགས་བསྡོམས་པས་ཤོ་ལོ་ཀ་དུག་  
 བརྒྱ་དུག་ཅུ་ཅ་དགུའི་སྡོམ་གཞི་ཡོངས་རྫོགས་ཆིགས་བཅད་རྒྱ་བེན་མིན་  
 གྱི་ནང་དུ་ཉིལ་གྱིས་བསྐྱས་པས། དངོས་གནས་སྤྲོ་བ་གཞུང་ཆ་ཆང་སློབ་  
 མཁན་ཞིག་ཡིན་ན། གྲོང་བྱེར་འགྲིམས་པའི་ས་ཁ་དང་འདྲ་བ་འདི་མེད་  
 ཐབས་མེད་ངེས་ཡིན། དཔེར་ན་འདུལ་བར་བསྐྱབ་པའི་སྐབས་འདུལ་སྡོམ་  
 ལ་བརྟེན་དགོས་པ་དང་གཅིག་མཚུངས་ཡིན། མཐའ་དོན་མཛད་པ་པོ་ལ་

གྲུས་འདུད་དང་། དཔེ་སྒྲུབ་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་ལ་ཡི་རངས་ཞུ་བ་དང་ཆབས་  
ཅིག་གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་བདེ་སྤྱོད་རིག་པའི་སྒོལ་རྒྱུན་ནམ་ཡང་མི་རྒྱབ་པའི་  
སྒོལ་འདུན་ཞུ།

ཆོག་ལོའི་སྐྱར་ཅི་དེ་མས་མ་སྐྱགས་པ།

ལེགས་བཤད་མངའ་རིས་སྤྱོད་ཀྱི་ཁམ་བུ་འདིས།

དབྱུས་སྤྱོད་སྤྱོད་མཐའི་ཨམ་ཐའི་བོ་བ་ཡང་།

ཞེ་ལོག་སྐྱར་ཁ་ལྡང་བ་བྱས་མིན་ནམ།

གྲུས་འདུད་བཅས་དགེ་ལུགས་སྤྱི་འབྲུས་རྒྱ་བོད་ཀྱི་གཙུག་ལག་སྤྱི་  
བ་བེ་རི་དགེ་བཤེས་འཇིགས་མེད་དབང་རྒྱལ་གྱིས། ས་བྱི་སྤྱི་ལོ་ ༡༩༠༩  
ཟླ་བ་ ༡ ཚེས་ ༡ བཟང་པོ་བཅུ་འཛོམས་ཉིན་གྱིས་བ་དགེ་ལེགས་འཕེལ།

## ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ།

དེབ་འདི་པར་ཅ་སྒྲིག་སྐྱད་དུ་འཇུག་པ་ནས་སྤྱི་གསུང་དང་ཞུ་དག  
དེབ་གཟུགས་དང་རྒྱབ་ཤུས་འགོད། མཐུན་འགྱུར་རོགས་རམ་གནང་  
མཁན་སོགས་ལ་འདིར་སྙིང་ཐག་པ་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན། དེབ་  
འདིའི་མཛད་པ་པོའི་སྒོལ་མའི་གྲལ་མཐའ་བ་བཀྲས་ལྷན་དཀྱིལ་ཁང་སྤྱལ་  
མིང་པས།

འཕྲུལ་དེབ་སྤྱི་གསུང་པོ། སེར་སྐྱད་དམར་འཇམ་དབྱངས་བསོད་ནམས།